

## IV. コロナ禍における体育授業

### IV-1. 小学校（発表者：眞榮里）

#### ○この1年のながれ

2020年2月末 家庭学習

2020年4月 家庭学習継続

2020年5月 オンラインを活用した取り組み開始

2020年6月 分散登校開始（～7月31日まで 夏休み短縮）

2020年8月末 夏休み終了 一斉登校開始 段階的に給食開始  
通常に近い形での授業

2021年1月 再び緊急事態宣言

#### ○オンラインを用いた取り組み

「まなびポケット」で学習課題の確認

⇒クラス毎にメッセージを入れる。

運動記録表を配付してできる範囲で体を動かすことを継続した。

動画で運動の紹介「VIMEO（つくばっこTV）」

⇒動画を確認しながら運動してみる

※健康を保持することが一番の目的。未知の感染症対策だったので家の中でできることを紹介した。家庭の判断で屋外の運動も可とした。

#### ○分散登校①6月1～2週目（オンラインと併用）

学年毎に登校。子どもたちは週1度の登校。大きな教室を使用する。

体育はその場で動く程度。

#### ○分散登校②6月3週目～7月末

各学級を半分に分けて交互に登校する。（6年生は大きな教室を使って全員に登校）

体育は屋外で運動。個人で取り組む運動を中心。

おりかえしの運動 かけっこ 短なわとび 川とび

屋外に出られない場合には教室で映像教材を視聴。

#### ○一斉登校 8月下旬（夏休み明け）

すべてのクラスで全員登校

体育は授業の前後に手洗い、手指消毒をする。（ボールや鉄棒の共用化）

子ども同士のお手伝い（補助）はしない

#### ○後期（10月）から

体育授業については通常に近い形で実施

#### ○今年度の体育的行事

・富浦合宿（遠泳）中止 運動会⇒スポーツイベント 清里合宿（登山）中止

#### ○次年度以降へ持ち越し

・水泳 ・マット運動 ・ゴール型（バスケットのような攻守が入り乱れるもの）

・低学年跳び箱運動（うまとび実施できず）

#### ○1年を振り返って

・高学年ほど運動不足

・体育授業では仲間同士の関わりは非常に重要

（眞榮里耕太）

## IV-2 中学校

発表内容：With コロナ時代における体育授業の工夫と成果について考える

発表者：國川聖子

【発表の概要】異例尽くしの一年間、本校保健体育科で試行錯誤した取り組みを振り返り、生徒のレポート等にみる成果についてまとめ、紹介した。発表の概要は、生徒たちの登校の実情に合わせて、4・5月休校中の課題、6・7月分散登校中、8月末からの通常授業に近い登校期間の学習・授業の特徴と工夫を報告した。また、変更を余儀なくされた体育的行事についても触れ、今年度のカリキュラム上の積み残しや今後に向けての課題などを整理し、中学校のまとめとした。

### 【発表の内容】

#### 1. 4月 休校中の学習課題〈3学年共通〉

(1) 課題選択レポート「運動する意味」について考えを深める。

6つのテーマ例（生理学・経済効果・歴史的・精神的・世界平和・その他）を示し、それぞれの興味感心に応じて、各自のレポートを作成する課題とした。文章だけでなく、自分の考えの根拠となる表やグラフ、資料などを用いて考察し、それぞれの学年、立場から「運動する意味」を見直す機会となった。

#### 2. 4月～6月 休校中に継続して行う学習課題〈3学年共通〉

(1) 運動確認シートを用いた生活・運動の記録

運動内容や時間・回数などの記録とRPEや自由記述による評価を実施した。それぞれの環境や体調に合わせて、工夫し実施している様子が伺えた。自由記述欄を充実させたいという生徒の希望を受け、記入用紙を改訂したり、成果を可視化できるようにマス目を色で塗って模様を完成させたりといった記録の工夫も行なった。これらは、後の継続した運動記録を振り返り評価するレポート課題に活用された。

(2) 体力を高める運動に取り組む～計画・実践・振り返り～：「ロイロノート」を用いた課題〈3学年共通〉

1週目「お家でできる簡単体操」：運動強度は3段階で調整し、簡単な体操を実践

2週目「筋力維持のトレーニング紹介」：各自の体力レベルに合わせて実践（一連の運動は教員から提示）

3週目「組み合わせてトレーニングを計画し、実践しよう」：各自の体力・環境に合わせ計画・実践

4週目「トレーニングの成果・体の変化を確認しよう」：レポート作成

#### 3. 休校中の学習課題〈3学年共通〉からみる学習の成果

3学年共通のものとして課した今回の学習ではあったが、それぞれの発達段階に応じた成果が得られており、日頃の学習の積み重ねを感じられた結果であった。例えば、生徒が作成したオリジナルプログラムの一覧については、教員のお手本画像と自分の写真を併記し動作の評価を行なったり、教員からの提示例に加えて自分なりの運動を組み合わせたり、学年が上がるほどに工夫が見られた。同様に、「運動プログラムを選択した後の成果」に関する記述では、自分の課題を改善するために必要な事項や目標とする姿をより具体的に記していたり、目標に照らして、課題に取り組んだ期間を通じて複数の視点を関連させて振り返ったりできていた。なお、課題自体を、工夫次第で発展させられるように、説明を厚くしていたことも関連していると思われる。

#### 4. 8月末以降 一斉登校 時差登校・短縮授業期間中の取り組み

用具のカゴを分散させたり、それを基準にして整列したりするなどのマネジメントの工夫を紹介した。また、ネット型等、入り乱れず取り組むことができる種目を採用したり、サッカー単元で、蜜を回避することが学ぶ対象になるような課題を設定して取り組んだりした事例を紹介した。

【終わりに】基本的な感染対策を実施しつつ、生徒の現状を想像し見極め、これまで実施してきた本校の教育活動の理念も大切にしながら、手探りの1年間を送ってきた。中学校保健体育科での学びは何か、成長期にある生徒たちに必要不可欠な運動機会の確保、「休校」を節目に浮かび上がった教科の役割と課題は、改めて、教科の存在意義を考える好機となった。今後につなげていく。

### IV-3. 高校（発表者：中塚義実）

#### ○2020年度の動き

1. 休校（2020年3月）～自宅学習期間（4～5月）
  - ・「保体科からのメッセージ」配信（4/11）。「朝体操」実施（4/22～6/12）
  - ・自宅学習期間（4/13～5/9）は3つの課題「運動しよう」「学習しよう」「観察しよう」
  - ・オンライン時間割導入期（5/11～29）は、保健・体育理論では動画配信型のオンライン授業、体育実技はPDCAシートの作成と実践を課題とする（3週間）
2. 分散登校期（6/1～7/31）
  - ・分散A … 学年ごとに午後から登校。ホームルームと体育実技（体ほぐし）を行う
  - ・分散B … 週3日登校。体育を含む実技教科が中心。体育では体づくりと水泳
3. 教育実習期（8/24～9/12）
  - ・分散C … 全校生徒一斉登校開始。引き続き体づくり（ボール使用）と水泳
4. 前期末まで（～9月末日）
  - ・分散C … 新体力テストとスポーツ大会準備（スポーツ大会は学年ごとの縮小開催）
5. 後期①（10月中旬～年末）
  - ・45分×各单元10時間で計画的にスポーツ单元を学習
6. 後期②（1月初旬～年度末）
  - ・緊急事態宣言再発令により1/13より分散Bへ。2/17より一斉登校再開。
  - 2年は後期①を継続。1年は4種目×3時間のローテーション（非接触型スポーツ）

#### ○コロナ禍のトピック

1. 「保体科からのメッセージ」

「保健体育科は“いのち”を扱う教科です」と明言し、①社会の一員としての自覚を持ち、責任を持って行動してください、②運動・栄養・休養のサイクルを確立し、自分自身の健康を保持・増進してください、③この機会に学んでください、④“遊び心”を持ってポジティブに取り組みましょう、のメッセージを全校生徒に伝え、教職員間で共有した。

これがすべての原点にあり、学校再開時の体育実技の重視につながる。
2. 「朝体操」の実施

2020年2月末の休校要請で3月から外出制限が続く中、生徒が①夜型、②運動不足、③スマホ依存に陥る状況を把握。午前中に運動の機会を設けるべく、Zoomを用いて15分間の朝体操を、学年ごとに毎日実施した。希望制ではあるが多くの生徒が参加した。
3. 度重なる年間計画の修正と「できること」の模索

時々刻々と変化する状況に応じて「できること」を探り続ける日々であった。年間計画は何度も修正し、不安を抱える生徒への対応など、きめ細かな指導を行った。
4. オンライン教材の作成・配信

休校期間中は運動を促す動画を、保健・体育理論では音声付きスライドなどの教材を作成し、Google Classroomを用いてオンライン授業を行った。

#### ○この1年を振り返って

実技教科としての可能性と限界を感じるとともに、教科の意義や学習内容を再考する好機となった。そして改めて教員集団の重要性、「一人ではできない。チームで！」ということ強く感じた。