

**運動の楽しさや喜びを味わい，自ら進んで体を動かす子どもの育成
～教科体育と教科外体育の充実を通して～**

大崎町立大崎小学校 教諭 濱田 一平

目 次

1 研究主題	1
2 研究主題設定の理由	1
(1) 時代の要請から	
(2) 学校教育目標から	
(3) 子どもの実態から	
3 研究主題について	2
4 研究の仮説	2
5 研究の視点及び内容	3
6 研究の構想	3
7 研究の実際	4
(1) 視点1 「教科体育の取組について」	
(2) 視点2 「教科外体育の取組について」	
8 研究のまとめ	8
(1) アンケート結果	
(2) 研究の成果と課題	

資 料

【参考文献・ウェブサイト】	
『小学校学習指導要領』	文部科学省
『小学校学習指導要領解説体育編』	文部科学省
『平成 29 年度 熊本大学附属小学校研究紀要』	熊本大学附属小学校
『授業のユニバーサルデザインと合理的配慮』	阿部利彦編著 金子書房
『新訂版 学校保健実務必携』	学校保健・安全実務研究会 編著 第一法規
『スポーツ庁ホームページ』	

1 研究主題

運動の楽しさや喜びを味わい、自ら進んで体を動かす子どもの育成 ～教科体育と教科外体育の充実を通して～

2 研究主題設定の理由

(1) 時代の要請から

平成 29 年に告示された新学習指導要領において、運動領域では、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現する基礎を培うことが求められている。

一方で、平成 30 年度体力・運動能力調査結果（スポーツ庁）によると、小学生の結果が過去最低となっている。スマートフォンやゲームなど屋内でも楽しめる環境が増えたことが原因の一つとして挙げられている。

本年度行われたラグビーワールドカップ 2019 日本大会や、来年度行われる 2020 東京オリンピック・パラリンピック競技大会を通して、運動やスポーツを「する・みる・支える・知る」といった様々な関わり方が期待できる。運動やスポーツがより身近になってきた今の時代だからこそ、運動の楽しさや喜びを味わい、自ら進んで体を動かす子どもの育成が求められていると考える。

(2) 学校教育目標から

本校は、「学ぶ意欲と豊かな心を持ち、心身ともにたくましい大崎の子どもを育てる」を学校教育目標とし、次のような目指す子どもの姿を掲げている。

- 思いやりのある素直な子ども (※ 人権尊重の心と態度)
- 夢を持ち、自ら学ぶ子ども (※ 学び方定着と確かな学力)
- 体力・気力のある元気な子ども (※ 体力・気力・健康)

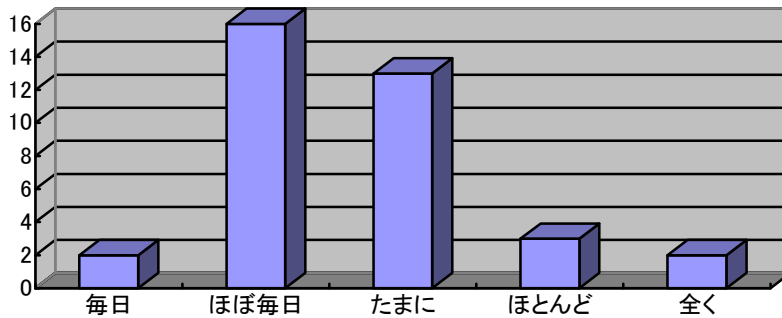
また、努力点に「運動の楽しさを味わわせる体育指導の充実」を掲げている。

本主題「運動の楽しさや喜びを味わい、自ら進んで体を動かす子どもの育成」では、運動に関心を持ち、記録が向上したり、できなかったことができるようになったりするために、友達のことを思いやり一緒に考え、自分で課題と向き合いながら自ら向上策を考え、結果的に体力向上や運動習慣の確保ができる子どもの育成を目指している。これは、本校の教育目標の具現化につながるものとする。

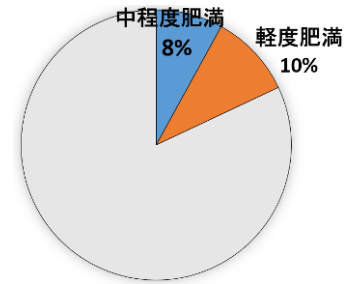
(3) 子どもの実態から

本学級は、1 学年 1 学級であり、3 年時から現在の 5 年生まで同じメンバーで学校生活を過ごしている。そのため、学級内に一定のルールが出来上がっており、子どもたちが主体となって学級を運営する雰囲気がある。しかし、固定化された人間関係や、リーダーの不足、学力の差など問題も山積している。中でも 4 月当初強く感じたことが運動習慣不足である。朝や昼休みに教室に居る子どもが多かったり、みんなで遊ぶ日（レクリエーション）も屋外だと参加しない子どもがいたりした。また、肥満傾向の子どもも多く見られた。

〔朝の体力づくりをしているか〕



【図1 アンケート結果（4月，5年生35名）】



【図2 肥満児の割合（4月，5年生39名）】

そこで，運動の楽しさや喜びを味わわせ，友達と一緒に進んで運動に取り組めるような体育の授業と，運動が生活化できるような教科外体育の充実を行っていくこととした。

3 研究主題について

(1) 「運動の楽しさや喜び」について

以下の4点を意識して実践を進めていった。

ア 教材自体の面白さ	【教材観】
イ 自分の課題を解決したいとがんばるときの楽しさ	【学びに向かう力，人間性等】
ウ 「わかる」「できる」喜び	【知識及び技能】
エ 友達と協力して高め合う喜び	【思考力，判断力，表現力等】

(2) 「自ら進んで体を動かす」について

本研究の最大の目的は，運動の生活化である。従って，自ら進んで体を動かすとは，朝や昼休みに外に出て遊んだり，体育の授業以外で運動したりすることと定義する。

4 研究の仮説

研究テーマを受け，次のような研究仮説を設定した。

(仮説1)

体育の授業において，子どもの実態や課題をもとに授業をデザインしていけば，運動の楽しさや喜びを味わい，「自ら進んで体を動かす子ども」を育成することができるのではないかと。

(仮説2)

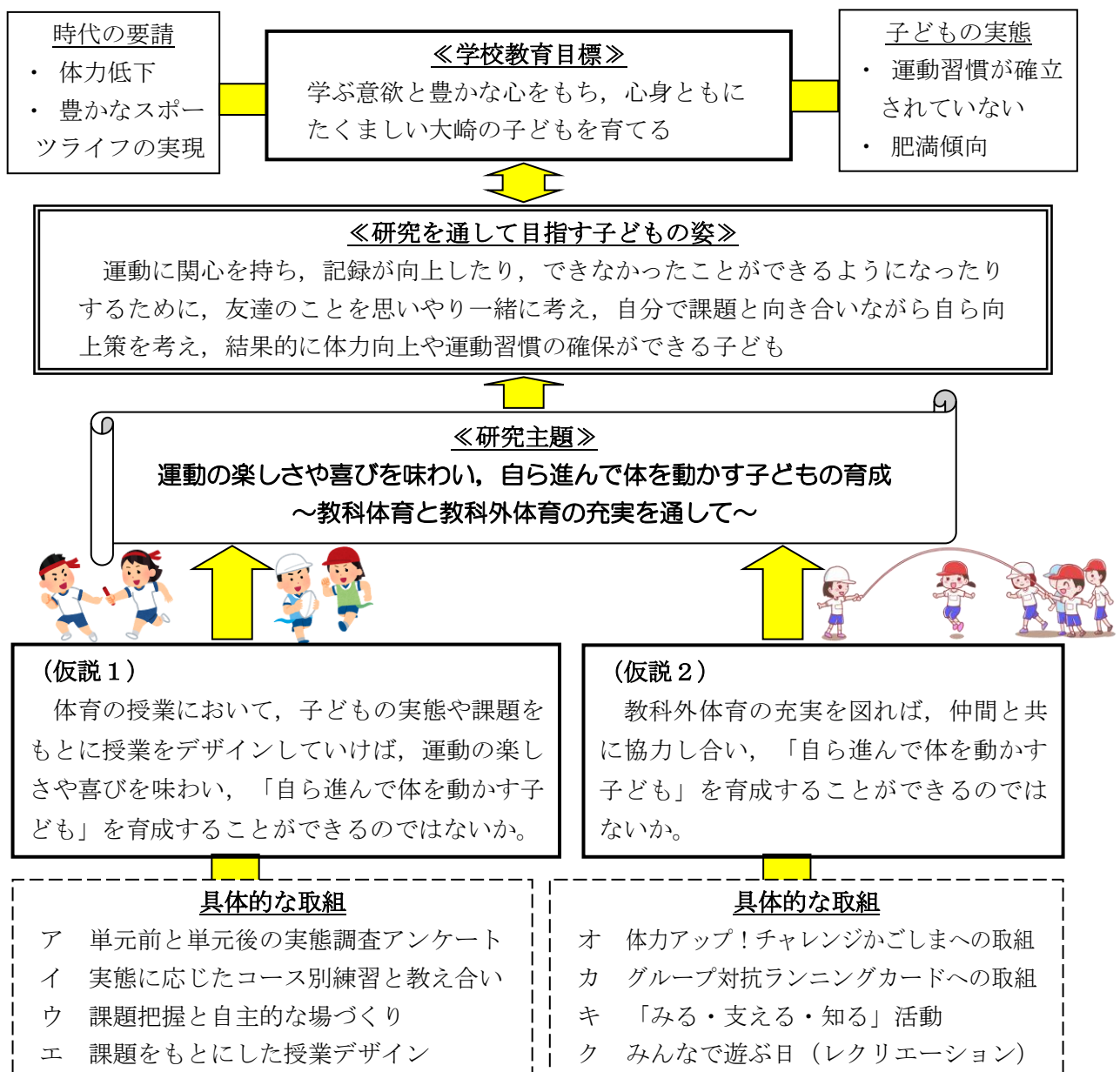
教科外体育の充実を図れば，仲間と共に協力し合い，「自ら進んで体を動かす子ども」を育成することができるのではないかと。

5 研究の視点及び内容

以下のような視点に分け、研究主題に迫るようにした。

(1) 研究の視点1 ～教科体育の取組について～	(2) 研究の視点2 ～教科外体育の取組について～
ア 単元前と単元後の実態調査アンケート	オ 体力アップ!チャレンジかごしまへの取組
イ 実態に応じたコース別練習と教え合い	カ グループ対抗ランニングカードへの取組
ウ 課題把握と自主的な場づくり	キ 「みる・支える・知る」活動
エ 課題をもとにした授業デザイン	ク みんなで遊ぶ日 (レクリエーション)

6 研究の構想



7 研究の実際

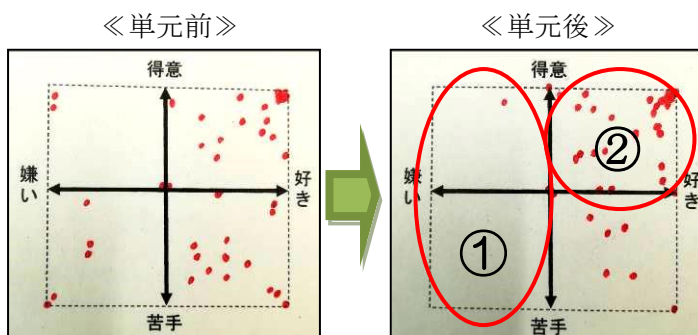
(1) 視点1・・・教科体育の取組について

ア 単元前と単元後の実態調査アンケート

単元が始まる前と単元を学習した後に子どもへ実態調査アンケートを行った。学習する前の段階での自分の教材に対する思いとその理由や、学習した後の気持ちの変化とその理由を記入するものである。

○ 活動の実際：「体づくり運動」（4月・5月）

※ 体カテスト前だったため、質問内容が「体カテスト」となっている。



子どもの「苦手」や「嫌い」の理由をもとに授業をデザインした結果、以上のような意識の変容が見られた。

①のエリアが大きく減少し、②のエリアに集中していった。「得意」「苦手」という技能面はすぐには改善できなくても、「好き」「嫌い」といった「意識面」は授業の内容次第で向上することが分かった。このことから、実態調査アンケートは、運動の楽しさや喜びを味わうための有効な手段であったといえる。

この実態調査を行ったことで、個人の困り感の把握だけでなく、具体的な声掛けや解決するための場の工夫、ルール作りにも役立てることができた。

イ 実態に応じたコース別練習と教え合い

実態調査アンケートや第1時での観察を通して、習熟度別、技能別に練習を行った方が効果的だと感じた単元では、単元を貫く活動としてコース別練習と教え合いの活動を位置付けた。今年度実際に「水泳運動」（6月・7月）と「器械運動（鉄棒運動）」（10月）で行った。

○ 活動の実際：「水泳運動」（6月・7月）

単元計画

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5	あいさつ、準備運動、めあての確認、今日のボディ確認									
10	シャワー、体を慣らす動き、基本練習(バタ足など)									
15										
20	学び合いタイム									
25	《クロール》			《平泳ぎ》			《クロール》 《平泳ぎ》《背泳ぎ》			
30	高めタイム									
35	1～3コース 「目指せ25m」		4・5コース 「増やせ！泳法」			6・7コース 「チャレンジ50m・100m」				
40	シャワー、整理運動、今日の振り返り、着替え									

水泳学習発表会

「器械運動（鉄棒運動）」と「水泳運動」での教え合いの様子



教え合う活動を通して、仲間と一緒に体を動かす喜びを味わい、コース別練習を通して、自分の課題に向かって努力する楽しさを感じていたようであった。

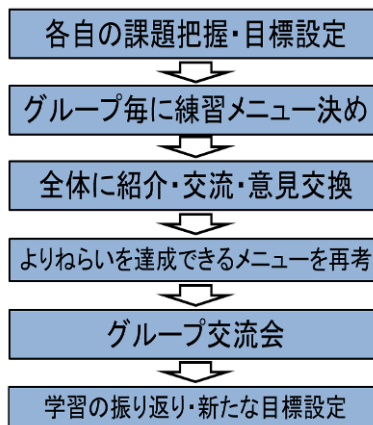
教師も支援の必要な子を中心に巡視することができた。

ウ 課題把握と自主的な場づくり

実態調査アンケートで、「苦手」や「嫌い」が多い単元では、どうして苦手意識があるのかを聞き取り、学ばせたい力を絞り、みんなで「楽しい」体育を作ろうと呼びかけ、自分たちで課題を解決できる場づくりをさせて学習を進めた。今年度は実際に「体づくり運動（多様な動きをつくる運動）」（4月・5月）と「体づくり運動（体の動きを高める運動）」（11月）で行った。



《単元の流れ》



この「課題把握と自主的な場づくり」は、満足度調査の結果95%以上の子どもが効果的であったと回答した。仮説1で目指した「自ら進んで体を動かす子ども」の育成に最も有効であった方法の一つであった。

エ 課題をもとにした次時の授業デザイン

実態調査アンケートや第1時での観察を通して、実力に差があり、個のめあてよりも全体のめあてを通して個のレベルアップを図った方が有効であると考えた単元では、課題をもとに次時の授業をデザインしていく方法をとった。これは、平成29年度熊本大学附属小学校の「真正の学び」の研究を参考に行った。今年度は実際に「ボール運動（ソフトボール）」（5月・6月）と「ボール運動（バスケットボール）」（12月）で行った。

○ 活動の実際：「バスケットボール」（12月）

第1時 試しのゲーム

- 課題① シュートが入らない
② 基本のルールが分からない



基本のルールはすぐに共有できる。シュートは“打ち方”と“ねらう場所”が分かっていないな。次時は、レイアップシュートの学習をさせたい。

第2時 シュートゲーム

主な活動

- ① レイアップの練習
- ② ねらう場所を見つける
- ③ アウトナンバーでのシュートゲーム



レイアップをしたいけれど、守備がゴール下にいるとできない。パスを回して守備をバラバラにしないと。

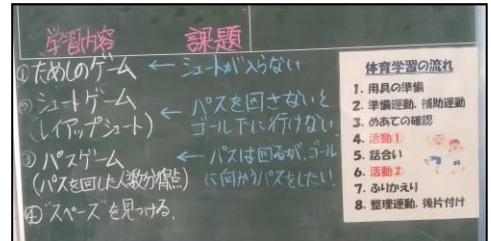
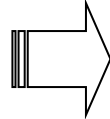
本日の課題

パスが回らない

第3時 パスゲーム

主な活動

- ① パスの種類の学習
- ② 三角形の動きに気付く
- ③ パスゲーム (パスを回した人数分得点)



このように、子どもの実態と本時で新しく見つかった課題、教師が学ばせたい内容を上手く関連付けながら授業をデザインしていった。この学習方法も、80%以上の子どもが効果的であったと回答した。

(2) 視点2・・・教科外体育の取組について

オ 体力アップ！チャレンジかごしまへの取組

鹿児島県教育委員会の推進する『チャレンジかごしま』への取組を行った。長縄への苦手意識が強い子どもや、そもそも外に出て体を動かさそうとしない子どもが多く、取組当初は10人程度の参加であった。

それでも、子どもたち同士で声掛けをし続けたり、タイミングよく入れない子どもだけ集めて秘密特訓を行ったりしていき、7月に入って初めて全員参加することができた。

跳べなかった子どもも跳べるようになり、3分間で278回という新記録を出すことができた。

校内の長縄大会では、6年生を破り見事優勝し、達成感と一体感を得ることができた。

学級通信でも大きな記事にして保護者に伝え、さらには学級PTAでも動画を観ていただいた。

長縄大会がんばりました！！(笑)

<こんなに“宝物”ができました>

- ・ 全員が練習に参加したこと
- ・ 跳べなかった人も跳べるようになったこと
- ・ 大会で新記録がでたこと
- ・ 学校でNo.1になったこと
- ・ みんなで喜べたこと



今週火曜日、全校児童で長縄大会を行いました。5年1組では、この日のために1ヶ月前から練習を始めました。最初は10人程度の参加で、子供たちの意識もバラバラ...という状況でしたが、声かけを続けたり、苦手な友達を集めて秘密特訓をしたりしながら長縄モードを作っていました。子供たちは朝も昼も楽しそうに練習をし始め、ついに先週、新記録の228回(3分間)を出すことができました。

ただ、本番を迎えるまでに唯一の心残りがありました。それは、「全員参加」というものでした。豊校時刻が遅かったり、苦手意識があったりして全員がそろうことは一度もありませんでした。しかし、本番当日の朝、委員会でこれなかった児童もちょこっと顔を出し、39人全員で練習ができました。本当にうれしかったです！！

そして、ついに長縄大会。目標は200回でしたが、なんとなんと！278回の大記録！新記録を作り出すことができました。進行の先生が、「新記録を出せたクラスありますか〜？」とマイクで言ったとたん、5年生全員で立ち上がりながら「ハイ！！！」と返事をしました。クラスの心が一つになったのを実感しました。

宿泊学習やPTAミニバレー大会でも感じましたが、この5年1組のチームワークや一体感には本当に最高だなと感じます！

《学級通信の長縄大会の記事》

カ グループ対抗ランニングカードへの取組

校内持久走大会(12月)に向けて、毎朝ランニングを行った。みんなで取り組む喜びに気付き始めていたので、このランニングもグループで協力してできないかと考えた。右のようなランニングカードを作成し、実施した。思惑通り、グループで声を掛け合う姿が多く見られた。



ランニングカード

- ・ 4人1グループ
- ・ 校庭300周で1枚クリア



私も一緒に走りました。

キ 「みる・支える・知る」活動

運動やスポーツへの関わり方は多様である。「する」ことも大事だが、豊かなスポーツライフを実現するためには、「みる・支える・知る」活動の面白さにも気付かせる必要があると考える。

そこで、年間を通して自然と運動に触れあえるように掲示や学習内容等の工夫を行った。

視点	みる・知る	みる・知る	みる・知る	支える・知る
活動風景				
内容	トリニダード・トバゴの陸上選手と交流。競技内容や国の場所等を学ぶ。	教室の掲示物として短距離のきれいな走り方を紹介。	教室の掲示物として体育に必要なルールを紹介。	鳥取県選手団を迎える国体の応援旗を作成。県の特産品等を調べた。
視点	みる・知る	知る	知る	みる・支える
活動風景				
内容	国体の歴史や種目について調べ学習。大崎町でどんな種目が行われるのかを特に調べた。	国語の学習の一環で、新聞記事の読み取りを行った。地元紙と全国紙での県出身者の取り扱い方の違いに気付いた。	着衣水泳学習を実施。今年度は外部から専門的な知識のある方を招聘した。	PTA ミニバレー大会では、親のプレーを一生懸命応援し、見事応援賞を頂いた。

ク みんなで遊ぶ日（レクリエーション）

「みんなで遊ぶ日」と称し、毎週1回、昼休みに学級全員で遊ぶ機会を設けた。係の子どもに企画・運営は任せたが、内容を走る系（リレー、ケイドロ、ハンカチ落とし等）とボール系（転がしドッジ、サッカー等）、室内遊び（あっちむいてホイ、イラスト対決等）の3つに分類し、偏りなく実施できるようにした。



《しっぽとりゲーム》



《なんでもオリンピック》



《転がしドッジ》

トラブルもあったが、自分たちで解決する力やルールを工夫する力が身に付いてきた。

8 研究のまとめ

(1) アンケート結果

下の表は、2学期末に行ったアンケートの一部である。取組の効果とそれぞれの感想は以下のとおりである。

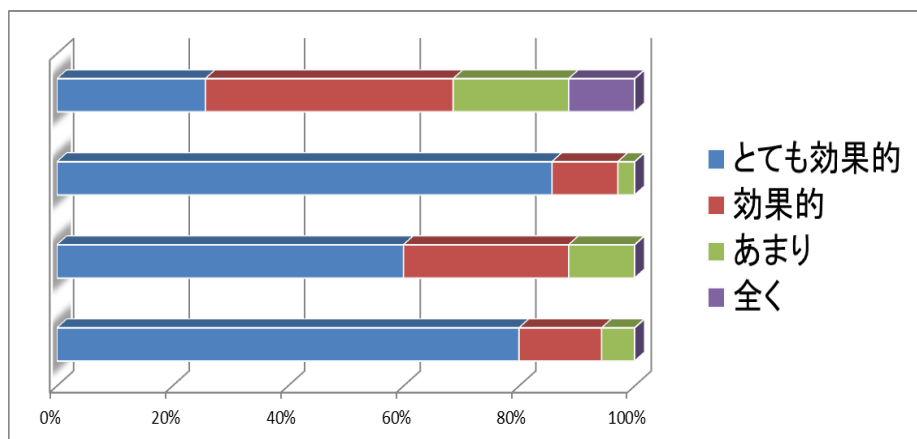
(実施日：令和元年12月18日 対象：5年生35名)

実態調査アンケート

課題把握と自主的な場づくり

課題をもとにした授業デザイン

グループ対抗ランニングカード



《子どもの感想》

実態調査アンケート

- ・自分のことを振り返ることができた。
- ・嫌いだったけれど好きになったことが実感できた。
- ・どれだけ成果があったのかがすぐに分かった。

課題をもとにした授業デザイン

- ・少しずつ動きが良くなっていくのが実感できた。
- ・次の課題がはっきり分かった。
- ・一つずつしていくので、みんなのペースに追いつけた。

課題把握と自主的な場づくり

- ・自分たちで考えると運動しやすい。
- ・グループみんなでメニューを考えることが楽しかった。
- ・楽しみながら疲れるのが良かった。
- ・どの動きが何のためなのかを考えながらできた。

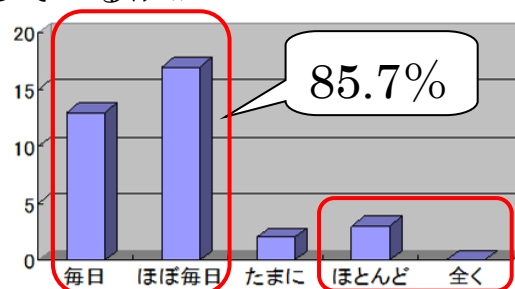
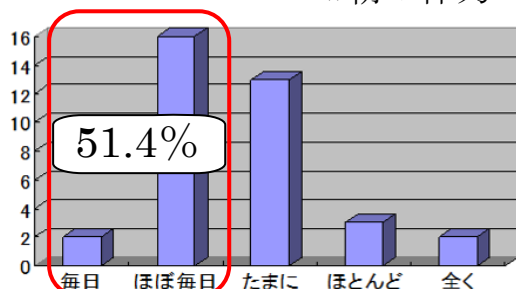


グループ対抗ランニングカード

- ・グループでしたので楽しかった。
- ・「他の班には負けたくない」というやる気につながった。
- ・前よりも走るようになった。
- ・持久走のタイムが速くなった。

また、4月と12月の子どもの変容は以下のとおりである。

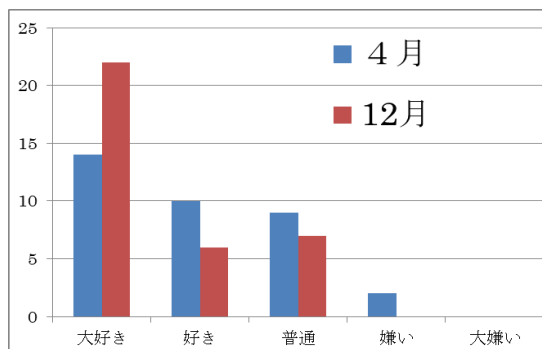
《朝の体力づくりをしているか》



毎日やほぼ毎日運動するという子どもが大きく増えた。そして、運動習慣がほとんどなかった子どもが減少していることが分かる。「自ら進んで運動をする子ども」が増加したことが分かる。

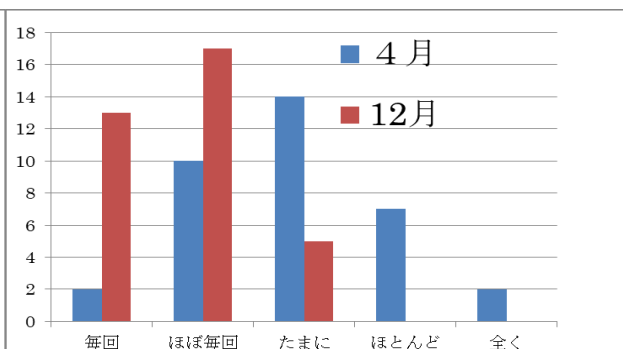
さらに、以下の項目も4月と12月で変容が見られた。

《体育の授業は好きか》



体育の授業は好きかどうかを尋ねたところ、「大好き」という回答が大きく増えた。また、4月当初「嫌い」と回答していた子どもにも変容が見られ、「友達と体を動かすことが楽しかった。」と回答した。

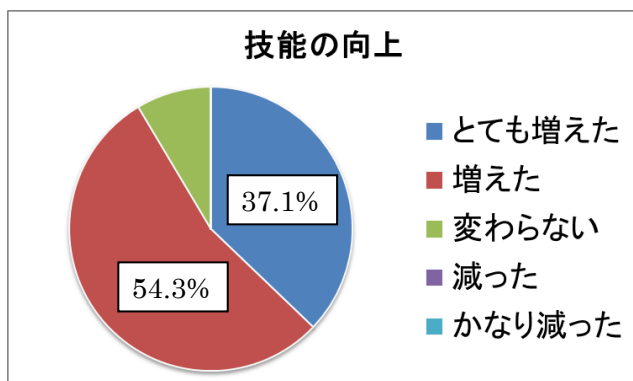
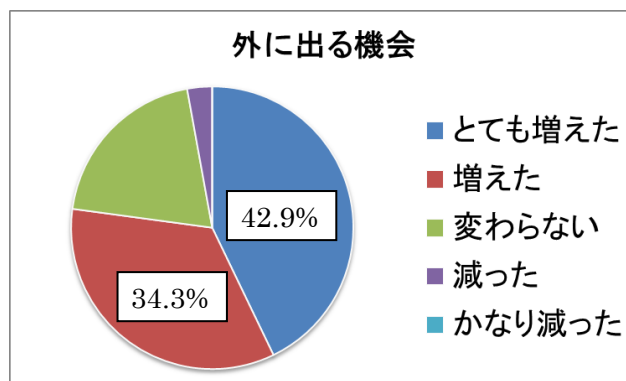
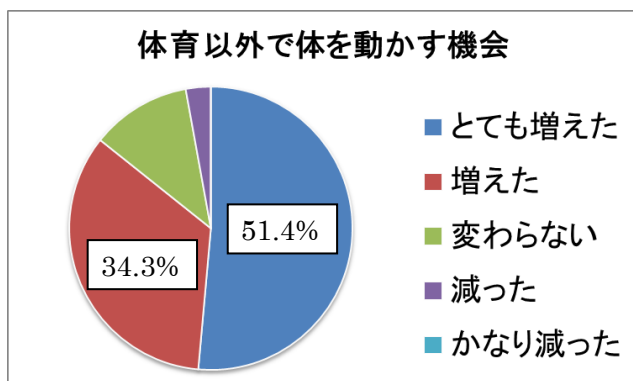
《考えながら体育をしているか》



考えながら体育をしているかどうかを尋ねたところ、4月に比べ全ての子どもが考えながらしているという回答を得られた。明確な課題提示や、自分たちで考える場、自己の課題把握など効果的であったことが分かる。

次に、今年度（4月から12月）を振り返るアンケートを行った。

(実施日：令和元年12月18日 対象：5年生35名)



体育以外で体を動かす機会や外に出て活動する機会が増えたと回答した子どもが共に80%近くいることが分かった。今回の取組の成果である。また、自分たちで考える体育や、友達と教え合う体育を行ったことで、技能の向上も見られた。「わかる」「できる」体育が実現できたように感じる。

これらアンケートの結果から、全ての取組が子どもたちにとってはプラスになるものばかりであり、「教科体育」の充実と「教科外体育」の充実を意識し、「運動の楽しさや喜びを味わわせる」ことで、「自ら進んで運動をする子ども」の育成が概ね達成できたと考えられる。

(2) 研究の成果と課題

仮説	成果	課題
<p>(仮説1) 体育の授業において、子どもの実態や課題をもとに授業をデザインしていけば、運動の楽しさや喜びを味わい、「自ら進んで体を動かす子ども」を育成することができるのではないか。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 実態を把握し、実態に応じた学ばせ方をすれば、運動の楽しさに気付き、考えて学習することが分かった。 ○ アンケート結果から分かるように、多くの子どもが運動の楽しさに気付き、運動を日常的に行うようになった。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 実態把握を行う際、プロット図を全単元で作成することができなかった。時間がかからない効率的な方法を模索していきたい。 ● 領域によって最適な学ばせ方があるのではないかとという新たな疑問が生まれた。
<p>(仮説2) 教科外体育の充実を図れば、仲間と共に協力し合い、「自ら進んで体を動かす子ども」を育成することができるのではないか。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 「する」だけでなく、「みる・支える・知る」楽しさにも気付き進んで取り組むようになった。 ○ 友達と協力して学習することや、自分たちで学び方を考える活動が体育科以外の教科でも見られるようになった。 	<ul style="list-style-type: none"> ● アンケート結果より、変容の見られない子どもが数人いることが分かった。その子に焦点を絞って改善策を考えていきたい。 ● 学級だけの取組にせず、学校全体に広められるように働きかけをしていきたい。

終わりに、本研究は、昨年度鹿児島大学教職大学院での「個の困り感に応じたユニバーサルデザイン」の研究の延長として、体育科に絞って行ったものである。困り感をいかに把握するか、そして、その困り感をどのようにして改善していけるか。その改善方法は他の子どもにもあると有難い支援であるかどうか。結果的に自分たちでよりよい学習環境を形成していけるかどうかを求めようと思い始めた。昨年度同様、実態把握の必要性和、仲間と協力する必要性、そして、教師一人だけでなく同僚や保護者の理解を得て一緒になって取り組む必要性を強く感じる事ができた。今年度の研究で新たに見つけた課題をもとに、今後も学ぶ姿勢を忘れずに研究と修養に努めていきたい。



いそいそ

体育大好きー！