

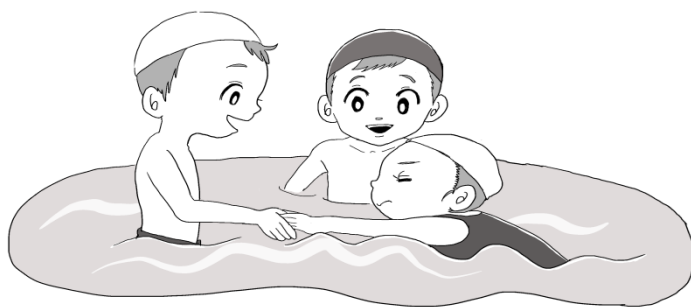
〈水泳運動系領域部〉

令和7年度 東京都小学校体育研究会 夏季合同研究会

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～



水泳運動系領域部 実証授業

授業日	令和7年9月5日(金) 午後1時45分～
会場	千代田区立富士見小学校 プール
授業者	関 隆行 主任教諭 千藤 理恵 主幹教諭 他
单元名	第4学年「水泳運動」 「レッツ エンジョイ スイミング!!」

令和7年8月21日(木) 千代田区立富士見小学校

令和7年度 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～

1 研究の内容

(1) 研究主題の実現に向けた部会の考え方

本部会では自ら学び続ける力を、学びのサイクルの中で学びを改善していく力と考えた。「見通す」「取り組む」「振り返る」のサイクルを試行錯誤しながら繰り返すことで、自分の能力に応じて自己保全や泳法の獲得等の学習課題を設定し、達成する楽しさや喜びを味わうことができる。自らの学びを進めていくには、学習課題の設定が大切であるとする。学習課題を設定するためには運動の行い方についての知識と理解が重要である。この知識は、仲間との協働的な学びの中で運動の行い方の理解や活動の工夫を促進させる。本部会では、自らの学習課題を仲間と共に解決し、学びのサイクルを充実させる水泳運動系の学習を展開していく。

(2) 研究の重点

①子供による自己調整及び教師による学習環境のデザインの在り方

子供による自己調整で学習改善を図るためには、適切な学習課題の設定と運動の行い方の理解が必要である。知識を獲得し、活用を図るための学習資料の充実を図る。

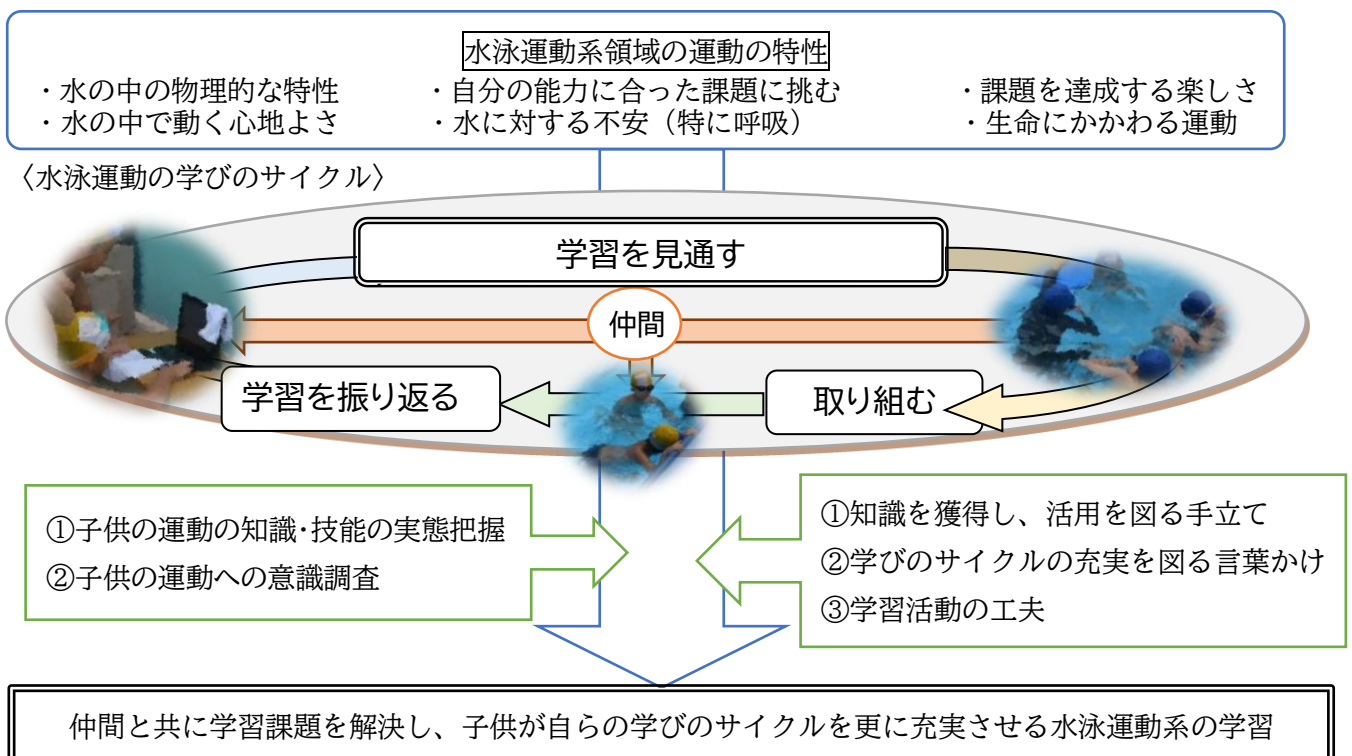
また、子供が設定した課題に応じて、解決を図ることができるような場や補助具を工夫する。

②学びのサイクルを回せていない子供〈飽和・停滞等〉への教師の関わり方

子供の実態を把握し、適切な言葉かけを行うことができるようにする。運動の行い方の理解を図る言葉かけや学習課題の修正、知識の活用を図る言葉かけを行う。

③運動の楽しさや課題解決の喜びを支える学習活動

一人一人の運動経験や技能の差が大きく、命にかかわる運動である水泳運動の授業の充実を図るため、学習活動の工夫、学習意欲を高める単元の導入の工夫、子供同士の学び合いの工夫を図る。



(3) 研究主題を実現するための手立ての工夫

①知識を獲得し、活用する手立ての工夫

・デジタル水泳学習支援資料の活用

水泳運動系の学習では、特に学習課題の設定が重要である。適切な学習課題を設定するためには、学習の行い方の知識が必要である。運動の行い方を理解し、自己の能力と照らし合わせて学習課題を設定する。また、設定した学習課題に応じた練習方法を選択するためにも運動の行い方の知識が必要である。振り返りの場面においても知識が大きな役割を果たす。本部会では知識を獲得し、活用するためのオールインワン学習資料「SWIM MASTER SS ver.D」を開発し、運用した。

・全体像の把握
・運動の行い方の理解
・練習選択

・ゴールイメージ
・学習課題
・振り返りの促進

水泳学習支援資料（水泳運動系領域部開発）
SWIM MASTER SS ver.D

・学習課題に即した場や「浮く」「進む」「呼吸する」補助具の工夫

水泳運動は、「浮く」「進む」「呼吸する」動きが組み合わさっている運動である。取り組む運動の課題に応じて場を選択することができるようにするとともに、課題となる部分に応じて焦点を当てて学習に取り組めるように補助具を用意し、活用を図る。

- (例) ・「浮く」「進む」⇒ビート板（呼吸の負担を軽減）
・「進む」「呼吸」⇒いかだ・ヘルパー（浮くの負担を軽減）
・「浮く」「呼吸」⇒水かき（手のかきの力を増やす）



②学びのサイクルの充実を図る教師の言葉かけ

・運動の理解を図る教師の言葉かけ

単元前半で「運動を通して、運動の行い方を理解する」ために、子供の言葉に応じて教師が運動を行うようにする。教師がよく見られるつまづきを再現することで子供の知識を補ったり、深めたりする。また、子供が気付いたことをポイントとして統合して示す。

・協働的な学びを充実させたり、知識を活用させたりする教師の言葉かけ

単元後半で「学習課題を子供が友達と協力して解決していく」ために、教師が子供の様子を観察し、状況に応じて言葉かけを行う。直接本人だけでなく、一緒に学んでいる小集団に行う。

学びのサイクルが停滞している子供には、設定した学習課題について確認し、運動の行い方を振り返るように促し、練習方法の妥当性を検討する。また学びのサイクルが飽和状態の子供に対しては、運動に取り組む際に気を付けていることについて言語化を図るとともに、より洗練された動きを目指す方法について考えるように促す。

③学習活動の工夫

・今もっている力で取り組む学習活動

楽しみながら「浮く」「進む」「呼吸する」動きを独立して身に付けたり、組み合わせて行ったりすることができる「リズム水泳」と「エンジョイタイム」を行う。

・学習意欲を高める導入の活動

単元初めに、子供に人気のある活動である「宝探し」を行う。たくさん獲得した子供の動きを全員で観察し、気付いたことを話し合う。話し合いをもとに単元全体の学習の見通しをもつことができるようにする。

・子供同士の学び合い、グループ編成の工夫

単元前半では、固定のグループで、運動の行い方について考え、試し、検証していく。グループで話し合いながら進める学び方を経験する。単元後半では、子供が設定した学習課題に応じてグループを編成する。学習の進め方は子供たちにある程度委ねるが、必要に応じて教師が支援する。

2 学習指導案

(1) 単元の目標

知識及び技能	浮いて進む運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、その動きを身に付けることができる。 もぐる・浮く運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、その動きを身に付けることができる。
思考力、判断力、表現力等	自己の能力に適した課題を見付け、水の中での動きを身に付けるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができる。
学びに向かう力、人間性等	運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動したり、友達の考えを認めたり、水泳運動の心得を守って安全に気を付けたりすることができる。

(2) 単元の評価規準

知識・技能	①浮いて進む運動、もぐる・浮く運動の行い方を理解している。 ②浮いて進む運動、もぐる・浮く運動を身に付けている。
思考・判断・表現	①自己の能力に適した課題を見付けている。 ②課題の解決のための活動を選んでいる。 ③自己や友達の課題解決のために考えたことを友達に伝えている。
主体的に学習に取り組む態度	①水泳運動に進んで取り組もうとしている。 ②友達と協力して、運動に取り組もうとしている。 ③水泳運動の心得を守るとともに、きまりを守り、安全に気を付けている。

(3) 学習過程

< 第4学年 水泳運動 「レッツ エンジョイ スイミング!!」 >

時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
段階	運動の行い方を理解しながら、学習課題を見い出す				学習課題を設定し、課題解決を図る					
子供の姿	運動の行い方や今もっている力を知り、学習課題を見い出す。				学習課題を設定し、友達と互いの運動の様子を見合いながら、課題解決を図る。					
学習内容・活動	1 今もっている力で取り組む運動 ・リズム水泳 ・エンジョイタイム（共通） 2 課題解決 運動の行い方を考え、試し、理解する。 3 学習のまとめ 運動を振り返り、学習課題を見い出す。				1 今もっている力で取り組む運動 ・リズム水泳 ・エンジョイタイム（選択） 2 課題解決 学習課題を設定し、場を選んで取り組む。 ・もぐる・浮く運動 ・浮いて進む運動 3 学習のまとめ 自分の取り組んだ運動を振り返り、次の学習を見通し、学習課題を設定する。					

(4) 評価について

水泳運動系領域は、複数の教員で指導を行うのが、一般的である。そのため、指導と評価の一体化を図るためには、子供の学習状況を見取る観点を共有しておくことが重要である。単元指導計画では、想定される子供の学びの姿と学習内容のまとまりを関連付け、「評価の重点」として設定した。また、命に直接関わる領域でもあるため、主体的に学習に取り組む態度の安全に関する項目は、毎時間重点として評価していく。

(5) 単元指導計画

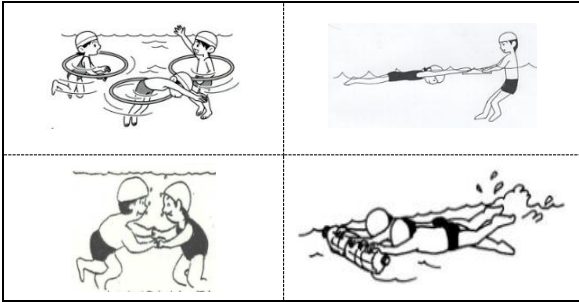
時間		1・2・3・4	5・6・7・8・9・10
段階		運動の行い方を理解しながら、学習課題を見いだす。	学習課題を設定し、課題解決を図る。
学習 内容 学習 活動		1 バディを確認する。 2 準備運動・シャワーを行う。 3 本時の学習の流れを確認する。	
		4 今もっている力で取り組む運動を行う。 ・リズム水泳 ・エンジョイタイム(宝探し) 宝探しを通して、もぐる浮く運動、浮いて進む運動のよい動きに注目させる。	4 今もっている力で取り組む運動を行う。(リズム水泳・エンジョイタイム(水遊び:選択)) ①ビート板遊び ②いかだ遊び ③わくぐり遊び ④もぐり浮き遊び 等
		5 前年度の学習内容を思い出し、自分の今もっている力と運動の行い方を確認する。 ・もぐる・浮く運動(第1,2時) ・浮いて進む運動(第3,4時) 運動の行い方 運動のポイント 練習方法や用具の使い方 6 学習課題を見いだす。 7 学習の見通しをもつ。(第4時終了後) ・学習計画や自分の目標 ・練習方法や場の使い方 場の使い方 ※固定グループ	5 場の使い方を確認する。 ※子どもの学習状況に応じてコース幅等変更していく 呼吸をしながら進む(初歩的なクロール) 呼吸をせずに進む(浮いて進む運動) 呼吸をしながら進む(初歩的な平泳ぎ) もぐる・浮く運動や手足の動かし方 場の使い方 ※課題別グループ 6 学習課題に応じて、場や練習方法、用具、友達を選択して取り組む。 7 本時の学習を振り返る。(課題別グループ・個人)
		8 バディを確認する。 9 整理運動・シャワーを行う。	8 バディを確認する。 9 整理運動・シャワーを行う。
評価 の 重 点	知 技	① 浮いて進む運動、もぐる・浮く運動の行い方を理解している。	② 浮いて進む運動、もぐる・浮く運動を身に付けている。
	思 判 表	① 自己の能力に適した課題を見付けている。	② 課題の解決のための活動を選んでいる。
		③ 自己や友達の課題解決のために考えたことを友達に伝えている。	
	主	① 水泳運動に進んで取り組もうとしている。	② 友達と協力して、運動に取り組もうとしている。
		③ 水泳運動の心得を守るとともに、きまりを守り、安全に気を付けている。	

(6) 一単位時間の流れ

①本時のねらい

もぐる・浮く運動や浮いて進む運動の課題を設定し、活動の場を選択して課題解決を図ることができる。

②本時の展開

学習内容・活動	○教師のかかわり◎配慮子供への支援	本時における 「自ら学び続けている」子供の姿
1 挨拶、人数確認、準備運動	○本時の運動につながる動きを意識させながら、ゆっくり行うように言葉をかける。	
2 本時の学習を知る	○1時間の学習の流れを伝える。	
自分のめあてに合った活動を選んで、取り組もう。		
3 リズム水遊び 「♪YMCA」	○呼吸を整えながら、ゆっくり行うように言葉をかける。	
4 エンジョイタイム ・輪 ・ビート板 ・宝探し ・いかだ	◎水に顔をつけることが苦手な子供には、息を吸う、止める、つける順序で行うように助言する。	
5 課題解決 ・自分の課題に合った運動を選ぶ。 ・自分の課題に合った場に行き、運動する。		・自分の課題を見付け、どこを見てもらいたいと考えて友達に伝える。 ・友達の運動を観察し、できばえを伝えている。 ・友達の助言をもとに自分の課題を見直して、課題を選択する。
6 人数確認、学習のまとめ	 	
7 整理運動、挨拶	○体調の変化等をバディで確認するように言葉をかける。 ○友達と協力して工夫して課題解決を図っている子供を紹介する。	

(7) 学習資料

一緒に研究しませんか？

ようこそ！ 水泳運動系領域部会



SWIM MASTER SS
(高学年)

※制作途中



※制作途中



SWIM MASTER SS
(中学年)



教師の言葉掛け



リズム水泳



エンジョイタイム



各資料は、授業でご活用
ください。

【連絡先】

東京都小学水泳運動系領域部会
東村山市立東萩山小学校 北川 修司
042-391-8119

水泳運動系領域部会 授業公開について

1 都小体研 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～

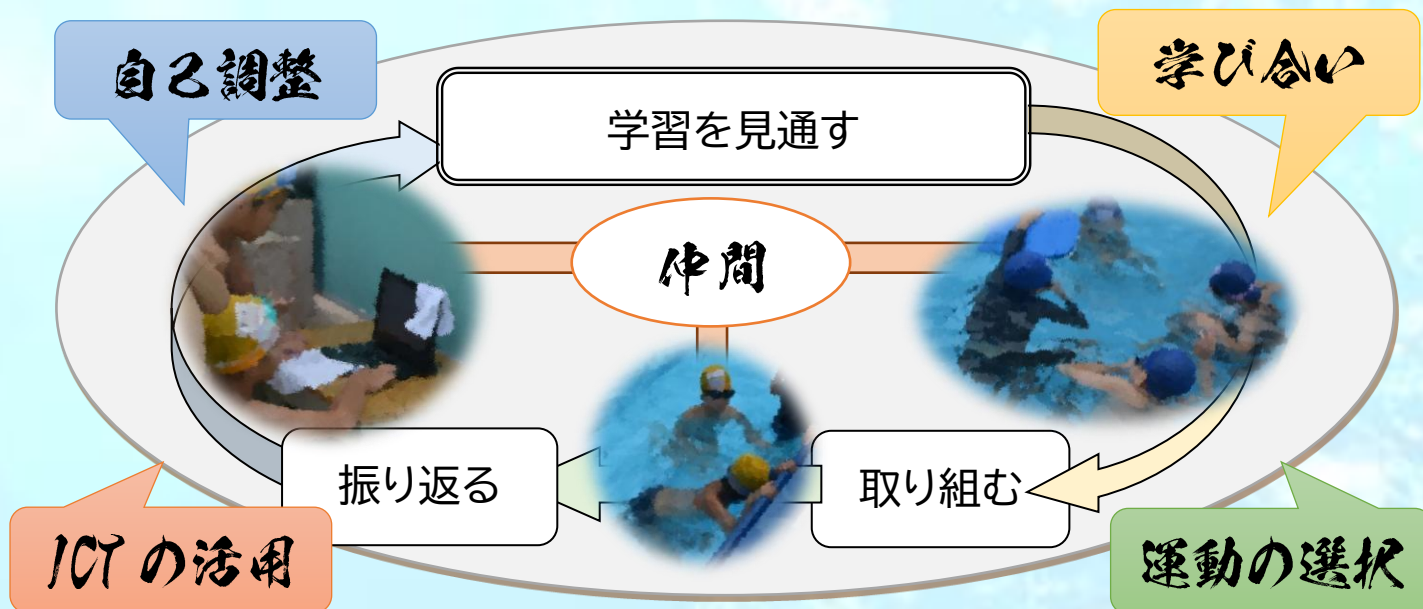
2 日 時 令和 7 年 9 月 5 日（金）午後 1 時 4 5 分～午後 4 時 3 0 分

3 会 場 千代田区立富士見小学校 プール（屋内）

4 内 容

（1）実証授業 第 4 学年水泳運動 「レッツ エンジョイ スイミング！！」

指導者 関 隆行 主任教諭 千藤 理恵 主幹教諭 他



（2）協議会

（3）指導・講評

5 提案について

水泳運動系領域部会では、「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」の実現を目指して次のような手立てを講じた水泳運動系の学習を提案します。

- ・ 知識を獲得し、活用する手立ての工夫（デジタル水泳学習支援資料の活用）
- ・ 学びのサイクルの充実を図る教師の言葉かけ（子供同士の学び合いを促進させる工夫）
- ・ 学習活動の工夫（運動の楽しさや課題解決の喜びを味わう学習活動）

子供が輝く水泳運動の学習を一緒に考えてみませんか？