

令和5年度 東京都小学校体育研究会 器械運動系領域部会 学習指導案

1 都小体研 研究主題

「互いに学び合い、自らの学びを深めていく体育学習」

2 日 時 令和5年10月23日(月) 13時35分～

3 会 場 世田谷区立給田小学校 体育館

4 単元名 第5学年 「マット運動」

〈 目 指 す 児 童 像 〉

「友達と学び合うよさを実感し、学習活動を改善しながら
共にできる喜びを味わえる子」

〈 研 究 の 重 点 〉

「子供が必要感を感じ、成功体験を味わえるグループ学習」



指導・講評 狛江市教育委員会 指導主事 平井 政知 様

研究の全体構想図



器械運動系領域部会 実証授業

1 研究主題の実現に向けた部会の考え方

自分の動きを自分で見るができなかったり、友達とアドバイスし合うことが学習課題の解決に有効であったりする器械運動の特性から、子供が自己にとって最適な学習課題を見いだしたり解決したりするには、友達と協働しながら学習に取り組むことが必要不可欠である。器械運動系領域の学習は自分の動きに意識が向きがちな学習だが、共に運動したりグループ学習を行ったりしていく中で、共に学び合う必要感をもちせていく。また、友達と学び合ったことで、自分も友達も学習課題が解決できたり、技能が向上できたりするような成功体験を積んでいければ、さらに協働的な学習が促され、自らの学びを深めていくことができると考える。

2 研究の重点

○子供が必要感を感じ、成功体験を味わえるグループ学習

子供たちが学習を行う際、他者との協働的な学びを意識すると、学習中の学び合いが活発になり、学習の成果をより実感できるとともに技能の向上も見られた。その体験を積んだことでさらに協働的な学びが促されていったことから、全ての子供が協働的な学びのよさを実感できるような手立てを重点的に考えていくことにした。そこで、「子供が必要感を感じ、成功体験を味わえるグループ学習」を研究の重点とした。

3 夏季合同研究会より

夏季合同研究会では1学期に行った部内授業の成果と課題から検討していった研究主題に迫るための手立てを発表した。

参観者からは、一点目の手立ての柱である「共に学習する感覚づくりの運動」について、「主運動における協働的な学びにつながる」「できた感覚を味わわせるのに効果的」「苦手な児童でも友達と行うことで楽しんでできそう」と価値付けがあった一方で、「共に行うと時間がかかる」「運動への取り組み方まで本部会から説明がなく、実際に指導する際に不安である」という声もあった。

二点目の手立ての柱である「グループ編成」については同じ学習課題をもつ児童同士が主体的にグループを組むことから、グループそのものが流動的になることに対してその有効性を不安視する声が多かった。「仲間意識が薄れ、教え合いが生まれないのではないか」「グループのメンバーが入れ替わることによって学びが停滞してしまうのではないか」「教師は一人一人の学習の様子をしっかりと見取ることができるのか」という意見をいただいた。

指導・講評においては、今年度の本部会の研究のポイントを、「学びを子供に委ねること」、「子供同士の学び方や関わり方に対する考え方の転換である」と価値付けていただいた。その中で、本部会が提案する手立てを、さらに子供の実態に応じたものにしていくこと、より具現化し分かりやすく提示すること、検証を行う際には「子供たちの質の変容」を見抜くことをご指導いただいた。さらに実証授業では、子供たちが成功体験を味わうために教師がどのような働きかけを行っていくか、共に学習する感覚づくりの運動や主体的に行うグループ学習の効果などが見所になるであろうというご示唆をいただいた。

4 学習指導案

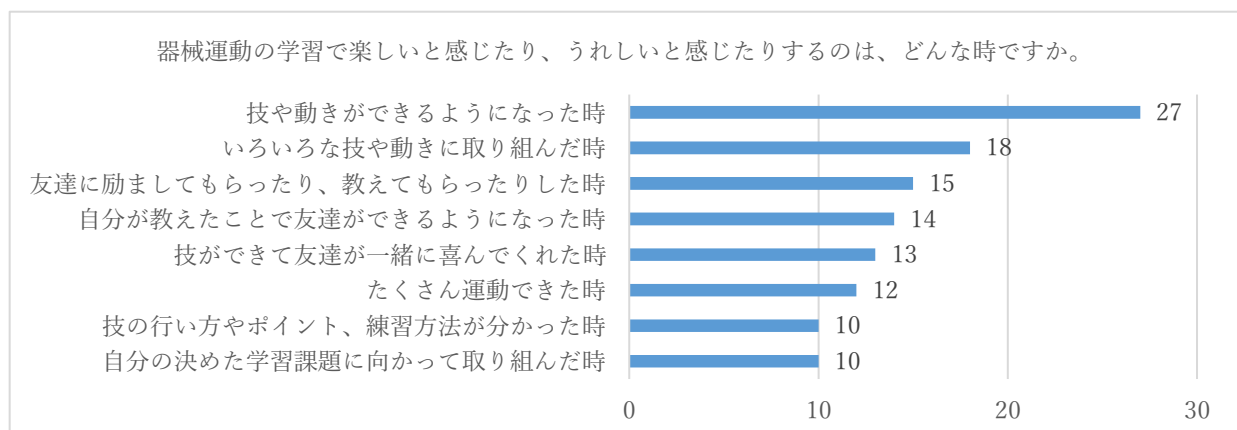
- (1) 実証授業実施校
世田谷区立給田小学校
第5学年2組 児童：32名 指導者：主任教諭 秋田 泰佑
- (2) 単元名 マット運動
- (3) 単元の目標

知識及び技能	マット運動の行い方を理解し、自己の能力に適した回転系や巧技系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を取り組んだりす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	運動に積極的に取り組み、約束を守り、助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

(4) 単元の評価規準

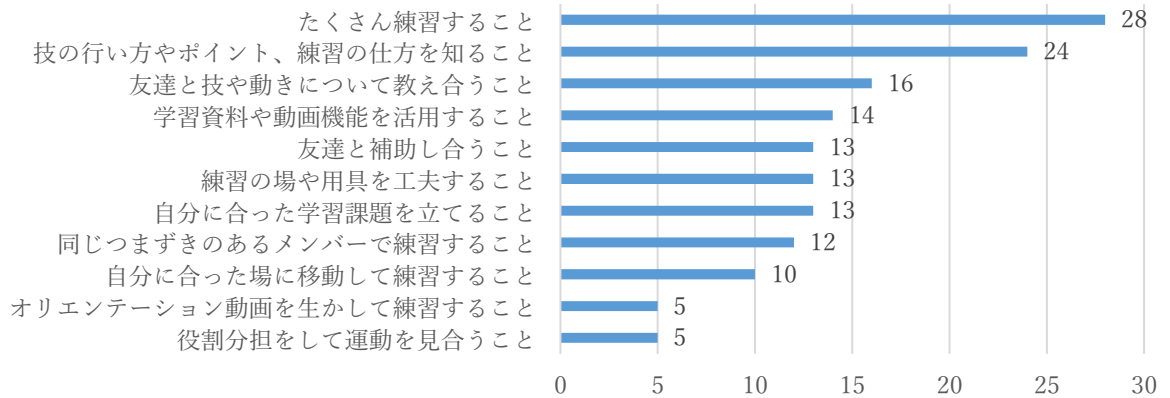
知識・技能	①マット運動の課題や約束、場や用具の使い方、場の安全の確保など、運動の特性に応じた行い方を理解している。 ②技の行い方や技のポイント、練習の仕方を理解している。 ③自己の能力に適した回転系や巧技系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりすることができる。
思考・判断・表現	①自己の能力に適した課題を見付けている。 ②学習資料を活用して課題の解決に向けた活動(練習方法や場)を選んでいる。 ③観察し合って見付けた自己のこつや、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。
主体的に学習に取り組む態度	①マット運動に積極的に取り組もうとしている。 ②学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合って練習しようとしている。 ③仲間の考えや取組を認めようとしている。 ④準備や片付けなど、分担された役割を果たそうとしている。 ⑤場や器械・器具の安全に気を配っている。

(5) 児童の実態



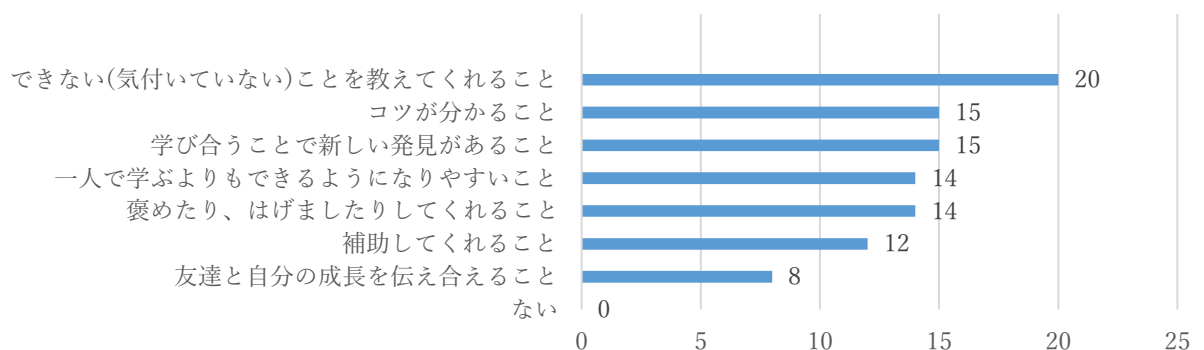
約9割の児童が、器械運動の学習で楽しい・嬉しいと感じるときは、「技や動きができるようになったとき」と回答した。このことから、必要を感じる学び合いを実現するには「友達と協働的に学び合うことで、できる喜びを味わえた」という成功体験が欠かせないと考えられる。また「自分が教えたことで友達ができるようになったとき」「技や動きができて友達が一緒に喜んでくれたとき」と回答した児童は、約4割である。この結果から、部会が目指している「共にできる喜び」を十分に味わえていないことが予想される。

マット運動の技ができるようになるためには、どんなことが必要だと思いますか。



マット運動の技ができるようになるには、約9割の児童が「たくさん練習すること」約8割の児童が「技の行い方やポイント、練習の仕方を知ること」が必要だと考えている。この結果から、技能を高めるために「する・知る」ことが大切だと考えている児童が多いことが分かる。一方、「役割分担をして運動を見合うこと」と回答した児童が約2割に留まったように、「みる・支える」の視点は意識が低いことが分かる。また「同じつまずきのあるメンバーで練習すること」と回答した児童は約4割であったことから、協働的な学びを充実させる上で重要なグループ編成についても意識が低いことが読み取れ、これまで教師主導でグループ編成を行ってきたことが要因だと考えられる。

友達と学び合うことのよさはどんなことだと思いますか。



「友達と学び合うことのよさはどんなことだと思いますか」という質問の回答から多くの児童が学び合うことのよさを感じていることが分かる。しかし、個人の回答を見ると、1つだけの項目を選択している児童は9名、5つ以上の項目を選択している児童は15名おり、学び合うことの必要感には、大きな個人差があることが推測される。また、「補助してくれること」と回答した児童は約4割であった。練習段階で補助をしてもらうことは、技のイメージをつかみ、習得する上で大変有効な手段である。しかし、回答率が低かったのは、新型コロナウイルス感染症の影響により、直接身体を支え合って学習してこなかったことが要因の一つと考えられる。

以上のことから、本学級の実態を以下の4点にまとめる。

- 「技や動きができるようになったとき」器械運動の楽しさや喜びを味わっている。
- 「共にできる喜び」を十分に味わえていない。
- 技能を高めるために「する・知る」ことが大切だと考えている児童が多く、「みる・支える」ことに対する意識が低い。
- 協働的な学びの必要感には、大きな個人差がある。

(6) 研究主題を実現するための手立ての工夫

子供が個別最適な学びと協働的な学びを一体的に充実させていくためには、協働的な学びを経たことで、できる喜びを味わうという成功体験を積むことが一番効果的であると考えます。「できる」とは、以下のように捉えている。

- ・ できなかった動きや技ができる(動きや技の習得)
- ・ ポイントや練習方法ができる(学習課題の達成)
- ・ できる動きや技がより上手になる

この3点が十分に味わえるように、「共に学習する感覚づくりの運動」「グループ編成」「ペア、グループ学習の仕方」の手立てを工夫した。

○ 共に学習する感覚づくりの運動や練習方法の開発

授業の始めに行う「感覚づくりの運動」は、子供が技を習得する上で必要な感覚を身に付けるためのものである。毎時間行うことで効果を増す。しかし、従来の「感覚づくりの運動」は一人で行えるものに限って提示しており、自分の行い方が正しいのか、どのように動きが向上しているか成果を感じ取りにくいものであった。今回は友達と補助し合ったり動きの変容を確かめ合ったりできるような運動を取り入れた。



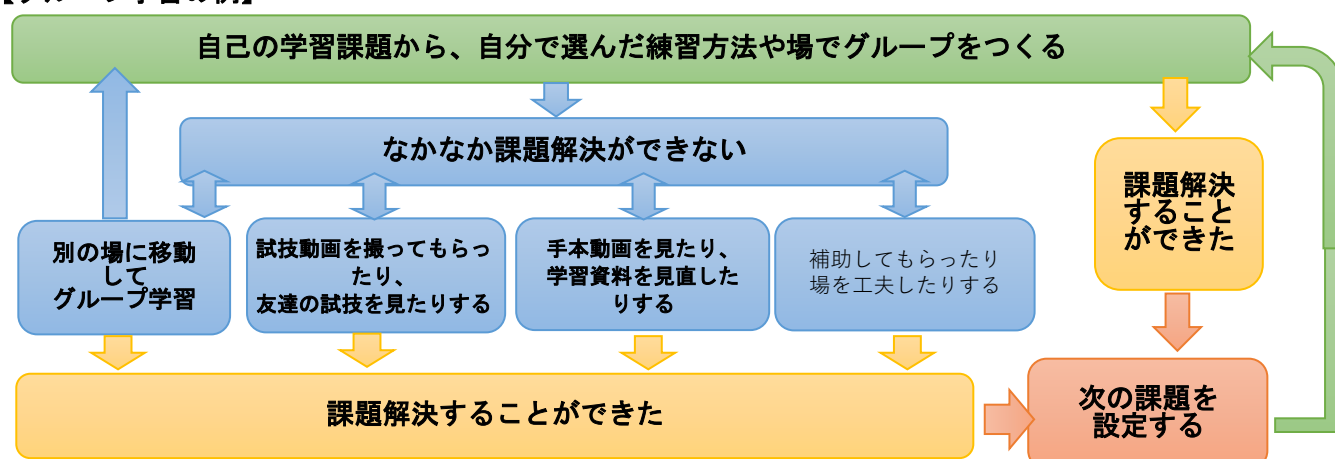
順番	動き	人数	身に付く基礎となる感覚や技術
1	かえるの足打ち 	1	【腕支持感覚・逆さ感覚】 両手に体重をかけながら体を支え、腰を上げて足を打つことで、肩の上に体を乗せる感覚や、逆さになる感覚を養う。
2	ゆりかご 	1	【接転感覚】 マットに座った姿勢から、あごを引いて背中を丸めて後ろに転がり、腰、背中、肩、後頭部と順にマットに触れ、また元の姿勢になることで、接転感覚を養う。
3	大きなゆりかご 足タッチ 	2	【接転感覚・回転力】 しゃがみ立ちの姿勢から、ゆりかごと同じように行う。また、立ち上がる際にタイミングよく踵をお尻に引き付けることで、回転力を付ける感覚を身に付けることもできる。
4	前転ジャンプ ハイタッチ 	2	【接転感覚・回転感覚】 しゃがみ立ちの姿勢から、あごを引いて背中を丸めて前に転がり、手、後頭部、肩、背中、腰と順にマットに触れ、接転感覚を養う。
5	手押し車から前転 	3	【腕支持・逆さ感覚・しめ・回転力】 正面支持臥から逆さ姿勢になり、そこから前転をする。それにより、腕支持と逆さ感覚を養い、腰角が広がったまま回転力を高める感覚を養う。
6	補助背支持倒立 	2	【逆さ感覚・しめ】 体に力を入れて真っ直ぐな姿勢にしておかないと、うまく脚を上げてもらえないため、体をしっかりとしめる感覚を養える。
7	補助ブリッジ 	2	【腕支持・逆さ感覚】 後転と同じ手の着き方をし、腕と足に力を入れながら体を反っていくことにより、両腕で体を支える感覚や逆さ感覚を養う。
8	エビキック 	1	【後方に体を投げ出す感覚】 壁に足の裏を付け、膝を曲げ前屈する姿勢から、膝を一気に伸ばして床を滑る動きにより、回転加速感覚を養う。しゃがみ立ちの姿勢から始めるとより後転の感覚を養うことができる。

○ グループ編成

協働的な学びを促す上でグループ編成は重要なポイントである。従来までのグループ編成は指導者が運動環境を管理しやすくしたり、子供一人一人の運動時間の均等化や個別指導のしやすさを重視していたりしたため、人数を均等にしたり、グループのメンバーを指定したりしていた。

今回は、子供がもっと必要感をもってグループ学習を行うために、グループ編成を子供が主体的にできるようにし、同じ学習課題をもつ友達同士でグループを組むようにする。また、活動の途中で学習課題を解決できた場合は、他のグループに移って学習を続けてもよいことにする。このように、子供の必要感に応じて活動する場を選ぶことができるようになることで、子供たちはより自分に合った学習を行うことができ、自らの動きを高めることができるようになる考えた。

【グループ学習の例】



○ ペア・グループ学習の仕方

グループ編成を柔軟に変更できるようにしたため、それぞれの役割を確認できるオリエンテーション用動画を作成した。毎時間にグループで学び合うよさを実感させていくことで「できる」喜びを味わえるようにする。また、事前にオリエンテーション動画で学び方を知ること、授業での説明の時間を減らすことができ、子供たちはより学習に取り組むことができる。活動時間が増えることで自分たちの動きを見つめ直すことも多くなり、より学習成果を実感し合えるようになると考えた。また、振り返りの場面では、自己の試技動画をグループの友達と振り返っている様子を録音する。学習ノートに、学習の成果を記録する際は、その振り返りを根拠として学習の成果を求める。こうすることで、自己の振り返りをより学習課題を解決するために、活用することができる。



第2時	学習課題を見いだす時間の様子
・学習課題とは、選んだ技+ポイント+練習方法のことです。学習資料と見比べてどこまでできていて、どこをもっと上手にできれば技の完成に近付けるかを考えて技のポイントを選びます。 ・上手になりたい技のポイントを見付けられたら、練習方法を選びます。	資料を活用しながら、ポイントや練習方法も確認しよう
第3時	学習課題を解決する時間の様子
・学習課題を解決する時間となります。第2時で見いだした学習課題ごとのグループで練習に取り組みます。自分が立てた練習方法でどのように動きが変わったのかの変容を知ります。 ・学習の成果を見取る時間では、お互いに撮り合った動画を見ながら「もっとどうしたらできるようになるのか」をタブレット端末を活用してレコーディング収録します。	
第4時	学習課題を解決する時間の様子
・第2時で立てた学習課題を第3時で練習したけれども、動きの高まりを実感できなかったり技の完成につながらなかったりした場合は、技のポイントや練習方法を見直す必要があります。 ・自分の動きを見取ったことを根拠に自分に合った技のポイントや練習方法を選び直しましょう。	

(7) 学習過程

< 第5学年 器械運動 「 マット運動 」 >

時間	1	2	3	4 (本時)	5	6
段階	回転系、巧技系それぞれの技と 出会い目的意識(技や運動との 関わり方)をもつ	グループ学習の仕方 や練習方法の選び方 を知り、学習課題(技 +技のポイント+練習 方法)を見いだす	自己の能力に適した学習課題を解決する			
学習活動	○学習の進め方を知る ○安全についてのきまりを 確認する ○共に学習する感覚づくり の運動について知る 【知る】 ○回転系、巧技系の技の行 い方、技のポイント、グ ループでの学習の仕方につ いて知る(試技または ICT教材) 【目的意識をもつ】 ・単元を通してできるよう になりたい技を回転系・ 巧技系の中から1つ選ぶ ・運動との関わり方につ いて知り、どのように運動 と関わっていきたいか目 的意識をもつ ○学習を振り返る	○自己の学習課題を確認する 共に学習する感覚づくりの運動に取り組む ・ マット運動における運動遊びの基本的な動き ・ ゆりかご、かえるの足打ち、前転等を音楽に合わせて、 友達と行う				
		【学習課題を見いだす】 ○学習資料と自己 の動きを比較し ながらグループ 学習を行う ○練習方法や場を 知る ○自己の学習課題 を見いだす ○3～6時の学習 計画を立てる ○学習を振り返る	【取り組む時間】 ○選択した技に取り組む ○グループ学習を通して、仲間の学習 成果や自己の見付けたこつを伝え合 う ○自己の取組について自己評価をし、 次時の学習課題を設定する ※技ができるようになった子供は新た な目的意識(できるようになりたい 技)をもち、課題の解決に取り組む ○学習の振り返りをする ○自己の動きの変容や学習活動に対す る自己評価をし、次時の学習課題を 修正したり、新しく見いだしたりす る ○学習を振り返る			
評価 の 重点	技①	技②				技③
		思①	思②	思③	思③	
	主④⑤		主②	主③	主③	主①

(8) 本時の学習

①本時のねらい

知識及び技能	・ 自己の能力に適した回転系・巧技系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりすることができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	・ 観察し合って見付けた自己のこつや、自己や仲間の考えたことを他者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	・ 仲間の考えや取組を認めることができるようにする。

※主として「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」を評価する。

②本時の展開 (4/6)

児童の学習内容・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 (2) 学習の流れの確認 (3) 準備運動 (4) 場の準備 (5) 共に学習する感覚づくりの運動に取り組む。 ・ 技につながる感覚を養う運動に取り組む。 ゆりかご、大きなゆりかご、かえるの足うち、補助ブリッジ、補助背支持倒立、エビキック等 (6) 取り組む時間 【学習課題別グループ】 ①学習課題を確認する。 ・ 仲間と互いの学習課題(技のポイント・練習方法や場)について確認する。 ②グループ内でできばえを伝え合いながら練習に取り組む。 ③技のできばえや取り組み方を評価し合う。 (7) 整理運動 (8) 学習の振り返り ・ 自己や他者のできばえや学習活動について振り返る。 (9) 場の片付け (10) 整列・挨拶	○服装の確認をする。 ○掲示物を用いて本時の流れを確認する。 ○使う部位を意識するよう声をかける。 ○安全に気を付けて準備するように言葉がけをする。 ○技へのつながりを意識しながら取り組むように言葉がけをする。 ◎感覚づくりの運動の動きができていない児童には、補助をする。 ○自分が設定した学習課題の妥当性の判断の仕方や学習課題の修正の仕方を学級全体に指導する。 ○学習課題解決に向けたグループ学習が停滞しているグループに意図的に関わり、試技の様子と学習資料を見比べ、練習方法や場が合っているか伝え合うことを確認する。 ○見合いをしている児童に、どうしたら仲間の学習課題が解決できるか問いかけ、自分の考えを積極的に伝えるように促す。 ◎設定した課題が適切でない児童には、試技の様子と学習資料を比べることを提案し、学習課題の修正を促す。 ◎観察し合う際、できばえや取組について考えたことを伝えることができない児童には、学習資料やお手本動画と見比べるように促す。 ◎練習の場を選べず、自分の練習に取り組めていない児童には、学習資料から自分の学習課題に合った練習の場を選ぶように促す。 □観察し合って見付けた自己のこつや、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【思考・判断・表現】 (観察・聞き取り・学習カード) □仲間の考えや取組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・聞き取り・学習カード) ○よく使った部位を中心にほぐすようにする ○レコーディング収録を活用してできばえについて気付いたことを伝え合い、学習課題の設定・修正に役立てるようにする。 ○学習課題の修正によって動きの高まりがみられた児童の本時の学習の経過を全体で共有する。 ○安全に気を付けて片付けをするように言葉がけをする。

(9) 学習資料

子供が自己の目標に対して効果的な学習活動であったか、学習の成果や改善点は何かについて友達と振り返り、自己の学習をより効果的、効率的に改善していくために、電子化した学習資料（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

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を作成した。

この動画を事前に児童端末へ配布する。子供たちは、これにより毎時間何をどう学ぶか、何を学ぶのかを把握した状態で学習に臨めること、課題解決の時間を十分確保し、指導経験の少ない教員にとっても、押さえておきたい子供への指導内容を統一して確認することができると考えた。



② 技カード



技カードは、取り組みたい技の技能ポイントを確認したり、技の種類を理解したりするために作成した。この技カードを活用し、示された技能ポイントから自己の課題を見いだせるようにする。これにより、課題に沿った技の技能ポイントを確認して場を選ぶことができると考えた。

③ マット運動アプリ

「マット運動アプリ」は、技の手本動画を見せる際に活用するために作成した。「マット運動アプリ」を活用し、手本動画を見せることで、技の行い方、技のポイントを理解することができる。また、「系統表」も付いており、技の系統性も把握することができる。さらに、手本を見せることが難しい教員の指導補助、児童にとっても授業中でいつでも閲覧可能な学習資料として活用できると考えた。



④ 学習ノート

学習ノートは、単元の導入時の目的意識をもつ場面や1時間ごとの学習の振り返りで活用するために作成した。学習ノートには、技の「ポイント」や「練習方法・場」を記入させる。終末場面では、一人一人が自己の試技動画を貼り付け、動画を見ながら自己評価を行うことができ、より客観性の高い振り返りができると考えた。また、振り返りとして、今日の学習を通して【知る、する、みる、支える】中で気付いたことや心に残ったことという視点と今日の学習を通して「できたこと・次頑張りたいこと」を書けるようにした。さらに、データ上で行うため、教師がコメントを返すとすぐに子供の学習ノートに反映される。これにより、子供は、教師からのコメントを受け、より質の高い自己評価が行えると考えた。



⑤ レコーディング形式の振り返り

レコーディング形式の振り返りでは、これまで個人で動画を見ながら行ってきた振り返りを友達からの助言やできばえに対する評価を録音記録しながら振り返る時間として設定した。これにより、友達からの情報を最大限得た上で、体育の時間外でも振り返ることができるようにした。

機 器	iPad	Chromebook
行 い 方	①iPhone または iPad でコントロールセンターを開きます。 ②グレイの録画ボタンをタップして、3秒のカウントダウンが終わるまで待ちます。 ③コントロールセンターを閉じて画面を録画します。 ④録画を停止するには、コントロールセンターを開いて、赤い録画アイコンをタップします。 または、画面上端の赤いステータスバーをタップし、「停止」をタップします。 	①Shift+Ctrl+⌘を押します。 ②下のメニューで画面録画を選択します。 ③次のいずれかを選択します。 全画面を録画する   画面の一部を録画する  ウィンドウを録画する  ④録画を停止するには、右下の撮影を停止を選択します。

東京都小学校体育研究会 器械運動系領域部会 HP のご案内

下記の QR コードを読み取ることで、器械運動系領域部会のホームページへリンクすることができます。



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。

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。

YouTube 器械運動系領域部会公式 Channel



マット運動、鉄棒運動、跳び箱運動の資料動画、