

① 体育分野の技能面（できる）に重点をおいた指導方法の工夫【体育分野研究班】

ア 体育分野（器械運動：マット運動）のスキルアップテキストの作成と活用

- 理論研究（構造化）
  - ・学習指導要領解説に示されたキーワード（中学校第1学年・第2学年）の整理
- 「マット運動のスキルアップテキスト」の作成
  - ・つまづくポイントとそれに応じた練習メニューなどの作成
- 「マット運動」の指導案作成・授業実践・検証

文部科学省の「学校体育実技指導資料第10集 器械運動指導の手引」には、『器械運動は、(中略) 器械の特性に応じて多くの「技」があり、これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことのできる運動です。中学校では小学校の学習を受けて、「技がよりよくできること」や「自己に適した技で演技すること」が求められます。したがって、第1学年及び第2学年では、技ができる楽しさや喜びを味わい、その技がよりよくできるようにするとともに、技能・体力の程度に応じて条件を変えた技、発展技など難易度の高い技に挑戦するなど、技の出来映えの質的变化を追求する学習を進めていくことできるように指導します。』と述べられている。

そこで、上記のような学習を進めていくことできるように、学習指導要領解説に示されたキーワードを整理し、明確化された学習内容をより深く考察して動きの様相を具体化した。さらに、これまでの研究と同様に「マット運動のスキルアップテキスト」を作成したが、器械運動の特性を考慮してこれまでの形式を変え、つまづくポイントとそれに応じた練習メニューなどを掲載する形にリニューアルした。

イ 成果と課題

(ア) 成果

- 学習指導要領解説に示されたキーワードを整理したことで、指導するポイントをより明確にすることができた。
- 西諸地区での学体研に活用できるように、できるだけ多くのスキルアップテキストを作成することができ、授業実践に活用することができた。

(イ) 課題

- 小学校の学習指導要領に示されている内容の技が身に付いていない生徒が多いので、今後はそのような生徒に「できる」ことを味わわせることができるような、より細かな手立てを考えていきたい。
- 現在、各地区や県研究部において、「ゴール型：バスケットボール」「ネット型：バレーボール・ソフトテニス」「ベースボール型：ソフトボール」「器械運動：マット運動」のスキルアップテキストは作成したので、その他の球技や他の運動領域のスキルアップテキストを作成していきたい。
- マット運動のスキルアップテキストを作成したが、マット運動の課題は人それぞれであるため、その状況に応じた指導の在り方を求めていきたい。

## 学習指導要領解説に示されたキーワード（中学校第1学年・第2学年）の整理

キーワード	キーワードの解説	例（動きの様相）
「基本的な技」	各種目の系の技の中で基本的な運動課題をもつ技を示している。平均台以外の種目では、小学校第5学年及び第6学年で学習される技を含んでいる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・前転   ・開脚前転</li> <li>・後転   ・開脚後転</li> <li>・側方倒立回転   ・倒立ブリッジ</li> <li>・首はねおき</li> <li>・片足平均立ち</li> <li>・頭倒立   ・補助倒立</li> </ul>
「滑らかに行う」	その技に求められる動きが途切れずに続けてできることである。	<p><b>【接転技群の場合】</b></p> 体をマットに順々に接触させて回転するための動き方、回転力を高めるための動き方で、基本的な技の一連の動き。
「条件を変えた技」	同じ技でも、開始姿勢や終末姿勢を変えて行う、その技の前や後に動きを組み合わせて行う、手の着き方や握りを変えて行うことなどを示している。	<p><b>【前転グループの場合】</b></p> 前転が基本的な技にあたる。その動き方は、両足をそろえたしゃがみ立ちの開始姿勢から、手の平をマットに着いて一回転し、再び両足をそろえたしゃがみ立ちの終末姿勢になることである。条件を変えた技では、その前転を足を前後に開いた直立の開始姿勢からや、歩行から組み合わせて行ったり、回転後の終末姿勢を片足立ちに変えたり、両足で立ち上がった直後にジャンプしたりするなど、動きを組み合わせて行うこと。
「発展技」	系、技群、グループの基本的な技から発展した技を行うことを示している。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・伸膝前転   ・倒立前転   ・跳び前転</li> <li>・伸膝後転   ・後転倒立</li> <li>・側方倒立回転跳び 1/4 ひねり(ロンダート)</li> <li>・前方倒立回転   ・前方倒立回転跳び</li> <li>・頭はねおき</li> <li>・片足正面水平立ち   ・Y字バランス</li> <li>・倒立</li> </ul>
「組み合わせる」	学習した基本的な技、条件を変えた技、発展技の中から、いくつかの技を「はじめーなかーおわり」に組み合わせて行うことを示している。	<p><b>【例】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・倒立前転→Y字バランス→頭はねおき</li> <li>・ロンダート→伸膝後転→前方倒立回転</li> </ul>