

## 体育授業改善研修会(R3,9,28)

中学校の体づくり運動領域における提案授業の参観を通して、生徒の運動への関心を高める保健体育授業の在り方等を明らかにし、教員の資質向上を図ることを目的とした研修会を実施しました。新型コロナウイルス感染症予防の観点から集合研修を行うことができませんでしたが、提案授業のVTRを各中学校の体育担当の先生方に観ていただき研修を行いました。小学校の体育においても活用できることが多いと思いますので、下記の改善の視点や成果を参考にしてください。

### 1 提案授業

単元名 「A 体づくり運動」  
授業者 奥州市立東水沢中学校 教諭 川名 弘晃  
支援委員 奥州市立水沢南中学校 教諭 高橋 佑佳  
奥州市立前沢中学校 教諭 渡邊 達郎

### 2 授業改善の視点

- (1) 単元など内容や時間のまとまりを見通して計画を立て、その中で育成を目指す資質・能力をバランスよく学習させるようにする単元構想
- (2) 体を動かす機会を適切に確保し、運動の楽しさを発見し、運動についての興味や関心を高め、主体的な学びを促す
- (3) 指導事項の精選を図り、必要な知識及び運動の定着を図る学習とともに、互いに教え合う時間を確保するなどの工夫をする

### 3 成果

○1・2年生で各7時間ずつの単元計画を提案できた。

○取り扱うべき運動をバランスよく指導できた。

○音楽に合わせた体ほぐしの運動によるウォームアップを取り入れたことにより、運動量の確保につながった。

○板書に運動例や毎時間の振り返りを残すことにより生徒の主体的な活動や思考・判断につながった。

○ペアやグループで運動を工夫する時間を設定することにより、自分の考え等を広げたり深めたりできた。



### 4 助言から

#### (1) 学習指導要領解説の改定について

「体力を高める運動」から「体の動きを高める運動」に変わった。体の基本的な動きを高めることをねらいとしている。

#### (2) 「体づくり運動」の単元について

学習指導要領解説、内容の取扱いに「各学年において全ての生徒に履修させること」「授業時数を各学年7単位時間以上配当すること」「体ほぐしの運動は全ての学年で取り扱うこと」とあるので意識してほしい。

#### (3) 授業の進め方について

今回の授業では、「巧みな動きを高める運動」のバリエーションが少なかった。そのような場合、前時までに取り扱ってきた運動を振り返る等、生徒の様子を確認しながら授業を組み立てていくことが必要。

#### ～研修者の感想～

- ・ひとまとまりの単元としての体づくり運動はなかなか難しいと思っていましたが、じっくりと時間をかけて向き合わせることも大切だと感じました。
- ・ペアからグループ、全体という流れで運動を考え、紹介する場を設定することで、考えを広げたり、深めたりすることが行いやすくなっていると思いました。
- ・常に前向きな声かけをする川名先生の姿から、普段の授業も生徒が楽しく意欲的に取り組んでいるのが想像できました。
- ・今回の提案授業を見させていただき、生徒が楽しみながら且つ、効果的な運動をしている姿を見て、体づくり運動の必要性をさらに感じました。



## 県南チャレンジピック

運動・スポーツ好きの子どもの育成および体力の向上にむけて、運動習慣の形成や健康な心身の育成に取り組む機会として「県南チャレンジピック」を開催しています。22校の申込みがあり、それぞれの学校で期間を決めて、個人で目標を設定したり、チームで協力し合ったりしながら取り組んでいます。11月までの取組みの様子を紹介します。

#### ◇チャレンジロープ（跳）

休み時間や体育の時間の準備運動等、日常的な取り組みにすることで、個人の体力向上やチームワークの高まりにもつながります。

#### ◇チャレンジキャッチボール（投）

時間内に何回キャッチボールできたかを計測します。投動作を行う機会の増加につながります。

#### ◇チャレンジリレー（走）

18m間（バレーボールコートの縦）の往復リレーの一人あたりのタイムを記録とします。走るのが苦手な子も一緒に、みんなで挑戦できます。

#### ～11月末までのランキング～

- ◇短なわ30秒スピード跳び…1187名エントリー  
1位 146回 2位 130回 3位 125回 (R2 1位 157回)
- ◇短なわ連続二重跳び…706名エントリー  
1位 252回 2位 214回 3位 166回 (R2 1位 298回)
- ◇長なわ3分間八の字跳び…25チームエントリー  
1位 275回 2位 258回 3位 257回 (R2 1位 325回)
- ◇チャレンジキャッチボール  
1位 56回 (R2 1位 84回)
- ◇チャレンジリレー  
1位 8.3秒 (R2 1位 7.8秒)