

紀要59号

研究報告書

令和4年3月

尼崎市立教育総合センター

はじめに

令和2年4月に「緊急事態宣言」が発出され2年が過ぎました。しかし、新型コロナウイルス感染症の収束は見えず、今年度も学校では、様々な制限を受けながら創意工夫を重ねて教育活動を展開する一年でした。ただ、コロナ禍は、私たちが今まで当たり前と行ってきた様々な活動を見直すチャンスにもなり、また、ICT機器を活用することで、新しい授業や行事の形を創り上げ、活動の幅や質が深まるきっかけにもなりました。さらに、学校は単なる学習保障の場だけでなく、日々の生活体験を通して社会性や感受性などを育む場所、何より精神的な安心を保障される場所であることも社会的に認められることになりました。

本市では、「確かな学力の保証」と「授業改善」に取り組んでいますが、ICT環境が整い『尼崎市版GIGAスクール構想』の実現を推進する中で、ICT機器も活用しつつ「主体的・対話的で深い学び」の学習指導も進めていかねばなりません。『令和の日本型学校教育』で示された、全ての子ども達の可能性を引き出す「個別最適な学び」と「協働的な学び」を推進し、答えない問いに立ち向かえるたくましさを持ったあまっ子を育てていくことこそ、この時代をともに生きる教員として、今、求められていることだと思います。

さて、今年度は以下の4つの研究部会で研究活動をしてまいりました。

【授業力向上研究部会】では、各校の教員1名が参加し、学力調査を各校がどのように分析・活用しながら次年度につなげているかを実践交流し、横展開を図る場となりました。

【ICT活用推進部会】では、各校のICT活用推進チームから1名が参加し、各校での取組を実践交流するとともに、先進的な事例について教科や校種を超えて研修していきました。

【探求的な学習研究部会】では、小・中・高の教員が参加し、教科横断的な学びを通して、答えない問いに向き合いながら問題解決型の学習方法について実証研究してきました。

【体力向上研究部会】では、子ども達が楽しく運動しながら体力向上につなげていくために、リズムジャンプトレーニングを継続的に授業に取り入れる実証研究を行いました。

教育総合センターの部会は、教員と指導主事が共同して取り組む研究ですが、そこに共通するのは、子ども達の主体的な学びをどうつくりあげていくかを、真剣に追求しようとした参加者の積極的な姿勢です。研究成果をまとめたこの報告書を多くの方々にご高覧いただき、各校での教育実践にお役立ていただければ幸いです。

最後になりましたが、研究を進めるにあたり、ご多忙にもかかわらずご指導いただきました講師の先生方、熱心に取り組んでいただいた研究員の皆様、そしてご協力いただきました全ての方々に深く感謝申し上げます。

令和 4年 3月

尼崎市立教育総合センター
所長 平山 直樹

目 次

1	授業力向上研究部会	1
	－ 各学校における授業改善や学力向上の取組の充実を目指して	－
2	ICT活用推進部会	8
	「チーム尼崎市」で取り組むICT活用の推進	
	－ 【尼崎市版 GIGA スクール構想 (AGS)】 の実現に向けて	－
3	探究的な学習研究部会	22
	PBL (問題解決型学習) を取り入れた探究的な学習による	
	これからの社会を見据えた資質能力の育成	
4	体力向上研究部会	42
	ホップ！スマイル！！リズムジャンプ！！	
	－ 幼児 児童 生徒の体力づくりおよび	
	体力向上を目指したリズムジャンプの活動実践	－

学力調査結果の分析・活用

－ 各学校における授業改善や学力向上の取組の充実を目指して －

学び支援課 係長 藤井 俊史
学び支援課 指導主事 小谷 隆宏

【内容の要約】

本部会は、市内の全小学校 41 校・中学校 17 校から推薦された教員が、平成 30 年度より開始された「あまっ子ステップ・アップ調査」や「全国学力・学習状況調査」の結果の分析を中心に、自校の学力を向上させるための取組を検証し、改善させる方法を見出すことを目的とする。

具体的には、年度の初めに「あまっ子ステップ・アップ調査」や「全国学力・学習状況調査」の主旨や分析結果から自校の課題をもとにして取組を計画し【P】、研究者の知見や他校との実践交流を通して改善を図り【D】、12月と1月に今年度の調査を受検【C】、今年度の調査結果を踏まえて、1年間の取組を振り返って次年度につなげる【A】といった連続研修を行う。このように年間を通して効果的な検証改善サイクルを確立するための、実践的な研究の場を提供することで、各学校での学力向上に向けた取組の改善を図る。

キーワード：あまっ子ステップ・アップ調査、検証改善サイクル、学力向上

1	はじめに	1
2	研究の計画	2
3	研究の内容	2
4	研究のまとめ	6
5	終わりに	7

1 はじめに

本市の教育において学力向上は最重要課題の一つであり、これまでも児童生徒の学力の実態を把握し、新たな教育施策につなげるため、「学力・生活実態調査」を平成16年度から24年度までは毎年、平成25年度からは3年に1度実施してきた。教育委員会では、その結果を分析し、様々な学力向上施策に取り組んできたこともあり、本市の小・中学校とも学力は概ね全国レベルとなり、一定の成果が見られたところである。

これらの成果を踏まえ、平成30年度より実施している「あまっ子ステップ・アップ調査」は、更なる学力向上に向けた方策として、小中学校の9年間を通して、子ども達の学力や学習状況を把握し、その充実や改善を図るために行うものである。具体的には、毎年冬季に実施することで、当該年度の学習の定着度や課題を把握し、児童生徒一人ひとりに応じたきめ細かな指導の充実や学習状況の改善を図ることにより、全体の学力向上につなげていく。あわせて、教員の指導力・授業力の向上のために、当該年度中に自身の指導を振り返り、次年度の授業内容に反映させていくことで、学力も含めた子ども達の総合的な力を高めていくことを目的としている。この目的を遂行するため、各学校では「あまっ子ステップ・アップ調査」等の結果を分析・活用し、以下の図のような検証改善サイクルを回していく必要がある。

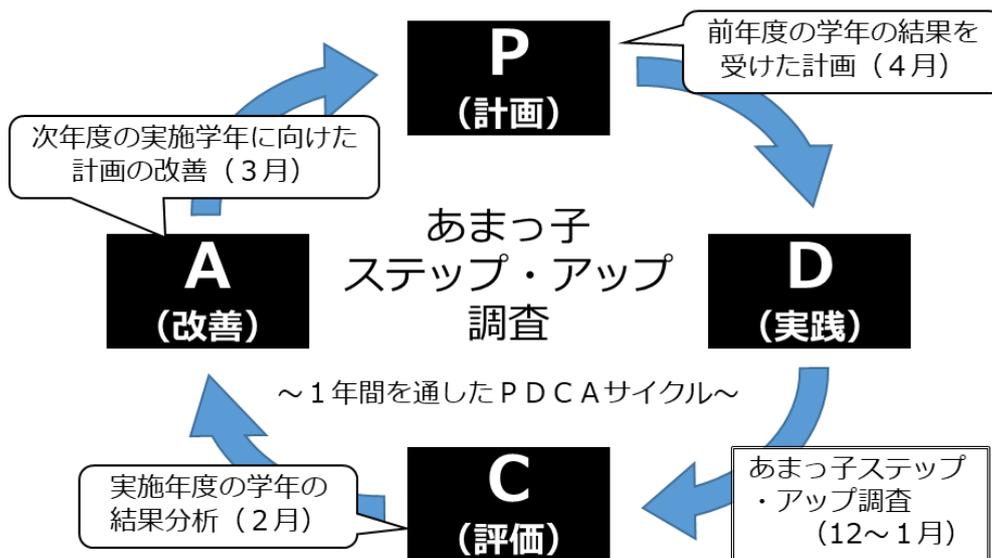


図1 「あまっ子ステップ・アップ調査」等における1年間を通した検証改善サイクル

そこで、本部会では、市内の全小学校41校・中学校17校から推薦された教員が、図1のような検証改善サイクルに基づいた取組を検証し、改善させる方法を見出すことができるよう研修を実施し、研究を進めることとした。

2 研究の計画

(1) 部員の選定方法

授業力向上研究部会は、4月初旬に全小・中学校から1名（教諭または主幹教諭）の推薦を依頼して部員を決定した。学校や担当となる部員の負担を考慮し、以下の2点を付記することとした。

- ※ 原則として、各校の学力向上担当者を推薦するものとする。
- ※ 各学校の実態に応じて、推薦者以外の教諭等が部会に参加することも可とする。

(2) 研究の経過

今年度の研究部会の実施は以下のとおり（※ 第2回、第3回に関しては、新型コロナウイルス感染拡大の影響により web 会議システムを利用した部会）。

回	時期	内容	講師等
1	11/11	演習 「あまっ子ステップ・アップ調査の結果を踏まえた授業改善の取組等について」	学び支援課 係長 ベネッセ 担当者
2	1/21	分析 「学力調査を活用した授業改善への取組等」	学び支援課 係長
3	3/3	講演 ～ 演習 「学力調査を活かした授業改善や学力向上の取組について」	早稲田大学教職大学院 教授 田中 博之 氏 学び支援課 係長

3 研究の内容

(1) 第1回 演習（令和3年11月11日）

第1回は、新型コロナウイルス感染拡大の影響により年度当初に実施ができず、11月実施となってしまった。内容については、自校の学力向上に向けた取組についての課題点や、ブラッシュアップすべき点について、ワークショップ形式で、各校の取組について共有を図った。さらに、ベネッセ担当者から、他市の調査結果を活用した事例を複数紹介いただいた。グループ内での交流にあたっては、自校の取組改善にどう活かせるか、という視点をもとに交流を行った。さらに、交流を終えた後に担当者に対して、アンケートを行った。アンケートの結果から、担当者が、学力向上や授業改善を進めていくにあたり、調査結果を有効に活用することが重要であると認識していることが確認できた。

アンケート結果から見られた調査結果の活用ポイント

●学力調査の活用について

- ・ 校内研究の成果指標として位置付け
- ・ 帯学習の成果指標として位置付け
- ・ 分析のためのワークシートの作成
- ・ 指導方法の共有
- ・ C層とD層へのフォロー
- ・ 校内研修の持ち方について



【ワークショップの様子とAIテキストマイニングによるアンケート結果】

(2) 第2回 分析（令和4年1月21日）

第2回は、第1回のアンケート結果で、担当者が課題と感じている分析手法について取り扱った。今回の分析については、調査問題を活用した分析を行った。本市で「あまっ子ステップ・アップ調査」がスタートして4年目となり、学力調査の結果を効果的に分析している学校が複数見られるようになったが、一方で調査結果の数字だけを経年で追うことのみで終始し、本来の目的である「授業改善」や「学力向上」のために、調査を活用することに対する意識が希薄にならないよう、調査問題を用いた分析を行った。調査問題の出題傾向を読み取ることを通して、問題が持つねらいや意図について考え、授業改善につなげることをねらいとして、グループ交流を行った。

ワークショップで出た意見

● 調査問題から推測される必要な力

- ・ 読解力
- ・ 語彙力
- ・ 表現力
- ・ 要約する力（要点をつかむ力）
- ・ 文章全体を読みとり、再構築する力
- ・ 資料を正確に読み取り、比較・考察する力

● 力を身に着けるための具体的取組

- ・ 並行読書を活発に行うなど、一つの教材で学んだことを使って、ほかの教材を読み取らせたりする活動を行う。
- ・ 読解力を「国語でのみ指導するもの」と考えず、教科を超えて身に付けさせていく。
- ・ 読み取ったことについて、話し合いや作文等で伝える。（アウトプット）
- ・ 文章で表されたものをグラフや数式等で表現させる。またグラフから読み取れることを文章で表現させる。
- ・ 数学では、複数の解法の共通点や相違点について、自分の考えを文章で表現させ、それをロイロノート等で共有する。
- ・ 理科では、実験の流れをフローチャートで説明させる。

研究部員は各調査問題から見えてきた特性や共通点について分析し、それらを踏まえて、教科や学年を超えて身に付けさせる力についてグループ内で分析・情報共有を行った。実施後のアンケートでは「調査分析において、新たな視点を得ることができた」などの意見があり、今回の取組が、各校において授業改善や学力向上を進めるための一助になったと考えられる。

(3) 第3回 講話～演習（令和4年3月3日）

第3回は、事前に今年度の取組と成果や課題を記入したワークシートを研究部員が持ち寄り、グループ交流を行った。今年度の取組を共有することで、各校にとって、次年度の取組を検討するための一助となることをねらいとした。

また、講師に早稲田大学教職大学院の田中博之氏を招き、「学力調査を活かした授業改善や学力向上の取組について」というテーマでご講話を頂いた。

講話のポイント

- 記述力， 論述力の大切さ
 - ・ 40字～100字程度で
 - ・ 与えられた条件に沿う
 - ・ 既存の知識・技能を活用して
 - ・ 複数の資料を関連付けて
 - ・ 理由や根拠を明示して
- 「深い学び」の技法について
 - ・ 複数の資料を比較して解釈を深める
 - ・ 知識・技能を活用する
 - ・ 視点を転換したり複数の視点で分析する
 - ・ 理由や根拠を示して説明する
 - ・ 自己評価と相互評価を通して練り上げる
 - ・ 自分の言葉で抽象化，構造化する
- 技法の使い方ポイント
 - ・ 技法の中から3つ程度を重点単位の中に組み込む
 - ・ 教科特性を生かして選択
 - ・ 通常の授業で技法を意識する

4 研究のまとめ

今年度の研究部会のまとめとして、校内で「あまっ子ステップ・アップ調査」結果の活用についてアンケートを実施した。部員にアンケートを配布し回収した結果を以下に記す。

なお、回答数は小学校41校中41校（回答率…100%）、中学校17名中17名（回答率…100%）であった。

(1) 今年度の校内研修について

Q① 今年度に「あまっ子ステップ・アップ調査」に係る校内研修を実施しましたか。

	実施した	実施していない
小学校	33	8
中学校	13	4
計	46	12

(2) 調査結果の活用について

Q② 調査結果を保護者へ、どのように周知していますか。(複数回答可)

	懇談や参観などの機会を利用	個票の見方や活用の仕方などのプリントを作成	便りやHPなどで周知
小学校	26	14	15
中学校	5	2	9
計	31	16	24

Q③ 調査結果を教員の指導力向上にどのように活用していますか。(複数回答可)

	教員自身が調査問題を解く	結果から自身の指導を振り返る	効果的な指導方法について、校内研修を実施	効果的な指導方法を、教科や学年の教員で共有
小学校	14	36	14	20
中学校	3	13	6	7
計	17	49	20	27

「あまっ子ステップ・アップ調査」がスタートして4年が経過したが、アンケート調査の結果から、スタートした時に比べ、着実に調査結果の活用が進んでいることがわかる。

特に、Q①の結果からは、多くの学校でステップ・アップ調査に関する校内研修が行われていたり、Q②の結果からは、調査結果を活用したりすることで児童生徒、さらには保護者に対して調査結果のフィードバックを行っていることがわかる。しかし、今年度は、新型コロナウイルス感染拡大の影響により、校内研修を実施する時間を十分に確保することが難しくかったり、行事等の精選により、3学期に個人懇談が実施できなかったりしたことなどによ

り、調査結果を効果的に活用できなかつた、という意見もあった。そのような状況下でも、Q③の結果から、多くの学校では、調査結果を活用し自身の指導を振り返ることや効果的な指導方法について共有することが一定、定着してきたことがわかる。これは、継続して本部会を実施していることも少なからず影響していると考えられる。しかし、調査問題を実際に教員が回答し活用している学校が少ないことは今後の課題である。

5 終わりに

本研究部会で「他校の取組」を共有したり、「分析手法」について学んだりした後、研究部員が学校に戻り調査結果の分析や活用について校内で周知できている様子が、アンケートから確認できる。一方で、学年や学級単位まで細かく分析、結果を校内で共有し次年度へ引き継ぐ等、効果的な検証改善サイクルの確立を今後も徹底していく必要がある。この課題を解決していくためには、調査結果を有効に活用し、効果的な検証改善サイクルを確立している学校の取組等について、市内での横展開を一層図っていく必要がある。

また、「あまっ子ステップ・アップ調査」の調査結果を分析・活用している学校は多いが、「全国学力・学習状況調査」の調査結果と結びつけて、児童生徒一人一人の学習状況を把握している学校は少ない。さらには、これらの調査で実施されている、意識調査の結果を分析し、有効に活用できている学校も多くはない。このことから、意識調査結果も併せて効果的に活用することで、各校における学力向上と授業改善の検証改善サイクルを、各校で確立していく必要があると考える。次年度は、5回目の「あまっ子ステップ・アップ調査」が実施される。本市や各校では、更に調査結果のデータが蓄積されるため、各校が行ってきた取組を見直し、学力向上に一層拍車がかかることを期待する。

「チーム尼崎市」で取り組む ICT 活用の推進

— 【尼崎市版 GIGA スクール構想 (AGS)】の実現に向けて —

学校 ICT 推進課 係長 瀧本 晋作

【内容の要約】

本部会は、【尼崎市版 GIGA スクール構想 (AGS)】の実現に向けて、児童生徒 1 人 1 台の PC を活用した先進的な事例を学んだり市内の学校間で取組を共有したりする場を設けることで、各学校がより効果的に ICT 機器の活用を推進していくことを目的とする。部会の進め方については、担当者を 1 名決めて参加するのではなく、各校における「ICT 活用推進チーム」のメンバーの一員が、その都度、任意に出席する形式とし、「チーム学校」として学校単位で取り組むものとした。

具体的には、年間 7 回実施した部会のうち、大学や企業の専門家から先進的な理論や実践についての講義を受けたほか、各校での取組を共有するワークショップの機会を設け、「チーム尼崎市」として市内全体で ICT 活用の推進を図ってきた。

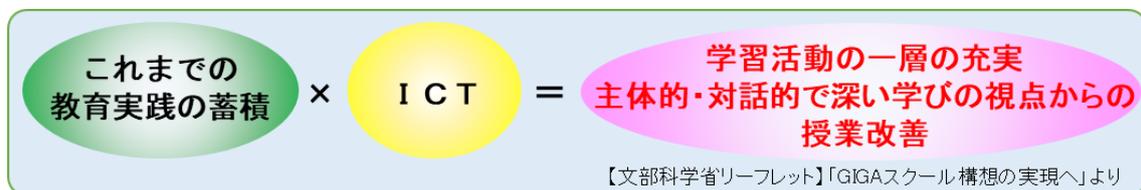
キーワード：尼崎市版 GIGA スクール構想 (AGS)，ICT 活用推進チーム，チーム学校

1	はじめに	8
2	部会の方針	9
3	部会の内容	10
4	部会のふりかえり	17
5	終わりに	21

1 はじめに

インターネットの普及を始めとする ICT 技術の発展により、社会の在り方は急速に変わってきている。【Society 5.0】¹と呼ばれる新しい社会を生きる子どもたちへの教育に、ICT を基盤とした先端技術等を活用することが不可欠になる一方、日本の学校における ICT 環境の整備は自治体間の格差も大きい²ことから、文部科学省では【GIGA スクール構想】を立ち上げ、「令和時代のスタンダードな学校像」を以下のように示した。

- ✓ 1人1台端末と、高速大容量の通信ネットワークを一体的に整備することで、特別な支援を必要とする子供を含め、多様な子供たちを誰一人取り残すことなく、公正に個別最適化され、資質・能力が一層確実に育成できる教育 ICT 環境を実現する
- ✓ これまでの我が国の教育実践と最先端の ICT のベストミックスを図ることにより、教師・児童生徒の力を最大限に引き出す



尼崎市においても、【尼崎市版 GIGA スクール構想 (AGS)】の実現に向けて、次のような環境整備を行ってきた。

- ◆ 市内全ての小・中・高等学校及び特別支援学校の普通教室に無線 LAN の設置
- ◆ 市内全ての小・中学校 (特別支援学校 小・中学部含む) の児童・生徒に 1 人 1 台の PC 配布
- ◆ 教員用 PC (タブレット機能付き 2in1) の更新
- ◆ クラウドベースのネットワークシステムの導入 など

今後、1人1台の PC は鉛筆やノートなどの文房具としての機能だけでなく、デジタル教科書を見るためのツールとして、さらに重要な役割を担っていく。こうした流れに乗り遅れることなく、尼崎市のすべての学校が日常的に ICT を活用し、未来に生きる子どもたちの資質・能力を育成する場となっていくことが重要である。

そのためには、PC スキルに長けた一部の教員のみでなく、全ての教員が授業で ICT を活用するための資質・能力を身につける必要がある。まさに「チーム学校」として取り組まなければならない課題であることから、今年度より全ての小・中・特別支援学校では「ICT 活用推進チーム」を組織し、学校単位で ICT 活用を推進していくこととした。

¹ 内閣府では「狩猟社会 (Society 1.0)、農耕社会 (Society 2.0)、工業社会 (Society 3.0)、情報社会 (Society 4.0) に続く、新たな社会」と定義している。

² 文部科学省「令和元年度 学校における教育の情報化の実態等に関する調査結果」によると、尼崎市の「教育用コンピュータ 1 台当たりの児童生徒数 (R2.3.1 現在)」は 9.8 人で、県内 39 位 (43 市町中)・全国 1,744 位 (1,816 自治体中)。

本部会は各校の「ICT活用推進チーム」の取組を結び付け、「チーム尼崎市」として市内全体でより効果的にICTが活用される方法について検証・実践するものである。

2 部会の方針

(1) 本部会の目的

児童生徒1人1台のPCを活用した先進的な事例を学んだり市内の学校間で取組を共有したりする活動を通して、各学校が「チーム学校」として、より効果的にICT機器の活用を推進していけるようにする。

(2) 本部会の進め方

本部会では担当者を1名決めて研究を進めていくのではなく、各校における「ICT活用推進チーム」のメンバーの一員が、その都度、任意に出席する形式とする。部会で得た学びは学校に持ち帰り、自校の「ICT活用推進チーム」で共有し、校内の他の教諭たちに還元していくものとする。

(3) 年間計画

今年度の部会の年間計画は以下のとおり。 ※【online】…オンライン開催

回	時期	内容	講師等
1	5/10	基調講演 「GIGAスクール構想で育てたい子どもの姿」【online】 ・GIGAスクール構想の背景にある社会の変化を踏まえ、1人1台PCを使ってどのような子どもを育てていけばよいか、核となる考え方を共有する。	放送大学 教授 中川 一史 氏
2	5/19	講義①授業支援アプリ 「先進事例の共有①(Google)」【online】 ・先進的に取り組んできた自治体・学校ではどのように「Google for Education」が活用され、授業改善や校務の効率化などに生かされているのかを学ぶ。	Google 社 担当者
3	6/3	講義②授業支援アプリ 「先進事例の共有②(ロイロノート)」【online】 ・先進的に取り組んできた自治体・学校ではどのように「ロイロノート・スクール」を活用した授業が行われているのか、具体的な実践事例から学ぶ。	ロイロ社 担当者
4	7/30	ワーク① 「各校におけるICT活用推進チームの取組の共有」 ・各学校で1学期に取り組んできた成果と課題を共有する。	学校ICT推進課 指導主事
5	9月～ 10月	ワーク② 「【2学期の重点取組】の共有」【online】 ・各学校で2学期から取り組みたい取組を共有する。【非同期型】	学校ICT推進課 指導主事
6	11/22	講義③学校での取組 「主体的・対話的で深い学びの実現に向けたGIGA端末の活用」 ・児童生徒1人1台PCなどのICT機器を活用して授業改善に取り組んだ実践事例を参考に、学級・学校レベルでの対応方法を検討する。	桃山学院教育大学 木村 明憲 氏
7	2/15	ワーク③&まとめ 「ふりかえり」【online】 ・各自が今年度の取組をふりかえり、次年度の取組につながる形で成果をまとめ、共有する。	学校ICT推進課 指導主事

3 部会の内容

(1) 基調講演・講義《第1・2・3・6回》

第1回 基調講演（令和3年5月10日）

第1回の基調講演は、文部科学省の「学校におけるICT環境整備の在り方に関する有識者会議」や「デジタル教科書に関する調査研究委員会」など、国の様々な会議・委員会等で有識者として活躍している放送大学の中川一史教授を招いて実施した。国が進めているGIGAスクール構想の背景やねらい、そして今後どのように教育改革を進めていくのか。1人1台端末や通信環境の整備が済んだ後、各学校でICT活用を進めていく際の方向性について、重要な示唆を得ることができた。

第2回・第3回 講義：授業支援アプリ（令和3年5月19日・6月3日）

第2回は児童生徒端末であるChromebookを始め、Google Workspaceなどを含めた「Google for Education」の活用方法について、第3回は授業支援アプリ「ロイロノート・スクール」について、それぞれの企業担当者より講義を受けた。いずれも、具体的な活用例を提示するとともに、インターネットのサイト上に集積されている事例（情報）へのアクセス方法についても参加者に共有されたため、部会の後に学校へ還元しやすい内容であった。

第6回 講義：学校での取組（令和3年11月22日）

第6回は「主体的・対話的で深い学びの実現に向けたGIGA端末の活用」というテーマで、情報活用能力を育成するためのチェックリストを活用した実践についての講義を受けた。講師である桃山学院教育大学の木村明憲氏自身が、昨年度まで小学校の教壇に立って、児童1人1台端末をフル活用して行ってきた実践事例を交えての講義であったため、多くの参加者が自己/自校の実践につながる具体的なイメージを持つことができた。



(2) ワークショップ《第4・5・7回》

第4回 ワークショップ①「1学期の取組」(令和3年7月30日)

- 研修目標 ・各校の1学期の取組をふりかえり，成果と課題を整理する。
 ・1学期の課題を踏まえ，2学期の取組で改善するのか検討する。

○研修方法

研修者ができるだけ**多面的な視点**（「担当者（教科／学級／学年）」⇔「学校」，「目的」⇔「目標」⇔「手段」など）から考えて研修目標に達することができるように，ワークショップ型研修を行う。

○準備物

- 《参加者》 ・ **1学期に行った学力向上の取組に関する資料（様式自由）**
 ・タブレットPC（Chromebook）…各自1台
- 《当日用》 ・タブレットPC（Chromebook）…予備機
 ・**資料（ワークシート等）**…70部

○展開

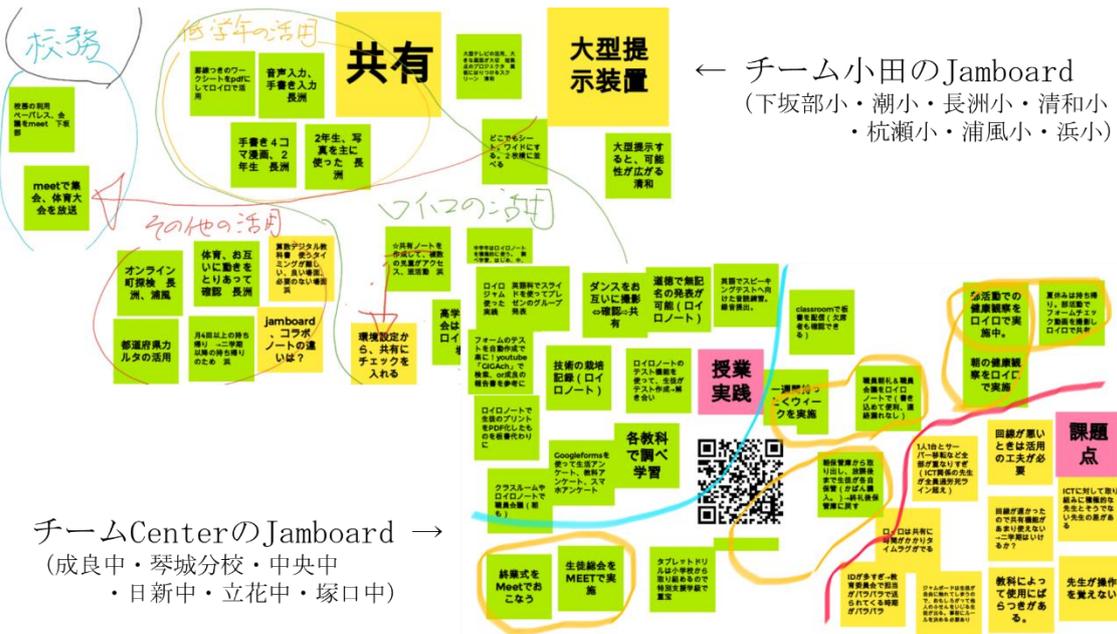
時間	研修内容	留意点
5分	① 本日の流れの説明《一斉》	・これまでの部会の整理
5分	② 1学期の取組のふりかえり《個別》 できた/できなかったこと 効果があった取組 など 【ワークシート①：PMIシート】	・オフラインで ・PMIシートの「I」を埋める。
5分	③ 共有タイム（1） 《ペア～3人程度》 ・イスを動かさない範囲で	・遅刻／欠席で一人の研修者には声をかける。
10分	④ 視点の追加《一斉》 共有ドライブで各校の資料にアクセスし，自校の資料を確認し，発表の仕方を考える。	・5分以内で発表するように，頭の中でシミュレートしてもらう。
30分	⑤ 共有タイム（2） 《グループ》 ・グループごとに 【タブレットPC：Jamboard】	・司会，書記などの役割決め ・タブレットPCの使用についての指示
5分	《休憩》	
30分	⑥ 共有タイム（3） 《全体》 ・各グループの発表交流	・予定通りの時間運びだったら，1グループ3分の発表。
5分	⑦ ふりかえり《個別》 ・第4回（9月上旬）で共有 【ワークシート②】	・回収して共有することを前提にワークシートを記述するように声かけする。
5分	⑧ 共有タイム（4） 《ペア～3人程度》	
5分	⑨ まとめ・事務連絡《一斉》	

※ 第4回ワークショップのようす



小学校41校
・特別支援学校1校→6地区に
中学校18校→3地区に

1人1台 Chromebookを持ち寄り、
事前課題（1学期の取組）をプレゼン
→意見集約（Jamboard）して
チームごとに全体発表



※ 第4回の事前課題(各校の取組)や当日のJamboardなどの資料は、
以下のサイトから閲覧できる。(市内アカウントでのみ閲覧可)

https://sites.google.com/cen.ama-net.ed.jp/r3-ict/%E7%AC%AC%E5%9B%9E_2



第5回 ワークショップ②「2学期の重点取組」(令和3年9月～10月)

- 研修目標 ・各校の「ICT活用推進チーム」で【2学期の重点取組】を作成する。
 ・他校と【2学期の重点取組】を共有し、自校の取組に反映する。

○研修方法

- ・Google サイトで「令和3年度 ICT活用推進部会」の専用サイトを作成し、以下の課題に順次取り組む**非同期型のオンライン研修**とする。
- ・「ICT活用推進部会」のClassroomを立ち上げ、課題や情報等を共有する。

課題①：各校「2学期の重点取組」の記入(～10/8)

- ・サイト上のリンクからGoogle スライドの編集画面へ遷移し、自校のページを編集する。
- ・【記入例】および【第4回 部員アンケート集計】を参照し、2学期に重点的に行う取組について、「1校=1ページ」でまとめる。

課題②：他校の取組にコメント(～10/15 ごろ)

- ・コメントを記入する学校のスライドを開いて「挿入→コメント」で《感想・意見・アドバイス・質問・疑問など》を記入する。
- ・同じチームの学校3校以上、他のチームの学校6校以上にコメントする。

課題③：コメントに回答して自校の取組に反映(～10/29 ごろ)

- ・自校に対するコメントへ回答。自分が書いたコメントに対する回答があれば、それも閲覧する。
- ・他校の取組やコメントから参考になることを探して、自校の取組に反映する。
 (※自校のスライドは随時、加筆・修正しても構わない。)

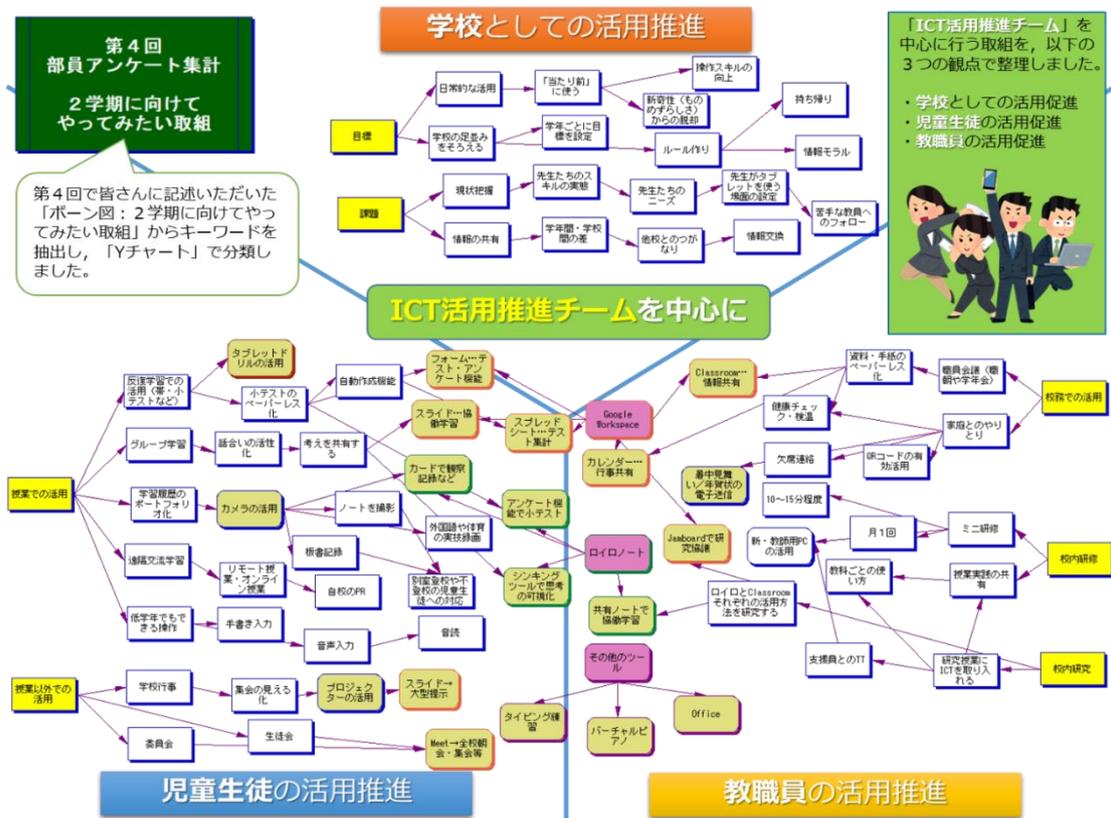


図1 課題①の補助資料として～第4回アンケート集計結果



図2 Google サイト「ICT活用推進部会」～第5回 課題用ページ～

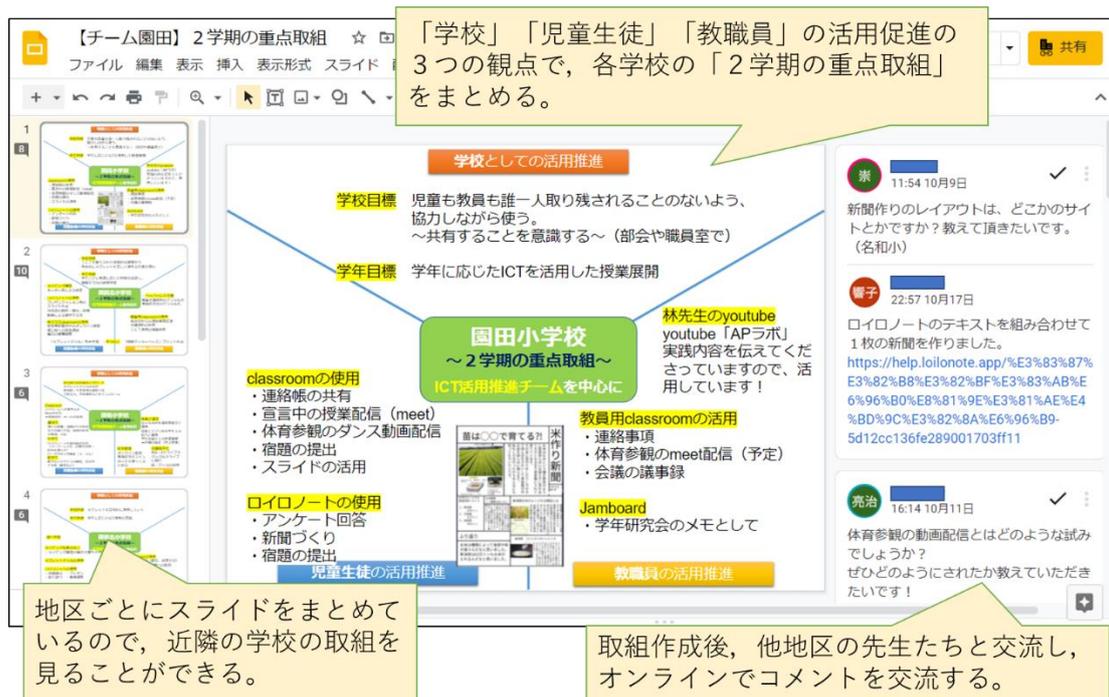


図3 Google スライド「2学期の重点取組」～チーム園田の例～

※ 第5回の課題（2学期の重点取組）などの資料は、以下のサイトから閲覧できる。（市内アカウントでのみ閲覧可）

<https://sites.google.com/cen.ama-net.ed.jp/r3-ict/%E7%AC%AC%E5%9B%9E>



第7回 ワークショップ③「今年度のふりかえり」(令和4年2月15日)

- 研修目標
- ・各校の1年間の取組をふりかえり、成果と課題を整理する。
 - ・今年度の課題を踏まえ、来年度につなげる取組について検討する。

○研修方法

- ・事前に専用サイト上で、事前課題「今年度のふりかえり」を作成する。
(※「ICT活用推進チーム」で作成し、必ず管理職の確認を得ておく。)
- ・当日はMeetによる同期型のオンライン研修とする。
(※Meetは一斉用の「メインルーム」とグループ用の「グループルーム」を作成)

○展開

時間	研修内容	注意事項
5分	① 本日の流れについて《全体》 【@メインルーム】	
40分	② グループ交流《グループ》 【@グループルーム】 ・自分のグループルームに移動する。(次頁参照) ・各校の「今年度のふりかえり」を発表し合う。 (1人3分程度で)	<ul style="list-style-type: none"> ・司会・タイムキーパー役を決めて、時間内に収まるように協力する。 ・早く終わったチームは他のグループルームを参観しに行く。
10分	③ ふりかえり総選挙《個別》 【@メインルーム】 ・「今年度のふりかえり」が良かった学校／聞いてみたい学校をGoogleフォーム(次頁参照)で投票する。	<ul style="list-style-type: none"> ・複数校への投票可。 ・意見・アドバイスがあれば、他校の「ふりかえり」にコメントをつける。
15分	④ 総選挙第1位(校種別)の発表《全体》 ・小学校部門と中・特別支援学校部門で第1位の学校に「今年度のふりかえり」を発表してもらう。	<ul style="list-style-type: none"> ・時間に余裕があれば、第2位にも発表を依頼する。
5分	⑤ 研修アンケートの記入《個別》 ※今日のポイント! ・研修で「学んだこと」を記述してもらう。 (次頁参照)	<ul style="list-style-type: none"> ・ここで「学んだこと」を記述することを、本研修の“めあて”とする。
5分	⑥ 事務連絡《全体》	
10分	⑦ グループ交流《グループ》 【@グループルーム】 ・各受講者が「学んだこと」や「来年度の取組」などについて一言ずつ交流する。 ・全員発表したら流れ解散(退出)	<ul style="list-style-type: none"> ・時間がある先生には、研修後も情報交換の場として利用してもらう。



図4 Google フォーム ～第7回 部会「ふりかえり総選挙」「事後アンケート」～

各校の「今年度のふりかえり」をグループで共有し、Googleフォームでよかった学校に投票（総選挙）

【園田東中】今年度のふりかえり				
	成果	課題	評価	来年度の取組案
生徒の活用推進	【Classroomの活用】 ・学びの授業や生徒の連絡等を密に行うことができた。 【AI教材の活用】 ・生徒が自ら進んで取り組めるようになった。 【ロノートの活用】 ・授業での活用、家庭学習（宿題など）の利用が増えた。	・MEXCBTの導入にあたり、より多くの随時に取り組める環境づくりや、生徒同士の意見交換、授業での効果的な活用方法の検討など、使用頻度を増やすこと。 また、情報モラルの必要性和、生徒発信のルール作り。	A	・3年間を見据えた系統だった情報モラル教育の確立。 ・生徒会中心のタブレットルール作り。 ・より効果的なオンライン授業の検証。
教職員の活用推進	校内のICT推進チームを作ること、操作研修時にもスムーズに導入することができた。また、聞けはずに教える環境ができたため、授業での活用もふえた。学校評価やASSESSのアンケートもスムーズに取り組むことができた。	授業だけではなく、職員会議や朝の打ち合わせなどの職員の仕事への活用。	A	・完全バーバーレスの職員会議。 ・授業や各種の仕事効率化のためのデータ共有。
学校としての活用推進	ICTの利便性を感じ、積極的に取り入れることができた。ドローンの活用やデータ共有なども行われた。	学年間のルールの統一が細かい部分ですべてきている。細やかな情報交流が必要。	A	・より緻密な情報交流。校内ICT推進チームの活用。 ・ICTと研究推進（学力向上）との連携。 ・ICTによる評価標準の作成。

「ふりかえり総選挙」1位の「今年度のふりかえり」
(尼崎北小・園田東中)

【尼崎北小】今年度のふりかえり				
	成果	課題	評価	来年度の取組案
生徒の活用推進	デジタルおどろくばる手引は、中学校区各校で連携して作成（各部署別）で各教員に配布されたことで、各部署の活用が促進された。また、各部署の活用が促進されたことで、各部署の活用が促進された。	・MEXCBTの導入にあたり、より多くの随時に取り組める環境づくりや、生徒同士の意見交換、授業での効果的な活用方法の検討など、使用頻度を増やすこと。 また、情報モラルの必要性和、生徒発信のルール作り。	A	・3年間を見据えた系統だった情報モラル教育の確立。 ・生徒会中心のタブレットルール作り。 ・より効果的なオンライン授業の検証。
教職員の活用推進	校内のICT推進チームを作ること、操作研修時にもスムーズに導入することができた。また、聞けはずに教える環境ができたため、授業での活用もふえた。学校評価やASSESSのアンケートもスムーズに取り組むことができた。	授業だけではなく、職員会議や朝の打ち合わせなどの職員の仕事への活用。	A	・完全バーバーレスの職員会議。 ・授業や各種の仕事効率化のためのデータ共有。
学校としての活用推進	ICTの利便性を感じ、積極的に取り入れることができた。ドローンの活用やデータ共有なども行われた。	学年間のルールの統一が細かい部分ですべてきている。細やかな情報交流が必要。	A	・より緻密な情報交流。校内ICT推進チームの活用。 ・ICTと研究推進（学力向上）との連携。 ・ICTによる評価標準の作成。

図5 Google スライド ～選ばれた学校の「今年度のふりかえり」～

※ 第7回の課題（今年度のふりかえり）などの資料は、以下のサイトから閲覧できる。（市内アカウントでのみ閲覧可）

https://sites.google.com/cen.ama-net.ed.jp/r3-ict/%E7%AC%AC%E5%9B%9E_1



表2 成果と課題～解析結果（5行要約⁵）

成 果	課 題
<p>○Classroom を利用したオンライン授業，ロイロでの職員会議，職員間で Classroom や Google カレンダーを利用するなど，様々な場面で活用することができた。</p> <p>○1人1人が有効な活用方法を考え，Classroom 活用することにより職員会議の時間短縮ができた。</p> <p>○連絡帳を Classroom に載せることにより，保護者の方も確認してもらうことができた。</p> <p>○タブレットドリルを使い，復習や計算能力の向上をさせた。</p> <p>○ほとんどの児童生徒がロイロノート，Classroom の基本となる操作を覚えることができた。</p>	<p>●タイピングができる学年とできない学年があり，全体に広げることができていない。</p> <p>●大半の生徒は守って使用しているが，まだまだ情報モラル教育が必要である。</p> <p>●タブレットを使用する際，トラブルが発生した時に，対応することが難しかった。</p> <p>●学年によって使用頻度に差があるため，年間計画をよりていねいに作る必要がある。</p> <p>●学期に1回は学校で統一した内容を指導するなどの取り組みをしていきたい。</p>

表1の「成果」のワードクラウドを見ると，【ロイロノート】や【Classroom】という授業支援ソフトに加え，Google カレンダーやタブレットドリルなど，学習用アプリの活用に手応えを感じた学校が多かったことが分かる。また，使用場面では授業中だけでなく，職員会議や保護者連絡などの「ペーパーレス」化など，校務のデジタル化に関する記述も多くみられた。

反対に，「課題」のワードクラウドには学習アプリの名称が上がっておらず，「成果」にはなかった「負担（特に情報担当教員への負担増加）」「教員」「家庭」「ルール」といった単語が見られた。また5行要約には「モラル」に関する意見も顕著で，トラブル対応などを経験する中で，ルールやモラルに関する指導の必要性を感じている学校が多くでていたことが分かる。

⁵ 「5行要約」は文書中の語句から，AIが重要だと判断した語句を抜粋してまとめた文の上位5つ。（文法的な誤りなどは筆者で訂正している。）

小・中学校ともに「ロイロノート」と「Classroom」は「活用」と結びついているが、中学校は両アプリ名が並置されているのに対し、小学校では両者に結びつきが見られない。小学校では「ロイロノート」は「課題」「用いる」とつながっていることから、児童の学習で使われる傾向にあり、「Classroom」は「職員」「連絡」と職員間で使われる傾向が強いことが分かる。

一方、中学校では小学校に見られない「教科」「タブレットドリル」といったキーワードが見られる。各教員が専門教科を教える中学校では、教科の特性に応じた用途での使用が効果的であることが分かる。

(3) 来年度の取組について

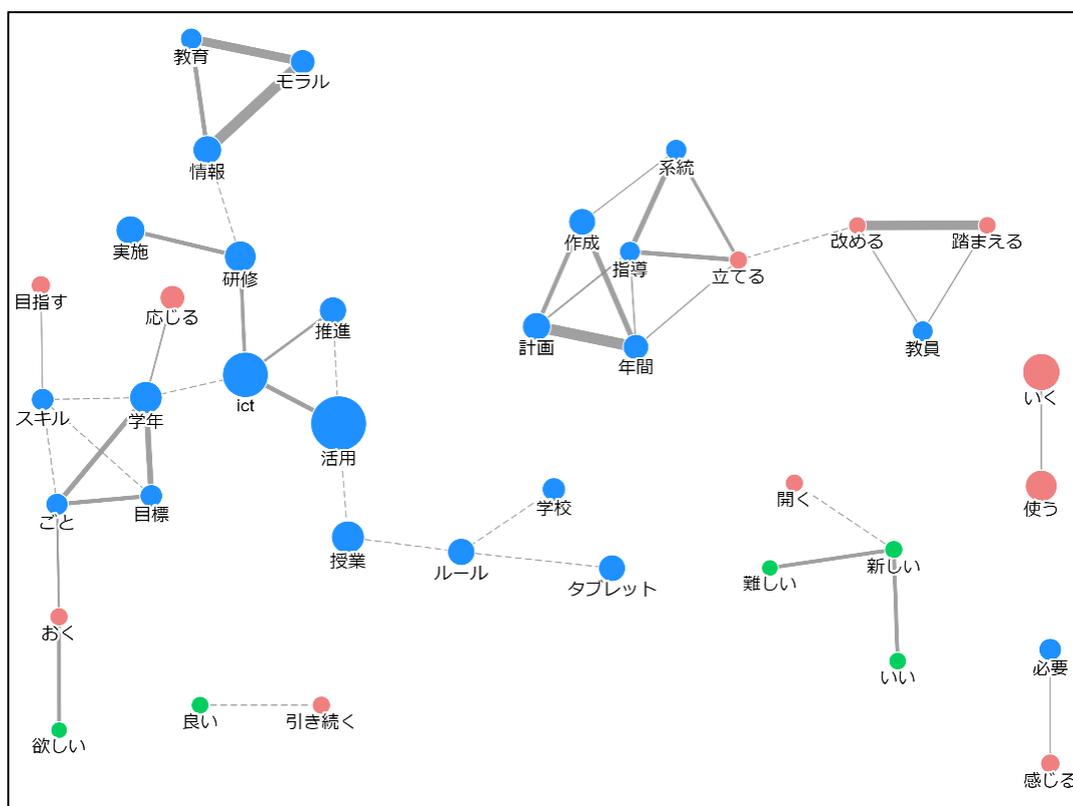


図6 来年度の取組案（小・中・特）～解析結果（共起キーワード）

各学校の「来年度の取組案」を分析した結果（図6）、「学年ごとの目標」「系統的な年間計画」「情報モラル教育」「タブレットの使用ルール」などの作成に取り組もうとする学校が多いことが分かる。来年度は、1年間を通してのICT活用が系統的・計画的に実施されることを期待したい。

5 おわりに

今年度、全7回の部会を通して、参加者のアンケートや現場で聞いた声などから、成果と課題として見えてきたものを以下にまとめる。

「横」のつながりの重要性

本部会のワークショップなどを通して、他校の取組を自校に取り入れて、成果につなげている取組が多数見られた。このように学校間での取組を共有する場を設けることは、良い取組（Good Practice）を拡散するために大変効果的であることを改めて認識できた。来年度以降も、こういった交流が積極的に行われるような支援を強化していきたい。

一方、学校内での「横」のつながりに苦しんでいる教員の声も聞くことができた。学校内で「ICT活用推進チーム」を作る際には、管理職や教務主任など、核になるメンバーを複数入れるように依頼はしていたものの、実際には情報担当教員の負担が重くなるというケースが散見された。こうした偏りを避けるために、ICT活用に関する校内組織の在り方やルールについて、教育委員会から学校への「縦」の働きかけを期待する教員も少なくない。基本的には、各学校が独自にICT活用を推進できるように支援することを軸としながら、学校の情報化の在り方についてはある程度は共通化を図っていくことも必要だろう。

「学び方」（研修方法）の多様化

児童生徒だけでなく教員も、ICT機器を活用するためのスキルは一人ひとり異なっており、全ての教員のニーズに一律の集合研修だけで応えることはできない。「オンライン」や「オンデマンド」、「同期」や「非同期」など、様々な研修パターンを組み合わせることで、受講者にとって「個別最適」な研修を受ける機会を増やしていくことが重要となる。

同時に、研修のスタイルも講師から受講者への一方的な知識伝達型でなく、学習者（受講者）を中心としたものに変えていく必要がある。この際、効果的であれば、ICTも研修（学習）ツールとして積極的に取り組んでいくべきだろう。

本部会のワークショップでは、Google Workspace アプリ（Classroom, Jamboard, スライド, フォーム, サイトなど）を積極的に取り入れてきた。副次的には「（受講者に）使い方を教えてほしい」という意図もあったが、主たる理由は、本部会の目的を達成するためには受講者自身が「主体的・対話的で深い学び」をする必要があり、そのための手段としてアプリを活用することがより効果的だと判断したからである。授業においても、今までの授業スタイルを変えずに、黒板やノートでしてきたことをICT機器に置き換えるだけでは限界が来る。各教科の目的を達成するために、授業スタイルを変えること、そのために効果的なICT機器の使い方を考えていくことが重要である。

最後に、各学校の「ICT活用推進チーム」においては、この1年間、学校全体で児童生徒と教職員のICT活用推進にも取り組んできてくれたことに感謝したい。同時に、1人1台PCが日常的な学習ツールとなった「GIGAスクール元年」に踏み出した一步を、来年度以降につなげ、未来に生きる子どもたちのために、更なるICT活用の推進に取り組まれることを期待している。

探究的な学習研究会

「PBL（問題解決型学習）を取り入れた探究的な学習による
これからの社会を見据えた資質能力の育成」

学校 ICT 推進課 指導主事	雨宮 久仁	
研究員	城所 和希	(園田東小)
〃	林 孝茂	(園田小)
〃	小松 俊介	(成良中)
〃	西田 篤司	(日新中)
〃	鷹 和樹	(尼崎高校)
〃	新宮 沙織	(尼崎高校)
〃	泰中 三郎	(尼崎高校)

【内容の要約】

Society5.0といった言葉に代表されるように、想像もできないような将来が待ち構えている。そのような社会を生き抜くためには、直面している問題に対し粘り強く取り組み、解決していく力が必要になるだろう。本研究部会では、そのような力を育成していくための有効な手段として、探究的な学習を取り入れることとした。

本研究部会では、探究的な学習の手法の一つである児童・生徒が、学習していく過程で生じる疑問・問題に対して試行錯誤しながら活動する問題解決学習（Problem Based Learning）と呼ばれる手法を取り入れ、探究的な学びを進めていく。また、カリキュラムマネジメントによる教科横断的な探究授業もこれからの社会で求められる資質能力の育成に有効であると考え取り組んでいく。

キーワード： PBL, 探究学習, 情報活用能力, 教科横断, カリキュラムマネジメント

1	研究の目的	22
2	研究の方法	22
3	研究の経過	23
4	実践報告	
(1)	成良中学校 小松 俊介 教諭	24
(2)	園田小学校 林 孝茂 教諭	27
(3)	園田東小学校 城所 和希 教諭	30
(4)	尼崎高等学校 新宮 沙織 教諭	32
(5)	尼崎高等学校 泰中 三郎 教諭	34
(6)	尼崎高等学校 鷹 和樹 教諭	36
(7)	日新中学校 西田 篤司 教諭	38
5	研究のまとめ	40

1 研究の目的

本部会では、児童・生徒が、「直面している問題に対して粘り強く取り組み、解決していく力」を身につけていくことを目標に研究を行う。この際、小・中・高等学校の校種をこえた実践を交流し、その成果を普及することで、尼崎市全体で探究的な学習活動に取り組んでいくことを目指したい。

2 研究の方法

(1) 本研究における探究的な学びの捉え方

探究的な学びとは、児童生徒が自らの疑問に対して根拠を持って解を導き出す教育活動であるにとらえている。そのような教育活動を行うためには、児童生徒が疑問を抱きやすい発問、授業形態の工夫と、自らの解に対する根拠を確かなものにするための情報活用能力が必要であると考えている。

このような授業を行っていくために、本部会では PBL(Problem Based Learning：問題解決型学習)を手法として取り入れ、各部員が実践授業を行う際には、PBLの手法を意識し、児童生徒が自らの疑問に対して多面・多角的なものを見方を活用しながら自らの解に対して根拠を持たせるような授業設計を意識し実践を行うこととした。

(2) 授業づくりの視点

本研究部会の講師である徳島大学の福井准教授は、ご自身の論文『対話型ロボットを利用したプログラミング的思考の「教えることによる学習」』の中で児童生徒の思考が複数に分岐できるようなテーマを提示することが探究的な学びにつながることを示唆している。

また、思考を分岐させるには、物事を多面的・多角的に捉える必要がある。そのためには、日常において多面的・多角的に捉える活動を経験する必要があると考えている。多面的・多角的に捉えるために、手軽にできることとして既習事項を教科横断的に活かすことがある。国語の課題に対して理科での知識を活用して取り組めるようになれば、物事を多面的・多角的に捉える資質能力の育成が出来ているといえるのではないだろうか。

このような想定から、教科横断的になるようなテーマを意識した授業づくりにも取り組んでいくこととした。

(3) 授業の実施について

授業の設計は、授業づくりの視点で述べたように、多面的・多角的に考えさせるためにも教科横断的なカリキュラムになるように再編（カリキュラム・マネジメント）を行う必要がある。

方向性として、教科単位で単元構成から見直すことや扱うテーマを他教科の視点も取り入れながら学習を進めていきたい。

指導案に関しては、公開授業までの単元計画と当日の板書計画を提出するものとする。

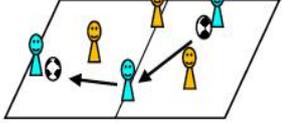
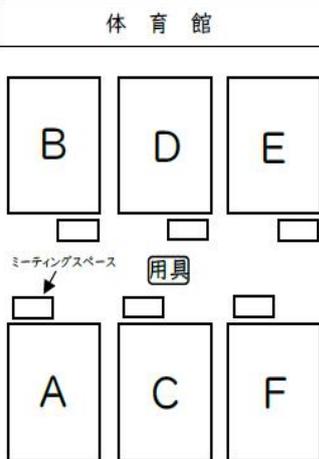
3 研究の経過

回	実施日	内 容	講師等
1	7/1	講話・演習 「探究的な学習を行う必要性 PBL とカリキュラム・マネジメント」 ・個人テーマ設定に向けての検討	徳島大学 准教授 福井 昌則 氏
2	2 学期	授業実践 尼崎高等学校 第3学年 鷹 和樹 教諭 日新中学校 第2学年 西田 篤司 教諭	教育 ICT 推進課 指導主事
3	11/19	研究授業① 成良中学校 第1学年 小松 俊介 教諭 体育科「サッカー」	教育 ICT 推進課 指導主事
4	11/26	研究授業② 園田小学校 第2学年 林 孝茂 教諭 プログラミング教育C分類「園田ロボットコンテスト」	教育 ICT 推進課 指導主事
5	12/16	研究授業③ 園田東小学校 第3学年 城所 和希 教諭 国語科「I'm possible ～パラリンピック～」	教育 ICT 推進課 指導主事
6	2/17	研究授業④ 尼崎高等学校 第2学年 新宮 沙織 教諭 英語科「電子書籍か紙の書籍か」	教育 ICT 推進課 指導主事
7	2/17	研究授業⑤ 尼崎高等学校 第1学年 泰中 三郎 教諭 数学科「じゃんけんの新しい手を考える」	教育 ICT 推進課 指導主事
8	3/22	まとめ 講話「今年度の総括及び来年度に向けて」	徳島大学 准教授 福井 昌則 氏

指導案

尼崎市立 成良 中学校 保健体育科 小松俊介

本時(第8回目) 探究学習 保健体育「球技(サッカー)」

<p>目標</p>	<p>《授業の目標》 課題解決のための練習を実践する</p> <p>【知識・技能】 サッカーの特性等を理解し、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防を展開できるようにする。</p> <p>【思考・判断・表現】 フェアなプレイを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、作戦などについての話し合いに参加することができるようになる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 積極的に攻防を繰り返す姿勢やチームや自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p>	<p>《探究の目標》 新しい(団体)スポーツを生み出す。</p> <p>【学びの流れ】</p> <p>○実践ゲームを通して、発見した課題。</p> <p>1.ボールに密集する 2.上手な生徒だけがボールを保持する 3.ポジショニングなどの役割がバラバラ</p> <p>○上記の3つの課題を解決する方法を検討する。</p> <p>1.練習メニューの探究 2.ミニゲームの探究</p> <p>▶各チームの課題に応じた練習方法や分担した役割を確認する。</p>
<p>10分</p>	<p>①集合→整列→出席確認→本時の確認 ②リズムトレーニング</p>	
<p>導入 5分</p>	<p>③チームミーティング(グループワーク) 1.目標の設定 2.チーム練習の検討 3.ミニゲームの検討</p>	
<p>展開 10分</p>	<p>④チーム内で検討した練習メニューの実践</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">  </div> <p>【指導上の留意点】 〈教科のねらい〉 ○ゲーム実践から出た課題の解決を目指す。 〈探究のねらい〉 ○サッカーの技術を向上させるための練習メニューとミニゲームを考えることができる。</p>	
<p>展開 20分</p>	<p>⑤ミニゲームの実施</p> <p>【指導上の留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○サッカーの攻防を行う。 ○足元やボールに集中するのではなく、空いたスペースを見つけさせる。 ○見つけたスペースにパスを出すことや、走り込むことを意識させる。 ○相手の動きを予測して動くようにさせる。 	<p>【探究】</p> <p>人数・コートの形・ルール ボールの数・ゴールの数 得点方法など、自由に決めて実施する。</p>  <p>【グラウンド図】</p> 
<p>まとめ 5分</p>	<p>⑥授業の振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ○チームでの課題と反省をホワイトボードに書き込む。 ○チームで考えた練習メニューやミニゲームを共有する。 	

授業の振り返り

良かった点

- 生徒が授業中に発表することが、ピンチではなく、チャンスととらえるような雰囲気になった。
- 生徒の多様な思考をアウトプットする場が提供できた。
- アウトプットすることを通して、数回の授業であるが生徒の成長を実感することができた。
- 生徒がアウトプットしているものを classroom 上で共有できた (ICT 端末の効果的な利用)
- 生徒の能力に関係なく、生徒が主体的に学ぶことのできる教材を提案することができた。
- 授業者に依存しない授業の在り方を提供できた。

課題・改善点

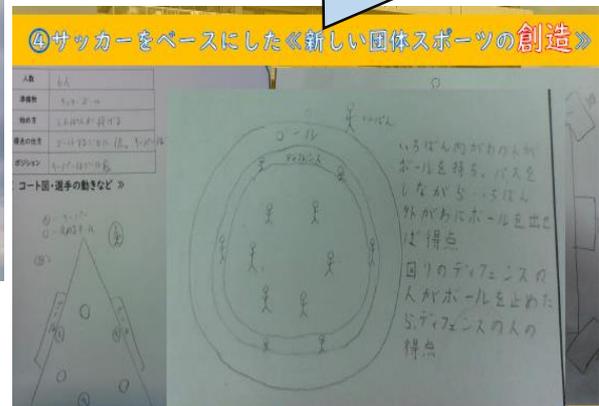
- 学校として、教科横断的な視点や探究的な活動を用いた授業を行うことを行っていないため、教科単独では児童生徒の資質能力を伸ばしていくことに限界がある。
- 授業者として探究的な活動に関する評価基準があいまいになっていた為、評価基準を持つ必要がある。
- 探究的な学習を授業内容に取り入れることによって、生徒の主体性や学びに向かう姿勢が十分に発揮される場面が見いだされるようになったが、教員側への負担が大きく感じた。
- 「新しい団体スポーツの創造」というテーマ設定を行ったが、テーマが壮大になり、生徒の力量にあったテーマになっていなかったように感じた。

授業の様子



ICT 機器を使った活動

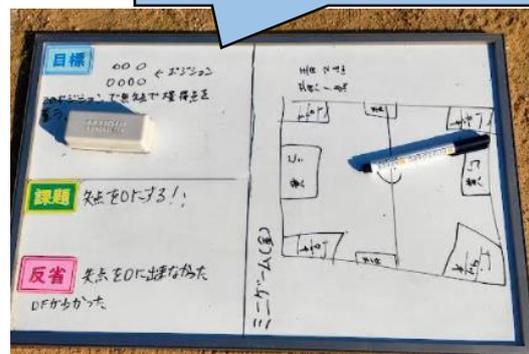
新しいスポーツの創造



チームの状態に合わせた練習内容を検討している生徒たち



ホワイトボードでのミーティング



(2) 公開授業② 林 孝茂 教諭 (園田小学校)

指導案 ※本時の内容は、プログラミング教育C分類に該当しているため、教科の中に位置づけていない。

プログラミング教育c分類学習指導案「園田ロボットコンテスト」

日時：令和3年11月26日(金) 第5・6限 対象：2年4組児童 計35名

場所：園田小学校多目的教室 指導者：園田小学校 林 孝茂

1 本授業における探究的な学習内容

小学校プログラミング教育のカリキュラム設計において、各教科での学びを確かなものにするために教科の中でのプログラミング教育というA・B分類の実践へと入る前段階に、C分類としてプログラミングの基礎基本を身に付ける学習活動がある(最後はA分類の探究活動)。本来であれば6年間の教育課程で体系的に取り組んでいくが、簡略化し1年間の授業計画の中でそれらを位置付けて行う(2指導計画参照)。本時では、ロボットコンテストを通して、プログラミングの基礎的なことを知ったり、その面白さを体験させたりする。また、その場の条件(コースや対象物)に合わせてプログラム(ソフト面)やリフト(ハード面)をどう工夫するかを考える、正解ではなく最適解を求める中学校技術科への接続を目指した探究活動にしたい。

2 指導計画

- ①【C】ダンスダンスダンス(ルビィの冒険)
プログラミングに慣れ親しむ。

②【C】サリーを探せ(Line Entry)

ブロック型のビジュアルプログラミングを体験する。

③【C】園田ロボットコンテスト(Koov®)本時
プログラミングの基本とロボットについて知る。

④【B】国語「カンジュー博士の大発明」(viscuit)
プログラミング体験を通して漢字の構成を理解する。

⑤【A】生活「作ってあそぼ」(Koov®)
身近な課題を解決するロボット(道具)を作る。

※児童の発達段階を踏まえて制作物は「夢ロボット」と名付け、実際にその通りに動かなくてもイメージとして扱う。(例：プロペラが回る→空を飛ぶ)

⑥国語「馬のおもちゃの作り方」「おもちゃの作り方をせつめいしよう」

作った夢道具の説明文を書き、スライド資料を作成して、友だちと紹介し合う。

3 指導上の留意点

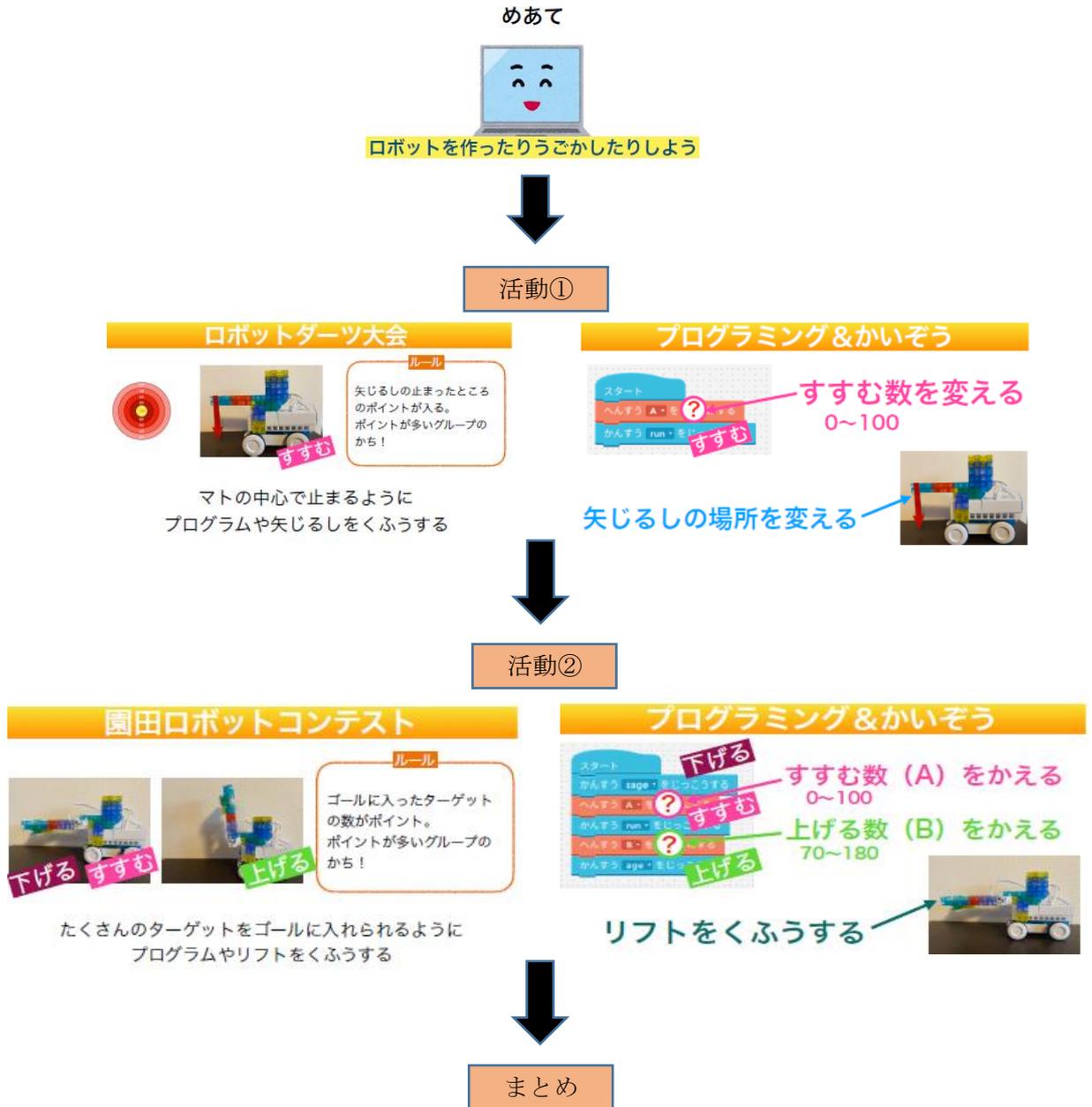
①リフトカーを動かすプログラムは関数部分を画面外へ配置し、児童から見えないようにする。

②児童は変数化した進む距離(A)、リフトを上げる角度(B)の数値のみを変更する。

4. 本時の展開(授業で使うスライド資料は別紙参照)

児童の活動	指導上の留意点
1. ロボットを想起する。	<ul style="list-style-type: none"> ・ロボットがなぜ動くのかを今までの学習を振り返りながら考えられるようにする。
2. めあてを確認する。	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">ロボットを作ったりうごかしたりしよう</div>	
3. ロボットダーツ大会を行う。 ○リフトカーを進ませ、止まったところのポイントを競う。	<ul style="list-style-type: none"> ・プログラムと矢じるしの位置を工夫してリフトカーを開発させる。 ・プログラムとリフトを工夫してリフトカーを開発させる。 ・ターゲットやゴールを違うものに置き換える。 ・基本処理(順次、反復、分岐)を説明する。 ・今あるロボットを画像と動画で紹介する。 ・だれかのためのあったらいいなを実現する夢ロボットを作ることを伝える。
4. ロボットコンテストを行う。 ○ゴールに入ったターゲットの数を競う。	
5. 条件が違った場合を考える。	
6. プログラムの基本を知る。	
7. ロボットについて知る。	
8. 次の活動の見通しをもつ。	
9. 振り返りカードを書く。	

板書計画 ※本授業は、スライドのみで進行したため、スライド内容を一部抜粋して記載する。



こたえはいつもおなじではない！

その時にあわせてかわる！

だれかのためのあったらいいな

夢 (ゆめ) ロボットを作ろう！



授業の振り返り

良かった点

- 児童たちが、主体的になって取り組みたいと思える内容を提供できた。
- 各班が課題に対して、異なるアプローチが出来る課題となり、探究的な学習を実践することができた。
- 児童それぞれが意見を持つテーマであったが、班の方向性を児童のみで決定していく姿勢を育成できた。
- 小学校2年生であるが高度な内容に取り組みさせることができ、プログラミング教育の可能性を感じることができた。
- 美術や理科学的な観点で思考を発揮している場面があり、教科横断的な雰囲気があった。

課題・改善点

- プログラミング教育内におけるC分類の位置づけが、必ず実施しなければいけないものではないため、どこまで力をいれてよいのかわからなかった。
- プログラミング教育が、上記のような位置づけであるため、学校全体としての取組に発展しにくい。
- プログラミング教育での学びが、他教科でも活かせるような仕組みが構築できていない。
- 活動が多く、詰め込みすぎた2時間になった為、児童が班ごとに競う活動を取り入れなくてもよかった。
- 利用した教材が2学期までしかレンタルできていないため、年間カリキュラムを作成することが難しい。購入するとしても、金額的に厳しい面がある。

授業の様子

使用した教材



児童の様子



距離と方向をプログラムする（活動1）



障害物を持ち上げるプログラム（活動2）



(3) 公開授業③ 城所 和希 教諭 (園田東小学校)

単元計画

1 本時における探究的な活動

本時の学習は、学校みんなにパラリンピックを広めることを目的としている。本時までのパラリンピックに関する学びを、思考ツールを用いて整理・分析し、知識や体験と結びつけたり、考えを出し合ったりしながら、よりよい内容を考える活動を、探究的な活動と位置づけた。

2 指導計画 (全⑬時間、本時は⑨時間目)

【課題設定】

①みんなでパラリンピックを応援しよう **開会式の映像**

②パラアスリートについて知ろう **ドキュメンタリー番組**

【情報収集】

③④情報を調べよう **マンダラチャート** **図書館の本**

⑤⑥調べた内容を発表しよう **ポスター発表**

⑦⑧パラリンピック競技をしよう **ポッチャ** **ゴールボール**

【整理・分析】

⑨集めた情報を整理して、学校みんなにパラリンピックを広める方法を考えよう **Xチャート** **ピラミッドチャート**

【まとめ・表現】

⑩⑪⑫学校みんなに広めよう (準備と発表)

⑬ふりかえりをしよう **他学年の子どもたちの感想の共有**

3 指導上の留意点

総合的な学習の時間では、子どもの疑問や発見を引き出し、そこから子どもが課題を設定することが大切である。しかし、これまでの自分自身の授業を振り返ると、不十分であり子ども主体の授業は難易度が高いものであると感じてきた。

今回、探究的な活動を研究するにあたり、今まで自分自身が苦手としてきた授業スタイルに挑戦し、子どもが「もっと〇〇してみたい！」と考える授業にしていきたい。

その課題に挑戦するにあたって、今回は思考ツールを活用する。授業に取り入れ、子どもの反応がどうであったか、子どもの学習の助けとなったか判断しながら単元を進めていきたい。

本時に使用するXチャートとピラミッドチャートについては、今回の授業で初めて使用することになる。本時までに、他教科に取り入れるなどして円滑に取り組みできるようにしていきたい。

4 ループリック (評価)

A	学習内容を活かして、理由も含めて自分なりの意見を発表したり、書いたりしている。
B	自分の意見を書いている。
C	自分の意見や根拠がない。

板書型指導案

〈授業について〉

- ・テーマ「思考ツールの活用で、子どもの探究的な学習を引き出す」
- ・単元名「I'm possible ～パラリンピック～」
- ・教科 総合的な学習の時間

・授業日 12月16日(木) 5校時(13時50分～)

・授業者 尼崎市立園田東小学校 3年担任 城所和希

⑨ 学校みんなにパラリンピックを伝えよう!

【授業のポイント】

- ◆思考ツール
Xチャートとピラミッドチャートを活用することで、少数意見に目が向いたり、考えを操作できるよさがある。思考ツールが有効に活用できるようにしていきたい。
- ◆班での話し合い
多数決ではなく、それぞれの意見のよさを深めるような話し合いを目指す。

〈本時の流れ〉

<p>①導入 聖火やピクトグラムについて、担任が子どもたちに伝えたいことをパワーポイントを用いて短時間で伝える。</p>	<p>②展開-1 これまでの学習で特に印象に残ったことを、開会式・調べ学習・パラスポーツ・パラアスリートの4観点に分けて付箋に書き出し、Xチャートに貼っていく。</p>	<p>②展開-2 Xチャートの付箋の中から、「これを学校みんなに伝えたい！」というものを班で話し合って選び、ピラミッドの下に移動させる。さらに、発表の方法と合わせて考え、最も伝えたいものをピラミッドの上に移動させる。</p>	<p>③まとめ 本時のふりかえりを書き、発表する。次の時間に組みたいことが発表されるとよい。</p>
--	--	--	--

授業の振り返り

良かった点

- 児童たちが、多数決で決めることなく、理由を聞き意見を吟味する姿が見られた。
- 教員が提示した以外の方法で発表したいと提案する姿勢を育成できた。
- パラスポーツ体験のために、特別支援学校から器具を借りるなど異校種連携ができた。
- 同じテーマについて長期的に考え続けるカリキュラムをつくることができた。
- テーマ設定の理由など教員と児童と一緒に学びに向かい、教員が Coach の姿勢で接する姿を見ることができた。

課題・改善点

- 活動が多く、時間内に予定していた展開が終了できなかった。
- 成果物が教室掲示のみとなっており、児童の手元に資料がなかった。そのため、すぐに活動できなかった。
- ICT 機器を活用できる内容でもあったので、ICT 機器を効果的に用いる方法について検討が必要である。
- 小規模校でもあり、授業そのものが個人や担当に依存してしまっているため、全校展開できない。

授業の様子

本時までの学習

教室掲示

本時までの学習



班活動

教室の様子



(4) 公開授業④ 新宮 沙織 教諭 (尼崎高等学校)

指導案

Authentic English I (学校設定科目) 学習指導案

『電子書籍か紙の書籍か』の二者択一の問いに対する意見を述べ、他班の意見に反論する

令和4年2月17日(木) 尼崎市立尼崎高等学校 2年F組 授業者 新宮沙織

<p>目標</p> <p>『電子書籍か紙の書籍か』の質問に対する意見を班でまとめて発表し、他班の意見に反論する</p> <p>予定</p> <p>班ごとの発表 他班への反論 まとめ</p>	<p>Which do you prefer, reading on an electric device or reading on paper? Give reasons to support your opinion.</p> <p>授業の基本的な流れ</p> <p>① Choose 3 good reasons to show your group's opinion</p> <p>② Group leader meeting</p> <p>② Show your group opinion (paper:4 groups / electric devices:5 groups)</p> <p>Our group prefer reading on an electric device. ←意見の選択 reading on paper. ←理由(1点)</p> <p>We'll give you a reason. ←理由(1点)</p> <p>③ Think about & show your group's refutation</p> <p>④ Revised</p> <p>発表を聞きながら</p> <ul style="list-style-type: none"> • Take notes for refutation and revised • Think about refutation
<p>本時の流れ</p> <p>①授業の基本的な流れの確認・グループリーダーミーティングで意見の出し合い(10分)→②グループごとに発表(10分)・メモ作成→③反論を考え、グループの代表者が発表する(15分)→④教員よりコメント・講評(5分)→④revised(自分の意見を再度練り直す)課題提示(10分)</p>	

1 本時における探究的な活動内容

本時は、『電子書籍か紙の書籍か』の二者択一の問いに対する意見を述べる」のグループごとの発表を行う。また他グループの意見を聞いてメモを取り、反論をする。講評を聞いた後、revisedの課題に取り組む。

③ **グループごとに発表、他のグループの意見から学び、反論を考え発表する。(本時)**

④ revisedの英作文を持ち寄り、再度意見交換をする。

2 指導計画(全4時間 本時は3時間目)

- ① 個人の意見を日本語→英語の順で考え、60～80語の英文で書く。(1st draft)(夏季課題での取り組みを含む)
- ② グループごとに意見を出し合う。

3 指導上の留意点

- ① 「意見と理由」が、明確に読み手・聞き手に伝わる文章・発表を作らせる。
- ② 適宜アドバイスをを行い、グループ全員に作業を分担させる。
- ③ 他グループの意見を取り入れ、自分の意見をより brush up できる機会を作る。

4 ルーブリック(評価)

	聞くこと・話すこと[やり取り]	話すこと[発表]	書くこと
A	他グループの発表を聞きながらメモを取り、質問ができる。	「意見と理由」の論旨にねじれがなく、発表も聞き取りやすい声で行えている。	「意見と理由」の論旨にねじれがなく、他班の意見も取り入れた文になっている。
B	他グループの発表を聞きながらメモを取ることができる。	「意見と理由」の論旨にねじれがある、または発表が聞き取りにくい時もある。	「意見と理由」の論旨にねじれがある、または他班の意見が取り入れられていない。
C	他グループの発表を聞くことができる。	発表として成り立っていない。	「意見と理由」が書けていない。

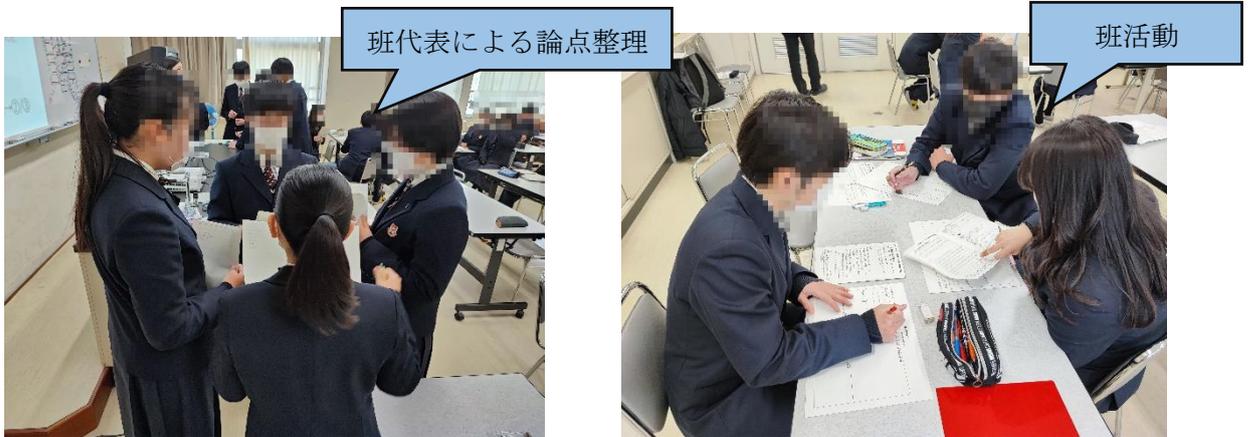
授業の振り返り

良かった点

- 生徒たちが、主体的に議論する姿をみることができた。
- 修学旅行での経験が活かされており、行事と教科との連携することができた。
- 学習者用端末が導入される令和4年度を見据えた学習内容となった。

課題・改善点

- 他者の意見を聞いたうえでも、個人の意見が変わるような感じが感じられなかった。普段から他者の意見を個人の考えに反映させることに慣れさせる必要がある。
- 相手の主張を批判的に受け止める感覚を持つ生徒がいなかった。「クリティカルシンキング」を促す必要性がある。



自発的に議論が班を越えて行われている様子



(5) 公開授業⑤ 泰中 三郎 教諭 (尼崎高等学校)

指導案

数学学習指導案 「新しいゲームを考える」

令和4年 2月

尼崎市立尼崎高等学校 1年C組 授業者 泰中三郎

<p>目標</p> <p>じゃんけんの新しい手を 考えてみよう</p> <p>予定</p> <p>班活動 中間発表 まとめ</p>	<div style="border: 1px solid black; width: 80%; margin: auto; padding: 20px;"> <h2 style="margin: 0;">発表スペース</h2> </div>	<p>各班の案について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・良い点 ・問題点 <p>をまとめる</p>
<p>本時の流れ</p> <p>①課題発表</p> <p>「じゃんけんの選択肢「グー、チョキ、パー」に『キュー』という選択肢を加えた新しいゲームを考えなさい。 勝つ確率や負ける確率について考察し、そのゲームの魅力あるいは難点まとめなさい。」</p> <p>② 5分間誰とも意見交換せず、1人で考える</p> <p>③ 隣り前後で意見交換し、新たに考えを発展させていく。</p> <p>④ 全体で共有し、次の授業へと広げていく。</p>		

1 本時における探究的な活動内容

本時は、「新しいゲーム」について思考する活動を行う。これまでに学習した確率についての知識や技能を活かし、数学的な根拠を持ったものを班で話し合い考える。

2 指導計画(全13時間 本時は12時間目)

① 個人で考える

② ①で考えた案を班で議論を行う。考えた案について、計算しその案が実際のじゃんけんのときに使えるかどうかを数学的に確かめる。

③ 全体に対して、班ごとに発表していく。

3 指導上の留意点

① 考案した新しい手を入れた場合のじゃんけんの勝敗の確率を計算させる。

② じゃんけんを行う人数を限定して考えてみることをヒントとして与える。

③ 他班の意見を取り入れ案を変更できる機会を設ける。

4 ルーブリック(評価)

A	学習内容を活かして自分なりの根拠を持ち学習に取り組んでいる。
B	実現可能性が低い ³ が、自分の意見を持っている。
C	自分の意見や根拠がない

授業の振り返り

良かった点

- 生徒の学力に関係なく取り組む姿勢を見ることができた。
- 教員から与えられたテーマを自分が普段から感じている悩みと関連付けて思考する生徒の姿が見られた。

課題・改善点

- 本時の学習内容が、直接関係している単元と学習するタイミングが離れてしまったので、さらに有効的になった時期や計画があったと考えられる。
- 生徒が熱心に取り組んでいた様子からも数時間を見据えた単元計画にすべきだった。
- 探究的な学習を行うために授業時数を圧迫したので、学校全体でカリキュラムを計画していく必要がある。

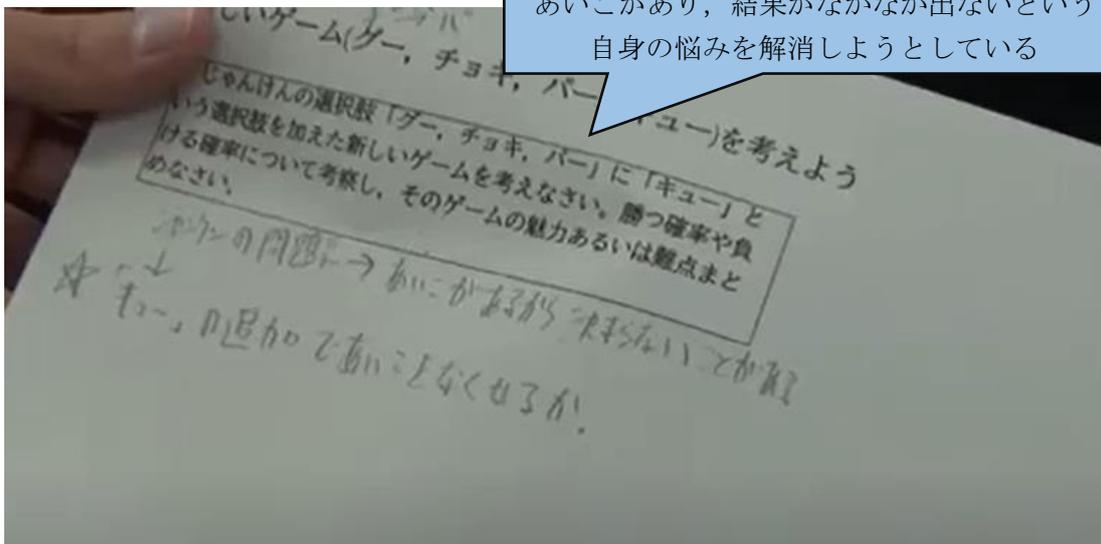
班活動



班活動



あいこがあり、結果がなかなか出ないという自身の悩みを解消しようとしている



(6) 授業実践 鴈 和樹 教諭 (尼崎高等学校)

単元計画 (全2時間中, 1時間目)

- ①係助詞の意味, 動詞の活用, 係り結びの法則の復習をして, 空欄を補充する形で和歌を作成する。
- ②係り結びの法則を用いた和歌を作って, 鑑賞する。

本時の流れ

学習項目	生徒の活動	留意点
①本時の目標の確認		
②係助詞の復習	②文法書を見て「ぞ・なむ・や・か・こそ」について確認する	②意味だけでなく, 文末の活用形についても確認する
③例題の演習	③②の復習を受けて, 自ら考えて確認する	③「ほととぎす鳴きつるかたを…」の和歌などをその場で空所補充 (別紙1の②まで)
④近くの席の人と共有	④各ペア代表の発表	④ペアで「係り結びの法則が適用されているか」「用言の活用が適切か」「和歌としておもしろいか」などについて確認しあう

本時における探究活動

本時は「古文特有の文法である係り結びの法則を使って, 和歌をつくる」という活動をするための準備を行う。具体的には文法事項を確認した後, 既存の和歌の一部を空欄にしたものを自分で自由に考えて補充することで, 改めて文法事項に関する理解を確認する。係助詞の使用箇所や文末表現について考えを深め, 今後の学習に生かすことができると思われる。

授業の振り返り

良かった点

- 生徒たちの創作に対する意欲が高く, 戸惑いを感じている様子はほとんど無かった。
- 穴抜きにした和歌に対して自分なりの言葉をはめ込むという探究的な活動を楽しむ生徒の様子が見られた。(生徒から楽しいという声が実際に聞かれた。)
- 創作活動や発表する場があったため, 従来の「古典」の授業に比べると生徒の聞く意欲が非常に高かった。
- 自分自身で創作できることが授業をなごやかな雰囲気にするにつながった。
- 1年時から同じような活動をして欲しかったという声が聞かれた。
- 生徒が意欲的に取り組める課題を提示できたことで, 生徒自らが助動詞の意味や使い方調べるような姿勢が随所に見られた。

課題・改善点

- 助動詞の活用や接続について質問する生徒がおり、理解度に差がある場面が見られた。

生徒作品（抜粋）

- ・おかしをね みんながくれて 幸せだ わたしはないのに 友ぞやさしき
- ・髪ゴムを 何本買っても どこかいく きっと隅にぞ たまっているらむ
- ・自転車に かつばや袋 かけたるに 袋だけない どこにか落つらむ
- ・「お弁当 つくりませんよ 洗わずは」 忘れしけふこそ コンビニパン食へ
- ・単語帳 テストぞどんどん 近づきたる 不安がよぎる けふも落ちなむ

課題ワークシート

組 番 名前

①ほととぎす 鳴きつる方を ながむれば
ただ有明の 月^ぞ 【動詞「残る」→_____】 【完了・存続の助動詞「り」
→_____】

探究的な課題
(自由に穴埋めを行う)

②奥山に 紅葉踏みわけ 鳴く【 _____ 】の

声きく時^ぞ 【 _____ 】は【 _____ 】

③ほととぎす はなたちばなの 香をとめて

なくは昔の 人や【動詞「恋し」→_____】

④春来てぞ 人も訪ひける 山里は

花こそ宿の 主なり【過去の助動詞「けり」→_____】

(7) 授業実践 西田 篤司 教諭 (日新中学校)

本時の指導計画

単元名 電熱線の発熱による水の温度上昇

本授業における変数を次のように定めた。

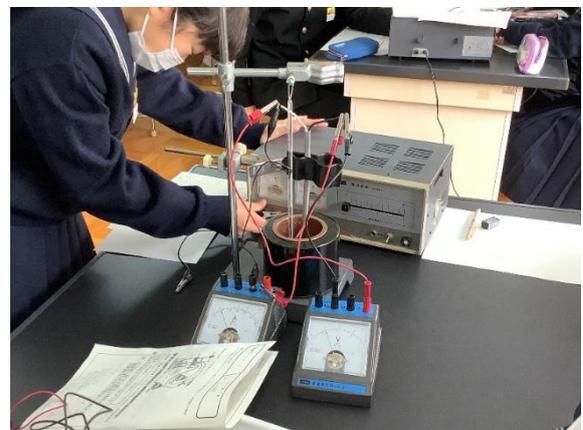
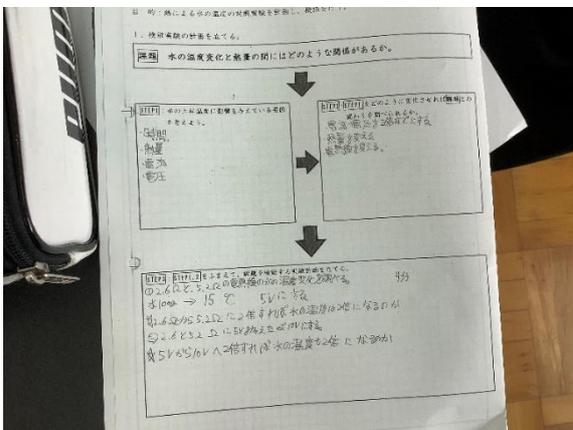
- ・独立変数(変化させる原因になるもの)・・・電圧, 電流, 時間, 抵抗, 水の質量など
- ・従属変数(結果として変化するもの)・・・水の温度上昇

従来の理科実験では, 教師が器具, 内容を用意し生徒が行うことが多い。本時では, 生徒が仮説を立て, 主体的に実験を行う環境を考えた。班ごとに「発熱量による水の温度上昇をどう検証するか」という問いに対して仮説を立て, その仮説を立証するための実験を計画し, 検証実験を行う。

仮説と実験を行うにあたり, 4QS(The 4 Question Strategy)という手法を用いる。この手法は, 独立変数と従属変数との関係をはっきりさせ, 思考を深める手法として有効である。実験後に班ごとの仮説と結果を交流させ, まとめを行う。

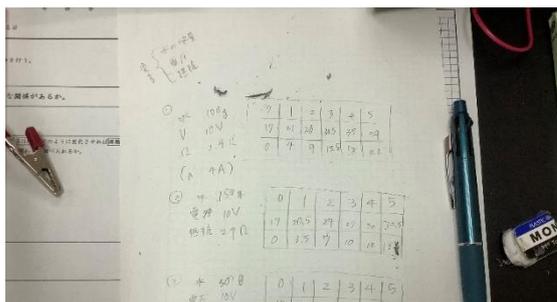
発展的学習となる変数の要素として太さの異なるニクロム電熱線を用意し, 太さと長さによる抵抗値の違いに着目する班が現れると, 探究の幅が広がる。独立変数については, 班ごとに多様なものになると予想され, 実験中の操作についても人為的な誤差の出るものも多い。探究を深める糸口を見逃さないように心がけていく。

本時の探求活動のようすについて



4QSの手法を用いて, 生徒が, 変数について考察し, 実証実験の計画を立てる。どの変数に着目するかで実験の準備や計画に違いが出る。

計画を基に検証実験を行う。班ごとに取り組む内容が違っている。どの生徒も主体的に取り組んでいた。



結果をまとめているようです。このあと、タブレット等を用いて考察の準備を行う。

振り返り

良かった点

- 学力層に関係なく授業に主体的に参加する姿が見られた。
- 変数のパターンが多く、仮説を実証する実験計画にバリエーションが見られ、班ごとの交流では意見が深まった。
- テーマから日常生活への結びつきを考えることができた。
- 実験の考察の中で「電子レンジの性能（W数）と弁当の温める時間について」という問いが生徒から生まれ、各自で家にある電子レンジのW数を調べ、授業で考察するという授業に発展した。

課題・改善点

- 新型コロナウイルスによる休校や内容の制限もあり、十分な時間を確保できず、単元見通して実践していくことが困難であった。
- 探究学習をより探究学習につなげるためには、この時間のためだけに探究学習を行おうとすると無理が生じる。
- 一教科だけで生徒の探究的な活動を実践し、効果を得るには限界がある。教科横断的な視点、探究的な活動の視点を全校の取り組みとして定着させることができれば、可能性は広がる。
- 現実的には、時間が必要であり、探究学習の本質に近づけるためには、カリキュラム・マネジメントが必要である。
- ニクロムの発展的な課題にはたどり着かなかった。

5 研究のまとめ

本部会では福井 准教授も参加した Google Classroom を作り, Google Classroom での活動を主に行った。オンラインでの研修になったことで, 各部員がそれぞれの時間で教材と向き合うことができたことや, 大学教授と部員が直接やり取りのできる場を提供することにつながった。

公開授業においても, Google Classroom 上で Meet を活用したりリアルタイム配信を行い, 徳島大学におられる福井准教授に授業参観していただくことや, 部員に関しても, 勤務中のわずかな時間で他の部員が行っている授業の参観が可能となった。

指導案検討を行ってきた結果, 初期に構想していた指導内容と比べ, 児童・生徒がより探究でき, 教科内でのつながりや他教科とのつながりがより強化されたものへと変化し, 研究テーマに沿った授業内容を展開することができた。

上記のような授業が展開できた一番の要因は, 部員それぞれの教材観や指導観が大きく変化した点が考えられる。部員への聞き取りからも, 本部会で授業について考えていく中で指導観や授業観が大きく変化したことが実感できるという感想を得られた。

児童・生徒の様子としてみられた成果は以下の通りである。

- ・ 授業が終了した直後に自分の意見を伝えたい気持ちが強くなり, クラス全員の前に立ち, 自らの意見を述べる姿
- ・ 教師が用意した選択肢以外の選択をしたいと教員と相談する姿
- ・ 班で1つのロボットを作り上げる活動の中で, 力点や支点といった理科学的な観点でロボットを構築する児童と同じ班に形の美しさを追及している児童が相談している姿
- ・ 班内の議論から他班へと議論の輪が拡大していく様子。
- ・ 学習テーマを学習者個人が抱えている悩みと関連付けて思考する姿

これらは, 本部会のテーマであった「直面している問題に対して粘り強く取り組み, 解決していく力」「多面・多角的な思考」が出来ている瞬間であると受け止めている。

どの教員も児童・生徒の反応が1回目から良かったわけではないという感想が得られた。最終的にこれらの姿を養うことが出来たのは, 公開授業の時間だけではなく, 単元を通して中長期的に探究的な学習に取り組んできた成果であると考えられる。

一方で, いくつかの課題も明らかになった。例えば, 今年度は, 可能な範囲での教科横断的な計画, カリキュラム・マネジメントを各部員にお願いしたが, やはり同一教科や個人単位での単元構想となってしまった。学年や教科内外の壁を乗り越え, 学校全体的な学習活動にしていかななくては, 児童・生徒の学習内容が, 教科担任や学年によって大きく変わることにつながっていく。

また, 多面的・多角的になればなるほど, 児童・生徒の意見が集約しにくくな

る。だからこそ児童・生徒の意見を瞬時に集約し表示できる ICT 機器の活用が進んでいくはずであるが、模造紙や画用紙、プリントに書き込むという従来型の共有方法を選択する場面が見られた。すべてを ICT 機器に委ねる必要はないが、デジタルとアナログのメリット・デメリットやデジタルだとしても選択したコンテンツによる授業の違いを考え、よりよい選択ができるような視点が必要になっていくと感じた。

児童・生徒の意見が集約しにくくなるという点で、評価方法について事後検討がなされたときがあった。集約しにくいという部分から評価材料がたくさん集まり評価しやすくなるという好意的に受け取る意見もあるが、やはり評価しにくいというイメージをもった方も多かった。評価方法等については、今後も継続して研究を重ねていきたい。

令和4年度から、高等学校で「総合的な探究の時間」が開始されることや、授業時数に関する特例制度の開始によってカリキュラム・マネジメントが推進されていくように、探究的な学習とカリキュラム・マネジメントがキーワードとなっていくことは間違いないと考えている。本研究で行った実践が今後の一助になることを期待する。

ホップ！スマイル！！リズムジャンプ！！！！

— 幼児 児童 生徒の体力づくりおよび

体力向上を目指したリズムジャンプの活動実践—

		学び支援課 指導主事	林 玄典	
研 究 員	松永 玲子	(園田幼)	研 究 員	広瀬 和佳菜 (武庫幼)
	" 森 一馬	(武庫の里小)		" 山下 孝成 (尼崎北小)
	" 芝 朋来	(園田小)		" 浜崎 伸之 (武庫小)
	" 中田 征我	(名和小)		" 米田 正樹 (常陽中)
	" 佐川 千幸	(園田中)		" 都崎 綾香 (大成中)

【内容の要約】

本市のこどもの新体力テストの結果は、全国・県平均と比較すると低い水準にある。本研究部会では、楽しく運動しながら体力向上に繋がるプログラムづくりについての研究を行う。また同時に、授業でウォーミングアップ時に取り組み、主運動に繋がる動作の獲得が容易になる運動プログラムを研究する。さらに、幼稚園・小学校・中学校と継続的に行うことにより、こどもたちの体力向上を目指すものとする。

キーワード：リズムジャンプトレーニング、新体力テスト、楽しさ

1	はじめに	42
2	研究の内容	42
3	令和2年度研究を受けて	42
4	年間計画	43
5	実践報告	
(1)	園田幼稚園 松永 玲子 教諭	44
(2)	武庫幼稚園 広瀬 和佳菜 教諭	48
(3)	武庫の里小学校 森 一馬 教諭	54
(4)	尼崎北小学校 山下 孝成 教諭	56
(5)	園田小学校 芝 朋来 教諭	59
(6)	武庫小学校 浜崎 伸之 教諭	63
(7)	名和小学校 中田 征我 教諭	66
(8)	常陽中学校 米田 正樹 教諭	69
(9)	園田中学校 佐川 千幸 教諭	74
(10)	大成中学校 都崎 綾香 教諭	82
6	研究のまとめ	87
7	終わりに	91
8	後付	92

1 はじめに

スポーツ庁における全国体力・運動能力調査では、平成20年度以降、体力合計点平均は小・中学生男女共に低下している。令和3年度調査においては、2008年度調査開始以来小・中学校男子が過去最低の体力合計点平均となっている。本市においては、全国平均を上回っている種目は非常に少ない状態にある。

体力テストの数値のみが子どもたちの体力の現状を表していると判断することは避けなければならないが、これらの数値を全く顧みないということも避けなければならない。全国体力テストは子どもたちの体力が低下していることを如実に語っている。

体力が低下したことの原因として、「①運動時間の減少」「②学習以外のスクリーンタイムの増加」「③肥満である児童の増加」が挙げられている。また、新型コロナウイルス感染症によって更に拍車がかかり、学校の活動の制限により、体力向上の取組が減少したことも要因として挙げられている。

この状況を受けて、スポーツ庁は「運動・スポーツの時間が減少したままの生活習慣が定着すること」は避けなければならない、「学校・家庭において運動やスポーツをすることの大切さを伝えるとともに、運動の楽しさを実感し、工夫しながら運動をする習慣の定着に努めることが大切」であるとしている。ただ、体力の向上を急ぐあまり、過度な運動やトレーニング的な取組に偏ることは避けなければならない、「児童生徒の実態に照らして、着実に継続的な取組を進める必要がある。」と呼びかけている。

本研究部会では、美作大学 准教授 津田幸保氏の指導を受けながら、リズムジャンプトレーニングを、体育の授業のはじめのウォーミングアップ時の運動として利用できるプログラムとして取り入れている。継続的に実施することで、どのように子どもたちが変容するか研究を進めていく。

2 研究の内容

(1) 研究のテーマ

「ホップ!スマイル!!リズムジャンプ!!!」

～幼児 児童 生徒の体力づくりおよび体力向上を目指したリズムジャンプの活動実践～

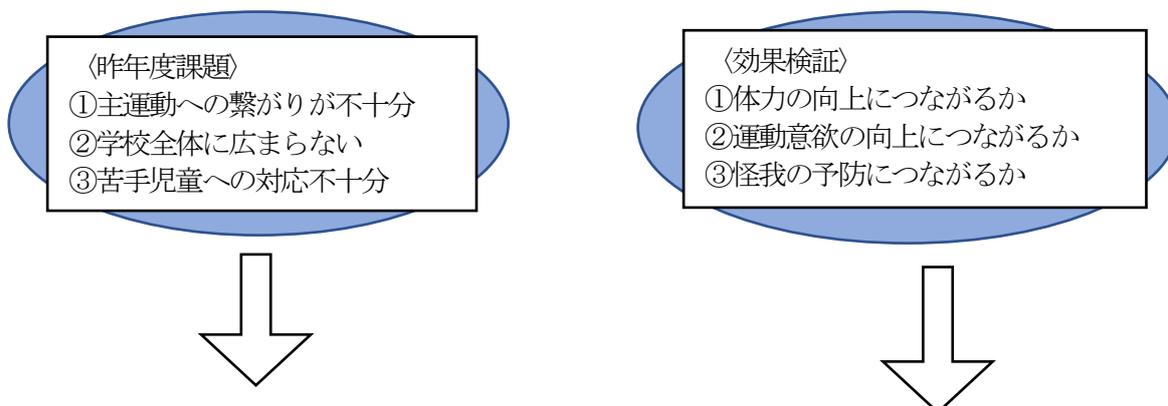
(2) 研究テーマの設定理由

スポーツ庁の全国体力テストの結果からもわかるように子どもたちの体力は低下の一途をたどってしまっている。それを食い止めるためにも、過度な運動やトレーニング的な取組に偏ることなく、児童生徒の実態に照らして、着実に継続的な取組を進めることが必要となる。この、リズムジャンプという運動は、音楽を流しながらクラスみんなでラインを跳び越えるという運動である。自分の好きな音楽が流れることや、友達とお互いの動きを見合ったり、教え合ったりする中で自然と笑顔が生まれることが期待できる運動である。そのため、子どもたちがリズムジャンプに取り組む中で、自然と笑顔になり、楽しみながら取り組んだ結果、体力の向上に繋がったという過程を歩んでほしいと考えたため、「ホップ!スマイル!リズムジャンプ!!!」というテーマ設定を行なった。

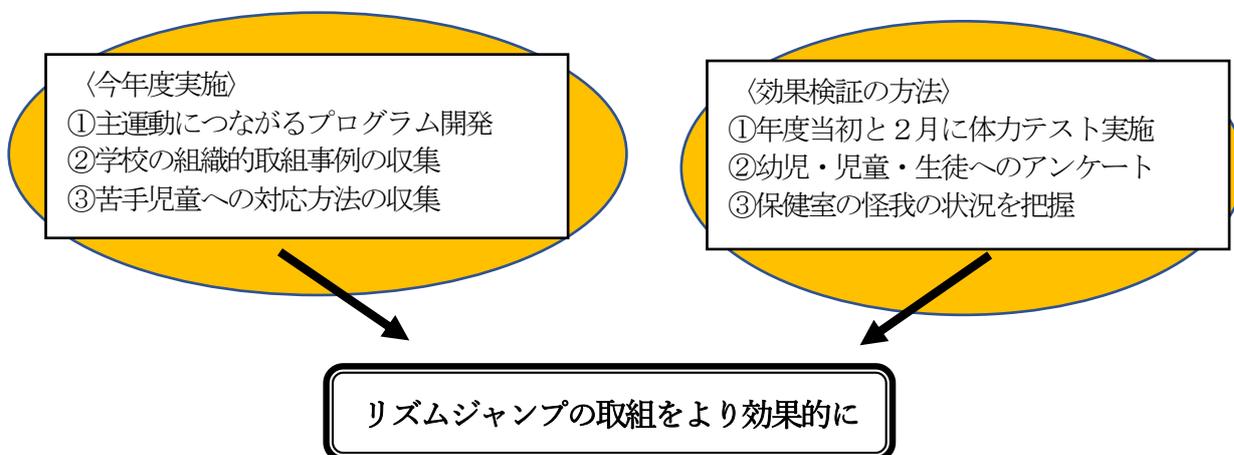
3 令和2年度研究を受けて

本研究会は令和2年度が研究開始初年度であり、本年度は研究部会の2年目にあたる。そのため、今年度第1回体力向上研究部会において、昨年度の課題を列举及び整理した。その結果昨年度の課題を3つに整理することができた。今年度は、リズムジャンプの効果検証に加えて、昨年度の課題に対する解決方法を考えていくという方向性を位置付けて年間の研究を進めていった。

〈昨年度の課題及び効果検証内容〉



〈課題に対する取組及び効果検証の方法〉



4 年間計画

回	時期	内容	講師等
1	6/24	ワークショップ ・研究テーマの設定・今後の研究について ・リズムジャンプの体験	学び支援課 指導主事
2	7/28	講話・演習 ・リズムジャンプ1学期の取組報告 ・主運動につながる準備運動の開発 ・2学期の取組について	美作大学 准教授 津田 幸保 氏
3	12/2	講話・演習 ・主運動につなげるリズムジャンプトレーニングについて ・各校園実施状況の共有	美作大学 准教授 津田 幸保 氏
4	1/21	まとめ ・研究報告書について	学び支援課 指導主事

5 実践報告

所属部員 幼稚園2,小学校6,中学校3,計10校園の実践事例を示す。

(1) 実践報告 その1

尼崎市立園田幼稚園 松永 玲子 教諭【対象：4歳児・5歳児】

1. 現状について

本園では、体力向上研究会のリズムジャンプの他に、自主研究グループ(ニクル)での運動プログラムも合わせて継続し、日々の保育の中に取り入れている。また、鬼ごっこ・氷鬼・しっぽ取り・リレー・ボール遊びなどの、自ら選んでする遊びやクラス活動でのリズム遊び(後ろ蹴り・前蹴り・ギャロップ・スキップなど)や運動遊びを通して、日頃から教師や友達と一緒に身体を動かして遊ぶ面白さや、心地よさを感じている。

幼児の姿としては、家庭環境や一人一人の興味の違いから運動経験の個人差が大きいと感じる。体の動きがぎこちない幼児やリズムに乗りにくい幼児、姿勢が崩れやすい幼児、椅子からずり落ちてしまう幼児などがいる。

リズムジャンプをする際は、「できる・できない」という視点で見るのではなく、幼児が意欲的に楽しんで取り組めるように、一人一人に頑張っていることを認める声を掛けたり、教師も一緒に身体を動かしたり、笑顔でグーサインやOKサインを送ったりするなど、前向きな援助を心掛けている。

2. 実施の概要

(1)対象者 4歳児24名, 5歳児29名

(2)頻度 5歳児は4月から, 4歳児は5月から週3日程度(15分/回)

(3)実施内容

学年	取り組んだジャンプの種類		
	1学期	2学期	3学期
4歳児	パージャンプ パージャンプバック	サイドジャンプ スクワット	+手拍子 +手拍子 パラレル ランジ
	パージャンプ パージャンプバック サイドジャンプ ケンケン スクワット	ランジ センター&サイド 手の動作付きランジ	パラレル バンビー

・1学期から少しずつジャンプの種類を増やして進めた。新たな種類を取り入れてからも、それまでにしたジャンプも継続して行った。

・手拍子をプラスしたり、年長児はランジの際に手の動きを意識したりして取り組んだ。

3. 変容を見る種目の計測結果

令和3年度 体力向上研究部会20m走タイム測定結果①6月(事前)②2月(事後)							
もも (年中4歳児)				すみれ (年長5歳児)			
	6月	2月	比較		6月	2月	比較
1	7.34	6.71	-0.6	1	5.53	5.21	-0.320
2	18.31	7.71	-10.6	2	6.31	5.65	-0.66
3	8.12	5.62	-2.5	3	5.28		
4	7.12	5.78	-1.34	4	5.62	6.3	0.680
5	6.56	6.00	-0.56	5	4.96	5.09	0.13
6	6.37	7.56	1.19	6	6.12	6.36	0.24
7	7.56	6.18	-1.38	7	6.43	5.34	-1.09
8	7.28	6.4	-0.88	8	4.96	5.53	0.57
9	6.15	6.31	0.16	9	5.75	6.6	0.85
10	7.34	6.9	-0.44	10	5.87	5.6	-0.27
11	8.96	5.18	-3.78	11	5.71	5.56	-0.15
12	6.25	6.15	-0.1	12	5.31	5.46	0.15
13	5.37	5.84	0.47	13	5.56	4.53	-1.03
14	9.81	7.21	-2.6	14	5.75	5.18	-0.57
15	5.75	5.25	-0.5	15	5.53	5.77	0.24
16	5.18	5	-0.18	16	6.9	6.12	-0.78
17	5.37			17	5.62	5.34	-0.280
18	7	5.96	-1.04	18	6.6	5.62	-0.98
19	7.08	6	-1.08	19	6.53	5.31	-1.22
20	6.25	5.78	-0.47	20	5.84	5.4	-0.44
21	5.78	5.62	-0.16	21	5.75	5.34	-0.41
22	8.75	7.18	-1.57	22	5.56	5.56	0
23		6.18		23	5	5.37	0.37
24		4.93		24			
25			0	25	5.31		
26			0	26	5.46	4.87	-0.59
27			0	27	5.56		
28			0	28	5.18	4.84	-0.34
29			0	29	5.09	5.65	0.56
			-1.08				-0.2136

4. 怪我の予防への効果(怪我をした幼児数のパーセンテージ)

※網かけは、R1と比較して減少している数値

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
年中 すり傷	R1	7	29	9	7		14	29	60	14	7	21	2
	R3	65	56	35	17		30	48	43	17	17		
年中 打撲	R1	11	27	24	42		52	57	48	14	19	21	2
	R3	48	65	69	52		78	65	65	48	61		
年長 すり傷	R1	16	16	11	2		22	41	73	22	14	30	2
	R3	31	17	28	7		17	17	17	3	28		
年長 打撲	R1	16	16	11	2		22	41	73	22	14	30	2
	R3	41	14	45	17		21	38	28	10	7		

5. 考察

- 取り組みを継続することで、リズムジャンプが段々できるようになっていく喜びや満足感につながり、取り組みを楽しみにする姿が多く見られた。前向きな援助をすることで、どの幼児も苦手意識をもつことなく、意欲的に「やってみよう」という気持ちにつながっているのではないかと。
- 変容を見る種目(20m走)の計測結果から、ほとんどの幼児のタイムが上がっていることが分かった。リズムジャンプで体をしっかり使ってジャンプする経験をしていることが、走る際に地面を蹴る力などにもつながっているのではないかと。
- 怪我の予防の観点からは、リズムジャンプを導入していなかった令和元年度と比較して、2年間継続している年長児では、減少傾向が見られた。しかし、園児数や保育内容が年度によって異なるので、データとして比較しにくいと感じた。
- コロナ禍で2学年の交流が難しいが、運動会のプログラムに取り入れることで、年中児は年長児のリズムジャンプを見て、憧れの気持ちを持ち、真似ようとする姿が見られた。園全体で取り組むことで、互いの刺激になるように感じた。また、保護者にも取り組みの様子を実際に知っていただくよい機会になったと感じた。
- リズムに合わせて体を動かすことを積み重ねてきたことで、使う曲によって、テンポを捉えて合わせようとする姿が見られるようになってきていると感じる。

6. 今後の課題

- 今年度の部会で、津田先生のご指導の下、次年度の取り組み内容(リズムの種類)を絞ることができた。幼児にとって無理がなく、引き続き楽しんでできるように、内容が適当であるか検討していきたい。
- リズムジャンプを週3回できないことがあった。なるべく継続できるように時間を確保し、幼児の中で動きや感覚が積み重なるようにしていきたい。
- より楽しんで取り組めるように、子ども達が興味のある曲からリズムジャンプの種類や各学年の育ちに適したテンポの曲を探し、新たに取り入れていきたい。

7. 取り組みの様子・写真



リズムジャンプアンケート(園田幼稚園)

回答園児数…4歳児：24名・5歳児：22名

1. リズムジャンプは楽しいですか

	楽しい	楽しくない	分からない
4歳児	23	0	1
5歳児	20	0	2

〈理由〉

(4歳児)

- ・高く跳ぶのが楽しいから
- ・いろいろなジャンプをするのが楽しいから
- ・パージャンプをすると高く跳べるのが楽しいから
- ・難しいけど楽しいから

(5歳児)

- ・みんなでジャンプをするのが楽しいから
- ・大好きな跳び方をするのが楽しいから
- ・好きな跳び方があるから楽しい
- ・絶対に楽しいから

2. これからもリズムジャンプをしたいですか

	したい	したくない
4歳児	24	0
5歳児	22	0

〈理由〉

(4歳児)

- ・楽しいから
- ・いっぱいやりたくなるから
- ・いろいろなジャンプをしたいから

(5歳児)

- ・できて「やったー！」と思うから
- ・激ムズをやってみたいから
- ・もっと難しいのをやってみたいから
- ・体が温かくなるから
- ・楽しくて嬉しくなるから

3. リズムジャンプをするとどんな気持ちになりますか

(4歳児)

- ・楽しい気持ちになる
- ・めっちゃ楽しい
- ・嬉しい気持ちになる
- ・体がポカポカして楽しくなる
- ・めっちゃめっちゃ楽しくてたまらない
- ・楽しいから温かくなって気持ちがいい

(5歳児)

- ・いい気持ちになる
- ・「楽しかったなー」という気持ちになる
- ・楽しいけどちょっと疲れる
- ・すっきり爽やかな気持ちになる
- ・元気になる

(2) 実践報告 その2

尼崎市立武庫幼稚園 広瀬 和佳菜 教諭【対象：4歳児・5歳児】

1. 現状について

これまでの幼児の園生活における活動の様子を見てみると、楽しそうに登園し、友達と仲良く遊んでいる姿がうかがえる。そこからは、特に課題があるように感じられることはない。しかし細かい行動を観察してみると、園生活において座位の保持が難しい、俊敏性に欠けるなどの姿がしばしば見られる。さらに言うなら、転倒した際に手をつくことができずに頭部の怪我をしたり、自分の体の動きのコントロールが難しく幼児同士で衝突したりすることもある。その大きな理由の一つとして、家庭ではゲームをしたり動画を見たりする時間が長く、思い切り体を動かす経験が不足している傾向にある幼児が多いことが考えられる。

そのような体力不足(運動不足)の幼児たちに、リズムジャンプを取り入れることで“体を動かすことが楽しい!”と感じながら様々な動きを経験し、身のこなしが上手にできるようになることをねらいたい。そして、大きな怪我や運動嫌いな子たちを少なくしていくことができたかと考えている。

2. 実践の概要

「みんなで楽しくリズムジャンプ!

～幼児の体づくり および 体力の促進を目指して～」

楽しんで体を動かす経験を積み重ねられるよう、実施回数は最低週3日、できれば毎日とし、継続的に取り組んでいく。各クラスで、幼児にとって負担のない時間帯に組み込んでの実施とする。

- (1) 実施学年・年齢等…全園児(4歳児1クラス, 5歳児2クラス)
- (2) 実施時間・頻度…最低週3日, できれば毎日。10分～15分。
(1学期6月から取り組み開始)
- (3) 種目(次頁リズムジャンプ実施計画表参照)

3. 変容を見る種目の測定結果

- ・リズムジャンプ取り組みの事前(6月), 事後(12月)に20m走のタイム測定を実施。
- ・年中4歳児で平均0.63秒, 年長5歳児で平均0.43秒の伸びが見られた。
- ・特に日常生活で気になる幼児(姿勢の保持がしにくい, 活動に集中しにくいなど)のタイムの伸びが大きい。

令和3年度 体力向上研究部会 20m走タイム測定結果 ①6月(事前)②2月(事後)											
もも(年中4歳児)				すみれ(年長5歳児)				ひまわり(年長5歳児)			
	6月	2月	比較		6月	2月	比較		6月	2月	比較
1	7.20	6.1	-1.1	1	6.825	6.005	-0.820	1	6.037	5.607	-0.430
2	6.47			2	5.735	5.711	-0.024	2	5.933		
3	7.02	6.83	-0.19	3	7.643	5.759	-1.884	3	5.311	4.669	-0.642
4	6.65	7.39	0.74	4	4.877	4.827	-0.050	4	7.119		
5	6.00	6.90	0.9	5	6.721	5.887	-0.834	5	5.511	5.409	-0.102
6		6.44		6	5.769			6	5.941	5.09	-0.851
7	8.19	7.79	-0.40	7	5.695	4.923	-0.772	7	6.721	5.749	-0.972
8	5.37			8	6.045	5	-0.898	8	6.157	5.399	-0.758
9	6.65	6.60	-0.05	9	6.697			9	6.173	5.449	-0.724
10	7.91			10	7.223	6.117	-1.106	10	6.777		
11	7.02			11	6.339	6.291	-0.048	11	6.347	5.609	-0.738
12	6.77	5.98	-0.79	12	5.989	4.691	-1.298	12	5.719	5.257	-0.462
13	6.03	6.11	0.08	13	5.449	4.837	-0.612	13	6.443	5.609	-0.834
14	5.66	5.48	-0.18	14	5.981	5.973	-0.008	14	7.565		
15	6.28	6.00	-0.28	15	6.051	6.045	-0.006	15	5.711		
16	7.6	6.41	-1.19	16	5.759	5.965	0.206	16	5.725	5.503	-0.222
17	7.58	7.07	-0.51	17	5.759	5.409	-0.350	17	6.561	5.455	-1.106
18	6.08	6.01	-0.07	18	5.941	5.693	-0.248	18	5.845	5.099	-0.746
19	9.7	7.79	-1.91	19	5.883			19	5.999	5.535	-0.464
20	6.59	6.03	-0.56	20	6.237			20	5.919	5.321	-0.598
21	7.05	5.96	-1.09	21	9.131	6.959	-2.172	21	6.625		
22	6.7	6.39	-0.31	22	7.327			22	6.443		
23	6.74	5.76	-0.98	23	6.361			23	5.735	5.002	-0.733
24	6.95	5.64	-1.31	24		5.759		24	5.971	5.455	-0.516
25	7.22							0			0
26	6.09	5.42	-0.67					0			0
27	6.03	7.17	1.14					0			0
28	8.48	6.71	-1.77					0			0
29	5.49	4.86	-0.63					0			0
30	7.52	5.82	-1.70					0			0
31	6.74	5.67	-1.07					0			0
32		5.91						0			0
			-0.63				-0.43696				-0.43592

4. 怪我の予防への効果

武庫幼稚園における月毎の怪我の発生率（パーセンテージ）

※網掛けはR2と比較して減少している数値

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
年中 すり傷	R2			9	4		11	47	61	21	71		
	R3			6	25		40	103	37	28	31		
年中 打撲	R2			9	16		4	7	11	4	11		
	R3			18	21		9	15	9	9	12		
年長 すり傷	R2			8	14		44	22	38	53	36		
	R3			2	4		52	79	29	27	18		
年長 打撲	R2			10	4		8	12	18	12	12		
	R3			4	10		14	10	18	6	8		

・転倒や衝突が原因の擦り傷(頭・顔・腕・膝), 打撲(頭・顔・腕・膝)の件数(6月中旬～1月)それぞれを在籍人数で割り, パーセンテージで比較。

・年長5歳児の比較

令和3年度年長(昨年度年中9月からリズムジャンプ開始=継続して2年間取り組み)

令和2年度年長(年長2学期からリズムジャンプ開始)

		擦り傷 頭	擦り傷 顔	擦り傷 腕	擦り傷 膝	打撲 頭	打撲 顔	打撲 腕	打撲 膝
5 歳 児 年 長	R 3	0%	6%	33%	172%	35%	22%	6%	8%
	R 2	2%	0%	32%	185%	38%	18%	4%	16%

・年中4歳児の比較

令和3年度年中(年中6月からリズムジャンプ取り組み開始)

令和2年度年中(年中9月からリズムジャンプ取り組み開始)

		擦り傷 頭	擦り傷 顔	擦り傷 腕	擦り傷 膝	打撲 頭	打撲 顔	打撲 腕	打撲 膝
4 歳 児 年 中	R 3	0%	6%	50%	221%	68%	6%	3%	18%
	R 2	0%	7%	22%	325%	51%	29%	11%	14%

5. 考察

(1) 20m走タイム測定の結果から

・各学年でタイムの伸びが見られたが, 成長によるものか, リズムジャンプの効果か, 実証はできていない。ただ, 特に日常生活で気になる幼児(姿勢の保持がしにくい, 活動に集中しにくいなど)のタイムの伸びが大きいことから, リズムジャンプで楽しんで体を動かす経験が幼児の体づくりにつながっていると考えられる。

(2) 怪我の予防効果について

・5歳児では, 昨年度, 今年度の幼児で数値としては大きな違いは見られなかった。しかし, 月毎に比較すると, 怪我の増えやすい運動会時期以降, 膝の擦り傷が今年度は昨年度の半分ほどになっている。身のこなしができるようになってきている結果ではないか。

・4歳児では, 令和3年度は腕の擦り傷が増え, 膝の擦り傷や顔の打撲が減っている。転んだときに手をつくことができるようになってきているからだと考えられる。

(3) アンケートの結果から(全園児中76名が回答)

リズムジャンプは楽しいですか。

楽しい	楽しくない	分からない	無回答
70名	1名	3名	2名

これからもリズムジャンプをしたいですか。

したい	したくない	無回答
72名	3名	1名

楽しいと回答した幼児の理由として“ジャンプするのが楽しい”“いろいろな動きが面白い”という意見が多く見られた。ジャンプすること自体が楽しいと感じている幼児が多く、リズムジャンプを通して楽しみながら体を動かす経験を積み重ねることができていると分かる。また、週ごとに変化をつけることで、飽きずに楽しんで取り組むことができていると考えられる。

楽しくない、今後リズムジャンプをしたくないと回答した幼児の理由は“できない”“動きが分からない”であった。苦手意識につながらないような教師の声掛けが必要だと考えている。

6. 今後の課題

リズムジャンプの取り組みが子どもたちのどんな力につながるのか、園全体で共通理解し、教師がしっかり意識して取り組む必要がある。教師が目的を意識することで、子どもたちへの声掛けも変わっていき、“リズムジャンプをやって良かった”“頑張ったらこんな自分になれるかも”と子どもたち自身も感じて今後も積極的に取り組んでいけるようにしていきたい。

7. 取組の様子・写真

<年中>



<年長>



【参考資料：リズムジャンプ実施計画表】
 <1学期>

85 体力向上研究会 リズムジャンプ実施計画表

基本実施日 月水金

☆2月は毎A!!

6月	前回のおさらい×1回	新しく習うジャンプ×3回
6/14~		110ジャンプ 
4/28~	100ジャンプ	70ジャンプ 
7/5~	70ジャンプ	70ジャンプ → 100ジャンプ  手拍子
7/12~	70ジャンプ	70ジャンプ → 100ジャンプ  上げ足

< 2 学期 >

	4 歳児	5 歳児
9月7日～	パージャンプ	パージャンプ
9月13日～	パージャンプバック	パージャンプバック
9月21日～ 9月28日～	スクワット (3と7で床タッチ)	スクワット (3と7で床タッチ)
10月4日～	※運動会前のためなし	※運動会前のためなし
10月13日～	サイドジャンプ (足を閉じて左右にジャンプ)	サイドジャンプ (足を閉じて左右にジャンプ)
10月18日～	ランジ (横向きで右足・左足を交互に出してジャンプ)	ランジ (横向きで右足・左足を交互に出してジャンプ)
10月25日～	パラレル (横向きで前後にジャンプ)	パラレル (横向きで前後にジャンプ)
11月1日～	ホッピング (どちらか足を決めて片足ケンケンでジグザグにジャンプ)	ホッピング (どちらか足を決めて片足ケンケンでジグザグにジャンプ)
11月8日～	※作品展前のためなし	※作品展前のためなし
11月16日～	パージャンプ+手拍子	パージャンプ+頭・肩・頭・肩
11月22日～	サイドジャンプ+手拍子	サイドジャンプ+頭・肩・頭・肩
11月29日～	ランジ+手拍子	ランジ+頭・肩・頭・肩
12月6日～	※音楽会前のためなし	※音楽会前のためなし
12月13日～	パラレル+手拍子	パラレル+頭・肩・頭・肩

※手拍子…1 拍ずつ胸の前で手をたたく

※頭・肩・頭・肩…頭、両肩の順に両手でたたくことを繰り返す

< 3 学期 >

	4 歳児	5 歳児
1月11日～	パージャンプ	パージャンプ
1月17日～	パラレル (横向きで前後にジャンプ)	パージャンプ+頭・肩・タン・タン
1月24日～	ランジ (横向きで右足・左足を交互に出してジャンプ)	パージャンプ ※曲変える ※膝曲げる意識
1月31日～	パージャンプ+手拍子	バックジャンプ+頭・肩・タン・タン
2月7日～	※劇遊び前のためなし	サイドジャンプ+頭・肩・タン・タン
2月14日～	バックジャンプ+手拍子	※劇遊び前のためなし
2月21日～	サイドジャンプ+手拍子	スクワット+頭・肩・タン・タン
2月28日～	パラレル+手拍子	パラレル+頭・肩・タン・タン
3月7日～	ランジ+手拍子	ランジ+頭・肩・タン・タン

※手拍子…1 拍ずつ胸の前で手をたたく

※頭・肩・頭・肩…頭、両肩の順に両手でたたくことを繰り返す

※頭・肩・タン・タン…頭、両肩、手拍子 2 回

●園田幼稚園と共通にした内容について (12月部会より)

年中 ☆足の基本的な6つの動きを知る (楽しみながら) ☆いろんなテンポの曲で取り組む

< 1 学期 > パージャンプ、バックジャンプ (+手拍子)

< 2 学期 > サイドジャンプ、スクワット (+手拍子)

< 3 学期 > パラレル、ランジ (+手拍子)

※足の動きが分かってきたら+手拍子 (1 拍ずつ胸の前で手をたたく)

年長 ☆軸がブレないように跳ぶことを意識する ☆膝を曲げてジャンプする ☆いろんなテンポの曲で取り組む

< 1 学期 > パージャンプ、バックジャンプ、サイドジャンプ、スクワット、パラレル、ランジ

+手拍子 (1 拍ずつ胸の前で手をたたく)

< 2 学期 > 6つの動き+頭・肩・頭・肩 (頭、両肩の順に両手でたたくことを繰り返す)

< 3 学期 > 6つの動き+頭・肩・タン・タン (頭、両肩、手拍子 2 回)

(3) 実践報告 その3

尼崎市立武庫の里小学校 森 一馬 教諭【対象：小学校6年生】

1. 現状について

本校での体力向上についての課題として挙げられるのは、日常の運動量の低下である。新型コロナウイルス感染症対策の面から、日常の体育の活動にも制限がかかり、以前のように、思う存分体を動かす活動が減りつつある。また、行事として行ってきたマラソン大会や大縄チャレンジなども、開催を見合わせており代わりとなる活動を考えていく必要がある状況である。

一方で、今年度から全学年でスポーツテストに取り組み、記録の経過を保存することで、成長を見ることが出来るようになった。3年生から6年生までの集計結果を見ると、どの学年も市の平均点を上回った結果となった。また、3学期には短縄週間を設定し、全学年で同じ運動に取り組む機会を設けるようにした。

運動する機会を確保しつつ、体力の向上を図っていく必要があると考える。

2. 実践の概要

上記の現状を受けて、負担なく取り組むことが出来るように、体育の学習中に準備運動の一環として行った。

(1) 対象者 第6学年2組(男子13名、女子15名、計28名)

(2) 実施時間

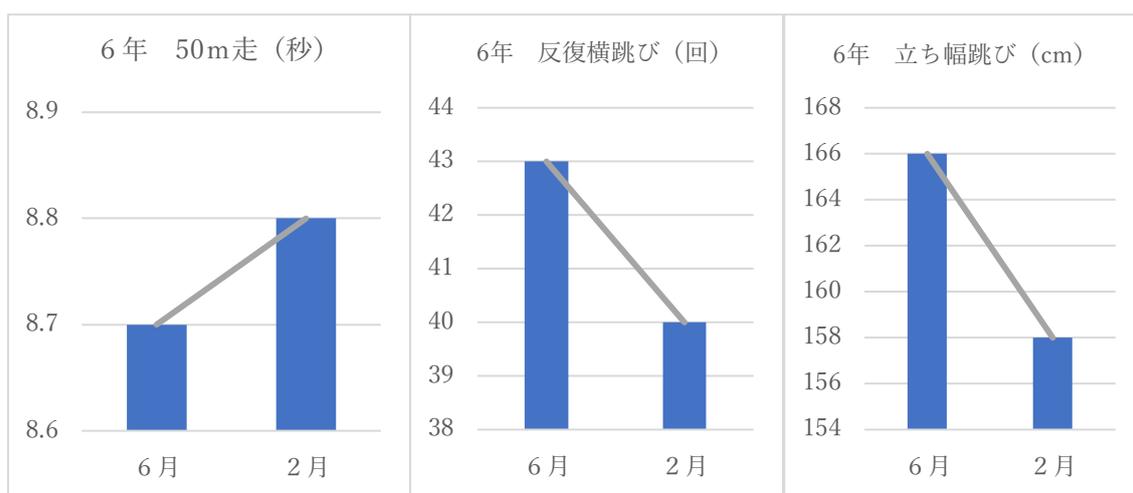
- ・月曜日2校時(9時40分～)
- ・火曜日3校時(10時45分～) ※2週に1回実施
- ・金曜日1校時(8時50分～)

(3) 頻度 2週間に5回の頻度で実施した。

(4) 実施内容 準備運動後に5～10分程度の時間をとり、行った。

(5) 実施期間 4月から実施し、体育発表会の練習期間を除く時期で実施した。

3. 変容を見る種目の測定結果



4. 怪我の予防への効果

リズムジャンプの実施回数が多かった2組と、あまり実施していなかった1組・3組で怪我の発生件数を比較した。

クラス名	6年1組	6年2組	6年3組
怪我の発生件数	42件	30件	61件

日常の活動の中で、2組の怪我の発生件数が他のクラスと比較すると、少ないことが明らかとなった。リズムジャンプの実施により、身のこなしの技術や俊敏性が向上したのではないかと考えられる。

5. 考察

- ・変容を見る種目の測定結果では、どの種目においても6月の結果を下回る結果となった。個人的には伸びている児童や維持をしている児童もいたが、前回の記録を下回っている児童の方が多く見られた。
- ・体育の授業で取り入れた際には、リズム感をつかみながら活動している児童が多く、バスケットボールでは細かくドリブルをしたり、幅跳びではしっかりと手を振って跳んだりしていた。リズムを用いた活動で動きを慣れさせてから行ったため、より意識して活動することができていたと考える。

6. 課題

トライやるウィークの期間に、常陽中学校の生徒とリズムジャンプの交流会を行った。小学校で取り組んでいる種類よりも難易度が高いジャンプを紹介していただき、子どもたちはとても楽しんで活動に取り組んでいた。近くの学校同士でそういった交流を広げていくことによって、より認知度が上がり広く取り組んでいくことが出来るのではないかと感じた。

昨年度より、多くのクラスで取り組んでもらうことができた。しかし、音楽を再生する機器を所有していないと、取り組みにくいことも分かった。ICTの分野とも協力して、機材の使用の仕方を広めていくことにより、取り組みやすくなるのではないかと考える。

リズムに乗って活動が進んでいくので、苦手な児童に対するフォローがあまりできずに終わってしまった。リズムに乗ることができていればいいものの、1年間を通してあまり成長を感じることができなかった児童もいたので、対応策やしっかりと教える時間も取る必要があったと感じた。

7. 活動の様子



(4) 実践報告 その4

尼崎市立尼崎北小学校 山下 孝成 教諭【対象：小学校6年生】

1. 現状について

本校の運動に関する課題は、2つある。1つめは、昨年度の5年生の体力テストの結果から週の運動時間が0分の子どもは、1割いること。2つめは、運動場が狭いため、休み時間に思い切って体を動かすための工夫が必要であることである。

以上の2点の課題を解決するために、教師も休み時間に積極的に子どもと共に外で遊んだり、運動遊びの掲示物を作成して子どもに紹介して一緒に行ったり、体育の学習から発展して休み時間に単元に繋がる運動や運動遊びを行ったりした。今年度は、コロナウイルス感染症対策のため、様々な制限がかかり、思うように遊んだり、体を動かしたりできない日が多かったが、できる限り子どもたちが外で元気に遊んだり、体を動かしたりできるように取り組みを行った。

2. 実践の概要

(1) 実施学年・年齢等

6年生（11，12歳）

(2) 規模・クラス・学年

6年生3学級（121名 男56名 女65名）

(3) 時間帯・授業

学活，体育（からだづくり運動，器械運動，陸上運動の単元の準備運動）

(4) 頻度

- ・週1回ないし，2回（単元時は，週3回）
- ・実施時間は，1回あたり5分～10分

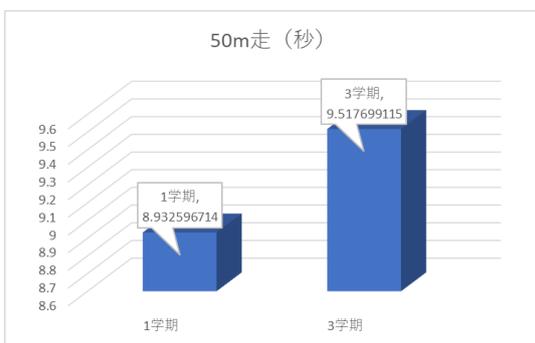
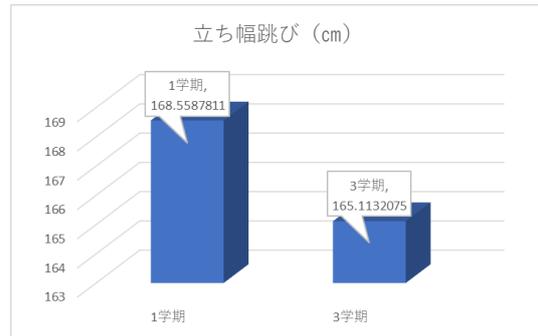
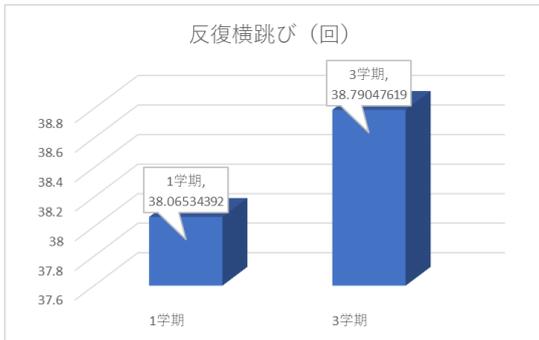
(5) 実施期間，実施時間・種目数

- ・以下の形で取り組んだ。

時期	導入期（9～10月初旬）	中間期（10月中旬～12月）	最終期（1月～3月）
ねらい	「リズムジャンプ」をやってみよう。	「リズムジャンプ」にチャレンジしよう。	「リズムジャンプ」で様々な動きを試してみよう。
内容	・音楽に合わせて，ジャンプすることをやってみる。 ・様々なジャンプがあることを知る。	・ウォーミングアップにて，各種運動に合わせてリズムジャンプを取り入れる。	・各種運動に合わせて教師が提示して，準備運動に実施する。

- ・特に，体育における体づくり運動，器械運動（鉄棒運動），陸上運動（走り幅跳び）のウォーミングアップを中心に行った。
- ・教員向けに校内研修を行い，リズムジャンプの導入方法や体験会を行った。

(6) 変容を見る種目の計測結果



※ 1学期…5月頃に計測した結果の平均値
3学期…2月頃に計測した結果の平均値

(7) けがの予防への効果

令和2年度 6年外科来室者

月	けが種類	部位	件数
7	擦過傷	足	1
	擦過傷	膝	1
	捻挫	足	1 1
9	擦過傷	膝	1
	捻挫	膝	1
10	擦過傷	膝	1
	捻挫	足	2
11	打撲	足	1
12	捻挫	足	9
1	捻挫	足	2

令和3年度 6年外科来室者

月	けが種類	部位	件数
9	擦過傷	足	1
	打撲	足	1
	捻挫	足	1
10	捻挫	足	1
	打撲	膝	1
11	擦過傷	膝	1
	打撲	膝	1
1	擦過傷	膝	1
	打撲	足	1

3. 実践の考察

- 今回の結果から、クラス全体平均で見ると、3つの項目のうち反復横跳びで0.7点記録の伸びが見られた。しかし、個人の成長による変化もあるため、リズムジャンプが良い影響を与えてはいるが直接的な要因になっているかはわからない。
- 50m走、立ち幅跳びの記録が伸びなかった原因として考えられることは、2点ある。1つ目は学年全体として受験生が多く1月に欠席者が多くいたこと。2つ目はまん延防止措置実施下において、体育や休み時間の外遊びでもマスク着用を原則としていたため、運動強度の高いゲームや遊びを行えていないことである。

- ・リズムジャンプに取り組む中で、子どもたちの運動遊びに対する意識の高まりが見えた。(リズムジャンプをやりたいと思う児童や休み時間に取り組みたいと思う児童が増えた。)
- ・高学年からの実施はリズム感を苦手と感じている児童がいたため、ペアを組んで教え合ったり、見合ったりすることが有効であった。
- ・昨年度と比べて、けがの件数は全体的に減少傾向である。昨年度は、長期休校があり、7月の件数が増えている。また、12月にバスケットボールの単元にて捻挫が増加した。今年度、昨年度と比べて減少したのは、2学期からリズムジャンプを取り入れたことも一つの要因として考えられるが、長期休校期間の有無も影響していると考えられる。
- ・校内研修で行うことで、取り組んでみたいと思う教員が増え、ウォーミングアップに取り入れようとするクラスが増えた。

4. 今後の課題

- ・体づくり運動や陸上運動のウォーミングアップや休み時間の運動遊びに適している。子どもたちの体力向上につなげていくためには、楽しんでできる仕組みが必要である。
- ・楽しみにしている子どもがいる一方で、リズム感覚に苦手意識を持っている子どもに対して易しく取り入れる手立てを考える必要がある。
- ・運動場で行う場合、2クラスが同時に体育をすることが多い。単元によって、ウォーミングアップへの取り入れるタイミングが違うため、音楽が聞き取り辛いことがある。

5. 取り組みの様子・写真



(5) 実践報告 その5

尼崎市立園田小学校 芝 朋来 教諭【対象：小学校6年生】

1 現状について

コロナウィルスの影響で、多くの体育行事が中止や縮小となり、日々の体育学習もいくつもの制限がある。

本校においては、子どもたちが楽しみにしている学習や行事である水泳・ジョギング大会・校内バスケットボールが中止、体育大会は団体演技のみの実施となった。体育学習は、①基本的にマスクを着用したまま行うこと②暑い時期はマスクを外して休憩する時間を確保すること③人数を減らしてゲームすること④友だちと接触する活動をしないことなど、様々な対策を取りながら行わなければならなかった。運動量確保の課題など、体育学習を成立させる難しさを感じた。

体力向上を目指す取り組み

① 体力の記録

体力テストの結果から、児童の運動能力の差が、学年が上がるにつれて大きくなるという傾向が見られた。そこで体力テストを実施する際には人と比べるのではなく、昨年度の自分と比べ、「記録の更新ができるかどうか」に意識が向くようにしたい。そのための手立てとして「体力の記録」という用紙を使っている。児童は毎年同じ用紙に記録を記入するので、自身の記録の伸びを実感しやすく、測定前には個に合わせた目標を設定することもできる。毎年1学期に行われる体力テストで達成感を感じ、運動への意欲が向上することを期待している。

② 外遊びの促進

児童が体力を向上する機会の一つとして、休み時間がある。暑さや寒さに負けず外遊びに励む児童もいる一方で、学年が上がるにつれて外に出ようとしない児童が多くなる傾向がある。そこで、縄跳び台や鉄棒の回転補助器具の設置、竹馬と一輪車を休み時間に開放するなど、運動の楽しさにつなげる取り組みを行ってきた。外で子どもたちと一緒に遊ぶ先生も多く、それも外遊びの促進になっている。

③ リズムジャンプの実施

日々の授業の中で、運動のおもしろさに触れたり、達成感を味わったりすることができれば、それが一番の運動意欲の向上につながると思う。そこで楽しみながら、一人ひとりの運動量を確保したり、運動能力の差を補ったりするための活動として、昨年度は5年生1学級を対象にリズムジャンプに取り組んだ。授業の初め10分間を目安に、ウォーミングアップの活動として行った。学級全員で繰り返し取り組むことで、苦手意識の軽減や、運動に対する意欲の向上につながればと考えている。

2. 実践の概要

今年度は他クラス、他学年に活動を少しずつ広げるとともに、主運動との連携も意識して取り組むことで、運動技能の向上も目標として進めていく。

まず、6年生1学級37名を対象に、4月から取り組んだ。園田中学校と連携し、1学期には本学級37名、2学期には、6年生4学級149名が中学校に訪問し、中学2年生からリズムジャンプを教えてもらう「リズムジャンプ交流会」を行った。それ以降、1学期まで実施していなかったいくつかの学級・学年で、実践に取り組むことができた。

本学級では「リズムジャンプ20」の中から簡単な動き（パージャンプ、サイドジャンプ、ランジジャンプ、クロスジャンプ、ターンジャンプ）の5つを基本メニューとし、1年を通して繰り返し取り組んだ。

その際、児童には以下の3点を繰り返し意識させた。

- | |
|----------------------|
| 1 ラインをふまないこと。 |
| 2 リズムに合わせること。 |
| 3 ひざを上げて大きくジャンプすること。 |

1・2はリズムジャンプの基本である。

ラインを踏んでも感覚的にわかりにくい白線や、体育館のテープではなく、できる限り厚みのあるラインを使うことで、ラインを踏んでしまった時に児童自身が自覚できるようにして活動に取り組んだ。

曲や動きのリズムを捉えるために、待っている児童は手拍子をしたり、「5、6せーの」の合図を声に出したりするよう指導した。新しい動きや複雑な動きを取り入れる際には、教師が手拍子をしながらか、動きを言葉にして声に出すことも意識して行った。

そして今年度は「ひざを上げて大きく」というポイントを新たに加えた。前年度の取り組みから、児童が活動に慣れるにつれ、ジャンプが小さくなるという課題が見えたためだ。

まず、大きな動きでジャンプすることで、より効果が大きくなることを児童に伝えた。そして実際に「ひざを上げたジャンプ」と「そうでないジャンプ」を見せることで、基準となる高さを示した。活動中も大きな動きで跳んでいる児童を認める声掛けを繰り返し行うとともに、リズムよく大きく跳ぶためには、つま先で跳ぶことが重要であることも指導した。

主運動につなげる動き

基本メニューに加え、主運動につなげる動きには以下の単元で取り組んだ。

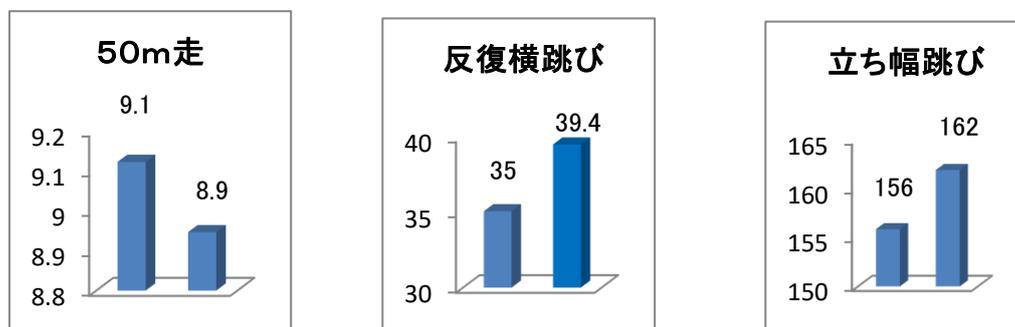
- | | | |
|----------|-----|--|
| キャッチバレー | ・・・ | 4カウントでスパイクを打つ動き。 |
| ハードル走 | ・・・ | ミニハードルを置き、「タタン」のリズムでハードルをまたぎ越す動き。 |
| ベースボール | ・・・ | スクワットを取り入れたボールを補球する動き。 |
| マット・跳び箱 | ・・・ | カウントに合わせて、前転や開脚跳びをする練習。 |
| バスケットボール | ・・・ | リズムに合わせてドリブルをつく練習。
リズムに合わせてペアでパスをする練習。
8カウントで助走からシュートまでする練習。 |

キャッチバレー、ハードル走、ベースボールの単元では、使うことが予想される動きやステップを、「リズムに合わせてやってみる」ということを目標に、メニューに加えた。

マット、跳び箱、バスケットボールの単元では、ウォーミングアップのリズムジャンプ後も音楽をかけ続けて授業を行った。カウントに合わせる練習や、ペア・チームでの練習、ミニゲームをする時間も音楽をかけ続けた。1時間の学習中、初めから最後まで音楽をかけて行うことで、ジャンプや練習で使ったリズムを意識してプレーに取り組んだり、集中を持続したまま活動に取り組んだりすることに繋がったのではないかと思う。

3 変容を見る種目の測定結果

5月と2月に測定した「50m走」「反復横跳び」「立ち幅跳び」の記録と比べると、以下のような変化が見られた。



クラスの平均記録は50m走で「-0.2秒」、反復横跳びは「+4.4回」、立ち幅跳びは「+6cm」となった。(学級閉鎖の影響で一部児童の記録で比較)

4 怪我の予防への効果

養護教諭の協力により、今年度保健室で手当てした「下半身の怪我(6年児童)」の発生件数を数え、まとめると以下ようになった。

保健室で手当てした下半身の怪我の件数(6年児童)

週に2, 3回実施の学級		学期に数回実施の学級	
A組	13件	C組	35件
B組	12件	D組	23件

6年生4学級のうち、毎週2, 3回実施した2学級と、学期に数回実施した2学級の怪我の件数を比較すると、実施頻度の高い学級のほうが、怪我が少ないことがわかる。このことから、継続して行うことで、脚力の向上や体の使い方に効果があったのではないかと考えられる。

5 考察

今年度は、1年を通して繰り返し同じ基本メニューに取り組んだ。年度当初と比べ、ジャンプに高さが出たり、拍を意識してジャンプしたりできる児童が増えた。ウォーミングアップだけでなく、1時間の初めから終わりまで音楽をかけ続けて指導する方法もいくつかの単元で実践してみることができた。ジャンプだけでなく、主運動の動きをリズムに乗せ、今まで意識していなかった感覚を養うことができたのではないかと考える。

また、リズムジャンプを通して6年生と中学校が繋がることができた。中学校での指導を目の当たりにし、中学生と一緒に活動に取り組むことで、「自分も同じようになりたい」という意欲の向上に繋がったようだ。今までの自分たちの動きと中学生の動きを比べる中で、技術面だけでなく、学習に臨む態度の面でもたくさんの刺激を受けることができた。

〔児童の振り返り〕

体力の向上

- ・リズムジャンプをすると、体力的にしんどいですが、やればやるほど楽しくなります。
- ・リズムを前より取りやすくなり、ジャンプをたくさんしているうちに体力もつきやすくなった。
- ・リズムジャンプをすると足のバネが鍛えられたりするので一生懸命やるほうが良いとおもいました。

失敗を楽しむ

- ・間違えても楽しい！と思う。
- ・できないところがあっても「もう一回やろう！」という気持ちになります。

リズム感覚

- ・リズムに合わせて跳ぶのも楽しいですし、どのようにリズムに合わせてきれいに見えるかを考えたりしています。
- ・難しいやつだと結構頭を使う。
- ・リズムジャンプをしてリズム感が良くなったと思います。

中学生との交流による意欲の向上

- ・手の動きが難しかったので、頭の中がごちゃごちゃになりました。そんな中、中学生の方がていねいに手の動きとかを優しく教えてくれたので、「自分も頑張ろう」と思いました。
- ・難しいのもあったし、疲れたけど、なによりものすごく楽しかったです。
- ・中学生がとてもかっこよく見えたので、自分もそんな中学生になりたいと思いました。
- ・また中学のお姉さんたちとやりたいです。ダンスやリズムをつかむのが苦手だったけど、優しく教えてくれたので、良かったです。家でも縄跳びを使ったりして練習したいです。

6 今後の課題

研究2年目となる今年度は、他クラス・他学年に活動を広げること、ウォーミングアップだけでなく、主運動と連携することを目標として取り組んだ。

6年生の他クラスやいくつかの学年で実践に取り組むことができたが、学校としての取り組みとしては、もう少し広げる必要があったと考えている。そこで来年度は校内研修の実施、実践資料の共有など、体育部を中心に、校内に広げられるよう取り組んでいきたい。また、複数の場所で同時に行えるよう、ラインの代わりとなる道具の購入、作成の必要も感じる。引き続き主運動につなげる動き、1時間通してリズムを活用する指導法についても研究を深めていきたい。

リズムジャンプを通して、運動が好きになり、自然と運動能力が上がったり、休み時間に外で遊ぶ児童が増えたりすることを期待している。



(6) 実践報告 その6

尼崎市立武庫小学校 浜崎 伸之 教諭 【対象：小学校4年生】

1, 現状について

本校では、心肺機能を高める運動として、『なわとびチャレンジ』を実施している。3～5分間で前跳びの時間跳びをしたり、いろいろな技に挑戦したりすることで縄跳びに対する意欲向上と体力向上を目指してきた。今年度は、コロナの影響で『大縄大会』が途中で中止となったが、多くのクラスで休み時間に練習する様子が見受けられた。縄跳び期間中以外では、クラス全員や担任教諭との鬼ごっこ遊びなどで外に出て遊ぶ児童が多いように感じる。

また、体育前の準備運動後に、ほぐし運動を主とした、リズムジャンプに取り組んでいる学級が増え、体力向上に向けて取り組んでいるが、コロナウイルスによる、朝や放課後遊びの禁止など、遊べる時間が以前よりも確保できず、運動量の確保に難しさを感じた。

2, 実践の概要

- (1) 対象者 4年4組
- (2) 実施時間 体育の授業の準備体操後、5分程度
- (3) 頻度 週に3回程度 (体育の学習時)
- (4) 実施内容 ほぐし運動を主とした、リズムジャンプ 10種類
パージャンプ・サイドジャンプ・ランジ・サイドリズムチェンジ・ケンケン など
主運動につなげた、リズムジャンプ (ハードル) 5種類
(バレー) 2種類

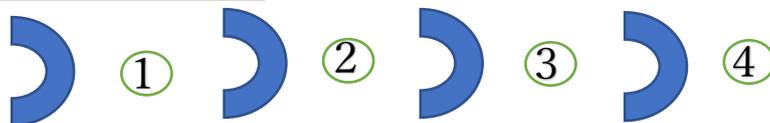
【授業実践】 小型ハードル走

ほぐし運動を主としたリズムジャンプ後に、ミニハードルを使って、小型ハードルにつながる動きを意識して取り入れた。抜き足を素早く前に出す動きをポイントにし、『タ・タン』のリズムを体で覚えるように何度も繰り返してきた。『タ』の時は、リード足が着地する瞬間、『タン』で抜き足を素早く前に出す動作とした。列は、4列でミニハードルは、各列4個として、実践した。

①ハードル間を2歩のケンケンで前に進む



②ハードル間を1歩で進む



③『タ・タン』+手をたたく+2歩

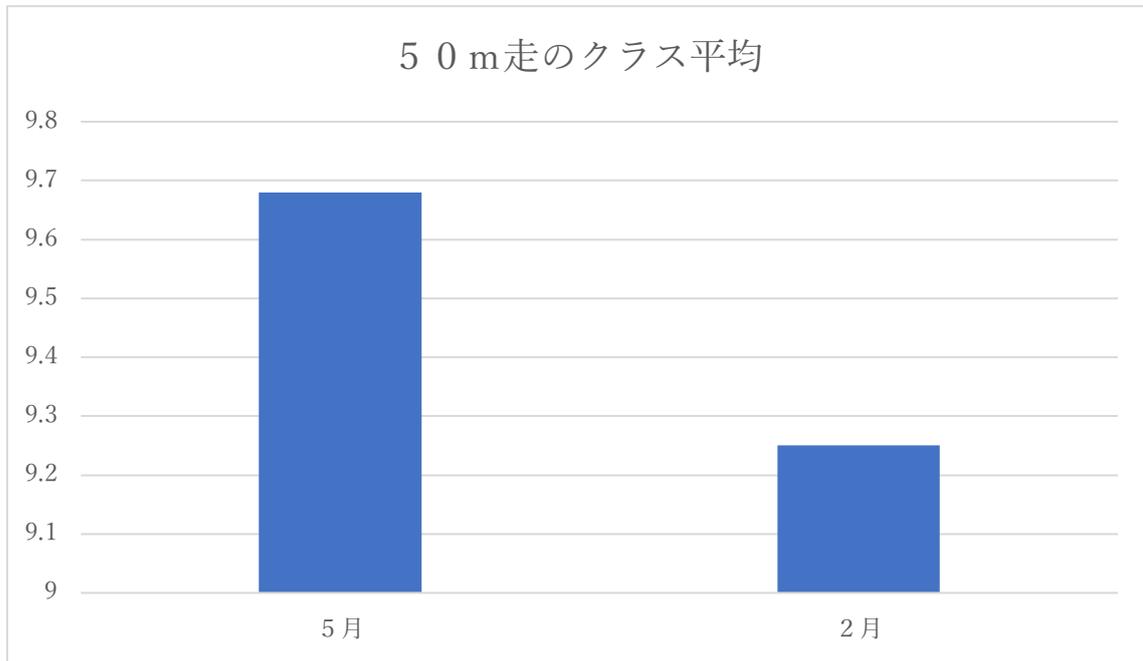


④『タ・タン タンタン』のリズムで小走り

⑤『タ・タン タンタン』のリズムで全速力

3. 変容を見る種目の測定結果

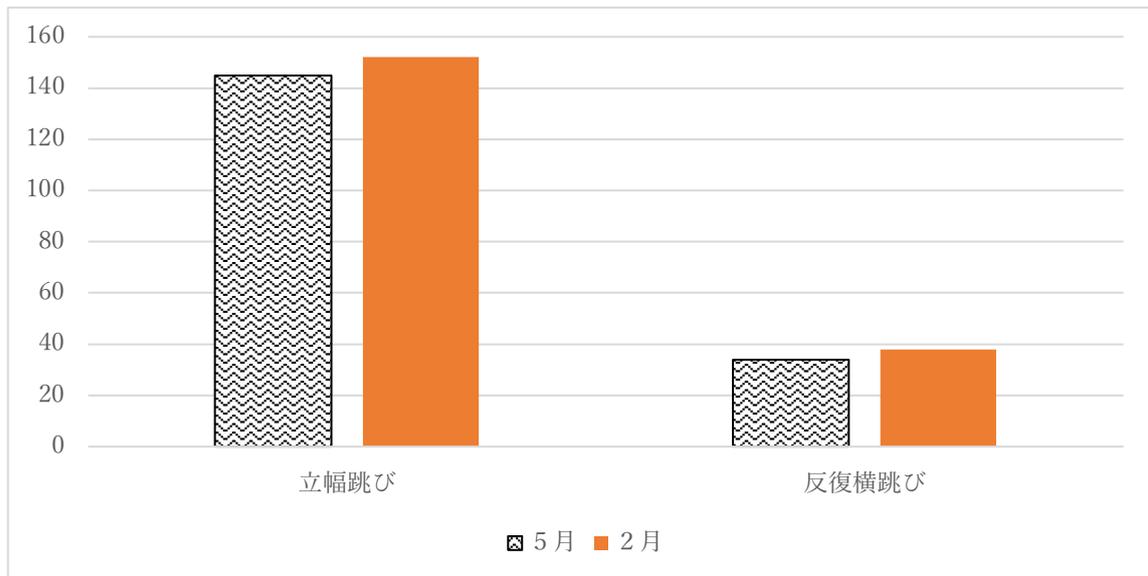
以下は、リズムジャンプを行う前の5月と、リズムジャンプを行ってきた後の2月のクラス平均の結果である。



50m 走

5月のクラス平均 9' 68

2月のクラス平均 9' 25



立幅跳び **5月のクラス平均 145,75cm**

2月のクラス平均 152,36cm

反復横跳び **5月のクラス平均 34回**

2月のクラス平均 37,8回

4, 怪我の予防への効果

1年間リズムジャンプに取り組んだ4年4組と、リズムジャンプに取り組まなかった4年2組で怪我の件数(だぼく, 捻挫, 関節痛, すりきず)を比較した。

- ・4年4組 だぼく 7件 捻挫 9件 関節痛 2件 すりきず 7件
- ・4年2組 だぼく 6件 捻挫 8件 関節痛 1件 すりきず 7件

上記の結果より、リズムジャンプが怪我の防止には、繋がるとは考えにくい。しかし、4組の怪我の時間帯が休み時間を多く占めており、クラスによって外によく出て遊ぶクラスと、あまり外で遊ばないクラス比較では、正確な検証にならないとも考えられる。

5, 考察

毎時間リズムジャンプを繰り返したことで、幅跳びや小型ハードル走での跳躍に活かせることができた。また、ほぐし運動としてだけでなく、冬場における体を温める時間にもなり、長距離走よりも楽しんで行えると感じた。リズムジャンプで、主運動の動きを取り入れることで、技術面では上達しやすかった。

50m走では、1年間で平均約0,4秒速くなり、児童の成長も関わっていると思うが、リズムジャンプにおける、跳躍力や瞬発力が向上したことで記録に影響したとも考えられる。

6, 今後の課題

リズムジャンプは、継続的に行うことで効果が期待されるので、毎時間行いながら、主運動の時間も十分確保できるように気をつけていく必要がある。また、主運動の動きをリズムジャンプに組み込むことで、技術の上達には繋がるが、自分たちで動き方を考える思考力も考慮して組み込んでいく必要がある。子ども達が知っている曲や曲のリクエストをさせることで、意欲はさらに上がるが、リズムが取りにくい曲になるとうまく跳べないので、曲選びは重要である。

また、学校全体で取り組んでいくには、ラインの数の確保や音響機器などを整えることが大切である。

7, 取組の様子・写真



(7) 実践報告 その7

尼崎市立名和小学校 中田 征我 教諭 【対象：小学校6年生】

1. 現状について

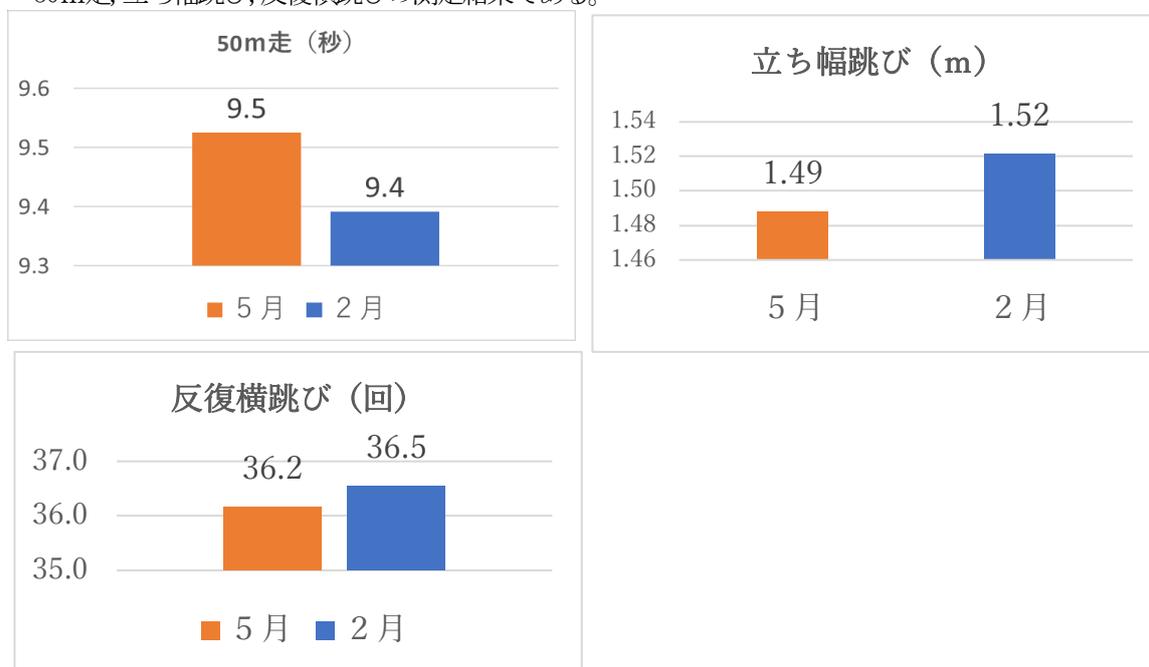
本校の運動に関する課題として、休み時間に外に出て進んで運動や遊びをする児童がいる一方で、校舎内で過ごす児童もいる。そのため、縄跳び台を用意したり、各学級にドッジボールや長縄、今年度からドッジビーを配布したりして外遊びを促進するようにした。また、学級によっては休み時間に「みんな遊び」を企画し、学級全体で遊ぶ様子も見られる。昨年度に引き続き新型コロナウイルス感染症対策のため、11月に実施予定であった耐寒マラソンを中止した。こうした感染対策のためのマスク着用やソーシャルディスタンスの確保などの制限がある中、体育の学習における十分な運動量の確保に難しさもある。

2. 実践の概要

- (1) 対象者 6学年1学級（男子14名、女子14名、計28名）
6学年 表現運動のみ実施
- (2) 実施時間 体育の授業の準備体操後、5分程度
- (3) 頻度 週3回程度の体育の学習時
- (4) 実施内容 主に4つのジャンプを実施
・パージャンプ、サイドジャンプ、クロスジャンプ、ランジジャンプ
ハードル走の単元の際はミニハードルを使用

3. 変容を見る種目の測定結果

50m走、立ち幅跳び、反復横跳びの測定結果である。



クラスの平均記録は50m走で「-0.1秒」、反復横跳びは「+0.3回」、立ち幅跳びは「+0.3m」となった。

4. 怪我の予防への効果

(1) 校内における6年生,6年2組の怪我の人数と割合

4～12月		
全体	6年生	6年2組(対象学級)
1303	126	47
	10%	37%

校内における怪我の発生件数は1303件で,全体のうち6年生の怪我が126件であり,全体の10%という結果となった。

また,6年生126件のうち,対象のクラスは47件であり,6年生全体のうち37%という結果になった。

(2) 6年2組の怪我の内訳

	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	合計
打撲	0	0	1	0	1	2	0	1	5
捻挫	0	0	0	1	1	3	0	0	5
関節痛	0	0	0	0	1	2	0	0	3
すりきず	2	1	1	0	0	0	0	0	4
その他	2	3	9	1	3	7	4	1	30
合計	4	4	11	2	6	14	4	2	47

6年2組における怪我の内訳として,打撲5件,捻挫5件,関節痛3件,すりきず4件,その他30件となった。

5. 考察

取り組みを開始したときから音楽に合わせて楽しみながら取り組む姿が見られた。自分たちで手を叩いたり,リズムを取ったりする様子も見られた。慣れてくると自分たちでジャンプの確認をしており,ジャンプの種類や裏拍など難易度をあげると楽しんで挑戦していた。

主運動につながるジャンプではミニハードルを利用した。ハードル間を「1,2,3,トン」のリズムで跳んだ。実際のハードル走でも同じリズムで跳ぶことに児童自身が気づき,楽しみながら主運動のねらいにつながったと感じた。

測定した3種目においては,クラス平均でみるとわずかであるが記録の向上が見られた。また,個人でみてもどの種目でも記録が向上している児童もいる。しかし,児童の成長に伴う記録の伸びでもあるとも示唆される。

対象クラスにおいて,怪我の発生件数は年間を通しておこっており,リズムジャンプが影響しているのかは不明確であると言える。

6. 今後の課題

今後の課題として、本校において今年度が初めての取り組みとなった。実施するにあたっての曲選びや、児童が取り組めるジャンプや実際の様子を確認しながら実施した。そのため他学年に広めることはできなかった。今後、校内で広めていくためには、ラインの準備といった場の設定をしていく。また、今年度は6学年で実施した。そのため他学年でも実践しやすい内容を考えていく必要も感じた。

主運動につながる動きをより充実させていく必要がある。リズムジャンプだけでは児童に飽きが生じてしまう。そのためミニハードルやボールなど、その単元にあったもので主運動につながる動きを作っていくことで、児童もリズムを楽しみながら単元で獲得させたい動きの習得にもつながる。

7. 取り組みの様子・写真



(8) 実践報告 その8

尼崎市立常陽中学校 米田 正樹 教諭【対象：1年生女子，3年生男子】

1. 現状について

今年度は、まだまだ、新型コロナウイルス感染拡大防止の影響もあり完全にマスクをとって行うことが難しい状態であり、運動の制限が有る状態で体育の授業を行ってきた。生徒自身も思いきって運動に取り組める雰囲気ではないように感じる。リズムジャンプの取り組みは、2年目となるので全校生徒の準備運動に取り入れ、体育大会の準備運動で全校生徒で取り組んだ。また、準備運動で行うことだけでなく、主運動にも取り入れて行うこととした。

2. 実践の概要について

【 実践① 】

- (1) 対象者 全校生
- (2) 実施時間・頻度 体育授業時(2分)・授業毎
- (3) 実施期間 6月から3月
- (4) 実施内容 ウォーミングアップ
- (5) 授業の中で取り入れた事例等

①～⑧までそれぞれ16カウントで行う。

種目プログラム

使用曲「kid's dream」BPM118

- ① ステップ：パージャンプ 上半身：頭の上で手拍子
- ② ステップ：パージャンプ 上半身：腕回し(前)→腕回し(後ろ)
- ③ ステップ：グー→パー 上半身：なし
- ④ ステップ：グー→パー 上半身：頭→肩→クロス→肩
- ⑤ ステップ：パー→クロス 上半身：なし
- ⑥ ステップ：パー→クロス 上半身：頭→肩→クロス→肩
- ⑦ ステップ：パー→ヒールタッチ 上半身：なし
- ⑧ ステップ：パー→パー→ターン→ターン 上半身：なし
- ⑨ ポーズ

【 実践② 】

- (1) 対象者 第3学年(男子)
- (2) 実施時間・頻度 9時間・授業毎
- (3) 実施期間 9月から10月
- (4) 実施内容 跳び箱
- (5) 授業の中で取り入れた事例等

リズムに合わせて両足ジャンプ(踏切を意識して)をした後、助走し跳ぶ。跳び箱に着手した状態でロイター板でリズムに乗って両足ジャンプをした後、台上前転をする。

助走を短くし「1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8,」のリズムに合わせて跳ぶ。など

【 実践③ 】

- (1) 対象者 第1学年(女子)
- (2) 実施時間・頻度 9時間・授業毎
- (3) 実施期間 10月から11月
- (4) 実施内容 サッカー

(5) 授業の中で取り入れた事例等

① ボールタッチをリズムに合わせて行う。

- ・足裏で2回タッチを左右交互。
- ・足裏で1回タッチを左右交互。
- ・足裏で1回タッチを左右交互に裏拍を入れて。
- ・インサイドのその場ドリブル。
- ・インサイド右→左→右→左足裏→左→右→左→右足裏。
1 2 3 4 1 2 3 4
- ・インサイド右→左→右→左→右→□→左アウト→左足裏
1 2 3 4 5 6 7 8

② ドリブル練習

- ・リズムに合わせてドリブルで進む (奇数のリズムでボールを触る)

③ パス練習

- ・2人,3人でリズムに合わせてパス交換をする。

蹴る→止める→蹴る→止める

レベル1 1 3 5 7

レベル2 1 4 5 8

3. 変容を見る種目の計測結果

【 効果検証① 】

3年男子	4月	2月	変化
反復横跳び	53. 2回	54. 4回	1. 2回
立ち幅跳び	214. 9cm	217. 0cm	2. 1cm
50m走	7. 32秒	7. 47秒	0. 15秒

1年女子	4月	2月	変化
反復横跳び	40. 4回	45. 3回	4. 9回
立ち幅跳び	158. 8cm	166. 9cm	8. 1cm
50m走	8. 92秒	8. 90秒	-0. 02秒

【 効果検証② 】

3年男子	1, 2組	3組	合計
1, 運動することは好きですか?			
好き	16	6	22
どちらかといえば好き	9	6	15
どちらかといえば好きではない	4	0	4
好きではない	0	0	0
2, リズムジャンプは楽しいですか?			
楽しい	18	4	22
どちらかといえば楽しい	11	8	19
どちらかといえば楽しくない	0	0	0
楽しくない	0	0	0
3, リズムジャンプの動きを体育の授業の中で活かしたことがありますか?			
ある	22	9	31
ない	7	3	10
4, これからもリズムジャンプをしたいですか?			
したい	14	3	17

どちらかといえばしたい	15	8	23
どちらかといえばしたくない	0	1	1
したくない	0	0	0

[生徒のコメント]

- ・跳び箱で走り出すタイミングや、踏切のタイミングが合わしやすかった。
- ・両足での踏切と着地をすることが意識できた。
- ・はねる感覚がつかめたので高い段が跳べるようになった。
- ・運動する気になる。
- ・音楽に合わせて体を動かすことの楽しさを学びました。
- ・爽快感たっぷり、楽しくすっきりしていい気分になる。
- ・体育の最初にするのでテンションを上げることができる。

1年女子	1, 2組	3組	合計
1, 運動することは好きですか?			
好き	8	5	13
どちらかといえば好き	16	9	25
どちらかといえば好きではない	8	3	11
好きではない	4	0	4
2, リズムジャンプは楽しいですか?			
楽しい	16	8	18
どちらかといえば楽しい	18	9	27
どちらかといえば楽しくない	2	0	2
楽しくない	0	0	0
3, リズムジャンプの動きを体育の授業の中で活かしたことがありますか?			
ある	17	14	31
ない	19	3	22
4, これからもリズムジャンプをしたいですか?			
したい	12	10	22
どちらかといえばしたい	18	7	25
どちらかといえばしたくない	5	0	5
したくない	1	0	1

[生徒のコメント]

- ・リズムによってドリブルやパスがしやすくなった。
- ・ゲームでリズムを頭に思い浮かべて行えました。
- ・リズムに乗りながらボールのコントロールができた。
- ・みんなと笑い合いながらできるので、嫌なことも忘れられる。
- ・体力を結構つかうのでスッキリした気持ちになる。
- ・体が温まる。
- ・単純に楽しかった。
- ・リズムに乗って体操ができるので楽しくていいと思った。
- ・最初はきついのであまり好きではなかったけど体力が付き今は楽しいと思う。
- ・運動が苦手な人でも、体育の時間で楽しめるのでいいと思う。
- ・違う運動でもリズムジャンプで取り組んでみたい。

【 効果検証③ 】

	切り傷	捻挫	突き指	打撲	その他	合計
R2 3年男子	8	8	5	6	10	37
R3 3年男子	6	3	4	5	2	20

	切り傷	捻挫	突き指	打撲	その他	合計
R2 1年女子	5	5	2	3	2	17
R3 1年女子	6	4	2	6	3	21

4. 考察

計測結果を見ると、1年生女子では、反復横跳びは全体平均5回アップ、49人中42人が上昇していた。中には14回も伸びた生徒がいた。立ち幅跳びは全体平均で8cmアップしていた。49人中34人が上昇しており、最高で96cmも伸びた生徒がいた。50m走は少しだけ上昇していた。1年生女子の結果を見て感じることは、もちろん筋力的な上昇はあるが、体の使い方や足の運びなどの巧緻性の上昇が大きな成果を出していると思う。3年生男子の結果は反復横跳びが全体平均で1回アップ、41人中15人が上昇した。最高で18回上がった生徒がいた。立ち幅跳びは2cmアップしていた。41人中22人が上がっていた。50m走に関しては下がっていた。3年生男子に関しては、筋力的なアップによる上昇は見られるが、受験期による運動不足による体力の低下によってあまり成果は見られないと感じる。

主運動にリズムを取り入れることで、一定のスピードで行うことができ、苦手な生徒へのよりよい刺激となったと感じる。サッカーでは、ボールを触るタイミングなどなかなか感じられない感覚が、裏拍などのリズムを感じて行うことで学ぶことができた。また、跳び箱では、リズムに合わせてジャンプして助走することで両足踏切を意識して跳ぶことができた。また、マンネリ化する繰り返しの練習でもリズムに合わせて行うことにより、知らない間に何度も跳んでおり、運動量が確保されていた。何より、台上前転が苦手な生徒には音楽に合わせることで怖さを感じる前に回ってしまっているように感じた。この結果台上前転を学年男子全員が成功した。これは私自身初めてのことである。

アンケートでは、多くの生徒が、リズムジャンプが楽しいと答え、多くの生徒が体育の授業で活かせたと答えた。また、今後もリズムジャンプを行いたいと答えている。運動が苦手な生徒でも、リズムジャンプを行うことを楽しいと感じ、今後もやりたいと答えていることは大きな成果だと感じる。生徒のコメントからもリズムジャンプによる大きな利点を感じる。

怪我の増減に関しては、3年生では約半数に減少しているが、1年生では、微増となった。両学年を見てみると捻挫は減少が見られる。リズムジャンプによって、バランスをとって、捻挫の予防となっている可能性は考えられる。

5. 今後の課題

今年度は、年度当初から取り組むことができなかったが、体育大会で行ったことで全校にリズムジャンプの取り組みが広まったことはひとつの成果である。ただ、ウォーミングアップの域をなかなか超えることが難しいと感じる。もちろん、ウォーミングアップとしてのリズムジャンプも十分成果として現れている。ただ、もう少し主運動にリズムジャンプを取り入れることで違う形でのアプローチができるように感じる。具体的にどのようにすればよいかはまだ、思考段階である。

6. 取り組みの様子・写真



ウォーミングアップ



1年サッカーの様子



3年 跳び箱の様子

(9) 実践報告 その9

尼崎市立園田中学校 佐川 千幸 教諭【対象：2年生女子・1年生男女】

1. 現状について

新型コロナウイルス感染症の影響により、今年度も制限のある中での体育の授業となった。しかし、近年問題視されている体力低下を克服するため、この現状の中でも活動量を確保し、少しでも体力向上につながる授業の展開に努めてきた。生徒については、昨年度、夏以降からリズムジャンプに取り組んできた中学2年女子は、昨年半年間取り組んできた結果、新体力テストの記録が向上した生徒が多く、それがモチベーションアップとなって今年も前向きに取り組むことができた。12月まではどの種目でもウォーミングアップを兼ねてリズムジャンプを導入していたが、3学期に入ってから、感染状況の悪化に伴い、ほとんど実施できない状況であった。

令和3年5月に新体力テストを実施した結果は以下の通りでした。

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	20mシャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ハンドボール投げ
令和3年度全国平均	23.38	22.22	46.2	46.25	53.92	8.88	168	12.64
令和3年5月測定	25.13	24.22	50.68	49.6	57.45	8.64	182.6	15.15
(令和2年8月測定)	23.9	22.1	50.5	47.7		10.3	165.4	10.7
全国平均と令和3年度の比較	△	△	△	△	△	△	△	△

1年次では、長座体前屈、反復横跳び以外は、すべて全国平均を下回っていたが、2年次(5月)に測定したときには、全種目が全国平均以上になっている。

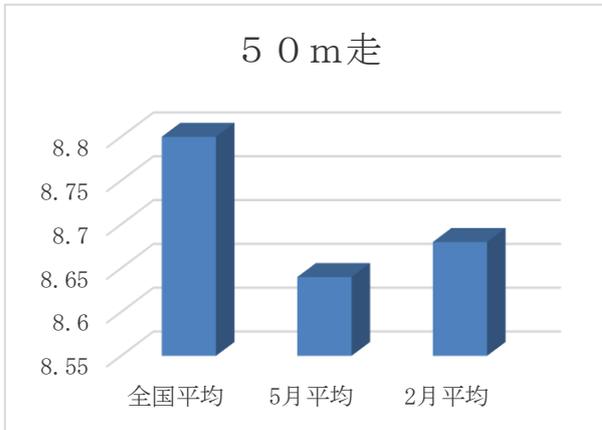
2. 実践の概要

4月初より中学2年女子、7月ころより中学1年男女の体育の時間で実施してきた。中学1年男女は1学期に導入として、基本的な動きを行い、体育的行事の準備運動で発表した。男子はバレーボールの授業でリズムジャンプを使った授業を展開するなど、少しずつ実践してきた。中学2年女子は昨年度から行っていることもあり、基本的な動作は習得しているため、今年度はウォーミングアップの中で、種目によって必要な能力の動きやステップを中心に行ったり、また複雑な動きにもたくさん挑戦したりしてきた。授業内では、ラジオ体操→リズムジャンプと、筋力トレーニングの代わりにリズムジャンプ(5~8分間程度)を導入してきた。今年度はさらに、小中連携の一環として、習得した技能を小学生にアウトプットすることで、さらに理解力を深め、効果を高める機会を設けてきた。

3. 変容を見る種目の測定結果

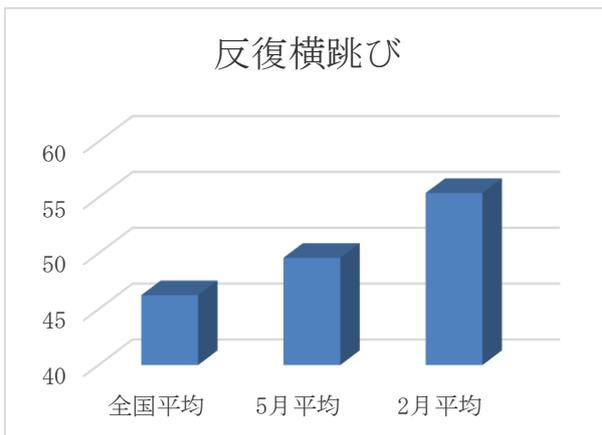
「令和3年5月測定」と「令和4年2月測定」に測定した、「50m走」「反復横跳び」「立ち幅跳び」の記録を比較したところ、以下の通りになった。

【今年度全体の結果】



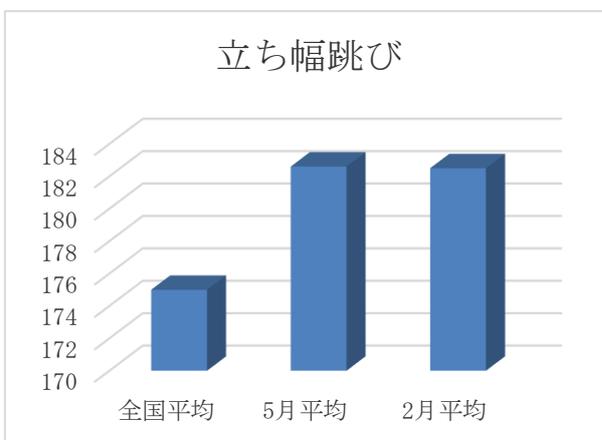
	全国平均	5月平均	2月平均
50m走	8.88秒	8.64秒	8.68秒

5月に実施したときよりも、平均でわずか0.04秒下がったが、ほぼ変わらず全国平均は上回っている。



	全国平均	5月平均	2月平均
反復横跳び	46.25回	49.6回	55.4回

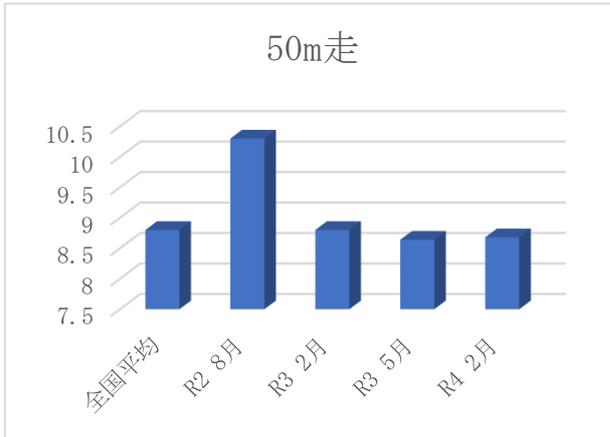
5月に実施したときよりも、平均で約6回向上し、全国平均も大幅に上回っている。



	全国平均	5月平均	2月平均
立ち幅跳び	175cm	182.6cm	182.5cm

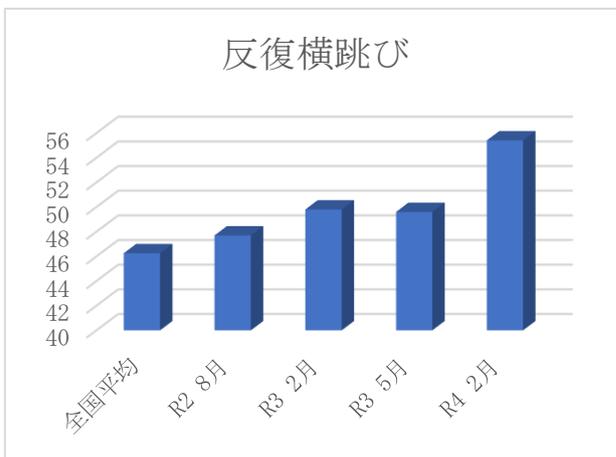
5月に実施したときよりも、わずか平均0.1cm下がったが、全国平均は大幅に上回っている。

【2年間の伸び率】



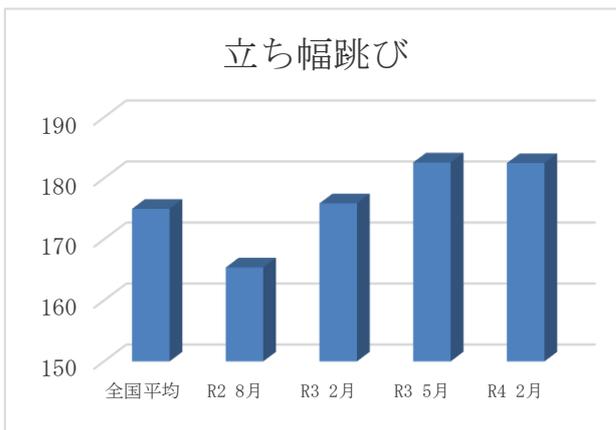
全国平均	R2 8月	R3 2月	R3 5月	R4 2月
8.8秒	10.3秒	8.8秒	8.64秒	8.68秒

昨年8月の測定時には、10秒台だったが、この2年間で2秒以上の記録向上が見られた。



全国平均	R2 8月	R3 2月	R3 5月	R4 2月
46.25回	47.7回	49.8回	49.6回	55.4回

昨年8月の測定時には、47.7回だったが、この2年間で約7.7回の記録向上が見られた。



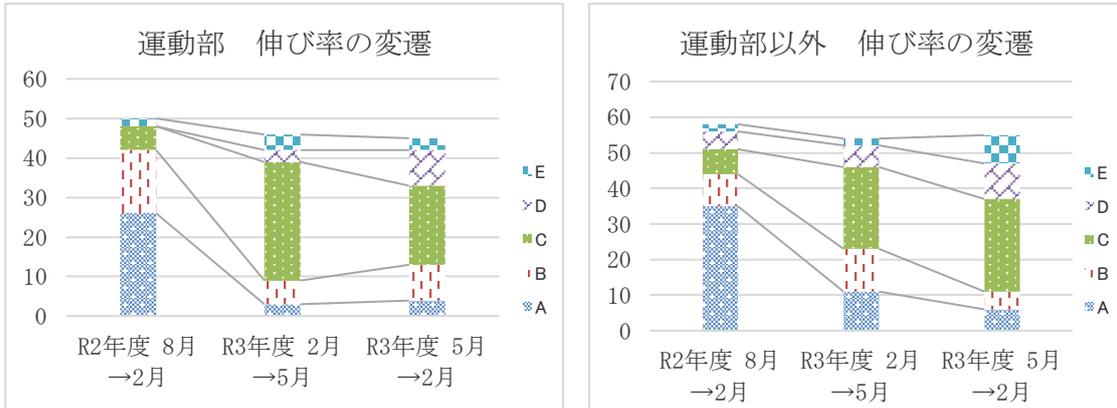
全国平均	R2 8月	R3 2月	R3 5月	R4 2月
175cm	165.4cm	175.9cm	182.6cm	182.5cm

昨年8月の測定時には、165.4cmだったが、この2年間で17.1cmの記録向上が見られた。

【部活動による伸び率の比較】

〔運動部〕 陸上部 バレーボール部 テニス部 ソフトボール部 卓球部 柔道部
 バasketボール部
 〔その他〕 美術部 放送部 書道部 吹奏楽部 無所属

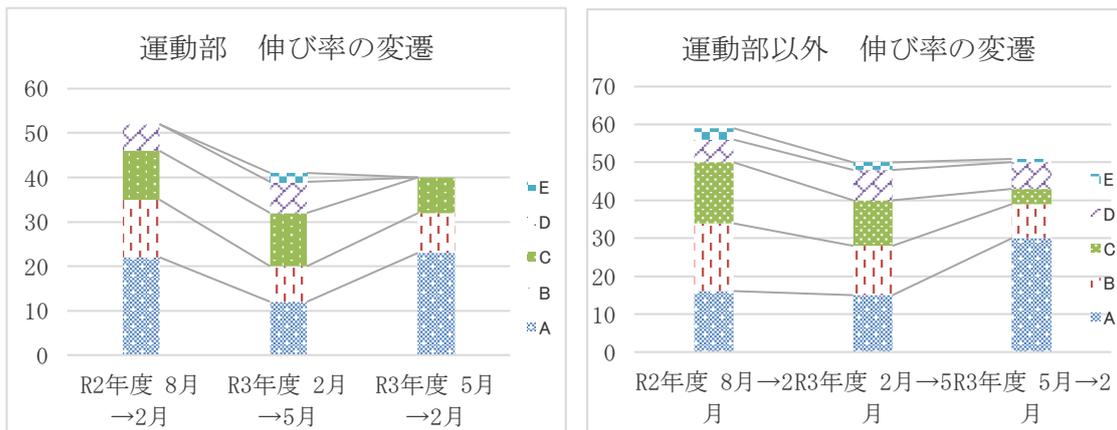
< 50m走 >



A : 0.4 秒以上向上
 B : 0.2~0.3 秒向上
 C : -0.1~0.1 秒
 D : 0.1~0.2 秒向上
 E : 0.1~0.2 秒低下

運動部に所属の生徒は、昨年度 8月→2月にかけて向上した生徒が 84%，低下した生徒は 4%であった。今年度 5月→2月にかけて向上した生徒が 29%，低下した生徒は 26%であった。運動部以外の生徒は、昨年度 8月→2月にかけて向上した生徒が 76%，低下した生徒は 12%であった。今年度 5月→2月にかけて向上した生徒が 20%，低下した生徒は 32%であった。

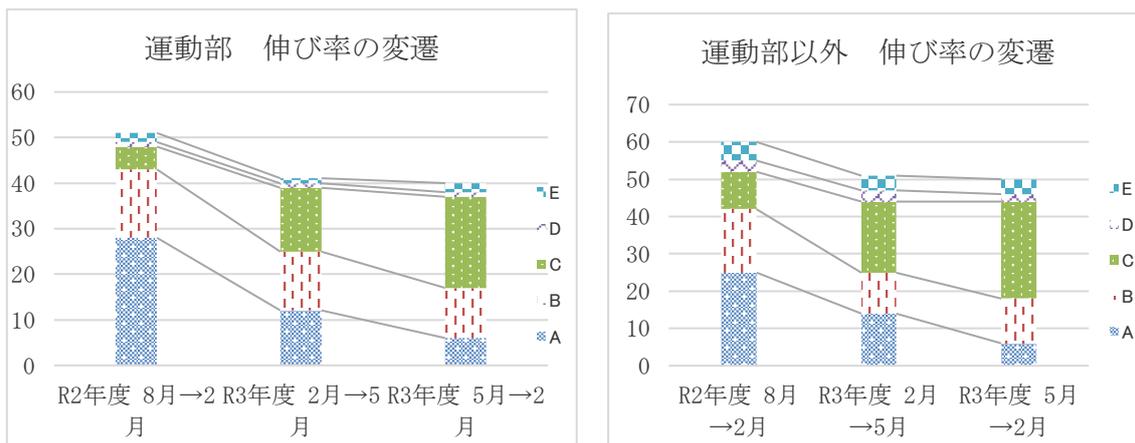
< 反復横跳び >



A : 7 回以上向上
 B : 3 回以上向上
 C : ± 0
 D : 3 回以上低下
 E : 7 回以上低下

運動部に所属の生徒は、昨年度8月→2月にかけて向上した生徒が67%、低下した生徒は11%であった。今年度5月→2月にかけて向上した生徒が80%、低下した生徒は0%であった。運動部以外の生徒は、昨年度8月→2月にかけて向上した生徒が57%、低下した生徒は15%であった。今年度5月→2月にかけて向上した生徒が76%、低下した生徒は15%であった。

<立ち幅跳び>



A : 20 回以上向上	B : 10 回以上向上	C : ± 0
D : 15 回以上低下	E : 20 回以上低下	

運動部に所属の生徒は、昨年度8月→2月にかけて向上した生徒が84%、低下した生徒は6%であった。今年度5月→2月にかけて向上した生徒が42%、低下した生徒は7%であった。運動部以外の生徒は、昨年度8月→2月にかけて向上した生徒が70%、低下した生徒は13%であった。今年度5月→2月にかけて向上した生徒が36%、低下した生徒は12%であった。

4. けがの予防への効果

リズムジャンプを実施することにより、下半身強化や神経系の向上から、転倒やねん挫、擦り傷、切り傷などの外傷を減少させることができるのではないかという仮説を検証した。新型コロナウイルス感染症の影響もあると考えられるが、A「昨年の2年生と現2年生」 B「現2年生の昨年と今年」のケガの発生件数を比較した。

A : 4月～2月に保健室で手当てをした怪我の発生件数

昨年度2年生	8件
現2年生	3件

B : 現2年生の昨年度と今年度、保健室で手当てをした怪我の発生件数

昨年度	17件
今年度	3件

5. 考察 【生徒アンケートより】対象者：101人（1月12日実施）

●リズムジャンプは楽しく取り組んでいますか？

はい 84人 ・ どちらとも言えない 16人 ・ いいえ 1人

●リズムジャンプを始めてから、少しでも体力が向上したと感じますか？

そう思う 73人 ・ どちらとも言えない 26人 ・ そう思わない 2人

●リズムジャンプに取り組んでよかったと思う点は？

- ・ 始めた当初は息切れが激しかったけど、続けていく内に息切れも少なくなり体力が少しいたところ。体力テストの結果、たくさんの方が記録が上がったところ
- ・ ソフトボールのときはゴロを拾う動作など、リズムジャンプから様々な競技の動作に繋がられたこと
- ・ 以前よりも体育の時間が楽しくなったし、頭も鍛えられた
- ・ リズム感がよくなったし、運動しやすい身体になった
- ・ みんなで声を出して楽しく取り組める
- ・ 苦手な走りが前より走れるようになった
- ・ 周りとの教え合いや交流が増えた。授業の初めのいい準備運動になった
- ・ そのスポーツにあったリズムジャンプをするので体を動かす形が少し分かった
- ・ 足を上げる・声を出す・リズムに乗る・8回で行くなどの1つ以上のことを意識して取り組むことで、出来るが増えていくのが良かったなと思った
- ・ 新しい種目の授業が始まる時、種目にあったリズムジャンプをするから、その授業で大事な動きなどを覚えることができたところ
- ・ 単元によって違う動きを取り入れてくださっているの、そこでなれていける

●もう少しこうだったらいいなあと思う点は？

- ・ 定期的に復習を行いたいです。これまでのジャンプをまとめたもの等があれば個人で練習することができて便利だなと思います
- ・ もっと難しいのに挑戦したい
- ・ もっと他に速く走れるようになるためのリズムジャンプがあればいいなと思う
- ・ 授業の初めにリズムジャンプをするから、授業を受ける時間が減ったので、重要なジャンプだけとか、全てやるのではなく大事なところだけするという形でもいいかなと思った。
- ・ 足を動かす種類が多いので、そう少し腕の動作もあつたらいいと感じた
- ・ 新しい動きをするときもっと詳しくリーダーを中心に練習したい
- ・ 難易度をあげてもっとリズム感を取り入れたい
- ・ リズムジャンプのリズムで動いたらやりやすそうって思った
- ・ 身体全体を使うリズムジャンプもあっていいと思う
- ・ バランス感覚を必要とするものを取り入れてみるとどうかなあ…とおもいました

今年度の測定結果を受けて2年間の様子を考察した。50m走は、昨年度の測定結果を見ると1年を通して顕著に伸びた生徒が多かったが、5月に実施したときは、顕著に伸びた層は減少傾向だった。しかし、2年間を通して見ると、記録が大きく落ちた層の割合はどの期間でも割合としては少なく、体力の維持が2年間通してできたと考えられる。立ち幅跳びについても50m走同様、伸びた層は減少傾向だが、記録が落ちた割合は低く、筋力の維持も2年間通してできたと考えられる。反復横跳びに関しては、5月よりもさらに平均6回更新し、大幅に記録向上が見られた。特に今年度2月に測定した際には、記録が大きく向上している生徒が多く、運動部に所属しているかどうかに関わらず、記録が向上した層が70%を超えている。これは、敏しょう性を高める動きを多く取り入れてきた成果が得られたのではないかと考える。全国平均の推移と比較しても、リズムジャンプを年間通して行うことで、敏しょう性などの動きの向上に優位に働いたと考えることができる。また、運動部所属の生徒とそれ以外の生徒を比較したグラフから、部活動での活動により体力が向上することは考えられるが、それ以外の生徒も同じように記録が向上している、もしくは維持されている結果を見ると、週3回の体育の授業で継続的に行ってきたリズムジャンプの効果が大きく関係しているのではないかと考えられる。

生徒アンケートより、昨年度に引き続き、過半数の生徒が前向きに取り組めており、「楽しい」という感想以上に「もっと複雑な動きをしたい」「もっと色んなリズムを使っていきたい」などさらなる向上心も生まれていることが分かった。このことから、ただトレーニングとして取り入れたことによる記録向上だけでなく、「前向きに」「自主的に」授業に取り組む力がつき、毎時間一生懸命取り組む姿勢からも、記録向上が生まれているのではないかと考える。また、今年度はウォーミングアップとしてだけでなく、各種目に応じたステップや動きを多く取り入れたことにより、道具を持ったときにいつもより動きが覚えやすかったり、習得するスピードも速くなったように感じる。生徒の感想の中にも「競技に必要な動作にもつなげやすい」という意見も多く、体力向上だけに留まらず、さらに競技力向上にも繋がっていたのではないかと考えられる。

6. 今後の課題

2年間取り組んできた結果、生徒の体力向上にはつながっていることは明らかであるため、引き続きリズムジャンプを取り入れた授業を展開していきたい。結果より、敏しょう性を高める動きは引き続き取り組んでいくが、瞬発力や筋パワーを高める動きの工夫が来年度は課題であると考え。全国平均を見ても1年生→2年生は大きく記録が向上しているが、2年生→3年生ではそれほど大きな記録向上は見られない。来年度は本校生徒も3年生となり、より体の変化も見られる年齢でもあるため、今年度以上にさまざまな動きを取り入れ、いろんなリズムに触れながら、さらなる記録向上、また丈夫なからだ作りを目指していきたい。また生徒アンケートより、2年間の取り組みから少しマンネリ化してしまっているところもあるので、体力の向上と競技力向上の2つを同時に伸ばしていけるような動きやステップ、練習方法も研究していく必要がある。また、園田小学校でもリズムジャンプを実施しており、今年度小中連携の一環として共に学んできたため、来年度入学してくる新1年生の授業でも引き続き実施していきたい。

7. 取り組みの様子・写真



(10) 実践事例 その10

尼崎市立大成中学校 都崎 綾香 教諭【対象：中学校1・2年生】

1. 現状について

1学期は体育大会の取り組みなどに費やす時間が多く、今年度は2学期から本格的にリズムジャンプをスタートした。授業のウォーミングアップとしてリズムジャンプを取り入れてきたが、新型コロナウイルス感染症で保健の授業を多く取り入れたり、学級・学年閉鎖なども続き、継続的にリズムジャンプを取り入れることが難しかった。実施回数が少なかったため、取り組む動きをプリントで配布するなどして、生徒たちが動きをイメージしやすくした。

2. 実践の概要

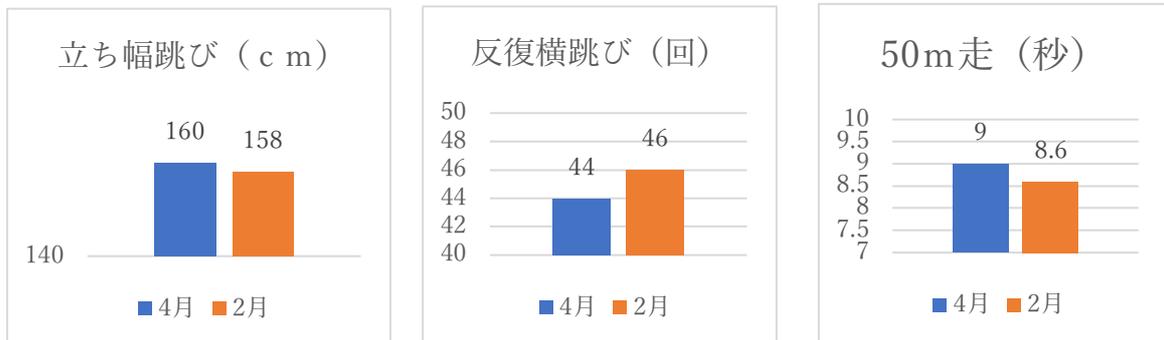
- (1) 対象者 中学1年生 (12, 13歳) 5クラス (女子: 94名)
中学2年生 (13, 14歳) 4クラス (女子: 68名)
- (2) 実施時間 体育の授業 (週約2回)
- (3) 実施期間 10月から
- (4) 実施内容 種目数約10種目

【授業内で取り入れた種目】

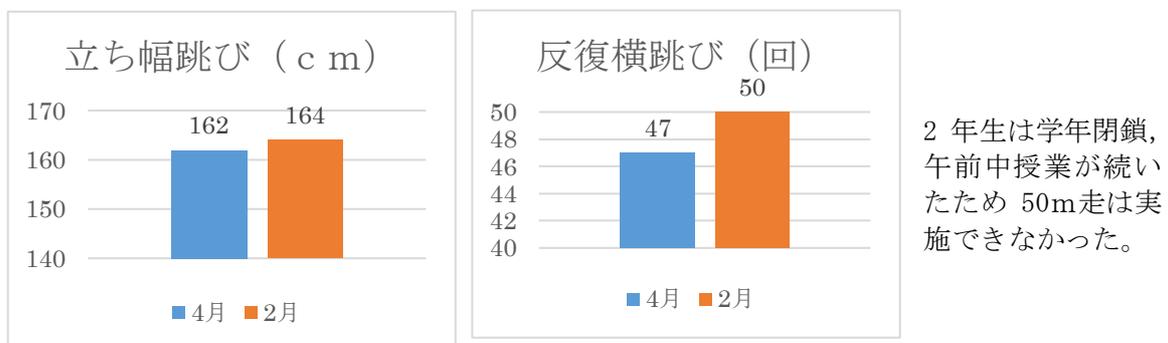
パージャンプ、クロスジャンプ、サイドジャンプ、パラレル、前後クロス、ランジスクワット、パラレルジャンプ、スクワット、ターン、ケンケン

3. 変容を見る種目の測定結果

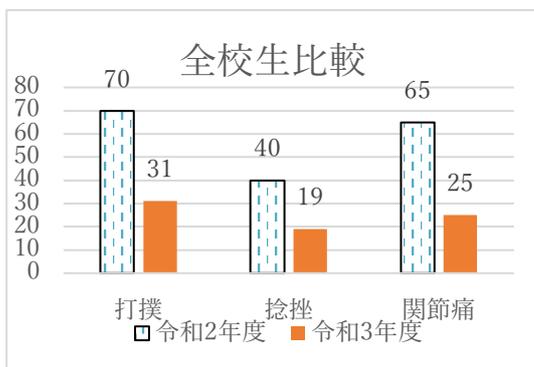
【1年生】



【2年生】

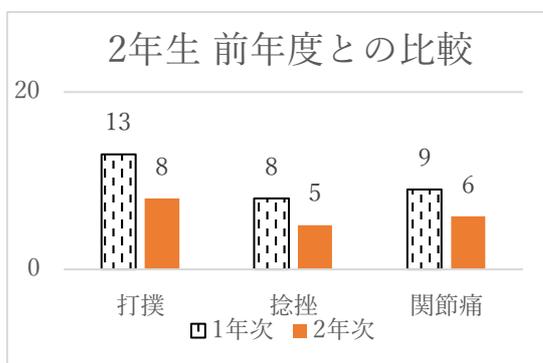


4. 怪我の予防への効果



〈令和2年度と令和3年度の比較〉

リズムジャンプを実施したのは、1・2年女子のほとんどだったが、男子生徒やサッカー部、陸上部などでもリズムジャンプ取り入れていた時期があった。どの項目においても減少していた。



〈2年生 前年度との比較〉

2年生女子は今年度からリズムジャンプを取り入れた。実施していない期間と比較すると数値はどの項目においても減少しているが、成長期で筋力がついたり、体の使い方がうまくなったりしたことも要因のひとつであると考えられる。

5. 考察

真面目な生徒が多く、始めた当初は表情も硬く一生懸命動きを覚える姿が印象的であった。間違えてもいいということや、難しい動きは足だけを動かすことを伝え繰り返し行った。楽しい雰囲気で行えるように流行りの音楽をかけるなどして行ったが、知っている曲だとリズムがとりやすいのか、動きが習得しやすいという声もあった。また歌いながら体を動かす生徒も出てきて、明るい雰囲気でもリズムジャンプが行えた。

2学期から本格的にスタートし実施回数も少なかったため、一連の動きをプリントで配布するなどした。視覚化したことによって習得できたものとそうでないものが明確になり、分からない動きを質問しにきたり、友だちに教わったりする姿も盛んに見られた。

運動に対して苦手意識を持つ生徒は、リズムジャンプも苦手なのかと思っていたが一概には言えないと感じた。運動が得意な生徒が出来ない動きもあり、運動が苦手な生徒が得意な生徒に教えるという姿が見られたことは、リズムジャンプを取り入れてよかったと感じる点であった。

6. 今後の課題

スタートも遅く継続的に取り入れることが難しかったため、今後は回数を増やしていきたい。主運動に繋がる動きを考案し、生徒たちにも主運動のどの部分に繋がるかということ意識させた上でリズムジャンプを行わせていきたいと考える。

部活動でもリズムジャンプを取り入れている部があるため、顧問の先生と連携をとり子どもたちの動きにどのような変化があったかなどを聞いていきたい。

7. 取組の様子・写真



グループで課題に取り組もう！！

ジャンプの種類

- ① パージャンプ
- ② 両足をそろえて左右にジャンプ
- ③ 横向きランジ(足の入れ替え)
- ④ パラレルジャンプ(横向きで両足をそろえた状態で前後にとぶ)
- ⑤ クロスジャンプ(パージャンプのあとにクロス)
- ⑥ ターン(パージャンプ2回のあとに180度ターン2回)
- ⑦ スクワット(3回目のときにしゃがむ)
- ⑧ 片足ケンケン(右・左)
- ⑨ ケンケン(左右2回ずつ)
- ⑩ ケンケンパ(ケンケンのあとにパージャンプ2回)

手の動き

A,手拍子

B,頭 → 肩

C,頭 → 肩 → 胸の前で手拍子2回

D,裏拍で手拍子

ウン → 手拍子 → ウン → 手拍子

E,肩タッチ → 胸の前で手拍子 → 肩タッチ → 頭の上で手拍子

上の①～⑩に下の手の動きを
Aから順に足して,どんどん
レベルをアップさせていこう



	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
A										
B										
C										
D										
E										

リズムジャンプ

〈大成中学校ワークシート〉



基本の10の技をマスターしよう！！

① パージャンプ	両足を大きく開き前へ跳ぶ。(できる人はジャンプ時に膝を触る)
② パージャンプ (バック)	パージャンプを後ろに跳ぶ
③ サイド両足ジャンプ	両足をそろえて、ラインの左右に跳ぶ
④ スクワット	ジャンプ2回の後、3回目にしゃがんでスクワットをする (できる人はしゃがんだときに手は床にタッチする)
⑤ ランジ	横向きになり、足を交互に入れ替える。(できる人は手を大きく振る)
⑥ 横向き 前後	横向きになり、前後に跳ぶ
⑦ センター&サイド	足を開いた状態で、右・真ん中・左・真ん中・右にジャンプする
⑧ クロス	パーとクロスの動きを交互に繰り返す クロスの際は、前に出す足を左右交互にする
⑨ ケンケン	左右に2回ずつケンケンする (できる人は大きく腕を振る)
⑩ ターン	2回両足ジャンプで、3・4回目で右に1回転、左に1回転する

86

手の動きが加わると、難易度がUP!



《手の動き》

- ① 頭 → 手拍子 → 頭 → 手拍子
- ② 頭 → 肩 → 頭 → 肩
- ③ 頭 → 肩 → 手拍子2回
- ④ 頭 → 肩 → 手拍子3回
- ⑤ 頭 → 肩 → 背中側で手拍子2回
- ⑥ 肩 → 手拍子 → 肩 → 頭の上で手拍子
- ⑦ 頭 → 肩 → クロスして肩 → 手拍子
- ⑧ 裏拍で手拍子 ウン・パン・ウン・パン
ウン・パン・ウ・パパン

5 研究のまとめ

(1) 昨年度の課題について

①主運動につながるプログラム開発

主運動につながるプログラム開発については、3つ実践を行うことができた。

1つ目は、部員の先生方による主運動につながるリズム指導の考案である。幼稚園においては4歳児、5歳児それぞれの実態に応じたリズムジャンプの整理。小学校・中学校においては、部員の先生方を、サッカーを考案するグループとハードル走を考案するグループにわけてプログラム開発を実施した。【報告書後付に掲載】

2つ目は、津田准教授による模範授業の実施である。中学校ではサッカー、小学校ではハードル走において主運動につながるリズムジャンプやリズム指導を直接実施していただくことができた。

3つ目は、子どもたちのアンケートである。その中に、リズムジャンプが主運動に繋がることを自覚している児童がいる。そこから、リズムジャンプ自体が主運動につながっていることが考えられる。

②学校の組織的取組事例の収集

幼稚園	小学校
<ul style="list-style-type: none">・子どもにおろす前に、クラス担任間で実際に体を動かしてやってみながら共通理解する。・クラスや園の児童の実態に合わせて、内容を見直したり、今後の取り組みについて考えたりしていく。・動きの共通理解のみでなく、リズムジャンプの取り組みが子どもたちのどんな力につながるのか、園全体で共通理解して進めていくことで子どもの変化につながる。教師がしっかり意識して取り組むことで子どもたちへの声掛けも変わり、子どもたち自身のお得感（“やってみてよかった”“これを頑張ったらこんな自分になれるかも！”）につながっていくと考える。	<ul style="list-style-type: none">・体育部に協力してもらい、体育大会後からリズムジャンプを各クラスのウォーミングアップに取り入れてもらう。・職員研修を行い、実施方法をしてもらおう。・自分の空き時間に体育に行かせていただき、実際に指導をする。・何の単元に導入できるのか（体づくり運動、表現運動）を伝える必要がある。・放課後に体育館で、先生方に児童の動きを実際に体験してもらおう。・教師からの目線、児童からの目線を話し合い、よりよい動きを話し合う。・体育の時間割を全教員が把握しているので、忙しい先生は、窓から覗いてもらう。
中学校	
<ul style="list-style-type: none">・中学校では部活動で取り入れたり、体育の先生たちで練習して授業で行うことが可能。・体育大会の準備体操として行う予定にしているため、全学年で行う必要があるようにしている。	

今年度、各学校園から校園内でのリズムジャンプの取組の広め方について、

- 職員研修を実施し実施方法や効果について職員で共有する
- 子どもたちが取り組んでいる様子を実際に参観してもらう
- 部活動に取り入れる
- 体育大会の準備体操として行う

等、具体的な方法を集めることができた。研修を実施して実際に体験してもらうことや実施する意味などを共通理解することで少しずつ校園内での広がりが期待できるのではないだろうか。

③ 苦手児童への対応方法収集

<p style="text-align: center;">幼稚園</p> <ul style="list-style-type: none"> ・4歳児は、気持ちが乗らず、自分の番になっても出てこない際には、手をつないで一緒に跳んだり、正面に立って励ましながら移動したりするなど、個々の様子に合わせて対応している。 ・リズムを感じ、リズムに合わせてどのように身体を動かすのかが分かりやすいように、幼児の見える位置でリズムに合わせて同じように動いて見せたり、教師は後ろ向き状態で両手をつないで動いたりする。 ・どのような動きをするのかが分かりやすいように、その日の活動の最初からラインと音楽を使って取り組むのではなく、その場に止まった状態で教師のかけ声に合わせて動いてみる機会をもつ。 	<p style="text-align: center;">小学校</p> <ul style="list-style-type: none"> ・隣に立って、手拍子をしながらか一緒に進む。 ・目の前でジャンプをして、目で見てリズムがとりやすいようにする。少しでも改善していたら、褒める。 ・小グループ、またはペアによる教え合いの時間を各単元第1時（新しいジャンプ・動きを教えるタイミング）でとる。 ・まずはその場で。次にラインで。 ・手拍子で拍を意識させる。 ・テンポ良く活動を行わせ、数をこなす。 ・リズムに合わせるのが難しい。 →先生、または友だちからのほたらきかけが必要である。（一緒に行うなど） ・そもそも何のためにやるのかわからない。 →意図説明が必要である。
<p style="text-align: center;">中学校</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループになって生徒同士で教え合いをする時間を設ける。跳ぶ動作から行い、それができたチームから少しずつ難易度をあげていく。（中学校ならダンスの領域で取り扱うとじっくりできると思う）1人ずつ行っているため、生徒はできないステップなどになると、恥ずかしくて消極的になっていると思うので、最初にグループ練習があるといいと思った。 ・苦手な生徒へは、動かずにその場で行うなど、別の場面で指導する必要もあると考える。みんなの前でみんなを待たして行うと余計に苦手意識が生まれそうなので配慮する必要があると考える。 	

苦手児童への対応方法についても、各学校から事例を集めることができた。

- 教師からの励まし、容認
- その場で一度跳んでから実施
- グループになって教え合う

等、教師が丁寧に指導することや、できたときにしっかりと褒め、認めることが大事であることが分かる。さらには、グループで実施し、横のつながりを深めることも苦手児童には有効である。先生方の研究報告の中にも苦手児童への対応方法が示されている。

<p>〈否定的意見〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・不快になる、苦手だから ・周りの目を気にしてしまう ・失敗したくないと考えてしまう ・何につながっているのか？ 	<p>〈肯定的意見〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・達成感や一体感が嬉しい ・みんなと応援しながらできた ・教え合いをするから楽しい ・跳び箱で跳ねる感覚を掴んだ
--	--

実際にリズムジャンプに取り組んだ子どもたちの〈否定的意見〉と〈肯定的意見〉をみると、否定的意見には、第三者の目を気にしていたり、効果を理解できていなかったりする意見が多い。それに対して、肯定的意見には友達と関わりながら実施することに喜びを感じていたり、主運動へのつながりを感じることができたりする児童が多い。グループで活動したり、効果や気づきを共有したりすることが楽しさにつながっていることがわかる。教師がマネジメントによって、苦手児童をフォローする雰囲気や環境を創り出すことが必要となる。

(2) 効果検証について

①年度当初と2月実施体カテスト結果

〈実施種目〉

幼稚園・・・20m走

小・中学校・・・50m走, 反復横跳び, 立ち幅跳び

〈結果〉

幼稚園に関しては2園とも記録が向上

小・中学校に関しては

50m走

向上…5クラス

低下…4クラス

反復横跳び

向上…9クラス

低下…1クラス

立ち幅跳び

向上…6クラス

低下…4クラス

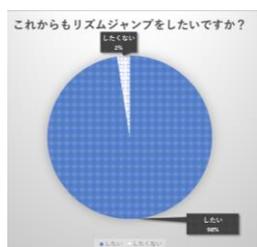
○「50m走」「立ち幅跳び」に関しては有意に向上はしていない。「反復横跳び」に関しては有意に向上している様子がみられた。リズムジャンプがラインを左右に跳び越える動きのため、反復横跳びに有意に作用したと考えられる。

②幼児・児童・生徒へのアンケート

肯定的回答=A群

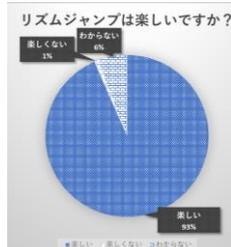
否定的回答=B群

〈幼稚園〉



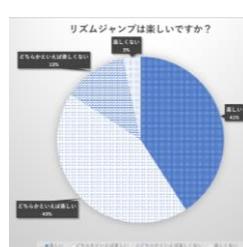
A群…98%
B群…2%

〈幼稚園〉



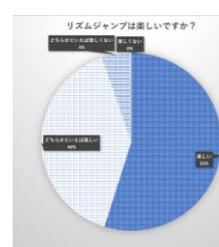
A群…93%
B群…7%

〈小学校〉



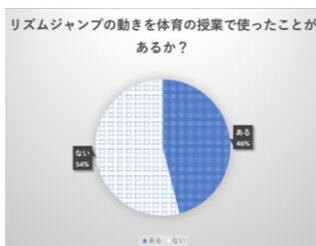
A群…84%
B群…16%

〈中学校〉



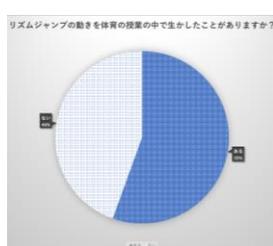
A群…95%
B群…5%

〈小学校〉



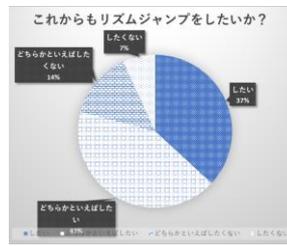
A群…46%
B群…54%

〈中学校〉



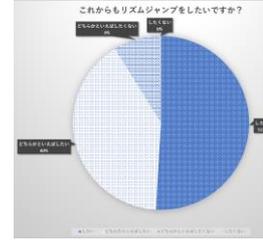
A群…55%
B群…45%

〈小学校〉



A群…79%
B群…21%

〈中学校〉



A群…91%
B群…9%

アンケートの結果から、肯定的回答が高い傾向が見られた。

〈自由記述〉

○幼稚園

リズムジャンプが楽しい理由は？

- ・ピョンピョン跳ぶのが大好き、体を動かすのが大好き。
- ・パージャンプをすると高く跳べるのが楽しいから

リズムジャンプをするとどんな気持ちになりますか？

- ・大好きだから ・もっともっと練習したい ・すっきり爽やかな気持ちになる
- ・体がポカポカして楽しくなる ・楽しいけどちょっと疲れる

○小学校

体育の授業の中のどの運動で使ったか？

キャッチバレーボールの踏み込む時 ハードルのリズム感を取る時
バスケのジャンプの動き

リズムジャンプの時にどんなことを思ったり考えたりしましたか？

- ・リズムジャンプはつま先で跳ぶので、50メートル走や、ハードルなど、走るものが、早くなっているというふうに考えたことがあります。
- ・結構難しいやつだと結構頭を使う
- ・跳び方とかへんじゃないかな？って毎回思うので周りの目をきにしてしまう。

○中学校

体育の授業の中のどの運動で使ったか？

- ・バレー ・ソフトボール ・リレー ・ジャンプする時に使う足のバネの筋力を50m走での走り方に活かすことができた
- ・リズムに乗って跳ぶことによってずっとできなかつた台上前転ができるようになった。

リズムジャンプの時にどんなことを思ったり考えたりしましたか？

- ・友達と教えながらできるし、声もたくさん出せて手拍子もして体育の雰囲気もいいけどリズムジャンプの時はもっといい気がする。
- ・仲間との一体感が高まった ・準備運動には最適だと思う
- ・ランニングに比べて、使う体力は同じくらいだけど単純に走るより楽しいと感じた。また、それぞれが体力に合わせて跳ぶ高さを決めるなどすることで、全員にとって良い運動になりうると思った。
- ・楽しいが、疲れてしまうのですこしたくないと思ってしまうことがある。

幼児・児童・生徒の自由記述から、子どもたちがリズムジャンプを肯定的に捉えていることが分かる。小学校、中学校においては主運動へのつながりを感じている児童・生徒もいる。また、グループで取り組むことによって一体感が生まれたり、話し合いが生まれたりと学習の広がりや深まりが生まれていることもわかる。

③保健室利用の状況把握から

〈幼稚園〉

2学期ごろから減少傾向がみられる。

〈小学校〉

減少傾向がみられる学校は2校、みられない学校は3校であった。

〈中学校〉

減少傾向がみられる学校は2校、どちらともいえない学校が1校であった。

今回の保健室利用の状況把握に関しては、学校園生活全体での怪我を対象にしているため、効果検証が難しい部分もある（休み時間に外で遊ぶ児童が多いクラスは怪我が多い等）。ただ、部員の先生方から、子どもたちの日々の生活の様子を見ると、体幹が鍛えられていることや身のこなしが軽くなっているというような印象を受けるという感想を聞いている。そのことが、ケガの発生件数の減少につながっている可能性がある。

6 終わりに

今年度は、昨年度の取組から研究を進めることができた。部員の先生方も初年度と2年目の先生方が部会の中で交流を進める中で、よりリズムジャンプの取組について深めていくことができた。

今年度の成果としては、コロナ禍にも関わらず、部員の先生方のご尽力により、主運動につながるリズム指導の方法や、保健室利用の実態から怪我予防に繋がる可能性があることを掴むことができた。また、津田准教授より児童・生徒に直接指導を実施いただけたことで指導のイメージをより具体的につかむことができた。そして、何よりも子どもたちがリズムジャンプの有用感を感じながら意欲的に取り組めたことだと考える。

課題としては、効果検証の方法が不十分だったことである。体力の向上につながるのかという部分に関しては、比較検証をきちんと行う必要がある。また、怪我の予防に関しても実施の有無による比較を行う必要がある。アンケートの問い方についても今後検討していきたい。

今後もリズムジャンプトレーニングの有効性を検証しながら、拡充方法と指導教員のスキル向上を図っていく方法についても追求していく必要がある。



後付

幼児に適したリズムジャンプ指導の考案

ハードル走につながるリズムジャンプ・リズム指導の考案

サッカーにつながるリズムジャンプ・リズム指導の考案

◎年中（4～5歳児）で行えるリズムジャンプ
（年中に適したリズムジャンプ）

1学期 パージャンプ

2学期 バックジャンプ、サイドジャンプ、スクワット

3学期 パラレル、ランジ

各学期ごとに足の動きが分かってきたら手拍子をプラスする。

- ・ いろんなテンポの曲で取り組む。
- ・ 5つの動きを知る。（楽しみながら）

◎年長（5～6歳児）で行えるリズムジャンプ
（年長に適したリズムジャンプ）

1学期 パージャンプ+手拍子

2学期 バックジャンプ、サイドジャンプ、スクワット+頭・肩・頭・肩

3学期 パラレル、ランジ+頭・肩・手拍子・手拍子など

- ・ 軸がぶれないように跳ぶことを意識する。
- ・ ひざを曲げてジャンプ
- ・ いろんなテンポの曲で取り組む

ハードル走につながるリズムジャンプ・リズム指導の考案 尼崎版

◎主運動につながるリズムジャンプ

(すでにあるリズムジャンプが主運動のどの動きにつながるか)

- ・ランジ…リード脚を前にもっていく動作
- ・片足ケンケン…踏み込む練習
- ・リズムチェンジ…つま先で走り抜ける練習
- ・ニータッチ, ディープランジ…股関節の可動域を広げる(抜き足の練習)

◎主運動につながるリズムジャンプ

(主運動につながる動きで新しいリズムジャンプの跳び方)

- 1, ①②③→両脚ジャンプ ④→脚を伸ばして上げる
*できる人は上げた脚の反対の手でつま先タッチ
- 2, ①②③→両脚ジャンプ ④→かかとタッチ *抜き足の形を意識して行う
- 3, ①②→両脚ジャンプ ③→脚を伸ばして上げる ④→脚を下ろす
- 4, ①②→両脚ジャンプ ③→かかとタッチ ④→脚を下ろす

◎主運動につながるリズム指導

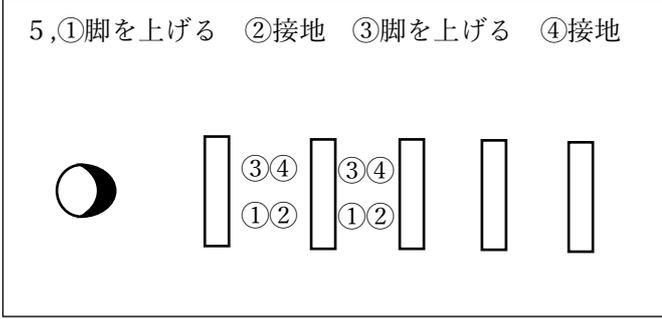
《ミニハードル》ハードル間は2足長で、腕も一緒に振るようにする。太もももしっかりと上げる。

●ハードルドリル
前向き
1,①右②左 左右交互に

●ハードルドリル
前向き
2,①右②左 左右交互に

3,①右 ②右 ③左 ④左 (ケンケン)
前向き

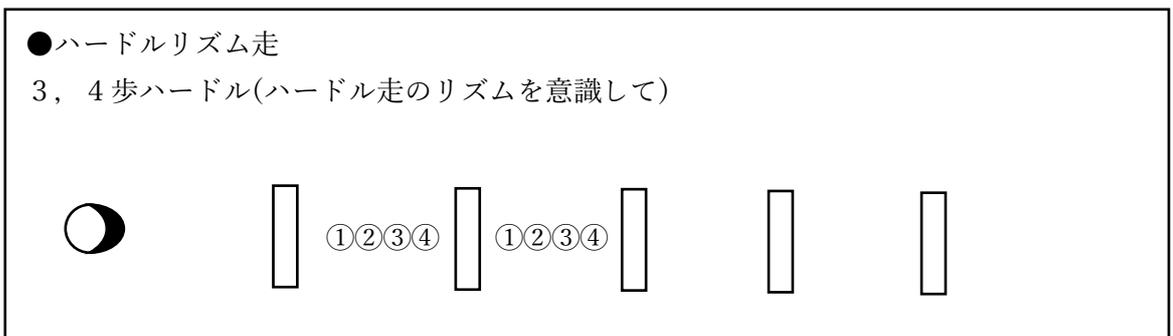
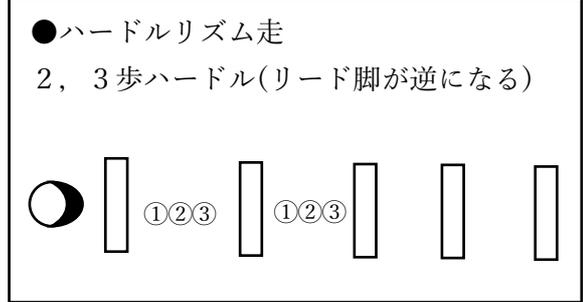
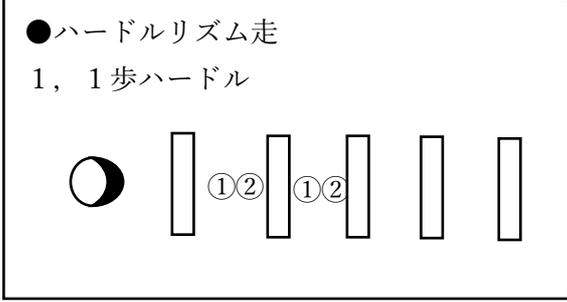
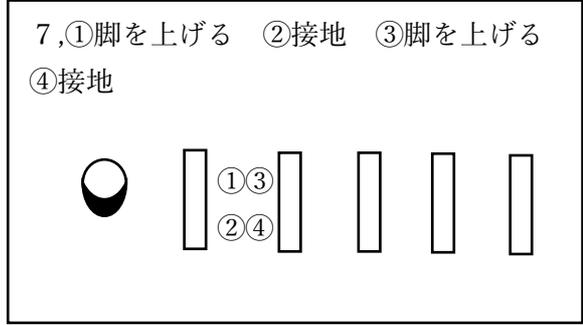
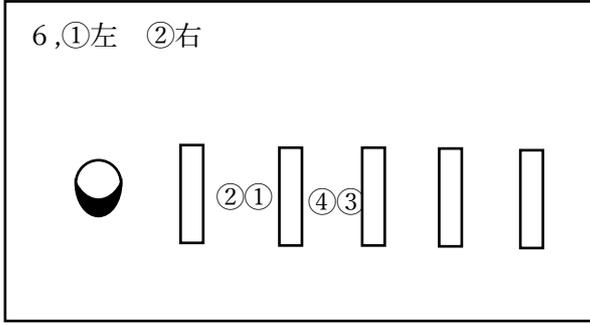
4,①右 ②右 ③左 ④左 (ケンケン)
前向き



③で股関節を外から
回す動きにもできる

横向き

脚を伸ばした状態, 脚を90度に曲げた状態の両方で行える



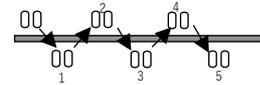
サッカーにつながるリズムジャンプ・リズム指導の考案 尼崎版

◎主運動につながるリズムジャンプ

(すでにあるリズムジャンプが主運動のどの動きにつながるか)

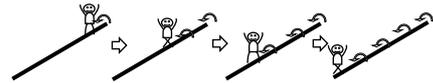
①両足ジャンプ(前後)

ラインに対して横向きに立ち両足で前後跳びをする



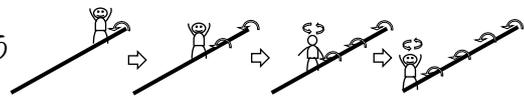
②前後交差ジャンプ

前にジャンプしながら、脚をクロスさせる



③回転ジャンプ

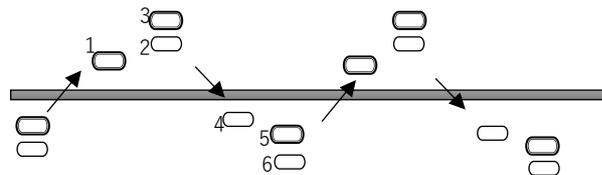
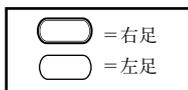
回転しながらリズムジャンプをおこなう



④バックジャンプ

後ろ向きでパージャンプをする

⑤バックステップ



⑥片足、足ふりジャンプ



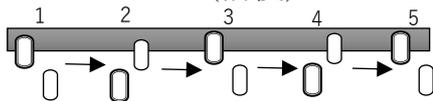
⑦ニータッチ

サイドジャンプをして着地した後
素早く外側の足の膝を高く上げ
タッチする



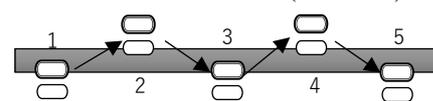
⑧スクワット, ターン

・ラインタッチ(前後)



右足、左足を左右交互に前に出しながらジャンプし、横に移動していく。その際にラインをあえて踏み、ボールの上に足を置くことをイメージさせながら行う。

・ラインタッチ(サイド)



ラインの右側から左側、左側から右側へと交互にジャンプをする。その際にラインをあえて踏み、ボールの上に足を置くことをイメージさせながら行う。

・コーンタッチ(止まる+半身)

1,2,3,4 拍まではリズムジャンプ (パージャンプ, クロスジャンプ, 回転ジャンプ) を行い, 5,6,7,8 の間にダッシュしコーンの前までいく(コーンに対して半身で止まる)



◎主運動につながるリズム指導 1 (一人での取組)

- ①バックステップ→主運動につながるリズムジャンプ④と同様の動き
- ②片足足ふりジャンプ→主運動につながるリズムジャンプ⑥と同様の動き
- ③ボールタッチ

レベル 1 (ボールを右足 2 回ずつ, 左足 2 回ずつタッチする)



レベル 2 (ボールに右足, 左足を交互にのせる)



レベル 3 リズム変化

(1 で右足でタッチ, 2 で左足でタッチ, 3 は休み, 4 の 1 拍の間に右, 左でタッチ)



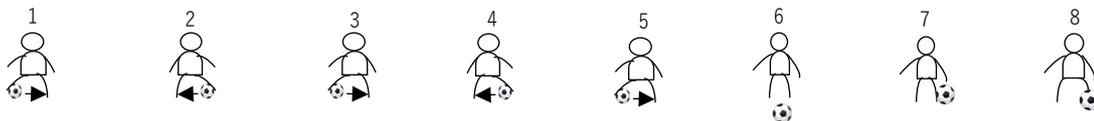
レベル 1

サイドタッチ(1・2・3・4で止める, 5・6・7・8で止める)



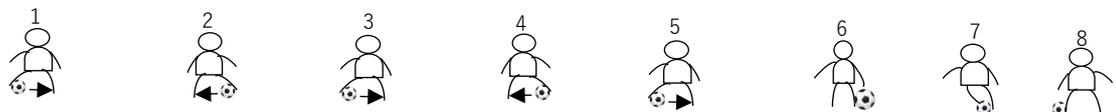
レベル 2

サイドタッチ(1, 2, 3, 4, 5→7, 8)アウトサイド



レベル 3

サイドタッチ(1, 2, 3, 4, 5→7, 8変化)



6 でボールを左側に流し, 7 で右足でボールを引き寄せながら 8 で右インサイドでタッチする。

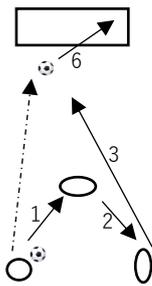
◎主運動につながるリズム指導 2 (2~4人組での取組)

〈2人組〉

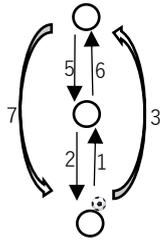
- ・パス①(1で蹴る・2・3で止める・4休み・5で蹴る・6・7で止める8休み)
- ②(1で蹴る・2・3・4で止める, 5で蹴る・6・7・8で止める)



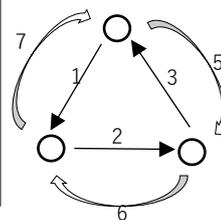
〈3人組〉



- 1 パス
 - 2 パス
 - 3 ロングパス
 - 4 止める
 - 5 止める
 - 6 シュート
 - 7 シュート
 - 8 シュート
- *6~8のタイミングいずれかでシュート

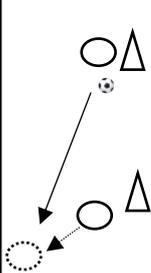


- 1 ショートパス
- 2 ショートパス
- 3 ロングパス
- 4 止める
- 5 ショートパス
- 6 ショートパス
- 7 ロングパス
- 8 止める

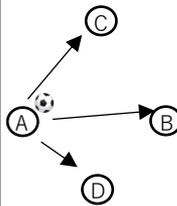


- 1 パス
- 2 パス
- 3 パス
- 4 止める
- 5 パス
- 6 パス
- 7 パス
- 8 止める

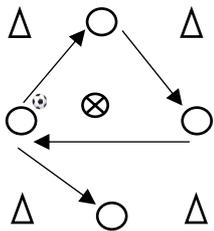
〈4人組〉



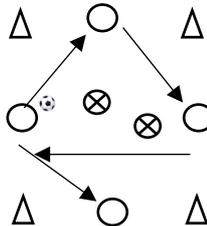
4人でコーンの近くに立つ。4人のうちの誰かと目を合わせ、パスをする意思疎通ができたなら、後ろに下がってパスをもらう。



- 1 ショートパス
 - 2 ショートパス
 - 3 ショートパス
 - 4 止める
 - 5 ショートパス
 - 6 ショートパス
 - 7 ショートパス
 - 8 止める
- 1 ショートパス
2 ショートパス
3 止める
4 休み
5 ショートパス
6 ショートパス
7 止める
8 休み
- パスは3方向どこに蹴ってもよい。2人組の時と同じリズムで行う。

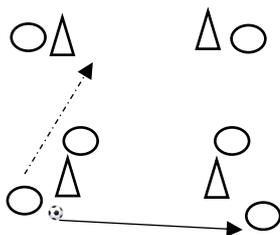


ディフェンスが1人四隅のコーンで範囲を限定し、その中でリズムに合わせて4人でパスを回す。



ディフェンスが2人四隅のコーンで範囲を限定し、その中でリズムに合わせて4人でパスを回す。

〈6人組〉 (パス&Go)



- ①ボール保持者は右か左にパスを出す。
 - ②パスを出すと同時に、パスを出した側の反対方向へ走り、コーンの内側に入る。
 - ③コーンの内側の人はパスを出した人がいなくなったら、そのコーンの外側に出る。
- この要領で、パスをつないでいく。

令和3年度 尼崎市立教育総合センター

講師

放送大学	教 授	中川 一史
早稲田大学	教 授	田中 博之
徳島大学	准 教 授	福井 昌則
美作大学	准 教 授	津田 幸保
桃山学院教育大学	講 師	木村 明憲