

運動の楽しさに触れ、自ら身体能力を身に付けようとする児童の育成  
～「できる・楽しい」を実感させるボール運動の指導方法の工夫を通して～

宮崎県 えびの市立上江小学校  
講師 関屋 史織

## 1 研究目的

近年、児童の生活環境の変化に伴い、運動不足による体力・運動能力の低下や集団遊びの減少によるコミュニケーション能力の低下などが指摘されている。小学校段階において、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を確実に身に付けさせるためには、運動への関心を高め、各種運動の楽しさや喜びを味わわせることが重要であり、体力の向上を図る上でも、体育科学習は重要な役割等を担っている。

本市の児童の実態としても、スポーツ少年団に所属し、普段からスポーツに親しんでいる児童とそうでない児童との体力・運動能力に二極化が見られる。全体的に見ると運動することが好きで、楽しんで体育科学習に取り組んでいる児童が多いものの、技能の定着については個人差が大きい。

また、体育の授業でも「何をどのように指導すべきかわからない。」「体育の授業が苦手だ。」という教師の声も多く聞かれる。技能を身に付けさせながらも、楽しい体育授業を構築していくことも大きな課題である。

えびの市小体連では、平成25年度から3ヵ年「体力向上研究推進モデル校」の指定校と連携し、児童の体力向上に努めてきた。特に体育科においては、「運動の楽しさやできる喜びを味わうことができる指導の工夫」を目標に、授業の組立てや楽しくできることを実感できるゲームの工夫に取り組んできた。また、宮崎県学校体育研究会のキーワードである「わかる」「できる」「かかわる」の3年目となる「できる」を中心テーマにおいて「わかる」「かかわる」にも密接に関連させながら研究に取り組んでいる。

「できる」については、①わかってできる、②かかわってできる、③できることを実感できる、④楽しんでできるという4つをキーワードとし、小中高特のつながりのある研究をしてきた。なかでも、小・中・高12年間を見通した技能系統表の活用、KOETAカード(学習カード)、ICTの活用を研究の柱として取り組んできた。

こうした授業の構築により、「わかる」ことが「できる」ことに結び付き、学び合いやかかわり合いが、「できる」ことを高めるはずである。これら「わかる」「できる」「かかわる」を関連付けながら、児童が楽しくできることを実感できる体育科の在り方を行うことで、運動の楽しさに触れ、自ら身体能力を身に付けようとする児童の育成につながると考えた。

## 2 研究の仮説

○ 「ゲーム」「ボール運動」において、「わかる」「かかわる」ことを結びつけながら、「できる」「楽しい」を実感させる指導方法や学習資料の工夫・改善を行えば、児童が運動の楽しさに触れ、自ら身体能力を高めようとするであろう。

## 3 研究の内容

### (1) 指導方法の工夫・改善

#### ① 指導内容の明確化

授業を組み立てる前提として、次のような段階を踏みながら、指導内容を明確にした。

- ・ 小中9ヵ年を見通した領域別系統表の活用
- ・ 身に付けさせる技能の明確化
- ・ 低・中・高学年の2学年を見通した評価の工夫

(例) 第2学年 ゲーム(ボール投げゲーム)における単元の評価規準

●第1学年の評価規準 ○第2学年の評価規準 ◎第1・2学年共通

	運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ゲームに進んで取り組もうとしている。</li> <li>● 運動の順番やきまりを守り、勝敗の結果を受け入れて、友達と仲よく運動をしようとしている。</li> <li>○ 友達と協力して、用具の準備や片付けをしようとしている。</li> <li>○ ゲームを行う場や用具の使い方などの安全に気を付けようとしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ボールゲームの行い方を知るとともに、得点の方法などの規則を選んでいる。</li> <li>○ ボールゲームの動き方を知っている。</li> <li>○ 攻め方を選んだり見付けたりしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 的に当てるゲームや攻めと守りのあるゲームにおいて、簡単なボール操作やボールを持たないときの動きができる。</li> </ul>
学習活動に即した評価規準	<ul style="list-style-type: none"> <li>① ゲームに進んで取り組もうとしている。</li> <li>② 運動の順番やきまりを守り、勝敗の結果を受け入れて、みんなと仲よく運動しようとしている。</li> <li>③ みんなで協力し合って準備や片付けをしようとしている。</li> <li>④ ゲームを行う場の安全を確認したり、ボールを使う上で周囲への安全に気を付けたりしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① ボールゲームの行い方を知っている。</li> <li>② みんながゲームの楽しさや喜びに触れることができるように、得点の方法などの規則を選んでいる。</li> <li>③ ボールゲームの動き方を知っている。</li> <li>④ 得点しやすい攻め方を選んだり見付けたりしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① ねらったところに緩やかにボールを投げたり、転がしたりすることができる。</li> <li>② ボールを捕ったり止めたりすることができる。</li> <li>③ ボールが飛んだり、転がったりしてくるコースに入ることができる。</li> <li>④ ボールを操作する位置に移動することができる。</li> </ul>

※「学習活動に即した評価規準」にも2年間の規準を記入することで、学習内容や評価規準についてより具体的に見通しをもつことができるようにした。

② 単元全計画・一単位時間の指導過程の工夫

ア 単元計画の工夫

明確化した指導すべき内容を、児童の実態に即して、運動の技能を習得し、運動の楽しさに触れながら学習できるように単元計画を工夫した。

イ 指導過程の工夫

「はじめ」の段階・・・運動技能の習得を支えるために体力を高める運動や主運動につながる運動や練習を行う。

「なか」の段階・・・主に運動技能を身に付けるゲーム、チームで協力しながら行うゲームを設定した。

③ 「できる」「楽しい」を実感できる指導方法の工夫

主に技能を身に付けてできることを実感させる「ステップ1」、主に仲間と協力する楽しさやチーム同士で競う楽しさを実感できる「ステップ2」のステージ型の単元構成で、以下の視点をもとに指導方法を工夫することにした。

- 小中9年間を見通した技能の基礎を習得することができる。
- 距離の目印を置くなど数値化することで自分の伸びを実感できる。
- ルールが単純で個人、ペア、チーム等組み合わせを考えて取り組める。
- ルールを簡易化したゲームでは仲間とのかかわり合いやチームで競うことを楽しむことができる。

ア できることを実感させるゲームの工夫（ゲームの例）

- ・遠くに投げるゲーム・・・2 mおきにマークを設置し、距離を競う。  
胸から押し出す投げ方、上投げ
- ・的当てゲーム・・・自分に合った2 m先または4 m先の的に当てる。  
胸から押し出す投げ方、上投げ
- ・走っての当てリレー・・・15 m走って2 m先の的に当てる。  
自分に合った投げ方を選ぶ。

イ 楽しさを実感できるゲームの工夫（ゲームの例）

- ・シュートゲーム 直径4 mの円の外からコンテナの上の箱4つを全部落とすまでの時間を競う。  
(1年) 一人1球 (2年) チームで1球
- ・守りの人数を増減させる。
- ・箱の組み方、大きさを変える。

(2) 学習資料の工夫

「できる」（運動技能の習得）に焦点をあてた学習カード（KOETAカード）を作成した。技能のポイント写真を表し、視覚的にも分かりやすいものにした。技能の習得が苦手な児童にもわかるアドバイスを加え、技能ポイントごとの評価と単元後半で身に付けた技能の評価もできるようにした。

KOETAカード ソフトバレーボール（アンダーハンドパス）

6年 名前

めあて	アンダーハンドパスのポイントを見つけ、できるようになる。		
			
① 足を肩として かまえ かまえ	② うでをまっすぐ ス	③ ひざもつかって エイ	
ポイント		（できたものに○）	
① 足を肩として	ボールの落ちる位置に	（かまえ）	
② うでをまっすぐのばす		（ス）	
③ ひざをのばして	うではそのまま まっすぐに	（エイ）	
アドバイス	ボールが下にいく	⇒	手首を胸の前にもっすぐ（ふらさない）
	ボールがまっすぐとばない	⇒	両方のうでをのばしたときに 同じ高さにする
	ボールが手の先にあたる	⇒	ふみこんでボールの落ちる位置に
評 価		できた	まあまあ
① ボールを手にあてられましたか。			もう少し
② ボールは上に上がりましたか。			
③ チームでパスがたたくことができましたか。			

「できる」ためのポイント写真を写真とシンプルな言葉で示す。

ポイントも理解できたかのチェックを行う。

技能の習得が苦手な児童へのアドバイスを書き加える。

技能を習得できたかを自己評価できるようにする。

### (3) ICTの活用

単元全般を通して、「わかる」・「できる」・「かかわる」ために、VTRなどのICTを活用して授業を展開することとした。こうしてICTを活用することで児童にゴールイメージや体の動きを理解させたり、技能の習得の難しい児童に動きの確認をさせたりすることができた。

#### ( ICTの活用例 )

単元の学習計画において

はじめ・・・ゲーム全体のイメージをもたせる。

なか・・・体の動かし方のイメージをつかませる。

上手な児童の紹介（称賛、体の動かし方のポイントの確認）を行う。

体の動かし方をつかめない児童やチームに対して映像で確認させる。

おわり・・・ゲームの振り返りを行う。



## 4 研究結果と考察

- 「わかる」「かかわる」「できる」を密接に関連させた授業を行うことで、基本的な体の動かし方やボール操作をしっかり身に付けさせ、児童にできる喜びを感じさせることができた。
- KOETAカードやICTを活用することにより児童が「できる」ポイントがわかり、仲間とのかかわり合いの中で技能を高めることができた。
- 昼休みに進んでボール運動に取り組む姿が見られるようになった。
- えびの市の各学校をはじめ、西諸県地区内の学校とも協力しながら本研究を改善し広めていく必要がある。
- ボール運動だけでなく、他の領域においても「楽しむ・できる」授業の構築を行っていく必要がある。
- 保健学習については、各学校でさらに研究を深め、各学年の系統性を確かめながら保健学習の実施に努めていく必要がある。