

自信を持ち、主体的に運動できる生徒の育成

— 獲得してきた力を活用し、仲間と学ぶ —

高知県中学校体育連盟

1 研究主題について

次期学習指導要領の方向性を理解し遵守することと、平成 29 年度に刊行された「体育授業に関する調査報告書」の提言を受けて、高知県の体育授業の課題を見据え解決していくことをミッションとした。

「自信を持ち、」は、「体育授業に関する調査」において体育意識の「技能」への教師のコミットが低かったことを受けて設定した。「できる」「力が伸びる」ことを実感できる授業を継続すれば、生徒は自信を持てるはずであり、その姿をめざすことが生徒の「技能」を向上させるはずだという思いから設定した。また、本物の自信を持つためには、共に学習する仲間が自分を認めてくれていることが必要である。仲間とともに学んだ結果として、個人個人が自信を持った姿を目指したい。

「主体的に運動できる」は体育の究極の目標である「豊かなスポーツライフ」の実現に向け、自分から運動、スポーツへの楽しさを享受しようと関わりを求めて行動する積極的なイメージを込めて設定した。これは体育における深い学びの前提条件でもある。

情報化、グローバル化が進む中で生徒が得てきた知識・技能は、当然保健体育の授業だけによるものとは限らない。「獲得してきた力を活用し、」は、「理解していること・できることをどう使うか」が教科の枠を超えて求められることに鑑み設定した。獲得してきた力は生徒により異なる。小さな力でもそれを生かすことをためらわず、誰もが仲間のために自分の力を最大限生かそうとすることができる。また、獲得のプロセスを含めて他者を尊重し合う。そんな学習が高知県全体で展開されることを願うわれわれの思いも込めた。

仲間と関わり合い学ぶ中で認められることなしに、「自信を持ち、主体的に運動」することはできない。また、主体的に運動するには「学びに向かう力や人間性等」が不可欠であり、公正で協力で責任感があり、他者の適性を認めることのできる人間性も必要となる。学びに向かう力や人間性等を育む場としても「仲間と学ぶ」場は重要な役割を担う。また、「思考力・判断力・表現力」の向上や「対話的で深い学び」の実現のためには仲間との関わりを深めながら学ぶことが必要であることから、「仲間と学ぶ」をサブテーマの結びに置いた。

2 主題の要素と検証方法

主題要素	検証のツール	目指す生徒の姿
自信を持ち	・運動有能感調査	運動は練習すればできると確信している
主体的に運動できる生徒の育成	・形成的授業評価アンケート（2、6、7、9、13、14） ・将来の生活に活かそうと思うかをきくアンケート	主体的に仲間と関わり、学習を楽しんでいる
獲得してきた力を活用し	・運動有能感調査でこの要素に関する学習内容と項目（2、3、4、9、10、11、12）の評価の関係を分析 ・アンケート等新たな検証ツール	技能習得のプロセスにおいて、自己の技能の高まりを実感し、それを活かそうとしている

仲間と学ぶ	<ul style="list-style-type: none"> ・運動有能感調査（受容感の項目） ・形成的授業評価アンケート（3, 6, 7, 16, 17, 19, 20） 	意見を出し合っの作戦会議、意見や感想のシェアリングが充実している
-------	--	----------------------------------

3 研究内容

(1) 各地区での取り組み

高知県は安芸地区、香長土地区、高知地区、高吾地区、幡多地区の5つに分類される。県の研究主題に基づき、各地区で重点となるテーマや単元を設定し、長期スパンの研究を実践していく。下記の「研究3つの柱」の取り組みを柱とするか、並行して行うかは各地区の判断に委ねる。

(2) 研究3つの柱

① 体力向上への組織的な取り組み促進（1校1種目運動）

それぞれの学校が体力の課題に応じて、授業開始時等に継続的に運動を行い、体力の向上を図るプロジェクトである。各校の課題から、全国体力・運動能力、生活実態等調査にある運動項目の1つ以上に着目し、年末に取り組みの成果を見る。（着目した項目の実施から）

② 運動離れの女子に対する取組（Hello, World. ダンスプロジェクト）

高知県中学校体育連盟のオリジナルダンス「Hello, World.」を県下の中学校に広め、運動から離れている女子も巻き込んで、運動の楽しさを体験させ運動意欲を高めることを目的とする。4つの授業展開スタイルから、各校の状況に応じた方法を選択する。運動有能感調査や形成的授業評価アンケートの実施から生徒の変容を確認する。

③ 教師と生徒の意識の差を埋める取組（長距離走）

「教師の指導満足度」と「生徒の好き度」が乖離している状況を緩和する授業スタイルを模索していく。多くの方法を研究し、それぞれの学校に応じた取り組みが選択できるようにする。アンケートの実施から生徒の変容を確認し効果的な方法を研究する。

4 実践報告

実践事例1 高知地区 Hello, World. ダンスプロジェクト

(1) 展開するためのイメージづくり（教員研修会）

① 目的

ダンスの学習が必修となり、指導者自身の経験も少ないことから、内容と指導に悩みを感じる状況であると考えられる。また、「現代的なリズムのダンス」には抵抗感や難しさを感じていたことから、単元として実施される機会は少ない。だが、Hello, World. を活用できるように内容の把握と教員の指導力の向上を図る。

② 研修会

Hello, World. 制作に携わっていただいたダンススタジオの先生を講師として招聘しアドバイスを受ける。教師役と生徒役を教員で設定し、基本動作や4つの授業スタイルの1つである「café」について学ぶ。実技講習後の振り返りでは、良かった点として「楽しく取り組める」や「生徒の役割が設定されるので活躍の場がある」、「映像があるので理解しやすい」などの意見があったが、課題点として「支援の方法」や「ワークシートの内容」など改善点があげられた。

単元としての活用に現実味を高めるため、グループワークで「学習活動における具体の評価規準」を作成した。



グループでダンスの完成を目指す

学習活動における具体的な評価規準	○ダンスの学習に積極的に取り組み、分担した役割を果たそうとしている。 ●ダンスの学習に積極的に取り組み、ダンスの学習を仲間と協力して取り組もうとしている。 ◎健康・安全に留意して学習に積極的に取り組もうとしている。	(案1) ・仲間に分かりやすくアドバイスできている。 ・仲間の体調を気づかって行動している。 ・仲間が「のれる」雰囲気づくりをしている。 (案2) ・課題に応じた練習方法を工夫している。 ・仲間のよい動きや表現など具体的にアドバイスすることができている。 ・安全面に留意した取り組みができている。	○各パートの動きをマスターすることができる。 ○リズムに合わせて大きく(メリハリをつけて)全身で踊ることができる。 ●隊形の変化など、工夫ができている。 ●オリジナルの踊りができる。 ◎一体感をもった動きができる。	・ダンスの特性について、学習したことを、言ったり書いたりすることができる。 (グループ活動、ワークシートへの記入) ・ダンスの名称や用語について学習したことを言ったり書いたりすることができる。 ・ダンスに関連して高まる体力について学習したことを言ったり書いたりすることができる。
------------------	---	---	---	--

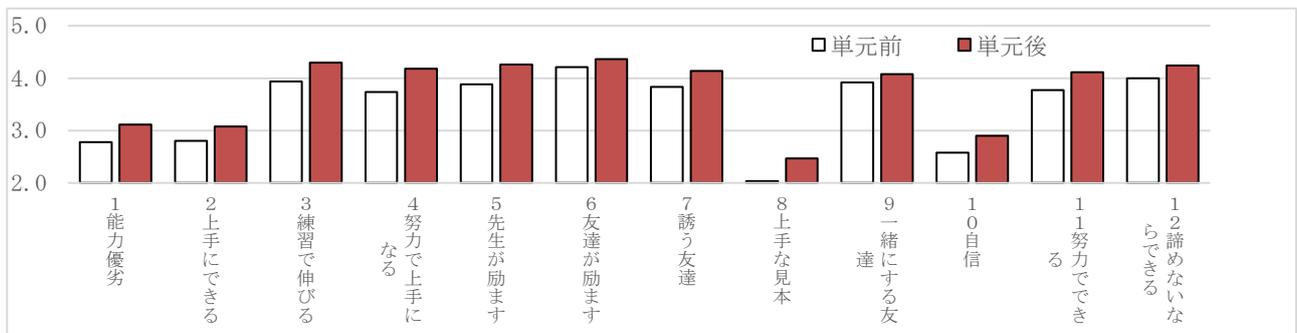
(2) 生徒の変容

下の表にある授業スタイルの中でも、Hello, World. +Caféの授業スタイルに生徒の変容が大きいと考えられる。自身の役割を果たすプロセスの中で主体的な取り組みが生まれ、達成感などが運動への意欲につながると考える。

	学習の名前	特徴(学習スタイル)
1	Hello, World. +Café	グループごとにパートを割り当て、DVDを活用して練習し、他のグループに教えたり、習ってきた内容を自分のグループに教えたりする
2	ICT インストラクション	DVDを活用し、生徒が学んだり教え合ったりする
3	スタジオスタイル	インストラクターを招き、一斉授業を主体にレッスンを受ける
4	教師インストラクション	主として教師が生徒に教える

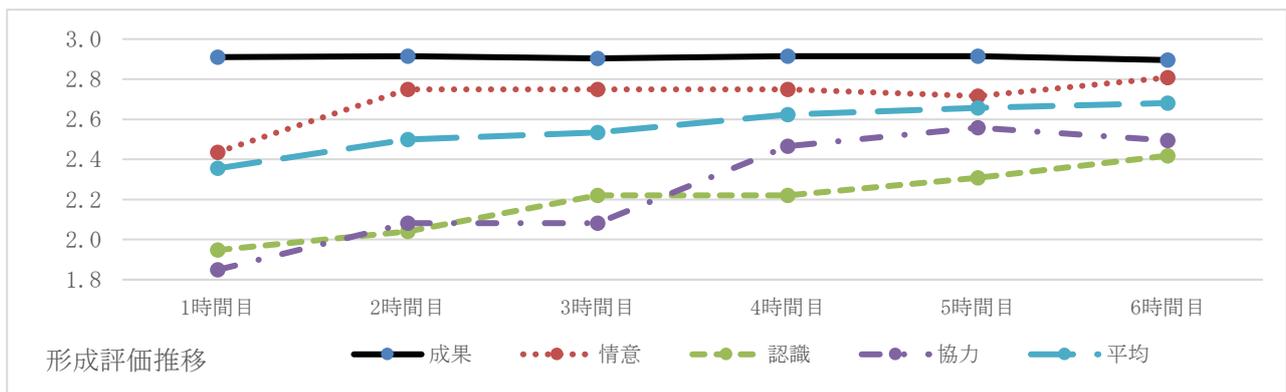
① 有能感変容アンケート(女子96名)(Hello, World. +Café 9時間 講師活用)

「出来ている」という実感や自分の能力に対する自信を事前事後のアンケートで確認。



② 毎時形成的授業評価アンケート(女子86名)(Hello, World. +Café 6時間)

毎時間のダンスの学習から、楽しさや意欲、協力などの心の変容を確認。



実践事例 2 幡多地区 長距離走

(1) 並走トラックの活用

① 研究仮説 … かかわり合い、互いの技能を高め合うチーム練習を行う中で、自己の体力の向上や走るペースの改善を実感でき、生徒の関心・意欲の高まりが期待できる。

② 研究方法 … 研究仮説を基に単元計画を作成し、毎時の形成的授業評価（4項目）と振り返りより生徒の心情の変化を見取る。

③ 設定 … レーン幅を 1.6m。隣のレーンと距離を 10m 変えることができる。最大距離は 120m とし、最低距離は生徒の体力に合わせ設定する。120m トラックで直径が 38.21m となる。1 周を 25 秒で走る。25 秒ジャストで走れるレーンを見付け、一定のペースで走る。



並走トラック

このトラックを用いることで、体力差のある生徒が並走しチーム同士の声掛けができる。また、自分の体力に合ったペースで走ることができ、運動量を確保できる。



振り返り



ペース走

(2) 授業展開

① チームごとに個人が設定したレーンを走る。

② ペアはワークシート内の 100m ごとのペース曲線を記入する。

③ 授業の終わりにはペース曲線を確認し、自己に応じたペースの設定や気づきをまとめる。

(3) 生徒の変容—形成的授業評価より—

	第 1 時	第 2 時	第 3 時	第 4 時	第 5 時	第 6 時	第 7 時
楽しさ	6.74	5.65	6.12	6.75	6.13	7.00	6.71
好き	4.84	4.59	5.00	5.25	5.00	5.68	5.71
意欲	8.16	8.65	8.59	8.81	9.33	8.74	8.71
協力	8.00	7.53	8.76	8.19	8.56	8.84	8.41

全体的に緩やかな上昇がみられる。長距離走が好きな項目をみると、第 1 時終了時点の平均 4.84 ポイントから、第 7 時を終えると平均 5.71 ポイントと、0.87 ポイント上昇している。第 5 時に 5.00 ポイントと下降したが、第 2・3・4 時、第 6・7 時と上昇した。

5 研究の成果と今後の課題

(1) 各地区の研究 各地区が組織的に長期スパンの研究が取り組まれている。毎年、高知県学校体育保健研究大会の開催があり、5 地区が順に成果を提案授業と共に示してくれる。校種を超えた多くの参加者があり保健体育担当の研修の場としても有効に感じる。3つの柱はもとより地区に応じた研究が指導者講習も含めてなされている。

(2) 体力向上への組織的な取り組み促進（1校1種目運動） 成果の表し方に周知の課題が見られた。全国体力・運動能力、生活実態等調査の運動の項目を活用し変容をまとめるようにする。

(3) 運動離れの女子に対する取組（Hello, World. ダンスプロジェクト） 平成 28 年度の取り組みから、延べ受講者数が 8,346 名となり広まりを感じる。授業スタイルによって ICT 機器を必要としその面で課題もあるが、単元の選択肢の 1 つとなってきた。また、アンケート結果から、男子よりも女子の効果が期待できる。

(4) 教師と生徒の意識の差を埋める取組（長距離走） 令和元年度からの取り組みではあるが、複数の報告があった。効果を分析しつつ各校が参考にできるように発信したい。