

# 宮崎地区小学校体育連盟 研究発表



# 研究主題

生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てる体育科学習の在り方

## 副題

主体的・対話的で深い学びの視点に  
立った授業の創造と展開



# 主題設定の理由

研究領域：『体づくり運動』

- ◆ 単元指導計画の作成
- ◆ 保健指導の充実
- ◆ カリキュラムマネジメントの工夫



# 研究仮説

体育科学習において、カリキュラム・マネジメントや指導方法・学習資料等の工夫を行い、主体的・対話的で深い学びを実現する授業を展開できれば、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成することができるであろう。」



# 研究内容

## 1 指導方法の工夫・改善について

- ◆主体的・対話的で深い学びについて共通理解
- ◆新学習指導要領に即した単元計画の作成
- ◆体づくり運動の考え方の整理



# 研究内容

## 2 学習資料等の工夫

- ◆ワークシートの工夫・活用
- ◆ひなたプログラムを活用
- ◆ICTの効果的な活用
- ◆保健指導に関わる資料の情報収集



# 主体的・対話的で深い学びについて

## 主体的な 学び

- ・ 課題の解決に向けて自ら粘り強く取り組み
- ・ 課題を修正
- ・ 新たな課題を設定

## 対話的な 学び

- ・ 他者（書物等を含む）との対話
- ・ 自己の思考を広げ、深める

## 深い学び

- ・ 主体的・対話的な学びの過程
- ・ 課題を見付け
- ・ 試行錯誤
- ・ 思考を深めよりよく解決



# 主体的・対話的で深い学びのイメージ

主体的な学び

深い学び

対話的な学び

時間の流れ





# 新学習指導要領に即した単元指導計画の作成

学習内容が2学年ずつで表記されている体育科  
担任の判断によって学習する内容や運動に違い



全学年・全領域の単元指導計画の作成



単元指導計画を県内小学校に配付



子どもの体力向上



時間		1	2	3	4	5	6(本時)	7
指導内容	知		② 長なわを使用した動きの高め方	① 体の動きを高めるための運動の行い方	③ 人や物の変化に対応した動きの高め方			
	思							③ 他者に伝える力
	態	⑤ 場や用具の安全	④ 仲間との認め合い	③ 準備や片付け	① 積極的な取組			
学習活動	0	1 集合、整列、挨拶、健康観察、準備運動を行う。	1 集合、整列、挨拶、健康観察、準備運動を行う。	2 ペアになり個人の課題となる運動を「ひなたプログラム」(事例集)から選び、やってみる。	3 学習の進め方を確認し見通しをもつ。			
	10	2 オリエンテーションを行う。	めあて1 巧みな動きを高める運動にチャレンジして、ポイントを見付けよう。					
	20	3 ペアになり個人の課題となる運動を選び(ひなたプログラムから選択)、やってみる。	4 全員で移動式長なわ運動に取り組む。	4 全員で移動式長なわ運動に取り組む。	4 全員で移動式長なわ運動に取り組む。	めあて2 長なわを使った運動の組合せを工夫しよう。		
38	4 試しの運動として長なわを使って運動する。	5 自分の体を使った運動を工夫し、取り組む。 ○ 片足ジャンプ ○ 回転ジャンプ ○ 背中合わせジャンプ	5 棒やラバーリングを使った運動を工夫し、取り組む。 <長なわ+用具> ○ 棒バランス ○ 輪投げキャッチ ○ 2人3脚ジャンプ	5 フラフープやフープを使った運動に取り組む。 <長なわ+用具> ○ 輪跳び ○ ボール渡 ○ 背中抜き			5 グループごとに動きを高める運動に取り組む。	
45	5 運動の工夫の仕方について確認する。	6 本時の学習を振り返り、運動のポイントや課題を整理する。					6 工夫した動きとそのポイントを伝えよう。	
評価の重点	知		② 【観察・カード】	①【観察・カード】	③【観察・カード】			③【観察・カード】
	思					① 【観察・カード】	② 【観察・カード・(ICT)】	③【観察・カード】
	態	③ 【観察】	④ 【観察】(ICT)	③ 【観察】(ICT)	① 【観察】(ICT)	② 【観察】(ICT)		
準備物	長なわ			長なわ、棒、ラバーリング、フープ、ボール、タンバリン、タブレット端末				
保健分野	けがの防止(第5学年)、心の健康(第5学年)、病気の予防(第6学年)							

ねらい

学習内容  
活動例



# 体づくり運動の考え方の整理

## 教師の不安や疑問



- 3・4年と5・6年の体づくりの違いは？
- 同じ目標の5・6年生では、同じ学習でいいのか？
- 学年でどのような違いがあるのか？



学習内容や指導方法の考え方の整理



# 体づくり運動の考え方の整理

## 【運動】

### 小学校

- ・ 共通性のある教材
- ・ 個の違いに配慮
- ・ 運動する心地よさ  
楽しさ

### 中学校

- ・ ねらいに応じて
- ・ 組み合わせたり
- ・ 運動の計画



# 体づくり運動の考え方の整理

## 【知識、思考・判断】

### 小学校全段階

- ・ 児童の自由な発想の広がりを称賛
  - ・ 動きを楽しむ体験
- ⇒ 中学校以降

### 小学校低・中学年段階

- ・ 運動の楽しさや心地よさ
- ・ 運動の行い方を工夫

### 小学校高学年段階

- ・ 直接体力を高める
- ・ 体力の要素
- ・ 効果的で正しい行い方を体験

### 中学校及び高等学校全段階

「体づくり運動」の意義や体の構造、運動の原則などの知識を獲得し、それらの知識を活用したり、応用したりすることが求められる。



# 体づくり運動の考え方の整理

小学校～高等学校 『12年間の体育科教育』

小学校  
1年生  
2年生  
3年生  
4年生

小学校  
5年生  
6年生  
中学校  
1年生  
2年生

中学校  
3年生  
高等学校  
1年生  
2年生  
3年生

4カ年ごとの内容



# 体づくり運動の考え方の整理

- ◆ 中学年と高学年…運動の様相は同じでもよい
- ◆ 低・中学年…運動の楽しさや体を動かす心地よさ
- ◆ 高学年…体力の要素の理解  
動きの高まりについて考える機会
- ◆ 5年…「共通した運動での動きの高め方」
- ◆ 6年生…「グループや個人で選択した運動」



# 学習資料等の工夫

## 【ワークシートの工夫】

多種、多様な運動

※取り組む運動が違う⇒意識することが変わる

※同じ運動⇒人によって意識することが変わる



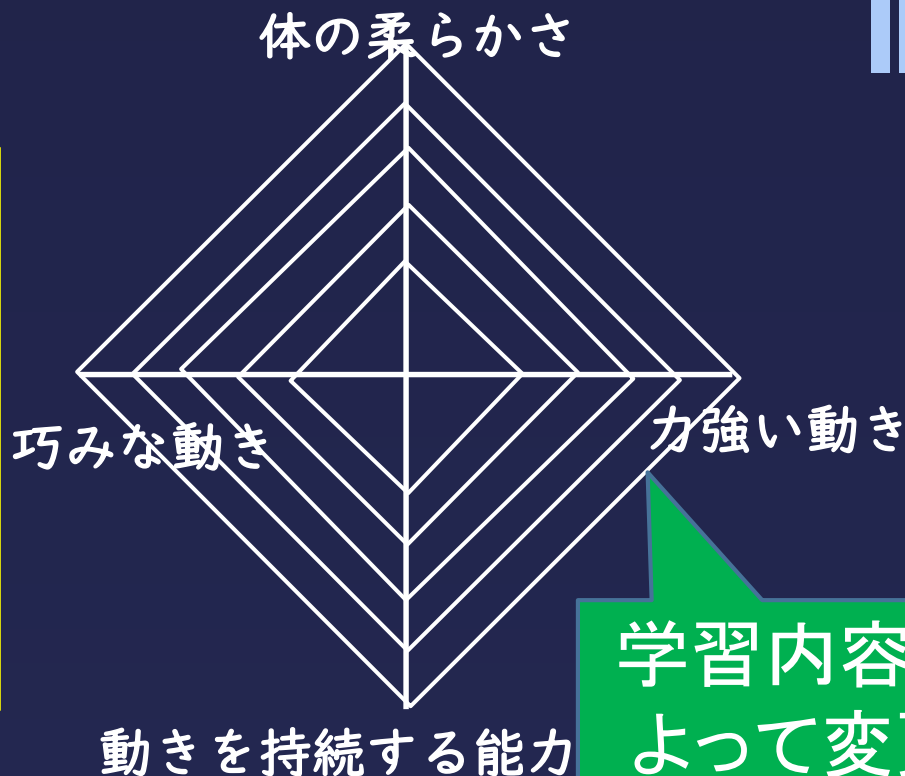
ワークシートから意識の変容に気付く





# 学習資料の工夫【ワークシートの工夫】

- 体力要素…相互関係
- 視覚的に理解
- 短時間で自分の動きの振り返り



レーダーチャートを作成

+ 自由記述

思考力・判断力・表現力



# 『巧みな動き：チャート』

タイミング

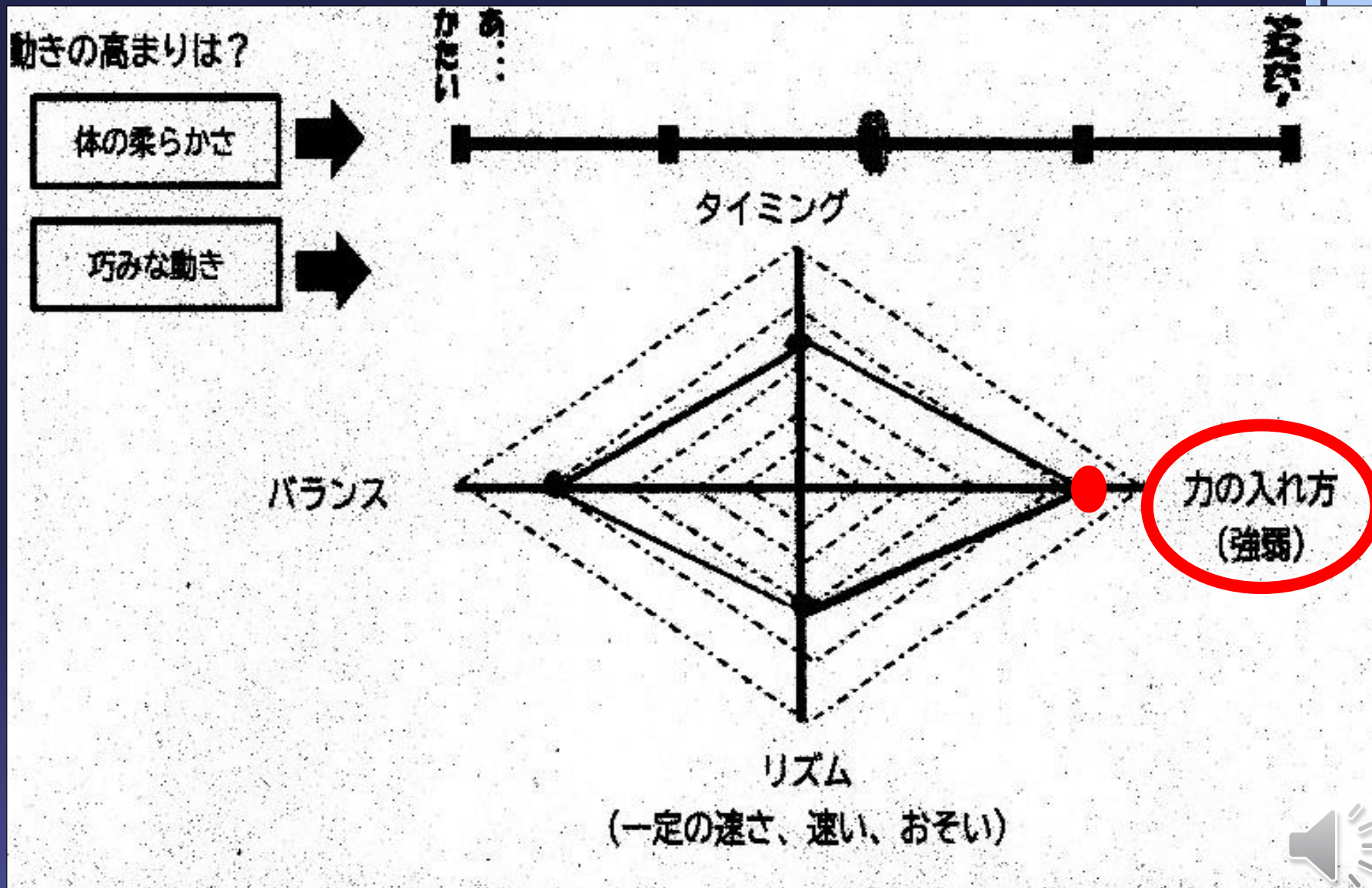
バランス

力の入れ方

リズム



# 学習資料の工夫【ワークシートの工夫】



# 学習資料の工夫【ワークシートの工夫】

振り返り (図や絵と文を使って、振り返りをレベルアップさせよう！)

【動きが高まったことや運動のポイントが友達に伝わるようにまとめよう】

棒やわっか、フーフーフ、ボールを使って  
投げたり、取ったりするような動きをした。

(「は11」や「1.2」や「321」など)

かけ声をすると、リズムやタイミングが高まった。

ホントは、なわが左の円の所に来たときに、ボールなどを投げることに



高まったのは、力の入り方で、とぶ入のことを考えて縄を動かすときの

強弱も考えておいたら、長くはびたから⇒力の入り方が高まったけど、

縄の長さもとぶ入のことを考えておかせていたから、

だから、次やる時は、とぶ入の、どの縄の長さがとびやすいかを  
考えておくといいと思う。

○○を使って、△△な動きをした。

○○すると△△が高まった。

ポイントは〜〜。

高まったのは、〜〜。

○○は高まらなかったが、




〜〜すると高まりそう。



# 学習資料の工夫 【ひなたプログラム活用】

## 「ひなたプログラム」 から選択

### 体の柔らかさを高めるための運動

名称	25 ボール渡し（足で）	26 ボールをよける（上体そらし）	27 ボールをよける（上体そらし）
実際の動き			
方法	<ul style="list-style-type: none"><li>○ ペアで隣り合って座る。</li><li>○ 一方がボールを足ではさみ、頭上まで上げて、ペアにボールを渡す。</li><li>○ もらう側も頭上でもらう。</li><li>○ リレー形式でやると盛り上がる。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ うつぶせで寝る。手は腰辺りで結ぶ。</li><li>○ ボールを顎付近に転がしてもらい、ボールに当たらないように上体をそらす。（反らす側に複数名いるとよい）</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 両手・両足は地面につけて仰向けで寝る。</li><li>○ ボールを顎付近に転がしてもらい、ボールに当たらないようにブリッジ姿勢をとる。（ブリッジ側に複数名いるとよい）</li></ul>
留意点	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 両手でバランスを取ること。</li><li>○ ペアで呼吸を合わせて行うこと。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 柔軟性を高めるためにボールをゆっくり転がす。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ 柔軟性を高めるためにボールをゆっくり転がす。</li></ul>



# 学習資料の工夫 【ICTの活用】



# 学習資料の工夫

## 【保健指導に関する資料の情報収集】

### 学習資料の充実



多くの資料に触れられる機会  
保健授業の充実



宮崎市養護教諭部会に協力を依頼  
各学校の保健資料の収集



# 学習資料の工夫

## 【保健指導に関する資料の情報収集】

- ・学校名・資料名・対象学年
- ・種別(写真・DVD・掲示資料)



宮崎市小学校体育連盟ホームページ



だれでも近隣校の資料等を確認





# 学習資料の工夫

## 【保健指導に関する資料の情報収集】

	学年	タイトル、内容等	種別（写真、DVD、掲示資料、書籍等）
七野小	1年2年 3年	歯を大切に（小学1～3年）、しつもんぎもん！むし歯の予防	ビデオ
	4年	一緒に学ぼう初経教育、赤ちゃんこのすばらしき生命、小学校の性教育シリーズ①（おとなになるということ）、素晴らしき思春期	ビデオ
	6年	たばこ・アルコール薬物乱用の予防教育、フ・ザ・薬物、今から始める喫煙防止教育、パイパイタバコ、パイパイアルコール、薬物乱用防止教室、DRUGS	ビデオ
	食育	こはく食紀行プロジェクト	DVD
	3年		ビデオ
	4年	おおかあさん人形セット、胎児の成長と誕生	掲示資料
	4年	おかあさん人形セット、やわらか赤ちゃん人形	人形
			紙芝居
			紙芝居
		3年	からだがよるこび生活習慣①～④、早ね早起きあさごはん①～③、やさ
	4年	性とからだの本①～⑤、女の子と男の子の本①～③	書籍

対象学年

内容

学校名

種別

- DVD
- 人形
- 紙芝居



# 研究の成果と課題

## 成果

- 「主体的・対話的で深い学び」について整理し、意図した学習指導過程を計画・実施することで、児童が意欲的に取り組む授業を展開することができた。
- 全ての学年・領域で単元計画を作成したことで、今後、学習内容を見通して指導にあたることができる。



# 研究の成果と課題

## 成果

- 学習カードのレーダーチャートは、児童が動きの高まりを視覚的に捉え、体力の要素に着目しながら思考を深めることができた。
- ひなたプログラムでは、自己の課題に応じた運動を選択して動きを高めていく中で、さらに動きを高めようと、条件を工夫しながら主体的に取り組むことができた。



## 課題

- 全ての単元指導計画に、評価項目を示すことができなかった。今後、評価について改善を加えながら、実践を通してよりよい単元計指導画にしていく必要がある。
- 高学年の体づくり運動についての研究・実践を深めることができたが、低学年・中学年の研究・実践ができていない。今後、研究を深めていく必要がある。
- 保健資料の情報収集を行ったが、今後は、体づくり運動との関連性について実践を積み重ねていく必要がある。



ご清聴

ありがとうございました。

