

令和7年度 東京都小学校体育研究会 夏季合同研究会
多様な動きをつくる運動（遊び）領域部会

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～



【実証授業】

日 時 令和7年11月4日（火）13時45分開始予定

場 所 葛飾区立よつぎ小学校

（最寄り駅：京成線四ツ木駅徒歩10分）

授 業 体づくり運動「多様な動きをつくる運動」

授業者 第4学年2組 五十嵐 渉 主任教諭



←夏季合同研究会で「多様部会」に
聞きたいことを事前に受け付けます！

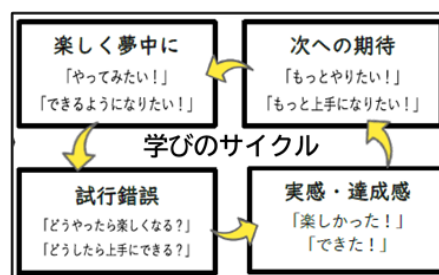
<研究の内容>

1 多様な動きをつくる運動（遊び）領域部会における研究主題の捉え方

本部会では、「自ら学び続ける力を身に付けた子供」を「子供自身が運動（遊び）を自己決定し、試行錯誤しながら満足するまで運動（遊び）に取り組み、次の運動（遊び）に向かっていく姿」と捉えている。

子供が自ら学び続けていくためには、子供が「やってみたい」「できるようになりたい」と思い続けることが大切である。

そのために、教師は子供の姿や動きの変化を丁寧に見取り、働きかけを見直し、子供の「学びのサイクル」を支える必要がある。子供が「できた！」という実感をもち、振り返りが次の活動への意欲につながるような学びの在り方を、多様な動きをつくる運動（遊び）を通して明らかにしていく。



2 研究の重点

本研究では、「多様な動きをつくる運動（遊び）」において、子供が「自ら学び続ける力」を育てることを目指している。そのために、次の3つの手立てに重点を置いて授業づくりを行っていく。

(1) 子供が運動（遊び）に夢中になる「楽しさ」の設計図 → 「楽しく夢中に」・「次への期待」

子供が主体的に活動へ向かっていくためには、活動の中に夢中になれる「仕掛け」を丁寧に組み込むことが大切である。子供が「やってみたい！」「もっとやりたい！」と自然に思えるような「楽しさ」を教師が活動の中に組み込むことが、学びの出発点となる。そのためには、下記のような要素を活動全体の中に散りばめていく必要がある。

- ・子供の関心を引くような導入の仕掛け（準備や導入の工夫）
- ・活動中に「できるようになりたい」「もっと工夫したい」と感じられるような運動（遊び）や活動の構成
- ・終わったあとに自分の考えや行動を振り返って見つめ直すこと（メタ認知）ができるような振り返りの工夫

このような「楽しさ」の設計図を基に活動を構成することで、子供は運動（遊び）に没頭し、自然と学びに向かう姿が生まれると考える。

(2) 子供の学習状況に応じた「学びの共有」の働きかけ方 → 「試行錯誤」

子供の学びは、常に目に見える形で表れるとは限らない。特に運動（遊び）の場面では、子供自身が気付いたことを言葉にすることが難しいこともある。だからこそ、教師は子供の姿や動きの変化を丁寧に見取り、その子供に合ったタイミングや形態での言葉かけや仲間とかかわる場面を設定することで、子供の学びを広げていく必要がある。

「学びの共有」とは、授業の終わりにみんなで振り返る時間だけでなく、活動中の何気ないやりとりの中にも存在する。教師が意図的に問いかけたり、子供同士の気付きが生まれる環境を整えたりすることで、他者の考えに触れる機会となり、自分の考えを再構築していくことができる。

(3) 中学年における「多様な動きをつくる運動」の学習過程の在り方 → 「実感・達成感」

中学年では、低学年に比べ「動きを工夫する」「仲間とかかわりながら活動をする」といった学びの質が一層高まっていく。そのため、「多様な動きをつくる運動」でも、活動の段階に応じて子供自身が課題を捉え、仲間と考えを出し合いながら運動をよりよくする過程を明確にしていくことが求められる。特に中学年では、下記のような流れを大切にしながら、学習過程を組んでいくことが効果的である。

- ・どんな動きができるようになりたいのかを自分なりにイメージすること
- ・自分で考えたり、仲間と相談したりして工夫を加えて試すこと
- ・振り返りで自分たちの工夫を言語化（発言・記述）して共有すること

こうした「過程に着目した学び」を育むことで、運動（遊び）の面白さだけでなく、「考えること・振り返ることの楽しさ」も感じられるようになる。

この3つの手立ては、「楽しく夢中に → 試行錯誤 → 実感・達成感 → 次への期待」という学びのサイクルを自然に促すものである。このサイクルの繰り返しを通して、「自ら学び続ける力」を身に付けていくと考える。

3 研究主題を実現するための手立ての工夫

(1) 子供が運動(遊び)に夢中になる「楽しさ」の設計図 → 「楽しく夢中に」・「次への期待」

子供が主体的に活動へ向かっていくためには、活動の中に夢中になれる「仕かけ」を丁寧に組み込むことが大切である。

授業づくりの際により多くの教師が活用できるように、一単位時間の学習の流れを「楽しさ」の設計図として提示する。学習内容をクリックするとその活動や運動(遊び)に夢中になるための仕かけを資料や動画で観ることができるようにする。

以前より、部会では「楽しさの散りばめ」として「学習環境」「勢いを生む導入」「歌遊びの活用」「合言葉」を活用し、子供が夢中になる授業づくりを行ってきた。

今年度はこれを整理し直し、

○子供の関心を引くような導入の仕かけ

・運動に夢中になって取り組める世界観のある掲示物や音楽を活用した準備運動

○運動(遊び)や活動の構成

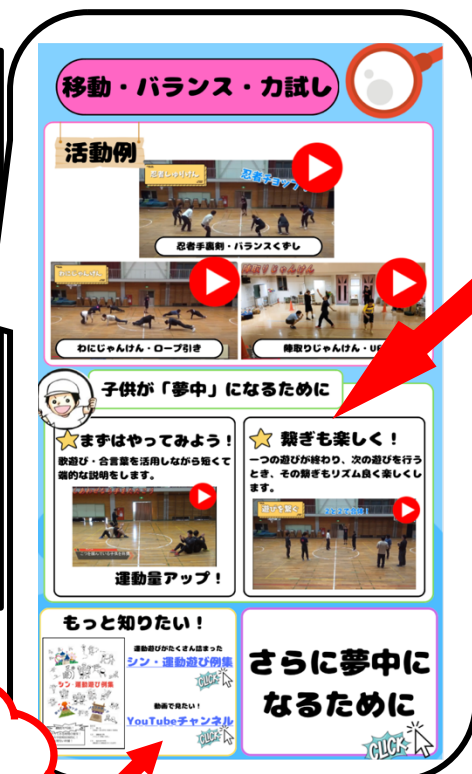
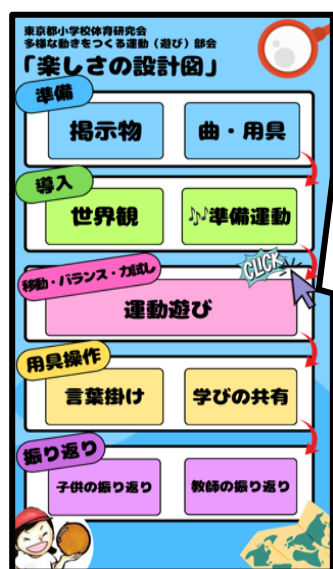
・運動(遊び)のつなぎや端的な説明、運動(遊び)の組み合わせ

○自分を見つめ直す振り返り

・活動中の言葉かけや学びの共有、振り返りの時間に活用する学習カードなど

①学習環境	②学習に勢いを生む導入
【わくわくするような単元設定 掲示物の例】  ※単元設定や掲示物などを工夫して、楽しい雰囲気をつくることで、子供の運動欲求に火をつける。	心と体をスイッチオン! ☆端的な指示 ・短い言葉で指示・説明(運動量の確保) ・活動と活動のつなぎ(体じゃんけんの活用) ☆解放感 ・はじめは先生と楽しく、色々な動きを楽しむ ・友達同士が関わる動き(2人組、ハイタッチ) ☆動きの要素 ・ジャンプ、スキップ、ダイナミックな動き ☆音楽・リズム太鼓等 ・BGMを活用した準備運動、場の準備・片付け等
③歌遊び	④合言葉
「幸せなら手を叩こう」(座る・立つ) ♪幸せなら手を叩こう ♪幸せなら手を叩こう ♪幸せなら 背中をつげようよ ♪ほらみんなだてたて(ずわって) みよう セーの! ※二人組で背中をくっつけたまま立ったり座ったりする。 「人工衛星」 ♪人工衛星 人工衛星 とへまへれ ※4〜5人で手をつなぎ、引っ張り合って相手を動かす。 ※歌の中に身に付けさせたい動きを取り入れ、リズムの楽しさを味わいながら効率的に運動できるようにする。	いつでも どこでも だれとでも! ☆活動に勢いをつける ・「〇〇へ レッツゴー!」 ・「やってみよう!」 ☆楽しい雰囲気のまま指示を伝える ・「トントントン トントントン 聞いて」 ・「お友達を変えて ○人組」 ☆みんなで友達を称賛する ・「せーの」 パンパン ナイス!! ・「せーの」 キラーン!!

教師が授業前や授業を行っていく中で活用していくことで、子供が夢中になる「楽しさ」を味わうことができるようにしたい。



子供が夢中になるための「仕かけ」を紹介

楽しさの設計図はこちら↓



これまで部会で
作成した資料への
リンクの提示

(2) 子供の学習状況に応じた「学びの共有」の働きかけ方 → 「試行錯誤」

「学びの共有」とは、学びのサイクルを自分の力で回すことが難しい子供に対して、教師が様々な関わりを通してそのサイクルを回すことができるようにすることである。共有する姿や動きは様々である。また、小単元の前半・後半によっても変わってくる。「学びの共有」の形態として全体・小集団・個での共有を考えている。

全体とは、学級全体を表す。小集団とは、共通する課題をもっている子供たちを表す。個とは、教師と子供のかかわりを表す。

①「学びの共有」のタイミング

小単元前半では、「学びの共有」を全体で行うことが多い。一人一人が学びのサイクルを回せるように、全体で共有を行うためである。小単元後半では、「学びの共有」を小集団や個で行うことが多い。一人一人の学びのサイクルによって、共有する内容が異なるためである。

時	1	2	3
ねらい	動きとの出会い まずはやってみる	動きの幅を広げる コツを見付ける	友達の動きを見る、まねする もっとやってみたい動きに取り組む
学びの共有	全体		小集団・個

②「学びの共有」が必要な子供の姿のイメージ

子供が学びのサイクルを回すことができるように「学びの共有」を必要としている子供の姿や動きの変化を見取り、それに応じて、共有する内容や方法を柔軟に選択することが大切である。

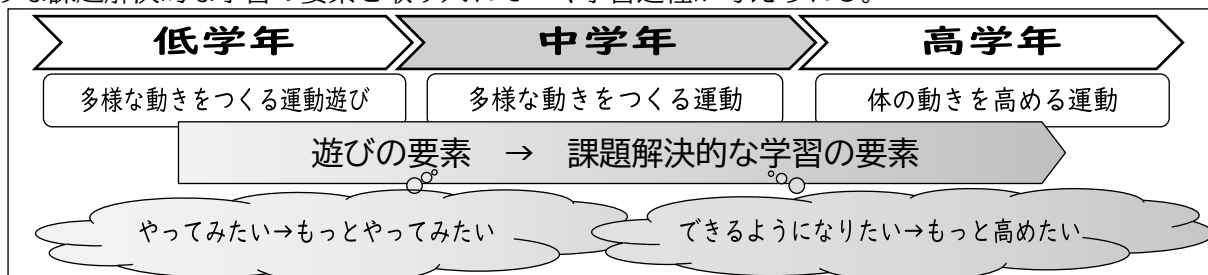
具体的な姿の例として、小単元の前半では、主に動きのこつや安全面について全体で共有を行うことが多い。後半に進むにつれて、子供が試行錯誤する姿など、学びのサイクルを回している姿を小集団で共有することが多い。

共有の内容と形態（例）	全体 【動きのこつや安全面など】		
	小集団・個 【試行錯誤する姿など】		
	全体 	小集団 	個 
知識及び運動	・ 基本的な動きができない	・ 運動の行い方が分からない	・ こつを意識していない
思考力・判断力・表現力等	・ 何をやっていいか分からずに止まっている	・ 自分の考えを言葉にできない	・ できるようになりたい動きが見つからない
学びに向かう力・人間性等	・ 安全面の確保ができていない	・ できないとあきらめている	・ 動きに飽きている

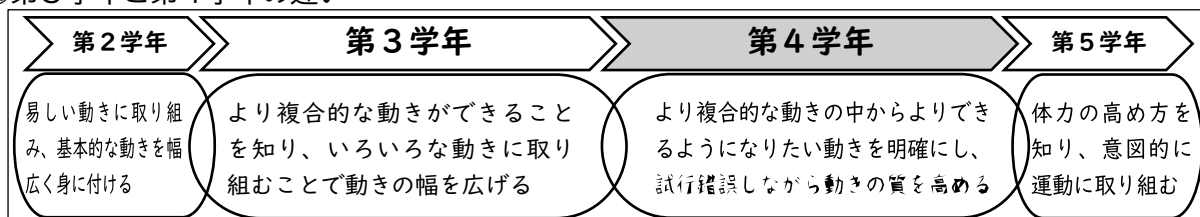
(3) 中学年における「多様な動きをつくる運動」の学習過程の在り方 → 「実感・達成感」

① 6年間のつながり

6年間の体づくり運動の系統性から、中学年では、3年生で遊びの要素を取り入れた低学年での指導を引継ぎつつ、4年生ではより「どうやったらできるようになるか」といった高学年のような課題解決的な学習の要素を取り入れていく学習過程が考えられる。



② 第3学年と第4学年の違い

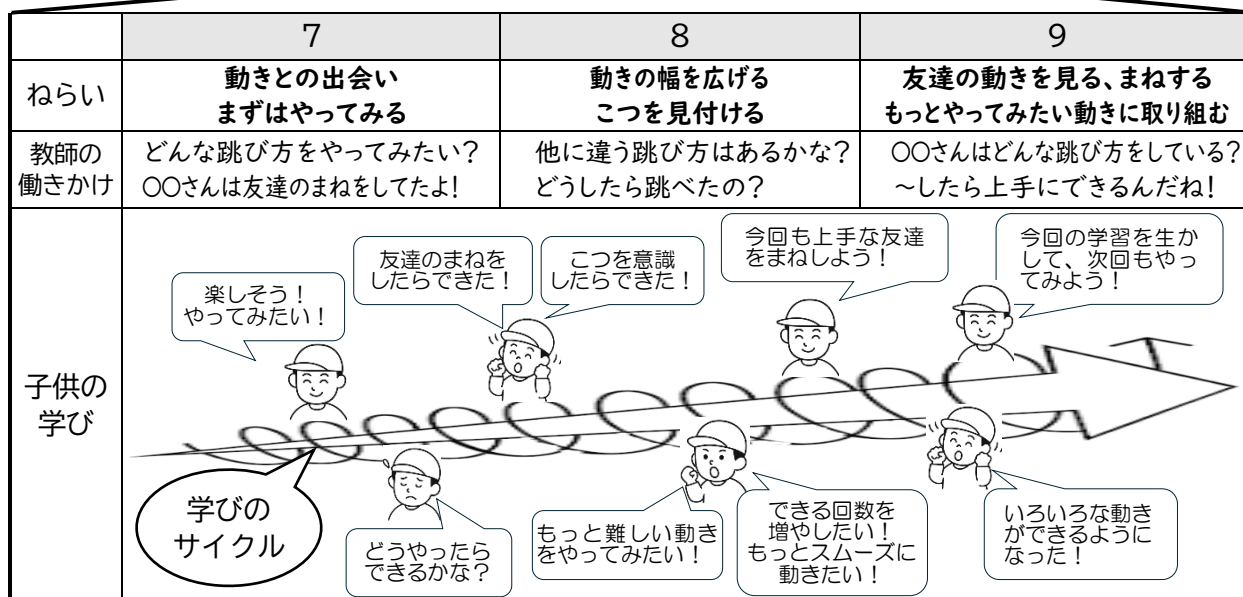


③ 第4学年における学習過程

小単位を一つの課題解決の学びのサイクルとし、一年間の大単元でその学びのサイクルを繰り返し経験することによって、自ら学び続ける力が段階的に身に付くと考えられる。

また、1単位時間の中でも「やってみる（学習課題を見いだす）→試行錯誤する（学習課題を解決する）→振り返る」といった小さな学びのサイクルを回すことが大切である。

1～4	5・6	7～9	10～12	13～15
体のバランスをとる運動 用具を操作する運動 【フープ】 基本的な動きを 組み合わせる運動	用具を操作する運動 【ボール:つかむ、降ろす】 用具を操作する運動 【竹馬・一輪車・長なわ】	体を移動する運動 用具を操作する運動 【短なわ】 基本的な動きを 組み合わせる運動	力試しの運動 用具を操作する運動 【ボール:投げ上げて捕る】 基本的な動きを 組み合わせる運動	移動・バランス・ 力試しの運動【選択】 用具操作+基本的な動き を組み合わせる運動 【フープ・ボール・短なわ・ 長なわなどから選択】



4 学習指導案（14／15）

（1）本時のねらい

○基本的な動きや基本的な動きを組み合わせた動きができるようにする。【知識及び運動】

○多様な動きをつくる運動を選び、試行錯誤しながら取り組むことができるようにする。【学びに向かう力、人間性等】

（2）本時の展開

学習活動	○教師のかかわり ◎配慮の必要な子供への支援	本時における 「自ら学び続けている子供の姿」
1 準備運動をする。	○曲に合わせて体を動かし、心と体のスイッチオンができるようにする。	
2 学習のめあてを確認する。 ①できるようにになりたい運動に取り組もう！	発問 「今日は何ができるようになりたい？」 「どうしたら、できるようになる？」 ○できるようにになりたい運動を選び、繰り返し粘り強く取り組む子供を称賛する。 ○友達と励まし合い、運動に進んで取り組んでいる子供を称賛する。 ◎上手な友達の動きをまねしたり、動きのポイントを具体的に助言したりする。 ○運動のこつを考え、そのこつや運動のポイントを友達と共有しながら、より上手にできるようになろうとしている子供を称賛し、その学び方を共有する。	
3 「体のバランスをとる運動」「体を移動する運動」「力試しの運動」「基本的な動きを組み合わせる運動」の中からできるようになりたい運動を選んで取り組む。 移動 バランス 力試し 組み合わせ <やってみる時間> ↓ <学びの共有> ↓↑ <もう一度やってみる時間>		・「できるようにになりたい」運動を選び、試行錯誤を繰り返している。 ・上手な友達を見付け、その学び方を進んでまねしている。 ・教師や上手な友達に自ら助言を求め、自分の運動に取り入れようとしている。
4 「用具を操作する運動」「基本的な動きを組み合わせる運動」に取り組む。 （ボール・フープ・短なわ・長なわなどから用具を選んだり、組み合わせたりする。） 用具操作 組み合わせ <やってみる時間> ↓ <学びの共有> ↓↑ <もう一度やってみる時間>	○進んで用具を選び、すぐに運動に取り組んでいる子供を称賛する。 ○「できるようにになりたい」「もっと上手になりたい」運動を選んでいる子供を称賛し、全体に共有する。 ○子供一人一人の課題を適切に見取り、その課題に応じた形態で、（全体・小集団・個）学びを共有する。 ◎共有した内容の理解を深めるために、個別に言葉をかけて運動のポイントや学び方について具体的に言葉をかける。	・「次は○○ができるようになりたい！」というように、自ら課題を修正している。
5 片付け・整理運動をする。 6 学習の振り返りをする。	○本時のねらいに沿った振り返りができるように、本時の発問を確認する。 ◎学習カードを書くことができるように、取り組んだことを個別に言葉をかけて確認する。	・次時に向けて、具体的に振り返りカードに記入する。

（3）実証授業で明らかにしたいこと

・子供が「自ら学び続ける」ための3つの手立ての効果

5 指導資料の充実

昨年度に引き続き、シン・運動遊び例集の作成・改訂を行っている。また、中学年で取り扱う「基本的な動きを組み合わせる運動」の例集も作成している。

実際の授業の中で活用できるように、「バランス」「移動」「力試し」の運動（遊び）を視覚的にも分かりやすくなるように作成している。子供が「やってみたい」「もっとやってみたい」と夢中になれる「楽しさ」の設計図の一つとして、たくさんの方にご活用いただきたい。

バランス → 移動 → 力試し → 組み合わせ

回る

寝転ぶ・起きる

座る・立つ

バランスを保つ

1-④ 人工衛星

<ポイント>

- 腰を落とす
 - ひざを曲げる
 - 足に力を入れる
 - ピタッと止まる
- 人数：5～6人

問い

- ・どうやったら動かないかな？
- ・自分は動かずに相手を動かすためには、どうすればよいかな？



称賛

- ・腰をぐっと落としていいね！
- ・「人工衛星」を元よく言おう！



助・支

- ・膝をぐっと曲げてみよう。
- ・歌に合わせてジャンプしてみよう。



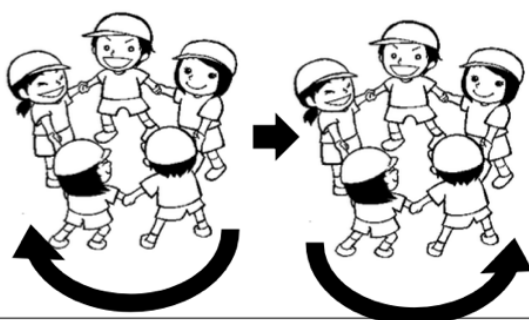
安全

- ・友達とギュッと手をつなごう。
- ・倒れそうなときは無理せず一歩前に出よう。



アレンジ

- ・反対に回ろう
- ・回らないでジャンプしよう



東京都小学校体育研究会 多様な動きをつくる運動（遊び）領域部会 資料

多様部会HPで、授業資料をUPしています。

東京都小学校体育研究会 多様

検索



多様部会
Google ドライブ
「資料配布」



本部会の研究
が全て HP に
アップされて
います！

【多様な動きをつくる運動（遊び）指導資料】



「H25・26 運動遊び例集」



「H27 言葉がけ動き例集」



「H28 宝の地図」



「H30 価値付けガイド」



「R1 授業ヒントシート」



「R1 多様ガイドブック」



「R3 仮版学習過程」



「R4 ランドの地図」

※令和5年度に、大幅リニューアルを行いました。運動遊びを授業ベースで行うことができるように、一つ一つの運動例を図解するだけでなく、YouTubeでも紹介するようにしました。令和7年度も、運動例を追加していきます！

【多様な動きをつくる運動（遊び）研究資料】

・研究内容「実証授業資料（H28～R6）」

※部会の研究内容をまとめたものとなります。研究の経過や継続している内容などもご覧いただけます。

・H28…4年生（短なわ） ・H29…2年生・3年生（ボール） ・H30…3年生…（フープ）

・R1…4年生（ボール・フープ・短なわ） ・R3…2年生（短なわ） ・R4…4年生（フープ）

・R5…1年生（短なわ） ・R6…2年生（ボール・フープ・短なわ）



「都小体研多様な動きをつくる運動（遊び）領域部会で一緒に研究しませんか？」

本部会では、子供が「楽しく基本的な動きを身に付ける」ことができるように、遊びを開発したり、授業改善を行ったりしています。いつでも新規部員を募集しています。一緒に研究をしませんか？興味がある方は、下記までご連絡ください。

東京都小学校体育研究会 多様な動きをつくる運動（遊び）領域部会

部長 東久留米市立第三小学校 中本 隼介 E-mail shun.beck@gmail.com TEL 042-471-0104