

中学校部会

1 研究主題

『自信を持ち、主体的に運動できる生徒の育成』

～有能感を高める効果的な学習指導の工夫～

香長土地区中学校体育連盟

2 研究対象

香南支部（担当支部）・・・赤岡中学校、野市中学校、香我美中学校、夜須中学校
香美支部・・・鏡野中学校、香北中学校、大栃中学校
土長南国支部・・・香長中学校、香南中学校、北陵中学校、希望が丘分校、
大豊町中学校、鳶ヶ池中学校、嶺北中学校、土佐町中学校、
大川中学校

3 研究主題設定の理由

新学習指導要領では、社会の急速な変化を見据え、個々の教科の枠を超え、「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」という、資質・能力の三つの柱に即して目標並びに指導内容が整理された。この整理に対応して、「各教科の見方・考え方」という考え方が提案された。

その結果、見方・考え方を働かせる学習過程を通して、生涯にわたり心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力につなげることが体育・保健体育では意図されることになった。

今回主として研究を行う香南支部では、香南市教育研究会体育部会で小学校と授業改善の必要性を再確認した。中学校部会では、生徒が授業を「楽しい」と感じるには、学習内容（めあて）を理解し、学ぶ意欲をもつことが大切であると考えた。そのためには、生徒の有能感を高める指導内容を工夫し、生徒自ら練習方法や練習の場を選択し主体的に動き、仲間とともに課題を解決していく活動が大切であると考え、研究主題を「自信を持ち、主体的に運動できる生徒の育成」～有能感を高める効果的な学習指導の工夫～とした。

4 研究の内容

香南支部では、令和2年度高知県学校体育研究大会の発表に向けて『マット運動』の授業を香南支部の全学校で実施し、授業計画、実施内容、反省・問題点をまとめ、集計・分析・検証できるように取り組んできた。

マット運動において、生徒の運動に対する自信について、「①有能さの認知を高めるために」、「②統制感を高めるために」、「③受容感を高めるために」に分けて生徒へのアンケートを実施し、分析することとした。

①有能さの認知を高めるために

- ・グループで活動し、教え合いの場面を多く取り入れ、同じレベルのグループで関わることにより、「自分ができている」という思いを持つことができる。
- ・上手になったことを班員が認め合い、評価することにより技能の伸びを実感する。
- ・良い動きや、気づきなどを認めあえるような雰囲気づくり。
- ・学習カードなどの活用により「できた」ことを可視化する。
- ・苦手な生徒も教え合いの中でコツを掴み、やってみようという思いを持ち、できるようになる。

②統制感を高めるために

- ・自分の今の力に合った技やポイントを練習し、達成感を味わわせる。
- ・ポイントを細分化し、練習することで自己の成長を感じるとともに仲間からの評価も感じ取れるようにする。
- ・課題を細分化して（スモールステップ）「できた」経験を増やす。
- ・班活動で活動することにより、できたことを認め合える場面を意図的に取り入れる。
- ・学習カードなどで前時との比較を行い、自分の成長や伸びを確認させる。
- ・視点を他者との比較から自分の記録の伸びへとチェンジする。
- ・伸びに着目した評価を行う。

③受容感を高めるために

- ・グループで活動することで、教え合い、学び合いを仕組む。
- ・グループで活動するため、教え合いの場面が多くなり、関わりや学び合いの場面を作る。
- ・仲間同士の教え合いや協力する場面を意図的に作り出す。
- ・教師が意図的に生徒との関わりを増やしできたことを評価する。

5 研究の実際

令和2年度の高知県学校体育研究大会の発表に向けて、香南支部では当初マット運動で研修を深めてきた。しかし、コロナウイルス対策の関係から密になるマット運動での発表は困難であることから中止となり、当初の計画通りに進めることができなくなった。

そのため、支部での研修会、検討会等が設定できず、支部全体の実践ではなく赤岡中学校の実践発表である。

該当学年の過去の調査から、2年次には生徒たちから器械運動に対するの苦手意識、抵抗を示す声が多く聞かれ、「できない」「危ない」「怖い」「痛そう」といったマイナス面の発言が多かった。これは、初期段階での基本的技能の定着不足が大きな要因となっていると考えられる。この実態を少しでも改善できるように、基本的な運動から取り組み、徐々に高度な技に取り組みさせたかったが、技の高まりやダイナミックさといった器械運動の醍醐味を味わうまでには至らなかった。

しかし、学習カードを活用し自己の課題発見、ペア・グループ学習で動画を用いての課題解決、その課題に対する基礎的な運動を毎時間行うことで徐々に自信が付き、できなかったことができるようになってくると全体の意欲がどんどん向上し、意欲的に取り組むようになってきた。

(1) 実践するにあたり重点とした工夫

①有能さの認知を高めるために

- 学習カードを、授業の中で「何を身に付けるのか」ねらいを明確にすることで、生徒自身が確認し活用できるように工夫した。
- 教師の説明をもとに生徒同士が教え合い、認め合うことで主体的な学習活動が行えるように工夫した。
- 自分の出来栄を確認でき、課題発見や解決方法を示せるように工夫した。

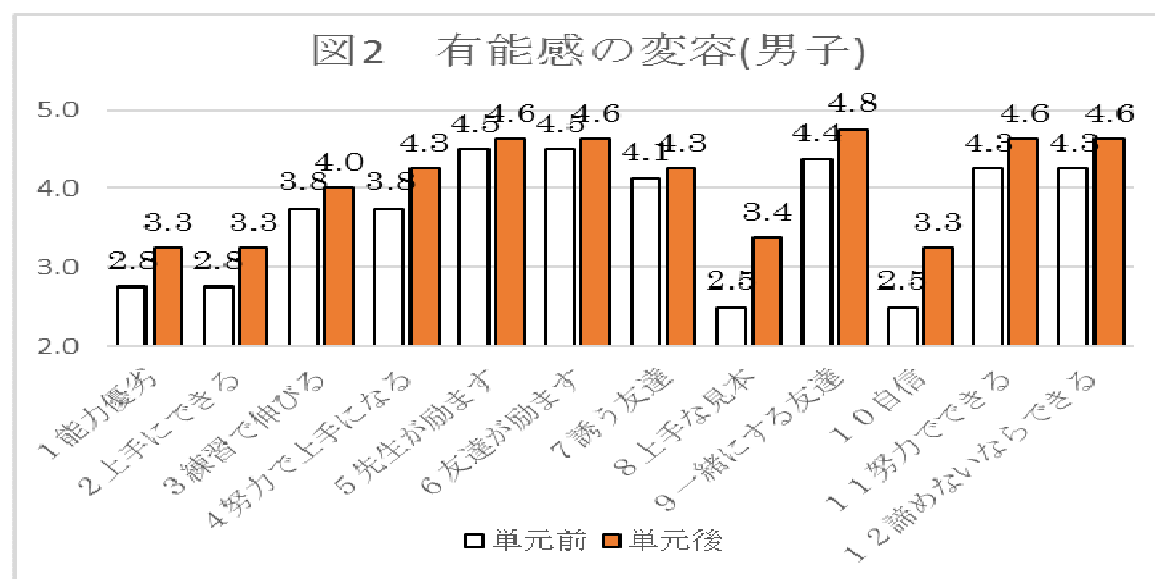
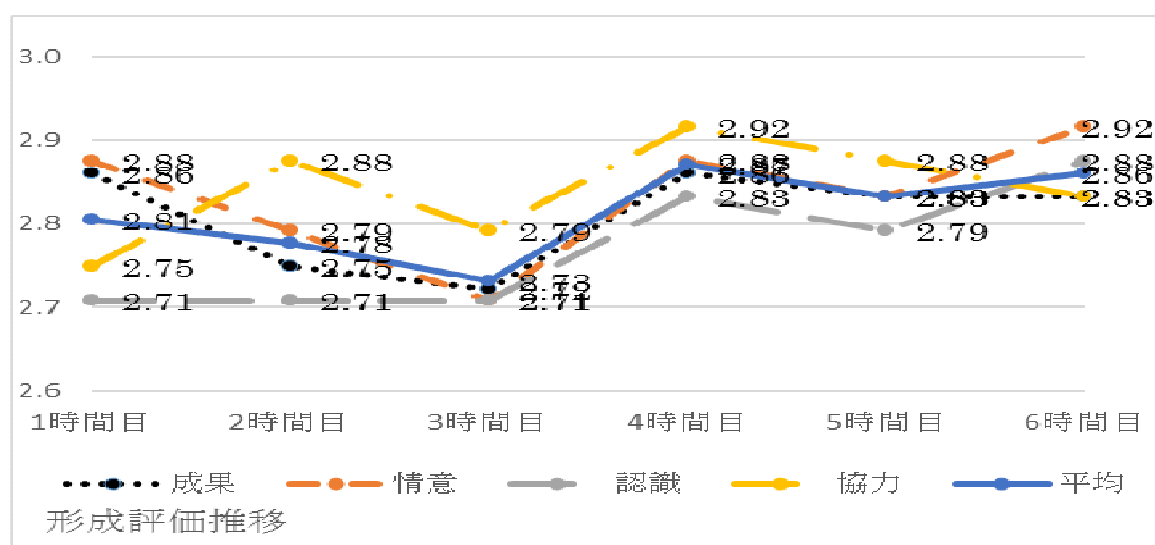
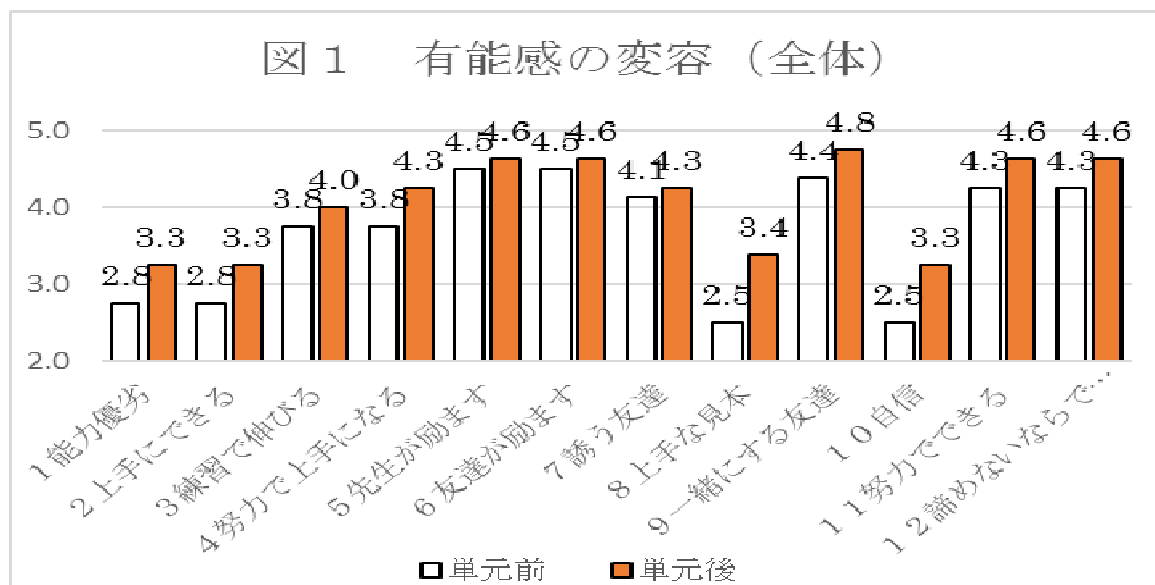
②統制感を高めるために

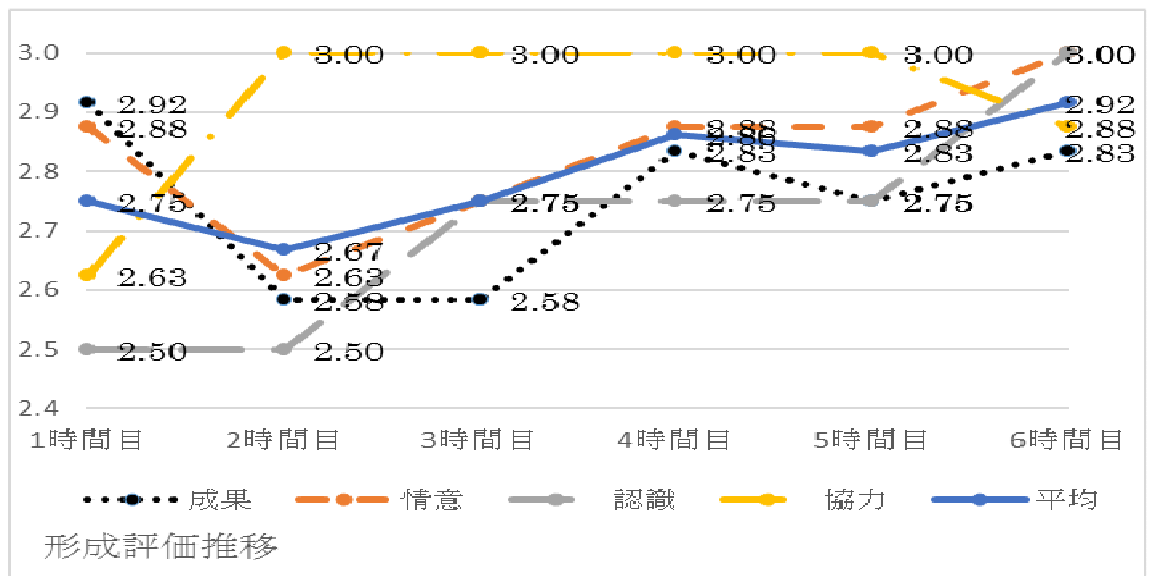
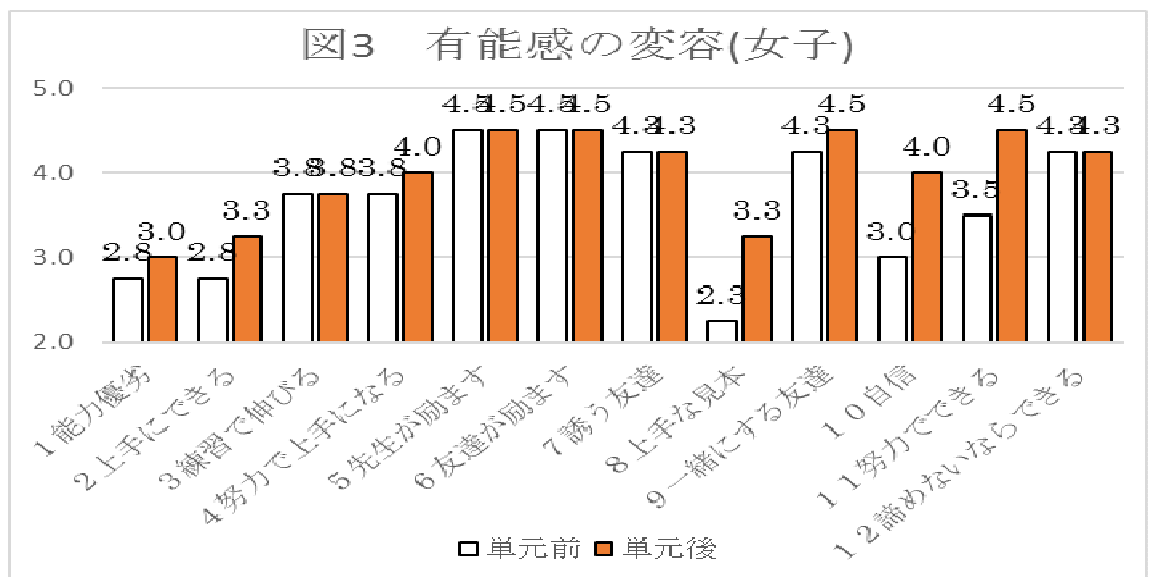
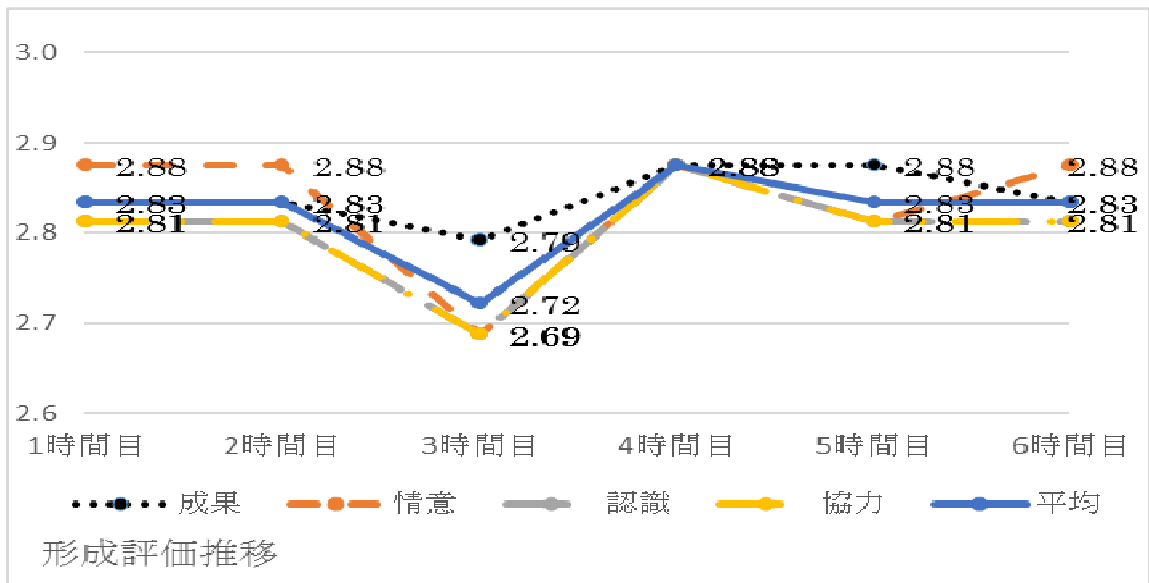
- グループ別で学習させることで、自分に合った練習の場を設定できるようにした。
- 課題解決に向けてお互いが教え合い、認め合うことで「できた」を味わえるように工夫した。
- 互いに評価する場面設定を工夫した。

③受容感を高めるために

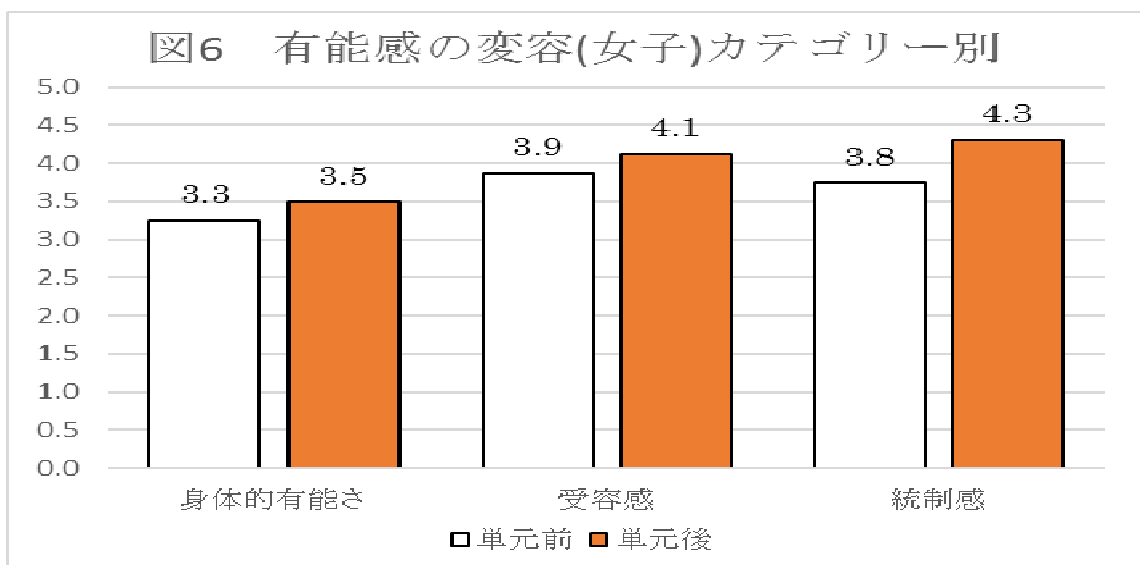
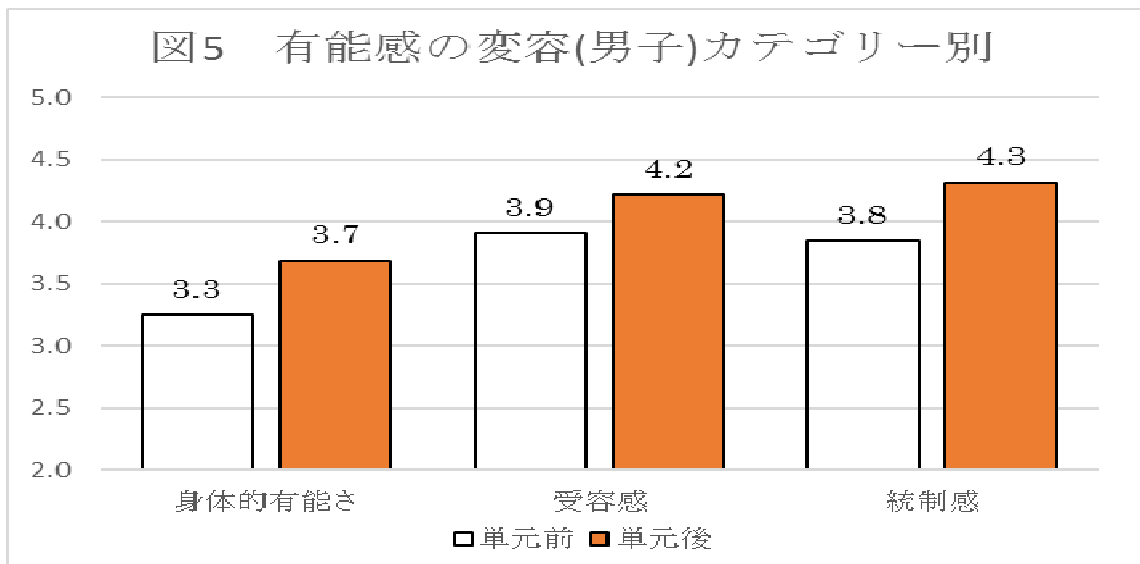
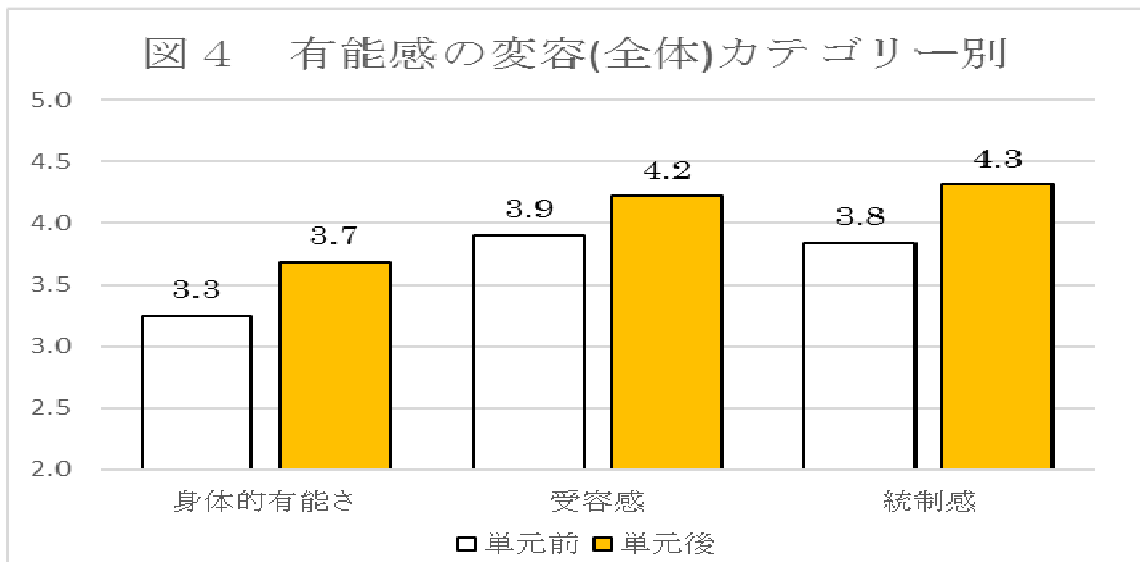
- ペア・グループ学習をすることで、手本となる目指すべき動きをイメージできるように工夫した。
- 課題に対する仲間の意見をフィードバックさせるなどの活動を重視した。
- 課題発見からの確認の過程を設定し、適切な解決方法を話し合う場面の工夫をした。

(2) 研究結果 (アンケート結果)





(3) カテゴリー別



- ・器械運動だけでなく、各単元でのペア学習、グループ学習を取り入れた授業スタイルが定着してきたことで成功体験を味わうことができたり、友達との関わりが増え、自信をつけた生徒が増えた。
- ・アンケート結果からもわかるように恐怖心やできない恥ずかしさから取り組まなかった生徒が、「できる」感覚を持ったことで、楽しいと感じている生徒が増えた。
- ・お互いが競い合い、教え合う場面が増えたことで自信を持ち、成功体験を味わうことができた。
- ・「できる」、「できた」という実感を味わい、自分の持っている能力に気付かなかった生徒が自信を持って取り組む姿が多くなってきた。

(4) 分析

アンケート結果から、生徒の主体的な活動を多く取り入れることにより全生徒から肯定的な結果が得られた。本校では、体育授業の取り組みの基本は、「できる」「できない」ではなく、「やるか」「やらないか」を生徒に意識付けている。昨年度までは苦手なこと、しんどいことは最初から取り組まない状態であった。しかし、現在では全体のものにはなっていないが、参加できていない生徒にも生徒同士で声かけをして、ほぼ全員が参加できている。

器械運動についても同様で、当初は半数の生徒が見学という場面も少なくなかった。マット運動で「できた」経験が増え、「できる」感覚を実感できたことから、生徒達から器械運動を「やりたい」という声上がるまでに変化してきた。

昨年からの単元でも、あまり細かい点にはこだわらず、めあてに沿って生徒たちに考えさせながら授業を進めるようにしてきた。この方法が大きな効果を上げる結果となったと考える。経験不足の生徒が多かったため、あまり高度な技に取り組むのではなく取り組みやすく、恐怖心が少ない種目から取り組んだこともこの結果となった。

なかでも、ペア学習、グループ学習を取り入れ、お互いが認め合い、アドバイスをしながら進めていく授業形態が確立でき始めているのが大きな成果となってきている。

(5) 実践の成果と課題

- 学習カードの活用がめあてに対する見通しを持って、自己の課題発見につながり、仲間と協力して解決しようと主体的に活動する姿がたびたび見られた。
- 仲間と協力して、課題解決に向けた練習方法を考え、今まで以上に積極的に取り組む姿が見られた。
- 生徒同士で教え合いチャレンジする姿が見られ、お互いが認め合い活発に活動できた。
- 苦手意識を持っていた生徒が楽しく跳び箱にチャレンジすることができた。
- ペア、グループ内での対話が増え、伝え合う場面が増えた。
- 教え合いの中でのプラス発言が増え、活発な表現活動が見られた。
- 他者と比較することで、自己の伸びを実感することができた。
- 中学3年生での取り組みとしては、もっと高度な技に取り組めるように1年次から指導を工夫していく。
- グループの中での力関係がそのまま課題解決練習になっている場面が多く見られたので、全員が活発に発言し練習に取り組めるように助言する。
- 練習方法や課題についての伝達が的確に行えず、練習がストップしてしまうグループへの指導を丁寧に助言する。

【生徒の感想】

- ・跳び箱を跳ぶのが怖かったけど、先生や友達がアドバイスしてくれたからできるようになった。
- ・自分のやった技を動画で確認できたのでわかりやすかった。
- ・先生の変な掛け声で踏みきりや突き放すタイミングが分かった。
- ・同じレベルの友達とペアで練習できたので楽しくできたのがよかった。
- ・人生で初めてみんなの前でお手本をやったのが嬉しかった。
- ・体が硬いのが器械運動では苦勞するというのが改めて実感できた。首が痛い・・・。
- ・新しい技に挑戦して、できるようになったら跳び箱が楽しくなった。
- ・はじめは嫌だったけど、最後は楽しくできたので良かった。
- ・もっとレベルの高い技に挑戦してみたくなった。(無理やと思うけど・・・)
- ・やっぱり跳び箱は痛かった。
- ・みんなの前で発表するのは嫌だったけど、まあまあうまくできたと思う。
- ・練習したらできるようになった。
- ・今年もマット運動と跳び箱ができたので良かった。

○ 指導と評価の計画（全6時間）

時数	○指導のねらい（目標） ・学習内容、学習活動	評 価					
		関	思	技	知	評価規準	評価方法
1	○オリエンテーション ・学習の進め方を知る。 ・技のイメージやポイントを知る。	○				・友達と励まし合って運動したり、協力して準備・片付けをしようとする。 ・安全に運動しようとしている。	・行動観察 ・学習カード
2	○共通学習〔開脚とび・抱え込み跳び〕 ・フォーム、高さ、距離を意識して挑戦する。		○			・技のポイントについて考え、自分のめあてが持っている。	・行動観察 ・相互評価 ・学習カード
3	○共通学習〔台上前転〕 ・フォーム、高さ、距離を意識して挑戦する。		○	○		・技のポイントについて考え、自分のめあてが持っている。 ・自分の力に合った技を選んでいる。	・行動観察 ・相互評価 ・学習カード
4	○発展学習 ・自分（ペア）で技を選択し挑戦する。	○	○			・自分の力に合った課題をもって進んで取り組んでいる。 ・練習の仕方を知り、練習方法や練習の場を選んでいる。	・行動観察 ・相互評価 ・学習カード
5	○発展学習 ・自分（ペア・グループ）で技を選択し挑戦する。		○	○		・自分やペアの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・練習の仕方を知り、練習方法や練習の場を選んでいる。	・行動観察 ・相互評価 ・学習カード
6	○身につけた技で挑戦する。 ・発表会			○		・習得した支持跳び越し技をすることができる。	・行動観察 ・相互評価 ・学習カード