



「すすんで」「みんなで」「楽しんで」 子供が活躍する体育の授業づくり

すすんで

鳥になって
いろいろな
飛び方のまねを
どんどんやって
みよう！



楽しんで

シュート！
決まった！
サッカーって
楽しいね！



よし、やった！
スパイクが
決まったぞ！
ナイスプレイ！

みんなで



「すべての子供の活躍の舞台」を目指して

日野市立日野第八小学校
校長 船山 徹

本校は「すべての子供の活躍の舞台 日野第八小学校」を目指す学校像とし、日々の教育活動を推進しています。この学校像の実現に向け、子供たちと全教職員が「今よりもっと楽しい学校をつくる」という目標を共有し、子供主体の委員会活動、日頃の実践を全校に発表するESDミーティングなどの様々な活動を始めました。本校の校内研究はその取組の一つであり、体育の授業を子供にとって「今よりもっと楽しいもの」とし、すべての子供が自分の力を存分に発揮して活躍できる場とすることを目指しています。研究主題「すすんで」「みんなで」「楽しんで」は、主体的・対話的で深い学びの実現に向け、個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実を図ることを意図しています。この実現は、第3次日野市学校教育基本構想の理念の実現に直結するものと考えています。子供たちが、主体的で自分に合った学習活動が、仲間とともに取り組むことによってもっと楽しくなり、より質の高い課題解決が実現できることを実感できるよう、引き続き授業改善を推進してまいります。皆様のご指導とお力添えをいただきますようお願いいたします。

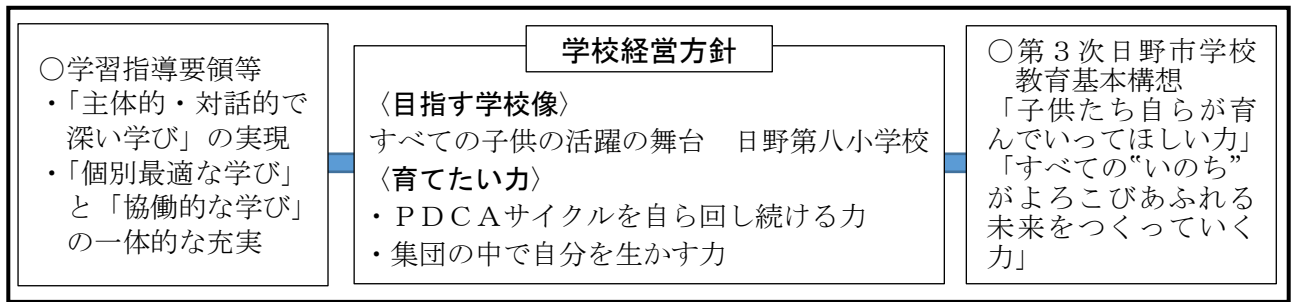
最後になりますが、本校の研究活動にご指導・ご助言をいただきました日野市教育委員会の皆様、講師の皆様に、心から感謝申し上げます。

日野市立日野第八小学校



令和4年度 校内研究構想図

日野市立日野第八小学校



研究主題と目指す児童像

〈児童の実態〉

- ・運動能力が学年の進行とともに、全国や東京都の平均値から乖離していく傾向がある。
- ・コロナ禍において、運動の機会を十分に得られない状況が続いている。
- ・運動に関わる制限が多く、これまでに取り組んできた運動の幅が狭い。

研究主題

「すすんで」「みんなで」「楽しんで」子供が活躍する体育の授業づくり

【目指す児童像】

主体的に運動に取り組み、友達と関わり合いながら運動の楽しさを味わうことができる子

低学年	中学年	高学年	たちばな学級
すすんで運動に取り組み、友達と一緒に体を動かす楽しさを味わうことができる子	自分の課題をもって運動に取り組み、考えたことを友達と伝え合いながら、運動の楽しさを味わうことができる子	主体的に運動に取り組み、友達と関わり合いながら運動の楽しさを味わうことができる子	いろいろな活動に前向きに参加し、友達と一緒に運動の楽しさを味わうことができる子

研究の内容

授業改善※

授業実践

- ・授業のゴールイメージの明確化
(単元終了時・各活動・動きの系統性)
- ・学習過程の工夫
- ・子供が自ら学ぶ手だての工夫

校内研修の充実

- ・講演会、実技研修会
- ・協議会の工夫
(参観→改善策の共有→授業改善)
- ・個人課題の設定と課題解決に向けた実践

学習環境の整備

- ・年間指導計画の見直し ・教材教具等の整備
- ・八小体育スタンダードの作成

体育的活動

- ・縦割り班による体育的活動
- 「8プレ」の開発・試行・実践

※本校では、1時間ごとに授業を改善していく取組の継続を研究の方法としている。具体的な進め方を「授業改善のためのPDCAサイクル」として次ページに示した。

授業改善のためのPDCAサイクル

Plan

①分科会による「授業づくりの視点」の提案

- ・「目指す児童像」に迫るため、本単元を通して導き出したい児童の姿を「ゴールイメージ」とし、その姿に導くための手だてを「授業づくりの視点」として示す。

Do

②授業改善の経過報告と児童の姿をもとにした授業参観・協議

- ・授業者は、研究授業当日までの授業改善の経過を説明する。
- ・参観者は「ゴールイメージ」に示された「児童の姿」が授業の中で見られるかを観察する。
- ・協議会では授業で見られた「児童の姿」を出し合い、その姿が見られた理由を「授業の工夫」と関連させて議論する。



全ての参観者が、授業者(分科会)の授業改善のパートナーとなって、アイデアを出し合う。

Check

③参観者による改善策の提案

- ・課題となる児童の姿が見られた場合や、期待する児童の姿が見られなかった場合には、授業者や分科会に改善策を提案する。
- ・全体協議会では、効果的だと思われる改善策等について全員で議論する。

良かった児童の姿 積極的にアドバイスしあっていた	課題となる児童の姿 ポイントに基づいたアドバイスができていなかった→学習資料と見比べさせる	改善策を記載 ↓ 協議で議論
-----------------------------	--	----------------------

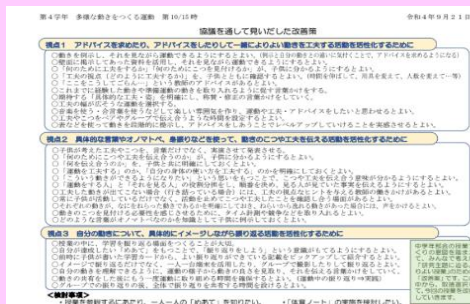
【グループ協議用ジャムボードへの記載例】

Action

④改善策を取り入れた授業改善

- ・協議会で提案された改善策を、研究推進委員会が右のようなシートにまとめ、分科会に返す。
- ・分科会はシートの中からどの案を選択して授業改善を行うか、児童の実態や学習の経過等に応じて決め、次時以降の実践に生かす。

【資料：協議会で出された改善案一覧】



Plan

⑤授業改善後の児童の姿の共有

- ・研究協議会を経て改善したことや授業改善後の児童の姿を授業者がまとめ、単元終了後に報告する。

【資料：改善点と授業改善後の児童の姿】



令和4年度校内研究 令和4年10月7日 中学年分科会

— 第4学年 陸上競技(長距離走)と運動遊びの授業改善の経過報告 —

今回の授業づくりを通して目指した「児童の姿」

①運動を楽しむ児童の姿、また授業中に見られる児童の姿、授業改善の経過を報告する。

②児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

③児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

④児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑤児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑥児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑦児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑧児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑨児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑩児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑪児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑫児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑬児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑭児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑮児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑯児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑰児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑱児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑲児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

⑳児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉑児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉒児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉓児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉔児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉕児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉖児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉗児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉘児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉙児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉚児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉛児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉜児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉝児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉞児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㉟児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊱児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊲児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊳児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊴児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊵児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊶児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊷児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊸児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊹児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊺児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊻児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊼児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊽児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊾児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

㊿児童の姿を共有し、その姿をもとにした授業改善の経過を報告する。

Do

「もっと楽しい体育の授業」へ



資料の詳細は、学校ホームページでご覧いただけます。

実践

【低学年 目指す児童像】

◆すすんで運動に取り組み、友達と一緒に体を動かす楽しさを味わうことができる子

第1学年の実践 「単元名 表現遊び（全6時間）」

(1) ゴールイメージ

- ① 友達と一緒に動き方について話し合いながら、表現遊びにすすんで取り組んでいる。
- ② 動物の特徴を捉え、なりきって表現することを通して、表現遊びの楽しさを味わっている。

(2) 授業の工夫

- ① 1単位時間の中で、3～4人組で活動する場面を設定し、友達と交流しながら表現できるようにする。
- ② 「動物カード」と「動きカード」をヒントにして、即興的に動く楽しさを味わえるようにする。

(3) 児童の活動の様子・児童の変容・授業改善など

【動物のまねを表現する楽しさ】

- ・児童が知っている、見たことのある動物を取り上げることで、特徴を捉えて動きを想像しやすくなり、即興的な動きを楽しむことにつながった。



【グループ学習を通した変容】

- ・3～4人の生活班で学習したことで、少人数ならではの意思疎通の活性化が見られた。自分の考えた動きを伝えられなかった児童も友達に伝えられるようになった。



【授業改善】

- ・動き方を示した「動きカード」を改善の中でなくし、動物の絵を描いた「動物カード」だけにするすることで、より即興的な動きを引き出すことができた。
- ・準備運動で音楽を流すことで、リズムやテンポの変化に即した多様な動きを引き出した。



第2学年の実践 「単元名 マットを使った運動遊び（全6時間）」

(1) ゴールイメージ

- ① 自分たちで遊びたい場を選び、動きのイメージをもちながら取り組んでいる。
- ② 友達と一緒に動きのお話や工夫した場のネーミングを考えながら、遊びを楽しんでいる。

(2) 授業の工夫

- ① 様々な場をつくり、多様な動きが引き出せるようにする。
- ② 活動をイメージしやすいように、「一緒に」や「せーの」などの具体的な言葉をキーワードとして提示し、友達との遊びに生かせるようにする。

(3) 児童の活動の様子・児童の変容・授業改善など

【活動への取り組みの様子】

- ・場を設定する際にいろいろなパターンを用意し、それぞれに名前を付けたことで、児童の活動への意欲が高まり、楽しく取り組むことができた。



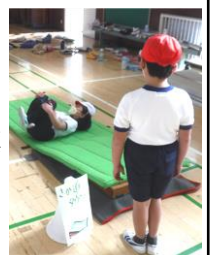
【グループ学習を通した変容】

- ・始めは動きのバリエーションが少なかったが、キーワードを提示したり、よい動きを共有したりしたことで、自分たちで考え、動きに広がりが見られるようになった。



【授業改善】

- ・毎時間の導入に、感覚づくりを目的として「動物カードでのなりきり遊び」を取り入れたことで、マット遊びでの動きの幅が広がった。
- ・具体的な動きを提示したことで「楽しむだけの遊び」から「運動遊び」への変容が見られるようになった。



実践

【中学年 目指す児童像】

- ◆自分の課題をもって運動に取り組み、考えたことを友達と伝え合いながら、運動の楽しさを味わうことができる子

第3学年の実践 「単元名 キックベースボール（全8時間）」

（1）ゴールイメージ

- ① 蹴る、捕る、投げるなどの基本的なボール操作や、ボールを持たないときの動きをしている。
- ② 規則を工夫したり簡単な作戦を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝えている。

（2）授業の工夫

- ① ボールを蹴る・捕る・投げる技術を習得し、ゲームをより楽しく感じながら学習に取り組めるようにする。
- ② 自分たちで規則を工夫したり、チーム内でめあてを伝え合い練習方法を工夫して声かけをしやすくしたりすることで、運動を楽しみ意欲的に取り組めるようにする。

（3）児童の活動の様子・児童の変容・授業改善など

【ゲームを作り上げて、チームで運動する楽しさ】

- ・基本の規則を基に「今よりもみんなが楽しくなる規則」を視点にもち、「ゲーム→規則を工夫する」を繰り返したことで、意欲的に取り組むことにつながった。
- ・児童のニーズに応じて「チーム練習」「チームミーティング」の時間をゲームの前に設けたことで、チームで運動する意識が高まり、友達とともに楽しくゲームに取り組むことにつながった。

【グループ学習を通した変容】

- ・友達のめあてを知ること、チーム練習の際に、アドバイスをしたりよい動きを称賛したりするなど、動きを高め合う姿が見られた。



【授業改善】

- ・「ゲームに勝つことが目的であること」を意識付けしたことで、攻め方・守り方をチーム内で話し合う姿が引き出された。また、学習カードの個人のめあてがより具体的なものとなった。



第4学年の実践 「単元名 多様な動きをつくる運動（全15時間）」

（1）ゴールイメージ

- ① 自己の課題を見付け、その解決のための活動を工夫したり、運動の中で自分の変化に気付いたり考えたりしたことを、友達と伝え合っている。
- ② 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、力試しをしたりし、それらを組み合わせた動きを身に付け、体を動かす楽しさを味わっている。

（2）授業の工夫

- ① 意図的なグループ編成を行い、ペア、グループと人数を段階的に増やすことで話し合いが広がるようにする。
- ② 活動の場を充実させたり、スモールステップで動きを体験できるようにしたりすることで、成功体験や達成感、動きそのものへの楽しさを感じられるようにする。

（3）児童の活動の様子・児童の変容・授業改善など

【ペア、グループと人数を段階的に増やしたことで見られた姿】

- ・ペアで工夫した動きを伝え合うことでグループでの話し合いが活発になり、より複雑な動きの工夫へと発展していった。



【場の充実から見られた変容】

- ・動きに取り組む段階では、1時間に4つの場を設定したことで、多くの動きを体験することができた。これにより、動きのポイントやコツが明確になり、発展段階での多様な動きや動きの質の高まりにつながった。

【授業改善】

- ・オノマトペを積極的に使えるように助言したことで、言葉と動きを合わせて伝えることができるようになった。また、動きの工夫やコツ、ポイントに気付く児童が増え、思考や動きが高まった。



実践

【高学年 目指す児童像】

◆主体的に運動に取り組み、友達と関わり合いながら運動の楽しさを味わうことができる子

第5学年の実践 「単元名 跳び箱運動（全6時間）」

（1）ゴールイメージ

- ① 自己の能力に適した課題を見付け、解決の仕方を考えたり、練習の場や段階を選んだりしている。
- ② 課題解決のために考えたことや観察し合ったことを、仲間に伝えている。

（2）授業の工夫

- ① 単元を通して固定の3人組でトリオ学習を行い、互いの課題を把握しやすくすることで質の高いコミュニケーションが行えるようにする。
- ② 技の行い方や練習方法を載せた学習資料を作成し、児童が適切な課題や練習方法を考えられるようにする。

（3）児童の活動の様子・児童の変容・授業改善など

【トリオ学習の様子】

- ・少人数での協働的な学習により、互いの課題を意識しながら進んで関わり合っていた。
- ・学習資料やクロームブックを活用して課題発見や課題解決に取り組む姿が見られた。



【児童の変容】

- ・教師が称賛を繰り返すことでよい学び方が明確になり、児童の学びの質が高まった。それに伴い技能面でも高まりが見られ、自分や友達の成長を実感していた。



【授業改善】

- ・活動中に設けていた児童のよさを共有する時間を単元後半にかけて短くしていくことで、運動時間を確保することができた。
- ・単元の最後には個人で取り組む時間を設け、個別の練習に集中して取り組む時間を確保した。



第6学年の実践 「単元名 水泳運動（全10時間）」

（1）ゴールイメージ

- ① 自分の泳力に適した課題を設定し、練習方法を工夫したり友達と動きを見合ったりしている。
- ② 水泳の運動に積極的に取り組み、約束を守って学習し、友達の考えや取り組みを認め、安全に気を配って学習している。

（2）授業の工夫

- ① 一人一人が水泳の技能の有無にかかわらず、毎時間自分の成長が感じられるように課題を個別化する。
- ② 友達の動きを見てすすんでよさや改善点を伝えられるように、アドバイスをする時間を設定する。

（3）児童の活動の様子・児童の変容・授業改善など

【活動の様子】

- ・自らの課題を自身の技能に合わせて設定することにより、能力差を気にすることなく意欲的に活動に取り組む姿が見られた。



【児童の変容】

- ・ハンドサインでバディから評価をしてもらうという活動を通じて、友達に見てもらっているという意識が高まり、学習への意欲が継続した。
- ・アドバイスを聞くことで自分では気付かなかった体の動かし方を知り、技能が高まった。
- ・友達と認め合う場を作ることで課題達成の喜びが味わえた。

【授業改善】

- ・個人の振り返りカードからの情報収集を基に、次回に必要な課題解決のための資料を提示することで、児童の活動の活性化につながった。



実践

【たちばな学級 目指す児童像】

◆いろいろな活動に前向きに参加し、友達と一緒に運動の楽しさを味わうことができる子

たちばな学級の実践 「単元名 鬼遊び（全6時間）」

（1）ゴールイメージ

- ① より楽しくなる工夫をすすんで考え、友達のよい動きを見付け、遊び方の工夫を友達に伝えている。
- ② きまりを理解し、友達と協力しながらすすんで運動に取り組んでいる。

（2）授業の工夫

- ① 学年差や運動技能の個人差があっても、誰でも楽しめるようルールを工夫する。
- ② いろいろな運動遊びを行う時間を多く設定し、「もっとやりたい」という意欲につなげられるようにする。

（3）児童の活動の様子・児童の変容・授業改善など

【運動感覚遊びを活用した 段階的な指導の工夫】

・「なれっこタイム」を設定し、「5歩鬼」「島鬼」等の主運動につながる遊びを行うことで、意欲を高めながら運動感覚の基盤を養うことができた。



【3つの活動の工夫を通した変容】

・「場の工夫」「動きの工夫」「ルールの工夫」という3つの観点を示し、それを基に話し合えるようにしたことで、誰もがより楽しく遊べるための工夫を考えて遊ぶことができた。



【授業改善】

・2グループ合同にして人数を増やし、場を広くしたことで、運動量が増え、切り返す、フェイントをかける等の多様な動きが見られるようになり、鬼遊びをより一層楽しむことができた。



研究の成果

『すすんで・みんなで・楽しんで』すべての子供が活躍する体育の授業への改善を通して…

1 PDCAサイクルに基づく授業改善

本校の研究協議会では、研究授業当日までの授業改善の経過を授業者が報告し、目指す授業像を実現するための改善策を全教員で提案し合った。その結果、協議の内容をすぐに授業に生かすことができた。改善した内容とその結果として見られた児童の姿を単元終了後に全教員に報告することで、改善の手だてが有効であったかを検証してきた。これを共有することで、教員一人一人が自らの授業改善に生かすことができた。

2 目指す児童像を実現するための授業改善の手だてと児童の変容

目指す児童像を実現するために効果的であった授業改善の手だてと、その結果として見られた児童の姿を、次のようにまとめることができる。
(○印：手だて ・印：「手だて」を生かした授業改善による児童の変容)

「すすんで」

○場の設定の工夫 ○スモールステップによる動きの提示 ○学習カードの工夫 ○教師の働きかけ

- ・運動に苦手意識をもつ児童の学習への取り組みや運動への意欲に変化が見られた。「やってみたい場」があることや「できる動き」があることが自信となり、主体的な活動へとつながった。
- ・教師が児童のよい動きを見だし、称賛し、児童に紹介することで、他の児童がその動きに自ら取り組み、動きの幅を広げたり、動きの質を高めたりしていく姿が見られるようになった。

「みんなで」

○グループ編成の工夫 ○友達と伝え合う（対話する）場面の設定

- ・一人で学習に取り組むことが難しいと感じている児童が、友達と関わってアドバイスを受けたり、気付いたことを伝え合ったりすることによって、学習活動に楽しさを感じる姿が見られるようになった。
- ・児童が互いの課題を共有することで、友達との関わりが広がり、「友達とならやってみよう」「一緒にやってみたい」という意識が高まった。
- ・友達と学び合うことが動きの質を高めることにつながった。その過程で友達のアドバイスで自分の技能が高まったり自分のアドバイスによって友達の動きが高まったりしたことを感じることで、協働的に学ぶことのよさを実感した児童が多く見られた。

「楽しんで」

○「運動との出会い」の工夫 ○やってみたくなる運動や場の提示 ○友達との学び合い

- ・単元のはじめに「遊び」や「易しい動き」による活動を取り入れ、児童が今もっている力で存分に運動に取り組めるようにしたことで、楽しさを味わいながら、自分の課題を見いだすことができた。
- ・児童が興味・関心を示し、挑戦意欲を喚起する運動や場を提示することで、楽しみながら学習活動に取り組む姿が見られた。
- ・友達とともに学習に取り組むことが楽しさを共有することにつながり、その結果、学び合いが活性化し、児童がより深い運動の楽しさや課題解決の喜びを実感していた。

今後の課題

▽「遊びの楽しさ」から「運動の特性に触れた楽しさ」へ

「遊びを通して味わった楽しさ」を、運動の特性に触れた楽しさや課題解決の喜びへと、児童自らが楽しさの質を高めていくことができるようにするための教師の働き掛けに難しさを感じた。「遊びの楽しさ」から「運動の特性に触れた楽しさ」へと楽しさの質を高める手だての工夫が必要である。また、児童が難しい課題に挑戦して粘り強く動きや技能を高めていくことと、すべての児童が楽しさを味わうことができるようにすることとのバランスのとれた学習指導の在り方について検討することも必要である。

▽振り返りと課題の設定

「楽しく」活動したり「できた」と感じたりしたことから、新たな課題をもつことが難しい児童が多く見られた。児童が次時への見直しや期待をもち、学習意欲が高まる振り返り活動の手だてを工夫していく。

◇ご指導をいただいた講師の皆様◇

国士舘大学教授	細越淳二 先生	／	横浜国立大学教授	梅澤秋久 先生
東京都教職員研修センター統括指導主事	佐藤 公 先生	／	横浜市立旭小学校主幹教諭	玉置哲也 先生
墨田区立業平小学校主任教諭	森田 慎 先生	／	日野市教育委員会教育部参事	長崎将幸 先生
日野市教育委員会統括指導主事	馬場章夫 先生	／	日野市教育委員会指導主事	赤羽利章 先生
同指導主事 加藤信秀 先生	／	同指導主事 宮崎友和 先生	／	同指導主事 依田真紀 先生