

運動感覚を生かし、進んで運動にかかわろうとする子どもを育てる体育科学習指導

— ハードル走における運動の要素を活用した教材と学習指導過程の工夫を通して —

みやこ町立犀川小学校 教諭 坪根 慎治

## I 主題設定の理由

### 1 社会の要請から

世の中には便利なものがあふれ、自ら体を動かさなくても様々な刺激が私たちの生活に入りこんできている。そんな現代社会において人々は、健康の保持増進や競技力向上、余暇の楽しみなど、より豊かな人生を送るために、様々な意図をもって運動することの大切さを実感しており、運動は生活から切り離せないものとなっている。

坪田は、運動の多様な価値について「人間関係の希薄化の防止にも役立ち、また自然環境の保全とともに、人々に自然への回帰を促すなど、生活潤滑剤としての価値を内に秘め、今や人間生活になくしてはならない文化的意味をもつものである。」(スポーツ文化と教育 1997)と述べている。

現代の子どもの課題として、運動する子どもとそうでない子どもの二極化や体力の低下傾向が全国体力・運動能力・運動習慣等調査結果から明らかになっている。また、文部科学白書(2009)では「そもそも人間のあらゆる活動の源になる体力を、子どもの時期からしっかりと身に付けていくことは子どもの将来にとって大変重要である。」とあるように、将来を担う子ども達に体力をつけることは喫緊の国民的課題でもある。

さらに、「子どもの体力向上のための取組ハンドブック」(H24.3 文部科学省)によると、体育科の学習そして教育活動全般及び家庭など総合的な観点から「運動しない子どもにどう働きかけるか」が、子どもの体力の低下傾向に歯止めをかける鍵となることも明らかにされた。このような社会情勢のもとで、運動しない子どもの増加、そして体力の低下傾向は、より深刻なものとなり、学校における体育科の授業の重要性はさらに大きなものとなってきている。

そこで、本研究において豊富な運動経験を基盤として運動に親しませることは、進んで運動しようとする資質や能力を育てるとともに、運動の価値を幅広くとらえることにもつながる。このことは、子ども達の運動の日常化や体力の向上を図る上でも大変意義深いと考える。

### 2 教育の動向から

平成20年1月の中央教育審議会答申で体育科の改善の基本方針に示された「その課題」としては、「運動する子どもとそうでない子どもの二極化や、子どもの体力の低下傾向が依然深刻である。」といった子どもに関する課題だけでなく、「運動への関心や自ら運動する意欲、各種の運動の楽しさや喜び、その基礎となる運動の技能や知識など、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成が十分に図られていない例も見られること」といった教師の指導に関する課題も指摘されている。

この「中教審答申」を受けて、平成20年3月に新学習指導要領が告示され、「生きる力」を育むという理念のもと、「確かな学力」「豊かな心」「健やかな体」の知・徳・体をバランスよく育てることを目指している。小学校体育科においては、「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎の育成」に重点がおかれ、学校段階の接続及び発達段階に応じて指導内容の明確化や校種を超えた系統性を考えた学習の必要性が示された。また生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現することを目標として、小学校はその基礎を培う重要な役割を担っている。

そこで本研究において、「運動感覚を生かし、進んで運動にかかわろうとする子ども」の育成を図ることは、子ども一人ひとりの動ける体づくりにもつながり、運動のよさを感じ、どの運動に対しても「できそうだ」という感覚を持たせながら、運動への意欲を高める上でも価値が大きいと考える。

### 3 子どもの実態から

本校の子ども（第6学年2組 男子11名 女子10名）は、明るく元気で、活発に運動する子どもが多い。ワークシートの記述や学習に向かう姿勢からも体育科の学習に意欲をもって学ぼうとする姿が見られる。また、町内の取組により、朝食の摂取や早寝早起きの励行など日常の生活習慣に気を配り、将来健康であり続けるために、自分の体に関心をもつこともできている。さらに、器械運動の集団マットやボール運動の作戦やルールの工夫などを話し合う活動、町の行事に向けたクラス全員での取組みなど、みんなで何か一つのことに取り組むことのよさや、人とのかかわりを通して互いに伸び合うことのよさも感じてきている。しかし、勝敗に対するこだわりが強すぎて仲間とのかかわりがうまくいかない子どもや、動きのポイントはとらえているものの確実な運動技能の定着には結び付かず、達成感を味わえていない子どももいる。これらの子どもは、運動に対する苦手意識をもっており、体育科の学習が実際の生活に生かされていない。さらに、校区が広く、一部の地域の子どもの通学用のバスを使用しており、他の子ども達も、登下校も含めて自家用車を利用していることが多い。休み時間の様子や放課後の過ごし方の聞き取りからも、子ども達が運動とかかわる機会が少なくなっていることがうかがえる。

体育の学習に関する事前のアンケートにおいて、「体育の学習は好きですか？」の問いに対し、「はい」が18名、「まあまあ」が3名、「あまり」「いいえ」が一人もいなかった。このことから、クラスの全員が体育の学習について肯定的に捉えていることが分かる。理由の記述には、「できなかったとができるようになるから」や「体を動かすことが好きだ」や「みんなで協力できるから」が数多くあげられた。

しかし、「陸上運動は好きですか？」は、「はい」が10名、「まあまあ」が3名、「あまり」が7名、「いいえ」が1名と、約40%の子どもが陸上運動に対して抵抗感を持っているという事実が明らかになった。理由の記述には、「練習しても速くならない」や「走るのが遅いから嫌い」「きついで楽しくない」があげられていた。この結果の比較からも、体育の学習を肯定的にとらえていても、領域によって興味関心が大きく変わっていることから、運動そのものの価値や楽しさを十分に感じることができていないと考え、運動とのかかわり方を学習する中で学ばせることの重要性を感じた。

そこで、運動経験の違いや心身の著しい発達と、技能差が明確になってくる「中期」の子ども達の関心・意欲が大きく二分する陸上運動領域を取り上げることにした。そして、この領域は様々な運動経験の中に大きな要素として含まれており、運動の日常化に向けての価値も大きい。さらに、運動の特性から考えて、個人としての要素が強く、運動経験の差が大きく表れ、走力や身長にも強い相関がある。「どうせやってもできない」という生得的な能力としての考え方を子ども自身ももっているところから、単元内での劇的な技能の向上が見えにくく、達成感をもたせることが難しい。

以上のことから、本研究において陸上運動領域を取り上げ、どの子どもにも運動本来の楽しさを味わわせながら、自らの運動感覚を生かし、運動とのかかわり方を学ばせることは、二極化の改善や体力の向上にもつながり、価値も大きいと考え、本主題・副主題を設定した。

## II 主題・副主題の意味

### 1 主題の意味

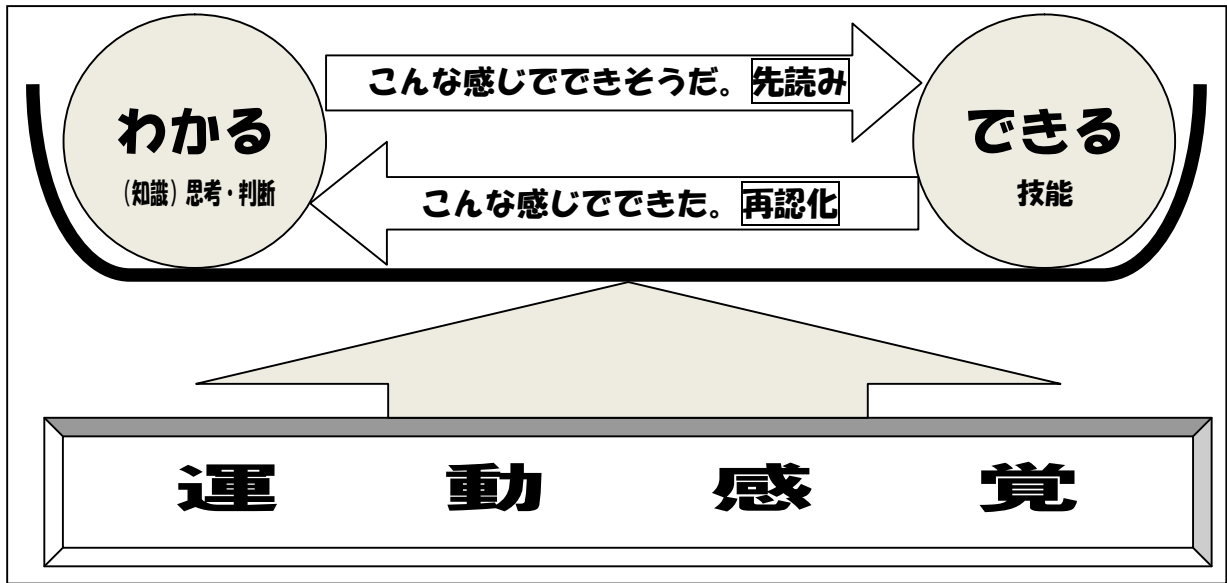
#### (1) 「運動感覚を生かす」について

「運動感覚」とは、「運動によって起こる感覚」（大辞泉）とあるように、本研究では「身体を動かす時に生じる動きの感じ」ととらえた。金子は、この運動感覚が身に付いた能力「運動感覚能力」について、「いまだ実施（試行）していないある動きに対して共感し、『そのような感じで動くことができそうだ』と先読みできることであり、さらに試行した後に『今ここで動いた直下の感じ（直感）を再認化する能力』（新しい体育授業の運動学 1994）としている。

つまり運動感覚を身に付けた子どもは、ある動きの一連の動作をイメージして、「こんな感じで、できそうだ」と先読みしたり、感じたりすることができる。さらに、動いた後に「こんな感じで、できた」とその動きを認識することもできる。

以下の【図1】に示す通り、ここで述べる「運動感覚」とは子どもがこれから出会う運動に対して「できる」と「わかる」をつなげるために下支えとなる重要な要素である。

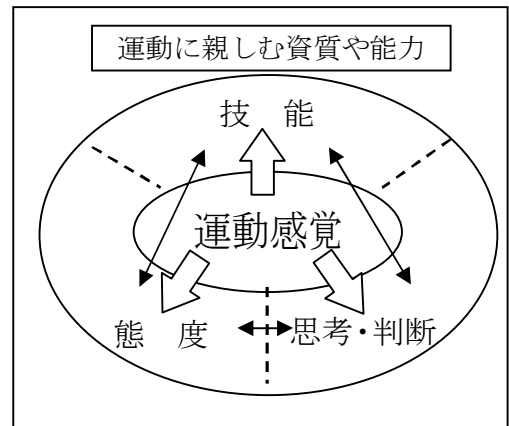
【図1；運動実施時における、運動感覚の位置付け】



これらのことから「運動感覚を生かす」とは、子どもが身に付けている動きの感じをもとに「先読み」や「再認化」させることで、目指す運動の技能の向上に活用することだと考えた。「先読み」「再認化」は、これまでの運動経験などから、運動の行い方やコツなどを考えることができるものであり、思考・判断に大きく影響する。

つまり、「運動感覚を生かした子ども」とは、この「先読み」「再認化」を通して、体の動かし方やコツなどを理解して運動に取り組むことができる子どものことであり、右の【図2】のように、自らが身に付けている運動感覚をもとに、技能の向上に向けて愛好的な態度をもち、思考・判断する子どものことである。

【図2；運動感覚を生かす子ども】



なお、「先読み」「再認化」は子どもにとって難しい用語でもあるため、学習中は理解しやすいように「先読み」は「運動予想」、「再認化」は「運動実感」として用いた。以下、子どもに提示した資料や子どもの感想・アンケート内にこの用語を用いる。

(2) 「進んで運動にかかわろうとする」について

「運動」とは、身体を動かすこと（広辞苑）とある。その「運動」について、金子らはマイネルの「スポーツ領域において運動が果たす機能」をもとに、下のように4つの機能にまとめている。（教師のための運動学 1996）

- |                                   |                |
|-----------------------------------|----------------|
| マイネル『スポーツ領域において運動が果たす機能』 金子ら 1996 |                |
| ①人間形成への教育に果たす機能                   | ②健康の維持増進に果たす機能 |
| ③競技力の向上に果たす機能                     | ④心身をリフレッシュする機能 |

また、「中央教育審議会 答申」(H20.1.17) では、以下のように運動の価値を捉えている。

(イ) 体育については、体を動かすことが、身体能力を身に付けるとともに、情緒面や知的な発達を促し、集団的活動や身体表現などを通じてコミュニケーション能力を育成することや、筋道を立てて練習や作戦を考え、改善の方法などを互いに話し合う活動などを通じて論理的思考力をはぐくむことにも資することを踏まえ、・・・（中央教育審議会 答申 H20.1.17）

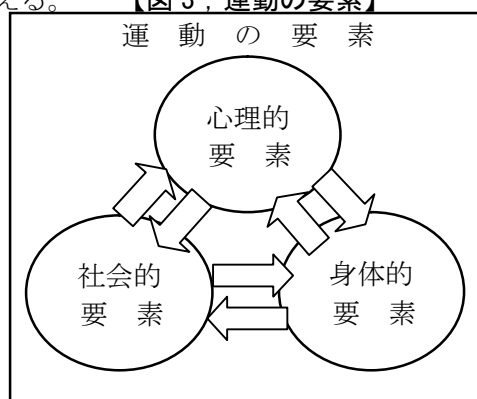
これらをもとに、「マイネルの運動の果たす機能」と「中教審答申(H20.1.17)で示された内容」を比較し、内容が共通するもので分類・整理し、「運動の要素」として以下の3つの要素（心理的要素・社会的要素・身体的要素）にとらえた。さらに、この「運動の要素」と「運動に親しむ資質や能力」を関連させたものを、以下の通り示す。

【表1：マイネル「運動が果たす機能」及び「中教審答申（H20. 1. 17）」と「運動の要素」との関係】

マイネルの運動が果たす機能	中教審答申(平成 20 年)	運動に親しむ資質や能力	運動の要素
心身をリフレッシュする機能	情緒面や知的な発達 論理的思考力をはぐくむ	関心・意欲・(知識) 思考・判断	心理的要素
人間形成への教育に果たす機能	コミュニケーション能力を育成	態 度	社会的要素
健康の維持増進に果たす機能 競技力の向上に果たす機能	身体能力を身に付ける	技 能	身体的要素

この「運動の要素」については、【図3】のようにそれぞれの関係をとらえ、各要素にふれさせることで、運動が果たす機能を生かすことができると考えた。また、3つの要素の関係はそれぞれ独立して現れるのではなく、互いに関連し合っているととらえる。 【図3：運動の要素】

そこで、この「運動の要素」を学習場面で提示する運動に働かせる。運動提示を行うにあたっては、特定の要素のみ働きかけるのではなく、それぞれの要素が関連し合っていることから、明確な意図をもって運動を提示することが必要となる。子ども達が、運動の要素に触れることで、運動のよさをとらえる過程で得られた快感情が、運動を子どもにとってより身近なものとし、運動へのかかわり方を学ぶことにつながる。このことは、運動に親しむ資質や能力の基礎を養う上で大きく作用すると考える。

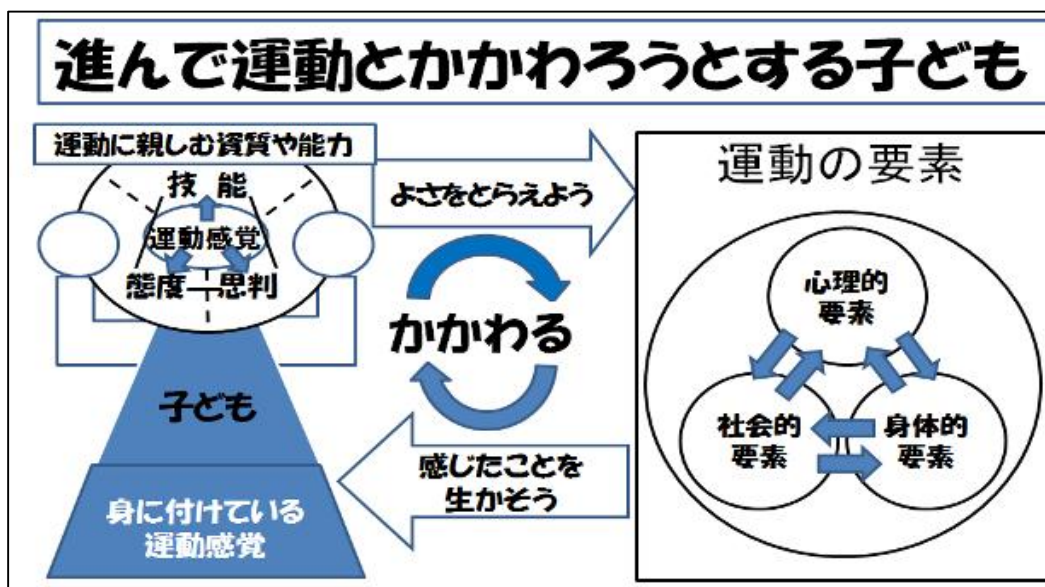


「運動にかかわる」とは、3つの要素をもとに運動のよさをとらえ、そこで楽しさに気付いたり、感じたりしたことを生かす双方向の取組である。【図4】

そこで、進んで運動にかかわらせるためには、まず提示する運動に要素を働かせ、身体を動かすことで楽しみながら運動のよさを感じさせる。そして、感じた楽しさをもとに、運動の行い方を考え、自分の動きに生かす。これら一連の過程を繰り返すことで、子どもは運動を通して、より質の高い楽しみを求め、継続的に「運動しよう」と意欲をもって取り組もうとする。

運動のよさをとらえる中で、「特性に触れること」（心理的要素）や「動きの感じをつかんで運動が上達すること」（心理・身体的要素）「仲間と協力してつながること」（心理・社会的要素）に「楽しさ」を感じさせる。運動を通して「楽しさ」を感じた子どもは、意欲と目的をもって運動しようとすると考えた。

【図4】



(3) 「運動感覚を生かし、進んで運動にかかわろうとする子ども」とは

自分が身に付けている動きの感じをもとにして、「先読み」や「再認化」を活用することで、運動のよさをとらえ、楽しみを感じることで、意欲をもって自分の意思で運動に取り組み続ける子どものことである。

本研究では、「運動感覚を生かし、進んで運動にかかわろうとする子ども」について、「技能」「態度」「思考・判断」の観点から目指す子どもの姿として、以下のようにとらえた。

運動に親しむ資質や能力	目指す子どもの姿
技 能	運動のよさを感じ、自分がもっている運動感覚を生かして、 目指す運動の技能を身に付けることができる子ども
態 度	仲間とのかかわりで運動のよさをとらえ、 友だちと助け合って、進んで運動に取り組むことができる子ども
思 考・判 断	運動のよさを感じる中で自己の課題をつかみ、 運動の行い方を工夫することができる子ども

多様な運動経験を通して、様々な運動感覚を身に付けた子どもほど、新たな運動に向けての抵抗感は減少し、「先読み」や「再認化」することで運動に対する一連のイメージを描きやすく、運動そのものへの親しみや楽しみが増してくる。

つまり、新たな動きに対しての抵抗感を減少させるためには、豊富な運動感覚を身に付けることが必要になる。それをもとに、子ども一人ひとりの身に付いている運動感覚を生かして「先読み」「再認化」しながら運動することで、それぞれの目指す動きをイメージさせる。これは、子どもの様々な技能差に応じた指導においても有効であるととらえた。

## 2 副主題の意味

### (1) 「運動の要素を活用した教材」とは

「要素」とは、先に述べた「心理的要素」「社会的要素」「身体的要素」のことである。運動のよさを学習者にとらえさせるために、「素材」にこの要素を働かせることで、子どもは運動のよさを感じ、楽しさを中心とした快感情を抱き、「もっと運動したい」と感じるができるようになった。

また、この運動の要素に主運動の基礎となる感覚を関連させることは、自分が身に付けている運動感覚を感じさせ、さらに必要感や充足感を感じさせながら運動を行わせることで、基礎となる運動感覚を高めていくことができる。と考える。

岩田は、『教材』とは、学習内容を習得するための手段であり、その学習内容の習得をめぐる教授＝学習活動の直接的な対象になるものである。(体育科教育学入門 2012)と述べている。

これらのことから、「運動の要素を活用した教材」とは、心理的・社会的・身体的要素から「運動のよさ」をとらえさせ、楽しみを感じさせる中で、基礎となる感覚と関連付け、ハードル走で学ばせたい内容に意欲をもって取り組むことができる運動や場づくりのことである。

この教材を使って、運動のよさをとらえ、自らの身に付けた運動感覚を感じ、運動とのかかわり方を学ぶことで、運動に親しむ資質や能力を高めていく。

### (2) 「学習指導過程」とは

学習指導過程とは単元の流れであり、子ども達が自分たちの現在の能力に合わせて、教師が意図的・計画的に段階を踏んで学習目標を設定させ、自分たちのペースで学習を進めさせようとするものである。

そこで、運動とかわり続けようとする子どもを育てるために、まず子ども自身が「身に付いている運動感覚」を感じ、「運動のよさ」を認識させる。これが運動に親しむ資質や能力を育てる上で重要な過程である。さらに、学習指導過程を考える上で「運動の要素」を中心に据え、そこに「基礎となる運動感覚」を関連させながら、発展的に段階を進めて、運動とかわり続けようとする子どもの育成を図る。子どもは運動のよさを楽しむことを通して感じ、意欲的な学習態度をもち、前のステップを生かした意味のある内容を学習することができる。目標とする運動技能を身に付けるためには、基礎・基本的な運動感覚を高める場面を数多く経験することも大切になる。

本研究における学習指導過程の工夫では、まず、運動とのかかわりを深めるために運動の要素から「運動のよさ」をとらえ、自分のもっている運動感覚を感じる「感じる」段階を位置付ける。次に「運動のよさ」を感じながら、個々の運動感覚を高め、習得させたい運動の技能を一連の動きとしてイメージさせる、それぞれ自分の課題に応じた技能をとらえる「とらえる」段階を位置付ける。

最後に、これまでの過程で培った能力の高まりを実感し、それを生かして目指す運動に挑む「生かす」段階を位置付ける。

これらのことから、学習指導過程とは、子どもが「運動のよさ」や「身に付いている運動感覚」を感じて意欲と目的をもち、高まった能力を生かして継続的に運動に取り組んでいくことをねらった、発展的かつ意図的に段階に分けた学習の進め方のことである。

### (3) 「ハードル走における運動の要素を活用した教材と学習指導過程の工夫」とは

ハードル走の運動学習において、心理的・社会的・身体的要素から「運動のよさ」をとらえさせ、楽しみを感じさせながら基礎となる感覚を高め、ハードル走で学ばせたい内容に意欲をもって取り組ませることができる運動や場と楽しみながら「運動のよさ」や「身に付いている運動感覚」を感じて意欲と目的をもち、高まった能力を生かして継続的に運動に取り組んでいくことをねらった、発展的かつ意図的に段階に分けた学習の進め方のことである。

## III 研究の目標

ハードル走の学習において、運動の要素を活用した教材と学習指導過程の工夫を行うことで、運動感覚を生かし、進んで運動にかかわろうとする子どもを育てる体育科学学習指導の在り方を究明する。

## IV 研究の仮説

ハードル走の学習において、以下の工夫を行えば子ども達は運動感覚を生かしながら、運動のよさを感じ、意欲と目的をもって進んで運動にかかわろうとすることができるであろう。

### 1 運動の要素を活用した教材

「運動の要素」（心理的要素・社会的要素・身体的要素）と「基礎となる運動感覚」を関連付け、楽しみながら「運動のよさ」を感じ、基礎となる感覚を高めていくことのできる教材。

### 2 学習指導過程の工夫

- ・運動のよさをとらえ、自分のもっている運動感覚を感じる。（感じる段階）
- ・ハードル走を一連の動きとしてイメージし、動きの感じをとらえる。（とらえる段階）
- ・技能の高まりを生かして、目指す運動に挑む。（生かす段階）

## V 研究の具体的構想

### 1 ハードル走における運動の要素を活用した教材の工夫

ハードル走において技能面で学ばせたい内容は、「ハードルをリズムカルに走り越える」ことであり、例示として、「第1ハードルを決めた足で踏み切って走り越えること。ハードル上で上体を前傾させること。インターバルを3～5歩のリズムで走ること。」と示されている。これらを身に付けるために必要となる基礎感覚は、根本（2003）によると①リズムある助走（リズム感覚）②片足で踏み切る（跳感覚）③空間に身体を投げ出す、片足で着地する（平衡感覚）をあげている。

「リズム感覚」とは、周期的に繰り返される動きの感じである。「跳感覚」とは、両・片足で踏み切って、両・片足で着地する空中移動を伴った動きの感じである。「平衡感覚」とは、バランス感覚とも言われ、体の傾きや動きなどを感知し、安定した姿勢に修正する動きの感じである。そこで、「基礎となる運動感覚」を「運動の要素」と関連させ、教材として提示する運動について以下のように考えた。

○提示する運動例とその解説

運動名	川・輪跳び
ねらい	連続して一定のリズムで跳んでいく。踏み切り足は、右足だけでなく、左足でもできるようにする。
目標	自分の跳びやすい場を選択して、連続した一定のリズムで走り跳ぶ。
内容	地面に長縄を置いて、連続して跳ぶ。 川幅（高さのない障害）を変えて、自分の跳びやすい川幅・間隔を見つける。 ・広めの川幅(リズム崩し)を選択し、挑戦する。 ・川が輪に変わることによって踏み切りと着地が限定され、制限の中を走り跳ぶ。
基礎となる感覚	・リズム感覚（連続して一定のリズムで跳ぶ）幅・高さのリズム崩しに対応する能力 ・平衡感覚（空中姿勢の安定）片足踏み切り、着地の姿勢の安定を図る能力 ・跳感覚（踏み切りと体の空中への投げ出し）幅や高さに合わせて跳ぶ能力
運動の要素	・心理的要素 リズムカルに走る心地よさを感じる。 ・身体的要素 リズムの変化(リズム崩し)に対応しながらリズムカルに安定した姿勢で走る感覚をつかんで上手に走り越す楽しさを味わう。 リズム崩しの例（川幅の変化による対応・踏み切り地点と着地地点の制限など） ・社会的要素 仲間と競争したり、協力したりして運動する楽しさを味わう。

運動名	シンクロハードル走
ねらい	仲間と動きをそろえることで、楽しみながらリズムカルなハードリングを行うことができるようにする。
目標	仲間と上手にそろえて跳ぶ工夫を考える。（声出し、インターバルの歩数をそろえる、振り上げ足をそろえる等）
内容	ペア隣に並び、みんなでタイミングを合わせて跳ぶ。 ・スピードを上げる。 ・振り上げ足やインターバルの歩数をそろえる。 ・ハードルの高さをあげる。
基礎となる感覚	・リズム感覚（連続して一定のリズムで走り越える）仲間とリズムをそろえる能力 ・平衡感覚（片足踏み切りでの安定した空中姿勢）仲間とそろえて、片足踏み切り、着地の姿勢の安定を図る能力 ・跳感覚（決まった足でのキック(軸足)・振り上げ足で空中への体の投げ出し）仲間とそろえて、体を投げ出して跳ぶ能力
運動の要素	・心理的要素 リズムカルに走り越す心地よさを感じる。 ・身体的要素 シンクロさせるために、リズムや振り上げ足、インターバルの歩数をそろえ、ハードル走の運動技能を高めていく楽しさを味わう。 ・社会的要素 仲間とタイミングを合わせて走り越す楽しさを味わう。

○提示する運動例とその解説

運動名	8 秒間走
ねらい	自分の記録を比較することで、自己の動きの追求を行うことができるようにする。
目 標	指標をもとに、自己の記録に挑戦する。
内 容	<p>(8 秒間走→スタート統一 30m 地点から 1 m ごとにラインを引き、ゴールした位置で距離を競う。1mにつき 2 点加算。インターバルは始め 6m 設定後、個に合わせて 5m~7m で自由に変動させることができる。)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・精一杯走り、技能の高まりを感じる。</li> <li>・8 秒間走は、より遠くの位置にゴールを設定していくことを目指す。</li> <li>・仲間と競争する。</li> </ul>
基礎となる感覚	<ul style="list-style-type: none"> <li>・リズム感覚 (連続して一定のリズムで走り越える) インターバルを 3~5 歩のリズムで走ること。</li> <li>・平衡感覚 (片足踏み切りでの安定した空中姿勢) ハードル上で上体を前傾させること。</li> <li>・跳感覚 (振り上げ足で空中への体の投げ出し) 第 1 ハードルを決めた足で踏み切って走り越えること。</li> </ul>
運動の要素	<ul style="list-style-type: none"> <li>・心理的要素 リズムカルに走り越す心地よさを感じる。</li> <li>・身体的要素 これまでの学習を生かして、自分の目標に向かって運動する喜びを味わう。</li> <li>・社会的要素 仲間との競争を通して、友だちの伸びや自分の高まりを実感する楽しさを味わう。</li> </ul>

2 運動へのかかわりを深める学習指導過程の工夫 (単元の流れ)

○運動のよさをとらえ、自分のもっている運動感覚を感じる。(感じる段階)

この段階では、運動のよさを楽しみながら感じ、自らの運動感覚に気付くことで、目指す運動に向けての抵抗感を軽減させていきたい。運動感覚の定着には時間とこれまでの運動経験に左右され、個人差がみられることが予想されるが、運動の要素を生かして、運動のよさを楽しく感じさせながら、リラックスした雰囲気、簡単な動きや無理なく軽い運動負荷をかけることで、子ども一人ひとりに成功体験や楽しさを味わわせていきたい。これは、運動感覚を高めたり、新たに運動感覚を身に付けたりする機会にもつながるため、各時間の始めに単元を通して、継続して取り組んでいく。

○ハードル走を一連の動きとしてイメージし、動きの感じをとらえる。(とらえる段階)

この段階では、ハードル走が一連の動きとしてイメージできる運動を通して、必要とされる動きの感じを交流したり、課題解決を図ったりする中で、「ポイント」(動き方)から「コツ」(動いた感じ)をつかませていきたい。ここでは、ハードル走につながる動きを提示し、それらを一連の動きとしてイメージさせたい。そのためにも、この「コツ」が自分でもできるように「動きの感じ」を仲間との交流や個人の思考・判断を通して自らの能力の向上を図っていく。

この段階においても、運動の要素と基礎となる感覚との関連を図った運動(ハードル走がイメージできる運動)を提示し、個人の課題を明確にすることで、楽しみながら課題解決に応じた運動の取り組み方を考えさせ、意欲的に取り組めるようにする。

○技能の高まりを生かして、目指す運動(ハードル走)に挑む。(生かす段階)

この段階では、これまでの技能の獲得を目的として練習してきたことをもとに、動きの伸びを競走(争)したり、目標得点を設定したりすることによって、個々の子どもに自らの「高まり」を感じさせていきたい。この段階では、一単位時間のまとめともなるため、その時間で学習した運動を一連の動きとして扱い、教材を活用して意欲的に主運動に取り組ませる。最終時には記録会(8 秒間走)を行い、単元始めの記録と比較してチームの平均を出して競う。



【学習指導過程】

	と ら え る					生 か す
	1	2	3	4	5	
感 じ る	運動のよさを感じ、基礎となる感覚を高める運動 シンクロハードル走 (高さ 50 cm) (ハードル台数・インターバル変動)					課題解決学習
と ら え る	スピードの調節ができる。		片足支持・リズムの変化・スピードコントロールができる。			
生 か す	動きを一連の流れとしてとらえる運動 川・輪跳び					2012 犀川 オリンピック ハードル走 記録会
と ら え る	リズムカルに跳ぶ。 リズムカルに踏み切りと着地をねらった場所で行うことができる。		第1ハードルを決まった足で踏み切る インターバルを3~5歩で走る。 ハードル上で体を前傾させる。			
生 か す	目指す運動 (ハードル走) に挑み、動きの高まりを感じる運動 8秒間走計測					自分や仲間の記録の伸びを振り返る。
と ら え る	踏み切りを決まった足で行い、決まった場所に着地。残り足の繰り出し。			リズムカルに走り越す。		

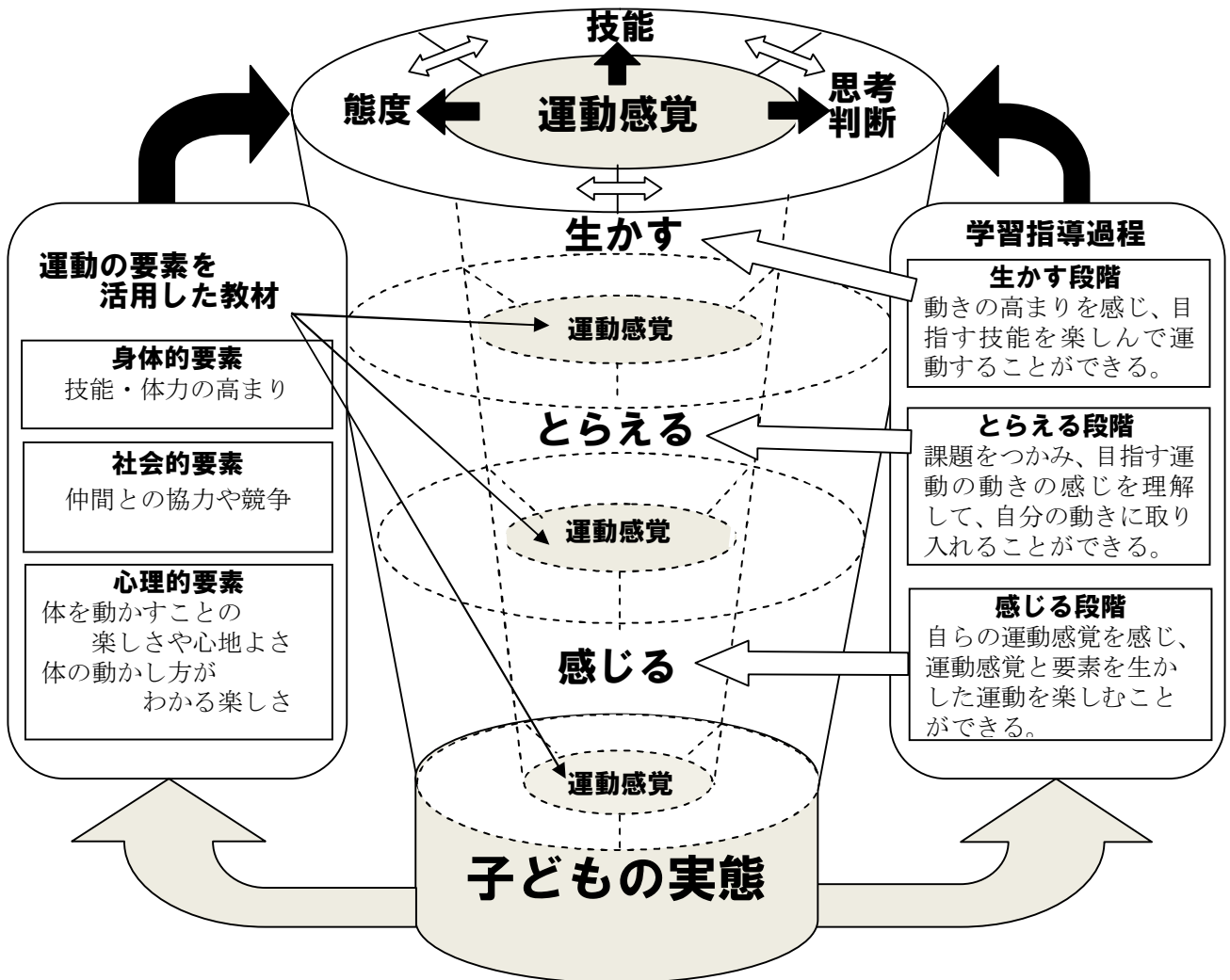
これらの段階を経て、子ども達は運動のよさを楽しみながら感じ、体の動かし方を理解して、自ら意欲をもって運動に取り組もうとすると考える。以上の3つ「感じる」「とらえる」「生かす」それぞれの段階におけるねらいと、目指す子どもの姿は以下の表のとおりである。

【表2：各段階のねらいと目指す子ども像】

段 階	ねらい	目指す子ども像
感じる段階	自らの運動感覚に気付き、目指す運動の準備段階にて成功体験をもとに、運動する意欲をわかせる。	自らの運動感覚を感じ、運動の要素と基礎となる運動感覚を関連させた運動を楽しむことができる子ども。
とらえる段階	目指す運動を一連の動きとしてイメージさせ、自分の課題をつかんでその動きの感じをつかませる。	課題をつかみ、目指す動きの感じを理解して、自分の動きに取り入れることができる子ども。
生かす段階	目指す運動で競争したり、タイムを計測したりすることで、自らの動きの高まりを感じさせる。	動きの高まりを感じ、目指す動きの技能を高めて、意欲的に運動することができる子ども。

3 研究構想図

**運動感覚を生かし、進んで運動にかかわろうとする子ども**



4 仮説実証の方途

段階	子ども像	手だて	実証方法	評価の観点
	学習前の実態調査		①運動感覚調査 ②動きの実態調査 (60mハードル走撮影) ③診断的授業評価 ④事前アンケート	・動きについてどんな種類をどの程度身に付けているか ・体育の学習や運動に対する興味・関心を持っているか。
感じる段階	関心・意欲・態度 ・仲間と動きをそろえようと協力して運動し、安全に気を付けて運動することができる。	・学習指導過程の工夫 ・運動の要素を活用した教材	①ビデオ分析 ②様相観察 ③ハードル走測定 (8秒間走) ④学習カードの記述	・仲間と楽しみながら、運動のよさや運動感覚を感じている。 ・きまりを守り、安全に気を付けて運動することができる。
	思考・判断 ・いろいろなリズムを感じて運動することで、心地よいリズムで運動する行い方が分かり、自分の課題をとらえることができる。	・学習指導過程の工夫 ・運動の要素を活用した教材	①様相観察 ②形成的授業評価 ③学習カードの記述	・いろいろなリズムを感じて運動する中でリズムカルな動きの行い方が分かる。

感じる段階	技能	・いろいろなリズムを感じ、そのリズムに対応して楽しみながら運動することができる。	・学習指導過程の工夫 ・運動の要素を活用した教材	①ビデオ分析 ②様相観察 ③形成的授業評価 ④学習カードの記述	・いろいろなリズムを感じる場を意識しながら運動ができている。
とらえらるる段階	関心・意欲・態度	・仲間と協力してシンクロハードル走や課題解決に向けた運動を進んで行き、安全に気を付けて運動することができる。	・学習指導過程の工夫 ・運動の要素を活用した教材	①ビデオ分析 ②様相観察 ③学習カードの記述	・楽しみながらシンクロハードル走を行っている。 ・場や用具の安全を確認して、運動している。 ・友だちと協力し合っ て練習している。
	思考・判断	・目指す動きの感じを先読みや再認化し、運動（シンクロハードル走・8秒間走）を通して課題を明確にして、課題解決の方法や運動の行い方を考えることができる。	・学習指導過程の工夫 ・運動の要素を活用した教材	①様相観察 ②形成的診断 ③学習カードの記述	・リズムカルに走り越えるコツを理解し、自分の課題を見付けている。 ・課題解決の仕方を考え、課題に合った場や用具を選んでいる。
	技能	・先読みや再認化をもとに運動し、ハードルをリズムカルに走り越えることができる。	・学習指導過程の工夫 ・運動の要素を活用した教材	①ビデオ分析 ②様相観察 ③ハードル走測定（8秒間走） ④学習カードの記述	・課題に合った場で、リズムカルに走り越えている。 ・第1ハードルを決めた足で踏みきって越えている。 ・上体を前傾させてハードルを越えている。 ・インターバルを3～5歩のリズムで走っている。
生かする段階	関心・意欲・態度	・仲間と協力して記録会に向けた運動（シンクロハードル走や課題解決・8秒間走）を楽しみ、安全に気を付けて運動することができる。 ・用具の整備や片付け、計測や記録など分担された役割を果たそうとしている。	・学習指導過程の工夫 ・運動の要素を活用した教材	①ビデオ分析 ②様相観察 ③ハードル走測定（8秒間走） ④学習カードの記述	・楽しみながらハードル走に進んで取り組んでいる。 ・約束を守り、友だちと助け合っ て、練習や競走をしている。 ・用具の整備や片付け、計測や記録など分担された役割を果たしている。 ・場を整備し、用具の安全に気を配っている。
	思考・判断	・これまで積み重ねてきた先読み、再認化をまとめ、運動の行い方を考え、運動することができる。	・学習指導過程の工夫 ・運動の要素を活用した教材	①様相観察 ②形成的診断 ③学習カードの記述	・リズムカルに走り越えるためのコツ理解し、工夫して運動している。 ・自分の記録への挑戦の仕方を知るとともに、自分に合った競走の仕方を選んでいる。

生 か す 段 階	技 能	<ul style="list-style-type: none"> <li>先読み、再認化をまとめ、それをもとに最後までリズムカルのハードルを走り越すことができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>学習指導過程の工夫</li> <li>運動の要素を活用した教材</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①様相観察</li> <li>②形成的診断</li> <li>③ハードル走測定 (8秒間走)</li> <li>④学習カードの記述</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の課題に合った場で、リズムカルにハードルを走り越えることができる。</li> <li>第1ハードルを決めた足で踏みきって越えること。</li> <li>ハードル上で上体を前傾させること。</li> <li>インターバルを3～5歩のリズムで走ること。</li> </ul>
		学習終了後の実態調査		<ul style="list-style-type: none"> <li>①運動感覚調査</li> <li>②総括的授業評価</li> <li>③事後アンケート</li> <li>④動きのポイント記述</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ハードル走の動きをどの程度身に付けたか。</li> <li>動きの高まりを感じたか。</li> <li>運動のよさを感じる事ができたか。</li> </ul>

## VI 研究の実際と考察

実践例 平成24年10月29日(月)～11月21日(金)(全6時間)

みやこ町立犀川小学校 第6学年2組 21名 於 運動場 及び 体育館  
 单元名～みんなで風を切る心地よさを感じよう～「2012 ザ！ハードル走」

### 1 事前調査(実施日 2012/06/15)

#### (1) 運動能力調査

現在の運動感覚を把握するために、以下の調査を行った。

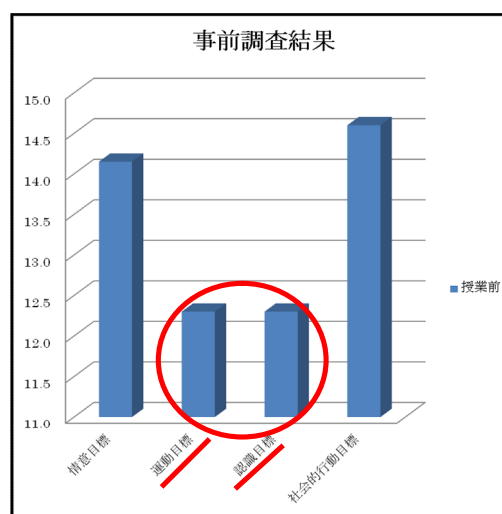
調査のねらい	調査内容
体育の学習状況及び運動に対する思いを総合的に把握する	診断・総括的授業評価(高橋ら2003) 体育の授業に関するアンケート(自作) 新体力テスト全種目の記録
個々の運動感覚を把握する	平衡感覚・リズム感覚・跳感覚(VTR撮影)
現在のハードルの技能を把握する	60mハードル走(郡子ども体育大会基準に基づく) (16m-6.5m-6.5m-6.5m-18m)高さ60cm タイムの計測とVTR撮影

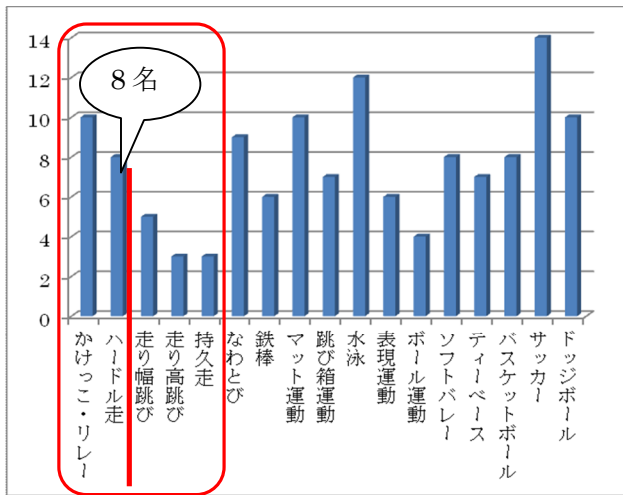
#### (2) 体育の授業や運動に対する意識調査

子どもの体育授業についての意識を調査するために、授業評価尺度(高橋ら2003)を用いた診断的授業評価を行った。**【右図】**

学級全体の総合評価の平均点は、53.57点と、小学校段階の診断基準(60.00～49.61)内に位置しており、体育の授業に関して、比較的高い意欲を持っている学級であることがわかった。

しかし、運動目標(できる)と認識目標(わかる)の数値が、他の情意目標と社会的行動目標に比べて低いことうかがえる。そこで、運動目標(できる)と認識目標(わかる)をつなぐためにも、授業構成に、運動感覚を生かした運動提示や思考・判断を促す具体的な手立てが必要となること分かる。



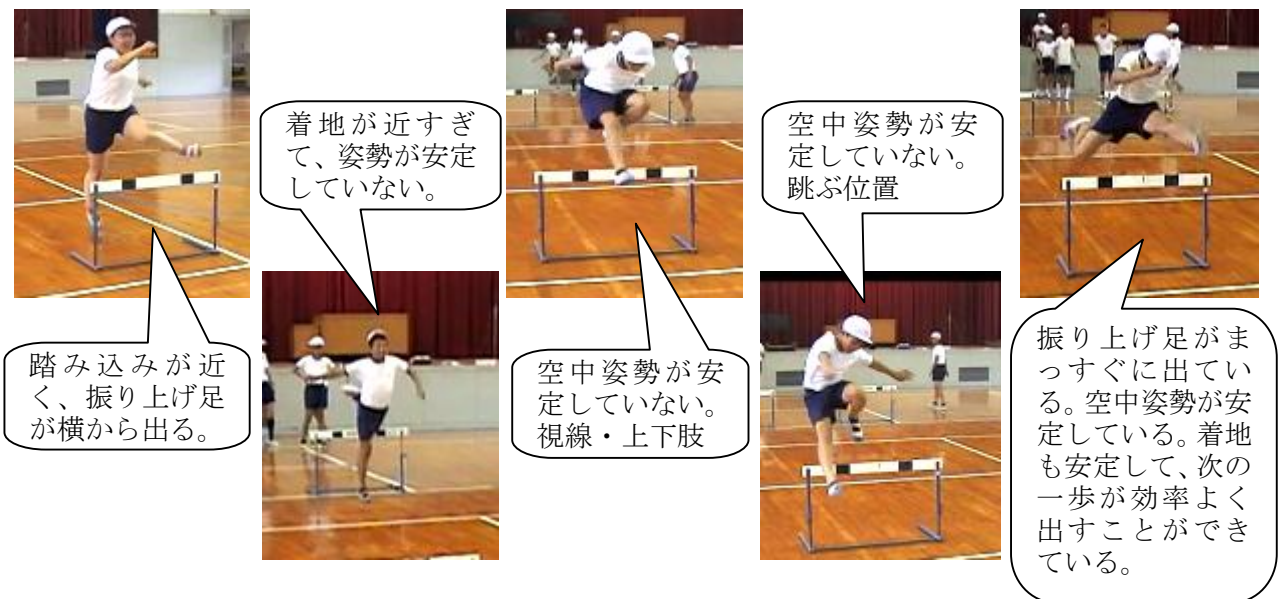


次に、自作の体育の授業に関するアンケートを行ったところ、体育の授業が好き 18 名、まあまあが 3 名、あまり 0 名、いいえ 0 名と体育の授業について全員が肯定的にとらえていることが明らかになった。それぞれの理由からも、体を動かすことが好きだから・できるようになるから・仲間と協力できるからと心理的要素や社会的要素・身体的要素に関するものに好感を抱いていることが分かる。

しかし、けがや失敗を恐れる意見や、得意な運動や苦手な運動がはっきりとしており、これらが子ども達の意欲面に大きく影響していることも分かった。

次に既習の各領域について、好きな領域を選択させた。領域においても様々な種目があるため、いくつか代表的な種目を既習学習の範囲内で調査した。結果は左の図に示す通りである。ボール運動領域や器械運動領域・水泳領域については、人気集中しているものの、陸上運動領域については、同じ領域においても偏りが激しい。さらに、陸上運動は好きですか？の問いに対して、「はい」9 名・「まあまあ」4 名・「あまり」7 名・「いいえ」1 名と、本領域に対する関心意欲があまり高くないことが分かった。理由としては、難しい・なかなか記録が伸びない・走るときつい・遅いと恥ずかしいなどが挙げられている。

### (3) 学習前のハードル走の実態について (技能面の調査)



ハードル走を考える時、踏み込み位置、空中姿勢、着地の安定が重要になるが、様々な局面で課題となる動きが観察された。この課題を、リズムカルな動きに関連させて課題意識をもたせ、課題解決へと導く。

これらの調査結果をもとに、以下の通り抽出児 ABC を設定した。

	診断的授業評価	50m走タイム	60mハードル走	体力テスト	ハードル走の学習
A 児	57 (+)	8.00	11.42 (平均より高い)	A 判定	楽しみにしている
B 児	49 (0)	8.90	15.46 (平均より低い)	B 判定	楽しみにしている
C 児	52 (+)	9.50	14.78 (平均より低い)	D 判定	楽しみではない
学級	52.48	8.80	13.42		

## 2 「感じる」段階（第1時）

### (1) 目指す子ども像

- いろいろなリズムを感じ、そのリズムに対応して楽しみながら運動することができる。 (技能)
- 仲間と動きをそろえようと協力して運動し、安全に気を付けて運動することができる。 (態度)
- いろいろなリズムを感じて運動することで、心地よいリズムで運動する行い方が分かり、自分の課題をとらえることができる。 (思考・判断)

### (2) 手だて

- 学習指導過程の工夫【試しの運動・いろいろなリズムを感じる運動・記録会の見通し】
- 運動の要素を活用した教材【8秒間走(試しの運動)、川・輪跳び、シンクロハードル走】

### (3) 授業展開

「感じる」段階では、チームで記録の伸びを競う記録会に向けて、試しの運動で記録を計測し、単元の目標をもたせることで、学習の見通しをつかませた。

そして、「リズムカルな動き」を体感させるために、いろいろなリズムを感じる運動（川・輪跳び、シンクロハードル走）を行った。オリエンテーションでは、基礎となる運動感覚として「リズム感覚」「跳感覚」「平衡感覚」「スピード感覚」「力を入れるタイミング」を挙げ、自分が感じた「心地よい動き」を「リズムカルな動き」のもとになるものとして、リズムが崩れるポイントやスピードが極端に落ちるポイントを自分の課題としてとらえさせた。

学習活動(◆) 教師の支援(◇)	子どもの姿 (A児B児C児の反応を中心に)
<p>導入 (第1時)</p> <p>手だて 運動の要素を活用した教材 (8秒間走)</p> <p>◆運動の行い方を知り、始めの記録(得点)を記入する。</p> <p>◆自分の評価と他者の評価を比べる。</p>	<p>子どもの姿 (A児B児C児の反応を中心に)</p> <p>・試しの運動を行う姿【写真1】</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動後に記録を記入し、自己評価を行う。(運動図に○印をつける)</li> <li>・自己評価終了後、同じチームの仲間と動きを見て相互評価を行う。(友だちの課題だと思ふところに☆印)</li> </ul> <p>自分の課題と、友だちの見た課題がだいたい同じだ。</p> 
<p>◇課題となる局面に印を付けさせ、学習終了後に先読み・再認化させた。</p> <p>【ワークシート1】</p>  <p>○運動前のイメージ「こんな感じで、できそうだ!」(運動予想)</p> <p>○運動前のイメージ「こんな感じで、できた!」(運動実感)</p>	<p>・C児が8秒間走でつかんだ課題【資料1】</p> <p>自分の運動感覚を感じ○が自己評価 ☆が相互評価</p>  <p>C児；スタートの仕方・跳んでいる時の姿勢・跳んだ後の着地</p> <p>他の検証児のもった課題</p> <p>A児；スタートの仕方・ハードルを跳んだ後の着地</p> <p>B児；スタートの仕方・ハードル踏み切り・空中姿勢</p>

手だて  
運動の要素を活用した教材  
川・輪跳び

◆川・輪跳びの条件を自由に変えていろいろなリズムを楽しみながら跳ぶ。

◇自分の運動感覚を感じさせるために、インターバルや高さなどの条件を多様に変えた場を設定した。

・川・輪跳び【写真2】



・川幅を自由に変えて、跳びやすい間隔を見つけた。  
・フープやケンステップを、自由に置いていろいろなリズムを楽しんだ。  
・フープの間にはケンステップをおいてインターバルの歩数を自由に設定した。

A 児；川幅やフープの位置を自由に変えながら、スピードをつけて全力で走っている。  
B 児；少し力をぬいて、様子を見ながら川やフープを跳んでいる。  
C 児；川幅やフープ、ケンステップを見ながらその枠に入るように気を付けて走っている。

【リズムを意識して川・輪跳びの運動をしている子ども】



手だて  
運動の要素を活用した教材  
シンクロハードル走

◆シンクロハードル走を同じチームを中心に行う。  
◇心地よいリズムでシンクロできるように、動きをそろえるための話し合いの場を設定した。

◇リズムを合わせやすいように、シンクロさせる隣どうしのハードルは距離を近づけて並べた。

◆動きの感じを発表する。  
◇心地よさを感じたリズムについて全体で交流する場を設定した。

・シンクロハードル走【写真3】

(A 児の様相)

(B 児の様相)

(C 児の様相)



A 児；動きを合わせる余裕も見られ、隣を意識しながら運動ができています。

B 児；動きを合わせるよりもハードルに意識がいて、歩数を合わせようとしている。

C 児；動きを合わせようとしているが、ペアのスピードに追いついていない。

【写真4】

リズムよくいけること。



楽しく走れること。

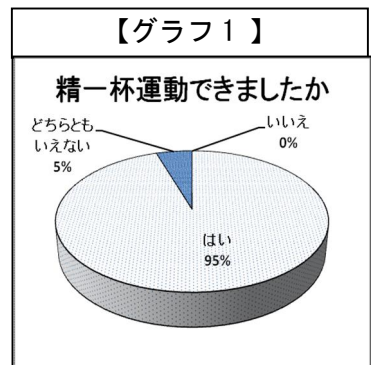
(4) 考察

①技能について

「感じる」段階で、子ども達は、川・輪跳び、シンクロハードル走や8秒間走を行ったことで、いろいろなリズムに対応しながら運動することができた。

その根拠として、まず形成的授業評価の項目「精一杯の運動」にもあるように、【グラフ1】95%の子ども達が精一杯運動に取り組んだことが挙げられる。次に、「川・輪跳び」や「シンクロハードル走」において、【写真2/3】のようにリズムを意識して運動していたことが挙げられ、子ども達の感想【P16資料2】からみても、いろいろなリズムや場を意識して運動していたことが分かる。さらに子ども達の感想【P16資料3】のように心地よいリズムをとらえ、再認化した感想もあった。

【グラフ1】



以上のことから、「川・輪跳び」で子ども達は多様な条件を設定した場で運動したことにより、楽しみながらいろいろなリズムを感じることができたと考える。また、シンクロハードル走では技能差がある仲間と動きをそろえたことで、相手のリズムを感じて、いろいろなリズムに触れることができ、シンクロハードルに関する感想が多かったことから、いろいろなリズムを感じそれを楽しんだものとする。

【資料2】川・輪跳びについての検証児の感想

A児の感想（第1時）  
リズムよく跳ぶことを意識しました。

B児の感想（第1時）  
川はどんどん太くなるにつれてリズムが取れなかった。

C児の感想（第1時）  
川跳びではリズムを意識できて、輪跳びではリズムをとれた。

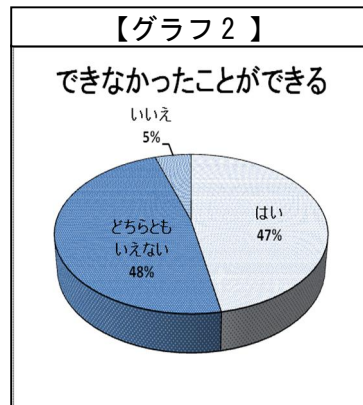
【資料3】心地よいリズムを感じることができた子ども達の感想

自分の息をわしものまわりがよかった。心地よいだね。

11個目を走って2個目をとぶときのリズムがよかった。

インターバルは今回のほうがちょうどよかった。

また、形成的授業評価の項目「できなかったことができる」では、【グラフ2】のような結果が出た。これは、リズムを意識して運動することはできたが、「心地よいリズムを感じる動き」は約半数の子ども達を感じたものの、残りの子ども達は、感じるできなかったと考える。しかし、心地よいリズムについての理解ができ、いろいろなリズムを感じることもできているので、今後の学習において「同じリズムの繰り返し」から、「インターバルを3~5歩で走る」「振り上げ足を○足で統一する」など、より具体的なリズムに関する目標を設定して、課題解決していけると考えた。

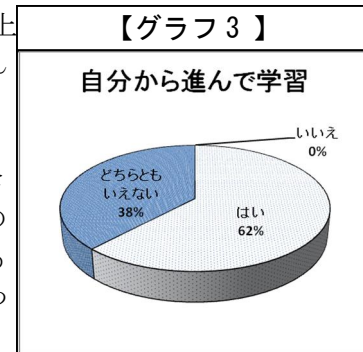


以上のことから、子ども達はいろいろなリズムを感じ、全員が心地よいリズムを体感できなかったものの、いろいろなリズムに対応して運動することができたと考える。

②態度について

「感じる」段階では、川・輪跳び、シンクロハードル走や8秒間走を行ったことで、子ども達は仲間とのかかわりを深め、動きをそろえようと協力して進んで運動することができた。

その根拠として、形成的授業評価の項目「楽しさ」では21名中20名の子ども達が「楽しかった」としていたこと、「自分から進んで学習」【グラフ3】では、60%以上の子ども達が進んで学習に取り組んだと回答していることが挙げられる。【P15写真2】のように同じチームの仲間と協力して自由に川の幅を変えたり、輪の位置を変えたりして楽しみながら運動していた。



「シンクロハードル走」においても【P15写真3】のように、動きをそろえようと何度も話し合い、練習する姿が見られ、社会的要素の「仲間とのかかわり」や、心理的要素の「動く楽しさ」を感じさせることができた。さらにリズムや動きをそろえることで仲間とのかかわりを深め、意欲を高めることもできた。

その根拠として、検証児の感想から、【資料4】のように仲間と動きをそろえることに難しさを感じながら、楽しさも感じていることが挙げられる。

【資料4】シンクロハードルについての検証児の感想

A児の感想（第1時）  
相手と息を合わせて跳ぶところが難しかった。しかし、相手と合わせて跳ぶことができた所が楽しかった。

B児の感想（第1時）  
相手と合わせながらしたので難しかったけど、楽しくできました。もう少し練習したら「できるかも」という感じがありました。

C児の感想（第1時）  
何回かするうちに合ってきて、気持ちがよかった。シンクロハードルで友だちと合わせることが楽しかった。



他の子ども達も、「楽しかったことは、班の仲間と協力して準備ができたことと、友だちとシンクロで息が合ったことです。」「友だちと協力してできたから楽しかった。」「ハードルを跳ぶリズム感を、遊びながらリズムをとるのが面白かった。」「友だちとの仲が深まった。」など、90%以上が仲間と協力してシンクロハードル走で動きをそろえることを楽しんだ感想がある。

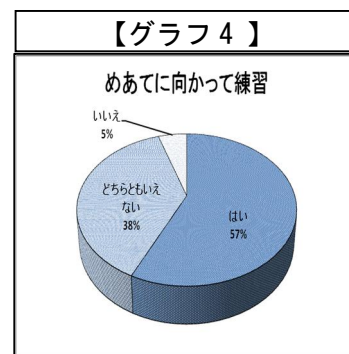
以上のことから、仲間とのかかわりを深め、動きをそろえようと協力して進んで運動することができたといえる。

### ③思考・判断について

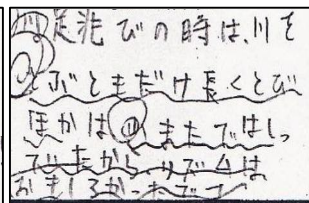
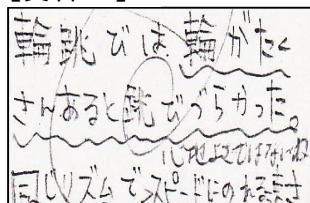
「感じる」段階では、川・輪跳び、シンクロハードル走や8秒間走を行ったことで、いろいろなリズムを感じ、リズムを意識して運動し、リズムカルな動きの行い方を理解させることができた。

その根拠として、形成的授業評価の項目「めあてに向かって練習」では、【グラフ4】からも分かるように、60%近くの子供達達が「心地よいリズムを感じよう」と学習に取り組んだことが分かる。

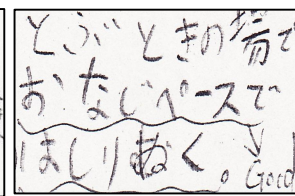
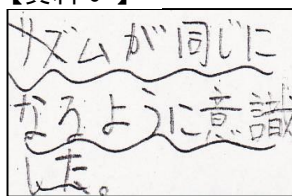
川・輪跳びにおいては、【P15写真2】のように渡る川や輪、そしてリズムを意識して運動する子どもたちが多く見られた。子どもの感想にも、【資料5】のように、多様に場を設定し、いろいろなリズムを感じながら運動していることが分かる。



#### 【資料5】



#### 【資料6】



シンクロハードル走では、仲間と息を合わせて跳ぶことを目的として、動きをそろえるための運動の行い方についてチームで交流し、何度も練習を行う姿【P15写真3】が見られた。子どもの感想からも【資料6】のように、リズムを意識しながら運動していたことが分かる。

さらに、試しの運動「8秒間走」では、自己評価・相互評価の交流【P14写真1】を行ったが、自己評価は自分が感じた課題を運動図に印を付け、見付けることができていた。【P14資料1】

これは本研究における先読み・再認化のもとになるものであり、言葉では表していないが、自分の動きを振り返り、自ら動きの感じをとらえたものである。また、仲間から指摘された課題と、自分がもった課題がほぼ同じになることに気付いたことは、自分がとらえた動きの感じに自信を持つことにもつながったと考える。これは、次時の課題解決学習に向けて、先読み・再認化しながら、自己の課題を把握し、課題解決学習をすることにつながると考える。しかし、形成的授業評価の設問「新しい発見」では、「新しい発見をした」が76%「どちらともいえない」が19%、「いいえ」が5%であった。「新しい発見」を本時でのめあて「心地よいリズムを感じる」ととらえるならば、ほとんどの子どもが感じる事ができているが、20%近くの子供達が「心地よいリズム」を体感することができなかつたと考える。学習終了時の確認場面【P15写真4】においても、「心地よいリズムが感じられたか？」という教師の問いかけに対して同様の反応が見られたため、「心地よいリズム」を感じる事ができたという子どもの発言を生かし、心地よいリズムとは「普通の走り（フラット走）に近いリズム」であることや、「楽に走れる動きの感じ」であることをおさえ、次時以降もリズムのイメージがもてるようにした。

以上のことから、子ども達はいろいろなリズムを感じながら運動する中で、おおむねリズムカルな動きの行い方が理解できたと考える。

### 3 「とらえる」段階（第2～5時）

#### (1) 本時の目指す子ども像

- 先読みや再認化をもとに運動し、ハードルをリズムカルに走り越えることができる。(技能)
- 仲間と協力してシンクロハードル走や課題解決に向けた運動を進んで行き、安全に気を付けて運動することができる。(態度)
- 目指す動きの感じを先読みや再認化し、運動を通して課題を明確にして課題解決の方法や運動の行い方を考えることができる。(思考・判断)

#### (2) 手だて

- 学習指導過程の工夫【感覚づくりの運動・課題解決の場・動きの高まりを感じる運動】
- 運動の要素を活用した教材【シンクロハードル走・8秒間走】

#### (3) 授業展開

「とらえる」段階では、毎時間、「シンクロハードル走→目指す動きに向けての課題解決→8秒間走」の流れで学習の進め方を統一した。これにより学習内容が明確になり、進んで運動とかかわろうとすることができると考えた。主な活動は、先読み・再認化して自ら課題をつかみ、チームで交流することで、個々の課題に応じて場を選び、課題解決を繰り返し行った。

課題解決の場では、①第1ハードルまで（第1ハードルを決めた足で踏みきって走り越えること）②ハードリング（ハードル上で上体を前傾させること）③インターバル（3～5歩で歩くこと）の3つの局面に分けて設定し、自分の課題に合わせて場を選ばせた。感じる段階と同様に、運動する中で自分が感じた「心地よい動き」を「リズムカルな動き」とし、リズムが崩れるポイントやスピードが極端に落ちるポイントを自分の課題としてとらえさせた。その後、自分に合ったインターバルの場で自らの動きの高まりを感じさせる8秒間走を継続して行った。

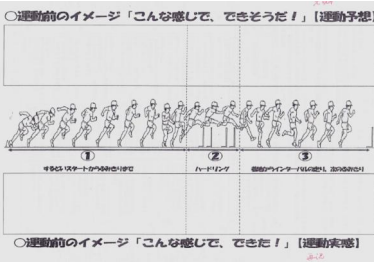
学習活動(◆)教師の支援(◇)	子どもの姿 (A児 B児 C児の反応を中心に)
<p>(第2時)</p> <p>①感覚づくりの運動と 課題解決の場</p> <p>◆シンクロハードル走をする。</p> <p style="text-align: center;">手だて</p> <p>運動の要素を活用した教材 シンクロハードル走</p> <p>◇動きのそろえ方について話し合わせ、話し合った内容で心地よいリズムでシンクロできるようにさせた。</p> <p>◆チームで振り返り、気付いたことを出し合う。課題を明確にする。</p> <p>◇互いのペアの動きを観察し、伝え合うようにさせた。</p> <p>◆課題を運動図や先読み・再認化シートに記入する。</p> <p>◇リズムが崩れる、スピードが落ちる場面から自らが感じた課題を記入するよう伝えた。</p> 	<p style="text-align: center;">子どもの姿 (A児 B児 C児の反応を中心に)</p> <p>・シンクロハードル走でつかんだ課題及び課題解決の実際</p> <p><b>【写真5】</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>リズムよく、相手と着地が合った。</p>  <p>A児の様相 前時と同様、相手の様子をうかがいながら運動する。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>3台が2台より合わせやすかった。</p>  <p>B児の様相 前時よりは動きをそろえられるようになった。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>友だちと歩数を合わせる事ができた。</p>  <p>C児の様相 前時に比べ、相手に合わせて跳ぶようになった。</p> </div> </div> <p style="text-align: center;">↓ ↓ ↓</p> <p>・チームでの交流活動【写真6】</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 60%;"> <p>シンクロハードル後に、気付きを伝え合う姿。スピードがやや遅れ気味だったC児にインターバルの歩数が合っていないことを伝え、そのために歩数をきめることやハードリングの課題を伝えている。</p> </div>  </div> <p>運動しながら互いの動きを見たり、運動後にもう一つのペアがシンクロしている姿を見ながら交流したりすることで、動きをそろえていった。(C児の感想と交流内容のつながり)</p> <p style="text-align: center;">↓ ↓ ↓</p>

A 児の課題  
鋭いスタートとハ  
ードル上を低く跳  
びたい。

B 児の課題  
最初のハードルを  
跳ぶ時に足が合わ  
ず、つまづく。

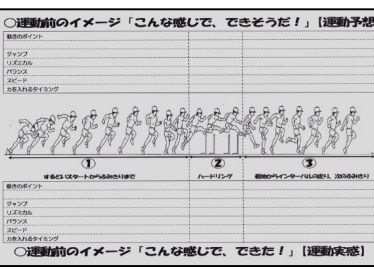
C 児の課題  
鋭いスタートと  
ハードル間で歩  
数を合わせる。

◇上手にシンクロできている  
ペアを毎時間取り上げ、そろ  
っているポイントを示しながら  
手本として紹介した。  
◆上手にシンクロできている  
ペアの運動を観察し、そろっ  
ているポイントを理解して、  
再度運動する。  
◆課題解決の場を選んで、意  
識して運動に取り組み、課題  
解決を図る。  
◇動きのポイントや行い方を  
意識して運動できているか観  
察し、適宜指導を行った。  
【ワークシート2】



◆課題解決の場で練習する。  
◇先読み「運動予想」やシン  
クロハードル走をもとにとら  
えた課題の、解決の場を選択  
できるようにさせた。

◇局面に分けた運動図に先読  
み・再認化をさせた。  
【ワークシート3】



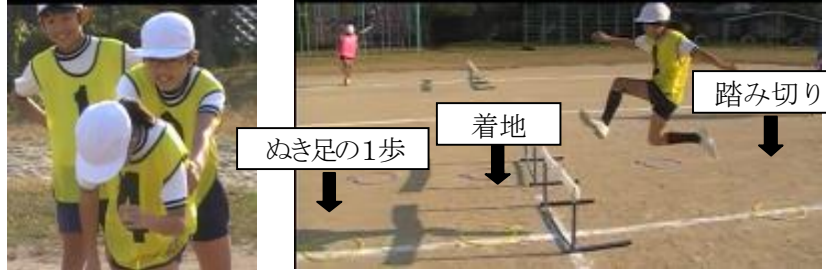
【写真7】

A 児はクラス全体でも模範として紹介  
した。スピードによって上手にシンクロでき  
ている。模範となる動きを紹介した後、また  
全体に返して、同じ運動をさせることによ  
って、個々がイメージを動きに変えてい  
くことをねらった。



課題解決の様子

①鋭いスタート、第1ハードルだけの場、抜き足の大きな踏み出し【写真8】



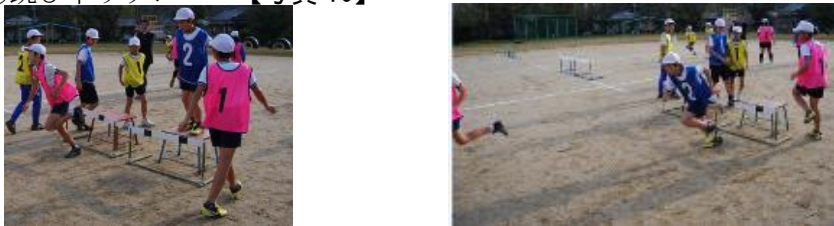
A/C 児は、ともに鋭いスタートに課題を持っていたため、スタート  
の練習を友だちのサポートを受けながらおこなっていた。C 児は第  
1 ハードルの踏み切り（踏み切り位置にケンステップ）・着地（着  
地位置と次の一步にケンステップ）を置き、一連の動きとしてとら  
え課題解決の練習を繰り返した。

②連続またぎこし 【写真9】



「1・2い、1・2い」のリズムでハードルをリズムカルにまたぎ  
越していた。

③跳び下りラン 【写真10】



前傾して跳び下り、着地を安定させ、着地足と反対足  
の大きな踏み出しを意識して取り組んでいた。





◇結果を受けて、得点や運動予想と比較して再認化することで、目標を設定させた。

◇運動後、今日の課題解決の振り返りや次の課題設定につながるよう再認化させた。

【A児 最高記録達成】(第3時)



【B児ハードル前で躊躇することがなくなった】記録上昇(第4時)



(感想)

A児；ハードルの近くで着地することができ、一番よい記録が出たのでとても楽しかった。

B児；前よりスピードがついてきた。ハードルを跳んだ時気持ちよかった。

C児；8秒間走で記録が伸びたことがよかった。リズムをとることで距離(記録)が伸びると分かった。

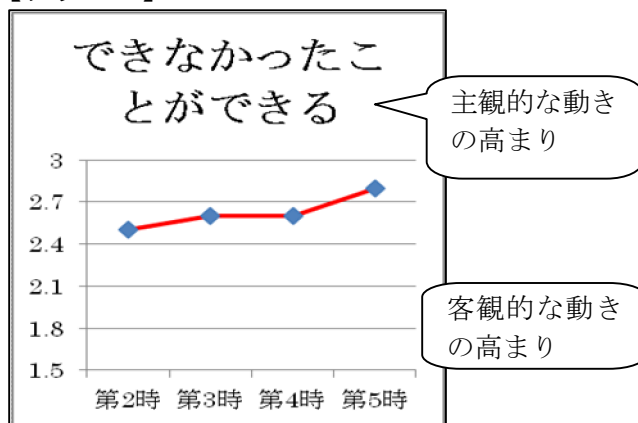
#### (4) 考察

##### ①技能について

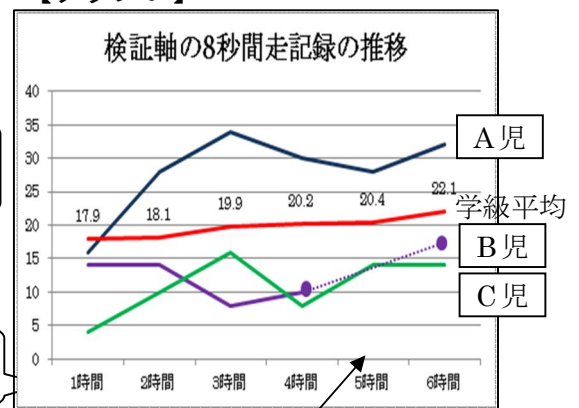
「とらえる」段階で、子ども達は「シンクロハードル走」や「課題解決の場」、「8秒間走」で運動することと、目指す動きの感じを先読み(運動予想)や再認化(運動実感)することで、リズムカルにハードルを走り越えることができた。

その根拠として、形成的授業評価の項目「できなかったことができる」の平均得点の推移をみると【グラフ5】のように、学習が進むにつれて得点が徐々に上昇していたことや、毎時間終わりに行った「8秒間走」の記録の推移【グラフ6】においても増減を繰り返しながら記録が上昇していたことが挙げられる。これは、動きの高まりを自らで感じ、なおかつ客観的なデータとして技能の高まりも示している。

【グラフ5】



【グラフ6】



B児は、第5時目体調不良により見学

具体的な技能の高まりとして、まずシンクロハードル走においては、技能差がある仲間同士でも互いにリズムを意識して動きをそろえたり、そろえることを意識する段階から、スピードを上げてシンクロさせていったりすることができるようになっていた。【P18 写真5】のように仲間の動きを見ながら低速でシンクロしようとしている段階から、学習が進んだ【P20 写真13】のように仲間を意識しなくても、スピードにのったシンクロハードル走ができるようになってきていることから、個々の動きの高まりの根拠となる。技能の高い子ども(A児)にとっては、様々なリズムに合わ

せようと対応する能力の高まりとなり、技能の低い子ども（B/C児）にとっては、動きを合わせようとイメージして、よりよいリズムを求めて動きをそろえたことが個々の能力の高まりにつながった。つまり、ハードル走に必要な基礎となる運動感覚をこのシンクロハードル走で高めることができたと考える。

次に、「8秒間走」において、検証児は【P21写真18】のように、各時間で最高記録を達成している。記録の伸びは、自分の動きの高まりを感じさせることに大変有効であった。記録が伸びていない、または下がった子ども達の感想においても、「記録は下がってしまったが、前よりリズムよくきれいに跳べたので楽しかった。（A児）」という感想を残しており、記録に出なくても自分の能力の高まりを感じることができていた。また、他の子ども達もこの段階で10名が最高記録を達成している。学習展開の【P19写真7】のようにハードル上で上体を前傾させている姿や、【P21写真15】のように振り上げ足をまっすぐに伸ばしている姿からも子ども達の動きの高まりが分かる。

また、毎時間の「先読み(運動予想)」「再認化(運動実感)」においても、再認化の記述内容が増えたり、具体的な動きの感じを表す言葉になったりしていること【資料7】から、子ども達にとってできるようになったことが増えてきていることの表れととらえられる。

**【資料7; 「先読み」や「再認化」記述内容の変容例】**

- ・全力でスタートする→スタートの構えは前かがみになる。(スタートのけり。足を前に大きく出す。)
- ・低く跳ぶ→振り上げ足をまっすぐに伸ばす。前かがみになる。
- ・歩数をきめる。→スピードが落ちないように、3歩のリズムで走る。

さらに、子ども達の感想【資料8】からも、動きの感じや動きのポイントをつかんでいることが分かり、子ども達自身も再認化することで動きの高まりを感じていることが分かる。

**【資料8; 子どもの感想 動きの高まりの実感】**

- ・腰をもってもらってスタートするのはとても速く感じました。(再認化)
- ・ぬき足を前に出すフォームができるようになった。(再認化)
- ・振り上げ足がきれいに上がるようになり楽しかった。(再認化)
- ・低く跳ぶコツが少し分かった。(先読み)
- ・着地の時にハードルの近くで着地できるようになった。(再認化)

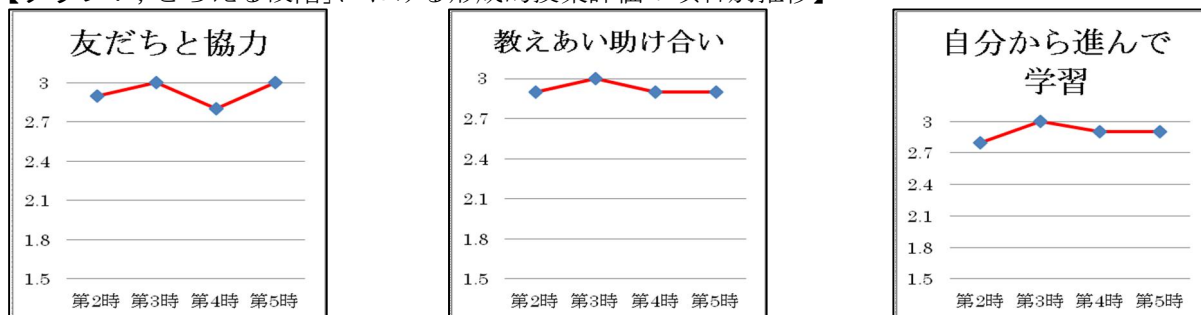
以上のことから、子ども達は「シンクロハードル走」や「課題解決の場」、「8秒間走」で運動し、目指す動きの感じを「先読み」「再認化」することで、リズムカルに走り越えることができたと考えられる。

## ②態度について

「とらえる」段階では、「シンクロハードル走」や「課題解決の場」、「8秒間走」において仲間と協力して運動を楽しむことができた。

その根拠として、形成的授業評価の項目「友だちと協力」「教えあい助け合い」「自分から進んで学習」【グラフ7】の得点が高い値で推移していることが挙げられる。

**【グラフ7; とらえる段階】における形成的授業評価の項目別推移】**



授業場面においても【P21写真16】のように仲間と協力して場を設定したり、後片付けをしたりする姿がみられた。シンクロハードル走では、動きのポイントなどについて交流【P18写真6】したり、記録会に向けて同じチームの仲間の動きが高まるように声をかけ合ったり、自分の役割をしっかりと果たす姿【P21写真17】も多くみられた。

課題解決の場面では、それぞれ自分の役割を認識し、ともに動きの高まりに向けて協力する姿【P19 写真 7 / P20 写真 14】が見られ、【P19～P20 写真 8～12】にある課題解決の様相にもあるように同じ場で繰り返し練習する子どもや、違う場にチャレンジする子ども等、それぞれの場で課題解決に向けて練習する子ども達の姿があった。

社会的要素として仲間とのかかわりに楽しさを感じさせるために、学習の約束で「みんなで協力」を掲げたり、異質グループでチーム編成を行ったりしたこと。最終時にチームの記録の伸びの平均で競うことを見通しとして持たせたりしたことが、仲間とのかかわりをさらに強めていったと考える。子ども達の感想にも、【資料 9】のように仲間とのかかわりに楽しさを感じている感想が多く挙げられている。

【資料 9】

もっと <u>チームのために自分には何が</u> できるか考えたい。	<u>友だちの意見を聞きながら、今できたことを</u> 生かして頑張りたい。	<u>みんなと協力して</u> しっかりできた。あと、 <u>アドバイス</u> もできた。
友だちが <u>少しずつリズム</u> が良くなっているのよかった。	<u>班の人からアドバイス</u> をもらった。	<u>友だちなどから学べた</u> ので、楽しかった。

以上のことから、「とらえる」段階において、子ども達は、「シンクロハードル走」や「課題解決の場」、「8 秒間走」において仲間と協力して運動を楽しむことができたと考える。

③思考・判断について

「とらえる」段階で、子ども達は「シンクロハードル走」や「課題解決の場」、「8 秒間走」で運動することと、目指す動きの感じを先読みや再認化することで、自分の課題をつかみ、課題解決の方法を選び、運動の行い方を考えることができた。

その根拠として、形成的授業評価の項目「めあてに向かって練習」【グラフ 8】の得点が高い値で推移していることが挙げられる。

「シンクロハードル走」を通して仲間と動きをそろえる楽しさを感じながら、動きをそろえるポイントや運動の行い方をチームの仲間と交流し合ったことにより【P18 写真 6】、新たな動きの感じを見出すことにつながり、動きがそろえるようになっていった。シンクロさせる過程で、自分の課題と照らし合わせながら、着地足を速く振り降ろすことや、ハードル上で上体を前傾させること、インターバルの歩数をそろえることなど、課題を意識して運動に取り組む姿が見られた。これは、前時でつかんだ課題を持ってシンクロハードル走することで、課題がより明確になったり、新たな課題が加わったり、したことで課題解決の場の選択や運動の行い方を考えることにつながったといえる。

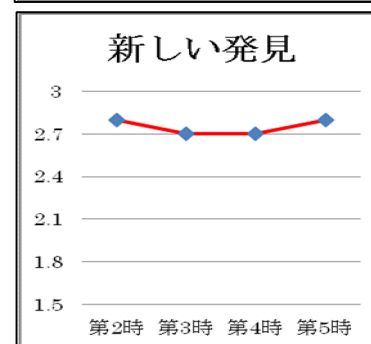
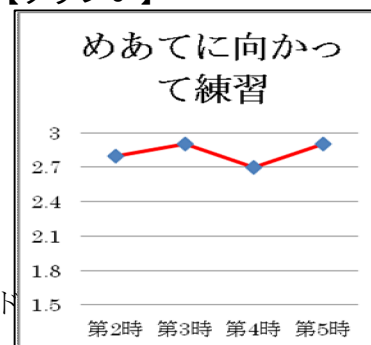
「課題解決の場」では、同じ課題を持った子ども達が集まり、目指す動きのポイントやフォーム、基礎感覚の動きの感じ（運動の行い方）を意識して課題解決に臨む子ども達の姿が見られた。

子どもの様相【P19 写真 7～P20 写真 12】から分かるように、自分の課題解決に向けて場を選択し、運動の行い方を考えながら練習に取り組んでいったことが分かる。

「8 秒間走」では、学習展開【P21 写真 17】にもあるように、運動後に「再認化」することで自分の動きの現状や高まりがつかめ、課題解決の場の選択が正しかったのか、また他に新たな課題をつかむことができたのが把握することができた。

以上のことからこの段階で子ども達は、「シンクロハードル走」や「課題解決の場」、「8 秒間走」の運動を通して、目指す動きの感じを先読みや再認化することで、自分の課題をつかみ、課題解決の方法を選んで、運動の行い方を考えることができたと考える。

【グラフ 8】





4 「生かす」段階（第6時）

(1) 本時の目指す子ども像

- 最後までリズムカルにハードルを走り越すことができる。 (技能)
- 仲間と協力して運動を楽しみ、安全に気を付けて運動することができる。 (態度)
- 前時までの先読み(運動予想)、再認化(運動実感)をもとに、運動の行い方を考えることができる。 (思考・判断)

(2) 手だて

- 学習指導過程の工夫【動きの高まりを感じる運動（記録会）・課題解決の場】
- 運動の要素を活用した教材【感覚づくりの運動・ハードル走がイメージできる運動】

(3) 授業展開

「生かす」段階では、チームで自己や他者の伸びを出し合い賞賛する場面を設定し、最終的に記録会に臨む際の課題解決をチーム内で行った。場の設定は、チームの課題に応じた場を設定し、それぞれが自由に場の設定を行っていた。

これまでの学習で記入してきた「運動予想(先読み)」や「運動実感(再認化)」をもとに、ハードル走を一連の動きとしてとらえた。

課題解決を図った後に、記録会を行った。第1回目の記録を全体に伝え、自分にあったインターバルを設定し、8秒間ハードル走を行った。

学習活動(◆) 教師の支援(◇)	子どもの姿 (A児B児C児の反応を中心に)
<p>(第6時) 【感覚づくりの運動】 ◆シンクロハードルをする。</p> <p style="text-align: center;">手だて 運動の要素を活用した教材 シンクロハードル走</p> <p>◇チームで動きをそろえるために話し合い、心地よいリズムでシンクロできるようにさせた。</p>	<p>・シンクロハードル走【写真19】</p>  <p>B児 意欲をもっているいろいろな仲間とシンクロを楽しんでいる。</p>  <p>A・C児 楽しそうに、シンクロハードルを行っている。進行方向を見て、リズムをそろえることができている。</p>
<p>◆グループで話し合いをする。 ◆グループ内で自己や他者の伸びを出し合い。賞賛する。</p>	<p>・チームでの交流【写真20】 (単元を振り返り、仲間の伸びをチーム内で伝え合う)</p> <p>A児へ <u>遠くから跳べて、近くで着地ができている。リズムカルに走れている。</u></p>  <p>C児へ <u>リズムよく遠くから跳んで近くで着地することができるようになった。</u></p> <p>B児へ <u>低く跳べるようになった。遠くから振り上げるともっと跳べる。</u></p> 

手だて  
チーム内での課題解決

◇記録会に向けて、各自の課題を確認して最終練習を行うように伝えた。

※インターバル調整はグループで適宜行う。

(5m・6m・7m)

手だて  
動きの高まりを感じる運動  
8秒間走(記録会)

◆8秒間走を行う。これまで学習してきた成果が出るように、精一杯運動する。

○最終の課題解決 黄色チーム(A・C児所属)【写真21】

着地やインターバルの場所に赤玉を置いて確認していた。



↓次のインターバルへ



A児は、始め第1・2ハードル間の足の位置を確認していたが、確認後リズムが崩れる次のインターバルのつき足の確認をおこなっていた。

C児

リズムを課題としているため、インターバルのつき足の位置を確認していたが、振り上げ足がまっすぐに出るように、目標キックの場も合わせていた。

どのチームも、これまでの課題解決学習で行った場を再現し、熱心に練習に取り組んでいた。複数の課題に対応できるように、一つの場いくつかの場を合わせて設定する工夫も見られた。(目標キックをぬき足のキックにする等)

○8秒間走(記録会)【写真22】



A児 16点→32点 16点増  
初めの時よりも記録が伸びたし、楽に走れるようになったので楽しかったです。ハードリングもできるようになって、気持ちよく走れるようになった。



B児 14点→16点 2点増  
インターバルを3歩でいけて、リズムよくスピードを落とさないでできた。課題があるとそれに向かって練習できたし、課題をクリアできるととてもうれしかった。



C児 4点→14点 10点増  
最初と比べて、自分の記録がどれだけ伸びたかが分かった。  
毎回少しずつ距離(記録)が伸びてうれしかった。

記録が伸びなかった2名については、1名はハードリングのフォームなどたいへんきれいになったが、第1ハードルでつまずきリズムが崩れてしまったこと。もう1名は課題としていた最終ハードルまでのリズムで第3ハードルから足が変わってリズムが崩れてしまったことが要因と考えられる。しかし2名とも単元内で最高記録を経験し、事後調査においても、自分の技能の高まりを感じている。

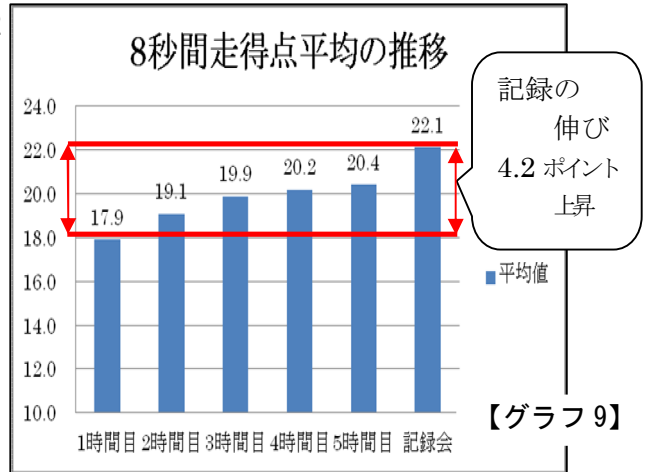
(4) 考察

①技能について

「生かす」段階において、最終ハードルまでリズムカルに走り越すことができた。

その根拠として、検証児の記録の推移【P22 グラフ6】、8秒間走得点平均の推移【グラフ9】、動きの変容により【P32(2)動きの変容】が挙げられる。

子ども達の走りをビデオで分析した結果「第1ハードルを決めた足で踏み切って走り越えること」ができた子ども80.9%、「ハードル上で上体を前傾させること」ができた子どもが71%、「インターバルを3~5歩のリズムで走ること」ができた子どもが85.7%とほとんどの子ども達がねらいとした動きを達成することができた。



記録会（8秒間走【写真22】）では、検証児を中心に10名の子ども達が最高記録を達成することができた。他11名についても単元を通して全員が最高記録を達成している。検証児の感想にも、「楽に走れた」「気持ちよかった」「どれだけ伸びたか分かった」などあった。また、他の子ども達の感想においても、【資料10】のように自分の動きの高まりを感じたものが多くあった。

**【資料10】**  
分かったことの内容・楽しかったこと、皆さんの心の中で感じたもの、どんなことでもよいです。

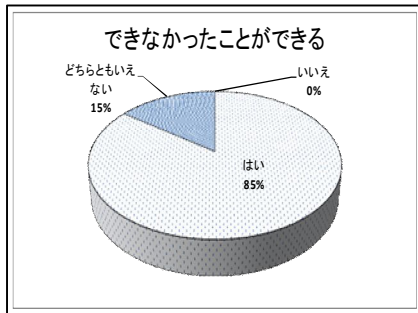
ハードルのあなを3歩であもせることができた。

分かったことの内容・楽しかったこと、皆さんの心の中で感じたもの、どんなことでもよいです。  
今日は今まで一番いい記録がでたのうれしかったです。  
一番最初のハードルまではリズムがよかったです、あとのハードルがよくなったので次はがんばりたいです。

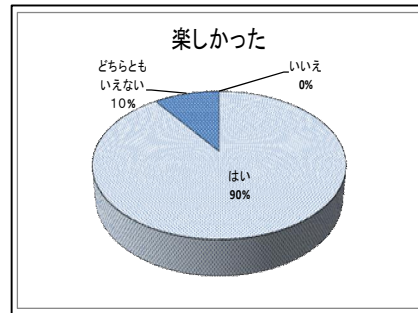
分かったことの内容・楽しかったこと、皆さんの心の中で感じたもの、どんなことでもよいです。  
ハードルからハードルまでの歩姿があつた。

写真22: 検証児の感想メモ。手書きの文字には「今まで一番リズムよく風をきってできたと思つた。一番楽しくてまだハードル走れた。よかった!」とあり、インターバル(6歩)と授業後記録(20点)が記されている。

また、形成的評価の項目「楽しさ」【グラフ11】「できなかったことができる」【グラフ10】の得点平均は2.9点と高水準の数値であったことは、子ども達は楽しさを感じながら、技能が高まり、さらに自己の動きの高まりを感じたからといえる。



【グラフ10】



【グラフ11】

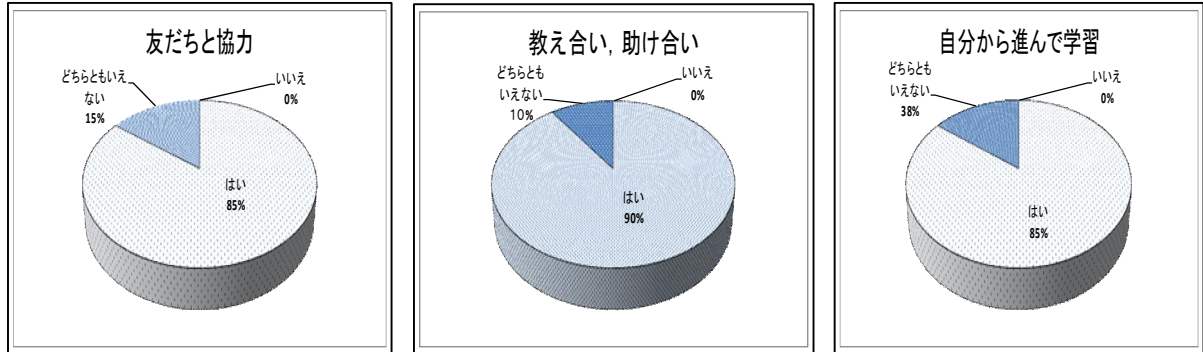
以上のことから、「生かす」段階において、子ども達は最終ハードルまでリズムカルに走り越すことができるようになり、その動きの高まりを実感できたと考える。

②態度について

「生かす」段階において、仲間と協力して記録会に向けた運動（シンクロハードル走・課題解決・8秒間走）することができた。

その根拠として、形成的授業評価項目「友だちと協力」「教え合い、助け合い」「自分から進んで学習」全ての項目【グラフ 12】において約 90%の子ども達が「できた」と答えていることが挙げられる。

【グラフ 12】



子ども達は、運動を通して仲間と協力して準備や後片付けをしたり、動きがよりよくなるように動きのポイントを伝え合ったりすることで、友だちとの協力や教え合い・助け合いに楽しさを感じたと考えられる。

シンクロハードル走では本時の学習場面の【写真 23】にもあるように、いろいろな仲間とともに動きをシンクロさせ、ほとんど意識しなくても動きをそろえたりすることができるようになった。これは仲間とのかかわりを中心として、楽しさを感じながら進んで運動に取り組むことができた成果である。

○最終時のシンクロハードル走の様相【写真 23】



さらに、同じチーム内での交流【P26 写真 20】を通して互いの動きの高まりを伝え合い、賞賛したことは、仲間とのかかわりの中で自己の動きの高まりを感じることができたと考えられる。

最終確認をチームで行い、課題解決の場に入ったが初めて同じチームで課題解決を行ったが、シンクロハードルでチームの仲間の課題を把握して場の設定を行っていた。【P26 写真 21】

8秒間走の記録会では、各自の役割分担を認識し、仲間の運動を観察する【P26 写真 22】ことができた。仲間とのかかわりに関する感想を以下に述べる。

分かったことの内容・楽しかったこと、皆さんの心の中で感じたもの、どんなことでもよいです。

アドバイスくれたのがわかりやすかった。

分かったことの内容・楽しかったこと、皆さんの心の中で感じたもの、どんなことでもよいです。

自分で成長したことがまづけたし友達からアドバイスをもらったのでよかったです。

分かったことの内容・楽しかったこと、皆さんの心の中で感じたもの、どんなことでもよいです。

チームの平均点はのびながらだけどがんばってのはすごい努力は1位だと思いました。

チームの仲間の頑張りをたたえる感想

動きの高まりを実感し、仲間とのかかわりに価値を感じた感想

以上のことから、「生かす」段階において子ども達は、仲間と協力して記録会に向けた運動を楽しみ、運動することができたと考える。

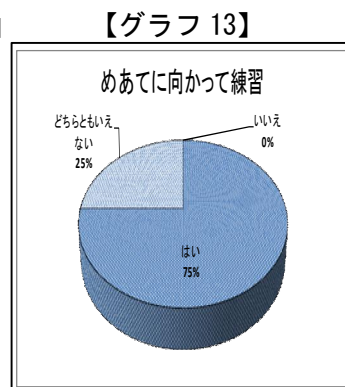
### ③思考・判断について

「生かす」段階において、先読み（運動予想）と再認化（運動実感）をまとめ、運動の行い方を考え、運動することができた。

その根拠として、形成的授業評価の項目「めあてに向かって練習」

【グラフ 13】において8割近くの子も達がめあてに向かって学習することができたと回答していることが挙げられる。

また、チームで仲間の課題を確認した後、最終の課題解決の時間を設定した。これまで自分が身に付けたものを確認させ、課題解決の場を設定させたことで、仲間と協力して考えながら課題解決を図ることができていた。子ども達は、チームの仲間の課題解決が図れるよう、ひとつのコースに複数の場を設定するなど工夫して課題解決を図っていた。【P27 写真 21】



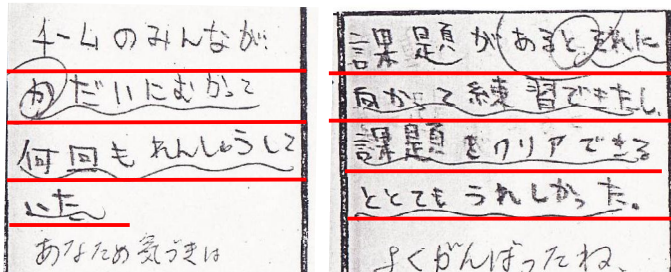
さらに、検証児の「先読み（運動予想）・再認化（運動実感）」A

児【P34 資料 18】は、先読み（運動予想）においてそれぞれ動きのポイントや基礎となる感覚の欄に、自分のイメージを記入している。単元当初は、様々な表記が並び、動きの感じをたくさん考えていた形跡があったが、単元末になると簡潔にまとめている。一方、運動後の再認化（運動実感）では、動きのポイントを明確にして、それを実感として記入できている。本時の課題は、ハードリング直後の着地をもっと近くにするのであった。そこで、A児はチームの仲間と着地足の確認を赤玉を置くことで確認していた。その後、課題解決が図れた後に自分のリズムが崩れる、第2ハードル以降のインターバルのつき足の位置を確認していた。【P27 写真 21】

このことから、子ども達は自分のつかんだ課題を解決するための場を設定して取り組んだことが分かる。他の児童についても、課題解決の取組について以下の感想を残している。【資料 11】

#### 【資料 11】

同じく、検証児 B児は「先読み（運動予想）・再認化（運動実感）」を【P35 資料 18】のように、先読み（運動予想）を記入している。B児は、単元当初から先読みの記入は少なかったが、第1ハードルまでの局面では、スピードを意識し、ハードリングを中心とした第2局面では、低く跳ぶことと、振り上げ足を大きく出すこと、着地からインターバルの走りの第3局面では着地の安定と次の一歩を大きく踏み出す（ぬき足の大きな踏み出し）についてイメージを持って運動に取り組んでいた。



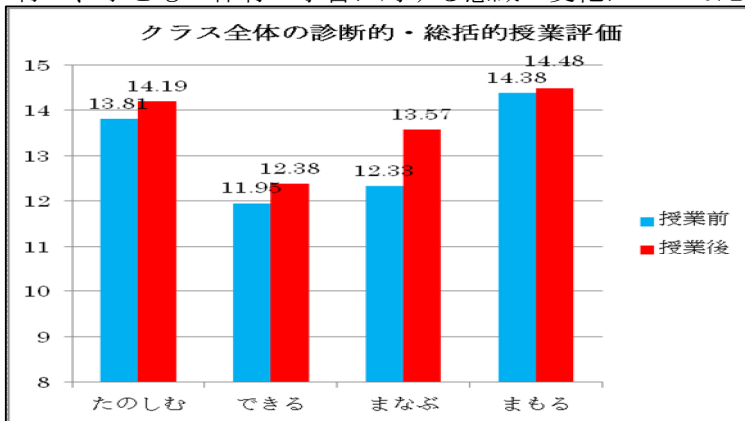
最終時では、これまでの課題解決で達成できている大きな踏み切りもできるようになっていることから、ポイントを絞って記入している。本時の課題は、前回見学であったため、できるようになった大きな踏み切りからのハードリングで、振り上げ足がまっすぐに出ているか、低く跳べているかを確認するために、目標キックの場を活用して練習をしていた。

以上のことから、「生かす」段階において、子ども達は先読み（運動予想）と再認化（運動実感）をまとめ、運動の行い方を考え、運動することができていたと考える。

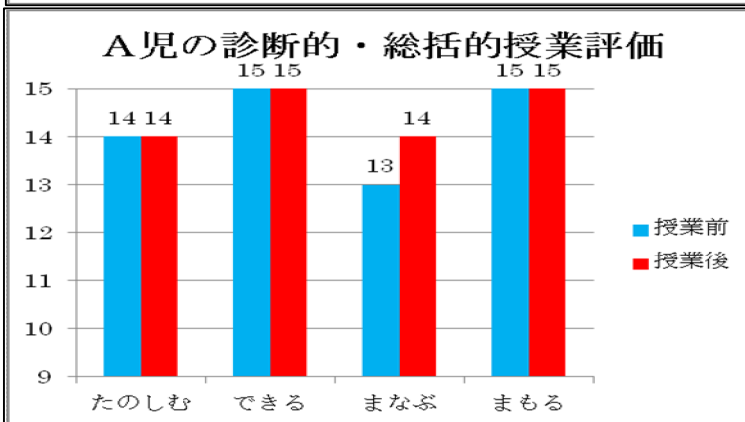
## 5 事後調査

### (1) 診断的授業評価と総括的授業評価の比較

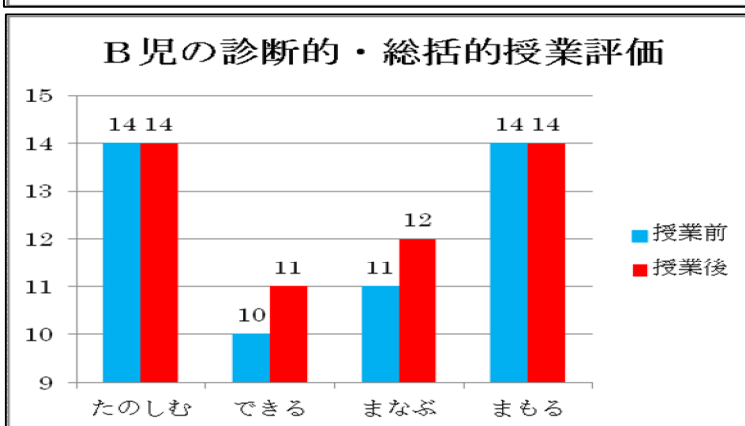
単元終了後、事前調査で行ったものと同じ体育の授業に関する意識の変化についてアンケートを行い、子どもの体育の学習に対する意識の変化について比較した。



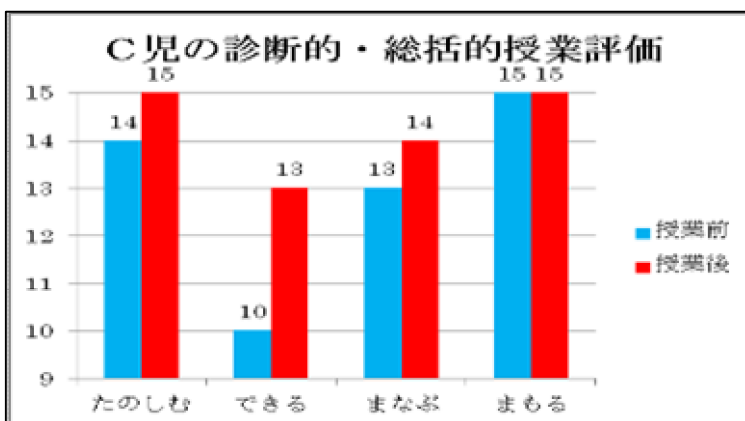
【クラス全体】  
各項目「たのしむ」「できる」「まなぶ」「まもる」それぞれの得点が伸びている。  
課題としていた「できる」「まなぶ」が他の項目に比べて伸びが大きい。  
以上のことから、本研究の手立てが子どもの意識レベルにおいて、有効であったことが分かる。



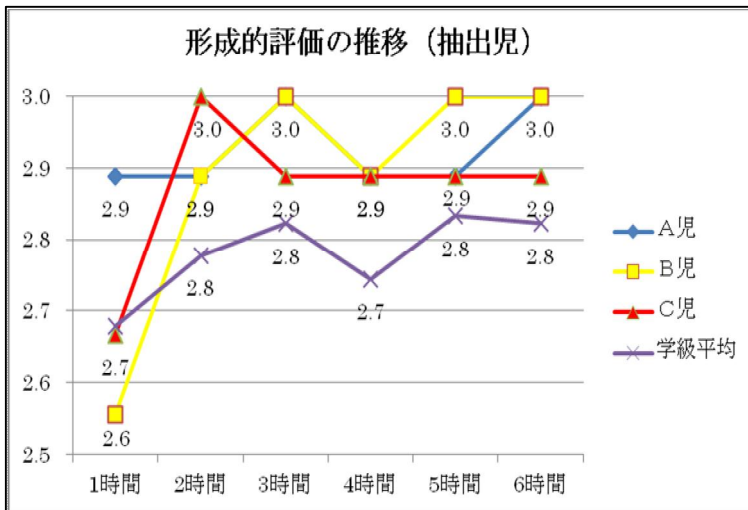
【A児】  
授業前・授業後ともに各項目において高得点であるが、「できる」「まもる」については15点満点を維持。また、「たのしむ」については変化が見られなかったが、「まなぶ」の得点が伸びている。



【B児】  
授業前・授業後ともに各項目において高得点であるが、「たのしむ」「まもる」については変化がなかったが、「できる」「まなぶ」の得点がそれぞれ1点ずつ伸びている。



【C児】  
「まもる」の項目については15点満点を維持。  
他の項目（たのしむ・まなぶ）については、それぞれ1点ずつ得点が伸びている。特に「できる」の項目は3点も伸びている。



(A B C 児の形成的評価の推移)

A 児は、全体的に高い得点で推移している。3 時間目に 3 点満点に達し、4・5 時間目少し減少するが、6 時間目に、3 点満点に達している。

B 児は、始めは低かった得点が 2 時間目を境に上昇し、高得点で推移している。3 時間目には 3 点満点に達し、多少の減少はあったが 5・6 時間目は 3 点満点を維持している。

C 児は、始め低かった得点が 2 時間目に 3 点満点に達し、その後若干の減少はあるが 高得点で最終時まで推移している。

(2) 動きの変容 (抽出児)



【A 児の事前調査の様相】



【A 児の最終記録会の様相】

動きの変容

第 1・2 ハードルの踏み切りや着地が安定せず、バランスを崩すことが多かったが、低くハードリングを行い、スピードによって、最終ハードルまでリズムカルに安定した姿勢で走りぬけることができた。



【B 児の事前調査の様相】



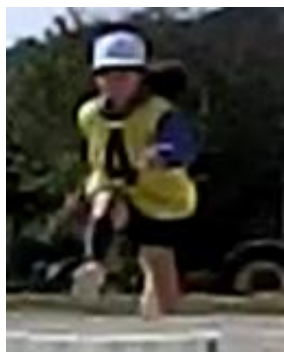
【B 児の最終記録会の様相】

動きの変容

第 1 ハードルで決まった足で踏み切り、このスピードを最終ハードルまで維持することを目標として取り組んできた。結果インターバルも伸び、最終ハードルまでリズムカルに走りぬけることができるようになった。



【C 児の事前調査の様相】



【C 児の最終記録会の様相】

動きの変容

ハードリングの際の恐怖感が抜けず、スピードが失速して、リズムカルに走ることができなかったが、単元を通して、終始自分のリズムを考えながら学習を重ねた。結果最後のハードルまで 3 歩のリズムで走ることができた。

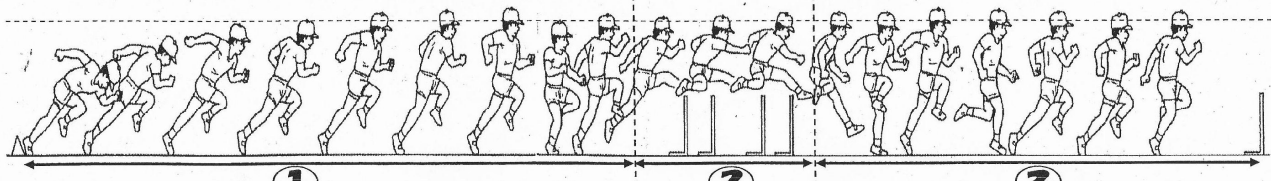
(3) 運動感覚を生かすことについて

「先読み」「再認化」の言葉は子どもにとって難しい用語であるため、学習中は理解しやすいように「先読み」を「運動予想」、「再認化」を「運動実感」として用いた。以下は、子ども達が単元を通してとらえた「先読み」「再認化」を集約したものである。【資料12】このように、子ども達はそれぞれの局面での動きを多様な言葉で表現していた。

【資料12；子ども達の書いた「運動予想」「運動実感」を集約した資料】

### ○運動前のイメージ「こんな感じで、できそうだ！」【運動予想】

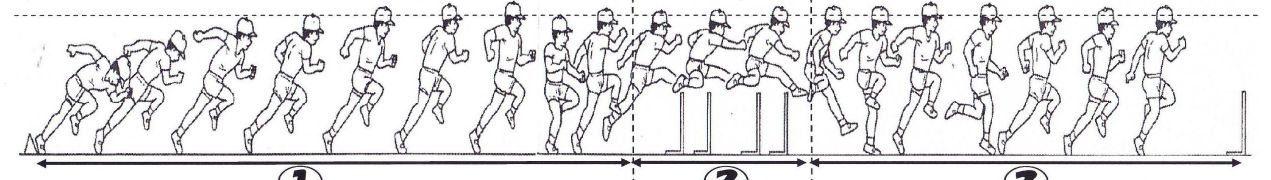
動きのポイント	スタート	遠くから跳ぶ	左手を前に	近くで着地
☆頭をそろえる	風のようにビューンと走る	足を高く上げる	ぬき足をしっかり横に振りおろす	着地の時に音を立てる
動物のようにすばやいスタートをきめる		低くしっかり振る		手を前後にゆらす
体を低くして走る		手と足を同じ高さで伸ばす	(ピン)と	ぬき足を遠くに
うでをしっかりと振って走る。(50m走)	跳ぶ足は(右・左)にきめる	跳ぶ時は振り上げ足と反対の手を前に出す	(合わせる)低く跳ぶ	すばやく着地
うでを速く振る	跳ぶ時は振り上げ足と反対の手を前に出す	振り上げ足を大きく開ける	こしを落とす	うでを大きくふって、足を上げて
リード足を左にする		ダッシュのスピードでハードルを跳ぶ	足を直線に出す	着地の次の一歩は自分の前に持って来る
ゆっくり顔を上げる		足をもっすぐに伸ばす	しせいを低くして跳ぶ	
つまさきに力を入れてキックして走る				
リズムカル	10歩以内で第1ハードルへ「ドン」というリズムで走る			0・1・2・3 のリズムで タン・タン・ターン
	「トン・トン・トン」というリズムで タタタタタ・トーン			テンボよく走る
	ドドドド… 足を大きく開けてドントントン			ハードルを跳んだ後にタタタタッ タタタタッと走る
	7歩くらいで 決めた歩数で			3歩目で跳ぶ
バランス	自分のコースをまっすぐに全力で走る		少し前かがみで	
	手を横に開いておかない 速くうでをふる		片手を前に広げる	
スピード	ハードルを気にしないでフラット走と同じ速さで		低くギリギリで	
	ビューンと走る	ビューンと走ってその勢いで跳ぶ	時間をかけないように低く跳ぶ	
	風を切るように	ジャンと走る 風の抵抗を受けないように	手と足を前に出す	
	飛行機のように走る	ドドドドと走る 第1ハードルまでを特に速く走る		
	50m走のように勢いを付ける	全力 ビッチを速くする 足を速くいれかえる		
		最初のスピードをたもつ		
力を入れるタイミング	走り出す時	しっかり踏み込む (パン) (グック) (ドン)		しっかり着地 (ダダッ)
	スタートのけり	ここ (跳ぶ時の足) で力を入れる		足がついたらすぐに走り出す (全力で)
スタート前は力をぬいて、走りだしたら力を入れる		ハードルを跳ぶ時		着地の次の足にも力を入れて
		パンと着地し、ドドドントンと走る		ついたらドンでターと走り出す 力を入れて走り出す
				ぬき足を「ドン」とおろす



① するどいスタートからふみきりまで      ② ハードリング      ③ 着地からインターバルの走り、次のふみきり

### ○運動前のイメージ「こんな感じで、できた！」【運動実感】

動きのポイント	スタートダッシュ	遠くから跳ぶ(左・右足)	ぎりぎりを跳ぶ	
風を意識したらいつもより速く走れた	うでをふって足をふる		足をつかむ感じで跳ぶと低く跳べた	
最初のスタートは速く走る	ハードルを跳ぶ時は、足を前につきだす		こしをぬける(ふる)	
走る時にわきをしめて走ったらよかった	足を低く上げる		足のつらを前にする	
キック すばやくダッシュ 速く走ったら次のハードリングがきれいに跳べた			手を足にくっつけるように キック	
手を速くいれかえる 全力で走る			足を前にやる	
リズムカル	10歩を意識したら7歩以内でいけた、歩数を意識した	足をまっすぐに伸ばすことができた	インターバル6mでいくと3歩のリズムで跳べる。	
	トトトト… タタタタ… ドダトタトタ		タン・タン・ターンととへた タタタタ…	
	ドドドドとすばやく走る		タタタトーン トトトト	
バランス	まっすぐ走れた		低く	歩数をきめて走ることができた(気をつける)
スピード	スピードをあげるとどひやすかった	ビューンと走った	少し前かがみに	
	自分の速さで走れたのがよかった		跳ぶ足と反対の手を前につきだす、しっかり踏み込んで重心を前にとる	
	グ、ダダダダダ… すばやく走れた		手を左右に振って低く跳ぶ	着地(しっかり)からの一歩
	つまさきに力を入れてキックしながら走れた 全力で走った			スピードが落ちやすいので、意識してスピードアップ
力を入れるタイミング	走る時に力を入れるタイミングが分かった	足をしっかり振り上げた	ハードルをけるように	足がついたらすぐ走りだせた。
	ここ(踏み切り)に力を入れた(力強く)			トットトットと走った
	しっかりいけてよかった	跳ぶタイミングを合わせる	勢いをつけて跳ぶ	着地足に力を入れるのが難しかった
	走りながら跳ぶタイミングを取る			おりる足を力強く
	力をぬいて走れた			最初のスピードにのって



① するどいスタートからふみきりまで      ② ハードリング      ③ 着地からインターバルの走り、次のふみきり



◆先読み（運動予想）の内容と効果について

学習が深まるにつれて抽象的な言葉が、具体的な記述になり、自分の動きの感じを的確に表現することができるようになった。子ども達のアンケートや感想【資料 13】にも、運動する際に意識するところが明確になったことや、運動前にイメージすることで、個々に応じた目標を持って意識して運動していたことが分かる。特に自分の課題とする所については、「できそうな感じ」が持てないため、班での交流を通して、仲間のアドバイスや人の動きの感じを記述し、運動に取り組む姿が見られた。

【資料 13；事後調査結果】

○運動予想や運動実感を通して、運動がしやすくなりましたか？【事後調査より】

- ・クラスの全員が、「はい」と回答。
- ・運動予想はできるようになりましたか？ 95%が「はい」と回答（運動予想の理由）
- ・運動前のイメージや運動している時意識できた。
- ・自分の目標になった。
- ・どんな風にしたらいかがが分かった。
- ・自分の目標を目指すことができた。めあてに向かってすることができた。
- ・できそうな感じでかけた。「こうなるかも」という感じ。
- ・できるようになりたいことを振り返ることができた。
- ・できていないことが分かった。
- ・運動中に意識できた。課題を忘れずに何度も確かめられる。
- ・予想に向けて練習できた。
- （その他）
- ・運動予想は生かされたけど、運動実感はよく分からなかった。（1名）

◆再認化（運動実感）の内容と効果について

再認化（運動実感）は動きの振り返りや、反省に主に活用され、次時のめあてにつながった。運動前に予想として書かれた内容と比較し、より具体性を帯びた記述内容になり、目指す動きに向けての自分の動きづくりにつながったと考える。子ども達の感想【資料 14】にも、できていないところが明らかになったことや、次時のめあてにつながったことが分かる。

【資料 14；事後調査結果】

○運動予想や運動実感を通して、運動がしやすくなりましたか？【事後調査】

- ・クラスの全員が、「はい」と回答。
- ・運動実感はできるようになりましたか？95%が「はい」と回答（運動実感の理由）
- ・運動中の動きを確認して記入できた。
- ・自分のできた所、できなかった所（注意点）を考えることができた。
- ・次の学習のめあてが見つかる。
- ・どうなったかがすぐに分かった。
- ・予想と比べてできていないことが分かった。
- ・自分がした運動が普通に見える。
- ・できたことが分かった。
- ・振り返りになる。「ここはこうだったな。」
- （その他）
- ・予想したことを自分ができるようになったことが分かったから。
- ・運動予想は生かされたけど、運動実感はよく分からなかった（1名）

【資料 15；事後調査結果】

- ・自分で課題は見つけられましたか？  
クラスの 100%の子どもが、自らで課題を見つけられたと回答。  
→主な理由は、リズムが崩れる。（リズムカルでない。）スピードが落ちる。バランスが崩れる。跳びにくい。足が合わない。高く跳んでいることが分かった。歩数が合わない。など自分の動きの感じを通して課題を持っている。（90.4%が回答）

【資料 16 ; 事後調査結果】

- ・動きは高まったと感じますか？  
 クラスの 100% の子どもが自らの動きの高まりを感じている。  
 →理由を分類すると、記録の高まりで感じた子どもは 23.8%  
     ビデオや仲間からの声かけで高まりを感じた子どもは 19%  
     ☆動きの感じの高まりを感じた子どもは 57.2%

【資料 17 ; 事後調査結果】

(内観で、動きの高まりを感じた子どもの感想)

- ・最初はリズムなど考えずにただ跳んでいただけだったのが、課題を考えながらできるようになったから。
- ・シンクロハードルで息が同じになったから。
- ・低く跳べる、遠くから跳べることが実感できたから。
- ・始めより足が合うようになったから。
- ・最初はバランスが崩れることが多かったけどできた。
- ・ぬき足をたためるようになったから。



◆検証児の先読みと再認化の結果【資料 18】

〈A 児の先読み・再認化〉

自分の課題としていた、「低く跳ぶこと」「ハードルの近くで着地」するためにそれぞれのポイントとなる言葉を記述し、再認化で動きの感じを表している。

○運動前のイメージ「こんな感じで、できそうだ！」【運動予想】

動きのポイント	足も直線に	肘は後ろに引いてジャンプする。
50かまのようにしなりを足裏をまっすぐのぼす。	だま。	
ジャンプ 体を前にして進む。		
リズムカル 足を前に大きく(だま)でクワンクワン		
バランス 自分のコースをまっすぐ進む		
スピード ビンゴと進む。		
力を入れるタイミング スタートの(わり)		

①	②	③
するといスタートからぶみきりまで	ハードリング	着地からインターバルの走り、次のぶみきり
動きのポイント	体を前にしてと	3歳のリズムでジャンプができた。
しなり麻のよりに進むことができた。	ぶことかま	スピードが落ちないようにスピードアップ
ジャンプ 体を前にしてとぶことかま。とおくでべた	ふり上げ(足)を	
リズムカル 足を前にまわって進む(かま)がつかれた。	い(わり)上げ	
バランス 自分のコースをまっすぐ進むことができた。	れた。	
スピード スピードをあげて(わり)とびやう		
力を入れるタイミング つま先に力を入れて走れた。		

○運動前のイメージ「こんな感じで、できた！」【運動実感】

〈B児の先読み・再認化〉

第1ハードルに入る足や着地に課題をもっていたB児は、スタートからのスピードとふり上げ足について先読みし、再認化で動きの感じを表している。

**○運動前のイメージ「こんな感じで、できそうだ！」【運動予想】**

動きのポイント			
リズムカル			Good 足上げ ラン
バランス	ポイントだね	前がボロボロ	
スピード	スピードを落とさず		
力を入れるタイミング	足上げのタイミング		

① OK  
② ハードリング  
③ 着地からインターバルの走り、次のふみきり

するといスタートからふみきりまで

動きのポイント	足上げのタイミング	足上げのタイミング	足上げのタイミング
リズムカル			
バランス			
スピード	スピードを落とさず		
力を入れるタイミング			

**○運動前のイメージ「こんな感じで、できた！」【運動実感】**

〈C児の先読み・再認化〉

インターバルを4歩(0.1.2.3)で統一することを目標としていたC児。先読みもそれぞれのつながりを考え、スタートの局面から動きの感じを記述している。再認化は、簡潔に行った内容を記述している。

**○運動前のイメージ「こんな感じで、できそうだ！」【運動予想】**

動きのポイント	スタートをはやく	遠くから	1のギリギリ
ジャンプ	うでをあげる	足上げ	
リズムカル			
バランス	まっすぐ手をふる		
スピード	スピードをあげる	フットと同一は長さ	
力を入れるタイミング	しっかりふる。		

①  
②  
③

するといスタートからふみきりまで

動きのポイント	スタートをはやく	遠くから	1のギリギリ
ジャンプ	うでをあげる	うでをあげる	うでをあげる
リズムカル			
バランス			
スピード	スピードをあげる		
力を入れるタイミング			

**○運動前のイメージ「こんな感じで、できた！」【運動実感】**

## Ⅶ 全体考察

### 1 運動の要素を活用した教材について

#### (1) 「シンクロハードル走」

心理的要素（わかる、楽しさ、心地よさ）・身体的要素（できる）・社会的要素（かかわる、協力）にハードル走に必要な基礎感覚（リズム感覚・跳感覚・平衡感覚）を関連付けた「シンクロハードル走」を毎時間の学習始めに位置付けた。

各段階において、ハードルの台数や高さ、インターバルを変化させ、8 秒間走の場（ハードル 4 台・高さ 50 cm）に近付けていった。インターバルについては、自由な間隔から始め、子ども達の気付き「等間隔の方がリズムを作りやすい」という意見から、インターバルは等間隔で設定することを共通理解し、段階ごとにインターバル 4~7m の場を用意し、チームで自由に選択させた。

ハードルを並べ、同じチームの仲間と動きを合わせることで、様々なリズムを体感し、動きをそろえる楽しさを感じながら基礎感覚を高めていくことができた。また、仲間と動きをそろえる楽しさを感じ、様々なリズムを体感しながら、自分が心地よいと感じるリズムカルな動きを見付けることで、自分の課題がつかみやすかったと考える。その根拠として、事後調査において全員が「シンクロハードル走が役に立った」と答えていることや、その理由として動きの高まりや仲間とのかかわりが深まったことを記述していることが挙げられる。【資料 19】

また、【資料 20】にもあるように、学習後の感想においても運動の要素にふれた価値について記述している。実際の授業場面でも、【写真 24】のように、学習が深まるにつれて、スピードが増したり、踏み切りや着地のタイミングを合わせたりしながら、動きを合わせることができるようになっている。

#### 【資料 19；シンクロハードル走が役立った理由について】

##### ○動きについて

- ・スピードの大切さが分かった。
- ・リズムが大切だ。リズムを合わせることができた。
- ・追いつくために速くすると、記録会で速くすることができた。
- ・一緒に跳ぶとリズム感覚がつかめた。
- ・人とタイミングを合わせることができた。
- ・前の足が反対にならなくなった。
- ・全力でできる。

##### ○仲間とのかかわりについて

- ・仲が深まった。
- ・自分と友だちを比べて考えられる。
- ・心がそろえられた。

#### 【資料 20；運動の要素に関連した記述 —学習後の感想から—】

- ・人と合わせることが楽しかった。
- ・みんなと話し合いながら動きを合わせていくので、頑張ろうと思える。
- ・〇〇さんに合わせるために速くすると、記録も伸びた。
- ・友だちと一緒に跳ぶのでリズム感覚がつかめた。

#### 【写真 24；シンクロハードル走の動きの高まり】



←【単元終盤に差し掛かったころのシンクロハードルの様子】

【単元始めのシンクロハードルの様子】

単元始めに「心地よいリズム」について学習していたことで、常に子ども達は「リズム」を頭に置きながら運動を行っていきることができたので、単に動きをそろえることだけでなく、陸上運動の特性である、「少しでも速く走る」ために、「低く跳ぶ方法」や「インターバルの歩数」をめあてにして動きを高めていくことができた。これは互いの動きを見合う活動やいろいろな仲間と動きをそろえる（社会的要素）や運動の特性を楽しむ（心理的要素）、ハードリングをスムーズに行ったり、リズムカルに走ったりする動きの高まり（身体的要素）を楽しむことができた。このように、3つの要素から運動のよさをとらえ、その楽しさを感じながら意欲をもって運動に取り組むことができた。

以上のことから、「シンクロハードル走」では、仲間とのかかわりを深めたり、自らの課題をつかんだり、目指す技能を身に付けることなど、運動とのかかわりを深めていくことに有効に働いたと考える。

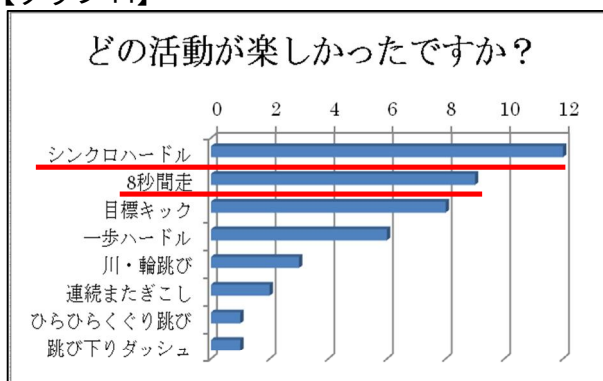
## (2) 「8 秒間走」

一単位時間のまとめとして「8 秒間走」を位置付け、個人の高まりを感じさせていった。この「8 秒間走」は、運動の要素の身体的要素（できる）社会的要素（仲間とかかわる・競争・協力）心理的要素（楽しむ・心地よさ・わかる）にハードル走の基礎感覚を関連付けたものである。これにより、リズムカルなハードリングができたという達成感を味わい、動き方を理解させることができた。

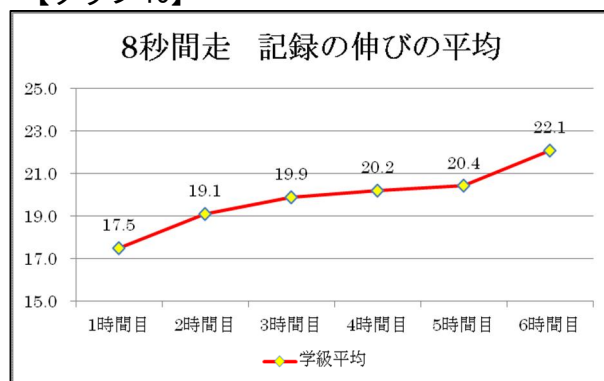
その根拠として、まず【グラフ 14】で「8 秒間走」が「シンクロハードル走」に次いで楽しさを感じていたことが挙げられる。その理由として、「自分の伸びが見れるから」「距離が伸びていくから」といった、自分の成長がすぐに見て取れる感想が多かった。学習中の子どもの発言などからも、「〇〇まで行きたい」とか「〇〇点伸びた」等の声が聞かれた。これらは、心理的（楽しむ）・身体的（できる）・社会的要素（競争・仲間とかかわる）に関するものであり、それぞれに楽しさを感じたことが分かる。

次に、8 秒間走の記録の平均【グラフ 15】が伸びていることが挙げられる。これは、子ども達の動きの高まりを示すものであり、身体的要素の「できる」につながるものであると考える。ハードル走そのものに楽しさを感じ、より記録を伸ばすために毎時間自分のめあてを設定して、課題解決を行ったことで、少しずつ記録を伸ばしていくことができた。これは、「運動のよさ」として陸上運動の特性を楽しみ（心理的要素）、同じチームの仲間のインターバルの変更を行ったり、記録を計測したりする役割を果たしたり、協力や競争を通して仲間とのかかわりを深めていく楽しさ（社会的要素）、さらに、仲間や自らの動きの高まりに楽しさ（身体的要素）を感じ、運動とのかかわりを深めることで、動きを高めていったものととらえることができる。

【グラフ 14】



【グラフ 15】



社会的要素として仲間の記録を計測するかわりや、仲間との競走、タイムで競うという認識が強かった子ども達にとって、簡単に自分の伸びを感じさせやすく、次時の目標が設定しやすかったことから、意欲的に運動する子どもの姿が多く見られた。【P38 写真 25】

【写真 25】



【8 秒間走に関する感想】

- ・ 8 秒間走の記録が伸びると達成感を感じることができた (C 児)
- ・ 毎回距離が少しずつ伸びてうれしかった。(C 児)
- ・ 8 秒間走では自分の記録がよくなったことが分かるから楽しかった。

【資料 21】

【記録の高まりを具体的な動きに関連させた内容】

- ・ 距離が伸びただけでなく、姿勢もよくなった。
- ・ 前に比べるとリズムもよくなったし、距離も速くなった。
- ・ ハードルに対しての気持ちも強くなり、ハードルが上手になった。
- ・ 足がハードルに当たらなくなったので、ぬき足がきれいにたためるようになった。
- ・ ハードルがスムーズに跳べたので、きれいに跳べるようになった。

ハードル走の高まりが、単にタイムだけであると多くの子どもがとらえていたが、設定時間で「どこまで行けるか」という距離を伸ばすことや、自分の設定していたインターバルが伸びること、走ってみる中で少しずつリズムカルに心地よく走れる実感など、動きの高まりが様々な観点で感じることができたことが、苦手意識を持っている子ども達にとって、楽しさを感じる場であったことが明らかになった。【資料 21】にもあるように、得点を重視するだけでなく、技能の高まりを「動きの感じ」でもとらえ、「再認化」や次時のめあてにつながっていったことが分かる。

以上のことから、「8 秒間走」は、身体的要素として技能の高まりが客観的な伸びとして分かるよさと、個々の運動感覚に基づいて技能の高まりを感じさせる上でも有効であったと言える。また、チームで対抗戦としたため、仲間とのかかわりに関しても楽しさを感じる場であったことが言える。

(3) 「課題解決の場」

8 秒間走・シンクロハードル走を行うことで、ハードル走に対しての課題をつかませた。始めは試しの運動を通して、自分の課題と仲間から指摘された課題の比較を行った。

課題の見付け方として「リズムが崩れたと感じたポイント」「スピードが落ちたと感じたポイント」を示したところ、仲間の課題とほぼ一致していることに気付いた。次に、先読みによりイメージを持たせ、課題解決を図った。ハードル走の一連の流れを図に表したものを 3 つの局面に分け、課題に応じた解決の場を提示した【P40 資料 22】。子ども達は、自分の課題が解決できる場を自主的に選択し、運動を行った。各課題解決の場では、同じ課題を持った子ども達同士で動きのポイントを伝え合い課題解決を図ることで、運動の行い方が分かったり、心地よさを感じたりすること（心理的要素）や仲間とかかわること（社会的要素）や、課題が解決して目指す運動ができるようになること（身体的要素）で運動とのかかわりを深め、技能を高めていくことができた。

以下に、それぞれの課題解決の場で提示した運動の内容と、課題解決を図る子どもの姿を通して、運動とのかかわりを深めている様子を説明する。

○ 「鋭いスタートから第 1 ハードルのみの場」「目標キック」

スピードが落ちる要因として運動図の第 1 局面を上げ、「第 1 ハードルを決まった足で踏み切る」ための課題解決ができる場として提示した。いかにトップスピードに近い形で第 1 ハードルを跳ぶことができるかを考え、「重心を低くしてスタートする」【P39 写真 26】や「キックの時に力を入れる」、「腕をしっかりとおふる」等の運動予想が出た。この「勢いあるスタート」の場では、仲間の腰をもって互いに支え合い、前傾姿勢でスタートするための協力する姿が見られ（社会的要素）、感想にも「風を切って勢いよく走ることができた」と再認化できていた。（心理的・身体的要素）

スピードが出てくるとどうしても自分の決めた足で踏みきれず、足を合わせることで失速してし

もう場面が見られたが、ふみきり足を決めて全力で走ることで課題を克服する子どもの姿が見られた。【写真 27】「目標キック」の場では、振り上げ足を仲間に伝え、ダンボールをハードル上に設置し、蹴り方を協力して見合う姿が見られた。(社会的要素) この場によって、自分が高く跳んでいることや、足がまっすぐ伸びていなかったことに気付く手掛かりとなり (心理的要素)、動きを高めていくことにつながった。(身体的要素)

【写真 26】「勢いあるスタート」



体を前に傾けて、こんな感じでスタートしよう。

一歩目がしっかりと踏みだせるよう力を入れよう。

スタートの仕方を全体で確認

【写真 27】「目標キック」



振り上げ足はまっすぐ伸びているかな？

足の裏全体でダンボールをけるぞ！

課題解決に向けて練習する子ども

「スピードを落とさない」というねらいから課題解決を図った子どもの中から「低く跳ぶと時間が短い」等の意見が聞かれ、徐々に「低く跳ぶためには、遠くから踏み切らなければならないこと」に気付き、次の課題解決へと進めることができた。

○「ぬき足の大きな踏み出し」「踏み切り・着地場所の確認」「跳び下りラン」「一歩ハードル」  
「インターバルを 3~5 歩で走る」ために、重要となる「ぬき足の大きな踏み出し」をねらいとした課題解決の場で、運動図の第 3 局面に課題を持った子ども達がこの場で課題解決を行った。ぬき足を大きく踏み出すために、着地の安定や着地位置をハードルのすぐそばに着くことを先読みし、運動に取り組む姿が見られた。【写真 28】のように、まず自分がどこで踏み切り、どこに着地し、ぬき足の踏み出しはどこについているのかを確認するために赤玉を置いて確認していた。交代で着き足を確認し、アドバイスをかけ合う姿が見られた。(社会的要素)

【写真 28】

○「ぬき足の大きな踏み出し

「踏み切り・着地場所の確認」赤玉置き



ハードルの近くで着地しているね。ぬき足の大きな一歩はもう少し前に踏み出した方がいいよ。

僕は、第 3 と第 4 ハードルのインターバルでリズムが崩れるので、そのつき足を確認するよ。

○「一歩ハードル」



←速いスピードでリズムを意識して

スピードを落とさないように、狭いインターバルを、1・2、1・2のリズムで走り越えよう。

○「跳び下りラン」



体を前に倒し、落ちた後の足を大きく踏み出そう！

○「連続またぎこし」「一步ハードル」「ひらひらくぐり跳び」

スムーズで速い、ハードリングを行うにあたって「ハードル上で上体を前傾させる」ことをねらいとした課題解決の場で、運動図の第2局面に課題を持った子ども達がこの場を選択して課題解決を行った。【写真 29】のように、運動の行い方を確認して運動を行うことができた。連続またぎこしでは、リズムやぬき足の折りたたみ。ひらひらテープくぐりでは、上体の前傾を意識させた。

【写真 29】

○「連続またぎこし」

「1・2い、1・2い」のリズムでハードルを越えよう。



ゆっくりとフォームを意識して

○「ひらひらテープくぐり」

単元終末の個人の課題解決の際、これまで学習を行った場を組み合わせて運動に取り組む子ども



体を前に倒している。  
振り上げ足をまっすぐに出している。  
自分の決まった足で第1ハードルを跳んでいる。

課題解決の場と目指す動き、ハードル走における局面との相関関係は以下のとおりである。

【資料 22；課題解決の場と目指す動き、運動図における局面との相関】

○第1ハードルを決めた足で踏み切って走り越えること。

(課題解決の場)

- ①鋭いスタート
- 第1ハードルだけの場
- ⑥目標キック

○ハードル上で上体を前傾させること。

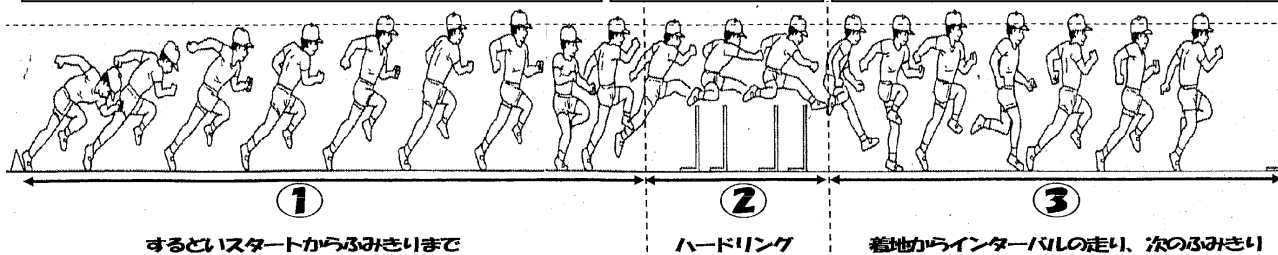
(課題解決の場)

- ②連続またぎこし
- ⑤ひらひらくぐり跳び

○インターバルを3~5歩のリズムで走ること。

(課題解決の場)

- ③跳び下りラン
- 抜き足の大きな踏み出し
- ④一步ハードル
- ⑦着地からインターバルの歩幅



各々の場で感じたり高めたりした運動感覚をもとに、3つの要素から運動のよさをとらえ、その楽しさを感じながら、運動とのかかわりを深めることで、結果として技能や態度、思考・判断といった資質や能力を高めることができたと考える。



## 2 学習指導過程の工夫について

「感じる段階」・「とらえる」段階・「生かす」段階の3つの段階に分け、各段階で資質や能力を高めていったことで「進んで運動にかかわろうとする子ども」を育てることができた。

その根拠は、形成的授業評価「できなかったことができる」【グラフ16】が段階を追って上昇していることが挙げられる。これは、動きの高まりが段階を追って見られたことと、自分の動きの高まりが徐々に実感できたことの表れである。

「感じる段階」では、川幅や輪の数を自由に変えることで、いろいろなリズムを感じる事ができた。その後、心地よい動きの感じを交流したことで、子ども達は、心地よいリズムを感じるためには「同じリズムの繰り返し」や「心地よいリズム」の理解ができ、そのリズムを具体的に「〇歩で行く」等と設定して、具体的な目指すリズムや動きのイメージを持つことができた。

「とらえる段階」で運動の要素を活用した教材(シンクロハードル→課題解決→8秒間走)を一単位時間に位置付けて行うことで、「先読み」「再認化」を通して課題をつかみ、課題を解決して、何度も繰り返し運動することで、動きの高まりを感じた。動きの高まりについては、8秒間走の記録の推移【P37 グラフ15】からもうかがえる。

また、形成的授業評価の項目「楽しさ」【グラフ17】においては、単元を通して若干の減少はあったものの高得点で推移していることから、単元を通して高い意欲を持って学習を進めていったということが考えられる。

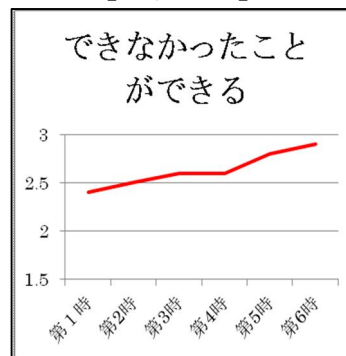
その根拠として、各段階において「運動の要素を活用した教材」を用いたことで、子ども達は「仲間とのかかわり」(社会的要素)・「できる」(身体的要素)・「わかる、楽しい、心地よい」(心理的要素)を感じることができていたことが挙げられる。子ども達の感想からも、「感じる段階」【P16 資料4】のようにシンクロハードル走で仲間とのかかわりの楽しさや動きの心地よさを感じたもの、「とらえる段階」【P23 資料8】のように、動きの高まりを実感して楽しさを感じたもの、「生かす段階」の【P28; 子ども達の感想】のように仲間とのかかわりや自己の動きの高まりを感じたことに楽しさを感じた感想が挙げられた。

また、事後調査「どの活動が楽しかったか？」の質問に対して、各段階で毎時間位置付けた「シンクロハードル走」「8秒間走」とともに「運動の要素を活用した教材」が上位を占めていたことから、子ども達は楽しんで運動を行うことができたことが分かる。

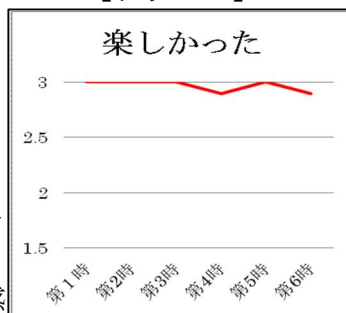
以上のことから、子ども達は単元を通してリズムカルな動きを理解し、スムーズなハードリングやリズムを統一したインターバルの走りを目指して課題解決を図り、自らの動きの高まりを感じる事ができた。

つまり、個々の運動感覚をもとに段階を追った「学習指導過程の工夫」を行ったことで、自らの運動感覚を生かし、進んで運動とかわろうとする子どもを育てることができた。

【グラフ16】



【グラフ17】



## Ⅷ 研究のまとめ

### 1 成果

- (1) 「運動の要素を活用した教材」により、子ども達はリズム感覚や平衡感覚・跳感覚などの運動感覚をもとに 3 つの要素から運動のよさをとらえ、その楽しさを感じながら、運動とのかかわりを深めることができた。
- (2) 個々の運動感覚をもとに、課題解決を図っていく「感じる・とらえる・生かす」3 つの段階を追った単元構成を位置づけた「学習指導過程の工夫」を行ったことにより、自らの運動感覚をもとに子ども達は課題をつかみ、意欲的に課題解決を図るといった「運動とのかかわり」を深め、技能を高めていくことができた。

### 2 課題

- (1) 子どもの感想などから自分の動きの高まりは実感できているものの、やはり 8 秒間走の距離に伴う得点に意識が集中していた。今後、様々な運動に進んでかかわろうとする子どもを育てる上でも、動きの高まりを実感できるよう手だてを考えていきたい。
- (2) 「先読み」「再認化」については、各種の運動の特性に応じて活用し、個人の動きの感じや新たな動きの感じを、交流させることで他の運動領域にも生かしていきたい。

## ※引用・参考文献

- ・「小学校学習指導要領解説 体育編」 文部科学省 2008
- ・子どもの体力向上のための取組ハンドブック 文部科学省 2012
- ・体育科教育 2008 11 月号 大修館書店 2008
- ・体育科教育 2008 12 月号 大修館書店 2008
- ・体育科教育 2009 5 月号 大修館書店 2009
- ・体育科教育 2011 4 月号 大修館書店 2011
- ・「体育科教育学入門」 高橋健夫 岡出美則 友添秀則 岩田 靖 編著 大修館書店 2010
- ・「運動感覚能力を高める体育指導についての基礎研究」 村田泰伸・海野勇三  
山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要第 21 号 2006
- ・「評価規準の作成、評価方法等の工夫改善のための参考資料」【小学校 体育】  
文部科学省 国立教育政策研究所 教育課程研究センター 2011
- ・TOSS ランド「シンクロハードル」でリズムカルな動きづくり  
TOSS 体育サークル杜の都 太田健二
- ・動きの「感じ」と「気づき」を大切にしたい「陸上運動の授業づくり」  
細江文利・鈴木直樹・成家篤史・田中勝行・寺坂民明・濱田敦志編 教育出版 2012
- ・「教師のための運動学」運動指導の実践理論 金子朋友監修 大修館書店 1996
- ・「体育の授業を創る」高橋健夫編著 大修館書店 1994
- ・「体育の授業を観察評価する」 高橋健夫編著 明和出版 2003
- ・これだけは知っておきたい「体育」の基本 白旗和也 東洋館出版 2012
- ・障害走の習熟過程 根本正雄編 千葉弥生会著 明治図書 2000
- ・マイネル スポーツ運動学 クルト・マイネル著 金子朋友訳 大修館書店 1971
- ・「新しい体育授業の運動学」三木四郎著 明和出版 2005
- ・平成 23 年版 観点別学習状況の評価規準と判定基準 小学校体育 北尾倫彦監修 図書文化 2011
- ・「運動学講義」金子明友・朝岡正雄 編著 大修館書店 1990
- ・小学校体育（運動領域）デジタル教材 文部科学省 2012
- ・平成 21 年度 長期派遣研修員 研修報告書 福岡県体育研究所 2009
- ・平成 22 年度 長期派遣研修員 研修報告書 福岡県体育研究所 2010
- ・平成 23 年度 長期派遣研修員 研修報告書 福岡県体育研究所 2011

## おわりに

教職として、教壇に立つようになってから 11 年。数多い教科の中でも「体育科」の魅力と今後の必要性を感じ、教職として何か自分の自信が持てる教科指導力を身に付けようと長期研修の希望を出し、福岡県体育研究所の長期派遣研修の機会を得ることができました。

これまで自分のスタイルに任せて、日々まい進してきましたが、この長期派遣研修で理論をしっかり学ぶこと、そして「人の支え」が大変重要なものであることを改めて学びました。

まず、数々の研修を行うに当たり、詳細に亘り綿密に練られた研修計画をたて、講師の先生方との再三に及ぶ打合せを行う所員の皆様方の働き。全て、受講される方々の安全と有意義な研修が受けられるよう、これだけ多くの人々が携わり、進められていたこと。研修終了後も受講者の感想を参考にしながら、来年度のビジョンを持っておられる各担当指導主事の姿勢。この立場を通してしか見えない場所で、こんなにも多くの人々の支えがあって、ひとつの研修が成り立っていることを知りました。

これは学校現場に戻り、授業を中心とした諸活動においても活用できる「支え」でした。子ども達が、安全に有意義な学びができるよう、綿密な計画のもとに授業を行う必要があること。また、授業後も適宜振り返りの子ども達の声の聞いて、授業改善につなげていくこと。さらに、学校の職員で行事を行う際においても、他の職員が安全に有意義に思える仕事を共に行っていく上でたいへん参考になる「支え」でした。そして、何よりも一つの行事や授業などにおいて、自分自身はもとより子どもたちにも支えてくれている人々への「感謝」の気持を持つことが伝えられると感じました。

次に、自分は一年間を通して研究を進める上で、何度も挫折を繰り返しましたが、先が見えなくなってしまった道を「あるべき道・進むべき道」へと導いてくださった指導主事の方々の「支え」がありません。そこに、プロとしての理論に根ざした力量の大きさを感じ、少しでもこの「支え」に「応えたい」「認められる内容を作り上げたい」という思いにさせられ、大きな励みとなりました。

これは学校現場で、子ども達が「今、どんな指導を欲しているのか？」を考えることにつながり、自分自身がゆるぎない理論のもとにプロ意識を持ち、子ども達が、心地よい達成感が味わえるよう、「学びの励まし」ができるように精進を重ねたいという思いにつながりました。

最後に、同じ立場で共に毎日過ごした、長期派遣研修員の 2 名の先生方の「支え」です。この一年間、家族よりも長い時間を共に過ごし、共に学び、共に支え合ったことは心の糧となりました。教職という同じ立場ではありながらも、校種が違うことで文化の違いを感じ、小学校という一区切りとして断片的にしかとらえていなかった自分にとって、「児童」から「生徒」になり「社会人」として、社会に羽ばたいていく子ども達をどう育てていく必要があるのか、またその時、小学校はどうあるべきなのか考えさせられました。これまで自分がどんなに狭い世界で仕事をしてきたのかを知るきっかけにもなり、様々な分野で活躍されている 2 人の存在はたいへん大きな刺激となりました。この「支え」と「人との出会い」に心から感謝をしています。

この経験を通して、今後「人」として生きていく上で、仲間を大切にすること・人との出会いをチャンスに変えることを学びました。私自身もこれから努力精進する中で、さらに仲間を増やしていき、いろいろな刺激を受けながら、成長を遂げていきたいと思えます。また、この姿勢を子ども達に見せることで、子ども達にも「人の支え」や「人との出会い」の大切さを伝えていけたらと考えています。

最後になりましたが、今回このような貴重な研修の機会を与えていただきました、福岡県教育委員会、京築教育事務所、みやこ町教育委員会に厚く御礼申し上げます。また、本研究を進めるに当たり、ご指導いただきました、教育庁体育スポーツ健康課、義務教育課、そして、福岡県体育研究所の皆様方に深く感謝申し上げます。さらに検証授業にご協力いただいたみやこ町立犀川小学校の榎口広二校長、久富美智代教頭、宮城 強主幹教諭をはじめ、快く検証授業にご協力いただき、ご支援くださった担任の山中先生及び諸先生方、そして元気いっぱい、精一杯体を動かし、一生懸命学んでくれた第 6 学年 2 組 21 名の皆さんに心より感謝いたします。本当にありがとうございました。

今後ともより一層のご指導、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

平成 25 年 2 月 14 日

長期派遣研修員 坪根 慎治（みやこ町立犀川小学校）