



## 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～



1946-2025

東京都小学校体育連盟  
東京都小学校体育研究会  
創立80周年



～いつでも どこでも だれとでも～

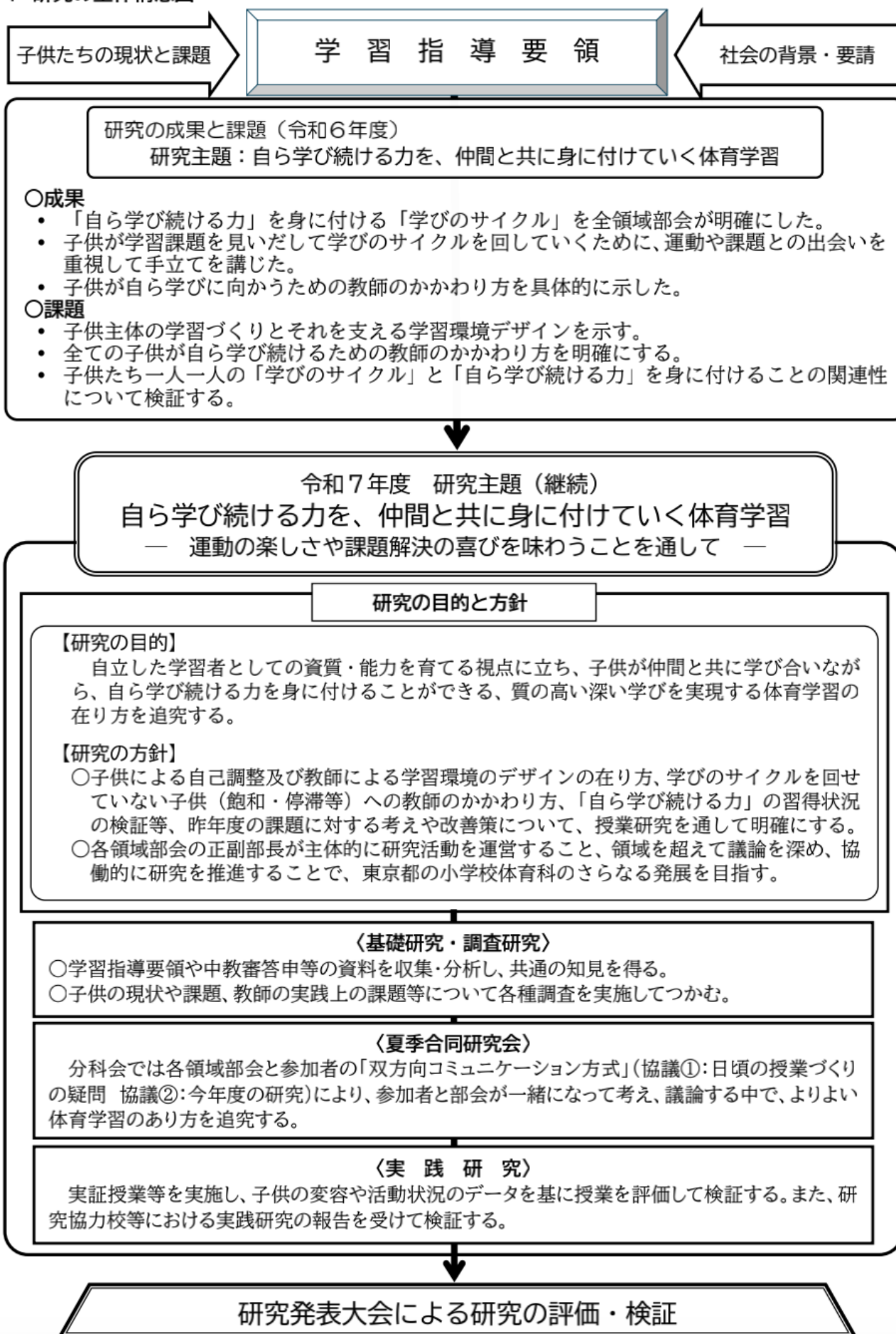
### 【指導・講評】

東京都教職員研修センター  
指導主事  
森山 雄樹 先生

### 【実証活動】

日 程	令和7年11月14日(金)
場 所	江戸川区立船堀小学校
学 年	5年生(4学級)
活動名	体育的活動「船スポタイム」
会 場	江戸川区立船堀小学校
指導者	武内 朋子 主任教諭 中澤 啓介 教 諭 加藤 広大 教 諭 矢田 啓将 指導教諭

## 1 研究の全体構想図



## 2 令和7年度の研究と夏季合同研究会について

### (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

ー運動の楽しさや課題解決の喜びを味わうことを通してー」

### (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 ー運動の楽しさや課題解決の喜びを味わうことを通してー」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。

なお、夏季合同研究会では、

(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

(2) 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

の2点を研究の重点とし、検証については実証授業で提案をする。

- 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。

## 1 体育的活動領域における研究主題の捉え方

本部会では研究主題を実現していくために、体育的活動における運動遊びの特性（魅力）を以下のように整理した。「子供の自己選択・自己決定の連続」「運動遊びの自由度が高い」「心も体も満足することができる」この3つの魅力を大切に、活動のサイクルを回すことで自ら学び続ける力を身に付けていく。また、汎用的な資質能力を養っていく。そして、体育的活動の価値を追求していくことで、体育科と日常的な運動遊びとの架け橋（図1）としていく。

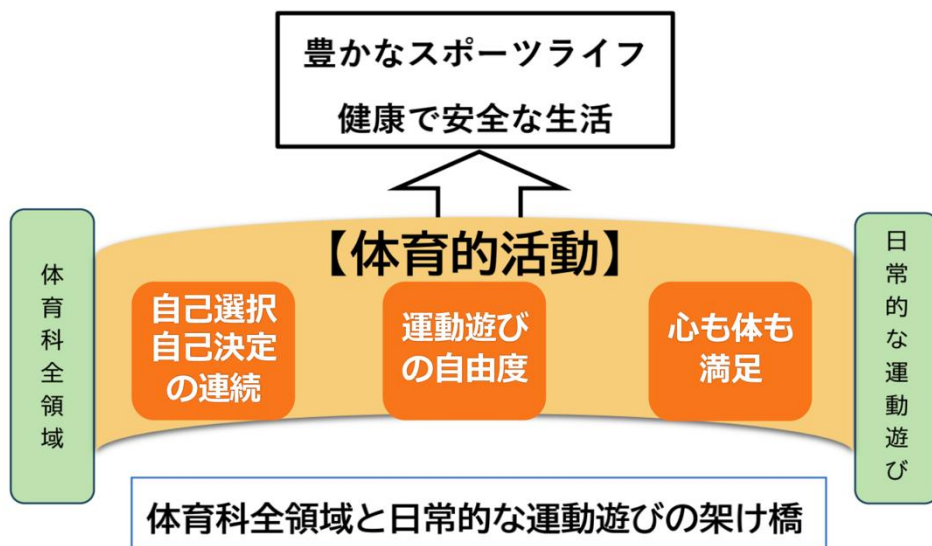


図1 体育科と日常的な運動遊びとの架け橋

## 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

これまでの体育的活動の時間で経験した運動遊び、休み時間や放課後などで子供が遊んだことがあるもの、体育の授業で取り組んだことのある種目など実施する児童の実態に合わせて選択できるようにする。

### （2）活動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

子供が自ら学び続ける力を身に付けていくためには、意欲的に活動に取り組み、右図の「活動のサイクル」を子供自身が回すことが大切である。

「活動のサイクル」が回せていないと感じる子供の様子を、今までの研究結果（児童アンケート、活動実践など）から検討した結果、公正・協力（きまりを守らず、仲良く取り組もうとしないなど）に課題が見られることが多いと考えた。そのため、教師による活動前の子供の実態把握や、楽しく遊ぶための雰囲気づくりのために、自由度を高めたり、自己選択・自己決定できたりする活動を行う。

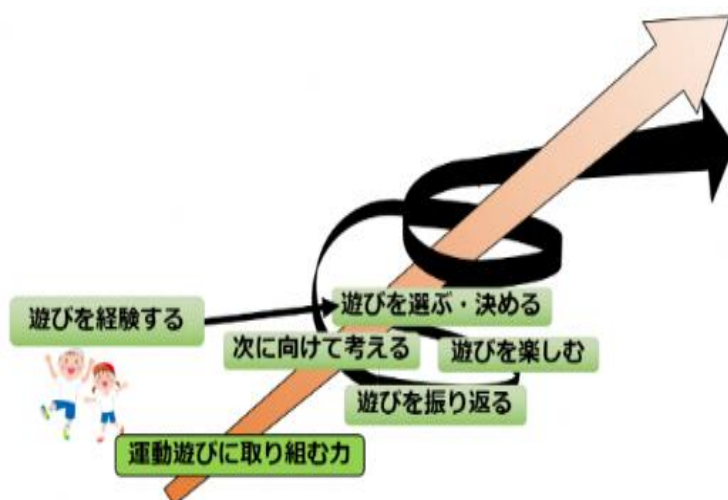


図2 体育的活動における「活動のサイクル」

(3) 体育的活動における楽しさを味わう振り返りの充実

子供は体育的活動で、思い切り体を動かすこと、協力して運動遊びを行うこと、試行錯誤しながら、新たな遊び方を生み出すことなど、様々な楽しさを味わうことができる。さらに、子供が楽しさを実感し、次回の活動の選択、決定ができるような振り返りを充実させることにより体育的活動の楽しさの幅を広げていく。

### 3 夏季合同研究会より

(1) 体育的活動での運動遊びについて

体育的活動での運動遊びは、ねらいをもって体を動かす遊びを行うということを前提とし、体を動かすことの心地よさを教師が意図的、計画的に環境(時間、空間、仲間など)を設定することや体育的活動を通して、どのような子供を育てていきたいかというねらいを明確にして活動を行うことも大切である。

(2) 体育的活動として大切な教師のかかわり

運動遊びを通して楽しかったことや、活動の自己選択・自己決定につなげるための振り返りを行うことが大切だと考えている。そのことによって楽しさの幅を広げることができる。また、教師が思い切り遊ぶことも体育的活動でのかかわりとして非常に重要であり、教師も子供と一緒に楽しさを実感することで、さらにすすんで活動に取り組むことができる。子供の活動状況に応じた適切なかかわりについて実証活動を通して明らかにしたい。

### 4 検証について

- ・学級の心理的安全性と体育的活動における楽しさについて、質問紙にて実態を調査し、それらの相関を検証する。

### 5 学習指導案

(1) 実証授業実施校等

江戸川区立船堀小学校

第5学年1組 児童：36名 指導者：主任教諭 武内 朋子

第5学年2組 児童：35名 指導者：教諭 中澤 啓介

第5学年3組 児童：35名 指導者：教諭 加藤 広大

第5学年4組 児童：35名 指導者：指導教諭 矢田 啓将

(2) 単元名

「船スポタイム」

(3) 単元の目標

知識及び運動	・運動遊びの行い方を理解し、運動遊びに取り組む力を育む。
思考力、判断力、表現力等	・行い方を工夫したり、自分に合った遊びを選んだりする力を育む。 ・自分の考えや工夫したことを友達に伝える力を育む。
学びに向かう力、人間性等	・いろいろな運動遊びや友達とのかかわりを通して運動の楽しさを実感し、日常的に運動に親しもうとする態度を育む。

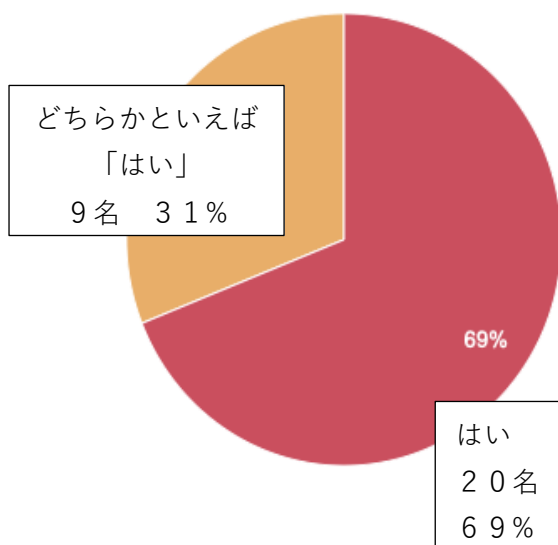
(4) 単元の評価規準

知識・運動	・運動遊びを（楽しく）行うための、基本的な行い方を理解し運動遊びを行っている。
思考・判断・表現	・運動遊びをより楽しくするために、行い方や関わり方を工夫している。 ・自己の活動を振り返り、活動にしようとしている。
主体的に学習に取り組む態度	・様々な運動遊びを自己選択し、すすんで取り組もうとしている。 ・きまりを守り、誰とでも仲よくかかわって遊ぼうとしている。 ・友達の考えを受け入れようとしている。 ・場の安全に気を付けている。

(5) 児童の実態

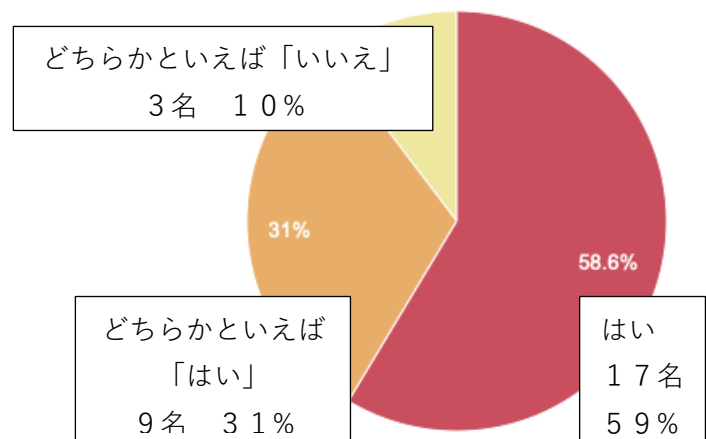
設問 1

「このクラスは、運動遊びを進んで行っていますか」



設問 2

「このクラスは、ルールを守って仲良く遊んでいますか」

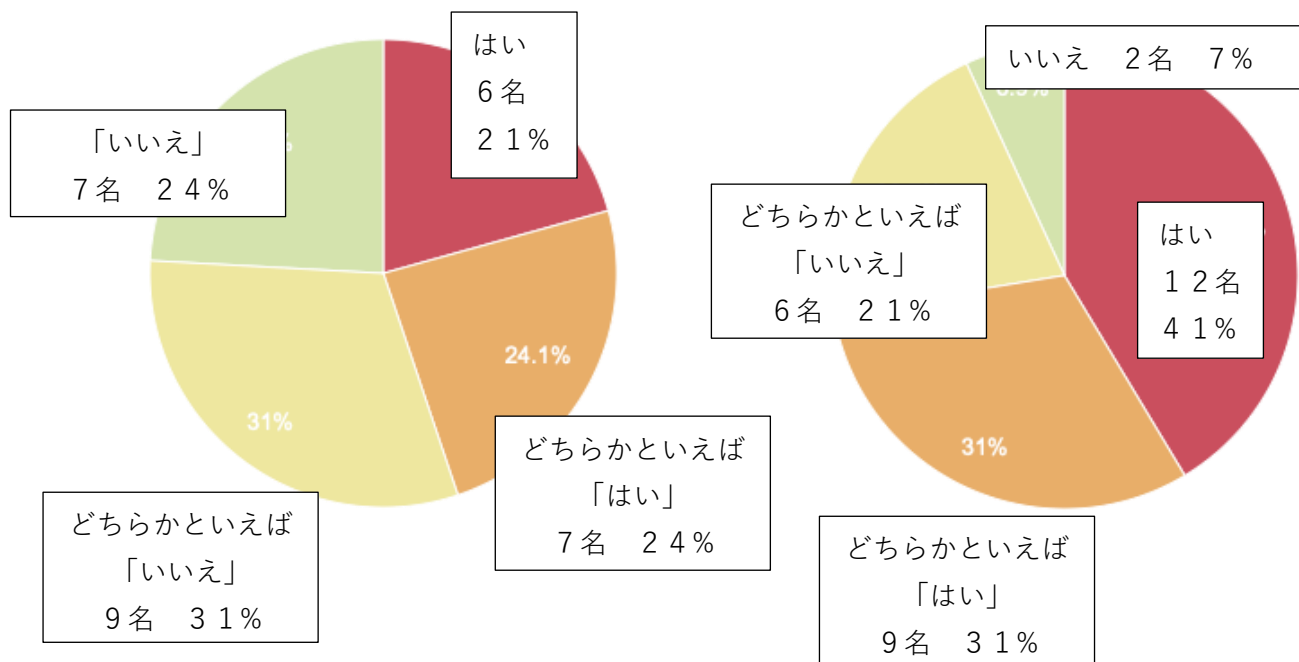


設問 7

「このクラスは、遊んでいる時に自分のよさや考えがあまり生かされないと思いますか」

設問 8

「このクラスは、運動遊びを『いつでも、どこでも、誰とでも』楽しんでいますか」



本学級の子供は、本校の体育的活動の時間「船スポタイム」を毎週楽しみにしている。子供がこれまで経験したことを生かして様々な運動遊びを自己選択・自己決定して楽しく遊んでいる姿が見られる。活動が停滞した時には行い方を工夫しながら取り組んでいる姿が見られる。一方で、運動遊びをどのように改善していいか分からなかったり、遊びの工夫の仕方が分からなかったりするため、活動が停滞し、活動のサイクルを回せていない子供もいる。

質問紙調査（回答数29名）からは、設問1「このクラスは、運動遊びを進んで行っていますか」という質問に対して、全ての児童が肯定的な回答をしており、「船スポタイム」を楽しみにしながら取り組んでいることが分かる。設問2「このクラスは、ルールを守って仲良く遊んでいますか」に対して、9割の児童が肯定的な回答をしている。児童に聞き取ると、「初めに決めたことを勝手に変えるから」など、行い方の確認が必要な内容が多かった。設問7「このクラスは、遊んでいる時に自分のよさや考えがあまり生かされていないと思いますか」に対して、4割以上の児童が否定的な回答を答えている。設問8「このクラスは、運動遊びを『いつでも、どこでも、誰とでも』楽しんでいますか」では、約7割の子供が肯定的な回答をしている一方、約3割の児童は否定的な回答をしている。理由を聞き取ると、「仲間に入れていない人もいて、『誰とでも』はもう少しだと思う」など仲間とのかかわりについて考える子供が多かった。

これを受け、自己決定・自己選択できる体育的活動の環境づくりのもと、教師のかかわりやフィードバック、子供同士の活動中や活動後の振り返りを充実させることにより、子供が体育的活動の特性を（魅力）を十分に味わうことを目指す。また、仲間とのかかわりについて教師が子供の活動の様子を見取り、適切に働きかけることで子供が活動のサイクルを回して運動遊びに取り組むことができるようにする。

## (6) 研究主題を実現するための手だての工夫

### ① 自己選択・自己決定の幅を広げられる環境づくり

自己選択・自己決定の幅を広げられる環境をつくるには、子供同士が心理的安全性をもつことが大切であると考えた。子供同士が体育的活動を通して心理的安全性をもち、誰と遊ぶか、どのような用具を使うか、どのようなルールで遊ぶかなど子供に委ねる部分を広げる。体育的活動のもつ自由度が高いという利点を最大限に生かし、子供の思いや願いに寄り添った活動環境を提供していくことを大切にしていく。

② 子供の活動がより高まる教師のかかわり

教師は、運動遊びに取り組んでいる子供の姿を見取り、「一緒に遊ぶ」ことや、「称賛・価値付け」、「問いかけ」、「見守り」、「支援」等の活動状況に応じたかかわりを意識して行う。

③ 教師のフィードバックや子供同士の活動中や活動後の振り返り

活動中や活動後に教師が子供にフィードバックをしたり、子供同士で振り返りをしたりすることで、運動遊びの楽しさを実感することができる。問いかけや振り返りの視点、子供の実態に合った振り返りを行っていく。

(7) 学習過程

< 第5学年 「 船スポタイム 」 >




段階	活動の仕方を知る・活動をやってみる・活動を楽しむ・活動の新たな楽しさを見出す	
子供の活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・たくさんの運動遊びの中から選択・決定する。</li> <li>・自分で選んだ運動遊びを行う。</li> <li>・遊びを振り返る。</li> <li>・次回はどうか考える。</li> </ul>	<div style="border: 2px dashed black; padding: 10px;"> <p>【子供が選んで行う運動遊び】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボール氷鬼    ・ジャングルジム鬼</li> <li>・長縄            ・野球ゲーム</li> <li>・ドッジボール    など</li> </ul> </div>
教師のかかわり	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動遊び動画を提示する。</li> <li>・一緒に遊ぶ。</li> <li>・「活動のサイクル」が回せていない子供に支援する。</li> <li>・活動が飽和、停滞していたら状況に応じて問いかけ・支援する。</li> <li>・活動を楽しむための振り返りを促していく。</li> </ul>	

## (8) 本時の学習

### ①本時のねらい

- ・ 様々な運動遊びを自己選択し、すすんで取り組むことができる。【学びに向かう力、人間性等】

### ②本時の展開

活動内容・活動	○教師のかかわり ◎配慮を要する子供への支援	自ら学び続ける 子供の姿
1 自分で選んだ運動遊びを行う。	<p>○場の安全が確保できているかを確認する。 ※用具の置き場所や場の広さ等を確認する。</p> <p>○子供の活動に応じたかかわりをする。 ＜○教師のかかわりの例＞ ＜・子供の様子の例＞</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>○一緒に遊び楽しさを実感できるように支援する。 ○遊んでいる様子を見て必要に応じて支援する。</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin: 10px 0;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>夢中に活動している。</p>  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>遊び方を試行錯誤している。</p>  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>活動が止まっている。</p>  </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0; text-align: center;"> <p>○称賛 ○見守り ○問いかけ ○一緒に遊ぶ など</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 子供自身が楽しいと思った運動遊びを選択している。</li> <li>・ 場や用具、遊び方などを考えて活動している。</li> <li>・ 仲間と相談をし、より楽しく活動する方法を考えている。</li> </ul>
2 遊んだ仲間と活動を振り返る。	<p>○グループ・個・全体など活動状況に応じて振り返りの仕方を判断し、声をかける。</p> <p>◎自分の意見を伝えるのが苦手な子供を支援する。</p>	

## (9) 学習資料

# ～これまでの研究資料～



体活 HP に  
アクセスできます！



体育的活動領域部会は「魅力的な運動遊び」の開発もしています！！




みなさんも一緒に運動遊びに取り組みませんか？



## 東京都小学校体育研究会 体育的活動領域部会

@user-ry8jh9db9o ・ チャンネルを表示 >

 アカウントを切り替える

 Google アカウント



### 履歴

すべて表示



ぐるぐるリレー  
東京都小学校体育研究…



ゴム跳び  
東京都小学校体育



体育的活動領域部会は、体を動かすことが「大好き」「楽しい」「もっと楽しみたい」という子供の願いや思いに寄り添いながら活動をしています。

キャッチフレーズは…！！！！

「いつでも どこでも だれとでも」

ご興味ある方は、部長までご連絡ください。

体育的活動領域部会 部長

足立区立伊興小学校 大久保 真実

TEL 03 - 3899 - 1134

