

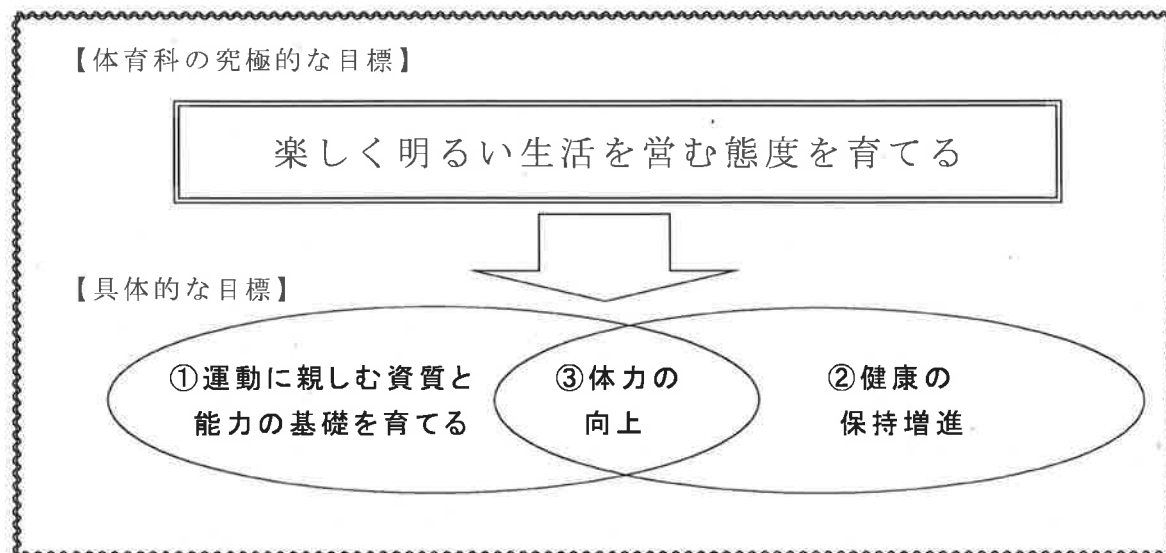
勢いのある鳥取の体育

～ はずむ心 豊かな学び 確かな力 ～

鳥取県小学校体育研究会研究部長

鳥取市立青谷小学校 広沢 栄貴

1 体育科の目標構造について



①は、生涯にわたって運動やスポーツを豊かに実践していくためには、小学校段階において、その基礎を確実に育成することが重要であることを強調したものである。その資質や能力とは、次のとおりである。

- 運動への関心や自ら運動をする意欲
- 仲間と仲よく運動すること
- 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
- 運動の技能

これらの資質や能力を育てるためには、児童の能力・適性、興味・関心に応じて、運動の楽しさや喜びを味わい、自ら考えたり工夫したりしながら運動の課題を解決するなどの学習が重要である。このことにより、生涯を通じて運動を日常生活の中に積極的に取り入れ、生活の重要な一部とすることを目指している。

②は、身近な生活における健康・安全に関する内容を実践的に理解することを通して、自らの生活行動や身近な生活環境における学習課題を把握し、改善することができる資質や能力の基礎を培うことを示したものである。

③は、各種の運動を適切に行うことによって活力ある生活を支え、たくましく生きるための体力の向上を図るということである。そのためには、発達の段階に応じて高める体力の内容を重点化し、自己の体力や体の状態に応じた高め方を学ぶことはもとより、学習したことを家庭などで生かすなど、体力の向上を図るための実践力を身につけるこ

とができるようにすることが必要である。

2 勢いのある体育学習を実現するために

(1) 勢いのある体育学習

本県のめざす「勢いのある体育学習」は、次のような体育学習と考える。

- 児童が生き生きと目を輝かせて、自発的、自主的に課題に取り組んでいる体育学習。
- 学習内容が明確で、系統性を踏まえた指導により、基礎的な技能や知識を習得し、習得した技能や知識を活用している体育学習。また、新たな課題を解決するために、積極的にチャレンジ（探究）する体育学習。
- 充実した言語活動を行いながら仲間と豊かにかかわるなかで、運動の楽しさや喜びをしっかりと味わい、拍手や歓声があがる体育学習。
- マネジメント場面（準備や片付けなど）や、インストラクション場面（説明や演示、指示）が効果的に設定され、運動量が確保されている体育学習。

そこで、児童が生き生きと目を輝かせて、自発的、自主的に活動する「勢いのある体育」とするために、「基礎的条件」と「内容的条件」があることを踏まえて指導するようにしたい。この2つの条件は相互に深く関連し、実際には相乗的に授業成果にプラスに、あるいはマイナスに作用する。例えば、いかに周到にマネジメントを行い、肯定的な雰囲気づくりに努力を払ったとしても、学習内容がつまらないものであったり、教材や場づくりが適切でなかったりすれば、児童の学習意欲は高まらず、学習活動は停滞してしまう。逆にいかに理想的な授業づくりの理論を掲げ、授業計画を立てたとしても、授業の基礎的条件が整っていなければ、その理論や計画は児童の学習活動に現実化されない。

よい体育授業の内容的条件

- ・ 明確な学習目標（学習内容の明確化）
- ・ 教材、教具、場づくりの工夫
- ・ 多様な学習方法
- ・ 教師の指導性
- ・ 的確な評価
- ・ ICTの活用 など



よい体育授業の基礎的条件

- ・ 運動の学習時間（運動量）の確保
- ・ 学習規律の確立
- ・ 指導者の肯定的な働きかけ
- ・ よい人間関係 など

※ 「内容的条件」は「基礎的条件」の上に機能する。

(2) よい体育授業とは

以下のようなよい体育授業の姿を共有し、授業づくりに生かしていきたい。

1 「体育授業の方法」 高田典衛著 1976年 杏林新書より

○ よい授業の姿

①運動の快適さ ～精一杯運動させてくれる授業～

適切な運動量・事故の防止・爽やかな規律

②技能伸長の認知 ～ワザや力を伸ばしてくれる授業～

生徒の伸びを教師が認めること・一人一人の生徒の記録・伸びることの喜び
合理的な運動の練習法・効果的な施設用具の活用法

③仲間との明るい交友 ～仲間と仲よく（学習）させてくれる授業～

体育特有の欲求・教材に合った上手な組み分け・賞罰の仕方
人間関係の適切な処理

④知的探究心の満足 ～新しい発見をさせてくれる授業～

学習形態の駆使，発問法，解説法，示範法，教具や教材の活用法など，授業の指導技術の工夫

2 「すぐれた体育授業を観る 解説」 平成19年 高橋健夫

○ すぐれた体育授業の姿

「学習目標が十分に達成され，学習成果のあがっている授業」

○学習に勢いがある 「学習の淀みがなく，テンポよく学習が進行している様子」

①学習場面に多くの時間が配当されている。運動学習場面の時間が潤沢。

②マネジメント場面（移動，待機，用具の準備，後片付け等）やインストラクション場面（教師による説明・演示・指示）の時間量や頻度が少ない。

③運動学習場面での学習従事の割合が高い。

④学習場面でのオフタスク行動が少ない。

⑤成功裡な学習従事（ALT-PE）の頻度が高く，逆に「大きな失敗や困難」を経験している者の割合は低い。

○学習の雰囲気がいよい

①集団での協同的活動，集団的思考，賞賛，助言，励まし，補助等の肯定的な人間関係行動の頻度が高く，否定的な人間関係行動はほとんど生じない。

②学習活動に関わって，笑い，拍手，ガッツポーズ，ハイタッチ等の個人的・集団的な肯定的情意行動が頻繁にみられる。

学習場面に多くの時間が配当されていて，その場面で子どもたちが積極的に学習に従事しており，しかも仲間同士が助け合ったり教え合ったりして，楽しく明るい雰囲気を醸し出している授業。

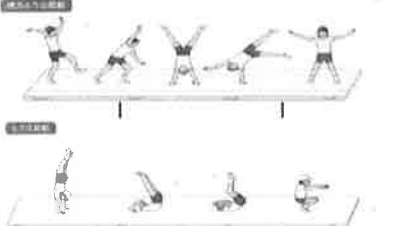
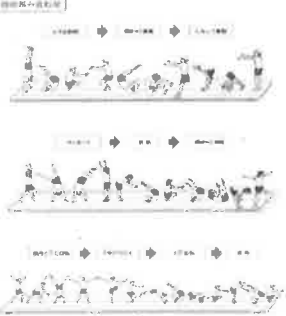
3 研究の視点

(1) 学習内容の明確化

学習内容は体育学習の中で「身に付けさせたいもの」と考えることができる。例えば、サッカーの学習で身に付けさせたい力は、サッカーならではの楽しさや技能、サッカーをすることによって身につけられる体力や運動能力、ルールや練習を工夫する思考力・判断力などである。一般的には、サッカーならではの楽しさを「機能的特性」、サッカーの技能やルール、知識を「構造的特性」、体力や運動能力を「効果的特性」という。それらの運動の特性を明らかにし、毎時間身に付けさせたいものが明確になることで、運動の楽しさを味わい、基礎的な技能や知識も身に付くものとする。教師は、単元を通して身に付けさせたいものを明確にするとともに、その学習内容を単元のどの時間にどのように指導するのかについても明確にして指導しなければならない。

保健学習においても、学習内容の重点を把握し、指導する内容を明確にする必要がある。そのためには、現行の学習指導要領の解説書にある理解すべき学習内容を児童自らが主体的に学び取ることが重要であり、教え込みの盛りだくさんの学習から脱却し、焦点化された学びを実現させることが必要である。「あれもこれも」ではなく「これをこそを」という授業づくりを目指したい。

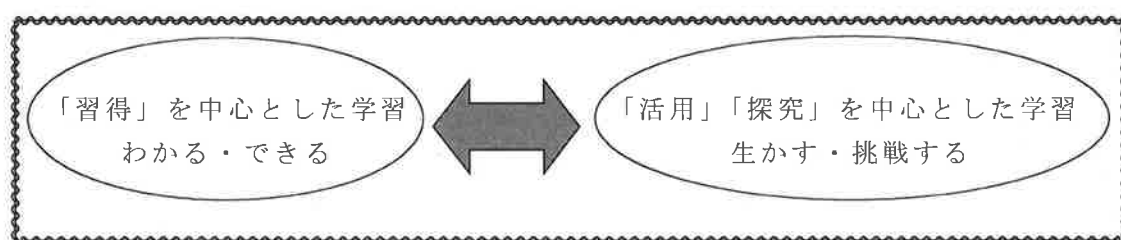
単元の流れ及び評価の計画例（マット運動）

	1	2	3	4	5	6 (本時)	7
主なねらい	準備や片付けの仕方と基本的な回転技や倒立技を知らう。	基本的な回転技と倒立技のこつを知らう。	基本的な回転技と倒立技を練習しよう。	発展技にもチャレンジしよう。	自分に合った回転技と倒立技を選んで組み合わせよう。	組み合わせた連続技を練習しよう。	練習した連続技を発表しよう。
核となる学習内容	・準備や片付け ・基本的な回転技と倒立技	・基本的な回転技のこつと倒立技のこつ	・練習の仕方 ・補助の仕方と教え合い	・発展技 (コンダート・頭はね跳びなど)	・技の選択 ・つなぎ技	・連続技の練習	・連続技の発表
学習活動【わかる・できる・チャレンジする】	用具の準備・感覚づくりの運動・本時の学習の確認						
	・オリエンテーション ・感覚づくりの運動 ゆりかご かえるの足打ち 壁倒立 川跳び など ・基本的な回転技 前転 後転 両脚前転 両脚後転 とび前転 など ・基本的な倒立技 側方倒立回転 倒立 など	回転技の練習に取り組む。  倒立技の練習に取り組む。 		・発展技	自分に合った回転技と倒立技を組み合わせ、連続技の練習に取り組む。 	・練習、教え合い ・連続技の発表 ・アドバイス	
					・技の選択、組み合わせ ・足交差 ・回転ジャンプ	・連続技の練習	
	用具の片付け・学習の振り返り・次時の学習について						

(2) 学習過程の工夫

現行の学習指導要領では、基礎・基本を確実に習得する学習と、これをベースに活用・探究する学習とをバランスよく組み合わせていくことを推奨している。これからの体育学習において、教師はこれらの力を、対立するものではなく、両輪の（緊密な）関係にあるものとしてとらえ、周到に学習過程を組んでいく必要がある。つまり、単元内あるいは単位時間内で、いつその運動の基礎・基本をしっかりと身に付けさせ、いつそれらの力を活用して課題解決に臨ませるのか、いつ新たな課題にチャレンジ（探究）していく活動に臨ませるのか、といった点について、これまで以上に意図的・計画的に学習過程を仕組んでいく必要がある。

保健学習については、関心や意欲を高める学習過程の工夫が求められる。学習方法の工夫としては、工夫された発問や課題提示、グループワーク、討論やディベート、ブレインストーミングなどが挙げられる。しかし、学習内容や目標より学習方法が先にありきになってはならない。このことを踏まえ、児童自らが疑問や好奇心を持ったり質問したりして知識を「習得」したり、さらには習得した知識を「活用」したり、自ら進んで調べるなど「探究」したりする児童の姿が見て取れるような学習方法を開発していくことが求められている。



(3) 効果的な指導

児童の体力向上や確かな技能・知識を身に付けさせていく上で、教師の指導の在り方は欠かせない要素である。ところが、これまでの体育学習では、ともすれば児童の主体性を重視するあまり児童自身が適切な学習方法を選べていなかったり、教師の指導性が消極的になったりして、結果的に基礎的な技能がなかなか定着しない傾向があったと言われている。そこで我々は、これまで以上に児童に生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎となる「確かな力」が身に付くよう、より一層指導の充実を図らなければならない。そこで、教師の指導の在り方の改善の視点として、鳥取県では以下のような視点を重点項目として課題改善に向けたアプローチとする。

◆場の設定の工夫	◆教具の開発・工夫
◆教師の指導言の吟味・検討	◆ミニゲームの開発・活用
◆ICTの活用	

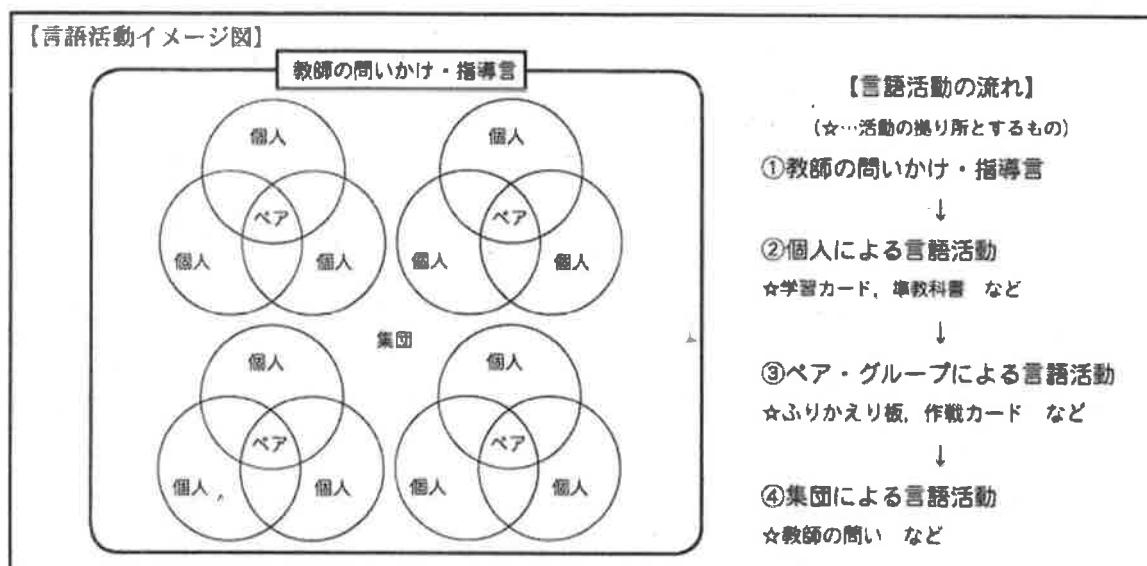
(4) 言語活動の充実

現行の学習指導要領では、体育科においても言語活動の充実が課題とされた。そのための一つの手立てとして、例えば「教師の問いかけ」が挙げられる。つまり、教師が計画的に準備した問いかけによって、児童が運動学習や運動観察等の探究学習を行う過程で、児童の言語的表現を引き出そうという試みである。

一方、そのような課題意識を持った児童相互の「見合い・教え合い」の促進も、思

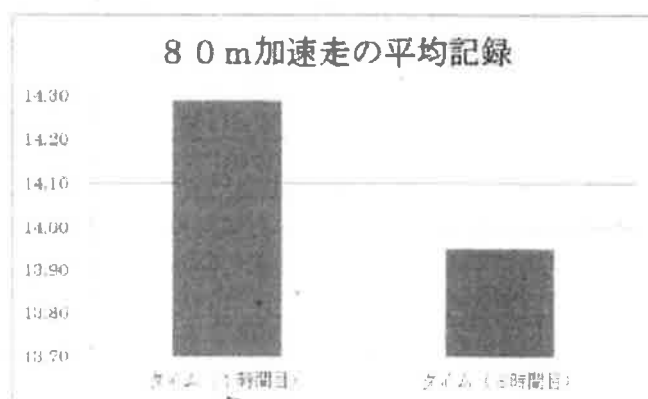
考活動や言語活動を活性化する上で有効である。もちろん、その前段として児童一人一人がしっかりとした考え、動きや作戦、様相を見ることができるとも大切である。従って、そのような視点を持てるような教師の指導も必要となってくる。学習カードやふりかえりボードなどによって自分の活動や友だちの活動を振り返り（個人による言語活動）、仲間同士によるフィードバック行動（グループによる言語活動）を行えるような場を意図的に設定していくことが重要であると考えます。

なお、これらのことについては保健学習においても同様のことが言えると考えます。

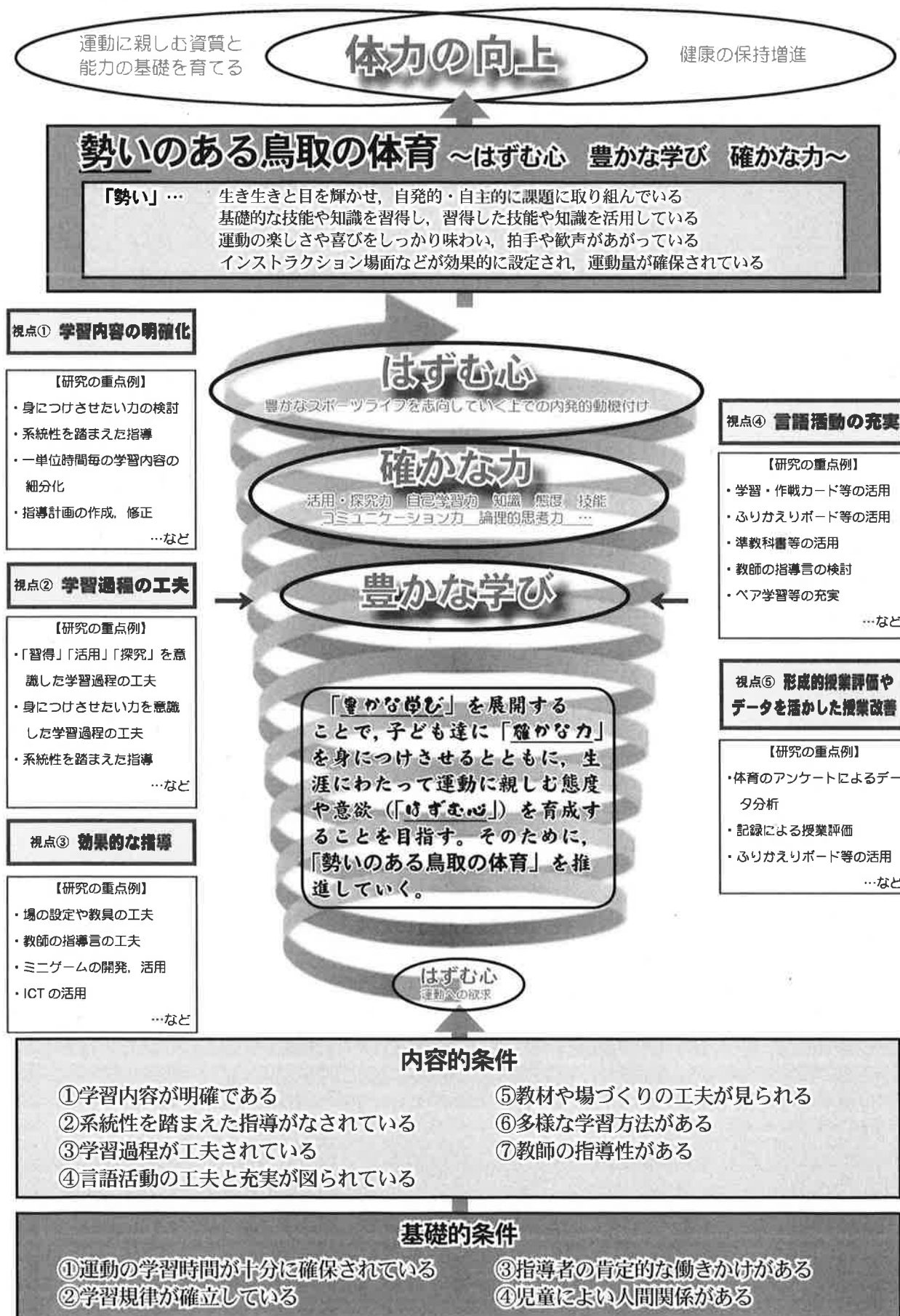


(5) 形成的授業評価やデータを活かした授業改善

学習者である児童に活動を評価させることによって学習を見直したり、より効果的な学習のあり方を求めていったりすることは大変有効である。例えば、毎時間アンケートを児童に対して行い、自らの授業に対する評価を行うとともに、得られたデータを分析して次時や次の単元の授業改善に役立てるというものである。ただし、ここで得られたデータは客観的なデータの一つとして扱い、タイムや記録をとって毎時間の伸びを見たり、児童の学習の様子やワークシートを分析したりすることと合わせて授業の評価や改善を行うことが大切である。



4 研究構想図



5 指導案について

第 学年 組 体育科学習指導案

平成 年 月 日 ()

指導者 ○○ ○○

1 単元名 ○○○○○○○○○○○ (領域名を記入)

※キャッチフレーズ等、児童の学習意欲をかきたてるような表現にする。

2 授業づくりの構想

(1) 運動の持つ特性

(単元について)

運動領域では、その運動ならではの楽しさである「機能的特性」、その運動の技能やルール、知識である「構造的特性」、その運動によって身に付く体力や運動能力、態度などである「効果的特性」を記入する。

保健領域では、単元に対する考え方、児童がこの単元を学習する意義、学習によって期待される効果、日常生活との関連、指導者の思いなどを記入する。

(2) 児童の実態

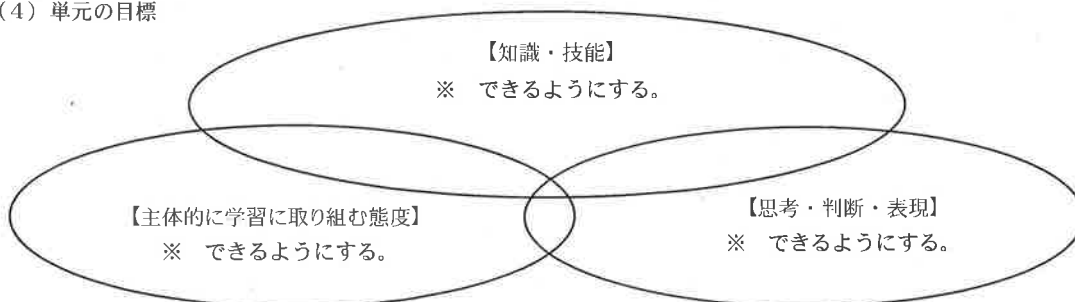
学習する領域に関する児童の興味や関心などの実態、児童が今持っている力（レディネス）、アンケート結果、これまでの学習の様子などについて記入する。

※当該学年の内容を太枠で囲んでください。第5・6学年の場合、中学校の内容を記載する必要はありません。

(3) 運動（学習内容）の系統性

第1, 2 学年	第3, 4 学年	第5, 6 学年
E ゲーム 簡単なボール操作やボールを持たないときの動きによって、的に当てるゲームや攻めと守りのあるゲームをすること。	E ゲーム コート内で攻守入り交じって、ボールを手で操作したり、空いている場所に素速く動いたりしてゲームをすること。 ボールを打つなどにより… ※ 当該学年は太枠	E ボール運動 投げる、受ける、運ぶといったボール操作をしたり、ボールを保持する人からボールを受けられることのできる場所に動いたりして、攻守入り交じったゲームをすること。 止まったボールや…

(4) 単元の目標



(5) 学びへの働きかけ（指導の意図）

○指導のポイント、指導の手立てや工夫、場づくり、教材教具の工夫、グループづくり、言語活動についてなど、指導観を記入する。

(6) 単元の流れ及び評価の計画

	1	2	3	4	5（本時）	6	7	8
主なねらい	・学習の進め方を理解しよう。	・上手に投げて的に当てよう。		・みんなでボールをつないだり、作戦を立てたりしながら、ゲームを楽しもう。		・攻守交代のゲームを楽しもう。		・チームの力を合わせてゲームを楽しもう。
核となる学習内容	・学習の進め方 ・準備の仕方 ・投げる動作	・体の向き ・手の振り ・視線		・パスのつなぎ	・守りを意識したパス、シュート ・攻めを意識した守りの動き		・身に付けた技能をゲームで行う。	
学習活動（「わかる・できる・ためす」／「いかす・チャレンジする」）	・「投げる」基本動作の確認 ・学習の見通しを持つ。	【わくわくの当てるパーク】 ※「核となる学習内容」を念頭に置きながら、その「習得」を目指した学習内容（アプローチ）をできるだけ詳しく明記してください。 ※学習内容が、複数単位時間にまたがる場合は、重複を避けるために、セルを合成してもよいです。 活動①スキルアップゲーム【攻守入り交じり型】（4対2） 活動②ゲーム いけ！名シューター（4対4） ※「活用」「探究」を目指した学習内容（アプローチ）をできるだけ詳しく明記してください。 ※セルの合成については、上記に準じます。 いけ！名シューター○○小選手権						
主	③	④	①	②			①	
思					③	①	②	①
知		①	①	②				

	主体的に学習に取り組む態度	思考・判断・表現	知識・技能
具体的な評価規準	①ボールゲームに進んで取り組もうとしている。 ②運動の順番やきまりを守り、友だちと仲よくゲームをしようとしている。 ③用具の準備や片付けを友だちと一緒にしようとしている。 ④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。	①敵のいないところへ動いて、パスをもらっている。 ②空いている人を選んでパスを送っている。 ③チームにあった簡単な作戦を立てている。	①ねらった方向にボールを投げることができる。 ②友だちにパスをしたり、友だちからのパスを捕ったりすることができる。
	※1時間における評価の観点は、原則として1、多くても2が望ましいです。ただし、「思考・判断」と「技能」は同一時間に上げないようにします。単元全体を通じて、全ての観点を網羅できるように計画してください。		

第 学年 組 保健学習指導案

平成 年 月 日 ()

指導者 ○○ ○○

1 単元名 ○○○○○○○○○○○

2 授業づくりの構想

(1) 単元観

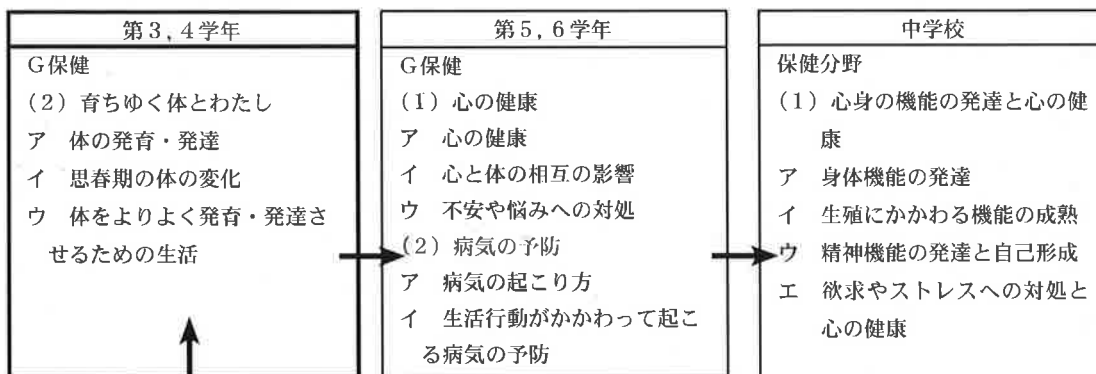
保健領域では、その教材に関連する一般的実態、現代的課題、学習する必要性、学習することによる効果等々について記述する。

(2) 児童の実態

教材に関する児童の興味や関心などの実態、既習事項、アンケート結果、これまでの学習の様子などについて記入する。

※当該学年の内容を太枠で囲んでください。運動領域とは異なり、中学校の内容を記載してください。

(3) 学習内容の系統性

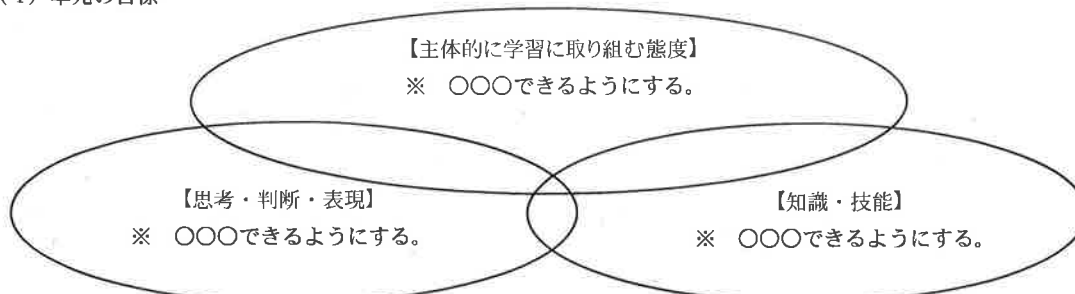


関連する保健指導・教科等

・学級活動、道徳、学校行事、総合的な学習の時間等の中から、関連する指導、事項等を箇条書きで列挙する。

(例)・むし歯の予防(学級活動)、いのちのリレー(学級活動)、宿泊学習(学校行事)、…

(4) 単元の目標



(5) 学びへの働きかけ（指導の意図）

○指導のポイント、指導の手立てや工夫、学習過程、言語活動についてなど、指導観を記入する。

(6) 単元の流れ及び評価の計画

時	1	2（本時）	3	4
主 な ね ら い	体の発育・発達については、身長、体重などを適宜取り上げ、これらは年齢に伴って変化することを理解するとともに、体の変化には個人差があることを理解する。	思春期には、体つきに変化が起こり、人によって違いがあるものの、男女の特徴が現れること、また、初経、精通、変声、発毛が起こり、これらは早い遅いがあるものの、だれにも起こる、大人に近づく現象であることを理解する。	思春期には、早い遅いがあるものの、だれにでも心に変化が起こり、異性への関心が芽生えることを理解する。	体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方には、多くの種類の食品をとることができるような調和のとれた食事、体の発育・発達により適切な運動、休養及び睡眠などが必要であることを理解する。
学 習 活 動	「育ちゆく体とわたし」について、調べたいことを話し合ってみる。 「体の発育」について、健康の記録をもとに、自分の身長や体重の変化を調べる。 「体の発育」について話し合ったり、まとめたりする。	大人に近づくにつれて、わたしたちの心や体がどのようにどのように変化するか、考える。 体のどこにどのような変化がいつ頃おきるか、男女別に調べる。 調べたことをもとに、思春期の体の変化について話し合ったり、まとめたりする。	大人に近づくにつれて、わたしたちの心にどのような変化がおきるか、考える。 異性への関心現れ方について、調べてみる。 調べたことをもとに思春期の心の変化について話し合ったり、まとめたりする。	体のよりよい発育のためには、どのようなことが必要か考える。 生活習慣アンケートや生活自己点検をふり返るとともに、体によりくらしについて考える。 体のよりよい発育について、調べたことをもとに話し合ったり、まとめたりする。
評 価 の 計 画	主	①	②	
	思		①	②
	知	①		②

※1時間における評価の観点は、原則として1、多くても2が望ましいです。単元全体を通じて、全ての観点を網羅できるように計画してください。

具 体 的 な 評 価 規 準	主体的に学習に取り組む態度	思考	表現
	①育ちゆく体とわたし」の体の発育について、教科書や健康の記録を見たり、自分の生活をふり返ったりするなどの学習活動に進んで取り組もうとしている。 ②思春期の体や心の変化や体のよりよい発育について、教科書や資料などを見たり、自分の生活をふり返ったりするなどの学習活動に進んで取り組もうとしている。	①体の発育や思春期の体や心の変化について、教科書や友だち、先生の話をもとに、課題や解決の方法を見つかったり、選んだりするなどして、自分の考えを説明している。 ②体のよりよい発育について、教科書や自己の生活ポイントカードや友達や先生の話をもとに、生活課題の解決方法を選んだり、見つけたりして、それらを説明している。	①体の発育や思春期の体や心の変化について、理解したことを書いたり、発表したりしている。 ②体のよりよい発育について、理解したことを書いたり、発表したりしている。

3 本時の学習 (2/4)

- (1) 目標 思春期の体や心の変化について、事前に調べてきたことと教科書や資料などを比較するなど、学習に進んで取り組むことができるようにする。【主体的に学習に取り組む態度】
 思春期に始まる体つきの変化を、生殖器の成熟と関連づけて考えとともに、人によって始まる時期が違ったり、人によって始まる時期が早いことや、必ず誰にでも起こる現象だと説明することができるようにする。【思考・判断・表現】
- (2) 準備 体の発育や思春期の体や心の変化について、理解
- (3) 展開 保健学習ノート、掲示物

学びの段階	学習活動と予想される児童の反応	指導上の留意点・支援	評価 (方法)
ひらく	1 保健学習ノートのp12の学習ノートで、先行学習での理解度を5段階で自己評価する。 p12の答え合わせをする。 女の人は、乳房が大きくなるね。 女の人は、どうして腰回りが大きくなるのかな。 女の人は、丸みのある体になり、男の人は、がっしりとした体つきになるよ。	○先行学習で、保健学習ノートのp12について、答え合わせとともに、5段階の自己評価で、学習の理解度を確認する。 説明できる かなり分かる まあ分かる 少し分かる 分からない ○思春期の体の変化だけでなく、気がついたことや疑問点も発言させることで、学習への興味を高める。 ※「児童のつぶやき」は、予想される児童の反応、次なる学習(めあて)への意欲等を書いてください。「言葉かけ・教え合い」は、しっかりと検討・吟味した教師の発問を書いてください。	核となる言葉かけ 児童のつぶやき 核となる言葉かけ
話し合う	2 ほかの動物と比較して、人間に起こる思春期の体の変化について話し合う。 犬や猫などの動物の毛やひげと、人間の毛やひげの違いはなんだろう。 人間にはないけど、動物には生まれた時からひげがあるよ。 人間のひげは赤ちゃんにはないけど、大人にはあるね。	と比較しながら考えさせるようにする。 ※指導案中には、本時で扱う資料等を可能な限り掲載してください。	
つかむ	3 学習課題を把握する。 保健学習ノートp13について、変化について、かめていく。 ※「ひらく〜つかむ」「まとめる」の間の学習過程には、「習得」を中心とした学習を、「わかる」「話し合う」等で記載し、「活用」「探究」を中心とした学習を「ためす」「いかす」「話し合う」等で記載してください。	○保健教科書p19の月経や射精の仕組みの拡大イラストを、キャスターに指示し、男女それぞれの場所に行き、男子、女子それぞれがまとまって、保健学習ノートを確認しながら、記入していくことを伝える。 ※核となる言葉かけは、その時間の目標に照らし合わせ、児童の思考力を促し、言語活動に結びつぐような中心発問となるよう検討・吟味してください。	核となる言葉かけ 核となる言葉かけ
まとめる	保健学習ノートから、精通や月経が来た時期のグラフで気が付いたことを書いたり、話し合ったりする。 精通や月経が来た時期のグラフで気が付いたことを書いたり、話し合ったりしよう。 小学校3年生や4年生で生理や精通が始まっている人がいるね。 これ以上早い人がいるのかな。	○教科書p20や保健学習ノートp13からこのような変化が人によって違いがあるが、誰にも起きることをおさえる。 ★体の外見と体の内面の変化を関連づけて考え、説明している。【思考・判断】(保健学習ノート・発言) ○学習の最後に本時の学習内容について、もう一度5段階評価を行い、各自の理解度を確認し、分かったこと、よく分からないことなどについて、ふり返りを告げる。	核となる言葉かけ 核となる言葉かけ