

実践事例①

第5学年 「もっと遠くへ～みんなで目指せ！最高到達点～」 (陸上運動 走り幅跳び) の実践を通して

南部町立西伯小学校 岩崎 史紘

1 はじめに

(1) 運動のもつ特性

陸上運動は、相手と競争したり、記録に挑戦したりするところに楽しさや喜びがある運動である。特に走り幅跳びは、リズムカルな助走から力強く踏み切って遠くに跳ぶ楽しさや喜びがある運動である。この運動は、助走、踏み切り、空中、着地の4局面に分けることができる。目標の達成を目指す中で、友達と協力することの大切さや友達のよさに気付くことができ、自己の動きを調節する力や力強さを高めることができる運動である。

(2) 児童の実態

本学級では、休憩時間に体を動かして遊んでいる児童が多くいる一方で、体を動かす経験が少なく運動や体育の学習に対して苦手意識をもつ児童もいる。事前アンケートでは、多くの児童が自分の記録を更新したときに楽しさを感じており、単元の終末には最初の記録を少しでも超えたいという願いをもっている。また「友達に褒められたとき」や「できなかったことができるようになったとき」に体育の学習の楽しさを感じると答えている児童が多い。このことから、仲間との関わりの場を充実させ、友達と見つけた動きのポイントを検証しながらアドバイスし合い、みんなで記録を更新する喜びを味わわせたいと考え本研究を実践した。

2 研究の実際

○学習形態の工夫「運動技能が異なるトリオ学習」

体力テストの「立ち幅跳び」の記録を参考に、運動が得意な児童と苦手な児童を混合し、三人一組（トリオ）のグループを編成し、単元を通して活動に取り組ませた。学習前には、グループ名やグループのめあてを決めさせたりグループのビブスを用意したりすることで友達同士のつながりを意識させた。学習中は跳躍をする人、タブレットで撮影をする人、跳躍の様子を見る人など、役割分担を行い、お互いのよいところや課題に目を向けて活動に取り組ませた。またグループで一台端末を用意することで対話する必然性をつくり、自分や友達の活動前後の動きの違いを捉えさせたり、単元序盤と終盤を比較して自己の成長を自覚できるようにしたりした。



○単元構成「する・みる・支える・知る」の多様な関わり方

同じグループ内の友達と自己記録の伸びを合計して、グループの記録達成を目標とする単元構成とした。合計3回の記録計測を行い、1回目（第1時）と2回目（第4時）、3回目（第6時）では、どれだけ記録の伸びが出るのか、その変容から達成感を感じさせることができると考えた。また、グループ目標の達成に向けて、活動中に対話をしながら互いのよさを見つけたり、課題に目を向けさせたりするなど、多様な関わり方で高め合うことができたようにした。

KYA こころ きらい				
一人1m伸ばせるように頑張りたい。 みんなで協力して記録達成できるように頑張りたいです。				
はじめの記録	2回目の記録と「のび」		3回目の記録と「のび」	
2m 80cm	2m 80cm	0cm	2m 65cm	-15cm
2m	2m 10cm	10cm	2m 30cm	30cm
2m	2m 10cm	10cm	2m 65cm	65cm

○場の設定および教具の工夫

自己の能力や課題を理解できるような場を設定するために、児童のつまずきを想定した教具の準備を行った。助走では、小型ハードルを用意したり、最後の3歩にフープを置いたりすることでリズムカルに走ることができるようにした。踏切では、跳び箱やロイター板を用意することで、力強い踏み切りを意識させた。空中姿勢では、ゴム紐や段ボールを用意して体や脚を上げる高さを意識させ、着地ではケンステップを置くことで両足着地を意識させる。



	予想されるつまずき	使用する教具	運動のねらい
助走	踏切ゾーン前でスピードがあがらない。	小型ハードル	踏切前のリズムとスピードを上げる助走の感覚を身に付ける。
踏切	力強く踏み切れない。	ロイター版	足の裏全体で力強く踏み切る。
空中	跳躍角度が低くなり、空中姿勢を作ることができない。	フレキハードル、段ボール、ゴム紐	踏切時に振り上げ脚を高く上げ、上方向へ跳ぶ感覚を身に付ける。
着地	片足で着地してしまう。	ケンステップ	両足を揃えて安全に着地する。

○オリエンテーションの充実

単元の導入では、オリエンテーションを行い、授業の進め方やルール等の確認を行った。走り幅跳びにおける世界記録や日本記録の記録保持者の映像を視聴したり、世界記録をメジャーで測りその距離を体感させたりすることで、自己の記録を伸ばしていこうとする意欲を高めることができた。また視聴する際には、ワークシートに、助走、踏切、空中動作、着地の4つの局面ごとに動きのポイントを予想し記入させ、第2時以降の学習にも活用できるようにした。



4 成果と課題

- 三人一組（トリオ）の学習形態を編成したことで、常に友達と関わり合いながら学習に取り組むことができた。技能面では子供たちがポイントやコツを伝え合いながら学習に取り組めた。また、友達の温かい言葉掛けに呼応して体育の学習自体を楽しみながら取り組めた児童が増えた。アンケートの「体育の学習で楽しさを感じるのはどんなときですか。」の質問では、「友達との教え合い、協力できたとき」の項目が活動前の 55.5%が活動後に 89.5%へと上昇した。
- オリエンテーションでは、これまでの世界記録や日本記録の様子を視聴したことで運動の素晴らしさを感じ、意欲を高めている児童が増えた。
- △単元構想において、三人一組（トリオ）の記録の伸びを合計したが、グループの目標設定の仕方が曖昧となっており終盤ではトリオよりも個人の記録の伸びに着目する児童が多くなった。
- △教具の工夫では、ねらいを意識して取り組めたものもあったが、効果的でないものもあった。跳躍角度を上げるためのフレキハードルも一般的なハードルよりも恐怖心を無くすために使用したが、それでも足が当たることに抵抗がある児童もいた。また雨天時に室内で行った際には、砂場の代わりに着地場所にセーフティマットを置いたが、着地で動いてしまい安全性の確保もできていなかった。より児童に寄り添った教具の想定や雨天時の教具の使用にも目を向けなければならなかった。