

「子どもひとりひとりの力を高める言葉かけと授業づくり」

～ハードル走における効果的な指導者の言葉かけと授業づくりについて～

1. 研究主題設定の理由

体育学習において児童の力を高める上では、学習の道筋や練習の場、用具、グルーピング、学習カードなどの授業づくりの工夫が大切である。さらに、指導者が発する言葉も必要不可欠である。

しかし我々は、これまでの授業において効果的な言葉かけを意識することなく、児童に接することが多かった。そこで、わがグループでは「子どもひとりひとりの力を高める言葉かけと授業づくり」を研究主題とし、子どもたちの技能、思考・判断力、関心・意欲・態度を高めてきたいと考えた。

昨年度より、体育学習において欠くことのできない技能向上に着目し、そのための「言葉かけ」と授業づくりに重点をおき、取り組んできた。

なお、取り組みを進めていく中で、ハードル走の指導に焦点をしばって研究することにした。その理由は、以下の2点である。

- ① ハードル走における4つの技能ポイント（「ふみきり（ハードルの遠くで踏み切る）」・「空中姿勢（高く跳び上がらない）」・「着地場所（ハードルの近くに着地する）」・「適切なインターバルの走り（一歩目を広く）」（堺市体育指導書 高学年 P34）の指導の「言葉かけ」が難しいこと。
- ② 体育科授業におけるハードル走に対する技能の差が大きいと思われること。

2. 研究内容について

昨年度は、個々の児童のつますきを分析し、技能段階に応じた言葉かけや練習の場をフローチャートに表し整理した。そして、ハードル走の技能ポイントの4つ（「ふみきり（ハードルの遠くで踏み切る）」・「空中姿勢（高く跳び上がらない）」・「着地場所（ハードルの近くに着地する）」・「適切なインターバルの走り（一歩目を広く）」（堺市体育指導書 高学年 P34）のうち、「ふみきり」に焦点をしばって、実践を行った。

結果、以下のような成果と課題が残った。

<成果>

- ・「スピードを落とさずに遠くからふみきる」「足の裏を見せて」は有効な言葉かけである。
- ・基本の運動で異なる間隔のインターバルの設定が、自分に合った等間隔のインターバルの発見に役立つ。
- ・遠くからを意識させるには、ハードル手前にラインを引くことより、コーンを横に置くなどの場づくりが有効である。

<課題>

- ・今回の実践で技能が伸びなかった児童もいるので、技能段階に応じた言葉かけや練習の場をさらに精選する必要がある（フローチャート【右資料参照】の整理とさらなる実践が必要）
- ・関心・意欲・態度、思考・判断力を高めていくためにどのような言葉かけ・授業づくりが必要かを考えていくこと。

以上の成果と課題をふまえ、今年度はハードル走の授業における子どもの技能を高めるための指導者の言葉かけと練習の場の精選（フローチャートの整理）を考えてきた。

3. 実践と考察

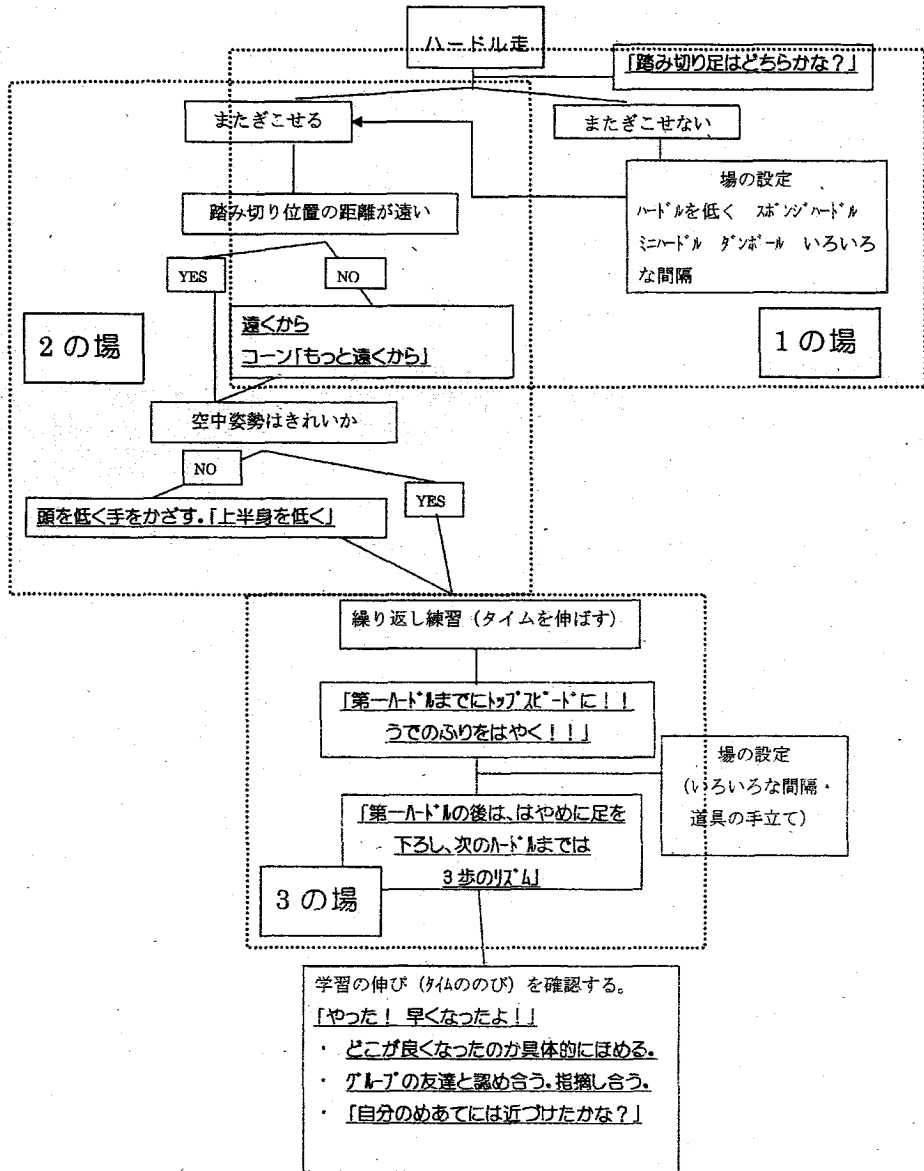
「O小学校6年の実践」

「E小学校6年の実践」

「M小学校5年の実践」

「O小学校3年の実践」

資料 技能段階に応じた言葉かけと練習の場 (昨年度の実践より)



0 小学校 6年 ハードル走における言葉かけと授業づくり

《場の設定》1の場（ハードルに対する恐怖心を取り除くことが目標）

- ・ハードルをまたぎこすことができる。
- ・スタート足・ふみきり足を自分で見つけることができる。

2の場（遠くから踏み切り、近くに着地することができるようにし、さらにインターバルを意識できるようにすることが目標）

- ・振り上げ足をまっすぐ出すことができる。
- ・抜き足を横から出し、低い姿勢でまたぎこすことができる。
- ・上半身や手の振り（ディップ）ができる。
- ・安定した空中姿勢が維持できる。

3の場（自分にあった一定の歩数を見つけられるようにし、タイムの向上を目指すことが目標）

- ・着地でバランスを崩さず次の一步を出すことができる。
- ・ハードル間でスピードを落とさず走ることができる。
- ・ハードル間で3歩ないし5歩のリズムを保つことができる。

1の場では、第一ハードルまでを、2の場では第二ハードルを意識して、3の場ではインターバルについて、それぞれ技能の向上に有効であると思われる言葉かけ・練習の場を工夫した。また、1・2・3の場は、児童が主体的に選び、時間中や時間ごとに移動してよいものとした。言葉かけについては、フローチャートに即して行った。

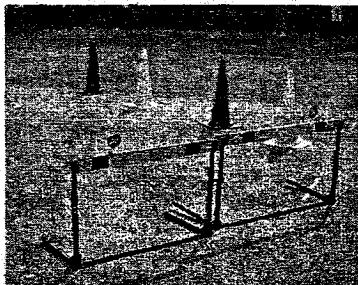
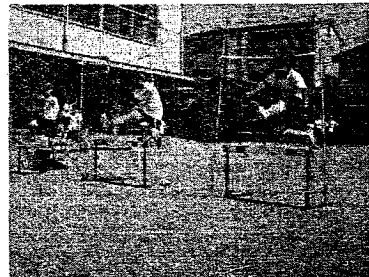


写真1 ハードルの場の設定（左上1の場・右上2の場・左下3の場・右下3の場での学習の様子）

表 1 1の場を選んだ児童の50m走との比較およびタイムの伸び

女子	50m	ハート・ル 授業前	50mとの 差	ハート・ル 授業後	50mとの 差	タイムの 伸び	最初の 場	最後の 場
20	10.3	21.1	-10.8	13.0	-2.7	-8.1	2	1
21	9.7	14.2	-4.5	13.4	-3.7	-0.7	2	1
22	10.4	28.4	-18.0	21.6	-11.2	-6.8	1	1
23	9.3	21.6	-12.3	16.0	-6.7	-5.6	1	1
平均	9.9	21.3	-11.4	16.0	-6.1	-5.3		



写真 2 スト・ソ・ハート・ルとフレーム



写真 3 コーンをたおして距離感をつかむ



写真 4 ゴムを張って上体を低くたもつ

表 2 2の場を選んだ児童の50m走との比較およびタイムの伸び

男子	50m	ハート・ル 授業前	50mとの 差	ハート・ル 授業後	50mとの 差	タイムの伸 び	最初の 場	最後の 場
10	9.4	14.7	-5.3	12.0	-2.6	-2.7	2	2
11	9.2	12.0	-2.8	11.5	-2.3	-0.5	2	2
12	8.4	10.9	-2.5	10.1	-1.7	-0.8	2	2
13	9.4	10.5	-1.1	11.4	-2.0	0.9	2	2
14	9.6	11.9	-2.3	11.9	-2.3	0.0	2	2
15	9.3	11.3	-2.0	10.7	-1.4	-0.6	2	2
16	9.2	11.7	-2.5	10.7	-1.5	-1.0	2	2
17	10	14.1	-4.1	12.1	-2.1	-2.0	2	2
18	10.4	13.2	-2.8	12.7	-2.3	-0.6	2	2
19	9.9	12.3	-2.4	12.0	-2.1	-0.3	2	2
20	10.1	12.0	-1.9	11.9	-1.8	-0.1	1	2
21	9.5	13.7	-4.2	12.6	-3.1	-1.2	1	2
平均	9.5	12.3	-2.8	11.6	-2.1	-0.7		

トップ
スピード
2の場

女子	50m	ハート・ル 授業前	50mとの 差	ハート・ル 授業後	50mとの 差	タイムの伸 び	最初の 場	最後の 場
7	9.4	13.5	-4.1	13.1	-3.7	-0.4	2	2
8	9.7	12.8	-3.1	11.2	-1.5	-1.6	2	2
9	8.9	13.7	-4.8	9.6	-0.7	-4.1	2	2
10	8.8	12.4	-3.6	11.5	-2.7	-0.8	2	2
11	8.8	13.7	-4.9	13.0	-4.2	-0.7	2	2
12	8.8	11.9	-3.1	10.3	-1.5	-1.6	2	2
13	9.9	13.2	-3.3	12.5	-2.6	-0.7	2	2
14	11.1	12.1	-1.0	11.9	-0.8	-0.1	2	2
15	8.9	11.8	-2.9	11.6	-2.7	-0.2	2	2
16	11.1	14.6	-3.5	13.2	-2.1	-1.5	2	2
17	12.1	14.4	-2.3	12.7	-0.6	-1.7	2	2
18	9.5	12.7	-3.2	12.1	-2.6	-0.6	1	2
19	10	13.1	-3.1	14.1	-4.1	1.0	1	2
平均	9.8	13.1	-3.3	12.1	-2.3	-1.0		

表 3 3の場を選んだ児童の50m走との比較およびタイムの伸び

男子	50m	ハート・ル 授業前	50mとの 差	ハート・ル 授業後	50mとの 差	タイムの伸 び	最初の 場	最後の 場
1	8.5	10.5	-2.0	9.6	-1.1	-0.9	3	3
2	8.4	9.7	-1.3	8.6	-0.2	-1.2	3	3
3	8.1	10.2	-2.1	9.1	-1.0	-1.1	3	3
4	8.1	10.5	-2.4	9.1	-1.0	-1.4	3	3
5	9.7	12.8	-3.1	11.9	-2.2	-0.9	3	3
6	9.8	13.0	-3.2	12.0	-2.2	-0.9	2	3
7	8.3	10.4	-2.1	9.9	-1.6	-0.5	2	3
8	8.5	10.4	-1.9	10.1	-1.6	-0.4	2	3
9	8.5	10.2	-1.7	9.8	-1.3	-0.5	2	3
平均	8.7	10.9	-2.2	10.0	-1.3	-0.9		

女子	50m	ハート・ル 授業前	50mとの 差	ハート・ル 授業後	50mとの 差	タイムの伸 び	最初の 場	最後の 場
1	8.5	12.4	-3.9	12.1	-3.6	-0.3	2	3
2	8.6	11.1	-2.5	10.0	-1.4	-1.1	2	3
3	9.4	10.7	-1.3	10.1	-0.7	-0.6	2	3
4	9.1	10.9	-1.8	10.0	-0.9	-0.9	2	3
5	10.2	12.4	-2.2	11.5	-1.3	-0.9	2	3
6	8.5	11.5	-3.0	10.6	-2.1	-0.9	2	3
平均	9.1	11.5	-2.5	10.7	-1.7	-0.8		

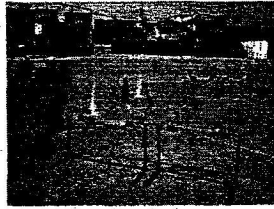


写真 5
コーンに歩幅を合わせる

表 4 本研究での取り組み結果 (全 8 時間)

	50m	ハート・ル 授業前	50mとの 差	ハート・ル 授業後	50m と の差	タイム の伸び
男子平均	9.2	11.7	-2.5	10.9	-1.8	-0.8
女子平均	9.6	14.1	-4.5	12.4	-2.8	-1.7
実験条件全体	9.4	12.9	-3.5	11.7	-2.3	-1.2
統制条件4) (全5時間)						-0.3

E小学校6年 - 「連合運動会」に向けた実践 -

E小学校では、連合運動会に向けた実践の中で、一回の練習での言葉かけを絞り、タイムの伸びと子どもたちのアンケート結果から有効な言葉かけと適切な場づくりを明らかにしようと考えた。

子どもの実態・・・連合運動会でトドム走を希望したメンバーだったので多くの児童はハードルに恐怖心のない児童であった。【人数47名】

指導者1名

場の設定：50m、ハードル4台、高さ65cm、インターバル6.5m、4コース

第1回目 タイム測定

「ふりあげ足を決めよう」 (タイム3・4組→1・2組) 待っている間は練習

結果：ほとんどの子どものふりあげ足(ふみきり足)が決まる。

第2回目 「スピードによって遠くから踏み切ろう」

練習の場：コーンを横に立てて置く(4コースとも)

タイムを取り終わったら「スピードによって遠くから」を意識させて練習(タイムは1・2組→3・4組)

結果：自己ベストは47人中28人……………60%

第3回目 「ふり上げ足が同じになるように踏み切ろう」

練習の場：コーンを横に立てておく(2コース)、縦に倒して手前におく(1コース)、ライン(踏み切り位置)を引く(1コース)

結果：自己ベストは45人中19人(タイムは3・4組→1・2組)……………42%

第4回目 「足の裏が見えるように」

練習の場：横にコーン、縦に倒したコーン、ライン(踏み切り位置)

結果：自己ベストは38人中9人(タイムは3・4組→1・2組)……………24% 【ハードル学習ビデオ視聴】

第5回目 「ふりあげ足のつま先を反対の手でさわろう(上体をおさえて)」

練習の場:横にコーン、縦に倒したコーン、ライン(踏み切り位置に)、座ってふりあげ足を伸ばしつま先を反対の手でさわる

結果:自己ベストは45人中6人(タイムは1・2組→3・4組)……………13%

第6回目 「低く走り越そう」「ハードルにつけたダンボールを蹴ろう」

練習の場:横にコーン、縦に倒したコーン、ライン(踏み切り位置に)、ハードルにダンボール

結果:自己ベストは45人中8人(タイムは1・2組→3・4組)……………18%

第7回目 「1・2・3のリズムで」

練習の場:横にコーン、縦に倒したコーン、ライン(踏み切り位置に)、ハードルにダンボール

結果:自己ベストは35人中8人(タイムはとりたい子ども)……………23%

第8回目 「ゴール地点を全力で走り抜ける」

結果:自己ベストは44人中10人(タイムは3・4組(本番同様練習なし)→1・2組)……………25%

第9回目 「ゴール地点を全力で走り抜ける」

結果:自己ベストは43人中12人(タイムは1・2組(本番同様練習なし)→3・4組)……………28%

9回の練習の中で記録を伸ばせた子どもは47人中46名だった。……………98%

