

# 小学校B 学習カードを軸にした授業展開の工夫

石本達也 (柏)      岸本和也 (葛南)      山田勇樹 (葛北)      真下誠 (印旛)  
 多田善光 (香取)      久保竜典 (東総)      中島 翔 (山武)

## 1 はじめに

新学習指導要領が施行され、体育科の評価が「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」の3つの観点に整理された。体育科では、各単元のテストなど技能を評価する場合はしっかりと設定されている。しかし、知識や思考力に関しては、どの場面で評価をすればよいのか悩んでいる指導者が多い。本グループでは、『「知識」や「思考力」を評価する材料としての学習カード』を提案する。

## 2 実践例

### (1) 体づくり運動

#### ① ねらい

毎時間の課題を明確にし、見通しをもって学習を行い、運動知識と技能の習得を目指す。児童が仲間と共に思考しながら学習を進めるヒントとなり、伝え合いや振り返りの内容から次時の課題につなげられるようにする。

#### ② 資料

過程	1	2	3	4 本時	5	6								
ねらい	学習の進め方を知り、見通しを持つ。													
オリエンテーション	自分の課題に合わせて運動を工夫したり、選んだりする。													
7	<table border="1"> <thead> <tr> <th>力強い動き</th> <th>持続する動き</th> <th>巧みな動き(体幹)</th> <th>美らかさ</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>                     ・担当児童が、運動の仕方伝える。                      ○グループごとに強度を工夫する。                      ・アジカの旅                      ①距離                      ②坂道を作る                      ③平均台に足掛けて横移動                      ・マット運び                      ①人数                      ②距離                      ③人数                      ・マットの重さ                      ・棒相撲(組)                      ①一人を引きずる                      ②引き合う                      ③二人を引きずる                      ・ボールで腹筋                      ①動かしかた                      ②ボールサイズ                      ③回数                      ○運動を選んで組み合わせる。                      ○グループごとに発表する。                 </td> <td>                     ・踏み台昇降                      ①段差の高さ                      ②高さ                      ③時間                      ・追い越し走                      ①高さ                      ②タイミング                      ③人数                      ・縄跳び                      ①高さ                      ②重さ                      ③ジャンプの高さ(縄の長さ)                      ・ボール運び                      ①ボールの種類                      ②数                      ③距離                 </td> <td>                     ・コーンタッチ                      ①高さ                      ②コーンの数                      ③距離                      ・ボールキャッチ                      ①姿勢                      ②距離                      ③場                      ・フラフープくぐり                      ①距離                      ②回数                      ③高さ                      ・リズム棒跳び                      ①リズム                      ②回数                      ③道具を変える                 </td> <td>                     ・ボールわたし                      ①姿勢                      ②距離                      ③回数                      ・ゴム紐くぐり                      ①姿勢                      ②ゴム紐の数                      ③道具を変える                      ・じゃんけんゲーム                      ①開脚の仕方                      ②姿勢                      ③距離                      ・前屈お手玉運び                      ①姿勢                      ②高さ                 </td> </tr> </tbody> </table>						力強い動き	持続する動き	巧みな動き(体幹)	美らかさ	・担当児童が、運動の仕方伝える。 ○グループごとに強度を工夫する。 ・アジカの旅 ①距離 ②坂道を作る ③平均台に足掛けて横移動 ・マット運び ①人数 ②距離 ③人数 ・マットの重さ ・棒相撲(組) ①一人を引きずる ②引き合う ③二人を引きずる ・ボールで腹筋 ①動かしかた ②ボールサイズ ③回数 ○運動を選んで組み合わせる。 ○グループごとに発表する。	・踏み台昇降 ①段差の高さ ②高さ ③時間 ・追い越し走 ①高さ ②タイミング ③人数 ・縄跳び ①高さ ②重さ ③ジャンプの高さ(縄の長さ) ・ボール運び ①ボールの種類 ②数 ③距離	・コーンタッチ ①高さ ②コーンの数 ③距離 ・ボールキャッチ ①姿勢 ②距離 ③場 ・フラフープくぐり ①距離 ②回数 ③高さ ・リズム棒跳び ①リズム ②回数 ③道具を変える	・ボールわたし ①姿勢 ②距離 ③回数 ・ゴム紐くぐり ①姿勢 ②ゴム紐の数 ③道具を変える ・じゃんけんゲーム ①開脚の仕方 ②姿勢 ③距離 ・前屈お手玉運び ①姿勢 ②高さ
力強い動き	持続する動き	巧みな動き(体幹)	美らかさ											
・担当児童が、運動の仕方伝える。 ○グループごとに強度を工夫する。 ・アジカの旅 ①距離 ②坂道を作る ③平均台に足掛けて横移動 ・マット運び ①人数 ②距離 ③人数 ・マットの重さ ・棒相撲(組) ①一人を引きずる ②引き合う ③二人を引きずる ・ボールで腹筋 ①動かしかた ②ボールサイズ ③回数 ○運動を選んで組み合わせる。 ○グループごとに発表する。	・踏み台昇降 ①段差の高さ ②高さ ③時間 ・追い越し走 ①高さ ②タイミング ③人数 ・縄跳び ①高さ ②重さ ③ジャンプの高さ(縄の長さ) ・ボール運び ①ボールの種類 ②数 ③距離	・コーンタッチ ①高さ ②コーンの数 ③距離 ・ボールキャッチ ①姿勢 ②距離 ③場 ・フラフープくぐり ①距離 ②回数 ③高さ ・リズム棒跳び ①リズム ②回数 ③道具を変える	・ボールわたし ①姿勢 ②距離 ③回数 ・ゴム紐くぐり ①姿勢 ②ゴム紐の数 ③道具を変える ・じゃんけんゲーム ①開脚の仕方 ②姿勢 ③距離 ・前屈お手玉運び ①姿勢 ②高さ											
20	自分自身の課題に合わせて、様々な動きを組み合わせてトレーニングメニューを作る。 作ったトレーニングメニューを紹介し合い行ってみる。													
学習の流れ	○グループに別れて自分の担当を決める。 ○それぞれの担当で運動の行い方を知り、グループに伝える運動を選ぶ。													
5	○運動を選んで組み合わせる。 ○グループごとに発表する。													
5	振り返り ・ 挨拶													

(単元計画)

### 体の動きを高める運動

学 力強い動きを高めるためには、どのように工夫すれば良いだろうか。

工夫するポイント ・ 場の工夫(坂道、距離) ・ 速度 ・ 回数 ・ 姿勢

自分の体力に合ったトレーニングを考えて力強い動きを高めよう!!

○今日の学習はどうだったかな? ◎よくてた △まあまあ ×できなかった

④行った工夫、仲間にしたアドバイス、されたアドバイス、学んだこと等を書きましょう。

1	進んで運動することができた。
2	自分に合った力強い動きを高める工夫をすることができた。
3	自分の工夫を友達に伝えることができた。
4	体力が高まるのを感じた。(前より楽になった 記録がのびた)

(学習カード)

#### ③ 活用方法

単元1時間目に全学習カードを配付。単元の見通しをもたせ、記入方法や内容の説明を行う。学習カードを参考に各グループで工夫した運動を行う。グループで運動を紹介、アドバイスし合い改善していく。本時の学習課題にせまるまとめを行い、振り返ることで次時に生かしていく。

#### ④ 成果 (○) と課題 (●)

- 最初に全時間のカードを配付することで、見通しをもち、毎時間の活動がスムーズになった。
- 授業の最初に振り返りでポイントを話すことができた。評価にも結び付く項目を設定したの

で、指導しやすかった。児童も振り返りの項目を意識して活動できた。

○学習カードに記したポイントや、イラストが学習のヒントとなり、児童の活動を円滑にした。

●内容を絞ってカードを作成した。記入する項目、量が増えてくると運動量が少なくなっていく。学習カードの内容・質と運動量のバランスを今後も考えていかなければならない。

## (2) 跳び箱

### ① ねらい

学習内容を振り返って自己評価し、次時への意欲につなげるための振り返りシート（学習カード①）と、児童が演技に集中できるように、技のポイントを書き込み、学習内容を知識として蓄積できるワークシート（学習カード②）に分けて作成する。

### ② 資料

とび箱運動 ふり振り返りカード 月 日 年 組 番 名前

挑戦した技に○をつけよう (基本技) 開きやくとび かかえこみとび 台上前転 首はねとび

(発展技) くっしんとび 仲しつ上り前転 前ぶくつわんとりつり前転とび

①ポイントを確認し、自分や友達の様子を出て課題をみつけることができた	A - B - C	今日の課題
②課題を解決するため、自分に合った練習場所を選ぶことができた	A - B - C	
③チームで役割を決めて練習し合うことができた	A - B - C	
④カードや動画を見て、わかったことを文字や図で友達に伝えることができた	A - B - C	
⑤基本的な技と発展技を組み合わせて取り組めた	A - B - C	
⑥学習のやり方や約束を守ることができた	A - B - C	
⑦準備や片付けができた	A - B - C	
⑧課題を解決するため、工夫をしながら練習をすることができた	A - B - C	
⑨友達の考えを聴くことができた	A - B - C	
⑩けががないよう、服装、髪型に気をつけたり、安全に気を配ることができた	A - B - C	
友達に伝えたこと	場所	
友達に教えてもらったこと		

(学習カード①)

とび箱運動 ふり振り返りカード 月 日 年 組 番 名前



とび箱運動 ふり振り返りカード 月 日 年 組 番 名前



(学習カード②)

### ③ 活用方法

毎時間学習カードを配付し、授業の中で児童同士が話し合ったり、アドバイスし合ったりする時間を設け、それぞれのワークシートの余白部分に書き込んでいく。また、振り返りの中で本時の課題を見つけ書き留めておくことで、次時の活動につなげていく。

### ④ 成果 (○) と課題 (●)

○学習カードを見ながら演技や話し合いを行わせることで、基本的な跳び方のイメージをもちながら、取り組むことができていた。

○挑戦した技の項目にチェックを入れることで、児童がどの技にチャレンジしていたのか、見落とすことが無くなった。

●毎回同じカードを配ってしまった結果、同じ内容を書いている児童がいた。そのため、紙の色を変えたり、同じシートに書き込んだりしていく方法をとればよかった。

●1つの技だけに力を入れてしまい、2つ目の技になかなか挑戦できない児童もいた。

●めあての事例集などがあれば、書くことが苦手な児童への支援になったのかもしれない。

## (3) ゴール型ゲーム「アルティメット」

### ① ねらい

パスの回数を学習カードに記述することで、技術やチームワークの向上を視覚化させる。また、

運動量確保のため内容を精選する。

② 資料

時数	1	2	3	4	5	6	7
導入	準備運動・5分間走・ドリルゲーム				準備運動・5分間走		
展開	オリエンテーション ・ドリルゲーム ・2対1のエイゲーム	2対1のエイゲーム	3対2のゲーム	3対2のゲーム 非対称	3対2のゲーム (10分)		
		3対2のゲーム	練習試合	練習試合	メインゲーム (20分)		
まとめ	振り返り、 投げ方のコツなど	振り返り、 パスをもらう動きなど	振り返り、 試合を踏まえ、 動き方など	振り返り、 作戦の出来など	振り返り、 .		

(単元計画・上)

(学習カード・右)

**アルティメット学習カード**

6年 名前( )

< 学習のねらい >

「アルティメット」の運動を通して、次の3つについてできるようになるう!

- ① 基本的なディスク操作技術を身に付け、ゲームに生かすことができる。
  - ・ 正確にパスをする。
  - ・ 高いできたディスクをキャッチする。
- ② 空いているスペースを見つけ、そこにディスクを投げたり、走り込んでキャッチしたりすることができる。
- ③ ゴールにつながるような作戦をチームで考え、実行しながら協力してゲームに取り組むことができる。

< 今日のふり返り > (◎:よくできた ○:できた △:あまりできなかった)

内 容	日	1	2	3	4	5	6	7
ディスクを正確にパスすることができた。								
ディスクをしっかりとキャッチできた。								
空いているスペースに走りこんで、ディスクをキャッチした。								
チームメイトと作戦を考えたり協力したりすることができた。								
楽しく活動することができた。								
チームでパスの回数								

< 一言ふり返り >

ふり返りには、今日できたこと、できなかったこと、次回頑張りたいことなどを簡単に書きましょう。

③ 活用方法

単元1時間目に学習カードを配付する。競技の説明を行うとともに、単元全体の学習活動の見通しをもたせ、学習カードの書き方も確認する。「一言振り返り」を毎時間書かせ、本時の成果や次時への課題を明確にする。

④ 成果 (○) と課題 (●)

- 基本的な技術に関しては上達したと感じる児童が約15%向上した。
- 学習カードを記述する時間は平均3分間であり、十分に運動する時間を確保することができた。
- 「一言振り返り」だけでは記述が少なく、評価することは難しい。学習カードの内容を増やせば運動量の確保が困難になるので、バランスが難しいと感じた。

(4) ハードル走

① ねらい

単元を通して、学習のめあてや対話的活動、振り返り等のポイントを絞った体育カードにすることで、児童の意欲的な活動を促進させたり、スキルを向上させたりする。

② 資料 (次ページ)

③ 活用方法

単元1時間目に学習カードを配付し、単元内のきまりを確認する。毎時間の学習に対しては、「授業全体」「ハードル技術」に分けて自己評価していく (学習カード①)。また、スモールステップを活用し、ハードルのスキルを7段階に分けて明示し、児童自身が達成した項目に印をつけることで、自分のレベルを視覚的にとらえていく (学習カード②)。

④ 成果 (○) と課題 (●)

- めあてや振り返りをする事で次時につなげることができた。
- スキルの項目を作ることで、ゲーム感覚で取り組むことができた。

- 体育カードやスキル表だけでは、ハードリングの向上は難しい。ICT機器の活用をしていく必要があることがわかった。
- 授業内では振り返りまで記入する時間が無いため、家庭学習で行わせることになってしまった。

[ハードル走] 番氏名 \_\_\_\_\_

めあて

目標タイム

【 秒 】

自分が身につけたいスキル (インターバルをリズムよくするために…)

めあて

今日の学習はどうでしたか？	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
1 用具の準備・後片付けを友達と協力してできましたか？								
2 めあてが、どうしたら達成できるか考えて練習できましたか？								
3 自分スキルが向上するにはどうすればよいか考えて練習できましたか？								
4 友達とアドバイスし合って、くり返し練習できましたか？								
5 歩数を合わせることができましたか？								
◎とてもよくできた！！ ○できた！ △次はがんばります。								
① 3歩ハードル 5m 3歩のインターバルで何台、走り越えられるかチャレンジ！	台	台	台	台	台	台	台	台
② 1歩ハードル 1歩で、どんどん走り越えていこう！ (1セットの足の動きです。同じ足)	台	台	台	台	台	台	台	台
③ 4歩ハードル 6.5m 足を入れ替えながら走り越えていこう！	台	台	台	台	台	台	台	台
④ インターバル 7mに挑戦！！								

(学習カード①)

- できたことに○をつけていきましょう！
- スキル1 ハードリングストレッチ。
- スキル2 ミニハードル1歩 (距離自由・なるべくせまく)。
- スキル3 ミニハードル3歩 (距離自由・なるべくひろく)。
- スキル4 ハードル (低) 1歩 (距離・6～8足)。
- スキル5 ハードル (高) 1歩 (距離・6～8足)。
- スキル6 ハードル (低) インターバル3歩。
- スキル7 ハードル (高) インターバル3歩。
- ☆1歩跳びはハードリングドリル！ たくさん練習しよう！

◎積極的にタイムを計って、1日の成長を感じよう！

跳ぶんじゃない！ 走り越えるんだ！！！！

～ハードル走の5つのルール～

- 1 用具の準備と後片付けは、協力して行います。
- 2 めあてに合った練習をを考えて練習します。
- 3 自分が身につけるべきスキルを見つけて、練習します。
- 4 友達とアドバイスをし合いながら練習します。  
「みんなでほめ合う！」「それいいね！」「グッジョブ！」
- 5 ケガをしたときや友達が苦しそうにしているときは、すぐに先生をよびます。

(学習カード②)

3 本研究を通じた成果 (○) と課題 (●)

- 新学習指導要領に即した、体育科における各運動領域の学習カードが作成できた。
- 記述欄を設けることで、「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」それぞれの評価を適正に行うことができる。
- 学習カードと単元計画をしっかりと作成することで、教員が単元の見通しをもつことができ、ポイントを押さえた授業を毎時間展開することができる。
- 授業での「運動量」と「カードを書く時間」のバランスをとることが難しい。
- 学習カードをICT化することで、データの蓄積や評価の効率化につながるのではないか。
- イラスト等の資料をどこまで活用できるのか、著作権の取り扱いが難しい。

4 終わりに

体育の単元の中で、「何を、いつ、どのように教えるか」と悩む教員は多い。そして、教員が戸惑いながら授業を行えば、児童の理解度や習熟度も中途半端になってしまう。学習カードを作成することは、同時に単元計画を考えることにもつながる。本研究を通して、学習カードを軸に授業を進めることは、児童の成長だけでなく、教員の授業力の向上や適切な評価にもつながることがわかった。