

〈体育科〉

思考力・判断力を育む

器械運動指導の試み

～マット運動における学習過程の工夫と  
話し合い活動を通して(第4学年)～



石垣市立登野城小学校  
宮良 善起

## 指導の反省より

- ・主体性を尊重するあまり子どもまかせな学習になりがち
- ・学習経験や発達段階を考慮せず学習を進めてしまいがち



課題

系統性を考慮した指導

課題解決へ向けた指導

自らの課題に向かい深く考え活動していく指導



思考力・判断力を育むための指導が不十分

指導の反省から

Start

マット運動(全10時間)

Finish

思考力・判断力

《質の向上》

仲間との交流における  
話し合い活動

## 研究仮説

場

マット運動(第4学年)

手だて

児童の実態に即した**学習過程**を組み  
**仲間との交流の場**を意図的に増やし  
課題を解決させる

ねらい

児童の**思考力・判断力**が育まれる

テーマ

# 思考力・判断力とは

マット運動の学習では

自分や仲間の課題を解決する過程

試行錯誤しながら解決方法を自己決定

思考力・判断力の育成

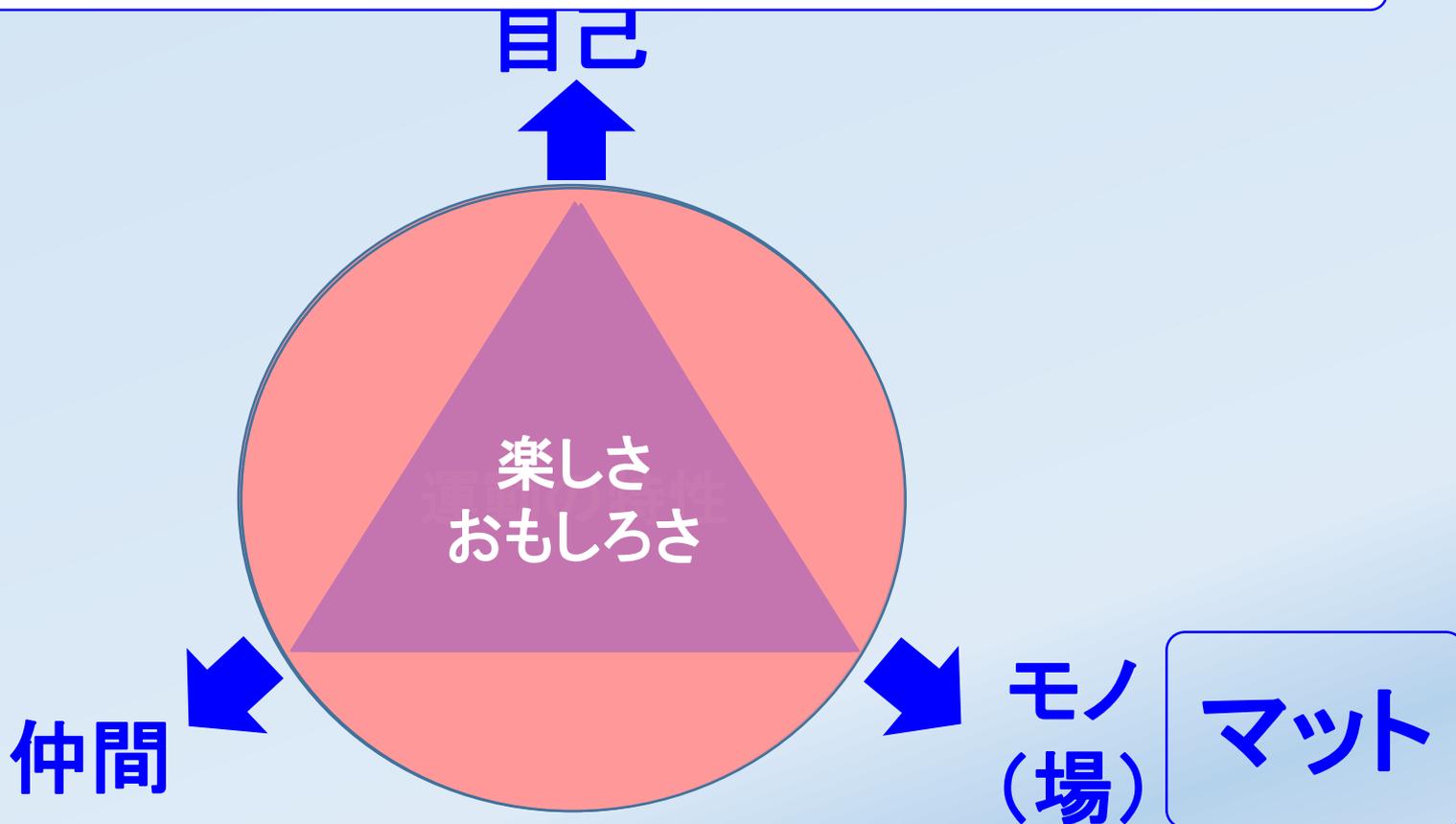
本単元では

学習課題を設定し、課題を解決するために必要な情報を収集し、自分の考えを学習過程に活かしている姿

思考力・判断力が育まれたと捉える

# マット運動の特性とは

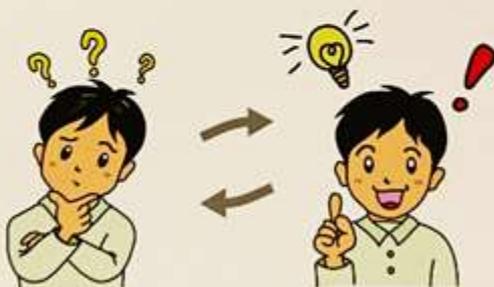
主体的に学ぶことで**思考力・判断力が向上**



# 学習過程の工夫について

平成30年度版

「問い」  
が生まれる授業  
サポートガイド



平成30年3月  
沖縄県教育委員会

主運動につながる類似運動  
コーディネーション運動

めあての確認

振り返り

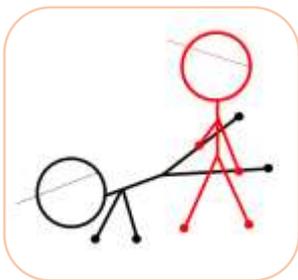
# 学習過程の工夫について

## (1) コーディネーション運動について

**倒立に必要な感覚** 腕支持感覚 ・逆さ感覚 ・バランス感覚

**倒立に必要なコーディネーション能力**

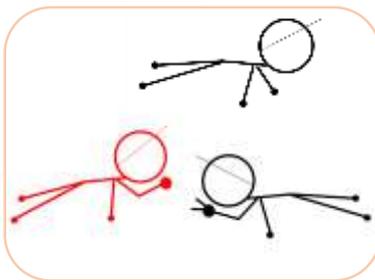
**変換能力・リズム能力**



手押し車

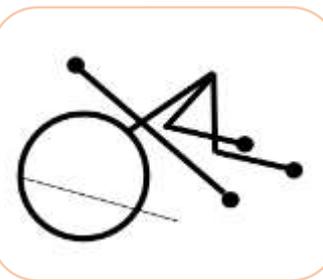


ぐるぐる歩き

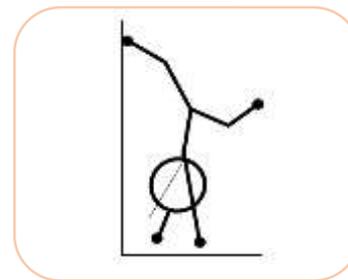


アザラシ歩き

**バランス能力**



三点バランス



足チョン壁逆立ち

**基礎的な技能を習得させる時間として、  
毎時間導入時に位置付ける。**

# 学習過程の工夫について

## (2) めあて学習について

**課題解決的な学習**の進め方であり、一人一人が自分に合った課題を持ち試行錯誤しながら、その解決をしていく活動。

### 段階

- ①目標を設定する    ②課題を選択する    ③活動を決定する



工夫・決定

**思考力・判断力**

# 学習過程の工夫について

## (3) 振り返りについて

自分で工夫し取り組んだこと  
仲間からのアドバイスで気  
付いたポイント



**言語化**

文字や言葉としてアウトプット



**Check !**

高まり・つまずき

次時の授業を組み立てる

マット運動 学習カード③~⑥

「大きく回転 ワン・ツー・フィニッシュ!!!」

月 日 ( )

番 名前 [ ]

めあて1 : \_\_\_\_\_

連続技

→ → → → →

めあて2 : \_\_\_\_\_

挑戦する技

- ・前転・後転・大きな前転・川とび・側方倒立回転
- ・頭倒立・補助倒立・倒立・前方倒立

技のポイント

手

項目	達成状況	達成状況	達成状況
①自分の方に合っためあてを持ち、進んで取り組むことができた。			
②仲間と協力し合って運動したり、協力してマットの準備、片付けをしたりすることができた。			
③約束を守って安全に運動できた。			
④自分の方に合った技を選ぶことができた。			
⑤技のポイントについて考え、自分のめあてを持つことができた。			
⑥技の練習の仕方を知り、練習方法や練習の場を選ぶことができた。			
⑦基本的な回転技や倒立技をすることができた。			
⑧ベアバリスムやタイミングを練り、基本的な回転技や倒立技をすることができた。			
今日の合計			

教えてもらったこと、気づいたこと、友達の話や  
本を見て発見したことなどを書こう!



# 学習過程の工夫について

## (4) 学習カードについて

		③よくできた ②できた ①もう少し				
関・意・態	①自分の力に合っためあてを持ち、進んで取り組むことができた。		1	2	3	
	②仲間と励まし合って運動したり、協力してマットの準備、片付けをしたりすることができた。		1	2	3	
	③約束を守って安全に運動できた。		1	2	3	
思・判	①自分の力に合	点数化	→			記述欄
	②技のポイントに		1	2	3	
	③技の練習の仕方を知り、練習方法や練習の場を選ぶことができた。		1	2	3	
技 能	①基本的な回転技や倒立技をすることができた。		1	2	3	
	②ペアでリズムやタイミングを揃え、基本的な回転技や倒立技をすることができた。		1	2	3	
		今日の合計				

**注意!**

運動量の減少につながる 書くことに抵抗感を持つ子が増える

**改善策**

視点を絞り**点数化**による評価と**簡単な記述欄**で見取る

# 学習過程の工夫について

## 本研究では

### 話し合い活動

課題解決に向けた活動

練習方法

運動の成果や課題等



言葉や体を使う  
体育特有の伝え合う活動

## ICT機器の活用について

- ①技のポイントを見付ける場面
- ②自分の課題を見付ける場面
- ③運動を修正する場面



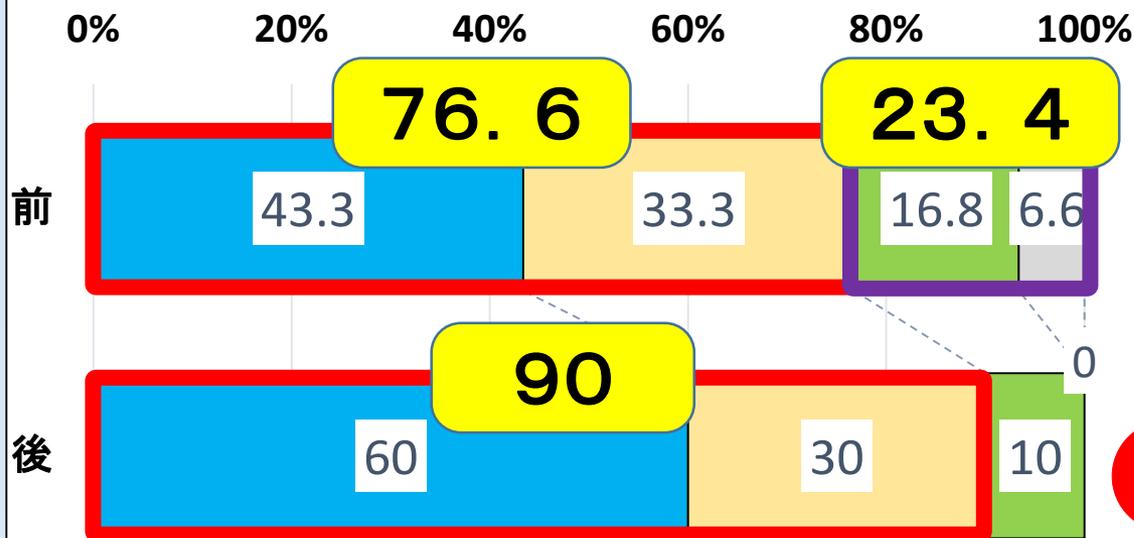
話し合い活動の  
**質**が高まる

思考力・判断力  
の向上

# 仮説の検証

## (1) マット運動の特性に触れることによる 楽しさおもしろさの追求

マット運動は好きですか。 N=30



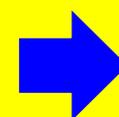
特性に触れる「易しい場」



回転感覚

逆さ感覚

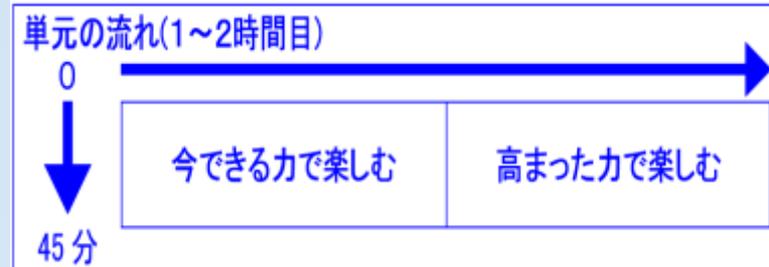
主体的に学び、課題を解決する授業づくり  
思考力・判断力を育む授業の基盤づくり



有効

# 仮説の検証

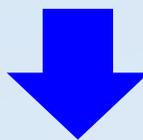
## (2) 学習過程の工夫について



はじめ

1~2時間目 ステージ型(一斉指導)

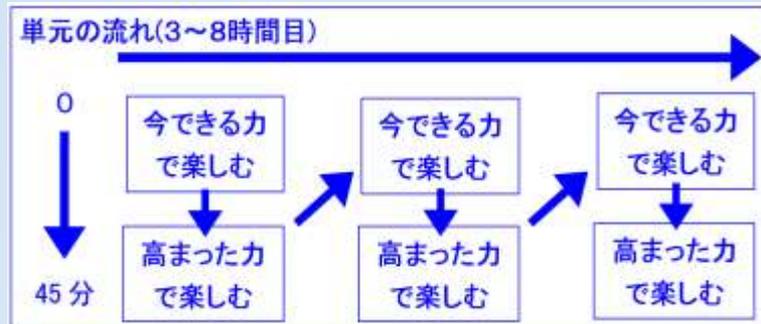
コーディネーション運動や技のポイント指導がスムーズに行えた。



3時間目以降の学習において  
繰り返し指導していく計画を  
立てることができた

# 仮説の検証

## (2) 学習過程の工夫について



中

3~8時間目 スパイラル型(自分の立てためあてに沿って)



手を遠くにつく練習  
がしたいので、台

しかし、課題も・・・

さらに易しい場の工夫と的確なアドバイス

活動前の話し合いの姿

練習の場を工夫する姿

思考力・判断力が高まった

# 仮説の検証

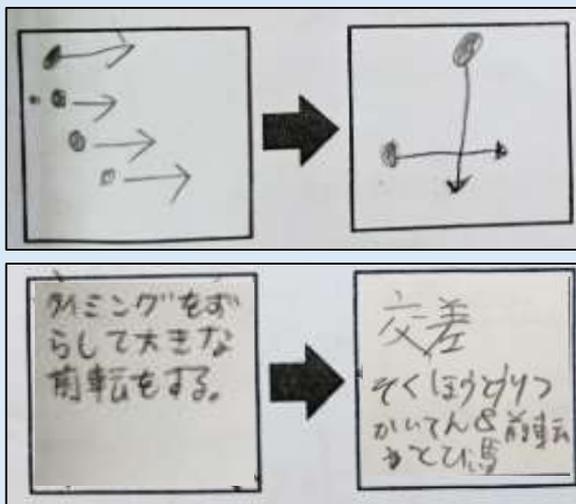
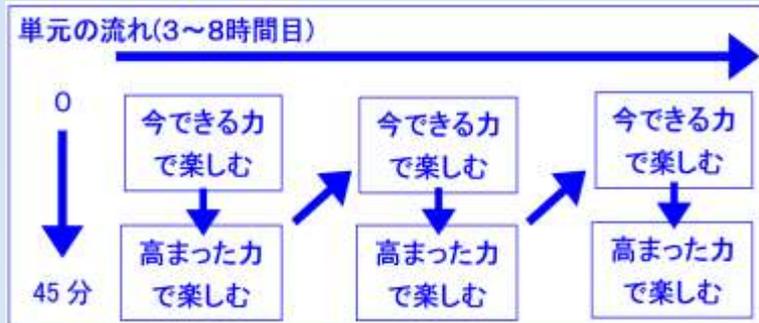
## (2) 学習過程の工夫について

【集団マットの時間】

グループで息を合わせ 回ったり 止まったりする活動

終わり

9～10時間目 スパイラル型(自分の立てためあてに沿って)



教えてもらったこと、気づいたこと、友達の様子を見て発見したことなどを書こう!

グループをやる時に、外側から内側のときに、ぶつかりそうになっただけ、交差も息をひらいたり合わせてまたのこうれしからたです。

演技の構成を思考・決定していく姿を見ることができた

# 仮説の検証

## (2) 学習過程の工夫について

はじめ (1~2時間)  
ステージ型  
(一斉指導)

個人の課題を把握

- ・学習の流れの確認
- ・基本的技能の習得
- ・めあて学習の進め方

なか (3~8時間)  
スパイラル型  
(自分の立てためあてに沿って)

言葉・体を使う  
体育特有の伝え合う力

観察・ふり返り・発言

- ・うまく進んでいる
- ・資料を上手に活用
- ・活動が停滞気味

Check



次時の  
計画

おわり (9~10時間)  
(身に付けた力を生かす)

- ・自分のもっている技能をさらに高める
- ・交流で得た知識や技能を生かす

仲間と工夫をこらしながら活動する過程において、  
思考力・判断力の育成に有効に働いた

# 仮説の検証

頭倒立で前転するとき  
勢いがついた

起き上がれるところが  
上手になれた

大きな跳びこみ前転  
ができた



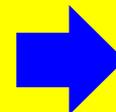
苦手...

体をほぐすことができマット  
運動がしやすかった



たくさんの技やポイントのヒント  
をみつけられて楽しくなった

主運動を支える運動  
マット運動の特性にも触れる運動



有効

# 仮説の検証

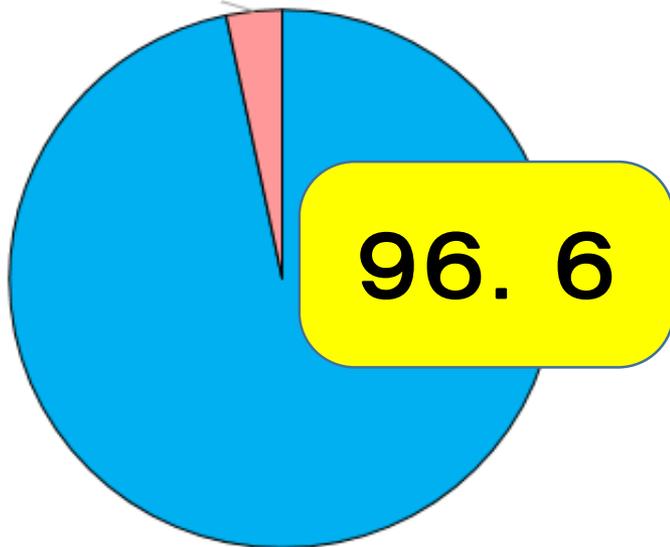
## (2) 学習過程の工夫について

### ② めあて学習

自分のめあてを立てて、体育の学習をしたことがある

ない 3.4

N=30



### 事後アンケート記述欄より

2. めあてを毎時間たてながら進めた学習はどうでしたか

毎回少しおつレベルアップしためあても  
たてることで1つ1つのわざがきれい  
になっていくのも、とが「んばりたい」という  
思いがあつてもくさんのわざがきれい  
にできるようになっていけるのでうれしな

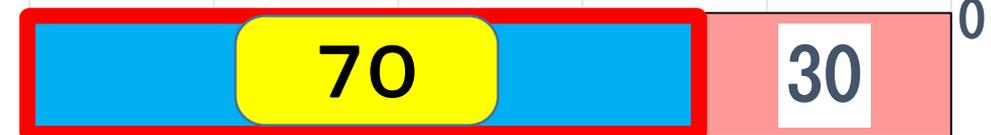
# 仮説の検証

## (2) 学習過程の工夫について

### ②めあて学習

めあてをもち、運動をすることは大切だと思いますか。 N=30

0% 20% 40% 60% 80% 100%



- 大切
- どちらかという大切な
- どちらかという大切なではない

### 事後アンケート記述欄より

2. めあてを毎時間たてながら進めた学習はどうでしたか

毎回少しおつレベルアップしためあても  
たてることで1つ1つのわざがきれいに  
なっていくのも、とかがんばりたいという  
思いがあつても先生のわざがきれい  
にできるようになっていけるのでうれしな

毎時間ごとの自己の高まりが見られた  
思考しながら次の活動につなげている

**有効**





# 仮説の検証

## (2) 学習過程の工夫について

### ③ 振り返りについて (記述欄)

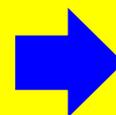
教えてもらったこと、気づいたこと、友達の動きを見て発見したことなどを書こう!

ゴムマットで系東習  
して、足があから  
たので、あとは  
左にいかないように  
なりたい。 good!

段ボールであしが左にいかないように



思考・判断の過程を把握する  
次の授業の組み立てを考える



有効

# 仮説の検証

## (2) 学習過程の工夫について

### ④ 学習カードについて (点数化による自己評価)



○をつけるだけなので  
簡単

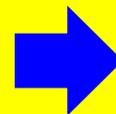
自分がどれくらいできているか  
見る事ができた

自己の高まりを  
総合得点で計れる

1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3
1	2	3

23

短時間で振り返ることができるため  
運動量の確保において



有効

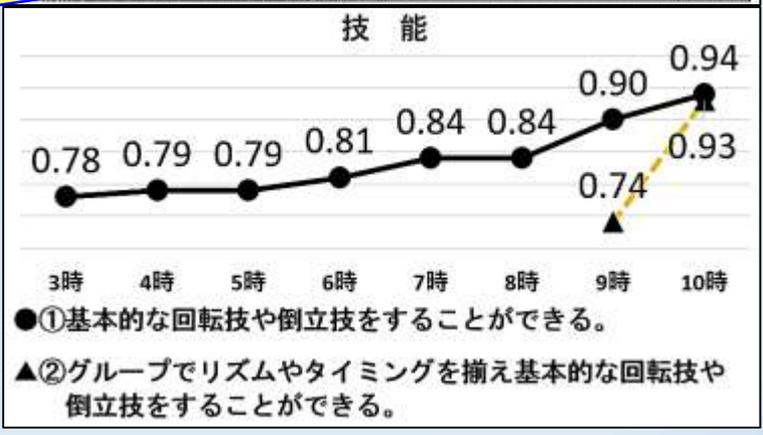
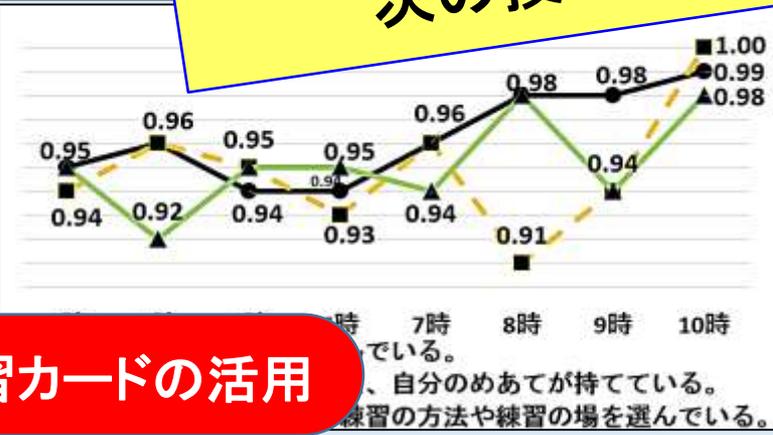
# 仮説の検証

点数化による自己評価を、毎時間、観点別にグラフ化



	③よくできた	②できた	①もう少し
①自分の力に合っためあてを持ち、進んで取り組むことができた。	1	2	③
②仲間と励まし合って運動したり、協力してマットの準備、片付けをしたりすることができた。	1	2	③
③約束を守って安全に運動ができた。	1	2	③
①自分の力に合った技を選んで練習することができた。	1	②	3
②仲間と励まし合って運動したり、協力してマットの準備、片付けをしたりすることができた。	1	2	③
③約束を守って安全に運動ができた。	1	2	③
①自分の力に合った技を選んで練習することができた。	1	2	③
今日の合計	23		3

子どもたちの内面の深まりや変容を捉え 次の授業へ活かすことができた



学習カードの活用

思考力・判断力だけでなく 子ども達の学習の深まりを見取る

有効

# 仮説の検証

## (3) 話し合い活動について ICT機器の活用

技のポイントを見つける場面

モデルとなる動き

4歳児の動き



「問いかけ」

何ができていないのか  
どこを修正すればよいか

技のポイントとなる手や体の使い方について  
全体で考えることができた



# 仮説の検証

## (3) 話し合い活動について ICT機器の活用

### 自分の課題を見つける場面

自分の欠点を、客観的に見る事ができて、より、意きすることかできた。

自分かできていると思っこんでいたけど、実際に動画を見てみると、できていないところがあったので気づけたと思っした。

自分のやっているわざをふり返れるし、友達からのアドバイスでおんな上手になっていけるし、聞いたことをいしきること上手になっていけるのでiPadは使ってよかったです。

イメージと実際の動きのズレに気づき、めあてに書き入れ課題を修正しようとする姿が見られた



# 仮説の検証

## (3) 話し合い活動について ICT機器の活用

仲間へアドバイスをする場

大きな前転はひざを  
まげないで、手を前に  
着き、おしりをくの字  
にするといふよ!!



修正箇所を学習カードに記入



体育特有の話し合い活動

# 仮説の検証

## (3) 話し合い活動について

### ICT機器の活用

仲間へアドバイスをする場面

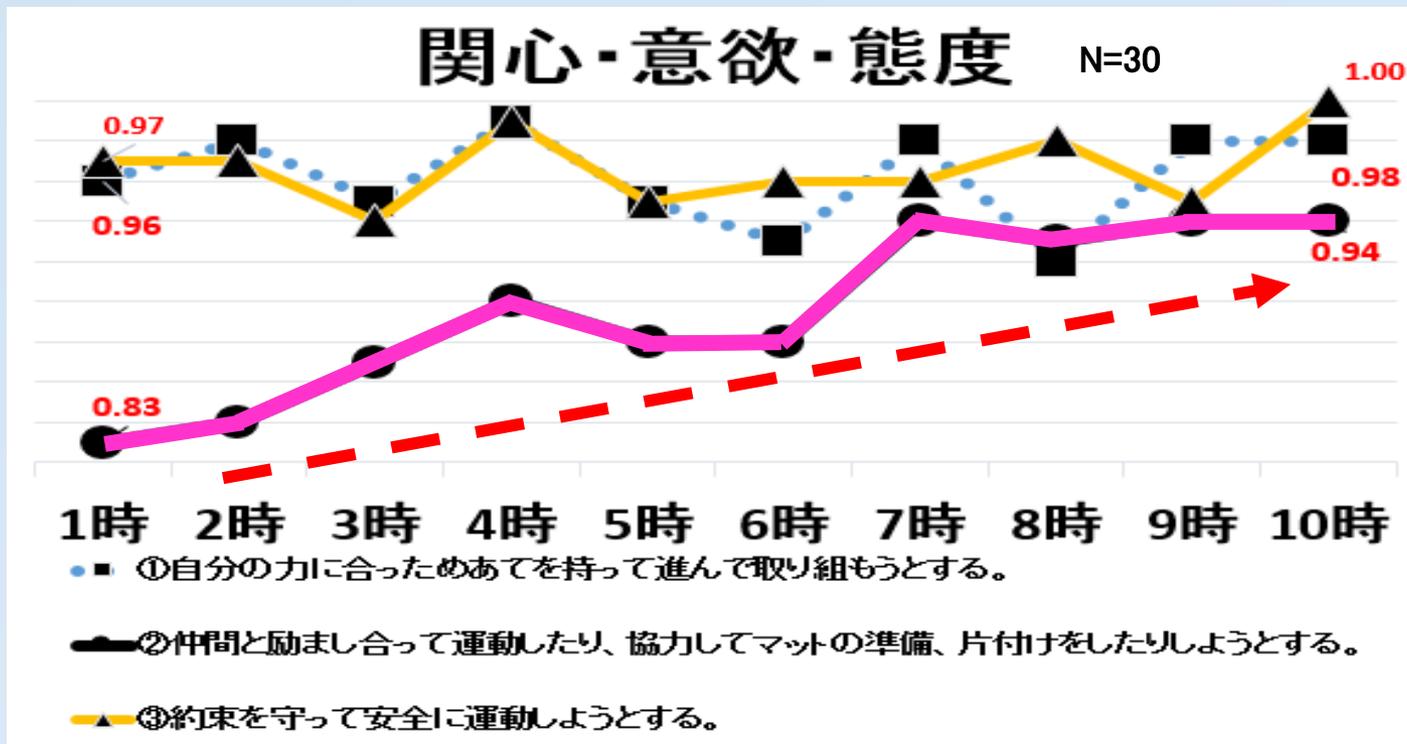


ICT機器の活用は、話し合い活動の質を高め  
思考力・判断力を高めるツールとして効果的

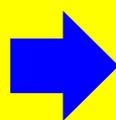
# 仮説の検証

## (4) 思考力・判断力について

点数化による自己評価



単元を通し話し合い活動が  
質の高いものへと変容

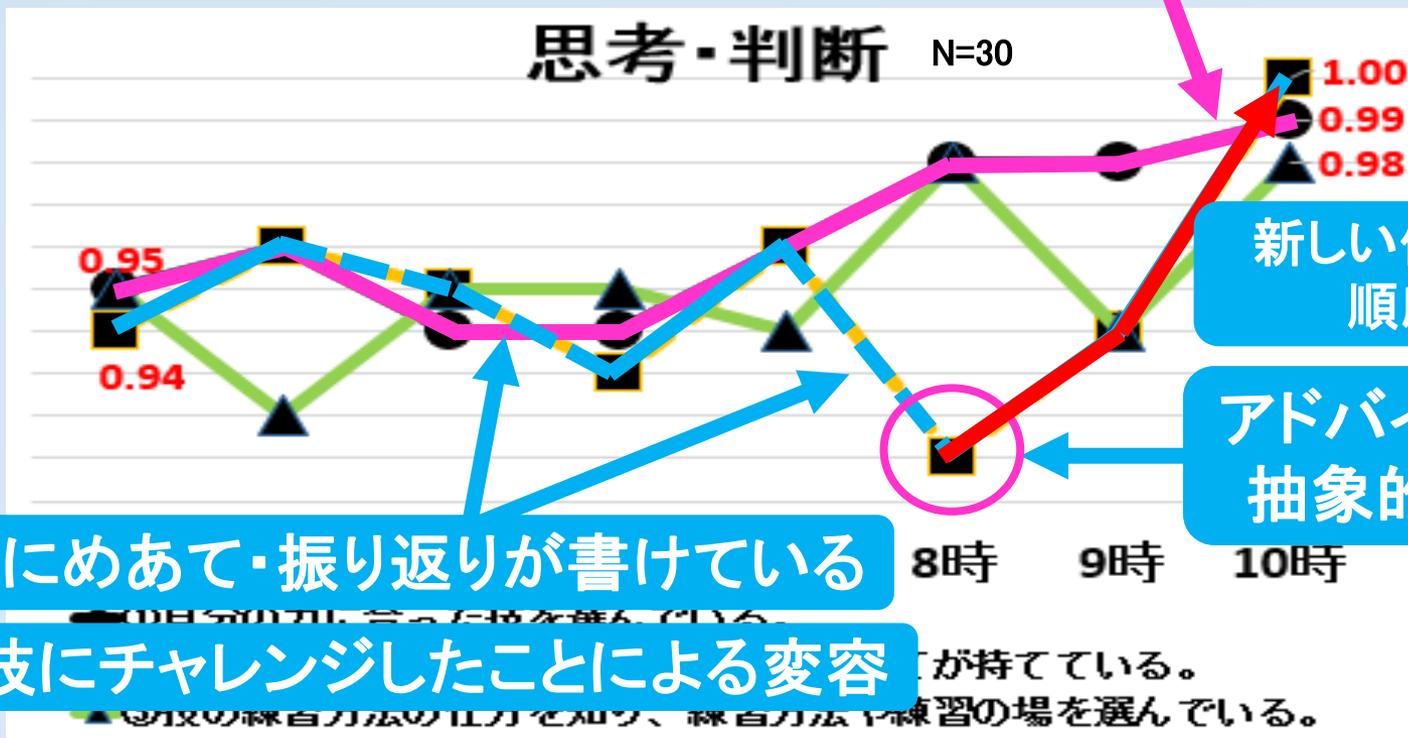


「思・判」「技」のグラフ  
信頼性のある数値

# 仮説の検証

## (4) 思考力・判断力について

力に合った技に取り組んでいる



新しい仲間と  
順応

アドバイスが  
抽象的...

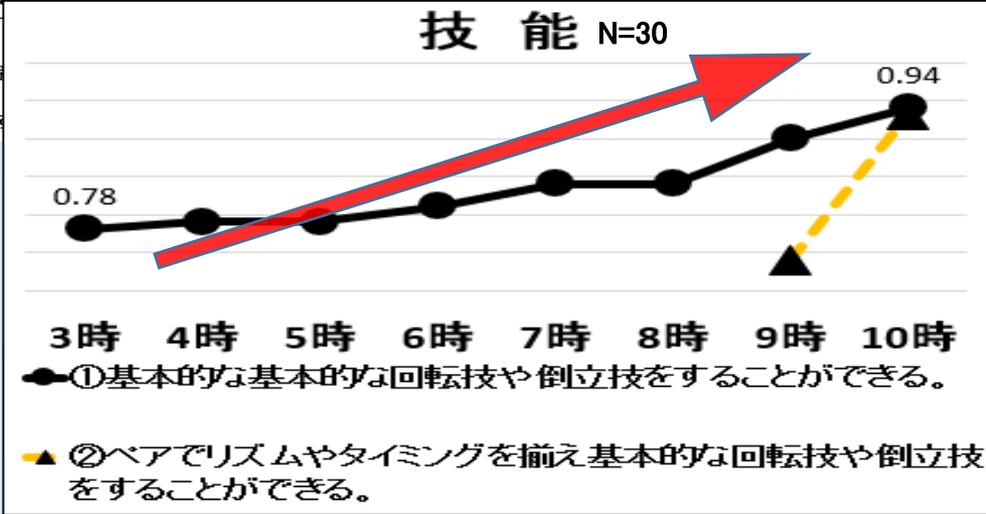
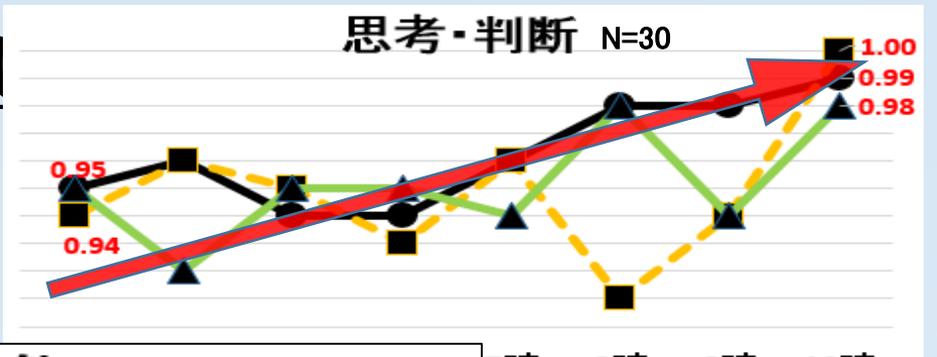
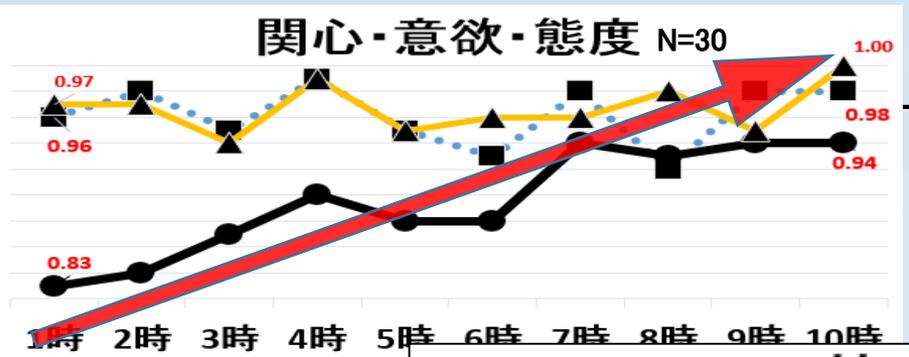
具体的にめあて・振り返りが書けている

新しい技にチャレンジしたことによる変容

グラフの起伏

子ども達が**試行錯誤**しながら  
**話し合い活動**を進めた結果

# 仮説の検証



7時 8時 9時 10時  
 る。  
 分のめあてが持てている。  
 習方法や練習の場を選んでいる。

思考・判断を繰り返しながら学習を進めることで → 技能面も高まった

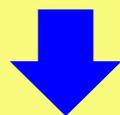
# 仮説の検証

## (4) 思考力・判断力について

マット運動の学習において  
本研究における手だてが

- ★学習過程の工夫
- ★話し合い活動

子ども達の**思考力・判断力**を育むために



一定の効果があった

# 成果と課題

## 成果

- ① 「問い」サポにおける単元構想に沿って、コーディネーション運動やめあて学習、振り返りを行うことで、主体的に思考し判断しながら学習を進める力を育むことができた。
- ② 振り返りにおいて、簡単な記述欄と点数化による自己評価を行うことで、学習の振り返りが短時間ででき、運動量の確保や子ども達の高まりやつまづきを把握し、次時の授業へつなげることができた。
- ③ ICT機器を活用することにより、イメージと実際の動きのズレを感じ、話し合い活動の質の高まりとともに、思考力・判断力の育成を図ることができた。

# 成果と課題

## 課題

- ① 上達できない子への的確な指導の工夫と、易しい場の開発・提供。
- ② 話し合い活動においてアドバイスしてもらったことを、文字として残させる指導の工夫と時間の確保。