体育・保健体育ジャーナル

神奈川版

第14号　2019.4

●巻頭言 …… p1
●小学校の実践 …… p2
●中学校の実践 …… p4
●特集 …… p6
●つぶやき …… p8

※執筆者の学校名等は2019年３月現在

たくましい「さがみっ子」の育成に向けて

相模原市立清新小学校校長　塚田 修一

相模原市小学校体育研究会は，1983（昭和58）年度に誕生しました。当時は，市小学校研究会の体育科部会において，各校の体育主任が授業研究を行ったり，連合運動会の行事等を運営したりしていました。しかし，体育主任ではないと体育の勉強をする機会がなくなるのが現状でした。「体育主任ではなくても体育の勉強をしたい。全国レベルの研究や情報をみんなで共有し，力量を高めたい。」という気運が高まり，本研究会がスタートすることになりました。

会員は，各校の体育主任と体育の研究をしたいという市内の教員，さらに，教育行政関係者で趣旨に賛同する者で組織し，相小研・体育科研究部会との連携を保ちながら活動をすることになりました。これにより，体育の勉強がしたい者が研究できるようになり，研究内容も幅広く深みのある研究実践が展開できるようになりました。

研究の推進においては，領域ごとの研究グループに分かれ，『「できる・わかる」喜びを実感し，主体的に学び続ける子』という研究テーマを掲げ，授業実践を中心とした研究を推進してまいりました。

今年度の研究においても，「課題解決的な学習」に着目し，「どのような学習課題を設定すると，子どもが意欲的に取り組み続けることができるようになるか。」という視点で授業実践，協議を重ねてまいりました。ここでは，具体的な子どもの姿として「単元を通して，学びに対する子どもの意欲が継続しているか」という視点で，毎月の研究会を中心に，会員同士が切磋琢磨し合い，よりよい授業づくりについて取り組んでいます。

また，毎月一回の研究会と並行し，会員以外の参加も募り，翌日からの授業実践に生かすことができる実技研修や講演会，親睦旅行の場も積極的に設けています。その活動は，会報『躍動』を通して市内に広めています。

現在，市内の子どもたちが体育学習で使用している，体育科準教科書「さがみっ子の体育」の編集に編集委員として，会員が取り組んでいることも，相模原市の体育学習の向上につながっていると考えています。

本研究会に脈々と流れているのは，体育科のスペシャリストを育成するのではなく，小学校教師としての資質の向上を，体育科を通して図っていこうとするものです。その意味では，本研究会の重要性が増してきているといえます。

今後も，豊かな人間性を備えた信頼される教師を目指し，会員相互が研鑽を積み重ねていきたいと考えています。

どの学年，領域でも問題解決的な学習のプロセスを大切にした授業づくりを目指して

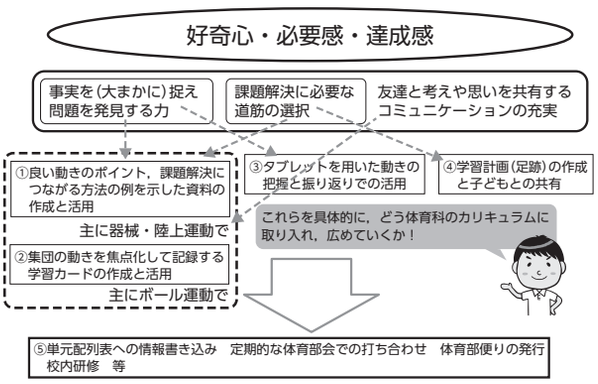
横浜市立星川小学校主幹教諭　遠藤 健一郎

1　はじめに

小学校学習指導要領全面実施となる2020年度を視野に入れ，本校もカリキュラム・マネジメントに取り組んでいる。その際に，まず「教育課程全体で育成を目指す資質・能力」を職員間で話し合い，共通理解を深めることを大切にした。その上で「体育科で育成を目指す資質・能力」の具体化を図り，それらと関連づけながら，進めている。

本校の体育科では，「どの学年，領域でも問題解決的な学習のプロセスを大切にした授業づくりを目指して」というテーマを立て，授業改善と教育課程編成に取り組んでいる。

【本校の体育科からのアプローチ　構想図】



初めて出会う運動にも好奇心を抱き，必要感をもって学習に取り組み，試行錯誤を経て達成感を味わっていく学習を目指したい。そのために，「友達（仲間）と考えや思いを共有するコミュニケーション」を土台とし，「事実を捉え，問題を発見する力」を育て，主体的に「課題解決に必要な道筋の選択」ができるように手立てを考えた。

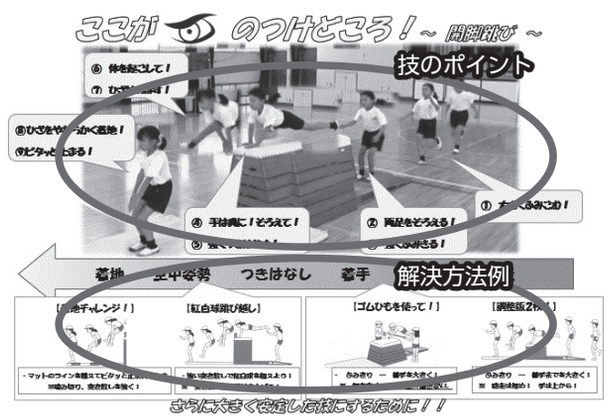
今回は高学年の器械運動・跳び箱運動の実践を例に本校での授業改善の一例を紹介する。

2　「課題解決的な学習のプロセスを大切にした授業づくり」のための手立て

○よい動きのポイント，課題解決につながる方法の例を示した資料の作成と活用

子どもたちがお互いの試技を見合う中で，課題を具体的に捉え，その解決に向けて解決方法を選択していけるように，学習資料を改善した。上段には，取り扱う動きを連続写真で示し，技のポイントを載せた。下段には段階的な練習方法（解決方法例）を載せ，見通しをもって学習に取り組めるようにした。

【資料の例】



またこの資料をラミネートし，ホワイトボードマーカーで書き込めるようにした。印をつけたり，自分たちで気付いたポイントやキーワードを書き込めるようにした。

○タブレットを用いた動きの把握と振り返りでの活用

タブレットのビデオ撮影機能，再生，コマ送りの機能のみを使い，自分の動きを客観的に見たり，仲間の動きについての気付きを伝えたりできるようにした。また，目指す動きと比べられるようにした。

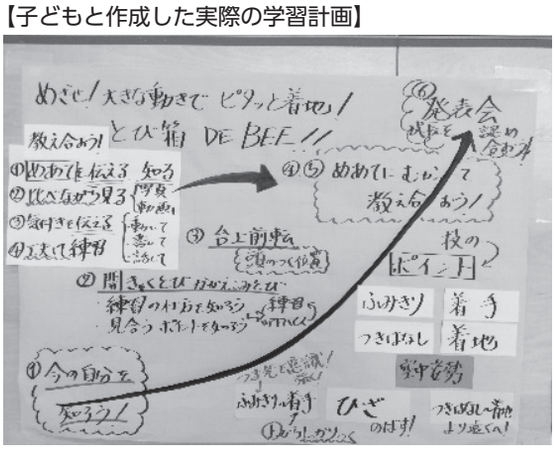
○学習計画の作成と子どもとの共有

その単元で目指す動きや学び方を子どもたちと共有し，学習計画を立てることで見通しをもって，主体的に学習に取り組むことができるようにした。

実際には，単元の始めに大まかな学習の流れを立

て，その後子どもたちとめあてを確認しながら付け加えていった。

【子どもと作成した実際の学習計画】



3　子どもの変容と今後の課題

◇主体的に仲間と関わり合いながら課題解決に取り組む姿

学習資料に技のポイントを示すことで，見合いの視点になり，子どもたちの課題把握や気付きの伝え合いにつながった。またいくつか課題に応じての解決策を載せていたことで，子どもたちがめあてに応じた練習を進んで行う姿や子どもたちが対話しながら学習を深める様子が見られた。

しかしただ資料を提示するだけではなく，何のために，どのように利用するのかなど，学び方についての指導が大切である。

またときには，子どもたちがもった課題や解決策が適していないこともあるため，教師の関わりが重要になる。

タブレットの活用は，「自分の姿を，その場で，すぐに，振り返る」ことができ，課題把握や気付きを伝え合う手段として，有効であった。また学習資料と比較しながら，課題解決に向かう姿が見られ，こちらの想像以上に効率的に活用する姿も見られた。

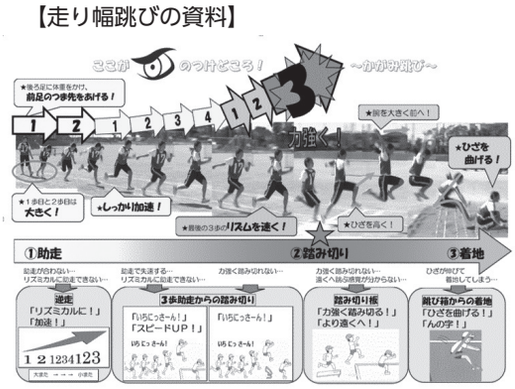
課題としては，撮影し，振り返る活動が多くなると，運動量の減少が考えられる。そのため，毎回の試技を撮影するのではなく，必要に応じて撮影するように指導した。

子どもたちの学習後の振り返りには，子どもたち自身が仲間との学び合いのよさを実感できたことが多く書かれていた。今後も「何を」「どのように」学ぶのか，そして「どんなこと」に生かしていけるのかを，どの学年，領域でも大切に，子どもたちの主体性を引き出し，問題解決的なプロセスを大切にした授業づくりを進めていく必要がある。

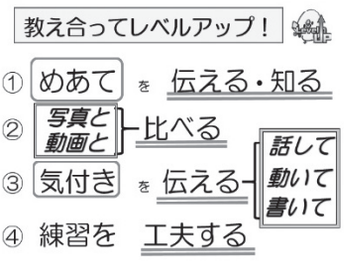
4　今後の展望

今後，本校の体育科では，どの領域でも，よい動きと自分の動きを比較したり，集団の動きを記録して分析したりすることから問題を把握し，解決に向けて試行錯誤をしていかれるような授業づくりを校内に広げていきたい。そのために学び方や連続写真の資料などの作成に分担して取り組んでいる。さらにその学び方は他教科にも通ずることを，校内研究を中心とし，教員全体で理解を図っていきたい。

【走り幅跳びの資料】



【学び方の資料】



日頃から教員同士の情報交換を密にし，教科を超え，授業について話し合い，学び方の共通点やその教科特有の資質・能力についても共通理解を図り，主体的に学び，友達と対話をしながら学習を深めていくことができるように授業改善や教育課程の編成に取り組んでいきたい。

パスを受ける動きと受けた後の動きに着目したハンドボールの授業実践

～教材やタスクゲームを通して～

藤沢市立羽鳥中学校教諭　三添 拓哉

1　はじめに

中学校学習指導要領解説保健体育編における球技：「ゴール型」の第３学年では「仲間と連携してゴール前の空間を使ったり，空間を作り出したりして攻防を展開できるようにする。」とある。また，ボールを持たないときの動きの例示に「パスを出した後に次のパスを受ける動きをすること。」とある。

今回行うハンドボールの授業では，教材とタスクゲームの工夫を行い，また，身に付けた知識と技能を生かせるように思考力を育む工夫も加え，「パスを受ける動きと受けた後の動き」が「シュート」につなげることができる授業展開を目指した。

2　実践

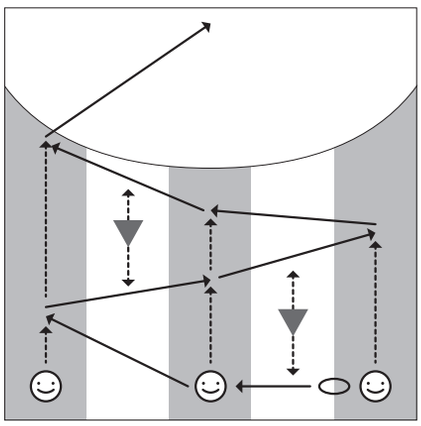
⑴教材の工夫

生徒の実態として本校では，１，２年生時にハンドボールは学習していない。ハンドボール自体も新体力テストのときのみしか使用していなかった。そのため，まずは，アルティメットで使われるフライングディスクを用いて授業を行った。フライングディスクを使用する理由としては３つある。１つ目は，アルティメットは２年生のときに学習しているため生徒たちも慣れていること。２つ目は，まだ基礎技術も身についていないまま小さく硬いハンドボールをいきなりゲームで使用するのは安全面で懸念が生じたこと。そのため，基礎的なボール操作ではハンドボールを，初期のゲームでは比較的安全であるフライングディスクを，段階に応じて使い分けた。３つ目として，通常のボールとは違い，フライングディスクであればドリブルの要素がなくなり，パスのみでしかゴールまで運ぶ手段がなくなる。それにより，「パスを受ける動きと受けた後の動き」が重要となり，仲間との連携からシュートまで持っていくことを意識させることができる。

⑵タスクゲームの工夫

《パス＆ランゲーム》

ゴール型の球技は，仲間と連携してプレイし，ゲームを展開していく必要がある。「パスを受ける動きと受けた後の動き」を身につけていくためにどのようにしてディフェンスのマークを振り切り，パスをつないでシュートまで持っていくかを考えさせるタスクゲームを行った。



▼：ディフェンス　☺：オフェンス
⬭：ボール，ディスク　↖：人の動き
↖：ボール，ディスクの動き

・ディフェンスもオフェンスも動くことができる場所が制限されている。
・オフェンスは，パスとラン（ボールを持たないときの動き）のみでシュートまで持っていく。ボール保持者はピボットのみ行動できる。
・パス回数は，２～３回までとし，必ずオフェンス全員がボールを触る。

パス＆ランゲームでは，制限された範囲の中で味方にパスができるので，パスカットやパスミスが起きにくい。走る方向や場所も決まっているのでパスを出した後に次のパスをもらうための動きや味方の動きを予想したパスなどが行いやすいように思えた。

また，ルールの工夫次第で様々な攻撃の仕方を意識付けることができる。例えば，今回のパス回数の

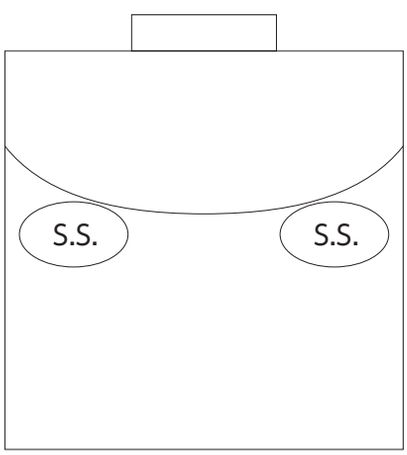
制限２～３回であれば速攻攻撃の意識付けを行うことができた。ディフェンスが追いつく前に走りこみながらパスを素早く回す動きを身に付けていた。パス回数を増やせば，一度ゴールから離れて動き直すなどの違った「パスを受ける動きと受けた後の動き」を意識付けることも期待できる。

《S.S.ゲーム》

このタスクゲームでは，動ける場所に制限は設けず，オフェンスもディフェンスもフリーで動けるようにした。そしてシュートスペースという，空間を視覚的に捉えられるものを設けることによって空間へ走り込むための動きや，ディフェンスを引きつけ空間を作り出す動きをより明確に表すようにした。

最初はオフェンス３人に対して，ディフェンスは２人として人数的有利を作り空間を作りやすいように行った。

その後，３対３では，オフェンス側だけでなくディフェンス側への意識にも着目させ，シュートコースを防ぐことや動ける空間を限定させるような動きを，ゲームを行いながら身につけさせた。



・フィールドプレイヤー３対２，３対３で半面を使ったタスクゲーム。（キーパー有り）
・シュートスペース（S.S.）にはディフェンスは入れない。
・オフェンスはシュートスペース（S.S.）に必ず入らなければならない。
・攻撃と守備を交互に３回行い得点を競う。
・パスは最低４回以上行い，ドリブルはチームで１回だけ可能。

空間の制限がなくなったことにより，動き方にも様々な変化が見られた。ボールを保持しているプレイヤーにパスが成功しやすいように近づいたり，ディフェンスを振り払うために離れたりとより実践に近い動きが多く見られた。その中でも速攻攻撃を行うなどパス＆ランでの技能を生かす姿も見ることができた。

(3)思考力を育む工夫

授業の中では，チームの戦術を考える時間を毎回作るようにしてきた。

タスクゲームやゲームを行う前に作戦ボードを用意し，自分の動きやチームの動きを明確にし，その作戦において効果的に動けたかを振り返れるようにした。また，パソコンルームを使い，１時間調べる時間を設け，自ら学習に取り組みより深く思考する場を設定した。

調べる時間では，カットインプレーなどのチームとしての作戦以外にもパスの種類を変えるなどのパスを通すための動きを調べている生徒も見られた。

その後のチーム会議では，個人が調べたことを共有し，ゲームに反映させる動きも見られた。

3　まとめ

今回行った授業実践では，いかにパスをシュートまでつなげるか，そのためにどう動くかを考えさせていくために三つの工夫を行った。その結果，多くの生徒にパスを受けた後の動きやパスを受けるための動きを習得している姿が見受けられた。また，この技能につなげていけるような知識を自ら調べて考え活用するなど意欲にあふれた姿勢も多かった。しかし，技能の習得がパスに偏りすぎたため，シュートまで持っていくことができても，シュートの質には個人による差があり，決まらない場面が多く見られた。そのため，フラフープをゴールの四隅に設置し，シュートコースの視覚化も行うなどの工夫も行った。パスだけで終始しないよう技能習得のバランスを考えて計画していくことも大事になると感じた。また，段階的な指導を考えていく中で生徒の実態に即した授業を行う難しさも感じた。今回の反省を元に授業力向上を目指し日々の研鑽に励んでいきたい。

「課題解決」で深まる ハンドボール授業の実践

横須賀市立大津中学校教諭　梅村 広基

1　はじめに

平成29年に新学習指導要領が改訂され，保健体育科においても新たな視点での授業改善が必要とされる。その中でも「深い学び」については以下のように明記されている。

・知識を相互に関連付けてより深く理解する。
・情報を精査して考えを形成する。
・問題を見出して解決策を考える。
・思いや考えを基に想像したりする。

そこで，「球技」（ゴール型，ハンドボール）において，「考えを伝え合う中で，課題を解決する」という点に着目したハンドボールの授業を提案する。

2　「深い学び」を導き出すために

１つ目は自分の考えを仲間に伝えられ，お互いに認め合える人間関係の構築の課題である。この関係ができてこそ，心も体も一体となった充実感が味わえ，全力プレイを通して，学びが深まると考える。

２つ目はゲームを行うことで表出する「パスが通らない」，「守備に妨害されてしまいシュートが打てない」などの個人やチームの技能的課題である。その課題を浮き彫りにする学びの場を用意し，課題に対して自己分析を行ったり，仲間と考えを伝え合うことで学びが深まると考える。

3　ハンドボールゲームの実践

「得点につながる空間を作り出す」ことに重点を置き，12時間計画で単元計画を行った。得点につながる空間を作り出すために行ったタスクゲームを紹介する。

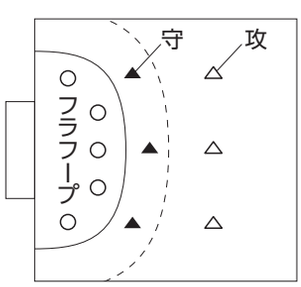
（1）タッチダウンゲーム

【めあて】フラフープへの道を作ろう。

【進め方】

①３対３で行う。
②ゴールエリア内にフラフープを５つ設置。
③攻撃側はボールを保持してフラフープ内に体が入れば得点。
④守備側はボールをカットするかフリースローエリア内でボール保持者にタッチすることができれば攻守交替。

図１



【発問】

どのように動いたら守備者に妨害されずにフラフープの中に入ることができるだろうか。

【活動中やグループミーティングでの生徒の声】

・守備者の上を通すパスをねらう。
・長い距離のパスはカットされやすいから，短いパスをつなごう。
・守備者と守備者の間に攻めていくとよい。
・サイドの方が守備が手薄になっている。

【課題解決】

どこにパスを投げたらよいのか，わからなかったり，守備者の上を通すパスを選択していたが，ゲームとミーティングを繰り返すことで，守備者を引き付ける動きと，正確で低く速いパスを素早く回すことでフラフープ前の空間を空けることができた。

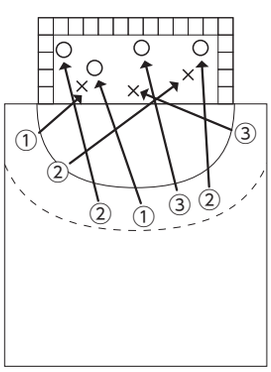
（2）シュートゲーム

【めあて】目指せ得点王。どの位置からのシュートが入るか見つけよう。

【進め方】

①４対４（ゴールキーパーを含む）で行う。
②記録メンバーがどの位置からシュートを打ったのか，得点に結びついたのかを記録する。

資料１
得点記録に使用した学習カード



※シュートを撃った人の背番号と，その位置を番号で書く。
※直線でシュートの方向と，ゴールの狙った部分を書く。
※直線の最後に，シュート成功なら○，失敗なら×を書く。

【発問】

ゴール前のどの空間を空けることができれば得点につながるだろうか。

【活動中やグループミーティングでの生徒の声】

・守備者が目の前にいるとうまくシュートが打てない。
・サイドからのシュートはゴールキーパーに止められる。
・守備者に妨害されずに，強いシュートが打てないと得点につながらない。
・ゴールへ走り込みながら打つジャンプシュートは得点になりやすい。
・ゴール中央からのシュートが入りやすかった。

【課題解決】

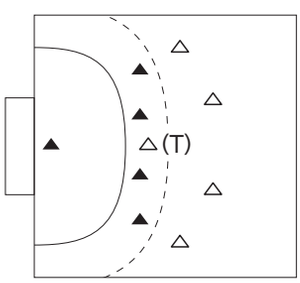
シュートを打っても止められてしまうという課題に対して，どの位置からのシュートが得点になりやすいのか記録し，分析することでゴール中央付近や，できるだけゴール近くでシュートが打てれば得点につながると気づいた。また，止まって打つシュートより，スピードに乗ったジャンプシュートが，速く強いシュートになり得点につながると気づいた。

（3）ターゲットゲーム

【めあて】影のヒーロー。ボールを保持していないときの動きで空間を作り出せ。

【進め方】

図 2



①5対5で行う。
②攻撃側の1名をターゲット（ポスト）とし，7mスローの位置へ配置。
③ボールをターゲットプレイヤーにパスをしてから攻撃を開始する。（最初のパスは守備側はカット禁止）

【発問】

ターゲットプレイヤーからどのようにパスを受けると得点しやすい場所でシュートが打てるだろうか。

【活動中やグループミーティングでの生徒の声】

・ターゲットプレイヤーには守備が付いているからシュートは難しい。
・ボールを持っているプレイヤーに守備は集まる。
・シュートを打とうとすると守備は引き付けられる。
・前だけでなく，後ろに戻すことも必要。

【課題解決】

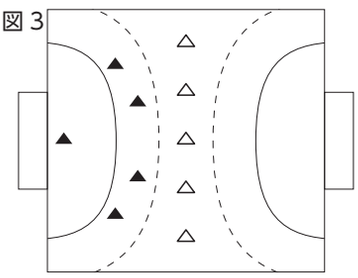
ポイントはターゲットプレイヤーが守備を引き付ける事とボールを持たないプレイヤーが空いている空間へ移動する事である。シュートモーションに入ると，守備者はシュートを防ぐため，寄ってきてスペースが生まれる。ボールを持たない人がいつでもシュートが打てる場所を見つけていた。さらに攻撃隊形を三角形にして攻めるとよいと気づいていた。

（4）まとめのゲーム

【めあて】全員がヒーロー。ゴール正面にスペースを作れ。

【進め方】

図 3



①5対5など正規の人数に近づけて行う。
②コートの中盤を狭く作成する。
③相手がフリースローエリアに戻ってから攻撃を開始。
④ボールを取られたら，自陣のフリースローエリアに戻る。

【発問】

ボールを持たないプレイヤーがどのように動けばゴール前の空間を空けることができるだろうか。

【活動中やグループミーティングでの生徒の声】

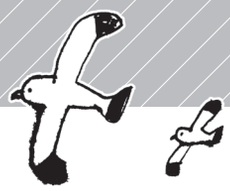
・ボールを持たない人が守備者と守備者の間に行く。
・ゴールに走りこみながらパスを受け取りシュートを打てば得点につながる。
・サイドからの攻撃を意識させて，最後は素早いパスをセンターに送りシュートを打つ。守備が対応できない速さでパスを回すことが大事。

【課題解決】

これまで学習したカットインプレイやポストプレイを用いて，得点につながる空間を空けようとするプレーができていた。特に，低く速いパスをゴールに走りこみながら受け取り，シュートにつなげる動きの有効性を理解し，身に付けることができた。

4　まとめ

深い学びを導き出すためには明確な課題と課題を解決するために考えを出し合い，新たな考えを形成していかれる人間関係が必要である。教師の役目として課題が浮き彫りになるタスクゲームを用意する。授業を「ゲーム→振り返り→課題練習→ゲーム」のサイクルで展開し，課題を解決する方法を考えた後に，考えを用いて再び挑戦できる単元計画を作る。また，教師が動き方を示すだけでなく，効果的な発問を行うことで，生徒自身が効果的な動き方に気づくように導く。この指導方法を実践することで，生徒の学びが深まる授業につながると考える。



遊びの中で運動を

川崎市立西梶ヶ谷小学校校長　鶴見 悦子

「今日は勘弁してください。」と帰りの会が終わると一目散に教室を飛び出ていく子。どうやら担任に、終わらない版画の残りを放課後やるように言われたようだ。「明日やります。」と言葉を残して行くその子は、何をそんなに急いでいるのだろう。

実は今日、放課後の校庭解放の日。校庭を覗いてみると、さっきの子が急いで職員室前に貸し出し用のボールをとりに来た。「なるほど。今日は版画をしている場合ではないね。」と私が言うと、笑顔で元気よく駆け出していった。体育の研究をしているときにも気になっていたのは子どもたちの体力のなさだ。もちろん体育の授業内でも技能を身につけさせながら運動量の確保を考え体力向上をめざしてきたが、遊びの中から体を動かす機会を増やしてみてはと、今までの帰宅してからの校庭解放を、帰宅前の三十分ではあるがランドセルを置いたままの校庭解放に変更してみた。すると、数人だった子どもたちが百人近く放課後も残るようになり、クラス仲間での鬼ごっこで必死に走る子や腕を使って上り棒を力強く上っていく子など好きな運動をする子が見られた。体力をつけたいこの時期に、遊びの中で運動することの楽しさを大いに味わわせていけたらと思う。

安心・安全な学校づくり

厚木市立南毛利中学校校長　南波 正志

「授業中に、跳び箱運動で着地に失敗し、肘を床に激しくぶつけた。」「部活動中に、友人の振ったラケットが顔に当たった。」などの事故報告が、毎月のように上がってくる。

中学校では、保健体育の授業や運動部活動での傷害事故が最も多い。本人の技術の未熟さや集団での練習への不慣れ、施設・設備、用具の不適切な使用などが、事故の原因となっていることが多い。学校は、安心・安全でなければならない。事故や災害に対して、生徒自ら安全を確保すると共に、危険を予測し回避する力を育成することが求められている。

本校では、保健委員による毎月の事故発生状況を校内放送で報告している。件数、発生場所やけがの程度、原因を分析して警告を発している。その結果、けがの減少が見られるようになった。

事故の発生には、必ず原因がある。事故の状況や原因を振り返ることで、事故を減らすことができる。事故を防ぐために、通り一遍の指導ではなく、具体例を挙げながら、どうして危険なのか、どういう危険が予想されるのか、防ぐための行動を生徒自身が考え、実践できるよう指導していきたい。

※執筆者の学校名等は2019年３月現在

神奈川版　体育・保健体育ジャーナル《第14号》 2019.4 発行
編集・発行 ▶ 神奈川の体育学習を考える会　代表　小西 保勝
事　務　局 ▶ 〒141-8416 東京都品川区西五反田2-11-8 学研ビル
(株)学研教育みらい 小中教育事業部 TEL 03-6431-1153

今号の内容は，以下のページでもご覧いただけます。
http://gakkokyoiku.gakken.co.jp/

表紙・中面カモメイラスト●中川貴雄　DTP・デザイン●明昌堂　印刷●廣済堂

＊環境に配慮して作られた紙，植物油インキを使用して，CTP方式で印刷し，針金・糊・加熱が不要な製本方法を採用しています。

9300006480