

小中の接続を意識したマット運動の単元開発

菅原純也・根木地淳・松村毅*，加賀智子・高橋走**，清水茂幸・清水将***

*岩手大学教育学部附属小学校，**岩手大学教育学部附属中学校，***岩手大学教育学部

(平成30年3月2日受理)

1. はじめに

岩手大学第3期中期目標・中期計画に「地域のモデル校として、多様な子どもたちを受け入れ、幼稚園、小学校、中学校という異校種間の接続教育及び一貫教育のあり方や小学校の専科制について調査研究を行う。」という文言がある。これを踏まえ、昨年度、「小中の接続を意識したボール運動の単元開発」を行った。ボール運動のゴール型に絞り、小学校1年生から中学校3年生までの技能と思考の系統性を明らかにするとともに、授業研究会を通して県内に広めることができた。系統表は、県内の小中学校の先生方が、自分の校種や地域の小中連携に有効であると評価を得られた。

そこで、今年度は、器械運動のマット運動の系統を明らかにしていきたい。重点として以下の3点を挙げる。

- ① 大切にしたい基礎感覚系統表の作成
- ② 基礎感覚系統表を基にした、技の指導構想表
- ③ ①②を基にした、授業実践

このプロジェクトは、体育の授業を参観することが少ない先生方や、授業を通じた体力向上や授業づくりに悩みがある岩手県内小中学校の先生方にとって有益な活動になると考える。さらに、授業を提案することで、岩手県内のどこでも同じレベルの体育授業が提供され、ひいては子どもたちの体力を向上させていくことも望まれる。

このプロジェクトを通して得た成果は、パンフレット等を作成して、各地区の体育学習会を通して地域に貢献して行きたいと考えている。

2. 方法

- ①各地区学習会との連携を図りながら、仲間と共に新しい価値を創り出す体育授業を検討し、実践を重ねていく。
- ②岩手県内の小学校へ出向き、授業研究会を設定する。
- ③岩手体育学習会集会を開催する。(授業研究会や講習会を含む)

- (1) 岩手大学教育学部附属中学校公開研究会
- (2) 岩手大学教育学部附属小学校公開研究会
- (3) 体育授業研究会東京大会参加
- (4) 第8回岩手体育学習会集会授業研究会
- (5) 授業研究会 IN 綾織
- (6) 第7回冬の体育学習会集会
- (7) 体育指導パンフレット作成

※各地区学習会との連携を図りながら、学習内容を検討し、実践を重ねていく。

※岩手県内の小学校へ出向き、授業研究会を設定する。

※岩手体育学習会集会を開催する。(授業研究会や講習会を含む)

※年間を通じて各地区での体育学習会の開催(およそ各月1回程度)

※各地区への出前授業研究会



3. 実践報告

(1) 基礎感覚系統表について

マット運動における大切にしたい基礎感覚作りについて	
腕支持感覚 腕で体を支える動きの基礎となる感覚	<ul style="list-style-type: none"> • あざらし • 手足走り • うさぎとび • かえるの足うち • ブリッジ • 手押し車
逆さ感覚 頭より腰が高くなるような動きの基礎となる感覚	<ul style="list-style-type: none"> • かえるの足うち • かえる倒立 • 壁のぼり逆立ち • 倒立 • ブリッジ • アンテナ(首倒立) • 三点倒立
回転感覚 順次接触が必要な動きの基礎となる感覚	<ul style="list-style-type: none"> • ゆりかご • 首の上げ下げ(頸反射) • かめ • 丸太転がり • だるま転がり

(2) 授業実践について

①いつでもどこでも体育授業 in 綾織小学校

単元名「川とび側転」

単元の目標

- 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができるようにする。(関心・意欲・態度)
- 技ができるようになるための工夫を考えている。(思考・判断)
- 腕立て横跳び越しができる。(技能)

授業について

器械運動は、マット運動、跳び箱運動、鉄棒運動で構成されている。できたときや新しい技へ挑戦する喜びがあり、達成感を感じられる教材である。しかし、できた、できないがはっきりと表れる場合もあり、苦手を感じる児童も少なくない。技の系統が明確であり、児童のつまずきを見取り、適切な指導助言により技を習得することができる。そのために、基礎感覚作りを丁寧に行うとともに、

児童に合ったスモールステップを仕組んでいくことも肝要である。特にこの時期の子どもたちは神経系の発達が優れているため、多様な運動に取り組みせながら基礎感覚を高めさせたい。体づくり運動とのリンクなど、運動に触れさせる機会を保障していきたい。

本単元で扱う腕立て横跳び越しとは以下のような運動である。

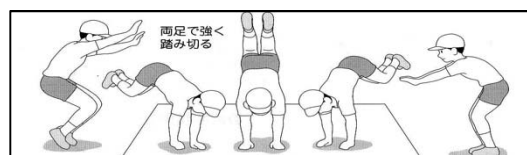
体を振り下ろして両手をつくとともに脚を振り上げ、腰の位置を高く保ちながら反対側へ移動すること。

一般的には川跳び側転ともいわれ、側方倒立回転の下位教材として扱われることが多い。(右図)

この運動のポイントは大きく2つあげられる。

①着手時の腕支持感覚 ②着手後の視点(頸反射)

この2点は側方倒立回転でも大切にしたい感覚である。



(新しいマット運動の授業づくり大修館書店P24より)

そこで本時では、単元前半でこの2つの動きが出るような運動を取り入れ体を耕していきたい。後半では、特に②の視点に絞って技のポイントを発見させたり、お互いに見合ったりさせることで、思考力を高めていきたい。また、児童の実態に応じて発展技の側方倒立回転も視野に入れながら指導を行いたい。

③授業の実際

○基礎感覚作り

ゲーム感覚で基礎感覚作りを行わせる。本単元で高めたい重点感覚は腕支持感覚、逆さ感覚である。

内容：手足走りリレー、あざらしリレー、ジャンケン手押し車
倒立ファミリー(ロンドン橋・壁登り逆立ち・壁逆立ち)

②小学校 1 年生

単元名「ふじ組 ハイランド」

《めざす子どもの姿》

「逆さ」「回転」「腕支持」「ぶら下がり」「振動」などの基礎的な感覚を身に付け、友だちと仲良くかかわり合い、楽しみながら運動に取り組み、運動の行い方や動きのポイントについて創発する中で、よりよい動きを身に付ける子供。

○子どもたちの知識・技能の向上のための手立て

- ・低学年で身に付けておきたい基礎感覚を豊富に経験できる指導計画，単元構成，場の設定とする。
- ・「ふじくみハイランド」（遊園地）という状況設定をし，その世界観の中で遊びながら，技能向上を図る。

○子どもたちの思考力・判断力・表現力向上のための手立て

- ・動きについて見合ったり，考えたりする場面を計画的に設定する。
- ・お話鉄棒，お話マットと補助を取り入れ，動きについてのかかわり合いの中で，思考力・判断力・表現力を高める。

○指導の構想

低学年は，基礎的な運動感覚を身に付けさせるために最適な時期である。良質の運動遊びに豊富に触れさせることで，器械運動につながる基礎的な動きや運動感覚をしっかり身に付けさせていく。お話鉄棒やお話マットを取り入れることで，単元を通して感覚づくりを行っていく。また，指導の中に口伴奏を取り入れ，友達や自分の動きと連動させて掛け声をかけたり補助をさせたりすることで，子どもたち同士のかかわり合いをもたせながら，基礎的な運動感覚を身に付けさせていきたい。

本単元は，子どもの意欲を持続させながら，共通する感覚を効果的に育成するために，3つの運動を織り交ぜて指導していく。

○運動の特性

器械・器具を使つての運動遊びは，跳び箱・鉄棒・マットを用いて，楽しく運動遊びを行いながら，

器械運動につながる動きを身に付ける運動である

- ・それぞれの器械・器具の条件のもと，「逆さ」「回転」「腕支持」「ぶら下がり」「振動」など非日常的な動きを含んだ運動遊びを行う。
- ・動きの系統性を意識して指導することが重要となる。また，単一技を習得させるのではなく，友達と一緒に遊びながら，器械運動につながる感覚や動きを豊富に身に付けさせることが大切である。

○基礎感覚作りを大切にしたい授業の実際

単位時間の導入として，基礎感覚作りを行うメニューを継続的に取り入れた。具体的には，つばめっこマット体操を行い，腕支持や逆さなどの器械運動に必要な基礎感覚・基礎技能を育成する。

取り入れた技

- ・前転がり・後ろ転がり・ゆりかご・アンテナ・ブリッジ・三点倒立・川跳び（川跳び側転・側方倒立回転）

つばめっこマット体操 お話内容（口伴奏）
つばめ げんき ごろ～ん ぴん
つばめの たびだ くるりん ぱ ぴ
じてんしゃを おいこして ゆ～らんぴ
1・2・3・4・5 ゆ～らんジャンプ
アンテナ を とびこえて ゆ～らんぴ
1・2・3・4・5 ゆ～らんジャンプ
トンネル を く～ぐって 1・2・3・4・5
それから マリオスとこんにはそ～れ！
1・2・3・4・5 あとちよつと
なかつがわを こえて そ～れ！ くるん
きたかみがわをこえて そ～れ！ くるん
ゴールに とうちゃくだ！



③中学校

○単元名

「めざせ！超シンクロパフォーマンス！～跳び箱運動～」

○目標

- ・器械運動の特性や成り立ち、技の行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせることができるようにする。(知識及び技能)
- ・技などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。(思考力、判断力、表現等)
- ・器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

○運動の特性

器械運動は、マット運動、鉄棒運動、平均台運動、跳び箱運動で構成され、器械の特性に応じて多くの「技」がある。これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。器械運動で学習する技は、逆さになって回転したり、ぶら下がって回転したり、手で支えて跳び越したりする巧技的な運動で、日常においてあまり経験しない非日常性と驚異性を特徴にしている。さらに動き方が、習熟するとそこには簡潔性が表れ、歴史的・文化的な価値をもって伝承されてきた運動である。

○指導の重点

(1)「問い」が生まれる学習課題の工夫

- ①授業の導入では、生徒自身が自分のこととしてとらえるように、前時の振り返りを活用し、自分や学級の仲間の実態に基づいた資料提示をし、既習内容を想起させる。【前時の振り返り提示】
- ②iPadを活用し、生徒が映像で目指す動きと自分

の動きとの違いを把握させる。【iPad活用】

(2) 生徒の学びを深める過程の追求

- ①学びを深めるかかわり合いの工夫。【学習形態の工夫】
- ②生徒の「問い」が継続する教師の手立て。
(導入)「既習内容」や「概念」を問う。
(展開1)「根拠」、「方法」、「関連」を問う。
(展開2)「よりよい考えや表現を求めて」問う
(終末)「よさ」、「根本概念」を問う。

○跳び箱ウォーミングアップドリル

- ①回転感覚(横回り)
- ②腕支持(川跳び)
- ③切り返し(うさぎとび)
- ④柔軟性(ブリッジ)
- ⑤10mをうさぎ跳びで6回以内を目指す

中学校では跳び箱の実践を行ったが、マット運動と同じように基礎感覚作りを大切にして実践した。中学校の跳び箱でも、本研究で策定した3つの基礎感覚作りの運動を取り入れて行った。小学校から継続的に取り組んでいる運動なので、確かに身に付いているとともに、中学生になったのでよりダイナミックさや正確さが備わってきている。

5. まとめ

成果

- 小中の連携の視点から、大切にしたい運動が共有されることで、児童生徒間にギャップなく運動に取り組むことができることが明らかになった。
- 大切にしたい運動を明確にしたことで、学年の教師間での共有を図ることができる。

課題

- ゴール型、マット運動と研究を進めてきたので、さらに他領域での連携を考えていかなければならない。

謝辞

本研究を進めるにあたり、ご協力いただいた各校の子どもたち、先生方に感謝いたします。

また、日常の議論を通じて多くの知識や示唆を頂いた附属小学校体育科研究部並びに、附属中学校保健体育研究部の皆様に感謝します。