

体育パート

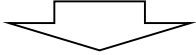


技のポイントを確認して、さあ、挑戦だ！

～第2学年 器械・器具を使っでの運動遊び 「マット遊び」～

1 研究構想図

主体的に学習に取り組み、動きを高める子の育成
 ～学ぶ意欲・確かな学力・健やかな体を育む指導方法の工夫～



目指す児童像

- 自ら課題をもち、友達と協力し進んで学習する子
- 身に付けた力を基に、よりよい動きを追求する子

研究の視点1
 主体的に運動に取り組めるようにするための指導の工夫

① 友達との見合い・教え合い・補助

② 友達を励ます言葉「ハッピーワード」

研究の視点2
 運動の技能や体力の高まりを実感できる指導の工夫

③ パワーアップタイムの工夫

④ 擬音語等を用いた指導

研究の視点1・2 共通

⑤ 指導内容の明確化

H27 マットを使った運動遊び・マット運動の指導系統図

年次	低学年(マットを使った運動遊び)		中学年(マット運動)		高学年(マット運動)	
	1年	2年	3年	4年	5年	6年
基礎動作	○のびのび ○まわりのび	●のびのび ●まわりのび	○まわりのび ○まわりのび	●まわりのび ●まわりのび	○安定した姿勢 *1. ○まわりのび ○まわりのび	●安定した姿勢 *1. ●まわりのび ●まわりのび
基本動作	○まわりのび ○まわりのび	●まわりのび ●まわりのび	○まわりのび ○まわりのび	●まわりのび ●まわりのび	○安定した姿勢 *2. ○まわりのび ○まわりのび	●安定した姿勢 *2. ●まわりのび ●まわりのび
応用動作	○まわりのび ○まわりのび	●まわりのび ●まわりのび	○まわりのび ○まわりのび	●まわりのび ●まわりのび	○安定した姿勢 *3. ○まわりのび ○まわりのび	●安定した姿勢 *3. ●まわりのび ●まわりのび
発展動作	○まわりのび ○まわりのび	●まわりのび ●まわりのび	○まわりのび ○まわりのび	●まわりのび ●まわりのび	○安定した姿勢 *4. ○まわりのび ○まわりのび	●安定した姿勢 *4. ●まわりのび ●まわりのび

⑥ ポイントの精選とその掲示物の工夫

2 研究の概略

(1) パートテーマとめざす児童像について

本校では、体育の授業を意欲的に行う児童が多い。しかし、運動技能の乏しい児童がいたり、技能が極端に高い児童がいたり、運動技能の二極化が顕著であるという課題が見られる。新体力テストにおいても、充分満足できる状況とは言い難いため、自分の能力に適した運動技能の向上を目指そうと考えた。また、そのためには、児童が主体的に運動に取り組むことが必要不可欠だと考え、児童の運動に対する「主体性」と「運動技能の向上」に着目して授業実践に取り組むことにした。

(2) 研究の視点について

視点1において、主体的に運動に取り組むようにするためには、①友達との見合い、教え合い、補助の工夫をすることで、友達間でのアドバイスで意欲が高まったり、自己の動きを振り返ったりすることができると考えた。また、②友達を励ます言葉「ハッピーワード」を用いることで、肯定的な雰囲気で行うことができると考えた。

視点2において、③パワーアップタイムの工夫を行い、主運動につながる動きを身に付けられるようにした。技を取り上げる際には、④擬音語等を用いた指導をすることで、児童がイメージしながら運動することができると考えた。また、視点1・2に共通して、学習指導要領に例示されている技をもとに系統図の見直しを行い、他学年との系統性を意識しながら、⑤指導内容の明確化（取り組む技の精選）を行った。そして精選した技のポイント进行分析し、⑥ポイントの精選と掲示物の工夫することで、児童の運動技能の向上を目指した。

3 実践研究

研究の視点1「主体的に運動に取り組めるようにするための指導の工夫」

手立て① 友達との見合い・教え合い・補助

授業の中で友達の動きの「見合い・教え合い」の時間を設けることで、友達の主運動の動きを見て、動きがきちんとできているか確認をしたり、自分の動きとの違いを考えたりすることができるようにした。見る側は、それぞれがポイントをしばって見ることで、「できた」「できていない」部分をしっかりと見ることができ、アドバイスもしやすくなった。

友達の運動の様子を見ることで、動きを客観的に見られるようになり、自分の動きに取り入れ、技能の向上につながった。



友達に
補助をする様子

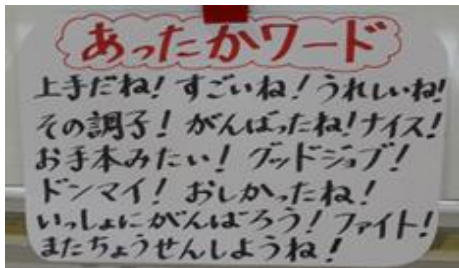


友達の動きを見て、
教える様子

手立て② ハッピーワードの活用

主運動にチャレンジする意欲をもたせるために、「上手だね!」「すごいね!」「その調子!」「ドンマイ!」「いっしょにがんばろう!」など、子どもたち同士で気持ちが盛り上がる言葉を使い励まし合えるようにした。

マット運動は「できる」「できない」がはっきりしていることから、劣等感を感じて意欲の低下につながっていくことがある。そこで、ハッピーワードを使って気持ちを伝え合うことで、チャレンジする意識を高めていくことにした。子どもたちは互いに声をかけ合っていくうちに前向きな気持ちが生まれ、進んで練習に取り組もうとする意欲へとつながっていくようになった。また、「がんばれ!」などの励ましの声かけから「手を肩に近付けるといいよ」など具体的で前向きな言葉へと、教え合う言葉に変化が表れた。練習に取り組む姿勢も、よりよい動きへと考えながら活動するようになり、はじめは消極的に動いていた子も、次第に練習する時間が増えるなど、楽しい雰囲気の中で全体的な運動量が目に見えて多くなった。



ハッピーワードの掲示



友達にアドバイスをする様子

研究の視点2 「運動の技能や体力の高まりを実感できる指導の工夫」

手立て③ パワーアップタイムの工夫

主運動につながる感覚をつかみ、進んで活動する意欲を高めさせるため、準備運動の後にパワーアップタイムを設けた。

マット運動の場合は、回転するときの滑らかな順次接触感覚や頭越し感覚、そして逆さ感覚が重要である。安全面からも子どもたちにこれらの感覚を身に付けさせることが大切である。そこで、全学年のパワーアップタイムに「ゆりかご」を取り入れた。その結果、子どもたちは楽しみながら、回転感覚や順次接触につながる感覚を味わうことができた。さらに「大きなゆりかご」へと発展させることで、子どもたちは、より大きな重心移動の感覚をつかむことができた。また「背支持倒立」や「かえるの足打ち」を行うことで、倒立が苦手な子も少しずつレベルアップしていく楽しさを味わうことができた。パワーアップタイムは直接的に主運動の動きと結び付けて発展させることができる。達成状況に合わせてパワーアップタイムの動きに変化をつけることで、ただ体を温めるだけでなく、主運動につながるよい動きを身に付けられるようになった。



ゆりかご



背支持倒立



腰を高くしてから前転がり

手立て④ 擬音語等を用いた指導

技能の高まりを実感できる指導を行えるよう、児童一人ひとりが技に取り組む際、言葉と動作を連動させ、技に取り組ませやすくなる擬音語等（「とお・くる・ピーン」や児童が考えた「たこやきワッショイ」）を学習の中で定着させるようにした。

児童は、例えば後転という技に対して、ただ後ろに回れていればよいと認識しがちである。しかし、実際には、手のつき方や着地の仕方など、正しく技を行うには、大事なポイントやコツがある。そこで、そのポイントやコツを児童に分かりやすくするべく、「とお=尻を遠くにつく」などの「擬音語」を使い、一つ一つの擬音語が技のポイントやコツを示していることを理解させた。

その結果、子どもが、自分自身で技の気をつけるべきポイントをイメージしやすくなり、個々の技のスキルアップにつなげることができた。また、グループ学習の時には、グループで技の到達点などを「擬音語等」によって共有化することができ、正確な伝え合い、教え合いを可能とすることができた。

言葉を発しながら学習に取り組むことで、授業にもメリハリが生まれ、学習に集中して取り組むことができるようになった。



倒立する時は
あごを「アイーン」



みんなで確認「たこやきワッショイ」

視点1・視点2 共通

手立て⑤ 指導内容の明確化

マット運動の学習指導要領に例示されている技をもとに、系統図の見直しを行い、学年ごとに取り扱う技を精選した。その系統図は下に示してある。

取り扱う技を精選することによって、6年間を見通した指導が可能となり、教員の間で子どもがどこまで技を学んできているのかを共有することができるようになり、指導すべきポイントが明確になった。

その結果、毎時間、毎単元の学習のねらいがはっきりとし、子どもの意欲向上につながった。さらに、運動の苦手な子どもにもポイントをしばった指導が行えるようになり、運動技能の向上にもつながった。

H27 マットを使った運動遊び・マット運動の指導系統図

H27. 4. 10.
・発展技*1 変

□ 授業で重点的に取り扱う身に付けさせるもの ○ 可能であれば取り扱うもの（新規） ● 可能であれば取り扱うもの（習得）

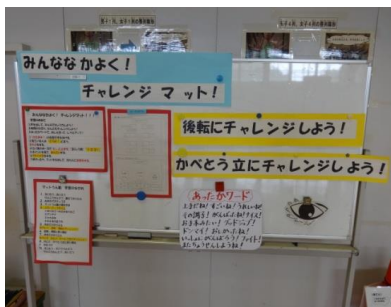
学年	低学年（マットを使った運動遊び）		中学年（マット運動）		高学年（マット運動）	
	1年	2年	3年	4年	5年	6年
基本動作	○ひざのこ	●ひざのこ ●大きな前転	○前転	●大きな前転 ○開脚前転	○安定した前転 *1. ●開脚前転 ○直立前転	●安定した前転 *1. ●開脚前転 ○直立前転 ○独立前転
基本動作	○後ろ転がけ	●後ろ転がけ	○後転 ●開脚後転	●後転 ○開脚後転	○安定した後転 *2. ●開脚後転	●安定した後転 *2. ●開脚後転
基本動作	○背支持前立（背前立） ○かえるの足打身	●背支持前立（背前立） ●かえるの足打身 ○膝振り前立	○前立	●前立 ●補助前立 ●側前立	○安定した前立 *3 ○補助前立 ○側前立	●安定した前立 *3 ●補助前立 ●側前立 ○側方前立 *4
基本動作	○尻立ちがけ	○支持での尻立ち	○直立で横わり越し ○側方直立回転	●直立で横わり越し ●側方直立回転	○安定した直立で横わり越し *4. ●フリッジ	●安定した直立で横わり越し *4. ○ロンダート ●フリッジ
基本動作			○フリッジ	●フリッジ	●フリッジ	●フリッジ

～指導技の授業への取り入れ方～
 ☆準備運動 …かえる直立またはかえる足打身、フリッジ 等。
 ☆慣れの運動 …ゆりかご、前ブロック、前学年の既習内容。
 ☆展開 … 低学年→いるる場を設けて、運動させながらよい動きを学んでいく。
 ☆中・高学年→1時間に1または2つ技を取り上げて学んでいく。

手立て⑥ ポイントの精選と掲示物の工夫

本時の目標や学習の流れ、場の設定の図等を掲示し、いつでも確認できるようにした。技のポイントには、授業の始めに全て確認したうえで、「今日のポイント」として1つか2つにしぼって取り組ませた。また、各マットの横には、技のポイントを書いた紙を貼ったカラーコーンを置いた。

それにより、児童の声の中には技のポイントに沿った具体的なアドバイスもあり、技の向上につながった。また、授業後の振り返りの中でも「ポイントを意識してできた」という記述がみられた。



めあてと学習の流れ



ポイントを示した
カラーコーン



振り返りを書く学習カード

4 成果と課題 (○…成果 ●…課題)

【視点1 主体的に運動に取り組めるようにするための指導の工夫】(手立て①②)

- 教師や友達に見てもらうことで、意欲が高まっていた。さらに励まされたり、アドバイスももらったりして喜んでいる姿も多く見られた。
- 「ニコちゃんマーク」と「がんばれマーク」の札を使用したことで、自分達でしっかり見合って判定するという流れを作ることができた。
- ハッピーワードを紹介することで、アドバイスや声かけが盛んに行われた。さらに肯定的な言葉が多くなり、授業の雰囲気良くなった。
- 児童の実態にもよるが、低学年では教え合いは難しく感じた。教え合いまでできなくても見合う程度でよいのではないかを工夫する必要がある。
- 技能が低い児童への教え合いや技ができなかった時のハッピーワードをどうするのかを工夫する必要がある。

【視点2 運動の技能や体力の高まりを実感できる指導の工夫】(手立て③④)

- パワーアップタイムで準備的な運動を取り入れることで、運動量が確保でき、児童は運動の動きをイメージ化しやすくなった。
- 擬音語等を用いたことで、動きのイメージを児童が捉えやすくなり、より多くアドバイスする様子も見られた。
- パワーアップタイムは、同じ内容を繰り返すだけでなく、少しずつレベルアップする工夫する必要がある。

【視点1・2共通】(手立て⑤⑥)

- 技の系統図を作成したことで、6年間を見通した指導ができるようになった。
- 児童が活動を始めると掲示物を見る機会が少ないので、もっと効果的な活用方法を考えたい。
- 小中の9年間を見通した系統図も作成できるのではないかと考えられる。