

体育－４（第６学年）運動のポイントを焦点化した言葉を生かして課題解決を図り、技能の向上を目指す事例
【学習活動の概要】

1 単元名 速く！美しく！ （ハードル走）		
2 単元の目標（指導のねらい） <ul style="list-style-type: none"> ・ハードルをリズムカルに走り越えることができるようにする。 （技能） ・ハードル走に進んで取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、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。 （態度） ・自分の力に合った課題の解決の仕方、競走（争）や記録への挑戦の仕方を工夫することができるようにする。 （思考・判断） 		
3 評価規準 【運動への関心・意欲・態度】 <ul style="list-style-type: none"> ・ハードル走を楽しむための活動に進んで取り組もうとしている。 ・約束を守り、友達と助け合って練習や競走（争）をしようとしている。 ・計測や記録など分担された役割を果たそうとしている。 ・場や用具の安全を保持しながら、運動しようとしている。 【運動についての思考・判断】 <ul style="list-style-type: none"> ・ハードルをリズムカルに走り越えるためのポイントを知るとともに、自分の課題を見付けている。 ・課題の解決の仕方を知るとともに、自分の課題に合った練習の場や用具を選んでいる。 ・自分の記録への挑戦の仕方を知るとともに、自分に合った競走（争）の仕方を選んでいる。 【運動の技能】 <ul style="list-style-type: none"> ・自分に合った易しい場において、インターバルを決まった歩数で最後まで走り越すことができる。 ・ハードルを低く走り越すことができる。 		
4 教材 本単元の学習においては、ハードルをリズムカルに走り越すことを単元の目標とし、そのためのポイントとして「振り上げ足→着地→次の一步」の動きを高めることを中核となる課題に据えた。そこで、児童が課題解決に向けての意欲を高め、持続させるために、自己の記録の伸びや目標とする記録の到達を目指したり、自分の力に応じたインターバルの設定ができるようにしたり、50 mフラット走と50m ハードル走（ハードル5台）とのタイム差から自己を評価したりする活動を取り入れた。また、「振り上げ足→着地→次の一步」の動きを高めるための活動を学級全体で学習していく場と、それを生かして個の課題を解決する場（課題別グループ）を設けて取り組むようにした。また、全体で学習したことを生かしてグループ内で互いに見合い、友達の課題にあった助言や賞賛の言葉かけなどの言語活動を活発にすることで、技能のコツ等を理解し、よい動きの共有や確実な技能の習得を目指した。		
5 学習活動の実際 ◇単元の展開（全12時間）		
時	学 習 活 動	言語活動に関する指導上の留意点
1	・オリエンテーション	言語活動を充実し、技能を高めるために「動きのポイントが焦点化できる教具」や「教師の言葉かけ」を手だてとしていく。
2,3	・50mフラット走のタイム測定 ・第1ハードルを決まった足で踏み切ろう	
4,5,6	・インターバルを3～5歩のリズムで走り越そう	
7	・ハードル上で上体を前傾させよう	○記録から互いを見合う ○動きのポイントが焦点化される教具 ・振り上げ足スコープ ・牛乳パックとスティック など
8	①第1ハードルを決まった足で踏み切ろう（共通課題学習） ②課題別グループ学習	○魔法の言葉（自分で気づいたコツ友だちや教師からの言葉かけ）の溜め込み ○マネージメントボードに個々の魔法の言葉を貼り紹介
9,10	①インターバルを3～5歩で走り越そう（共通課題学習）	○手首に巻いたテーピングテープへのメモ ○観察する場と役割のローテーション
11	②課題別グループ学習	
12	・記録会をしよう	

【解説】

【指導事例と学習指導要領との関連】

本単元の内容は、小学校学習指導要領・体育の第5学年及び第6学年において「C 陸上運動 ウ ハードル走」として、位置付けられている。技能の内容としては「ハードルをリズムカルに走り越えること。」と示されている。

本単元では、ハードル走の技能を高めるための方策として、十分な運動量を確保しつつ、技能の向上を図るために「動きの言語化」「動きのポイントの焦点化」「情報の発信と共有化」等の言語活動を充実させることが重要であると考えた。これらの活動を充実することにより、適切な情報を元に動きや技能のコツを言語で表現するとともに、自己の動きを振り返る論理的な思考力が育つと考えた。ただし、運動を通して学ぶ体育（運動領域）においては、言語活動の時間的な増加により、運動量が十分確保できなくなることは避けなければならない。そのための手だてを以下のように位置づけた。

写真1

- 50 mフラット走及びハードル走の記録をもとに自己評価を行うようにする。
- 動きのポイントが焦点化される教具の工夫をする。
- 動きや技能のコツを言語化する。
- 適切な情報を蓄積する。
 - ・ 魔法の言葉（自分で気づいたコツ友だちや教師からの言葉かけ）の蓄積
 - ・ 手首に巻いたテーピングテープにメモする（時間をかけず、すぐに記録（写真1））
- 情報の発信と情報の共有をする。
 - ・ 掲示板に個々の魔法の言葉を貼り紹介する。
 - ・ 互いの動きを見合い友達の問題にあった助言や賞賛、励ましの言葉を伝える。
 - ・ 運動を観察する場と役割のローテーションをする。（写真2）



写真2 ↓



【言語活動の充実の工夫例】

児童が互いを見合い、助言や賞賛、励ましの言葉を伝えながら学習が深まるための手だてとして、動きのポイントを焦点化させる教具（下記例ⅠⅡ）の工夫、運動を観察する場所の工夫をした。

ポイントを焦点化する教具を使用することにより、動きを見てもらった児童は「今のどようだった？」から「今の足の向きはどうだった？」と尋ねるようになり、動きを見ていた児童は、「OK」「よかったよ。」から「足の向きはよかったよ。」「次の一步を意識してみたら？」とより具体的なアドバイスや賞賛の言葉をかけることができるようになった。自分の言葉に自信を持ち、漠然と友達の動きを見ているのではなく、友達の動きを高めたいという視点で的確に動きを観察できるようになった。その結果、一人一人が動きのコツ等である魔法の言葉を蓄積することができ、技能の高まりにつながっていった。このことから児童が適切な情報を得て、それを伝えやすい言葉に置き換え伝え合うことで、自己の活動を振り返り、論理的に練習方法などを修正していくことができたと考えられる。

なお、本単元の学習の中で有効であった動きのポイントを焦点化する教具は、以下の通りである。

【Ⅰ振り上げ足スコープと振り上げ足シール】写真3

ゴール付近からスタート地点に向かって振り上げ足スコープを覗き、走り越してくる友達の振り上げ足（シール）だけを観察する。振り上げ足スコープを覗くことで、他の動きを気にすることなく振り上げ足だけに集中できるようになり、「○台目と○台目違う足が上がっていたよ。」「ハードルの外側（内側）から足が回って出ていたよ。」「走る動作に近い足の上がり方ができていたよ。」「振り上げ足の足裏が見えたよ。」などの言葉が出るようになった。

【Ⅱ牛乳パックと「トン♪①（トンイチ）ロープ】写真4

振り上げ足を下ろす地点に牛乳パックを置く。抜き足を下ろす地点にトン①ロープ（トントントンのリズムの一番目のトン）に設置する。振り上げ足をまっすぐに素早く下ろす動作は、牛乳パックを踏みつぶす感覚とよく似ており、児童にとっても理解しやすくなった。この教具では、牛乳パックがつぶれる音や牛乳パックのつぶれ方等で動きのよさが観察できる。児童が見逃してしまうハードル走のポイントとなる一瞬の動きを、分かりやすく評価し合うことができる教具である。



写真3



写真4