

自ら考え、主体的に取り組む体育学習の創造

～「生徒が運動技能獲得のイメージをもち、探求することを支援する体育授業の工夫」～（2年次）

秋山 知洋 野沢 克美 原沢 希

1. 「深く考える」授業（全体研究との関わり）

保健体育科では、各単元のどの場面で、生徒が「問い」を強く意識して取り組み、その「問い」を生徒自らが主体的に考えるための課題の設定や指導の在り方について検討してきた。その結果、教材・教具の工夫や応用的・発展的な練習等で、生徒が「問い」を強く意識して課題解決に向けて取り組むことができるように、意図的・計画的に授業に導入することができた。

保健体育の学習では、個人で活動する場合もあるが、ペアで補助し合うことや、教え合い、ICTの活用そしてグループでの協働学習をする場面が多い。その際に教え合った内容や発表を、個人ノートやグループノートに書かせ、発表することをどのクラスでも行っていきたい。（アウトプットの方法の工夫）

「思考力」・「判断力」・「表現力」等の育成に関わって、自分が「理解していること」や「できること」を他者に伝える（表現する）ことが「わかる⇔できる」という重要な要素であると考え。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）、それを示し合う（表現する）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（Act）という過程が欠かせない。この「共有・共感、吟味」が、授業の中で数多く見られ、お互いがお互いを高め合うことができるよう「問い」をもたせ、考え続ける場面を設定することが重要な要素である。

球技を例にとると、単元が進むにつれ学び方が身につく、グループごとに練習・作戦を工夫する場面では、教師主導ではなく生徒たちが主体的に考え、活動に結びつけていくといったことが重要である。このことは、正確な答えができるだけでなく、自分たちに何が足りないのか、どのようなことをしたらよいのかといった「課題」を投げかけることが大切で、この「課題」をより良く解決したり、発展させたりしようとした時、思考に深まりが出てくると考えた。

今年度の研究では、昨年の研究の成果と課題を踏まえ、単元計画に沿って授業を進めていく中で、学習プロセスのPDCAサイクルを整理して研究をすすめていく。

2. 研究の方向性

（1）教科研究について

例えば器械運動（マット運動）において、「きれいに倒立をするにはどうしたらよいか」という課題を生徒に与えると「両手と目線の位置で三角形をつくる」という答えに辿り着く。（Plan）これは姿勢良く倒立するコツのひとつである体の頸反射（けいはんしゃ）を利用しているのだが、頸反射という言葉に辿り着けなくても「どうしてこの方法が良いのか」と考え、意識して練習する。（Do）周りの人に見てもらったり、自分自身で確認したりすること（Check）で、きれいな倒立姿勢ができるようになると気がつく「もっと美しい倒立姿勢ができるようになりたい」「倒立姿勢を長く維持したい」という高みへの思いが生まれ、更に思考力を働かせることにつながる。（Act）

球技（ゴール型）において「ボールを持たない選手（オフザボール）」がどうやって動けば味方からのパスがもらえるか」という課題に対し「オフボールの選手がゴールに向かって走ればいい」という答え（Plan）が返ってくる。課題に対しての解答の一例である。しかし、実際にゴールに向かって走ってみると上手くいかない状況が出てくる。（Do）その時、「守備の隊形はどうなっているか、ボールはどの位置にあるか、どのようなパスを出すか。」など、様々な状況を見て思考（Check）し、幾つかある解答の中から最善の方法を判断し選択する（Act）ことこそが「深く考える」状態だと考える。課題を前にして「考えて」実践した後、「もっと良い方法があるのではないか」「他の状況の時にはどのようにしたら良いのか」など、現状に満足することなくより質の高い解決を目指し、「考える」ことができるよう課題設定や場面設定の工夫をしていくことが重要となる。

（2）「視点を変える」について

生徒は与えられた「課題」に対して解決をしようと思ひ、思考したことを実践する。実践したことが必ずしも成功するとは限らず、なぜ成功しなかったのかと再び思考する。その時、解決のヒントとなるのが「視点を変える」ことである。自分の見方や考え方を客観的に捉えようとしたり、他の見方や考え方との比較をしたりすることを行う。

これにより、自分の見方や考え方が不十分であったり、偏りがあつたりすることに気づくことができたり、自分の見方や考え方を深めたり広めたりすることも可能である。しかし、ここで必要となるのが表現する力、伝える力である。自分が考えているイメージをいかに仲間に伝えることができるかによって、解決できなかった課題を解決しようと思ったり吟味したりしていきながら更に実践していくことで、生徒たちは「深く考える」状態に至る。そのために授業者は、全ての生徒が「深く考える」状態へと導くことができるよう「課題」を準備し、生徒が「課題を理解し思考できる」「解決方法を表現できる」「実践できる」ことを目指して研究を進めていく。

3. 研究の目的

生徒が、自らの課題解決のために様々な情報を集め、仲間と共に比較・検証、分析をすることで理解を深めながら課題を解決し、授業で学んだことが発揮できる生徒を確立する。

4. 研究の内容

- (1)「単元計画」の見直しを行う。
- (2)「教材・教具（タブレット端末）の工夫」を行う。
- (3)「発問の工夫」を行う。

5. 研究の具体的な内容

ア 授業の見直しをもたせる

全ての単元で行うオリエンテーションを強化し、生徒に最終的な授業（発表・ゲーム）の様相をイメージさせる。単元計画の何時間目にどのような技能獲得の授業を展開するかを説明し、授業の計画を明確にする。

イ 課題を見つけるために情報を収集する

デジタルカメラやタブレット端末を使って撮影する際、何をどのように撮影するかを授業のめあてや計画に合わせて内容で探求することにより、課題解決のための資料をより具体的に探しやすくなる。

ウ 運動を比較・検証し、分析する

授業で使う学習ノートやワークシートを書かして終わりではなく、授業の中で「何故、上手くできなかったのか？上手くできたのか？」を個人だけでなく、ペアやチームの仲間とも共有し、考え合うことが必要である。

エ 出来映えを確認し、授業を振り返る

体育や保健に関わる内容としては、器械運動、陸上競技、水泳、武道、球技などの領域において、デジタルカメラやタブレット端末を用いて「動き」を撮影し、模範などと比較することにより、動きや技の改善点、高まりを見つけることができる。また、保健、体育理論などにおいてもインターネット上から参考資料を集め、考察する。

6 研究の実際（実践事例）

第2学年3組 保健体育科学習指導案

山梨大学教育人間科学部附属中学校

授業者 野沢 克美

1 単元名 B 器械運動（跳び箱運動）

2 単元について

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。

1学年のマット運動の授業では意欲的に取り組む生徒が多く、基本となる技の習得に向けて協力しながら練習した。また、タブレット端末を利用することで目標とする技ができるようになったり、より良く安定してできるようになったり、技を組み合わせて発表会をすることができた。

器械運動が苦手な嫌いな生徒もいたが、マット運動の授業を通して「できるようになった」と楽しさを味わうことができた経験から、跳び箱運動もがんばりたいと前向きに取り組もうとする生徒もいる。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うことで、自分が気付かなかったことに気付いたり、自分のイメージしている動きと実際に撮影した動きとの違いを比較したりすることで、思考する過程を工夫しながら「自分なりの結論」を吟味する「深く考える」授業を展開していきたい。

3 生徒の実態

2年3組は、男子20名、女子20名、合計40名の集団である。活気ある学級の中では、女子に積極的な生徒が多く、リーダーシップをとることができる。運動部活動に所属していない生徒は、男子2名、女子12名であり、女子の半数以上が文化部か無所属である。4月に行った新体力テストの結果では、8つの項目の中で男女共に上体起こしと20mシャトルランが全国平均値を下回った。更に女子では、長座体前屈、50m走、ハンドボール投げの3項目が下回る結果となった。運動嫌いや苦手と感じている生徒は男子よりも女子の方が多く、跳び箱運動に対して苦手意識をもっていることが伺える。

跳び箱運動に対するアンケートは、次のような結果となった。

(1) 跳び箱運動が好きですか？

右表1に記載

(2) 跳び箱運動が嫌いな理由

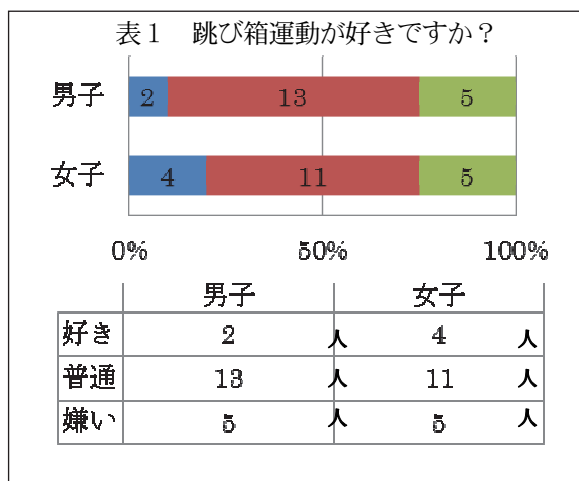
男子…落ちたり落ちそうになったりして怖い思いをした

女子…失敗した時に痛い、落ちた経験から恐怖心がある

(3) 跳び箱運動が好きな主な理由

男子…足の筋肉がつきそう、苦手だけが頑張って練習してできるようになった時の喜び

女子…楽しい、跳び越えられた時の達成感、恐怖心に打ち勝ち、克服できた時の充実感



4 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、その技がよりよくできるようにする。

・跳び箱運動では、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと。

(2) 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事、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。

(3) 器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

5 単元及び学習活動に即した評価規準（・第1学年の評価規準，○第2学年の評価規準，◎1・2年共通）

	運動への 関心・意欲・態度	運動についての 思考・判断	運動の技能	運動についての 知識・理解
単元の評価規準	<p>◎器械運動の学習に積極的に取り組もうとしている。</p> <p>○よい演技を認めようとしている。</p> <p>・分担した役割を果たそうとしている。</p> <p>○仲間の学習を援助しようとしている。</p> <p>・健康・安全に留意している。</p>	<p>・学習する技の合理的な動き方のポイントを見付けている。</p> <p>○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>・学習した技から、「はじめ-なか-おわり」などの構成に適した技の組み合わせ方を見付けている。</p> <p>◎仲間と学習する場面で、仲間のよい動きなどを指摘している。</p> <p>・仲間と学習する場面で、学習した安全上の留意点を当てはめている。</p>	<p>○跳び箱運動では、繰り返し系や回転系の滑らかな基本的な技、条件を変えた技、発展技のいずれかができる。</p>	<p>・器械運動の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。</p> <p>○技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。</p> <p>・器械運動に関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。</p>
学習活動に即した評価規準	<p>①跳び箱運動の学習に積極的に取り組もうとしている。</p> <p>②より良く演技しようとして練習に取り組む仲間の努力や良い動きを認めようとしている。</p> <p>③お互いに教えたり教わったりしながら、仲間の学習を援助しようとしている。</p>	<p>①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>②仲間と学習する場面で、仲間の動きと自分の動きを比較し、違いなどを指摘している。</p>	<p>①踏み切りから上体を前方に振り込みながら着手する動き方、突き放しによって直立体勢に戻して着地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跳び越すことができる。</p> <p>②着手後も前方に回転するための勢いを生み出す踏み切りの動き方、突き放しによって空中に飛び出して着地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跳び越すことができる。</p> <p>③着手位置、姿勢などの条件を変えて跳び越すことができる。</p> <p>④学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで跳び越すことができる。</p>	<p>①技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。</p>

6 指導と評価の計画（12時間）

時	ねらい・学習活動	関	思	技	知	評価方法	
はじめ 2時間	1	ねらい：○運動の特性やねらいをつかみ，見通しをもとう。 ○学習の進め方と約束を確認しよう。					学習 ノート
		学習の重点：・器械運動の特性や成り立ち・授業に対する姿勢				①	
	2	【オリエンテーション】 ○器械運動の特性や成り立ち，ねらいを知る。 ○学習の仕方について確認する ・学習の約束，学習ノートの書き方，ICT機器の使い方 ・準備，片付けの仕方					
	2	【跳び箱運動への慣れの動き】 ○手の支え（補助倒立，カエル支持） ○踏み切り，突き放し，着地 ・踏み越し跳び ・支持で跳び乗り，跳び下り，またぎ乗り，またぎ下り ・マットで前転		①			
なか 8時間	3	ねらい：○切り返し系の基本的な動きを確認し，基本的な技を身に付けよう。 ○基本的な技のポイントや課題を見つけ，滑らかに演技しよう。		②			観察 学習 ノート
	4	学習の重点：・基本的な技 ・健康，安全の留意点 ・グループで発表会に向けた切り返し系の技を練習し，より良い演技を目指す。			①	①	
	5	【基本的な技】 ○斜め開脚飛び ・自分が跳べる高さの段から取り組む ・助走，踏み切り，着手，支持，突き放し，空中姿勢，着地の確認			②		
	6	【発表会に向けた切り返し系の技】 ○基本的な技を滑らかに行う ○条件を変えた技，発展技に取り組む ・高さを高くする ・開脚伸身跳び，かかえ込み跳び				③	
	7	ねらい：○回転系の基本的な動きを確認し，基本的な技を身に付けよう。 ○基本的な技のポイントや課題を見つけ，滑らかに演技しよう。		②			
	8	学習の重点：・基本的な技 ・健康，安全の留意点 ・グループで発表会に向けた回転系の技を練習し，より良い演技を目指す。			①	②	
	9	【基本的な技】 ○台上前転 ・自分が回転できる高さの段から取り組む ・助走，踏み切り，着手，回転，突き放し，空中姿勢，着地の確認			②		
	10	【発表会に向けた回転系の技】 ○基本的な技を滑らかに行う ○条件を変えた技，発展技に取り組む ・高さを高くする ・頭はね跳び，前方屈腕倒立回転跳び				③	
おしま 2時間	11	ねらい：取り組んできた切り返し系と回転系の技を発表し，お互いに評価しよう。		③			観察 学習 ノート
		学習の重点：・技の出来栄について，相互評価する・学習のまとめ					
	12	【技の発表会】 【学習のまとめ】 ○学習ノートへの記入，評価，振り返り				④ ①	

7 具体の指導内容及び学習活動に即した評価規準

観点	運動への 関心・意欲・態度	運動についての 思考・判断	運動の技能	運動についての 知識・理解
<p>第2学年</p>	<p>【指導内容】 ・技ができる楽しさや喜びを味わい、その技がよりよくできるようにすることに積極的に取り組もうとすること。</p> <p>【評価規準】 ↓ ①跳び箱運動の学習に積極的に取り組もうとしている。</p> <p>・グループ内で認め合い、協力して練習することは、学習意欲を向上させること。</p> <p>↓ ②より良く演技しようと練習に取り組む仲間の努力や良い動きを認めようとする。</p> <p>・グループで協力して練習に取り組むことで、発見や気づくことが出ること。</p> <p>↓ ③お互いに教えたり教わったりしながら、仲間の学習を援助しようとする。</p>	<p>・課題を発見するための資料、練習方法を紹介した資料の提示。</p> <p>↓ ①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>・観察を行う場面の設定や動きのポイントを掲載した資料の提示。 ・ICTを活用した動きの比較。</p> <p>↓ ②仲間と学習する場面で、仲間の動きと自分の動きを比較し、違いなどを指摘している。</p>	<p>＜＜切り返し系の基本的な技＞＞ ・助走、踏み切り、着手、支持、突き放し、空中姿勢、着地など、基本的な技能を身に付け、動きが途切れずに続けることができること。</p> <p>↓ ①踏み切りから上体を前方に振り込みながら着手する動き方、突き放しによって直立体勢に戻して着地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跳び越すことができる。</p> <p>＜＜回転系の基本的な技＞＞ ・助走、踏み切り、着手、回転、基本的な技能を身に付け、勢いができるように続けることができること。</p> <p>↓ ②着手後も前方に回転するための勢いを生み出す踏み切りの動き方、突き放しによって空中に飛び出して着地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跳び越すことができる。</p> <p>・同じ技でも空中姿勢や手の着き方を変えたり、高さを変えたりして行うこと。</p> <p>↓ ③着手位置、姿勢などの条件を変えて跳び越すことができる。</p> <p>・系、グループの基本的な技から発展した技を行うこと。</p> <p>↓ ④学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで跳び越すことができる。</p>	<p>・跳び箱運動の技は、切り返し系、回転系に分類されていること。 ・技には名称があり、それぞれの技に技術的なポイントがあること。</p> <p>↓ ①技の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。</p>

8 本時の展開（9／12時間）

(1) 本時の目標

- ・回転系の基本的な技を滑らかに行うことができるようにする。
- ・仲間のよい動きを見つけ、アドバイスすることができるようにする。

(2) 本時の学習評価

- ・仲間と学習する場面で、仲間の動きと自分の動きを比較し、違いなどを指摘している。

(運動についての思考・判断)

	学習内容・活動	評価方法及び評価規準
はじめ	<p>1 ランニング、補強（腹筋、背筋、腕立て、馬跳び）</p> <p>2 あいさつ、本時の学習の確認 ・本時のねらいと学習内容を確認する。</p> <p>3 W-up（10秒補助倒立、跳び上がり下がり、斜め開脚飛び）</p>	<p>・本時の学習内容を伝えるとともに、前回までの学習内容の確認をさせる。</p> <p>・跳び箱を安全に跳び越せるように感覚練習を自分のペースで行わせる。</p>
	<p>ねらい：回転系の基本的な技が滑らかに行えるように、仲間の動きと自分の動きを比較し、違いなどを指摘しよう。</p>	
なか	<p>4 回転系の基本的な技を滑らかに行う（グループ） ・全員が短時間で本時に練習したいことについて発表し、本時の回転系の練習を行う順序（跳び箱の高さの調節）を確認する。 ・練習の中でアドバイスされたことや気付いたことを学習ノートにメモする。</p> <p>5 ICT機器を使いグループで指摘し合う ・自分が練習していない時は、タブレット端末を使いながら撮影したり、補助を行ったりする。</p> <p>タブレット端末を使い、アドバイスしたり比較して違いを見つけたりする。 ・練習の中でアドバイスされたことや気付いたことを学習ノートにメモする。</p> <p>6 本時の練習を振り返り、次回への目標の確認 ・練習で気付いたことや有効だったアドバイス、メモしたことや感想などを共有する。（グループ）</p> <p>「視点が変わる」機会（4. 5. 6）</p> <p>①技を滑らかに行うために、どの場面を練習したいのかをグループ内で共有する。 ②仲間と協力して技の練習や補助等を行う。 ③何がどのように違うか、部分的に見たり、全体的に見たり、タイミングも見たりしながらどのような違いがあるかについて観察し伝える。</p>	<p>○グループごと、一人一人に取組内容を確認させる。</p> <p>・何の技を練習するのか。 ・跳び箱の高さは何段でやるのか。 ・何をどのように改善して滑らかにしたいのか。</p> <p>○観察して気付いたことを仲間に伝えたり、アドバイスされたりしたことを学習ノートにメモさせる。</p> <p>○視点の確認を行わせる ・自分のどの場面を見てもらったり、撮影してもらったりするのか、観察してもらったポイントを明確に伝えさせる。</p> <p>「助走から踏み切り」、「着手」、「回転」、「着地」</p> <p>「滑らかに行う」とは、助走から踏み切り、着手、回転、着地と基本的な技能を身に付け、一連の動きが途切れずに続けてできること。</p> <p>・グループ全員が自分の技を練習し、仲間の練習に協力できるように分担させる。</p> <p>評価：仲間と学習する場面で、仲間の動きと自分の動きを比較し、違いなどを指摘している。 【運動についての思考・判断】</p> <p>●努力を要する状況の生徒への手立て ・どの場面を観察したらいいのかを伝え、前回との違いを比較したり、どこが良いのか、どこをどのように直したらいいのかを指摘したりできるように支援する。</p>
まとめ	<p>7 本時の振り返りと次回の確認 ・グループごとに本時の学習内容の良かったことを発表する。 ・次時の学習内容の確認</p> <p>8 あいさつ</p>	<p>○本時の学習への取り組み状況や次回への課題について発表させ、振り返りと次回への見通しをもたせる。</p>

9 授業の実際

保健体育の授業では、課題に対して生徒それぞれが自己の見解をもち、それを表現することによって仲間と共有したり共感したり、吟味することでより高い技能の習得や思考の広がりにつながる過程が欠かせない。正確な答えにたどり着けるとは限らないため、自分に何が足りないか、どのようなことをしたらよいかといった「課題」をより良い状況で解決しようと考えた時、思考に深まりや広がりが出てくるのではないかと考え、この過程を「深く考える」状態だと捉えている。公開研究会の授業では、生徒が選択した回転系の基本的な技を練習し、仲間の動きと自分の動きを比較することで違いを指摘しながら技が滑らかにいけるように練習を進めた。生徒は自分に合った高さの跳び箱を選ぶことでグループが形成され練習する。グループには練習をする人以外に補助者とタブレット端末を使って撮影する人がいるので、役割を交代して順番に練習する。自分の練習している様子を仲間に観察してもらったり撮影してもらったりすることや、同じ技の練習をする時には見比べたり映像を確認したりすることで、本時のねらいに迫ろうと進めた。自分で選んだ技を練習する時、タブレット端末の映像を見ながら課題を探し改善を図ろうとするだけでなく、グループの仲間に見比べてもらったり、映像を見ながら気づいたことや思ったことを言ってもらったりすることにより、本人が思っていたことや考えていたこと以外のアドバイスがあったり、気づくことがあったりすることで「視点を変える」きっかけになるのではないかと考え、グループや全体で気づきや発見の共有を図る場を設定した。

練習では、順番に補助を行ったりタブレット端末で撮影したりしながら協力して取り組むことができていた。補助者だけでなくグループ内で出来栄えについての声かけやアドバイスなどをしたり、撮影した映像を一緒に確認したりしながら改善に向けた話をする場面は見られた。しかし、本人の視点が変わるような気づきや発見、アドバイスなどは練習中にあまり見られなかったように感じた。授業の最後に全員を集合させ、一人の生徒Aに練習で気づいたことや次回への目標について発表させた。発表者は、自分の跳ぶ姿勢をタブレット端末で撮影した動画を見て、改善するポイントとして①着手の位置、②膝の伸び、③腰の位置について挙げていた。発表者の動画撮影に協力した生徒Bに「何か気づいたことがあるかどうか」と聞いたところ、マットでの練習は片足踏み切りであるのに対して跳び箱は両足踏み切りになることに気づいたと発表した。これは生徒Aが気づくことができなかった視点に生徒Bは気づき、Aに新しい視点を投げかけることができた場面であったと考えられる。実際に生徒Bの学習ノートの振り返りには、技をより良くするための改善点に「着手」「空中姿勢」「着地」などが挙げられていた。しかし、生徒Aの動画撮影に協力したことにより踏み切りの違いについて気づき、自分自身の技の向上につなげていこうという記述が見られた。生徒Bの視点が変わった瞬間である。

【タブレット端末で撮影している生徒】



【練習後、撮影した映像をグループ内で確認】



【学習ノートの記述から】

学習の記録		(自分のめあてが達成できたかどうか、自
9/28	今日のめあて 木下開脚の向きを修正し飛ぶ練習を始める	練習内容 木下開脚 伸身跳びの練習 バンザイするとうりですか? 最後にバンザイする人しの守り飛ぶ練習が根を打つ飛ぶ練習が良かったと言われたので練習が良かったと感じた。
9/30	今日のめあて 木下開脚の踏み着地を練習する	練習内容 正しい名前で書こう!! 木下開脚の踏み着地 できるようにしたこと、気をつけた点、わかった点、感想など 木下開脚の踏み着地の着地がまだできていないので次回練習したい。 原因は何でしょう?
10/2	今日のめあて 木下開脚の飛ぶ練習	練習内容 側方跳びの練習 できるようにしたこと、気をつけた点、わかった点、感想など 側方跳びの練習ができたので練習したい。 原因は何でしょう?
10/3	今日のめあて 木下開脚の練習	練習内容 ジャンプの練習 ジャンプの練習ができたので練習したい。 原因は何でしょう?
10/9	今日のめあて 木下開脚の練習	練習内容 ジャンプの練習 ジャンプの練習ができたので練習したい。 原因は何でしょう?

これまでの練習の中で、ポイントだと捉えてきた視点が変わった記述

← 9/28

空中姿勢についてアドバイスされたので次回練習したい

← 9/30

着地を失敗しているのを改善する

← 10/2

タブレット端末を使い、着手を改善する

← 10/3

マットの上では片足踏み切り

跳び箱では両足踏み切り 違いに気づく

10 まとめ

【成果】

器械運動の授業では、ペアやグループを形成して練習する時「滑らかにできる＝上手にできる」を目標に協力しながら取り組むことで、課題や改善点についての視点をみんなでもつことができた。タブレット端末を使って動画撮影をすることでより明確に捉えることができ、データで残したり他者と比較したり、以前の自分と比較をすることも可能となり、改善に向けてのイメージをもって練習することができた。また、全体で共有する機会をつくることで他者の見方や見解に触れることにより、自分に置き換えたらどうかという視点を変えることにもつなげるきっかけになったのではないかと考える。

【課題】

跳び越すことや回転することができない生徒に対しての補助、タブレット端末を使ってのアドバイスが有効であったかどうかという点である。できない生徒にとって動画を確認したりアドバイスを聞いたりすることで、技能獲得のイメージをもつことができたかどうかを検証し、アドバイスの仕方やタイミング、視点を変えることができるアプローチの仕方について研究を進めていくことも必要であると考えます。

7 参考・引用文献

- 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）
2014年4月 体育科教育，大修館書店「教具・遊具」の工夫と開発 岩田 靖
2012年12月 体育科教育，大修館書店 子供を揺さぶる発問 大後戸 一樹

平成27年度 山梨大学教育人間科学部附属中学校

保健体育科部会（敬称略）

- ① 石川 忠史 指導助言者 山梨県教育委員会スポーツ健康課 主幹・指導主事
② 桐原 洋 指導助言者 山梨県教育委員会スポーツ健康課 主査・指導主事
③ 中村 和彦 共同研究者 山梨大学教育人間科学部長 大学院教育学研究科長 教授
④ 木島 章文 共同研究者 山梨大学教育人間科学部身体文化教育講座 准教授
⑤ 矢崎 恭央 研究協力員 南アルプス市立甲西中学校 教諭
⑥ 飯塚 誠吾 研究協力員 北杜市立長坂中学校 教諭
⑦ 片山 敬太 研究協力員 中央市立玉穂中学校 教諭
⑧ 村松 裕太 研究協力員 甲府市立南西中学校 教諭
⑨ 小沢 隆宏 研究協力員 富士吉田市立富士見台中学校 教諭
⑩ 荻野 康 研究協力員 大月市立猿橋中学校 教諭

<本校教諭>

- * 秋山 知洋 3年1組担任 (本校勤務6年目)
* 野沢 克美 2年3組担任 (本校勤務2年目)
* 原沢 希 学校教務 (本校勤務1年目)