

1 研究主題

児童一人一人が問いをもち、仲間との関係を深める体育学習の在り方  
～ウェルビーイングの観点からみたマット運動の学習を通して～

- ウェルビーイングの観点とは  
本小体連では、小学校体育科におけるウェルビーイングを「子どもたちが心も体も健やかに育つことを大切にする考え方」とし、身体的側面、精神的側面、社会的側面の3つの側面を「ひなたの学び」にあわせて研究を進めた。

2 ウェルビーイングの3つの側面と向上させたい力及びマット運動における効果

側面	向上させたい力	マット運動における効果 「ひ」一人一人が問いをもち 「な」仲間となって学び合い 「た」高めよう深く考える力
身体的	健康と運動能力	○ 体幹の強化とバランス感覚 「ひ」 前転や倒立で体幹を使い、体の安定性が高まる。 ○ 柔軟性と運動能力の発達 「ひ」 回転や倒立の動きで柔軟性が向上し身体を思い通りに動かす感覚が身に付く。
精神的	自信と心の成長	○ 達成感と自己肯定感の向上 「ひ」、「た」 自らが課題とした技ができるようになることで達成感を味わい自信につながる。 ○ 集中力と探究心 「ひ」、「た」 技の練習に没頭することで集中力が養われ、「どうすればうまくいくか」を考える力が付く。
社会的	協調性とコミュニケーション能力	○ 他者との協調性 「な」 補助やアドバイスを通じて、仲間と助け合う姿勢が育まれる。 ○ 連帯感と相互理解 「な」 仲間と喜びや達成感を共有することで良好な人間関係を築く基礎ができる。

3 研究の仮説

児童が「問い」をもち、仲間と「協働」し、認め合える環境を整えることで、児童が主体的に学び、仲間との関係を深める体育学習が実現するのではないか。

4 研究内容

(1) 問いを生み出す「見方・考え方」を育てる

○ 課題を共有する	授業の初めに、教師側が「今日はどんなことができるようになりたい？」といった問いを投げかけ、児童が自分なりの目標や課題を見付けられるように促す。
○ ICT を活用して振り返る	自分の動きや仲間の動きを動画で撮影し、それを見ながら「どこを直せばいいか」「どうやったらうまくできるか」といった改善点を見付けさせる。視覚的に振り返ることで、より具体的な問いが生まれる。
○ 多くの視点を取り入れる	前転(例)では、「頭のつき方」「手をつく位置」「お尻の高さ」など、さまざまな要素を提示する。これにより、児童は一つの事象を多様な視点から分析する力を身に付けられる。

(2) 仲間と「協働」する場をつくる

○ グループで解決する	教師側が用意した課題ではなく、児童が立てた「どうすればきれいに前転ができるのか?」といった問いに対して、グループで解決策を話し合わせる。学び合う過程で、自然とコミュニケーションが生まれる。
○ 役割を分担する	「記録係」「ビデオ係」「補助係」といったように、グループの中で役割を分担させることで、運動が得意ではない児童も集団の中での自分の存在価値を感じることができる。
○ 「学び合い」を促す	「学び合い」時間を設ける。ただし、一方的に「教えてあげる」のではなく、言葉や動きを交えてともに考えることで、「教えて?」と言いやすい雰囲気醸成される。

(3) 個々の「挑戦」を認め、見守る

○ 「できたこと」を認める	結果だけでなく、その過程での努力や工夫を具体的に褒める。一人ひとりの挑戦を言葉にして伝える。
○ 「失敗」を学びの機会と捉える	失敗から学ぶことの価値を伝えることで、児童は挑戦することへの不安が減る。そうすることで、児童にとって体育の時間が「体を動かす場」から「仲間との関係を深める場」へと変わっていく。

## 5 授業研究会

令和7年11月18日(火)に授業実践を行い、研究仮説の検証を行った。

領域	単元名	学年	授業者
B 器械運動	マット運動	3, 4年生(複式)	三納小中学校 緒方 祐樹 教諭

本時は5/8時間目の「後転・開脚後転」の授業を行った。児童が動画を活用して技のポイントを確認し、自分の動きと比べながら意識すべき点を明確にすること、また、「学び合いの時間」の際にはそのポイントを意識して互いに助言し合い、技の完成度を高めることをねらいとして指導を行った。

授業はタブレットを活用し、自分の技を動画で撮影したり、友達からのアドバイスをもらったりしながら課題を確認し、それをピラミッドチャートに記入していく。授業前に作成したピラミッドチャートに書かれた課題を「学び合いの時間」にチームの友達と共有しながら解決していくといった過程を繰り返した。



[タブレット(ピラミッドチャート)を使って課題を確認]



[児童が作成したピラミッドチャート]



[それぞれの課題を確認しながらの学び合い]



【後転や開脚後転をやってみての振り返り】  
よかったところやできるようになったこと。

前までは開脚後転をして足が曲がりたりうまくできなかったけど、今回は足があまり曲がらずに立てる用になった。

グループのメンバーのよかったところ  
それぞれのメンバーの良いところ、悪いところを話してそれみんながうまくなっていくからいいと思った

[児童の振り返り]

## 6 研究の成果と課題

### ○ 成果

- ・ 児童が、自分の課題を宣言して技に臨んだことで、それを見取るチームのメンバーだけでなく、自分自身もどこに気を付ければよいのかを再確認することができた。
- ・ 全員が自分の技を動画に記録しておくことで、課題を確認する場面で複数の目で同時に確認しながら話し合うことができた。
- ・ 技を見る場所を変える(マットの前後左右)ことでそれぞれの視点で見ることができるので、技を行う側も見取る側も知識として定着することが期待できる。

### ● 課題

- ・ ICT活用の場面を教師側で指定していたので、途中の試技の段階で動画をとることができなかった。そのチームの実態に応じて随時使用できるようにすれば、学び合いの中で技のポイントについて話しやすくなるのではないかな。
- ・ 固定した場での練習だけでなく、個別練習の場を設けることで、グループを離れて同じ課題をもった児童が課題を共有して取り組むことができるのではないかな。