

平成29年度（一年次）

研究紀要

沖縄県教育委員会指定
体育・スポーツ推進校

研究主題

運動に親しみ進んで体力づくりに取り組む児童の育成
～「日常的な体育的活動を通して」～



石垣市立 宮良小学校



〒907-0243 沖縄県石垣市字宮良 331-1
電話 0980-86-7016
FAX 0980-86-7392
E-mail miyara-s@ishigaki.ed.jp



はじめに

21世紀に入り、グローバル化やICTの進化等により、コミュニケーションの方法が多様化し、ライフスタイル及び社会全体が目に見える形で急速に変化してきている。また、少子高齢化に伴い社会構造的な要素も複合し、今後も予測困難な社会変化に直面していくことが考えられる。

本県においても、2030年を想定した「沖縄21世紀ビジョン」が策定され、「世界に開かれた交流と共生の島」など、目指すべき将来像を示すとともに、「国際交流に向けた基盤整備」を取り上げています。このような急激な社会変化に直面するであろう子どもたちが、望ましい未来を切り拓き、社会の中で十分に自己実現できるようにしていかななくてはなりません。

本校においても、学校教育目標「自ら学び自ら考え、たくましく生きる心豊かな児童の育成」を掲げ、県の学力向上推進プロジェクト「授業改善6つの方策」を基盤に、石垣市授業スタンダードを踏まえ、授業改善に取り組んで参りました。

日常の授業において、生徒指導の3機能「自己決定」「自己存在感」「共感的人間関係」を生かした授業づくりで、主体的・対話的・深い学びの流れができる実践を行っている。

具体的に、「めあて・まとめ・振り返り」の学習規律を整え、45分完結型授業の徹底、振り返りの思考過程が見えるような板書計画及びノート指導の工夫、全職員1回以上の検証授業及び授業研究会を実施し、共通実践の確認を行い、「良さ」を共有化することに重点を置き連携を図った。また、朝の帯タイムや日常的な授業を見せ合うことで、子どものより良い変容と、教師の資質向上にも成果が現れ、学級経営の充実にも繋げられた。

本年度から、沖縄県教育委員会「体育・スポーツ推進研究校の指定を受け、校内研修の研究テーマを「運動に親しみ進んで体力づくりに取り組む児童の育成」サブテーマに～日常的な体育活動を通して～とし、全職員で協働体制を確立し、運動に親しみ進んで体力づくりに取り組む児童の育成を目指し、1年次は特に1単位時間の体育学習の授業スタイルづくりに重点を置き、全職員が検証授業等を積み重ね体育学習の工夫改善に努めてきました。一方、低鉄棒、雲梯の増設、校庭に登りロープ、肩づくりロープ等、アスレチックを自前で設置し、日常的な体力づくりに取り組んできました。

次年度は「体育・スポーツ推進研究校」として2年次（最終年次）の研究発表を見据えて、さらに体育の学習指導の工夫・改善を重ね、「知・徳・体」の調和のとれた児童の育成を目指し、主体的に「問い」をもち、自分なりの考えをもつ児童の育成、他者との交流を通し「問い」が生まれ、自分の考えを広め深める児童の育成、学びの過程を振り返り、新たな「問い」を持つ児童の育成に焦点をあて、研究を推進して参りたいと考えています。

結びに、4月当初から学校と連携を図り、研究主任を導き、体育の理論研修、検証授業での講話、授業研究の指導助言等、多くの示唆を賜りました県教育庁八重山教育事務所、磯部大輔主任指導主事には、心より感謝申し上げます。

平成30年 3月

学校長 桃原 修

目 次

はじめに

I 研究の概要

| | |
|----------------|---|
| 1. 研究主題 | 1 |
| 2. 主題設定の理由 | 1 |
| 3. めざす子ども像 | 2 |
| 4. 研究仮説 | 2 |
| 5. 研究の方針 | 2 |
| 6. 研究の内容 | 2 |
| 7. 研究の視点 | 2 |
| 8. 研究計画および研究経過 | 3 |
| 9. 研究組織 | 4 |
| 10. 組織の活動内容 | 6 |
| 11. 研究構想図 | 7 |

II 研究の実践

| | |
|-------------------------------|----|
| 1. 小学校学習指導要領 | 8 |
| 2. 小学校指導要領体育科の目標 | 9 |
| 3. 学習指導要領を踏まえた「体育・保健体育授業」の考え方 | 10 |
| 4. 体力のとらえ方 | 11 |
| 5. これまでの体育学習について | 12 |
| 6. 宮良小学校の共通実践 | 29 |

III 各学年の実践

| | |
|----------------------|----|
| 1. 第1学年・第2学年「体づくり運動」 | 37 |
| 2. 第3学年・第4学年「鉄棒運動」 | 55 |
| 3. 第5学年・第6学年「マット運動」 | 67 |

IV 研究の成果と課題

| | |
|----------|----|
| 1. 成果と課題 | 83 |
|----------|----|

おわりに

- ・本年度の研究にご指導・ご協力いただいた方々
- ・研究にたずさわった本校職員

I 研究の概要

- 1 研究主題
- 2 主題設定の理由
- 3 めざす子ども像
- 4 研究仮説
- 5 研究の方針
- 6 研究の内容
- 7 研究の視点
- 8 研究計画および研究経過
- 9 研究組織
- 10 組織の活動内容
- 11 研究構想図

1. 研究主題

『運動に親しみ、進んで体力づくりに取り組む児童の育成』

～日常的な体育的活動を通して～

2. 主題設定の理由

21世紀に入り、グローバル化やICTの進化等により、今日の子どもたちを取り巻く環境は、昔と比べ大きく変化している。スマートフォンやインターネット、TVゲームの普及、食生活の変化に伴い、「日常生活の中での運動時間の減少」「肥満傾向児の増加」などが昨今の課題となっている。

学習指導要領体育科においては、「生涯にわたって健康を保持し、豊かなスポーツライフを実現すること」を重視し、体育と保健との一層の関連や発達の段階に応じた指導内容の明確化・体系化を図りつつ、指導の改善が図られてきた。

しかし、運動する子とそうでない子の『二極化傾向』が見られること、や『子どもの体力低下傾向』については歯止めがかかっているものの、体力の水準が高かった頃と比較すると、依然として低い状況が見られることなどの課題がある。また、健康課題を発見し、主体的に問題解決に取り組む学習が不十分であり、社会の変化に伴う新たな健康課題に対応した教育が必要であると指摘されている。

このような課題を踏まえ、従前と同様に「生涯にわたって運動に親しむ資質能力」と「健康な生活を送る資質能力」の基礎を培うことを重視するとともに、引き続き保健と体育を関連させて指導することとしている。

本校児童の多くは、少年野球、ミニバスケットボール、バレーボールのスポーツ少年団活動に所属していたり、空手や水泳、テニス、地域の陸上クラブ等の習い事に通ったりしており、普段から体を動かし、運動に親しんでいる。また、休み時間にはボール運動や縄跳び、おにごっこなどの活動に取り組む運動好きの児童が多い。しかし、平成28年度新体力テスト(5学年)の結果によると、本校は全国・県と比較して、男女ともに「持久力(20mシャトルラン)」、「筋持久力(上体起こし)」および「柔軟性(長座体前屈)」に課題があることがわかった。

また、運動する児童は多いが、運動を日常生活につなげ、自己の体力の向上を図ったり、習慣的に運動に親しもうとしたりする意識は低いように見受けられる。さらに、普段の授業の領域においては、器械運動を苦手とする児童が多く、スポーツライフの二極化が見られる。

そこで、学校体育の目標と本校児童の課題解決に向けて、運動の楽しさや喜びを味わう体育授業の工夫改善や日常的な活動の中に体育的活動を取り入れることにより、運動に親しみ主体的に運動に取り組む子に育つであろうと考え、本主題を設定した。

3. めざす子ども像

体育科の授業や学校生活において、運動に親しみ、進んで体力づくりに取り組む子。

4. 研究仮説

体育科の学習において、実態把握や自己評価をもとに具体的なめあてを立てたり、学習過程や運動する場の工夫を行ったりすることにより、児童が学習の達成感を得ることができ、運動の楽しさやできる喜びを味わい、主体的に運動に取り組むようになるであろう。

5. 研究の方針

- (1) 研究を進めるにあたっては、校内研修推進委員会を中心に研究を行い、全職員の共通理解のもとに研究を推進する。
- (2) 「体力の向上」を図るため、『生涯スポーツ』の基礎づくりにおける学校体育の課題解決にむけて研究する。
- (3) 研究仮説に沿った研究を推進する。
- (4) 児童の実態や本校の課題を分析・考察し、児童の望ましい変容と教師の資質の向上を期するため、全学年で研究授業（校内）や公開授業（実践研究発表）を行う。
- (5) PDCAサイクルを確立し、研究に取り組む。
- (6) 原則として毎月第3水曜日に校内研推進委員会および校内研修日とし、必要に応じて別に研修日を設ける。
- (7) 講師を招聘して指導助言を受け、授業研究会で成果と課題の共有化を図る。
- (8) 各種研究会・研修会の資料は全職員で共有する。
- (9) 研究記録、研究物の保管および体育的活動に適応した環境整備の改善を図る。

6. 研究の内容

- (1) 体育の授業における、授業スタイルの確立（タイムマネジメント）
- (2) 個や学級の実態に応じた授業づくりの工夫改善
- (3) 体力の向上を図る運動環境および学習意欲を高める学習環境の整備
- (4) 2年間を通しての新体力テストの結果の活用
- (5) 個に応じためあての設定と振り返りの工夫（ワークシート・学びの足跡）

7. 研究の視点

- (1) 実態把握をどのように行うか。（学習ノートや学習カード、観察、新体力テスト等）
- (2) 具体的なめあてをどのように設定させるか。
（主運動につながる運動について研究を行う）
- (3) 運動の楽しさやできる喜びを味わうための手立てをどのように工夫するか。
（教材・教具の有効的な活用と場の設定の工夫を研究する）

8. 研究計画および研究経過

| 学期 | 月 日 | 主 な 研 究 内 容 | 行 事 等 | |
|--------------------|-----|-------------|---|--|
| 1 学期 ・ 夏 休 み | 4 | 5 (水) | ○全体研修 ・ 体育・スポーツ推進校について ・ 校内研修全体計画について ・ 研究の方向性 | ・ 1 学期始業式 ・ H29 年度入学式 ・ 全国学力状況調査 ・ 市民防災訓練 ・ 日曜参観 ・ 家庭訪問 |
| | | 12 (水) | ○校内研推進委員会 ・ 授業研究会について ・ 研究授業計画 ・ 今年度の実践内容の提案および | |
| | 5 | 26 (金) | ○全体研修『体育科 理論研修』 講師：八重山教育事務所 主任指導主事 磯部 大輔 | ・ 春の遠足 ・ 標準学力調査 ・ 生活実態調査 ・ 学級懇談会 |
| | 6 | 21 (水) | ○校内研推進委員会 ・ 体育・スポーツ推進校の取り組みについて ・ 授業研究会に向けての話し合い および指導案検討 ・ 体力向上の取り組みについて | ・ 宿泊学習 ・ 川下り ・ 水泳学習 |
| | | 29 (木) | ○全体研修『4年 体育科研究授業』 領域「器械運動」単元名「鉄棒運動」 「くるっと回って ふわっと着地」 授業者：第4年担任 照屋 祐樹 教諭 指導助言：八重山教育事務所 主任指導主事 磯部 大輔 | |
| | 8 | 2 (水) | ○全体研修 ・ 伝達講習 『体育・保健体育指導力向上研修』 『小学校体育実技指導者講習会』 『体力づくり・体育指導改善講習会』 | 〈7月〉 ・ 1 学期終業式 ・ 安全教室 ・ 夏期強化学習会 ・ 個人面談 〈8月〉 ・ 登校日 (31 日) |
| | | 3 (木) | ○「みやびいダイビング」講習会 『ダイビング (石垣の自然散策)』 | |
| | | 28 (月) | ○校内研推進委員会 ・ 体力向上推進プロジェクト ・ アンケートの集計, 分析 ・ 体力テスト結果分析 | |

| 学期 | 月 | 日 | 主な研究内容 | 行事等 |
|-------------|----|-----------|---|----------------------------------|
| 2 学 期 | 9 | 20 (水) | ○校内研推進委員会 ・体力向上推進プロジェクト ・授業研究会に向けての話し合い | ・2学期始業式 ・運動会 ・校内お話 童話大会 |
| | 10 | 13 (水) | ○授業研『第6学年 体育科検証授業』 領域「器械運動」単元名「マット運動」 授業者：第6学年担任 伊良部 郁枝 教諭 ・検証授業研究会（反省） | ・地区小学校 陸上競技大会 ・授業参観 |
| | | 18 (水) | ○全体研修『第5学年 体育科研究授業』 領域「器械運動」単元名「マット運動」 「きれいに回ってきれいにきめよう」 授業者：教務主任 金城 守卓 教諭 指導助言：八重山教育事務所 主任指導主事 磯部 大輔 | |
| | 11 | 8 (水) | ○校内研推進委員会 ・体力向上推進プロジェクト ・授業研究会に向けての話し合い | ・修学旅行 ・学習発表会 |
| | 12 | 6 (水) | ○校内研推進委員会 ・実践報告書作成の提案 | ・八重山地区 音楽発表 会 ・2学期終業式 |
| | | 11 (水) | ○授業研『第1学年 体育科検証授業』 領域「体づくり運動」 単元名「こんなうごきできるかな」 (多様な動きをつくる運動遊び) 授業者：第1学年担任 宮良 陽子 教諭 ・検証授業研究会（反省） | |
| | | 13 (水) | ○全体研修『2年 体育科研究授業』 領域「体づくり運動」 単元名「こんなうごきできるかな」 (多様な動きをつくる運動遊び) 授業者：第2年担任 水谷 直揮 教諭 指導助言：八重山教育事務所 主任指導主事 磯部 大輔 | |
| | | 26 (火) | ○校内研推進委員会 ・実践報告書作成の打ち合わせ | |

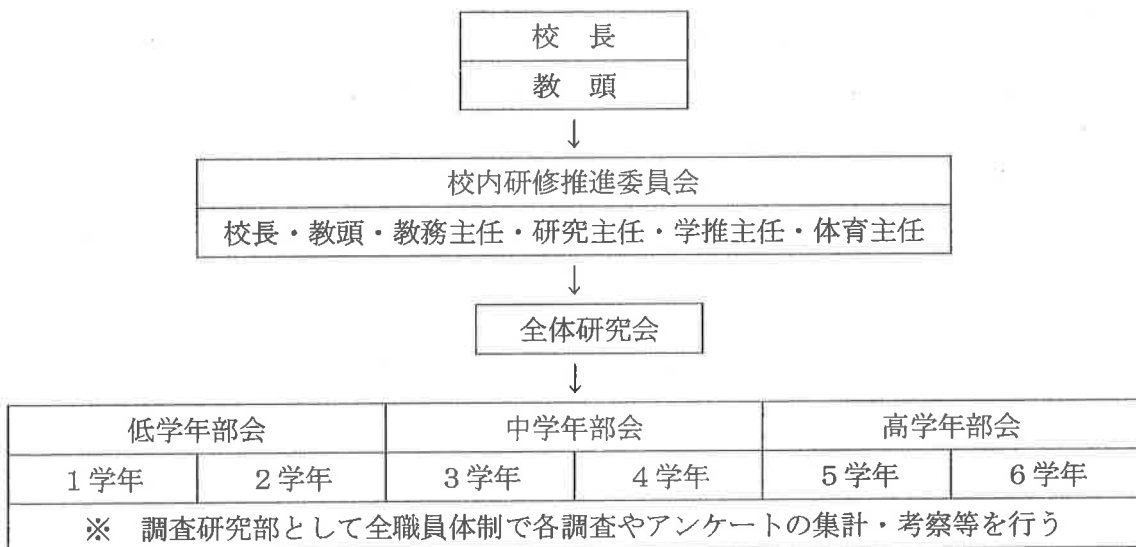
| 学期 | 月 日 | | 主 な 研 究 内 容 | 行 事 等 |
|-------------|-----|-----------|------------------------------------|--|
| 3 学 期 | 1 | 17 (水) | ○校内研推進委員会 ・今年度の反省（成果と課題） | ・3学期始業式 ・避難訓練 |
| | 2 | 4 (日) | ○校内学力向上推進実践報告会 ○体育・スポーツ推進校実践報告会 | ・いしがき教育の 日 |
| | | 14 (水) | ○実践報告書の読み合わせ 『今年度の反省・課題・対応策の確認』 | ・持久走大会 ・学校経営報告会 ・児童会選挙 ・学力到達度調査 ・黒糖づくり |
| | 3 | 7 (水) | ○全体研修 ・校内研修の総括と次年度の計画 | ・H29年度卒業式 ・H29年度修了式 ・H29年度離任式 |

※研究授業・授業研究会以外にも隣学年と連携し、検証授業を実施する。

※学力推進委員会と連携し、日程を調整しながら主要教科の研修等も随時行う。

※検討事項等があれば、随時校内研推進委員会を設ける。

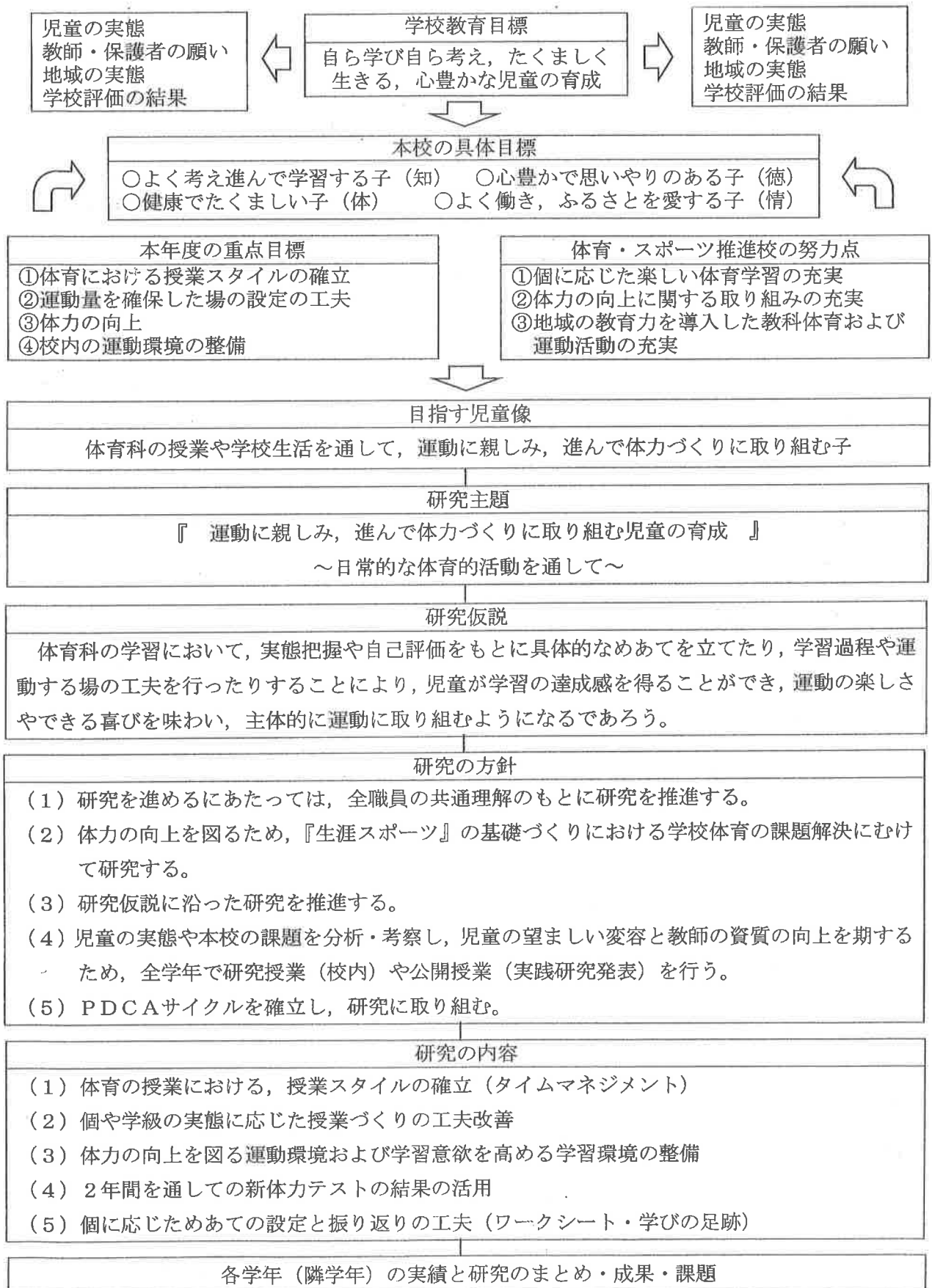
9. 研究組織



10. 組織の活動内容

| 組織名 | 活動内容 | 構成職員 |
|---------------|---|--|
| 校長 | ①研究全体の総括および指導助言 ②指導主事・講師・来賓等の対応 ③渉外 | |
| 教頭 | ①校長の補佐および研究全体の連絡調整 ②指導主事・講師招聘・他校への参観呼びかけ（公文作成・発送等） ③研究授業および研究発表会の日程調整および案内等 | |
| 校内研修 推進委員会 | ①研究全体の推進・研究の連絡調整 ②各種計画および調査等の案作成・実施・集計・報告 ③指導案の提案・検討・作成 ④授業研究会の計画および進行等の検討 ⑤理論研修に係る内容と日程の検討 ⑥研究集録の原稿作成およびまとめ ⑦研究の進行状況の把握 ⑧研究発表会の役割・内容の確認 ⑨研究報告書作成 | 校長 教頭 教務主任 研究主任 学推主任 体育主任 |
| 全体研究会 | ①研究推進に係る全体討議 ②研究内容・方法等の検討および共通理解 ③理論研究会・伝達講習会・授業研究会（検証授業） ④各種調査の内容の検討 ⑤体力向上への取り組み | |
| 各学年部会 | ①低学年部・中学年部・高学年部における情報交換 ②教材・教具の準備および資料の作成 ③授業スタイルおよび指導案の検討 ④授業研究会の記録と報告 ⑤アンケート等の作成・実施・集計・分析および考察 ⑥研究報告書の作成に関すること | 全職員 |

1 1. 研究構想図



Ⅱ 研究の実践

- 1 小学校学習指導要領
- 2 小学校指導要領体育科の目標
- 3 学習指導要領を踏まえた
「体育・保健体育授業」の考え方
- 4 体力のとらえ方
- 5 これまでの体育学習について
- 6 宮良小学校の共通実践

1. 新小学校体育科指導要領

今の子供たちやこれから誕生する子供たちが、成人して社会で活躍する頃には、我が国は厳しい挑戦の時代を迎えていると予想される。生産年齢人口の減少、グローバル化の進展や絶え間ない技術革新等により、社会構造や雇用環境は大きく、また急速に変化しており、予測が困難な時代となっている。また、急激な少子高齢化が進む中で成熟社会を迎えた我が国にあっては、一人一人が持続可能な社会の担い手として、その多様性を原動力とし、質的な豊かさを伴った個人と社会の成長につながる新たな価値を生み出していくことが期待される。

こうした変化の一つとして、人工知能（AI）の飛躍的な進化を挙げることができる。人工知能が自ら知識を概念的に理解し、思考し始めているとも言われ、雇用の在り方や学校において獲得する知識の意味にも大きな変化をもたらすのではないかとの予測も示されている。このことは同時に、人工知能がどれだけ進化し思考できるようになったとしても、その思考の目的を与えたり、目的のよさ・正しさ・美しさを判断したりできるのは人間の最も大きな強みであるということの再認識につながっている。

このような時代にあって、学校教育には、子供たちが様々な変化に積極的に向き合い、他者と協働して課題を解決していくことや、様々な情報を見極め知識の概念的な理解を実現し情報を再構成するなどして新たな価値につなげていくこと、複雑な状況変化の中で目的を再構築することができるようにすることが求められている。

このことは、本来、我が国の学校教育が大切にしてきたことであるものの、教師の世代交代が進むと同時に、学校内における教師の世代間のバランスが変化し、教育に関わる様々な経験や知見をどのように継承していくかが課題となり、また、子供たちを取り巻く環境の変化により学校が抱える課題も複雑化・困難化する中で、これまでどおり学校の工夫だけにその実現を委ねることは困難になってきている。

こうした状況を踏まえ、平成26年11月には、文部科学大臣から新しい時代にふさわしい学習指導要領等の在り方について中央教育審議会に諮問を行った。中央教育審議会においては、2年1か月にわたる審議の末、平成28年12月21日に「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（答申）」（以下「中央教育審議会答申」という。）を示した。

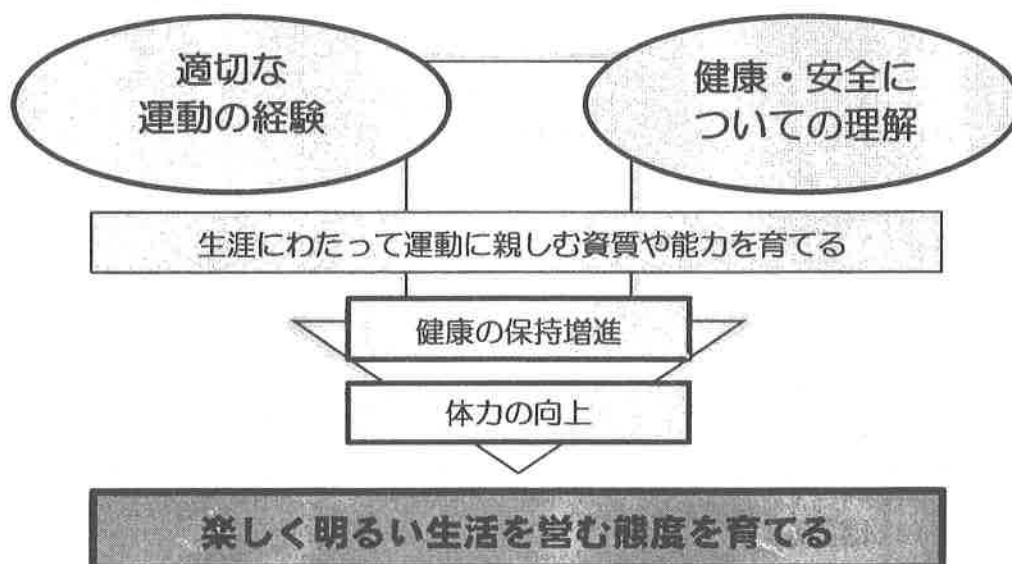
中央教育審議会答申においては、“よりよい学校教育を通じてよりよい社会を創る”という目標を学校と社会が共有し、連携・協働しながら、新しい時代に求められる資質・能力を子供たちに育む「社会に開かれた教育課程」の実現を目指し、学習指導要領等が、学校、家庭、地域の関係者が幅広く共有し活用できる「学びの地図」としての役割を果たすことができるよう、次の6点にわたってその枠組みを改善するとともに、各学校において教育課程を軸に学校教育の改善・充実の好循環を生み出す「カリキュラム・マネジメント」の実現を目指すことなどが求められた。

- ①「何ができるようになるか」(育成を目指す資質・能力)
- ②「何を学ぶか」
(教科等を学ぶ意義と、教科等間・学校段階間のつながりを踏まえた教育課程の編成)
- ③「どのように学ぶか」
(各教科等の指導計画の作成と実施、学習・指導の改善・充実)
- ④「子供一人一人の発達をどのように支援するか」(子供の発達を踏まえた指導)
- ⑤「何が身に付いたか」(学習評価の充実)
- ⑥「実施するために何が必要か」
(学習指導要領等の理念を実現するために必要な方策)

これを踏まえ、平成 29 年 3 月 31 日に学校教育法施行規則を改正するとともに、幼稚園教育要領、小学校学習指導要領及び中学校学習指導要領を公示した。小学校学習指導要領は、平成 30 年 4 月 1 日から第 3 学年及び第 4 学年において外国語活動を実施する等の円滑に移行するための措置(移行措置)を実施し、平成 32 年 4 月 1 日から全面実施することとしている。また、中学校学習指導要領は、平成 30 年 4 月 1 日から移行措置を実施し、平成 33 年 4 月 1 日から全面実施することとしている。

2. 小学校指導要領体育科の目標

心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく生活を営む態度を育てる。



3. 学習指導要領を踏まえた「体育・保健体育授業」の考え方

①小学校「体育科」改訂のポイント

- ・心と体を一体として捉え、生涯にわたる心身の健康の保持増進や豊かなスポーツライフの実現を重視
- ・体験的な活動を重視して、「する・見る・支える・知る」のスポーツとの多様な関わり方や保健の技能について内容の改善
- ・体力や技能の程度、年齢や性別および生涯の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方が共有できるように配慮
- ・基礎的な身体能力を身に付け、運動を豊かに実践していくための基礎を培う観点から、発達の段階に応じた指導内容の明確化・体系化
- ・子どもの体力低下、運動習慣の二極化傾向の指摘を踏まえ、「体づくり運動」を低学年から規定
- ・健康な生活を送る資質や能力の基礎を培う観点から、中学校の指導内容につながる系統性のある指導ができるように、毎日の生活と健康及び病気の予防についての指導を充実

(1) 改訂の基本的な考え

- 心と体を一体として捉え、生涯にわたる心身の健康の保持増進や豊かなスポーツライフの実現を重視する。
- 運動や健康についての自他の課題を発見し、その解決に向けて思考・判断し、それを他者に伝える力を養う。

(2) 学習内容の改善・充実

① 運動領域

- ◎ 低学年・中学年においても、高学年と同様に、6領域で内容を構成。
(現行は、低学年2領域、中学年5領域。)
- ◎ 低学年・中学年においても、領域の1つとして「体づくり運動」を規定。
- ◎ 各運動領域について、具体的な指導内容を明示。
(現行は、一部の領域について、運動種目等のみ規定。)
- ◎ 「ゲーム」(中学年)及び「ボール運動」(高学年)については、「ゴール型」、「ネット型」、「ベースボール型」として、類型ごとに規定。
(現行は、バスケットボール、サッカーなどと規定。)

② 保健領域

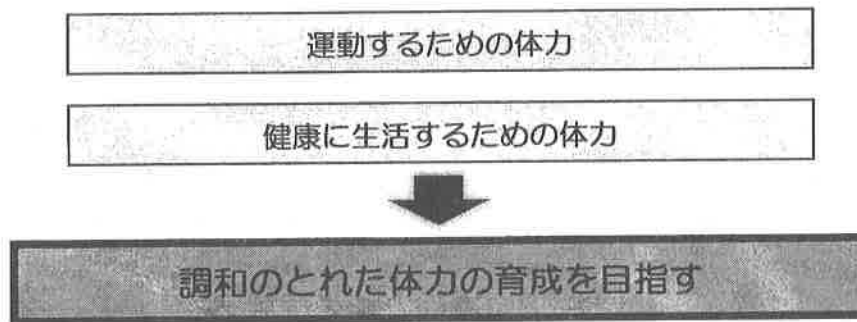
- ◎ 健康の状態は自分の気持ちや周りの環境がかかわっていること(第3学年)
- ◎ 身のまわりの生活の危険が原因となるけがの防止(第5学年)
- ◎ 地域の保健所など行われている様々な保健活動(第6学年)

(3) 言語力の育成・活用の重視

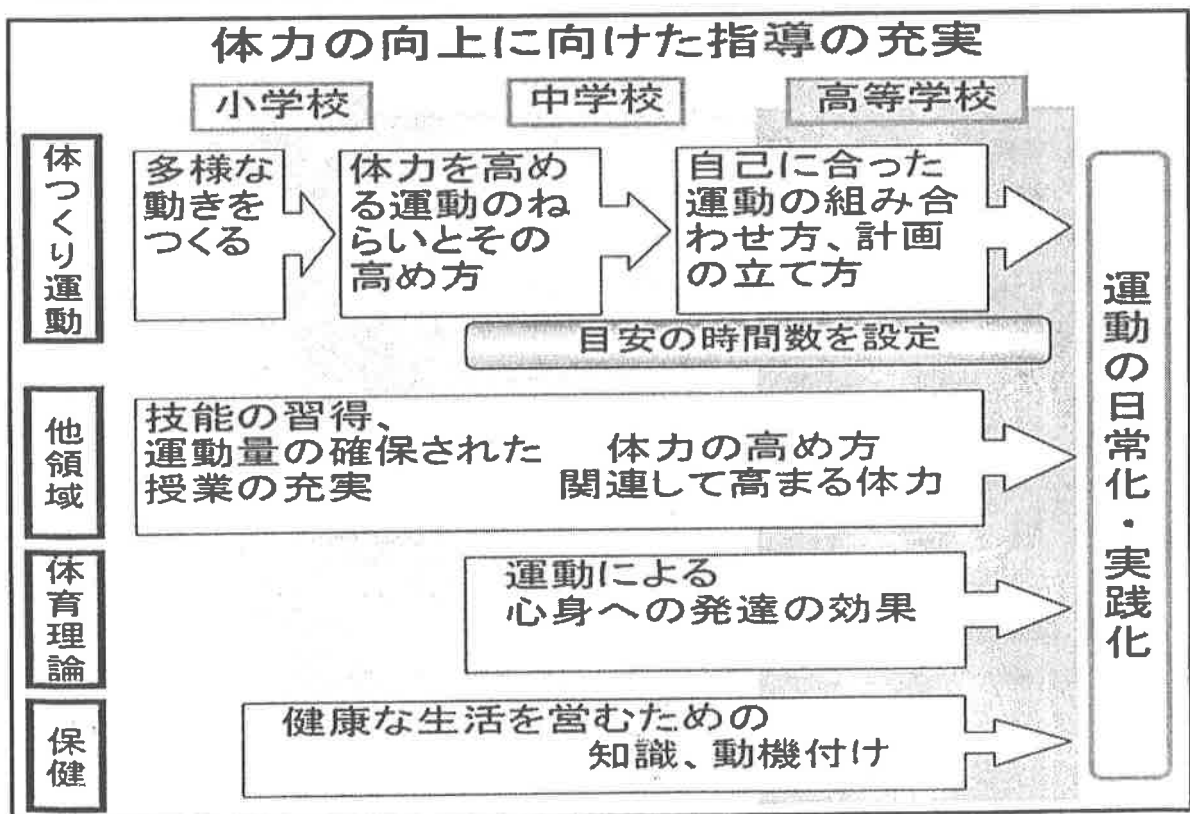
- ◎ 各運動領域において、運動の行い方、課題解決の仕方の工夫、作戦を立てることなどを、引き続き規定。
- 保健領域において、知識を活用する学習活動を取り入れることを規定。

4. 体力のとらえ方

体力は、人間の活動の源であり、健康の保持のほか意欲や気力といった精神面の充実に大きくかかわっており、「生きる力」の重要な要素である。子どもたちの体力の低下は、将来的に国民全体の体力低下につながり、社会全体の活力や文化を支える力が失われることにもなりかねない。



◎体力の向上に向けた指導の充実



5. これまでの体育学習について

《平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣調査結果》

「平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果

保健体育課

1 調査の目的

- (1) 子どもの体力が低下している状況にかんがみ、国が全国的な子どもの体力の状況を把握・分析することにより、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
- (2) (省略) 子どもの体力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- (3) 各学校が各児童生徒の体力や生活習慣、食習慣、運動習慣を把握し、学校における体育・健康に関する指導などの改善に役立てる。 ※この調査は平成20年度より開始。(H23は東日本大震災のため未実施)

2 平成28年度の本県の概要 (別紙資料参照)

(1) 投力は、全国トップクラス！持久力等に課題!! (新体力テストの測定値と合計得点)

ア 新体力テストの合計得点と全国比較
(80点満点) 前年度比 H27 → H28

| | | | |
|----|-----------------|-----|-------|
| 小5 | 52.81点 ↑ +0.05 | 41位 | ↘ 44位 |
| 男 | 全国53.93 ↑ +0.12 | | |
| | 53.92点 ↑ +0.32 | | ↗ 42位 |
| 女 | 全国55.54 ↑ +0.15 | 43位 | |
| 中2 | 41.51点 ↓ -0.01 | 34位 | → 34位 |
| 男 | 全国42.00 ↑ +0.20 | | |
| | 48.38点 ↑ +0.41 | 38位 | ↘ 40位 |
| 女 | 全国49.41 ↑ +0.45 | | |

イ 沖縄県の平成20年度と今年度の比較

| | | |
|----|-----|-------|
| 小5 | H20 | 53.76 |
| 男 | H28 | 52.81 |
| | H20 | 53.99 |
| 女 | H28 | 53.92 |
| 中2 | H20 | 40.76 |
| 男 | H28 | 41.51 |
| | H20 | 46.41 |
| 女 | H28 | 48.38 |

昨年度と比較すると、中2男子以外は、体力合計点は上昇したが、依然として全国平均に及ばない状況にある。小5女子においては全国の伸び以上に向上しており、順位も上昇する結果となった。

調査が開始された平成20年度と比較すると、中学校では男女ともに開始当時より高い数値となっている。小学校でも近年は向上傾向にあり、平成20年度当時の数値に戻りつつある。



【本県の特徴】

- ボール投げ(m) → 小男24.67 ↓ (1位)、小女14.79 ↑ (6位)、中男22.18 ↓ (1位)、中女13.79 ↑ (2位)
- 20mシャトルラン(回) → 小男47.45 ↑ (44位)、小女37.09 ↑ (44位)、中男78.94 ↓ (47位)、中女53.14 ↓ (46位)
- 上体起こし(回) → 小男18.56 ↓ (46位)、小女17.32 ↓ (47位)、中男26.15 ↓ (46位)、中女21.88 ↑ (45位)

(2) 二極化する運動習慣！(運動の実施状況について) ※ () 内は全国平均値

ア、一週間の内、体育の時間以外に全く運動しない子の割合は、小学校においては減少しているが、中学校では増加しており、全国と比較しても依然として高い。

| | | | |
|----|--------------------|----|-----------------------|
| 小男 | 3.9% ↓ [2位] (2.9%) | 小女 | 6.2% ↓ [1位] (4.0%) |
| 中男 | 7.0% ↑ [3位] (4.9%) | 中女 | 16.3% ↑ [10位] (14.9%) |

イ、一週間の総運動時間は、小学生が全国平均より多い。

| | | | |
|----|---------------------|----|---------------------|
| 小男 | 725分 ↓ [1位] (601分) | 小女 | 431分 ↑ [4位] (369分) |
| 中男 | 935分 ↓ [35位] (943分) | 中女 | 676分 ↑ [29位] (668分) |

ウ、運動部等(文化部、スポーツクラブ含む)への所属率が低い。

| | | | |
|----|-----------------|----|-----------------|
| 小男 | 67.2% ↑ (69.6%) | 小女 | 41.9% ↓ (57.2%) |
| 中男 | 82.9% ↓ (93.1%) | 中女 | 78.1% ↑ (92.1%) |

多い運動時間



多い運動しない子

一部の過剰な活動が懸念



低い所属率

(3) 高い肥満傾向児出現率！(体格と肥満度について)

本県における肥満傾向児の出現率は高く、小・中ともに全国平均を上回っている。また、中学校男子においては、昨年に引き続き10%を越え、全国上位の高い出現率となるなど、生活習慣病予防の観点からも大きな課題である。

3 今後の取組

- (1) 各種研修会を通して、運動嫌いや苦手な子が運動に親しみ、主体的に取り組めるよう、体育・保健体育の授業改善を図る。
- (2) 県内の小学校体育専科教員を活用し、児童の体力向上の取組推進と小学校体育科の授業改善及び教師の授業力向上を図る。
- (3) 運動時間が少ない児童生徒、運動部活動に加入していない児童生徒を考慮しつつ、学校教育活動全体を通じて体力向上に向けた「一校一運動」を推進する。
- (4) 次世代の健康づくり副読本「くわっち〜さびら」(仮題)や「ちゃ〜がんにゅ〜」(生活習慣)を活用し、望ましい食習慣、運動習慣の改善に向けた取組の充実を図る。
- (5) 家庭・地域と連携した運動の日常化の取組を推進するため、家族で週3回、30分以上の運動の実践を推奨する“家族で挑戦！がんにゅうアップチャレンジ！！330”運動を展開する。

平成29年度 学校体育、運動部・スポーツ活動団体に関する取組重点事項

教育庁保健体育課

平成28年度学校体育、運動部活動・スポーツ団体等調査の結果から明らかになった本県の課題について、以下の視点で改善を図りましょう。

1 各学校における「体力向上推進委員会」等の設置促進と活性化

児童生徒の基礎的な体力の育成など、たくましい体の育成を図るため、各学校や個の体力課題等を明確にし、学校の教育活動全体を通じて体力・泳力の向上に努める。

【具体的な取組】

- ア. 未設置校は、学校保健委員会と併設するなど学校組織に位置づけ、児童生徒の体力向上対策について検討する器械を設定しましょう！
- イ. 設置校は、新体力テストの自校の結果を分析し、児童会・生徒会の体育委員等も巻き込んだ主体的な行事など、実践化に向けた取組を推進しましょう！

2 児童生徒の体力づくりに向けた「一校一運動」の取組の推進

児童生徒の体力向上や運動習慣の確立を図るため、教育活動全体を通して特色ある取組「一校一運動」の推進に努める。

【具体的な取組】

- ア. 未実施校は、学校課題や実態に応じ、可能な取組の検討を図りましょう！
清掃時体操や地域と連携した始業前、業間を利用した運動時間の設定等
- イ. 実施校は引き続き各学校の取組を推進し、年間を通して児童生徒の主体的な取組を推進しましょう！（児童会・生徒会等の組織を活かしたイベントや運動時間の設定等）

3 運動部活動（スポーツ少年団含む）の充実と適正化

児童生徒の心身の調和のとれた発達と個性の伸長、社会性の育成等を図るため、運動部活動の意義を再確認し、適切な指導、運営に努める。

【具体的な取組】

- ア. 児童生徒の生活全体の調和が保たれるよう、適切な活動時間や休養日を設定しましょう。
- イ. 安全確保と非行防止のため、部活動終了時刻を厳守し、下校・帰宅指導を徹底しましょう。
- ウ. 校長の学校経営方針のもと、指導者（外部指導者も含めて）は、指導のあり方や役割を共通認識して指導にあたりましょう。
- エ. 児童生徒にとってのスポーツの意義を確認し、「運動部活動での指導のガイドライン」（文部科学省 H25.5）を共通認識して指導にあたりましょう。

※スポーツ少年団等についても、上記の運動部活動の【具体的な取組】を参考にすよう、指導者、保護者等に周知し、児童の活動の充実と適正化を推進しましょう。

4 「家庭の日」の趣旨徹底

児童生徒の健全育成を図り、子ども中心の明るい家庭づくりを推進するため、国民会議、沖縄県民会議、沖縄県、沖縄県教育委員会提唱の「家庭の日」運動を関係機関団体と連携して推進する。

【具体的な取組】

- ア. 毎月第3日曜日の「家庭の日」の活動を避け、全ての県民が家庭地域にあって家族そろって楽しく過ごせるようにしましょう。

5 校種別の課題への対応

<小学校>

学校体育：指導計画及び学習指導の工夫改善

各学校において児童の体力の現状を把握し、全職員共通理解のもと、授業改善や業間の運動など、体力向上に向けての取組を計画的に推進する。

【具体的な取組】

ア. 「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」（第5学年対象）や「新体力テスト」（県調査）の結果を校内体力向上推進委員会等で分析し、対応策について共通理解を図り、学校及び個人の課題に応じた運動に取り組めるようにしましょう。

イ. 小学校から中学校へのつなぎを考えた、発達の段階に応じた系統的な指導ができるよう、管理職・体育主任を中心に「わかる、できる、楽しい」体育の授業改善に取り組みましょう。

地域スポーツ団体との連携

学童期における社会体育活動（スポーツ少年団等）の適正化を図るため、指導者連絡会等を設置し、指導者・保護者との連携に努める。

【具体的な取組】

ア. 各学校は、市町村教育委員会と連携し、学校施設を利用する団体との指導者連絡会等を開催し、児童生徒の活躍状況や成果、課題等について協議したり、校長の経営方針や体罰防止等について話し合う場を設定して共通実践を図りましょう。

<中学校>

学校体育：指導計画及び学習指導の工夫・改善

「体づくり運動」の領域をはじめとする体育分野の各領域・種目、保健分野の授業時数の適切な確保に努めるとともに、体育と保健（運動・スポーツ・健康）を関連づけて学ばせること。

【具体的な取組】

ア. 体づくり運動は各学年において7時間以上、体育理論は各学年において3時間以上、保健については3年間で48時間程度（必ず48時間、授業を行う）を確実に位置づけ、実施すること。

イ. 生涯スポーツの観点から、少なくとも1領域・種目等は男女共習の授業実践を行うこと。

※通年及び3年間を通して、男女別習での授業（年間指導計画）実践にならないよう留意すること。

ウ. 運動及び体育好きな生徒を育成するため、運動課題を明確にするとともに、簡易化された（易しい）ルールや場の設定等の工夫を行い、運動の楽しさを実感させること。

※正規のルール（競技場等も含む）に近づけるのは、高校3年生からで十分なため！

エ. 授業実践の際は、4つの観点をバランス良く学ばせること（指導したことを評価する）。

※運動・スポーツには、「する」、「みる」、「支える」、「調べる」多様な関わり方があるため！

運動部活動 ※部活動は「教育活動の一環」である。また、各学校の教育課程と関連を図ること！生徒たちの日常生活とのバランスや将来的な成長を見据えた教育的な配慮等を行うこと。

【具体的な取組】

ア. 各学校（各部）ごとの活動計画を作成するとともに、定期的かつ確実に共通理解（学校・生徒・保護者・外部指導者等）を図り、柔軟で開かれた部活動運営に努める。

<高等学校>

学校体育：学習指導の工夫・改善

指導と評価の一体化を推進し妥当性と信頼性のある評価計画の作成と実施に努める。

【具体的な取組】

ア. 一人一人の学習の確実な定着を図るため、保健体育科として具体的な評価規準を設定して信頼性のある評価に努めましょう。

運動部活動

生徒の健全育成と部活動のさらなる充実を図るため、その意義を再確認し、活動の適正化に努める。

【具体的な取組】

ア. 部活動への加入により、より充実した学校生活を送れるよう再入部促進期間を設定するなど、加入率向上のための取組を展開しましょう。

小学校 体育科部会

保健体育課：照屋謙二

I 運動領域について

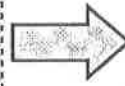
「学習指導要領の趣旨を踏まえた指導と評価」

1 小学校学習指導要領〈体育科〉の目標

心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく生活を営む態度を育てる。

(1) 生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎とは？

- ① 運動への関心
- ② 自ら運動する意欲
- ③ 仲間と仲良く運動すること
- ④ 各種の運動の楽しさや喜びを味わえるよう自ら考えたり工夫したりする力
- ⑤ 運動の技能



主体的・協働的に学ぶ
アクティブラーニング！

- ・能動的
- ・意欲的
- ・課題解決的

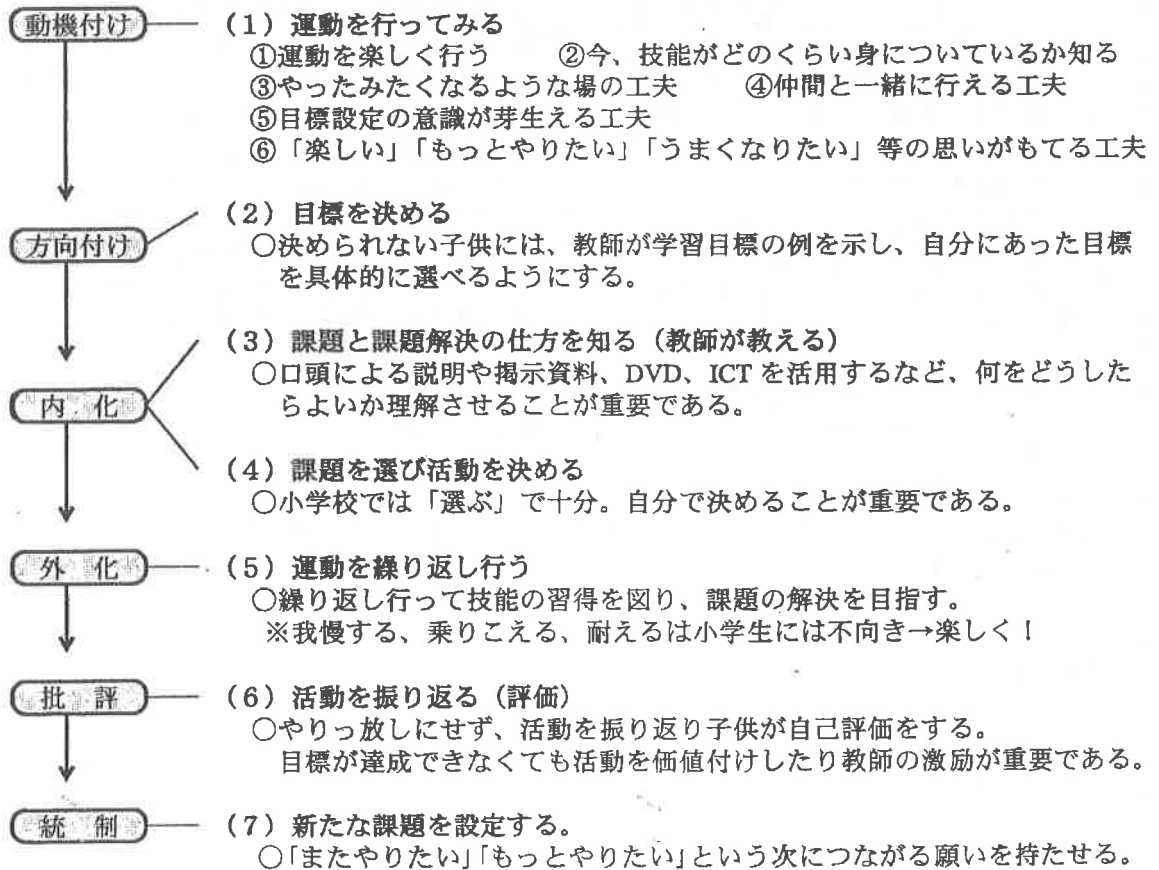


何を教えるか
=気づかせる

どのように学ぶか

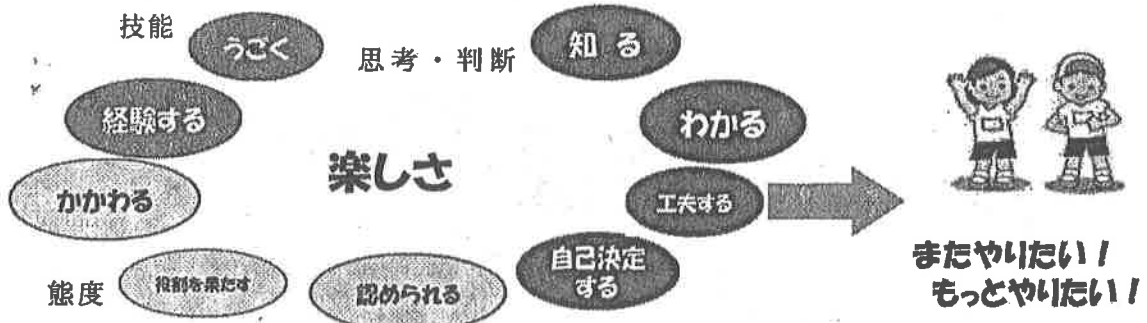
2 体育学習のプロセス

エンゲストローム氏（ヘルシンキ大学）による



3 学習指導要領に基づいた授業づくり

(1) ○○を身につけることにより、学習がいっそう楽しくなる（学習することが楽しさに）



(2) 体育の時間をシステマティック（組織的な、計画性のある）に！

①学年で学習内容（指導内容と評価も）の統一化

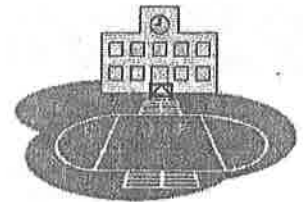
- ・学年で同じ場や用具、学習カード、掲示物等の資料活用
- ・観点別評価規準の作成（具体的な子供の姿の明文化）
- ・同学年で同じ話題（教材研究を深めることにも）

②連続した時間割で場の活用

- ・一人一人の活動を最大限に保証する。→（例）1組が準備して3組が片付ける
- ※週1で体育館を使う単元構成は無し！

③用具、器具の整理整頓

- ・児童目線で準備と片付けが容易にできる工夫
- コンテナボックス等でパッケージ化、置き場所の指定



(3) 体育ならではの言語活動の充実を！

○知的活動（論理や思考）を促す

- 事実を理解し他者に伝えたり、自分や集団の考えを発展させたりする。

○コミュニケーションや感性・情緒に関する活動を促す

- 他者との交流を深め、理解しあったり、尊重しあったりする。

動いて 試して 課題発見！ 体を動かすことを通して、言語活動の充実を図ろう！
（体育ならではの言語活動を）

4 子供の体力に関する今日的な課題

(1) 体育の学習と日常的な運動・スポーツとの連動

①体育で行った運動が、休み時間等でも行われているか。

- 日常的に行われるような手立ての充実

②体力向上の取組が体育の学習とつながっているか。

- 体づくり運動だけでなく、他の領域でも関連を！

(2) 学校、家庭、地域との連動

○学校だけで体力の向上や運動習慣の取組をすすめていないか。

- 家庭・地域に運動の楽しさや健康・体力問題を発信

(3) 障がいのある子への指導の工夫

○できないから見学ではなくできることを保証してあげる

1. 時間を確保する

- ・学校行事との関連
- ・休み時間のまとめ取り
- ・始業前、放課後の活用
- ・清掃時間の活用

2. 空間を整える

- ・自由に使える用具（貸出）
- ・安全な活動場所
- ・ラインの常設（コース、コート）

3. 仲間を組織する

- ・児童会の活性化

4. 手間をかける

- ・啓発する掲示物
- ・教師も一緒に活動
- ・保護者や地域の協力

5 オリンピック・パラリンピック教育について

オリ・パラのためではなく、またとないチャンスとして、これからの学習の深まりを推進！

- 運動習慣の二極化の解決

**沖縄県教育委員会指定
体育・スポーツ推進校**

石垣市立宮良小学校

平成29年5月26日（金）

体育ってどう教えたらいいの

研究校ってなにをするの？

そもそも体育って必要？

そもそも体育って必要？

確かな学力
基礎的な知識・技能を習得し、それらを活用して、自ら考え、判断し、表現することにより、様々な問題に積極的に対応し、解決する力

生きる力

豊かな人間性
自らを律しつつ、他人とともに協調し、他人を思いやる心や感動する心などの豊かな人間性

健康・体力
たくましく生きるための健康や体力

昭和スポーツ基本計画

そもそも体育って必要？

📍 **スポーツで「未来」を創る!**

「一億総スポーツ社会」

自発的にスポーツに立ち寄り、自分が表現を語り、
前向きで活力ある社会・絆の強い世界を創る。

そもそも体育って必要？

研究校ってなにをするの？

生涯スポーツを目指し、運動に親しみ、主体的に体力づくりに取り組む児童生徒の育成を図る。

～沖縄県体育・スポーツ推進校実施要領～

研究校ってなにをするの？

運動に親しむ児童生徒を増やす授業づくり

- 運動ぎらいを少なく
- 運動の日常化

体育ってどう教えたらいいの？

- 1 運動量が豊富
- 2 成功体験（できた！）
- 3 かかわりがある
- 4 心を育てる（ルールやマナー）

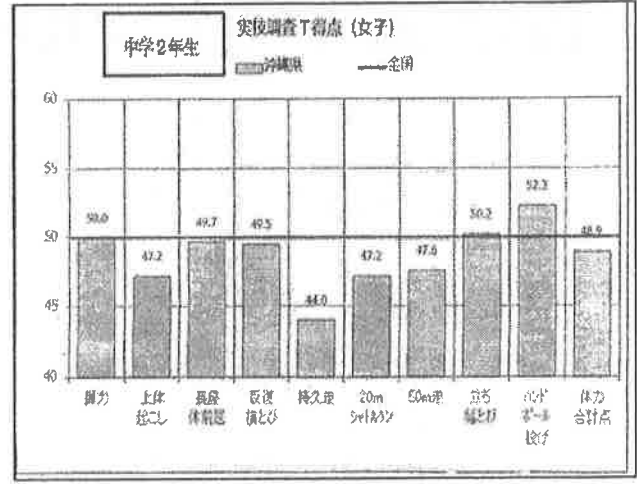
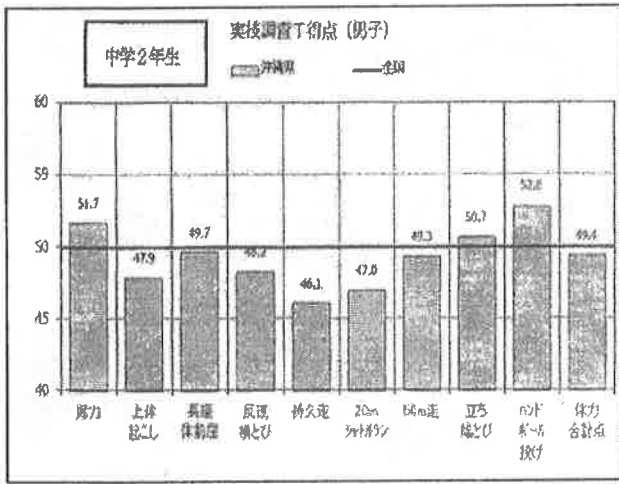
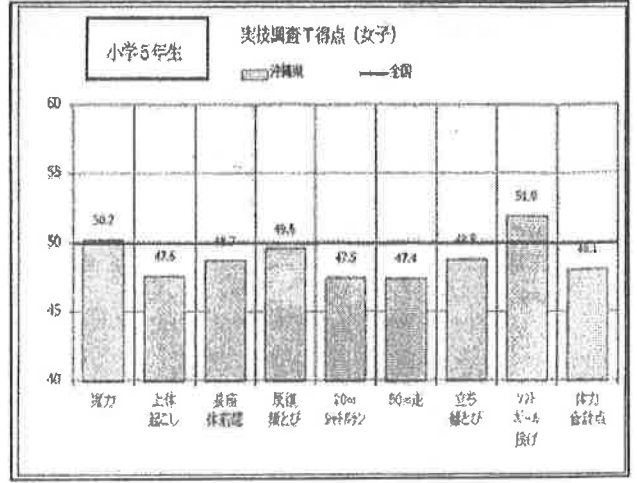
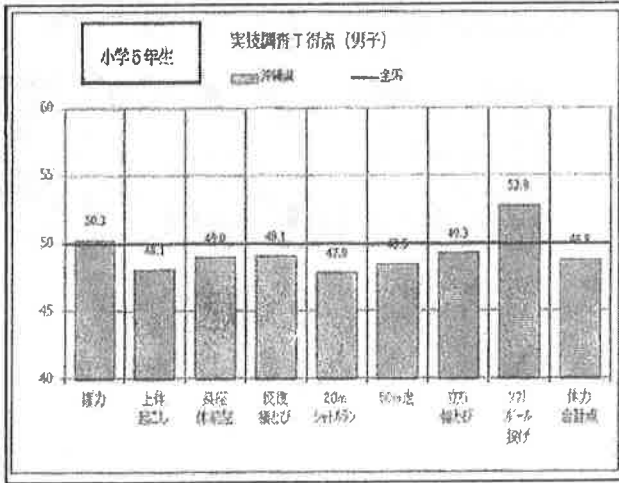


現状は？

「平成28年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果

1. 実技に関する調査の結果

| 小学校 | 体力 | 上体起 | 長座体 | 反復横 | 20m外 | 90m | 立ち廻 | 711°-9 | 体力 | 昨年より | |
|------|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|------------|
| | | | | | | | | | | | kg |
| 5年男子 | 全国 | 16.47 | 19.67 | 33.68 | 41.97 | 51.83 | 9.38 | 151.41 | 22.41 | 53.93 | 上がった 幅目 |
| | 沖縄県 | 16.59 | 19.55 | 32.68 | 41.24 | 47.43 | 9.54 | 148.85 | 24.67 | 53.81 | |
| | 豊後 | +0.12 | -1.11 | -0.80 | -0.73 | -4.43 | -0.16 | -1.56 | +1.26 | -1.12 | |
| | 祭3重 | 18位 | 46位 | 35位 | 40位 | 44位 | 44位 | 38位 | 1位 | 44位 | |
| 5年女子 | 全国 | 16.13 | 18.60 | 37.22 | 40.06 | 41.29 | 9.61 | 145.34 | 13.67 | 53.54 | 下がった 幅目 |
| | 沖縄県 | 16.22 | 17.97 | 36.15 | 39.76 | 37.09 | 9.87 | 142.89 | 14.79 | 53.92 | |
| | 豊後 | +0.09 | -1.28 | -1.07 | -0.30 | -4.20 | -0.21 | -2.45 | +0.92 | -1.62 | |
| | 祭3重 | 20位 | 47位 | 38位 | 38位 | 44位 | 45位 | 40位 | 6位 | 41位 | |



女子は小中とも過去最高

5女子が55.19の平均値は小

前年度55.19

女子は小中とも過去最高

更新点の更新

前年度の更新

テストに実施

中学2年生

女子は小中とも過去最高

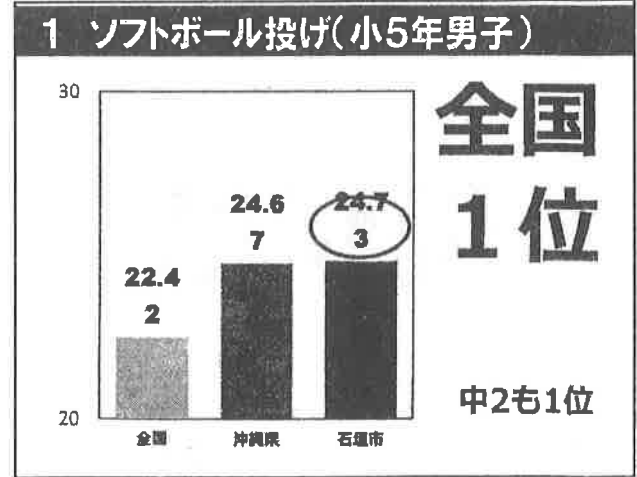
更新点の更新

前年度の更新

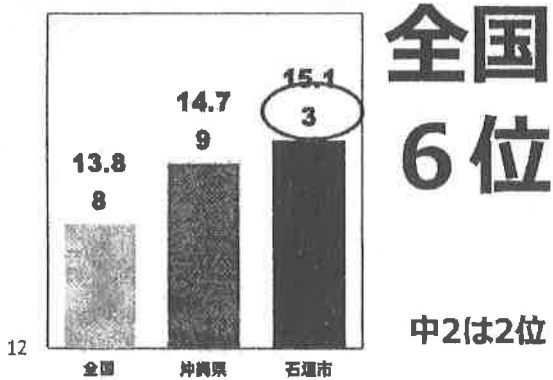
テストに実施

中学2年生

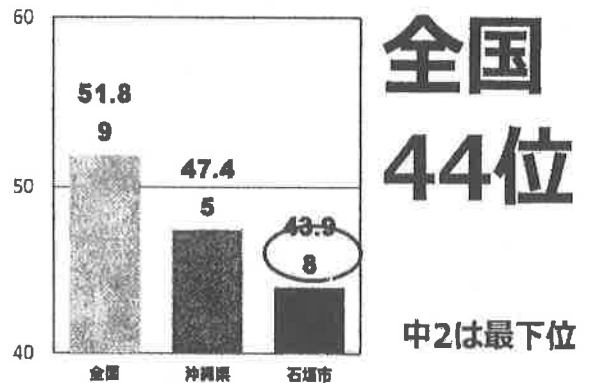
女子は小中とも過去最高



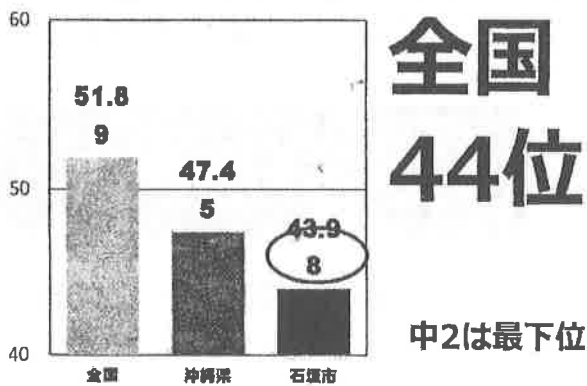
2 ソフトボール投げ(小5年女子)



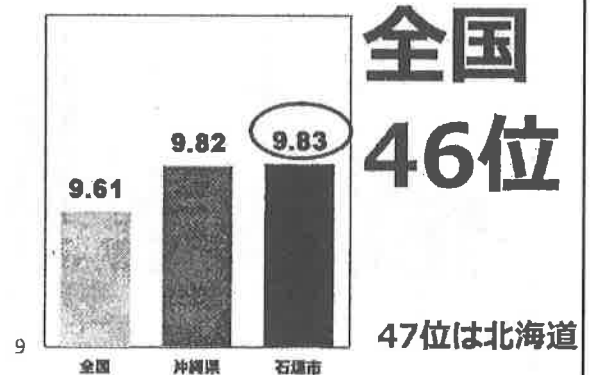
3 上体起こし(小5年女子)



4 20mシャトルラン(小5年男子)



5 50m走(小5年女子)



6 肥満傾向児(小5年男女)



児童生徒の体力、運動習慣

- 1 体力合計点は40位台 (中2男子以外)
- 2 投力はトップクラス
- 3 持久力・柔軟性に課題 (最近走力も)



47都道府県中
長寿 1位から

男性 1位
女性 3位
男性 30位

長寿県おきなわと
いわれていたが
今あぶないのじゃ!!

「くわちーさびら」
沖縄県健康副読本

ひまん しょくせい かつ
肥満と食生活
健康長寿復活の大きな課題

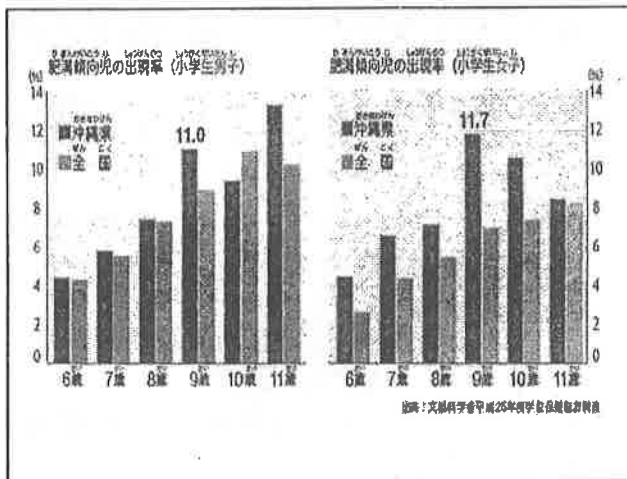
沖縄県の成人肥満者の割合は男女とも各世代で全国平均を上まわっており、健康長寿復活の大きな課題です。

肥満者(BMI25以上)の割合

| 性別 | 年齢 | 沖縄 (%) | 全国平均 (%) |
|----|--------|--------|----------|
| 男性 | 20~29歳 | 48.3 | 31.7 |
| 女性 | 40~49歳 | 37.5 | 28.0 |

沖縄県の肥満率の
高さにびっくり!

※2012年 国民健康・栄養調査
※2012年 国民健康・栄養調査



一週間の総運動時間 → 全国トップ
小5 男1位 女4位

二極化する運動習慣

まったく運動しない → 全国トップ
小5 男2位 女1位

(特に小学校)
一部の
過剰な活動

小学生
日曜日の活動時間
5時間以上
27%

沖縄タイムス



歩いて登校 全国最低

小5「車」4人に1人

スポーツ庁調査

県内中2女子は3人に1人

| 学年 | 性別 | 徒歩登校率 | 自転車登校率 | 自動車登校率 |
|----|----|-------|--------|--------|
| 小5 | 男子 | 57.4% | 37.9% | 4.7% |
| | 女子 | 57.0% | 38.0% | 5.0% |
| 中2 | 男子 | 11.0% | 79.0% | 10.0% |
| | 女子 | 14.7% | 79.7% | 5.6% |

児童生徒の現状

- 1 肥満傾向の児童生徒が多い
- 2 二極化する運動習慣 (小学校で顕著)
- 3 徒歩登校の児童生徒が少ない

研究の 実際

研究を進めるにあたって

● 小学校学習指導要領(体育科)の目標

「心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。」

適切な運動の経験 + 健康・安全についての理解

↓

生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てる

↓

健康の保持増進

↓

体力の向上

↓

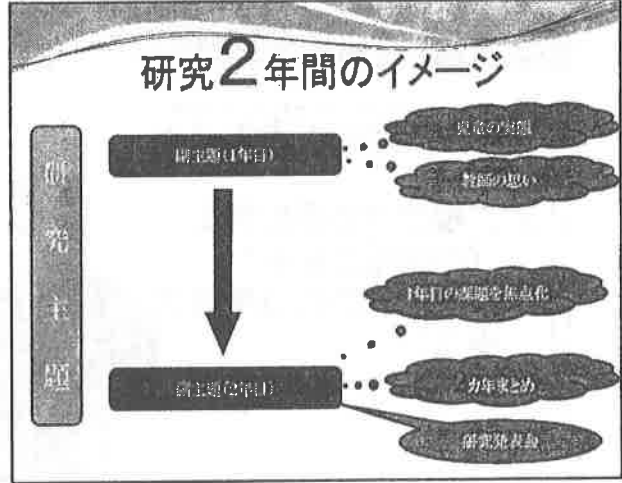
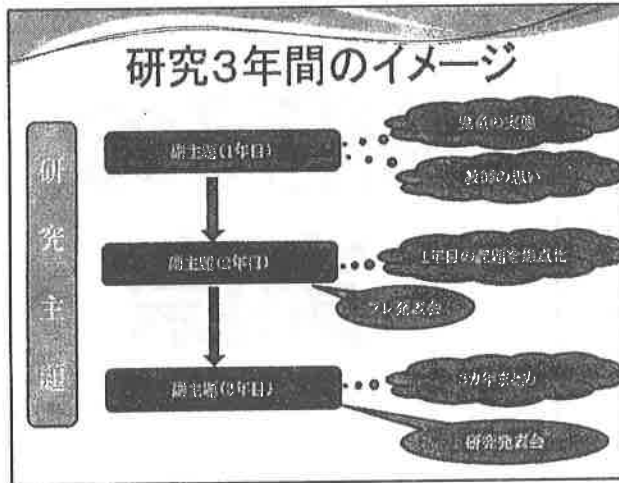
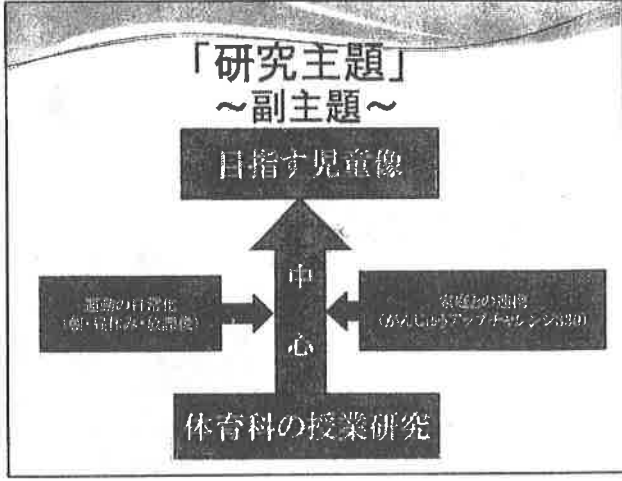
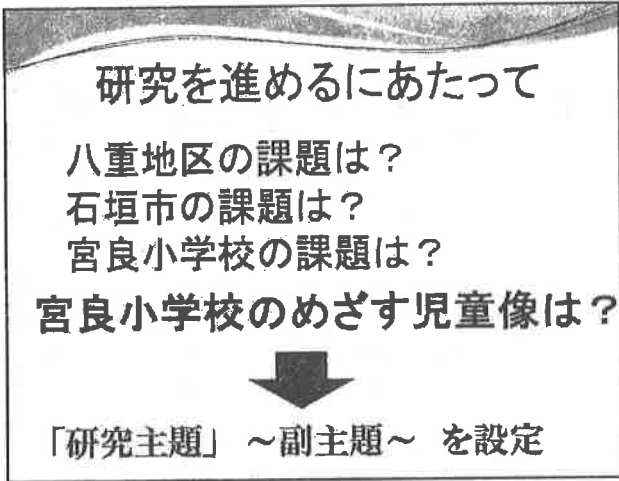
楽しく明るい生活を営む態度を育てる

生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎とは？

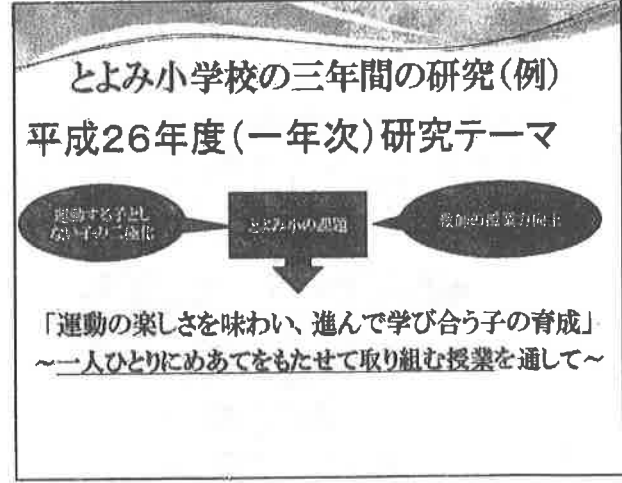
- 運動への関心
- 自ら運動する意欲
- 仲間と仲よく運動すること
- 各種運動の楽しさや喜びを味わえるよう自ら考えたり工夫したりする力
- 運動の技能

↓

体育科の授業を通して育てていく



- 二カ年間の検証を見通して
- (アンケート内容の吟味)
- 教師アンケート
 - 児童アンケート
 - 地域・保護者アンケート
 - できる限り数値化
 - 全国体力調査の質問紙項目
 - 体力に限らず関連項目も検証



とよみ小学校の3カ年間の研究(例)
平成27年度(二年次)研究テーマ

「運動の楽しさを味わい、進んで学び合う子の育成」



～できる喜びを感じさせる、器械運動、水泳の指導の工夫～

とよみ小学校の3カ年間の研究(例)
平成28年度(三年次)研究テーマ

「運動の楽しさを味わい、進んで学び合う子の育成」



～個に応じためあてをもたせ、
できる喜びを感じさせる器械運動の指導の工夫～

「とよみモデル」

1. ウォーミングアップ (準備運動, BGM)
2. めあての確認 (学級のめあて, 個人のめあて)
3. 場の準備 (協力して, 素早く, 安全に)
4. 基礎運動 (基礎感覚づくり, サーキット運動)
5. チャレンジ運動 (習熟度別活動)
6. 協力運動 (主運動, 見合い, 学び合い)
7. 片付け (協力して, 素早く, 安全に)
8. 振り返り (めあての達成をふり返る)

南原小学校の3カ年間の研究
平成26年度(一年次)研究テーマ



「運動に親しみ進んで運動に取り組む児童の育成」
～運動の楽しさや喜びを味わう体育学習を通して～

1年目の研究の成果と課題

〔成果〕

- 運動を好きな児童の増加
- 運動する時間が増えた児童の増加

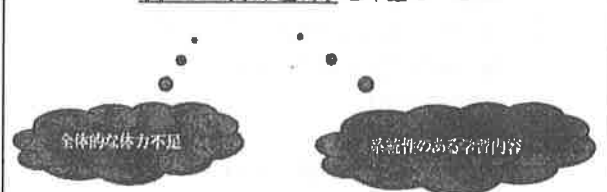
〔課題〕

- 基本的な動きの未定着
- 系統性を意識した活動がなされていない。
- 学習したことを家庭で生かしていない。

平成27年度(二年次)研究テーマ

「運動に親しみ進んで運動に取り組む児童の育成」

～体づくり運動を通して～



平成27年度(二年次)研究テーマ

〔成果〕

- ・ 一年次よりもさらに運動する日数・時間の増加
- ・ 運動を好きと答える児童の増加
- ・ 系統性を意識した指導ができた

〔課題〕

- ・ 体づくり運動からいろいろな領域へ広げる

平成28年度(三年次)研究テーマ

「運動に親しみ進んで運動に取り組む児童の育成」

～場の設定を工夫した授業づくりを通して～

系統性を意識した
指導ができた

いろいろな領域に
広げる

南原小学校の実践

- ・ 教師の指導力の向上・体育の授業の充実
⇒ **研究指定校・授業研・校内研**
「南原っ子元気体操」等
- ・ 日常的に運動に取り組む
⇒ **朝マラソン・ラジオ体操等**
- ・ 「校内体力向上推進委員会」の充実
⇒ **体カテスト結果の分析・実態の把握と実践**
- ・ 「1校1運動」の実施と充実(年間を通して)
⇒ **持久走大会・なわとび大会・体育朝会**

「体育・スポーツ推進校(南原小)」の成果(児童)

(運動・体方面)

- ・ 運動部等への所属率の増加(男子約6割女子約5割)
- ・ ほとんど毎日運動する児童の増加
(男子において50%から70%、女子においても35%から48%へ)
- ・ 運動やスポーツをしない児童がゼロ(6年男子、4年・5年女子)
- ・ 体カテストのE判定児童の減少が顕著
⇒ 「**運動習慣の確立**」「**二極化の解消**」「**体力の向上**」

(運動・体方面以外)

- ・ 汗をかくのが気持ちいい
- ・ 体を動かすことで一日が楽しくなった。
- ⇒ 「**心理面での効果**」「**心と体のつながりを感じている**」

「体育・スポーツ推進校(南原小)」の成果(教師)

(体育科)

- ・ 授業改善につながった
- ・ 評価に自信ができた
- ・ 体づくり運動の授業づくりがわかった
- ・ 指導技術(引き出し)がふえた

(体育科以外)

- ・ 学級経営にとってもプラスになった。
- ・ 体育を通しての学級の雰囲気づくりができた
- ・ 子供達の「できた」「もっとやりたい」という声が多い。

「体育・スポーツ推進校(南原小)」の成果(地域・保護者)

- ・ 校内持久走大会では目標を持って順位を意識して取り組んで**体力が向上**
- ・ 自ら早起きし、**自主的に行動**できるようになった。
- ・ 朝ラジオ体操を楽しみに早起き・早登校ができるようになった。
- ・ 目標に向かって精一杯努力する体験、挫折体験、**ほめたり励まし合う体験**などができ大きく大きく成長。
- ・ **心と体はつながっている**と思いました。
- ・ 体力、**知力**もとても向上している。
- ・ **「スポーツ推進校が終わっても継続して欲しい」**

小学校体育科を研究する上で

- 体育科の価値
- 体育科の特徴
- 体育の授業づくりで大切にしたいこと
- 学校で取り組んで欲しいこと
- 指導のための参考資料の紹介
- 体育の授業づくりのポイント

体育科の価値

- 「体力」を向上させる
⇒ 「生きる力」の土台を育てている教科
- 児童が主体的に教え合い・関わり合うことができる
⇒ 主体的・対話的で深い学びができる教科
- 体力だけを育てる教科ではありません。
⇒ 「知・徳・体」全てを育てられる教科
- 研究してよかったと思える教師が多い
⇒ 教師にやりがいが生まれる教科

体育科の特徴

- 児童の興味・関心がわきやすい教科
⇒ できる・できないがはっきり見える教科
(やる気を失いやすい教科)
- どの子も意欲的に取り組むことができる
⇒ ただし、場の設定やルールの工夫等が必要
- 子供達とともに達成感を味わえる
⇒ 「できた」「もっとやりたい」の気持ちが大い。
- 運動することで心もスッキリ
⇒ 心と体のつながりを実感できる。(心の安定)
- 遅刻の減少など、学校経営・学級経営に生かせる
⇒ 体育科以外にも効果が現れる。(生徒指導面等)

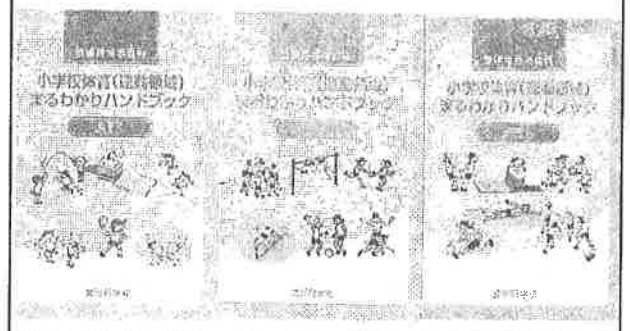
体育科の授業づくりで大切にしたいこと

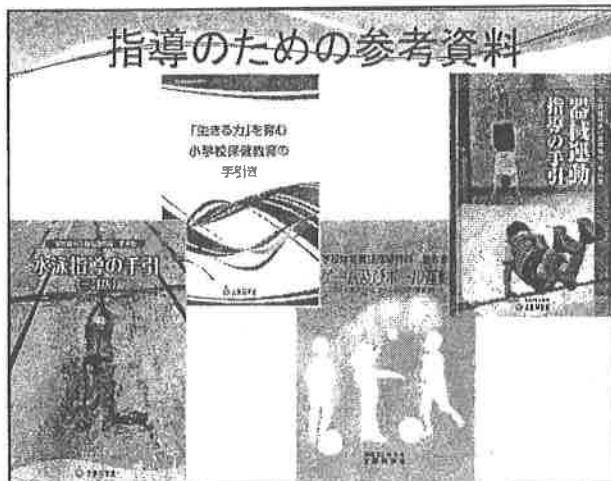
- 学習規律(授業スタイル)の確立(〇〇モデル)
- 個の課題に応じためあての設定
- 基礎感覚運動の場の設定(準備運動とは別に)
- 個に応じた、多様な場の設定(スモールステップ)
- 学び合い、教え合いの充実
- 児童へ適切な支援の言葉がけ
- 成果(めあての達成)を実感させる振り返り

学校で取り組んで欲しいこと

- 学校全体での体育科授業スタイルの確立
- 2学年を見通した指導計画の作成
- 運動時間確保のための時間割の工夫
- 指導資料の積極的な活用
- めあて・振り返りの時間と運動量のバランス

指導のための参考資料





体育科授業づくりのポイント

子どもの意欲を高め思考力を伸ばす教材化

※子どもが熱中するような教材を提供することが大切

- ① 思わず動きたくなるような運動
- ② 必然的に作戦や動き、練習方法を工夫するような仕組み
- ③ 仲間と協力したり励まし合ったりすることでより効果が高まるような場を設定

子どもの意欲を高め思考力を伸ばす教材化 教材化の視点

小1～小4: 子どもにとっては「楽しさ」の追究、教師にとっては(前期) 意図的な「ねらい」の追究となるように、運動や場を中心に工夫する。

小5～中2: 各種運動の特性に触れることができるようなルールや(中期) 行い方などを中心に工夫し、特性に応じた「ねらい」を意識化させる。

中3～高3: 運動の特性を味わい、その特性を生かした運動の行(後期) い方を自分達で工夫し、実践する場を設けるなど、運動文化としてのスポーツに近づけていく。

子どもに成果を実感させる振り返り活動 (自己評価)

- 学習意欲を高めるためには、子ども自身に成果を実感させることが大切。
- 意欲を持続させるためには、発達段階に応じて具体的な目標をもたせること、
- 1単位時間内での振り返り活動の時間設定
- 学習カードの活用
- 自己評価や相互評価
- 教師の評価

学校を
体育で楽しく
しまっスル！！

宮良小学校の児童に
できる喜び、達成感を
味わわせることができるよう、
笑顔あふれる学級・学校を
体育科の授業から、
つくっていきましょう。

宮良小の先生方へ

体育の授業力をつけると他の授業や
学級経営にも波及効果がでます！！

- ⇒ 体育で学級づくりを！！
- ⇒ 子どもが落ち着きます！！
- ⇒ 子どもの笑顔が増えます！！
- ⇒ 教師の笑顔も増えます！！
- ⇒ 学校が楽しくなります！！

(2) スタイルの統一

体育科 45分完結型授業 「みやびスタイル」

| 学習過程 | 時間 | 活動内容 | 活動の視点 | | 各校での取り組み |
|---------------|------|---|--|--|--|
| | | | めあて | 学び合い | |
| ① ウォーミングアップ | 3分 | <ul style="list-style-type: none"> 準備体操 なわとび ジョギング など 学習のめあての提示 運動のポイントの確認 自分(グループ)のめあてを立てる | <ul style="list-style-type: none"> 運動領域に合わせたウォーミングアップの意義を理解し行う 自分の力に合わせためあてを設定する めあてに合わせて練習方法(場や技)を選択する | <ul style="list-style-type: none"> ペアなどで互いに支え合いながら、準備運動を行う | <ul style="list-style-type: none"> 全学年統一したリズム(BGM)に合わせた準備体操の導入 『ペアラジオ体操』『シンギスカン体操』 |
| ② めあての確認 | 5分 | <ul style="list-style-type: none"> 安全に考慮し、素早く、協力して用具の準備をする | <ul style="list-style-type: none"> (単元に応じて) みんなで協力して行う | | <ul style="list-style-type: none"> 各領域の取り組み時期を全学年でそろえ、その日最初と最後の授業学年が準備、片付けを行う |
| ③ 準備(単元に応じて) | (3分) | | | | |
| ④ 基礎運動 | 5分 | <ul style="list-style-type: none"> 主運動に即した基礎運動、基礎感覚作り サーキット運動 など | <ul style="list-style-type: none"> それぞれの動きの意義を理解して行う | <ul style="list-style-type: none"> 上手な児童の動きを確認しよさを見つけて伝え合う | |
| ⑤ チャレンジ運動① | 13分 | <ul style="list-style-type: none"> 個やペア、グループ、習熟度別など、単元に合わせて学習形態を工夫し、主運動に挑戦する | <ul style="list-style-type: none"> 自分のめあてに合わせて練習方法(場や技)を選択し、練習する | <ul style="list-style-type: none"> 「技(技能)のポイント」を確認し、個、ペア、グループでアドバイスを伝え合う | |
| ⑥ チャレンジ運動② | 14分 | <ul style="list-style-type: none"> 協力して学び合いながら、主運動を行う | | <ul style="list-style-type: none"> 「技(技能)のポイント」ができていないか、ペアやグループ内で互いに評価、アドバイスをし、高め合う | |
| ⑦ 片付け(単元に応じて) | (3分) | <ul style="list-style-type: none"> 安全に考慮し、素早く、協力して、用具等の準備をする | <ul style="list-style-type: none"> (単元に応じて) みんなで協力して片付けを行う | | <ul style="list-style-type: none"> 各領域の取り組み時期を全学年でそろえ、その日最初と最後の授業学年が準備、片付けを行う |
| ⑧ めあての振り返り | 5分 | <ul style="list-style-type: none"> めあてを振り返る 自分の課題について考え、次時につなげる | <ul style="list-style-type: none"> めあてが達成できたか、練習の効果があつたかを振り返る 友だちのよい動きを見付け伝え合う | <ul style="list-style-type: none"> 先生や他の児童からもらった評価やアドバイスを参考に本時を振り返る | |

※基礎運動・チャレンジ運動①②の時間は、単元や第〇時、児童の実態などに応じて、多少の変更する場合があります。

※準備をその日最初の時間の学年が行い、片付けをその日最後の学年が行うことにより、運動量を確保する。

(※45分のタイムマネジメントは、準備・片付けの時間を省いて計画しています。)

45分完結型授業「みやびスタイル」(基礎モデル:授業掲示用)

| 学 習 過 程 | | 時 間 | 活 動 内 容 |
|---------|---------------------------------------|-----------------|---|
| ① | ウォーミングアップ | 3分 | <ul style="list-style-type: none"> 準備体操「ジソギスカン体操」または、「ペアラジオ体操」、なわとび、単元に即したストレッチなど |
| ② | めあての確認 | 5分 | <ul style="list-style-type: none"> 学習のめあての提示 主運動のポイントの確認 自分(グループ・チーム)のめあてを立てる |
| ③ | 準備(単元に応じて) | (3分) | <ul style="list-style-type: none"> 安全に配慮し、素早く、協力して本時の準備をする |
| ④ | 基礎運動 | 5分 〜 10分 | <ul style="list-style-type: none"> 基礎運動 サーキット運動 ※基礎感覚作りとして、類似運動を取り入れた運動 |
| ⑤ | チャレンジ運動①② ※単元や児童の実態に合わせて活動の仕方を計画する | 20分 〜 25分 | <ul style="list-style-type: none"> 個やペア、グループ、習熟度別など、学習形態を工夫し、主運動に挑戦する グループで協力して学び合いながら、主運動を行う |
| ⑥ | めあての振り返り | 5分 | <ul style="list-style-type: none"> めあてをふり返る 自分の課題について考え、次時の活動につなげる |
| ⑦ | 片付け(単元に応じて) | (3分) | <ul style="list-style-type: none"> 安全に配慮し、素早く、協力して片付けをする |

※学年や各単元、時数に応じて活動内容を変更し、活用する。

(3) 準備体操の統一 《ジンギスカン体操（動的ストレッチ）・ペアラジオ体操》

「ジンギスカン体操（ジンギスカンの曲に合わせた動的ストレッチ）」・「ペアラジオ体操」を授業の準備体操や運動会の準備体操に導入。

BGMに合わせて児童も楽しく準備体操ができ、全学年で準備運動を統一することにより、いつでも同じスタイルで授業をスタートすることができるようになった。



《動的ストレッチ》

一連の動きの中で行うストレッチ。関節を動かしながら筋肉の伸縮を繰り返す方法や、反動を付けて大きく動かす方法などがある。運動前は体をしっかり温めることが大切であり、うんどうを始める前に行う効果的なストレッチ。

《ペアラジオ体操（ペアストレッチ）》

二人で協力してストレッチを行う方法。二人で行うことで、より負荷をかけてストレッチを行うことができる。

(4) みやびいサーキット（朝スポ）

朝の帯タイムの時間を活用し、8時15分から8時35分までの20分間を「みやびいサーキット（朝スポ）」の時間とし、運動に親しみ、体力を高める取り組みを行っている。

活動日を月曜日1・2年生、火曜日3・4年生、水曜日5・6年生とし、月別に体育の年間計画や行事に関連した運動テーマを設定し取り組んでいる。



《体育の朝の帯タイム》

月：低学年 火：中学年 水：高学年

| 月 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
|----|------------------------|-----------------------------------|---|---|------------|---|
| 行事 | 始業式 | 体カテスト | 川下り | 1学期終業式 | 夏休み | 運動会 |
| 内容 | 鬼ごっこ 体ほぐし 体づくり | シャトルラン 反復横跳び 立ち幅跳び 長座体前屈 | ストレッチ 一輪車 竹馬 フラフープ 縄跳び 鉄棒・雲梯 | ストレッチ 一輪車 竹馬 フラフープ 縄跳び 鉄棒・雲梯 | | 短距離走 バトンパス ハードル走 |
| 月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| 行事 | 陸上大会 | ドッジボール大会 | 学習発表会 | 3学期始業式 | 持久走大会 | 卒業式・修了式 |
| 内容 | 短距離走 バトンパス ハードル走 | ドッジボール ボール運動 | ストレッチ 一輪車 竹馬 フラフープ 縄跳び 鉄棒・雲梯 | 持久走 縄跳び | 持久走 縄跳び | ストレッチ 一輪車 竹馬 フラフープ 縄跳び 鉄棒・雲梯 |

※ 道具等の数に限りがあるため、低・中・高に分け、曜日を指定する。

※ 低・中・高で連携し、内容を決定し取り組むようにする。

(5) 校内持久走大会

幼稚園（400m：運動場2周）、1～6年生（1000m：外周コース1周）とし、今年度より校内持久走大会を実施した。安全面への配慮として、保護者や地域の方々の保安員としての協力や、沿道で応援する姿も見られた。

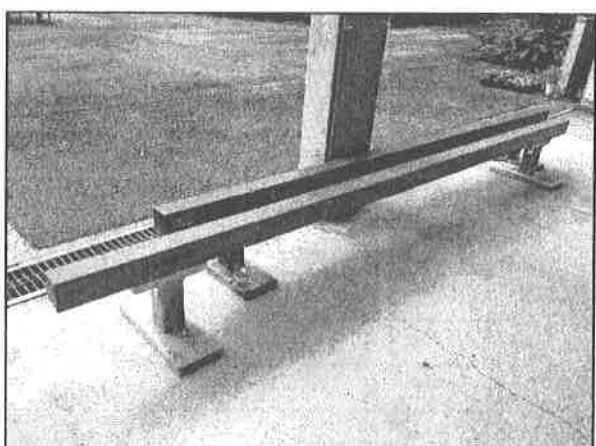
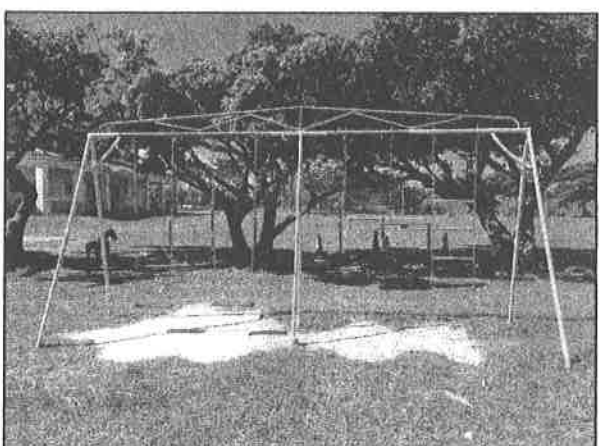
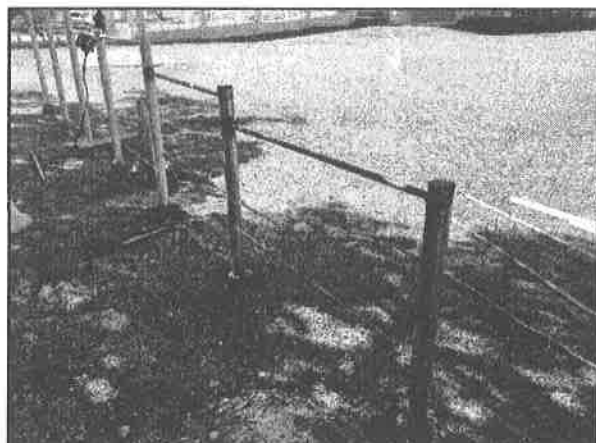


※全学年の距離を1000mに統一することにより、6年間の児童の成長を記録し、変容を確認することができる。

(6) 校内環境の整備

本校は自然が多く、敷地面積も広いが、鉄棒の数も少なく、児童に高さが合っていないものもある。また、遊具にも限られたものしかなく、児童が満足して遊んだり体を動かしたりする場が少ない。そこで、低学年でも活用できる鉄棒や雲梯、自然を生かしたアスレチックを校内に自作し設置した。

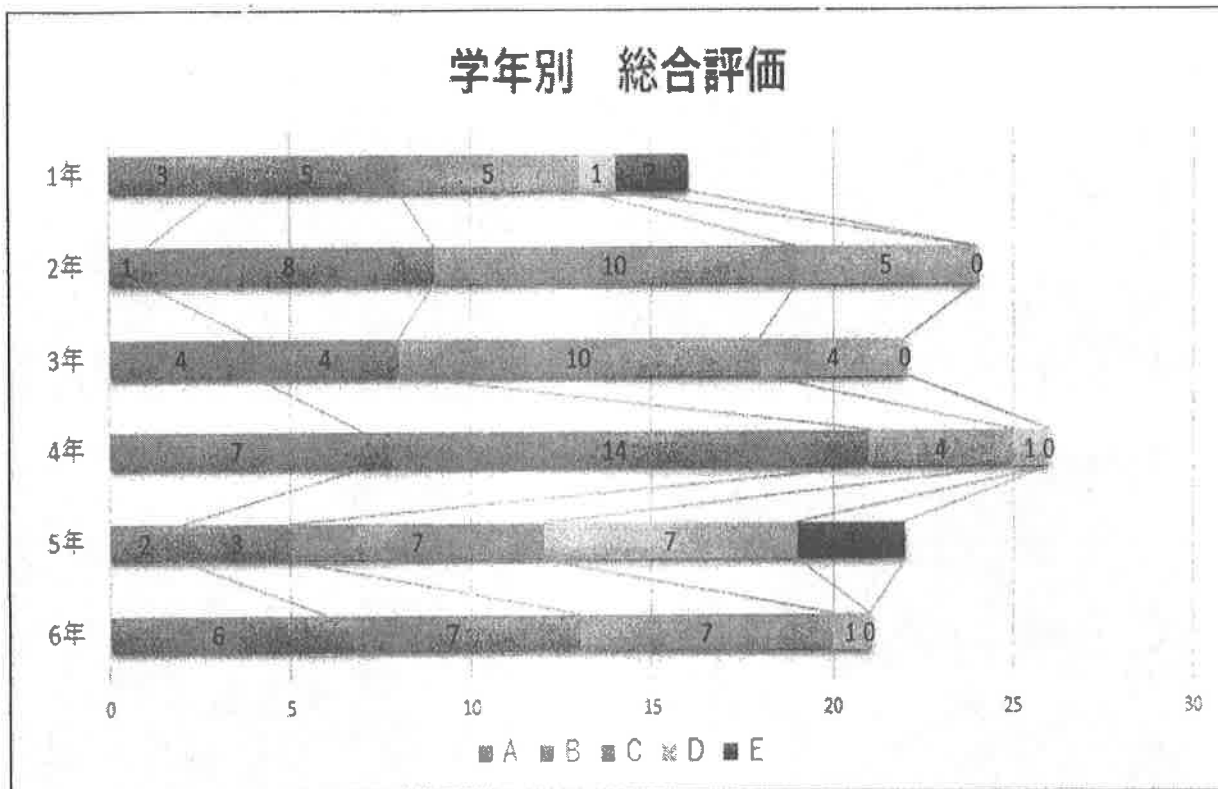
その結果、朝スポの時間や休み時間、放課後には、児童が進んで体を動かしたり、遊んだりする姿が多く見られるようになった。



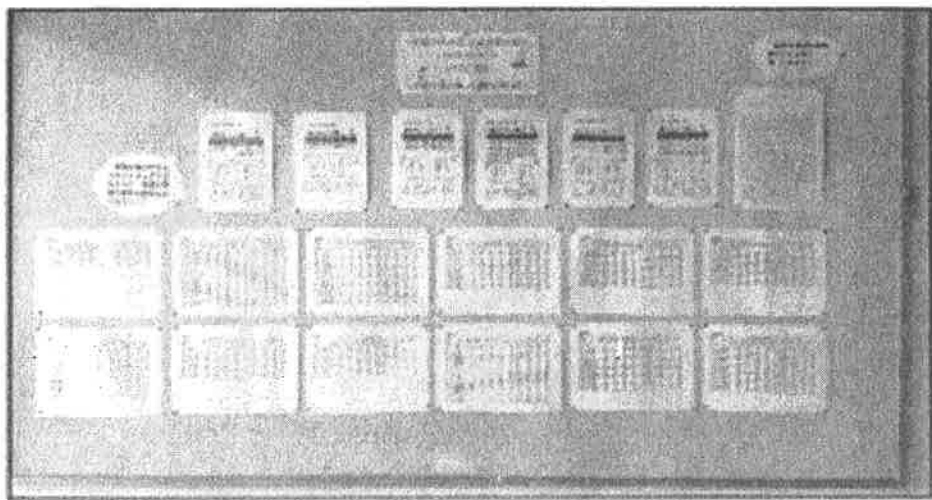
(7) 体力テスト

新体力テストは、握力（筋力）・上体起こし（筋持久力）・長座体前屈（柔軟性）・反復横跳び（敏捷性）・20mシャトルラン（全身持久力）・50m走（走力）・立ち幅跳び（跳躍力・瞬発力）・ソフトボール投げ（遠投力）の8種目を、年齢別（学年別）、性別ごとの総得点により評価している。本校の児童は、B・Cの評価の児童が多く、20mシャトルランとボール投げに課題が見られた。

【新体力テストの結果】



| <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">運動部やスポーツクラブに所属</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>①入っている</td> <td>76人</td> <td>(59%)</td> </tr> <tr> <td>②入っていない</td> <td>53人</td> <td>(41%)</td> </tr> </tbody> </table> | | | 運動部やスポーツクラブに所属 | | | ①入っている | 76人 | (59%) | ②入っていない | 53人 | (41%) | <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">運動・スポーツ実施日数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>①ほとんど毎日</td> <td>70人</td> <td>(54%)</td> </tr> <tr> <td>②ときどき</td> <td>23人</td> <td>(18%)</td> </tr> <tr> <td>③ときたま</td> <td>17人</td> <td>(13%)</td> </tr> <tr> <td>④しない</td> <td>19人</td> <td>(15%)</td> </tr> </tbody> </table> | | | 運動・スポーツ実施日数 | | | ①ほとんど毎日 | 70人 | (54%) | ②ときどき | 23人 | (18%) | ③ときたま | 17人 | (13%) | ④しない | 19人 | (15%) | <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">1日の運動・スポーツ実施時間</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>①30分未満</td> <td>35人</td> <td>(27%)</td> </tr> <tr> <td>②30分～1時間</td> <td>17人</td> <td>(13%)</td> </tr> <tr> <td>③1時間～2時間</td> <td>18人</td> <td>(14%)</td> </tr> <tr> <td>④2時間以上</td> <td>58人</td> <td>(45%)</td> </tr> </tbody> </table> | | | 1日の運動・スポーツ実施時間 | | | ①30分未満 | 35人 | (27%) | ②30分～1時間 | 17人 | (13%) | ③1時間～2時間 | 18人 | (14%) | ④2時間以上 | 58人 | (45%) |
|--|------|-------|----------------|--|--|--------|------|-------|---------|-----|-------|--|----|------|---|--|--|---------|-----|-------|-------|-----|-------|---------|-----|-------|-------|-----|-------|--|--|--|----------------|--|--|--------|-----|-------|----------|-----|-------|----------|-----|-------|--------|-----|-------|
| 運動部やスポーツクラブに所属 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ①入っている | 76人 | (59%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ②入っていない | 53人 | (41%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 運動・スポーツ実施日数 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ①ほとんど毎日 | 70人 | (54%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ②ときどき | 23人 | (18%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ③ときたま | 17人 | (13%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ④しない | 19人 | (15%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1日の運動・スポーツ実施時間 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ①30分未満 | 35人 | (27%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ②30分～1時間 | 17人 | (13%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ③1時間～2時間 | 18人 | (14%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ④2時間以上 | 58人 | (45%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">朝食摂取の有無</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>①毎日食べる</td> <td>103人</td> <td>(80%)</td> </tr> <tr> <td>②時々食べる</td> <td>25人</td> <td>(19%)</td> </tr> <tr> <td>③毎日食べない</td> <td>1人</td> <td>(1%)</td> </tr> </tbody> </table> | | | 朝食摂取の有無 | | | ①毎日食べる | 103人 | (80%) | ②時々食べる | 25人 | (19%) | ③毎日食べない | 1人 | (1%) | <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">1日の睡眠時間</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>6時間未満</td> <td>13人</td> <td>(10%)</td> </tr> <tr> <td>6時間～8時間</td> <td>29人</td> <td>(23%)</td> </tr> <tr> <td>8時間以上</td> <td>85人</td> <td>(67%)</td> </tr> </tbody> </table> | | | 1日の睡眠時間 | | | 6時間未満 | 13人 | (10%) | 6時間～8時間 | 29人 | (23%) | 8時間以上 | 85人 | (67%) | <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">1日のテレビ視聴時間</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1時間未満</td> <td>53人</td> <td>(41%)</td> </tr> <tr> <td>1時間～2時間</td> <td>31人</td> <td>(24%)</td> </tr> <tr> <td>2時間～3時間</td> <td>15人</td> <td>(12%)</td> </tr> <tr> <td>3時間以上</td> <td>30人</td> <td>(23%)</td> </tr> </tbody> </table> | | | 1日のテレビ視聴時間 | | | 1時間未満 | 53人 | (41%) | 1時間～2時間 | 31人 | (24%) | 2時間～3時間 | 15人 | (12%) | 3時間以上 | 30人 | (23%) |
| 朝食摂取の有無 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ①毎日食べる | 103人 | (80%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ②時々食べる | 25人 | (19%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ③毎日食べない | 1人 | (1%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1日の睡眠時間 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6時間未満 | 13人 | (10%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6時間～8時間 | 29人 | (23%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8時間以上 | 85人 | (67%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1日のテレビ視聴時間 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1時間未満 | 53人 | (41%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1時間～2時間 | 31人 | (24%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2時間～3時間 | 15人 | (12%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3時間以上 | 30人 | (23%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |



※体力テスト※
 全児童の記録を掲示
 友だちや他学年の
 記録と比べ、意識を
 高める

2年女子

| 学年 | 氏名 | 身長(平均) (cm) | 立位腕上げ (回) | 片足立位腕上げ (回) | 両足立位腕上げ (回) | 20m シャトルラン (秒) |
|------|------|----------------|--------------|----------------|----------------|----------------------|
| 2年1組 | 山本 花 | 10 | 10 | 34 | 25 | 78 |
| 2年1組 | 山本 花 | 17 | 7 | 34 | 28 | 81 |
| 2年1組 | 山本 花 | 10 | 15 | 29 | 32 | 25 |
| 2年2組 | 山本 花 | 8 | 0 | 31 | 30 | 73 |
| 2年2組 | 山本 花 | 12 | 17 | 31 | 36 | 43 |
| 2年2組 | 山本 花 | 9 | 10 | 27 | 35 | 78 |
| 2年2組 | 山本 花 | 14 | 14 | 26 | 33 | 73 |
| 2年2組 | 山本 花 | 9 | 19 | 42 | 34 | 21 |

25年度 瑞穂小学校 5年級

新体力テスト A判定

| 学年 | 性別 | 立位腕上げ (回) | 片足立位腕上げ (回) | 両足立位腕上げ (回) | 20m シャトルラン (秒) |
|----|----|--------------|----------------|----------------|----------------------|
| 5年 | 男 | 14 | 7 | 34 | 72 |
| 5年 | 女 | 12 | 10 | 31 | 70 |

5年生男子
 A判定 - 0人
 B判定 - 2人
 C判定 - 2人
 D判定 - 4人
 E判定 - 1人

5年生女子
 A判定 - 2人
 B判定 - 1人
 C判定 - 4人
 D判定 - 2人
 E判定 - 2人

25年度 瑞穂小学校 6年級

新体力テスト A判定

| 学年 | 性別 | 立位腕上げ (回) | 片足立位腕上げ (回) | 両足立位腕上げ (回) | 20m シャトルラン (秒) |
|----|----|--------------|----------------|----------------|----------------------|
| 6年 | 男 | 14 | 7 | 34 | 72 |
| 6年 | 女 | 12 | 10 | 31 | 70 |

6年生男子
 A判定 - 0人
 B判定 - 1人
 C判定 - 4人
 D判定 - 2人
 E判定 - 1人

6年生女子
 A判定 - 0人
 B判定 - 1人
 C判定 - 2人
 D判定 - 1人

Ⅲ 各学年の実践

- 4 第1学年・第2学年「体づくり運動」
- 5 第3学年・第4学年「鉄棒運動」
- 6 第5学年・第6学年「マット運動」

1 第1学年・第2学年
「体づくり運動」

第1学年 体育科学習指導案

平成29年 12月6日(水) 2校時

1年1組 男子5名 女子12名 計17名

授業者 宮良 陽子



1. 領域・単元名

領域 「A.体づくり運動」

単元名 「いろいろなうごきづくりあそび ～こんなうごきできるかな～」

2. 単元の目標

・体のバランスをとったり移動したりするとともに、用具の操作などをする。

【A (1) イ 運動】

・運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動したり、場の安全に気を付けたりすることができる。

【A (2) 態度】

・体づくりのための簡単な運動の行い方を工夫できるようにする。 【A (3) 思考・判断】

3. 単元について

(1) 教材観

【運動の特性】

多様な動きをつくる運動は、小学校の低・中学年の時期に「体の総合的な動きを身につける」ことを直接のねらいとして行われる運動である。高学年の「体力を高める運動」のように、直接体力の向上につなげていくために、器械運動やゲームなど、体づくり運動以外の各運動領域で扱いにくい様々な体の動きを培う必要性から生まれ、行われる運動である。

【子どもから見た動きのおもしろさ】

あらかじめ意図的に用意された、様々な体の基本的な動きを培う運動が出来るかどうかがおもしろい。具体的には、バランスを保つ、早さ・リズム・方向などを変えての体の移動、いろいろな用具の操作、重い物を持ったり力比べなどをしたりすることができるかどうかがおもしろい。

(2)児童観

【体育事前アンケート結果】

(12月5日 実施 17人)

① 運動は好きですか？

| | すき | まあまあすき | あまりすきではない | すきではない |
|---|-----|--------|-----------|--------|
| 男子 | 4人 | 0人 | 1人 | 0人 |
| 女子 | 11人 | 1人 | 0人 | 0人 |
| クラス | 15人 | 1人 | 1人 | 0人 |
| すきなところ | | | すきではないところ | |
| ・気もちよくなるから・楽しいから ・体をうごかすのがすきだから ・体がほかほかするから ・体をきたえられるから ・夜ぐっすり眠れるから | | | ・つかれるから | |

② 体育の授業は楽しいですか？

| | たのしい | まあまあたのしい | あまりたのしくない | たのしくない |
|---|------|----------|-----------|--------|
| 男子 | 5人 | 0人 | 0人 | 0人 |
| 女子 | 12人 | 0人 | 0人 | 0人 |
| クラス | 17人 | 0人 | 0人 | 0人 |
| たのしいところ | | | たのしくないところ | |
| ・いろいろなあそびやゲームをするから ・おもしろいから ・なわとびたいそうをやるから ・できないことができるようになったりするから ・体が楽しくなるから ・みんなで楽しくやるから ・ジんギスカンがあるから ・友達が優しく教えてくれるから | | | | |

③ なわとび・リズムにあわせたうごき・バランスをとるうごきなどはすきですか。

| | すき | まあまあすき | あまりすきではない | きらい |
|----|-----|--------|-----------|-----|
| 男子 | 2人 | 3人 | 0人 | 0人 |
| 女子 | 11人 | 1人 | 0人 | 0人 |

| | | | | |
|---|-----|----|-----------|----|
| クラス | 13人 | 4人 | 0人 | 0人 |
| すきなところ | | | すきではないところ | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・なわとびがすき ・かけるとびができるようになった ・友達に上手とほめられるとうれしい | | | | |

【考察】

アンケートの結果からも分かるように、本学級の児童は体を動かすことが好きな子が多く、ほとんどの子が休み時間は外で活発に遊んでいる。「運動はあまり好きでない」と答えた子も「体育の授業は楽しい」と答え、理由として「いろいろな遊びやゲームをするから」「みんなで楽しくやるから」など関わり合いの楽しさ等をあげていることから、苦手な運動もゲーム感覚で取り組むことで、好きになっているように感じられる。今後もいろんな運動が、「やってみたい」と興味を持てるように楽しく取り組んでいきたい。

(3)指導観

低学年では特に、児童の興味・関心の持続を考慮し、また、動きを総合的に身に付けるという趣旨を踏まえ、一単位時間に複数の運動を取り上げることが効果的と考えられる。教材の工夫とともに、教師の働きかけによって、児童が夢中になって取り組める学習にすることが大切である。

教師に明確なねらいがあっても、ある動きを反復するだけになってしまったり、次から次へとアラカルト的に運動遊びを行うだけになってしまったりすると、児童の興味・関心も続かなくなってしまうがちである。児童にとっては楽しく夢中になって取り組めるような運動遊びになり、その中で、体の基本的な動きを総合的に身に付けることができるように授業としてまとまりを作ることが大切である。

例えば、じゃんけんを使った遊びやリレー形式の遊びなど組み入れながらゲーム化することで楽しい活動になるように仕組み、その中に教師が意図した動きが身につくような学習場面を工夫することが考えられる。児童が夢中になって取り組む運動遊びの結果として、多様な動きの獲得につながるような授業にすることが重要である。

4. 単元計画

| 段階 | 時間 | 主なねらい・学習活動 | 評価規準 (重きを置く観点) | | | 教師の指導・支援 |
|-------|----|---|-------------------|---|---|---|
| | | | 関 | 思 | 技 | |
| やってみる | 1 | いろいろな動きを知り、やってみる。 ・ペアラジオ体操 ・ジンギスカン体操 ・体を移動する運動遊び（動物歩き、ケンケン、スキップなど） | ○ | | | 本時で取り組む動きのポイントを確認する。 学習の流れやルールについて、随時指導する。 |

| | | | | | | |
|------|---------|--|--|--|---|--|
| | 2 | <p>いろいろな動きを知り、やってみる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ペアラジオ体操 ・ジנגスカン体操 ・体のバランスをとる運動遊び（回転、バランスくずし、だるま転がり、平均台など） | | | ○ | <p>用具の準備の仕方や片づけなどのしかたを確認する。</p> <p>ペアやグループで活動し、お互いに協力できるようにする。</p> |
| | 3 本時 | <p>今まで学んだ動きを使って、じゃんけんすごろくをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ペアラジオ体操 ・ジングスカン体操 ・平均台（片足立ち、並び替えゲーム） ・じゃんけんすごろく | | | ○ | <p>ゲームの中で、ルールを守りけがなく楽しく運動できるよう助言する。</p> <p>誰もが楽しく運動できるように、遊びを工夫する。</p> |
| | 4 | <p>いろいろな動きを知り、やってみる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ペアラジオ体操 ・ジングスカン体操 ・体のバランスをとる運動遊び（平均台を使った運動遊び） | | | ○ | <p>今まで学んだ動きを取り入れて、グループで楽しく遊べるようにする。</p> |
| | 5 | <p>いろいろな動きを知り、やってみる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ペアラジオ体操 ・ジングスカン体操 ・体のバランスをとる運動遊び（人数を増やしたり、競争したりする。） | | | ○ | <p>ペアやグループ、クラス全体での運動遊びを取り入れ、協力しながら楽しく運動できるようにする。</p> |
| ひろげる | 6 | <p>今までやってきた動きの中でやりたい動きを選んでやってみる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ペアラジオ体操 ・ジングスカン体操 ・やってみたい運動についての話し合い ・自分たちで考えたうごきつくりあそび | | | ○ | <p>自分たちがやってみたい運動遊びを発表させ、競走やゲームの中でそれらの動きを取り入れることで、楽しく運動させる。</p> |

5. 本時の指導 「体づくり運動」(3/6)

(1) 本時の目標

- ・体のバランスをとる動きを身に付けることができる。(技能)

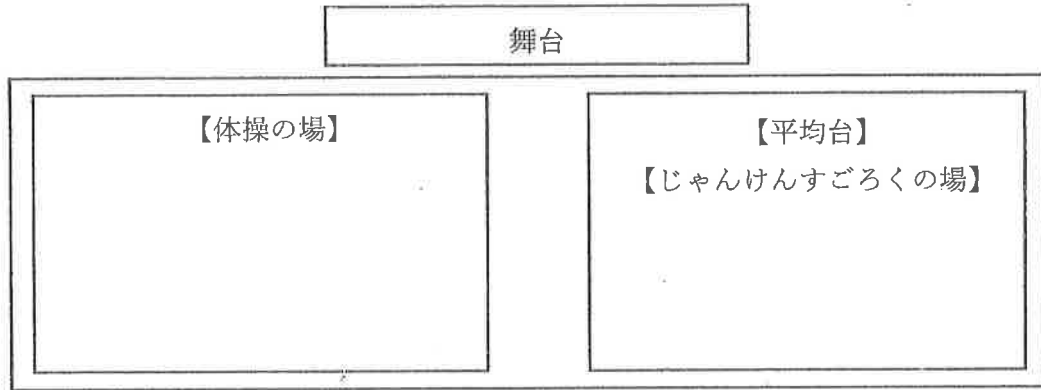
(2) 本時の展開

| 学習過程 | 学習内容・学習活動 | ○個に応じた支援と留意点 ◆評価の観点 | |
|-------------|--------------------|---|--|
| 導入 (8分) | ①ウォーミングアップ (4分) | 準備体操 ・ペアラジオ体操 | ○正しく体を動かせるよう、 ペアで確認しながら運動させる。 |
| | ②めあての確認 (4分) | 本時のめあてを決める。 | ○いろいろな動きを使って楽しく運動させるように促す。 |
| 展開 (32分) | ③基礎運動 (8分) | リズムに乗って、楽しく体を動かす。 ・ジנגスカン体操 ・なわとび | ○リズムに乗って楽しく体を動かさせる。 |
| | ④チャレンジ運動1 (10分) | 平均台でバランスをとる。 ・片足立ち ・速足歩き ・横歩き | ○簡単な動きから実践していく。 ○ゲームを取り入れて楽しく運動させる。 ◆平均台の上でバランスをとる動きをとろうとしている。 |
| | ⑤チャレンジ運動2 (14分) | 今まで学んだ動きを使って、じゃんけんすごろくに取り組む。 ・平均台あるき ・くまあるき ・うさぎとび ・だるまころがり ・かえるの足うち | ○全員が参加できるよう、ある程度の動きができていればよいことにして、ゲームを楽しませる。 |
| まとめ (5分) | ふり返り (5分) | 本時の目当てをふり返る。 | ○できたこと、楽しかったことを発表させる。 |

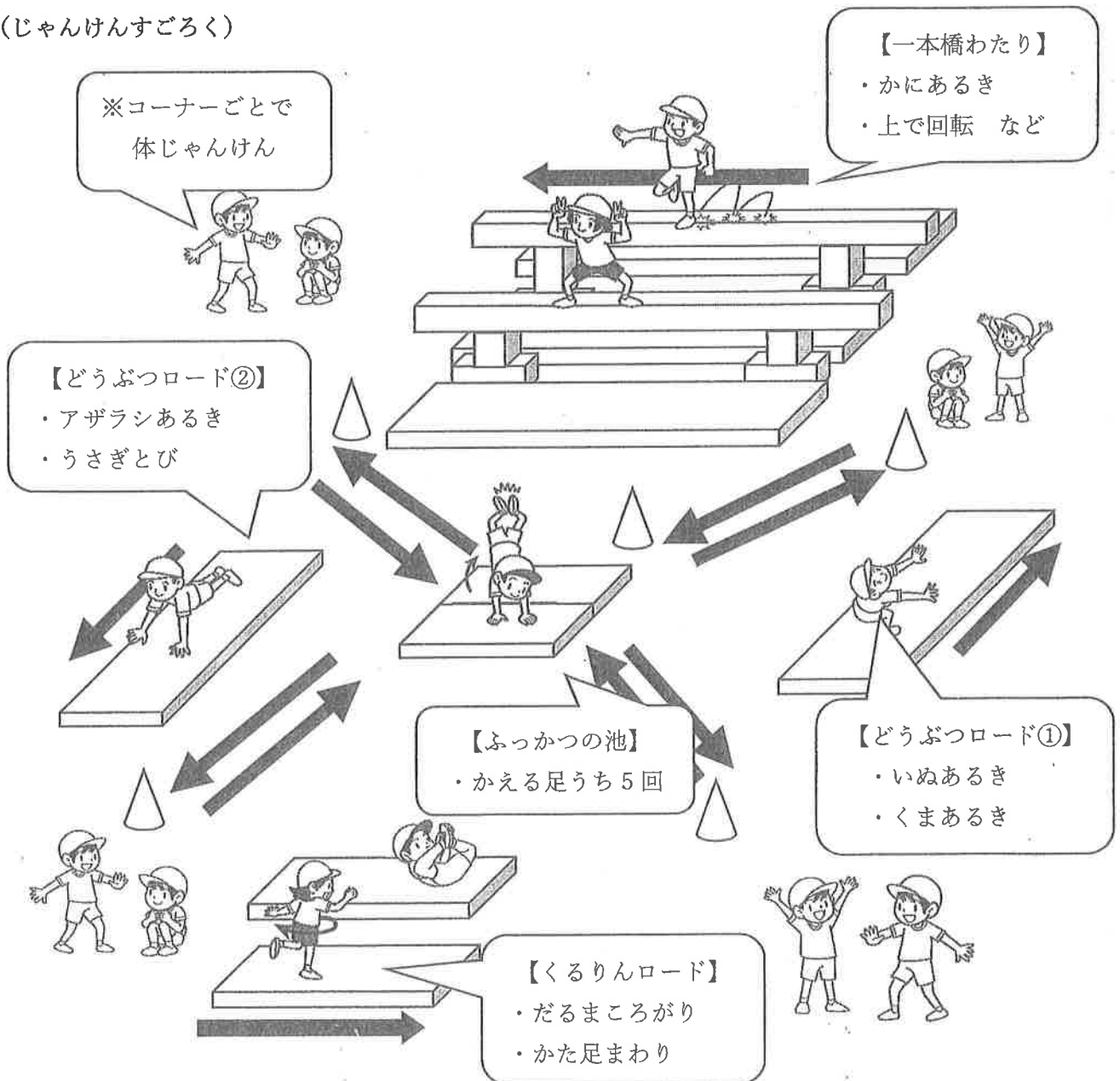
10. 評価

- ・体のバランスをとる動きを身に付けることができたか。

11. 場の設定



(じゃんけんすごろく)



第2学年体育科学習指導案

平成29年 12月13日(水) 5校時

2年1組 男子16名 女子8名 計24名

授業者 水谷 直揮



1. 領域・単元名

領域 「A. 体づくり運動」

単元名 「いろいろなうごきづくりあそび ～ こんなうごきできるかな ～」

2. 単元の目標

(1) 体のバランスをとったり移動をしたりするとともに、用具の操作などを行うこと。

【A(1)イ 運動】

(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ようにする。

【A(2) 態度】

(3) 体づくりのための運動の簡単な行い方を工夫できるようにする。

【A(3) 思考・判断】

3. 単元について

(1) 学習指導要領の記述

本単元は、学習指導要領第1学年・第2学年の目標である

①運動

(1) 体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、体の基本的な動きができるようにする。

ア. 体ほぐしの運動では、心と体の変化に気付いたり、体の調子を整えたり、みんなでかかわり合ったりするための手軽な運動や律動的な運動を行うこと。

イ. 多様な動きをつくる運動遊びでは、体のバランスをとったり移動をしたりするとともに、用具の操作を行うこと。

②態度

(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、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。

ア. 体ほぐしの運動や多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組むこと。

イ. 運動の順番やきまりを守り、友だちと仲良く運動すること。

ウ. 用具の準備や片付けを、友だちと一緒にすること。

エ. 危険物がないか、友だちとぶつからない十分な間隔があるかなどの場の安全に気を付けること。

③思考・判断

(3) 体つくりのための運動の簡単な行い方を工夫できるようにする。

ア. 体を動かすと気持ちがいよことに気付き、友だちと一緒に運動したり用具を使って運動をしたりするなど、楽しく運動できる行い方を選ぶこと。

イ. 多様な動きをつくる運動遊びの行い方を知り、友だちのよい動きを見つけること。

(2)運動の特性

①一般的特性

多様な動きをつくる運動では、小学校の低・中学年時期に「体の総合的な動きを身につける」ことを直接のねらいとして行われる運動である。高学年の「体力を高める運動」のように、直接体力の向上をねらいとすることは難しいので、将来の体力の向上につなげていくために、器械運動やゲームなど、体つくり運動以外の各運動領域で扱いにくい様々な体の動きを培う必要性から生まれ、行われる運動である。

②児童からみた特性

いろいろな動きつくり遊びのおもしろさは、あらかじめ意図的に用意された、様々な体の基本的な動きを培う運動ができるかどうかである。具体的には、バランスを保つ、速さ、リズム、方向などを変えての体の移動、いろいろな用具の操作、重い物を持つたり力比べなどをしたりすることができるかどうかにおもしろさを感じる運動である。

(3)教材観

学習指導要領の改訂の方針の一つとして児童生徒の体力の向上を重視し、「体つくり運動」の一層の充実を図るとともに普段の生活や家庭などで生かすことができるようにすることがあげられる。体つくり運動は体育科領域の中で、唯一12年間を通して指導される内容であることからその重要性がわかる。小学校低・中学年で「体つくり運動」は「体ほぐしの運動」と「多様な動きをつくる運動(遊び)」の2つで構成されている。高学年での「体力を高める運動」や将来の体力向上につなげていくために低・中学年で様々な運動に触れ、運動することを楽しみながら基本的な動きを身につけていくことが重要である。

低学年の多様な動きをつくる運動遊びは「(ア)体のバランスをとる運動遊び」、「(イ)体を移動する運動遊び」、「(ウ)用具を操作する運動遊び」、「(エ)力試しの運動遊び」で構成されている。これらの運動は体の基本的な動きを総合的に身に付けることをねらいとしている。

○「体ほぐしの運動」と「多様な動きをつくる運動遊び」のちがい

多様な動きを作る運動遊びには「動きを身につける」というねらいがあり、体ほぐしの「気づき」「調整」「交流」といったねらいとは違ってくるので、教師が明確なねらいをもって意図的に進める授業づくりが大切になってくる。従って、同じような運動遊びを行っていても、教師がどのような動きを身に付けさせたいかと考えてその運動遊びを取り上げているかが重要になってくる。

4. 児童の実態

【体育事前アンケート結果】

(12月1日 実施 24人)

① 運動は好きですか？

| | すき | まあまあすき | あまりすきではない | すきではない |
|---|-----|--------|---|--------|
| 男子 | 15人 | 0人 | 1人 | 0人 |
| 女子 | 3人 | 5人 | 0人 | 0人 |
| クラス | 18人 | 5人 | 1人 | 0人 |
| すきなところ | | | すきではないところ | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・足がはやくなるから ・楽しいから ・体をうごかすのがすきだから ・ほめられるのがうれしいから ・なわとびがすきだから | | | <ul style="list-style-type: none"> ・つかれるから | |

② 体育の授業は楽しいですか？

| | たのしい | まあまあたのしい | あまりたのしくない | たのしくない |
|--|------|----------|--|--------|
| 男子 | 14人 | 1人 | 1人 | 0人 |
| 女子 | 8人 | 0人 | 0人 | 0人 |
| クラス | 22人 | 1人 | 1人 | 0人 |
| たのしいところ | | | たのしくないところ | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・いろいろなあそびやゲームをするから ・おもしろいから ・できないことができるようになるから ・ジンギスカンが楽しいから ・がんばっている人をみつけたりするから | | | <ul style="list-style-type: none"> ・きついから | |

③ なわとび・リズムにあわせてうごき・バランスをとるうごきなどは好きですか。

| | すき | まあまあすき | あまりすきではない | きらい |
|---|-----|--------|-----------|-----|
| 男子 | 14人 | 2人 | 0人 | 0人 |
| 女子 | 8人 | 0人 | 0人 | 0人 |
| クラス | 22人 | 2人 | 0人 | 0人 |
| すきなところ | | | すきではないところ | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・バランスをとるのがすき ・なわとびがすき ・ジンギスカンがすき ・体がポカポカする ・音楽がなると、体をうごかしたくなる | | | | |

すきなうごき

- ・ジンギスカン ・なわとび (にじゅうとび、あやとび、うしろこうさとび)
- ・いぬあるき ・あざらしあるき ・くまあるき ・ケンケン

【考察】

アンケートの結果では、ほとんどの児童が「運動が好き」「体育が好き」という結果が出た。体を動かしたり、授業の中でゲームをしたりすることが好きであることや、できないことができるようになること、褒められたりすることが体育における楽しみでの要素であることが分かった。そこで授業の中では成功体験や、周りから認められるような仕掛けを継続して実践していきたい。

体づくり運動に関わる質問では全員「好き」「まあまあ好き」と答えていた。「音楽があることで気持ち盛り上がる・体を動かしたくなる」という意見も挙がっており、本校で今年度から実践している音楽に合わせた準備運動「ジンギスカン体操」や「ペアラジオ体操」などを楽しく実践できていることもその要因の一つではないかと考える。

そこで今回の体づくり運動では、音楽を有効に活用しながら、ゲームや遊びを取り入れた体づくり運動を実施していきたい。またお互いにコミュニケーションを取り合える状況を作って自己有用感を高められるような取り組みをしていきたい。

5. 研究主題との関わり

(1) 研究主題

『運動に親しみ進んで体力づくりに取り組む児童の育成』
～「日常的な体育的活動を通して」～

(2) 研究仮説

日常的な学習生活の場において、体育的活動を取り入れたり、場を工夫したりすることにより、自己のめあてをもって運動の楽しさを味わうことができ、進んで運動に親しみ体力づくりに取り組むようになるであろう。

(3) 単元における手立て

- ①体操や活動するときは音楽を流し、楽しく運動遊びに取り組ませる。
- ②様々な運動遊びを掲示し、やってみようという意欲を高める。
- ③ペアやグループで協力したり教えあったりする場を設定し、運動遊びの質を高める。

6. 指導にあたって

低学年では特に、児童の興味・関心の持続を考慮し、また、動きを総合的に身に付けるという趣旨を踏まえ、一単位時間に複数の運動を取り上げることが効果的と考えられる。教材の工夫とともに、教師の働きかけによって、児童が夢中になって取り組める学習にすることが大切である。

教師に明確なねらいがあっても、ある動きを反復するだけになってしまったり、次から次へとアラ

カルト的に運動遊びを行うだけになってしまったりすると、児童の興味・関心も続かなくなってしまうがちである。児童にとっては楽しく夢中になって取り組めるような運動遊びになり、その中で、体の基本的な動きを総合的に身に付けることができるように授業としてまとまりを作ることが大切である。

例えば、じゃんけんを使った遊びやリレー形式の遊びなど組み入れながらゲーム化することで楽しい活動になるように仕組み、その中に教師が意図した動きが身につくような学習場面を工夫することが考えられる。児童が夢中になって取り組む運動遊びの結果として、多様な動きの獲得につながるような授業にすることが重要である。

7. 単元の評価規準

| 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 (技能) |
|-------------|---|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> 多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組もうとしている。 運動の順番やきまりを守り、友だちと仲良く運動をしようとしている。 友だちと協力して、用具の準備や片付けをしようとしている。 運動をする場や用具の使い方などの安全に気を付けようとしている。 | <ul style="list-style-type: none"> 多様な動きをつくる運動遊びの行い方を知るとともに、運動をする場や使用する用具などを変えながら、いろいろな運動の仕方を見付けている。 多様な動きをつくる運動遊びの動き方を知るとともに、友だちのよい動きを見付けている。 | <ul style="list-style-type: none"> 姿勢や方向を変えて、体を移動する動きができる。 用具を操作し、用具に合わせた動きができる。 |

8. 単元計画と評価計画

| 段階 | 時間 | 主なねらい・学習活動 | 評価規準 (重きを置く視点) | | | 教師の指導・支援 |
|-----------------------|----|--|-------------------|---|---|---|
| | | | 関 | 思 | 技 | |
| や っ て み る | 1 | いろいろな動きを知り、やってみる。 ・ペアラジオ体操 ・ジンギスカン体操 ・体を移動する運動遊び (動物歩き、ケンケン、スキップなど) | ○ | | | <ul style="list-style-type: none"> 本時で取り組む動きのポイントを確認する。 学習の流れやルールについて、随時指導する。 |
| | 2 | いろいろな動きを知り、やってみる。 ・ペアラジオ体操 ・ジンギスカン体操 ・体のバランスをとる運動遊び (回転、バランスくずし、だるま転がり、平均台など) | | | ○ | <ul style="list-style-type: none"> 用具の準備の仕方や片づけなどのしかたを確認する。 ペアやグループで活動し、お互いに協力できるようにする。 |

| | | | | | |
|-------|-----------|--|--|---|--|
| やってみる | 3 【本時】 | 今まで学んだ動きを使って、じゃんけんすごろくをする。 ・ペアラジオ体操 ・ジンギスカン体操 ・平均台（片足立ち、並び替えゲーム） ・じゃんけんすごろく | | ○ | ・ゲームの中で、ルールを守り、けがなく楽しく運動できるよう助言する。 ・ペアやグループで活動し、お互いに協力できるようにする。 |
| | 4 | いろいろな動きを知り、やってみる。 ・ペアラジオ体操 ・ジンギスカン体操 ・体のバランスをとる運動遊び（平均台を使った運動遊び） | | ○ | ・今まで学んだ動きを取り入れて、グループで楽しく遊べるようにする。 |
| ひろげる | 5 | 協力していろいろな動きをやってみる。 ・ペアラジオ体操 ・ジンギスカン体操 ・体のバランスをとる運動遊び（人数を増やしたり、競争したりする。） | | ○ | ・ペアやグループ、クラス全体での運動遊びを取り入れ、協力しながら楽しく運動できるようにする。 |
| | 6 | 今までやってきた動きの中でやりたい動きを選んでやってみる。 ・ペアラジオ体操 ・ジンギスカン体操 ・やってみたい運動についての話し合い ・自分たちで考えたうごきつくりあそび | | ○ | ・自分たちがやってみたい運動遊びを発表させ、競走やゲームの中でそれらの動きを取り入れることで、楽しく運動させる。 |

9. 本時の指導「いろいろなうごきつくりあそび」（3／6）

（1）本時の目標

- ・体のバランスをとる動きを身に付けることができる。【運動（技能）】

（2）授業仮説

運動遊びに取り組む場において、教師が意図的な動きを仕掛け、ゲームやサーキットなどの運動の場の設定を工夫することにより、楽しく運動することができ、体のバランスをとる動きを身に付けることができるであろう。

（3）準備するもの

- ・平均台
- ・マット
- ・コーン
- ・スピーカー

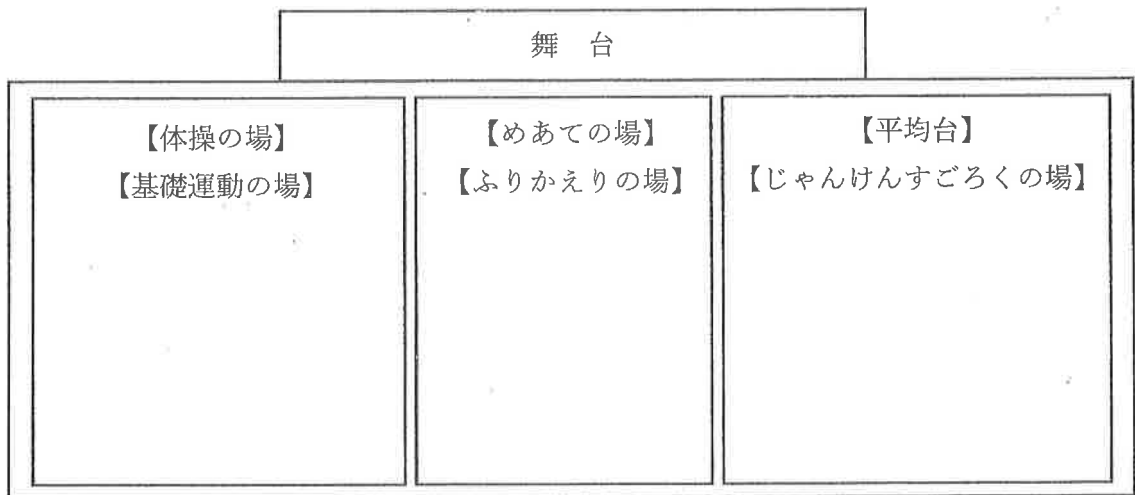
(4) 本時の展開

| 学習過程 | | 学習内容・学習活動 | ○個に応じた支援と留意点 ◇【評価の観点】 |
|-------------|--------------------|---|--|
| 導入 (9分) | ①ウォーミングアップ (5分) | 準備体操 ・ペアラジオ体操 ・ジנגスカン体操 | ○正しく体を動かせるよう、ペアで確認しながら運動させる。 |
| | ②めあての確認 (4分) | 本時のめあてを確認する。 | ○めあてを確認し、いろいろな動きを使って楽しく運動させるように促す。 |
| 展開 (32分) | ③基礎運動 (6分) | いろいろなバランスをとる動きをやってみる。 ・せなか合わせ ・3人すわり ・バランスくずし など | ○バランスをとる動きをペアで楽しくさせる。 |
| | ④チャレンジ運動1 (13分) | 平均台でバランスをとる。 ・片足立ち ・速足歩き ・横歩き ・うしろ歩き ・並び替えゲーム など | ○簡単な動きから実践していく。 ○グループでのゲームを取り入れて楽しく運動させる。 ◇平均台の上でバランスをとる動きをとろうとしている。 |
| | ⑤チャレンジ運動2 (12分) | 今まで学んだ動きを使って、じゃんけんすごろくに取り組む。 ・平均台あるき ・だるまころがり ・くまあるき など | ○全員が参加できるよう、ある程度の動きができていればよいことにして、ゲームを楽しませる。 |
| まとめ (5分) | ⑥振り返り (5分) | 本時のめあてをふり返る。 | ○ワークシートを使って、できたこと、楽しかったことを記入させる。 ◇楽しく運動ができたか。 |

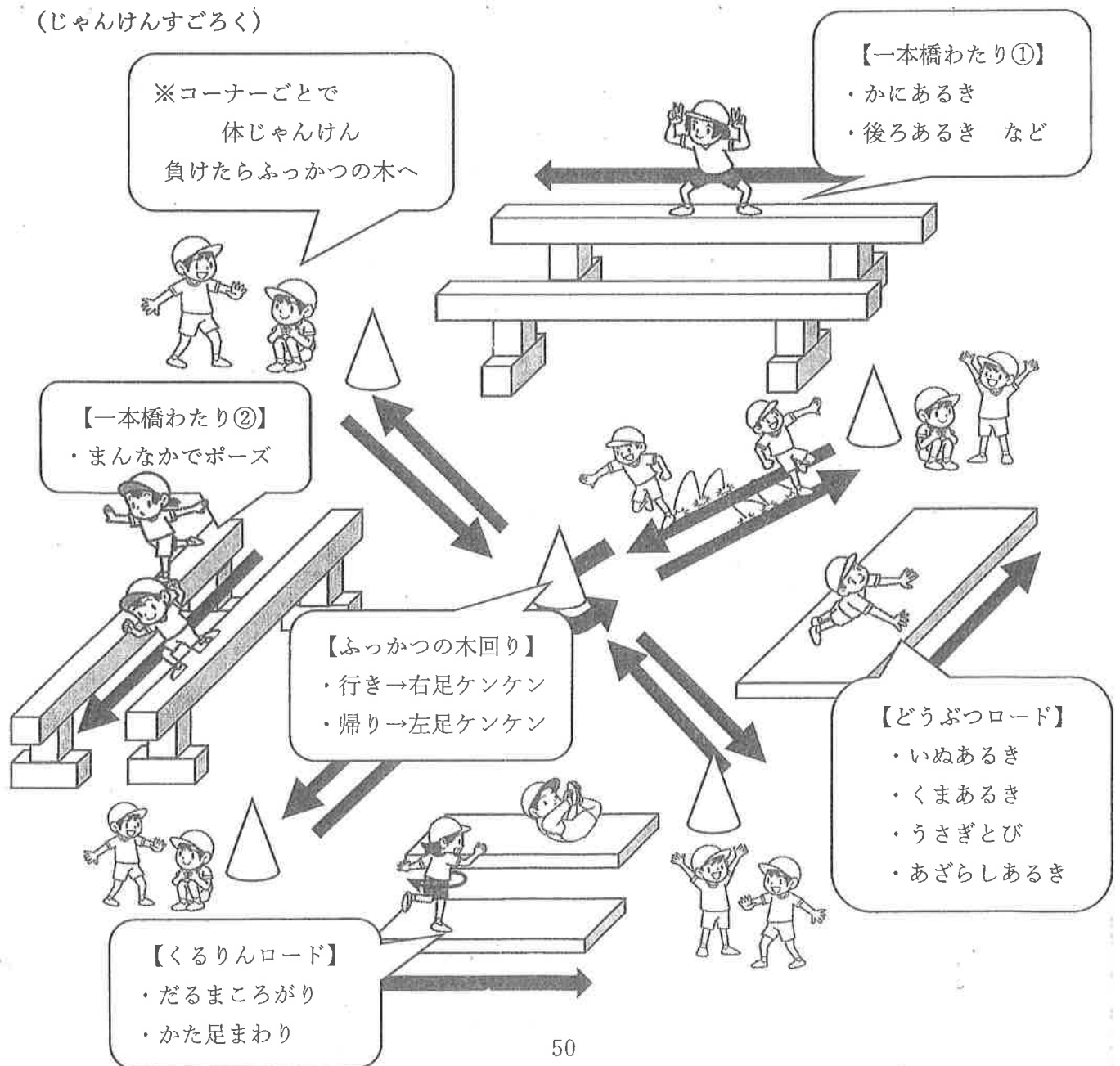
10. 評価

- ・体のバランスをとる動きを身に付けることができたか。

11. 場の設定



(じゃんけんすごろく)



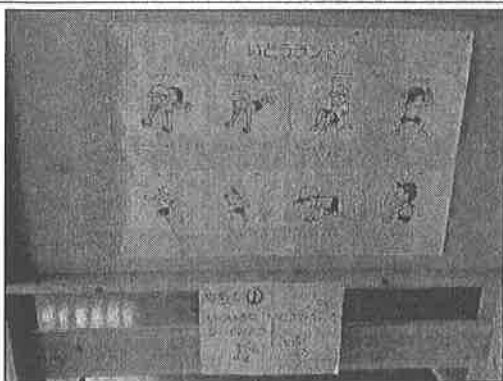
I 授業の様子



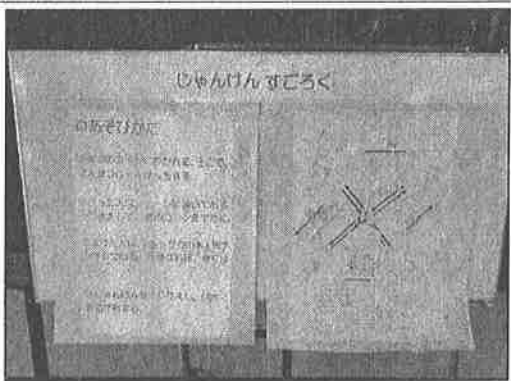
(1) ペアラジオ体操



(2) めあての確認



(3) 掲示物の活用



(4) 掲示物 運動の進め方



(5) チャレンジ運動①



(6) 技の練習



(7) じゃんけんすごろく



(8) 場の設定の工夫 (運動量の確保)

II 授業研究会

①検証授業者反省・感想：宮良陽子先生

- ・低学年でも授業スタイルに合わせて、「ペアラジオ体操→ジンギスカン体操→なわとび→平均台→いろいろな動き（歩き方）」とスムーズに授業することができた。
- ・子どもたちが平均台の上で、自分で考えたポーズを取り、楽しく運動することができた。
- ・めあてを確認する場で、技のポイントを押さえることができなかった。発問のときに子どもから引き出せるとよい。
- ・平均台が2台だったので、バランス運動のときに待つ時間があった。運動量を確保するための技の選択や場の設定を工夫する必要がある。
- ・1年生で「体づくり」の評価はどのようにするか。

②研究授業者反省・感想：水谷直揮先生

- ・ジンギスカン体操やペアラジオ体操を取り入れ、リズムに合わせて楽しく準備運動をすることができる。
- ・体づくり運動を研修で学び、今回の授業に活かした。
- ・今回はバランス運動に重点を置き、授業を展開した。その他の体づくり運動も取り組めるようにしたい。
- ・子どもたちに体を動かす楽しさや技のポイントを教えることで、互いの動きのよさを見つけたり、学び合いをしたりできるようになってきた。
- ・場の設定の工夫「じゃんけんすごろく」により、運動量を確保することができた。
- ・検証授業の反省から、平均台を4台（校長先生、田場さんが2台修繕作成）に増やし、運動量の確保につながった。

③グループ討議

【課題】

- ・安全面への配慮（子どもたちの広がり・平均台の距離）
 - ・振り返り（大きな声・次回の予告）
 - ・すごろくゲームの本時の目標とのずれ。
- 体づくり運動はそれぞれの動き（体ほぐし・用具の操作・力試し・移動する）をバランスよく取り入れる。
- ・すごろくゲームにじゃんけんだけでなくバランスくずしなどもあるとよい。

【課題】

- ・見学者への対応は。
- ・グループの分け方はどのようにするか。
- ・量と質のバランス。（すごろくのねらい・持ち方）
- ・評価について

- 今回は、鬼遊びの授業の活動を参考にグループ分けをした。
- ・量と質のバランス。(すごろくのねらい・持ち方)
- 今回は平均台を活用し、バランス運動を重視して展開した。体づくり運動の動きの室
を確かめ、一つの運動に偏らないようにする。
- ・評価について
- 一時間で学級全員を見取ることはできないので、学習カードを活用したり、児童の変
容を確認したりして評価する。

④指導助言：八重山教育事務所 主任指導主事 磯部大輔

【単元における手立て】

- ・体操や活動するときは音楽を流し、楽しく運動遊びに取り組ませる。
- ・様々な運動遊びを掲示し、やってみたいという意欲を高める。
- ・ペアやグループで協力したり教え合ったりする場を設定し、運動遊びの質を高める。

【運動の特性や児童の実態を踏まえた本時の授業の工夫】

- ・授業内で成功体験や、周りからほめられるような仕掛けがある。
- ・音楽を有効に活用し、ゲームや遊びを取り入れる。
- ・お互いにコミュニケーションを取り合える状況 → 自己有用感を高める。
- ・一単位時間に複数の運動を取り上げる。
- ・教材の工夫と教師の働きかけ → 児童が夢中になって取り組む。
- ・ゲーム化（じゃんけんやリレー形式の遊び） → 楽しい活動 → 教師が意図した動きを身
に付ける。
- ・「体づくり運動」はそれぞれの動き（体ほぐし・用具の操作・力試し・移動する）をバラ
ンスよく取り入れることが大切である。

【指導と評価の一体化について】

- ・単元計画に評価の重点領域や教師の指導、支援が示され、計画的に指導
→ 評価 → 指導のスパイラルを実践しようとしているのがわかる。

IV 成果と課題

【成果】

- 1年間の体育の学習を通して、ほとんどの児童が「運動が好き」と答えるようになった。
- 音楽に合わせたジンギスカン体操やBGM流しながら授業を進めることにより、「音楽があ
ることで気持ちが盛り上がる」「体を動かしたくなる」という声があり、体育の授業が好
きと言う児童が増えた。
- 毎時間の「基礎運動」を継続して行うことで、基礎的な身体感覚を身に付けることに繋が
った。

○「〇〇さんの動き見てごらん」「自分に挑戦だよ」など、ほめ言葉ややる気を出す言葉声かけすることで、意欲的に取り組むようになった。

【課題】

- 平均台などを活用して授業を進めるときには、安全面に配慮し、場の設定を工夫する必要がある。
- 一つの動きだけでなく、バランスよくさまざまな動きを取り入れて授業を展開できるようにする。

2 第3学年・第4学年

「鉄棒運動」

体育科学習指導案

平成29年6月29日(木) 5校時
石垣市立 宮良小学校 4年1組
男子10名 女子16名 計26名
授業者 照屋 祐樹

1 領域・単元名 B 器械運動 イ「鉄棒運動」

2 単元の目標

(1) 鉄棒運動の楽しさや喜びに触れ、基本的な上がり技や支持回転技、下り技ができるようにする。

【B(1)技能イ】

(2) 運動に進んで取り組むとともに、きまりを守り、仲良く運動したり、運動する場や器械・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。

【B(2)態度】

(3) 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。

【B(3)思考・判断】

3 運動の特性

(1) 一般的な特性

鉄棒運動は、「上がる」「下りる」「回る」「ぶら下がる」の動きを連続したり、組み合わせたりして楽しむ運動である。自分の能力に適した課題に挑戦し、克服したときに達成感を味わえる運動である。

(2) 児童から見た特性

今までできなかった技ができるようになったときの喜びを感じることができる運動であり、また、逆さになったり、回ったりすることが楽しい運動である。しかし、体の痛みや恐怖心から、苦手意識を持ちやすい運動である。

4 単元について

(1) 学習指導要領の記述

本単元は、学習指導要領第3学年・第4学年の目標である

- | |
|--|
| <p>(1) 活動を工夫して各種の運動を楽しくできるようにするとともに、その基本的な技能を身に付け、体力を養う。</p> <p>(2) 協力、公正などの態度を育てるとともに、健康・安全に留意し、最後まで努力して運動する態度を育てる。</p> <p>(3) 健康な生活及び体の発育・発達について理解できるようにし、身近な生活において健康で安全な生活を営む資質や能力を育てる。</p> |
|--|

を受けて、

B 器械運動

(1) 次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技ができるようにする。

イ 鉄棒運動では、基本的な上がり技や支持回転技、下り技をすること。

(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。

(3) 自己の能力に適した課題をもち、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。

に基づいて設定されたものである。

(2) 教材観

本単元は、鉄棒を使って回転したり、逆さまになったり、ゆらゆらと揺れたりする動きを通して、非日常的な感覚を味わうと同時に、基本的な上がり技、支持回転技、下り技に組み込み、それぞれについて自己の能力に適した技ができるようにすることをねらいとしている。

また、鉄棒運動の楽しさに触れ、技ができた喜びや達成感を味わうことを目標としている。

(3) 指導観

鉄棒運動では、低学年で身に付けてきた動きと運動感覚をもとに、基本的な上がり技や支持回転技、下り技に組み込み、それぞれについて自己の能力に適した技ができるようにする。

指導に際しては、すべての児童が運動の楽しさや喜びに触れることができるよう、技に関連した易しい運動遊びを取り入れたり、それに合わせた場や条件のもとで段階的に取り組めたりするようにする。また、基本的な技に十分取り組んだ上で、それらの発展技に取り組んだり、技を繰り返したり、上がり技－支持回転技－下り技を組み合わせてたりすることができるよう配慮する。

5 児童の実態

事前アンケート 6月 12日 実施

| | 質問事項 | アンケートの回答 | | | |
|---|--------------------------|---|---------------|-----------------|--------------|
| | | 好き | まあまあ好き | あまり好きじゃない | 好きじゃない |
| 1 | 運動は好きですか | 好き 20人 | まあまあ好き 4人 | あまり好きじゃない 2人 | 好きじゃない 0人 |
| 2 | スポーツクラブや運動の習い事に取り組んでいますか | はい 21人 バレー15人・バスケ4人 野球1人・空手1人 陸上1人・スイミング2人 (※重複しての活動あり) | | いいえ 5人 | |
| 3 | 体育の授業は楽しいですか | 楽しい 21人 | まあまあ楽しい 3人 | あまり楽しくない 2人 | 楽しくない 0人 |
| 4 | 鉄棒運動は好きですか | 好き 17人 | まあまあ好き 3人 | あまり好きではない 4人 | 好きではない 1人 |

| | | |
|---|-----------------------------|---|
| | | 理由 【好き・まあまあ好き】 ・得意だから ・できると楽しいから ・ぶら下がるのが好き 【あまり好きじゃない・嫌い】 ・苦手だから ・できないから ・こわい ・練習してもできない ・やり方が分からない |
| 5 | 鉄棒運動が上達するためにどんなことをしたらよいですか。 | ・何回も練習する ・腕の力を付ける ・先生にコツを習う ・友だちに教えてもらう ・分からない ・うまくならない |

【考察】

本学級の児童は、ほとんどの児童が地域のクラブ活動や運動系の習い事などに在籍（在籍率80.7%・26人中21人・）しており、運動や体を動かすこと、体を動かして遊ぶことを好む児童が多い。しかし一方で、室内での遊びや読書をして時間を過ごす児童、運動を苦手とする児童もいる。

アンケートの結果では、鉄棒運動があまり好きじゃない、嫌いとする児童が約2割いた。その理由としては「練習してもできない」「練習の仕方が分からない」「鉄棒がこわい」などがあり、意欲はあっても技を成功させることができず、鉄棒運動に対して苦手意識やよい印象を持っていないことが分かった。

また、児童同士の関わり方の様子を見ると、相手を尊重しながらもはっきりと意見を言うことができる児童もいるが、伝えたい内容よりも感情の方が先立ってしまい、口調が激しくなったりトラブルを引き起こして学び合いができなくなったりしてしまう児童、苦手なことをすぐにあきらめてしまう児童もいる。

そこで、すべての児童が鉄棒運動の楽しさやできる喜びに触れることができるよう、技に関連した易しい運動遊びを取り入れたり、易しい場や条件のもとで段階的に取り組んだりできるようにする。また、児童が友だちと励まし合ったり、自分の力に応じた練習方法などを選んだりしながら、基本的な上がり技や支持回転技、下り技に取り組み、それぞれの自己の能力に適した技ができるように指導のねらいを明確にし、ICT機器を活用するなどして、児童が課題に気付ける言葉かけを具体的にしていきたい。

6 研究主題との関わり

(1) 研究主題

『運動に親しみ進んで体力づくりに取り組む児童の育成』
～「日常的な体育的活動を通して」～

(2) 研究仮説

- ①体育科の学習において、実態把握や自己評価をもとに具体的なめあてを立てたり、学習過程や運動する場の工夫を行ったりすることにより、児童が学習の達成感を得ることができ、運動の楽しさやできる喜びを味わい、主体的に運動に取り組むようになるであろう。

②学校内での学習生活の場や諸活動の中に体育的活動を取り入れたり、遊具等の体育的環境をしかけたりすることにより、運動の楽しさを味わうことができ、運動に親しみ進んで体力づくりに取り組むようになるであろう。

(3) 単元における手立て

○子どもたちの実態に合わせた道筋の工夫

今できる技を繰り返し行ったり、組み合わせたりする楽しさを味わわせていく。子どもたちはもち技が少なく、技ができないという思いをもっている。そこで、できない技をできるようになる練習をする前に、今できる技を繰り返したり、「跳び上がり→つばめ→前回り下り」というように技を組み合わせたりすることも新しい技ができたこととして認めていこうと考える。子どもたちは「技がたくさんできた」と感じる事ができ、意欲的に鉄棒運動に取り組めるだろう。

○毎時間の導入時に主運動につながる運動の時間を設ける。

準備運動と関連させて全員が同じように運動に取り組むことで、「技ができた」「後ろふり跳び下りで遠くに下りられた」などという思いをもって主運動にも意欲的に臨めるのではないかと考える。そのような運動を行う中で、腕支持感覚や振り感覚もつかませていきたい。

主運動につながる運動では、ペアやグループで「跳び上がり→つばめ→ふとんほし→ふとんほしふり→前回り下り」の連続技を行ったり、チャレンジタイムとして「後ろふり跳び下り」や「さか上がり」「後方かかえ込み回り」など、自分の技の記録に挑戦する活動を行ったりする。

7 評価について

(1) 単元の評価規準

| | |
|----------|---|
| 運動の技能 | 基本的な上がり技や支持回転技，下り技ができる。 |
| 関心・意欲・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，場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができる。 |
| 思考・判断 | 自己の能力に適した課題をもち，技ができるようにするための活動を工夫できる。 |

(2) 学習活動に即した評価規準

| | |
|----------|--|
| 運動の技能 | ①自分の力に合った基本的な上がり技や支持回転技，下り技ができる。 |
| 関心・意欲・態度 | ①意欲的に学習に取り組むことができる。 ②友だちと技を見合ったりアドバイスし合ったりして，協力して練習に取り組むことができる。 ③友だちと協力し，準備や片付けをしようとしている。 ④安全に気を付けて場や用具を使おうとしている。 |
| 思考・判断 | ①基本的な技の動き方やポイントを知り，自分に合った「めあて」をもつことができる。 ②自分のめあてに合った場，補助具，資料等を活用して練習することができる。 |

8 単元計画（全7時間扱い）

（1）学習のねらいと道筋

①学習のねらい

「基本の技」や「進んだ技」に挑戦したり、できる技の組み合わせに挑戦したりする。

②学習の道筋

やってみる…「基本的な技」に挑戦する。

①自分に合った「めあて」と「練習のしかた」を考え、学習カードに記録する。

②練習に適した高さの鉄棒で、ペアやグループ、友だちと教え合ったり協力し合ったりして練習する。

ひろげる…「進んだ技」に挑戦したり、できる技を組み合わせたりする。

①進んだ技やできる技を組み合わせ、自分に合った「めあて」を立てる。

②同じ鉄棒に集まった友だちと見合ったり、教え合ったりしていろいろな技に挑戦する。

（2）指導計画（全7時間扱い）

| 時 | 1 | 2 | 3 | 4（本時） | 5 | 6 | 7 |
|-----------------------|---|---|--|-------|---|---|---|
| | オリエンテーション めあての確認 準備や片付け確認 | 準備・整理運動・前時の振り返り・めあての確認 | | | | | |
| 学 習 の 流 れ | 鉄棒運動遊び できる技に挑戦 （前学年までの 振り返り） 【やってみる】 ○教科書や動画 を見ながら、で きそうな技に 挑戦する | 基本的な上がり技・下 り技に挑戦する 【やってみる】 ○鉄棒運動遊び ○こうもり（ふり） ○両ひざかけふり ○後方両ひざかけおり など | 基本的な支持回転技 に挑戦する 【やってみる】 ○後方片ひざかけ回転 ○かかえこみ回り ○後方かかえこみ回り | | できるようになった 技を繰り返したり、組み 合わせ技を作ったりす ることに挑戦する。 【やってみる】 ○これまで練習してで きた技の確認 | | |
| | | 【ひろげる】 ○ひざかけふり上がり ○ひざかけ倒立下り ○前回り下り ○逆上がり | 【ひろげる】 ○前方方ひざかけ回転 ○こうもりふりおり ○前方支持回転 ○後方支持回転 | | 【ふかめる】 ○できる技で組み合わ せに挑戦する | | |
| | 整理運動・本時の振り返り・片付け | | | | | | |

9 本時の学習

（1）本時のねらい

①自分に力に合った支持回転技ができる。

- ②友だちと技を見合ったりアドバイスし合ったりして，協力して練習に取り組むことができる。
- ③順番や決まりを守り，安全に気を付けて練習に取り組むことができる。

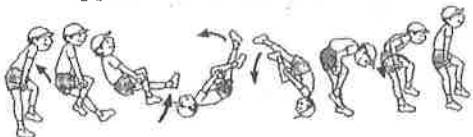

(2) 授業仮説

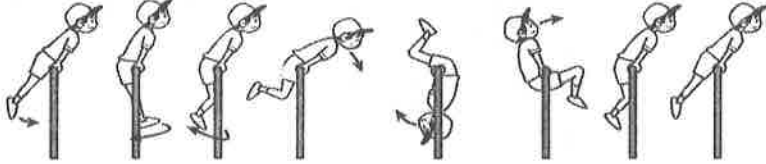
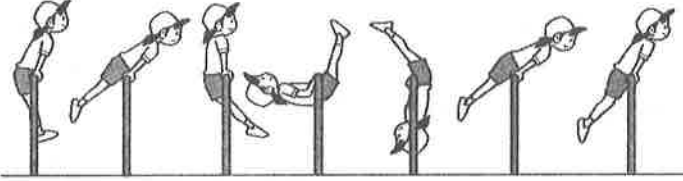
- ①「技のポイント」を提示し，自分に合うめあてや練習方法（場）を選択することで，技ができるようになり，運動の喜びや楽しさを味わうことができるであろう。
- ②技を高める場面において，友だち同士お互いに技を確認し，見せ合い，アドバイスすることで，学び合うことができ，技の技術を高め合い，運動に意欲的に取り組むことができるであろう。

(3) 準備物

- ・マット ・逆上がり補助器具 ・踏み台 ・タオル，ゴムひも（補助用）
- ・ワークシート ・掲示物（技のポイント） ・ICT 機器

(4) 本時の展開

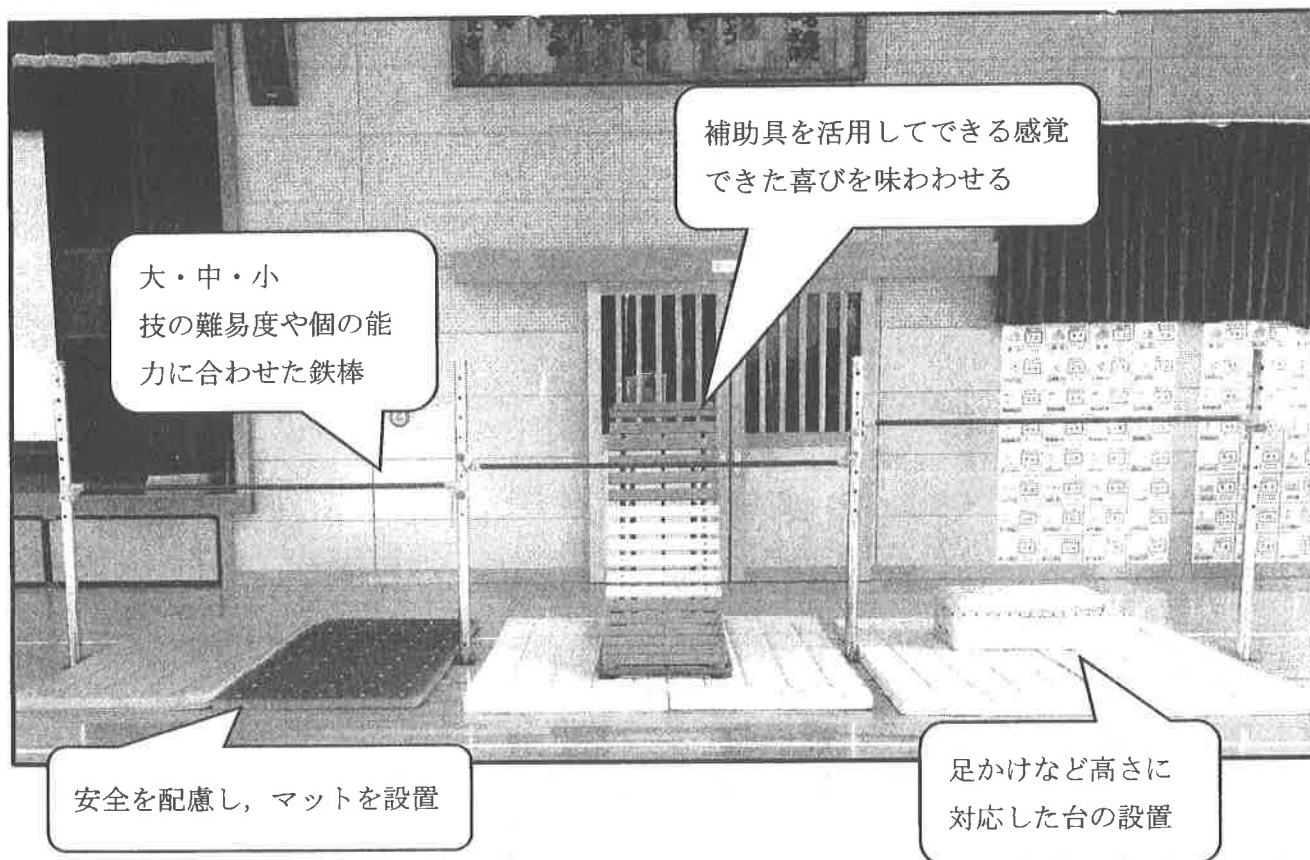
| | 主な学習内容および学習活動 | ○教師の支援 ☆評価 |
|------------|--|--|
| はじめ 10分 | 1. 整列・号令 2. 学習の流れの説明 3. 準備体操 4. めあての確認 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">「めあて：支持回転技に挑戦しよう」</div> 5. サーキット運動（基礎感覚づくり） <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">「基礎感覚づくり」</div> <ul style="list-style-type: none"> ・肋木ぶら下がり ・つばめ ・ふとんほし ・こうもり ・足抜き回り ・ひざかけふり など | ☆友だちと協力し，準備をしようとしている。 <div style="text-align: right;">【関・意・態③】</div> ○授業での全体のめあてを確認し，自分の力に合っためあてを立てさせる。 ☆基本的な技の動き方やポイントを知り，自分に合った「めあて」立てている。 <div style="text-align: right;">【思・判①】</div> |
| | 6. 鉄棒①「基本的な技」に挑戦 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">「基本的な技」</div> <ul style="list-style-type: none"> ・後方かたひざ掛け回転 ・かかえこみ回り <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;"> <div style="border-bottom: 1px solid black; padding-bottom: 5px;">【後方かたひざ掛け回転】</div>  </div> <div style="text-align: center;"> <div style="border-bottom: 1px solid black; padding-bottom: 5px;">【かかえこみ回り】</div>  </div> </div> | ○みんなで楽しく取り組めるよう肯定的な声をかける。 ☆鉄棒運動に自ら進んで取り組もうとしている。 <div style="text-align: right;">【関・意・態①】</div> ☆安全に気を付けて場や用具を使おうとしている。 <div style="text-align: right;">【関・意・態④】</div> |

| | | |
|------------------------|--|---|
| <p>なか 28 分</p> | <p>7. 鉄棒②「進んだ技」に挑戦</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>「進んだ技」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・前方かたひざ掛け回転 ・前方支持回転 ・両ひざかけしんどう下り ・後方支持回転 <p>(こうもりふり下り)</p> </div> <p>【前方支持回転】</p>  <p>かるく足を前に 　 むねをはり 　 ひじをのばす 　 手首を返す 大きく前に</p> <p>【後方支持回転】</p>  <p>足首を前方にふりこむ 　 す早く手首を返して上体をおこす</p> | <p>○友だち同士でアドバイスし合うよう指示する。</p> <p>☆友だちと技を見合ったりアドバイスし合ったりして、協力して練習に取り組むことができる。 【関・意・態②】</p> <p>○教科書や動画、技の上手な児童の手本を見せ、技のポイントを確認する。</p> <p>○一つひとつの技が正確に行われているか確認し、必要に応じて個別指導する。</p> <p>☆自分の力に合った支持回転技が安定してできる。 【技①】</p> <p>○連続技に発展できるよう、鉄棒の握えり方を再度確認する。</p> |
| <p>おわり 7 分</p> | <p>8. 本時のふり返りと発表</p> <ul style="list-style-type: none"> ・よくできていたところや頑張ったことを発表し合う <p>9. 次時の予告と片付け</p> | <p>☆自分のめあてに合った場、補助具、資料等を活用して練習することができる。</p> <p>【思・判②】</p> <p>○友だちのよかったところにも目を向けさせる。</p> <p>○練習した成果を賞賛する。</p> <p>☆友だちと協力し片付けをしようとしている。</p> <p>【関・意・態③】</p> |

(5) 評価

- ①自分に力に合った基本的な上がり技や下り技ができたか。
- ②友だちと技を見合ったりアドバイスし合ったりして、協力して練習に取り組むことができたか。
- ③順番や決まりを守り、安全に気を付けて練習に取り組むことができたか。

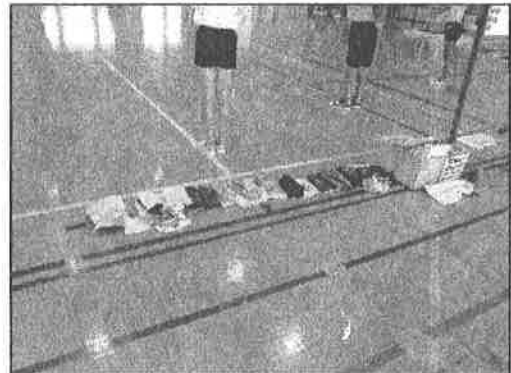
10 場の設定



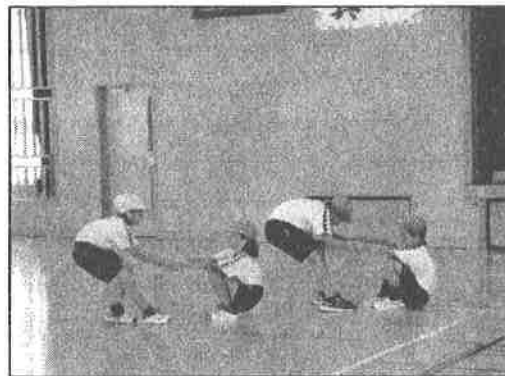
I 授業の様子



(1) めあての確認



(2) 学習規律の徹底



(3) 基礎運動 (類似運動)



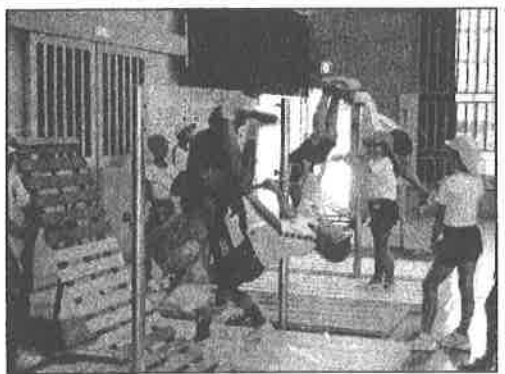
(4) 技のポイントの確認



(5) 掲示物を活用した学び合い



(6) ペアによる補助



(7) 補助器具の活用



(8) 教師による指導・助言

II 授業研究会

①研究授業者反省：照屋祐樹先生

- ・体育の授業においても、学習規律を徹底することで、けじめのある授業を展開することができた。
- ・苦手な児童が多いが、声かけや掲示物を活用することで、児童が進んで鉄棒に取り組むようになり、放課後も練習する姿が見られるようになった。
- ・毎時間「自分にあつためあて」を立てることで、技ができるようになりたいという意欲的な態度の向上につながった。
- ・ペア学習を取り入れ、アドバイスしあったり、互いに補助をしあったりすることで、技の習得につながった。
- ・ICT機器を活用することで、自分の課題をふり返ることができ、次時の取り組みにつながった。

②グループ討議

【情報交換】

- ・児童が意欲的に鉄棒運動に取り組んでいた。
- ・赤白帽の活用。→最初は全員赤→めあてが達成できたら白に変えることで児童の変容をすぐに確認することができる。
- ・動画を残す→子ども変容や課題が分かる（おすすめアプリ：リプレイカム）

【課題】

- ・安全管理が重要。（ハード面とソフト面，ものどもの，人と人との関わり）
- ・具体的な指示。

→ 例) 支持回転するときのポイント

○補助をするときのポイントは、足はどう動くか、つま先はどうなっているか。教科書や掲示物を活用してしっかり確認する。

- ・評価計画をしっかりと立てる。
- ・見学者はどのように対応するか。→見学カードの作成。

④指導助言：八重山教育事務所 主任指導主事 磯部大輔

【研究主題と関わりについて】

- ・研究主題との整合性（研究主題に迫る授業づくりだった）
→研究授業を実施する意図はなにか。
- ・研究仮説を分析し、具体化する。

【体育科の授業づくりで大切にしたいこと】

○学習規律（授業スタイル）の確立（○○モデル・みやびいスタイル）

- 個の課題に応じためあての設定
- 基礎感覚運動の場の設定（準備運動とは別に）
- 個に応じた、多様な場の設定（スモールステップ）
- 学び合い、教え合いの充実
- 児童へ適切な支援の声かけ
- 成果（めあての達成）を実感させる振り返り

【本時の授業の工夫】

- ・基礎感覚づくりで基本的な技の動き方やポイントを知り、自分に合った「めあて」を立てる。
- 鉄棒運動における基礎感覚→日常運動で①体幹の締め②逆さ感覚③振動④腕支持などの基礎感覚を養う。そのしかけ。
- ・自分に合う「めあて」や練習方法（場）を選択することで、技ができるようになる。
- ・みんなで楽しく取り組めるよう、教師が肯定的な声をかけることが大切。
- ・友だち同士で技を確認し、見合い、アドバイスし合うことで、学び合う。
- ・運動において、力を入れるときなどのオノマトペの活用。

【指導と評価の一体化について】

- ・評価場面が非常に多く、すぐに指導に生かそうとする意欲が見られる。しかし、評価の場面が多すぎると、一時間ですべてを見取ることができなくなる。

IV 成果と課題

【成果】

- 体育の学習でも学習規律を徹底し、授業に取り組むことで、学級経営にもつながった。
- 鉄棒運動が苦手な児童でも、進んで鉄棒の技にチャレンジする姿が見られた。
- 基礎運動を取り入れることで、鉄棒運動において体のどの部分の動きが大切か、児童が分かるようになった。
- ペアで取り組みことにより、互いの動きのよさや課題、技のポイントがわかるようになり、積極的な学び合い活動につながった。
- 子ども同士の教え合い、学び合いが多くなり、「運動が好き」「体育の授業が楽しい」と言う児童が増えた。
- ICT 機器を活用することで、その場で自分の動きをふり返ることができ、自身の課題を把握することができた。

【課題】

- 場の設定の工夫。鉄棒の数がなく、待っている時間が長い。→運動量の確保。
- 待っている間の声かけ。指示。
- まとめをしっかりする。技のポイントを可視化する。

→どこで〇〇したからできた。

- ICT 機器の活用で技の振り返りができるが、ICT 機器を操作しすぎてあまり練習しない児童がいた。→使い方や使う時間を制限して活用する。
- 運動の日常化に向けてどのような取り組みをするか。

3 第5学年・第6学年

「マット運動」

第6学年 体育科学習指導案

平成29年 10月13日(金) 2校時
6年1組 男子9名 女子12名 計21名
授業者 伊良部 郁枝 印

1. 単元名「マット運動」

2. 単元の目標

- 基本的な回転技や倒立技を安定して行うとともに、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりする。 【B

(1) ア 技能】

- 運動に進んで取り組み、約束を守り助け合って運動したり、場や器械の安全に気を配ったりすることができるようにする。

【B(2) 態度】

- 自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫できるようにする。

【B(3) 思考・

判断】

3. 単元について

(1) 教材観

〔運動の特性〕

マット運動は、マットの上でいろいろな回転技や倒立技に挑戦し、できるようになったときが楽しい運動である。また、できる技を繰り返したり組み合わせたりして、上手に回ることなどにも挑戦して楽しめる運動である。

〔子どもから見た動きのおもしろさ〕

マット運動のおもしろさは、「背中をマットに接して回転したり、倒立姿勢で回転したりして立つことができるかどうか」である。高学年では、倒立前転やロンダート、側方倒立回転跳び前ひねりなどの発展技への挑戦に加え、複数の回り方をいくつか身につけて、それらを連続させたり、組み合わせたりして、一連の流れとして行ってみるところにおもしろさを感じる。

(2) 児童観

〔児童の実態〕

本学級男女どちらも体を動かすことが好きで、休み時間など外で体を動かす児童が多い。しかし、休み時間の外遊びの状況や、部活動などへの関わり方などから、普段から運動をする児童とそうでない児童の個人差が見られる。マット運動における回転技に関しては、苦手意識や恐怖心をもつ児童もいる。また、初めて挑戦する技もあり、能力の上で差が見られる。そこで、各種の技を十分練習する時間を確保し、その中で技のポイントに気付く事ができるような支援を心がける必要がある。

(3) 指導観

マット運動は技能の習得に個人差がある運動なので、学習カードなどにより、自分の技量に合っためあてをもたせ、学習意欲を持続させるようにしたい。マットやふみきり板、跳び箱などを活用していろいろな場の設定を工夫し、自分にあったできそうな技から挑戦させ、挑戦へのステップやできる喜びを味わわせたい。

また、児童が互いの技を確認し合い、アドバイスし合えるよう、話し合いの場を設け、技の技術を高められるように指導していきたい。

4. 指導計画

(2) 学習過程 (6時間扱い) ○は本時 (3/6)

| 時間配分 | 1 | 2 | ③ | 4 | 5 | 6 |
|----------------|-----------------|---|---|---|---|------------|
| 3分 5分 5分 | ・ねらいや進め方を知る。 | 準備運動 めあての確認 | | 準備運動 めあての確認 | | |
| 13分 14分 | ・技を知り今の自分の力を知る。 | 【前転技・後転技】 基礎運動 チャレンジ運動① チャレンジ運動② | | 【倒立技・技の組み合わせ】 基礎運動 チャレンジ運動① チャレンジ運動② | | 技の発表会をしよう。 |
| 5分 | まとめ | 〔 自己評価 (反省)・次時予告・かたづけ・号令 など 〕 | | | | 学習のまとめ |

5. 本時の指導「マット運動」(3/6)

(1) 本時の目標

- ① 体の使い方を意識して、スムーズに前転技・後転技をすることができる。
- ② 自分の力に合った課題を持つことができる。

(2) 本時の評価基準

| | 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 |
|------|---|--|--|
| 評価基準 | <ul style="list-style-type: none"> ・自分に合った課題を見つけ、進んで練習しようとする。 ・友だちと協力し、励まし合いながら安全に練習しようとする。 | <ul style="list-style-type: none"> ・自分に合った課題をもつことができる。 ・めあてをもって工夫して練習している。 | <ul style="list-style-type: none"> ・自分に合った今できる技を選び、集団としての活動や新しい技、組み合わせ技などに挑戦することができる。 |

(3) 授業仮説

技を練習する場において、個に応じた練習の場や教え合いの場の設定を工夫することにより、一人一人の練習量が増え、マット運動の技能が高まるであろう。

(4) 本時の展開

| 過程 | 学習内容・学習活動 | 個に応じた支援と留意点 | 【評価の観点】 |
|----|---|---|---|
| 導入 | <ul style="list-style-type: none"> ・準備体操 (3分) ○本時のめあてを決める (5分) ○基礎運動 (5分) | <ul style="list-style-type: none"> ・ジギスカン体操 ・自分に合っためあてを設定するように指示する。 ・技に連動した基礎感覚を養う。 | 【関】めあてをもって学習しようとしているか。 |
| 展開 | <ul style="list-style-type: none"> ○技のポイントをおさえ、グループで練習する。 ・チャレンジ運動① (13分) 【前転・後転・開脚前転・開脚後転】 ※お互いでアドバイスし合う。 ・チャレンジ運動② (14分) 【後転・とび前転・伸びつ後転】 ※自分の力に合った技にチャレンジする。 | <ul style="list-style-type: none"> ・手本を見せ、技のポイントを確認する。 ・友だち同士でアドバイスし合うよう指示する。 ・一つひとつの技が正確に行われているか確認し、必要に応じて個別指導する。 | 【技】できる技を高めているか。 【思】友だちと助け合って学習を進めているか。 【思】自分の力に合った課題を持ち、めあての達成を目指して、活動の仕方を工夫している。 |

| | | | |
|-------------|--|--|--|
| ま と め | <ul style="list-style-type: none"> ・学習のふり返しをする。 (・必要に応じて、後かたづけ) | <ul style="list-style-type: none"> ・めあてへの取り組みや，協力面 などを中心に本時の振り返りを する。 | <p>【態】安全に留意してマッ ト運動に取り組めたか。</p> |
|-------------|--|--|--|

6. 評価

- ① 体の使い方を意識して，スムーズに前転技・後転技をすることができたか。
- ② 自分の力に合った課題を持つことができたか。

第5学年 体育科学習指導案

平成29年 10月18日(水) 5校時
5年1組 男子11名 女子12名 計23名
授業者 金城 守卓 印

1. 単元名 「きれいに回ってきれいにきめよう！」 B 器械運動 ア「マット運動」

2. 単元の目標

- ・基本的な回転技や倒立技を安定して行うとともに、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりする。 【B(1)ア 技能】
- ・運動に進んで取り組み、約束を守り助け合って運動したり、場や器械の安全に気を配ったりすることができるようにする。 【B(2) 態度】
- ・自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫できるようにする。 【B(3) 思考・判断】

3. 単元について

(1) 学習指導要領の記述

本単元は、学習指導要領第5学年・第6学年の目標である

- (1) 活動を工夫して各種の運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに、その特性に応じた基本的な技能を身に付け、体力を高める。
- (2) 協力、公正などの態度を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動する態度を育てる。
- (3) 心の健康、けがの防止及び病気の予防について理解できるようにし、健康で安全な生活を営む資質や能力を育てる。

を受けて、

B 器械運動

- (1) 次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技ができるようにする。
 - ア 基本的な回転技や倒立技を安定して行うとともに、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりすること。
- (2) 運動に進んで取り組み、約束を守り助け合って運動したり、場や器械の安全に気を配ったりすることができるようにする。
 - ア マット運動に進んで取り組むこと
 - イ 約束を守り、友達と助け合って技の練習をすること
 - ウ 器械・器具の準備や片付けで、分担された役割を果たすこと
 - エ 場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全に気を配ったりすること
- (3) 自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫できるようにする。
 - ア 課題の解決の仕方を知り、自分の課題に応じた練習の場や段階を選ぶこと
 - イ 技をつなぐ方法を知り、自分の力に合った技を組み合わせること

⑥ 体育の授業で準備や後片づけ、準備体操など、協力していますか？

| | 協力している | まあまあしている | あまりしていない | していない |
|--|--------|----------|-------------------------------|-------|
| 男子 | 7人 | 3人 | 0人 | 1人 |
| 女子 | 10人 | 1人 | 1人 | 0人 |
| クラス | 17人 | 4人 | 1人 | 1人 |
| 協力しているところ | | | 協力していないところ | |
| ・みんなの協力は必要だから(5) ・みんなですると早く終わるから(5) ・係だから[責任感](4) ・早く準備して練習したい(3) ・みんなより先に準備することを心がけている(2) ・好きだから(1) | | | ・自分の行動が遅い(1) ・準備が終わっている(1) | |

【レディネステストの結果】(10月6日実施 22人)

| マット運動の技 | できる | マット運動の技 | できる |
|-----------|-----|--------------|-----|
| 〈基礎運動〉 | | 〈後転系〉 | |
| かえるの足打ち3回 | 12人 | 後転 | 13人 |
| かえる倒立10秒 | 2人 | 開脚後転 | 11人 |
| 壁倒立 | 2人 | 〈倒立回転系〉 | |
| ブリッジ10秒 | 19人 | 側方倒立回転 | 4人 |
| 〈前転系〉 | | 頭倒立(3点倒立)10秒 | 0人 |
| 前転 | 18人 | 倒立5秒 | 0人 |
| 開脚前転 | 12人 | 首はね起き | 0人 |

5. 研究主題との関わり

(1) 研究主題

『運動に親しみ進んで体力づくりに取り組む児童の育成』
 ～「日常的な体育的活動を通して」～

(2) 研究仮説

日常的な学習生活の場において、体育的活動を取り入れたり、場を工夫したりすることにより、自己のめあてをもって運動の楽しさを味わうことができ、進んで運動に親しみ体力づくりに取り組むようになるであろう。

(3) 単元における手立て

- ① 毎時間サーキット運動や基礎運動を設定し、マット運動の基礎となる動きを繰り返し行い、運動感覚を身につけさせる。
- ② 技のポイントを掲示し、お互いで技を見合いながら、学び合いの場を設定する。
- ③ 見本となる動画や実際に挑戦した技の録画動画を活用し、技のできるポイントやできていない原因を具体的に理解させる。

6. 指導にあたって

自ら課題に向かって「進んで運動に取り組む児童」を育成するためには、多くの「できた」を体験させ、児童一人ひとりの「のび」を実感させる必要があると考える。そこで、本単元の指導にあたっては、以下の点を工夫して取り組んでいく。

基礎運動では、マット運動に必要な感覚づくりの運動を毎時間取り入れ、「ゆりかご」では、手と体を支える感覚や脚を勢いよく振り下ろし体をおこす感覚を身に付けることをねらいとし、「かえるの足打ち」「補助倒立」では、逆さ感覚やバランス感覚を養うことをねらいとし、取り組む。

また、学習形態をグループ学習で進め、互いの技を見合い、互いにアドバイスができるようにする。各時、各技の中で技のポイントを明確にし、知識を与えるだけにならないように、児童が運動に取り組みながらコツを発見できるように支援する。また、見合うポイントを明確にすることで、誰でもアドバイスができるように指導していく。

7. 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 |
|------|---|--|---|
| 評価規準 | <ul style="list-style-type: none"> 自分に合った課題を見つけ、進んで練習しようとする。 友だちと協力し、励まし合いながら安全に練習しようとする。 | <ul style="list-style-type: none"> 自分に合った課題をもつことができる。 めあてをもって工夫して練習している。 | <ul style="list-style-type: none"> 自分に合った今できる技を選び、集団としての活動や新しい技、組み合わせ技などに挑戦することができる。 |

8. 単元計画

| 段階 | 時間 | 主なねらい・学習活動 | 評価規準 (重きを置く観点) | | | 教師の指導・支援 |
|-----|----|--|-------------------|---|---|--|
| | | | 関 | 思 | 技 | |
| はじめ | 1 | <ul style="list-style-type: none"> ○「学習のねらい」と「道筋」を理解し、学習の進め方について見通しをもつ。 ・体育の学習（教科書）を参考に、5年生までの学習を振り返りながら、マット運動のイメージを膨らませる。 ・学習カードの記入の仕方を確認する。 | ○ | | | <ul style="list-style-type: none"> ・児童書の資料を活用し、各技のポイントの視点をおさえ、活動のイメージを持たせる。 ・各時間において、「自分に合った具体的なめあて」を立てることができるように指導する。 |

| | | | | | |
|----|-----------|---|--|---|--|
| | 2 | <p>【前転技・後転技】</p> <p>○自分に合った「めあて」を立て、「やってみる」「ひろげる」の活動を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「やってみる」では、「基本の技」に挑戦し、「ひろげる」では、「進んだ技」に挑戦する。 ・児童書に提示している技を例にして、自分が「できそうな技」を選んで、個人のめあてに設定する。 | | ○ | <ul style="list-style-type: none"> ・お互いに技を見合い、教え合っ て活動ができるようにする。 ・技のポイントを確認し、自分の 立てためあてに合った「練習 のしかた」を考え取り組んで いるかを観察し、必要に応 じて個や全体で確認や修正な どの助言をする。 ・活動を観察しながら、できな い児童には個別で技のポイン トを指導する。 |
| | 3 (本時) | <p>【前転技・後転技】</p> <p>○自分に合った「めあて」を立て、「やってみる」「ひろげる」の活動を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「やってみる」では、「基本の技」に挑戦し、「ひろげる」では、「進んだ技」に挑戦することを理解して、その時間の自分の「めあて」を立て活動する。 | | ○ | |
| なか | 4 | <p>【倒立技・技の組み合わせ】</p> <p>○自分に合った「めあて」を立て、「やってみる」「ひろげる」「ふかめる」の活動を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「やってみる」では、「できそうな技」に挑戦し、「ひろげる」では、「進んだ技」に挑戦する。「ふかめる」では、できる技の連続や組み合わせ挑戦することを理解して、その時間の自分の「めあて」を立て、活動する。 | | ○ | <ul style="list-style-type: none"> ・自分の力に合っためあてで活 動を進めているかを観察し、 必要に応じてめあての変更を 促す。 ・ICT 機器やタブレット等を活 用し、自分の技を客観的に確 認、ふり返ることができるよ うな場を設定し、技の習得を 高める。 |
| | 5 | <p>【倒立技・技の組み合わせ】</p> <p>○自分に合った「めあて」を立て、「やってみる」「ひろげる」「ふかめる」の活動を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「やってみる」では、「できそうな技」に挑戦し、「ひろげる」では、「進んだ技」に挑戦する。「ふかめる」では、できる技の連続や組み合わせに挑戦することを理解して、その時間の自分の「めあて」を立て、活動する。 | | ○ | |

| | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|
| おわり | 6 | 【技の発表会をしよう】 ○できる技の連続や技の組み合わせを構成して、技の発表会をする。 ・これまでの練習をいかした発表にする。 | ○ | ○ | ・それぞれの技の習熟度に合わせた技の連続や組み合わせになるよう助言して活動ができるようにする。 |
| | | | | | |

9. 本時の指導「マット運動」(3/6)

(1) 本時の目標

- ① 両手でしっかりと体を支えて、スムーズに前転・後転することができる。【技能】
- ② 友だちと協力し、安全に気をつけて進んで練習することができる。【関心・意欲・態度】
- ③ 自分の力に合った課題（マット運動の技）を持つことができる。【思考・判断】

(2) 授業仮説

技を練習する場において、個に応じた練習の場や教え合いの場の設定を工夫することにより、一人一人の練習量が増え、マット運動の技能が高まるであろう。

(3) 準備するもの

- ①マット ②踏切板 ③跳び箱1段目 ④CD ラジカセ (BGM) ⑤掲示資料 ⑥ワークシート

(4) 本時の展開

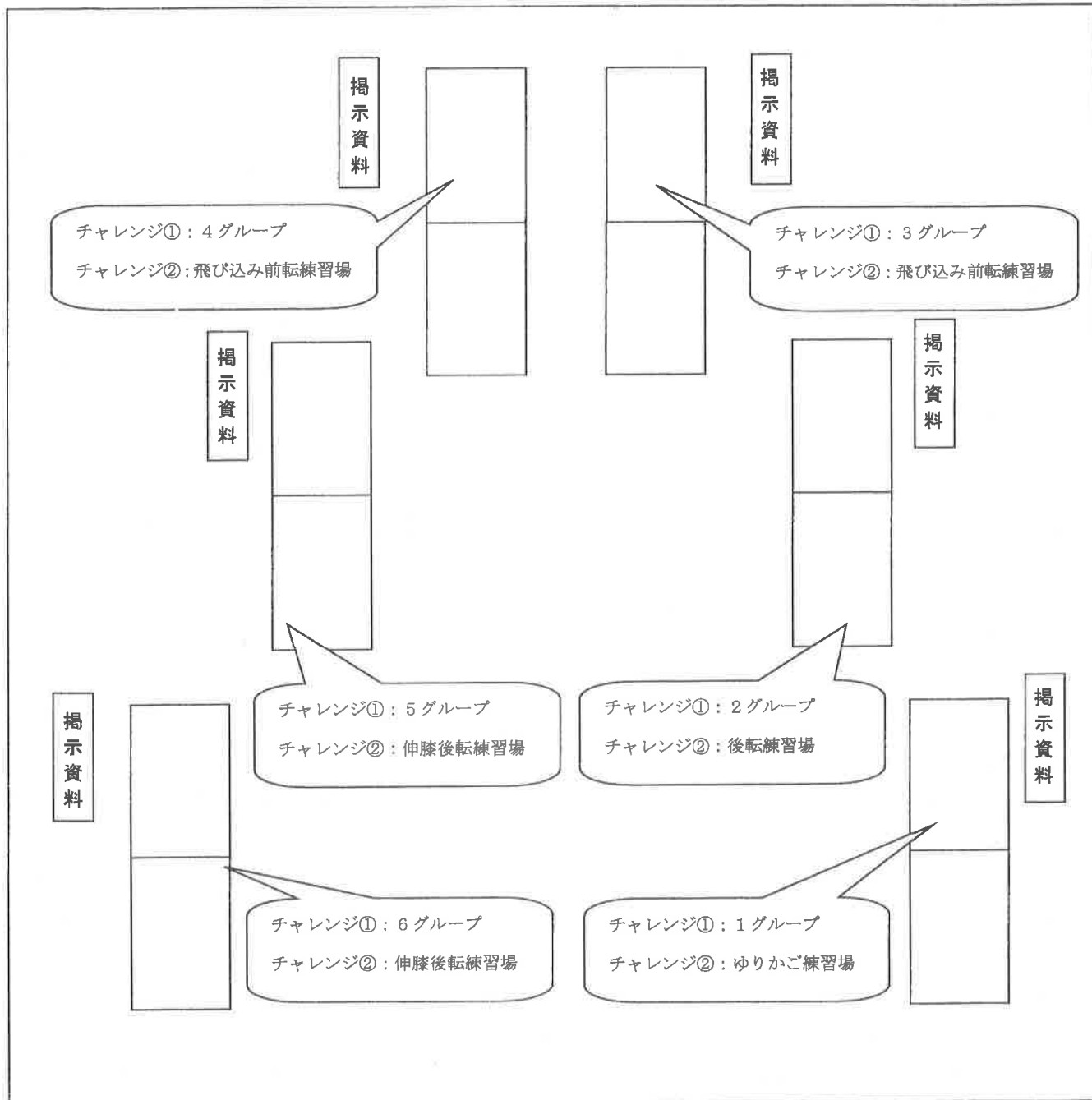
| 学習過程 | | 学習内容・学習活動 | ○個に応じた支援と留意点 ◆【評価の観点】 |
|------------|---------------------|--|---|
| 導入 (8分) | ① ウォーミングアップ (3分) | 1. 集合, 整列, あいさつをする。 2. 準備運動をする。 | ○素早く集合して, 元気にあいさつをする。 ○健康観察をし, 見学者がいる場合は課題を与える。 ○どの部位の運動なのかを意識させながら, 体の各部位を丁寧に行う。 |
| | ② めあての確認 (5分) | 3. 学習課題を把握する。 めあて. 1 (チャレンジ運動①) 「今できる技をもっと上手にしよう。」 めあて. 2 (チャレンジ運動②) 「できそうな技に挑戦しよう。」 | ○自分の力にあつためあてが決められるように支援する。 ○本時の流れを確認し, 学習への意識を高める。 |

| | | | |
|-------------|-------------------------|--|--|
| 展開 (27分) | ③ 基礎運動 (5分) | 4. 「ゆりかご」 「ゆりかごから起き上がる」 「かえるの足打ち」 「手押し車」 を行う。 | ○感覚づくりの運動を通して、これから行う自分のめあての技を意識できるようにする。 |
| | ④ チャレンジ 運動1 (13分) | 5. 「前転」 「後転」 「開脚前転」 「開脚後転」 を行う。 | ○各グループを回り、一人一人に適切な助言や称賛をし、意欲を高め、めあてが達成できるようにする。 ○できるようになった児童に試技をさせ、互いの成果を喜び合うとともに、学級全体の学習意欲も高めていく。 ◆今できる技を習熟させたり発展させたりすることができる。【技】 ◆お互いに見合い、教え合いながら意欲的に練習しようとする。【関】 |
| | ⑤ チャレンジ 運動2 (14分) | 6. 「後転」 「飛び込み前転」 「伸膝後転」 を行う。 | ○掲示資料で、自分の練習する技や練習方法について確認しておく。 ◆自分の力に合った課題（マット運動の技）を持ち、めあての達成を目指して、活動の仕方を工夫している。【思】 ◆自分のめあてが達成できる。【技】 |
| まとめ (5分) | ⑥ ふりかえり (5分) | 7. 学習カードを記入し、今日の感想を発表する。 | ○めあてへの取り組みや、協力面などを中心に本時を振り返り、その高まりを評価していく。 ○よい“動き”“声かけ”“態度”ができた児童・グループを称賛する。 |

10. 評価

- ① 両手でしっかりと体を支えて、スムーズに前転・後転することができたか。【技能】
- ② 友だちと協力し、安全に気をつけて進んで練習することができたか。【関心・意欲・態度】
- ③ 自分の力に合った課題（マット運動の技）を持つことができたか。【思考・判断】

1 1. 場の設定



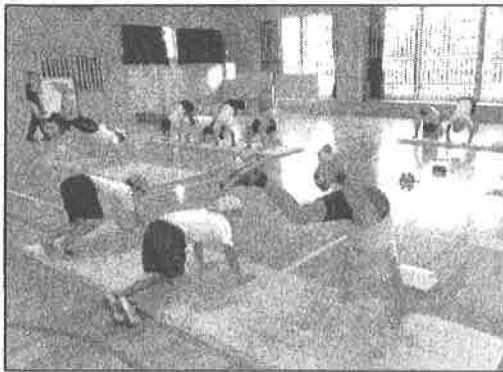
I 授業の様子



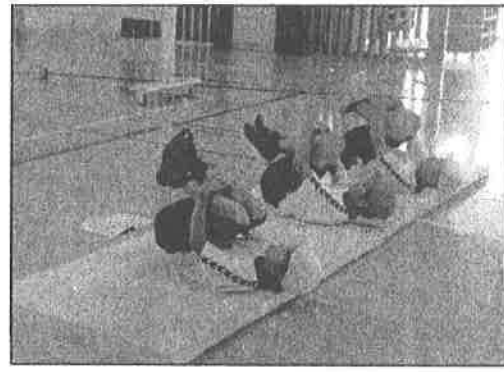
(1) めあての確認



(2) めあて・技のポイントの確認



(3) 基礎運動①



(4) 基礎運動②



(5) チャレンジ (協力運動)



(6) 授業途中で技のポイントを確認



(7) 教師による指導・助言



(8) 学び合い

II 授業研究会

①伊良部郁枝先生（検証授業者）の反省

- ・ジンギスカンダンス・V字の場の設定は本島での研修で学んできたのを取り入れた。
- ・ジンギスカンダンスに首関係の体操がなかったので、ダンスを1番だけにして、足りない部分を取り入れて準備体操を行った。
- ・V字はとても学び合いがしやすかった。
- ・とび前転で、とび箱をマットの下に置くと、危なかったのでハードルに変更した。
- ・6年と5年の教科書のポイントが違ったので、教科書で確認。
- ・みやびい〜スタイルがとてもやりやすかった。

②金城守卓先生（授業者）の反省

- ・みやびい〜スタイルがやりやすかった。子どもも動きやすいし、教師も動きやすい。
- ・V字の場の設定でやると、学び合いがしやすい、全体が見やすい、学習規律が整えやすい。
- ・掲示物を作ってもらい、助かりました。
- ・教科書を活用することで、技の名前、ポイントの確認ができた。毎時間、覚えるまでくり返し取り組むことで、覚えることができる。
- ・赤白帽子の着用。チャレンジ①の4つの技が全部できたら白、一つでもできない技があれば赤。グループで協力して全員が白になるように取り組む。
- ・全員を評価できたのか、声かけできたのか。
- ・iPad活用できなかった。できていない子が、ゆうき先生が撮ってくれた自分の動画を見るとできた。客観視する大切さ。
- ・指導案を工夫。1～3時までは回転系の技。4～6時までは倒立系の技に分けた。

③グループ討議・発表

【高学年】

- ・運動量の確保ができていた。教師が常にめあてに振り返るような声かけがあった。子どもも教科書を見て確認している。
- ・教師の立ち位置は、外側がいい。全体を見渡せる。
- ・タイマーは流しっぱなしが良かった。
- ・めあてのふり返らせ方は、全体か個人か？今回は個人のふり返りにしたが…
→個人のふり返りでよい。注意することは、全体のめあてとリンクさせること。今回は、全体のめあてに「スムーズ」とあったので、個人のめあてに「スムーズ」を入れるなど。
- ・評価の仕方は、伸び率か技の技の難易度を決めるのか？
→評価は的をしぼる。今日は10名。次は10名など。また、子ども達からの推薦にする
とよい。
- 発達段階にあった達成すべき技の最低ラインの難易度は決める。底上げが必要。それに、プラス伸び率を評価する。2極化を防ぐ。生涯体育。

【低学年】

- ・グループの分け方はどのように決めたのか。
→第1時で実態把握し、チャレンジ①の4つの技ができる子とできない子を均等に組み合わせた。学び合いを考えて。
- ・帽子の色分けは？
→全部できた子は白、一つでもできなければ赤。グループで協力して、全員白を目指す。
- ・チャレンジ②では、男子のグループ、女子のグループになっていたが…
→どうしても、分かれてしまう。現在、指導中。

- ・できる子は、他の技に挑戦したいのではないか。
- 今回は、連続技や組み合わせ技にした。はんごつになるため。

④指導助言：八重山教育事務所 主任指導主事 磯部大輔

- ・みやびい〜スタイルが確立されている。
- ・目標が達成されたか？
- 体の使い方を意識してスムーズに前転技、後転技をすることができる。 【技能】
- ・何を持ってスムーズというのか。→連続技、組合せ技など
- ・目標が2つというのは多い。
- ・実働時間（運動した時間）を20分越えると、運動量が多い方。25分越えるとすごい。今回は22分だった。運動時間の確保がなされていた。
- ・授業仮説にある、個に応じた練習の場の設定は？ → チャレンジ②
- ・雰囲気良かった。守卓先生の声かけ。さらには、子どもの声から〇〇さんを出して！などの推薦があるとさらに良い。
- ・子ども達が学び合うには、技のポイントをしっかりと見せることが大切。
- ・単元における手立て →お互いで技を見合うのが少なかった。
- ・ICT活用（リプレイ）

⑤実技の研修

- ・1〜2年は、基礎運動を楽しく行う。
- ・3〜4年は、しゃがんだ姿勢から行う。
- ・5〜6年は、立った姿勢から行うようにする。
- ・高学年は、しゃがんだ姿勢から抜け出すようにする。
- ・前回り（低）→前転（中）→大きな前転（高）→とび前転（高）
- ・後ろ回り（低）→後転（中）→開脚後転（高）→しんしつ後転（高）
- ・前回り（低）→前転（中）→開脚前転（高）→
- ・開脚後転（前転）の着地する足の幅を狭くすればするほど、難易度が高くなる。（上位の子への挑戦）
- ・後転ができない子への手立ては、おしりを少し高くして、遠くにおしりをつくると勢いが増し、回転できる。
- ・テープ等で難易度の調節をする。（目線の位置、足の着地、お尻のつく位置）視覚的に良い。
- ・かえるの足うちも目線をあげると次につながる。→倒立技
- ・手を裏返す、片足着地なども難易度が高くなる。
- ・マット運動の技は系統性がある。発達段階に応じて。
- ・順次接触が大切。後頭部→首→背中→腰→お尻→足の順番。これができない子が多い。

⑥桃原修校長先生より

- ・2年間の着地点をしっかり持って取り組むことが大切。
- ・今年度は、みやびい〜スタイルの確立。次年度は、集中型の体育の年計を考えた上での取り組み。系統性を考えてやること。

⑦その他

- ・みやびい〜スタイルは「準備」と「片付け」は休み時間にするか？
→運動時間確保するためには、休み時間に準備がよい。決定。
- ・ジギスキャンダンスに固定しているのか？足りない部位の体操は付け足す
→検討中。低学年が練習している縄跳びはどうするのか。帯タイムに入れるか？

Ⅲ 成果と課題

【成果】

- 場の設定を工夫することにより、学び合いがしやすく、教師側の見取りもしやすくなる。
- マット運動が苦手な児童が多かったが、学び合いを取り入れることで、できる子がたくさん増えた。
- 教科書の活用や掲示物を充実させることで、進んで教科書や掲示物を見て技のポイントを確認するようになり、ペアやグループなどでの学び合いをする様子が見られるようになった。
- みやびいスタイルが定着することで、毎時間の授業の流れが分かってよい。児童も動きやすそうに授業に取り組んでいた。

【課題】

- 時間が3分オーバーしてしまった。
 - ポイントの確認や児童の見本の時間などをどこで行うか、しっかり配分して展開する。
- 教師が一人で全体を見るのは限界がある。教師が動かず引いて見ると全体を見渡せるが、動くとき難しい。
 - 教師の立ち位置を外側に配置するとよい。
- 技がまったくできない児童への手立て。
 - 動画の活用。自分の技や動きを動画で確認し、自分の課題を視覚的に捉える。

IV 研究の成果と課題

1. 成果と課題

(1) 成果

- ①「みやびスタイル」を作ることによって、どのクラスの教師も1単位時間の授業スタイルが確立され、活動時間を20分以上確保することができた。
- ②日常的な体育的活動に取り組めるように、登り綱や鉄棒、雲梯等の場「アスレチック」を作ることにより、児童が意欲的に取り組むようになった。
- ③週に1回「朝スポ」の時間を設定し、「アスレチック」を活用したサーキット運動を行うことで、休み時間や放課後にそれらの用具を使って運動する児童が増えた。また、体づくり運動や、年間計画にある授業や行事の基礎運動を実施するのに有効であった。
- ④研修会で学んだ「ペアラジオ体操」や「ジんギスカン体操」を校内研修で普及させ、運動会や授業の導入時の準備運動として実施し、楽しく取り組むことができた。
- ⑤今年度初めて、全学年一斉に校内持久走大会を実施した。マラソンカードに記入することで休み時間や放課後にも練習する姿が見られ、体力の向上につながった。
- ⑥清掃時には、お尻を高く上げる雑巾がけや机を持ち上げて運ぶ清掃を指導し、日々の活動の中でも体力の向上に努めることができた。

(2) 課題

- ①鉄棒や平均台などでは、運動時間を確保するように努めているが、待ち時間が長くなり、実際に運動している時間が短くなることがあった。
→限られた備品で場の設定を工夫して、運動量を増やせるようにしたい。
- ②1年間「みやびスタイル」で授業を展開したが、取り組みやすい単元と取り組みにくい単元があった。
→各単元で「みやびスタイル」が展開できる工夫が必要である。
- ③月ごとに「朝スポ」の内容を決めて取り組んだが、単調になってしまうことがあった。
→場の設定の工夫が必要である。(遊具や用具の有効な活用)
- ④普段から運動しない児童も、ドッジボール大会や持久走大会などの行事がある前には休み時間に進んで運動することができたが、日常的な運動につながらない児童もいた。
→日常的な運動につながるような工夫を考えていきたい。

おわりに

本校は、今年度から沖縄県教育委員会「体育・スポーツ推進研究校」の指定を受け、校内研修の研究テーマを「運動に親しみ進んで体力づくりに取り組む児童の育成」そしてサブテーマとして、～日常的な体育的活動を通して～を設定し研究を進めて参りました。

体育・スポーツ活動に関する指導については、心と体を一体としてとらえ、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに、豊かなスポーツライフの基礎を培う観点に立ち、学習指導の工夫・改善を図る必要があります。また、発達段階に応じた基礎的な体力の向上に努めることが重要であると思われま

す。そのため、それらを育成するための授業づくりや体力の向上についてしっかりと考えていかなければなりません。

本校では、1年次は、特に学校全体で統一した体育の授業スタイルを確立し、全学年で統一した朝のスポーツ活動、動的ストレッチ「ジギスカン体操」を行うなど、全職員で授業実践、理論研究等について共通理解し手立てを講じてきました。

今年度見えてきた成果や課題を踏まえ、型にはまった画一的な指導ではなく、本校児童の実態に合った適切な指導を行っていけるよう、全職員で日々の実践を一つ一つ積み重ね、次年度の研究にさらに生かして参りたいと考えています。

最後になりましたが、研究を進めるにあたりましてご指導、ご助言をいただきました先生方に心より感謝いたしますとともに、厚くお礼を申し上げます。今後とも、本校の研究活動に対して、ご指導・ご鞭撻を賜りますようお願い致します。

平成30年3月吉日
石垣市立宮良小学校
教頭 宮川るり子

《ご指導・ご支援》

指導助言 : 八重山教育事務所 主任指導主事 磯部 大輔 様

《平成29年度 研究にたずさわった本校職員》

校長 : 桃原 修
教頭 : 宮川るり子
教務主任 : 金城 守卓
1年1組 : 宮良 陽子
2年1組 : 水谷 直揮
3年1組 : 富山 華子
4年1組 : 照屋 祐樹
5年1組 : 前本 香 ・ 宮良 絵梨
6年1組 : 伊良部 郁枝
養護教諭 : 我如古 優子 ・ 伊藤 あつ子
図書館司書 : 嘉良 晋一
学習支援 : 後呂 裕美
市事務 : 大石 明日香
用務員 : 田場 典克 ・ 古見 恒夫

平成29年度 研究紀要

発行日 平成30年 3月 31日

発行者 石垣市立 宮良小学校

校長 桃原 修

〒904-0243 沖縄県 石垣市 字 宮良 331-1

TEL 0980-86-7016 FAX 0980-86-7392

E-mail miyara-s@ishigaki.ed.jp

