# ICTを活用した体育の授業実践例

~ 4 年:マット運動~

ICTを活用した体育の授業実践がどん どん広まっています。一方で、「うまく 活用できない」「一度活用したが継続で きない」という声も聞こえてきます。 今回は墨田区立外手小学校の杉本先生 に、ICTを活用して実践した授業につい てお話を伺いました。



日本体育大学教授 白旗 和也



杉本 智香

白旗:杉本先生は、日々の授業の中でICTを活用されているとのことですので、これから体育の授業でICTを活用しようと思っ ている先生方にとって参考になるお話が聞けるのではないかと思います。はじめに、今回ご紹介いただく授業実践の概要をご 説明ください。

**杉本**: 「みんなでぐるん、ぴたっ、シンクロマット | という単元名をつけて、4年のマット運動の授業を全6時間で行いました。 前半の3時間は「知る」段階として、「回転系の基本的な動きを身につける」を目標に、決まりを守ることと子どもたち同士 での教え合いを重視して、開脚前転と開脚後転に取り組みました。

後半の3時間は「高める」段階として、前半で身につけた回転系の技を使って、全員で技をそろえるシンクロマットに取り 組みました。

### 今回行った授業

# 4年マット運動「みんなでぐるん、ぴたっ、シンクロマット」

単元計画: 4年・マット運動「みんなでぐるん、ぴたっ、シンクロマット」(全6時間) ※前半は、回転系の技に取り組む。後半は、回転系の技+シンクロマットに取り組む。

※削干は、凹転糸の技に取り組む。後干は、凹転糸の技+ングクロイットに取り組む。						
時	1	2	3	4	5	6
	知る段階			高める段階		
	回転系の技の行い方を知り、基本的な動きを身につける			身についた回転系の技でシンクロマットに取り組む		
0	①準備運動	①準備運動 ②感覚づくり		①準備運動 ②感覚づくり		
	②感覚づくり			【オリエンテーション】 ※4時間目からは、シンクロマットに挑戦		
		③開脚前転に取り組む		③学習の流れ、約束、タブレットの使い方確認		
	【オリエンテーション】	・問題提示【「デジ体」の手本動画】		④シンクロマットのねらいを確認		
	③学習の流れ、約束、	開脚前転のコツ2:遠くへ着手		⑤回転系の技に取り組む(第4時のみ)		
	タブレットの使い方確認	開脚前転のコツ3:手の突き放し		・3人組×2=6人チームで取り組む		
15	④回転系の技を視覚的に理	<場の設定>		・各チームにタブレットを	E一台配り、時間を決めて撮	影をする【ICT活用】
	解し、取り組む技を選ぶ	●通常 ②坂道(1段) ③段差		・通常の場のほかに、必要に応じて、補助の場を作る		
	【「デジ体」の手本動画】	・3人組で練習		・「技をきれいにしたい」チームは動画を確認する【「デジ体」の手本動画】		
	・開脚前転	・開脚前転は、前傾も大切				
	・開脚後転			⑥ (第5・6時は⑤) シンクロマット練習		
		④開脚後転に取り組む		・身に付いた回転系の技でシンクロマットをする		
	⑤決めた技の練習	開脚後転のコツ2:遠くへおしりを着く		シンクロマットのコツ:タイミングを合わせる、動きを合わせる		
30	<場の設定>	開脚後転のコツ3:手の突き放し		・タブレットによる撮影は、時間を決めて使用する【ICT活用】		
	●通常 ②坂道 ③段差	<場の設定>				
	開脚前転、開脚後転の	●通常 ②坂道(1段) ③段差		練習の仕方、見合い方、原	t方、見合い方、励まし合いなどがよいチームを、中間で取り上げる	
	コツ1:足を大きく開く	・3人組で練習			⑥ほかのチームに見てもらう (第5・6時)	
		・開脚後転は、肘を締め	る			<ul><li>発表会をする(第6時)</li></ul>
	⑥学習カードを記入する			⑦学習カードを記入する	【ICT 活用】	
	【ICT 活用】	⑤学習カードを記入する	【ICT 活用】			
	②全体のまとめ			⑧全体のまとめ		
45	コツを見つけると ⑥全体のまとめ 【「デジ体」の手本動画】			・シンクロマットのコツの確認、よい動きのイメージ化		
	上手になる	上手になる ・コツの確認、よい動きのイメージ化				・教師による価値づけ
					を行う (第6時)	

**白旗**: 中学年の器械運動は、単技を練習し、その完成度を高めていく単元計画が多いと思います。シンクロマットのように技を 合わせることを目標にすると、単技だけの授業より、子どもたち同士の関わりが増えますし、協働して「できた! | 「作り上げた! | という成就感を得やすいですね。では、ICTを活用された場面について、具体的に詳しく教えてください。

**杉本**:子どもたちに一人一台端末が配布されているクラスを担任するのは、今年度(2021年度)が初めてでした。そのため、 ICTの活用方法は手探りで、ときには子どもたちからアイディアをもらいつつ、活用しました。今回の単元で、ICTを活用した場 面を5つに分けてご説明します。

# ICTを活用した5つの場面

## 場面 手本となる動画の提示

初めて取り組む技について説明するときにデジ体の手本動画を活用し ました。子どもたちは今回「開脚前転」と「開脚後転」に初めて取り組 んだため、最初は技の名前だけ聞いてもどういう動きなのかがわからな かったと思います。

過去にイラストや連続写真で説明していたときよりも、手本動画は子 どもたちの反応がよかったです。「おおっ」という声も上がりましたし、 「開脚って、足を開くことなんだね!」という発言も早い段階で出ました。 技のイメージがつきやすかったようです。

授業終わりの全体のまとめでも、次回の授業に向けてコツの確認やよ いイメージの共有のために、手本動画を確認しました。

デジ体の手本動画は、まず1回手本の動きが流れたあと、2回目は途 中でストップしながらポイントが表示される点がよかったですね。



▲タブレットを見せながら技の説明



▲デジ体の動画で技を確認している様子

# 場面 イ 子ども同士の撮影

子ども同士の撮影場面で活用しました。

今回の単元では、後半のシンクロマットに取り組む活動のなかで「自 分たちは本当にシンクロできているのか | を確認するため、グループ内 で交代で撮影して、自分たちで動きを確認できるようにしました。そう することで、「もう少しここでこうしよう」など自分たちの課題を見つ けて対話ができていました。

三脚などは使用せず、手で持って撮影していたこともあり、上手く撮 影できない場面もあったようですが、基本的にはタブレットの扱いに慣 れている子どもたちなので、撮影時に大人が補助に入ることもなく、お 互いの動きを確認できていました。

撮影と、撮影した動画の確認を通じて、「もう一度やりたい! | 「撮影 し直したい! という意欲につながっていました。



▲各グループで動画撮影



▲撮影した動画を確認する子どもたち

T-Navi Edu Vol.12 T-Navi Edu Vol.12 21 ICTを活用した体育の授業実践例 ICTを活用した体育の授業実践例

### 場面 学習カードの記入

体育の授業終わりに、学習カードを記入する際には、一人一台のタブ レットを活用しました。昨年度までは紙の学習カードを使用しており、 体育館や校庭まで、筆箱、学習カード、学習カードを挟むボード、必要 があればその他の道具を持ち運んでいました。タブレット一台になって 持ち運びしやすくなったと思います。

タブレットで記入する形式にしたことで、自分が撮影した写真を貼っ たり、文字の色を変えたり、絵を描いたりといった工夫がしやすくなり、 子どもたちも楽しく意欲的に記入できていたと感じています。工夫して 書き込むことで、子どもたちも思考を整理できていたように思います。

また、提出がスムーズになりました。これまで、クラス全員分の紙の 学習カードを集めるのは大変でした。クラス全体に「誰が出していない の? | と声をかけ、ときには「なくした|「やぶれた | という子に対応 し……といった時間が短縮されました。ICTを活用すると、提出した/ していないが一目でパッとわかるので、提出していない子にだけ「出し てね と伝えればよくなりました。



▲授業の終わりには学習カードを記入

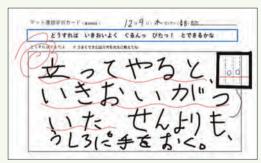


▲工夫しながら学習カードを記入する子どもたち

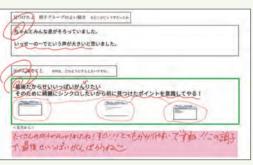


### 場面 4 子どもたちの学習カードへのコメントと返却

場面3とも関連しますが、子どもたちが提出した学習カードのコメント記入と返却の場面でICTの利点を強く感じました。 これまでは紙の学習カードだったので、大量の学習カードを持ち運ばなければならず、確認やコメント記入はもちろん、返 却にも時間がかかっていました。ICTを活用することで、タブレット端末が一台あれば空いた時間にどこでもコメント記入が できますし、返却のときも子どもたちに一斉送信できて、とても便利になりました。



▲学習カードの一例 (開脚前転)



▲学習カードへのコメントの例

### 授業以外の時間での動画の確認

授業以外の時間で、子どもたちから「動画を確認したい」

と要望があったときは、動画を確認することを許可しまし た。たとえば、体育の授業後の休み時間や、給食の時間な どに実際に見せました。

いつでも自由に動画を閲覧できるようにすると、休み時 間にずっとタブレットで遊んでしまう状況につながりかね ないと思ったので、普段は休み時間にタブレットを使わせ ていません。「見たい!」と言ってきた子に「今だけね」 と約束をして見てもらうようにしました。



白旗: 今、現場で行われている体育でのICT活用について、具体的な場面を取り上げて説明していただきました。手本動画の 確認や撮影が体育で有効なのは、これまでの『T-Navi Edu』でも繰り返し紹介してきました。やはり、「見てわかる」のは ICTの利点ですね。

**杉本**:動画を見せるとき、最初は画面上の文字を読まない子もいます。デジ体は、手本動画が流れた後にポイント入り動画が 連続して再生されるので、「自由に動画を確認していいよ」と伝えていたら、時間が進むにつれて記載されているポイントを 読んで「ここは、こういう動きをするんだ」と、動きを理解していく子が自然と増えていきました。ほかにもデジ体には失敗 例、失敗した場合の練習法も収録されているので、子どもたちが「そうか! | と感じやすかったと思います。







√デジ体では、文字がない通常速 度の動画の後、スローモーショ ンや解説入りの動画が流れる。

白旗:自分たちで撮影して、手本動画と比較できるのもいいですよね。課題が見つかりやすい。そして、学習カードの話はと てもいいなと思いながら聞いていました。学習カードをICT化すると、効率がよくなりますね。ほかの子に書いたコメントを 流用して一部変更したりもできますし。学習カードの管理は、紙よりICTの方がはるかに便利ですね。

杉本: タブレットがノートの代わりになるように使っていこうという方針が学校や自治体にあって、全教科で使っています。 内旗:ICTは今後、筆記用具のように当然ある道具の一つになっていくでしょう。全教科で使って操作に慣れることで、各授 業で「タブレットの使い方」を確認する時間が減っていきます。一方、使用する時間のルールについては、各学校が模索して いる段階だと思います。たとえば、宿題として動画を見てきてもらうことで導入の時間が短縮できます。ただ、下校途中にタ ブレットを操作している小学生を見かけるようにもなりました。自由度が高くないと活用しづらいし、自由にしすぎると問題 も起こるし、難しいところですね。

**杉本**: 使いこなす子どもは、想定していない使い方もしてしまいますね。子どもたちとは、タブレット使用の際の約束を決め ていて、備品なので学校では先生の許可なく使わないようにし、家庭では家の人の許可を得ないと使ってはいけないことにし ています。体育の時間でも「タブレットタイム」を決めて、その時間だけ使ってよいことにしています。また、「タブレットタ イム | を設けることで、運動と撮影を切り替えて活動できるので、目的をもった意味のあるICTの活用ができたと思います。

# 今回の実践以外の話や、今後の展望



小型ハードル走の授業で「自分がハードルを越えやすい歩数を考えよう」と伝えたら、子 どもたちから「動画を撮ってもいいですか?」という声が上がりました。使用法を細かく伝 えていないのに、脚元を中心に撮影したり、スロー再生したりして、「7歩で跳んだ!」、「右 足で跳んでる!」など、想定した以上にICTを活用して、子どもが発見・成長する姿を見る ことができました。一人一台の時代になったばかりですし、ICTには効果的な使用方法がま だまだたくさんあると思います。勉強していきたいです。

今回は「技能」の話が中心でしたし、現在体育では「技能」中心にICTが使われる事例が 多いですが、ICTは使い方によっては、「思考力・判断力・表現力」の育成にも有効に使え ると思います。一緒に動画を見て意見をかわすことで自然と子どもたち同士の関わりが増え、 事実を見て課題をつかんだり、思考が生まれたりします。研究者として新たな使い方の検証 をしていきたいですし、実践も増えていくとありがたいですね。今日の話は、全部をいっぺ んにでなくても、部分的に取り入れることができると思うので、読者の方にも活用いただけ たらと思います。杉本先生、本日はありがとうございました。



22 T-Navi Edu Vol.12 T-Navi Edu Vol.12 23