

校内研究報告

「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児童の育成」

～みんなが運動特性を味わえるための教材分析と指導実践～



相模原市立大沢小学校 研究推進委員会
2025.9.19 健康・体力づくり推進フォーラム

はじめに ～大沢小学校の紹介～

- 本校は創立120年を越える歴史ある学校。
- 校舎は3棟あり、3階建て。校庭も広い。
- 令和7年度の全校児童数は717名。
- 令和7年度の1・3学年は3学級。その他の学年は4学級。
- 支援級は8学級。在籍48名。
- JR橋本駅よりバスで約20分南下した所。
- 相模原市緑区にあり、自然豊かな景色が広がっている。
- 学区が広く、4.50分かけて登下校する児童もいる。



はじめに ～本校の児童実態～

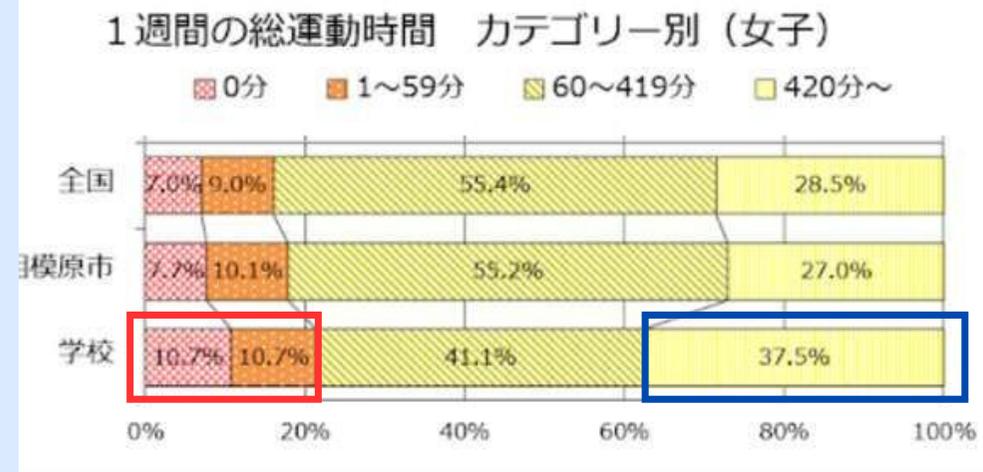
【強み】

- 素直な児童が多い。
- 取り組むべきことは、しっかりと取り組む児童が多い。

【弱み(全国や本市平均比較して)】

- 登校渋り・不登校児童が多かった。(令和5年度まで)
- 体力合計点が低い。(市内学校の中では、高め)
- スクリーンタイム4時間以上の割合が高い。
- 1週間の総運動時間60分未満の割合が高い。

※特に女子が顕著である。(令和6年度データ)



★児童それぞれの友達関係が希薄(コロナ・広範囲である学区が影響か)

研究構想 ～研究主題・主題設定の理由～

「児童同士の関わりを広げ、深めていきたい!」

→「人の役に立った」「人から感謝された、認められた」といった自己有用感 

体育の教科としての特性
としても大変適している!

関わりを広げる、深めることで、自ら体を動かして運動する・
遊ぶ児童を増やし、結果体力の向上が見られる。
また、他教科でも主体的に学び続ける児童を育成する!

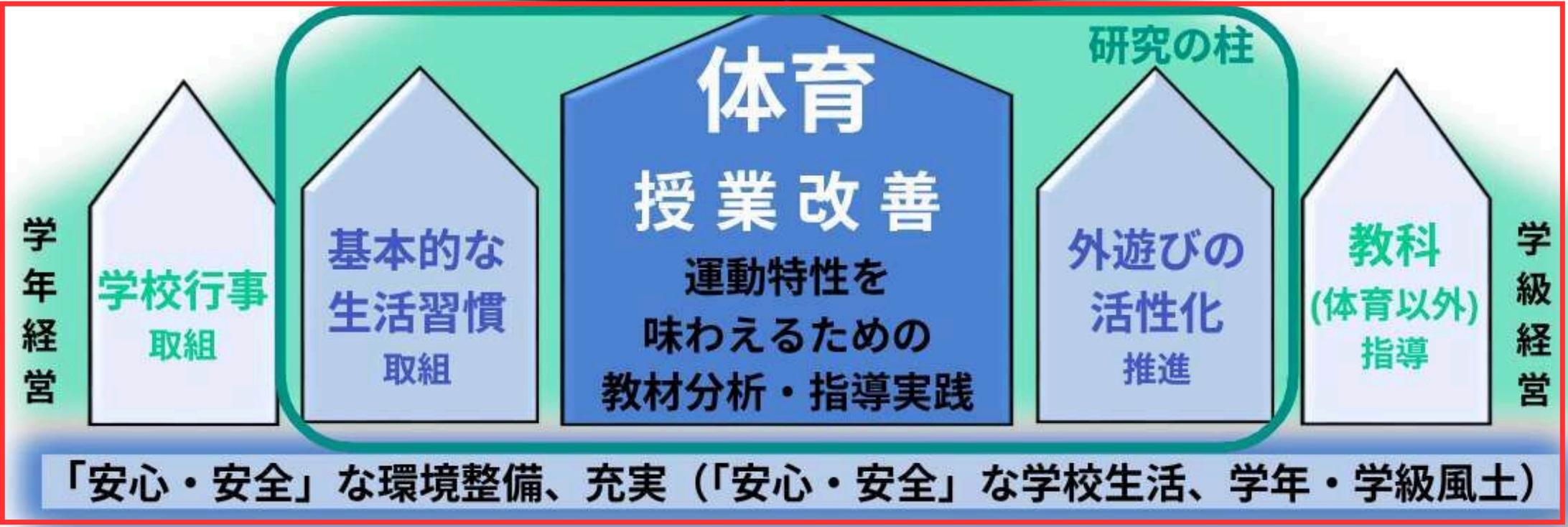
研究主題「仲間との関わりを通して自己有用感を高め、
主体的に学び続ける児童の育成」

研究構想 ～研究構想図～

【学校経営方針 重点取組】
居場所づくり ・ 絆づくり
自己存在感・充実感の獲得 自己有用感の獲得

令和7年度 研究主題（大沢小学校で求める児童の姿）

「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児童の育成」



研究組織と主な取組 ～研究組織図～

令和7年度研究主題
仲間との関わり
主体的

4・5・6年生(4学級) 2名が2学級ずつ指導
3年生(3学級) 1名が3学級を指導
1・2年生・支援級 各担任が指導

基本的な生活習慣
グループ

※体育を指導しない
職員で構成

みんなが運動特性
味わえるための
教材分析と指導実践

授業改善
グループ

外遊びの
活性化
グループ

※体育を指導しない
職員で構成

データ分析班 (児童アンケート 体力運動能力調査等)

研究組織と主な取組 ～外遊びの活性化～

一輪車・竹馬
フラフーフ・缶ぽっくり等



用具の拡充・整備

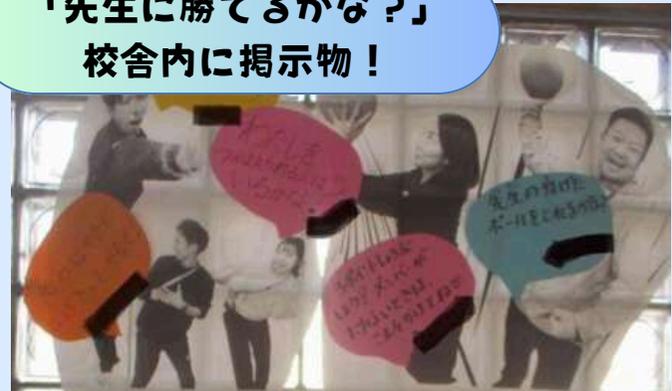
「友達7人以上」等
友達と関わる項目が！

5かい ()	5かい ()	5かい ()	で 5は 前にある ()	5かい ()	で10びょう かたあしだち ()	ふくはく あなしたかさで わたりあるさ ()	10びょう ぶらさがる ()	まんなかまで のぼる ()
またとび 15かい ()	またとび 5かい ()	5かい ()	かんぽっくり で 5は 後ろにある ()	かんぽっくり に10びょう のってたつ ()	またとびと 22ふに ()	2人で いっしょに ぶらさがる ()	5びょう ぶらさがる ()	おぼろぼろ 1かい あししゃんけん ()
5かい ()	またとび 30かい ()	5かい ()	またとびと 22ふに ()	かんぽっくり で 15は 前にある ()	またとびと 22ふに ()	おぼろぼろ 3びょう ぶらさがる ()	3かい あししゃんけん ()	いらばん うえまで のぼる ()
ぜんぶできたひ がいつ にち	ぜんぶできたひ がいつ にち	ぜんぶできたひ がいつ にち	ぜんぶできたひ がいつ にち	ぜんぶできたひ がいつ にち	ぜんぶできたひ がいつ にち	ぜんぶできたひ がいつ にち	ぜんぶできたひ がいつ にち	ぜんぶできたひ がいつ にち
1ばんたのしかったわざ ()	1ばんたのしかったわざ ()	1ばんたのしかったわざ ()	1ばんたのしかったわざ ()	1ばんたのしかったわざ ()	1ばんたのしかったわざ ()	1ばんたのしかったわざ ()	1ばんたのしかったわざ ()	1ばんたのしかったわざ ()
1ばんむずがしかったわざ ()	1ばんむずがしかったわざ ()	1ばんむずがしかったわざ ()	1ばんむずがしかったわざ ()	1ばんむずがしかったわざ ()	1ばんむずがしかったわざ ()	1ばんむずがしかったわざ ()	1ばんむずがしかったわざ ()	1ばんむずがしかったわざ ()
2ビンゴ→Bronze/銅メダル	3～6ビンゴ→Silver/銀メダル	8 Allビンゴ→Gold/金メダル						



ビンゴカードと表彰式

「先生に勝てるかな？」
校舎内に掲示物！



おにごっこ・ボール		
ドッジボールで ボールをよける ()	バスケット ボールで あそぶ ()	おにごっこで 1人 つかまえる ()
大谷グローブで キャッチボール ()	1かい ボールを上 に なげて キャッチ ()	おにごっこを する ()
2人いじょうで キャッチボール ()	こおりおにを する ()	ドッジボールで ボールを なげる ()

職員への外遊びの啓発

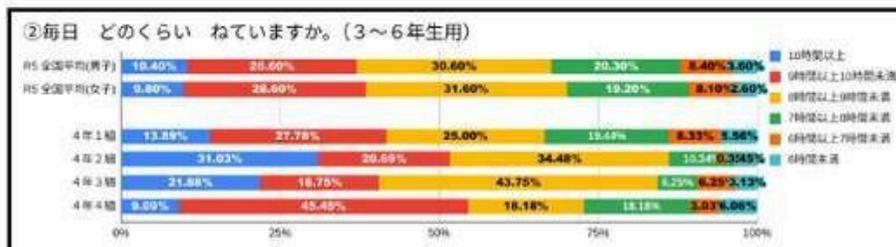
研究組織と主な取組 ～基本的な生活習慣～

懇談会で保護者と懇談

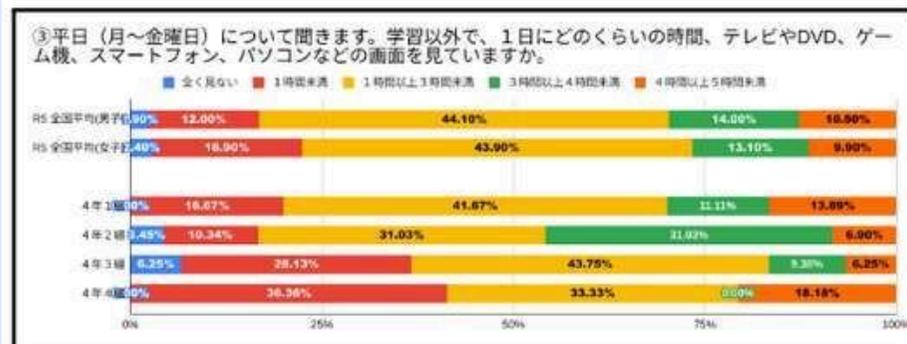
懇談会資料(4学年の例)

データ分析班が集計したデータ「睡眠時間」「朝食」「スクリーンタイム」等の見直し。学年の実態に合わせてデータの掲載や資料の作成。

定期的な保護者への啓発については、来週より実施予定。



小学生の理想的な睡眠時間は9～11時間とされています。睡眠時間が短いとイライラしたり、ゲームやスマホにかかる時間が増えたりする傾向にあります。十分な睡眠時間が確保できると、心身の疲労を回復させることができるとともに、翌日にストレスが残りにくく、気持ちよく学校生活を送ることができます。また、脳や身体の発達にもよい影響があります。結果を見ると、4年生の児童は多くの子がある程度の睡眠時間を確保できていることがわかります。日本体育大学教授の野井真吾先生は、良質な睡眠をとるための手段として、日中に日の光を浴びることを推奨しています。日の光を適度に浴びることで眠りのホルモンであるメラトニンが分泌され、自然と睡眠を促すこととなります。学校では、校内研究を中心に子どもたちに外遊びをする機会を設けていく予定です。日の光を適度に浴びながら身体を動かして良質な睡眠に繋がればと思います。



テレビやゲーム、スマホなどの画面を見る時間が長くなると、ゲーム依存、学力低下、ネットトラブルなど様々な悪影響が出る可能性が高くなります。文部科学省が公表した「全国学力・学習状況調査(全国学力テスト)」では、SNSや動画視聴を行う時間が長いほど、各教科の平均正答率が低くなる傾向が浮かび上がったと発表しています。今回のアンケート結果を見ると、クラスによって差はありますが、使用時間が3時間を超えている子がいる事実がわかります。これからスマホを子どもに持たせるという家庭も多いかと思いますが、使用についてはご家庭で約束を決めるなど、適切に使えとよいと思います。(読売新聞HPより一部引用)

研究組織と主な取組 ～授業改善～

学年や学年団、全体で!



指導主事を招聘!



授業・指導案検討

他校職員も一緒に!



各学年
年1回

公開授業・研究協議

実技を通して教材分析

具体的な取組の様子 ～令和5年度 中学年「タグラグビー」の授業～

みんなが安全で楽しめる用具や場、ルール等の工夫



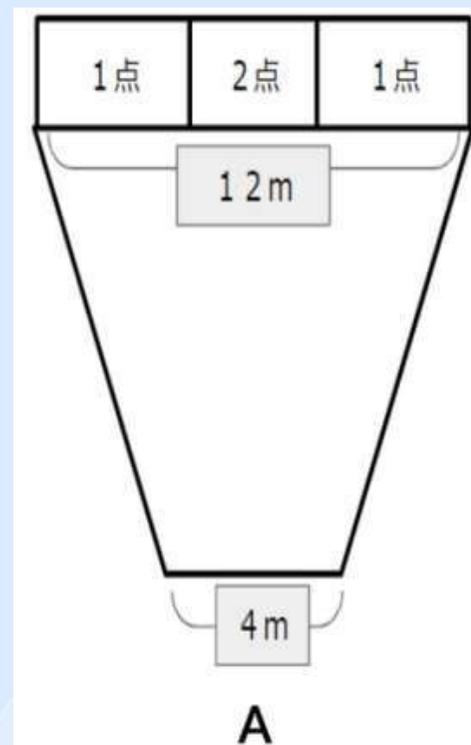
洗濯ネットに新聞紙を詰め込んだ手作りボール

校庭でも視覚的な工夫ができるように
「掲示ボードの制作」



児童からの
「ふわふわ言葉」

ルールや単元・
本時のめあて



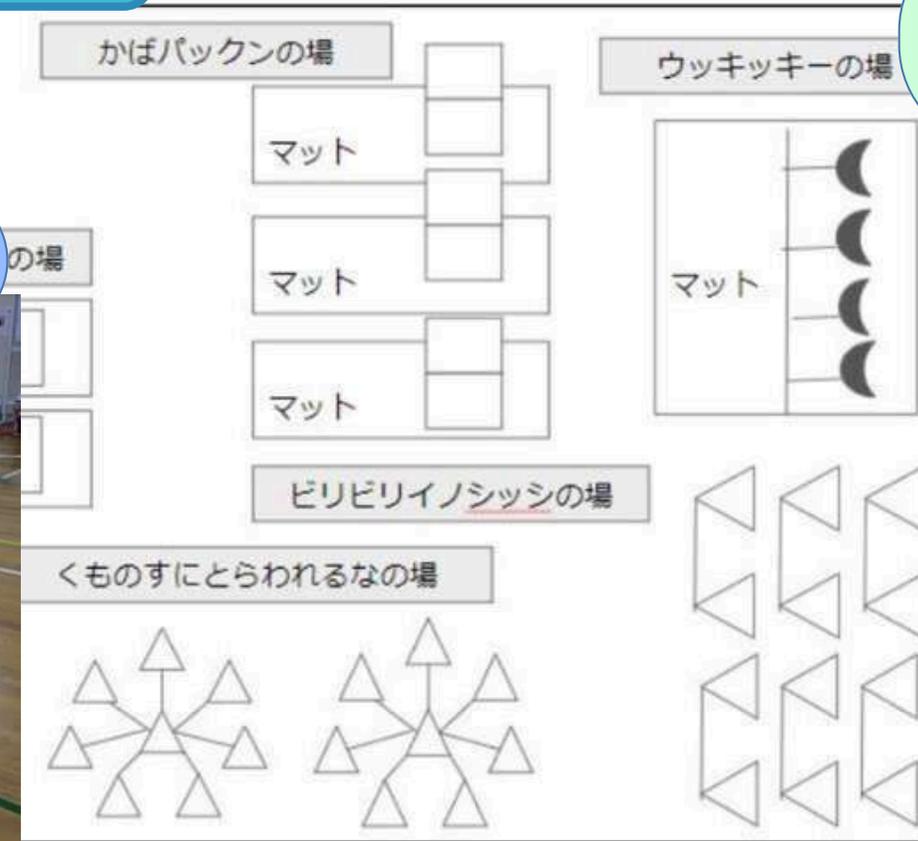
動きが広がるような
コート工夫・提示

具体的な取組の様子 ～令和5年度 低学年「跳の運動遊び」の授業～

みんなが安全で楽しめる用具や場、ルール等の工夫

「アニマルランド」という世界観の設定

くものすにとらわれるなの場
「片足や両足で連続して跳ぶ」



ウッキッキーの場
「助走をつけて片足で踏み切り上方に跳ぶ」



具体的な取組の様子 ～令和6年度 高学年「サッカー」の授業～

教師の指導性を意識した授業改善

単元前半は「ボール操作」、
後半は「ボールを持たないときの動き」をねらって計画!

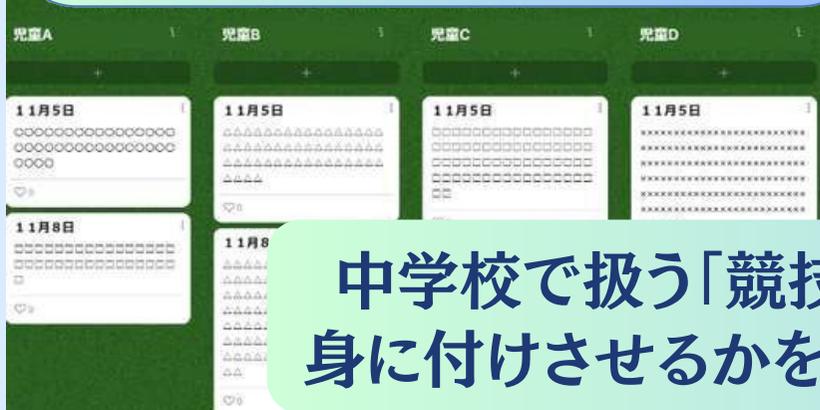
1チーム4人の少人数化



意図があるコート・単元計画



ICT機器で個人のめあてを振り返り、 味方と振り返りを共有



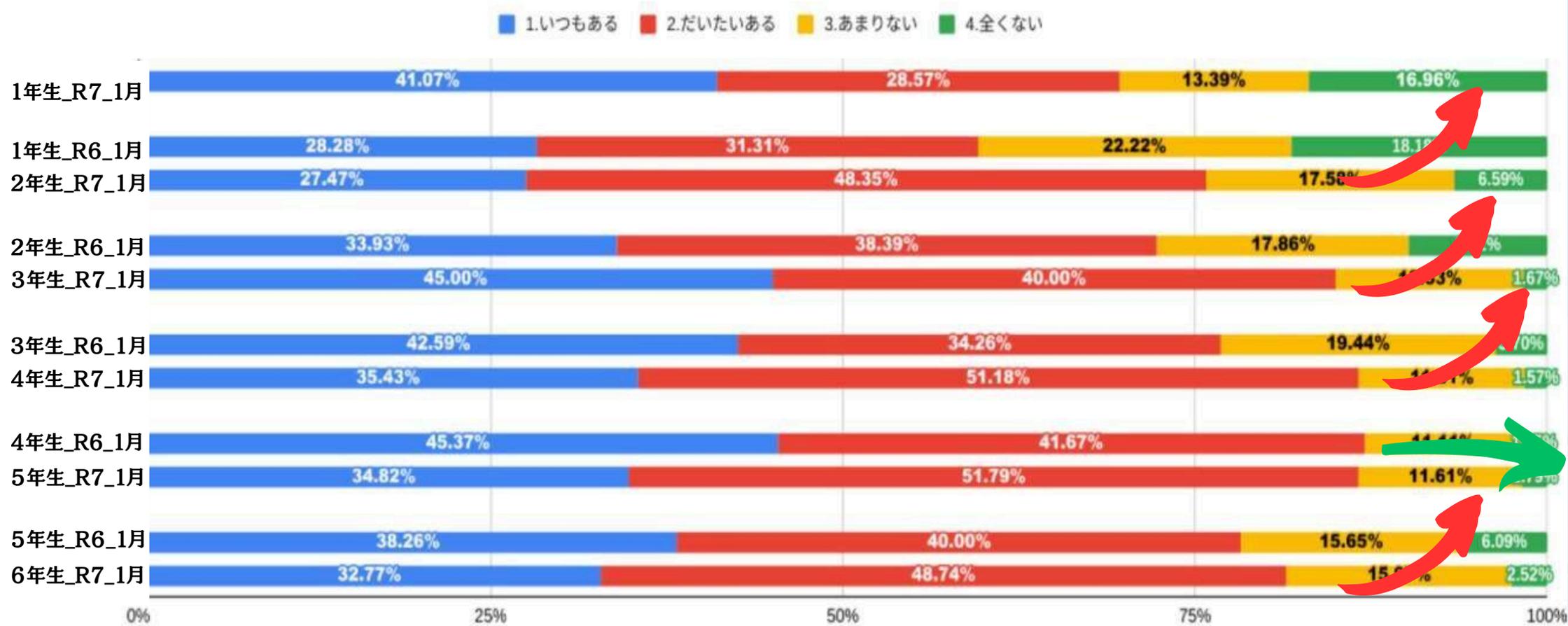
中学校で扱う「競技」を見据えながらも、「簡易化されたゲーム」で何を身に付けさせるかを大切に!

研究の成果 「休み時間に、外で運動(遊び)をしていますか。(アンケート)」

■ 中休み・昼休み 全て外で運動(遊び)をしている
 ■ 1回は外で運動(遊び)をしている
 ■ 2日に1回は外で運動(遊び)をしている
 ■ 休み時間は、ほとんど外で運動(遊び)をしていない



研究の成果「体育の授業で、友達にほめられたり、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。(アンケート)」



研究の成果 ～令和6年度 職員の振り返り(抜粋)～

- ・外遊びの活性化グループで検討し、準備する時間があったことで、「遊びのバリエーションの豊富さ」が生まれた。それがあって、いろいろな友達と遊ぶことにもつながっていた。
- ・2年間継続的に体育の授業改善に取り組んできたことで、用具が充実し、整備されてきた。また、日々の授業でも、教材分析の仕方が少しずつ理解できたことで、児童の「やりたい!」という気持ち、児童同士の関係性を生ませることができたと思う。
- ・各グループの取組はもちろん、児童会を中心に推進しているふわふわ言葉の体育での活用、委員会主体のイベント、運動会での他学年・保護者参加型表現…**渋り**・不登校児童も市の平均を下回るなど、友達同士が関わり、活気が溢れてきた。

研究の成果(まとめ) 2つのグラフ、職員の振り返りから

○外へ遊びに行く児童が増えた



○自己有用感が高まってきた



○いろいろな児童同士が関わり↑
学校全体に活気↑



今後の展望

ほとんど運動しない(外で遊ばない)
児童へのアプローチ

生活習慣改善に向けて、定期的
な保護者・児童への具体的取組

授業改善・授業力向上に向けて、
授業検討の日常化・その時間の確保
等

おわりに

引き続き、「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児童の育成」を目指し、校内研究の3つの柱を中心に推進していきます。

児童が主体的に運動(遊び)・学習に取り組むために、各職員が主体的に学び続け、学校全体で努めていきます。