

(3) 「体ほぐしの運動」を生かす展開の工夫

① マット運動

「体ほぐしの運動」で関わり合いを深めた児童の意識を考慮し、「集団的な動き」を取り入れました。高度な技ができない児童やできる技が少ない児童でも、友達と一緒に回ったり、続けて行ったりすることで楽しさを味わうことができます。

展開の流れは、「できる技で集団的な動きを楽しむ」、「新たな技に挑戦する」、「できるようになった技を取り入れたり、集団的な動きに磨きをかけたりする」としました。また、マット運動の最後には、班ごとの発表会を位置付けました。

② 跳び箱運動

アナログコンを含んだ「体ほぐしの運動」での経験を生かすために、技の種類や跳び方の難易度を点数化しました。様々な「体ほぐしの運動」に触れた児童は、同じ跳び方でも踏み切り位置や着地位置を遠くするなど、工夫した取り組みができるようになりますので、その工夫を点数として把握することができるようにしました。また、関わり合いを深めた児童は、お互いの動きを見合ったり、教え合ったりする力が身に付いてきていますので、自己評価や相互評価の基準としても活用できます。跳び箱運動の最後に班対抗競技会を位置付けることで、練習中も協力して学ぶことができるようにしました。

3 授業で使える具体例

実際の授業で用いた「体ほぐしの運動」、学習カード、集団的な動きの例を紹介します。「効果が期待できそうだ！」というものがありましたら、ぜひ授業に取り入れてみてください。

(1) 「体ほぐしの運動」の例

しょって・しょわれて

児童相互の関わり合いを深めることをねらった運動遊びです。【資料1】のような状態から立ち上がったり、座ったりします。2人でも3人でもできます。息が合わないとうまくできないので、タイミングを合わせようと考えたり、「コツ」をつかもうと周りの様子をうかがったり、友達と相談したりと教え合いの基礎を培うことができます。

しかし、この運動をただやらせているだけでは高い効果は望めません。「話しながらやってみよう。」「相手を替えてやってみよう。」と声をかけたり、「〇〇さん達は上手にできたけど、どんなことに気を付けてやっていたか？」と振り返らせたりする教師の働きかけが非常に大切です。

【資料1】

