

体育的活動

★全体研究主題★

一人一人が学ぶことの楽しさを味わい、
進んで運動に取り組む力を身に付ける体育学習

体育的活動領域部会 研究主題

日常的に運動に親しむ力をはぐくむ体育的活動

～いつでも どこでも だれとでも運動遊びを楽しむ子供の育成～



講師：足立区教育委員会 統括指導主事

江口 千穂 先生

日時：平成28年10月18日（火） 13時45分～

場所：江戸川区立西葛西小学校 校庭・体育館

活動名：「わくわくタイム」全学年運動遊び

指導者：大久保 真実 教諭 他全職員

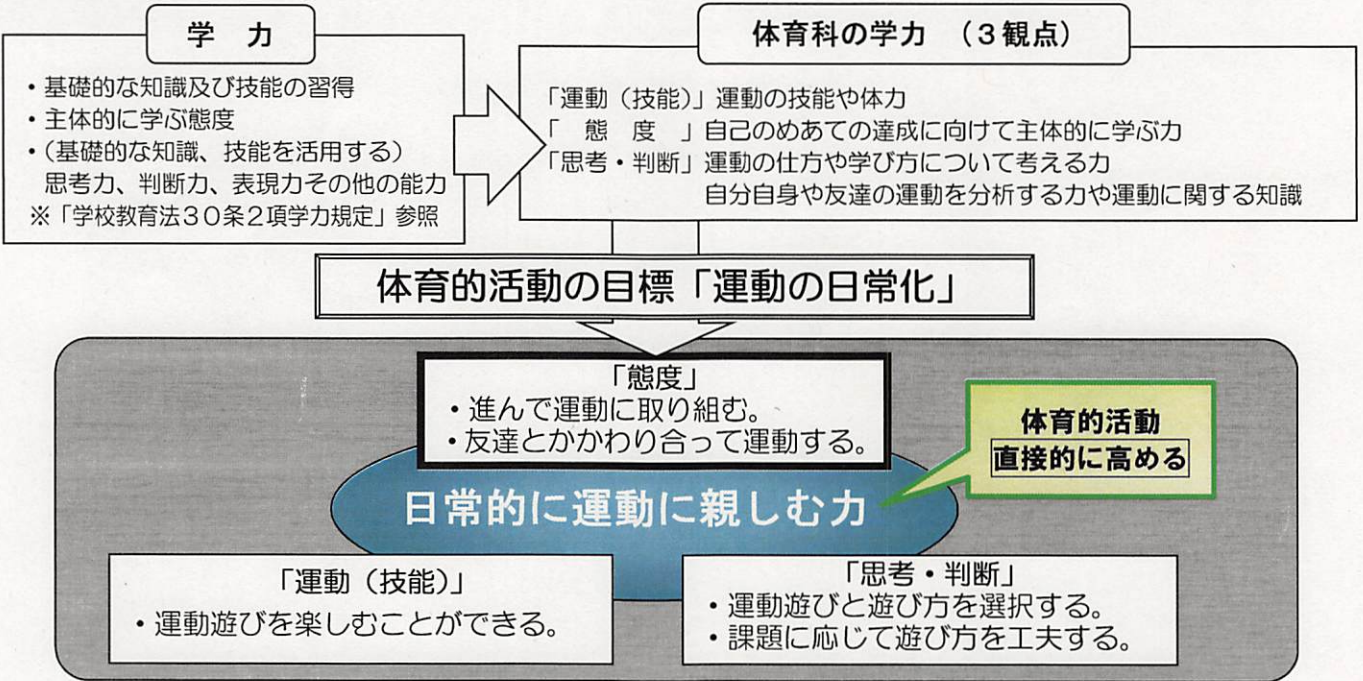
体育的活動部会 研究主題
日常的に運動に親しむ力をはぐくむ体育的活動
 ～いつでも どこでも だれとでも運動遊びを楽しむ子供の育成～

1 研究の構想

(1) 研究主題について

体育的活動の目標は「子供たちの運動の日常化」であり、生涯にわたって運動に親しむことのできる力の基礎をはぐくむことにある。小学校学習指導要領には体育・健康に関する指導は学校の教育活動全体を通じて適切に行う必要があると明記されている。本部会では、運動の日常化に必要な力を「日常的に運動に親しむ力」と捉え、日常生活の場で直接的に高める必要があると考えた。体育の時間の充実を図り、さらに休み時間を意図的・計画的な体育的活動の時間と改善していくことで、副主題の「いつでも(時間) どこでも(空間)だれとでも(仲間)運動遊びを楽しむことのできる子供」が育つと考えている。

児童に身に付けさせたい「日常的に運動に親しむ力」は以下の通りである。



(2) 主題設定の理由

近年、都市化や少子化が進展し、社会環境や生活様式が変化したことにより、体を動かすための三つの間(時間、空間、仲間)が減少している状況にある。こうした状況は、児童の運動やスポーツに親しむ資質や能力の育成を阻害するだけでなく、意欲や気力、コミュニケーション能力の低下など、心の発達にも影響を及ぼすとの指摘(※)もある。体育の授業研究が日々進められているところであるが、限られた体育の時間以外にも運動を推奨し、日常生活の中で継続的に運動に取り組むようにすることが、体力の維持・増進には必要不可欠である。東京都教育委員会も「一校一取組」と銘打って各学校における体力づくりの活動を推奨している。また、総合的な子供の基礎体力向上方策として「1日一万五千歩」「1日60分運動・スポーツ」のガイドラインを設定した。

本部会では「休み時間」に楽しい体育的活動を展開し、運動遊びや友達と関わる楽しさを実感する中で、日常的に運動に親しむ力をはぐくんでいこうと考えている。

※「文部科学省 幼児期運動指針 幼児を取り巻く社会の現状と課題」参照

(3) 研究内容（概要）

①課題解決的な活動計画

◆体育的活動における思考・判断と課題解決の捉え方

体育的活動の課題解決とは、子供たちがより主体的に運動遊びに取り組むようになるために、「より楽しくする」という課題に基づく工夫をすることであると捉えている。より楽しい活動にするために「運動の行い方」と「友達とのかかわり方」の2つの視点を定め、課題の解決を通して、思考力・判断力を高めようと考えた。


◆「思考・判断」の指導内容に関する指導資料

昨年度作成した「思考・判断」の指導内容に関する指導資料の図を見直し、指導と評価の一体化を図るため、「運動（技能）」「態度」「思考・判断」が互いに三位一体であること、体育的活動において特に重視するのは活動の原動力となる「態度」であることを踏まえ、「思考・判断」の指導と評価をさらに明確にする図へと新たに考え直した。

◆運動意欲を日常につなぐ評価

休み時間という限られた時間に、遊びという視点で行われる体育的活動において、授業と同様の振り返りを毎時間、子供たちに行うことは、運動量とともに意欲も低下させてしまう。そこで「活動改善」という視点に基づき、次のような活動の評価を行うことにしている。

評価者	評価内容	評価方法	評価による効果
児童	<ul style="list-style-type: none"> 自己評価 活動の評価 	<ul style="list-style-type: none"> 振り返り場面での話し合い アンケートへの記入 (月1回以上の間隔) 	<ul style="list-style-type: none"> 児童の意欲の向上 運動の楽しさの広がり
教師	<ul style="list-style-type: none"> 児童への評価 	<ul style="list-style-type: none"> 振り返り場面での称賛と価値付け 	<ul style="list-style-type: none"> 児童の意欲の向上 運動の楽しさやよさの実感
教師	<ul style="list-style-type: none"> 活動の評価 	<ul style="list-style-type: none"> 「活動改善シート」等を活用した運動遊びや活動の計画の改善 	<ul style="list-style-type: none"> 活動の活性化 運動内容、活動計画の改善 指導意欲、技術の向上



②小学校6年間及び幼稚園・中学校との系統性

◆運動遊びの分類・整理

運動に発達の段階や技の系統性があるように、遊びという面においても、発達の段階があると考えている。しかし、遊びの段階に関しては年齢的な要素の他に、経験的な要素も児童の活動に大きく影響を与える。そこで、今まで取り上げてきた運動遊びをいくつかの視点でまとめ、各学校や児童の実態に応じて運動遊びを柔軟に教材として活用できるようにした。

また、幼児期、小学生期、中学生期の運動と体力の状況の分析も進めている。

2 「運動（技能）」「態度」「思考・判断」が三位一体であることに関する指導資料

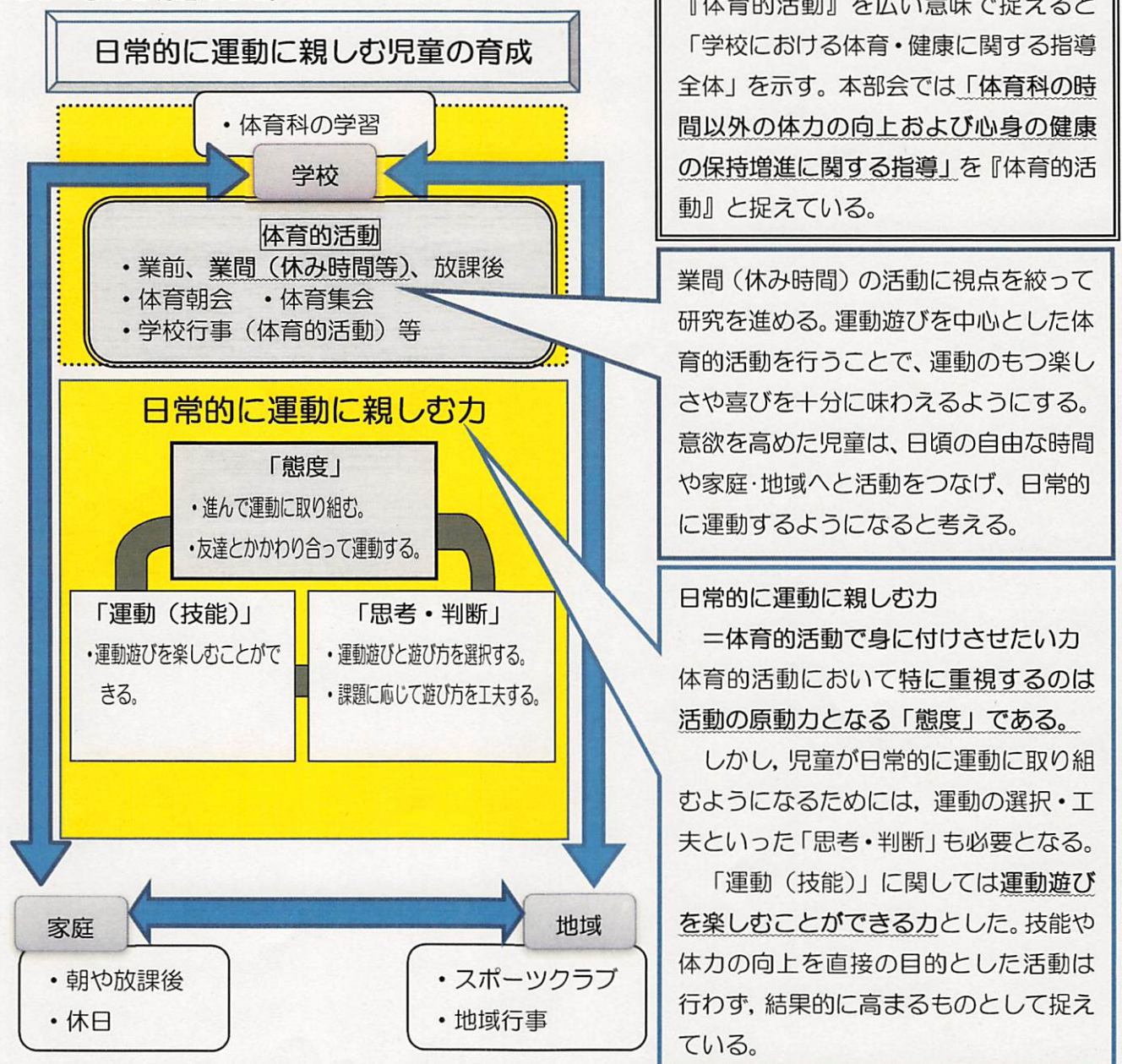
(1) 研究仮説

体育的活動において運動のもつ楽しさや喜びが十分に味わえるような活動が展開できれば、児童は意欲的に活動に取り組み、日常的に運動に親しむ力を身に付けるだろう。

「日常的に運動に親しむ力」とは

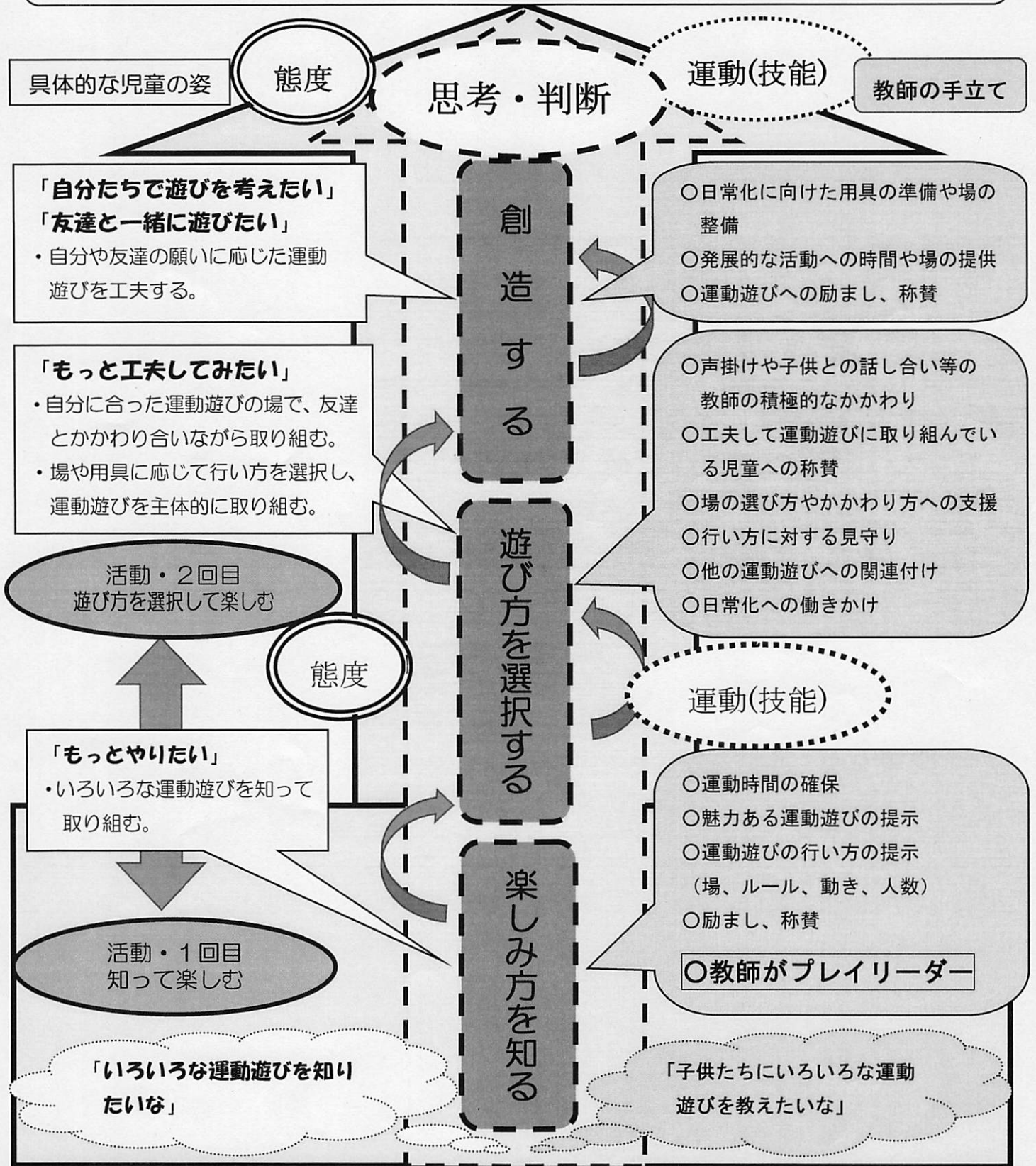
児童が日常的に運動に親しむ力とは、日常生活の比較的自由が保障されている時間の中で、主体的に運動に取り組もうとする姿である。本部会では日常生活の学校という範囲の中で、児童にとって比較的自由な時間である業間（休み時間等）や業前（体育朝会等）を研究の場として研究を進めている。

また、日常的に運動に親しむ力を体育科と同様に3観点に分けて考えることで、児童に身に付けさせるべき力を明確にした。



日常的に運動に親しむ力を以上のように捉え、教師が運動のもつ楽しさや喜びを十分に味わえるような活動を展開することで、意欲的に活動する児童をはぐくむことができ、研究主題に迫ることができると考えた。

日常的に運動に親しむ子供の姿



【態度】

- ・運動遊びを楽しみ、主体的に活動する。
- ・ルールを守って仲良く運動する。
- ・運動遊びをより楽しくするために友達と協力し合う。

【運動(技能)】

- ・運動遊びに楽しく取り組む。
- ・自分の力や好みに応じた運動遊びに取り組む。

3 活動案

実証活動校の概要

西葛西小学校の体育的活動の現状

- 教職員数 39人
- 児童数 758人
- 学級数 23学級
- 活動場所 校庭(60m×80m)、体育館も使用する。
- 活動方法
 - ・中休みと昼休みに学年ごとに分けて取り組む。
 - ・教員を1つの運動遊びの場に固定して配置する。
 - ・児童は、学級ごとに場をローテーションする。

○体育的活動の実践

- ・わくわくタイム以外にも、隔週で学級遊びや、月に1度縦割り班遊びに取り組んでいる。
- ・年間10回の体育朝会を行い、体ほぐしや体づくりなどに取り組んでいる。
- ・1学期に校内すもう大会に取り組んでいる。
- ・2学期に各学級で長なわ3分間チャレンジに取り組んでいる。
- ・3学期に持久走週間やなわとびチャレンジに取り組んでいる。

○校内体制

- ・わくわく部会が「わくわくタイム」の企画・運営を行っている。

○児童の実態

- ・休み時間の様子を見てみると、外遊びに取り組んでいる児童は7割程度いる。遊びの種類は「鬼遊び」と「ドッジボール」がほとんどであった。「わくわくタイム」を始めてから、「ぐるぐるおに(リレー遊び)」や「バスケットボール」、「鉄棒遊び」、「一輪車」、「竹馬」など遊びの種類が少しずつ増えてきている。また、「鬼遊び」を工夫した「十字おに」や「ピーターパンおにごっこ」、「ドラキュラおに」なども行っている。

【本年度の体育的活動の設定】

月	4	5	6	7	9	10	11	12	1	2	3
	わくわくタイム										
体育的活動	1月「持久走週間」										
	チャレンジカードを用いながら、朝の時間や中休み、昼休みを活用して、持久走に取り組む。										
	5月「校内すもう大会」										
	校内にある土俵を使って、互いに礼をつくしながら、すもうに取り組む。										
		2月「長なわ大会」									
		長なわを3分間で跳んだ回数を学級ごとに競い上位3学級には、賞状を渡す。									
		長なわ週間に入る前の体育朝会時に、運動委員会の児童が跳び方のポイントを示す。									
体育朝会											
<ul style="list-style-type: none"> <li style="margin-right: 10px;">・4月 集団行動 <li style="margin-right: 10px;">・5, 7月 体ほぐし <li style="margin-right: 10px;">・9月 リズムダンス <li style="margin-right: 10px;">・11, 12月 長なわ <li style="margin-right: 10px;">・1月 持久走 <li style="margin-right: 10px;">・2月 短なわ <li style="margin-right: 10px;">・3月 体づくり 											

わくわくタイムの活動内容

1 目標

- 日常生活に運動を取り入れることで、楽しく遊びながら運動に親しみ、運動好きな児童を育てる。
- 児童だけでも遊びに取り組むことができるようにする。
- 運動を得意としない児童でも運動能力に関係なく取り組めるような、ゲーム性やチャレンジ性の高い遊びを取り入れることで、進んで外遊びができるようにする。

2 体育的活動に取り組む時間・場所

- 年間18回、各学級担任（23名）が一つの運動遊びの場を担当する。
- 中休みと昼休み（25分間）に取り組む。
（移動・準備5分、活動時間20分）
- 校庭、体育館に運動遊びの場を設置し、学級毎にローテーションする。

3 実施方法

- 中休みと昼休みに学年ごとに運動遊びに取り組む。
- 服装は、体育着に着替えずにそのままの服装で活動に取り組む。
- 待ち時間が少なく大勢で参加できる遊びにする。
- ルールは分かりやすいものにして、教師がいなくても児童だけでできる遊びにする。
- 教員が担当する運動遊びの場を固定し、教員の専門性を高める。
- 専科教員は、音源を担当したり、低学年の補助に入ったりしながら、活動の様子を記録する。

4 活動の流れ

分	活動内容
5	移動・準備
1	①集合 ②ルールの確認
17	③活動
2	④振り返り ⑤挨拶

～振り返り方～

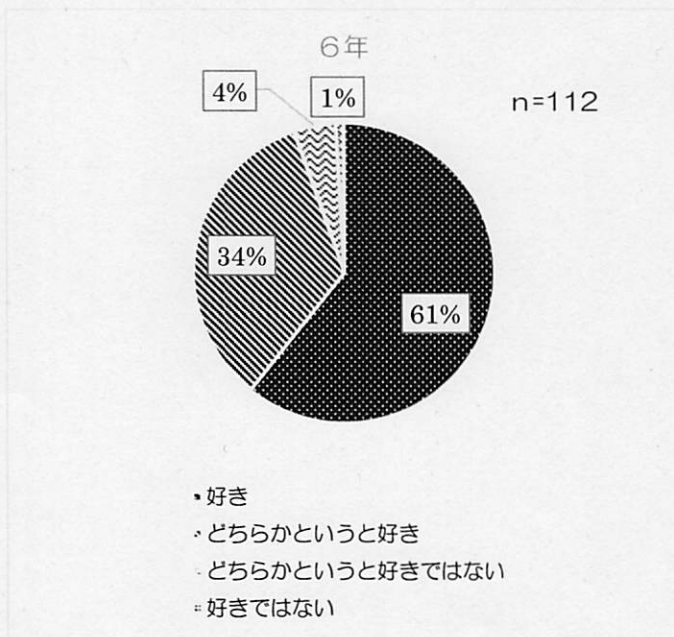
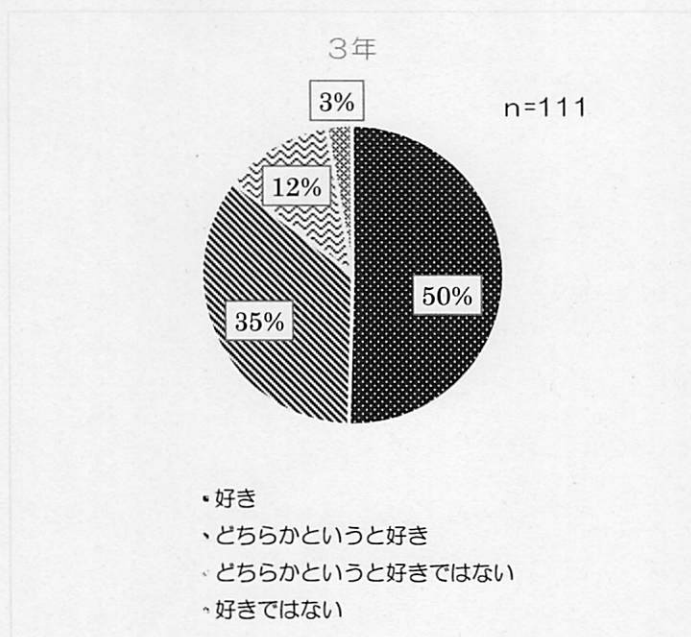
はじめに、その日の運動遊びが楽しかったかを尋ねる。次に、どんな工夫をしたか（選択したか）を簡単に話し合う。最後に、次週の予告（こういうルールで取り組む）や、休み時間にも取り組むよう声掛けをする。

5 運動遊びの内容

- 内容については、日常的にその運動遊びに取り組めるように準備が手軽なものを設定する。また、児童に人気のあるものや、身に付けさせたい力にかかわる運動遊びを設定することにより、意欲的に活動に取り組むと考える。

○バンブーダンス	○ドンじゃん	○宝おに	○Sけん	○ゴム跳び	○十字おに
○長なわ	○3色リバーシ	○的当て	○にんじゃランド（固定施設）	○UFOドッジボール	
○ぐるぐるおに	○思いっきりスロー（投げる遊び）	○ボンバーゲーム	など		

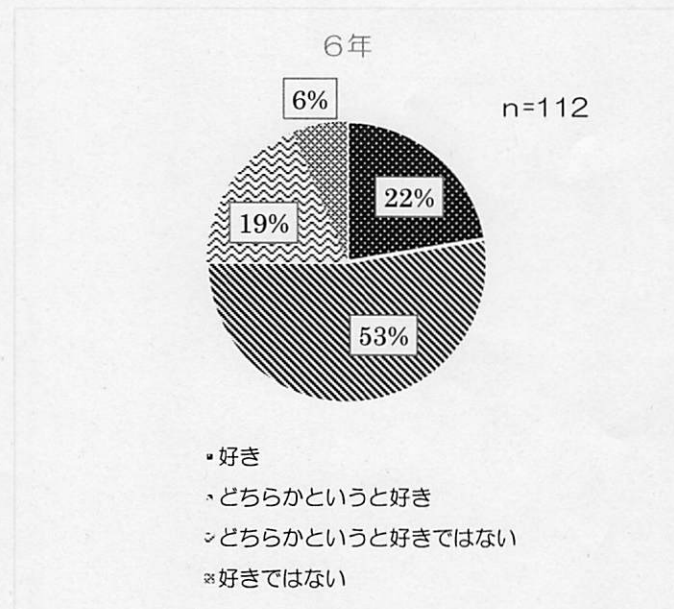
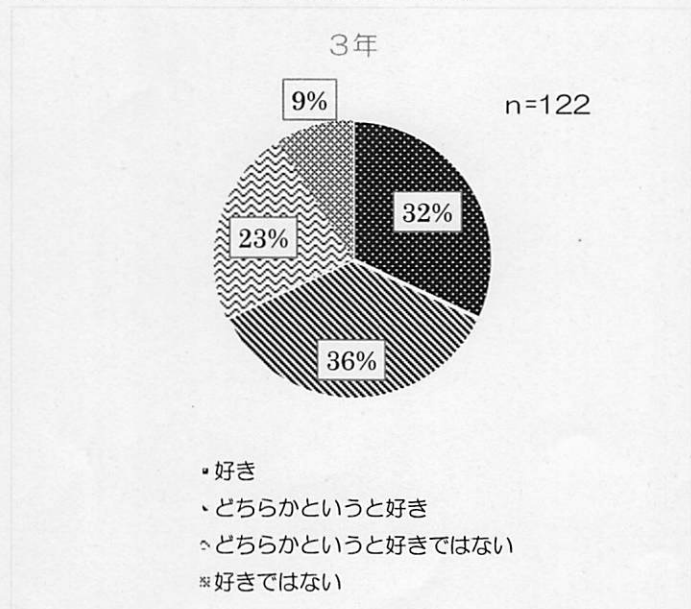
質問 外で遊ぶことは好きですか。



3年生は、外遊びが好き、どちらかという好きと答えた児童は、85%であった。また、6年生は、95%と非常に高い結果が得られた。

江戸川区立西葛西小学校では、月2回の「わくわくタイム」の他にも、学級遊びや、縦割り班遊びにも取り組んでいて、日常的に外遊びに取り組む機会が多い。また、木にロープを張って筒を通して投げることのできる場など、いつでも取り組むことのできる場の設置の工夫の成果と考える。

質問 わくわくタイムは好きですか。



外遊びと比べて「わくわくタイム」を好き、どちらかという好きと答える児童は減少傾向にある。普段の休み時間に比べると、遊びの自由度が低くなるためだと推察する。

しかし、アンケートの記述欄を見ると「わくわくタイムと一緒に遊んで仲良くなった友達ができた。」や、「遊びを工夫したらもっと楽しくなった。」などという意見もあり、本部会がねらう「友達とのかかわり」や「工夫することの楽しさ」を味わう児童も見られる。

体育的活動領域部会の考える共通理解事項

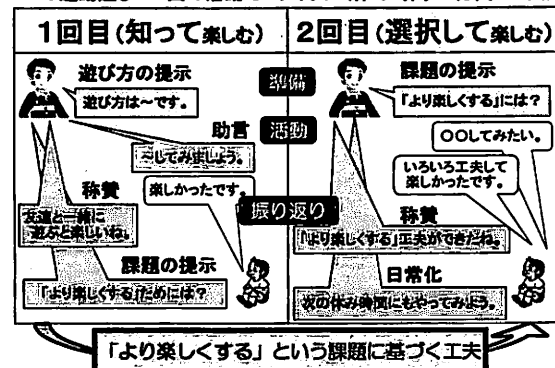
(1) 本部会の考え（ウリ）

本部会の考えは、2回の活動を1サイクルとして場（運動遊び）を経験していくことです。

研究内容にも関することですが、1つの遊びに2回取り組むことで遊びを「より楽しくする」という課題を解決しやすくなります。

短くまとめると、1回目の活動では、遊びの行い方を知りやってみる。2回目の活動で、工夫して遊びを楽しむ。このことにより、日常的に運動に親しむ力を育みます。

【「思考・判断」の指導内容に関する指導資料】
1つの運動遊び×2回の活動で1サイクル(休み時間20分間×2回)



(2) プレイリーダー

教師は、プレイリーダーです。プレイリーダーとは、一緒に遊んだり、手本を示したりします。また、「楽しんであそんでいる児童」、「工夫して遊んでいる児童」を称賛します。「その行い方は、楽しいね。」や、「こんな工夫をしている班があるよ。」などと言葉掛けすると全体で工夫の共有もできます。

(3) 工夫の視点

①遊びの行い方

行い方の工夫例として、走り方（ケンケンなど）や、高さ、コースなどを変えること。他にも縄の回す向きや、体の向きなどがあります。

②友達とのかかわり方

かかわり方の工夫例として、人数を変えたり、手をつないで走ったりすることなどがあります。

③工夫の系統性

遊びによっては、「もっと楽しくするには。」と尋ねても、なかなか考えることができないものもあります。そういった場合には、こちらから工夫例を提示することもありますし、無理に工夫させずに2回目も同じルールで取り組んでもよいです。大切なのは「遊び込む」ことです。

学年が上がるにつれ、わくわくタイムで遊び方を工夫したり、体育授業で規則を工夫したりして取り組んでいる経験から、工夫が出てきます。それを全体で共有して、活動に取り組むとよいです。特に高学年では、児童から工夫の意見が出るのが期待できます。

また遊びによっては、作戦を工夫して取り組むとよいものもあります。「楽しむ」こともそうですが、「勝つためには」などと意識させることもポイントです。

(4) 振り返りで・・・

1回目も2回目も、工夫を子どもたちに尋ねる前にまずは「今日、楽しかった人。」と挙手させるとよいです。そこで多数の手が挙げれば、感想を数人に発表してもらいます。また、1回目の振り返りに工夫の視点を投げ掛けて、次回にやってみようという工夫が出てきたらそのルールで2回目に取り組むとよいです。