

紀要60号

# 研究報告書

令和5年3月

尼崎市立教育総合センター

## はじめに

2020年4月の「緊急事態宣言」発出後、新型コロナウイルス感染対策をしながら教育活動を展開した三年間でした。これまで当たり前のように実施していた様々な行事等の取り組みを一から見直す良い機会であったと思います。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が、社会的に認められることになりました。ここ二年間の経験を踏まえ、今年度は各学校創意工夫をしての教育活動を進めて頂きました。

本市では、2020年度『尼崎市教育振興基本計画』がスタートし、「確かな学力の保証」と「授業改善」に取り組みました。そして『尼崎市版GIGAスクール構想』実現の為、ICT環境を整えました。その機器を活用しつつ「主体的・対話的で深い学び」の学習指導を進め、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。

教育総合センターでは、中央教育審議会での『令和の日本型学校教育』で示された、全ての子供達の可能性を引き出す「個別最適な学び」と「協働的な学び」の実現に向けて、今後もより効果的な研修を実施し学校支援に努めてまいります。

さて、今年度は「エビデンスに基づく教育実践研究部会」「ICT活用推進部会」「探究的な学習研究部会」「体力向上研究部会」の4つの研究部会で研究活動をしてまいりました。各部会それぞれテーマは違いますが、そこに共通するのは、子供達の主体的な学びをどのように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5年3月

尼崎市立教育総合センター  
所長 北 垣 裕 之

# 目 次

1	エビデンスに基づく教育実践研究部会	1
	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－	
2	ICT活用推進部会	8
	【尼崎市版 GIGA スクール構想(AGS)】実現に向けての取組	
	－尼崎市全教職員のさらなる ICT 活用指導力向上を目指して－	
3	探究的な学習研究部会	17
	多面的・多角的な視点で物事を考える場面づくりと	
	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	34
	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 日野 祐甫  
学び支援課 指導主事 水本 美穂

### 【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」等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」等の趣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】、1年間、自校の取組を実践【D】、12月と1月に今年度の調査を受検【C】、研究者の知見や他校の実践紹介を参考に、今年度の調査結果を踏まえて1年間の取組を振り返り次年度への改善につなげる【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	5
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。

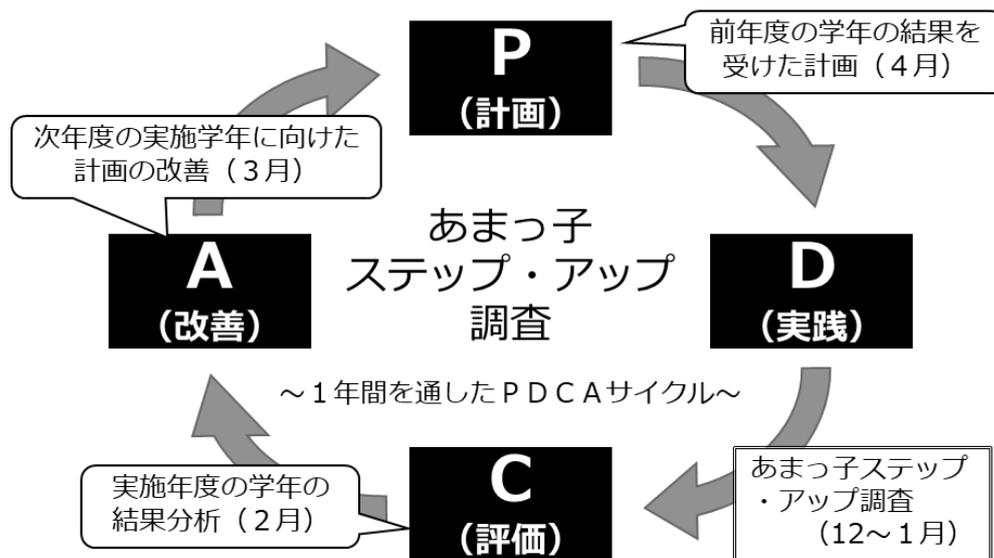


図1 「あまっ子ステップ・アップ調査」等における1年間を通した検証改善サイクル

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

エビデンスに基づく教育実践研究部会は、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。推薦にあたっては、以下の2点を考慮した。

- ※ 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である。

回	時期	内容	講師等
1	7/7	<b>説明</b> 「本研究部会の概要の確認と今後の予定」について（Zoomを利用したWeb会議）	学び支援課 指導主事
2	7/25	<b>説明・演習</b> 「Web分析システム『SYEN』の見方・操作方法等」について （本研究部会員の中で、希望者のみ参加）	ベネッセ 担当者 大塚 晋平氏 学び支援課 指導主事
3	12/5	<b>講演</b> ～ <b>演習</b> 「学力向上の成果を上げている学校の特徴」について <b>グループ交流</b> 「講話をもとに考える自校の取組」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 指導主事
4	小2/16 中3/2	<b>講演</b> ～ <b>演習</b> 「R4 あまっ子ステップ・アップ調査からわかる 尼崎市の様子、 Web分析システム『SYEN』の見方・分析方法等」 について <b>グループ交流</b> 「R4 あまっ子ステップ・アップ調査から考える、 今年度の振り返りと次年度」について	ベネッセ 担当者 大塚 晋平氏 学び支援課 指導主事

## 3 研究の内容

### (1) 第1回 説明（令和4年7月7日）

第1回は、本研究部会の概要と実施予定についての確認を行うため、Web会議システムにて実施した。

実施後のアンケートでは、今年度の研究部員のほとんどが学力向上担当1～2年目の教員で占められていることが分かった（図2）。また、昨年度の研究部会におけるアンケートによると、担当者以外がWeb分析システム『SYEN』を扱うことが少ないことが分かっている。これらのことから、第2回に自校の学力等を分析するうえで必要となる『SYEN』の見方・操作方法を学ぶ機会を設けることとした。

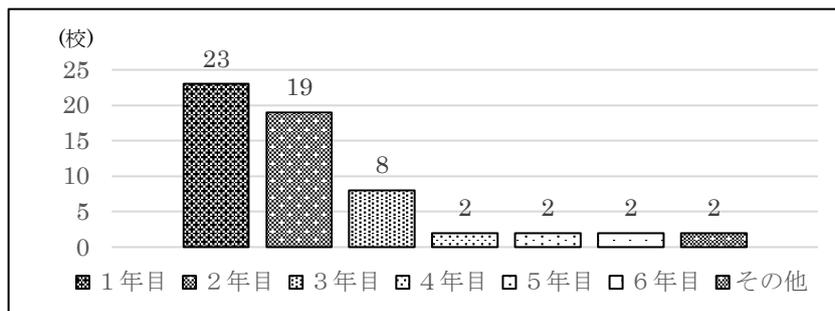


図2 令和4年度研究部会員の学力向上担当歴

## (2) 第2回 説明・演習 (令和4年7月25日)

第2回は、希望者参加型として、Web分析システム『SYEN』の見方・操作方法を学ぶ研修を行った。今年であまっ子ステップ・アップ調査がスタートしてから5年目になるが、昨年度のアンケートを見ていると、「SYENの使い方がわからない」「初めて学力向上担当になった」「SYENを使ったことがない」などの声が多くみられた。そこで、各校の学力向上担当として、自校を分析していく中で使用する『SYEN』の使い方を、ベネッセの担当者に依頼し、演習形式で研修会を行った。58名中19名の参加があり、担当者に直接質問をしながら、それぞれが自校の分析を行った。

### ●演習のポイント

- ・全体の傾向把握 (学校・学年・学級)
- ・気になる教科の経年変化の確認
- ・学級の4層分析 (学力層別人数割合やパターン分析) を行い、手立てを検討する。
- ・個人結果をSYENで確認する。

学級の結果や児童生徒個人の概況をみる。

『SYEN』の操作方法を学ぶ場として設定したため、分析対象は担当者がイメージしやすい学年や教科に絞ってワークシート (図3) に書き込みながら行った。全体の傾向を把握した後、経年と比較したり、学力層別人数割合やパターン判定を用いることで多角的に結果をみたりする分析方法を学び、結果から具体的な手立てを考えるとという流れ

で行った。このような流れを実際に経験することで、担当者が学校全体や学年・学級の分析を行う際の、一助になったと考えられる。

図3 ワークシート

## (3) 第3回 講話～演習 (令和4年12月5日)

第3回は、講師に早稲田大学教職大学院の田中博之氏を招き、「学力向上の成果を上げている学校の特徴」についてというテーマでご講話を頂いた。田中氏は、学力調査を活用した専門的な課題分析に関する調査研究に携わっておられる。様々な学校への訪問調査より明らかとなった学力向上へ繋がる実践的な取組を伺うことが、本部会の活動に有益であると考えた。講話の後にはグループ交流の時間をとり、講話内容から自校に合った、より具体的な手立てへ繋げるためにアウトプットする時間を設けた。

### 講話のポイント

- 全国学力・学習状況調査の結果の活用
  - ・結果チャートの活用（学校運営・児童生徒）  
学力調査の結果だけでなく、学習状況の結果を組み合わせることでバランスをみる  
ことができる。
- PISA型読解力の再評価（求められている読解力）
  - ・複数の資料を関連付けて考える。
  - ・資料の正誤を判断する。（誤った資料が含まれることがある。）
  - ・文章と、図、写真、グラフ、式などを組み合わせる。
  - ・理由や根拠を明示して活用して考える。
  - ・資料やデータを引用して説明する。
  - ・読解したことを論理的に表現（記述）する。
- 記述力、論述力の大切さ
- 「深い学び」につなげる技法
- 個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実
  - ・二項対立にならない。
  - ・両者のよさを生かす取組の工夫が必要。
  - ・「集団の中で個が輝く授業づくり」。
  - ・多様な教材や学習活動の構想と提供。

### グループ交流のポイント

- 講話を受けて、次の4つのポイントから自校の取組を振り返る。  
今後も続けたい取組はなにか・発展させたい取組はなにか  
見直し（廃止）したい取組はなにか・チャレンジしたい取組はなにか

グループ交流の中では、講話の中にあつた「記述力、論述力の大切さ」について話題にしているグループが多かつた。帯学習の中に基礎基本の定着とともに発展的な学習として、考えを述べるような問題を取り入れたり、学期に1～2回程度、記述課題を取り入れたり、記述力や論述力を身につけるための具体的な自校の取組について話し合つていた。各校で取り入れている実践の情報交換をしたり、こんなこともできるのではないかとアイデアを出し合つたりしているグループもあつた。また講話の最後に言及された家庭学習についても、量や質に関することや放課後学習とどのように繋げていくか等の話し合いがなされた。このように講話を聞くだけでなく、すぐに自校の現状と照らし合わせ具体的な取組を考えることは、講話の内容をより深く理解することに繋がつたと考える。



図4 第3回の講話とグループ交流の様子

(4) 第4回 講話～演習（小学校：令和5年2月16日・中学校：令和5年3月2日）

第4回は今年度の結果を分析し次年度への取組につなげるために、SYEN 公開日より1週間後程度に小・中と校種を分けて実施した。校種を分けることでより具体的な取組の情報交換ができたと考えている。結果の分析にあたっては、ベネッセの担当者を招いた。分析に入る前に、令和4年度の市全体の結果について報告をいただいた。報告の中では、経年比較からみえることや意識調査と学力調査のバランス、意識調査のなかで特に学力相関が高かったもの等が取り上げられた。意識調査と学力調査は両輪であり、どちらもバランスよくすることが大切だと認識することができた。



図5 第4回の講話の様子

その後の演習では、学校全体の分析を中心に行った。結果から成果と課題を洗い出し、今年度の振り返りとして成果につながった取組や課題に対する手立てを考えた。その後、それらの内容をグループで交流し、次年度へつなげるための具体策について情報を交換した。また、交流の中では、あまっ子ステップ・アップ調査の結果の共有の仕方についても話題にあがっていた。他にも、市販のワークシートや新聞教材を帯学習や放課後学習で用いていることや、児童生徒の取り組ませ方など具体的な情報があがっていた。このように、各校が成果と課題を把握し、学校がどのように取り組むかを考え共有することが、次年度に向けた取組を検討していくうえで、一定の役割を果たしたと考える。



図6 第4回のグループ交流の様子

#### 4 研究のまとめ

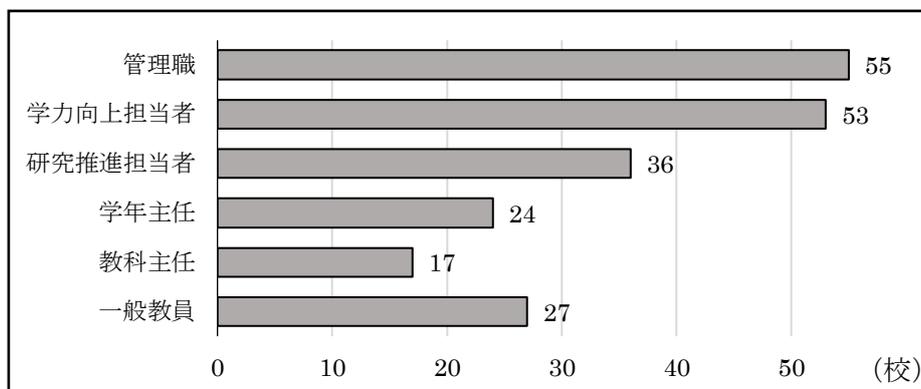
今年度の研究部会のまとめとして、校内の「あまっ子ステップ・アップ調査」結果の活用についてアンケートを実施した。部員にアンケートを配布し回収した結果を以下に記す。

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

(1) Web分析システム(SYEN)の活用と分析について

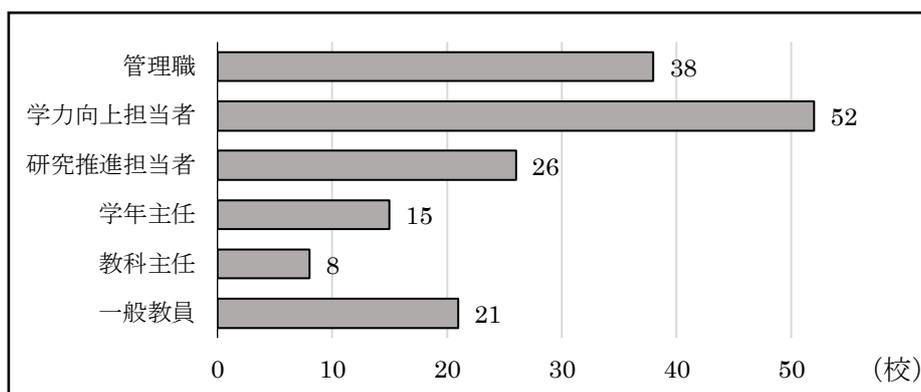
①SYENにログインし、データを閲覧している教職員を教えてください。

(複数回答可)



②調査結果の分析を行っている教職員を教えてください。

(複数回答可)



①の結果からは、あまっ子ステップ・アップ調査の結果を閲覧している教員が、学力向上や研究推進などの担当者だけではないことが分かる。また②の結果からは役職・担当を超えて、様々な教員が分析していることが分かる。「あまっ子ステップ・アップ調査」がスタートして5年が経過したが、アンケート調査の結果から、着実に調査結果の活用が進んでいることが分かる。同アンケートでは、分析結果の共有方法についても質問したが、プリントにまとめたり、学力向上や研究推進、職員会議等の全体場で共有を図っていたりと、各校の状況に合わせて共有を図っていることが分かった。

分析を行う教員にも変化が見られた。②の結果から、分析を行っている教職員の多くが学力向上担当であった。その担当者が、あまっ子ステップ・アップ調査の結果の成果と課題を記したものについて、昨年度と内容を比較した(表1)。

表1 あまっ子ステップ・アップ調査の結果から分かる各校の成果と課題について担当者が挙げた内容の変化

	令和3年度		➔	令和4年度	
	学力調査の結果のみ	学力調査と意識調査の結果		学力調査の結果のみ	学力調査と意識調査の結果
小学校(41校)	36校	5校		小学校(41校)	14校 27校
中学校(17校)	16校	1校		中学校(17校)	7校 10校
計	52校	6校		計	21校 37校

その結果、令和3年度は成果と課題に学力の結果についてのみ記した学校がほとんどであったが、令和4年度は学力調査と意識調査について記した学校は、小学校41校中27校（約66%）、中学校17校中10校（約59%）であった。第4回において、学力調査と意識調査は両輪であり、どちらかが優れているのではなく、バランスが良いことが望ましいと認識した。これは「知識や技能と思考力・判断力・表現力や学ぶ意欲などは本来相互にかかわりながら補強し合っていくものであり、[確かな学力]をはぐくむ上で、両者を総合的かつ全体的にバランスよく身に付けさせ、子どもたちの学力の質を高めていくという視点が重要である。」<sup>i</sup>と中央教育審議会の報告でも述べられている。ベネッセの担当者から、尼崎市は学力調査の結果に比べ意識調査の結果が全国よりも低い傾向にあるとの指摘を受けた。意識調査に目を向け校内の取組に取り入れることで、学力向上へ繋がらないだろうか。次年度の手立てを各校が考える際に、この視点はあまり含まれていなかった。意識調査の結果も含めて次年度の取組を考えることは今後の課題である。

## 5 終わりに

本研究部会では、他校の取組を共有したり、分析手法について学んだりしてきた。その結果、多くの学校があまっ子ステップ・アップ調査の結果に強い関心をもち、調査結果の分析や活用について校内で共有している様子が見えてきた。一方で、多角的な視点で結果を分析するために、今後も各校での分析の共有方法や、学力向上の取組について情報交換を行い、新しい風を取り入れることも必要であると考えます。

また、意識調査の結果を分析し、活用できている学校も多くはない。意識調査の結果から、学力との相関関係を調べ、それに合わせた取組や教員の意識を確立させることも必要であると考えます。次年度は、6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、学力向上を一層図っていききたい。

<sup>i</sup> 中央教育審議会.” 初等中等教育における当面の教育課程及び指導の充実・改善方策について（答申）”. 文部科学省. 2003.

[https://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/f\\_03100701.htm](https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/f_03100701.htm)

（参照 2023. 2. 28）

## 【尼崎市版 GIGA スクール構想(AGS)】実現に向けての取組

### － 尼崎市全教員のさらなる ICT 活用指導力向上を目指して －

学校 ICT 推進課 係長 山下 崇

#### 【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 を活用した先導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ことで、多くの教員が効果的に ICT を活用し、「指導の個別化」や「学習の個性化」の授業スキルを身につけられるように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、昨年度と同様に、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、学校単位で取り組むものとした。

具体的には、年間 6 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るほか、特定の研修日を設けず、各校の取組を共有するワークショップなども部会の中に盛り込み、その成果を閲覧できるホームページを立ち上げるなど、尼崎市全教員のさらなる ICT 活用指導力向上を図る。

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、ICT 活用指導力向上

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	13
5	終わりに	16



## 1 はじめに

「多様な子供たちを誰一人取り残すことなく、子供たち一人一人に公正に個別最適化され、資質・能力を一層確実に育成できる教育ICT環境の実現」<sup>1</sup>を目指し、始まったGIGAスクール構想によって、児童生徒に1人1台端末が配布されてから2年経った。そうした中で、尼崎市でも小中学校の学習において、ICTを活用する場面が多くなってきた。そのことは、令和4年度の全国学力・学習状況調査でも明らかである。

一方、教員の学習でのICT活用率は、中学校において、「ほぼ毎日」と回答した教員は、全国平均より10%以上高いが、「週3回以上」や「週1回以上」と答えた教員を含めると、全国平均よりもかなり下回る結果となった。このことは、ICTを使った授業を常時行う教員と、ほとんど使用しない教員とで、学校内が2極化していると考えられる。小学校では、どの層も全国平均並みではあるが、「ほぼ毎日使用している」と回答した教員は20%程度と中学校と比べて10%近く低く、学習においてICTを十分に活用しているとは言い難い。

令和4年12月に文部科学省から発出された「学校教育情報化推進計画」<sup>2</sup>の中で設定された2026年度までの目標値は以下の通りである。

- ・1人1台端末を授業でほぼ毎日活用している学校の割合・・・100%
- ・授業においてICTを活用して指導する能力・・・100%

上記目標を達成するためには、すべての教員のさらなるICT活用指導力向上が必要である。そのために、他校の取組や先進的な事例等を、本部会において各校に展開し、その内容を昨年度から各学校で組織されている「ICT活用推進チーム」の教員を中心に、全教員に発信することによって、指導や校務におけるICT活用を推進していくこととした。

---

<sup>1</sup> (リーフレット)GIGA スクール構想の実現へ([https://www.mext.go.jp/content/20200625-mxt\\_syoto01-000003278\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20200625-mxt_syoto01-000003278_1.pdf))

<sup>2</sup> 学校教育の情報化の推進に関する施策の方向性やロードマップを示すものとして、令和4年12月26日に文部科学省が策定した。([https://www.mext.go.jp/a\\_menu/other/mext\\_02144.html](https://www.mext.go.jp/a_menu/other/mext_02144.html))

## 2 部会の方針

### (1) 本部会の目的

児童生徒 1 人 1 台の PC を活用した先導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ことで、多くの教員が効果的に ICT を活用し、「指導の個別化」や「学習の個性化」の授業スキルを身につけられるように推進していく。

### (2) 本部会の進め方

本部会は担当者を 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」のメンバーが、その都度、任意に出席する形式とする。本部会において、得た知識や他校の取組等を自校で研修等により共有し、校内の他教員に還元していく。

### (3) 年間計画

回	時期	内容	講師等
1	6/9	講義：授業支援アプリ「先進事例の共有①(Google)」 ・先進的に取り組んできた自治体・学校ではどのように「Google Workspace 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
2	6/30	講義：授業支援アプリ「先進事例の共有②(ロイロノート)」 ・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
3	7/28	講義：先進校の取組「各校のこれまでの取組」 ・尼崎市内の先進校の取り組みを共有し、2 学期からの自校の取り組みに活かす。	先進校教員 指導主事
4	10/21	講演：「ICT を効果的に活用した学習」 ・ICT 機器を活用した授業づくりファーストステップ、協働学習と ICT 機器の利活用などを学ぶ。	緩利 誠 昭和女子大学 准教授
5	11 月 ～ 12 月	ワーク：学校での取組の共有「学校の取組から学ぶ」 ・1、2 学期に各学校で取り組んだことを振り返り、3 学期の取組に活かす。	指導主事
6	2/9 2/16 3/2	ワーク&まとめ：「ふりかえり」 ・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、令和 5 年度の年間計画に反映させる。	指導主事

※今年度の部会は、上記計画で実施した。

※第 1、2、6 回はオンラインでの実施。第 5 回は、オンライン上での非同期式のワークショップでの実施

### 3 部会の内容

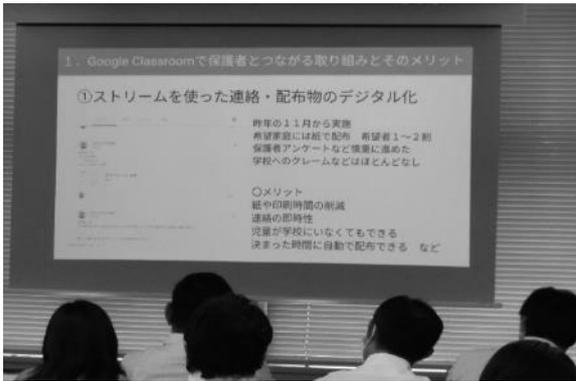
#### 第1回・第2回 講義：授業支援アプリ(令和4年6月9日・6月30日)

第1回は、Google社の教育プログラム「Google Workspace for Education」から、児童生徒及び教員が学習や校務の中で使用する代表的なアプリケーションの使い方や活用方法について講義を受けた。第2回は、授業支援アプリケーション「ロイロノート・スクール」の新機能の紹介などの講義を受けた。どちらのアプリケーションも、GIGAスクール構想が始まった当初から尼崎市内の学校に導入されているものであり、それぞれの活用方法だけでなく、全国の先進校事例の紹介なども部員に共有されたため、すぐに活用できる内容であった。

#### 第3回 講義：先進校の取組(令和4年7月28日)

第3回は、昨年度のICT活用推進部会の中でベストプラクティス校に選ばれた尼崎北小学校、園田東中学校、それぞれ代表校の取組事例発表と、尼崎市のICT活用の現状について、両校の教員と学校ICT推進課から報告を行った。発表では、学校におけるICT活用推進チームの構成や学校のデジタル化を進めていくための方法など、実際の学校における具体的な発表であったため、自己・自校の取組を進めていく上で、よりよい指針となった。

#### ～ 第3回 ICT活用推進部会での様子 ～

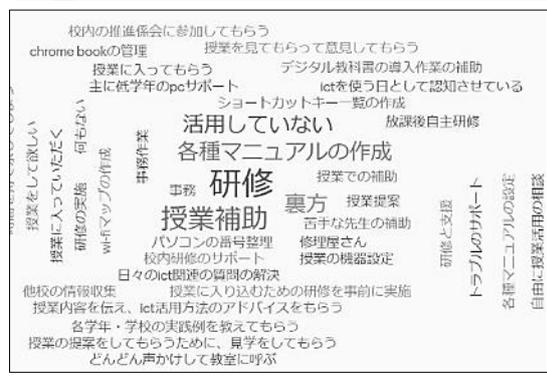


#### ～ 部員への質問事項 (ワードクラウド<sup>3</sup>により分析)～

##### 使用頻度格差の理由は何だと思いますか？



##### ICT支援員をどのように活用していきますか？



<sup>3</sup> ワードクラウドとは AI が選び出した重要度が高い単語を、その値の大きさに応じて示された図。(http://wordcloud.jp.com/)を利用し分析している。

#### 第4回 講演：ICTを活用した効果的な学習(令和4年10月21日)

第4回は、「ICTを効果的に使用した学習について」をテーマとし、昭和女子大学 緩利誠氏を講師に招き、講演を受けた。最新のデータをもとに、批判的思考や視点の提示の重要性など、「主体的・対話的で深い学び」を実現するために、どのようにICTを活用すれば良いかといった観点から、その方法を学んだ。

#### ～ 第4回 ICT活用推進部会での様子 ～



#### 第5回 ワーク：学校での取組の共有(令和4年11月～12月)

第5回は、講義等の集合研修の形はとらず、「非同期」のオンラインワークショップによる研修とした。各校の担当教員が、本年度行ったICT活用事例を学習系と校務系にわけ、スライドでまとめた。職員会議のデジタル化やフォームを使用した各種アンケートのデジタル化など、多くの学校が実践している事例や、保護者とのICTを使用したやりとりやGoogleカレンダーの利用例などもあった。昨年度の事例とともに、各校の新たな取組の参考になるように、Googleサイトを使用して、項別にまとめ、各校に還元した。

#### ～ 各校の取組のスライド(小田北中学校、下坂部小学校)～

<p><b>小田北中 (校務)</b> ～令和4年度取組内容～</p> <p>職員間の連絡手段としての活用 【やり取りの多い連絡手段】が、レスが容易で、Gmailの活用が中心。</p> <p>成果：お互いの用件が完了するまで連絡が滞りなく済んだ。</p> <p>連絡：Gmailを有効活用している。</p>	<p>【昨年度の取組】・学校行事や校務への活用促進 ・研修の成果・共有の仕組みづくり ・1件を円滑にした有償計画の立案と実行</p> <p>スタディサプリ活用のための 無償研修 【知り直し自習進修オンライン研究会】を受けて、「提出済みの課題を消化し、好きな学習のペースで学習」し、提出期限から引いた課題の多い「宿題の学習計画」についての実用性を検証し、具体的な活用方法を話し、具体的な活用方法の活用を進めた。</p> <p>成果：具体的な学習プラン、定期テストも活用できたと好評です。</p> <p>課題：自分の多忙さと少ない月の差が大きい。</p>	<p>アンケートのフォーム化 生徒用アンケート、職員向けアンケート、保護者アンケートをフォーム化、生徒会役員選挙にも利用した。</p>	<p><b>下坂部小 (学習)</b> ～令和4年度取組内容～</p> <p>昨年度の課題：ロイロノートなどICTのさらなる活用 児童のタイピングスキル向上</p> <p>ロイロを使った授業展開</p> <p>3年生・タブレットを校外に持ち出し、商店の工夫をカメラで撮影し、後戻りがある。</p> <p>4年生・理科「土の中のつくりと変化」で、開始の場所をロイロでマークする。</p> <p>5年生・国語の習字、スライドで課題を提示しながら、ロイロで自分の進捗をマークする。</p> <p>6年生・体育「走り幅跳び」でフォームを撮影し、振り返りを生かす。</p> <p>(その他の取り組み) ・タイピングスキル向上の取組、タイピング選手権を行い表彰、全校へ広めていきたい。 ・全学年の事後研修で「ロイロノート」を活用、良かった点、改善点をデジタルで共有。 ・クラスルームで欠席者への連絡を行った。 ・グループメートを使い、オンライン授業を行った。 次年度は、各学年での取組を全校で共有し、ICT活用頻度と実施レベルを引き上げたい。</p>
---	---	---	---

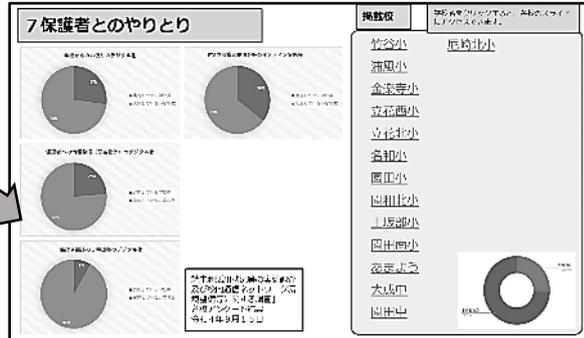
※第5回の各学校での取組事例の資料は、以下のサイトから閲覧できる。

(市内アカアカウントのみで閲覧可)

[https://sites.google.com/cen.ama-net.ed.jp/r3-ict/  
/%E3%83%9B%E3%83%BC%E3%83%A0](https://sites.google.com/cen.ama-net.ed.jp/r3-ict/%E3%83%9B%E3%83%BC%E3%83%A0)



～ AGS 情報掲示板 ～



項別まとめのページ

第 6 回 ワーク&まとめ：今年度の振り返り(令和 5 年 2 月 9 日、16 日、3 月 2 日)

第 6 回は、第 5 回でまとめたスライドや資料をもとに、4～5 人のグループとなって取組事例をそれぞれ紹介し合った。これまでの部会の話し合いでは、小学校、中学校の教員を混在したグループを作って進めていったが、それぞれに分けて話し合いをしたいといった要望もあったため、中学校を 1 日、小学校を 2 日の合計 3 日にかけて実施した。そして、教員の業務負担軽減として、各校から参加できるように、オンライン会議システムを用いて実施した。また、話し合った内容の効果がより高まるように、会議室をオンライン上で複数に分割し、小人数ごとに話せる場を設定できる機能(ブレイクアウトルーム機能)も使用した。部会の内容としては、グループ討議の他に、話し合った内容や次年度実施したい内容などを各グループの代表者に発表してもらうことで、他校の実践事例を多く学ぶことができ、来年度の取組に活かすためのヒントとなった。

第 6 回 ICT 活用推進部会アジェンダ

# ICT活用推進部会 (第 6 回)

- 14:35～グループでの情報共有 (適宜休憩可)
- 15:20～グループ発表 (各グループ 10 分程度)
- 16:00～学校 ICT 推進課より
- 16:20～アンケート回答 (回答後、随時解散)

**事後アンケートリンク**

出欠表も兼ねますので、必ずご回答ください。

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScrGw\\_gkp6pB-TL93kzad0SPmZSm10fs7-zd38GA0Z3rFsipa/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScrGw_gkp6pB-TL93kzad0SPmZSm10fs7-zd38GA0Z3rFsipa/viewform?usp=sf_link)





Room を中心としたアプリケーションにて活発に行われていたことが予想される。また、「Form」「カレンダー」「スペース」「チャット」など、昨年度よりも様々なアプリケーション名がワードクラウドにあがっており、業務改善を進めるため、各学校が、積極的に ICT を活用していることがわかった。

反対に「課題」のワードクラウド(図 2)では、「活用」「個人差」「ない」といった言葉が多い。教員間や学校間での ICT 活用の格差は、全国的な課題であるが、尼崎市内在学校においても、その意識が強いことがわかる。その対策として「研修」を挙げている学校もある。また、「ルール」「モラル」「徹底」といった言葉も挙げられており、学校や家庭でどのように指導していくかを課題とした学校が多数あることや「スタディサプリ」の活用方法なども課題として挙げられる。

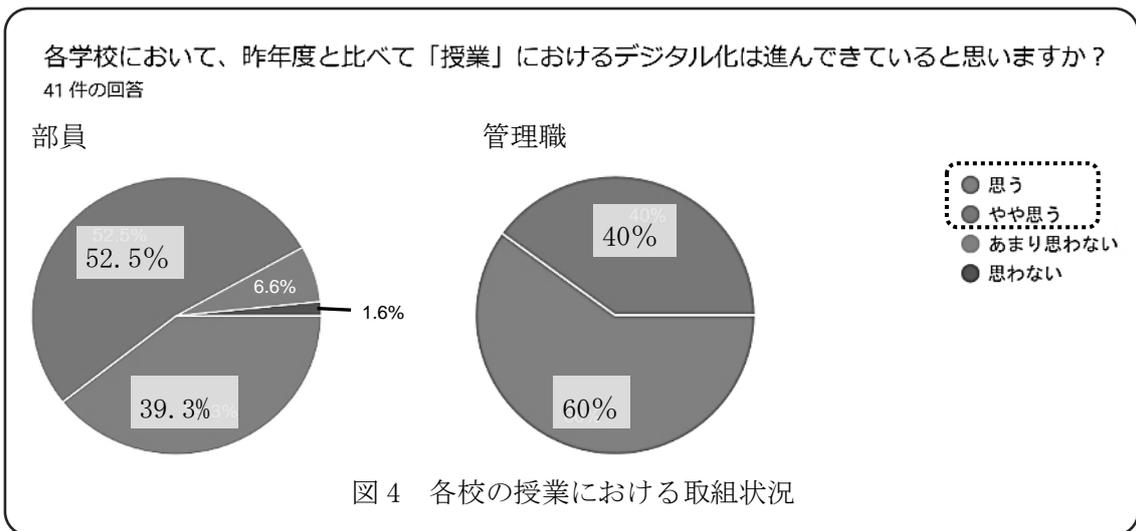
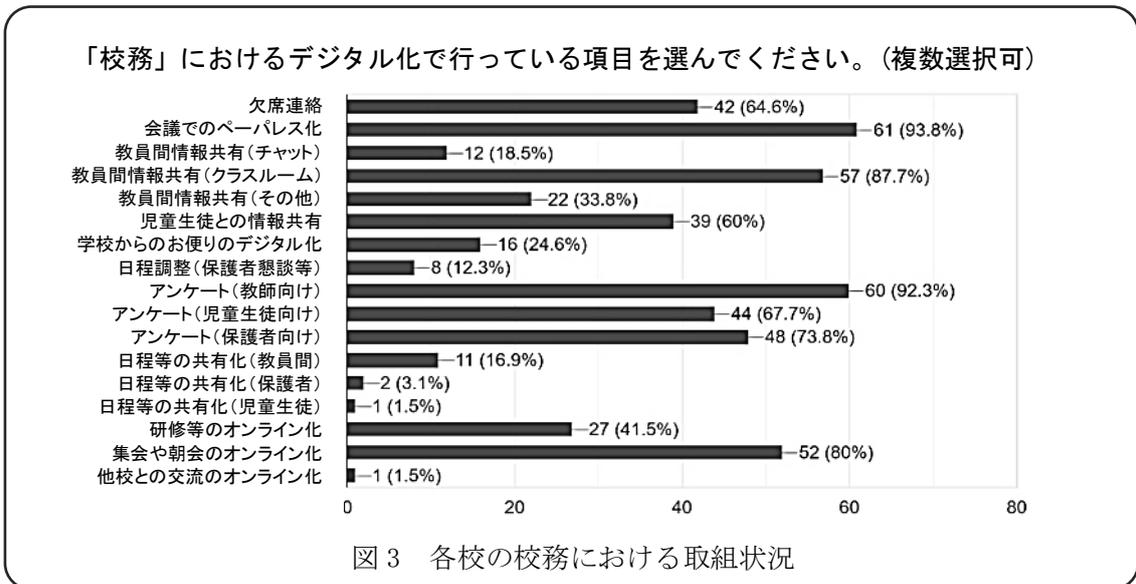
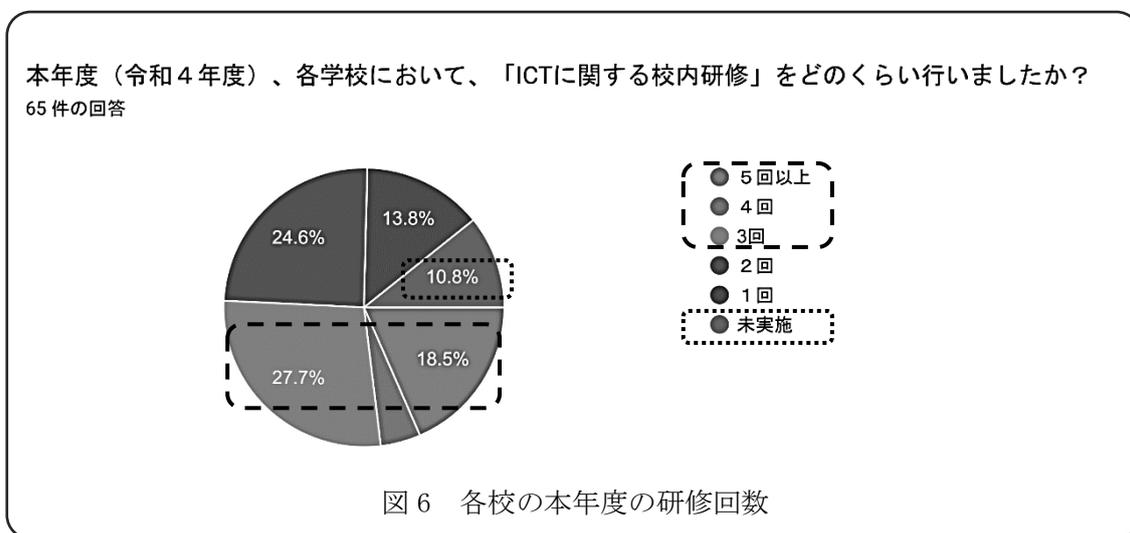
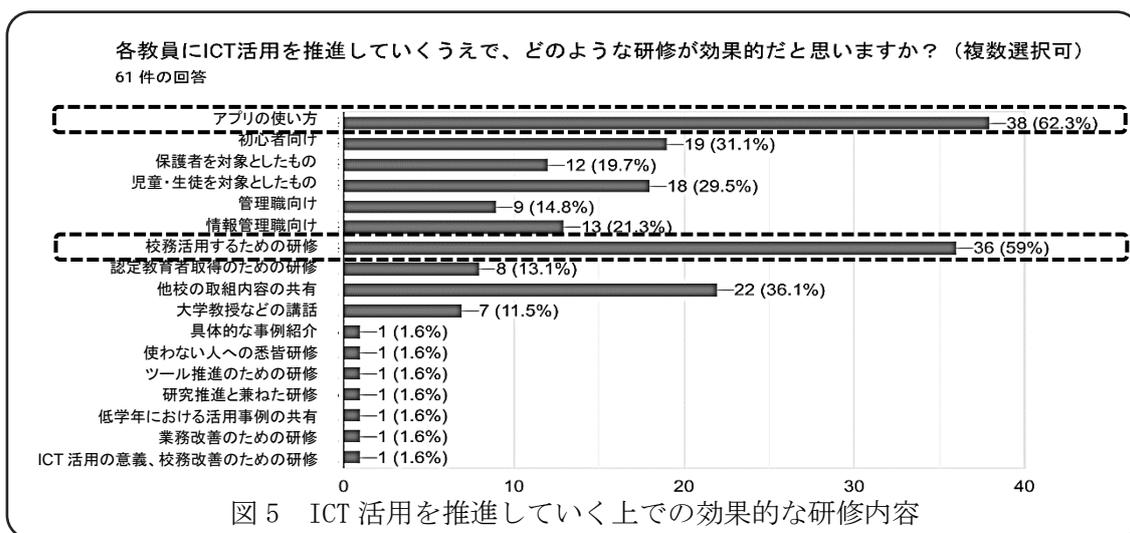


図 3 を見ると、「会議等のペーパーレス化」「アンケートのデジタル化」「集会や朝会などでのオンライン化」「クラスルームでの教員間の情報共有」などは、ほとんどの学校で実施されており、今年 1 年で、校務のデジタル化は、随分と進んだといえる。一方で、

「学校連絡のデジタル化」「保護者懇談等の日程調整のデジタル化」「Google カレンダー等による行事等の日程の共有化」は、いずれも低い。今後、学校と家庭間で、どのようにデジタル化を進めていくかが課題である。

一方で、授業についてのアンケート(図 4)から「授業におけるデジタル化が進んできているか」といった質問に対して、90%以上の教員が肯定的な意見であった。また、「毎日1回以上端末を使用している」といった回答も60%近く(1学期末時点では、約44%)あり、順調に授業内のデジタル化が進んでいると考えられる。

### 今後の取組



成果と課題でも述べたように、「学校間格差」や「教員間格差」をどのようにして改善していくかが重要となる。そのためには、校内外の研修を充実させていく。図5の「どのような研修が効果的か」といったアンケート結果を踏まえ、希望の多かった「アプリの使い方の研修」や「校務活用するための研修」などの研修を部会での取組以外にも増やしていく予定である。図6から、本年度は、学校の50%が、年に3回以上、校内研修を行っている。しかしながら、未実施である学校も少なくない。そうした学校に対して、Google やロ

イロノートの講師を学校へ直接派遣し、校内研修を実施してもらうように働きかけたり、指導主事が学校に直接訪問し助言や研修をする機会を増やしたりしていく。

## 5 終わりに

児童生徒に対して1人1台タブレットが導入されたことにより、児童生徒は、お互いの意見を簡単に参照でき、学習中に何度もインプットとアウトプットを繰り返して学びの質を深めたり、グループでの話し合いや発表といった協働的な学習を自己決定したりと、「主体的・対話的で深い学び」の学力観を達成しやすい環境になったといえる。また、教員は、児童生徒の考えをリアルタイムで確認し、的確に支援するといった「コーディネーター力」が重要になるなど、GIGA スクール構想によって求められる指導力や学習形態を変えていく必要がある。

今年度、全6回の部会を通して、教員同士が数多く交流する機会を設けることができた。6回のうち、教育総合センターを会場にして行ったのは2回であり、1回が、非同期式のオンラインワークショップ、3回をミートによるオンライン会議システムを用いて開催した。また、実際にアプリケーションを動かした体験的な取組を行ったり、オンライン上においてグループ(4~5人)で話し合いができるようにブレイクアウトルーム機能を用いたりして、より意味のある部会になるように心がけた。部会后、各校の取組内容の問い合わせ等もあり、積極的にICTを活用していこうとする意欲も感じられた。

尼崎市の小中学校におけるICT活用率を見ると、着実に伸びてきている。(令和4年度全国学力・学習状況調査や年度末アンケート結果より)このことは、管理職のリーダーシップのもと、各学校が自主的な取組を地道に行ってきたことに他ならない。

今後も引き続き、部会を通して知識や技能を得た部員から、各学校の教員に伝えてもらうが、部員の負担軽減のために、部会以外の取組の充実も図っていく。例えば、ICT操作スキル別の研修回数を増やしたり、各校に講師を派遣したりすることで、より多くの教員のICT活用スキルを高めていきたい。また、情報共有掲示板などを使用し、有益な情報発信の更新頻度をあげていく予定である。部会を中心とした様々な取組によって、教員がさらなるICTを活用した指導力を身に付け、未来に生きる子どもたちのため、日常的な授業が、「主体的・対話的で深い学び」につながるよう期待する。

## 多面的・多角的な視点で物事を考える場面づくりと

### 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	春名 祥吾	(上坂部小)
	〃	塚本 洋一	(南武庫之荘中)
	〃	鷹 和樹	(尼崎高校)
	〃	久保田 諭	(尼崎高校)
	〃	尾之内 潤	(尼崎高校)

#### 【内容の要約】

「Society5.0」や「VUCA」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と予測されている。そのような社会を生き抜くために学習指導要領前文には、「一人一人の児童生徒が、自分のよさや可能性を認識するとともに、あらゆる他者を価値のある存在として尊重し、多様な人々と協働しながら様々な社会的変化を乗り越え、豊かな人生を切り開き、持続可能な社会の創り手となることができるようにすることが求められる」と記載されている。

本研究部会では、そのような児童生徒を育成していくために、授業内に「変数」を取り入れ、児童・生徒が未知の状況に直面する場面を作ることで「多様な人々と協働しながら課題を乗り越える」資質・能力の向上を目指す。

また、今年度は多様な人々と触れ合う機会を作る事を目的として、地区や学年・学校を越えた活動を取り入れる。

1	研究の目的	17
2	研究の方法	17
3	年間計画	18
4	実践報告	19
5	全国学力・学習状況調査より	32
6	最後に	33



## 1 研究の目的

本部会では、授業内に「変数」を取り入れ、児童・生徒の思考にゆだねる時間を作り出すことで学習指導要領前文に記載された「自分のよさや可能性を認識するとともに、あらゆる他者を価値のある存在として尊重し、多様な人々と協働しながら様々な社会的変化を乗り越え、豊かな人生を切り開き、持続可能な社会の創り手となることができる」ような資質・能力の向上を目指す。

この際、小・中・高等学校の校種を越えた実践を交流し、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への手だて

学習指導要領前文に記載された内容を達成するために、「多様な」状況に触れることや「社会変化を乗り越える」と表現されているように課題を解決していく体験を学習者にさせるために探究的な学びを実施する。

探究的な学びとは、①【課題の設定】②【情報の収集】③【整理・分析】④【まとめ・表現】を繰り返し行う活動とされている。

④【まとめ・表現】から次の新しい課題を見つけ次の①【課題の設定】を行うには、児童生徒が、疑問をもちやすい発問が不可欠であると考えている。本部会では、児童生徒が疑問をもちやすい環境づくりの手法として授業内に「変数」を取り入れることとした。

また、公開授業等で、学習者の成果物発表を行って単元を終了させる計画が多くみられるが、成果物発表の際に気づいた改善点や疑問点について、もう一度試行錯誤する過程を提供することで、探究的な学びにつながると考えている。そのため、公開授業の次時にも同じ内容を取り扱うことや、さらに深めた内容を学習者に提示する単元構成を実施している。

### (2) 「変数」について

本研究部会の講師である徳島大学の福井准教授は、日々の授業が探究的に変わっていく手法として授業内に「変数」を取り入れることを提唱されている。

「変数」とは、児童生徒1人1人が自由に思考し、変更できる授業のありかたであり、例として「理科実験において実験道具や利用できる実験道具の個数を自由に選択できるようにする」「成果物として発表する場合に、劇や新聞、クイズなど発表方法を自由にする」ことなどが考えられる。

もし、教室内の全員が同じ意見や答えを持っている場合、それ以上に議論することや、考えることは出来ないので、深まりを感じることは無いが、「変数」を用いることで、教室内に「多様な」状況を作り出すことができ、議論や思考することにつながり、深まりを感じるようになると考えている。

また、異なる他者と自分を比較していくことによって、学習指導要領前文にも記載されている「自分のよさや可能性を確認する」場面や、「他者を価値のある存在として尊重する」経験につながることも想定される。

今年度は、他者と異なる意見や答えに直面する状況を作りやすくする手立てと

して、学年や学校、地域を越えた活動を行うことにも注力した。

### 3 年間計画

回	実施日	研修内容 等
1	6月28日(火)	講話 「これからの社会で求められる資質・能力と 変数を取り入れた授業づくり」 講師：徳島大学 准教授 福井 昌則 氏  個人テーマ設定に向けての検討
2	個人検討	研究授業公開日まで、Google classroom を用いて、講師からの指導助言をいただける環境で指導案検討を行う。
3	11月28日(月)	研究授業① 市立尼崎高等学校 第1学年 久保田 教諭 総合的な探究の時間 「課題解決学習 県立柏原高等学校とのオンライン交流」
4	11月28日(月)	研究授業② 市立尼崎高等学校 第1学年 尾之内 教諭 歴史総合 「ファッション」
5	12月12日(月)	研究授業③ 南武庫之荘中学校 第3学年 塚本 教諭 数学科 「トランプゲームを通して、確率を深める」
6	1月19日(木)	研究授業④ 上坂部小学校 第6学年 春名 教諭 理科 「てこのはたらき」
7	まとめ	講話 徳島大学 准教授 福井 昌則 氏

## 4 実践報告（公開順）

### （1）研究授業① 久保田 教諭（市立尼崎高等学校）

#### ○授業について

内容：総合的な探究の時間（遠隔地交流授業）

#### ○授業の目的について

- ・これまでの学びを発表することにより、学びの整理を行う。
- ・他校と交流することにより、多角的なものの見方や考え方に気づく。

#### ○授業の詳細

- ・県立柏原高等学校（知の探究コース）と各学校の代表者が相手校に対して成果発表を行い、質疑応答を行う流れを交互に数回行った。交流には web 会議システムを用いた。

#### ○授業の振り返り

##### 良かった点

- ・柏原高等学校との考え方や、ものの見方の違いに触れることができた。

##### 課題・改善点

- ・双方向中継を行う機会が少なく、機材トラブルが生じてしまった。
- ・柏原高等学校の生徒は、自分事として課題を設定し、探究を行っていたが、市立尼崎高等学校では、課題を設定する前に交流を行ったために、考え方やものの見方に相違があり、かみ合わない場面が見られた。
- ・進行や交流計画に生徒を参加させ、生徒たちで進行する交流会にすれば良かった。
- ・今後の交流計画が練れていないため、継続的な交流となっていない。

#### ○授業の様子



柏原高等学校との  
遠隔交流の様子



柏原高等学校への  
発表の様子



柏原高生と  
質疑応答する様子



柏原高等学校の  
発表を聞く様子

(2) 研究授業② 尾之内 教諭 (市立尼崎高等学校)

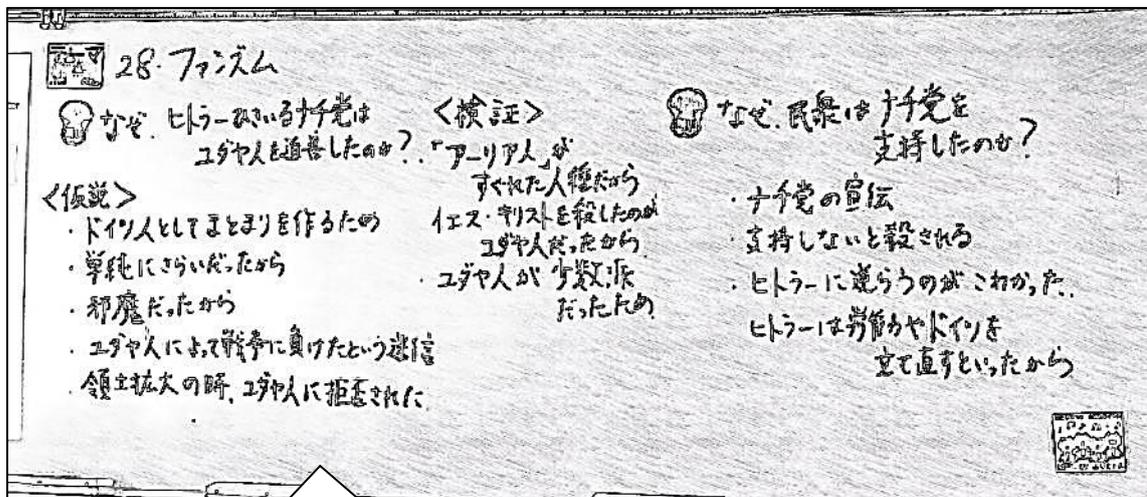
○授業について

1 単元について

「歴史総合」は18世紀から現在までの近現代史を対象とし、「世界との中の日本」を学ぶ。本単元は、第一次世界大戦後の「経済危機と第二次世界大戦」を取り扱う。

学習指導領解説には、「世界恐慌、ファシズムの伸張、日本の対外政策などを基に、国際協調体制の動揺を理解すること(知識・技能)」とした上で、「経済危機の背景と影響、国際秩序や政治体制の変化などに着目して、(中略)国際協調体制の動揺の要因などを多面的・多角的に考察し、表現する」とある。特に、今回取り上げる「ファシズム」については、「ファシズム勢力が伸張した背景として当時の国際組織や国際条約に脆弱さがあつたことなどにも気づくようにする」と記載されている。

「ファシズム」と聞くと、どうしても「独裁」「恐怖」など負のイメージがつきまとう。しかし、実際に、ドイツのナチ党は選挙で議席数を増やすなど、国民の支持を受けて勢力を拡大しており、「独裁」「恐怖」だけでは説明がつかない。そこで、今回の授業では、「なぜ、ナチ党はユダヤ人を迫害したのか」「なぜ、民衆はナチ党を支持したのか」などを複数の資料をもとに考えることによって、多面的・多角的な意見が出るよう工夫し、ひいては現代社会においても同様のことが起こりうることに気づかせたい。



授業の板書計画 (別のクラスで行った授業)

仮説＝既習事項や生活経験を生かして予想する。

検証＝仮説が正しいか、資料を読み解いて確かめる。

※思考が変容するきっかけづくりのために、あえて真偽が定かではないイメージや予想を共有する活動を設定した。真偽は、検証を通して明らかにしていく。

## 2 本時の学習

(1) テーマ 「ファシズム」

(2) 目標

- ・ヒトラーがユダヤ人を迫害した理由について、アーリア人の純血を守ろうとしたことを時代背景とともに説明できる。【知識・技能】
- ・ヒトラーの考えを民衆が支持した理由について、多面的・多角的な視点で考察することができる。【思考・判断・表現】

※なお、本時の観点については、あくまで形成的評価の対象とし、総括的評価の材料としない。

(3) 展開 (T=授業者、S=生徒)

段階	学習活動	想定される生徒の反応
導入	<p>第一次世界大戦後から世界恐慌までの流れをおさえる。(他クラスの人形劇を視聴。)</p> <p>T 世界恐慌により、英・仏・米はそれぞれの政策で乗りきろうとした一方、ソ連は世界恐慌の影響を受けませんでした。では、ドイツはどうか？</p> <p>(教科書を丸読み。1人1文ずつ)</p> <p>T 今日のテーマは「ドイツのファシズム」です。疑問に思うことは？(出てこなければ、他のクラスで集めた疑問を提示。)</p>	<p>S なぜ、ユダヤ人はドイツで迫害されたのか？</p> <p><b>なぜ、ナチ党はユダヤ人を迫害したのか？</b></p> <div style="display: flex; flex-wrap: wrap;"> <div style="width: 50%; border: 1px solid gray; padding: 2px; margin-bottom: 2px;">ユダヤ人はキリスト教の反逆者で指図やんから</div> <div style="width: 50%; border: 1px solid gray; padding: 2px; margin-bottom: 2px;">イエスキリストを殺したのは、ユダヤ人だから</div> <div style="width: 50%; border: 1px solid gray; padding: 2px; margin-bottom: 2px;">ユダヤ人は毒を持っている説</div> <div style="width: 50%; border: 1px solid gray; padding: 2px; margin-bottom: 2px;">キリスト教を信仰するドイツにとって、キリストを処刑したユダヤ教を許せなかったから。</div> <div style="width: 50%; border: 1px solid gray; padding: 2px; margin-bottom: 2px;">国民の不満が自分たちにむかないようにするため</div> <div style="width: 50%; border: 1px solid gray; padding: 2px; margin-bottom: 2px;">ヒトラーは小さい頃ユダヤ人にいじめられていたから</div> <div style="width: 50%; border: 1px solid gray; padding: 2px; margin-bottom: 2px;">イエス・キリストはユダヤ人によって殺されたのでその報復で、キリスト教をドイツ民族が信仰していたか</div> <div style="width: 50%; border: 1px solid gray; padding: 2px; margin-bottom: 2px;">ユダヤ人は毒い説 持っているX</div> </div>
展開1	<p><b>【問い1】なぜ、ナチ党はユダヤ人を迫害したのか？</b></p> <p>T グループで仮説を立てて、メンチメーターで送ってください。</p> <p>T それでは、グループで検証しましょう。教科書、ネット情報だけでは不十分かもしれませんので、クラスルームに資料を送ります。</p> <p>(検証結果の発表。3～4班)</p> <p>T ではそのヒトラーはどうやって政権を奪取したか、確認しましょう。(教科書のグラフを見て、選挙で議席数を増やしたことをおさえる。)</p>	<p>S 小さい頃に嫌がらせを受けた。宗教上の問題。</p> <p>イエス・キリストがユダヤ人に処刑されたこと。アーリア人の純血を保ちたかったことなどを、資料から読み解く。</p> <p>S 世界恐慌後、急速に議席を増やしていることから民主的に政権を奪取した。</p>

展 開 2	<b>【問い2】なぜ、民衆はヒトラーの考えを支持したのか？</b>								
	<p>T 当時のドイツの民衆は支持をしたことがわかりました。これはなぜでしょうか？</p> <p>(仮説を全体共有したあと、ヒトラーの演説の様子を動画で視聴。)</p>	<p><b>なぜ、民衆はナチ党を支持したのか？</b></p> <table border="1"> <tr> <td>支持したほとんどがキリスト教徒だったから</td> <td>ドイツの人々は意識的にあつておりそこにヒトラーがつけ込んだ</td> </tr> <tr> <td>国民の多くが反ユダヤ主義の思想を持っていたから。</td> <td>ヒトラーがドイツ人の前では笑顔を振りまいて愛想よくていい人を演じていたから。</td> </tr> <tr> <td>世界から戦争の責任を押し付けられ、立場がなかった国をかえるため</td> <td>演説で民衆の心を掴んだから</td> </tr> <tr> <td>自分もユダヤ人のように少数派になるのが怖かった</td> <td>第一次世界大戦の影響で心身ともに追い詰められていたからこそ弱みに</td> </tr> </table>	支持したほとんどがキリスト教徒だったから	ドイツの人々は意識的にあつておりそこにヒトラーがつけ込んだ	国民の多くが反ユダヤ主義の思想を持っていたから。	ヒトラーがドイツ人の前では笑顔を振りまいて愛想よくていい人を演じていたから。	世界から戦争の責任を押し付けられ、立場がなかった国をかえるため	演説で民衆の心を掴んだから	自分もユダヤ人のように少数派になるのが怖かった
支持したほとんどがキリスト教徒だったから	ドイツの人々は意識的にあつておりそこにヒトラーがつけ込んだ								
国民の多くが反ユダヤ主義の思想を持っていたから。	ヒトラーがドイツ人の前では笑顔を振りまいて愛想よくていい人を演じていたから。								
世界から戦争の責任を押し付けられ、立場がなかった国をかえるため	演説で民衆の心を掴んだから								
自分もユダヤ人のように少数派になるのが怖かった	第一次世界大戦の影響で心身ともに追い詰められていたからこそ弱みに								
ま と め	<p>(世界恐慌による貧困の背景にも触れ)</p> <p>T ナチズムのような独裁体制がこれからの日本で生まれないと切り切れるか。</p>								

#### 参考資料

- ペーター・ガイス・ギョーム・ル・カントレック『ドイツ・フランス 共通歴史教科書』(明石書店)
- クライヴ・A・ロートン『なぜ、おきたのか？ ホロコーストのはなし』(岩崎書店)

#### ○授業の振り返り

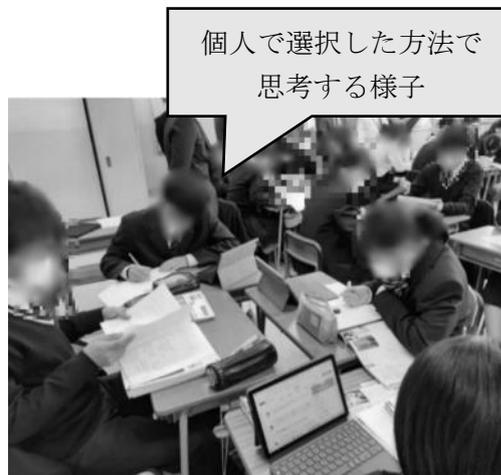
##### 良かった点

- ・生徒たちが、多面的・多角的な視点で物事をとらえられるような内容を提供できた。
- ・1人1台端末を活用した授業が展開できた。
- ・歴史の授業というストーリー(事実、原因、背景、影響)を追って終わりとなるなかで、探究的な視点で教材研究をした際に、未来を考えるための材料として「歴史」があるという意味を教師として改めて気づくことができた。

##### 課題・改善点

- ・個人の意見に根拠を持たせる工夫ができなかった。
- ・探究的に思考できる部分を公開授業内で展開することができなかった。

#### ○授業の様子



# 第二次世界大戦中のドイツのようなのは 今の日本で起こりえるのか？



<p>今、ウクライナ侵攻による円安での経済の悪化は下降の一途だから人手不足 物價不足が今よりもひどくなるようであれば 10年20年後には十分起こり得ると思う</p>	<p>不景気が続き失業者が増えつてしまえばピンチにすぎない契約を約束する人物が現れたら起こり得るかもしれない</p>	<p>起こりうる現在、円安や統一教会の問題があるが与党はあまり悪い策を出せておらず岸田内閣の支持率は少ない。さらに年長者がずっと残り続けていることに不満を持つ国民がいる。そんな中、国民が望むような政策をしてくれる人が現れたらそちら側につくと、考えたから。振り返りヒトラー一筆いるナチ党は今でこそ良くないと言われているが当時のドイツ人にとっては良い指導者だったことがわかった。</p>
<p>今以上の不況が起きたときに強い権力を持った人が現れたら国民はその人について行くしその分権力を持っている人も独裁政治になっていくから起こり得るかもしれない</p>	<p>あると思うとは思うけどヒトラーみたいな人が出てきてもドイツで起こったようなことにはならないと思う。池上彰とかが警告してくれそう。</p>	<p>2日本にはヒトラーのような圧倒的なリーダーや強い指導者はいないと思うので起こらないと思う</p>
<p>2起こり得る戦後のドイツは混乱や不安があり政府に対して信頼をなくしているときにヒトラーのようなリーダーシップのある人が現れて迫害などが起こったので日本も政府に対して信頼があまりないと思うのでいつかは日本にもヒトラーみたいな人が現れてドイツのようになり得ると思う</p>	<p>起こりえないもし仮に国民のほとんどが支持するようなら人物が現れても、若者や学者などが真実を気づき、ネットの影響を利用して反対する人が増えたり反対する団体ができたりすると思うから、特定の人物や政党に集まることはないと思った。</p>	<p>ネットが普及している現在で、ネット上で人を集めたりすることが簡単にできてネット上から強い力を持つこともできるため起こりうる</p>
<p>起こりうるけど第二次世界大戦ほどの規模ではないと思う。一部がなるくらいだと思う。</p>	<p>1起こりうるもし日本が戦争に巻き込まれたときに、食品や石油など資源を外国に頼っているものが多いので、物価上昇などで人々の生活が困窮すると思うから。</p>	<p>コロナやウクライナ侵攻などによる景気の悪化で、人手や物資が不足し、それを解決するために強い指導者を求め始めると起こり得るかもしれない。</p>
<p>そんなことになったら色んな国から非難されるし、外国との関係が悪くなったら日本が無理だと思う</p>	<p>経済の状況を見たら心配にはなるけど国家転覆レベルのこととは思えないような憲法や法律があるから大丈夫とは思いますが</p>	<p>実際、円安などもひどくなくなってきているし、これから失業者が増えて、国民の不満がふえていくと、ヒトラーのような人が立ち上がる可能性はあると思う</p>
<p>②今の日本人は他の国と比べて落ちてきているけど最近事件とか円安とかの問題が多いし、政府の中でも問題が起きてるし政府自体が国に追い付いていないから反発する人がなにか起こしそう。</p>		

### (3) 研究授業③ 塚本 教諭 (南武庫之荘中学校)

#### ○授業について

内容：三木中学校（兵庫県三木市）の生徒が考案した新ゲームに対して、追加ルールを考察するなかで、確率について考えを深める。※ゲームの内容や授業前の流れについては次ページ参照

#### ○授業の目的について

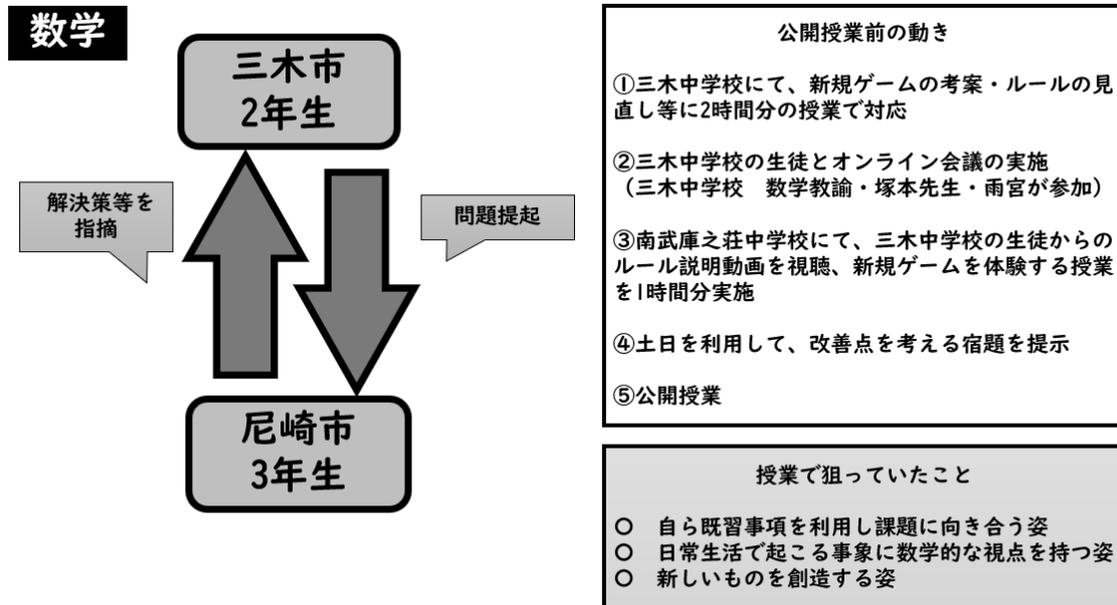
- ・トランプゲームを通して、ルールを追加することによってゲームの面白さが変化する。その面白さの理由について確率をもとに考えることができるようになる。

#### ○本時の流れ

	学習過程	学習活動	指導上の留意点
導入	・ 前回の振り返り (5分)	ゲームの追加ルールを考えてきたと思うのでまずはジャムボードを使って考えたルールをたくさん上げていこう。	同じようなルールでもよいので、1人1つ以上提出できるように促していく。
展開	・ 班活動 (25分)  ・ 班発表 (15分) 2分×6班＋予備	<p>前回、行ったゲームについて各自が考えた追加ルールを班内で発表し、それについて班で考えさせる。</p> <p>○なぜ、そのルールを追加したのか？</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ その方が面白いから。</li> <li>・ ゲームに深みが出る。</li> <li>・ なんとなく</li> </ul> <p>○面白いゲームとはどういうものか。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 自分の思うように展開が動く。</li> <li>・ 相手と自分のカードを見て駆け引きができる。</li> <li>・ 自分が勝つことができる。</li> </ul> <p>○今回、ルールを追加することでどう面白くなったのか？</p> <p>→なぜ面白くなったとわかるのか？</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 手が変わり、不利・有利な場面が増える。</li> <li>・ 手が増えて、できることが増える。</li> </ul> <p>→有利・不利が具体的にわかる方法はなにか？</p>	<p>ルールを追加することによって生徒がゲームに対して不利になる・有利になるということが感覚的にわかる。その感覚を具体的に表すにはどうすればいいかを生徒たちから引き出す。</p> <p>あまり、数学的に言ったらなどの言葉を使わずあくまでゲームの面白さの中から確率という言葉を引き出すようにする。</p> <p>必要であればトランプを貸し出して確かめさせる。</p>
終末	・ 振り返り (5分)	ロイロノートで次への展望を書き提出する。	

○三木中学校（兵庫県三木市）との動き

三木中学校では中学校 2 年生で扱う「確率」を用いた新規ゲームの考案を行い、南武庫之荘中学校 3 年生が既習事項を用いて、三木中学校の生徒が考案したゲームをさらによりゲームへと発展させるために思考する授業を展開した。



○三木中学校 考案したゲームの原案

南武庫之荘中学校の3年生が手直ししたゲームは以下の3種類である。

- サーティーン**  
 使用カード:ジョーカーを除く 52 枚  
 ルール:1はじめに 2 枚配る。残りは裏向けて山札にする。  
 2じゃんけんで勝った人から時計回りに次のいずれかを行う。  
 ・山札から 1 枚ひく  
 ・次の人から 1 枚ひく  
 ・手札から 1 枚捨てる  
 3「手札の数の合計が 30 になる」または「4 枚同じ数字がそろそろ」と勝ち。
- カウントアップ**  
 使用カード:ジョーカーを含めた 54 枚  
 ルール:1ジョーカー2 枚と A を人数分(7 人以上である場合は 2 も含めて)除き、残りを配る。  
 2除いたカードを裏向けにシャッフルして 1 枚ずつ取る。  
 3じゃんけんで勝った人から時計回りに出していく。  
 4はじめの人は手札の中で一番小さい数字を出し、次の人は 1 つずつ数字が上がるように出す。  
 同じ数字であれば一度に 2 枚以上出してもよい。次の数字がない場合はパスをする。  
 ジョーカーはすべてのカードの代わりとなることができる。  
 5「K(13)まで出る」または「全員がパスをする」と場の札は流れ、最後に出した人から4に戻る。  
 6すべての手札がなくなると勝ち。
- 30 点**  
 使用カード:ジョーカーを含む 54 枚  
 ルール:11~4,5~8,9~13 の山札をつくる。ジョーカーは 9~13 の山札に入れる。  
 2すべての山札から 1 枚ずつひき、手札をオープンする。  
 ジョーカーは 0 とする。  
 3まだひきたい人は山札を選び 1 枚ひく。追加で引いたカードは見せないようにする。  
 何枚でもひいてよい。  
 4全員がひき終わったら追加でひいたカードを一斉にオープンして 30 により近い人の勝ち。

○授業の振り返り

良かった点

- ・ 講義形式の授業では目立たない生徒が、自発的に質問や発表を行う姿が見られた。
- ・ 数学の時間で遠隔地・異学年をつないだ授業を行ったことが教諭経験としてプラスになった。

課題・改善点

- ・ 教科書に書いていないことやゲームをテーマにしたことで、苦手意識を持った生徒が一定数みられた。これについては、生徒側が持っている授業観を再構築する必要があると感じた。
- ・ 既習事項を活かす工夫を行ったが、異学年での既習事項を活用する授業になれておらず、既習事項を十分に活かさない生徒が多かった。
- ・ 今回取り扱った「確率」を生活内での事象と結びつけている生徒が少なかったため、教師主導による一方的な結びつけになってしまった。
- ・ 投影された文字を読み上げているだけの発表になっている生徒が多かった。

○授業の様子

Jamboard による意見交換後、  
対話による検討を行う姿



トランプゲームをしながら  
思考する姿



1 枚の Jamboard を 6 か所に分け  
個人の意見を班ごと集約している場面



勝ちやすくなる方法（確率）を理  
解した生徒がいた班（1 人の生徒  
が勝ち続けていた）



#### (4) 研究授業④ 春名 教諭 (上坂部小学校)

##### 1. 単元名『てこのはたらき』 (啓林館6 わくわく理科)

##### 2. 単元目標

加える力の位置や大きさに着目して、これらの条件とてこのはたらきとの関係を多面的に調べる活動を通して、てこの規則性についての理解をはかり、実験などに関する技能を身につけるとともに、より妥当な考えをつくり出す力や主体的かつ探究的に問題解決しようとする態度を育成する。

##### 3. 研究テーマと関わり・指導にあたって

本研究では、「思考力×ICT×探究的な学び」を軸に置くことで、自ら学び続けるための学習力を育成することをねらいとする。

第6学年では、年間の研究テーマに「授業の導入改革を軸とした、自ら問い(めあて)を見いだす児童育成」を掲げ、学習者自らが問いをもつことで、主体的な学びの実現と対話的に深く学ぶための土台を築くことを目指してきた。

本学年理科においては、導入時には主に提示・情報収集という形で、展開時には主に事象の記録と考察(思考)として、まとめの場では主に共有として、ICTを活用することで、課題解決と思考の整理、情報の共有のための有効手段としてきた。また、年度当初よりロイロノートやGoogle フォームのアンケート機能を活用し、「知っていること」「知らないこと」「疑問点」を分別化し、児童が解決したい課題を浮き彫りにしたり、導入時には既習事項や生活経験とのズレを意図的に生じさせたりすることで、児童自身が学習課題(めあて)をもち、解決できるよう個別最適な学びを展開してきた。

本単元では、てこの原理の理解と日常生活への結びつきについて、体験を通して横断的に捉えることで生きた理科の学びを展開する。その際、ロイロノート内共有ノートをグループごとに設定することでこれまでの学習を糧にして、児童どうしが計画を立て合ったり、トライ&エラーを繰り返しながら思考を深め整理し合ったりできるようにする。既定路線に乗った授業ではなく、計画・準備の段階から遊びの幅【変数】を取り入れていくことで、自ら自転車をこいで進むようなイメージの探究的な学びをデザインしていくものとする。各次・各時での具体的な指導については、次項「4指導計画」を参照していただきたい。

残すところ2カ月ほどとなった小学校生活の中で、今回の学習を通して、自ら学ぶ方法を個別最適な形で身に付け、困難に直面した時には仲間とともに協働的に解決できる力を培ってほしいと切に願っている。

##### 4. 指導計画(全8時間)・・・ICT活用との関連記述を含む

次	学習課題	時	学習活動 ICTの活用	評価規準
導入	<p>&lt;てこのはたらき&gt;</p> <p>小さな力でも楽に作業ができる道具はどんなしくみになっているのだろうか。</p> <p>【学習のきっかけや問い】</p>	①	<p>釘抜きや枝切りばさみ、栓抜きなどを使うと楽に作業ができることを体験するとともに、なぜ楽にできるのかを考える。</p> <p>★仮説や予想、感想を共有ノートに記録する。</p>	<p>てこのはたらきについて、既習内容や生活経験をもとに根拠のある予想や仮説を立て表現している。【主】</p>

第 一 次	<p>&lt;棒を使ったてこ&gt; てこをどのように使えば、重いものを小さな力で持ち上げることができるのだろうか。</p>	②	<p>てこを使って重いものを小さな力で持ち上げる方法について予想や仮説をもとに解決方法を考え、力点、作用点の位置を変えながらてこを使うときの手応えを調べ、結果を共有ノートにまとめる。</p> <p>★仮説の実証のために場面ごとに写真撮影し、考察を共有ノートに記録する。</p>	<p>・より合理的な解決方法を発想し、表現できる。【思判表】</p> <p>・力点、作用点を変え、てこを使うときの手応えを調べ、結果を適切に記録することができる。【知技】</p>
		③	<p>支点から力点、作用点までの長さを変えながら実験、考察する活動を通して、てこの手応えと位置関係についての規則性を捉える。</p> <p>★仮説の実証のために場面ごとに写真撮影し、その規則性について共有ノートに記録する。シンキングツールを活用する。</p>	<p>・てこの手応えと支点、力点、作用点の位置関係について考察する中で、より妥当な考えをつくり出し表現することができる。【思判表】</p>
第 二 次	<p>&lt;てこのうでをかたむけるはたらき&gt; 左右のうでで、おもりをつるす位置やおもりの重さを変えると、どんなときに水平に合うのだろうか。</p>	④ ⑤	<p>実験用てこを使って、支点から作用点・力点までの長さとおもりの重さの関係に着目しながらその規則性について仮説を立てながら実証する。また自由におもりの位置や重さを変えることで左右が合うときの普遍的な法則を捉える。</p> <p>★撮影した記録写真を並べたり比較したりしながら論理的かつ合理的な考えを記録し考察する。</p>	<p>・実験用てこを使って、左右のおもりの重さや位置を変えながら、てこの規則性を計画的に調べることができる。【知技】</p> <p>・結果をもとに、てこの規則性についてより妥当な考えをつくり出し表現することができる。【思判表】</p>
第 三 次	<p>&lt;てこを利用した道具&gt; てこを利用した道具はどんなしくみになっているのだろうか。</p>	⑥	<p>ペンチ、プルタブ、ホチキスなどの身の回りにある道具を目的に応じて使うことで、支点、力点、作用点について調べる。</p> <p>★支点、力点、作用点の位置に着目しながら共有ノートに整理し、てこの利便性について合理的に表現する。</p>	<p>・身の回りにある道具を目的に応じて使いながら支点、力点、作用点を調べ、てこの利便性に気づくことができる。【知技】</p>
総 括	<p>&lt;学習記録の整理と見直し&gt; 学習してきたことを整理し、生活や今後の学びに生かそう。</p>	⑦ ⑧	<p>学習記録を見直しながら、学びを整理し、学習活動が効果的であったかを振り返る。</p> <p>★共有ノートの再構築及びグループごとに交流する。</p>	<p>・てこの規則性について学んだことを学習や生活に生かそうとする。【主】</p>

5. 本時の目標

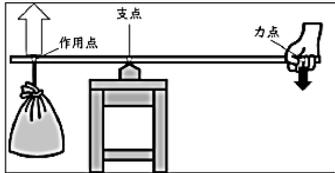
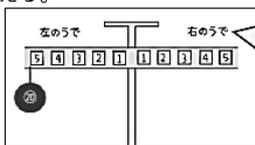
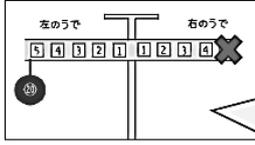
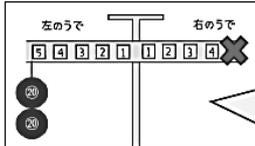
【知識・技能】

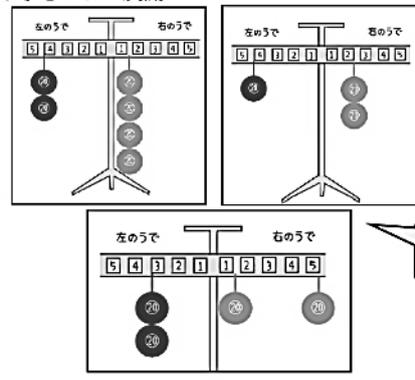
- ・実験用てこを使って、左右のおもりの重さや位置を変えながら、その規則性を計画的に調べることができる。

【思考・判断・表現】

- ・実験結果をもとに、てこの規則性についてより妥当な考えをつくり出し表現することができる。

6. 本時の展開（第二次 第4時／全8時間）

	学習の活動及び主な発問	留意点及び支援 ○ICT活用 ◆評価
<p>導入 10分</p>  <p>1. 下図のようなときに左右がつり合う方法を考える。</p>  <p>パターン① 左右がつり合うには力点側のどこにおもりをつけたらいいかな。</p> <p>※10秒で答え合わせ</p>  <p>パターン② 5番以外でつり合う位置を探しましょう。おもりは追加しても良いです。</p>  <p>パターン③ 5番以外でつり合う位置を探しましょう。おもりは追加しても良いです。</p> <p>何かきまりがありそうですね・・・。</p>	 <p>左図でこ実験セットを右図実験用てこに見立てて考えていく。</p> <p>【パターン①のルール】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・力点側につけるおもりの重さと作用点と同じ重さにする。</li> <li>・おもりをつける位置は一か所のみ。</li> </ul> <p>【パターン②のルール】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・パターン①とはちがう位置につす。</li> <li>・おもりを増やして良いがつるす位置は一か所のみ。</li> </ul> <p>【パターン③のルール】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・力点側5の位置以外におもりをつける。</li> </ul> <p>○共有ノート及び大画面で左図の状況にある写真を提示し、考えさせる。</p> <p>○つり合ったときは記録写真を撮り、それぞれのつるした位置と合計のおもさを記録し共有ノートへ。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・時間制限を設け、テンポ良く授業展開する。</li> <li>・パターン③では解が複数出ることを想定し、児童の常識や経験上からのズレ学習の問いとする。</li> <li>・教師からの問題提示は左記のみに留め、児童自らが問いをもち、学びのサイクルをまわしながら探究的に学ぼうとする姿を大切にしたい。</li> </ul>	

<p>展開① 20分</p>	<p>2. 学習課題をつかみ、つり合いの規則性を調べる。(探究的な学び)</p> <p>めあて 実験用てこを使って、てこの規則性を調べよう。</p> <p>●予想される展開</p>  <p>3. 実験結果から考察する。</p> <p>つり合うときにはどんな規則性があるのか、グループで考え、共有ノートにまとめていきましょう。 支点・力点・作用点・うでの長さ・距離などの言葉を使うと良いですね。</p>	<p>○つり合いがとれたときは写真に収め、共有ノートのシンキングツールに貼り付けて整理する。余裕があれば言葉でも説明を記述する。</p> <p>・変則的な考えを大事にし、理料的価値あるつぶやきを拾いながら机間指導する。10gのおもりの必要性に気付いたグループには与える。</p> <p>つり合ったときは写真に収め、共有ノートにまとめていきましょう。気づいたことはメモしておくといいですね。</p> <p>◆実験用てこを使って、左右のおもりの重さや位置を変えながら、その規則性を計画的に調べることができる。【知技】</p> <p>・グループで一人発表者を立てさせる。</p> <p>○共有ノートを活用する。</p>
<p>展開② 10分</p>	<p>4. 規則の妥当性に迫る。(全体思考⇔個人思考)</p>	<p>○共有ノートから児童の表現を拾い上げる。</p> <p>・必要に応じてグループで再思考させる。</p> <p>◆実験結果をもとに、その規則性についてより妥当な考えをつくり出し表現することができる【思判表】</p>
<p>まとめ 5分</p>	<p>5. 既習事項との関係性の考察と本時のまとめ</p> <p>実験用てこが水平につり合う時には、力点につるすおもりの重さと支点からの距離にはどのような関係がありますか。今日明らかになったことを言いましょう。</p> <p>期待される児童のまとめ</p> <p>【左うで】おもりの重さ×支点からのきより＝おもりの重さ×支点からのきより【右うで】 おもりの重さと支点から力点・作用点までの長さには積関係がある。 力点につるすおもりの重さと支点からの距離は反比例する。</p> <p>●明らかにできない場合</p> <p>今日の記録をどのようにくらべたらわかりやすくなるかな。</p>	<p>・あくまでも児童が学びの中で気づいたりこれまでの経験とつなげたりする姿を期待するため、教師から無理に答えを求めないものとする。下記まとめのような思考に少しでも論理的に迫っていればよい。</p> <p>・効果的な整理方法を提示し思考を促す。</p>

○授業の振り返り

良かった点

- ・児童たちが、主体的に議論する姿をみることができた。
- ・児童たちの未知な状況を乗り越える瞬間をみることができた。
- ・児童が変数に気づき、思考の視点が変わる瞬間をみることができた。

課題・改善点

- ・理解している児童が一定数いたため、児童同士で教え込みになっている様子が見られた。

変数について  
教諭に質問する児童



班ごとにシンキングツール  
で共有している様子



全体の共有ノートも作成し  
大型提示装置で投影



班ごとに実験する児童



班ごとの異なる解を  
共有している様子



## 5 全国学力・学習状況調査より

令和4年度に実施された全国学力・学習状況調査において学習者や学校に対して行われた質問紙調査で、「課題の解決」や「教科横断」といった本部会でテーマにしている内容が複数にわたって質問されている。関連項目の回答結果は以下の通りである。

### 小学校 児童質問紙

質問番号	質問事項		当てはまる+どちらかといえば、当てはまる	どちらかといえば、当てはまらない+当てはまらない
(39)	5年生までに受けた授業では、 <u>課題の解決</u> に向けて、自分で考え、自分から取り組んでいましたか	尼崎市	69.0	30.8
		全国	77.3	22.6
(40)	5年生までに受けた授業では、 <u>各教科などで学んだことを生かしながら</u> 、自分の考えをまとめる活動を行っていましたか	尼崎市	63.2	36.6
		全国	72.2	27.7

### 中学校 生徒質問紙

質問番号	質問事項		当てはまる+どちらかといえば、当てはまる	どちらかといえば、当てはまらない+当てはまらない
(39)	1. 2年生のときに受けた授業では、 <u>課題の解決</u> に向けて、自分で考え、自分から取り組んでいましたか	尼崎市	68.7	31.3
		全国	79.2	20.7
(40)	1. 2年生のときに受けた授業では、 <u>各教科などで学んだことを生かしながら</u> 、自分の考えをまとめる活動を行っていましたか	尼崎市	49.9	49.9
		全国	67.4	32.5

上記の質問紙調査の結果は、学習者の回答であるため、学習者が「課題の解決」「各教科などで学んだことを生かす」というワードについて、どの程度理解して回答していたかわからないが、質問番号(39)について【1. 当てはまる】【2. どちらかといえば、当てはまる】と答えた尼崎市の学習者の割合は、小学校で69.0、中学校で68.7となっており全国・県平均よりも低い値となっている。

また、学校質問紙内に児童・生徒への質問番号(39)に相当する「児童生徒は、授業では、課題の解決に向けて、自分で考え、自分から取り組むことができていると思いますか」という質問があり、【1. 当てはまる】【2. どちらかといえば、当てはまる】と答えた尼崎市の学校の割合は、小学校で85.4、中学校で88.2となっており、児童生徒と学校側が感じている数値に乖離がある結果となっている。

質問番号(39)以外に、記載した質問番号(40)は、令和4年度から新設された内容である。この質問内容は、文部科学省が目指していきたい授業像を示していると考えられるため、今後の数値に注目していきたい。

令和4年度は、探究的な学習研究部会として、尼崎市の教職員を対象にアンケート調査を行った。200人の教職員に協力していただいた回答結果を分析すると、【10年以上探究的な学習を行っている】と答えた教職員がいる一方、【探究的な学習を行ったことが無い】と回答した教職員の割合は7割程度となった。

## 6 最後に

令和 4 年度実施の全国学力・学習状況調査における質問紙調査の結果より、【課題の解決を取り扱う学習活動の実施】 【探究の学習過程を見通した指導方法の改善及び工夫】 【教科横断的な視点で授業を組織的に配列する】 ことが課題となっており、これらは、本部会でテーマにしている内容そのものである。

これらの課題は、以下の①～④のように密接にかかわっているものであり、解決していくには、組織的に取り組む必要があると考えている。

- ① 発展的な学習課題や探究的な学習活動を実施する。
- ② 同じテーマを複数回実施するために、授業時数が足りなくなる。
- ③ 個人で授業時数を調整するには限界がある。
- ④ 学年や学年単位で協力し、教科横断的な視点で授業を配置することで効率よく学習を促すことができる。

※組織的な教科横断の例

- 教科で学習した内容が、運動会の演技などとリンクする。
- ある教科の内容を他教科の導入等に使う。
- 似たような授業内容を同一時期に集中させることで、授業そのものが復習となり、より定着するようになる。
- 一つのテーマについて教科ごとの特性を活かした内容で授業を行うことで、多面的なものの見方を養うことができる。

近年の日本の教育に関することとして、高等学校で「総合的な探究の時間」が開始されたこと、大学入学共通テストが、従来の「知識」重視から「思考力」重視へ大きく変更されたこと、高校入試制度を「表現する力」のように「知識以外の能力」を重視する制度へ変更する都道府県が出てきていることなどから探究的な学習への意識が高まってきていると考える。

このような動きとなっている理由として、話題となっている「ChatGPT」といった AI 技術の発展があり、海外では、児童生徒が「ChatGPT」の表示した解答をそのまま自分の意見として用いることが当たり前になりつつある。そのため、「ChatGPT」を教育現場で使用禁止にすることを議論している国があるほどである。このように、AI 技術の発展により「調べてすぐにわかる問題」は思考しなくても解決してしまう世界がすでにやってきている。

だからこそ、「知識」だけではなく「思考力」や「表現する力」のような「知識以外の能力」を発揮しなければならない場面に直面することができる探究的な学習を行うことによって、児童生徒が生きていくこれからの社会で通用する力を育てることが必要になっていくと考えている。

さらに、尼崎市教育委員会が発行している「令和 4 年度 全国学力・学習状況調査結果報告」より『話し合う活動を通して、自分の考えを深めたり、広げたりすることができている』児童生徒の平均正答率が高い傾向にあることが示唆されており、探究的な学習に取り組むことは、課題となっている基礎学力を向上させる可能性もある。

本研究で行った授業実践やアンケート調査が、尼崎市の教育の一助になり、さらに魅力的な教育が実践されていくことを期待する。

## 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	濱本 由里絵 (園田幼)	研究員	広瀬 和佳菜 (武庫幼)	
"	浜崎 伸之 (園田北小)	"	長井 裕志 (浜田小)	
"	芝 朋来 (園田小)	"	林 忠明 (名和小)	
"	檜藤 将太 (大庄北中)	"	米田 正樹 (常陽中)	
"	都崎 綾香 (大成中)	"	井田 幸佑 (園田中)	

#### 【内容の要約】

本市の子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つな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組、主運動につな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、子ども達の体力向上を目指すものとする。

1	はじめに	34
2	研究の内容	34
3	令和2年度・令和3年度研究を受けて	35
4	年間計画	35
5	実践報告	
(1)	園田幼稚園 濱本 由里絵 教諭	36
(2)	武庫幼稚園 広瀬 和佳菜 教諭	39
(3)	園田北小学校 浜崎 伸之 教諭	46
(4)	浜田小学校 長井 裕志 教諭	50
(5)	園田小学校 芝 朋来 教諭	53
(6)	名和小学校 林 忠明 教諭	57
(7)	大庄北中学校 檜藤 将太 教諭	59
(8)	常陽中学校 米田 正樹 教諭	62
(9)	大成中学校 都崎 綾香 教諭	69
(10)	園田中学校 井田 幸佑 教諭	71
6	研究のまとめ	78
7	終わりに	82
8	後付	83



## 1 はじめに

スポーツ庁における全国体力・運動能力調査では令和4年度においても、体力合計点については令和元年度調査から連続して小・中学校の男女ともに低下している。

体力テストの数値のみが子ども達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達の体力が低下していることを如実に表している。

体力が低下したことの原因として、「①一週間の総運動時間が以前の水準に至っていない事」「②肥満の生徒児童の増加」「③生活習慣の変化のほか、マスク着用中の激しい運動の自粛」が挙げられている。体育の授業以外で体力向上の取組を行った学校が、増加はしているが以前の水準に戻っていないことも要因として挙げられている。

また、体力テスト全体を通してスポーツ庁は「体育・保健体育の授業が楽しくなるためには、友達との交流機会の増加」が有効であることを示し、体育・保健体育の授業が楽しいと感じている児童生徒は「運動が好き」や「卒業後も運動したい」の割合も高くなる傾向があり、継続して体力を高めていく意識を持つ割合が高くなることが確認されたとの報告もなされている。

本研究部会ではスポーツリズムトレーニング協会 代表理事 津田幸保氏の指導を受けながら、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リズムジャンプトレーニングを取り入れている。子ども達が楽しみながら取り組むことができるプログラムであり、継続的に実施することで、どのように子ども達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

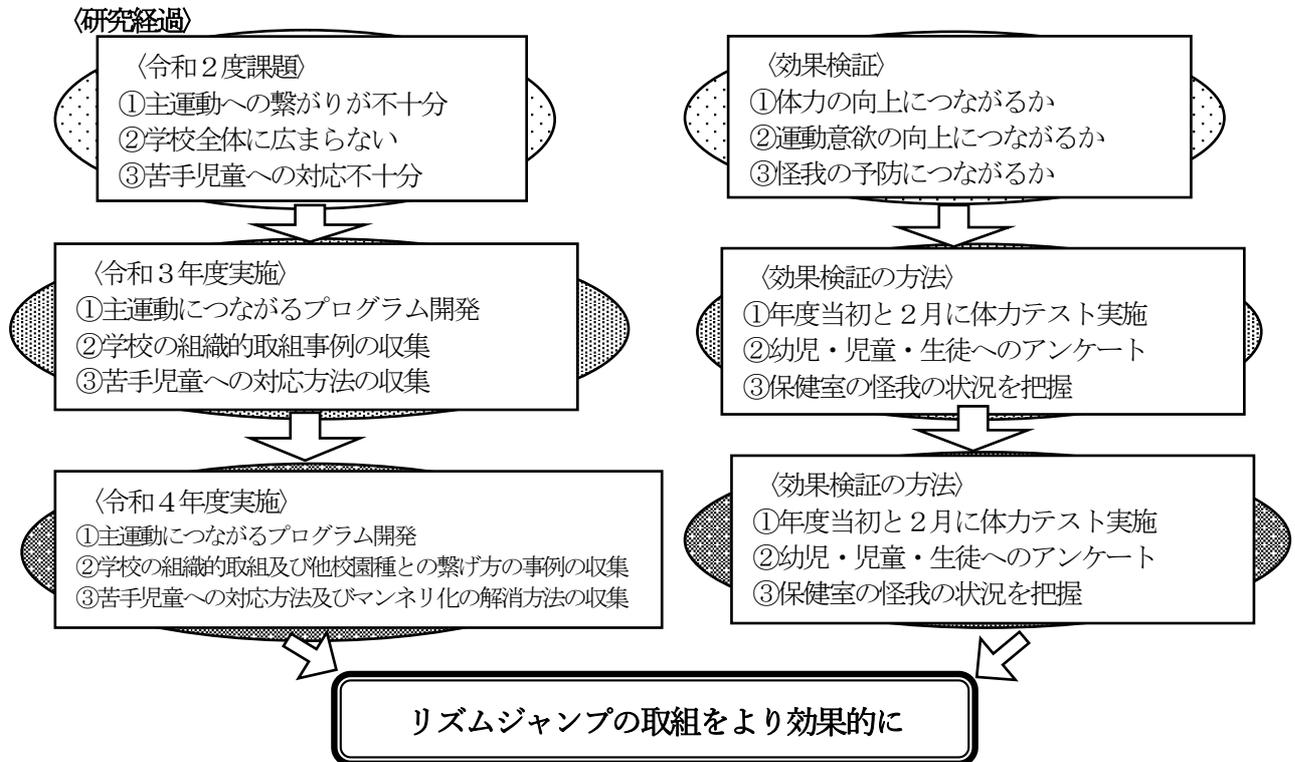
体力向上を目指したリズムジャンプの活動実践～

### (2) 研究テーマの設定理由

スポーツ庁の全国体力・運動能力調査の結果からもわかるように子ども達の体力は低下の一途をたどっている。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運動である。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、子ども達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・令和3年度研究を受けて

本研究部会は令和2年度が研究開始年度であり、本年度は研究部会の3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、今までの研究を振り返ったうえで、昨年度の研究をより深める形で年間の研究を進めていった。



### 4 年間計画

回	時期	内容	講師等
1	6/24	ワークショップ ・昨年度の成果と課題の集約 ・研究テーマの設定・今後の研究について	学び支援課 指導主事
2	7/22	模範授業・講話 ・バレーボールにおけるリズム指導 ・リズムジャンプ1学期の取組報告 ・主運動につながるリズム指導の開発 ・2学期の取組について	スポーツリズム トレーニング協会 代表理事 津田 幸保 氏
3	12/15	模範授業・講話 ・バスケットボールにおけるリズム指導 ・表現運動におけるリズム指導 ・主運動につながるリズム指導の開発	スポーツリズム トレーニング協会 代表理事 津田 幸保 氏
4	1/30	まとめ ・幼児が楽しく取り組めるリズムジャンプ指導について ・主運動につながるリズム指導の開発	スポーツリズム トレーニング協会 代表理事 津田 幸保 氏

## 5 実践報告

所属部員 幼稚園2、小学校4、中学校4、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 濱本 由里絵 教諭 【対象：4歳児・5歳児】

#### 1. 現状について

本園では、体力向上研究部会のリズムジャンプの他に、自主研究グループ(尼崎インクルーシブ教育)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・しっぽ取り・リレー・ボール遊びなどの、自分で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、縄跳びやフラフープ等の継続して取り組む運動遊びを通して、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、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ながら楽しさに共感したり、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33名、5歳児24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	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 サイドジャンプ		+手拍子・頭・肩
		パージャンプバック	スクワット
5歳児	パージャンプ サイドジャンプ パージャンプバック	+手拍子	+頭・肩など
	ケンケン スクワット		
		ランジ	+手をしっかり前後
		センター&サイド	バラレル ターン

・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。

・手拍子や頭・肩などの手の動作をプラスしたり、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. 変容を見る種目の測定結果

令和4年度 体力向上研究会立ち幅跳び測定結果①7月(事前)②2月(事後)

もも (年中4歳児)			すみれ (年長5歳児)				
	7月	2月	比較		6月	2月	比較
1	71.0	68.5	-2.5	1	90.0	83.0	-7.0
2	45.0	66.5	21.5	2	81.0		
3	85.0	89.0	4.0	3	118.0	120.0	2.0
4	83.0	87.0	4.0	4	89.0	77.0	-12.0
5	45.0	56.0	11.0	5	92.0	76.8	-15.2
6	67.0	51.0	-16.0	6	75.0	61.8	-13.2
7	60.0	74.0	14.0	7	95.0	66.4	-28.6
8	58.0	58.0	0.0	8	68.0	84.0	16.0
9	52.0			9	60.0	41.2	-18.8
10	107.0	94.0	-13.0	10	69.0	75.0	6.0
11	96.0			11	116.0	92.7	-23.3
12	71.0	69.0	-2.0	12	63.0	5.5	-57.5
13	44.0	64.0	20.0	13	109.0	147.5	38.5
14	49.0	46.0	-3.0	14	114.0	103.5	-10.5
15	82.0	68.0	-14.0	15	58.0	70.3	12.3
16	74.0	99.0	25.0	16	100.0	85.5	-14.5
17	86.0	68.0	-18.0	17	120.0	109.0	-11.0
18	71.0	100.0	29.0	18	98.0	5.6	-92.4
19	51.0	56.0	5.0	19		126.6	
20	70.0	79.0	9.0	20	91.0	79.5	-11.5
21	68.0	79.0	11.0	21	94.0	79.5	-14.5
22		78.0		22	116.0	97.0	-19.0
23	36.0	64.0	28.0	23	97.0	80.0	-17.0
24	66.0	65.0	-1.0	24	71.0	51.0	-20.0
25	89.0	95.0	6.0	25		55.5	
26	43.0	51.0	8.0				
27	70.0	49.0	-21.0				
28	73.0	83.0	10.0				
29	79.0	101.0	22.0				
30		80.0					
31		50.0					
32		60.0					
33		77.0					
			5.27				-14.15

#### 【平均値の比較】

- ・ 4歳児 67.5 cm→71.7 cm (+4.2 cm)
- ・ 5歳児 90.6 cm→78.1 cm (-12.5 cm)

### 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
	R4	24	34	7	3		6	6	10	0	3		
年中 打撲	R1	11	27	24	42		52	57	48	14	19	21	2
	R4	21	41	29	14		3	26	3	0	6		
年長 すり傷	R1	16	16	11	2		22	41	73	22	14	30	2
	R4	42	29	17	0		0	0	4	0	4		
年長 打撲	R1	16	16	11	2		22	41	73	22	14	30	2
	R4	25	38	29	4		0	32	28	4	0		

### 5. 考察

- ・ 継続することで、リズムに合わせてジャンプしたり、高く跳んだりする姿につながり、取組を楽しみにする姿が多く見られた。また、幼児の実態に応じてリズムジャンプの種類を増やしていくことで、少し難しいジャンプにも挑戦してみようと意欲的に取り組んだり、もっとやりたいと

いう思いを抱いたりしている。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、リズムジャンプに親しみをもち、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。

・変容を見る種目(立ち幅跳び)の測定結果から、年中児の平均の跳躍距離は少し上がっているが、年長児では下がっている。このため、リズムジャンプが立ち幅跳びの跳躍距離の伸びにつながったとは言えない。しかし、跳び方を見ると、1学期より、3学期の方が跳ぶ時に、膝を曲げて高く跳ぼうとする姿が多く見られた。また、着地の際に膝のクッションを使って優しく着地する姿が多く見られた。このことから、リズムジャンプで膝を曲げて高く跳んだり、着地を柔らかくしたりする指導を行ってきたことが、遠くに跳ぶことより、上に高く跳ぶ跳び方につながってきているのではないかと考える。

・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、令和4年度は、2学期以降で怪我の減少が見られた。1学期からリズムジャンプを継続してきたことで、その効果が2学期以降に表れてきており、怪我の予防につながってきているのではないかと考える。

・運動会のプログラムにリズムジャンプを取り入れることで、年中児は年長児のリズムジャンプを見て、憧れの気持ちをもち、真似ようとする姿が見られた。その他にも、保育の中で数回見せ合う機会をもつなど、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、保護者にも取組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。

・津田先生に実際に指導を行っていただいたことで、リズムジャンプの楽しさを十分に感じ、より意欲的にリズムジャンプに取り組もうとする姿が見られた。

## 6. 今後の課題

・幼児のタイミングに合わせて教師が声を掛けるのではなく、リズム感を大切にできるように、テンポのよい掛け声のタイミングを意識する。

・今年度の部会で、津田先生のご指導の下、次年度の取組内容(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。

・全身でリズムを感じられる音楽の音量について検討する。

・途中入園児に対して急にみんなと同じ難易度のリズムジャンプをするのが難しいと分かったので、基本のジャンプも混ぜるようにする。

## 7. 取組の様子・写真



## (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

幼児の姿を見てみると体を動かして遊ぶことに抵抗はなく、鬼ごっこやボールを使った遊びなどを楽しんでやってみようとする幼児が多いと感じられる。しかし、自分の体の動きのコントロールが難しく動きがぎこちなかったり、幼児同士で衝突したり、すぐに転倒したり、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する姿が見られる。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。

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や、大きな怪我を少なくしていくことができたらと考えている。

### 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だの実施とする。

(1) 実施学年・年齢等…全園児(4歳児1クラス、5歳児1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5月から取組開始)

(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

- ・リズムジャンプ取組の事前(9月)、事後(2月)に立ち幅跳びの測定を実施。
- ・年中4歳児で平均18cmの伸びが見られた。
- ・年長5歳児は平均の記録としては変化が見られなかった。

令和4年度 体力向上研究部会 立ち幅跳び 測定結果  
 ①9月(事前)②2月(事後)

	もも(年中4歳児)			すみれ(年長5歳児)			
	①9月	②2月	比較	①9月	②2月	比較	
1	62	91	29	1	113	88	-25
2	50	75	25	2	90	92	2
3	100	102	2	3		91	
4	100	107	7	4	95	93	-2
5	95	95	0	5	120	112	-8
6	61	44	-17	6	80	91	11
7	55	56	1	7		60	
8		91		8	128		
9	92	100	8	9	100	81	-19
10	25	108	83	10	76	75	-1
11				11	120	126	6
12	70	80	10	12	81	102	21
13	30	109	79	13	100	93	-7
14	25	74	49	14	89	89	0
15	50	82	32	15	123	108	-15
16	42			16	98	103	5
17	62			17	90	79	-11
18	67	65	-2	18	68	80	12
19				19	76	82	6
20	82			20	48	42	-6
21	50	68	18	21	101	105	4
22	82			22	90	88	-2
23	75	92	17	23	105	97	-8
24	60	72	12	24	90	105	15
25	90	104	14	25	102	107	5
26	86	83	-3	26	70		
27	45	56	11	27	107	108	1
28	60	90	30	28	70	80	10
29	95	63	-32	29			
30	60	63	3	30	110	122	12
31	55	85	30	31	81	92	11
32	5	65	60	32	75	85	10
33	95	103	8	33	96	120	24
				34	66	85	19
			18				1

4. 怪我の予防への効果

武庫幼稚園 怪我の状況 (パーセンテージ)

R2 年中=42名 年長=49名

R4 年中=33名 年長=34名

		6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	計
年中 すり傷	R4	30	3	66	33	51	75	48	309
	R2	9	4	11	47	61	21	71	228
年中 打撲	R4	45	21	42	33	45	18	51	257
	R2	9	19	4	7	11	4	11	69
年長 擦り傷	R4	20	5	52	54	41	64	20	258
	R2	8	14	44	22	38	53	36	220
年長 打撲	R4	35	29	26	17	41	47	32	229
	R2	10	4	8	12	18	12	12	81

・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～1月)を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4年度年長(昨年度年中4月からリズムジャンプ開始=継続して2年間取組)

令和2年度年長(年中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 4	0%	8%	44%	205%	76%	117%	14%	20%
	R 2	2%	0%	32%	185%	38%	18%	4%	16%

・年中4歳児の比較

令和4年度年中(年中4月からリズムジャンプ取組開始)

令和2年度年中(年中9月からリズムジャンプ取組開始)

		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 4	0%	6%	57%	245%	93%	124%	15%	24%
	R 2	0%	4%	14%	209%	33%	19%	7%	9%

## 5. 考察

### (1) 立ち幅跳び測定の結果から

・年中児では伸びが見られたが、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。

### (2) 怪我の予防効果について

・4歳児、5歳児ともに、ほとんどの項目で怪我が増加している。身のこなしがうまくできず、怪我をしやすい幼児が増加していると感じられるので、リズムジャンプなどの遊びを通して体を動かす経験を増やしていくことが必要である。

### (3) アンケートの結果から(全園児67名中58名が回答)

リズムジャンプは楽しいですか。楽しくないですか。

楽しい	楽しくない	無回答
58名	0名	0名

これからもリズムジャンプをしたいですか。したくないですか。

したい	したくない	無回答
57名	1名	0名

楽しいと回答した幼児の多くは、ジャンプすること自体が楽しい、面白いと感じている。“いろんな動きをするのが楽しい”“音楽に合わせてジャンプするのが楽しい”といった意見もあり、音楽に合わせて様々な動きをすることに楽しさを感じたり、様々な動きができるようになって嬉しい気持ちを感じたりして、もっとやってみたい気持ちにつながっていると思われる。

## 6. 今後の課題

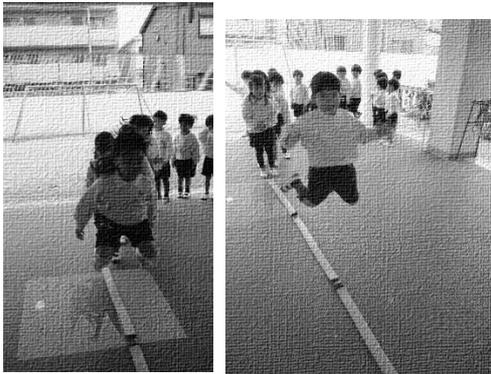
・1月に津田先生に指導をしてもらったことで、部会で決めて取り組んでいる内容と、津田先生のねらっていることにズレがあると分かった。同じ方向で取り組んでいけるようにしていくことが必要ではないか。

・園内でも子ども達の実態に合わせて、どのような取組をするのが良いのかを考え合ったり共通理解したりして取り組んでいきたい。

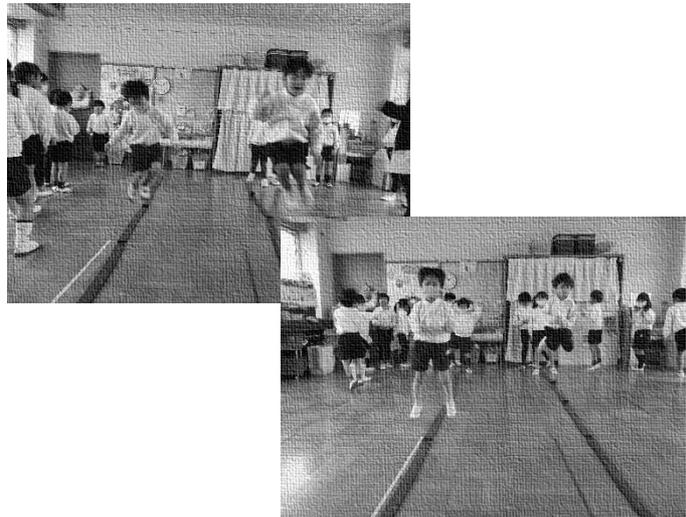
・今年度は変容を見るために怪我の件数や幅跳びの数値で比較したが、数値として大きな効果があるという結果は見られにくかった。しかし、年中児と年長児のリズムジャンプの様子を比べて見ると、ジャンプの高さ、膝の使い方、上半身の使い方が明らかに変わってきていると感じられる。変容を見る項目の検討する方が良いのか、項目は変えず長期的な視野で見えていく方が良いのか、再度確認したい。

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>

令和4年度1学期 リズムジャンプ 計画表		
●園田幼稚園と共通にした内容について（令和3年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）		
※最低週3日、できれば毎日取り組む		
<1学期>		
	4歳児	5歳児
5月2日～		パージャンプ
5月16日～		バックジャンプ
5月23日～	パージャンプ	サイドジャンプ
5月30日～	パージャンプ	スクワット
6月6日～	パージャンプ+手拍子	パラレル
6月13日～	パージャンプ+手拍子	ランジ
6月20日～	バックジャンプ	パージャンプ+手拍子 バックジャンプ+手拍子
6月27日～	バックジャンプ	サイドジャンプ+手拍子
7月4日～	バックジャンプ+手拍子	スクワット+手拍子
7月11日～	バックジャンプ+手拍子	パラレル+手拍子 ランジ+手拍子
※手拍子…1拍ずつ胸の前で手をたたく		

<2学期>

令和4年度2学期 リズムジャンプ 計画表

●園田幼稚園と共通にした内容について（令和3年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）

※最低週3日、できれば毎日取り組む

<2学期>

	4歳児	5歳児
9月5日～	パージャンプ	パージャンプ+頭・肩・頭・肩
9月12日～	サイドジャンプ	バックジャンプ+頭・肩・頭・肩
9月20日～	スクワット	サイドジャンプ+頭・肩・頭・肩
10月3日～	サイドジャンプ	スクワット+頭・肩・頭・肩
10月17日～	スクワット	パラレル+頭・肩・頭・肩
10月24日～	パージャンプ+手拍子	ランジ+頭・肩・頭・肩
10月31日～	サイドジャンプ+手拍子	パージャンプ+頭・肩・頭・肩
11月7日～	スクワット+手拍子	バックジャンプ+頭・肩・頭・肩
11月21日～	パージャンプ+手拍子	サイドジャンプ+頭・肩・頭・肩
11月28日～	サイドジャンプ+手拍子	スクワット+頭・肩・頭・肩
12月5日～	スクワット+手拍子	パラレル+頭・肩・頭・肩
12月12日～	バックジャンプ+手拍子	ランジ+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 >

令和4年度3学期 リズムジャンプ 計画表

●園田幼稚園と共通にした内容について（令和4年12月部会より）

- ☆膝を曲げてジャンプする ☆足音を立てずにジャンプする
- ☆幼児がジャンプしやすい、速すぎないテンポの曲で取り組む

**年中**

- <1学期>パージャンプ
- <2学期>バック、サイド
- <3学期>ランジ、スクワット

**年長**

- <1学期>パージャンプ（+手拍子）、バック、サイド（+手拍子）、ランジ、スクワット、パラレル、ケンケン
- <2学期>パージャンプ（+頭・肩・頭・肩）、バック（+手拍子）、サイド（+手拍子）、ランジ、スクワット、パラレル、ケンケン
- <3学期>パージャンプ（+頭・肩・手拍子・手拍子）、バック（+手拍子）、サイド（+手拍子）、ランジ（腕を前後にしっかり動かす）、スクワット、パラレル、ケンケン

<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（+頭・肩・手拍子・手拍子）
1月23日～	バック	バック（+手拍子）
1月30日～	サイド	サイド（+手拍子）
2月 6日～	ランジ	ランジ（腕を前後にしっかり動かす）
2月20日～	スクワット	スクワット
2月27日～	ランジ	パラレル
3月 6日～	スクワット	ケンケン
3月 7日～	ランジ	パージャンプ（+頭・肩・手拍子・手拍子）
3月13日～	スクワット	パージャンプ（+頭・肩・手拍子・手拍子）

### (3) 実践報告 その3

尼崎市立園田北小学校 浜崎 伸之 教諭【対象：小学校3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、『毎日チャレンジ』通称『毎チャレ』を実施している。「アンテナ」「かえる逆立ち」「V字バランス」「ハンドバック」「ブリッジ」の計5種目を児童は毎日宿題として自宅で取り組んでいる。体育授業の体操後にも取り組んでいるクラスもあり、高学年では、体育大会の演技にも『毎チャレ』を取り入れた。12月には、『大縄大会』が毎年行われ、日程が近づいてくると練習をがんばる様子が見受けられる。大縄期間中以外では、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、体育前の準備体操後に、ほぐし運動を主とした、リズムジャンプやなわとびなど、体力向上に向けて取り組んでいるが、放課後遊びの禁止で、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 3年2組 31名
- (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 (小型ハードル) 5種類  
(キャッチバレー) 2種類

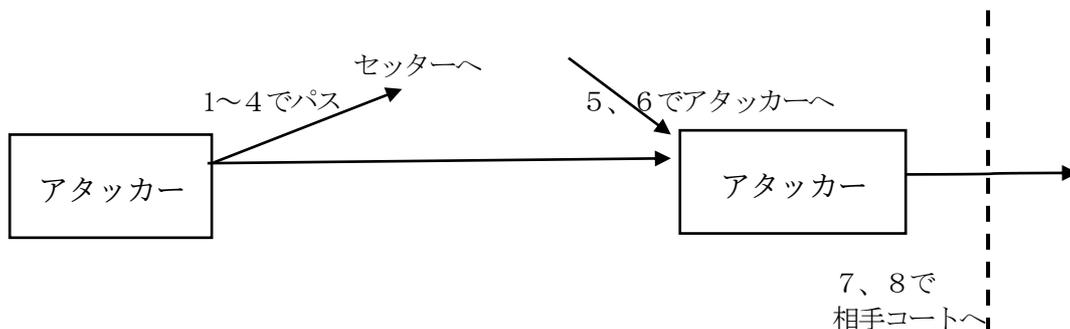
【授業実践】 キャッチバレーボール

#### ボールのパス回しをカウントで行う。

- ①8カウントパス → ボールを高く上げるのでサーブ時をイメージできる。
- ②4カウントパス → 味方のパス回しに  
(受け取りやすくミスも少ないが、スピードがやや遅い)
- ③3カウントパス → 味方のパス回しや相手コートに投げ入れる時に  
(ある程度のスピード感が生まれるが、味方のキャッチミスも時折起こる)
- ④2カウントパス → 速いアタックや速いパス回しに  
(スピード感が出るが味方へのパスミスが起こる。)

#### アタック練習

- ①ボールをセッターにパス→(1、2、3、4) セッターへ
- ②セッターがネット近くにボールをあげる(5、6) アタッカーへ
- ③両手で相手コートへ投げ入れる(7、8)



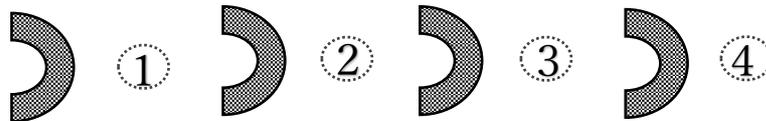
【授業実践】 小型ハードル走

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

③の動きで、手をたたく動作をなくして行う

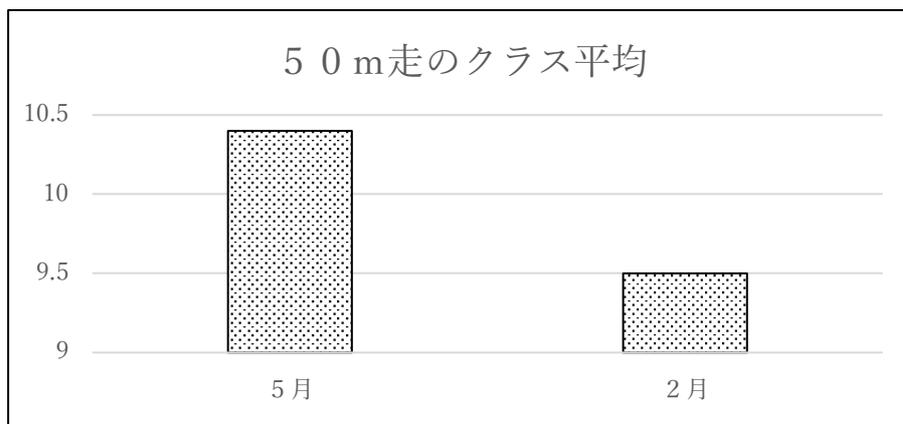
③よりもスピードをつける

⑤『タ・タン タンタン』のリズムで全速力

小型ハードルの区間は、5mに設定して行う。

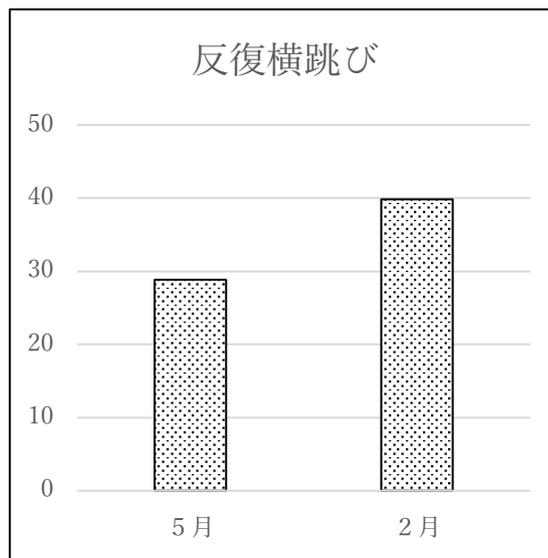
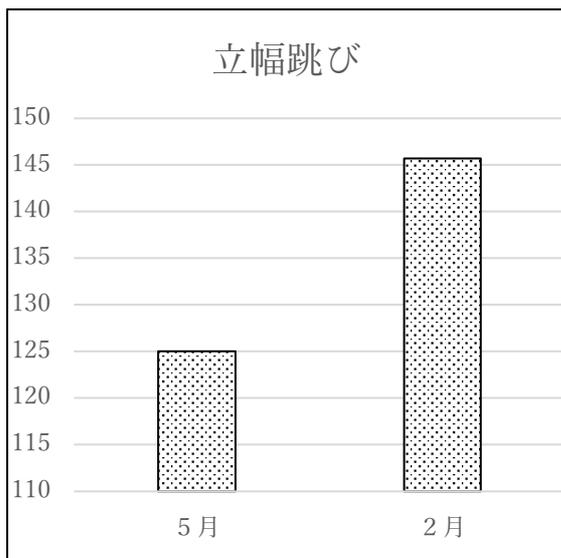
3. 変容を見る種目の測定結果

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 10' 4秒**

**2月のクラス平均 9' 5秒**



立幅跳び **5月のクラス平均 125.0 cm**

**2月のクラス平均 145.7 cm**

反復横跳び **5月のクラス平均 28.8回**

**2月のクラス平均 39.8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3年2組と、少しだけリズムジャンプに取り組んだ3年1組で怪我の件数(だぼく、捻挫、関節痛、すりきず)を比較した。

- ・ 3年1組 だぼく 2件 捻挫 1件 関節痛 1件 すりきず 7件
- ・ 3年2組 だぼく 4件 捻挫 2件 関節痛 2件 すりきず 10件

上記の結果より、リズムジャンプが怪我の防止には、つながるとは考えにくい。しかし、2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、跳び箱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はなく、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。なわとびも音を出しながら行うことで、テンポよく跳び続けることができた。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走は、1年間で平均約0.9秒速くなり、立幅跳びは、約20cm、反復横跳びは、約11回向上し、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(5分程度)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りやすいが、体で覚えさせるやり方なので思考力は育ちにくい。児童で動き方を考えたり、今の動きが主運動のどの動きに繋がっているかを考えさせたりするなどの活動を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。教員一人一人が無理なく取り組めるようにやり方を伝達したり、動画を共有したりするなどの取組が大切である。

## 7. 取組の様子・写真



(4)

1. 現状について

本校の運動に関する課題としては、昨年度、休み時間に運動場に出て遊ぶ児童が少なかった。体育の時間にも運動に対して前向きになれない児童が特に高学年になるにつれて多く見られ、運動好きな児童と運動嫌いな児童の差が大きかった。そこで、今年度より体育専科を導入し4年生から6年生の体育の授業をすべて体育専科が担当している。その中で、易しいルールで運動したり、自分に合った場を選択したりしながら運動に取り組むことで、体育の時間を楽しむ児童が増えてきた。その結果、体育の授業で取り組んだ活動を休み時間にも積極的に取り組む児童が増え、少しずつ運動に親しむことができるようになってきた。また、体育委員を中心として外遊びを呼び掛けたり、全校で遊ぶ鬼ごっこ大会などを企画したりすることで、運動に親しみ、その結果、体力向上につながっていくことをねらっている。

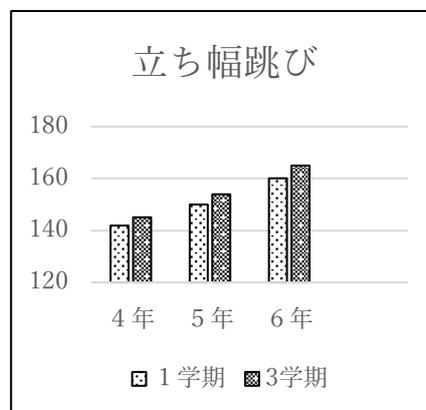
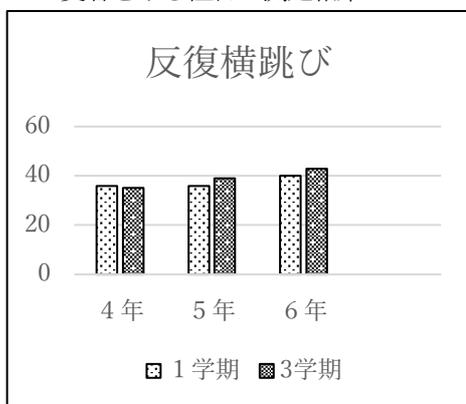
2. 実践の概要

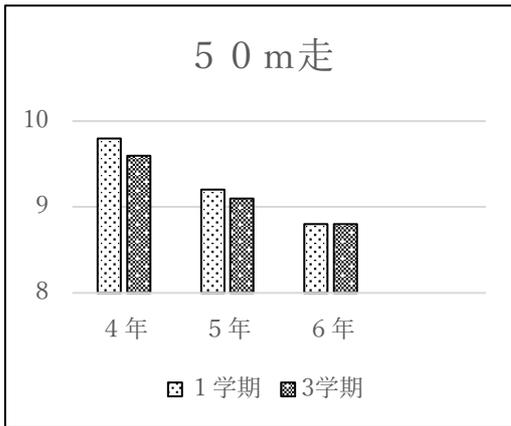
- (1) 対象者 4年生1組 2組  
5年生1組 2組  
6年生1組 2組
- (2) 実施時間 体育の授業開始時 3分～5分程度
- (3) 頻度 週に3回
- (4) 実施内容 主に5つのリズムジャンプ+アレンジ→自分で選んでジャンプ  
主運動につながるリズム指導

タグラグビー、フラッグフットボール、キャッチバレーボール、バスケットボール  
サッカー、ハンドボール

- ・リズムジャンプからのダッシュでボールをもらう動き
- ・リズムに合わせてのパス練習
- ・リズムに合わせてのドリブル練習
- ・リズムに合わせてのステップ

3. 変容をみる種目の測定結果





4年生		1学期	3学期
	50m走(秒)	9.8	9.6
	反復横跳び(回)	36	35
	立ち幅跳び(cm)	142	145

5年生		1学期	3学期
	50m走(秒)	9.2	9.1
	反復横跳び(回)	36	39
	立ち幅跳び(cm)	150	154

6年生		1学期	3学期
	50m走(秒)	8.8	8.8
	反復横跳び(回)	40	43
	立ち幅跳び(cm)	160	165

#### 4. 怪我の予防への効果

	R4 4年	R3 3年	R4 5年	R3 4年	R4 6年	R3 5年
体育館	20	22	4	1	9	20
運動場	25	19	10	12	19	31
合計	45	41	14	13	28	51

#### 5. 考察

1学期の最初の単元の体ほぐしの運動でリズムジャンプをメインに指導し、いろいろな技を児童は知ることができた。そこからさまざまな単元でリズムを用いたウォーミングアップを行うことで、体がすぐに温まり、主運動にすぐに入っていくことができるようになった。

はじめのうちは、みんなでそろって同じ動きでリズムに合わせてジャンプを行っていた。特に①高く跳ぶこと②線を踏まないこと③ざーっと手拍子を続けることの3つの中から今日のリズムジャンプの目標を決めて、自己評価するという活動を1学期には行った。そこから2学期以降のチャレンジタイムでは、自分で挑戦する技を決めたり、どンドンと手を組み合わせたり、少し難しめの動きにチャレンジする児童も増えてきた。

また、ボールを用いた単元の中では、主運動につながるリズム指導でリズムに合わせてテンパスやドリブルの練習を行った。その結果、自然とボールに触れる回数が増え、特にボールが苦手な児童にとって有効な練習を行うことができた。単純で簡単なボール技能などの操作がリズムを用いた練習によって習得できるようになったため、ゲーム形式での実践的な時間を体育の学習の時間の中で多く取り入れることができた。そうすることで、より高度な作戦を児童たちと思考する中で有意義な体育の学習を行うことができたと感じている。

実際の基礎体力向上の測定結果の結果としては、4年生では平均して50m走0.2秒 立ち幅跳び 3cm 5年生では、平均で50m走 0.1秒 反復横跳び 3回 立ち幅跳び4cm 6

年生では、平均で反復横跳び3回 立ち幅跳びでは5cmのそれぞれ記録向上が見られた。これは年齢による成長もちろんあるだろうが、それだけでなく外遊びをしている児童の増加による運動習慣の確立によりあらわれた記録向上であると考えられる。さらにその中でリズムジャンプによって、瞬発力の強化やジャンプのコツなどを児童が自分たちで感じ、自然と身に付けていったものであるだろう。また、4年生の反復横跳びでは1回減少 6年生の50m走では同タイムと効果が見られなかった種目もあったが、今後も引き続き運動に楽しく取り組んでいくと、数値は伸びていくものであると期待している。

また、怪我に対する予防効果としては、同児童での昨年度の保健室利用の怪我の数で比較を行った。その結果、4年生では昨年度より4人増え、5年生でも1人増え、6年生では昨年度よりも23人の減少が見られた。これらは一概にリズムジャンプによって怪我の予防につながっているとはいえないが、運動習慣が増えたことによって発生している怪我もあると考えられるため、引き続き取り組み続け様子を見ていく必要がある。

## 6. 今後の課題

本校において、今年度がリズムジャンプを導入して1年目となる。今年度は体育専科が4年生から6年生のすべてを同じように指導することができた。今後の課題として、これを低学年に広げていくには、まずは教職員への周知・研修が必要である。それに加え、音響設備や、ラインなどの用具の充実など物理的な様々なものが必要になる。

また、高学年においても慣れによるマンネリ化などの現象も見られたため、定期的に原点に立ち返り、高く跳んだり、音楽に合わせてたりすることの大切さを指導していく必要がある。リズムを用いた主運動の指導は十分に手ごたえを感じているが、まだまだバリエーションが少ないため、様々な単元で活用していく実践を考えていく必要もある。

## 7. 取組の様子・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2年生】

### 1. 現状について

本校は研究部会に参加して3年目となる。

昨年度まで授業の中でのリズムジャンプの取り入れ方、指導の方法、主単位につながる動きや授業構成を中心に研究に取り組んできた。ただ、一部の学年・学級の実施となっていたので、今年度は「実践を学校全体に広げること」を中心に取り組んだ。

また、昨年度は本校6年生児童が隣接する園田中学校へ行き、リズムジャンプ交流会を行うことができた。中学校の体育の授業に参加することで、中学生への憧れの気持ち、中学校進学を楽しみに感じる子ども達の姿が見られた。今年度は中学校と連携して取り組むだけでなく、幼稚園・保育園とも交流することで、地域一体となって、「リズムジャンプ」の活動を深めていきたい。

### 2. 実践の概要

#### ① 全校での実施

今年度は学校全体で取り組むにあたり、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、年間を通して繰り返し取り組むこととした。準備体操やランニングに変わるウォーミングアップとして位置付けた。学習単位によっては、補助体操をしたり、柔軟を加えたりするが、音楽に合わせて体を動かすことによる授業開始時の集中力の向上もねらいとする。

まず4月に校内の教員を対象に実技研修を行った。また20種類のジャンプが紹介されている「リズムジャンプ20」、昨年度の6年生が撮影した説明動画を資料として共有した。その後、各学年の合同体育や、学級体育で実際にリズムジャンプを授業で行った。指導の際にポイントとして、以下の3点を児童に伝えた。

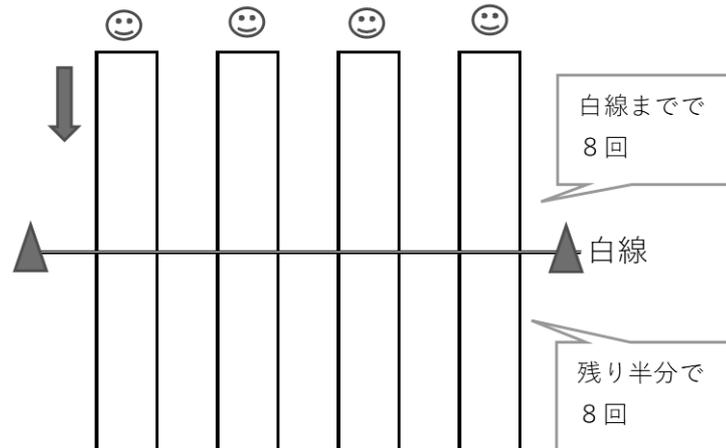
- |  |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"><li>1 ラインをふまないこと。</li><li>2 リズムに合わせること。</li><li>3 ひざを上げて大きくジャンプすること。</li></ol> |
|--|

また、順番を待っている児童も、曲や動きのリズムを捉えるために手拍子をしたり、「5、6せーの」の合図を教師といっしょに声に出したりすることとした。

実際に活動に取り組むと、「ジャンプの意識が前に進むことに向きすぎてしまい、曲のリズムに合わない。また、ラインの先をゴールとして捉えるために、十分にジャンプできずに終わってしまう児童が見られる」という課題が各学年で見られた。

そこで、上記の3点に加え、「8回×2」の数も意識させた。ラインの真ん中に白線やコーンなど目印を置き、そこまで8回、残り半分で8回と伝えると、前に跳びすぎてしまうという課題は改善が見られた。(図①)

(図①)



12月には津田先生に、「2、4年生合同の表現運動」の模範授業をして頂いた。リズムジャンプを通して新たな動きを学習し、最後には学習した動きを組み合わせることで一つのダンスの振付を習得することができた。また、校内の多数の教員が参観し、学ぶ機会をもつことができた。

## ② 結びあう園田

活動場所の割り当てで、2学年が重なることもあった。その時には、一つのスピーカーを合同で使い、いっしょにリズムジャンプに取り組むという異学年交流をすることができた。交流を通して高学年は低学年に見本を見せるという意識、低学年は高学年をお手本により上手になろうという意識も感じられた。

11月には本校6年児童が園田中学校に行き、リズムジャンプ交流会を行った。そこでは、ラインを使わずにその場で行う「園中ジャンプ」を教えてもらうことができた。交流会後、6年生は今までの基本メニューに加えて、取り組んでいる。

また、幼保小連携として近隣の幼保4園を招き、1年生と合同でリズムジャンプの活動に取り組んだ。そこでは学校で一番年下の1年生の児童が、自分より年下の子をリードしようと声をかけたり、見本を見せてあげたりする姿を見ることができた。

## ③ 主運動につながる動き

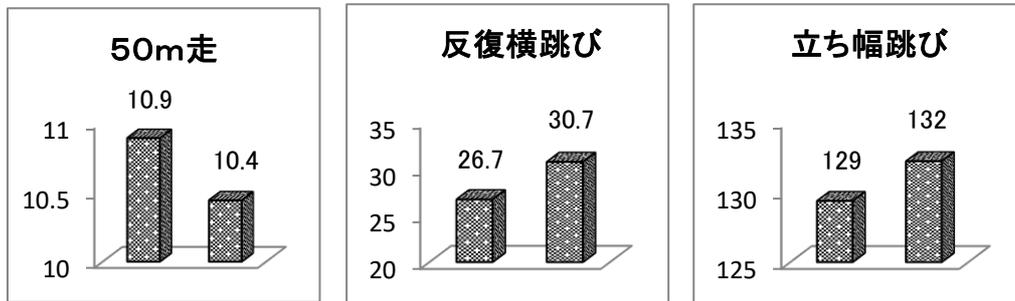
昨年度に引き続き一部の単元で、ジャンプだけでなくリズムを使った指導を行った。

今年度は2年生の以下の単元で、「リズムに合わせてやってみよう」というめあてで活動に取り組んだ。

- |          |     |  |
|----------|-----|--|
| 短距離走     | ・・・ | 4カウントをその場でジャンプ後、4カウントでダッシュ。<br>ゴールのコーンにタッチできるかチャレンジ。                                       |
| ハードル走    | ・・・ | 「タタン」のリズムで、ミニハードルをまたぎ越す動き。   |
| 縄跳び      | ・・・ | 音楽のリズムに合わせて、前跳び。   |
| ボールけりあそび | ・・・ | カウントに合わせてボールを足の裏でタッチ。(止める)<br>カウントに合わせて動きながらボールにタッチ。(ドリブル)<br>カウントに合わせて相手やグループにボールを返す。(パス) |

### 3. 変容を見る種目の測定結果

7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「-0.5秒」、反復横跳びは「+4回」、立ち幅跳びは「+3cm」となり、運動能力の向上につなげることができた。(上記グラフ左7月、右2月)

### 4. 怪我の予防への効果

養護教諭の協力により、保健室で手当てした「1、2学期の下半身の怪我(2年児童)」の発生件数を数え、昨年度の2年生と今年度の2年生とで比較す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(2年児童)**

令和3年度		令和4年度	
140名	350件	124名	456件
一人あたり2.5件		一人あたり3.7件	

リズムジャンプで下半身の筋力が増え、怪我の件数が減るのではないかという仮説のもと検証したが、今年度の2年生は、昨年度と比べ、怪我の件数は増加しているという結果となった。

### 5. 考察

今年度の成果は大きく3つある。

一つ目は、学校全体の取組として実施することができたことである。いつも運動場、体育館から音楽とかけ声が響いていた。全校で取り組めたことで、ウォーミングアップの活動として定着してきた。

二つ目は、リズムジャンプを通して異学年、異校種で関わられたことである。児童の交流の機会が増えると共に、大人数で運動することによる楽しさ、意欲の向上も期待できる。中学校進学、小学校進学への不安が少しでも減る交流会になったのではないだろうか。また、この活動を通して、人の役に立っているという自己有用感も味わうことができた。

三つ目は、継続して活動に取り組むことで、学年を問わず、上達が見られたことである。特に低学年では、初めは拍がうまく取れず、「リズム」を感じとることに難しさを感じていたが、継続することで曲に合う動きになってきた。また、一部のクラス、学年ではラインを使わないその場でのジャンプにも取り組んだ。低学年であっても手をつける難しい動きも、楽しみながら取り組む姿が見られ、上達が見られた。

〔児童の振り返り〕

**ウォーミングアップとして**

- ・体があつまってポカポカする。 ・楽しいし、いいあせをかく。
- ・気持ちがパーっと明るくなる。 ・考えてするのがおもしろい。
- ・むずかしいやつはどうすればいいか考えながらしている。
- ・いろんなシリーズがあつて楽しい。もっといろいろなジャンプをおぼえたいし、今おぼえてるのも、これからもつづきたい。

**友だちと活動することについて**

- ・みんなでジャンプのあいずを出すのが楽しい。 ・みんなとそろろうと、うれしい。
- ・まちがえても、友だちが「そちがうよ」とか教えてくれたり、新しいわざを先生が教えてくれたりするから楽しい。
- ・みんなでやったり、4年生ともやったので、いろんな人とリズムジャンプをしたい。もっとうまくなって、4年生になったらうまく教えたい。

**運動能力の向上について**

- ・ジャンプ力があがった。 ・リズムジャンプをすると足がかるくなる。
- ・体があたままるし、足もうごきやすくなる。

6. 今後の課題

今年度の課題は全学年一律のメニュー、方法で継続して取り組んだことで、モチベーションや意欲の低下が一部見られたことである。その理由として、同じ動きの繰り返しに飽きを感じている児童がいることが考えられる。そこで来年度は、基本メニュー以外のジャンプも系統立てて取り組めるようなカリキュラム（メニューの学年割り当て）を作成し、学年に応じた進め方も考えたい。また、リズムジャンプと主運動との繋がりという点で、まだまだ研究の必要性が感じられる。同じ領域の単元であっても、学年が違えば、進め方や活動の内容も変わる。特に低学年では動きを簡単にしたり、テンポを落としたりする必要性が感じられた。発達段階に合わせたリズム指導という視点も加えて、次年度以降も深めていきたい。

今年度担任している2年生の児童では、新しい動きを教えた後には、休み時間や空き時間に体を動かしている姿や、音楽をかけると自然とジャンプする姿が見られた。3学期には係を中心に自分たちで用具の準備や活動を進めることもできた。

今年度は、全学年全学級で取り組めた。来年度も全教員が同じように取り組める体制を作り、年間計画としてしっかり位置づけて、進めていきたい。



## (6) 実践報告 その6

尼崎市立名和小学校 林 忠明 教諭【対象：小学校1年生】

### 1. 現状について

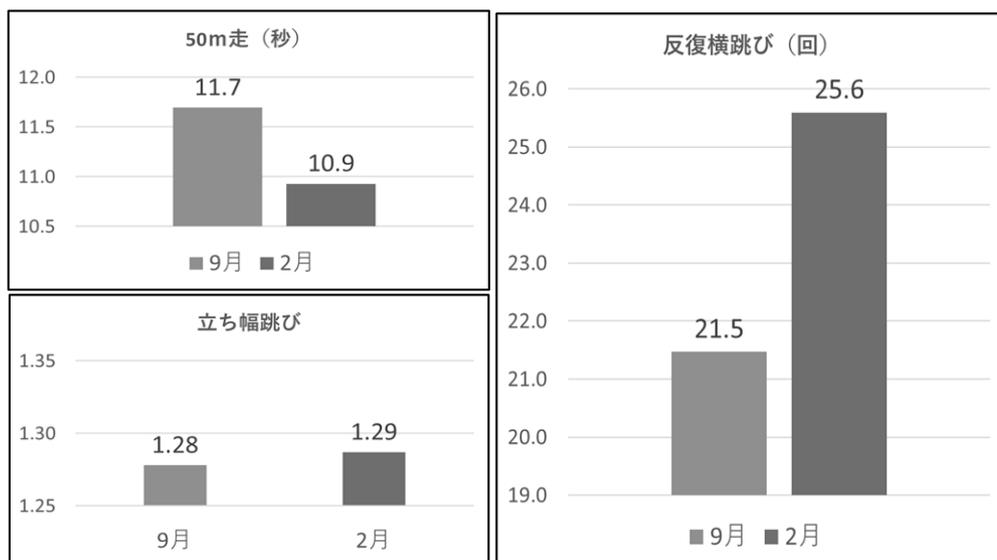
本校の現状として、休み時間に外で遊ぶ児童が一定数いる一方で、なかなか外に出たがらない児童もいる。冬になり気温が低下するにつれてその割合が増えてきている。学校全体の取組として、休み時間にドッジボールや長縄、ドッジビーを配布したり、体育委員が外遊びを呼びかけたり、児童会主催の「ペアわくわく遊び」をしたりして外遊びを促進するようにしている。一方で昨年度に引き続き新型コロナウイルス感染症対策のため、耐寒マラソンや縄跳び週間などの行事を中止、体育大会は団体競技を削減し、二部制で実施した。また、今年度より水泳指導を再開したが、ソーシャルディスタンスの確保から入水人数を制限して実施した。こうした感染対策のための運動機会の減少や、ソーシャルディスタンスの確保などの運動の制限がある中、体育の学習における十分な運動量の確保に課題がある。

本学級の児童は、外に遊びに行く児童が多く、鬼ごっこやボール遊びをする様子が見られる。また、体育の学習では運動遊びにすすんで取り組む児童が多い。今までの生活経験、運動経験から、身体を動かすことに慣れている児童とそうではない児童の差が大きい中で、「どんな単元でも「やってみよう。」「うまくできた。」「次こそはうまくやりたい。」など、前向きに活動する姿が見られる。

### 2. 実践の概要

- (1) 対象者 1学年1学級（男子19名、女子16名、計35名）
- (2) 実施時間 体育の授業の準備運動後、5～10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3つのジャンプを実施（単元に応じて変更）
  - ・パージャンプ、サイドジャンプ、ランジジャンプ

### 3. 変容を見る種目（50m走、立ち幅跳び、反復横跳び）の測定結果



クラスの平均記録は50m走で「-0.8秒」、反復横跳びは「+4.1回」、立ち幅跳びは「+0.01

m] 程度となった。

#### 4. 考察

取組を開始した時から、楽しみながらジャンプに取り組む姿が見られた。初めはリズムに合わせてジャンプすることが難しかった児童も、継続する中で手拍子を加えたジャンプや、組み合わせジャンプ（サイドジャンプとパージャンプの組み合わせ）ができるようになった。今年度は1年生で取り組んだので、低学年で経験させたい動きを、リズムジャンプを通してできた。音楽が流れているのでダラダラすることなく、楽しい雰囲気の中で動きに何度も取り組めることがリズムジャンプの利点だと感じた。

単元によって主運動につながるように、取り組むリズムジャンプを考えた。例えばボール運動遊びの単元では、「1・2・3」のリズムで足を「ケン・ケン・前」と出すジャンプをすることで、ボールを投げる脚の運び、体重移動の感覚を養った。跳び箱運動遊びの単元では、パージャンプの「1・2・3・4」のリズムの3と4の間に自分の脇腹を叩くことで、跳び箱の踏み切りから着手の感覚を養えるようにした。リズムに合わせて意欲的に何度も取り組む姿が見られ、運動経験が乏しい児童でも楽しみながら主運動につながる動きを学習できた。

スポーツテストの測定結果では、50m走・反復横跳びの2種目においてはクラス平均の伸びが見られた。特に反復横跳びの伸びが大きく、前後左右に繰り返し跳ぶ様々なリズムジャンプの動きの習得が結果に影響を与えた可能性がある。一方で、立ち幅跳びでは伸びがあまり見られなかった。リズムジャンプは跳躍力そのものの向上にはあまり影響しないのかもしれない。また、伸びが見られた種目においてもリズムジャンプによる影響だけでなく、身体の成長や、半年間の運動経験に伴う記録の伸びでもありとも示唆される。

#### 5. 今後の課題

リズムジャンプをする上での今後の課題として、主運動の動きにつなげやすい単元と、そうではない単元があることがあげられる。例えば跳び箱運動や、幅跳びなどの跳躍を伴う単元では動きの繋がりが感じやすいが、鉄棒運動などは回転を行う運動であるため、リズムに合わせてたり、感じたりすることが難しい。中学年や高学年の体育では、ただ取り組むだけでなく、主運動の動きと繋がってこそリズムジャンプの効果が得られると思う。どのようにしてリズムジャンプを単元の中に組み込んでいくかを検討していく必要がある。

#### 6. 取組の様子・写真



## (7) 実践報告 その7

尼崎市立大庄北中学校 檜藤 将太 教諭 【対象：中学校1年生男女】

### 1. 現状について

本校は、6月頃からリズム指導を1年男女の授業始めに取り入れ、今では、生徒たちもスムーズな動作で体を動かせるようになってきた。本校では主にウォーミングアップ時にリズムジャンプを取り入れてきたが、2学期中頃からは、主運動につなげる為の反復動作としても取り入れ始めた。また、本年度は本校の取組としてグループ学習にも力を入れた為、リズムジャンプで反復動作をする中で具体的に主運動とどのようにつながるかなどをグループで考えさせ、取り組ませた。

### 2. 実践の概要

- (1) 対象者 中学1年生（男女） 4クラス（男子：67名 女子：69名）
- (2) 実施時間 体育の授業（約週2回）  
6～10分程度
- (3) 実施期間 令和4年6月～令和5年2月
- (4) 実施内容 種目数約10種目

#### 【授業内で取り入れた種目】

上半身

頭タッチ、肩タッチ、つま先タッチ、ツイスト、手拍子、パンチ

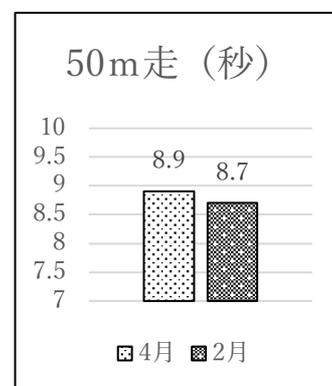
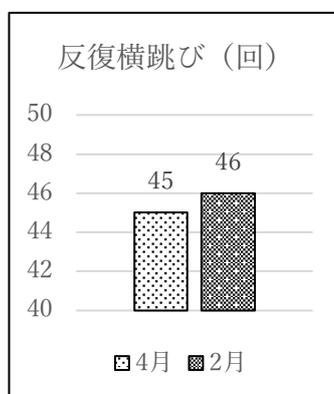
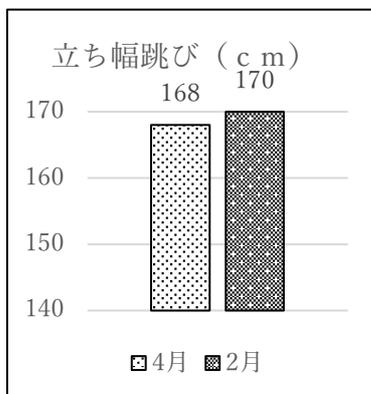
下半身

グーパージャンプ、前後クロスジャンプ、サイドステップ、ランジ  
バービー、スクワット、ケンケン、キック

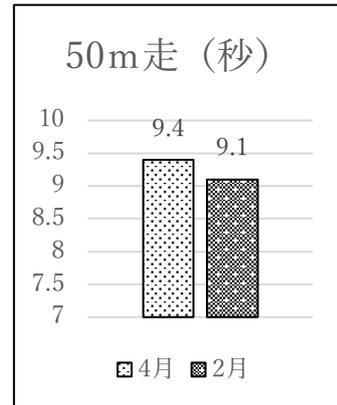
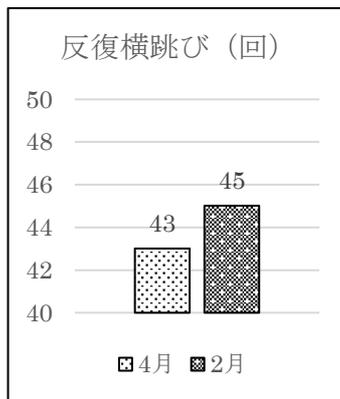
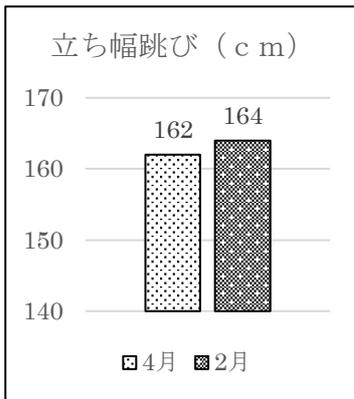
### 3. 変容を見る種目の測定結果（平均）

※R4年、4月とR5、2月を比較したもの

#### 【1年生男子】

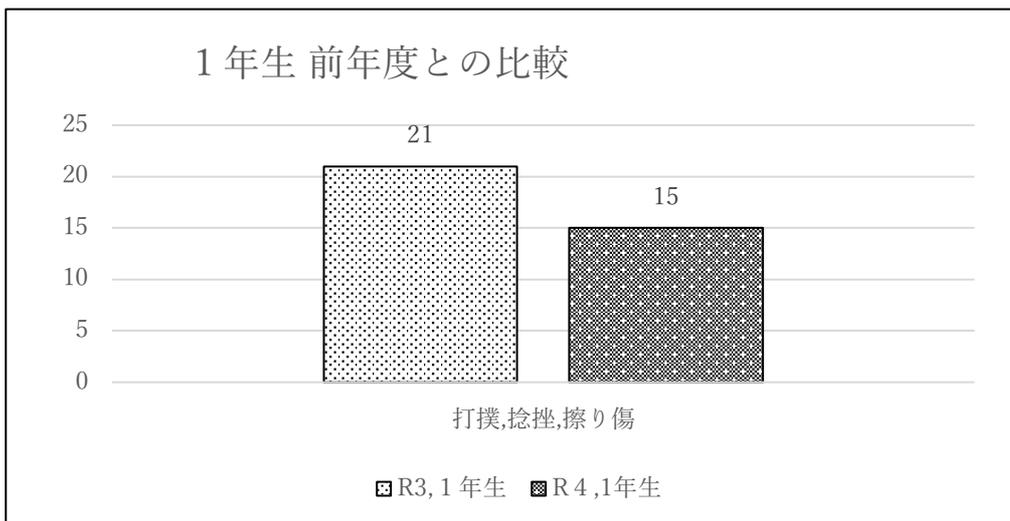


【1年生女子】



4. 怪我の予防への効果

〈令和3年度1年男女と令和4年度1年男女の比較〉



〈比較〉

年度当初と現在の記録を比較すると数値はどれも向上している。

また、怪我の発生率に関しても前年度を100%すると、今年度は約70%にまで減少している。

5. 考察

身体能力に関して、全ての種目で向上が見られた。しかし、向上する要因は他にも体の成長、部活動や習い事での運動機会の増加等、別の要因も考えられるため、一概にリズムジャンプで身体能力が向上したとは言にくい。

怪我の発生件数においては、前年度から30%減少した。昨年のコロナ禍で運動する機会は今年より少ないはずだが、それでも怪我の発生件数が減少しているのは、一定の効果があった可能性がある。

## 6. 今後の課題

リズムジャンプを取り入れる事で、授業の導入時のムードがととてもよくなった。また、リズムジャンプを主運動につなげていく動作は、様々なパターンが作成できるため、今後もバリエーションを増やしていきたい。また生徒たちの動きを見ていると、リズムに合わせて反復する動作数が増え、神経系のトレーニングとしてはとても良い刺激になったと感じた。しかし、すべての授業に取り入れられなかったことや、継続的に取り入れることが出来なかったため、今後は回数を増やしていきたい。また、主運動につながる動作パターンも引き続きバリエーションを増やしていきたい。

## 7. 取組の様子・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：中学校1年生男子・中学校2年生女子】

### 1. 現状について

今年度は、少しずつマスクを取っての活動が増えきており、生徒自身が仲間と関りを持って運動に取り組める雰囲気が増えてきたように感じる。しかし、まだ生徒の中には、マスクを取って行うことに抵抗感がある生徒もいる。そのため、完全に運動の制限がなかった時と同じように全員が思いきって、運動に取り組めるようになるには時間がかかると思う。

リズムジャンプの取組は、3年目となるので、新しいバージョンを組み立て、全校生徒で体育大会の準備運動として行った。また、準備運動で行うことはもちろんだが、主運動の動きにリズム指導を取り入れて、指導することを重点的に行った。

### 2. 実践の概要について

#### 【 実践① 】

- (1) 対象者 全校生徒
- (2) 実施時間・頻度 体育授業時（1分30秒）・授業毎
- (3) 実施期間 4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：なし        |
| ② ステップ：パージャンプ        | 上半身：頭の上で手拍子   |
| ③ ステップ：サイドステップ       | 上半身：なし        |
| ④ ステップ：サイドステップ       | 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→前→後ろ  |
| ⑦ ステップ：パー→パー→パー→ゲー   | 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1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 バレーボール
- (5) 授業の中で取り入れた事例等

##### ① オーバーハンドパスの練習

壁に向かってボールを両手で当てて、キャッチする。パターン1（1投げる→2キャッチ→3投げる→4キャッチ）、パターン2（1投げる→2投げる→3投げる→4投げる）※パターン2の投げるは、リズムに合わせるために自ずとはじく感じとなる。

##### ② オーバーハンド、アンダーハンドパスの練習（2人組）

対面してパスをし合う。※リズムに合わせてボールの軌道を考える。1、2の軌道、1、2、3の軌道、1、2、3、4の軌道でボールの軌道が違ってくる。

##### ③ スパイクの練習

右、左、両足（トン、トンのリズムで）の順でジャンプ+腕を振る

##### ④ ブロックの練習

サイドステップ、両足ジャンプ+両手を上げる など

【 実践③ 】

- (1) 対象者 第2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 ソフトボール  
(5) 授業の中で取り入れた事例等
- ① キャッチボールをリズムに合わせて行う。  
・スローに特化したバージョン  
振りかぶる→人差し指を頭にタッチ→投げる  
1 2、3 4  
・キャッチから投げるまでのスピードに特化したバージョン  
キャッチ→ボールを持つ→足を出す→投げる  
1 2 3 4
- ② バットスイングをリズムに合わせて行う。  
・構える→振りかぶる→振る→余韻  
1 2 3 4
- ③ 守備をリズムに合わせて行う。(ゴロ、フライ)  
・キャッチ→ボールを持つ→足を出す→投げる  
1 2 3 4

【実施④】

- (1) 対象者 第1学年 (男子) 第2学年 (女子)  
(2) 実施時間・頻度 10時間・授業毎  
(3) 実施期間 12月から1月  
(4) 実施内容 柔道  
(5) 授業の中で取り入れた事例等
- ① 前回り受け身  
構え→回 転 →畳をたたく  
1 2、3 4
- ② 投げ技 (膝車)  
構え→右足→左足→倒す  
1 2 3 (ゆっくり)  
1 2 (少し早く)  
1 ( 早く )

【実施⑤】

- (1) 対象者 第1学年(男子) 第2学年(女子)
- (2) 実施時間・頻度 9時間・授業毎
- (3) 実施期間 1月から2月
- (4) 実施内容 バスケットボール
- (5) 授業の中で取り入れた事例等

①ドリブル

1回ドリブル(1、2) 2回ドリブル(1、2) 3回ドリブル(1、2)  
 4回ドリブル(1、2) 同じリズムに回数を増やすことで自然とスピードを上げ、姿勢が低くなる。右手、左手、両手を行う。

②チェストパスからキャッチ

・パス → キャッチ

1	4
1	2
1	1

③シュート

・セットシュート  
 ドリブル→ドリブル→キャッチ→シュート

1	2	3	4
---	---	---	---

・レイアップシュート(右)  
 右足→左足ジャンプシュート

1	2
---	---

・レイアップシュート(左)  
 左足→右足ジャンプシュート

1	2
---	---

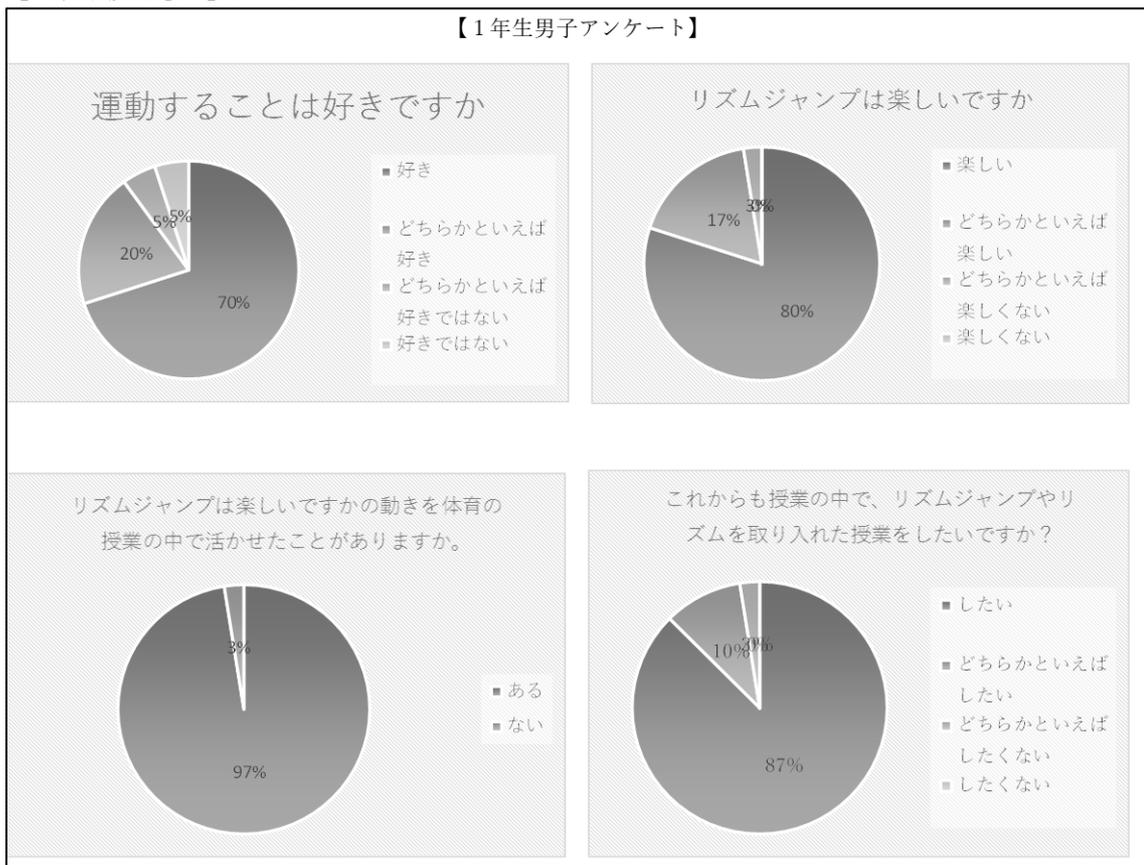
3. 変容を見る種目の測定結果

【効果検証①】スポーツテスト

1年男子	4月	2月	変化
反復横跳び	44. 1回	51. 2回	7. 0回
立ち幅跳び	176. 8 cm	185. 45 cm	8. 5 cm
50m走	8. 78秒	8. 0秒	-0. 78秒

2年女子	4月	2月	変化
反復横跳び	46. 9回	49. 0回	2. 0回
立ち幅跳び	159. 3 cm	169. 7 cm	10. 4 cm
50m走	8. 96秒	8. 61秒	-0. 35秒

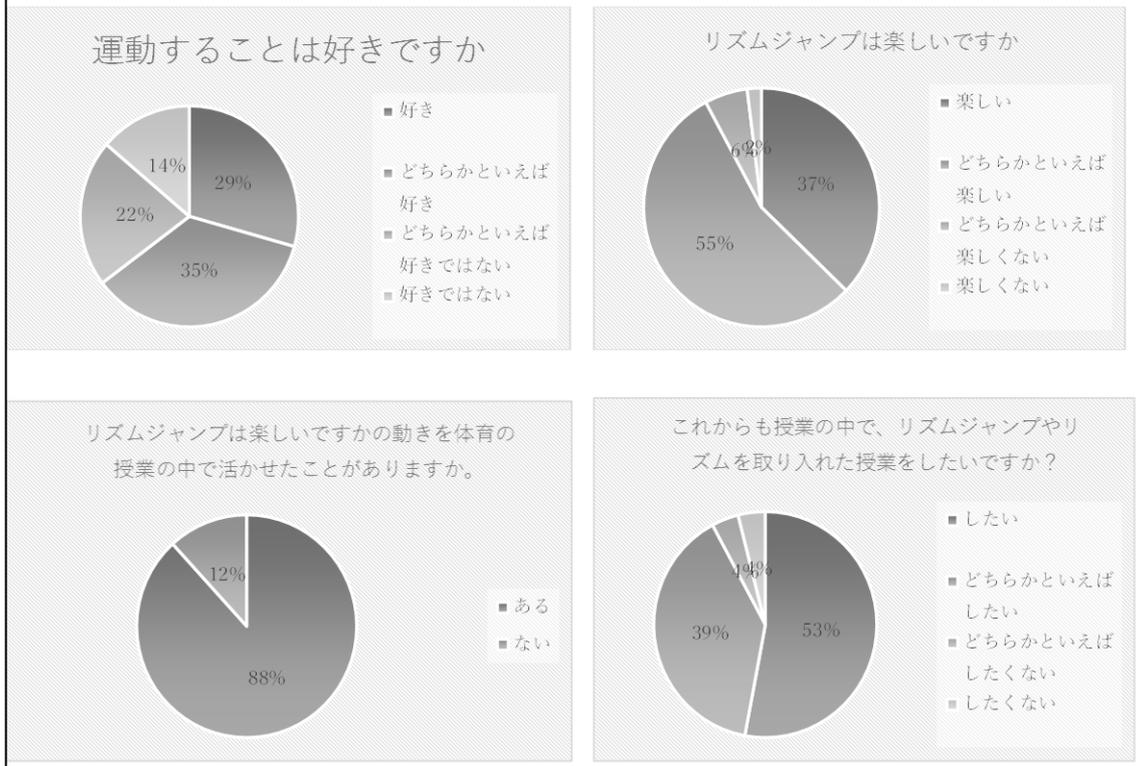
【 効果検証② 】 アンケート



【1年男子生徒の感想】

- ・バレーボールではオーバーハンドパスやアンダーハンドパスの練習では音楽を取り入れることでリズムが取りやすくなったりパスの練習が楽しくなりました。
- ・バレーのパスやアタックで活かされた。パスのリズムや、アタックの踏むこむリズムがわかりやすかった。柔道では前回り受け身がリズムでわかりやすかった。
- ・楽しい気持ちや、ダンスしているような気持ちになる。
- ・リズムジャンプをして、楽しくリズムジャンプに取り組むことができたし、やり終わったらやりきった感があり、楽しく体育の授業に取り組めることができるからこれからもリズムジャンプができるように頑張っていきたいです。
- ・僕はリズムジャンプをすると、体育が始まる前よりテンションが上がってやる気がとてもでした。
- ・リズムジャンプが終わったあと気分がスッキリした。
- ・バスケットボールの時にリズムがあることによってパスやドリブルがやりやすかった。
- ・バスケットボールの、パス練習のときにリズムがあると、自分が他の人と、どれだけリズムがずれているのかがわかったり、いつパスが来るのかがある程度わかって、とてもやりやすかったです。

【2年生女子アンケート】



【2年女子生徒の感想】

- ・柔道の前回り受身でリズムを使ったことで、回るタイミングや手を叩くタイミングを掴みやすかったです。
- ・柔道やソフトボール以外にも色々なことに取り入れていいと思います。
- ・気分が上がり、リズムに合わせることで一体感が生まれる。
- ・リズムジャンプをすると体も温まるし楽しくなる。
- ・リズムがあることによって体の動かし方が、よりわかりやすくなった。
- ・リズムが流れていることによって楽しい雰囲気になる、無駄な動きがなくなる。
- ・皆とリズムジャンプをしていると幸せな気持ちになれるので良い活動だと思います。
- ・自分の欠点でもあった、マイペースさをリズムジャンプで改善されていった。
- ・バスケットボールのパスやドリブルで、早くボールの受け渡しができたりなど、自分のできなかつたり苦手だったものが授業を通して出来るようになりました。
- ・ソフトボールの送球を早くする練習で、リズムを入れながら練習することで、自然と早く投げたりキャッチしてからの動作を早くする動きが身につけられた。
- ・楽しいアップになるしとてもいいと思っています。しんどかったりすることもあります、みんなでやることで前向きに、一緒に頑張ろうと思っています。
- ・リズムがないときは怖くてなかなかできないことも、リズムがあると思い切ってやってみることができるので、結果的にどんどん色々なことができるようになっていきました
- ・リズムジャンプはしんどいけどリズム感も鍛えられるのでいいと思いました。
- ・運動と音楽の愛称は抜群だと思いました。

【 効果検証③ 】怪我について

	切り傷	捻挫	突き指	打撲	その他	合計
R3 1年 男子	3	4	1	7	4	19
R4 1年 男子	2	1	3	11	3	20

	切り傷	捻挫	突き指	打撲	その他	合計
R3 2年 女子	0	1	1	1	1	4
R4 2年 女子	5	12	1	5	1	24

4. 考察

今年度は、主運動に積極的にリズムを取り入れた。バレーボールでは、壁に向かってオーバーハンドパスをした。リズムを変えることで、ボールをうまく突き放す動作に移ることができた。二人組でのパス交換では、ボールの高さをリズムで説明することで、2拍のボールはライナー性のボールになるが、4拍になると山ボールとなることで共通理解が取りやすかった。また、スパイクの足の運びは片足ジャンプになりがちであるが、ほぼ全員がステップを踏んで両足ジャンプができた。顕著な効果が表れたと感じた。ソフトボールでは、ボールを投げる場面、捕ってから投げる場面、打つ場面で取り入れた。一定のリズムがあることで、タイミングが取りやすくリズムミカルにキャッチボールができた。特に捕ってから投げる場面での成長が著しかった。柔道では、前回り受け身でのタイミングに取り入れた。回り始めるタイミングと畳をたたくタイミングが分かりやすかったと生徒のコメントにもあった。特に今まで回り始めを躊躇する生徒が多かったが、今回はほとんどそのような生徒はいなかった。投げ技では、足の運びタイミングを意識することができた。リズムを早くすることで自然と足の運びのタイミングも早くなっていた。バスケットボールでは、同じリズムでドリブルの回数を増やすと、自然とボールに与える力や構える姿勢を工夫して取り組んでいた。シュートの特にレイアップシュートでは、今まで足が合わずに苦労することが多かったが、リズムを使うことでほぼ全員が、スムーズに行えるようになった。

スポーツテストの結果からみると、全体的にどの種目も平均値は伸びていた。1年男子の反復横跳びでは、42人中37人が伸びており、中には26回も伸びている生徒がいた。立ち幅跳びは、20cm以上伸びた生徒が5人もいた。その5人中運動部に所属していない生徒が3人もいたことはリズムジャンプの成果を表していると感じる。最後に50m走だが、ほぼ全員の42人中40人が記録を伸ばしていた。2年生女子の反復横跳びは、53人中34人が伸びていた。立ち幅跳びは、10cm以上伸びている生徒が20人もいた。中には100cm以上伸びた生徒もいた。50m走では53人中42人で記録が伸びており、中には2秒以上も早くなっていた生徒もいた。1年男子と2年女子では、1年男子のほうが全体的に伸びていたが、立ち幅跳びと50m走で両方の学年の伸びが大きかったことが印象的である。

アンケートでは、多くの生徒がリズムジャンプは「楽しい」と答えていた。特に女子では、運動することが好きではない生徒が約30%いたが、リズムジャンプは92%が「楽しい」「これからもリズムを取り入れた授業を受けたい」と答えている。運動が苦手な生徒も、リズムジャンプの運動であればポジティブに感じ行えることが証明されている。主運動に多く取り入れたことによって、できたと感じている場面が多くあった。それによって自己肯定感や達成感を感じることができている。そして、できたと感じることで自信が生まれる。協働的な学習などで、今までは

自信がない生徒は発言しにくい場面があったが、話し合いの場面やアドバイスをし合う場面で、意欲的に発言する姿が増えたように感じる。

怪我についての検証では大きな成果は見られなかった。昨年度は距離を取っての活動が多く、怪我をすることが少なかったが、今年度は思い切って運動する場面が増えたため怪我が多くなった可能性があると思う。

リズムを取り入れたことで、意欲的に運動に取り組むことができ、運動量も確保することができた。また、リズムがあることで、タイミングが取りやすくなり技能の向上につながったことを実感した。

#### 5. 今後の課題

3年目の取組となり、ウォーミングアップでの取組は、年間を通して行うことができた。ランニングと共に関心機能のアップに効果的であったと思うが、マンネリ化した感がある。学期ごとや学年で内容のバージョンアップをすることも今後の課題である。昨年度の課題であった主運動への取組を軸に行った。実施したほぼすべての種目で取り組むことができた。生徒の感想から、様々な技能の習得に効果的であったとコメントがあり、成果として現れた。今後は新たな種目でリズムを取り入れた指導を行っていきたい。

#### 6. 取組の様子・写真



ウォーミングアップ



1年バレーボール



2年ソフトボール



2年柔道



2年バスケットボール



1年バスケットボール

### (9) 実践報告 その9

尼崎市立大成中学校 都崎 綾香 教諭 【対象：中学校2年生】

#### 1. 現状について

今年度はウォーミングアップでリズムジャンプを取り入れるだけでなく、ハードル走において主運動に繋がるリズム運動を取り入れた。リズム運動を取り入れることによってハードル走をリズムよく走れる生徒が増えたように感じる。

生徒たちの様子としては、昨年度より高度なリズムジャンプに挑戦したり、自分たちでリズムジャンプを考案してみたり、教え合ったりという姿が多く見られ良い雰囲気づくりにも繋がった。今後もリズムジャンプだけでなく、主運動に繋がるリズム運動を取り入れていきたいと考えている。

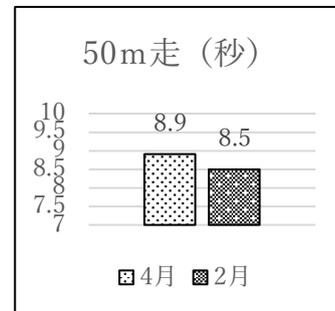
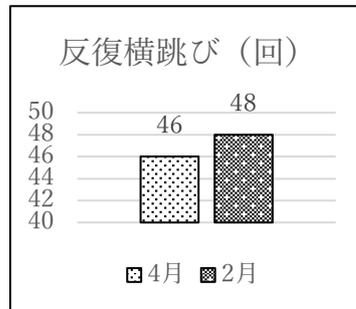
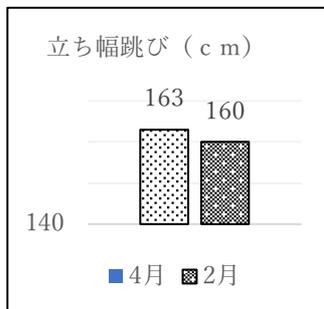
#### 2. 実践の概要

- (1) 対象者 中学2年生 (13、14歳) 5クラス (女子：94名)
- (2) 実施時間 体育の授業 (週に約2回)
- (3) 実施期間 6月から
- (4) 実施内容 1回の種目数 約10種目

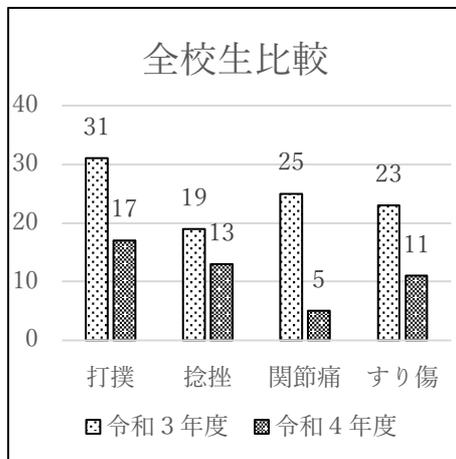
##### 【授業内で取り入れた種目】

- ・「リズムジャンプチャレンジ20」のプリントを参考に、10種目程度実施
- ・フレキハードルや小学生ハードルを使ったリズム練習

#### 3. 変容を見る種目の測定結果



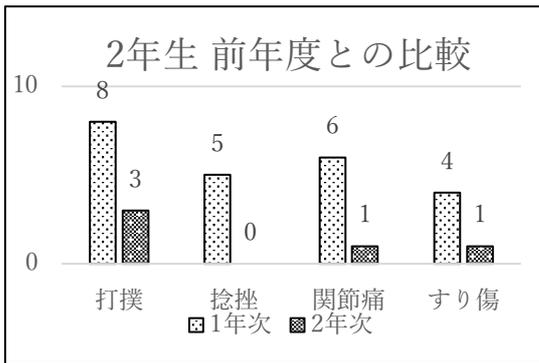
#### 4. 怪我の予防への効果



##### 〈令和3年度と令和4年度の比較〉

主にリズムジャンプを実施していたのは2年生の女子だったが、今年度は特別支援学級でもリズムジャンプを取り入れた授業を行った。

怪我の件数は全体的に減少傾向にある。怪我による保健室の来室者は、昨年度、今年度共にかなり減少している。



#### 〈2年生 前年度との比較〉

2年生女子は昨年度からリズムジャンプを取り入れている。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ことも要因のひとつかもしれない。保健室へ来室する生徒もかなり減少している。

#### 5. 考察

リズムジャンプに苦手意識を持っていた生徒も、今年度は慣れてきたこともありできる種目が増え積極的に取り組む姿が見られた。今年度も引き続き「間違えてもいい」ということ、「難しい動きは足だけを動かす」ということを繰り返し伝えたため、失敗を恐れずに取り組む姿も印象的であった。生徒間でもこのような声掛けが行われていたことも大変よかったと感じている。

ハードル走でリズム運動を多く取り入れたことによって、リズムよく走ることができる生徒が増えていた。また、長距離走でもリズムよく走ることがどういうことなのかをつかめていた生徒も多くいた。これはウォーミングアップでリズムジャンプを取り入れた効果なのかもしれない。

#### 6. 今後の課題

リズム運動を行っている部活もあるので、そのような動きを授業でも参考にしていきたい。また、各種目で主運動に繋がるリズム運動を取り入れることが難しかったため、今後は取り入れていきたい。

#### 7. 取組の様子・写真



## (10) 実践報告 その10

尼崎市立園田中学校 井田 幸佑 教諭【対象：中学校1年生男子・2年生男子】

### 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が、「楽しくしんどく」をモットーに運動量を確保し、体力向上につながる授業の展開に努めてきた。私は4月から異動してきたが、本校は昨年度まで佐川教諭がリズムジャンプを全学年に浸透させていたので、体育の授業では当たり前のようにリズムジャンプに取り組むという形が既に4月の時点で生徒に定着していた。

### 2. 実践の概要

リズムジャンプについては、4月当初から体育の授業のウォーミングアップではほぼ毎回実施した（ただし水泳の授業を除く）。

授業内では、ラジオ体操→筋力トレーニング→リズムジャンプ（1～2分間程度）の流れを、どの授業でも最初にウォーミングアップとして実施した。

体育大会では全校生徒が、準備運動として実施した。

また、小中連携の一環として、生徒が小学校に出向き、習得した技能を小学生に指導することで、さらに理解力を深め、効果を高めた。

#### (1) 対象者 全校生徒

(2) 実施時間・頻度 体育授業開始時（2分）・毎授業

(3) 実施期間 4月から3月

(4) 実施内容 主に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4カウント×3で行う。

種目プログラム

使用曲「3D (128BPM)」

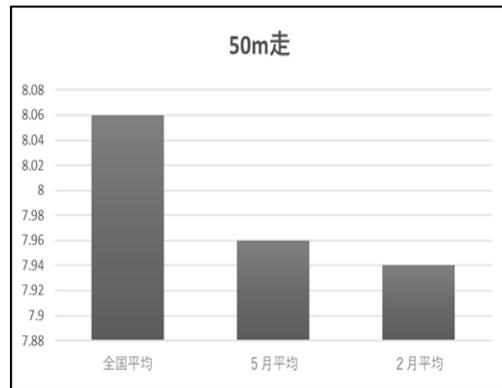
- ① ステップ：グー → パー 上半身：頭 → 肩 → クロス → 肩
- ② ステップ：グー → パー 上半身：頭 → 肩 → 後 → 前
- ③ ステップ：グー → パー 上半身：頭 → 肩 → 前拍手3回
- ④ ステップ：グー → パー 上半身：頭 → 肩 → 肩クロス肩
- ⑤ ステップ：クロス → パー 上半身：頭 → 肩 → クロス → 肩
- ⑥ ステップ：クロス → パー 上半身：頭 → 肩 → 後 → 前
- ⑦ ステップ：クロス → パー 上半身：頭 → 肩 → 前拍手3回
- ⑧ ステップ：クロス → パー 上半身：頭 → 肩 → 肩クロス肩

3. 変容を見る種目の測定結果

「令和4年5月測定」と「令和5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。

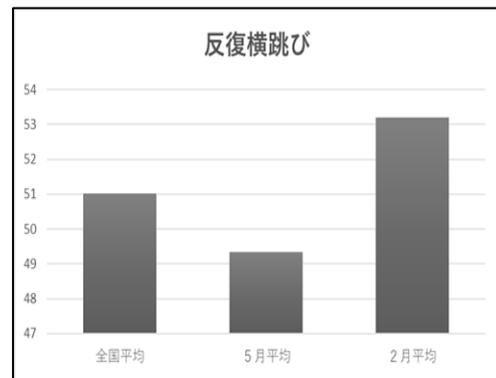
<50m走> 2年男子

	全国平均	5月平均	2月平均
50m走	8.06秒	7.96秒	7.94秒



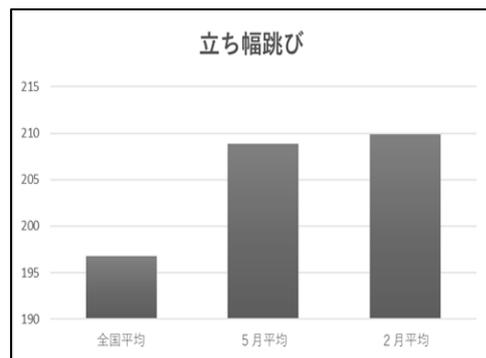
<反復横跳び> 2年男子

	全国平均	5月平均	2月平均
反復横跳び	51.02回	49.35回	53.19回



<立ち幅跳び> 2年男子

	全国平均	5月平均	2月平均
立ち幅跳び	196.82cm	208.83cm	209.91cm



4. 怪我の予防への効果

本校では全校生徒が昨年度以前からリズムジャンプに取り組んでいるため、比較することができないので検証していない。

5. 考察

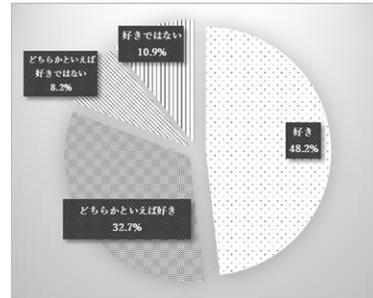
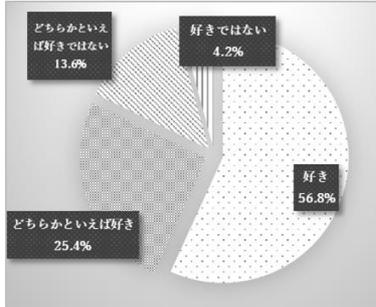
【生徒アンケートより】対象者：1年男子118名、2年男子110名

(2月14日、2月15日実施)

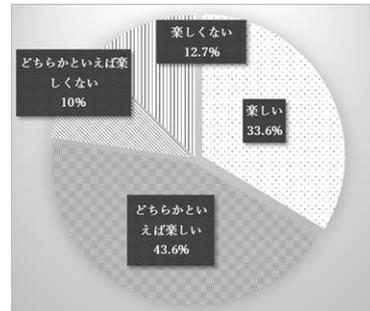
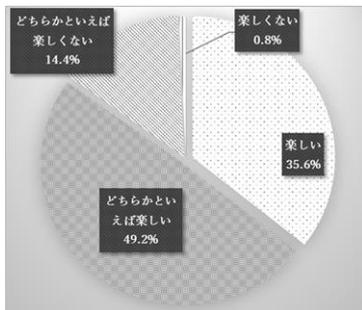
**1年男子**

**2年男子**

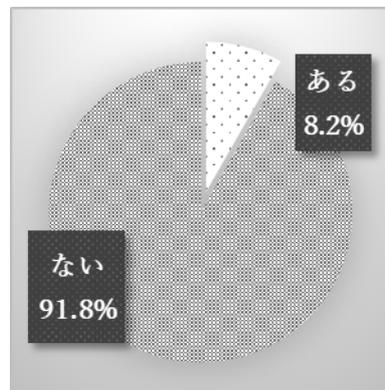
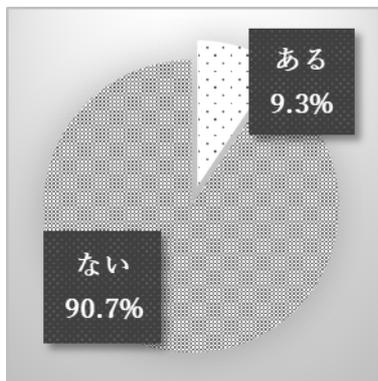
1、運動することは好きですか？



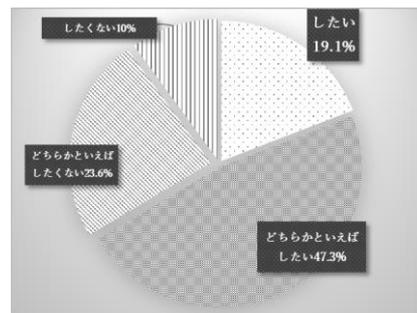
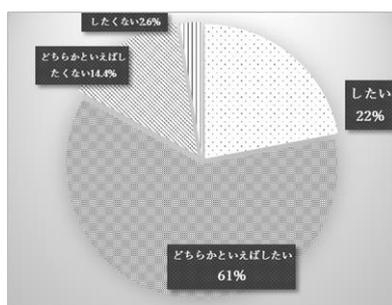
2、リズムジャンプは楽しいですか？



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？



4、これからも授業の中で、リズムジャンプやリズムを取り入れた授業をしたいですか？



①. 運動することは好きですか？（1年男子+2年男子）

好き	67人	どちらかといえば好きではない	16人
どちらかといえば好き	30人	好きではない	5人

②. リズムジャンプは楽しいですか？（1年男子+2年男子）

楽しい	42人	どちらかといえば楽しくない	17人
どちらかといえば楽しい	58人	楽しくない	1人

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？

（1年男子+2年男子）

ある 11人      ない 107人

④. 体育の授業の中で活かしたことが「ある」という人はどのような種目・動きの中で活かしましたか？（1年男子+2年男子）

〔生徒のコメントから抜粋〕

- ・ジャンプ力    ・持久走    ・バスケットボール    ・立ち幅跳び、走り幅跳び
- ・足が速くなった気がした    ・立ち幅跳びで記録が伸びた。
- ・リズムが良くなり運動神経が良くなった    ・持久走で地面を押すことに繋がった
- ・持久走を走る前のアップで活かした。

⑤. これからも授業の中で、リズムジャンプやリズムをとり入れた授業をしたいですか？（1年男子+2年男子）

したい	26人	どちらかといえばしたくない	17人
どちらかといえばしたい	72人	したくない	3人

⑥. リズムジャンプをしてみてどのようなことを思ったり考えたりしましたか。また、リズムジャンプをするとどんな気持ちになりますか？

〔生徒のコメントから抜粋〕

- ・テンションが上がる    ・体が温まる    ・スッキリする    ・簡単に楽しい
- ・リズム感が鍛えられたと思う    ・体育が楽しくなる    ・ゲームしているみたいな気持ち
- ・リズム感がついてサッカーなどのスポーツに活かせると考えたりします。
- ・最初に体を動かせるので温まる    ・良い準備運動だと思う
- ・最初はリズムが難しくて嫌いだったけど、今はリズム通りできて楽しいです
- ・ジャンプをするのって楽しいよねという気持ちになります。
- ・リズムジャンプをしたあと、動きやすくなる気がする。    ・リラックス
- ・しっかりリズムを取ろうと思いがらしています。    ・愉快的気持ちになる
- ・間違えずに頑張ろうという気持ち    ・ダイエットしてるみたいな気持ちになる
- ・音楽流れてくると自分うきうきしてきました    ・ジャンプのリズムを合わせるのが難しい
- ・タイミングを鍛えるものだった。    ・リズムを鍛えるのは楽しいです

- ・ジャンプをしながら手の動作をするのは楽しい
- ・冬には体を温めることには最適だと思う
- ・リズムジャンプをしてみて楽しいいい運動になるからいいなと思いました
- ・順番を覚えることに記憶力の向上にもいい
- ・ジャンプしているときに楽しい
- ・ジャンプしている時なんかワクワクしたり楽しくなったりする。
- ・ジャンプをしながら手でなにかするというのは難しいですがすごく楽しい気持ち
- ・ふくらはぎでジャンプすることでふくらはぎの筋肉が鍛えられる。
- ・リズムジャンプをすると、もっと体を動かしたいような気持ちになる。
- ・体を動かせるし、リズム感もつくので、すごく便利な運動だと思います
- ・手の動きがスムーズに動き体育で活かせるくらいまでやっていきたい
- ・目が覚める。
- ・はじめは恥ずかしかったけどだんだん楽しくなってきた
- ・はねる気持ち
- ・間違えたとき恥ずかしいけど、間違えずにできたら楽しい
- ・リズムに乗るのが楽しい。
- ・少し汗をかくので、ウォーミングアップができ、さっぱりした気持ちになる。
- ・疲れたりする気分が上がることもある
- ・足がパンパンになる
- ・色々な種類があるので頭が活性化されている気持ち
- ・気分が上がる
- ・部活でジャンプをするときに使えるのではないかと思った
- ・弾むような感じがしました。
- ・できなかったことができるようになった時に嬉しくなれる気持ち
- ・頭を結構使う
- ・リズムジャンプをしていて、しっかりリズムを掴むことが、狙いなのかなと思いました。
- ・下半身と上半身で違う動きをするという不思議な感覚を味わい、楽しかった。
- ・する前とした後で足への負担がなくなった
- ・動きが良くなった
- ・ジャンプの練習になっていいし足が動きやすくなる
- ・しんどくて楽しい
- ・リズムジャンプをすると体育の授業でよく動けるようになった気がします。
- ・自分が思ったとおりに体を動かせられるようになった
- ・体が軽くなったような気持ち
- ・リズムに乗るのがうまくなったと思う感じがしました。
- ・体育が楽しくなる
- ・間違えるかもしれないから気をつけている
- ・適度に汗をかいて涼しくて爽快という気持ち
- ・いい気持ちになれます
- ・体がよく動いているかわかる
- ・テンションがあがる
- ・リズム感が上がってる感じがしました
- ・体を効率よく動かせていいと思いました
- ・リズムジャンプはしんどいけどジャンプするので楽しい気持ちになります
- ・最初は難しいと思っていたけど、出来るようになったら楽しくなった
- ・習慣です
- ・頭を使いながら運動できるのでいい運動だと思います
- ・友達と楽しみながら運動ができる
- ・体全体を動かして楽しい気持ちになる
- ・リズムジャンプをすると清々しい気持ちになる
- ・楽しく爽やかな気持ち
- ・体を動かしたくなる
- ・ぴよんぴよんして楽しい
- ・運動をする気持ちになる
- ・楽しい準備運動だなと思います
- ・無心でしている
- ・やりきった気持ちになる
- ・次の行動を頭で考えられるようになった。
- ・足と手を別の動きするから難しさもあり楽しさもあっていい
- ・準備運動で一番たのしくできたこと。
- ・今日も体育頑張ろうという気持ちになる。
- ・やる前は面倒くさいと感じるけどやってみると意外と楽しいと感じることがある
- ・私はリズムに乗ってどんどん楽しくなっていく感じがいい気持ちだと思います。
- ・リズムジャンプは少し頭も使うしいまから体育がはじまるという気持ちが入るのでいいなと思います

測定結果を受けて考察した。

50m走は、0.02 秒速くなった。反復横跳びは、2.84 回多くなった。立ち幅跳びは、1.08cm 伸びた。

5月の時点では全国平均を下回っていた立ち幅跳びは、2月に測定してみると全国平均より上回っていた。効果検証種目の3種目は全て全国平均を上回ることができた。

リズムジャンプを年間通して行うことで、体力、敏しょう性を高めることはできるといえるが、発育急進期の真っ只中であり、クラブ活動でのトレーニングもしている中で、リズムジャンプが直接「新体力テスト」の記録向上と関係しているかどうかは断定できない。

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いる、「前向きに」「自主的に」、毎時間一生懸命取り組んでいる成果が体力向上にも繋がっているとも考えられる。

## 6. 今後の課題

生徒の体力向上に確実に繋がっている。来年度も継続してリズムジャンプを取り入れた授業を展開していきたい。

また、園田小学校でもリズムジャンプをウォーミングアップで実施しており、今年度も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4月から実施していきたい。

体力の向上に加え、競技力の向上も伸ばしていけるよう、来年度は主運動にも積極的にリズムジャンプを取り入れていこうと考えている。

## 7. 取組の様子・写真





## 6 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、今年度においても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年間計画の考案。小学校・中学校においては、部員の先生方を、マット運動・跳び箱運動のグループとキャッチバレーボールの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、津田代表理事による模範授業の実施である。小学校では、バスケットボール・表現運動、幼稚園ではリズムジャンプの指導を直接実施していただくことができた。そのことにより、津田代表理事からの実際の指導を見て、イメージを掴むことができた。

3つ目は、子ども達のアンケートである。昨年度から引き続き、リズムジャンプが主運動につな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。いずれの実践も、昨年度の取組を発展させることができた。

#### ②学校の組織的取組及び他校園種との繋げ方の事例収集

幼稚園	小学校
<ul style="list-style-type: none"> <li>・年中と年長児で見合いっこをする。</li> <li>・小学校の児童のリズムジャンプを見せてもらい、一緒にする機会をもてると意欲の向上につながると考える。</li> <li>・リズムジャンプの取組の効果について(一つ一つの動きの意味や目的、曲に合わせて体を動かすことやラインを使用することでどんな効果があるのかも含めて)、園内で共通理解した上で取組を進めていくことが必要である。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・用具のいらないその場ジャンプのメニュー開発 (低学年、中学年、高学年用)</li> <li>・職員研修、公開授業</li> <li>・兄弟学級交流      ・幼小中連携</li> <li>・校内にリズムジャンプ広場の設置をする。</li> <li>・休み時間にゴムだけおいて音楽を流す。</li> <li>・中学校の授業を見に行く、中学校の先生が小学校に体育の授業を見に来ることで情報交換を行う。</li> </ul>
中学校	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・夏休み中に小学校の先生と交流を図る。いくつかバリエーションを紹介する。(2学期にリズムジャンプ導入を目指す)</li> <li>・2学期に授業見学等でお互いの授業を見る。</li> <li>・体育大会など、学校全体で取り組む行事に取り入れて行うことで、すべてのクラスが行うことになる。</li> <li>・ラインを使用して行うより、その場で行う方が、一番取り組みやすいと感じる。また、音楽だけでなく、手拍子も行う。</li> <li>・私自身も、やる前と、やったあとでは、全くリズムジャンプに対する考え方が変わった。とりあえず行えるプログラムをつくってもよいと思う</li> </ul>	

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及び他校園種との繋げ方について、

- 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。
- 子ども達に取り組んでいる様子を実際に参観してもらう。
- 体育大会等のような学校全体の行事の中に取り入れる。
- 兄弟学級で交流したり、幼小中で連携をしたりしていく。

等、具体的な方法を集めることができた。研修を通して体験してもらうことやリズムジャンプを実施することで得られる効果等を共有することが校園内での広がりを生むためには大切である

ことがわかる。また、子ども達同士の交流も一つの効果的な方法として報告が挙げられている。兄弟学級での交流や、小中連携によって校内や学校間で交流の幅が大きく広がることに繋がっていることがわかる。

### ③苦手児童への対応方法及びマンネリ化の解消方法収集

幼稚園
<ul style="list-style-type: none"> <li>・幼児が楽しめる音楽を何種類か用意する。</li> <li>・コースをいくつか作り、自分がチャレンジするリズムジャンプの種類を自分で選べるようにする。</li> <li>・バーを使って跳ぶだけでなく、その場で手拍子や体を使ってリズム遊びをする。</li> <li>・前に進まず、その場で色々なジャンプをすることで足の踏み込み方を知る。</li> <li>・リズムと動きが合いにくい幼児には、リズムを感じられるように、両手をつないで一緒にジャンプする、近くで手拍子をする。</li> <li>・動きが分かって取り組めるように、その場で足の動きをやってみるところから始める、ゆっくりのテンポでやってみる。</li> <li>・何が良かったのか、前と比べてどのような変化が見られたのか、子ども自身が感じて次の意欲につながるように具体的な声掛けをする。</li> </ul>

小学校	中学校
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ペアでできているかのチェックをする</li> <li>・小グループでの教え合い</li> <li>・適度に難易度の更新をする</li> <li>・一緒にやってみたり、一緒にできる友達を増やす。</li> <li>・取り出して指導するのではなく、少しの変化をみつけ、よいところをほめる。</li> <li>・目の前で一緒に跳んであげる</li> <li>・新しい動きを増やしたり、減らしたりする。</li> <li>・リズムジャンプチャレンジ20を教室に掲示して児童に見通しをもたせる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新たな動きを取り入れていく。 ・曲やステップの更新をする。 ・複数のラインを設置しステップのバリエーションを増やす。</li> <li>・生徒にステップを作成してもらい、週ごとに皆で取り組む。</li> <li>・マンネリ化を解消する必要はないと思う。津田先生もラジオ体操的になってもいいといわれていた。それでも解消するのであれば、足と、手の組み合わせを変えたり、リズムを変えるだけで大きく変わる。苦手生徒へは、タブレットで自分を写すなど、個別で対応することが良い。</li> </ul>

苦手児童への対応方法及びマンネリ化の解消方法についても、各学校園から事例を集めることができた。

○友達と関わることや小グループになって教え合うこと

○随時タイミングをみて新しい跳び方を提示すること

○その場で一度跳んでから実施すること ○情報機器を活用し自分を客観視すること

等、教師が励ましの声掛けをしたり、丁寧に指導したりすること、できたときにしっかりと褒め認めること、意味を理解させることが大事であることが分かる。また、スモールステップで子ども達に取り組ませること、さらには友達と関わったり、グループで実施したりすること等、横のつながりを深めることも苦手児童には有効である。情報機器を使って自分の跳んでいる姿を客観視することも対応方法として挙げられている。

<p>〈否定的意見〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・意味があるのかな</li> <li>・みんなの前でするのが恥ずかしい</li> </ul>
--

<p>〈肯定的意見〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・友達とできて楽しい</li> <li>・みんなでうまくなれる</li> </ul>
--

実際にリズムジャンプに取り組んだ子ども達の否定的意見には、見られることを気にしていたり、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いっしょ

にでき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。この傾向は昨年度も見られた傾向である。昨年度と同傾向があることから、教師の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重要であることがわかる。

(2) 効果検証について

①年度当初と2月実施体力テスト結果

〈実施種目〉

幼稚園・・・立ち幅跳び

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4歳児は記録が向上し、5歳児は1園が同記録、1園が低下した。

小・中学校に関しては

50m走	反復横跳び	立ち幅跳び
向上・・・8校	向上・・・7校	向上・・・8校
低下・・・なし	低下・・・1校	低下・・・なし

どの項目においても向上傾向にあるが、身体的成長による向上なのか今後も検証が必要である。

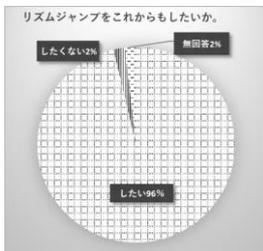
「反復横跳び」や「立幅跳び」に関しては有意に向上している様子がみられた学校もあった。リズムジャンプがラインを跳び越える動きのため、有意に作用したと考えられる。

②幼児・児童・生徒へのアンケート

肯定的回答=A群

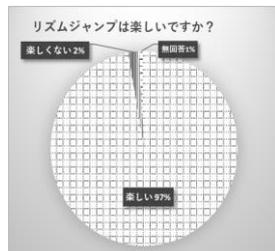
否定的回答=B群

〈幼稚園〉



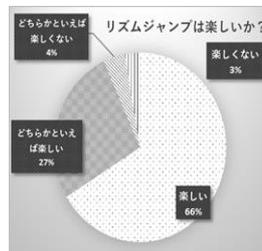
A群・・・96%  
B群・・・4%

〈幼稚園〉



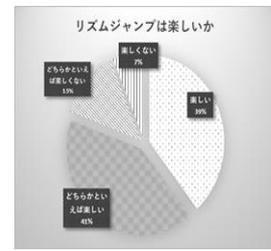
A群・・・93%  
B群・・・7%

〈小学校〉



A群・・・93%  
B群・・・7%

〈中学校〉



A群・・・80%  
B群・・・20%

〈小学校〉



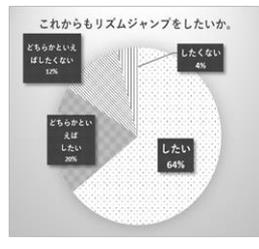
A群・・・54%  
B群・・・46%

〈中学校〉



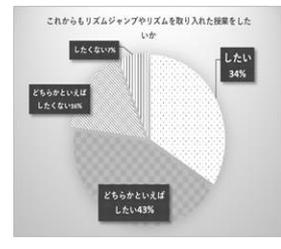
A群・・・27%  
B群・・・73%

〈小学校〉



A群・・・84%  
B群・・・16%

〈中学校〉



A群・・・77%  
B群・・・23%

う意欲面において、肯定的回答が多い傾向が昨年度から引き続いて見られた。

〈自由記述〉

## ○幼稚園

### リズムジャンプが楽しい理由は？

- ・練習したらどンドンうまくなって嬉しい。 ・最初できなかったジャンプができて嬉しい。

### リズムジャンプをするとどんな気持ちになりますか？

- ・心が鮮やかになる。 ・みんなに拍手してもらえてジャンプがうまくなって嬉しい。
- ・みんなに見られて恥ずかしいけど、ジャンプがうまいから楽しくなる。
- ・みんなに見てもらえて嬉しい。 ・疲れる。

## ○小学校

### 体育の授業の中のどの運動で使ったか？

- ・キャッチボールのボールのアタックのとき ・ベースボールのなげるときのステップ
- ・小型ハードルの跳ぶ時 ・大縄跳び

### 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？

- ・めっちゃくちゃたのしいな。授業でいっぱい教えてもらいたいな。
- ・心と体が暖かくなりとても楽しく嬉しくなります。
- ・リズムジャンプをしたあとには運動って楽しいんだなと思いました。

## ○中学校

### 体育の授業の中のどの運動で使ったか？

- ・柔道では前回り受身がリズムがわかりやすかった。 ・バスケやバレーでリズムがあることでタイミングがみんなと同じになり、みんなでうまくなれるからチームワークも良くなる。
- ・ハードル走で跳び越えるタイミングを掴むのに活かした。

### 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？

- ・できなかったジャンプができるようになると嬉しいし、長距離の前などにすると動きやすくなったり怪我をしにくくなって良いなと感じました。
- ・清々しい気持ちになる。また、怪我をしにくくなったので、これからも続けたい。
- ・友達と動きを確認しながらできて楽しかった。
- ・ジャンプは有酸素運動なので、リズムジャンプを行うと体が少し軽くなった状態で実技の授業を受けられるのでいいと思った。
- ・リズム感覚が鍛えられていいなと思いました。難しいやつとかもあって楽しかったです。リズムジャンプをするときは、純粋な気持ちになったような気がします。
- ・リズムジャンプをやった日は体がよく動く。
- ・運動音痴でうまくできないからみんなの前でするのは少し恥ずかしいけど、この動きやっつやつ！とつながると楽しいし面白いです。
- ・しんどい。 ・面白くない。 ・意味あるのかなと思いました。 ・リズムに乗せてする動きが恥ずかしく適当になってしまっていてあまり効果を感じられない。

幼児・児童・生徒の自由記述から、子ども達がリズムジャンプを肯定的に捉えていることが分かる。この傾向は昨年度も顕著に表れている傾向である。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、友達との交流があることによって、子どもたちが有用感を持ち、学習が広がり深まっていることがわかる。ただ、昨年度と同様に、リズムジャン

プがどの主運動につながるのか理解をできていなかったり、他の人に見られることで恥ずかしさを感じている子ども達もいるので、教師が何とつながるのかを意識させ見付けさせたり、友達とともに取り組ませることが重要であることがわかる。

### 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園が1園、増加が1園であった。

#### 〈小学校〉

減少傾向がみられる学校は0校、増加は3校であった。

#### 〈中学校〉

減少傾向がみられる学校は2校、増加が1校であった。

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がある（休み時間に外で遊ぶ児童が多いクラスは必然的に怪我の件数が多くなってしまう等）。

ただ、子ども達のなかに怪我が少なくなったと感じている生徒もおり、実施している子ども自身が怪我を回避できていることを自覚している声もあがっている。

## 7 終わりに

今年度は、昨年度の取組をもとにして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・3年目の先生方が部会の中で交流を進める中で交流の幅が広がり、リズムジャンプの取組について様々な意見交流をしながら部会を深めていくことができた。

今年度の成果としては、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を昨年度と異なる種目で新たに考案することができたことである。また、津田代表理事より児童・幼児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、何よりも子ども達が昨年度から引き続いて、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。2年間続けて高い割合で同傾向が見られるため、リズムジャンプは、子ども達が楽しみながら取り組むことができる体育のプログラムの一つとなるということが言えるのではないだろうか。

課題としては、効果検証が難しいということである。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。ただ、昨年度からの実績をみると、一部の学校では確実に体力の向上が見られたり、怪我の減少につながったりしているという結果も出てきている。

3年間の研究を踏まえたうえで、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

リズムジャンプ指導年間計画

マット運動・跳び箱運動走につながるリズムジャンプ・リズム指導の考案

キャッチバレーボールにつながるリズムジャンプ・リズム指導の考案

## 幼児に適したリズムジャンプ指導の考案

尼崎版

◎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、パージャンプ+手拍子

3学期 ランジ、スクワット、パージャンプ+手拍子

◎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、バックジャンプ、サイドジャンプ+手拍子  
ランジ、スクワット、パラレル、ケンケン

2学期

パージャンプ（+頭・肩・頭・肩）、バックジャンプ+手拍子  
サイドジャンプ+手拍子、ランジ、スクワット、パラレル、ケンケン

3学期

パージャンプ（+頭・肩・手拍子・手拍子、バックジャンプ+手拍子）  
サイドジャンプ+手拍子、ランジ（手を前後にしっかり動かす）  
すくわっと、パラレル、ケンケン、回転ジャンプ

跳び箱・マット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)

<p>マット</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ランジ ・スクワット</li> <li>・パーパー(手拍子、ひざ、つま先)</li> <li>・1～4ジャンプ</li> <li>5～8バランス、片足で立つ</li> </ul>	<p>跳び箱</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・1、2、3パーグー&amp;(足うち、手拍子、ふともも(開いて・閉じて)ジャンプして体育ずわり4着地</li> <li>・ニータッチ</li> </ul>
--	--

\*4カウントまたは8カウントでリズムに合わせてマットで回ったり、跳び箱を跳んだり、跳び乗ったりして楽しむ。

◎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)

<p>マット</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スキップ</li> </ul>	<p>跳び箱</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・通常のパージャンプで3回目4回目の間に頭の上で手をたたく。(跳び箱のジャンプしてから着手のところのイメージ)</li> </ul>
--	--

◎主運動につながるリズム指導

<p>マット</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ゆりかご</li> </ul> <p>体育座りの状態で後ろに転がり(1、2、3、4)また体育座りの状態に戻る(5、6、7、8)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・開脚</li> </ul> <p>体育座りの状態で後ろに転がり(1、2、3、4)開脚して足の上に両手をつく(5、6、7、8)</p> <p>*両手をつくまでで良い</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・かえる</li> </ul> <p>かえるの足打ちをリズムに合わせて行う 腕支持(1、2)足打ち(3)着地(4) 腕支持(5、6)足打ち(7)着地(8)</p>	<p>跳び箱</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・4カウントジョギングしてきてから跳び箱にとびのる</li> <li>・開脚跳び</li> </ul> <p>1、2、3手をついてロイタージャンプ 4跳び越し</p> <p>1、2助走 3ロイター&amp;手をつく 4跳び越し</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・かかえこみ</li> </ul> <p>1、2、3手をついてロイタージャンプ 4跳びのり 5ジャンプ降り</p> <p>1、2、助走3ロイター&amp;手をつく 4跳びのり 5ジャンプ降り</p> <p>1、2、助走3ロイター&amp;手をつく 4跳び越し</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・台上前転</li> </ul> <p>1、2、3手をついてロイタージャンプ 4おしり上げて前転</p> <p>1、2、助走3ロイター 4おしりを上げて前転</p>
---	--

## キャッチバレーボール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)

両脚ジャンプ→パージャンプ・・・ブロック  
片足ジャンプ→片足ジャンプ→両足ジャンプ・・・スパイク

### ◎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)

両足ジャンプ  
①右(タン)②左(タン)③ジャンプ(両足)④着地  
助走含めた両足ジャンプ  
①右(タン)②左(タン)③右左(タタン)ジャンプ④着地  
再度ステップ→両足ジャンプ

### ◎主運動につながるリズム指導

(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)

ボールのパス回しをカウントで  
①8カウント→ふんわりパス  
②4カウント→味方のパス回し(ミス少ないが遅い)  
③3カウント→パス回し(ある程度のスピード)  
④2カウント→速いパス回し(パスミスもおこる)  
アタックの練習  
①(1、2、3、4)でセッターへ  
②(5、6)アタッカーへトス  
③(7、8)アタッカーが打つ  
④直上パス、オーバー、アンダー  
(1、2)(1、2)(1、2)のリズムで手元に返ってくるように  
(1)で上げる(2)は空中(1)で上げる(2)は空中  
⑤壁に向かってボールを両手で当てて、キャッチ(リズムを変えて)  
・(1)出す(2)でキャッチ(1)で出す(2)でキャッチ  
・(1)壁(2)壁(1)壁(2)壁  
⑥二人組でリズムに合わせて、オーバーハンドパス、アンダーハンドパスの練習(1、2、3、と声を出しながら)リズムに合わせてボール軌道を考える

令和4年度 尼崎市立教育総合センター

講師

早稲田大学	教 授	田中 博之
昭和女子大学	准 教 授	緩利 誠
徳島大学	准 教 授	福井 昌則
(一社)スポーツリズムトレーニング協会	代表理事	津田 幸保