

「わかる」「できる」を目指した 体育授業の改善

学校名

島根県

松江市立宍道しんじ小学校

全校児童数372名

(男子183名 女子189名)

実践内容

実施目的

- ①神経系の発達が著しい小学校段階でコーディネーション運動を取り入れることで、調整力を高める。
- ②運動種目に合った必要な動きをドリルゲームとして行うことで、それぞれの運動種目の特有な動きを身に付けさせる。
- ③「動きの言語化」を行い、身に付けさせたい動きのイメージをもつことで、たくさんの児童が技能を習得できるようにする。

実施内容

「わかる」「できる」を目指した体育授業の改善

1 コーディネーション運動の実施

- (1)運動種目に合った動きや児童に経験させたい動きを考慮し、コーディネーション運動を準備運動に取り入れる。
- (2)年間を通じてバランスよく運動を経験させるために、コーディネーション運動を年間計画に組み込む。

2 ドリルゲームの実施

- (1)運動種目に必要な動きをドリルゲームとして2～4つ、毎時間、準備運動として取り組む。
- (2)児童が意欲的に取り組めるように、くり返し行う運動をゲーム化して楽しく行う。
- (3)ドリルゲームの結果を記録に残し、自分の伸びが分かるようにする。

3 「動きの言語化」によるイメージの共有化

「動きの言語化」とは、子どもが運動とかかわる中で気付いた動きの意味や感じを、子どもたちの言葉で表現することで、動きのイメージの共有化を図ることである。

例えば、フェイントのコツを見つける場面で、すばやく向きを変える動きの感じを「サッカー」と表現したり、さらに、緩急を付けることに気付き、急に速く動く感じを「トトッサー」と表現したりする。

- (1)動きのイメージをもたせ、ねらった動きを習得する手立てになるように、身に付けさせたい動きを児童が自分の言葉（擬音語、擬態語、比喩、口伴奏など）で表現する。
- (2)児童が同じイメージをもとにして、お互いにアドバイスができるように、動きのイメージを言葉で共有化する。
- (3)児童がいつでもふりかえり、意識できるように、「動きの言語化」でできた言葉を「動きのコツ」として掲示する。

実施上で工夫したこと

- ①コーディネーション運動のやり方をパネルにして体育館に掲示し、随時取り入れられるようにした。
- ②ドリルゲームを行う際に、リズムのよい音楽を流すことでよい雰囲気をつくり、軽快に運動ができるようにした。

主な成果

- ①授業の始まりが明確になり、児童も教員も見通しをもって学習に臨めるようになった。
- ②身に付けさせたい技能を焦点化して指導し、児童の運動経験が豊富になった。
- ③新体力テストの結果では、特に反復横跳びの得点が伸び、調整力の高まりがみられた。
- ④運動を行っている児童やチームに対して応援する児童の姿が多くみられるようになり、進んで運動する好ましい雰囲気ができた。
- ⑤体育の学習が好きだと答える児童の人数が増えた。



1年「とびっこあそび」

準備運動にコーディネーション運動を行う



6年「ソフトバレーボール」

コーディネーション運動でボールに反応する



3年「フラッグフットボール」

音楽に合わせてドリルゲームを行う

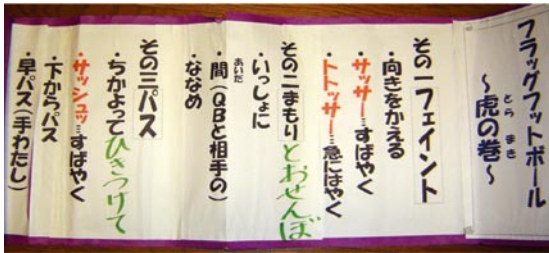


5年「ハンドボール」

投げる捕る技能の向上をねらうドリルゲーム

学期	月	単元名	総時数	時数	教材名	種別	評価規準				
							運動への関心・意欲・態度	運動についての学習・経験	運動の技能・知識・理解		
1 年 級 (3 2)	4	陸上運動	1	1	ハードル走	陸上運動	・放たせるとともにハードル走の楽しさや喜びを求めて進んで取り組むようになる。また、競争では勝つことに対しては正しい態度をもち、互いに励まして勝つ安全意識の中で運動をしたりしようとする。	・自分のかき合った距離を比べ、その解決を目標として、自分のかき合った距離記録を高めることや練習の場への喜びがわいている。	・ハードルを走り抜け、ゴールに近づくことやゴールを突破することを目指す。自分のかき合った距離記録を高めることができる。		
			2	2							
			3	3							
			4	4							
			5	5							
			6	6							
	5	運動作り大会	7	7	フォークダンス	表現運動	・習得したダンスの振り付けや音楽の調子に合わせて楽しく踊るようになる。	リズムに合わせて踊る楽しさや、自分のかき合った距離を比べ、その解決を目標として、自分のかき合った距離記録を高めることや練習の場への喜びがわいている。	・習得したダンスの振り付けや音楽の調子に合わせて楽しく踊るようになる。		
			8	8							
			9	9							
			10	10							
			11	11							
			12	12							
	6	まかし	1	1	マット運動	器械運動	・マット運動の楽しさや喜びを求めて進んで取り組むようになる。また、互いに励まして勝つ安全意識の中で運動をしたりしようとする。	・自分のかき合った距離を比べ、その解決を目標として、自分のかき合った距離記録を高めることや練習の場への喜びがわいている。	・自分のかき合った距離を比べ、その解決を目標として、自分のかき合った距離記録を高めることができる。		
										2	2
										3	3
										4	4
										5	5
										6	6

年間指導計画(6年) 各単元にコーディネーション運動を計画



フラッグフットボール虎の巻

「動きの言語化」でできた言葉を掲示



「動きのコツ」見つけ

「動きのコツ」を言語化する学習場面