

令和7年度 健康・体力づくり実践研究委託  
健康・体力づくり実践研究校  
研究報告書

# 健康・体力づくり実践研究校 研究報告書

学校名	相模原市立大沢小学校
研究会名	大沢小学校研究推進委員会

## 1 研究主題

「仲間との関わりを通して自己有用感を高め、主体的に学び続ける子供の育成」  
 ～全ての子供が運動特性を味わうための教材分析と指導実践～

## 2 学校の現状及び課題（研究主題設定の理由）

本校では、一昨年度より体育科の授業改善を中心とした研究推進に取り組んでいる。教師側の体育科における指導力向上が、子供たちが自ら体を動かす姿の育成につながると考え、研究をスタートさせた。また、それに付随する外遊びの活性化を図るとともに、基本的な生活習慣の改善についても、懇談会などを通して保護者と共有してきた。その結果、休み時間に外で遊ぶ子供が増える等、子供たちに以前よりも活力が見られるようになってきた。

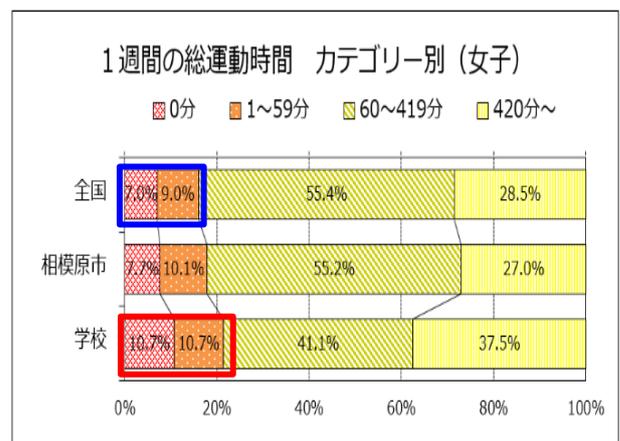
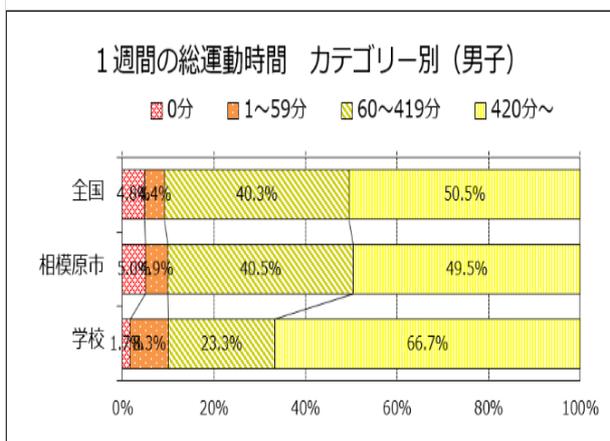
しかしその一方で、自ら外で遊ぼうとしない子供が、高学年の女子を中心に一定数いることが課題としてあげられる。また、休み時間を一人で過ごしている子供も見られる。依然として、本校の課題である「仲間（友達）との関わり希薄さ」「生活習慣の乱れ」は、十分に改善されたとはいえない状況である。そこで、本校では、全職員であらためて「本校の子供の本質的な課題」と「特に育みたい力」について検討し、共通理解を図った。

その結果、本校の子供の本質的な課題として「積極的に仲間（友達）と関わろうとしないこと」や「仲間（友達）との関わりから学ぼうとしないこと」があげられた。これらを改善するためには、仲間（友達）との関わり合いの中で「人の役に立った」「感謝された」「認められた」といった経験を積み重ね、自己有用感を高めていくことが重要であると再確認した。さらに、このような肯定的な関わりを通して、主体的に学び、すすんで運動や遊びに取り組む子供を育てていくことを目指すこととした。

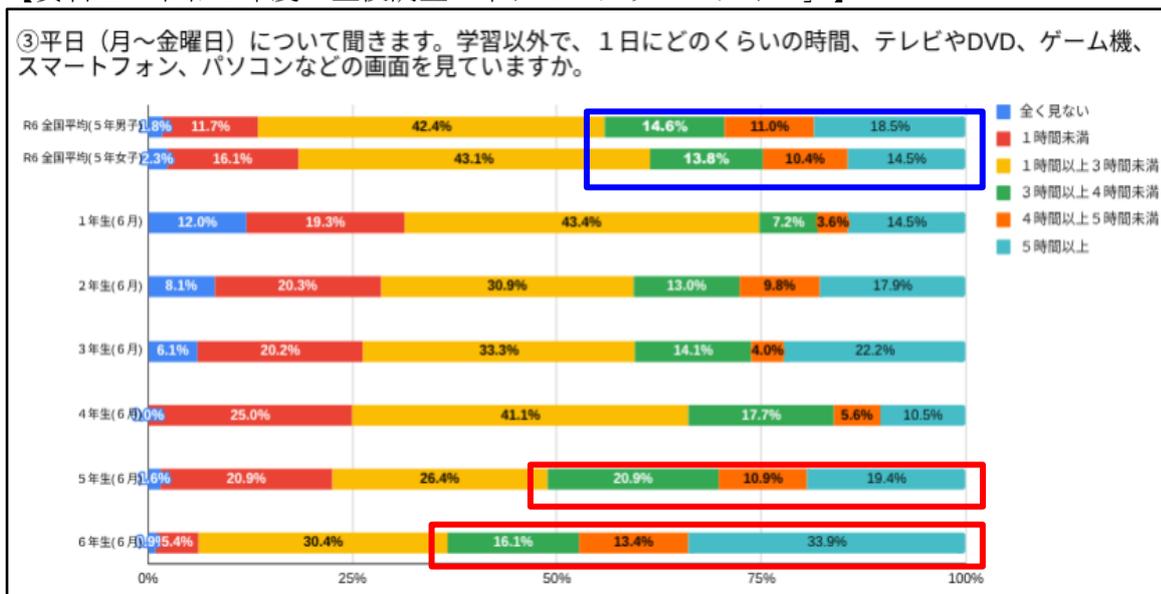
これらのことから、昨年度と同様に令和7年度の研究主題を「仲間との関わりを通して自己有用感を高め、主体的に学び続ける子供の育成」とし、研究を進めていくこととした。

また、本校では特に高学年の女子の総運動時間の短さや、高学年男女ともに生活習慣の乱れが課題となっている。【資料1】 【資料2】

【資料1 令和6年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」質問調査 5年男女別「1週間の総運動時間」】



【資料2 令和6年度 全校調査「平日のスクリーンタイム」】



そこで、運動が苦手な子供や体を動かすことが好きではない子供も含め、全ての子供が運動の楽しさや喜びに触れることができるようにすることで、体育の学習の中で自ら仲間（友達）に関わろうとする姿が生まれ、自己有用感を高めることができるのではないかと考えた。

そこで本校では、研究の視点を「全ての子供が運動特性を味わえる授業づくり」と設定し、教材分析会（職員研修）における教材分析や、各学年1本の研究授業を中心とした指導実践を軸として研究を進めることとした。

これらのことから、副主題については「全ての子供が運動特性を味わうための教材分析と指導実践」と設定した。

3 研究構想及び研究の視点

次に示した【資料3】は、本校の校内研究構想図である。研究主題を「大沢小学校で求める子供の姿」と位置付けている。

この姿に迫るためには、前述の2で述べたように、仲間（友達）との関わりを通して自己有用感を高めることを目指し、「体育の授業改善」を研究の柱として据えている。授業改善においては、それぞれの運動領域における運動特性への理解や教材分析を重視したうえで、教師の指導性に焦点を当てながら研究を推進していく。

また同時に、大沢小学校で求める子供の姿の実現に向けて、「基本的な生活習慣」「外遊びの活性化」「教科（体育以外）指導」「学年・学級経営」の4つの視点からも取組を進めていく。特に生活習慣の改善については、保護者への啓発だけでなく、子供自身が規則正しい生活習慣の大切さを実感できるような取組を実施していく。また、外遊びの活性化については、高学年の子供や運動が得意ではない子供も興味をもつことができる活動を模索し、取組の充実を図っていく。

【資料3 令和7年度大沢小学校 校内研究構想図】



#### 4 研究内容

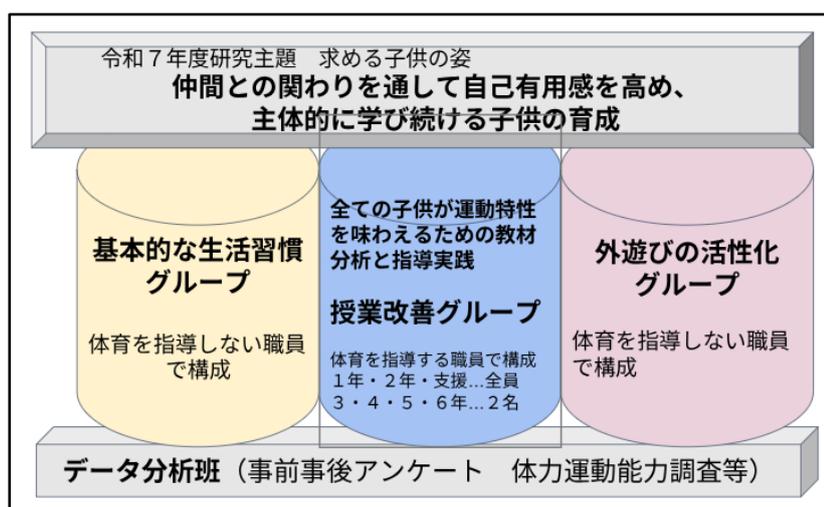
- (1) 研究推進委員が授業者として実施する、模擬授業形式の「教材分析会」
- (2) 校内及び他校職員へ向けた各学年の研究授業の公開と全体協議【資料4】

【資料4 令和7年度大沢小学校 校内研究公開授業一覧】

実施日	学年	単元
令和7年9月17日(水)	支援級	ゲーム「ボール投げゲーム」
令和7年9月25日(木)	第3学年	ネット型ゲーム「テニピン」
	第4学年	ネット型ゲーム「ソフトバレーボール」
令和7年11月20日(木)	第2学年	ゲーム「ボール投げゲーム」
	第5学年	器械運動「マット運動」
令和8年1月22日(木)	第1学年	器械・器具を使っての運動遊び「跳び箱を使った運動遊び」
	第6学年	器械運動「跳び箱運動」

- (3) 「授業改善グループ」「基本的な生活習慣グループ」「外遊びの活性化グループ」の3つのグループによる研究推進と、アンケート等のデータ分析によるにおける子供の現状把握【資料5】

【資料5 令和7年度大沢小学校 研究組織図】



#### 5 具体的な取組

- (1) 教材分析会 (模擬授業形式)

子供が運動の特性に触れ、「わかった・できた」という実感を得るためには、指導者自身が子供の立場となって運動を体験し、「その運動のどのようなところに楽しさがあるのか」を理解していることが重要である。

そこで今年度は、1学期に全3回の「教材分析会」を模擬授業形式で実施した。教師自身が子供の立場となって運動を体験し、「子供がどこに楽しさを感じるのか」「どこでつまづくのか」について考えるとともに、「どのような言葉かけが運動の特性に気付かせ、『わかった・できた』という実感につながるのか」について多角的に分析した。

次に、教材分析会を通して得られた知見と、それを踏まえた授業における主な手立てについて整理する。

- ①第1回：マットを使った運動遊び (5月26日実施)

教師が遊び方を選択できるようにすることで、子供は回転の大きさや速さ、着手や着地の位置等を変えながら運動を楽しむことができることがわかった。そのためには、漠然と

活動させるのではなく、教師が遊び方を具体的に例示するとともに、簡易的に楽しめる場の設定や適切な言葉かけ、中間指導を行うことが重要である。また、教師による例示方法や具体的な言葉かけ、中間指導の在り方について全職員で検討・共有することで、教材分析の視点について理解を深めることができた。



【第1回教材分析会の振り返り（抜粋）】

<p>具体的な言葉による知識及び技能の定着</p>	<p><b>分析会での気付き</b>  「『〇〇が上手!』と言われたとき、どこがよいのかというポイントが明確になっていると、聞いている側にもわかりやすく、子供にとっても意識しやすい。」</p> <p><b>授業への反映</b>  「カエル逆立ち」において、自分の身長と同じ高さに目印を置く等の「場の工夫」を施した。また、抽象的な言葉かけではなく、「手の位置が肩より少し前でいいね」といった具体的な技能ポイントに着目した価値付けを行うことで、子供が自分の変容を認識できるような指導を徹底した。</p>
<p>「高さ」や「大きさ」の可視化</p>	<p><b>分析会での気付き</b>  「カエルの足打ちでは、今どのくらいの高さまで上がっているのかは、目印がないとわかりにくい。目印となるものや、『高さを友達に見てもらおう』といったルールがあるとよい。」</p> <p><b>授業への反映</b>  自分の動きは自分では見えにくいため、ゴム紐を使った高さの目安や友達による目視などの客観的な視点を取り入れた。これにより、子供は「できた・できない」を自己評価しながら活動し、次の挑戦への意欲につなげられるようにした。</p>

②第2回：高跳び（6月9日実施）

単に記録に挑戦したり、高さを競ったりするのではなく、「リズム（イチ・ニ・サーン）」や「助走の歩数」等に着目し、子供が自ら工夫しながら楽しめるような授業づくりを目指して、教材分析会を行った。



【第2回教材分析会の振り返り（抜粋）】

<p>リズムとオノマトペによる動作の改善</p>	<p><b>分析会での気付き</b>  「『イチ・ニ・サン』というわかりやすい言葉かけがあることで動きに合わせてチャレンジしやすかった。」  「『バンッ』では跳びづらそうで、『トンッ』の方が軽く踏み切る感覚に合うように感じた。（中略）オノマトペの感じ方は子供それぞれで異なることがわかった。」</p> <p><b>授業への反映</b>  踏み切るタイミングや力加減を言葉（リズム）に乗せて表現することで、動きを身体感覚として捉えやすくなると考えた。また、子供が自分に合ったオノマトペを選択できるようにすることも有効である。</p>
<p>競争の視点の転換  （高さだけではない面白さ）</p>	<p><b>分析会での気付き</b>  「中間指導が入る前は、歩数を変えることばかりに目が向き、競争の仕方もその点に偏っていた。しかし、歩数だけでなく、『高さ』や『踏み切り位置』等、競争する際の工夫の仕方を変えられることに気付くことができた。」</p> <p><b>授業への反映</b>  高さを競うことだけでなく、「自分に合った助走の歩数を見付ける」「踏み切る位置を調整する」等、運動の特性に目を向けることで、子供が工夫を生み出しながら取り組めることが確認できた。</p>

③第3回：ソフトバレーボール（6月16日実施）

「3人制でキャッチあり」という簡易化したルールの下でソフトバレーボールを行った。コートをも9分割し番号を付けることで、「どこに動けばよいかわからない」という不安を軽減し、ボール運動が苦手な子供でもボールに触れる機会を確保することにつながった。技能差を埋めるルールを設定することで、ソフトバレーボールの運動の特性でもある「ラリーの継続」が生まれやすくなり、チーム内の役割分担や作戦を考える活動も活性化した。



【第3回教材分析会の振り返り（抜粋）】

<p>視覚的補助（番号）による役割の明確化</p>	<p><b>分析会での気付き</b>  「床に番号があることで、『この番号は〇〇さんがとる』等、役割を決める工夫をすることができた。（中略）2番の人がキャッチできることで、パスを続けることにもつながった。」</p> <p><b>授業への反映</b>  コートに番号を貼るという環境設定が、子供の空間認知を助け、「誰がどこを守るか」といった作戦を話し合うきっかけとなり、チーム内の対話を生み出すことにつながった。</p>
<p>運動特性（軌道）を表す合言葉の共有</p>	<p><b>分析会での気付き</b>  「『前にふわっと』を合言葉にする。（中略）『高く』という声かけが多く聞かれた。実際に動いていると意識することを忘れやすいため、こうした言葉かけが有効であると感じた。」</p> <p><b>授業への反映</b>  ネット型の「ボールをつなぐ」という特性を味わうためには、「ふわっと高く上げる」という技能が不可欠である。そのため、この動きをチーム全体の共通言語として共有することが、ラリー継続のポイントであることが確認できた。</p>

（2）各学年の研究授業

教材分析会を経て、各学年では推進委員や授業者が中心に研究授業づくりに取り組んだ。参観の視点を明確にしたうえで、学習指導案を作成して研究授業を実施した。また、他校の教職員や市教育センターの指導主事を招いて研究協議を行うとともに、その成果を相模原市内へ情報提供した。各学年の研究授業の概要を、次の表に示す。

<p>低学年（1・2年）  「運動遊び」の要素と「選べる」場づくり</p> 	<p>1年「跳び箱を使った運動遊び」</p> <p>「わくわくチャレンジ」と題し、跳び箱を多様な遊具に見立てた冒険感覚のある場を設定した。段階的なコースを設けることで、体を動かすことが好きではない子供も進んで体を動かしたくなる環境づくりを行った。友達との関わりの中で「できた!」という実感を得たり、互いのよさを認め合ったりする場面を意図的に仕組むことができた。</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



### 2年「ボール投げゲーム」

子供の技能差や志向性を包摂するため、運動特性の異なる複数のエリアを設定し、個々の力に応じて場や規則を選べる「選択制」を導入した。ホワイトボードを活用して対話しながら規則を選ぶ時間を設けることで、友達と協力し、「誰もが楽しめる規則」について考えることができた。また、狙い通りに的を射抜いた瞬間に喜び合ったり、友達のよい動きを称え合ったりする姿が見られ、得意な子も苦手な子も、集団の中の一員として認められる経験につながった。

### 中学年（3・4年）

「つなぐ」楽しさを味わう  
規則の工夫



### 3年「テニピン」

ネット型ゲームの特性である「ラリー」を全ての子供が味わえるよう、段階的な場や規則の工夫を行った。チームの技能に合わせて、縦並びや横並びといった「位置取り」を自ら選べるようにしたことで、自分たちでゲームを組み立てようとする姿が見られた。また、互いのよい動きを価値付ける「キラッとヒーロー」という手立てを取り入れることで、「相手とつなげられた」という実感を持ち、自己有用感を高めることにつながった。



### 4年「ソフトバレーボール」

全ての子供が運動の特性を味わえるよう、「キャッチあり」等の手立てを取り入れ、「自分がパスをつないだことで得点につながった」という手応えを実感できるようにした。その結果、チーム内で「ナイスキャッチ!」「ここに動いて。」といった前向きな関わり合いが増えた。自分の役割を果たす喜びや友達への貢献感（自己有用感）を感じる場面が生まれ、主体的に学び続ける集団づくりにつながった。

### 高学年（5・6年）

ICT活用と「到達度」の可視化



### 5年「マット運動」

オノマトペによる動きの言語化とICTの活用により、課題解決への道筋を視覚化した。タイムシフトカメラや到達度表を活用することで、仲間と具体的な助言をし合う場面が生まれた。その結果、自己有用感の高まりや達成感を味わう姿が見られた。



### 6年「跳び箱運動」

「ドンッ・バンッ・ピタッ」という共通のオノマトペを用いて技の局面を言語化し、動きの感覚を共有した。ICTの活用では、タイムシフトカメラを用いて「理想の動き」と「自分の現状」を客観的に比較し、分析できるようにした。また、段階的な場を設定し、今の自分に適した場を自ら選択させるとともに、仲間と動画を見合いながら課題解決に向かう授業を展開した。さらに、互いの変容を認め合う場面が生まれ、大きな達成感や自己有用感を感じる姿が見られた。

### 支援級（くすのき級）

全員が「HERO」になれる包括的な規則



### くすのき級「ボール投げゲーム」

「ねらって、まもって、ふわっと HERO!」をテーマに、子供が自分の力に応じてボールや得点方法を選べる環境を整えた。複雑な規則でなく、誰もがヒーローになれる場を設定することで、集団活動への不安の軽減を図った。また、攻めと守りに分かれるゲームの中で、個々の小さな成功体験を価値付ける言葉かけを行うことで、「みんなと一緒に運動する楽しさ」や「自己有用感」を味わう姿が見られた。

授業後は、各学年が中心となって成果と課題を整理し、次の授業に生かすことに努めた。  
【資料6】

### 【資料6 授業後の成果と課題（第4学年「ソフトバレーボール」）】

#### 授業実践分析レポート：4学年 ボール運動（ネット型）における指導と課題

##### 1. 成果と要因：個の技能を支える「練習環境」と「特別ルール」

児童が運動特性を楽しみ、チーム内で協力ができた背景には、参加のハードルを下げる工夫がありました。

###### ① 目的別スキルアップタイムの導入

- 現状：フラフープ、ペットボトル、タライなど、目的（狙う、捕る等）に応じた練習の場を設定した。
- 要因：個々が自分の技能レベルやチームの課題に合わせて場所を選択できたことで、実践的な練習が可能となった。

###### ② 「キャッチOK」ルールによる攻撃の連続性

- 現状：バレーボール形式に「キャッチOK」を取り入れたことで、ボールがつかがりやすくなった。
- 要因：技能の未熟さをルールで補完したことにより、ボールをチームでつなぎ、攻撃を展開する楽しさを味わうことができた。

##### 2. 課題：ルールの「複雑さ」と「勝利至上主義」への対応

ゲームを深化させる過程で、認知的な負荷や感情面でのコントロールが課題として浮き彫りになりました。

###### ① 得点ルールの難解さ

- 現状：得点に関するルールが複雑で、前半戦では理解が追いつかない児童が多かった。
- 方向性：「1点ずつの単純な加算」など、ルールを簡易化することで、計算ではなくプレーそのものに集中できる環境を整える。

###### ② 「勝ち」への執着とコミュニケーションの減少

- 現状：プレーに熱中すると、認め合いの声掛けが減り、「勝ち」にこだわりすぎてしまう姿が見られた。
- 方向性：勝利という結果だけでなく、過程（頑張りや工夫）を丁寧に価値付ける。MVPカードの視点をより明確にし、普段から良さを見つけ合う習慣を醸成する。

(3) 今年度の生活習慣の改善と外遊びの活性化

①生活習慣の改善に向けた取組

- ・「元気アップ週間」の設定

「規則正しく生活を意識すること」をねらいとして、9月以降に「元気アップ週間」を年間4回設定した。主な取組として、「元気アップカード」を活用しためあての設定と振り返りの記入【資料6】、中休みの「元気アップタイム」による外遊びの実施の2点を行った。

【資料6 元気アップカード】

元気アップカード ～楽しく学校生活をおくるために、自分の生活を見直そう～

年 組 ( )

めあて

寝 じこく  
寝る時刻 時 分

あ じこく  
起きる時刻 時 分

はやくはやく  
早寝早起きするために・・・

ゲームの時間を減らす。  テレビやスマホを見る時間を減らす。

つぎ ひ したく はや やす じかん ぼんご そと おも あそ  
 次の日の支度など、やるべきことは早めにやる。  休み時間や放課後に外で思いきり遊ぶ。

ね まえ み  
 寝る前は、テレビやスマホを見ない。  ( )

しょうかん  
1週間のとりくみ

月 日 曜日	/ (月)	/ (火)	/ (水)	/ (木)	/ (金)
ね じこく 寝た時刻	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分
あ じこく 起きた時刻	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分
じこく 自己評価 よくできた ● まあまあできた ○ あまりできなかった △					

じぶんじしん ふ かえ  
【自分自身で振り返ってみて】

うち ひと  
【お家の人からのコメント】

じぶん せいかつ かんがえ  
自分の生活を見直せましたか。元気アップ週間が終わっても、普段の生活でも今回のめあてを意識して、健康な生活を送りましょう。

まずは、元気アップ週間の前週に、睡眠の大切さに関する動画を視聴させ、小学生には「9～11時間の睡眠が必要であること」を伝えた。その後、元気アップカードに目標とする「寝る時刻」と「起きる時刻」を記入させた。さらに、その睡眠時間を確保するための具体的な取組として、「ゲームの時間を減らす」「テレビやスマートフォンを見る時間を減らす」等の項目の中から、自分に合ったものを選択させた。これにより、子供が自ら生活習慣を見直し、めあての達成を意識して1週間を過ごすことをねらいとした。期間中は5日間、毎日自己評価を行い、最終日には自分自身の振り返りを記入するとともに、保護者からもコメントをもらうようにした。次の表は、子供の振り返りと保護者からのコメントの一部である。

<p>子供の 振り返り</p>	<p>○自ら生活リズムを整える姿</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分で時間を見て、寝ることができた。（2年）</li> <li>・早寝早起きをするために、寝る前にはテレビ等を見ないようにしたり、次の日の支度を早めにしようとした。（5年）</li> <li>・勉強や風呂に入る時間をもっと早めるとよかったんだと感じた。（6年）</li> </ul> <p>○すっきりと目覚める実感と早寝早起きの継続への意欲</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・早く寝ることを意識したので、普段よりすっきりと目が覚めるようになった。気持ちがよい。（4年）</li> <li>・9:00に寝て、6:30に起きればよい気分だった。いい朝を迎えられたから、また続けようと思った。（4年）</li> <li>・前よりもずっと早寝早起きができるようになった。この取組が終わっても、ずっと継続していきたい。（4年）</li> <li>・いつもより早寝早起きを意識して過ごすことで、より深く眠ることができるようになった。続けていきたい。（5年）</li> </ul> <p>○スクリーンタイム・メディア等に関する課題</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・寝付くのが遅くなった。寝る前はテレビやスマホは見ない。（6年）</li> </ul>
<p>保護者 の コメント</p>	<p>○自ら生活リズムを整える姿</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分でタイムスケジュールを決めて、きちんと行動できていたと思う。夜も自分で時間を見て、寝る準備や寝ることができた。（2年保護者）</li> <li>・今週は、自分で時間の把握、記入、評価の判断を全て行っていました。基本的には、次の日の支度は前日のうちにできており、4年生なりに頑張っていました。（4年保護者）</li> </ul> <p>○すっきりと目覚める実感と早寝早起きの継続への意欲</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・朝が弱く自分で起きることが難しいので、私が起こしているが、2回の声かけで起きられるようになってきているので成長が見られる。（2年保護者）</li> <li>・自分一人でふとんに入ることができるようになりました。いつもよりすっきりと起きることができていました。（3年保護者）</li> <li>・習い事のある日は寝るのが遅くなってしまうけど、次の日には寝る時間を戻していて良かったです。（3年保護者）</li> </ul> <p>○スクリーンタイム・メディア等に関する課題</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・テレビやスマホを見る時間を減らすことができて良かったですね。（2年保護者）</li> <li>・時間を上手に使うことができたということですね。これからは優先順位を意識して、睡眠の大切さを忘れないでください。（3年保護者）</li> <li>・毎日やらなければならないことと、やりたいことがたくさんあって、あっという間に寝る時間になってしまいますね。やることに優先順位をつけて、はじめをつける練習をがんばっていきましょう。（5年保護者）</li> <li>・スマホ・ゲームの時間がどうしても長くなってしまっているのが問題ですね。自分でも意識ができるとよいですね。（6年保護者）</li> </ul>

中休みの「元気アップタイム」では、「全ての子供が安心して外に出られること」を目的とした環境づくりを重視した。

それは、「のんびりゾーン」の設置による心理的障壁の軽減である。運動や外遊びに苦手意識のある子供にとって、校庭は「激しい運動をしなければならない場所」と捉えら

れがちである。そこで、あえて激しい動きを必要としない「のんびりゾーン」を校庭の一角に設定した。



ブルーシートを敷いて過ごしたり、日向ぼっこをしたりする活動を認めることで、これまでは教室に留まりがちであった子供が外に出るきっかけとなった。太陽の光を浴びることは健康維持にもつながる。このような「非運動的」な活動から始めたことにより、外遊びへの心理的なハードルを下げる効果が見られた。さらに、寒さが増すにつれて「のんびり過ごす」ことから「自発的に体を動かす」ことへと、子供の行動が段階的に変化していく様子も見られた。

## ②外遊びの活性化に向けた取組

### ・「縄跳びイベント」の設定

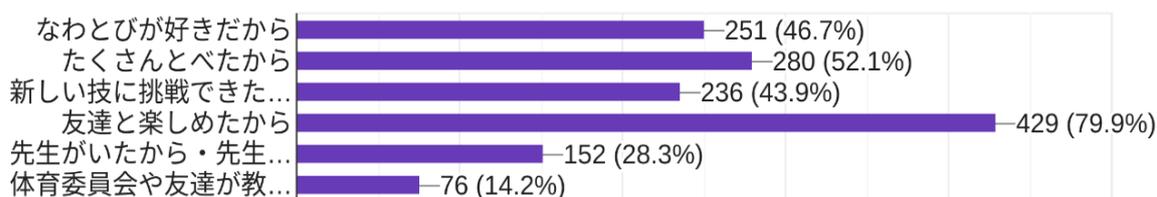
9月と12月に実施した「縄跳びイベント（講習会・長縄跳び・先生に挑戦）」は、外遊びを活性化する大きな契機となった。実施後のアンケートでは、「縄跳びが好きになった」「たくさん跳べた」「新しい技に挑戦できた」等のように、個人の成長や満足感に関する回答が多く見られた。

また、「友達と楽しめたから」という感想も多く、本校が目指す子供像に直結する成果も確認できた。【資料7】

### 【資料7 縄跳びイベントへのアンケート「楽しかった理由」（全校の子供対象）】

楽しかった理由を教えてください。（複数可）

537件の回答



回を重ねるごとに、短縄跳びだけでなく、「学級で長縄跳びを行いたい」という声が聞かれるようになった。関心が「個人の運動への意欲」だけでなく、「集団で達成する喜び」へと広がっていったと考えられる。これらの様子から、本研究主題にもある「仲間との関わり」や「自己有用感の高まり」を深める場となっていくことが確認できた。



・意図的な仕掛けを施した「クラス対抗ビンゴ」

縄跳びイベントで高まった「集団への所属感」を日常の遊びへと定着させるため、3学期には生活習慣改善の取組である「元気アップ週間」と連携し、「クラス対抗ビンゴ」を実施した。このビンゴカードには、単なる運動不足の軽減にとどまらないよう、次のような意図的な仕掛けを設けた。【資料8】

「前跳び 40回」等の個人課題に加え、「クラス全員」と銘打った協力課題（例：「全員で長縄」「手を繋いでフラフープ送り」）を配置した。これにより、運動が得意な子供が苦手な子供を自然に助ける場面が生まれ、学級で誘い合って外に出る場面が見られるようになった。

前述した「人と関わる楽しさ」は、ここでは「学級のために貢献する喜び」や「仲間（友達）と目標を共有する充実感」へとつながっていった。一人の成功が学級全体のビンゴ達成に結び付く仕組みによって、「自分のがんばりがみんなの役に立っている」という自己有用感を育む土壌が生まれたと考えられる。

【資料8 クラス対抗ビンゴカード】

クラス対抗 チャレンジカード			他の学年よりもいっぱいビンゴを作ろう！ となりのクラスよりもいっぱい名前を書こう！			年 組		
たんなわ・ながなわ			かんぼっくり・フラフープ			固定遊具		
くすのきから 鉄棒まで かけ足とび <small>(とちゅうで 引っかかってもok!)</small>	前とび 40回	7にん いじょうで ながなわ 13かい	フラフープを 腰で15回 回す	かんぼっくりに 乗ってその場で 1回 ジャンプ	かんぼっくりに 乗ってフラフープ をくぐる	ろくぼく を のぼりながら 一周まわる	ろくぼく で 30びょうかん ぶらさがる	すべり台を るんるん学年と 一緒にすべる
後ろとび 15回	☆☆☆☆ 『クラス全員』 で ながなわ 10かい (8の字跳び)	友だちと 息を合わせて 前とび 10回 (3人以上で 円になろう)	フラフープを 腰以外の場所で 10回 回す	☆☆☆☆ 『クラス全員』 手をつないだ じょうたいで フラフープを 端から端まで くぐらせよう	フラフープを 友だちより長く こまのように回す	のぼりぼうで 前まわり	☆☆☆☆ 『クラス全員』 好きな遊具の 一番上まで 登って降りる <small>(ジャングルジム・登 り棒・ろくぼくなど)</small>	ろくぼく に ぶらさがって 左右となりの ブロックに いどうをする
友だちと一緒に 横並び 縄を 持って 前とび10回	☆☆☆☆ 15秒続けて 前とび	にじゅう とび 5かい	かんぼっくりで くすのきから 上り棒まで るんるん学年と勝負	☆☆☆☆ フラフープを 使って 前跳び 20回	一番高い かんぼっくりで 友達の周りを 5周	のぼりぼう に 5びょうかん さかさまになる	☆☆☆☆ のぼりぼう うでの力だけ (足を使わない)で 真ん中まで あがる	ろくぼく で 3人いじょうで ぶらさがり勝負

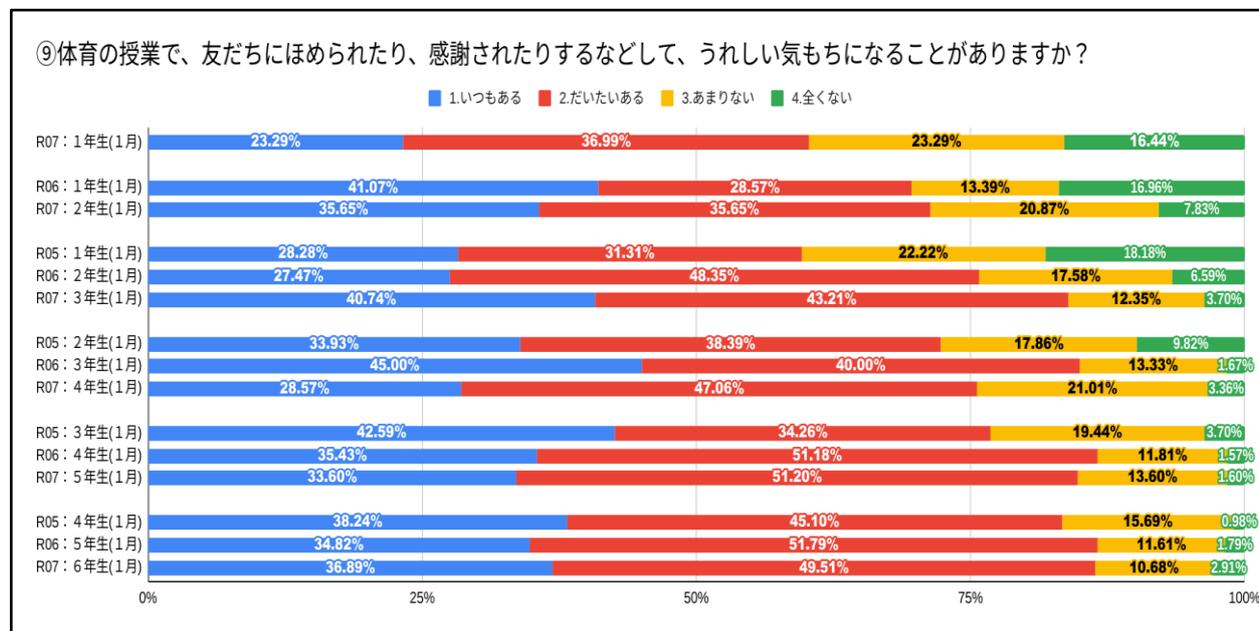
できた人はどんだん名前を書いていこう！一人でも多く名前がかけるとgood！

## 6 成果と次年度への課題

### (1) 教材分析や指導実践から

本校が授業研究の重点としてきた「自己有用感を高め、認め合う集団づくり」の成果は、高学年の数値に表れている。【資料9】

【資料9 大沢小学校 全校アンケート「体育の授業で、友達に褒められたり感謝されたりするなどして、うれしい気持ちになることがありますか」 3年間1月比較】

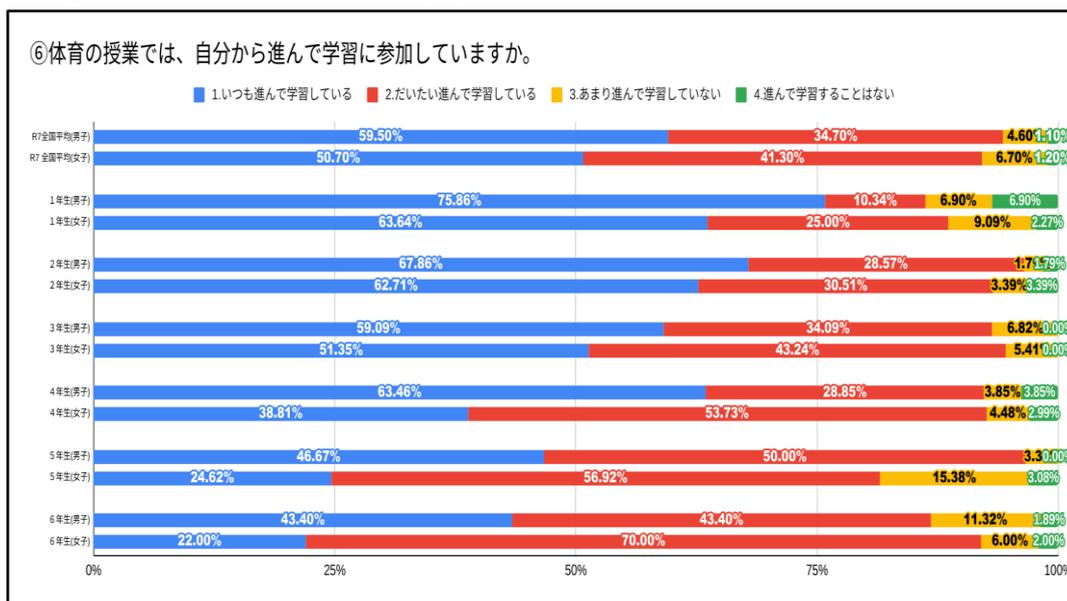


5、6年生ともに、「いつもある」「だいたいある」を合わせた肯定的な回答が85%を超えており（5年84.8%、6年86.4%）、多くの子供が友達からの言葉かけによって充足感を得ていることが分かる。また、経年変化では、昨年度2年生（R6）だった子供が今年度3年生（R7）になり、肯定的回答が75.8%から83.9%へと大きく伸びていることは成果といえる。

一方で、4年生においては、肯定的回答が昨年度より約10%減少している。これは発達段階として客観的な視点が育ち、他者評価に対して敏感になる時期（いわゆる『9歳の壁』発達心理学）であることが影響しているとも考えられる。単なる称賛だけではなく、具体的な技能向上に基づいた認め合いへと、指導の質をさらに深めることが必要である。

次に本校の子供の体育授業への参加意欲を、学年別・男女別に示した。【資料10】

【資料 10 大沢小学校 全校アンケート「体育の授業では、自分から進んで学習に参加していますか」 令和 7 年度 1 月男女比較】



低学年では高い意欲の維持という成果が見られる一方で、高学年、特に女子においては意欲の「質」に変化が生じていることが明らかとなった。1・2年生では、男女ともに「1. いつも進んで学習している」の割合が60～70%台と非常に高く、体育授業に対する純粋な楽しさや意欲をもって取り組んでいる様子が見えらる。これは、入学初期の指導や環境づくりが効果的に機能しているためではないかと考えられる。一方、学年が上がるにつれて「1. いつも」の割合が減少するものの、「4. すすんで学習することはない」という完全な拒否層は全学年を通じて極めて低く、ほぼ数%以内にとどまっている。6年生女子においても、「2. だいたい進んで学習している（70%）」を含めると、92%の子供が肯定的または受容的に授業に参加しており、体育に対する意欲が極端に低下しているとはいえない。

しかしながら、女子では3年生（51.4%）から4年生（38.8%）にかけて「1. いつも」の割合が大きく低下し、5・6年生では20%台まで減少している。この数値は全国平均（R7女子：50.7%）と比較しても低い水準である。発達段階として周囲の目を意識始める時期であり、失敗への不安や技能差への意識等から、「積極的に参加する」姿から「目立たない形で参加する（だいたい）」へと意識が変化している可能性が考えられる。

また、6年生では、男女ともに「2. だいたい」の割合が増加していることから、今後は、子供自身が規則やルールを工夫したり、場を設定したりする等、「自分たちでつくる体育」の場面を増やしていくことが必要である。主体的な関わりを生み出すことで、学習への意欲をさらに高め、継続させていく授業づくりが求められると考える。

## (2) 生活習慣改善の取組より

元気アップ週間においては、子供が自ら生活習慣を見直し、主体的に生活リズムを整えようとする姿が一定数見られた。元気アップカードを活用して、「寝る時刻」「起きる時刻」を自分で設定し、毎日振り返りを行うことで、時間を意識して生活する態度が育まれた。

子供の振り返りには、「自分で時間を見て寝ることができた」「寝る前にテレビを見ないようにした」「早く寝ることで朝すっきり起きることができた」等、生活習慣を主体的に整えようとする記述が見られた。また、「この取組が終わっても続けたい」といった記述もあり、早寝早起きの効果を実感するとともに、継続への意欲をもつ姿もうかがえた。

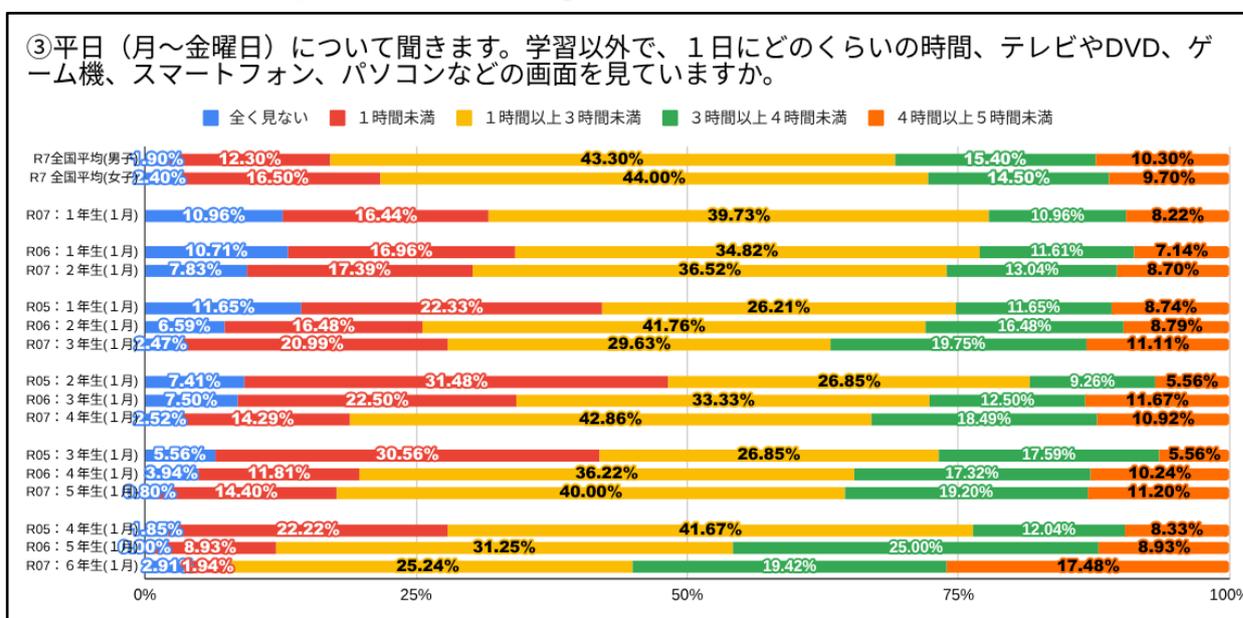
さらに、保護者からのコメントにも、「自分で時間を見て行動できていた」「いつもよりすっきり起きていた」等、家庭においても生活リズムの改善が見られたことが記されており、本取組が家庭生活にも一定の影響を与えていたことが確認できた。

これらのことから、「元気アップ週間」の取組は、子供が自分の生活習慣を振り返り、よりよい生活リズムを意識して行動しようとする態度を育てるうえで有効であったと考えられる。

一方で、振り返りや保護者のコメントからは、スマートフォンやゲーム、テレビ等のメディア利用に関する課題も見られた。特に高学年では、「寝る前にテレビやスマホを見てしまう」「ゲームの時間が長くなってしまう」といった記述があり、スクリーンタイムのコントロールが生活習慣改善の大きな課題であることが明らかとなった。

また、生活習慣の改善は、元気アップ週間の期間中には意識されるものの、日常生活の中で継続していくことの難しさも見えてきた。生活習慣は家庭で過ごす時間と密接に関係しているため、学校での取組だけで改善を図ることには限界がある。【資料 11】は、平日の学習時間以外のスクリーンタイムの時間に関するアンケート結果である。

【資料 11 大沢小学校 全校アンケート「平日（月～金曜日）について聞きます。学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか」 3年間1月比較】

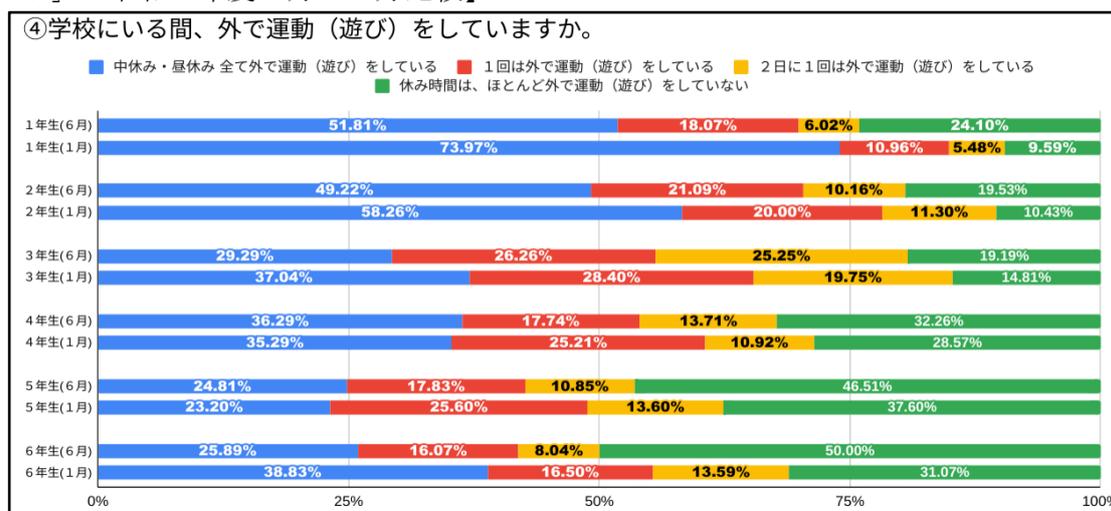


学年が上がるにつれて、スクリーンタイムが増加する傾向が見られる。今後は、取組を行事的な活動として終わらせるのではなく、日常的な生活習慣の改善へとつなげていくことが重要である。そのためにも、生活習慣やメディア利用に関する情報を家庭と共有し、保護者と連携しながら子供の生活を支えていく仕組みづくりが必要である。学校と家庭が共通理解のもとで働きかけを行うことで、子供の健康的な生活を主体的に築いていく力を育てていきたい。

### (3) 外遊びの取組より

外遊びの頻度に関する6月と1月の比較調査から、季節や気候の変化が子供の行動に与える影響とともに、本校の子供の潜在的な運動意欲の高さが浮き彫りとなった。特に大きな成果として、6月時点で課題であった「外遊びをしていない層」が、1月には全学年で大幅に減少した点であげられる。なかでも高学年の変化は顕著であり、6年生では「ほとんど外で遊んでいない」層が50.0%から31.1%へと、約20%減少した。同様の傾向は5年生(46.5%→37.6%)や4年生(32.3%→28.6%)でも見られ、学年が上がるにつれて運動機会が減少するという従来の懸念を和らげる結果となった。【資料12】

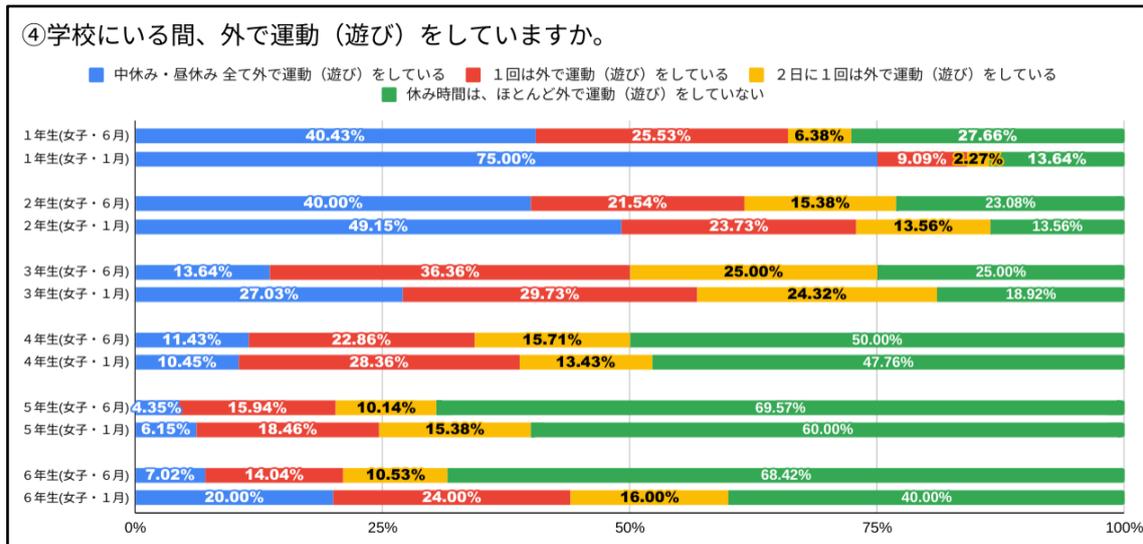
【資料12 大沢小学校 全校アンケート「学校にいる間、外で運動(遊び)をしていますか」 令和7年度6月・1月比較】



また、「外遊びをしている層」の増加も確認された。1年生では「中休み・昼休みの全てを外遊びに充てる」子供が51.8%から74.0%へと大きく増加し、低学年において休み時間を積極的に活用して遊ぶ習慣が形成されていることがうかがえる。6年生においても、同様の項目が25.9%から38.8%へと増加しており、高学年においても主体的に外へ出て活動している実態が明らかとなった。一方で4・5年生については、「全て外で遊ぶ」割合は大きく変化していないものの、「1回は遊ぶ」子供の割合は増加している。このことから、委員会活動や係活動等の役割を果たしながらも、時間を見つけて外遊びの機会を確保しようとする姿が見られると考えられる。

これらの結果から、本校の子供は気候条件が整えば、冬季であっても意欲的に外遊びに取り組む傾向があることがわかった。今後は、この意欲を持続・発展させるために、遊具や活動場所の工夫・充実を図り、外遊びを通じた運動機会の確保と運動への関心・意の向上につながる取組を継続していく必要がある。さらに女子の同アンケート結果からは、6月から1月にかけて外遊びの実施率が顕著に向上しており、多くの学年で運動習慣の改善が見られた。【資料13】

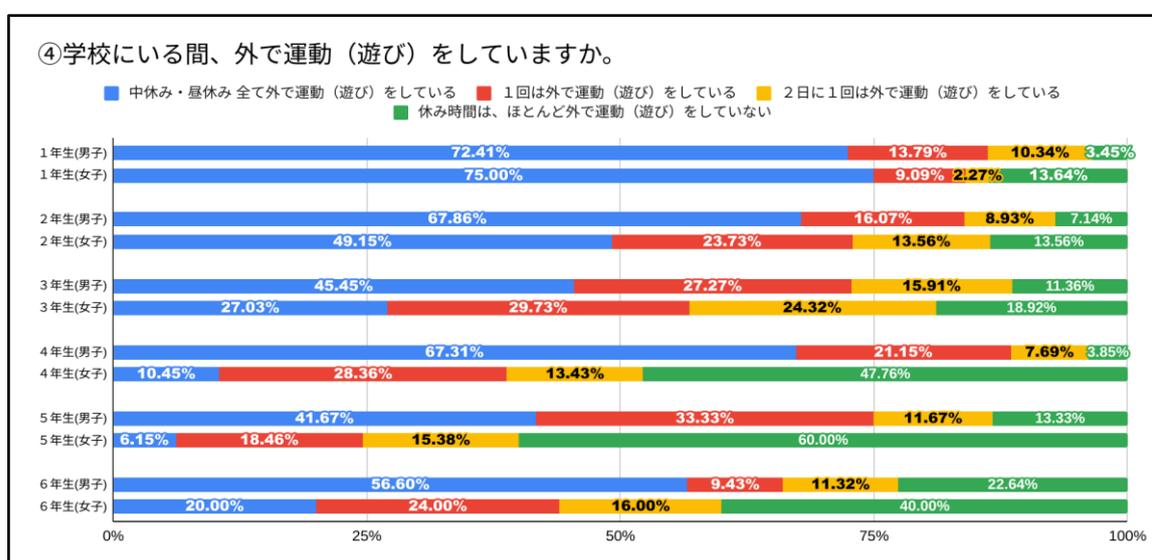
【資料 13 大沢小学校 全校アンケート「学校にいる間、外で運動（遊び）をしていますか」令和7年度 女子6月・1月比較】



まず、低・中学年における「積極層」の増加があげられる。1年生女子では「中休み・昼休み全て遊ぶ」割合が40.4%から75.0%へと約35%増加した。2・3年生においても同様に「全て遊ぶ」層が増加しており、特に3年生では13.6%から27.0%へと倍増している。このことから、低・中学年においては、休み時間を通して外遊びを楽しむ習慣が形成されつつあるといえる。

次に、高学年における「不活動層」の大幅な減少が見られた。特に6年生女子では、「ほとんど外で遊ばない」層が68.4%（6月）から40.0%（1月）へと約28%も減少した。その分、「全て遊ぶ（7.0%→20.0%）」や「1回は遊ぶ（14.0%→24.0%）」の層が増加しており、最高学年の女子であっても、環境や機会を整えることで外遊びに参加する子供が増加したことは大きな成果といえる。5年生においても同様に、不活動層が約10%減少している。一方で、4年生女子のみ「ほとんど遊ばない」層が約半数で横ばい（50.0%→47.8%）となっており、今後の課題として残された。しかし、全校的な傾向としては、女子の外遊びや運動への意欲は着実に高まっていると捉えることができる。

【資料 14 大沢小学校 全校アンケート「学校にいる間、外で運動（遊び）をしていますか」令和7年度 男女1月比較】



そして、男女別データ【資料14】から浮き彫りになった女子の活動量低下の背には、男子との身体能力や技能の差が拡大し、同じ場で活動することへの抵抗感が高まっている可能性が考えられる。特に、体育の授業における技能差が、「共に遊ぶことの難しさ」として休み時間にまで影響を及ぼし、女子が運動の場を敬遠してしまう要因となっていることが推察される。今後は、技能差にかかわらず誰もが役割をもてる「規則やルール、場の再構築」を行うとともに、性別や技能の枠を超えて「自分が必要とされている」と実感できるような、授業と遊びの接続の在り方を検討していくことが課題である。

## 7 今後に向けて

本年度の研究における特筆すべき成果は、体育授業への探究心が形式的な研究会を超え、日々の職員室の「空気」を変えたことにある。研究授業の日ではない何でもない日に、放課後の職員室内で「ここの体育の授業について聞いてもいいですか」と自然に相談をもちかけ、教材分析に励む姿が見られるようになった。このような「学びに向かう雰囲気」こそが、組織としての最大の財産である。

こうした職場の雰囲気があるからこそ、「グループ部会の中で、各運動領域における運動特性や指導のポイントを共有する時間を設けていただくなど、基本的なところから確認することができ、大変ありがたかった」（5年 20代女性教諭）という声や、「運動遊びの中で何を学ぶか、どうすればどの子供も楽しく動けるかを考え、場の設定を何度も見直した過程が勉強になった」（1年 40代女性教諭）という実感のこもった振り返りが生まれたのではないか。教材分析の面においても、「技ごとに動きの分析を行い、子供に伝わりやすい指導について考えることができた」（5年 20代女性教諭）、「指示を与えるだけでなく、子供の考えや動きを認め、次につながる言葉をかけることの大切さを学ぶことができた」（音楽専科 30代女性教諭）とあるように、日々の対話が指導力の向上に直結していることがうかがえる。次年度は、本年度の課題より「性別や技能差を包摂する（インクルーシブな）場づくりと規則・ルールの再構築」を意識して授業研究を進めていきたい。令和8年度の研究に向けた課題は、「持続可能な仕組みづくり」と「家庭・地域との連携」である。まずは取組の定着である。「目的を明確にすること、方法の維持、また細案の検討が必要」（教務主任 40代男性教諭）であり、一過性のイベントに終わらせず、日常の教育活動にいかにか落とし込むかが問われている。それには、「今後も続けるのであればデジタル化してもよいのでは」（3年 30代男性教諭）といった業務効率化の視点も重要であろう。

また、学校だけでは完結しない生活習慣の課題への対応も必要である。「普段から教育活動への協力が少ない家庭に、取組の目的や内容が届いていない現状に課題がある」（6年 30代男性教諭）との指摘があり、「子供たちが自分の健康のために生活習慣を意識して改善していけるようなアプローチを、多角的な視点から考えていきたい」（養護 20代女性教諭）との記述にあるとおり、家庭を巻き込んだ実効性のある働きかけを模索していく必要がある。

次年度は、今年度培った「意欲」と「職員室の探究的な雰囲気」を確かな力へと高め、子供が主体的に健康保持増進に向かう研究体制の確立を目指していきたい。

さて、本年度の研究報告書を締めくくるにあたり、2つの視点から振り返りを記し、結びとする。1つ目は、本研究のアプローチ手法の有効性である。令和5年度から令和7年度まで、アンケート結果や「元気アップカード」の記述など、子供たちの実態を「データ」として収集・分析してきた。感覚や経験則だけに頼るのではなく、「客観的な事実に基づいて仮説を立て、実践し、検証する」という一連のサイクルが、我々の研究をより精度の高いものへと導くだけでなく、結果として子供たちの行動変容という成果に結びついた。

2つ目は、本校の教職員の団結力について触れていきたい。本校には、【資料5】の校内研究組織図でも触れたように体育専科が配置されており、3年生以上の学級担任や他教科の専科職員の中には、直接体育の授業に携わらない教職員がいる。通常であれば、教科研究への温度差が生まれかねない環境といえる。しかし、本校においては、「子供たちの自己有用感を高め、心身共に健康な姿を目指すとともに、主体的な学び続ける姿を目指す」という共通の目的

のもと、全職員が同じ方向を向き、それぞれの立場で研究推進に努めている。休み時間には、子供たちと一緒に校庭に出て汗を流す教職員、子供たちのアンケート結果のデータ集計や分析に力を注ぐ教職員、教材分析に努め、授業力向上を目指し続ける教職員等々。こうした「チームとしての一体感」と「教職員の何事にも前向きに取り組む姿勢」があったからこそ、ここまで本研究が深まったといえる。温かいチームワークで研究を支えてくださった教職員に感謝の気持ちをもち続け、今後も本研究で得た成果と課題から、さらに新しいものを積み上げていき、次年度も子供たちが「自分が頼りにされている」「みんなのために自分があるんだ」と感じられるよう、共に歩みを進めていきたい。

〈参考文献・引用文献〉

1. 文部科学省. “小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 体育編”. 2017
2. 国立教育政策研究所. “「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料”. 2020 [https://www.nier.go.jp/kaihatsu/pdf/hyouka/r020326\\_pri\\_tokubetsuk.pdf](https://www.nier.go.jp/kaihatsu/pdf/hyouka/r020326_pri_tokubetsuk.pdf).
3. 文部科学省. “中央教育審議会答申「『令和の日本型学校教育』の構築を目指して」”. 2021 [https://www.mext.go.jp/content/20210126-mxt\\_syoto02-000012321\\_2-4.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20210126-mxt_syoto02-000012321_2-4.pdf), (参照 2026-01-15).
4. スポーツ庁. “体力・運動能力調査結果の概要”. スポーツ庁 [https://www.mext.go.jp/sports/b\\_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922\\_00014.html](https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922_00014.html) (参照 2026-01-15)
5. 文部科学省. “中央教育審議会「教育課程企画特別部会における論点整理について（報告）」”. 2025 [https://www.mext.go.jp/content/20260129-mxt\\_kyoiku01-000045057\\_01.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20260129-mxt_kyoiku01-000045057_01.pdf) (参照 2025-09-30)
6. 『「9歳の壁」を越えるために◆生活言語から学習言語への移行を考える』脇中起余子（電子書籍）. 2020

## 健康・体力づくり実践研究校 研究報告書

学 校 名	鎌倉市立富士塚小学校
研究会名	富士塚小学校 校内研究会

### 1 研究主題

ともに学び合う子をめざして  
～自分も仲間も相手も楽しむ体育の授業づくり～

### 2 学校の現状及び課題

本校は特別支援学級・ことばの教室（言語通級教室）を併設した全児童249名の小学校である。全体的に穏やかで、素直でのびのびと落ち着いて生活できている児童が多い。決められたことには真面目に取り組む反面、自分で考え主体的に取り組もうとする意欲に欠ける点が気になっている。「共生体育」に取り組むことによって、自分の思いを発信したり、相手の思いを受け止めたりしながら主体的に運動遊びに取り組む姿を育てたい。

### 3 研究の視点

2020・2021・2022・2023年度鎌倉市教育委員会教育課題指定研究として、横浜国立大学 梅澤秋久教授のご指導を仰ぎながら、同テーマの研究に取り組んできた。2024・2025年度は「共生体育」の授業を、どんな指導者でも取り組みやすいものにするため、以下の内容に取り組んだ。また、本校の「共生体育」としての取組は、児童の健康や体力づくりとして効果があったかどうか、児童へのアンケートをもとに検証した。

### 4 研究の内容

1. 「運動の特性」を重視した体育の授業の追求・主運動につながる5UPの実践  
※低学年においては、3年生以降の学年の5UPに生かせるように、低学年の「運動遊び」を充実させる。←今年度は「跳び箱を使った運動遊び」に注目
2. 1学年から6学年までの系統性つながりの確認と、運動の特性を軸とした体育科年間指導計画を作成する。
3. 全校児童アンケートから、本研究の成果と課題を考察する。
  - (1) 休み時間の運動遊びアンケート（外遊びと体育館遊びに分け、運動遊びをしたらシールを貼る活動を2週間続け、その傾向を探る。）
  - (2) グーグルフォームによる「体を動かすことは好きですか」アンケート

アンケート項目：①運動やスポーツが好きですか？②体育の授業は楽しいですか？  
 ③体育の授業では、すすんで学習に参加していますか？④記録に挑戦したり、記録が上がったり、競い合ったりしたときに、体育が楽しいと思いますか。⑤友だちと交流したり、協力できたときに、体育の授業が楽しいと感じますか？⑥（第5、6学年のみ）中学校でも自主的に運動しようと思いますか？

## 5 具体的な取組

### 1. 今年度の授業実践

1 学年「器械・器具を使つての運動遊び 跳び箱を使った運動遊び」

**5UP** 動物じゃんけん・手押し車・足じゃんけん・にんじゃしゅりけん・かもしか  
 (川跳び)

2 学年「器械・器具を使つての運動遊び 跳び箱を使った運動遊び」

**5UP** 川跳び・マリオジャンプ・ケンケンパ・壁のぼり逆立ち

3 学年「走・跳の運動 かけっこ・リレー」【ワープリレー】

**5UP** ねことネズミ (いろいろな走り出しから) ・棒取り

4 学年「ゲーム ネット型ゲーム」【風船バレー】

**5UP** ラリーゲーム (4～5人) ・アタックゲーム (4～5人)

5 学年「ボール運動 ゴール型」【(軟らかいボールを使った) ハンドボール】

**5UP** ランニングスロー・ゴールゲーム (4人・2人) ・シュートゲーム・  
 カットゲーム (とりかご)

6 学年「ボール運動 ゴール型」【フットホッケー】

**5UP** パス練習・とりかご・ドリブル・まとあて

※それぞれの学年で、児童が話し合つて決めた「アダプテーション・ルール」を取り入れている。

### 2. 特性から考えた「年間指導計画」

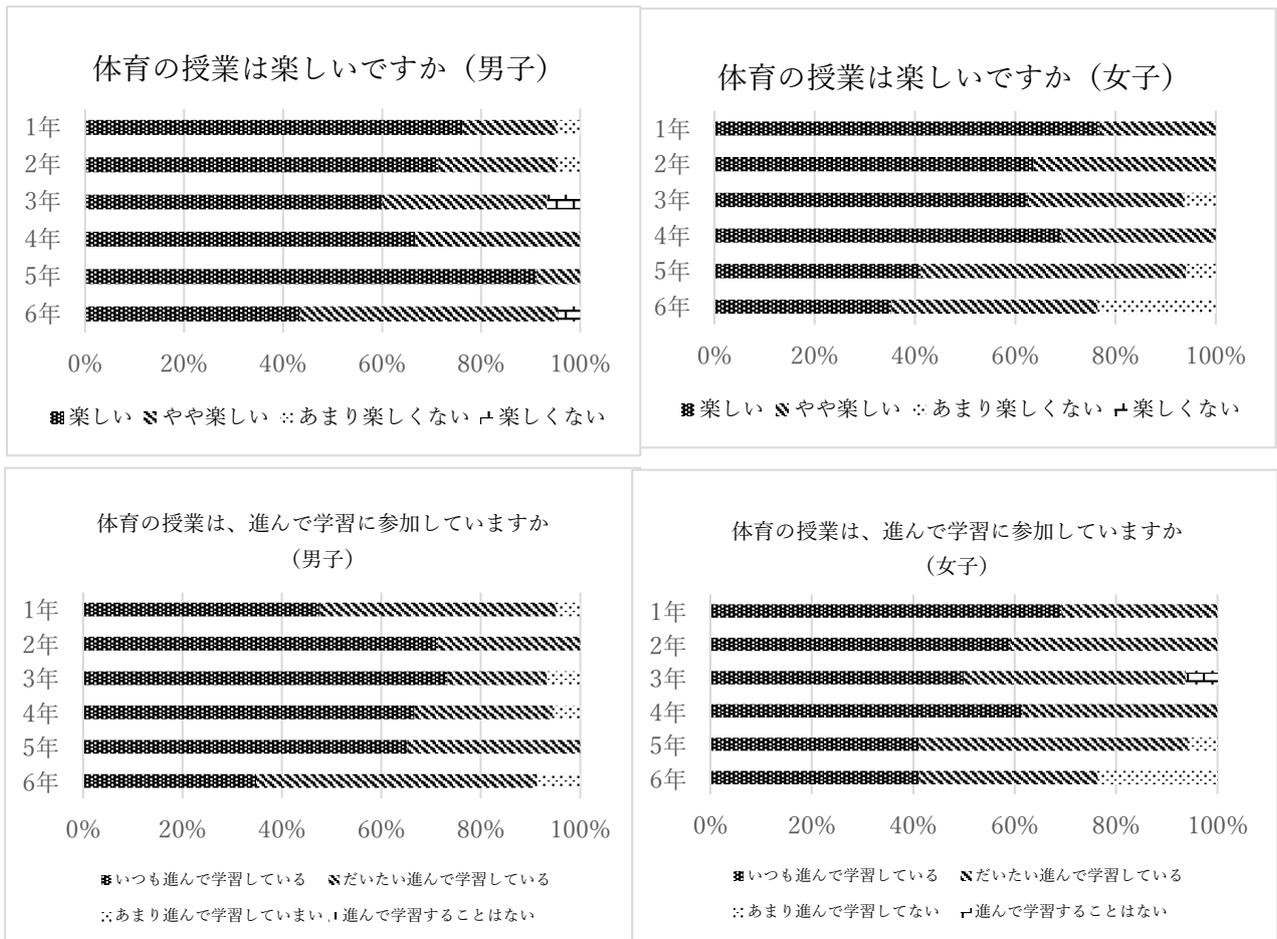
例) 第3学年 (抜粋)

	単元名・特性 (楽しみや喜びにふれる)	具体的な運動 (知識及び技能)	考えられる5UP
4	体づくり運動①(体ほぐし)4 <b>「友だちと動きのおもしろさを            楽しもう」</b>  鉄棒運動(器械運動) <b>「ぐるんと回ると            いいきもち」</b>	バランスをとる・体を移動する・ボールを操作する運動(ドリブル・ボールキャッチ・ボール運び・ボール送り・バウンドパス)・力試し  自己の能力に適した支持系の基本的な技をする。 前回り下り・抱え込み前回り・転向前下り・ひざ掛け振り上がり・前方 ひざ掛け回転・補助逆上がり・抱え込み後ろ回り・後方ひざ掛け回転・両膝かけ倒立下り	  鉄棒棒渡り・のぼりぼう・ジャングルジム・うんてい ふとん干し ツバメ・ダンゴムシ・こうもり・けんすい
5	幅跳び(走・跳の運動)6 <b>「遠くまで跳んでいこう」</b>  かけっこ・リレ①(走・跳の運動) <b>「追いつくか追いつかないか」「間に合うか間に合わないか」</b>	短い助走から踏み切つて遠くへ跳ぶ。  距離を決めて調子よく最後まで走つたり、走りながらバトンの受け渡しをする周回リレーをしたりする。	・じゃんけん大また走・けんけんおに・川跳び  おにごっこ・タッチおに・にんじゃごっこ

### 3. (1) 休み時間の運動遊びアンケート結果（1月13日～1月27日）

	13日(火)		14日(水)		15日(木)		16日(金)		19日(月)		20日(火)		21日(水)		22日(木)		23日(金)		26日(月)		27日(火)		計
	中	昼	中	昼	中	昼	中	昼	中	昼	中	昼	中	昼	中	昼	中	昼	中	昼	中	昼	
ふじ	8	5	5		5	4	4	3	2	0	5	3	4	6	5	5	2	1	5	4	3	3	82
1-1	21	20	11		2	6	8	1	3	0	4		18		27	9	6	4	5	3	18	0	166
2-1	16	23	18		23	10	11	8	15	12	12		13	10	14	8	12	7	11	11	10	14	258
2-2	14	16	16		21	10	15	18	18	11	10		8	7	10	11	9	0	8	8	5	14	229
3-1	16	15	13		12	13	7	12	12	14	16	14	10	16	7	6	4	14	15	15	16	7	254
3-2	13	12	12		7	7	6	6	10	8	10	10	6	7	6	6	6	6	5	3	11	6	163
4-1	14	20	6		14	5	32	5	10	30	9	0	8	19	はまぎん	17	3	7	19	9	12	239	
5-1	8	9	11		9	16	5	8	12	6	6	6	6	14	6	13	3	2	11	0	2	2	155
5-2	7	1	3		3	13	3	0	3	2	7	1	5	10	1	3	0	0	0	0	0	0	62
6-1	2	1	7		0	3	1	8	0	0	0	0	5	0	0	0	0	3	4	2	7	0	43
6-2	10	0	8		3	5	0	7	0	0	2	0	5	2	0	0	1	2	0	3	3	3	54
計	129	122	110	鎌教研	99	92	92	76	85	83	81	34	88	91	76	61	60	42	71	68	84	61	1705
合計	413	体育館割当日																					
平均	12.5																						
合計	1292	校庭																					
平均	6.78																						

### (2) 「体を動かすことは好きですか」アンケート結果（抜粋） 228名回答



## 6 成果と次年度への課題

### 【成果や課題】

- 2年間という年月、さまざまな実践を重ねたり、他学年の取り組みを知ったりすることで、運動の特性を意識して授業をつくること、その特性に合わせた5UPを準備運動とすること、子どもたちの話し合いによってルール（アダプテーション・ルール）を作っていくことに慣れてきた。共生体育を取り入れやすい単元も全体で共有できてきているので、無理なく共生体育の授業づくりに取り組める土台もできてきた。
  
- 休み時間の運動遊びアンケート結果から、年齢が上がるにつれて、外で遊ぶ人数が減っていく。体育館割当日は、高学年でも多くの児童が遊び、低・中学年も普段以上の人数となっていることが分かった。このことから、体育館遊びの魅力を児童から聞き出し、外遊びの魅力づくりへと生かすことで、もっと外遊びをする児童を増やすことができる可能性が示唆された。
  
- 「体を動かすことは好きですか」アンケート結果からは、「体育の授業は好きですか」「体育の授業では、すすんで学習に参加していますか」の問いに「好き」「まあまあ好き」と答えた児童は、6年女子を除く全学年が90%以上であることが分かった。「記録に挑戦することは楽しいですか」の問いにも、70%以上の児童が「楽しい」「まあ楽しい」と答えている。これらのことから、本校の児童の多くが体育の授業を楽しみながら、なおかつ力をつけようと前向きに取り組んでいることが分かった。今後は「あまり楽しくない」「楽しくない」と答えた児童の背景にも目を向け、それらを改善する手立てについても考えていきたい。

### 【全体を通して】

低学年からの積み重ねで「共生」「運動能力」は上がっていく。スモールステップで、高学年における運動の特性につながる5UPを低学年から楽しみながら何度も繰り返すことが必要である。そのためにも縦の見通しを立てて、何を積み上げていくのか共有しておくことが大切だと思う。

また、本校のような小規模校で人や道具などが不足していても、今回のシール活動のような、ほんの少しのきっかけで運動遊びへのモチベーションを高めることが可能であることも分かった。また、「ボール遊び」はどの学年にとっても大変魅力的であることも確認された。今回の研究をきっかけに、子どもの実態を教職員全員で共有し、小さな工夫を積み重ねながら今後も魅力ある共生体育の授業づくりに取り組んでいきたいと思う。