

① 鳥取市の取り組み

研究主題

「勢いのある鳥取市の体育」

～ 豊かな関わりを通して、自己を高め、学び続ける力の育成 ～

1 研究主題について

「勢いのある鳥取市の体育」の研究主題のもと、第52回中・四国小学校体育研究会鳥取大会（米子会場）以降も、鳥取市では確かな実践を積み重ねている。この土台をもとに、令和2年度から実施となる新学習指導要領を踏まえながら、令和5年度の第61回中・四国小学校体育研究会鳥取大会に向けて、副題を～豊かな関わりを通して、自己を高め、学び続ける力の育成～とし、一歩ずつ研究を深めていきたい。

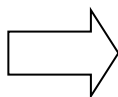
令和3年度には鳥取県小学校体育研究大会が鳥取市で行われる。それに向かう研究に取りかかる本年度は、各ブロックの授業研究会、夏季一泊研、中・四国小体研等への積極的な参加を通して、指導力の向上を図っていきたい。

副題 ～豊かな関わりを通して、自己を高め、学び続ける力の育成～ について

- ・「豊かな関わり」とは、友達や教師、学習の場やルール、教具などと豊かに関わったり、活発な言語活動（伝え合い等）を行ったりすること。
- ・「自己を高め」とは、自己の運動能力、健康・安全についての理解力を高めること。
- ・「学び続ける力」とは、運動の楽しさや健康の大切さを追求し、自らの学習活動を振り返りつつ課題を修正したり、新たに設定したりしながら、次の課題に向かう力。（生涯にわたって心身の健康を保持し豊かなスポーツライフを実現するための力と考える。）

2 研究の視点

- ① 身に付けさせたい力を明確に持った指導
- ② 自己の気づきや思考を促す指導
- ③ 形成的授業評価や振り返りを活かした指導



④運動の持つ特性（楽しさ）を味わわせる指導

- ・パラスポーツの視点
- ・下位運動の効果的な活用
- ・生涯体育のことを意識する。

3 研究の取り組み（授業研究会）

- ・10月25日 Bブロック授業研究会
「目指せ2020 ミヤノシタンピック」（ハードル走）6年生
宮ノ下小学校 荒川貴洋 教諭
指導助言 鳥取県教育委員会体育保健課 富田 学 指導主事
指導助言 鳥取県教育委員会体育保健課 諸家 馨 指導主事
- ・12月6日 Aブロック授業研究会
「どうぶつになってあそぼう！マットゆうえん地」（器械運動）2年生
城北小学校 森山将人 教諭
指導助言 鳥取県教育委員会体育保健課 諸家 馨 指導主事
- ・12月16日 Cブロック授業研究会
「打って、守って、散岐Tボール」（ボール運動）4年生
散岐小学校 坂田泰則 教諭
指導助言 鳥取県教育委員会体育保健課 諸家 馨 指導主事
- ・各ブロック研究会の実践のまとめを1月24日の鳥取市体育冬季研修会で発表
- ・研究集録「躍動49集」の刊行

実践事例①【「わたしたちの体育」を活用した実践】

「短距離走・リレー」 6年陸上運動

鳥取市立湖山西小学校 中澤 達也

1 はじめに

短距離走・リレーは一定の距離を全力で走ることを楽しむことができる運動である。また、仲間と競走したり、自分の記録に挑戦したりして楽しむ運動でもある。特にリレーにおいては、チームや自分に合った練習の仕方や作戦を教え合ったり、記録を伸ばしたりする楽しさを味わうことができる。つまり、人との関わりを通して、運動そのものを楽しんだり、課題を見つけ、その解決に向けて主体的に活動できたりすることが学習過程に位置づけやすく、視覚化しやすい領域である。

今回、「人との関わりを通して、課題を追究し、楽しく運動する子どもを目指して」というテーマで取り組んだ。児童が何を目指して学習するのかというゴールイメージを共有化し、そのために「何ができるようになる」とよいのか、「どんな場を作ればよいのか」、「どんな練習をすれば、よりスムーズでスピードにのったバトンの受け渡しができるか」など、多くの学ぶ視点を人との関わりの中から見つけ、それを解決させていくようにしたいと考えた。そして、課題を解決したり、追究したりする中で、記録が伸びたり、勝敗を受け入れたりすることで「短距離走・リレー」の運動の特性を感じることができると考え、取り組んでいった。

2 実践内容

(1) 単元名「短距離走・リレー」 『わたしたちの体育』 6年 P.30～31

(2) 単元目標

- 短距離走・リレーの楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、走る距離やバトンの受け渡しなどのルールを決めて競走したり、自己（チーム）の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指したりしながら、一定の距離を全力で走ることができるようにする。 【知識及び技能】
- 自己の能力に適した課題の解決の仕方、競走や記録への挑戦の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】
- 短距離走・リレーに積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】

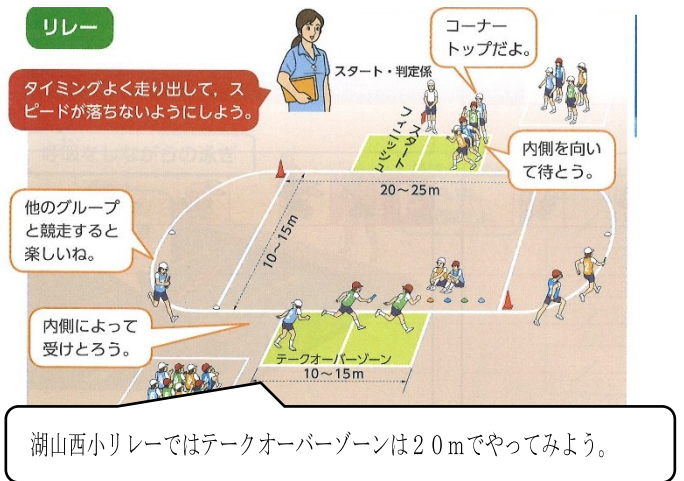
(3) 単元計画（全5時間）

時	1	2	3～5
学習活動	オリエンテーション ①学習の目標と進め方を知る。 ②用具の使い方について知る。 ③きまり、学習の場、安全面について知る。 ④トラック半周の記録を計る。 ⑤学習のまとめの仕方を知る。	走り方を工夫して短距離走をしよう ①めあてを確認する。 ②走り方を工夫して短距離走をする。 ・軸足に体重をかけて低い姿勢でスタートする。 ・地面をしっかり蹴りながらも足を大きくあげて足を回転させる。 ・腕を大きくふる。 ・コーナーでは体を内側に傾けて走る。 ③仲間と走り方のポイントやリレーにつながる走りについて伝え合う。	バトンの受け渡し方を工夫して、リレーをしよう ①めあてを確認する。 ②バトンの受け渡し方を工夫して、リレーをする。 ・バトンの受ける手の位置や高さを確かめる。 ・「ハイ」の声をしっかりかける。 ・前走者がスタート位置まで来たら前を向いて全力で走る。 ③気づいたことやできるようになったことを仲間と伝え合う。 ④チームで記録をとる。

(4) 授業の実際

①場の設定の仕方や用語を正しく知る

「わたしたちの体育」には短距離走やリレーの場づくりについて視覚的に書かれてある。児童はこれまでの学年でもリレーの学習はしてきているが、この「短距離走・リレー」ではどんな学習をしていくのかという見通しをもたせる上で準教科書をオリエンテーションで活用した。場づくりではテークオーバーゾーンをこれまでの自分たちの経験から20mに設定したり、コーナートップのコーンを置いたりするなど、準教科書を参考に自分たちの課題にあった場づくりに活用した。また、準教科書を見ながらコーナートップなどの用語の意味や「右手渡し左手受け」の動きを正しく理解することにも効果的であった。



②「する・みる・支える・知る」を意識した多様な関わり合いの場面をつくる

自分や自分たちの運動の課題は何かを見つけ、仲間とともに解決することは運動の行い方を正しく理解し、特性に応じた運動の楽しさを味わうことにつながると考える。また、課題が明確になるからこそ、視点がはっきりし、主体的な対話も生まれる。自分たちの課題は何かを発見するためにICTを活用した。自分たちのバトンの受け渡しや走り方はどんな姿なのかを動画で見て、理想のバトンの受け渡しや自分の課題は何かを同じチームの中で共有し、解決に向けてどんな練習が効果的を考えさせるようにした。動画は授業の始めのめあて作りで活用し、授業が始まってからは自分の言葉や動作で伝えるようにした。「わたしたちの体育」に吹き出しとして書かれている言葉や練習の仕方を参考にチームごとで自分たちのチームを縮めることができるように練習に取り組んだ。6人のリレーチームを作り、自分たちの課題に合わせて次走者がバトンを受け取る位置やマーカーの位置などに立って観察し、仲間がよかった点、工夫する点を伝えるようにした。



自分たちの姿を動画で見て、本時の課題を見つけ、今日の学習の取り組み方を考える



よりよい動きにするために同じチームの仲間アドバイスもらおう。見る位置を工夫しよう。



3 成果と課題

学習の見通しをもたせたり、場の作り方やバトンの受け渡しのポイントを知ったりする上で準教科書は効果的であった。自分たちが運動する上で課題が出たとき、解決に向けて吹き出しに書いてあることを参考に練習に取り入れる様子も見られた。また、掲載されているイラストとゴールイメージになる動画での動きを一致させることで、バトンの受け渡しのポイントが明確になり、課題解決に向けて児童が主体的に対話し、関わり合う場面を作ることができた。

3時間扱いの学習計画であったが、実際は難しかった。運動の楽しさを感じるためにも回数を重ね、その伸びが視覚的に分かるような工夫が必要であると感じた。記録だけでなく、その伸びが分かるような記録表があるとさらによいように感じた。

実践事例②【「わたしたちの体育」を活用した実践】

「短距離走・リレー」(5・6年)の実践を通して

鳥取市立宝木小学校 原 基紘

1. はじめに

高学年の短距離走・リレーは一定の距離を全力で走ったり、バトンの受け渡しをしたりすることを楽しむことができる運動である。特にリレーでは、仲間と協力して記録に挑戦したり、相手と競走（争）したりする楽しさや喜びを味わうことができる。短距離走は自己の記録・課題に目を向けることが求められるが、リレーはチームの課題を仲間と協力して解決することが求められる領域である。

今回、「仲間との関わり合いを通して、課題を解決し、より良くなろうとする児童の育成」というテーマで取り組んだ。本単元の学習のゴールを「チームの目標タイムを出す」ことにし、子ども達とそれを確認してから学習に入った。リレーは自分だけが良くなろうとするのではなく、自分を含めたチームの課題に気づき、協力し解決していくことが重要である。一つ課題が解決できたら、より良くなろうという気持ちや態度も生まれてくると考えた。そのようなチームとしての有能感が生まれる指導・支援を意識して取り組んだ。本校は児童数が少ないため、5・6年合同で体育をしている。また、異学年仲間との関わり合いを大切にし、自己の成長も促していきたいという思いで取り組んだ。

2. 研究の実際

(1) 単元名 「短距離走・リレー」 「私たちの体育」 5年 P.5～7

(2) 單元目標

- 短距離走・リレーの楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、走る距離やバトンの受け渡しなどのルールを決めて競走したり、自己（チーム）の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指したりしながら、一定の距離を全力で走ることができるようにする。 【知識及び技能】
- 自己の能力に適した課題の解決の仕方、競走や記録への挑戦の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】
- 短距離走・リレーに積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】

(3) 単元計画 (全5時間)

時	1	2	3～5
学習活動	オリエンテーション ①学習の目標と進め方を知る。 ②用具の使い方について知る。 ③きまり、学習の場、安全面について知る。 ④色々な姿勢からのダッシュ ⑤追いかけ走る。 ⑥ふりかえり	走り方を工夫して短距離走をしよう ①めあてを確認する。 ②走り方を工夫して短距離走をする。 ・軸足に体重をかけて低い姿勢でスタートする。 ・地面をしっかりと蹴りながらももを大きくあげて足を回転させる。 ・腕を大きくふる。 ・コーナーでは体を内側に傾けて走る。 ③ふりかえり	バトンの受け渡し方を工夫して、リレーをしよう ① 前回のふりかえり ② めあての確認 ③ バトンの受け渡し方を工夫して、リレーをする。 ・「ハイ」の声をしっかりかける。 ・前走者がスタート位置まで来たら前を向いて全力で走る。 ④ チームで記録をとる。 ⑤ ふりかえり

(4) 授業の実際

①自己の気づきや思考を促す指導

○オリンピック映像の活用

自分たちが目標とするバトンパスの要素を具体的にするために、オリエンテーションでオリンピックの日本代表選手の走り、バトンパスをテレビで見せた。オリンピック選手のバトンパスは何がよいのかという発問をすると、子ども達は「後ろを見ていない」「渡す側ももらう側も腕が伸びている」「声を出している」という気づきが生まれた。それらを意識することで「減速のしない」バトンパスができることを確認してから学習に入ったことで、お互いにアドバイスをする際にもその視点から仲間にアドバイスをすることができた。

○I P A Dで自分達のバトンパスを撮影し、改善点を探す。

I P A Dでバトンパスの様子を撮影し、次の授業のはじめにその映像をテレビで流した。良いバトンパスを取り上げ、どこが良いかを考えさせ、自分たちのチームにも取り入れるように促した。



毎時、授業のはじめには自分たちの映像を確認した

映像を見て、今日はどんな課題を解決していくかを話し合っている。



②「する・みる・支える・知る」を意識した多様な関わり合い

「**する**」…減速のしないバトンパスができるとそれが喜びとなる。子ども達が減速のないバトンパスができるようになるためにも「わたしたちの体育」に書かれている吹き出しやコツを確認させたり、例示されている練習の方法を実践したりした。「マーカーを使った練習」を実践すると、スタートの位置がはっきりわかりやすいため、上手にいくチームが増えた。最後の記録を計る時もマーカーを引いた状態で記録を計り、目標タイムを上回るチームがほとんどであった。

「**みる**」…練習中のバトンパスは各チーム1本ずつにした。そうすることで、自分が練習していない時は仲間のバトンパスを見て積極的にアドバイスを送りあう姿を生むことができた

「**支える**」…走るのが苦手な子が中にはいる。競争だと抜かれてしまう恐れがあるが、自分達の目標とするタイムを出すことがゴールのため、チームメイトの声かけも前向きで、苦手な子も積極的に練習や記録会に取り組むことができた。

「**知る**」…毎時間、前時の児童の振り返りを紹介したり、映像を確認したりすることで様々な作戦やコツを知ることができた。それを参考に練習に取り組むチームが多かった。

1 m 間隔でマーカーを引き、スタート位置を明確にした



自然と輪になり、アドバイスや作戦を考えた。



3. 成果と課題

最終的にはすべてのチームが目標とするタイムを上回る記録を出すことができた。ICTの活用により、客観的に自分達の姿を見ることができたり、私たちの教科書の練習方法を実践したりしたことが大きな要因であると考えられる。練習中の話し合いが多く見られたのは子ども達にゴールイメージがしっかり持っていたためであり、それもICTや「私たちの体育」の役割が大きかった。

しかし、できる子が積極的に発言をするし、チームを引っ張っていった。苦手意識のある子の考えや思いも取り入れていくためにも、毎回行ったふり返りをどのように活用するのかを考える必要があるように感じた。

実践事例③【「わたしたちの体育」を活用した実践】

第6学年「走り高跳び」の実践を通して

鳥取市立美保南小学校 高橋 直之

1. はじめに

走り高跳びは、リズムカルな助走から力強く踏み切って跳ぶことを楽しむことができる運動である。また、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指しながら走り高跳びに取り組むことで、楽しさや喜びを味わうことができる。走り高跳びにおける体の使い方を習得していくためには、理想の動きを知り、自分がどんな動きをしていて、どこに課題があるのかに気づき、よりよい動きになるように改善していく必要がある。しかし、理想の動きがわかっている、「自分がどのような動きをしているのかわからない」「自分の動きのどこに課題があるのか気づけない」という児童が多い。そのため、一生懸命運動に取り組むのだけれども、なかなか思い通りの動きができない、記録が伸びないという理由で運動することへの意欲が低下してしまう児童も少なくない。そこで、今回は、「自分の動きを客観的にとらえるための工夫」「運動に対する苦手意識を減らし、楽しみながら運動に取り組むための工夫」に焦点を当てて、実践を行った。

2. 研究の実際

(1) 単元名「走り高跳び」(『わたしたちの体育 6年』 P 54～P 57)

(2) 単元目標

○走り高跳びの楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、試技の回数やバーの高さの決め方などのルールを決めて競争したり、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指したりしながら、リズムカルな助走から力強く踏み切って跳ぶことができるようにする。【知識及び技能】

○自己の能力に適した課題の解決の仕方、競争や記録への挑戦の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。【思考力、判断力、表現力等】

○走り高跳びに積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】

(3) 単元計画 (全6時間)

時	1	2・3・4	5・6
学習活動	・単元の見通しをもつ。 ・踏み切り足を確認する。 ・基本の姿勢を確認する。	・自分に合った練習の場を選び、走り高跳びに必要な感覚を養う。(ゴムとび、簡易バー、ケンステップ、踏み切り板等)	・助走のリズム、振り上げ足、抜き足の動きを練習する。 ・練習したことを生かし、記録会を行う。

(4) 授業の実際

①自分の動きを客観的にとらえる

・第1時に準教科書「わたしたちの体育」を使って、オリエンテーションを行った。児童は4年生で高跳びの学習をしてきているが、再度走り高跳びのモデルとなる動きを確認し、動きのポイントを共有した。動きのポイントを最初に確認しておくことで、友達と動きを見合う際の視点が明確になり、具体的なアドバイスをすることができると考えた。

・ICT機器(タブレット)を活用し、児童の助走の様子や跳躍姿勢を撮影した。自分の動きを視覚化し客観的に見ることで、自分の動きのどこに課題があるか気づかせることができると考えた。

タブレットの活用



②運動に対する苦手意識を減らし、楽しみながら運動に取り組む

・事前に児童に走り高跳びに対する質問をしたところ、「バーに引っかかったら痛そう。バーに向かって助

走をするのは怖そう」というイメージをもつ児童が何人かいた。恐怖心のため運動意欲が低下しないよう、第1時に助走なしのゴムとびを行った。ゴムとびを行うことで、跳躍姿勢、踏み切るときの体とバーとの距離等、より高く跳ぶためのポイントに気づかせることができると考えた。



ゴムとび、簡易バーなど、自分に合った場を選び練習を行った。

③「わたしたちの体育」の活用

- ・第1時に「わたしたちの体育」の準教科書を活用しながら、学習の目標やきまり、用具の使い方、走り高跳びのモデルとなる動き等を確認し、学習のイメージをもたせた。
- ・毎時間のふりかえりに活用し、動きのポイント、よりよい動きにするための気づきなどを書き残しておくことで、次時の学習への繋がりをもたせた。



児童が気づいた動きのポイントを、拡大した挿絵に書き残しておいた。助走の仕方、ふり上げ足とぬき足の使い方、腕の振り、姿勢、目線など、多くの気づきがあった。



タブレットで撮った自分の動きと、挿絵の動きを見比べることで、自分の課題に気づくことができた児童がたくさんいた。



ふりかえり

3. 成果と課題

- ・タブレットの活用により、自分の動きを客観的に見ることができ、自分の動きのどこに課題があるか気づくことができていた。一時停止やスロー再生をうまく使うことで、より効果があった。また、友達と見合うことでアドバイスをし合ったり、友達の動きをモデルにして自分の動きに生かしたりすることができた。
- ・いくつかの練習の場を作ることで、児童が自分のレベルにあった練習をすることができ、意欲的に運動をすることができた。また、同じ課題をもった友達と練習することで、競い合ったり、アドバイスをし合ったりする姿が多く見られた。
- ・準教科書の挿絵に動きのポイント、よりよい動きにするための気づきなどを書き残しておくことで、常にポイントを意識させながら取り組ませることができた。また、友達の動きを見合う場面でも、視点が明確になり、的確なアドバイスをすることができていた。
- ・タブレットの操作の時間が増えて運動量が減ってしまう児童がいたため、運動量の確保に気を付けながら、タブレットの活用をしていきたい。