上益城郡中学校体育研究会

上益城郡中学校体育研究会　研究主題

「主体的・対話的に取り組む保健体育学習の創造」

～「単元のゴールの姿」を設定した授業づくりを通して～

Ⅰ　研究主題について

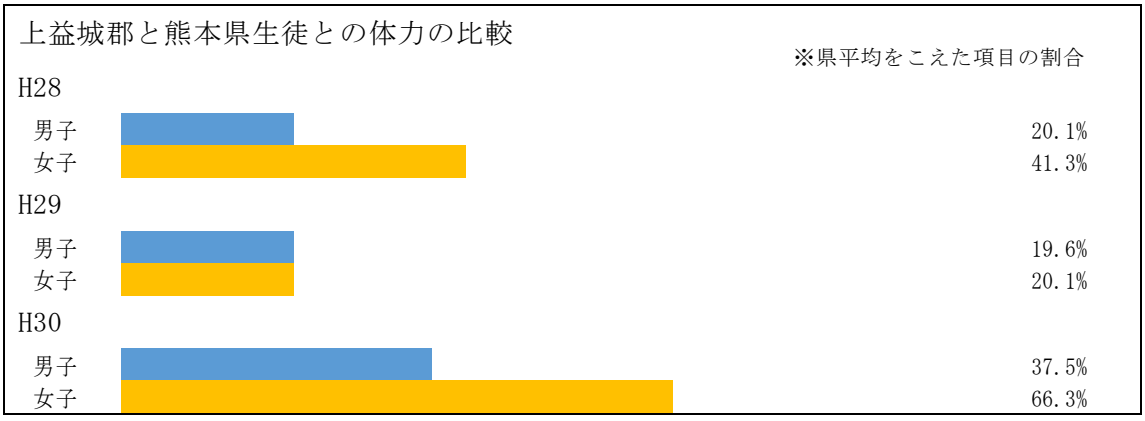
中学校では，令和３年度から新学習指導要領の全面実施となった。その改訂の目玉である「主体的・対話的で深い学び」の実現のため，どのような取組ができるかと本郡では考えてきた。本郡では，「体力の向上」が長年の課題であった。これまで，本郡の研究や県，他研究会の実践等を参考にして取り組んできた成果もあり，次第に向上傾向になってきたところである。その成果を１つの柱とし，さらに，「主体的・対話的で深い学び」ができる授業の在り方を模索してきた。

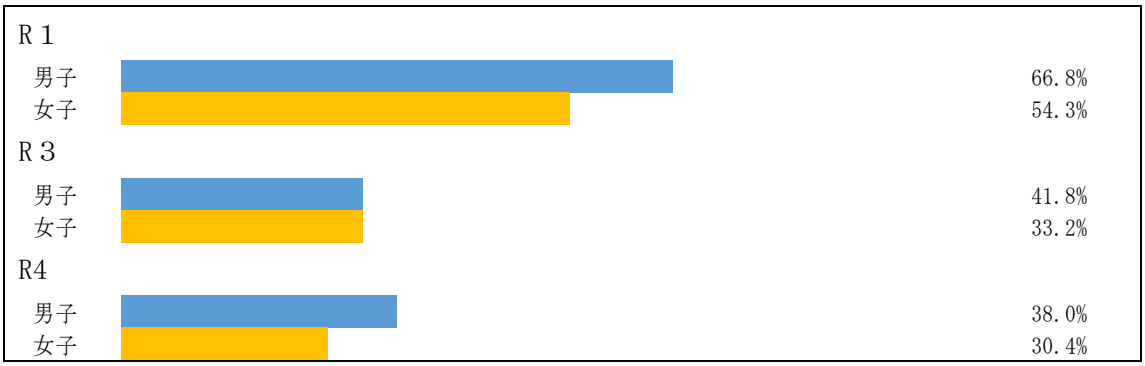
豊かなスポーツライフの素地の育成のためには，生徒が「楽しい」と思える授業の在り方が重要である。そのためには，先行研究や生徒のアンケートからも明らかになっているように，授業の中で「できた」「わかった」「友達と交流しながら活動した」という経験が大事になる。また，生徒が主体的に取り組むことができるようにするため，授業に見通しをもって取り組むことが特に重要ではないかと考えた。そこで，「『単元のゴールの姿』を設定した授業づくりを通して」というサブテーマを掲げ，本研究に取り組むことにした。

サブテーマにある「単元のゴールの姿」とは，生徒の実態を踏まえた上で，単元終了時に，何が分かるようになり，何ができるようになったらいいのか，実生活や次の学びへの生かし方などの生徒の具体的な姿のことである。生徒自身が自分の目指すゴールを的確に捉えることで授業への意欲を高めたり，活動の意図を理解することで技能の習得や活動の達成感につながったりするのではないかと考える。また，教師から指示が少なくても活動に取り組み，友達同士のアドバイスが活発になるなど，自主的かつ意欲的に活動することを狙っている。

Ⅱ　上益城郡の実態から

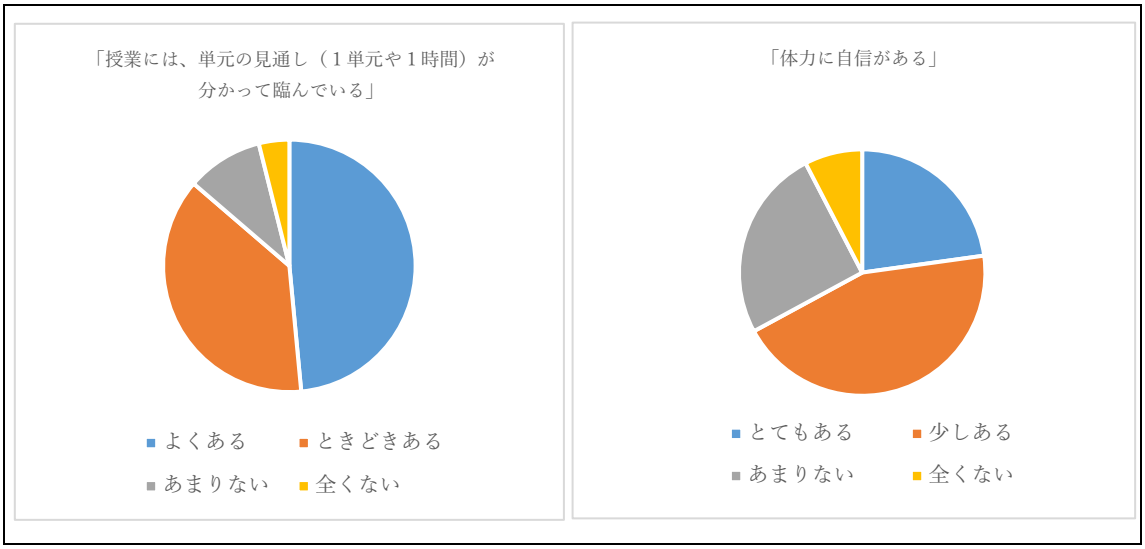
（１）新体力テストの結果から



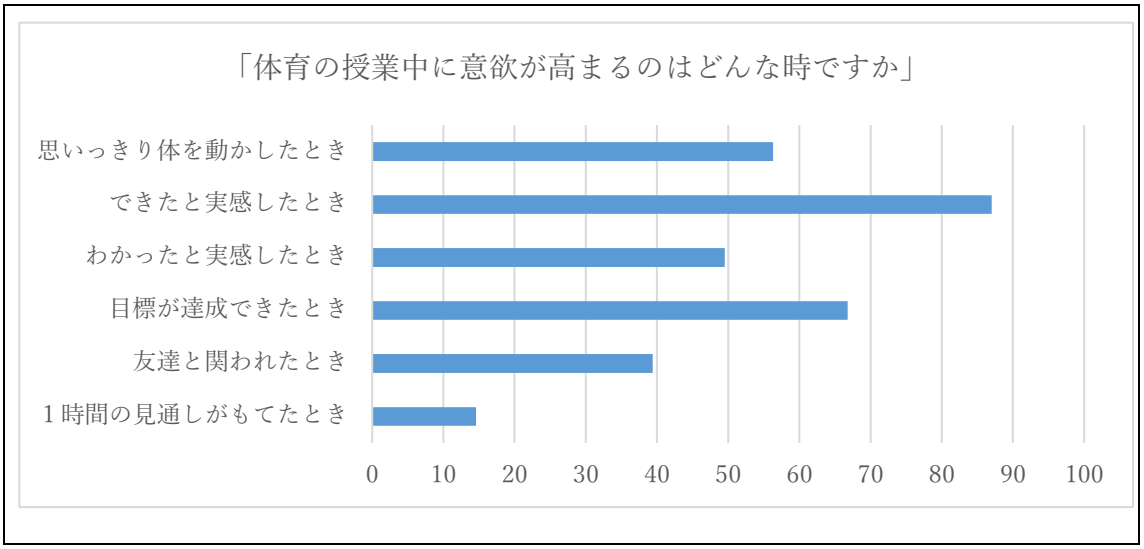


年度ごとにばらつきはあるものの，少しずつ上昇傾向にある。しかし，新型コロナウイルス感染症の流行を機に体力の低迷が見られるようになった。また，運動の二極化が顕著になり，運動部活動の加入率も低下をしている。（R２は休校期間があり，実施したものの時期がずれているため比較していない）

（２）アンケートの結果から



「単元の見通しが分かって臨んでいる」の質問に「あまりない」「全くない」と答えた生徒の多くは，体力に自信がない生徒であることがわかった。また，体力テストの結果と比較した場合，上記の生徒の多くはＤ・Ｅ判定であることがわかった。



その他の自由記述では「活動内容が理解できると動きやすい」「優しく教えてもらったとき」「他の人と協力してやっているとき」「一緒に目標に向かって活動しているとき」などの意見があった。見通しや友達と一緒に行うことで得られる安心感が，意欲につながると考えられる。

「オリエンテーションについてあなたの考えを自由に書いてください。」
〇単元の目標を明確にとらえやすい。　（生徒記述より）
〇キーワードやポイントがわかりやすい。
〇全体の見通しがもてるので，目標がたてやすい。
〇中学校でどんなことをするのかわからなかったけど，不安がなくなった。

オリエンテーションを実施することで，生徒の見通しをもちやすく，意欲的に取り組めることがわかった。特に中学１年生にとって，中学校での学習の進め方に対する不安をもつ生徒がいることがわかった。そこで，オリエンテーションを充実することで生徒の不安感を軽減できるのではないかと考え，本研究を進めてきた。

Ⅲ　研究の構想図

「主体的・対話的に取り組む保健体育学習の創造」
～「単元のゴールの姿」を設定した授業づくりを通して～

仮説：オリエンテーションを工夫することで，「単元のゴールの姿」のイメージを生徒にもたせることができれば，主体的・対話的な活動に意欲的に取り組み，技能や体力の高まりにつながるであろう。

視点１
オリエンテーションの充実

視点２
「単元のゴールの姿」のイメージ化

①ICT の活用
②ゴールの姿を映像化
③単元計画の視覚化
④単元を通した複数回の実施
⑤運動量の確保

①オリエンテーションでの明確化
②生徒との共有化
③他分野との関連性

Ⅳ　研究の実際

1　オリエンテーションの充実

普段から行っているオリエンテーションを整理することで，特別なことをするわけでなく，効果的な導入ができるようにした。単元全体やこれからの３～４時間の見通しを生徒がもてるようにして，生徒が安心して意欲的に活動できるようにした。

（１）ICT の活用

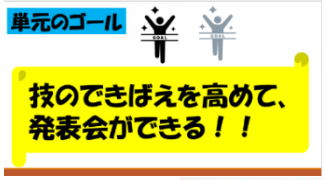
生徒が視覚的にわかりやすいように，テレビやプロジェクターを利用してオリエンテーションを行った。また，技能のイメージがつきやすいように，動画の視聴を行った。動画に関しては，オリンピックのものや中学生の映像を使った。生徒の技能等の状況に応じて変更した。

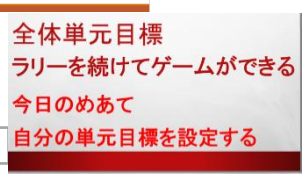
画面に映して説明

手本となる動画

（２）ゴールの姿のイメージ化

単元の終わりに目指す姿を，学習指導要領を読み込み，学習指導要領の言葉をそのまま使うのではなく，生徒が理解しやすいような言葉を使って示した。また，実際の動画を用いて，何ができるようになるのか，生徒がイメージしやすいようにした。

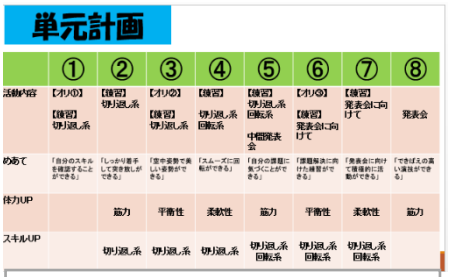




ゴールの姿の提示

（３）単元計画の視覚化

単元計画を提示することで，いつ，何をするのか，めあてや技能のポイントなどを示した。また，オリエンテーションで画面に映すだけでなく，活動場所に掲示したり，学習カードに載せたりすることで，生徒がいつも先を見通して活動できるようにした。



単元計画

単元計画	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
活動内容	【オリ①】 【練習】 切り返し系	【練習】 切り返し系	【オリ②】 【練習】 切り返し系	【練習】 切り返し系 回転系	【練習】 切り返し系 回転系 中間発表会	【オリ③】 【練習】 発表会に向けて	【練習】 発表会に向けて	発表会
めあて	「自分のスキルを確認することができる」	「しっかり意手して安全安心しができる」	「安全姿勢で楽しい姿勢ができる」	「スムーズに回転ができる」	「自分の課題に気づくことができる」	「課題解決に向けた練習ができる」	「発表会に向けて環境的に活動ができる」	「できばえの高い演技ができる」
体力UP		筋力	平衡性	柔軟性	筋力	平衡性	柔軟性	筋力
スキルUP		切り返し系	切り返し系	切り返し系	切り返し系 回転系	切り返し系 回転系	切り返し系 回転系	

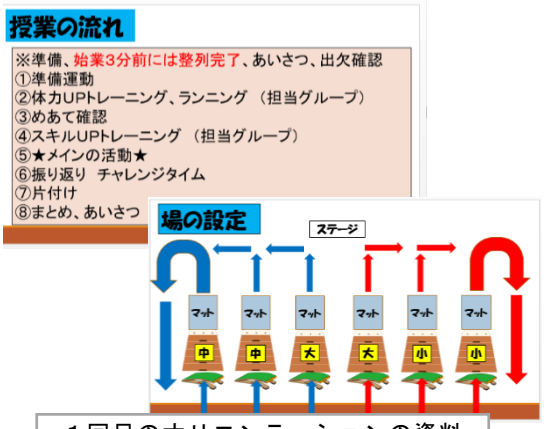
（４）複数回実施

単元の１時間目と単元途中に複数回オリエンテーションを行った。１回ごとの内容を精選して時間を短くすることで，運動の時間を確保した。どのタイミングで，どのような内容を指導するかなどの工夫をしながらオリエンテーションを実施した。種目や習熟度で変更することもあったが，大きな分類としては以下の通りである。

①１回目のオリエンテーション

単元の導入として実施。主な内容は

- ゴールの姿（単元の目標）
- 単元計画
- 基本的な技能や関連して高まる体力
- 授業の流れやきまり
- 場の設定　　など。

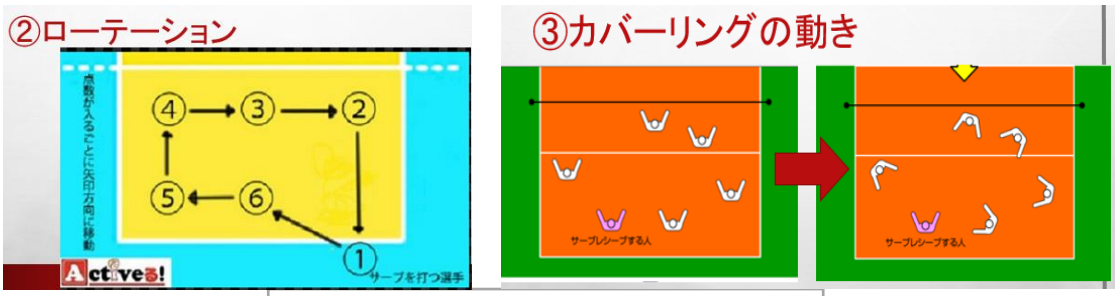


１回目のオリエンテーションの資料

②２回目のオリエンテーション

基礎的な技能からゲームへの変換など，学習内容の転換時に実施。

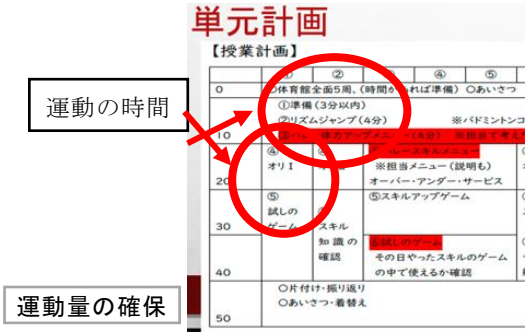
- ゴールの姿（単元の目標）
- 基礎的な技能のポイントのまとめ
- ゲームのルールやポイント
- 場の設定　　など。



２回目のオリエンテーションの資料

（５）運動量の確保

オリエンテーションを分けることで，内容を精選し，オリエンテーションにかかる時間を減らした。そうすることで体を動かす時間を確保できるようにした。



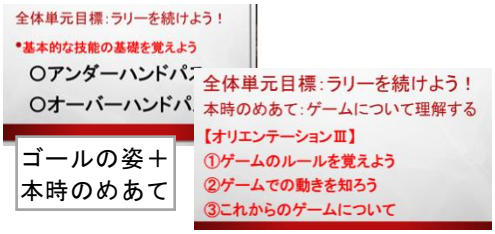
２　「単元のゴールの姿」のイメージ化

単元のゴールの姿を教師だけでなく，生徒も同様にもつことで，教師も生徒も見通しをもって活動に取り組むことができるようにした。

（１）オリエンテーションでの明確化

オリエンテーションで必ずゴールの姿を提示するようにした。また，複数行う場合に

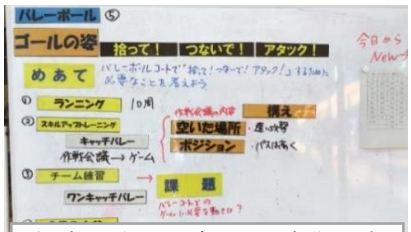
も単元のゴールの姿を位置付けて，そのための単元計画であることを強調した。



ゴールの姿＋本時のめあて

（２）生徒との共有化

生徒が単元の目標をわかりやすくするため，生徒目線でのゴールの姿を設定するようにした。また，常にゴールの姿を示し，達成のための毎時間のめあてであること，めあてとゴールの姿が関連していることを説明しながら毎時間の授業を行った。



毎時間単元のゴールの姿を示す

（３）他分野との関連

実技の種目だけでなく，体育理論や保健分野との関連を図りながら授業を行うことで，総合的に実生活で日常的に運動に親しむことができるようにした。例えば，体育のウォーミングアップ時に，体育理論で生徒が考えたメニューを採用して，行い方や回数，目的などを生徒が説明し，全員で行った。

（４）オリエンテーションの位置付け

実践をする中で，オリエンテーションの位置付けを明確にすることで，さらに目的がはっきりすることがわかり，以下のようにまとめ，指導に生かすようにした。

① 出会いの場

１回目のオリエンテーションでは，導入として，いかにその種目に向かわせるか，授業のルールや準備・片付け，取り組み方など，「出会いの場」として設定することで，生徒の不安や迷いをなくし，授業に取りかかりやすい環境をつくった。

② 再確認，再発見，再構築，再出発の場

２回目以降のオリエンテーションでは「再確認，再発見，再構築，再出発」と位置付けて行うことで，もう一度仕切り直しをして，単元の後半に向かうモチベーションを上げる場として実施した。

ア　再確認・・・授業のルールや技能のポイント，キーワードなど，これまで学習してきたことを再確認する。
イ　再発見・・・これまでの学習で習得した内容や知識をもとに，友達のよさやできているところ，「こうすればよかったんだ」ということを再発見す

る。

ウ　再構築・・・前半部分でうまくいかなかったルールや準備，チーム編成など，もう一度作り直し，集団として再構築する。

エ　再出発・・・運動が苦手な生徒は，意欲が低下しがちな時期である。ゴールの姿をもとにこれから頑張ること，苦手でもできることを示すことで，意欲向上のきっかけを作る再出発する。

Ⅴ　研究の成果と課題

1　研究の成果

複数のオリエンテーションの位置付けを明確にすることで，指導内容が精選され，教師も生徒もわかりやすい授業が展開できた。その結果，生徒の意欲が高まり，自主的に活発に活動する場面が見られるようになった。また，話し合いの場面では，キーワードやポイントが飛び出し，話し合い活動の充実にもつながった。

＜生徒のアンケートより＞

〇オリエンテーションで授業が楽しみになった。

〇楽しく，その種目に興味がもてたのがいいと思う。

〇目標に向かって努力するのがやりやすい。

〇テレビを使って説明してもらえるので，わかりやすい。

〇ポイントがわかって，話し合いがしやすかった。

＜教師の感想より＞

〇授業中の指示や説明が減り，自主的に活動する場面が増えた。

〇技能の名称やポイントの理解が定着しやすくなり，話し合い活動が活発になった。

〇ゴールの姿に向かうために，自分なりの関わり方をもたせたことで，意欲的に活動する場面が多くなり，運動量が増えた。

また，２回目のオリエンテーションの位置付けをしたことで，指導内容に修正を加えることが容易になった。学習の進捗状況により，学習内容やルールの変更も容易になるとともに，生徒に話をすることで意識させることができ，単元後半の授業の活性化につながった。

2　研究の課題

アンケートをもとに本郡が考える課題は以下の通りである。

＜生徒のアンケートより＞

▼もっと楽しいオリエンテーションがいい。

▼もっと体を動かしたい。 ▼プロの人の動画が見たかった。
＜教師の感想より＞ ▼単元のゴールの姿は，どのような言葉が生徒にわかりやすく，学習指導要領に沿ったものになるかしっかり考えていく必要がある。 ▼単元計画を綿密にして，オリエンテーションの内容をしっかり精選していかないと，説明に時間がかかり，運動の時間が確保できないこともあった。

運動が得意な生徒は,「体育＝体を動かす」時間という意識が強く，オリエンテーションの時間は物足りなさを感じていることが分かった。しかし，そのような生徒でも,「分かりやすい」など好感触も感じている。様々な生徒のニーズに応えられるような工夫をしていく必要があると考える。主体的・対話的に運動に取り組み，技能や体力を高め，生涯スポーツライフの基礎を築くことができるように，一層の工夫が必要だとも感じた。本研究を１つのきっかけとして，生徒が主体的・対話的に取り組む授業を創造するために，さらなる研究を進めていきたい。