

1 はじめに

岩美郡では、26年度をめぐりに体ほぐしの運動の研究実践に取り組んできている。昨年度の実践では、技能面で評価しない体ほぐしの運動だけで単元を構成する難しさ、また児童にとっても技能を追求したり運動のこつを見つける楽しさを味わえない物足りなさが伺えた。

そこで、体ほぐしの運動を、体づくり運動につなげながら1つの単元にした取り組みを行うこととした。

2 単元名 「北っ子 わくわくチャレンジ」(体づくり運動)

3 授業づくりの構想

(1) 運動の持つ特性

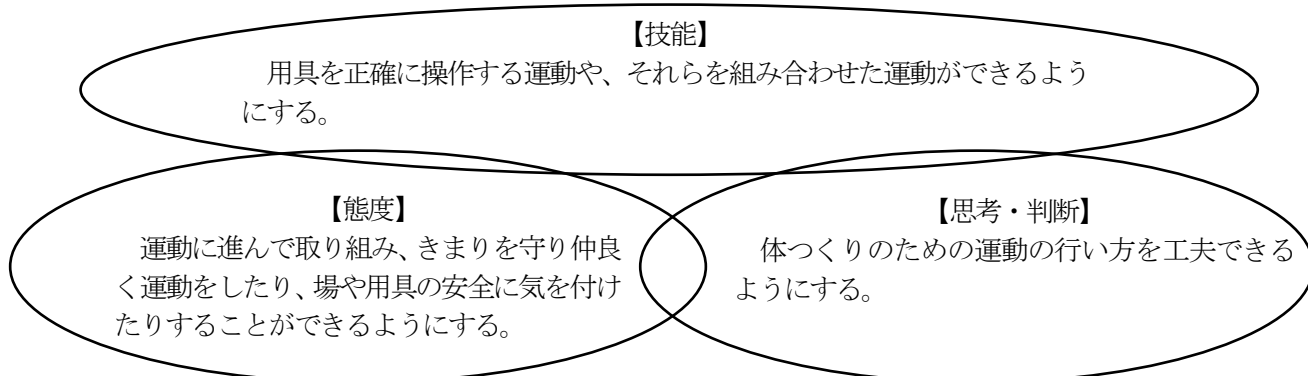
- 体づくり運動は、体ほぐしの運動と多様な動きをつくる運動によって内容が構成されている。
- 体ほぐしの運動は、手軽な運動や律動的(リズムカル)な運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことによって、自分の体の状態に気付き、体の調子を整えたり、仲間と豊かに交流したりすることができることをねらいとする運動である。
- 多様な動きをつくる運動では、動きを意図的にはぐくむ運動を行い、体の基本的な動きを総合的に身につけることをねらいとする運動である。中学年では、それらを組み合わせた動きを身に付けることも含め、次の5つの運動から構成されている。
- (ア) 体のバランスをとる動き
- (イ) 体を移動する動き
- (ウ) 用具を操作する動き
- (エ) 力試しの運動
- (オ) 基本的な動きを組み合わせる運動

(2) 児童の実態

- 本学年の児童は、活発で運動好きの児童が多い。休み時間には、進んで運動して遊ぼうとする児童の姿が見られる。野球、バレーボール、水泳をはじめ、スポーツ少年団に参加したり、習い事に通っていたりする児童も多い。
- 体育の学習に対する関心は高く、1学期に行ったハンドベースボールの学習では、素早くアウトにするために、守る場所や作戦を考える児童の姿が見られた。
- 一方で、ルールをめぐる児童同士のトラブルも見られる。また勝敗にこだわって同じチームや相手チームに対してきつい言葉を発する児童もいる。その結果、運動に進んで取り組めなかったり、運動を楽しめなかったりする児童の様子も見受けられる。本単元の学習において、体ほぐしの運動で友だちと自然に体を触れ合う運動や、多様な動きをつくる運動を通して、体や心がほぐれることに心地よさを覚え、柔らかい言葉かけをする児童や、友だちと協力したり助け合ったりして運動する児童が育つことが期待できる。

第1・2学年	第3・4学年	第5・6学年
A 体づくり運動 ア 体ほぐしの運動 イ 多様な動きをつくる運動遊び (ア) 体のバランスをとる運動遊び (イ) 体を移動する運動遊び (ウ) 用具を操作する運動遊び (エ) 力試しの運動遊び	A 体づくり運動 ア 体ほぐしの運動 イ 多様な動きをつくる運動 (ア) 体のバランスをとる運動 (イ) 体を移動する運動 (ウ) 用具を操作する運動 (エ) 力試しの運動 (オ) 基本的な動きを組み合わせる運動	A 体づくり運動 ア 体ほぐしの運動 イ 体力を高める運動 (ア) 体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動 (イ) 力強い動き及び動きを持続する能力を高めるための運動

(4) 単元の目標



(5) 学びへの働きかけ

○児童の実態を踏まえた学習過程の工夫

児童の中には、運動していた時や話し合い活動の時に、友だちからきつい言葉を言われたことがある児童がいる。その結果、運動に進んで取り組めなかったり、運動を楽しめなかったりする児童の様子も見受けられる。本単元は体ほぐしの運動と多様な動きをつくる運動を抱き合わせて単元を構成した。体ほぐしの運動を通して、友だちと自然に体を触れ合う機会を増やすことで、体や心がほぐれることに心地よさを覚え、柔らかい言葉かけをする児童や、友だちと協力したり助け合ったりして運動する雰囲気ができるであろう。そうすることで、単元後半で多様な動きをつくる運動では、チームの中に温かい声かけやアドバイスが広がり、運動を楽しめる児童が増えるであろう。また、1時間の学習の中では、人数や流れなどの条件を変えることで、運動の楽しさや心地よさを味わえるようにした。人数に関しては、「全員で」「一人で」「ペアで」「チームで」というように条件を変えていく。流れは、「やや活動的」「静的」「活動的」というように条件を変えていき、活動にメリハリを付ける。一人だけでなく、友だちと活動を行うことで楽しさが増す運動も多く取り入れていく。

○形成的授業評価・授業改善のための学習カードの工夫

学習後には、授業の振り返りができるような学習カードを活用する。特に、「やって楽しかった運動」「友だちに言われてうれしかった言葉やアドバイス」「がんばっていた友だち」などの、振り返りの視点を示しておくことで、どの児童も振り返りを書きやすくなる。「友だちに言われてうれしかった言葉やアドバイス」の書かれている内容や頻度を見て、友だちと関わろうとする児童の意識の変容や声かけの言葉を把握できる。それを生かして、言われて嬉しい言葉を児童に紹介したり、次時の学習の展開や指導方法の改善に役立てたりしていきたい。

(6) 単元の流れ及び評価の計画

	1	2	3 (本時)	4	5	6	7
主なねらい	学習の進め方を理解しよう	2人でする体ほぐしの運動で、体と心をほぐそう	チームでする体ほぐしの運動で、体と心をほぐそう	チームでボールやフープを使った運動をしよう	チームでボールやフープを使った運動を工夫しよう	チームでボールやフープを使った運動を工夫しよう	チームで工夫した運動を発表しよう
核となる学習活動	・学習の進め方 ・体ほぐしの運動	・体ほぐしの運動	・体ほぐしの運動	・多様な動きをつくる運動	・多様な動きをつくる運動	・多様な動きをつくる運動	・多様な動きをつくる運動
学習活動	・学習の見通しを持つ ・体ほぐしの運動をする ・振り返り	体ほぐしの運動 (1人・ペア・チーム) ・スキップ ・進化じゃんけん ・ストレッチ ・スタンドアップ ・E・T ・風船バレー ・新聞紙に何人乗れるかな ・ボール使った運動 ・フープを使った運動		体ほぐしの運動 (1人・ペア・チーム) ・スキップ・進化じゃんけん・ストレッチ			
				技の練習をして、運動のコツを見つけよう コツを使ってやってみよう ・ボール送り ・ボール列車 ・前転ボール取り ・フープ (投げ・くぐり・回し)	技の練習をして、運動のコツを見つけよう コツを使ってやってみよう ・ボール送り ・ボール列車 ・前転ボール取り ・フープ (投げ・くぐり・回し)	コツを使ってやってみよう 技を工夫しよう	チームでの練習タイム 発表会 他のチームの動きをやってみよう
		・振り返り	・振り返り	・振り返り	・振り返り	・振り返り	・振り返り
評価の計画	関	①	①	②	③	③	②
	思			①			①
	技			①	①	①	

(7) 評価規準

関心・意欲・態度	思考・判断	技能
① 体づくりの運動に進んで取り組むことができる。 ② きまりを守り、友だちと声をかけ合って運動をすることができる。 ③ 安全を確かめながら用具の準備や片付けを、友だちと一緒にすることができる。	①運動の楽しさや友達のよい動きを見つけ、自分の運動に取り入れることができる。	① 用具をつかむ、持つ、降ろす、回す、転がす、くぐる、運ぶ、投げる、捕る、跳ぶ、用具に乗るなどの動きで構成される運動を通して、用具を操作する動きを身に付けることができる。

4 指導の実際

体ほぐしの運動を、多様な動きを作る運動（体づくり運動）へつなげていくために、個人、ペア、グループで行う運動の中に、互いの声かけをしやすい運動、フープやボールを使った運動を取り入れて進めていった。

「進化じゃんけん」は、表現運動にもつながり、出会った友達と互いに声をかけ合いながらじゃんけんをする要素があり、決められた時間内に多くの友達とふれあうことのできる運動であった。

ペアで行うストレッチは、ゆったりとした音楽の中で、「痛くない?」「これくらいいい?」など相手を気遣いながら行う様子が見られた。

「風船バレー」では、グループで手をつなぎ、はじめはその場で続ける簡単な条件から、移動しながら行う難しい条件へと移行する中で、自然と互いの名前を呼び合ったり、方向を指示したりする声かけが見られるようになった。

特に、体が大きく、運動が苦手な体育の時間になると自信なさそうに取り組んでいる女児も、教師の支援や簡単に取り組める運動のおかげで、徐々に笑顔で積極的に友達や運動にかかわろうとする姿が見られるようになった。

体ほぐしの運動で十分に運動する楽しさ、仲間と交流する楽しさを味わいながら、ボールやフープを使った運動を取り入れていった。ペアで行うフープくぐりや、グループで行うボール送りなどの運動をする中で、「楽しかったけど、うまくできなかった。」「もっと上手にできるようになりたい。」「〇〇すれば、きっとうまくできると思う。」など、技能の向上につながる振り返りも出始め、スムーズに体づくり運動へつなげていくことができた。

5 成果と課題

○児童の感想を広げたり、掘り下げたりする時間を設けていたので、満足感や達成感を共有することができた。

○体ほぐしの運動を多様な動きをつくる運動へつなげた提案性のある授業だった。

●授業を見ると体ほぐしではなく、多様な動きをつくる運動に見えた。体ほぐしには、技能の評価をしないとなっているが、最終的には、技能を習得（向上）させる体づくり運動や他の領域の運動につなげていく必要がある。



