

研究主題

## 運動の楽しさや喜びを仲間と共に育ていく体育学習

～運動が苦手な児童に視点を当てた、指導と評価の一体的な充実を目指して～

西郷村立羽太小学校 教諭 若松 優

### I 研究構想

#### 1 研究主題の理由

##### (1) はじめに

「僕は体育の授業が大嫌いです。体育の教師も嫌いです。なぜあなたたち体育教師は僕達にクラスメイトの前で恥をかかせようとするのでしょうか？手本のように上手に出来なくてまるで死にかけの虫のようにバタバタと手足を動かす僕をクラスメイトは笑う(略)」これは、2019年3月号大修館書店「体育科教育」に掲載された音楽クリエイター、ヒャダインさんのエッセーである。この文章を読んだとき、なぜか鳥肌が立った。恐らく、自分の小さい頃の経験や、教師となってからの指導を瞬時に振り返ったからだ。本当に児童たちが楽しいと思える体育の授業をすることができているのだろうかと自問自答した瞬間だった。

現代においては、運動習慣のある児童とそうでない児童の二極化が進んでおり、体力の差が教育や生活全体に影響を及ぼしている現状がある。このような中で、教育のあり方も大きく変化しており、OECDが提唱する「ラーニング・コンパス 2030」では、子ども一人一人が自らの人生を主体的に切り拓くための資質・能力、すなわち「エージェンシー」の育成が強調されている。また、我が国の学習指導要領においても、個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実を目指し、すべての児童に学びに向かう力を育むことが求められている。

本研究は、児童が主体的・協働的に学び合う授業を創る過程において、体育科に苦手意識をもつ児童に視点を当て、それらの児童た

ちが安心して運動に取り組み、自らの変容を実感でき、結果として個々の児童の自己実現につなげていくものである。

##### (2) 児童の実態から

福島県教育委員会が公表した令和6年度全国体力・運動能力調査(以下、体力テスト)における児童生徒質問紙調査では、図1のような結果が示され、いくつかの課題が明らかとなった。

	運動やスポーツをすることは「好き」	体育の授業は「楽しい」
全国	64.0%	67.3%
福島県	61.3%	65.8%
本校	61.5%	63.5%
本学級	67.5%	63.5%

図1 質問調査結果(男女平均)

本学級の児童は、「運動やスポーツをすることは好き」と回答した割合が最も高く、運動に対する肯定的な意識は強いことが分かる。しかし一方で、「体育の授業は楽しい」と感じている児童の割合は、全国・県平均を下回っており、授業そのものの楽しさを十分に実感できていない現状が浮かび上がった。児童に話を聞くと、「体育では自分の好きな運動ができるとは限らないし、好きな友達と同じチームになれるわけでもないの、楽しいとは言いきれない」との声があった。また、運動の得意・不得意の差に加えて、仲間との関わり方が分からない児童も見受けられる。これらの結果から、本学級の課題として、運動が苦手な児童に対して「運動の楽しさや喜び」、そして「仲間と学び合うことのよさ」をどのように実感させていくかが重要であることが明

らかになった。当該学級の児童は当年度から初めて担任した児童であり、調査実施は6月と年度の序盤だった。だからこそ、これからの授業を通して「運動が大好き!」と児童たちが心から思えるようにしていくことを、本研究の目標とした。

## 2 研究主題について

### (1) 「運動の楽しさや喜び」について

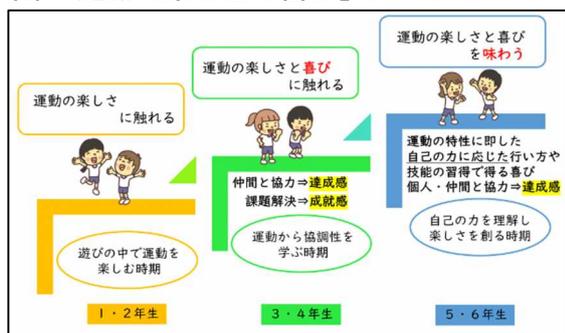


図2 運動の楽しさや喜びの系統性 **資料1**

学習指導要領解説では、運動の楽しさや喜びを発達段階に応じて図2のように系統的に捉えている。第1・2学年では、運動遊びを通して多様な動きを楽しく体験し、自然と基本的な動作や体力の向上を図ることがねらいである。第3・4学年では、単なる楽しさに加えて、課題を見つけて解決する中での達成感や達成感が重視される。さらに第5・6学年では、自分の役割を意識しながら運動に取り組む中で、自己に応じた動きの工夫を通じて喜びを味わうことが求められる。

### (2) 「仲間と共に育んでいく」について

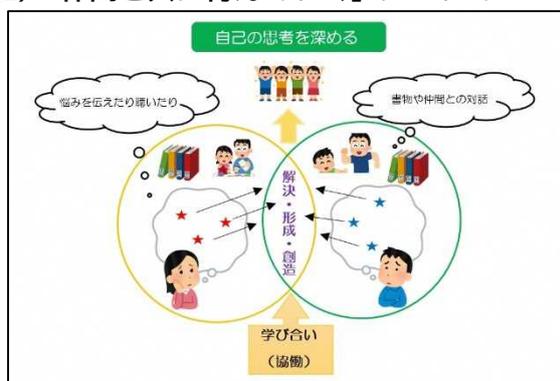


図3 対話的な学びのイメージ **資料2**

解説(第3・4学年)には、「良好な人間関係が運動の楽しさや喜びに大きく影響し、仲間と意思決定に関わることで、運動やスポー

ツの意義・価値への理解が深まる」とある。まさに、「好きな友達と…」という児童の声にみられるように、人間関係の形成は体育科においても重要なテーマであり、図3のような多様な関わり方に工夫が求められる。

### (3) 「運動が苦手な児童に視点を当てた、指導と評価の一体的な充実」について

本研究では、運動が苦手な児童の学びを中心に据え、指導と評価の結びつきについて考察する。こうした児童は、比較や失敗への不安から、運動に対して苦手意識をもちやすい。そのため、「できた」「わかった」と実感できるような肯定的な経験を積み重ねることが重要である。教師は技能の成果だけでなく、努力や工夫の過程にも目を向け、児童一人ひとりの成長を丁寧に評価する必要がある。その際には、声かけや活動内容の調整などを通して、授業の中で柔軟に支援を行うことが求められる。このように、教えること(指導)と見とる・認めること(評価)を一体的に行うことで、すべての児童が安心して学びに向かい、自らの成長を実感しながら運動への意欲を高めることができると考える。

## 3 研究仮説

運動が苦手な児童の学びを中心に据え、指導と評価を一体的に捉えた授業改善を重ねることで、運動の楽しさや喜びを実感できる児童を増やすことができるだろう。

## 4 研究の内容

### (1) 対象児童

本研究の対象は、第4学年59名の児童である。このうち、運動に対して苦手意識をもつ2名を抽出し、授業中の行動観察や授業後のインタビューを通して、仮説の検証に迫る手立てについて考察を行った。

#### ○ A児(男子)について

体力テストは1年生から3年生まで「D」、4年生では「E」とやや低下傾向にある。質問

紙調査では、4年生6月時点で体育の授業をあまり楽しく感じておらず、コツやポイントもつかめていないことが分かった。休み時間は主に教室内で過ごすことが多い。一方で、運動が体によいことは理解している。

○ B児（女子）について

体力テストの結果は、1・2年生が「C」、3年生で「E」、4年生で「D」とやや変動がある。体育の授業に対する印象は年度によって異なるが、1年生の頃から継続してコツをつかめていない様子が見られる。学年が上がるにつれ、休み時間の過ごし方も教室内が中心となっている。運動の健康効果については理解している。

(2) 実施単元

〈体育領域〉
・ C 走・跳の運動 エ 「高跳び」
・ E ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」
〈保健領域〉
・ G 保健 (イ)1日の生活の仕方 「運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活」

(3) 使用機器、アプリケーション

Apple社 iPad、(株)Loilo ロイロノート

(4) 仮説検証にせまる手立て

本研究では、運動が苦手な児童の学びを中心に据え、指導と評価の結びつきについて考察する。そのため、「できた」「わかった」と実感できるような肯定的な経験を積み重ねることが重要である。教師は技能の成果だけでなく、努力や工夫の過程にも目を向け、児童一人ひとりの成長を丁寧に評価する必要がある。その際には、声かけや活動内容の調整などを通して、授業の中で柔軟に支援を行うことが求められる。

具体的な手立てとして、以下の3点を講じ、授業の質的改善に努めた。

① 対話的な学びを通して、自己の思考を広げ深める工夫（児童）

ICTを活用した自己振り返りの場面や、仲間と協力して課題を解決する活動を意図的に

取り入れ、児童が多角的かつ主体的に思考を深められるよう工夫した。

② 学習カードの工夫（児童）

体育領域では、E-Assessmentシートを導入した。このシートは、ロイロノートの共有ノート機能を用いて、自分の動きを仲間リアルタイムで評価してもらい、その後自己評価を行う流れで活用する。他者の評価と自分の評価の「ずれ」に気付くことで、自身の課題を明確にし、次の問題解決へと主体的に取り組むことを促す。高跳びの授業ではリアルタイムで、キャッチバレーボールの授業では各時間の振り返りとして活用した。

③ 単元構想図と自己評価（教師）

図4 単元構想図 資料3

図4のように単元構想図を作成し、単元の目標を基準に評価基準を細分化し、授業のポイント、単元の計画、評価の計画を一枚のシートにまとめた。これにより、教師が単元全体の見通しをもちながら、計画的に授業を構成できるようにした。教師自身の振り返り欄を設け、授業計画と実際の授業を見つめ直し、次時の授業改善へとつなげる。これは教師も自己との対話を通して、指導と評価を一体として捉え直す取り組みである。ふくしまの「授業スタンダード」に示されているチェックシートの内容項目を活用し、単元終了時に教師が自己評価を実施した。評価結果をグラフ化することで、次単元に生かす授業改善の手がかりとした。ICT活用の視点や児童の実感に関わる視点を反映するため、「ICTの活用」

よって、児童が自己の課題を見だし、解決しようとしている」「『運動が楽しい』と思える授業展開、学び合いが実現されている」の2項目を独自に追加した。

## II 研究の実際

### 【実践I】体育領域

#### C 走・跳の運動 エ 「高跳び」

#### 1 授業テーマ

強く踏み切って高く跳ぼうとすることで、高跳びの楽しさに気付くことができる授業

#### 2 単元構想

学習のねらい	知識・技能	思考・判断	情意・態度	主体的な学びに取り組む態度
高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。
高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。
高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。
高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。	高跳びの跳び方について、知っていることをもち、思い通りに跳ぶことができる。

図5 単元構想図(高跳び) 資料4

図5は、高跳びの単元構想図である。この単元は、子ども一人ひとりが自分のめあてをもち、学びのプロセスを振り返りながら技能を高めていくことをねらいとして、全6時間で構成した。1時間目と6時間目には、それぞれ自分の跳躍の記録を取り、単元を通してどのように課題を捉え、どのように改善に取り組んだかを自己評価できるようにした。

2時間目から4時間目にかけて、タブレット端末を活用し、E-Assessmentシートに自分の試技を記録・評価する活動を取り入れた。これにより、自らの課題に客観的に気付くことができ、学習の見通しをもって取り組む態度の育成を意図した。また、児童同士での意見交換や動画を通じた確認活動も交え、協働的に学ぶ姿勢を育てることもねらいとした。

### 3 手立てを生かした実践の展開と考察

① 対話的な学びを通して、自己の思考を広げ深める工夫



写真1(左)・2(右) 仲間の動きを見て学ぶ様子

写真1は教師が意図的に設定した対話の様子、写真2は児童がタブレットで動画を撮影し、仲間と学び合っている様子を示している。本単元では、技能の習得だけでなく、対話的な学びによって思考を深めることを重視した。児童同士が互いの動きに目を向け、「どこが上手だった?」「どうすればもっと高く跳べそうかな?」といった問いかけを通して、考えや気付きを伝え合える場面を意図的に設定した。また、跳ぶことに不安をもつ児童には、ゴムをバーの代わりにしたり、高さ調整の工夫をしたりすることを取り入れ、心理的・身体的ハードルを下げた。このような環境下で、自分の跳び方に自信のない児童も、仲間のよさを見つかったり、動画をもとに意見を伝えたりする姿が見られた。A児やB児のような運動が苦手な児童にとっては、「見る・気付く・伝える」活動が技能面以外での活躍の場となり、意欲や自己肯定感の向上につながった。タブレットを使った動画撮影と振り返りは、自分の動きを客観的に見ることで、「踏み切りが早い」「助走が不安定」といった改善点に気付くきっかけとなった。特にA児は、自分の頑張りが「見える化」されたことで、達成感や次への見通しをもち、主体的な学びへとつながった。

このように、対話的な学びとICTを組み合わせることで、技能の向上だけでなく、児童が自分なりに学びに参加し、成長を実感できる学習環境が実現できた。体育における対話的な学びの意義と可能性を改めて実感した。

② 学習カードの工夫 (ロイロノート)



図6 B児の高跳びワークシート 資料5

図6に示すロイロノートの共有ノート機能を活用した E-Assessment シートを導入した。このシートでは、一番上に自己評価を記入し、それ以降に仲間からの評価が並ぶ構成とした。B児は「踏み切り」に課題を感じていたが、仲間からは「◎」の評価が寄せられ、本人は喜んでいた。しかし、B児自身は「うまく踏み切れなかった」と捉えており、動画を見返しながら客観的に自分の動きを確認する中で、「助走のスピードやタイミングにまだ課題がある」と自ら気づき、次の跳躍に向けたためあてを主体的に設定していた。このように、自己評価と他者評価の「ずれ」が、児童に新たな視点や課題をもたらす学びにつながっていく様子が見られたことは、体育科における大きな成果である。仲間からの温かな評価が自己肯定感を支えつつ、自分の感覚と実際の動きを照らし合わせる中で、体育科における「見方・考え方」を働かせて学習を深めていく姿が育まれていた。技能だけでなく、自分の課題を言語化し、次に生かす力を養っており、ICTを活用した E-Assessment が、主体的・対話的で深い学びを支える有効な手立てであることが明らかとなった。

③ 単元構想図 (2を参照) と自己評価

図7に示す自己評価シートを用いて、単元終了後に自己評価を行った。E-Assessment シートの活用により、児童同士が互いの動きを見合い、評価を伝え合う中で、自分の課題



図7 自己評価シート 資料6

に気付く姿が多く見られた。特に、動画を見返し仲間のアドバイスと照らし合わせることで、「なぜうまくいかなかったのか」「どうすればもっとよくなるのか」といった視点を持ち、主体的に学ぼうとする態度が育まれていた。課題を乗り越えようと意欲的に練習に取り組む様子も見られ、学び合いを通して高跳びへの理解と技能が深まっていった。こうした活動を通して、児童は他者との関わりを通じて自らの学びに気づき、思考を深める習慣を徐々に身につけていった点も本単元の成果である。今後は、児童一人ひとりが楽しみながら挑戦できるような教材・教具の工夫を意識して授業改善を行っていきたい。

【実践2】体育領域

E ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」

1 授業テーマ

キャッチバレーボールを楽しみ、ボール操作をしないときの動きに着目し、仲間との関わりについて考えることのできる授業

2 単元構想

単元名	単元目標	学習活動	指導方針・観点	主体的・対話的で深い学び
第1単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	① キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	① キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	① 課題を設定し、達成させる。	① 主体的・対話的で深い学びを促す。
第2単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	② キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	② キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	② 課題を設定し、達成させる。	② 主体的・対話的で深い学びを促す。
第3単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	③ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	③ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	③ 課題を設定し、達成させる。	③ 主体的・対話的で深い学びを促す。
第4単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	④ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	④ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	④ 課題を設定し、達成させる。	④ 主体的・対話的で深い学びを促す。
第5単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	⑤ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑤ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑤ 課題を設定し、達成させる。	⑤ 主体的・対話的で深い学びを促す。
第6単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	⑥ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑥ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑥ 課題を設定し、達成させる。	⑥ 主体的・対話的で深い学びを促す。
第7単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	⑦ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑦ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑦ 課題を設定し、達成させる。	⑦ 主体的・対話的で深い学びを促す。
第8単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	⑧ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑧ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑧ 課題を設定し、達成させる。	⑧ 主体的・対話的で深い学びを促す。
第9単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	⑨ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑨ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑨ 課題を設定し、達成させる。	⑨ 主体的・対話的で深い学びを促す。
第10単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	⑩ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑩ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑩ 課題を設定し、達成させる。	⑩ 主体的・対話的で深い学びを促す。
第11単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	⑪ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑪ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑪ 課題を設定し、達成させる。	⑪ 主体的・対話的で深い学びを促す。
第12単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	⑫ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑫ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑫ 課題を設定し、達成させる。	⑫ 主体的・対話的で深い学びを促す。
第13単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	⑬ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑬ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑬ 課題を設定し、達成させる。	⑬ 主体的・対話的で深い学びを促す。
第14単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	⑭ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑭ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑭ 課題を設定し、達成させる。	⑭ 主体的・対話的で深い学びを促す。
第15単元 ゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」	⑮ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑮ キャッチバレーボールのルールを知り、ゲームを楽しむことができる。	⑮ 課題を設定し、達成させる。	⑮ 主体的・対話的で深い学びを促す。

図8 単元構想図 資料3

図8は、キャッチバレーボールの単元構想図である。本単元は、全8時間で構成し、児童が段階的に技能や戦術理解を深めながら、仲間と協力して学び合えるように計画した。単元の終末(7・8時間目)には、これまでの学びを生かして「キャッチバレーボール大会」を開催し、チームで戦術を立てて試合に臨む中で、成果と課題を実感できるようにした。各時間では、技能の習得だけでなく、「振り返り」による学びの深化を重視した。具体的には、毎時間の最後に個人の振り返りを行うとともに、チーム内でのミニミーティングの時間を設け、戦術面や動き方、連携の取り方について対話的に振り返らせた。これにより、児童たちが自分自身の課題を発見し、それを次の時間のめあてにつなげていく学習のサイクルを意識的に構築した。単元を通しては、ボール操作そのものよりも、ボールを持っていないときの動きに着目させること、そして一部の児童だけが活躍するのではなく、チーム全体で協力して得点を目指す展開を重視した。また、自分の動きやプレーを振り返りながら課題を明確にし、その改善に向けて次の時間につなげる学習の流れを意識づけた。

### 3 手立てを生かした実践の展開と考察

① 対話的な学びを通して、自己の思考を広げ深める工夫



写真3(左)・4(右) ミニミーティングの様子

写真3・4は、児童が作戦や新しいルールを考えたり、授業の振り返りでMVPを決めたりしている様子である。チームで行う運動には、自分の課題を解決するだけでなく、仲間と協力してチームの勝利を目指すという側面がある。その中で、仲間と声をかけ合いながら自然に生まれる対話は、体育科における

対話的な学びの大きな魅力である。本実践では、対話を促すために、授業中に「ミニミーティング」を意図的に取り入れた。ここでは、互いの得意なことを認め合いながらチームの動きを話し合う姿が見られた。児童自身が感じたルールの違和感や、技能レベルに応じたルール構成への意見も活発に出され、それを全体で共有しながら、ルールの改善を児童たちとともに行った。こうした話し合いの積み重ねが、運動の見方や考え方を広げ、学習への主体的な関わりにつながっていった。また、運動が苦手な児童の自己肯定感を高めていくことにもつながっている。

### ② 学習カードの工夫(ロイロノート)

【キャッチバレーボール】

〈自分の課題〉  
例:〇〇の時の〇〇が苦手なところ

打つ時の打つ事が苦手  
なところ

【チームのよかったところ】  
例:〇〇の時に〇〇をしたことによって、みんなが協力して、〇〇作戦を決めることができた、など

アタックの時に声を出して決める事が出来た。

【今日のMVP】  
A さん

〈今日のめあて〉  
例:〇〇の時に〇〇をすることができるよう〇〇に気をつけてゲームをする。

投げる時に投げられる様にボールをちゃんと見て、ゲームをする。

評価する人の名前	評価(◎・○・△)
自分	◎

【評価の理由と次に向けた】  
例:〇〇の時に〇〇をしたことにより、〇〇ができた。次は、〇〇を〇〇していくことでもっと点を取ることができるようになりたい、など

先生は後ろに居るといいと言っていたが、それを逆手にとって手前に向けて投げて見たら得点を取ることが出来ました。次は打って得点を取りたいです。

図9 B 児学習カード 資料7

本単元では、児童の思考を可視化し、学びを深める手立てとして、ICTを活用した図9の学習カードを段階的に4パターン使用した。単元の進行に応じてカードの内容を発展的に構成し、児童たちの学びを継続的に蓄積できた。ICTの活用により、学習カードはその都度修正・更新が可能で、児童一人ひとりの成長の軌跡を反映させやすい点が大きな利点であった。記述内容にも工夫を加え、「自分の課題とめあてを連動させること」や「自己評価の理由や次に向けた意気込み」を書かせることで、単なる振り返りにとどまらず、次の学習への展望をもたせることができた。さらに、振り返り用の学習カードには「作戦のねらい」や「仲間のがんばり」を書く欄を設けたことで、個人の視点に加えてチーム全体へのまなざしを育むことができた。これにより、思考



ループワークにおいては、画面上での個別作業に偏り、対話が生まれにくくなるという課題もある。そこで本実践では、ICTのみに依存せず、アナログな活動（画用紙への共同記入）を意図的に取り入れることで、児童同士の対話が深まり、思考の共有と発展が促進されることが分かった。写真6のように、A児は仲間との対話を通して自分の考えを整理し、健康的な生活について自分の言葉で語ることができた。これは、対話的な学びによって自信をもって意見を発信できたと言える。対話に基づいた学びは、運動が苦手な児童にとっても安心して参加できる環境づくりにつながり、学習の主体性や表現力の向上にも寄与することが確認できた。

### ② 学習カードの工夫（ロイロノート）

今回は、学習カードとしてロイロノートと紙の両方を併用し、それぞれの特性を生かした工夫を行った。紙媒体では、授業内容の理解を深めるためにキーワードを分類・整理させたり、重要な語句を空欄にしたりする形式を取り入れた。ロイロノートでは、事前に記入していた1日のスケジュールをもとに、学習内容を反映させた理想の生活を再構成させた。これにより、児童は「自分の生活を自分でデザインできる」という感覚をもち、学んだ知識を実生活に生かそうとする意識が高まった。A児は「夜更かしをやめて早く寝ることを意識したい」と記録に記すなど、ICTを通じた振り返りが行動意識の変容にもつながっていた。知識の整理と思考の応用を目的別に分けて取り組ませることができた。

### ③ 単元構想図（2を参照）と自己評価

図12に示す自己評価シートを用いて、単元終了後に自己評価を行った。本単元では、児童が自分の生活を見直し、健康的な生活習慣を身に付けることを目指して指導を行った。自己評価の結果から、児童の実態に応じた教材提示やICTの活用には一定の成果が見られたが、行動の変容に結び付ける終末の計画

保健領域「運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活」		チェック
1	単元（題材）の構成を明確にしている。	4
2	目標のねらいを明確にしている。	3
3	授業のねらいや学習のねらいを明確にしている。	3
4	子ども一人ひとりの「思い」や「願い」を引き出し、学習課題を設定している。	3
5	子ども一人一人に達成・解決の経路や見通しをもたせている。	3
6	民間団体で子どもを支援し、連携している。	3
7	ペア学習やグループ学習を取り入れる前段階を明確にしている。	4
8	本時のねらいに合うように適切なコーディネートしている。	3
9	本時で学習したことを明確にし、振り返りを工夫している。	3
10	前次学習の振り返りや学習の振り返りをしている。	2
11	授業の進捗が分かり、構成的な授業になっている。	3
12	評価し、達成された学習をしている。	3
13	ノート指導も積極的にしている。	3
14	10分間の授業によって、児童の学習の進捗が分かるようになっている。	2
15	「運動が楽しい」と思える授業展開、学び合いになっている。	3

自己分析（ピックアップして）

【10】  
健康になるためには、食事、睡眠、運動が必要であることは知っていることができたが、次に何をしていこうかということでは、もっと工夫を出しても良かった。例えば、家庭との連携を図って自分手帳を活用する。

【14】  
10分間を活用することが保健の授業で本当に重要だったかと考えると、少し悩ましいところもある。履き足で学習しても同じであるように感じた。コーディネートとし

図12 自己評価シート **資料10**

や個別の支援については、さらなる工夫が必要であると感じた。特に、ロイロノートと紙の学習カードを併用し、「知識の整理」と「実生活への転移」という評価視点を明確にしたことで、児童一人ひとりの思考の可視化と変容の把握につなげることができた。一方で、児童が自身の課題をより実感し、改善につなげるには、振り返りの質を高める手立てが、さらに必要である。今後は、児童の変容を見取りながら、評価結果を指導に即時に還元し、評価を活かした授業改善サイクルを意識した単元づくりに取り組んでいきたい。本実践では、T2として養護教諭が学校の健康課題を共有し、専門的な視点から肥満や生活習慣に関する話をしたことで、児童一人ひとりが「自分ごと」として健康を捉えるきっかけとなり、学習への関心や意欲を高めることにつながった。特に、A児やB児のように運動に苦手意識をもつ児童にとっては、「生活を整えることが健康につながる」という視点に立ち、学習を通して、「健康は運動が得意かどうかだけでなく、生活習慣の積み重ねが大事」だと気づき、自分にできる改善点を具体的に考えるようになった。例えばB児は、「夕食後にだらだら過ごす時間を減らして少し体を動かしたい」と話すなど、学んだことを日常生活に結びつける姿が見られた。このような行動の見通しをもたせる終末の計画が、学びの転移に重要であると実感した。今後は、学びを日常の行動へとつなげる終末の計画と、ICTの活用を通じた継続的な振り返りの仕組みづくり

に取り組んでいきたい。

### III 研究のまとめ

#### 1 A児とB児のインタビュー調査から

A児・B児は、事前調査において「体育は楽しくない」「コツやポイントつかめていない」ということが分かっており、運動に対する自信や意欲が乏しかった。そこで本実践では、対話的な学びとICTの活用を中心に据え、児童が自ら気付き、学び合うことを通じて「できた」「わかった」と成長を実感できる授業を構成してきた。高跳びの単元では、ゴムバーや個別に調整可能な高さを用いて心理的負担を軽減し、「自分にもできそう」という手応えを得やすい環境を整えた。さらに、動画を使って自分や仲間の動きを見合いながら、良さや課題を言葉にする活動を取り入れた。対話を通して課題を共有し、自分の跳び方に自信がなかった児童も安心して挑戦する姿が見られるようになった。キャッチバレーボールの単元では、チームでの作戦会議や役割分担を通じて、自然と対話が生まれる環境を整えた。仲間と協力しながら試合を進める中で、運動への抵抗感が薄れ、評価活動やミニミーティングを通して自分の成長や課題を実感する様子が見られた。A児は、「みんなと一緒に体育ができるのは楽しい。」と語り、B児も「苦手だったけど前より楽しめた。」と話しており、対話や協力を通じて、運動に対する意識がポジティブに変容していたことがうかがえた。保健の単元では、紙とロイロノートを併用した学習カードを活用し、自分の生活を見直す活動を行った。ICTによって日常の生活リズムが可視化され、さらに養護教諭による専門的な話を受けることで、「運動が得意でなくても健康づくりはできる」という実感をもつ児童が増えた。B児はインタビューで、「夜のだから時間をやめて少し体を動かすようにしたい」と具体的な行動の見通しを語っていた。こうした実践を通じて、2人の児童からは

「仲間と学び合いながら、自分なりにできることを増やせた」「運動が苦手でも工夫すれば成長できる」という前向きな言葉が聞かれ、自己肯定感の高まりと学びの主体性の高まりを感じた。これらの変化は、対話的な学びとICTの活用を柱とした授業が、児童に安心と意欲をもたらしたことの表れである。一方で、すべての単元において「学んだことを次の行動へどうつなげるか」という終末の計画や、ICT活用の目的をより明確にする必要も課題として残った。今後は、振り返りや対話の質をさらに高め、児童が学びを自らの生活に活かせるような授業づくりを継続していきたい。

#### 2 教師の自己評価から

項目	考察とアドバイス
単元の構成	題材のねらいが明確で、基礎をもちった計画ができており、学習設計の基礎が安定しています。子どもの実態に合った構成が構築されていると評価できます。
本時のねらい	授業のねらいは明確ですが、ねらいを子どもに実感させる「問い」や活動設計の工夫がさらさらと表れていません。
学習への導入の指導	安心・安全な学習環境の整備ができています。子どもたちが落ち着いて活動に向かえる指導ができています。
子どもの問いを活かした課題設定	子どもの問いをきっかけに学習課題をつくらうという意識が見られます。導入での「問い」の引き出し方を明確にするようにしてください。
見直しをもたせた学習計画	見直しはある程度はとられていますが、活動中に子どもが「どう動けばいいか」をつかむ工夫がさらさらとあると評価できます。
仲間指導と支援	児童の学びを個別にサポートしています。子どもの様子を見ながら、個別に声をかけたり動きをフィードバックする必要がある点があります。タブレットの動画機能なども活用して活用してください。
ペア・グループ学習の整頓	個別的な学習を個別に取り入れていきます。学習の「意味」や「役割分担」を明確にすることで、より深い学びが期待できます。
話し合い活動の工夫	話し合いを通して学びを深めようとする意図は見られますが、話し合いの「問い」や「無言化」に課題が見られます。話し合いのねらいが明確です。
学習の振り返り	単なる「楽しかった」「学んだ振り返り」ができるよう、「今日のわかったこと」「うまくいったこと」「成長が学んだこと」などの視点を設定すると良いでしょう。
<p>◎ 指導者としての評価・助言</p> <p>◎ 総合評価：3（概ね実用されている）          単元設計や活動のねらいにおいては、意図がはっきりしており安定感があります。子どもの思考を深める「問いづくり」、**個別の支援力（個別指導）**については、今後の授業改善の重要な視点です。タブレット端末等のICTを活用し、動画による振り返り・ペアでのフィードバックなどを取り入れることで、指導と学びの質の両面を高めることが期待されます。</p> <p>◎ 次のステップに向けての提案</p> <p>① ICTの導入：動画撮影→振り返り→フィードバックのやりとりで、積極的に授業を振り返ることができるようになります。</p> <p>② 仲間指導の強化：観察ポイント（例：声かけのタイミング、声かけの姿勢、声かけの言葉）を明確にし、観点をもちて声かけを。</p>	

図13 自己評価シートAI分析 **資料11**

「運動の楽しさや喜びを仲間と共に育む」ことを目指し、特に運動が苦手な児童に焦点を当てて授業づくりを行ってきた。その際、指導と評価を一体的に捉えることを重視し、単元ごとに明確な評価目標を設定するとともに、児童の変容を見取る評価と教師自身の指導を振り返る評価の両面を計画段階から位置付けた。授業後には自己評価を行い、その結果を客観的に振り返る手段として、AI(ChatGPT)による分析を活用した。図13は、各単元の自己評価結果をChatGPTに分析させたものであり、定性的な気付きや評価観点の偏り、改善の視点を整理するうえで有効であった。AIによる分析を通して、自己評価の傾向を可視化できたことで、単なる感想にとどまらない振り返りへとつなげることができた。

このように、指導と評価を分けずに一体的に捉え、PDCA サイクルを教師自身が回していくことで、運動が苦手な児童も含め、すべての児童が運動の楽しさを実感できる授業の実現に近づくことができたと考える。今後も、自己評価に AI の視点を取り入れながら、より客観性のある授業改善を継続していきたい。

### 3 研究の総括とこれからの展望

本研究では、「運動が苦手な児童に視点を当て、運動の楽しさや喜びを仲間と共に育む体育学習」をテーマに、実践を行った。いずれの単元でも、児童が互いを認め合い、支え合いながら自信をもって学びに取り組む姿を目指し、指導と評価を一体として捉えることを軸とした授業計画を重視した。

【キャッチバレーボール 段階別評価】
十分満足できる姿 (A)
【知・技】 ◎キャッチバレーボールの行い方について、友達に詳しく伝えたり学習カードに詳しく書いたりしている。また、ボールの行方をよく見て移動してキャッチしたり、スペースを意識してアタックして相手のコートに運んだり、ボールを操作できる位置に体を移動するなど、ボールを持たないときの動きもできている。
【思・判・表】 ◎運動が苦手な友達でも楽しくゲームに参加できるように、規則の工夫を自分事として考え、ボールを持っている人と持っていない人の役割をゲームの特性に応じて選び、根拠を明確にして作戦を立てたり、その考えを友達に詳しく伝えたりしている。
【注】 ◎ゲームに意欲的に取り組もうとし、規則を守って誰とも仲よくしながら、進んで用具の準備や片付けを友達と協力して行い、勝敗を受け入れ、友達の考えを認め、場や用具の安全を確認するよう努めている。

図 14 段階別評価 資料 12

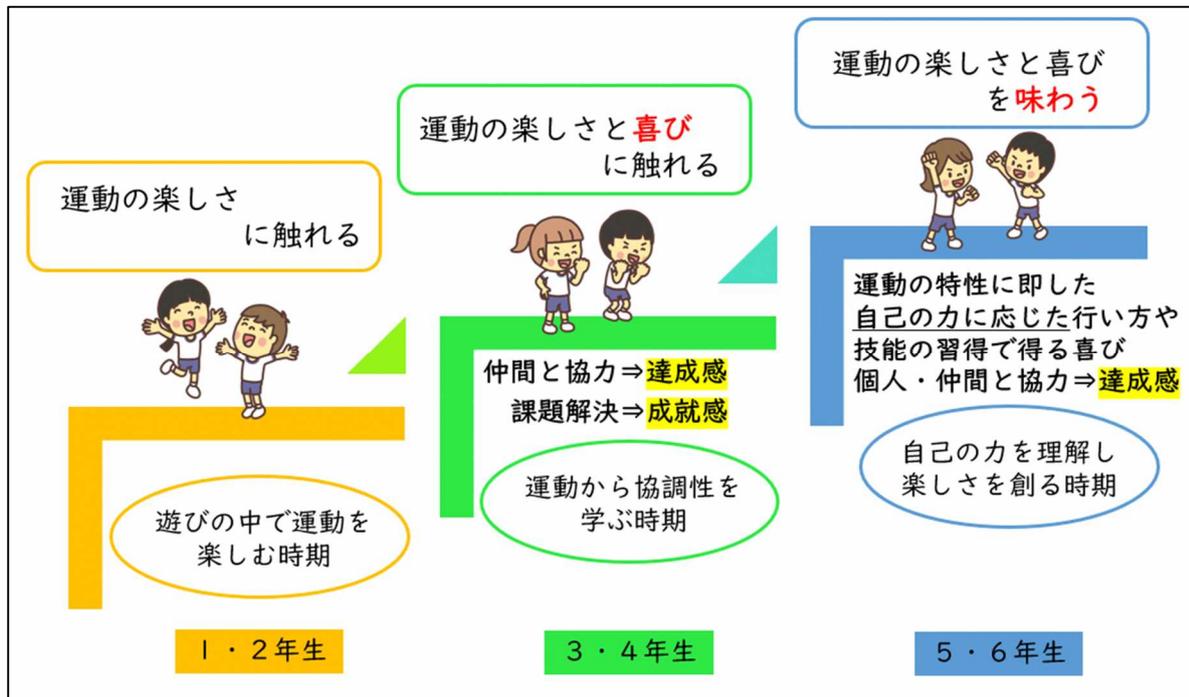
図 14 に示すように、「十分満足できる(A)」「満足できる(B)」などの評価基準を単元の初めに作成した。単元初めにゴールを示したことで、児童が自分の現在地と目標を明確に意識しながら活動に取り組めるよう工夫した。これにより、児童は単に運動をこなすのではなく、目的意識をもって「なぜ」「どうすれば」と考える姿勢が育まれていった。また、授業後には教師自身も自己評価を実施し、AI (ChatGPT) による分析を活用することで、主観に偏らない客観的な授業の振り返りと次時への改善を行った。実際に、運動に苦手意識をもっていた A 児や B 児が、学習カードを通して自分の課題や努力を言語化し、仲間から認められる経験を重ねる中で、「運動って楽しい」「またやってみよう」と前向きな気持ちを語るようになった。こうした肯定的な感情の積み重ねが、自己肯定感の高まりや運動へ

の主体的な参加につながっていたと捉えている。また、それは他の児童にも波及し、学年全体が互いに認め合いながら学ぶ雰囲気へとつながっていった。

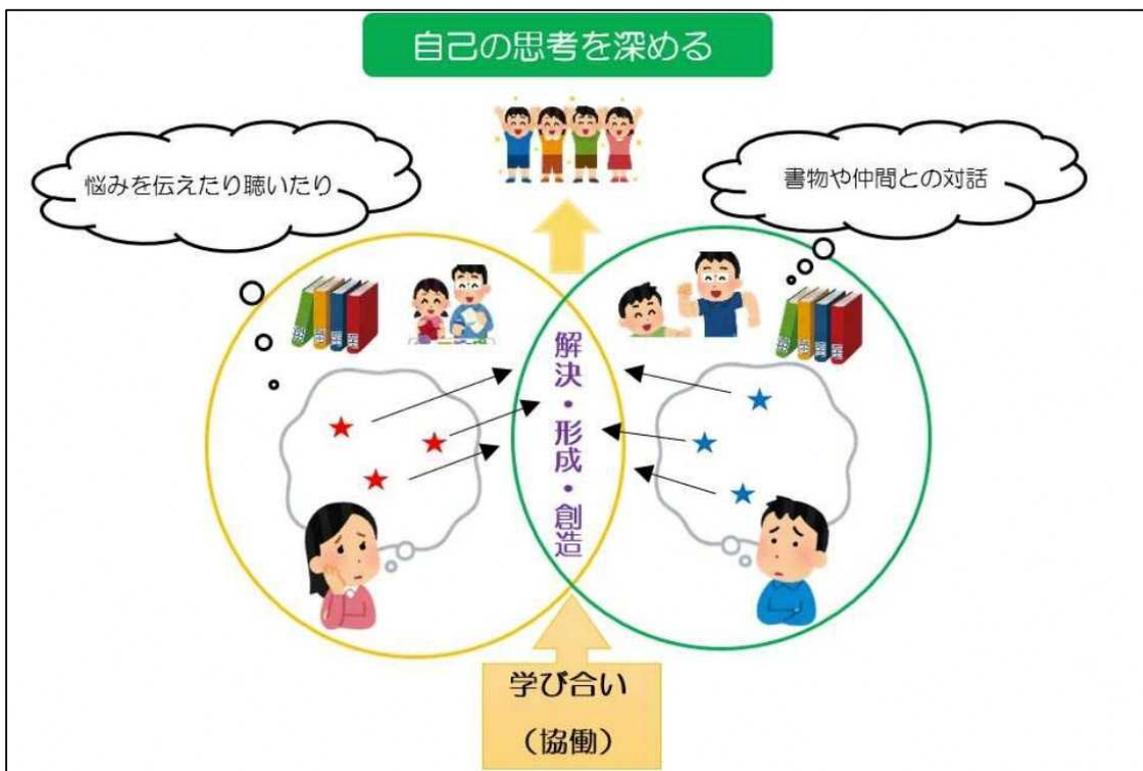
今後は、技能の評価にとどまらず、「する(やってみる)」「みる(他者を見つめる)」「支える(関わる)」「知る(意味を理解する)」という多面的な視点から、児童一人ひとりのよさを認め、学びの価値を広げていく評価の在り方を追求していきたい。また、ICT 活用においても、記録や振り返りだけでなく、「比較・共有・助言」など、学びを可視化し、深め合う手段としての活用をさらに工夫していく必要がある。これからの体育科の授業に求められるのは、単に運動量や技能の習得にとどまらない。「考え、学びを追究していく体育」を通して、児童が心身の両面から成長し、よりよく生きようとする力を育むことが重要である。特に、運動が苦手な児童や不安を抱える児童にとって、安心して挑戦し、学び合える環境は、ウェルビーイング実現に向けた土台となる。体育で得た学びが、授業内にとどまらず日常生活や将来のスポーツライフへとつながっていくような転移を意識した授業構想が、これからの体育にますます求められるだろう。そして、教師自身もまた永遠の学び手である。単元を通じて児童の変容を見取り、評価と振り返りを重ねながら授業を再構築していくプロセスは、自身の成長にもつながった。AI 分析を取り入れた自己評価の取り組みは、授業づくりを客観的に見つめ直す貴重な機会となり、教師が「授業で教えること」と教師が「授業から学ぶこと」が循環する授業改善のサイクルを実感することができた。

体育の授業を通して「運動が大好き!」と思える児童を一人でも多く育てるために、そして、すべての児童が「できる喜び」「分かる楽しさ」「つながる安心感」をもった体育に向かえるように、今後も日々の実践と研究を重ねていきたい。

資料1 運動の楽しさや喜びの系統性



資料2 対話的な学びのイメージ



資料3

キャッチバレーボール単元構想図

学年・内容・単元名		単元の評価規準	知識・技能		思考力・判断力・表現力		主体的に学習に取り組む態度		
第4学年 Eゲーム ネット型ゲーム 「キャッチバレーボール」			①キャッチバレーボールの行い方について、知っていることを言ったり、書いたりしている。 ②相手コートから飛んできたボールを相手コートに打ち返して、ゲームをすることができる。 ③相手コートから飛んできたボールを操作しやすい位置に移動してゲームをすることができる。		①規則を工夫している。 ②簡単な作戦を考えたり、選んだりしている。 ③課題の解決のために考えたことを友達に伝えている。		①キャッチバレーボールに進んで取り組もうとしている。 ②ゲームの規則を守り、誰とでも仲よくしようとしている。 ③用具などの準備や片付けを友達と一緒にしようとしている。 ④勝敗を受け入れようとしている。 ⑤友達の考えを認めようとしている。 ⑥周囲を見て、場や用具の安全を確かめている。		
単元の目標			キャッチバレーボールの行い方を知るとともに、基本的なボール操作とボール操作できる位置に体を移動する動きによって、易しいゲームができる。						
【知識・技能】									
【思考力・判断力・表現力等】									
【学びに向かう力、人間性等】		規則を工夫したり、ゲームの型に応じた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ることができる。							
【学びに向かう力、人間性等】		キャッチバレーボールに進んで取り組み、規則を守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたら、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりしている。		○キャッチバレーボールの特性を生かして、ボール操作よりもボールを操作していない人の動きに着目させる。 ○チームとして、得点を取ることができるようにする。(一人だけが活躍するようなゲームではなく) ○自分の課題を見付け、解決するための振り返りを充実させる。					
時	1	2	3	4	5	6	7	8	
ねらい	学習の見通しをもつ		キャッチバレーボールの行い方を知り、規則を工夫しながらいろいろなチームとゲームをして楽しむ		簡単な作戦を選んで、工夫しながらゲームを楽しむ		学習のまとめをする		
学習の流れ	授業前にも場や用具の準備								
	運動身体づくりプログラム								
	10分	オリエンテーション						学習のまとめ	
	5分	○単元の学習の見通しをもつ ・単元の目標と学習の進め方 ・チームの確認 ・学習のきまりの確認	○本時の学習の見通しをもつ ・前時の振り返りから	○本時の学習の見通しをもつ ・前時の振り返りから	○本時の学習の見通しをもつ ・前時の振り返りから	○本時の学習の見通しをもつ ・前時の振り返りから	○本時の学習の見通しをもつ ・前時の振り返りから	ISHIGAMI CHALLENGE 2024	
	22分	○本時のねらいを知る ○ゲーム①(8分) ○ゲーム②(8分) ○ゲーム③(8分)	○本時のねらいを知る ○ゲーム①(8分) ○ゲーム②(8分) ○ゲーム③(8分)	○本時のねらいを知る ○ゲーム①(8分) ○ゲーム②(8分) ○ゲーム③(8分)	○本時のねらいを知る ○ゲーム①(8分) ○ゲーム②(8分) ○ゲーム③(8分)	○本時のねらいを知る ○ゲーム①(8分) ○ゲーム②(8分) ○ゲーム③(8分)	○本時のねらいを知る ○ゲーム①(8分) ○ゲーム②(8分) ○ゲーム③(8分)	○すべてのチームとゲームを行う ・ゲーム① ・ゲーム② ・ゲーム③	
8分	本時の振り返り(最終時は、単元の振り返り)、次時への見通しをもつ、場や用具の片付け、あいさつ								
評価計画	知・技		①			②		③	
主体的	⑥	④	③	②	⑤	①	①		
振り返り	キャッチバレーボールを楽しんでいた児童は9割を超えていた。ゲームを中心に行うことで、楽しさに触れることとともにキャッチバレーボールの特性を知って、自分ができることを、チームの勝利のためにゲームで活かすことができていた。全員に分かりやすいようにルールの工夫や説明などを重ねてきたが、ちゃんと理解できていない児童もいた。特に支援を要する児童にとって、どのように個別アプローチをしていけばよいか、今後の課題とする。								

資料4

高跳び単元構想図

学年・内容・単元名		単元の評価規準	知識・技能		思考力・判断力・表現力		主体的に学習に取り組む態度		
第4学年 走・跳の運動 「高跳び」			①高跳びの行い方について、知っていることを言ったり、書いたりしている。 ②短い助走から、強く踏み切り、高く跳ぶことができる。		①自己の課題を見付け、その課題の解決のための活動を選んでいる。 ②競争の規則や記録への挑戦の仕方を選んでいる。 ③友達のよい動きや変化を見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えている。		①高跳びに進んで取り組もうとしている。 ②きまりを守り、誰とでも仲よく励まし合おうとしている。 ③用具の準備や片付けを友達と一緒にしようとしている。 ④勝敗を受け入れようとしている。 ⑤友達の考えを認めようとしている。 ⑥場や用具の安全を確かめている。		
単元の目標			高跳びの行い方を知るとともに、短い助走から踏み切って跳ぶことができる。						
【知識・技能】									
【思考力・判断力・表現力等】			自己の能力に適した課題を見付け、動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができる。						
【学びに向かう力、人間性等】		高跳びに進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたら、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりしている。		○助走・踏み切り・着地を意識した試技になるようにする。 ○踏み切りを強くして、より高く跳べるようにする。 ○リズムカルに「イチ・ニ・イチ・ニ・サーン」で跳べるようチャレンジさせる。高学年につなぐため。(個に応じた) ○e-assessmentを活用して、自己評価を行う。					
時	1	2	3	4	5	6			
ねらい	学習の見通しをもつ		高跳びの行い方を知り、自己の記録に挑戦することを楽しむ		動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫して、競争や記録に挑戦することを楽しむ		学習のまとめをする		
学習の流れ	授業前にも場や用具の準備								
	運動身体づくりプログラム								
	10分	オリエンテーション						学習のまとめ	
	5分	○単元の学習の見通しをもつ ・単元の目標と学習の進め方 ・チームの確認 ・学習のきまりの確認	○学習の見通しをもつ 前時の振り返り ○本時のねらいを知る	○学習の見通しをもつ 前時の振り返り ○本時のねらいを知る	○学習の見通しをもつ 前時の振り返り ○本時のねらいを知る	○学習の見通しをもつ 前時の振り返り ○本時のねらいを知る	○学習の見通しをもつ 前時の振り返り ○本時のねらいを知る		
	20分	○本時のねらいを知る ○高跳びをしてみる	○高跳びで記録への挑戦をする ○動きを身に付けるための練習をする ・課題解決のために動きを伝え合う ☆ e-assessment	○高跳びで記録への挑戦をする ○動きを身に付けるための練習をする ・課題解決のために動きを伝え合う ☆ e-assessment	○高跳びで記録への挑戦をする ○動きを身に付けるための練習をする ・課題解決のために動きを伝え合う ☆ e-assessment	○高跳びで記録への挑戦をする ○動きを身に付けるための練習をする ・課題解決のために動きを伝え合う ☆ e-assessment	○高跳びで記録への挑戦をする ○単元の振り返りを行う		
10分	本時の振り返り(最終時は、単元の振り返り)、次時への見通しをもつ、場や用具の片付け、あいさつ								
評価計画	知・技	①				②		③	
主体的	⑥	③	②	④	⑤	①	①		
振り返り	e-assessmentシートを使って、子供たち同士が学び合い、自己の課題を見だしていた。その課題をクリアしようとしてよく取り組んでいた。もっと、練習のバリエーションを増やしてあげることができたよかった。ローター板などを活用したが、それ以外にも提供できるように考えていきたい。								

資料5 B児の高跳び学習カード



動画

走り高跳び 学習評価カード

9月25日(水) 名前( )

☆ とび方のポイント ☆

◇ 自分が苦手なところ ◇

実際はここに  
高跳びの図(ポイントあり)

②(ふみきり)の足を高く上げるのが苦手

名前	Good...◎ もう少し...○ がんばろう...△				振り返り(自分)
	1の場面	2の場面	3の場面	4の場面	
					助走があんまりうまくいかなかったのがちょっと残念だった。 今度は助走が上手くいくように頑張りたいです!

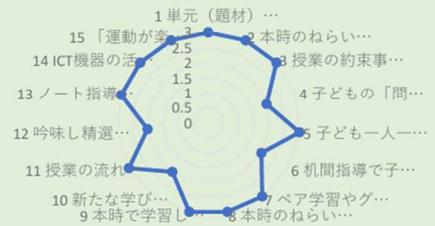
資料6 高跳び 自己評価シート

体育領域「高跳び」

チェック

1	単元(題材)の構想を明確にもっている。	3
2	本時のねらいを明確にもっている。	3
3	授業の約束事や学習に向かう心構えを指導している。	3
4	子どもの「問い」や「思い・願い」を引き出し、学習課題を設定している。	2
5	子ども一人一人に追究・解決の計画や見通しをもたせている。	3
6	机間指導で子どもを見取り、適切に支援している。	2
7	ペア学習やグループ学習を取り入れる目的を明確にもっている。	3
8	本時のねらいに迫るように話し合いをコーディネートしている。	3
9	本時で学習したことを明確にし、振り返りを工夫している。	3
10	新たな学びに目を向けさせる終末になっている。	2
11	授業の流れが分かり、構造的な板書になっている。	3
12	吟味し精選された発問をしている。	2
13	ノート指導を継続的に行っている。	3
14	ICT機器の活用によって、児童が自己の課題を見だし、解決しようとなっている。	3
15	「運動が楽しい」と思える授業展開、学び合いとなっている。	3

体育領域「高跳び」



自己分析(ピックアップして)

【4】  
子供たちは、跳びこえたいという思いをもっていた。がむしろに何度も跳んでいる子供もたくさんいた。その中で、「どうすれば高く跳び越えることができるだろうか。」という問いを心から思っていた子供がどれだけいたかと思うと反省しなければならぬ部分である。問いを引き出すためにどんな発問や思いを引き出していけばよいのか、そこを今後、吟味しながら授業を行っていかねばならない。

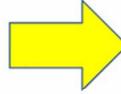
資料7 B 児の学習カード (キャッチバレーボール)

【キャッチバレーボール】

〈自分の課題〉

例:〇〇の時の〇〇が苦手なところ

打つ時の打つ事が苦手  
なところ



〈今日のめあて〉

例:〇〇の時に〇〇をすることができるように〇〇に気をつけて  
ゲームをする。

投げる時に投げれる様にボール  
をちゃんと見て、ゲームする。

【チームのよかったところ】

例:〇〇の時に〇〇をしたことによって、みんなで協力して、〇〇作戦を  
決めることができた。など

アタックの時に声を出して決  
める事が出来た。

【今日のMVP】

A

さん

評価する人の名前

評価(◎・○・△)

自分



【評価の理由と次に向けて】

例:〇〇の時に〇〇をしたことによって、〇〇ができた。次は、〇〇を  
〇〇していくことでもっと点を取ることができるようにしたい。など

先生は後ろに居るといいと言っていた為、それを  
逆手にとって手前に向けて投げて見たら得点を取る  
事が出来ました。次は打って得点を取りたいです。

資料8 キャッチバレーボール 自己評価シート

体育領域「キャッチバレーボール」

チェック

1	単元(題材)の構想を明確にもっている。	4
2	本時のねらいを明確にもっている。	3
3	授業の約束事や学習に向かう心構えを指導している。	4
4	子どもの「問い」や「思い・願い」を引き出し、学習課題を設定している。	3
5	子ども一人一人に追究・解決の計画や見通しをもたせている。	3
6	机間指導で子どもを見取り、適切に支援している。	2
7	ペア学習やグループ学習を取り入れる目的を明確にもっている。	3
8	本時のねらいに迫るように話し合いをコーディネートしている。	3
9	本時で学習したことを明確にし、振り返りを工夫している。	3
10	新たな学びに目を向けさせる終末になっている。	4
11	授業の流れが分かり、構造的な板書になっている。	3
12	吟味し精選された発問をしている。	3
13	ノート指導を継続的に行っている。	3
14	ICT機器の活用によって、児童が自己の課題を見だし、解決しようとなっている。	4
15	「運動が楽しい」と思える授業展開、学び合いとなっている。	3

体育領域「高跳び」



自己分析(ピックアップして)

【4】

高跳びの時の反省を生かし、この単元をとおして、どんな  
自分、チームの姿になりたいかを考えさせた。そこで出て  
きた思いを基に全員で学習課題をたてることができた。

【14】

今回は、映像を残すようなことはしなかったものの、自己の課  
題からめあてをもたせ、最後には自分の振り返りを行うことを  
意識させた。また、単元の中で、ワークシートをブラッシュ  
アップさせていった。これは、ICTの自由度でもありよかった。

資料9 保健 体の発育・発達 単元構想図

学年・内容・単元名		知識・技能		思考力・判断力・表現力		主体的に学習に取り組む態度	
【内容のまとめ】第4学年(2)体の発育・発達 【単元名】体の発育・発達		①身長や体重など年齢に伴う体の変化と個人差について、理解したことを言ったり書いたりしている。 ②思春期には、体つきに変化が起こり、人によって違いがあるものの男女の特徴が現れることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ③思春期には、初経、精通、変声、発毛が起こり、異性への関心も芽生えること、これらは個人差があるものの、大人の体に近づく現象であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ④体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方には、体の発育・発達によい運動、バランスのとれた食事、適切な休養及び睡眠が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。		①体の発育・発達について、身長や体重などの年齢に伴う体の変化や思春期の体の変化、体の発育・発達に関わる生活の仕方から課題を見付けている。 ②体の発育・発達について、自己の生活と比べたり、関連付けたりするなどして、体をよりよく発育・発達させるための方法を考えているとともに、考えたことを学習カードなどに書いた、発表したりして友達に伝えている。		①体の発育・発達について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習や教科書や資料などを調べたり、自分の生活を振り返ったりするなどの学習に進んで取り組もうとしている。	
単元の目標							
【知識・技能】 年齢に伴う体の変化と個人差、思春期の体の変化、体をよりよく発育・発達させるための生活について理解することができるようにする。							
【思考力・判断力・表現力等】 体の発育・発達について、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現することができるようにする。							
【学びに向かう力、人間性等】 体の発育・発達について、健康の大切さに気付き、自己の健康の保持増進に進んで取り組むことができるようにする。							
時	1	2	3	4			
ねらい	身長、体重など年齢に伴う体の変化と個人差について、理解できるようにする。	思春期には、体つきに変化が起こり、人によって違いがあるものの男女の特徴が現れることについて、理解できるようにするとともに、思春期の体の変化から課題を見付けることができるようにする。	思春期には、初経、精通、変声、発毛が起こることなどについて、理解できるようにするとともに、体をよりよく発育・発達させるための方法を考え、発表することができるようにする。	体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方には、体の発育・発達によい運動、バランスのとれた食事、適切な休養及び睡眠が必要であることについて、理解することができる。			
学習の流れ	1 「体の変化」からイメージすることを出し合い、体や心に変化があることに気付く。 2 教科書や資料から、4人の身長伸びを比べ、気付いたことを発表する。 3 身長や体重などは年齢に伴って変化すること、体の変化には個人差があることを理解する。 4 身長伸びについて考えている児童の事例を用い、学習したことを生かしてアドバイスをする。	1 「声当てクイズ」、シレットクイズ」に取り組み、変声や男女の体つきの変化に気付く。 2 グループで、体つきの変化について考え、ベン図(男・女・共通)を用いて分類しながら話し合う。 3 思春期には、体つきに変化が起こること、人によって違いがあるものの男女の体つきの特徴が現れることを理解する。 4 思春期の体つきの変化について考えている児童の事例を用い、学習したことを生かしてアドバイスをする。	1 教師の話から、思春期には初経、精通など体の変化が起こることを知る。 2 初経、精通、変声、発毛について、教科書や資料を基に調べ、気付いたことを発表する。 3 思春期には、初経、精通、変声、発毛が起こること、異性への関心も芽生えること、これらは、個人差があるものの、大人の体に近づく現象であることを理解する。 4 思春期の体の変化について心配している児童の事例を用い、学習したことを生かしてアドバイスをする。	1 どうして運動したり、好き嫌いを食べたりすることがよいのか考える。 2 どのような生活をすれば、体をよりよく発育・発達できるかをグループで話し合う。 3 体の発育・発達によい運動、多くの種類の食品をとることができるようなバランスのとれた食事、適切な休養及び睡眠が必要であることを理解する。 4 これまでの自分の生活を振り返り、自分の目標を決める。			
知・技	①	②	③	④			
評価計画	【観察・学習カード】	【観察・学習カード】	【観察・学習カード】	【観察・学習カード】			
主体的	主体的に学習に取り組む態度については、単元全体を通して評価していく。			①			
振り返り	保健の授業の課題として、内容に対する時数の少なさがあげられる。その中で、どれだけ、自分の生活を見直したり人の成長には個人差があったりすることを理解させられるかが重要だと感じた。養護教諭や外部の方と連携しながら、より自分の健康を身近に感じさせることが大事であると感じた。						

資料10 保健 自己評価シート

### 保健領域「運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活」

チェック

1 単元(題材)の構想を明確にもっている。	4
2 本時のねらいを明確にもっている。	3
3 授業の約束事や学習に向かう心構えを指導している。	3
4 子どもの「問い」や「思い・願い」を引き出し、学習課題を設定している。	3
5 子ども一人一人に追究・解決の計画や見通しをもたせている。	3
6 机間指導で子どもを見取り、適切に支援している。	3
7 ペア学習やグループ学習を取り入れる目的を明確にもっている。	4
8 本時のねらいに迫るように話し合いをコーディネートしている。	3
9 本時で学習したことを明確にし、振り返りを工夫している。	3
10 新たな学びに目を向けさせる終末になっている。	2
11 授業の流れが分かり、構造的な板書になっている。	3
12 吟味し精選された発問をしている。	3
13 ノート指導を継続的に行っている。	3
14 ICT機器の活用によって、児童が自己の課題を見だし、解決しようとなっている。	2
15 「運動が楽しい」と感じる授業展開、学び合いとなっている。	3

### 体育領域「高跳び」

自己分析(ピックアップして)

【10】健康になるためには、食事、睡眠、運動が必要であることは押さえることができたが、次に向けてどうしていくかというところでは、もっと工夫を出しても良かった。例えば、家庭との連携を図って自分手帳を活用する。

【14】ICT機器を活用することが保健の授業で本当に重要だったかと言われると、少し悩ましいところもある。紙ベースで学習しても同じであるように感じた。コーディネートとしてどんな工夫があるとICT利用がよりよくなるのかを今後考えていきたい。

## 総合的な考察 (授業スタンダード自己評価より)

項目	考察とアドバイス
単元の構想	題材のねらいが明確で、見通しをもった計画ができており、学習設計の基盤が安定しています。子どもの実態に合った単元構成が意識されていると評価できます。
本時のねらい	授業の焦点は明確ですが、ねらいを子どもに実感させる「問い」や活動設計の工夫がさらにあると良いでしょう。
学習への心構えの指導	安心・安全な学習環境の整備が行き届いています。子どもたちが落ち着いて活動に向かえる指導ができている証です。
子どもの問いを活かした課題設定	子どもの思いや気づきから学習課題をつくらうという意識が見られます。導入での「問い」の引き出し方を明確にするとさらに良くなります。
見通しをもたせた学習計画	見通しはある程度もたせられていますが、活動中に子どもが「どう動けばよいか」をつかむ工夫がさらにあると主体性が高まります。
机間指導と支援	最も評価が低かった項目です。子どもの様子を見取りながら、個別に声をかけたり動きをフィードバックする力を高める必要があります。タブレットの動画機能なども支援に活用可能です。
ペア・グループ学習の意図	協働的な学習を意図的に取り入れています。学習の「意味」や「役割分担」を明確にすることで、より深い学び合いが期待できます。
話し合い活動の工夫	話し合いを通して学びを深めようとする意図は見られますが、話し合いの「問い」や「焦点化」に課題が残ります。観点を決めた振り返りが有効です。
学習の振り返り	単なる「楽しかった」から一歩進んだ振り返りができるよう、「今日わかったこと・うまくいったこと・友達から学んだこと」などの視点を設定すると良いでしょう。

## 指導者としての評価・助言

## 総合評価：3 (概ね実践されている)

単元設計や協働的な学びにおいては、意図がはっきりしており安定感があります。

子どもの思考を深める「問いづくり」、\*\*個別の支援力(机間指導)\*\*については、今後の授業改善の重要な視点です。

タブレット端末等のICTを活用し、**動画による振り返り・ペアでのフィードバック**などを取り入れることで、指導と学びの質の両面を高めることができます。

## 次のステップに向けての提案

・ICTの導入：動画撮影→振り返り→アドバイスのやりとりで、協働的に技を高める場がつかれます。

・机間支援の強化：観察ポイント(例：空いている場所に動いているか、パスを呼んでいるか)を明確にし、観点をもちて声かけを。

## 【キャッチバレーボール 段階別評価】

## 十分満足できる姿 (A)

## 【知・技】

◎キャッチバレーボールの行い方について、友達に詳しく伝えたり学習カードに詳しく書いたりしている。また、ボールの行方をよく見て移動してキャッチしたり、スペースを意識してアタックして相手のコートに返したり、ボールを操作できる位置に体を移動するなど、ボールを持たないときの動きもできている。

## 【思・判・表】

◎運動が苦手な友達でも楽しくゲームに参加できるように、規則の工夫を自分事として考え、ボールを持っている人と持っていない人の役割をゲームの特性に応じて選び、根拠を明確にして作戦を立てたり、その考えを友達に詳しく伝えたりしている。

## 【主】

◎ゲームに意図的に取り組もうとし、規則を守って誰とでも仲よくしながら、進んで用具の準備や片付けを友達と協力して行い、勝敗を受け入れ、友達の考えを認め、場や用具の安全を確かめるよう努めている。

## 満足できる姿 (B)

## 【知・技】

◎キャッチバレーボールの行い方について、友達に伝えたり学習カードに書いたりしている。また、ボールをキャッチしたり、アタックして相手のコートに返したり、ボールを操作できる位置に体を移動するなど、ボールを持たないときの動きを意識している。

## 【思・判・表】

◎運動が苦手な友達でも楽しくゲームに参加できるように、規則の工夫を考え、ボールを持っている人と持っていない人の役割を選び、作戦を立てたり、その考えを友達に伝えたりしている。

## 【主】

◎ゲームに進んで取り組もうとし、規則を守って誰とでも仲よくしながら、用具の準備や片付けを友達と協力して行い、勝敗を受け入れ、場や用具の安全を確かめるよう努めている。

## 努力を要する姿 (C)

## 【知・技】

◎キャッチバレーボールの行い方について、よく理解できておらず、友達に伝えたり、学習カードに書いたりできていない。また、ボールをキャッチしたり、アタックして相手のコートに返したり、ボールを操作できる位置に体を移動するなど、ボールを持たないときの動きをしようとしていない。

## 【思・判・表】

◎運動が苦手な友達にも配慮したルールの工夫が見られず、ゲームに参加しづらい場面がある。また、ボールを持っている人と持っていない人の役割分担や作戦を十分に考えることができず、自分の考えを友達に伝える場面も少ない。

## 【主】

◎ゲームに対して積極的に取り組もうとする姿勢があまり見られず、ルールを守らなかったり、特定の友達としか関わろうとしない場面がある。また、用具の準備や片付けを進んで行う様子が少なく、勝敗にこだわりすぎて不満を表すことがあり、安全への配慮も十分ではない。

資料 1 3 AI (Chat GPT) による分析 (高跳び)

総合的な考察 (授業スタンダード自己評価より)		
項目	考察とアドバイス	指導者視点からの補足
全体傾向	授業の基本構成力、児童への配慮、ICT活用意欲は高い。	現代的で児童中心の授業を目指す姿勢を評価。
強み	<ul style="list-style-type: none"> <li>・単元構想、本時のねらい、授業の約束事の明確さ。</li> <li>・児童の見通し形成、ペア・グループ学習の目的意識。</li> <li>・話し合いのコーディネート、振り返りの工夫。</li> <li>・ノート指導、ICT活用、授業の楽しさ・学び合いも実現。</li> </ul>	安定した授業運営と、児童の主体性を引き出す工夫が見られる。ICT活用は特に先進的。
改善点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「問い」や「思い・願い」の引き出しと課題設定。</li> <li>・机間指導での見取りと適切な支援。</li> <li>・新たな学びに目を向けさせる終末。</li> <li>・吟味し、精選された発問。</li> </ul>	児童の自律的な学びを深めるための、より下の高い介入に伸びしろがある。
自己分析の深さ	「どうすれば高くとびこえられるか」という問いを心から思っていた児童の少なさを反省。	自身の内省が深く、改善点への具体的な意識が高い点を評価。

◎ 指導者としての評価・助言

**総合評価：3 (概ね実践されている)**

先生は、児童理解と教育実践への熱意に溢れる素晴らしい体育教師です。特に、ICTを効果的に活用し、児童が「楽しい」と感じながら学べる授業を創造されている点を高く評価します。今後の更なる授業改善に向けては、以下の点にご留意ください。

「問い」の深化：児童の「やってみたい」という意欲を「どうすればもっとできるだろう?」という具体的な「問い」に昇華させる仕掛けを一層工夫しましょう。動画分析や他者との比較を通して、児童自身が課題を言語化できるよう促す発問が有効です。

「見取り」の質向上：机間指導では、特定の児童（運動が苦手な子など）に焦点を当て、その動きや表情から何を求めているかをより深く見取る練習を。具体的にアドバイスが次の行動にどうつながるかを意識することで、支援の質が高まります。

✦ 次のステップに向けての提案

「問い」を引き出す発問データベースの作成：今回の授業では、児童が自ら課題を発見できるような、多様な問いかけの具体例を事前に準備し、その効果を検証しましょう。

ターゲットを絞った机間指導の実施：毎時間、重点的に見取る児童を数名設定し、その児童への声かけや支援を記録・振り返り、見取りの精度を高めましょう。

「学びの転移」を意識した終末設計：授業最後に「今日学んだことは、今後どんな時に役立ちそう?」といった問いかけを導入し、学びが日常生活に結びつくような機械を増やしましょう。

AI分析の統計と活用範囲の拡大：自己評価だけではなく、児童の振り返りシートの分析や新たな指導アイデアの生成など、AIを多角的に活用し、授業改善の質と公立を高めていくことを推奨します。

資料 1 4 AI (Chat GPT) による分析 (保健)

AI(Chat GPT)による分析評価	
<p>◎ 総合的な考察 (授業スタンダード自己評価より)</p> <p>本授業は、保健領域「運動、食事、休養および睡眠の調和のとれた生活」を題材とし、児童が自分の生活習慣を見直し、よりよく成長するための生活について考えることをねらいとしていた。単元構想や本時のねらいは明確で、学習の流れも計画的に組まれており、児童の実態を踏まえた内容であった点は高く評価できる。また、ペア・グループでの話し合いを通して、児童同士の協働的な学びも意図的に設定されており、「運動・食事・休養といった生活習慣をどう整えるか」という課題に対して、自分の生活と照らし合わせながら考える姿が見られた。ただし、終末の学習やICT活用については、やや形式的になっていた面もあり、「学びの活用」や「気付きの深まり」という観点で改善の余地がある。</p>	
<p>◎ 指導者としての評価・助言</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>単元構想</b>：全体の構成は明確で、目標に沿った授業が展開されており、児童の生活に根ざした実践であった。</li> <li>○ <b>協働的な学び</b>：グループ活動や意見交流の場が設定され、児童同士のつながりを意識した学び合いができていた点は良好。</li> <li>○ <b>振り返りの設計</b>：振り返りの活動は行われていたが、「今日学んだことをどう生活に生かすか」という展望をもたせるためには、観点を明確にした問いや視点の提示が有効。</li> </ul>	
<p>✦ 次のステップに向けての提案</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>児童の「問い」から始まる課題設定</b>：冒頭で「なぜ運動が必要か」「どうすれば元気に過ごせるか」など、児童の思いや違和感を出発点にすることで、より主体的な学びが生まれます。</li> <li>○ <b>ICT活用の目的を明確に</b>：たとえば、1日のスケジュール記録を振り返るだけでなく、「改善点の比較」「クラス全体の傾向の共有」「成果の可視化」ねらいを具体化することが必要です。</li> <li>○ <b>振り返りから次の行動へつなげる設計</b>：「今日の学びを、明日からの生活でどう生かすか」を考える時間を取り入れたり、家庭との連携（例：自分手帳自分チャレンジ記録など）を促すと、学びが生活の中に根づきやすくなります。</li> </ul>	

資料 1 5 AI (Chat GPT) による分析 (プロンプト)

このファイルは、福島県授業スタンダードのチェックリストをもとに自分の授業を振り返ったものです。質問項目に対して、1～4（1ができていない）で評価をしました。

あなたは、小学校の体育の教師を指導する優れた指導者です。考察をしたうえで、評価をしてください。

資料16 引用・参考文献

- 文部科学省（2017）  
『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 体育編』  
文部科学省
  
- 文部科学省（2017）  
『中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保健体育編』  
文部科学省
  
- 文部科学省（2018）  
『高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説 保健体育編 体育編』  
文部科学省
  
- 文部科学省 国立教育政策研究所 教育課程研究センター（2020）  
『「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 体育』  
文部科学省
  
- 岡出美則・上田誠治（2017）  
『平成29年版小学校新学習指導要領ポイント総整理 体育』  
株式会社 東洋館出版社
  
- 岡野昇・佐藤学（2015）  
『体育における「学びの共同体」の実践と探究』  
株式会社 大修館書店
  
- 佐藤学（2021）  
『学びの共同体の創造—探究と協同へ—』  
株式会社 小学館
  
- 岡野昇・佐藤学（2019）  
『小学校体育12ヶ月の学びのデザイン「学びのこよみ」の活用と展開』  
株式会社 大修館書店
  
- 文部科学省教育課程課・幼児教育課（2020、2021、2022、2023、2024）  
月刊雑誌『初等教育資料』  
株式会社 東洋館出版社
  
- 株式会社 大修館書店（2019、2020、2021、2022、2023、2024）  
月刊雑誌『体育科教育』  
株式会社 大修館書店

- 「ふくしまの『授業スタンダード』」  
福島県教育委員会
- 福島県児童生徒の健康、体力・運動能力の現状  
福島県教育委員会 健康教育課 HP
  
- 中央教育審議会（2021）  
「『令和の日本型学校教育』の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現～（答申）」
  
- 令和4年度、6年度 福島県教職員論文 若松実践
  
- 高田彬成、森良一、細越淳二  
『これからの体育科教育はどうあるべきか』  
株式会社 東洋館出版社
  
- OECD（2019）  
『Making Physical Education Dynamic and Inclusive for 2030,International Curriculum  
Analysis,OECD Future of Education 2030,OECD Publishing,Paris. 』