

(概要版)

楽しみながら動きを確実に身に付けられる 「多様な動きをつくる運動」指導の工夫

— 系統性を踏まえた指導計画と画像資料の作成・活用を通して —

長期研修員 木戸 達昭

現状と課題

スキップができない

幼児期の運動経験の減少

靴紐が結べない

片足で踏み切れない

新学習指導要領

転がった時に手が着けない

「基礎的な身体能力を身に付け、実生活において
運動を豊かに実践していくための資質や能力の基礎を培う」

多様な動きをつくる運動

どの動きをどの順で
指導するのかな？

動きがよく分からないな？

楽しいだけで、動きを身に付け
なくていいのかな？

研究の構想

楽しみながら動きを確実に身に付けた子ども

系統的な 指導計画

- ・ バランスをとる運動
- ・ 体を移動する運動
- ・ 用具を操作する運動
- ・ 力試しの運動

4年

3年

2年

1年

動きを工夫しながらいろいろな動きを行ったり、
動きを取り入れたゲームをしたりすることで、
楽しみながら動きが確実にできる

基本的な動きを理解し、
繰り返し行うことで、
動きができる

画像資料

連続写真資料

動きの中での姿勢や
動く方向が理解しやすい

動画資料

教師の示範を補助し、
動きをイメージとして理
解しやすい

児童の実態

体の基本的な動きが十分に身に付いていない

↑
幼児期の運動経験の減少

研究の内容

文科省作成のパンフレットに例示された動きを精選し、発達段階と習得の順序性を考慮しました。

系統性を踏まえた指導計画の作成

運動(遊び)の指導内容系統図

楽しみながら動きを身に付けられる学習活動

子どもの発達段階から考えました。

単元	学習活動	評価項目(総評)	画像資料を活用した支援等
パランス・用具を操作する運動遊び (鉢巻とくわ運動遊び) 5月 2時間	安全に気を付けて、回る運動遊びや用具を操作する運動遊びに工夫しながら取り組み、体の基本的な動きを身に付けることができる。	①関心・意欲・態度 安全に気を付けて、回す運動遊びや用具を操作する運動遊びに工夫しながら取り組み、回す運動遊びや用具を操作する運動遊びをしようとしている。	①知識・理解 片足を軸にして回ったり、体を使ってボールを運んだりすることができる。
【体育館】 活動1：パランスをとる運動遊び 活動2：用具を操作する運動遊び	<p>「ドリルかいてん」をする。① ・軸足をその場から動かさないようにして、右回り左回りと両方向に回る。</p> <p>友達と「ドリルかいてん」をする。 ・お尻や背中をイメージを合わせて1回転してものように向き合う。</p> <p>友達と「ドリルかいてんじゃんけん」をする。 ・友だちと向かい合い、タイミングをそろえて回ったじゃんけんをする。</p> <p>「ドリルかいてん」をする。③ ・前に行った回転遊びを確認する。</p> <p>回転しているときの姿勢を変えた、「おもしろいドリルかいてん」を考える。④ ・腕を伸ばしたり、膝を曲げたり背中を反らせたりなど、回転するときの姿勢を考えて回る。</p> <p>「ドリルかいてん」を紹介し合う。 ・自分で考えた回り方を考え、回ってみる。 みんなでも工夫した回り方を紹介し合い、その回り方を楽しむ。</p>	<p>①関心・意欲・態度 安全に気を付けて、回す運動遊びや用具を操作する運動遊びをしようとしている。</p> <p>②思考・判断 示範の動きを見て基本的な動き方を基にいろいろな動き方を考えている。</p> <p>③運動の技能 片足を軸にして回ったり、体を使ってボールを運んだりすることができる。</p> <p>④知識・理解 片足を軸にして回ったり、体を使ってボールを運んだりすることができる。</p>	<p>①の動きを理解するための支援 ・「ドリルかいてん」の行い方が理解できるように、連続写真資料や動画資料を提示して説明する。</p> <p>②の動きを理解するための支援 ・「あしクレーン」の行い方が理解できるように、連続写真資料や動画資料を提示して説明する。</p> <p>③の動きを確認するための支援 ・「ドリルかいてん」が正確に行えているのか確認できるように、動画資料を一時停止した画面や連続写真資料を提示する。</p> <p>④の動きを工夫するための支援 ・「ドリルかいてん」の回転するときの姿勢をかえて運動遊びを楽しむように、回転しているときの姿勢が分かる連続写真資料を提示しながら変える姿勢の例を助言する。</p> <p>⑤の動きを理解するための支援 ・「ダンブカーあそび」の行い方が理解できるように、連続写真資料や動画資料を提示して説明する。</p>

運動遊びの名前も重要!

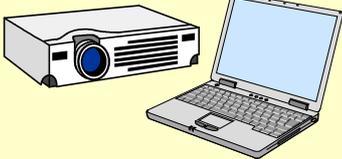
2種類の活動で意欲も持続!

動きを工夫して楽しむ活動も取り入れる!

「動きを身に付ける活動」と「正確さを競うゲーム」で、楽しみながら動きが身に付く!

画像資料を活用した支援の欄があれば、先生も安心!

動きが理解できる画像資料の作成



デジタルデータとして作成

- プロジェクタで映せる
- 印刷して掲示できる
- 学習カードに利用できる

動画マークに**動画資料**へのハイパーリンクが貼り付けてあり、動画資料がすぐ見られる

動きのポイントを説明した文にもハイパーリンクがはりつけてあり、**動きのポイント写真**がすぐ見られる

連続写真資料 小学校1年生「多様な動きをつくる運動遊び」5月
【こうじげんばではたらこう!】(体育館)

第2時
活動1：回る動きを身に付ける運動遊び(回る)

ドリルかいてん **動画**

○腕を広げて、回転する方に顔を向ける。
○軸足のかかとを上げる。反対のあしを上げて、軽く開く。
☆工夫の視点：腕・脚・背中(腰)

活動2：用具を操作する動きを身に付ける活動(遊ぶ)

ダンブカーあそび

① おなかダンブカー **動画**

○おしりを下げ、足の付け根にボールを乗せる。
○あごを引いてボールをよく見る。

② せなかダンブカー **動画**

○両手を広げて後ろに引き、顔をそらせて両肩の間にボールを乗せる。

動きを5分割した連続写真は、動きをとらえやすく、印刷したときに見やすくなる

動きの**ポイント写真**を見せれば、姿勢や動く方向に気付くことができ、動きを工夫する視点に気付かせることができる

子どもにつかませたい動きのポイントを説明することができる



授業実践

2年生「ゆうえんちあそび」

運動遊びの行い方を理解するために動画資料を提示

運動遊びの行い方を理解するために動画資料を提示

	活動1 「バランスをとる運動遊び」	活動2 「用具を操作する運動遊び」
1 時間目	<ul style="list-style-type: none"> ○「ティーカップあそび」をする。 ○「ルーレットあそび」をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○「ジャグラーあそび」をする。 ○「ジャグラーあそび」を工夫する。
2 時間目	<ul style="list-style-type: none"> ○「ティーカップあそび」をする。 ○「ルーレットあそび」を確認する。 ○「ルーレットゲーム」をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○「2人ぐみのじゃぐらーあそび」をする。 ○「2人ぐみのじゃぐらーあそび」を工夫する。

できたよ、先生！

やったあ！

うまく回れない

先生、見て！

運動遊びの動きのポイントを確認するために、動画資料を提示して説明

運動遊びを工夫するための視点に気付けるように写真資料を提示

あごを引いてごらん

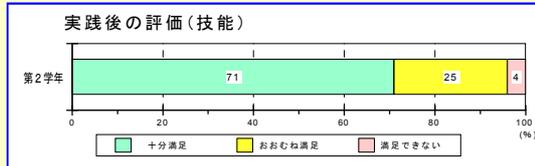
- ・拍手以外にどんな動作が入れられるかな？
- ・捕るときの姿勢を変えられそうだね

へえ、そうなんだ！

クルクル回ってキャッチしたよ！

先生、回れたよ！

ジャンプして足を開いて捕ったよ！



結果

- 積極的に体を動かし、活動を楽しんでいた。
- 「動き」を身に付けることができた。

運動遊びの行い方を理解するために動画資料を提示

運動遊びの行い方を理解するために動画資料を提示

4年生「回って、回して」

	活動1 「用具を操作する運動」	活動2 「動きを組み合わせた運動」
1 時間目	<ul style="list-style-type: none"> ○「ポジションチェンジレベル1」をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○「フラフープ回し」をする。 ○「フラフープチャレンジ」をする。
2 時間目	<ul style="list-style-type: none"> ○「ポジションチェンジレベル1」を確認する。 ○「ポジションチェンジレベル2」をする。 ○「ポジションチェンジレベル2」を工夫する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○「フラフープを回しながらいどう」をする。 ○「フラフープ回し！ルール」をする。

簡単そう、早くやろう！

腰で回すの始めてだけど、できたよ！

あれっ、できない意外と難しいよ

腕で回しながら歩くのは簡単だ！

できたー！ やったー！

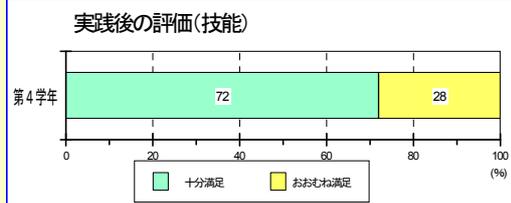
運動遊びを工夫するための視点に気付けるように写真資料を提示

- ・ボールの投げ方は？
- ・ボールの捕り方は？
- ・ボールの動きは？

- ・ボールを真上に上げよう
- ・移動するコースを決めてすれ違えるようにしましょう
- ・相手のボールを見ながら動こう

片手で投げて、片手でキャッチしてみようよ！

ボールをバウンドさせてみよう！



結果

- 友だちと一緒に動きを工夫したり、記録に挑戦したりしながら楽しく活動していた。
- 「動き」を身に付けることができた。

まとめ

授業の結果

アンケートの結果、授業が「とても楽しかった」と「楽しかった」と答えた子を合わせて

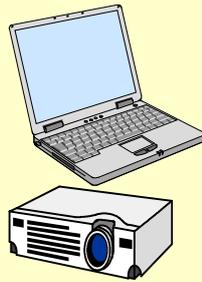
2年生
100%

4年生
100%

技能の評価は、十分満足・おおむね満足を合わせて

2年生
96%

4年生
100%



作成した指導計画で、
楽しみながら「動き」を
確実に身に付けること
ができた！

動画資料を見て動きが
理解できた子どもの割合

2年生
100%

4年生
97%

写真資料を見て動きが
理解できた子どもの割合

2年生
93%

4年生
97%

動きが理解できなかった子ども数名いた



画像資料を授業に
活用したことで、
動きを理解しやす
くなった！

成果

- 動きのバリエーションを増やしたり、質を高めたりするなど、「動き」を確実に身に付けることができた。
- 運動技能に関係なく、記録に挑戦したり、工夫したりする楽しさを感じながら意欲的に学習に取り組むことができた。
- 画像資料を活用して、動きのポイントを短時間に理解したり、動きを工夫したりすることができた。

課題

- 作成した指導計画には、習得の順序性と子どもの実態にずれもあり、指導計画を修正する必要がある。
- 指導計画に取り入れるゲームのルールは、子どもの実態に合わせて単純化する必要がある。
- 静止画像では理解しにくい動きもあり、動きの特徴を分析して、提示する画像資料を作成する必要がある。

問い合わせ先 群馬県総合教育センター
担当係：義務教育研究係

0270-26-9213（直通）