

主体的に動きを高める子どもを育てる体育科学学習指導

局面での動きの観点を明確にした相互評価活動Ⅰ・Ⅱ・Ⅲを通して

うきは市立御幸小学校
教諭 長尾 剛

こんな手立てによって…

- ①一連の運動を区切った局面での動きの観点を明確にして、つかむ、つくる、ふりかえるの学習サイクルに相互評価活動を位置づける。
- ②ノートや練習の場などで評価活動を見える化する。

こんな成果があった！

- ①できる動きや技、記録などの技能が高まった。
- ②子ども達同士の声かけ、助言が活発になり、意欲が高まった。
- ③目指す姿から課題やその原因を見つけ、解決するための練習の仕方や場のつくり方などを考える思考力・判断力が高まった。

1 考えた

私は、これまでの体育科学学習指導において、技能を高めることに重点を置き、くりかえしの反復練習が中心であった。その結果、子どもたちは、自分の動きや目指す動きが明確につかめないまま練習を繰り返し、できない原因を考えたり、コツがわかったり、そのコツを表現することができていなかった。また、子ども同士による助言等の教え合いも活発ではなかった。

そこで、子ども自身が課題を持ち、課題解決のために思考し、大まかにできる状態から、上手にできる状態へ、さらには、いつでも安定して上手にできる状態へと高めていく体育科学学習を目指して、本研究に取り組んだ。

そのために、一連の運動を分析し、過程を細分化した具体化した観点を示し、活動の結果や記録を綴じるノート、動きの要素を見える化した練習の場を使って、目指す動きと友だちの動きを比べて評価し、動きのよさや不十分さをお互いに伝え合う子どもの相互評価活動を、学習のサイクルの「つかむ段階」「つくる段階」「ふりかえる段階」に位置づけるようにした。

そこで、研究主題を「主体的に動きを高める子どもを育てる体育科学学習指導」副主題を「局面での動きを明確にした相互評価活動Ⅰ・Ⅱ・Ⅲを通して」とし、研究に取り組むことにした。

2 やってみた

主体的に動きを高める子どもを育てるために、一連の運動を区切った局面での動きの観点を明確にして、つかむ、つくる、ふりかえるの学習サイクルに相互評価活動を位置づけたり、ノートや練習の場で評価活動を見える化して、【実践事例Ⅰ】第6学年「集団マット運動」で、実践を行い、さらに研究を一般化していくため、【実践事例Ⅱ】では陸上運動領域、第5学年「ハードル走」での実践に取り組んだ。

3 成果があった！

どちらの実践においても、運動を分析し動きの観点を明確にし、局面ごとの動きを見える化する工夫をしたことが、主体的に動きを高める子どもを育てる上で有効であることが分かった。

主体的に動きを高める子どもを育てる体育科学習指導

局面での動きの観点を明確にした相互評価活動Ⅰ・Ⅱ・Ⅲを通して

1	主題設定の理由	3
	(1) 体育科指導の方向性から	3
	(2) 指導上の反省・児童の実態から	3
2	主題・副主題の意味	4
	(1) 「動きを高める」について	4
	(2) 「主体的に動きを高める子ども」について	5
	(3) 「局面の動きの観点を明確にすること」について	5
	(4) 「局面の動きの観点を明確にした相互評価活動Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ」について	5
3	研究の目標	6
4	研究の仮説	6
5	研究の構想	6
	(1) 粗形態・精形態・安定化からみた動きの分析	6
	(2) 相互評価活動を旺盛にする学び方の積み上げ	7
	(3) 活動を旺盛にする指導の手立て	7
	(4) 研究構想図	7
6	研究の実際	9
	【実践事例Ⅰ】第6学年「集団マット運動」	9
	【実践事例Ⅱ】第5学年「ハードル走」	15
7	成果と課題	20
	(1) 成果について	20
	(2) 課題について	20
	<参考文献>	20

主体的に動きを高める子どもを育てる体育科学学習指導

局面での動きの観点を明確にした相互評価活動Ⅰ・Ⅱ・Ⅲを通して

うきは市立御幸小学校
教諭 長尾 剛

1 主題設定の理由

(1) 体育科指導の方向性から

平成20年3月に告示された新しい学習指導要領においては、運動する子どもとしない子の二極化傾向や、子どもの体力低下傾向が依然深刻な問題となっていることから、「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成とともに、学校教育における体力の向上を図ること」が重視されている。

「子どもの体力向上のための取り組みハンドブック」（文部科学省平成24年3月）においては、

- ①児童生徒が楽しさを実感できる授業
- ②体の動かし方やコツがわかる授業
- ③運動の日常化につなげることができる授業
- ④運動が苦手な子どもや嫌いな子どもが運動のおもしろさを見いだすことができる授業

という授業改善が求められている。

つまり、これからの学校体育において、子どもが体の動かし方を理解し、確実に技能を定着させ、自己の技能の高まりを実感することにより、自信を持ち、運動することが好きになり、自ら積極的・継続的に運動に取り組もうとする態度を養うこと。その結果、体力向上へとつなげていくことが重要である。本研究は、子ども自身が課題を持ち、課題解決のために思考し、「わかった」「できた」と動きの高まりを実感し、運動への自信を持つことができる授業づくりに取り組んでいくものである。このことは、生涯にわたって運動やスポーツに親しむ資質や能力を育てる上でも意義深い。

(2) 指導上の反省・児童の実態から

これまでの指導上の反省として、くりかえしの反復練習が中心であり、「一連の運動の過程のどの局面でどう動けばいいのか」という動きを高める指導が明確にできていなかった。また、表Ⅰのアンケート結果から分かるように、「前転ができる」と答えた子は27人いるが、「きれいな」や「連続して」と加えるだけで、できると答えた子は大きく減少している。これは「どのような動きがきれいなのか」を明確にできていないからだと考える。そして、自分がどんな動きをしているのかつかめていないため、自信をもって「できる」と答えることができなかったと考える。

また、表Ⅱのアンケートから、体育の授業によってできることは増えている傾向にあるが、できない動きの原因を考えたり、コツをつかんだりすることができていない。また、子ども同士による助言等の教え合いも活発とは言えない。

以上のことから、

- ・自分の動きを客観的につかめず、どのような動きをすればよいか理解できていない。
- ・子ども同士の助言や励ましが少なく、共に動きを高めようとする学び合いができていない。

という課題が明らかになった。

これらの反省・実態から教師が身に付けさせるべき動きを明確にし、子どもが確実に動きを高め合い、その高まりを実感できるように、相互評価活動を行っていく本研究は意義深いと考える。

		できる	だいたいできています・できそう	できない	やったことがない・わからない				
						あてはまる	まあ、あてはまる	あまりあてはまらない	あてはまらない
前転	前転	27	1	0	0	12	10	5	0
	きれいに前転	12	15	1	0	7	8	12	0
	連続前転(まっすぐに3回以上)	11	14	2	1	9	8	6	4
	開脚前転	7	16	4	1	7	8	6	6
【表Ⅰ マット運動事前アンケート】						【表Ⅱ 25年度5月 体育授業アンケート】			

2 主題・副主題の意味

(1) 「動きを高める」について

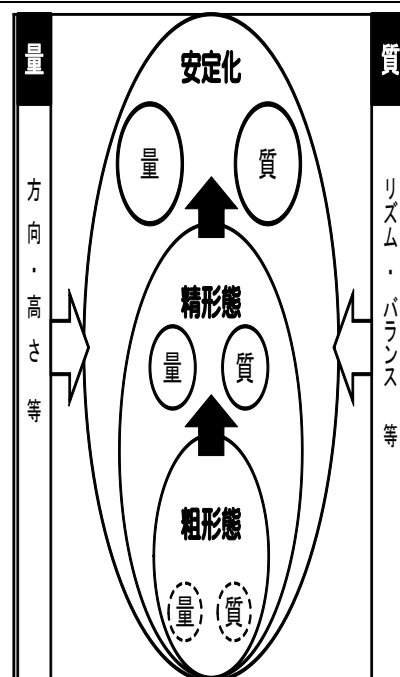
動きとは、体の一部もしくは体全体を今までの状態から変容させることである。

具体的には、自分の体を使って走る、歩く、跳ぶ、投げる、蹴る、捕らえるなどの動きを上げることができる。

- ・マット運動での動きとは、曲げる、伸ばす、開く、閉じる、回転する、支える、立つ、反らす、はねるなどの動きをさす。
- ・ハードル走では、走る、踏み切る、またぐ、着地するなどの動きをさす。

動きを高めるとは、動きを、〈粗形態〉→〈精形態〉→〈安定化〉の方向で高めていくことである。

- ・粗形態・・・動きの大体をとらえ、荒削り（不安定・失敗）ではあるが「大まかにできる状態」
- ・精形態・・・目的に向かって、大まかな動きを量的・質的特性から改善し、磨きあげ、全体として調和がとれ、まとまりをもち、「上手にできる状態」
 - ・量的特性・・・方向、高さ、位置、形態、速さなど
 - ・質的特性・・・リズム、バランス、タイミング、強弱など
 ※基本的には、量から質へ高めていく。
- ・安定化・・・運動環境の条件（高さが違う、距離が違うなど）が変わっても、安定（空間的、時間的、力動的経過形態）を増し、「いつでも上手にできる状態」



【図Ⅰ 動きの高まりについて】

(2) 「主体的に動きを高める子ども」について

新しい運動に挑戦した子どもたちが、自分の動きを「大まかな動きの状態」から「上手にできる動きの状態（量的や質的にみて）」へ、さらには「(量的・質的な高まりを伴いながら) いつでも上手にできる動きの状態」へ高めていく子どもの姿である。

- ・大まかな動きの状態・・・荒削りではあるが大まかな動きをとらえ、動きを高める目的（単元のめあて）をつかむ。
- ・上手にできる動きの状態・・・自分の動きのよさや不十分さとその原因をとらえ、場や練習方法を工夫したり、自分の動きを意識して巧みに操作したりしながら、量的、質的に動きを変化させていく。
- ・いつでも上手にできる動きの状態・・・運動環境の条件（高さが違う、距離が違うなど）が変わった中でも、安定（空間的、時間的、力動的経過形態）を増した動きへ高め、満足感や効力感を味わう。

(3) 「局面の動きを明確にすること」について

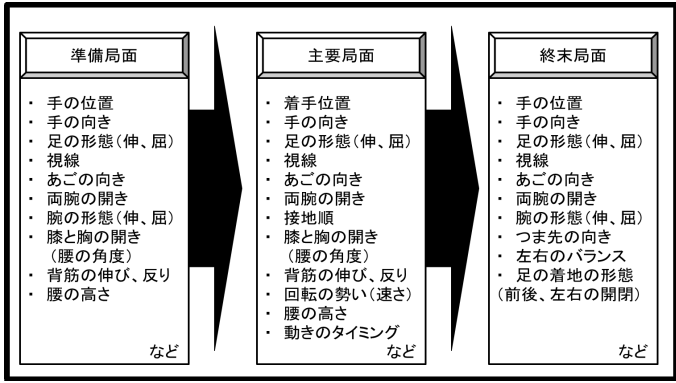
・局面の動きとは、運動における一連の過程を区切り、細分化された動きのことある。
 ・局面での動きの観点を明確にすることは、局面での動きを、動きの量的・質的特性に分類した要素から、高まりのポイント、つまずきのポイントを明らかにすることである。

「～しようとする。」を準備局面、「～する。」を主要局面、「～した。」を終末局面、「～した。」から次の運動の「～しようとする。」の間を中間局面という局面の中での動きのことである。

例えば、ハードル走のハードリングでは、助走からの踏み切りを「準備局面」、またぎ越す空中の動きを「主要局面」、着地を「終末局面」、着地から次への走り出しを「中間局面」とする。

右の図Ⅲのように、運動の一連の過程を区切った各局面での、体全体や体の一部の動きを細分化し、動きの特性から目指す姿を明らかにしたものである。

【図Ⅱ マット運動における局面の動きの観点】



(4) 「局面での動きの観点を明確にした相互評価活動Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ」について

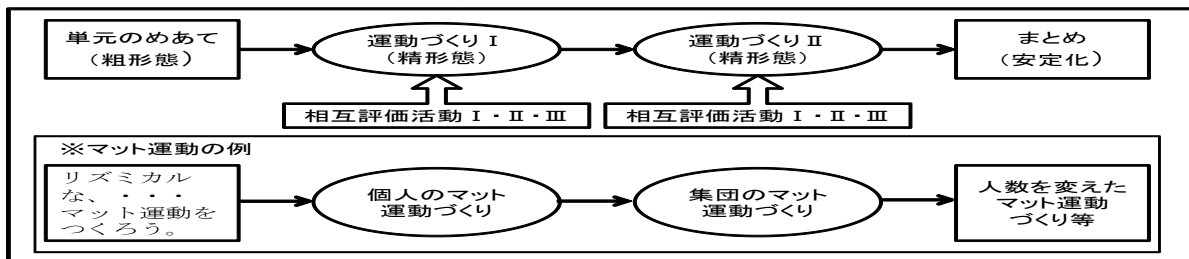
相互評価活動とは、目指す動きと友だちの動きを比べて評価し、動きのよさや不十分さをお互いに伝え合い、高め合う活動である。

	<p>評価する観点</p> <ul style="list-style-type: none"> ・動きの量や質 ・場の工夫や練習方法 	<p>評価する方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・モデルの動きとの比較 ・見える化できる用具等の活用 ・点検カードの活用
--	--	---

局面での動きの観点を明確にした相互評価活動Ⅰ・Ⅱ・Ⅲとは、目的に向かって、粗形態の状態での動きを精形態の状態での動きへ高めていくための、次の一連の活動である。

- ・相互評価活動Ⅰ・・・運動に挑戦し、モデルの動きと自分の動きを比べてお互いに評価（観点は、動きの量や質）し、お互いの動きのよさや不十分さからめあてをつかむ活動。
- ・相互評価活動Ⅱ・・・お互いの動きのよさや不十分さの原因を分析して、練習方法や場を工夫して動きを高め合い、評価し合うことを繰り返して、動きを高めていく活動。
- ・相互評価活動Ⅲ・・・初めの動きと高めた動きを比べてお互いに評価し合い、動きの高まりを実感し、満足感や効力感を味わう活動。

単元の運動づくりにおいては、この一連の活動を次のように位置づけていく。



【図Ⅳ 単元における相互評価活動】

3 研究の目標

局面での動きの観点を明確にした相互評価活動を通して、子どもが課題意識をもち、練習方法を工夫したり、場をつくりかえたりして、主体的に動きを高める体育科学習指導の在り方を明らかにする。

4 研究の仮説

単元における運動づくりの過程に、局面での動きの観点を明確にした相互評価活動Ⅰ・Ⅱ・Ⅲを位置づけ、以下の3点から具体化していけば、主体的に動きを高める子どもを育てることができるであろう。

- ①粗形態・精形態・安定化からみた動きの分析
- ②相互評価活動を旺盛にする学び方の積み上げ
- ③相互評価活動を旺盛にする指導の手立て

5 研究の構想

(1) 粗形態・精形態・安定化からみた動きの分析

- 動きを、<粗形態>→<精形態>→<安定化>から分析し、単元等における動きの高まりを把握する。

<マット運動>

- ・粗形態・・・回転する、支える、開く、閉じるなどのマットの動き
→ 前転、後転、開脚前転、飛び込み前転などの技
- ・精形態・・・動きの量や質からみた動きの高まり
 - ・量・・・回数、方向、高さ、位置、距離、速さなど
 - ・質・・・リズム、バランス、タイミング、強弱など
- ・安定化・・・マットの長さを変える、集団の人数を変えるなどの条件を変えての動き

※ なお、この動きの分析とともに動きを高めるための場づくりや練習方法の工夫なども明らかにしておく。

- さらに、教師自身が局面での動きを明確にし、子どもたちには、連続写真や構造図、局面図とともに局面ごとに分析したコツのチェックポイントやつまずきポイント(図V)を具体化する。

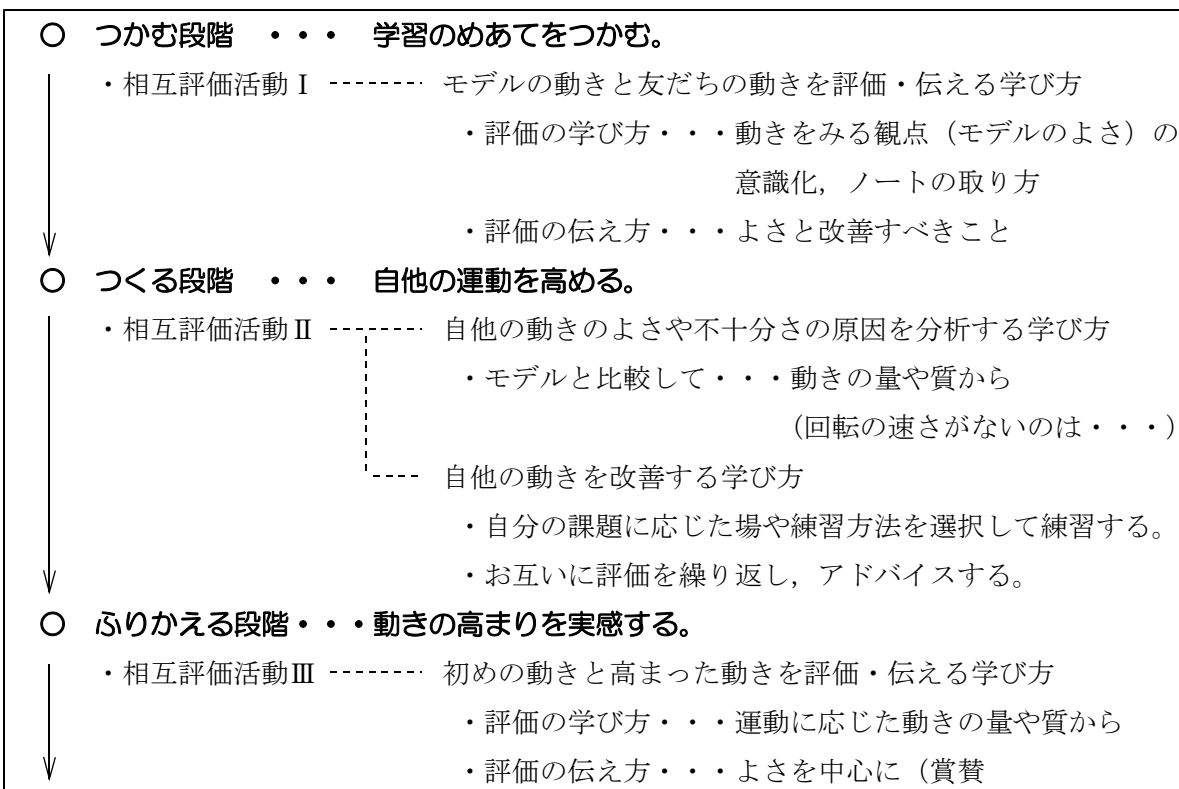


【図V チェック・つまずきポイント】

このように動きを分析することによって、目指す動きの姿が具体的に分かり、子どもの相互評価活動に生かすことができると考える。

(2) 相互評価活動を旺盛にする学び方の積み上げ

精形態での動きを高める問題解決的な学習のサイクル<つかむ段階>→<つくる段階>→<ふりかえる段階>に、相互評価活動を位置づけ、次のような学び方を積み上げていく。



(3) 活動を旺盛にする指導の手立て

- ノートの工夫

一単位時間でのねらいに合わせ、目指す動きの構造図・局面図を載せ、評価活動の結果や記録をすばやく、簡単に書き込めるワークシート(資料Ⅰ)や技(動き)の連続写真、練習例(資料Ⅱ)などを綴じることで、ノートを一人一人が作成し、活動の見通しを持ったり、高まりをふりかえったりすることができるようにする。

ハードル走
今日の目指す動き
低く、すばやく
頭の高さが変わらない。
すずにあたらさない
頭の上下動

自分の踏み切りは、ハードルから____つはなれたところ。
インターバルは、____mのコース。

達成項目
すずにあたらさない
自己新記録

今日の学習で
どんな動き、どんなことがよくなりましたか？わかった、できたことは？また、目標

【資料Ⅰ ワークシート】

前転 **大きな前転**

ア 跳び箱の上から：腰を高くできる→後頭部をつける
場所：跳び箱マット

イ 下り坂マット：勢いがつく→立ちやすい
場所：坂マット

ウ フープづくり：くぐる→体が良く丸まっている
場所：ノーマルフープ

エ 細マット連続回転：落ちない→まっすぐ回っている
場所：細マット

オ 上り坂マット：のぼれる→勢いも十分ある
場所：坂マット

カ 手押し車から：腰大きく開ける うでで支える
場所：ノーマルマット

キ 跳び箱の上から：うでで支える 足を振り上げる
場所：跳び箱マット

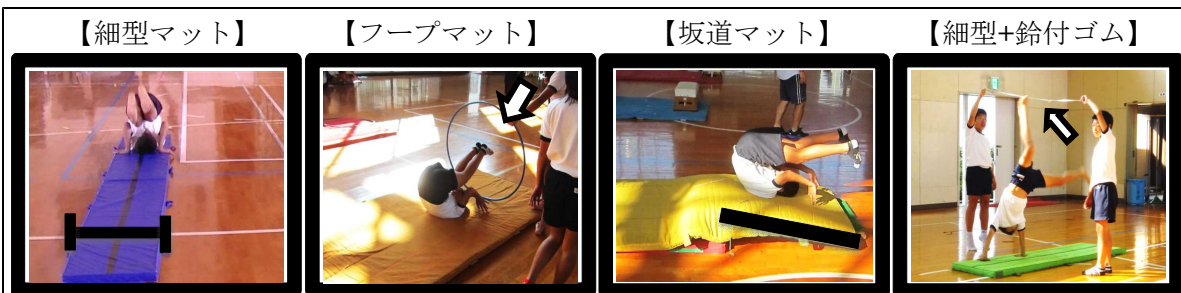
ク 足を前後に開いてから：足上げやすい→腰が開く
場所：ノーマルマット

ケ 跳び箱こえ：こえる→面足でけり、腰を高く 手を遠くに付けている
場所：跳び箱マット

【資料Ⅱ 練習例】

○ 評価活動の見える化

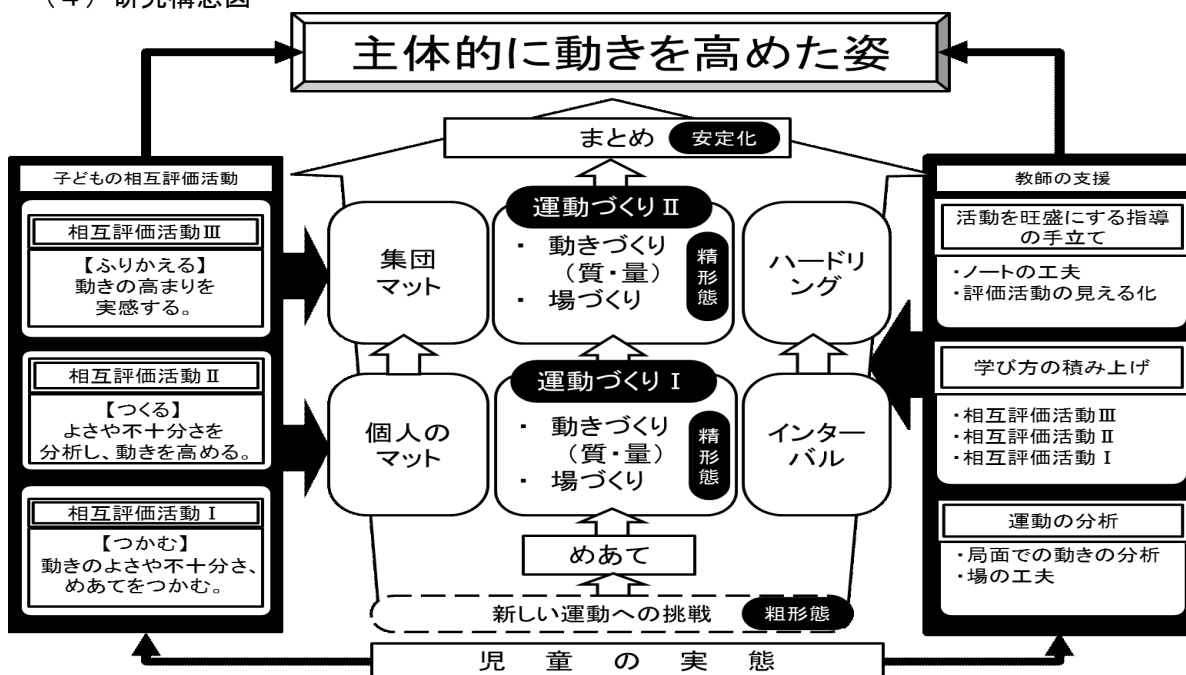
練習においては、図VIに示すように、課題に応じて場を選択したり、つくりかえたりすることができるように、ゴムひも、テープなどを使って動きの要素を視覚化し、評価活動が行いやすく、動きの高まりを感じ取ることができる工夫を行っていく。



【図VI 動きに応じた場の工夫例】

- ・連続したまっすぐな回転が分かる「細型マット」
- ・膝を伸ばした回転が分かる「フープマット」
- ・回転の勢いを増す「下り坂マット」、勢いのある回転が分かる「上り坂マット」
- ・手や足の直線上接地と、足と腰の高さが分かる「細型マット+鈴付ゴム」

(4) 研究構想図



6 研究の実際

【実践事例Ⅰ】 第6学年 単元 「集団マット運動」

(1) 指導の立場

①目標

- 仲間とともに、技を高めたり、組み合わせたりする楽しさや喜びに触れることができるよう、相互評価活動を意欲的に行い、集団マット運動の動きを高めようとする態度を育てる。
- 課題の解決の仕方を知るとともに、演技の構成を話し合ったり、単技の動きのコツを局面的動きの要素から伝え合ったり、判断することができるようにする。
- 集団マット運動をつくり上げるために、安定した基本的な回転技や倒立技、その発展技の構成を工夫したり、組み合わせたりして連続演技ができるようにする。

②計画（8時間）

- 1 集団マット運動のために、技の財産調べを行い、学習課題をつかませる。(1)
- 2 集団マット運動をつくり上げるための技の練習をさせる。(3) **実証授業①** (1/3)
- 3 集団マット運動をつくり上げるために、構成を工夫したり、練習したりさせる (3) **実証授業②** (2/3)
- 4 集団マット運動発表会を行い、動きの高まりを実感させる (1)

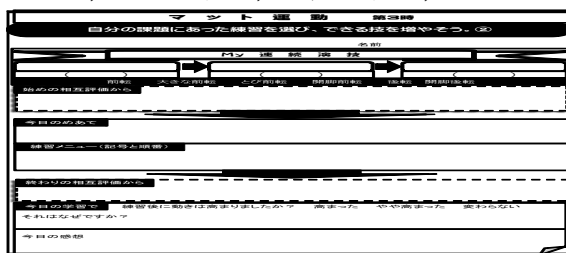
(2) 授業の実際

実証授業① 平成25年11月1日 運動づくりⅠ（個人のマット中心）

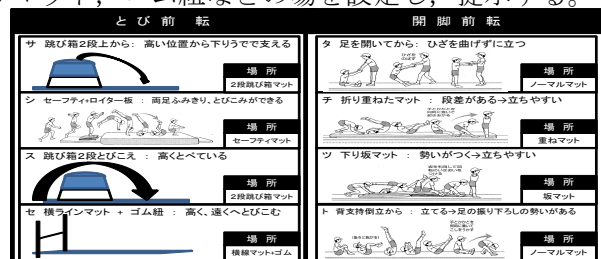
①本時の立場

本時は、回転技を局面にわけ、目指す動きと比較し、課題を明確にして、練習の場や方法を選択し、動きの量を高めることができるようにすることをねらいとしている。そこで、次の3点の工夫を行った。

- 運動の分析から
子ども同士が評価できるように、単技を準備局面、主要局面、終末局面に分け、動きのチェックポイント、つまずきポイントを分析する。
- 学び方の積み上げから
各回転技を克服するために、チェックポイント、つまずきポイントをもとに、つかむ、つくる、ふりかえる段階に相互評価活動を位置づけ、よさや不十分さを伝え合う場を設定する。
- 活動を旺盛にする指導の手立てから
各回転技のつまずきポイントを克服するために、その局面の動きを易しくし、スモールステップで練習できるように、また、そのつまずきが克服できたことを判断できるように、跳び箱、フープ、重ねマット、段差マット、ライン入りマット、ゴム紐などの場を設定し、提示する。



【資料Ⅲ ワークシート】



【資料Ⅳ 課題別練習メニュー例】

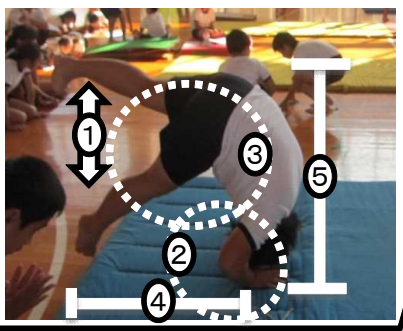
②学習活動の実際

主眼

- 準備局面で両足をけり出し、主要局面で膝を伸ばしてふり上げる動きができるようにする。
- 友だちからの評価をもとに、課題を解決する練習の場や方法を選択して取り組むことができるようにする。

【相互評価活動Ⅰ】

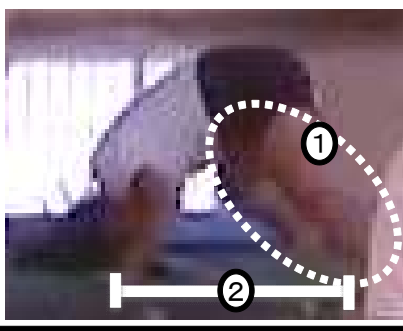
個人でつくった連続演技をグループの友だちに教え、その技の局面の動きをもとに相互評価し、今日の課題、練習メニューの見通しをつかむ。



A児は、相互評価活動Ⅰから、大きな前転の準備局面で
①ふみきりが片足ずつで、開いてしまっている。
②手で体重を支えていない。
③腰の開きが狭い。
④手をもっと遠くにつくといい。
⑤腰の位置がもっと高くなるといい。
という課題を持った。そこで、
・赤白帽子で挟んで、ふみきる。
・跳び箱をこえて、回転する。
という練習メニューの見通しを立てた。

相互評価活動Ⅰ


局面図をもとに
よさや不十分さ
↓
課題



B児は、相互評価活動Ⅰから、開脚後転の終末局面で
①膝が曲がっている。立ち上がることができない。
②足をもっと手の近くにつく。
という課題を持った。そこで、
・下り坂マットで、回転の勢いをつけ、立ち上がる。
・重ねた段差マットで、立ち上がる。
というメニューを中心に練習しようという見通しを立てた。

【相互評価活動Ⅱ】


相互評価活動Ⅰから明らかになった課題を解決するために練習の場を選択し、友だちと教え合ったり、声を掛け合い刺激し合ったりして練習する。



【A児の「大きな前転」②】

相互評価活動Ⅱ

教え合い
称賛
助言
場の選択



【B児の「開脚後転」②】

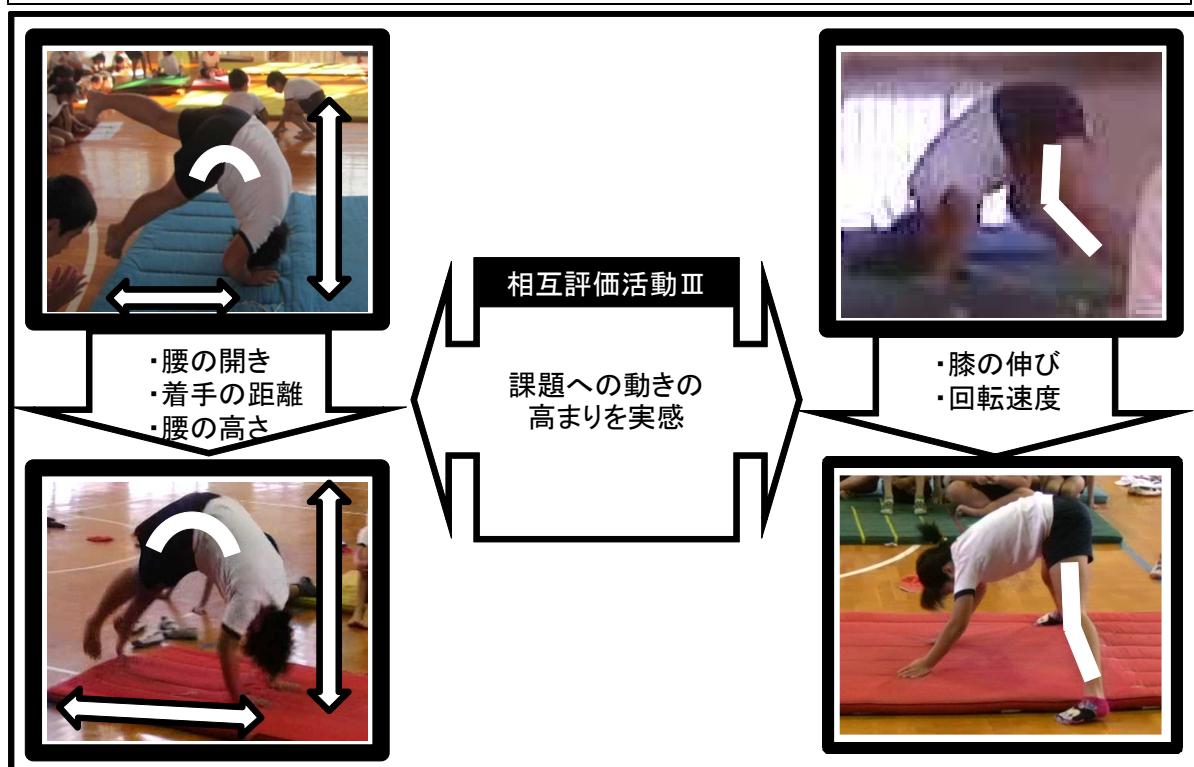
各自が選択した場で練習していき、自分が動いていない時には、常にグループの友だちを見て、教えたり、称賛・助言したりしながら、それぞれの課題を解決する練習ができた。

具体的に、A児は、相互評価活動Ⅰで明らかになった課題から、練習メニューの見通しを立て、膝に赤白帽子を挟んで、前転の練習から始めた。赤白帽子が落ちないようになったら、だんだんと手を遠くにつくように練習していった。次に、跳び箱をこえて、大きな前転をしていく中で、友だちから、膝の開きを見てもらったり、だんだんと腰を大きく開けるようになっていったことを褒められたりする相互評価活動Ⅱを行い、課題を解決していく姿が見られた。

また、B児は、マットの下に踏み切り板を入れた下り坂マットで回転の勢いをつけて、立ち上がる感覚をつかみ、膝が曲がっていないかを友だちに見てもらい、助言をもらいながらきれいに立ち上がる練習を重ねた。その後、段差のあるマットで立ち上がることができ、膝を伸ばした終末局面の動きを高めることができた。

【相互評価活動Ⅲ】

練習を終え、今日の課題の動きが改善されているか、動きの高まりがあるかを実感する。



最後に、もう一度、本時に身につけた動きをグループ内で相互評価していった。写真に示すように、A児は、初め、着手の位置が近かったため、大きな前転を安定して行うことができなかった。そこで、友だちから「脚をまっすぐ伸ばす」「手を遠くにつく。」という「コツ」を助言してもらったことで、安定した前転で回転することができるようになった。授業後の感想では、「自分でもきれいに回れるようになったと思うし、友だちからも『きれいになったよ。』と言われてうれしかった。」といった学習に対する満足感や効力感を味わうことができ、自分の動きの高まりを実感することができていた。また、B児は、初め、回転速度が遅いため、膝を伸ばした着地を行うことができていなかったが、場を選択したり、友だちから助言をもらったりすることで、安定した立ち上がりができるようになった。授業後の感想では、「できる技が増えて、マット運動が楽しい。次は、側方倒立回転で足を伸ばせるようになりたい」という意欲の高まりが見られた。

①本時の立場

本時は、個人で増やし、高まった動きをもとに、空間の構成を意識した集団マットをつくり上げ、動きの形態や大きさがダイナミックで、動と静などのリズムがあり、技と技との中間局面の滑らかさなどを高めることをねらいとした。そこで、次の3点から工夫を行った。

○運動の分析から

みんなの動きをそろえるために、動きのずれの原因、それぞれの技の距離・方向・高さ・速さなどの動きの要素、技と技との間の中間局面での動きを分析する。

○学び方の積み上げから

自分たちが選んだ曲に合わせて友だちとともに動きをつくり上げることに喜びや楽しさを感じ、つくる段階で活発な相互評価活動ができる集団マット運動を設定する。

○活動を旺盛にする指導の手立てから

空間の構成の方向、距離、タイミングが、演技者も評価者も分かりやすいように演技構成シートをつくり、すぐに移動修正できる目印やロープで動線を表したマットを設定する。

②学習の活動の実際

主眼

- ダイナミックで、美しい集団マット運動をつくるために動きのタイミングをずらしたり、そろえたりして空間の構成を意識した動きへ高めることができる。
- 友だちの動きを構成シート、ロープや目印をもとに評価することができる。

【相互評価活動Ⅰ】

兄弟グループで、構成シートとロープなどの目印のあるマットの場を使って相互評価し、課題をつかむ。



3班の集団マット運動

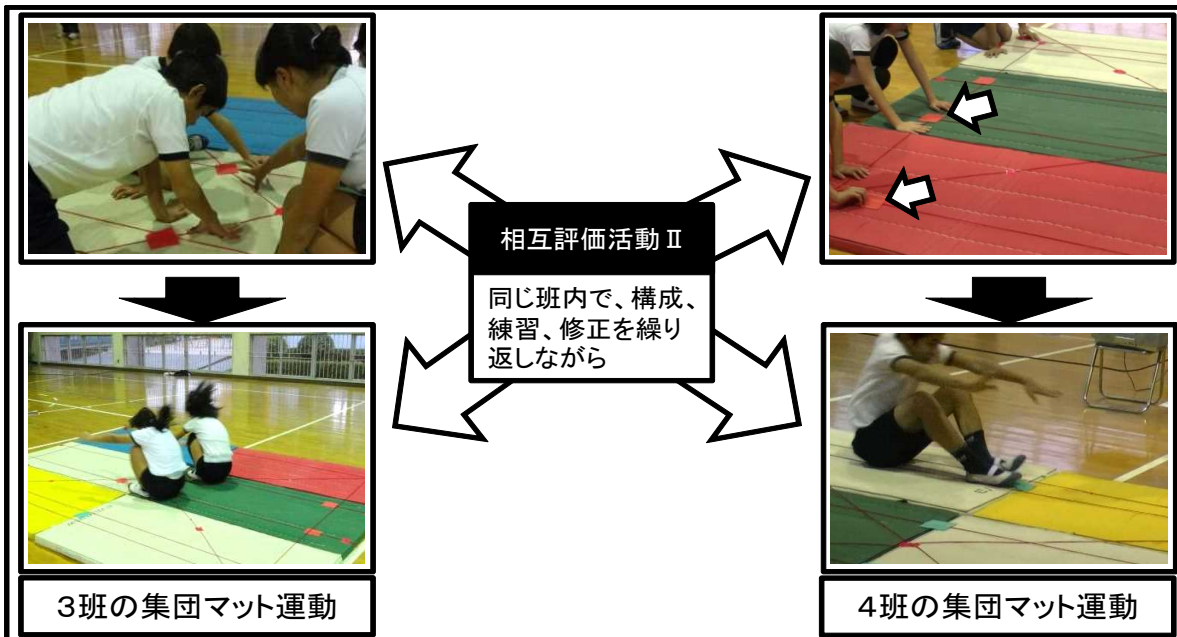


4班の集団マット運動

ここでは、試しに、集団マット運動をすることで、自分の課題や班の課題を明らかにすることを目的としていた。3班は、前転で中央に集まる動きがばらばらで全員の着地がそろわないといった課題から、「着地の動きをそろえたい。」といっためあてをつかむことができていた。また、4班は、前転の交差の動きが合わないといった課題から、「みんなの動きがぴったりそろって集団マットをつくりたい。」といった課題を見出すことができていた。

【相互評価活動Ⅱ】

班内で、相互評価活動Ⅰで明らかになった課題を解決するために練習し、相互評価活動Ⅱを行う。



ここでは、見出した課題をもとに、練習方法を工夫したり、場を選択したりして、課題を解決していった。写真にあるように、3班では、着地での動きをそろえるといった課題を解決するために、マークを使って立ち上がる位置を確認し、それぞれの回転の大きさに合わせて、動き出す位置も個人で変えることができていた。そして、くり返し、グループ内で声をかけ合ったり、見合ったりして動きを高めることができていた。一方、4班は、前転の交差の動きがぴったりそろえるために、マークを使って着手の位置や助走の位置を確認して、くり返し練習を行っていった。自分の動きが合っているかを確認するために、マークの位置を動かしたり、友だちにマークの位置に着手ができているかを助言してもらったりして練習を行っていった。

【相互評価活動Ⅲ】

兄弟グループで、本時の課題が解決されているか、動きが高まっているのかを実感する。



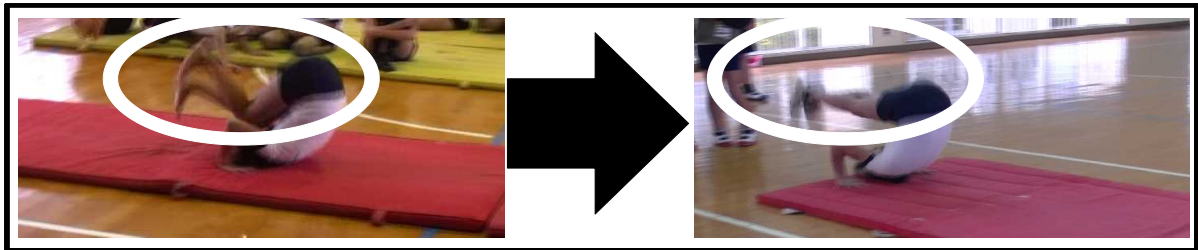
ここでは、再度、兄弟グループで相互評価活動を行い、お互いの動きの高まりを評価しあう活動を行っていった。3班は、写真に示すように、4人の回転速度がそろい、中央での4人の間隔も高めることができていた。また、4班においても、写真にあるように、4人の足がほぼ中央に着地し、集団の動きを高めることができていた。

【全体考察】

このように、実証授業②では、実証授業①の「つくる段階では、個人練習が中心であるため、相互評価活動Ⅱが十分できていたとは言えない。」という課題をうけ、子ども同士が一目で評価できるように相互評価活動Ⅱの仕組みをより具体化して実践を行うことができた。そのため、子ども達は動きを焦点化した評価を行うことができ、どんな動きをどのようにすればいいのかといった解決方法を明らかにしながら、動きを高めることができたと考えられる。特に、本実践は、集団化といった視点で教材化を行ったことで、今まで身につけた動きを生かして、集団の動きへと高めることができた。つまり、単元を通して、子どもに「～ようになりたい。」「もっと～工夫したい。」といった課題意識を大切にすることができたことは、子どもが自分の動きを高める上で有効であったと考える。

【動きの高まりについて】

研究前後のアンケートの結果から、全ての単技で、できる人数が増え、個人の中でもできる技の数が増えていた。その理由として、「局面図に書いてあるチェックポイントで自分の動きを相互評価してもらったり、自分の課題に応じて、場を選択したり、作りかえたりすることができるようになったから。」などと、友だちと互いに評価し合うことで、自分の動きを高めることができたことが有効であったと考えられる。また、個人運動であるマット運動を集団化したことで、一人一人が目的意識を持って取り組むことができた。具体的に子どもの姿で述べる。



【資料Ⅴ C児における前転の動きの変容①】

資料Ⅴは、単元終末におけるC児における前転の動きの変容である。C児は、今まで、腰の回転速度が遅いため、着地においてしゃがみ立ちを行うことができなかった。しかし、資料Ⅴに示すように、前転の主要局面において、両足で地面を強くけり、膝を伸ばすことができ、動きの質を高めることができたことが分かる。



【資料Ⅵ C児における前転の動きの変容②】

さらに、C児は、身につけた単技を集団マット運動に取り組む中で、より強くけり、膝の伸びた前転を連続してできるようになった。以上のことから、個の動きを高めるために集団マット運動を仕組んだことは、有効であったと考えられる。

【実践Ⅱにむけて】

しかし、一連の動きの中で、他者の動きを見取る困難さや、自分自身で動きをつかむ困難さがあった。また、評価の記録にも時間がかかっていた。実践Ⅱでは、局面の動きが分かり、「○」「×」など短時間で、簡単に評価できるような場やワークシートを構築していく。

【実践事例Ⅱ】 第5学年 単元 「ハードル走」

(1) 指導の立場

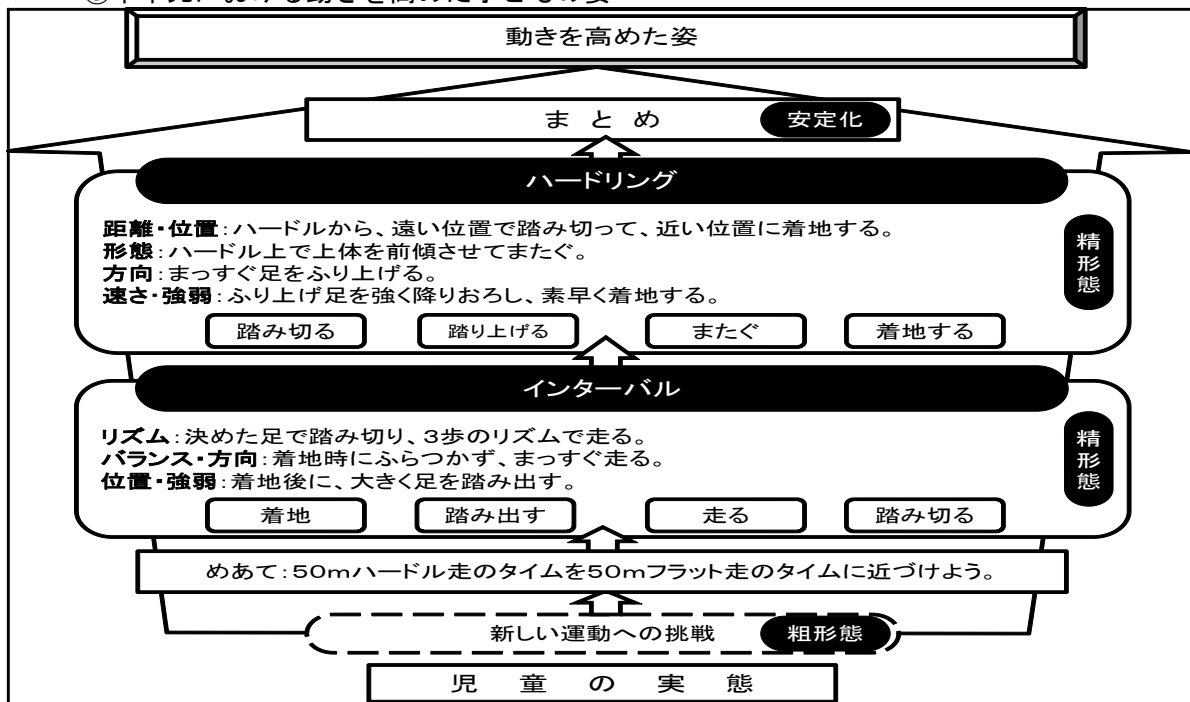
①目標

- 自他のインターバルの走り方やハードリングの姿勢に関心を持ち、進んで練習の場を選んだり、自他の動きを評価し合ったりしながら、動きを高めようとする態度を育てる。
- 課題の解決の仕方を知り、自分や仲間の課題を見つけ、課題に応じた練習の場や段階を選ぶことができるようにする。
- インターバルの走り方やハードリングの姿勢を工夫し、走とまたぎ越しの動きの組み合わせを、リズミカルに行うことができるようにする。

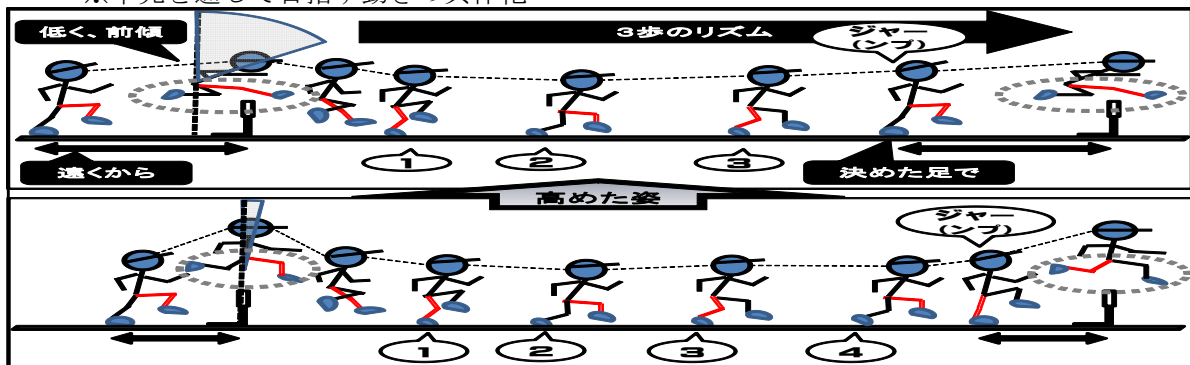
②計画（6時間）

- 1 50mフラット走と試しのハードル走を行い、学習課題をつかませる。(1)
- 2 インターバルをリズミカルに走る練習をする。(1) **実証授業①**
- 3 上体を前傾させるハードリングの練習をする。(2) **実証授業②** (1/2)
- 4 個人・グループの課題に応じた練習をする。(1)
- 5 ハードル走の記録会を行い、記録の伸び、動きの高まりを実感させる。(1)

③本単元における動きを高めた子どもの姿



※単元を通して目指す動きの具体化



(2) 授業の実際と考察

① 単元のめあてづくりの段階（粗形態の動き）

ハードル走の大まかな動きをとらえさせるとともに、単元のめあてをつかませることをねらいとした。そのために、「50mのフラット走を測る。」→「50mのハードル走を測る。（自分に合うインターバルの長さは。走りやすい踏み切り足は。）」→「50mフラット走と50mハードル走を比較する。」という一連の活動を位置づけた。

実際に、「右足で踏み切りの方が跳び越えやすい。」「5.5mだと狭すぎて、走りにくい。6mだといつも同じように走れる。」などと自分に合った踏み切り足とインターバルを感じ取ることができていた。また、50mのハードル走とフラット走のタイム差が、一番大きい子で6.2秒、一番小さい子で1.5秒だった。そして、子どもの「もっと速くなりたい。」「もっと上手にハードルを越えたい。」「ハードルとハードルの間を速いスピードで走りたい。」という思いや願いから、

- ・単元のめあて・・・「50mハードル走のタイムをフラット走のタイムに近づけよう。」
- ・単元の学習計画・・・<単元のめあてづくり>→<インターバルを中心とした運動づくりⅠ>→<ハードルを中心とした運動づくりⅡ>→<まとめ>

をつかませることができた。

②インターバルを中心とした運動づくりの段階 【実証授業① 平成26年11月21日】

バランスよい着地から、大きく踏み出し、ハードル間のインターバルを3歩のリズムで走ることができるようにすることをねらいとした。そのために、次のような相互評価活動を位置づけた。

ア つかむ段階（相互評価活動Ⅰ）・・・自他の動きを評価し合い、よさや不十分さを意識し、学習めあてをつかむ。

評 価 の 目 的	
自分のインターバルの動きのよさや不十分さを意識し、めあてをつかむために	
評 価 の 内 容	評 価 の 方 法
インターバルの動き <ul style="list-style-type: none"> ・ 同じ足での踏み切り ・ 3歩のリズム ・ ふらつきや蛇行 	 <p>踏み切り足につけたリボン、コース中央に引いた直線をもとに正面、横の視点で</p>

この活動では、事前に見た動画のように「同じ足で踏み切ること」「ハードルとハードルの間（インターバル）を3歩のリズムで走ること」ができていのか。また、「3歩で行くために、着地を安定させ、1歩目から大きく踏み出すことができていのか。」といった観点から、前時に決めた自分の踏み切り足につけた目印となるリボンやコース中央に引いた直線をもとに評価（動きをみる位置は、正面・横）していった。

その結果、「第1ハードルは決めた足で踏み切れるけど、次のハードルが違う足になっていた。」「同じ足で踏み切れたけど、3歩のところと5歩のところがあって、リズムや歩幅が同じじゃないから走りにくい。」「着地の後、まっすぐ走っていなかったよ。」という評価から「インターバルをバランスよく、3歩のリズムで走ろう。」というめあてをつかませることができた。

イ つくる段階（相互評価活動Ⅱ）・・・自他の動きのよさや不十分さの原因を分析し、自他の動きを評価し合い、高め合う。

評価の目的	
インターバルの動きのよさや不十分さを評価し合い、課題を解決するために	
評価の内容	評価の方法
インターバルの動き <ul style="list-style-type: none"> ・ふらつかない着地 ・着地後の大きな1歩 ・「1,2,3、ジャー(ンプ)」の3歩のリズム 	 <ul style="list-style-type: none"> ・台の上から片足で降り、走り出す1歩目の大きさを横の視点で。 ・降りた時のふらつきを正面の視点で。 ・短いインターバルを「1、2、3、ジャー(ンプ)」と声を掛けて

この活動では、自分の課題に応じて、動きの量や質の面から、「台の上から片足で降り、走り出す一歩を大きくする（位置・強弱）」「いつもリボンを踏み切り足を意識して走る（リズム）」「直線をもとに、降りたときのふらつきをなくす（バランス）」「短いインターバルを「1、2、3、ジャー」と声をかけて走る（リズム）」などの練習を繰り返し行った。そして、その過程で、お互いが評価し合って動きを高めていくようにした。その結果、着地からスムーズに走り出すことができる子どもの姿や、重心を前にし、着地後の1歩を大きくすることができるようになった子どもの姿、「1、2、3、ジャー」の3歩のリズムで走る子どもの姿がみられるようになった。また、お互いが評価し合う中で、話し合う、教え合う子どもの姿をみることもできた。

ウ ふりかえる段階（相互評価活動Ⅲ）・・・自他の高まった動きを評価し合い、動きの高まりを実感する。

評価の目的	
インターバルの動きの高まりを実感するために	
評価の内容	評価の方法
インターバルの動き <ul style="list-style-type: none"> ・同じ足での踏み切り ・3歩のリズム ・ふらつきや蛇行を練習前と比較 	 <p>踏み切り足につけたリボン、コース中央に引いた直線をもとに正面、横の視点で</p>

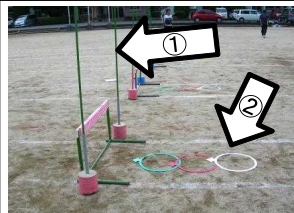
この活動では、本時身につけた動きをグループ内で相互評価しながら、タイムをとった。初めの動きの段階から比べて、3歩のリズムや同じ足の踏み切りができるようになり、記録が縮んだ子どもが多くなった。少しずつ「上手にできる精形態の動き」に高まってきたように感じられた。また、評価し合う中で、グループ内の友だちが出す「丸」のサインを確認し、喜ぶ姿も見られた。「3歩のリズムで走ることができて、記録もよくなった。次は、ハードルを素早く越えたい。」と次時への意欲も高まっていた。

しかしながら、相互評価活動における自他の動きのよさや不十分さの原因の分析が甘く、「この練習を何でやっているのか」といった自分の課題意識、自分の課題意識に応じた場の工夫や練習方法といった面からの課題がみられた。

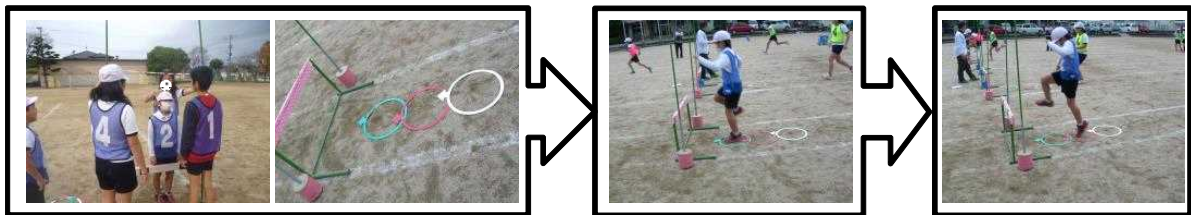
③ハードリングを中心とした運動づくりの段階 【実証授業② 平成26年11月28日実施】

上体を前傾させ、上下動が小さく、頭の位置が変わらない、低く、素早いハードリングができるようにするために、遠い位置で踏み切ることができるようにすることをねらいとした。そのために、次のような相互評価活動を位置づけた。

ア つかむ段階（相互評価活動Ⅰ）・・・自他の動きを評価し合い、よさや不十分さを意識し、学習のめあてをつかむ。

評価の目的	
自分のハードリングの動きのよさや不十分さを意識し、めあてをつかむために	
評価の内容	評価の方法
ハードリングの動き ・ 高く跳びすぎているか。 ↓ ・ 頭が上下動していないか。 ・ 踏み切り位置はどこか。	 ① バーとバーの間にゴムを張り、鈴を垂らした頭の位置評価バーで ② 30cmずつちがう3段階の踏み切り位置評価リングで

※ 事前にもう一度、目指す動きを確認するために模範の動画と今までの自分たちの動画を見せた。そこで子どもたちは、「ハードルを越える時にスピードが落ちている。」「速い（模範の）人は頭の高さが変わらず、スーと走っている。」という目指す動きを意識させた。



この活動では、自分の頭の高さに鈴を合わせて、当たらずに通り返ることができるかを、「頭の位置」「踏み切り足」という観点から、上図のようなリングや評価バーをもとに評価し合った。

その結果、「頭の位置が変わる。（高く跳んで上下動が大きい。）」「踏み切り位置が近い。」などの動きの不十分さを意識し、「遠くから踏み切って、頭の位置が変わらないハードリングをしよう。」というめあてをつかませることができた。

イ つくる段階（相互評価活動Ⅱ）・・・自他の動きのよさや不十分さの原因を分析し、自他の動きを評価し合い、高め合う。



評価の目的	
ハードリングの動きのよさや不十分さを評価し合い、課題を解決するために	
評価の内容	評価の方法
ハードリングの動き ・ 上下動が少なく、低く、素早いまたぎ越し ・ 遠くからの踏み切り ・ 1台だけでなくリズムカルに4台繰り返し、低いまたぎ越し	 ・4台のハードルに設置した、頭の位置評価バーと踏み切り位置評価リングで、横の視点から ・踏み切り足につけた目印のリボンで、横の視点から
	

この活動では、まず、1台のハードルで自分に合った遠くからの踏み切り位置を見つける活動を通して、踏み切り位置や頭の位置をリングと鈴を見ながら評価し合う活動を繰り返し行った。

その結果、跳び越えることができる、できるだけ遠い踏み切り位置を見つける。(距離・位置)ハードリングの前傾姿勢が高まる(形態)姿がみられるようになった。

そして、連続してその位置で踏み切れるのか、3歩のリズムが乱れないかを確認し、踏み切り位置やインターバルの距離を変えながら繰り返し練習し、評価し合って動きを高め合った。

ウ ふりかえる段階(相互評価活動Ⅲ)・・・自他の高まった動きを評価し合い、動きの高まりを実感する。

評価の目的	
ハードリングの動きの高まりを実感するために	
評価の内容	評価の方法
ハードリングの動き ・ 遠くから踏み切り、上体を前傾させ、頭の位置が変わらない、低く、素早いまがぎ越しを連続できているかを練習前と比較	・ 各自の頭の位置に合わせた頭の位置評価バーで ・ 踏み切り足につけた目印のリボンで ・ タイムで
	
	

この活動では、本時身につけた動きをグループ内でお互いに評価し合いながら、タイムをとった。写真に示すように、遠くから踏み切り、上体を前傾させたハードリングをすることができていた。また、頭の位置評価バーがハードルの左右にあるため、振り上げ足が横から出ていた子も修正することができていた。

本時の感想では、「今日の体育でいいタイムが出てうれしかった。今まで踏み切りが近くて上にジャンプしていた。遠くから踏み切ったら上に跳はずに、前に跳ぶので速くハードルを跳び越せた。」というものもあり、動きの高まりを実感している姿をみることができた。

【 考 察 】

実証授業②では、実証授業①での課題をうけ、目指す動きとのズレから「ハードルを高く跳び越えているのでスピードが落ちる。」という課題を明確にすることに加え、その原因となる動き(踏み切り位置が近い)を分析できたことで、「どんな動きを、どう変えていけばいいのか」といった解決方法を明らかにしながら、動きを高めることができたと考える。

特に本時は、リングや鈴の付いたゴムひもなど、位置や高さが子ども同士で一目で評価できるようにすることができた。また、評価される側も目標の位置や高さが、走りながら確認することができていた。このことが、課題意識を明確にし、練習を繰り返す意欲を高め、主体的に動きを高める上で有効であったと考える。

④ まとめの段階(安定化の動き)

単元を通しての動きの高まりを実感するために、最後の記録会を行った。50mフラット走とのタイム差で0.1秒を1点とし、自分の持ち点30点からひき算させ、グループの合計点数で争うようにしていた。そのため、記録会の前のグループ練習でも、自主的にお互いに評価し合いながら練習することができていた。練習の仕方、場のづくり方も身に付けることができていた。

【動きの高まりについて】

第1時とまとめの段階の記録会の結果を比べると、全員がタイムを伸ばすことができた。また、一番タイムを伸ばした子は2.6秒。フラット走とのタイム差は、一番少ない子で0.7秒だった。

7 成果と課題

アンケート結果のように、「体育が好き」「できる動きが増える」「理由を考える」といった項目で大きな高まりが見られた。このようなことから、友だちと互いに評価し合うことが、運動に対する意欲を高め、主体的に動きを高めることに有効であったと考えられる。

感想では「今まで体育は、できなくてあまり好きではなかったけど、相談したり、アドバイスをもらったりするから、楽しかった。」苦手な子にも有効であった。

	5月	6月	7月	8月
1 体育が好き	9	10	7	1
2 体育で運動やスポーツを楽しむことができる	17	9	1	0
3 体育の時間で、できる動きが増える	6	12	8	1
4 体育の時間で、動きのこつが分かる	8	8	10	1
5 できないことがあるとき、理由を考えて練習する	4	10	9	4
6 できないことがあるとき、友だちにきく	6	11	9	1
7 体育の授業で、友だちからアドバイスをもらう	1	10	12	4
8 友だちに動きをほめられるとうれしい	11	10	5	1
9 友だちにアドバイスをもらうとうれしい	6	10	9	2

児童名	50m走	1回目 ハードル走	1日目 タイム差		最終 タイム差		タイムの 伸び
			事前	事後	事前	事後	
a	8.1	10.6	2.5	9.5	1.4	7.1	
c	8.6	10.3	1.7	9.4	0.8	0.9	
i	9	10.5	1.5	9.7	0.7	0.8	
i	9.1	12.9	3.8	11	1.9	1.8	
k	9.1	15.3	6.2	12.9	3.8	2.4	
l	9.1	10.7	1.6	9.8	0.7	0.9	
o	9.7	11.8	2.1	10.8	1.1	1	
p	9.8	13	3.2	12.1	2.3	0.9	
q	10	13.6	3.6	11	1	2.6	
r	10	12.8	2.8	11.8	1.8	1	
w	10.5	13.7	3.2	11.5	1	2.2	
x	10.6	12.2	1.6	11.4	0.8	0.8	
y	10.8	12.3	1.5	11.5	0.7	0.8	
z	11.1	14.2	3.3	14	2.9	0.4	
α	11.2	14.2	3.32	13.6	1.3	2.02	
平均	9.58	12.28	2.7	11.2	1.82	1.08	

【マット運動の動きの高まり】【マット運動「できる」技数の変化】【ハードル走記録の変化】

これらのことをふまえて、次のような成果と課題が明らかとなった。

(1) 成果について

- 教師自身がこの単元で目指す動きを分析し、動きを焦点化することで、子どもに、意識するポイントを示すことができ、子どもが目指す動きや動きの課題を明確にとらえ、主体的に動きを高めていく上で有効であったと考えられる。
- 相互評価活動を取り入れた学習を積み上げることで、子ども達同士の声かけ、助言が活発になり、得意な子にとっても、苦手な子にとっても意欲が高まり、有効であったと考えられる。
- ゴム、リボン、リング、鈴などを使って評価活動を可視化したこと、可視化されたことを簡単に記録できるように工夫したことは、練習への意欲を高め、運動時間が保障され、主体的に動きを高めていく上で有効であったと考えられる。

(2) 課題について

- 相互評価活動は、動きを高めていく上で有効であるが、運動を分析し、評価し合う観点を明確にする必要がある。他の運動領域についても運動の分析を重ねていかなければならない。

<参考文献>

- ・小学校学習指導要領解説 体育編 文部科学省 東洋館出版社 2008年
- ・子どもの体力向上のための取組ハンドブック 文部科学省 2012年
- ・体育の授業を創る 高橋建夫編著 大修館書店 1994年
- ・体育の教材を創る 「運動の面白さに誘い込む授業づくりを求めて」岩田靖 大修館書店 2012年