

第7回山口県小学校体育学習セミナー 実施報告

- 1 ねらい
 - ・山口大会の財産を受け継ぐとともに、次期大会に向けて、山口県の体育学習全般のレベルアップを図る。
 - ・山口支部において、会場校の体育研修の充実と大会運営に向けた組織づくりを進める。
 - ・山口県各支部の研究実践の経過を確認し合い、さらに深化・充実に向けた取組を考える。
 - ・山口県下における体育学習の充実を目指すための人材ネットワークを構築する。
- 2 日時 平成23年7月29日（金）
- 3 会場 ソルトアリーナ防府
- 4 主催 山口県小学校体育連盟 山口県小教研体育部 山口県教育委員会
- 5 共催 防府市教育委員会
- 6 運営支部 山口支部、防府支部
- 7 参加者 山口県内117名

第1部 指導講話・実技指導

指導講話「どの子ども楽しめる器械運動の授業づくり」

実技指導「器械運動につながる基本的な動きや発展とその指導」

桐蔭横浜大学 教授 松本格之祐 先生



1 指導講話の様子

(1) 内発的動機づけについて

【機能的特性論】

- ・運動のもっている楽しさを味わわせる。しかし、楽しさは個別的であるため、特性にふれたからといって楽しめたとは限らない。子どもたちがその運動にふれたがっているかどうかを考えなければならない。
- ・好き、嫌い、やりたい、やりたくないにかかわらず、学習内容が設定されている。このことは、内発的動機ではなく、外発的動機といえる。外発的動機から入って、いかにして、内発的動機にもっていかかが大切になる。
- ・内発的動機に転換するために一番大切になることは、子どもに「自分にできそうだ」と思わせられるかどうかである。めあて学習において、「今もっている力で楽しみましょう」次に、「もう少しでできそうな力で楽しむ」・・・最初にめあて1で補助逆上がり、めあて2で逆上がり・・・非常にさびしい学習形態である。

(2) 個に応じた指導と簡単に言うけれど

- ・高学年であっても基礎的な動きづくりから入らざるを得ない子どもたちもいる。一人ひとりの子どもが、今できる動きを、どこまで高めることができるかが大切。
- ・体育が得意な子とそうではない子のどちらに基準を合わせるかが大切になってくる。みんなができることをみんなで楽しむことからスタートすることが大切である。
- ・個に応じた指導・・・「できる」「できない」という言葉は、何をもって「できる」「できない」を判断しているか。人によって、「できる」「できない」の基準が違うのではないか。「できる」の中にもいろいろなできるがある。「できない」の中にも幅がある。その段階が、いろいろあった方がよい。
- ・ある小学校の授業では、22人の子どもたちに対して21の場が設定されていた。1段の跳び箱で5年生の女の子が台上前転ができない。先生はチェックリストを用意して一人ひとりの到達度をチェックしている。・・・どうして、台上前転の学習を前半で全員でやらないのか。これが一人だけであれば非常にさびしい学習形態となる。
- ・動きを確認し合う仲間の大切さ。Familyの考え方・・・マット、跳び箱、鉄棒に共通した動きを体験することの大切さ。マットや跳び箱、鉄棒に入るための基礎的な動きづくりの大切さ

(3) 系統的・段階的な学びを大切に

- ・単元の中で…、1単位時間の中で…、それぞれ基礎的・予備的・目標・組合せがある。

(4) 運動の二極化

- ・体育の授業以外では運動をしないという子どもが非常に多い。・・・体育の授業を通して何とか運動をさせるしかない。

2 実技指導の様子

【実技指導①：器械運動につながる前段運動】

(1) 準備運動（体ほぐしの運動）

- ①太鼓のリズムに合わせて自分の動きたい方向へスキップ
- ②ハイタッチをしながらスキップ「おはようございます」最低10人と
- ③近くの人と2人組・自己紹介
- ④一人が座って足開き、ペアの相手は足の間をジャンプ（10回ずつ）…10秒間のうちに10回が目標、15回以上になってもそのまま続ける（終わる時は跳ぶ人が声を掛ける）…最高29回
- ⑤スキップ再開・・・3人組
 - ・2人で背中合わせで座った状態から立ち上がる。（重心の位置に意識することが大切）残りの一人は、なかなか立てない時の補助

(2) 器械運動につながる前段運動

- ・20秒以内に2人組で、別の2人組で、また別の2人組で、最後に3人組で
- ・年齢別に並ぶ10グループ（20代、30代、40代混合）…1グループ10人程度
- ・全体をA、Bの2グループに分かれる。
- ・準備運動

- ①ストレッチ（手首、足首、開脚）
- ②右足ケンケン（太鼓でリズムをとりながら）帰りはジョグで戻る
 - ・・・9mの感覚を何歩でいけるか目安をもって行うとよい。
- ③4つ足歩き
 - ・・・お尻を高く上げて歩くことが大切。頭よりお尻が高くなると1年生などは恐怖心をもつことが多いが、ゆっくり取り組ませる。
- ④うさぎ跳び 両手よりも前に足を着地させることが大切。
 - ・・・手→足、手→足…ゆっくりでもいいからリズムよく
- ⑤右足ケンケンで対面にいる相手とじゃんけん ○→勝ち→相手の後ろを回って列へ戻る
○→負け→その場で10回かけ足



- ⑥四足走りで //
- ⑦うさぎ跳びで //
- ⑧4人で 1番 右足ケンケン
2番 左足ケンケン
3番 うさぎ跳び
4番 犬足歩き

- ⑨班ごとに並び変わり得点発表

- ⑩壁逆立ちをして、10回手踏み 体を反らせないように、足を軽く開くことが大切
この動きは幼稚園児で、力は弱くても、体重が軽いためできる。

- ⑪壁逆立ちでじゃんけん勝負（リレー形式）隣り合わせで、右手対左手



【実技指導②：跳び箱を使っでの実技指導】

(1) 班ごとに場づくり

- ・1枚のマットに4人ずつ
- ・マットのしまい方・・・体育館のコーナーの壁にびっちり積み重ねている。これでは、運ぶ時に、子どもたちの動線が重なってしまうので、人が入れるスペースをつくる必要がある。

(2) ゆりかご・・・ペアになって向かい合い1、2で手のひらを合わせる、3で手をつないで立ち上がる。（起き上がりの時の重心移動に意識を向けられるようにするため）

※ ゆりかごの時、手の平が上向きでマットにつくように

(3) アンテナ（背支持倒立）・・・1、2（ゆりかご）、3で腰に手を置きアンテナ（背支持倒立）をする。ペアの相手が上にぐっと引き上げる。

※重心の位置に気をつける（腰をしっかり上げること）ことが大切。起き上がる瞬間に足を縮める。足を縮めるタイミングが大切。

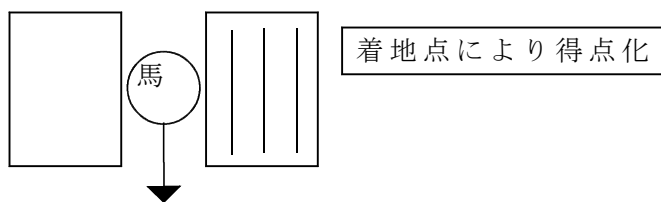
(4) お話で動きづくり アンテナを立てようとしたが→立ちませんでした

→1ヶ月後にアンテナが立ちました

(5) ゆりかごから後ろ回り・・・ゆりかご1、2（後ろに行ったときに手の平が上向きでマットにつくこと）3で後ろ回り。

※ 補助は腰をもって上に持ち上げるような感じで！

(6) 馬跳び・・・馬役は手、両足をマットにつけて



馬役は片足をマットにのせて馬になる

※ 跳び箱に着手した時、しっかり腰が上がるのが大切。踏み切り地点から着手位置までの距離、着手位置から着地点までの距離を変えた動きを体験させること

(7) 開脚跳び・・・3段の跳び箱で

(8) 台上前転・跳び箱前でリズムをとって(1、2、3)、台上前転

- ・リズムをとる時、足ではなく腰をしっかり上げることが大切
- ・跳び箱の両サイドに補助者
- ・身長に合わせて着手位置を調整すること、回転すると同時に頭を中に入れる



(9) 壁逆立ち(倒立前転)から前回り

(10) 壁逆立ちからハンドスプリング

(マットをずっと見ながら。体を反らせながら)

(11) 坂(ロイター板の上にマットを置いた坂)を使っての後転、伸膝後転

(12) 細マットを使っての開脚前転、開脚後転

(13) 跳び箱1段からの跳び込み前転

(回転する時に1回膝を伸ばすことにより、回転半径が小さくなりスピードが遅くなる)



3 参加者から

○ 松本格之祐先生による指導講話「どの子ども楽しめる器械運動の授業づくり」について

- ・「体育のよさは、個人種目であっても、お互いに学習し合う仲間がいる」と言われ、その具体的な指導を教えていただきうれしく思った。
- ・学習の前半と後半で、それぞれ動きを確認する仲間が必要。子ども同士で高めていく授業の工夫が参考になった。
- ・できない子どもに対して、できないことを一人でさせないようにすること、一人で取り残されるような状況を作らないように気をつけたいと思った。
- ・「できる・できない」と区分けせず、「補助ありならできる」「補助一人だけでできる」と、「できる」幅を作って、「できない」子どもに「できる」と感じさせることが大事だと分かった。
- ・補助があったとしても、できるということが大切だと分かった。どの子ども楽しめる大切な考え方であると感じた。
- ・逆上がりについて、「補助ありで10秒間に3回できると、その子は補助なしでもできるようになる」といった具体的なお話がとても参考になった。
- ・機能的特性について、その運動のもつよさは、子どもによって感じ方が違うという言葉聞いて、運動のよさを決めつけず、子どもの実態を把握していく必要があると感じた。
- ・器械運動に取り組む際に、教師があらかじめもおこななければならない知識や心構えについて詳しく教えていただくことができた。
- ・「外発的から内発的」動機付けのためには、教師の料理の仕方が大切であるという言葉が印象に残った。
- ・運動嫌いの子をどう運動好きにさせていくか、という言葉が身にしみた。

○ 松本格之祐先生による実技指導「器械運動につながる基本的な動きや発展とその指導」について

- ・多くの準備がされているのに、時間的制約があるのはもったいない。今回のようなすばらしい講話・実技指導であれば、1日日程で受けたいと思った。
- ・先生のマネジメントもすごいと思った。説明は短く、スムーズで見習いたいと思った。
- ・どの子どもにも役割を与えることが授業をつくる上で重要だと実感できた。待つ児童を作らないことにもつながる。
- ・場の作り方を工夫することで、「できない」ことが「できそう」と多くの子に感じさせられると思った。
- ・できるだけ、視点を1つにしぼっていくように努力したい。
- ・スモールステップで、ポイントを丁寧に教えていただいたので、何を何のためにどうやってやるのがよくわかったし、やっていて楽しかった。
- ・どれもつながりがあり、無駄のないものだった。自分もそのような指導がしたい。
- ・緊張をほぐす仕掛けが参考になった。(はじめのアイスブレイク、グループでのマット運動に入る前の活動)
- ・実技を指導する際のちょっとしたポイントを知ることができた。ゆりかごからの様々な動きや壁を使った運動(倒立、倒立してのじゃんけん)は、さっそく取り組んでみたい。

- ・手で支持するために、うさぎ跳びやリレーやじゃんけん、壁倒立じゃんけんなど、楽しみながら、ゲームの中で鍛えられるところがすばらしいと思った。
- ・折り返しリレーの中にじゃんけんを入れて、運動の苦手な児童が責められなくてすむことも大切な配慮だと思った。
- ・倒立前転、ハンドスプリングの手始めとして、壁逆立ちから入ることが参考になった。
- ・チームになると、仲間が補助をしてくれたり教えてくれたり励ましてくれたりするよさがあった。グループは、1年間を通して固定し、クラスの仲間の伸びが見取れるようにするという、学級経営につながることも参考になった。お互いの関わり合いをつくる場をを考えて指導をしていこうと思った。
- ・できない子への補助（支援）の仕方を分かりやすく教えていただき、参考になった。
- ・実際に自分がやることで、指導のポイントがはっきりした。補助の仕方も参考になった。
- ・自分自身、できた時のうれしさを感じることができた。子どもたちにも体験させたい。
- ・「補助によってよりよいでき方を実感する」「場によって様々な運動感覚を実感する」ことを学ぶことができた。



第2部 提案発表・研究協議

第49回中・四国小学校体育研究大会広島大会

「器械・器具を使つての運動遊び」提案発表

中・高学年での確かな動きづくりにつなぐ低学年の器械運動遊びの仕組み方
～子どもたちが夢中になって学べる場や課題づくり～

提案発表者 防府市立玉祖小学校 教諭 渡邊 浩 先生
指導助言者 宇部市立恩田小学校 教頭 田中 敬二 先生

「保健」提案発表

人とかかわり合い、より健康的な生活をめざす子どもを育てる

提案発表者 下関市立勝山小学校 教諭 藤岡 俊秀 先生
指導助言者 下関市立豊浦小学校 教頭 濱本 昌明 先生

1 提案発表

防府支部 玉祖小 渡邊 浩先生 単元名 「にんたま しゅ行どう場」	下関支部 勝山小 藤岡俊秀先生 単元名 「病気の予防」
1 研究の視点	
○場の設定の工夫 ○課題づくりの工夫	○担任外の教職員や外部の人たちとの連携 ○課題を明確にし、主体的に解決していく学習を仕組むこと ○自尊感情と生活習慣の関連性
2 研究の実際	

<p>○場の設定の工夫・6つの場を設定 夢中になれる場、アナログン、運動感覚が体験できる場を設定した。</p> <p>○課題づくりの工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・忍者になりきる雰囲気づくり ・一人ひとりの思いやめあてを記入できる学習カードを工夫した。 	<p>○担任外の教職員や外部の人たちとの連携</p> <ul style="list-style-type: none"> ・警察・保健所の方との連携 <p>○課題を明確にし、主体的に解決していく学習を仕組むこと</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習過程の工夫 1次 課題を知る「病気の原因は何だ？」 2次 課題に沿って学習する「病気になるようにしよう！」 3次 生かし方をさぐる「健康で豊かな生活を目指して」 <p>○自尊感情と生活習慣の関連性</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣アンケートとローゼンバーグの自尊感情尺度の比較
---	---

3 成果と課題

<p>【成果】</p> <p>○場の設定の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・6つの場はどれも子どもの興味を引き、意欲的に挑戦する姿が見られた。 ・たくさんの価値ある感覚や動きを夢中になったたくさん体験できた。 <p>○課題づくりの工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・遊び方を習得する時間（前半）とより難しい遊び方へ挑戦していく時間（後半）の二つに分けた学習形態を取ったところ、前半で自分の課題をしっかりとつことができ、後半の学習で意欲的に課題解決に向かう姿が見られた。 <p>【課題】</p> <p>○場の設定の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・遊び方（チャレンジの仕方）が分かっていない場があった。 <p>○課題づくりの工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子ども同士で教え合い、遊びを高めていくことは難しかった。 	<p>【成果】</p> <p>○担任外の教職員や外部の人たちとの連携</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分のまわりのたくさんの人たちとのかかわりにより、自分の命や生命がたくさんの人々に支えられていることに気付くことができた。 <p>○課題を明確にし、主体的に解決していく学習を仕組むこと</p> <ul style="list-style-type: none"> ・5つの課題別グループを編成し、課題は、今後の児童の生活に生かされるものを選んだ。それぞれのグループが意欲的に課題解決に取り組んでいった。 <p>○自尊感情と生活習慣の関連性</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習後のアンケートや調査により、生活習慣の向上と自尊感情の高まりが見られた。 <p>【課題】</p> <p>○自尊感情と生活習慣の関連性</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自尊感情と生活習慣の因果関係については、はっきりしていない。
--	--

2 研究協議・指導助言

(1) 質疑応答

- Q 遊び方の高め方、課題づくりの高め方について、低学年においては「やりたいという気持ちが前に出てしまうので」、子ども同士のかかわり合いを深めるためにどのような手立てを仕組まれたか？
- A アドバイスをする場所、ここで見る・ここで声を掛ける場所を設定した。
- Q 文章や言葉を通じての発表になるので、表記ミスについてはきちんとチェックすべきである。課題については、子どもの願いから生まれたのか、教師の方で仕組んだのか。
- A 課題は教師が設定した。1次においては、学習カードに書くスペースは確保していた。課題の選び方、場の選び方について、1時間の間ずっと後転をしていた児童もいた。
- Q 評価について、評価の仕方は？
- A 学習カードによる個人の評価をした。技能面については評価の観点は設定していなかった。

(2) 指導助言

指導助言 宇部市立恩田小学校 教頭 田中敬二 先生

授業づくりにおいて、渡邊先生が取り組まれたこと。子どもたちに経験させたいこと、体験させたい感覚を十分に吟味されていた。

提案性として、「楽しい体育論」について、ねらい1…子どもたちと運動との出会いを大変丁寧に組み立てられていた。一人ひとりの個人差に合った楽しみ方ができる場が設定されていた。中・高学年の器械運動におけるスムーズな移行ができるように、低学年期にしっかりとした素地をつくっておく必要がある。

指導助言 下関市立豊浦小学校 教頭 濱本 昌明 先生

保健領域は年間8時間しかないからこそ、卒業するまでの長いスパンで考えていく必要がある。

保健学習で大切にしたいことは、次の4つがある。

- ①授業づくりにおいて、どんな人にかかわってもらうかをしっかりと考えておく必要がある。
- ②キーワードをきちんとつくっておいて単元化を図る。
- ③「学習内容・指導内容を明確にしましょう」ということから、子どもに意欲が持てるような課題づくり、課題解決の仕方を考える必要がある。
- ④「健康がすべてではないが、健康がすべての始まりである」生活においても、どの教科においても健康がすべてであるからこそ、保健の授業は大切にしていかなければならない。

参加者の声

- ・どちらの発表も、「主題設定の理由」「研究の実際」「成果と課題」などが明確で分かりやすかった。
- ・お二人ともしっかりと実践されたことがたいへんよく伝わってきた。広島での発表、ぜひ頑張ってください。
- ・動画を含めたプレゼンがわかりやすく編集されていた。
- ・雰囲気作りを大切にされていると感じた。(内発的な活動)
- ・多くの場の設定は大切だと思った。子どもたちの運動量も確保され、参考になった。このような多様な場での経験が中高学年につながるとよいと思う。
- ・忍者の修行の場という設定が子どものやる気を高めていると思った。
- ・「感覚」を味わうことを大切にされた研究だなと思った。それを「どの子にも」味わわせるための場の設定、課題作り、単元構成の工夫が勉強になった。
- ・場が系統立てられて、子どもたちは意欲的に学習したのだろうと思った。他者との交流において、動きの質を高める、ということをおねらうのは難しい。(まねる、参考にする程度で十分では)書きぶりの中で、アドバイスを価値づけるような表記があり、解釈のしよによっては、そこをおねらっているかのように感じる。あと、「遊び方の高め方」という言葉についても、平易な言葉に直すといいなと思った。大会での成功をお祈りしています。
- ・この授業を通して、子どもたちがどう変化したのか知りたかった。
- ・運動が得意な子と苦手な子が、同じ場で夢中になれるということ、特に、「できないことを楽しめる」という提案について、もう少し説明が必要だと思った。
- ・子どもの学びの姿の具体がもっと語られるとよいと思う。子どもの写真、課題、振り返りの事実があると納得が生まれると思う。
- ・発表時間は15分しかないので、発表に、インパクト(表現力)がもっとあるといいと思った。勢いのある口調や、ポイントをしばったスライド提示の仕方(フォントを大きく、言葉を少なく)など、印象に残る発表にできたらと思う。
- ・もう少し、評価について詳しく聞きたかった。
- ・いろんな人とのかわり合いを大切にされていて参考になった。
- ・友達同士で生活の振り返りを見合って、友達から感想をもらうことで、自分の生活をより健康にしていこうという気持ちにつながるがよくわかった。
- ・外部との連携によって、実際に健康に関する仕事をしている人と学ぶことは、健康に対する子どもの意識を高めていくことに有効だと思った。また、連携したことを資料として残し、毎年できるとよいと思う。(連携場所の蓄積)
- ・「健康は全てではないが、全ては健康から始まる」という言葉が心に残った。
- ・「友達から評価をしてもらうこと」が「自尊感情と生活習慣を高めることにつながる」と言ってよいのだろうか。「外部の人の話を聞いた」ことで、「自分の命や健康がたくさんの人々に支えられている」と言ってよいのか、疑問を感じた。
- ・自尊感情と生活習慣との関連は興味深いものだった。自尊感情を高めていくような指導計画になっていて、保健学習以外でも活用していきたい。
- ・自尊感情と生活習慣の因果関係、根拠となるアンケートの処理の仕方など、ていねいな説明が必要だと思った。
- ・自尊感情→日々の生活改善という理論付けは少し無理があると思う。「自尊感情と生活習慣の関連性」とするよりも「プラスの評価と生活習慣の関連性」とした方がスッキリする気がする。