

小学校 体育

事例 1

6 学年 「器械運動 マット運動」

本時のねらい：手本となる動画や友達からのアドバイスを参考にしながら、技のポイントを意識し、より安定した技を行うことができる。

可視化された自分の姿を基に技能の向上を目指す

○本実践で見られた自ら学びを調整しようとする姿

- ・手本の動画と自分の姿を比較し、改善すべき点を確認する姿
- ・仲間からのアドバイスを参考にしながら、より美しく技を成功させようとする姿

↑
こんな姿を引き出すために…

ICT の活用

課題を意識しながら
取り組んでいるか確認。

1人1台端末で試技の様子を友達に撮影してもらい、手本動画と比較する時間を設定した。比較により自分の課題がより明確になることで、目的を持った活動につなげることができる。

○自分の姿と手本動画を比較し、課題がどこにあるかを考え、課題解決に向けて思考を深めながら、より安定した技を試みることができた。

○グループでの活動を通して、互いの課題を共有し、アドバイスし合うことで協働的な学びが生まれた。腰の伸ばし方や着手するタイミングについて意見交換し、技を見合うことを通して、より安定した伸膝後転を行うことができた。児童自身が習得すべき技のポイントを理解することで、さらに学びが広がっていく。



事例 2

3 学年 「走・跳の運動 高跳び」

学習環境の工夫

動画遅延ソフトを活用することで、自分の姿（助走から踏み切り足を決めて跳び越す姿）を瞬時に確認することができた。さらに、友達から自分の様子を聞くことで、足を上げるタイミングなどの個々の課題を明確にし、解決に向けた取組を行う姿が見られた。

児童が活動する時間を確実に設け、運動量を確保することは、体育の授業において大前提となる。マットやICT機器の設置場所を工夫することで、安全な空間の中で授業を進めることができた。

自分の姿(跳ぶ様子)を
即座にチェック。



中学校 保健体育

事例 1

3 学年 「陸上競技（長距離走）」＜体育分野＞

本時のねらい：仲間とともに楽しむための練習や課題解決のできる練習方法を考え実践し、互いに伝え合い、高め合う。

協働的な学習から、課題解決へ向けた個別学習の充実

○本実践で見られた自ら学びを調整しようとする姿

- ・自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えようとする姿
- ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに長距離走を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けようとする姿

こんな姿を引き出すために…

学習過程の工夫

【協働的な学習】

- 前時までの自己や仲間の技術的な課題を 1 人 1 台端末で共有し、課題解決へ向けた有効な練習方法を選択する。(例 スピードコントロールの向上を目指したビルドアップ走を取り入れる。)
- 各グループでは、各自の課題を共有しながら、グループの目標と練習内容を確認する。
- 各自の課題解決へ向けて走動作の映像撮影や運動強度（ラップタイム等）の確認をし、互いに助言することや自己の考えを伝えることのできる時間を設定する。

【個別学習】

- 上記の協働的な学習から、1 人 1 台端末を使用し自己の振り返りを行う。その際、練習方法が適切であったか、効果があったか、次時へ向けてどのような修正を加える必要があるかなど、個別学習が最適となるよう調整することが必要となる。

課題を共有する場面



考えを伝え合う場面



事例 2

2 学年 「傷害の防止」＜保健分野＞

学習過程の工夫

前時の振り返り→目標の共有→課題解決へ向けた協働学習→本時の振り返り

○本実践で見られた自ら学びを調整しようとする姿

- ・各事例における発生要因について、仲間と考えたり、まとめたり、共有したりしようとする姿

前時について、1 人 1 台端末のアンケート機能の集計結果を活用して、振り返りを行い、学んだことを頭の中で再構成しなおす。そして、発問と絡めながら本時の目標（学習の目指す地点）を共有する。また、発生要因の各事例を見ながら、Jamboard を利用することで、自己の意見をグループの仲間と共有し、カテゴリーにまとめる協働学習から自らの考えを広げる個別学習へつなげる。最後に ICT 端末を利用し、振り返りのアンケートと小テストの結果を見える化することで、本時の学習がより強化できる学習の展開の工夫を行った。

個別に課題に取り組む場面



協働で課題に取り組む場面