

主体的に運動の楽しさを味わう 学習指導の工夫

～障害走における個に応じためあての持たせ方・場の工夫・学習評価を通して～

目 次

I	テーマ設定の理由	67
II	研究の仮説	68
III	研究会の全体構想	68
IV	研究の内容	69
1	めあての持たせ方について	69
2	学習の場の工夫	71
3	学習評価について	72
(1)	学習評価の考え方	72
(2)	学習カードの工夫と活用	73
V	授業実践	74
1	単元名	74
2	運動の特性	74
3	教師の授業への意図	74
4	学習のねらいと道すじ	75
5	学習と指導	75
6	本時の指導	77
7	授業分析	80
(1)	児童の変容	80
(2)	授業研究会の記録	82
8	学習資料	83
VI	研究の成果と今後の課題	86
	《参考・引用文献》	

浦添市立沢岬小学校教諭

金城剛

主体的に運動の楽しさを味わう学習指導の工夫

～障害走における個に応じたためあての持たせ方・場の工夫・学習評価を通して～

浦添市立沢岬小学校教諭 金城剛

I テーマ設定の理由

今日の我が国は社会の変化と国民の生活文化の進展が著しくなっている。そのような中で、運動・スポーツも単に、健康な生活や体力の向上のためだけでなく、生活に潤いを持たせ、人生を有意義に過ごすための「生きがい」や「文化」のひとつとして、これからの生活には欠くことのできない重要なものになってきている。学習指導要領では「運動に親しむ」というねらいを「健康の増進と体力の向上を図る」こと並列的に取り上げて強調している。したがって体育科では、生涯にわたって運動に親しむことができるようにするという生涯体育・スポーツの観点を重視し、それにふさわしい適切な学習指導を行うことが大切な役割となってきた。

そこで、これからの体育学習は運動の楽しさや喜びを味わわせ、スポーツをすること自体に意味や価値があることを認識させ、体験させることが必要となってくる。そうすることによって、自ら進んで運動に親しむ能力と態度を身につけさせることができ、生涯を通じて運動・スポーツを継続していく力を育てていくことができると考える。そのためには、運動の持っている特性に触れさせおもしろさや魅力を十分に味わわせることが大切になってくる。

小学校の運動領域にはさまざまなものがあるが、沢岬小学校6年のアンケート調査によるとボール運動や水泳に人気が集集中で、陸上運動に対してはあまり興味・関心が持たれていない。陸上運動の特性は、速さや距離を競い合って勝つことや自己の目指す記録を達成することの楽しさや喜びを味わうことのできる個人的なスポーツである。しかし、競争して勝つことや記録達成をすることがなかなかできなかったら、一部の能力の優れた児童だけに喜ばれる運動となってしまう。

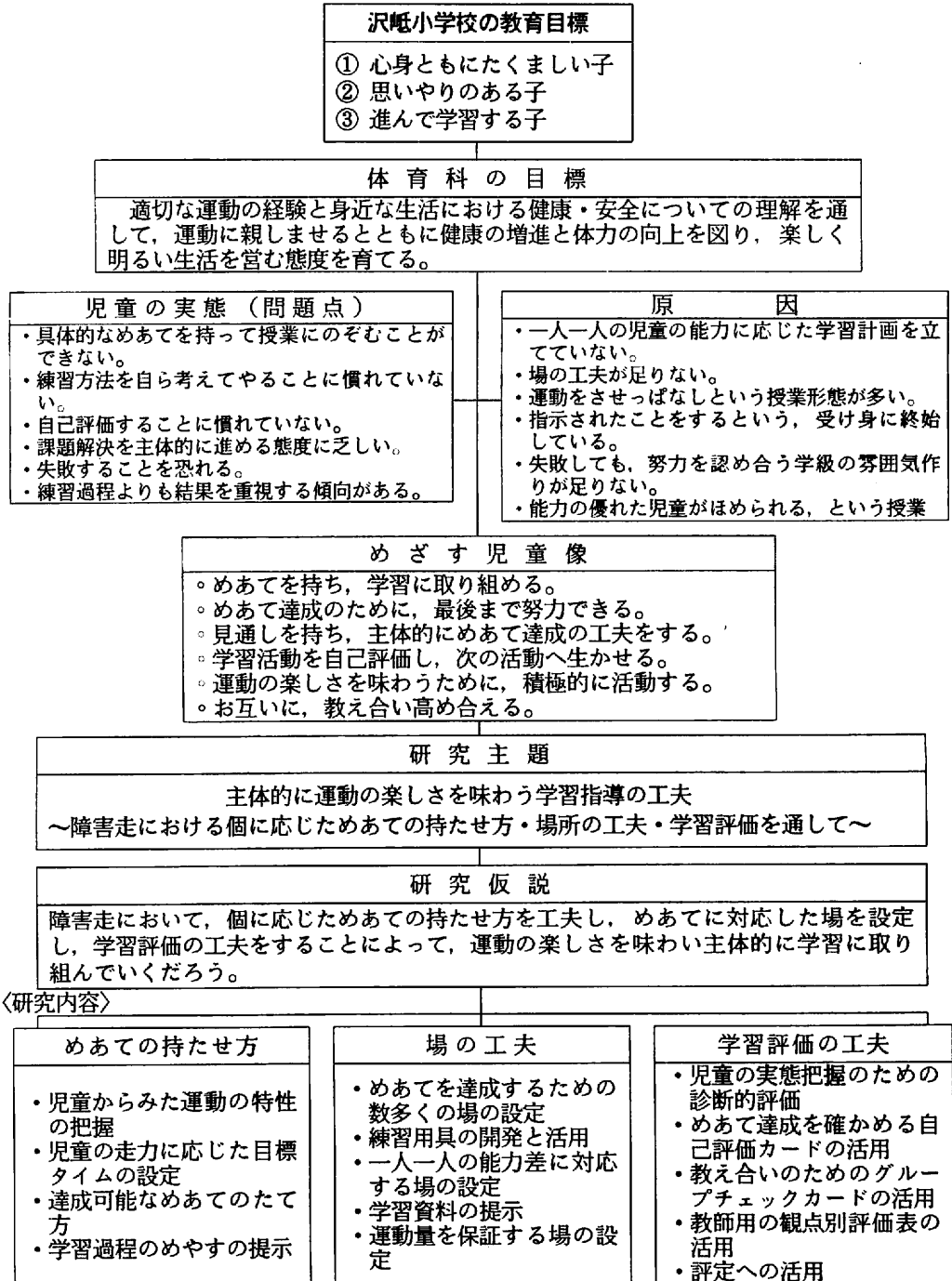
小学校の高学年ともなると、運動に対して興味・関心、経験、意欲、技術等の個人差が目立つようになってくるが、今までの授業を振り返ってみると一人一人の能力差を考慮しないで指導してきたような気がする。教師にやらされてばかりで、児童が自ら考えて活動する場面がなかったり、場の工夫がたりずに運動量が不足していたり、技術主導型になって児童を追いつめていたりした授業などである。障害走の授業では、特に「できない」「けがが怖い」「笑われる」といった不安が現れてきて、結果的に人気のない運動にしてしまったのではないだろうか。

児童は授業の中で、「できるようになりたい」とか「自分の力にあったことをやりたい」「みんなに教え合いたい」「多くの場でいろいろなことに挑戦したい」といった要求を持っている。それを実現してすべての児童に運動の楽しさを味わわせることが体育学習の課題である。その解決のために、授業では一人一人に合ったためあてを達成するための学習過程を構成し、学習形態に変化を持たせ、主体的に取り組んでいけるような場の工夫と学習評価の活用を図らなければならない。そこで、本研究では一人一人の能力にあったためあての持たせ方を工夫することによって、運動の楽しさ（特性）を味わい、主体的な学習を進めていくのではないかと考え、障害走を事例に本テーマを設定した。

II 研究の仮説

障害走において、個に応じためあての持たせ方を工夫し、めあてに対応した場を設定し、学習評価の工夫をすることによって、運動の楽しさを味わい主体的に学習に取り組んでいこう。

III 研究の全体構想



IV 研究の内容

1 めあての持たせ方について

個に応じたこれからの体育の学習指導は、すべての児童が一定の時間の中で、運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう計画的に学習させていくことを大切にしなければならない。

学習する児童には、運動に対する意欲や能力・適正、興味・関心などに関してさまざまな相違があり、運動の特性の触れ方は一様ではないので、主体的な運動への取り組みを進める中で、どんな力の児童にも学習活動に積極的に取り組めるような計画を工夫する必要がある。そのためには、児童の立場から運動をとらえ直し、児童から見た特性を明らかにすることが大切である。このことによって、児童一人一人に対応し、児童の現在の力量に見合った学習のねらいが導かれると共に、今もっている自分の力にあった具体的な「めあて」を持ち、学習活動を展開することになる。

すべての児童に対して運動の特性に触れることのできる力を育てようとする新しい体育では、一人一人の児童の興味・関心、現在の力量に見合っためあてを持たせて、学習を進めることが大切になるので、実際の授業を展開する段階では、技能や学習経験などの一人一人の特性の違いによる多様な学習活動が、様々に現れていくことになる。もちろん、その活動は、「運動の楽しさや喜びを求める自発的で個性豊かな活動」ということができる。

障害走では、記録に挑戦したり、個人対個人の競争もできるが、いずれの場合も記録の達成が重要になるので、技能、記録を達成するために工夫された場所に着目し、活動を組織する。

このような考え方で組織される授業の特徴は、児童が自らめあてを持ち、それに合う学習についての決断を下し、動き回り、話し合い、教え合い、励まし合いながら自由に活動するというように多様な活動が同時に進行できることである。

めあての持たせ方と密接に関係のある評価の方法にはさまざまなやり方がある。

〈評価の方法〉

- ① ベスト記録を評価する。……能力の高い子が良い成績をもらえるという方法
- ② フラット走との差を評価する。……(40m走) - (40mハードル走)の記録を評価する
- ③ タイムの伸びを評価する。……最初の記録からどれだけ伸びたか
- ④ 各人のフラット走との関係で……「めやす表」をもとに記録を得点化する
タイムを評価する。

めあての持たせ方は児童の今もっている力で達成可能な、しかも興味や意欲づけに結びつくものが望ましい。そこで、④の「めやす表」を利用する評価に注目した。それは、「めやす表」を作成する時に得点配分を学級に実態に近づけることができるからである。つまり、診断的評価の段階で児童全員が誰でも得点「5」以上の段階まで到達できるように配慮できる。

○ 「めやす表」の利用のし方

- ① 事前に「めやす表」の基礎計算に必要な40mフラット走の測定を行う。
- ② 「めやす表」の基礎計算式に40mフラット走の記録を入れて、個人の目標記録を決める。
- ③ 各自、得点段階を確認し、次時からの主体的学習の目標とする。

○ 「めやす表」………40m障害走

- ・目標記録「めやす」=40m走の記録+0,4秒×台数

※ 0,4秒は1台越える時のロスタイム

- ・障害走のめやすに対する得点（記録は四捨五入して1/10の位までで計算する）

得点	10点	9点	8点	7点	6点	5点	4点	3点	2点	1点
（目標記録）	0.9	0.8	0.5	0.2	-0.1	-0.4	-0.7	-1.0	-1.3	1.6
— 秒		～	～	～	～	～	～	～	～	秒
（今日の記録）	以上	0.6	0.3	0	-0.3	-0.6	-0.9	-1.2	-1.5	以下

「めやす表」を利用していくことで次のような利点が望める。

- ㊸ 走能力に応じて各人の達成可能な記録をめあてとするから、個人差をかなりの範囲で吸収することができるようになる。
- ㊹ 毎時の測定結果が各人のレベルによって得点化されるので、今の自分の力を知ることができる。（自己評価の手がかりとなる）
- ㊺ 自分にとって、最も魅力的なめあてに挑戦することができる。

授業をするうえで、児童には、40m走のタイムをもとにした目標記録を設定させる。児童はその目標記録を越えるように頑張らせる。技能の面ではハードリングとインターバンの4つのポイントを中心に習得させる。しかし、これらあくまで「めあて」のひとつである。この他にも、例えば「進んで教え合いができる」とか、「進んで仕事をする」などでもいいのである。

個に応じためあてを達成するためのポイントはめあて達成に対応した学習の場を設定することであり、劣等感を抱かせない学習評価を用意することである。そうすることによって、主体的に楽しさを味わうための「めあて」を段階的にレベルを上げながら持つことができる。

2 学習の場の工夫

運動の楽しさや喜びを学習の目標・内容に置き、個に応じた学習指導が求められるこれからの体育では、「目標」、「内容」、「方法」の関連が特に重視されているとよい。

つまり、目標に「体力」を掲げ、内容は「技能」を重視し、指導方法は「画一的な指導」というものではなく、生涯体育・スポーツを目指す新しい体育では、運動すること自体の意味を児童の立場からとらえ、児童から見た運動の特性に応じた指導法の工夫を大切にしようとしている。そのための手だてとして重要なカギを握るのが、「学習の場の工夫」である。

個に応じためあてを達成させるためには児童一人一人の多様なめあてに対応し、主体的な活動を保証して、運動の楽しさを味わうことができるような学習の場の工夫が大切である。それは、公式の競技規則に合わせた場や画一的な場ではなく、運動の特性、学習過程、学習形態、学級の実態、施設・用具等を考慮して工夫することである。授業では次の4つの要素を含んだ場を用意する。

○運動量を保障する場

○つまずきを解決したり、技能の向上を保障する場

○新たな課題の創意・工夫につながる場

○協力や教え合いができる場

仮説を検証するために、具体的には次のような場の工夫をした。

- (1) 児童の多様な実態に対応するためにコースの種類を数多く設定した。
 - ・ハードルの高さを44cm、52cm、60cmの3種類用意。
 - ・既製ハードル（木製）以外に、足に当たってもいたくない塩化ビニールパイプ製のハードルを用意。（業者に部品を注文して子供たちと特活の時間に製作）
 - ・インターバルの長さを5.0m・5.5m・6.0m・6.5mの4種類設定。
こうすることによって、合計12種類のコースが設定できた。
- (2) ハードル以外の障害物（輪、ダンボール、タイヤ）を用意して、導入の時や恐怖心を持っている子のために使用。
- (3) ハードル間をリズムよく走るための輪。（ハードル間に輪を3つ置く）
- (4) 抜き足や振り上げ足の練習のための足当てボード。
（取りはずしができるように厚紙を2枚重ねて、ダブルクリップで止める。）
- (5) パイプ製のハードルでも怖い子のためのゴムのハードル。
- (6) 低く跳ぶための道具。
- (7) 記録を正確に計るためのゴールテープ。（ゴール地点で記録係と計時掛りがテープを持ち、走者が走り抜ける時にストップウォッチを押す。）
- (8) コース別にハードルを置く目印となる1mのロープを運動場に56本埋め込む。
（5分以内で設置できるので大幅な時間短縮となった。）
- (9) 体につけるリボン（友達同士で見合う時、どこを見れば良いかはっきりさせるために、抜き足に注意して跳ぶならひざにリボンをつけさせる等）

3 学習評価について

(1) 学習評価の考え方

学習評価とは、学習によって生じた変化を学習の目標に沿って判定し、どのように学習と指導を進めたらよいかを考える一連の過程のことである。つまり、児童に起こった変化を目標に照らして明らかにしていく営みである。したがって、「学習評価」とは、成績通知表や指導要録に記入する成績を決める「評定」のことではなく、それに先立って行われる各単元における学習評価のことである。

これまでの体育における評価は、教師が児童に対して行うものが多く、技能のできばえや体力の向上などが重要視され、技能評価を中心に進められてきた。したがって、児童が運動を楽しく体験できたか、みんなで楽しむためにどんな努力や協力がなされたかなどについての関心は低かった。これからの体育では運動を児童の立場で見直し、児童が運動そのものの楽しさを十分味わい、主体的に学習活動ができるように進めることが重要になってくる。そのためには児童が学習意欲を高めるように授業改善を行い、よりよい学習活動へ方向つけるような評価が大切である。そこで、学習評価の基本的な方向を次のように考える。

- ① 児童一人一人が自分を理解し、自己評価ができるようにする。
- ② 指導者自身が指導の成果と問題点を明確にし、効果的な学習になるようにする。
- ④ 通知表や指導要録などの記載に活用する。

これからの学習指導では、児童一人一人に自ら学ぶ意欲や能力を身につけさせるという視点が大切にされることから、運動を行う児童自身が自分でめあてを決め、実施し、結果を見て修正する、という自己評価する力を身につけることが重要となる。

自己評価が内面化され、自問自答による評価が児童一人一人の内面で進行し、それが行動として外に表れるようになれば、自己評価能力が育成されてきたといえよう。これからの体育学習において、自らの目標を自分自身で設定し、自らの成果をその目標との関係で常に自己評価していくことは、生涯学習のためにもなる。

生涯スポーツを目指した新しい体育の学習評価を考える時、自己評価能力を育成することは非常に重要であり、その意義は大きいといえる。そうすることによって、自らめあてを設定した意欲的・主体的な学習が展開されるようになろう。

教師は、この児童の自己評価活動が円滑に進められるよう援助する役割を担っており、学習カードや資料の提供、学習活動の場の工夫などによってこの援助を効果的に進めなければならない。こうした援助活動がうまくいっているか、児童の自己評価の働きが十分生かされているか、を確かめていく活動が「教師の評価」活動である。

授業の中では、児童の自己評価と教師の評価を有機的な関係にすることがポイントである。児童の評価と教師の評価は、学習する種目へのレディネスを知る診断的評価、学習過程の中で自己評価のサイクルがうまく進むようにする形成的評価、そして、最後に単元のまとめを行う総括的評価の働きを生かすことが大切である。

(2) 学習カードの工夫と活用

児童が、学習活動をうまく進めたり、深めたり、技能を高めたりするために次のような学習資料を提供する。

① 学習活動をうまく進めるための資料

- ・ねらいに応じた学習の進め方の資料（全体の流れ、単元計画、毎時時間の流れなど）
- ・役割分担についての資料
- ・ウォーミングアップの仕方の資料

② 学習を深めるための資料

- ・グループ、個人の「めあて」「めやす」の立て方の資料
- ・マナーについての資料
- ・問題を解決するための練習方法の資料や各種目の技能のポイントなどの資料

③ 学習の深まりを確かめるための資料

- ・学習ノートについての資料（グループノート、個人ノート）
- ・評価についての資料（自己評価、相互評価、グループ評価）

以上の学習資料を用意するが、その中でも特に、自分の力がどの程度高まっているか、どこに問題があるかなどを評価し、自分の目標を新たに設定するための学習カードが必要となってくる。その学習カードを活用することによって、児童の自己理解を助け、目標達成のために意欲的に取り組むことができると考える。

学習評価の観点（何を評価するか）には、次のようなものがあり、評価の方法はそれぞれが独立して存在するのではなく、相互関連的に見るのが大切である。

学習評価の観点

- 欲求充足のレベル【・楽しかった ・嬉しかった】
- 行動の仕方・態度レベル【行動の仕方 ・工夫はどうか ・人間関係】
- 技能習得のレベル【・技の習熟度 ・運動に含まれる問題解決】
- 運動課題の高まりレベル【・記録 ・変化 ・できばえ ・運動への自発的、自主的参加】

以上のような観点を含みながら、学習カード作成時には次のような工夫が必要である。

- ① 本時のめあてと反省を書ける欄がある。
- ② 40mハードル走目標記録と得点表を書ける欄がある。
- ③ 個人の記録の高まりと障害の高まりの変容を見れるようにする。
- ④ グループ間で技術面の評価ができる欄がある。
- ⑤ 勝負の結果が書ける欄がある。

他にもさまざまな項目があるが、あまり煩雑にならないように、使いやすく、児童が自己を理解し、記入するのが楽しみとなるように作成する。

V 授業実践

1 単元名 陸上運動「障害走」第6学年

2 運動の特性

(1) 一般的特性

- ① どんな効果や結果が期待されるか（体力・運動能力）
 - ・3歩のリズムで素早く走ったり、身体操作を上手にやって走ったりすることが要求されるので、敏捷性や器用を養うのに適した運動である。
- ② どんな技術のしくみで成立しているか（技能の習得）
 - ・インターバルの走り方とハードリングの要領で技術が構成されているところに特徴がある。したがって、これらの技術をマスターすることがポイントとなる運動である。
- ③ どんなところに楽しさのある運動か（運動の魅力）
 - ・力の同じくらいの者同志で競争したり、自己のタイムを向上させたりするところに楽しさのある運動である。

(2) 子供から見た特性（6年生92名のアンケート調査から考案）

- ・上手なフォームで走れた時に楽しいと感じているが、正しいフォームの知識はほとんどない。
- ・自分の力を同程度の人と競争して確かめてみようとする。
- ・自分の記録が良くなったり、競争に勝った時に楽しいと感じている。
- ・ハードルに足をぶつけたり、転んだりすることに恐怖心を抱いている子がいる。
- ・練習しても記録が良くなると意欲が低下する傾向がある。
- ・失敗しても笑わずに、励まし合いながらやりたい。
- ・能力差を考慮してほしい。
- ・授業ではタイムの向上を目指してやりたいが、競争も取り入れてやりたい。

3 教師の授業への意図

- ・学習計画（めあて、場、練習方法）を大まかに立てることができる子はほとんどいないので、めあてを達成するための場の使い方と練習方法を身につけさせたい。
- ・自分の走りを資料を元に自己評価できる子は少ないので、学習カードへの記入を通して評価活動を身につけさせたい。
- ・他者と比べるよりも、自分なりのめあてを達成すれば、よいことを指導する。
- ・達成型と競争型の混合の学習過程を組み、障害走の特性に触れさせたい。
- ・40m走を元にした標準記録（目標記録）を設定させ、それに向かって挑戦させるようにする。
……達成型⇒目標記録（40m走+0.4秒×4台）
- ・競争をする時には、単にタイムを比べるのではなく、タイムをもとにした得点で競わせるようにする。そうすることによって誰かが勝つかわからない状況を作る。……競争型
- ・障害に心理的抵抗を示す子がいるので、障害物を工夫し、恐怖心を取り除きたい。
- ・ハードルのインターバルを5m、5.5m、6m、6.5mとし、高さを44cm、52cm、60cmのコース

を設け、能力に適したコースを選ばせる。(児童の実態に合わせて変化させる)

- ・リズムカルな走り、(3歩のリズム)に目を向けさせ、次にハードリング(振り上げ足、抜き足、前傾姿勢など)の指導をしたい。
- ・学習の仕方やめあての解決の仕方が主体的にできるように、適切な学習資料や学習カードなどを用意し、その活用ができるようにする。
- ・安全に留意し、協力して学習が進められるように指導する。

4 学習のねらいと道すじ

ねらい1 いろいろな障害物を跳び、障害走になれ、自分に合ったコースを選ぶ。

ねらい2 個々のめあて達成に向けて、自分に合ったコースで競争を楽しんだり、練習を工夫しながら記録を伸ばす。

めあて1 自分に合ったコースで友達と競争して楽しむ。

めあて2 3歩のリズムやハードリングの練習を工夫して、チーム間の得点争いを楽しむ。

	1	2	3	4	5	6	7	
時間配分	10—	はじめ	ねらい1	ねらい2	めあて1			記録会
	20—				-----			
	30—				めあて2			まとめ 15分
	40—							

※ 児童の実態に合わせて、第3時以降もねらい1をやっていることにする。

5 学習と指導

用具	ハードル36台、パイプハードル20台、ゴールテープ、ダンボール ラインロープ(運動場に)、足当てボード、パネル、リボン、タイヤ、ストップウォッチ (6個)、用具配置図、ゴムひも、石炭、輪
はじめ 45分	<ol style="list-style-type: none"> 1. 学習ねらいと道筋を理解し、学習の進め方について見通しを持つ。 2. めあての決め方について理解する。 3. 学習カード、学習資料、場の使い方について知る。 4. 用具の準備の仕方、安全、マナーについて理解する。 5. 40m走のタイムを測定し、標準記録(目標記録)を決める。 6. グルーピングと役割分担をする。(40m走をもとにチームの力を均等に作る。)

	ねらいと活動	指導
な か 45 分	<p>ねらい1</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> いろいろな障害を跳び、障害走に慣れ、自分に合ったコースを選ぶ。 </div> <ol style="list-style-type: none"> 1 ラインテープを目印に走って、インターバルの目安を知る。 2 いろいろな障害物を跳び越して障害走を楽しむ。 (輪, ダンボール, タイヤなど) 3 いろいろなコースを走りながら、3歩で調子よく走れるインターバルやハードルの高さを選ぶ。 4 グループ内で競争しながら、第一回目の記録を測定する。 	<ul style="list-style-type: none"> • どんな子でも簡単に跳べるような障害物から跳ばせるようにする。 • 繰り返し跳ばせて、自分に合ったコースを選ばせる。 • ハードルをこわがる子にはパイプ製のハードルを利用させたり、ゴムひものコースを利用させたりする。 • 出発係, 計時係, 記録係を協力してやっているか。
な か 45 分 × 4 + 30 分	<p>ねらい2</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> 個々のめあて達成に向けて、自分に合ったコースで競争を楽しんだり、練習を工夫しながら記録を伸ばすことができる。 </div> <p>めあて1 (自分に合ったコースで友達と競争をして楽しむ)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 同じ場に集まったものどうして競争する。 <ul style="list-style-type: none"> • 対戦相手を決めて、多くの相手と競争する。 • いろいろなコースを走って、3歩で調子よく走れるコースを選ぶ。 <p>めあて2 (3歩のリズムやハードリングの練習を工夫し、チーム間の得点争いを楽しむ。)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 各自のめあてに応じた学習の場で技術習得練習をする。 <p>～練習の例～ <input type="radio"/> インターバルの練習 <input type="radio"/> ハードリングを高める練習</p>	<ul style="list-style-type: none"> • スタートの合図, 勝負の判定など協力してやっているか。 • 基本となるコース(インターバル, 高さ)は教師が決めるが, 子供の実態に合わせて変えていく。 • めあてに応じた場の工夫や活動方法については提示し, 具体的に指導する。 • チェックカードやパネルなどを利用し, 練習を工夫しているか。

	<p>2 チーム間の得点争いをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1時間に2回測定する。 ・全員の記録をグループカードに記入してから、個人カードに記入する。 ・(目標記録) - (今日の記録)の計算をして得点を出す。 ・グループの合計得点を出し、全グループが集まってから、順位を発表する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・インターバルを3歩で調子よく走れるようになったら、条件を難しくすることを知らせる。 ・タイムの劣る子でも、得点争いにするとチームに貢献できることを理解させる。 ・パイプ製のハードルを使用してもよいことにする。
<p>ま と め 15 分</p>	<p>学習のまとめと反省をする。</p> <p>1めあてを持ち、楽しく競争したり、記録に挑戦することができたか。</p> <p>2学習の記録を整理し、記録に伸び、技術の向上、コースの変化について確認する。</p> <p>3見合い、教え合いはうまくいったか話し合う。</p> <p>4楽しかったこと、困ったこと、改めたいことを発表する。</p>	

6 本時の指導(5/7)

(1) 本時の学習のめあて

めあて1 自分に合ったコースで友達と競争して楽しむ。

めあて2 3歩のリズムやハードリングの練習を工夫して、チーム間の得点争いを楽しむ。

(2) 本時の展開

	学 習 活 動	指 導
<p>は じ め 5 分</p>	<p>1 グループごとにハードルを準備する。</p> <p>2 グループごとに準備運動をする。</p> <p>3 今日めあてを確認する。</p> <p>～めあての例～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「ダンボールの障害物⇒44cmのハードルに挑戦する」 ・「怖がらずに木のハードルに挑戦する」 ・「高さ60cmのハードルを跳ぶようにする」 ・「低く跳ぶようにする」 ・「ハードル間を最後まで3歩で走るようにする」 ・「記録を縮めて得点を伸ばす」 	<ul style="list-style-type: none"> ・ハードルを置く目印をつけたロープを使う。 ・障害走に適した劣軟運動をさせる。 ・友達のまねをしない、自分なりのめあてを立てさせる。 ・前時からつながりのあるめあてを立てさせるようにする。 ・安全やマナーに気つけて、活動させるようにする。

<p>な か 30 分</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・チェックカードで友達に注意されたことに気をつけながら練習する。 ～練習の例～ ○インターバルの練習 ・ハードル間に輪を置いて3歩のリズムをつかむ練習をする。 ・輪を置いたり、線を引いたり、ハードルを跳び越した後の一步目を大きく踏み出す練習をする。 ○ハードリングを高める練習 ・ハードルに足当てボードをつけて抜き足の練習する。 ・高く跳び上がらないように目印を置いて遠くから跳び越す練習をする。 <p>友達同志で見合う時、どこを見たらいいのか一目でわかるように、体の部分にリボンをつける。</p> <p>2 チーム間の得点争いをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1時間につき一人2回測定する。 ・走る順番や各係の順番を守る。 ・全員の記録をグループカードに記入してから、個人カードに記入する。 ・（目標記録）－（今日の記録）の計算をしてめやす表から個人の得点を出す。 ・グループの合計得点を出し、全グループが集まってから、順位を発表する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・チェックカードやパネルなどを利用し、練習を工夫しているかすか。 ・障害走の技術ポイントやを理解させる。 ・足当てボードや輪をどのコースで利用するかはその場で話し合って決める。 ・グループ内の教え合いができていないか観察し、必要に応じて助言する。 ・インターバルを3歩で調子よく走れるようになったら、条件を難しくすることを知らせる。 ・タイムの劣る子どもでも、得点争いにするとチームに貢献できることを理解させる。 ・役割分担をすることにより、競争が楽しくできることをとらえさせる。 ・パイプ製のハードルを使用してもよいことにする。 ・最後まで走り切らせるようにする。 ・順位が悪い班でも、得点の伸びを評価してあげる。
<p>ま と め 5 分</p>	<p>学習のまとめと反省をする。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 めあてを持ち、楽しく競争したり、記録に挑戦することができたか。 2 学習の記録を整理し、記録に伸び、技術の向上、コースの変化について確認する。 3 見合い、教え合いはうまくいったか話し合う。 4 楽しかったこと、困ったこと、改めたいことを発表する。 	

7 授業分析（第1時から第5時までの実践をふりかえって）

(1) 児童の変容

「障害走において、個に応じためあての持たせ方を工夫し、めあてに対応した場を設定し学習評価の工夫をすることによって、運動の楽しさを味わい主体的に学習に取り組んでいこう。」という仮説もとに授業をしたが、児童の感想や記録の変容、児童の観察をもとに分析を行ってみる。

① めあての持たせ方として目標記録を設定したがそのことについて児童は次のような感想を述べている。（抜粋）

- ・「目標記録は私たちのタイムや跳び方が上達するのにとってもいいものだなあ、と思いました。」
- ・「目標記録をもとにした得点争いをすると、他のグループと争うので、みんな真剣に走れました。」
- ・「今までハードルがとっても嫌いでした。けれども今のハードルをやっているととても楽しく、やめたくないほどです。一番楽しいのは得点争いです。」
- ・「目標タイムより少しずつ速くなってきているので、ハードルをやるのが毎時間楽しくなる。」

個々の40m走の能力に対応した目標記録をめあすとして持たせたので、運動能力の低い子でもグループ間の得点争いに貢献できたことに喜びを感じているし、自分の記録が伸びていくのを楽しめたようだ。

児童の記録の変化（障害走の記録の伸び）は次のようになっている。

○直線走に対しての障害走の記録の伸び（平均値）

	40m走	(第2時) ⇒ ⇒ ⇒ (第5時)			
		40m H	差	40m H	差
男子	6.9秒	8.6秒	1.7秒	7.8秒	0.9秒
女子	7.4秒	9.6秒	2.2秒	8.4秒	1.0秒

男子の記録の伸び
(0.8秒)

女子の記録の伸び
(1.2秒)

- ・男女とも記録が伸びているが、女子の方がより顕著である。導入の段階でのハードルに対する抵抗感は女子の方が大きかったが、それが解消されたためであろう。
- ・今回の授業での目標タイムの計算方法は40m走のタイム+0.4秒×4台としていた。
0.4秒という数字は1台のハードルを跳び越すのにかかるロスタイムと考えていたが、児童の40m走のタイムと40mハードル走のタイム差を見ると、0.3秒として計算してもよかったように思われる。

② 学習の場の工夫について、児童は次のような感想を述べている。

- ・「今までの授業と違って、たくさんのハードルがあったし、インターバルの長さもいろいろあって、自分に合ったコースをさがすことができてよかった。それに、ハードルの跳び方などがパネルにかいてあったから、それを見て少しずつできるようになった。」
- ・「私はハードルはあまり好きじゃなかったけど、いろいろ練習で工夫したり、ハードルの数を増やしたりしてやったのでとっても楽しくなって、今はハードルが大好きです。」
- ・「最初はあまり慣れなくてタイムも全然上がらなくてあまり楽しくなかったけど、3時間目からコースを変えてやるとタイムもぐんと上がりました。とても嬉しかったです。」

主体的に運動の楽しさを味わわせるために、数多くの場や練習用具を準備したことが、自分なりの記録の伸びや楽しみにとつながったと思われる。しかし、児童の視覚に訴える視聴覚機器の活用がなかったので、技術的ポイントの習得が不十分であった。

技術ポイントのパネル図は提示したが、障害走の連続した動きを視覚でとらえさせるためには、今後、視聴覚機器の活用の工夫をする必要がある。

③ 学習評価について

学習カードへの記入はあまり煩雑にならないように、記録の変容、技術習得、めあて、楽しさ、協力・安全にしばって自己評価させてみた。

記録の変容は毎時間の得点争いと相まって、一番意欲づけになるものとなった。技術面の自己評価は個人でやるだけでは不十分なので、グループ間で他者評価をさせたが、観点をしばって指摘し合ったのが良かったようだ。授業の後半には技術ポイントの克服を「今日のめあて」に書く子が多く出てきた。

主体的な学習活動のために学習カードを活用させたが、自らめあてを設定し自己評価するという学習評価の流れには慣れてきた。まだ、自己を客観的に見ることができない、という面では不十分だが、毎時間のめあてを前時の反省をもとに立てられたという面では、自己評価の基礎はできてきた。

最後に、アンケート調査による意識の変化を見てみると、陸上運動及び障害走を好きになった人数が大幅に増えて学習に対する意欲が高まったことがわかる。(6年3組30名対象)

○陸上運動で好きな種目は？

○陸上運動に好きですか？

授業前	短距離・リレー 19人	【障害走】 6人	幅跳び 3人	高跳 2人
	-13	+15	-2	±0
	↓	↓	↓	↓
授業後	短距離・リレー 6人	【障害走】 21人	1人	2人

授業前	【好き】 9人	嫌い 1人	どちらでもない 20人
	+16		-15
	↓		↓
授業後	【好き】 25人		どちらでもない 5人

(2) 授業研究会の記録

① 授業者の反省

- ・走者が走りこんでゴール付近で記録を記入している子がいた。(安全面)
- ・スターターとストップウォッチ系の呼吸が合わない場面があった。
- ・チーム得点争いで、1位と6位の差が大きかった。単元の途中でも、チームを再編成する必要がある。
- ・各チームごとに記録測定をしていたが、記録向上のためには、他チームの走者と同時にスタートさせる工夫も必要だった。
- ・着順で勝負を決める方式ではなくて、目標タイムを基にした得点争いにしたので、どの子も意欲的に活動していた。

② 感想・意見

- ・全児童が、めあて達成に向かって主体的に活動し、意欲的であった。
- ・練習の場面で、数合い(技術のアドバイス)が積極的に行われていた。
- ・応援などの励まし合いや、記録向上の認め合いがグループ間で行われていた。
- ・めあて達成のために、足当てボードや輪などの道具を工夫として利用していた。
- ・チーム間の役割分担がスムーズに行われていた。
- ・裸足で走っている子がいたが、安全面から考えると靴をはかせた方が良い。
- ・ハードルの高さ、インターバルの長さ、輪、足当てボードなど子供の多様な実態に対応する場の工夫がなされていた。
- ・教師が、児童を把握し、グループに的確にアドバイスしていたので、児童が主体的に活動していた。
- ・どのコースを走ってもよいことになったが、コースの難易度によって得点に差をつける工夫も必要ではないか。

③ 指導助言

<成果>

- ・主体性を持たせる工夫がされていた……一人一人がめあてを持ち、それを達成するために自分で考えて判断し行動する主体性のある授業であった。
- ・めあてを達成するための場の設定が、児童の実態からよく工夫されていた。……ハードルの高さやインターバルの長さやパイプ製のハードルなど能力を考慮していた
- ・めあての達成を確認する評価活動がなされていた。……自己評価、グループ内評価以上の3つの視点から、仮説が検証された授業であったと言える。

<課題>

- ・めあてを持っている児童への声かけがやや不足していた。
- ・場の設定として、ビデオ・写真などでイメージを持たせることが必要。
- ・評価をする場合、1位の班だけでなく、どれだけ伸びたかという過程も評価する。
- ・コースの難易度が違うので、競争させる時は、条件をそろえる公正さが大切である。

8 学習資料

資料①

個人学習カード

6年組番名前

	40m走のタイム ()	障害走目標タイム ()	よくできた◎ふつう○もう少し△														
時間	今日のめあて	記録(秒)	得点	グラフ(記録の伸び)1めもり0.2秒です										めあて	楽しさ	協力安全	
2時		m															
		cm															

資料②

チーム得点カード

チーム名 ()

() 月 () 日	選手名	1回目 タイム, 得点	2回目 タイム, 得点	() 月 () 日	選手名	1回目 タイム, 得点	2回目 タイム, 得点
	A・K	()秒 ()点	()秒 ()点		A・K	()秒 ()点	()秒 ()点
	合計得点	点	点		合計得点	点	点
	班の順位	位	位		班の順位	位	位

資料③

チームチェックカード

グループ名 ()

名前	チェック項目	時間	2	3	4	5	6	7	
評価 うまい◎ できている○ もう少し△	3歩のリズムで最後までいける								⇒ できないときは ⇒ パネル1を見て練習しよう
	振り上げ足の裏が見える								⇒ ⇒ パネル2を見て練習しよう
	抜き足が水平(横)になっている								⇒ ⇒ パネル3を見て練習しよう
	ハードルを低く跳び越している								⇒ ⇒ パネル4を見て練習しよう

資料④

チェックリスト (教師用)

よい◎ ふつう○ もう少し△

チェック項目	めあて	めあてにむかっている活動の様子	①きまり	②教え合い	③係の仕事	④勝敗	⑤安全	⑥マナー	⑦3歩リズム	⑧振り上げ足	⑨抜き足	⑩低く跳ぶ	備考
氏名													
①													

資料⑤

学習時における教師の観察

次のような観点で学習時の観察を行い、必要に応じて指導し、記録をして資料として残す。特に、ここでは、教え合って活動しているか、めあてに向かって工夫して練習しているか、どれくらい競争を楽しんでいるかが観察の中心になる。この観察の観点は、子供たちの自己評価へのきばえのめやすとしても活用できる。

また、この観点をクラス名簿の一覧表に記入すると、子供たちの活動が把握しやすい。1時間以内で全員をチェックすることは無理なので、各時ごとにチェックする項目や子供を決めて、資料がかたよらないように計画的に行う必要がある。

観察による観点のとらえ方

観点	具体的な内容	よい (◎)	ふつう (○)	もう少し (△)
<ul style="list-style-type: none"> ・ 関心 ・ 意欲 ・ 態度 	<ul style="list-style-type: none"> ・ きまり ・ 教え合い ・ 係の仕事 ・ 勝敗 ・ 安全 ・ マナー 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 進んできまを守り ・ 進んで教え合いができる ・ 進んで仕事をす ・ 勝敗や判定を素直に認め、喜び、励ましあえる ・ 周囲に気を配り、安全を確かめ注意できる ・ 応援や励ましが大きな声でできる 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 友達に言われてから守る ・ 教え合いができる ・ 言われてから仕事をす ・ 勝敗や判定を認める ・ 安全を確かめられる ・ 応援や励ましができる 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 守らないことが多い ・ 教え合いができない ・ 仕事をしない ・ 素直に認めず、文句を言ったり、人を責めたりする ・ コースを横切ったり、倒したハードルを直さない ・ 応援や励ましができない
<ul style="list-style-type: none"> ・ 思考 ・ 判断 	<ul style="list-style-type: none"> ・ めあて 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分に合っためあてを立て、練習を計画することができる 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分に合っためあてを立てることができない 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分に合っためあてを立てることができない
<ul style="list-style-type: none"> ・ 技能 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 3歩のリズム ・ 振り上げ足 ・ 抜き足 ・ 低く跳ぶ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ スピードを落とさずに、3歩のリズムで走り切ることができる ・ 踏み切り足の裏が見え、スピードに乗っている ・ 抜き足が水平になっていて、スピードもある ・ スピードを落とさず遠くで踏み切り、低く跳ぶことができる 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 3歩のリズムで走り切ることができる ・ 振り上げ足の裏が見える ・ 抜き足が水平になっている ・ 低く跳ぶことができる 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 3歩のリズムで走り切れない ・ 外側から振り出ししている ・ 抜き足が縦抜きになっている ・ 踏み切りが近く、高く上がっている

VI 研究の成果と今後の課題

【成果】

- 1 個に応じた「めあて」を持たせることにより、児童の活動が意欲的になった。
- 2 能力に応じた場を設定することにより、児童は個々の能力に合った場で障害走特性に触れた楽しく運動することができた。
- 3 「個人学習カード」「相互チェックカード」を活用することにより、児童は自己評価活動に慣れ、教師は児童一人一人の到達度、関心、意欲の状態が把握できるようになった。
- 4 技術習得のための練習用具を用意することにより、教師の指示待ちではなく、自ら考えて練習を工夫する児童が増えてきた。
- 5 陸上運動を好きになった子が9人から25人に増えた。

【課題】

- 1 技術習得のために、ビデオ等、連続した動きのわかる教育機器の活用の工夫。
- 2 通知表や指導要録などの記載に活用するための点数配分の研究。
(学習カードやチェックカードをもとにして)
- 3 さらに主体的な学習活動ができるように学習カードの改良をする。
- 4 今回は得点争いによる競争を実施したが、ゴール決着の競争方法も採用した方がいいのか。

<主な参考・引用文献>

『小学校体育実践指導全集 陸上運動』	山本貞美 編	日本教育図書センター	1992
『楽しさを深める体育授業の実際・6年』	嘉戸 脩 編	教育出版	1990
『これからの小学校体育 陸上運動』	保坂一郎 編	東洋館書店	1991
『新しい体育授業の展開・小学校第6学年』	宇土正彦 他編	大修館書店	1989
『個人差に応じた新しい学習指導の展開 体育』	熱海則夫 監修	ぎょうせい	1989
『小学校 新しい体育の考え方・進め方』	宇土正彦代表編	大修館書店	1987
『陸上運動・ボール運動学習カードの工夫と活用』	三浦 勇 編	東洋館出版社	1992
『小学校体育指導資料指導計画の作成と学習指導』	文部省	東洋館出版社	1991
『研究紀要』	琉球大学附属中学校		1988
『研修報告集録』	沖縄県立教育センター		1990
『入賞作品集録第23集』	徳島市立教育研究所		1992
『那覇市地区教育課程研究集会 研究報告書』	那覇市教育委員会		1992