令和４年度

長期研修講座研究報告詳細版

運動有能感を高める体つくりの運動遊び

―受容感に着目した肯定的な関わり合いを築く活動を通して―

運動に意欲的に取り組む児童

運動有能感の向上

受容感

肯定的な関わり合いを築く活動

応援する

励ます

褒める

神奈川県立総合教育センター

体育指導センター　長期研究員

二宮町立二宮小学校　生沼　美紗樹

目　次

第１章　研究を進めるに当たって

１　研究主題・・・

第１章　研究を進めるに当たって

１　研究主題

運動有能感を高める体つくりの運動遊び
―受容感に着目した肯定的な関わり合いを築く活動を通して―

２　はじめに

平成28年に中央教育審議会より示された、「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（答申）」（以下、「中教審答申」という）では、体育科、保健体育科における改訂前の学習指導要領の課題として、「運動する子供とそうでない子供の二極化傾向が見られること」（中央教育審議会　2016　p.186）が示されている。また、「令和３年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書」（以下、「調査報告書」という）では、運動が好きと回答した児童生徒の割合は、令和元年度より減少していることが示されている（スポーツ庁　2021　p.9）。

一方これまでの自身の体育の授業実践を振り返ると、運動に夢中になって取り組んでいる児童がいる中、体育館や校庭の隅で傍観しているだけの児童がいたり、「失敗するのが嫌」と言って運動したがらない児童がいたりするなど、低学年の段階から既に「中教審答申」や「調査報告書」での指摘と同様の状況があった。また、運動中に失敗したことで友達から怒鳴られたりパスを回されなかったりするなど、友達から否定的な関わり方をされたことで運動に意欲的に取り組もうとしない児童もいた。その原因としては、「誰とでも仲よく運動する」といった「小学校学習指導要領（平成29年告示）」に示されている友達同士の人間関係について、筆者の指導が十分でなかったことが考えられる。

このような状況から、体育の授業でいかに低学年の時期から運動の楽しさを味わうことができるようにし、運動への愛好的な態度を育て、運動好きにするかが課題となっている。

岡沢は、児童が意欲的に運動に取り組むためには、「身体的有能さの認知」、「統制感」、「受容感」の三つで構成されている運動有能感を高めることが運動意欲に大きな影響を与えると述べている（岡沢　1996　pp.146-148）。また、荒川は「自信をもてず、進んで運動できない子どもに必要なのは、体育学習を通して、『できた』という自分自身の成長を実感することとともに、周りの友だちから『ナイスプレー・おしい・ドンマイ』など、自分のプレーを認められることだ」（荒川　2012　p.2）と述べている。さらに、瀬尾は「児童が体育授業に楽しく主体的に取り組み、さらには運動やスポーツへの興味や関心を持つための方策として、受容感を高める授業づくりが必要である」（瀬尾　2020　p.57）と述べている。

このように、運動有能感を高める上で、友達から褒められる、認められるなどの経験を通して受容感を高めることは、運動能力や技能の程度に関わらず児童の運動意欲を高めることに有効であると考えられることから、前述の自身の授業の実態を踏まえ、本研究では特に受容感に着目した。

今回の研究で取り扱う低学年の「体つくりの運動遊び」は、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことをねらいとしていることから、技能の優劣や勝敗へのこだわりから発生する否定的な関わり合いを減らし、荒川が述べる「仲間とのコミュニケーションを図り、互いに認め合える集団づくり」（荒川　2012　p.6）を実現するのにふさわしい内容であると考える。また、運動している友達を応援する、励ます、褒めるなどの声かけをすることにより友達との肯定的な関わり合いを築くことができ、児童の受容感を高め、そのことが運動有能感を高めることに有効であると考える。

３　研究の目的

小学校第２学年の「体つくりの運動遊び」において、友達同士の肯定的な関わり合いを築く活動が、受容感を高め、そのことが運動有能感を高めることに有効であることを明らかにする。

４　研究の仮説

小学校第２学年の「体つくりの運動遊び」において、友達同士の肯定的な関わり合いを築く活動を行うことで、児童の受容感を高め、そのことが運動有能感を高めることに有効であるだろう。

５　研究の方法

（１）理論の研究

本研究を進めるにあたって、理論的裏付けを得るために、文献・資料を基に理論研究を行い、仮説を設定する。

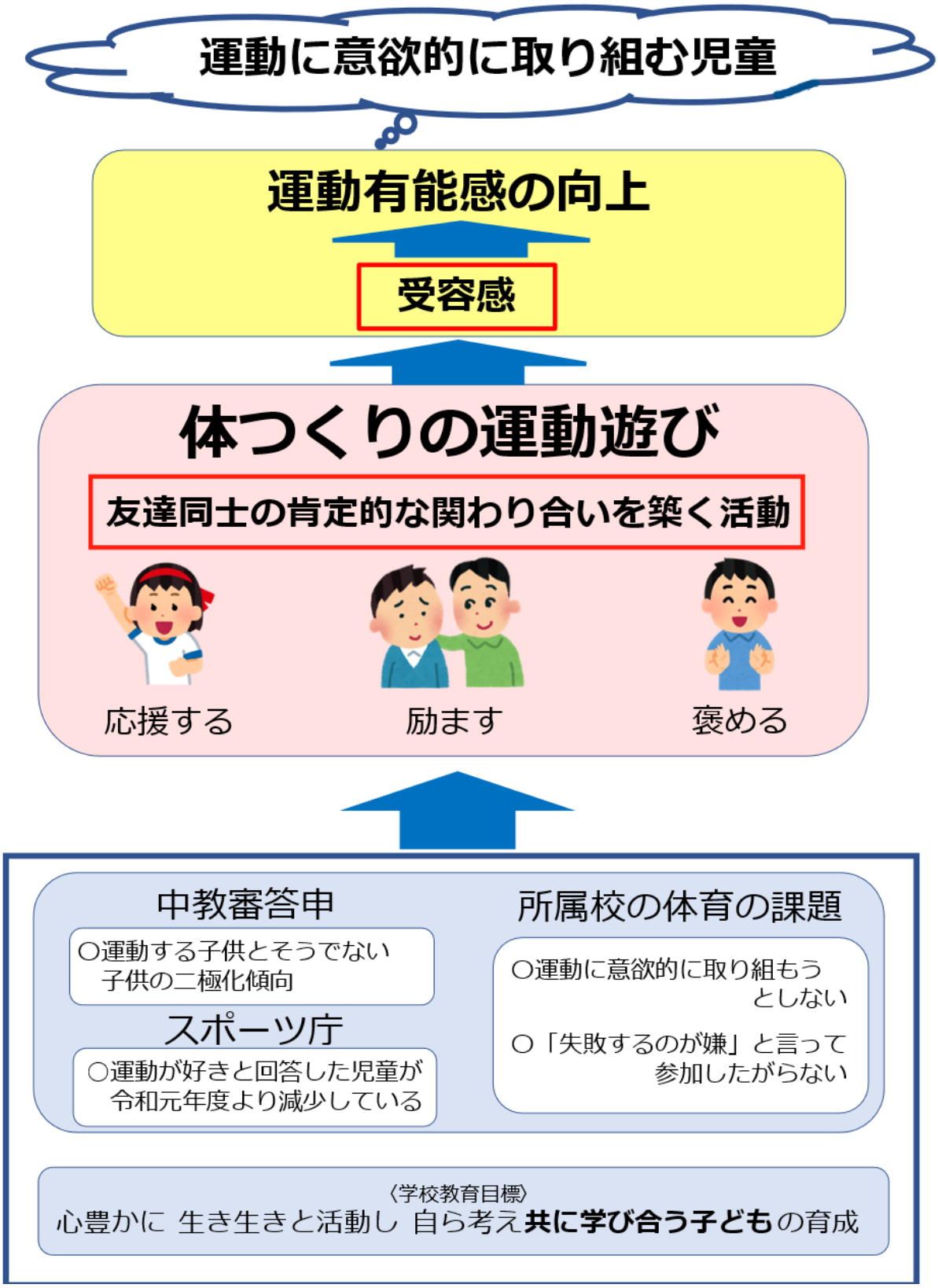
（２）授業の実践

理論研究を踏まえた学習指導計画による授業実践を行う。研究の仮説の有効性を検証するとともに、授業実践における成果と課題を明らかにする。

（３）研究のまとめ

理論研究と仮説検証の結果を基に、研究のまとめを行う。

６　研究の構想図


運動に意欲的に取り組む児童
運動有能感の向上
受容感
体つくりの運動遊び
友達同士の肯定的な関わり合いを築く活動
応援する
励ます
褒める
中教審答申
○運動する子供とそうでない子供の二極化傾向
スポーツ庁
○運動が好きと回答した児童が令和元年度より減少している
所属校の体育の課題
○運動に意欲的に取り組もうとしない
○「失敗するのが嫌」と言って参加したがらない
〈学校教育目標〉
心豊かに 生き生きと活動し 自ら考え共に学び合う子どもの育成

第２章　理論の研究

１　運動する子どもとそうでない子どもの実態と課題

（１）現代の子どもの実態と課題

「中教審答申」では、体育科、保健体育科における改訂前の学習指導要領の課題として、「運動する子供とそうでない子供の二極化傾向が見られること」（中央教育審議会　2016 p. 186）が挙げられている。また、スポーツ庁の「調査報告書」には、図１と図２のように男女ともに「運動やスポーツをすることは好きですか」の質問に対して「好き」と答える児童が減少傾向にあることが示されている（スポーツ庁　2021　p. 9）。

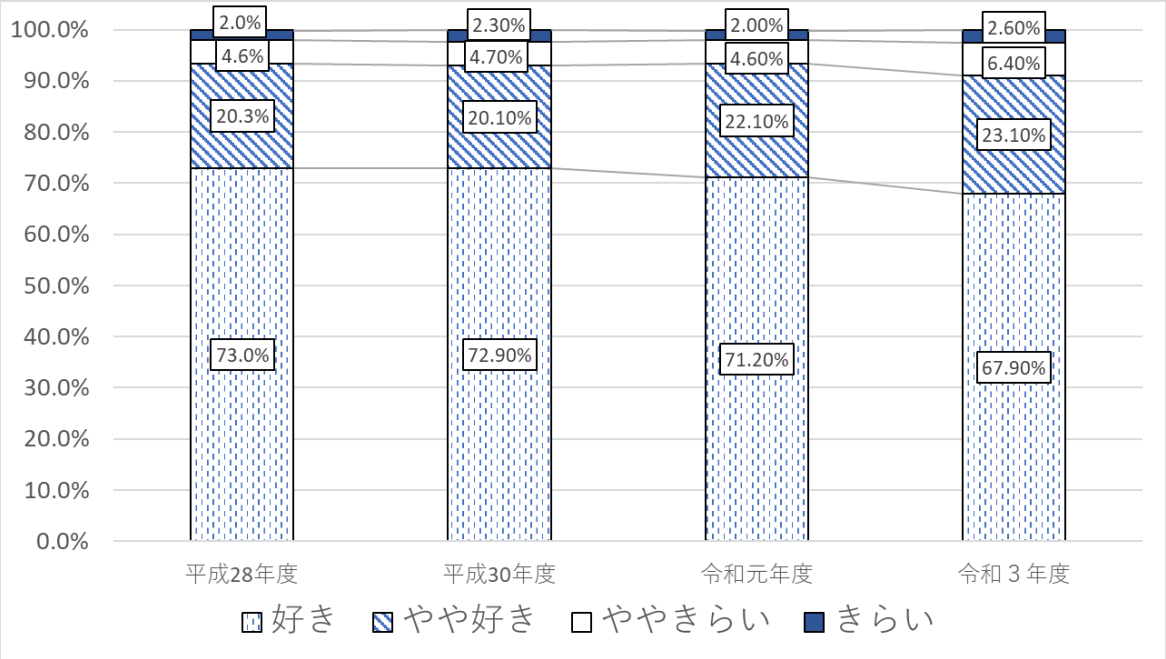


図１　運動やスポーツをすることは好きですか　男子（スポーツ庁　2021　p. 26）

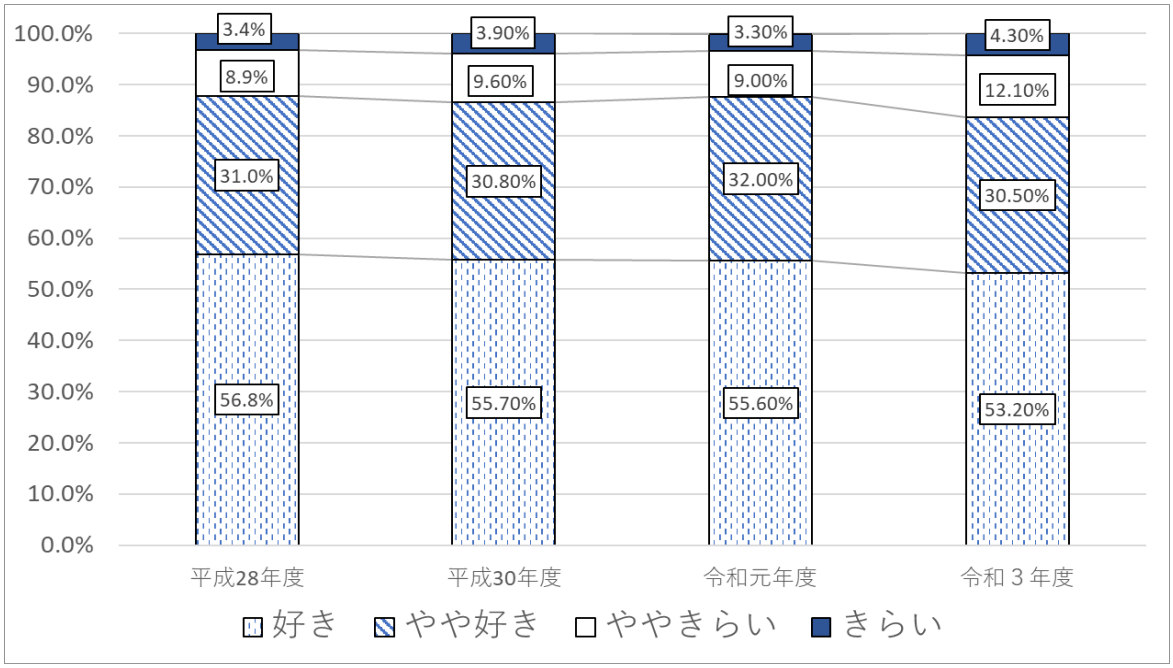


図２　運動やスポーツをすることは好きですか　女子（スポーツ庁　2021　p. 26）

また、「調査報告書」では子どもの体力が低下していることが示され、その主な要因として次の三つが挙げられている。一つ目は、運動時間の減少である。小学校中学校男女ともに１週間の総運動時間が420分以上の割合が減少していること。二つ目は、学習以外のスクリーンタイム（平日１日当たりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機等による映像の視聴時間）の増加である。１日に２時間以上と回答している割合が小学校中学校男女ともに５割を超えている。三つ目は、肥満傾向のある児童生徒の増加である。これら三つに加えて新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、学校の活動が制限され、体育の授業以外での体力向上の取組が減少したことなどで、さらに拍車がかかったと示されている。一方で、このような状況であっても運動に対して関心が高い児童生徒は、新型コロナウイルス感染症の影響前に比べて運動する時間が増えていることが報告されており（スポーツ庁　2021 p. 8)、運動に対しての関心を高めることが運動時間の増加に有効であると考える。このように子どもたちの運動の二極化傾向や体力低下の問題を解決するためには、運動に意欲的に取り組む子どもを一人でも増やすことが課題である。

（２）二宮小学校の子どもの実態と課題

研究対象で自身の所属校である二宮小学校の第２学年（児童81名）に普段の運動への取組や運動の好き嫌いとその理由についてアンケート（７月20日）を実施した。

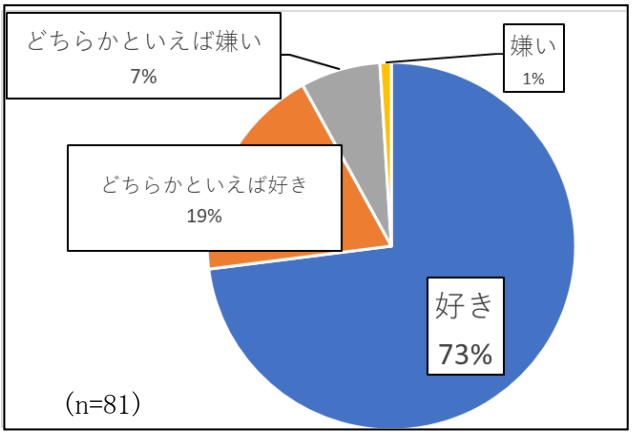


図３　体を使って遊ぶことが好きですか

表１　好き・どちらかといえば好きな理由（自由記述）

理由	人数
走るのが好きだから	12 人
友達と運動できるから	10 人
ドッジボールが好きだから	10 人
運動が好き	8 人
気分がよくなる	4 人
鍛えられるから	2 人
その他	10 人

図３は、「体を使って遊ぶことが好きですか」の質問に対する回答の割合である。73%が「好き」、19%が「どちらかといえば好き」と答え、その理由として、表１にあるように、「走るのが好きだから」「友達と運動できるから」という理由が多かった。「どちらかといえば嫌い」（７%）「嫌い」（１%）と答えた児童４人の理由は、「汗をかくのが嫌だから」「運動が苦手だから」「けがをするのが怖いから」「疲れるから」という理由であった。これは、前述の「調査報告書」の調査結果の総括に記載されている「運動やスポーツをすることが好きな理由・嫌いな理由」の上位３位の理由と類似した結果であった（スポーツ庁 2021　p. 9)。

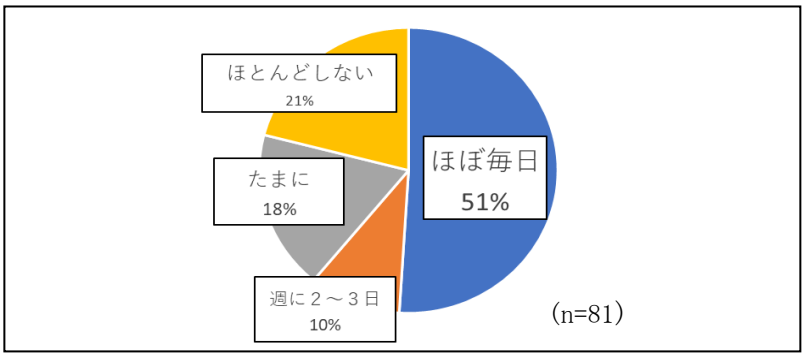


図４　休み時間に、おに遊びやボール遊び、遊具遊びなど、外で体を動かす遊びをどのくらいしていますか

図４は、休み時間に外で体を動かす遊びをどのくらいしているかの運動頻度についての質問に対する回答の割合である。「ほぼ毎日」遊んでいる児童が全体の半分（51%）ほどであることが分かる。さらに図３の「体を使って遊ぶことが好きですか」と図４の「休み時間に外で体を動かす遊びをどのくらいしていますか」の結果をクロス集計（図５）してみると、体を動かすことが「好き」「どちらかといえば好き」と答えた児童（92%）でも運動頻度は「たまに」、「ほとんどしない」と回答した児童の合計は34%となっている。表２は「休み時間に外で体を動かす遊びをしない理由」である。休み時間に外で体を動かす遊びをしない理由としては、「暑いから」という記述が多く、涼しい教室で遊びたいという回答もいくつかあり、アンケートの時期が７月で、気温が運動意欲に関係していたものと思われる。表３は、「休み時間に外で体を動かす遊びをする理由」である。おにごっこは友達と一緒に行う遊びであるため、「友達と一緒に遊べる」という理由と合わせると、友達と集団で遊ぶことが、運動の楽しさや意欲に大きく関わっていると考える。

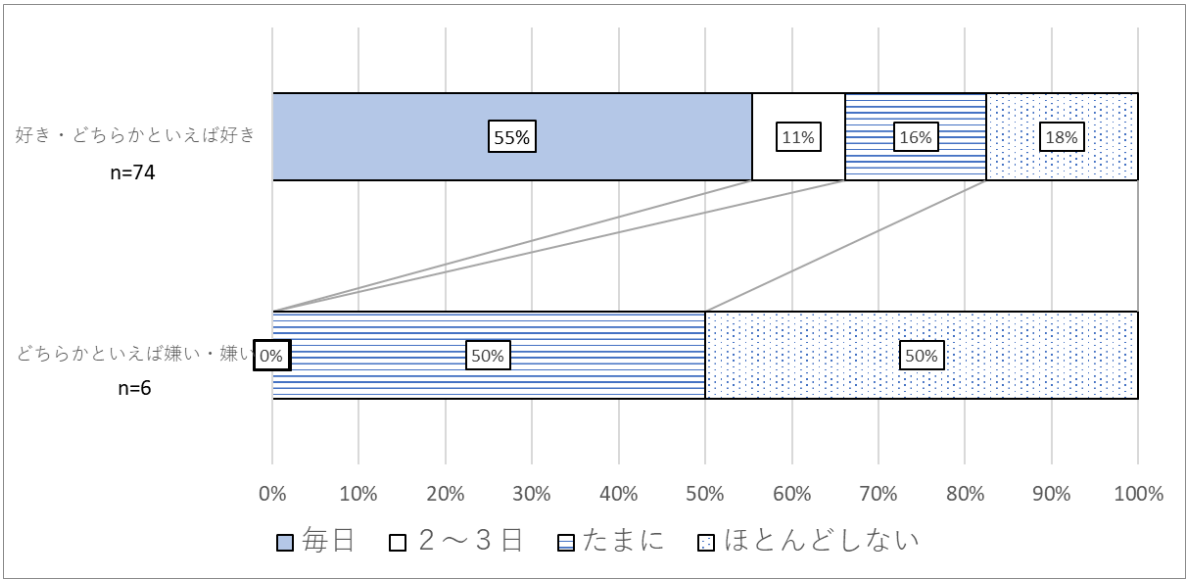


図５　体を使って遊ぶことが好きですか（タテ軸）　×　休み時間に体を動かす遊びをどのくらいしていますか（ヨコ軸）

表２　休み時間に外で体を動かす遊びをしない理由（自由記述）

理由	人数
暑い	10 人
教室の方が楽しい	6 人
けがをする	2 人
その他	8 人

表３　休み時間に外で体を動かす遊びをする理由（自由記述）

理由	人数
楽しい	9 人
友達と一緒に遊べる	9 人
おにごっこが好き	9 人
体を動かす遊びが好き	2 人
その他	13 人

図６は「学校以外で、友達と外で体を動かす遊びをどのくらいしていますか」の質問に対する回答の割合である。「ほぼ毎日」、「週に２～３日」を合わせても43%である。図７は図３の「体を使って遊ぶことが好きですか」と、図６の「学校以外で体を動かす遊びの頻度」とのクロス集計の結果である。体を動かすことが「好き」「どちらかといえば好き」と答えている児童（92%）でも、「毎日」「週に２～３日」を合わせてもおおよそ半分（51%）の児童しか外で遊んでいないことが分かる。表４は図６の「学校以外で体を動かす遊びの頻度」が「たまに」「ほとんどしない」児童（57%）の外で遊ばない理由である。習い事や新型コロナウイルス感染症の影響で遊びたくても遊ぶことができない状況にあることが分かる。しかし、ゲームをしたり動画を見たりするスクリーンタイムのために家にいたいという理由もあることから「調査報告書」で示されている運動時間の減少やスクリーンタイムの増加などと同様の状況がある。

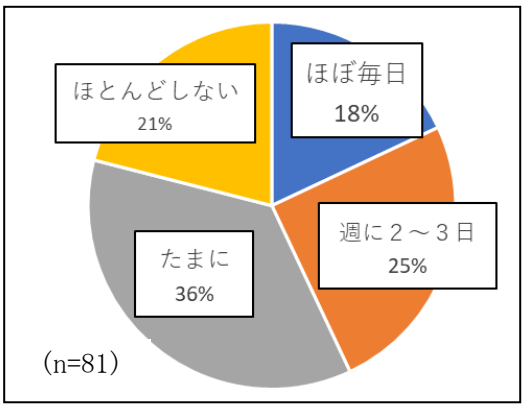


図６　学校以外で、友達と外で体を動かす遊びをどのくらいしていますか

表４　学校以外で体を動かす遊びの頻度が「たまに」・「ほとんどしない」の理由（自由記述）

理由	人数
家で遊びたい	9 人
習い事がある	8 人
感染対策	3 人
友達と会わない	2 人
家の近くに友達がいない	2 人
暑い	2 人
その他	11 人

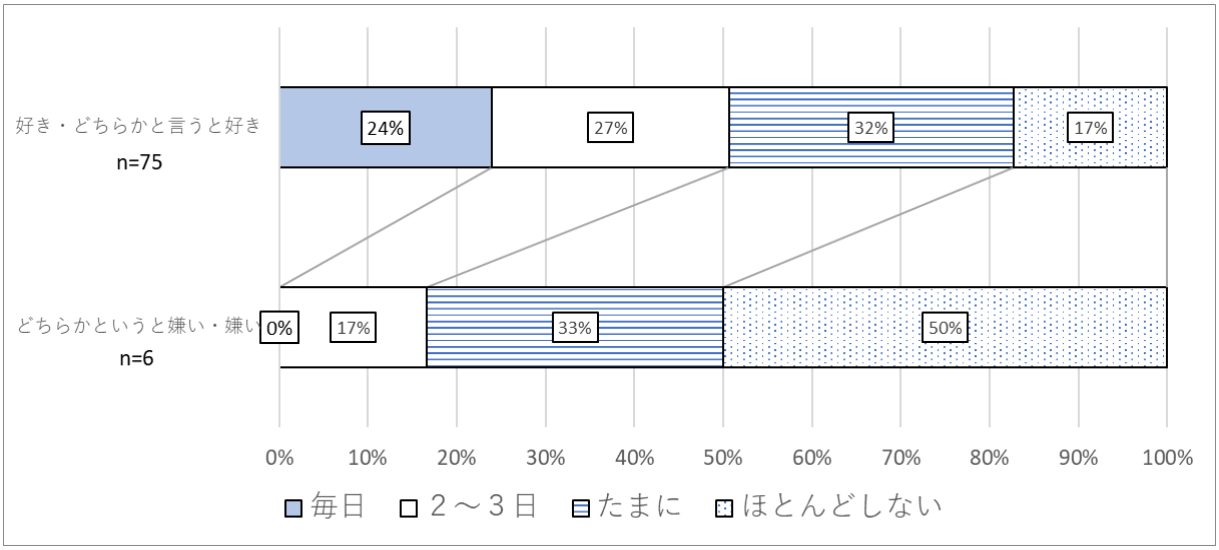


図７　体を使って遊ぶことが好きですか（タテ軸）×
学校以外で、友達と外で体を動かす遊びをどのくらいしてますか（ヨコ軸）

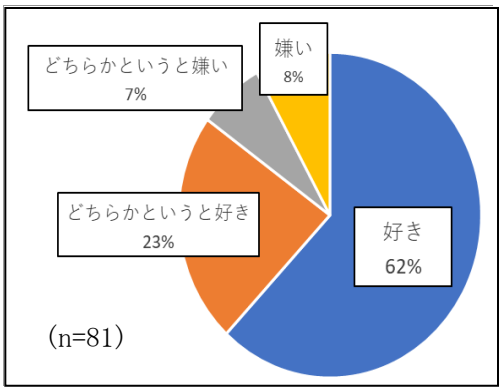


図８　体育は好きですか

図８は、「体育は好きですか」の質問に対する回答の割合である。「どちらかというと嫌い」、「嫌い」を合わせて15％であった。表５から表８は、体育の好き、嫌いがどのようなときにそう思うのかを示したものである。体育が好きな児童も嫌いな児童も体育をして、楽しいとき、嫌だと思うときの第１位にドッジボールが入っている。ドッジボールと答えた理由として、運動が得意な児童は、当てることが楽しいからと記述しており、苦手な児童は、当てられて痛い思いをしたり、ボールに触れることができなかったりするからと記述している。また、体育が「好き」「どちらかというと好き」と回答している児童が体育を楽しいと思うときの２位には、「友達と一緒に運動する」、嫌だなと思うときの２位には「ルールを守らない友達がいる」を挙げており、どちらも友達との肯定的な関わり合いを築くことが運動の意欲を高めることにつながるものと考えられる。

表９は、「どんな体育ならみんなが楽しくできると思いますか」の質問に対する回答である。「仲よくできる」（12人）「みんなができる運動」（５人）というように友達との関わりや運動の難易度について記述しており、友達と仲良くすることや運動が苦手な児童でも楽しめる運動を望んでいることが伺える。

以上のことから、二宮小学校の児童においても「中教審答申」や「調査報告書」が示す、「運動する子供とそうでない子供の二極化傾向」や運動が好きではない子どもが多いなどの状況が見られる。そのため、友達と仲良く関わり合いながら苦手な児童も楽しめる運動を通して、運動に意欲的に取り組む児童を増やすことが課題であると考える。

表５　体育が好き・どちらかというと好き×体育をしていて楽しいと思うとき（自由記述）

理由	人数
ドッジボール	31 人
鉄棒	7 人
うまくできたとき	7 人
友達と一緒に運動する	7 人
おにごっこ	4 人
跳び箱	3 人
ゲームで勝ったとき	2 人
走るとき	2 人
その他	4 人

表６　体育が好き・どちらかというと好き×体育をしていて嫌だなと思うとき（自由記述）

理由	人数
ドッジボール	8 人
できない	4 人
鉄棒	4 人
ルールを守らない	4 人
準備体操・準備運動	3 人
けがをしたとき	2 人
その他	6 人

表７　体育が嫌い・どちらかというと嫌い×体育をしていて楽しいと思うとき（自由記述）

理由	人数
ドッジボール	3 人
鉄棒	2 人
その他	6 人

表８　体育が嫌い・どちらかというと嫌い×体育をしていて嫌だなと思うとき（自由記述）

理由	人数
ドッジボール	3 人
できないとき	2 人
その他	6 人

表９　どんな体育ならみんなが楽しくできると思いますか（自由記述）

理由	人数
好きな種目ができる	21 人
仲よくできる	12 人
ドッジボール	9 人
ルールを守る	5 人
みんなができる運動	5 人

２　運動有能感と受容感について

（１）運動有能感について

岡澤は、運動有能感を高めることが児童の運動意欲に大きな影響を与えると述べている（岡沢　1996　pp. 146-148）。

運動有能感とは、運動ができるという自信、努力すれば運動ができるようになるという自信、周りの人に受け入れられているという自信である（岡沢ら　1996 pp. 147-148）。岡沢らは「身体の有能感尺度」を用いて、身体的有能感の測定を行ってきたが、体育の授業において、身体的有能感だけを測定するのでは、運動能力や技能の低い子どもが自ら進んで運動するように動機付ける方法を検証することが困難であると考えた（岡沢ら　1996 p. 147）。

そこで、岡沢らは、運動有能感を三つの項目で構成することとした。一つ目は運動能力や運動技能に対する認知である「身体的有能さの認知」で、運動ができるという自信を持っているというものである。二つ目は練習や努力をすれば運動ができるようになるという認知である「統制感」で、始めはできなくても練習をすることによってできるようになるという自信を持っているというものである。三つ目は、運動をする場面で教員や友達から受け入れられているという認知である「受容感」で、グループ活動やチームで試合をするときに自分は必要とされているという自信や、「ここにいてもいい」と思える自信を持っているというものである（岡沢　1996 pp. 147-148）。

これらのことから、今回の研究では、運動能力や技能の程度に関わらず高めることができると考えられる受容感に着目した。

（２）受容感について

ア　受容感と肯定的な関わり合い

岡澤らは、受容感に関して、「運動の得意な子が苦手な子どもに積極的に関わっていき、教え合ったり励まし合ったりする場面が数多くみられた。子どもの感想の中に、『相手チームの良かった所や直した方がいい所を言って、相手チームから自分たちのよい所や直した方がいい所を言ってもらってとても上手にできました』、『私は、Ｔ君のボックスの動きで足がとても上がっていて感動して、私もＴ君にまけないくらいがんばってしました』などがあり、チーム内で教え合いや励まし合いが十分行われていたことが理解できる」（岡澤 1999）と述べており、受容感を高めるためには、児童の関わり合いが大切であることを示唆している。

また、荒川は、チームの雰囲気を良くしながら、安心して思いきりプレーできるバスケットボールを通して児童の運動意欲を高める研究において、「自信をもてず、進んで運動できない子どもに必要なのは、体育学習を通して、『できた』という自分自身の成長を実感することとともに、周りの友だちから『ナイスプレー・おしい・ドンマイ』など、自分のプレーを認められること」だと考えた。そして、意図的にコミュニケーションを取りやすい時間を作ったり、「ハイタッチ」のような言葉を伴わないコミュニケーションを取り入れたりすることによって児童が喜びを共有したり、互いに認め合ったり励まし合ったりしながら雰囲気を良くしていった結果、運動に対する積極性が生まれ意欲が高まっていくことを明らかにした（荒川　2012 p. 2）。

これらのことから、岡澤や荒川が示すような友達同士の肯定的な関わり合いを授業で取り入れることによって受容感を高めることができると考える。

イ　子どもの意欲について

園原らは学童期の子どもの意欲について、自らの研究における授業の感想として「子

どもは困難な課題に直面した時でも、なおかつ、自分で自分を鼓舞しつづけるほど強い自我を持ち合わせていない。教師のはげましや、友だちの応援、あるいは仲間との競争心等によって、辛うじて目標に到達し、達成の喜びをかみしめることも多い。逆にまた、教師の無責任な一言や、仲間の嘲笑が意欲を喪失させ、抜きがたい劣等感が形成されていくのも学童期の特色である」(園原ら　1979）と述べている。このことからも、「はじめに」(p.1）で述べたような、ゲームでは得意な児童がボールをうまくキャッチできない友達にパスをしなかったり、失敗した友達に怒鳴ったりするような否定的な関わり方をしてしまう状況が、運動に対する意欲を喪失させる原因になっていると考える。また、滝沢は発達段階の中の児童期について、児童が様々な事柄に取り組むことができるのは、大人からの援助や励ましがあるからであり、教員が児童に対して温かい声をかけることが児童の積極性を生み出すとAusubel（1956）の文を引用している（滝沢　1979)。

このことから、教員が率先して児童に声をかけることで友達への声かけの手本となり、低学年の児童でも教員と同じように友達に声かけをすることができるようになると考える。

ウ　子どもの仲間関係について

大山は、Asher & Paraker(1989)の論文から「仲間関係や友人関係には次の７つの機能があると指摘している。①子どものソーシャルスキル(social skills)や社会的コンピテンス(social competence)の発達を促進する。②自分の思考・感情・価値についての妥当性確認と情緒的・精神的な自我サポート源として子どもの自尊心や自己価値観を支える。③不安や脅威を感じる場面では,情緒的な安全保障としての役割を果たし,子どもの自信,勇気,希望,チャレンジ精神を引き出す。④考え,気持ち,活動などを共有する体験と助けあいを通して,相互理解や相互尊重,親密な自己開示と信頼感,友情,思いやりを育てる。⑤建設的な批判や忠告を与えたり,社会的ルールや遊び方を教えたり,カウンセラーやモデルとなって,さまなざなガイダンスと援助を提供してくれる。⑥信頼できる友だちとの関係は誠実さ,責任感などを養い,仲間との連帯感を強める。⑦友だちと一緒に遊んだり会話する経験を通して,子どもは友だちづきあいの楽しさ,興奮,満足感を体験する」（大山　2012）と引用している。

このようなことから友達と関わり合いながら活動する機会を増やすことで、自分に対する自信や挑戦しようと思える気持ち、物事に取り組むことの楽しさなどに気付かせることができるものと考える。

３　体つくり運動について

（１）体つくり運動について

『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説体育編』(以下、『解説』という）では、「体つくり運動系は,体を動かす楽しさや心地よさを味わい運動好きになるとともに,心と体との関係に気付いたり,仲間と交流したりすることや,様々な基本的な体の動きを身に付けたり,体の動きを高めたりして,体力を高めるために行われる運動である」（文科省　2017 p.25）と示している。友達と関わりながら運動し、基本的な動きを身に付けることでボール運動や表現運動など様々な運動領域に対しての興味関心も高めることが期待できると考える。また、清田は、「体つくり運動は、その特性として、固有の運動形式がなく、定型の運動様式がないため、指導者の自由な発想で、児童生徒の実態に応じた授業を工夫できるという良さがあります」(清田　2020）と述べている。

これらのことから、児童の実態に応じて授業を工夫できるという点から、児童の実態を

調査し、その結果をもとに、創意工夫した授業をつくることができるものと考える。

（２）体つくりの運動遊びと受容感について

体つくり運動系は、低学年では、「体つくりの運動遊び」として、「体ほぐしの運動遊び」と「多様な動きをつくる運動遊び」で構成されている。須甲は、体つくりの運動遊びは、「幼児期の運動遊びの延長として、体育授業の中でその要素を取り入れ、児童が易しい運動に出会うことや体を動かす楽しさや心地よさを味わうことを重視する」（須甲 2020）と述べている。このことから「体つくりの運動遊び」は、運動が苦手で意欲的に取り組むことができない児童でも「やってみたい」と思えるような運動に出会う機会になるものと考える。

「体ほぐしの運動遊び」について、『解説』では、「手軽な運動遊びを行い,体を動かす楽しさや心地よさを味わうことを通して,自己の心と体の変化に気付いたり,みんなで関わり合ったりすること」（文科省　2017　p.39）と示している。また、村田は「互いの体の触れ合い・関わり合いが、他者に心を開き、『ここにいていいんだよ』という安心感を持たせる契機となるのである」（村田　2000）と述べている。このように体ほぐしの運動遊びは、友達と関わることが苦手で集団の中に上手く入っていくことが難しい児童でも、友達との触れ合いや関わり合いを通して、友達と一緒に運動することのよさに気付くことができ、また運動に意欲的でない児童や運動が苦手な児童でも友達と一緒なら楽しむことができる運動遊びであると考える。

「多様な動きをつくる運動遊び」は、「体のバランスをとる運動遊び」「体を移動する運動遊び」「用具を操作する運動遊び」「力試しの運動遊び」の四つの内容で構成されている。例示には、「友達と」、「ペアで」など一人ではできない動きが多く記載されており（文科省 2017 pp.40-43)、友達と協力して行う運動が多いことから、友達を応援する、励ます、褒めるなどを通して友達同士の肯定的な関わり合いを築くことで、児童の受容感を高めることが期待できると考える。

第３章　検証授業

１　検証授業の概要

（１）期間

令和４年９月２日（金）～９月20日（火）（45分×８回）

（２）場所

二宮町立二宮小学校　体育館

（３）授業者と対象

授業者　二宮町立二宮小学校　教諭　生沼 美紗樹（筆者）
対　象　第２学年 １クラス　３４名

（４）単元名

体つくりの運動遊び「宝島の冒険」

２　検証方法

（１） 主なデータの収集方法

ア　アンケート調査
（ア） 児童実態調査アンケート　７月20日
（イ） 事前アンケート　９月２日
（ウ） 事後アンケート　９月20日
イ　学習カード
ウ　授業の様子を記録した映像（図９）及び児童が自分たちのよい所の伝え合いを撮影した映像
※抽出児童を追跡するために図９とは別にカメラを２台使用

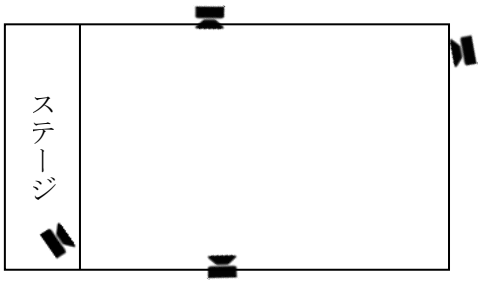


図９　体育館に設置したカメラの位置

（２） 検証の視点と方法

【研究の仮説】

小学校第２学年の「体つくりの運動遊び」において、友達同士の肯定的な関わり合いを築く活動を行うことで、児童の受容感を高め、そのことが運動有能感を高めることに有効であるだろう。

※肯定的な関わり合いを築く活動とは、友達を応援する、励ます、褒めるなどの活動を指す。

ア　肯定的な関わり合いができていたか

(ア)運動中の声かけができていたか

受容感を高める活動ができていたかに関する質問を事前・事後アンケートで実施する。

表10 受容感を高める活動ができていたかに関する質問

1　体いくのじゅぎょうで、友だちから「がんばれ」「すごい」「おしい」などと言われたことはありますか。	よくある	すこしある	あまりない	ない
2　体いくのじゅぎょうで、友だちに「がんばれ」「すごい」「おしい」などと言ったことはありますか。	よくある	すこしある	あまりない	ない

(イ)　「ほめほめタイム」(お互いを褒める活動) について

a　「ほめほめタイム」でお互いによい所を伝え合えたか

「ほめほめタイム」で友達のよい所を伝え合えたかに関する質問を毎時間アンケートで実施する。

表11　「ほめほめタイム」で互いによい所を伝え合えたか

	はい	いいえ
「ほめほめタイム」で　よいところを　言ってもらえましたか。		
「ほめほめタイム」で　友だちの　よいところを　言えましたか。		

b　「ほめほめタイム」における児童の様子と言葉の変容が見られたか

毎時間の「ほめほめタイム」で撮影したタブレットの映像から分析する。

イ　受容感・運動有能感を高めることができたか

小学校低学年用運動有能感測定尺度（岡澤 2001）を事前・事後アンケートで実施する。

表12　小学校低学年用運動有能感測定尺度

因子		質問項目	選択肢				
身体的有能さの認知	1	うんどう（体いく）がよくできるとおもいます。	そう おもう	すこし そうおもう	どちら でもない	あまり おもわない	ぜんぜん おもわない
	2	ほとんどのうんどう（体いく）はじょうずにできます。	そう おもう	すこし そうおもう	どちら でもない	あまり おもわない	ぜんぜん おもわない
統制感	3	れんしゅうをすれば、かならずうんどう（体いく）は、じょうずにできます。	そう おもう	すこし そうおもう	どちら でもない	あまり おもわない	ぜんぜん おもわない
	4	がんばれば、ほとんどのうんどう（体いく）が上手くなるとおもいます。	そう おもう	すこし そうおもう	どちら でもない	あまり おもわない	ぜんぜん おもわない
受容感	5	体いくをしているとき、せんせいががんばれとおうえんしてくれます。	そう おもう	すこし そうおもう	どちら でもない	あまり おもわない	ぜんぜん おもわない
	6	体いくをしているとき、友だちががんばれとおうえんしてくれます。	そう おもう	すこし そうおもう	どちら でもない	あまり おもわない	ぜんぜん おもわない
	7	体いくのじかん、いっしょにしようとさそってくれる友だちがいます。	そう おもう	すこし そうおもう	どちら でもない	あまり おもわない	ぜんぜん おもわない

身体的有能さの認知	8	体いくのじかん、じょうずな見本によくえらばれます。	そう おもう	すこし そうおもう	どちら でもない	あまり おもわない	ぜんぜん おもわない
受容感	9	体いくのじかん、いっしょにれんしゅうする友だちがいます。	そう おもう	すこし そうおもう	どちら でもない	あまり おもわない	ぜんぜん おもわない
身体的有能さの認知	10	うんどう（体いく）がとくいなほうです。	そう おもう	すこし そうおもう	どちら でもない	あまり おもわない	ぜんぜん おもわない
統制感	11	すこしむずかしいうんどう（体いく）でも、がんばればできるとおもいます。	そう おもう	すこし そうおもう	どちら でもない	あまり おもわない	ぜんぜん おもわない
	12	できないうんどう（体いく）でも、あきらめないでれんしゅうすれば、できるようになるとおもいます。	そう おもう	すこし そうおもう	どちら でもない	あまり おもわない	ぜんぜん おもわない

３　学習指導計画

（１）単元の目標

ア　体つくりの運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、体を動かす心地よさを味わったり、基本的な動きを身に付けたりすることができるようにする。

イ　体をほぐしたり多様な動きをつくったりする遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えたりすることができるようにする。

ウ　運動遊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、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。

（２） 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①体ほぐしの運動遊びの行い方について、言ったり実際に動いたりしている。 ②多様な動きをつくる運動遊びの行い方について、言ったり実際に動いたりしている。 ③バランスをとる動きをして遊ぶことができる。 ④体を移動する動きをして遊ぶことができる。 ⑤用具を操作する動きをして遊ぶことができる。 ⑥力試しの動きをして遊ぶことができる。	①運動遊びをする場や使用する用具を変えながら、楽しくできる遊びを選んでいる。 ②友達のよい動きを見付け、応援したり、励ましたり、褒めたりして、友達に伝えている。 ③工夫した楽しい遊び方を友達に伝えている。	①体ほぐしの運動遊びに進んで取り組もうとしている。 ②多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組もうとしている。 ③順番やきまりを守り、誰とでも仲よくしようとしている。 ④用具の準備や片付を、友達と一緒にしようとしている。 ⑤場の安全に気を付けている。

（３）単元計画（45分×８時間）

次	第１次		第２次	
時間	1	2	3	4
学習のねらい	友達と声をかけ合うことのよさを感じたり、言われたらうれしい言葉を知ったりして、応援したり、励ましたり、褒めたりすることができるようにする		応援する、励ます、褒めるなどの受容感を高める具体的な言葉や動作について知り、学習の中で使うことができるようにする	
	体つくりの運動遊びの学習の見通しを持つ	運動遊びを行い、心と体の変化に気付いたり、みんなで関わり合ったりする	這う、歩く、走る、跳ぶ、はねるなどの様々な行い方で体を移動する動きを身に付ける	座る、立つなどの体のバランスをとる動きと用具をくぐる、跳ぶなどの用具を操作する動きを身に付ける
0 5	1.健康観察・挨拶 2.単元の見通しを持つ 3.本時の見通しを持つ	1.健康観察・挨拶 2.本時の見通しを持つ	1.準備運動 リズム体じゃんけん 2.健康観察・挨拶 3.本時の見通しを持つ やさしさの木の説明 (教員が葉を増やす)	1.準備運動 リズム体じゃんけん 2.健康観察・挨拶 3.やさしさの木 4.本時の見通しを持つ
10 15 20 25 30 35	4.準備運動 「体じゃんけん」 体全体でじゃんけんをする 音楽に合わせて移動しながら友達と行う 【運動の発問】 運動をすると心と体はどうなるかな 5.風船運び グループで風船を落とさないようにはじく そのまま移動して競争する 6.ほめほめタイム	3.準備運動 「体じゃんけん」 4.リズム遊び 教員のまねをしたり気に入った動きを選んだりしてリズムに乗って踊る 【運動の発問】 リズム遊びでどんな気持ちになったかな 5.宝島への橋 並べた丸い板の上から落ちないように、グループごとに指定された順番に並び替える 【運動の発問】 友達とどんなふうに渡ったらみんなで島にたどり着けたかな 6.ほめほめタイム	4.宝島の森 いろいろな生き物になってコースを進む 【運動の発問】 どんな動きが楽しかったかな さらに楽しくするためにグループでコースを工夫する 5.ほめほめタイム 【受容感の発問】 見付けられた友達のよい所を発表しよう	5.海賊から逃げろ！ 二人で練習 移動して他の友達と三人から四人で練習 【運動の発問】 友達とタイミングを上手く合わせるにはどうすればいいのかな 6.ほめほめタイム 7.大蛇の砦 揺れている縄を跳び越える 回っている縄をくぐり抜ける 8.ほめほめタイム 【受容感の発問】 うまくいかなかったときにどんな言葉を言われると頑張れるのかな
40 45	7.本時の振り返り 【受容感の発問】 友達からほめられたらどんな気持ちかな 学習カードの記入 8.体調確認・挨拶	7.本時の振り返り 【受容感の発問】 ほめほめタイムで友達にどんな言葉を言えたかな 学習カードの記入 8.体調確認・挨拶	6.本時の振り返り 学習カードの記入 7.体調確認・挨拶	9.本時の振り返り 学習カードの記入 10.体調確認・挨拶
知技		①	④	③
思判表				
態	⑤	①	③	

次	第２次		第３次	
時間	5	6	7	8
学習のねらい	応援する、励ます、褒めるなどの受容感を高めるための具体的な言葉や動作について知り、学習の中で使うことができるようにする		友達に対して、積極的に声かけができる 自分のよい所に気付くことができるようにする	
	人を引く、綱を引いて移動するなどの力試しの動きを身に付ける	運ぶ、投げる、捕るなどの用具を操作する動きを身に付ける	多様な動きをつくる運動遊びの遊び方を工夫する	
0 5 10 15 20 25 30 35 40 45	１.準備運動 リズム体じゃんけん			
	２.健康観察・挨拶　　３.やさしさの木　４.本時の見通しを持つ			
	５.レスキュー隊 けが人とレスキュー隊の二つに分かれる レスキュー隊はけが人を運ぶ 様々なコースで行う 途中で交代する 【運動の発問】 重たいものを引くときは体をどのようにしたらよいのかな 6.ほめほめタイム ７.島渡り 三人から四人グループになる 雑巾や段ボールの上に乗ってロープを引き、移動する 8.ほめほめタイム 【受容感の発問】 ハイタッチや拍手をしてもらえるとどんな気持ちかな	５.宝キャッチ ボールを真上に上げてからとる ボールを真上に上げて好きな動きをしてからとる チームで輪になり一人ずつ真ん中で宝キャッチをする 【運動の発問】 ボールをうまくキャッチするにはどうすればよいのかな 6.ほめほめタイム ７.宝運び 二人でボールを体にはさんで運ぶ 【受容感の発問】 ようやく宝物をゲットできたね。冒険を一緒にした仲間に一言なんて言おうかな 8.ほめほめタイム	５.動画を見る 今までタブレットに録画した 動画を見る 【受容感の発問】 褒められるとどんな気持ちになるのかな ６.ほめほめペアを変える ほめほめタイムのペアを新しくする ７.宝運びゲーム 三人から四人でボールを体にはさんで運ぶ 【受容感の発問】 勝ったチームと負けたチームにどんな言葉を言えばいいのかな 練習をする ゲームをする 結果発表をする 8.ほめほめタイム	５．宝島一周 用具を準備する 雑巾や段ボールの上に乗ってロープを引き、滝をくぐってゴールまで移動する 【運動の発問】 力を出すためには、どんな姿勢がいいのかな 6.ほめほめタイム チーム全員で半円状に並ぶ 一人ずつ中心に入り、よかった所を発表する チーム全員のほめほめタイムが終わったら、褒められた気持ちをタブレットに録画する
	９.本時の振り返り 学習カードの記入 10.体調確認・挨拶	９.本時の振り返り 学習カードの記入 10.体調確認・挨拶	９.本時の振り返り 学習カードの記入 10.体調確認・挨拶	７.本時の振り返り 学習カードの記入 ８.体調確認・挨拶
知技	⑥	⑤	②	
思判表		②	①	③
態	④			②

４　学習指導の工夫

（１）単元計画「宝島の冒険」

低学年の児童が興味関心を持てるように、単元全体を通して全ての運動遊びが「宝島の冒険」というひとつの大きなストーリーに沿って進められるよう計画し、それに合わせて宝島の地図（図10）を作り、毎時間運動を始める前に地図を見ながら冒険の内容について説明をし、意欲的に取り組めるようにした。

また、宝島の地図を見て、宝島のどこを進んでいるかが分かるように、既に行った運動遊びについては「CLEARED」と書かれた紙を地図に貼っていくことで、達成感を持たせることができるよう工夫した。

さらに、中学年以上で行う様々な運動の基礎となる体の動きを楽しく経験できるよう、１時間に複数の運動遊びを取り入れ、一つひとつの運動のねらいを理解させるようにした。

瀬尾は運動有能感における受容感を高める上で、「授業者の接し方や周囲の友達の応援などといった周辺の環境によるものも大きく影響する」（瀬尾　2020　p.56）と述べている。本単元においても、友達と関わりながら運動をするだけでなく、友達を応援したり声かけをしたりする場面を多く設けられるように単元（８時間）を計画した。

第１次（１～２時間目）は、「体ほぐしの運動遊び」を通して、友達と運動することが楽しいと思えることをねらいとした。友達と協力して風船を落とさないように弾いたり、体を使って友達とじゃんけんをしたりする運動遊びを取り入れた。

第２次（３～６時間目）では、「多様な動きをつくる運動遊び」を通して、友達を応援することや友達のよい所を見付けて伝えることなど、「声かけ」に慣れていくことをねらいとした。一つのチームを「運動を行う側」と「友達の運動を見る側」に分け、その中で友達のよい所を探すように指導した。友達のよい所を見付けられるように「サーキット」や「大縄」など一人ずつ行う運動を取り入れたり、「宝キャッチ」（p25参照）で発表する時間を作ったりした。そうすることで、友達同士のよい所を伝え合う機会を増やした。また、友達のよい所を授業の後半に伝え合う場をつくり、それを振り返ることができるようにタブレットに録画して撮りためるようにした。低学年は、友達のよい所を伝えるための語彙が少ないと考え、児童が友達を褒めた言葉を「やさしさの木」に貼り、他の児童がどんな言葉で褒めているのかを知ることができるようにした。「多様な動きをつくる運動遊び」では、それぞれの運動のポイントやコツを発問や学習カードを通して確認しながら行うようにした。

第３次（７～８時間目）では、教員が促さなくても運動をしている友達を応援したり、一生懸命に運動している友達に対して「頑張っていたね」などと声をかけたりすることができることをねらいとした。また、友達との関わりを増やすために、第２次まで固定していた「ほめほめペア」（pp.27-28参照）のペアを変えた。運動の内容も第２次に取り入れた遊びの人数を増やしたり遊び方を変えたりすることで、友達との関わりを広げたり、より複雑な動きを身に付けたりすることができるようにした。

単元を通して、三人から四人の「グループ」をつくり、二つのグループを合わせて六人から七人の「チーム」にした。

図10　検証授業で使用した宝島の地図

（２）教材・教具

運動が苦手な児童も得意な児童も誰もができて、楽しく行えることに重点を置きながら、運動の内容を考えた。また、友達同士の肯定的な関わり合いを築くことができるよう、運動している友達を応援する、励ます、褒めるようにし、友達と運動することのよさや楽しさに気付けるようにした。また、運動に対して苦手意識を持っている児童でも「やってみたい」と思えるような場になるように、赤い球を溶岩に見立てたり、すずらんテープを滝に見立てたりするなどの興味関心を高める工夫をした。各時間で行った運動遊びは以下の通りである。

【１時間目に行った運動遊び】

〇体じゃんけん

ストーリー	宝島へ行く前に心と体を温めよう。
行い方	体を使ってじゃんけんをする。整列した状態で、教員が一つずつ動きを説明し、教員に対して児童全体で体じゃんけんを行う。慣れてきたら移動を加え、友達同士で体じゃんけんを行う。
ねらい	チームに関係なく、たくさんの友達と関わることができるようにする。
工夫	音楽を流して行うことで、リズムに乗って楽しく行えるようにした。

〇風船運び

ストーリー	宝島を進むためにはチームワークが必要になる。宝島へ行く前にチームワークを高めよう。
行い方	グループで風船を落とさないようにはじく。そのまま移動して競争する。
ねらい	友達と楽しく、協力して運動遊びを行うことができるようにする。
工夫	準備した風船にはガムテープを１本貼ったものと２本貼ったものを用意した。風船の重さを変えることで、落下してくるスピードを調節した。グループで練習しながらどちらが使いやすいかを友達と考えて選べるようにした。片方の使っていない風船は、壁に貼り付けてある袋の中にしまうようにして安全面にも気を付けるよう指導した。

【２時間目に行った運動遊び】

〇リズム遊び

ストーリー	宝島へ行く前に心と体を温めよう。
行い方	心が弾むような音楽に合わせ、いろいろな動きをして体を動かすことで、心と体の準備をする。リズム遊びを行いながら、自由に移動する。
ねらい	友達同士で動きを見合ったり、まねし合ったりすることで関わりを持つことができるようにする。
工夫	教員が前で簡単な動きをして手本を示し、それをまねするという運動遊びにすることで、運動が苦手な児童でも楽しく行うことができるようにした。

〇宝島への橋

ストーリー	宝島に行くためには橋を渡らなければいけない。宝島に入れる順番が決まっているので、並び替えて宝島へ行こう。
行い方	並べたフラットマーカーの上から落ちないように、グループごとに指定された順番に並び替える。
ねらい	並び替えをする際に、友達同士で声かけをしながら行える運動であることから、互いに声をかけ合ったり助け合ったりできるようにする。
工夫	始めは、フラットマーカーよりも一回り大きな円を使い、並び替えの練習をすることで簡単に行えるようにした。最初はグループで行い、慣れてきたらチームで行うなど児童の様子によって難易度を少しずつ上げていけるように工夫した。「宝島の海にはサメがいる」「落ちたら食べられちゃう」などとストーリーに沿った声かけをすることで児童のやる気を引き出せるようにした。

【３～４時間目に行った準備運動】

〇リズム体じゃんけん

ストーリー	宝島へ行く前に心と体を温めよう。
行い方	音楽を流し、ジャンプやスキップ、動物のまねなどをしながら自由に移動する。笛が鳴ったら二人組または三人組になり教員の合図で体じゃんけんをする。
ねらい	チームに関係なく、たくさんの友達と関わりながら行うことができるようにする。
工夫	１時間目の「体じゃんけん」と２時間目の「リズム遊び」を組み合わせ「リズム体じゃんけん」として準備運動に取り入れた。一度行った運動遊びを組み合わせて行うことで、児童が安心感をもって行えると考えた。整列をしてから準備運動をするのではなく、体育館に入ってきたら音楽が流れている状況にすることで、自然と体を動かしながら運動する準備を行えるようにした。始めに、教員の動きをまねするように指示をした。始めのうちは同じ動きを繰り返し、慣れてきた様子が見られたら少しずつ新しい動きを取り入れ、児童ができる動きの種類を増やせるように工夫した。

【３時間目に行った運動遊び】

〇宝島の森

ストーリー	宝島の森にはたくさんの動物がいる。襲われないように動物のまねをして森を抜けよう。
行い方	チームを運動を「行う側」と「見る側」のグループに分け、いろいろな生き物になりきって一人ずつコースを進む。ゴール地点に置いてある木の実をとって、自分のチームのバケツに入れる。
ねらい	一人ひとりが友達に声をかけることができるようにする。
工夫	様々なコースを用意することで、児童がワクワクするような場の工夫をした。ロープコースは、ロープを２本使ってクランクやジグザグ、くねくね、一本道、豚のしっぽの形の５種類のコースをつくった。ロープが途中で外れないようテープで固定した。それぞれのコースのス

	タート地点に動物のイラストが描かれているコーンを用意し、その動物の動きをまねしてコースを進むようにした。ジャンプコースにもイラストのコーンを用意した。ジャンプコースは、小さな円とミニハードルをランダムに設置した。フラフープの中に入れた玉入れの玉をゴール地点に用意しておき、ゴールした児童はその玉を取って、自分のチームのバケツに入れるようにした。

【４時間目に行った運動遊び】

〇海賊から逃げろ！

ストーリー	海賊につかまってしまった。みんなで息を合わせて海賊から逃げよう。
行い方	数人で背中合わせになり腕を組み、座った状態から立つ。少ない人数で行い、徐々に増やしていく。
ねらい	友達と声をかけ合い、息を合わせて協力し、達成する喜びを味うことができるようにする。
工夫	二人組から始め、成功したら一人ずつ増やしていくことで難易度を上げることができるようにした。運動の合間に「どうしたらうまくできるのかな」と教員から発問し児童から出た発言を全体で共有し、運動のコツを意識して行うことで動きを身に付けることができるように工夫した。

〇大蛇の砦

ストーリー	大蛇の砦に着いた。ヘビがたくさんいるので、よけて進もう。
行い方	縄跳びをする。縄を左右、上下に小刻みに揺らす「ヘビ」、縄全体を左右に揺らす「小波」、縄を大きく回す「大波」の順に少しずつレベルアップしていく。縄を回す児童は、時間を区切って交代する。
ねらい	縄に対する恐怖心を減らし、意欲的に取り組むことができるようにする。
工夫	運動が苦手な児童でも簡単に跳び越えられるような「ヘビ」から始めることで、縄に対する恐怖心を少しでも減らすことができるようにした。「ヘビ」を跳ぶことができたら、「小波」、「大波」という順番で少しずつ難易度を上げるようにした。縄を回す位置を指定し、そこに目印を置いておいた。一人ずつ行う運動であるため、友達同士の関わり合いができるように、縄を越えた先にフラフープを置き、縄を跳べたらフラフープに入っている友達とハイタッチをして入れ替わるようにして、意図的にコミュニケーションを図れるようにした。

【５時間目に行った運動遊び】

○レスキュー隊

ストーリー	近くの火山が噴火して仲間がけがをした。溶岩をよけて安全なところまで運ぼう。
行い方	赤い球を溶岩に見立ててコースを作り、溶岩に当たらないようにコースを進む。仰向けなっている友達を段ボールの上に乗せ、周りに置いてある障害物に当たらないように足を引いてゴールまで運ぶ。
ねらい	友達と楽しく関わるだけではなく、相手への思いやりを持って関わることができるようにする。
工夫	一人が段ボールの上に仰向けになり、その児童の足を一人か二人で引いて運ぶ。安全に行えるように、「足を引く前に声をかける」「レスキュー隊は、けがをしている人をゆっくり運ぶ」などのきまりを運動の前に確認した。「どういう姿勢で引けば力をうまく出せるのかな」と発問し、児童から「体重を後ろにかける」など運動のコツを引き出し全体で共有した。

○島渡り

ストーリー	宝があるのは、向こうに見える小さな島のようだ。いかだに乗って海を渡ろう。
行い方	「レスキュー隊」で身に付けた、力を出すときの動きを再確認しながら、雑巾か段ボールに乗り、くくりつけられているロープをたどり移動する。
ねらい	力を出すときの体の動きを繰り返し行うことで、移動の要領を身に付けることができるようにする。
工夫	格子にくくり付けてある２本のロープを両手で引っ張って移動したり、１本のロープを両手で手繰って移動したりするなど、自分自身で移動の仕方を選べるようにした。ロープを引っ張りやすくするために、運動をしている児童と同じグループの児童がロープの端を持つように指導した。運動を行っていないグループは運動をしているグループの様子を観察し、友達のよい所を探したり、応援したりする時間とした。

【６時間目に行った運動遊び】

〇宝キャッチ

ストーリー	空から宝が降ってきた。みんなと一緒に宝をキャッチしよう。
行い方	一人一つずつボールを持ち、真上に投げてからキャッチする。これを様々な動作をつけて行う。
ねらい	友達からの拍手がもらえる嬉しさを味わうことができるようにする。
工夫	一人一つボールを持ち、真上に投げてキャッチする練習から行った。体育館全体に広がり一人ひとりの間隔を十分に開け、ぶつからないように配慮した。何度かキャッチする練習をしてから、拍手をしてからキャッチしたり、床にタッチしてからキャッチしたりするなど、動作をつけて行うようにした。数分間時間を取り、自分の好きな動きを取り入れて練習を行うように指示をした。その後のチーム内での発表会として、円になり発表者が円の真ん中で自分の好きな動きを取り入れて「宝物キャッチ」を行った。一人の発表が終わったら拍手をして次の人に交代するように指導し、拍手という非言語のコミュニケーションを意図的に取り入れた。

〇宝運び

ストーリー	キャッチした宝物を協力して運ぼう。
行い方	二人の体の間にボールを挟んで運ぶ。ゴールまで運んだら木の実を一つとって自分のチームのバケツに入れる。
ねらい	友達と協力して声かけを行ないながらできるようにする。
工夫	二人組になり、お腹でボールを挟み、コーンからコーンまで進めるようになるまで練習をした。慣れてきたら他の部分でも挟んで移動するようにすることで、難易度を調節できるようにした。後半には、３時間目と同様に木の実をいくつ集められるかをチームで競い合うことで、応援や声かけが活発になるよう工夫をした。

【７時間目に行った運動遊び】

〇宝運び　レベルアップ

ストーリー	人数を増やして一回で たくさんの宝物を運ぼう。
行い方	三人から四人のグループでボールを体に挟んで、ゴールまで運ぶ。ボールを持って行った個数分木の実をとり、自分のチームのバケツに入れる。
ねらい	友達と協力して声をかけ合いながら運動遊びを行うことができるようにする。
工夫	人数が増えることによって難易度が上がると考え、新しい運動遊びを取り入れるのではなく、行い方を知っている運動遊びを行うことで安心して取り組めるようにした。人数が多くなると持っていけるボールの数が増えることを確認し、時間内にいくつのボールを持っていけるのかをチームで競った。人数やボールを挟む場所については、児童が考え、選べるようにした。

【８時間目に行った運動遊び】

〇島渡り　滝くぐりバージョン

ストーリー	宝物をゲットすることができた。いかだに乗って滝をくぐって家へ帰ろう。
行い方	雑巾か段ボールに乗り、括りつけられているロープをたどり滝をくぐり抜ける。
ねらい	力を入れるための低い姿勢を身に付けることができるようにする。
工夫	５時間目と同様の運動遊びを行った。ロープの長さを伸ばし、ゴール地点には、すずらんテープで作った滝を用意した。滝は図12のようにコーンを二つ重ねた形になっており、上のコーンを取ることで高さを変えられるように工夫した。

図11　８時間目で使用した「滝」

（３）肯定的な関わり合いを築く学習指導の工夫

ア　運動中の友達同士の声かけ

（ア）「応援」を活発にするための手立て―教員の応援―

これまでの自身の体育の授業では、ゲームなどで同じチームの友達を「頑張れ」と応援することはあったが、自分の勝敗に関係がない場面で応援する姿は見られなかった。児童が活発に応援したくなるための手立てとして、教員が手本となり率先して応援をする必要があると考えた。そこで、教員の応援が全体に聞こえるようにマイクを通して応援をすることで、それが手本となり、教員のまねをして応援する児童を増やすようにした。また、一生懸命に友達を応援している児童を褒めることで、他の児童も大きな声で応援するようにした。

（イ）「励ます」「褒める」を活発にするための手立て―発問―

うまくできた友達に「うまい」「上手」と声をかけたり、うまくできなかった友達に「おしい」「よく頑張ったね」と声をかけたりすることができるように、導入で「うまくできたときに何て言われたら嬉しいかな」「うまくできなかったときになんて言われたら頑張れるかな」と発問をした。発問に対して答えた児童の発言を共有することで、他の児童もそういった場面でどのような声かけをしたらよいか考え、気付けるようにし、「励ます」ことや「褒める」ことの見方を広げる意識付けを図った。また、応援の手立てと同様に、教員がマイクを使い、運動している児童に対し励ましや褒める言葉をかけた。

イ　お互いを褒める活動（「ほめほめタイム」）

（ア）友達のよい所を伝えるための手立て―「ほめほめタイム」・ほめほめペア―

「ほめほめタイム」という時間を設けて、児童が二人一組のペア（ほめほめペア）になり、運動遊びを行う中でお互いのよかった所を探して褒める活動をした。また、どんな言葉で褒めればよいのか分からない児童の手本になるように、「ほめほめタイム」を始める前に数名の児童がペアのよかった所を発表するようにし、全体で共有した。

※「ペア」＝ほめほめペアの二人組または、ほめほめペア内の相手のことを意味する。

（イ）「励ます」「褒める」ための語彙を増やす手立て―やさしさの木―

低学年の児童は声かけの語彙が少ないため「ほめほめタイム」で出た児童の発言を花や葉の形をした紙に書き、宝島の地図に描かれた木（やさしさの木）に貼り、毎時間の導入時にそれを示すことで、友達への声かけの語彙が増えるようにした（図12）。単元の前半では、簡単に伝えることができる「速い」「すごい」など一言の言葉を取り上げ、「ほめほめタイム」で何を言おうか困っている児童には、「やさしさの木」を参考にするように伝えた。中盤では、「〇〇さんのロープを引っ張る動きが上手だった」というような具体的な言葉を「やさしさの木」に貼るようにした。友達のよい所を伝えるときには、誰に伝えているのかが分かるように、最初に名前を言うなど伝え方についても指導するようにした。後半には、「〇〇さん一緒に運動してくれてありがとう。」という感謝の言葉や「〇〇さんが応援してくれたから頑張れました。」など褒めること以外にも言われて嬉しい言葉を取り上げるようにし、表現の幅が広がるようにした。

図12　やさしさの木

ウ　ＩＣＴの活用（タブレット）

「ほめほめタイム」でお互いのよかった所を伝える際に、児童一人ひとりがペアのよかった所を学習カードに書いて、伝えるという方法を考えたが、時間を要することや「書く」ということに対して消極的な児童がいるため、それが原因で体育に対する意欲が下がってしまうことが懸念された。そこで、タブレットを使用し画面に向かってペアのよい所を伝えるようにし、その姿を撮影した（図13）。

「ほめほめタイム」で言われたことを毎時間撮りためていくことで、最終的に自分がうまくできたことやペアに感謝されたことを確認できるようにした。単元の後半で動画を見る時間をつくり、振り返ることで自分のよさに気付き、受容感を高めることができると考えた。

図13　ＩＣＴ活用の様子

エ　グループづくりの工夫

グループを構成する児童によって声かけや「ほめほめタイム」の活動が偏ることがないように、運動が得意で思ったことを他者に伝えることができる児童と運動に意欲的でない児童や運動が苦手な児童が一緒になるようにグループを組んだ。クラスを10グループに分け、二つのグループを合わせてチームとし、五つのチームを作った。一方のグループが運動をしているときに、もう一方のグループは、応援する時間にした。また、チームの中で、それぞれのグループから１名ずつがペア（ほめほめペア）となり、運動しているペアのよい所を探し、「ほめほめタイム」でよかった所を伝えるようにした。

オ　学習カードの活用

毎時間の「ほめほめタイム」で「友達からよい所を言ってもらえたか」「友達によい所を言えたか」について、学習カードで質問をした。学習カードには、その時間に行った運動のポイントやコツについて記述で答える質問項目も入れた。低学年ということを踏まえ、質問の内容は簡単なものにした。

また、児童が授業をどのように捉えているのかを把握するために、事後アンケートで授業の感想を記述するようにした。

5　授業の実際

【本時の展開】　（１／８時間目）　令和４年９月２日（金）　２校時（9:40～10:25）　体育館

（１）本時の目標

・体ほぐしの運動遊びの行い方を知り、体を動かす心地よさを味わうことができるようにする。
・友達のよい動きを見付け、応援したり、励ましたり、褒めたりして、友達に伝えることができるようにする。
・場の安全に気を付けることができるようにする。

（２）展開

分	学習の内容や活動（◎予想される児童の反応）	指導上の留意点（○指導 □支援や配慮 ◆評価規準）
はじめ10分	１．健康観察・挨拶をする。 ２．単元の学習の見通しを持つ。 ・学習のねらい、学習のきまりを知る。 たからじまに　たからを　さがしに　いこう ・ぼうけんの　うんどうを　たのしもう！ ・みんなで　なかよく　ぼうけんしよう！ ・ともだちの　いいところを　見つけよう！ ・学習のグループを確認する。 ３．本時の見通しを持つ。	○宝島の地図を提示し、単元の学習への関心を高められるようにする。 ○学習のねらい、学習のきまりを掲示し、いつでも確認できるようにする。 ○各グループで決まったゼッケンを着て並ぶようにする。 ○宝島の冒険は、わくわく・ドキドキする心と体が大切なので、冒険に出発する前に心と体の準備をすることを伝える。
	たからじまの　ぼうけんに　しゅっぱつする　こころと　からだの　じゅんびを　しよう	
なか30分	４．準備運動「体じゃんけん」 ・運動の行い方を知る。 ・最初は、教員とじゃんけんする。 ・移動しながら友達とじゃんけんする。 【運動の発問】 運動をすると心と体はどうなるかな。 ・体について ◎息がはあはあしている。 ◎心臓がドキドキしている。 ・心について ◎音楽に合わせてジャンプするのが楽しい。 ◎わくわくした。 ５．風船運び ・運動の行い方を知る。 グループで輪になり風船をはじく。風船はテープを１枚貼った物と２枚貼った物から使いやすい物を選ぶ。 ・グループで運動遊びをする。 その場で行ったり、移動しながら行ったりする。何回上げることができるか数える。 ・宝運び訓練の競争をする。 ６．ほめほめタイム ・ほめほめタイムの行い方を知る。 ・見付けた友達のよい所をグループやチームで伝える。	○グー、チョキ、パーそれぞれの体の動かし方を説明する。 ○最初は教員と行い、慣れたら友達同士で行うようにする。 ○楽しく弾むリズムの曲を流し、跳ねるなどしながら移動することで、運動量を確保し、次の発問に繋げる。 ○発表を促し、共有する。 ○これからの運動での変化も気にしておくように伝える。 ○運動後に、友達とよい所を伝え合う活動をするので、よい所を見付けて伝えながら運動するように伝える。 ○宝運び訓練の行い方を説明する。 ○手以外の場所を使ってもよいが、安全のため足は使わないよう指導する。 ○グループを周りながら、仲よくしたり、安全に運動したりしている児童を見付け、積極的に褒める。 ◆主体的に学習に取り組む態度⑤ 場の安全に気を付けている。（観察） ○グループでよい所を伝え合った後にチームでよいとこを伝え合うように指導する。
まとめ5分	７．本時の学習を振り返る。 ・学習カードの１番を記入する。 【受容感の質問】 友達から褒められたらどんな気持ちかな。 ・褒められたときの気持ちを発表する。 ◎頑張ってよかった。 ◎次も頑張ろうと思える。 ・学習カードの２番３番を記入する。 ８．体調確認・挨拶をする。	○学習カードを配り、書き方を説明する。 ○ほめほめタイムで褒められたときの気持ちについて、発表を促し共有することで、褒め合うことのよさに気付くようにする。 ○この単元では、友達のよい所をたくさん見付けていくことを知らせる。 ○学習カードを集める。

【授業としての振り返り】宝島の冒険へ出発するというストーリが児童の興味関心を引くことにつなげられた。多くの児童が楽しそうに活動する様子が見られた。

【研究の視点からの振り返り】運動を行いながら友達のよい所を見付けることが難しいということが分かった。友達の動きを見る時間を作る必要があると感じた。

【本時の展開】　（２／８時間目）　令和４年９月６日（火）　５校時（13:25～14:10）　体育館

（１）本時の目標

・体ほぐしの運動遊びの行い方を知り、体を動かす心地よさを味わうことができるようにする。
・友達のよい動きを見付け、応援したり、励ましたり、褒めたりして、友達に伝えることができるようにする。
・体ほぐしの運動遊びに進んで取り組もうとすることができるようにする。

（２）展開

分	学習の内容や活動（◎予想される児童の反応）	指導上の留意点（○指導 □支援や配慮 ◆評価規準）
はじめ5分	１．健康観察・挨拶をする。 ２．本時の見通しを持つ。 ・ほめほめタイムで使うタブレットの操作方法を確認する。	○宝島の地図と学習のきまりを掲示する。 ○タブレットを使ったほめほめタイムの行い方を伝える。 ○宝島への橋を渡りきるには、グループやチームで声をかけ合いながら仲よく運動をすることが大切であることを伝える。
	たからじまへの　はしを　ちからを あわせて　みんなで　わたろう	
なか35分	３．準備運動「体じゃんけん」 ・最初は、教員とじゃんけんする。 ・移動しながら友達とじゃんけんする。 ４．リズム遊び ・リズム遊びの行い方を知る。 ・最初は教員のまねをする。 ・気に入った動きを選んで踊る。 【運動の発問①】 リズム遊びでどんな気持ちになったかな。 ◎音楽に合わせて動くのが楽しい。 ◎○○さんの動きがおもしろかった。 ５．宝島への橋 ・運動の行い方を知る。 フラットマーカーを直線に並べ、そこから落ちないように、グループごとに指定された順番に並び替える。 ・グループで運動遊びをする。 背の順、誕生日順、出席番号順などに並び替える。 ・グループを２つ合わせて六人から七人のチームで並び替えを行う。 【運動の発問②】 友達とどんなふうに渡ったら、みんなで島にたどりつけたかな。 ◎友達が支えてくれたからたどりつけた。 ◎友達がしゃがんでくれたからたどりつけた。 ６．ほめほめタイム ・見付けた友達のよい所をグループやチームでタブレットを使って伝える。	○勝ったらジャンプで喜ぶ、負けたらその場で悔しがるように伝える。 ○冒険に出発する前に心と体の準備をすることを伝える。 ○前時と同じ流れで行うことを伝える。 ○リズムに合わせて教員のまねをするように伝える。 ○最後は、気に入った動きで動くので、まねしたい動きを見付けるように伝える。 □気に入った動きを見付けられない児童には、教員のまねをしてもよいことを伝える。 ○発表を促し、共有する。 ○最初は大きな丸の上で練習し、慣れてきたらフラットマーカーの上で練習するように伝える。 ○運動後に、友達とよい所を伝え合う活動をするので、よい所を見付けて伝えながら運動するように伝える。 ○宝島への橋の行い方を説明する。 ○グループを周りながら、仲よくしたり、友達を応援したりしている児童を見付け、積極的に褒める。 ◆知識・技能① 体ほぐしの運動遊びの行い方について、言ったり実際に動いたりしている。（観察・発言・学習カード） ◆主体的に学習に取り組む態度① 体ほぐしの運動遊びに進んで取り組もうとしている。（観察・発言・学習カード） ○グループでよい所を伝え合った後にチームでよい所を伝え合うように指導する。
まとめ5分	７．本時の学習を振り返る。 ・どんな言葉を言ったのか発表する。 【受容感の質問】 ほめほめタイムで友達にどんな言葉を言えたかな。 ◎○○さん、支えてくれてありがとう。 ・学習カードを記入する。 ８．体調確認・挨拶をする。	○タブレットに録画したメッセージ内容を共有することで、友達を褒める言葉が増えるようにする。 ○学習カードを配り、質問項目を一つずつ読み上げていく。 ○学習カードを集める。

【授業としての振り返り】「体じゃんけん」では、音楽を流して行うことによりリズムにのって弾んだり、ジャンプしたりして活発に体を動かそうとする姿が見られた。「宝島への橋」では説明が足りず、筆者の想定と違う動きをしている児童がいたため説明の仕方を改善していきたい。

【研究の視点からの振り返り】タブレットを使った活動を取り入れたが、時間がかかってしまうため動画の撮影方法を改めていく必要があると感じた。運動中の児童同士の声かけも少ないので筆者から積極的に声をかけるようにしていきたい。

【本時の展開】　（３／８時間目）　令和４年９月８日（木）　１校時（8:50～9:35）　体育館

（１）本時の目標

・体を移動する動きをして遊ぶことができるようにする。

・友達のよい動きを見付け褒めたり、頑張っていたら応援し、うまくいかなかったときは励ましたりすることができるようにする。

・多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組もうとすることができるようにする。

（２）展開

分	学習の内容や活動（◎予想される児童の反応）	指導上の留意点（○指導 □支援や配慮 ◆評価規準）
はじめ5分	１．リズム体じゃんけんをする。 ・持ち物を指定された場所に置く。 ・リズムに合わせて体じゃんけんをする。 ・動物の動きを取り入れて体じゃんけんをする。 ２．健康観察・挨拶をする。 ３．本時の見通しを持つ。 ・やさしさの木の育て方を知る。	○児童が体育館に来たら音楽を流し、体じゃんけんをする。 ○全員揃ったら、体じゃんけんの中に主運動につながる動きを取り入れる。 □主運動につながる動きができていない児童には個別で指導する。 □見学の児童には、見学者用の学習カードを渡す。 ○宝島の地図と学習のきまりを掲示する。 ○やさしさの木は、ほめほめタイムで出た言葉が葉っぱになり、木が大きくなっていくことを伝える。 ○前時に出た言葉をやさしさの木から紹介する。
	たからじまの　森を　どうぶつになって　いどう　しよう	
なか35分	４．宝島の森 ・「宝島の森」の行い方を知る。 １コース１分間で何人がゴールにある玉入れの玉（木の実）を、いろいろな生き物の動きをしながら取りに行く。 ５コース周り終わったときのボールの数を競う。 ・コースへ移動し、ペアを知る。 ・チームで一度練習をする。 ・１分間で何人がゴールにある玉を取ってこれるのかを競う。 ・待っている間は、友達の応援をする。 ・隣のコースに移動し、同じように繰り返す。 ・玉の数を数える。 【運動の発問①】 どんな動きが楽しかったかな。 ◎くねくね道を渡るのが楽しかった。 ◎回転しながらジャンプしていく動きが楽しかった。 ５．ほめほめタイム ・見付けた友達のよい所をグループやチームでタブレットを使って伝える。	○５種類のコースを動物になって進むことを伝える。 ○体じゃんけんで取り扱っていない動物の動きを伝える。 ○ほめほめタイムでよい所を伝え合うペアを伝える。 ○前の人がマーカーの置いてある場所まで行ったら次の人がスタートすることを伝える。 ○児童の様子を観察し、１分間で足りない場合は１分30秒に延長する。 ○応援では、応援したい友達の名前を呼ぶように伝える。 ○よい声かけや拍手、応援している児童を見付け褒めるようにする。 ○隣のコースに移動するときに、ボール入れも一緒にもって動くように伝える。 ○１番のビブスを着ている児童から番号順にボールをかごに向かって投げながら、数を数えるよう伝える。 ○各チームのボールの数を黒板に記録する。 ◆知識・技能③ 体を移動する動きをして遊ぶことができる。（観察） ◆主体的に学習に取り組む態度② 多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組もうとしている。（観察・学習カード） ○ペアでよい所をタブレットに録画するように伝える。
まとめ5分	６．本時の学習を振り返る。 【受容感の発問】 見付けられた友達のよい所がなんですか。 ◎動物の動きを丁寧にできていた。 ◎片足ジャンプを頑張っていた。 ・学習カードを記入する。 ７．体調確認・挨拶をする。	○友達のよい所を共有することで、友達を褒める言葉を増やせるようにする。

【授業としての振り返り】運動量が十分に確保できており、児童も楽しそうに取り組むことができていた。気温が高い中で激しい運動を行っていたため、疲れ果てている児童がいた。その様子から、途中に休憩を挟む必要があると感じた。

【研究の視点からの振り返り】応援する児童が多くいた。しかし、語彙が少ないこともあり「頑張れ」という言葉だけになってしまっていた。よい所を褒めるような声かけを、積極的に行いたい。

【本時の展開】　（４／８時間目）　令和４年９月９日（金）　２校時（9:40～10:25）　体育館

（１）本時の目標

・バランスをとる動きをして遊ぶことができるようにする。

・友達のよい動きを見付け褒めたり、頑張っていたら応援し、うまくいかなかったときは励ましたりすることができるようにする。

・用具の準備や片付を、友達と一緒にしようとすることができるようにする。

（２）展開

分	学習の内容や活動（◎予想される児童の反応）	指導上の留意点（○指導 □支援や配慮 ◆評価規準）
はじめ5分	１．リズム体じゃんけんをする。 ・持ち物を指定された場所に置く。 ・リズムに合わせて体じゃんけんをする。 ・動物の動きを取り入れて体じゃんけんをする。 ２．健康観察・挨拶をする。 ３．やさしさの木を確認する。 ４．本時の見通しを持つ。	○動物の動きやリズム遊びで行った動きを取り入れる。 ○前時のほめほめタイムで新しく出た言葉を振り返る。 ○宝島の地図を見ながら本時の運動について説明する。
	こえを　かけあって　かいぞくと　ヘビから　にげよう	
なか35分	５．海賊から逃げろ 数人で背中合わせになり腕を組み、座った状態から立つ。 ・ほめほめペアで行う。 【運動の発問】 うまく立つためにはどうすればよいのだろう。 ◎「せーの」って声をかける。 ◎思い切り相手に寄りかかる。 ・もう一度ペアで行う。 ・徐々に人数を増やして行う。 ６．ほめほめタイム ・水分補給をする。 ・タブレットで「海賊から逃げろ」で見つけた友達のよい所を録画する。 ７．大蛇の砦 ・「大蛇の砦」の行い方を知る。 ・グループごとに「ヘビ（縦・横）」「波」を練習する。 ・３コースの中から自分の好きなコースを選び、縄を跳ぶ。 ・縄を跳び越えたら玉入れの玉（木の実）を持って自分のチームのバケツに入れる。 ・バケツの中の玉を数える。 ８．ほめほめタイム 【受容感の質問】 うまくいかなかったときにどんな言葉を言われたら頑張ろうと思えるのかな。 ◎次はできるよ。　◎おしい！ ◎ドンマイ！	○ほめほめタイムは前時と同じペアになることを伝える。 ○ほめほめタイムのペアで運動を行うことを伝える。 ○うまくできている児童に体の使い方や声のかけ方を聞く。 ○二人組で全員が立つことができたら、一人増やして三人で行う。 ○全員ができたらまた一人増やすなど徐々に人数を増やす。 □見学の児童には、グループの近くで応援しながら友達のよい所を探すように伝える。 ○常にマイクを使って児童のよい所を伝えていく。 ◆知識・技能⑥ バランスをとる動きをして遊ぶことができる。 （観察・発言） ○水分補給と「海賊から逃げろ！」で見つけた友達のよい所をタブレットに記録する時間をとる。 □見学の児童には、縄を回すなどできることをするように伝える。 ○跳べたら友達とハイタッチをしてから並ぶように伝える。 ○時間で区切り縄を回すだけの児童がいないようにする。 □くぐり抜けることが難しい児童には、縄のスピードを遅くしたり、タイミングを教え合ったりすることを伝える。 ○待っている児童には、運動を行っている児童に声かけをするように伝える。 ◆主体的に運動に取り組む態度③ 順番やきまりを守り、誰とでも仲よくしようとしている。 （観察・発言） ○児童から言葉を引き出し、次時の声かけで使える語彙を増やす。
まとめ5分	９．本時の学習を振り返る。 ・学習カードを記入する。 10．体調確認・挨拶をする。	

【授業としての振り返り】「海賊から逃げろ！」の運動について、正しい行い方でできていない児童もいた。説明をするだけでなく、正しい動きをしている児童に注目させるなど工夫をするべきだと思った。

【研究の視点からの振り返り】ほめほめタイムを中間にも設け、時間を制限したことで運動時間の確保につながった。また、運動ごとによい所を見付けて伝えるため、常によい所を探そうという意識作りにもつながると感じた。

【本時の展開】　（５／８時間目）　令和４年９月13日（火）５校時（13:25～14:10）体育館

（１）本時の目標

・力試しの動きをして遊ぶことができるようにする。

・友達のよい動きを見付け、褒めたり、頑張っていたら応援したり、うまくいかなかったときは励ましたりすることができるようにする。

・順番やきまりを守り誰とでも仲よくしようとすることができるようにする。

（２）展開

分	学習の内容や活動（◎予想される児童の反応）	指導上の留意点（○指導 □支援や配慮 ◆評価規準）
はじめ5分	１．リズム体じゃんけんをする。 ・持ち物を指定された場所に置く。 ・リズムに合わせて体を動かす。 ・二人から三人のグループで体じゃけんをする。 ２．健康観察・挨拶をする。 ３．やさしさの木を確認する。 ４．本時の見通しを持つ。	○動物の動きやリズム遊びで行った動きを取り入れる。 ○前時のほめほめタイムで新しく出た言葉を振り返る。 ○宝島の地図を見ながら本時の運動について説明する。
	力を　しっかり　だす　うごきを　して　たからじまを　すすもう	
なか35分	５．レスキュー隊 ・運動の行い方を知る。 段ボールの上に仰向けで乗っている友達を、周りに置いてある障害物に当たらないようにしながら、足を引いてゴールまで運ぶ。 ・運動のきまりを確認する。 ・一人を二人で運ぶ。 ・一人を一人で運ぶ。 【運動の発問】 どういう姿勢で引っ張れば力をしっかり出せるのかな。 ◎体を後ろに倒すようにする。 ◎足を踏ん張る。 ６．ほめほめタイム ・水分補給をする。 ・友達のよかった所を全体で共有する。 【受容間の発問】 誰のどんなところがよかったのかな。 ◎○○さんの力いっぱい引っ張っているのがよかった。 ・タブレットを使って「レスキュー隊」で見付けた友達のよい所を録画する。 ７．島渡り ・運動の行い方を知る。 雑巾か段ボールに座り、括りつけられているロープをたどり移動する。ゴールについたら玉入れの玉（木の実）を拾い自分のチームのバケツに入れる。 ・運動遊びを行う。 ・用具の片付けをする。 ８．ほめほめタイム ・タブレットを使って「島渡り」で見付けた友達のよい所を録画する。	○実際に教員が運動遊びを行いながら説明をする。 ○ゴールまで着いたらハイタッチをするように伝える。 ○安全に運動を行うためのきまりを伝える。 ◆主体的に運動に取り組む態度③ 順番やきまりを守り誰とでも仲よくしようとしている。 （観察・発言） ○児童から行い方のコツを聞き、全体で共有する。 ○体の使い方を気にしながらもう一度運動遊びを行うように伝える。 ○ほめほめタイムでは、よい所だけでなく、誰のどんな所がよかったのかを具体的に言えるように指導する。 ○タブレットの渡し方や順番を全体で揃えて行う。 ○運動遊びは、音楽を流しながら行うことで児童が楽しく取り組めるようにする。 ○友達の動きを見て、よい所を見付けたら、その場で伝えられるとよいことを伝える。 ○友達のよい所を言っている児童をマイクを通して褒める。 ◆知識・技能⑤ 力試しの動きをして遊ぶことができる。 （観察・学習カード） ○最初のほめほめタイムと同様にタブレットの渡し方などを統一して行う。
まとめ5分	９．本時の学習を振り返る。 ・学習カードを記入する。 10．体調確認・挨拶をする。	

【授業としての振り返り】音楽を流して運動を始めることで、楽しい雰囲気で授業を始めることができている。「レスキュー隊」では下に敷く段ボールがずれてしまったり、「島渡り」で段ボールに立った状態で進もうとしたりと想定できていなかったことがあった。安全のためにも、想定を十分にしておくことが重要だと感じた。

【研究の視点からの振り返り】「ほめほめタイム」がスムーズにできるようになっていると感じた。よい所の伝え方に関しても、誰の何がよかったのかを伝えることができるようになっている。さらに、語彙を増やしたい。

【本時の展開】　（６／８時間目）　令和４年９月15日（木）　１校時（8:50～9:35）　体育館

（１）本時の目標

・用具を操作する動きをして遊ぶことができるようにする。

・友達のよい動きを見付け、褒めたり頑張っていたら応援し、うまくいかなかったときは励ましたりすることができるようにする。

・多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組もうとすることができるようにする。

（２）展開

分	学習の内容や活動（◎予想される児童の反応）	指導上の留意点（○指導 □支援や配慮 ◆評価規準）
はじめ5分	１．リズム体じゃんけんをする。 ・持ち物を指定された場所に置く。 ・リズムに合わせて体を動かす。 ・二人から三人のグループで体じゃけんをする。 ２．健康観察・挨拶をする。 ３．やさしさの木を確認する。 ４．本時の見通しを持つ。	○動物の動きやリズム遊びで行った動きを取り入れる。 ○前時のほめほめタイムで新しく出た言葉を振り返る。 ○宝島の地図を見ながら本時の運動について説明する。
	ボールを　じょうずに　つかって　たからものを　ゲットしよう	
なか35分	５．宝キャッチ ・運動の行い方を知る。 一人１つずつボールを持ち、真上に投げてからキャッチする。これを様々な動作をつけて行う。 ・真上にボールを上げてキャッチする練習をする。 ・手を叩いてからキャッチをする。 【運動の発問】 ボールを上手くキャッチするためにどうすればよいのかな。 ◎しっかりボールを見る。 ◎真上に上げる。 ・自分で考えた動きを取り入れてキャッチをする。 ・チームで円になり一人ずつ真ん中で気に入った動きを入れた宝キャッチの仕方を発表をする。 ６．ほめほめタイム ・水分補給をする。 ・「宝キャッチ」で見付けた友達のよい所をタブレットに撮る。 ７．宝運び ・運動の行い方を知る。 二人の体の間にボールを挟んで運ぶ。 ・グループの友達と二人組になりボール運びをする。 ・チームで時間内に何個ボールを運べるかを数える。 ８．ほめほめタイム 【受容感の発問】 今まで、冒険を一緒にした仲間になんて言おうかな。 ◎今まで、一緒に運動してくれてありがとう。	○最初の並び順のままで距離を十分とって行うようにする。 ○ボールが遠くに跳んだ場合無理をして追わないようにすることを伝える。 ○教員が前で手本を見せて行う。 ○ボールを上に投げるとき、最初は低くめに投げ、徐々に高くする。 ◆知識・技能④ 用具を操作する動きをして遊ぶことができる。（観察） ○よい所を見付けたら、その場で伝えるように伝える。 ○友達が発表した後は拍手をするように伝える。 ○前時に引き続き、友達のよかった所を伝えるときは、誰のどんな所がどんなふうに、よかったのかを言うように指導する。 ○ほめほめタイムのペア以外の友達のよい所を見付けた場合は、その友達のタブレットにも録画していいことを伝える。 ○教員が体のどこで運ぶのかを指定する。 ◆思考・判断・表現④ 多様な動きをつくる運動遊びで、友達のよい動きを見付け褒めたり頑張っていたら応援したり、うまくいかなかったときは励ましたりするなどして、考えたことを友達に伝えている。（観察・学習カード・発言） ○宝の地図のスタートからゴールまで一緒に協力した友達に感謝の気持ちを伝えるように指導する。
まとめ5分	９．本時の学習を振り返る。 ・学習カードを記入する。 10．体調確認・挨拶をする。	

【授業としての振り返り】運動の発問の際に、早く運動を行いためか、話を聞く姿勢がとれていない児童がいた。メリハリをつけるためにも、話を聞く時間と運動を行う時間でしっかりと指示を出せるようにしていきたい。

【研究の視点からの振り返り】「宝キャッチ」では、拍手や「すごい」などの肯定的な関わり合いが活発になると予想していたが、声かけは多くなかった。拍手や声かけなど見る側の準備ができるように、運動を行う児童が「これから〇〇をします」とやることを周りに伝えることができるとよかった。

【本時の展開】　（７／８時間目）　令和４年９月16日（金）　２校時（9:40～10:25）　体育館

（１）・本時の目標

・多様な動きをつくる運動遊びの行い方について、言ったり実際に動いたりすることができるようにする。

・運動遊びをする場や使用する用具を変えながら、楽しくできる遊びを選ぶことができるようにする。

・多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組もうとすることができるようにする。

（２）展開

分	学習の内容や活動（◎予想される児童の反応）	指導上の留意点（○指導 □支援や配慮 ◆評価規準）
はじめ20分	１．リズム体じゃんけんをする。 ・持ち物を指定された場所に置く。 ・リズムに合わせて体を動かす。 ・二人から三人のグループで体じゃけんをする。 ２．健康観察・挨拶をする。 ３．やさしさの木を確認する。 ４．本時の見通しを持つ。 ５．今までタブレットに録画した動画を見る。 【受容感の発問】 褒められるとどんな気持ちになるのかな。 ◎うれしい。 ◎一緒に運動してよかった。 ６．ほめほめタイムのペアを確認する。 ・競争することを知る。 【受容感の発問】 勝ったチームと負けたチームにどんな言葉を言えばいいのかな。 ◎よく頑張ったね。 ◎次は勝てるよ。	○動物の動きやリズム遊びで行った動きを取り入れる。 ○前時のほめほめタイムで新しく出た言葉を振り返る。 ○自分のよい所を友達から褒めてもらえたことから、褒められることのよさに改めて気付くようにする。 ○やさしさの木から「褒めてくれてありがとう。」という言葉に注目させ、褒めることも褒められることもよいことだと気付くようにする。 ○同じチームの中でペアを変えることを伝える。 ○本時では競争があることを伝え、勝ったチームと負けたチームそれぞれにどのような声かけをすべきか考えるように伝える。 ○負けてしまっても言葉をかけられることによってもう一度頑張ってみようと思えるようになることを伝える。
	みんなで　ゲームを　たのしもう	
なか20分	７．宝運びゲーム ・運動の行い方を知る。 三人から四人のグループでボールを体に挟んで、ゴールまで持っていく。ボールを持って行った個数分玉入れの玉（木の実）を取り、自分のチームのバケツに入れる。 ・練習をする。 ・作戦会議をする。 どのようにボールを運んだら多く運べるかを相談する。 ・運動遊びをする。 ・バケツの中の玉を数える。 ・結果発表を聞く。 ８．ほめほめタイム	○一度にボールを運ぶ数や運び方は、チームの中で考えて変えてよいことを伝える。 ○チームを半分に分け、前半と後半に分かれてゲームをすることを伝える。 ◆思考・判断・表現① 運動遊びをする場や使用する用具を変えながら、楽しくできる遊びを選んでいる。（観察・学習カード） ○前半のグループがゲームをしているときに、後半のグループは、青い板の上（ほめほめ島）で待機するように伝える。 ○玉の数を黒板に記入し、結果発表をする。 ○時間があればもう一度作戦会議をし、ゲームを行うよう伝える。 ◆知識・技能② 多様な動きをつくる運動遊びの行い方について、言ったり実際に動いたりしている。（観察・発言） ○新しいペアでほめほめタイムをするように伝える。
まとめ5分	９．本時の学習を振り返る。 ・学習カードを記入する。 10．体調確認・挨拶をする。	

【授業としての振り返り】動画を見ることに時間がかかってしまったので、運動の行い方の説明時間がほとんど取れず、ルールを理解していないチームがある中でゲームを進めてしまった。タイムマネジメントが難しかった。

【研究の視点からの振り返り】条件が違う中でのゲームであったため、「相手チームはずるい」と感じてしまう児童もいた。勝ち負けにこだわらず、勝ったチームにも負けたチームにも優しく声かけをしたくなるようにするには、ルールが大切だと感じた。

【本時の展開】　（８／８時間目）　令和４年９月20日（火）　５校時（13:25～14:10）　体育館

（１）本時の目標

・多様な動きをつくる運動遊びの行い方について、言ったり実際に動いたりすることができるようにする。

・工夫した楽しい遊び方を友達に伝えることができるようにする。

・多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組もうとすることができるようにする。

（２）展開

分	学習の内容や活動（◎予想される児童の反応）	指導上の留意点（○指導 □支援や配慮 ◆評価規準）
はじめ5分	１．リズム体じゃんけんをする。 ・持ち物を指定された場所に置く。 ・リズムに合わせて体を動かす。 ・二人から三人のグループで体じゃけんをする。 ２．健康観察・挨拶をする。 ３．やさしさの木を確認する。 ４．本時の見通しを持つ。	○動物の動きやリズム遊びで行った動きを取り入れる。 ○前時の授業後に自主的に用具の片づけを行った児童を紹介する。 ○最後のほめほめタイムは、チームで行うことを伝える。 ○ほめほめタイムで、どのようなことを伝えるべきかを説明しながら、後で見直せるように掲示しておく。
	たきを　くぐって　しまから　出よう	
なか25分	５．宝島一周 ・運動の行い方を知る。 雑巾か段ボールに乗り、括りつけられているロープを引き、滝をくぐってゴールまで移動する。 ・用具の準備をする。 ・一人ずつ運動遊びを行う。 【運動の発問】 力を出すためには、どんな姿勢がいいのかな。 ◎体を後ろに倒した姿勢 ◎５時間目と同じ姿勢 ６．ほめほめタイム ・タブレットを全員持って半円状にゼッケンの番号順に並ぶ。 ・一番大きい番号の児童が真ん中に入り、全員からよい所を発表してもらう。 ・順番に同じことを繰り返す。 ・チーム全員のほめほめタイムが終わったら、褒められた気持ちを自分のタブレットに録画する。	○本単元の５時間目に行った島渡りと同じ動きになることを伝え、引っ張るときの姿勢について振り返る。 ○障害物としてコーンにバーを付けた滝をロープの中間に置く。 ○前の人が滝を潜り抜けたら次の人が出発するように伝える。 ○ロープは後ろの人が持って張った状態にしておくように伝える。 □見学の児童は、ゴールまでたどり着いた児童とハイタッチをしてから、「頑張ったね」と声をかけるように伝える。 ○友達が運動をしているときは、積極的に声かけをするように伝える。 ◆主体的に運動に取り組む態度② 多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組もうとしている。（観察・発言） ◆思考・判断・表現④ 多様な動きをつくる運動遊びの動き方を知るとともに、友達のよい動きを見付けている。 （観察・発言・学習カード） ○友達からよい所を聞く児童は、自分のタブレットを持ち話している友達の様子を録画する。 □よい所を言うことが難しい児童には、後で言ってもよいことを伝える。
まとめ15分	７．本時の学習を振り返る。 ・宝島の宝物を知る。 ・学習カードを記入する。 ８．体調確認・挨拶をする。	○宝島を通してやってきた運動がこれからの運動につながっていることを伝える。 ○宝島の冒険は、一緒に運動をする友達がいないとできないことを伝え、友達の大切さに気付かせる。

【授業としての振り返り】初めてイラストを使って運動の説明を行った。数名の児童と筆者で手本を見せるよりも説明の時間を短縮することができたため、運動の時間を確保することができた。湿度が高かったため、段ボールが滑りにくくなり運動量が少なくなってしまったことが反省点としてあげられる。

【研究の視点からの振り返り】グループ全員で「ほめほめタイム」を行った。時間がかかることを予想していたが、今までの積み重ねもありスムーズに行うことができた。

６　結果と考察

検証授業で得られたデータを基に、検証の視点（pp. 13-15参照）に沿って仮説を検証することとする。

また、各授業及び事前・事後アンケートの標本数は表13のとおりである。各時間における標本数の違いは、欠席者などによるものである。また、単元を通して４時間以上の見学か欠席をした児童は、研究の趣旨を伝えきれないと判断し、対象から外すこととした。割合（%）表記のグラフ（図14・図15）に関しては、小数点以下を四捨五入しているため、100%にならない場合がある。

表13　各授業及び事前・事後アンケートの標本数

時間	1	2	3	4	5	6	7	8
児童数（人）	28	29	28	30	27	26	27	27
事前アンケート（９月２日）：31人				事後アンケート（９月20日）：28人				

（１）肯定的な関わり合いができていたか

ア　運動中の声かけができていたか

授業では、友達の運動を見る時間を設け、頑張っている友達を応援することや友達のよい所を見付けたら褒めるなど、積極的に声かけを行うように指導をした。

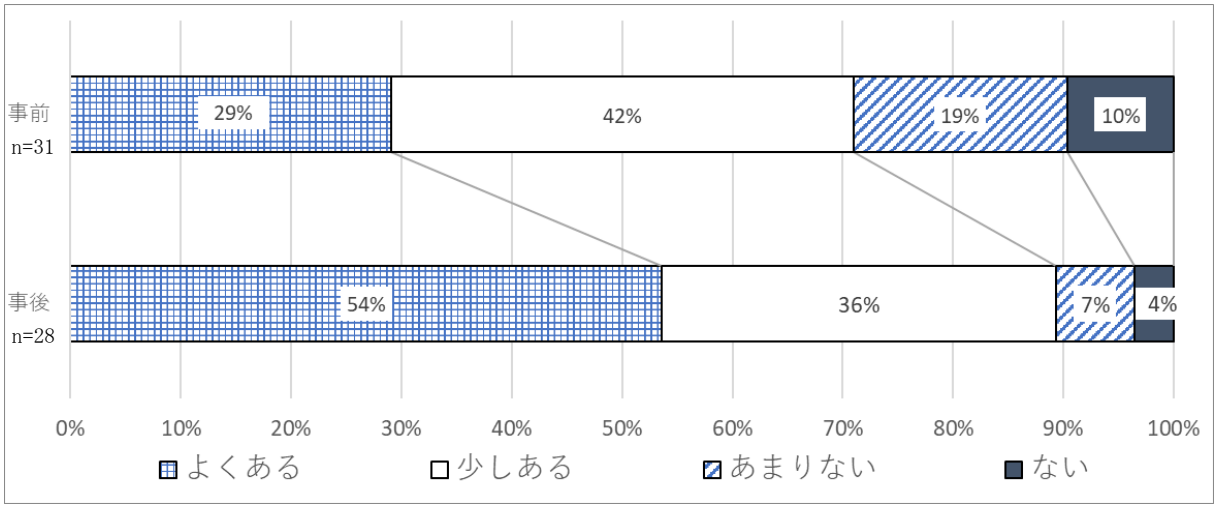


図14　運動中、友達に声かけをしたことがあるか

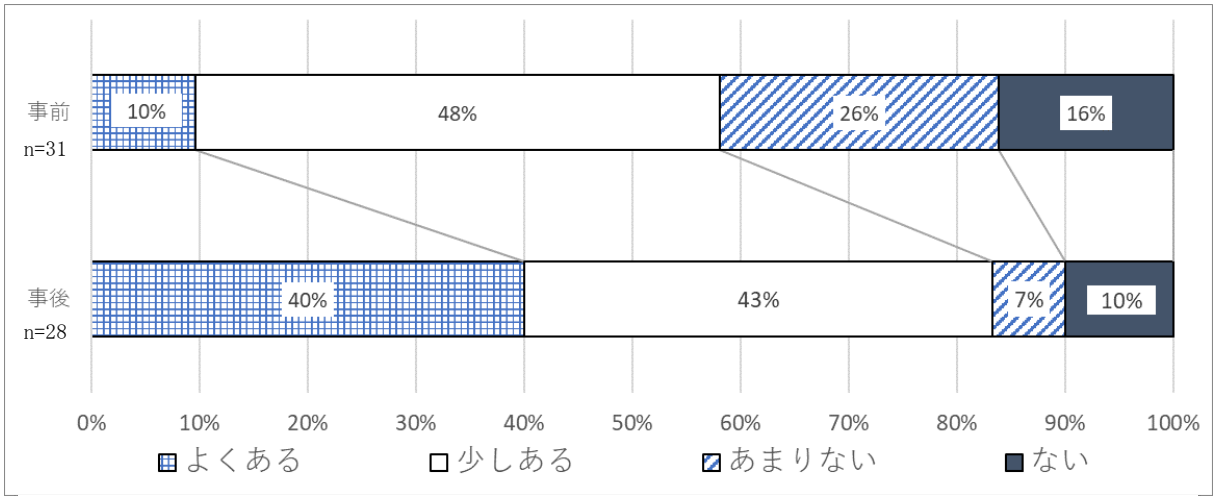


図15　運動中、友達から声かけをされたことがあるか

図14は、事前・事後アンケートで「体いくの　じゅぎょうで　友だちに『がんばれ』『すごい』『おしい』などと　言ったことが　あります」の質問に対する回答の割合を比較したグラフである。「よくある」と回答した児童は、事前では29％だったが事後では54％と25ポイント増加した。単元を通して、教員が「〇〇さん、縄を回すのが上手だね」などと児童のよい所を具体的に褒めることで、どのように友達を褒めればよいのかが分かり、少しずつ応援する児童が増えていったと考える。特に３時間目からは、友達の運動を見る時間と自分が運動をする時間に分けたことや、友達に声かけをするための場所として「ほめほめ島」を設けたことで積極的に声かけをすることに集中できたのだと思われる。また、一生懸命に友達を応援している児童を教員がマイクを通して褒めるようにしたことで、それを聞いた他の児童も応援を始め、少しずつ全体での応援ができるようになった。このことが体育の授業で声かけしたことがある児童の割合が高まった要因ではないかと考える。

図15は、事前・事後アンケートで「体いくの　じゅぎょうで　友だちから『がんばれ』『すごい』『おしい』などと　言われたことが　あります」の質問に対する回答の割合を比較したグラフである。「よくある」と回答した児童は、事前では10％だったが事後では40％と30ポイント増加した。図14の結果から運動している友達に対して声かけをすることができる児童が増えたことで、声かけをされた児童の割合も増加したものと考える。

「ほめほめタイム」の際に、「友達と応援することが楽しかった」「〇〇さんの応援が上手だった」などと発言している児童がいたことからも、児童同士で積極的に声かけを行えていたと考えられる。

イ　「ほめほめタイム」（お互いを褒める活動）について

運動の間の時間と授業のまとめの時間に「ほめほめタイム」（pp. 27-28参照）で、タブレットを使って友達のよかった所や感謝の気持ちを伝えるようにした。

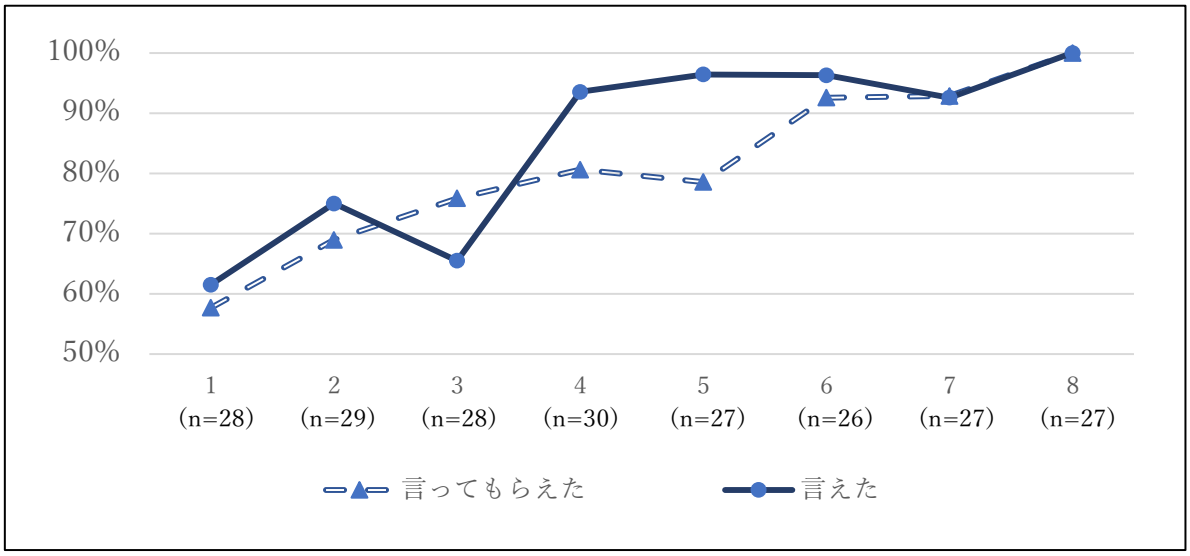


図16　「ほめほめタイム」でお互いによい所を伝え合えたか

（ア）友達のよい所を言えたか

図16は「『ほめほめタイム』でお互いによい所を伝え合えたかどうか」についての質問に対する回答の割合を示したグラフである。実線は、「ほめほめタイムで　友だちのよいところを　言えましたか」の質問に対する回答の割合である。１時間目から３時間

目までは低く、４時間目に大きく高まっている。１時間目から３時間目までは、運動時間を確保するため、授業の最後に「ほめほめタイム」の時間を取っていた。「ほめほめタイム」は、一度行うことができれば十分だと考えていたが、運動に夢中になった児童は、友達のよい所を探すことができなかったり、「ほめほめタイム」があることを忘れていたりした。そのため、４時間目からは授業の中間にも「ほめほめタイム」の時間を設けることにした。回数を増やすことにより、１回目の「ほめほめタイム」で友達のよい所を言えない児童がいても、その児童に教員が「２回目までにペアのよい所を見付けよう」と伝えることで、児童にペアのよい所を見付けようという意識付けができ、よい所を見付け伝えられるようになったものと考える。

（イ）友達からよい所を言ってもらえたか

図16の点線は「ほめほめタイムで　よいところを　言ってもらえましたか」の質問に対する回答の割合である。１時間目から５時間目までは、「言ってもらえた」の割合が少しずつ増加している。これは「ほめほめタイム」で友達のよい所を見付けられる児童が増えたためと考える。６時間目に大きく高まっている要因として、授業後にタブレットの動画を見る時間を設けたことで友達によい所を「言ってもらえた」と感じる児童が増えたと考える。

（ウ）「ほめほめタイム」における児童の様子と言葉の変容

１時間目は、単元の導入であり、運動遊びの楽しさや体を動かす心地よさを感じとる時間を多くとりたいと考え、「ほめほめタイム」は口頭で直接相手に伝えるようにした。

２時間目からタブレットを使い、動画を撮りためるようにした。三から四人のグループに分かれ、グループ全員のよい所を探すように指導した。動画の撮り方は事前に指導していたため、スムーズに操作することができたが、ほとんどの児童は、友達のよい所を見付けることができなかった。友達のよい所を見付けた児童の半分以上が「〇〇がよかった」と一言のみタブレットに向かって発言をしていた。

３時間目の導入で、児童の語彙を増やす手立てとして「やさしさの木」の説明をした。児童が見つけた友達のよい所を花や葉っぱの形の紙に書き、宝島の「やさしさの木」に貼り貯めていくことで、児童が他の児童の様々な言葉を獲得し、声かけの語彙を増やすことができると考えた。「ほめほめタイム」については、ペアを作ることによって、ペアのよい所を集中して探せるようにした。一方が運動をしているとき、もう一方が運動の様子を見るようにすることで、よい所を探すための時間を作ったが、よい所を見付けられず「ほめほめタイム」で発言できていない児童も見られた。また、児童が何を言おうかと考えてから動画を撮り終わるまでの時間が、10分以上かかってしまうことがあった。

４時間目からは、「ほめほめタイム」を授業の中間にも取り入れ、３分程と時間を決めて行った。発言できない児童がいる場合は、次の「ほめほめタイム」までに言うことを考えておくように伝えた。授業の導入では、前時の児童の発言から「速い」「上手」「頑張ってたね」などの友達を褒める言葉を「やさしさの木」を使って紹介した。その結果、４時間目は94％の児童が友達のよい所を見付け、伝えることができたと回答している。

５時間目の「ほめほめタイム」では、これまでタブレットに向かって友達のよい所を伝えていたが、タブレットを通して伝えると誰に対して話しているのか分かりづら

いところがあったので、よい所を伝える際に「〇〇さんの～がよかったです」と最初にペアの名前を言い、その後に何がよかったのかを伝えるように指導した。これまで、「〇番の～がよかったです」とペアをゼッケンの番号で呼んでいた児童も「〇〇さんの～がよかったです」とペアの名前を言ってから褒めるというように言葉に変容が見られた。

図17　８時間目の「ほめほめタイム」の様子

６時間目は、「宝島の宝をゲットした」という宝島の冒険のストーリーの区切りだったため、「今まで一緒に冒険してくれた友達に感謝の気持ちを伝えよう」と感謝の気持ちを伝えることに限定して「ほめほめタイム」を行った。これまでの「ほめほめタイム」では出てこなかった「～してくれてありがとう」「〇〇さんが～してくれたから頑張れました」などの感謝の気持ちを伝えることができた。児童の表情も柔らかく、とてもよい雰囲気で行うことができた。

７時間目は、友達だけではなく、他の友達とも肯定的な関わり合いを築くことができるように「他の友達のよい所も探してみよう」と児童に伝え、ほめほめペアを組み直した。７時間目にもなると、「やさしさの木」にはたくさんの言葉が集まっており、それを参考にして発言できるため「ほめほめタイム」での発言も多様な表現が見られるようになった。５時間目と同様にペアによかった所を伝える時には、必ず名前を付けることや、何がよかったのかを具体的に伝えることを確認し、「ほめほめタイム」を行った。新しいペアになっていたため、何を言えばよいのか戸惑った様子があったが、ほとんどの児童がペアによい所や感謝の気持ちを伝えることができた。

８時間目は、図17のようにチーム全員で「ほめほめタイム」を行った。一人が前に出てタブレットを持ち、友達が言う言葉を録画するようにした。一人に対しチーム全員からよい所や感謝の気持ちを言ってもらうことができるため、児童が周りから認めてもらえていると感じることができると考えた。また、今まで友達のよい所をうまく伝えることができていない児童も、周りの児童を手本にして友達のよい所を伝えることができた。これらの取り組みの結果、図16の「『ほめほめタイム』でお互いによい所を伝え合えたか」の質問で「言ってもらえた」「言えた」の割合が最後の８時間目には共に100％になったものと考える。

表14　「ほめほめタイム」でゼッケンの青２と紫４の児童が言った言葉の変容

時間	青２のゼッケンの児童	紫４のゼッケンの児童
2	バランスがよかったです。	〇〇さんのバランスがよかったです。
3	５番の頑張れって言う所がうまかったです。	〇〇さんのクモがうまかったです。
4	５番の「せーの」って言ったらすぐ立ってくれるところがめっちゃよかったです。	〇〇さんの二人で立つやつがうまかったです。
5	〇〇さんの紐を引っ張るのが上手でした。	ロープを引っ張るのがうまかったです。
6	〇〇さんへ　ほめてくれてありがとう。	〇〇さんへ　いつも教えてくれてありがとう。
7	〇〇さんが応援一緒にしてくれて楽しかったです。	〇〇さんと協力したから二人で２個ボールを運べました。
8	〇〇さんのロープをぎゅうぎゅう引っ張る所がとてもよかったです。	〇〇さんが力いっぱいロープを引っ張っている所がすごかったです。

「ほめほめタイム」の発言の内容に特に大きな変容が見られたのが、ゼッケンの青２と紫４の児童である。表14に示すように単元の前半はペアの何がよかったのかを伝えることができていたが、どんな動きがよかったのかを具体的に伝えられていなかった。青２の児童に関しては、ペアを名前で呼ばずにゼッケンの番号で呼んでいたが、名前を言ってからよい所を伝えるように指導した後は、ペアのことを名前で呼ぶようになった。青２の児童も紫４の児童も７時間目には、ペアのよい所だけでなく一緒に活動できたことに対しての気持ちや成果を伝えていた。単元を通して各時間の導入では、ペアのよい所を具体的に伝えることができた児童の発言を紹介するようにした。その結果、８時間目にはロープを引っ張る動きについて、「ぎゅうぎゅう引っ張る」「力いっぱい引っ張る」など、どのような動きがよかったのかを詳しく伝えることができるようになった。このように、相手によかった所を伝える活動を継続して行うことや、「やさしさの木」のように他の児童が褒める時に使った言葉を紹介し、掲示することで伝えたいことが具体的に伝えられるようになった（表15参照）。

表15　各チームの「ほめほめタイム」の発言

時間	青５	オレンジ４	黄２	緑１	紫５
2	未提出	未提出	バランスがうまかったです。	バランスをとってあるいていた所が上手です。	○○さんの渡るのがうまかったです。
3	２番のよかった所は行動が速かったです。	未提出	○○ちゃんアザラシ頑張っていたね。	○○さんの競争の速さが速かったです。	○○さんのクモが上手でした。
4	２番のよかった所は「せーの」と言うとすぐに立ってくれる所です。	タイミングがよかったです。	○○ちゃん海賊につかまったときは頑張っていたね。	○○さんの跳ぶタイミングが上手でした。	○○さんが立ち上がるのがうまかったです。
5	４番のよかった所は回すのがうまかった所です。	未提出	○○ちゃん溶岩の所上手だったね。	○○さんのロープを引っ張る所がすごかったよ。	○○さんのロープを引っ張るのが上手でした。
6	○○さん今まで協力してくれてありがとう。	○○さんへ 今まで応援をありがとう。	○○ちゃんいつも見てくれてありがとう。	一緒に冒険してくれてありがとう。	今まで褒めてくれてありがとう。
7	○○さんがいっぱい応援してくれたから頑張れました。	ボールを運ぶのが速かったです。	○○くん応援する所が上手でした。	○○さんが一緒に手を繋いでくれたおかげで速くできました。	○○さんがボールを２個運んでいたのがすごかったです。
8	○○さんが後ろで紐を引っ張ってくれた所がよかったです。	ロープを力を込めて進んでいたのがすごかったです。	ロープを引っ張るのが上手でした。	○○さんがロープを持っていてくれたたおかげで上手にできました。	○○さんは見学だけどすごい応援してくれました。

（２）受容感・運動有能感を高めることができたか

本実践の有効性を「運動有能感」の視点から考察するために、岡澤らの作成した運動有能感測定尺度（pp. 14-15参照）を事前・事後アンケートで実施した。各項目の回答を「そう思う」を５点、「少し思う」を４点、「どちらでもない」を３点、「あまり思わない」を２

点、「全然思わない」を１点として、12項目の全体及び因子ごとで有意差（ｔ）検定を行った。

表16　「運動有能感」の全体の得点の変化

	事前	事後	有意差
全体（運動有能感） n=(26)	46.2 (7.40)	49.1 (8.25)	＊（p<.05）
受容感 n=(26)	14.9 (2.53)	16.1 (3.22)	＋（0.05<p<0.1）
身体的有能さの認知 n=(25)	14.0 (3.64)	15.3 (3.73)	** (p<.01)
統制感 n=(26)	17.3 (2.79)	17.8 (3.04)	ns (.10<p)

表16は、各児童の運動有能感の事前と事後の因子ごとの平均得点と合計の平均得点を算出した結果（カッコ内は標準偏差）である。本研究では有意水準を５％として、事前と事後でJs-STAR XR+release1.5.0j(統計ソフト)を使い、参加者内のt検定(平均値の差の検定)を行った。そしてその結果を有意差の列に示した。有意差の記号**は1%水準で有意、*は５％水準で有意、＋は有意ではないが、あと少しで有意、nsは有意差なしを意味する。

ア　受容感

表17の受容感測定のための質問項目をもとに受容感を測定した表16の受容感では、有意な高まりは認められなかったが、平均値の増加が見られた。

表17　受容感の各項目においてのｔ検定の結果

質問番号	質問項目	事前	事後	結果
5	体育をしているとき、先生が頑張れと応援してくれます。	4.3 (0.76)	4.2 (1.01)	ns(.10<p)
6	体育をしているとき、友達が頑張れと応援してくれます。	3.4 (1.11)	4.5 (1.37)	**(p<.01)
7	体育の時間、一緒にしようと誘ってくれる友達がいます。	3.7 (1.02)	3.7 (1.30)	ns(.10<p)
9	体育の時間、一緒に練習する友達がいます。	3.5 (1.01)	3.6 (1.34)	ns(.10<p)

※「質問番号」は、pp.14-15「小学校低学年用運動有能感測定尺度」の表の項目番号

表17は、受容感を測定するための四つの質問項目で、その事前と事後の結果と有意差（t）検定の結果である。

質問番号６の「体育をしているとき、友達が頑張れと応援してくれます」については１％水準の有意な高まりが見られた。本研究では、児童同士の声かけができるように計

画的に授業を展開したが、質問番号７と９の友達を誘ったり一緒に練習したりするなど友達と一緒に活動することについて、有意差は見られなかった。これについては、友達と一緒に練習したりする十分な計画が立てられなかったことが原因と考えられる。また、質問番号５の「体育をしているとき、先生が頑張れと応援してくれます」については、事前4.3と事後4.2と高い数値を示しており、天井効果が働いていたと考えられる。

しかし、受容感全体の平均値は事前と事後で1.2点増加した。また、事後アンケートの「体育の感想」で、「ほめほめタイムで一番最初の島では、全然褒めることがなかったり、全然人に言えなかったりしたけど言えるようになってとっても嬉しいです」と記述した児童がいたことや、８時間目に全ての児童が友達のよかった所を「言ってもらえた」「言えた」と回答していることから、単元を通して友達同士の関わり合いが深まり、表16の受容感の事前14.9点から事後16.1点の増加が見られたものと推察される。

イ　身体的有能さの認知

表18　身体的有能さの認知測定のための質問項目

質問番号	質問内容
1	運動（体育）がよくできると思います。
2	ほとんどの運動（体育）は上手にできます。
8	体育の時間、上手な見本によく選ばれます。
10	運動（体育）が得意な方です。

表18の身体的有能さの認知測定のための質問項目をもとに測定した表16の身体的有能さの認知では、事前14.0、事後15.3と1.3ポイント増加しており、１％水準の有意な高まりが見られた。これは、「体つくりの運動遊び」にある、誰もが楽しめる手軽な運動遊びを多く取り入れたことで「できた」という実感を味わえたことが要因と考える。

図18　２時間目の運動遊びの様子

１時間目の「体ほぐしの運動遊び」の風船を使った運動遊びでは、風船を使うことではじくことが容易になり、グループで風船を落とさないように移動することができた。

２時間目（図18）は、最初はグループで行い、慣れてきたらチームで行うなど児童の様子によって難易度を少しずつ上げて行けるようにしたことで、夢中になって取り組み、達成感を味わうことができたと考えられる。

３時間目のサーキットの運動遊びでは、運動が苦手な児童もそれぞれのコースをゴールできるように場の工夫をしたことで、最後まで楽しそうに取り組んでいた。

４時間目は、背中に互いの体重をかけて立つことができている児童が少なかったが、腕を組んだ状態で立てることが「できた」という喜びにつながっているようだった。後半の大縄では、運動が苦手な児童でも簡単に跳び越えられるような「ヘビ」から始めることで、縄に対する恐怖心を少しでも減らすことができるようにした。その結果、運動が苦手な児童でも意欲的に取り組むことができていたと考えられる。

５時間目の前半（図19）の「レスキュー隊」では、一人で一人を運ぶことが難しい場合は、二人で協力して一人を運んでもよいことにしてたため、全ての児童が友達をゴールまで運ぶことができた。後半は、ロープをたどってゴールまで行くという運動遊びでは、ロープを引く力が弱くても乗り物を段ボールから雑巾に変えるなどして用

具を工夫することで全員がゴールまで行くことができた。

６時間目の前半の運動遊びでは、一人で練習をしてからチームごとに円になり、一人ずつ円の真ん中で練習した技を発表する時間をとった。次々と交代しながら自分で考えた技を披露している児童の姿が見られた。友達の発表が終わったら拍手をするように指導していたため、拍手をもらって嬉しそうな笑顔を見せる児童がいた。後半の、二人組になりボールを体の間に挟んで移動する運動遊びでは、途中でボールを落としてしまう児童もいたが、友達と声をかけ合いながら最後までボールを運んでいた。

図19　５時間目の運動遊びの様子

７時間目は、６時間目と同じボール運びを、人数を増やして行った。人数を増やすことによって難易度も上がったが、多くの友達と関わることができるため、二人組でボール運びを行った時よりも楽しそうに運動に取り組む姿が見られた。途中でボールが落ちてしまっても、笑顔で声をかけ合ってゴールまで運ぶ姿があった。

８時間目の「宝島一周」は、図20のように５時間目と同様の運動を行った。難易度を上げるためにロープを長くし、滝をくぐってゴールという設定を付け加えた。当日は、湿気で段ボールが滑りにくくなかなか進まない状況もあったが、「頑張れ」という声かけや「こうするといいよ」という教え合いがあり、全員がゴールまでたどり着くことができていた。

図20　８時間目の運動の様子

単元を通して、全員が楽しんで運動を行うことができたことや、「ほめほめタイム」で「上手だね」「すごいね」と言う声かけをされたことが自信につながり、身体的有能さの認知の高まりにつながったのではないかと推察される。

ウ　統制感

表19　統制感測定のための質問項目

質問番号	質問内容
3	練習すれば、必ず運動（体育）がうまくなると思います。
4	頑張れば、ほとんどの運動（体育）がうまくなると思います。
11	少し難しい運動（体育）でも、頑張ればできると思います。
12	できない運動（体育）でも、諦めないで練習すれば、 できるようになると思います。

表20　オレンジチームの統制感の得点

	事前	事後
オレンジ１	19	20
オレンジ２	14	16
オレンジ３	12	13
オレンジ４	13	18
オレンジ５	20	20
オレンジ６	10	19
オレンジ７	未	未

表19の統制感測定のための質問項目をもとに測定した表16の統制感については、有意な高まりは見られなかった。事前アンケートの平均が17.3点と高いことから、天井効果が働いていると考えられる。また、大きな変化が見られなかった要因として、単元を通して、同じ運動を何度も繰り返し練習する時間を設けていないことも挙げられる。

しかしながら、表20のオレンジチームの統制感の得点を見ると数的変化のあった児童全員が増加した。

オレンジ７の児童は、友達と関わることが苦手であった。１時間目と２時間目に行った「体ほぐしの運動遊び」では、チームに入ることができず体育館のすみにいたが、３時間目の「体を移動する運動遊び」では、一人ずつコースを進んでいく運動になっていたため積極的に取り組むことができていた。その際、友達から応援されたことや、「ほめほめタイム」でよい所を見付けてもらえたことで、集団や運動に対する意識が変わったと推察される。３時間目以降は、友達と協力してコースを進んだり、ボールを運んだりする運動であったが、積極的に取り組む姿が見られた。オレンジ７とペアになっていたオレンジ６の児童は、統制感が事前の10点から事後の19点になり、９ポイントも増加した。このように、オレンジチームの児童は、オレンジ７の児童が積極的に運動に取り組むようになっていった様子を間近に見て、自分たちもやればできるだろうという気持ちが起き、統制感の数値の高まりにつながったものと推察される。

（３）仮説検証の結果以外でわかったこと

運動・体育を肯定的に捉えていなかった児童の中に、今回の授業を通して肯定的に捉えられるようになった児童も見られた。

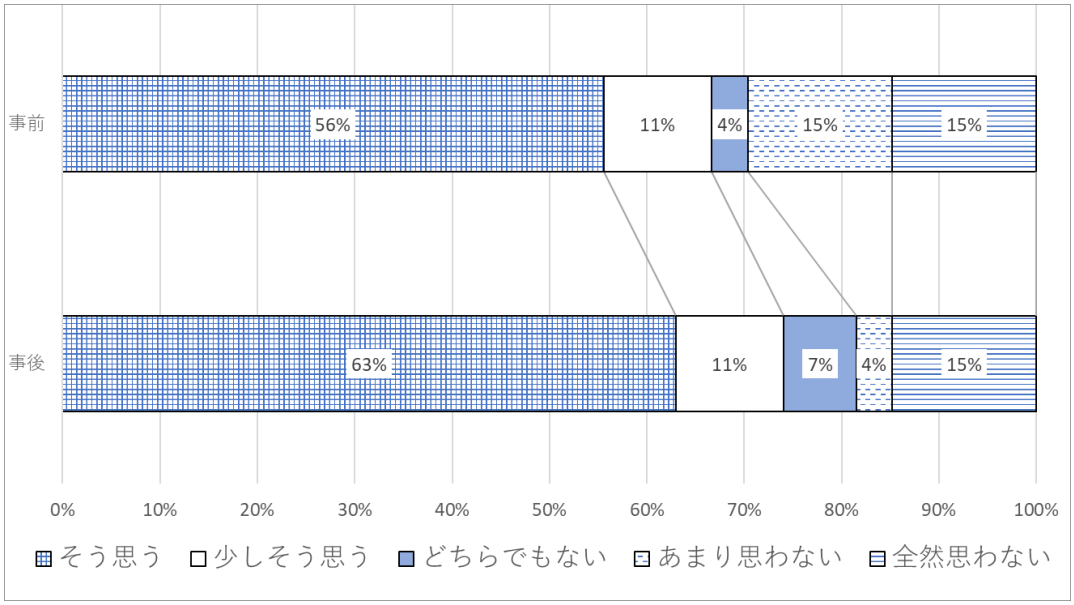


図21「運動することが好きですか」の回答結果(n=27)

図21は、事前・事後アンケートで「運動することが好きですか」の質問に対する回答の割合を比較したグラフである。事前に比べて事後では「あまり思わない」「どちらでもない」と答えた児童が減少し、「そう思う」と答えた児童が７ポイント増加する結果になった。しかし、「全然思わない」と回答した児童は、事前と事後のどちらとも15%と変容が見られなかった。表21は、事前アンケートで「運動することが好きですか」という質問に対して「あまり思わない」「全然思わない」と回答した児童の事後の変容である。八人中三人に高まりが見られた。(「そう思う」５点、「少しそう思う」４点、「どちらでもない」３点、「あまり思わない」２点、「全然思わない」１点とした。)

表21　事前で「あまり思わない」「全然思わない」と答えた児童の変容

	事前	事後
青２	1	3（↑）
オレンジ３	1	1（→）
黄５	1	1（→）
黄６	1	1（→）
オレンジ２	2	3（↑）
オレンジ４	2	4（↑）
オレンジ５	2	1（↓）
紫６	2	2（→）

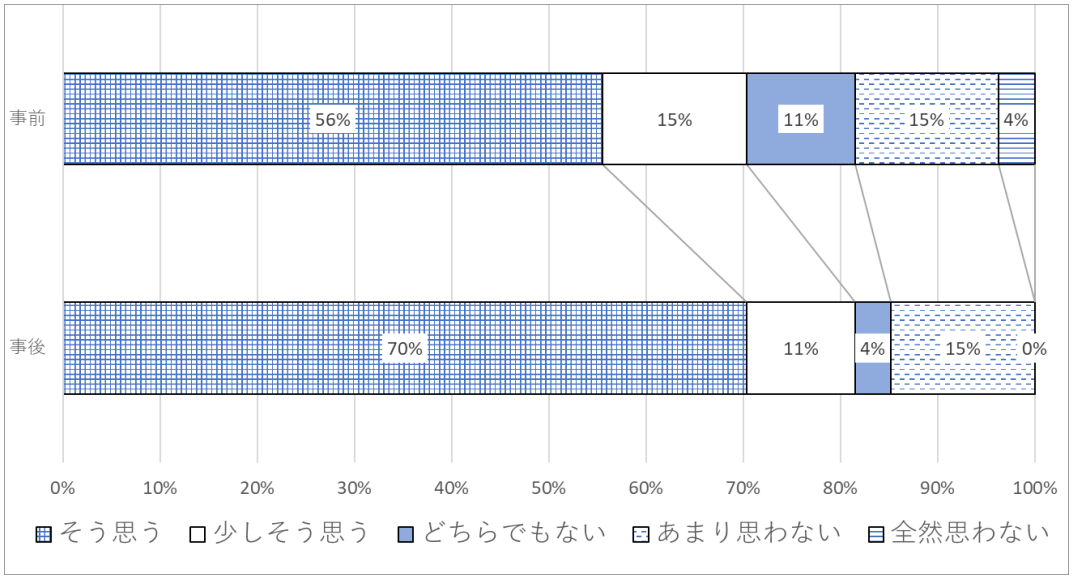


図22　「体育が好きですか」の回答結果(n=27)

図22は、事前・事後アンケートで「体育が好きですか」の質問に対する回答の割合を比較したグラフである。「そう思う」と答えた児童については14ポイント増加している。事前アンケートで「全然思わない」と答えている児童も事前の４％から事後では０％になっており、体育嫌いの児童にとって友達との関わり合いが有効であることが考えられる。表22は、「体育が好きですか」という質問に対して事前アンケートで「あまり思わない」「全然思わない」と回答した児童の事後の変容であるが、五人中三人が増加しており、その内の二人は大きな増加が見られた。

図21と図22を比べ「運動が好き」と答えた児童よりも「体育が好き」と答えている児童が増えていることが分かった。事前と事後で「運動が嫌い」と答えていた児童に個別にインタビューをすると、「今回の体育は楽しかったけど、走ることが苦手だから運動は好きじゃない」と話していた。一単元を通して「体育が好きではない」という児童を「体育が楽しい」「体育が好き」と変容させることができても、「運動が好きではない」という児童を「運動が好き」「運動が楽しい」と思えるようにするには、時間をかけていく必要があると考える。

８時間目の学習カードでは、次に行う体育の単元が「鉄棒」と「マット」であることについて楽しみかどうかを記述するようにしたところ28名中26名が楽しみだと記述しており、中には「たくさん練習してうまくなりたい」と意欲的な意見もあった。事前のアンケートの中で「体育をしていて嫌だなと思うとき」の回答の第２位に「鉄棒」が入っていたが、「楽しみ」と記述している児童が多いことから、意欲的に取り組もうとする姿勢が伺える。

これらのことから受容感に着目し、毎時間運動している友達を応援したり、お互いのよい所を見付け褒め合ったりする学習活動を行うことで、運動や体育に対して肯定的に捉えていなかった児童の中に、今回の授業を通して肯定的に捉えられるようになった児童も見られた。

表22　事前で「あまり思わない」「全然思わない」と答えた児童の変容

	事前	事後
オレンジ３	1	2(↑)
オレンジ５	2	2(→)
紫６	2	2(→)
緑５	2	4(↑)
黄２	2	5(↑)

第４章　研究のまとめ

１　研究の成果と課題

（１）仮説検証から得られた成果

本研究では、「小学校第２学年の『体つくりの運動遊び』において、友達同士の肯定的な関わり合いを築く活動を行うことで、児童の受容感を高め、そのことが運動有能感を高めることに有効であるだろう」と仮説を設定し、前述の検証の視点に基づき、検証を行った。そのまとめを次に示す。

【仮説検証のまとめ】

ア　受容感に着目し、毎時間運動している友達を応援したり、お互いのよい所を見付け褒め合ったりする学習活動を行った。８時間目には大きな声で友達を応援したり、全員が友達のよい所を見付け伝えたりするなど、友達同士の肯定的な関わり合いを築くことができるようになった。

イ　肯定的な関わり合いを築く活動を行った結果、受容感の有意な高まりが見られるまでには至らなかったが、平均値の増加が見られた。身体的有能さの認知については、有意な高まりが見られた。これらのことから、友達同士の「上手だね」「すごいね」などの声かけが、運動に対する自信につながり、そのような肯定的な関わり合いを築くことで、運動有能感全体として有意な高まりが見られたものと推察される。

「体つくりの運動遊び」で様々な運動遊びを取り入れたことにより、１時間目から楽しそうに運動に取り組む児童の姿が見られた。運動遊びの内容も１時間に複数取り入れたことで、飽きずに様々な運動に取り組むことができると共に「もう一回やりたい」という意欲を引き出すことに繋がったと考える。また、「宝島の冒険」というストーリーを作ることによって、登場人物になりきって運動している児童もいたことから、低学年の児童にとって単元全体の運動遊びに意欲的に取り組むことに有効であったと考える。

運動をしている友達を応援することに関しては、自分の運動に夢中になってしまい友達への声かけができる児童が少なかったことから、グルーピングを工夫し、運動をする側と友達の運動を見る側に分けたことで、一生懸命に声をかける児童が見られるようになった。

また、教員が率先して応援することや応援している児童を褒めることが、児童の応援を引き出すきっかけになったと考える。更に、ゲームや競争を取り入れることで、児童が応援したくなるような雰囲気を作ることができた。

応援する、励ます、褒めるなどの声かけについては、「やさしさの木」を活用することによって児童の声かけの語彙を増やし、より具体的に友達によい所を伝えられるようになった。

（２）研究の課題

「ほめほめタイム」で友達にどのようなことを言ってもらえたのかを記録するためＩＣＴを活用したが、タブレットに向かって言っているため、よい所を言ってもらえたという実感が持てるまでに時間がかかった。運動時間の確保と低学年の書く能力を考えると記録するためのツールとしては有効であったと考える。しかし、相手に何かを伝えるということに関しては、よりよい方法を見付ける必要があると感じる。

児童が「やってみたい」と思えるような場をつくるために様々な用具を準備し、運動時間を確保するためにあらかじめ場づくりをした状態で授業を始めた。場づくりには想像以上に時間を要した。担任を持ちながら空いている時間で同じような場を準備することは難しいと感じる。児童が楽しく取り組めることと同時に、担任が限られた用具と時間で準備できる運動にすることで、汎用性を持たせた授業に改善していくべきだと感じた。

本研究では、受容感に着目し運動有能感を向上させることが目的であった。受容感を高めるためには、単元を通して教師が決めたグループで活動するだけではなく、児童が友達を誘って練習する場を設定する必要があると考える。

今回研究に取り組んだ体つくりの運動遊びは、誰もが手軽に行うことができる運動である。一方、他の運動領域では、より複雑な動きを身に付けることが必要となることから、身体的有能さの認知や統制感を高めることが求められる。運動に対して自信がなかったり、苦手だったりする児童にとって、複雑な動きをすぐに身に付けることは難しいと考える。したがって、他の運動領域においては、一人ひとりに応じた動きを身に付けるとともに、より一層受容感を高め、友達同士の肯定的な関わり合いを築くことによって難しい運動であっても諦めずに取り組もうと思えるような指導をする必要があると考える。

２　今後の展望

（１）児童に合わせた運動の難易度の設定

受容感を高める手立てとして、肯定的な関わり合いを築くことができる体育の授業を考えた。低学年の児童が、運動中の友達を応援したり励ましたり褒めたくなるような運動を行わせるには、その運動の難易度の設定が大切であると日本体育大学の岡出美則先生からご指導いただいた。実際に授業を通して、児童の応援が活発であったのは、ゲームや競争など友達同士で競っているときや、簡単すぎない運動をしているときであると感じた。しかし、運動が得意な児童や苦手な児童がいる中で全員にとって適切な運動の難易度を定めることは難しいことである。したがって、全員が同じ用具を使って同じ方法で行うのではなく、一人ひとりが用具や運動の行い方を「選ぶ」ことができるようにすることで、一人ひとりに合った難易度を設定することができるだろうと研究を通して学ぶことができた。「体つくりの運動遊び」だけでなく、他の単元においても運動能力に合わせて「選ぶ」ことができる場を設定することで、友達同士が声をかけ合いたくなるような活動にすることが可能であると考える。

（２）年間を通した肯定的な関わり合いを築く指導

今回の研究結果では、事前アンケートで体育について「嫌い」と答えた児童に大きな変容が見られた。運動が嫌いな児童は、「走ることが苦手だから、体育が楽しくても運動は嫌い」と答えていた。今回の「体つくりの運動遊び」では、走る運動を取り入れていなかった。走ることが苦手な児童にとって、「走・跳の運動遊び」で肯定的な関わり合いが行われていれば運動に対しての意欲に変容が現れるのでないかと考えた。今回は、「体つくりの運動遊び」での検証であったが、年間を通して、体育の全ての領域で肯定的な関わり合いを築くことができれば、運動を苦手としている児童の意欲を向上させることができるのではないかと考える。また、友達を応援する、励ます、褒めるなどの肯定的な関わり合いが定着し、運動する側と見る側に分けずに運動しながら友達に声をかけることができるようになれば、運動時間をより増やすことができると考える。そして、低学年だけではなく、全学年で受容感を高める取組を行うことで運動に意欲的に取り組む児童が増えていくことを期待したい。

（３）学校全体での認め合い活動の推進

「ほめほめタイム」では、友達のよかった所を伝え合う活動を行った。運動についてよかった所を伝えている児童もいれば、一緒に活動してくれたことへの感謝の気持ちや応援しているときの声の大きさについて伝えている児童もいた。このことから、体育に限らず様々な場面で「ほめほめタイム」のような認め合い活動を活用することができると考える。図工や音楽などでは、友達の作品を見たり、演奏を聴いたりしてどのような所がよかったのかを伝えることができる。授業時間以外でも、友達に何かを教えてもらったり、手伝ってもらったりしたときに感謝の気持ちを伝えるなど、簡単なことから意識付けができるとよい。

また、今回の単元（全８時間）を通して、よかった所を伝える言葉も「すごい」「上手」から「〇〇さんの～がよかった」と詳しく言えるようになっていることから、一年を通して様々な場面で認め合い活動をしていくことで、さらに声かけの語彙が増え具体的によい所などを伝えることができるのではないかと考える。国語では、声かけをする際に使える語彙を増やすこと、道徳では心を育てるなど教科を横断した指導をすることによって、友達のよさを認め合えるようになり、認められることの安心感から結果的に様々な物事に意欲的に取り組めるようになることを期待したい。

３　おわりに

謝辞

最後になりましたが、本研究を行うにあたり、御多用の中、検証授業の準備から実施までたくさんの御協力をいただいた二宮町立二宮小学校の北川校長先生、堺野教頭先生、そして、２年３組担任の青木教諭をはじめとする教職員の皆様に心より感謝いたします。また、専門的な見地から様々な御指導・御助言をいただいた日本体育大学教授の岡出美則氏、県教育委員会教育局保健体育課、中地区教育事務所、二宮町教育委員会の指導主事、並びに、貴重な時間を割いて授業を参観してくださった多くの方々に感謝いたします。さらに、本研究の趣旨を御理解いただき、御協力をいただいた保護者の皆様にも感謝いたします。

そして、何より８時間の検証授業に全力で取り組んだ児童の皆さんに敬意を表するとともに感謝いたします。ありがとうございました。

引用・参考文献

スポーツ庁 2021 「令和３年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書」
中央教育審議会 2016 「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（答申)」
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』東山書房
荒川肇 2012 「互いに認め合う関係作りをすることで、運動意欲が高まる体育学習をめざして－バスケットボールの学習を通して－」
大山摩希子 2012 「社会性の発達の諸側面」（『心理学研究の新世紀３ 教育・発達心理学』ミネルヴァ書房）p.161(Asher,S.R.,& Paeker,J.G 1989.Siginificance of peer r-elationship problems in childhood. In B.H.Schneider,G.Attili,J.Nadel,& R.P. Wei-ssberg(Eds.),Social competence in developmental perspective.Dordrecht:Kluwer A-cademic Publishers,pp.5-23.)
岡沢祥訓・北真佐美・諏訪祐一郎 1996 「運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究　日本スポーツ教育学会『スポーツ教育学研究』第16巻 第２号
岡澤祥訓・水谷雅美 1999 「運動有能感を高めるリズム体操の授業実践」「体育科教育」編集部（編）『体育科教育』10月号 p.59
岡澤祥訓・木谷博記・木谷真佐美　2001　「小学校低学年用運動有能感測定尺度の作成」p.4
清田美紀 2020 「体つくり運動の論点」（大修館図書『体育科教育』５月号）p.19
須甲理生 2020 「どう変わる？『体つくり運動』学習指導要領の新旧比較」楽しい体育の授業 p.5
瀬尾賢一郎・西山健太・坪井恭紀 2020 「体つくり運動遊びによる運動有能感の変容について」『徳山大学総合研究所　紀要』No.42
園原太郎・岡本夏樹 1979 「能力と発達の人格形成」（岩波書店『岩波講座 子どもの発達と教育３ 発達と教育の基礎理論』）p.161
滝沢武久 1979 「発達の段階をどう考えるか」（『岩波講座 子どもの発達と教育３ 発達と教育の基礎理論』岩波書店）p.83（D.P.Ausubel,Theory and problem of adolescent development,I-IV,Tavistock,1956-60.)
村田芳子・杉山重利・池田延行・細江文利 2000 『楽しくできる授業体ほぐしの運動』「『体ほぐしの運動』って何？」小学館 p.9

【指導担当者】
小島　隆志　指導主事　　千葉　周平　指導主事　　田村　幸久　教育指導員
斎藤　祐介　指導研究課長