

【実施日】 平成30年10月26日(金)

【研究主題】

生涯スポーツを目指した保健体育学習のあり方
～「できた」という喜びを味わえる授業づくりを通して～

【主題について】

保健体育科学習において、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現することや主体的に楽しく運動を継続するような能力と態度や、友だちと共感することのできるような温かい心、そして、それらの基盤となる体力を身につけることは重要であると考え。そこで、生徒が運動の楽しさや「できた」喜びに触れ、「もっとやってみたい」という運動に対する前向きな気持ちや自信を引き出させることで、それらの積み重ねが今後の生涯スポーツにつながり、生涯にわたって学ぶことを豊かにしていくと考え、本主題を設定した。

【研究の実際】

生徒が「できた」という喜びを味わえるように保健体育授業において、以下のような取組を行った。

① 動きのイメージづくりや動きのポイント確認のための ICT 機器の活用。

ICT機器を使って映像を見せることによって、具体的なイメージをもつことや、スローモーションでの映像、2つの映像を同時に見比べることで、意識してほしいポイントを細かく伝えた。また、トップ選手の動画を視聴させることで、優れている点や運動意欲の向上につなげた。



【ICT機器の活用】

② 「できた」に近づくためのワークシート（「チャレンジシート」・「アドバイスシート」）の活用。

ワークシートの活用として、めあて、めあて達成のための技術習得に意識すべきポイント、その項目ごとに自己評価までが行える、「チャレンジシート」を活用した。また、グループでの運動観察から、自己の考えを広げ深めたり、観察・実践者ともに達成感を味わえるように、付箋に書いてアドバイスを送る、アドバイスシートの活用を行った。



【付箋を使っでのアドバイス活動】

③ 主運動につながる取り組みやすい運動から始める、「チャレンジスタート」

運動始めでの工夫において、体育・運動に興味関心や意欲、安心、達成感へのきっかけとなるように、主運動につながる取り組みやすい運動、「チャレンジスタート」を行った。高度な技術を必要とせず取り組みやすい運動や、本時のねらいとする運動に近い動きを取り入れた運動を行った。



【チャレンジスタート】

【成果と課題】

成果 ICT機器を使うことによって、生徒は、実際の完成した技やスローモーションの映像から具体的なイメージをもつことができた。また、「自分もやってみたい」という意欲にもつなげることができた。

シート活用では、ポイントを意識して運動に取り組むことができ、「これはできた!」、「このポイントを意識すれば、めあてが達成できた!」と生徒から聞くことができた。

チャレンジスタートでは、運動の楽しさや、自分にも「できた」という、達成感を授業の始めに感じることができ、その後の授業への意欲につながった。小さな成功体験を積み重ねていくことにより意欲的に取り組むことができ、最終目標達成に近づくことができ、学習意欲を喚起させることにつながることができた。

課題 チャレンジスタートにおいて、難易度別のチャレンジ等の工夫も取り入れながら、達成感をより味わえるようにする工夫が必要であると感じた。

アドバイスシートの活用で、より効果的な方法として、前時に生徒一人ひとりに自己課題を把握させておき、その自己課題をチェックしてもらうことで技術向上・習得ができることも考えられる。また、アドバイス活動に対して、達成できているかどうかのチェックリストがあるとより技術の向上がみられると考える。