

2021年12月14日

百枝小学校 校長先生
教頭先生
寺司美郷先生

体育専科教員 秋篠大和 (三重第

一小)

体育授業のまとめ

本日は、体育授業を参観させていただきましてありがとうございました。本時のまとめとして、お伝えさせていただきます。

(ミニサッカー について)

○本時は、3・4年生の体育で、
領域 E ゲーム の学習でした。

新指導要領3・4年生のゲームのめあては、

(1) 知識及び技能

次の運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、易しいゲームをすること。

ア ゴール型ゲームでは、基本的なボール操作とボールを持たないときの動きによって、易しいゲームをすること。

易しいゲームとは、ゲームを見童の発達の段階を踏まえて、基本的なボール操作で行え、プレイヤーの人数(プレイヤーの人数を少なくしたり、攻める側のプレイヤーの人数を上回るようにしたりすること)、コート of 広さ(奥行きや横幅など)、ネットの高さ、塁間の距離、プレイ上の緩和や制限(攻める側のプレイ空間、触球方法の緩和や守る側のプレイ空間、身体接触の回避、触球方法の制限など)、ボールその他の運動用具や設備などを修正し、見童が取り組みやすいように工夫したゲームをいう。

ア ゴール型ゲーム

ゴール型ゲームでは、その行い方を知るとともに、基本的なボール操作とボールを持たないときの動きによって、コート内で攻守入り交じって、ボールを手や足でシュートしたり、空いている場所に素早く動いたりする易しいゲーム及び陣地を取り合って得点ゾーンに走り込むなどの易しいゲームをすること。

[例示]

○ハンドボール、ポートボール、ラインサッカー、ミニサッカーなどを基にした易しいゲーム(味方チームと相手チームが入り交じって得点を取り合うゲーム)

○タグラグビー、フラッグフットボールなどを基にした易しいゲーム(陣地を取り合うゲーム)

- ・ボールを持ったときに体を向けること。
- ・味方にボールを手渡したり、パスを出したり、シュートをしたり、ゴールにボールを持ち込んだりすること。
- ・ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間に移動すること。

◎運動が苦手な見童への配慮の例

- ・パスを出したり、シュートをしたりすることが苦手な見童には、ボールを保持す

- る条件を易しくするとともに、ボールを保持した際に周囲の状況が確認できるように言葉かけを工夫するなどの配慮をする。
- ・ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間に移動することが苦手な児童には、守る者の位置を見るように言葉かけを工夫するなどの配慮をする。

(2) 思考力、判断力、表現力等

規則を工夫したり、ゲームの型に応じた簡単な作戦を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝えること。

(3) 学びに向かう力、人間性等

運動に進んで取り組み、規則を守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすること。となっています。

(授業について)

- 体育館に入ってきた児童からサーキットトレーニングを自主的に行う姿が見られました。また、サーキットの前に体育館の窓を開けている子もいて、役割分担がしっかりできていました。ランニング・かえるの足打ち・手押し車・足跳び越しステップ・馬とび・馬くぐりなど、サーキットトレーニングの内容も豊富でした。1時間の運動量の確保にも充分つながっていました。指導者がその場になくても自分たちで考えて動くことができている、普段からの体育の指導がしっかり身に付いているなあと感じました。



- 準備体操について・・・特に寒い時期に入ったので、声を出すことで体の体温が上がると思います。ストレッチの効果をさらに上げるために、指導者や係の児童からの声掛けも必要になってきます。例えば、アキレス腱伸ばしの時に「後ろ足のかかとをつけて。」「後ろ足をまっすぐにして。」や、伸脚深くの時に「曲がっている足のかかとを地面に着けて。」「地面に手・おしり着けない。」などを伝えながらさせるとさらに効果的だと思います。冬場は体が冷えているので、準備体操のジャンプの時に「1・2・3の3の時、高く跳んで手を2回たたく。」や「3の時、高く跳んで頭・おなかおしりをタッチ。」「3の時、一回転ジャンプ。」などバリエーションを変えてやると、楽しんで行えると思います。また、大人になるに近づいて膝を痛めやすくなりますので、アキレス腱伸ばしでは、前の膝が足のつま先より前に出ないように後ろ足をしっかり引いて前膝を曲げて行うと良いそうです(^^
本時では、サーキットトレーニングが十分なストレッチ効果があったと思います。

- 最近、ストレッチ時に音楽に合わせて準備運動する学校が増えていきます。毎時間リズムダンスも兼ねてストレッチを行います。第一小でもい



ろんな学年でやってみると、導入時の空
ツップを踏んだり、ボックスステップをや
ると楽しいです(^^右のようなBluefo
利です。公費で学校で使用するものとし
。是非相談してみてください。



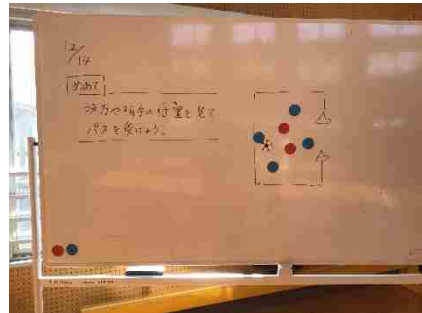
- 本時のめあては、「味方や相手の位置
を見てパスを受けよう」でした。『空いているスペースに動く』というねらいを達
成するための工夫がたくさんされていた1時間でした。

本時はボールを持たないときの動
きに焦点を当てられていて、『①め
あての確認→②ボール慣れ(基礎技能
の向上)③とりかご(補助運動)④
ミニゲーム⑤振り返り』という流れ
でした。



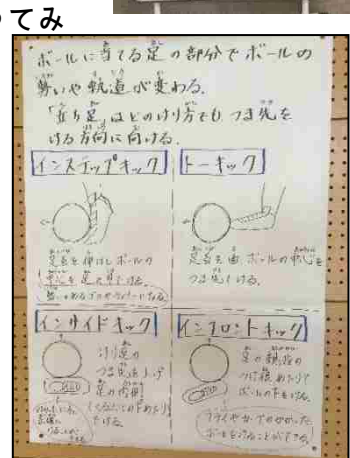
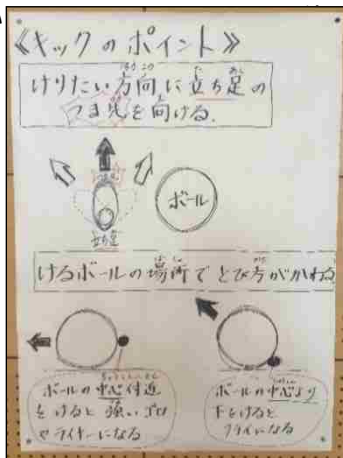
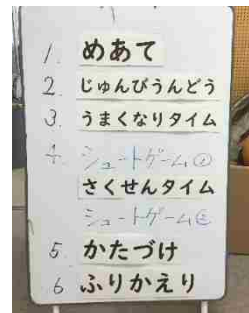
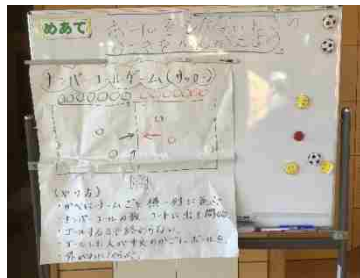
1時間の流れがとても丁寧に設定
されていて、子どもたちの「ボールをもらえる位置」を考えながら補助運動やミニ
ゲームをする姿が多くみられました。

- その一時間で何を学習するのかを体育でもしつかり
と設定する一つの工夫として板書の準備があると思
います。自分が担任の時は、日々の忙しきで準
備が追い付かず、その場しのぎの体育しかできて
いませんでした。毎時間でなくても、下のような
本時の流れやルールを書いたものの掲示するよう
になってからは、子どもたちの運動意欲の向上や
運動技能の向上、運動量の十分な確保等に役立
てることができました(^^



お忙しい中の、板書のご準備、
大変ありがとうございます。

- 大事な技のポイントは図で分かりや
すく掲示しておくのも効果的
です。また、みんなの体育の図の部
分を拡大コピーして掲示してく
だけでも有効です。右上の図はみ
んなの体育(低学年)に載って
いてください。その右の2
学年のサッカーにつながる
技能です。良が
参考に見てみてく
。



- 低学年の「ボール投げゲーム」の単元の運動遊びが苦手な児童への配慮の例の中に、「ボールを捕ったり止めたりすることが苦手な児童には、柔らかいボールを用いたり、空気を少し抜いたボールを用いたりするなどの配慮をする。」という記述があります。どの子もボールに対する恐怖心がなくボールを投げたり捕ったり蹴ったり止めたりするためには、1・2年のうちにたくさん柔らかいボールを扱う経験が必要です。もし、苦手意識が少しでもある児童がいる場合は、低学年だけでなく、どの学年にも恐怖心がある児童に対しては、やはりボールへの恐怖心を取り除くためには柔らかいボール(当たってもそれほど痛くないボール)が必要だと感じています。

右の写真は、大野小学校にあるスポンジ素材のボールです。とっても扱いやすいです!!(室内用ですが・・・)



- 本時では、一人一球手作りのマイボールを使用していました。子どもたちにとって、恐怖心もなくとても扱いやすいボールで、一番の教具の工夫だと感じました。今回は、風船にガムテープを巻いたものでした。ビニール袋に新聞紙を入れてガムテープで巻いたものもちよっと重量が増しておススメです(^^色ガムテープを巻いてデザインするのも面白いかも



(^^

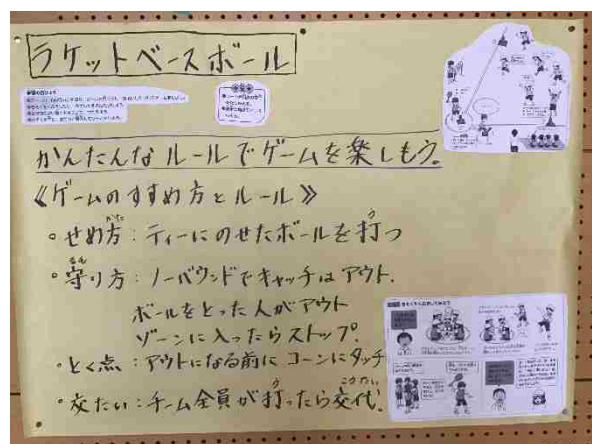
- ボールに慣れる運動では、①足裏ボールタッチ、②ドリブル練習、③パス練習を行なわれていました。子どもたちは、一人一球あるので、待つことなくボール慣れができていました。また、ドリブルもペアの周りをまわる工夫や足裏タッチドリブルも行われていました。ペアでのパス練習では、しっかりとインサイドキックで正確にパスする意識が見て取れました。ボール慣れをダラダラ長い時間かけてするのではなく、短時間でしっかり運動量確保する工夫がなされて、また、ポイントを絞っての練習だったので、素晴らしかったです。



- 一時間を通して感じたことは、全体的にボールコントロールの基礎技能がとても高まっていたことです。めあての確認後のボールに慣れる運動がその一番の要因だと感じました。すぐにゲームではなく、しっかりとスモールステップをふんで、毎時間ボールコントロールの基礎技能向上の運動を短時間でも取り入れているからこそこの今日の子どもたちの姿だと思います。寺司先生の丁寧なスモールステップをふんだ指導の賜物です。大変勉強になりました。

- いろいろな種類のボールを扱う経験を体育授業の中で取り入れ、場面（遊びや競技内容）に合ったボールを子どもたち（個人）に選択させる体験も体育の「思考・判断・表現」の評価にもつながります。
- ボールを足で扱うことはボール運動の中ではとても難易度が高いです。そこで、第一小でも、低学年では最初の補助運動に「① 足の裏ボールタッチ【1（右）・2（左）・1（右）・2（左）～】」「② ①をだんだんはやく」「③ コート内で自由にドリブル（ボールのお散歩）→ 笛で素早く足裏でストップ」「④ ③をおしりですトップ」「⑤ ③を膝（お腹・頭）ですトップ（※どれも足裏ですトップしておしりや膝でとめる）」などを たくさん経験させることで運動量確保等にもつながります。次回お時間あれば是非（^皿^）
- ※ドリブル練習の工夫（足うら・お尻・膝・おなか・頭等）
「笛の合図で素早く止まるといいね」などの声かけと、何度か繰り返してあげるといいと思います。
- 見学の児童の扱いについて、体調面で可能であれば、例えば、「名簿を渡してそばでポイントをチェックしてもらおう」「見学者シートを常に用意しておきそれに記入する」など、体育授業に何らかの形で参加させるスタンスが良いと思います。指導者よりよく見ている場合が多くあります。見るポイントを事前に伝えておくとう有効です。また、個人のiPadを持ってこさせて撮影させ、あとでアイドロップで個人に送る等できると思います。見学者シートは、インサイドウェブの教材玉手箱にあるので使えば使ってください（^^）
- マスクの着脱について、第一小でも、運動時にはマスクは外させてしっかりと呼吸をさせて行っています。話し合い・作戦会議とうでは付けて行なっています。なかなか扱いが難しいマスク事情ですが、特に激しい運動時には必ず外して行うことが安全面の配慮として考えられると思います。

- なかなか忙しいとは思いますが、その単元で
行うゲームのルール等を一度書いて掲示して
おけば、ルール変更するときに赤で書き込む
などができます。また、みんなの体育のルール
の部分を拡大掲示するだけでも子どもたちの
運動意欲が高まるようです。右は、第一小の4
年生が前に行った単元のルールです（^^）



○文科省のユーチューブ動画（様々な単元の）はとても参考になりますのでご活用ください。（^^自分もかなり参考にしています。また、インサイドウェブの中の教材玉手箱（体育小学校）の中にも資料がいくつかあるので参考にしてみてください。

○主運動につながる補助運動では、「とりかご」を行われていました。鬼は帽子を赤ぼうしにするように指示されていて、細かいところですが工夫されているなあと感じました。



○子どもたちの様子で気づいたことは、ディフェンスから寄せられてもボールをむやみに蹴る姿がほとんどありませんでした。ボール保持者が落ち着いてボールをパスすることができていたように感じました。また、指導者の「（三角形や四角形の）形を考えて」という途中の声かけにより、ボールを持っていない子が徐々にボールをもらいやすい位置に動く姿が増えてきていました。前時までの扱いでインサイドキックやトラップ、パスする前の味方の確認等しっかり指導されていたのだろうと感心いたしました。

○メインゲーム前に、ホワイトボードで全体にボールを持たないときの動きの確認を行われていました。子どもたちに「パスを受けれるところは？」と問いかけられており、実際に子どもにホワイトボード上でマグネットを移動させる場面がありました。指導者が動かすのではなく、子どもにやらせてあげることで、その児童はもちろん、全体がしっかりと意識できた場面だったと感じました。全員がホワイトボードに集中できていました。とても大事な場面でした。素晴らしかったです。



○メインゲームでは、4対2を行われていました。初めて見るコートでとても新鮮でした。一時間を通して一貫してめあてを意識させる声かけを指導者が行っていたことがとてもよかったと感じました。「空いているところはどこ？」「後ろに戻すといいね」「形を崩さないように」。声かけにより、全員がボールに近寄るのではなく、距離を保ちパスを受けやすい場所に移動するようになってきていました。待機している児童に対しては、「だれが空いているか、観ている人が教えてあげて！」と繰り返し伝えていたことで、周りの児童がパスを出しやすい友だちの名前を言う場面も多々出てきていました。パスコースが無い時は、オープンスペースを見つけて声かけをする場面も今後出てくるのかなあと思いました。



「後ろに戻すといいね」「形を崩さないように」



○指導者のゲーム中の声かけも適度に適切な場面で行われていたのも印象的でした。運動意欲を高める声かけ（ナイスパスやよく見てたね！）や思考判断を意識させる声かけ（どうする？・だれだれ？）が適度に行われていて、ジュニアサッカーコーチの経験があるのかなあと感じてしまうほど指導が上手で参考にしたいと思いました。

○子どもたちのゲーム中の声かけの中にも「もどしてもどして」「○○ちゃん空いているよ」などの声が多く聞かれました。ねらいの「空いているスペースを見つけて」を達成している発言だったと思います。

○ゲームのふり返りでは「もっと声を出す」「もっと動く」「パスを受ける時声かけができるようになった」という発言がありました。欲を言えば、具体的な動きに関して最後にホワイトボードでもう一度指導者から押さえがあればさらによかったかなと思いました。とはいえ、しっかり自分の考えを発表でき、とてもいい雰囲気の中子どもたちが一生懸命ボールを扱う姿がとても輝いていた素晴らしい一時間でした。学級の雰囲気作りも担任の先生の子どもたちに真摯に向き合っている証かなあと感じました
(^ ^



○どうしても自分も規律の方に目がいきがちですが、ある体育専科の先生が、「規律より運動量！」ときっぱり言われていました。「とにかく動かす！体を動かす！楽しいと感じたら遅れまいと積極的に動き出す！運動量が一番だ！」と。これからさらに寒い時期に入りますが、自分も運動量確保と楽しい体育を心掛けながら体育授業を行っていこうと思います (^ 皿 ^

忙しい中の体育授業の指導案作成、本当にお疲れ様です。いろいろとクドクド書きましたが、今後の体育授業の一助になればと思い書かせていただきました。自分も大変勉強になりました。別紙資料をつけていますので、よろしければ参考程度にしてみてください (^ ^

また、インサイドウェブの中の教材玉手箱の体育（小学校）のフォルダに学習カードや資料等掲載していますので、ご活用ください。また、機会がありましたらよろしく願いいたします。

。	
7 安全の配慮をしましたか。	
8 ICTを活用しましたか。	
9 次時につながるふり返りをしましたか。	
10 観点を決めて評価をしましたか。	

説明

1	体育の授業でも他の教科と同様に、本時のめあて（または課題）を授業の始めに提示し、子どもたちが目的を理解し意欲的に活動できるようにすることが基本です。
2	体育の授業でも板書を活用します。本時に身につけてほしい技能のポイントは図や文字で板書し視覚から理解させます。学習カードや副読本で確認することもできます。
3	体育科のめあての1つ思考・判断から、自己の能力に適した課題を解決する学習をすすめます。そのために、子どもが自分の能力を知り、課題を解決するための個人のめあてを持たせます。
4	例えばマットの置き方は、活動のしやすさ、指導のしやすさ、安全面、技能向上、課題解決などを考えて、最適な配置をします。またちょっとした小道具を用いることで効果が上がることがあります。
5	目安として、子どもが汗をかいたか、息が上がったかで判断できます。説明が長すぎる、話し合いが多すぎる、待ち時間が長すぎるとその分運動量は少なくなります。
6	「どうすればもっと上手にできるようになるのかな」「チームが強くなるための作戦はどうすればいいのかな」など、子どもどうして見合ったり、話し合ったりする学び合いの場を設定します。
7	準備中、活動中、片付け中にきまりを守り、用具の安全に気をつけさせます。
8	例えば、タブレットやモニター等を使ってお手本の映像を視聴することができます。また録画された自分の技の姿を見直すことで、自分の課題や成長を確かめることができます。
9	本時のめあてや技のポイントについてふり返り、それを次時のめあてへとつなげます。友だちと協力したことや、友だちの頑張っていた姿を認め合うことも大切です。
⑩	指導と評価を一体化させます。1時間ですべての評価は難しいので、単元の中で計画的に評価していきます。本時の評価項目を、指導者の見取りや学習カード等を利用して評価します。