

令和6年度 東京都小学校体育研究会夏季合同研究会 器械運動系領域部会

東京都小学校体育研究会 研究主題

「自ら学び続ける力を、仲間と共に身に付けていく体育学習」
～運動の楽しさや課題解決の喜びを味わうことを通して～

研究主題を受けた器械運動系領域部会の考え方

第3学年における器械運動は、「器械・器具を使った運動遊び」から「器械運動」になり、「運動遊び」に取り組む楽しさを味わう学習から「技」の習得に向けた課題解決型学習の入門期となる。そこで、最も大切にしたいと考えたのが、「運動遊び」から「技の習得」への円滑な接続である。技と出会うことにより、器械運動に対して意欲が高まる子供もいるが、苦手意識をもってしまう子供も増える。3年生が「器械運動の好き・嫌いの分かれ道」とならないようにしたい。そこで、まずは「運動遊び」の楽しさも味わえる「易しい練習の場」で技の中核となる技術を身に付ける時間を十分に確保する。この際、どの子も「やってみたい」、「できそうだ」と思えるよう、自分の力に合った運動の場から選択できるように留意する。また、友達と協力しながら、楽しく取り組める課題をスモールステップで示し、友達と共に「多様なできた」に触れられるような工夫をする。そうした学習環境をデザインすることで友達と励まし合ったり、できばえを伝え合ったりする協働的な学びが技の習得につながることを実感させることができる。このような学習過程を経験することで、自ら学び続ける力を、仲間と共に身に付けていくことができると考える。

目指す児童像

友達と共に器械運動の楽しさや喜びに触れ、学習活動を工夫しながら、自ら学びを深めていく子。

研究仮説

第3学年の器械運動系領域において、「やってみたい」と思えるような魅力ある学習環境をデザインし、自己の能力に適した学習課題を解決できるような学習過程を計画すれば、友達と共にマット運動の本質的なおもしろさに触れ、自ら学びを深めていくことができるだろう。



東京都小学校体育研究会器械部
公式 YouTube チャンネル



東京都小学校体育研究会
器械運動系領域部会 HP



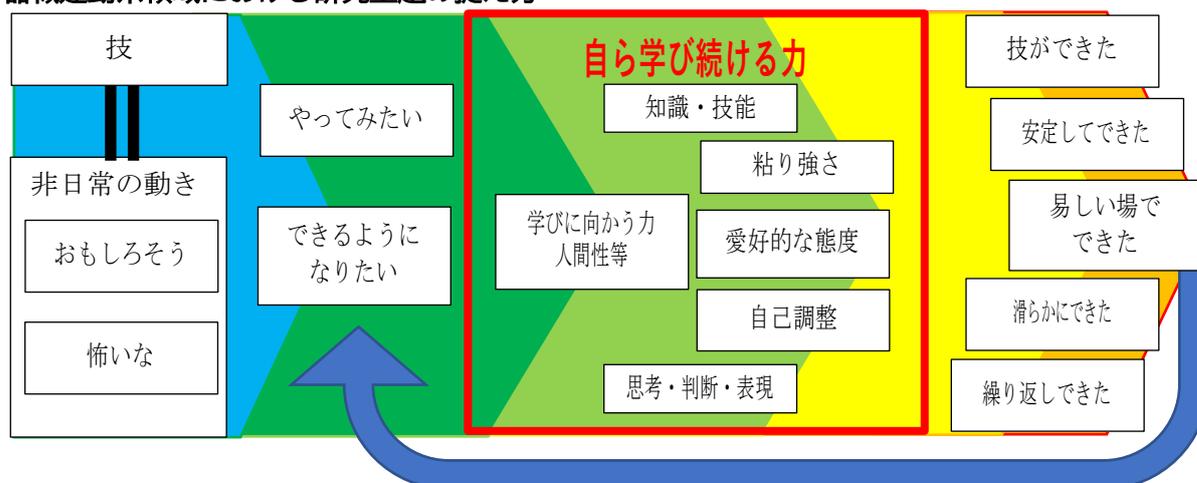
【実証授業】

授業日 令和6年11月11日(月)
場所 墨田区立第三寺島小学校
内容 マット運動
授業者 第3学年 久保 哲也 主任教諭

研究内容の学習指導案の「1-(3) 研究主題を実現するための手立ての工夫」と「2-(6) 資料」に、QRコードを載せました。内容をお読みいただきながらQRコードもご覧ください。

1 研究内容

(1) 器械運動系領域における研究主題の捉え方



器械運動系領域で取り上げる技は、非日常の動きが含まれるので、「面白そう」や「怖い」など、技に対する感情は子供によって様々である。そうした様々な子供がいる中で行う器械運動系領域における「自ら学び続ける力」とは、技を「やってみたい」、「できるようになりたい」と子供自身が感じながら学習課題の解決に取り組み、3つの資質・能力を育む過程の中で身に付けられる、体育に対する愛好的な態度や粘り強さ、自己調整する力として考える。

「自ら学び続ける力」を身に付けさせるためには、器械運動系領域における中心的な楽しさや喜びである「できた」という子供の思いを大切にしたい。そして、仲間と共にできばえを伝え合い、励まし合い、認め合う中で、課題解決に向けて粘り強く取り組み自己調整しながら、「多様なできた」を実感できるような学習過程が必要であると考え。そうした学習過程にするためには、易しい練習の場で学習環境をデザインすることによって、「次は難しい場ででもできそう」、「もっと上手になりたい」、「次の技に取り組みたい」といった自ら学び続ける意欲をもつ子供の育成につながると考えた。

(2) 部内授業で明らかになったこと

○ 個別最適な学びを意識した学習過程の有効性

易しい練習の場や補助具のない平場を数多く設置し、一人一人が自己の能力に適した課題に向き合える時間を十分に確保した学習過程を計画することで、個別最適な学びを行うことができた。技と出会い、挑戦意欲が高まっている子供の情意を考慮し、技に挑戦する時間など自己の学習課題の解決に取り組む時間を十分に確保できるよう留意した。アンケート結果でも、毎時間95%以上の子供が「またやりたい」と答えており、運動に意欲的に取り組むことができた。

○ 第3学年としての技との出会わせ方

「跳び箱を使った運動遊び」から「跳び箱運動」に変わる学年なので、技との出会い方を工夫した。低学年で遊んでいた動きが技につながっているということを踏まえ、「これならできるかも」「早くやってみたい」という気持ちを児童がもてることに重点をおいた。易しい練習の場→平場で挑戦→易しい練習の場で取り組むというサイクルを大切に、易しい練習の場が学習課題の解決につながっていくという実感をもてるようにした。そのため、運動の構造を見直し、技の類縁性がある動きを易しい練習の場に取り入れられるように研究を深める必要がある。

○ 友達と共に学ぶことの難しさ

授業中の様子を見ると、運動にすすんで取り組んでいる子供が多い一方、友達と話し合っている子供は、あまりいなかった。アンケート結果でも、「友達との学び合い」の必要感を感じている子供が少ないことが分かった。そのため、子供たちが友達とかかわる必要感をもてるような学び合いの仕方を研究していきたい。

(3) 研究主題を実現するための手立ての工夫

○ 学習過程の工夫

時間	1	2	3	4	5	6	7
階段	学習の見通しをもつ。	今もっている力で楽しむ。		学習課題を見いだす。		学習課題を解決する。	
ねらい	マット運動の行い方を知り、運動に挑戦したいという思いをもつ。	それぞれの運動（技の中核となる技術）に挑戦することに楽しむ。		運動（技の中核となる技術）に挑戦することを楽しみながら、自己にあった学習課題を見いだす。		技の行い方を知り、技や運動に繰り返し挑戦することを楽しむ。	
子供の様相	・運動を楽しむ。 ・マット運動における大切なことを考える。	<div style="border: 1px solid green; padding: 5px;"> 技グループの中から「面白そう」「やってみたい」と思った場をローテーションしながら楽しむ。 </div> 挑戦したい。達成したい。		技と出会い、楽しみながら行っていたことが技につながることを知る。 (実演)	<div style="border: 1px solid green; padding: 5px;"> 運動が技につながることを知り、「技能を高める」「他の場をやりたい」とより自己の考えが表れる。 </div> 技と出会う。 (技動画)	自分が解決したいと思う練習の場を選択して取り組む。	

○ 学習環境の工夫

「マット島を冒険しよう！」という世界観の中で、子供が夢中になって活動できるように、挑戦したくなるような課題の要素を取り入れた魅力ある学習環境をデザインする。

【場の設定】 技の中核となる技術を友達とかかわり合いながら身に付けることをねらって設定する。

※ 前転につながる運動の場の例



【身に付けたい技術】
回転後の姿勢に意識を向けさせ、起き上がる動きを高めていく。
知識・技能

【用具の工夫】
手を前に出して、素早く起き上がることを意識するためにボールを活用する。前転に必要な起き上がりの技術を、場を楽しむ中で習得できるようにする。
知識・技能 学びに向かう力、人間性

【友達とのかかわり】
視点を設定することでお互いに見合うことが求められるとともに、用具を使った動きにすることで、友達とのかかわりが必然的に生まれる。
思考力・判断力・表現力 学びに向かう力、人間性

【スモールステップの設定】
スモールステップを設定し、小さな目標を達成し続けることで、やる気を保ちやすくする。また、自分の能力に適した課題を選択できるようにする。
知識・技能 思考力・判断力・表現力 学びに向かう力、人間性

起き上がりの動きを高める場②

ボール島(友達の投げたボールを素早く起き上がってキャッチする場)



どんなしせいでもいいのでキャッチ！ → 銅(どう)
 足のうらをマットにつけてキャッチ！ → 銀(ぎん)
 手を使わずに立ち上がってキャッチ！ → 金

【学習資料】一人1枚手元に持ち、達成した課題にシールを貼りながら、楽しく技術を身に付ける。

【前転がりエリアマップ】

ユラユラ島(ゆりかごと、友達とのゆりかごタッチをする場)



ゆりかごで3回止まらずにゆれよう！ →
手をつかわずに立ち上がって前の友だちとタッチ！ →
友だちと同時にゆりかごをして立ってタッチ！ →

それぞれの島でできたことが
チャレンジ島でできるかな！？

チャレンジ島



ピョンピョン島(より遠くまで前転しようとする場)



足形を置いてもらう

着地の足が1本目の線をこえて立ち上がろう！ → 銅(どう)
着地の足が2本目の線をこえて立ち上がろう！ → 銀(ぎん)
着地の足が3本目の線をこえて立ち上がろう！ → 金

さかみち島(さかみちの勢いを利用して立ち上がる場)



とまっていないか、
マットに手をつけて
立っていないかを見
てもらう

ころがってすわったままポーズ！ →
とまらずに立ち上がってポーズ！ →
手をつかわずに立ち上がってポーズ！ →

スモールステップで
チャレンジしよう。
下の行になるほど
なんいどが上がるよ！
できたらシールをはろう！

ボール島(友達の投げたボールを素早く起き上がってキャッチする場)



どんなせいでいいのでキャッチ！ →
足のうらをマットにつけてキャッチ！ →
手を使わずに立ち上がってキャッチ！ →

全ての場で達成できたら、平場でも取り組む。(技との出会い)

運動の行い方や見てもらう人の役割を視覚的にわかるようにした。

【振り返りの工夫】

一枚ポートフォリオ評価の形式で、マット運動の本質的なおもしろさに触れながら、自ら学びを深めていくことをねらっている。

マット運動 学習カード 3年 組 番 名前 ()

<p>〈学習前〉マットの上で回ったり、さかさになったりして、スッと立ち上がるために大切なことは何ですか。</p> <p>①マット運動の行い方で大切なことを書きましょう。</p>	<p>月 日 ()</p> <p>めあて</p> <p>②今日の学習で大切だと思ったことを書きましょう。</p> <p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px;">2時間目に大切だったこと</p>	<p>月 日 ()</p> <p>めあて</p> <p>③今日の学習で大切だと思ったことを書きましょう。</p> <p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px;">3時間目に大切だったこと</p>	<p>月 日 ()</p> <p>めあて</p> <p>④今日の学習で大切だと思ったことを書きましょう。</p> <p style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px;">4時間目に大切だったこと</p>
<p>〈学習後〉マットの上で回ったり、さかさになったりして、スッと立ち上がるために大切なことは何ですか。</p> <p>⑦今日の学習で大切だと思ったことを書きましょう。</p>	<p>月 日 ()</p> <p>めあて</p> <p>⑥今日の学習で大切だと思ったことを書きましょう。</p>	<p>月 日 ()</p> <p>めあて</p> <p>⑤今日の学習で大切だと思ったことを書きましょう。</p>	<p>月 日 ()</p> <p>めあて</p> <p>⑧今日の学習で大切だと思ったことを書きましょう。</p>

「本質的な問い」を学習の前後で同じにすることで、子供の変容を見取る

教師は、毎時間の評価の重点に沿うような記述がされているかを確認できる。

学習履歴
子供がどのように学んでいったのかが分かる。

◎マット運動の学習を終えて、どんな力がついたと思いますか。自分のせい長をふりかえって書きましょう。

単元を振り返っての自己評価

2 学習指導案

(1) 単元の目標

知識及び技能	マット運動の行い方を知るとともに、回転系や巧技系の基本的な技を行うことができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	自己の能力に適した課題を見付け、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。
学びに向かう力、人間性等	運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動したり、友達の考えを認めたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができるようにする。

(2) 単元の評価規準

知識・技能	①マット運動の約束や場や用具の使い方、場の安全の確保など、運動の特性に応じた行い方を知っている。 ②回転系、巧技系の基本的な技の行い方を言ったり書いたりしている。 ③自己の能力に適した回転系、巧技系の基本的な技ができる。
思考・判断・表現	①自己の能力に適した課題を見付けている。 ②学習カードを活用して、課題の解決に向けた活動を選んでいる。 ③自分の見付けたコツや友達のできばえを伝えている。
主体的に学習に取り組む態度	①運動に進んで取り組もうとしている。 ②順番やきまりを守り、だれとでも仲よく運動しようとしている。 ③場の準備や片づけを、友達と一緒にしようとしている。 ④友達の考えを認めようとしている。 ⑤マットの使い方や置き方など、安全を確認しながら運動している。

(3) 第3学年の学習過程と評価の重点 (全7時間)

時	1	2	3	4	5	6	7								
段落	学習の見通しをもつ。	もっている力で楽しむ。		学習課題を見いだす。		学習課題を解決する。									
学習内容	<ul style="list-style-type: none"> ○学習の進め方、安全についてのきまりを確認する。 ○場の準備をする。 ○共に行う感覚づくりの運動に取り組む。 ○運動に取り組む。 ○整理運動に取り組む。 ○学習の振り返りをする。 ○場の片付けをする。 	<p>共に行う感覚づくりの運動に取り組む。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マット運動における運動遊びの基本的な動きに取り組む。 ・ゆりかご・かえるの足打ち等を音楽に合わせて、友達と行う。 			<ul style="list-style-type: none"> ○自己の学習課題を見いだす。 		<ul style="list-style-type: none"> ○自己の学習課題を確認する。 								
		<ul style="list-style-type: none"> ○技の中核的な技術を身に付ける。 				<p>取り組む時間</p> <ul style="list-style-type: none"> ○4つの技のグループの中から見いだした学習課題を選び、練習の場や平場で運動に取り組む。 									
		<table border="1"> <tr> <td><u>前転グループ</u></td> <td><u>倒立グループ</u></td> </tr> <tr> <td>・順次接触 ・起き上がり</td> <td>・姿勢保持 ・安定制御</td> </tr> <tr> <td><u>後転グループ</u></td> <td><u>倒立回転グループ</u></td> </tr> <tr> <td>・順次接触 ・回転加速 ・頭越し</td> <td>・回転加速 ・立ち上がり</td> </tr> </table>		<u>前転グループ</u>	<u>倒立グループ</u>	・順次接触 ・起き上がり	・姿勢保持 ・安定制御	<u>後転グループ</u>	<u>倒立回転グループ</u>	・順次接触 ・回転加速 ・頭越し	・回転加速 ・立ち上がり				
<u>前転グループ</u>	<u>倒立グループ</u>														
・順次接触 ・起き上がり	・姿勢保持 ・安定制御														
<u>後転グループ</u>	<u>倒立回転グループ</u>														
・順次接触 ・回転加速 ・頭越し	・回転加速 ・立ち上がり														
		○第3時は、技に出会う。(運動のみ)		○第5時に技に出会う。(学習資料を用いて)											
知技	①					②	③								
思判表					①	②	③								
主	⑤	③	②	①	④										

(4) 一単位時間の流れ (本時案) 7時間扱い【第5時】

① ねらい

知識及び技能	マット運動の約束や場や用具の使い方、場の安全の確保など、運動の特性に応じた行い方を知ることができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	自分の見付けたコツや友達のできばえを伝えることができるようにする。
学びに向かう力、人間性等	友達の考えを認めることができるようにする。

※本時は、主として【思考・判断・表現】と【主体的に学習に取り組む態度】を評価する。

② 展開

児童の学習活動	○教師のかかわり ○配慮児童への支援 ☆評価 (評価方法)
(1) 集合・整列・挨拶をする。	○児童の健康確認と服装の確認をする。
(2) 学習の流れの確認をする。	○掲示物を用いて、前時までの学習と本時の流れを確認する。
(3) 準備運動・場の準備をする。	○首、手首、足首を中心に使う部位を意識するよう言葉掛けをする。
(4) 共に学習する感覚づくりの運動に取り組む。	○安全に気を付けて準備をするよう言葉掛けをする。 ○友達同士で動きの変容を認め合いながら運動している児童を称賛し、よい学び方を広める。 ○動きがぎこちない児童には、補助をする。
(5) 「技のグループに共通する技術的な課題(技の中核となる技術)」を基に設定した運動の場に取り組む。 ・前転グループに関する場 ・後転グループに関する場 ・倒立グループに関する場 ・倒立回転グループに関する場	○場毎で身に付けさせたい動きができてきているか気を付けながら言葉掛けをする。 ○学習課題の設定に向けて、何を身に付ける場なのかを児童に問い、言語化させ、練習の場への理解を促す。 ○友達に運動の様子を伝えることや、見合うときの役割を確認するよう言葉掛けをする。 ○同じ場で運動している友達と身に付けたい動きは同じだということを確認し、見付けたコツや、動きの変容を互いに認め合えるようにする。 ☆自分の見付けたコツや友達のできばえを伝えている。【思考・判断・表現】(観察、学習ノート) ☆友達の考えを認めようとしている。【主体的に学習に取り組む態度】(観察、学習ノート)
(6) 技について知る。	○技の系統表を用いて、基本的な技や発展的な技へのつながりが分かるようにする。
(7) 次時の学習課題を決める。	○できるようになりたい技や動きと運動の場にずれがないかを確認する。 ○技や、技のグループに共通する技術的な課題と運動の場のつながりを確かめることができる資料を提示する。
(8) 整理運動をする。	○首、手首、足首など使った部位に痛みが無いか確認するよう言葉掛けをする。
(9) 場の片付けをする。	○安全に気を付けて片付けをするように言葉掛けをする。
(10) 整列・挨拶をする。	○児童の健康確認をする。

(5) 単元の指導と評価の計画

○ 実証授業で明らかにしたいこと

- ① 友達と共に器械運動の楽しさや喜びに触れられる場の工夫について
- ② 学習活動を工夫しやすくするための学び合いの仕方について
- ③ 自ら学びを深めていくための学習資料やカードの有効性について

○ 検証方法について

ア 事前・事後の意識調査 イ 毎時アンケート ウ 学習ノートの記述内容 エ 技能の実態調査

○ 検証内容

ア 事前・事後の意識調査

質問項目には、「友達と学び合うことのよさ」や、「体育の学習で大切にしていること」、「マット運動をもっとやりたいと思ったきっかけ」などを設定し、事前・事後の数値の変容を見取り、研究仮説が正しかったのか見取っていく。

イ 毎時アンケート

事前・事後アンケートと同様に「友達と学び合えたこと」や、「課題解決の方法」、「今日の学習で学んだこと」などの質問項目を設定する。アンケート項目の数値を見取り、実証授業に向けた学習過程や手立てが有効であったかを検証していく。

ウ 学習ノートの記述内容

一枚ポートフォリオ評価の学習ノートを使用するため、毎時間の記述の変容が見取りやすくなっている。ここでは、学びに取り組む姿勢や学びを深める様子などの変容について検証していく。

エ 技能の実態調査

前転と後転、側方倒立回転、壁倒立の4つの技の技能調査を行う。事前は、技の中核となる課題に取り組み、事後では技のできばえの変容を比較し、学習過程や手立てが有効であったかどうかを検証していく。

(6) 資料

子供が自ら学び続けるための資料として、自己の学習をより効果的、効率的に改善し、単元を通じた自らの学びを深めていくために、学習資料（オリエンテーション動画、技カード、マット運動アプリ、学習ノート）の作成をした。

① オリエンテーション動画	② 技カード	③ マット運動アプリ	④ 学習ノート
オリエンテーション動画は、マット運動の学習を始める前に、学習の進め方や安全な運動の仕方、グループ学習の行い方、場の準備の仕方などを共通理解するための事前指導用動画。	技カードは、一人1枚手元に持ち、達成した課題にシールを貼りながら、楽しく技術を身に付けることができるような資料。	「マット運動アプリ」は、技の手本動画。授業場面だけでなく、自宅など、いつでも閲覧可能で、指導の補助するために活用。	学習ノートは、一枚ポートフォリオ評価の形式で、マット運動の本質的なおもしろさに触れながら、自ら学びを深めていくために、1時間ごとの学習の振り返りで活用。
			

東京都小学校体育研究会 器械運動系領域部会



ホームページは左のQRコード

ホームページでは、
これまでの研究について
ICT資料のDLリンク
技カードなどの過去の学習資料
部会の予定 などが閲覧可能です。ぜひ、ご活用ください。



検索



東京都小学校体育器械運動部

チャンネル

YOUTUBEは、右のQRコード



マット運動、鉄棒運動、跳び箱運動の資料動画
実技研修の動画、オリエンテーション動画など多数掲載中

なお、GOOGLEスライドでの利用を希望される方は、HPより
必要事項を記入の上、メールを担当者まで送信ください。