

【実践事例①】

おたからたんけんたい～4つの宝石を集めよう～(いろいろな動きをつくる運動遊び)

米子市立尚徳小学校 丹羽竜二

1 はじめに

体づくり運動は、自分の体との対話が楽しい運動である。さらに、体をほぐしたり体力を高めたりする運動の過程で、自分の心と体の関係に気付く、体の調子を整える、仲間と交流するといった効果も期待される。

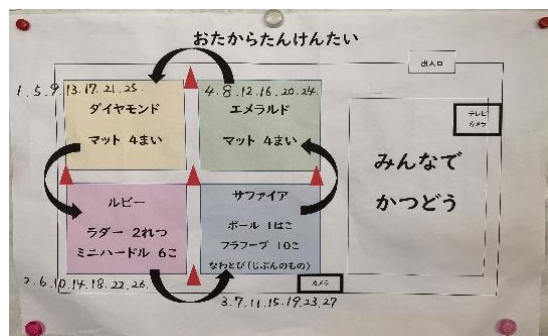
この運動では、体を動かす楽しさや心地よさを味わわせるとともに、体ほぐしの運動の行い方、自己のねらいに応じた運動の安全な行い方の組み合わせ方を学んだ。また、将来的にスポーツの技能や体力を高めるために必要な動きを身に付けることができるよう、第1学年から第4学年での「多様な動きをつくる運動(遊び)」、高学年の「体力を高めるための運動」と発達段階を踏まえ、段階的に指導した。

低学年における「多様な動きをつくる運動遊び」では、体のバランスをとったり移動したりする動きや、用具を操作したり力試しをしたりする動きを意図的に育む運動遊びを通して、基本的な動きを総合的に身に付けることができるようにしていった。

2 研究の実際

① 場の設定 「活動時間を確保する」

体育館の半面をサーキットの場としてバランスをとる運動遊び、移動する運動遊び、用具を操作する運動遊び、力試しの運動遊びの4つの場を設定した。また、イメージ図をあらかじめ準備しておき、掲示できるようにした。もう一方の面で、本時のメインとなる活動を行い、用具の移動をせずに活動できるようにした。活動の切り替えには、音楽を使うことで、教師の声による指示がなくても行動できるようにした。



サーキット運動の場作り



サーキット運動の様子

② 児童の問いと教師の問いかけ

「速く」、「回数を多く」などの動きに挑戦した際に生じた課題を解決するために、予想をたてたり、上手くなるコツを共有したりしながら、学習を行うことができるようにした。また、児童が課題を解決するために、類似する易しい動きを学習活動に取り入れて実践することで、「次の動きはどうすればできるか。」というような意図的な問いかけの工夫も行った。

③ 単元構成

動きの中に、1人で行う活動、ペアで行う活動、3人以上で行う活動などを取り入れて、友達の動きを意識したり、協力したりできるようにした。

④ ICT機器の活用

タイムシフトカメラを常設し、児童が自分たちの動きをすぐに確認したり、友達の動きの見直しをしたりできるようにした。

	1	2	3	4(本時)	5	6
主なねらい	学習の進め方を理解しよう。	友達と関わりながら、いろいろな運動遊びを楽しもう。				いろいろな動きを組み合わせ、楽しもう。
学習内容 核となる	・学習のねらいと進め方 ・いろいろな動きを体験する。	複数人でバランスをとる運動遊びを楽しむ。	いろいろな方法で移動する運動遊びを楽しむ。	やり方を変えながら、用具を操作する運動遊びを楽しむ。	友だちと一緒に力試しの運動遊びを楽しむ。	動きを工夫しながら、いろいろな動きの運動遊びを楽しむ。
学習活動	①オリエンテーション ②バランスをとる、移動する、用具を操作する、力試しの運動遊びの動きで遊ぶ。	①サーキットをして、体をほぐしながら、いろいろな動きをする。				
		②本時の学習のめあてを確認する。				
		③友達とバランスをとる運動遊びをする。	③姿勢やコースを変えながら移動する運動遊びをする。	③縄跳びやフラフープ遊びをして、用具を操作する運動遊びをする。	③押したり、引いたり、耐えたりして力試しの運動遊びをする。	②おたからたんけん(いろいろな動きの運動遊び)に挑戦する。

⑤ 易しい体育の実現

基礎となる動きができれば、ステップアップで基本となる動きへと繋げていくようにした。例えば、なわとびであれば、苦手だからジャンプ台を使うのではなく、ジャンプ台で跳び方の基礎を身に付けてからなわとびへと繋げていくようにした。

3 成果(○)と課題(△)

○単元を通して同じ流れ、ねらいで繰り返して学習を進めることで、目的意識をもって活動に取り組む児童の姿が多く見られた。

○毎時間のサーキットが、主活動を経て、バリエーションが増えたり、精度が上がったりして、主体的な活動となった。

△いくつかの動きをもとに「自分たちでいろいろな動きをつくる」ことを目指したが、「なわとびは跳ぶだけのもの」「フラフープは回すだけのもの」「ラダーやハードルは跳ぶだけのもの」などの固定概念があり、児童が多様な動きを発見したり、広げたりできるような声掛けや示範が必要であった。

△自分の動きを見直したり、友達の動きを見直したり、全体で共有したりするためにも ICT 機器の活用法について吟味する必要がある。今回は、タイムシフトカメラで10秒前の動きを見ることができるようにしたが、活動の特性上、十分に活用することができなかった。



とびなわを使って、3人で遊ぶ方法を伝えている。3人一緒に。大縄のように。



フラフープを腰で回す以外の方法をみんなでやってみる。