

令和3・4年度熊本県教育委員会・荒尾市教育委員会 指定

(公財)熊本県学校給食会・(一財)熊本県PTA教育振興財団 委嘱

学校体育研究推進校

研究リーフレット

研究主題

体育の楽しさや喜びを味わい、運動に親しむ児童の育成
～体育や保健の見方・考え方を働かせる活動を通して～



荒尾市立中央小学校

中央小学校webサイトにて、研究詳細を掲載中。
右QRコード または 下記URL からアクセスできます。
<https://es.higo.ed.jp/araoc/kenkyu/taiiku>



研究構想

学校教育目標

あいさつ、そうじ、発表 そして笑顔
一人ひとりを大切にする 強くやさしい 中央っ子の育成

身につけさせたい資質・能力

他者を尊重する力

粘り強く学ぶ力

自己表現できる力

研究主題

体育の楽しさや喜びを味わい、運動に親しむ児童の育成
～体育や保健の見方・考え方を働かせる活動を通して～

仮説 1

体育や保健の**見方・考え方を働かせる学習過程や学習活動の工夫**を行えば、体育の楽しさや喜びを味わう児童の育成が図れるであろう。

視点①学習過程の工夫

単元構成の工夫

視点②学習活動の工夫

学習カードによる振り返り 学び合いの工夫

場づくりの工夫と教材開発

授業改善

仮説 2

児童の**実態を把握**し、運動・健康に関する**環境**を整えたり、**親しむ機会**を増やしたりすることで、運動に親しむ児童の育成が図れるであろう。

視点③実態の把握

中央小健康体育アンケート 体力テスト分析

視点④環境整備と日常活動

校内掲示と運動に親しむ場づくり

委員会活動とのタイアップ

家庭や地域の連携 食育の推進

児童の実態

～人権尊重の視点に立った豊かな人間関係づくり～

体育の喜びや楽しさを味わい 運動に親しむ

運動や健康に関する課題を発見し、その解決を図る主体的・協働的な学習を通じた授業改善を図ることで、児童一人ひとりが体育の楽しさや喜び・健康の意義を見つけていけると考える。体育授業の充実を基盤とし、その楽しさや喜びを味わうことで、運動や健康についての興味や関心が高まり、より広い意味で運動に親しむ児童が育成できると考えた。運動に親しむことは、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現につながるものだと考える。

体育や保健の 見方・考え方を働かせる活動

運動やスポーツが、楽しさや喜びを味わうことや体力の向上につながっていることに着目するとともに、自己の適性に応じて「**する・みる・支える・知る**」といった運動やスポーツとの多様な関わり方、生涯にわたって正しい健康情報を選択したり、健康に関する課題について考える子どもの学びの姿がみられるような活動のこと。体育や保健の見方・考え方を働かせる活動をしていくことで、体育の楽しさや喜びを感じることができ、運動やスポーツに親しむ素地が育まれていくと考える。

仮説1 体育や保健の見方・考え方を働かせる学習過程と学習活動について

視点① 学習過程の工夫

- 中央小版体育科年間計画に沿った、**単元の指導と評価計画の作成**
- 単元のゴールに向けて、課題とその解決のために何をするのかを**児童と共有**
- 評価計画も合わせて作成し、**指導と評価を一体化**

地球が大変だ！ 単元計画表



単元のため 生活や自然の中からはげしい感じや、変化のある感じの題材を選んで、表したいイメージをこめておどろう！



時間	1	2	3	4	5	6
学習活動	◆オリエンテーション	学習の見通し、学習の準備、くまもと元気アップ体操				
	・単元のねらいと見通し	体ジャンケン		まねっこランニング		
	・グループ確認	イメージカードダンス		・題材を選ぼう。		
	・場作りの説明	・激しい感じを表現する動きのポイントを見つけよう。(個の動き)	・グループで動くときの変化のある動きのポイントを見つけよう。(群の動き)	・表現の仕方を考えてやってみよう。 ・「はじめ—中—終わり」のひとまとまりの動きにしていこう。		
	・ための運動	・同じグループ内で動きを見せ合う。	・ペアグループで動きを見せ合う。			
・課題作り 約束づくり	・学習のまとめ、振り返り、後片付け					
評価計画	知識技能	題材の特徴を捉え、動きやリズムの変化をつけて即興でおどっている。(観察・発言・学習シート)				
	思考判断表現			自己やグループの課題に応じた動きを選んだり、表現を工夫したりしている。(観察・発言・学習シート)		
	主体的に学習に取り組む態度	楽しみながら表現運動に取り組み、課題を見つけようとしている。(観察・学習シート)				互いのよさを認め合い、自身の表現を振り返っている。(観察・学習シート)

5年生 表現運動「地球が大変だ！」単元指導計画例

視点② 学習活動の工夫

- 運動やスポーツとの多様な関わり方「**する・みる・支える・知る**」
- 「**学び合いの工夫**」「**学習カードを使った振り返り**」「**場づくりの工夫と教材開発**」で見方・考え方を働かせる活動

「**する**」「**知る**」
 ・どこからトスを上げたらアタックしやすいかそれぞれ試してみよう。
 ・右前から上げたときがよく成功しているね。



「**する**」「**支える**」
 ・ゴムより腰が上がるように、うで立て横とびこしにチャレンジしよう。
 ・ここは〇〇するとうまくできたから一緒にやってみよう。



「**みる**」「**支える**」
 ・ポイントどおりに動きができていないか、タブレットで確認しよう。
 ・〇〇さんもできるように、補助しながら練習するね。



「**みる**」「**知る**」
 ・今日は激しい感じを表現する体の動かし方が分かった。
 ・今度は〇〇グループみたいに、合わせたりに表現したいな。



体育の実践例Ⅰ ～1年「跳の運動遊び」(中央小ジャンプオリンピック)～

場づくりの工夫と教材開発



「ここに島をおいたら落ちないように跳べるんじゃない？」

段ボールや、ロープ、フラットマーカー等様々な用具を島や川に見立てることで、想像を広げながら場づくりをしていた。

学習カードを使った振り返り

月日	めあて	振り返り
11月16日	がくしゅうのすめかたをたしかめ、いろいろなとびかたでとぼう。(たいいくかん)	がんばったことでもだちががんばっていたことできるようになったこと-もっとやっていたこと みんながうしろをみて、おぼえをたしかめ、いろいろなとびかたでとぼう。たのしくうんどうすることができた。
11月18日	いろいろなランドでとぼう。(たいいくかん)	いろいろなとびかたで、とぶことができた。おぼえをたしかめ、いろいろなとびかたでとぼう。たのしくうんどうすることができた。
11月22日	じぶんたちのはばとびランドをつくらせて、おきにいりのランドでたのしもう。	みんながうしろをみて、おぼえをたしかめ、いろいろなとびかたでとぼう。たのしくうんどうすることができた。

単元の流れ

単元や学年に応じた3観点の評価(記述や記号)

学習過程の工夫

幅跳びランドとケンパー跳びランドで構成することで、学習内容を明確にし、児童が目的をもって意欲的に学習に参加できるようにした。また、幅跳び遊びとケンパー跳び遊びを同様の流れで行うことで、運動量の確保や見通しを持って学習に取り組むことにつながった。

学習活動の工夫

活動の場を4つ用意し、振り返りの場面では、教師は児童の学びの様子や意識の変容をつかむことができ、授業改善につなげることができた。児童は学習の振り返りを行うことで「今日の学習は～だったから、次は〇〇を頑張ろう」など、学習意欲を高め、次時へ学びをつなげることができた。

体育の実践例Ⅱ ～3年「表現」(なんでも変身!黄レンジャー)～

場づくりの工夫と教材開発



「はじめは、無人島に到着にしよう！」

「中は、巨大タコが出てきたがおもしろそう。」

タブレットを使って、視覚的に分かりやすく、イメージの共有も可能にした。

学び合いの工夫



グループ同士で見せ合うことで、各グループの良さを伝え合うことができ、課題をより意識した活動へつながった。

「体で船を表現しているんだ!おもしろい!」

学習過程の工夫

単元の前半では、まねっこ遊び等で体を動かし、なりきって表現することに十分に慣れ親しませるようにした。単の後半にかけては場面の様子をひと流れの動きにして表現できるよう「宇宙への冒険」「料理の世界へ冒険」「宝島へ冒険」と1単位時間ずつ小テーマを設定した。「宝島へ冒険」では、国語で学習した「だから島のぼうけん」を本時の学習に生かし、想像力を広げる手立てとした。

学習活動の工夫

学習活動の前半には、音楽の授業で行っているボディパーカッションや全身じゃんけん、オノマトペタイムを音楽に合わせて表現し、心と体をほぐして活動に取り組めるようにした。課題解決に向けた活動場面では、テーマカードを複数枚ずつ用意し、表したいテーマを選んで組み合わせ、表現活動を行った。テーマカードを用意し、組み合わせることで、即興的に様々なテーマに合わせたひと流れの動きを考えながら活動することができた。学び合いの場面では、ペアグループで動きを見せ合い、アドバイスをしたり、いい動きを取り入れたりすることで、よりテーマに沿った表現へと高め合う姿が見られた。

体育の実践例Ⅲ

～5年「ネット型：ソフトバレーボール」(みんなで1,2,3!ワンキャッチバレーボール)～

場づくりの工夫と教材開発



用具や場のこだわりが目指す活動の姿につながった。

学び合いの工夫




ボールの前から上げたインじゃない? 利き手の前から上げたボールがアタックしやす

みんなで1, 2, 3!ワンキャッチバレーボール! 学習計画表



単元のめあて **チームの仲間と声をかけあい、みんなでつないでワンキャッチバレーボールを楽しもう。**



時間	1	2	3	4	5	6	7	8
	学習の準備、準備運動、円陣トス&レシーブ							
学習活動	○オリエンテーション ・単元のねらい ・場の作り方 ・準備運動、円陣トス	○ドリルゲーム ・円陣ラリーゲーム(30秒×2) ・対面ラリーゲーム(30秒×4) ・サーブキャッチゲーム(1分)		・円陣ラリーゲーム(30秒) ・サーブレシーブキャッチゲーム(1分)		○タスクゲーム2		ワンキャッチバレーボールクラスマツチ! 
	○ドリルゲーム ・ルールの確認	○タスクゲーム1		○メインゲーム		○メインゲーム		
	○試しのゲーム1 (ツーキャッチバレーボール)	(ツーキャッチバレーボール)		(ワンキャッチバレーボールゲーム)		(ワンキャッチバレーボールゲーム)		
	・課題作り							
	学習のまとめ・片付け							

単元のゴールに向かう段階的な学習計画

学習過程の工夫

試しのゲームを行い、ゲームを楽しむためにどんな技能が上達すれば良いのか児童と共有し、単元を通した学習課題を設定した。そこで、児童の実態からボール操作に課題があることが分かったので、キャッチを入れたルールに切り替え、単元前半ではドリルゲームの時間を多く取り入れた。

学習活動の工夫

児童の実態に応じて、ボール操作がしやすいよう、ある程度重さのある100gのボールを準備した。また、コートを狭くし、ネットの高さを高めることで、ラリーが続く楽しさをより味わえるようにした。

ボールを持っていない人の動きに焦点化し、どこからトスを上げたときに打ちやすかったか、タブレットの記録をもとに確認し合った。トスを受けるための動きや声掛けなど、課題解決にせまる動きの理解につながった。

保健の実践例 ～6年保健「病気の予防」～



養護助教諭とのT・Tの様子。「運動・食事・休養」の具体的な目安について説明。



私は「運動」について生活習慣を見直そう。昼休みは外に出て遊ぶようにします。

保健の見方・考え方を働かせる学習過程や学習活動の工夫

児童が学習内容と自身の生活行動を関連付けた見方・考え方ができるよう、実際に万歩計をつけて一日生活し、運動量を把握したり、よく食べる食品の塩分量を提示したりし、「適度な運動」「十分な睡眠・休憩」「バランスのとれた食事」の3つの観点の目安を捉えさせた。

生活習慣病になった人の一日の生活例から、どんな生活習慣が病気の原因になるのかを予想し合った後、学習内容に関わる専門的な部分は養護助教諭が解説を行うという役割分担をすることで児童も理解を深めることができた。

まとめでは、自分の生活を見直し、具体的な生活行動の目標を決める活動を取り入れた。運動・食事・休養の3つの観点で色分けして提示し、具体的に目安と関連付けてまとめることで、行動を改善しようという意識を高めることができた。

仮説2 児童の実態把握及び運動・健康に関する環境整備について

視点③実態の把握

中央小健康体育アンケート（R3とR4に実施）

児童の運動や健康に関する実態を把握するため、スポーツ庁発行全国体力・運動能力、運動習慣等調査の質問紙を参考に中央小健康体育アンケートを作成した。アンケート実施には学習支援ソフトを活用し、回答や集計の簡略化を図り、令和3年度と令和4年度にアンケートを実施した。

アンケート結果と体力テスト結果を合わせて分析し、「体育の授業に自分のめあてや課題を持って取り組んでいるか」や「投力」等、本校の課題を共有化した。明らかになった課題をもとに、授業改善や専門部の取組に生かしたり、結果を開示することで、運動や健康に対する意識の向上を図ったりした。

視点④環境整備と日常活動

校内掲示・運動に親しむ場づくり



学年掲示板



体力テストコーナー



バトンスロー(運動場)

学習意欲を高め、運動やスポーツに興味をもつことにつながるよう、校内掲示板の充実や自然と運動に親しめるような場づくりを行った。各学年の掲示板には、体育や保健の授業の取組を掲示することで、他学年の活動にも興味を持っている姿が見られた。

また、体力テストコーナーには、各種目の学年別県基準を示したり、各学年の結果及び各種目の体力名人を紹介したりしたことで、自分の体力に対する興味関心が高まり、「もっと遠くに投げられるようになりたいな。」等、課題意識を持って運動する姿が見られた。

運動に親しむ場づくりについては、投げる活動を自然と楽しんでほしいという思いから、バトンスロー（体育館・運動場）やドッジボールコート（2カ所）を設けた。体育授業での活用にとどまらず、休み時間には、たくさん子どもたちが集まり、楽しく体を動かす姿が見られた。

委員会活動とのタイアップ



ドッジボール大会



マラソンモーニング



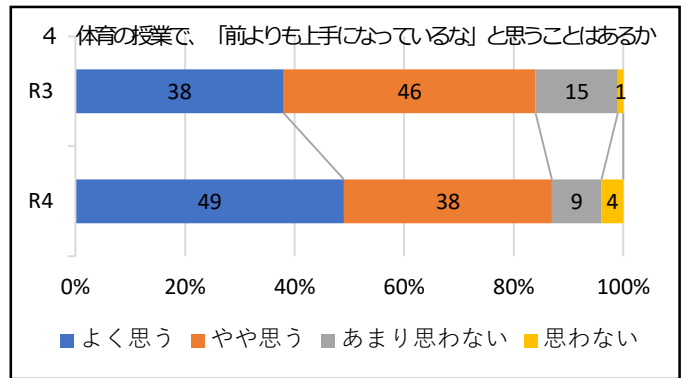
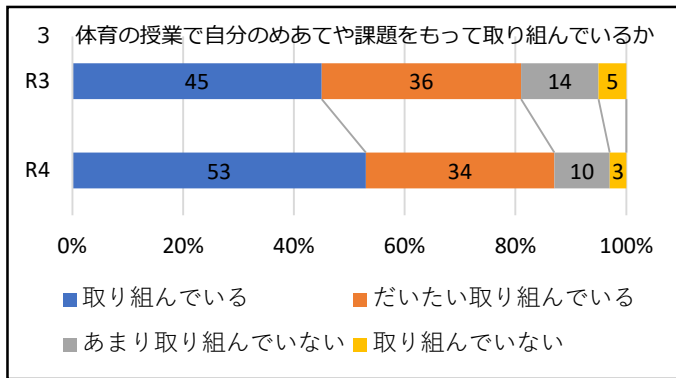
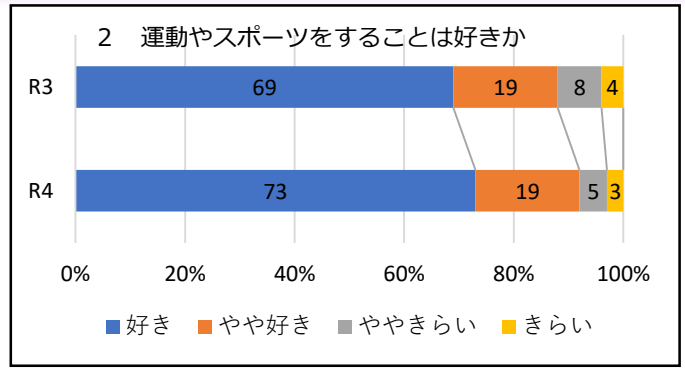
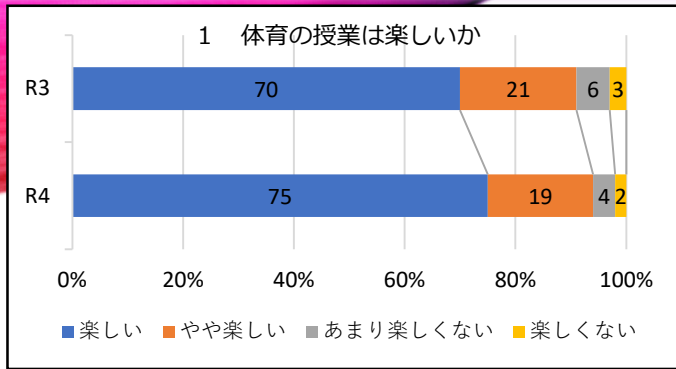
食育コーナー

児童の主体的な活動として、全校児童が運動に親しみ、体力向上につながるような取組を、体育委員会が中心となり企画・運営した。昼休みには、学年ごとのクラス対抗ドッジボール大会を開催し、みんなで運動を親しむ機会をつくるとともに、本校の課題でもある、投力の向上を図ることもねらいとして実施した。

12月には、持久走大会に向けた体力向上の一環としてマラソンモーニングを実施した。朝の会が始まる前の5分間、楽しみながら走ることができるよう音楽を流しながら教員も児童と一緒に運動場を走った。持久走大会後には、走った周数に応じて各クラスの上位3名を表彰し、運動に継続的に取り組む意欲を高めることができた。

食育の取組として、給食委員会を中心に、食育掲示板の充実や学校給食週間の取組を行った。食育掲示板には、委員会のときに作成した食育だよりや給食ニュースを掲示したり、学校給食週間には、給食の時間に学校給食の歴史や、地産地消の献立紹介などをオンラインで配信したりして、「食」への関心を深めることができた。

研究のまとめ①（児童の実態から）



- 運動やスポーツが好きで、体育に対して楽しいと感じている児童が多いのは、一人一人が楽しいと思える体育指導を目指し、授業改善を行ったことや運動に親しむ環境づくりを行ったことが表れていると考えられる。
- 体育の授業において、めあてや課題を持つ場を設定し、その振り返りをしたことが意識の向上につながったと考えられる。しかし、10%程度の児童が課題意識を持って取り組んだり、上達を実感したりしていない実態が見られるで、一人一人に課題をつかませる手立てや、課題解決の場の工夫が求められる。

体力テスト分析（県基準値との比較）

令和3年度

標記の記号 ◎：上回る -：同じ ▼：下回る

学年	1年生		2年生		3年生		4年生		5年生		6年生	
性別	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
握力	◎	-	▼	▼	-	-	▼	▼	▼	◎	▼	▼
上体おこし	◎	◎	▼	◎	◎	◎	▼	▼	◎	◎	▼	◎
長座体前屈	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	◎	▼	▼	◎
反復横跳び	◎	◎	◎	-	◎	◎	▼	▼	-	◎	▼	◎
シャトルラン	◎	-	◎	◎	◎	◎	▼	▼	▼	◎	▼	▼
50m走	◎	-	◎	-	◎	-	▼	▼	◎	◎	▼	▼
立ち幅跳び	◎	◎	▼	▼	◎	◎	◎	-	◎	-	▼	◎
ボール投げ	▼	◎	▼	◎	▼	-	▼	▼	▼	▼	▼	▼
◎の数	6	4	3	3	5	4	1	0	4	5	0	3
▼の数	2	1	5	3	2	1	7	7	3	2	8	5

令和4年度

標記の記号 ◎：上回る -：同じ ▼：下回る

学年	1年生		2年生		3年生		4年生		5年生		6年生	
性別	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
握力	-	-	◎	◎	▼	▼	▼	◎	◎	◎	▼	◎
上体おこし	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
長座体前屈	▼	-	-	◎	◎	◎	-	-	◎	◎	◎	▼
反復横跳び	◎	◎	◎	◎	-	▼	◎	◎	-	▼	◎	◎
シャトルラン	◎	◎	▼	◎	◎	◎	◎	◎	▼	▼	▼	▼
50m走	◎	◎	▼	-	◎	-	◎	◎	◎	-	-	-
立ち幅跳び	◎	-	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	-	◎
ボール投げ	◎	◎	▼	◎	▼	◎	▼	◎	▼	▼	▼	▼
◎の数	6	5	4	7	5	5	5	7	5	3	3	4
▼の数	1	0	3	0	2	2	2	0	2	4	3	3

- 令和3年度は県基準値を上回っている項目は、全96項目（8種目、6学年、男女）中38項目だったが、令和4年度では59項目になった。全体的に体力の向上が図られた。児童と職員の運動に関する意識の向上や授業改善の成果が表れた結果だと考えられる。
- 令和3年度に引き続き投げる力が全体的に下回っている。特に男子と高学年でその傾向が明らかである。体育の授業のウォーミングアップの時間に投げる運動を意図的に取り入れたり、投げる動きを扱う授業では夢中になって活動できる教材を開発したり、休み時間にも投げる運動を行えるように日常化を図るなど、より充実した体育指導が求められる。

研究のまとめ②（成果と課題）

仮説1 体育や保健の見方・考え方を働かせる学習過程と学習活動について

中央小の実態に応じた体育の年間カリキュラムや単元指導計画を作成

- 各学年の系統を意識した授業づくりができるようになった。
- 単元のゴールの姿を教師と児童が共有し、活動することができた。
- 計画の内容が児童の実態に合ったものなのか、見直しが必要。

「する・みる・支える・知る」といった多様な関わりを意識した授業づくり

- 「学び合いの工夫」「学習カードを使った振り返り」の充実により、運動やスポーツに対して「する」だけでなく、「みる・知る・支える」といった様々な関わり方を考えることができた。
- アンケート結果にも表れているように高学年になるにつれ、体育や運動に前向きな児童が減少傾向にある。運動やスポーツへの多様な関わりが、様々な実態の児童にとって、楽しさや喜びにつながるように価値付ける手立てを考える必要がある。

仮説2 児童の実態把握及び運動・健康に関する環境整備について

健康体育アンケートや体カテスト分析等での実態把握

- アンケートや体カテストでの実態把握により、課題をより意識して、授業づくりや環境づくりに生かすことができた。
- 体カテスト結果の開示により、児童自身の運動や体力に対する課題意識の高まりが見られ、体力の向上につながった。
- 健康面でのアンケート結果で課題が見られた生活習慣について、啓発する取組が必要である。

校内掲示・運動に親しむ場づくり・委員会とのタイアップ

- 体育掲示板で各学年の体育や保健の活動を紹介したり、委員会が主体となった企画を実施したりすることで、たくさんの児童が運動や健康に興味を持ち、親しんでいる姿が見られた。
- 備品や環境面の整備を行っているが、まだまだ不十分なところはたくさんある。限られた環境の中で、何をどう活用していくか工夫していく必要がある。

おわりに

2年間の「学校体育研究推進校」の指定を受け、教科体育の授業づくりを中心としながら、全職員一丸となって研究を進めてきた。新型コロナウイルス感染拡大もあり、休校やオンライン授業の実施等で十分な運動の機会が失われることも多かった。このような状況の中、学校体育を通して、運動に親しみ、豊かなスポーツライフの素地を養っていくことは、ますます重要なものとなっている。

運動やスポーツとの多様な関わり方をとらえ直し、授業改善をしていくことは、運動が得意な子、苦手な子みんなが楽しめる授業づくりにつながるとともに、全体的な体力の向上にもつながった。今後も運動に親しむ児童の育成を目指し、研究を深めていきたい。