保健体育分科会

附属学校の体育授業研究

附属岡崎中　　三牧秀和
附属名古屋小　加藤康博
附属名古屋中　榊原章仁

1，校　名　愛知教育大学附属岡崎中学校
2，テーマ　「運動を生活につなげる」
「□C＆F□　Zarthball（ザースボール）」
3，実施内容

単元の構想（１５時間完了）

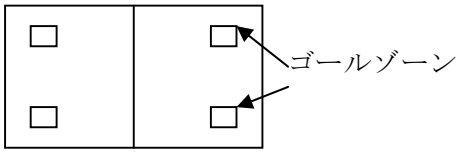
パスをもらうための動き方を身につけたい
・Zarthball との出会い（試しのゲーム）
・フェイントを使う、空いたスペースに走り込むなど、フリーになる動きの習得

仲間と連携した動きで
シュートチャンスを作りたい
・映像視聴によるゲーム分析
・シュートチャンスを作るための連携した動きを考える全体交流

大会を開いて完成した攻撃を試したい
・大会の企画と運営

仲間と連携した動きでシュートチャンスを作る楽しさや自分たちの手で大会を運営する楽しさが分かった

ザースボールのルール
・バスケットボールのコート



・４人対４人でゲームを行う。第３ゲームまでの合計得点で勝敗を競う。
・１ゲームは３分
・ドリブルは禁止。ピボットはできる。
・シュートは、味方が２か所あるゴー　ルゾーンのどちらかでボールをキャッチできれば１点になる。
・相手が持っているボールに直接触れることは禁止。

【出会う】パスをもらうための動き方を身につけたい

「ドリブルできないんだ」、「ポートボールに似ているね」。ザースボールのルール表を見て子どもがつぶやいた。その後、「背の高い人が同じチームに固まらないようにしよう」「バスケットボール部やサッカー部の人をバランスよく分けよう」という子どもの意見をもとに話し合ってチームを決めた。

赤チームになった綾音は、早速ザースボールで使用するボールを手に取り、「このボール柔らかい。当たっても痛くなさそう」と言って、同じチームの早苗とキャッチボールを始めた。ボールの感触を確かめたあと、試しのゲームを行った。しかし綾音は、なかなかパスがもらうことができずゲームは終了してしまった。

動いてパスをもらうようにすれば攻撃がつながるという見通しをもった綾音は、続く青チームとのゲー

ムでパスをもらおうとして動いていた。途中、何度かパスをもらうことができ、得点を決めることもできたが、ゲームは負けてしまった。ゲーム後の意見交流は味方からパスをもらうためにはどうしたらよいかが話し合われた。

意見交流で、綾音はピボットやフェイントなどの個人技能を習得する必要性を感じ、次時のゲーム前にチームで練習を行った。また、空いたスペースに飛び込むという新たな視点を得て、作戦タイムでそのことをチームで確認してゲームに臨んだ。綾音は、フェイントを使ってマークを振り切ろうとしたり、仲間に「空いているスパースに動いて」と呼びかけたりしていた。

ゲーム後、綾音が「マイボールになったら、すぐに攻撃をしないといけない」とチームの仲間に言った。マイボールになって、もたもたしていると、すぐにマークされてパスがつながりにくいというのだ。「切りかえを速くして、フリーの相手にパスをつなごう」と同じチームの幸太が言うと、作戦板でマイボールになったらどう動くかを話し合った。話し合いの中で、マイボールになった瞬間、ゴールの周りにマークのいないスペースができることに気がついた赤チームは、ロングパスを使って攻撃することに決めた。早速次のゲームで考えた攻撃を試すと、連続して得点が決まった。綾音は自分たちが考えた作戦に自信をもち、意見交流で切りかえを速くしてロングパスを出すことが有効であったと発表した。

【深める】仲間と連携した動きでシュートチャンスを作りたい

作戦タイムで綾音が、「ディフェンスがゴールの周りをしっかり守っていて、上手く攻められない」と仲間に言った。どのチームもロングパスを使って速攻を取り入れるようになった。そうすると、その速攻を防ぐ手段として、ディフェンスに切り替わった瞬間、すぐにゴール付近を守るようになってきた。こうなるとロングパスを使った速攻が決まらないどころか、ゴール付近を固く守られ得点もしにくくなってきた。綾音たちは、自分たちのゲームをタブレット式端末で撮影し、ゲームの分析をした。「あっ、このプレイがいいね」綾音が映像を見ながら言った。それは、相手の青チームのプレイで、ゴールゾーン奥のスペースを活用したプレイであった。ゴール奥の空いているスペースにボールをつなぐことによって、ディフェンスの死角をつき、そのあと再びディフェンスの死角からゴールに飛び込んだ仲間にシュートを放ち得点したプレイであった。「ゴールの奥のスペースを使うと、パスがつながりやすいね」と綾音が言った。相手チームの良い動きに着目して映像を見ていると、「青チームはいつも同じパターンで攻撃してくる。直希君がボールを持って他の子がゴールに飛び込むというパターンが多い」と幸太が気づいた。綾音は「私たちも攻撃のパターンを作って、ディフェンスのすきを突くような攻撃を考えよう」と言って、赤チームは作戦を練り直した。

綾音たちが考えた赤チームの作戦は、マイボールになったら一人がゴール付近に走りロングパスをねらう。だめなら、スペースに飛び込んだ仲間にパスをつないでショートパスをつないでゴールまでボールを運ぶ。ゴール付近で攻撃するときは、ゴール奥のスペースにパスをつないでディフェンスの死角をつくという作戦であった。そして、誰がどのように動くかという役割分担を決めていった。

赤チームは役割を決め、ゴール奥のスペースを活用して攻撃できるようになった。途中、ゴール奥のスペースにボールをつないでから、２つあるゴールを有効に使うため、誰がどちらのゴールに飛び込むか、またシュートできない場合の次のプレイはどうするかといった仲間と連携した動きを作戦に取り入れていき、ゲームで連勝するようになっていた。綾音は、役割分担を決めてディフェンスの死角をついてスペースを作り、仲間と連携した動きで攻撃する有効性を感じ、自分たちの作戦に自信をもった。綾音は他のクラスと試合がやりたいと願い、クラスの多くの子からも同様の声が聞かれ、１年生のザースボール大会を開くこととなった。

【つなげる】大会を開いて完成した攻撃を試したい

綾音は競技委員になり、他のクラスの競技委員とともに試合方法や、試合の組み合わせなどの運営方法を話し合った。「他のクラスの子とたくさん試合がしたい」という綾音の発言から、１年生の全てのチームを４つのグループに分け、リーグ戦を行うことにした。また、同じクラスの子が同じグループに入らないように組み合わせにも配慮した。こうして競技委員が大会を企画して、１年生のザースボール大会が開かれた。大会では、どのチームも自分たちの試合に真剣に取り組むのはもちろん、同じクラスのチームがゲームを行うと、大声で応援して体育館は大盛り上がりであった。綾音の赤チームは考えた作戦をゲーム

で生かしていた。綾音は、ゴール奥のスペースに走り込んでパスをつないだり、仲間がゴールに飛び込んだ瞬間を見逃さずシュートを決めることができた。また、ゲームに出ていないときは仲間に声援を送り、仲間のプレイに一喜一憂する姿が見られた。赤チームはリーグ戦を全勝で勝ち上がり、決勝トーナメントに進んだ。残念ながら準決勝で負けてしまったものの、ゲーム後綾音は汗をかきながら笑顔で仲間と健闘を称え合っていた。綾音は、チームの仲間と話し合いながら作戦を立てて、精一杯プレイできた達成感と、大会を開いたことによって、１年生の仲間が真剣に楽しく、盛り上がってゲームができたことに満足感を感じていた。

４，成果と課題

ザースボールはＯＮサイドとＯＦＦサイドのスポーツ。本時では、最初にゴールの裏のスペースを紹介したため死角が死角でなくなった。また、そのスペースにプレイヤーが最初からいるのはスペースをなくしているので、スペースをつくる動きが必要となる。１対２や２対３のようなアウトナンバーのタスクゲームは必要ない。スペースは、パスレーンの確保・ゴールラインが空いている・ディフェンスの死角の３つポイントがある。アクションとリアクションがなければ作戦にならない。ビデオ映像の駆使は有効だと思われる。

高山の授業日記から、ゴールゾーン奥のスペースを活用することの有効性に気づいていることがわかる。今後は、その後の展開として仲間との連携した攻撃を考えたり、デジフェンスの死角をついてスペースをつくる動きを見つけたりさせていきたい。また、他のクラスとの試合も望んでいるので、自分たちで大会を企画し運営する方法を考えさせていき、運動を支える経験をさせていきたい。

1，校名　附属名古屋小学校

2，テーマ「自己を磨き，学び続ける子」の育成　１年次　（平成 24 年度発表の研究テーマ）

3，実施内容

１　単元名　　ボール投げゲームを楽しもう

２　単元の目標

・自分の力に合ったボールの投げ方，捕り方，よけ方を身に付けたり高めたりすることができる。＜技能＞

・ボール投げゲームに必要な動きを高めるために進んで運動に取り組んだり，ゲームのルールや約束を守って仲間とボール投げゲームを楽しんだりすることができる。＜態度＞

・ボールの投げ方，捕り方，よけ方のよりよい動きを考えることができる。＜思考・判断＞

３　指導方法の工夫

本単元の第１時に，試しの運動（単元で扱う内容を簡略化した運動）に取り組ませた後で，学習カードや口頭による実態調査を行い，子どもたちがボール投げゲームに対して，どのような願いをもっているかを把握する。把握した願いを踏まえ，さらに運動の特性・内容的な視点・方法的な視点を考慮したうえで「もとの運動」の内容を決定する。こうしてできた「もとの運動」を単元を通して取り組ませることで，子どもたち自らが願う技能の高まりを目指して意欲的に主運動に取り組むことができるようにさせる。

また，「もとの運動」でもった技能の高まりにつながる考えを学習カードに書かせることで，その考えをしっかりと意識して主運動に取り組むことができるようにさせる。

≪単元指導計画（本時４／７）≫

<table>
<tr><td>時間</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4（本時）</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr>
<tr><td>学習内容</td><td rowspan="3">オリエンテーション・試しのドッジボール（願いの把握）</td><td>よけ方</td><td colspan="2">投げ方</td><td colspan="2">捕り方</td><td rowspan="3">もとの運動・まとめのドッジボール大会</td></tr>
<tr><td>姿勢</td><td>正確さ</td><td>勢い</td><td>捕る位置</td><td>捕り方</td></tr>
<tr><td>指導計画</td><td colspan="6">１　学習のねらいをつかむ。
２　「もとの運動」を行い，簡単な技能を身に付け，動きのポイントを考える。
⑴「もとの運動」（ドッジボール名人）を行い，自分の考えをもつ。
⑵　発問について友達の考えを見たり聞いたりする。
⑶　自分の考えを確認したり，友達の考えを試したりするために運動する。
⑷　技能の高まりにつながる考えを学習カードに書く。
３　学習したことをふまえて主運動に取り組む。
⑴　本時に取り上げた動きについての練習をする。
⑵「中当てドッジボール」を行う。
ゲームの方法やルール
①　１チーム４～５人のチームを８つ編成する。
②　どのチームも同じぐらいの力になるようにチームを編成する。
③　外チームが中チームを当てる。ワンバウンドでも当たりとする。
④　中チームは捕ったり，よけたりする。当たったら，コートの外に並ぶ。
⑤　外に並んでいる子どもは，中の仲間がボールを捕ることができたら，中に戻ることができる。
⑥　途中で攻守交代をする。
⑦　終了時のコート内の人数が多い方の勝利とする。
⑧　勝敗によって，次のコートへ移動する。（エレベーター式）
４　本時の学習を振り返る。
５　整理運動を行う。</td></tr>
</table>

４　本時の目標（４／７）

・ボールを投げる動きを高めて，主運動に取り組むことができる。＜技能＞

・ルールを守り，ボールを投げる動きを高めるために進んで運動に取り組むことができる。＜態度＞

・勢いのあるボールを投げるための動きの高め方について考えることができる。＜思考・判断＞

５　展　　開

ア　準　備

＜教師＞　ソフトドッジボール39　　ソフトフォームボール10　　ビブス（８色×５枚）
的（段ボール）　　カラーコーン８　　ウレタンマット２
＜児童＞　学習カード　　筆記用具　　生活科バッグ

イ　指導過程

時間	学習指導	指導上の留意点
５分	１　集合・整列し，学習のねらいをつかむ。	・　第１時にもったボール投げゲームに対しての子どもたちの願いを提示して確認させる。
	勢いのあるボールを投げる投げ方を考えて，ボール投げゲームを楽しもう	
22 分 (10 分)	２　「もとの運動」を行い，基になる動きを身に付け，動きのポイントを理解する。 (1)　「もとの運動」(ドッジボール名人)を行い，自分の考えをもつ。	・　「もとの運動」の前に，手首・肩のストレッチを行わせる。 ・　設定したコースを２分ローテーションで行わせる。 ・　発問に対して意識して運動できるように積極的に声をかける。
	発問 勢いのあるボールを投げるためには，どんなことに気を付けて投げるとよいでしょう。	
(５分)	(2)　発問について友達の考えを見たり聞いたりする。 ＜予想される子どもの考え＞ 「うでをはやくふって投げる」 「うでをしっかりとひいて投げる」 「足を大きくふみ出して投げる」	・　出された考えを板書し，自分の考えに近いものにネームプレートをはらせて，考えを明確にさせる。
(５分)	(3)　自分の考えを確認したり，友達の考えを試したりするために運動する。	・　教師の合図で自分の考えた動きをもう一度行わせたり，友達の考えを動いて試させたりする。
(２分)	(4)　技能の高まりにつながる考えを学習カードに書く。	・　自分の動きを確認したり，友達の動きを試したりしてもった自分の考えをしっかりと意識させるために，学習カードに記述させる。
15 分 (５分) (10 分)	３　学習したことをふまえて主運動に取り組む。 (1)　勢いのあるボールを投げる練習をする。 (2)「中当てドッジボール」を行う。	・　自分に合った場で取り組ませる。 ・　自分で考えたことを意識させて，主運動に取り組ませる。 ・　勝敗によって，コートを移動し，次のゲームに取り組ませる。
	「自己を磨く」子どもの姿 投げる技能を高めるために，「もとの運動」でもった投げる動きについて考えたことを基にして，進んで練習や「中当てドッジボール」に取り組もうと努める姿。	
２分	４　本時の学習を振り返る。	・　本時の練習や「中当てドッジボール」で意欲的に運動していた子どもを称賛する。
１分	５　整理運動を行う。	・　痛めたところがないか，確かめながら行わせる。

Ⅳ，成果と課題

○　「もとの運動」のドッジボール名人に取り組む場面では，それぞれの運動の場で，その時間に考える局面に意識しながら，繰り返し運動に取り組む姿が見られ，ボール投げゲームを楽しむ様子が見られた。また，「こう投げると強いボールが投げられそうだ」「こう投げると投げやすい」というような考えをもつことができた。

○　主運動の中当てドッジボールでは，「もとの運動」でもった技能の考えを，しっかりと動きに表わせるように意識しながらゲームに取り組む姿が見られた。その結果，強いボール投げられるようになったというように実感を味わう子どもやゲームで勝って喜ぶ子どももいた。

● 学習カードで振り返りまでできると，その動きに対して，自分がどれぐらいできたかを把握でき，達成感が味わえる。振り返りの方法を考えていけるとよい。

1　校名　附属名古屋中学校

2　テーマ「**学び合いを通して運動に親しむ子どもが育つ保健体育科の授業**」

3　実施内容

1）テーマ設定の理由

前研究において，自分の動きを的確に分析したり，課題の解決に向けて適切な活動の仕方を決定したりする能力を育むために，運動をすることを通して，学んだ知識を活用し，思考を働かせて運動に取り組むことに着目した。そして，学んだ知識を活用し，思考を働かせて運動に取り組むことで，技能が向上しつつ運動の特性に触れる楽しさを実感できるようにすることが重要であると考え，実践に取り組んできた。その結果，学んだ知識を活用し，自己を分析する力を育み，自己に合った課題を設定して取り組むことができた。しかし，活動をすること自体の楽しさを味わうことはできたものの，基礎的な運動の技能を十分に身に付けることができなかったことが課題として残った。そこで，意図した戦術の実現や目標とする技能レベルに到達させるために，基礎的な運動の技能を十分に身に付けさせる新たな手だてに取り組むことが重要であると考える。

本研究では，「運動の楽しさや喜びを味わえるよう基礎的な運動の技能や知識を確実に身に付ける」ために，前研究で取り組んだ，運動を通して学んだ知識を活用し，思考を働かせて運動に取り組むことを継続しつつ，運動の特性に触れる楽しさや喜びを味わうことができるように迫ることが大切であると考えた。そのために，個人での取組だけでなく，ペアやグループで学び合う活動が必要であると考えた。ここでいう，学び合う活動とは，基礎的な運動の技能を身に付けさせるために，言葉によって動きの状態を伝え合ったり話し合ったりして，動きの感覚をつかませることである。

以上のような学習に取り組み，繰り返すことによって技能が向上し，運動の特性に触れる楽しさや喜びを味わうこと，つまり，運動に親しむことができるようになり，それが，生涯にわたって運動に親しんでいくことにつながると考える。

そこで，『「学び合い」を通して運動に親しむ子どもが育つ保健体育科の授業』という研究主題を設定し，研究を進めることとした。

2）単元　ハードル走（中学２年）

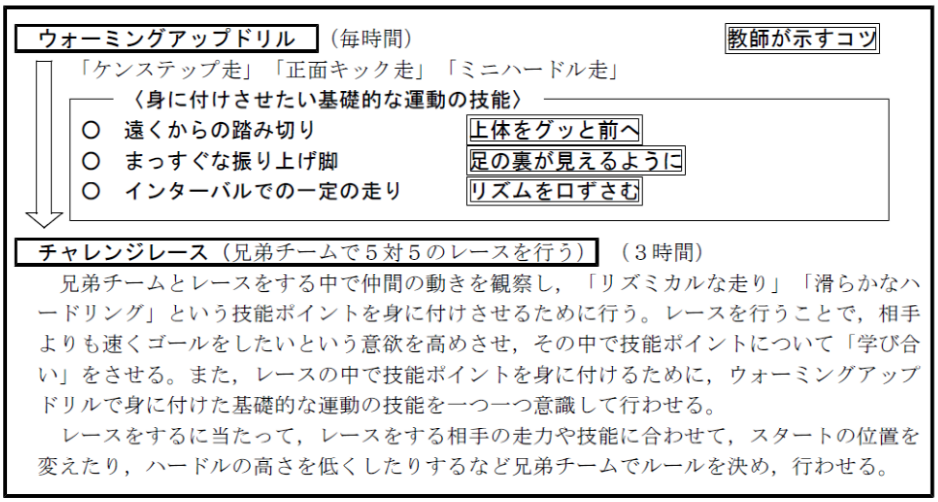
3）単元の学習過程と評価（後掲資料）

4）テーマに際した実践の工夫・特徴

具体的な手だて

ア　基礎的な運動の技能を身に付け，運動経験を伴った知識を学ぶ学習過程の工夫

「遠くからの踏み切り」「まっすぐな振り上げ脚」「インターバルでの一定の走り」という基礎的な運動の技能を身に付けるためのウォーミングアップドリルを，単元を通して繰り返し行わせる。そこでは，基礎的な運動の技能を身に付けやすくするための「コツ」を教師が示し，その「コツ」を基にチームの仲間と「学び合い」を行わせる。そうすることによって，基礎的な運動の技能が身に付きやすくなると考える。そして，チャレンジレースで「リズミカルな走り」「滑らかなハードリング」という技能ポイントを身に付けさせる。ここでも仲間と「学び合い」をさせることで，運動経験を伴った知識として身に付けることができると考える。

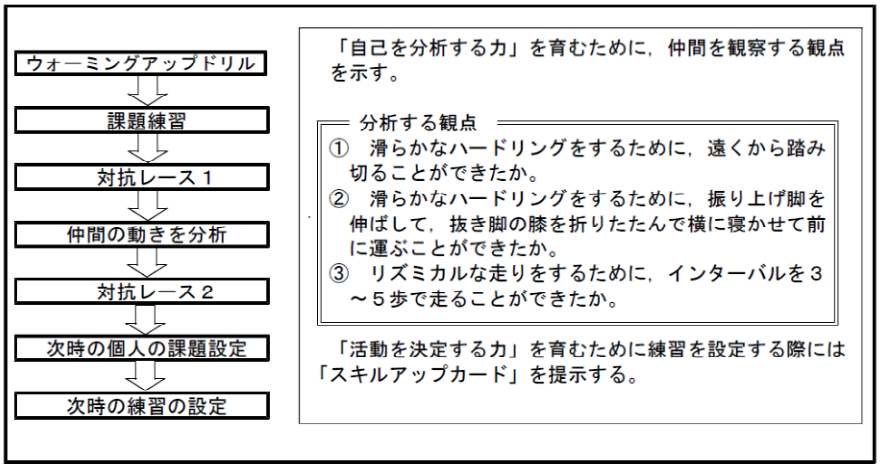


イ　身に付けた技能や学んだ知識を活用するための支援の工夫

「自己を分析する力」を育むために，観点を示してレースでの仲間の動きを観察させる。学んだ知識を基に，示された観点について仲間の動きを観察させ，「分析カード」に記録させる。その記録から，ハードリングの技能を分析させる。仲間の動きを観察し，示された観点について正確に記録ができるようになることで，運動経験を伴った知識が身に付き，自己の動きを更に分析することができ，根拠をもって個人の課題を設定できると考える。この個人の課題は，レース後のチーム内での「学び合い」や「分析カード」を参考に設定させる。このように支援していくことで「自己を分析する力」が育まれると考える。

また，「活動を決定する力」を育むために，チーム練習をする際に練習方法を紹介した「スキルアップカード」を参考に，個人の課題に合った練習から選ばせ課題練習に取り組ませる。こうすることで，課題解決に向けての活動の仕方を考えたり，工夫したりすることができ「活動を決定する力」が育まれると考える。

１時間の学習の流れの中に，以下のように支援していくことで，「自己を分析する力」や「活動を決定する力」が育まれ，技能を向上させることにつながると考える。



4　成果と課題

ア　成　果

○　基礎的な運動の技能を身に付けるために，「運動に出合う」において，「コツ」を教師が示したり，「スキルアップカード」を提示したりして支援した。「運動に出合う」の時間を十分に確保することで，教師が支援を行うことができ，基礎的な運動の技能をある程度身に付けさせることができた。それによって「運動に親しむ」では，自己の動きを分析し，より自己の技能レベルに合った課題を設定できるようになり，「自己を分析する力」を育むことができた。

○　身に付けさせたい基礎的な運動の技能を「遠くからの踏み切り」「まっすぐな振り上げ脚」「インターバルでの一定の走り」に精選したことやウォーミングアップドリルを，単元を通して繰り返し行わせることにより，少しずつ技能が高まり，その技能を生かして技能ポイントを意識した学習をさせることができた。

イ　**課　題**

○　ウォーミングアップドリルにおいて，「コツ」を意識させて取り組ませることで，より技能を身に付けやすくなると考え，教師から「コツ」を示したが，その「コツ」が子どもたちに必ず合ったものであるかどうかについては，不十分なものであった。そこで，子どもたちの「学び合い」から引き出され，そして子どもたちの言葉で変換された「コツ」を紹介することで，より一層分かりやすく伝わることもあった。今後も示した「コツ」を手がかりとして，多くの子どもたちの言葉を拾いながら，　その子どもたちに合ったよりよい「コツ」を示していけると良い。

○　「運動に親しむ」において，「分析カード」を基に，個人の課題を設定することはできたが，個人の課題に合った練習を選び行う「活動を決定する力」を育むことが十分にできなかった。「スキルアップカード」の中で練習を示してきたが，その内容をしっかりと確認させ，できるようになったという実感をさせられるだけの時間の確保が必要である。

(4) 単元の指導計画と評価基準表（14時間完了）

	時	学習内容	評	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
運動に出合う	1	1　オリエンテーションを行う。	A	「コツ」や技能ポイントの「学び合い」を通して，何度も練習に取り組もうとしている。			
	2	1　ハードル走の試走を行う。 ○　１台ハードルレース（15m走）を行う。 ○　３台ハードルレース（35m走）を行う。					
	3	1　ウォーミングアップドリルの行い方を知る。 ○　ケンステップ走 ○　ミニハードル走 ○　正面キック走 2　チーム編成をし，「学び合い」の仕方を知る。	B	「コツ」や技能ポイントの「学び合い」を通して，練習に取り組もうとしている。			
			方法	取組の様子の観察			
	4・5・6	1　ウォーミングアップドリルを行う。 2　兄弟チームと「チャレンジレース」をする。	A			技能ポイントを身に付けることができる。	技能ポイントとそれに関わる基礎的な運動の技能を理解することができる。
			B			技能ポイントをおおむね身に付けることができる。	技能ポイントとそれに関わる基礎的な運動の技能をおおむね理解することができる。
			方法			取組の様子の観察	学習カードの記述内容の点検
	7	1　ウォーミングアップドリルを行う。 2　「対抗レース」の行い方を知る。 3　試しの対抗レースを行う。 4　課題の設定の仕方を知る。	A				
			B				
			方法				
運動に親しむ	8（本時）・9・10・11・12・13	1　ウォーミングアップドリルを行う。 2　兄弟チームと一緒に，課題練習を行う。 ○　課題を確認し，兄弟チーム内で取り組む。 ○　「スキルアップカード」を基に，課題解決に向けて練習を行う。 3　「対抗レース」を行う。 ○　対戦形式でレースをする。 ○　計時は行わず，ペットボトルフラッグを手で倒すことをゴールとする。 4　次時の個人の課題を設定し，課題練習を選び決定する。	A		自己の技能レベルに合った課題をもち，それを達成するために課題に合った練習を選び行うことができる		
			B		自己の技能レベルに合った課題をもち，それに合わせて，練習を選ぶことができる。		
			方法		取組の様子の観察と学習カードの記述内容の点検		
振り返る	14	1　「対抗レース」のトーナメント戦を行う。 2　単元の振り返りを行う。	A	「コツ」や技能ポイントや自分の技能の高まりを関連させて振り返ろうとしている。			「コツ」や技能ポイントや自分の技能の高まりを関連させて説明できる。
			B	「コツ」や技能ポイントを基に自分の技能の高まりを振り返ろうとしている。			「コツ」や技能ポイントをおおむね理解し，記述している。
			方法	学習カードのまとめの記述内容の点検			学習カードのまとめの記述内容の点検