

小学校

平成 13 年 度

教育研究員研究報告書

体	育
---	---

東京都教職員研修センター

教育研究員名簿 第46期

第一分科会第1グループ

体づくり運動「体ほぐしの運動」

地区	学校名	氏名
品川	原小	○佐々木秀之
大田	千鳥小	金木 圭一
世田谷	塚戸小	◎山村 晃一
世田谷	中丸小	早見 泰一
練馬	上石神井小	戸崎 晃
八王子	宇津木台小	川原 玄路
府中	府中第四小	甲斐 和彦
羽村	栄小	△相馬 史朗

第二分科会

基本の運動「表現リズム遊び」

地区	学校名	氏名
文京	窪町小	宮本 達也
中野	江古田小	◇濱中 一
杉並	桃井第五小	久保 知己
墨田	堤小	近藤新太郎
板橋	板橋第四小	高橋 美子
三鷹	第三小	○山下 裕司
小金井	小金井第四小	内藤 章
武蔵村山	第十小	渡邊 妙子
稲城	長峰小	八木 覚
新島	式根島小	石原 一彦

第一分科会第2グループ

体づくり運動「体力を高める運動
(体ほぐしの運動と組み合わせて)」

地区	学校名	氏名
港	御成門小	小泉 修治
台東	東浅草小	鰐淵 賢治
江東	明治小	○大井 欣一
足立	梅島第一小	關谷 望
葛飾	東金町小	□津田 昌明
江戸川	第七葛西小	田中 岳晴

◎ 総世話人

○ 世話人

◇ 研究部長

□ 調査部長

△ 庶務部長

(担当)

東京都教職員研修センター統括指導主事 亘理 純平

目 次

I	研究主題	2
II	調査研究	4
III	第一分科会《体づくり運動》	
1	分科会研究主題	5
2	分科会研究主題設定の理由	5
3	分科会基礎研究	5
4	第1グループ「体ほぐしの運動」	
(1)	基礎研究	7
(2)	調査研究	8
(3)	視点と手立て	9
(4)	学習過程	10
(5)	授業事例	11
5	第2グループ「体力を高める運動(体ほぐしの運動と組み合わせて)」	
(1)	研究の構想	12
(2)	研究の内容	
①	調査研究	12
②	研究の視点	14
(3)	授業事例	16
IV	第二分科会《基本の運動》「表現リズム遊び」	
1	分科会研究主題	17
2	分科会研究主題設定の理由	17
3	研究の構想	17
4	研究の内容	
(1)	調査研究	18
(2)	研究の考え方と具体的内容	20
(3)	授業事例	23
V	研究のまとめ	24

I 研究主題

運動の楽しさを求め、心と体をはぐくむ体育学習 — 体づくり運動・基本の運動「表現リズム遊び」を通して —

1 研究主題設定の理由

現代社会においては、人間関係の希薄化、青少年の自己中心的な行動、学校教育の中でいじめや不登校など、人とのかかわりについての心の問題が指摘されている。また、日常生活において体力の低下、生活習慣の乱れ、精神的なストレスの増大、運動実践の二極化現象など、児童の心と体の健康に関する問題が多く取り上げられている。

このような背景を受け、教育課程審議会答申では、豊かな人間性や社会性を育成することの大切さが指摘され、生きる力が求められた。体育科においては、心と体を一体としてとらえて健全な成長を促すことが重要であるという見地から、「自ら運動する意欲を培い、生涯にわたって積極的に運動に親しむ資質や能力の育成と基礎的な体力を高めること」が重視された。

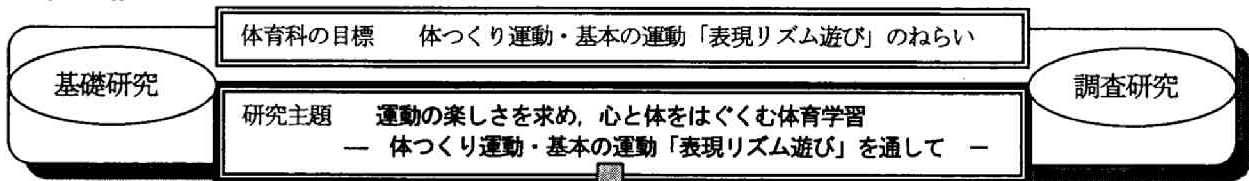
上記のことをふまえ、本年度は「運動の楽しさを求め、心と体をはぐくむ体育学習」と主題を掲げ、研究に取り組むことにした。

楽しさを味わいながら運動することで、児童はより一層の楽しさを求めるようになる。また、肯定的に仲間とかわかすることで、児童は心と体を解放して運動する。その結果、児童の体力は高まり、さらに進んで運動に取り組むようになるであろう。

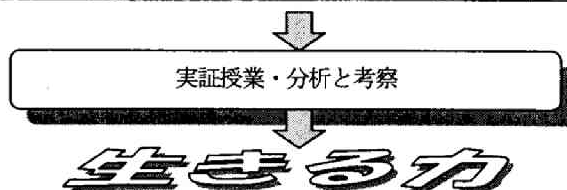
このように、児童は運動の楽しさを味わうことを繰り返し、積み重ねていく。これらの心と体のはぐくみが、生きる力につながっていくのではないかと考えた。

そこで、仲間と豊かにかかわる中で自他を知り、体力を高める《体づくり運動》、心身を解放し踊って楽しむ《基本の運動》「表現リズム遊び」の学習を通して、主題に迫ることにした。

2 研究の構想



	(第1グループ) 第一分科会	(第2グループ)	第二分科会
主題	仲間とのかかわりを豊かにし、進んで体力を高める体づくり運動の学習		弾む心・踊る体で楽しむ、表現リズム遊びの学習
めざす児童像	○仲間と豊かにかかわり、進んで運動に取り組む児童	○仲間と豊かにかかわり、自己を見つめ高めていく児童	○自由に即興的に踊ったり、自ら動きを考え工夫しながら踊ったりする児童 ○心弾ませ、リズムに乗って踊る児童 ○仲間とかわわりながら踊る児童
研究の仮説	夢中になって仲間と共に運動することの楽しさや心地よさを味わうことができれば、めざす児童像に迫れるであろう	体を動かす心地よさを味わい、運動の必要性を感じ、主体的に学習に取り組んでいけば、めざす児童像に迫れるであろう	心と体を解放して、表現リズム遊びの本質的な楽しさを感じられるような運動遊びを経験していけば、めざす児童像に迫れるであろう
視点	○学習過程の考え方 ・仲間とのかかわりを豊かにする学習過程・運動例の組み合わせ方の工夫 ○体ほぐしの運動における振り返り ・学習カード・学習資料の工夫	○魅力ある運動内容の工夫 ○学び方を重視した学習過程の工夫	○「弾む心・踊る体」を引き出す具体的な手立て ○表現リズム遊びをより楽しむための学び方の工夫 ○「心と体」を見取る評価の工夫



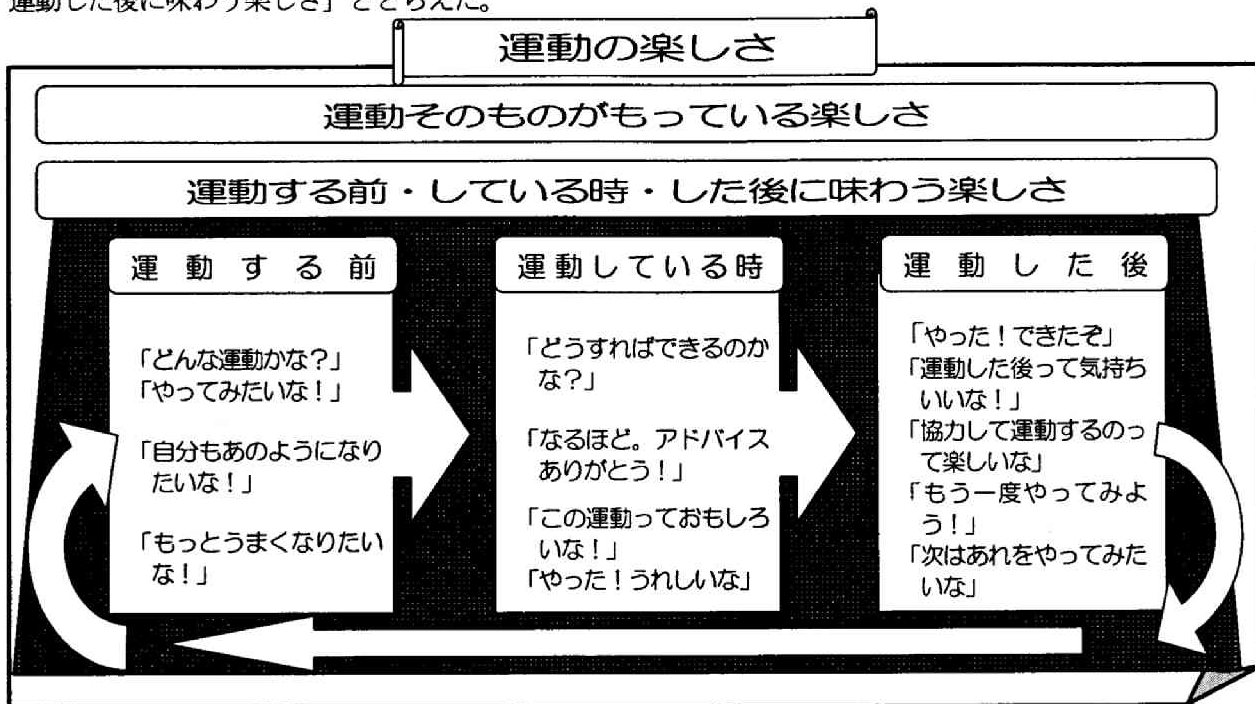
3 研究主題のとらえ方

(1) 運動の楽しさ

本研究では、運動の楽しさを「運動そのものがある楽しさ」と「運動する前、運動している時、運動した後に味わう楽しさ」であるととらえた。

「運動そのものがある楽しさ」とは、運動が本来的にもっているものであり、運動する者は、この楽しさを求めるためにするのであり、いわば、運動の楽しさのベースとなるものである。

また、運動する前には、運動への興味・関心、欲求をもち、運動している間は、その運動そのものの楽しさを味わい、運動後は欲求が充足され、次への意欲をもち、これらのサイクルを「運動する前、運動している時、運動した後に味わう楽しさ」ととらえた。



(2) 心と体をはぐくむとは

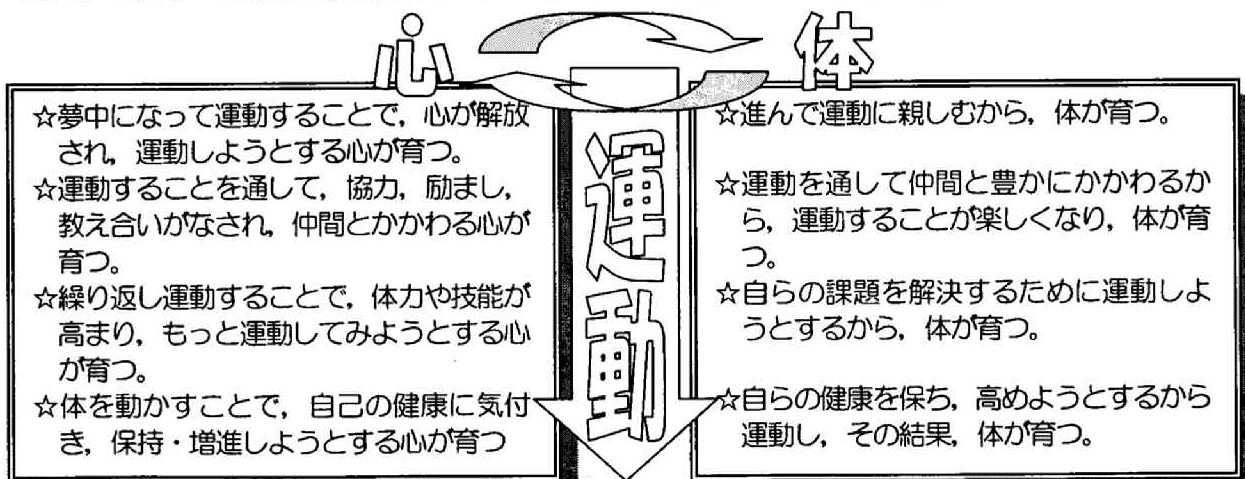
本研究では、体育科における心と体を次のようにとらえた。

心…《進んで運動に親しもうとする心》 《仲間と豊かにかかわる心》

《自らの課題を解決しようとする心》 《自らの健康を保持増進しようとする心》

体…《体力（行動力、抵抗力）》 《運動能力（運動感覚、技能）》 《健康な体》

そして、これらの心と体は運動を通してはぐくまれていくものであると考えた。



心と体を一体としてとらえる

体育科における心と体は、別々にはぐくまれるものではなく、相互に密接な関係をもっている。運動を通して心をはぐくまれれば、体もはぐくまれ、体をはぐくまれれば、心もはぐくまられると考える。

II 調査研究

1 目的

教師の、体育の学習を通してどんな心を育てたいかの意識を調査し、本年度の研究を進めていく上での基礎資料とする。

2 調査の方法

- (1) 調査時期 平成13年6月下旬
- (2) 調査方法 質問紙法による自由記述
- (3) 調査対象 研究員所属校及び所属地域の無作為抽出校における現1, 2, 5, 6年担任と昨年度1, 2, 5, 6年担任

3 調査の結果と考察

〈調査の結果〉



体育の学習を通して、どんな心を育てたいですか？

運動を楽しむ心(219)

- ・ **楽しさ** (体を動かすと楽しい, 体を動かすと気持ちいい, 心地よさ, スポーツ文化を楽しむ, 体を動かすおもしろさ, 運動の楽しさ, …)
- ・ **喜び** (達成感, 成就感, 勝ってうれしい, …)

教師(484人)の回答を分析し、4つに分類した。数字は、それに関する記述の回答数を表している。

「・」の言葉は、分類した結果をキーワードでまとめたものである。

- ・ **好き** (運動好き, …)

たくましい心(157)

- ・ **がんばる** (全力で運動する, 前向きに取り組もうとする気持ち, …)
- ・ **あきらめない** (やり遂げる, 可能性を信じる, 粘り強さ, …)
- ・ **努力** (克服, 苦手意識をもたない, 克己心, …)

進んで運動しようとする心(114)

- ・ **運動しよう** (やる気, 意欲, 自発性, 自主性)
- ・ **向上** (めあてに向かう, 挑戦, 過程を大切に作る, …)

〈考察〉

仲間とかかわる心(357)

- 多くの教師が、児童に「仲間とかかわる心」を育てたいと考えている。その背景として、仲間と上手にかかわれない児童が増えていることが考えられる。このことは、体ほぐしの運動が取り入れられた背景とも合致する。
- 運動の楽しさを味わい、体を動かす楽しさや心地よさを感じられる心(「運動を楽しむ心」)を児童に育てたいと考えている教師も多い。活発に運動をする者とそうでない者との二極化がこうした教師の願いに反映していると思われる。
- 体育の学習を通して、児童に「たくましい心」を育てたいと考えている教師も少なくないことは、粘り強さに欠ける児童が増えていることを反映していると思われる。

- 運動の楽しさを味わえるような学習を展開する必要がある。
- 生きる力として、仲間と協調しながら仲間を思いやる心や、たくましく生きるための体(健康や体力)を育てる必要がある。

研究主題：運動の楽しさを求め、心と体をはぐくむ体育学習

Ⅲ 第一分科会「体づくり運動」

1 分科会研究主題

仲間とのかかわりを豊かにし、進んで体力を高める「体づくり運動」の学習

2 分科会研究主題設定の理由

現代の子どもたちをとりまく生活環境は急激に変化し、遊びも多様化している。しかし、仲間と群れて遊ぶ身体的な「運動遊び」は、あまり見られなくなっている。そのことが、体力や運動能力の低下、運動する者とそうでない者の二極化、さらには仲間と豊かにかかわる経験の減少など、心と体のバランスを崩し、多くのひずみを生んでいる。

このような問題を解決するために、小学校体育の学習指導においては、児童の発達の特性を考慮した各種の運動に親しみ、仲間と豊かにかかわりながら運動の楽しさや喜びを味わい、進んで体力を高めることができる児童を育成することが期待されている。

そこで、本分科会では研究主題である「運動の楽しさを求め、心と体をはぐくむ体育学習」を受け『仲間とのかかわりを豊かにし、進んで体力を高める「体づくり運動」の学習』を分科会テーマとし、研究に取り組むことにした。

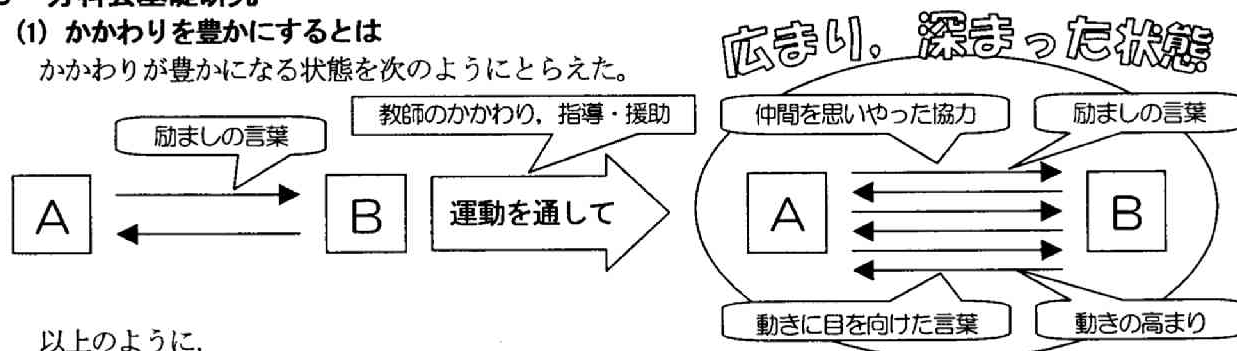
「体ほぐしの運動」では、仲間とともにいろいろな手軽な運動や律動的な運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、仲間と豊かにかかわることを体験的な学習として大切にすることが必要である。また、運動の楽しさや心地よさを味わわせる中で、自分や仲間の体・物に対する認識、仲間とのかかわり方に対する新たな発見や気づきを大切にしていく必要がある。そこで、「学習過程の考え方」及び、「体ほぐしの運動における振り返り」を工夫することとした。

「体力を高める運動」では、運動することそのものの爽快感を味わうことができたり、主体的に取り組むようになったりする運動内容の工夫が必要である。また、児童が体力や運動の必要感を自覚し、自己の体力にあつためあてをもって運動に取り組む、振り返るといった学習が大切である。そこで、「魅力ある運動内容」及び「学び方を重視した学習過程」を工夫することにした。

3 分科会基礎研究

(1) かかわりを豊かにするには

かかわりが豊かになる状態を次のようにとらえた。



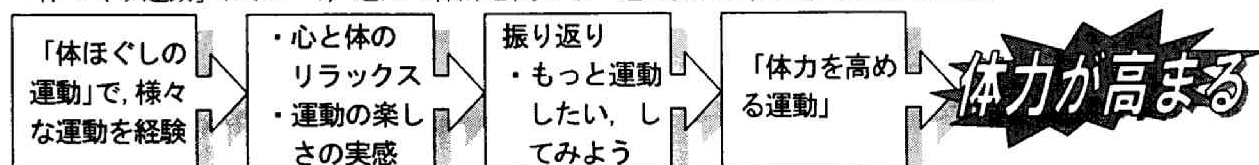
以上のように、

- ・かわされる言葉が動きに目を向けた質の高い言葉になったとき
- ・仲間の動きや力を考えた補助の仕方ができるようになったとき
- ・心から喜び合うことができるようになったとき

にかかわりが豊かになったととらえる。かかわりが豊かになるとは、子ども相互の関係が今まで以上に、広まり、深まった状態を示すものである。

(2) 進んで体力を高めるとは

「体づくり運動」において、進んで体力を高める一連の流れを次のようにとらえた。



「体ほぐしの運動」の実践を通して、自己の体力や生活に応じた課題を見付け、意欲をもって「体力を高める運動」の楽しみ方へと学習を発展させていくことができるようになることを考える。そのために、「体ほぐしの運動」では、運動の楽しさ、心地よさを味わわせることが大切である。

(3) 「体づくり運動」における運動の楽しさとは

体ほぐしの運動の楽しさ

- 夢中になって運動する楽しさ
- 誰もができる楽しさ
- 心を解放する楽しさ
- 体を動かす心地よさを味わう楽しさ

体力を高める運動の楽しさ

- 自己のめあてを追求する楽しさ
- 自己の体力の高まりを感じられる楽しさ
- 自己の体の変化を味わえる楽しさ
- 運動することの爽快感を味わう楽しさ

体づくり運動の楽しさ

- 運動することの楽しさ
- 仲間とのかかわりにおいて存在する楽しさ
- 日常でも行うことのできる楽しさ

「体づくり運動」は、「体ほぐしの運動」と「体力を高める運動」で構成されている。「体ほぐしの運動」と「体力を高める運動」では、同じ運動を扱ってもねらいが異なるため、味わう楽しさは違ってくる。しかし、「体づくり運動」として本質的に共通する部分がある。この共通する部分が、「体ほぐしの運動」でも「体力を高める運動」でも味わうことのできる運動の楽しさであるととらえることができる。本分科会では、上記の3つを「体づくり運動」における運動の楽しさであるととらえた。

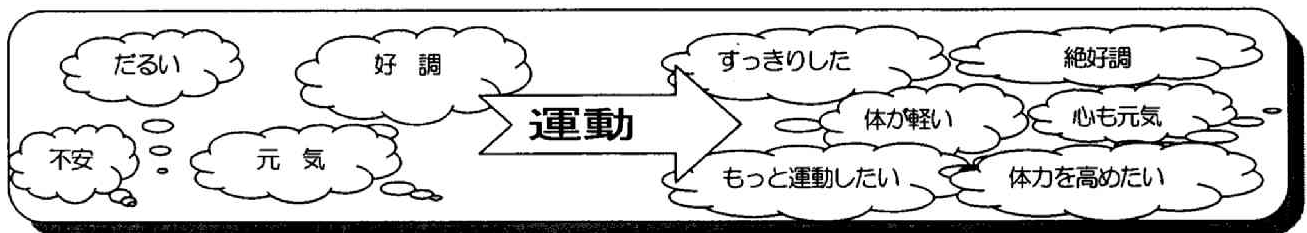
(4) 「体づくり運動」における心と体のはぐくみとは

「体ほぐしの運動」では、運動することによって運動する心地よさを味わい、心と体が解放されることで、また運動してみたいな、違う運動にも取り組んでみようという心をはぐくむことができる。さらに、多様な運動を経験することで、体をはぐくむこともできる。

「体力を高める運動」においては、健康や体力の必要性を理解し、今の自分の体力を知り、めあてをもって運動することで、自己の体をはぐくむことができる。それらの学習を積み重ねることにより、自らの健康に関心をもち、体力を高めていこうとする心をはぐくむことができる。

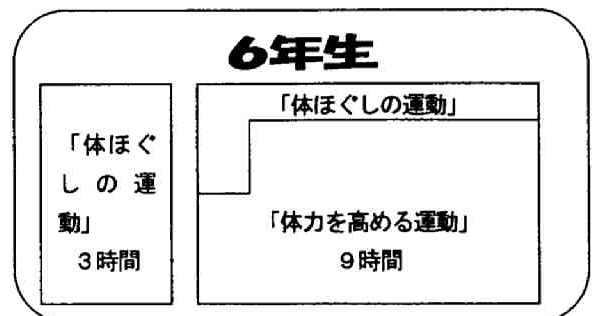
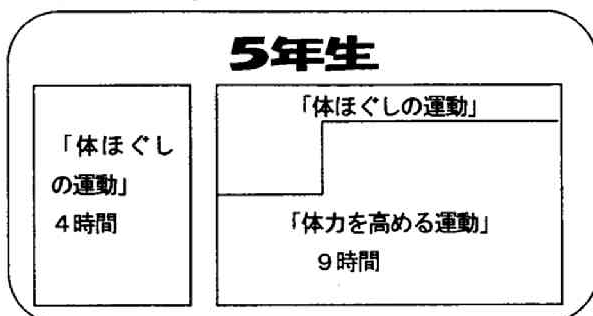
このように心と体のはぐくみ方に違いはある。しかし、進んで運動に親しもうとする心をはぐくみ、体を動かす心地よさを味わいながら体を育てる「体ほぐしの運動」も、直接的に体力の向上をめざし、運動の爽快感を味わう「体力を高める運動」も、生涯において健康な心と体をはぐくんでいくという視点に立てば、変わりはない。

心と体のはぐくみ



(5) 配当時間の考え方

本分科会では、「体づくり運動」を2年間で25時間の配当とした。そのうち、「体ほぐしの運動」と「体力を高める運動」の割合は下記の通りである。



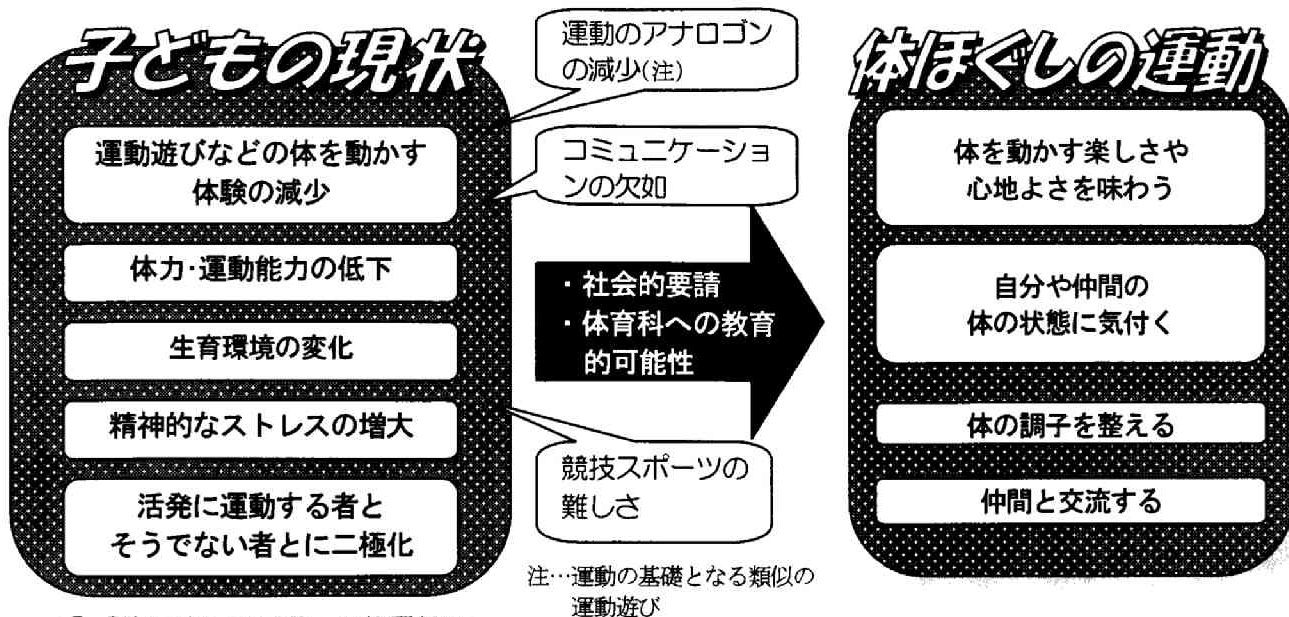
「体ほぐしの運動」については、7頁～、「体力を高める運動」（「体ほぐしの運動」と組み合わせて）については、12頁～を参照。

4 第1グループ「体ほぐしの運動」

(1) 基礎研究

①「体ほぐしの運動」が取り上げられた背景

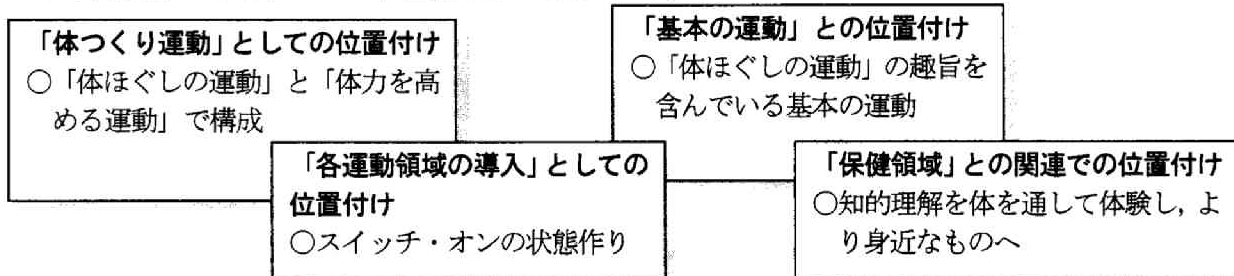
「体ほぐしの運動」は、現代における子どもの現状を踏まえ、今日的な問題に対処する一つの方策として、新たに誕生した運動である。



②「体ほぐしの運動」の位置付け

学習指導要領の改訂にあたり、新たに「体ほぐしの運動」が位置付けられ、従来の体操領域と結びついて「体づくり運動」として一つの領域で示された。この「体ほぐしの運動」は、小学校、中学校、高等学校を通して必ず指導されるほか、心と体を一体としてとらえて健全な成長を促すことが重要であるという考えに立ち、保健領域とも密接な関係をもって指導することができるとされている。

小学校段階では、次の4つの位置付け方が考えられる。



③「体ほぐしの運動」の特性



(2) 調査研究

① 調査の目的

「体ほぐしの運動」に対する児童と教師の意識及び指導の実態を調査し、研究を進めていくための手がかりとする。

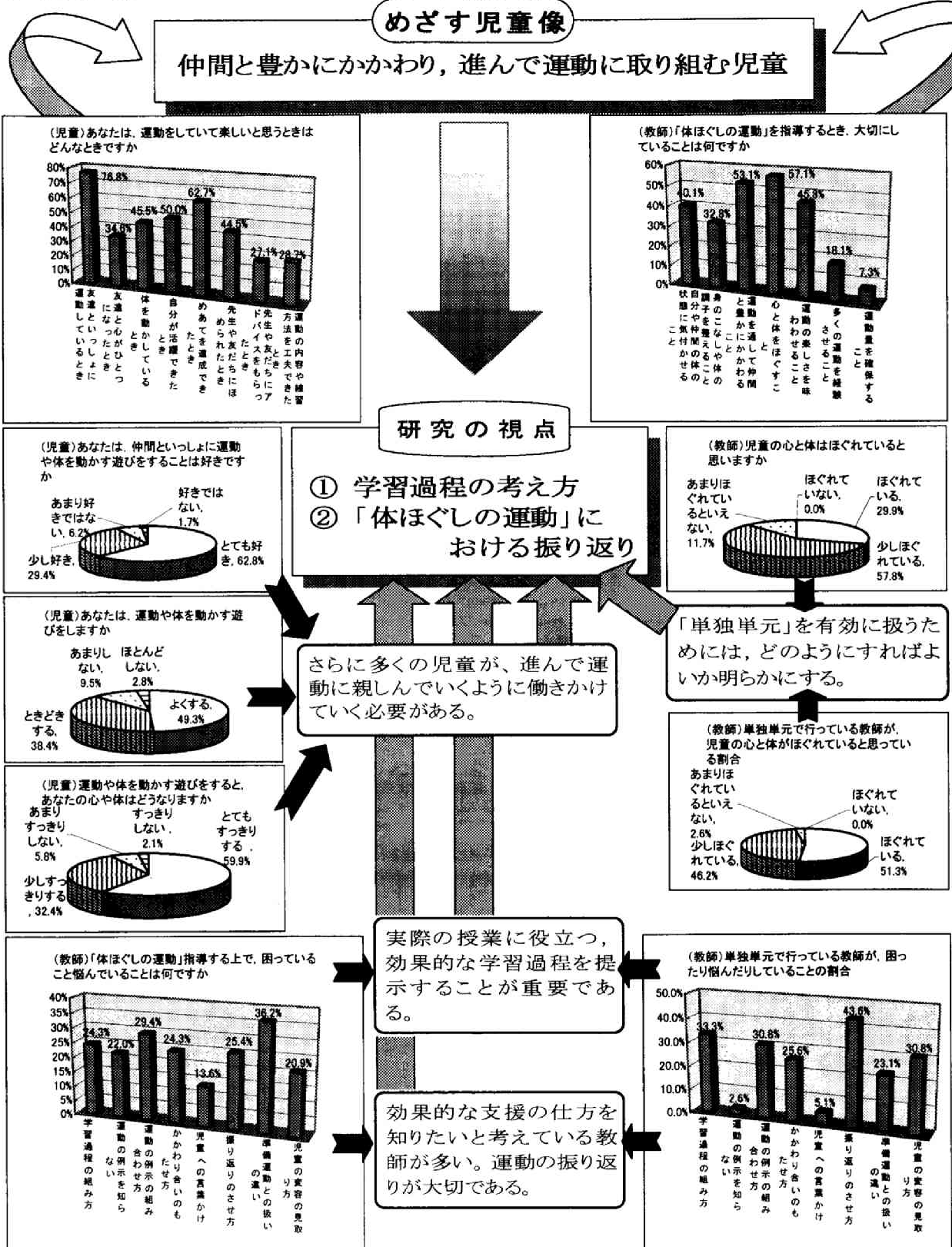
- (1) 児童の運動に対する意識（運動の嗜好や意識、楽しさの意識、運動と心の関係など）や実際の経験を把握する。
- (2) 指導者の「体ほぐしの運動」を通しての期待感、指導上の工夫や障害となるものを明らかにする。
- (3) 新学習指導要領に基づく、体育学習（特に「体ほぐしの運動」について）の実態を把握する。

② 調査の方法

- (1) 調査時期 平成13年6月下旬
- (2) 調査方法 質問紙法による
- (3) 調査対象 児童：研究所所属校の第5、6年児童 教師：研究所所属校及び所属地域の教師（昨年度か今年度に第5、6学年を担当した教師）

児童	男子 811人	女子 814人	合計 1625人
教師			207人

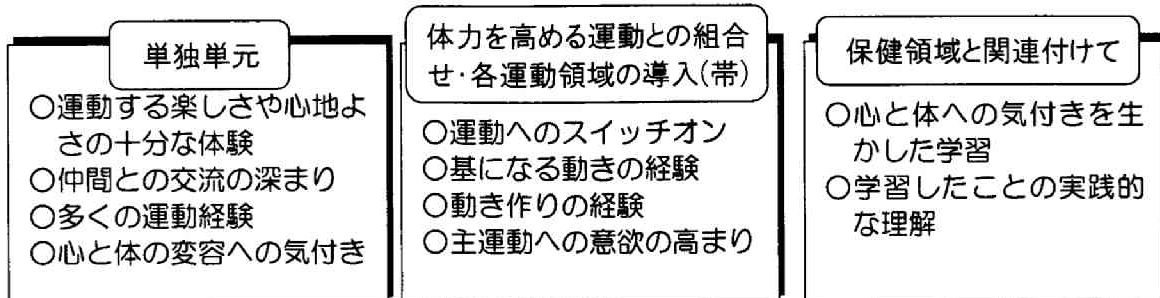
③ 結果及び考察



(3) 視点と手立て

①学習過程の考え方

「体ほぐしの運動」の学習過程について大きな枠で捉えた場合、「単独単元」「体力を高める運動との組合せ・各運動領域の導入(帯)」「保健領域と関連付けて」の3つが考えられる。そして、これら3つの学習過程のそれぞれのよさについて以下のように考えた。



その他にも運動内容を組み替えたり、扱い方を変えたりする等、様々な学習過程が考えられるが、児童の実態を十分に把握し、ねらいや指導時期・指導時間を考慮して学習過程を組むことが重要である。

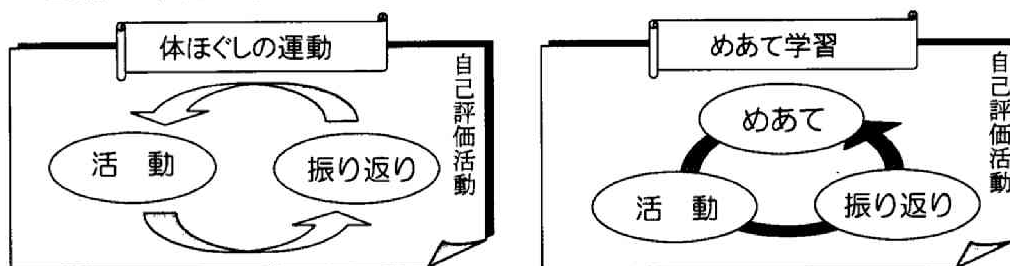
また、次の点にも留意しながら運動を選んだり、授業を構成したりすることは、より効果的であると考えられる。



②「体ほぐしの運動」における振り返り

「体ほぐしの運動」を行って、どのようなことが楽しかったのか、どのようなことに気付いたのか、どんな言葉かけをしてもらってうれしかったのかななどを、「気付き」「調整」「交流」のねらいに沿って「振り返り」をさせることが大切である。

「めあて学習」の一連の流れを〈めあて→活動→振り返り→めあて〉とするならば、「体ほぐしの運動」の学習は《活動→振り返り→活動》ととらえることができる。



また、ただ「楽しかった」「面白かった」と感じるだけでなく、「自分や仲間の体・物に対する認識」「運動の多様な楽しみ方」「仲間とのかかわり」を広げ、深めていくことができるような効果的な言葉かけや振り返りをさせることが大切である。

「振り返り」は、学習の始め、途中、終わり、単元全体を通して行うことが考えられる。

以上のことを受けて今回は、運動する楽しさを十分に味わわせること、仲間との交流を多くすること、運動経験を多くさせることを考え、「体ほぐしの運動」を単独単元として取り扱うこととし、第5学年では4時間、第6学年では3時間の学習過程を考えた。

また「振り返り」については、新しい発見や気付きを大切に、自分の思いを仲間と共有できるように、カードを用いて毎時間の最後に記入し、次時につなげられるようにした。

(4) 学習過程

単元名『フレンドパーク』(5年)

時間	学習過程	教師の支援
1	<p>オリエンテーション</p> <p>体ほぐしの運動に取り組む</p> <p>振り返る</p> <p>手 軽 に 仲間と触れ合って 思いっきり 仲間と触れ合って 仲間と力を合わせて ゆったり</p> <p>○座って じゃんけん ○体でじゃんけん</p> <p>○うずまき ○ハイタッチ</p> <p>○タッチ&エスケープ</p> <p>○地藏 起こし</p> <p>○みんなで ジャンプ ○バランス ウォーク</p> <p>○手ぶら 足ぶら ○キュウリの 塩もみ</p> <p>体ほぐしを行っての感想や気付いたことを話し合う。</p>	<p>運動することの楽しさ・心地よさ</p> <p>○誰もが簡単に運動でき夢中になって取り組めるような運動を取り上げる。</p>
2	<p>前時の学習を振り返る</p> <p>体ほぐしの運動に取り組む</p> <p>振り返る</p> <p>手 軽 に 仲間と触れ合って 思いっきり 仲間と触れ合って 仲間と力を合わせて ゆったり</p> <p>○座って じゃんけん ○体でじゃんけん</p> <p>○じゃんけんおんぶ ○手と手を合わせて</p> <p>○エンドレス鬼</p> <p>○みんなで ポーン</p> <p>○みんなで ジャンプ ○バランス ウォーク</p> <p>○手ぶら 足ぶら ○キュウリの 塩もみ</p> <p>体ほぐしを行っての感想や気付いたことを話し合う。</p>	<p>○運動することの楽しさ心地よさを体験させる中で、新たな発見や気づきができるよう言葉かけをする。</p>
3	<p>前時の学習を振り返る</p> <p>体ほぐしの運動に取り組む</p> <p>振り返る</p> <p>手 軽 に 仲間と触れ合って 仲間と力を合わせて ゆったり</p> <p>○ストレッチング</p> <p>○背中合わせ ○丸太転がし</p> <p>○気持ちを一つに ○グランドキャニオン</p> <p>○手ぶら足ぶら ○キュウリの塩もみ</p> <p>体ほぐしを行っての感想や気付いたことを話し合う。</p>	<p>仲間とのかかわり</p> <p>○仲間とのかかわりが必然的に起こるような運動を取り上げる。</p> <p>○仲間との具体的な言葉かけの例を示し、肯定的なかかわりがもてる集団になるようにする。</p>
4	<p>前時の学習を振り返る</p> <p>体ほぐしの運動に取り組む</p> <p>単元全体を振り返る</p> <p>手 軽 に 仲間と触れ合って 仲間と力を合わせて ゆったり</p> <p>○仲間集め</p> <p>○円形コミュニケーション ○じゃんけんサーフィン</p> <p>○気持ちを一つに ○グランドキャニオン</p> <p>○手ぶら足ぶら ○キュウリの塩もみ</p> <p>単元全体を通して、楽しかったことや、運動の楽しみ方・友達とのかかわり・体や物への認識などで、気付いたことを話し合う。</p>	<p>振り返り</p> <p>○自己評価活動する場を設定する。</p>

単元名『フレンドパークⅡ』(6年)

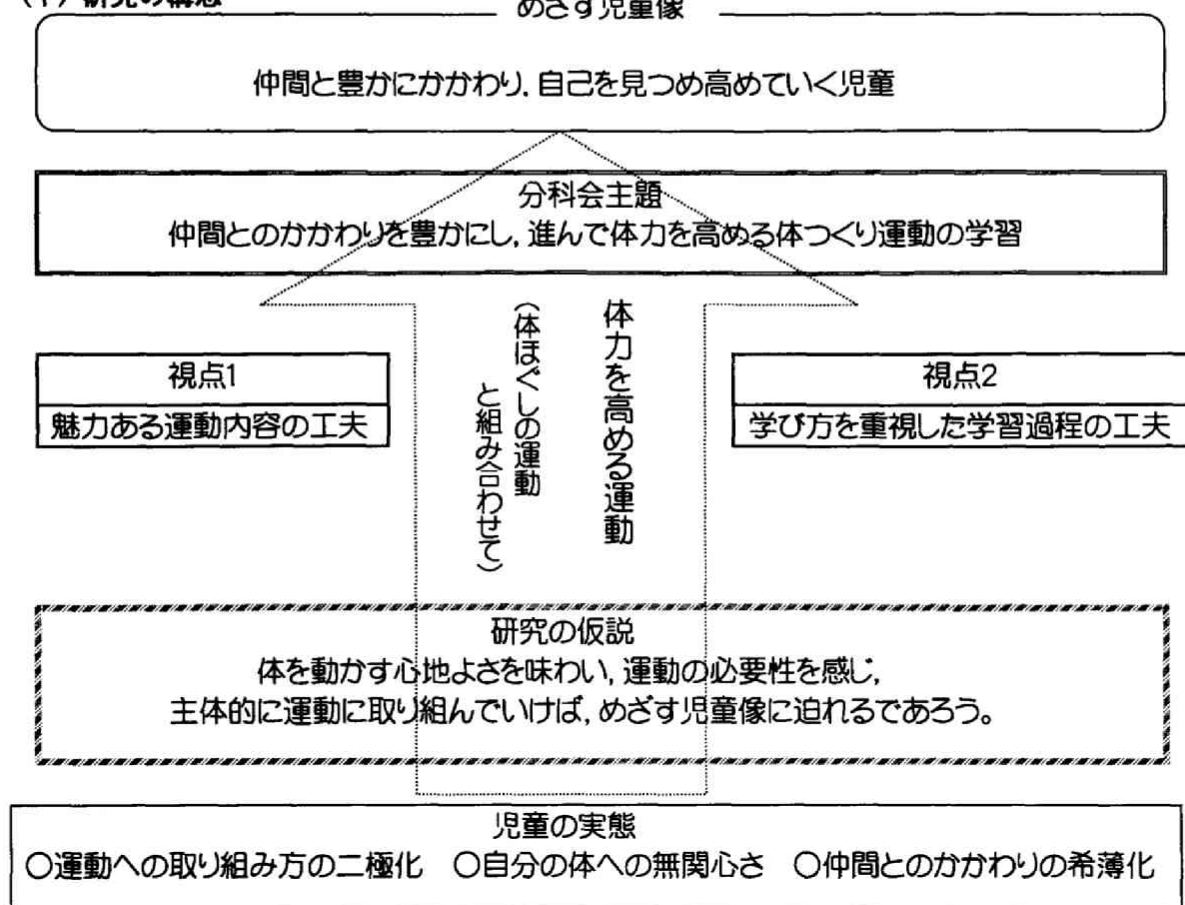
時間	学習過程	教師の支援
1	<p>5年生の学習を振り返る</p> <p>体ほぐしの運動に取り組む</p> <p>振り返る</p> <p>手 軽 に 仲間と触れ合って 仲間と力を合わせて ゆったり</p> <p>○座って じゃんけん ○体でじゃんけん ○ドンじゃんけん</p> <p>○じゃんけんおんぶ ○手と手を合わせて</p> <p>○気持ちを一つに ○グランドキャニオン</p> <p>○手ぶら足ぶら ○キュウリの塩もみ</p> <p>体ほぐしを行っての感想や気付いたことを話し合う。</p>	<p>運動することの楽しさ・心地よさ</p> <p>○誰もが簡単に運動でき夢中になって取り組めるような運動を取り上げる。</p>
2	<p>前時の学習を振り返る</p> <p>体ほぐしの運動に取り組む</p> <p>振り返る</p> <p>手 軽 に 仲間と触れ合って 仲間と力を合わせて(グループで選んで) ゆったり</p> <p>○座って じゃんけん ○体でじゃんけん ○ドンじゃんけん</p> <p>○背中合わせ ○丸太転がし</p> <p>○気持ちを一つに ○川渡り ○ブラックホール ○バランスウォーク ○グランドキャニオン ○岩 ○ダイナマイトステップ</p> <p>○手ぶら 足ぶら ○キュウリの 塩もみ</p> <p>体ほぐしを行っての感想や気付いたこと、次の時間やってみたいことを話し合う。</p>	<p>○新たな発見や気づきができるように言葉かけをする。</p> <p>仲間とのかかわり</p>
3	<p>・前時の振り返りをもとに、1時間の学習の流れを決める。</p> <p>本時の学習の流れを知る</p> <p>みんなのお気に入りの体ほぐしの運動に取り組む</p> <p>単元全体を振り返る</p> <p><学習の例> 手 軽 に 仲間と触れ合って(選んで) 仲間と力を合わせて(例-7選んで) ゆったり</p> <p>○ストレッチング</p> <p>○みんなでポーン ○丸太転がし</p> <p>○気持ちを一つに ○グランドキャニオン</p> <p>○キュウリの塩もみ</p> <p>単元全体を通して、楽しかったことや、運動の楽しみ方・友達とのかかわり・体や物への認識などで、気付いたことを話し合う。</p>	<p>○仲間とのかかわりが必然的に起こるような運動を取り上げる。</p> <p>振り返り</p> <p>○自己評価活動する場を設定する。</p>

(5) 授業事例 (第5学年の2/4時)

	学 習 活 動	教師の支援
	<p>○ 本時の学習の流れや内容を知り、前時の学習を振り返る。 ○ 体ほぐしの運動に取り組む。</p>	<p>運動することの心地よさ・楽しさ</p> <p>○誰もが簡単に運動でき、夢中になって取り組めるような運動を取り上げる。 ○運動することの楽しさ心地よさを体験させる中で、新たな発見や気付きができるよう言葉かけをする。</p>
手軽に	<p>座ってじゃんけん 座ってじゃんけんをし、心と体を少しずつほぐす。</p> <p>体でじゃんけん 体をいっぱい使ってじゃんけんをする。</p>	<p>運動を入れ替えるなら</p> <p>リズムに乗って</p>
仲間と触れ合って	<p>じゃんけんおんぶ じゃんけんをして勝ったら、勝たせてもらったお礼に相手をおんぶする。</p> <p>手と手を合わせて 相手の力加減を感じながらバランスをとったり、かわしたりする。</p>	<p>☆たくさんの友達とじゃんけんして!</p> <p>☆相手の力を利用してバランスをくずそう!</p> <p>立てるかな</p>
思いっきり	<p>エンドレス鬼 じゃんけんをして負けた人が逃げ、勝った人が追いかける。</p>	<p>☆ほかの人とぶつからないようにうまくよけて!</p> <p>ひざにタッチ</p> <p>ひし形ランニング</p>
2 仲間と触れ合って	<p>みんなでポーン グループで円を作って手をつなぎ、風船を落とさないように移動する。</p>	<p>☆つないだ手を放さないようにして、手や足、頭を使って風船を落とさないようにしましょう。</p> <p>ロング雑巾かけ</p> <p>ジャンケンサーフィン</p>
仲間と力を合わせて	<p>みんなでジャンプ 前の人の肩につながり、「前・右・後・左」などジャンプする。</p> <p>バランスウォーク 平均台にグループ全員が乗り、互いに支えながら指示された条件で並びかえる。</p>	<p>☆肩に乗せた手ははずさないように、気持ちを一つにして跳んでみよう。</p> <p>☆座ったり、うまく支えたりして並び替えて!</p> <p>川渡り</p> <p>ダイナマイトステップ</p>
ゆったり	<p>キュウリの塩もみ 手でなでる。指先でたたく。手のひらでもむ。手刀でたたく。</p>	<p>☆たたき強さは、これくらいでいいか、相手にたすねながらやろう。</p> <p>活動を振り返って</p>
	<p>○ 今日の学習を振り返る。</p>	<p>☆運動をしてどんな気持ちになったかな? ☆運動してどんなところがおもしろかった? ☆友達とどんな言葉をかけあった? ☆自分の体や友達の体で気付いたことはあるかな?</p>

5 第2グループ「体力を高める運動（体ほぐしの運動と組み合わせて）」

(1) 研究の構想



(2) 研究の内容

① 調査研究

・ 調査の目的

「体づくり運動」領域の「体力を高める運動」に対する児童の意識と教師の意識及び指導の実態を調査し、研究を進めていく上での手がかりとする。

・ 調査の方法

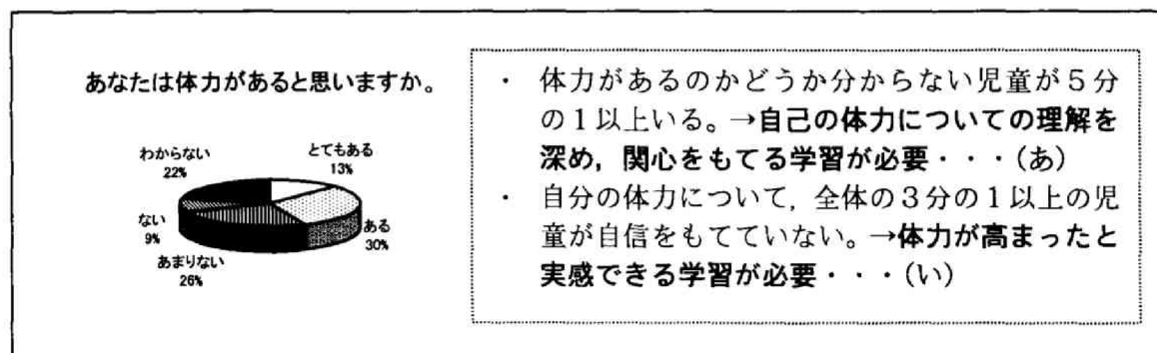
○調査期間・方法 平成13年6月下旬 質問紙法による

○調査対象と対象者数

児童・・・研究員所属校の第5, 6学年児童(3495人)

教師・・・研究員所属校及び所属地域の無作為抽出校における現5, 6年担任と昨年度5, 6年担任(685人)

・ 調査の結果と分析 (児童の意識調査を中心に)

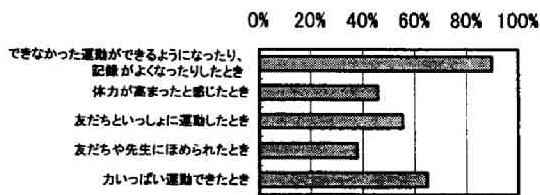


体力があるとどんなことがよいと思いますか。

回答から考えられる児童の体力のとらえ方（多い順に）

- 1 持久力的なイメージ・・・「運動をしてもあまり疲れない」「長く走れる」
「長い時間運動ができる」
 - 2 防衛体的なイメージ・・・「病気にかかりにくい」「健康でいられる」
 - 3 筋力・瞬発力的なイメージ・・・「重い物が持てる」「力が強い」「速く走れる」
 - 4 調整力（巧緻性）的なイメージ・・・「運動が上手にできる」
- ・柔軟性に関するイメージの回答はほとんど見られない。
 - ・「分からない」「体力があっても何もよいことはない」といった回答も見られる。
- 体力の構成要素を理解し、体力の必要性を実感できる学習が必要・・・(う)

体力を高める運動(体操)で楽しいと感じるのは、どんなときですか。

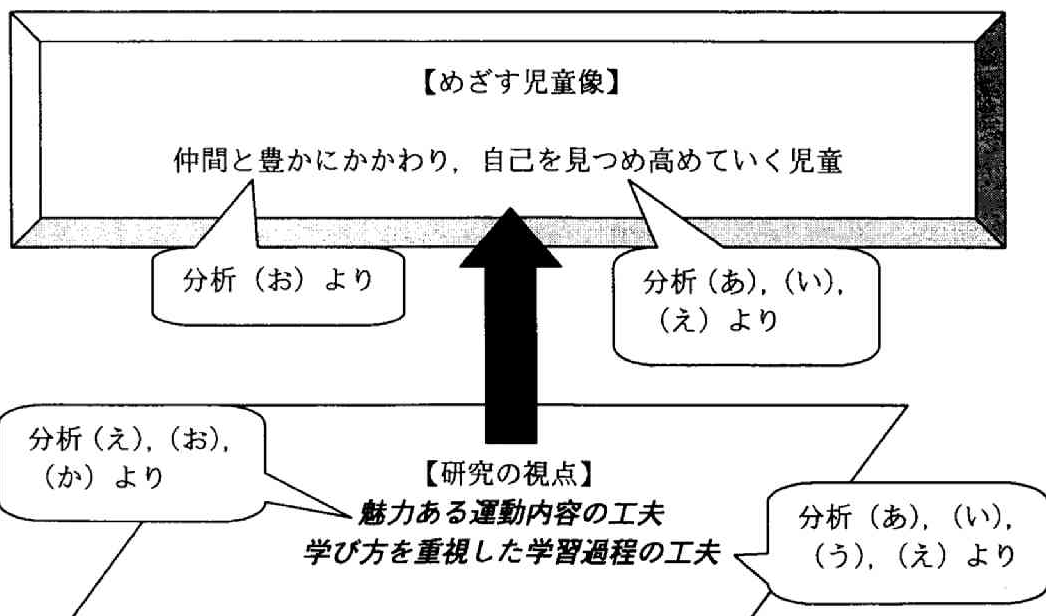


体力を高める運動(体操)で楽しくないと感じるのは、どんなときですか。



- ・できなかった運動ができるようになったり、記録がよくなったりしたときに楽しいと感じる。
→高まりが実感できる運動の提示と振り返り方の工夫が大切・・・(え)
- ・友だちといっしょに運動したときに楽しいと感じる。
→仲間とのかかわりを重視した学習が必要・・・(お)
- ・運動そのものがおもしろくないと楽しくないと感じる。
→夢中になって取り組める運動の提示と運動方法の工夫が大切・・・(か)

・考察及び研究の視点との関連



②研究の視点

○魅力ある運動内容の工夫

「You Go!」の動きを考えた



You Go!の動きとは、体ほぐしの運動と体力を高める運動を融合させたものである。
運動そのものの楽しさを味わいながら、運動の効果を体感し、気付くことをわらいとしている。

なぜ You Go!か?

- ◎「体力を高める運動」を児童にとってやらされている意識のものから、運動の爽快感を保障し、主体的、意欲的に取り組みたくなる教材にする必要がある。
- ◎「体ほぐしの運動」の実践から、「体力を高める運動」や各種の運動の楽しみ方へと学習を発展させる。
- ◎「体力を高める運動」は、体力の高め方の知識を最初に与えられるのではなく、自らの気付きから運動の効果を確認することから学習を進めていく。

チャレンジタイムでは、自分のねらいに応じて、You Go!の動きを選択し、めあてをもって取り組む。

YouGo!の動きからチャレンジタイムの動き

You Go!の動き

工夫

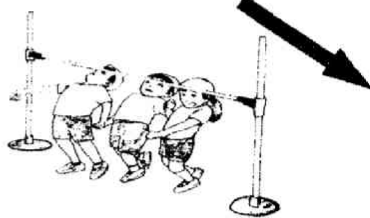
チャレンジタイムの動き

動きの条件を変えて行うことで、より高い効果をねらう。

距離、人数、高低、速さ、時間、回数

みんなでリンボー

数人が手をつないでリンボーダンスをする
(柔)



みんなでリンボーⅡ

より低くめざそう (柔)

みんなでブリッジ

ブリッジしたまま歩く (柔)(力)

先にタッチ

2人で競争して仲間の手に先にタッチする
(巧)(力)



先にタッチⅡ

スタートの仕方を工夫する (巧)(力)

ビーチフラッグ

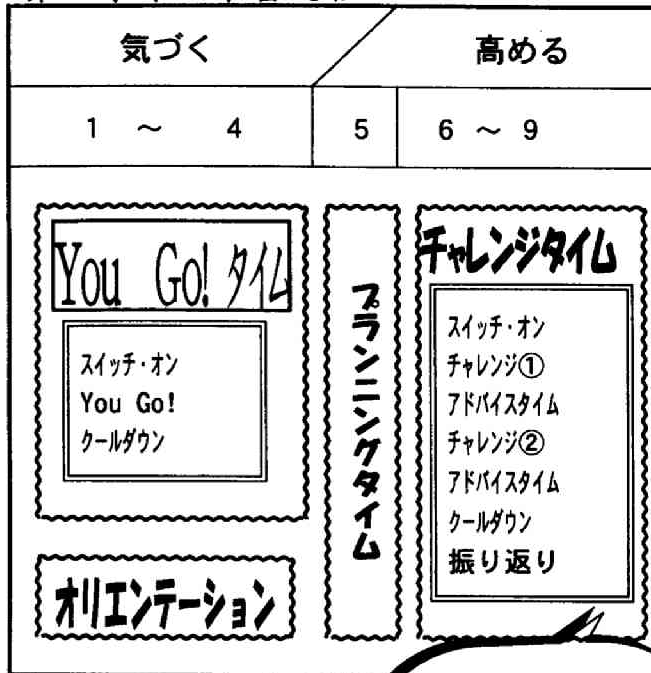
エバーマットの上のボールにタッチ
(巧)(力)

○ 学び方を重視した学習過程

第5学年では、「You Go!タイム」で実際に運動した実感と、「オリエンテーション」での知的理解をもとに、自己の体力の特徴をみつけ、「プランニングタイム」で学習計画をたて、「チャレンジタイム」で自らのねらいに応じた運動を選択しながら学習を進める。

第6学年では、児童が体力や体力を高める方法についての知的理解をさらに高め、自分にとって必要な「体力を高める運動」を「メイキングタイム」で考えることで、日常生活や各種の運動の中で、「体力を高める運動」を実践できる能力をはぐくめると考えた。

第5学年の学習過程

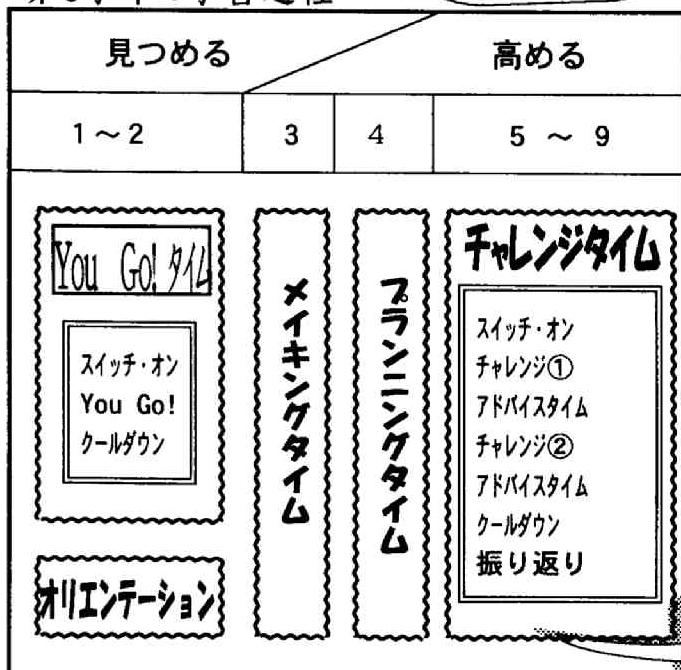


You Go! タイム
 運動そのものの楽しさを味わいながら運動の効果を体感することをねらいとして、体ほぐしの運動と体力を高める運動を融合させた「You Go!」の動き、体ほぐしの運動に取り組む。

オリエンテーション
 「気づく」「見つめる」段階の1単位時間の最後に帯でとり、実際に運動した気付きから、学習を振り返り、自分や仲間の体の状態や、運動のもつ効果について知る。

チャレンジタイム
 個人の学習計画にしたがって運動を選択して取り組む。

第6学年の学習過程



メイキングタイム
 体力や体力を高める方法についての理解を深め、「You Go!」の動きや、第5学年のチャレンジタイムの動き、既習の運動、スポーツなどを参考に、体力を高める運動をつくり出す。

フランニングタイム
 「You Go!タイム」の体感と「オリエンテーション」の知的理解をもとに自分の体力の特徴を見つめ、チャレンジタイムの学習計画を立てる。

仲間との相互評価を参考に、自分の学習を自己評価し、次時のめあてを立てたり、学習計画の修正を行ったりする。

振り返り

(3) 授業事例 (第5学年の 2/9時)

学 習 活 動

○教師の支援

◇評価

- 1 集合し、本時の学習の流れや内容を知る。
- 2 You Go!タイム

スイッチ・オン

- じゃんけんいろいろ～座って(手で、口で、足で)
～立って(足で、体全体で)～じゃんけんおんぶ
- 子とろ鬼

○音楽をかける。

○主として、巧みな動きを高める運動につながるものを用意する。

◇仲間のよさを見つけ、自分に取り入れているか。

◇協力し、励まし合って運動しているか。

You Go!

- 先にタッチ(巧)
- スロー&キャッチ(巧)
- 一人8の字(巧)

順番や役割を
しっかりと守ろうね。
仲間と動きをよく見合い、
アドバイスし合おうね。



クールダウン

- ぶらぶら
- キュウリの塩もみ

- 3 オリエンテーション

- ・学習を振り返り、カードに記入する。
- ☆今日楽しかった運動、もっとやってみよう運動
- ☆今日取り組んだ運動はどんな効果があるか

○実際に運動した気付きから、学習を振り返るよう助言する。

○どんな効果があるか話し合う中でまとめる。

全体で、感想や気付いたことを出し合う。

- ・今日取り組んだ運動は巧みな動きを高める運動であることを知る。
- ・全体で、運動した感想や友達の良かったところなどを発表し、認め合う。

1～3時のカード

You Go! タイム ぶりかえりカード

5年 組 名前

○今日、みんなで You Go!した運動は、
子とろおに
先にタッチ
スロー&キャッチ
一人8の字

○今日、楽しかった運動、もっとやってみよう運動は

○今日の You Go!でどんな力が身につくと思いますか。



こんなような力が身につくと思うよ。

今日の学習は

楽しかった

力いっぱい運動した

友だちと協力して運動した

先生やみんなと話し合って

今日の You Go! タイムは、

が身につく。

運動 と言います。

5～8時のカード

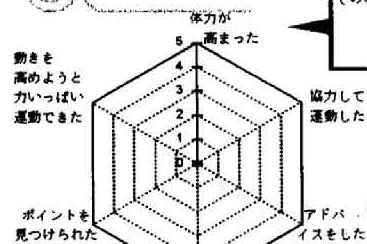
めあてカード

月 日

今日のめあて

	運 動	め あ て
前 半	()	
後 半	()	

今日の学習をぶりかえろう



そのわけ

どんなアドバイス?

めあてにそって
学習できた

先生から

IV 第二分科会 << 基本の運動 >> 「表現リズム遊び」

1 分科会研究主題

弾む心・踊る体で楽しむ、表現リズム遊びの学習

2 分科会研究主題設定の理由

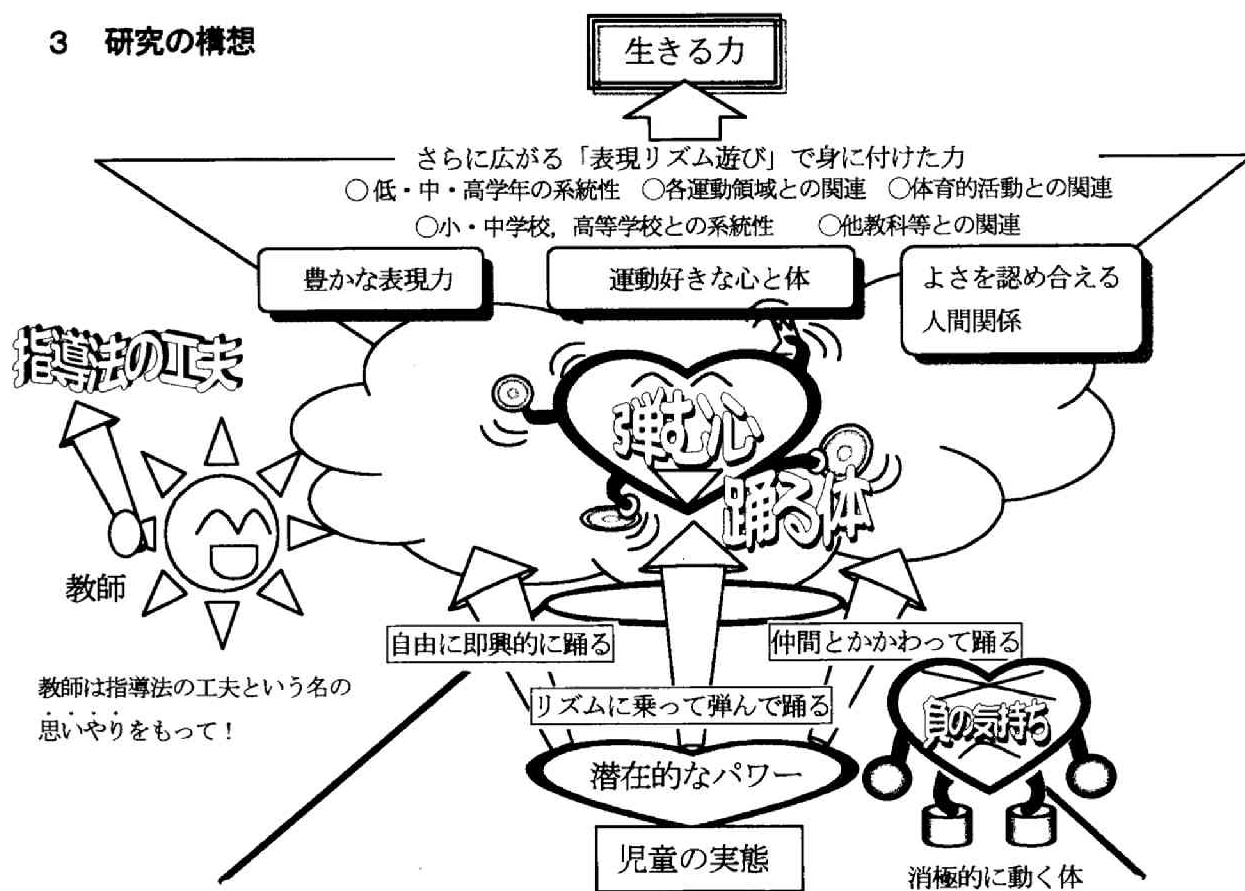
研究主題である「運動の楽しさを求め、心と体をはぐくむ体育学習」を基本の運動の「表現リズム遊び」で考えた時、「運動の楽しさ」は「踊る楽しさ」ととらえた。幼い子どもが軽快なリズムの音楽を聞いただけで自然に踊り出す姿は、心を解放し体を動かしている状態である。これが、本来の踊る楽しさであろう。

しかしながら、実態調査の結果を見ると、自ら踊ったり表現したりすることが好きな児童は少ない。教師は児童が楽しめるような指導法を求めていることがわかった。児童一人一人が内面にもっている潜在的なパワーを、いかにして教師が引き出すことができるかが課題である。

その課題を解くにあたって、「心と体のはぐくみ」を考えた。心が負の気持ちである時、どうしても体の動きは消極的になる。しかし、心が解放され、弾むような気持ちになれた時、体は躍動的に踊る。この状態を引き出した時こそ、いろいろな表現ができるようになり、より仲間とのかかわりが深まり、積極的に運動するようになるであろう。

そこで、分科会テーマを「弾む心・踊る体で楽しむ、表現リズム遊びの学習」とした。「踊る楽しさ」を追求する上で、「自由に即興的に踊る」「リズムに乗って弾んで踊る」「仲間とかがわって踊る」の3つを学習活動の軸とし、教師の指導、支援を工夫していこうと考えた。そして具体的な研究の視点を「弾む心・踊る体を引き出す具体的な手立ての工夫」「より楽しむための学び方の工夫」「心と体を見取る評価の工夫」の3点とし、研究主題に迫っていこうと考えた。

3 研究の構想



教師は指導法の工夫という名の
思いやりをもって!

4 研究の内容

(1) 調査研究

調査の目的

- 基本の運動領域の表現リズム遊びに対する児童の意識と教師の意識及び指導の実態を調査し、研究を進めていく手がかりとする。
- ・児童の表現リズム遊びに対する意識（他の運動との比較、楽しさと結び付く要素、期待感など）や実際の経験を把握する。
 - ・教師の表現リズム遊びを通しての期待感、指導上の工夫や障害となるものを明らかにする。
 - ・新学習指導要領に基づく、体育学習（特に表現リズム遊びについて）の実態を把握する。

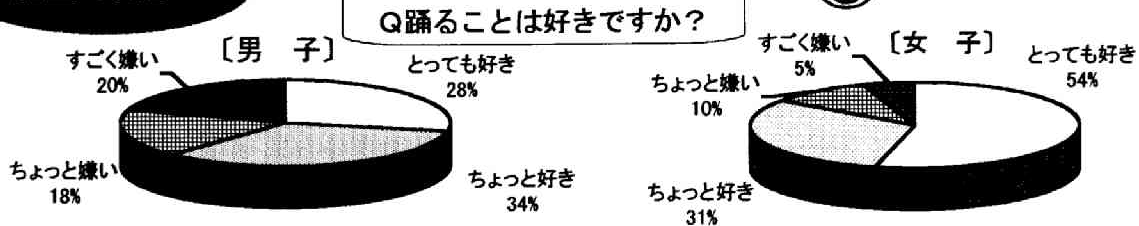
調査の方法

- ・調査時期 平成13年6月下旬
- ・調査方法 質問紙法による（一部聞き取りの場合あり）
- ・対象 児童-研究員所属校の第1, 2, 3学年児童 教師-研究員所属校及び所属地域の教師（昨年度か今年度1, 2年を担任）

回答数	1年生	2年生	3年生	合計
児童	647人	754人	718人	2119人
教師				282人

調査の結果と分析

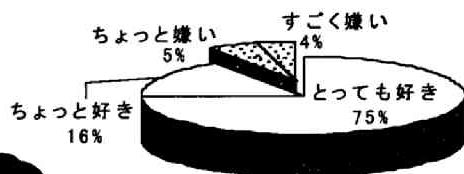
児童の実態



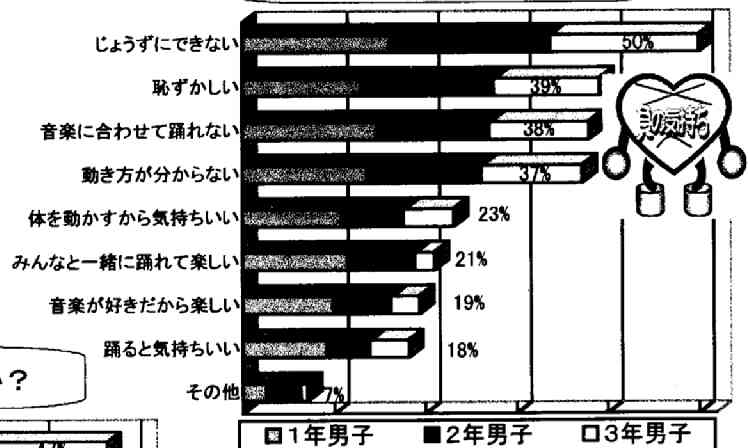
※女子よりも男子の方が踊るのが嫌いな児童が多い。本研究では踊ることが楽しい、大好きだという児童に育てることを目的にしているので「踊るのが嫌い」と答えた男子に注目して分析をした。

踊るのが嫌いと答えた男子に聞きました！

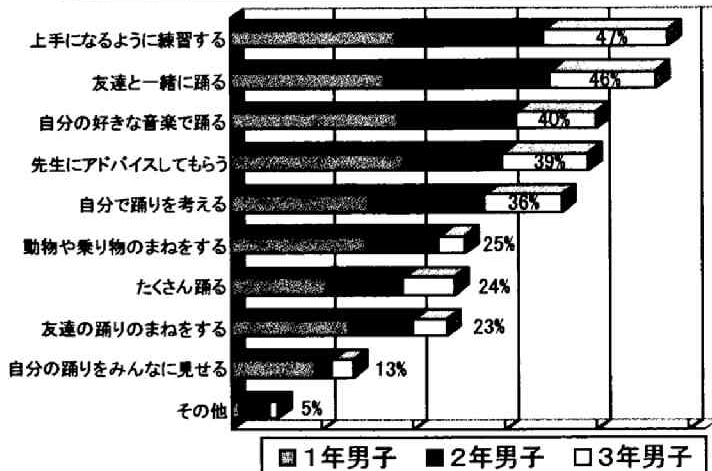
Q 体育は好きですか？



Q 踊る時どんな気持ちですか？



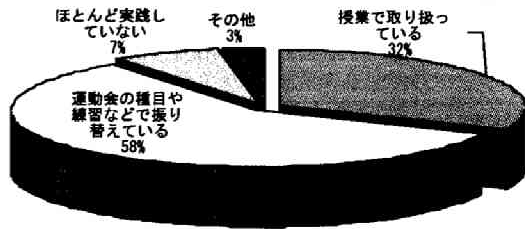
Q 楽しく踊るにはどうしたらいいですか？



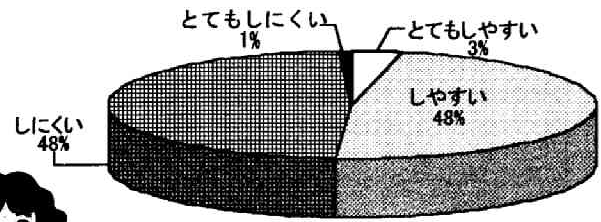
- ◎踊るのが嫌いでも「体育は好き」と答えたのは80%以上の児童である。
- ◎「負の要素」として「恥ずかしさ」「うまくできない」などが挙げられ、楽しく踊るためには「練習する」という意識が高い。
- ◎「みんなと一緒に踊る」ことよりも「踊ると気持ちいい」が少ないのは本来の踊る楽しさに触れていないのではないだろうか。

教師の実態

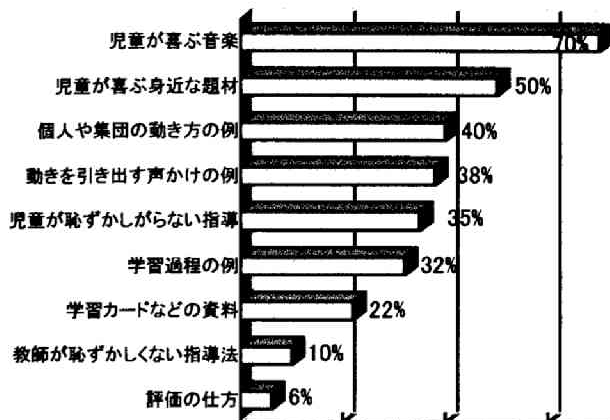
Q 表現リズム遊びを実践していますか？



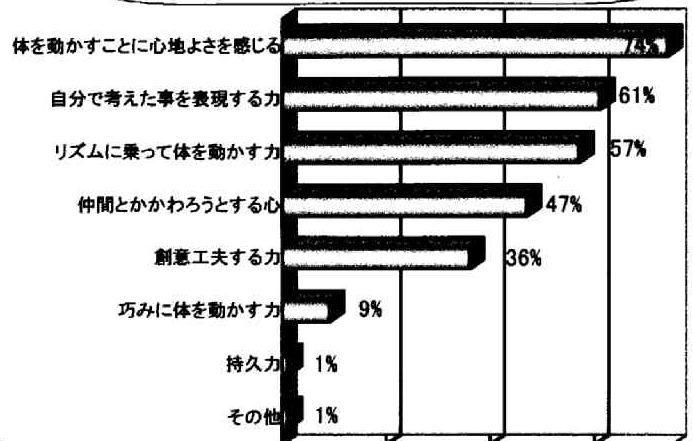
Q 表現リズム遊びは指導しやすいですか？



Q さらに指導しやすくするためには？



Q 表現リズム遊びで育てたい力は？

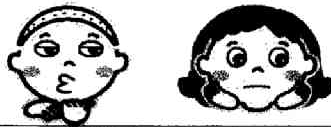


◎ 表現リズム遊びの時間を運動会の表現として扱っている場合が多い。

◎ 「動きの例」「音楽」「題材」など、すぐに使えるような具体的な指導法を求めていることがわかった。

考察及び研究の視点との関連

< 児童の実態から >



踊る楽しさを「練習すること」に求める傾向

本来の特性に触れてはいない

・心を解放し自由に表現するための指導で「負の気持ち」を取り除くことが必要！

< 教師の実態から >



・児童が心を解放し、踊る楽しさを味わい、体を動かす心地よさを感じるための手立てを必要としている。
・評価に対する関心は、高いとは言えない。表現リズム遊びに合った評価規準を考える必要がある。

< 研究の視点 >

- 「弾む心・踊る体」を引き出す具体的な手立ての工夫
(・学習過程の工夫 ・運動遊びの開発「運動遊び集60選」)
- 表現リズム遊びをより楽しむための学び方の工夫 (・踊り方 ・振り返り ・かかわり)
- 「心と体」を見取る評価の工夫
(・指導と評価の一体化 ・評価規準 ・自己評価活動 ・相互評価活動)

(2) 研究の考え方と具体的内容

① 「踊る楽しさ」の追求

学習指導要領の改訂からの分析

	改訂前	改訂後
幼稚園 (教育要領から)	キーワード 「人間関係」…よさの気付き、かかわり合い 「表現」…自分なりに表現	
小学校	<低学年>基本の運動 模倣の運動 <中・高学年>表現運動 ○表現 ○フォークダンス	<低学年>基本の運動 表現リズム遊び ○表現遊び ○リズム遊び <中学年> 表現運動 ○表現 ○リズムダンス (フォークダンス) <高学年> 表現運動 ○表現 ○フォークダンス (リズムダンス)
中学・高等学校	<領域選択> ダンス (内容選択) ○創作ダンス ○フォークダンス	<領域選択> ダンス (内容選択) ○創作ダンス ○フォークダンス ○現代的なリズムのダンス

◎低学年の経験として幼稚園、保育園の経験が一番かかわり深いと考え、幼稚園児、保育園児の様子を観察して、実態を分析した。



改訂の背景から

模倣の運動

- ◎形を模倣することに解釈され、表現の特性を狭くとらえられやすい。
- ◎「弾む動き」が生かしづらく、変身対象になりきる楽しさを十分に味わえない。

心と体を
より一体として
とらえて

表現リズム遊び

- ◎より律動的に軽快な音楽に乗って、心を解放しながら運動を楽しむことができる。
- ◎生き生きとした表情で、手足を自由に動かしながら身体表現を楽しむことができる。
- ◎仲間とのかかわりが深まり、お互いのよさを認め合う肯定的なかかわりの中で楽しむことができる。

<表現リズム遊びのねらい>

- ◎身近な生活の中から変身したい題材を見つけて、そのものになりきって、仲間と楽しく踊ることができる。
- ◎軽快なリズムの音楽に乗って、仲間と楽しく弾んで踊ることができる。

<表現リズム遊びの一般的特性>



②研究の視点と手立て

ア「弾む心・踊る体」を引き出す具体的な手立ての工夫

●基本の運動である「表現リズム遊び」の学習の展開の基本的な考え

「表現遊び」…表現的要素を多く含んだ運動遊び
 「リズム遊び」…リズムダンス的要素を多く含んだ遊び
 表現リズム遊びを指導するにあたって、「表現遊び」「リズム遊び」と形式的に切り離して学習するよりも、児童の発達特性から考えて、どちらの要素も含んだいろいろな運動遊びをたくさん経験できる学習の展開の方が児童はより意欲的に取り組むと考えた。

そこで、どちらの要素も含む運動遊びをたくさん開発し、下のように4つの群に類型化し児童の実態に応じて、組み合わせる学習を進められるようにした。

<3つの学習の軸のとりえ方>

- 「自由に即興的に踊る」
- ・今持っている力で、その場のおもしろさにまかせて、即座に踊る。
- 「リズムに乗って弾んで踊る」
- ・周期的に繰り返される音楽の調子に合わせて全身で踊る。
- 「仲間とかかわって踊る」
- ・互いによさを認め合いながら、楽しく踊る。

●具体的な運動遊びの開発（表現リズム遊び指導資料集60選）

<類型化した4つの運動遊び群>

A群	表現的要素をより多く含み、なりきったり、変身したりして楽しむことができる運動遊び
B群	表現的にも、リズムダンス的にも楽しむことができる運動遊び
C群	リズムダンス的要素をより多く含み、体を弾ませノリノリになって楽しむ運動遊び
D群	表現的要素、リズム的要素を持ち合わせ、心を解放させ、楽しむ取掛かりになる運動遊び

<開発のポイント>

◎ どの運動遊びにも「自由に即興的に踊る」「リズムに乗って弾んで踊る」「仲間とかかわって踊る」の3つの視点が含まれるように開発した。

◎ 児童がいろいろな運動遊びを楽しく経験できるように、伝承遊びの変形、スタンプ遊びの加工、ゲーム的な遊び、小道具の利用、音楽の選定、効果音、場の工夫など、具体的な手立てを考えた。

活用していただけるように指導の手順とVTRをCD-R化しました。

<A群>

- ・カードでどっきり
- ・たまごたまご・動物園に行こう
- ・だるまさんが転んだ など18選

<B群>

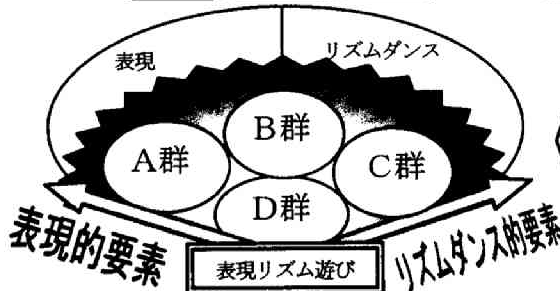
- ・さかながはなてピョン
- ・山びこさん・大きな畑
- ・さんぽに行こう など13選

<C群>

- ・みんなでなるへそダンス
- ・ノリノリ海のダンス!
- ・みんなでパン! など10選

<D群>

- ・お誕生日ダンス
- ・熱いかな?・文字化け
- ・おりがみしよう など17選



クラスの実態に合わせて、A B C Dそれぞれの群から、いろいろな運動遊びを教師が選択する。

●学習過程の工夫

「楽しむ段階」「より楽しむ段階」の2段階を考え、1単位時間の流れの中で、児童がそれぞれの要素のいろいろな運動遊びを経験できるように考えた。【2年（1年）】

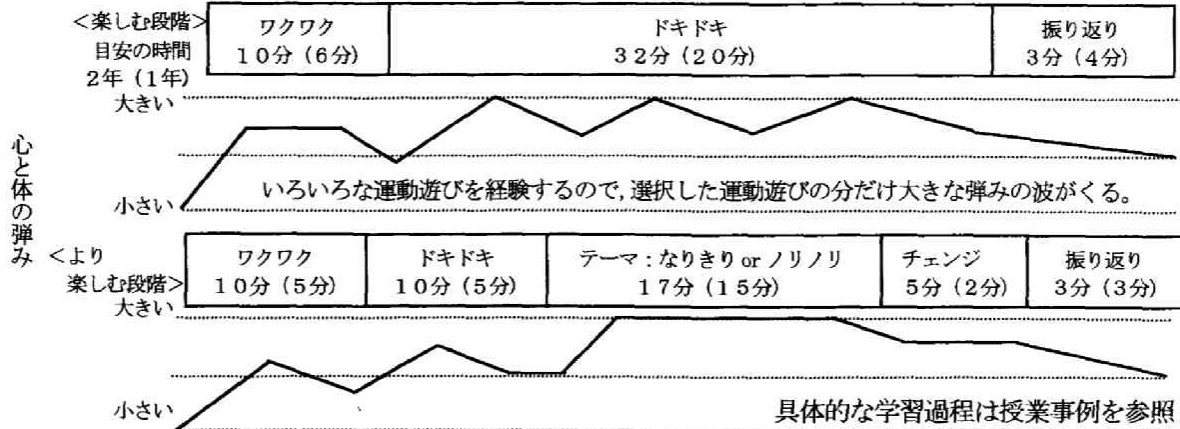
	時間		45(30)分		
<楽しむ段階> 児童はいろいろな運動遊びを楽しみ、教師は児童の実態をつかむ。	0分				
	回数	ワクワク	ドキドキ	振り返り	
<より楽しむ段階> 児童は即興的に動いたり、動きを工夫したり、仲間とかかわりを深めたりしながらより楽しむ。 テーマ○○で同じ運動遊びを3回続けて選択することでいろいろな動きや弾み方を引き出す。	1	導入として心を解きほぐす運動遊びを選択	いろいろな運動遊びを経験するために、A B C D群から運動遊びをいくつか選択	心と体の振り返り	
	2	ワクワク	ドキドキ	振り返り	
	3	導入として心を解放する運動遊びを選択	テーマ：なりきり なりきることをテーマに3回同じ運動遊びを選択		テーマと気分を変えて楽しむ運動遊びを選択
	4	ワクワク	ドキドキ	テーマ：ノリノリ ノリノリに弾むことをテーマに3回同じ運動遊びを選択	
	5				
	6				

テーマの運動遊び

- テーマ：なりきり…身近な生活の中から題材を選び、そのものになりきって楽しむ運動遊び
- テーマ：ノリノリ…軽快なリズムに乗って、仲間とかかわり合いながら楽しむ運動遊び

④ 1 単位時間の指導の仕方

指導においては、児童の体力や関心、意欲の持続を考える必要がある。教師の個性にかかわらず、誰もが、無理なく実践できるように、1 単位時間での児童の心と体の弾みを意図的に調節しながら、指導していく方法を考えた。



イ 表現リズム遊びをより楽しむための学び方の工夫

「基本の運動」の学び方

- ・いろいろな運動遊びの行い方を知る。
- ・運動への取り組みがより楽しくなるための工夫をする。

表現リズム遊びの学び方

踊り方

- ◎いろいろな遊び方を体験ができるようにする。
- ◎即興的に動きやすくする。
- ◎多様な運動遊びから動きを引き出すようにする。

振り返り

- ◎心と体の振り返りができるようにする。
- ◎次の楽しむめあてをもって意欲的に取り組めるようにする。(ふりかえりカードなど)

かかわり

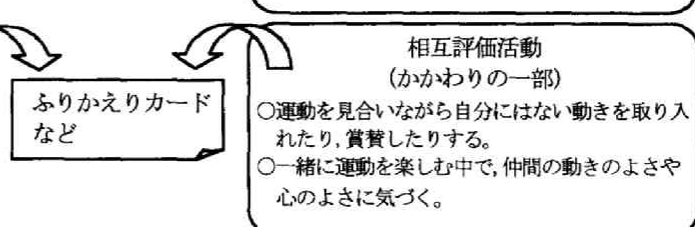
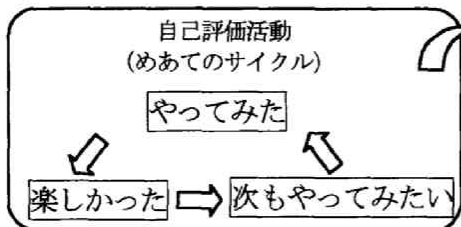
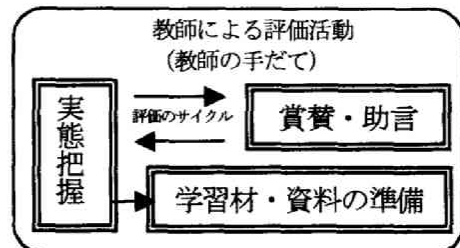
- ◎仲間と仲良く踊ることができるようにする。
- ・見る、見せる活動の設定
- ・仲間と一緒に踊るグループ設定
- ・よさを認め合える賞賛の場の設定

ウ 「心と体」を見取る評価の工夫

「心と体」を見取る評価の工夫として、誰が評価を行うのかという観点で、評価活動を「教師による評価活動」「児童自身が行う「自己評価活動」、児童相互が行う「相互評価活動」の3つに分類した。

<評価の考え>

- 指導と評価の一体化
指導と評価は一体であるととらえ、評価のサイクルを考えた。
- 評価規準を設定し、かかわりの視点から見た「弾む心・踊る体」を見取る評価の工夫を考え、具体的な言葉かけの例を示した。(自主冊子)
- 見取りの視点として
・表情 ・歓声 ・手足の動き ・へその弾み ・つぶやき の5つを考えた。



(3) 授業事例 第1学年「表現リズム遊び」

①学習過程 (30分×9回 6時間扱い)

		0分 ワクワク	6分	ドキドキ		27分	30分			
1 2 3	楽しむ段階	大きな畑 鬼のパンツ	全身じゃんけん	ノリノリ海のダンス (生き物)	新聞紙でワイ	ふりかえり				
		空飛ぶ円盤 だるまさんがころんだ 動物Ver	みんなでパン!	みんなでなるへそダンス	もしもの世界					
		熱いかな? 新幹線はうんと速い	アブラハム	カードで変身	ポーキーポーキー					
		0分 ワクワク	5分	ドキドキ	10分	テーマ: なりきり・ノリノリ	25分	チェンジ	27分	30分
4 5 6 7 8 9	より楽しむ段階	なるへそダンス	全身じゃんけん	カードでどっきり (なりきり)	みんなでパン!	ふりかえり				
		猛獣狩りにいこうよ	動物園に行こう		リズムまねっこ ダンス					
		怪獣になろう	まねっこ「さんぽ」	わいゆの名産地						
		猛獣狩りにいこうよ	あっちっちダンス	もしもの世界						
		だるまさんがころんだ 動物Ver	ボディーサインダンス	いくつくつく						
熱いかな?	ボディーサインダンス	折り紙しよう								

②本時の展開 (7/9回)

欄	学習活動	教師の支援と評価
0	1 「猛獣狩りにいこうよ」で楽しむ ・リズムに乗りながら、仲間とかかわって楽しむ。 	○楽しい雰囲気、心を解放できるようにする。
5	2 「あっちっちダンス」で楽しむ ・即興的に表現する 	○テーマノリノリにつなげていけるよう、心と体の状態を高めていけるようにする。
10	3 「ダンスキャッチボール」で楽しむ ・方法を知る。 ・教師のまねをしながら、弾んで踊る。 ・仲間と楽しく、即興的に弾んで踊る。 	○リズムに乗って、弾んで踊るように言葉かけをする。
25	4 「もしもの世界」で楽しむ ・想像して即興的に表現する。 ・仲間とかかわって楽しむ。 	○想像の世界に入っていけるように雰囲気作りをする。
27	5 振り返りをする ・ふりかえりカードに感想や、自分・仲間のよかったことなどを記入する。 	○心と体の様子に気を付けて書けるよう、言葉かけをする。 ○よい言葉を取り上げ、広げる。
30		

V 研究のまとめ

1 研究の成果

体ほぐしの運動

- 誰もが簡単にできる運動を取り上げ、仲間と夢中になって取り組めるような学習過程を工夫したことで、児童は運動の楽しさや心地よさを十分に味わうと共に、仲間とのかかわりを豊かにすることができた。
- 新たな発見や気づきができるように、振り返りの活動を工夫したことで「自分や仲間の体・物に対する認識」「運動の多様な楽しみ方」「仲間とのかかわり」を広げ、深めることができた。

体力を高める運動(体ほぐしの運動と組み合わせて)

- You Go!の動きは、児童にとって夢中になって取り組むことができ、運動の効果や自分の体力の状態をつかむのに有効であった。そのことをもとに、自分の高めたい体力を明確にし、プランニングタイムで学習計画を立て、チャレンジタイムでめあてをもって運動に取り組むことにより、児童は主体的、意欲的に学習を進めることができた。

表現リズム遊び

- 実践を通して多くの運動遊びを作り、「自由に踊る」「即興的に踊る」「仲間と踊る」の3つの視点で分析することで、ねらいにあった学習を実践することができ、児童の弾む心・踊る体を引き出すことができた。
- 教師による評価規準を明らかにし、学習中に声かけを中心とした指導を行ったり、「ふりかえりカード」で児童に心と体を振り返らせたりすることで、自己や仲間のよさに気づき、より主体的に学習することができた。

2 今後の課題

体ほぐしの運動

- 各運動領域の導入として行う体ほぐしの運動例のさらなる開発
- 保健領域で行う「体ほぐしの運動」の効果的な利用法

体力を高める運動(体ほぐしの運動と組み合わせて)

- 楽しく、仲間と夢中になって取り組め、体力の高まりを実感できる運動内容のさらなる開発
- 学習の高まりを実感し、自分を見つめ高められる評価活動のよりよいあり方

表現リズム遊び

- さらに中学年以降の多くの運動領域に発展していけるような、運動遊びの開発と精選
- 心と体を見取る観点の明確化と、より効果的な評価方法の確立

以上のことについて、今後明らかにしていく必要がある。

平成13年度教育研究員研究報告書

〔東京都教育委員会印刷物登録
平成13年度 第41号〕

平成14年1月23日

編集・発行 東京都教職員研修センター
所在地 東京都目黒区目黒1-1-14
電話番号 03-5434-1976

印刷会社名 株式会社 ドゥ・アーバン