

<水泳運動系領域部>

令和8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」
－子供が学びを深めていくための教師の在り方について－



水泳運動系領域部 実証授業

授業日	令和8年9月7日(月) 午後1時45分～
会場	中野区立江古田小学校 プール
授業者	野崎 善継 主幹教諭 他
单元名	第1学年「水遊び」 「えがおで ゴーゴー! たのしい みずあそび!」

令和8年8月25日(火) 足立区立千寿本町小学校

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」
ー子供が学びを深めていくための教師の在り方についてー

1 研究の内容

(1) 水泳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」を身に付けた子供の姿を、「見通す」「実行する」「振り返る」という学びのサイクルの中で「学びを改善していく」様子であると考えた。低学年においては、十分な活動時間を確保し、夢中になって水遊びに取り組む中で運動の行い方の理解が図られ、楽しみ方を工夫する姿が生まれる。その中で、友達との協働的な学びを通し、自己評価、他者評価の力を高め、さらに「やってみたい」「できるようになりたい」という次の学習意欲につながっていく。

教師は、そういった子供の学習状況を評価し、学習課題の設定や解決に向けた授業改善につなげていく。また、学習の場や補助具を子供自ら選択・活用できるよう、学習環境を整備し、学びのサイクルを停滞・飽和させないようにしていく。

(2) 研究の方針

①多様な子供が「自ら学び続ける」ための学習環境デザインの工夫

水泳運動系は、プールという環境で授業を行うため、技能や意欲面において二極化が生じやすい運動である。特に、低学年においては、水への恐怖心から、プールに入りたがらず、運動に取り組めない子供も存在する。そのため、「どの子供も安心して、自己の課題に取り組める学習環境を整備すること」が、本領域において重要であり、「自ら学び続ける」ことにつながると考える。以下のように学習環境を整備していくことで、多様な子供が「自ら学び続ける」ことができるようにする。

どの子供も安心して、自己の課題に取り組める学習環境

今もっている力で 取り組める

- ・リズム水遊び
- ・みんなでゲーム（水の中を移動する運動遊び）
- ・エンジョイタイム（もぐる・浮く運動遊び）

水の特性を 味わえる

学習活動を 選択できる

- ・場や補助具の選択
- ・友達との協働的な学び

②教師と子供による学習評価（形成的評価）の充実について

教師と子供による学習評価を充実させるために、単元の目標を共有していくことが重要である。教師は、子供が授業の中で繰り返している「学びのサイクル」を見取り、単元の目標につながる動きや学びの姿を評価していく。また、子供の学びが停滞していたり、飽和していたりする際は、友達との協働的な学びにつなげたり、今までの学びを振り返らせたりしながら、学びを支援していくことが重要である。子供は、教師から評価・支援されたことを学びの指針にして、授業に取り組むようにしていく。

(3) 研究主題を実現するための手立ての工夫

①安心して水の特性を味わう学習活動

ア リズム水遊び（水慣れ）

音楽のリズムに合わせ、水の特性である「水圧」「浮力」「抗力」「揚力」を味わえる動きを行う。毎時間繰り返すことで、水慣れとしての安全面の向上のみならず、授業導入の意欲付けにもしていく。

イ みんなでゲーム（水の中を移動する運動遊び）

普段から行える活動をプール内で行うことで、誰でも簡単に楽しめるようにする。単元前半は、教師が取り上げるものを行うが、単元後半は子供の思いを聞いて、計画を立てるようにする。

ウ エンジョイタイム（もぐる浮く運動遊び）

水遊びの特性である「もぐる」「浮く」「進む」「呼吸する」といった動きについて、補助具や友達の補助を活用して安心して取り組むことができる運動遊び。単元前半は、取り上げるものを決めるが、単元後半は取り組みたいものを選択して取り組むようにさせる。

②子供が行う自己の学びの評価と学習改善

ア 学習履歴の蓄積

1 単位時間毎に行う振り返りであり、「学習して楽しかったことや取り組んだこと」「次時にやってみたいことやできるようになりたいこと」を振り返るようにする。

イ 自己選択しながら取り組む学習活動

エンジョイタイムの中で行っている「学びのサイクル」のことであり、水遊びの場や補助具を選んだり、姿勢や動きを工夫したりしている様子を「自己選択しながら、学習改善している姿」として捉える。学習時間や補助具を十分に確保することで、自己選択を繰り返し行うことができ、学びを深めていくことにつながる。

③教師が行う形成的評価と授業改善

ア 子供の学習状況を判断する言葉かけ

教師は、授業の全体を把握しながら、個別に子供の学習状況を判断するための見取りや言葉かけを行っていく。「今、何をしているの。」といった自己の学習を振り返らせる言葉かけを行い、子供の学びが、単元の目標につながるか判断していく。

イ 子供の学習の言語化を支援する言葉かけ

低学年において、自分が授業中に行ったことを正しく言語化できない時がある。教師が、必要な言葉（水に「浮く」、息を「すう」等、水の特性に関わる言語）を補填することで、子供同士の言語環境を整え、よい動きの理解につなげていく。

ウ 停滞・飽和している子供への支援

学びのサイクルが「停滞・飽和」している子供や授業の様子がある際は、「あの子が、こんな動きをやってるよ。」「〇〇さんに聞くといいよ。」等の協働的な学びにつなげたり、「〇〇はできるかな。」等の遊び方を示したりする支援を行っていく。

2 学習指導案

(1) 単元の目標

知識及び技能	水の中を移動する運動遊びの行い方を知るとともに、水につかって歩いたり走ったりする動きを身に付ける。 もぐる・浮く運動遊びの行い方を知るとともに、息を止めたり吐いたりしながら、水にもぐったり浮いたりする動きを身に付ける。
思考力、判断力、表現力等	水の中を移動したり、もぐったり浮いたりする簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを表現している。
学びに向かう力、人間性等	運動遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、水遊びの心得を守って安全に気を付けたりする。

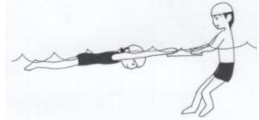
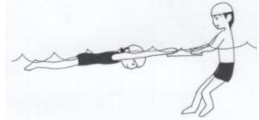
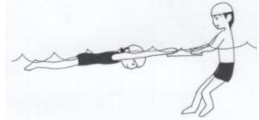
(2) 単元の評価規準

知識・技能	水の中を移動する運動遊びの行い方を知るとともに、水につかって歩いたり走ったりする動きを身に付けている。 もぐる・浮く運動遊びの行い方を知るとともに、息を止めたり吐いたりしながら、水にもぐったり浮いたりする動きを身に付けている。
思考・判断・表現	・水の中を移動する運動遊びやもぐる・浮く運動遊びの簡単な遊び方や場を選んでいる。 ・友達のよい動きを見付けたり、考えたりしていることを表現している。
主体的学習に取り組む態度	運動遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、水遊びの心得を守って安全に気を付けたりしている。

(3) 学習過程

時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
段階	水遊びの行い方を楽しみながら理解する					水遊びを楽しみながら工夫する					
子供の姿	水遊びを楽しみ、やってみたいことやできるようにしたいことを見いだしている					やってみたいことやできるようにしたいことをもとに動きを工夫したり、友達と関わったりして水遊びを楽しんでいる					
学習活動	1 リズム水遊び 様々な動きを行い、徐々に水に慣れる。 2 みんなでゲーム 水の中を移動する運動遊びを行う。 3 エンジョイタイム 運動遊びの行い方を理解する。 4 学習のまとめ 運動遊びを振り返る。					1 リズム水遊び 胸まで水につかって、様々な動きを行い、水の特 性（浮力・抗力・水圧・揚力）を味わう。 2 みんなでゲーム 水の中を移動する運動遊びを工夫して楽しむ。 3 エンジョイタイム 自分の行いたい運動遊びを選び、工夫して楽し む。 4 学習のまとめ 自分の取り組んだ運動遊びを振り返り、学習課題 を見いだす。					

(4) 単元の指導と評価の計画

段階	水遊びの行い方を楽しみながら理解する			水遊びを楽しみながら工夫する						
時	1	2・3	4・5	6・7	8・9	10・11				
0 10	1. プールのきまり (第1時) リズム水遊び	1. リズム水遊び 胸まで水につかって、大きく息を吸ったり吐いたりして水圧を感じたりして徐々に水に慣れるようにする。								
15	2. みんなでゲーム (水の中を移動する運動遊び) 水につかって、いろいろな姿勢で歩いたり、目的や速さを変えて走ったりする遊びを行う。 実態に応じて、1単位時間1つ～2つ行う。 ・電車ごっこ ・鬼遊び ・じゃんけん追いかけっこ ・水入れ競争 等 			2. みんなでゲーム (水の中を移動する運動遊び) 単元前半で行った運動遊びの中から計画を立てて、1単位時間2つ行う。 ①電車ごっこ ②鬼遊び ③じゃんけん追いかけっこ ④水入れ競争 ⑤もうじゅうがりにいこうよ ⑥進化じゃんけん 等						
25	3. エンジョイタイム (もぐる・浮く運動遊び) ・たからさがし 一人何個拾えるかを数える、時間内に全て拾うなどの工夫を行う等のルールで行う。 	3. エンジョイタイム (もぐる・浮く運動遊び) ・たからさがし (毎時間) ・下の4つの水遊びを、1単位時間1つずつ指導する。 息を止めたり吐いたりしながら、いろいろな姿勢でもぐったり浮いたりして遊ぶ。 補助具の使い方 (特に安全面の配慮) を指導する。 ①ビートばんあそび(第2時) ③わくぐりあそび(第4時)   ②いかだあそび (第3時) ④もぐり・うきあそび (第5時)  			3. エンジョイタイム (もぐる・浮く運動遊び) ・たからさがし ・場を分け、遊びを選択して行う。(1単位時間内での移動も可) <table><tr><td>ビートばんあそび </td><td>もぐり・うきあそび </td></tr><tr><td>いかだあそび </td><td>わくぐりあそび </td></tr></table>		ビートばんあそび 	もぐり・うきあそび 	いかだあそび 	わくぐりあそび 
ビートばんあそび 	もぐり・うきあそび 									
いかだあそび 	わくぐりあそび 									
40										
45										
知技			→		→	★ (観察) エンジョイタイムの様子				
思判表			→	→		★ (観察・学習カード)				
主	→	→				★ (観察・学習カード)				

→：形成的評価 (授業改善に生かす評価)

★：総括的評価 (評定に用いる評価)

(5) 一単位時間の流れ (11 時間中の 10 時間目を想定)

①本時のねらい

水の中を移動したり、もぐったり浮いたりする簡単な遊び方を工夫したり、場を選んだりしながら、水遊びに進んで取り組んでいる。(思考力、判断力、表現力等)

②本時の展開

学習活動	◎学びを深めている子供の姿(+教師のかかわり) ☆配慮の必要な子供への支援
1 挨拶、準備運動、人数確認	・ 本時の運動につながる動きを意識させながら、ゆっくり行うよう声をかける。
2 本時の学習を知る	・ 1 時間の学習の流れを伝える。 ・ 本時でやる水遊びを掲示しておく。
3 リズム水遊び 「アンダーザシー」 4 みんなでゲーム 例 (1) 電車ごっこ (2) 鬼遊び 5 エンジョイタイム (1) 宝探し (2) 選択して遊ぶ ・ ビート板遊び ・ いかだ遊び ・ わくぐり遊び ・ もぐり・うき遊び 6 人数確認、学習のまとめ 7 整理運動、挨拶	・ 手のかきや足のけりなどの動きをゆっくり行うよう声をかける。 ・ T2、T3 と協力し子供の安全管理に気を配る。 ・ 水に顔をつけることが苦手な子度には、ゆっくり歩いたり、小さなジャンプをしたりして進むように助言する。(T2) ・ 本時で取り組みたいことやできるようになりたいことを確認する。 ◎もぐったり浮いたりする運動遊びで姿勢や動きを工夫したり、場を変えたりしながら何度も取り組んでいる。 (「どうして上手にできるようになったの。」「〇〇が上手だね。」等、学習の言語化を支援する言葉かけをする。) (「次は、どんなことできるかな。」等、新たにやってみたいことに意識を向けるようにする。) ◎友達の動きを観察したり、真似したりしている。 (「よく観察しているね。」「一緒に動きができたね。」等、友達から学んでいることを価値付け、協働的な学びにつなげるようにする。 ☆自分が取り組みたい遊びや動きが見いだせていない、水の特性を味わえていない動きをしている等、学びのサイクルが停滞・飽和している子供に、一緒に取り組みたい動きを考えたり、友達の動きを参考にさせたりする。 ・ 体調の変化等をバディで確認するように声を掛ける。 ・ 自分で取り組みたい遊びや動きをすることができたか、友達と楽しく取り組むことができたか振り返るようにする。

(6) 資料

東京都小学校体育研究会

水泳運動系 領域部

Enjoy Swimming!

【資料内容】

- ①リズム水遊び
- ②みんなでゲーム
- ③エンジョイタイム
- ④学習カード
- ⑤教師の働きかけ

【本日の資料】



令和8年度 東京都小学校体育研究会

水泳運動系領域部会 実証授業の開催について

1 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」

～子供が学びを深めていくための教師の在り方について～

2 日時 令和8年9月7日（月）午後1時45分～午後4時30分

3 会場 中野区立江古田小学校 プール

4 内容

（1）実証授業 第1学年「水遊び」

「**④**がおで **③**ーゴー！ **⑤**のしい みずあそび！！」

授業者 野崎 善継 主幹教諭 武田 有香里 主任教諭

近藤 知子 教諭

木川 直子 教諭

サポートスタッフ

（2）研究協議会

（3）指導助言

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。

- ・安心して、自己の課題に取り組むことができる水遊び（学習環境デザインの工夫）
- ・子供自身の学びの評価と学習改善を支える教師の支援（学習評価の工夫）

子供が輝く水遊びの学習を 一緒に考えてみませんか？