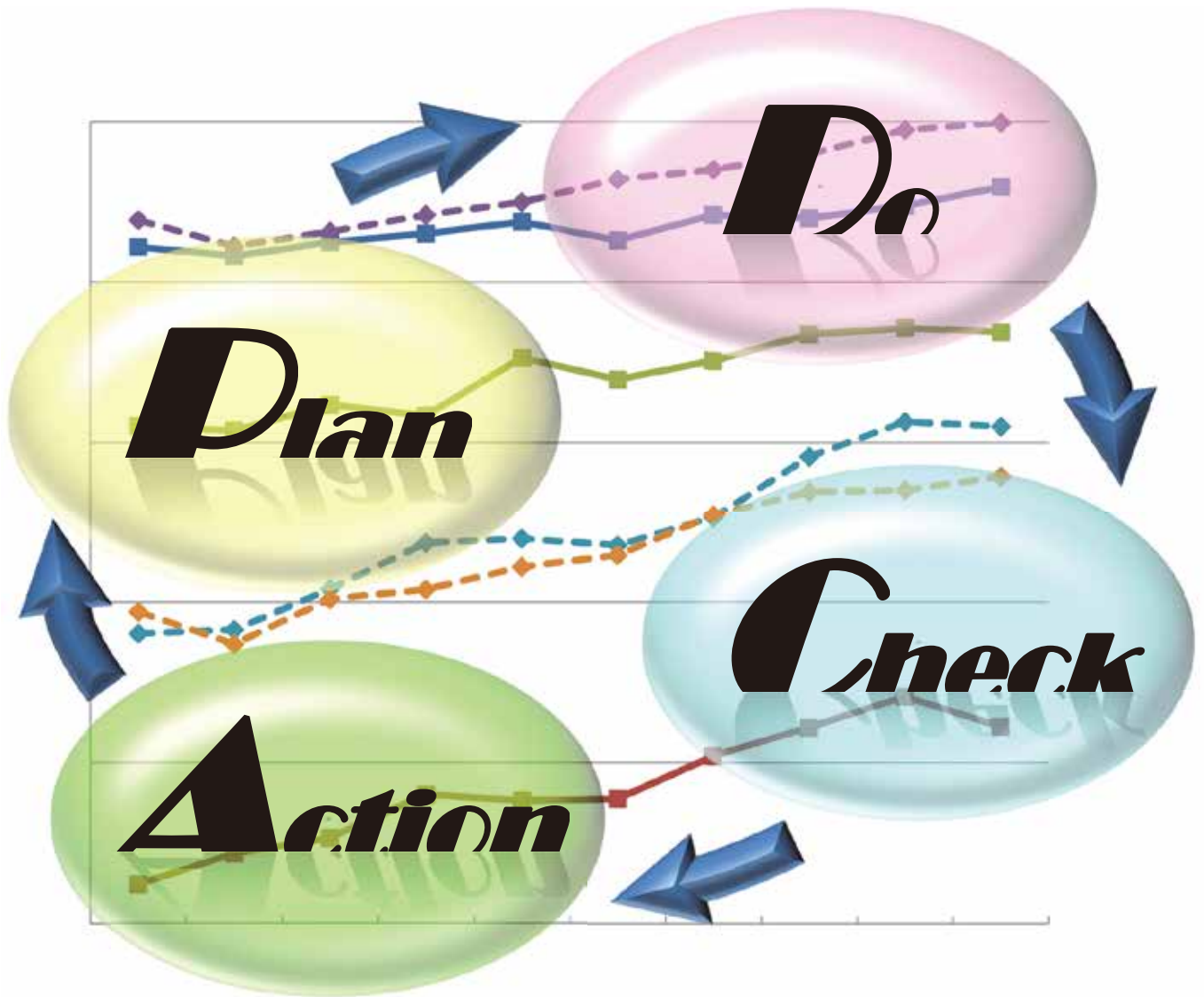


平成29年度

「学校における子供の体力向上課題対策プロジェクト（テーマ2：体力向上のためのPDCAの実践研究）」

体力・授業力アップモデル校 取組事例集



和歌山県教育委員会

はじめに

和歌山県教育委員会では、「児童生徒の体力向上」を学校教育において取り組むべき大きな目標として掲げ、その目標達成に向け、平成21年度に「紀州っ子の体力向上支援委員会」を設置して以来、「学校体育の充実」及び「運動機会の拡大」に取り組んでまいりました。また、平成26年度から新たに幼児期の運動遊びを促進するなど、取組の充実を図っているところです。

そうした取組により、「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の体力合計点において、小学校5年生の男女は平成24年度から6年連続全国平均を上回り、中学校2年生の男女についても平成27・28年度と全国平均を上回りました。しかし、本年度は中学校2年生男女の体力合計点が下がり、全国平均を下回る結果となり、県教育委員会としては、このことを大変重く受け止めています。

このようなことから、県教育委員会では、児童生徒が生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を養うことができるよう、体育・保健体育授業の充実・発展並びに効果的・効率的な運動部活動の実践がより一層必要であると考えています。

本県では、昨年11月、大会主題を「主体的・対話的で深い学びを通して自ら考え工夫していく力を身に付ける体育・保健体育学習」と掲げ、第56回全国学校体育研究大会和歌山大会を開催し、幼稚園1園、小学校4校、中学校4校、高等学校2校、特別支援学校1校の1園11校が研究発表を行いました。県教育委員会では、その分科会発表校を「体力・授業力アップモデル校（以下「モデル校」という。）」として指定し、テーマに迫る取組と次期学習指導要領への展望をもった体育・保健体育学習の在り方について研究を進めていただきました。

本取組事例集は、モデル校の取組内容及び成果と課題を掲載していますので、各学校の授業づくりにおける一助として御活用いただければ幸いです。

結びに、本取組事例集作成に御尽力賜りましたモデル校の関係各位に厚くお礼申し上げますとともに、今回の事業に御協力いただきました当該市町教育委員会並びに地域の学校体育研究会に深く感謝の意を表します。

平成30年3月

和歌山県教育庁学校教育局
健康体育課長 橋 誠

目 次

- 1 事例集の活用にあたって
- 2 取組事例

| 校種 | 学校(園)名 | 全体研究 | 研究テーマ | | | ページ |
|--------|-------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----|----------------|-----|
| | | 授業実践 | 学年等 | 領域等 | 保育者・授業者 | |
| 幼稚園 | 和歌山市立中之島幼稚園 | 身近な環境の中で、自分の思いを伸び伸びと表現しながら、心と体を弾ませて遊ぶ子どもを育てよう ～ やってみよう！どうする？やったあ！すごいね！～ | | | | 3 |
| | | 5歳児 | 運動遊び | | 北川 泰大 上西 美穂 | |
| 小学校 | 和歌山市立中之島小学校 | すべての子がいきいきと活動し、集団の中で認め合い高め合う体育学習 ～ 仲間とともに わかる できる 楽しさや喜びを～ | | | | 11 |
| | | 5年1組 | ボール運動「ティーボール」 | | 柳 政和 | |
| | 海南市立大野小学校 | 互いに認め合い、運動の楽しさとできる喜びを実感できる体育 ～ かかわり合い、高め合う大野っ子をめざして～ | | | | 22 |
| | | 3年B組 | 体づくり運動 多様な動きをつくる運動遊び | | 辻 直敬 | |
| | 紀の川市立田中小学校 | 魅力ある体育の授業 ～ 子供が主体的に活動し、仲間と学び合うことで、体力向上につながる授業実践の研究～ | | | | 36 |
| | | 4年A組 | 走・跳の運動 幅跳び | | 森口 裕介 | |
| | 有田川町立藤並小学校 | 子供1人1人が、運動のおもしろさを探求する授業 ～ 仲間と対話し、主体的に学びを深める活動を通して～ | | | | 59 |
| | | 3年梅組 | 器械運動 マット運動 | | 寺村 太樹 | |
| 中学校 | 和歌山市立貴志中学校 | 主体的・対話的で深い学びを通して自ら考える体育学習 | | | | 71 |
| | | 3年1・2組 | 陸上競技 長距離走 | | 宮崎 潤 | |
| | 海南市立第三中学校 | 仲間と共に自己教育力を育む体育授業をめざして | | | | 81 |
| | | 3年A・B組 | 武道 剣道 | | 芝崎 公彦 | |
| | 紀の川市立貴志川中学校 | 自らが進んで運動に取り組み、運動を通して課題を解決することができる体育学習 ～ 仲間とともに高め合う姿を目指して～ | | | | 93 |
| | | 2年4組 | 器械運動「跳び箱運動」 | | 森田 康介 | |
| | 有田川町立吉備中学校 | みんなが『主体的』を理解・意識し、共に学び合う授業 | | | | 103 |
| | | 3年D・E組 | ダンス「現代的なリズムのダンス」 | | 小松 柔 | |
| 高等学校 | 県立那賀高等学校 | 男女共習による協働的な学びを通して主体的に学び・鍛える体育学習 | | | | 115 |
| | | 2年F・G組 | 陸上競技 長距離走 | | 川畑 源大 | |
| | 県立桐蔭高等学校 | ICTを活用した走力の向上 | | | | 125 |
| | | 3年ABFG組 | 球技 ゴール型「バスケットボール」 | | 外川 広興 | |
| 援特学別校支 | 県立紀北支援学校 | 「わかった」「できた」→「もっとやりたい」と思える授業づくり ～ 自立活動の視点から一人一人を見つめて～ | | | | 137 |
| | | 高等部 知的障害学級 | 武道 なぎなた | | 坂東 洲子 以下 3名 | |

- 3 参考 【平成21～28年度授業研究会開催内容一覧】

1 事例集の活用にあたって

本事例集は、子供の体力アップや教員の授業(保育)力向上をめざす取組を進める上で参考となるよう、県内の幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校における合計12の体力・授業力アップモデル校が取り組んだ内容を掲載したものです。各モデル校の実績報告書については、学校(園)全体の取組をまとめた内容で、授業(保育)実践については、大学関係者等の専門家の助言を受け、モデル校、各地方の研究団体及び教育委員会、並びに県担当者が事前の協議を重ね、研究授業(保育)を行ったものです。

本事例集を参考として、各教育委員会、各学校(園)において、充実した取組が展開されることを期待いたします。

収録した事例は、幼稚園1園、小学校4校、中学校4校、高等学校2校及び特別支援学校1校の合計12校の取組事例です。各事例の内容構成は、概ね以下のようになっていますが、事例によってはこれによらない場合があります。

| 体力・授業(保育)力アップモデル校 実績報告書 | |
|-------------------------|---------|
| 研究テーマ | 学校(園)名等 |
| I 集団の特徴と課題 | Plan |
| II 取組の内容 | Do |
| III 取組の成果 | Check |
| IV 今後の課題 | Action |

■取組の成果がわかる資料等

| | |
|-----------|-------------------|
| 取組内容の詳細 | ※活動(授業・保育)風景の写真など |
| 工夫したことの詳細 | ※教材や学習資料の写真など |

保育・体育科(保健体育科)指導案の内容構成 (例)

授業(保育)者

- 1 日 時
- 2 場 所
- 3 学 級
- 4 単元名 (運動領域名・体育分野領域名、内容名、単元名)
- 5 指導にあたって
 - (1) 「H29年度児童生徒の体力・運動能力調査結果」から見た児童生徒の実態
グラフ1 (判定別割合グラフ【男女別】)
図1 (Tスコアによる全国比較図【男女別】)
※数値については、全国はH28、県はH29の体力・運動能力調査結果から活用
 - (2) 児童生徒観、教材観、指導観
- 6 単元の目標
- 7 単元の評価規準
- 8 指導と評価の計画 (単元構造図)・・・別紙としてそれぞれの実践最終ページに掲載

単元構造図は、指導内容を明確にし、指導したことを評価することで、授業の改善につなげるために作成するものです。モデル校の作成資料を参考にして、各校で作成をお願いします。
- 9 本時について
 - (1) 目標
 - (2) 展開
- 10 学習資料

11 実践後の考察

幼稚園取組事例

研究テーマ

身近な環境の中で、自分の思いを伸び伸びと表現しながら、
 心と体を弾ませて遊ぶ子供を育てよう
 ～やってみよう！どうする？やったあ！すごいね！～

| | |
|------|------------------|
| 学校名 | 和歌山市立中之島幼稚園 |
| 住所 | 和歌山市中之島1495 |
| 電話番号 | 073-423-7966 |
| 研究主任 | 北川 泰大 |
| 対象集団 | 男子27人 女子10人 計37名 |

I 集団の特徴と課題 *Plan*

1 集団の特徴

本園は和歌山市の中心部に位置し、紀の川・大門川・真田堀川に囲まれている。この地域は、太古の時代に紀の川の中州の一つでもあったことから「中之島」の地名が残ったといわれている。交通量の多い地域であるが、小学校に併設し、中之島公園に隣接しているため、比較的静かで草木の変化を楽しみ、季節感を味わいながら遊ぶことができる。通園の時は、自家用車や自転車で登園する子供がほとんどである。地区内の安全な遊び場が減少しており、近隣に中之島公園やせせらぎ公園などの施設はあるが、保護者の付き添いなしには遊べないところがある。

2 集団の課題

上記のように、本園が人口流動の激しい街中にあること、周辺の交通量が多いこと、遊び場がないこと、自然に恵まれないことなど、幼児が日常、安心して遊び育つ環境に恵まれていない。そのため、体を動かして戸外で遊ぶ機会も減っている。園生活の中においても、戸外で遊びたがらない、座らなければ靴が履けない、階段を1段ずつ足を揃えて降りる、両足ジャンプができない、自分の体を支えられない、偏食が多く、食べる量が少ない、生活リズムが整わず、眠そうに登園するなどの子供の姿が見られ、様々な課題がある。

II 取組の内容 *Do*

取組の内容

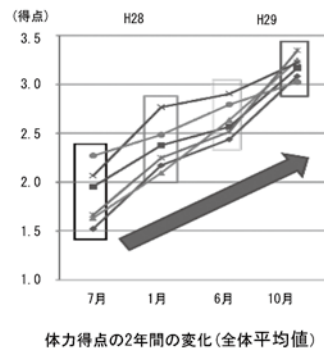
- ①園庭、砂場、玄関ホール環境の見直し・再構築
 タイヤ・ロープを使った手作り遊具の工夫、用具を子供たちが取り出しやすい場所に設置、鉄棒やボールタッチ等を玄関ホールに設置、ペンキでケンケンパの道を描く、遊び方の表示を貼る、のぼり棒・雲梯の段階別の色分け
- ②園の活動
 毎朝の異年齢活動（園庭で遊ぶ、体操、マラソン）、中之島小学校との幼小交流、園外保育、体操教室（子供対象、保護者対象、親子対象）、サッカー教室、食育、降園後の園庭開放（保護者と共に遊べるように）
- ③指導を工夫するための取り組み
 保護者へのアンケート調査、MKS幼児運動能力検査、教師対象の実技講習や発達の段階についての講習、教師同士で遊びを提案し合う現職教育、幼稚園教育要領・幼児期運動指針の見直し

◆工夫した点

- ・MKS幼児運動能力検査などの結果も参考にしながら、子供たちの実態を把握し、子供たちが自ら体を動かして遊ぶことが好きになるための援助や、発達の段階に応じた援助を心がける。
- ・教師自身の学びを深めるため、定期的に勉強会を開き、KJ法を用いて環境を見直し、遊びの提案をする機会を持ち、情報を共有しながら研究の方向性を確認した。
- ・学級通信等を通して、保護者に心と体を動かして遊ぶ楽しさや大切さを伝えた。
- ・園庭地図を作成し、親子で一緒に遊んでもらえる機会をつくった。

III 取組の成果 *CHECK*

- ・様々な動きを経験しながら、進んで体を動かして遊ぶようになった。
- ・無気力さが減り、挑戦心、意欲が膨らんできた。
- ・園庭開放で子供と遊ぶ保護者が増えてきた。
- ・子供同士の関わりが増えた。



- ・体の調整の能力が身に付き、怪我が減った。
- ・運動量が増え、お腹が空くようになり、食べる量が増えた。
- ・MKS幼児運動能力検査結果でも、園全体として、体力、運動能力が向上してきているということがわかった。

IV 今後の課題 *Action*

- ・体を動かして遊ぶことが苦手な子に対して、一人一人の興味や関心、課題を捉えながら、心と体が動く要素やきっかけは何かを引き続き考えながら、援助の仕方を工夫していく。
- ・保護者アンケートの結果で“子供の体力や運動能力に興味がない”、“子供と一緒に遊ぶ事が少ない”と感じている保護者に対して、今後どのように働きかけていくかを考える。そして、園と家庭が連携し、子供も保護者も共に心と体を動かして楽しめる遊びの工夫や環境構成、場の提供、情報発信など、保護者へのアプローチを更に模索していく。
- ・今後も、子供たちが心と体を動かして遊び、友達や異年齢児から刺激を受けながら成長していけるように、地域環境や保幼小交流などの機会をどんどん生かしていく。

○中之島幼稚園での取組の様子



全園児 異年齢の遊び（みんな遊び）



全園児 異年齢の遊び（みんな遊び）



3歳児の遊び（保育室）



4歳児の遊び（砂場）



5歳児の遊び（園庭）



5歳児の遊び（園庭）

研究主題 『身近な環境の中で、自分の思いを伸び伸びと表現しながら、
心と体を弾ませて遊ぶ子供を育てよう』
～やってみよう！どうする？やったあ！すごいね！～

1. 対象児 5歳児 もも組 男児14人 女児5人
さくら組 男児13人 女児5人 計37人
2. 場所 園庭
3. 時間 10:20～11:00

4. 本園の教育課程 4期（11月～12月）




| | |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ね ら い | <ul style="list-style-type: none"> ・ グループや学級全体で共通の目的をもち、みんなで工夫しながら遊ぶ。 ・ 自分たちで考えたことを遊びの中に取り入れて、表現する楽しさを味わう。 |
| 内 容 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 友達と一緒にルールのある遊びを楽しみ、協力したり役割を分担したりしながら遊ぶ。 ・ 友達と思いを伝え合い、イメージを共有する。 ・ 自然の変化を見て、触れて、美しさを感じ、自然物を取り入れて遊ぶ。 ・ 歌詞の意味を知ってみんなで声を合わせて歌ったり、リズムやメロディーに合わせて演奏したりする。 ・ 物語に親しみ、自分たちで表現の仕方を考えたり、役になりきって演じたりする。 ・ 遊びの中で、数量や文字を取り入れて楽しんだり親しみをもったりする。 |

5. 最近の子供の様子

- ・ 自分なりの目標をもったり、友達から刺激を受けたりしながら、これまで遊ぶことが少なかった登り棒や縄跳びにも挑戦する姿が多くなってきている。
- ・ 友達と一緒に遊び方を考えて自分たちで色々と試したり、競い合ったりしながら遊ぶことに楽しさを感じている。
- ・ 好きな遊びを繰り返し楽しむ中で、【走る・避ける・跳ぶ・握る・登る・支える等】の動きが活発になっている。
- ・ 普段の生活においても、何度も階段を上り下りしたり、掃除をしたりする中で、様々な動きを経験している。
- ・ 毎日、戸外で伸び伸びと遊んでいることで、昼食時には空腹になる姿がよく見られ、給食の食べる量が増えてきている。

6. 本時までの子供の姿と遊びの経過について

| 子供の姿 | …教師の思い、援助 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>○登り棒の頂上に鈴が付いているのを見つけた子が、その鈴にタッチしようと登り始め鈴を鳴らした。さらに、頂上からぶら下がって中央の支柱まで伝って行き、降りてくることが出来た。</p> <p>その姿を見た友達は、 「私もやってみよう!」「僕も!」</p> <p>しかし、 「難しい…」「白色の所までしか登れやんかった…」</p> <p>すると、 「足を(棒に)絡ませればいいんやで」 「裸足になった方がいいんちゃう」</p> <p>「難しかったら、台に乗って登ったらいいんよ」</p> <p>など、友達と教え合いながら何度も挑戦し、 「鈴、鳴らせた~!!やったあ」「もう一回、登ろう!」と、とても喜び、さらに挑戦する姿が見られた。</p> <div data-bbox="231 1064 427 1294" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="459 1064 922 1294" data-label="Image"> </div> <p>すごいね! やってみよう! どうする? やってみよう!</p> | <p>…教師の思い、援助</p> <ul style="list-style-type: none"> ・登り棒の頂上(数か所)に鈴を取り付けた。 ・子供の挑戦する気持ちや工夫する姿を十分に認める。 ・周りの友達にも、その子の頑張りを紹介してみる。 <p>今まで遊ぶ様子が少なかった登り棒に興味を抱くきっかけになるかもしれない。</p> <p>悩んでいる時が学びのチャンス!友達と色々と試しながら挑戦して欲しい!</p> <p>子供たちの心の動き(興味や意欲)が、自然と体の動きにつながっている。</p> |
| <p>○短縄を輪にして置いて「輪っか鬼(島鬼と色鬼を合わせたような鬼ごっこ)」をしたり、「ボール鬼」をしたりして遊んでいた子供たち。</p> <p>色々な鬼ごっこを楽しむ中で、 「(鬼が)いっぱい色を言い過ぎたら (逃げる人は)何色か覚えられへんわ」 「(鬼が)言える色は3つまでにしようか」 「この輪っか、(ボール鬼の)タイム場にも出来るな」 「(ボールが)顔に当たりそうになったらしゃがんで、足に当たりそうになったら跳んだらいいんやで」 「僕、今日はまだ1回も当てられてないで♪」 「(保育室で使っていた新聞ボールの)爆弾使う?」 「当たっても痛くないからいいな♪」 「爆弾鬼だぞお!」</p> <p>どうする? やってみよう!</p> | <p>鬼ごっこのドキドキ感や、逃げる・追いかける動きが楽しい様子。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子供たち同士で思いを伝え合いながら遊び方を考える時間や、子供たちの気づきや工夫を大切にする。 ・子供の頑張りを十分に認めると共に、遊びながら自分なりのめあてをもてるように声をかけ、励ます。 |

| 子供の姿 | …教師の思い、援助 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>○「ここ（ロープの遊び場）、遊園地にしよう！」と言って遊び始める子が現れた。</p> <p>その話を聞いた友達が、</p> <p>「ここ（ロープでぶら下げたタイヤの遊び場）、グルグル回るからメリーゴーランドやなあ♪」</p> <p>何度も遊んでいくと、</p> <p>「もっといっぱい回して～！」</p> <p>「こんな乗り方も出来るで！」</p> <p>「3人でも乗れるんちゃうん!？」</p> <p>「うわ～！目が回る～♪」</p> <p>「面白い♪もっと回そう!!」</p>  | <p>保育室でのイメージが戸外につながってきた様子。イメージを膨らませ、見立てて遊ぶ楽しさを大事にしよう♪</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子供たち同士で遊び方を考えている姿を大切にし、まずは色々と試せるようにする。 ・子供たちが何に楽しさを感じているかを捉え、その楽しさを基に伸び伸びと体を動かせるように配慮する。 |
| <p>○斜めに結んでいるロープの場で、逆さまになってぶら下がりながら下りている子(A児)がいた。</p> <p>その姿を見ていた友達(B児)が、</p> <p>「僕もやってみたい！」</p> <p>と言って挑戦しようとするが…、上までは上がるものの、「怖い…」と言って、下りられなかった…。</p> <p>B児はA児が下りる様子をよく見たり、「A君ちょっと教えて」と尋ねたりしながら何度も挑戦し始めた。すると、</p> <p>「出来たで!!」と言って、</p> <p>B児も下りられるようになった！</p> <p>その姿を見ていた友達が、さらに挑戦し始めた！</p>  | <p>・「すごい！消防士さんみたいだね」と、声をかける。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子供の挑戦心を十分認めながら“どうすれば、ぶら下がりながら下りられるか”を子供自身が考えられるように声をかけた。 <p>子供たちが“やってみたい!”という意欲を基に、考え合い、試す中で、様々な動きを経験し、充実感を味わって欲しい。</p>  |

7. 本時の活動

◎ねらい 友達と一緒に遊び方を考えたり、自分なりに目標をもったりしながら、体を動かして遊ぶ楽しさを味わう。

○・・・予想される子供の遊び

★・・・教師の援助や配慮

『ロープアスレチックで遊んだり、虫を探したりする』

- “やってみよう！”と、友達と一緒に色々な上り方や下り方に挑戦したり、遊び方を工夫し合ったりする。
- バッタやミミズ等を見付けるために色々な場所を探し、手に取って観察したり自分の植木鉢に入れたりする。



『鬼ごっこをしたり、登り棒や縄(短縄・長縄)等で遊んだりする』

- 輪っか鬼や爆弾(ボール)鬼などで、友達と競い合って遊ぶ。
- タイム場の数や場所、逃げ方などを考えながら遊ぶ。
- 自分なりに目標をもったり、友達の姿に刺激を受けたりしながら、登り棒や縄跳び等に挑戦する。

- ★ 一人一人の「遊びたい!」「やってみたい!」という主体性や意欲を大切に育む。
- ★ 子供たちの遊びの中には、どのような体の動き・育ちがあるのかを捉えていく。
- ★ 子供たちの考え出した遊び方(ルール)を大事にし、その中で『追いかける、逃げる、避ける、登る、渡る、跳ぶ』等、今欲している動きを存分に楽しめるようにする。
- ★ 遊びを進める中で、友達と思いを伝え合い考え合う機会や、友達の姿から学ぶ機会を大切にし、子供たち同士で試行錯誤していけるようにする。
(試行錯誤する中で生まれる心と体の動きを大切にする)
- ★ 体を動かして遊ぶことに消極的な子がいれば、友達や教師がモデルとなることで遊ぶ意欲を膨らませたり、様々な遊びに触れる機会をつくったりする。

8. 考察

今回の研究保育を通して、

- ①子供たちの『心(主体性や意欲)と体のつながり』
- ②『子供たちなりの遊び方』や、『友達との関わりから生まれる意欲や充実感』
- ③子供たちが『思わず体を動かして遊びたくなる環境のしかけや時間の確保』
- ④伸び伸びと遊ぶための『安全管理』

の大切さについて学ぶことができた。

まず①・③については、子供たちが“やってみたい!”と主体的・意欲的になれるような雰囲気づくりや環境構成、援助の仕方を工夫することが大切だと感じた。特に、体を動かして遊ぶことに興味が少ない子供たちには、“今ある環境に少しのしかけを行うこと”や、“様々な遊具を身近な場所に準備すること”、そして“色々な遊びの楽しさに触れる機会を大切にすること”とともに、“一人一人の頑張りを十分に認め励ましながら、その子なりの目標をもてるように声をかけること”等で、次第に挑戦意欲が膨らみ、主体性や興味・関心も高まってきた。

そして、“やってみたいな!”と思ったことを、できる限り子供たち自身で試したり挑戦したりできるようにすることでさらに心が弾み、心の動きとともに自然と体にも【登る、ぶら下がる、跳ぶ、投げる、避ける、走る等】の動きが生まれてきた。

また、十分な時間を確保しながらじっくりと遊べるように配慮していくことで、子供たち同士で色々と試す時間もでき、遊び込んでいく中で様々なことに気付いたり悩んだり、考えたりする機会も多くなり、多くの学びにもつながってきた。

また②については、既存のルールに縛られることなく、子供たち同士で考えた遊び方を大事にすることで、子供たちが楽しみたい遊びの面白さが膨らみ、その面白さに合わせて子供たちの動きがさらに活発になってきた。そして、一人ではなくて友達同士でかかわり合いながら遊びを進めていくことで、友達と競い合ったり考え合ったりして遊ぶ楽しさを感じるようになり、意欲や

動きがさらに膨らんできた。

ただ、④に示したように、子供たちの主体性や挑戦心を大事にしながらも、子供たちが伸び伸びと安全に遊べるためには教師の配慮がもっと必要だと感じた。子供たちの興味や関心などの心の動きを捉えながら、遊びに必要な安全な遊具・材料を準備することが大切だと改めて学んだ。

また、子供たちの心の動きを捉えながらタイミングのよい援助をしたり、子供たちの体の動きを見通したりすることも、まだまだ研究を深めていかなければならないと感じた。

今回の研究で学んだことを大切に考えながら、これからも子供たち一人一人が主体的・意欲的に遊び、体を動かして遊ぶことが好きになれるような援助の仕方や環境構成等に努めていきたい。

小学校取組事例

研究テーマ

すべての子がいきいきと活動し、
 集団の中で認め合い高め合う体育学習
 ～仲間とともに わかる できる 楽しさや喜びを～

| | |
|-------|------------------|
| 学 校 名 | 和歌山市立中之島小学校 |
| 住 所 | 和歌山市中之島1491 |
| 電話番号 | 073-422-5145 |
| 研究主任 | 柳 政和 |
| 対象集団 | 5年1組 男子17名・女子12名 |

I 集団の特徴と課題 *Plan*

1 集団の特徴

- ・本学級の児童は明るく、男子の人数（17名）が女子の人数（12名）より多く、「元気な男子」と「おとなしい女子」というクラス内での関係ができており、休憩時間などは、男子が外遊びを行い、女子は教室や図書室で過ごすことが多く、運動をする・しないの二極化が男子と女子の間で起こっている。
- ・「体育が好きですか。」という質問に対し、「はい」と答えた子供が83%、「いいえ」と答えた子供は5人であった。
- ・「ティーボールは好きですか。」という質問に対して「はい」と答えた子供が48%、「いいえ」と答えた子供が52%であった。
- ・放課後の運動クラブへの加入状況は、野球部で活動している子供が7名（男子6名・女子1名）。

2 集団の課題

（新体力テストのTスコアより）

【男子】

- ・20mシャトルラン（46.7）と50m走（44.7）で全国平均より5ポイント近く低い値となっているが、その他の種目については、全国平均より高い値もしくは同等の値となっている。

【女子】

- ・20mシャトルラン（47.5）と50m走（45.5）で全国平均より5ポイント近く低い値となっているが、その他の種目については、全国平均より高い値もしくは同等の値となっている。

- 男子、女子ともに20mシャトルランと50m走に課題がある。特に50m走に焦点をあてる必要性がある。

- ・子供たちの能力差が吸収されるよう、ボール、バットは3種類用意する。
- ・打つ感覚、バットを振る感覚が感じられるよう、バットにゴム片をまいてバットの芯をつくった。
- ・ベース上での捕球作業をなくし、縦2m×横4mのネットを張り、ネットに当たれば、捕球したということとした。
- ・単元の前半は、残塁なしとし、後半では残塁ありとした。
- ・チームの時間をしっかりととり、学習課題についての振り返りをしっかりと行う。
- ・審判は、自分たちで行い。お互いの意見をしっかりと聞き入れることができるようにする。

III 取組の成果 *Check*

【男子】

- ・50m走において、クラスの平均タイムが9.6秒→9.06秒に向上した。

【女子】

- ・50m走において、クラスの平均タイムが9.79秒→9.67秒に向上した。

- 「ティーボールは好きですか。」という質問に対して、「はい」と答えた子供が86%、「いいえ」と答えた子供が14%となり、ティーボールに対する認識にも変化がみられた。

II 取組の内容 *Do*

取組の内容

- ・ベースボール型の運動であるティーボールに取り組む。野球経験のある子供たちと、野球経験のない子供たちが楽しんで取り組めるような、教具の工夫や、学習過程を考え、攻撃側が出塁・進塁を力一杯することで走能力の向上（50m走の記録向上）につながればと考える。

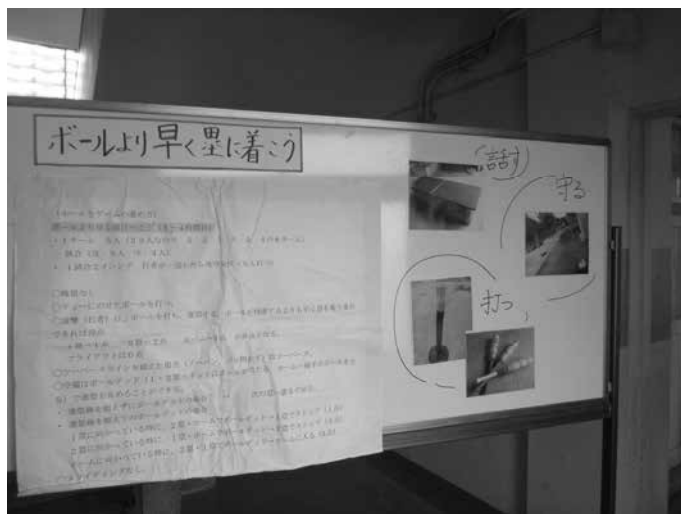
◆工夫した点

- ・チームを編成する際には、個々の能力や人間関係をしっかりと考慮していく。
- ・子供たち全員が楽しめる場の設定を行う。

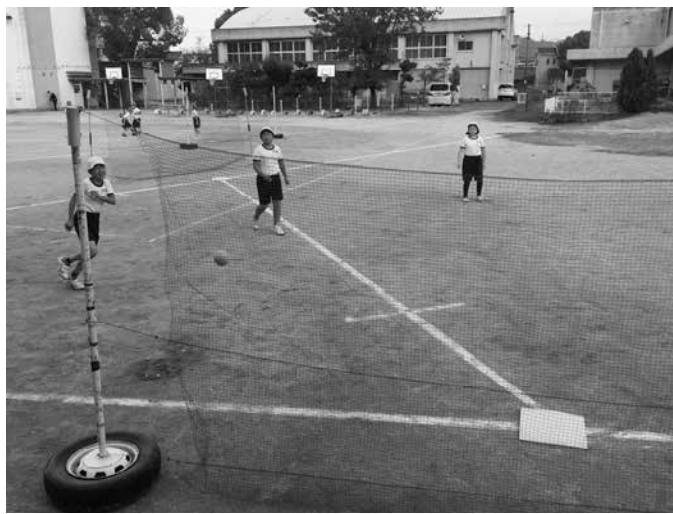
IV 今後の課題 *Action*

- ・2年間でどのような力を付けていくか（新体力テストの結果を踏まえて）ということをし、しっかりと見据えた年間指導計画を職員共通理解のもと構築する必要がある。
- ・授業においては、学習過程を工夫し、子供たちが運動の面白さをしっかりと味わえるようにしていく。その中で、技術的な高まりもみすえていく。
- ・子供たちが、主体的に活動ができるよう、教師のPDCAサイクルをしっかりと持ち、授業の軌道修正を行って行く。
- ・ICTを積極的に取り入れ、課題の軌道修正や支援が必要な子供への手立ての方法として活用していく。

○中之島小学校での取組の様子



ゲームの行い方やルールを確認



守備を簡易化するためにネットを活用



I C T機器の活用



ゲームの様子



アドバイスしている様子

体育科学習指導案

| |
|-------------------------------------|
| 日 時：平成 29 年 11 月 10 日（金） 9：30～10：15 |
| 場 所：和歌山市立中之島小学校 運動場 |
| 学 級：5 年 1 組 29 名（男子 17 名 女子 12 名） |
| 授業者：教諭 柳 政和 |

1 単元名 ボール運動（ベースボール型） 「ティーボール」

2 指導にあたって

本学級の子供たちは、男子の人数（17名）が女子の人数（12名）よりも多いため、男子の勢いが、女子を圧倒することが多く、休憩は、ほとんどの男子が外遊びを好んで行っているが、女子は教室や図書室で過ごすことが多い。よって本学級では、「元気な男子」と「おとなしい女子」というクラス内での関係ができており、運動をする・しないの「二極化」が男子と女子の間で起こっている。

体育に関するアンケートでは、「体育が好きですか？」という質問に対して「好き」と答えた子供が 24 人（83%）、「好きではない」と答えた子供は 5 人（17%）であった。

| 質問事項 | 好き | 好きではない |
|---------------|---------------------|-----------------------|
| 体育の学習は好きですか。 | 24 人（83%）（男 16・女 8） | 5 人（17%）（男 1・女 4） |
| ティーボールは好きですか。 | 14 人（48%）（男 12・女 2） | 15 人（52%）（男 5・女 10 人） |

「好き」と答えた、内訳を男子と女子で見ると、男子は 94%、女子は 67%であり、運動を好む男子が多く、運動を好まない女子が多いことがわかる。また、「ティーボールは好きですか？」という問いに対しては、「好き」と答えた子供が 48%、「いいえ」と答えた子供が 52%となり、体育は好きであるが、ティーボールは苦手という思いが見て取れる。また、その苦手意識を持っているのは女子であることも、アンケート結果から容易に読み取ることができる。その理由は、「ボールを上手く捕れない」「ボールを上手く打てない」など、技術的なことに関する苦手意識や、「失敗すると友達に迷惑がかかる」などの心情的な部分に関わることが挙げられる。これらのことから、「野球」に対して好ましい思いを持っていない女子が、「もっとやりたい」「もっと上手になりたい」と思えるような授業を行っていくことが、ティーボールの学習に対する主体性を育む上で大切であると考えられる。

ティーボールは 2 つのチームが攻撃と守備に分かれて、ベースをめぐる競争を通して、得点を競い合うことが楽しい運動である。本単元「ティーボール」では、「打者とボールのどちらが早くベースをとれるか」というおもしろさを存分に味わえる授業を目指していく。単元の前半は「ボールより早く塁に着こう」とし、ランナー（残塁）なしの状態、ボールより早く塁に着くために、どのようなボールの飛ばし方が有効なのかについて考えていく。後半は「チームで協力してより遠くの塁に着こう」とし、ランナー（残塁）がいる状態で、チームでの協力を通して、ただ打って進塁するのではなく、塁上にいる仲間をどのようにして進塁させていくかということを考えていく。チームのメンバーは 5 人

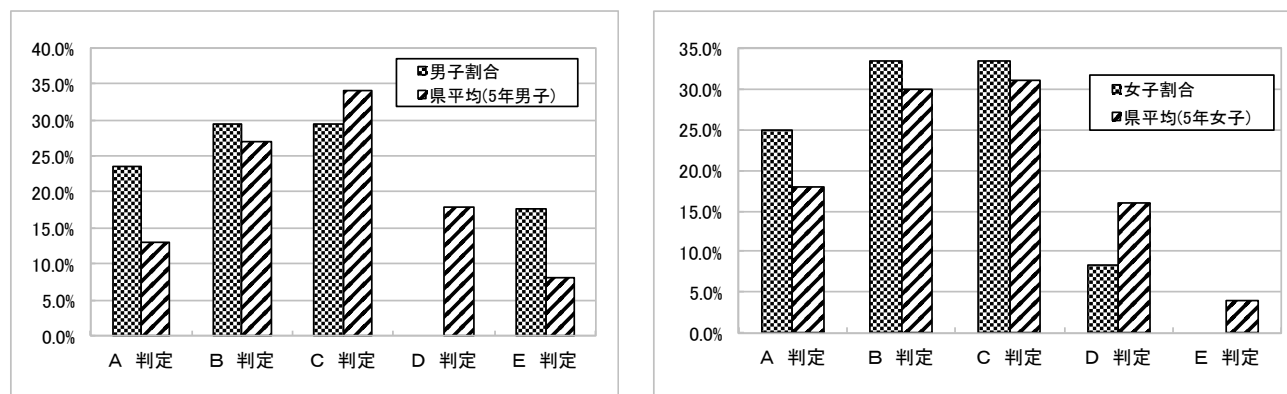
とし、攻撃の際は5人が一巡して、攻守交代とする。守備は4人で行い、1人はアウトプレイヤーとして、自分のチームの分析や相手チームの分析を行い、チームの課題を見付けたり、全体に関わるルールについての考えを持ったりして行ってほしいと考える。また、チームを作る際には、ボール投げの記録や、50m走などの記録を基にするとともに、子供同士の人間関係も加味していきたいと思う。

「打者とボールのどちらが早くベースをとれるか」という攻防をより楽しむために、本来のルールは大変複雑なので、本単元では特に守備側の動きについて簡易化していく。そのための用具として、横4m×縦2mの網（鈴付き）を1塁と2塁の後ろに設置する。この網を設置することで、ベースを踏みながらの捕球がなくなり、ベースカバーなどの複雑な判断が軽減され、よりゲームを楽しむことができると考えられる。また、鈴をつけることで、打者とボールのどちらが先にベースに着いたかの判定をわかりやすくする。ルール（アウトカウントの取り方）の工夫としては、基本的な考え方としてフォースアウトを採用する（7学習資料参照）。ただし、子供たちの様子を見ながら、タッチアウトについても考えていきたいと思う。加えて、子供たちの技能差に対応するため、ティーは高さ調節可能なものを用意する。また、バットについては、長さや重さの違うものを数種類用意していきたいと思う。

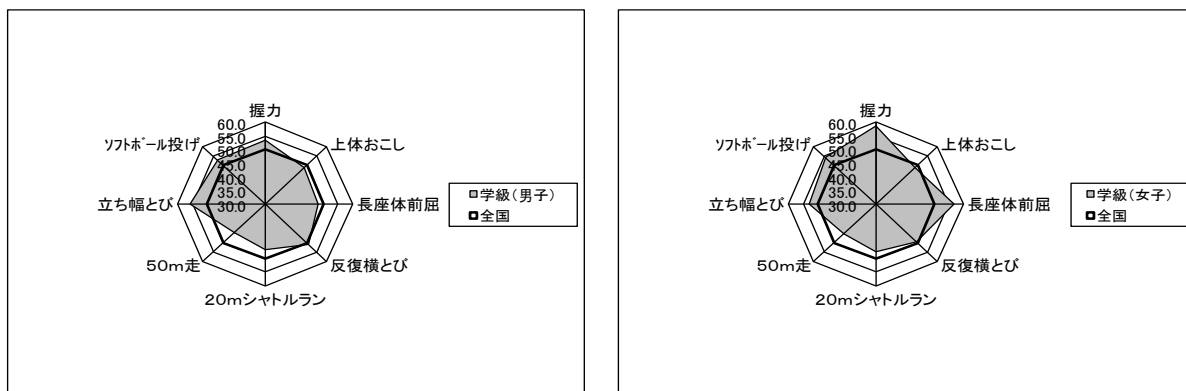
身に付けてほしい身体動作としては、打つ・走る（走塁）・投げる・捕るなどが考えられる。ゲームを楽しむことを通して、子供たちそれぞれが、自分の動作について「こうしていきたい」「ここをもっと上手くしたい」という気持ちをもてるよう、ICTを使った「見える化」を行っていく。投げる・打つなどのフォームの定着を図るために、iPadを使い、自分の動作をしっかりと確認していく。また、ゲーム中のチームの動きについては、校舎3階にビデオカメラを設置し、撮影していく。個人の課題やチームの課題を「見える化」することで、「ここをもっとこうしよう」「こうなったら上手くいく」など、課題意識をしっかりと持った学習を展開して行ってほしいと考える。また、それぞれの課題を解決していきけるよう、単元の「なか」の段階での子供の見取りをしっかりと行っていきたいと思う。

〔平成29年度児童生徒の体力・運動能力調査結果から見た児童の実態〕

【グラフ1：判定別割合（男女別）】



【図1：Tスコアによる全国比較図（男女別）】



3 単元の目標

- (技 能) 簡易化されたゲームで、ボールを打ち返す攻撃や隊形をとった守備によって、攻防することができるようにする。
- (態 度) 運動に進んで取り組み、ルールを守り助け合って運動したり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。
- (思考・判断) ルールを工夫したり、自分のチームの特徴に応じた作戦を立てたりすることができるようにする。

4 単元の評価規準（第5学年・第6学年）

| | 運動への 関心・意欲・態度 | 運動についての 思考・判断 | 運動の技能 |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 単 元 の 評 価 規 準 | <ul style="list-style-type: none"> ● 集団対集団で競い合う楽しさや喜びに触れることができるよう、ボール運動に進んで取り組みようとしている。 ● ルールやマナーを守り、友達と助け合って練習やゲームをしようとしている。 ● 用具の準備や片付けで、分担された役割を果たそうとしている。 ● 運動をする場を整理したり、用具の安全を保持したりすることに気を配ろうとしている。 | <ul style="list-style-type: none"> ● ベースボール型のゲームの行い方を知るとともに、簡易化されたゲームを行うためのルールを選んでいる。 ● チームの特徴に応じた攻め方を知るとともに、自分のチームの特徴に合った作戦を立てている。 | <ul style="list-style-type: none"> ● 簡易化されたゲームでボールを打ち返す攻撃や隊形をとった守備をするための動きができる。 |

| | | | |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 学習活動に即した評価規準 | ①ベースボール型のゲームに興味を持ち進んで取り組もうとしている。 ②ルールやマナーを守り、友だちと助け合って練習やゲームをしようとしている。 ③運動を行う場の危険物を取り除いたり、用具の安全を保持したりすることに気を配ろうとしている。 | ①ベースボール型(ティーボール)のゲームの行い方を知っている。 ②みんながゲームに楽しさや喜びに触れることができるよう、プレー上の制限、得点の仕方などのルールを選んでいる。 ③チームの特徴に応じた攻め方を知り、自分のチームの特徴に応じた作戦を立てている。 | ①捕球する相手(ネット)に向かってオーバーハンドで投げることができる。 ②止まったボールや易しく投げられたボールをバットでフェアグラウンド内に打つことができる。 ③打球方向に移動し、捕球することができる。 ④塁間を打球の状況に応じてかけぬけたり走塁したりすることができる。 |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

5 指導と評価の計画・・・【別紙参照】

6 本時について

(1) 目標

(技 能) 打球方向に移動し、捕球することができるようにする。塁間を打球の状況に応じてかけぬけたり走塁したりすることができるようにする。

(態 度) 友達と助け合って練習やゲームができるようにする。

(思考・判断) チームの特徴に応じた攻め方を知り、自分のチームの特徴に応じた作戦を立てることができるようにする。

(2) 展開 (本時：6 / 8時)

| | 学習内容・活動 | ○教師の指導・支援及び評価 (☆) |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 導 入 | 1 運動の場や用具の準備をする。 2 本時のめあてを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;">チームの作戦を生かしながら、ベースをうばおう</div> | ○友達と協力して準備できているかを見て、場や用具の安全を確認する。 ○前時までの学習とのつながりを確認しながら本時のめあてを確認する。 |
| | 3 チームの時間 ・話し合いをし、攻め方や守り方を工夫して練習する。 ・ティーバッティング | ○チームごとの課題にあった練習が行えているか確認・助言する。 ○必要に応じて(チームの動き・個人の動き) iPad を使い、よりよい動きができるよう助言 |

| | | |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 展 開 | <ul style="list-style-type: none"> ・ノック ・ベースランニング <p style="text-align: right;">Etc.</p> | <p>する。</p> |
| | 4 ゲームを行う | <p>☆チームの特徴に応じた攻め方を知り、自分のチームの特徴に応じた作戦を立てている。(思)</p> <p>【観察・学習カード】</p> <p>○作戦ボードを使って、動きをイメージできるようにする。</p> <p>○どのような動きをすればよいかを確認しながら活動するように助言する。</p> |
| ま と め | <p>5 振り返りをする (チーム→全体)</p> <p>6 後片付けをする</p> | <p>○作戦が成功したときの動きと、上手いかなかった時の動きを比べて考えさせる。</p> <p>○ゲームを振り返っての感想を述べさせて、次のめあてをもてるようにする。</p> |

7 学習資料・・・【別紙参照】

8 考察（成果と課題）

| | |
|-----|------------------------------------------------------------------------|
| テーマ | <p>「すべての子がいきいきと活動し、集団の中で認め合い高め合う体育学習」 ～仲間とともに わかる できる 楽しさや喜びを～</p> |
|-----|------------------------------------------------------------------------|

(1) 児童の実態を踏まえた単元計画（学習過程）の作成について

本単元「ティーボール」では、「打者とボールのどちらが早くベースをとれるか」という面白さを存分に味わえる授業を目指した。

単元の前半は「ボールより早く塁に着こう」とし、ランナー（残塁）なしの状態、ボールより早く塁に着くために、どのようなボールの飛ばし方が有効なのかについて考えていった。「打つ」ということについて焦点化した学習のめあてを



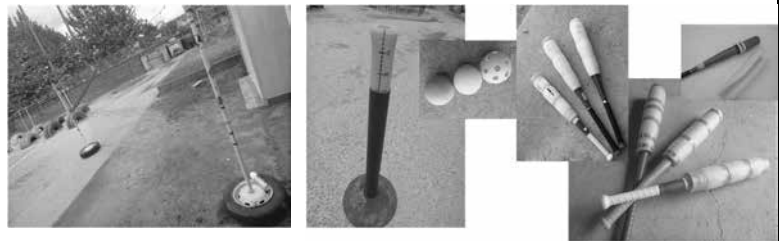
を設定したことで、子供たちの活動を明確となり、子供たちが主体的にそれぞれの課題を設定して活動を行うことができた。後半は「チームで協力してより遠くの塁に着こう」とし、ランナー（残塁）がいる状態で、塁上にいる仲間をどのようにして進塁させてい

くかということを考えていった。今回の授業では、1塁・2塁・本塁の3つのベースでの活動としたため、仲間を塁から塁へ進めていくという意識はこちらが期待していたよりも高まらなかったように感じた。次年度の課題として、塁を増やし、タッチアウトを採用するなど、ルール上の制限を工夫していくことで、よりチームでの作戦がはっきりとしていくと考えられた。また、単元前半では、打つ（攻撃）ということに焦点をあてた活動を行ったが、守備にも焦点をあてた単元を工夫することも検討していく必要がある。

(2) 児童が、主体的に学習に取り組めるような授業づくりや学習形態の工夫点について

(用具の工夫)

守備の簡易化→縦2m・横4mのネットを設置して、ネットにボールが当たれば出塁・進塁を阻止することができる。



バット→プラスチック製のバット

トの中にゴムの板を巻き、バットの芯にあたる部分をつくった。(ゴム板の重さを利用して3種類製作)

ティー→駐車場で使われる支柱とウレタン性の棒を使って簡単に高さを変えられるように自作した。

ボール→70g・50g・穴あきの3つを用意しそれぞれが選択した。

(場の工夫)

守備の簡易化を考えて、3ベースでのゲームとした。3つのコートを放射状に展開することで、それぞれのゲームを指導しやすい形をつくった。

(ルールの工夫)

単元の前半は、残塁なしのかたちをとり、後半では残塁ありのかたちをとった。ネットにボールが当たれば、出塁・進塁を阻止できるようにし、タッチアウトはなしとした。

・ネットを使用することで、クラスの全員がアウトをとろうという気持ちをもつことができた。また、ボールとバットを選択制にしたことで、得意な子供はより難度を高く（バットを軽く・ボールを軽く）し、苦手な子供は難度を低く（バットを重く・ボールを重く）設定することが可能となり、誰もが楽しめるティーボールを行うことができた。ルールについては、残塁なしのルールからスタートすることで、単元後半の残塁ありのルールにもスムーズに移行することができた。課題としては塁上での捕球によるアウトを採用しなかったため、捕球や送球についての技能向上という面で来年度の取組を考えていくことが肝要である。ただし、ボールを投げる・捕るという技能は、ボール運動領域の授業の中だけでは、なかなか身に付けることが難しいため、体づくり運動の用具操作や学校生活の休憩時間、放課後の遊びの中でも取り上げていく必要がある。

(3) 指導と評価の一体化に向けた取組等について

クラスの女子たちが楽しんでティーボールを行うことを目指して、ルールや場、用具を工夫し、教師側のPDCAサイクルを意識しながら授業を行った。単元が進んでいく中で、子供たちの活動を見取りながら課題の軌道修正などを行うことで、単元の初めから終わりまで、子供たちは楽しんでティーボールに取り組むことができた。ボールを捕る、投げる能力の向上についてはまだまだ課題があるが、ICT 機器を上手く活用し、子供たちの課題をより明確化し、教師の適切な支援を行うことで、解決していくことができるのではないだろうか。



(4) その他

子供同士のかかわり合いがより効果的に行われるために、学級の雰囲気づくりと同様に、場の工夫も必要であると考え、本授業では、コンテナ机を製作した。子供たちは車座となった中心に机を置き、資料を見ながら、話すという場を意識することができた。



7 学習資料

| (ルールとゲームの進め方) | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| ボールより早く塁につこう(1～4時間目) | チームで協力してより遠くの塁に着こう!(5～8時間目) |
| <ul style="list-style-type: none"> ・1チーム 5人(1チームのみ4名 6チーム) <li style="padding-left: 20px;">試合(攻:5人 守:4人) ・1試合2イニング 打者が一巡したら攻守交代(5人打つ) ○残塁なし | <ul style="list-style-type: none"> ・1試合3イニング ○残塁あり |
| <ul style="list-style-type: none"> ○攻撃(打者)は、ボールを打ち、進塁する。ボールが到達するよりも早く塁を奪う事ができれば得点 1塁=1点 2塁=2点 ホーム=3点 が得点となる。 フライアウトは0点 ○ファールは何度でもやり直して良い。 | <ul style="list-style-type: none"> →○ファールは3回でアウト |
| <ul style="list-style-type: none"> ○エンドラインを超えた場合(ノーバン、ゴロ問わず)はツーベース。ボールに触れてからツーベースラインを出た場合は続行。 | <ul style="list-style-type: none"> →変更なし |
| <ul style="list-style-type: none"> ○守備は、 1・2塁・・・ネットにボールを当てる ホーム・・・守備チームがベースを踏みながらボールに触れる(ホームキヤッチ)することでプレー完結となり、進塁・出塁を阻止することができる。 | <ul style="list-style-type: none"> →変更なし |
| <ul style="list-style-type: none"> (進塁・出塁に関して) ☆進塁・出塁を阻止し、塁を奪われないうためには、走者が奪おうとしている塁のネット、もしくはそれより先の塁のネットにボールをあてることが大切となる。 | |
| <ul style="list-style-type: none"> ○進塁線を超えずネットにボールが当たった場合→次の塁へは進めない。 ○進塁線を超えてのボールデッドの場合 <ul style="list-style-type: none"> ・1塁に向かっている時に、2塁・ホームでボールデッド→1塁でストップ(1点) ・2塁に向かっている時に、1塁・ホームでボールデッド→2塁でストップ(2点) ・ホームに向かっている時に、2塁・1塁でボールデッド→ホームに入る(3点) ○スライディングなし。 ○ダブルプレーなし | <ul style="list-style-type: none"> →変更なし |

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------|-------|------------------|
| 研究テーマ 互いに認め合い、運動の楽しさと できる喜びを実感できる体育 ～かかわり合い、高め合う大野っ子の育成～ | 学 校 名 | 海南省立大野小学校 |
| | 住 所 | 海南省山91-1 |
| | 電話番号 | 073-482-3524 |
| | 研究主任 | 井筒 寿美 |
| | 対象集団 | 3年B組 男子10名・女子13名 |

I 集団の特徴と課題 *Plan*

1 集団の特徴

中学年からしく活発で元気溢れる子供たちである。体を動かすのが好きな子供がほとんどで、体育の授業も意欲的に取り組んでいる。アンケートでは、「体育の時はいつもはりきる。」や「だんだん上手になっていくのが楽しみ。」などの回答が多く、これまでの取組から運動に対する意欲の高まりがうかがえる。新体力テストの結果は、7割がA・B判定でおおむね全国平均を上回った。

2 集団の課題

新体力テストの結果は、男女ともに握力やボール投げといった投運動に関する種目で、女子では、50m走で、それぞれ全国平均並びに県平均を下回る結果であった。他の種目は好成績であったが、実際の体育の授業では、その運動能力の高さを十分に生かしているとは言い難く、自分の運動課題を考え、動きを工夫しながら広げていくことが課題となる。

II 取組の内容 *Do*

取組の内容

中学年「体づくり運動」の領域で、低学年からの基本的な動きの質を高め、基本的な動きを組み合わせることで少し難しい動きに挑戦したり、意欲を引き出したりして動きの広がりを身に付けさせていくことをねらいに取り組んだ。単元を前半・後半に分け、前半は「忍者になるために」として基本的な動きを身に付ける学習に取り組んだ。後半は「上忍（すばやくなめらかな動きを身に付けている忍者）を目指して」という場面設定をし、基本的な動きを組み合わせる運動に重点をおいて学習を進めた。運動量を確保しながら、仲間と楽しくかかわり合う中で自分たちで課題解決できるような授業展開を試みた。

◆工夫した点

- ・「忍者隊」という固定した小集団による課題解決型の学習を取り入れた。
- ・単元前半は、互いの動きに着目し認め合う言葉がけ、後半は、動き方のポイントを伝える言語活動とスモールステップで目標を決めた。

- ・小集団で工夫した動きを「新忍術」として取り上げながら上忍を目指した動きづくりを行った。
- ・運動の場は、「高さのある場」「正確なボディコントロールが必要な場」「動きの敏捷性を高める場」「投げる場」など様々な場を設定し、動く意欲を高めさせた。
- ・授業の流れの中に、ペアで動きを見合いながらサーキット形式で運動する「修行タイム」とはやくなめらかな動きの上忍を目指して運動する「忍術タイム」を設定して取り組んだ。
- ・観察や学習カードで評価を行った。その時間、めあて実現に向けがんばれた子供を挙げる「めあてきりり」という項目を追加した。

III 取組の成果 *CHECK*

一つ一つ課題がある「多様な場」を設定することで、多様な動きを身に付けさせることができた。「忍者」というキャラクターを設定することで運動の楽しさを持続させることができた。更に、授業者が「素早く・静かに・なめらかに」といった明確なねらいを持っていたことで、しっかりとイメージを持って「忍者」になりきれていた。

「かかわり合い」を意識した指導により、友達にも目を向けるようになり、みんなで協力する楽しさも分かってきた。友達が考えた新技を取り入れる活動で、子供たちが声をかけ合い意欲的に取り組めた。授業後の実態調査では、課題になっていたボール投げは全体で2m伸び、握力は1.4kg伸びた。女子の50m走も0.3秒縮まり、成果が見られた。

IV 今後の課題 *Action*

子供とともに課題をつくり、話し合い、評価する、問題解決型の学習をさらに充実させなくてはならない。声をかける場面は多いが、その質を高め、技能の向上につなげたい。「体づくり運動」では、複数の場での活動が多く、指導者は個々の動きを見ることが難しかった。子供同士も自分の活動で精一杯になってしまうので、互いに見合う場面をどう取り入れるか課題が残った。また、巧みな動きを身に付けさせるために、低・中学年で動きの感覚をつかませることが大切で、より計画的・系統的に学習内容を考えていかなくてはならない。

忍者になりきって体をほぐそう



掲示物で新忍術を確認



みんなで、本時のめあてを確認



くないの里で投げる運動



音がくれの里でバランス感覚を



空がくれの里で高い所から飛び降り



風がくれの里で、跳び越える・はう感覚を



みんなで、本時の振り返り



体育科学習指導案

日時：平成29年11月10日（金）9：45～10：30
場所：海南市立大野小学校 体育館
学級：3年B組 23人（男子10名 女子13名）
授業者：教諭 辻 直敬

1 単元名 体づくり運動 「多様な動きをつくる運動」 ～上忍を目指して～

2 指導にあたって

（1）学習過程、学習形態の工夫

本学級の児童（以下：子供とする）は、中学年らしく活発で元気溢れる子供たちである。運動する子供と運動しない子供の二極化が課題とされる中、休憩時間には外に出てサッカーや鬼ごっこをしている子供が多い。体育に関するアンケートでは、「体育のとき、いつもはりきります」や「体育の時間、だんだん上手になっていくのがとても楽しみです」などの項目に対する、「はい」の回答人数が多いことから、運動に対する意欲の高まりがうかがえる。こうした子供に対しては、今後、基礎的な体力向上を図りつつ、自分の運動課題を考え、動きを工夫しながら広げていくことが課題となる。新体力テストにおいては、男子の70%、女子の69.3%が、A判定・B判定となり、おおむね全国平均を上回る好成績となった。しかし、実際の体育の授業や遊びの中では、その運動能力の高さを十分に生かしきれていないと言いき難い。また、男女ともに握力やボール投げといった投運動に関連する種目で、女子では50m走で、それぞれ全国平均並びに県平均を下回る結果であった。

今回扱う体づくり運動の領域は、体を動かす楽しさや心地よさを仲間と一緒に味わうとともに、楽しく運動をしながら体力向上につなげることのできる運動領域である。中学年では、「体ほぐしの運動」と「多様な動きをつくる運動」で構成されている。「体ほぐしの運動」には、「体への気付き」「体の調整」「仲間との交流」の3つがあり、これらに関連させながら体を動かすことへのスイッチ・オンがねらいとされている。「多様な動きをつくる運動」は、（ア）体のバランスをとる運動（イ）体を移動する運動（ウ）用具を操作する運動（エ）力試しの運動（オ）基本的な動きを組み合わせる運動で構成されており、低学年からの基本的な動きの質を高め（洗練化）、基本的な動きを組み合わせることで少し難しい動きに挑戦したり、子供から「やってみよう」という意欲を引き出したりして動きの広がりや身に付けていくことがねらいとされている。このような領域においては、全体的な運動量を確保しながら、仲間と楽しくかかわり合う中で、自分たちで課題解決できるようになる授業づくりを試みたい。

本単元は、前半の学習で、（ア）から（エ）までの基本的な動きを身に付ける学習をし、後半の学習では基本的な動きを組み合わせる運動に重点をおいて学習を進める。また、子供の意欲の持続と楽しさの追求を保障するために、前半は「忍者になるために」、後半は「上忍を目指して」という場面（上忍とは、すばやくなめらかな動きを身に付けている忍者とする）を設定する。これにより、子供たちは、「やらされる動きづくり」ではなく、忍者になりきって遊ぶ中で基本的な動きを組み合わせ、より洗練された動きを目指していきやす

いと考える。また、この単元においては、小集団による課題解決的な学習を取り入れることにした。かかわり合いを高め合う子供たちの姿が見られることを期待して、忍者隊というペアまたはグループで取り組む。

（２）協働的な学び（学習）を効果的に取り入れた指導

本単元では、仲間と楽しくかかわり合う態度を育てるために、固定したグループで学習する。そうすることで、仲間の調子や状態などが把握しやすくなり、情意的な声かけや動き方のポイントが伝えやすくなり、仲間の伸びや変化も継続して見合うことができると考える。しかし、３年生の子供には、運動する中で仲間の変化を見ながら声をかけ、動き方のポイントを分かりやすく伝え合うことは難しい。そのため、単元の前半では、子供が互いの動きに着目し認め合う言葉をかけること、後半では、固定した忍者隊で、動き方のポイントを伝える言語活動ができることと、スモールステップで目標を決める。さらに、後半においては、小集団で工夫した動きを「新忍術」として取り上げながら上忍を目指した動きづくりを行う。こうすることで、子供が意欲的に考えた新しい忍術を、学級全体で磨きやすくなる。

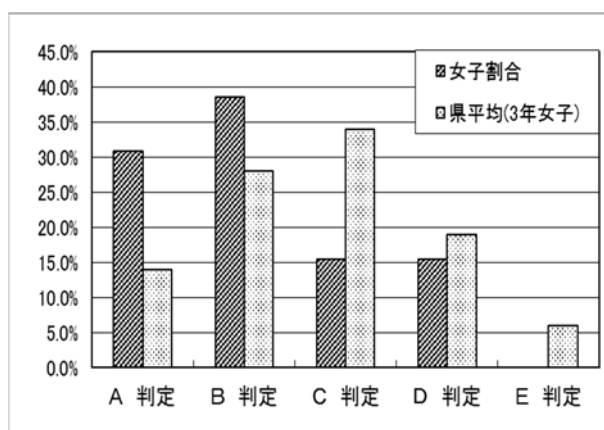
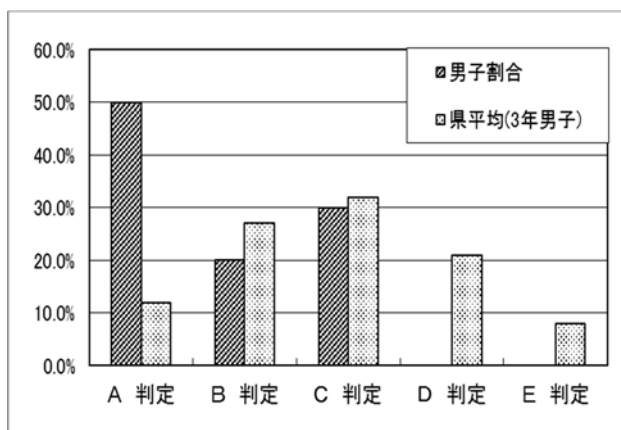
運動の場は、前半の学習を考慮しながら、高さのある場、正確なボディーコントロールが必要な場、動きの敏捷性を高める場、投げる場など様々な場を設定し、動く意欲を高める。さらに、学習の段階に応じて、子供同士の関わりを意図して場の難易度を上げたり、ルールを設けたりする。また、授業の流れの中に「修行タイム」と「忍術タイム」を設定する。修行タイムは、ペアでお互いの動きを見ながらサーキット形式で運動する。忍術タイムは、「上忍」を目指して、はやくなめらかな動きができるように忍者隊で活動する時間とする。また、ここで指導者は、上忍を目指した言葉がけを積極的に行っていく。そして、動きのポイントを伝え合っている忍者隊を全体に紹介し、子供が目指す忍者隊のイメージを明らかにしていくことでめあての明確化を図りたい。

（３）指導と評価の在り方について

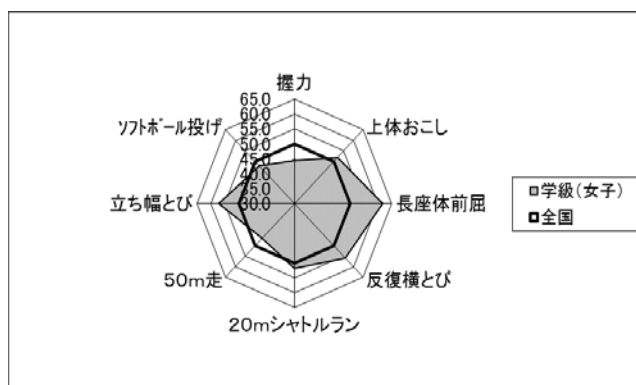
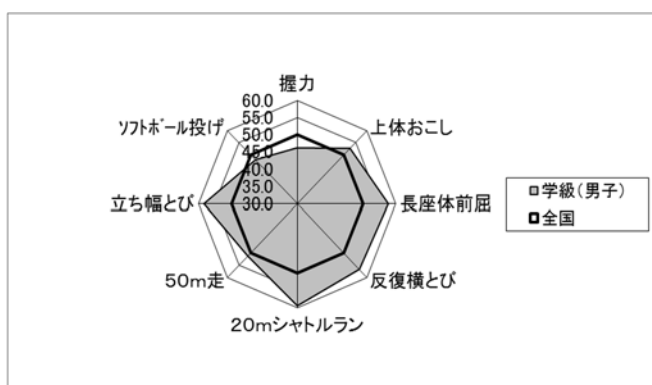
子供が主体的・意欲的に運動に取り組めるように、教師と子供との対話を通して、子供の言葉を用いながら学習課題（めあて）を設定する。そのうえで、評価のための評価にならないように、毎時間、学習課題を意識できる声かけをしながら、個々の動きに応じた指導を心がける。さらに、授業毎の評価として観察や学習カードなどを活用する。体育学習カードでは、自己評価の項目に加え、仲間のよい動きに着目させる手立てとして、「めあてきりり」という項目を追加する。「めあてきりり」とは、その時間のめあて実現に向けて特に工夫して運動していた仲間を挙げることとする。この項目を追加することで、自己評価に加え、他者評価を行うことができ、互いを認め合う評価活動ができると考えた。基本的な動きを組み合わせた運動では、動きを広げていくこと（新忍術づくり）に重点を置きつつ、結果的に体力を高めるための動きも意識させる。そのために、子供の動きの変化や高まりを見逃さず、瞬時に「ほめる・認める」「修正する」を意識しながらバランスよく声をかけたい。

[平成29年度児童生徒の体力・運動能力調査結果から見た児童の実態]

[グラフ1] 判定別割合 (男女別)



[図1] 【Tスコアによる全国比較図 (男女別)】



3 単元 の 目 標

(運動)

多様な動きをつくる運動では、体のバランスや移動、用具の操作などとともに、それらを組み合わせることができるようにする。

(態度)

運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。

(思考・判断)

体づくりのための運動の行い方を工夫できるようにする。

4 単元の評価規準

| | 運動への関心・意欲・態度 | 運動についての思考・判断 | 運動の技能 |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 単元の評価規準 | <ul style="list-style-type: none"> ●体づくり運動に進んで取り組もうとしている。 ●用具の使い方や運動の行い方のきまりを守ろうとしている。 ●友達と協力して、用具の準備や片付けをしようとしている。 ●運動する場や用具の使い方などの安全を確かめようとしている。 ●友達と励まし合って運動しようとしている。 | <ul style="list-style-type: none"> ●体ほぐしの運動の行い方を知るとともに、友達と一緒に運動をしたり用具を使って運動をしたりするなど、運動の行い方を選んでいる。 ●多様な動きをつくる運動の行い方を知るとともに、友達のよい動きを見付け自分の運動に取り入れたり、動きの組み合わせ方を選んだりしている。 (運動の組み合わせ方を考え工夫している。第4学年) | <ul style="list-style-type: none"> ●多様な動きをつくる運動では、体のバランスや移動、用具の操作、力試しの動きとともに、それらを組み合わせた動きができる。 (これまでに学習した動きが安定してできる。第4学年) |
| 学習活動に即した評価規準 | <p>体づくり運動に進んで取り組もうとしている。</p> <p>用具の使い方や運動の行い方のきまりを守ろうとしている。</p> <p>友達と協力して、用具の準備や片付けをしようとしている。</p> <p>運動する場や用具の使い方などの安全を確かめようとしている。</p> <p>友達とかかわり合って運動しようとしている。</p> | <p>体ほぐしの運動の行い方によって、心が弾んだり気持ちが変わったりすることに気付いている。</p> <p>(⑥体ほぐしの運動で、楽しく運動できる行い方を選んでいる。第4学年)</p> <p>多様な動きをつくる運動の動き方のポイントや動きのこつを知っている。</p> <p>多様な動きをつくる運動で友達のよい動き方を見付けている。</p> <p>多様な動きをつくる運動で動き方を考え自分の動きに取り入れている。</p> <p>多様な動きをつくる運動で基本的な動きの組み合わせを選んでいる。</p> <p>(⑦多様な動きをつくる運動の基本的な動きの組み合わせ方を見付けている。第4学年)</p> | <p>姿勢や方向を変えて、体のバランスをとる動きが安定してできる。</p> <p>姿勢や方向を変えて、体を移動する動きがなめらかにできる。</p> <p>フラフープやボールなどを操作し、用具に合わせた動きが調子よくできる。</p> <p>腕の引き方や押し方、重心のかけ方などを変えて力試しの動きができる。</p> <p>基本的な動きを組み合わせた動きができる。</p> <p>(⑧組み合わせた動きが安定してできる。第4学年)</p> |

5 指導と評価の計画…別紙参照

6 本時について





(1) 目標

(運動) 前時までの修行で身に付けた動きを組み合わせた運動ができるようにする。

(態度) 進んで友達とかかわり合いながら、修行できるようにする。

(思考・判断) 多様な動きをつくる運動で基本的な動きの組み合わせを選ぶことができるようにする。

(2) 展開 (本時：6 / 9 時)

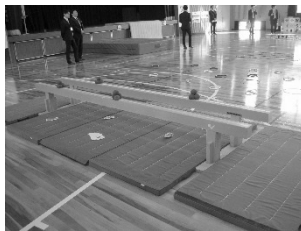
| | 学習内容・活動 | ○教師の指導・支援及び評価 (☆) |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 導入 (10分) | 1 場の準備をする。 2 体ほぐしの運動の趣旨を生かした準備運動をする。 ○忍者体操 ・手裏剣投げの術 ・よけるかわすの術 など | ○仲間と協力して、場の準備をすることができるように支援する。 ○忍者になる雰囲気づくりをする。 ○仲間と交流しながら、体の調子に気付けさせる。 |
| 展開 (30分) | 3 学習課題を確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px auto; width: fit-content;">『忍者の動きを手に入れよう!』の巻～②～</div> 4 基本的な動きを組み合わせた運動をする。(修行タイム) ○空隠れの里 ・舞台上に登り、とび降りる場 ○音隠れの里 ・ラダーやケンステップ、平均台などの上でバランスを取りながら移動する場 ○風隠れの里 ・障害物をとびこえたり、這ったりしながら移動する場 ○くないの里 ・くないに見立てた新聞紙のボールなどを、的に向かって投げる場 5 それぞれの場で上忍を目指して、運動する。(忍術タイム) <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div> 6 4つの場を修行する。 ・(新) 忍術を確かめる。 | ○他の忍者たちが考えた忍術を掲示することで、めあてづくりの情報とする。 ○本時の場を確認させながら、それぞれの里の特徴を意識させる声かけをする。 ○ペアの動きに着目させる声かけをする。 <div style="text-align: center;">  </div> ○忍者隊同士でめあてを意識した声かけをしている子供を賞賛する。 ○スムーズに学習活動に取り組めていない忍者隊には動き方などの声かけをする。 ○忍術タイムでの活動を再確認させる。 ○お互いの動きをよく見て、動き方についての言葉かけができるようにする。 ○上忍を意識しながら運動している子供を賞賛する。 ☆多様な動きをつくる運動で基本的な動きの組み合わせを選んでいる。 <div style="text-align: right;">【思考・判断⑤】</div> |
| | まとめ (5分) | 7 振り返りをする。 <div style="text-align: center;">  </div> 8 片付けをする。 |

| | |
|-----|------------------------------------------------------|
| テーマ | 互いに認め合い、運動の楽しさとできる喜びを実感できる体育 ～かかわり合い、高め合う大野っ子の育成～ |
|-----|------------------------------------------------------|

(1) 児童の実態を踏まえた単元計画（学習過程）の作成について

本学級の児童（以下：子供とする）は、中学年らしく活発で元気溢れる子供たちで運動に対する意欲が高い。しかし、握力・ソフトボール投げという投運動に関連する種目で、さらに女子では、50m走で、それぞれ全国平均並びに県平均を下回る結果であった。そうした子供の実態を考慮して、多様な場においては、課題を克服できる運動並びにかかわり合って楽しめる運動を取り入れることを考えた。

- ・単元のサブタイトルを前半「忍者を目指して」、後半「上忍を目指して」とすることで、子供が忍者になりきり、運動に対して意欲を高めることができた。
- ・一つ一つ課題がある「多様な場」を設定することで、自分の運動課題を考え、工夫した動きを身に付けさせることができた。
- ・1時間の授業の中で、多様な場を準備して片付けることが難しかった。
- ・運動を広げるための思考をするが、子供に身に付けさせたい力を明確にしていくことが難しい。



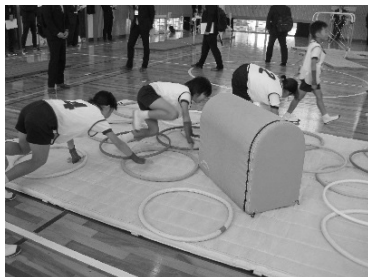
(2) 児童が、主体的に学習に取り組めるような授業づくりや学習形態の工夫点について

- ・固定したグループ（忍者隊）で学習することで、仲間の調子や状態などが把握しやすくなり、情意面に働きかける声かけや動き方のポイントが伝えやすくなった。また、継続して友達の動きを見合うことができ、仲間の伸びや動きの変化に気付くことができた。
- ・目指す忍者像を、「すばやく、静かに、なめらかに動く」という共通のねらいを持つことで各時間の子供が持つめあてを明確にすることができた。
- ・動きの高まりを実感させるために、「静かに」という動きは、鈴など音が出る物を使って客観的に捉えさせることができた。「なめらかに」という動きは、できているかどうかを子供が判断することが難しいので、教師の言葉がけや映像を使って動きの変容を捉えさせることが効果的だった。
- ・小集団で工夫した動きを新忍術として、写真とともに掲示したことで、子供が意欲的に新しい動きを考え、子供同士から学級全体で共有しやすくなった。
- ・「かかわり合い」を意識した指導をすることによって、友達にも目を向けるようになり、みんなで協力する楽しさを感じさせることができた。
- ・前半で身に付けた動きを考慮しながら、「高さのある場」、「正確なボディーコントロール

ルが必要な場」、「動きの敏捷性を高める場」、「投げる場」など様々な場を設定することで、今後、高学年で取扱う各運動領域に生かすことができる力を身に付けることができた。

・「修行タイム」や「忍術タイム」などサーキット形式で授業を進めたので、運動量を確保しながらお互いの動きを見合うことができた。

・子供が「関わり」を意識するように、一人ではできない運動・友達と協力して乗り越えることができる課題を設定すべきであった。



(3) 指導と評価の一体化に向けた取組等について

・自己評価の項目に加え仲間との関わりを意識させるために、「めあてきりり」という項目を追加したので、友達のよい動きに目を向けるきっかけづくりになった。

・授業の中で、めあてを意識した声かけや動きを瞬時に「ほめる・認める」「修正する」という指導を行うことでめあての共通化を図ることができた。

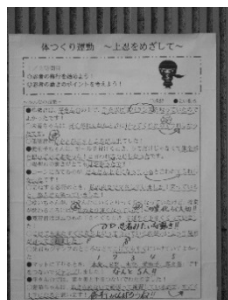
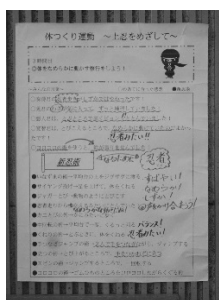
・学習カードの自由記述欄に書いた言葉を全体で共有することで、言語活動の充実を行うことができた。一方で、中学年という発達の段階を考慮すると、運動しながら言語活動をするには課題を感じた。

・子供とともに課題をつくり、話し合い、評価する、問題解決型の学習を充実させていかななくてはならない。

・友達同士で声をかけ合う場面が増えてきた。しかし、その質を高め、技能向上に直結するものに高めていかなければならない。

・体づくり運動では、多様な場での活動が多いため、指導者は個々の動きを見取っていくことに課題を感じた。

・子供同士は自分の活動に精一杯になってしまうので、お互いに見合う場をどう取り入れるか課題が残った。

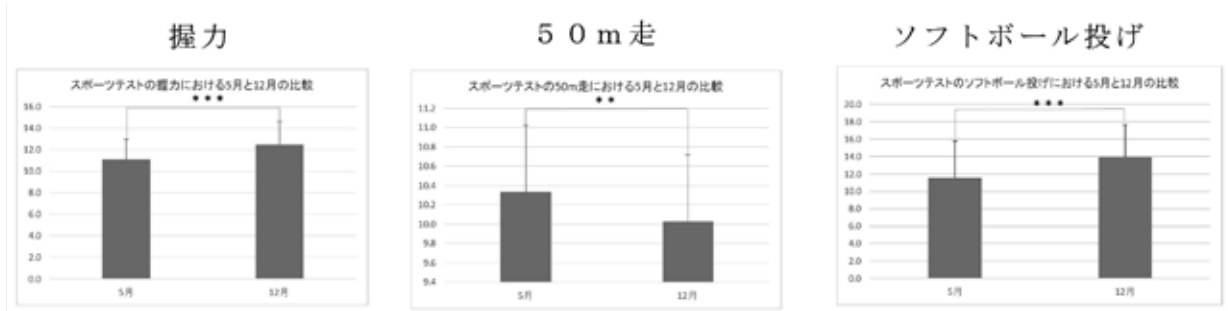


(4) その他

【授業前後の体力・運動能力調査の結果】 (学級平均)

| 握力 (kg) | | 上体起こし (回) | | 長座体前屈 (cm) | | 反復横とび (回) | |
|------------|-------------|--------------|------|---------------|------|--------------|------|
| 5月 | 12月 | 5月 | 12月 | 5月 | 12月 | 5月 | 12月 |
| 11.1 | 12.5 | 17.4 | 18.2 | 38.0 | 38.4 | 40.0 | 40.8 |

| シャトルラン (回) | | 50m走 (秒) | | 立幅とび (cm) | | ソフトボール投げ (m) | |
|---------------|------|-------------|-------------|--------------|-------|-----------------|-------------|
| 5月 | 12月 | 5月 | 12月 | 5月 | 12月 | 5月 | 12月 |
| 41.8 | 48.8 | 10.3 | 10.0 | 144.8 | 147.4 | 11.6 | 14.0 |



・体力・運動能力調査の結果を見ると、身体の発育・発達のため記録が伸びたことも考えられるが、握力・50m・ソフトボール投げは、5月と比較すると有意に向上している。握力では、1.4kg、50m走では、-0.3秒、ソフトボール投げでは、2.4mという伸びだった。多様な場の中に簡単なボール操作を多く取り入れたことやラダー、ケンステップなど使った運動を取り入れたことが、上記の種目の記録向上につながったのではないかと考えられる。様々な運動を取り入れることのできる体づくり運動領域において、子供の課題に応じて、多様な場を考える必要性を改めて感じた。指導者が、苦手なところを意識して遊びの中に取り入れることで、結果として運動能力も上がっていくことを改めて感じた。

・他教科との関わりをもたせて学習することの大切さを改めて感じた。



5-1 指導と評価の計画

| 学習の段階 | 力試しの運動 | | 体を移動する運動 | | 体のバランスをとる運動 | | 用具を操作する運動 | | |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 0 | <p>体の準備をする</p> <p>1 場の準備をする</p> <p>2 体ほぐし運動を使った準備運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・伝承遊び(あんたがたどこさなど)をする。 ・音楽に合わせて心地よく体を動かしながら、友達の間や体の変化に気付く。 | | | | | | | | |
| 10 | <p>体の準備をする</p> <p>1 場の準備をする</p> <p>2 体ほぐし運動を使った準備運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・伝承遊び(あんたがたどこさなど)をする。 ・音楽に合わせて心地よく体を動かしながら、友達の間や体の変化に気付く。 | <p>3 学習課題を確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・前時までの動きの振り返りをしながら、本時のめあてを確認する。 | <p>◎2年生までに行っていたいろいろな動きをする。</p> <p>4 力試しの運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○人を押す運動をする。 ・手押し相撲 ・背押し、しり相撲 ・しやがみ相撲 <p>○人を引く運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・引き相撲 ①手をもつ ②杖をもつ ・ペアで相手の腕を引き合せてスタンドアップ! ※重心を低くして、相手のおしりが少し浮くように、引っ張る。 | <p>◎2年生までに行っていたいろいろな動きをする。</p> <p>4 体を移動する運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○這う、歩く、走る運動をする。 ・動物歩き ・イス、かに、カエル ・体じやんけん ・おしり歩き ※コースを変えながら行う。 <p>○跳ぶ、はねる運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・太鼓のリズムに合わせて跳ぶ(一回転、右、左、90度など) ・ジャンプルズ (ペアで腕を組んで、相手の場所に移動する。) | <p>◎2年生までに行っていたいろいろな動きをする。</p> <p>4 体を移動する運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○這う、歩く、走る運動をする。 ・動物歩き ・イス、かに、カエル ・体じやんけん ・おしり歩き ※コースを変えながら行う。 <p>○跳ぶ、はねる運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・太鼓のリズムに合わせて跳ぶ(一回転、右、左、90度など) ・ジャンプルズ (ペアで腕を組んで、相手の場所に移動する。) | <p>◎2年生までに行っていたいろいろな動きをする。</p> <p>4 体のバランスをとる運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○回るなどの運動をする。 ・片足を軸にして移動する。 ・くるりんキヤッチ(棒が倒れる前に回ってからキヤッチする。) <p>○寝転ぶ、起きるなどの運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループで寝転ぶ、転がる、起きる ・ゆりかごじやんけん(太鼓に合わせて!) <p>○バランスを崩す運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・けんけんバランス崩し ・けんけん動物鬼 <p>○渡るなどの運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平均台を渡る。 (けんけん、後ろ向き、動物歩き) | <p>4 用具を操作する運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ボールを遊ぶなどの運動をする。 ・はさんでびよびよん(両足などの挟んで遊ぶ) ・2人でよいしよ(お腹、頭、おしり) ※ボールの種類は、大きさや重さの異なるものを3種類使う。 <p>○ボールをつかむ、持つ、降ろすなどの運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・頭、腰のまわりを回す。 ・ボール手渡しリレー <p>○用具を投げる、捕る運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ねらってチェンジ ・2人でチェンジ <p>○縄跳びを遊ぶなどの運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・短縄をペアで遊ぶ。(両足、片足) ・チームでジャンプ | | |
| 20 | | | | | | | | | |
| 30 | | | | | | | | | |
| 40 | | | | | | | | | |
| 45 | <p>5 学習の振り返りをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・個人での振り返り(学習カードに記入する際、声かけや励ましのことについて書くようにさせる。) ・全体での共有 ・片付けをする。 <p>6 友達と協力しながら行う。</p> | | | | | | | | |
| 学習の段階 | | | | | | | | | |
| 時間数 | | | | | | | | | |
| 1時間 | | | | | | | | | |
| 学習の流れ | | | | | | | | | |
| 第三学年 | | | | | | | | | |
| 評価の観点 | ① | | | | | | | | ② |
| 運動への関心・意欲・態度 | | | | | | | | | |
| 運動についての思考・判断 | ① | | | ③ | | | | | |
| 運動の技能 | | | ④ | | ② | | ① | | ③ |

◎基本的な動きをリズムカルに、安定してできるように意識させる。
 ◎勝敗ではなく、運動能力を高めるための「正しい動き」を意識させる。



| 学習の段階 | | 基本的な動きを組み合わせる運動 | | | | | | | | |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--------|---|---|---|--|
| 時数 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 (本時) | 7 | 8 | 9 | |
| 0 | <p>1 場の準備をする。</p> <p>2 準備運動をする。</p> | <p>1 場の準備をする。</p> <p>2 体ほぐしの運動を使った準備運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 忍者体操 ・ 忍者走り など | | | | | | | | |
| 10 | <p>3 学習課題を確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 前時までの動きの振り返りをしながら、本時のめあてを確認する。 | <p>任務1 (大野忍者隊～修行の巻～) それぞれの修行の場で忍者の動きを身につけよう！ (基本の動き)</p> <p>4 基本的な動きを組み合わせる運動をする。(修行タイム)</p> <p>○ 4つの場で課題を設定しながら修行する。(ペアの忍者隊を活動の基本とする。)</p> <p>① ジャンプの修行</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 舞台上に登るための方法を、とび箱、ロイター板の2つの中から選んで登り、セーフティーマットの目印に向かって飛び降りる修行をする。 ② バランス強化の修行 ・ ラダー、ケンステップ、平均台などをバランスを取りながら移動していく修行をする。 ③ 俊敏の修行 ・ 障害物を飛び越えたり、用具を操作したりしながら移動する修行をする。 ④ 投げる修行 ・ 的に向かって、投げる修行をする。(流れ星ボールや大きさの違うボールを使う。) 5 忍術タイム ○ ペアで交代しながら、課題に取り組む。 6 動きを確認する。 ○ 修行の成果を確かめる。 ※ ペアの忍者隊をつくり、お互いの動きを見合うことができるようにする。 ※ ①～④での修行の場は、段階に応じて難易度を上げたり、すばやい動きを身につけるために運動にルールを設けたりする。 | <p>任務2 (大野忍者隊～結成の巻～) 4大里で上忍になるための忍術をみんなで磨こう！ (すばやく！なめらかな忍術！)</p> <p>4 基本的な動きを組み合わせた運動をする。(修行タイム)</p> <p>○ 4つの里で、修行する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 空隠れの里 ・ 舞台の上に、ロイター板または何も使わない条件から選択して登り、セーフティーマットの目印に向かって飛び降りる場で修行する。 ② 音隠れの里 ・ 敵に見つかからない動きでラダー、ケンステップ、飛び石、平均台などをバランスを取りながら移動するなどの場で修行をする。 ③ 風隠れの里 ・ 障害物を飛び越えたり、這ったりしながら進んでいく場で修行する。 ④ くれないの里 ・ 的に向かって恐たままを投げる場で修行する。(恐たままや大きさの違うボールを使う。また、的までの距離が遠くなくなったり、的当ての的が重くなくなったりする。) 5 忍術タイム ○ ペアで交代しながら、課題に取り組む。 6 動きを確認する。 ○ 修行の成果を確かめる。 ※ それぞれの里で修行しながら、新忍術 (新しい動き) を考えていく。 | <p>4 基本的な動きを組み合わせた運動をする。</p> <p>○ これまでに習得した忍術や、修行の場で身につけた動きを使って運動する。</p> <p>① 敵のアジトに恐び込み！ (音隠れの里の忍術)</p> <p>② アジトに侵入せよ！ (風隠れの里)</p> <p>③ 敵を倒せ！ (くれないの里)</p> <p>④ 敵のアジトから脱出せよ！ (空隠れの里)</p> <p>※ ペアや忍者隊で楽しく行うようにする。</p> | | | | | | |
| 20 | <p>○ やや活動的な運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 忍者体操 ① 手裏剣投げの術 ② よけるかわすの術 ③ 葉隠れの術 ④ 転がりの術 ⑤ 分身の術 ⑥ 忍者走りの術 ⑦ 螺旋手裏剣の術 ⑧ 隠れみの術 <p>※ 友達の体の調子に気づくようにする。</p> | | | | | | | | | |
| 30 | <p>一時間の学習の流れ</p> | | | | | | | | | |
| 40 | <p>5 学習の振り返りをする。</p> <p>6 片付けをする。</p> <p>7 友達と協力しながら行う。</p> | <p>7 学習の振り返りをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 個人での振り返り (友達のよい動きに着目させたり、友達にかけてもらってうれしかったりしたることについて書かせる。) ・ 全体で動きなどを共有する。 片付けをする。 ・ 友達と協力しながら行う。 | | | | | | | | |
| 45 | <p>8 友達と協力しながら行う。</p> | <p>8 友達と協力しながら行う。</p> | | | | | | | | |
| 評価の観点 | ⑤ | ③ | | | ④ | | | | | |
| 運動への関心・意欲・態度 | | | | | | | | ④ | | |
| 運動についての思考・判断 | | | | | | | | | ⑤ | |
| 運動の技能 | | | | | | | | | ⑤ | |

3B 体づくり運動 学習カード

～上忍を目指して～ 名前()

11月 日()

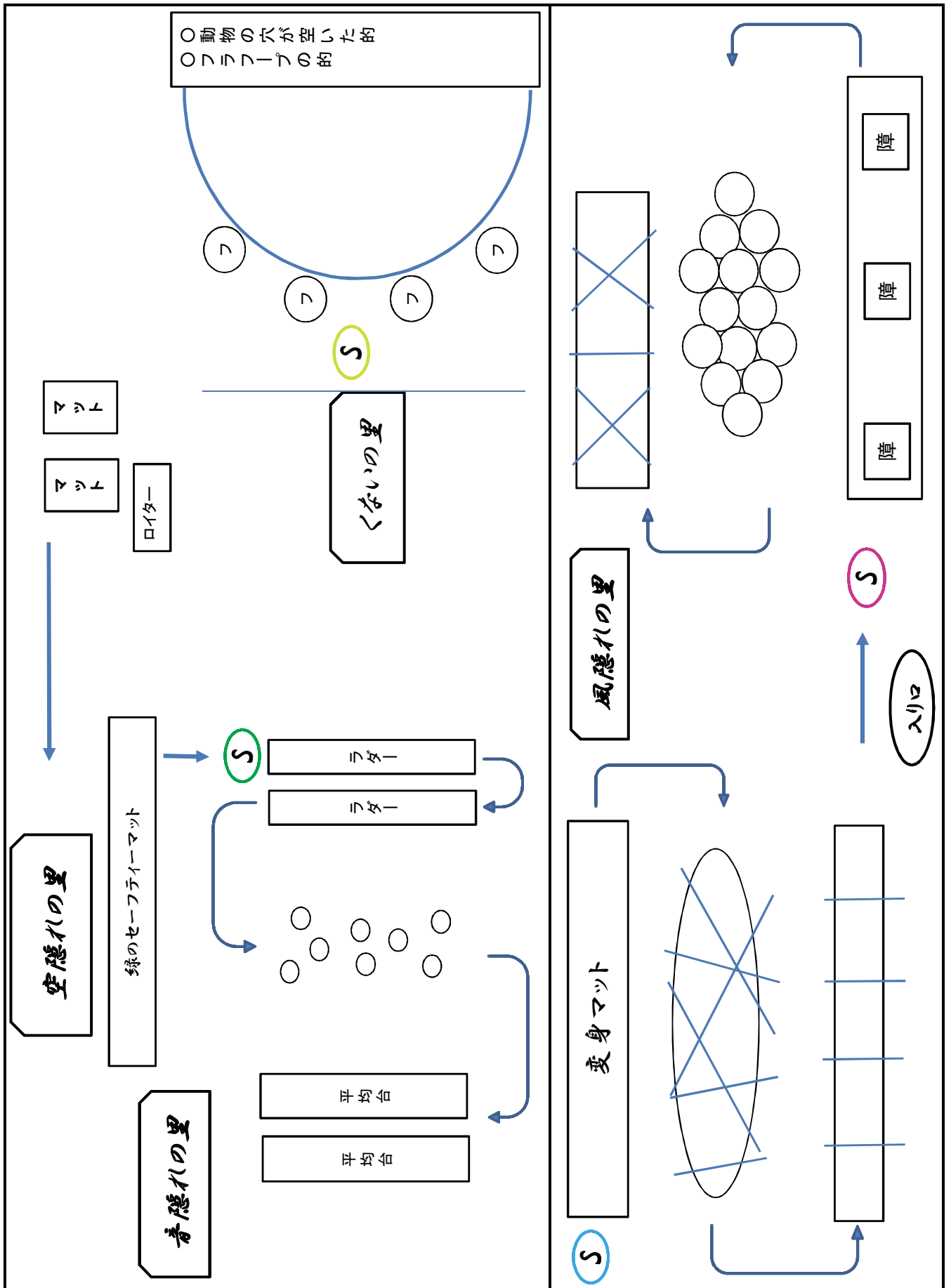


◎:よくできた
○:できた
△:もう少し

ふりかえり

| | | |
|----------------------------------------|---------------------------|-------|
| 1 | いろいろな運動を楽しく、すすんですることができた。 | ◎・○・△ |
| 2 | きまりを守り、友達ときょうがすることができた。 | ◎・○・△ |
| 3 | 安全に気をつけてうんどうすることができた。 | ◎・○・△ |
| 4 | 『忍者の動きを手に入れよう!』の巻～②～ | ◎・○・△ |
| 5 | 今日見つけた『めあてきらり』 | |
| X | | |
| | | |
| ◎今日の体育で楽しかったことや友達に言われてうれしかったことを書きましょう。 | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |





研究テーマ

「魅力ある体育の授業」

～子供が主体的に活動し、仲間と学び合うことで、
 体力向上につながる授業実践の研究～

| | |
|------|------------------|
| 学校名 | 紀の川市立田中小学校 |
| 住所 | 紀の川市打田1491 |
| 電話番号 | 0736-77-2004 |
| 研究主任 | 粉川 雅亘 |
| 対象集団 | 4年A組 男子12名・女子15名 |

I 集団の特徴と課題 *P_{lan}*

1 集団の特徴

本学級は、体を動かすことが好きな児童が多く運動をすることにに対して関心が高いといえる。しかし、朝のトレーニングや教科体育では消極的な態度で参加し、運動をすることに苦手意識がある児童が10%いる。また、児童の多くは、決まった運動に終始する傾向が強く、特別できる運動がある反面、不得意な運動があるというのが現状である。

2 集団の課題

体力・運動能力調査結果を見ると、男女とも、C～E判定までが全体の70%を締め、幅跳びに必要な50m走・立ち幅とびにおいても全国平均を下回っている。運動が好きな児童が多い割に、基礎体力が身に付いていないことや理にかなった身体の動かし方を理解できていないことが分かる。また、協働的な学びという点においては、自分の考えや意見を交流する場を各教科で設け、思っていることを発信する機会を取ってはいるものの、考えを言葉で相手に伝えたり、友達の意見に耳を傾けて受け入れたりすることが苦手の児童がまだまだ多く、課題が見られる。

2 場の設定の工夫

場の設定の工夫であるが、3・4年生の幅跳びのポイントである、「短い助走」「踏み切り」「両足での着地」といった3点を習得できる場を用意した。

今回は技能習得に重点を置いた授業にするため、場の設定や準備物等を踏まえて体育館で行うことにした。しかしながら、体育館で授業を行うにあたり、足や膝に負担がかかることが予想されたため、着地の指導や場の安全には細心の注意を払った。

3 ゲームの工夫

ゲームの工夫であるが、技能ポイントゲームや伸び幅ゲームを行い、友達と競い合ったり、クラス全体の伸び幅ポイントを決め、その記録に全員で達成できるようなゲームを設けたりしながら、楽しんで学習できるようにした。個人の技能・記録を伸ばすことのみを重視するのではなく、友達とともに互いの力を高め合うことができるように、話し合い、協力しながら練習・ゲームをさせた。そして、グループ全体の記録向上を意識させながら、跳び方の技術や記録を向上させ、楽しさや達成感、次への意欲を高めることができる内容になるように、ゲームのルール・構成についても考えた。

III 取組の成果 *CHECK*

本単元では、技能を習得できる様々な場を用意することで、児童が自然に運動の特性に触れながら、技能を向上させたり、自己記録の更新を目指したりすることができるようにした。まず初めに、オリエンテーションでは、動画から幅跳びに必要な運動の特性「助走」「踏み切り」「着地」に気付かせ、2、3、4時ではそれぞれの動作について「できている」ものと「できていない」ものを写真や動画を元に比較させ、正しい動作について話し合わせることで、技能ポイントを明確にしていった。違うところを強調させ、それが技能ポイントになることで児童は容易にポイントをつかんでいったように感じた。

そして、その技能を習得することができる場を「助走コース」「踏み切りコース」「着地コース」に分け、自分の課題に応じた場で練習できるようにした。これらのコースをつくる上で最も配慮し、工夫した点が、その場で練習すれば、「自然とその動きになっている」ことであった。運動が苦手な児童や見たり聞いたりしただけでは表現することが難しい児童にとって、いくら練習してもうまくいかないということがよくある。その場で跳べば、自然とその動きになる、という場をつくることによって運動に対して消極的な児童への手立てになると考え、場づくりには力を入れた。

今回の「技能習得と楽しさ」を同時に達成する場の設定は、準備物の多さや合理的であったか等の課題はあると感じたが、活動中の児童の様子や授業後の感想を見る限り、概ねよかったのではないかと感じる。

また、それらの用意された場に、プラス1のアイデアを入れたことで課題解決のためのすばらしい場ができあがっていることが多く見られた。踏み切りの障害物を児童の跳力によって変えたり、助走の最後の3歩の部分にケンステップを設置したりと、もっとよくなるためにどうすればよいかを児童自身が考え、行動できたことが児童の成長を感じられるところとなった。今回、場の設定を児童の実態に合わせてつくことで運動が苦手な児童もそうでない児童も楽しみながら、確実に技能を習得することができたと感じる。

II 取組の内容 *Do*

取組の内容

今回、授業づくりのポイントとして、

- 1 学習形態の工夫
- 2 場の設定の工夫
- 3 ゲームの工夫

の3点を工夫した。

◆工夫した点

1 学習形態の工夫

本単元の授業を、大きく2つに分けることにした。1つは技能を習得する時間（レベルアップタイム）、もう1つは、発見した課題を解決する時間（チャレンジタイム）である。レベルアップタイムでは、技能ポイントを習得するために、段階を追った学習形態とした。幅跳びの基本的なポイントである「助走」「踏み切り」「着地」の3点に焦点を絞って指導することで、幅跳びの最も基本的な動作や技能を習得する時間とした。

2つ目のチャレンジタイムでは、技能のポイントができていかどうかをグループ内で互いに検証し合う活動を取り入れ、技能ポイントの定着を図り、友達同士やグループ間で競い合っ力を高め合っっていく楽しさや、協力して課題を解決していく喜びを味わえるような学習形態にすることにした。

また、学習グループについては、技能の能力別で編成する基本グループと個々の課題に応じて編成する課題別グループの2種類を設定することとした。

各場に設けた動作を助ける障害物等の教材や友達の助走歩数を声を出して走る等の運動の支援は、アドバイスを視覚化・明確化できるものであったため、話し合いが活発になった要因であったように感じた。

今回授業を終えて、教材教具・学習形態の工夫を各所にちりばめることで技能向上につながったことは成果となったと感じた。

IV 今後の課題 *Action*

学習形態は基本グループと課題別グループをつくり、ジグソー学習のような形を取り入れた。しかし、基本グループから課題別グループになることはできたが、その後、基本グループに戻って、学んだことを広める活動にあまり時間を割くことができなかった。

振り返りでは学習カードを記入する時間にとられがちになり、45分間で基本→課題別→基本のサイクルをつくり出すことが難しかった。体育時間外に基本グループでまとめの活動を行わざるを得なかったが、学び合いは深まったと感じることができた。

研究協議においては課題が2点出された。まず1点目は、技能についてであり、助走の最後の3歩は「1、2、3」ではなく、「1、2・3」のリズムではないかという意見を頂いた。「1、2、3」では高跳びのリズムになってしまい、遠くへ跳ぶといった目標がこのリズムでは達成できにくいとのことであった。2点目は場の設定についてである。うきわにスポンコースではセーフティマットということもあり、ダイナミックな着地ができていないが、普通のマットではその着地が見られず、弱い着地になっているという意見であった。確かに、普通のマットでは足や体への負担を考えたこともあり、セーフティマットのような思い切りのよいジャンプ・着地は見られなかった。

【当日の授業中の画像】

高く跳ぶことを意識させるために、目標物を示している。



音楽に合わせて、ウォーミングアップ。サーキット型にしている。



跳ぶ児童の「序奏」「踏み切り」「着地」に注目してお互いにアドバイスをし合った。



「マイ助走」自分に合った助走の位置にマーカーを置いて助走をはじめます。



体育科学習指導案

| |
|--------------------------------------|
| 日 時：平成 29 年 11 月 10 日（金） 10：45～11：30 |
| 場 所：紀の川市立粉河体育館 |
| 学 級：4 年 A 組 27 名（男子 12 名 女子 15 名） |
| 授業者：教諭 森口 裕介 |

1 単元名 走・跳の運動「幅跳び」 ～ホップ ステップ 大ジャンプ！～

2 指導にあたって

○児童観

本学級は、体を動かすことが好きな児童が多く、休憩時間にはドッジボールや鬼ごっこをして過ごす姿が見られる。事前アンケートの「体育は好きですか？」の問いにも 92% が好きと答えており、運動をすることに対して関心が高いといえる。

しかし、中には朝の運動や教科体育に消極的な態度で参加し、運動をすることに対して苦手意識がある児童も見受けられる。また、児童の多くは、決まった運動に終始する傾向が強く、特別できる運動がある反面、不得意な運動があるというのが現状である。

さらに、体力・運動能力調査結果を見ると、男女とも、C～E 判定までが全体の 67% を占め、幅跳びに必要な 50m 走・立ち幅とびにおいても全国平均を下回っている。

このような結果や状況から、運動が好きな児童が多い割に、基礎体力が身に付いていないことや身体の動かし方を理解できていないことが分かる。

協働的な学びという点においては、自分の考えや意見を交流する場を各教科で設け、思っていることを発信する機会を取ってはいるものの、考えを言葉で相手に伝えたり、友達の意見に耳を傾けて受け入れたりすることが苦手な児童がまだまだ多く、課題が見られる。

○教材観

本単元は、学習指導要領、第 3 学年及び第 4 学年の「C 走・跳の運動」ウ幅跳びについて基本的な動きや技能を身に付ける内容である。技能においては、「短い助走から調子よく踏み切って遠くへ跳ぶこと（5～10m 程度の短い助走から踏み切り足を決めて前方に踏み切り、遠くへ跳ぶこと・膝を柔らかく曲げて、両足で着地すること）」とある。また、態度においては、「運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにすること」、思考・判断においては、「自己の能力に適した課題をもち、動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫できるようにすること」と記されている。

幅跳びは助走で得られた水平方向のスピードを効率よく踏み切りに生かし、力強く踏み切ることで、前方へ身体を押し出す力に変換して、遠くまで跳躍できるようにする運動である。3・4 年生の幅跳びのポイントは短い助走・踏み切り・両足での着地といった 3 点であり、それらを一連の動作で行えることが目標である。遠くへ跳ぶために必要となってくる空中姿勢は、今回特別取り上げることはしないが、児童の気付きがあれば触れたいと考えている。

〔幅跳び運動の特性〕

① 一般的特性

○構造的特性

- ・短い助走から片足で踏み切り、どれだけ遠くへ跳べるかを目指した運動である。
- ・短い助走からの踏み切り、空中動作、両足での着地といった一連の動作がある運動である。
- ・遠くへ跳ぶことを目指す運動であり、その記録が客観的な数量で表されることから、自己の到達目標がはっきり分かる運動である。

○機能的特性

- ・自分の記録に挑戦したり、友達と競い合ったりすることが楽しい運動である。
- ・幅跳びの技能のポイントを理解し、自分の実態に合った練習方法や場を選択して自主的に取り組める運動である。
- ・自分の能力に適した目標を設定し、グループ内で教え合ったり、学び合ったりしながら意欲的に取り組める運動である。
- ・タイミングよく、力強く高く踏み切ることによって、体が空間に浮き上がり、前方にうまく跳び出す楽しさや心地よさを味わえる運動である。
- ・跳び方をしっかりと身に付けることで、より遠くへ跳べるようになり、記録が伸びる楽しさを味わえる運動である。

○効果的的特性

- ・技能のポイントを考えながら、進んで運動に取り組もうとする態度を養うことができる運動である。
- ・幅跳びに必要な基礎感覚（跳感覚・平衡感覚・リズム感覚・巧緻性）等が身に付く運動である。
- ・友達と教え合ったり、励まし合ったりする協働的な学びを通して、思考力・判断力・表現力を培える運動である。

② 児童から見た特性

- ・遠くへ跳べると楽しく、もっと遠くへと挑戦する意欲が湧いてくる。
- ・記録が伸びたり、競争して勝ったりすると楽しいと感じる。
- ・友達と教え合ったり、励まし合ったりすることを通して、認め合い、助け合い、高め合おうとする気持ちが持てる。
- ・技能ポイントを理解して練習し、それが達成できたとき満足感を味わえる。
- ・調子よく踏み切ることによって空中に身体が浮き、前方に押し出されて遠くへ跳ぶ心地よさを味わえる。

○指導観

幅跳びは、個人の技能・記録を伸ばすことを重視することが主であり、それに伴い、自己記録の伸長を狙った極めて個人的な練習に流れる授業になりがちである。そのような授業を避けるべく、今回の幅跳びの単元を進めるにあたり、この運動の面白さや心地よさを味わうことで運動をすることの楽しさを全員が実感できるような授業になればと考える。それと同時に、友達と学び合い、競い合って、技能や距離を伸ばすことで、仲間との関わりを持ちながら互いに喜びを共有し、高め合ったり、学び合ったりできる学習環境を整えていきたい。

それらの思いを具現化するために、今回、授業づくりのポイントとして、「学習形態」「場の設定」「ゲーム」の3点を掲げ、創意工夫していくことにした。

まず、学習形態の工夫であるが、本単元の授業を、大きく2つに分けることにした。1つは技能を習得する時間（レベルアップタイム）、もう1つは、発見した課題を解決する時間（チャレンジタイム）である。1つ目のレベルアップタイムは、授業前半に設定し、技能ポイントを習得するために、段階を追った学習形態を取ることにした。段階を踏むことで、幅跳びには3つの動作があることに気付かせ、自分の課題は何か明確にすることができるからである。技能ポイントにおいても、こちらから教えるのではなく、「できているもの」と「できていないもの」を比較させることで、児童が考え、見付け、児童の言葉から技能ポイントをつくっていけるようにしていきたい。このように、授業前半は、幅跳びの基本的なポイントである「助走」「踏み切り」「着地」の3点に焦点を絞って指導することで、幅跳びの最も基本的な動作や技能を習得する時間にしていきたい。2つ目のチャレンジタイムは、授業後半と単元後半に設定し、技能のポイントができていのかどうかをグループ内で互いに検証し合う活動を取り入れることで、技能ポイントの定着を図り、友達同士やグループ間で競い合って力を高め合っていく楽しさや、協力して課題を解決していく喜びを味わえるような学習形態にすることにした。児童には、その中で、自分の課題を解決するために友達に見てもらい、アドバイスをし合い、より技能を意識して跳べるように切磋琢磨する姿を期待したい。また、学習グループについても、技能の能力別で編成する基本グループと個々の課題に応じて編成する課題別グループの2種類を設定することとした。レベルアップタイムとグループ対抗ゲームにおいては基本グループで行い、チャレンジタイムは課題別グループで活動を行う。このことにより、それぞれのグループで目標を達成するために、より学び合いが深くなることを期待している。

次に、場の設定の工夫であるが、3・4年生の幅跳びのポイントである、「短い助走」「踏み切り」「両足での着地」といった3点の技能ポイントを習得できる様々な場を用意することで、児童が自然に運動の特性に触れながら、技能を向上させたり、自己記録の更新を目指したりすることができるようにしていきたい。児童には、自分の課題をもち、その課題の解決のために場を選択し、練習方法を工夫しながら取り組むことができるように場を精選していきたいと考える。そして、場を考える上で、今回は技能習得に重点を置いた授業にするため、場の設定や準備物等を踏まえて体育館で行うことにした。しかしながら、体育館で授業を行うにあたり、足や膝に負担がかかることが予想される。そのため、着地の指導や場の安全には細心の注意を払いたいと思う。中学年で技能をし

っかりと身に付けることで、高学年において、培った技能を屋外で生かしてほしいと考える。

最後のゲームの工夫であるが、技能ポイントゲームや伸び幅ゲームを行い、友達と競い合ったり、クラス全体の伸び幅ポイントを決め、その記録に全員で達成できるようなゲームを設けたりしながら、楽しんで学習できるようにしていきたい。幅跳びゲームの楽しさを全員が十分に味わうことができるようにするためにも、個人の技能・記録を伸ばすことのみを重視するのではなく、友達とともに互いの力を高め合うことができるように、話し合い、協力しながら練習・ゲームをさせていきたい。そして、グループ全体の記録向上を意識させながら、跳び方の技術や記録を向上させ、楽しさや達成感、次への意欲を高めることができる内容になるように、ゲームのルール・構成についても考えていきたい。

この他にも、児童には学習カードを持たせ、自分の課題や技能ポイント、できばえや反省点を書き、授業の振り返りを行うように指導していく。また、技能のポイント等を明示した学習資料を準備し、個人やグループで学びの参考となるように学習環境を整えていきたい。それに加えて、タブレットも授業に導入し、児童の跳躍を撮り、必要な時に動画を再生して、技能ポイントや練習の仕方の参考になるように授業で活用していこうと考えている。

以上のことから、運動の「楽しさ」や「できる」といった感覚を味わわせることで、児童に意欲や達成感をもたらすことのできる授業展開にしていきたいと考えている。また、克服型・挑戦型の運動である幅跳びではあるが、授業に学び合い活動や対戦型の学習過程を組み込むことで児童がより意欲的に幅跳びに取り組み、仲間とかかわり合いをもちながら高め合えるようにと考えている。

最後に、この単元を通して培った技能をもとに、「より遠くへ跳びたい」という思いをクラス全員で共有し、設定した伸び幅記録をクラス全員で挑戦することにより、全ての児童が達成感や満足感を味わえればと願っている。

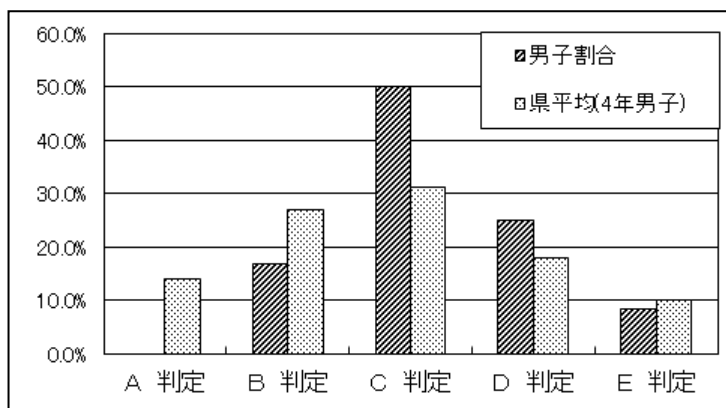
[平成29年度児童生徒の体力・運動能力調査結果から見た児童の実態]

[表1・2、グラフ1・2] 判定別人数割合 (男女別)

判定別人数割合(男子)表1

| 体力・運動能力調査結果 | 男子割合 | 県平均(4年男子) |
|-------------|-------|-----------|
| A 判定 | 0.0% | 14.0% |
| B 判定 | 16.7% | 27.0% |
| C 判定 | 50.0% | 31.0% |
| D 判定 | 25.0% | 18.0% |
| E 判定 | 8.3% | 10.0% |
| 判定なし | | |
| 合計 | 100% | |

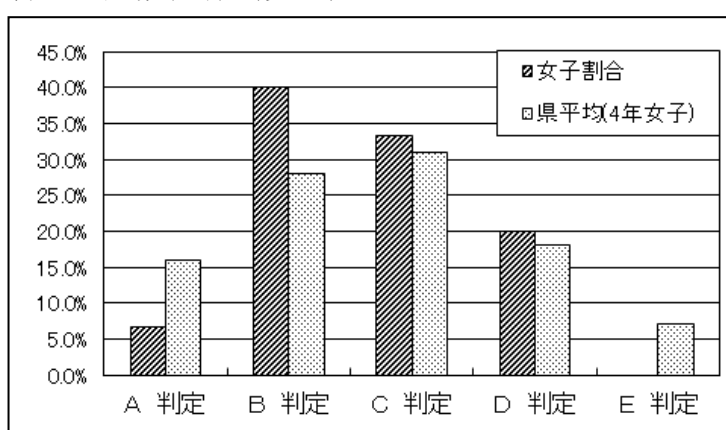
判定別人数割合(男子) グラフ1



判定別人数割合(女子)表2

| 体力・運動能力調査結果 | 女子割合 | 県平均(4年女子) |
|-------------|-------|-----------|
| A 判定 | 6.7% | 16.0% |
| B 判定 | 40.0% | 28.0% |
| C 判定 | 33.3% | 31.0% |
| D 判定 | 20.0% | 18.0% |
| E 判定 | 0.0% | 7.0% |
| 判定なし | 0.0% | |
| 合計 | 100% | |

判定別人数割合(女子) グラフ2

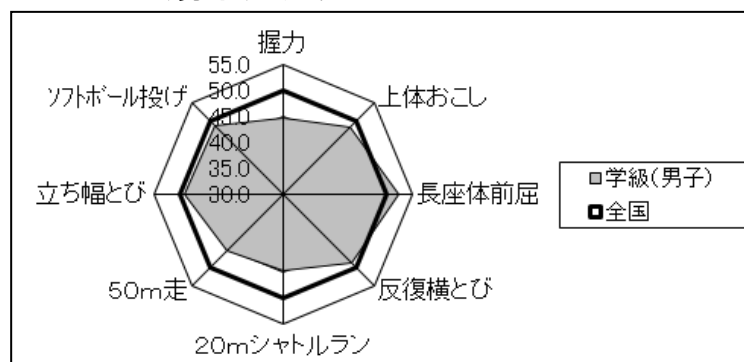


[表3・4、グラフ3・4] Tスコアによる全国比較図 (男女別)

Tスコア(男子)表3

| | 握力 | 上体おこし | 長座体前屈 | 反復横とび | 20mシャトルラン | 50m走 | 立ち幅とび | ソフトボール投げ |
|--------|------|-------|-------|-------|-----------|------|-------|----------|
| 学級(男子) | 44.6 | 48.3 | 52.2 | 48.4 | 44.5 | 45.3 | 48.9 | 48.5 |
| 全国 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 |

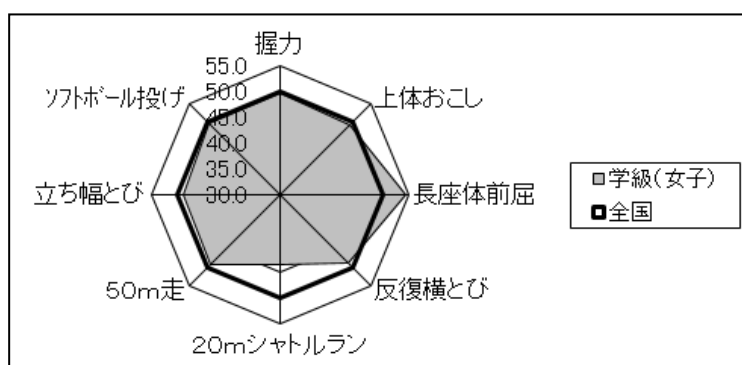
Tスコア(男子) グラフ3



Tスコア（女子）表 4

| | 握力 | 上体おこし | 長座 体前屈 | 反復横とび | 20m シャトルラン | 50m走 | 立ち幅とび | ソフトボール 投げ |
|------------|------|-------|-----------|-------|---------------|------|-------|--------------|
| 学級 (女子) | 49.6 | 48.9 | 54.1 | 48.5 | 43.5 | 49.2 | 48.7 | 49.3 |
| 全国 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 |

Tスコア（女子）グラフ 4



[事前アンケート結果より（男子12名 女子15名 計27名）]

| 質問内容 | 回答 |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ① 体育は好きですか。 | <p>はい（25人）</p> <p>（理由）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動が好きだから。（8人） ・楽しいから。（7人） ・できないことができるようになるから。（4人） ・体をたくさん動かせるから。（2人） ・家ではできない運動ができるから。（2人） ・体が鍛えられるから。（2人） ・いろんな運動ができるから。（1人） ・勝ったときうれしいから。（1人） ・ゲームや遊びのようなものがあるから。（1人） ・好きな運動があるから。（1人） ・友達と協力して運動ができるから。（1人） <p>いいえ（2人）</p> <p>（理由）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・走るのが嫌いだから。（1人） ・跳び箱は楽しいけど、それ以外はあまり上手にできないから。（1人） |

| | | |
|---|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ② | 幅跳びは好きですか。 | <p>はい（２５人）</p> <p>（理由）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・跳ぶのが好きだから。（５人） ・自分の記録に挑戦できるから。（４人） ・よい記録が出たらうれしいから。（４人） ・幅跳びが楽しいから。（３人） ・記録が伸びたらうれしいから。（３人） ・できるところを見てもらいたいから。（２人） ・思い切りできるから。（２人） ・遠くへ跳べる筋力がつくから。（２人） ・自分の伸びを確認しながら跳べるから。（２人） ・遠くへ跳ぶと気持ちがいいから。（１人） <p>いいえ（２人）</p> <p>（理由）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・うまく跳べないから。（１人） ・遠くに跳べないから。（１人） |
| ③ | 幅跳びでどんなことができるようになりたいですか。 | <ul style="list-style-type: none"> ・遠くへ跳べるようになりたい。（１１人） ・自分の記録を上回りたい。（４人） ・正しい跳び方を身に付けたい。（３人） ・うまく跳ぶコツをつかみたい。（２人） ・高く跳びたい。（２人） ・跳び方がうまくなりたい。（２人） ・遠くに跳んでしっかり着地したい。（１人） ・足を強くしたい。（１人） ・スピードを落とさないように跳びたい。（１人） |
| ④ | 体育をしていてどんな時がうれしいですか。 | <ul style="list-style-type: none"> ・うまくなったとき。（６人） ・できなかったことができるようになったとき。（５人） ・好きな運動のとき。（３人） ・目指していた目標を果たしたとき。（３人） ・ほめられたとき。（３人） ・成功したときや勝てたとき。（２人） ・みんなで一緒に運動をするとき。（１人） ・よい記録が出たとき。（１人） ・チームワークがよかったとき。（１人） ・楽しく一生懸命にやれたとき。（１人） ・先生に教えて自分でしっかりとできたとき。（１人） ・励ましてくれたとき。（１人） |

| | | |
|---|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ⑤ | 体育をしていてどんな時が嫌ですか。 | <ul style="list-style-type: none"> ・うまくできないとき。(7人) ・失敗して周りから責められるとき。(5人) ・協力できずにけんかが起きるとき。(4人) ・一生懸命しているのに嫌なことを言われたとき。(3人) ・前できていたことができなくなったとき。(3人) ・目標が達成できなかったとき。(3人) ・勝負に負けたとき。(3人) ・教えてくれないとき。(1人) ・ふざけている人がいたとき。(1人) |
| ⑥ | どんな授業になったら楽しいですか。 | <ul style="list-style-type: none"> ・みんなが協力して楽しくできたとき。(11人) ・新しいことができたとき。(2人) ・けんか、もめ事が起きずに仲よくできたとき。(5人) ・助け合い、教え合いができたとき。(4人) ・応援のある授業。(5人) ・みんなが活躍できる授業。(2人) |
| ⑦ | どんな授業になったらつまらないですか。 | <ul style="list-style-type: none"> ・けんか、もめ事が起きたとき。(6人) ・協力ができないとき。(6人) ・失敗を責められて嫌なことを言われたとき。(4人) ・けじめのない授業。(3人) ・うまくならないとき。(2人) ・勝負に差が出たとき。(2人) ・助け合い、教え合いがないとき。(2人) ・応援のない授業。(1人) ・勝手なことをする人がいたとき。(1人) |

3 単元の目標

(技能)

短い助走から踏み切って跳ぶことができるようにする。

(態度)

運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。

(思考・判断)

自己の能力に適した課題をもち、動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫できるようにする。

4 単元について

〈学習の系統〉

| 学 年 | 運 動 の 領 域 | 学 習 内 容 |
|-----|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 年 | 走・跳の運動遊び (跳の運動遊び) | 助走を付けて片足で踏み切り、前方や上方に跳んだり、片足や両足で連続して跳んだりする。 |
| 2 年 | | |
| 3 年 | 走・跳の運動 (幅跳び) | 短い助走から調子よく踏み切って遠くへ跳ぶ。 |
| 4 年 | | |
| 5 年 | 陸上運動 (走り幅跳び) | 試技の回数やゾーンの設置などのルールを定めて競争したり、自己の記録の伸びや目標とする記録の到達を目指したりしながら、リズムカルな助走から踏み切って跳ぶことができるようにする。 |
| 6 年 | | |

5 単元の評価規準（第4学年）

| | 運動への 関心・意欲・態度 | 運動についての 思考・判断 | 運動の技能 |
|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 単 元 の 評 価 規 準 | <ul style="list-style-type: none"> ● 走・跳の運動に進んで取り組もうとしている。 ● 運動の行い方の決まりを守り、友達と励まし合って練習や競争をしようとしたり、勝敗の結果を受け入れようとしたりしている。 ● 友達と協力して、用具の準備や片付けをしようとしている。 ● 運動する場や用具の使い方などの安全を確かめようとしている。 | <ul style="list-style-type: none"> ● 跳の運動の動き方や動きのポイントを知るとともに、自分の力に合った課題を選んでいる。 ● 跳の運動の動きを身に付けるための練習の仕方を知るとともに、自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 ● 仲間との競争の仕方を知るとともに、競争の規則を選んでいる。 | <ul style="list-style-type: none"> ● 短い助走から調子よく踏み切って遠くへ跳ぶことができる。 |
| 学 習 活 動 に 即 し た 評 価 | <ul style="list-style-type: none"> ① 自分の課題に向かって意欲的に取り組み、跳躍の楽しさや喜びを味わおうとしている。 ② 運動の行い方の決まりを守り、友達と教え合い、励まし合って練習や競争をしようとしたり、勝敗の結果を受け入れようとしたりしている。 | <ul style="list-style-type: none"> ① 跳び方のポイントを知り、自分の力に合った課題を選んでいる。 ② 幅跳びの基礎的な動きを身に付けるための練習の仕方を知り、自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 ③ 幅跳びの競争のルールを知り、単元の見通しを | <ul style="list-style-type: none"> ① 助走・踏み切り・着地の3点を意識して、跳ぶことができる。 ② 短い助走から調子よく踏み切って遠くへ跳ぶことができる。 |

| | | | |
|--------|-----------------------------------------|--------|--|
| 規 準 | ③ 準備や片付けを協力して行い、場の安全に気を付けながら運動しようとしている。 | 持っている。 | |
|--------|-----------------------------------------|--------|--|

6 指導と評価の計画・・・【別紙様式参照】

7 本時について

(1) 目標

(技能)

助走・踏み切り・着地の3点を意識して、跳ぶことができるようにする。

(態度)

運動の行い方の決まりを守り、友達と教え合い、励まし合って練習や競争をしようとしたり、勝敗の結果を受け入れようとしたりすることができるようにする。

(思考・判断)

幅跳びの基礎的な動きを身に付けるための練習の仕方を知り、自分の力に応じた練習方法や練習の場を選ぶことができるようにする。

(2) 展開 (本時：6 / 7時)

| | 学習内容・活動 | ○教師の指導・支援及び評価 (☆) |
|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| 導 入 | <p>1 準備運動と体ほぐしをする。</p>  <p>2 スイッチオン！サーキットを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バンザイスキップ・リズム走 ・斜めゴム跳び ・飛び降りジャンプ等  | <p>○しっかりと体の各部位の曲げ伸ばしをさせる。</p> <p>○腕振りや足の引き上げ等、跳躍を意識させながらアップを行わせる。</p> |

3 学習のめあて・進め方を確認する。

助走・踏み切り・着地の3点を意識して跳べるように、練習や競争をしよう。



4 課題別グループに分かれて練習する。

- ・ 助走コース
- ・ 踏み切りコース
- ・ 着地コース
- ・ 試し跳びコース



5 グループ対抗で競争をする。

- ① 「マイ助走」
- ② 「踏み切り」
- ③ 「両足着地」 を得点化する。
(相互審判・・・助走係・踏み切り係・着地係・記録係・マット調整係)



○自分の課題に合った場で、技能ポイントを確認し合いながら練習できるようにする。

○安全に配慮しながら取り組ませる。

○それぞれの役割分担に従い、ルールや約束事を守って取り組ませる。

○跳ぶ前にグループ内で励まし合えるようにさせる。

○踏み出し位置にマーカーを置き、跳ぶ前に歩数を宣言させる。

○早く終わったチームには今日の振り返りを学習カードに記入させる。

☆助走・踏み切り・着地の3点を意識して、跳ぶことができる。

(技能)【観察・学習カード】

展
開

| | | |
|-------------|--------------|------------------------------------------------|
| ま と め | 6本時の振り返りをする。 | ○本時の学習を振り返り、成果を発表させる。 ○各グループの「今日のMVP」を発表する。 |
|-------------|--------------|------------------------------------------------|

8 考察（成果と課題）

| | |
|-----|-------------------------------------------------------------|
| テーマ | 「魅力ある体育の授業」 ～子供が主体的に活動し、仲間と学び合うことで、 体力向上につながる授業実践の研究～ |
|-----|-------------------------------------------------------------|

（1）児童の実態を踏まえた単元計画（学習過程）の作成について

○成果

児童観でも触れたように、本クラスの児童は体力・運動能力調査結果において、男女ともC～E判定までが全体の約70%を締め、幅跳びに必要な50m走・立ち幅跳びについても全国平均を下回っている。また、協働的な学びという点においては、自分の考えを言葉で相手に伝えたり、友達の意見に耳を傾けて受け入れたりすることが苦手な児童が多いといった現状であった。このような実態や課題から、昨年度と同様、今回の幅跳び運動を通して、児童が主体的に取り組み、仲間とかかわり合うことで運動の力が身に付くような授業展開を行いたいと考えた。そして、運動本来の持っている「楽しさ」や「できる」といった感覚を味わわせることで、児童に意欲や達成感をもたらせ、さらには生涯スポーツにつなげていくという思いで計画を練った。

また、「遠くへ跳ぶ」ためには、中学年の時期において、基礎的な「技能」を身に付けさせることが必須であると考え、今回は「技能中心」の単元計画を作成することにした。計画を作成する上での重点項目は次の3つである。

☆指導にあたっての重点項目

1. 思考が働き、技能が自然と身に付く場の設定
2. 考えを交流し、技能を高め合える学習形態
3. 楽しみながら、技能を確認できるゲームづくり

これらを組み込んだ単元計画を作成し、児童に見通しを持たせて授業に入ることができるようにした。技能習得を主とした単元計画を作成したことにより、幅跳びに必要な技能である「助走」「踏み切り」「着地」を1時間ごとに丁寧に指導できたこと、レベルアップタイム・チャレンジタイムに分け、技能を習得するために様々な場で練習し、仲間と教え合いながら活動できたことにより、児童の幅跳び技術は大きく向上し、一定の成果は現れたとあってよいと感じた。また、主運動につながる準備運動やサーキット、ゲームを工夫したことにより、技能の定着や運動量確保につながった。

○課題

授業を行い、課題が残ったのは準備である。昨年度の反省にも挙げられ、簡易化できるものはしたが、「その場で練習すると自然と技能が身に付くこと」「楽しみながら課題を解決できること」を目標に掲げ、場を設定したことによって準備が大掛かりになった。45分間で準備から片付けまでを考えると困難な授業であったと感じる。

☆単元計画・教材教具

○成果

①単元計画

〈教師用〉

| 時 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 00 | 1 導入(10分) ① 課題の導入 ② 準備運動(10分) ③ 課題の導入(10分) ④ 課題の導入(10分) ⑤ 課題の導入(10分) ⑥ 課題の導入(10分) ⑦ 課題の導入(10分) | | | | | | |
| 10 | 2 準備運動(10分) ① 準備運動(10分) ② 準備運動(10分) ③ 準備運動(10分) ④ 準備運動(10分) ⑤ 準備運動(10分) ⑥ 準備運動(10分) ⑦ 準備運動(10分) | | | | | | |
| 20 | 3 課題の導入(10分) ① 課題の導入(10分) ② 課題の導入(10分) ③ 課題の導入(10分) ④ 課題の導入(10分) ⑤ 課題の導入(10分) ⑥ 課題の導入(10分) ⑦ 課題の導入(10分) | | | | | | |
| 30 | 4 ゲーム(10分) ① ゲーム(10分) ② ゲーム(10分) ③ ゲーム(10分) ④ ゲーム(10分) ⑤ ゲーム(10分) ⑥ ゲーム(10分) ⑦ ゲーム(10分) | | | | | | |
| 40 | 5 課題の導入(10分) ① 課題の導入(10分) ② 課題の導入(10分) ③ 課題の導入(10分) ④ 課題の導入(10分) ⑤ 課題の導入(10分) ⑥ 課題の導入(10分) ⑦ 課題の導入(10分) | | | | | | |
| 50 | 6 課題の導入(10分) ① 課題の導入(10分) ② 課題の導入(10分) ③ 課題の導入(10分) ④ 課題の導入(10分) ⑤ 課題の導入(10分) ⑥ 課題の導入(10分) ⑦ 課題の導入(10分) | | | | | | |
| 60 | 7 課題の導入(10分) ① 課題の導入(10分) ② 課題の導入(10分) ③ 課題の導入(10分) ④ 課題の導入(10分) ⑤ 課題の導入(10分) ⑥ 課題の導入(10分) ⑦ 課題の導入(10分) | | | | | | |

〈児童用〉

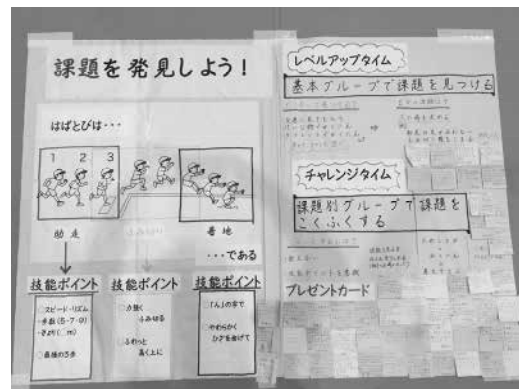
| 時 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 00 | 1 課題の導入(10分) ① 課題の導入(10分) ② 課題の導入(10分) ③ 課題の導入(10分) ④ 課題の導入(10分) ⑤ 課題の導入(10分) ⑥ 課題の導入(10分) ⑦ 課題の導入(10分) | | | | | | |
| 10 | 2 準備運動(10分) ① 準備運動(10分) ② 準備運動(10分) ③ 準備運動(10分) ④ 準備運動(10分) ⑤ 準備運動(10分) ⑥ 準備運動(10分) ⑦ 準備運動(10分) | | | | | | |
| 20 | 3 課題の導入(10分) ① 課題の導入(10分) ② 課題の導入(10分) ③ 課題の導入(10分) ④ 課題の導入(10分) ⑤ 課題の導入(10分) ⑥ 課題の導入(10分) ⑦ 課題の導入(10分) | | | | | | |
| 30 | 4 ゲーム(10分) ① ゲーム(10分) ② ゲーム(10分) ③ ゲーム(10分) ④ ゲーム(10分) ⑤ ゲーム(10分) ⑥ ゲーム(10分) ⑦ ゲーム(10分) | | | | | | |
| 40 | 5 課題の導入(10分) ① 課題の導入(10分) ② 課題の導入(10分) ③ 課題の導入(10分) ④ 課題の導入(10分) ⑤ 課題の導入(10分) ⑥ 課題の導入(10分) ⑦ 課題の導入(10分) | | | | | | |
| 50 | 6 課題の導入(10分) ① 課題の導入(10分) ② 課題の導入(10分) ③ 課題の導入(10分) ④ 課題の導入(10分) ⑤ 課題の導入(10分) ⑥ 課題の導入(10分) ⑦ 課題の導入(10分) | | | | | | |
| 60 | 7 課題の導入(10分) ① 課題の導入(10分) ② 課題の導入(10分) ③ 課題の導入(10分) ④ 課題の導入(10分) ⑤ 課題の導入(10分) ⑥ 課題の導入(10分) ⑦ 課題の導入(10分) | | | | | | |

②掲示物

〈2時 着地〉



〈5時 課題を見付けよう〉



○課題

〈準備物の多さ〉



(2) 児童が、主体的に学習に取り組めるような授業づくりや学習形態の工夫点について

○成果

(1) にあるように「技能の習得」を主軸として、主体的・対話的に学習に取り組める授業づくり、学習形態の工夫点は以下のとおりである。

☆指導にあたっての重点項目

1. 思考が働き、技能が自然と身に付く場の設定
2. 考えを交流し、技能を高め合える学習形態
3. 楽しみながら、技能を確認できるゲームづくり

この内1, 2が授業づくりや学習形態の工夫点にあてはまる。

1. 思考が働き、技能が自然と身に付く場の設定

本単元では、動きのポイントとなる技能を習得できる様々な場を用意することで、児童が自然に運動の特性に触れながら、技能を向上させたり、自己記録の更新を目指したりすることができるようにした。まず初めに、オリエンテーションでは、動画から幅跳びに必要な運動の特性「助走」「踏み切り」「着地」に気付かせ、2、3、4時ではそれぞれの動作について「できている」と「できていない」ものを写真や動画を元に比較させ、正しい動作について話し合わせることで、技能ポイントを明確にしていた。違うところを強調させ、それが技能ポイントになることで児童は容易にポイントをつかんでいったように感じた。

そして、その技能ポイントを習得することができる場を「助走コース」「踏み切りコース」「着地コース」に分け、自分の課題に応じた場で練習できるようにした。これらのコースをつくる上で最も配慮し、工夫した点が、その場で練習すれば、「自然とその動きになっている」ことであった。運動が苦手な児童や見たり聞いたりしただけでは表現することが難しい児童にとって、いくら練習してもうまくいかないということがよくある。その場で跳べば、自然とその動きになる、という場をつくることによって運動に対して消極的な児童への手立てになると考え、場づくりには力を入れた。また、運動本来の持っている「楽しさ」を感じながらできるように、アトラクション的要素を盛り込んだ場になるようにも留意した。

例えば、着地コースでは、セーフティマットの上に浮き輪を用意し、その中に「ん」の字で入れるような場を設置した。おしりが浮き輪の中に入るようなフォームをとることによって、自然と着地姿勢が身に付くことをねらいとした場を用意したことで、児童は楽しみながら、練習に取り組むことができていた。また、浮き輪の位置を自分の跳力によって前後させたり、足が先に地面についてから浮き輪に入るように、浮き輪の前に足用のケNSTEPを置いたり、児童自らが考え、課題を克服するために、あるいはさらに技能が向上するように考えながら場を工夫する姿があった。着地コースと同様に、助走・踏み切りコースにおいても、それぞれの技能が習得できるような工夫を入れた場を設定した。

このように、今回の「技能習得と楽しさ」を同時に達成する場の設定は、準備物の多さや合理的であったか等の課題はあると感じたが、活動中の児童の様子や授業後の感想を見る限り、概ねよかったのではないかと感じる。

また、それらの用意された場に、プラス1のアイデアを入れたことで課題解決のた

めのすばらしい場ができあがっていることが多く見られた。踏み切りの障害物を児童の跳力によって変えたり、助走の最後の3歩の部分にケンステップを設置したりと、もっとよくなるためにどうすればよいかを児童自身が考え、行動できたことが児童の成長を感じられるところとなった。今回、場の設定を児童の実態に合わせてつくことで運動が苦手な児童もそうでない児童も楽しみながら、確実に技能を習得することができたと感じる。

2. 考えを交流し、技能を高め合える学習形態

指導観で述べたように、幅跳びは、個人の技能・記録を伸ばすことを重視することが主であり、それに伴い、自己記録の伸長をねらった極めて個人的な練習に流れる授業になりがちである。そのような授業を避けるべく、今回の幅跳びの単元を進めるにあたり、仲間と学び合い、競い合って、技能や距離を伸ばすことで、仲間との関わりを持ちながら互いに喜びを共有し、高め合ったり、学び合ったりできる学習形態（グループ学習）を考えた。グループは基本グループ・課題別グループの2つを用意した。

授業前半のレベルアップタイムでは、基本グループで技能ポイントを確認し、自分の課題が何かについて明確にすることをめあてとした。児童はお互いの技能ポイントを、掲示物を見ながら確認し、何ができていないか、どの場で練習すれば解決できるかについて声をかけ合っていた。この基本グループでゲームを行うこともあり、仲間をうまくさせようという気持ちが高まっているグループがほとんどであった。

授業後半のチャレンジタイムでは、課題別グループになり、技能のポイントができているかどうかをグループ内で互いに検証し合った。各場には技能ポイントを示したアドバイスボードを設置した。アドバイスボードを設置したおかげで児童はそれを参考にしながら、「ここができていない」から「こうすればよい」という明確なアドバイスをかけ合うことができていた。自分の思いや考えを友達に伝えにくい児童やどこを声かけすればいいのか分からない児童にとって、技能ポイントを絵や短い言葉で示したアドバイスボードは効果的であったと感じた。技能ポイントを明確に理解したことで、見る視点、アドバイスするポイントも定まり、ジェスチャーを用いて、具体的に言葉かけをする児童が時数を重ねるごとに増えていった。

また、各場に設けた動作を助ける障害物等の教材や友達の助走歩数を声に出して走る等の運動の支援は、アドバイスを視覚化・明確化できるものであったため、話し合いが活発になった要因であったように感じた。タブレットについても、遅延アプリを使い、自分の動作を自分の目で確認できることで、友達のアドバイスを認識できるよい教材となった。さらに、友達の動きをプレゼントカードに書き、お互いに交換することにより、よい動きをしっかりと見付けようとする気持ちも高まった。仲間と協力しながら課題を発見し、乗り越えていく学習形態を取ることで、自分の課題を解決するために友達に見てもらい、アドバイスをし合い、より遠くに、より技能を意識して跳べるように切磋琢磨する姿を見ることができた。

グループ対抗ゲームにおいても、教え合い、励まし合って、チーム力を高め、喜びを共有できるような集団をつくることができた。今回学習グループは、幅跳び能力で編成する基本グループと個々の課題に応じて編成する課題別グループの2種類を設定したが、それぞれのグループで目標を達成するために、より学び合いが深くなったと

感じた。また、児童には学習カードを持たせ、自分の課題や技能ポイント、できばえや反省点を書き、授業の振り返りを行ったことで次時への見通しももつことができた。さらに、タブレットも授業に導入し、児童の跳躍を撮り、必要な時に動画を再生して、技のポイントや練習の仕方の参考になるように授業に活用した。今回授業を終えて、教材教具・学習形態の工夫を各所にちりばめることで技能向上につながったことは成果となったと感じた。

○課題

学習形態は基本グループと課題別グループをつくり、ジグソー学習のような形を取り入れようとした。しかし、基本グループから課題別グループになることはできたが、その後、基本グループに戻って、学んだことを広める活動にあまり時間を割くことができなかった。振り返りでは学習カードを記入する時間にとられがちになり、45分間で基本→課題別→基本のサイクルをつくり出すことが難しかった。体育時間外に基本グループでまとめの活動を行わざるを得なかったが、学び合いは深まったと感じることができた。

研究協議においては課題が2点出された。まず1点目は、技能についてであり、助走の最後の3歩は「1、2、3」ではなく、「1、2・3」のリズムではないかという意見を頂いた。「1、2、3」では高跳びのリズムになってしまい、遠くへ跳ぶといった目標がこのリズムでは達成できにくいとのことであった。2点目は場の設定についてである。浮き輪にスポンコースではセーフティマットということもあり、ダイナミックな着地ができていないが、普通のマットではその着地が見られず、弱い着地になっているという意見であった。確かに、普通のマットでは足や体への負担を考えたこともあり、セーフティマットのような思い切りのよいジャンプ・着地は見られなかった。

☆場の設定・学習形態

○成果

①場の設定



② アドバイスボード



③ 学習形態



○ 課題



(3) 指導と評価の一体化に向けた取組等について

○成果

指導上の重点項目、3点目の「楽しみながら、技能を確認できるゲームづくり」がこれにあてはまる。

3. 楽しみながら、技能を確認できるゲームづくり

中学年における幅跳び運動では、『3点（助走・踏み切り・着地）を意識して、跳ぶこと』を指導内容・めあての重点に置き、指導にあたった。技能を焦点化して指導した理由は、中学年で基本的な技能をマスターすることにより、高学年では、距離を伸ばすことを意識した学習に取り組めると考えたからである。今回、3点（助走・踏み切り・着地）の技能の評価については、スモールステップ（着地→助走→踏み切り）で学習したので、毎時間、その時間に学んだ動きができていたかを教師が評価することができた。また、教師が評価するだけでなく、児童が相互に評価する機会を設けることで技能習得の更なる向上を図ることができた。それが3点を得点化し、チーム対抗ゲームで行う技能ポイントゲームである。自チームの1人が試し跳びを行い、相手チームの3人が、技能ポイントの3点ができているかを1人ずつ評価した。児童が技能を評価することは難しいという懸念もあったが、これをゲームとして導入したことで、これまで学習してきたことやアドバイスしてきたことが見る側として試されることで、より知識・技能の定着につながった。このゲームを単元終盤に取り入れることにより、児童が相互評価をする中で、技能を見る目と動きが培われたと感じることができた。また、単元計画から授業展開、発問・指示に至るまで、児童が何をすべきかを明確にすることが評価する際の見る視点にもなり、分かりやすい評価にもなることに気付くことができた。指導内容やめあての明確化は児童が思考判断し、意識して運動を行いやすいという点だけでなく、教師が評価する上で、重要になることが分かった。

また、PDCAサイクルを実現すべく、グループでの学び合いや学習カードの記入に留意した。グループではお互いを評価し、「児童自らの状況に気付かせること」「自らのすべきことに気付かせ、改善しようとする事」を目的とし、チャレンジタイムでこれを行った。学習カードでは、振り返りに今日の反省と次時の目標を書き込ませ、課題別の場も考えさせた。気付いたことは付箋に書き、掲示物にコーナーを設け、いつでも確認できるように工夫した。教師自身も課題を改善・克服できるように、場の設定を微調整したり、児童の活動の様子や学習カードで進捗状況を把握したりしながら、指導の改善に生かした。

○課題

体育は児童が動く中で評価を求められる。TT指導やビデオを用いれば、評価はしやすくなるが、1人の教師が評価を行う環境で、特定の児童を指導したり、アクシデントがあったりすると全体を見取れないことがある。また、「関心・意欲・態度」を評価する際、児童の具体的な姿に置き換えることが難しい。これらの点を今後も研究していくことが必要であると感じた。

☆指導と評価

○成果

①各ゲーム

〈技能ポイントゲーム〉



〈伸び幅ゲーム〉



②学習カード等

〈学習カード〉

学習の足あと

| 種別 | 学習の足あと | 学習の足あと | 学習の足あと | 学習の足あと |
|----|--------|--------|--------|--------|
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |

| 学習の足あと | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|--------|---|---|---|---|---|---|---|
| 学習の足あと | | | | | | | |
| 学習の足あと | | | | | | | |
| 学習の足あと | | | | | | | |
| 学習の足あと | | | | | | | |
| 学習の足あと | | | | | | | |
| 学習の足あと | | | | | | | |

〈活動の記録〉

伸び幅運動 一木時に遊ぶまで

香川小学校 香川 香川

第1時

ホロモンアクションゲーム

子ども、「伸び幅ゲーム」と児童に投げかけ、各々伸び幅の世界を体験する。ゲームのルールを説明した。次に、体験者が伸び幅ゲームの世界を体験し、伸び幅のゲームを児童に教えた。児童の口からは伸び幅のゲームである「伸び幅」「伸び幅」「伸び幅」の言葉が飛び交った。これは伸び幅を見る際、自分の伸び幅を測りながら遊ぶこと、自分の伸び幅を測ることに興味があるようにしたからである。また、伸び幅のゲームについて「伸び幅ゲーム」をよく知っているのか？を児童に問いかけ、伸び幅ゲームのゲームを教えた。

その後、体験者に伸び幅、同じく伸び幅と伸び幅の世界を体験する児童の伸び幅について説明した。体験者に伸び幅のゲームをプレイするゲームを説明して行くこととなり、1つのゲームをプレイしながら体験した。しかし、伸び幅に伸び幅のゲームを体験していない児童もあり、伸び幅のゲームとは異なるゲームであった。

最後に、各々が伸び幅のゲームを体験した。第1時に「伸び幅ゲーム」で伸び幅のゲームを体験するためである。各々が伸び幅ゲーム、体験者で伸び幅ゲームを体験し、伸び幅ゲームを体験して、伸び幅ゲームを体験した。

(効果) 伸び幅ゲームを体験し、伸び幅を見ることにより伸び幅が伸びた。
・伸び幅ゲームの体験者から伸び幅ゲームを体験することにより、伸び幅を見る時に伸び幅ゲームであった。

(課題) ホロモンアクションゲームから伸び幅ゲームの世界を体験したため、伸び幅ゲームを体験した。



(4) その他

この単元では、「運動の技能」が身に付くようにという思いで授業を行った。技能習得が運動の楽しさにも意欲にもつながり、結果、記録の向上にもなると考えたからである。その最後の検証をするために、単元終わりに記録を計測した。計測した結果は、クラス平均、約8cmの伸びが見られ、ほぼ全員において記録の更新が見られた。伸びを個別に見ると女兒1名は28cmの伸びが見られ、身体の発育・発達だけでなく、運動技能の向上がこの記録につながっていると考えられる。授業後の感想では「跳び方が分かったので、幅跳びが好きになった。」「6年生の陸上大会では走り幅跳びに出たい。」「もう少しやって、もっとうまくなりたかった。」という楽しさや達成感、次への意欲が垣間見られる反応があった。今回、技能中心に授業づくりを行ったが、児童の授業の様子や感想を見ると、概ね、楽しさやできるといった感覚を味わうことができたように思う。技能偏向授業を押しわけではないが、やはり運動を行うにあたり、基本的な技能を身に付けさせる重要性を今回強く感じることもできた。また、体育は積み重ねであり、前学年で得た力を基に学習を行う。2学年で九九ができていなければいけないように、体育でも取りこぼしや指導漏れが起きてはいけない。1～6学年の系統を考えたときに、計画をきちんと立て、指導を徹底していかなければならないと感じた。今回の研究・実践で学んだことを土台にし、今後、さらに魅力溢れる授業づくりが展開できるよう、努めたいと思う。そして、学んだことを学校・または地方で共有させ、広めていきたいと思う。

5 指導と評価の計画(第4学年)

| 学習の段階 | | 課題の発見 ～ 取組 | | | | | | |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---|---|---|-------|---|--|
| 時数 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6(本時) | 7 | |
| 01 | オリエンテーション はじめの記録の測定 | 2 6・7 | | | | | | |
| 10 | オリエンテーション ・学習の進め方の確認をする。 ①幅跳びの動画の視聴 ②用具・場の準備と片付けの仕方や場の安全の保ち方について ③学習カードの書き方について | 5 | | | | | | |
| 20 | 準備運動をする。 | 5 | | | | | | |
| 30 | ウォーミングアップ～スイッチオン!～ ・主運動につながる運動に取り組む。 4 ゲームを行う。 | 5 | | | | | | |
| 40 | グループ対抗ゲーム及びはじめの記録の測定 ー伸び幅ゲームー 基本グループ | 5 | | | | | | |
| 45 | 学習の振り返り 6 片付け | 5 | | | | | | |
| 1時間 | 学習の流れ | 5 | | | | | | |
| 第四学年 | 5 学習課題 いろいろな場で幅跳びをしよう ーミニゲームの練習ー [助走～着地のー運動をつなげて(着地・助走・踏み切り・跳び跳びコース)] | 5 | | | | | | |
| 運動への関心・意欲・態度 | ③ | ① | | | | | | |
| 運動についての思考・判断 | ③ | ① | | | | | | |
| 運動の技能 | ② | ② | | | | | | |

研究テーマ

子供1人1人が、運動のおもしろさを
 探求する授業

～仲間と対話し、主体的に学びを深める活動を通して～

| | |
|------|------------------|
| 学校名 | 有田川町立藤並小学校 |
| 住所 | 有田郡有田川町天満439-1 |
| 電話番号 | 0737-52-2069 |
| 研究主任 | 福井 健太 |
| 対象集団 | 3年梅組 男子15名・女子14名 |

I 集団の特徴と課題 *Plan*

1 集団の特徴

本学級児童の意識調査結果では、体育が好きと答えた児童は85%、どちらでもないか答えた児童は15%、嫌いだと答えた児童は0%であった。マット運動が好きと答えた児童は81%、どちらでもない児童は19%、嫌いだと答えた児童は0%であった。マット運動が得意ですかという質問では、得意と答えた児童は41%、どちらでもないか答えた児童は56%、苦手と答えた児童は3%であった。

「好き」と感じている児童に比べ、「得意」と感じている児童の割合が極端に低いという結果から、楽しいにもかかわらず技のポイントを押さえ習得するところまで至っていないという実態もある。

2 集団の課題

新体力テストの結果より、男子はA、B、C判定の児童が多い。50メートル走とソフトボール投げに弱さが見られることから、走る、投げるといった運動の基礎的能力に課題がある。女子においてはC、D判定が多い。普段から楽しみながら運動を行うが、学級の中で得意な子、苦手な子の差が顕著に表れる結果となった。運動が好きだという児童はいるが、運動の基礎となる体の動かし方が身に付いていないため、判定が低く表出しているように思われる。そのため体育科においては、体の基本的な動きを捉えたり、体幹を意識したりする運動を取り入れ、楽しみながら運動に親しむ場を設定する必要があると考える。

以上のことから、新体力テストにおいて、「上体起こし」、「長座体前屈」に着目し、柔軟性や体幹を意識した準備運動を取り入れることで、運動の基礎となる体の動かし方を身に付けさせたい。

II 取組の内容 *Do*

取組の内容

- ・ 集団行動
- ・ 体育科における準備運動
- ・ オリエンテーション
- ・ めあて、まとめの視覚化
- ・ 試行、共有、挑戦
- ・ 研究授業（マット運動）

◆工夫した点

- ・ 運動会の練習から集団行動の取組を意識させた。
- ・ 器械運動の準備運動としてねこちゃん体操を織り交ぜた「ふじなみっ子運動」を行った。

- ・ どの単元においてもオリエンテーションの時間を設定し、授業の流れとルールを徹底を図り、自主的に活動できる準備をした。
- ・ 全教科を通じて、めあてとまとめの板書をし、授業の流れを視覚的に提示した。
- ・ 1時間の授業に、試行、共有、挑戦の時間を取り入れ、試行では技の取り組み、共有ではポイントを確認し合い、挑戦では共有したことを生かし技のレベルアップを目指した。

III 取組の成果 *CHECK*

- ・ 集団で動きを合わすことを意識したり、音楽をかけてリズムよく「ふじなみっ子運動」に取り組んだりすることで、運動時間の確保ができ、親しみながら楽しく運動する場面が増えた。
- ・ オリエンテーションを実施し、学習の流れをつかませたことで、次時の内容や準備物などを理解できた。
- ・ めあて、まとめを提示したことで、ポイントを共有し、見合い、教え合いも活発に行えるようになった。
- ・ 試行、共有、挑戦という決まった学習の流れがあったので、児童の動きにメリハリがいった。
- ・ 新体力テスト「上体起こし」において、年度当初の記録と比較し、学級男子平均2ポイント、女子平均2ポイントの上昇が見られた。また、「長座体前屈」においても同様に男子平均2ポイント、女子平均2ポイントの上昇が見られた。

IV 今後の課題 *Action*

研究のテーマである「仲間と対話し、主体的に学びを深める活動を通して」においては、まず指導者側がどれだけ具体的に単元やその授業のゴールを描いているか、また、それを児童にイメージできるように伝えられているかが重要である。そのゴールに向けて、「こうしたらどうか」、「これじゃだめかな」などと考えながら「見合い」「教え合い」をすることが主体的、対話的に学ぶ児童の姿と捉える。

本取組の中で行った研究授業では、児童が「できていること」、「まだできないこと」をはっきりさせて試行させることが難しかった。「今これができないからどうすればいいか」を全体で共有し、さらに挑戦することで、グループとしての達成感につなぐことを目指したい。

また、主体的、対話的で深い学びのイメージを指導者が描いておくことや、そのための手順や指導の在り方を学ぶ必要があると改めて気付かされた。さらに、今後はより専門的な知識や手立てを研究していく必要があると考える。



ふじなみっ子運動【ねこちゃん体操】



めあてを知る



試行・挑戦タイム（見合い、教え合い）



共有タイム（ポイントを見付ける）



ふじなっみっ子運動【ゆりかご】



ふじなみっ子運動【ゆりかご】
もっと伸ばそう

体育科学習指導案

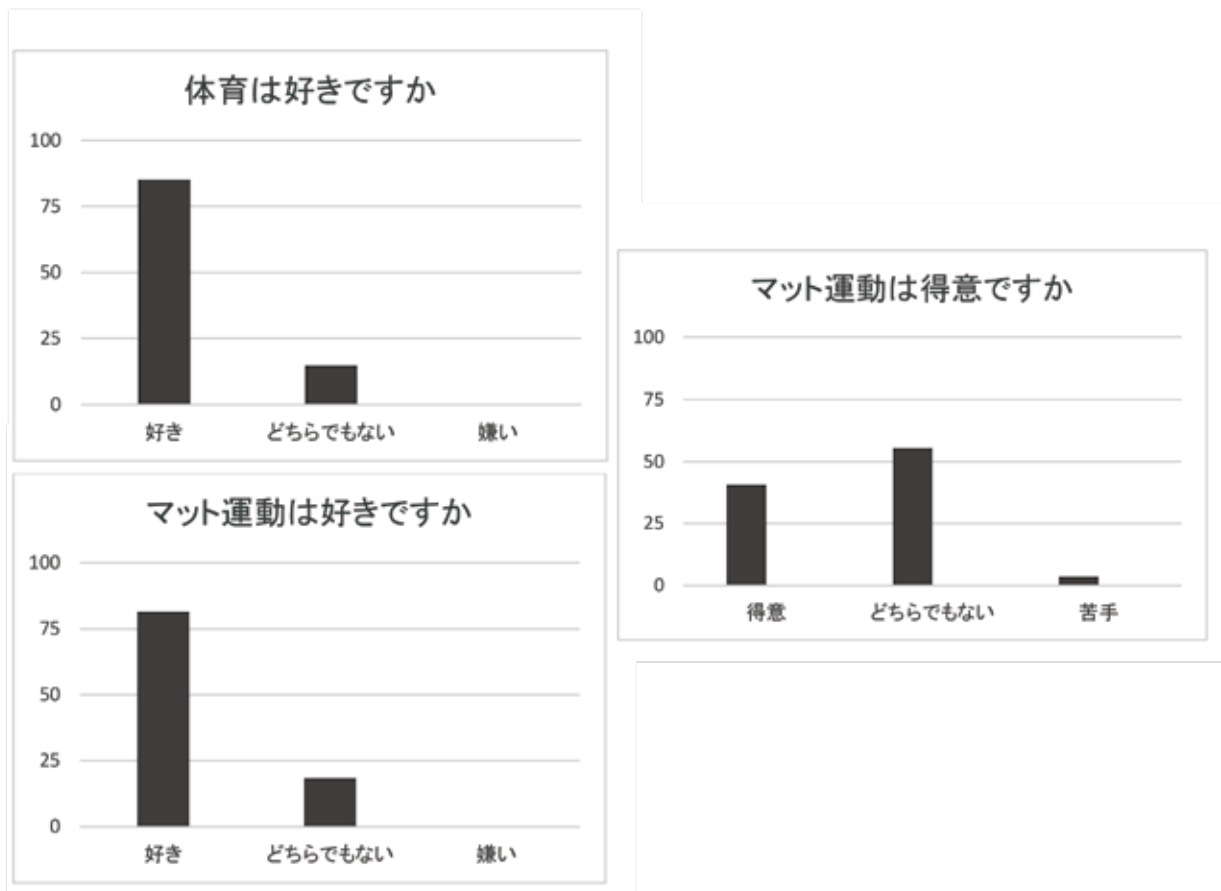
日 時：平成 29 年 11 月 10 日（金） 10：40～11：25
場 所：有田川町立藤並小学校 体育館
学 級：3 年梅組 29 名（男子 15 名 女子 14 名）
授業者：教諭 寺村 太樹

1 単元名 器械運動 「マット運動」

－ 回転名人！クルッとまわってピタッとポーズ －

2 指導にあたって

(1) 児童の実態について



本学級児童の意識調査結果では、体育が好きと答えた児童は 85%、どちらでもないと答えた児童は 15%、嫌いと答えた児童は 0%であった。マット運動が好きと答えた児童は 81%、どちらでもない児童は 19%、嫌いと答えた児童は 0%であった。好きと答えた児童は、「練習をすればどんどんできるようになっていくから」「得意だから」「友達や先生から褒められると嬉しいから」といった理由が挙げられている。できた喜びや認めてもらえた自信が、好きな理由につながっていると考えられる。一方、どちらでもないと答えた児童の理由には、「うしろが見えなくてこわい」「技が上手にできない」ということが挙げられていた。非日常的な動きがマット運動にはあるため、恐怖心を抱きやすく、技のポイントも押さえきれしていない実態が伺える。これらに対し、マット運動が得意ですかとい

う質問では、得意と答えた児童は41%、どちらでもないと答えた児童は56%、苦手と答えた児童は3%であった。「好き」と感じている児童に比べ、「得意」と感じている児童の割合が極端に低いという結果から、楽しいにもかかわらず技のポイントを押さえ習得するところまで至っていないという実態も見えた。

(2) 教材について

第3学年及び第4学年におけるマット運動は、基本的な回転技・倒立技に取り組み、自己の能力に適した技ができるようになるとともに、その発展技に取り組むことをねらいとしている。また、できるようになった技を繰り返したり組み合わせたりすることができるようになることもねらいである。マット運動の特性として、まず、「技ができるようになる」という楽しさと「技を完成させていく」という楽しさがあると考えられる。さらに、習得した技を繰り返したり組み合わせたりし、リズムカルな動きを味わうことで新たな楽しみを感じることもできる。また、ペアやグループで練習するなど、友達と共に楽しく取り組むことのできる運動でもある。一方、「できる」「できない」がはっきりしていること、自分の動きを確認することが難しいことなどから、苦手意識を持ちやすい運動でもある。また、技を失敗したときや、逆さ感覚などの非日常的な動きから恐怖心を持ちやすいという特性もある。

以上のような児童の実態と教材の特性を考慮すると、児童に明確に技のポイントを提示したり、多様な場を設定し、児童が選べるようにしたりして、「楽しい」を「得意」にしていける授業を展開していきたい。

(3) 指導について

まず、単元の見通しをもたせるために、オリエンテーションを行う。器械運動の特性や器具の扱い方・準備の仕方、準備運動等を確認する。準備運動では『ふじなみっ子運動』に取り組む。ねこちゃん体操をはじめ、「かえるの足打ち」「動物歩き」「回転技」「ゆりかご」を、音楽に合わせた7分間の運動で、器械運動における動きの感覚を養う。

学習形態はグループを基本とする学習活動を設定する。それを場面によって「等質グループ」や「異質グループ」の構成に分ける。試技・アドバイス・安全管理等に役割分担し、全員が各役割を経験できるようにローテーションする。

場の工夫は、坂道マットや段差マット等を設定する。色々な場や教具を使って運動し、スモールステップで技が身に付けられるようにする。

また、ICTの活用も積極的に取り入れる。録画した映像や示範の映像を見せ、技を視覚的に提示することで、体の動かし方やめあてをより具体的につかませる。特に、タブレット端末を活用し、動きをすぐに確認したり、ポイントをグループで共有したりできるようにする。

そして、学習カードはグループに1つ持たせ、課題を発見したり、確認したりするための手立てとする。また、技に関する資料や解説を添付することにより、友達の課題にあった的確なアドバイスができるようにする。

3 単元の目標

(技能)

基本的な回転技や倒立技をすることができるようにする。

(態度)

運動に進んで取り組み、きまりを守り仲良く運動したり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができるようにする。

(思考・判断)

自己の能力に適した課題を持ち、技ができるようにするための活動を工夫できるようにする。

4 単元の評価規準

| | 運動への 関心・意欲・態度 | 運動についての 思考・判断 | 運動の技能 |
|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 単 元 の 評 価 規 準 | <ul style="list-style-type: none"> ● マット運動に進んで取り組むこと。 ● きまりを守り、友達と励まし合って運動すること。 ● 器械・器具の準備や片付けを友達と一緒にすること。 ● 場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全を確かめたりするとともに、試技の開始前の安全を確かめること。 | <ul style="list-style-type: none"> ● 基本的な技の練習の仕方を知り、自分の力に応じた練習方法や練習の場を選ぶこと。 ● 基本的な技の動き方や技のポイントを知り、自分の力に合った課題を選ぶこと。 | <ul style="list-style-type: none"> ● 基本的な回転技をすること。 |
| 学 習 活 動 に 即 し た 評 価 規 準 | <ol style="list-style-type: none"> ① 自分の課題に対して進んで取り組んでいる。 ② グループの役割を守り、友達と対話しながら活動している。 ③ 準備や片付けを友達と協力し、時間を守って行動している。 ④ 安全面に留意してグループで声をかけ合っている。 | <ol style="list-style-type: none"> ① 基本的な回転技の動き方や技のポイントを理解している。 ② 課題に応じた練習方法や場を友達にアドバイスしている。 ③ 自己の能力に適した回転技を選んでいる。 | <ol style="list-style-type: none"> ① 基本的な回転技を行うことができる。 <p>【前転】 しゃがんだ姿勢から体を丸めて前方へ回転し、しゃがみ立ちになることができる。</p> <p>【後転】 しゃがんだ姿勢から体を丸めて後方へ回転し、しゃがみ立ちになることができる。</p> |

5 指導と評価の計画・・・・・・・・・・・・・・・・・・【別紙参照】

6 本時について

(1) 目標

(技能)

勢いのある後転をすることができるようにする。

(態度)

グループの役割を守り、友達と対話しながら活動できるようにする。

(思考・判断)

後転の動き方や技のポイントを知り、自分の力に応じた練習方法を工夫できるようにする。

(2) 展開 (本時：6 / 9時)

| | 学習内容・活動 | ○教師の指導・支援及び評価 (☆) |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 導入 | <p>1 器具の準備をする。 ・協力して、安全に準備する。</p> <p>2 『ふじなみっ子運動』に取り組む。 ① ねこちゃん体操 ② ぐっぴーん運動→動物歩き→前転 ③ 3段階ゆりかご</p> | <p>○安全に留意させる。</p> <p>○リズムカルな音楽に合わせて、本時の運動に必要な基礎感覚を養う動きを必要に応じて指示する。</p> |
| 展開 | <p>3 本時のめあてと内容を知る。 ※前時の正しい後転のポイントを振り返る。 友達と見合い、勢いのある後転を目指そう!</p> <p>4 課題解決をする。 視点1・・・おしりの位置</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>試行：後転 ・おしりの位置を色々変えて技に取り組む。 共有：グループでの取り組みの成果を全体で共有する。 →おしりを遠くにつけると勢いがつく! ・おしりがついた位置にシールでマーキングする。 挑戦：全体で共有したことを生かし、より勢いのある後転を目指す。 視点2・・・足を真後ろ(マット)にすばやくふる。</p> </div> | <p>○分解図をもとに技のポイントをキーワードやオノマトペを用いて分かりやすく示し、見合い教え合いに生かせるようにする。</p> <p>○児童のよい動きや学びを取り上げて賞賛するとともに全体で共有することで、挑戦に向けて友達と見合い教え合いながら動きを高めようとする意欲をもたせる。 ・坂道マットを用意し、勢いが足りない子への支援とする。 ・おしりがついた位置にシールでマーキングさせる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>☆ A 基本的な回転技を勢いよく行うことができる。 B 基本的な回転技を行うことができる。 【技能】(観察)</p> </div> |
| まとめ | <p>5 学習の振り返りをする。 ・おしりを遠くにつけることができたか。 ・お手本となる人、うまくなってきた人、できるようになった人の技を見る。</p> <p>6 まとめをする。 遠くにおしりをつけ、足をすばやくふることで、勢いのある後転ができる。</p> <p>7 整理運動、片付けをする。</p> | <p>○学習カードや学習の成果を見合うことで、自己の動きの伸びや高まり、友達と学び合う楽しさを振り返らせ、次時への意欲の喚起を図らせる。</p> |

回転名人！！

クルッと回って、ピタッとポーズ！

スター図鑑

| | 前転 | | | | 後転 | | | | |
|------|----|---|---|---|----|---|---|---|---|
| 1 班 | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ | ★ |
| 児童 A | | | | | | | | | |
| 児童 B | | | | | | | | | |
| 児童 C | | | | | | | | | |
| 児童 D | | | | | | | | | |
| 児童 E | | | | | | | | | |

- ★正しいじゅんぽんで回れた！
- ★両足でマットをける！「シュッ」
- ★□の「ピン」とのびて「キョッ」とかける！
- ★洋式トイレから洋式トイレへ！

- ★正しいじゅんぽんで回れた！
- ★つま先をすばやくマットに！
- ★手のひらをつける！おす！！
- ★□におしりがつけた！
- ★洋式トイレから洋式トイレへ！



すべての
スター☆を
クリアしよう！



8 考察（成果と課題）

| | |
|-----|-------------------------------------------------------|
| テーマ | 子ども1人1人が、運動のおもしろさを探求する授業 ～仲間と対話し、主体的に学びを深める活動を通して～ |
|-----|-------------------------------------------------------|

（1）児童の実態を踏まえた単元計画（学習過程）の作成について

単元の導入時においてオリエンテーションを行い単元全体の流れを示したことで、学習内容や準備物などを理解することに役立った。基本的な技に取り組む時間は、マット運動の得意な児童と苦手な児童を混合にした班で取り組むことで、児童同士の技の見合い、教え合いが行われやすい手立てとすることができた。また、技の習熟や発展技に取り組む場面を、児童の課題別の班で取り混ぜることで、児童の実態に応じた時間を設定することができた。また、準備運動に自校で創作した「ふじなみっ子運動」を実践したことで主運動につながる技の感覚を養うことができた。

単元を通して、回転技の技能の習得に課題が感じられたため、回転技の基本となる支持感覚を身に付けていく必要があった。今後も児童の実態に応じて、技に取り組む時間を増減させるなどをし、児童の技能向上につながる単元計画の作成に努めていきたい。

【板書の工夫】

技の分解図、オノマトペの活用、めあて・まとめの視覚化



【ふじなみっ子運動（ねこちゃん体操）】

主運動につながる動きを行う



（2）児童が、主体的に学習に取り組めるような授業づくりや学習形態の工夫点について

オリエンテーションを実施し、学習の流れをつかませたことで、学習内容や準備物などを理解したため、自主的な活動をする児童が増えてきた。教え合いの場や仕方を全員で共有させ、どのような声かけを行うのかを見本として見せることで、児童の主体的な活動につなげることができた。

しかし、技の完成度を高めていく過程では、まだまだ主体的、対話的な活動の場面をつくることは困難であった。そのために、主体的、対話的な深い学びのイメージを指導者が描いておくことやそのための手順や指導の在り方を学ぶ必要があると改めて気付かされた。今後はより専門的な知識や手立てを研究していく必要があると考える。

【ふじなみっ子運動（ゆりかご）】

回転技に必要な基礎感覚を養う



【共有タイム】

よい動きの中でポイントを探す



（3）指導と評価の一体化に向けた取組等について

まず指導の成果として、ポイントを理解できた児童は、見合い、教え合いの場面で着目する視点を絞って的確な声かけを行うことができていたことが挙げられる。また、技能向上のために、見てほしいポイントを伝えてから技に取り組むことで、技を行う側も見る側も集中して運動に取り組むことができてきた。

これからの課題としては、見る側のアドバイスの質である。「できていたよ」や「できていなかったよ」など、取り組んだ技の結果だけを伝えるだけに終わっていたように思えた。「できていたから次はここをがんばれ」や「こうやったらできるよ」というように、技の完成に近づく具体的なアドバイスができれば、より主体的な活動になっていくと考える。

児童同士が学び合う場面においては、技のポイントを全員で共有することで、そのポイントを理解できているか評価する手立てとできた。試行や挑戦の場面において、動画を撮影し、スロー再生することで評価しやすく、よりポイントを分かりやすく指導することができた。また、児童の技を評価するシートを作成し、共有の場面で見本となる児童を発表させることもできた。

今後は授業のまとめの時間においても、取り組んだ技のポイントや次につながる評価を行う時間をより多く設けていく必要があると考える。

【技の見合い、教え合い】

見てほしいポイントを伝え、教え合う



【振り返りタイム】

できるようになった技を見合う



(4) その他

学習規律や集団行動の取組を徹底したことで、運動にあてる時間が増え、意欲的に運動をする場面が増えてきた。事前アンケートで体育が嫌いだと答えていた児童の中には、単元の学習後、体育が好きという気持ちに変化した児童もいた。その理由として、「友達に教えてもらいできるようになって嬉しかった」や「できない技も練習すればできるようになることが分かった」など、友達との見合い、教え合いをすることで、次へのやる気につながっていく児童の姿が見られた。

動いてみて初めて自分の得意や苦手が分かる。それを克服するために必要なのは、主体的に取り組む児童の姿であると考えている。そのために、教師の言葉をできるだけ最小限に絞り、児童自ら考え活動できる手立てを用意することが大切である。安全に、そして楽しみながら主体的・対話的に運動に取り組める体育授業の在り方をこれからも考えていきたい。

【集団行動】

運動会で集団行動の発表をする



【場の準備】

すばやく安全に準備を行う





中學校取組事例

研究テーマ
主体的・対話的で
深い学びを通して自ら考える
体育学習

| | |
|------|---------------|
| 学校名 | 和歌山市立貴志中学校 |
| 住所 | 和歌山市梅原579-2 |
| 電話番号 | 073-452-8132 |
| 研究主任 | 宮崎 潤 |
| 対象集団 | 3年1・2組 男子 35名 |

I 集団の特徴と課題 Plan

1 集団の特徴

本学年の男子生徒は全体的に明るく、運動が好き
 な生徒が多く、何事にも積極的に取り組むことが
 できる。また、これまでの保健体育の授業や学級での
 諸活動において困っている仲間がいる時に声をかけ
 合う等、お互いに励まし合うことができる生徒が多
 い。

2 集団の課題

- ・ 運動する子としない子の二極化。
- ・ 体力、運動能力調査結果の各種目の全国平均
 と比較すると、握力、50m走、20mシャトルラン、
 反復横とびにおいて平均を下回っている。

- ・ 課題の設定や練習方法の選択・工夫等について
 は、自力解決を図ることを前提とし、固定された
 ペアやグループではなく、生徒同士の交渉により
 自主的につくる自然発生的なペア・グループで取
 り組むようにした。
- 2 対話的な学びのために
 - ・ 自分が困った時、手伝ってほしい時、助けてほ
 しい時には、援助がほしいことを自分から周りに
 伝えることができるように指導を行った。
 - ・ 教師からの支援や助言を精査し、生徒の活動を
 認め、褒める場面を多くした。
- 3 深い学びのために
 - ・ 個人の課題、取組に対しての教師の支援の工夫。
 - ・ 自己の振り返りを行う個人学習ノートの指導。
- 4 学習活動の支援
 - ・ タイマーやストップウォッチを必要数準備し、
 生徒自らが活動内容を組み立てることに役立てた。

II 取組の内容 Do

取組の内容

- 1 体力アッププランの作成
 新体力テストの結果から、課題と現状を把握し、
 課題解決のプランを立て、取り組む。
- 2 教科外活動において取組の充実
 - ・ 基本的な生活習慣の確立
 - ・ 昼休みの外遊びの推進
 - ・ 体育大会、校内マラソン記録会の取組
 - ・ 運動部活動の活性化
- 3 体育授業の充実
 - ・ 主体的、対話的で深い学びを通して自ら考
 える体育学習
 - ・ 運動の身体的、力学的知識を理解し、自らの
 体力の課題及び取り組み方の理解
 - ・ 様々な運動をより主体的、意欲的に取り組む
 中での運動技能及び体力の向上

◆工夫した点

- 1 主体的な学びのために
 - ・ 教師からの課題への取組のみでなく、生徒自
 らが課題を見付け、課題の解決に適した練習方
 法を考えたり工夫したりしながら取り組むよう
 にした。

III 取組の成果 CHECK

- 1 生徒自らが課題を見付け、課題の解決に適した練
 習方法を考えたり工夫したりしながら取り組む中で、
 課題解決に向け単独での活動を選択することも含め、
 ペア、グループで取り組むか、その時の仲間や人数
 はどうするかといったことについても生徒の主体性
 を尊重し取り組むことで、学習への意欲が高まり、
 活発に学び合いが生まれた。
- 2 新体力テストの結果を生徒が自己分析することで、
 自分の得意とするところや課題を知ることができた。
 それによって、自己の体力の向上に関心をもち、主
 体的に課題を解決しようとする意欲の向上につなが
 った。

IV 今後の課題 Action

- 1 教師の指導力
 - ・ 生徒自らの力で課題を解決できそうなのか、
 手立てや支援が必要なのか判断をし、生徒自ら
 の学びを保障するよう、適切な支援の内容やタ
 イミングについてさらに向上させる。
- 2 体力向上に向けての取組
 - ・ 各運動領域において、必要な運動能力（各筋
 力等）について深く理解させるとともに、その
 運動にふさわしい準備運動や補強運動も取り入
 れていきたい。



個々に合ったウォーミングアップ



自然発生したペアやグループによるミーティング



目標や課題に取り組んでいる様子



本時の振り返り・まとめ

保健体育科学習指導案

| |
|-------------------------------------|
| 日 時：平成 29 年 12 月 4 日（月） 13：25～14：15 |
| 場 所：和歌山市立貴志中学校 グラウンド |
| 学 級：3 年 1・2 組 男子 35 名 |
| 授業者：教諭 宮崎 潤 |

1 単元名 陸上競技「長距離走」

2 指導にあたって

陸上競技は、「走る」「跳ぶ」「投げる」などの運動で構成され、記録に挑戦したり、相手と競争したりする楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。第 1 学年及び第 2 学年の「基本的な動きや効率のよい動きを身に付ける」ことをねらいとした学習を受けて、第 3 学年では、「各種目特有の技能を身に付ける」ことを学習のねらいとし、自己の記録向上の喜びや、競争の楽しさを味わうことができるようにすることが大切である。

長距離走は、自己に適したペースを維持して、一定の距離をより速く走り通し、タイムを短縮したり、競争したりする競技である。生徒にとっては「苦しい」「しんどい」というイメージが先行してしまう可能性があるが、自己の課題を把握し、その課題解決に適した練習方法を工夫し取り組むことにより、記録の向上を期待できる種目である。練習の成果として、記録の向上が見られた時に喜びを感じたり、自分のペースを持続し、特定の長い距離を走りぬいたときの達成感を感じさせたい。

3 年 1・2 組の生徒は全体的に明るく、運動が好きな生徒が多い。これまでの保健体育の授業や学級での諸活動の様子から、苦しい時や困っている仲間がいる時に、声かけなどの励まし合う様子が見られた。

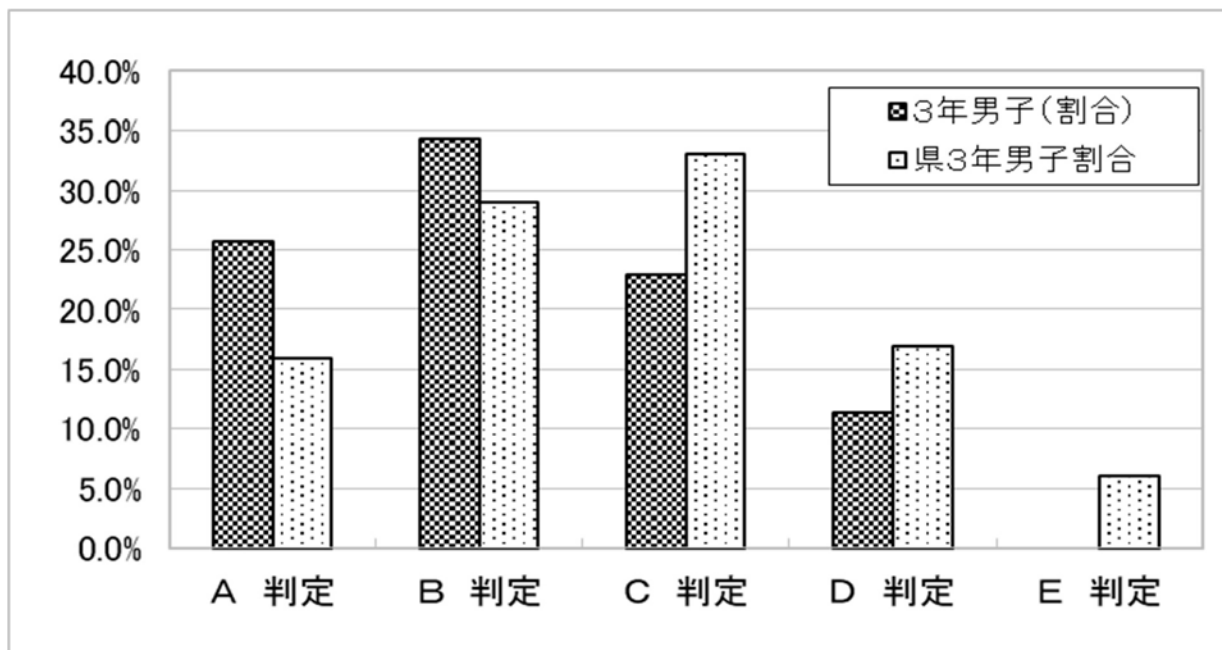
しかし、長い距離を走るという経験が少ない生徒が多く、長距離走に対して苦手意識を抱いたり、苦しさから諦めてしまう生徒もいると予想される。

陸上競技は基本的に個人スポーツである。自ら課題を見付け、練習方法を工夫し、個人で取り組んでいくことが大切なのは言うまでもないが、支援や励まし等が必要な時もある。その際に、互いの活動を停滞させることなく、教え合うという関わり方が大切になる。タイムの計測等の役割分担もさることながら、自然発生的なペアやグループを生かし、助言や励まし等、仲間と共に互いの意思・活動を尊重しながら個人スポーツを学び合う力を育てたい。

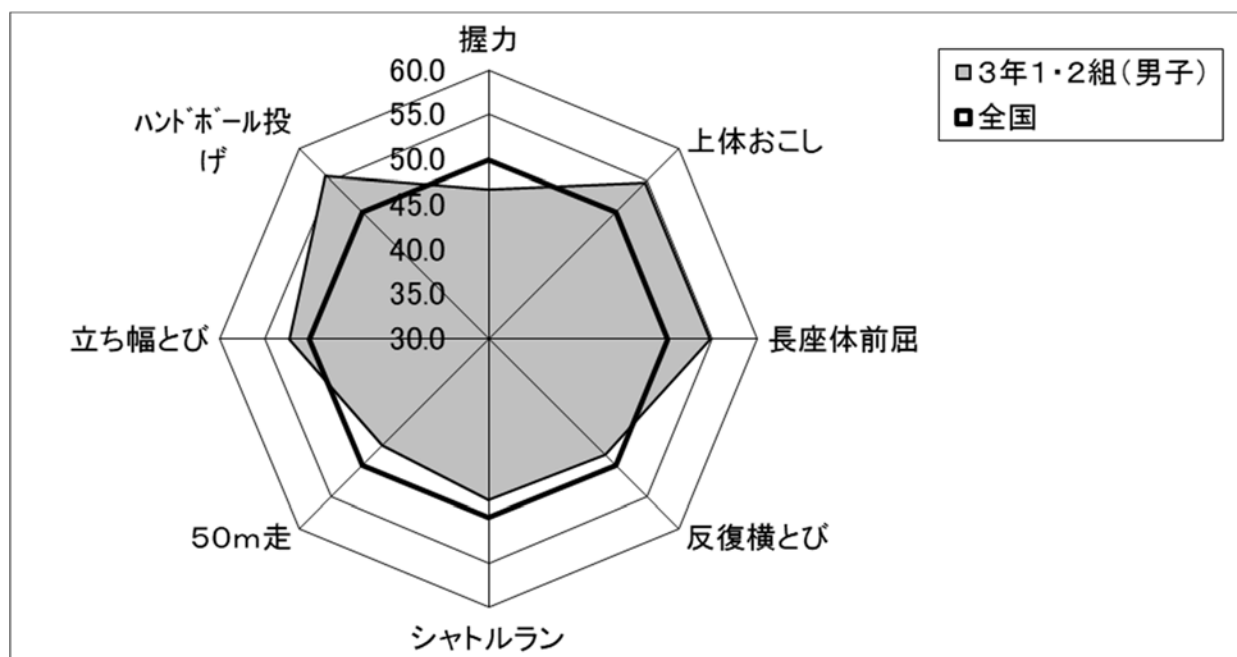
本単元では、ペース走に加え、インターバルトレーニングやレペティショントレーニング、ビルドアップ走等を学習内容に取り入れ、自分に合った練習方法を工夫することで、長距離走の学び方について理解させ、記録を高める喜びや楽しさを味わわせたい。

【平成29年度児童生徒の体力・運動能力調査結果から見た児童（生徒）の実態】

(グラフ1) 判定別割合



(図1) (Tスコアによる全国比較図)



3 単元目標

- ・自己に適したペースを維持して走ることができるようにする。(技能)
- ・自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。(態度)
- ・技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。(知識、思考・判断)

4 単元の評価規準

| | 運動への 関心・意欲・態度 | 運動についての 思考・判断 | 運動の技能 | 運動についての 知識・理解 |
|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 単元 の 評 価 規 準 | <ul style="list-style-type: none"> ●陸上競技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ●勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 ●分担した役割を果たそうとしている。 ●仲間の学習を援助しようとしている。 ●健康・安全に留意している。 | <ul style="list-style-type: none"> ●技術を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ●課題に応じた練習方法を選んでいる。 ●仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 ●学習した安全上の留意点を他の練習や競争場面に当てはめている。 | <ul style="list-style-type: none"> ●ペースを守り一定の距離を走ることができる。 | <ul style="list-style-type: none"> ●陸上競技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ●陸上競技に関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。 |
| 学 習 活 動 に 即 した 評 価 規 準 | <ol style="list-style-type: none"> ① 授業に対して意欲的に参加しようとしている。また、その準備をしようとしている。 ② 駅伝大会や記録会等において、ルールを守り、勝敗や結果を取り組んできた学習と関連付けて受け入れようとしている。 ③ 分担した役割を果たそうとしている。 ④ 気付いたことを仲間に伝えることができる。また、仲間の助言や協力の求めに対して応じることができる。 ⑤ ウォーミングアップやクーリングダウンを行い、用具等の準備、片付けができています。 | <ol style="list-style-type: none"> ① 自己の能力を知り自己に合った目標や課題を設定している。 ② 課題を解決するための練習方法を工夫している。 ③ 仲間と協力し、それぞれの練習効果を効率よく高めようとしている。 ④ 自己に適したウォーミングアップ、練習内容に合ったウォーミングアップを行っている。 | <ol style="list-style-type: none"> ① 自己に合ったペースで一定の距離を走ることができる。 ② 身に付けた力で記録を向上させることができる。 | <ol style="list-style-type: none"> ① 陸上競技の特性や成り立ちについて、言ったり書いたりしている。 ② 課題に合った練習の仕方やサポートの仕方を言ったり書いたりしている。 |

5 指導と評価の計画・・・・・・・・・・・・・・・・・・【別紙様式参照】

6 本時について

(1) 目標

- ・自己に合ったペースで一定の距離を走ることができる。(技能)
- ・長距離走の楽しみ方を学び、個人スポーツにおいて仲間との良好な関わり方を身に付けることができるようにする。(関心・意欲・態度)
- ・自分の目標を持ち、計画的に課題を解決していく方法を学ぶことができている。(知識、思考・判断)

(2) 展開 (本時：8 / 12)

| | 学習内容・活動 | ○教師の指導・支援及び評価 (☆) |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| はじめ | <ul style="list-style-type: none"> ○集合・挨拶・出席確認 ○全体ミーティング <ul style="list-style-type: none"> ・授業のルールを確認する ・本時の目標、練習計画の確認 | <ul style="list-style-type: none"> ○生徒の体調や健康確認をする。 ○本時の目標を確認した上で、練習に入る大切さを教える。 ○授業のルールを確認させる。 ○安全な活動を促す。 ☆積極的に学習できるよう声かけをする。 ○目標や計画を確認し、目標を達成させるためには、計画を立てることが大切であると助言する。 |
| なか | <ul style="list-style-type: none"> ○個人練習 <ul style="list-style-type: none"> ・ウォーミングアップ <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> ☆自分の目標を持ち、計画的に課題を解決していく方法を学ぶ。 </div> <p>【予想される生徒の姿】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・目標や計画があり効果的な活動ができている。 ・目標や計画はあるが、効果が大きくない活動を行っている。 ・目標はあるが、計画が合っていない。 ・目標も計画もなくほとんど活動できていない。 | <ul style="list-style-type: none"> ○練習計画を確認させ、安全に取り組みさせる。 ○ウォーミングアップの大切さを再確認させる。 ☆目標、練習計画のある学習が出来ているか確認する。(思・判) ○時間に配慮するよう助言する。 ○効果的な活動ができるよう助言する。 ☆自分の目標、課題を再確認させる。 ☆練習計画の見直しをさせ、各練習方法の特性を再度理解させる。 |

8 考察（成果と課題）

| | |
|-----|---------------------------|
| テーマ | 主体的・対話的で深い学びを通して自ら考える体育学習 |
|-----|---------------------------|

（1） 生徒の実態を踏まえた単元計画（学習過程）の作成について

長距離走は、自分に適したペースを発見し、一定の距離を走り通す中で、より速く走ろうとしたり、記録に挑戦したり、仲間と競争したりする種目である。生徒にとっては、「苦しい」「しんどい」といったイメージが先行しがちで、積極的に取り組むことが難しい面がある。よって、長距離走を楽しむためには、教師から与えられた練習をこなすのではなく、生徒自らが課題を見付け、課題の解決に適した練習方法を考えたり工夫したりしながら取り組むことで、自己の高まりを実感できるような学習過程が必要であると考えた。ただ、技能を高めるにあたっては、課題に合った練習方法とその効果についての知識が必要であり、基礎となる知識については、全体指導の中で扱うこととし、個人練習ではその知識を生かし工夫して取り組ませるようにした。

（2） 生徒が、主体的に学習に取り組めるような授業づくりや学習形態の工夫点について

主体的に学習を進める上で、課題の設定や練習方法の選択・工夫等については、自力解決を図ることを前提とした。しかし、自分の設定した課題や選択した練習方法・工夫に不安を持つ生徒や適切なものが分からない生徒等、仲間からの助言を求める生徒については、その旨を発信し、求められた生徒はその求めに応じることとした。また、練習方法が同様の生徒同士と一緒に練習に取り組んだり、走力の似た生徒同士がそれぞれの練習効果を効率よく高めるために、ペアやグループで取り組むこともあった。

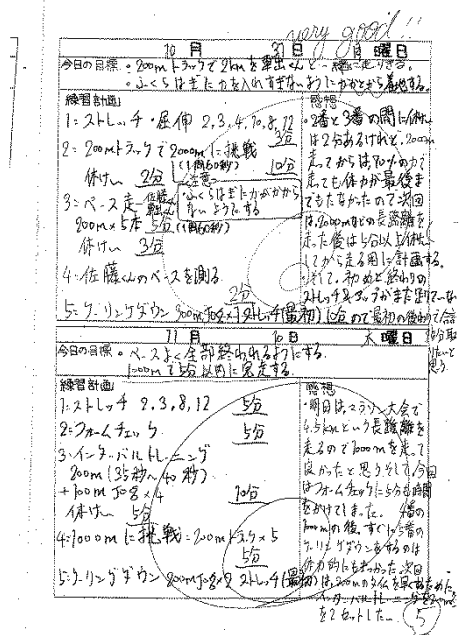


それらは、固定されたペアやグループではなく、練習計画に基づき、生徒同士の交渉により自主的に組まれるものとした。今回、それを「自然発生した」ペア、グループと呼ぶことにした。ときには、一人での活動を選択することも含め、ペア、グループで練習するか、そのときの仲間や人数はどうするかといったことについても、生徒の主体性に任せることで学習への意欲が高まり、活発に学び合いがなされた。

(3) 指導と評価の一体化に向けた取組等について

本単元では、はじめと終わりに記録会を行い、最終には駅伝を行った。第1回の記録会では、今の自分の力を確かめ、単元終了時にどれだけ練習の成果があったかを確かめるものと位置付け、第2回の記録会では運動の技能に関する総括的な評価を行った。駅伝については、身に付けた力で存分に楽しむことを重視し、学習する姿の総括的な評価は行ったが、記録や結果での総括的な評価は控えた。評価の主たる部分は、課題設定が適切であるか、その課題解決に向け練習計画を作成できたか、その練習で効果があったか、新たな課題を発見できたか、といった毎時間の状況に対する形成的評価である。

また、その過程において、どれだけ主体的に学び合っていたかという点においても形成的に評価した。それぞれの時間において形成的に評価し、生徒にフィードバックすることが指導との一体化を図ることにつながり、生徒の学びを深めたと考える。



3年1組 教師チェックカード

| 名前 | | 日付 | | 月 | 日 | 月 | 日 | 月 | 日 | 月 | 日 |
|----|--|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 月 | 日 | | | | | | | | |
| 1 | | めあて | | | | | | | | | |
| | | 学び | | | | | | | | | |
| 2 | | めあて | | | | | | | | | |
| | | 学び | | | | | | | | | |
| 3 | | めあて | | | | | | | | | |
| | | 学び | | | | | | | | | |
| 4 | | めあて | | | | | | | | | |
| | | 学び | | | | | | | | | |
| 5 | | めあて | | | | | | | | | |
| | | 学び | | | | | | | | | |
| 6 | | めあて | | | | | | | | | |
| | | 学び | | | | | | | | | |
| 7 | | めあて | | | | | | | | | |
| | | 学び | | | | | | | | | |
| 8 | | めあて | | | | | | | | | |
| | | 学び | | | | | | | | | |

5 指導と評価の計画

| 学習の段階 | 課題に応じたトレーニング | | | | 記録に挑戦 | | |
|--------------|--------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------|
| | オリエンテーション | 自己を知る | 練習方法・練習計画を知る | 5 6 7 8 9 10 11 12 | | | |
| 時数 | 1 | 2 | 3 4 | 5 6 7 8 9 10 11 12 | 12 | | |
| | 1～2 | | 3～4 | 5～11 | 12 | | |
| 第三学年 | 0 | オリエンテーション (学習の進め方・ルールを知る) | <p>○全体ミーティング ○本時の学習について</p> <p>○200mのタイム測定</p> <p>長距離走の練習方法・練習計画の仕方を学ぶ</p> <p>○インターバルトレーニング ○レベティオン ○トレーニング ○ビルドアップ走 ○ペース走 ○ウォーミングアップ、クーリング タウンの方法を知る</p> <p>次時の計画を立てる</p> | <p>○全体ミーティング</p> <p>○本時の活動について確認する</p> <p>○個人練習</p> <p>《予想される活動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ウォーミングアップ ・ペース走 ・レベティオントレーニング ・タイムトライアル ・持続走 ・インターバルトレーニング ・ビルドアップ走 ・クーリングダウン | <p>第2回 記録会 (2000m走)</p> | <p>駅伝大会</p> <ul style="list-style-type: none"> ・単元のまとめ | |
| | 10 | | | | | | |
| 20 | | | | | | | |
| 30 | | | | | | | |
| 40 | | | | | | | |
| 50 | | | <p>○全体ミーティング ○学習の振り返り</p> | <p>○全体ミーティング ○学習の振り返り</p> | | | |
| 運動への関心・意欲・態度 | ① (観察) | ② (観察) | | ③ (観察) | ④ (観察) | ⑤ (観察) | ② (観察) |
| 運動についての思考・判断 | | ① (学習ノート) | | ④ (学習ノート) | | ② (学習ノート) | ③ (学習ノート) |
| 運動の技能 | | | ① (観察) | | | ② (観察) | ② (観察) |
| 運動についての知識・理解 | | | | ① (学習ノート) | ② (学習ノート) | ① (学習ノート) | ② (学習ノート) |

研究テーマ

仲間と共に自己教育力を育む
 体育授業をめざして

| | |
|------|--------------|
| 学校名 | 海南省立第三中学校 |
| 住所 | 海南省海口市鳥居15-3 |
| 電話番号 | 073-482-0563 |
| 研究主任 | 芝崎 公彦 |
| 対象集団 | 3年A・B組 男子31名 |

I 集団の特徴と課題

Plan

1 集団の特徴

本学年の男子生徒は、授業意識調査で「体育の授業が好きである・やや好きである」と回答した生徒が87%と高く、日頃の授業の様子からも体を動かすことが好きであることが分かる。これまでの保健体育科の学習に対しても高い興味・関心を示している。また、意欲も高く、積極的に授業に取り組むことができ、友達や仲間に対しても自然とアドバイスや声かけができる。体力・運動能力は新体力テストの結果から見ると一般的であるが、E判定の生徒がなく、B判定とC判定の生徒が全体の80%を越えている。生徒同士の運動能力の差はあまりない。

2 集団の課題

運動能力は新体力テストの結果から、握力、長座体前屈、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げが全国平均に比べ劣っている。全身の筋力・瞬発力が課題である。握力、50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げの記録向上につながる全身の筋力・瞬発力や背筋力アップが必要となる。

また、全体の場での意見発表や授業の振り返り等は、言葉も少なく苦手である。

II 取組の内容

Do

取組の内容

- 体力アッププランの作成
 - 新体力テストの結果から、課題と現状を把握し、課題解決のためのプランを作成して取り組む。
- 体育科における取組
 - 授業導入部分で弱点を意識した補助運動を、種目特性を考慮しながら導入する。
 - 運動量確保のための手立て。
 - 分かる、できる、楽しい授業づくり。
- 教科外活動における取組
 - 休憩時間の体育館・グラウンドでの遊びの推奨
 - 運動部活動でのトレーニング

◆工夫した点

- 体力向上
 - 股関節・肩甲骨周辺の筋力アップや肩関節のトレーニングを全授業のウォーミングアップで行った。また、グラウンドにおける授業では、背筋力アップのため懸垂トレーニングや鉄棒ぶら下がりトレーニングをウォーミングアップに取り入れた。また、ダッシュやキャッチボール、剣道の素振りなど基本動作を多く時間設定して習得させるとともに筋力を高めようとした。
- 授業への意欲向上
 - 本校では授業への意欲の向上が体力向上につながると考え、授業の工夫・改善を繰り返した。また、意欲の向上には「できた」「分かった」「なるほど」と感じることでできる場面が必要である。そこで、ペア活動・グループ活動を多用し、教え合う時間を設定した。また、それを全体で共有することにより学びを深めた。
- 剣道研究授業
 - 今回の剣道の授業では、導入のウォーミングアップで準備運動とともにリズム剣道を行った。剣道の足さばきや素振りを取り入れたオリジナルのもので、剣道の基本技能の習得とともに弱点である項目の体力向上につなげた。また、運動量確保のため活動時間を多くとった。さらにグループ活動での教え合いが活発になるように、タブレットで撮影した動画を活用して取り組ませた。

III 取組の成果

CHECK

- 授業導入時の補助運動や強化トレーニングは体力アップに直結するものではなかったが、技能向上には有効であった。
- グループ活動やペア活動における教え合いは、できる、分かる喜びを感じることができた生徒が多かった。特に動きをタブレットで撮影し、動画を止める・スロー再生しながらの話し合いは活発で分かりやすく、生徒の技能・意欲の向上につながった。

IV 今後の課題

Action

- 仲間と共に授業に取り組み、技能・意欲の向上につながった。タブレットの活用は非常に有効であったため、今後も様々な取組で活用していきたい。
- 新体力テストにおいて、筋力・瞬発力は毎年全国平均を下回る。体育授業の準備運動では継続して体力向上トレーニングに取り組むが、生徒個人の意識を変える必要がある。日頃の遊び・運動の大切さや楽しさを知ることができるよう、教科だけでなく学校全体で体力向上・健康に関する取組を増やしていきたい。



リズム剣道



動画撮影



ICTにより自分の動きを確認



条件付き互角稽古



リーダーの発表（活動内容の共有）



防具を片付ける

保健体育科学習指導案

| |
|-------------------------------------|
| 日 時：平成 29 年 11 月 10 日（金）10：55～11：45 |
| 場 所：海南市立第三中学校 体育館 |
| 学 級：3 年 A・B 組 男子 31 名 |
| 授業者 教諭 芝崎 公彦 |

1 単元名 武道「剣道」

2 指導にあたって

(1) 教材観・指導観

剣道は竹刀を使って、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、相手を攻撃したり相手の技を防御したりすることによって、勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わう運動である。第3学年では、相手の動きの変化に応じた攻防を展開できるようにすることを学習のねらいとするため、自由練習や簡単な試合の時間を多く取り入れる。その中で常に相手の人格を尊重し、礼儀作法を重んじることで好ましい社会的態度の育成につながることを期待できる。また、自己の課題を発見し、運動の取り組み方を工夫する中で、自己教育力の成長も促されると考える。

海草地方中学校体育研究会では『仲間と共に自己教育力を育む体育授業をめざして』を研究テーマに、①『学習意欲を喚起させる』、②『学び方を習得させる』、③『生き方につなげる』の3つの柱を立て授業の工夫・改善に努めてきた。

剣道の学習では『学習意欲を喚起させる』ために授業の導入に主運動につながるウォーミングアップを兼ねてリズム剣道を取り入れる。また、自由練習中にお互いに動きを観察し、教え合う時間を取り入れることにより、意欲の向上を図りたい。『学び方の習得』では、指導の計画・学習カードや教科書・視聴覚教材を適宜用いることにより、動きや打突のイメージを理解しやすくする。さらに、グループでの話し合い活動を導入することにより、課題の発見や解決につなげ、自分自身のできばえがより明確に理解できるようにする。今回の授業では、人間関係や技能を考慮し、どのグループも活動力が均等になるよう1グループ4人で編成した。活発な教え合い活動を期待したい。最後に『生き方につなげる』では、グループ練習で活発に助言や激励などの意見を出し合うことにより、グループのメンバーと上手く機能し合い、礼を重んじ相手を尊重する心や集団の中で生きていく力につながると考えている。

(2) 生徒観

本学年の男子生徒は、次の剣道授業意識調査の結果に見られるように、体を動かすことが好きで、これまでの保健体育科の学習に対して高い興味・関心を示している。また、意欲も高く、積極的に授業に取り組むことができ、友達や仲間に対しても自然とアドバイスや声かけができる。体力・運動能力は新体力テストの結果から見ると一般的であるが、E判定の生徒がなく、B判定とC判定の生徒が全体の80%を越えている。

一方、全体の中での意見発表や授業の振り返りの記入等は、苦手な生徒も見られる。言語活動やグループ活動の場を増やし、協働的な学びから、仲間と共に高め合う授業を展開したい。

《剣道授業意識調査》

昨年度アンケート

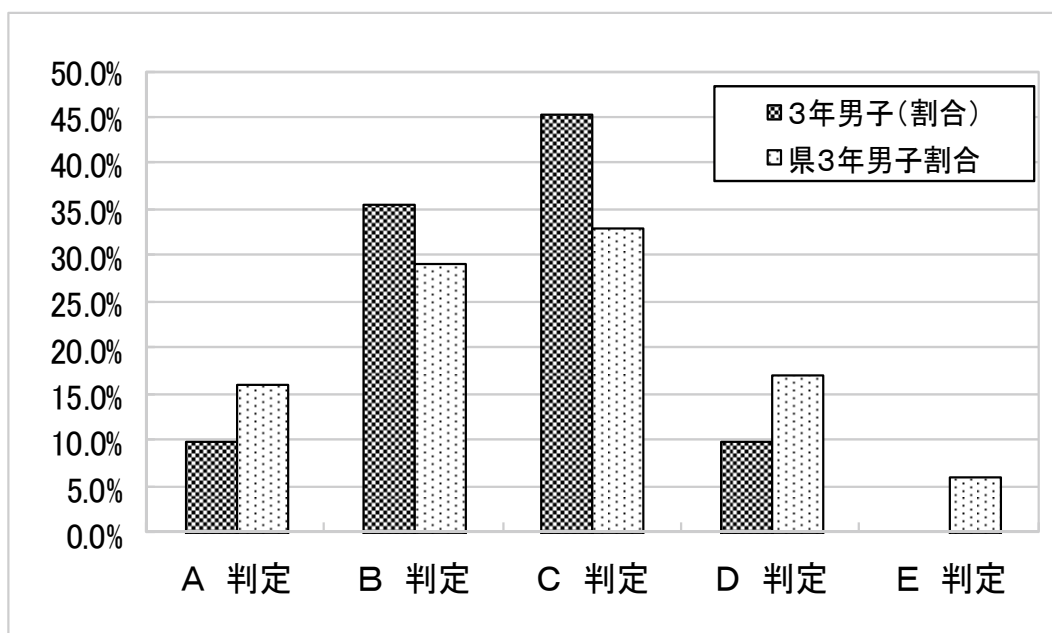
| 項目 No. | 質問内容 | そう思う | ややそう思う | あまりそう 思わない | 思わない |
|--------|--------------------------|------------------------------------------------------|--------|---------------|------|
| 項目 1 | 体育の授業は好きである。 | 67% | 30% | 3% | 0% |
| 項目 2 | 剣道の授業は楽しみである。 | 10% | 50% | 30% | 10% |
| 項目 3 | 剣道に興味がある。 | 7% | 30% | 33% | 30% |
| 項目 4 | 剣道をするにあたり不安がある。 | 10% | 30% | 27% | 33% |
| 項目 5 | 剣道が楽しくなるためには何が必要だと思いますか。 | 技術、礼儀、協力、けじめ、競争心、武士になりきる、やる気、楽しいことをする、ルールを守る、集中力、声だし | | | |

今年度アンケート

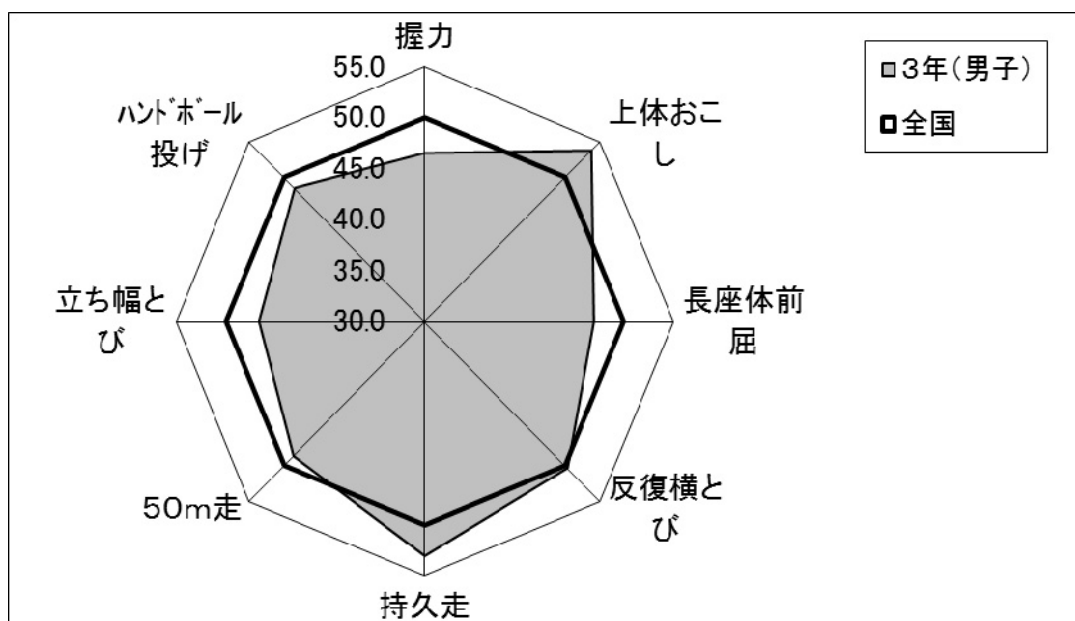
| 項目 No. | 質問内容 | そう思う | ややそう思う | あまりそう 思わない | 思わない |
|--------|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------|------|
| 項目 1 | 体育の授業は好きである。 | 77% | 10% | 13% | 0% |
| 項目 2 | 剣道の授業は楽しい。 | 23% | 48% | 26% | 3% |
| 項目 3 | 剣道に興味がある。 | 7% | 48% | 32% | 13% |
| 項目 4 | 剣道をするにあたり不安がある。 | 7% | 19% | 39% | 35% |
| 項目 5 | 剣道は心を落ち着かせたり、心身を鍛練したりすることにつながる。 | 55% | 32% | 13% | 0% |
| 項目 6 | 剣道の気合い（大きな声を出す）には、どんな意味があるか分かる。 | 52% | 39% | 6% | 3% |
| 項目 7 | 剣道では礼儀作法が大切である。 | 100% | 0% | 0% | 0% |
| 項目 8 | 剣道が楽しくなるためには何が必要だと思いますか。 | 技術、礼儀、協力、けじめ、武士になりきる、声だし、互角稽古、勝つ喜び、多くの人と関わる、アドバイス、教え合い、相手を尊重する、緊張感、相手の動きを読む力 | | | |

〔平成 29 年度生徒の体力・運動能力調査結果から見た生徒の実態〕

〔グラフ 1〕 判定別割合



〔図 1〕【T スコアによる全国比較図】



3 単元の目標

- (1)相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技や得意技を用いて、相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの攻防を展開することができるようにする。(技能)
- (2)自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。(態度)
- (3)伝統的な考え方、技の名称や見取稽古の仕方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。(知識、思考・判断)

4 単元の評価規準

| | 運動への 関心・意欲・態度 | 運動についての 思考・判断 | 運動の技能 | 運動についての 知識・理解 |
|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 単 元 の 評 価 規 準 | <ul style="list-style-type: none"> ● 剣道の学習に自主的に取り組もうとしている。 ● 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。 ● 自己の責任を果たそうとしている。 ● 互いに助け合い教え合おうとしている。 ● 健康・安全を確保している。 | <ul style="list-style-type: none"> ● 自己の技能・体力の程度に応じた得意技を見付けている。 ● 提供された攻防の仕方から、自己に適した攻防の仕方を選んでいる。 ● 仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。 ● 健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。 ● 剣道を継続して楽しむための自己に適したかわり方を見付けている。 | <ul style="list-style-type: none"> ● 相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、得意技のいずれかができる。 | <ul style="list-style-type: none"> ● 剣道の伝統的な考え方について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ● 技の名称や見取稽古の仕方について、学習した具体例を挙げている。 ● 剣道に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ● 運動観察の方法について理解したことを言ったり書き出したりしている。 ● 試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。 |
| 学 習 活 動 に 即 した 評 価 規 準 | <ol style="list-style-type: none"> ① 技を高め、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技を身に付けることに自主的に取り組もうとしている。 ② 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を自らの意志で大切にしようとしている。 ③ 練習や簡単な試合の進行などで仲間と互いに合意した役割に、責任をもって自主的に取り組もうとしている。 ④ 仲間の課題を指摘するなど教え合ったりしながら練習に取り組もうとしている。 ⑤ 竹刀・防具や施設の安全確認、けがの防止などに留意して練習に取り組んでいる。 | <ol style="list-style-type: none"> ① 自己の技能・体力の程度に応じた得意技を見付けている。 ② 提供された攻防の仕方から、自己に適した攻防の仕方を選んでいる。 ③ 仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。 ④ 健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。 ⑤ 剣道を継続して楽しむための自己に適したかわり方を見付けている。 | <ol style="list-style-type: none"> ① 相手の動きの変化に応じた基本動作を行いながら基本となる技、得意技を用いて攻防ができる。 ② しかけ技や応じ技を身に付け、相手の動きに応じて攻防をスムーズに展開することができる。 | <ol style="list-style-type: none"> ① 剣道の伝統的な考え方、学習する意義について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ② 技の名称や見取稽古の有効性について、学習した具体例を挙げている。 ③ 相手との攻防に必要な技術と関連させて体力を高める方法について、学習した具体例を挙げている。 ④ 自己観察や他者観察など運動観察の方法や有効性について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ⑤ 簡単な試合におけるルール、審判や運営の仕方について、学習した具体例を挙げている。 |

5 指導と評価の計画・・・・・・・・・・・・・・・・・・【別紙参照】

6 本時について

(1) 目標

- ・しかけ技や応じ技を身に付け、相手の動きに応じて攻防をスムーズに展開することができる。(技能)
- ・仲間の課題を指摘するなど教え合ったりしながら練習に取り組もうとすることができる。(態度)
- ・技の名称や見取稽古の有効性について、学習した具体例を挙げることができる。
- ・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘することができる。(知識、思考・判断)

(2) 展開 (本時：6 / 10 時)


| | 学習内容・活動 | ○教師の指導・支援及び評価(☆) |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 導 入 10 分 | 1 集合、整列、挨拶 2 準備運動、リズム剣道 ・竹刀の安全点検を行う。 3 本時のめあて、内容の確認 | ○健康状態の確認を行う。 ○正しく防具を装着できているか確認する。 ○本時の活動の流れ、めあてについて説明する。 |
| 展 開 30 分 | 4 面、小手の装着 ・2人組で行う。 5 グループ練習 ・一つのグループ4人で行う。 ・面打ち、小手打ち、胴打ちの基本技の打ち方の確認を行う。 6 グループによる自由練習(条件付き五角稽古) ・2人は自由練習、その他1人は見取稽古、もう1人は撮影 ・役割を分担し、動画の動きから打突の機会を観察し、教え合う。 7 グループによる自由練習(五角稽古) ・2人1組になり打突の機会を意識して自由練習を行う。 | ○スムーズに装着できるよう指示や補助を行う。 ○正しく面を装着できているか確認する。 ○気剣体の一致を意識させる。 ☆関心・意欲・態度－④【観察】 ○簡単な礼法を行わせる。 ○基本の姿勢は中段の構えであることを意識させる。 ○残心を意識させる。 ○打突の機会を意識させる。 |
| ま と め 10 分 | 8 防具を外す、集合、整列 9 学習のまとめ、振り返り 10 挨拶、片付け | ○体調を確認する。 ○学習カードに振り返りを記入し、本時の授業を振り返る。 |

- 7 学習資料（添付）・・・・・・・・・・・・・・・・・・【別紙参照】
- 8 考察（成果と課題）

| | |
|------------|-------------------------------|
| テーマ | 仲間と共に自己教育力を育む体育授業をめざして |
|------------|-------------------------------|

（１）生徒の実態を踏まえた単元計画（学習過程）の作成について

本学年の男子生徒は、これまでの保健体育科の学習に対して高い興味・関心を示し、体を動かすことが好きな生徒が多い。また、意欲も高く、積極的に授業に取り組むことができ、友達や仲間に対しても自然にアドバイスや声かけができる。グループ活動や教え合う時間を設け、タブレットで撮影した動画を活用することで、さらに活発な意見交換、お互いに高め合う姿が現れた。



（２）生徒が、主体的に学習に取り組めるような授業づくりや学習形態の工夫点について

学習カードの作成


A3サイズ1枚の学習カードにより、これまでの学習を振り返りが容易にできるように工夫した。活動の様子や理解度・達成度を把握するため、毎時間助言及び評価を行った。

グループづくり

技能の習熟度のバランスや体格等を考慮し、最終の団体戦につながるよう1グループ4人編成とした。グループ活動では一人一人が役割を分担し、責任を持って取り組んだ。

機器の活用・教具の工夫

授業のウォーミングアップとして『リズム剣道』を行った。曲に合わせて楽しく基本動作の習得・ウォーミングアップを行うことができた。グループ活動ではお互いに動きを観察し、教え合うことが重要になる。その材料としてタブレットを活用して動画を撮影した。タブレットで撮影した動画は容易に一時停止・スロー再生が可能で細かな動きに着目でき、気付いた点を伝え合う等してグループ活動が深まった。



(3) 指導と評価の一体化に向けた取組等について

『指導と評価の計画』の作成ではいつ、どの評価をするべきか、評価のタイミングと評価方法のバランスを重視した。特に評価のタイミングについては、技能の評価において、学習した内容を反復練習し、習得するまでの過程・期間を考慮し、評価するようにした。生徒の活動中にも評価を実施し、その場で助言もすることで、生徒の目標達成に向けた支援となった。



(4) その他

リズム剣道

『学習意欲を喚起させる』ために授業の導入に主運動につながるウォーミングアップを兼ねてリズム剣道を取り入れた。慣れ親しんだ紀州っ子かがやきダンス「STORY」の曲に乗せて、剣道の基本となる送り足や素振りの稽古につながるオリジナルのリズム剣道である。楽しく剣道のウォーミングアップを行うことにより、基本技能を高めるとともに、生徒の意欲も高めた。また、生徒全員で一斉に取り組むことで、声も大きく出すことができ、授業の導入には効果が大きかった。



剣道学習カード 年 番 氏名()

| 月/日 | 授業のめあて | めあて 達成 度 | 授業の感想 | 次回の課題 | 備考 |
|-----|--------|----------------|-------|-------|----|
| / | | | | | |
| / | | | | | |
| / | | | | | |
| / | | | | | |
| / | | | | | |
| / | | | | | |
| / | | | | | |
| / | | | | | |
| / | | | | | |
| / | | | | | |

自己評価

A 満足できた B 少しできた C まだ不十分

| 観点 | 評価項目 | / | / | / | / | / | / | / | / | / | / |
|----------|----------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 関心・意欲・態度 | 剣道の試合や練習を楽しむことができた | | | | | | | | | | |
| | グループやパートナーと協力できた | | | | | | | | | | |
| | 相手に対する礼儀を重んじて行動できた | | | | | | | | | | |
| | 床や竹刀、防具等安全に注意することができた | | | | | | | | | | |
| 思考・判断 | 練習の仕方を理解して、お互いに練習できた | | | | | | | | | | |
| | 自分の課題を見付け、解決する練習ができた | | | | | | | | | | |
| | 稽古や試合で作戦を立てることができた | | | | | | | | | | |
| 知識・理解 | 剣道の特性や歴史が分かった | | | | | | | | | | |
| | 剣道の作法、基本的な打ち方や受け方、技が分かった | | | | | | | | | | |
| | 試合のルールや進め方が分かった | | | | | | | | | | |
| 技能 | 防具を正しく着脱できた | | | | | | | | | | |
| | 大きなかけ声とともに面や小手、胴を正しく打つことができた | | | | | | | | | | |
| | しかけ技(二段の技、出ばな技、引き技、払い技)で打つことができた | | | | | | | | | | |
| | 応じ技(抜き技、すり上げ技、打ち落とし技)で打つことができた | | | | | | | | | | |
| | 気・剣・体の一致を意識して打突できた | | | | | | | | | | |
| | 試合で審判を正しくできた | | | | | | | | | | |

研究テーマ

自らが進んで運動に取り組み、運動を通して課題を解決することができる体育学習
 ～仲間とともに高め合う姿を目指して～

| | |
|------|------------------|
| 学校名 | 紀の川市立貴志川中学校 |
| 住所 | 紀の川市貴志川町上野山232 |
| 電話番号 | 0736-64-2521 |
| 研究主任 | 森田 康介 |
| 対象集団 | 2年4組 男子17名・女子18名 |

I 集団の特徴と課題 *Plan*

1 集団の特徴

体育授業は男女共習で行っている。授業に対して意欲的な生徒がほとんどである。授業に際し、「体育の授業が好きですか」のアンケート調査を行ったところ、30名が「はい」と答える結果であった。

体力・運動能力調査の判別割合からみると、県平均に対して、該当クラスの男子ではA判定及びC・D判定が比較的多い結果であった。女子は、県平均と比べ、A・Bの判定者の割合が上回っており、比較的良好な結果が出た。

2 集団の課題

各種目の県・全国平均と比較すると、男女共に反復横とびや長座体前屈が下回っている。瞬間的に判断し行動する能力や身体の可動範囲の狭さにより起こる怪我などを未然に防ぐため、敏捷性や柔軟性を高めていく必要がある。

II 取組の内容 *Do*

取組の内容

- 体力アッププランの作成
 新体力テストの結果より、生徒の課題と現状を把握し、課題解決のためのプランを作成して取り組む。
- 体育授業での取り組み
 - 全学年男女共習にて行う。
 - 主体的・対話的で深い学びをテーマに、保健体育科で研究を行う。
 - 授業の準備運動として、その種目にあつたトレーニングを行う。
 - 男女共習で行う「楽しい」体育授業の実践。
 - 苦手な生徒に対しての教具の工夫。
 - ICT機器を活用した体育学習。
 - 授業ノートを活用し、毎時間の振り返りを大切に授業。
- 跳び箱運動での取組
 課題とする技を「かかえ込み跳び」とし、そこから「屈身跳び」に発展させていくよう設定した。その中で、技の各局面でのポイントを精査し、生徒同士の活動につなげていくようにした。

◆工夫した点

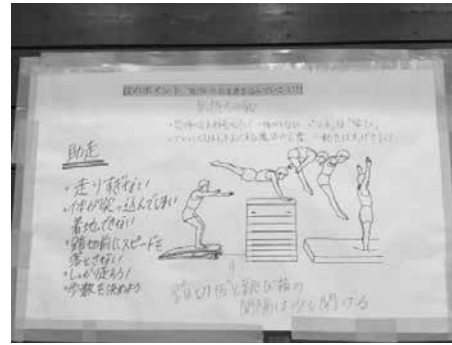
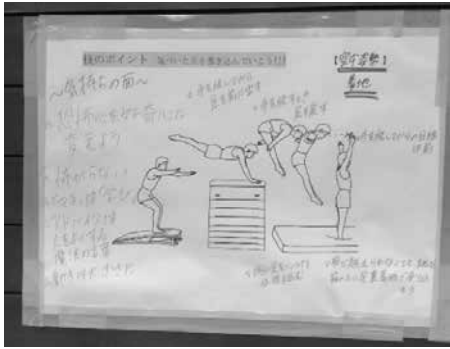
- 各領域に関連させた補助運動をウォーミングアップで実施した。
- 学習ノートは、グループノートと個人ノートの2種類を活用し、グループ、個人それぞれの課題が明確になるようにし、容易に振り返りができるようにした。
- 積極的にグループ活動を展開し、仲間とともに活動をする中で、課題を解決していく気づきが生まれるようにした。
- タブレットを用い、自身の活動を客観的に確認することで、グループ活動をさらに活発なものにしていくよう工夫をした。

III 取組の成果 *CHECK*

- 授業で各領域に関連させた補助運動を行うことで、体力向上と、その意識付けにつながった。
- 2種類の学習カードを活用することで、個人が高めたいポイントをグループで共有することができ、グループでの活動が活発になった。
- タブレットに遅延撮影アプリを導入し、定点撮影を行うことで、撮影係の役割を省く事が出来、活動が円滑に進んだ。自分の活動をその都度確認をすることで、技術的なポイントの気づきにもつながった。また、活動に取り組む意欲の向上にもつながった。

IV 今後の課題 *Action*

- 生徒の体力や運動能力を分析し、常に体力の向上を目指した運動を各領域で工夫して行う必要がある。
- 運動の苦手な生徒への学習の場づくりや教具の工夫など、指導の手立てについて研究を深める。
- 生徒の体力向上に向け、保健体育科の授業の充実をさることながら、規則正しい生活の確立を目指し、保健分野の指導においても効果的に学習を進める必要がある。



【技能習得のための、ポイントの共有】
壁に技の図を貼り、跳び箱運動で大切になる「助走」「踏み切り」「着手」「空中姿勢」「着地」「気持ちの面」に対してのポイントを模造紙にまとめ、壁に掲示をした。



【柔軟性を高めるための補助運動の一例】
毎時間、体力向上を意識した活動を取り入れた。特に、課題であった柔軟性の運動は毎時間取り入れた。



【技能習得のためのポイントの可視化】
模範演技をスロー再生に加工をし、プロジェクターで投影を行う。よい動きを全員で共有し、技能獲得を目指す。



【タブレット機器の活用】
遅延撮影アプリを導入し、定点撮影とすることで、撮影係の役割を省いた。活動後、すぐに確認をする事ができるよう工夫をした。



【グループでの補助】
技能習得のために、補助方法を学習し、グループ内で技への挑戦と観察の役割を交互に行わせた。



【グループでの役割】
グループ内で2グループに分け、活動と観察の役割を交互に行う。



【グループでのアドバイス活動】
ホームグループでのアドバイス活動。成果と課題を確認した後、スペシャルグループでの活動につなげた。

保健体育科学習指導案

| |
|-------------------------------|
| 日 時：平成29年11月10日（金）10：30～11：20 |
| 場 所：紀の川市立貴志川中学校 体育館 |
| 学 級：2年4組 35名（男子17名 女子18名） |
| 授業者 教諭 森田 康介 |

1 単元名 器械運動「跳び箱運動」

2 指導にあたって

本校生徒は、比較的落ち着いて学校生活を送れており、どの教科でも授業態度は良好で、体育の授業に対しても前向きな生徒が多い。

本校では部活動加入は任意となっているが、ほとんどの生徒が、部活動に加入し運動を行っている。このように運動に対する意識も高いが、新体力テストの結果においては、全国平均に若干下回る種目がいくつかある。また、運動が得意、不得意である生徒の二極化が激しく見られることから、個々の体力差も大きい。

保健体育の授業については、第1学年では友達と励まし合ったり、お互いのできばえを評価し合ったり、アドバイスをを行う場面を取り入れた授業を行った。第2学年になってから行った陸上競技・バスケットボール・ソフトボールの授業の中でも、ペアやチームで作戦を考えたり、課題を見出したりして改善していく学習を行った。

本単元では、仲間同士で協力して練習したり、仲間との関わりを持つ場面や励まし合い、教え合ったりする学習を通じて技能の向上を図るとともに今まで以上に集団としての力を伸ばしていきたいと考える。

器械運動は、マット運動、鉄棒運動、平均台運動、跳び箱運動から構成され、種目の特性に応じて多くの技がある。これらの技に挑戦し、その技のできる楽しさや喜びを味わうことができる運動である。学習する技は、回転したり、手で支えて跳び越したりする運動で、日常においてあまり経験しない動きが特徴である。それだけに、目標とする技を学習対象にして伸ばしていくためには、基本的な動きや予備的な動きを身に付けたり、練習の場を工夫したりすることが必要な領域である。その中でも跳び箱運動は、切り返し系と回転系の技の中から自己の能力に適した技を選択し、その技がよりよくできるように技能を高めていくことが大切である。

第1学年で行ったマット運動では、小学校でマット運動が苦手という生徒も多数いた。また、小学校のマット運動の授業においては、学習する技の種類に限りがあったことから、新しい技に挑戦し、できたときの成功体験が少ないように感じられた。そのため、授業では、マットへの着手の仕方や回転時の体の使い方などを指導し、技をよりきれいで滑らかに行えるようになることで、技のできる楽しさや喜びを味わえるようにしてきた。

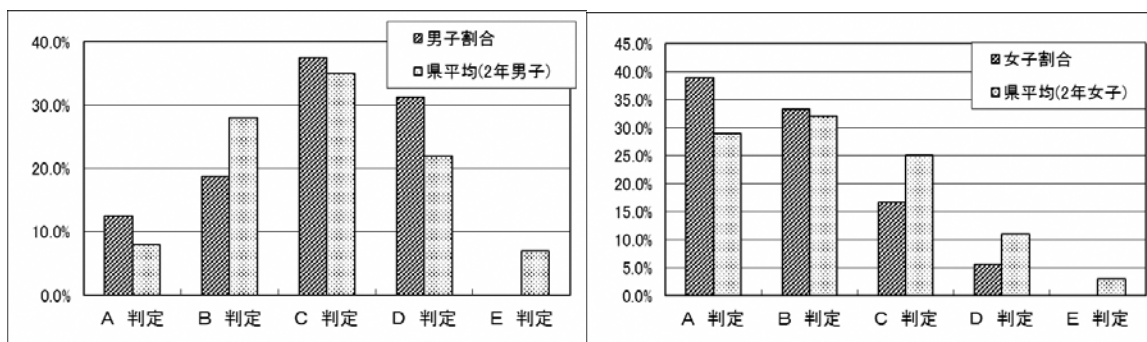
第2学年の跳び箱運動では、着手時の腰の高さと安定した着手・力強い突き放しが大切だと考える。本単元では、「かかえ込み跳び」を基本とし、発展技の「屈身跳び」の習得を目指す。その上で、技の各局面のポイントと練習方法・補助方法についても学習を進め、

将来的には「前方倒立回転跳び」にもつなげていきたい。技術習得の際に、グループでの学習を多く取り入れることで、かかわり合いの深まりを目指した。また、今できる技を磨いたり、新しい技に挑戦していく関心・意欲も高まることを期待した。

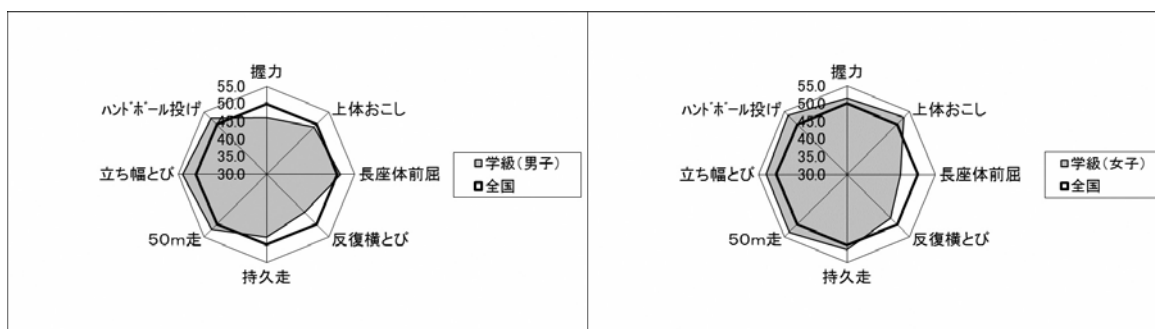
そこで、跳び箱運動に入る前に、器械運動に対する意識調査を第2学年173名に行った。「跳び箱運動は好きですか？」の問いに対して、「好き」と答えた生徒が82名であった。一番多かった理由が「できたときの達成感が気持ちいい」であった。逆に「嫌い」と答えた生徒が75名いた。その理由として、「怖い」「過去に怪我をしたことがあるから」「できないから」などが圧倒的多数の意見であった。また、女子生徒からの意見として、少数ではあるが、「男子に見られるのがいや」という意見もあった。

跳び箱運動は技の特性から「できる」「できない」が明確に表れる運動であるが、補助や互いの動きを観察し合う活動から、協力し合って学習する楽しさや、技の達成感やできばえを通して楽しさや喜びを味わうことができるようにしたい。また、タブレットなどのICT機器を積極的に活用し、グループで互いの技を確認し合い、成果・課題を共有することで、『できた』『分かった』『楽しかった』を味わえるようにするとともに、仲間とともに意欲的に取り組む態度も養い、お互いに高め合えるようにしたい。

〔平成29年度児童生徒の体力・運動能力調査結果から見た児童（生徒）の実態〕
〔グラフ1〕判定別割合（男女別）



〔図1〕【Tスコアによる全国比較図（男女別）】



3 単元の目標

(技能)

跳び箱運動では、繰り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技、発展技を行うことができるようにする。

(態度)

跳び箱運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。

(知識、思考・判断)

器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、関連して高まる体力など理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

4 単元の評価規準

| | 運動への 関心・意欲・態度 | 運動についての 思考・判断 | 運動の技能 | 運動についての 知識・理解 |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 単 元 の 評 価 規 準 | <ul style="list-style-type: none"> ● 器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ● よい演技を認めようとしている。 ● 分担した役割を果たそうとしている。 ● 仲間の学習を援助しようとしている。 ● 健康・安全に留意している。 | <ul style="list-style-type: none"> ● 学習する技の合理的な動き方のポイントを見付けている。 ● 課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選んでいる。 ● 仲間と学習する場面で、仲間のよい動きなどを指摘している。 ● 仲間と学習する場面で、学習した安全上の留意点を当てはめている。 | <ul style="list-style-type: none"> ● 繰り返し系や回転系の滑らかな基本的な技、条件を変えた技、発展技のいずれかができる。 | <ul style="list-style-type: none"> ● 器械運動の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ● 技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ● 器械運動に関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。 |
| 学 習 活 動 に 即 し た | <ul style="list-style-type: none"> ① 繰り返し練習している仲間の努力やよい演技を認めようとしている。 ② 練習などを行う際、器具の出し入れなどの分担し | <ul style="list-style-type: none"> ① 学習する技の合理的な動き方のポイントを見付けている。 ② 仲間と学習する場面で、仲間のよい動きなどを指摘し合っている。 | <ul style="list-style-type: none"> ① 踏み切りから空中姿勢をとってから着手する動き方、突き放しによって着地するための動き方で、技の一連の動 | <ul style="list-style-type: none"> ① 跳び箱運動の特性や成り立ちについて、言ったり書き出したりしている。 ② 技の構造を理解するとともに、練習の仕方や技の |

| | | | | |
|------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------|
| 評価規準 | た役割を果たそうとしている。 ③ 体調の変化、器械・器具や練習場所など、自己や仲間の安全に留意している。 | ③ 自分の能力に適した技を習得するための練習方法を工夫している。 ④ 仲間と学習する場面で、学習した安全上の留意点を当てはめている。 | きを滑らかにして跳び越すことができる。 ② 学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで跳び越すことができる。 | できればの確かめ方を理解している。 |
|------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------|

5 指導と評価の計画・・・・・・・・・・・・・・・・・・【別紙参照】

6 本時について

(1) 目標

- ・ 基本的な技を、一連の流れで、滑らかに行うことができるようにする。(技能)
- ・ 器械運動に積極的に取り組むとともに、健康・安全に気を配ることができるようにする。(態度)
- ・ ICT機器や資料を用いて、よい動きや修正点をお互い指摘し合うことができるようにする。(知識、思考・判断)

(2) 展開 (本時：5 / 10時)

| | 学習内容・活動 | ○教師の指導・支援及び評価 (☆) |
|--------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------|
| 導 入 | 1 ランニング、整列・挨拶 欠席・体調等確認 | ○出欠確認、健康状態を確認する。 |
| | 2 準備運動・柔軟体操 | ○けが防止の為、入念に行わせる。 ○元気よく、丁寧に行わせる。 |
| | 3 動きづくりの運動 (グループ) ステップ練習を行う。 | ○仲間の運動を観察し、よかった点、課題点を評価し合えるようにする。 |
| | 4 本時のめあて、流れの確認 | ○本時の目標と流れについて説明する。 |
| | ○基本的な技をより美しく、滑らかに表現するために、資料とタブレットを活用し、仲間のよい動きや修正点を指摘し合おう。 | |

| | | |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>展開</p> | <p>5 かかえ込み跳び、屈身跳びの練習 (ホームグループ)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>グループで、踏切り、着手、突き放し、着地の一連の流れを意識して取り組む。</p> </div> <p>タブレットを活用する →</p> <p>アドバイスを記入する。 (スペシャルグループ)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>グループを解き、高さ別のグループでかかえ込み跳び・屈身跳びに取り組む。</p> </div> | <p>○仲間の活動に対し、一本一本よかった点、修正点をアドバイスし合うように指導する。</p> <p>☆タブレットと資料を用い、修正点を指摘しあっている。(観察・ノート)</p> <p>【知識、思考・判断】</p> <p>○自分に合った場を選択するよう指導をする。</p> <p>○できない生徒には、着手後、足裏跳び乗りを指導する。</p> <p>○全くできない生徒には開脚跳びで跳び越すことを指導する。</p> |
| <p>まとめ</p> | <p>6 本時の振り返り 自分の本時の成果と課題を確認する。</p> <p>7 集合・整列 次時の確認を行う。 片付け、挨拶を行う。</p> | <p>○本時の振り返りをノートに記入させる。</p> <p>○次時の課題を設定し、学習の見通しを持たせる。</p> <p>○学習する技の合理的な動きのポイントを見付けることができたかどうかを確認させ、発表をさせる。</p> <p>○けが、体調の確認を行わせる。</p> <p>○全員で協力して素早く片付けを行わせる。</p> |

7 学習資料 (添付)

跳び箱 学習ノート (月 日)

今日の目標

今日の振り返り

| 評価の観点 | 評価 (一箇コメントも書く) |
|--------|----------------|
| 動作 | |
| 高身 | |
| 空中での姿勢 | |
| 着地 | |

振り返り

| 評価の観点 | 評価 |
|----------------|----|
| 練習に主体的に取り組めた | |
| 協力して準備や片付けができた | |
| アドバイスをきくことができた | |
| 教室に静粛して練習できた | |

良くてできた できた もう少し できなかった

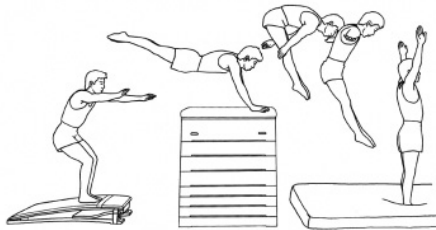
今日の振り返りのポイント及び感想や次の課題をかくるよう
を考えた上、感想、次時への課題を

今日の私を見て

仲間からの グッドポイント

仲間からのアドバイス【魔法の言葉】

～ 振り返り ～



8 考察（成果と課題）

| | |
|-----|-----------------------------------------------------------------|
| テーマ | 自らが進んで運動に取り組み、運動を通して課題を 解決することができる体育学習 ～仲間とともに高め合う姿を目指して～ |
|-----|-----------------------------------------------------------------|

（1）生徒の実態を踏まえた単元計画（学習過程）の作成について

本学年の生徒に「体育の授業は好きですか」のアンケートを実施したところ、「好きだ」と答えた生徒が多い結果であった。しかし、跳び箱運動に対しては、約半数が消極的な回答であった。理由としては、技術の習得に個人差が出やすい上、跳び箱を跳び越えることに対する不安感や、恐怖感を感じることにある事がアンケートより分かった。

これらの生徒の実態を踏まえ、本単元では、全員で共有できる課題の技（かかえ込み跳び→屈身跳び）を設定し、その技が「できた」という喜びを全員に味わわせるとともに、より美しく技ができるようになる楽しさや、達成感を味わわせることを大切にして授業を進めた。生徒の主体的な学習を促すために、単元計画と指導と評価の計画を明確にした。その結果、単元のねらいから、目指す目標と、解決すべき課題を明確にすることによって、生徒が見通しをもって学習を進めることができた。また、はじめの段階では活動の方向性が明確に把握できていなかった生徒も、仲間との関わりを通じて、学びを共有でき、自分の課題や役割を意識し、授業に取り組めるようになった。



(2) 生徒が、主体的に学習に取り組めるような授業づくりや学習形態の工夫点について

①学習カードの活用

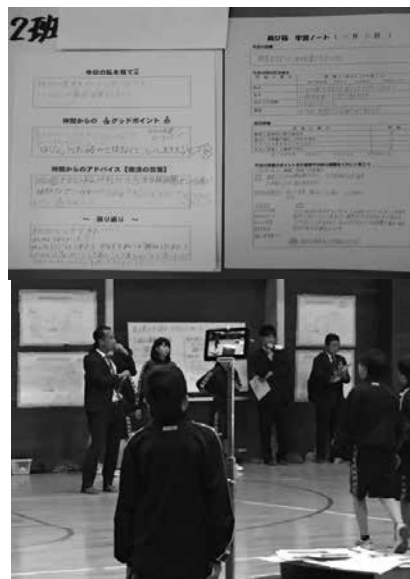
技のポイントが確認できるイラストと、仲間から助言が欲しい動きの部分を記入し、アドバイス活動に生かしていく個人カードと、授業後の振り返りを行う個人ノートの2種類を活用することで、課題を解決する取組に効果を発揮した。また、自己や仲間の知識を活用することで生徒の主体的な学習活動を高め、技能の向上や意欲の向上につなげることができた。

②グループによる学習

教え合いの活動の充実のため、技の習熟度を考慮しグルーピングを行った。グループ内では、技への挑戦と観察の役割を交互に行いながら学習を進めた。

③タブレットの活用

タブレットを活用することで、技の実施後、自分の動きを確認することができ、技術的なポイントの気付きにもつながった。また、遅延撮影アプリを導入したことで、定点撮影を行うことができ、撮影係の役割を省くことによる円滑な学習を進めることができた。

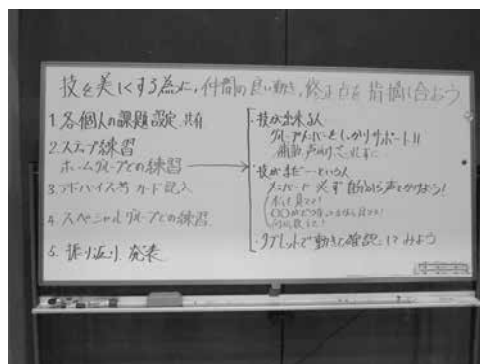


(3) 指導と評価の一体化に向けた取組等について

指導と評価の一体化を図るために、単元計画と評価計画を作成し授業を進めた。

毎時間、ホワイトボードに「本時のめあて」を提示し、本時の学習内容を把握させるとともに、目標を持って取り組ませるように意識をした。

グループノートと個人ノートの2種類を活用し、毎時間の自己評価・相互評価が行えるように工夫をした。また、グループ活動や、ゲームにおいて、主体的に対話的な学びを通して、個人やグループに応じた課題を仲間とともに解決するよう取り組ませ、的確な考えが出せているかを観察やノートから評価を行った。生徒は見通しをもって学習に取り組むことができ、学習活動についての評価に対して、新たな課題を見付けることにつながった。



(4) その他

跳び箱運動の授業を行うにあたり、安全面に十分に留意した。しかし、本校には生徒数に対してセーフティマットや跳び箱の数が不足気味であるので、近隣中学校から借り、授業を行っている。生徒が安心して体育授業に取り組むことができるように、教具の充実を図る必要がある。



5 指導と評価の計画

| 学習の段階 | 屈身跳び(かかえ込み跳び)の練習 | | | | | | 個人の技能を高める | | | | | |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-------|--|
| | オリエンテーション | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | |
| 時数 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | | |
| | 1 | 2~6 | | | | | | 7~9 | | | 10 | |
| 0 | 1 学習のねらいや、進め方を知る。 2 準備運動を知る。 3 学習カードを作成し、使い方を知る。 | 1 場の準備をする 2 準備運動、ストレッチを行う | | | | 1 場の準備をする 2 準備運動、ストレッチを行う 3 屈身跳びから回転系の跳び方へ発展させて技の練習を行う。 切り返し系 ○ かかえ込み跳び ↓ 屈身跳び→開脚伸身跳び ↓ 回転系 ○ 前方倒立回転跳び | | | | | 演技発表会 | |
| 10 | 4 準備運動を知る。 5 場の準備方法を知り、協力をする。 6 学習のふり返り 7 片付け | 3 感覚つくり(ドリル)を行う。 ・踏切板の使い方 ・カエル跳びによる着手の意識と、足の切り返し、腰の高さを意識する運動 | | | | | | | | | | |
| 20 | 4 屈身跳び(かかえ込み跳び)の練習【ホームグループ】 ○グループでタブレットを用いて練習をする。 ○お互い課題を見つけ、解決に取り組む 5 学習の振り返り 6 片付け | 4 屈身跳び(かかえ込み跳び)の練習【ホームグループ】 5. 屈身跳びのグループ発表(中間発表) | | | | | | | | | | |
| 30 | 4 準備運動を知る。 5 場の準備方法を知り、協力をする。 6 学習のふり返り 7 片付け | 5. 場を設定し、自分に合った場を選択して屈身跳び(かかえ込み跳び)の練習【スペシャルグループ】 6 学習の振り返り 7 片付け | | | | | | | | | | |
| 40 | 4 準備運動を知る。 5 場の準備方法を知り、協力をする。 6 学習のふり返り 7 片付け | 6 学習の振り返り 7 片付け | | | | | | | | | | |
| 50 | 4 準備運動を知る。 5 場の準備方法を知り、協力をする。 6 学習のふり返り 7 片付け | 6 学習の振り返り 7 片付け | | | | | | | | | | |
| 運動への関心・意欲・態度 | ① (観察) | ② (観察) | ③ (観察) | ④ (観察) | ⑤ (観察) | ⑥ (観察) | ⑦ (観察) | ⑧ (観察) | ⑨ (観察) | ⑩ (観察) | | |
| 運動についての思考・判断 | ① (学習ノート) | ② (学習ノート) | ③ (学習ノート) | ④ (学習ノート) | ⑤ (学習ノート) | ⑥ (学習ノート) | ⑦ (学習ノート) | ⑧ (学習ノート) | ⑨ (学習ノート) | ⑩ (学習ノート) | | |
| 運動の技能 | | | | | | | | | | ② (観察) | | |
| 運動についての知識・理解 | ① (学習ノート) | | | | | | | | ② (学習ノート) | | | |

研究テーマ

みんなが『主体的』を理解・意識し、共に学び合う授業

| | |
|------|------------------|
| 学校名 | 有田川町立吉備中学校 |
| 住所 | 有田郡有田川町下津野1223-1 |
| 電話番号 | 0737-52-2059 |
| 研究主任 | 上野山 達也 |
| 対象集団 | 3年D・E組 女子26名 |

I 集団の特徴と課題

Plan

1 集団の特徴

当該クラスは、運動が得意だと感じる生徒と、苦手だと感じている生徒が半数ずつ程度である。体育が得意な生徒も苦手な生徒も、まじめに楽しみながら体育の授業に取り組むことができている。

新体力テストのアンケートでは、「体力に自信がありますか」という質問に対し、あると答えた割合は5%と、とても低い結果であった。

つまり、身体を動かすことが得意な生徒も体力には自信がない状況である。

また、仲のよい友達と話しながら、課題解決に取り組むことは得意であるが、決められた中での活動が苦手である。

2 集団の課題

平成29年度児童生徒の体力・運動能力調査から、「持久走」以外の種目が全国平均よりも低い状態である。なかでも、「上体起こし」が特に低くなっていることが課題である。

そのため「筋持久力」を伸ばすために取り組んでいきたい。

II 取組の内容

Do

取組の内容

1 体育授業における取組

- ・ 授業の準備運動としてランニングと種目にあつたサーキットトレーニングを行う。
- ・ 運動時間を確保するために、導入部分でねらいや流れを確認させる。
- ・ 起立式のボードを作成し、そこにノートを掲示して活用させる。

2 保健体育科における授業研究

- ・ 生徒が主体的に取り組む授業をテーマに保健体育科で研究を行う。
- ・ 保健体育科全員が研究授業を行う。

3 体育授業以外の取組

- ・ 体育大会、校内駅伝大会を行う。
- ・ 「主体的」を学年のテーマとして、体育授業以外の学校生活でも意識し学校全体としての取組を進める。

◆工夫した点

1 体育授業での工夫

- ・ 準備運動では、種目にあつたサーキットトレーニングを行った。短い時間で様々な運動を全力で行えるようにした。
- ・ 運動時間確保のために、起立式のボードを作成した。ボードを使うことで、地面に座って書く時間がなくなり、書いたらすぐに活動できるように工夫した。また、ノートも簡単なものにし、書く量を減らし運動時間の確保につなげられるようにした。

2 体育授業以外の工夫

- ・ 学校生活でも主体的に活動できるように学年集会で具体例を示した。

III 取組の成果

CHECK

1 体育授業の変化

- ・ 準備運動でサーキットトレーニングを行うことで身体が温まり、活動が活発になったと感じる。体力の向上につなげるためには、これを継続していきたい。
- ・ ボードを使用することで、書くことによる活動が止まる時間が少なくなったと感じる。また、ノートも書く量を精選したため、単元の流れが見てすぐに分かり、主体的な活動につながった。

2 保健体育授業の研究

- ・ 保健体育科教員全体が主体的な授業を行うための意識が高まった。

IV 今後の課題

Action

準備運動でサーキットトレーニングを取り入れることや、ボードを使用することで主体的に学習に取り組むことができ、体力の向上につながっていると考えているため、引き続き取組を継続していきたい。

「筋持久力」に特化した取組を行うことができなかったため、今後サーキットトレーニングの中に取り入れられるようにしていきたい。

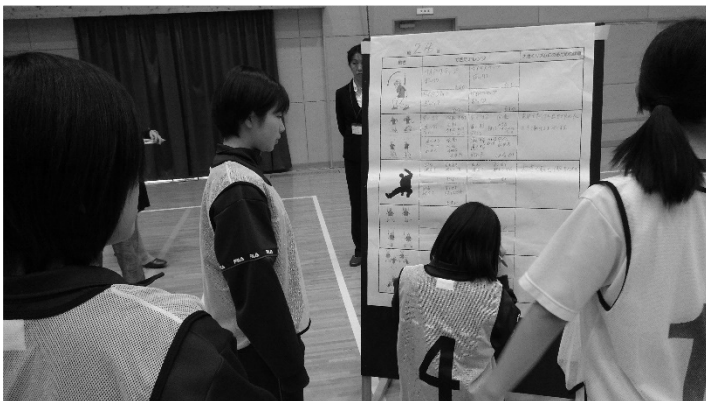
研究を行うことで、体力向上のための授業づくりへの意識が高まってきた。さらに研究を続けていきたいと考えている。



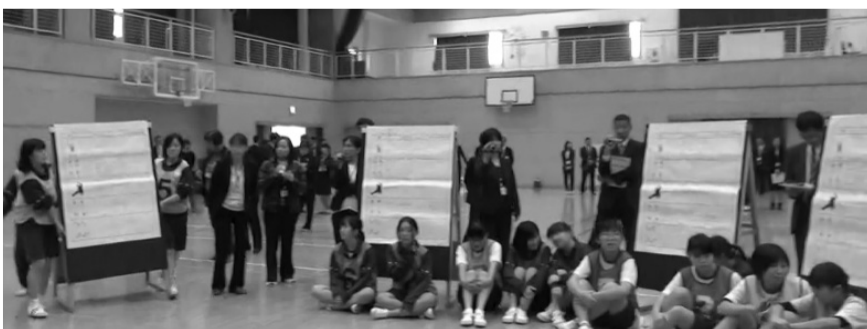
準備運動の様子



ダンスバトルの様子



振り返りを記入する様子



本時の振り返り・まとめ

保健体育科学習指導案

| |
|-------------------------------------------------|
| 日 時：平成 29 年 11 月 10 日（金） 10：50～11：40 |
| 場 所：有田川町立吉備中学校 体育館 |
| 学 級：3 年 D・E 組女子 26 名 (D 組女子 13 名 E 組女子 13 名) |
| 授業者：教諭 小松 柔 |

1 単元名 ダンス「現代的なリズムのダンス」

2 指導にあたって

ダンスは、「イメージをとらえた表現や踊りを通じた交流を通して仲間とのコミュニケーションを豊かにすることを重視する運動で、仲間とともに感じを込めて踊ったり、イメージをとらえて自己を表現したりすることを楽しさや喜びを味わうことのできる運動」である。本単元で取り上げる「現代的なリズムのダンス」は、ロックやヒップホップなどの現代的なリズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って体幹部（重心部）を中心に全身で自由に弾んで踊ることをねらいとしており、グループの仲間と一緒に踊ることでダンスの楽しさを感じながら、よい部分を認め合ったり、教え合ったりして共に学び合うことができる運動である。ヒップホップのリズムの特徴は、ロックよりも遅いテンポで強いアクセントがあるので 1 拍ごとに強いアクセントのある細分化されたビートを強調することが示されている。そのリズムに縦のりの動きの特徴をとらえ、踊れるようになることが大切である。

ダンスは、踊ることが恥ずかしいと感じることがあるため、楽しく踊ることのできる雰囲気づくりが大切である。また、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにすることが大切である。発表や交流の場面で、他のグループや仲間のダンスを認め合い、互いに助け合い教え合いながら学習できるようにしていきたい。

3 年 D、E 組女子、26 名は指示されたことに対しては積極的に取り組むことができるクラスである。現代的なリズムのダンスは 1 年次に「紀州っ子がやきダンス」を行い、2 年次にはロックとヒップホップのリズムのダンスを行い、ロックとヒップホップのダンスの違いを学んでいる。ダンスに対する苦手意識は低く、踊ることが楽しいと感じている生徒が多い。しかし、保健体育の授業では、課題を発見したときに、今何をしたらいいのかを考えて行動することや、グループで教え合うこと、話し合うことも苦手である。そのため、本校の研究主題である「みんなが『主体的』を理解・意識し、共に学び合う授業」にするために以下の工夫を行った。

(1) 学習過程、学習形態の工夫

学習過程の工夫では、自由に踊れるようになるために、前半では動きに変化を付けられることを目標にした。後半部分では、前半で変化を付けた動きに、まとまりを付けて踊ることができるようになることを目標に構成した。前半で行う動きは全て簡単にできるものを選び、変化させることに重点を置いた。変化を考える中で、グループ内で教え合ったり、工夫したりできるようにした。後半では、前半で考えた動きの変化と仲間の

習得している動きの変化を認め合いながら、つくり上げていけるようにした。また、ヒップホップのリズムにのるために、授業の初めにロックのリズムで心と身体をほぐし、違いを表現できるようにした。

学習形態の工夫では、グループ活動を積極的に取り入れ、話し合ったり、助け合ったりしながら活動できるようにした。また、グループ内だけではなく、グループ同士でバトルを行うなど交流する機会を多く取り、様々な違いに気付かせ、コミュニケーション活動を活性化させ、自分たちでポイントを見付けられるように取り組んできた。また、ICT機器を利用し、自己や仲間の動きを客観的に見たり、繰り返し見たりすることで、お互いにアドバイスできる環境をつくった。

(2) 協働的な学び（学習）を効果的に取り入れた指導

主体的の意味を理解するところから始めた。主体的とはどのような行動なのか、具体的に考え実践できるようにした。体育の授業で主体的に考えて行動することで、それを学校生活にも生かして行動することを考えさせた。練習方法を工夫しているグループの動きを振り返りの時間に紹介し、主体的な取り組み方について理解できるようにした。

また、自分たちで課題に気付き、解決していけるようにした。そのために教師の発問を工夫した。答えを教えてしまうのではなく、めあてを達成するためにどんな練習が必要か考えさせる発問をするようにしている。

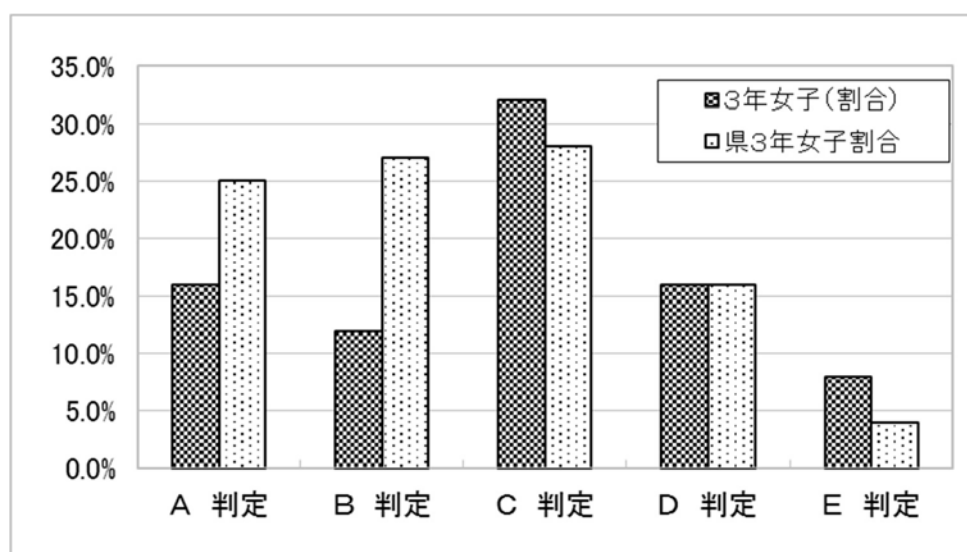
最後に、ボードの工夫に取り組んだ。ノートを参考にポイントを確認したり、作戦を立てたり、前回の反省や課題を確認して活動したりできるようにした。

(3) 指導と評価の在り方

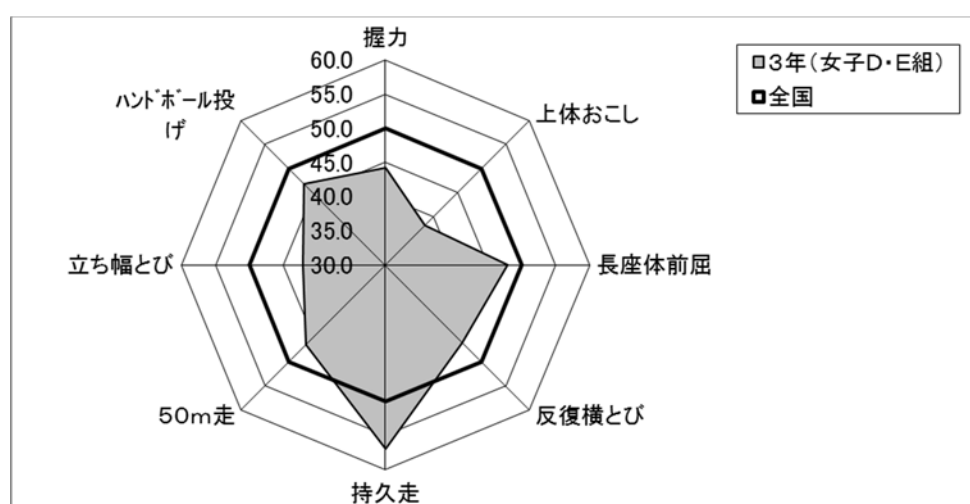
リズムに乗ること、大きく踊ることが楽しいと感じながらできるようにするために、そのような動きができている生徒や前回よりもできるようになった生徒を褒めることを大切にしていきたい。褒めることで楽しく踊ることのできる雰囲気をつくっていきたい。ダンスには決まった形がなく、評価のしづらい単元である。上手に踊れるかどうかではなく、変化とまとまりを付けて自分なりに踊る工夫をしているかを評価したい。

[平成29年度児童生徒の体力・運動能力調査結果から見た生徒の実態]

[グラフ1] 判定別割合



[図1] 【Tスコアによる全国比較図】



3 単元の目標

- ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴をとらえ、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ることができるようにする。(技能)
- ・ダンスに自主的に取り組むとともに、互いの違いやよさを認め合おうとすること、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。(態度)
- ・ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、体力の高め方、交流や発表の仕方などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。(知識、思考・判断)

4 単元の評価規準

| | 運動への 関心・意欲・態度 | 運動についての 思考・判断 | 運動の技能 | 運動についての 知識・理解 |
|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 単 元 の 評 価 規 準 | <ul style="list-style-type: none"> ●ダンスの学習に自主的に取り組もうとしている。 ●互いの違いやよさを認め合おうとしている。 ●自己の責任を果たそうとしている。 ●互いに助け合い教え合おうとしている。 ●健康・安全を確保している。 | <ul style="list-style-type: none"> ●ダンスの特徴に合った踊りの構成を見つけている。 ●発表や仲間との交流の場面では、互いの違いやよさを指摘している。 ●ダンスを継続して楽しむための自己に適した関わり方を見付けている。 | <ul style="list-style-type: none"> ●現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊るための動きができる。 | <ul style="list-style-type: none"> ●ダンスの名称や用語について、学習した具体例を挙げている。 ●踊りの特徴と表現の仕方について、学習した具体例を挙げている。 ●ダンスに関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ●交流や発表の仕方について、学習した具体例を挙げている。 |
| 学 習 活 動 に 即 し た 評 価 規 準 | <ol style="list-style-type: none"> ① ダンスの学習に自主的に取り組んでいる。 ② 互いの違いやよさを認め合おうとしている。 ③ 準備やふり返りの場面で自己の役割を果たしている。 ④ グループで助け合い教え合おうとしている。 ⑤ 健康・安全を確保するために場所を工夫して練習している。 | <ol style="list-style-type: none"> ① 特徴に合った踊りの構成を見付けている。 ② 他者の動きを参考に自分の動きを工夫している。 ③ 発表や交流の場面で、互いの違いやよさを見つけ指摘している。 ④ 生涯にわたってダンスを楽しむための自己に適した関わり方を見付けている。 | <ol style="list-style-type: none"> ① ヒップホップのリズムの特徴を捉えて全身で踊ることができる。 ② 動きに変化を付けて踊ることができる。 ③ まとまりを付けて踊ることができる。 | <ol style="list-style-type: none"> ① ダンスの名称や用語について、学習した具体例を挙げている。 ② ヒップホップの特徴と表現の仕方について、学習した具体例を挙げている。 ③ ダンスに関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。 ④ 交流や発表の仕方、運動観察の方法について、学習した具体例を挙げている。 |



5 指導と評価の計画・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・【別紙様式参照】



6 本時について

(1) 目標

- ・リズムに乗って動きに変化を付けて全身で踊ることができるようにする。(技能)
- ・工夫した動きを、グループで教え合うことができるようにする。(態度)
- ・ヒップホップの特性について学習したことを生かし、**他者の動きを参考に自分の動きを工夫できるようにする。(知識、思考・判断)**

(2) 展開 (本時：5 / 11時)

| | 学習内容・活動 | ○教師の指導・支援及び評価 (☆) |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 導入 | 1 挨拶 | ○こころとからだをほぐす ○前回の課題、取り組み方を振り返り、主体的に取り組めるようにする |
| | 2 準備運動  | |
| 3 本時のめあてと学習内容を確認する | | |
| ウォークをアレンジして踊れるようになる | | |
| 展開 | 4 動きを習得する <ul style="list-style-type: none"> ・復習とアレンジ方法の確認 ・教師のマネをして踊る ・ペアで向かい合って踊る | ○アレンジ方法を意識させる  |
| | 5 好きな動きの習得 <ul style="list-style-type: none"> ・好きな動きをグループ内のペアで練習し、できたらノートに書く | ○動きを止めて考えるのではなく、動きながら見付けさせる |

| | | |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <p>6 ダンスバトルをする</p> <ul style="list-style-type: none"> ・変化を工夫した動きを踊る ・工夫している動きを見付ける ・見る時もリズムに乗る <p>7 好きな動きをレベルアップさせる</p> <p>8 フリーダンスをする</p> <ul style="list-style-type: none"> ・変化を工夫した動きを使って踊る | <p>○考えた変化を見せつけるように踊るよう声をかける</p>  <p>☆他者の動きを参考に自分の動きを工夫している(思考・判断)</p> |
| <p>まとめ</p> | <p>9 学習カード記入</p> <p>10 学習の振り返り</p>  | <p>○グループの課題を考えさせる</p> <p>○本時の成果と課題を発表させる</p> <p>○よかった動きを紹介する</p> |

7 学習資料 (添付)

8 考察（成果と課題）

| | |
|-----|---------------------------|
| テーマ | みんなが『主体的』を理解・意識し、共に学び合う授業 |
|-----|---------------------------|

（１）生徒の実態を踏まえた単元計画（学習過程）の作成について

単元計画は、自由に踊れるようになるために、前半では動きに変化を付けられることを目標にした。後半部分では、前半で変化を付けた動きに、まとまりを付けて踊ることができるようになることを目標にした。ダンスは好きと感じ、既成のダンスを踊ることは得意であるが、自由に踊ることの「自由」に対してどう踊ればいいのかは分からない、自信がないという生徒が多かったため、このように構成した。

前半で行う動きは全て簡単にできるものを選び、変化させることに重点をおいた。簡単な動きでも自分なりの変化をつけることで、自由に踊っていることになることを意識させ、自信を持って踊れるようにした。



後半では、前半で考えた動きの変化と仲間の習得している動きの変化を認め合いながら、つくり上げていけるようにした。前半は個人での動きの習得であったため、後半では、仲間と関わって踊ることに重点を置いた。前半では、友達と交流しながら、動きに様々な変化をつけて踊ることができた。変化の工夫も単元が進むにつれて、スムーズにできるようになった。しかし、踊り自体が小さくまとまってしまう、全身を使って大きく踊ることが難しく、大きな踊りに導くことが課題である。

また、ヒップホップのリズムに乗るために、授業の初めにロックのリズムで心と身体ほぐしを行った。ロックのリズムでは弾む動きが楽しいと感じ、ジャンプをしたりスキップをしたりできていた。ヒップホップでは、縦のりの動き、ダウンのリズムに乗ることが難しかったため、違いを表現できるように意識させた。ロックで精一杯踊ることで楽しい雰囲気を取り組むことができた。課題としては、ヒップホップでもロックの弾む動きを取り入れてしまうことが多く、違いを表現させることが難しかった。

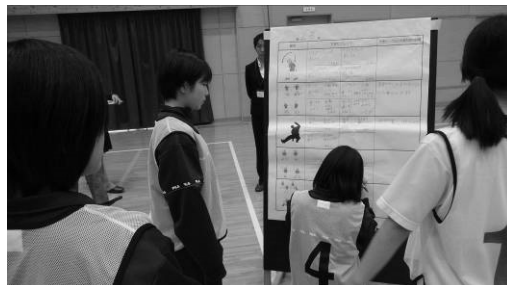
（２）生徒が、主体的に学習に取り組めるような授業づくりや学習形態の工夫点について

学習形態の工夫では、グループ活動を積極的に取り入れ、話し合ったり、助け合ったりしながら活動できるようにした。また、グループ内だけではなく、グループ同士でバトルを行うなど交流する機会を多く取り、様々な違いに気付かせ、コミュニケーション活動を活性化させ、自分たちでポイントを見付けられるように取り組んできた。

仲のよい友達とは活発に活動できるが、決められたグループでは対話が極端に少なくなってしまうのが課題であったため、生徒の人間関係のみに左右されるのではなく、課題解決のためにねらいを達成することを中心に授業を展開した。教師が決めたグループでの活動をさせたが、ねらいを達成するための活動とすることで、誰とでも対話しながら取り組むことができた。しかし、何も発言しない生徒もいて全員が主体的に取り組むことができたとは言えない。全員が進んで取り組むように工夫が必要である。

主体的に取り組むために、今まで取り組んできた流れ、自分たちの積み重ねてきたこと、成果、課題などを簡単に確認できるようにした。そうすることで、生徒一人一人が前回までの反省を生かして活動方法を工夫したり、前回のポイントを参考に活動したりする様子が見られ、主体的な活動につなげることができた。

また、各グループに1つ起立式のボードを活用させた。ボードに書かせることで、グループで集まって相談する場の確保ができ、言葉を交わしながら活動することができた。起立式のボードは、床に座って考えるのではなく、動きながら考え、書いたことをすぐに実践することができ、活動の止まる時間が短くなり、運動時間の確保にもつながった。



(3) 指導と評価の一体化に向けた取組等について


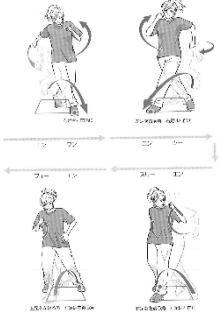

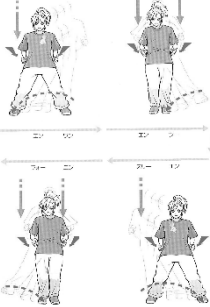
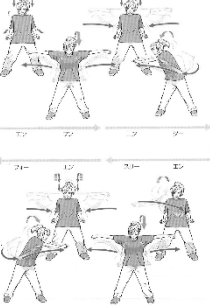
今まで取り組んできた流れ、自分たちの積み重ねてきたこと、成果、課題などを簡単に確認できるようにした。そうすることで、生徒一人一人が前回までの反省を生かして活動方法を工夫したり、前回のポイントを参考に活動したりしている様子が見られた。自分たちの活動を振り返り自己評価しながら次の活動を行えることは、主体的な活動につながった。

また、振り返りの時間を確保し、達成度やよかった動きなどを振り返り、次につなげられるようにした。本時の反省を生かすことで、前回よりも主体的に授業に取り組むことができた。



組

班

| 動き | できたアレンジ | | 大きくリズムにのるための課題 |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------|--|----------------|
|  | | | |
|  | | | |
|  | | | |
|  | | | |
|  | | | |

高等学校取組事例

研究テーマ

男女共習による協働的な学びを通して
主体的に学び・鍛える体育授業

| | |
|-------|--------------------|
| 学 校 名 | 和歌山県立那賀高等学校 |
| 住 所 | 岩出市高塚115 |
| 電話番号 | 0737-62-2117 |
| 研究主任 | 教諭 川畑 源大 |
| 対象集団 | 2年F・G組 男子15名・女子10名 |

I 集団の特徴と課題 *Plan*

1 集団の特徴

- ・運動習慣の定着度
運動部活動に所属していない女子生徒は、体育授業が唯一の運動時間である生徒が多く、男子は休憩時間に球技を行うなど、積極的に運動に取り組む生徒が多い。男子は比較的運動習慣が定着していると言える。
- ・体育授業への取組状況
運動の得意、不得意に関わらず、与えられた課題を一生懸命に取り組める生徒たちである。男女関係なくお互いに励まし合い、非常によい雰囲気ですべて学習を行っている。
- ・運動部への加入状況
25名中11名が運動部に加入している。

2 集団の課題

- ・年度当初の新たな体力テストの結果、立ち幅とび及び握力に課題が見られる。
- ・女子を中心として運動習慣を定着させる取組が必要である。特に運動部に加入しておらず、運動習慣が定着していないと思われる一部の女子では、「全身持久力」に課題が見られる。

II 取組の内容 *Do*

取組の内容

【領域】

- ・陸上競技（長距離走）

【準備運動】

- ・ジョギングや持久的な運動の工夫
- ・なわ跳び

◆工夫した点

【陸上競技（長距離走）】

- ・運動能力の似た者同士でペアを組ませる。
- ・定期的にタイム計測、着順カードを配り、競走意識を芽生えさせる。

【準備運動等】

- ・他人の身体の調子に気付けるようにペアで運動する種目を増やした。（柔軟運動、馬跳び等）
- ・なわ跳びでは、飽きさせないようにいろいろな跳び方や二人組でペアを作って取り組ませた。

III 取組の成果 *CHECK*

- ・25名の中で3名は記録が取れていないが、計測した22名のうち11名は記録の向上が見られた。
- ・計測中は、男女がお互いに励まし合い、よい雰囲気の中で実施できたことが、記録の向上につながったと考えられる。
- ・可能な限り説明などの時間を短くできるように工夫し、生徒の運動時間を確保できるようにした。
- ・見学生徒はタイム計測、着順カード配り、記録係を行い全員が何らかの役割を果たし、授業に参加するように工夫した。

IV 今後の課題 *Action*

- ・瞬発力、筋力、パワー系などの体力要素をバランスよく向上させるように準備運動等を工夫する。
- ・生涯スポーツにつながるよう、基礎的な体力を高めるとともに、スポーツに親しむ習慣を、特に、女子に身に付けさせるような取組を考察する。

長距離走の比較（4月と12月）

| | No. | 4月 | 12月 |
|-------------|-----|------|------|
| 男子 1500m | 1 | 4.48 | 5.04 |
| | 2 | 5.37 | 5.31 |
| | 3 | 6.06 | 6.04 |
| | 4 | 6.37 | 6.10 |
| | 5 | 5.42 | 5.44 |
| | 6 | 5.08 | 5.05 |
| | 7 | 6.15 | 6.26 |
| | 8 | 5.25 | 5.12 |
| | 9 | 6.25 | 6.41 |
| | 10 | 9.00 | 9.48 |
| | 11 | 6.40 | 7.05 |
| | 12 | 6.01 | 5.43 |
| | 13 | 7.40 | 8.01 |
| | 14 | | 6.41 |
| | 15 | 5.41 | 5.51 |
| 女子 1000m | 1 | 5.13 | 5.10 |
| | 2 | 3.53 | 3.45 |
| | 3 | 5.29 | 5.35 |
| | 4 | | |
| | 5 | 4.14 | 4.10 |
| | 6 | 5.46 | 5.41 |
| | 7 | 4.47 | 5.16 |
| | 8 | 4.03 | 4.11 |
| | 9 | 5.17 | |
| | 10 | 5.31 | 5.26 |

準備運動の様子



陸上競技（長距離走）の様子



保健体育科学習指導案

| |
|--------------------------------|
| 日 時：平成29年12月14日（木） 11：45～12：45 |
| 場 所：和歌山県立那賀高等学校 第1グラウンド |
| 学 級：2年FG組25名（男子15名 女子10名） |
| 授業者 教諭 川畑 源大 |

1 単元名 陸上競技 長距離走

2 指導にあたって

(1) 学習過程、学習形態の工夫

長距離走は健康の保持増進、体力の増強等を目的とする上で、最も手軽で効果的な運動であり、各種スポーツの基礎トレーニングとしてもその効果が大きいと言われている。また、一人一人が自分の年齢や性別・体力や健康状態に合わせて無理なく実施することができると同時に、自分の体力の限界に挑戦できるといった特徴を持った種目でもある。

近年、生涯スポーツとしてマラソンに取り組む人が増えている状況を踏まえ、男女共習、男女ペアを設定することにより、男女で一緒に走行し、お互いアドバイスをしながら高め合えるように指導する。走行距離は、学習状況に応じて徐々に伸ばしていき、定期的にタイム計測を行い、持久力の伸長度の確認をするとともに、自他の記録や競争意識が育まれるよう工夫する。

(2) 協働的な学び（学習）を効果的に取り入れた指導

準備運動になわ跳びを取り入れることにより、パートナーとお互いに励まし合ったりし、体調の変化などの気付きを話し合うことができるようにする。タブレットによる動画撮影を部分的に取り入れることにより、他者からのアドバイスだけでなく、自らの動作や走行フォームを客観視することで、より理解と考察ができるようにする。

(3) 指導と評価の在り方 等

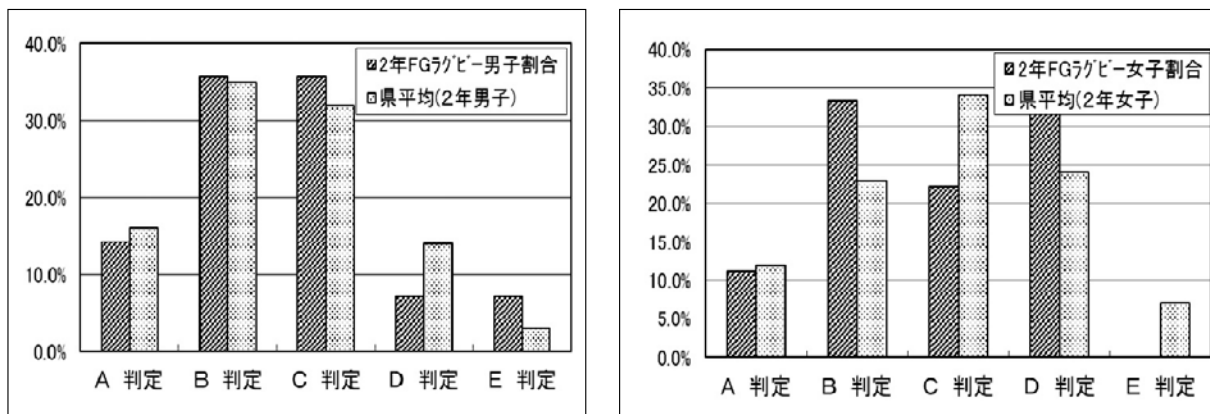
2年生FG組のラグビー選択生は、比較的小となしい生徒が多く、運動がどちらかというと苦手と感じる生徒もいて、体力に自信のない生徒が半数近くいる。また、体力・運動能力において、和歌山県内で平均並かやや下回る生徒が多く、全国と比較してみても瞬発力や筋持久力が平均を下回っている。

長距離走では持久力などの体力が要求されるだけでなく、効率のよいフォームを維持して走ったり、ペース配分を考えて走ったりすることが大切である。

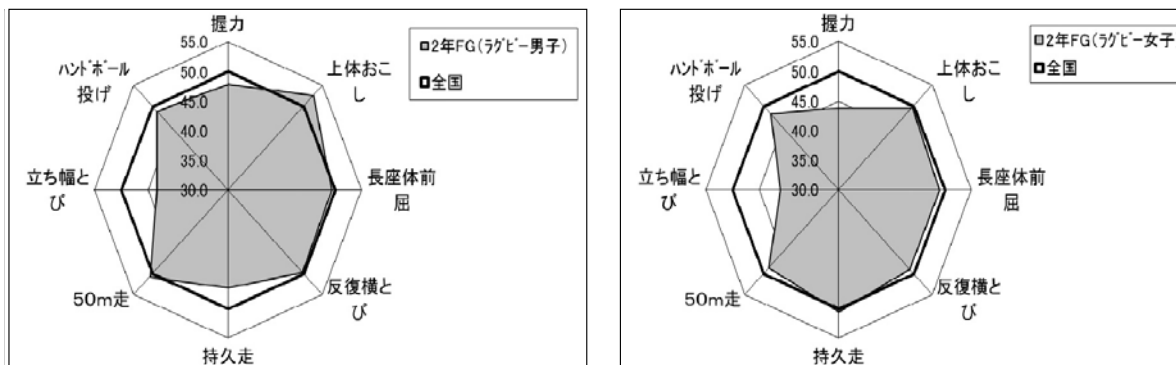
本単元では体力の増強、健康の保持増進を図ることを主たる目的として、総合的に体力を高め、加えて、準備運動においてなわ跳びや体づくり運動で学んだ各種の運動等を実施することにより、課題となっている瞬発力や筋持久力の向上を図る。また、他者の健康状態などに気付きお互い励まし合っているか様子を観察する。

[平成29年度児童生徒の体力・運動能力調査結果から見た児童（生徒）の実態]

[グラフ1] 判定別割合（男女別）



[図1] 【Tスコアによる全国比較図（男女別）】



3 単元の目標

- (技能) 長距離走ではペースの変化に対応するなどして走ることができるようにする。
- (態度) 陸上競技に主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする事、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。

(知識、思考・判断)

技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解し、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。

4 単元の評価規準

| | 運動への 関心・意欲・態度 | 運動についての 思考・判断 | 運動の技能 | 運動についての 知識・理解 |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 単 元 の 評 価 規 準 | <ul style="list-style-type: none"> ● 長距離走に主体的に取り組もうとしている。 ● 健康・安全を確保している。 ● 周囲にも気を配り、ルールやマナーを大切にしようとしている。 ● 互いに助け合い高め合おうとしている。 | <ul style="list-style-type: none"> ● これまでの学習を踏まえて、自己や仲間の課題を設定している。 ● 課題解決の過程を踏まえて、自己や仲間の課題を見直している。 ● 練習やタイム計測、ペア運動の場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選んでいる。 ● 長距離走を生涯にわたって楽しむための自己に適した関わり方を見付けている。 | <ul style="list-style-type: none"> ● 走る距離に対し、自己の能力に応じたペース配分ができる。 | <ul style="list-style-type: none"> ● 技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ● 課題解決の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ● 走り方について、学習した具体例を挙げている。 |
| 学 習 活 動 に 即 し た 評 価 規 準 | <ul style="list-style-type: none"> ① 長距離走の学習に主体的に取り組もうとしている。 ② タイム計測を円滑に進めるために分担した役割を果たそうとしている。 ③ 互いに助け合い高め合おうとし、ルールやマナーを大切に、健康・安全を確保しようとしている。 | <ul style="list-style-type: none"> ① 課題解決の過程を踏まえて、自己や仲間の課題を見直している。 ② 練習やタイム計測、ペア運動の場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選んでいる。 ③ 長距離走を生涯にわたって楽しむための自己に適した関わり方 | <ul style="list-style-type: none"> ① 最後まで走りきれるペース配分ができる。 ② 自己の最高タイムを伸ばすためのペース配分ができる。 | <ul style="list-style-type: none"> ① 技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ② 課題解決の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ③ 走り方について、学習した具体例を挙げている。 |

| | | | | |
|--|--|----------|--|--|
| | | を見付けている。 | | |
|--|--|----------|--|--|

5 指導と評価の計画【別紙参照】

6 本時について

(1) 目標

(技能)

- ・自ら変化のあるペースを設定したり、仲間のペースの変化に応じて走ることができるようにする。
- ・記録を更新したり、仲間と競走したりする長距離走の特性や魅力を深く味わい、長距離走特有の技能を高めることができるようにする。

(態度)

- ・タイム計測を円滑にすすめるために分担した役割を果たそうとしている。
- ・記録の更新や競走の楽しさや喜びを一層深く味わうことができるようにする。

(知識、思考・判断)

- ・自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選ぶことができるようにする。

(2) 展開 (本時：3 / 12時)

| | 学習内容・活動 | ○教師の指導・支援及び評価 (☆) |
|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 導 入 | 1 集合し、本時学習内容確認をする。 2 準備運動を行う。 ・体操 ・なわ跳び 前跳び、後跳び、 ステップ前跳び、ステップ後跳び あや前跳び、あや後跳び 側回旋交差前跳び、側回旋交差後跳び 前二重跳び | ○ 集合させ、本時学習内容や注意事項を説明する。 ○ 準備運動中の声かけをする。 ○ 腕全体で回すのではなく、手首を使って回すよう指導する。 ○ あや跳び等で腕をクロスする時、腕を上げすぎないように指導する。 |
| 展 開 | 3 持久走を行う。(男子1500m・女子1000m) ・200mのトラックを男子7周半、女子5周走る。 ・2グループに分かれて行う。 | ○ ペアの周回を数えるように指導する。 ☆ タイム計測を円滑にすすめるために分担した役割を果たそうとしている。 ☆ 自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を選んでいく。 |

| | | |
|-------------|------------------------|-------------------|
| ま と め | 4 整理運動 | ○ 号令をかける。 |
| | 5 本時の評価、次時の授業内容の説明を聞く。 | ○ 本時の評価、次時の説明を行う。 |
| | 6 あいさつ | |

7 学習資料・・・〔別紙参照〕

8 考察（成果と課題）

| | |
|-----|-------------------------------------|
| テーマ | 男女共習による協働的な学びを通して 主体的に学び・鍛える体育授業 |
|-----|-------------------------------------|

（1） 成果と課題

年度当初の新体力テスト時より 25 名中 11 名の記録が向上した。授業は男女共習で行い、運動能力の似た者同士でペアを組み準備運動で各種の運動やなわ跳びを行い、お互いの体の調子を気遣えたので、授業の雰囲気がよくなりその結果、励まし合い記録の向上につながったと考えられる。

課題は体力を総合的に高められ、また生徒が常に新鮮な気持ちで楽しく取り組める運動種目を工夫することである。特に運動が苦手な生徒は異性と運動することを嫌う傾向があるため、常に手立てを考える必要がある。

（2） 生徒の実態を踏まえた単元計画（学習過程）の作成について

学習集団には、運動部に所属しておらず、運動をする機会が体育の授業のみという生徒も含まれているため、単元の前半は自他の走力を確認できるよう、時間走（10分間走）や比較的短い距離で距離走を行った。真面目な生徒が多く、タイム計測を行うと競争意識も芽生えオーバーペースになる可能性もあったので、身体が慣れてきたタイミングを見計らって、単元の中程で 1500m（男女）、後半で 3000m（男女）のタイム計測を行った。



結果として 25 名のうち 11 名の記録は向上したものの、11 名は記録が向上しなかった。気候も原因の一つとは考えられるが、今後は、多くの生徒の記録が向上されるよう、時間走と距離走の配置や距離走における距離の設定を、生徒の状況に応じて適切に行うようにしていきたい。

(3) 生徒が、主体的に学習に取り組めるような授業づくりや学習形態の工夫点について

長距離走の練習やタイム計測の時、走力の似た者同士でペアを組ませることにより、与えられた課題を通しての気づきなどをお互いに話し合わせ、共有し解決していけるようにした。

また、準備運動のなわ跳びでは、課題の跳び方を事前に提示することにより、各々で課題としている跳び方の練習を行うなど主体的に活動する場面が見られた。さらに、学習ノートに自分の目標を記録し、明確化することで学習内容定着の早期化を図ることができた。



(4) 指導と評価の一体化に向けた取組等について

毎時間、学習目標や内容の説明を行い、学習ノートを通して確認してから、学習活動を行った。

準備運動では各種の運動やなわ跳びの跳び方、ペア運動を工夫し、他者観察とお互いの気づきを話し合う機会を設けた。自己や他者の改善点やよい点などの気づきを学習ノートに記入することで再確認できるようにした。また、学習ノートに記入された生徒の気づきや改善点をチェックし、次回の授業の導入時の説明や練習内容に反映させるなどした。

陸上競技（長距離走）学習カード

()月()日()曜日 ()限目
()組()番 氏名()

☆ 自己評価 1

| 項目 | 低 | ←————→ | | | 高 |
|-------------|---|--------|---|---|---|
| 準備運動(なわ跳び等) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 長距離走 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

◎ 長距離走において、本時の体の調子や次時に向けての抱負や改善点を記入。

☆ 自己評価 2

| 項目 | 低 | ←————→ | | | 高 |
|--------------|---|--------|---|---|---|
| 自己の安全に配慮できた | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 周囲の安全に配慮できた | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 運動量が十分にあった | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 運動に意欲的に取り組めた | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 自己の課題が解決できた | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

◎ 今日の授業の中で、どのような事故(ケガ)が起こることが考えられますか？

◎ その事故(ケガ)が起こってしまったとき、あなたはどのようにしますか？

◎ その事故(ケガ)を未然に防止するために、どうしたらいいと思いますか？

| | | |
|-------------------------------------|-------|---------------------|
| 研究テーマ I C Tを活用した走力の向上 | 学 校 名 | 和歌山県立桐蔭高等学校 |
| | 住 所 | 和歌山市吹上5-6-18 |
| | 電話番号 | 073-436-1366 |
| | 研究主任 | 伊藤 将 |
| | 対象集団 | 3年ABFG組 男子15名 女子18名 |

I 集団の特徴と課題 *Plan*

1 集団の特徴

- ・授業に対して積極的に参加する生徒が多い。
- ・運動部に所属している生徒が多く、普段から身体を動かす習慣ができています。

2 集団の課題

- ・身体を動かすことが好きな生徒は多いが、集団スポーツ及び球技に慣れていない生徒も多い。
- ・Tスコアの結果から、走力や筋力を必要とする項目が全国と比べて劣っている。

II 取組の内容 *Do*

取組の内容

- ～ゴール型「バスケットボール」の学習を通して～
- ・ドリブルやパスなどの基本練習の中で、走力の向上が図れるような、練習メニューを実践する。また、ボールに慣れることと、仲間とコミュニケーションが取れるようにする。
 - ・ミニゲームやリーグ戦の中で運動量が多くなるようにする。
 - ・I C Tを活用し、客観的に物事を見られるようにし、個人の技術及び、チームの戦術の改善に役立てられるように準備する。
 - ・学習カードを用いて、記録できるようにする。

◆工夫した点

- ・ミニゲームの内容を工夫し、男女運動量が多くなるようにした。
- ・I C Tを活用しながらも、円滑に授業ができるように、時間配分や、ローテーションの工夫等を行った。
- ・I C Tや学習カードを活用しながら、積極的に班活動を行い、その中で、言語活動の充実や合意形成能力の育成ができるように指導を行った。

III 取組の成果 *CHECK*

- ・I C Tを活用し、動きが少ない生徒の動作を客観的に確認できたことで、生徒自身も意識して動くようになった。また、基本練習の中でも走る場面を多くつくることで、走力・筋力の向上につながった。
- ・ミニゲームやリーグ戦のルールを工夫を行うことで、集団スポーツやボールを扱うことに慣れていない生徒も積極的に参加できた。
- ・I C Tと学習カードを活用することで、生徒同士のコミュニケーションの場が増え、言語活動の充実や合意形成能力の育成につながった。

IV 今後の課題 *Action*

- ・更に走力・体力が向上できるように、タスクゲームやミニゲームのルールを工夫を行う必要がある。
- ・ボールを扱うことに慣れていない生徒に対しての練習の工夫や、指導の手立てを考えていく必要がある。
- ・I C Tの使い方のバリエーションを増やす。
- ・体力・運動能力を向上させるとともに、「する」「みる」「支える」「調べる」の観点から、生涯にわたって、スポーツに親しみを持てるように、授業の在り方を研究し、工夫する。



アウトナンバーの状態からのミニゲーム



台やバレーボールの審判台等を活用し、撮影する視点をできるだけ高くし、見やすくする。



撮影したものを班毎で確認し、次の試合及び、授業で生かせるようにする。



学習カードを活用し、班の目標、練習の工夫、課題等を話し合う。



授業の最後に1つの班に学習カードに記載した内容を発表させ、情報の共有化を図る。

保健体育科学習指導案

| |
|--------------------------------------|
| 日 時：平成 29 年 11 月 10 日（金） 9：45～10：50 |
| 場 所：県立桐蔭高等学校 体育館 |
| 学 級：3 年 ABFG 組 33 名（男子 15 名 女子 18 名） |
| 授業者：教諭 外川 広興 |

1 単元名 ゴール型「バスケットボール」 – ICT を活用した体育学習 –

2 指導にあたって

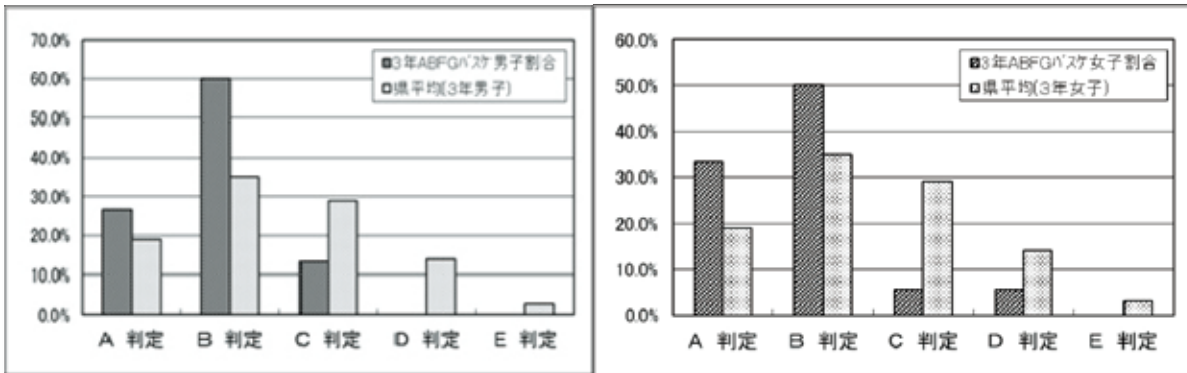
本単元は、入学年次の「安定したボール操作と空間を作り出すなどの連携した動きによってゴール前への侵入などから攻防を展開する」から「状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防を展開する」ことをねらいとし、コート上の空間や味方と相手の動きを見ながら防御をかわしたり、味方が次に動く空間を予測してパスを送ったりするなど、仲間と連携して自陣から相手ゴール前へ侵入するなどの攻撃や、防御の際は、空間を作り出す攻撃をさせないように、突破してきた攻撃者をカバーして守ったり、相手や味方の位置を確認して、ポジションを修正して守れるように指導したい。

また、班別学習の中で、タブレットや学習カードなどを用いて、チームや自己の課題の解決に向けて、自己の考えを述べたり、相手の話を聞いたりして、チームの話合いに責任をもって関わろうとするなどの合意形成に貢献しようとする力を育みたい。その際、相手の感情を尊重しながら発言したり、提案者の発言を尊重したり、建設的な修正意見を提案しながら話し合いを進めることなどに留意しながら、共通の目標に向けて共に切磋琢磨できるように取り組ませる。

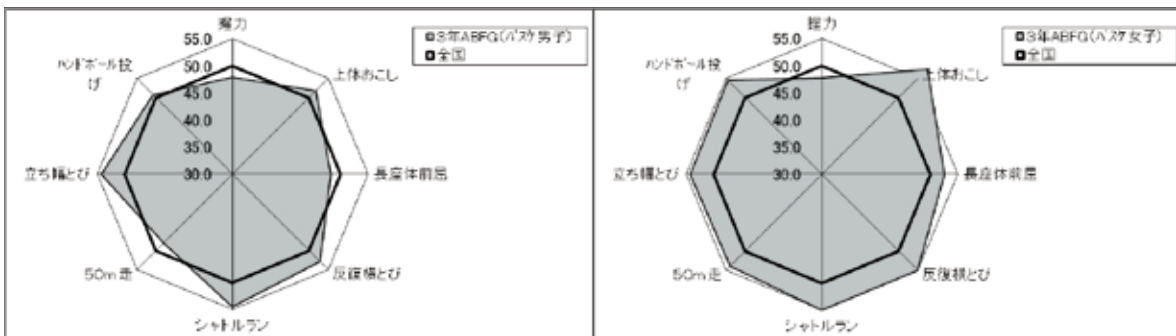
本単元の受講生徒男女 33 名の体力・運動能力調査結果から判定別割合（グラフ 1）では、A から C 判定の割合が高く、男子の D・E 判定は 0%、女子の D 判定は 5.6%、E 判定は 0% と運動を得意とする生徒は多いが、〔図 1〕の【T スコアによる全国比較図】では、男子は 50m 走、握力、女子は握力が平均値を下回っている為、練習やゲームの中だけでなく、ウォーミングアップの中でも補強運動を取り入れ、体力・運動能力の向上に努めたい。また、ボールやゴール型の特性に慣れていない生徒も多いため、基本練習はおさえつつ、上記のねらいが達成できるように指導していきたい。

〔平成29年度児童生徒の体力・運動能力調査結果から見た児童（生徒）の実態〕

〔グラフ1〕判定別割合



〔図1〕【Tスコアによる全国比較図】



3 単元の目標

(技能) 次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする。

ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防を展開できるようにする。

(態度) 球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。

(知識、思考・判断)

技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。

4 単元の評価規準

| | 運動への 関心・意欲・態度 | 運動についての 思考・判断 | 運動の技能 | 運動についての 知識・理解 |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 単元 の 評 価 規 準 | <ul style="list-style-type: none"> ① 主体的に取り組んでいる。 ② フェアプレイを心がけている。 ③ 自己の責任を果たそうとしている。 ④ 互いに助け合い高め合おうとしている。 | <ul style="list-style-type: none"> ① チームや自己の課題を設定し、改善している。 ② 班別学習やその他の場面で、仲間と合意を形成するための適切な関わり方を見付けている。 ③ 互いの技術や、チームの作戦等について指摘している。 | <ul style="list-style-type: none"> ① 空間を埋めるなどの連携した動きができる。 ② 状況に応じたボール操作ができる。 | <ul style="list-style-type: none"> ① 課題解決の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ② ゲームなどを通した学習成果を挙げている。 ③ 試合の運営方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 |
| 学習活動に即した評価規準 | <ul style="list-style-type: none"> ① 授業に必要な道具の準備や仲間との連携を（<u>主体的に</u>）行おうとしている。 ② （<u>常に</u>）公正・公平にジャッジしようとしている。 ③ チームにおける自己の役割を（<u>積極的に</u>）果たしている。 ④ 自己や仲間の状態に留意し（<u>常に</u>）向上心をもって取り組もうとしている。 | <ul style="list-style-type: none"> ① （<u>常に</u>）チームの課題を解決するための練習方法を選んでいる。 ② 仲間の意見を聞くとともに、建設的な意見を述べ、（<u>常に</u>）合意形成を図ろうとしている。 ③ （<u>常に</u>）パス・ドリブル・シュートなどの基本動作や、チームのオフENS・ディフェNSの改善策を考えている。 | <ul style="list-style-type: none"> ① 仲間の動きや相手の動きに留意し、（<u>常に</u>）空間を埋める動きができる。 ② （<u>常に</u>）仲間や相手の状況に応じて、パス・ドリブル・シュートを行う事ができる。 | <ul style="list-style-type: none"> ① チームの課題を理解し、（<u>常に</u>）課題に応じた練習を計画することができる。 ② タブレットや学習カードを（<u>十分に</u>）活用して理解したことを言ったり書き出したりしている。 ③ ゲームの進め方や審判用語を（<u>深く</u>）理解し、言ったり書き出したりしている。 |

| | | |
|-------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 展 開 2 | 5 オールコートでゲーム | <p>○これまでの練習・作戦を生かして試合を行わせる。</p> <p>○男女が交互にパス交換を行う。</p> <p>○女子のみシュート可(ゴールリングに当たっても得点)。</p> <p>○バスケ部は制限区域外からのシュートのみ可</p> <p>○男子はランニングレイアップシュートまたは制限区域外からのみ可。</p> <p>○ゲーム中、全員が得点(女子はゴールリングに当たっても得点)すれば、ボーナス得点10点。</p> <p>○ボーナス得点直後の得点は女子のみ可とする。</p> <p>☆空間を埋めるなどの連携した動きができる。(観察)</p> |
| ま と め | 6 各班で反省会 7 まとめ・挨拶 | <p>○授業の中盤に班で話し合った内容について、1班だけ選び、発表させる。</p> <p>○本時のまとめと次回の予告を行う。</p> |

7 学習資料・・・[別紙参照]

| | |
|-----|---------------|
| テーマ | ICTを活用した走力の向上 |
|-----|---------------|

8 考察(成果と課題)

(1) 生徒の実態を踏まえた単元計画(学習過程)の作成について

Tスコアのグラフでは全国平均値を上回る値が多かったが、走力や筋力を要する項目では平均を下回っていた。また、運動を行うことが好きな生徒も多いが、ボールを扱うことや、集団スポーツに慣れていない生徒も多い。

その為、個人練習の時間を短くし、ミニゲームやタスクゲーム等、仲間と連携しながらボール操作を行う時間を多くし、その中で走力・体力を向上させていくことを考えた。



(2) 生徒が、主体的に学習に取り組めるような授業づくりや学習形態の工夫点について

各班に、タブレット1台を配付し、タブレットで撮影したものを確認しフィードバックしやすくできるようにした。また、学習カードも各班に配り、タブレットで確認できたものや、班の目標や課題、練習方法、戦術等を自分たちで考えて話し合える機会をつくった。



(3) 指導と評価の一体化に向けた取組等について

空間を埋めるなどの動きの中で、走力・体力の向上を目指した。当初は、口頭で説明し、班で考えさせて行っていた。しかし、集団スポーツに慣れていない生徒の動きが悪かった為、ホワイトボードを活用したり、模範となる動きを実際に見せた。その後、ミニゲームを行い、タブレットで撮影した自分たちのプレーを見る際は、プレーの見所を指示することで、理解が深まり、生徒たちの動きがよくなった。1月の50m走の測定では、数人の生徒ではあるが、記録の伸びがみられた。



(4) その他

授業の最後に、1つの班を指名し、その班の代表者に、班で話し合った内容を学習カードを基に発表させる。

発表することで、班の考え、工夫等の情報交換ができ、授業を積み重ねていく中で、各班の練習や試合中の動きが活発になる。



バスケットボール学習カード

組 番 名前

ハーフコート3対3のミニゲーム

攻撃側

- 1)全くできていなかった 2)1.2回程度できていた 3)3回以上行うことができていた

1. 空間を作り出す動きはできていたか。 1・2・3
2. 空間を見つけて走り込んでいる味方にパスを送っていたか。 1・2・3

1の理由

| |
|--|
| |
|--|

2の理由

| |
|--|
| |
|--|

守備側

- 1)全くできていなかった 2)1.2回程度できていた 3)3回以上行うことができていた

1. 空間を作らせない動きはできていたか。 1・2・3
2. ボールを上手く奪う事ができていたか。 1・2・3

1の理由

| |
|--|
| |
| |
| |

2の理由

| |
|--|
| |
| |
| |

自分（自分たち）ならこうする！！

| | |
|--|--|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

バスケットボール学習カード

組 番 名前

四角パストリル

攻撃側

1. 守備者に取られないように工夫できていたか。

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

1の理由

| |
|--|
| |
|--|

守備側

1. ボールを上手く奪う事ができていたか。

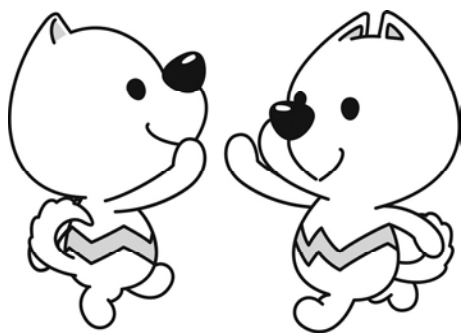
| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

1の理由

| |
|--|
| |
| |
| |

自分（自分たち）ならこうする！！

| | |
|--|--|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |



特別支援学校 取組事例

研究テーマ

「わかった」「できた」→「もっとやりたい!」と
 思える授業づくり
 ～自立活動の視点から一人一人を見つめて～

| | |
|-------|--------------------|
| 学 校 名 | 和歌山県立紀北支援学校 |
| 住 所 | 和歌山市冬野227 |
| 電話番号 | 073-479-1356 |
| 研究主任 | 岩橋 是尚 |
| 対象集団 | 高等部22名（男子14名 女子8名） |

I 集団の特徴と課題

Plan

1 集団の特徴

生徒の多くは地域の中学校から本校高等部に入学した知的障害学級1年生から3年生の生徒である。中学校の授業で武道（剣道）を経験した生徒もいる。

障害特性からくる姿勢保持、ボディイメージ、行動調整、コミュニケーション、心理的側面などに課題がある生徒がいる。生徒たちの運動への意欲は高い一方で、自信がなく、知識や技能の面で理解を深めにくい特性もみられる。

なぎなたについては半年間かけて「礼法」「構え」「体さばき」「打突」等の基礎基本を繰り返し学び、個人としても集団としても技と武道の精神が高まってきた。

2 集団の課題

- 調整力や持久力、認知機能や注意力の向上を図る。
- 仲間意識や、主体的に運動に取り組む態度を育てる。

II 取組の内容

Do

取組の内容

- 単元の前半では、なぎなたの伝統的な作法や所作について学び、基本動作（体さばき）、構え、打突（面、側面、すね、胴）打ち返しの練習に繰り返し取り組んだ。単元の後半では、演武『リズムなぎなた』を取り入れ、体育祭で演武発表を行った。
- 外部講師を招いて、生徒の実態把握の観点や指導の実際について指導助言をいただいた。一人一人の実態を自立活動の視点でとらえ、個への手立てや支援へとつなげた。
- ワークショップ型の授業検討会を行い、授業構成や支援方法について検討した。

◆工夫した点

- なぎなたチェックシートの活用
 なぎなたのチェックシートを作成し、教師が生徒一人一人の動きをチェックする際に活用した。その結果、チームティーチングを行うなぎなた経験のない教師も、なぎなたの動きについてチェックを行うことができるようになった。

② ビデオの活用

一人一人の動きをビデオでチェックし、生徒への支援へとつなげた。また、ICT機器を活用して生徒自身が動きを確認できるようにした。

③ 「振り返りシート」と話し合い活動

話し合い活動を取り入れ、自己の課題に向き合う機会を設けた。学年ごとのチームでの話し合い活動を設定し、課題に気付いたり仲間意識を高めたりできるようにした。授業の後に生徒が記入する振り返りシートには、教師がコメントを書いて返し、意欲を高められるようにした。

④ ゲストティーチャーの活用

なぎなた経験者のゲストティーチャーに来ていただき指導を仰いだ。本物を見る経験を通して、生徒達は刺激を受けた。

III 取組の成果

CHECK

- なぎなたの練習に繰り返し取り組むことで、周りとの動きを合わせたり自分のイメージ通りに道具を使ったりする調整力や持久力、ボディイメージを育てていくことができた。
- ビデオ視聴を活用し客観的に自分たちを見ることにより、動きの改善につなげていくことができた。
- 振り返りシートを活用し、学年ごとに意見を交わし合う時間を設定することで、自己評価・相互評価することができた。
- なぎなたの授業を通し、将来社会生活をしていく上でとても大切な「礼儀を重んじる心」「道具を大切に扱う心」等を育むことができた。
- 授業研修としてワークショップ型研修に取り組み、生徒が主体的に取り組むことができる授業づくりについて話し合い、授業改善につなげていくことができた。
- 一人一人の実態を自立活動の視点でもとらえ、手立てや支援方法について考えていくことができた。

IV 今後の課題

Action

- リズムなぎなたの取組では、主体的に取り組んでいくという点で「選曲」だけではなく、「構成」についても生徒が考えられる機会を設け、発想や意向を取り入れていけるようにしたい。
- 「型を覚える」⇒「相手の動きを見て考えて動く」というところまでねらえるようにステップアップしていく。
- 防具をつけることで打突部位が明確になるが、防具を必要な数だけ準備することが難しい。



なぎなた 授業の様子



演武 『リズムなぎなた』



振り返りシートの活用



ゲストティーチャーの活用

保健体育科学習指導案

| |
|---------------------------------------------------|
| 日 時：平成 29 年 11 月 10 日（金）10：40～12：15 |
| 場 所：和歌山県立紀北支援学校グラウンド |
| 学部学級：高等部 知的障害学級第 1、2、3 学年 22 名 （男子 14 名女子 8 名） |
| 授業者：教諭 坂東 洲子、林 紅実、中村 知樹、講師 堀田 侑佑 |

1 単元名 武道「なぎなた」

2 指導にあたって

(1) 生徒観

生徒の多くは地域の中学校から本校高等部に入学した知的障害学級 1 から 3 年生徒で、中学校の授業で武道「剣道」を経験した生徒もいるが、なぎなたの経験年数や技術面、運動意欲に個人差がある。また、障害特性からくる姿勢保持、ボディイメージ、行動調整、コミュニケーション、心理的側面などに課題がある生徒もいる。

生徒たちは半年間で「礼法」、「構え」、「体さばき」、「打突」等の基礎基本を繰り返し学び、個人としても集団としても技と武道の精神を高めてきた。凜とした雰囲気の中で少しずつ経験を積み上げ、心身を鍛え、全員が一つとなり体育祭での演武「リズムなぎなた」を発表することを一つの目標として取り組んでいる。

(2) 教材観

なぎなたでは、全長 2 m10～25cm、重量 650 g 以上の道具を使用する。長ものであるため、半身の姿勢をとり、基本動作の技として「左右対称の技」、「持ち替え技」、「繰り込み」、「繰り出し技」などがある。左右対称の動きのため運動量が多く、バランスのとれた全身運動であり、調和のとれた身体の発達が期待でき、繰り返し練習することで調整力や持久力の向上が期待できる。特別支援学校学習指導要領保健体育の目標と日本武道協議会の定める「なぎなたの目標」（表 1）をもとに、礼儀作法と相手を尊重する態度を身に付け、仲間と協力して活動する力や心身を鍛えることができると考え、日本の伝統文化の一つである武道「なぎなた」に取り組む。

表 1：「なぎなた」なぎなたの目標より（中学校武道必修化指導書・日本武道協議会・2017.5）

| |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 「立礼・正座・座礼など日本の伝統的な行動様式に触れることで、静と動のけじめのある身のこなしを体得させる。」「なぎなたの変化に富んだ多様な動きを体験し、達成感や充実感を味わわせる。」「運動に対する苦手意識が強い生徒にも取り組みやすい動きや課題を具体的に提示し、仲間と協力する態度を育て、学習したことを表現する能力をつけさせる。」「裸足で授業を実施することで、靴をそろえる習慣をつけるとともに、指先まで意識した運動を行わせる。」「基本的な約束事の体得をとおして相手を尊重する態度を表現することを学び、日常生活に活かせる習慣をつける。」 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

(3) 指導観

高等部3年間、継続して取り組み、「なぎなた」の基本動作を正しく身に付け、技の正確性や多様性を知り、攻防の技能にまで発展させる。指導する上で、生徒一人一人の実態に応じた支援が必要である。姿勢の安定しない生徒は、なぎなたの「自然体」（なぎなたの柄の中央部分を右手で持ち腰骨につけ、視線を前方にする）や「中段の構え」（攻守の基本となる構え）を体得することで正しい姿勢を保つことができる。ボディイメージをもちにくい生徒は、お互いに2m25cmのなぎなたを持ち、物打ち（先から15cm）を合わせることで、相手との距離をつかむことができる。また、構えから打突の一連の正中線交差動作を繰り返し行うことで、感覚・運動機能を刺激し、認知機能や注意力が高まる。防具を着けることで、打突部位を見てわかりやすくするとともに、打突してもよい位置であることが分かる。相手の動きを予測し構えること、防具のないところを打たないことで、相手を意識できる。なぎなたの技能の向上や生徒の態度を具体的に評価していくことを通して、達成感や自己効力感を感じられるようにし自尊感情を高める。教師や経験者の見本を見て覚え、頭の中で自分の手足や身体の動きを想起（イメージ）して行動することができる。正座の仕方からの一連の動作を学ぶことで礼儀作法を習得し、社会生活を営む上での自律心を身に付ける。学習の中で「振り返りシート」を用いて、仲間の課題に目を向けることで、自分の行動にも気付けるように指導したい。

単元の後半では、演武「リズムなぎなた」を取り入れる。上記の課題のある生徒に対して音楽に合わせて取り組むことで動作や認知に対してさらに刺激を与え、個々の困難さの克服につながっていくことができる。仲間とともに演武をつくり上げる楽しさや喜びを経験し、学習したことを表現することで達成感を味わえるようにする。

また、自己の技能の程度に応じて目標を設定し、互いに高め合いながら教え合い、役割を引き受け、自己の責任を果たそうとする主体性を養う。集団演武の中で、相手を尊重し、礼儀正しく行うとともに、相手と適切な距離を取り、攻防に応じた演武ができるように取り組んでいきたい。

3 単元の目標

(技能) 基本動作を身に付ける。

(態度) 仲間と協力して取り組む。

安全に活動に取り組む。

(知識、思考・判断) なぎなたの特性や礼儀作法、技の名称や行い方を理解する。

自主的に思考・判断し活動に取り組むことができる。

4 単元計画及び評価規準（全20時間・本時：第5次4時間目 20/20時）

| 次 | 時 | 学習活動 | 評価規準 | 評価の観点 | | | |
|---|---|-------------------|----------------------------|-------|---|---|---|
| | | | | 技 | 関 | 思 | 知 |
| 1 | 1 | 伝統的な作法や所作 基本動作 | ・服装や用具や場の安全、怪我を防止するための留意点を | ○ | | | ○ |

| | | | | | | | |
|---|---|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|--|
| | | 各クラスで代表選出 話し合い | 理解する。 ・なぎなたの技の名称が分かる。 ・礼、構え（自然体・中段）ができる。 | | | | |
| 2 | 7 | 基本動作（体さばき） 打突 打ち返し 経験者2名による指導 | ・体さばき、構え、打突ができる。 ・打突（面、側面、スネ、胴）ができる。 ・打ち返しができる。 ・受けができる。 ・お互いに教え合おうとする。 | ○ | | | |
| 3 | 4 | 演技 学年毎に1、4、5本目 見取り稽古 | ・1、4、5本目ができる。 ・相手を尊重し、礼儀正しく行うことができる。 | ○ | ○ | | |
| 4 | 4 | 演武 リズムなぎなたの構成・練習 見取り稽古 | ・学習に主体的に取り組もうとしている。 ・構成を理解し、技や移動ができる。 ・音楽や周りの動きに合わせてられる。 ・仲間に対して、技術的な課題について指摘している。 ・互いに助け合い教え合おうとしている。 | ○ | ○ | ○ | |
| 5 | 4 | 演武 リズムなぎなたの発表 振り返り | ・技能の程度に応じて自己の課題を理解し、技を習得しようとしている。 ・自分の役割を果たす。 ・互いのよさを認め、相手に分かるように伝えられる。 | ○ | ○ | ○ | |

5 本時について

(1) 目標

(技能) 基本的な打突ができる。

音楽に合わせて隊形移動や技ができる。

(態度) 技能の程度に応じて自己の課題を理解し、習得した技能を発揮することができる。

相手を尊重し、協力して取り組むことができる。

(知識、思考・判断) 演武発表のための気持ちづくりができる。

感想を発表することができる。

(2) 授業における目標と評価

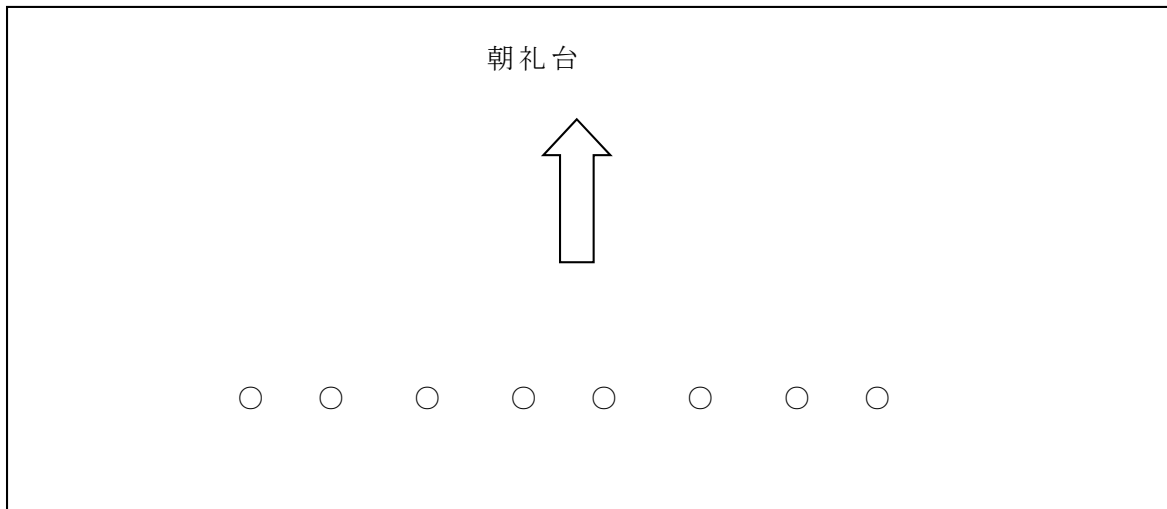
| 類型 | 目標(太字)に関する実態 | 授業における個々の具体的な目標 | 個への支援・手立て | 状況・記録・評価 | |
|----|-----------------------|-----------------------|--------------------------------|-----------------|--|
| | | | | ○達成 △一部達成 ×達成せず | |
| A | ボディイメージが弱く、動きを調整しづらい。 | 仲間の動きを意識し、リズムに合わせて動く。 | 正しい動きや形を理解しやすいように本人にわかる言葉で伝える。 | | |

| | | | | | |
|---|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--|--|
| B | 正中線交差動作が不十分で苦手で左右の判別がつきにくなる。 | 左右の動きを意識し正しい手の内で打突を行う。 仲間やリズムに合わせる。合わせて動く。 | 手の内の握り（日常の握り）を意識できるように言葉かけする。仲間の動きを意識できるように言葉かけする。 | | |
| C | 手の位置が定まらず、なぎなたを振り回してしまふ。理想の形をイメージでき取り組んでいる。 | 正しい手の内を知り、打突を行う。 形の攻防がわかり相手を意識した打ちができるようになる。 | しかけ、応じの役割を理解し、相手の動きに合わせて動けるように言葉かけする。 | | |
| D | 関節が固く体重のかけ方のバランスが悪い。リズムに合わせて大きな声を出しつつある。 | 重心を意識した打突を行う。 リズムに合わせ号令をかけられるようにする。 | 仲間の動きを意識できるように言葉かけする。 | | |
| E | 力加減の調整が難しく、構えの時など肩が上がってしまう。つま先が進行方向に向かない。 | なぎなたを握ることや正しい打突動作を意識する。 仲間やリズムに合わせて動く。 | 正しい動きを確認し、理解して動けるように言葉かけする。 | | |
| F | 重心が後ろにあり、体重移動や重心の変化が苦手である。体の開きが不十分である。 | 構えや打突時の体の傾きを意識する。 相手やリズムに合わせて動く。 | 仲間の動きを意識できるように言葉かけする。 | | |
| G | 体を開いた状態に保つことが難しく、手・足をまっすぐに出すことが難しい。 | 技の攻防がわかり相手を意識した打ちが出来るようになる。 自分の役割を意識し、大きな声を出し号令をかける。 | なぎなたの動きを理解し、受ける、払うなどの動作ができるように言葉かけする。 | | |
| H | 対人関係に課題があり、相手を見たり、相手を意識したりすることが苦手である。 | 形の攻防がわかり相手を意識した打ちができるようになる。 | しかけ、応じの役割を理解し、相手の動きに合わせて動けるように言葉かけする。 | | |

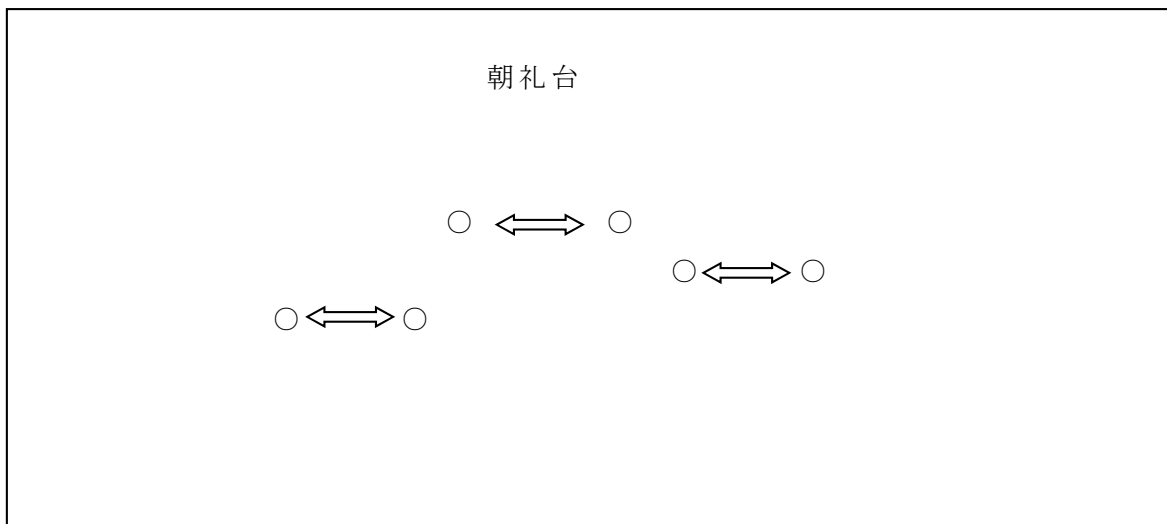
(3) 展開

| | 学習内容・活動 | ○教師の指導・支援及び評価(☆) |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 導入 | <p>1 グラウンドに集合する。 なぎなたの準備 始まりのあいさつ</p> <p>2 位置の確認 本時の個人目標をワークシートに記入する。</p> | <p>目標物や左右前後の位置を確認する。 前回の反省を元に本時の目標を記入するように促す。 ☆振り：同じ動きができる。 縦・横の並びをそろえる。 ☆演技：順番を覚える。 相手の動きに合わせる。 (しかけより先に動かない) 正しい打突位置を打突する。 聞こえるように声を出す。</p> |
| 展開 | <p>【11:30 本時】 礼</p> <p>3 なぎなた 演武の用意を行う。 それぞれの位置についたら 学年毎に発表 1年「打ち返し」 2年「演技1、4本目」 3年「防具をつけて」 「演技1、4、5本目」 リズムなぎなた発表 「背中越しのチャンス」</p> | <p>☆技能の程度に応じて自己の課題を理解し、技を習得しようとしている。 ○相手の動きを見て動くように促す。</p> |
| まとめ | <p>4 各学年で発表について話し合う。 2～3人程度発表者を決める。 1年、2年、3年の順に発表 ワークシートに発表の感想や対象者の評価を記入する。</p> <p>5 終わりのあいさつ・片付け</p> | <p>○代表を中心に話し合うように促す。 ○自分の意見を言えるよう個に合わせて言葉かけをする。 ○自分の評価と全体の評価を考えるよう伝える。</p> |

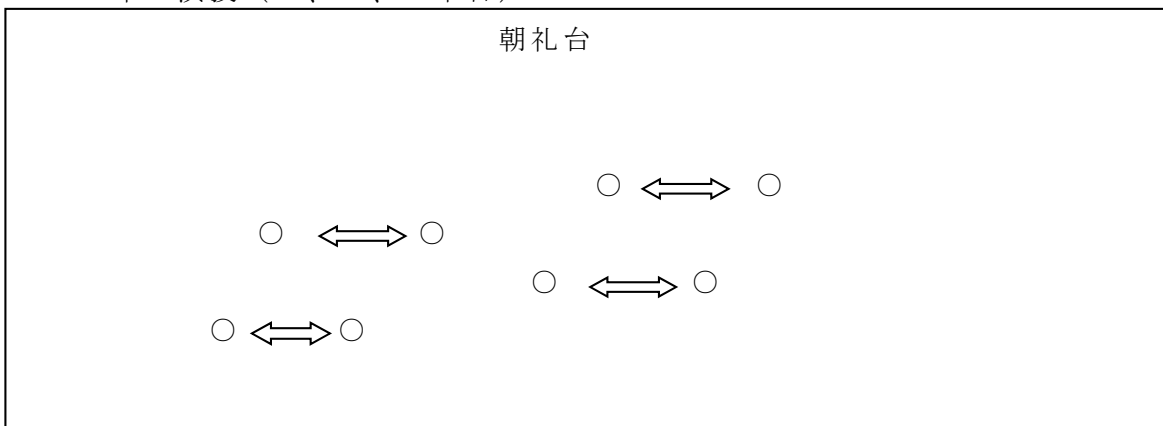
発表 1年 打ち返し (1人)



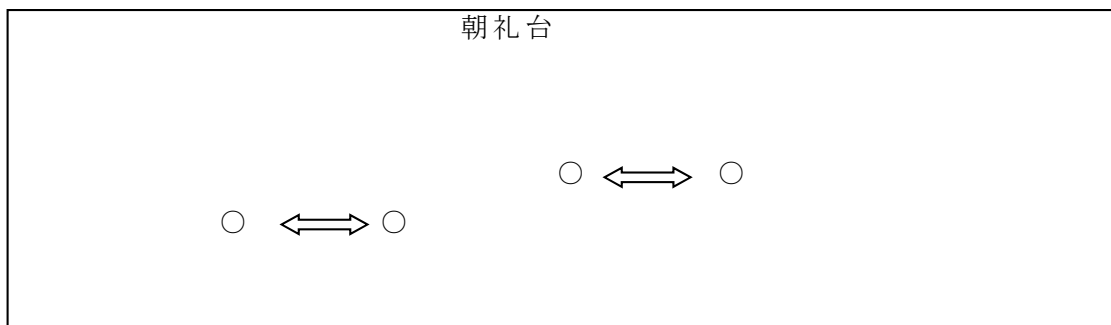
2年 演技 (1、4本目)



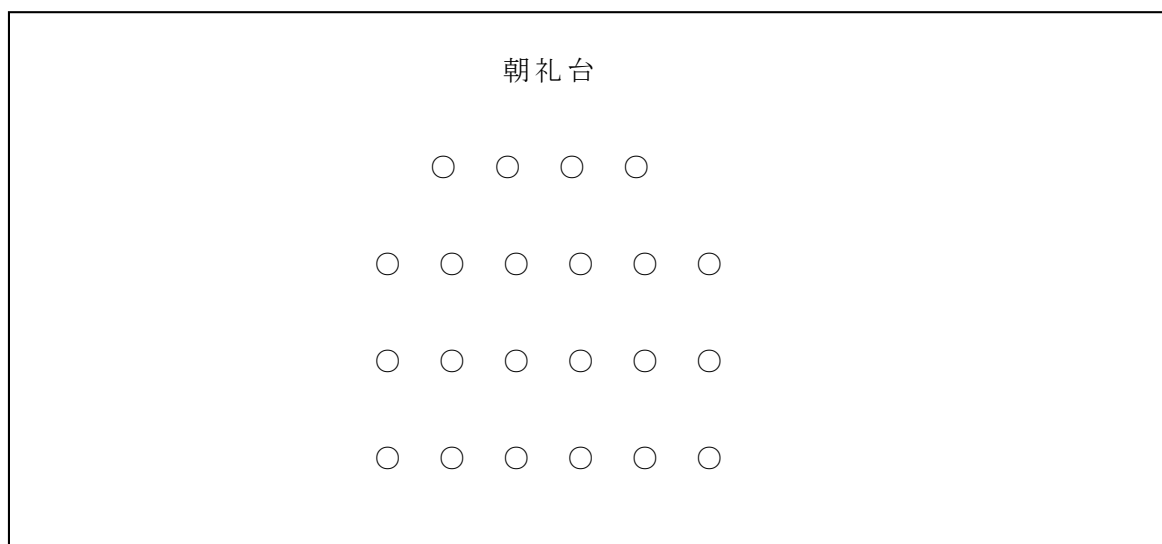
3年 演技 (1、4、5本目)



3年 防具をつけて（打ち返し、技稽古）



「リズムなぎなた」



6 考察（成果と課題）

| | |
|-----|---------------------------------------------------------|
| テーマ | 「わかった」「できた」→「もっとやりたい！」と思える授業づくり ～自立活動の視点から一人一人を見つめて～ |
|-----|---------------------------------------------------------|

1 生徒の実態を踏まえた単元計画（学習課程）の作成について

生徒の多くは地域の中学校から本校高等部に入学した知的障害学級1年から3年の生徒である。障害特性からくる姿勢保持、ボディイメージ、行動調整、コミュニケーション、心理的側面などに課題がある生徒がいる。生徒たちの運動への意欲は高い一方で、自信がなく、知識や技能の面で理解を深めにくい特性もみられる。

本単元では、半年間をとおして「礼法」「構え」「体さばき」「打突」等の基礎基本を学ぶ。指導する上では、生徒一人一人の実態に応じた支援をしながらなぎなたに取り組むことで、感覚・運動機能を刺激し、認知機能や注意力を育てていく。単元の後半では演武「リズムなぎなた」を取り入れ、仲間とともに演武をつくり上げる楽しさや喜びを経験し、学習したことを表現することで達成感を味わえるようにする。その過程においては、自己の技能の程度に応じて目標を設定したり、互いに高めながら教え合ったり、役割を引き受け、自己の責任を果たそうとする主体性を養う。

また、高等部3年間、継続して取り組むことで、「なぎなた」の基本動作を正しく身に付け、技の正確性や多様性を知り、攻防の技能にまで発展させる。

2 生徒が、主体的に学習に取り組めるような授業づくりや学習形態の工夫点について

○ 演武「リズムなぎなた」の取組

仲間とともに演武をつくり上げる楽しさや喜びを経験し、学習したことを表現する。取組の過程で自己の技能の程度に応じて目標を設定したり、互いに高めながら教え合ったり、役割を引き受け、自己の責任を果たそうとする主体性を養う。集団演武の中で、相手を尊重し、礼儀正しく行うとともに、相手と適切な距離を取り、相手の攻防に応じた演武ができるように取り組んだ。

○ 振り返りシートの活用

授業後、振り返りを行う。わからないこと、できないこと等、言いやすい環境をつくり、自分の課題に気付いて克服していけるようにした。また、学年ごとのチームでの話し合い活動を設定し、課題に気付いたり仲間意識を高めたりできるようにし、授業後に生徒が記入する振り返りシートには、毎回教師がコメントを書いて返し、意欲を高められるようにした。

○ ゲストティーチャーの活用

なぎなた経験者のゲストティーチャーに来ていただき指導を仰いだ。本物を見ることで生徒達の刺激となり、取り組む意欲が高まった。

○ 相互評価

評価が客観的にできず自分自身で「できている。」と思っている生徒について、ペアで評価することで客観的に評価できることを期待して取り組んだ。生徒同士がお互いに声をかけ合いながら意欲的に取り組む姿がみられた。

3 指導と評価の一体化に向けた取組等について

指導の過程において、生徒一人一人の実態を自立活動の視点も取り入れてきめ細やかに捉え、実態に応じた支援を行った。また、なぎなたの動きをチェックする際には、なぎなたを専門としない教師でもチェックできるようにチェックシートを作成して活用した。

さらに、体育担当の教師間で生徒の実態の共通確認や支援方法について話し合い、授業につなげていくことはもちろんのこと、体育科担当ではない教師も集まりワークショップ型研修会を開いて生徒の実態把握や課題、支援方法等について定期的に話し合った。その際には授業の様子についてビデオを活用し、確認を行った。授業では「振り返りシート」を用い、仲間の課題に目を向けるとともに自分の行動にも気付けるようにし、自己評価、相互評価を行うことができるようにした。

4 その他

「なぎなた」を通して、礼儀作法と相手を尊重する態度を身に付け、仲間と協力して活動する力や心身を鍛えることができると考え、日本の伝統文化の一つである武道「なぎなた」に取り組んできた。その結果、なぎなたの準備や片付けをする時の道具の扱い方、授業の際の脱いだ靴の並べ方、立ち姿の礼の姿勢など様々な場面に形として表れてきている。

今後は、なぎなたの授業場面ではない日常生活の場面にまで般化させていくことを目指し、教師は連携を取り合い、取り組んでいきたい。

教育課程Ⅲ 1グループ なぎなた

月 日 年 組 名前()

| | |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>活動内容</p> | <p>(例) 八方振り 基本打ち 打ち返し リズムなぎなた 防具(打ち返し、技)</p> |
| <p>今日の目標</p> | <ul style="list-style-type: none"> • • • • |
| <p>今日の反省</p> | <p style="text-align: right;">*目標に書いた点については必ず反省を書いてください。</p> |

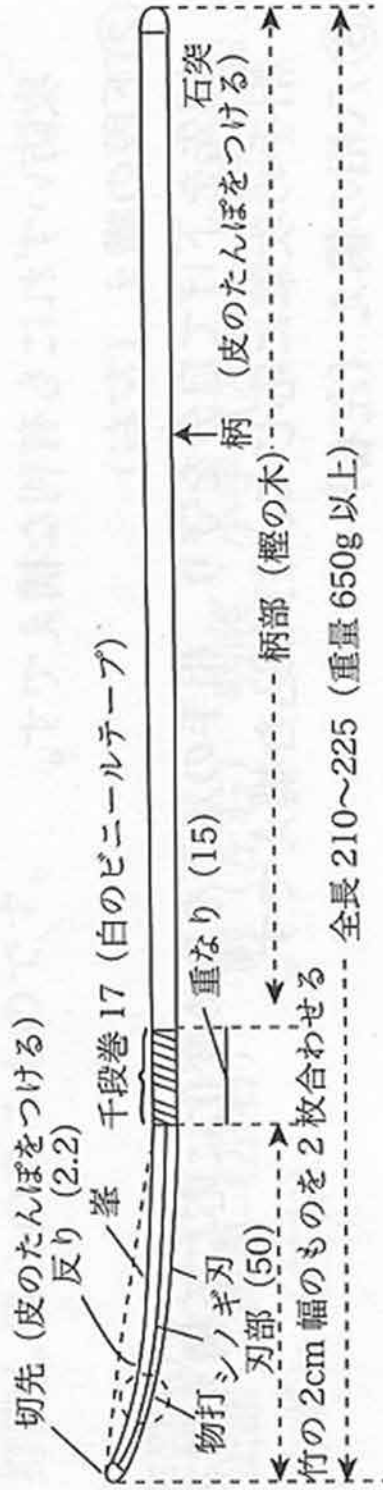
体育Ⅲ―①

なぎなた チェック表

月 日

| チェック項目 | 生徒A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| <p>あいさつ 相手の目をみる。 相手に対してお願いします。ありがとうございます。の気持ちがかもっているか。 (相手を尊重する。)</p> | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>なぎなたの扱い方 物を大切に扱う気持ちがあるのか 両手で持つ。両膝をついて取る。</p> | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>礼法(座礼)「左座、右起」 礼の時の手位置や頭の角度 立つ時に体を揺らさず、手をつかない。</p> | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>礼法(立礼) なぎなたの持つ手の位置 右手：腰骨の位置 左手：ズボンやはかまなどの横に添える。指先が伸びているか。 頭の下げる角度 相手に対して15度</p> | | | | | | | | | | | | | | |

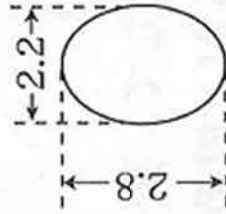
なぎなたの名称と構造



▼切先



▼柄の形



(単位 cm)

参

考

3 参考【平成21～28年度授業研究会開催内容一覧】

(1) 幼稚園

| 校種 | 領域 | 内容 | 学年 | 園名 | 授業者 | 年度 |
|-----|----|------------------|-------|-------------|-----|----|
| 幼稚園 | 健康 | 運動遊び | 年少～年長 | 和歌山市立湊幼稚園 | 全教員 | 26 |
| | | 運動遊び －親子運動遊び－ | | 九度山町立九度山幼稚園 | 全教員 | 26 |
| | | 運動遊び | | 和歌山市立宮前幼稚園 | 全教員 | 27 |
| | | 運動遊び | | 和歌山市立中之島幼稚園 | 全教員 | 28 |

(2) 小学校

| 校種 | 領域 | 内容 | 学年 | 学校名 | 授業者 | 年度 |
|-------|------------|------------------------------|-----------|--------------------|--------|----|
| 小学校 | 体づくり運動 | 多様な動きをつくる運動遊び | 1年 | 和歌山市立今福小学校 | 岩崎 裕子 | 23 |
| | | 多様な動きをつくる運動遊び | | 和歌山大学教育学部 附属小学校 | 渡辺 圭 | 24 |
| | | 多様な動きをつくる運動遊び | 2年 | 海南市立大野小学校 | 岩橋 由理 | 28 |
| | | 体力を高める運動 －パワーアップ大作戦－ | 5年 | 橋本市立紀見小学校 | 石井 美行 | 21 |
| | | 体力を高める運動 | | 由良町立由良小学校 | 里森 翔 | 24 |
| | | 体力を高める運動 | | 紀美野町立野上小学校 | 安田 雄一 | 25 |
| | | 体力を高める運動 －いろいろな用具を使って－ | 6年 | 海南市立黒江小学校 | 阪口 貴史 | 21 |
| | | 体力を高める運動 －縄跳び運動－ | | 新宮市立王子小学校 | 山本 健一 | 21 |
| | | 体力を高める運動 －ミニ駅伝・走るっておもしろい－ | | 紀の川市立長田小学校 | 小川 強 | 22 |
| | | 体力を高める運動 | | 海南市立巽小学校 | 服部 康雄 | 23 |
| | 体力を高める運動 | 岩出市立根来小学校 | | 山脇 勇人 | 28 | |
| | 器械運動 | 器械・器具を使つての運動遊び | 1年 | 和歌山市立中之島小学校 | 森下 華菜子 | 27 |
| | | 跳び箱運動 | 3年 | 印南町立清流小学校 | 山下 展弘 | 22 |
| | | | 5年 | 上富田町立市ノ瀬小学校 | 巖野 寿 | 22 |
| | | | | 岩出市立中央小学校 | 高橋 智紀 | 23 |
| | | | 5・6年 | 古座川町立高池小学校 | 橘 創 | 25 |
| | | | 6年 | 和歌山市立野崎西小学校 | 山田 充洋 | 27 |
| マット運動 | | 4年 | 日高町立志賀小学校 | 北山 憲昭 | 21 | |
| | 有田川町立藤並小学校 | | 寺村 太樹 | 28 | | |

| 校種 | 領域 | 内 容 | 学年 | 学校名 | 授業者 | 年度 |
|-------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------|-------|----|
| 小 学 校 | 器械運動 | マット運動 －レッツチャレンジ！タンブリング♪－ | 5年 | 海南市立中野上小学校 | 中家 佳紀 | 22 |
| | | マット運動 | | 紀の川市立粉河小学校 | 池本 光夫 | 28 |
| | | マット運動 －みんなの力で高め合おう－ | 4・5・6年 | 那智勝浦町立太田小学校 | 永立 琢人 | 22 |
| | | マット運動 | 6年 | 紀の川市立調月小学校 | 森奥 健太 | 25 |
| | | マット運動 | 全学年 | 那智勝浦町立太田小学校 | 堀口 徳正 | 27 |
| | 陸上運動 | 走・跳の運動遊び －とびっこマスターになろうぜ！－ | 2年 | 和歌山市立野崎西小学校 | 中筋 達也 | 22 |
| | | 走・跳の運動 幅跳び | 4年 | 紀の川市立田中小学校 | 森口 裕介 | 28 |
| | | 短距離走・リレー | 6年 | 田辺市立上秋津小学校 | 瀬田 公寛 | 21 |
| | | | | 御坊市立湯川小学校 | 今北 知志 | 26 |
| | 水 泳 | 浮く・泳ぐ運動 －呼吸をしながらの初歩的な動き－ | 4年 | 美浜町立和田小学校 | 山本 恵史 | 26 |
| | | クロール・平泳ぎ | 5・6年 | 有田川町立石垣小学校 | 生馬 裕久 | 22 |
| | ゲーム | ボールゲーム | 2年 | 串本町立西向小学校 | 河田 恵美 | 23 |
| | | ベースボール型ゲーム －ティーボール－ ゴール型ゲーム －タグラグビー－ ネット型ゲーム －プレルボール－ ゴール型ゲーム －ポートボール－ | 3年 | 有田川町立小川小学校 | 竹内 秀昭 | 21 |
| | | | | 和歌山市立西脇小学校 | 小杉 栄樹 | 21 |
| | | | | 有田市立港小学校 | 倉本 健吾 | 23 |
| | | | | 和歌山市立中之島小学校 | 中筋 達也 | 28 |
| | | ベースボール型 －キックベースボール－ | 4年 | 高野町立高野山小学校 | 岡 恭行 | 26 |
| | ボール運動 | ゴール型・ネット型 －キンボール－ ゴール型 －フラッグフットボール－ ゴール型 －タグラグビー－ ネット型 －ソフトバレーボール－ ネット型 －ソフトバレーボール－ | 5年 | 橋本市立学文路小学校 | 大谷 裕幸 | 22 |
| | | | | 御坊市立塩屋小学校 | 橋本 晃和 | 23 |
| | | | | 白浜町立西富田小学校 | 嶮口 智一 | 24 |
| | | | | 和歌山市立川永小学校 | 南方 孝俊 | 26 |
| | | | | 海南市立大野小学校 | 山下 勝也 | 28 |
| | | ゴール型 －バスケットボール－ ゴール型 －ハンドボール－ ゴール型 －タグラグビー－ ベースボール型 －TE-YA(庭球野球)－ | 6年 | 紀の川市立西貴志小学校 | 谷口 博司 | 21 |
| すさみ町立周参見小学校 | | | | 深海 真也 | 23 | |
| かつらぎ町立渋田小学校 | | | | 上野 昌之 | 23 | |
| 和歌山市立中之島小学校 | | | | 中筋 達也 | 27 | |
| 高野町立高野山小学校 | | | | 中野 太一 | 24 | |

| 校種 | 領域 | 内 容 | 学年 | 学校名 | 授業者 | 年度 |
|-----|------|-------|----|------------|-------|----|
| 小学校 | 表現運動 | 表 現 | 5年 | 美浜町立松原小学校 | 坂本 明菜 | 26 |
| | | | 6年 | 広川町立南広小学校 | 三角 佑 | 25 |
| | | | | 紀の川市立調月小学校 | 森奥 健太 | 28 |
| | 保健 | 病気の予防 | 6年 | 紀の川市立粉河小学校 | 上西 隆夫 | 28 |

(3) 中学校

| 校種 | 領域 | 内 容 | 学年 | 学校名 | 授業者 | 年度 |
|------------------|-------------|--------------------|-------------|---------------|--------|----|
| 中学校 | 体づくり運動 | 体力を高める運動 | 1年 | かつらぎ町立笠田中学校 | 福島 浩彦 | 21 |
| | | | | 白浜町立白浜中学校 | 桑原 仁史 | 23 |
| | | | 2年 | 新宮市立光洋中学校 | 角 利則 | 23 |
| | 器械運動 | マット運動 | 1年 | 紀の川市立打田中学校 | 森田 康介 | 22 |
| | | | 2年 | 田辺市立高雄中学校 | 宮野 好史 | 25 |
| | | | 3年 | 有田川町立金屋中学校 | 中澤 征司 | 21 |
| | | 跳び箱運動・マット運動 | 1年 | 和歌山市立貴志中学校 | 中村 麻希 | 28 |
| | | | 2年 | 和歌山市立東和中学校 | 小川 泰伸 | 21 |
| | 陸上競技 | ハードル走 | 2年 | 和歌山市立紀伊中学校 | 藤田 絢子 | 23 |
| | | ハードル走・走り幅跳び・走り高跳び | 1年 | 橋本市立紀見北中学校 | 松本 久彦 | 24 |
| | | 競走 ー長距離走ー | 1年 | 串本町立西向中学校 | 堺 高行 | 21 |
| | | | | 新宮市立城南中学校 | 橋本 紀彦 | 22 |
| | | | | 有田市立保田中学校 | 蜂谷 俊幸 | 23 |
| | | 3年 | すさみ町立周参見中学校 | 寺本 雄介 | 21 | |
| | 混成競技 | 3年 | 印南町立切目中学校 | 山本 拓 寺嶋 俊人 | 27 | |
| | 水 泳 | 泳法 ークロール・平泳ぎー | 3年 | 上富田町立上富田中学校 | 中平 啓太 | 22 |
| | 球技 | ゴール型 ーバスケットボールー | 1年 | 印南町立印南中学校 | 中根 譲治 | 22 |
| | | | | 和歌山市立西和中学校 | 尾崎 有希子 | 22 |
| | | ゴール型 ーハンドボールー | 3年 | 紀美野町立野上中学校 | 中谷 理沙子 | 24 |
| | | | | 紀の川市立貴志川中学校 | 小川 和 | 28 |
| | | | | 有田市立保田中学校 | 蜂谷 俊幸 | 26 |
| | | ゴール型 ーサッカーー | 2年 | 新宮市立城南中学校 | 成見 雅貴 | 24 |
| | みなべ町立上南部中学校 | | | 山本 尚貴 | 25 | |
| ネット型 ーバレーボールー | 2年 | 新宮市立城南中学校 | 成見 雅貴 | 24 | | |
| | | みなべ町立上南部中学校 | 山本 尚貴 | 25 | | |
| ネット型 ーバドミントンー | 2年 | 新宮市立城南中学校 | 成見 雅貴 | 24 | | |
| | | みなべ町立上南部中学校 | 山本 尚貴 | 25 | | |

| 校種 | 領域 | 内容 | 学年 | 学校名 | 授業者 | 年度 |
|-------------|-----------|------------|------------|-------------|-------------|------|
| 中学校 | 武道 | 柔道 | 1年 | 日高町立日高中学校 | 中本 和志 | 21 |
| | | | | 広川町立耐久中学校 | 森川 博司 | 22 |
| | | | | 高野町立高野山中学校 | 木村 陽介 | 22 |
| | | | 2年 | 紀の川市立荒川中学校 | 林 剛 | 21 |
| | | | | 岩出市立岩出第二中学校 | 東 芳弘 | 23 |
| | | | | 岩出市立岩出中学校 | 藤田 圭造 | 25 |
| | | | | 美浜町立松洋中学校 | 三原 史也 | 26 |
| | | | 剣道 | 1年 | 海南市立下津第二中学校 | 岩尾 元 |
| | 御坊市立河南中学校 | 平林 常匡 | | | 23 | |
| | 2年 | 和歌山市立西浜中学校 | | 永瀬 覚 | 25 | |
| | 2年 | 海南市立第三中学校 | | 芝崎 公彦 | 28 | |
| | ダンス | 創作ダンス | 1年 | 海南市立亀川中学校 | 吉田 恵介 | 23 |
| 2年 | | | 海南市立巽中学校 | 立花 大輔 | 22 | |
| 現代的なリズムのダンス | | 2年 | 有田川町立吉備中学校 | 小松 柔 | 28 | |

(4) 高等学校

| 校種 | 領域 | 内容 | 学年 | 学校名 | 授業者 | 年度 |
|-------|------|----------------------|------------|------------|--------|----|
| 高等学校 | 器械運動 | マット運動 | 1年 | 県立箕島高等学校 | 川嶋 英嗣 | 23 |
| | 陸上競技 | 競走 ー長距離走ー | 1年 | 県立新翔高等学校 | 脇本 優生 | 24 |
| | | | 1年 | 県立星林高等学校 | 山本 喜一郎 | 25 |
| | 球技 | ネット型 ーバレーボールー | 2年 | 県立那賀高等学校 | 谷 早織 | 22 |
| | | ゴール型 ーバスケットボールー | 1年 | 県立田辺工業高等学校 | 樫山 匠 | 27 |
| | | | 3年 | 県立桐蔭高等学校 | 外川 広興 | 28 |
| | 武道 | 剣道 | 1年 | 県立貴志川高等学校 | 柿原 千絵 | 24 |
| | | | 2年 | 県立那賀高等学校 | 塚本 浩史 | 28 |
| | ダンス | 現代的なリズムのダンス 創作ダンス | 1年 | 県立桐蔭高等学校 | 迫田 妙 | 23 |
| | | 現代的なリズムのダンス | 1年 | 県立新宮高等学校 | 田寺 美絵 | 25 |
| 創作ダンス | | 1年 | 県立有田中央高等学校 | 福田 亜唯 | 26 | |

(5) 特別支援学校

| | | | | | | |
|----------------|-----------|------------------------|----------------|-----------------------|-------|----|
| 特別 支援 学校 | 体づくり運動 | 大縄跳び | 小学部 低学年 | 県立みくまの支援学校 | 坂田 昌寛 | 26 |
| | | サーキット運動 | 小学部 | 県立紀北支援学校 | 小山 誓子 | 28 |
| | | 縄跳び | 中学部 | 県立紀北支援学校 | 江川 清司 | 28 |
| | 陸上運動 | 陸上サーキット運動 | 中学部 | 県立みくまの支援学校 | 上山 喜寛 | 26 |
| | 球技 | ベースボール型 －フットベースボール－ | 高等部 全学年 | 県立みくまの支援学校 | 尾崎 賀津 | 26 |
| | | ベースボール型 －ティーパーラー－ | 高等部 | 県立たちばな支援学校 | 山鷲 壮 | 27 |
| | | ゴール型 －ポンポンホッケー－ | 高等部 全学年 | 和歌山大学教育学部 附属特別支援学校 | 谷 重男 | 25 |
| | | キンボール | 中学部 | 県立たちばな支援学校 | 湯森 昭人 | 27 |
| | 武道 | なぎなた | 高等部 | 県立紀北支援学校 | 坂東 洲子 | 28 |
| | 表現運動 | リズムダンス | 小学部 全学年 | 県立たちばな支援学校 | 池田 千奈 | 27 |
| 自立活動 | 身体の動きを通して | 小学部 中学部 | 県立紀北支援学校・愛徳分教室 | 川口 雅子 | 28 | |



レッツチャレンジ!!

長座体前屈



20mシャトルラン・持久走



50m走

立ち幅とび



握力



ボール投げ



反復横とび



上体起こし

