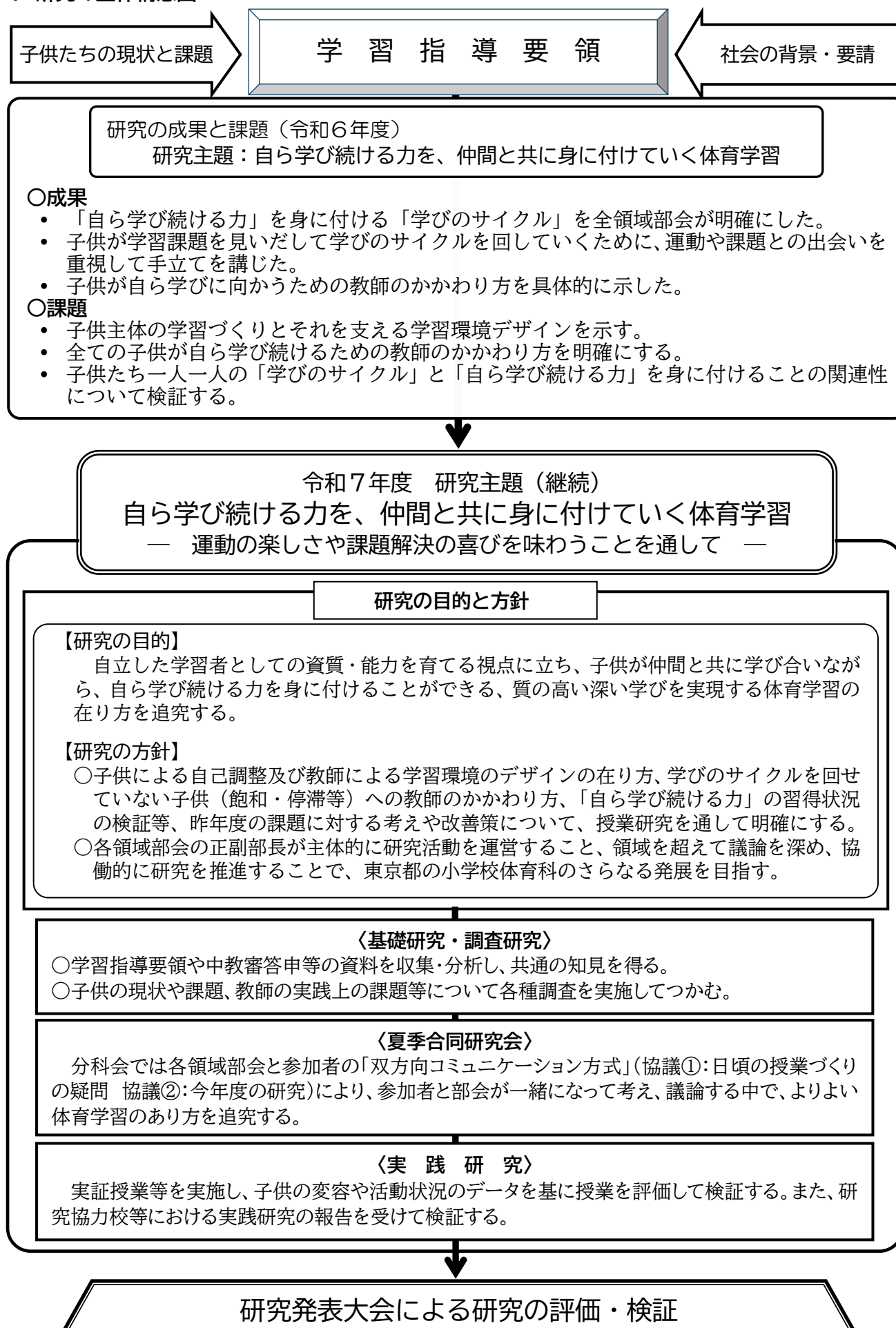


I 東京都小学校体育研究会の研究

1 研究の全体構想図



2 令和7年度の研究

(1) 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) 研究主題について

本研究会では、一人一人の子供が自分のよさや可能性を認識するとともに、あらゆる他者を価値ある存在として尊重し、多様な人々と協働しながら様々な社会的変化を乗り越え、一人一人の豊かで幸せな人生を切り拓き、持続可能な社会の創り手となることができるよう、その資質・能力を育成しようと研究を推進してきた。

昨年度は、「自立した学習者の育成」を学習指導のゴールとして描き、資質・能力を育むことをねらいとして体育の授業づくりを行うこと、学習の中で運動の楽しさや課題解決の喜びを味わうことを通して「自ら学び続ける力」を身に付けていくこと、仲間と共に学び合うことによって、自分一人では達成することができなかった質の高い課題解決につなげることを中心に研究を進めてきた。

その結果、「自ら学び続ける力」を身に付けるためには、「学びのサイクル」を子供自身が回せるようにすること、学習の中で「やってみたい」「できるようになりたい」と感じる運動や課題との出会いがあること、子供が自ら学んでいくために、教師がかかわることが必要であることが分かってきた。

また、子供主体の学習づくりとそれを支える学習環境のデザインを示すことや、全ての子供が自ら学び続けるための教師のかかわり方を明確化すること、子供たち一人一人の「学びのサイクル」と「自ら学び続ける力」を身に付けることの関連性について検証すること等の課題も見えてきた。

そこで、今年度も「自立した学習者の育成」を目指し、研究主題を、「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—」として研究を進める。

(3) 研究の方針

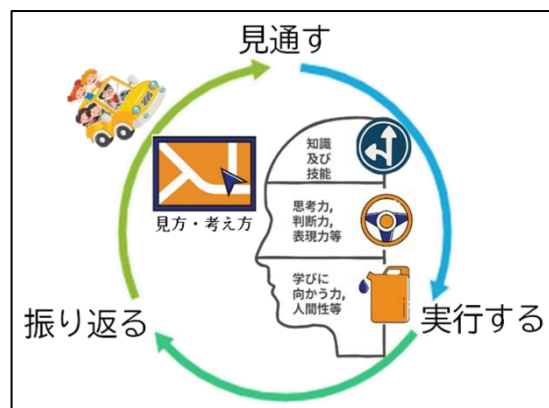
- 昨年度の研究成果を踏まえ、「自立した学習者」を育てる体育の授業研究を充実させ、子供たちの「質の高い深い学び」の実現を目指す。
- 子供による自己調整及び教師による学習環境のデザインの在り方、学びのサイクルを回せていない子供（飽和・停滞）への教師のかかわり方、「自ら学び続ける力」の習得状況の検証等、昨年度の課題に対する考えや改善策について、授業研究を通して明確にする。
- 各領域部会の正副部長が、本研究会の研究を充実・発展させるための手立てを考え、議論することにより、本研究会の運営に参画し、自分たちの研究に責任をもち、主体的に推進していこうとする風土を醸成し、東京都の小学校体育指導の更なる向上を目指す。

Ⅱ 器械運動系領域部会の研究

1 器械運動系領域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「体育の見方・考え方を働かせ、自ら学習課題を見だし、他者と協働しながら、学びを深めていく子供」と捉えている。具体的な姿としては、右図のような「学びのサイクルを自ら回している姿」と考えている。

また器械運動においては、「見通す－実行する－振り返る」のそれぞれの場面において、以下のような子供の姿を目指している。



具体的な目指す子供の姿

○数回の試技ごとに、自ら学びのサイクルを回している子供

【見通す】

・自分の力に合わせて、取り組む技と技のポイントを学習資料から選んでいる。

【実行する】

・できばえを見合ったり、補助をし合ったりして、友達と支え合いながら課題解決に取り組んでいる。

【振り返る】

・自分の動きを振り返ったり、友達と考えを伝え合ったりして、自分に合った学習課題を見いだしている。

器械運動系領域で取り上げる運動は、非日常的な動きが含まれることから、「面白そうだ」や「怖い」など、運動に対する感じ方は子供によって様々である。そのような個々の感じ方を考慮した上で、どの子供も「自ら学び続ける力」を身に付けるために、技が「できる・できない」という二元的な視点だけでなく、教材のもつ多様な楽しさに触れることを大切にしたい。そして、友達と共にできばえを認め合い、伝え合い、励まし合う中で、課題解決を図り、「多様なできた」を実感できるような学習環境をデザインする必要があると考えている。

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

一本の鉄の棒を軸に逆さになったり、体を振ったり、回ったりするなどの、鉄棒運動の多様な楽しさに触れながら、「これならできそう」「やってみたい」と思える学習環境をデザインする。また、自己の能力に適した運動に取り組めるよう、体育の見方・考え方を働かせ、自ら学習を調整しながら学習課題を解決できるようにする。

(2) 学びのサイクルを回せていない子供《飽和・停滞等》への教師のかかわり方

子供が器械運動系領域における学びのサイクルを自ら回し、3つの資質・能力を身に付けていくための指導計画を明確にする。また、教師が個々の学習状況を把握し、それぞれの状況に応じた支援を行う。

(3) 協働的な学びの促進

鉄棒運動は限られた空間の中での運動であり、互いの運動を見合い、支え合うことを学ぶのに適した教材であると考え。学習資料を活用し、子供同士の意見交換を行う中で、自分の体の動きについて理解を図る。

3 夏季合同研究会より

(1) 講師からのご助言

○目指す子供の姿をより具体的に提示しなければならない。

➡「本時における具体的な目指す子供の姿」を示す。

○技についての学習資料において、より安全面に配慮すること、情報を精査すること。

➡練習方法について、実技を通して安全性を確認する。子供に共有する資料は文字数を減らす。

○教師と子供で補助を分けているが、学級の実態に合わせて選んでもらう方がよい。

➡補助の行い方の資料について、一つにまとめて、教師が選択して子供に提示できるようにする。

(2) 参加者からのご意見

○技についての資料において、練習方法を動画で見られるとよい。また、補助の行い方を知りたい。

➡練習方法の行い方を動画で確認できるよう、二次元バーコードを記載する。

➡補助の行い方動画を一覧にし、手軽に確認できるようにする。

4 「自ら学び続ける力」の習得状況の検証

ア 事前・事後の意識調査

質問項目には、「鉄棒運動が好きか」「友達と学び合うことのよさ」や、「自分に合っためあてを立てることの大切さ」「体育の学習で大切にしていること」、「鉄棒運動をもっとやりたいと思ったきっかけ」などを設定し、事前・事後の数値の変容を見取り、検証していく。

イ 毎時アンケート

毎時間の授業後、児童が1時間の授業について感じている、「自身の成果やつまずき」や「課題解決的な学習への取り組み方」、「他者との協働」、「愛好的態度」等の項目について、形成的授業評価のアンケートを取る。アンケート項目の数値を見取り、実証授業に向けた手立てが有効であったかを検証していく。

ウ 学習シートの記述内容

単元を通して1枚で、子供が毎時間の自己評価を記入できる学習シートを使用し、毎時間の記述の変容を見取っていく。ここでは、体育の見方・考え方をどのように働かせているのか、他者と共に学びを深める様子などの変容について検証していく。

エ 技能の実態調査

かかえ込み前回り、膝掛け振り上がり、補助逆上がりの3つの技（簡易化した動き、発展技を含める）について、技能の実態調査を行う。子供には、自分ができると思う動きや技を選択して行わせ、調査を行う。事前と事後での技能の変容を比較し、手立てが有効であったかどうかを検証していく。

5 学習指導案

(1) 実証授業実施校等

葛飾区立東金町小学校

第4学年3組 児童：30名 指導者：主任教諭 貝原 明紘

(2) 単元名 「めざせ！鉄棒マスター！」

(3) 単元の目標

知識及び技能	鉄棒運動の行い方を知るとともに、支持系の基本的な技をすることができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	自己の能力に適した課題を見付け、技ができるようにな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ようにする。
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、場や器械・器具の安全に気を付けたりすることができるようにする。

(4) 単元の評価規準

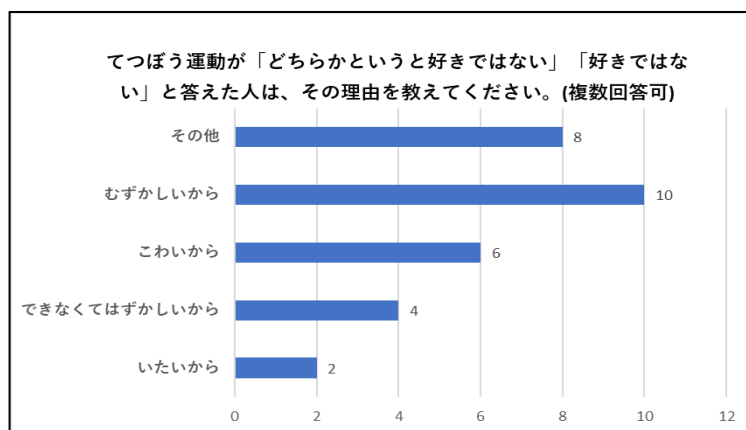
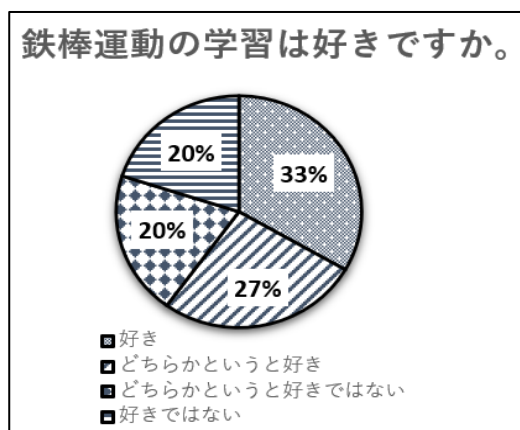
知識・技能	①鉄棒運動の行い方について言ったり書いたりしている。 ②自己の能力に適した支持系の基本的な技をすることができる。
思考・判断・表現	①自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動を選んでいる。 ②課題の解決のために考えたことを友達に伝えている。
主体的に学習に取り組む態度	①運動に進んで取り組もうとしている。 ②順番やきまりを守り、だれとでも仲良く励まし合おうとしている。 ③場の準備や片付けを、友達と一緒にしようとしている。 ④友達の考えを認めようとしている。 ⑤場や器械・器具の安全、試技の開始前の安全を確かめている。

(5) 児童の実態

①質問方法 グーグルフォームによるアンケート

②調査対象 第4学年3組30名

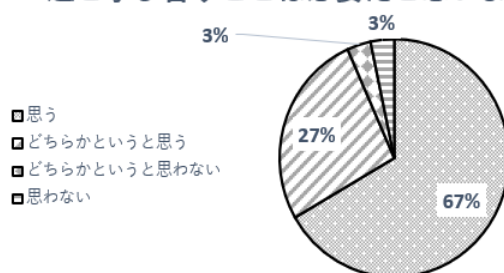
③調査時期 令和7年7月中旬



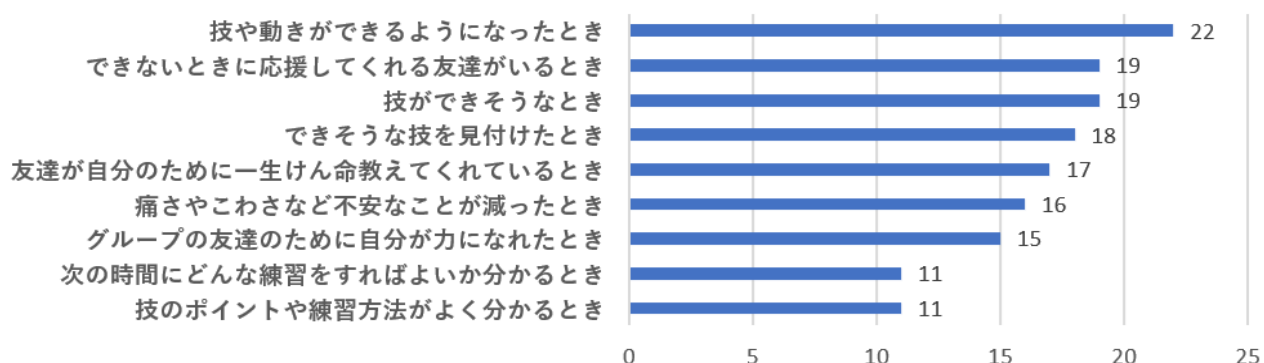
鉄棒運動に対して4割の児童が否定的な回答をしている。その要因としては、恐怖心や羞恥心、また、運動の難しさからきていることがアンケートから分かった。子供の心理的要因に応じた手立てを講じることで意欲を高めたい。

9割以上の児童が友達と学び合うことが必要だと思っている。また、「できないときに応援してくれる友達がいるとき」、「友達が自分のために一生懸命教えてくれているとき」などの回答から分かるように、「できた」、「できそう」などの達成感や自己効力感と同じくらい、友達と肯定的な関わりが意欲に大きな影響を与えていることが分かる。

鉄棒運動で動きや、技ができるようになるために友達と学び合うことは必要だと思いますか。

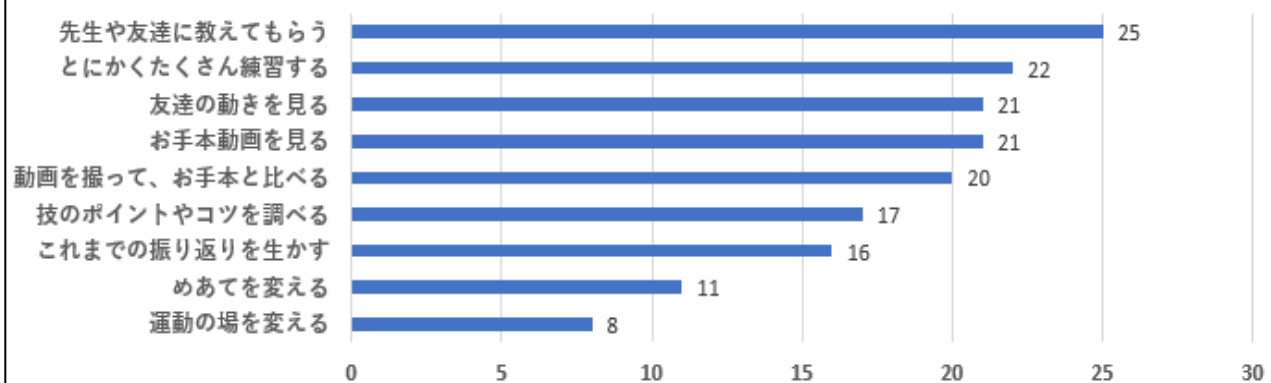


どんなときに「またやりたい」「つぎもやりたい」と思いますか。（複数回答可）



一方で、7月に行ったマット運動の形成的授業評価では、学び合いに関する数値が単元を通して3、4割の回答から変容が見られなかったという課題が残った。実証授業②では、学び方の指導を充実させ、子供同士の学び合いを促せるようにしたい。

技や動きができるようになるためには、
どんなことが必要だと思いますか。（複数回答可）



「技や動きができるようになるためには、どんなことが必要だと思いますか。」という質問に対しては、「先生や友達に教えてもらう」や「動画を撮って、お手本と比べる」等、学習活動を工夫することが必要だと考えていることが分かる。一方で、「とにかくたくさん練習する」と回答している子供が約7割いたり、「めあてを変える」、「運動の場を変える」など学習の調整に関する回答をしている児童が4割程度しかいなかったりする実態がある。学びのサイクルを回し、自ら学び続ける力を育んでいくためにも、自らの学習状況を把握し、状況によって学習課題を修正していく力を育んでいきたい。

(6) 研究主題を実現するための手立ての工夫

①学習資料

ア.技カード

令和元年度に作成した技カードをより見やすく使い勝手の良いカードにした。行い方やポイントだけでなく、練習方法や場も1枚のカードにまとめ、紙、データのどちらでも活用できるようにした。紙で使用する場合はQRコードを読み込むことで欲しい動画データを見ることができるようにした。データの場合はQRコードをクリックすることで動画を閲覧できるようにした。

技の行い方は、教師用資料のみに記載し、児童用には載せていない。

まえまわ 前回り下り

支持の姿勢から前方へ上体を大きく振り出して、腰を曲げたまま回転し、両足を揃えて開始した側に着地する。



技



てつぼう うし ちゃくち
鉄棒より後ろで着地する

じょうたい ふだ
上体を大きく振り出す

こしを曲げたまま回転する

技のポイント

せなか
背中をのびして
ひざを曲げる

☐

ぎりぎりまで前を
見ながら大きく回る

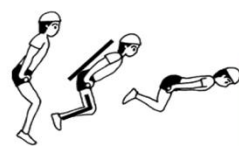
☐

てくび かえ
手首を返して、
鉄棒をおして着地する

☐

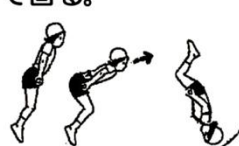
練習方法や場

てつぼう せなか
①鉄棒をおして背中をのびし、ひざを曲げる。



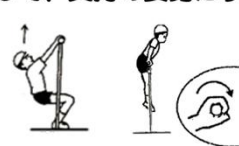
練習方法

あたま とお とお
②頭が遠くを通るようにして回る。



練習方法

さ じょうたい てくび かえ
③ぶら下がった状態から、手首を返して、支持の姿勢にする。



練習方法

ポイントの動きが行えているかをチェックできるように口の枠を設けた。

紙では、多くの情報を盛り込めるイラストを採用した。動きのイメージを確認できる動画QRを作成した。

イ. 補助の行い方動画

鉄棒運動における補助は、子供が安心して技に挑戦できる環境を整えるために重要である。身体を直接支えることで怪我の危険を減らし、安全に練習を繰り返すことができる。また、子供が動きのタイミングや体の感覚をつかみ、「できそうだ」という自信をもつ手助けになる。さらに、学級の実態に応じ安全に行える範囲で、子供同士の補助の行い方を指導すれば、補助する側とされる側の相互作用が、友達同士の信頼関係を深め、協働的な学びを促進する手立てとなる。

次の資料は教師用として、系統図上に補助の行い方の動画をまとめたものである。

鉄棒運動 補助の行い方

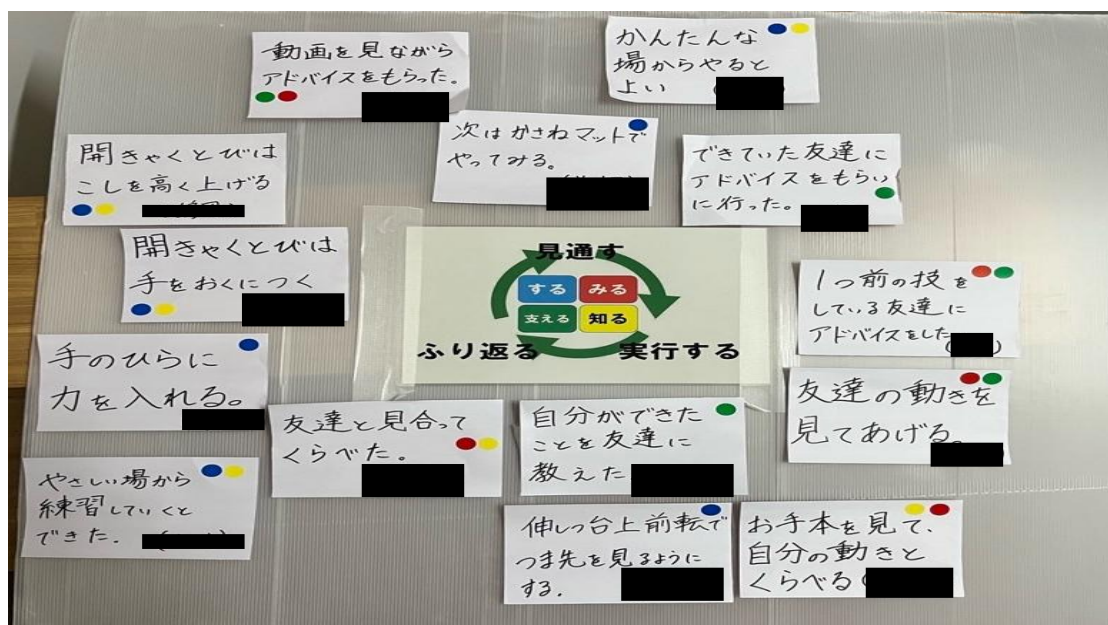
東京都小学校体育研究会
器械運動系領域部会 ver.1

運動遊び	技群	技
	前転	前回り下り
ふとん十し	前方支持回転技	かかえ込み前回り → 前方支持回転 → 前方伸びつ支持回転
こうもり		転向前下り → 片足ふみこし下り → 横とびこし下り
さる		
ふたの丸焼き		ひざかけふり上がり → ひざかけ上がり → ももかけ上がり
ツバメ	前方足かけ回転	前方片ひざかけ回転 → 前方ももかけ回転
とび上がり		
とび下り	後転	補助逆上がり → 逆上がり
まえまわ前に回って下りる		かかえ込み後ろ回り → 後方支持回転 → 後方伸びつ支持回転
あし足ぬき回り		後方片ひざかけ回転 → 後方ももかけ回転
ダンゴムシ		両ひざかけ倒立下り → 両ひざかけしん動下り

② 掲示物

子供が見方・考え方を働かせ、大切だと思った運動とのかかわり方（する・みる・支える・知る）を可視化できる掲示物を作成した。鉄棒運動の学習に限らず、器械運動系の全ての学習で繰り返す行うことで、学びが停滞したときの指標となるようにした。自分に合った学習課題を見だし、解決する方法を身に付けられるような掲示物を目指している。

下の写真は、跳び箱運動時のものであるが、1つの試技を行う際に、意識すべき事がまとめられているので子供が取り組みに悩んでいた際に教師はこのボードを活用して学びを促していた。



③教師のかかわり

自ら学び続ける力を友達と共に身に付けていくためには、教師の的確なかかわりが不可欠である。以下の表では、友達と共に一人一人が学びのサイクルを自ら回すことを目指し、準備や片付け、友達とのかかわり方、課題解決の方法など、授業を通して重点的に指導すべき事項を整理した。特に「友達との運動の見合い方」や「運動の補助の仕方」については、単元を通して継続的に指導し、協働的な学びを支えていくことが求められる。

時間	教えることの重点	児童が学びのサイクルを回すために大切にしたいこと 
第1時	・場の準備や片付けの仕方 ・安全な運動の行い方	○安全な運動の行い方を知ること 第1時は、学びのサイクルの出発点。 単元を通して、準備・片付けや一単位時間の流れなどの見通しをもつためにも大切にしたい。
第2時	・技カードの使い方 ・友達との運動の見合い方 「見通す」→「実行する」	○自分の課題の見付け方を知ること 易しい運動に取り組みながら、技カードに示されている3つの技のポイントから自分の課題を見付ける。友達の運動を見るときの立ち位置・視点を知り、協働的に取り組んでいく。
第3時	・運動の補助の仕方 ・学習シートの書き方 「実行する」→「振り返る」	○友達の運動の補助の仕方を知ること 体を振ったり、鉄棒に上がったたりする動きは、友達と補助し合うと感覚がつかみやすいことを知る。友達と支え合うよさを実感することで学びのサイクルの質が高まる。
第4時	・自分に合った学習課題を見いだすこと 「振り返る」→「見通す」	○技の系統図や技カードから、自分に合った運動を選ぶこと 自分に合った学習課題を見いだすために、できるようになりたい技や技のポイント、練習方法や場を学習資料から選ぶ。第4時から選択肢が増えるので、学びのサイクルを回していきながら、より自分に合った学習活動を決定していく。
第5時	・課題解決のために主体的・協働的に学習を調整すること	○友達と支え合い、より自分に合った学習課題を見いだすこと 技や運動の「できた」を増やすために、学習課題を修正、再設定して、より自分に合ったものにしていく。数回の試技ごとに学びのサイクルを回し、学びを深めていく。
第6時	・鉄棒運動での学びを他の学習に生かすこと	○単元を通しての学びや自分の成長を振り返ること 単元全体としての振り返る段階。技が「できた・できなかった」という二元的な視点だけでなく、その過程で身に付けた体の動かし方や課題解決的な学び方を振り返る。

(7) 学習過程

< 第4学年 鉄棒運動 「めざせ！鉄ぼうマスター！」 >

時	1	2	3	4	5 (本時)	6
段階	学習の見通しをもつ。	易しい運動や基本的な技の行い方を知り、今もっている力で運動に取り組む。		課題の解決のための活動を工夫して、技に挑戦することを楽しむ。		
子供の姿	準備の仕方や運動の行い方について知り、安全に取り組む。	技のポイントや行い方、運動の見合い方、補助の仕方について知り、自己の能力に適した運動に取り組んで課題を見いだす。		自己の能力に適した運動に取り組み、練習方法を選んだり、友達と学び合いながら課題を解決する。		
学習活動	○学習の進め方、安全についてのきまりを確認する。 ○場の準備をする。 ○準備運動、主運動につながる運動をする。 ○3年生までに学習した運動に取り組む。 ☆安全な運動の行い方を知り、学習の見通しをもつ。	○準備運動をする。 ○主運動につながる運動をする。				
		○かかえ込み前回り ①技の行い方を知る。 ②技のポイントと練習方法を知る。 ③技に取り組む。 ☆自分の課題の見付け方を知り、技のポイントを学習資料から選んでいる。	○膝掛け振り上がり ○補助逆上がり ①技の行い方を知る。 ②技のポイントと練習方法を知る。 ③どちらかの技を選んで取り組む。 ☆補助の仕方を知り、友達と支え合いながら課題解決に取り組んでいる。	○できるようになりたい技の行い方や技のポイントを知り、学習課題を見いだして、練習方法を選ぶ。 ○できるようになりたい技に取り組む。 ☆自分の力に合わせて、取り組む技と技のポイントを学習資料から選んでいる。 ☆できばえを見合ったり、補助をし合ったりして、友達と支え合いながら課題解決に取り組んでいる。 ☆自分の動きを振り返ったり、友達と考えを伝え合ったりして、自分に合った学習課題を見いだしている。		
		※第2・3時に扱う技は学級の実態に応じて選択することとする。今回の実証授業では、第2時に「かかえ込み前回り」、第3時では「膝掛け振り上がり」と「補助逆上がり」を選択することとした。				
		○整理運動、場の片付けをする。 ○学習の振り返りをする。				

※☆は自ら学びのサイクルを回している具体的な姿を表している。

(8) 本時の学習

①本時のねらい

【知識及び技能】 自己の能力に適した支持系の基本的な技をすることができる。

【思考力、判断力、表現力等】 課題の解決のために考えたことを友達に伝えている。

【学びに向かう力、人間性等】 友達の考えを認めることができるようにする。

※主として「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」を評価する。

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 □評価（方法）	本時における 「自ら学び続けている 子供の姿」
1 集合・整列・挨拶・本時の学習の確認	○学びのサイクルを回している子供の振り返りを価値付ける。	
2 場の準備	○安全に気を付けるように言葉がけする。	
3 準備運動	○主運動につなげていけるようにする。	
4 主運動につながる運動	◎正しく行えるように声をかけたり、補助をしたりする。	
5 課題解決のために練習方法を変えて取り組むことを確認する。	○新たに自己の学習課題を見いだした時には、練習方法を変えることを確認する。	☆自分の力に合わせて、取り組む技と技のポイントを学習資料から選んでいる。
6 できるようになりたい技に取り組む。 ・自分に合った運動を選んで行う。 ・友達の動きを見て、考えを伝えたり、補助したりする。 ・自己の課題を知る。 ・課題に合った練習に取り組む。 ※教師は同じ技、もしくは同じ系統の技に挑戦する子供で、3名程度のグループを編成する。	○自己に合った練習方法を選んで取り組むように促す。 ○自分の学習課題に合った練習方法に取り組んでいる子供を称賛し、学級全体に広める。 ◎課題解決に向けた学習が停滞している子供に意図的にかかわり、練習方法が合っているかを伝え合うことを確認する。 □課題の解決のために考えたことを友達に伝えている。【思考・判断・表現】（観察・学習カード） □友達の考えを認めようとしている。【主体的に学習に取り組む態度】（観察）	☆できばえを見合ったり、補助をし合ったりして、友達と支え合いながら課題解決に取り組んでいる。 ☆自分の動きを振り返ったり、友達と考えを伝え合ったりして、自分に合った学習課題を見いだしている。
7 整理運動		
8 場の片付け	○よく使った部位を中心にほぐす。	
9 学習の振り返り	○安全に気を付けるように言葉がけをする。	
10 整列・挨拶	○今日の学習で「できたこと」や、「次頑張りたいこと」を技に着目して書くように促す。	

(9) 学習資料

子供が自ら学びのサイクルを回し続けるための手助けとなるよう、学習資料の作成をした。

資料名	概要	イメージ	QR コード
① オリエンテーション漫画	鉄棒運動の学習を始める前に、学習の進め方や安全な運動の仕方、グループ学習の行い方、場の準備の仕方などを共通理解するための事前指導読み物。		
② 技カード	【紙ベース】 一人ずつ手元に持ち、できるようにになりたい技に対するポイント、練習方法を見ながら課題解決できる資料。 ※QR コードを読み込むことで、お手本動画と練習方法や場の動画を視聴できる。		作成中
	【デジタル】 タブレット一つで、各技カードのお手本動画と練習方法動画を見ることができる。QRコードをタップするだけでリンク先に移動し学習資料が見られる資料。 ※授業場面だけでなく、自宅などいつでも閲覧可能で反転学習としても活用できる。		作成中
③ 補助の行い方	各運動の補助の行い方動画を載せた資料。 紙、デジタルのどちらでも対応可能である。デジタルでは、※QRコードをタップするだけで目的の動画を閲覧することができる。		