

今後の指導に役立てるために

「育みたい体力や技能」と「効果的な発問や指示」

小学校教育研究会北会津地区第二次研究協議会 保健体育部会から
(平成23年11月14日 会場:会津若松市立川南小学校)

会津教育事務所

当研修会において、学習指導要領改訂の趣旨や完全実施により見えてきた課題について話をさせていただく機会がありました。その中で、「言語活動の充実」を図りながら思考力・判断力・表現力を身につけさせる指導のあり方について参加者の皆さんとともに考える時間をつくり、皆さんから意見をいただきましたので紹介いたします。

授業へ対する思いや指導のポイントなど、他の先生が日頃からどのような取り組みをされているのかを知ることで、ご自身の指導されている授業を振り返り、新たな指導の実践にチャレンジするなど授業の充実にお役立てください。



NO	1 育みたい体力や技能 (参加者の皆さんの声)
1	○子どもたち同士のかかわりで、「楽しい!」「できた!」という充実感をより多く経験させたい。ゲーム領域の充実。 ○苦しいけど、一生けん命がんばった成果や達成感を味わえるようにさせたい。(水泳、陸上等)
2	○逆さ感覚(倒立、回転)…器械運動、水泳の飛び込みなど、多くの運動の基礎的な動きとなるので ※この感覚が身についていないために、運動に対しての恐怖心を持つ子どもが多い。 ○バランス感覚…左右の体の使い方、体の軸(縦、横)を保つなど ○リズム感…運動(動きへの入り方)幅跳び、高跳びの助走のリズム等のほかに、野球の捕球態勢～捕球～送球など運動によってそれぞれリズムが変化していくので、様々なリズム感を持たせたい。
3	○巧みな動きと全身持久力。
4	○6年生を終えるまでに、25mを泳げる力をつけさせたい。スイミングスクールで練習する子をのぞけば、学校教育で指導されなければ、身につかない力である。この力を、小1から継続的に指導することで、身につけさせることが大切であるとする。
5	○50～100m学年に応じて走りきれぬ走力。
6	○どの単元のどの場面なのかが想定できないのですが…小学生の子どもたちに身につけさせたい体力は調整力と肩関節・股関節の柔軟性です。

7	○自校の児童が体力テストで県平均を下回っている瞬発力。
8	○小学校卒業までに全児童に「さか上がり」「水泳25m」は達成させたいと常に考えて指導している。
9	○基礎感覚。(回転、腕支持、逆さ、浮く)→生きるために必要な事です。それには、身体づくりプログラムを毎時間行う。
10	○すばやい動きができる。→運動身体づくりプログラムの活用(準備運動等にとり入れる。)
11	○会津に生まれた子どもたちに磐梯山を登れる体力・猪苗代湖で泳げる力を身につけたい。 ・1~2kmを走り続ける。 ・50mを続けて泳ぐ。
12	○小学校で多くの運動経験から調整力を身に付けさせたい。
13	○体力向上プログラムの実施を徹底する。(できるものをえらんでもよいから)腕支持や逆さ感覚が育っていないと、中・高学年で指導に困る。手押し車や逆立ちなどの非日常的な動きも少しずつ取り組ませていく。
14	○長く走ること(時間的に) ○長く泳ぐこと(距離的、時間的に) 意欲面の向上もあると思うが、将来取り組むことになるだろう内容になる可能性から・・・

NO		2 効果的な発問や指示 (参加者の皆さんの声)
15	跳び箱	○跳び箱の着手の位置を前の方にする。
16	鉄棒	○逆上がり…逆上がりお助けベルトを使っている。
17	水泳 (平泳ぎ)	①キックは、け伸びの姿勢をつくってから始める。 ②できるだけ素早く、け伸びの姿勢をつくりに行く。 ③キックは、はさむ動きよりもスクリュウのような動きの方が進む。 ※①は多くの子どもたちができておらず、このタイミングが習得できれば、キックによる推進力は上がる。(50mで6~10秒程度速くなった。)市内の大会を見ても、このタイミングはできていないことが多い。そのようなことから、このことが習得できれば、全体のレベルはアップすると考えられる。 ※クロールもありますが、ここにすべてを書くのは難しい、速効性のあるものは平泳ぎの方なので、そちらを書いておきます。
18	鉄棒 水泳	○逆上がり…腕を伸ばさない、片足をまず引っかけ(低い鉄棒で)、目線を前から後ろへ。 ○25mを完泳…バタ足練習、呼吸法、呼吸はまずどこでもOK。(かっこよくできなくても)

19	器械運動 ゲーム (ボール運 動、リ レー)	○マット、とび箱運動など、普段の生活では身に付かない、身体能力や動きを学習させることで、できた喜びを味わわせたい。特に、とび箱の開脚とびなど、かたを中心とした体を支持する動きについては、向山型A、Bの方式で指導する。また、鉄棒運動の逆上がりは「くるりんベルト」などの教具を使って、ある期間をかけて少しずつ動きに慣れさせて技能を身につけさせる。 ○子どもたちがグループを作り、工夫し協力して取り組めるような、ルールの工夫は大切である。
20	陸上	○持久力をつける。 →シャトルラン(CDを使ってやると子どもたちは意欲的である。) ○50mを全力で走る。 →目線、腕振り、地面を強く踏む。(苦手な子どもにも、積極的に声をかける。)
21	低学年 鬼ごっこ遊 び	低学年(鬼ごっこ遊び) ○赤、白2チームに分かれた対抗戦 ○フィールドはトラック内(外に出たらアウト) ○30秒で攻守交代 ○タッチされたらアウト ○30秒後、生き残った人数で勝敗を決める。
22	その他	○子どもの言葉をかりて、または「バンッ」と手をつく、「ダーッ」と走るなどの方が、「手を強く着く」、「スピードを上げて走る」よりは子どもに伝わりやすい。
23	その他	○いろいろな運動(動き)を楽しくゲームの中で体験できるようにする。(2年生) ○優れている子だけでなく、1人1人が自分のめあての達成で満足できるように工夫する。
24	その他	○「・・・がいいね!」などと具体的に声かけをする。←腕の振り、足の動きなど
25	その他	○「前の時間よりよくなったね。」 「〇〇を△△すると、もっとよくなるよ。」
26	その他	○運動身体プログラム ・コーディネーション的なトレーニング (目と体、耳と体を使った神経系のトレーニング種目を入れる。) ・リレー的な運動 ○様々な運動のゲーム化。 ○主事運動につながる運動をとり上げる。
27	その他	○姿勢を良くしてから基本の運動を行う。←つま先、腰の位置、目線など、
28	その他	○効果的であった指示は、「数をかぞえる」、「声を出す」、「動きをそろえる」。 ○うまくいったら5回ほめる。 ○子どもたちの意欲を高めるためにお手本を見せてから、マネさせる。
29	その他	○運動の日常化が図れるような楽しい体育の授業を展開したい。
30	その他	○すべての運動において、体育の授業で行っていたものを、子どもたちが率先して(自然と)休み時間に遊んだり、練習したりする姿がみられるような授業づくりに取り組んでいる。そのために、子どもたちがわかりやすい技のポイントであったり、場づくりであったり、子ども同士でもできるように心がけて指導にあたっている。
31	その他	○正しい動きができたことへの称賛。 ○個の伸びを評価し、その伸びに対する、言葉かけ。

32	その他	○「どうすればいいのか」がわかる具体的な声かけを大事にしたい。 Ex. クラウチングスタートでの一歩目を早く出すために「後ろ足の反対の腕を思い切り後ろに振ると足が早く出る。」など
33	その他	○できたこと（ポイント）をほめる。取り上げて認める。 ○子どもが動きをイメージしやすい指導とアドバイス。 「足のうらを前に見せる。」（はばとび） 「アルミ缶を踏む。」（走） 「親指を下にして、遠くにチャカッと水に入れる。」（水泳など）
34	その他	○小学生では、直接筋肉や骨の動きについて説明しても難しい場合があるため、アニメのキャラクターの「~のように」「~になって」とか動物や植物の動きから「~したように」「~のような形でやってみよう。」の言葉かけを多く取り入れている。
35	その他	○運動の楽しさを味わわせる。 ○いろいろな運動を体験させる。 （「できなくても、こんな技があるんだ。」ということを知る。） ○教師も一緒にやる。 ○ポイントを押さえて指導する。 ○ポイントを押さえてほめる。 ○ポイントを押さえて子どもたちに紹介する。} 子どもたちに自信を持たせる。
36	その他	○おもいきり、汗をかくまで走ることなど指導計画を必ず実施することが大事と考えています。 ○1つの領域をやりきること。 ○「遊び」を大切に考える（教師のねらいを明確にした上で） ○場の工夫、環境を整えたい。
37	その他	○今、できることから「お前は、これができているからここまでやれるはずだ。」などの気持ちを前向きにさせる声かけを大事にしている。 ○精一杯、挑戦する気持ちや仲間を思いやる言動などの心の育成も大切にしたい。
38	その他	○「1つ1つの運動に対して、『知識』として情報を与えることは、子どもたちの取り組み方、意識が変わること」それを即、実行したいと思いました。 又、様々な運動を経験させることの重要性を再認識しました。
39	その他	○身につけさせたい能力や運動について自分が勉強しなくては・・・。 苦手だから・・・とあえて、避けてきた悪い自分に、主任になったからこそやるべき!!と言い聞かせているところです。（すみません。聞かれていることに答えてません。

