

小中学校保健体育研究

(資 料 第 5 6 集)

研 究 主 題

小学校・中学校共通

- 豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成
—主体的・対話的で深い学びの実現を図る指導の研究—

2025・3(令和6年度)

愛媛県教育研究協議会 保健体育教育研究委員会

はじめに

令和6年7月～9月に開催されたパリ：オリンピック・パラリンピックは、日本選手団がオリンピックで45個、パラリンピックで41個のメダルを獲得するなど、日本中が歓喜に沸いた素晴らしいスポーツの祭典でした。

両大会には、愛媛県関係者が8選手出場し、オリンピックではゴルフ男子の松山英樹選手が銅メダル、パラリンピックでは柔道女子の広瀬順子選手が金メダル、競泳男子の山口尚秀選手が銅メダルに輝きました。出場された8選手は、愛媛県および日本の誇りであると同時に、私たちにスポーツに関わることの楽しさや夢に向かって頑張る続けることの大切さを教えてくれました。

さらに、ゴルフ男子の松山選手は、これまでの世界的な功績が認められ県内初となる【愛顔のえひめ県民栄誉賞】を受賞されました。誠に、おめでとうございます。スポーツを通して、多くの県民に喜びや夢や希望を与えてくれたことに感謝いたします。

さて、このようなオリンピック・イヤーとなった令和6年度も、愛媛県教育研究協議会（愛教研）保健体育研究委員会では、「豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成 ―主体的・対話的で深い学びの実現を図る指導の研究―」を研究主題として研究実践を進めてきました。そして、教育実践の成果として、『小中学校保健体育研究（資料第56集）』には、今治支部：今治市立乃万小学校、松山支部：松山市立久米中学校、宇和島支部：宇和島市立成妙小学校の研究実践を集録することができました。

3支部ともに、児童・生徒たちが、これからのスポーツライフを親しむことができる資質・能力の育成を目指す内容となっています。研究実践していただいた内容を参考事例として、県内児童生徒の体育・保健体育教育の充実が図られることを強く願っています。

終わりに、本誌を発行するに当たり、貴重な実践報告や研究等の原稿を執筆していただいた先生方、ご指導ご助言していただきました愛媛県教育委員会保健体育課ならびに愛媛県総合教育センター、編集等にご協力いただいた保健体育研究委員会の皆さまに厚く御礼申し上げます。

令和7年3月
愛媛県教育研究協議会
保健体育研究委員会
委員長 作道 勉

も く じ

〔小学校〕

- 1 主体的・協働的な学びを通して、ボール運動のもつ本質的な面白さや「分かる」「できる」喜びを味わいながら、進んで活動しようとする愛顔あふれる子どもを育てる工夫…………… 1
今治市立乃万小学校 教諭 井上 惇介
- 2 仲間と共に、合理的な運動の行い方を理解したり、運動のもつ本質的な面白さを味わったりする中で、自分の成長を実感し、次の学びにつなげることのできる愛顔あふれる子どもを育てる… 9
執筆 宇和島市小学校体育連盟研究部
授業者 宇和島市立成妙小学校 教諭 篠原 雄大

〔中学校〕

- 3 自己やチームの課題の合理的な解決に向けた主体的・対話的な学習活動の工夫…………… 20
— 第3学年 球技（ベースボール型ソフトボール）の指導を通して —
松山市立久米中学校 教諭 宇都宮 和
- 4 体育・保健体育委員会 名簿…………… 26
- 5 第2期愛媛県子どもの体力・運動能力向上推進3か年計画の概要…………… 29

主体的・協働的な学びを通して、ボール運動のもつ本質的な面白さや「分かる」「できる」喜びを味わいながら、進んで活動しようとする愛顔あふれる子どもを育てる工夫

—第6学年 球技（ティーボール）の指導を通して—

執筆者 今治市立乃万小学校 教諭 井上 惇介

授業者 今治市立菊間小学校 教諭 川崎 順平

1 主題設定の理由

ボール運動は、仲間と協力しながら得点するために攻めたり、得点されないように守ったりする中で、競争する楽しさや喜びを味わうことができる。一方で、技能の習熟度や戦術・ルールの複雑さが学習意欲に影響し、それがボール運動に対する「好き」「嫌い」の二極化を招いている。

これまで今治・越智小学校体育連盟では、楽しく取り組むことができる活動を通してボール運動に対する苦手意識を軽減し、子どもたちにボール運動のもつ本質的な面白さを味わわせることを目指して研究を行ってきた。1年目は「バスケットボール」、2年目と3年目は「ティーボール」の授業実践を行った。

子どもの実態に合わせてルールや教具を工夫して簡易化した「やさしい運動」に取り組ませる事で、子どもたちがボール運動に慣れ親しみながら基本的な技能を高め、意欲的に活動する姿が見られた。また、課題解決に向けて話し合う場面を確保したり、学習カードを活用した振り返りを行ったりしたことで、自分やチームでできるようになったことを実感し、活動における子ども同士の対話も活発に行われていた。

一方で、活動中にチームで話し合ったことを作戦やゲームにおける動きに結び付けるための手立てを十分に行うことができていなかった。また、振り返り活動を行うことで捉えた自分やチームの成長を、次の目標につなげるよう工夫する必要があることが分かった。

以上のことから、課題解決に向けて話し合う協働的な学びと、よりよい活動を自分たちで創り上げていく主体的な学びを両立させることを目指したい。それが、子どもたちにボール運動のもつ本質的な面白さを味わわせることにつながると考え、本主題を設定した。

2 研究の視点及び仮説

(1) 教材とつながる

子どもの実態に合わせてゲームのルールや教具を工夫して簡易化した「やさしい運動」に取り組ませたり、運動を多様に楽しむために「する・みる・支える・知る」場面を設定したりすることで、「分かる」「できる」喜びや、教材のもつ本質的な面白さを感じられるようにしたいと考えた。

仮説 「やさしい運動」を通して教材のもつ面白さを感じ、多様な立場や視点から運動に関わることができれば、「分かる」「できる」喜びを味わう愛顔あふれる子どもが育つだろう。

(2) 仲間とつながる

活動の中で生まれる課題をチームで共有し、その解決方法について仲間と考えたり、協力して活動したりすることで、子どもが仲間と共に対話を重ねながら課題を解決する喜びを感じられる協働的な学びを実現したいと考えた。

仮説 仲間と共に運動する中で生まれる課題やその解決方法について、子どもたちが中心となって話し合う必要性のある対話を通して、気付きや思いを伝え合う協働的な学びの充実を図ることができれば、仲間と共に「分かる」「できる」喜びを感じる愛顔あふれる子どもが育つだろう。

(3) 自分とつながる

子どもたちが学びの成果を実感する振り返り活動を行ったり、それを次の活動に生かすための手立てについて話し合ったりする場面を設定することで、子どもたちがよりよい学びを追求しようとする主体的な学びを実現したいと考えた。

仮説 学びを振り返る中で自己の成長を実感し、次の活動へつないでいく主体的な学びの充実を図ることができれば、学びを自信として次の学習を自分たちで新たに「創っていく」愛顔あふれる子どもが育つだろう。

3 単元計画

(1) 子どもの実態と教材の特性

子どもの実態	本学級は、8割以上が体を動かすことが好きであると答え、学級全体として体育科の授業に楽しく取り組む雰囲気がある。また、4月以来、体育科の授業で話し合う活動を取り入れており、「自分たちで考えて運動する」ことのよさや大切さに気付いている子どもも多い。 ○ 新体力テストの結果から、個々の種目別あるいは個人別に大きな差があり、総合評価においても学級の約4割がAまたはB、約3割がDまたはEに位置しており、運動能力に差が出始めている。また、単に投げる・捕る運動はできるが、相手やゲームの状況に合わせて動きの中でボール操作を行うことは苦手とする子どもが多い。(知識及び技能) ○ 体育科の授業において、課題を提示して練習する中で、個々が課題解決方法を見付け、改善するための場づくりを工夫してきた。しかし、考えを共有しようとする子どもは少なく、友達の意見から課題を見付け、改善するための練習方法を話し合うことも難しい。 (思考力、判断力、表現力等) ○ どの活動にも友達と協力しながら楽しんで取り組んでいる。しかし、技能や記録向上のために努力をしたり、チームの技術や戦術向上のための方法を考えたりする子どもは少ない。(学びに向かう力、人間性等)	教材の特性
--------	--	-------

(2) 単元目標

- 基本的なボール操作技能を高めながらチームの作戦に基づいた判断・動作ができるようにする。(知識及び技能)
- 自己やチームの特徴を踏まえて、課題解決のために自分の思いや考えを仲間に進んで伝えることができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)
- 仲間と協力し、互いのよさを認め合って、積極的に運動に取り組むことができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

(3) 本単元で身に付けさせたい力の系統表

学年 観点	低学年 〈ボールゲーム〉	中学年 〈キックベースボール〉	高学年 〈ティーボール〉
知識及び技能	○ ゲームの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、簡単なボール操作とボールを持たないときの動きによって、攻めと守りを交代しながら、ボールを手などで打ったり、蹴ったりする簡単なルールで行われるやさしいゲームができる。	○ キックベースの楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、ボールを蹴ったり打ったりする攻めや捕ったり投げたりする守りなどの基本的なボール操作の習得ができる。さらに、ボールの飛球方向に移動したり、全力で走塁したりするなどのボールを持たないときの動きによって、攻守を交代するやさしいゲームをすることができる。	○ ティーボールの楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解する。さらに、静止したボールやゆっくりとした速さで投げられたボールを打つ攻撃や、捕球したり送球したりする守備などのボール操作と、チームとして守備の隊形をとったり走塁をしたりするようなボールを持たないときの動きを簡易化されたゲームですることができる。
表現力等 思考力・判断力・	○ 簡単なルールを工夫したり、攻め方を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝えることができる。	○ ルールを工夫したり、ゲームの型に応じた簡単な作戦を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝えることができる。	○ ルールを工夫したり、自己やチームの特徴に応じた作戦を立てたり選んだりするとともに、考えたことを他者に伝えることができる。
人間性等 学びに向かう力・	○ 進んで取り組み、ルールを守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができる。	○ 進んで取り組み、ルールを守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができる。	○ 積極的に取り組み、ルールを守り助け合って運動をすることができる。また、勝敗を受け入れ、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができる。

(4) 本単元を通して育てたい子ども像（ゴールイメージ）及び教師の願い

仲間とともに「できるようになる喜び」を感じる愛顔あふれる子ども

主体的・協働的な学びを通して、仲間のよい動きを認め、励まし合いながら「できるようになる喜び」を味わわせたい。また、互いに能力を高め合う集団づくりを行いたい。

(5) 研究の視点及び手立て

「教材とつながる」 【視点①】	「仲間とつながる」 【視点②】	「自分とつながる」 【視点③】
① 全ての子どもが進んでボール運動に参加できるように、子どもの実態に合わせた活動内容やルールを設定する。また、課題解決しながら、ボール操作技能を身に付け、子どもの気付きや思いを引き出すために「する・みる・支える・知る」場面を設定する。	② 仲間とのつながりを意識付けするために、仲間と話し合いながら解決できる学習課題を設定する。また、チームに応じた道具の選択、攻撃や守備の作戦について、必要感をもった話合いに結び付ける。話合いを促す工夫として、チームの到達度をルーブリック評価で行い、それを基に話し合わせる。	③ チームで話し合ったことを基に学習カードに記入することで、チームの気付きを自分事として捉えることができるようにする。また、毎時間の振り返りを学習カードに記入させ、次時の学習に課題を持たせ、主体的に取り組めるようにする。

(6) 評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
ア ティーボールの行い方を理解している。 イ 基本的なボール操作技能を身に付けることができる。 ウ 連携プレイを伴う簡易化されたゲームをすることができる。	ア ルールや道具を工夫したり、自己やチームの特徴に応じた作戦を選んだりしている。 イ 課題の解決のために自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	ア 運動に積極的に取り組もうとしている。 イ ルールを守り助け合って運動をしようとしている。 ウ 勝敗を受け入れようとしている。 エ 仲間の考えや取組を認めようとしている。

(7) 単元における指導と評価の計画

時	1	2	3
学習の流れ	課題を見付けるゲームをしてみよう 本単元で取り扱う簡易ゲームを実施し、課題を見付け見通しをもちながら活動する。【視点①】	相手に投げるのは、上から？下から？ 投球動作の習得前に課題を提示することで、状況に応じた投球の仕方を選択する大切さに気付く。【視点①】	バットは短く持つ？長く持つ？ 課題解決後、力強いスイング方法を、チャレンジゲームで身に付ける。【視点①】
主な評価	知 ア（様態）		イ（様態・学習カード）
	思		
	態	ア（様態・学習カード）	

時	4	5	6
学習の流れ	狙った方向に打てるのは、どの道具だろう？ 複数の道具を用意したチャレンジゲームを行う中で、方向や距離を狙って飛ばすバットコントロールを身に付ける。【視点①】	得点を入れたり防いだりする作戦を考えて選ぼう 攻めと守りを優位にする「ちょっと待ったカード」を取り入れた簡易ゲームの中で、作戦を考える。【視点②】	自分たちが選んだ作戦で、ゲームをしよう 前時までの学習から、自己やチームの能力に合った作戦を選び、簡易ゲームをする。【視点②】
主な評価	知 イ（様態・学習カード）	ウ（様態・学習カード）	イ（様態・学習カード）
	思	イ（様態・学習カード）	イ（様態・学習カード）
	態		

時	7	8
学習の流れ	ルールを付け加えて、ゲームをつくろう 前時の学習を生かし、自分たちで新しいルールを追加したゲームに取り組む。【視点②】	ティースボールのルールでゲームをしよう 学習したことを生かし、ティースボールのルールで行う。【視点③】
主な評価	知	
	思 ア（様態・学習カード）	
	態 エ（様態・学習カード）	イ、ウ（学習カード）

4 研究の実際

(1) 教材とつながる

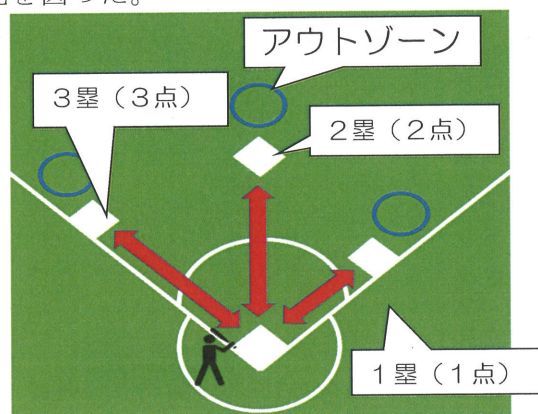
ア 子どもたちがボール運動のもつ本質的な面白さを実感するための工夫

(ア) 子どもたちの実態に合わせた「やさしい運動」

子どもたちにベースボール型の面白さを味わわせるために、子どもたちの実態に合わせてルールや教具を簡易化した「やさしい運動」を単元に取り入れた。ベースボール型について、「得点が多く入るゲームをしたい。」「打球の位置からアウトを取る場所を簡単に判断したい。」「ボールをうまく打ちたい。」という願いが子どもたちから出たことを踏まえて、走塁や守備、教具の簡易化を図った。

走塁については、1塁→2塁→3塁→本塁の順に走って得点が入るのではなく、三つのうちどれか一つ塁に出て、そこから本塁に戻ったら得点が入ることとした。本塁からの距離の長さに応じて1塁が1点、2塁が2点、3塁が3点とした。これによって、走塁の難易度が下がり、得点が入りやすくなった。

守備については、各塁の後方に円状のアウトゾーンを設置することとした。走者をアウトにするまでの流れは次の通りである。まず、攻撃側が打ったボールを拾う。次にボールを拾った人以外の誰かが三つのアウトゾーンのどれかに入る。走者が塁を踏むまでにボールを拾った人がアウトゾーンに入っている人にボールを投げ渡すことができれば走者をアウトにすることができる。また、攻撃側が打ったボールをノーバウンドでキャッチしてもアウトにすることができる（資料1）。これによって、走者を意識しすぎることなく、アウトを取る場所を素早く判断することが容易になった。



〈資料1 「やさしい運動」〉

教具については、「打つ」動きを簡易化するために、テニスラケットや太さが違うバットなど、5種類から自分が使いやすいものを選択できるようにした。

走塁や守備、教具を簡易化したことで、子どもたちは打つ楽しさや得点する達成感、「攻撃と守備の攻防」というベースボール型のもつ本質的な面白さを実感しながら、意欲的に活動に取り組んでいた。

(イ) 技能習得のための「チャレンジゲーム」

運動を楽しいと思わせる上で、技能を習得させることは非常に大切だと考えている。そのため、実際にゲームに入る前に楽しみながら必要な技能を高める運動（チャレンジゲーム）を二つ用意し、毎時間実践した。

一つ目は投げる力を高めるチャレンジゲームである。チームで順番を決め、サークル内からボールを投げる。仲間がボールを捕ったフィールドの点数がチームに加算される。3分間で何点取れるかを競い合う。距離に応じた投げ方や能力に応じた距離設定などにより、チームに応じた作戦を子どもたちが考察できる。

二つ目は打つ力を高めるチャレンジゲームである。サークル内からティーに置いたボールを打ち、落ちた場所で得点が決まる。設定された時間内に何点取れるかを競い合う。このことにより、遠くへ打つことに加え、狙いを定めて打つことが必要になる。さらに打ち終わった者が、次の打者の捕球をする。そうすることで走運動も加わり、ベースボール型で懸念される実運動時間の確保にもつながる。

これらのチャレンジゲームでボールを「投げる」「打つ」という動作を繰り返し行い、記録が向上していくことに子どもたちは喜びを感じていた。単元後半は自分やチームの特徴や課題を踏まえて、「投げる」「打つ」どちらのチャレンジゲームに取り組むかを選択していた。ボールの捕球地点や打球の落下地点によって得点が異なるため、子どもたちは高得点を狙って、投げ方や打ち方を考えながら楽しんで活動に取り組んだ（資料2）。



○	1点	2点	3点	4点	5点
			4点	3点	6点

＜資料2 チャレンジゲームの様子＞

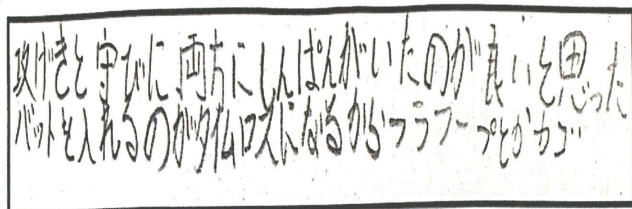
イ 子どもたちが気付きや思いをもって運動するための手立て

教材に対する子どもの関心を高めるために、「する」（運動する）場面だけでなく、「みる」（応援する）、「支える」（審判などの役割を務める）、「知る」（教材のルールを知る）場面を設定した。

「みる」場面については、ゲーム時にチームが待機する場所をグラウンド脇に設けた。子どもたちは、その場所からゲームの様子を見ながら仲間に声援を送っていた。仲間のプレイを「みる」ことを通して、チームで選んだ作戦を達成するために攻撃の仕方を考えたり、話し合ったりする子どもたちの姿が見られた。また、「支える」場面については、ゲームを行う中で子どもたちが必要だと感じた役割の意見を基に、審判やボールボーイなどの役割を設定した（資料3）。

子ども同士で審判の仕方を教え合うなど、ゲームをもっと楽しめるように支えたいという思いをもって、主体的に活動する子どもたちの姿が見られた（資料4）。

【ゲームのルールについて】（例：OO役がほしいなど）



＜資料3 子どもから出た意見＞



＜資料4 「支える」子どもたちの様子＞

(2) 仲間とつながる

協働的な学びを活性化するために、毎時間学習課題を設定し、実践を通してチームでその課題解決を図っていくように単元を構成した。子どもたちは学習課題について、仲間の技能の習熟度や教具の特徴を踏まえて話し合っていた。また、話し合ったことを基にチャレンジゲームなどの運動を行いながら、状況に応じた投球や打撃の仕方について考察し、話し合いを運動に生かしながら取り組んでいた。他にも、対話を円滑化するための教具として、チームで作戦を選んだり、振り返ったりするときに、走者や守備の位置を磁石で示した作戦ボードを使用させた。これによって、作戦の内容を視覚的に理解したり、チームで共有したりしやすくなった。

さらに、昨年度の「ティーボール」の研究の成果を生かして、今年度の研究でも、アウトゾーンを増やしたり、減らしたりすることができる「ちょっと待ったカード」を使用できるようにした。攻撃側が「ちょっと待ったカード」を使用すると、その使ったタイミン



＜資料5 対話の様子＞

グの打席のときのみ、守備をしているチームのアウトゾーンを一つ無くすることができる。守備側が「ちょっと待ったカード」を使用すると、その使ったタイミングの打席のときのみアウトゾーンを一つ増やすことができる。このカードの使用が勝敗に大きく影響するため、子どもたちはカードを使用するタイミングについて熱心に話し合っていた（資料5）。自分の技能を高めようと動きについて話し合ったり、作戦達成のための手立てについて見直そうとしたりする子どもたちの姿が見られた。

(3) 自分とつながる

ア 学習カードを用いた振り返りの手立て

子どもたちが学習の成果や課題をより具体的に把握し、それらを次時の活動へつなげていくために、学習カードを用いた振り返り活動を行った。学習カードは個人用とチーム用の2種類を作成した。個人用は、子どもたちがチャレンジゲームの得点や達成度を自己評価したり、自分とチームのよかったところや課題、その解決方法を考えたりできるように構成を工夫した（資料6）。

また、チーム用は、ループリックによる評価を取り入れた。「攻撃や守備の作戦を意識して活動できた（レベル1）」「作戦のよかったところや悪かったところを見つけた（レベル4）」のように、「する」「みる」「支える」のそれぞれの観点における五つの評価基準を基に学びをチーム内で相互評価しカードにシールを貼らせるようにした（資料7）。

【ゲームの作戦】 どんな作戦にしよう?

こうげき
攻撃の作戦: 打順通りに行く。

しゅび
守備の作戦: NOバンで取る

カードの使いどころ: 点数が低いとき

【感想】

①良かったポイント(チーム、自分など)
私もよりが作れた。やね!! 何で偉い人だろ?

②チームの課題と解決策
1人1人のふりを考える。解決策は変える。

〈資料6 個人用学習カード〉

項目	レベル1	レベル2	レベル3	レベル4	すごー!!
チームの作戦 ～攻撃～	作戦を意識した。	作戦通りにできた。	状況に応じて作戦を変更した。	作戦の良かった、悪かったところを見つけた。	新しい作戦を考えることができた
する					
チームの作戦 ～守備～	作戦を意識した。	作戦通りにできた。	状況に応じて作戦を変更した。	作戦の良かった、悪かったところを見つけた。	新しい作戦を考えることができた。

〈資料7 チーム用学習カード〉

個人用とチーム用の2種類の学習カードを用いて振り返り活動を行ったことで、振り返りの視点が明確になり、子どもたちは学習における達成度を自分とチームの両面から把握することができた。また、学びの成果や課題をチームで振り返るようにしたことで、課題を解決するために何をすべきかチームで考えを共有することができた。

イ 自己の成長を実感し、次の目標へつないでいくための手立て

学びを積み重ねていく中で生まれた気付きや思いを活動につないでいくために、みんながより楽しむことができるようなルールを考える場面を設定した。単元の始めに簡易化したゲームを実施し、子どもたちが見つけた課題や改善案を基にルールを変更した。学びを通して攻守における技能の高まりを感じた子どもたちからは、本塁から各塁までの距離を変更する、守備側が走者をアウトにするために使用するアウトゾーンを限定するといったルールの改善案が挙げられた（資料8）。ゲームのルールを改善することで、活動に対する子どもたちの意欲がより高まり、進んで活動しようとする主体的な学びが促進された。

【ゲームのルールについて】(例: OO投がほしいなど)

こうげきか行く前にボールをなげる。

ちょっとまったカードの内容をいえる。

〈資料8 ルールの改善案〉

5 研究のまとめ

(1) 教材とつながる

ア 成果

- 子どもたちの実態に合わせてルールや教具を簡易化した「やさしい運動」やチャレンジゲームを単元に取り入れたことで、子どもたちが達成感や、ボール運動のもつ本質的な面白さを実感しながら、意欲的に活動する姿が見られた。また、授業時間以外にもチャレンジゲームに進んで取り組む様子が見られた。
- 単元を通して「する・みる・支える・知る」という視点を提示したことで子どもたちから気づきや思いを引き出すことができ、主体的に活動する子どもの姿が見られた。

イ 課題

- チャレンジゲームによって教材への関心が高まった一方で、得点ばかりに目が行き、打ち方や投げ方に着目する意識が薄れてしまっていた。活動における視点を子どもたちに示すことで、より運動の技能を高め、教材のもつ本質的な面白さを味わわせていきたい。

(2) 仲間とつながる

ア 成果

- ゲームを通して生じた困り感を学習課題として話し合わせたり、「ちょっと待ったカード」の活用方法について対話を行ったりする協働的な学びの場を増やした。それにより、技能を高めようと自分のプレイを見直したり、作戦を踏まえた動きをしようとしたりする子どもたちの姿が見られた。

イ 課題

- ゲーム中に生じた課題について話し合えないままゲームが進行してしまう場面が見られたため、作戦の達成度について話し合う時間を設ける必要がある。

(3) 自分とつながる

ア 成果

- 個人用とチーム用の学習カードを用いて振り返りを行ったことで、活動を振り返る際の視点が明確になり、学びの成果を感じながら活動への意欲を高めることにつながった。
- 子どもたちの願いを生かす工夫をしたことで、自分やチームの成長とルールの改善を結び付け、よりよい活動を創っていかこうとする主体的な学びが促進された。

イ 課題

- 評価の時間が長くなり、ゲームや対話の時間が短くなってしまった。評価項目を見直し、より効率的な評価を行う必要がある。

〈参考文献〉

- 「動画で早わかり！『教科担任制』時代の新しい体育指導 ゲーム・ボール運動編」根本正雄（学芸みらい社）
「動画で早わかり！アフォーダンスを取り入れた新しい体育指導」根本正雄（学芸みらい社）

仲間と共に、合理的な運動の行い方を理解したり、運動のもつ本質的な面白さを味わったりする中で、自分の成長を実感し、次の学びにつなげることのできる愛顔あふれる子どもを育てる工夫

—第5・6学年 陸上運動（ハードル走）の指導を通して—

執筆者 宇和島市小学校体育連盟研究部

授業者 宇和島市立成妙小学校 教諭 篠原 雄大

1 主題設定の理由

新型コロナウイルス感染症の5類移行から1年が経過した。令和5年10月にスポーツ庁より公表された「令和5年度体力・運動能力調査」では、新体力テストが施行された平成10年度と比較すると、握力、ソフトボール投げ以外の項目や体力合計点は、令和5年度調査の方が高いことが分析から示された。しかしながら、子どもたちを取り巻く運動に関する環境が、コロナ禍以前にピークであった平成30年度の状態には戻っていないことも明らかとなっている。宇和島市の各種記録会等の体育的行事は、感染症対策のためゾーニングを行いながらも、コロナ禍以前と同様の形で実施している。それらに向けた放課後練習については、市校長会が中心となって練習期間や練習時間等がある程度統一した「申し合わせ事項」に沿った形で実施するようになった。従前とは異なる環境の中で、いかに子どもたちの体力をコロナ禍前の水準に戻していくかが課題となっている。令和3年1月の中教審答申「『令和の日本型学校教育』の構築を目指して」において、「一人一人の児童生徒が、自分のよさや可能性を認識するとともに、あらゆる他者を価値のある存在として尊重し、多様な人々と協働しながら様々な社会的変化を乗り越え、豊かな人生を切り拓き、持続可能な社会の創り手となることができるようにすることが必要」と記されており、個別最適な学びや協働的な学びの実現について示された。また、「教師が技術の発達や新たなニーズなど学校教育を取り巻く環境の変化を前向きに受け止め、教職生涯を通じて探究心を持ちつつ自律的かつ継続的に新しい知識・技能を学び続け、子供一人一人の学びを最大限に引き出す教師としての役割を果たしている」と明記され、子どもの主体的な学びを支援する伴走者としての能力も備えていかねばならない。子どもたちの運動に関する欲求を満たし、子どもたちに運動が「分かる」「できる」喜びを味わわせると同時に、伴走者としての教師の在り方についても検討していく必要がある。

宇和島市小学校体育連盟では、この3年間、陸上運動領域の「ハードル走」を継続して研究してきた。ハードル走は、インターバルの距離やハードルの台数などのルールを決めて、ハードルをリズムカルに走り越えて、記録に挑戦したり、相手と競走したりする楽しさや喜びを味わうことができる運動である。したがって、「走」と「跳」をスムーズに組み合わせ、水平スピードの減速を防ぎ、リズムカルにインターバルを走り抜くことがポイントとなる。昨年度からは、「着地を起点としたリズム」を身に付けさせ、リズムよく減速せずインターバルを走る楽しさや心地よさを感じ、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を味わえるよう実践を重ねてきた。昨年度の成果として挙げられる、リズムカルにハードルを走り越える楽しさや喜びを味わうことのできる教材を、本年度取り組む子どもの実態に合わせて改善し、子どもの記録更新や「分かる」「できる」につなげられる学習を進めてきた。

また、運動の本質的な面白さを損なうことなく、個人で行う運動を集団で行う運動に転換

し、より主体的・対話的で深い学びを実践していく。その際、子どもにとって関わり合いの手掛かりとなる教材や教具の工夫、タブレット端末を活用した学びの在り方を検討したい。過去と現在の自分との比較を行い、自ら課題を設定し、共に解決を図ることができるよう、成長を実感できる場面等を設定し、よりよい動き（合理的な動き）を追求しようとする学習を展開し、愛顔あふれる子どもを育てたい。

2 研究の視点、内容、方法及び仮説

(1) 教材とつながる

ア 合理的な運動の行い方を理解したり、運動のもつ本質的な面白さを味わったりする単元構成の工夫

- 運動の行い方を理解させたり、陸上運動の楽しさや喜びを味わわせたりするために、条件のやさしい運動を取り入れ、基礎感覚を養う。
- 「する・みる・支える・知る」の視点から、運動を多様に楽しむことのできる単元構成を工夫する。

イ アフォーダンス理論を取り入れた場づくりの工夫ー「宇和島プラン」の活用ー

- 陸上運動（特にハードル走）に関する身に付けさせたい動きを取り入れた「宇和島プラン」を活用し、主運動につながる技能の向上を図り、成功体験を積ませる。

仮説 陸上運動（特にハードル走）における合理的な運動の行い方を理解することのできる環境や工夫した教材・教具を用いた学習を展開すれば、仲間と共に運動のもつ本質的な面白さを味わい、「分かる」「できる」喜びを分かち合う愛顔あふれる子どもが育つだろう。

(2) 仲間とつながる

ア 仲間と学ぶ必要感をもつことができる学習課題や学習場面の設定

- 仲間と関わりながら解決することができるような学習課題を設定する。
- 仲間と運動することの楽しさや喜びを味わうための学習場面を工夫する。

イ 協働的な学びを充実させる学習環境の整備

- 子どもの課題解決に効果的なICTやOPPシートの活用法を研究する。
- 必要感のある対話を促すために、グループを活用した課題解決場面を設定する。

仮説 運動のもつ本質的な面白さを味わうことのできる教材で学習を進めながら、学ぶ必要感をもつことができる学習場面を設定し、協働的な学びを充実させるために学習環境を整備すれば、「分かる」「できる」喜びを分かち合う愛顔あふれる子どもが育つだろう。

(3) 自分とつながる

ア 子ども自らが成長を実感するための教師の関わり

- 子ども自らが成長を実感するために、振り返りに価値付けを行い、次の学びにつなげる。
- 仲間の頑張りを称賛する場を設定し、意欲的に活動しようとする態度を養う。

イ 学びから生まれた課題を解決する、みんな「が」楽しい、みんな「で」楽しい関わり

- 解決したい課題を設定し、達成に向けて主体的に調整する態度を養う。

仮説 子ども自らが成長を実感するために教師が価値付けを行い、みんな「が」楽しい、みんな「で」楽しい関わりを主体的に調整する態度が身に付けば、仲間と「分かる」「できる」喜びを分かち合う愛顔あふれる子どもが育つだろう。

3 実践研究

単元名「ダー、1、2、3!」(第5・6学年)

(1) 対象学級の人数・期間

5・6年生15名(男子6名・女子9名) 令和6年5月～6月

(2) 子どもの実態と教材の特性

子どもの実態	○ これまでに小型ハードル走やハードル走の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知っている。その中で、自己に合ったリズムで走り越えることができる姿が見られた。一方で、走ることや跳ぶことが苦手な子どもは、スピードに乗れずリズムよく跳べなかったり、恐怖心でちゅうちょしてしまったりしていた。 (知識及び技能) ○ タブレット端末を用いて動画を撮影し、自己や仲間の動きを手本動画と照らし合わせたり、仲間の動きを見てアドバイスし合ったりしてきた。また、個人の課題解決に向けて、グループで話し合いをしてきたが、思いや考えを伝えることが苦手な子どももいる。 (思考力、判断力、表現力等) ○ 運動があまり得意ではない子どもが多いが、どの活動にも一生懸命に取り組む姿が見られる。ほとんどの子どもが約束を守り、仲間と助け合いながら活動することができる。また、場や用具の安全に気を配って活動することができる。 (学びに向かう力、人間性等)	ハードル走は、インターバルの距離やハードルの台数などのルールを決めて、ハードルをリズムカルに走り越えて、記録に挑戦したり、相手と競走したりする楽しさや喜びを味わうことができる運動である。したがって、「走」と「跳」をスムーズに組み合わせ、水平スピードの減速を防ぎ、リズムカルにインターバルを走り抜くことがポイントとなる。 今回扱う「ダー 1、2、3!」は、減速の原因になりやすい「着地」に焦点を当て、学習を進める。次の走りに結び付けられるよう「着地を起点としたリズム」を、身に付けさせていく。リズムよく減速せずインターバルを走る楽しさや心地よさを体得し、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を味わえる教材である。 また、フラット走とハードル走との記録を比較し、課題を焦点化・明確化することで、苦手な子どもも意欲的に取り組むことができる。グループでの協働的な学びを通して、見通し(Anticipation)―行動(Action)―振り返り(Reflection)を繰り返す学びのプロセスである「AARサイクル」を展開し、自己の課題解決を促すことができる。さらに、毎時間記録を計測することにより、自分の伸びを数字として可視化して、自己や仲間の変容に気付くことができる。全員が仲間と共に「分かる」「できる」喜びを感じながらハードル走の本質に迫ることができる教材である。
---------------	--	--

(3) 単元構想

ア 単元目標

- ハードル走の行い方を理解するとともに、その技能を身に付けることができるようにする。
(知識及び技能)
- 自己の能力に適した課題の解決の仕方や、競走や記録への挑戦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。
(思考力、判断力、表現力等)
- ハードル走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、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。
(学びに向かう力、人間性等)

イ 本単元で身に付けさせたい力の系統表

観点 学年	低学年 〈走の運動遊び〉	中学年 〈小型ハードル走〉	高学年 〈ハードル走〉
知識及び技能	○ 走の運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、いろいろな間隔に並べられた段ボールや輪などを用いてのリレー遊びなどにおいて、低い障害物を走り越えることができる。	○ ハードル走の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、小型ハードルを自己に合ったリズムで、調子よく走り越えることができる。	○ ハードル走の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、ルールを決めて競走したり、自己の記録の伸びや目標となる記録の達成を目指したりしながら、ハードルをリズムカルに走り越えることができる。
力、思考力、表現力等	○ 走ったり跳んだりする簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができる。	○ 自己の能力に適した課題を見付け、動きを身に付けるための活動や競走の仕方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができる。	○ 自己の能力に適した課題の解決の仕方、競走や記録への挑戦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。
力、学びに向かう力、人間性等	○ 進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場の安全に気を付けたりすることができる。	○ 進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができる。	○ 積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができる。

(4) 単元計画

ア 評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
ア ハードル走の行い方を理解している。 イ ルールを決めて競走したり、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指したりしている。 ウ ハードルをリズムカルに走り越えることができる。	ア 自己の能力に適した課題の解決の仕方、競走や記録への挑戦の仕方を工夫している。 イ 自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	ア 運動に積極的に取り組もうとしている。 イ 約束を守り、助け合って運動をしようとしている。 ウ 勝敗を受け入れようとしている。 エ 仲間の考えや取組を認めようとしている。 オ 場や用具の安全に気を配っている。

イ 単元における指導と評価の計画

時	学 習 の 流 れ	主 な 評 価		
		知・技	思・判・表	態
1	学習の見通しをもとう。 ○ 単元の見通しをもつ。 ○ 40mフラット走とハードル走のタイムを測定し、今の自分を知る。	イ（観察）	ア（観察）	
2	リズムカルに走り越えるための練習の仕方を知ろう。 ○ 三つのポイントについて理解し、自己の課題を見い出す。 ○ 記録への挑戦の仕方、競走の仕方を理解する。	ア（観察）		オ（観察）
3	リズムカルに走り越えるために練習しよう。① ○ 個の課題に合った場や教具を選び、グループで運動する。 ○ 解決を図ったり、記録を測ったりする。		イ（観察・ワークシート）	エ（観察・ワークシート）
4	リズムカルに走り越えるために練習しよう。② ○ 個の課題に合った場や教具を選び、グループで運動する。 ○ 解決を図ったり、記録を測ったりする。	イ（観察）		ウ（観察・ワークシート）
5	リズムカルに走り越えるために練習しよう。③（本時） ○ 個の課題に合った場や教具を選び、グループで運動する。 ○ 解決を図ったり、記録を測ったりする。	イ（観察・ワークシート）		ア（観察・ワークシート）
6	リズムカルに走り越えているか確かめよう。 ○ 調整によりどのようにして課題を解決したか、まとめる。 ○ 記録測定をし、これまでの活動から自己の変容を実感する。	ウ（観察・ワークシート）		イ（観察）

(5) 実践研究の概要と考察

ア 教材とつながる

(7) 合理的な運動の行い方を理解したり、運動のもつ本質的な面白さを味わったりする単元構成の工夫

宇和島市小学校体育連盟が捉える合理的な運動の行い方とは、「道理や論理にかなった、無駄な動きが少ない運動の行い方」とした。合理的な運動の行い方を習得するにあたっては、指導のポイントを絞ることや、子どもの気付きや思いを基にした課題解決を図ることができるようにした。ハードル走のもつ本質的な面白さとは、障害物であるハードルをリズムカルに走り越えることの心地よさにある。したがって、「走」と「跳」をスムーズに組み合わせ、水平スピードの減速を防ぎ、リズムカルにインターバルを走り抜くことがポイントとなるが、ハードル走を行う上で、いかに子どもに恐怖心をもたせないかも重要である。



〈資料1 フレキシブルハードル〉

そこで、本年度も共生の視点に立ち、みんなが楽しく取り組めるよう、フレキシブルハードル（資料1）を単元全体で用いて、ハードルに対する恐怖心に配慮した。その上で、小学校学習指導要領解説体育編に例示されてある、①第1ハードルを決めた足で踏み切って走り越えること、②スタートから最後まで、体のバランスを取りながら真っ直ぐ走ること、③インターバルを3歩または5歩で走ること、の3つのポイントを達成すれば、本質的な面白さを味わうことができると考えた。単元前期では、現状を知り、合理的な行い方の理解を促進するための活動を位置付けた。単元中期では、自己の課題と向き合う時間を確保し、課題解決のための見通しをもって行動し、振り返るといった学びの型を取り入れ、グループを活用して実施し、自分の成長を実感できる手立てを講じた。単元後期は、単元全体を通しての自己の変容を見付け、自分の成長を心身ともに実感できる活動を行った。また、1単位時間の活動は、①活動の見通し、②やさしい条件を取り入れた動作感覚づくりの運動（宇和島プランの活用）、③課題達成のための自己調整（グループの活用）、④記録測定による調整結果の確認及び次時の課題の把握、⑤振り返りといった流れで実施した。1単位時間の中でも、単元全体でも見通しをもって行動し、振り返りという学びの型（AARサイクル）を取り入れたことで、常に課題と向き合い、調整しようという態度で、子どもたちは教材と向き合うことができた。

(4) アフォーダンス理論を取り入れた場づくりの工夫 —「宇和島プラン」の活用—

アフォーダンス理論とは、アメリカの知覚心理学者、ジェームズ・ジェローム・ギブソンが創始した「知覚—身体—行為」の理論である。また、アフォーダンス理論について佐分利（2018）は、「行為する時、必ず環境そのものや、環境中にある対象に可能性を発見し、拾い上げ、行為に利用して」いくことであるとも述べている。このような、行為を可能とするアフォーダンスが埋め込まれた環境の設計を体育授業における「場づくり」として実践してきた根本（2023）は、「教師が技をできるようにするのではなく、子どもが技を身に付ける環境をつくることで、子どもが主体的に環境に働きかけ、技ができるようになる」と述べている。この理論に則って、本市で活用を進めている「宇和島プラン」を取り入れて考えていくこととした。「宇和島プラン」とは、様々な運動領域の主運動につながる補助運動や感覚づくりの運動について例示し、まとめたものである（資料2、資料3）。今年度も減速の原因になりやすい「着地」に焦点を当てて、合理的な運動の行い方の習得を図ってきた。本年度は「宇和島プラン」の中の「ホワイトラン」と「一台

ハードル」を行った。「ホワイトラン」は、白線上にハードルを置き、真っ直ぐ走ることを意識させるために行った。これは、小学校学習指導要領解説体育編の例示②に示されているものである。レーンを真っ直ぐ走ることのできない子どもにとって、視覚的に理解でき、繰り返し走り越えることで体の使い方を習得することに役立った。「一台ハードル」は、例示①に示されているものを意識させるために行った。決めた足で踏み切ることが常に意識させるために、子どもは常にリストバンドを振り上げ足に装着し、見ている子どもにも一目で分かるようにした。この一台ハードルの活動は、2台目以降のハードルを走り越える際にも生かせるものである。例示①の達成により、例示③のインターバルを3または5歩で走ることもつながる。今回活用した2つの活動以外にも、授業支援アプリの「共有ノート」（資料4）機能上では、教育支援動画、教師作成の動画、自己調整する際に用いる道具の使い方、自分の毎時間のハードル走の動画など、いつでもアクセスできる状態を保証し、子どもたちがハードルをリズムカルに走り越えるために必要な環境を整えた。隙間時間に動画を視聴したり、休み時間には、教室前のスペースに置かれた一步ハードル用の練習空間で練習したりと、子ども自身が自らの感覚に基づいて自ら最適化し、自己調整する姿が見られた。

②補助運動 記録の向上のためにする

バランスを取りながら真っ直ぐ走る

- ・輪跳びラン（跳躍動作から走動作への切り替え）
助走からフープ2つを跳び越えた後に再び走る
- ・リカバリーラン（着地足での支持感覚）
ロイター板の前にフープ2つ
- ・ホワイトラン（まっすぐ走る）
白線上にハードルを置き、走る。高さを可変
- ・ミニハードルギャロップラン（着地と同時に地面を蹴る感覚）
2～2.5m間隔で並べた3～4台のミニハードルを「1・ジャンプ」のリズムで走り越える。
- ・1歩ハードル（振り上げ足の振り下ろし&抜き足の引き付け）
2～3m間隔で並べた3～4台のハードルを「1・ジャンプ・1ジャンプ」のリズムで走り越える。

〈資料2 「宇和島プラン」の一例①〉

②補助運動 記録の向上のためにする

インターバルの歩数は3または5歩

- ・ミニハードルラン（リズムの定着）
ハードルの代わりにミニハードルや段ボールなどを置く。
→ ミニハードルをハードルに置き換えてケンステップ・お手玉・マーカー・ラインなどで、踏み切り足や振り下ろしの箇所をチェックし、よりよい動きを確認する。

口伴奏も効果的「例：トン・1・2・3」など。
友達同士で見合うこと（見る・支える）

〈資料3 「宇和島プラン」の一例②〉



〈資料4 教育支援アプリ内の「共有ノート」〉

イ 仲間とつながる

(7) 仲間と学ぶ必要感をもつことができる学習課題や学習場面の設定

昨年度までの研究で、グループで設定した課題が、個人の解決すべき本質的な課題となっていない場合も見受けられた。その課題を解決する方法として、自己の課題を把握し、その課題の解決方法を理解しておくために、毎時間OPP (One Page Portfolio) シートを活用した。OPPシート