

① 鳥 取 市 の 取 組

1 研究主題について

昨年度までは、「勢いのある鳥取の体育 ～はずむ心 豊かな学び 確かな力～」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きた。この土台をもとに、本年度から実施されてい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、県の研究主題「ともに学び 未来を創る 鳥取の体育」のもとに、さらなる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を中心に東部地区で行われる。それに向かう研究に取りかかる本年度は、各ブロックの領域を「器械・器具を使った運動（低・中）」「陸上運動（高）」「保健（中・高）」にしぼり、授業研究会等への積極的な参加を通して、指導力の向上を図ってきた。今後は、令和3年度の県大会で確実な実践と組織力を県にアピールするとともに、県の取り組みをいかに先駆けて実践するかが求められている。

副題 ～運動の楽しさに浸り 豊かに関わり合いながら 課題を追究する子供～ について

- ・「運動の楽しさ」・・・運動の価値や特性
- ・「豊かに関わり合い」・・・「する、みる、支える、知る」の多様な関わり方
- ・「課題を追究する」・・・主体的に課題を見付け、課題解決すること

2 研究の視点

- ①運動の特性を活かした学び
- ②運動の価値を実感できる学び
- ③「する・みる・支える・知る」の多様な関わり方と関連づけた学び

3 研究の取り組み（授業研究会）

・Cブロック	5年「けがの防止」	10月 2日
授業者	青谷小学校 絹見真史 教諭	
指導助言	市教育センター 谷口 聡 指導主事	
・Bブロック	5年「ハードル走」	10月15日
授業者	若葉台小学校 池邊慎一 教諭・國頭由紀子 教諭	
指導助言	県体育保健課 綱本大介 指導主事 富田 学 指導主事	
・Aブロック	1年「マットあそび」（器械・器具を使つての運動遊び）	10月30日
授業者	面影小学校 澤田孝志 教諭	
指導助言	市学校教育課 中澤達也 指導主事	
・Cブロック	4年「育ちゆく体とわたし」	12月 3日
授業者	若葉台小学校 田中敏智 教諭	
指導助言	市教育センター 谷口 聡 指導主事	

- ・各ブロック研究会の実践のまとめを1月29日の鳥取市体育冬季研修会で発表
- ・研究集録「躍動50集」の刊行

実践事例①【「わたしたちの体育」を活用した実践】

仲間と関わり合い、体を動かす心地よさ、楽しさを味わいながら、 動きの質を高める陸上運動

～第6学年「ハードル走」の実践より～

鳥取市立宮ノ下小学校 荒川 貴洋

1 はじめに

昨今、取り上げられている子どもの体力低下や運動する子どもとそうでない子どもの二極化は、本校でも大いに感じられるところである。また、運動への興味関心や自ら運動する意欲が低かったり、運動の楽しさや喜びを感じるための基盤となる運動の技能や知識など、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力が十分に図られていなかったりすることも本校の課題といえる。

本校の6年1組の児童にハードル走についてのアンケートを行ったところ、「転びそうで怖い」「転んだら痛そう」「うまく跳べなさそう」などという理由で、苦手意識を感じている子どもたちが3割程度いた。そこで、仲間と関わり合いながら、ハードル走の楽しさを感じ、できる喜びを少しでも多くの児童に味わわせたいという思いで、実践に取り組んだ。

2 研究の実際

(1) 単元名 ハードル走

(2) 単元目標

【知識及び技能】

ハードル走の楽しさを味わい、ハードルの走り越し方を理解するとともに、リズムカルに走り越すことができる。

【思考力、判断力、表現力等】

自分やグループの課題を解決するための仕方を工夫し、友達に考えたことを伝えることができる。

【学びに向かう力、人間性等】

ハードル走のルールを守ったり、安全に気を配って積極的に取り組んだりするとともに、競走(争)の勝敗を受け入れることができる。

(3) 単元の構想

①目指す子どもの姿

児童一人一人がめあてを共有し、そのめあてに向けて個々が課題を見つけ、仲間と関わり合いながら主体的に動きの質を高めようとする姿を目指している。実現に向けて、教え合う力や励まし合う態度を高めるなど、豊かな関わり方を身に付けさせる必要がある。

②研究の視点

○身に付けさせたい力を明確に持った指導

・学習内容の明確化と学習過程の工夫

単元目標の達成に向け、児童が主体的に本時のねらいに迫るために、単元のどの時間に、どのような指導を行うかを明確にしてから授業を行った。単元前半では、いろいろなインターバルを試したり、友達と競走したりしながら、ハードルをリズムよく走り越える楽しさを感じさせることをねらいとした授業展開とし、単元後半では、グループでの教え合いを軸として、「する、みる、支える、知る」の多様な関わり方を通して学ぶ授業展開とした。また、基礎感覚を高める運動として、ペアでのシンクロ走（ミニハードル）を毎時間継続して行った。その結果、運動が得意な子も苦手な子も、全員が3歩のリズムで走り越える感覚や着地後の一步を素早く踏み出す感覚（足が7の形）を味わうことができた。単元の流れは以下の通りである。



ペアでのシンクロ走
(足が7の形)

<単元の流れ>

	1	2	3	4	5	6	7 (本時)	8
主なねらい	準備や片付けの仕方を理解し、学習の見通しをもとう。	自分にあったインターバルをみつけよう。	第1ハードルを素早く走り越えよう。	踏み切りや着地の位置を意識して練習しよう。	振り上げ足や抜き足の動きを意識して練習しよう。	自分や友達のハードリングの課題をみつけよう。	課題に沿った練習に取り組み、ハードリングの技能を高めよう。	練習の成果を確かめよう。
核となる学習活動	・場作り ・40m記録走 ・試しのハードル走 ・記録走	・いろいろなインターバルで跳ぶ。 ・記録走	・第1ハードルのみを跳ぶ。 ・第1ハードル競走 ・記録走	・ハードリングの練習をグループで行う。(踏み切り、着地) ・記録走	・ハードリングの練習をグループで行う。(振り上げ足、抜き足) ・グループ対抗リレー	・ハードリングの練習をグループで行う。(課題の把握と教え合い) ・グループ対抗リレー	・ハードリングの練習をグループで行う。(教え合いや練習の工夫) ・グループ対抗リレー	・記録走 ・グループ対抗リレー
学習活動【わかる・できる・チャレンジする】	用具の準備・準備運動・本時の学習の確認							
	・オリエンテーション ・40m走のタイム計測 ・目標タイムを設定する。 ・試しのハードル走(ハードル、ゴムハードル) ・タイムを計測する。(1回目)	・自分にあったインターバルを見つめる。 ・ハードル走のポイントを知る。(3歩のリズム) ・動きの完成度を高める。 ・タイムを計測する。(2回目)	・踏み切り足を決める。 ・第1ハードルまでの足合わせを行う。 ・動きの完成度を高める。 ・友達と第1ハードル競走をする。 ・タイムを計測する。(3回目)	・ハードル走のポイントを知る。(踏み切り、着地) ・グループごとに練習する。 ・タイムを計測する。(4回目)	・ハードル走のポイントを知る。(振り上げ足、抜き足) ・グループごとに練習する。 ・リレーの仕方を知る。 ・グループ対抗リレーをする。	・既習のハードル走のポイントを確認する。 ・グループごとに練習する。 ・グループ対抗リレーをする。	・自分や友達の課題を確認し、練習の仕方を相談する。 ・グループごとに練習する。 ・グループ対抗リレーをする。	・個人練習をする。 ・タイムを計測する。(5回目) ・グループ対抗リレーをする。
	用具の片付け・学習の振り返り・次時の学習について							

・場の設定の工夫

自分に合ったインターバルが見つけれられるように5.5m、6m、6.5mの3種類のコースを用意した。また、ハードルの高さについても、52cm、60cm、68cmの3種類のコースを用意し、児童の力量に合わせて全部で9通りのコースで走ることができるようにした。高さについては、目標記録(40m走のタイム+4台×0.3)を上回った子のみが、60cm、68cmに挑戦できるようにし、意欲付けを行った。

ハードルへの恐怖心を軽減させるため、ミニハードルを使用したりゴムハードルの場を設定した。

○自己の気づきや思考を促す指導

自分の動きを知ることや目標に向けて思考することを通して、課題をもち、主体的に学ぶ姿が多く見られるようになり、技術の向上につながっていくと考え、「ICTの活用」と「教え合いのポイントの明示」、「めあての共有」を重点に置いた指導を行った。

・ICTの活用

空き時間を活用して、デジタル教材を視聴し、児童の中に上手なハードリングのイメージを作るようにした。このことにより、単元を通して、上手なハードリングを身に付けようという意識が感じられた。

また、タブレットを用いて、自己の気づきへの指導を行った。グループごとにタブレットを渡し、自由に動画を撮影したり、視聴したりできるようにした。走り終わった後に、動画を見ながら自分の動きを確認することができ、児童の意欲を高める結果につながった。



タブレットを使った教え合い

・教え合いのポイントの明示

「わたしたちの体育」の挿絵を使用して、ハードリングのコツを掲示した。学習中に見えるようにするだけでなく、教室にも掲示するなど工夫した。掲示することで、児童同士の教え合いの活性化につながった。



- ☆第1ハードルは決めた足でふみ切る。
- ☆遠くからふみ切る。
- ☆ふり上げ足をまっすぐ前に出す。
- ☆ぬき足のひざを曲げて、ももを横に開く。
- ☆ふり上げ足をふり下ろし、ハードルの近くに着地する。など



特に、このポイントをアドバイスしてあげよう。



ぬき足を横にすると上手に跳べるよ！



振り上げ足の裏が相手に見えるように・・・

・めあての共有

教え合いを活性化させる手立てとして、グループごとにホワイトボードを渡し、班員一人一人のめあてを書かせることにした。人間関係を考慮したグループ編成をしていたため、めあては個々で異なっていたが、このホワイトボードがあることで、どの視点で友達の動きを見ればよいかがわかりやすくなった。

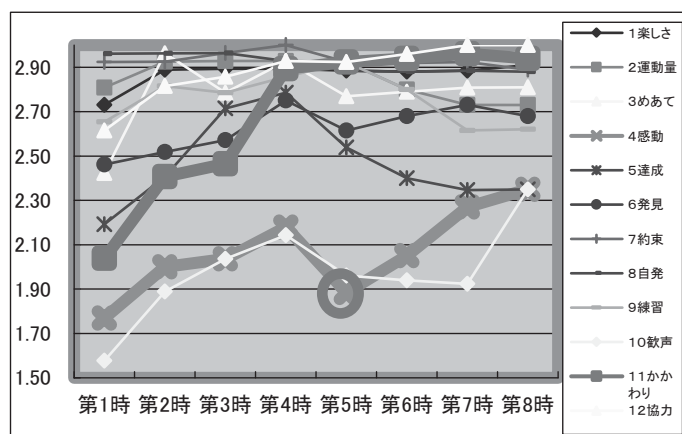
また、めあてに「上にとんでしまっているので低く跳びたい」と書いている児童に対して、グループの友達が、横から動画を撮影して低く跳んでいるかどうかを確認するなど、タブレットの向きにも工夫が見られた。

改善点として、めあてを宣言してから跳ぶようにすれば、よりよい関わり合いが見られたのではないかと考える。

○形成的授業評価や振り返りを活かした指導

・形成的授業評価を活かした指導

毎時間、自己評価アンケート（12項目）を行った。第5時では、第4時に比べ「感動」の項目の数値が大きく下がっている。この原因として、どこを意識したらよいかはわかっているのだが、思うように体を動かすことができなかったのではないかと考えた。そこで、第6時では、自分や友達の困っていることや悩んでいることをグループで確認する時間を取ることとした。

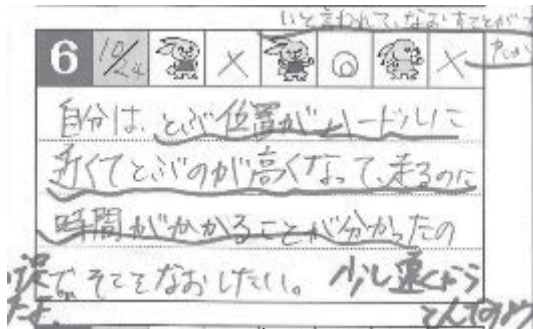


・振り返りを活かした指導

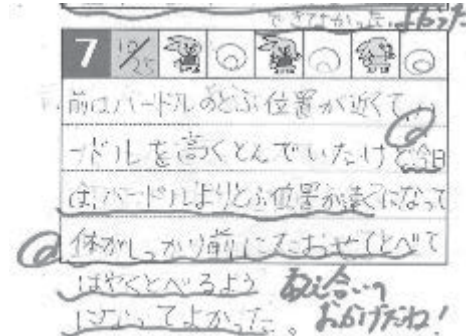
毎時間の振り返りに、「わたしたちの体育」を活用した。児童の振り返りを次時の授業づくりに活かすようにした。結果を子どもたちに返して考えさせたり、個にスポットを当てた手立てを考えたりといった指導を行った。



「わたしたちの体育」を使った振り返り



跳ぶ位置がハードルに近くなってしまい、跳ぶのが高くなって、走るのに時間がかかってしまう・・・



前は跳ぶ位置がハードルに近くて、高く跳んでしまっていたけれど、今回は遠くから体をしっかり前に倒して跳べるようになった！

3 成果と課題

(1) 成果

- 毎時間継続してペアでのシンクロ走（ミニハードル）を取り入れたことで、運動が得意な児童も苦手な児童もリズムカルにハードルを走り越える感覚（3歩のリズム）や着地後の一步を素早く踏み出す感覚（7の形）が養えた。
- 全部で9通りの場を設定したことで、自分の力量に合った練習の場を選択することができた。また、高さへの挑戦という点では、目標タイムをクリアした児童だけが高くできるという優越感を持たせることで、意欲の向上を図った。
- 人間関係等を考慮したグループ分けを行った結果、どのグループも活発な教え合いを行うことができた。特に、リーダー的な児童は、身振りを交えながら友達の動きを真似してみたり、理想のフォームを教えたりする姿が見られた。

(2) 課題

- 走り始める前に、友達に見ておいてほしい視点を宣言させると、見る視点がはっきりし、より教え合いが活性化すると考える。
- 児童の実態に応じて、となりのフラットコースを走らせたり、タイムアタックは複数人で行ったりするなど、競争型を取り入れていくことで、ハードル走の楽しさがより一層味わえると考ええる。
- 本実践では、グループでの教え合いの時間を多くとったが、モデルを走らせみんなで考える場面や、どちらの跳び方がよいか比べさせる場面など、考える場面を設定していくことで、技能が高まるのではないかと考える。

実践事例②【「わたしたちの体育」を活用した実践】

運動の楽しさに浸り 豊かに関わり合いながら 課題を追究する児童の育成を目指して
「マットゆうえんちで あそぼう」1年 器械・器具を使つての運動遊び領域

『わたしたちの体育』 P. 40～43

鳥取市立面影小学校 教諭 澤田 孝志

1 はじめに

器械・器具を使つての運動遊びの領域は、運動遊びの楽しさに触れることを通して、回転、支持、逆さの姿勢、手足での移動などの基本的な動きや技能を身につけることができる特性を持っている。また、マット遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、場や器械・器具の安全に気をつけたりすることができる特性も持っている。

本校児童は、運動能力や運動機会の個人差が大きいという課題がある。本実践では、「運動の楽しさに浸り 豊かに関わり合いながら 課題を追究する子どもの育成を目指して」とテーマを設定した。運動が苦手・意欲的でない児童と運動が得意・意欲的な児童のそれぞれが関わり合いながら楽しめる体育授業、児童が主体的に課題解決に取り組む体育授業、スモールステップで子どもにやさしい体育授業に取り組むことで、体育授業で児童の運動意欲が喚起されたり、さらには休憩時間に運動機会が増加したりすることにつなげたいと考えた。

実践にあたっては、『わたしたちの体育』(P. 41)を活用し、前ころがりや後ろころがりの技能の習得のために、ポイントをおさえたり、友だちにアドバイスする視点を明確にしたりすることで、豊かに関わり合いながら、主体的に課題を追究する子どもの育成を目指した。

2 実践内容

(1) 単元名「マットゆうえんちで あそぼう」『わたしたちの体育』1年 P. 40～43

(2) 単元目標

○マット遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともにマットに背中や腹などをつけていろいろな方向に転がったり、手や背中で支えて逆立ちをしたり、体を反らせたりすることなどして遊ぶことができる。 【知識及び技能】

○器械・器具を用いた簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを友だちに伝えることができる。 【思考力、判断力、表現力等】

○マット遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、場や器械・器具の安全に気をつけたりすることができる。 【学びに向かう力、人間性等】

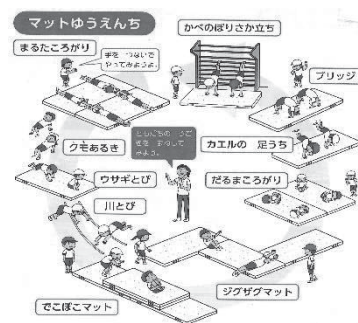
(3) 単元計画 (全8時間)

時	1	2	3・4	5・6	7・8
学習活動	○目標や進め方を知ろう。 ・単元で目指す姿を知る ・流れや決まりを知る	○いろいろなマットあそびをしよう。 ・手足での移動の運動遊び ・回転の運動遊び	感覚づくりの運動 (動物のまねっこ など)		
			○前ころがりのやり方を伝えよう。 ・いろいろなゆりかご ・前ころがりとは ○場を工夫しよう。 ・坂道をつくって ・ジグザグにして	○後ろころがりのやり方を伝えよう。 ・いろいろなゆりかご ・後ろころがりとは ○場を工夫しよう。 ・坂道をつくって ・でこぼこにして	○マット遊びを工夫しよう。 マットゆうえんちとして ・坂道マット ・ジグザグマット ・でこぼこマット

(4) 授業の実際

① 単元の「ゴールイメージ」を共有するための活用

単元名の「マットゆうえんちで あそぼう」を児童に伝え、ゴールイメージを全体で共有するために、『わたしたちの体育』の挿絵を児童に提示したことで「かっこよく回りたい。」と技能の習得に意欲を燃やす児童の姿や、「いろいろなところをつくりたい。」と場の工夫に思考を巡らせる児童の姿を見ることができた。実際の授業では、単元の最後に本校オリジナルの「マットゆうえんち」をつくり、いろいろな動きで回って楽しむことができた。



マットゆうえんち [P.43]

②運動の楽しさに浸るための活用

『わたしたちの体育』の「やってみよう」には、動きの習得につながる運動がたくさん例示されている。本単元でも、感覚づくりの運動として毎時間の始めに行った。児童は、スモールステップでいろいろな動物のまねをしたり様々な動きをしたりする活動を通して、運動の楽しさを味わうとともに、器械運動領域で必要な腕支持感覚や平衡感覚を養うことができた。



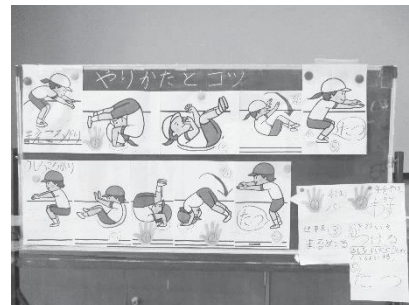
③豊かに関わり合いながら課題を追究するための活用

第3時で「前ころがり」、第5時で「後ろころがり」のやり

方を知り、スムーズに大きくできるためのコツを伝えることをねらいとした。まず、挿絵を活用し、構えのところから立つところまでの動きを共有した。次に、実際に運動してみて出てきた課題（手がつかない、立てない）に対するコツを出し合った。特に「うしろころがり」のコツの伝え合う場面では、張られた挿絵を指さしながら、「ここで手をパーにすると、（立つ時にマットを）押せます。」や「ここで足を速く振ると、勢いよく立てます。」など、1年生なりの表現で課題を解決しようとしていた。また、共有したコツをカードに書いて、友だちが技をする前にアドバイスしたり、「コツが全てできていたら、3点満点」というルールをつくってお互いに動きを評価したりして、児童が関わり合いながら主体的に学習する姿を見ることができた。



やってみよう [P.40]



前ころがりと後ろころがりの挿絵 [P.41]

3 終わりに

今回、『わたしたちの体育』を活用することによって、運動が得意な児童と苦手な児童のどちらにとっても、主体的な学習をすることができた。単元のゴールイメージを具体的に共有することで運動する意欲につながったり、挿絵や吹き出しを見ることで技のコツを友だちと伝え合ったりする姿につながったりしたことは、指導者として大きな喜びである。今後も『わたしたちの体育』を有効活用し、他の領域でも課題を追究し続ける児童を育成していきたい。

