

第12回 体の動きを高める運動領域部会記録

参加者

河野・古川・畠中・岡田・横山・大川・藤原・坪根・山本・関川
担当常任理事：佐々木先生・高草木先生

計12名

1 常任理事より(佐々木先生)

お久しぶりです。明日からコロナ禍での新学期がはじまります。区によって対応が様々だと思うが、子供達はきっと友達に会えるのを楽しみにしていると思うので、最大限感染症対策をして充実した学校生活にしてあげることが私たちにできること。私たちも十分に気をつけましょう。

2 各特設部会より

関川：第2回の実証授業に向けて、現段階での運動開発チーム、アプリ作成チーム、学習カード・ロードマップチームの計画を立てた。畠中先生の授業候補日が本日決定してくると見通しがクリアになってくると思う。また、実技研修や動画撮影のメンバーや会場をどうするか、アプリに入れる運動内容も合わせて検討していきたい。

古川：まず行う運動が決まってくないと進まないの、畠中先生は今のところどう考えているのか？

畠中：大前提としてこれまでのも含めてたくさん運動を行うのか、それとも児童が高まりを実感しやすいものがある程度厳選して行うかで変わってくる。自分は厳選していくと捉えていた。この運動は欠かせないと思うものは関川先生と事前にやりとりした。

岡田：今年は紹介する動きは絞ってもいいと感じる。沢山運動があって楽しそうだと入ると思うが、そうすると工夫の善し悪しが分かりづらくなる。年々増やしていく方向がいい。

山本：元々は一般化するためにたくさんの運動をアプリに入れるつもりだったけど、まずは実証のことを考えて余計な運動はないほうが使いやすいと思うので、しぼってもいいと思う。

藤原：数は少なくとも児童がアプリを活用してこのようにやればいいのかと手本となればいいのかとっていた。だから、今年は少なくともいいと思う。

大川：運動開発チームもコース走の教材化に努めていたし、教材を分析するという意味でも広げすぎない方がいいと思う。

河野：精選する方向で。

古川：では、どのような視点で絞っていくか。

畠中：扱う数のイメージでは、一つの要素につき多くても3つくらいで後半は少しずつしぼられていくことが予想される。

古川：授業で行う運動はいくつもあると思うけど、アプリにはどれくらい入れる？

畠中：精選した上で、取り扱う運動はアプリに入れるべきだと考える。コロナ禍であることも視点に入れたい。馬跳びとかは無くすかな。

古川：柔らかさから決めていきましょう。

柔らかさ

畠中：ペスストレッチは接触があるからなし。ゴムひもと輪をセットにしてもいいのでは。(ゴムひもが用意できなくても輪で代用できるよさがある) ボール転がしもいい。ウォーキングストレッチはアプリが生きるのでは。子供達がそれを見て行えるといい。

河野：ウォーキングストレッチはやりたいけどやり方が分からないからニーズがあると思う。ペアストレッチ以外は分かりやすい。

持続

畠中：エアロビは初級・中級・上級の3段階あるといい。去年作った動画は著作権の問題でカウントだけだったが・・・→音楽は各自で用意する。
では、エアロビとペース走はマストかな。

力づよさ

岡田：プッシュアップはあっていい。ロールマット相撲は準備が大変だから、、、人運びはあっていい。引っぱったり、転がしたりする動きだし。

のぼり棒は外だから・・・体活がやっているろくぼくクライミングを採用してもいいのでは。ろくぼくはこの学校にもあるのかな？

佐々木先生：あたらしい校舎を建てるときに、そのようなことも考えられている。

横山：少し気になるのが、ろくぼくクライミングで高学年の力強さでいけるのか。巧みっぽくならないか。

河野：確かにコースを工夫しないと力強さにならない。

山本：ロールマット相撲を無くすことに関して、プロモーションビデオに入っているが。

河野：運動自体はいいが、コロナ禍だから気になる。かなり近い。他にいい方法はないか。

関川：エバーマットを使ってはどうか。見たことがある。

佐々木先生：カラーマットでは駄目か？

→安全面を考慮して、運動開発チームに検討してもらう。

巧み

河野：馬跳びやみんなでジャンプはコロナという観点からも今回外す。

畠中：ケンステップ走路もコース走の中に入れてもいい。

佐々木先生：短なわがここにあるのに個人的に違和感ある。個人で跳んでるとトレーニングみたいじゃない？

河野：短なわは、指導者によほどの知識がないと工夫や判断が難しい。長なわの工夫に入れてもいい。

持続の運動に音楽にあわせていれてもいい。（具体的なことは今年度はおいておいて）

巧み バンブー（タイミング） コース走（リズム） スラックライン（バランス） ボールキャッチ or ドリブル（コントロール） 長なわ	力 プッシュアップ 人運び ろくぼくクライミング エバーマット相撲
柔 ゴムひも輪くぐり ボール転がし ウォーキングストレッチ	持 エアロビ（初級・中級・上級） ペース走 短なわ（リズムなわとび）

3 運動開発チームの資料紹介

大川：**新たな運動開発の視点**

- ・工夫の善し悪しが分かりやすい
- ・高まる動きが明確である
- ・運動の楽しさを味わうことができる
- ・高まりの実感がしやすい

コースを活用した、何を高める明確な運動

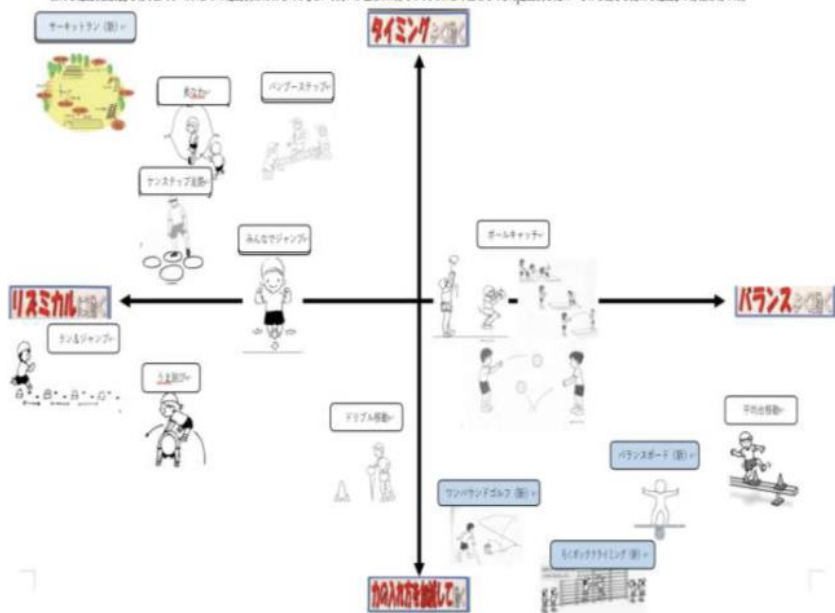
- 1 人や物の動き、場の状況に応じた運動・・・器具で作った段差のある走路などをリズムカルに走ったり跳んだりすること。
- 2 用具などを用いた運動・・・設定した変化のあるコースで、ものを持ったり姿勢や速さを変えたりして移動すること。

岡田：

3 工夫の善し悪しが分かりやすい運動例

(1) 巧みな動きを高める運動の分類表 (岡田)

「新たな運動例開発」を行う上で、「これまでの運動例はだめなのか」という問いが生まれた。そこで、これまで紹介してきた運動例を元に「巧みな動きを高める運動」の分類を行った。



子供にとって、「高めたい動き」(目的)と「動きを高めるために行う運動」(手段)の関係がわかりやすくなる。

大川：工夫の善し悪しが分かりやすい運動とは、説明が少なくても子供が取り組むことができるもの。
→これまで運動経験があるものやもとの動きのイメージがもちやすいもの。例として平均台など。

コースを活用した何を高めるか明確なもの

- ① 走路やコースなので、運動のイメージはもたせやすい。
- ② もとの動きについては、コースになっている以上、複数あるので一つ一つの扱いを事前に行う。もしくはアプリで。
- ③ 高まりの実感については、「よりリズムミカルに、より安定してゴールできた。」ということ。最初はタイムかな。

(例)・校庭サーキットラン・体育館サーキットラン

場の状況に対応した運動

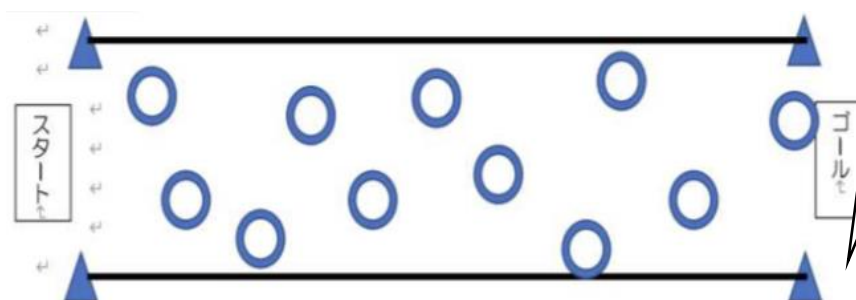
・ぐねぐね走コース リズムミカル走路・へびの形コース・うずまきコース・バランスコース

平均台を渡る動き (巧みさを高める バランス)

- ア) 高まりの実感→「いろいろな渡り方ができる・スムーズに渡ることができる・友達と合わせながら移動することができる」
- イ) 目的意識・高め方→バランスが高められるという目的が分かりやすく、工夫しやすい。マイスタートとマイゴールのイメージがもちやすい運動。

坪根：楽しみながら高まりの実感がもちやすい運動

ボールキャッチレーン



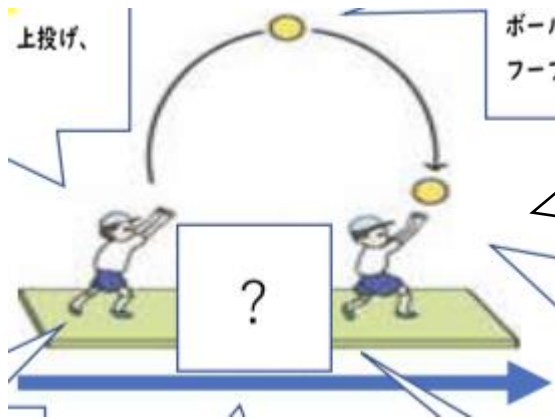
- 運動イメージがもてて十分高められる。
- もとの動きは、「次のケンスステップに向かってボールを投げあげ、ケンスステップ内で両手でキャッチする。」
- 工夫は、キャッチの仕方・移動姿勢でひろがりすぎない。
- ケンスステップ内でキャッチできた回数のため、高まりの実感がしやすい。

ボールドリブルレーン



- 運動イメージがもてて十分高められる。
- もとの動きは、「ボールを地面につき、跳ね返ったタイミングでボールをおす」
- 工夫は、利き手と反対の手など姿勢になるか。

大川：にんじゃキャッチ



- 〈動きの高まりの実感〉
- いろいろなボールでできる。
- いろいろなキャッチの組み合わせができる。
- 色々な投げ方ができる など
- 〈目的意識・高め方〉
- 目的が力を調整する・コントロールすると分かりやすい。
- 工夫もしやすく、マイスタートとマイゴールのイメージがもちやすい。

他に話題になった運動

(1) バランスボード



- 平均台とは別でバランスを高めるための運動
- 印刷機で使用する原紙の芯の上にパネル(机のいた)をおいてバランスを保つ。
- ※平均台コースの横で、個人で行うことができる。

(2) ろくぼックライミング

- 力で雲梯の記載があるが、設定した変化のあるコースとらえ巧み扱いとした。



- ろくぼくの端から端までを落ちずに移動する。
- 足場に、色分けしたテープを使用して移動できる場所を限定
- コースを指定する。難易度を変えたもの。
- 上段部分を、雲梯のように移動する。

(3) ワンバウンドゴルフ

- 用具操作「用具をコントロール」して力の入れ具合を高める。



- 壁と当人の間にバケツをおいてその中にバウンドさせて入れる。
- 徐々に距離を伸ばしていく。
- ※運の要素より、コントロールを意識させる。
- ※ボールや的の大きさは工夫できる。

資料をまとめていて感じたこと

大川：コース教材の目的は「わかりやすさ」「実感ができる」「自己の体力に応じた行い方（工夫）ができる」「友達への働きかけや友達の高まりも見ることができる」

実感は、量的な高まりの実感→質的な高まりの実感→それぞれの体力に応じた行い方の工夫を通した高まりの実感。

学習カードのイメージ

(2) 学習資料イメージ（タブレットでも実際の運動例を載せていただく）

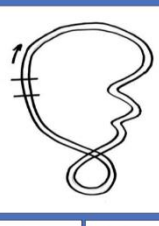
〇〇コース	高める動き（目的）
運動の行い方	
コース（イラスト）	
高まりの実感	さらに高めるための工夫例
量 → 質	

ぐねぐね走

リズムミカルに走ったり跳んだりする力を高める運動

【運動の行い方】
用具などを等間隔に並べたコースやカーブのあるコースなどをリズムミカルに走ったり跳んだりする。コースから出ないように注意しながらリズムミカルに走る。

【コース】



【高まりの実感を実感しよう】
・記録を比べてみよう！
・カーブでの体の使い方を振り返ってみよう！
・ジグザグのコースでの体の使い方を振り返ってみよう！
・ストレートからカーブへスムーズに入ることができたか振り返ってみよう！
・自分の走り方の変化を振り返ってみよう！

【さらに高めるための工夫例】
・障害物を置いてみよう！
・コース（走路）を変えてみよう！



まとめ（コースを活用した運動開発について）

大川：コースさえあれば子供は自分なりの目的意識をもって体の動きを高められると考える。どこまで子供に委ねるかは検討が必要。

4 資料に関する質問や意見

河野：ボールキャッチレーンはやることがはっきりしていて、高まりが実感しやすい。

畠中：コースを作る上で、おもしろい工夫でなく、高まりを意識して工夫させるといい。なんでも工夫してもいいのではなく、固定するところをつくるのか、どこまで工夫の余地をあたえるのかは考えていく必要がある。

坪根：リズムミカルコースは「リズムを高める」、うずまきコース、バランスコースは「バランスを高める」のように決めつけてもいいかと。

河野：ボールキャッチレーンなどは、工夫の善し悪しが分かりやすくていい。もう一度精選してほしい。

古川：他の運動はどうか？

関川：自分もバランスボードを以前考えてドライブにあげている。これも善し悪しが分かりやすく、バランスを高めるといふ目的もちやすい。

山本：ワンバウンドゴルフは分かりやすいし、自分なら45分やってそう。発問もしやすいし一般化をはかりやすい。

岡田：いまのところリズムミカル、バランスはコース作る。コントロール坪根さんの運動。タイミングバンブー。などバランスがいい。

河野：それも含めて、もう一度運動開発チームで精選して次回提案してほしい。

大川：学習資料は神ベースでつくるのか？それとも今回はアプリにしぼるのか。

畠中：授業ならアプリに絞った方がしやすいかな。

大川：では、資料は教師用？

河野：子供向けでもいいんじゃない？タブレット見ない子もいるし。いろんな子がいるので考えてほしい。

岡田：イラストの問題が出てくるから。アプリの写真を使えばいい。子供の野球やサッカーの本とかも止まった写真だし。

古川：分担してもいい。

岡田：取りまとめは運動例チームでやる。資料は子供向けに作る方向で。

5 ロードマップ・学習カードについて

藤原：大枠はできているので、アドバイスやOKいただければ完成できる。問いマップとどうですか？

畠中：問いマップが気になる。授業でどうやって使っていくかもう少し見ると嬉しい。振り返りのタイミングとかどこでロードマップにつながってくるのか。基本的には学習課題を見出すためのものだよな。

藤原：そうです。確かにどこで書くとかは次の部会までにチームで話して、説明できるようにします。

6 実証授業について

古川：授業日は11月12日？→11月12日に決定 ただし、市部発表があるとアウト。

高める部会としての行い方は？

河野：講師に美越先生に来ていただき、部員と常任理事の方にも来ていただく方向だが、最悪参観者なし、動画の可能性もある。感染状況によろしか言えない。

畠中：教務と話して研究授業として自分のクラスだけ残して他のクラス帰すのは目立つ。5校時にやって、その後協議会になりそう。9月の水泳部や10月の表現部の出方も気になる。授業者としては少し不安です。

古川：今後の流れで変わってきそう。

河野：来週の正副で詳しい話が出てくると思うが、今多摩地区をどうするかで、多摩地区の日程の調整と実証授業の日程の調整が密接に関係する。もし多摩地区がなしとなると、もう少し後に実証ができるということもある。チーム指導主事からは9月2日までに日程を決めてほしいとなっていて、調査研究はいつまでとかならない。違いがある。また、夏季合研で指導主事の先生に一言いただく時間を設けなかったので、ご指摘をうけた。メールも送られていないこともあったのでそれも合わせてお詫びした。

来週の部会で運動例を決定する。実技研で集まるのは控えたほうがいいので、ご自身の学級で実践して報告する形にする。撮影も調査研究部に確認していく必要もある。もし難しいときは、アプリチームで代替案を考えてもらえると嬉しい。

7 常任理事・横山先生より

佐々木先生：いつか集まれる日を楽しみにしています。

横山先生：先ほどの河野先生の話のメールや報告などに関しては頑張ってください。