

[9] 西都市小体連

I 年間事業

| 実施日 | 曜 | 事業名 | 主な内容 | 会場 |
|--------|---|----------|--|-------|
| 5月12日 | 木 | 第1回体育主任会 | ○主題研究の年間の計画 ○泳力向上プログラム | 妻北小学校 |
| 6月28日 | 木 | 第2回体育主任会 | ○主題研究の計画 ・研究の方向性について ○泳力向上プログラム | 妻北小学校 |
| 8月26日 | 木 | 第3回体育主任会 | ○主題研究について ○陸上記録会代替案検討 | 妻北小学校 |
| 10月18日 | 火 | 第4回体育主任会 | ○主題研究について ・研究のまとめとその方向性検討 ○キッズスポーツ補助金等について | 妻北小学校 |
| 1月下旬予定 | | 第5回体育主任会 | ○主題研究のまとめ ○次年度への引継確認 | 妻北小学校 |

II 事業部のあゆみ

1 西都市小学校泳力向上プログラム

各学校で5・6年生を対象に、記録会を実施し、25m以上泳げた児童に対して西都市小体連が表彰。

2 陸上記録会

※ 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止。

III 研究部のあゆみ

1 研究主題並びに副題

主体的に運動に親しむ資質や能力の基礎を育てる体育学習の在り方
～体づくり運動の授業実践を通して～

2 主題設定の理由

平成30年度までの研究で、1単位時間の学習過程や単元構成の見直し、主体的・対話的で深い学びの視点を授業の中に積極的に取り入れることができた。また、学び合いによる学習内容の深化を図ることもできた。

研究の流れとしても、「器械運動」領域については5か年の継続研究を行い、ポスターセッション発表も行った。しかし、学び合いの時間を十分に確保しながら、基本的な技能がより高まるための手立てや先生の困り間の解消につなげる部分において課題が残った。

そのため、県の研究や課題を取り入れた研究も参考にしながら「体づくり運動」領域について4か年計画で、本主題について研究している。初年度はアンケート調査を実施し、「体づくり運動」に対する教員の意識、実践状況、教員の理解度等を調べた。その結果、西都市の教員の実態として、「体づくり運動」の重要度は理解しているものの、指導面において課題を感じている教員が多いことが分かった。体育主任だけでなく、体育の授業に苦手意識を持っている教員も指導できるよう、研究を引き続き行っていく。

3 研究の内容

- | | |
|-------|--|
| 令和元年度 | 体づくり運動の授業の実態調査、課題の分析 |
| 令和2年度 | 先進研究の視察・研修（九州学体研中止のため） 研究授業の実施（新型コロナウイルス感染拡大防止のため） 体づくり運動の実践及び実践例の作成 |
| 令和3年度 | 研究授業の実施 |
| 令和4年度 | 西都市ならではの体づくり運動の研究推進 アンケートの実施・実践報告 |

4 研究の仮説

どの子どもも参加できるように指導内容を精選し、簡単な場の設定や、
 ルールの工夫をすることで



児童が主体的に運動に取り組み、教師自身の指導のハードルも下がるであろう。


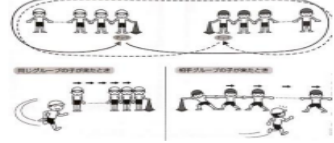




5 研究の実際

(1) アンケート実施方法

本研究において西都市の小学校の小学校に配付アンケートを実施し、「体づくり運動」に対する教員の意識、実践状況、教員の理解度等を調べた。アンケートは各学校で年に2回行い、2回目のアンケートを取るまでの間に、令和2年度の研究で作りに上げた体づくり運動の実践例集の中からいくつか選んで実践を重ねた。

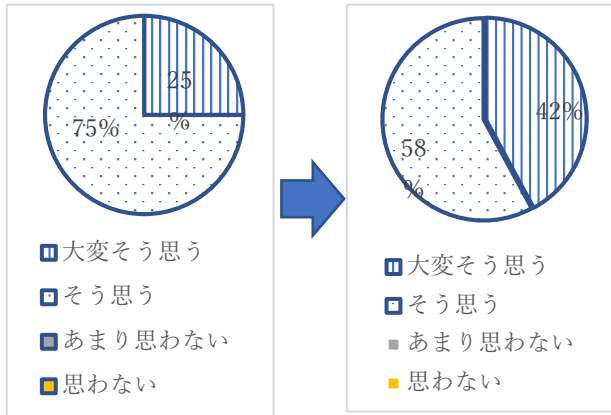
(2) 体づくり運動の実践

| | | | |
|--|-----------|--|-------------|
| 運動名 | ボール転がしリレー | 運動の種類 | 巧みな動きを高める運動 |
| 準備物 | ボール | 対象学年 | 第5学年 |
| 運動の手順 ① 5人程度でグループを作り、1走とボールを持った2走は隣同士に並んで開始の合図を待つ。3走以降は、後ろに並んで待つ。 ② 笛の合図で2走がボールを転がし、1走が前方へ走り出す。 ③ 1走は15m先のラインをボールが超えたらキャッチし、スタート位置に戻る。 ④ 3走は、2走の横に並び、戻ってきた1走からボールを受け取ってボールを転がし、次は2走が走り出す。 ⑤ 最終走者のボールは1走が転がす。最終走者が戻ってきて一番後ろに並び、全員が座るまでの速さで勝敗を競う。 | | 写真・イラスト | |
| 主体的に運動に親しむための工夫（ルール・場・ワークシートなど） ○ ボールは、必ず前方のラインを越えてからキャッチするようにさせる。 ○ ボールを転がす強さやキャッチするタイミングについて話し合ったり、練習したりする時間を設け、再度リレーを行うようにする。 | | | |
| 児童の感想 <ul style="list-style-type: none"> ・ ルールが簡単で楽しかった。 ・ たくさん走って夢中になり、体が熱くなった。 ・ ボールがラインを超す前にスタートしてしまうことがあった。 ・ チームでボールをつなぐのがよかった。 ・ 友達がキャッチしやすいボールを投げないといけなかったので、相手の走力を考えて投げる強さを考えた。 ・ ボールを強く投げすぎてもいけないし、弱く投げすぎてもいけないので力の加減が難しかった。 ・ 友達から投げるコツを教わって投げると上手くなったのでよかった。 ・ 最初はなかなかうまくいかなかったけど、グループで作戦を考えて、スムーズにリレーをすることができた。 ・ 自分の利き手じゃない方でボールを投げるのが難しかったけど、練習をして上手く投げられるようになった。 | | 指導者の感想 <ul style="list-style-type: none"> ○ 相手がとりやすいようにスピードや方向を上手く調整しながら転がしたり、少しでも早くボールをとろうと走ったりする様子がみられた。児童が楽しく、チームで協力しながら取り組める活動だった。 ○ 主運動のウォーミングアップとして、実施した。ボールのスピードと仲間の走力を考えて加減をしながらボールを投げられるかが重要であったが、児童がどのくらいの力で投げれば相手がスムーズにキャッチできるのか考えながら取り組むことができていた。作戦タイムを設けて、走順を考え、どのように投げればよいかアドバイスし合うなど意欲的に活動している姿が印象的であった。また、投げ手を変えるなどルールを変更することで楽しみながら活動することができた。全力で走ると体が温まり、寒い日のアップにも効果的であった。 | |

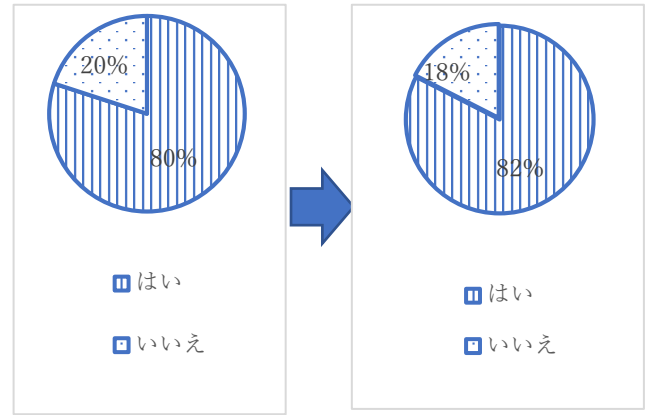
| | | | |
|--|------------|--|---------------|
| 運動名 | シャトルランリレー | 運動の種類 | 持続する力を高める運動 |
| 準備物 | シャトルランのCD | 対象学年 | 第5・6学年 |
| 運動の手順 | |  | |
| <p>① 5人程度でグループを作り、20mシャトルランのスタートとゴールに分かれて並ぶ。</p> <p>② シャトルランの音源の最後(247回)まで走りきることを目標にグループで話し合い作戦を立てる。</p> <p>③ シャトルランの音にあわせて、リレー形式で走る。</p> | | | |
| 主体的に運動に親しむための工夫(ルール・場・ワークシートなど) | | | |
| <p>○ 走るのがきつくなってきた児童がいれば、グループの中で順番を入れかえたり、代わりに走ったりしてもよいことを伝える。</p> <p>○ 何回まで走ることができたのか、数を数えさせて意欲を高める。</p> | | | |
| 児童の感想 | | 指導者の感想 | |
| <ul style="list-style-type: none"> チームで協力して、できるだけ多くの回数を走ることができた。 最初はかんたんかと思ったけど最後の方はきつかった。 計算をしてみると実際に走った距離は20m×50回で1kmくらいにしかなくて、距離以上にきつかった。 | | <ul style="list-style-type: none"> ただ走らせるよりも意欲的に取り組んだ。 バッシュ走の代わりに取り組んだが、やってみると面白かった。(バッシュ走は全体的にペースを遅くしてしまうチームや、ペースを合わせられない児童がいてうまくいかないチームが多く、取り組みが難しかった。) | |
| 運動名 | 体づくりオリンピック | 運動の種類 | 多様な動きをつくる運動遊び |
| 対象学年 | 1・3・4・6年 | 多様な動きをつくる運動 | |
| 運動の手順 | | 写真・イラスト | |
| <p>① フラフープくぐり</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 2人組になり、1人がフラフープをころがし、もう1人がフラフープをくぐりぬける。 ※ ころがした距離が長い方が得点が高い。 <p>② ジャンけんピラミッド</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 2つのグループをつくり、先攻と後攻を決める。 ○ 後攻グループは、ピラミッド状に3～4列に並ぶ。 ○ 先攻グループはスタートとともに、一斉にスタート。 ○ 1列目の誰かとじゃんけん。 ○ 勝った場合は、次の列の子とじゃんけん。負けた場合は、スタートラインまで戻って再び1列目の子とじゃんけん。 ○ 最後の列の子に勝ったら1点。制限時間内に何点とれるか競う。 <p>③ ゴムリレー</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 2つのグループが横1列に並び、グループごとに手をつなく。(今は新型コロナウイルス予防のため、手をつなわず、横に並ぶだけにした。) ○ 内側にコーンを置く。 ○ 内側の子からスタート。 ○ 図のように1周してスタート位置に戻ったら、次の子にタッチ。 ※ 同じグループの子がきたときは走る距離を縮める。 ※ 相手グループの子がきたときは、距離を長くするように広がる。 <p>④ スパイダー王におれはなる</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ おなかにボールをのせてクモ歩きをする。 ○ リレー方式で競う。 | |     | |
| 主体的に運動に親しむための工夫(ルール・場・ワークシートなど) | | | |
| 児童8名(小1:1名 小2:1名 小3:2名 小5:3名 小6:1名)を2チームに分け、チーム対抗戦にすることで、主体的に作戦を考え、楽しみながらも真剣に取り組むことができるようにした。 | | | |
| 児童の感想 | | 指導者の感想 | |
| <ul style="list-style-type: none"> どうすればうまくいくのか、みんなで話し合いながらできた。 運動会みたいに、みんなで協力することができて楽しかった。 | | <ul style="list-style-type: none"> やり方を説明してから試しの運動とし行った1回目と、運動能力や発達段階に合わせた作戦を話し合っただけで、子ども達の動きや運動後の反応が断然違った。 | |
| 運動名 | お助けタグ取りゲーム | 運動の種類 | 持久力を高める運動 |
| 準備物 | タグベルト、タグ | 対象学年 | 第4学年(3年生で実施) |
| 運動の手順 | | 写真・イラスト | |
| <p>① 2つのグループに分かれる。</p> <p>② 腰にタグを付ける。</p> <p>③ コートの中で、タグ取りゲームをする。</p> <p>④ タグを取られた人は、コートのライン上に移動する。</p> <p>⑤ タグを取った人は、ライン上にいる味方にタグを渡す。タグをもらった人は、再びコートに戻ることができる。</p> | |   | |
| 主体的に運動に親しむための工夫(ルール・場・ワークシートなど) | | | |
| <p>○ 二つのタグのうち、どちらか一つ取られたら、ライン上に移動させることで、誰かが「助けを待つ」状態であることが多くなる。「味方を助けたい」という気持ちから、相手のタグを取ろうという意欲が高まり、どうしたら取れるかを自ら考え、主体的に取り組むことができる。</p> <p>○ 1回の時間を短くすることで(1分程度)、途中であきらめることなく、集中力を保ちながら動くことができる。</p> | | | |
| 児童の感想 | | 指導者の感想 | |
| <ul style="list-style-type: none"> おにごっこみたいで楽しく運動ができてよかった。 速く走ってつかまえるのがたのしかった。 | | <ul style="list-style-type: none"> ○ 単元初期の段階で、主運動につながる「基礎運動」として行った。「取ろうとする動き」「取られまいとする動き」が連動し、歓声を上げながら取り組む姿が多く見られた。 ○ 激しい運動の連続で、短時間で「実運動」につなげることができた。 ● 安全性を考慮して、体育館全面を使って行ったが、激しい動きの中で接触する場面が多々観られた。 ● タグを取られまいとする思いが強いあまり、相手の腕を押さえる「反則行為」が見受けられた。ルール確認が必要であった。 | |

(3) アンケート結果の推移

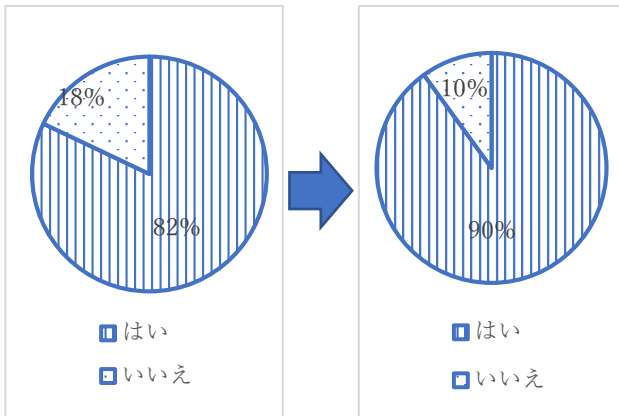
体づくり運動は重要であると考えますか。



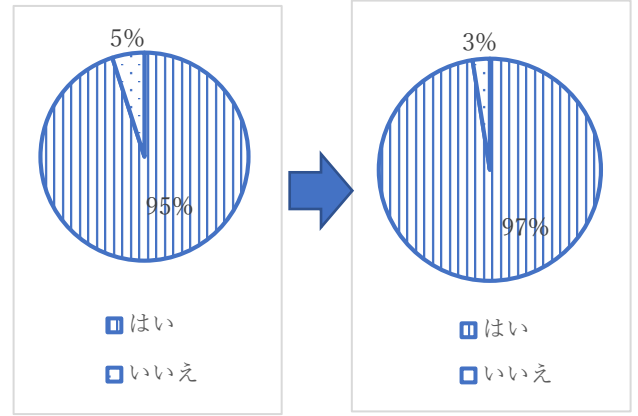
単独運動として「体づくり運動」を実施していますか。



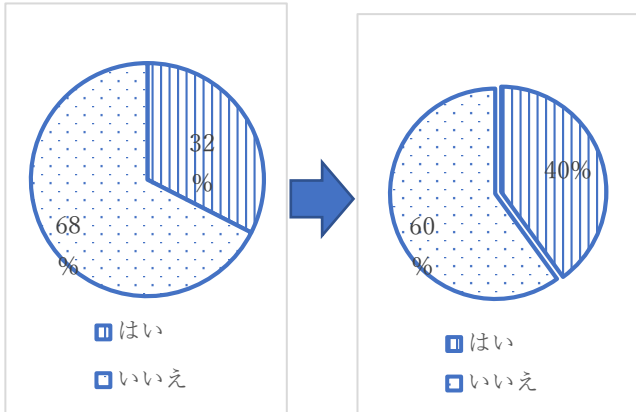
「体づくり運動」をウォーミングアップ等で実施していますか。



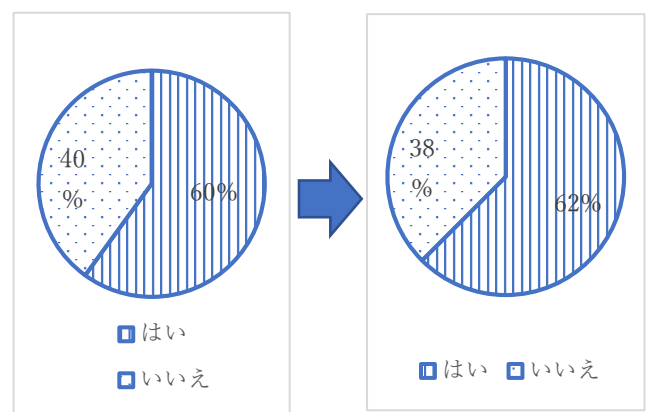
「体づくり運動」をウォーミングアップ等で活用したいですか。



「体づくり運動」の講習会に参加したことがありますか。



「体づくり運動」の講習会があれば参加したいですか。



6 研究の成果と課題

(1) 成果

- アンケート結果の推移から西都市で作成した体づくり運動の実践例集をもとに各学校で実践することで教員の体づくり運動に対する意識が改善につながった。
- 実践を重ね、児童の反応をみながら改善していくことで少しずつ体づくり運動のことが理解できるようになった。

(2) 課題

- 体づくり運動を、児童が自分の運動能力の課題を把握して、その課題に合わせて運動を選び、取り組むというふうにと考えると、場の設定や準備が大変であるという印象をもっている教師がまだ多くいるため、場の設定を含め、誰でも簡単に行える実践を模索していく必要がある。