

体の動きを高める運動専門委員会資料

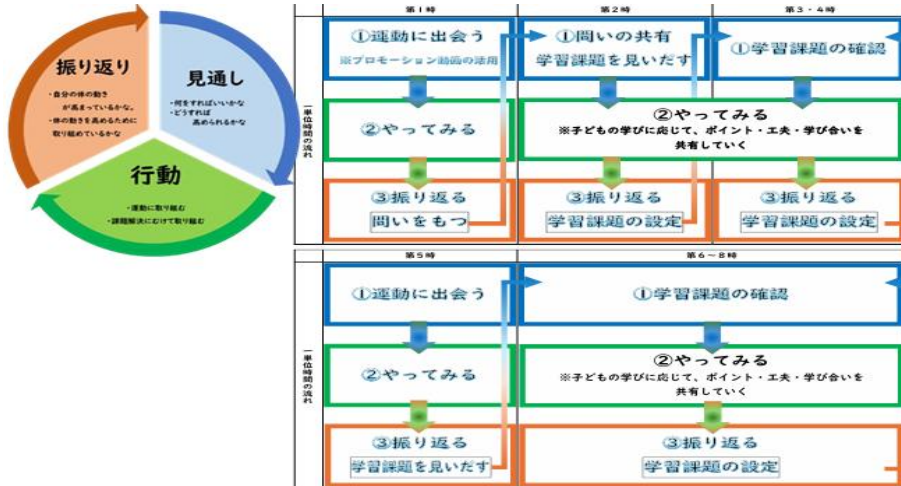
1 体の動きを高める運動領域部会における研究主題の捉え方

本部会では、「自ら学び続ける力を身に付けた子供」を「子供自身が学習課題を見だし、自らの取組を他者と比較しながら振り返り、新たな学習課題を見いだすことができる子供」と捉えている。

「体の基本的な動きを基に、各種の動きを更に高めることにより体力の向上を目指す」ことが体の動きを高める運動領域の特性である。自己決定の場を設定することは、子供の学習意欲を高めることになるため、「子供自ら学習課題を設定できること」は、自ら学び続ける力と関連性があると考えている。

運動場面や一単位時間の中で「見通し」→「行動」→「振り返り」…のサイクルを繰り返すことで、学習全体の見通しをもつことになり、自ら学び続ける力が育まれると考えている。自ら学び続ける力が身に付いた子供は、授業時間内に限らず、日常生活などの授業外の時間に体力の向上に努め、中学校以降の学習にもつながっていくことができると考えた。

【学びのサイクルと自ら学び続ける力を育むことができる学習過程】



2 令和 8 年度の研究の重点

(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

令和 7 年度の研究を進めていく中で、自己の課題発見を促したり、学びを蓄積・活用したり場として「共有スペース」を学習環境として取り入れた。実証授業では、共有スペースを活用して自ら体の動きを高めようとする姿が見られた。その一方、学びが停滞する子供にとっては十分に活用しきれたといえない状況にあった。

今年度は、「自ら学び続ける力が身に付いている子供は更にその力を伸ばせる」「学びが停滞してしまう子供は、共有スペースがあることで自ら学び続ける力を育める」場となるよう手だてを講じていく。

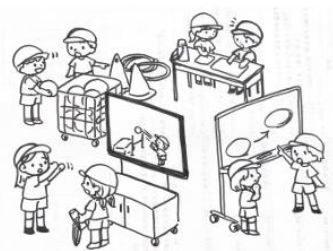
(2) 教師と子供による学習評価(形成的評価)の充実について

子供の自ら学び続ける力を育むために、子供自身が自らの学びに見通しをもって粘り強く取り組み、その学びを振り返り、次の学びにつなげていくことが重要であると考え。教師が子供の学びを見取り、形成的評価をする視点を明確にもち、指導に臨む必要であるため、今年度はそれらを明らかにしていく。また、子供自ら学習評価する力を高められるよう学習環境デザインを含めて工夫を行っていくことで、教師と子供による学習評価の充実を図っていく。

3 研究主題を実現するための手立ての工夫

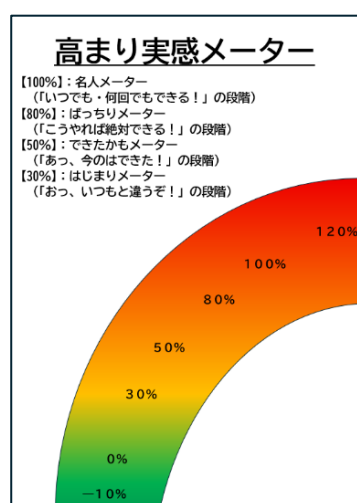
(1) 多様な子供が「自ら学び続ける」ための学習環境デザインの工夫

体の動きを高める運動においては、子供が自ら課題を見付け、仲間との関わりの中でその課題を乗り越えていくことを大切にしている。本部会では、そのような学習のプロセスを支える環境の一つとして、「共有スペース」を設置し、子供が自らの課題を見付け、仲間と関わりながら課題を乗り越えていく学びのサイクルを支える場として位置付けてきた。



＜「共有スペース」の3つの目的＞

① 自己の課題発見	運動アプリに提示された見本動画を確認することで、「バランスを取る時に上体がブレている」など、理想の動きと自己の実際の動きとのズレを視覚的に捉え、自らが解決すべき具体的な課題を見付ける。
② 課題解決のヒント獲得	共有スペース内に掲示された体の動きを高めるための「動きのポイント」や「学びのロードマップ」から、自分に必要な情報を選び取る。また、体の動きを高めるために用具を共有スペースに設置することで、得たヒントをもとにすぐに実践することができるようにする。
③ 学びの蓄積と活用	できるようになった動きのこつをデジタル端末の振り返りシートに記録・蓄積する。仲間が記録した「見付けたこつ」を互いに閲覧し合い、次時の学習へと活用していく。



昨年度の研究より、共有スペースを活用して自ら学びのサイクルを回しながら、友達と協働的に関わり合って高めることができたという成果が得られた。一方、同じ動きを繰り返し、更に動きを高めることができない児童も見られた。運動の特性上、「滑らかさ・安定性」といった質的な高まりの実感を得にくく、次への見通しをもてなかったことが要因である。

今年度は、動きの変容をメタ認知するきっかけとして、【高まり実感メーター】を活用する。運動による回数や速さ、「できた」という目に見える「量的変化」と、滑らかさや何度も安定して動けるといった「質的な高まり」の変容を、児童自らが感知し即時に可視化するための手だてである。曖昧になりがちな身体感覚を数値化・可視化し、自己の運動状態を客観的にメタ認知させるきっかけとする。

【研究経過の概要と QR コードの案内】

本部会では、一斉一律の共有の在り方を見直し、自ら学び続ける力を育むための研究を重ねてきた。令和6年度は、子供の必要感に応じた「柔軟な共有タイム」を設定し、それぞれの課題に応じた即時性の高い課題解決を可能とした。

続く令和7年度は、仲間と関わりながら学びのサイクルを回す環境デザインとして、体育館に「共有スペース(学びの基地)」を設置し、その在り方を検証してきた。本 QR コードからは、これまでの研究の具体的な経過をはじめ、資料にある「目的意識」「動きのポイント」「学び合い」の視点に基づく具体的な実践例や教師の働きかけについて確認できるようまとめている。本時の手だての背景として参照の一助としていただきたい。



令和7年度実証授業指導案
「共有スペース」について

(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

体の動きを高める運動領域部会における形成的評価のイメージ【体の動きを高める運動での一例】

【子供の様相(事実)】

状況:5年生 第I期(第3時)

A:自ら目的意識をもち、問いを立てながら学習課題を設定し、その課題を意識して運動を改善している。

B:教師の問いかけを手掛かりに、高めたい力や学習課題を考えることができる。

《つまづいている子供の姿》

教師の問いかけを受けても、高めたい力や学習課題を捉えられない。

【目標】

体の動きを高める運動について理解し、問いから学習課題を見出し、目的意識をもって運動に取り組むことができる。

子供

大人

見取り

〇〇さん、動画を見ながら友達と改善点を話しているな。

〇〇さん、以前より運動はできるけど、できた理由はうまく説明できないな。

〇〇さん、楽しそうに運動に取り組んでいるけど、目的意識をもっているかな。

〇〇さん、仲のよい友達となんとなく運動しているな。

評価(形成的評価)

【教師による学習評価】

方法:観察、問いかけ、学習カード、高まり実感メーター

- ・学習カードの記述や児童との対話、運動の様子を観察を通して、児童の取組が学習課題に即しているかを把握し、必要に応じて支援する。
- ・「体のどの部分を意識したの?」「何を高めたいの?」と問いかけを繰り返し、動きのこつやポイントを引き出すとともに、高まりを実感した理由やその変化を振り返ることができるよう支援する。

【子供による学習評価】

方法:学習カード、友達に教わる、共有スペース、友達に教える、動画で自身の動きを確かめる、もとの動きができたかどうか、高まり実感メーター

- ・自身の体の動きを、これまでの動きや友達との対話、動画を通しての振り返り、以前の自分と比べて「より楽に」「よりスムーズに」「より多く」動けるようになったかを確かめる。その中で、自分の動きの高まりを実感するとともに、どうしてその高まりを得られたかというプロセス(何を意識して、どのように体を動かしたか)を振り返り、新たな学習課題を設定し、次時の学習への見通しをもつ。

評定(総括的評価)

方法:観察、スタディ・ログの変容

- ・単元前半は、仲のよい友達と運動することが目的となり、自ら学習課題を見出す姿はあまり見られなかった。単元後半では、学習を重ねる中で、「どうしたらできるのだろう」という問いから「こうしてみよう」という学習課題を見出し、「〇〇の力を高めたい」という目的意識をもって運動に取り組む姿へと変容した。
 - ・毎時間の学習カードや運動の様子から、「〇〇の力を高めたい」という目的意識をもち、「その力を高めるためにはどうしたらよいか」と問いを立て、その問いをもとに「こうしてみよう」「この運動に取り組もう」と学習課題を設定しながら主体的に運動に取り組む姿が見られた。
- 単元の評定は「十分に満足できる」とする。

4 学習指導案

(1) 専門委員会授業実施校等

江東区立第二大島小学校 第5学年1組 児童:32名 授業者:青木 朋

(2) 単元名 体づくり運動「体の動きを高める運動」

(3) 単元の目標

知識及び運動	体の動きを高める運動の行い方を理解するとともに、ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動きを高めるための運動をすることができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	自己の体の状態や体力に応じて、運動の行い方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者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	体の動きを高める運動に積極的に取り組み、約束を守り、助け合って運動したり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

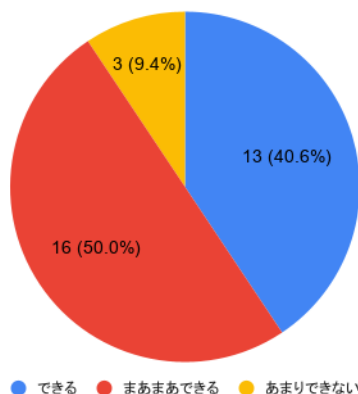
(4) 単元の評価規準

知識・技能	① 体の動きを高める運動の行い方について、言ったり書いたりしている。 ② 体の各部位の可動範囲を広げる体の柔らかさを高めることができる。 ③ タイミングやバランスよく動く、リズムカルに動く、力の入れ方を加減するといった巧みな動きを高めることができる。
思考・判断・表現	① 体の動きを高めるための運動の課題や行い方を選んでいる。 ② 体の動きを高めるために適した運動の行い方を選んだり、工夫したりしている。 ③ 体の動きを高めるために観察し合って見付けたポイントや分かったこと、課題解決の仕方や改善方法について伝えている。
主体的に学習に取り組む態度	① 体の動きを高める運動に積極的に取り組もうとしている。 ② 互いの動きを観察し合ったり、教え合ったりするなど仲間と助け合おうとしている。 ③ 学習に必要な場の整備や物や用具の準備や片付けなどで役割を果たそうとしている。 ④ 分かったことを伝え合ったり、課題解決の方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組のよさを認め合おうとしている。 ⑤ 運動の場の危険物を取り除くとともに、用具の使い方や周囲の安全に気を配っている。

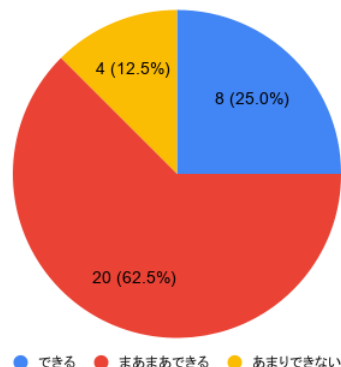
(5) 子供の実態

本学級は男子20名、女子12名で構成され、約3分の1が外国籍である。中には日本語の理解が十分でなく、翻訳端末等を用いてやり取りする児童もいる。休み時間は多くの児童が体を動かして遊ぶ一方、運動への苦手意識から教室で過ごす児童もあり、二極化が見られる。これまでの「体ほぐしの運動」や「表現運動」の学習では、運動を苦手・嫌いとする児童も含め、全員が楽しんで積極的に活動することができた。本単元でも言葉の壁や苦手意識を感じさせず、全員が意欲的に取り組めるようにする。

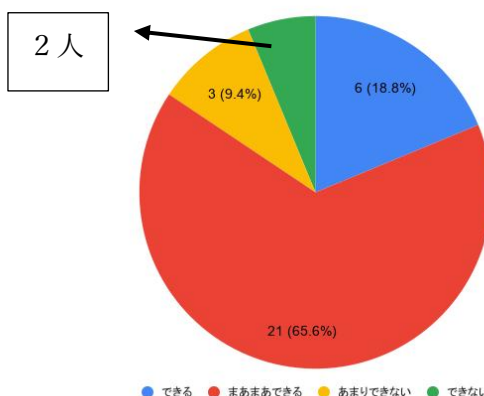
体育の授業において、めあてを考えることができますか。(単位:人数)



体育の授業において、仲間の動きと自分の動きを比べることで、新たなめあてを考えることができますか。(単位:人数)



体育の学習中、動画撮影などで、自分の動きをみて、次のめあてを考えることができますか。(単位:人数)



「学習を見いだす」ということに関しては、どちらも肯定的な回答が80%以上と高い傾向にあった。「できない」という回答が0人だった。プロモーションムービーを見て、まずは「やってみる」→「問いから学習課題を見いだす」という学習を経て、本単元でも自ら学習課題を見いだせる子供が増えていくよう言葉掛けを行う必要がある。また動画撮影で自分の動きを見返すことも促していく。

体の動きを高めるために大切なことは何ですか？(記述式)

- ・ストレッチ ・筋トレ ・運動食事睡眠(休養)をしっかりとる。 ・走る
- ・動画撮影で自分の動きをよく観察して、動きの良いところや、改善するべきところを見極める。
- ・今の自分の動きを理解して、それをどのようにすればいいか動画で確認したり、友達にアドバイスをもらったりする。・ストレッチを運動前と運動後にする ・楽しみながら体を動かすこと

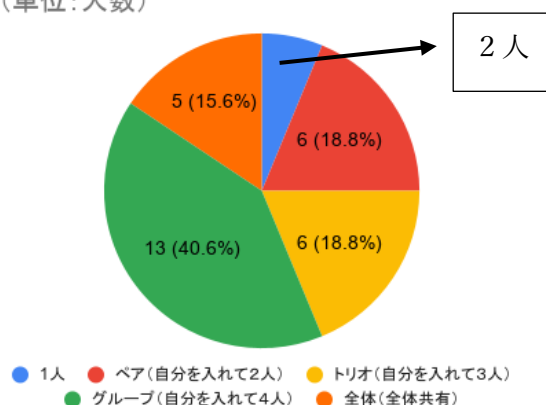
子供たちは「体の動きを高める運動」にとって大切なことを少し気付いている様子が見られる。そこには個人差があるので、全体で共有していく必要があるため、単元前半で全体共有していく。また、児童は「より楽に」「よりスムーズに」「何度も安定して」といった、どうなったら自分の体の動きが高まったと言えるのかということについて、捉え方が不十分であり実感に伴っていない。そのため、実際に運動を始めてから、どのような状態が「体の動きを高めていることか」を児童が身体感覚を伴って理解できるよう指導していく。

どうすると、体の動きを高められますか？(記述式)

〈学び方について〉 ・自分の動きを思い出して新しいめあてをもつ。 ・先生の話聞く。 ・自分のよくない所をなおすこと ・自分の目標に挑戦する。 ・「自分の何ができなかった」と考えながら行動をする。 ・友達からのアドバイスで高める。 ・上手な人の動きを見る。
〈動きについて〉 ・ランニングをする。 ・縄跳びをする。 ・鉄棒をする。 ・雲梯をする。 ・登り棒をする。
〈日常生活において〉 ・毎日の運動 ・休み時間に遊んだりする。お風呂上がりのストレッチ

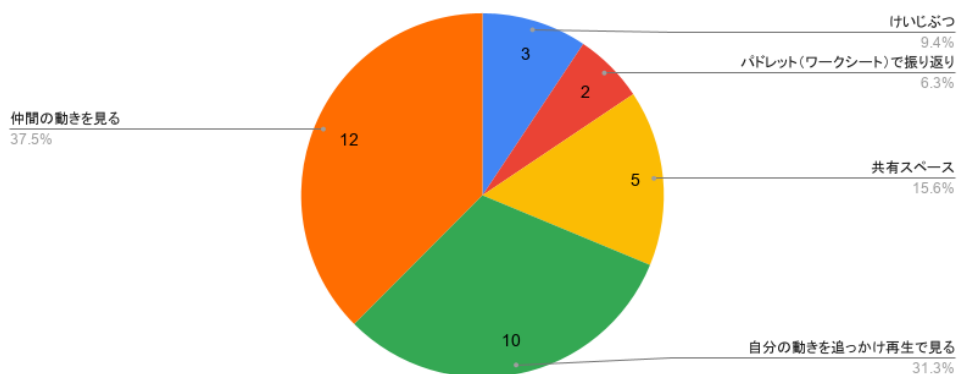
「友達からのアドバイスを聞く。」「めあてをもって学習する。」という意見が多かった。友達の動きや考えを積極的に取り入れたり、めあてをもって試行錯誤したりする意識が強いことが考察される。学び方や動きについても多岐に渡っている。撮影動画を見返したりお手本動画をみたりする記述がなかったので、自分の学習評価がより一層できるよう共有スペースも高める一つの方法だと共有していきたい。また、徐々に「体の動きを高める運動」の〇〇な動きを高めるためにどのように運動するか、高める目的意識の大切さも共有するとともに、学び方について全体で確認していく。

体の動きを高めるために、効果的な仲間の人数はどれだと思いますか？(単位:人数)



「4人以上」と回答している子供が多く、「1人」と答えた子が少ない。回答結果から、友達と学び合うことで体の動きを高めることができると考える子供が多い。自らの体力に応じて課題を選び、その運動に適した人数で行うようにする。

体の動きを高めるために役立つようなものは、なんだと思いますか？(単位:人数)



「仲間の動きを見る」ことが特に多い。アンケートでも12人の子供が選択しており、協働したり比較したりして考えることを意識できていることが分かる。注目したいのは、アンケート結果で「共有スペース」と考えている子供が5人いたことである。「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」として、子供たちが学習に活用できるようコンテンツを充実させ、活用の仕方を共通理解していく。

(6) 学習過程・学習内容 < 第5学年「体の動きを高める運動」 >

時間	1	2	3・4(本時)
段階	問いをもち、学習課題を見いだす。		動きの高まりを実感しながら、「体の動きを高める運動」の学び方を確かめる。
学習過程	運動との出会い 問いをもつ	問いから学習課題を見いだす	動きの高まりを実感しながら学習課題に取り組む ポイント・こつを意識しながら動きを高める 動きを工夫しながら高める
	1 集合、整列、挨拶を行う。 2 これまでの体づくり運動での学習経験を振り返る。 3 体の動きを高める運動のプロモーションムービーを観る。 4 準備運動を行う。	1 集合、整列、挨拶を行う。 2 前時にもった問いを共有する。 3 準備運動を行う。 4 体の柔らかさを高めるための運動「エンジョイストレッチ」に取り組む。 <u>測定</u> →片足前屈→4の字ストレッチ→伸脚→バックストップ→ターンストップ→足首ロック→ <u>測定</u>	1 集合、整列、挨拶を行う。 2 準備運動を行う。 3 自分の学習課題を確認する。
学習活動	5 巧みな動きを高めるための運動に取り組む（第3時以降は、2つまで選択して取り組む）。 ・「スラックレール」(バランス) 【もとの動き】半分に切ったプールスティックをつけた平均台を、友達に手を支えてもらいながら渡る。 ・「ペットボトルバンブー」(リズムカル) 【もとの動き】「グーグーパー」の足でバンブーをリズムよく跳ぶ。 ・「ボールドリブル」(力の入れ加減) 【もとの動き】ケンステップをめがけてボールドリブルをする。 ・「長なわ」(タイミング) 【もとの動き】回している長なわに入り、3回跳んで出る。		
	6 運動を通して考えたり、感じたりした問いをもつ。 7 片付け・整理運動を行う。 8 振り返りを行う。	6 片付け・整理運動を行う。 7 振り返りを行う。	6 片付け・整理運動を行う。 7 振り返りを行う。
教師のかかわり	「やってみてどうだった？(実感)」 ⇒子供の「やってみよう。」「楽しそう。」という思いを大切に、実感を問いとして、価値付けていく。	「何が高まったと思う？(高まり)」 ⇒体の動きを高める運動は目的をもって運動に取り組んでいくことが大切であることを確認する。	「何が高まったと思う？(高まり)」 「どうしたらできたの？(ポイント・こつ)」 「どんな工夫をすると高められるかな？(工夫)」 ⇒ポイント・こつを意識することによって、体の高まりを感じながら運動することの大切さを確認する。 ⇒動きを工夫する視点を示しながら体の動きを高める方法を確認していく。

(7) 1 単位時間の流れ(体の動きを高める運動 8 時間中 4 時間目)

① 本時のねらい

- タイミングやバランスよく動く、リズムカルに動く、力の入れ方を加減するといった巧みな動きを高めることができる。
- 体の動きを高めるために観察し合って見付けたポイントや分かったこと、課題解決の仕方や改善方法について伝えている。
- 分かったことを伝え合ったり、課題解決の方法を工夫したりする際に、仲間の考えや取組のよさを認め合おうとしている。

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	□評価
1 集合・整列・挨拶 2 前時の学習を想起する。 3 準備運動を行う 4 体の柔らかさを高める運動に取り組む。 ○エンジョイストレッチ 5 自分の学習課題やロードマップを確認する。 6 巧みな動きを高める運動に取り組む。(下記から2つ選択) ○スラックレール(バランス) ○ボールドリブル(力の入れ加減) ○ペットボトルバンパー (リズムカル) ○長なわ(タイミング) ※教師が子供の学習状況を見取り、子供同士の共有を図り、学び方の確認を行う。	○体の部位を意識するよう声をかける。 ○動きの高まりが実感できるように、運動を行う前と後に現状を知る活動(計測)を取り入れる。 ○全体を円に形に広げ、一斉に運動に取り組み、互いの動きを見合えるようにする。 ○子供の学習カードから「学習課題」共有したい内容を取り上げる。 ○自分の学習課題を同じ運動の場の仲間に伝え、学び合いにつなげるようにする。 ○動きの工夫、ポイントについて、共有スペースを活用しながら確認する。 ○子供の思考を促すことを意識し、ねらいに迫れるように言葉掛けをしたり、共有を促したりする。 ◎仲間との対話や動画での確認を通して、体の動きの変化や高まりを実感しながら、自ら学びを深めている。	□自分の体の状態や体力に応じて、運動を選んだり行い方を工夫したりしている。(運動・発言) □動きのこつやポイントや動きの工夫について仲間に言葉や動作で伝えている。(運動・発言)
 ◎「○○の力を高めたい」という目的意識を自らもち、動きのこつを交流している。	 ☆学習課題が曖昧な子には、動きのポイントを一緒に確認し、サイクルを回せている子と繋ぎ、友達の姿から見通しをもてるようにする。	 ☆学び方が定着しきれていない子には、共有スペースにある運動アプリを使って、「もとの動きは何か」など問いかけ、感覚と実際の動きを言葉で一致させる。
7 整理運動・片付け 8 振り返りを行う。	○各部位を意識して運動するように声を掛ける。 ○高まりの実感メーターで運動後の高まりにネームプレートを置く。 ○課題解決の進捗状況を聞き、次時以降の見通しをもてるようにする。	

