

『どの子どもも運動の楽しさや喜びを味わい、付けたい力が身に付く』授業

体育の授業では、技能の習得、体力の向上を目指すだけでなく、「体を動かすって気持ちいい」「運動することって楽しいな」といった思いをたっぴりと味わわせることが大切です。

こうした思いを積み重ねる授業を行うことが、「もっとやってみたい」「またやりたい」という子どもの自発的な姿につながり、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育むことや、体力の向上につながっていきます。

■ ポイント 1

2年間のまとまりを意識し、子どもの実態に合った目標を設定する

学習指導要領には、低・中・高学年の2年間のまとまりで付けたい力が明確化されています。まずは2年間でどのような力を付けることが求められているかを把握します。また、これらを教師の思いだけで指導しようとするのではなく、目の前の子どもの実態を把握し、実態に合った目標、目標を達成するための指導計画を立てて授業に臨むようにしましょう。

○子どもの実態とは、既習事項（前学年までの学習内容）の習得状況、教材に対する興味・関心の度合い等を指します。アンケートやインタビュー調査、レディネステストを通して把握しておきましょう。

○付けたい力や子どもの実態については、教師間で共通理解を図りましょう。

■ ポイント 2

どの子どもにも運動の楽しさや、喜びを味わわせるための手立てを工夫する

体育の授業の楽しさや喜びはどこにあるのでしょうか。「できるようになった」という技能面はもちろん、態度面では「関わる」「認められる」、思考・判断では「ポイントを見つける」「活動を自己決定する」等、様々な場面が考えられます。全ての子どもに、このような楽しさや喜びをバランスよく味わわせながら、指導内容が身に付く手立てを工夫しましょう。具体的には、

- 個に応じた指導の充実を図る
 - ・課題別、習熟度別学習のコースや場を設定する。
 - ・苦手な子ども、消極的な子どもへの支援を充実させる。
 - 「痛い・怖い・恥ずかしい」といった子どもが積極的に運動することを妨げるような思いを取り除く手立てや教具を工夫する。
- 「分かった」「できた」を実感できる場面を保障する
 - ・スモールステップの活動を設定し、達成感の積み重ねにより自信を持たせる。
 - ・教師が子どもの進歩を見逃さず、タイムリーに価値付ける。
 - ・ICT機器を活用し、自分の姿や技の出来ばえを視覚的に捉えさせる。

■ ポイント 3

身体を動かしながら行う言語活動を大切にする

体育における言語活動は運動量とのバランスを考えて行いたいものです。したがって、あまり形や時間の確保にとらわれる必要はありません。感じたことを言葉にしたり、それらの言葉を使って交流したりする場面、互いの考えを伝え合い、自分の考えや集団の考えを発展させる場面、互いの存在についての理解を深め、仲間を尊重する場面など、身体を動かしながら思考やコミュニケーションを伴う活動を必要に応じて、効果的に取り入れていきましょう。

■ 実践事例(小学校4年生)

単元名 器械運動(マット運動)(2/7時)

本時の目標

場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全を確かめたりするとともに、試技の開始前の安全を確かめながら活動する。【態度】

本時は、場や器械・器具の安全に気を付けて活動する「態度」を身に付けることを目標としています。

○学習活動・予想される子どもの反応	・留意点 ※支援 評価				
○グループごとにマットの準備をする。 ○体操、ストレッチをする。 ○グループごとに感覚づくりの運動をする。 ・動物歩き・ゆりかご・背支持倒立・かえるの足打ち ○今日の学習課題と活動を確認する。 場の安全を確かめながら、今できる技の確認をしよう。 ○前時(1時間目)に学習した「マット運動を安全に行うための約束」を全員と確認する。 ○学習カードをもとに、グループごとに4つの基本技の確認を協力して行う。	身に付けたい態度が発揮できる場を用意し、評価も目標に沿った規準と方法で行うことで、指導と評価の一体化を図ることが可能になります。 実態把握として、3年生で行った基本技の確認を行います。この様子を次時以降の授業構想や、個別の支援に生かしていきます。 ここが体を動かしながら行う言語活動の場面です。安全に技を行うために必要な声掛け以外にも、技に対する賞賛や励ましの声を出すことも身に付けたい態度の1つです。 本時の評価は観察と学習カードの自己評価の2つで行います。学習カードには、安全に活動するために行ったことや意識したことなどのように、視点を与えて記述させるとよいでしょう。 場の危険物を取り除いたり、器械・器具の安全を確かめたりするとともに、試技の開始前の安全を確かめながら活動している。(観察)(学習カード)【態度】				
<table border="1"> <tr> <th>基本的な回転技</th> <th>基本的な倒立技</th> </tr> <tr> <td> ○前転 ○後転 ・きれいに回転ができた。 ・頭がつかえて回れない。 ・回転後、しゃがみ立ちの姿勢がつかれない。 </td> <td> ○壁倒立 ・まっすぐな倒立ができた。 ・壁に寄りかかってしまう。 ・腰が高く上がらずに戻ってしまう。 ○腕立て横跳び越し ・腰を高く上げて、マットを跳び越せた。 ・腰が高く上がらない。 ・背中から倒れてしまう。 </td> </tr> </table>	基本的な回転技	基本的な倒立技	○前転 ○後転 ・きれいに回転ができた。 ・頭がつかえて回れない。 ・回転後、しゃがみ立ちの姿勢がつかれない。	○壁倒立 ・まっすぐな倒立ができた。 ・壁に寄りかかってしまう。 ・腰が高く上がらずに戻ってしまう。 ○腕立て横跳び越し ・腰を高く上げて、マットを跳び越せた。 ・腰が高く上がらない。 ・背中から倒れてしまう。	
基本的な回転技	基本的な倒立技				
○前転 ○後転 ・きれいに回転ができた。 ・頭がつかえて回れない。 ・回転後、しゃがみ立ちの姿勢がつかれない。	○壁倒立 ・まっすぐな倒立ができた。 ・壁に寄りかかってしまう。 ・腰が高く上がらずに戻ってしまう。 ○腕立て横跳び越し ・腰を高く上げて、マットを跳び越せた。 ・腰が高く上がらない。 ・背中から倒れてしまう。				
○学習カードに今日できたことを記入する。 ・基本技の出来ばえのチェックとともに、安全に活動できたかどうかについて自己評価する。 ・マット上の安全を確認してから演技ができた。 ・自分の順番が終了した後、手を挙げて次の友達に合図を送ることができた。 ・マットがずれていた時に進んで直すことができた。					
○協力してマットの片付けを行う。					

『どの子どもも運動の楽しさや喜びを味わい、付けたい力が身に付く』授業

小学校で運動することの楽しさや喜びをたっぷりと味わってきた子どもに対し、中学校では、より専門的な知識や技能、それに基づいた思考力・判断力等を身に付けさせることを意識した授業を行いたいものです。そうすることで「どうしたら上手くできるだろうか」「こうしてみようかな」といった思いを子どもが抱くようになり、主体的・計画的に課題解決に取り組み、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育むことにつながります。

■ ポイント 1

付けたい力(技能、態度、思考・判断)を明確にした目標を設定する

本単元や本時で、何を指導するのか、そのためにどのような活動が有効なのかを整理します。どうしても「技能」の指導が中心になりがちな保健体育の授業ですが、「態度」も「思考・判断」も明確化されている内容に沿って適切に指導し、評価もしていかなければなりません。そのために以下の点を心掛けましょう。

- 学習活動に即した評価規準を作成し、単元の指導計画に1時間ごとの目標、学習活動、目標と学習活動に即した評価の計画を記しておきます。こうすることで、単元全体の流れが把握でき、本時の付けたい力や、指導する内容が明確になり、指導と評価の一体化にもつながります。
- 付けたい力を明確にするために、目の前の子どもの実態把握は欠かすことができません。既習事項の確認(前学年までの習得状況)、教材に対する興味関心の度合い、予想されるつまずき等、レディネス調査やアンケートを通して的確に把握しておきましょう。

■ ポイント 2

運動を楽しく行い、指導内容を身に付けさせるための手立てを工夫する

全ての子どもに運動の楽しさや喜びを味わわせながら、指導内容が身に付く手立てを工夫しましょう。具体的には

- 個に応じた指導の充実を図る
 - ・課題別、習熟度別学習のコースや場を設定する。
 - ・苦手な子ども、消極的な子どもへの支援を充実させる。
 - 「痛い・怖い・恥ずかしい」といった、子どもが積極的に運動することを妨げるような思いを取り除くための手立てや教具を工夫する。
- 「分かった」「できた」を実感できる場面を保障する
 - ・スモールステップの活動を設定し、達成感の積み重ねにより自信を持たせる。
 - ・教師が子どもの進歩を見逃さず、タイムリーに価値付ける。
 - ・ICT機器を活用し、自分の姿や技の出来ばえを視覚的に捉えさせる。

■ ポイント 3

言語活動の充実が、子どもの資質能力の育成や、指導内容の定着につながるよう意識する

言語活動を行うことが目的ではなく、言語活動を手立てとして指導の充実を図ることが目的です。つまり、言語活動を通して、思考力・判断力・表現力といった資質や能力を身に付けさせることが大切です。言語活動を行う目的や話し合いのポイント等を子どもに明確に示すとともに、言語活動を活発にするための「話材(資料等)」を用意するなど、効果的な活動を行うための工夫をしていきましょう。

■ 実践事例(中学校 1 年生)

単元名 球技(ゴール型 バasketボール) (5/9時)

本時の目標

前時に行ったゲームから、攻撃面におけるチームの課題を見つけることができる。【思考・判断】

○学習活動・予想される子どもの反応	・留意点 ※支援 評価
○集合、挨拶、健康観察 ○体操・ストレッチ・補強運動、ボールキャッチ、ドリブル ○今日の学習課題と活動を確認する。	本時は、チームの課題を見つける「思考・判断」の力を身に付けることを目標としています。
前時に行ったゲームから、攻撃面におけるチームの課題を見つけよう。	
○グループごと前時に行ったゲームをタブレットを使い、映像で確認する。 ○映像を見て、チームとしてシュートにつなげるために必要なボール操作や動きを考え学習カードに記入する。	タブレットを使い、チームの課題の確認を行います。このようにICT機器を活用することは、課題を見つけるための有効な手立てとなります。
思考・判断の学習を行う際には、事前に前提となる知識や技能を指導しておきます。本時の場合、以下のような指導が考えられます。 <ul style="list-style-type: none"> ・相手をかかわすパス ・正確なパスキャッチ ・クイックストップ ・ストライドストップ ・ピポット ・ボールキープや突破のためのドリブル ・空いているスペースへ走り込む動き ・スクリーンプレー 等 	攻撃面におけるチームの課題を見つけている。 (学習カード) (観察) 【思考・判断】
○必要だと思うボール操作や動きを1人ずつ発表し、挙げられた意見の中から、チームとして取り組んでいきたい内容について話し合う。	本時の評価は「思考・判断」についてのみです。方法は学習カードと観察の2つで行います。
・パスミスやパスカットをされることが多かったから、ディフェンスをつけたパス回しの練習をしよう。 ・ドリブルが少なかったからもう少し使っていこう。 ・ゴール前の空いている場所に素早く走り込む動きを増やしてみよう。 等	ここが体を動かしながら行う言語活動の場面です。チームの課題解決のために必要な声掛け以外にも、仲間に対する賞賛や励ましの声を出すことも奨励したいものです。
○話し合った内容を踏まえてチーム練習を行う。 ○本時の学習課題に対し、どのように取り組んだかをチームごとに発表する。 ○整理運動、挨拶、片付け	