

# 主体的に学び、獲得した力を発揮することができる体育学習の創造

～「仲間と高め合える授業を目指して」～（2年次）

長沼 裕樹      野沢 克美      田形 麻巳子

## 1 研究主題設定の理由

### （1）これまでの研究から

これまで本校の保健体育科では、平成23年度から平成25年度まで「自ら問う力を育む授業の創造」を目標に研究を進めてきた。これは、体育学習において全ての生徒が身に付けるべき「思考力」・「判断力」・「表現力」の内容を明確にし、どのように整理すべきかを目指した研究であり、学習指導要領改訂の要点と合致していた。特に、各単元において、どの場面で生徒が「問い」を強く意識して取り組むのか、またその「問い」を生徒自らが主体的に考えるための指導には、どのような方法が有効かを探ってきた。その結果、教材・教具の工夫や応用的・発展的な練習を効果的に取り入れることによって「問い」を強く意識し、課題解決に向けて取り組むことがわかり、それらを意図的・計画的に授業へ取り入れた。

平成26年度からの3年間は、『深く考える』授業の創造』と全体研究主題が設定された。保健体育科では、授業の中に「考える」場面を多く設定することは難しいと感じていた。これは生徒同士の話し合いやアドバイスを交換する時間を多くとることで「考える」ことは可能であるが、運動量が減少してしまうという問題が出てくると考えたからである。体育学習では個人で活動する場合のほかに、ペアでの補助や教え合い、ICTの活用を含めグループで協働的に学習することも多い。その際、教え合った内容や他者の意見を、個人カードやグループノートに書かせ、自己表出の方法を工夫しながら自分たちの考えを発表するといった活動を実施し、「思考力」・「判断力」・「表現力」等の育成を図り、自分が「理解していること」や「できること」を他者に伝えたり、表現したりすることが「わかる⇔できる」につながる要因と考えた。これを実現するためには、生徒個人が課題に対する自己の見解をもち(Plan)、それを示し合ったり、表現したりすること(Do)によって共有・共感、吟味し(Check)、新たな認識の高みに至る(Action)という過程が大切になってくる。この「共有・共感、吟味」が、授業の中で数多く見られ、互いに高め合うことができるよう「問い」をもたせ、活動しながらも「考え続ける」場面を設定することで練習する(運動量の確保)ことと振り返り(「深く考える」)を効率よく設定することに重点をおいた。

研究の成果として、授業で生徒に提示する「めあて」を工夫し、課題に対して一つの答えを目指すだけでなく、答えにつながるヒントやいくつもある答えの中のどれかを見付けることができるような投げかけをしたり、全体でそれぞれの考え方を共有する場面を継続的に設定したりすることで、吟味(Check)し思考を働かせる(Action)生徒の姿を見ることができるようになった。既習事項から考え出された解決方法が最善であるのかどうかを検討するために仲間と協力してもらったり、表現して伝えたり、意見交流をしたりして、より良い解決方法を仲間と協働的に探ろうとする姿勢や学習方法が身に付いてきたこと、さらに、自分自身の考え方だけで完結するのではなく、自分自身の考え方が正しいのか、それとも他に何か良い方法があるのかと思考錯誤する生徒の姿は、これまで保健体育科が「自ら考え、主体的に取り組む体育学習」について研究してきた成果であり、視点が変わる見方からの課題に対するアプローチによって生徒は「深く考える」状態となって学習に取り組んでいたといえる。

平成29年度からの3年間は、「新たな世界を主体的に創造する生徒の育成」と全体研究主題が設定され、「見方・考え方」を働かせた学びを実現するための手立てを工夫し、指導と評価の一体化を目指して実践を行った。保健体育科の資質・能力を見取る評価の在り方について吟味し、教科横断的な視点に立った教育課程の編成に取り組んだ。

このように保健体育科での「学び」に対する姿勢が、授業などだけでなく日常生活にも発展し、生きる力となって発揮されることがこれからの社会で求められる力であり、保健体育科が目指す生徒の姿である。授業を通して身に付けた学び方や態度、高まった力を学校生活や実社会で発揮できる生徒の育成を目指すことこそが、新学

習指導要領の方向性とも合致する。そこで今年度の研究主題を「主体的に学び、獲得した力を発揮することができる体育学習の創造」と設定した。

## (2) 本校の生徒の実態

意欲的に学習に取り組み、与えられた話し合い活動や課題に取り組む中で、授業者が求めているものは何かを考えた発言や記述が多く見られることは、保健体育の授業だけに限られたことではない。自分の意見は主張するが、他者の意見を聞いたり参考にしたりしようと話し合いに取り組もうとする生徒はおよそ半分程度である。課題を見つけたり、解決しようと意見を出したり、仲間の考えを聞こうとしたりする生徒よりも授業者に与えられた場面設定に頼っている生徒が多数存在するのが現状である。自分なりの視点をもって授業に取り組み、課題の解決に向けた学習のプロセスが確立できていないことが課題である。

## 2 研究の方向性

### (1) 教科研究について（全体研究との関わり）

今年度からの2年間の全体研究主題は、「創造性に富んだ、未来を切り拓く生徒の育成～「主体的な学び」のプロセスモデル実現を目指して～」である。令和3年度から完全実施される新学習指導要領には「中央教育審議会答申においては、予測困難な社会の変化に主体的に関わり、感性を豊かに働かせながら、どのような未来を創っていくのか、どのように社会や人生をよりよいものにしていくのかという目的を自ら考え、自らの可能性を発揮し、よりよい社会と幸福な人生の創り手となる力を身に付けられるようにすることが重要であること、こうした力は全く新しい力ということではなく学校教育が長年その育成を目指してきた「生きる力」であることを改めて捉え直し、学校教育がしっかりとその強みを発揮できるようにしていくことが必要とされた。」と述べられている。

保健体育の授業では、「主体的に学び、協働・対話を通じて多角的に考え、学習内容を理解しながらよりよい解決に向かう学習活動を実践していくこと」が求められる。「生きて働く『知識・技能』」とは、授業で学んできた知識や学習した経験を活用しながら課題の解決に向けて実践することであり、「未知の状況にも対応できる『思考力・判断力・表現力』」とは、学習課程の中にある課題を見だし、何が必要かを考え、判断し、周りの仲間と協力するために伝え合っていきながら解決に向かうことだと考え、「学びを人生や社会に生かそうとする『学びに向かう力・人間性等』」については、授業で実践する改題解決だけでなく学校生活全般や仲間とのより良い関係を築いていくために発揮される力や態度であると考ええる。

見いだされた課題を一人で解決することは難しく、仲間との関わりや学び合いなどの協働活動を通して、よりよい解決に向かう課程の中には、もっている知識や経験などを活用し新たな見方や価値などを「創造」できる力が必要不可欠であり、それこそが「生きる力」であると捉える。その「生きる力」を教科の中で系統的、計画的に育成することを目標に、保健体育科が目指す生徒像を設定した。

### (2) 保健体育科の目指す生徒像

保健体育科の研究主題に沿った目指す生徒像を設定した。この目指す生徒像の先には、生徒が生涯にわたって健康の保持増進に努めるために豊かなスポーツライフを実現することができ、身に付け高めた資質・能力を発揮し、仲間と協力しながら新たな課題にもよりよく解決するために実践できるものだと考える。

#### 保健体育科として目指す生徒像

- 自分の課題を見だし、よりよい解決に向けて主体的に取り組める生徒
- 仲間と協働し、高め合うことができる生徒
- 課題解決に向けた取り組みで培った力を生活の中でも発揮できる生徒

### 3 研究2年目について

#### (1)「主体的な学び」と実現するための手立てについて（研究1年目の振り返り）

授業のねらいや着目する視点についての設定を生徒に明確に示すことで、生徒は授業の中で何をどのように学ぶのか、何を目指して練習したり取り組んだりするのかをイメージし、主体的に活動に臨むことができた。評価する場面を明確にし、評価指標を作成することで、学習シートや観察での見取りをスムーズに行うことができたことが成果である。しかし、授業中に行う観察での評価の見取りについては、いくつものグループが同時に行われている様子を授業者が一人で見て回る状況から、更なる工夫が必要である。主体的に取り組む態度を評価できるような学習カードの工夫と観察の両方を取り入れた評価方法を模索することが求められる。スキルアップ講座で実施した長距離走の授業では、周回タイムやラップタイムの計測が簡易化できるようなICTの活用（アプリなどを活用し、活動時間を確保）、生徒のエンゲージメントが高められた姿や内面で繰り広げられている学びそのものを把握する手立て（どのように授業の中でその場面を表出させるか）を研究することが課題となった。

#### (2)今年度の研究の方向性

授業や単元計画のどの場面で生徒の「主体的な学び」が表出されるのか、またその生徒の「主体的な学び」を具体的な姿をもとにどのように評価していくのか、保健体育科が考える「主体的な学び」とは何かについて研究を深めていく。全体研究で示されている「主体的な学び」のプロセスモデルを単元構成や授業づくりに活用し、「主体的に学習に取り組む態度」の評価の枠組みを活かしながら評価規準、評価場面を設定して指導と評価のあり方について研究を進めていく。運動や体育が嫌いであったり苦手であったりしても、自分自身の体力の向上や健康の保持増進を意識でき、「体や心が育まれ、鍛えられ、成長している」ことが実感できるような保健体育の授業を目指したい。

### 4 研究の目的

生徒が、予測困難な状況下に直面した時に諦めることなく、既存の知識や経験をもとに自ら粘り強く思考し、よりよい解決方法を模索し、仲間と吟味し合っただけで出たアイデアを試し、振り返るサイクルを実践することで解決に近づける力を身に付け、打開（レジリエンス）し、新たな価値を創り出すことができる生徒の育成を目指す。

### 5 研究の内容

- (1)「主体的な学び」を実現するための手立て（「主体的な学び」のプロセスモデルの作成）と実践計画
- (2)「主体的に学習に取り組む態度」の評価
- (3)獲得した力を発揮できる機会の設定と評価

### 6 研究の具体的な内容

#### ア 「主体的な学び」への手立て

「見通し」「学習活動」「振り返り」を生徒がイメージできる単元計画及び授業計画、学習過程を作成し、ガイダンスを行う。また、保健体育の授業や他の教科とも連携し身に付けた資質・能力が、日常生活でも活用されることのできるような年間指導計画の作成・実施・改善（PDCAサイクル）

#### イ 「主体的な学び」のプロセスモデルの作成

生徒が運動の楽しさを実感できる授業の工夫。課題解決に向けて仲間と協力しながら行う協働的な取り組み。課題解決に向けて試行錯誤を重ね、没頭しながら取り組むことのできる課題設定。

## ウ 「主体的に学習に取り組む態度」の評価方法と基準作成

学習カードの記述、仲間との協働的な学習場面における観察、ICT 機器を活用し、生徒の表現活動の記録や成果物の分析、授業への取り組む姿勢や態度などを活用した評価方法や評価規準の作成。

### 7 参考・引用文献

- 岩田 靖 体育科教育, 大修館書店 「教具・遊具」の工夫と開発 2014年 4月  
大後戸 一樹 体育科教育, 大修館書店 子供を揺さぶる発問 2012年 12月  
奈須 正裕 体育科教育, 大修館書店 知識基盤社会における学習観の転換 2017年 4月  
奈須 正裕 東洋館出版社 「見方・考え方」を軸とした授業改善 2017年  
松尾 知明 学事出版「未来を拓く資質・能力と新しい教育課程 求められる学びの加わり  
・マネジメント」 2016年 12月  
堀 哲夫 東洋館出版社 「一枚ポートフォリオ評価OPPA」 2013年  
文部科学省「中学校学習指導要領」 日本文教出版(2008)  
文部科学省「中学校学習指導要領解説 保健体育科編」 日本文教出版(2008)  
文部科学省「中学校学習指導要領解説 保健体育科編」 日本文教出版(2017)  
山梨大学教育学部附属中学校 2018・19年3月 研究紀要

### 8 実践事例

授業者 野沢 克美

#### 1 単元名 B 器械運動（マット運動）

#### 2 単元の目標

- (1) 次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、技をよりよく行うことができるようにする。
- ア マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせることができるようにする。
- (2) 技などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。
- (3) 器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなど、健康・安全に気を配ることができるようにする。

#### 3 運動の特性

器械運動は、逆さになって回転したり、手で支えて跳び越したり、日常生活の中で普段から経験することが少ない非日常的な動きを特徴とする。そのため、生徒にとっては、恐怖心を抱いたり、どこをどのように動かしたり力を入れたりするのか、イメージすることが難しい運動である。また、技の特性から、「できる」「できない」が明確に現れるため、全ての生徒が様々な技に挑戦し、技ができる楽しさや喜びを味わうことができるように、生徒自身の技能に適した技を選んだり、課題に応じた練習方法を工夫したりすることが大切である。

器械運動が苦手な生徒が恐怖心を克服しながら安全に練習を工夫し、仲間と協力しながら技の完成に向けた練習を行えるように授業を進める。自分のイメージしている動きとタブレット端末を使用して実際に撮影した動きとの違いを比較することで、自分が気付かなかったことに気付いたり、仲間と協力しながらより良

い動きになるようにアドバイスし合ったりすることで、体を動かす楽しさや喜びを味わうことができる知識や技能を獲得し、自己に合った技を見つけて練習を工夫し、運動に親しむことで継続して取り組む態度を養うことができる授業を展開していきたい。

#### 4 生徒の実態

1年2組にマット運動の授業前に実施したアンケートでは「運動が好き」80.8%、「嫌い」3.8%、「どちらでもない」15.4%という結果になった。次にマット運動は好きかという質問に対して「嫌い」3.8%と「運動は好きですか」の質問と同じ数値となったが、「好き」と回答した生徒は57.7%に減少し、「どちらでもない」38.5%となった。どの生徒も自己の能力について知り、自分で選んだ技の習得を目指しながら「楽しさ」や「面白さ」を実感することができる授業を展開していきたい。技能に差がある生徒で構成するグループであっても、全ての生徒が主体的であり、見通しをもって授業に取り組むことができる授業にしていきたい。

#### 5 第1学年及び第2学年「器械運動」の全ての「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
<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>器械運動には多くの「技」があり、これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことができることについて、言ったり書き出したりしている。</li> <li>器械運動は、種目に応じて多くの「技」があり、技の出来映えを競うことを楽しむ運動として多くの人々に親しまれてきた成り立ちがあることを言ったり書き出したりしている。</li> <li>技の名称は、運動の基本形態を示す名称と、運動の経過における課題を示す名称によって名づけられていることについて、学習した具体例を挙げている。</li> <li>技の行い方は技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。</li> <li>器械運動は、それぞれの種目や系などにより主として高まる体力要素が異なることについて言ったり書き出したりしている。</li> <li>発表会には、学習の段階に応じたねらいや行い方があることを言ったり書き出したりしている。</li> </ul>	<p>○技能</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>体をマットに順々に接触させて回転するための動き方や回転力を高めるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回ることができる。</li> <li>開始姿勢や終末姿勢、組合せの動きや手の着き方などの条件を変えて回ることができる。</li> <li>学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで回ることができる。</li> <li>全身を支えたり突き放したりするための着手の仕方、回転力を高めるための動き方、起き上がりやすくするための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転することができる。</li> <li>開始姿勢や終末姿勢、手の着き方や組合せの動きなどの条件を変えて回転することができる。</li> <li>学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで回転することができる。</li> <li>バランスよく姿勢を保つための力の入れ方、バランスの崩れを復元させるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして静止することができる。</li> <li>姿勢、体の向きなどの条件を変えて静止することができる。</li> <li>学習した基本的な技を発展させて、バランスをとり静止することができる。</li> </ul> <p>*鉄棒運動、平均台運動、跳び箱運動は省略</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>提示された動きのポイントやつまりきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。</li> <li>提供された練習方法から、自己の課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選んでいる。</li> <li>学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。</li> <li>仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見つけている。</li> <li>体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や発表を行う方法を見付け、仲間に伝えている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。</li> <li>よい技や演技に称賛の声をかけるなど、仲間の努力を認めようとしている。</li> <li>練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。</li> <li>一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。</li> <li>健康・安全に留意している。</li> </ul>

6 第1学年「器械運動（マット運動）」の「単元の評価規準」

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
<p>○知識</p> <p>①器械運動には多くの技があり, これらの技に挑戦し, その技ができる楽しさや喜びを味わうことができることについて, 言ったり書き出したりしている。</p> <p>②技の行い方は技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントについて, 学習した具体例を挙げている。</p>	<p>○技能</p> <p>①体をマットに順々に接触させて回転するための動き方や回転力を高めるための動き方で, 基本的な技の一連の動きを滑らかにして回ることができる。</p> <p>②全身を支えたり突き放したりするための着手の仕方, 回転力を高めるための動き方, 起き上がりやすくするための動き方で, 基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転することができる。</p> <p>③バランスよく姿勢を保つための力の入れ方, バランスの崩れを復元させるための動き方で, 基本的な技の一連の動きを滑らかにして静止することができる。</p>	<p>①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に, 仲間の課題や出来映えを伝えている。</p> <p>②提供された練習方法から, 自己の課題に応じて, 技の習得に適した練習方法を選んでいる。</p>	<p>①練習の補助をしたり仲間に助言したりして, 仲間の学習を援助しようとしている。</p> <p>②一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。</p> <p>③健康・安全に留意している。</p>

7 具体的な指導内容と「単元の評価規準」

知識及び技能		思考力, 判断力, 表現力等	学びに向かう力, 人間性等
知識	技能		
<p>マット運動には, 回転系や巧技系の技があり, これらの技に挑戦し, その技ができる楽しさや喜びを味わうことができる運動であること。</p> <p>↓</p> <p>①器械運動には多くの技があり, これらの技に挑戦し, その技ができる楽しさや喜びを味わうことができることについて, 言ったり書き出したりしている。</p> <p>↓</p> <p>技の行い方には, 技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントがあること。</p> <p>↓</p> <p>②技の行い方は技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントについて, 学習した具体例を挙げている。</p>	<p>基本的な技の前転や後転など, 背中をマットに接して回転すること。その技に求められる動きが途切れずに続けてできること。</p> <p>↓</p> <p>①体をマットに順々に接触させて回転するための動き方や回転力を高めるための動き方で, 基本的な技の一連の動きを滑らかにして回ることができる。</p> <p>基本的な技の側方倒立回転や頭はねおきなど, 手や足の支えで回転すること。その技に求められる動きが途切れずに続けてできること。</p> <p>↓</p> <p>②全身を支えたり突き放したりするための着手の仕方, 回転力を高めるための動き方, 起き上がりやすくするための動き方で, 基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転することができる。</p> <p>基本的な技の片足平均立ちなど, バランスをとりながら静止すること。</p> <p>↓</p> <p>③バランスよく姿勢を保つための力の入れ方, バランスの崩れを復元させるための動き方で, 基本的な技の一連の動きを滑らかにして静止することができる。</p>	<p>学習した改善についてのポイントや課題を見つけ出し, 言葉や動作でわかりやすく伝えること。</p> <p>↓</p> <p>①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に, 仲間の課題や出来映えを伝えている。</p> <p>↓</p> <p>課題解決にはいくつかの方法があり, 効果的な取り組み方を工夫したり, 発見したりすること。</p> <p>↓</p> <p>②提供された練習方法から, 自己の課題に応じて, 技の習得に適した練習方法を選んでいる。</p>	<p>仲間の学習を援助することは, 自己の能力を高めたり, 仲間との連帯感を高めて気持ちよく活動したりすることにつながる。</p> <p>↓</p> <p>①練習の補助をしたり仲間に助言したりして, 仲間の学習を援助しようとしている。</p> <p>↓</p> <p>様々な違いを超えて, 参加者全員が楽しんだり達成感を味わったりするための工夫や調整をすることで, グループの人間関係がよくなることにつながる。</p> <p>↓</p> <p>②一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。</p> <p>↓</p> <p>体調の変化などに気を配ること, マットなどの用具の扱い方, 練習する時に接触や衝突しないようお互いに気をつけることが大切であること。</p> <p>↓</p> <p>③健康・安全に留意している。</p>

8 「器械運動（マット運動）」第1学年における指導と評価の計画

単元の目標	知識及び技能	次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、技をよりよく行うことができるようにする。 ア マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせることができるようにする。										
	思考力、判断力、表現力等	技などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。										
	学びに向かう力、人間性等	器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなど、健康・安全に気を配ることができるようにする。										
時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	授業づくりのポイント	
学習の流れ	0	健康観察・ウォーミングアップ・本時のねらいの確認										<ul style="list-style-type: none"> <li>自分自身で取り組みたい技、練習したい技に挑戦し、発表できるように設定する。</li> <li>毎時間、生徒に目標を設定させる。</li> <li>練習の場面で、アドバイスをし合う機会と自分自身で取り組む場面を設定し、練習の振り返りを次回に活かす。</li> <li>ICT機器を活用し、授業外でも取り組める環境をつくる。</li> </ul>
	10	オリエンテーション	基本的な技の練習			映像から振り返り			課題の確認と解決練習(班内で)	発表会練習・リハ	発表会	
20	感覚づくり		個人(グループ)練習			個人練習						単元のまとめ
30		学習の振り返り・次時の確認										
評価機会		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	評価方法
	知	①			②					総合的な評価	総合的な評価	学習カード
	技			①	②	③						観察
	思						①		②			学習カード、観察
態		③				②	①		観察、学習カード			
単元の評価標準	知	①器械運動には多くの技があり、これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことができることについて、言ったり書き出したりしている。 ②技の行い方は技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントがあることを、学習した具体例を挙げている。										
	技	①体をマットに順々に接触させて回転するための動き方や回転力を高めるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回ることができる。 ②全身を支えたり突き放したりするための着手の仕方、回転力を高めるための動き方、起き上がりやすくするための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回転することができる。 ③バランスよく姿勢を保つための力の入れ方、バランスの崩れを復元させるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして静止することができる。										
	思	①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。 ②提供された練習方法から、自己の課題に応じて、技の習得に適した練習方法を選んでいる。										
態	①練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 ②一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。 ③健康・安全に留意している。											

## 9 全体研究との関わり

### (1) 本單元における「主体的に学習に取り組む態度」の評価

全体総論で示された、『主体的に学習に取り組む態度』の評価の枠組み」に基づき評価規準を設定した。器械運動の單元全体における「主体的に学習に取り組む態度」の目標「器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。」の中から、本單元では「仲間の学習を援助しようとする」、「一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする」について取り扱うこととしている。本時案では「練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。」について評価を行う。技の習得や上達に向けた仲間の取り組みに対してどのように助言し援助しようとしているのか、よりよい学習方略を求めて、必要な修正を続けようとする姿を話し合いに参加する様子から観察すること、学習カードへの記述の様子から評価できるようにしたい。仲間への関わり方と仲間との関わり方の両面から生徒の学習に取り組む姿勢を見取っていきたい。

課題に対する評価指標を「粘り強く学習に取り組む」側面と「自己調整しながら学ぶ」側面について設定し、それぞれの側面に関わる学習状況について学習シートを活用させたい。

### (2) 図2 「主体的な学び」のプロセスモデル（全体総論 P8）

#### 表3 「主体的な学び」の具体像（全体総論 P11）

#### 表4 「主体的に学習に取り組む態度」の評価の枠組み（全体総論 P13）

## 10 本時の展開（7／10時間）

### (1) 本時の目標

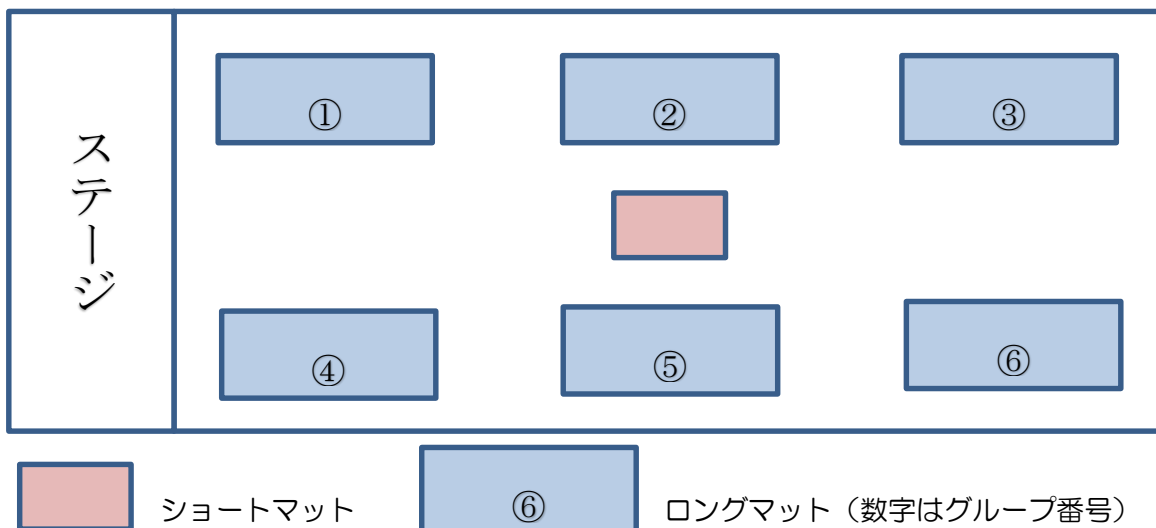
- 課題解決に向けた練習を仲間と協力して行いながら、技能の向上を実感したり、改善に向けたポイントを探求したりする活動を行う。

### (2) 本時の学習評価

- 練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。

（主体的に学習に取り組む態度）

### (3) 体育館内のマット配置





(4) 展開

	学習内容・活動	評価方法及び評価規準
はじめ	1 ランニング, 体操 2 あいさつ, 本時の学習の確認 ・本時のねらいと学習の流れを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin: 5px 0;"> <b>ねらい: 仲間と協力して練習し, 選んだ技の習得や上達を目指して取り組もう。</b> </div> 3 W-up (前転系, 後転系, 壁倒立, 側方倒立回転)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・本時の授業の流れ・自分の目標がイメージできるように, 前回までの復習・確認をさせる。</li> <li>・マット運動が安全にできるように感覚練習を自分のペースで行わせる。</li> </ul>
なか	＊生徒は各グループに1枚のマットを使用して活動する。 4 ICT 機器を活用し, 前回までの課題, 改善ポイントなどを共有する。(グループ内) ・技の出来映えに対してコメントをし合い, 内容を確認して共有する。  5 アドバイスをもとに課題解決に向けた練習や改善ポイントについて動きながら共有する。 ・タブレット端末を使って撮影して出来栄えを確認したり, 前回の映像と比べたりすることで改善するポイントを明確にする。  <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin: 5px 0;"> <b>タブレット端末を使い, グループ内で協力してアドバイスポイントの確認を行う。</b> </div> 6 自分の技の出来映えについて改善ポイントが共有できたところで個人練習を行う。  7 本時の練習成果の記録と振り返りを行う ・次回への課題(目標)が立てられるように記録・記入する。 ・練習の中で気付いたことや試してみたいアイデアなど, 学習ノートにメモし, グループ内で共有できることは忘れないうちに行う。	<ul style="list-style-type: none"> <li>○タブレット端末を使ってこれまでの練習で意識してきた技のポイント, 課題を確認し, グループ内に伝えさせる。</li> <li>・自分の技に対してのアドバイスコメントを確認し, グループ内で課題解決に向けたポイントの確認や練習する方法などについて確認させる。</li> <li>○アドバイスコメントに対して動きながら確認したり, 映像でチェックしたりして, 本時に取り組むべきポイントを明確にさせる。</li> <li>・視点の確認を行わせる  <div style="border: 1px dashed black; padding: 2px; margin: 5px 0;"> 「手なのか足なのか」, 「姿勢や向き」, 「配置」, 「タイミング」など </div> </li> <li>評価: 練習の補助をしたり仲間に助言したりして, 仲間の学習を援助しようとしている。  <div style="text-align: right;">【主体的に学習に取り組む態度】</div> </li> <li>●努力を要する状況の生徒への手立て  <ul style="list-style-type: none"> <li>・どの場面を観察したらいいのか視点を伝え, 焦点化して観察することで, 気付いたことやどこが良いか, どこをどのように直したらいいのか指摘したりできるように支援する。</li> </ul> </li> <li>○アドバイスされたことから自分なりの改善ポイント, 練習方法を考えて取り組む。</li> <li>・安全の確保を徹底し, 撮影等で協力できることはグループ内で取り組ませる。</li> </ul>
まとめ	8 本時の練習を振り返り, 成果を共有する。 ・練習で気付いたことや有効だったアドバイスなどを紹介し, どのように成果があったか, 次回に挑戦したいことなどについて発表し, 共有する。(全体) ・次時の学習内容の確認 9 あいさつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>○本時の取り組み状況を振り返り, グループ内でのアドバイスや練習, 仲間の発表を聞きながら次回への授業のイメージをもたせる。</li> <li>○生徒の健康状態を把握する。</li> </ul>

1 1 課題に対する評価指標(身に付けさせたい資質・能力を可視化する手立て・規準)

【主体的に学習に取り組む態度】

・練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。

(観察・学習カード) 振り返り・方略調整

実現状況	判断の目安	想定される様相
「十分満足できる」状況 (A)	○教師が指導した動きのポイントを参考に練習し、その出来映えや結果など、課題の解決に向けた話合いに積極的に参加したり、その内容を具体的に記入したりしている。	①、②の視点で学習の実現の程度について質的な高まりや深まりをもっていることが見とれる姿。
「おおむね満足できる」状況 (B)	○教師が指導した動きのポイントを参考に練習し、その出来映えや結果など、課題の解決に向けた話合いに参加したり、その内容を記入したりしている。	①練習に取り組んだ成果を振り返り、課題の改善に向けて練習方法を試行錯誤したり、改善ポイントを探したり、よりよい学習方略を求めて必要な修正を続けようと言話合いに参加したりする様子が見られたり、カードに記入したりしている。(粘り強さ) ②練習に取り組んだ成果をモニタリングし、その成果や課題を見つけ、改善を図るための学習方略の修正を行う。自分自身だけで実施するのではなく、仲間と協力しながらアドバイスをしたりされたりする活動を通して、練習を調整したり、話合いに参加したりする様子が見られ、カードに記入したりしている。(自己調整)
「努力を要する」状況 (C)	○教師が指導した動きのポイントの理解が不十分で、その出来映えや結果など、課題の解決に向けた話合いに参加できず、内容を記入できない。	①、②の視点に対して、仲間に助言したり、その内容を記入したりしていない。 ※グループごとに指導する中で、教師がつなぎ役になるようなアドバイスをするなどして、学習を支援する。 ・生徒の振り返りに対してフィードバックを行う。 ・他の生徒の振り返りや方略調整について紹介し、共有する。

1 2 研究授業を終えて

これまでの本校の器械運動の授業では、生徒の安全管理を第一に考えながら授業を進めていた。学習形態では、ICT 機器を6～7人グループで1台使用するなど、十分な台数を確保できていないのが現状であった。しかし、今年度からは一人一台PCのタブレット端末が準備され、自分自身の練習している様子(フォーム)を撮影して動画映像をデータとして記録することが可能になり、その映像と教科書の見本とを見比べたり、上手にできる仲間の様子と比べてみたり、過去の自分自身の映像と比較することができた。映像から相違点や共通点を確認しながら「より美しくきれいに技を表現する」ために、課題を見つけて改善方法を考え、意識しながら練習していくことを授業の中に取り入れることができた。比較した結果から自分自身の課題について思考する様子が見られたり、練習前にグループ内で課題や練習する内容、目標について確認したりすることで、グループ内の教え合いやアドバイスをし合うために友だちをよく観察する様子が見られた。

器械運動が苦手であったり運動に消極的であったりする生徒でも、自分自身の課題の改善に向けた練習に積極的に取り組むことができない生徒であっても、グループ内の仲間の課題解決のために観察を一生懸命し

たり、上達できるようにアドバイスをしたりするなど、技能の向上に向けて協力する生徒の様子が見られた。

このように「より美しくきれいに技を表現する」という課題について自身の映像データをもとに仲間と比較したり、共に分析したりすることにより、自分では気づけなかったことや自分の課題は何であるかを探求する主体的・対話的で深い学びのサイクルが回り始めたことは成果である。ICT 機器を活用して自身の運動を客観視することにより、獲得した技能の習得状況を確認することができ、仲間と情報を共有したり、意見交流をしたりすることで課題は何であるかについて探求することができた。

### 13 研究のまとめ

昨年度と今年度の2年間は、生徒が保健体育の授業の中で「主体的に学ぶ」姿を目指して研究に取り組んできました。単元計画及び授業計画、学習過程を生徒がイメージできるようにガイダンスを工夫したり、得意不得意、好き嫌いなど、様々な状況の生徒が自分自身の課題に向かって練習したり、仲間の課題解決に向けた取り組みに協力したりできるような授業の目標や単元のゴールを設定したり、GIGA スクール構想における一人一台 PC の端末を活用し、動画撮影を授業の中に計画的に組み込み、記録や比較、分析、考察に活用することを模索してきました。学習カードを紙ベースから電子化し、生徒が持っている端末から記録したり提出したりすることが可能になったことで、従来の学習カードの提出方法が授業中、あるいは下校前に係が回収していたが、授業中であっても帰宅後の宿題であっても記入後にネット環境さえ整っていればいつでも提出ができるようになり、授業者もいつでも確認、チェック、返却ができるようになりました。効率化が図れるだけでなく、授業者が行う評価における参考資料となったり、生徒の学習（習得）した記録を残したり、どのように変化（変容）したのかを映像を基に確認したりすることができるので、電子化した効果を確認することができました。

評価方法（評価指標の作成）については、単元や授業を進めていく中で今後も検討が必要であり、研究を進めていかなければならない課題となりました。保健体育科の研究主題「主体的に学び、獲得した力を発揮することができる体育学習の創造」にあるように、生徒が授業の中で主体的・対話的で深い学びに向かえるような年間指導計画・単元計画・授業を作成し、実施後の振り返りを繰り返すことで授業改善を図り、他教科とも連携を図れるように研究を進めることが必要となります。保健体育科で育成された資質・能力が、学校生活をはじめとする日常生活で更に活用され、「生徒自身に身についていくような指導」が実施できるように今後も研究を進めていきたいと思えます。