

「運動に親しみ、たくましい体と心をつくる児童の育成」

～一人一人がめあてを持ち、主体的に取り組む体育学習をとおして～(5・6年)

沖縄県 与那国町立与那国小学校

教 諭 T 1 宮良善起

T 2 前西原三姫

T 3 平良賢輔

1 研究の目的

全国的に児童の体力低下が叫ばれる中、本学級においても、運動能力の高い児童、そうでない児童の二極化が顕著であり、今年度実施した体力テストの結果からもその様子をうかがうことができる。

こうしたことから、運動のもつ楽しさに触れ、かつ、自己の能力を伸ばすことのできる単元を設定することで、誰もが運動のもつ楽しさや仲間とのかかわりの中で感じる喜びを味わい、生涯スポーツの架け橋となる授業を展開したいと考えた。

本校は、県教育委員会指定「体育・スポーツ推進校」として、めあて学習、場の工夫、コーディネーション運動に重きを置き、研究を進めてきた。今年度、過去 3 年間の実践を踏まえた発展的な実践に取り組んでいる。

そこで、児童の能力に応じた水泳学習(克服型)の指導を展開することにより、どの児童も運動の楽しさを味わい、より意欲的に水泳学習に取り組むであろうと考えた。

本学級(5年12名、6年13名)の児童、は、低学年の時から水遊びを経験し、体育学習の持つ「遊び」の部分にも十分触れることができたと考えている。

本単元では、水泳の特性を踏まえ、場の工夫やコーディネーション運動を取り入れる。そして、運動の持つ楽しさやおもしろさを追求させることで体育科の目標である「運動に親しむ資質や能力」が高まるよう工夫し、ねらいにせまりたい。

また、本単元終盤の、水辺活動では、個人が培ってきた能力を活かす海での実践的な活動を計画している。今回の授業を通し、水泳学習の魅力を十分に味わうことができ、誰もが達成感を得られるような授業を展開していきたい。

2 研究の仮説

- (1) 児童一人一人にめあてをもたせそれを達成させていくことで、児童が主体的に取り組む体育学習ができるであろう。
- (2) 場の設定を工夫し楽しみながら運動することで、自ら進んで運動に親む児童を育成することができるであろう。
- (3) 児童の課題をコーディネーション運動の視点からとらえ、変化のある反復の中で楽しみながら考えさせることで、児童の技能を向上させることができるであろう。

3 研究の内容

(1) 主題へのせまり方

本研究では主題を達成するための3つのキーワードを「めあての持たせ方」「場の設定」「コーディネーション運動」とし、上記の仮説を設定した。本授業では毎時間の始めにコーディネーション運動に取り組み楽しみながら体力的課題を克服したり、主運動に必要な運動感覚を養ったりしていく。4時間目以降では「めあて1」と「めあて2」を組み合わせたスパイラル型の学習を仕組み、児童一人一人の体力に合った

めあてを設定できるよう促し、達成感を味わわせ主体性を引き出していきたい。児童一人一人に合っためあてを持たせるために重要になってくるのが場の設定である。児童が、楽しみながらめあて達成できる場を設定し、運動に進んで親しむことができれば、本研究主題である運動に親しみ、たくましい体と心をつくる児童の育成につながると考えた。

(2) 研究仮説の具体的な手立て

ア 一人一人にめあてを持たせそれを達成させていくことで、児童が主体的に取り組む体育学習ができるであろう。

(ア) 2～3時間目ではステージ型の学習でしっかりと技を習得する時間を確保し、4時間目以降では児童一人一人が自分のめあてを設定し自主的に学習に関わっていけるようにする。

(イ) 4時以降では「めあて1」と「めあて2」をたてさせスパイラル型の学習をすることにより、距離や速さに挑戦したり、できそうな泳ぎ方に挑戦したりできるようにする。

イ 場の設定を工夫し、運動の楽しさや技ができる喜びを味わわせることで、自ら進んで運動に親しみたくましい体と心をつくる児童を育成することができるであろう。

(ア) 児童の興味・関心、技能、体力、理解力に合った運動の場を設定し、自分の課題に適した練習を選択できるようにする。

(イ) 場は、児童の実態、興味・関心の変化に合わせて設定していく。

ウ 児童の課題をコーディネーション運動の視点からとらえて反復することで、楽しみながら技能を向上させることができるであろう。

(ア) 児童の課題をコーディネーション運動の視点からとらえ、課題克服に必要な運動の資料を児童に提示して、自分の体力の課題を意識して運動に取り組めるようにする。

(イ) 変化のある反復を工夫し楽しみながら考える活動を通して、運動技能を向上させるためのレディネスを形成することができるようにする。

(ウ) 自分のめあてを達成するために必要な運動を選択できるようにする。

(3) 本單元における指導の留意点

ア 自己のめあての設定

自分の能力にあっためあてを立てさせるように支援したい。また、同じ課題に取り組む仲間と共に、学習できる環境を作っていきたい。

イ デジタル機器の活用

児童は、つまづきを仲間や教師から客観的に伝えてもらうことはできる。しかし、実際には、そのイメージ化には時間がかかる。そこで、児童のつまづいているシーンを動画や写真として残し、その場でフィードバックさせることで、つまづきにいち早く気づき、課題解決につながる支援をしていきたい。

また、デジタルコンテンツの活用を図り、「自己や仲間の泳ぎ方」と「合理的な泳ぎ方」を比較することで、課題解決を促していきたい。

本単元の期間中は常に児童が、学級やプールサイドで「自己や仲間の泳ぎ方」「合理的な泳ぎ方」が視聴できる環境を設定する。

ウ 水辺活動の取り組み(14・15時)

本単元の発展的な取り組みとして、水辺活動を行うこととした。沖縄県は周りを海に囲まれ、身近に海を感じることができる環境にある。その反面、海での事故に遭う機会も少なくない。そこで、水泳学習の終盤に、水難事故に遭った時の対応の仕方や心肺蘇生法、着衣泳等、命を守る泳法習得の授業を計画した。

また、これまで水泳学習で培った力を発揮し、遠泳・シュノーケリングにもチャレンジさせ、泳ぐことの楽しさ、大切さを再実感させたい。また、危険が伴う取り組みであるため、十分に安全面に留意しながら取り組む。

(4) 学習のねらいと道すじ

ア 学習のねらい

できる泳ぎ方で、距離や速さに挑戦したり、できそうな泳ぎ方に挑戦したりして楽しむ。

イ 学習の道すじ(時間配分)

- 水泳の約束を守り、安全に気をつけて学習する。毎時間「めあて1」を十分に行った後「めあて2」に進む。

- 自分の力に合っためあてを決めて学習する。合図があったらすばやくバディを組み、人数を確かめ、めあてが同じ人と練習する。

〈めあて1〉

今できる泳ぎ方で、距離や速さに挑戦して楽しむ。

〈めあて2〉

やってみたい泳ぎ方に挑戦し、ある程度続けて泳いで楽しむ。

(5) 時間配分

学習活動と内容 『目指せ海猿, 国境警備隊』								
	第1次		第2次				第3次	
	①	②③	④⑤	⑥⑦	⑧⑨	⑩⑪	⑫⑬	
0	○オリエンテーション	一斉指導	準備運動・コーディネーション運動・めあての確認・自己泳力確認					水辺活動 着衣泳 心肺蘇生法 遠 泳 シュノーケリング体験
45	○学習の流れ確認	基礎基本の再確認	はじめのめあて1			新しいめあて1		
	○デジタルコンテンツの活用法確認	け伸び ポビング バプリング クロール 平泳ぎ 背泳ぎ等	↓			↓		
			はじめのめあて2			新しいめあて2		
			泳力調査(練習成果の確認)					
学習の振り返り・学習のまとめ・次時の活動の確認・集合・挨拶・用具の片づけ・(学習ノートの提出)								

(6) 水泳の評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	技能
水泳の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> 自分の力にあった課題をもって進んで取り組み、泳ぐことの楽しさや喜びを味わおうとする。 友達を励まし合い、教え合いながら協力して練習しようとする。 自分の体の調子を確認めるとともに、プールサイドを走らない、準備運動を行うなどの水泳の決まりや水泳の心得を知り、安全に気をつけようとする。 	<ul style="list-style-type: none"> 泳ぎ方や目標距離など自分にあった課題をもち、その課題に向けての練習の仕方を選んでいく。 学習カードや補助具を活用して、自分のできそうな泳ぎ方をできるようにするための練習方法や泳ぎの技法のポイントがわかっている。 	<ul style="list-style-type: none"> クロールについて、呼吸をしながら続けて長く泳ぐことができる。 平泳ぎについて、呼吸をしながら続けて長く泳ぐことができる。

(7) 学習における具体的評価規準と評価計画

観点	単元の評価規準	6年 学習活動における具体的評価規準			評価方法	② 3時	④ 9時	⑥ 7時	⑧ 9時	⑩ 11時	⑫ 時	⑭ 15時
		A 基準 (十分満足できる)	B 基準 (おおむね満足できる)	努力を要する子への手立て								
関心・意欲・態度	①泳ぐことの楽しさを味わうために、自分の力に合った課題を持って進んで取り組みようとする。	・距離泳の記録やストローク数を意識したりして、楽しさを広げようとしている。	・自分のできることを活かして、水泳を楽しもうとしている。	・自分のできることを活かして、水泳を楽しませる。	行動観察 学習カード			○				○
	②友達を励まし合ったり、補助し合ったりするなど協力して練習しようとする。	・友達に励ましや助言の声かけをし、活動を楽しもうとしている。 ・友達と学び合い、互いのよさや上達を修正しながら、泳力を伸ばそうとしている。	・友達を励まし合い、協力して活動しようとしている。 ・友達と学び合い、協力して練習をしようとしている。	・友達を励まし合い、協力して活動できるよう声かけする。 ・友達と学び合い、協力して練習できるよう声かけする。	行動観察 学習カード		○				○	
	③プールサイドを走らない、準備運動を行うなど、水泳プールのきまりや水泳の心得を守り、安全に気をつけようとする。	・準備運動をすすんで行い、シャワーを浴びる、プールサイドを走らない等、安全・衛生に気をつけようとしている。	・プールのきまりを守り、安全に水泳の学習に取り組もうとしている。	・プールのきまりを守り、安全に水泳の学習に取り組むことができるよう声かけする。	行動観察 学習カード	○						
	④記録会を行うために、準備や運営にすすんで携わりようとする。	・記録会をすすんで計画し、役割分担に従って、協力的に活動しようとしている。	・記録会を計画し、自分の役割を果たそうとしている。	・自分の役割を果たせるように声かけする。	行動観察 学習カード			○				○
思考・判断	①泳ぎ方や目標距離等、自分の力に合った課題を選ぶ。	・自分の目標を持ち、泳力に合った課題を学習資料、デジタルコンテンツ、既習事項をもとに考え、見直しを持って学習を立てることができる。 ・学習計画をもとに、毎時間の課題を修正しながら、練習方法を工夫して学習を進めることができる。	・自分に合った目標を持ち、課題や練習方法を学習資料やデジタルコンテンツから選び、学習計画を立てることができる。 ・学習計画をもとに、自分に合った練習方法で学習を進めることができる。	・自分に合った目標を持てるよう、課題や練習方法を学習資料やデジタルコンテンツから選び、学習計画を立てよう考えさせる ・学習計画をもとに、自分に合った練習方法で学習を進めることができるようにさせる。	行動観察 学習カード			○		○		○
	②泳ぎの技法のポイントがわかり、自分の泳ぎに活かすことができる。	・泳法のポイントがわかり、自分の泳ぎや友達への助言に活かすことができる。	・泳法のポイントを理解して練習している。	・泳法のポイントを理解させ、練習させる。	学習カード				○			○
	③自己の水泳の楽しみ方を選び、活動方法を工夫することができる。	・同じ課題をもった友達と協力し、課題意識を持ち、見直しをもって楽しみを広げる活動を工夫している。	・同じ課題をもった友達と協力し、楽しみを広げる活動に取り組もうとしている。	・同じ課題をもった友達と協力し、楽しみを広げる活動に取り組ませる。	発言 学習カード		○			○		
技能	①クロールで、呼吸をしながらある程度続けて泳ぐことができる。	・伸びのあるクロールで、続けて長く泳ぐことができる。(6年 50～100m)	・クロールで呼吸をしながらある程度長く続けて泳ぐことができる。(6年 25～50m)	・クロールの泳法確認や呼吸の仕方を学習資料やデジタルコンテンツを使い、確認させ練習させる。(25m未満)	行動観察 学習カード			○		○	○	
	②平泳ぎで、呼吸をしながらある程度泳ぐことができる。	・伸びのある平泳ぎで、続けて長く泳ぐことができる。(6年50～100m)	・平泳ぎで、呼吸をしながらある程度長く続けて泳ぐことができる。(6年25～50m)	・平泳ぎの泳法確認や呼吸の仕方を学習資料やデジタルコンテンツを使い、確認させ練習させる。(25m未満)	行動観察 学習カード			○		○	○	
	③背泳ぎで、ある程度泳ぐことができる。	・伸びのある背泳ぎで、続けて長く泳ぐことができる。(6年50m以上)	・背泳ぎで、ある程度長く続けて泳ぐことができる。(6年25m)	・背泳ぎの泳法確認や呼吸の仕方を学習資料やデジタルコンテンツを使い、確認させ練習させる。(25m未満)	行動観察 学習カード			○		○	○	

観点	単元の評価規準	5年 学習活動における具体的評価規準			評価方法	② 3時	④ 5時	⑥ 7時	⑧ 9時	⑩ 11時	⑫ 時	⑬ 時
		A 基準（十分満足できる）	B 基準（おおむね満足できる）	努力を要する子への手立て								
関心・意欲・態度	①泳ぐことの楽しさを味わうために、自分の力に合った課題を持って進んで取り組もうとする。	<ul style="list-style-type: none"> 学習の進め方が分かり、距離や泳法について、自分の目標を明確に持ち、進んで取り組もうとしている。 自分のできることを活かして水泳を楽しむとともに、楽しみを広げようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習の進め方を理解し、自分の目標を持って進んで取り組もうとしている。 自分のできることを活かして、水泳を楽しもうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 自分の目標を持たせ進んで取り組ませる。 自分のできることを活かして、水泳を楽しませる。 	行動観察 学習カード			○				○
	②友達と励まし合ったり、補助し合ったりするなど協力して練習しようとする。	<ul style="list-style-type: none"> 友達とたくさん声かけをしたり、自分の役割を考えながら、活動を楽しくするために、努力しようとしている。 友達と励まし合い、助言されたこと活かしながら、泳力を伸ばそうとするとともに、助言や補助を進んで行い、協力して練習をしようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 友達と励まし合い、協力して活動しようとしている。 友達と励まし合ったり、補助をし合ったり、教え合ったりするなど、協力して練習しようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 友達と協力して活動させる。 友達と励まし合ったり、補助をし合ったり、教え合ったりするなど、協力して練習させる。 	行動観察 学習カード		○					○
	③プールのサイドを走らない、準備運動を行うなど、水泳プールのまきまりや水泳の心得を守り、安全に気をつけようとする。	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動を行う、シャワーを浴びる、プールのサイドを走らない等の安全・衛生に進んで気をつけようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動、シャワーを浴びる、プールのサイドを走らない等、安全・衛生に気をつけようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動、シャワーを浴びる、プールのサイドを走らない等、安全・衛生に気をつけさせる。 	行動観察 学習カード	○						
思考・判断	①泳ぎ方や目標距離等、自分の力に合った課題を選ぶ。	<ul style="list-style-type: none"> 自分に合った課題や練習方法を学習資料やデジタルコンテンツから選び、見直しを持って学習計画を立てることができる。 学習計画をもとに、学習資料や共通課題の学習から、自分の力に合った課題や練習方法を選んで学習を進めている。 	<ul style="list-style-type: none"> 自分に合った課題や練習方法を学習資料やデジタルコンテンツから選び、学習計画を立てることができる。 学習計画をもとに、自分の力に合った課題や練習方法で学習を進めている。 	<ul style="list-style-type: none"> 自分に合った目標を持てるよう、課題や練習方法を学習資料やデジタルコンテンツから選び、学習計画を立てよう考えさせる 学習計画をもとに、自分の力に合った課題や練習方法で学習を進めさせる。 	行動観察 学習カード			○		○		○
	②学習カードや補助具を活用して泳ぎのポイントがわかる。	<ul style="list-style-type: none"> 泳法の基本的な技能ポイントが分かり、自分の泳ぎに活かそうとしている。 同じ課題をもった友達と協力し、課題意識を持ち、見直しをもって楽しみを広げる活動を工夫している。 	<ul style="list-style-type: none"> 泳法の基本的な技能ポイントがわかる。 同じ課題をもった友達と協力し、楽しみを広げる活動に取り組もうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 泳法の基本的な技能ポイントを理解させ、練習させる。 同じ課題をもった友達と協力し、楽しみを広げる活動に取り組ませる。 	行動観察 学習カード		○		○	○		○
技能	①クロールで、呼吸をしながらある程度続けて泳ぐことができる。	<ul style="list-style-type: none"> 伸びのあるクロールで、続けて長く泳ぐことができる。（5年 50以上） 	<ul style="list-style-type: none"> クロールで呼吸をしながらある程度長く続けて泳ぐことができる。（5年 25m以上） 	<ul style="list-style-type: none"> クロールの泳法確認や呼吸の仕方を学習資料やデジタルコンテンツを使い、確認させ練習させる。（25m未満） 	行動観察 学習カード			○		○		○
	②平泳ぎで、呼吸をしながらある程度泳ぐことができる。	<ul style="list-style-type: none"> 伸びのある平泳ぎで、続けて長く泳ぐことができる。（5年50以上） 	<ul style="list-style-type: none"> 平泳ぎで、呼吸をしながらある程度長く続けて泳ぐことができる。（5年25m以上） 	<ul style="list-style-type: none"> 平泳ぎの泳法確認や呼吸の仕方を学習資料やデジタルコンテンツを使い、確認させ練習させる。（25m未満） 	行動観察 学習カード			○		○		○
	③背泳ぎで、ある程度泳ぐことができる。	<ul style="list-style-type: none"> 伸びのある背泳ぎで、続けて長く泳ぐことができる。（5年25～50m） 	<ul style="list-style-type: none"> 背泳ぎで、ある程度長く続けて泳ぐことができる。（25m） 	<ul style="list-style-type: none"> 背泳ぎの泳法確認や呼吸の仕方を学習資料やデジタルコンテンツを使い、確認させ練習させる。（25m未満） 	行動観察 学習カード			○		○		○

(8)単元の学習活動と評価の計画

時 間		学習活動	評価方法と場面	教師の支援
第1次	オリエンテーション	① オリエンテーション ・学習のねらいや進め方を知る。 ・安全についての約束やマナーについての確認をする。	行動観察 学習カード	○児童が進んで取り組めるように学習の資料を準備する。 ○学習していく泳法の種類と名前を教える。
	基礎基本の習得	② ③ ・コーディネーション運動 ・け伸び、息つき、バタ足等、動画コンテンツを活用しながら「合理的な泳ぎ方」に挑戦する。	行動観察 学習カード	○能力が同じの児童同士で活動できるようにする。 ○つまづいている児童には資料、VTR、デジタルコンテンツで自分の欠点に気づかせ、泳法の習得に必要なポイントをおさえる。 ○安全に気をつけて学習させる。
第2次	自分の課題に挑戦	④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ・コーディネーション運動 (洗濯機 水中ジャンケン ポビング 壁つかみ バタ足バタ平 潜水艦け伸び キック相撲等) ・めあて1 今できる泳ぎ方で、距離や速さに挑戦して楽しむ。 ・めあて2 やってみたい泳ぎ方に挑戦し、ある程度続けて泳いで楽しむ。	行動観察 学習カード	○能力が同じの児童同士で活動できるようにする。 ○コーディネーション運動時にめあてにつながる運動を取り入れさせる。 ○つまづいている児童には資料、VTR、デジタルコンテンツで自分の欠点に気づかせ、泳法の習得に必要なポイントをおさえる。 ○安全に気をつけて学習させる。
第3次	水辺活動	⑭ ⑮ ・心肺蘇生法講習 ・遠泳 ・シュノーケリング体験	行動観察 児童発言	○安全に気をつけ心肺蘇生法について学習させる。 ○自分の泳力に合ったコースで遠泳に挑戦させる。 ○安全に気をつけ、シュノーケリング体験させる。 ○安全に気をつけて学習させる。

(9) 本時の学習活動と教師の支援・評価 (12・13/15)

ア 学習のねらい

(ア)水泳の心得やきまりを守り、水にもぐったり浮いたり、呼吸法を身につけて長く泳いだり、できそうな泳ぎ方に挑戦したりして楽しむ。

めあて1:今できる泳ぎ方で、距離や速さに挑戦して楽しむ。

めあて2: やってみたい泳ぎ方に挑戦し、ある程度続けて泳いで楽しむ。

(イ)お互いに教え合い、励ましあって水泳学習を楽しむことができる。

イ 授業仮説




(ア)コーディネーション運動で基礎感覚づくりに取り組むことや、各自の能力に合わせグループ別指導を行うことにより、それぞれの能力を伸ばすことができるであろう。



(イ)デジタルコンテンツの活用を図り、「自己や仲間の泳ぎ方」と「合理的な泳ぎ方」を比較することで、自分にあつためあての設定や泳法の習得がスムーズになり、主体的に学習に取り組むことができるであろう。

ウ 準 備

ホイッスル、タイマー、ビート板、指導用ボード、スモールステップ表、パソコン、防水カメラ(XCTY)

エ 展 開

	学習のねらいと活動	○教師の支援			◆評価
		T1 カジキ	T2 カツオ	T3 グッピー	
開始前	<ul style="list-style-type: none"> 健康観察 準備運動 	○人員の確認と健康観察，準備運動を行い安全に留意すべきことを確認する。			
はじめ (15分)	1コーディネーション運動 <ul style="list-style-type: none"> ボビング かべつかみバタ足 カエル足 潜水艦け伸び キック相撲 	○主運動に必要な基本的な動きを意識させる。 ○仲間と調子を合わせたり，リズムよくできるよう声かけをする。 ○支援が必要な児童と共に運動を行う。  			◆友達と励まし合い，協力して活動している。
	2自己の泳力確認 <ul style="list-style-type: none"> 泳法のポイントを確認しながら 25m泳ぐ。 バディを組ませ，お互いの動きをチェックし合いアドバイスをさせる。 	○それぞれの泳法のポイントをおさえ取り組ませる。 ○泳法のポイントを意識するよう声かけをする。 ○バディを組ませ，互いに動きをチェックしアドバイスさせる。			◆クロール，平泳ぎ，背泳ぎ等で，ある程度続けて泳ぐことができる。
	3めあてと本時の学習を確認	○めあての確認とともに本時の学習を確認する。			
なか (20分)	めあて1:今できる泳ぎ方で,距離や速さに挑戦して楽しむ。				
	4「めあて1」の解決 <ul style="list-style-type: none"> 自分の目標を確認し，それぞれのバディで練習に取り組む。 	T1 カジキ 速さに挑戦	T2 カツオ 距離に挑戦	T3 グッピー 基本的な動作の確認	◆友達と学び合い，協力して練習をしようとしている。
		○呼吸練習，フォームチェック，いろいろなリレー等，基本的な練習の後，バディとのめあてに沿った練習をさせる。	○バタ足，ビート板バタ足，面かぶりクロール，呼吸の仕方，泳ぎのリズム等，基本的な練習の後，バディとのめあてに沿った練習をさせる。	○顔つけ，ふし浮き，け伸び等，基本的な練習のめあてに沿って練習をさせる。 ○け伸びからバタ足，一連の動きを練習させる。	
休 憩 (5 分)					
○休憩時間を利用しクロール・平泳ぎ・背泳ぎのポイントを実演する。T2:ポイント解説 T1:クロール・背泳ぎ T3:平泳ぎ					

めあて2:やってみたい泳ぎ方に挑戦し,ある程度続けて泳いで楽しむ。					
なか②(40分)	5「めあて2」の解決 ・学習進度表にネームカードをはる。 ・自分の課題に合った場や補助具を選び,課題解決に取り組む。 ・同じめあての仲間と学び合ったり見合ったりして協力する。 	T1 カジキ クロール・背泳ぎ ○パドルを使い水をキャッチする感覚を身に付けさせる。 ○呼吸のリズムに気をつけさせる。 ○スタートで壁を思いっきり蹴るようにさせる。 ・ターン ・色々なリレー	T2 カツオ 平泳ぎA ○足の動きに気をつけさせる。 ○手のかき方に気をつけさせる。 ○呼吸のコンビネーションを意識させる。	T3 グッピー 平泳ぎB・バタ平 ○け伸びからバタ平,一連の動作がスムーズにできるようにさせる。 ○足の裏で水を蹴ることに意識させる。 ○プルブイで浮力を付け練習させる。 (目標25m), 	◆泳法確認や呼吸の仕方を学習資料やデジタルコンテンツを使い自分の泳ぎ方に活かすことができる。 ◆泳法のポイントを理解し練習することができる。
	まとめ(10分)	6泳力調査 7整理運動 8今日の反省の発表 (教室で学習ノートの整理)	○本時の成果を確認し,次時への励ましとする。 ○バディを組んだ者同士が相手の良い点,改善点について話し合わせる。 ○全体的な課題を伝える。	◆記録会を行うために,準備や運営に進んで携わっている。	

(10) 評価

ア水泳の心得やきまりを守り,水にもぐったり浮いたり,呼吸法を身につけて長く泳いだり,できそうな泳ぎ方に挑戦したりして楽しむことができたか。

イお互いに声を掛け合い,励ましあって水泳学習を楽しむことができたか。

4 研究の結果と考察

(1) 成果

○コーディネーション運動を取り入れることにより,ふし浮き,け伸び等基本の動きを楽しみながら習得することができた。

○デジタルコンテンツの活用により,より具体的なめあてを立てることができたり,合理的な泳ぎ方を意識し練習に取り組んだり,仲間同士で的確な声かけをしたりすることができた。

○防水カメラの活用により,自己の課題をその場でフィードバックすることができ,課題の解決につなげることができた。

○ほぼ全員が新しい泳ぎ方に挑戦し,自己の目標達成をすることができた。

(2) 課題

○仮説2の実践が少し弱かった。

○2時間連続の授業だったため見学者にとっては入水機会の減少につながってしまった。

○コーディネーション運動のバリエーション収集と活用方法の研究