

糸田町立糸田中学校 保健体育部会

部会長名 川崎町立川崎中学校 校長 安部 博智

実践者名 糸田町立糸田中学校 教諭 中野 浩平

1 研究主題

「生きる力」を育む学習指導の研究

～主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善～

2 主題設定の理由

(1) 社会の要請から

令和5年度全国体力・運動能力、運動週間等調査の結果によると、本県の中学生は、「運動が好き、やや好き」（肯定的な回答）と回答した生徒が89.9%であり、全国の肯定的な回答の生徒（89%）と比較しても大きな差は見られない。また、「中学校を卒業してもスポーツを続けるか」という質問に対しては86%が「続ける」と肯定的で、全国の肯定的な回答（86%）と等しい結果となっている。

しかし、本校の調査結果では「運動が好き」と肯定的な回答をした生徒は82.4%で、県と比較して7.5ポイント低い。また、「中学校を卒業してもスポーツを続けるか」という質問に対しても、「続ける」という肯定的な回答をした生徒は77.2%で、全国・福岡県と比較して8.8ポイント低い。

学習指導要領の体育分野については、「生涯にわたって運動やスポーツに親しみ、スポーツとの多様な関わり方を場面に応じて選択し、実践することができるよう、『知識・技能』、『思考力・判断力・表現力』、『学びに向かう力・人間性等』の育成を重視する観点から内容等の改善を図る。また、保健分野との一層の関連を図った内容等について改善を図る」と記されている。

そこで、「生きる力」を育むために『知識・技能』、『思考力・判断力・表現力』、『学びに向かう力・人間性等』の育成を重視し、運動に対して肯定的でない生徒に対してのアプローチを明確にすることが重要になると考えた。

(2) 生徒の実態から

本校の生徒は、行事や日々の学習活動に真剣に取り組んでいる生徒が多い。しかし、その一方で、怠学や家庭の事情、人間関係のトラブルなど様々な事由から不登校傾向や不登校に陥っている生徒が多く、この状況の改善が本校の重大な課題となっている。「学びの場」、「人との関わりの場」である学校に少しでも気持ちが向くような指導の工夫や改善が求められており、保健体育科としては、主体的・対話的な授業づくりを通して「誰もができた、分かった」という体験を積み重ねていく授業改善をしていかなければならない。そして、生涯を通じてスポーツに関わり、より健康でたくましく生きる生徒の育成につなげていきたい。

3 主題の意味

(1) 「主体的な学び」とは

学ぶことに興味や関心を持ち、自己のキャリア形成の方向性と関連付けながら、見通しを持って粘り強く取組み、自己の学習活動を振り返って次につなげる学び。

(2) 「対話的な学び」とは

子ども同士の協働、教職員や地域の人との対話、先哲の考え方を手掛かりに考えること等を通じ、自分の考えを広げ深める学び。

(3) 「深い学び」とは

習得・活用・探求という学びの過程の中で、各教科等の特質に応じた「見方・考え方」を働かせながら、知識を相互に関連付けてより深く理解したり、情報を精査して考えを形成したり、問題を見出して解決策を考えたり、思いや考えを基に創造したりすることに向かう学び。

(4) 「主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善」とは

上記の3つの学びの視点から学習過程の質的改善を行うことであり、そのことを通して、「生きて働く知識・技術の習得」「未知の状況にも対応できる思考力・判断力・表現力等の育成」「学びを人生や社会に生かそうとする学びに向かう力・人間性の涵養」を育成するもの。

4 研究の目標

積極的生徒指導の視点を取り入れた授業を通して、誰もが積極的に取り組むことができる保健体育の授業づくりをすることで、「主体的・対話的で深い学び」の実現を図る。

5 研究仮説

以下の4つの視点を活かした授業を行うことにより、誰もが積極的に取り組むことができ、「主体的・対話的で深い学び」のある授業が実現するであろう。

(1) 運動が好き・得意という生徒だけでなく運動が苦手な生徒を含め、誰もが楽しめるスポーツになるために、アダプテッドスポーツの観点を取り入れる。

(2) 主運動では、どこで躓いているかを明確にし、毎時間スモールステップの個人目標を立てていく。また、積極的に取り組めるように、ルールや用具、コートの設定を工夫する。さらに、運動が苦手であっても審判をしたり、級友にアドバイスをしたりして、積極的に運動への関わりをもつ場を設ける。

(3) 自他を認め合い尊重し、生徒同士での教え合い活動や振り返りの時間を設け、失敗を恐れず挑戦する態度と雰囲気をつくる。また、授業における生徒指導の実践上の4つの視点である「自己決定の場の提供」「自己存在感の感受」「共感的な人間関係の育成」「安全・安心な風土の醸成」を取り入れ「自己指導能力」の獲得を促す。

6 研究の計画（授業の計画）

(1) 単元

「球技 ネット型 バレーボール」

(2) 単元の目標及び指導計画

単元	球技 ネット型 バレーボール	総時数	6時間	時期	10月
単元の目標	<p>○ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防をすることができる。（知識・技能）</p> <p>○攻防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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。（思考力・判断力・表現力等）</p> <p>○球技に積極的に取り組み、フェアプレイや健康・安全に気を配り作戦などの話し合い活動に参加しながら、一人一人の違いを認め、仲間の学習を援助しようとしている。（学びに向かう力・人間性等）</p>				
次	時	具体的な目標	学習活動・内容	指導上の留意点(援助・支援)	
1	1	○ バレーボールの基本用語や技術、ルール等の特性を理解する。	○ バレーボールの特性や成り立ち、バレーボールを使ったボール遊びをする。	○ バレーボールの特性や楽しさ、面白さが分かるようにバレーボールの映像を見せ、バレーボールを使ったボール遊びで意欲を高める。	
2	2	○ 声の出し方やボールを受ける前の構え方、体の動かし方等の基本技能、ポイントを理解する。 ○ ボールの落下点に移動できる。	○ バレーボールを使った補助運動（ミニゲーム）を行う。 ○ ボールキャッチゲームをする。	○ ミニゲームを通してプレイの展開がスムーズにできるような声かけを考えさせる。 ○ ボールの落下地点に素早く移動できるように構え方(パワーポジション)を指導する。	

2	3	<ul style="list-style-type: none"> ○ ジャンプのタイミングステップのポイントを理解する。 ○ 相手のコートスペースを狙うことができる。 ○ 守備位置の認識することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ スパイク練習をする。 ○ ボールを工夫したミニゲームでバレーボールの動きを身に付ける。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ スパイク時のジャンプのタイミングやジャンプの仕方が分かるように全員で手拍子をしながら、足運びの仕方を身に付けさせる。 ○ 次のゲームに向けてスペースができない守備隊形を確認させる。 ○ 素早く攻撃ができるような移動と声かけを考えさせる。
	4 本時	<ul style="list-style-type: none"> ○ ジャンプのタイミングステップのポイントを理解する。 ○ 次のゲームに向けてチームや自己の課題を明らかにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ スパイク練習をする。 ○ 4対4のゲームを行う。 ○ 本時の振り返りを行い次の作戦を考える。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ スパイク時のジャンプのタイミングやジャンプの仕方が分かるように全員で手拍子をしながら、足運びの仕方を身に付けさせる。 ○ 次のゲームがより良くなるように、学習シートを使用し、場面ごとに振り返りを行わせる。
	5	<ul style="list-style-type: none"> ○ 相手の打球に備えた準備姿勢をとることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 三段攻撃を意識した練習をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 前時の振り返りを基に気づいた点を話し合い、実践できるように具体的な目標を立てさせる。
3	6	<ul style="list-style-type: none"> ○ 仲間や相手に合わせて連携した動きができる。 ○ 周囲に声をかけて、積極的に練習や試合に取り組むことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ ゲームを行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ ゲームの中で自身の動きを理解し役割を果たすことができるように、ゲーム前にルールの確認等を丁寧に行う。

7 指導の実際

(1) 主眼ゲームを通して自他の課題を発見することで、よりよい攻撃ができる。

(2) 本時の指導観

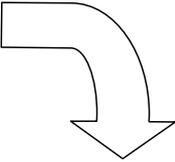
本時の指導にあたっては、生徒間の望ましい人間関係を構築するために、ゲーム中、ゲーム後に話し合いを行う場を設定し、「自己指導能力の育成」と「共感的人間関係の育成」を図る。また、授業始めに既習内容を確認し、課題を明確にすることにより、スムーズな学習展開ができるようにする。また、生徒一人一人が勝敗を競い合う過程や結果等、ゲームの楽しさや喜びを味わえるように、チーム全体の雰囲気や互いの技能が高まるような声かけを考えさせ、実行させていく。さらに、フォーメーションを工夫させることにより、自分たちの技能やチームの特徴を生かした作戦に結びつけたい。

初期の段階では、コートをバドミントンのコートにし、ボールはビニール袋に新聞紙を詰めたボールを使用することで、運動が苦手な生徒でも楽しく技能を体験的に身に付けていけるように工夫する。これによりパスや、レシーブなどの基礎的スキルが発揮しやすくなり、ラリーを続ける楽しさや喜びを味わいやすくなると考える。また、個人やチームで攻防の仕方を工夫させることで、攻防の作戦に適した集団的スキル、個人的スキルを活用できるようにする。

(3) 準備物

新聞紙ボール、バドミントンのネット及びコート、模造紙、ホワイトボード

(4) 展開

	学習活動・内容	指導上の手立て・配慮事項・評価	形態	配時
導入	<p>1 ウォームアップをし、全体で前時の振り返りをする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>【自己指導能力】 個人の課題を克服するためにチームでどのような改善をしたら良いか考える。</p> </div>	<p>○ 課題を出し合えるように、積極的な声かけをするよう促す。</p> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  </div>	全	7
<p>めあて ゲームを通してチームの課題を発見し改善策を考え、より良い攻撃にしよう</p>				
	<p>2 1チーム4名で、スパイク練習をする。</p>	<p>○ 試合でラリーを続けさせるためにレシーブ及びトスをするときの動きの確認を行う。</p> <p>★ (知・技) 1、2のステップでスパイクを打っている。</p>	全	8

展 開	<p>3 7点先取×2セットでゲームを行う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p style="text-align: center;">ゲームのルール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1チーム4名で1～4の番号を決める ・レシーブ、トスをキャッチしてよい ・1の者がキャッチ（レシーブ）をしたら、2の者がトス、3の者がスパイクを打つ ・攻撃終了後自コートのエンドラインまで走り守備に備える </div>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 活動が停滞している生徒には、活動のレベルを落として練習をするようにする。 ○ ルールなど難易度を下げることにより、ラリーを続けることができるようにするとともに、全員がボールに触れるようにする。 ○ スペースをつくることにより、守る側、攻撃する側の駆け引きを促すと同時に、運動量を確保する。 ○ ゲームをしていないチームは試合後すぐにゲーム内容を振り返る。 <p>★（思・判・表）</p> <p>ゲームでの自身の課題について他者に伝えることができている。</p>		
終 末	<p>4 振り返りを行う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>【共感的人間関係】</p> <p>自他の課題について話し合い振り返りプリントに記入する。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 試合中の攻撃や守備について、良かったところ、改善した方が良かったところを振り返り、書くよう伝える。 		
<p style="text-align: center;">まとめ</p> <p style="text-align: center;">自他（チーム）の課題を明確にし、改善策を出すことで、よりよい三段攻撃ができるようになる！</p>				

8 研究のまとめ

最初の時間でバレーボールの映像を見せることで生徒のイメージや理想を膨らませることができた。また、バレーボールを使ったボール遊びを導入部分で取り入れたことでボールの操作や協力するといったチームプレイの大切さを認識させることができた。

さらに、技能を習得するにあたり、補助運動やボールを使ったボール遊びが効果的だと感じた。また、個人だけでなく2人、3人と人数を増やして協力しないと取り組めない運動等も効果的だった。全体を通して、ルールや、場、用具の工夫をすることにより、誰もが楽しめる活動になり、生徒の振り返りでも肯定的な意見が多く見られた。

【運動が苦手な生徒の意見】

- ルールが簡単になっていたのので、楽しく取り組むことができました。
- 球技は苦手だけどこれなら苦手な私でもできると思った。実際に楽しくできた。
- ボールが新聞紙だったので怖い気持ちがなかった。
- 手が痛くならなかったのので、ボールを思いっきり打つことができた。

【運動が得意な生徒の意見】

- 通常のルールより簡単になって面白いのかなと思ったけどやってみて楽しかった。
- 運動が苦手な子に対してもボールが新聞紙だったので思いっきり打つことができた。
- 攻撃から守備に変わるときエンドラインまで走ったので、声かけをして守ったり、攻撃したりしないといけないのでチームワークが大切だと感じた。
- ルールが簡単だったから、実際のボール、コートでもバレーボールをしたかった。

※ 振り返りの様子



9 成果と今後の課題

- 怪我をしにくく、痛くないビニール袋を使って授業を行ったことは効果的だった。
(事前のアンケートでは、普通のバレーボールの使用は、「怖い、痛い」というイメージを持っている生徒が多かった)
- 全員が参加できるように番号を使って繋ぐ工夫ができた。
- 新聞紙のボールにすることで、ボールに対する恐怖感がなくなり、運動が得意な子以外も積極的にゲームに参加することができていた。また、攻撃終了後、エンドラインまで走るというルールを設けたことにより運動量が確保されていた。
- ゲームでの役割が明確化しており、苦手な子でも参加しやすい内容だった。
- 用具やルールの工夫によって生徒の運動量を多く確保できていたことや、生徒全員がルールによって積極的にゲームへ参加できていたことなど多くのことを学ぶことができた。
- 試合の際に動画を撮影しておくべきだった。(自分の動きやどこに打てば決まるかななどの確認ができる)
- 試合をしていない生徒からの気づき(アドバイス活動)などを行うことで観点を絞ることができるのではないかと感じた。
- レシーブからトスが投げ渡しになっていたのので、ネットより高いトスを上げるなどのルールを設けたらより三段攻撃に近づくのではないかと思われた。

◎参考文献

- ・中学校学習指導要領(平成29年告示)解説 保健体育編
- ・令和5年度全国体力・運動能力、運動週間等調査結果(令和5年12月)スポーツ庁
- ・生徒指導提要(令和4年12月)文部科学省