

B 器械運動系 コース

岩手県教育委員会事務局 保健体育課 柴田 尚生

【部会テーマ】

器械運動領域の運動を通して、運動が苦手な児童生徒を含む全ての児童生徒が、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、運動を好きになり、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を身に付けることができる指導の在り方

1 学習指導要領を踏まえた学習指導について

中学校はR 3、高等学校はR 4から現行学習指導要領がスタートした。次期改訂も話題となっているところではあるが、現行内容をしっかりとやりきることが重要である。

本研修のテーマについて、なぜ「運動が苦手な児童生徒を含む」なのか？『体力や技能の程度、性別や障害の有無等に関わらず、運動の多様な楽しみ方を共有することができるよう留意すること。』(中学校学習指導要領(平成29年告示))、『学校や地域の実態を考慮するとともに、個々の児童の運動経験や技能の程度などに応じた指導や児童自らが運動の課題の解決を目指す活動を行えるよう工夫すること。特に、運動を苦手と感じている児童や、運動に意欲的に取り組まない児童への指導を工夫するとともに、障害のある児童などへの指導の際には、周りの児童が様々な特性を尊重するよう指導すること。』(小学校学習指導要領(平成29年告示))と示されている。こうしたことから、すべての児童生徒が安心して

③運動機会、運動量の平準化

→できる子もそうでない子も同じ量や質を担保するようにする。

④教えることと委ねることのバランスに留意

→課題を先取りしない。(子どもが課題を発見する活動も大切にする)

⑤昭和的な授業方式からの脱却

→合同体育、一斉型授業、規律重視等の見直し

⑥教科書を使って教える保健授業の見直し

→科学的エビデンスを中心に、教科書は資料として用いる

⑦器械運動に子どもを近づけるのではなく、子どもに器械運動を近づける

→簡易化された行い方を基本とした運動の提示を心掛ける

⑧アダプテッドの理念をできる限り実現する

→運動弱者のための用具やルール工夫を妥協しない

＜バズセッションの成果物＞



2 コーステーマを踏まえた学習の工夫

(1) 授業改善のヒントはどこにあるか？

指導の困り感に、授業改善のヒントを見いだす

①従来の当たり前を見直すこと

→準備運動の仕方、グループ編成、学習カードの形式等を見直してみる。

②ICT 機器の活用を工夫すること

→動画での動作分析は有効だが、学習効果及び資質・能力の育成の観点で絞って行う。

(2) 運動習慣の確立につなげる指導の工夫

① 非日常的な運動としての器械運動を、日常化する活動

日常化するには「楽しい」が必須

② 技の動きの観察を日常化する活動

動画の再生(静止やスロー)が効果的

③ 技のポイントを日常化する活動

スモールステップの具体化(可視化)

(3) それぞれの運動が有する特性や魅力に応じた
楽しさや喜びを味わうことのできる指導の工夫

- ① それぞれの運動が有する特性や魅力
領域ならではの動きや技能の体験及び習得の
機会であることを大切にする。
- ② 準備運動、主運動につながる運動
なれの動き、予備的な動き、関連する動きを
丁寧に扱っていく。
- ③ それぞれの運動を行うことにより、結果とし
て図られる体力向上
器械運動領域では、特に腕や肩、背中の筋力
などへの効果が期待できる。

(4) 運動が苦手な児童や意欲的でない児童等への
指導の工夫

- ① 技能的つまずきの解消を図る活動
補助具等を用いた場や用具の工夫で対応
- ② 心理的つまずきの解消を図る活動
易しい場や易しい行い方で、安心感を高める
工夫
- ③ 社会的つまずきの解消を図る活動
グループでの認め合いや教え合いを学習の中
核に（できるだけ異質グループで）
一人の学習を仲間全員で支える

(5) デジタル学習基盤を効果的に活用した活動例

- ① 導入段階における課題（めあて）の確認・把
握を確かなものにする活動
→動機づけとして
- ② 展開段階における課題の達成を促進する活動
→課題の発見・解決の一助として
- ③ まとめや振り返りの段階における気づきを深
める活動
→学習成果の可視化・評価として

(6) 障害の有無にかかわらず共に学ぶための指導
の工夫

- ① グループ学習（協働的学習）を中心とした授
業形態を大切にする。
できるだけ異質のグループで編成し、学校で
学ぶ意義や価値との関連を図る。
- ② 技能や意欲の差等を包含し共に学び合う活動
違いを認め合い、共に学ぶ好機ととらえる

他人事を自分事に

3 授業づくりのポイント（4つの視点）

(1) 教材の特性に触れることができる活動で組み
立てる

- ・運動の特性を重視し、楽しさを味わえるように
工夫する。
- ・その単元ならではの動きの習得や、課題解決を
中心に考える。
- ・場や用具の工夫、行い方のルール of 工夫は余念
なく準備する。

(2) 易しい課題から始め、最適の課題を提示する

- ・易しい = 安全・安心 → 難しくない・自
分もできる → 有能感
- ・成長欲（もっと伸びたい）と承認欲（もっと
見てほしい）
- ・過度の競争心を掻き立てない（勝負にこだわり
過ぎない）

(3) 学びの内容を明確にする

- ・楽しいだけでは十分と言えないが、楽しいを
ベースに。
- ・楽しくなかったが「身に着いた」は求められて
いない。
- ・楽しく行い、「身に付ける」を目指すのが授業
- ・「遊び」としての自由さ、創造性、自発性等に
留意する。

(4) 各単元で育成を目指すことを段階的・計画的
に遂行する

- ・全体への浸透と個々へのアプローチ
- ・単元の before → after を明確に語れるように
（全体・個々）
- ・1年かけて、6年間で…教育は根気
- ・大切なのは、教師の意識（意識が変われば行動
が変わる）

4 体育の授業で大切にしたいこと

(1) 楽しむことを最優先とした授業づくり

- ・楽しさの感じ方は、児童によって異なる
- ・「うまくできなくても楽しい」の追究

(2) 運動が苦手・意欲的でない児童への配慮

- ・苦手でも安心して学習に参加し、楽しく伸び
る工夫
- ・学習への意欲が高まるような「新たな楽しみ
方」の提案

・得意な・意欲的な児童の技能以外での活躍
(3) 共生社会の実現に向けたアダプテッド・インクルーシブの視点で

・授業研究の中心は「技能差・体力差を包含した指導」

5 器械運動の授業で特に身に付けたいこと

- 1 領域ならではの動きや技能の習得
 - ・器械運動系の学習が体育に必要な意味・価値
- 2 クローズドスキルの学び方
 - ・自分のペースでコツコツとスモールステップを踏んで
- 3 粘り強く取り組む力
 - ・課題を設定し、解決のために段階的に取り組む
- 4 仲間とともに取り組む力
 - ・共に学ぶ意味や価値に触れる機会として
- 5 他人事を自分事に
 - ・課題の共有化、解決の共有化、協力、共感、共学び

6 実技研修から

(1) マット運動

ア 準備運動

- ・主運動につながる運動を楽しく行う。
- ・音楽をかける等の工夫をする。



イ 発表会

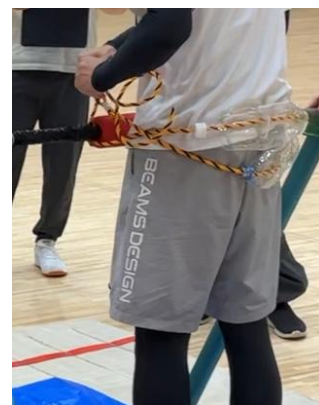
- ・それぞれができる技を発揮して仲間と協力して演技をつくる

- ・得意な児童、苦手な児童どちらも輝くことができる構成、場の設定にする。



(2) 鉄棒運動

- ・中学年でどちらも扱って習得させると、高学年につながる。グライダー等、中学年でできることで高学年につながる技が多い傾向にある。
- ・105 時間ある中学年において、2 学年間にわたって扱うことも検討したい。



- ・体を支える、回るといった動作を味わう。
- ・できる児童の良いところを見付ける等の活動により、技のバリエーションを学習することも大切なこと。
- ・適切な補助具を使用することで、休み時間にもやってみたくなるような状態を作りたい。

(3) 跳び箱運動（器械・器具を使った運動遊び）

- ・決まった技の練習の場を設けたり、同質の集団で学習を進めたりすることは、効率的であるかもしれないが、教え合いが出にくい場合が多い。共に学び合う姿を引き出すための設定が大切。
- ・跳び箱が苦手な子どもでも、いいアイディアを持っている子どもがいる。
- ・工夫した動き、技能的に良い動き、友達と協力し合っている場面等、様々な視点から子どもの良い姿を褒める。



- ・教師が教えることと子どもに委ねること、子どもが工夫することを区別して、意図的な学習活動を計画することが大切。
- ・それぞれがみんな一緒にうまくなっていく授業づくりを考えていくことが必要。



5 苦手な児童に配慮できるような指導と評価

技能Cでも知識A、思考・判断・表現A、主体的に学習に取り組む態度Aの児童の育成

□技能Cでも取り組める学習形態

個人 or グループ

□技能Cでも見付けられる課題

易しい課題、やってみたい課題

□技能Cでも取り組める課題解決の手立て

ひたすら練習させることとは別の手立て

□技能Cでも思考・判断し、他者に伝える手立て

発問やカードを工夫する

□技能Cでも愛好的態度、公正、協力、責任・参

画、共生、健康安全を育成する手立て

【授業を作る際のポイント】

○「個から集団へ」の学習過程

- ・運動のよさの一つは「なかまづくり」
- ・仲間と協力してひとつの課題を達成することの価値（集団達成の経験）を大切にしたい。
- ・個が高まる時間＋集団が高まる時間の用意
＝「個から集団へ」の学習過程

6 これからの体育・保健体育授業に期待すること

(1) 何においても、技能の習得のみに偏らない授業をすること。

- ・例示の技はすべて教える必要はない。（できる子は取り組んでよい）
- ・技能の習得は、目標であって目的ではない。
- ・パフォーマンスだけではなく、ポートフォリオの評価を大切にする。
- ・技能の習得は目指しつつも、知識の習得や

(2) 「(3)のできるも体育の得意な姿」である。

- ・豊かなスポーツライフの実現は、運動の得意不得意によらない。
- ・育てたいのは、運動やスポーツが好き、大切という意欲を持った子ども。

(3) 体育ならではの学びを実感できるように

- ・ルール of 工夫に余念なく、なおかつ全員が納得して楽しめるようにする。
- ・教えたことを仲よく楽しみ会える活動で構成する
- ・「やってみたい」「やってみようか」「やってもいいか」と思える工夫（場づくり、雰囲気づくり）
- ・「見あい」「助け合い」「教えない」「励まし合

7 参考となる資料

- ・小学校体育（運動領域）指導の手引 ～楽しく身に付く体育の授業～ （スポーツ庁）
- ・
- ・小学校学習指導要領解説 体育編
- ・「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料 小学校保健体育（国立教育政策研究所）