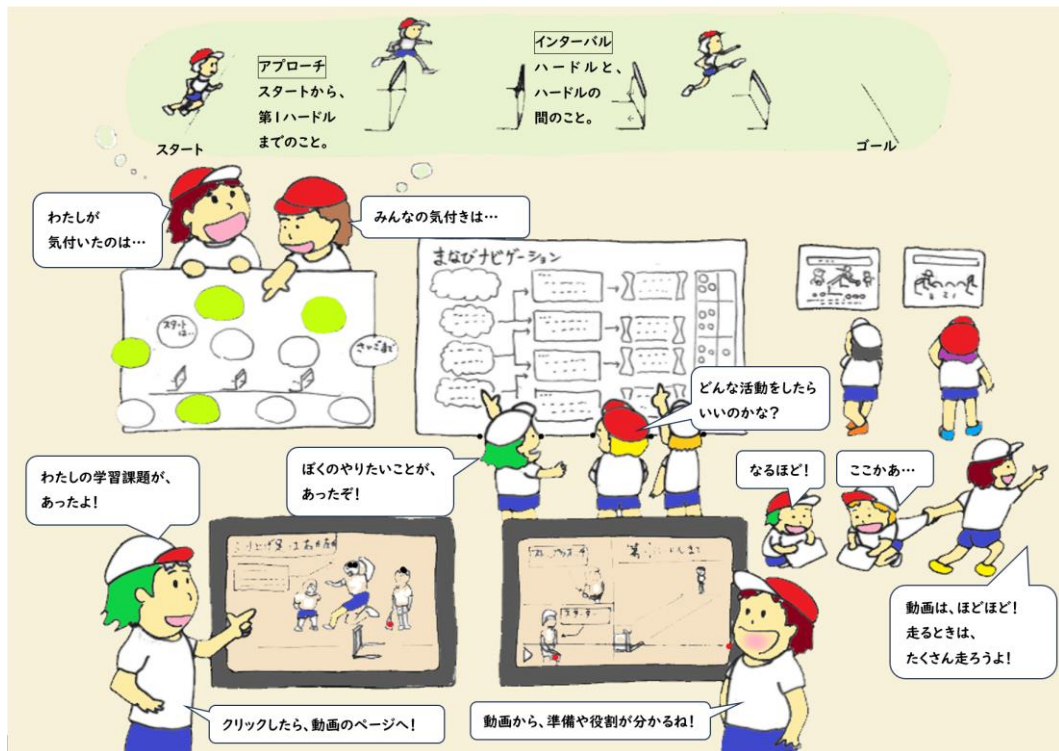


令和6年度 東京都小学校体育研究会

陸上運動系領域部会

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～

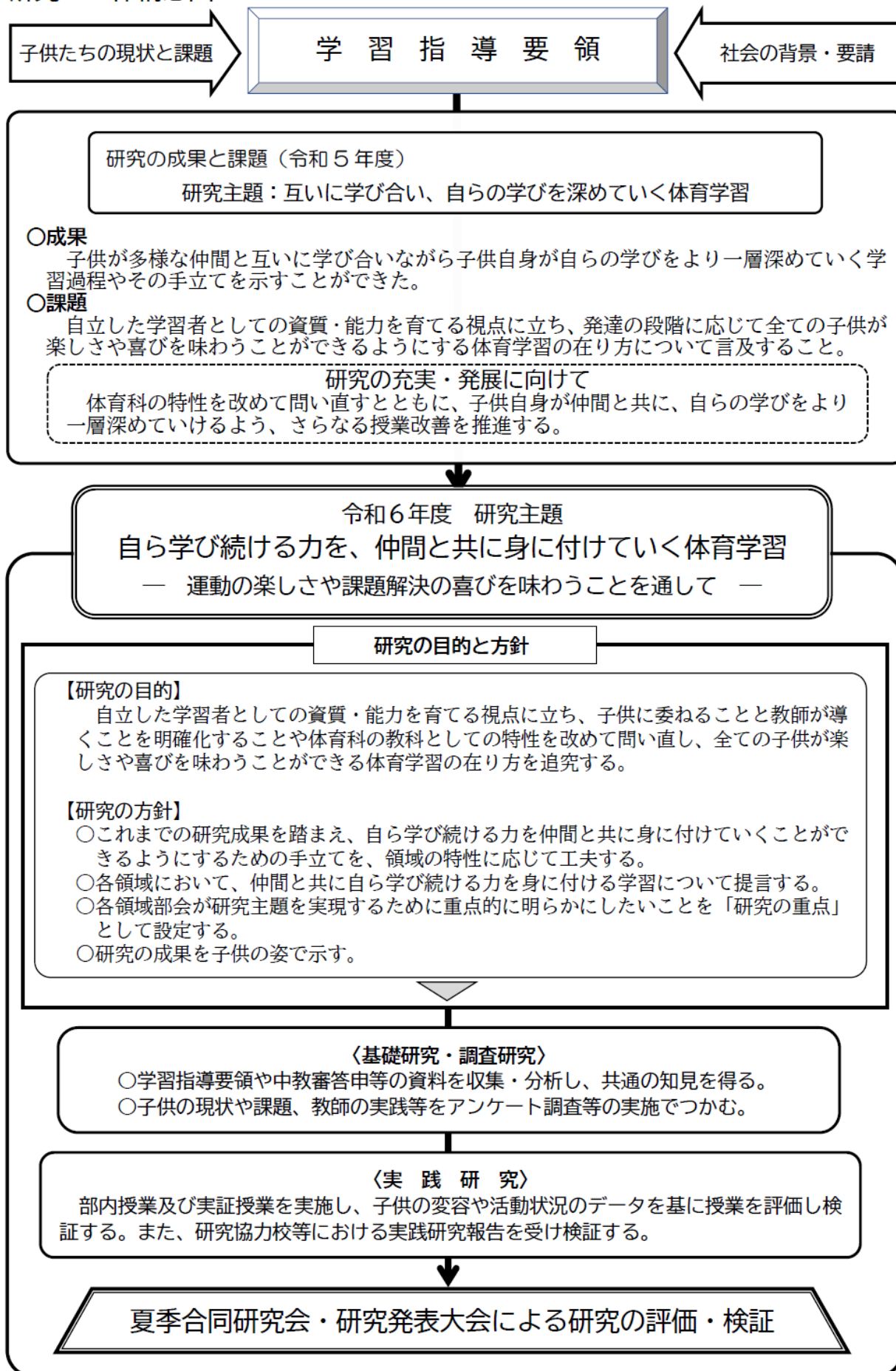


小体研陸上運動系領域部会の
ホームページへ Go！！



授業日 令和6年10月31日(木) 13:45～
単元 第5学年 「ハードル走」
会場 江戸川区立平井東小学校
授業者 齋藤 嵩宗 主任教諭
講師 台東区教育委員会 指導主事 野中 由香 先生

研究の全体構想図

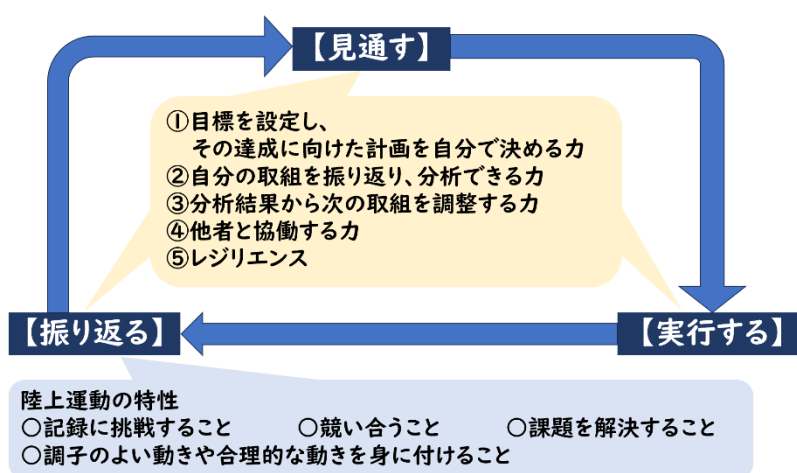


1 研究主題の実現に向けた部会の考え方

陸上運動系領域部会では、「自ら学び続ける力」を『見通す、実行する、振り返る』という学びのサイクルを自分で回し続ける力」と捉えた。

なりたい自分の姿（＝目標）を設定し、その達成に向けた計画を自分で決め、他者と協働しながら課題解決に取り組み、自分の取組の成果とその原因を振り返る。このとき、運動の特性に応じた楽しさを味わったり、もう少しで味わえそうだと感じたりする（＝手ごたえを感じる）ことができれば、次の学びへの意欲が高まり、取り組み方を修正して学び続けることができると考えた。

一方で、陸上運動には、技能や記録を向上し続けることが難しいという特性もあり、学習の中で手ごたえを感じられなくなってしまう（＝つまづく）可能性もある。そこから立ち直ることができないと、次の学びへの意欲を維持できずにサイクルを回せなくなってしまう（＝学習が停滞してしまう）ことが考えられる。このような学びが停滞した状態からレジリエンス（逆境の状況から元に戻す回復力の強さ、折れにくさ、打たれ強さ）を発揮してサイクルを再び回し始めることができるようになれば、子供が自らサイクルを回し続けることができるはずであると考えた。



2 研究の重点

本部会では、これまでの実践を振り返る中で、子供たちは単元全体や1単位時間、運動に取り組んでいる最中など、様々な場面で「見通す、実行する、振り返る」というサイクルを回していると考えた。そして、どのようなときに次の学びへの意欲が高まらずに学習が停滞してしまうのかを調べるために、実態調査を行った。その結果、陸上運動が苦手な子供は、恐怖を感じる時や自分の動きの変容が分からないとき、技能の高まりを感じられないときに意欲が高まらない傾向があること、得意、不得意に関わらず、何をすればよいか分からないときに意欲が高まらない傾向があることが分かった。以上のことから、次の2点を研究の重点に設定した。

- 1 学びのサイクルの明確化と振り返りの仕方の工夫（3つの学びのサイクルを通じて）
 - ①単元を通したサイクル
 - ②1単位時間のサイクル
 - ③1回の取組ごとのサイクル
- 2 学習の停滞から再びサイクルを回し始めるための手立て
 - ①運動との出会い
 - ②学習資料の改善
 - ③教師の働きかけ

3 夏季合同研究会より

夏季合同研究会において、本部会の「3つの学びのサイクル」の考え方について理解を得ることができたが、1単位時間のサイクルと1回の取組ごとのサイクルの違いは何か、3つのサイクルのどこに重点を置くのか、どのような姿が理想的なのか、サイクルのどこで学びの停滞が生じるのかといった御意見をいただいた。サイクルの違いと重点を明確にし、学びの停滞やサイクルを回し続けている様子を具体的な子供の姿で示す必要がある。子供一人一人の学びを追うことで学びの変容を分析し、本部会の手立ての有効性を検証していきたい。

4 学習指導案

(1) 実証授業実施校等

江戸川区立平井東小学校

第5学年2組 児童：35名 指導者：主任教諭 齋藤 高宗

(2) 単元名 「ハードル走」

(3) 単元の目標

知識及び技能	ハードル走の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、ハードルをリズムカルに走り越える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の解決の仕方、競走や記録への挑戦の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えるようにする。
学びに向かう力、人間性等	ハードル走に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動したり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりできるようにする。

(4) 単元の評価規準

知識・技能	①ハードル走の行い方について言ったり書いたりしている。 ②第1ハードルまでを決めた足で踏み切って走り越えることができる。 ③スタートから最後まで体のバランスを取りながら真っすぐ走ることができる。 ④インターバルを3歩または5歩で走ることができる。
思考・判断・表現	①インターバルや走り方など自己の能力に適した課題を見付け、その課題に応じた練習の場や方法を選んでいる。 ②自己の能力に適した競走のルールや記録への挑戦の仕方を選んでいる。 ③自己や仲間の動きの変化や伸びを見付けたり、考えたりしたことを伝えている。
主体的に学習に取り組む態度	①ハードル走に積極的に取り組もうとしている。 ②約束を守り、仲間と助け合おうとしている。 ③用具の準備や片付け、計測や記録など、分担された役割を果たそうとしている。 ④課題を見付けたり、解決したりする際に仲間の考えや取組を認めようとしている。

(5) 児童の実態

本学級は体育の学習に意欲的に取り組んでいる子供が多い一方で、これまでの経験から運動全般に自信をもてず、苦手意識をもっている子供が一定数いる。

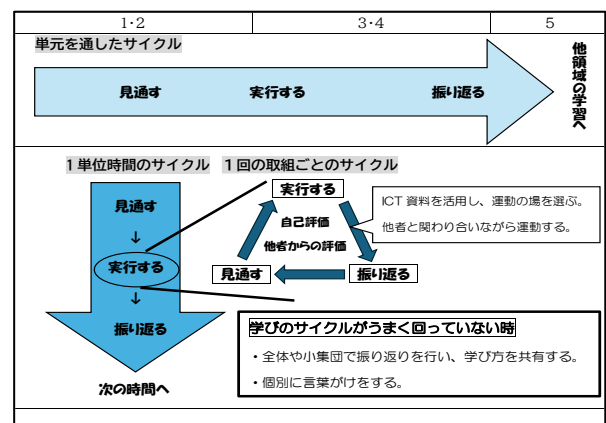
これまでの体育の学習では、自己の学習課題を捉え、それを解決するための運動に友達と共に取り組み、出来栄を振り返るといって「学びのサイクル」を子供が意識できるよう学習形態を工夫してきた。子供はICT資料や掲示物を見ながら自己の課題解決にあつた場を選び、友達と意欲的に活動に取り組もうとしている姿が見られる。しかし実態認識が甘く、自分の学習課題を正しく捉えられないことから技能が向上せず、学習意欲が低くなったり、学びが停滞したりしている様子が見られる子供も見られる。学習課題に対してどのようにアプローチしていくかに注目しており、その課題が本当に自分に合っているかについてはあまり考えられていない子供もいる。

(6) 研究主題を実現するための手立ての工夫

①学びのサイクルの明確化と振り返りの仕方

の工夫（3つの学びのサイクルを通じて）

子供の学びのサイクルには、単元を通じたサイクル、1単位時間のサイクル、1回の取組ごとのサイクルの3つがあり、1回の取組ごとのサイクルを充実させることで自ら学び続ける力を育てることができると考えた。



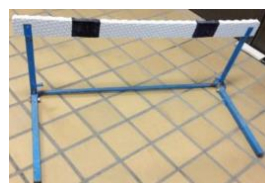
1回の取組ごとのサイクルを充実させるために重要になってくるのが、振り返る場面である。解決する段階において、まず、学習資料を活用したり、子供と対話したりすることを通して、取組を振り返り、次の取り組み方を修正しながら学習している子供の様子を見取る。そして、その姿を全体に紹介し、価値付ける。このようにして、取組を振り返り、次の取り組み方を修正することの重要性を子供に理解させていくことにした。1回の取組ごとのサイクルの回し方が定着したと教師が見取った場合、振り返り①は行わず、課題解決の時間に充てるようにした。

子供の学びの例



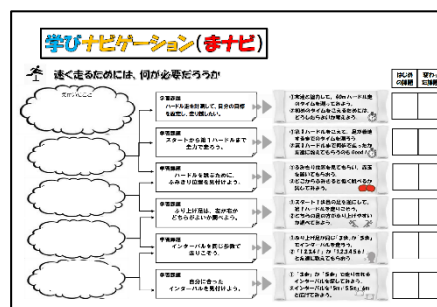
②運動との出会い

本部会は、これまで単元最初の運動との出会いとして、ハードルに対する恐怖心を軽減するために、柔らかく当たっても外れるお風呂マットハードルを提示してきたが、それに加え、かごトレハードルなどの小型ハードルも用意することにした。運動が苦手な子供は、授業の最初にかごトレハードル（中学年用の高さのもの）で感覚をつかみ、その後お風呂マットハードルで取り組むなど、一人一人が必要に応じて用具を選択できるようにする。そうすることで、すべての子供の心理的安全性を保障し、積極的に学習に取り組めるようにすることをねらった。



③学習資料の改善

子供全員の学習課題を一覧で見ることができる「学びナビゲーション（まナビ）」を用意し、学習の最中に学習課題を解決することができた場合は、自分の名札を新しい学習課題に変更するようにした。こうすることで、1回の取組ごとのサイクルを回している様子を見取りやすくした。また、昨年度同様、学習カードをデジタル化し、すべての子供の考えを共有できるようにすることで、他者の考えを知り、自分の学習課題や解決方法を決める参考にしたり、学びの手ごたえを感じる観点を知ったりすることができるようにした。



さらに、学習課題やそれに対応した練習方法が動画付きで見ることができる「ICT資料」に学び方の紹介ページを追加し、資料を活用しながら他者と協働する学び方を知ることができるようにしたり、子供たちが学習の中で見つけたコツを集約する資料を作成し、学びのサイクルをうまく回せていない子供に示して学習課題を見いだすことができるようにしたりすることをねらった。



④教師の働きかけ

本部会では、これまでの研究で、子供の学習課題やつまづき等に応じた言葉かけを精選し、指導者からの発問（問いかけ）という形態に統一した『教師の言葉かけ集』を作成した。これに加え、学びのサイクルをうまく回すことができず、学習の停滞を感じている子供に対し、他者との協働を促したり、自分の動きに焦点を当てさせたりするよう働きかける。こうすることで、自分にはなかった観点で自分の走りを振り返り、学びの手ごたえを感じられるようになると考えた。



(7) 学習過程 < 第5学年 陸上運動 「ハードル走」 >

時間	1	2	3	4	5
段階	見いだす		解決する		
学習活動・内容	<p>速く走るコツを見付け、自己の学習課題を見いだす。</p> <p>運動の特性を理解する。</p> <p>タイム計測をする。</p>		<p>ICT資料を活用し、学習形態を選択して、自己の学習課題を解決する。</p> <p>学びのサイクルを回しながら、自己の学習課題を解決する。</p> <p>動きのポイントを共有する。</p> <p>課題解決の方法を選択し、実行する。</p> <p>課題解決に取り組んだ成果を振り返る。</p> <p>次の取組や学習課題を考え、見通す。</p>		

(8) 単元の指導と評価の計画

時間	1	2	3	4(本時)	5
段階	見いだす		解決する		
学習活動・内容	○学習内容の確認 ○準備運動・用具の準備				
学習活動・内容	<p>○ハードル走①</p> <ul style="list-style-type: none"> ハードル走に取り組む。 ※お風呂マットハードルで安心して走り越えることを確認する。 <p>○振り返り①</p> <p>教師の言葉がけ ハードル走をやってみてどうだったか。もっとやりたいことは何か。</p> <p>予想される子供の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> 当たっても痛くなかった。 もっとハードル走したい。 速く走りたい。 友達と競走したい。 <p>※「速く走る」ことが大切だと教える。</p> <p>○ハードル走②</p> <ul style="list-style-type: none"> 速く走るコツを見付ける。 <p>○片付け・整理運動</p> <p>○振り返り②</p> <ul style="list-style-type: none"> 見付けたコツを共有する。 <p>教師の言葉がけ 速く走るために、どんなコツを見付けたか。</p> <p>予想される子供の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> 低く走り越すとよい。 止まらないように走る。 同じ足を上げるとうよい。 歩数を決めて走る。 足を大きく広げて走り越す。 <p>※第2時が始まるまでにタイム計測の ICT 資料を提示する。</p>	<p>○ハードル走①</p> <ul style="list-style-type: none"> コツを試しながら走る。 タイム計測をする。 ※友達との学び合いの仕方を確認する。 <p>○振り返り①</p> <p>教師の言葉がけ タイム計測をしてみてどうだったか。</p> <p>予想される子供の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> 初めのタイムを超えられるようになりたい。 3台目だけ逆の足になってしまいうから同じにしたい。 <p>○ハードル走②</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分の学習課題を見付ける。 ※友達と互いに動きを見合う中で、学習課題を見付けていく。 <p>○片付け・整理運動</p> <p>○振り返り②</p> <p>教師の言葉がけ より速く走るための学習課題は見付けられたか。</p> <p>予想される子供の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> 振り上げ足は左か右か見付けたい。 遠くから走り越すとよいけど、どの位遠くなのか踏切り位置を見付けたい。 自分に合ったインターバルを見付けたい。 <p>※第3時が始まるまでに ICT 資料を提示する。</p>	<p>○ハードル走①</p> <ul style="list-style-type: none"> ICT 資料を活用し、運動の場を選ぶ。 他者と関わり合いながら活動する。 <p>○振り返り①</p> <ul style="list-style-type: none"> 学習の手ごたえを振り返り、ハードル走②の取り組み方を考える。 <p>教師の言葉がけ 学習課題の解決を通して気が付いたことはあるか。</p> <p>予想される子供の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> 友達が見てくれたから、改善点に気付いた。 一人で学習するより自分の動きが分かった。 前の時間と比べると、…がよくなっていた。 ハードルを越す足を決めたら走りやすくなった。 <p>○ハードル走②</p> <ul style="list-style-type: none"> 学習形態(ペアやトリオ、グループ等)や競走・記録への挑戦の仕方を選択して活動を行う。 <p>○片付け・整理運動</p> <p>○振り返り②</p> <p>教師の言葉がけ 自分の学習課題は解決できたか。次時の自分の学習課題は何か。</p> <p>予想される子供の反応</p> <ul style="list-style-type: none"> 友達と競走したら、勝つことができた。 同じ歩数で走ったら跳びやすい。 インターバルを変えたら4台とも同じ足で走り越せたから、自分に合うインターバルは0mだ。 1台目の踏切が合わない。同じ学習課題でやってみる。 1台目までのタイムは0秒だった。ゴールまで走ったら、3台目は足が逆になるから次の学習課題は…にする。 		
評価の重点	知		①		② ③ ④
	思			① ②	③
	主	① ②	③ ④		

(9) 本時の学習

①本時のねらい:自己の能力に適した課題解決の仕方、競走や記録への挑戦の仕方を工夫することができる。

②本時の展開

学習活動	○教師のかかわり ○配慮児童への支援	□評価
1 あいさつ・ 本時の学習内容の確認	○子供の学習課題の一覧「学びナビゲーション(まナビ)」を掲示する。	
2 準備運動・場の準備		
3 ハードル走① ・ICT資料を活用し、 運動の場を選ぶ。 ・他者と関わり合いながら 活動する。	○学習形態は、学級の実態に応じて選択する。 ○学習が円滑に進むように、学習課題は何か、どのような方法で解決するのかを確認する。 ○運動の場の目的を確認するための言葉がけを行う。 ○自分が設定した学習課題が解決できたかどうか、まナビ等と照らし合わせて確認するよう言葉がけをする。	
4 振り返り① ・自身の取組を振り返り、 ハードル走②の取り組み 方を考える。	○必要に応じて集合し、よりよく課題解決をしている子供を価値付け、全体に広げる。 ○多くの子供が自身で1回の取組ごとのサイクルを回している場合は集合せず、個別に言葉がけをする。 ○新しい学習課題を選択した子供には、まナビに貼ってある名札を変更するように指示する。	
5 ハードル走②	○学びが停滞している子供に対して、こ	□自己の能力に適した練習の場や練習方法を選んでいく。【思・判・表】
6 片付け・整理運動		
7 振り返り② ・学習課題を解決できたか、 どうして解決できたのか、 次回の学習課題などを 確認する。	○本時の課題解決を振り返り、次回の取組み方を考えさせる。 ○1回の取組ごとのサイクルを回していた子供や、自分が学んだことを友達に伝え、課題解決の助けとなった子供などを価値付け、全体に広げていく。	
8 あいさつ		

1時 2時 3時 4時 5時

1時～
音楽に合わせて準備運動とハードル走につながる動きを行うこと『リズムウォーミングアップ』で、ハードル走の学習へ向けて「心と体のスイッチをオン(温)」にする。※Youtubeで検索



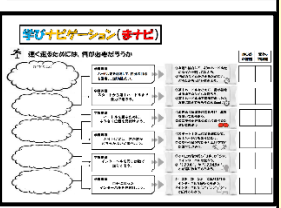
1時～
『お風呂マットハードル』で心理的安全性を確保し、何度でも跳べるようにする。



1時～
ハードルの高さに抵抗がある子供へ『かごトレハードル』を提示する。(中学年用の高さ)



2時後半～
『ICT 資料』を配布して、学習課題に対する解決の場を知ることができるようにする。子供は、学習時間外にも見ることができるため、自分のタイミングで確認することができる。図や動画を見て、学び方を学ぶ。



2時後半～
ICT 資料で配布した内容を1つの図に整理したものを提示する。この『まナビ』を教室と校庭に掲示し、自分が取り組んでいる解決の場に名札を貼る。自分と同じ学習課題、異なる学習課題などを把握することで、誰とどこで学ぶのか、この表を参考に決めることができる。

1時～
『子供を見取って最初の一言!教師の言葉がけ集』を用いて、一人一人の取組状況を見ながら、子供の思考を深めるために、気づきを促す言葉がけを行う。子供自身が見付けることに価値があると考え、気づきを促す。



3時～
学びの手ごたえを感じられなかった子供への支援の言葉がけを行う。まナビを提示して学習課題や解決方法を見いだせるよう支援をする。

3時～
学習課題を見いだせない子供に対して、こつをまとめた資料を提示しながら、子供と一緒に解決すべき学習課題を設定する。

1時～
『デジタル学習カード』を用いて、自分のタイミングで互いの振り返りを見られるようにする。友達の気づきを自分の学びに生かせるようにする。

個人の学習カード		自動的 に集約	みんなの学習カード	
11	1		なりたい自分	第1時
11	1	11	1	11
12	2	12	2	12
13	2	13	2	13



QRコードを読み取ると、上記の資料の一部が体験できる特設サイトへ移動することができます。