

小 学 校

令和7年度

# 教育研究員研究報告書

体 育

東京都教育委員会

## 目 次

I	研究主題設定の理由	1
II	研究構想図	2
III	研究内容	3
	1 基礎研究（先行研究の調査・分析）	3
	2 調査研究（先行調査の分析）	5
	3 研究の視点に基づく指導の工夫	7
IV	検証授業	10
	1 第1学年	10
	2 第4学年	12
	3 第5学年	13
V	研究のまとめ	15
	1 事後調査	15
	2 成果	15
	3 課題	16

## 研究主題

# 「全ての子供たちが主体的に学び、仲間と共に成長する体育学習」 ～学びを自らつくる学習過程と自己決定を支える環境の工夫～

### I 研究主題設定の理由

『令和の日本型学校教育』の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現～(答申) (中央教育審議会 令和3年1月26日) (以下、「令和答申」という。)では、『個別最適な学び』と『協働的な学び』を一体的に充実し、『主体的・対話的で深い学び』の実現に向けた授業改善につなげていくことが必要である。」ことが示されている。また、『個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実』のためのサポートマガジン『みるみる』(文部科学省 令和7年4月) (以下、「サポートマガジン『みるみる』」という。)では、「顕在化している子供の多様性の状況などを踏まえると、特定の指導方法や学習方法を全員に対して採用したからといって全ての子供の『主体的・対話的で深い学び』にできるとは限らず、子供一人一人の興味関心や学習特性を踏まえながら、学びの実現を目指していくことが重要となります。こうしたことが、令和答申において『個別最適な学び』が提唱された背景にあります。」また、「子供たちが学校教育を通じて、あらゆる他者を価値のある存在として尊重し、様々な社会的な変化を乗り越えて、持続可能な社会の創り手となることができるようにするためには、『個別最適な学び』が『孤立した学び』に陥ることのないよう、『協働的な学び』と一体的に充実していくことが大切です。」とあり、個別で学ぶ場面でも協働的な場面を設けることや、協働的な場面でも個別の学びが深まるような工夫を意図的に行うことが大切であると示されている。

「東京都教育ビジョン(第5次)」(東京都教育委員会 令和6年3月)でも、「予測困難な時代において、よい変化を起こそうと、自分で課題を設定し振り返り、責任をもって行動する力を身に付けさせるため、教師が指導観を転換し、授業をデザインする必要がある。子供が自ら学び方を選択し、自立した学習者になることを目指した授業づくりについて研究を進め、都内全公立学校での展開に向け、普及啓発を図る。」とあり、これからの授業の在り方の一つとして、児童が自分で学習の計画を立て、学び方を選んで学習を進めていくような授業を展開していくことが求められていることが分かる。しかし、同資料内「未来の東京を担う子供たちの声」で「どんな学び方だと、内容が理解しやすいと思うか」という質問に対し、「自分で学習の計画を立て、自分が決めた方法で調べたり、考えたりする学習」を選択した児童の割合は、約1割であった。

これらのことを踏まえ、児童が学び方を知り、学び方を選んで学習することができるように、研究主題を「全ての子供たちが主体的に学び、仲間と共に成長する体育学習～学びを自らつくる学習過程と自己決定を支える環境の工夫～」と設定した。本研究主題の下、研究の視点に基づく指導の工夫の有効性について明らかにすることを目的とした。研究領域については、児童が個人の課題を見付けやすく、自分に合った学び方を選択し、課題を解決する学習を実現しやすいと考え、「体づくり運動系」とし、研究を進めることとした。

## II 研究構想図

### 【今日的な教育課題】

- 体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して資質・能力を育成すること。  
「小学校学習指導要領(平成 29 年告示)解説 体育編」(文部科学省 平成 29 年 7 月)
- 単元の目標を達成できるよう、教師が全体に指導する場面、協働が必要な場面、個別に学習を進める場면을効果的に組み合わせて単元を設計すること。  
「サポートマガジン『みるみる』」
- 「子供が I C T も活用しながら、学びのプロセスを自ら決定する授業」をすること。  
「東京都教育施策大綱」(東京都 令和 7 年 3 月)

### 【児童の実態】

- 「友達と一緒に勉強したい」と考える児童が全体の 6 割を超えている。  
「義務教育に関する意識に係る調査」(文部科学省 令和 6 年 3 月 5 日差し替え)
- 「自分で学習の計画を立て、自分が決めた方法で調べたり、考えたりする学習が理解しやすい」を選択した児童が約 1 割である。  
「東京都教育ビジョン(第 5 次)」(東京都教育委員会 令和 6 年 3 月)

### 令和 7 年度教育研究員共通研究テーマ

全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現

#### 研究主題

全ての子供たちが主体的に学び、仲間と共に成長する体育学習  
～学びを自らつくる学習過程と自己決定を支える環境の工夫～

### 【目指す児童像】

運動の楽しさや喜びを味わいながら仲間と共に学び合い、課題を見付け、自分に合った学び方を選び、課題を解決する児童

### 【研究仮説】

教員が児童の意欲を高める運動との出会わせ方や、児童が自ら学びをつくることのできるような指導計画、自己決定を支える児童との関わりや場・用具の設定、I C T の利活用等を工夫する。これらの取組により児童は、仲間と共に学び合いながら、課題を見付け、自分に合った学び方を選び、課題を解決することができるだろう。

### 【研究の視点】

学びを自らつくる学習過程

自己決定を支える環境

I C T の利活用

### 【研究方法】

基礎研究 先行研究の調査・分析

調査研究 先行調査の分析

実践研究 事前授業、検証授業

### 【評価・検証方法】

- 検証授業における学習の様子や感想の分析
- Web アンケートを活用した事前・事後調査の分析

研究のまとめ 成果と課題

### Ⅲ 研究内容

#### 1 基礎研究（先行研究の調査・分析）

##### (1) 学びを自らつくる学習過程と自己決定を支える環境について

「サポートマガジン『みるみる』」では、「一人一人で学ぶ場面とみんなで学ぶ場面は両方とも重要ですし、一人一人で学ぶ場面でも意図的に協働的な場面を設けることや、皆で学ぶ場面でも個々の学びが深まるような工夫を行うことも大切となってきます。こうしたことから、令和答申では、『個別最適な学び』と『協働的な学び』を一体的に充実していくことの重要性を示しています。」とある。このことから本研究では、児童が自己に合った学びや学び方を自己決定できるような支援が重要であると考えた。

上記の資料を参考にし、今年度の教育研究員共通研究テーマである「全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現」を達成していく。児童は、運動の特性を実感しながら、課題解決のために、必要に応じて友達との関わり合いや場の選択、ICTの利活用などの学び方を自己決定する。教員は、児童の自己決定を支える環境を整えることと、児童自らが学習過程をつくることができる授業を展開することが重要になる。

##### (2) 体づくり運動系の特性について

小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 体育編（文部科学省 平成29年7月）では、以下のように示されている。

体づくり運動系は、体を動かす楽しさや心地よさを味わい運動好きになるとともに、心と体との関係に気付いたり、仲間と交流したりすることや、様々な基本的な体の動きを身に付けたり、体の動きを高めたりして、体力を高めるために行われる運動である。

低学年は「体づくりの運動遊び」とし、その内容も全て「運動遊び」として示している。これは、児童が易しい運動に出会い、伸び伸びと体を動かす楽しさや心地よさを味わう遊びであることを強調したもので、以下の各領域においても同様の趣旨である。

低・中学年の「多様な動きをつくる運動（遊び）」では、他の領域において扱われにくい体の様々な動きを取り上げ、その行い方を知るとともに、運動（遊び）の楽しさを味わいながら体の基本的な動きを培うことをねらいとしている。

高学年では、低・中学年の「多様な動きをつくる運動（遊び）」において育まれた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ものとし、児童一人一人が運動の楽しさを味わいながら、自己の体力に応じた課題をもち、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き及び動きを持続する能力を高めるための運動を行う。

なお、体づくり運動系については、「体ほぐしの運動（遊び）」は、心と体の変化や心と体との関係に気付いたり、みんなで関わり合ったりすることが主なねらいであり、「多様な動きをつくる運動（遊び）」及び「体の動きを高める運動」は、体の様々な動きを身に付けたり高めたりすることが主なねらいであり、それぞれが特定の技能を示すものではないことから、従前どおり「技能」ではなく「運動」として示す。

低学年「体ほぐしの運動遊び」及び中・高学年「体ほぐしの運動」では、誰もが楽しめる運動(遊び)を通して心と体との関係に気付くことや、友達や仲間と関わり合いながら運動を行うことにより、お互いのよさを認め合うことをできるようにすることが重要である。

低学年「多様な動きをつくる運動遊び」では、幼児教育からの遊びを通した学びの経験の円滑な接続を図り、小学校の運動遊び(児童が易しい運動に出会い、伸び伸びと体を動かす楽しさや心地よさを味わう遊び)に親しむことをねらいとしている。また、幼児期における運動経験は児童によって異なるため、運動との出会いでも言う動作に始まり、歩く、走る、跳ぶなど基本的な動きを、運動遊びを通して経験していくことが求められる。

中学年「多様な動きをつくる運動」では、低学年で経験してきた動きを友達と関わりながら、組み合わせたり、動きの質を高めようとしたりして、運動の楽しさを味わいながら体の基本的な動きを培うことをねらいとしている。

高学年「体の動きを高める運動」では、何のために運動するのか、どのように解決していくのかなど自己の体力に応じた課題をもち、運動に取り組んでいく。低・中学年の「多様な動きをつくる運動(遊び)」において育まれた体の基本的な動きを基に、体の柔らかさを高めるための運動、巧みな動きを高めるための運動、力強い動きを高めるための運動、動きを持続する能力を高める運動によって、各種の動きを高めることにより体力の向上を目指していく。

### (3) 共通研究テーマにおける「個別最適な学びと、協働的な学び」について

『令和の日本型教育』の構築を目指して(答申)【総論解説】(中央教育審議会答申令和3年3月)及び「学習指導要領の趣旨の実現に向けた個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実に関する参考資料」(文部科学省初等中等教育局教育課程課 令和3年3月版)より、以下のように示されている。

#### ア 個別最適な学び

指導の個別化においては、教員が支援の必要な子供に、より重点的な指導を行うことなどで効果的な指導を実現することや、子供一人一人の特性や学習進度、学習到達度等に応じ、指導方法・教材や学習時間等の柔軟な提供・設定を行うことが必要である。

学習の個性化においては、子供の興味・関心・キャリア形成の方向性等に応じ、探究において課題の設定、情報の収集、整理・分析、まとめ・表現を行う等、教員が子供一人一人に応じた学習活動や学習課題に取り組む機会を提供することで、子供自身で学習が最適となるよう調整することが必要である。

#### イ 協働的な学び

探究的な学習や体験活動などを通じ、子供同士で、あるいは地域の方々をはじめ多様な他者と協働しながら、あらゆる他者を価値のある存在として尊重し、様々な社会的な変化を乗り越え、持続可能な社会の創り手となることができるよう、必要な資質・能力を育成することも重要である。

本部会では、個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実を図り、児童がそれぞれのよさを味わい、自己の学習状況等に応じて学び方を選択することができるようにした。

## 2 調査研究（先行調査の分析）

先行調査として文部科学省の「義務教育に関する意識に係る調査」（令和6年3月5日差し替え）を分析するとともに、部会で独自調査を実施した。ここでは先行調査の結果について述べる。

### (1) 対象とする先行調査

「義務教育に関する意識に係る調査」（文部科学省 令和6年3月5日差し替え）

### (2) 調査結果の分析

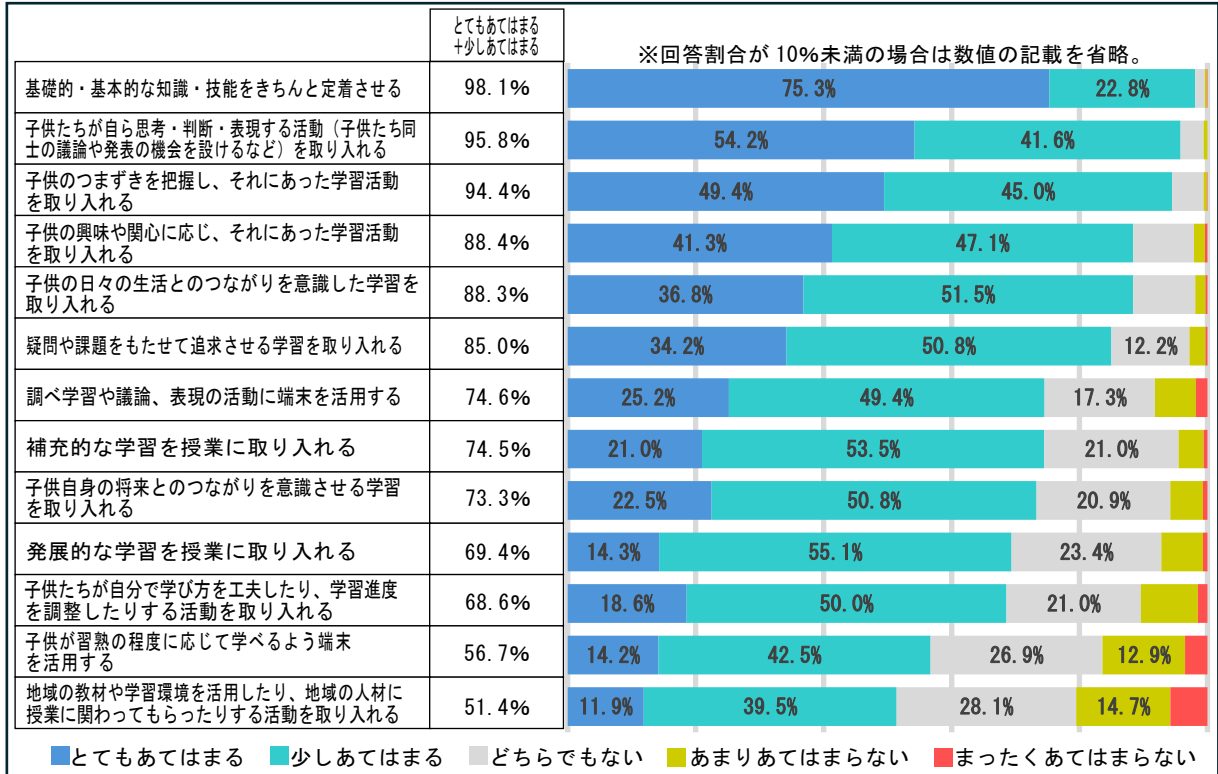


図1 「学習指導の中で心がけていることについて」（教師向け調査）  
義務教育に関する意識に係る調査 8ページを基に作成

図1のように、学習指導の中で教員が心がけていることとして、「基礎的・基本的な知識・技能をきちんと定着させる（98.1%）」「子供のつまずきを把握し、それに応じて授業の進め方を改善する（94.4%）」等、従来重視されてきた項目において「とてもあてはまる」「少しあてはまる」と回答した割合は、90%を超えている。一方で「子供たちが自分で学び方を工夫したり、学習進度を調整したりする活動を取り入れる（68.6%）」「子供が習熟の程度に応じて学べるよう端末を活用する（56.7%）」等、「個別最適な学び」に係る項目において「とてもあてはまる」「少しあてはまる」と回答した割合は、70%を下回っている。全体指導の中で、つまずきのある児童・生徒を把握したり、児童・生徒の実態や興味・関心から学習指導を工夫したりしていく傾向が見られる。

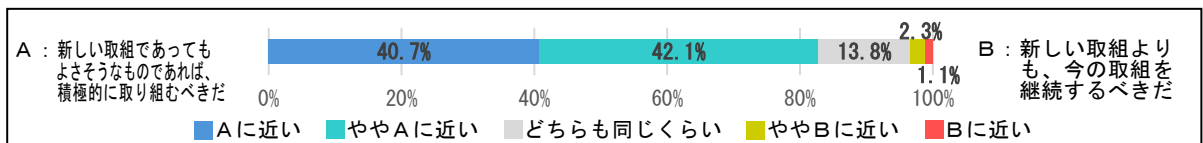


図2 「新たな取組（新たな指導法を取り入れる等）をすることに対してどちらの考えに近いか」（教師向け調査）

義務教育に関する意識に係る調査 10ページを基に作成

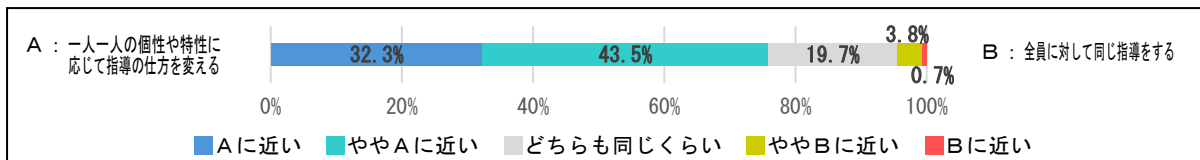


図3 「子供たちへの望ましい向き合い方について、どちらの考えに近いか」(教師向け調査)  
義務教育に関する意識に係る調査 13 ページを基に作成

図2・図3のように、「新しい取組であってもよさそうなのであれば積極的に取り組むべきだ(82.8%)」と肯定的に回答した教員は80%を超え、「一人一人の個性や特性に応じて指導の仕方を変える(75.8%)」と回答した教員は75%を超えている。

右の図4と図5は、どちらも学習スタイルに関する児童・生徒向けの調査である。小学校4年生から小学校6年生に関して、図4より「周りと同じ課題」と「自分の好きな課題」は、「どちらも同じくらい」と回答した児童は、どの学年においても30%程度いる。また、図5より「友達と一緒に勉強したい」と「1人で勉強したい」は、「どちらも同じくらい」と回答した児童は、どの学年においても16%程度いる。

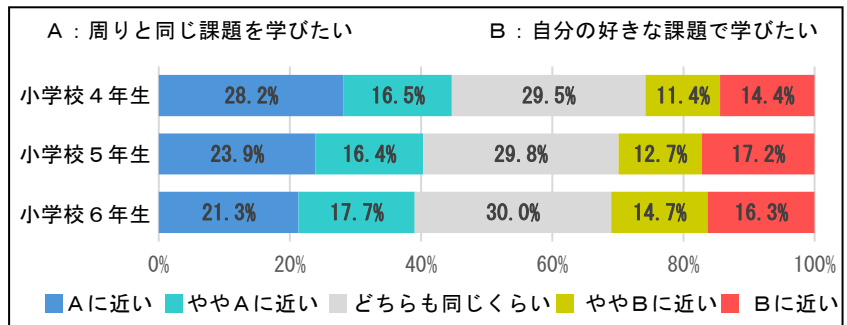


図4 「学習スタイルについてどちらの考え方に近いか(課題)」  
(児童・生徒向け調査)  
義務教育に関する意識に係る調査 30 ページを基に作成

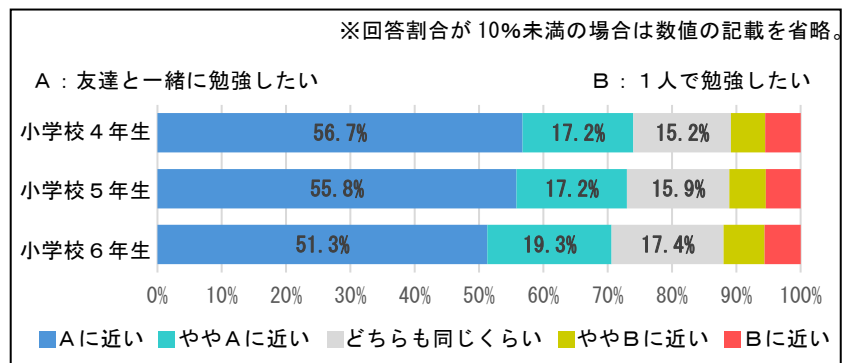


図5 「学習スタイルについてどちらの考え方に近いか(学習環境)」  
(児童・生徒向け調査)  
義務教育に関する意識に係る調査 31 ページを基に作成

学級には多様な児童が在籍しており、「個別最適な学び」及び「協働的な学び」どちらも求めている児童が一定数おり、どちらもバランスよく実現していけるような授業を求めているのではないかと見える。

これらのことから、教員は多様な指導方法を身に付けること、児童は学びが最適となるように調整する学習環境を望んでいることが分かる。一方で、教員が十分に学習環境をつくることができていない、若しくは、児童が学び方を調整するよさを十分に味わうことができていないことが考えられる。

本研究では、児童が自分で学び方を選べるよさを十分に実感できる環境を確保することに加え、友達や仲間と関わり合いながら自己の課題を解決していけるような学び方が必要であると考えた。研究主題に迫るための研究の視点として、以下の3点を考えた。

- 1 学びを自らつくる学習過程
- 2 自己決定を支える環境
- 3 ICTの利活用

### 3 研究の視点に基づく指導の工夫

#### (1) 【研究の視点1】学びを自らつくる学習過程

表1のように、単線型の学習（以下「単線型」という。）と複線型の学習（以下「複線型」という。）の学び方とよさを教員が理解して意図的、計画的に単元を組み立てていくことが、児童が学びを自らつくることにつながると考えた。

児童一人一人がそれぞれの興味・関心に合わせて学習課題や学習の進め方、学習形態等を自ら選択し、多様な学びが生まれる授業を本研究において重視した。

運動の内容や児童の実態に応じて、単線型と複線型のどちらのよさも生かしながら計画していくことが重要であり、単元の組立て方は様々な方法が考えられる。

表1 本部会における単線型と複線型の捉え方

	☆単線型	★複線型
学び方	友達や仲間と同じ課題、活動で学ぶ	自分に合った課題、活動を選んで学ぶ
よさ	経験させたい動きを正しく、段階的に身に付けさせることができる	児童の自己決定場面が多く、主体的な学びを促すことができる

【参考】・「サポートマガジン『みるみる』」  
 ・文部科学省有識者インタビュー資料  
 GIGAスクール構想×クラウド活用（東京学芸大学 教授 高橋 純 氏）

図6のように、児童が学び方を自己決定する場面を意図的に多く設定した。本研究では、「自分で課題を見付け、自分に合った学び方を選び、課題を解決する」ことを重視した学習過程を提案する。なお、児童の「やってみよう」という思いを学びのスタートとし、活動を通して感じたことや得たことを大切にしながら学習を展開していくことが必要だと考えた。

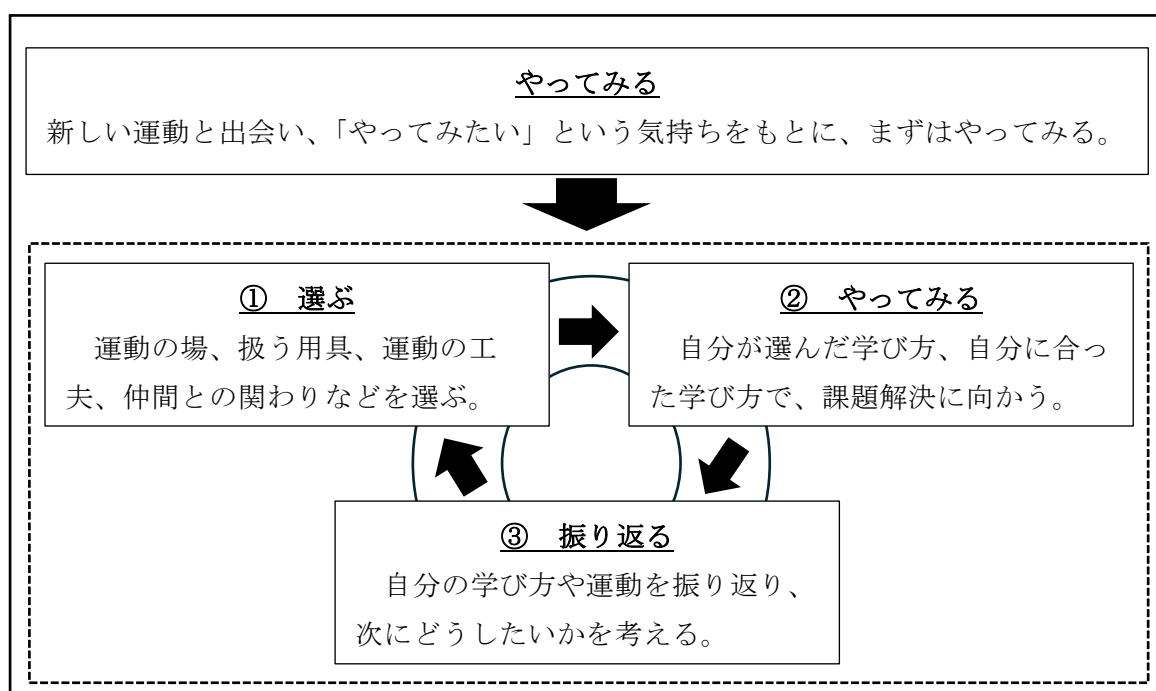


図6 学びを自らつくる学習過程

(2) 【研究の視点2】自己決定を支える環境

ア 自己決定を支える教員の関わり

体育の学習において、児童が学びを自らつくるうえで自己決定できることが必要であり、そのために重要な教員の関わりを2点に整理した。第1に、称賛の言葉掛けである。児童が自ら課題を見付けることができたときやその内容、児童が学習の中で行った工夫を称賛する。第2に、問いかけである。表2のように、児童が主体的に学習に取り組めるような言葉掛けを行う。例えば、意欲を高める言葉掛け、自己評価や振り返りを促す言葉掛けである。教員の関わりを通して、児童が主体的に学習し、自己決定を繰り返すことで学習を深めていけることを期待し、教員は支える観点を大切にしていく。

表2 自己決定を支える教員の言葉掛け例とそのねらい

<p><b>意欲を高める言葉掛け例（低・中学年）</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>・「まずはやってみよう！」</li><li>・「どうしたらこんなに上手にできるの？」</li><li>・「〇〇さんの動き、面白いね！」</li><li>・「うまくできているね！次は、どうしたい？」</li></ul> <p>➡ 活動への興味・関心を引き出す。</p>
<p><b>自己評価や振り返りを促す言葉掛け例（高学年）</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>・「何が高まったかな？」</li><li>・「次回はどんな工夫をしてみたい？」</li><li>・「選んだ運動（動き）は、自分に合っていたかな？」</li></ul> <p>➡ 自らの成長に気づき、次の行動を主体的に選べるようにする。</p>

イ 自己決定を支える場や用具の設定

多様な動きをつくる運動(遊び)では、これまでに経験した動きを生かして、夢中になって運動できることや「やってみたい」を引き出すことをねらい、楽しく活動できることを大切にす。

体の動きを高める運動では、もとになる動きを工夫することで、高まる体の動きを児童が理解し、自己の課題をもち、楽しく運動を行うことのできることを大切にする。

発達の段階を踏まえ、児童の「やってみたい」や課題に応じて動きを選択するなど、自己決定できるような場や用具を設定した。

ウ 自己決定を支える友達や仲間との関わり

本研究では、協働的な学びのよさを味わい、友達や仲間との交流を学び方の選択肢にできるように、毎時間の導入で体ほぐしの運動を設定した。グループでの運動を通して、互いの動きを見合ったり、声をかけ合ったりする経験ができ、友達や仲間と関わる心地よさや安心感を運動しながら味わうことができる。相手を尊重する態度を養うよい機会となると考えた。

教員は、児童が積極的に友達や仲間と関わったり、友達や仲間の意見や動きを参考に工夫したりすることができるようにする。児童の選択肢を増やし、自己決定できるよう支えていく。

(3) 【研究の視点3】ICTの利活用

タブレット端末等のICTを利活用することで、単線型と複線型を選択しながら、個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実を実現させていく。

ア 学習カード

児童がタブレット端末内の学習カードの振り返りを記入することで、学習内容とその成果や課題を蓄積し、いつでも確認できるようにした。低学年では、写真1のように児童が見付けた動きのこつを学習支援アプリで見られるようにした。高学年では、写真2のように児童が自分の学びをつくるような学習カードを使うことで、児童一人一人が自分に合った学びだったかどうかを振り返りながら学習を進めることをねらいとした。

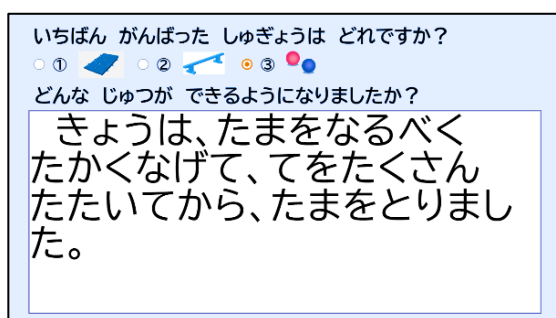


写真1 低学年の学習カード

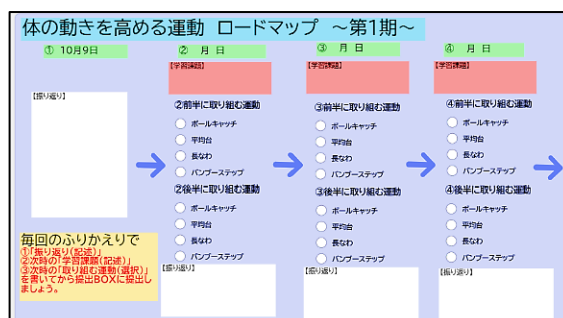


写真2 高学年の学習カード

イ 時差再生機能

写真3のように、児童の必要に応じて、時差再生機能を使って自分の動きが確認できる場を用意し、児童が自分の動きを即時に振り返ることができるようにした。自分の感覚と動画で見る視覚を比べることで現状を把握し、次の課題設定・課題解決につなげていく。



写真3 時差再生機能の活用

ウ プロモーションムービー

体の動きを高める運動では、単元で扱う運動を紹介することを目的として写真4のようにプロモーションムービーを作成し、第1時のオリエンテーションで使用した。「やってみよう」「楽しそう」という児童の意欲付けを図るとともに、高めたい運動を知ることを取り組む運動に見通しをもてるようにした。



写真4 プロモーションムービーの様子

#### IV 検証授業

##### 1 第1学年 体づくりの運動遊び「体ほぐしの運動遊び・多様な動きをつくる運動遊び」

###### (1) 単元の目標

知識及び運動	多様な動きをつくる運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、体のバランスをとったり、移動をしたり、用具を操作したり、力試しをしたりすることができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	多様な動きをつくる遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達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	多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動したり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。

###### (2) 学びを自らつくる学習過程

###### ア 題材の設定

児童の「やってみたい」という気持ちを学習の始まりとし、学習を展開した。児童の「やってみたい」を高めるために、『忍者の忍術修行』という題材を設定したことにより、ただ「運動しよう。」と言われるよりも、児童はわくわくした気持ちで、積極的に体を動かしていた。また、この題材は、手裏剣や忍び足のような動きを児童がイメージをしやすいため、素早い動きでの移動や、動きを止めてバランスを取るなどの多様な動きや運動遊びに夢中になって取り組む姿が見られた。

###### イ 単線型と複線型を意識した指導計画

単線型と複線型のどちらで授業を進めるかを教員が意識をすることで、授業のねらいに迫ることができた。また、児童が選択する場面を明確にすることもできた。

第1時と第2時の「体ほぐしの運動遊び」と第3時以降に行う「体ほぐしの運動遊び」を単線型で行った。誰とでも仲良く協力し、助け合うことをねらいとし、「どんな工夫ができそうかな。」と児童に投げかけ、「片足で進みたい。」「手をつないでみたい。」など、児童から出た意見をもとに合意形成し、児童の考えを取り入れながら授業を進めた。また、グループの中で動きを選択する場面も意図的に設定し、教員に指示された活動だけでなく、児童が選んで活動できるようにし、より主体的に学べるようにすることを心がけた。

第3時から第9時までの「体のバランスをとる運動遊び」「体を移動する運動遊び」では、幼児期に経験した多様な動きを生かして、様々な動きに挑戦したり、動きを高めたりすることができる場を用意し、幼児期との円滑な接続を図った。そして、児童一人一人が思い思いの場で運動遊びに取り組むことができるよう複線型で授業を実施した。児童がやってみたい場を選び、同じ場でも違う動きをする児童もいれば、跳ぶ動きをする児童もおり、動きを選択し、主体的に運動遊びを楽しんでいた。「用具を操作する運動遊び」でも、複線型で進行し、児童一人一人が異なる工夫をしている様子が見られた。

表3 第1学年で実施した指導計画 ※ ☆単線型 ★複線型

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
学習活動	☆体ほぐしの運動遊び (気付き)		☆体ほぐしの運動遊び (交流) ・分身の術 ・なべなべそこぬけ ・フープくぐり ・ジャンカ															
	・いろいろウォーキング ・5歩鬼 ・だるまさんが止まった ・風船運び など		★体のバランスをとる運動遊び ★体を移動する運動遊び 様々な動きに挑戦することができる場 ・マット ・ゴム紐 ・輪 ・平均台など						☆体を移動する運動遊び ・5歩鬼 ・陣取りじゃんけん ・UFO			☆体のバランスをとる運動遊び ・クルッとジャンケン ・幸せなら手をたたこう ・人工衛星			☆力試しの運動遊び ・いとまき ・俵返し ・わにじゃんけん ・大根抜き			
			ボール 主に ・投げる ・捕る ・運ぶ				フープ 主に ・回す ・転がす		短なわ 主に ・跳ぶ			長なわ 主に ・跳ぶ ・くぐる			易しい竹馬 主に ・乗る			
			★用具を操作する運動遊び															

(3) 自己決定を支える環境

ア 教員

表4のように、運動との出会いでは、「この動きをします。」という強制する言葉掛けではなく、「さあ、やっごらん。」と意欲を高める言葉掛けで、運動遊びを児童が自ら選ぶ機会を大切にした。

表4 運動と出会うときの言葉掛け例

×	「今からボールを使って遊ぶよ。ボールを上に向けて投げて捕れるかやってみよう！」 ⇒ ボールを上に向けて投げて捕る動きに集約してしまう。
◎	「ボールで何が出来るかやっごらん。」 ⇒ ボールは投げて捕る以外にも回す、付く、蹴るなどいろんな遊びができる。

また、1単位時間の中で、教員はどんな動きを価値付けるか明確にしておき、ねらいに迫る工夫を行う児童を称賛した。そうすることで、友達の工夫を真似して動いてみたり、参考にして新しい工夫を生み出したりする児童もいた。

イ 場や用具

表5のように、「体のバランスをとる運動遊び」「体を移動する運動遊び」の場は、幼児期に経験した多様な動きを生かして、思うままに様々な動きに挑戦したり、動きを高めたりすることができる場を設定した。教員は、身の回りにある用具を用意し、幼児期の遊びの経験を生かして様々な動きに挑戦したり、意欲を高めたりすることができる場を意識して設定した。単元序盤では、場ごとに引き出したい動きを価値付け、単元中盤からは、運動遊びのこつを価値付けた。そうすることで、児童は、忍者になりきり、活動したい場ややりたい動きの自己決定を繰り返しながら、動きを広げた。

表5 用意した場と引き出したい動き

環境	引き出したい動き
マット	寝転ぶ・起きる・転がる・跳び越す
ゴム紐	這う・跳ぶ
平均台	体のバランスを保つ動き
輪	跳ぶ・はねる（両足・片足）
ダンボール箱	跳ぶ・運ぶ
ロープ	走る・跳び越す

ウ 友達

「体ほぐしの運動遊び」を毎時間設定することにより、友達と一緒に運動遊びをする楽しさを実感できるようにした。複線型のように、自分で活動の内容を選択する際に、友達と運動遊びをすることを選択できるようにした。「用具を操作する運動遊び」では、友達に声をかけ、2～3人で一緒に運動遊びを楽しむ姿が見られた。

(4) ICTの利活用

学習のまとめをする際に、学習カードとして学習支援アプリを活用した。自分の気持ちや活動した内容を簡潔に表現できるよう、絵を添付した選択肢を作成し、児童が時間内に振り返りができるようにした。また、学習支援アプリの機能で友達の考えを共有することで、次時に取り組みたい運動遊びを選ぶ参考にする姿が見られた。

## 2 第4学年 体づくり運動「体ほぐしの運動・多様な動きをつくる運動」

### (1) 単元の目標

知識及び運動	多様な動きをつくる運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、体のバランスをとる動き、体を移動する動き、用具を操作する動き、力試しの動きをし、それらを組み合わせることができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	自己の課題を見付け、その解決のための活動を工夫するとともに、考えたことを友達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	多様な動きをつくる運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。

### (2) 学びを自らつくる学習過程

本単元では、表6のように1単位時間の前半を単線型、後半の「用具を操作する運動」を複線型として扱った。単線型では、教員と児童でどんな活動をするのか合意形成を図りながら活動を決めていった。児童のやってみたい工夫を教員が発言や振り返りの記述から紹介し、活動に反映させた。考えた工夫を取り上げられることで、学習活動を自分のこととして捉えられるようにし、自ら工夫をして運動する複線型につなげた。複線型では、教員は、児童が工夫した運動や動きを意図的に価値付け、学級全体に共有したり、同じ運動や動きをしている児童に聞こえるような大きな声で称賛したりした。そうすることで、動きの幅が広がったり、洗練化されたりして、動きを組み合わせるきっかけとなった。児童一人一人への言葉掛けや共有場面での価値付けにより、自分に合った学び方を選び、課題を解決することができた。

表6 第4学年で実施した指導計画 ※ ☆単線型 ★複線型

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
学習活動	☆体ほぐしの運動 (気付き) ・みんなで乗ろう ・5歩鬼 ・並びかわろう ・フープ送り など	☆体ほぐしの運動(交流) ・風船を落とすな ・みんなで乗ろう ・フープ送り ・あんたがたどこさ														
		☆体を移動する運動 ・5歩鬼 ・陣取りじゃんけん ・UFO			☆力試しの運動 ・俵返し ・わにじゃんけん ・大根抜き			☆体のバランスをとる運動 ・平均台 ・クルッとジャンケン ・幸せなら手をたたこう ・人工衛星			☆用具を操作する運動 ・ボール運び ・Gボール ・竹馬 ・一輪車					
		★用具を操作する運動														
		ボール 主に ・投げる ・捕る			フープ 主に ・回す ・転がす			短なわ 主に ・跳ぶ		長なわ 主に ・跳ぶ ・くぐる		これまでにを行った運動から選択 ・ボール ・フープ ・短なわ ・長なわ				

### (3) 自己決定を支える環境

「用具を操作する運動」との出会いの時間では、児童の「やってみたい」という思いを引き出すとともに、児童が多様な動きを見付けることができるようにした。また、児童の動きを積極的に称賛し、児童が見付けた多様な動きを全体に共有するとともに、他の児童の「やってみたい」という思いを引き出した。

児童が見付けた動きの工夫を、児童とのやり取りを通して言語化し、掲示物を作成したことで、やってみたい動きを自己決定することが難しい児童への手だてになった。また、掲示物を活用することで動きの工夫を広げることもでき、児童の「やってみたい」という意欲を高めることにもつながった。

### (4) ICTの利活用

タブレット端末の時差再生機能を使って、児童が自分の動きを確認できるようにするための場を用意した。児童は必要に応じて自分の動きを即時に振り返り、出来栄を確かめたり、次に行いたい工夫について考えたりする姿も見られた。

### 3 第5学年 体づくり運動 「体ほぐしの運動・体の動きを高める運動」

#### (1) 単元の目標

知識及び運動	体ほぐしの運動の行い方を理解するとともに、手軽な運動を行い、心と体との関係に気付いたり、仲間と関わり合ったりすることができるようにする。 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、動きを持続する能力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	体ほぐしの運動・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をしたり、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。

#### (2) 学びを自らつくる学習過程

表7のように、「体ほぐしの運動」「体の柔らかさを高めるための運動」を単線型、「巧みな動きを高めるための運動」を複線型として扱った。自分が高めたい力に応じて場や運動の工夫、学習形態等を選べるようにすることで、児童が学び方を選びながら課題の解決に向かっていくことができるようにした。

表7 第5学年で実施した指導計画 ※ ☆単線型 ★複線型

時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
段階	仲間と協働しながら学びをつくるための学習の土台づくり		【第1期】 知る 学び方を知る				【第2期】 生かす 自分に合った学び方を見付ける					
学習活動	☆体ほぐしの運動 心と体の関係に気付いたり、仲間と関わったりすることに重点を置く。 ・集合ゲーム ・人工衛星 ・風船チャレンジ ・5歩鬼 ・平均台ならび ・俵返し など		☆体ほぐしの運動 仲間と交流することに重点を置く。 ・平均台ならび ・フープ送り ・風船チャレンジ ・短なわくぐり									
			☆体の柔らかさを高めるための運動 ・ストレッチ ・輪くぐり ・ボール転がし									
			★巧みな動きを高めるための運動 ・ボールキャッチ ・平均台 ・長なわ ・バンブーステップ				・ボールドリブル ・スラックレール ・短なわ ・リズムジャンプ					

第1期では、全体への共有場面を多く設定し、どのように学びをつくっていくのかをおさえられるようにした。体力や課題のもち方、運動の工夫の仕方について知ることで、体づくり運動の学習の進め方を「知る」ことができた。

第2期では、第1期での学びを「生かし」ながら自らの学びをつくっていくことを経験できるようにした。自分が高めたい動きを意識しながら運動を選択し、学習を進めた。毎時間、学習カードを使って振り返ることで、自分に合った学び方を見付ける姿が見られた。

#### (3) 自己決定を支える環境

##### ア 教員

児童の実態や学習状況に応じて、教員の言葉掛けを工夫した。運動との出会いの場面では「やってみてどうだったかな。」と発問することで、児童が実感したことを価値付け、主体的に学ぶきっかけをつくることにつながった。運動の工夫の視点を示したり、他の児童の動きを紹介したりしながら「どんな工夫ができそうかな。」「何が高まったかな。」と発問することで動きを高めるための方法を自分で考え、選ぶことができていた。

## イ 場や用具

児童の「やってみたい」や「もっとこうしたらよくなる」といった思いを実現可能にし、何にどのように取り組むかを自ら選ぶことができる場や用具を意図的に用意した。自分が高めたいと思った動きができる場に移動したり、用具を自由に取り出したりしながら運動に取り組む姿が見られた。また、運動の工夫の視点を掲示しておくことによって、どのように運動していくのかを考えるヒントになっていた。

## ウ 仲間

毎時間の導入で協働の楽しさや達成感を味わうことにより、主運動である「体の動きを高める運動」の中でも必要に応じて仲間と協働しながら学びを進めることができていた。仲間の動きや工夫を参考にして自分の運動に取り入れたり、仲間からのアドバイスを受けて動き方を改善したりする姿が見られた。

## (4) ICTの利活用

### ア 学習カード

学習カードをデジタル化することにより、学習課題や運動のこつ及び工夫を即時に共有することができた。また、単元を通してどのように体の動きを高めていきたいのか、見通しをもちながら学習に取り組む姿が見られた。

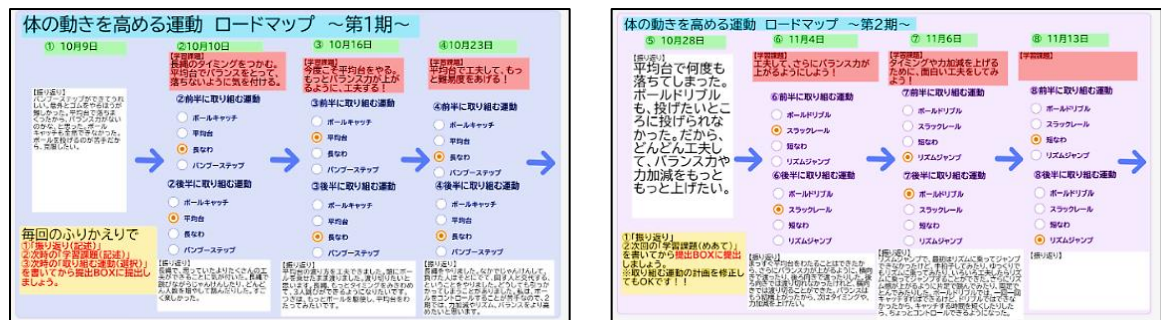


写真5 実際に使用した学習カード

また、毎時間、取り組む運動を選択肢として提示することにより、児童が容易に学びを選択できるようにした。図7のように集計機能を用いることで、どの場でどれくらいの人数が運動するのかを教員が把握することも容易になり、授業のマネジメントに生かすことができた。

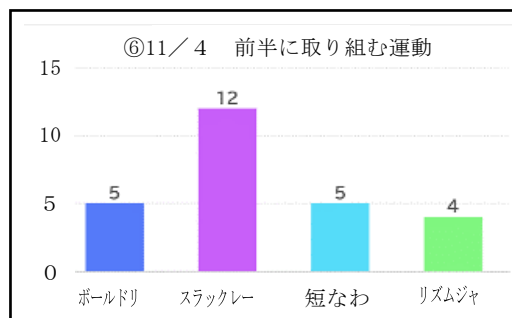


図7 児童が選択した運動の集計結果

## イ 時差再生機能

巧みな動きを高めるための運動では、それぞれの場にカメラを設置し、自分の運動を即座に振り返ることができるようにしたが、積極的に使う児童は少なかった。児童が必要感をもったときに、教員が的確に働きかけることが大切であることを確認できた。

## ウ プロモーションムービー

プロモーションムービーを作成し、単元の導入において運動の様子を見せた。児童が学習の見通しをもつことができ、「やってみたい」という意欲を高めることにつながった。

## V 研究のまとめ

### 1 事後調査

- (1) 目的：検証授業後に事前調査と同項目で事後調査を行い、結果の比較により児童の変容について明らかにすることで、研究の視点の有効性について検証する。
- (2) 調査の方法：統合型学習支援システムを活用した質問調査
- (3) 調査の時期：令和7年 10・11月 本研究に関する単元の前線で調査
- (4) 調査の対象：検証授業実施校3校 93人（第1学年35人、第4学年28人、第5学年30人）
- (5) 調査の内容：

質問1 体育の学習の進め方で大切にしていることについて（選択・複数回答可）
<input type="checkbox"/> たくさん運動すること <input type="checkbox"/> ポイントやコツを知ること <input type="checkbox"/> 先生に示された動きを行うこと <input type="checkbox"/> 友達と協力して運動すること <input type="checkbox"/> 友達と意見や考えを伝え合ったり、話し合ったりすること <input type="checkbox"/> 友達のアドバイスを生かして運動すること <input type="checkbox"/> 最後まで諦めずに挑戦すること <input type="checkbox"/> 先生のアドバイスを生かして運動すること <input type="checkbox"/> 用具や運動する場を選ぶこと <input type="checkbox"/> 自分で課題を決めて運動に取り組むこと <input type="checkbox"/> 学習資料（掲示物やワークシートなど）を活用すること <input type="checkbox"/> タブレットやデジタル機器で自分の動きを撮影し、動きを見ること <input type="checkbox"/> タブレットやデジタル機器で友達と考えを共有する（知る）こと
質問2：体育の学習における課題に関する考え方について（3択）
A：友達と同じ課題 B：自分で決めた課題 C：どちらもしたい
質問3：体育の学習における運動に関する考え方について（4択）
A：友達と一緒に運動したい B：一人で運動したい C：どちらもしたい D：どちらもしたくない

### 2 成果

#### (1) 【研究の視点1】学びを自らつくる学習過程

図8より、自己の体育学習の進め方で大切にしていることについて、「先生に教わった動きを行うこと」（56%→73%）、「自分で課題を決めて取り組むこと」（73%→76%）を選択した児童の割合は増加した。図9より、体育学習における課題に関する考え方について、「友達と同じ課題」「自分で決めた課題」の「どちらもしたい」（52%→61%）を選択した児童の割合は増加した。また、体育学習における運動に関する考え方について、「一人で運動したい」「友達と一緒に運動したい」の「どちらもしたい」（31%→45%）と選択した児童の割合も増加した。このことから、教員が単線型と複線型を計画的に設定することで、児童が個別で学ぶよさと協働的に学ぶよさを実感できたことが分かり、児童の自分に合った学びをつくるための選択肢を増やすことができた。

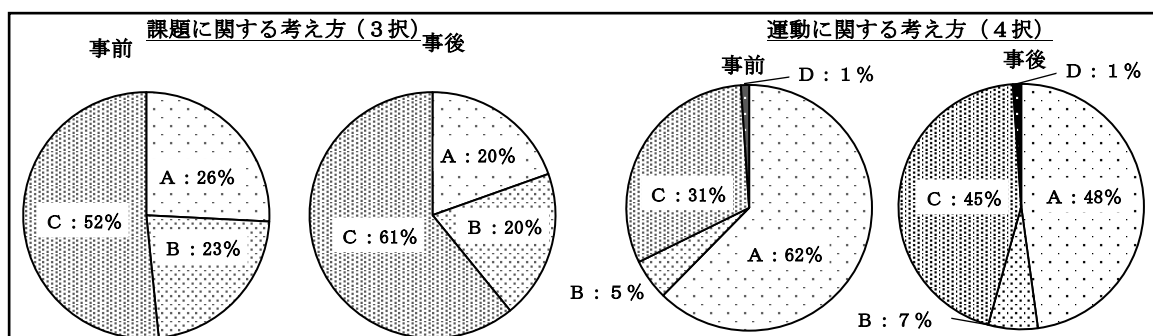
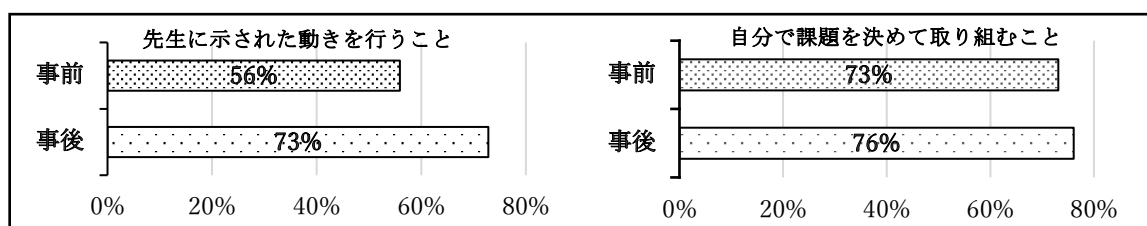


図9 学習の行い方に関する質問  
※合計が100%にならないのは、小数第一位を四捨五入しているため。

## (2) 【研究の視点2】自己決定を支える環境

図10により、自己の体育学習の進め方で大切にしていることについて、「運動する場や用具を選ぶこと」(52%→64%)、「友達や仲間と意見や考えを伝え合ったり、話し合ったりすること」(69%→76%)、「先生のアドバイスを生かして運動すること」(74%→77%)など、環境に関する項目を選択した児童の割合は増加した。児童が自己決定するためには、場や用具を選択できるようにすることや協働的に学ぶ機会を設定することが必要であるが、さらに、主体的な課題解決に向かうためには、教員による適切な言葉掛けが重要となることを再確認できた。

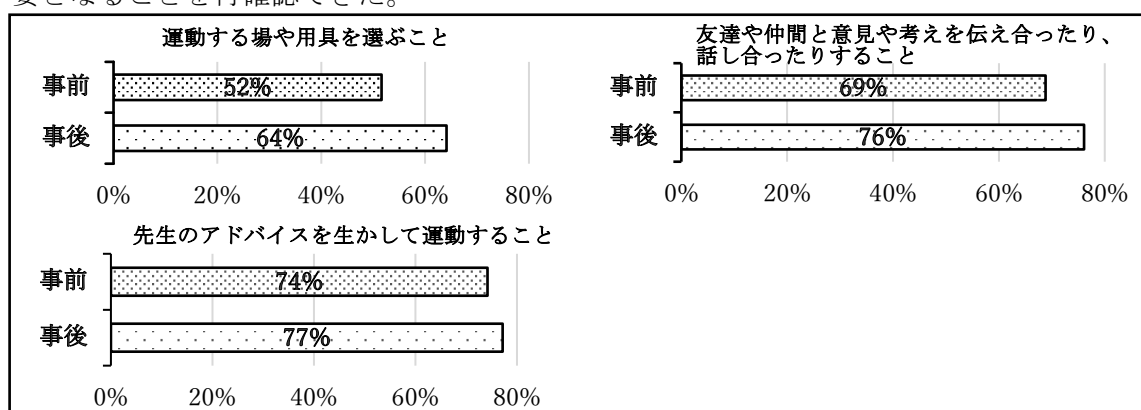


図10 自己の体育学習の環境に関する質問

## (3) 【研究の視点3】ICTの利活用

図11により、自己の体育学習の進め方で大切にしていることについて、「学習資料(掲示物やワークシートなど)を活用すること」(34%→49%)、「タブレットやデジタル機器で友達や仲間と考えを共有すること」(45%→49%)など、ICTの利活用に関する項目を選択した児童の割合は増加した。学習支援アプリを活用した振り返りの記入により、児童はいつでも自分や友達の振り返りを確認でき、学びの積み重ねや共有のよさを実感することができた。

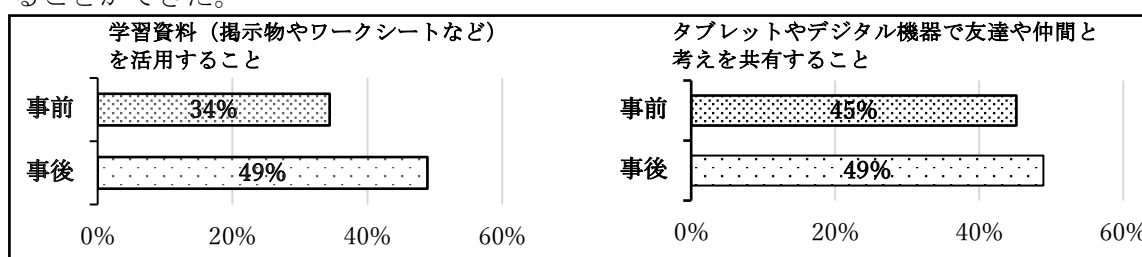


図11 ICT利活用に関する質問

## 3 課題

- ・ 本研究における「目指す児童像」により近付けるためには、教員が動きの特性を十分に理解したうえで、価値付けを行う。児童に運動の楽しさや喜びをより実感させるために、児童一人一人の実態や課題を捉え、個に応じた的確な言葉掛けをすることが必要であると考えられる。
- ・ ICTの利活用について、検証授業では「時差再生機能」を積極的に活用していた児童は少なかった。その要因は、教員が活用しやすい設置方法やその機能のよさを児童に十分伝えられず、「動きを確かめたい」「改善点を見付けたい」という思いをもたせることができなかったと考える。教員はICTの利活用も一つの学び方であることを児童に気付かせ、児童が意図的に学び方を選択できるような手だてを工夫する必要がある。

# 令和7年度 教育研究員名簿

## 小学校・体育

学 校 名	職 名	氏 名
新宿区立落合第一小学校	主任教諭	田中悠太
江東区立豊洲西小学校	主幹教諭	◎畠中圭太
世田谷区立経堂小学校	主任教諭	金子俊希
世田谷区立芦花小学校	主任教諭	石井重人
杉並区立松庵小学校	主幹教諭	○雨宮聖路
荒川区立汐入小学校	主任教諭	花塚真吾
葛飾区立よつぎ小学校	主任教諭	満山一平
武蔵野市立第二小学校	主任教諭	梶山大勇
福生市立福生第三小学校	主任教諭	伊藤優太
東京都立立川国際中等教育学校附属小学校	主幹教諭	○古嶋将幸

◎ 世話人      ○ 副世話人

〔担当〕 東京都教育庁指導部指導企画課  
指導主事 菅原 直人

令和7年度  
教育研究員研究報告書  
小学校・体育

令和8年3月

編 集 東京都教育庁指導部指導企画課  
所 在 地 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号  
電話番号 (03) 5320-6869