

## 10. 体 育 科 論 文

夢や目標をもち、共にみがき高め合う子どもの育成Ⅱ

### 動く心地よさを実感し、運動に親しむ子どもの育成 ～体の調整を目指した体育科カリキュラムの創造～



I 研究の目的	121
1 研究の背景	121
2 研究の方向	121
II 研究内容	122
1 「動く心地よさを実感し、運動に親しむ子ども」とは	122
2 体の調整を目指す体育科カリキュラムの創造の基本的な考え方	123
(1) 縦のつながりを意識した指導内容や系統の見直し	123
(2) 体をつくる運動体験や言語活動の充実	123
(3) いろいろな運動に挑戦し続ける学習活動の充実	123
3 体育科カリキュラムの全体構想	124
(1) 縦のつながりを意識した指導内容や系統の見直し	124
(2) 体をつくる運動体験や言語活動の充実	125
(3) いろいろな運動に挑戦し続ける学習活動の充実	125
4 体の調整を目指す体育科カリキュラムの具体化	126
(1) 縦のつながりを意識した指導内容や系統の見直し	126
(2) 体をつくる運動体験や言語活動の充実	127
(3) いろいろな運動に挑戦し続ける学習活動の充実	127
III 研究の実際	128
1 実践の立場	128
2 第3学年 体育科年間指導計画	129
3 実践の結果と考察 第3学年「ルールを工夫したキックベースボール」	129
IV 研究の成果と課題	132
1 研究の成果	132
2 研究の課題	132

【学校教育目標】

夢や目標をもち、共にみがき高め合う子どもの育成 【校訓】 まことの子・ちからの子・のぞみの子

【目指す子ども像】

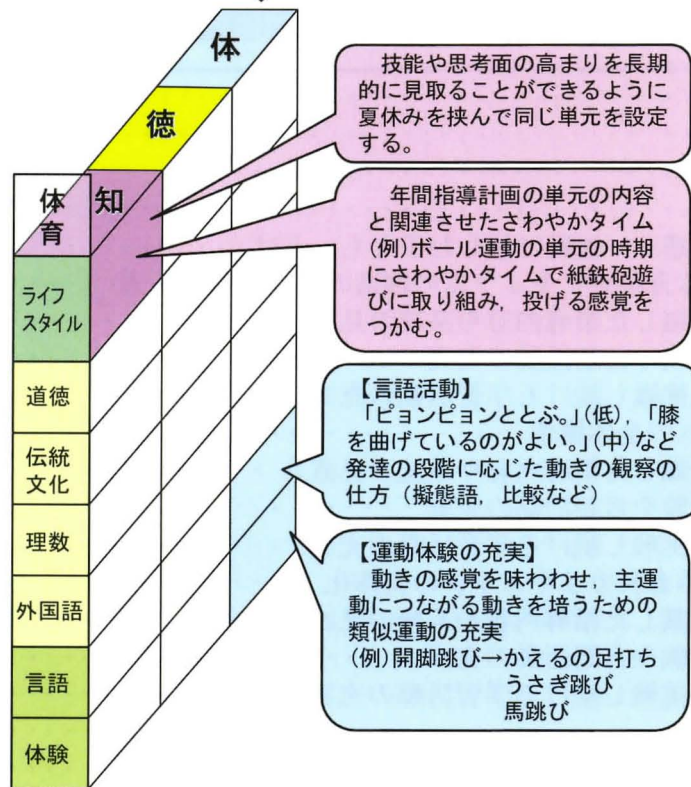
(知) 互いの考えに学び合う子ども (徳) 心と心がひびき合う子ども (体) 心と体をきたえ合う子ども

【本校の主な教育課題】

確かな学力の面から ○論理的な思考 ○伝え合う方法の習得 ○学ぶ喜びや楽しさの実感	豊かな心の面から ○人間関係(他者意識) ○自己の発揮の仕方 ○多様な体験	健やかな体の面から ○基礎体力 ○生活習慣 ○健康・安全
---	---	---------------------------------

【確かな学力、豊かな心、健やかな体を調和的にはぐくむカリキュラム】

		健やかな体をはぐくむ観点(体)													
		豊かな心をはぐくむ観点(徳)													
カリキュラム創造の視点		確かな学力をはぐくむ観点(知)													
		国語	社会	算数	理科	生活	音楽	図工	家庭	体育	道徳	外国活動	総合	特活	複式
内容	枠組	学校のライフスタイルの見直し													
	道徳教育の充実														
	伝統や文化に関する教育の充実														
	理数教育の充実														
	外国語教育の充実														
	方法	言語活動の充実													
	体験活動の充実														



## I 研究の目的

### 1 研究の背景

近年、交通網・情報網などの発達により子どもたちを取り巻く環境は急激に変化し、子どもからゆとりや遊び場などを減少させている。そのため、運動する子どもとそうでない子どもの二極化傾向や子どもの体力の低下傾向が依然深刻などの多くの課題がある。その結果、平成21年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査において、特に小学校では反復横跳び以外の種目全てが昭和60年当時に比べ低下している状況が生まれている。

本校でも体力テストの結果から、全国平均と比較すると20mシャトルランや50m走、ソフトボール投げの項目（全身持久力、瞬発力、筋持久力、巧緻性、投力、調整力）で落ち込みが見られた。

そのような中、新学習指導要領に低学年時から「体づくり運動」が示された。このことは、もっといろいろな運動遊びを通して、主運動につながる動きの感覚づくりを図ることが目的である。

そこで、昨年度の研究では、新学習指導要領の理念を踏まえ、基礎的な身体能力の向上を目指した授業づくりに取り組んできた。その研究の成果と課題として次のようなことが挙げられる。

- 子どもたちが自分の動きの実態を知ること、一人一人の子どもが目的意識をもち、運動に意欲的に取り組む姿が見られた。
- 単元における実態調査で把握した課題が十分達成できない姿も見られたので、課題を解決していくことがより実感できる練習方法や場の工夫を目指していく必要がある。

### 2 研究の方向

子どもは体を動かすことが大好きで、いろいろな運動が「できるようになりたい」などと願いや憧れをもち続けている子どもが多い。しかし、運動のおもしろさを十分味わい有能感を感じていないことで、運動の習慣化・日常化が図れてない面がある。

そこで、運動の特性（機能的特性・構造的特性・効果的特性）を十分味わわせ、「できる」「できそうだ」と感じさせることが重要だと考えた。そうすることで、「体を思い切り動かして遊びたい」という運動欲求や、「できるようになりたい」などの願いや憧れを常にもちながら、自分なりに運動の仕方を工夫したり発見したり、また、技能の高まりを感じながら汗をかいたり友だちとコミュニケーションをとりながら運動するよさを実感し、運動に進んで取り組む子どもがはぐくまれるのではないかと考えたからである。

そのためには、運動の素地となる基礎的な身体能力の向上や、主運動につながる動きの感覚づくりに努めることが大切である。そこで、ここで培った基礎的な身体能力や感覚と健康や安全に関する知識と関連させ、いろいろな運動でバランスよく発揮しながら体を調整することができるカリキュラムを創造する必要がある。

これらのことから、子どもたちが進んで運動に取り組み健やかな体をつくることを目指して、本年度の研究主題及び副題を次のように設定した。

**動く心地よさを実感し、運動に親しむ子どもの育成**  
～体の調整を目指した体育科カリキュラムの創造～

## II 研究内容

### 1 「動く心地よさを実感し、運動に親しむ子ども」とは

子どもは新たな運動に出会ったとき、運動のおもしろさや素晴らしさを感じることで、「自分もっとこの動きができるようになりたい」という願いや憧れをもち、進んで運動へ挑戦しようとする。そして、自分に必要な動きを把握し、課題の解決に向けて練習したり場を選択したりしながら身体能力を高める。また、このとき、これまでの運動経験を基に、目的に合ったルールや作戦を工夫したり、自分と友達の動きや示範となる動きを比較して目指す動きのコツを発見したりすることで、課題解決するための思考力・判断力も培われる。

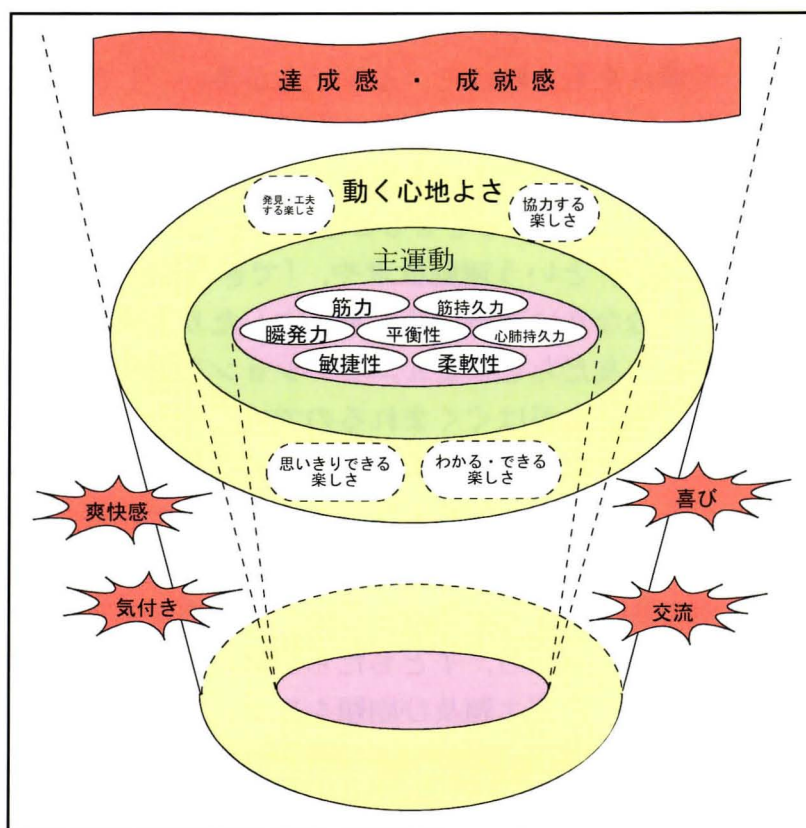
このようなことを通して、汗をかきながら精一杯運動した爽快感や、できるようになった喜び、ルールや作戦などを工夫し、身に付けた力を生かして勝利した喜びなどの運動する心地よさを味わうことができる。また、互いに教え合ったり協力し合ったりしながら交流する心地よさも味わうことができる。さらに、体が柔らかくなったり丈夫になったりといった体への気付きや、どんな運動をどの程度行ったらよいかといった運動への取り組み方などが分かることで、運動に進んで取り組み続けていくと考える。

これらのことから、「動く心地よさを実感する」とは、運動のもつ特性に触れ、運動そのものの動き方がわかり、おもしろさを感じながら目指す動きができることや、汗をかいたり思い切り体を動かしたりすることで動きを発見・工夫する楽しさを味わったり、友達と協力しながら課題を解決し気持ちがすっきりすることを感じることである。さらに、安全や健康に関する内容を理解することで、運動や日常生活へ生かし健康な生活ができることである。

また、「運動に親しむ」とは、これまでに身に付けた知識・技能や培ってきた学び方を活用して、運動が「できる」「できそうだ」と常を感じながら継続的に運動に進んで取り組むことである。

つまり、「動く心地よさを実感し、運動に親しむ子ども」とは、運動のおもしろさやできる喜びを感じ、体の調子のよさを味わい、そこで習得した力を活用していろいろな運動へ夢中になり挑戦し続けて達成感・成就感を味わっている子どものことである。

このようにして、動く心地よさを実感し、運動に親しむ子どもを育てるためには、運動体験を通して、運動の特性に触れ楽しさを十分実感させることが大切だと考える。また、ここで身に付けた動きを生活の中で見直したり修正したりしながら体力の向上や健康の保持増進に努めることも必要であると考えられる。



【図1 動く心地よさを実感し、運動に親しむ子ども像】

## 2 体の調整を目指す体育科カリキュラムの創造の基本的な考え方

生涯にわたって運動に親しみ丈夫な体をつくっていくためには、小学校の段階で、運動への関心や意欲、運動を工夫したり発見したりする力、基礎的な技能の3つの力をバランスよく培うことが必要である。ここで培った力と身近な生活における健康・安全に関する知識や態度を関連させることで、体を調整するよさを味わうのではないかと考える。このようなことが日常の運動や実生活に生かされ、活力ある生活を営むための体力の向上を図ることにもつながると考える。また、学校教育目標の健やかな体をつくる一端として、教科体育において動きの素地を培ったり運動のおもしろさを味わわせたりすることで、運動に進んで取り組み、丈夫な体をつくることにつながると考える。

このようなことを踏まえ、体育科における体力低下や運動経験の不足などの課題を解決し、「動く心地よさを実感し、運動に親しむ子どもの育成」を具現化するために、体の調整を目指す体育科カリキュラムの創造の視点を設定した。

### (1) 縦のつながりを意識した指導内容や系統の見直し（視点1）

子どもたちは運動と出会い「できる」からいろいろな運動に挑戦しようと感じたり、「できそう」だからもっと練習してみようという関心をもち運動へ挑戦し続ける。つまり、できる喜び味わわせたり、できそうだと感じさせ意欲を持たせたりすることが大切である。そのために、発達の段階に応じた運動との出会いや類似した運動を繰り返し取り寄せたりしながら力を高めていくことが大切である。よって、小・中一貫した指導内容の配列を工夫することが大切だと考える。

### (2) 体をつくる運動体験や言語活動の充実（視点2）

体育の学習では、運動体験の連続を中心に知識・技能の定着や思考力・判断力の深まりを図ることになる。しかし、漠然と運動させているだけではその目的を十分達成することができない。そこで、教師がなぜその運動をさせたいのか、どんな視点で取り組ませるかといったねらいのある運動体験を充実させていくことが大切である。

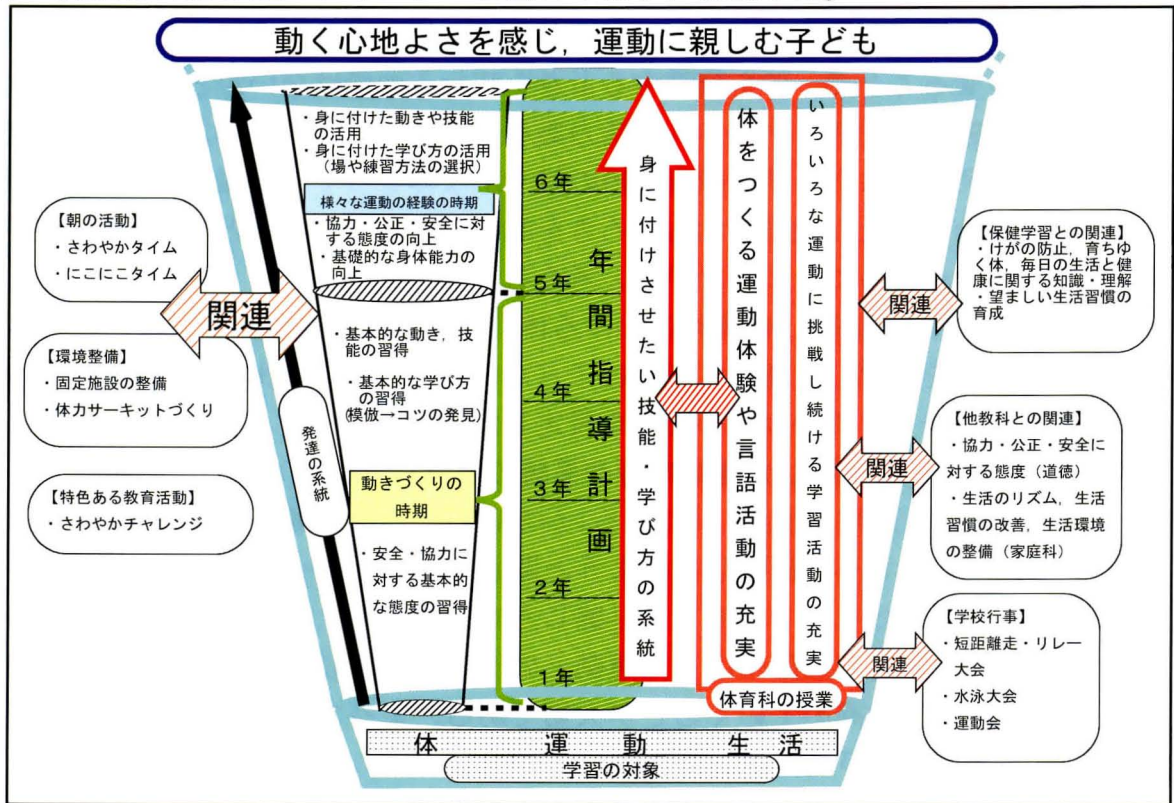
また、子どもが目指す動きを見てその動きを理解したり、理解した動きを身に付けたりするためには、動きをイメージし、表現できる能力が必要になってくる。そのためには、発達の段階に応じた視点をもたせ、動きのよさを説明したりお互いの動きを教え合ったりする言語活動を充実させていくことが大切である。このようなことから、知識・技能や思考力・判断力を深め、できる喜びを味わわせるために、運動体験や言語活動を充実させることが必要であると考えられる。

### (3) いろいろな運動に挑戦し続ける学習活動の充実（視点3）

運動の日常化を図るためには、技能の高まりや体力の向上を感じることも大切である。また、繰り返し運動する中で、運動のおもしろさを味わったり自分が得意とする運動を発見したりすることで運動を挑戦し続けるのではないかと考える。そのためには、運動ができる、できそうだと感じるようにしなければならない。そこで、一単位時間や単元において「身に付けさせたい内容」、「工夫・発見しながら身に付けたことを生かして、できるようにしていく内容」を明確にして、学習活動の展開を図ることが必要だと考える。また、技能や思考・判断の面から系統を重視し、単元相互のつながりを工夫することも必要だと考える。さらに、自分の伸び具合を確認できるような単元の位置付けを工夫する。

### 3 体育科カリキュラムの全体構想

カリキュラム創造の視点を基に、健やかな体を調和的にはぐくむ中心的な役割を担う立場から、体の調整を目指したカリキュラムを図2のように構想した。



【図2：体の調整を目指す体育科カリキュラムの全体構想】

#### (1) 縦のつながりを意識した指導内容や系統の見直し（視点1）

生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成を目指し、発達の段階に応じて学習内容の確かな習得を図る観点から、小学校第1学年から高等学校の第3学年までの12年間を4・4・4で区分する。その中で、小学校1年から4年までは動きや遊びの基礎を養う「動きづくりの時期」、小学校第5学年から中学校2年までは、基礎的な技能や知識を身に付ける「様々な運動を体験する時期」、中学校3年から高等学校3年までは自分に適した運動種目を選択して深く学習する「運動を選択し探究していく時期」ととらえ、それぞれの時期に応じた運動を考え、縦のつながりを大切にしていけるようにする。つまり、この3つの時期を意識して運動を精選することで、3つの力をはぐくみ継続的に運動に進んで取り組むのではないかと考える。そこで、運動や遊びの基礎を身に付けさせるためには、まず運動の特性について学ぶ力や技能の面から分析する。次に、段階的に学ぶ力や技能の向上が図れるように、段階に応じて運動を発見・工夫する力を身に付けさせたり、身に付けさせたい動きを系統立てたりして整理する。さらに、発達の段階に応じて各領域で身に付けさせたい動きを習得させるために、目的にあった学習内容を選択をしていく必要がある。その際は、時期や活動の形態（個，集団）も考慮する。

【表1 発達の段階に応じた技能の体系化】

動きづくり	様々な運動の体験	運動の選択
低学年   中学年	高学年   中1・2	中3(高1~3)
<b>身に付けさせたい技能の系統</b>		
主運動につながる感覚づくりを中心とする段階。	身に付けた感覚を様々な運動で発揮し挑戦する段階。	自分にあつがる運動を選択し資質を高める段階。

## (2) 体をつくる運動体験や言語活動の充実（視点2）

子どもたちに運動をさせるだけに終始せず、そこに目的や課題意識をもたせて、ねらいを明確にした活動を位置付けることが大切である。そこで、このねらいを明確にした運動体験をより充実させるためには、発達の段階に応じて感覚づくりの運動により多く浸らせる学習内容を工夫することが大切である。そこで、運動体験を次のように捉えた。

### 課題に気付かせる運動体験

単元の初めで主運動や新たなゲームに挑戦させる際、子どもにその運動の仕方をつかませ、できるかできないかを感じさせるだけでなく、目指す動きを体験できるようにし、個々の課題に気付かせるようにする。

### 動きの感覚を味わわせる運動体験

目指す動きを身に付けさせるための練習をする際、動きの分析を基に、体の部分的な動きや基礎となる感覚を味わわせる運動を体験できるようにし、できる感覚を体で理解させて目指す動きにつなげていけるようにする。

このような運動体験を充実させることで子どもたちは、目指す動きが明確になり主運動につながる動きが身に付き、「できる」「できそう」と感じ学習の見通しをもつことができるのではないかと考える。そこで、課題に気付かせる運動体験の充実を図るために、主運動を構造的に分析し、運動に出会う単元の最初で挑戦させ、自分はどれぐらいの力であったか自己の課題をはっきりさせるチャレンジタイムや試しのゲームを設定する。また、動きの感覚を味わわせる運動体験の充実を図るために、目指す運動にはどのような構造的特徴があるのか詳細に分析し、感覚づくりの運動や類似運動の内容を充実させていくことが重要である。

次に、子どもが運動するとき、その動きが「わかる」ことで意欲付けが図られ、「わかる」ことを「できる」ようになりたいという意識が働くようになる。つまり、動きを理解し、自分なりに表現することが大切であり、そのことが運動の理解を深め、技能の習得につながると考える。子どもが目指す動きを身に付けるためには、分かりやすく擬音語を使って説明したり体の部位に着目しながら動きのよさを説明したりする言語活動も充実させる。このことによって、より分かりやすく説明するために動きをイメージしたり再度運動に挑戦したりする中で、思考力を高め、動きに生かすことができると考える。このようなことから、各単元ごとにどのような運動体験や言語活動を行っていくのかを明確に指導計画に位置付けていく。

## (3) いろいろな運動に挑戦し続ける学習活動の充実（視点3）

子どもが多様な動きを身に付け、日常的に運動に親しんだり健康を意識して生活したりするために、身に付けるべき知識・技能を習得し、それを基に活用し探究していく学習活動を充実させる。また、自ら考え自ら学ぶ子どもを育成するためには、思考力・判断力を発揮させる場面を設定し、発達の段階に応じた学び方が発揮できるようにすることも必要となる。そのために年間における配列や各学年の系統を考慮して知識・技能の習得・活用を図る学習活動を位置付けていくようにする。また、2学期制になってこれまでより学期における授業時数が長くなったことを生かし、技能や学び方の系統、時期等を考慮して単元の配当時間や配列を工夫する。

**4 体の調整を目指す体育科カリキュラムの具体化**

カリキュラム創造の視点を受けて、その具体化となる内容を以下に述べる。

**(1) 縦のつながりを意識した指導内容や系統の見直し（視点1）**

ボール運動領域におけるベースボール型において、小学校第5学年で「ルールを工夫したティーボール」、中学校では「ソフトボール」を配列する。つまり、ベースボール型に共通する進塁の仕方、進塁を阻止するための動き、投・打・捕・走の技能や攻守の交代などのルールの工夫、自他のチームの特徴に応じた作戦の工夫など小学校で学習した内容が中学校でも生かされるようにする。これらを踏まえ、ボール運動領域において以下のような体系化を図るようにした。

**【表2：ゲーム及びボール運動領域における単元配列の工夫】**

発達の段階	動きづくりの時期（多様な運動体験と動きの習得）				様々な運動の経験の時期（運動経験の充実）	
	1年	2年	3年	4年	5年	6年
単元	みんなのボール投げゲーム(ボ) すりぬけおにあそび(鬼) みんなのボールけりゲーム(ボ)	ルールを工夫したシュートゲーム(ボ) ボールはこびおにあそび(鬼) コートを工夫したサッカーあそび(ボ)	ルールを工夫したセストボール(ゴ) ルールを工夫したタグラグビー(ゴ) ルールを工夫したキックベースボール(ベ)	ぼくたちのハンドボール(ゴ) ぼくたちのミニサッカー(ゴ) ぼくたちのソフトバレーボール(ネ)	ルールを工夫したバスケットボール(ゴ) ルールを工夫したティーボール(ベ)	友達を生かすサッカー(ゴ) 友達を生かすソフトバレーボール(ネ)
配列の観点	<p>【注】(ボ)…ボールゲーム、(鬼)…鬼遊び、(ゴ)…ゴール型、(ネ)…ネット型、(ベ)…ベースボール型</p> <p>○ボールを持たない動きの共通性による観点…型や単元に応じて、ボールをもたない動きの共通性を基に、目指す技能及び思考・判断力が段階的に習得・活用されるように系統化及び配列する。</p> <p>○技能(ボール操作)による観点…ゲームの進行(ゴール・得点のしやすさ、ボールの運び方、シュート局面の表出しやすさなど)を考慮し、技能的に易しく比較的スムーズにゲームが進行していくと考えられる単元を先に配列する。</p> <p>○学び方による観点…各発達の段階における思考・判断面の習得を考えて単元を配列する。具体的には、動きづくりの時期である3・4年生において、3年生では自己のチームの状況を踏まえたルール、4年生では自己のチームに着目した作戦を中心に学び方を発揮できる単元を配列する。様々な運動の経験の時期の5・6年生において、5年生では、他のチームに目を向けたルールの設定、6年生では他のチームに着目した作戦を中心に単元を配列する。</p> <p>○発達の段階による観点…低・中学年を「動きづくり」、高学年を「様々な運動の経験」の時期とし、低中学年では、多様な運動体験を重視して比較的多くの種類の単元を配列する。高学年は運動経験の充実(時間)を重視し、2学年にまたがって弾力的に指導したり、1単元にじっくり取り組むことができるように時数を工夫したりできるように配列する。</p>					

運動の特性による系統性を観点ごとに整理し、表2のように捉えた。これらを踏まえ、また、2学期制の特徴や身に付けた技能・学び方などの習得・活用を考え、6年生における単元配列を表3のように工夫した。

**【表3：新旧年間指導計画について】**

6年 旧指導計画																				
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3								
題材と時数	いろいろな競争を楽しむリレー⑥	体力を高める運動②	自分なりの連続技⑧	力強い動きを高める運動④	自分なりの水泳⑧ 水泳大会②	夏休み	楽しい運動会⑫	友達と競うハードル走⑤	病気の予防Ⅰ④	走り高跳び⑥	グループで競うトボール⑨	友達を生かすバスケット⑩	病気の予防Ⅰ④	冬休み	た跳び箱運動⑥	台上前転を中心とし	友達を生かすサッカー⑥	友達を生かすソフトバレーボール⑩	友達を生かすソフト	春休み
<p>体力を高める運動を各学期の最初に配置し、動きづくりを重点的にを行い、身に付けた動きを後の単元の技能習得などに活用していく。</p>																				
6年 新指導計画																				
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3								
題材と時数	体力を高める運動④	いろいろな競争を楽しむリレー⑤	自分なりの連続技⑧	表現運動(組立運動)③	自分なりの水泳⑧ 水泳大会②	夏休み	楽しい運動会⑫	友達と競うハードル走⑤	秋休み	力強い動きを高める運動④	病気の予防Ⅰ・Ⅱ⑥	友達を生かすソフトバレーボール⑩	グループで競う走り高跳び⑥	冬休み	た跳び箱運動⑥	台上前転を中心とし	友達を生かすサッカー⑩	友達を生かすソフト	春休み	
<p>表現運動や水泳において、休み前に自分なりの課題を設け、休みの期間を利用し自身の課題に取り組ませる。</p> <p>ゲームの進行や学び方や技能の観点から、手によるボール操作と攻守交代によるネット型の学習は最初の方に、トラップ・パス・シュートなど足によるボール操作と攻守混合によるゴール型の学習は後に配置する。</p>																				



(2) 体をつくる運動体験や言語活動の充実（視点2）

「シュートゲーム」(第2学年) 中の「投げる」運動を考えたとき、その運動には、①手首の返し②肘を高く上げて腕の素早い振り下ろし③半身になっての体の回転④ねらった方向への体の向きの調整という運動の構造が考えられる。このように運動の構造を分析し、メノコ投げや紙鉄砲などの運動遊びをさせ、目標にしている動きに類似した動きをさせることが重要だと考えた。このように主運動の動きだけをさせるのではなく、主運動に近づけるための運動体験を充実させ感覚を身に付けさせることが重要だと考えた。

そこで、従来の学習過程（準備運動→類似運動→めあての設定→挑戦Ⅰ→見合い・話し合い→挑戦Ⅱ→整理運動→振り返り）から、低・中学年期の単元の最初の段階には、動きや感覚づくりに焦点化した学習過程を位置付ける。

次に言語活動の充実を図るために、具体的には、子どもたちが動きを見る視点として、低学年では姿勢やリズム、中学年では体の部位、高学年では動きのつながりを設定する。また、動きを見合って動きのよさを表現したり、運動の構造を子どもたちなりの表現で表し、話し合いながら練り上げていったりする「見合い・話し合い」の場を設ける。さらに、そこで展開される言語について教師の側が子どもの発達の段階からどのような表現の仕方があるのか系統化し把握することが大切である。

【表4：知識・技能の習得・活用を図る言語の充実】

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
見る視点	姿勢・リズム		体の部位		動きのつながり	
表現	全身による身体表現		体の部位に着目した表現		体の部位に着目した表現	
	模倣		見たことを比較して表す		見たことを自分の言葉に置き換える表現	
言語による表現	<ul style="list-style-type: none"> <li>○擬態語・擬音語を用いた表現</li> <li>・トントンっていかんだね。</li> <li>・クルってまわっていたよ。</li> <li>・うでをシュッとうごかしているなあ。</li> <li>・せなかをまんまるにしてゴロンとしていたよ。</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>○類似点や相違点に着目した表現</li> <li>・○さんのひざのふり方は、□さんのふり方とにているね。</li> <li>・△くんのひじのたかさは、○さんにくらべて低いな。もっと高くすればいいのではないかな。</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>○原因を考察した表現</li> <li>・踏切の力が足りないからうまくとびこせないのかな。勢いをつけて踏み切る練習をしてみよう。</li> <li>○論理的に判断した表現</li> <li>・□さんは遠くからのシュートがうまいから、ぼくが相手を引きつける。</li> </ul>	

(3) いろいろな運動に挑戦し続ける学習活動の充実（視点3）

知識・技能の習得・活用を図る学習活動の充実を図るために、第3学年の器械運動で「前転・後転を中心としたマット運動」を位置付け、前や後ろに転がる技能を習得する。第4学年では「前転・開脚前転を入れた連続技」を位置付け、3年生時に習得した前転・後転の技能が活用できるようにする。また、発達の段階に応じた学び方を発揮できるようにするために、第5学年においてボール運動領域の中で、攻撃と守備が交互に行われるベースボール型の「ルールを工夫したティーボール」を先に置き、攻撃と守備が入り乱れるゴール型の「ルールを工夫したバスケットボール」を後に配列する。そうすることによって、みんなが楽しく学習できるようにするためのルールの工夫や自分のチームの特徴や相手チームの特徴を生かした作戦を工夫できるように系統化する。このように習得する内容

とそれを活用していくような学習内容の単元配列を工夫することで、運動の楽しさを味わうことができるのではないかと考える。

次に、2学期制による単元配列や朝の活動等の充実により、長いスパンをもとに指導・評価することが可能になった。例えば、体づくり運動を学期始めに設定し、長期的な展望に立って子どもたちの成長を評価するようにする。また、朝の活動では、「さわやかタイム」を設定し、簡単にできる運動遊びを紹介したり、運動遊びと体力とのつながりを考えさせたりして運動の日常化を図るようにした。そこで、子どもたちの中には、休み時間などに進んで紹介した運動遊びをする姿も見られてきた。



【図3：さわやかタイムの取組の様子】

### Ⅲ 研究の実際

#### 1 実践の立場

動く心地よさを実感し運動に親しむ子どもを育成するためのカリキュラムを創造して授業実践を行う。実践の妥当性について、次の視点に基づいて検証する。

##### (1) 実践の視点と評価方法

**視点1・・・縦のつながりを意識した指導内容や系統の見直し**

設定した単元が時期や系統に応じた学習として適切であるか。

〔評価〕

- ・考察（年間を通して前年度との技能や学び方の高まりを比較）

**視点2・・・体をつくる運動体験や言語活動の充実**

単元でねらいとする動きを身に付ける運動体験や言語活動の充実が図られているか。

ア 単元で身に付けさせたい動きの分析は妥当であるか

イ 子どもが自分の実態を把握し、基本的な動きを身に付けられる運動体験の活動は適切であったか。

ウ 体の部位に着目し、動きのよさや運動の構造を子どもたちなりの表現で表す言語活動は適切であったか。

〔評価〕

- ・観察（運動に対する意欲，技能の高まり，思考力・判断力）
- ・学習カードの記述（課題認識，技能の高まり，思考力・判断力の記述）
- ・記録（単元前後の記録の比較）

**視点3・・・いろいろな運動に挑戦し続ける学習活動の充実**

単元でねらいとする基本的な動きを習得し、身に付けた技能や思考力・判断力を活用して運動に挑戦し続ける学習活動は適切であったか。

〔評価〕

- ・観察（技能の高まり，思考力・判断力）

##### (2) 実践の評価

第3学年の単元配列は妥当であったか。また、学習で運動体験・言語活動を充実させたことで基本的な動きを身に付け有能感を味わい、運動に挑戦し続けることができたか。

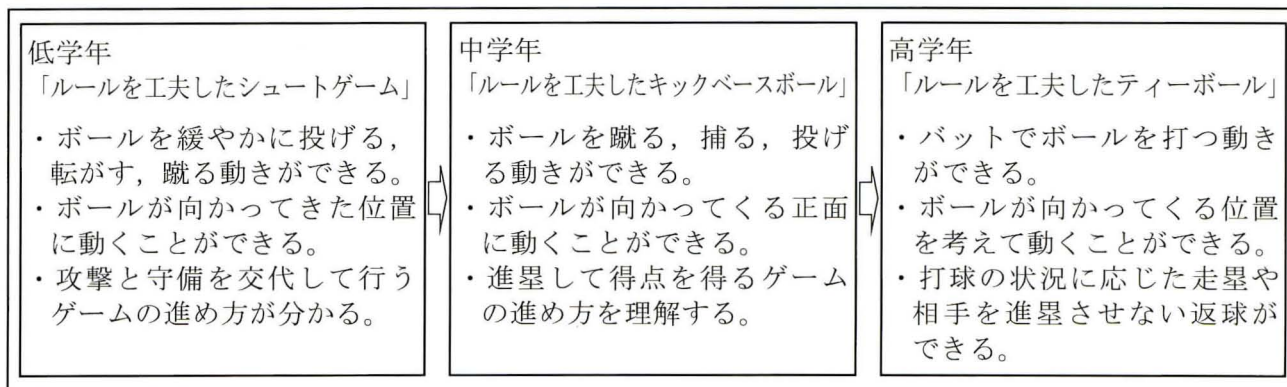
2 第3学年 体育科年間指導計画

月	単元名(領域)	時数	運動体験	言語活動	習得・活用
4	多様な動きをつくる運動 (体づくり)	6	バランス, 移動, 組み合わせの動きを試みる。	腕や膝の曲げ伸ばし, 足の運び, 体のひねり等に着目して動きを比べ伝え合う。	休みを利用した課題への取組 動きの習得・習得した動きを活用して新しい動きの習得へ
	かけっこ・リレー (走・跳)	5	バトンパスの課題を把握し, 腕の振りやバトンをもらう感覚をつかむ。	肘の曲げ, 腕の振り, 足の踏み出し, 体の倒し方に着目して動きを比べ伝え合う。	
5	ひざかけふり上がりを中心とした鉄ぼう運動 (器械)	8	膝掛け振り上がりの課題を把握し, 振り足や手首の返しの感覚をつかむ。	肘や膝の曲げ伸ばし, 手首の返しに着目して動きを比べ伝え合う。	
6	身近な生活で感じる動きの表現運動 (表現)	6	身近な生活から取り上げた題材を体の動きで表現する感じをつかむ。	体の部位に着目して動きを比べ伝え合う。	
	面かぶりクロールを中心としたうく・泳ぐ運動 (浮く・泳ぐ)	10	足全体を動かしたり手のひらで水をかいたりする感覚をつかむ。	肘や手のひらの曲げ伸ばし, 膝や足首の伸びに着目して動きを比べ伝え合う。	
7	夏休み				
8	身近な生活で感じる動きの表現運動 (表現)	2	身近な生活から取り上げた題材を体の動きで表現する感じをつかむ。	体の部位に着目して動きを比べ伝え合う。	
	楽しい運動会 (走・跳)	12	これまでの運動体験や言語活動を生かして自分の課題解決に取り組む。		
9	ルールを工夫したセストボール (ゲーム)	8	両手でボールを送り出したり, 空いている場所に移動したりする感覚をつかむ。	手首の返しや腕の包み込み, 膝の曲げ伸ばしに着目して動きを比べ伝え合う。	
	秋休み				
10	多様な動きをつくる運動 (体づくり)	6	用具の操作, 力試し, 組み合わせの動きを試みる。	手首の返しや肘・膝の曲げ伸ばしに着目して動きを比べ伝え合う。	
	ねらいはばとび (走・跳)	7	幅跳びの課題を把握し, 膝を曲げて力強く踏み切って跳ぶ感覚をつかむ。	膝の曲げや足の踏み込み, 着地に着目して動きを比べ伝え合う。	
11	前転・後転を中心としたマット運動 (器械)	7	前転・後転の課題を把握し, 体を丸め順次接触させて転がる感覚をつかむ。	首や背中の曲げ, 腕の支持, 足の位置に着目して動きを比べ伝え合う。	
	毎日の生活と健康 (保健)	4		食事・運動・睡眠・清潔・照明・換気に着目して生活の仕方を比べ伝え合う。	
	冬休み				
1	ルールを工夫したタグラグビー (ゲーム)	7	後方にパスを出したり, 空いている場所に移動したりする感覚をつかむ。	手首の返し, 膝の曲げ伸ばしに着目して動きを比べ伝え合う。	
	し持とびこしを中心としたとび箱運動 (器械)	8	開脚跳びの課題を把握し, 体の投げだし, 体重移動, 突き放しの感覚をつかむ。	膝の曲げ伸ばし, 腰の位置, 手の突き放しに着目して動きを比べ伝え合う。	
2	ルールを工夫したキックベースボール (ゲーム)	7	片足を踏み出して蹴る・投げる感覚や膝を曲げて構えて捕る感覚をつかむ。	肘・膝の曲げ伸ばし, 手・足首の返し, 踏み出しに着目して動きを比べ伝え合う。	

3 実践の結果と考察 第3学年 「ルールを工夫したキックベースボール」

(1) 単元について

キックベースボールは, 足でボールを操作してボールに当てやすいため, ベースボールゲームの魅力である攻撃の楽しさを比較的容易に味わうことができる。また, 大きなボールを使用するので, 捕る操作も簡単になり, 守備も容易になると考えられる。こうして身に付けたボール操作や守備の動き, 思考力・判断力が, 第5学年のティーボールや中学校でのソフトボールというベースボール型の動きにつながるように, 以下の系統を考えた。



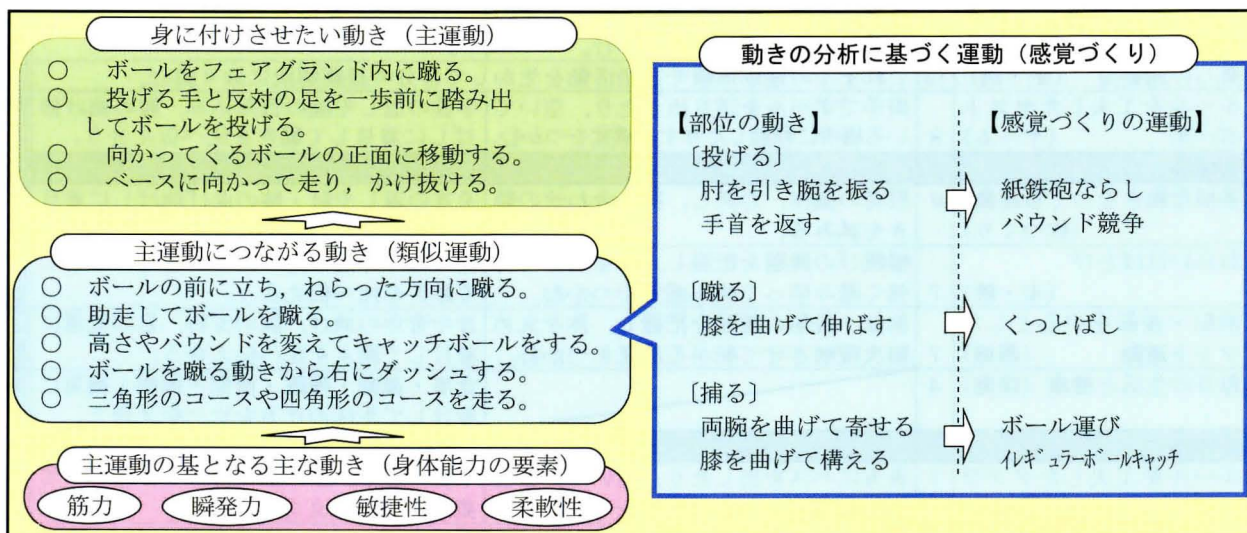
【図4 ベースボール型ゲームの系統】

## (2) 本單元におけるベースボール型ゲームの学習活動

本單元では、ボールを蹴る、捕る、投げる動きを身に付けさせるために、体の動きの分析を基にした感覚づくりの運動やドリルゲームを位置付けた。また、ベースボール型に必要な進塁や返球を理解してできるようにするためのタスクゲームも位置付けた。

### ア 身に付けさせたい動きの分析（運動体験の充実）

これまでも主運動を身に付けるために、主運動につながる動きに取り組ませ、感覚をつかませる授業を行ってきた。しかし、より細かい体の動かし方を身につけさせることが大切であると感じ、ポイントとなるいくつかの部位に焦点を絞り、その部分の動きを明らかにした。そして、その動きを身に付けるのに適した活動も設定した。



【図5 身に付けさせたい動きの分析に基づく運動】

### イ ベースボール型ゲームの学習活動

低学年で攻守交代のゲームは理解している。本單元では、進塁を理解するために、相手のいないところにボールを投げてベースまで進むタスクゲームや、進塁を止める返球を理解するために進んだベースの分だけ点数がとられるタスクゲームを行った。

【表5 進塁や返球を学習するタスクゲームの例】

進塁を理解するタスクゲーム	返球を理解するタスクゲーム
<p>「得点ゲーム①」 相手のいないところをねらってボールを投げ、進塁するようにする。投げることでボール操作を易しくし、進塁を中心に学習できるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・攻撃者はボールを投げて1塁へ走る。</li> <li>・守備者はボールを捕って返球サークルにいる味方へ投げる。</li> <li>・返球サークルにボールが返ってくるまでに1塁に着いたら1点、2塁は2点とする。</li> </ul>	<p>「得点ゲーム②」 進塁の状況を見て一つ先の塁へ返球するようにする。多くの得点をとられないように相手の進塁を阻止できる返球が学習できるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・攻撃者はボールを蹴り、返球された塁の一つ前までは進塁できる。</li> <li>・守備者は走者より先の塁へ返球する。</li> <li>・1塁は1点、2塁は2点、ホームは3点とする。</li> </ul>




### ウ 体の部位に着目させる学習活動（言語活動の充実）

体の部位の動きが分かり技能を高めるための言語活動を次のように位置付けた。

- ・ポイントの部位に着目させてから動きのコツを発見させる感覚づくりを行う。
- ・個人で練習する活動から集団で練習する活動へ展開することで動きを伝え合う。
- ・振り返りの場面で友達のアドバイスのよさを発表させて、体の部位に着目して発言できたことを価値付ける。

(3) 実践の内容

○ 子どもの姿 □ 教師の働きかけ

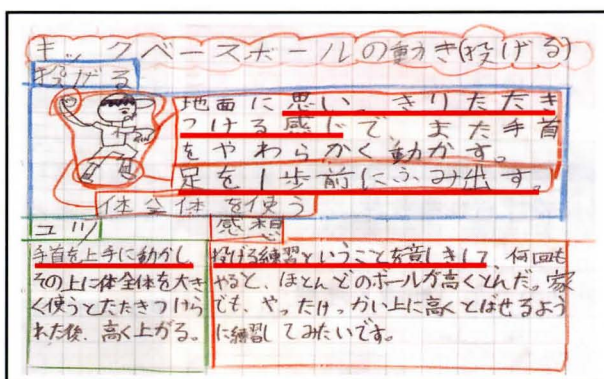
	主な学習活動	子どもの姿と教師の働きかけ
つかむ・見通す	1 チャレンジタイムを行う。	<p>できるようにになりたい。勝ちたい。(意欲)</p> <p>↓</p> <p>・ボールを遠くに蹴れない。 ・捕ることはできる。 ・うまく投げられない。(自己認識)</p> <p>↓</p> <p>ねらった所に投げられるようになりたい。(課題意識)</p> <p>↓</p> <p>ねらった所に投げられるように紙鉄砲をならす練習を選んでやってみよう。(課題意識)</p>
	<p><b>運動体験の充実</b></p> <p>・チャレンジタイム</p> <p>初めのゲーム</p> <p>つながる動き</p> <p>ひつような動き</p>	<p>初めのゲームをして、蹴る、捕る、投げるがどのくらいできるか試してみよう。</p> 
挑戦・工夫する	2 みんなが楽しめるようにルールを工夫してゲームをする。	<p>大きな音を鳴らすには、肘を上げて腕を大きく振らないといけないな。</p> <p>↓</p> <p>紙鉄砲をならす練習と同じように腕を振ればボールも上手に投げられそうだ。</p> <p>↓</p> <p>投げ方が分かった(知識・理解)</p> <p>↓</p> <p>進塁して得点したり、返球で進塁を阻止するゲームの進め方が分かった(知識・理解)</p> <p>↓</p> <p>動きができるようになってきてうれしい。(技能)</p> <p>【動く心地よさ】</p>
	<p><b>言語活動の充実</b></p> <p><b>運動体験の充実</b></p> <p>・感覚づくり</p> <p>・ドリルゲーム(蹴る、捕る、投げる)</p> <p>・タスクゲーム(進塁、返球)</p> <p>・ゲーム</p> <p>・ルールの工夫</p>	<p>大きな音を鳴らすには、どうすればいいのだろう。腕はどのように動かすのかな。</p> <p>紙鉄砲を上手にならすときの手首の返しや腕の振りは、投げる動きとどうつながるのかな。</p> 
生かす	3 作戦を選んでゲームをする。	<p>「〇〇君は、片足を前に出して、体が前に倒れるように投げている。最後は手首を振るような感じだったよ。」</p> <p>↓</p> <p>ボールを捕るためには、ボールが飛んできてもいいように膝を曲げて待つことが大事だ。</p> <p>↓</p> <p>できるようになった蹴り方を生かして、相手のいないところをねらって蹴るようにしよう。(思考力・判断力)</p> <p>↓</p> <p>キックベースボールができるようになって楽しい。(技能)</p> <p>【動く心地よさ】</p>
	<p><b>言語活動の充実</b></p> <p><b>運動体験の充実</b></p> <p>・感覚づくり</p> <p>習得した思考力・判断力や技能の活用</p> <p>・ルールや作戦の選択</p> <p>・タスクゲーム</p> <p>・ゲーム</p>	<p>どこに跳ねるか分からないイレギュラーボールを捕るにはどうすればいいかな。</p> 
	4 キックベースボール大会を行う。	<p>・休み時間や休日にも友達とやってみよう。(意欲)</p> <p>・昼休みのボール遊びでもルールを工夫してみよう。(学び方)</p> <p>【運動に親しむ姿】</p>

(4) 実践の考察

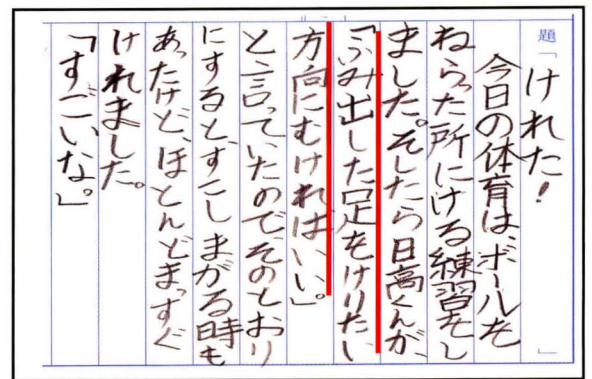
- 確認したい動きを明確にして挑戦させる運動体験により、子どもが自分の実態を把握して課題に取り組む姿が見られた。また、単元で身に付けさせたい動きを分析して体の部位ごとにできる感覚を味わわせたことで、投げる技能や蹴る技能が高まっている姿も見られた。このように第3学年でねらいとする技能の習得が見られ、発達段階に応じた学習であると考えられることから、縦のつながりを意識した単元設定は適切であった。
- 感覚づくり等の体験活動で身に付けた技能や思考力・判断力を生かして、ゲームの中での動き方を考えたり活用して運動に挑戦し続ける姿が見られた。
- 体の部位に着目してよい動きや友達の動きを伝え合う言語活動の姿が見られ、体の動かし方を意識して運動に取り組むことができた。

【表6 チャレンジタイムの結果比較】

		ボール蹴り(m)	ボール投げ(m)
男	1回目	9.1	9.2
子	2回目	11.3	11.1
女	1回目	6.7	5.8
子	2回目	8.9	5.9



【写真1 体験活動の成果が見られる学習ノート例】



【写真2 言語活動の成果が見られる日記例】

- 動きを身に付けさせるために、運動体験の充実を図るための感覚づくりや類似運動を工夫していく。

IV 研究の成果と課題

1 研究の成果

- 身に付けさせたいことを発達の段階に応じて思考・判断力や技能面から分析することで、運動体験や言語活動を充実させることができた。
- 運動体験を充実させることで、「できる」喜びを感じ、進んで運動することができた。
- 2学期制の特色や運動の特性、発達の段階を考慮し学習内容を系統化することで、動く心地よさを実感できる単元配列を工夫することができた。

2 研究の課題

- 運動体験や言語活動をより充実させるために、運動の場や類似運動の内容の精選を図る必要がある。
- 運動の習慣化につなげるために、保健学習で学んだ知識・理解を体育の学習に生かし、より関連を深めていく必要がある。

【主な参考文献】

- 文部科学省「小学校学習指導要領解説 体育編」(東洋館出版社 平成20年)
- 東洋館出版編集部「小学校新学習指導要領ポイント総整理」(東洋館出版社 平成20年)
- 高橋健夫編著「小学校学習指導要領の解説と展開 体育編」(教育出版 平成20年)