

(概要版)

ボールを力強く投げる力を身に付けるための 小学校体育科指導の工夫

一体づくり運動に投動作の局面指導「習得する時間」を取り入れて



長期研修員 小林 昌行

研究の概要

- 本研究は、「ボールを力強く投げることができる児童の育成」を目指したものである。
- これまでの体育科授業の改善を図る「習得－活用型」学習過程を編成し、体づくり運動(多様な動きをつくる運動)において、ボールを力強く投げる力の習得を目指した局面指導「習得する時間」を取り入れた。
- 局面指導では、動きの違いの気付きから自己課題を見付けた後、動きの感覚を言語化(オノマトペ)して児童に伝える活動や投動作のリズムやフォームを確かめる運動を行った。



主題設定の理由



※大修館書店「教師のための運動学」より

身に付けさせたい投動作

力強く投げる力

～群馬の子ども～

- H21・H22の傾向は、ほぼ変化なし
- 依然体力の低下傾向が続いている。



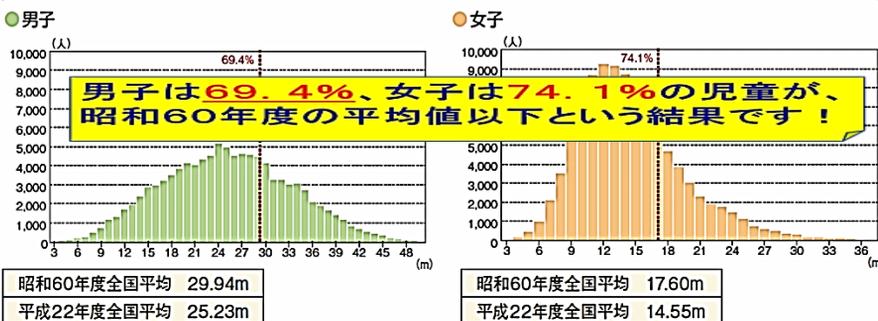
投げる力の低下の原因

投動作の基礎的技能の習得が
不十分

- 投の運動能力は全国と同様に低下傾向にある。

全国体力・運動能力等調査(小学校)

ソフトボール投げ



たくましく生きる力をはぐくむ

はばたく群馬の指導プラン

体育・保健体育の課題と、解決に向けて伸ばしたい資質・能力

学年	課題	
小学校	1・2年	片手でねらったところに緩やかに投げるができる
	3・4年	投げる手と反対の足を一步前に踏み出して遠くへ投げるができる
	5・6年	オーバーハンドで遠くへ投げるができる
中学校	1～3年	ねらった方向へステップを踏みながら無駄のない一連の動きで遠くへ投げるができる

研究構想図

めざす児童のすがた

ボールを力強く投げることができる児童

体づくり運動「多様な動きをつくる運動」

事後検証 ・ 技能テストの比較 ・ 投動作の画像比較

投動作の局面指導
習得する時間

～見通し3～

●単元の終末において、投動作のリズムやフォームを互いに確かめながら運動に取り組める場を設ける

自問自答!

検証方法3

- ・ 学習活動の観察
- ・ 学習カード（投動作チェックシート）の内容分析

～見通し2～

●単元の展開において、投動作を言語化（オノマトペ化）する

なるほど!

検証方法2

- ・ 学習活動の観察
- ・ 学習カード（投動作チェックシート）の内容分析

～見通し1～

●単元の導入において、示範の動きと自分や友達の動きを写真や動画で比較する

あそび!

検証方法1

- ・ 学習活動の観察
- ・ 学習カード（投動作チェックシート）の内容分析

事前調査 ・ 技能テストの実施 ・ 投動作の画像撮影

<原因>

●投動作の基礎的技能の習得が不十分

<現状>

●ボールを力強く投げられない児童が多い

そこで、体づくり運動を『習得する時間』ととらえた授業を構想しました!

体育・保健体育 ▶ 小学校3・4年生

投げる手と反対の足を一步前に踏み出して遠くへ投げる

体づくり運動「多様な動きをつくる運動」

・ 相手に向かってボールを投げたり、投げられたボールを捕ったりする。

※スポンジボールや新聞紙などいろいろな種類のものを用意する。



はばたく群馬の指導プランでは、小学校3・4年生の目標を「投げる手と反対の足を一步前に踏み出して遠くへ投げる」としています!

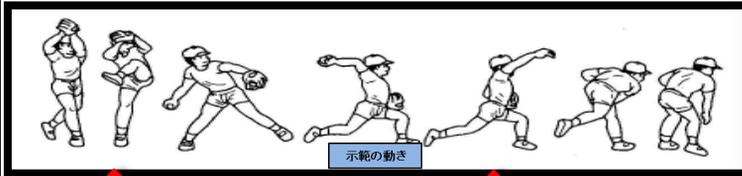


見通し1 (ステップ1)

●単元の導入において、示範の動きと自分や友達の動きを写真や動画で比較する

視覚的に動きをとらえる支援

により **動きの違い** に気付くことができました！

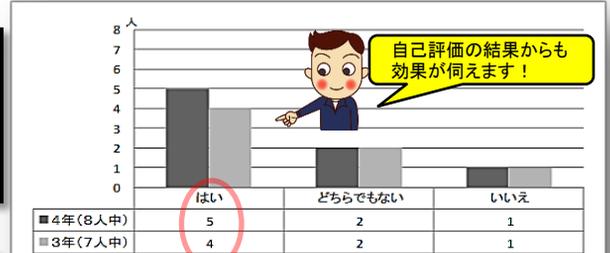


写真で比較する

動画で比較する



自分や友達の様子



あっそうか！

自己評価の結果からも効果が伺えます！

◆「あっそうか」とか「あっわかった」と思ったことがありましたか？

～児童の感想～

- ・上手な投げ方が分かった。
- ・動きがちがうことにおどろいた。
- ・大切なことがなんとなく分かった。

児童の感想からも動きの違いに気付くなどの新しい発見があったことが伺えます！

おすすめ！

●示範の動きと自分や友達の動きを写真や動画で比較することは、投動作の基礎を身に付けるための課題を見付けることに**有効**です!!

見通し2 (ステップ2)

オノマトペ = 動作の内容を擬音語、擬態語で表した言葉

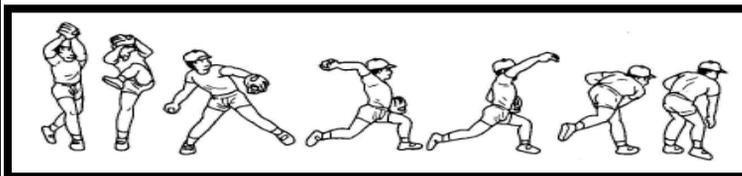
●単元の展開において、投動作を言語化(オノマトペ化)する

なるほど！

言語による動きをとらえる支援

により **投動作の技能ポイント**

を容易に理解できました！



●この投動作の**技能ポイント**をオノマトペ言語を用いて指導すると...

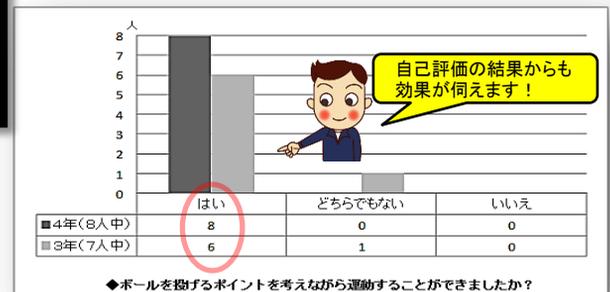
「ボールを**(グツ)**と持って...
大きくふりかぶって...
足を前に出して、
目の前の目標をめがけて、
腕を**(ブン)**とふって、
(グイッ)と投げるのですよ！」

(グツ)というオノマトペ言語を使い、「**しっかり**」という感覚を伝えます！

(ブン)というオノマトペ言語を使い、「**すばやく**」という感覚を伝えます！

(グイッ)というオノマトペ言語を使い、「**おもいきり**」という感覚を伝えます！

以上ようになります！



自己評価の結果からも効果が伺えます！

◆ボールを投げるポイントを考えながら運動することができましたか？

～児童の感想～

- ・投げる時のポイントがよく分かった。
- ・ポイントを声に出してみたら上手に投げられましたよ。
- ・グイッと投げたら、遠くへとぶようになった。

児童の感想からも投動作の技能ポイントの理解に役立ったことが伺えます！

おすすめ！

●投動作を言語化(オノマトペ化)することは、投動作の基礎的な感覚を身に付けることに**有効**です!!

見通し3 (ステップ3)

●単元の終末において、投動作のリズムやフォームを互いに確かめながら運動に取り組みめる場を設ける

運動する場を工夫する支援

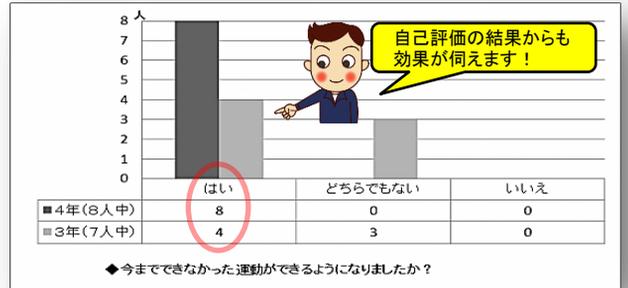
により

投動作の技能

が高められました！



3つの場で繰り返し運動する！



～児童の感想～

- ・だんだんリズムが分かってきた。
- ・友達にフォームを見てもらったのでうれしかった。
- ・前より上手に投げられるようになったと思う。

児童の感想からも投動作の技能を高めることに役立ったことが伺えます！

おすすめ！

●投動作のリズムやフォームを互いに確かめながら運動に取り組みめる場を設けることは、ボールを力強く投げる力を身に付けることに**有効**です!!

研究のまとめ

成果

- 🌸 学習後のソフトボール投げのクラス平均記録を学習前の記録より **2m** 向上させることができた。また、児童一人一人の投げる様子に「投げる手と反対の足を一步前に踏み出して遠くへ投げる」などの **力強さ** を見るできるようになった。
- 🌸 オノマトペ言語を取り入れた指導を行うことが、**投げる動きの感覚をつかむ指導の充実**に結び付くことが分かった。

力強い投動作を身に付けたことにより、ボール投げの飛距離が向上しました！



学習後の児童の投動作

●投げる手と反対の足を一步前に踏み出してボールを遠くへ投げる児童が増えました！

課題

- ▲ 投動作の習得に時間がかかる児童も見られた。児童一人一人の確実な投能力の向上を目指すには、投動作の習熟を図る時間をより一層充実させる必要がある。
- ▲ 総合的な投能力を身に付けるためには、継続的な指導や支援が欠かせないため、活用する時間（ゲーム・ボール運動領域）での系統立った指導が必要である。

問い合わせ先

群馬県総合教育センター

担当係：高校教育研究係

0270-26-9214 (直通)