

小 学 校

平成 2 3 年度

教育研究員研究報告書

体 育

東京都教育委員会

目 次

I	研究主題及び研究主題設定の理由	1
II	研究構想図	2
III	研究の内容	
1	調査研究	
(1)	調査の目的	3
(2)	調査の方法	3
(3)	調査項目	3
(4)	調査結果及び分析と考察	4
2	研究の視点	
(1)	確かな力の具体化	8
(2)	発達段階に応じた運動の取上げ方の工夫	10
(3)	効果的・効率的な言語活動	11
(4)	指導と評価の計画の工夫	12
3	実践事例	22
IV	研究のまとめ	24
V	引用文献及び参考文献	24

研究主題「意欲的に運動に取り組み、 確かな力を身に付ける体育学習」 ～ 走り幅跳び・走り高跳び系の学習を通して ～

I 研究主題設定の理由

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の実現することを目指した学習指導要領の体育科の改善の基本方針には、「それぞれの運動が有する特性や魅力に応じて、基礎的な身体能力や知識を身に付け、生涯にわたって運動に親しむことができるように、発達の段階のまとまりを考慮し、指導内容を整理し体系化を図る。」¹と示されている。また、教科の目標は、学校教育法における小学校教育の目標を踏まえ、「運動に親しむ資質や能力の育成」「健康の保持増進」「体力の向上」という三つの具体的目標が相互に密接に関連していることを示している。

東京都教育委員会は、小学校における体育学習について、「現在、小学校においては、学級担任により、児童の心身の全面的発達を捉えた教育が行われているが、指導者の影響が大きいこの時期の体育は、専門的な指導力を有し、質の高い学習内容・方法をもって指導することが望ましい」²と示し、体育の授業における教師の指導の大切さを強調している。

本部会では、小学校学習指導要領体育科改訂の趣旨及び東京都教育委員会の体育学習に対する考え方を踏まえ、全ての児童が運動の楽しさや喜びを味わい、すすんで運動に取り組み、確実に指導（学習）内容を身に付けることのできる体育学習を展開し、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てることを目指し、研究を進めることとした。

1 確かな力

体育科改訂の趣旨を実現するため、体育科改訂の要点には、「発達の段階に応じた指導内容の明確化・体系化を図った。」³と示されている。本部会では、指導内容の「技能（運動）」「態度」「思考・判断」をバランスよく身に付けている状態を、「確かな力を身に付けている」と捉えた。児童が「確かな力を身に付ける」ことは、運動に親しむ資質や能力の基礎となり、豊かなスポーツライフの実現につながるであろうと考えた。

2 研究領域

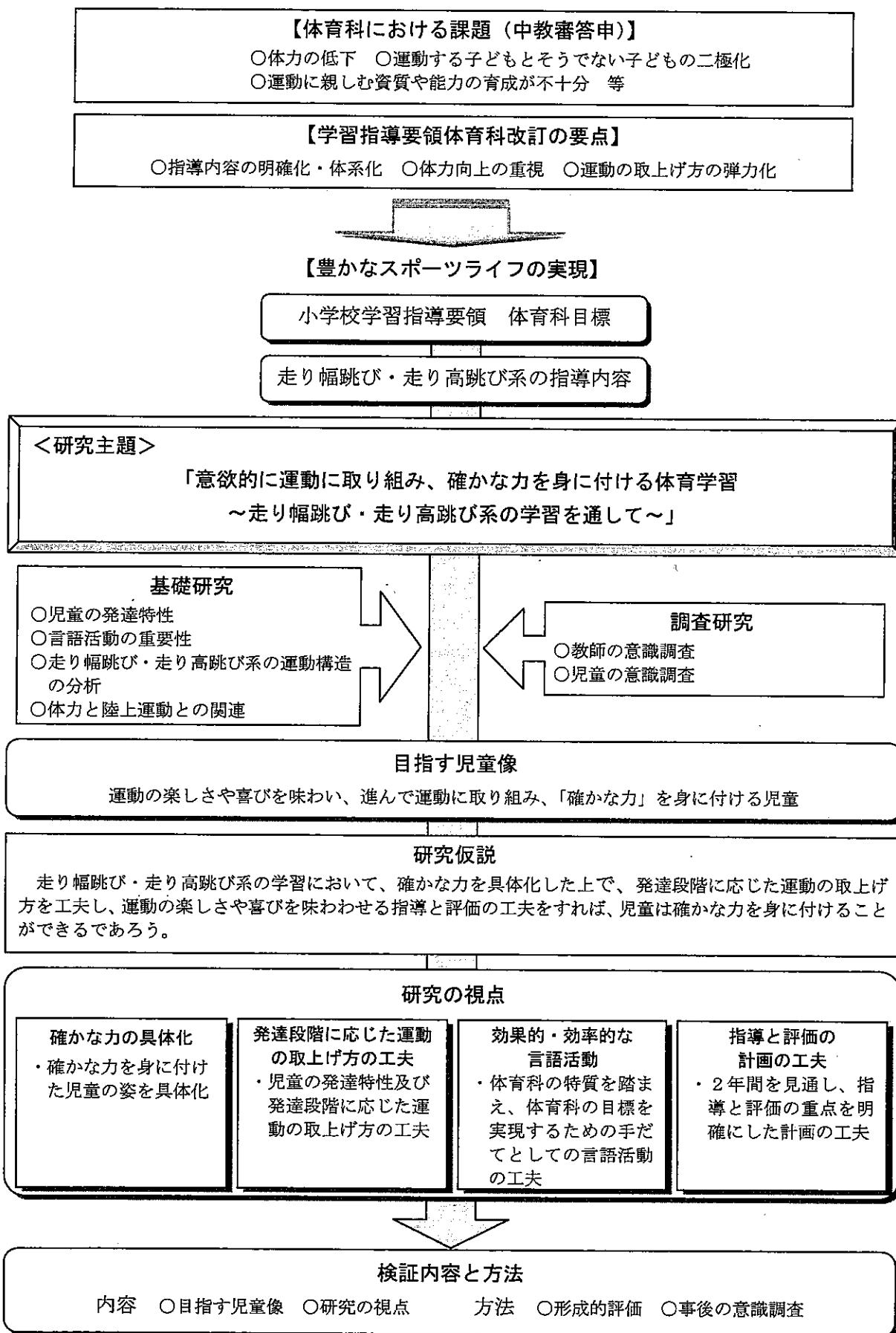
児童一人一人が「確かな力を身に付ける」指導法を研究するに当たり、児童が自己の能力に適した課題をもち、運動への取り組み方を工夫する中で、意欲をもって技能を高めることが必要である走り幅跳び・走り高跳び系^{*}の運動を通して研究を進めることにした。

走り幅跳び・走り高跳び系の学習における「確かな力」を具体化し、児童の発達の段階に応じた運動の取上げ方を工夫することにより、児童一人一人に「確かな力」を身に付けさせる指導法について研究した。

以上のことから、研究主題を「意欲的に運動に取り組み、確かな力を身に付ける体育学習～走り幅跳び・走り高跳び系の学習を通して～」と設定した。

^{*} 運動の系統性を踏まえて研究を進めるため、学習指導要領において指導内容として示されている低学年の「跳の運動遊び」、中学年の「幅跳び・高跳び」、高学年の「走り幅跳び・走り高跳び」を「走り幅跳び・走り高跳び系」とした。

II 研究構想図



Ⅲ 研究の内容

1 調査研究

(1) 調査の目的

跳の運動遊び、跳の運動、走り幅跳び、走り高跳びにおける教員の指導の実態及び児童の意識や学習経験を把握・分析し、本年度の研究を進める手がかりとする。

(2) 調査の方法

- ア 調査期間 平成 23 年 9 月～10 月
- イ 調査方法 質問紙法による。
- ウ 調査対象と対象数
- ・ 研究員所属地域の児童（2 年生 2,349 人、4 年生幅跳び 2,814 人・高跳び 1,538 人、6 年生走り幅跳び 3,263 人・走り高跳び 2,420 人）
 - ・ 昨年度体育を指導した教師（低学年 422 人、中学年 415 人、高学年 465 人）

(3) 調査項目

【教師用】

1 指導をする際、次の項目に示した活動を重視していましたか。

該当する記号に○を付けてください。

(ア 重視していた イ やや重視していた ウ あまり重視していなかった エ 重視していなかった)

- | | | | | |
|-------------------------|---|---|---|---|
| ・ いろいろな動きや技能を身に付けさせること | ア | イ | ウ | エ |
| ・ 跳ぶことの楽しさを味わわせること | ア | イ | ウ | エ |
| ・ 練習や競争などを友達と協力させること | ア | イ | ウ | エ |
| ・ 安全に気を付けて運動させること | ア | イ | ウ | エ |
| ・ よい動きや動きのポイントを見付けさせること | ア | イ | ウ | エ |
| ・ 遊びや運動の仕方を工夫させること | ア | イ | ウ | エ |

2 言語活動について、次の項目に示した内容をどの程度取り入れて指導しましたか。

該当する記号に○を付けてください。

(ア よく取り入れた イ ときどき取り入れていた ウ ほとんど取り入れなかった エ 取り入れなかった)

- | | | | | |
|----------------|---|---|---|---|
| ・ 称賛の声をかけさせること | ア | イ | ウ | エ |
| ・ 友達と励まし合わせる | ア | イ | ウ | エ |
| ・ 教え合わせる | ア | イ | ウ | エ |
| ・ めあてを言わせる | ア | イ | ウ | エ |
| ・ 振り返りを言わせる | ア | イ | ウ | エ |
| ・ 学習カードに書かせる | ア | イ | ウ | エ |

【児童用】

〈2 年生用〉

1 とぶ うんどうあそび（ケンパーとびあそび、ゴムとびあそび、はばとびあそびなど）はすきですか。

(ア すき イ どちらかといえばすき ウ どちらかといえばすきではない エ すきではない オ やっていない)

2 とぶうんどうあそびの学しゅうで つぎのようなときは楽しかったですか。

(ア 楽しかった イ どちらかといえば楽しかった ウ どちらかといえば楽しくなかった エ 楽しくなかった オ わからない)

- | | | | | | |
|--------------------------|---|---|---|---|---|
| ・ ケンパーとびあそびなどで つづけてとべたとき | ア | イ | ウ | エ | オ |
| ・ ゴムとびあそびなどで 高くとべたとき | ア | イ | ウ | エ | オ |
| ・ はばとびあそびなどで 遠くへとべたとき | ア | イ | ウ | エ | オ |
| ・ 友だちと なかよくうんどうしたとき | ア | イ | ウ | エ | オ |
| ・ むちゅうになって うんどうしたとき | ア | イ | ウ | エ | オ |
| ・ 友だちのよいごきを見つけたとき | ア | イ | ウ | エ | オ |
| ・ とび方を くふうしたとき | ア | イ | ウ | エ | オ |
| ・ できないことができるようになったとき | ア | イ | ウ | エ | オ |
| ・ きょうそうしたとき | ア | イ | ウ | エ | オ |

〈4年生用〉

1 中学年で行ったはばとびは好きですか。

(ア 好き イ どちらかといえば好き ウ どちらかといえば好きではない エ 好きではない オ やっていない)

2 はばとびの学習で次のようなときは楽しかったですか。

(ア 楽しかった イ どちらかといえば楽しかった ウ どちらかといえば楽しくなかった エ 楽しくなかった オ わからない)

・上手にとべたとき	ア	イ	ウ	エ	オ
・記録がのびたとき	ア	イ	ウ	エ	オ
・友達と助け合って運動したとき	ア	イ	ウ	エ	オ
・進んで運動したとき	ア	イ	ウ	エ	オ
・よい動き方がわかったとき	ア	イ	ウ	エ	オ
・工夫して運動したとき	ア	イ	ウ	エ	オ
・記録を達成したとき	ア	イ	ウ	エ	オ
・友達やグループで競争したとき	ア	イ	ウ	エ	オ

3 中学年で行った高とびは好きですか。

(ア 好き イ どちらかといえば好き ウ どちらかといえば好きではない エ 好きではない オ やっていない)

4 高とびの学習で次のようなときは楽しかったですか。

(ア 楽しかった イ どちらかといえば楽しかった ウ どちらかといえば楽しくなかった エ 楽しくなかった オ わからない)

・上手にとべたとき	ア	イ	ウ	エ	オ
・記録がのびたとき	ア	イ	ウ	エ	オ
・友達と助け合って運動したとき	ア	イ	ウ	エ	オ
・進んで運動したとき	ア	イ	ウ	エ	オ
・よい動き方がわかったとき	ア	イ	ウ	エ	オ
・工夫して運動したとき	ア	イ	ウ	エ	オ
・記録を達成したとき	ア	イ	ウ	エ	オ
・友達やグループで競争したとき	ア	イ	ウ	エ	オ

※ 4年生用のアンケートと同様の内容により、6年生の「走り幅跳び」「走り高跳び」について調査を行った。

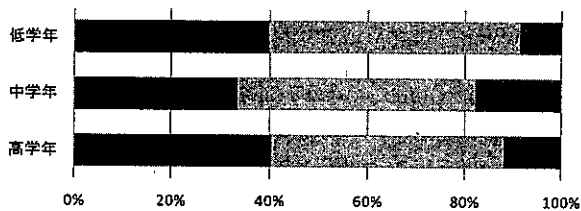
(4) 調査結果及び分析と考察

【教師用】

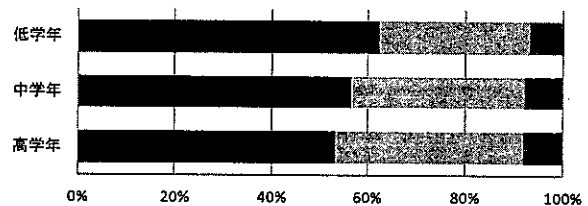
Q1：指導をする際、次の項目に示した活動を重視していましたか。

■…重視していた □…やや重視していた ▨…あまり重視していなかった ■…重視していなかった

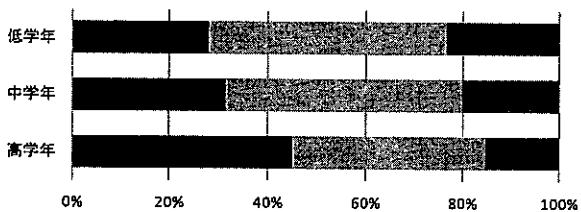
①いろいろな動きや技能を身に付けさせること



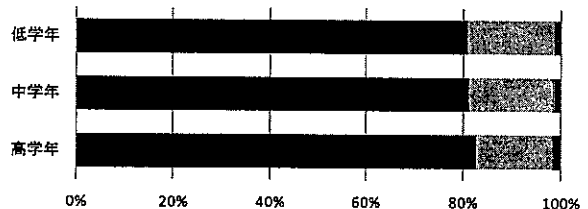
②跳ぶことの楽しさを味わわせること



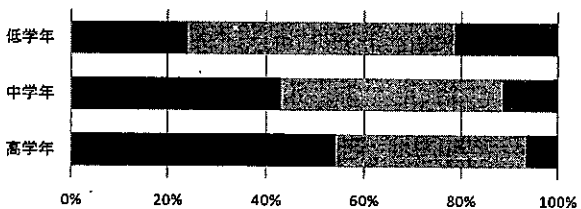
③練習や競争など友達と協力させること



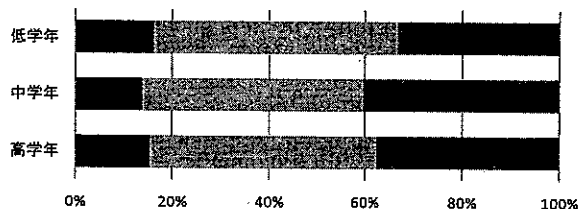
④安全に気を付けて運動させること



⑤よい動きや動きのポイントを見付けさせること



⑥遊びや運動の仕方を工夫させること



《分析と考察》 ○は分析、◇は考察

○どの学年も、「安全に気を付けて運動させること」「楽しさを味わわせること」「いろいろな動きや技能を身に付けさせること」を「重視していた」「やや重視していた」と回答した教師が80%を超えている。

○「練習や競争など友達と協力させること」「よい動きや動きのポイントを見付けさせること」は学年が進むにつれて、「重視していた」「やや重視していた」と回答した教師が増えている。

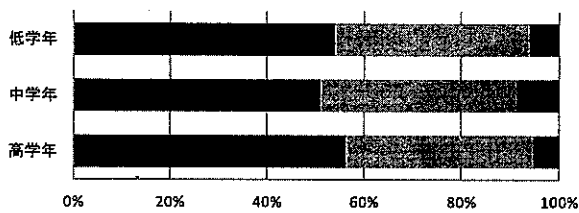
○「遊びや運動の仕方を工夫させること」は「重視していた」「やや重視していた」と回答した教師は70%未満であり、学年が進むにつれて減っている。

◇「思考・判断」に関わる活動を重視している教師がやや少ないことから、「技能」「態度」「思考・判断」をバランスよく児童に身に付けさせるためには、「よい動きや動きのポイントを見付けさせること」「遊びや運動の仕方を工夫させること」を大切にした授業を実践する必要がある。

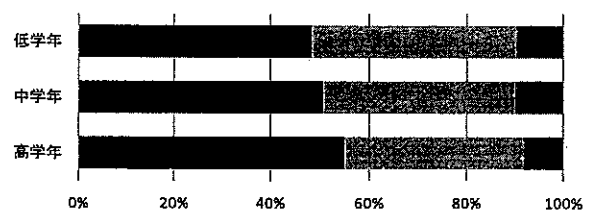
Q2：言語活動について、次の項目に示した内容をどの程度取り入れて指導しましたか。

■…よく取り入れた □…ときどき取り入れた ▨…ほとんど取り入れなかった ■…取り入れなかった

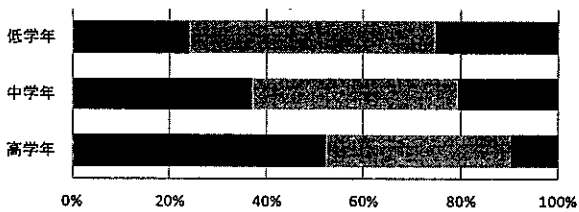
①称賛の声をかけさせること



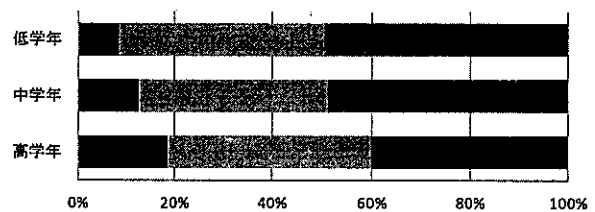
②友達と励まし合わせること



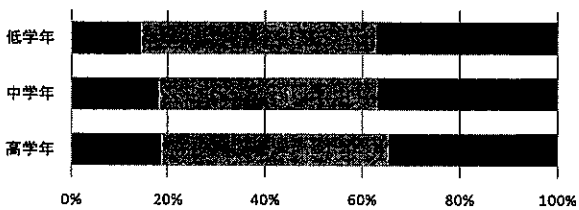
③教え合わせること



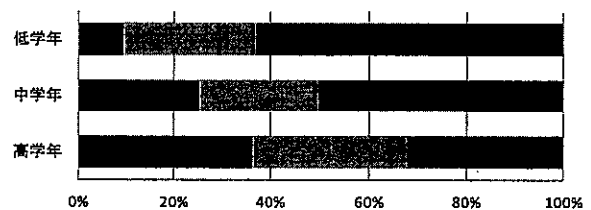
④めあてを言わせること



⑤振り返りを言わせること



⑥学習カードに書かせること



《分析と考察》 ○は分析、◇は考察

○どの学年も、「称賛の声をかけさせること」「友達と励まし合わせること」を「重視していた」「やや重視していた」と回答した教師が80%を超えている。

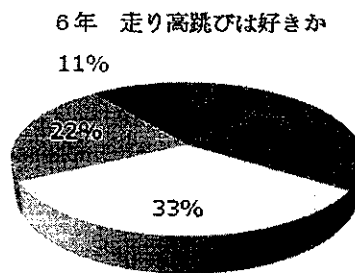
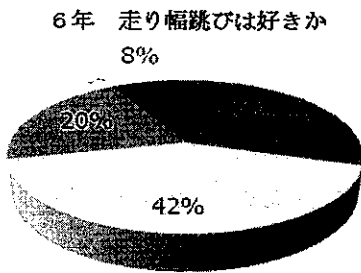
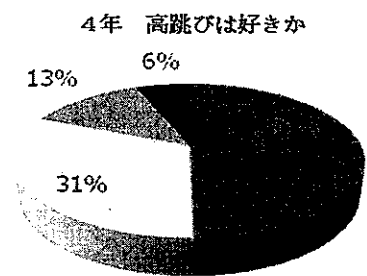
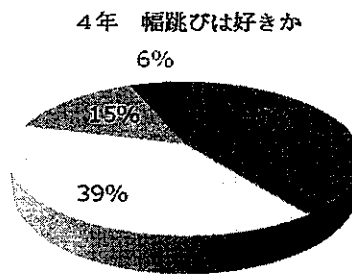
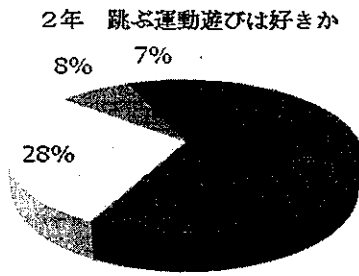
○「教え合わせること」「めあてを言わせること」「学習カードに書かせること」は学年が進むにつれて、「重視していた」「やや重視していた」と回答した教師が増えている。

◇言語活動について、コミュニケーション能力を育成する内容を取り入れている教師は多いが、「めあてを言わせること」「振り返りを言わせること」「学習カードに書かせること」等の論理的思考力を育む内容を取り入れている教師は少ない。言語活動を通して、コミュニケーション能力を育成する内容と論理的思考力を育む内容を発達段階に応じて、計画的に取り入れていく必要がある。

【児童用】

Q1：次の運動は好きですか。

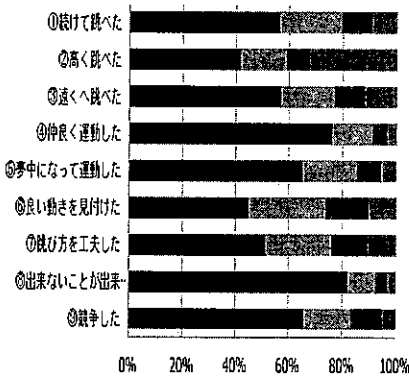
■…好き □…どちらかといえば好き ▨…どちらかといえば好きではない ■…好きではない



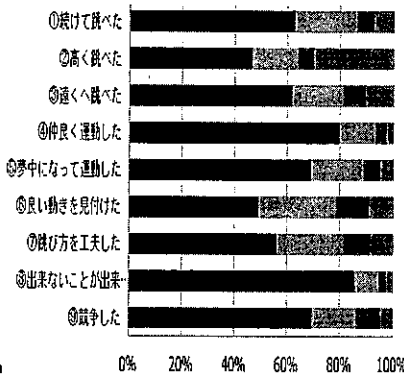
Q2：どのような時に楽しさを感じましたか。

■…楽しかった □…どちらかといえば楽しかった ▨…どちらかといえば楽しくなかった ■…楽しくなかった □…わからない

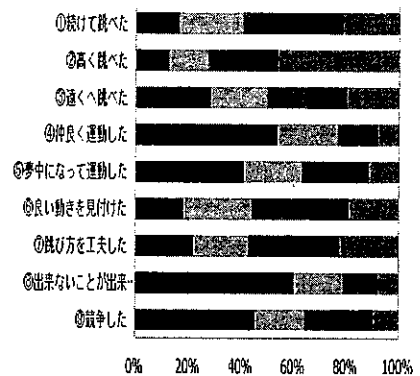
2年 跳ぶ運動遊びの学習で次のような時は楽しかったですか



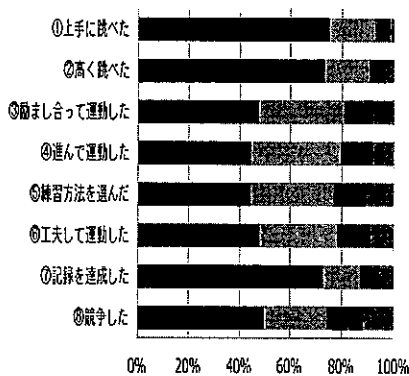
2年 好き・どちらかといえば好きと答えた児童が楽しく感じたこと



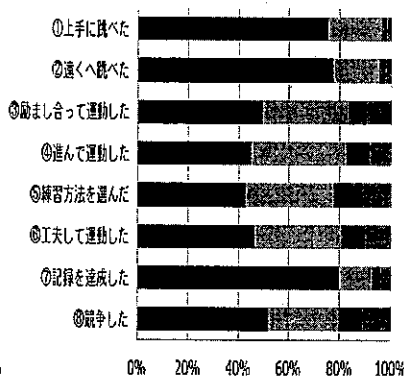
2年 どちらかといえば好きではない好きではないと答えた児童が楽しく感じたこと



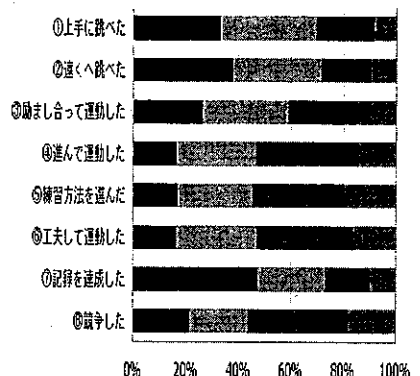
4年 高跳びの学習で次のような時は楽しかったですか

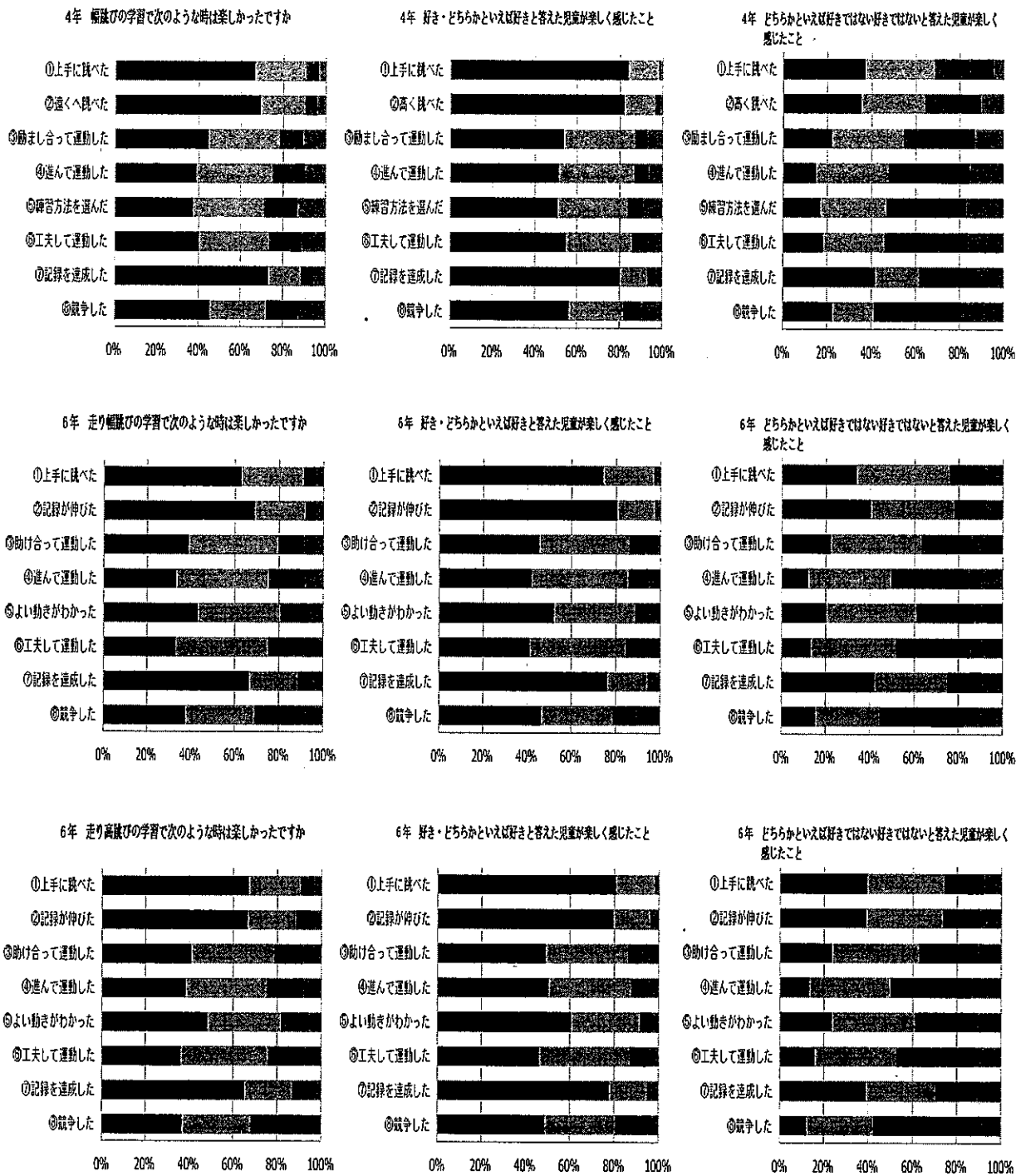


4年 好き・どちらかといえば好きと答えた児童が楽しく感じたこと



4年 どちらかといえば好きではない好きではないと答えた児童が楽しく感じたこと





◯は分析、◇は考察
 ○どの学年も、「上手く跳べた」「記録を達成した」ことを「楽しかった」「どちらかといえば楽しかった」と答えた児童が80%を超えているが、「工夫して運動した」ことが「楽しかった」「どちらかといえば楽しかった」と答えた児童は80%に満たない。
 ○それぞれの運動を好きと感じている児童に比べて好きではないと感じている児童は、楽しさを感じる割合が低い。
 ○それぞれの運動を好きと感じている児童は様々な楽しさを味わっているが、好きではないと感じている児童は楽しさを感じる項目と感じない項目がある。
 ◇児童が楽しく運動に取り組み、確かな力を身に付けることができるように、発達段階に応じた運動の取上げ方、言語活動及び指導と評価の計画等を工夫する必要がある。

2 研究の視点

(1) 確かな力の具体化

走り幅跳び・走り高跳び系の学習では、技能に特化した指導や思考・判断を軽視した授業が見られるという指摘がある。生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を培うためには、学習指導要領に示されている「技能」、「態度」、「思考・判断」の内容を、全ての児童にバランスよく身に付けさせることが必要である。

本研究では、「技能」、「態度」、「思考・判断」の内容を、バランスよく身に付けた児童を、「確かな力を身に付けた」児童と捉え、国立教育政策研究所「評価規準の作成のための資料」に示された「評価規準の設定例」を基に児童の具体的な姿を考えた。

(ゴシックの部分は、確かな力を身に付けた児童の具体的な姿であり、それ以外は国立教育政策研究所「評価規準の作成のための資料」から引用した。)

学年	第1学年・第2学年	第3学年・第4学年	第5学年・第6学年
領域	走・跳の運動遊び	走・跳の運動	陸上運動
発達に応じた楽しさ	基本的な動きに幅広く取り組む楽しさ		全ての領域の特性や魅力に触れる楽しさ
学習の進め方	運動を楽しく行い、その動きができるようにする。		運動の楽しさや喜びに触れ、その技能を身に付けるようにする。
関心・意欲・態度	・跳の運動遊びにすすんで取り組もうとしている。 ○夢中になって跳の運動遊びに取り組む、繰り返し運動しようとしている。	・跳の運動にすすんで取り組もうとしている。 ○幅跳び、高跳びを楽しく行い、繰り返し運動しようとしている。	・競争したり、目標記録に挑戦したりする楽しさや喜びに触れることができるよう、走り幅跳びや走り高跳びにすすんで取り組もうとしている。 ○目標記録を達成するために、自分に合った課題をもって、取り組もうとしている。
	・運動の順番や決まりを守り、勝敗の結果を受け入れて、友達と仲よく運動しようとしている。	・運動の行い方の決まりを守り、友達と励まし合って練習や競争をしようとしたり、勝敗の結果を受け入れようとしたりしている。	・約束を守り、友達と助け合って練習や競争をしようとしている。
	・友達と協力して、用具の準備や片付けをしようとしている。	・友達と協力して、用具の準備や片付けをしようとしている。	・用具の準備や片付け、計測や記録などで、分担された役割を果たそうとしている。
	・運動する場や用具の使い方などの安全に気を付けようとしている。	・運動する場や用具の使い方などの安全を確かめようとしている。	・運動する場を整備したり、用具の安全を保持したりすることに気を配ろうとしている。 ○場や用具の安全に気を配りながら、運動しようとしている。
思考・判断	・跳の運動遊びの行い方を知るとともに、運動をする場や使用する用具などを変えながら、いろいろな運動の仕方を見付けたり、競争の仕方を選んだりしている。 ○跳の運動遊びで、動きを広げるための楽しみ方を知っている。 ○運動をする場や使用する用	・跳の運動の動き方や動きのポイントを知るとともに、自分の力に合った課題を選んでいる。 ○幅跳び、高跳びの動き方や動きのポイントを知り、自分の力に合った助走や踏み切り、着地などの課題を選んでいる。	・課題の解決の仕方を知るとともに、自分の課題に合った練習の場や方法を選んでいる。 ○走り幅跳び、走り高跳びの動き方や動きのポイントを知り、自分の力に合った助走や踏み切り、着地などの課題を知っている。

	<p>具を変えるなど、遊び方を工夫したり選んだりしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・跳ぶ動き方を知るとともに、友達のよい動きを見付けている。 ○いろいろな跳び方を知るとともに、友達のよい動きを見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳の運動の動き方を身に付けるための練習の仕方を知るとともに、自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間との競争や自分の記録への挑戦の仕方を知るとともに、自分の力に合った競争のルールや記録への挑戦の仕方を選んでいる。 ○初めの記録を知るとともに、学習カードや掲示物から自分の力に合っためやす記録※を決めて記録に挑戦している。
		<ul style="list-style-type: none"> ・仲間との競争の仕方を知るとともに、競争の規則を選んでいる。 	
技能	<ul style="list-style-type: none"> ・跳の運動遊びでは、前方や上方に跳んだり、連続して跳んだりすることができる。 ○助走を付けて片足で踏み切り、前方や上方に跳ぶことができる。 ○片足や両足で連続して前方や上方に跳ぶことができる。 	幅跳び	走り幅跳び
		<ul style="list-style-type: none"> ・幅跳びでは、短い助走から調子よく踏み切って跳ぶことができる。 ○5～10m程度の短い助走から、なめらかに踏み切って遠くへ跳ぶことができる。 ○自分が跳びやすい踏み切り足が分かり、片足で踏み切ることができる。 ○膝を柔らかく曲げて、両足で着地することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り幅跳びでは、リズムカルな助走から踏み切って跳ぶことができる。 ○適度なスピードの助走から、なめらかに踏み切って遠くへ跳ぶことができる。 ○自分の踏み切り足を決めて、30cm～40cm程度の踏み切りゾーンで踏み切ることができる。 ○かがみ跳びから膝を柔らかく曲げて、両足で安全に着地することができる。
		高跳び	走り高跳び
		<ul style="list-style-type: none"> ・高跳びでは、短い助走から調子よく踏み切って跳ぶことができる。 ○3～5歩程度の短い助走からなめらかに踏み切って高く跳ぶことができる。 ○自分が跳びやすい踏み切り足が分かり、片足で踏み切ることができる。 ○膝を柔らかく曲げて、足から安全に着地することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・走り高跳びでは、リズムカルな助走から踏み切って跳ぶことができる。 ○5～7歩程度のリズムのよい助走から、なめらかに踏み切って高く跳ぶことができる。 ○上体を起こしてしっかりと踏み切ることができる。 ○はさみ跳びから膝を柔らかく曲げて足から安全に着地することができる。

※ 児童一人一人の力に応じて、達成可能と思われるように設定した記録を「めやす記録」と捉えた。達成していない児童にとっては目標記録となり、達成した児童にとってもどれだけ上回ることができたかという基準となる記録と考えた。

(2) 発達段階に応じた運動の取上げ方の工夫

小学校段階において、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるためには、児童が運動の楽しさや喜びを味わいながら運動に取り組み、運動を楽しもうとする意欲や態度、運動を楽しむための工夫、運動を楽しむことができる技能を身に付けることが必要である。児童の発達特性及び発達段階に応じた運動の取上げ方を以下のように工夫した。

ア 低学年

低学年の児童は、思考と活動が未分化な時期である。また、運動を楽しむことに夢中になる時期であり、様々な運動遊びの経験から運動への肯定的な態度や多様な動きを身に付けるのに適した時期である。この時期の児童に、易しい運動遊びを通して運動そのものの楽しさを味わうことができるようにする必要がある。

授業においては、いろいろな跳び方で前や上へ跳んだり、遠くへ（高く）跳んだり、連続して跳んだりする易しい運動遊びに意欲的に取り組める楽しい場を設定する。また、友達と一緒に運動遊びに取り組む時間を設定し、友達のよい動きや工夫した動きを見合ったり、まねたりすることで、より夢中になって遊べるようにする。

イ 中学年

中学年の児童は、自我が強くなり芽生え、友達との関係も深まっていく時期である。さらに、低学年の児童に比べてスムーズな動きや複雑な動きができるようになり、思考と活動の分化が進み、自分の動きを意識したり理解したりすることも可能になる。この時期の児童に学習を通して、運動を楽しく行うことや、自分なりに工夫することにより運動の楽しさを広げることができるようにする必要がある。

授業においては、児童が跳ぶこと自体の楽しさや心地よさを味わいながら、安全な着地や遠くへ（高く）跳ぶ動きを、楽しみながら身に付けられるような場を設定する。また、グループで誰もが勝てるチャンスのある競争を行ったり、自分の力に応じた課題をもち、動きを身に付けるための練習を工夫したりすることで、運動の楽しさを一層広げられるようにする。

ウ 高学年

高学年の児童は、中学年の児童に比べて更に器用さが増し、個々の運動能力が急速に向上する時期である。また、自分のことも客観的に捉えられるようになり、知的な活動も活発になってくる。一方で、身体も大きく成長し、自己肯定感をもち始めたり、逆に劣等感をもったりする。集団行動では、ルールや役割を大切にして、集団のまとまりをつくることができるようになる。この時期の児童に学習を通して、運動に対しての自己肯定感をもてるように、基本的な技能を身に付け、進んで考えて活動を工夫することにより、運動の楽しさや喜びを味わわせることが必要である。

授業においては、グループで運動に取り組みながら互いの課題を見付け合う学習を取り入れるとともに、課題の解決につながる資料や場を用意することにより、児童が自ら活動を工夫できるようにする。また、一人一人に合っためやす記録を設定し、繰り返し練習する時間を確保するとともに、運動の各局面における技能のポイントを十分に指導することで基本的な技能を身に付けさせ、目標とした記録を達成する喜びを味わわせることにより運動に対しての自己肯定感をもてるようにする。

(3) 効果的・効率的な言語活動

文部科学省「言語活動の充実に関する指導事例集」には体育科の特質を踏まえた言語活動について、次のように示されている。

コミュニケーション能力を育成したり、論理的思考力を育んだりする観点から、ゲームや練習などにおける励ましや協力をする事、及び練習方法や作戦を考えたり、成果を振り返ったりするために話し合う活動などを充実する。

○運動領域では他者とのコミュニケーション能力を育成するため、身体表現やゲーム場面での意思疎通などの集団的活動で互いに励まし合ったり、相手チームの健闘を称えたりして、協力して学び合う活動を充実する。

○運動領域では論理的思考力を育成するため、資料を基に練習方法や作戦を考えて教え合ったり、その成果や課題について話し合ったり、学習カードにまとめたりする活動を重視する。

体育科においても言語活動は重要であり、これまでの授業においても、コミュニケーション能力及び論理的思考力の育成のために、「励まし合い」「教え合い」「話し合い」や学習カードの活用等が行われてきた。一方、体育科の目標を達成するために「運動量・活動量の確保」にも配慮する必要がある。

そこで本研究では、十分な運動量を確保しつつ言語活動を活発にするため、効果的な言語活動を効率的に行う手だてを下記のように考えた。

	低学年	中学年	高学年
コミュニケーション能力を育成する工夫	<p>①児童から出た言葉掛けの掲示</p> <ul style="list-style-type: none"> ・友達を励ます言葉を分かりやすく掲示していく。毎時間、掲示を増やしていくことでコミュニケーションを豊かにしていく。 <p>②跳ぶ時の言葉掛けや合図</p> <ul style="list-style-type: none"> ・跳ぶ時に言葉掛けや合図を決めることで、コミュニケーションを活発にさせていく。 <p>③役割表の掲示</p> <ul style="list-style-type: none"> ・安全に準備や片付けをするために役割表を掲示して、お互いに声を掛けやすくする。 	<p>①役割表の掲示</p> <ul style="list-style-type: none"> ・安全に準備や片付けをするために役割表を掲示して、互いに声を掛けやすくする。 <p>②見る位置や言葉掛けの掲示</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動を見る位置と言葉掛けの例を掲示しておくことにより、友達の運動を観察して、気が付いたことを積極的に言葉掛けできるようにする。 	<p>①伝え合う時間の設定</p> <ul style="list-style-type: none"> ・互いに自分の課題を伝え合うことで、友達の動きに関心をもたせ、声を掛け合いやすくする。 <p>②口伴奏や手拍子の活用</p> <ul style="list-style-type: none"> ・リズムアップする助走から踏み切りを行えるように、友達同士で口伴奏や手拍子をしてリズムを唱えることで、コミュニケーションを活発にさせていく。
論理的思考力を育成する工夫	<p>①動きを高める言葉の掲示</p> <ul style="list-style-type: none"> ・動きを高めていくために、児童に分かりやすいオノマトペを使って、思考力を育む。 <p>②よい動きを認め合える時間の設定</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の動きを高めていくために、友達のよい動きを見付けたり、まねをしたことを伝え合うようにする。 	<p>①見る視点の明確化</p> <ul style="list-style-type: none"> ・踏み切り足に印を付けたり、助走の場所に印を付けたりすることで、友達の動きを見る視点を明確にしていくことで、友達に具体的なアドバイスをしやすくし、動きを高める工夫ができるようになる。 	<p>①掲示の活用</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動における各局面の技能のポイントを掲示して、自分の考えを伝えるための情報をいつでも確認できるようにする。 <p>②見る視点の明確化</p> <ul style="list-style-type: none"> ・踏み切り足に印を付けたり、踏み切りゾーンにケンステップを置いたりすることで、見る視点を明確にして、ポイントを確認しながら教え合いができるようにする。 ・踏み切りの場では、高い位置に目標物を設置することで、具体的にアドバイスをしやすくする。

(4) 指導と評価の計画の工夫

学習指導要領においては、指導内容の確実な定着が図れるよう、運動の取上げ方を一層弾力化し、「体づくり運動」以外の全ての指導内容について、2学年ごとのまとまりで示されている。このことを踏まえ、指導計画の作成に当たり、次のように運動を取り上げることにした。

- ・低学年の「跳の運動遊び」及び中学年の「幅跳び」「高跳び」においては、繰り返し様々な運動を経験させることで、運動そのものの楽しさを味わわせたり、遊び方や活動の工夫や競争の楽しさを味わわせたりするために、2学年にわたって指導する。
- ・高学年の「走り幅跳び」「走り高跳び」では、課題解決の工夫や達成の楽しさを味わわせるために、各学年で一つの運動種目を指導し、2学年で二つの運動種目を指導する。

確かな力を身に付けさせるためには、観点ごとの評価をバランスよく実施すること、1時間の評価項目を精選し、全児童を確実に評価することが重要である。そこで評価計画の作成に当たり、次の点から効果的・効率的な評価と評価を行うための工夫をした。

- ・単元を通して観点ごとの評価を確実に実施するために、それぞれの時間に重点的に評価する「学習活動に即した評価規準」を精選し、バランスよく配置した。
- ・それぞれの時間の「学習活動に即した評価規準」に合わせて、指導の重点を明示した。

ア 低学年「跳の運動遊び」の指導と評価の計画

1 単元の目標

- (1) 前方や上方に跳んだり、連続して跳んだりする運動を楽しく行い、その動きができるようになる。(技能)
- (2) 運動にすすんで取り組み、決まりを守り仲よく運動をしたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。(態度)
- (3) 跳ぶ簡単な遊び方を工夫できるようにする。(思考・判断)

2 評価規準

	運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・跳の運動遊びにすすんで取り組もうとしている。 ・運動の順番や決まりを守り、友達と仲よく運動しようとしている。 ・友達と協力して、用具の準備や片付けをしようとしている。 ・運動する場や用具の使い方などの安全に気を付けようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・跳の運動遊びの行い方を知るとともに、運動をする場や使用する用具などを変えながら、いろいろな運動の仕方を見付けたり選んだりしている。 ・跳ぶ動き方を知るとともに、友達のよい動きを見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・前方や上方に跳んだり、連続して跳んだりすることなどができる。
学習活動に即した評価規準	<ol style="list-style-type: none"> ①跳の運動遊びにすすんで取り組もうとしている。 ②順番や決まりを守り友達と仲よく運動しようとしている。 ③友達と協力して、用具の準備や片付けをしようとしている。 ④運動する場や用具の使い方などの安全に気を付けようとしている。 	<ol style="list-style-type: none"> ①跳の運動遊びの行い方を知り、運動をする場や使用する用具などを変えながら、遊び方を見付けたり選んだりしている（1年）。 ②跳ぶ動き方を知るとともに、友達のよい動きを見付けている（2年）。 	<ol style="list-style-type: none"> ①助走を付けて片足で踏み切って前方に跳んだり、片足や両足で連続して前方に跳んだりすることができる。 ②助走を付けて片足で踏み切って上方に跳んだり、片足や両足で連続して上方に跳んだりすることができる。

3 指導と評価の計画（評価規準の丸番号は、学習活動に即した評価規準の番号を示す。）

学年	時間	主なねらい・学習活動	指導の重点	評価規準			
				聴	思・判	技	
第1学年	1	1 学習の流れの確認・準備運動をする。 2 用具や場の準備をする。 3 遊び方や安全についての決まりを知る。 4 グループで仲良く跳び遊びを楽しむ。	○ケンパー跳び遊び ・片足や両足で連続して前方に跳ぶ。	・安全に運動できるように場や用具の使い方を指導する。→④ ・リズムカルに跳べるよう声掛けやリズム太鼓で伴奏する。 ・跳ぶ時の声掛けや合図を決める。 ・準備や片付けの役割表を作り、役割を決めさせる。→①	④		①
	2	前や上へ跳んだり連続して跳んだりして楽しもう。	○幅跳び遊び ・前方に跳ぶ。	・児童が楽しめる運動遊びを提示し、動きが広がるような言葉掛けをする。→① ・個に応じた幅を選べるように、場の工夫をする。→①		①	①
	3	・運動する場や用具を変えながら、遊び方を見付けたり選んだりすることで動きを広げる楽しみ方を知る。 ・友達のよい動きを見付ける。	○ゴム跳び遊び ・上方に跳ぶ。	・工夫した動きや場の例を提示し、掲示する。→②	②		①
	4	5 片付け・整理運動・振り返り（学習カード、ペアになったの伝え合い、全体）をする。	○ゴム跳び遊び ・片足や両足で連続して上方に跳ぶ。	・児童に分かりやすいオノマトペを使って、動きを高める言葉掛けをする。→③		③	②
第2学年	1	1 学習の流れの確認・準備運動をする。 2 用具や場の準備をする。 3 遊び方や安全についての決まりの確認をする。 4 グループで仲良く跳び遊びを楽しむ。 ・運動する場や用具、跳び方を変えるなど、遊び方や規則の工夫をする。 ・友達のよい動きを見付け、まねをする。	○幅跳び遊び 遠くへ跳んで楽しもう。	・準備や片付けの役割表を作り、役割を決めさせる。→③ ・場の設定の図を掲示する。→④ ・安全に運動できるように場や用具の使い方を指導する。 ・よい動きをしていた児童を紹介し、ポイントを押さえ掲示する。	③ ④		
	2			・友達を励ます言葉掛けや決まりを掲示する。→②		②	①
	3	5 片付け・整理運動・振り返り（学習カード、グループ、全体）をする。	○ゴム跳び遊び 高く跳んで楽しもう。	・グループで、友達のよい動きを認め合える時間を設ける。→②		②	
	4			・運動遊びがもっと楽しくなるように遊び方の工夫をさせる。→① ・個に応じた高さを選べるように場を工夫する。→②		①	②

※ 第1学年の運動への関心・意欲・態度の「順番や決まりを守り友達と仲よく運動しようとしている。」「友達と協力して、用具の準備や片付けをしようとしている。」の評価については、第1時で重点として指導を行い、第2時、第3時に定着しているかを評価することとした。他学年でも同様に、重点とした指導を行った時間以降に評価する計画としたものがある。

イ 中学年「幅跳び」の指導と評価の計画

1 単元の目標

- (1) 幅跳びを楽しく行い、短い助走から調子よく踏み切って跳ぶことができるようにする。
(技能)
- (2) 幅跳びにすすんで取り組み、決まりを守り仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。
(態度)
- (3) 自分の力に合った課題をもち、動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫できるようにする。
(思考・判断)

2 評価規準

	運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> 幅跳びにすすんで取り組もうとしている。 運動の行い方の決まりを守り、友達と励まし合って練習や競争をしようとしたり、勝敗の結果を受け入れようとしたりしている。 友達と協力して、用具の準備や片付けをしようとしている。 運動する場や用具の使い方などの安全を確かめようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 幅跳びの動き方や動きのポイントを知るとともに、自分の力に合った課題を選んでいる。 幅跳びの動きを身に付けるための練習の仕方を知るとともに、自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 仲間との競争の仕方を知るとともに、競争の規則を選んでいる。 	<ul style="list-style-type: none"> 短い助走から調子よく踏み切って遠くへ跳ぶことができる。
学習活動に即した評価規準	<ol style="list-style-type: none"> 幅跳びを楽しく行い、繰り返し運動しようとしている。 決まりを守り、友達と励まし合って練習や競争をしたり、勝敗の結果を受け入れようとしたりしている。 友達と協力して、用具の準備や片付けをしようとしている。 場や用具の使い方などの安全を確かめようとしている。 	<ol style="list-style-type: none"> 幅跳びの動き方や動きのポイントを知り、自分の力に合った助走や踏み切り、着地などの課題を選んでいる。 練習の仕方を知るとともに、自分の力に合った練習の場を選んでいる。 仲間との競争の仕方を知るとともに、競争の規則を選んで楽しみながら競争をしている(競争は4年で実施)。 	<ol style="list-style-type: none"> 5～10m程度の短い助走からなめらかに遠くへ跳ぶことができる。 自分が跳びやすい踏み切り足が分かり、片足で踏み切ることができる(4年)。 膝を柔らかく曲げて両足で着地することができる(3年)。

3 指導と評価の計画（評価規準の丸番号は、学習活動に即した評価規準の番号を示す。）

学年	時間	主なねらい・学習活動	指導の重点	評価規準		
				観察	思判	技
第3学年	1	1 学習の流れの確認・準備運動をする。 3 学習課題の確認をする。 片足でなめらかに踏み切って、遠くへ跳ぼう。 4 幅跳びをする。 ・安全な着地を意識しながら、片足でなめらかに踏み切って遠くへ跳ぶ。 5 工夫した場で幅跳びをする。 (ねらってジャンプ) ・枠の中をねらって安全な着地をする。 6 整理運動・振り返り・片付けをする。	・安全に場の準備や運動ができるように、場や用具の使い方、立ち位置、言葉の掛け方などを指導する。→④ ・安全な着地について指導をする。→③			
	2	2 用具や場の準備をする。 3 本時のめあての確認をする。 4 工夫した場で幅跳びをする。 (ふわっとジャンプ) ・踏み切り板と跳び箱の場で高く跳ぶ。 (踏み切り板ジャンプ) ・助走から強く踏み切り、高く跳ぶ。 5 幅跳びをする。 6 整理運動・振り返り・片付けをする。	・場の中で見る位置や言葉掛けの仕方を提示する。→① ・友達のよい動きを紹介したり掲示したりする。 ・見るポイントを提示し、友達のアドバイスから自分のめあてをもたせる。→①			
	3	3 本時のめあての確認をする。 4 三つの工夫した場から選んで、幅跳びをする。 (ねらってジャンプ) (ふわっとジャンプ) (踏み切り板ジャンプ) 5 幅跳びをする。 6 整理運動・振り返り・片付けをする。	・グループごとに、準備や片付けの分担を決め、図で掲示する。→③ ・自分に合った助走の場所に印を付けさせる。→① ・それぞれの場での動き方や動きのポイントを確かめ、場を選ばせる。			
	4	6 整理運動・振り返り・片付けをする。	・友達へのよい言葉掛けを称賛し、全体に紹介したり、掲示したりする。→②		②	
第4学年	1	1 学習の流れの確認・準備運動をする。 3 学習課題の確認をする。 自分が跳びやすい踏み切り足で、なめらかに踏み切って遠くへ跳ぼう。 4 幅跳びをする。 ・踏み切り足を意識しながら跳ぶ。 5 幅跳び競争をする。 6 整理運動・振り返り・片付けをする。	・場の準備や片付けの分担の図を掲示する。→③ ・踏み切り足を同じにするために最後の3歩5歩を声を出して跳ぶように指導する。→④ ・踏み切り足に印を付けさせる。 ・どのチームも勝つことができる競争の規則例を提示する。			
	2	2 用具や場の準備をする。 3 本時のめあての確認をする。 ・自分のめあてを確認する。 4 グループで記録の伸びをポイントにして1回目の幅跳び競争をする。 5 自分のめあてに合った場を選んで課題解決に取り組む。 (ふわっとジャンプ) ・空中姿勢と着地までの動きに関する課題を解決をする。 (踏み切り板ジャンプ) ・助走から踏み切りまでの動きに関する課題を解決する。	・友達へのよい言葉掛けを称賛し全体に紹介したり、掲示したりする。→② ・学習カードを使い、自分のめあてに合うよう練習の仕方を工夫させる。→②			
	3	2 用具や場の準備をする。 ・踏み切り足が合うように、助走の位置に印を付けさせる。 ・課題解決の成果が見られるような競争の規則を選ばせる。→③			②	
	4	2 用具や場の準備をする。 ・踏み切り直前でスピードが落ちてしまう場合にはケンステップを使用する。 6 2回目の幅跳び競争をする。 7 整理運動・振り返り・片付けをする。	・よい動きをしている児童を称賛し、全体で見合いながら共有する。→① ・自分に合った助走の場所に印を付けさせる。→①			①

ウ 中学年「高跳び」の指導と評価の計画

1 単元の目標

- (1) 高跳びを楽しく行い、短い助走から調子よく踏み切って遠くへ跳ぶことができるようにする。 (技能)
- (2) 高跳びに進んで取り組み、決まりを守り仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。 (態度)
- (3) 自分の力に合った課題をもち、動きを身に付けるための活動を工夫できるようにする。 (思考・判断)

2 評価規準

	運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> 高跳びに進んで取り組もうとしている。 運動の行い方の決まりを守り、友達と励まし合って練習や競争をしようとしたり、勝敗の結果を受け入れようとしたりしている。 友達と協力して、用具の準備や片付けをしようとしている。 運動する場や用具の使い方などの安全を確かめようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 高跳びの動き方や動きのポイントを知るとともに、自分の力に合った課題を選んでいる。 高跳びの動きを身に付けるための練習の仕方を知るとともに、自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 仲間との競争の仕方を知るとともに、競争の規則を選んでいる。 	<ul style="list-style-type: none"> 短い助走から調子よく踏み切って高く跳ぶことができる。
学習活動に即した評価規準	<ol style="list-style-type: none"> 高跳びを楽しむための活動に進んで取り組もうとしている。 決まりを守り、友達と励まし合って練習や競争をしようとしている（競争は4年で実施する。）。 友達と協力して用具の準備や片付けをしようとしている。 場や用具の使い方などの安全を確かめようとしている。 	<ol style="list-style-type: none"> 高跳びの動き方や動きのポイントを知り、自分の力に合った助走や踏み切り、抜き足、着地などの課題を選んでいる。 練習の仕方を知るとともに、自分の力に合った練習方法や練習の場を選んでいる。 仲間との競争の仕方を知るとともに、競争の規則を選んでいる（競争は4年で実施する。）。 	<ol style="list-style-type: none"> 3歩から5歩程度の短い助走から調子よく踏み切って高く跳ぶことができる。 自分が跳びやすい踏み切り足が分かり、片足で踏み切ることができる。 膝を柔らかく曲げて足から安全に着地することができる。

3 指導と評価の計画 (評価規準の丸番号は、学習活動に即した評価規準の番号を示す。)

学年	時間	学習活動	指導の重点	評価規準			
				関心・意欲	思考	技能	
第3学年	1	1 学習の流れの確認・準備運動をする。 2 ゴム跳びをする。 ・ゴムを真つすぐ張った場で跳ぶ。 3 本時のめあての確認 ふわっと跳んで、安全に着地しよう 4 用具や場の準備 5 フワットン (安全に足から着地) 6 整理運動・振り返り・片付け	・振り上げた足を意識的に下ろし、膝を柔らかく曲げて、足から着地をするよう指導する。 ・よい動きをしている児童を紹介したり、称賛したりする。			③	
	2	1 学習の流れの確認・準備運動をする。 2 用具や場の準備をする。 3 本時のめあての確認をする。 4 工夫した場でゴム跳びを行い、楽しみながら動きを身に付ける。 5 どのくらい跳べるようになったか成果を見せ合う。 6 整理運動・振り返り・片付け	1・2・3のリズムで調子よく跳ぼう ○フワットン (安全に足から着地) ○ケンステップジャンプ (助走から踏み切り)	・それぞれの場における、見る位置や言葉掛けの仕方を掲示する。 ・安全に場の準備や運動ができるように、場や用具の使い方、立ち位置、声の掛け方などを説明するとともに掲示する。		①	
	3	1 学習の流れの確認・準備運動をする。 2 用具や場の準備をする。 3 本時のめあての確認をする。 4 工夫した場でゴム跳びを行い、楽しみながら動きを身に付ける。 5 どのくらい跳べるようになったか成果を見せ合う。 6 整理運動・振り返り・片付け	踏み切り足を決めて跳ぼう ○振り上げジャンプ (振り上げ足) ○抜き足ジャンプ (抜き足)	・グループごとに、準備や片付けの分担を決め、図で掲示する。 ・3歩～5歩程度の助走からリズムよく片足で踏み切れるように、友達同士で言葉掛けをさせる。 ・踏み切り足に印を付けさせる。			③ ① ②
	4	1 学習の流れの確認・準備運動をする。 2 用具や場の準備をする。 3 本時のめあての確認をする。 4 工夫した場でゴム跳びを行い、楽しみながら動きを身に付ける。 5 どのくらい跳べるようになったか成果を見せ合う。 6 整理運動・振り返り・片付け	自分が選んだ場で跳ぼう ○自分の力に合った場を選んで取り組む。	・それぞれの場に応じた動きが身に付くように、運動してどう感じたかを問い掛ける。 ・友達と励まし合っている児童を称賛し、具体的な励ましの言葉を掲示する。		②	
第4学年	1	1 学習の流れの確認・準備運動をする。 2 用具や場の準備をする。 3 本時のめあての確認をする。 片足でなめらかに踏み切って高く跳ぼう 4 今もっている力を知る。 ・ゴムを真つすぐ張った場で跳ぶ。 5 整理運動・振り返り・片付けをする。	・場の準備や片付けの分担の図を掲示する。 ・安全な運動ができる場や用具の使い方を指導する。 ・3歩～5歩程度の助走で踏み切るよう指導する。 ・安全な着地について指導する。 ・踏み切り足に印を付けさせる。			③ ④	
	2	1 学習の流れの確認・準備運動をする。 2 用具や場の準備をする。 3 グループごとに、記録の伸びをポイントにして高跳び競争①をする。 4 自分の課題に合った場を選んで活動する。 ・自分の課題に合った場を選んで練習する。	・自分に合った練習の仕方を工夫するために、課題に応じた場を選ぶよう指導する。 ・友達へのよい声掛けを称賛し、全体に紹介したり、掲示したりする。		①		
	3	○抜き足ジャンプ (抜き足) ○振り上げジャンプ (振り上げ足) ○フワットン (安全に足から着地)	・課題に応じた場を選ぶために資料を掲示し、指導する。			③	②
	4	○ケンステップジャンプ (助走から踏み切り) 5 グループで高跳び競争②をする。 ・グループでポイントを加算して競争する。 6 整理運動・振り返り・片付けをする。	・よい動きをしている児童を紹介したり、称賛したりする。 ・自分に合った助走の開始場所に印を付けさせる。		①		①

エ 高学年 「走り幅跳び」の指導と評価の計画

1 単元の目標

- (1) 走り幅跳びの楽しさや喜びに触れ、リズムカルな助走から踏み切って跳ぶことができるようになる。(技能)
- (2) 走り幅跳びにすすんで取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。(態度)
- (3) 自分の力に合った課題の解決の仕方、記録への挑戦の仕方を工夫できるようにする。(思考・判断)

2 評価規準

	運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・目標記録に挑戦する楽しさや喜びに触れることができるよう、走り幅跳びにすすんで取り組みようとしている。 ・約束を守り、友達と助け合って練習や計測をしようとしている。 ・用具の準備や片付け、計測や記録などで、分担された役割を果たそうとしている。 ・運動する場を整備したり、用具の安全を保持したりすることに気を配ろうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題の解決の仕方を知るとともに、自分の課題に合った練習の場や方法を選んでいる。 ・自分の記録への挑戦の仕方を知るとともに、自分の力に合った記録への挑戦の仕方を選んでいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・リズムカルな助走から踏み切って跳ぶことができる。
学習活動に即した評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ①目標記録を達成するために、自分に合った課題をもって走り幅跳びにすすんで取り組みようとしている。 ②約束を守り、友達と助け合って練習や計測をしようとしている。 ③計測や記録など分担された役割を果たそうとしている。 ④場や用具の安全に気を配りながら運動しようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①走り幅跳びの動き方や動きのポイントを知り、自分の力に合った助走や踏み切り、着地などの課題に合った練習の場を選んでいる。 ②初めの記録を知るとともに、学習カードや掲示物から自分の力に合っためやす記録を決めて記録に挑戦している。 	<ul style="list-style-type: none"> ①適度なスピードの助走から、なめらかに踏み切って遠くへ跳ぶことができる。 ②自分の踏み切り足を決めて、30cm～40cm程度の踏み切りゾーンで踏み切ることができる。 ③かがみ跳びから膝を柔らかく曲げて、両足で安全に着地することができる。

3 単元の指導計画（評価規準の丸番号は、学習活動に即した評価規準の番号を示す。）

時間	主なねらい・学習活動	指導の重点	評価規準		
			目・意・態	思判	技
1	3 学習の進め方や学習資料の使い方、用具の準備、場の作り方、安全面の確認をする。 4 立ち幅跳びの記録を基にめやすの記録を決め、初めの記録をとる。	・運動を行う際、場に用具がないこと、人がいないことを確認させ、声を掛け合うよう指導する。→④ ・両足で、膝を曲げながら柔らかく着地するよう指導する。→③ ・正確な計測の仕方を指導する。 ・めやす記録を示し、自分が挑戦する目標とさせる。			
2	1 学習の流れの確認・準備運動・動きを身に付けるための補助運動をする。 2 各局面のポイント学習を行う。 ・各局面の技能ポイントを知り、運動に取り組む。 4 めあての確認をする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">友達と見合って、自分の課題を見付けよう</div> 5 グループで運動する中で、友達同士互いに助言し合い、課題を見付け合う。 6 計測をする。 7 整理運動・振り返り・片付けをする。	【助走から踏切までの技能ポイント】 ①リズムアップする助走を身に付ける。 ②自分に合った踏み切り足で踏み切る。 【助走から着地までの技能ポイント】 ①自分に合った助走距離を見付ける。 ②踏み切る時に視線を下に落とさない。 ③体が宙に浮く感覚を意識する。	・計測や記録、準備や片付けの役割分担を明確に示す。→③ ・自分の踏み切り足が分かった時点で、目印のテープを貼り、お互いに踏み切り足を確認させる。 ・3歩、5歩、7歩助走と徐々に助走距離を伸ばし、手拍子に合わせるによりリズムアップした助走ができるようにする。→① ・計測時間を短縮するため砂場に50cm毎にゴムひもを張り跳躍距離を可視化し、お互いに記録を伝え合わせる（2～6時間目）。		
3			・自分に合った助走距離を見付けるために踏切ゾーンから逆方向に走らせたり、最高速度に達する場所を見付けるためにストライドが一定になる場所に注目させたりする。→② ・上方の目標物を用いて、視線を下げずに踏み切り、体が宙に浮く感覚を感じさせる。		
4	3 めあての確認をする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">自分の課題に合った場を選んで、運動に取り組もう</div> 4 自分の課題に合わせて場を選択し、グループ内で見合いながら、自分の課題解決に向けて運動に取り組む。		・前時までの自分自身の課題に応じた場を選び、課題解決に向けて運動に取り組みさせる。→① ・踏み切り足が合っているか伝え合ったり、手拍子でリズムカルな助走を教え合ったりさせる。		
5	2 用具や場の準備をする。 (1)自分に合った助走距離を見付け、適度なスピードの助走を身に付ける場 (2)リズムアップした助走から、自分に合った踏み切り足で踏み切るための場 (3)スピードを落とさず、視線を上げて踏み切るための場		・それぞれの場でお互いの課題について助言がしやすくなるように、踏み切り足にガムテープを貼ったり、助走のリズムアップができているか分かるようにケンステップを置いたりする。→②		
6	(4)体が宙に浮く感覚を感じ、両足で安全に着地するための場 5 計測をする。 6 整理運動・振り返り・片付けをする。		・一人一人が目標記録を達成するために、それぞれの課題を解決するための三つの場を設定し、どのような課題を解決するための場であるかを説明する。→①		
7			・一人一人が目標記録の達成を目指し、それぞれの課題を解決するために課題に合った場で技能ポイントを意識して取り組むように技能ポイントや課題解決の場についての資料を掲示する。→②		

オ 高学年「走り高跳び」の指導と評価の計画

1 単元の目標

- (1) 走り高跳びの楽しさや喜びに触れ、リズムカルな助走から踏み切って跳ぶことができるようにする。 (技能)
- (2) 走り高跳びにすすんで取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。 (態度)
- (3) 自己の能力に適した課題の解決の仕方、記録への挑戦の仕方を工夫できるようにする。 (思考・判断)

2 評価規準

	運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・目標記録に挑戦する楽しさや喜びに触れることができるよう、走り高跳びにすすんで取り組もうとしている。 ・約束を守り、友達と助け合って練習や計測をしようとしている。 ・用具の準備や片付け、計測や記録などで、分担された役割を果たそうとしている。 ・運動する場を整備したり、用具の安全に保持したりすることに気を配ろうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題の解決の仕方を知るとともに、自分の課題に合った練習の場や方法を選んでいる。 ・記録への挑戦の仕方を知るとともに、自分の力に合った記録への挑戦の仕方を選んでいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・リズムカルな助走から踏み切って跳ぶことができる。
学習活動に即した評価規準	<ol style="list-style-type: none"> ①目標記録を達成するために、自分に合った課題をもって走り高跳びにすすんで取り組もうとしている。 ②約束を守り、友達と助け合って練習や計測をしようとしている。 ③用具の準備や片付け、計測や記録などで、分担された役割を果たそうとしている。 ④場や用具の安全に気を配りながら、運動しようとしている。 	<ol style="list-style-type: none"> ①走り高跳びの動き方や動きのポイントを知り、自分の力に合った助走や踏み切り、着地などの課題を知っている。 ②初めの記録を知るとともに、学習カードや掲示物から自分の力に合っためやす記録を決めて記録に挑戦している。 	<ol style="list-style-type: none"> ①5～7歩程度のリズムのよい助走から、なめらかに踏み切って跳ぶことができる。 ②上体を起こしてしっかりと踏み切ることができる。 ③はさみ跳びから膝を柔らかく曲げて、足から着地することができる。

3 指導と評価の計画（評価規準の丸番号は、学習活動に即した評価規準の番号を示す。）

時間	主なねらい・学習活動	指導の重点	評価規準			
			目	意	技	
1	<p>3 学習の進め方や学習資料の使い方、用具の準備、場の作り方、安全面の確認をする。</p> <p>4 めやす記録を決め、初めの記録をとる。 ※めやす記録は身長と50m走の記録を用いたノモグラムで算出する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 安全に配慮して運動を行うために、注意事項を指導する。 自分の目標を定めるために、めやす記録の決め方を示し、記録へ挑戦の仕方を紹介する。 振り上げた足を意識的に下ろし、膝を柔らかく曲げて着地をするように指導する。 正確な計測の仕方を指導する。 	④	②		
2	<p>3 各局面のポイント学習を行う。 ・各局面の技能ポイントを知り、運動に取り組む。</p> <p>4 めあての確認をする。</p> <p>友達と見合って、自分の課題を見付けよう。</p>	<p>【踏切から着地までの技能ポイント】</p> <p>①力強く踏み切る場(踏み切り)</p> <p>②少し高いところから安全に着地する場(着地)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ガムテープを踏み切り足に貼って明確にし、友達同士で見合えるようにする。 踏み切る時の姿勢を指導する。 振り上げ足と抜き足を入れ替える動きを指導する。 			③
3	<p>5 グループで運動する中で、友達同士互いに助言し合い、課題を見付け合う。</p> <p>6 計測をする。</p> <p>7 整理運動・振り返り・片付けをする。</p>	<p>【助走から踏切までの技能ポイント】</p> <p>①助走のリズムをつかむ場(助走)</p> <p>②抜き足がバーに掛からないようにする場(空中動作)</p>	<ul style="list-style-type: none"> 3歩、5歩、7歩助走と徐々に助走距離を伸ばす際に、ラインやマークを活用し、自分に合った助走距離や踏み切り足を見付けられるようにする。 口伴奏や手拍子を行い、それに合わせてリズムよく助走するよう指導する。 踏み切る時、背伸びをするようにし、上体を引き上げるように腕を挙げる動きを指導する。 つま先を上にして足を高く振り上げる動きを指導する。 局面の連続写真を示し、それぞれの動きの意味と見方を指導する。 			②
4	<p>3 めあての確認をする。</p> <p>自分の課題に合った場を選んで、運動に取り組もう。</p>		<ul style="list-style-type: none"> 友達の運動を観察する場所や計測の役割を分担して行うよう指導する。 課題に応じた場を選ぶために、場の意味や高められる力を示した資料を掲示し、指導する。 	③		①
5	<p>2 用具や場の準備をする。</p> <p>(1)助走のリズムをつかむ場(助走)</p> <p>(2)力強く踏み切る場(踏み切り)</p> <p>(3)抜き足がバーに掛からないようにする場(空中動作)</p>		<ul style="list-style-type: none"> 学習時の約束を確認し、友達同士で助言や助け合っで行うことを指導し、友達とよい関わりをしているグループを称賛する。 			②
6	<p>(4)少し高いところから安全に着地する場(着地)</p> <p>5 計測をする。</p> <p>6 整理運動・振り返り・片付けをする。</p>		<ul style="list-style-type: none"> 目標を達成するために、課題を解決しやすい場を設定し、場の意味や高められる力を示した資料を掲示する。 技能を身に付けた児童を全体に紹介したり、協力して課題解決に取り組んでいるグループを称賛したりする。 			①
7			<ul style="list-style-type: none"> 各局面の技能のポイントについて確認するとともに、個別に技能に関する指導を行い、全員が目標記録を達成できるようにする。 			①

3 実践事例

第6学年 走り幅跳び

1 単元の目標 (P18 参照)

2 評価規準 (P18 参照)

3 指導と評価の計画 (P19 参照)

※ ただし、本検証授業においては5時間扱いで実施したため、2・3時間目の内容を1・2時間目に、4時間目以降の内容を3時間目以降に実施した。そのため、本時は6時間目に該当する。

4 本時の学習 (5時間扱いの4時間目)

(1) ねらい (ゴシックは重点)

ア リズミカルな助走から踏み切って跳ぶことができるようにする。(技能)

イ 約束を守り、友達と助け合って練習や計測をできるようにする。(態度)

ウ 課題の解決の仕方を知るとともに、自分の課題に合った練習の場を選べるようにする。

(思考・判断)

(2) 展開

学習活動	○指導上の留意点 ◇評価
1 集合・整列し、挨拶をする。 2 準備運動と補助運動を行う。 スキップ、大股走、フルーツじゃんけん カンガルージャンプ、5歩ジャンプ 3 用具・場の準備をする。 4 1時間の流れとめあてを確認する。	○整列の指示、健康状態を確認する。 ○友達と協力して素早く安全に準備できるように言葉掛けをする。 ○流れや場の配置が視覚的に分かるように拡大図を掲示する。 ○学習時の約束を確認し、友達同士で助言や助け合って行うことを指導する。
5 グループ学習 (課題解決) をする。 ・自分の課題の解決に合ったねらいをもつ場を選択して、同じ場で取り組む者同士でお互いの運動を観察して教え合いながら、運動に取り組む。 ・自分に合った助走距離を見付け、リズミカルな助走を身に付ける場 ・スピードを落とさず、視線を上げて踏み切るための場 ・体が宙に浮く感覚を感じ、両足で安全に着地するための場	○場の意味や高められる力を示した資料を掲示する。 ○見る位置や言葉掛けする観点を明確にし、互いに見合って運動するよう言葉掛けをする。 ○動きの具体的様相を明確にし、効果的な言葉掛けができるよう資料を用意する。 ○動き方が分からない児童には見本を見せたり、掲示物を見せたりする。 ◇課題の解決の仕方を知るとともに、自分の課題に合った練習の場を選ぶことができる (思考・判断)。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">(努力を要する状況の児童の姿) ・自分の課題に合った練習の場を選んでいない。 (具体的な指導の手だて) ・児童の課題を確認し、場の意味や高められる力を示した資料を見ながら、適切な場を選ぶように指導する。</div> ○記録への挑戦の仕方や正確な計測の仕方を指導する。
6 計測の仕方を確認して、計測する。 7 整理運動を行い、健康状態を確認する。 8 本時を振り返り、学習カードに記入し、分かったことや友達の良い動きなどを発表する。 9 片付けを行う。	○振り返る内容を明確にし、自己評価しやすくなるように、振り返りの観点を示す。 ○安全に片付けができるように、言葉掛けをする。

(3) 授業検証

ア 形成的評価

- ・毎時間後、指導 (学習) した内容について、表1の質問に回答させた。
- ・4件法による回答で、肯定的な回答の割合を表2に示した。

- ・児童がめあてをもって課題解決に取り組んだ3時間目以降の走り幅跳びの記録が、1時間目の記録を上回った児童の割合を表3に示した。

表1 形成的評価 質問紙内容

	(4 はい 3 どちらかといえばはい 2 どちらかといえばいい 1 いいえ)
1 走りはばとびに進んで楽しく取り組みましたか。	(関) (4・3・2・1)
2 約束を守り、友達と助け合って練習や計測ができましたか。	(関) (4・3・2・1)
3 用具の準備や片付け、計測や記録などで、分担された役割を果たせましたか。	(関) (4・3・2・1)
4 場や用具の安全に気を付けながら、運動できましたか。	(関) (4・3・2・1)
5 自分の課題を見付けることができましたか。	(思) (4・3・2・1)
6 自分の課題に合った練習の場や方法を選べましたか。	(思) (4・3・2・1)
7 はじめの記録から自分の力に合っためやす記録を決めることができましたか。	(思) (4・3・2・1)
8 スピードにのったまま踏み切って跳ぶことができましたか。	(技) (4・3・2・1)
9 ふみ切りゾーンでふみ切ることができましたか。	(技) (4・3・2・1)
10 膝を柔らかく曲げて、両足から着地することができましたか。	(技) (4・3・2・1)

表2 回答結果 (表1の質問項目に「はい」又は「どちらかといえばはい」と答えた割合を算出した。単位は%)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1時間目	93.1	93.1	89.7	86.2	48.3	6.9	65.5	82.8	82.8	48.3
2時間目	100.0	81.5	88.9	88.9	92.6	14.8	74.1	85.2	85.2	63.0
3時間目	96.7	93.3	96.7	96.7	100.0	90.0	93.3	86.7	100.0	70.0
4時間目	100.0	96.7	100.0	100.0	96.7	100.0	93.3	96.7	83.3	70.0
5時間目	100.0	100.0	100.0	100.0	92.0	92.0	88.0	84.0	92.0	80.0

表3 各時間の最高記録の平均と1時間目と3時間目以降の記録の比較 (単位はcm)

	1時間目	2時間目	3時間目	4時間目	5時間目
最高記録	253.0	262.7	268.9	264.4	283.1
1時間目の記録<3時間目以降の記録					83.9%

イ 考察

(質問紙の回答結果から)

- ・関心・意欲・態度に関する質問項目1から4までの回答が1時間目よりも高い結果を得られたのは、オリエンテーションにおける指導が効果的であったと考えられる。
- ・関心・意欲・態度に関する項目は、1時間目から高く、5時間目には全ての項目で肯定的な回答をした児童が100%になった。思考・判断に関する項目は、1・2時間目は肯定的な回答をした児童の割合は低いが、課題解決の学習を行った3時間目から5時間目は高くなっている。
- ・技能に関する項目では、着地について肯定的な回答をしている児童の割合は増加しているが、スピードにのった踏み切りや踏み切りゾーンでの踏み切りについて肯定的な回答をしている児童の割合が増えたり減ったりしている。5時間の学習では、技能に対する自信をもていない可能性がある。
- ・「自分の課題に合った練習の場や方法を選べましたか。」の肯定的な回答の割合が3時間目から高くなったのは、3時間目に、課題に合った練習の場や方法について指導したからだと考えられる。

(記録の比較から)

- ・計測結果の平均の推移を見ると、時間を追うごとに記録が伸びていることが分かる。また、1時間目の記録と3時間目以降の記録の比較結果を見ると、約84%の児童の記録が伸びている。一方で、約16%の児童が記録を伸ばすことができなかったことは課題である。

IV 研究のまとめ

今年度から全面実施となった学習指導要領の趣旨を踏まえて、以下の内容について研究を進めてきた。

- ・ 学習指導要領に示された「技能」「態度」「思考・判断」の内容をバランスよく身に付けた児童を「確かな力を身に付けた」児童と捉え、児童の具体的な姿を考察した。
- ・ 発達段階に応じた運動の取上げ方を工夫することによって、それぞれの学年の体育授業において大切にすることや学習の進め方を明らかにした。
- ・ 効果的な言語活動を効率的に行う手だてを具体的に示すことによって、運動量を確保した授業展開の中で、「コミュニケーション能力を育成する工夫」「論理的思考力を育成する工夫」を計画した。
- ・ 単元を通して、評価の観点である「関心・意欲・態度」「思考・判断」「技能」の「学習活動に即した評価規準」をバランスよく配置するとともに、1時間の評価項目を精選することにより全児童の学習状況を確実に評価するようにした。
- ・ 「努力を要する状況」の児童の姿や、具体的な個別指導の手だてを本時の展開に示した（P22 実践事例参照）。

しかし、実証授業を繰り返し行うことができず、「走り幅跳び・走り高跳び系の学習において、確かな力を具体化した上で、発達段階に応じた運動の取上げ方を工夫し、運動の楽しさや喜びを味わわせる指導と評価の工夫をすれば、児童は確かな力を身に付けることができるであろう。」という研究仮説を十分に検証することができなかった。

今後の体育授業の実践において、形成的評価、事前事後の意識調査、教師による評価記録等を計画的に行い、研究仮説が妥当であったかどうかを検証していきたい。

V 引用文献及び参考文献

- 1 中央教育審議会答申 平成20年1月
- 2 「総合的な子供の基礎体力向上方策」第1次推進計画 東京都教育庁指導部指導企画課 平成22年7月
- 3 小学校学習指導要領解説体育編 文部科学省 平成20年8月
『小学校学習指導要領』 文部科学省 平成20年3月
『中学校学習指導要領解説 保健体育編』 文部科学省 平成20年9月
『高等学校学習指導要領解説 保健体育編・体育編』 文部科学省 平成21年12月
『言語活動の充実に関する指導事例集～思考力、判断力、表現力等の育成に向けて～[小学校版]』 文部科学省 平成22年12月
『評価規準の作成のための参考資料』 国立教育政策研究所 平成22年11月
『評価方法等の工夫改善のための参考資料』 国立教育政策研究所 平成23年3月
『初等教育資料』 文部科学省教育課程課・幼児教育課編集 平成22年2月号
『陸上競技指導教本』 日本陸上競技連盟・日本陸連 平成4年5月
『もっとうまくなる陸上競技』 大村邦英 平成22年4月
『ぐんぐん強くなる陸上競技』 尾縣貢 平成19年9月
『成長のものさし』 チップ・ウッド 平成20年8月 他

平成23年度 教育研究員名簿

小 学 校 ・ 体 育

【第1分科会】

地区	学 校 名	職名	氏名
中央区	中央区立佃島小学校	主任教諭	山本 顕子
江東区	江東区立越中島小学校	主幹教諭	○飯川 浩二
品川区	品川区立大間窪小学校	主任教諭	唐澤 好彦
大田区	大田区立久原小学校	主任教諭	星 淳司
荒川区	荒川区立第七峡田小学校	主任教諭	堀内 大介
江戸川区	江戸川区立松江小学校	主幹教諭	◎木村 文彦
大島町	大島町立つつじ小学校	主任教諭	青山 光一

【第2分科会】

地区	学 校 名	職名	氏名
杉並区	杉並区立桃井第五小学校	主幹教諭	○川畑 淳子
八王子市	八王子市立由木中央小学校	主任教諭	大原 年博
三鷹市	三鷹市立井口小学校	主任教諭	石原 朋之
国立市	国立市立国立第一小学校	教諭	遠藤 良一
清瀬市	清瀬市立芝山小学校	主任教諭	山崎 正英
多摩市	多摩市立北諏訪小学校	主任教諭	木村 宗美

◎ 総世話人 ○ 分科会世話人

〔担当〕 東京都教育庁指導部指導企画課
指導主事 折本 昭一

平成 23 年度
教育研究員研究報告書
小学校 体育

東京都教育委員会印刷物登録

平成 23 年度第 181 号

平成 24 年 3 月

編集・発行 東京都教育庁指導部指導企画課
所在地 東京都新宿区西新宿二丁目 8 番 1 号
電話番号 (03) 5320-6836
印刷会社 有限会社 シーダー企画