



札幌市学校体育研究連盟

令和7年12月19日 第221号

編集：編集部

札幌市立元町小学校

発行：事務局

札幌市立澄川南小学校

文責：安藤 信宏（札幌市立厚別通小学校）

第64回全国学校体育研究大会北海道大会～北九条小会場

豊かなスポーツライフの実現を目指し、「自ら」課題を発見し、その解決に向けた学習過程を通して資質・能力を育む体育・保健体育学習という大会主題のもと、第64回全国学校体育研究大会北海道大会が開催されました。研究部を中心に授業者と何度も会合して話し合いが行われ、子どもたちの学びが深まる、素晴らしい授業が公開されました。また、授業後の研究討議も活発に行われ、実りの多い充実した大会となりました。

本号では、北九条小学校会場での授業や討議の内容、助言者の御講評を紹介させていただきます。

研究の概要

【大会主題】

豊かなスポーツライフの実現を目指し、「自ら」課題を発見し、その解決に向けた学習過程を通して資質・能力を育む体育・保健体育学習

【研究の柱①】

子供の「～したい」を生む教材づくり

【研究の柱②】

子供が自ら課題を発見し、解決するための手立て

【研究の柱③】

子供が自分に合った方法で学習できる学習過程の工夫

【北海道学校体育研究連盟 全道統一研究主題】

「つなぐ体育 ひらく未来」

～見方・考え方を豊かに働かせ、自己実現する体育活動～

これまでの札幌支部の研究

北海道・他支部の研究

北海道・札幌の子どもの実態

授業の概要

一次
公開

第5学年 器械運動 跳び箱運動 「跳び箱運動に TRY！」

【研究の柱①】

- ・レベルに合わせて練習できる場の設定
→課題解決に特化した場、一連の動きができる簡易化された場
- ・「自分の技を高めたい」という思いの醸成
→技能のポイントを他者に伝える活動

【研究の柱②】

- ・伸びや学び方を振り返るための「TRYBook」の活用
→振り返りの記録により自己の動きの高まりや成長を実感
- ・動きのイメージを図る ICT の活用
→技の出来栄を記録して確認

【研究の柱③】

- ・取り組み方を確認するための全体交流の設定
→成長を実感、悩みを共感、課題解決のヒント、課題の更新
- ・適切な技の選択に生かす系統性や連続図の活用
→課題と練習の場や方法を結び付けた技のロードマップ



回転系の技についてどうすれば自分の課題を解決できるかな

二次
公開

第6学年 体づくり運動 「体の動きを高める運動」 「みんなで更 SHIN! My fit exercise！」

【研究の柱①】

- ・「なりたい自分」の明確化
→自分に合った運動プログラムを作る
- ・更 SHIN タイムの設定とグループ内での工夫の共有
→協働して学ぶ良さ、楽しさを実感しながら自己の動きを高める

【研究の柱②】

- ・体の状態の確認や比較などを目的とした脈拍数の測定
→前時との比較で状態チェック、強度もチェック
- ・目的同士による交流の場の設定
→相談しながら自己の体力や目標に合ったプログラムを作成

【研究の柱③】

- ・目的を確認するためのプログラムの可視化
→互いに確認、対話がしやすい環境
- ・目的に合わせて選択できるプログラムの設定
→強度「イージー」「ノーマル」「ハード」



どんな動きをすると持続する力が高まるのかな

《討議の内容》

	一次公開	二次公開
柱①	<ul style="list-style-type: none"> ○レベルに合わせた練習ができる場の設定がなされ、どの子も楽しく跳び箱運動の楽しさを追求できる環境が整えられていた。 ○技能に困りのある子や思いを表現するのが苦手な子に対し、何を課題にするのか、どうしてその練習をするのか、やってみてどうだったかということ意識して関わるという教師の姿勢が示された。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「なりたい自分」の設定は、単元の最初で資料を用いて行い、体づくり運動で扱う運動に目標を置き換えていく学習を大切にした。 ○音楽を活用した場づくり（エアロビクス）が、運動の辛さを気分的に軽減させ、運動を持続する上での「やってみよう」という意欲につながった。
柱②	<ul style="list-style-type: none"> ○一人一人の課題を自覚させることを重視し、課題が見付かったタイミングでネームカードを貼るという手立てが良かった。 ○「TRYBook」の活用は、自覚した課題に対して「何を練習すべきか」「どうしてその練習を選んだのか」「やってみてどうだったか」を言語化するプロセスとなり、成長の実感を裏付ける基盤となった。 ●子ども任せにした際、選択した手立て（練習）が個人の技能や課題に「フィット」しているかを教師がどのように認識し、必要に応じて修正の介入（指導）をどれくらい行ったかが課題となり得る。 	<ul style="list-style-type: none"> ○脈拍数という明確な指標を提示し、それを日々の生活と結び付けることで、「自分にとってどんな強度がいいか」という課題発見がはっきり示された。 ・単元の中盤（3・4時間目に行った巧みの部分）で、「自分の運動を工夫していくと、こんないい高まりがある」ということを、子どもたち自身がグループ活動を通して共感できたことが、主体的になった成果の一つと捉えている。 ○目的を共有する仲間との交流を通じて、自己の体の状態（脈拍数）と目標達成に向けた負荷を関連付け、運動の強度を自己調整できていた。
柱③	<ul style="list-style-type: none"> ○多様な学び方（ネームカードを貼って同じ課題の仲間と取り組む、新しい技にチャレンジする子は自分で運動を通してから課題を見付けるなど）を子どもたちが行っている姿が確認された。 ○周りで見ている子に対し、技を見た後に「次はこんな練習ができるといいね。」などとステップアップできる内容をフィードバックできるよう関わっていた。 ●できたの基準（ステップアップへの基準）が子どもたちの中でどのくらい共有され、運動のプロセスと結果の評価につながっていたのか。 ↓ ・「できたの基準」については、知識の時間に教師が実演し、子どもたちとポイントは確認している。特に踏み切り、回転（上で回っている時）、着地の3点がいつでも安定してできるようになることを目指している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・まとめは「こんなこと高まったねというまとめ」ではなく、「次につなげるようなまとめ」を意識している。高まっていない子への配慮も重要。 ○明確なゴール（脈拍数）と柔軟な手立て（選択肢）によって、子どもたちは主体的に学習に取り組む姿が見られた。 ○運動を「イージー」「ノーマル」「ハード」のステップに分け、子どもたちが自分に合った負荷を柔軟に選択・組み合わせることで継続できる学習過程を設定できた。 ●子どもに主体性を求める際、いきなり主体にはならないため、その前段階として、求められることに対して責任をもつ「自主的」な活動といったプロセスの工夫が必要ではないか。 ●学習のまとめ方において、「次につなげるようなまとめ」を意識していても、学びの進捗確認の機会（全体交流）の適切なバランスが課題。

《御講評 北海道教育大学 教授 高瀬 淳也 様》

一次公開	二次公開
<p>◆学習の積み重ねの具現化</p> <ul style="list-style-type: none"> ○子どもたちの姿から、これまでの学習の積み重ねが非常によく見えた授業であった。 ○子どもたちが技術的なことをしっかりと話していた点が指摘されており、これはこれまでの学習がそのまま現れた結果と言える。 <p>◆場づくりの工夫の重要性</p> <ul style="list-style-type: none"> ○殺風景な状況ではなく、たくさんの練習する場があったことで、子どもたちは「あれならできるかも」「これならできそう」と感じ、「運動してもいいかも」という気持ちにつながった。 <p>◆情報提供と自己選択</p> <ul style="list-style-type: none"> ○たくさんの練習する場と同時にたくさんの情報（目で見える情報）があったことで、子どもたちは取り組みやすかった。 ○自己の目的に応じ、課題の方法を選択決定する場面が適切に組み込まれており、それが子どもたちの主体的な取り組みにつながっていた。 <p>◆運動学習における「コツ」の獲得と言語化</p> <ul style="list-style-type: none"> ○器械運動では特に、外の情報（先生の指導ポイントなど）と自分の体で感じること（動く感じ、コツ）の対話を繰り返す学習過程がある。 ○先生は「助走から両足で踏み切ってね。」という外から見た情報だけでなく、できた瞬間に「どんな感じした？」と言語化させることで、上達を促すことが重要である。 	<p>◆「馴染みの地へいざなう」導入の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ○辛いイメージをもたれがちな持続する運動において、外周をぐるぐるするのではなく、音楽をかけるエアロビクスを採用した点が高く評価できる。 ○音楽は気分的な辛さを軽減する効果（論文多数）があり、この工夫は子どもたちが「あ、やっていいかも」と感じる、つまり運動学習が始まる前の段階（馴染みの地へいざなう）を適切に設計した例である。 <p>◆多様な難易度の設定</p> <ul style="list-style-type: none"> ○エアロビクスにイージーランクを設定するという発想が非常によかった。これは「持続だから苦しい思いだけじゃないぞ。」というメッセージを込め、「自己のペースで取り組める」ことを課題解決の中にもめることになり、多くの子どもたちを救うことになった。 <p>◆指導キーワードとメッセージ</p> <ul style="list-style-type: none"> ○指導案にあった「どんな動きをすると持続するのかな」という発問や、授業で使われた「自分の目標」と「自分に合った」という2つのキーワードは、苦しさだけではない持続運動のメッセージを伝えるのに効果的であった。
<p>◆教師の役割は「チャッカマン」であること</p> <ul style="list-style-type: none"> ○教師は子どもの取組を記録・評価する「チェックマン」ではなく、子どもの心に火をつける「チャッカマン」でなければならないという、松井光一先生の言葉が大切である。 ○運動中に指導手帳をもって記録をつける行為は疑問視されており、子どもの心に火をつける指導の在り方が強調されていた。 <p>◆主体性の定義と学習指導</p> <ul style="list-style-type: none"> ○主体性は、学習者（子どもたち）が学習教材（対象）に働きかける時に生まれる。場づくりなどの環境整備が不十分だと、子どもたちが頑張ろうと思ってもやる気が起きないため、スタートの時点から場づくりを考えるべきである。 	

◆運動学習の過程の理解

○運動学習には「運動しない段階」(嫌だなと感じる段階)から始まり、「問題なくできる」までの過程がある。初めて成功する「奇跡が起きる」(逆上がりの例)は、**5段階のうちの3段階目**であり、その奇跡を積み重ねて「コツ」をつかんでいくのである。

○教師は子どもたちの運動学習がどこから始まるのかを理解し、**違和感のないようにする**(馴染みの地へいざなう)工夫が求められる。

◆「課題を見付ける」ための指導

○小学校学習指導要領は「課題を見付ける」となっており、「課題を発見し」ではない点に注意が必要である。

○「課題を見付ける」とは**既存の情報の中から選ぶ**ことであり、子どもたちに課題を見付けさせるためには、**習得したものを活用する**という単元構成、つまり、**教えてから課題を見付ける**という流れが必要である。

◆授業者が目指すべき学習の階層性

○バレーボールの例から、教師が単にゲームを教える(本物を味わわせる)だけでなく、そのゲームを通して何を学ばせるのか(例:**ネット型のゲームの連携タイプ型、意思決定とボール操作、最終的にはスポーツ**)という**学習回路の階層性**を意識して指導すべきである。

○器械運動であれば、単に台上前転の技を教えるだけでなく、それを通して「**器械運動**」を学ばせることを目標とする。

◆教師の専門性と姿勢

○運動を教える教師は、まず**自身が運動を楽しんでいる**べきであり、そうでない教師は「体育詐欺師」である。

○教師の仕事は**教えるだけでなく、子どもたちが主体的に学習できるように支えていく**「学ばせる」ことが専門的な仕事である。