



1 令和6年度 上伊那保健体育研究会研究テーマ

すべての子どもが、運動の中心的なおもしろさを十分に味わいながら、自ら運動の楽しみ方を創り出していく体育授業

～子どもとともにめざす授業のゴールイメージの在り方に
焦点を当てて～

- 子どもと共に目指すゴールイメージを中心とした「教材づくり」「授業設計」「教授行為」の要素からの授業づくりを行なう
- この上伊那体研が大切にしている授業づくりの考え方を皆さんと共有する

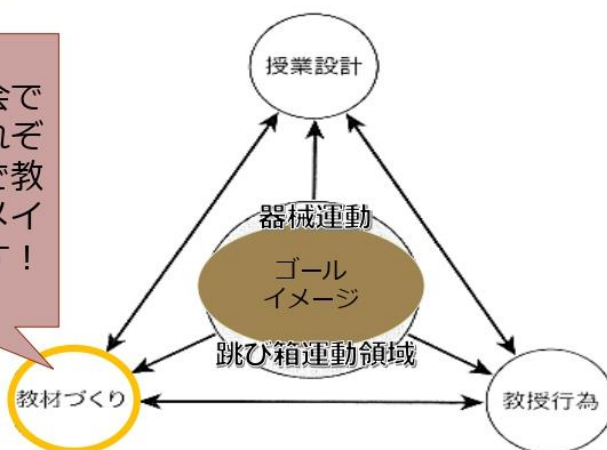
2 昨年度の実践について

	小学校部会（ベースボール型）	中学校部会（ゴール型陣取りタイプ）
成果	- 子どもたちによりフィットするための教具の工夫 「課題提示の際の動画視聴」「ゲーム記録について」「ふり返りについて」の3つのICTの活用	- 生徒の実態を考慮した教材づくり - 球技の男女共修を見据えた教材化 - 戦術的知識を軸に据えたゴール型の授業づくりおよび教授行為
課題	戦術的知識をより整理し、配置していくことや授業進度に合わせて柔軟に課題を変更していく対応力	- 全ての子に学習機会を保障したゲームルール - ゴール型におけるゲーム記録・分析
課題	戦術的知識が習得・発揮できるようドリル練習やチームごとの追究の時間	
運動の楽しさを創り出していく姿	「少ない失点にするための『どこでアウトをとるか』『そのために何をするか』の理想のプレイを共有・修正・実現していく姿」	「ゴールを生み出すためのスペースを生かしたパスにつながるボールを持たない時の動きの追究」

課題については、今年度の研究に活かしていく
(授業校や授業者の願いを踏まえた上で)

3 研究内容

本夏期研修会では、小中それぞれの分科会で教材づくりをメインに行います！



授業のイメージネーションと授業設計・教材づくり・教授行為（岩田 2012）

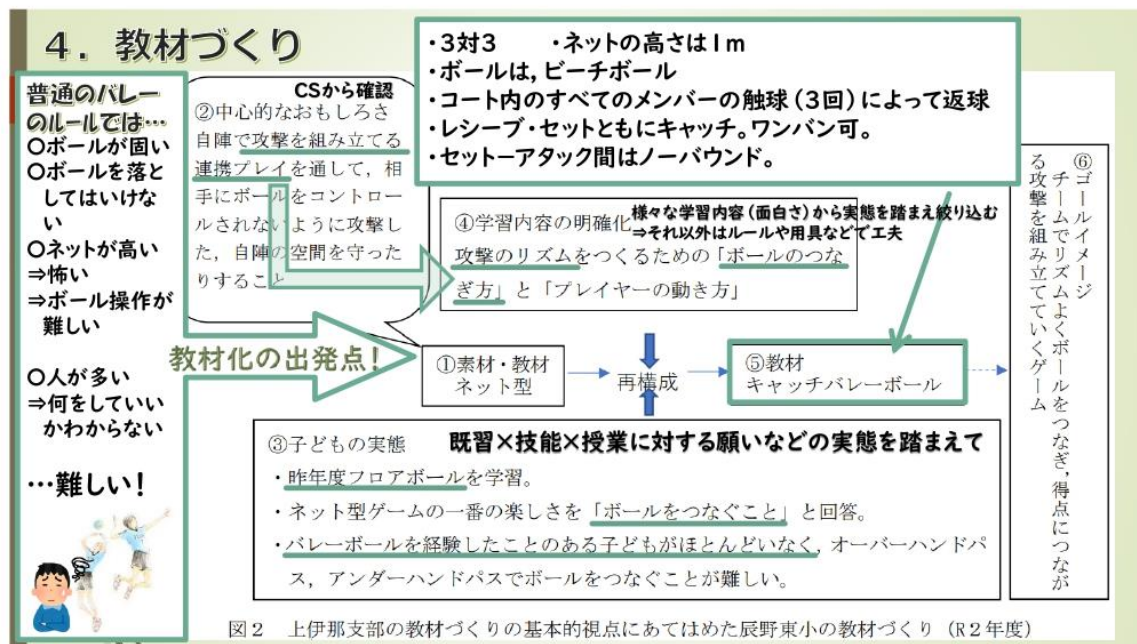
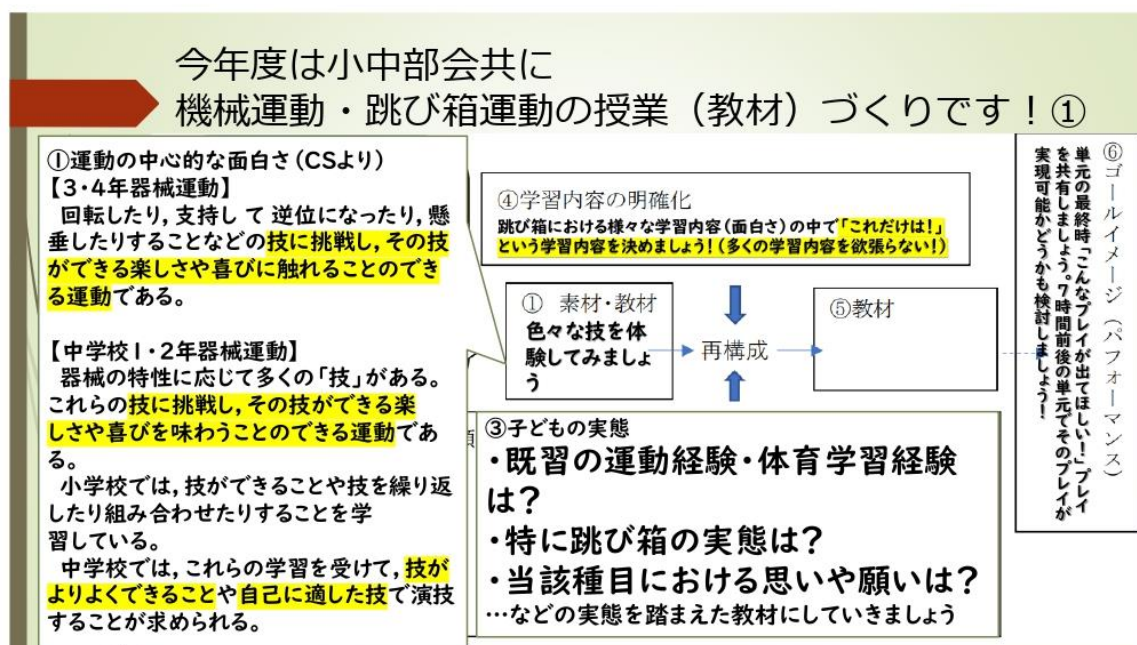


図2 上伊那支部の教材づくりの基本的視点にあてはめた辰野東小の教材づくり(R2年度)



今年度は小中部会共に 器械運動 跳び箱の授業（教材）づくりです！②

講師の岩田先生の資料から…

「生涯スポーツにおいて、学校卒業後、器械運動に取り組むなんておおよそ考えられない。どうして体育の授業で器械運動を学ぶの？」

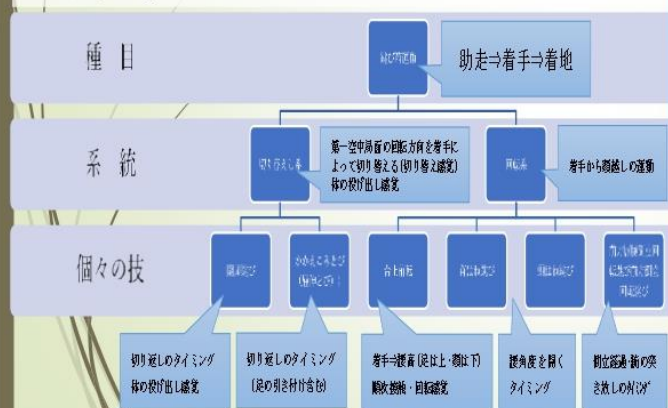


この問いに対する考えを踏まえた上で…

- ◆ 跳び箱運動における「ゴールイメージ」および「運動の楽しみ方を創り出している姿」を明確にし、共有したうえで授業づくりが行いましょう！
- ◆ そのために、「技の構造的な系統性（知識・技能）」と「器械運動領域の学び方の系統性（思考・判断・表現）」を考えましょう！

今年度は小中部会共に 器械運動 跳び箱の授業（教材）づくりです！③

- ◆ 「ゴールイメージ」および「技の構造的な系統性（知識・技能）」について



小学校：「どの技を扱うか？」

⇒ 跳び箱運動における系統性を踏まえた技の構造や学び方を習得できる典型技を学習したい

中学校：どの技まで広げるか？

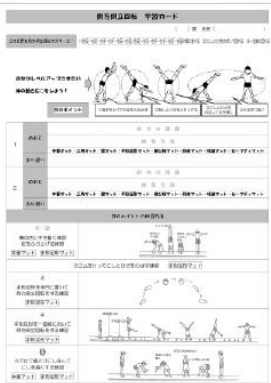
⇒ 子どもたちの実態や願いを踏まえつつ、教師・子どもが技の構造を理解した上で、学習に臨むことができる技の種類に選定したい

⇒ 図を参考に、同学年において系統を越えた技の習得を求めるのか検討したい

扱う技とその技のポイントを踏まえた上で、ゴールイメージを決めましょう！

今年度は小中部会共に
器械運動 跳び箱の授業（教材）づくりです！④

◆「運動の楽しみ方を創り出している姿」および「器械運動領域の学び方の系統性（思考・判断・表現）」について

令和4年度上伊那体研マツト運動の実践から	成果	子どもたちの活発な追究や、運動の楽しみ方創り出していく姿につながる学習カードの活用		技のゴールイメージと共に、 追究のゴールイメージも考え ましよう！ ⇒ 扱う技のポイントに対応する練習方法についても考え ましよう！ ⇒ ポイントと練習方法が対応した学習カードによって子どもたちの思考を促しま しょう！
	課題	- 単元後半におけるゴールイメージに向けた子どもたちの「運動の楽しみ方を創り出していく姿」をイメージした単元前半の授業設計 - 動画撮影・視聴のみに留まらないICTの活用方法。		
	運動の楽しみ方をつくり出している姿	外的なポイントを理解した上で、自分の課題や練習方法を明確にもち試行錯誤する姿		

5. 本日の進め方 ～進んでアイディアを出し合いましょう～

一日よろしくお願いします！



箕輪北小学校授業づくり

授業者：大鷹帆風

1. 児童の実態と教師の願い

(1) 学年・クラス・人数・男女の人数

4年2組 男子18名(2) 女子15名(1) 計33名

(2) 学級の雰囲気・材との関わり・体育での様子

○男女とも比較的仲が良く対等に話することができる。

○男子は休み時間になるとサッカーをしに行く子がほとんどである。一方女子は何人かは鬼ごっこなどをしに行く姿があるが、教室の外に行くことがめんどくさく教室で過ごす子も多い。体を動かすことが嫌いな子は少ない。

○ICTは使いこなせる子と使いこなせない子がまちまちではあるが教え合って使うことができる。

●自分からやってみよう、1番に挑戦してみようという気持ちの子が少ない。

●体育の活動の中で自分からアドバイスしたり、友達と教え合ったりする姿が少ない。

【昨年の様子】

- ・跳び箱は横置きで開脚飛びを実施。6・7段にどんどん挑戦しようとしている子が15人前後。7・8人はまったく飛ばず4段くらいでつまずいている。
- ・ロイター板のみでのジャンプ練習を毎時間必ず実施していた。
- ・低い段数で手をつかず飛び越える練習もアップで行った。

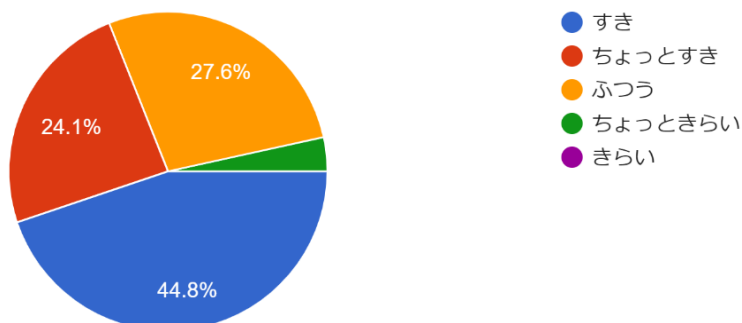
(3) 担任の願い

- ・跳び箱に対して「私はできないから」とか「怖い」というイメージから「ちょっとできたかも」、「私にもできそう」、「意外と楽しい」というイメージを持てるようになってほしい。
- ・友達と教え合ったり、一緒に考えたりする中で自分の課題を解決していったほしい。

2. 公開授業の領域・種目に対する事前アンケートの結果

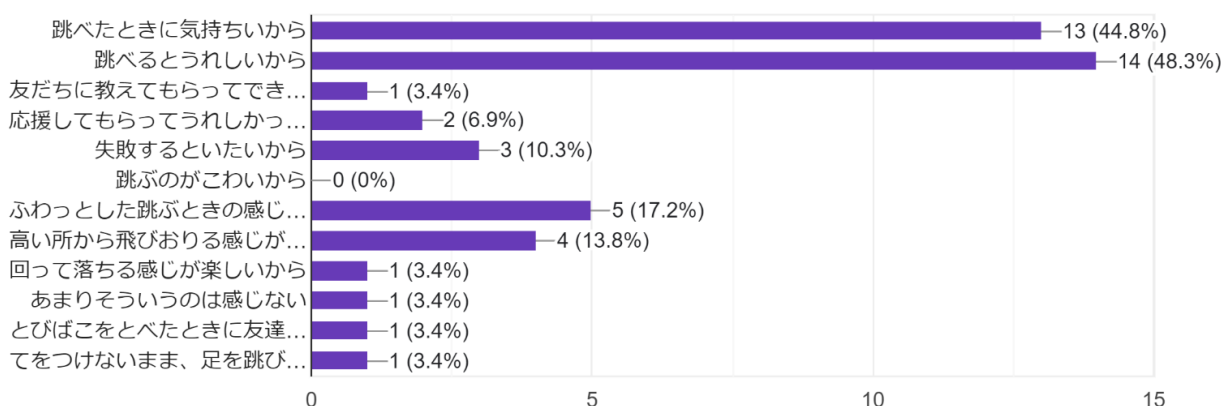
③ 飛び箱は好きですか？

29 件の回答



④ ③でなぜそれを選んだのですか？

29 件の回答



⑤ これまでの飛び箱の授業でむずかしかったことは何ですか？（下線は多数回答）

ない。着地。どうしても前に跳んじゃう。高い段を跳ぶこと（7・8段）。たてで跳ぶ事。飛び箱の4段。2段を跳ぶこと。ジャンプ台の踏む位置。ロイター板をふんで、上に飛ぶのがむずかしかった。手をつけてジャンプするところがむずかしかった。姿勢をひくくして跳べなかった。飛ぶ場所が難しかった。横じゃなくて 前に飛ぶこと。とび箱をとぶ前のジャンプするのがむずかしかった。足に力を入れられなかったこと。

⑥ これまでの飛び箱の授業でこわいと感じたことは何ですか？（赤字は多数回答）

ない。頭から落ちそう・頭から落ちたとき。バランスを崩して落ちそうになったとき。着地がこわい。跳ぶのに失敗したとき。高い段を目の前にして跳べるかと不安になった、こわかった。走っているときに跳べないのではとこわくなった。とんだ後に下を見てしまう。幅がこわい。

⑦ 4年生で飛び箱の授業を行うときにどんな学習をしてみたいですか？

さらに高い段に挑戦したい。下を見ずに前を向いて跳びたい。きれいな姿勢で跳びたい。怪我がなく楽しく授業をしたい。いっぱい跳びたい。特にない。怖くないと思いながら跳びたい。いろんな飛び方をしたい。ちゃんと手をつけて跳びたい。どうすれば跳べるようになるか考えたい。

3. 現時点での授業構想 パルクール大会をしよう！！

【单元構想】

時間	1	2	3	4	5	6	7	8
ねらい								
学習の流れ	パルクール を見てみよう	台上前転ができるようになろう！ 台上前転ができるようになる。 前転など易しい運動をする。 こつを伝え合ったりアドバイスしたりしよう。 ・ステージを使った練習 ・前転練習（坂有り） ・1 段の台上前転 パルクールに挑戦！ 台上前転や台上前転につながる動きをしよう。 様々な障害物を自分に合った方法で越えていこう。						
評価								

☆1 時間目か 0 時間目に本物のパルクールを見て「やってみたい」という意識づけをしたい
 「ながなん PK」アーバンスポーツ信州加盟 活動拠点→伊那市 代表：穂高圭介さん
 に声を掛けてみたい。その他お知り合いの方などいますか？

☆扱う技→台上前転のみ（パルクールの中で既習の開脚跳びなどは可とする）

☆メイン教材→パルクール

パルクールとは・・・

自分の身体の限界突破！走る・跳ぶ・登る、移動に重点を置き心身を鍛える運動方法。どんな場所でも舞台にでき、近年は競技として大会も増えつつあるスポーツ。

【参考動画】



【夏期合宿で検討していただきたい内容】

- ・下位教材の追究
- ・場の設定（跳び箱要素を含むどんな障害物を用意できるか）

参考資料

1. 令和4年度上伊那体研マット運動の実践から

成果	・子どもたちの活発な追究や、運動の楽しみ方創り出していく姿につながる学習カードの活用
課題	・単元後半におけるゴールイメージに向けた子どもたちの「運動の楽しみ方を創り出していく姿」をイメージした単元前半の授業設計 ・動画撮影・視聴のみに留まらないICTの活用方法。
運動の楽しみ方をつくり出している姿	・外的なポイントを理解した上で、自分の課題や練習方法を明確にもち試行錯誤する姿

- ・子どもたちの思考・判断を伴った追究を支える学習カードをつくりませんか？
- ・子どもたちの主体的な学び方を含めた単元前半の授業構成を心がけませんか？
- ・器械運動における効果的なICTの使い方を考えてみませんか？

2. 器械運動の特性について～岩田先生の資料から～

●器械運動……「生涯スポーツにおいて、学校卒業後、器械運動に取り組むなんておおよそ

考えられない。どうして体育の授業で器械運動を学ぶの？」

→「楽しい体育」で重視されてきた「機能的特性論」的な視点に立てば、「**技達成**」の喜びを経験させ、その「楽しみ方」を学習する領域として解釈されてきた。これも一つの考え方ではあるが、さらに「運動の課題性」の側面、つまり、「機能」が生み出されてくる前提となる「**構造**」の視点から解釈し直してみる。

「これまでやったことがない、あるいは今までできていない新しい動きを習得する」

→「意のままにならない自分の身体との対峙の場となる」

…「**反逆身体**」との出会い

このような運動の課題性に着目すれば、他の運動領域に比して、「感覚運動系の学習」が前面に押し出されてくる。つまり、「**動きの感じ**」や「**動きのイメージ**」を大切にしたい学習プロセスがクローズアップされてくる。



器械運動の学習

動きのコツやイメージを大切にしたい学習

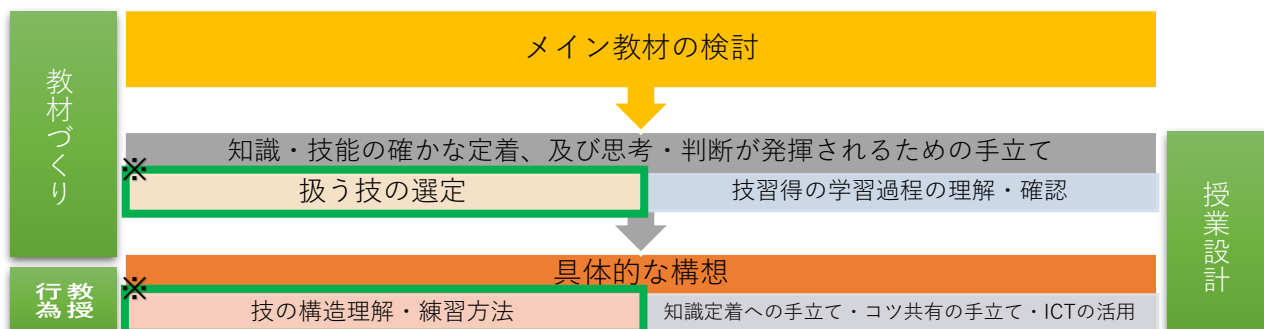
様々な運動の「新しい動きを生み出す」追究・練習に活かす

「新しい動きの生み出す」典型的な学習領域として、感覚運動系の学習（動きのコツやイメージをコミュニケーションの媒体とした学習）を大切にした器械運動の学習を展開したい。

また、この特性を大切にするのであれば、跳び箱の高さを増やして「〇段跳べるようになった!」といった「克服」を楽しみとするのではなく、あくまで「新たな技との出会い・習得・達成」の学習過程を大切にした授業構想を行いたい。

3. 器械運動の特性を踏まえた跳び箱の授業づくりのイメージ

(1) 大枠（※太枠は夏合宿で検討したい部分）



(2) 大枠

子どもたちの単位を通しての動機づけとなるメイン教材は？
技の習得に加え、子どもたちが「協働的にやってみたい」「思わずやってみたい」と思える、ゲーム性・チャレンジ性・エンターテインメント性のあるメイン教材があるとよい。

扱う技の選定	技習得の学習過程の理解
小学校 ：「どの技を扱うか？」 ⇒跳び箱運動における系統性を踏まえた技の構造や学び方を習得できる典型技を学習したい 中学校 ：どの技まで広げるか？ ⇒子どもたちの実態や願いを踏まえつつ、教師・子どもが技の構造を理解した上で、学習に臨むことができる技の種類に選定したい ⇒図1を参考に、同学年において系統を越えた技の習得を求めるのか検討したい	【大切にしたい認識学習】 課題認識 「課題が分かる・目指す姿が分かる」 ↓ 実態認識 「今の自分のできばえが分かる」 ↓ 方法認識 「できばえ・課題に沿った練習方法が選択できる」

技の構造理解	課題認識への手立て	実態認識への手立て
・扱う技の動きのポイント（課題）はどこか？ 「その技独自のポイント」 「系統的に大切にしたい技のポイント」に整理したい（別図1参照） ・動きのポイントが「動画を見るポイント」「友達同士の見合うポイント」にもなりえたい。	・技の構造を理解するための手立て（比較動画など） ⇒動画をみるポイントの理解 ・外的なポイントに留まらない「動きのコツやイメージ」を共有するための手立て	・ICTの活用 →どのように動画を撮影するか →どのように「動きのコツやイメージ」を共有・蓄積するか

技習得のための練習づくり	方法認識への手立て
・課題に対応した練習過程 ☆「基礎的な感覚」に戻る練習 ☆習得対象になっている技やその一部分	・共通で大切にしたい基礎的な感覚運動の選定とドリル練習の検討 ・子どもたちの主体性につながる、一つの学習過程（スモ

の運動経過に「類似した易しい運動例」にチャレンジできる練習 ☆段階的な練習 ⇒対象の技の下位運動を開発・整理したい ・補助具・教具の検討 ☆課題を緩和する補助か？ ☆課題を誇張する教具か？	ールステップ表)ではなく。個々の課題に応じた練習方法を選択できるフローチャート式資料の作成(別図2参照)
---	---

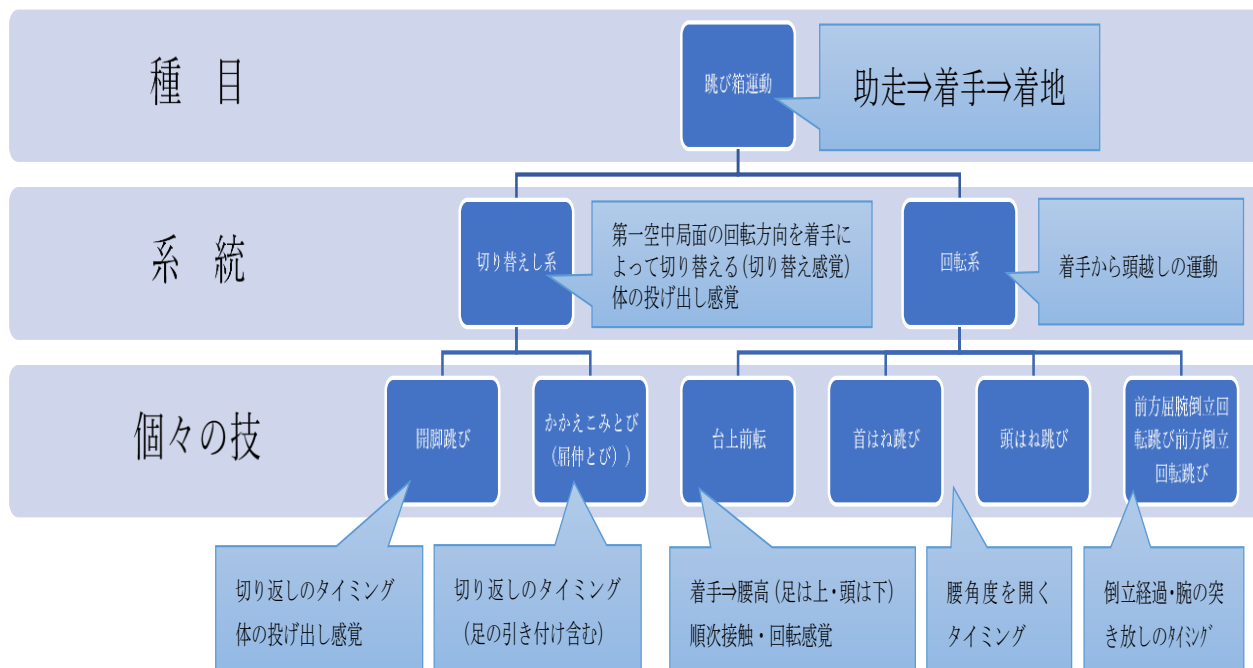


図1 跳び箱における技の系統および動きのポイント(課題)

大きな前転 コツコツチャレンジカード

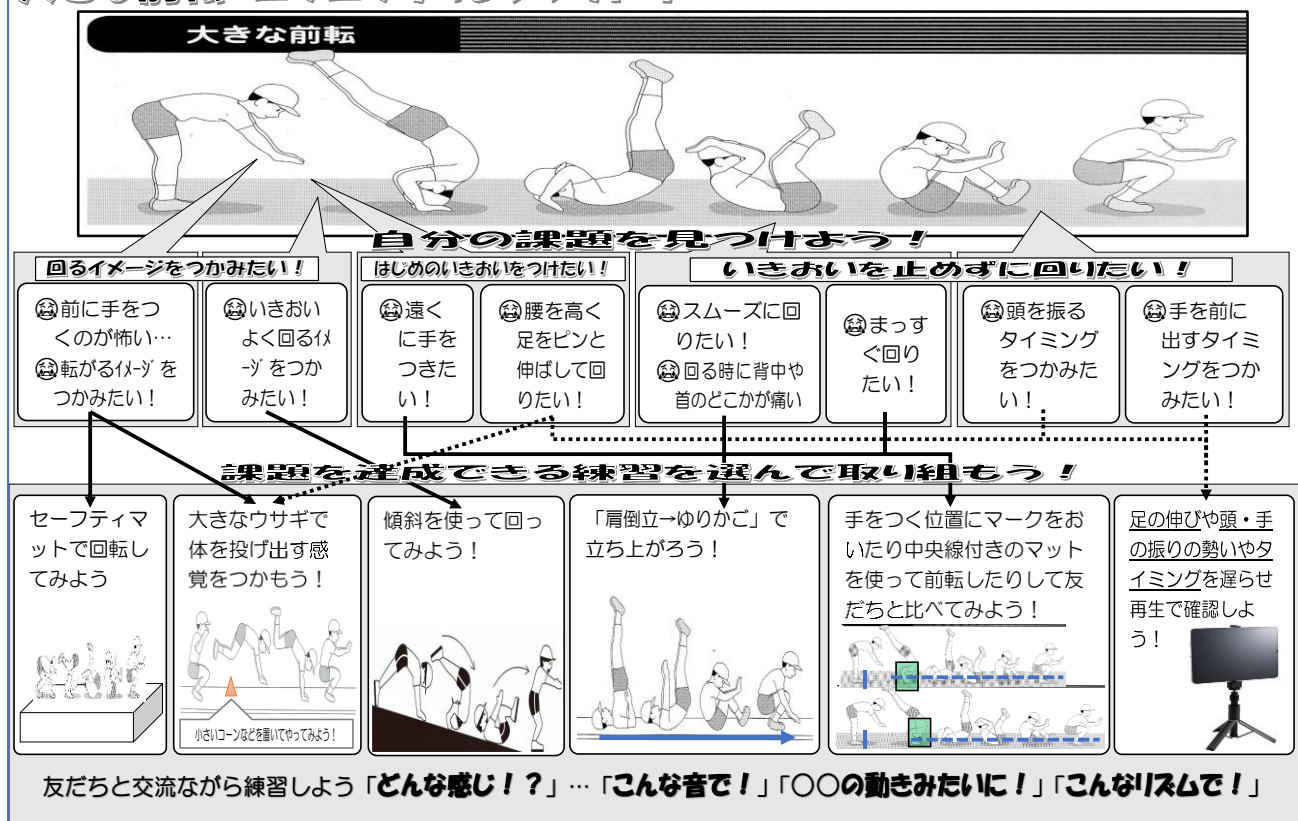


図2 フローチャート式の技の練習表

【MEMO】

器械運動(跳び箱運動)

授業者：箕輪中学校 鵜飼啓

「 跳び箱を障害物ではなく、自分の演技をするパートナーへ 」

1. 児童の実態と教師の願い

(1) 学級の概要

2年7組(34名)、男子19名、女子14名

(2) 学級の雰囲気

【教師の願い】

自分の技能の向上はもちろん、仲間の動きの特徴を捉え、アドバイス活動を通してお互いの技を高め合っていくことを目指したい。また、仲間のために思考し伝えようとする姿を大切にしながら、仲間・グループ・クラスに対してのおもいやりの心を育みたい。

2. 教材観

【1】アンケート結果から

①跳び箱を授業は楽しかったか

	男子	女子	合計
楽しかった	9	3	12
なんともいえない	5	8	13
楽しくなかった	2	2	4
やったことがない	0	0	0

②跳び箱の授業で楽しかったこと

	男子	女子	合計
新しい技ができるようになった	7	3	10
高い段を跳ぶこと	10	6	16
ロイター判で跳ぶこと	10	6	16
跳び越している感覚	5	6	11
友達と教えあうこと	8	7	15
友達とできた技を喜び合うこと	6	6	12
跳び箱で発表しあうこと	2	1	3

③跳び箱の授業で面白くなかったこと難しかったこと

男子	女子
空間動作とか足のやつが難しい 低い段を飛ぶこと 跳べなかったときに面白くない けがをしたとき	全然とべないし痛いこと 自分には高すぎて怖かった。 技とかが難しい リズムよく飛ぶこと 頭から落ちて痛い思いをしたこと 跳び箱に足をぶつけた

	跳びたかった段が占領されて跳べなかった 手を置く位置が難しかった
--	-------------------------------------

④どんなことに挑戦したいか

男子	女子
7 段跳ぶ 昔より高い段を跳びたい 友達と教え合って高めていきたい。 より高い段数を飛ぶようにして自分の記録を上げていきたい。 新しい技や高いやつに挑戦したい 難しい技や高い段数に挑戦したい できるまで跳ぶ できない段を一段でも多く跳べるようにしたい 今までできなかった技をやりたい。 ロイター版を使わなくても跳ぶこと 高い段に挑戦したい 友達と高さを追究をする 段数を 8 段以上にしてほしい	課題の技をできるようにしたい 技をきれいにできるように頑張りたい できるだけ高い段を飛べるようにしたい 今までやったことのない技をやってみたい 跳び箱が楽しいと思えるように頑張りたい。 自分ができる最大の段を挑戦したい けがせずに頑張りたい

跳び箱運動では小学校からの経験で高さを競う種目だと思っている生徒が多い。そのため、まず跳び箱運動が「表現運動」であることの理解を促す。高さではなく、技の美しさを追究していくことに重点を置いて指導をしていく。また、そこに男女の違いの観点を入れ、力強さや体の柔らかさの必要性を学ぶために男女で学ぶ必要があるということを説明する。

また、跳び箱には着手までの第一空中直面と着手後からの第二空中局面があることを理解させる。第一空中局面までの助走から踏切→着手、第二空中局面に当たる着手から空間動作→着地の 2 つの展開から練習することでの技能の促進を図る。

3. 単元観

【1】単元計画

1	オリエンテーション(成績・準備・片付け・補助運動の説明) →踏切練習ロイター板踏切練習(第一次空間・着地) → 横飛び越し(第二次空間)・ひねり
2	切り返し系(抱え込み跳び→閉脚跳び(屈伸跳び) (またぎ越し→開脚跳び→開脚水平跳び)
3	切り返し系追究
4	切り返し系追究(本時)
5	切り返し系(発表)

6	回転系(頭はね跳び→ハンドスプリング系)(台上前転→ネックスプリング)
7	回転技追究
8	回転技追究
9	回転技発表

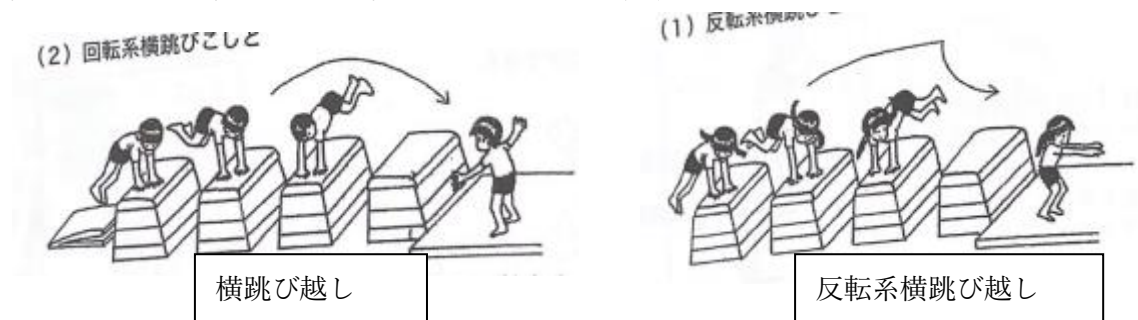
器械運動の授業は全9時間であり、繰り返し系と回転系どちらも扱う。

最後の9時間目では、個人が追究してきた技の一つなんでも発表する場を設ける。

【2】単元で取り扱う技

基礎技	横飛び越し ひねり横飛び越し 反転系横飛び越し
繰り返し系	抱え込み跳び またぎ越し(難度1) 開脚跳び(難度2) 屈伸(閉脚)跳び 開脚水平跳び(難度3)
回転系	台上前転(難度1) ネックスプリング(難度2) ヘッドスプリング(難度3) ハンドスプリング・側方倒立回転跳び(難度4)

各技からひねりや手をつき方を変えることでさらに発展させていく。



4. 検討していきたいこと

- ・高さを追究ではないが、跳び箱の段数はどのように変えていくか、または変えないか
- ・単元の終わりをどのような活動をするか(どのような発表会の場を作るか)
→全員が全員の発表を興味をもって見れる場を作りたい。
- ・グループにおいて技能差が出る中で関わり合いを持つための手立て
- ・繰り返し系は横、回転系は縦にしたいがどう円滑に進めるか、またどこを削るか