

令和6年度 東京都小学校体育研究会 体の動きを高める運動領域部会 夏季合同研究会 部会資料

東京都小学校体育研究会 研究主題

自ら学び続ける力を、仲間と共に身に付けていく体育学習
運動の楽しさや課題解決の喜びを味わうことを通して

学習過程の工夫

| 第Ⅰ期～第Ⅳ期の系統 | | | | | |
|------------------------|---|-----|-----|------------------------|------------------------|
| | 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | | | | |
| 第5学年 | <table border="1"> <tr> <td>第Ⅰ期</td> <td>第Ⅱ期</td> </tr> <tr> <td>学び方を知る時期</td> <td>学び方を生かす時期</td> </tr> </table> | 第Ⅰ期 | 第Ⅱ期 | 学び方を知る時期 | 学び方を生かす時期 |
| 第Ⅰ期 | 第Ⅱ期 | | | | |
| 学び方を知る時期 | 学び方を生かす時期 | | | | |
| 第6学年 | <table border="1"> <tr> <td>第Ⅲ期</td> <td>第Ⅳ期</td> </tr> <tr> <td>第5学年での学習を生かして運動に取り組む時期</td> <td>半学期への接続を考え、簡単な計画を立てる時期</td> </tr> </table> | 第Ⅲ期 | 第Ⅳ期 | 第5学年での学習を生かして運動に取り組む時期 | 半学期への接続を考え、簡単な計画を立てる時期 |
| 第Ⅲ期 | 第Ⅳ期 | | | | |
| 第5学年での学習を生かして運動に取り組む時期 | 半学期への接続を考え、簡単な計画を立てる時期 | | | | |

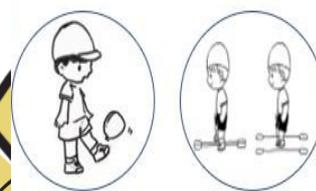
柔軟な共有タイム



ICT機器の利活用



運動例の充実



【実証授業】

日時 令和6年11月29日(金)
場所 中央区立明石小学校
授業 体づくり運動「体の動きを高める運動」
授業者 第5学年 山本 侑弥 主幹教諭

東京都小学校体育研究会
体の動きを高める運動部会
ホームページ



1 研究の内容

(1)体の動きを高める運動領域部会における研究主題の捉え方

体の動きを高める運動領域の特性として、「個」⇒「協働」⇒「個」の学習の進め方が基本となる。その中で、研究主題にある「自ら学び続けている姿」を以下のように想定した。

| | | |
|---|---|---|
| 子供から自分の体力に応じた課題を見いだしている。 →運動選択に対する課題設定 | 他者の学び方に目を向けて比較し、新たな課題を見いだしている。 →運動の行い方に対する課題設定 | 客観的に自分を見て振り返り、課題を見いだしている。 →学び方に対する課題設定 |
|---|---|---|

以上の姿が現れる学習を目指し、本部会では、「子供自身が課題を見だし、自らの取組を他者と比較しながら振り返り、新たな課題を見いだすことができる」ことを自ら学び続ける力と捉え、研究主題を達成するための手立てを講じていく。

また、そのような力が身に付くと右の図のような学びのサイクルを自ら回し学習を進めることができると考えた。体の動きを高める運動の特性として、単元の中で、「次時や数時間分の運動内容や取り組み方を計画」というような段階を設けていく。



(2)部内授業で明らかになったこと

①子供にとってより価値のある共有タイムの在り方

子供にとって必要感ももてる内容を共有するために、体の動きを高める運動における学び方を整理し・個・小集団・全体と学習の進展に応じて柔軟に価値付けることが、自ら学び続ける力につながっていくこと。

②運動の楽しさや課題解決の喜びを味わうことができるような運動の設定

運動の楽しさや課題解決の喜びを味わうことができることに重点を置き、運動を設定していくことで、体の動きを高める運動の特性を味わうことができたこと。

③自ら学び続ける力を高め、仲間と共に学ぶことのできる ICT 機器の活用

体の動きを高めるための自身の動きを撮影し、動きの変容に気付いたり、ICT 機器を活用し振り返りを仲間と共有したりすることで、自ら学び続ける力が高まっていくこと。(2学期の実証授業)



【部内授業での成果と課題】

| | |
|-----------|--|
| 成果 | <ul style="list-style-type: none"> ○単元前半は中間に全体の共有タイムを入れ、ポイントなどの確認を行った。単元後半は必要に応じて全体、グループ、希望者など子供たちの必要感に合わせて共有タイムを取り入れた。友達の動きを見合うことにも大切さを感じている子が多く共有タイムの有効性を感じることができた。 ○事後のアンケート結果からそれぞれの運動が楽しいと答える子の割合が「エンジョイストレッチ (76%)」と「風船けまり (88%)」、「ペットボトルバンブー (72%)」、「長なわ (94%)」、「スラックレール (82%)」と非常に多くなっていた。高まりの実感をしながら子供たちが楽しんで運動に取り組むことができていた。 ○「デジタル学習カード」を使い、書いたことを1時間ごとのねらいに即して共有することで、よくできている友達の動きを参考にする子やポイントを伝え合う子がいた。体の動きを高める運動の学び方を少しずつ理解している様子が見られた。 |
| 課題 | <ul style="list-style-type: none"> ▲風船けまりの行い方については体の動きを高まりに着目できるようにもとの動きや動きの工夫について考えていく必要がある。 ▲力強い動き及び動きを持続する能力を高める運動においても、子供たちが自ら学び続けていくことができるように運動をより良いものにしていく。 ▲共有タイムや振り返りの場面で、デジタル学習カードや学びのロードマップを使って、どのように示していくかを考えていく必要がある。 |

(3) 研究主題を実現するための手立ての工夫

① 学習過程の工夫

第5・6学年の全 20 時間を5時間ずつの第Ⅰ期～第Ⅳ期に分け、第5学年の第Ⅰ期を「学び方を学ぶ」とし、第4学年までの学びから体の動きを高める運動の特性を生かした学びにつながるようにした。

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|------|-------------------------------|---|---|---|---|-------------------------------|---|---|---|----|
| 第5学年 | 第Ⅰ期 「学び方を知る」 | | | | | 第Ⅱ期 「学び方を生かす」 | | | | |
| 第6学年 | 第Ⅲ期 「第5学年での学習を生かして運動に取り組む」 | | | | | 第Ⅳ期 「中学校への接続を考え、簡単な計画を立てる」 | | | | |

② 共有タイムの柔軟な運用

子供の学びに応じた内容を共有することで、「自ら学び続ける力」が身に付き自立した学習者につながることを考え、共有タイムを柔軟に設定することで子供の必要感につながることを考えた。

【学びの形態に応じた子供同士で共有していきたい内容】

| 個の学び | 小集団の学び | 全体の学び |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・問いをもつ。 ・学習課題を見いだす。 ・動きのこつに気付く。 ・工夫した動きに気付く。 | <ul style="list-style-type: none"> ・他者の動きのこつ・ポイントを知る。 ・他者の工夫した動きを知る。 | <ul style="list-style-type: none"> ・学習課題を意識して取り組むこと。（※学び方の確認） ・ポイントを意識して取り組むことでより体の動きを高められること。 ・動きを工夫して取り組むと体の動きを高められること。 |

③ 運動の楽しさや課題解決の喜びを味わうことのできる運動の設定

「運動の楽しさや課題解決の喜びを味わうこと」ができることに重点を置き、運動を設定した。新たに2つの運動を開発した。部内授業(5年生の第Ⅰ期)では、従来取り組んでいた「長なわ」「スラックレール」に加え、巧みな動きを高めるための運動例として「風船けまり」と「ペットボトルバンブー」に新たに取り入れた。

風船けまり (巧・力の入れ加減)



ケンステップ内に立ち、足の力の入れ加減を調整しながら風船を3回蹴り上げる。

ペットボトルバンブー (巧・リズムカル)



ペットボトルに結びつけられたゴム紐を、リズムカルにステップしながら跳ぶ。

○ 風船けまり

…力の入れ加減を高めるねらいの運動で、人数の工夫や用具の工夫をしやすい。ペアでキャッチボールをしながら力の入れ加減を調整したり、仲間と手をつないでゲーム性を取り入れたりすることでより高まりを感じる事ができる。

○ ペットボトルバンブー

…ペットボトルにすることで「トントン」という音になり、リズムをつかみやすい運動となっている。「人数、リズム、方向、姿勢など」工夫がしやすい運動なので、取り組んで上手く跳べた時に達成感を味わうことができる。また、活動する際には3人必要になるので、アドバイスし合ったり学び合ったりする姿も必然的に多くなっている。

④ 仲間の学びを共有することのできる ICT 機器の利活用

掲示板アプリを使用し、学習課題や振り返り(運動に取り組む動画を含む)、それに対する教師の助言等を子供同士で共有できるようにする。ポートフォリオ形式のため、一人一人が学習履歴を確認しやすく、新たな学習課題を見いだすことにもつながるものとなる。

また、仲間の学習状況を共有することで、仲間がどのように学びのサイクルを回しているのかを知ることができ、結果として自ら学び続ける力を高めることにつながり、研究主題に迫ることができると考えた。



2 学習指導案

(1)単元の目標

| | |
|--------------|--|
| 知識及び運動 | ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動きを高めるための運動をすることができるようにする。 |
| 思考力、判断力、表現力等 | 自己の体の状態や体力に応じて、運動の行い方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 |
| 学びに向かう力、人間性等 | 運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動したり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。 |

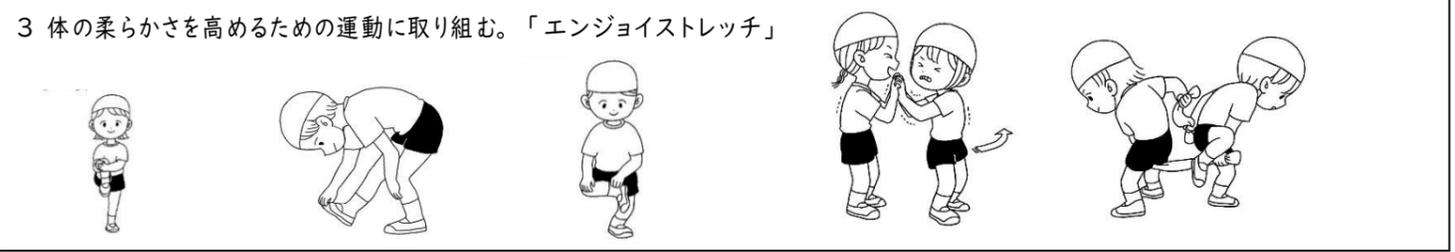
(2)単元の評価規準

| | |
|---------------|--|
| 知識・技能 | <p>①体の動きを高める運動の行い方について、言ったり書いたりしている。</p> <p>②体の各部位の可動範囲を広げる体の動きを高めることができる。</p> <p>③人やものの動き、または場所の広さや形状などの環境の変化に対応して、タイミングやバランスよく動いたり、リズムカルに動いたり、力の入れ方を加減したりする体の動きを高めることができる。</p> <p>④自己の体重を利用したり、人や物などの抵抗に対してそれを動かしたりすることによって、力強い動きを高めることができる。</p> |
| 思考・判断・表現 | <p>①動きのポイントと自己や仲間の動きを比較し、自己や仲間の課題を見付けている。</p> <p>②自己の体力に応じて取り組む動きを選んだり、動きに工夫を加えたりしている。</p> <p>③観察し合って見付けたポイントや分かったこと、解決の仕方や改善方法について伝えている。</p> |
| 主体的に学習に取り組む態度 | <p>①体の動きを高める運動に積極的に取り組もうとしている。</p> <p>②互いの動きを観察し合ったり、教え合ったりするなど、仲間と助け合おうとしている。</p> <p>③学習に必要な物や用具の準備などで、役割を果たそうとしている。</p> <p>④分かったことを伝え合ったり、課題の解決方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組を認めようとしている。</p> <p>⑤運動の場の危険物を取り除くとともに、用具の使い方や周囲の安全に気を配っている。</p> |

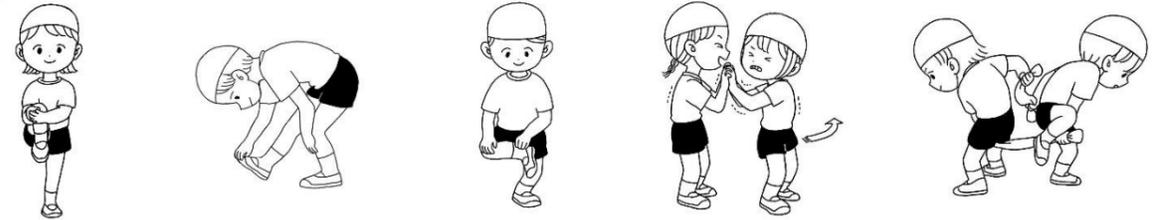
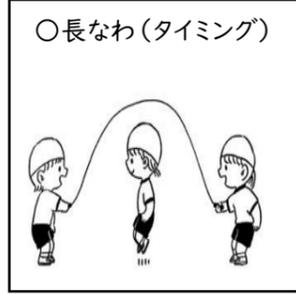
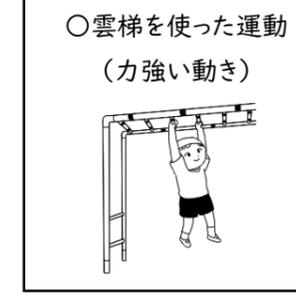
(3)学習過程 ※部内授業で行った第I期の学習過程を記載しています。

| 時間 | 1(巧) | 2(巧・柔) | 3~5(巧・柔) |
|-------------|---|--|--|
| 段階 | 問いをもち、学習課題を見いだす | | 「体の動きを高める運動」の学び方を知り、学習課題を解決する |
| 学習過程 | 運動との出会い 問いをもつ | 問いから学習課題を見いだす | ポイントを意識しながら高める動きを工夫しながら高める |
| 学習内容 ・活動 | <ul style="list-style-type: none"> ・プロモーションムービーを観る。 ・運動に取り組む。 ・感想や問いをもつ。 | <ul style="list-style-type: none"> ・問いから学習課題への見だし方を知る。 ・運動に取り組む。 | <ul style="list-style-type: none"> ・学習課題を確認する。 ・運動に取り組む。 ・新たな学習課題を見いだす。 |

(4)第5学年の単元の指導と評価の計画

| | | 第I期 | |
|---------|---|---|---|
| 時間 | 1 | 2 | 3・4・5(本時) |
| 段階 | 問いをもち、学習課題を見いだす。 | | 「体の動きを高める運動」の学び方を知り、課題を解決する。 |
| 学習過程 | 運動との出会い 問いをもつ | 問いから学習課題を見いだす | ポイントを意識ながら高める 動きを工夫しながら高める |
| 学習活動 | 1 集合、整列、挨拶を行う | 2 前時にもった問いを共有する。 | 2 準備運動を行う。 |
| | 2 これまでの学習経験を振り返る。 3 体の動きを高める運動のプロモーションムービーを観る。 4 準備運動を行う。 | 3 準備運動を行う。 | 3 体の柔らかさを高めるための運動に取り組む。「エンジョイストレッチ」  |
| 学習活動 | 4 体の柔らかさを高めるための運動に取り組む。「エンジョイストレッチ」 | 4 自分の学習課題、学びのロードマップを確認する。 | 4 自分の学習課題、学びのロードマップを確認する。 |
| | 5 巧みな動きを高めるための運動に取り組む。(第3時以降は、2つまで選択して取り組む。) ※共有タイムについては、教師が子供の学習状況を見取り、柔軟に設定する。 | 5 巧みな動きを高めるための運動に取り組む。(第3時以降は、2つまで選択して取り組む。) ※共有タイムについては、教師が子供の学習状況を見取り、柔軟に設定する。 | 5 巧みな動きを高めるための運動に取り組む。(第3時以降は、2つまで選択して取り組む。) ※共有タイムについては、教師が子供の学習状況を見取り、柔軟に設定する。 |
| 教師のかかわり | 6 運動を通して考えたり、感じたりした問いをもつ。 7 片付け・整理運動を行う。 8 振り返りを行う。 | 6 片付け・整理運動を行う。 | 7 振り返りを行い、次時に取り組む運動を選択する。 ※第5時には、6時以降の見通しをもつとともに、目標の設定をする。 |
| | 「やってみてどうだった?(実感)」 ⇒子どもの「やってみよう」「楽しそう。」という思いを大切にする。実感したことを問いとして、価値付けていく。 | 「何を高めたいの?何が高まったと思う?(高まり)」 ⇒体の動きを高める運動は目的をもって運動に取り組んでいくことが大切であることを意識付ける。 | 「どうしたらできたの?(ポイント)」 ⇒ポイント意識をもって運動することの大切さを確認する。 「どんな工夫をすると高められるかな?(工夫)」 ⇒動きを工夫する視点を示しながら体の動きを高める方法を確認していく。 「さらに高めるためにどんなことが必要かな?(活用)」 ⇒さらに、体の動きを高めていくために必要なことについて確認していく。 |

※昨年度の実証授業での単元の指導と評価の計画を記載しています。

| | | 第Ⅱ期 | | | |
|---------|--|--|---------------|--|--|
| 時間 | 6 | 7・8・9・10 | | | |
| 段階 | 問いをもち、学習課題を見いだす。 | 第Ⅰ期で学んだ「体の動きを高める運動」の学び方を生かし、課題を解決する。 | | | |
| 学習内容 | 新しい運動との出会い | 仲間と関わりながら高める。 | | | |
| | 問いから学習課題を見いだす | ポイントを意識しながら高める。 | 動きを工夫しながら高める。 | | |
| | | ICT 機器を活用しながら高める。 | | | |
| 学習活動 | 1 集合、整列、挨拶を行う | | | | |
| | 2 これまでの学習経験を振り返る。 | 2 自分の学習課題、学びのロードマップを確認する。 | | | |
| | 3 準備運動を行う。 | | | | |
| | 4 体の柔らかさを高めるための運動に取り組む。「エンジョイストレッチ」 |  | | | |
| | 5 巧みな動きを高めるための運動・力強い動きを高めるための運動に取り組む。(3つまで選択して取り組む。) 巧み前半→共有タイム→巧み後半 | <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>○長なわ(タイミング)</p>  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>○リズムカルコース走 (リズムカル)</p>  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>○スラックライン (バランス)</p>  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>○ボールキャッチ (力の調整)</p>  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>○自分運び (力強い動き)</p>  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>○雲梯を使った運動 (力強い動き)</p>  </div> </div> | | | |
| | 6 片付け・整理運動を行う。 | | | | |
| | 7 振り返りを行い、次時に取り組む運動を選択する。 | | | | |
| 教師のかかわり | <p>「やってみてどうだった?(実感)」 ⇒子どもの「やってみたい。」「楽しそう。」という思いを大切にする。実感したことを問いとして、価値付けていく。</p> <p>「何を高めたいの?何が高まったと思う?(高まり)」 ⇒体の動きを高める運動は目的をもって運動に取り組んでいくことが大切であることを意識付ける。</p> <p>「どうしたらできた?(ポイント)」 ⇒ポイント意識をもって運動することの大切さを確認する。</p> <p>「どんな工夫をすると高められるかな?(工夫)」 ⇒動きを工夫する視点を示しながら体の動きを高める方法を確認していく。</p> <p>「さらに高めるためにどんなことが必要かな?(活用)」 ⇒さらに、体の動きを高めていくために必要なことについて確認していく。</p> | | | | |

(5)本時の学習 (5/5時間目)

① 本時のねらい

学習課題を解決するために、自己の体力に応じて体の柔らかさを高めるための運動や巧みな動きを高めるための運動に取り組むことができる。

② 本時の展開

| 学習活動 | ○教師のかかわり ◎配慮を要する子供への支援 | □評価 |
|---|--|--|
| <p>1 集合・整列・挨拶</p> <p>2 準備運動を行う。</p> <p>3 体の柔らかさを高める運動に取り組む。 ○エンジョイストレッチ</p> <p>4 自分の学習課題やロードマップを確認する。</p> <p>5 巧みな動きを高める運動に取り組む。 ○スラックレール(バランス) ○風船けまり(カの入力加減) ○ペットボトルバンブー(リズムカル) ○長なわ(タイミング)</p> <p>※前・後半で合わせて運動を2つまで選択。 ※教師が適宜、共有タイムを取り、学び方の確認を行う。</p> | <p>○教師のかかわり ◎配慮を要する子供への支援</p> <p>○部位を意識させるよう声をかける。</p> <p>○動きの高まりが実感できるように、運動を行う前後に現状を知る活動(計測)を取り入れる。</p> <p>○全体を円の形に広げ、一斉に運動に取り組み、互いの動きを見合えるようにする。</p> <p>○子供の学習カードから「問い」「学習課題」から全体で共有したい内容を取り上げる。</p> <p>○自分の学習課題を同じ運動の場の仲間に伝え、学び合いにつなげるようにする。</p> <p>○動きの工夫、ポイントについて、個別指導カードを活用しながら確認する。</p> <p>○子供の思考を促すことを意識し、ねらいに迫れるように言葉がけをしたり、共有タイムを取ったりする。</p> <p>◎高まりの実感がなかなか伴わないようであれば、動画を撮影することや、仲間との対話を薦める。</p> | <p>□評価</p> <p>□自分の体の状態や体力に応じて、運動を選んだり行い方を工夫したりしている。 (ワークシート、運動・発言)</p> <p>□動きのこつやポイントや動きの工夫について仲間に言葉や動作で伝えている。 (運動・発言)</p> |
| <p>【運動に取り組んでいるときの共有タイムの例】</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>「やってみてどう？」</p> <p>「友達に教えてもらってバランスが高まりました」</p> <p>「友達と関わったことで気付かなかったことを気付けたね。」</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>「やってみてどう？」</p> <p>「…」「よく分かりません」</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>「何が高まったか考えながらやっごらん」</p> <p>「何が高まるか友達と相談してごらん」</p> <p>「自分の動きをタブレットで見てごらん」</p> </div> </div> | | |
| <p>6 整理運動・片付け</p> <p>7 振り返りを行う。</p> | <p>○各部位を意識して運動するように声をかける。</p> <p>○気付いたポイントや仲間との関わりを意図的に取り上げるようにする。</p> <p>○課題解決の進捗状況を聞き、次回の見通しをもたせられるようにする。</p> | |

体の動きを高める運動
ってどうやってやれば
いいの？

自ら学び続けるため
に必要なことは？



どんな運動を
すればいいのかな？

仲間とどのように
学べるといいのかな？

体の動きを高める運動

運動例集



部会 Youtube



を一緒に学びませんか

実証授業で明らかにしたいこと

- ・子供にとって必要感のある**共有タイムの在り方**
- ・運動の楽しさや課題解決の喜びを味わうことのできる**運動の設定**
- ・自ら学び続ける力を高めるための**ICT 機器の利活用**

2024年11月29日(金)

中央区立明石小学校 第5学年

授業者 主幹教諭 山本 侑弥

Access

地下鉄 日比谷線「築地駅」徒歩5分

地下鉄 有楽町線「新富町駅 6番出口」徒歩5分

お問い合わせ
はコチラから

☎ 03-3673-0993

授業づくり、実技研講師など、なんでもご相談ください。

部長 岡田 真典 (江戸川区立上小岩第二小学校)