

令和5年 3月 3日

福岡市教育委員会教育長 殿

所属校名 福岡市立博多小学校
職・氏名 教諭 白垣 雄祐
指導教諭 教諭 大村 拓也

研 修 最 終 報 告 書

このたび、長期派遣研修員として、下記のとおり研修をしましたので報告いたします。

記

1 研修種別 C 福岡教育大学附属福岡小学校研修員
2 研修場所以及所在地 福岡教育大学附属福岡小学校
〒810-0061 福岡市中央区西公園 12 番 1 号
TEL (092) 741-4731
FAX (092) 741-4744

3 研究主題及び副題

目標に向かって動きを追究する第5学年体育科学習
～試行と選択を促す単元構成を通して（陸上運動領域）～

4 研究主題及び副題についての説明

(1) 主題の意味

目標とは、「やってみたい」や「高く跳びたい」、「速く走りたい」、「スムーズに動きたい（心地よい運動感覚の獲得）」などの運動を行う上での思いや願いのことである。目標は、それぞれの運動種目ならではの楽しさ（機能的特性）に触れることで芽生え、それを核としながら、運動の形式や技術的な仕組み、身体的発達に対する運動の効果にも着目し、動きを高めていくことで更新されていく。

動きを追究するとは、運動種目の技や技能に応じた構造的特性を理解し、運動局面ごとの自分の課題を把握し、空間的（距離、高さ、方向）、時間的（速さ、リズム、タイミング）、力動的（強さ）な変化の観点を意識しながら、無駄な力を使わないスムーズな一連の動きへと高めていく営みのことである。本研究は、子供一人一人の動きを追究する過程は個人によって異なるということを前提に、画一的な指導に陥ることがないように留意する。目標に向かうための自分の学び方を振り返り、よりよい学び方に更新しながら、動きを高めていけるようにする（図1）。

目標に向かって動きを追究する第5学年体育科学習とは、子供一人一人が記録の伸びや心地よい運動感覚の獲得などの目標をもち、自分の動きを客観視して自己内対話しながら課題解決に向けた学び方を選択し、運動経過における動きの高まりや自分の学び方のよさを実感することができる学習である。そこで本研究では、以下のような子供の姿を目指す。

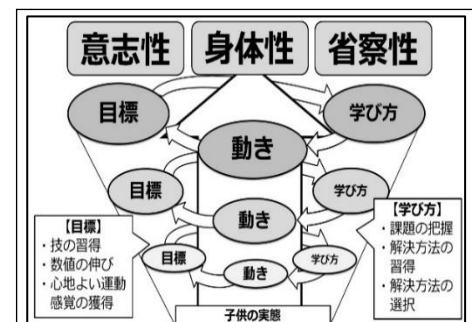


図1 動きと目標、学び方の関係性

- 自分の挑戦欲求に応じた目標をもち、課題を見付け、解決に向けた動きのこつを考えたり、適切な練習の場を選択したりする姿（意志性）
- 運動種目の技や技能に応じた構造的特性を理解し、運動局面ごとの動きのこつを掴むことで、無駄な力を使わないスムーズな動きに近づけていく姿（身体性）
- 運動に取り組む過程で、達成感や成就感を味わうとともに、自分の学び方のよさを実感したり、学んだことを次の活動に生かそうとしたりする姿（省察性）

(2) 副題の意味

試行とは、「やってみたい」や「高く跳びたい」、「速く走りたい」、「スムーズに動きたい（心地よい運動感覚の獲得）」などの思いや願いをもち、運動種目の技や技能を実際に行うことである。

選択とは、「自分の目標を達成するためには、どうしたらよいのだろう」という思いから、現時点の自分の動きを基に課題を把握し、課題に応じた練習の場や動き方を選ぶことである。

試行と選択を促す単元構成とは、子供一人一人が試行と選択を繰り返しながら動きを高めていく中で、記録の伸びや心地よい運動感覚の獲得などの目標や学び方を更新していく活動の組み合わせのことである。単元をつかむ段階、見通す段階、高める段階、まとめる段階の4段階で構成する(表)。

(3) 仮説実証のための着眼

表 試行と選択を促す単元構成

	つかむ段階	見通す段階	高める段階	まとめる段階
活動	【目標設定活動】	【動きの視点取得活動】 【課題取得活動】	【動きの追究活動】	【実感自覚活動】
方法	試行と選択を促す場の設定 動きのこつを可視化する自己分析ツールの活用			
目標	「やってみたい」	「速く走りたい」 「できるようにになりたい」 「スムーズに動きたい」	「もっと速く走りたい」 「もっとできるようにになりたい」 「もっとスムーズに動きたい」	「次の運動も楽しみたい」
動き	運動の全体像を把握している	これから行おうとする運動を、頭の中で思い浮かべることができる	運動の構造的な特性を理解している	運動の構造的な特性を意識した動きができる
学び方	現時点の自分の動きを基に課題を把握する	課題解決の方法を知る	多様な課題解決の方法を試してみる	自分に合った課題解決の方法を選択する

ア 試行と選択を促す活動の設定

試行と選択は子供の思いや願いから引き出されるものである。「やってみたい(試行する意欲)」と「どうしたらよいのだろう(選択する意欲)」が高まるような活動を各段階に設定し、常に子供の思いや願いから学習がつくられていくようにする。本研究では、単元を構成する4段階それぞれに、試行と選択を促す活動を位置付ける。

イ 試行と選択を促す場の設定

一人一人が自分の課題を捉えたり、課題に応じた練習の仕方を選択したりできるような場を設定する。場の条件は以下の5つである。①目標を見いだすことができること、②課題を見いだすことができること、③動きの視点を見いだすことができること、④課題に応じた練習ができること、⑤自分の動きの高まりを実感することができること。これらを各運動領域の運動特性に応じて組み合わせる場を設定する。運動種目の技や技能を行ったり、その結果や感じたことを基に練習の場や動き方を選んだりすることを何度も繰り返す中で、どのようなタイミングで、どのように身体を動かしていけばよいかなど、運動感覚を働かせながら動きのこつを掴み、無駄な力を使わないスムーズな動きに近づけていくことができると考える。

ウ 動きのこつを可視化する自己分析ツールの活用

(7) タブレット端末の録画機能の活用

友達と動きを見合ったり、伝え合ったりすることと併せて、タブレット端末の録画機能を活用することで、自分の課題に着目した部分の見取りをできるようにする。自分の姿を動画で視聴することは、技術的な課題の認識だけではなく、現時点での動きの全体像の認識や練習が正しい方法で行えているかの認識を高めることにも効果的であり、子供の試行と選択を促すことにもつながると考える。

(4) 動きの財産シートの活用

運動局面ごとに項目を分けた動きの財産シートに、練習の場で掴んだこつを記録していくことで、次の試行や次時の活動に生かすことができるようにする。また、蓄積したこつを全体で共有したり、こつを掴む過程を他者と交流したりすることで、試行場面でもより運動感覚に意識が向くようになっていたり、友達の学び方を通して自分の学び方を見つめ直したりすることにつながると考える。

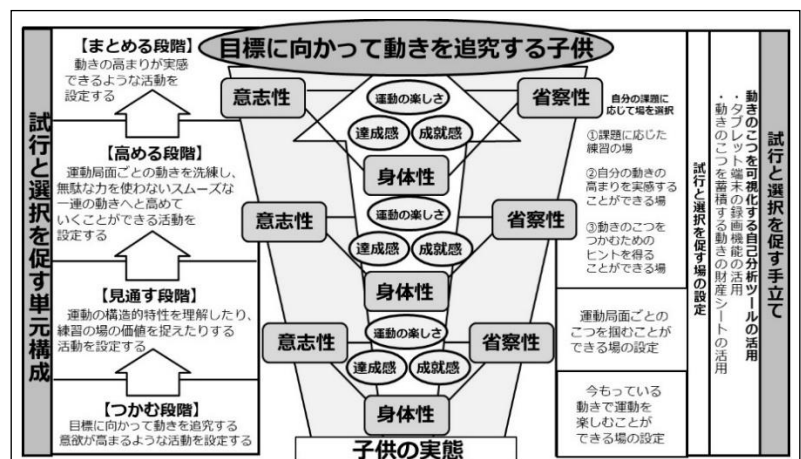


図2 研究構想図

(4) 指導の実際（10 月実証）

ア 単元名 第5学年 「ハードル走 ～目指せ！Speed Hurdler～」

イ 単元の見どころ

- ハードル走において、自分の挑戦欲求に応じた目標をもち、課題を見付け、解決に向けた動きのこつを考えたり、適切な練習の場を選択したりすることができる。（意志性）
- ハードル走の行い方を知るとともに、運動局面ごとの構造的特性を理解し、ハードルをリズムカルに走り越えることができる。（身体性）
- ハードル走に取り組む過程で、達成感や成就感を味わうとともに、自分の学び方のよさを実感したり、学んだことを次の活動に生かそうとしたりすることができる。（省察性）

ウ 計画（9 時間）

- (ア) 最初の記録を測定し、ハードル走の局面ごとの動きの視点や課題について話し合う。――5 時間
- (イ) 局面に焦点化した場の機能を知り、練習の場を選択しながら練習する。――3 時間
- (ウ) 学級対抗戦を行い、できるようになったことや学び方のよさについて話し合う。――1 時間

エ 単元の仮説

第5学年単元「ハードル走 ～目指せ！Speed Hurdler～」の学習において次の手だてを行えば、自分の目標に向かって動きを追究する子供が育つであろう。

- 試行と選択を促す活動（目標設定、視点取得、課題取得、追究、実感自覚）の工夫【着眼ア】
- 試行と選択を促す場（スタート、踏み切り、空中姿勢、インターバル）の設定【着眼イ】
- 各運動局面の動きのこつを可視化する自己分析ツールの活用【着眼ウ】

オ 指導の実際

6 月実証単元「走り高跳び ～目指せ！High Jumper～」の学習において、意図なく練習の場や動きを選択する子供の姿が見られた。これは、自分の挑戦欲求に応じた目標をもち、課題を見付け、解決に向けた動きのこつを考えたり、適切な練習の場を選択したりすることを目指す意志性が十分に発揮できていなかったからだと考える。身体性に関して、単元の終末段階においてもなお、試行するたびに助走の歩数やリズム、振り上げ足が変わる姿が見られた。省察性については、「高く跳ぶことができるようになった。」と動きの高まりに気付く記述や発言は多く見られたが、動きの高まりと自分の学び方を関係付けて考えたり、学んだことを次時の活動に生かしたりするまでには至っていなかった。

(ア) つかむ段階（1／9 時間）

つかむ段階では、ハードル走特有の楽しさに気付く、目標に向かって動きを追究する意欲を高めることをねらいとした。そのために、自由にインターバルを変えて、40mハードル走のタイムを計ったり、競争をしたりする活動を設定した【着眼ア】。また、記録の伸びが停滞した子供の運動意欲が継続しなかったという6月実証の課題から、記録の更新だけではなく、心地よい運動感覚の獲得も目標の一つとして捉えることができるよう、運動をして感じたことを共有する時間を設定した。

考察 1

単元終了後に実施したアンケート調査では学級の 94%の子供が、「最後まで自分の動きを高めよう」と取り組んだ。」と回答した。これは、6 月実証後の結果と比べると 29%上昇したことになる。このことから、つかむ段階において資料 1 のような機能的特性を重視した活動を位置付けたこと、目標を記録だけではなく心地よい運動感覚の獲得も視点の一つとして共有したことで子供の追究意欲が高まり、最後まで意志性を発揮することができたと考える。

【ハードル走の機能的特性】

- ・競争したり、タイムを短縮したりするところに楽しさや喜びがある運動
- ・リズムカルに最後まで走りきれたときに心地よさを感じることができる運動

目標設定活動



今日の学習で

適当にハードルを動かすと、歩幅や足がバラバラになってしまって、走りにくかったです。スピードを落とさずに、最後まで気持ちよく走りたいです。ハードル走は歩幅の間隔が大事だと気づきました。次回は自分に合ったやり方で試したいです！タイムを測って、自分の記録をどんどん伸ばしていきたいです！

心地よい運動感覚の獲得

意志性

もっと速く、気持ちよく走れるようになりたい。そのために○○しよう。

数値の伸び

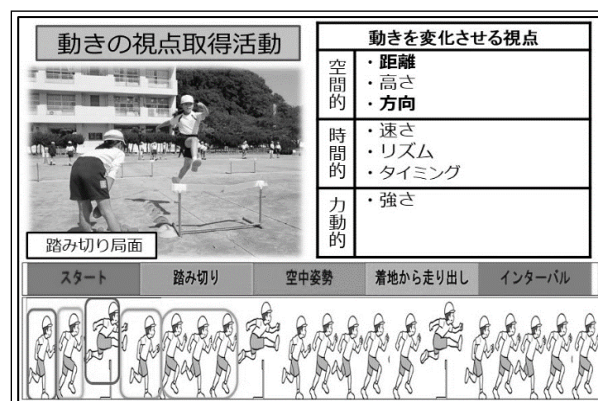
資料 1 機能的特性を重視した活動と子供の振り返り

(イ) 見通す段階（2～5／9時間）

見通す段階では、ハードル走の構造的特性を理解したり、自分の課題を捉えたりすることができるようにすることをねらいとした。そのために、局面ごとにどのように動きを変化させるとよいかについて話し合う活動や自分の動きの課題を見いだす活動を行った【着眼ア】。

考察2

次の高める段階において、意図をもって練習の場や動き方を選択する姿が見られた。動きの視点や自分の課題を見いだす活動を位置付けたことで、ハードル走の構造的特性の理解が深まり、意志性や身体性を発揮することができたと考える(資料2)。しかし、局面同士の関係性に着目しながら、自分の課題を捉えるまでには至らなかった。取り上げる局面の順番を変えたり、試行をして感じたことを共有する時間を多く設定したりすることで、より意志性や身体性を発揮することができるのではないかと考える。



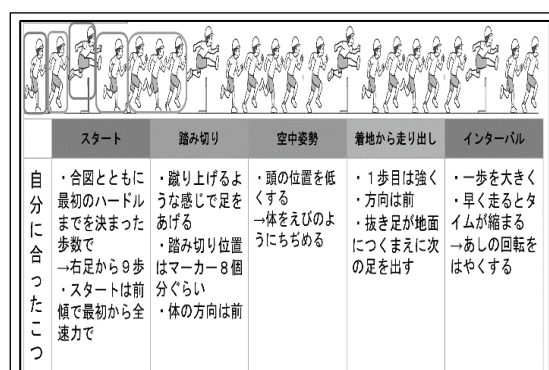
資料2 動きの視点取得活動と動きを変化させる視点

(ウ) 高める段階（6～8／9時間）

高める段階では、局面（スタート、踏み切り、空中姿勢、インターバル）の動きをスムーズな一連の動きへと高めていくことができるようにすることをねらいとした。そのために、一人一人が自分の課題を捉えたり、課題に応じた練習の仕方を選択したりできる場を設定した【着眼イ】。また、タブレット端末の録画機能を使って自分の動きを見取ったり、試行の中で掴んだこつを動きの財産シートに記録したりすることができる学習環境を整備した【着眼ウ】。

考察3

記録が縮まったり、「気持ちよく走れた。」と発言したりする姿が見られた。高める段階において、課題を捉えたり、課題に応じた練習の仕方を選択したりできる場を設定したこと、タブレット端末を使って自分の動きを見取ったり、試行の中で掴んだこつを動きの財産シートに記録したりすることができる学習環境を整備したことで、自分の動きを客観視して自己内対話を繰り返しながら学び方を更新していくことにつながり、意志性や身体性を発揮することができたと考える(資料3)。



資料3 子供が見いだした動きのこつ

(エ) まとめる段階（9／9時間）

まとめる段階では、自分の動きの高まりや学び方のよさを自覚できるようにすることをねらいとし、高めた動きを発揮する学級対抗戦や単元を通しての学習を振り返る活動を設定した。【着眼ア】。

考察4

自己分析ツールには、単元を通しての記録の伸びや学び方のよさに関する記述が見られた。まとめる段階において、高めた動きを発揮する学級対抗戦や単元を通しての学習を振り返る活動を設定したことで、省察性を発揮することができたと考える。

カ 全体考察

第3時と第9時の記録を比べると学級平均2.3秒縮まっていた。自己分析ツールには、動きのこつに関する記述が一人あたり8.2個見られ、単元終了後に実施したアンケート調査では84%の子供が、「動きの視点を意識しながら活動した。」と回答した。子供の試行と選択を促すことが、意志性、身体性、省察性の発揮につながったと考える。今後、子供がさらに資質・能力を発揮できるようにするために、運動の構造的特性の理解を深めていけるような活動を単元に位置付けたり、一人一人が課題に応じた練習の仕方を選択できるような場を設定したりするなどの手立てを考えていく。

(5) 指導の実際（12 月実証）

ア 単元名 第5学年 「走り幅跳び ～目指せ！Long Jumper～」

イ 単元の見目標

- 走り幅跳びにおいて、自分の挑戦欲求に応じた目標をもち、課題を見付け、解決に向けた動きのこつを考えたり、適切な練習の場を選択したりすることができる。 (意志性)
- 走り幅跳びの行い方を知るとともに、運動局面ごとの構造的特性を理解し、リズムカルな助走から力強く踏み切って、両足で安全に着地することができる。 (身体性)
- 走り幅跳びに取り組む過程で、達成感や成就感を味わうとともに、自分の学び方のよさを実感したり、学んだことを次の活動に生かそうとしたりすることができる。 (省察性)

ウ 計画（8 時間）

- (ア) 最初の記録を測定し、走り幅跳びの局面ごとの動きの視点や課題について話し合う。――5 時間
- (イ) 局面に焦点化した場の機能を知り、練習の場を選択しながら練習する。――2 時間
- (ウ) チーム対抗戦を行い、できるようになったことや学び方のよさについて話し合う。――1 時間

エ 単元の仮説

第5学年単元「走り幅跳び ～目指せ！Long Jumper～」の学習において次の手だてを行えば、自分の目標に向かって動きを追究する子供が育つであろう。

- 試行と選択を促す活動(目標設定、視点取得、課題取得、追究、実感自覚)の工夫 [着眼ア]
- 試行と選択を促す場(助走、踏み切り、空中姿勢、着地)の設定 [着眼イ]
- 各運動局面の動きのこつを可視化する自己分析ツールの活用 [着眼ウ]

オ 指導の実際

10 月実証単元「ハードル走 ～目指せ！Speed Hurdler～」の学習において、目標を達成する為に、課題に応じた練習の場や動きを選択しながら活動する姿が見られた。その反面、記録が停滞してしまい、単元終末まで追究意欲が続かない子供の姿も見られた。これは、複数の局面の関係性に着目しながら自分の課題を捉えるまでには至っていなかったことが原因だと考えた。身体操作を通して走り幅跳びの構造的特性の理解を深めていけるような活動を単元に位置付け、実証を行った。

(ア) つかむ段階（1／8 時間）

つかむ段階では、走り幅跳び特有の楽しさに気付き、目標に向かって動きを追究する意欲を高めることをねらいとした。そのために、助走距離や踏み切りの高さなどの条件を自由に変えながら記録に挑戦したり、競争をしたりする活動を設定した [着眼ア]。

考察 1

単元終了後に実施した調査では学級の 100%の子供が、「最後まで自分の動きを高めようと取り組んだ。」と回答した。「記録測定」、「競争」、「踏み切りの高さの変更」という 3 つの条件を満たす場で目標設定活動を位置付けたことが、単元を通して走り幅跳びの記録と心地よさに向かう動きを追究する意志性の発揮につながったと考える。

(イ) 見通す段階（2～5／8 時間）

見通す段階では、走り幅跳びの構造的特性を理解したり、自分の課題を捉えたりすることができるようにすることをねらいとした。そのために、局面ごとの動きをどのように変化させるとよいかについて話し合う動きの視点取得活動や自分の動きの課題を見いだしたりする課題取得活動を行った [着眼ア]（資料 4）。

考察 2

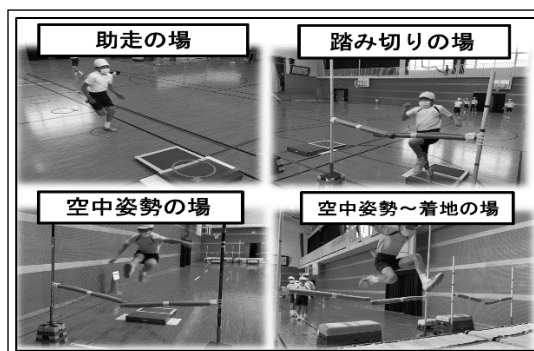
複数の局面の関係性に着目しながら、課題を捉える姿が見られた。各局面の動きの視点に気付く仕組みを埋め込んだ場を設定したり、録画機能を使って自分の動きを分析する活動を位置付けたりしたことで、走り幅跳びの構造的特性の理解が深まり、意志性や身体性の発揮につながったと考える。



資料 4 動きの視点取得活動の様子

(ウ) 高める段階（6～8／9時間）

高める段階では、局面（助走、踏み切り、空中姿勢、着地）の動きを一連の動きへと高めていくことができるようにすることをねらいとした。そのために、運動局面ごとの動きのこつに気付く練習の場、自分の動きの変容を実感できる評価機能のある試しの場を設定した【着眼イ】（資料5）。また、録画機能を使って自分の動きを見取ったり、試行の中で掴んだこつを動きの財産シートに記録したりすることができる学習環境を整備した【着眼ウ】。



資料5 高める段階の試行と選択を促す場

考察3

自己分析ツールには、動きのこつに関する記述が多く見られた。また、試行場面で局面ごとに切り分けていた動きがスムーズな一連の動きへと高まり、目標の達成、目標を更新する姿が見られた。課題を捉えたり、課題に応じた練習の仕方を選択したりできる場を設定したこと、録画機能を使って自分の動きを見取ったり、試行の中で掴んだこつを動きの財産シートに記録したりすることができる学習環境を整備したことが、意志性や身体性の発揮につながったと考える。

(エ) まとめる段階（9／9時間）

まとめる段階では、自分の動きの高まりや学び方のよさを自覚できるようにすることをねらいとし、高めた動きを発揮するチーム対抗戦や単元を通しての学習を振り返る活動を設定した【着眼ア】。

考察4

自己分析ツールの単元終末の振り返りには、「最初の記録よりも記録を75cm伸ばすことを目標にしていたが、105cmも記録が伸びた。」「次の体育の時間も考えながらたくさん運動したい。」という記述が見られた。まとめる段階において、高めた動きを発揮するチーム対抗戦や単元を通しての学習を振り返る活動を設定したことで、省察性を発揮することができたと考える。

力 全体考察

第3時と第8時の記録を比べると学級平均105cmの記録の伸びが見られた。自己分析ツールには動きのこつに関する記述が一人あたり10.2個見られ、単元終了後に実施した調査では、100%の子供が、「動きの視点を意識しながら活動した。」と回答した。全ての子供の振り返りに目標に関する記述があり、目標を意識した学びであったことがわかった。子供一人一人が、自分の課題に応じた場や動きを選択したり、局面や一連の動きを意識しながら試行したりといった動きの追究が、記録の伸びや心地よい運動感覚の獲得につながったと考える（資料6）。

5 研究の成果と課題

(1) 成果

- 見通す段階において、動き方や練習の場を選択したり、試行したりする際の基準となる「動きの視点」を取得する活動を位置付けることが身体感覚を客観視することにつながり、意志性や身体性の発揮に有効であることがわかった。

(2) 課題

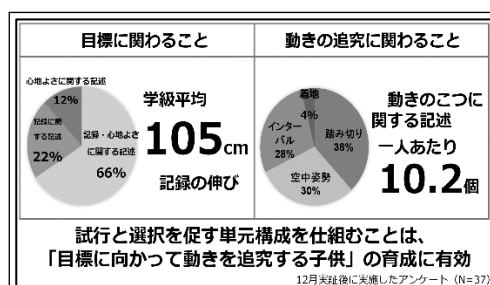
- タブレット端末の録画機能を活用して動きの分析をする際、一人一人の課題意識と運動の構造的特性をつなげる必要があると考える。

6 研修を修了しての感想

この1年間、体育科教育理論の基礎基本を学ぶことができました。その中で、身体操作を通しての思考の流れや子供の文脈を大切にすることの重要性を改めて感じました。今後は、研修での学びを福岡市の子供や先生方に還元していくことができるように、さらに研鑽を積んでいく所存です。

備考 ○ 在籍校と電話番号 福岡市立博多小学校

TEL (092) 291-2001



資料6 単元終了後の分析結果