

研究実践経過中間報告

鹿児島市立伊敷台小学校

中間報告の概要

I 研究の概要

- 1 研究主題
- 2 研究主題について
 - (1) 主題設定の理由
 - (2) 主題のとらえ方

II 研究の内容

- 1 3カ年の研究の構想
- 2 今年度の研修計画
 - (1) 23年度の研究主題
 - (2) 研究の概要
 - (3) 研究の構造図

III 研究の実際

- 1 1学期までの研究の流れ
- 2 2学期の研修内容について
- 3 2学期の研究授業について

I 研究の概要

1 研究主題

各種運動の基礎を培う体育科教育の在り方 ～「体づくり運動」を通じた基本的な動きの獲得～

2 研究主題について

(1) 主題設定の理由

ア 学習指導要領の改訂から

以前の改訂と同様に「心と体の一体化」と「生涯スポーツへ向けての能力育成」というキーワードに変わりはなく、楽しさを重視した目標として体育科は述べられている。その中でも、特に次のような点を重点項目として上げている。

① 領域の弾力化

小学校1年から4年までを「各種の運動の基礎を培う時期」、小学校5・6年と中学校1・2年を「様々な運動を体験する時期」、中学校3年から高校3年までを「生涯スポーツに向け運動を選択し深めていく時期」とした。これにより、目標と内容の一貫性をもたせると共に、発達段階のまとまりを考慮し、各運動領域が学年間で弾力的に取り上げられるようになった。さらに、指導内容そのものに関しては、身に付けさせたい内容を具体的に明示し、運動の中でしっかりとした指導内容が明記されている。

② 「体づくり運動」の導入

小学校における改訂の中心は、端的にいうと児童の体力低下の改善や様々な基礎的運動技能の獲得の場作りである。その改善のために、「体づくり運動」という領域が設定された。その中身については、主に次のような内容となっている。

〈体づくり運動の構成〉

1年	2年	3年	4年	5年	6年
体ほぐしの運動					
多様な動きをつくる運動		多様な動きをつくる運動		体力を高める運動	

ちなみに、他には、「中学校・高校における領域の選択」や「中学校・高校における体育理論での知識の習得」などが主な改訂のポイントとなる。

③ 言語活動の充実

これまでの研究にもあるように、言語活動の充実は、各教科等を貫く重要な改善のポイントであり、体育の授業においても、言語を活用した活動はコミュニケーション能力や論理的思考の育成につながるものとして重要な視点である。

④ 総則から

「学校における体育・健康に関する指導」には「体力の向上」、「心身の健康の保持増進」「学校における食育の推進」「安全に関する指導」という構成が記載されている。つまり、体育科教育においては、運動技能の習得や体力向上などの分野のみならず、保健体育の面においても指導の充実が図られるべきである。

イ 児童の実態から

全国的に上げられている課題点は、体力の低下や運動能力の低下、運動の二極化、コミュニケーション不足などであるが、これは本校の児童にも言えることである。

平成20年、21年の本校の体力テストの結果をしてみると、本校と全国平均の差が縮まっている種目が増加している。さらに、一集団の中での分布も最高点と最低点の差が大きく開いたり分布も二つの山を示す形のものも見られたりする。もちろん、全児童数の減少や少年団等のクラブ加入率の変動など様々な要因も考えられるが、全国的な傾向とそこまで本校の実態が変わらないことは明らかである。

さらに、運動経験の不足も実態として上げられる。例えば、高学年の児童がドッジボールを投げる際に、利き手と同じ足が投げる際に同時に前に出たり、マット運動での前転がまっすぐできなかつたりする。

以上のようなことから、児童が楽しみながら運動できる経験の場を設けたり、健康や危険回避などの保健体育面での知識技能を習得したりすることが、必要とされていると考える。

(2) 研究主題のとらえ方

研究主題

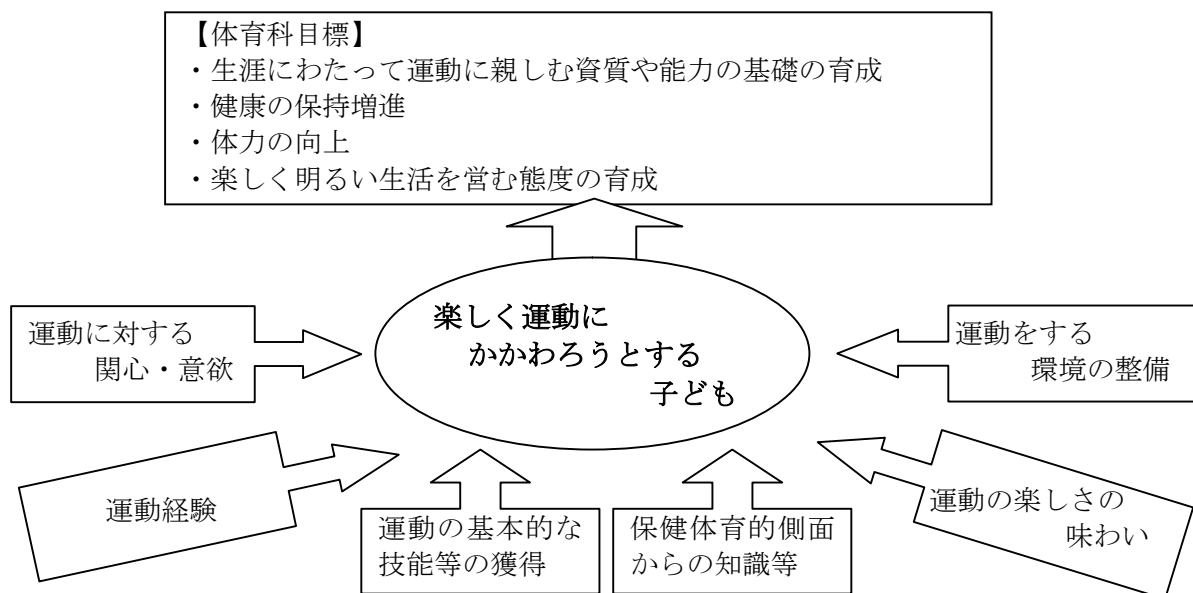
各種運動の基礎を培う体育科教育の在り方（仮）

本研究に当たっては、基本的な運動技能を身に付けつつ、運動の面白さを誰もが味わいながら、楽しく運動にかかわろうとする子どもの育成が必要であると考えている。

あくまでもイメージとしてはあるが、休み時間や放課後に運動技能を駆使しつつ、誰もが楽しく運動をしている姿を最終的な子ども像として描いている。

このような目指す子ども像の設定に関しては、実態の把握が必要であることは明らかである。したがって、実態調査・分析を綿密に行ったうえで、全職員がしっかりとした子ども像をもつことは前提の上で、足掛かりとなる研究の概要を考えると次のようである。

〈運動と児童のかかわり〉



このようなかかわりの中で、体育科の授業においてまず必要とされるのは、運動の基礎の習得であると考えている。よって、研究主題を「各種運動の基礎を培う体育科教育の在り方」と設定した。

II 研究の内容

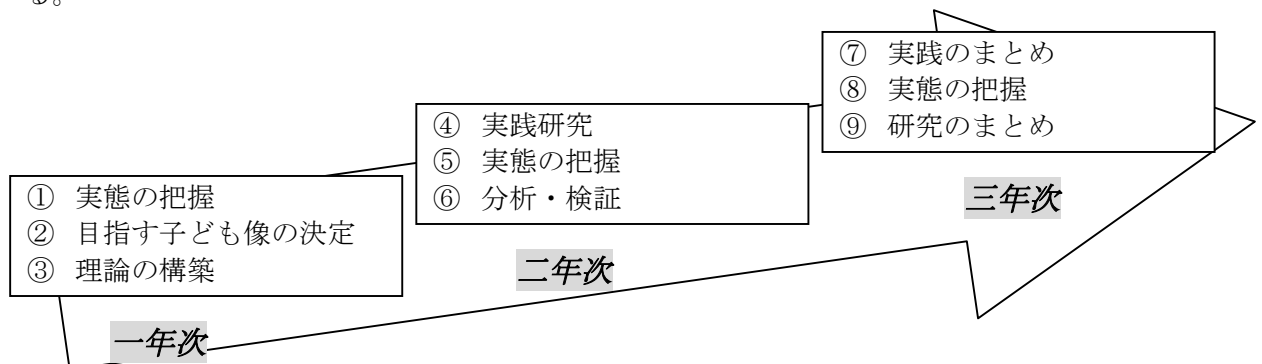
1 3ヵ年の研究の構想

研究主題	各種運動の基礎を培う体育科教育の在り方
平成23年（一年次）	<ul style="list-style-type: none"> ・体育科教育における授業内容の充実に関する実践研究（体づくり運動を中心に） ・運動の基礎を培うための実態の把握分析研究
平成24年（二年次）	<ul style="list-style-type: none"> ・体育科教育において実態に基づく授業内容の充実に関する実践研究 ・体育科教育における学びの場の構成研究
平成25年（三年次）	<ul style="list-style-type: none"> ・体育科教育において実態に基づく授業内容の充実に関する実践研究 ・体育科教育における研究のまとめ

研究の流れについて

これまでの研究の反省を生かしながら、研究教科の限定を図り体育科を中心に研修を行うことにした。次に、研修そのものの時間的制約や学校の実態を踏まえて、1・2年での研修の共通理解には限界があると考え、3年間の研修計画で立てた。

その上で、体育の授業を通して、どのような子どもに育てていきたいのか、目指す子ども像の設定が研修を進める上でも、共通理解をしていく上でも必要と考えている。そのために、初年度の一年次は、徹底的な実態把握が必要と考えた。実態の把握を行なった上で、児童の課題点を洗い出し、体力向上や危機回避へ向けた取り組みの焦点化を図っていくことが必要なことだと考える。



2 今年度の研修計画

(1) 平成23年度の研究主題

各種運動の基礎を培う体育科教育の在り方
～「体づくり運動」を通じた基本的な動きの獲得～

(2) 研究の概要

- 体育科教育における実践研究（1／3年次）
 - (1) 体育科教育における授業内容の充実に関する実践研究
～「体づくり運動」の領域を中心に～
 - (2) 運動の基礎を培うための実態の把握分析研究
～体力テスト等の実態調査から～

柱(1)について 【「体づくり運動」の授業の充実】

学習指導要領の改訂に伴い、「体づくり運動」が取り入れられているが、実際の授業において

まだその授業の理論・実践面において研究が行われておらず、どのように授業を行えばよいか分かりにくい点が多い。そこで、次年度において「体づくり運動」の領域において、どのような点に注意しながら授業を構成し、実践していけばよいか研究を深めていくことを研究の柱の一つとした。「体づくり運動」については、次のような構成で導入されている。

〈「体づくり運動」の内容構成〉

1年	2年	3年	4年	5年	6年
体ほぐしの運動 〈気づき・調整・交流〉					
多様な動きをつくる運動 〈体のバランスをとる〉 〈体を移動する〉 〈用具を操作する〉 〈力試し〉		多様な動きをつくる運動 〈体のバランスをとる〉 〈体を移動する〉 〈用具を操作する〉 〈力試し〉 〈基本的な動きの組み合わせ〉		体力を高める運動 〈体の柔らかさ・ 巧みな動きを高める〉 〈力強い動き・動きを 持続する能力を高める〉	

本校では、来年度から全学年において「体づくり運動」を取り入れた教育課程が編成されている。

この単元をどのように指導していくか具体的な指導計画を検討し、充実した授業に向けて実践研究を行うことが必要であると考えます。

柱(2)について 【体力テスト等を活用した実態の把握分析】

先に述べたように、本校の児童の体力・健康面においてどのような分野・領域等で劣っているのか、どのような要因があって体力低下や危機回避能力が低下しているのかをきちんと把握する必要があります。

本研究は、まず本校の児童の実態をじっくり分析した上で、研究の方向性を絞っていく立場をとり、そのために一年次に計画的な実態把握と分析を行う。

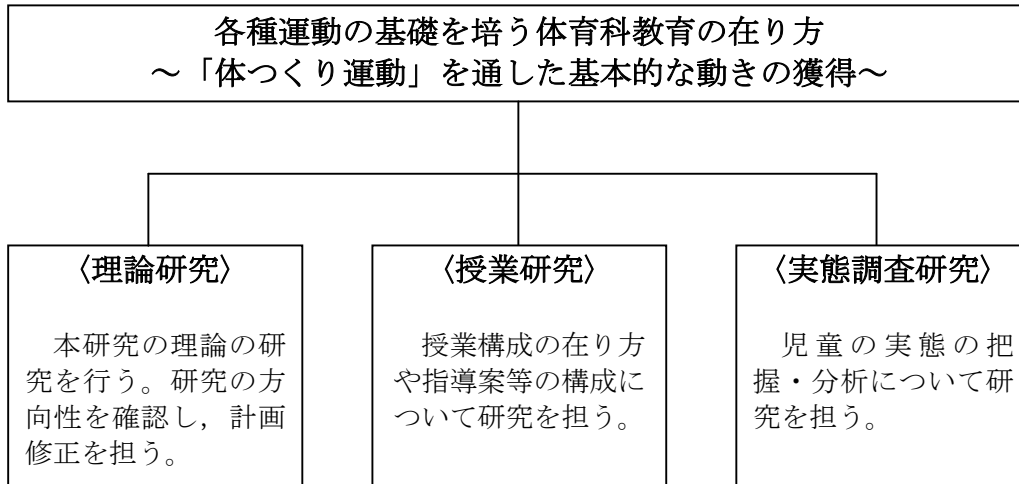
具体的には、次のようなものが上げられる。

〈実態の把握内容と方法〉

実態	調査内容(例)	調査方法
児童の体力の実態	・どのような領域・分野の体力が低下しているか。 ・児童がどれくらいの運動量を消費しているか	・体力テストの分析 ・個別の運動量の測定
危機管理能力の実態	・校内でのけがの原因にはどのようなものがあるか。 ・危機回避に対してどれくらいの知識があるか。	・保健室の来室者の分析 ・危険予知等に対するアンケート等の実施
運動に対する関心	・運動を楽しい・得意と感じているか。 ・どのような分野や活動に楽しさを感じているか。	・児童の意識調査
児童の運動を取り巻く環境	・どれくらいの児童がクラブに入り、運動に関与しているか。 ・休み時間や放課後にどれくらいの運動を行っているか。	・児童・保護者へのアンケート調査
児童の生活習慣の実態	・どのような生活リズムで児童が過ごしているか。	・児童・保護者へのアンケート調査
その他	・体育授業に関する調査	・診断的・総括的授業評価

主に以上のような実態調査を行うが、調査そのものも、長期継続に行うことが必要なものもあるれば、短期的に把握していく必要があるものもある。どのような調査をいつどれくらい行っていくのか、実態調査の計画的な実施も求められる。

(3) 研究の構造図

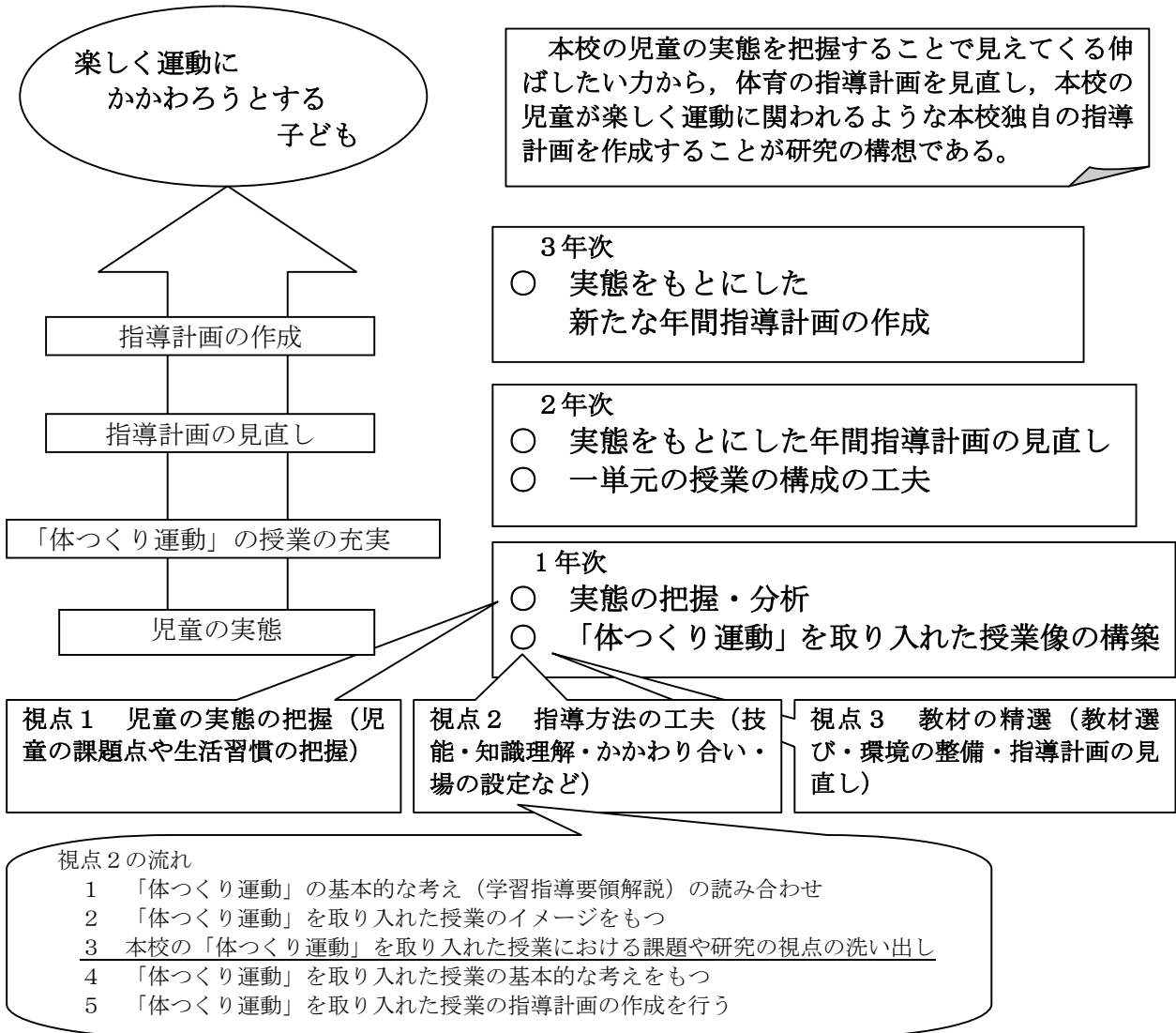


研究の構造としては、上記のような3つに分け、より具体的にそれぞれが活動できるように研究内容を明確にしていくことが必要である。

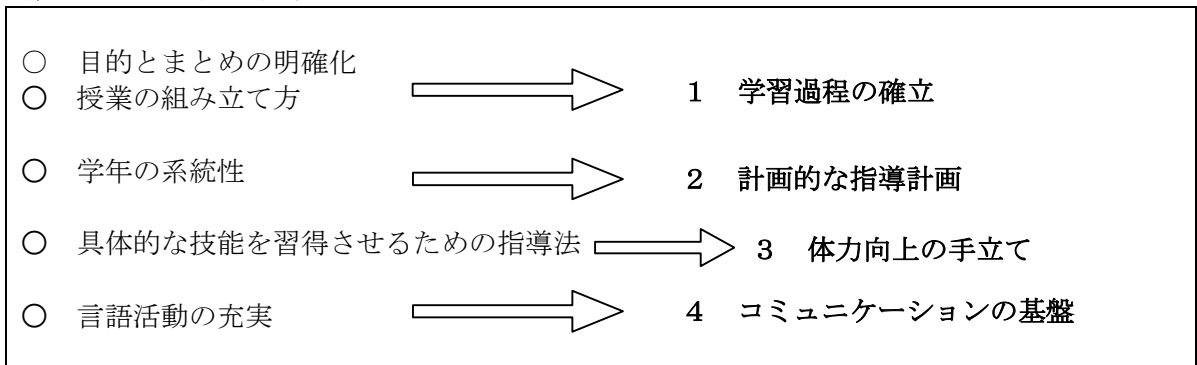
Ⅲ 研究の実際

1 1学期までの研修のまとめ

(1) 研究の概要



(2) 第1回研究授業の反省から上がった課題点



(3) 夏季休業中の各班の取り組み

- ア 理論研究班 ⇒ ・授業研究班と実態調査班との連携 ・具体的な研究主題の作成
- イ 授業研究班 ⇒ ・研究授業反省のまとめ ・学習過程の検討 ・基本的な運動の収集
- ウ 実態調査班 ⇒ ・実態調査項目の検討 ・アンケートの作成

2 2学期の研修内容について

(1) 2学期の研修を進めるに当たって

2学期に進める研修の柱は次のようになると思う。

ア 実態調査の実施・分析と「伊敷台子どもからだ白書（仮）」の作成
イ 「体づくり運動」を取り入れた授業の基本的な考えの作成と検証

ア について

実態調査は、児童の体力の実態を知り、分析することで体育の指導計画の作成に生かすことを目的として今学期中に実施・分析を行なう。

また、「伊敷台子どもからだ白書（仮）」は、家庭が児童の体力の実態を知り、児童が自己の体力と家庭との関連を知り、学校・児童・家庭が、どのように児童の体力向上を図るべきか考える手立てとなるものとして作成する。

今後、実態調査分析結果から、どのような「伊敷台子どもからだ白書（仮）」に仕上げていくかが、課題となる。

イ について

授業の基本的な考え方として、一番に第1回授業研究課題として上がったのが、学習過程の確立である。「体づくり運動」を取り入れた授業を行なう際に、基本的にどのような授業の流し方をすればよいのかが課題となっていた。

3 2学期の研究授業について

(1) 2学期における課題

2学期の「体づくり運動」の授業を行なう上で、現在困っていることは何か。

(例えば、10月下旬4年生の授業を行うとして…)

- ・「体づくり運動」の授業はどのような指導計画？
- ・一時間でどのように流すの？
- ・基礎的な運動の中でどの素材を選んだらよいの？
- ・いくつぐらいの素材を授業で活用したらいいの？



〈「体づくり運動」の内容構成〉

1年	2年	3年	4年	5年	6年
体ほぐしの運動 〈気づき・調整・交流〉					
多様な動きをつくる運動遊び		多様な動きをつくる運動		体力を高める運動	
〈体のバランスをとる〉 〈体を移動する〉 〈用具を操作する〉 〈力試し〉		〈体のバランスをとる〉 〈体を移動する〉 〈用具を操作する〉 〈力試し〉 〈基本的な動きの組み合わせ〉		〈体の柔らかさ・ 巧みな動きを高める〉 〈力強い動き・動きを 持続する能力を高める〉	

〈本校の指導計画の「体づくり運動」の構成〉

1年	2年	3年	4年	5年	6年
1学期6	5	9	6	0	4
2学期6	6	6	6	5	2
3学期0	0	9	0	6	0
計 12	11	24	12	11	6

〈4年生の「体づくり運動」指導計画（計12時間）〉

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
〈体のバランスをとる〉 〈用具を操作する〉 〈基本的な動きの組み合わせ〉						〈体を移動する〉 〈力試し〉 〈基本的な動きの組み合わせ〉					

〈2学期の指導計画（計6時間）〉

単元の目標

運動	体を移動したり、力試しをしたりする動きができる。
態度	運動に進んで取り組み、決まりを守り仲良く運動をしたり、場や用具の安全に気をつけたりしようとする。
思考・判断	体を移動する運動や、力試しの運動の行い方を工夫している。

(2) 単元作成に当たって

「授業づくりの考え方」として次のように書かれている。

体の基本的な動きを総合的に身に付けるためには、動きをじっくり経験したり、工夫したりするための十分な活動の時間を確保するとともに、1単位時間の授業の中で複数の運動（例えば「体のバランスをとる運動（遊び）」と「用具を操作する運動（遊び）」）を取り上げるなど、子どもたちの興味・関心の持続や心身の発達の段階を配慮することが求められます。

また、単元を構成する際には、子どもたちの運動経験や動きの習得の実態などを踏まえることが必要です。例えば、子どもたちが初めて経験する動きの場合は、子どもたち自身がどんな動きなのかがわかっていないと、動きのこつをつかむことが困難ですので、教師が一つ一つの動きを提示し「動きを確認しながら運動する時間」を設定することが考えられます。また、子どもたちが動きのこつをつかんでいるようであれば、子どもたちの興味・関心に応じて「動きを選び、工夫しながら運動する時間」を設定することが考えられるでしょう。ただし、単調な動きの反復に終始する授業にならないよう注意が必要です。子どもたちが楽しく運動に取り組めるように工夫した授業づくりが求められます。また、指導の方法は固定したものではなく、ねらいや指導内容を明確にした上で、子どもや学校の実態、施設や環境などを考慮し、柔軟に工夫することが大切です。



「どうする??指導計画!」では、この2つの時間を考慮した指導計画の例が示されている。特に中学年においては、次のように示されている。

中学年 (D校の例) 低学年での既習経験が少ない場合の計画

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
体を移動する運動 用具を操作する運動			体のバランスをとる運動 力試しの運動			用具を操作する運動 基本的な動きを組み合わせる運動								

※身に付いていない運動を扱う場合もある

(E校の例) 基本的な動きを組み合わせる運動の時間を十分確保した計画

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
体を移動する運動 力試しの運動		体のバランスをとる運動 用具を操作する運動		用具を操作する運動又は 体のバランスをとる運動 基本的な動きを組み合わせる運動		基本的な動きを組み合わせる運動					

※1単位時間の中に「動きを確認しながら運動する時間」と「動きを選び、工夫しながら運動する時間」を設定することも考えられます。大単元で構成したり、年間を2~3回に分けて配当したりするなど、各学校や児童の実態に応じて指導計画を工夫してください。

これを参考に、今年度から「体づくり運動」を取り入れている本校の実態を考えると、(D校の例)に近い形での指導計画の作成が望ましいと考える。

(3) 2学期の指導計画の作成

4年生の指導計画の案としては、次のようなものが考えられる。

7	8	9	10	11	12
動きを確認しながら運動する時間				動きを選び、工夫しながら運動する時間	
体ほぐしの運動				多様な動きをつくる運動	
多様な動きをつくる運動				めあて 「学習した動きの中から、もっとやってみたい動きを選んで楽しもう」	
めあて 「体を移動したり、力を試したりする運動を楽しもう」					
体を移動する 1 力試し1	体を移動する 2 力試し2	体を移動する 3 力試し3	基本的な動きを組み合わせる	基本的な動きを組み合わせる	

- 4年「多様な動きをつくる運動」の最終時となる時期からして、4年間のゴールがどのようなものになるのか。

(4) 第2回研究授業の視点について

- 多様な動きの中から自分たちで動きを選び、運動する時間の授業展開

前回の反省を生かしつつ、視点は次のように細分化できると考える。

- ① 子どもたちが楽しみながら運動しているか。(単純な反復にならない)
- ② 実態に基づく授業により、指導したい体力は身に付いているか。(どのような力が必要か)
- ③ 子どもたちが自ら運動を選んでいるか。(選ぶ根拠は何か)
- ④ 子どもたちはどの動きを身に付け、組み合わせることができるのか。(子どもの実態の把握)

- ⑤ ステーションにどのようなストーリーを作らせるか。(子どもの意欲との関連)

(5) 授業の実際

第4学年体育科学習指導案

平成23年10月24日(月)5校時

1組 男子18名 女子15名 計33名

指導者 鬼塚 秀樹

1 単元名 組み合わせた運動で体力アップ ～「多様な動きをつくる運動」を通して～

2 単元の目標

- (1) 多様な動きをつくる運動において、体のバランスをとったり、移動をしたりするとともに、用具の操作や力試しをすることができる。また、それらの運動を組み合わせで行うことができる。
- (2) 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。
- (3) 体つくりのための運動を工夫することができる。

3 単元について

(1) 単元の位置とねらい

子どもたちは、1学期の「多様な動きをつくる運動」の用具を操作する運動やバランスをとる運動を通して、運動の仕方を工夫したり、いろいろな運動に挑戦して体力を高めたりしながら、体を動かす楽しさや心地よさを味わってきている。そして、自分たちの体力の高まりを確かめ、一つ一つの運動の難しさやできる喜びを振り返りながら、体を動かすことの意義を深めつつあり、「もっと運動ができるようになりたい」「もっと体力をつけたい」という欲求をもつようになってきている。

そこで、ここでは、力試しの運動と体を移動する運動の基本的な運動を確認した上で、自分たちで考えた運動を組み合わせ、グループでのステーション方式など学習形態を工夫し、得点を付けるなどのゲーム的な内容の運動を取り入れることが重要である。そして、個人の運動技能と体力を一層高め、運動することの楽しさを味わわせることが学習のねらいとなる。

ここでの学習は、第5学年の体つくり運動の「体ほぐしの運動」・「体力を高める運動」を中心に、他の運動領域の基礎となる動きにつながっていくものであり、これからの体つくり運動の楽しさを追求していく学習へと発展していく。

(2) 指導の基本的な立場

運動の楽しさは、運動が上手にできることや記録を伸ばすことで味わうことができる。また、様々な運動を行う中で友だちと交流しながら、味わうこともできる。

このような楽しさを味わわせるためには、用具を操作したり、バランスをとったりする運動や力を使ったり、移動をするような基本的な運動がしっかりとできることが大切なことである。また、難しい運動を友だちと協力をして行ったり、一緒に運動をしたりする喜びを味わえるような場や時間の設定をすることで、運動を楽しく行うことができる。そして、自分たちでアイデアを出し合い、新しい運動を開発し、互いにチャレンジし合うことで、交流が深まり、運動の楽しさ味わうことができる。さらに、全力を出し切って運動をやり遂げることで、より一層楽しさを獲得することができる。

運動の楽しさを深めさせるために、運動の動きの種類を増やしたり、質を高めさせたりしていく場や機会を多く設ける。また、達成可能な易しい動きから挑戦させ、難易度を上げて動きを発展させたり、個人差に応じたアドバイスをしたりして、達成する楽しさを味わわせることも大切である。さらに、自分たちで作りに出した運動を生かしてゲーム化して楽しませていくことも楽しさを獲得する方法の一つと考えられる。

このような学習を通して、子どもたちは工夫して多様に動いたり、ゲーム化して運動したりすることで体の基本的な動きを総合的に身に付けることができる。また、自分なりの発想を生かしながら動きや遊びを作ったり、ルールを設定して安全に気を付けて友だちと仲良く運動したりする学び方を身に付け、体つくり運動への意欲をより一層高めることができる。

(3) 子どもの実態

本単元に関する学級の子どもたちの実態を把握するために、以下の調査を行った。

◎アンケート調査の結果【実施日：9月28日（木） 調査人数33名】

・体育の時間に「うれしい」・「楽しい」・「嫌だな」と思うとき（複数回答可）

①「うれしい」・「楽しい」と感じるとき	②「嫌だな」と感じるとき
○運動技能の獲得 ・運動ができるようになったとき 21名 ・自分が得意なことをするとき 12名 ・ゲームで勝ったとき 9名	○運動技能の獲得失敗（苦手意識） ・持久走 2名 ・マット運動 1名 ・走ること 1名 ・表現運動 2名 ・自分だけができないとき 1名
○体力の高まり他者（教師や友達）とのかかわり ・友だちや先生に誉められたとき 9名 ・友だちと力を合わせてできたとき 7名	○他者との関わり ・運動を邪魔されたとき 4名
○その他 ・特にない 1名	○その他 ・ない 22名

◎運動技能による実態調査【実施日：10月6日（木） 調査人数32名】

③両手での支持（30秒間）	④腕立て伏せ	⑤雲梯
腕による支持	腕の力を使った運動	腕の力での移動する運動
できる 32人（全員）	1～5回 9人	1／3渡れる 16名
	6～10回 3人	2／3渡れる 7名
	11～15回 5人	全部渡れる 9名
	16～19回 2人	
	20回 13人	

⑥片足バランス立ち（30秒間）バランス感覚： できる 32名（全員）

<考察>

本学級は、体を動かすことや運動することが好きな子どもが多く、体育科の授業を心待ちにしている。朝の体力づくりの時間は、4月当初から校庭を走ったり、長縄で8の字跳びをしたりし続けてきた。初めはタイミングがとれずに縄に入れなかった子どもたちも、今ではみんなと一緒に連続して跳べるまでに成長した。これは継続してきたこともだが、友だちの支援による力が大きい。また、昼休み時間になると外で鬼ごっこやドッジボールなどを行う子どもたちがたくさんいる。しかし、運動することに対して苦手意識をもっていたり、体を動かすことを楽しいと思うことができず、週に1回の「みんなで遊ぶ日」にも、教室から出ることに消極的になったりする子どもも数名いる。

①の体育科の授業のうれしかった経験として、様々な運動技能の獲得を挙げる子どもが多かった。子どもたちが、自分の技能の向上を目標として、体育の授業に臨んでいることが分かる。本単元では「できる・できない」というような運動の捉え方だけではなく、運動を楽しんで行うことにも目を向けさせたい。また、友だちとの関わりやほめられた経験を挙げる子どもも見られた。この単元においてもこのことは大切なことであると考え、動きや動きの工夫に対する賞賛の声かけを行って、やる気を出させていきたい。

また、②では、体育科の授業での嫌な経験として、運動技能を獲得できなかったことや苦手な運動を行うことに対する不満が挙げられている。そして、他者との関わりがうまくいかなかったことなども挙げられている。

運動技能による実態調査は、本単元での運動に取り組むための体力があるか、無理なく行うことができるかを知るために行った。本単元で取り扱う「力試し」、「移動」、「バランス」の動きの基礎となるものである。④と⑤の結果から、全員の子どもが、本単元で行う運動を行えるか若干の不安があるが、運動がすべてできなくても挑戦する姿勢を見せてほしい。また、友だちと協力して運動を行うことで、「できなかった運動ができるようになった」という成功体験を味わわせることができればと思う。

◎新体力テスト集計結果及び分析【実施日：5月10日（火） 調査人数29名・種目不足4名】

《県比5%↓：△・10%↓：× 5%↑：○・10%↑：◎》

	握力	上体 起こし	長座 体前屈	反復 横跳び	20mシャ トルラン	50m走	立ち幅 跳び	ソフトボ ール投げ
能力	筋力	筋持久力	柔軟性	敏捷性	全身持久 力	走力	跳力	投力
【男子】	Kg	回	cm	点	回	秒	cm	m
学級平均	13.9	16.2	29	39.5	39.3	9.51	144	24.2
県平均	14.6	16.6	28.3	35.2	38.5	9.99	140	21.8
	×	△	○	◎	○	○	○	◎
全国平均	14.8	17.8	30.5	38.3	45.8	9.62	146	22.6
【女子】								
学級平均	11.7	18.9	32.5	39.3	30	9.86	144	11.4
県平均	13.6	15.3	31.9	33.9	30.9	10.2	133	13
	×	◎	○	◎	△	◎	○	×
全国平均	14	16.4	33.9	36.2	34.4	9.96	137	12.9

体力テスト得点分布

(名)

段階	A	B	C	D	計	種目不足
男子	4	7	4	0	15	3
女子	6	5	2	1	14	1

男子では、「握力×」「上体起こし△」、女子では、「握力×」「×ソフトボール投げ」「△20mシャトルラン」が県平均を下回る結果となった。その中でも、男女ともに「握力」は、大きく下回る結果となっている。男女ともに、握力が県平均を下回っているため、この単元の前半には、握力を使った運動を中心に行うように単元を構成する。また、これからの体育科の学習においても、さまざまな運動の中にも意識して取り入れていくようにしていきたい。

また、学級全体を見ると、いくつかの項目で男女の能力の差が大きい。能力の差を考慮したグループで運動を行うことで、教え合ったり、協力したりして一人一人が運動することの楽しさを味わえるようにしていきたい。

(4) 指導上の留意点

- ・ 体ほぐしの運動では、音楽を取り入れ、リラックスした雰囲気を楽しみながら、自分たちが考えた体操をしたり、体をほぐす運動をしたりできるようにする。また、ペア・グループにて運動を行い、コミュニケーションが図れるようにする。
- ・ それぞれの運動を経験させながら、「どうすればよく動くことができるか」という視点で、子どもたちに動きのこつをさぐらせるようにする。その後それらを発表させて、動きの習得をさらに図るようにする。また、それぞれの運動を組み合わせを行わせ、その運動で高めることが期待できる体力についても考えさせて、運動への意欲を高めさせていきたい。またここでは、運動の特性や子どもたちの意欲の持続を考慮し、「一斉学習」と「グループ学習」の活動形態を行うこととする。
- ・ 自分たちで運動を組み合わせ、より負荷をかけた動きを考え行わせるようにする。そして、自分たちの体力を高めるにはどうすれば良いか考えさせ、組み合わせられた動きを探究する意欲を高めさせたい。一方で、その動きが習得させた基本的な動きからずれないよう指導していくようにする。
- ・ ここで経験した運動をもとに、今後朝の体力づくりや昼休みの時間、放課後など、日常の生活の場面で継続・発展していけるように声かけを行っていく。

4 指導計画 (全6時間)

	主な学習活動	指導上の留意点 ※評価
つかむ ①	<p>1 学習のねらいや進め方を確認する。 組み合わせた運動で体力アップをはかろう。 ～つくろう！4-1フレンズパーク～</p> <p>2 準備運動・体ほぐしの運動を行う。</p> <p>3 体を移動する運動を行う。 ☆握力を高めることを重視して運動を行う(実態調査から)。 ・教師が示した動きを確認・体験する。(一斉) ・登る, 下りるなどの動き ・遊具を使った移動する動き ・運動を行って気付いたことの発表を行う。 ・学習を振り返り, ワークシートに記入する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・学習の見通しをもつことができるように, 学習のねらいや流れを確認する。 ・自分の力にあつためあてをたてられるように, 運動を副読本等で紹介する。また, 子ども自身が学習を振り返ることができるように, ワークシートを準備し記入させる。 <p>※決まりを守って仲良くしたり, 場の安全や用具の使い方気を付けたりして運動をしようとしているか。(関心・意欲・態度)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもたちが動きをイメージしやすいように, 必要に応じて教師が手本を見せるようにする。 ・動きの質を高めていくために, 子どもから動きのこつを引き出し, 全体に紹介していく。
向かう ③	<p>4 体を移動する運動を行う。 ☆握力を高めることを重視して運動を行う(実態調査から)。 ・教師が示した動きを確認・体験する。(一斉) ・登る, 下りるなどの動きや遊具を使った移動する動き。 ・自分やグループで体力が向上するような動きを考えて行ったり, 友だちに紹介して, やってもらったりする。</p> <p>5 体を移動する運動を行う。(1人・ペア・グループ学習) ・這う, 歩く, 走るなどの動きや跳ぶなどの動き。 ・自分やグループで体力が向上するような動きを考えて行ったり, 友だちに紹介して, やってもらったりする。</p> <p>6 力試しの運動を行う。(1人・ペア・グループ学習) ・人を押す, 引く動きや力比べをする動き。 ・人を運ぶ, 支える動き。 ・自分やグループで体力が向上するような動きを考えて行ったり, 友だちに紹介して, やってもらったりする。 ・練習の仕方を工夫し, できそうな新しい運動に挑戦する。 ・組み合わせたことで, 運動がどのように変わったのか意識させる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・友だちと関わりながら学習を行っていくために, ペアやグループでの学習形態を取り入れる。 ・男女が協力して学習が進められるように, 生活グループを作って運動を行う。 ・安全に運動ができるようにするために, 場や用具についての指導の徹底をはかる。 ・運動の楽しさ(できることや交流すること)を味わうために, それぞれの運動の特性にあわせて, 一斉, グループの活動形態をとるようにする。 <p>※友だちと教え合ったり, 励まし合ったりして, 進んで運動に取り組もうとしているか。(関心・意欲・態度)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動技能を向上させるために, 必要に応じて動きを工夫してみるように助言する。 <p>※自分ができる運動をもとにして, 練習の仕方を工夫することができたか。(思考・判断) ※積極的に自分ができるような運動の練習を行っているか。(運動)</p>
向かう ①	<p>7 運動を組み合わせ, 体力がさらに高まる新しい運動をグループ(3グループずつの2つのチームに分かれる)で考え, 挑戦する。 ・これまでやってみた運動をもう一度やってみたり, 組み合わせたりしてやってみる。 ・グループで組み合わせた運動を考える。 ・実際に自分たちでやってみて, 動きを確認する。</p> <p>8 チーム同士(3グループ)で, 考えた運動を見せ合い, 気付いたことを発表し, 交流する。 ・A・B・CとD・E・Fの2チームに分ける。 ・運動に得点を付けゲーム化して, 意欲を高めたり, 自分の体力の変化を知ったりすることができるようにする。</p> <p>9 交流後, 運動の再考を図り, 次時の発表に備える。役割分担をしっかりと決め, 練習を行う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間やグループで協力し, 教え合いながら活動を進めていけるようにするために, 各グループを巡視して, 随時アドバイスをしていく。 ・次時の指導に役立てられるようにするために, 子どもたちの活動の様子を記録して, それぞれの活動のよさを記録・評価していく。 <p>※グループで協力し, 組み合わせた運動を考えることができていたか。(思考・判断)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・次時の学習への意欲を高めるために, 学習を振り返り, 心や体への変化に気づかせたり, 仲間の活動のよさなどについて発表させたりする。

高 め る ① 本 時	10	2つのチーム（説明班と体験班）に分かれて、考えた動きを発表し合っ、実際に運動を体験する。（チャレンジ1）	・自分や友だちの活動の良さや技能の高まりに気付くことができるようにするために、相互評価のポイントを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> ※動きのこつを意識して、より効果的な動きができるように考えたり、友だちと協力し合ったりしながら運動に取り組んでいたか。（運動） </div>
	11	2つのチームの役割を交代する。	
	12	動きを実際にやってみて、感想を交流し合う。	
	13	6つのグループで、運動を連続して行う。（チャレンジ2）	
	14	学習・単元の振り返りを行う。	

5 本時 （6／6）

(1) 目標

- いろいろな姿勢での動きや物を操作する動きなど、体の基本的な動きができる。
- 運動に進んで取り組み、順番やきまりを守って仲よく運動したり、運動する場所や用具の安全を確かめたりして運動することができる。
- いろいろな運動のこつが分かり、運動を工夫したり、組み合わせて行ったりすることができる。

(2) 実際

過程	時間	学習活動	指導上の留意点 ※評価
つ か む	8	1 本時の学習について話し合う。 (1) 全体のめあてを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 組み合わせた運動で体力アップをはかろう ～つくろう！4－1フレンズパーク～ </div>	・これまで行ってきた動きのこつを生かしながら運動することを意識させるために、ボードなどを使って前時までの学習を想起させる。 ・楽しみながら運動ができるようにするために、音楽を流す。 ・友だちの心と体の変化に気付かせるために、声をかけ合いながら運動を行わせる。 ・体力向上を意識させるために、どんな基本的な運動を組み合わせたのか、どんな体力が付くのか、具体的に発表させる。 ・できる楽しさを味わわせるために、動きの一つ一つのこつを確認したり、できている子どもを賞賛したりする。また、うまく運動できない子どもには助言したり、教師の動きを見せたりする。 ・友だちとの交流による運動の楽しさを味わわせるために、グループの仲間と協力し合い、教え合いながら活動を進めていけるようにする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> ※動きのこつを意識して、より効果的な動きができるように考えたり、友だちと協力し合ったりしながら運動に取り組んでいるか。（運動） </div>
		(2) グループや個人のめあてを話し合う。 2 準備運動・体ほぐしの運動を行う。 ・音楽に合わせて準備運動をする。 ・ペアやグループで体ほぐし運動をする。 3 自分たちで考えた「組み合わせた運動」を2チームに分かれ、お互いに行う。（チャレンジ1） ・運動を紹介し合い、一つ一つ実際に行ってみる。 発表するチーム → A・B・Cグループ 体験するチーム → D・E・Fグループ ・役割を交代して、運動を発表したり、体験したりする。 4 6グループによるステーション方式で運動を連続して行い、動きのおもしろさを深く味わう。 （チャレンジ2）	
向 か う	30		
高 め る	7	5 本時の学習を振り返るとともに、単元を通しての振り返りを行う。	・運動を行いながら、できるようになったことや友だちと協力したことなどを振り返らせる。 ・今後の体育の学習への意欲の向上を図るために、心や体の変化や友だちの活動のよさなどについて発表をさせ、学習の振り返りを行う。
		6 整理運動、片付けをする。	

(3) 評価

- いろいろな姿勢での動きや物を操作する動きなど、体の基本的な動きができたか。
- 運動に進んで取り組み、順番やきまりを守って仲よく運動したり、運動する場所や用具の安全を確かめたりして運動することができたか。
- いろいろな運動のこつが分かり、運動を工夫したり、組み合わせて行ったりすることができたか。