

# I 研究計画

## 目指す子供の姿

自他の運動課題解決のために知識や技能を活用できる

体育科における納得解を導く姿を「自他の運動課題解決のために知識や技能を活用できる」と設定し、研究に当たる。

### 1 目指す子供の姿について

運動課題を解決するために、仲間と共に知識や技能、経験に基づいた考えを出し合いながら思考力、判断力、表現力等を働かせている姿である。

「自他の運動課題解決のために」とは、自己の学習活動を振り返りつつ、自分や仲間が直面した運動課題（保健領域においては健康課題）を共有し解決に向かうことである。自分の課題解決のために考えたことが仲間の課題解決にもつながり、仲間の課題解決のために考えたことが自分の課題解決にもつながる。互いに高め合い考えを深めていく中で、子供は自分のみならず仲間ができるようになることにも価値を見だし、仲間と共に解決する良さも実感できる。

「知識や技能を活用できる」とは、新たな情報と既存の知識や技能、経験に基づいた考え等活用しながら課題を解決したり、自己の考えを形成したり、新たな価値を創造したりするために、必要な情報を選択し思考し判断したことを言葉や動作等で仲間に伝えることである。

### 2 これまでの取組について

目指す子供の姿に迫るために、1年次は「集団での振り返り」と「個の振り返り」に取り組んできた。成果としては、導入場面において、作戦ボードや動画等を使用して集団で振り返ることにより、本時の課題を見出すことができるようになったことである。動きや思考の流れなどを視覚化することで、共有認識のもと話し合いが進められ、見通しをもって課題解決に向かうことができた。課題は、自己変容の捉えさせ方である。低学年において自己の動きや思考の過程を客観的に捉えることが難しいことが挙げられた。

### 3 研究内容について

目指す子供の姿に迫るために、2年次後半は研究内容として以下の2点に取り組む。

#### 1 仲間と動きを見合い教え合う活動の設定

運動課題を共有しその解決に向けて身体操作を繰り返し試行錯誤する際、仲間と共に動きを振り返り、考えや気づきを伝えることが必要である。そのために、動きのポイントを精選し見合う視点を明確にしていく。また、教え合う際と同じ動きであっても異なる言語を使うことで、動きが捉えにくいことがある。そこで、動きのポイントを認識することができるように、大切なポイントを記した写真や図などを掲示したり、動きをイメージしやすくなるようなキーワードを示したりする。

保健領域においては、仲間と考えを共有し伝え合う活動の設定として考える。健康についての課題を共有しその解決に向かう際、健康に関わる正しい知識を基に考えることが大切である。そのために養護教諭等と連携を図る等、手立てをとっていく。また、自分の考えだけでなく仲間の考えも取り入れて、自分の考えを更新したり見つめ直したりできるようにすることも必要である。そこで、観点を明確にして考えを伝え合うようにする。

#### 2 変容に気付くための振り返りの場の設定

子供は課題を解決するなかで、新たな情報と既存の知識や技能、経験に基づいた考え等を活用しながら、自己の考えを形成したり、新たな価値を創造したりするために必要な情報を選択し、思考している。そのために、自己の学習活動を振り返りつつ、課題を修正したり、新たに設定したりすることが大切である。そこで、学習シートを使用して自分の考えの変化や気づき、課題等を学習履歴として記録させていく。対象学年に応じて、記述項目や内容を変えた学習シートを準備する。子供が学習過程を振り返り単元学習後の自己の変容に気付くことができるような学習シートとする。

#### 4 検証方法について

- 1 学習シート等の記録，子供の発言記録，録画記録から子供の変容を分析し検証を行う。
- 2 形成的評価の結果を蓄積し，分析する。（工藤 真由美）

## II 研究実践及び考察

【実践例① 授業者：工藤 真由美 対象学級：5 学年 1 組】

### 1 単元名 「ハードル走」(C 陸上運動 イ.ハードル走)

### 2 単元の目標

- 一定間隔で並んでいるハードルを最後までリズムカルに走り越えることができるようにする。
- リズムカルにハードルを走り越えるためのインターバルや歩数を選び，動きのポイントと照らし合わせて，自己や仲間の動きの変化を見付け，考えたことを伝えることができるようにする。
- 自己の記録向上に向けて進んでハードル走に取り組み，仲間と助け合って運動したり，互いの考えや取組を認めたりして運動しようとする。

### 3 目指す子供を育てるために

#### 単元で目指す子供の姿

仲間と共にリズムカルに走り越えるための動きを考え，動きを見合い，こつを伝え合って，互いに動きを高め合おうとする。

#### 手立て

- ・ 仲間と動きを見合い教え合う補助教具の利用
- ・ 自己の変容に気付くための学習ノート作り

#### 教材について

- ・ 繰り返し走り越えることで，体の動きや感覚の違いに気付きやすい教材。
- ・ 仲間から得た情報と自分の感覚や記録を重ねて考えることができる教材。
- ・ 運動能力の差を考慮し，最後までリズムカルに走り越えること，低く走り越えることの2点を共通課題として，インターバルの歩数や踏み切り位置について考えさせることができる教材。

#### 単元で育てたい資質・能力

- ・ 素早くスタートし，第1ハードルを決めた足で踏み切って走り越える。
- ・ 自分に合ったインターバル(3歩または5歩)でリズムカルに走る。
- ・ これまでの経験や既習の動きのポイントを基に，能力に適した自己の課題を捉え，練習の意味を考えながら活動したり，仲間にアドバイスしたりする。
- ・ 仲間と学び合いながら進んで運動しようとしている。

#### 子供の実態

- ・ 運動経験や運動能力に差がある。陸上運動については，能力差がはっきりしている。
- ・ ハードルに足をぶつけることや転倒への恐怖心を抱いている子供がいる。

主に働かせる見方・考え方  
踏み切り場面や遠くに着地する動作に着目して、ハードルをリズムカルに走り越えるためのよりよい動きを考えること

#### 4 授業の実際

##### (1) 本時の目標

ハードルをリズムカルに走り越えるために遠くに着地する動きについて振り返り、見付けた動きのポイントに着目して仲間と動きを見合ったり伝え合ったり、気付いたことを発表したりすることができる。

##### (2) 授業の概要

##### 1 学習課題の確認

より遠くへハードルを跳び越そう。

- ・運動のポイント（踏み切り足の伸び、上体姿勢）を確認する。

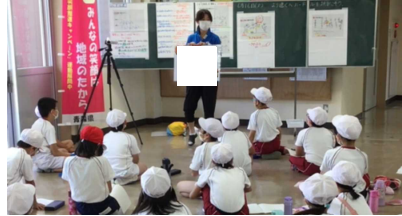


図1 活動の見通しを持たせる



図2 動きのポイントの確認

##### 2 準備運動と基礎感覚づくりの運動

- ・ミニハードル走  
3歩(1, 2, 3, 4)  
5歩(1, 2, 3, 4, 5, 6)  
のリズムを意識する
- ・1台ハードル走



図3 3, 5歩のリズムを素早く刻む場



図4 待機場所を示す白線

##### 3 チーム毎の練習



図5 見合い教え合う場

##### 仲間と動きを見合い教え合う補助教具の利用



図6 手袋の使用

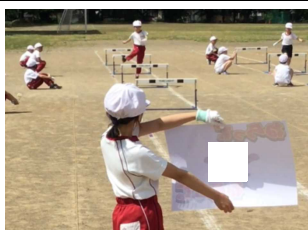


図7 ゴールの絵



図8 教え合う姿



図9 身振りでの伝え合い

##### 4 振り返り

##### 自己の変容に気付くための学習ノート作り

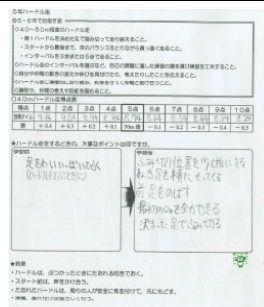


図10 単元を通しての学習を見とるノート

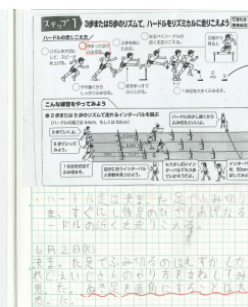


図11 1時間ごとの学習を見とるノート

**評価** 仲間と助け合い、見る視点に着目して動きの様子を伝えている。

## 5 授業の考察

### (1) 学習ノートからの考察

C1:手前から跳ぶと上ではなく遠くへ行くことが分かった。跳ぶ瞬間に、足と反対の手をびいんと伸ばすとよい。スタートする時に、猛ダッシュすれば、足と反対の手を伸ばしやすい。  
C2:足が上がっていないことに気付いたので、(練習して)上げられるようになってよかった。  
C3:手を前に出して跳んだら、遠くに跳べたので、手を前に出すことが大事だと思った。

C1は、1台目のハードルを跳ぶまでのスピードの意味と手の突き出し方について気付いていることが分かる。手袋をつけたことで手の動き注目し、勢いよく走り越えようという意識が働いている。補助教具図6の手袋が有効であった。

C2は、足の振り上げについてアドバイスをもらって練習を重ねていた子供である。スムーズに走り越えるための方法に気付くことができたことが分かる。

C3は、走り越える方向について気付いている。図7の絵があることによって絵に向かって手を前に突き出すだけでなく、体全体が前に傾く前傾姿勢に近付いていた子供である。図7は有効であった。

### (2) 形成的授業評価からの考察

本実践では、単元を通して形成的授業評価をとった。結果は次の通りである。

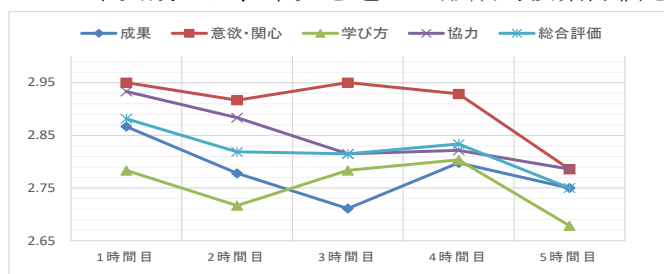


図12から、全体的に下降気味なのが見取ることができる。これは、コロナ禍の中で対話協働を主とした学習形態をとることができず、子供が十分満足できない状態で単元を終ってしまったことにある。ハードル走のような個人の動きを高める学習では、自己の動きの伸びを感じられるような手立てが必要であった。

図12 本実践における形成的授業評価結果

本時である3時間目を見ると「成果」、「協力」が前時より低くなっていることが分かる。リズムよく遠くへ跳ぶためのポイントは分かっているが、体を思うようにコントロールできないもどかしさやタイムの伸びとして結果に表れていないことが挙げられる。また、〇×のような身振りだけでは伝えきれないことがあり、直接側に近付き気付いたことを尋ねたり伝えたりしている子供がいた。自己の体の動きをその場で確認できるような手立てが必要であった。また、子供が走り越す感覚をつかむことができたことで、ハードル走の楽しさに気付いてきたことが意欲・関心の高まりから分かる。

## 6 本実践の成果と課題

### (1) 成果

本実践における成果は、以下3点挙げられる。

1点目として、技能の高まりが見られたことである。単元を通してみると、歩数もリズムもまばらで走り越えるための動きも上方向だった子供たちが、徐々に歩数が安定し、3(1, 2, 3, 4)歩のリズムで安定して走り越えられるようになってきていたことから、技能の高まりが見られた。また、ハードル間の歩数の数え方を、一般的に数えられている「0, 1, 2, 3」から「1, 2, 3, 4」「1, 2, 3, 4, 5, 6」としたことで、子供が次のハードルに向かう姿勢をとりやすくなり歩数の安定へとつながっていた。

2点目として、体の動きについての気付きが見られたことである。より遠くに越えるために手袋を使用して「前方への手の突き出し」を意識させたことで、同じ踏切足でリズムよく走り越えることができ、前傾姿勢にも気付くことができた。ゴールに目印の絵を掲げたことで、勢いよく走り越えようという意識が働いていた。さらに、コマ送り写真やスティックピクチャーを使用して比較することで、体の動きについての気付きを促すことができた。図13のように動画をコマ送りにし



図13 コマ送り写真

て一つの写真にしたり、図14のようにスティックピクチャーを用いて、体の動きを見やすくしたりする方法があることが分かった。

3点目として、学習ノートの活用により個々の課題が明確になったことである。ノートに、本単元の到達目標を記載させたところ、子供は学習終了時の姿をイメージし個々の課題目標を明確にすることができた。また、用紙ではなくノートを活用したことで、気付きやポイントをイラストでまとめたり、吹き出しで記入したりするなど、表現方法に工夫が見られた。単元の最後にハードル走の大事なポイントをまとめさせたところ「リズムよく跳ぶとスピードが速くなった」「高くよりも遠くへ」「手足を前へ突き出すようにして走る」「インターバルは広めにする」など記載されていたことから、1時間毎の変容のみならず単元通しての成果や変容にも気付くことができていた。

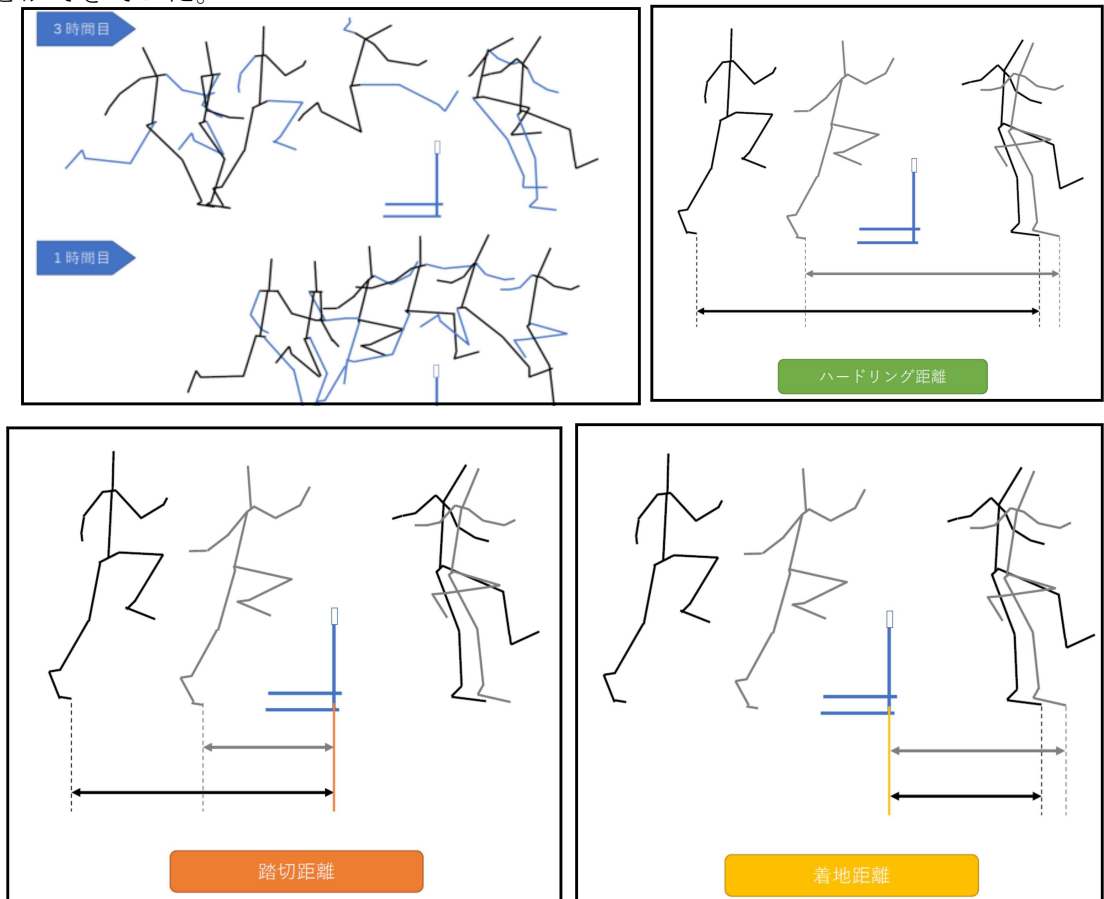


図14 スティックピクチャー

## (2) 課題

課題は、以下の2点が挙げられる。

1点目として、単元構成や授業形態の工夫である。共通のポイントを見合うことだけに限定せず、様々な気付きを交流させる場も大事であることが分かった。動画やイラストなどを用いた動きのイメージ化を図る時間を単元内に設定するなど、単元構成や授業形態について改善していく。

2点目として、自己の動きを客観的に捉える手立てである。子供が動きながら考え、動きを修正をすることの難しさを感じているようであった。子供が目標とする到達イメージがどのようなもので、どこまで自己の動きを理解しているかも大切だと感じた。そのイメージに向かって修正していく方法も様々あることが分かった。自己の知識や感覚、仲間の動きや助言、教具や動画の使用など、フィードバックの方法もいろいろがある。今後も手立てを工夫し、子供の必要観に対応できるよう研究する。

(工藤 真由美)

【実践例② 授業者：阿保 秀歩 対象学級：4 学年 2 組】

## 1 単元名 「ソフトバレーボール」(E ゲーム イ ネット型ゲーム)

### 2 単元の目標

- 基本的なボール操作とボールを操作できる位置に体を移動する動きによってボールを自陣の味方にパスしたり，相手コートに返球したりすることができるようにする。
- 自陣でパスをつないで相手が捕球しにくい場所へ返球するための動きを実践し，ポイントに照らし合わせて，自己や仲間の動きについて振り返り，考えを伝えることができるようにする。
- 仲間と協力したり，互いの考えを認め合ったり，勝敗を受け入れたりして進んで運動しようとする。

### 3 目指す子供を育てるために

単元で目指す子供の姿

ラリーをつなげたり，相手チームのラリーを中断させたりする面白さを知り，ゲームを通して仲間と動きのポイントを振り返り，互いに動きを高め合おうとする姿。

手立て

- ・仲間と動きを見合い教え合うポイントの明示
- ・自己の変容に気付くための学習ノート作り

教材について

- ・チーム同士でラリーをつなげたり，得点を競い合ったりすることで楽しさや喜びを味わうことができる教材。
- ・ネットで区切られ攻防が分かれているため思考した内容を生かしやすい教材。
- ・プレーする人数を少なくすることで，全員が役割をもち，チームの一体感を感じられる教材。

単元で育てたい資質・能力

- ・ボールをキャッチしたり，味方にパスしたり，アタックしたりする動きについてポイントをもとに見合い，自己の課題に気付く力。
- ・仲間と話し合いながら，チームの特徴や場の設定を考慮した攻め方や守り方を考えたり，プレーしやすい規則を選んだりする力。

子供の実態

- ・運動経験や運動能力に差がある。
- ・ゲーム性のある運動を好む子供が多く，ボール運動に対する意欲も高い。
- ・勝ち負けにこだわる子供が見られる。

主に働かせる見方・考え方  
パスやアタックの動作に着目して，次にボールを受ける人がスムーズにプレーできるためのよりよい動きを考える。

### 4 授業の実際

#### (1) 本時の目標

チームの特徴や場の設定を踏まえて守り方や攻め方を考え，成果や課題について気付いたことを伝え合ったり，発表したりできる。

## (2) 授業の概要

- 1 基礎感覚づくり
- 2 学習課題の確認

チームに合わせた守り方や攻め方を考えて、ゲームをしよう。

- ・動きのポイント(体の向き、山なりボール、落下点への移動)を確認する。



図 15 活動の見通しをもたせる

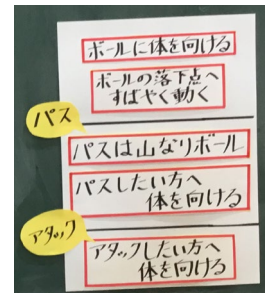


図 16 動きのポイント

- 3 作戦を立てる

### 動きを見合い教え合うポイントの明示

- \*詳細は「5 授業の考察」(1)内のプロトコルを参照



図 17 チームで攻め方、守り方の相談

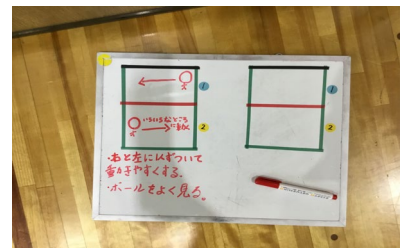


図 18 作戦ボードの使用

- 4 試しのゲーム

- ・ペアチームで活動
- ・メインのゲーム



図 19 試しのゲーム 図 20 ペアチームの教え合い 図 21 再度チームで相談

- 5 振り返り

- ・作戦ボードにチームの振り返り，学習ノートに個人の振り返りを記入する。

### 自己の変容に気付くための学習ノート作り

③ 1回目は位置を考えてやりました。前は、2点のところを1人。1点のところを1人いたけど、今日考えたのは、2点のところを2人にしました。でも、1点のところを2人にしたら、1人が1点のところを1人動かすことになりました。すると、スムーズにできて、いいと思いました。2回目は、目線を考えました。目線は、真ん中にする。相手がアタックするところかわかったので、やりやすかったです。

図 22 学習ノート

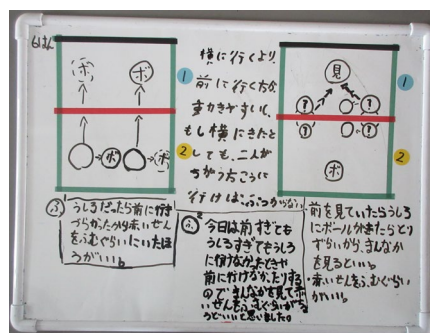


図 23 作戦ボード①

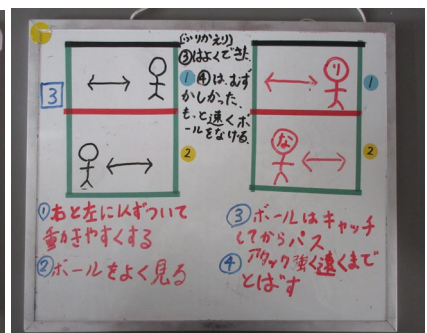


図 24 作戦ボード②

## 5 授業の考察

### (1) プロトコルからの考察

動きのポイントや場の設定を考慮して作戦を考える場面である。動きのポイントを確認することで、個人の得意なことを生かした作戦を考えることができる。そして、作戦ボードを使用することで動きを可視化し、振り返りの場面で課題に気づきやすくなると考えた。

#### 試しのゲーム前の対話

C1:前後に守ろうって言ったけど、やっぱり横にした方が動きやすいと思う。

C2:うん。絶対そうだと思う。横の方が(作戦ボードに印をつける)。

C1:うん。だから横にしよう。

C2: C1さんってキャッチ得意だと思う。

C1:うん。ううん。まあ。

C2: C1さんキャッチ得意だから2点の方(コートの後方)にしたら。

C1:うん(コートの後方に印をつける)。

#### 試しのゲーム後の対話

C1: (作戦ボードに書き込み始める)今どうだったかまず考えよう。

C2:わたしこうだった(コート前方に印をつける)。

C1:相手の向いている方向と別の人が動く。

C2:だね。相手の向いている方向、顔が向いている方向が(ボールが)くるところだから。そこを。

C1:うん。そこに行って、でも空けすぎたらだめだから。ここ(コートの中央に印をつける)、真ん中らへん。

C2:ここ(コート中央の印)だよ。相手の体向いた方へ行って。移動して捕れば良い。

これまでの学習から、C1がボールのキャッチを得意としていることに気付いたC2の提案で作戦を考えている様子が見られる。また、動きのポイントとして示した「ボールを飛ばしたい方向へ体を向ける」ことを意識している。しかし、全体的に見ると、個人の得意なことを踏まえて作戦を立てることは難しかったようである。これまでのゲームの反省点をもとにどこに立つかを考えた作戦を立てているチームが多かった。プレーしている子供自身が客観的に自分や仲間の動きを把握することは難しいため、自信をもって作戦に取り入れていくことができていなかった。

### (2) 作戦ボードからの考察

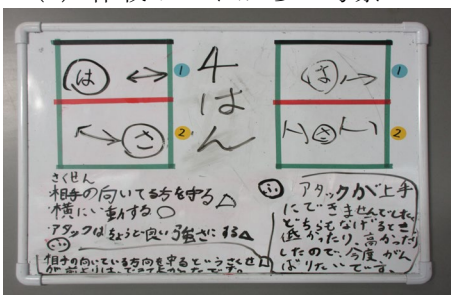


図 24

作戦

- ・相手が向いている方向を守る。
- ・横に移動する。
- ・アタックはちょうど良い強さにする。

ボールを持ったときのポイントの1つ「アタックしたい方向へ体を向ける」ことを意識した作戦を考えている。また、アタックが上手くできなかった理由が、パスをしたボールの高さにあることに気付いている。



図 25

作戦

- ・C3 得意なし (キャッチ)
- ・C4 得意アタック
- ・ななめにアタック
- ・速くはじの方に移動

これまでの学習を通して、C3, C4 それぞれの得意なこととは何か考えている。アタックが得意な子供が1回目のボール操作をすることを目的として2人の位置を決めている。また、ライン際のボールに対応できなかったため、2回目はコートの真ん中に立ち位置を変更している。



### (3) 学習ノートからの考察

C5: パスが少し低かったので、手前の方に飛んでいってしまった。でも、しっかり捕ってくれたので、ちゃんとボールを見ているんだと思う。

C6:C7 さんが、山なりのパスがとても上手くて、アタックがしやすかった。

C8:C9 さんが出すパスが前からきて、とてもアタックがしやすかった。

C5 は、相手が捕りやすいパスは山なりであること、ボールへ体に向ける大切さを理解している。次にボールを受ける人を意識している子供である。

C6 は、仲間の動きをもとに山なりにパスをする大切さを実感することができたことが分かる。

C7 は、自身のアタックをもとにパスを出すためのより良い位置に気付いている。作戦ボードにも取り入れて、動きのポイントとして共有していた。

## 6 本実践の成果と課題

### (1) 成果

本実践における成果は、以下2点挙げられる。

1 点目として、ポイントを意識した動きが見られるようになったことである。動きのポイントを示したことで、ボールに体に向け続けたり、アタックしやすい位置に移動したりする子供が見られるようになった。また、チームの仲間同士でポイントに沿って動き方をアドバイスする場面もあった。このことが、技能面での上達につながった。

2 点目として、手立てとして用いた学習ノートが有効であった。観点として「できるようになったこと」「難しかったこと」「仲間の頑張り」「次回挑戦したいこと」を示したことで、自己の課題に対する達成度を確かめるとともに、次時の課題を発見することへとつながった。前時の振り返りを導入で紹介し、学級全体で抱えている課題を共有したことによって、課題を意識して毎時間の学習に取り組む様子が見られた。

### (2) 課題

課題は、以下の3点が挙げられる。

1 点目として、自分たちの動きを客観的に把握するための工夫である。仲間と動きを見合い教え合う活動において、勝敗をもとに振り返ることが中心となってしまう、互いの動きのよさを伝え合う発言は少なかった。プレーしている子供が自分たちの動きがポイントを達成できているかを見るために、動画で記録したり、観察役のグループを設定したりする工夫が必要であった。

2 点目として、単元構成の工夫である。単元後半では、ラリーがつながることの楽しさよりも、アタックをして点を取る楽しさに子供の意識が向いていた。そのため、サーブで点を取ることを考えるグループが出てしまい、1人のボール操作でプレーが終わってしまうゲームも見られた。得点を競うゲームに移行する前に、パスゲームを充実させたり、ラリーが続いているグループを紹介したりするなどして、ラリーがつながる楽しさに十分に触れさせるとともに、サーブの意味について確認することも必要であった。

3 点目として、場の設定の工夫である。子供の運動量確保や密集を避けるための方法として、1チームの人数を少なくしつつ、コートを3面準備した。しかし、コートの広さと比較して人数が少ないために、守り方や攻め方に幅が生まれにくい状況だった。人数やコートの広さについて、子供の実態に即した工夫を考えていく。

(阿保 秀歩)

### Ⅲ これまでの実践から明らかになったこと

#### 1 成果

新型コロナウイルス感染症対策として、十分な換気をすると同時に整列時に間隔をとることや、仲間と見合い教え合う活動における伝え方やアドバイスする方法にも配慮するなど、密集をつくらない学習形態と飛沫感染予防に配慮した対話協働による学びについて試行錯誤しつつ研究を進めてきた。成果は以下の2点である。

1点目として、学習内容を子供の実態に合わせて焦点化したことである。実践例①では、図や動画、静止画などを提示し、動きのポイントを共有する場を設けた。チームごとの練習で「いち、にいと、もっと前にパンチしたほうがいいよ。」や「遠くから跳ぶと(踏み切り足が)伸びるよ。」と、どのように身体を操作すればよいかを教え合う子供の姿が見られた。これらの姿から仲間と動きを見合い教え合う活動において、動きのポイントを精選し見合う視点を明確にしたり、密集対策として学習の内容や活動をシンプルにしたりするなど、学習内容を子供の実態に合わせて焦点化したことは有効であったといえる。

2点目として、振り返り場面での教師の働きかけである。実践例②では、「できるようになったこと」「難しかったこと」「仲間の頑張り」「次回挑戦したいこと」の4観点について振り返らせた。観点を設定することで自他の達成度と次時の課題を明確にとらえられるようになった。実践例①では、単元の目標をノートに記し毎時間の課題や学びの振り返りを記入させた。目標とする姿を目指して自己評価がなされ、次の課題を見通して主体的に学習を進めることができた。これらの姿から振り返り場面での働きかけは有効であったといえる。

#### 2 課題

これまでの実践から、子供たちに自己の動きを客観的に捉えさせる手立てが充分ではなかったことである。子供に自己の動きが各々の到達イメージに近づいているのかどうかを知り得る手段が少なかった。仲間からのアドバイスや、仲間の動きから得た刺激や教具の動き、自己の感覚だけであった。子供にとって動きながら考えることは非常に難しいことであり、体の動きや作戦の修正には、動きのイメージと実際の自己の動きとのギャップを正確につかめているかが大事であった。密集対策のため回避した動画の活用、コート広さや人数の増減、チーム内での役割分担等をさらに工夫し、到達イメージと動きの修正へつながる手立てが必要である。

(工藤 真由美)