

I はじめに

芦北水俣郡市中体研は、古田利也会長（田浦中学校）を中心に、学校数 8 校体育担当者 9 名で研究を進めてきた。今年度は、新型コロナウイルス感染症が、5 類に引き下げられたことで、対面での話し合い活動等さまざまな活動の制限がなくなってきている。その中で子どもたち同士が関わり合いながら学ぶ時間を確保できるようになった。そのため今年度の研究テーマを「わかる・できる保健体育の創造～豊かなスポーツライフを実現するための資質や能力の育成を目指して～」とし、研究を行うこととした。

II 研究テーマ

わかる・できる保健体育の創造
～豊かなスポーツライフを実現するための資質や能力の育成を目指して～

【仮説 1】十分な活動時間の確保を行ったり、学び合い活動の方法を工夫したりすることで、「わかる・できる」を実感することにつながるだろう。

【仮説 2】豊かなスポーツライフを実現する資質や能力を高める評価の工夫を行うことで、「わかる・できる」を実感することにつながるだろう。

《具体的実践内容》

- ① 1 時間の授業で 30 分の活動量の確保
- ② する・見る・支える・知るの視点を持った学び合い活動

《具体的実践内容》

- ① 単元導入時における単元計画の提示
- ② ふりかえりの充実

III 研究構成 ※○がチーフ

仮説 1 …○今村文治（湯）緒方裕一（一）羽田聡美（一）上之園央（袋）

仮説 2 …○山田雄太郎（二）米新一（津）久保田義久（佐）本田俊介（田）山田幸穂（緑）

IV 研究の実際と結果

1 仮説 1 について

仮説 1 では、十分な活動時間の確保を行ったり、学び合い活動の方法を工夫したりすることで、「わかる・できる」を実感することにつながるだろうという仮説の下、以下の実践を行った。

（1）1 時間の授業のうち 30 分の活動量の確保について

①ウォーミングアップにおける、活動量の確保

毎時間、スキルウォーミングアップや補強運動を、授業のはじまり 5～10 分程度必ず実施する。この時の運動強度は、ややきつい程度の運動（脈拍数 100～120 程度）を行ったり、各単元の基礎技能を取り入れた運動を行ったりすることで、体力を高めながら技術の向上も図ることができた。

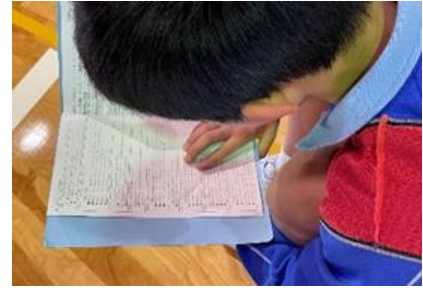
②学習訓練・授業の流れの周知

単元計画をもとに、子どもたちの1時間の授業の流れを授業のはじめに、板書の記入やワークシート等で周知した。また、授業の流れを、あらかじめ掲示するとともに、球技では、「ドリルゲーム→タスクゲーム→メインゲーム」の流れで度の単元でも授業を行い時間の有効活用を図った。見通しを持って、速やかに活動する生徒が増えたことで、活動時間が増え授業の充実を図ることができた。



③ワークシート等の工夫

生徒タブレットのアプリを活用して、ワークシートをデジタル化した。そのことで、一斉に意見交換の時間や振り返りを行うことができるとともに、子どもたち同士の振り返りや話し合い活動と活動時間を確保するようにした。また学習のポイントを、かっこ埋めにしたり、実技の本に線を引かせることで、時間の短縮を図った。このことで、短時間でポイント（知識等）について、理解できる子どもを増やすことができた。



④その他

子どもたち一人一人に、万歩計（カウンター）を授業開始時に着用させ、1時間ごとの歩数の記録を行った。また、授業開始時と授業後の、脈拍も記録するようにした。その結果、歩数と運動強度を意識しながら活動する生徒が多くなり、自ずと運動量が増加した。

単元全体を通して、知識・技能、思考・判断・表現について評価場面を区切り、授業展開を行った。活動する時間と考える時間のメリハリが付き、技能の時間に集中して取り組む生徒が多くなった。

(2)「する」「みる」「支える」「知る」の視点を持った学び合い活動について

本年度は、子どもたちが「する」「みる」「支える」「知る」の4つの運動との関わりについてどのように実感しているのか、次の項目についてアンケートを実施した。その結果、以下のような結果が出た。

○「する」について

「今の運動量でちょうどいい」と回答する生徒が全体の76%と、確実に運動量を確保して充実した取組ができている。その反面、「もっと動きたい」と回答した生徒は20%で、「時間を確保するために、準備を速やかに行う」「先生の指示をしっかりと聞き理解する」など体育に意欲的な生徒の意見も多かった。その反面、「多い」と回答した生徒は4%で、「運動の時間を減らした分を休憩や運動技能の知識を確認したり、学習したりする時間にしたい」という意見が見られた。

○「みる」について

「体育の授業で仲間の動きやICT機器で撮影した動画をみて、運動技能を高めることに役立っている」との回答が78%であった。特にICT機器は、「自分の動きが確認できる」「お手本動画やアスリートの動画でポイントを確認できる」「繰り返したり、スローで再生したり、比較したりできるので便利」という回答が多かった。また、「器械運動」は「技能習得にICT機器活用による効果があった」と回答した。その他に「陸上運動」「武道・ダンス」「球技」の順に多く回答があった。

これらの結果から、個人技能の習得にはICT機器が重要であることが考えられる。

また、「ICT機器の活用によってできないことができるようになった」と回答する生徒が多かったが、「技などができなくてもポイントがわかるようになった」と回答した生徒はそれ以上に多かった。

その他にも、「実技の本よりも動画の方が動作などが分かりやすい」という生徒が見られ、多様な生徒へのニーズに応えることができることや、ICT機器を部活動でも活用するようになり、「技能の習得に役に立った」という回答が見られた。「友だちの動きを見ることで技ができるようになった」という生徒も多く見られたが、今後もICT機器を活用していくことは技能の向上に有効だと考えられる。

○「支える」について

「仲間の運動をみて、アドバイスや補助を行う」と回答した生徒は60%、ペアやグループでの話し合いで自分や仲間の体力や運動技能が高まったと感じている生徒は76%で、「器械運動」「球技」「ダンス」「陸上運動」の順に多く回答があった。子どもたちの意見では、「アドバイスや補助、練習場や用具の工夫が技能の習得に役立った」との回答が見られた。また、ペアやグループでの話し合いではICT機器や学習カード・作戦ボードよりも、実技の本が有効に活用されていることが分かった。

反面、「アドバイスや補助は行わない」と回答した生徒も多く全体の40%だった。理由として、「アドバイスや補助の仕方、技のポイントが分からない生徒や「分かっているけどどのように表現すると良いのか（コミュニケーションの取り方）が分からない」と回答する生徒も多く、実技の本等を用いて、確実にポイントをおさえていく必要があると考えられる。

○「知る」について

体育の授業では、「ICT機器や実技の本、資料が役に立っている」と回答した生徒は83%で、ほとんどの生徒が「ICT機器や実技の本や資料は役に立っている」と回答した。単元の内容や場面に応じて、ICT機器や実技の本を使い分けたり、活用する時間と教師が直接指導する時間、ペアやグループで話し合い教え合う時間を効果的に割り振ったりすることが重要であることが考えられる。

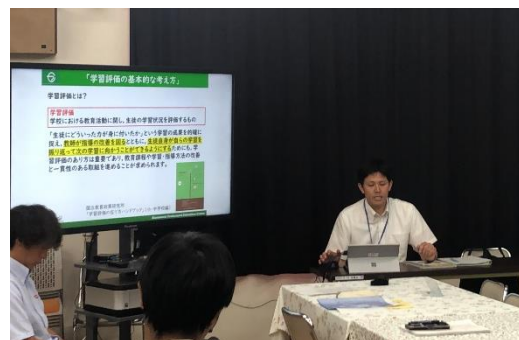
2 仮説2について

仮説2では、豊かなスポーツライフを実現する資質や能力を高める評価の工夫を行うことで、「わかる・できる」を実感することにつながるだろうという仮説の下、以下の実践を行った。

(1) 単元導入時における単元計画の提示

① 県立教育センターより講師招聘

県立教育センター、梅北勇樹指導主事より助言をいただき、単元計画の作成とふりかえりについて全職員で検討した。単元導入時にオリエンテーションにて、単元計画や評価規準、その単元に関する映像や関連して高まる体力等についてじっくり話をしたり、考えたりする時間を設けた。また、単元計画をワークシートに落とし込み、本時でどのような学習をするのか、次時では何に取り組むのかを明確にすることで、常に単元の見通しを持って教員自身が意識的に授業づくりを学習に取り組むようになった。



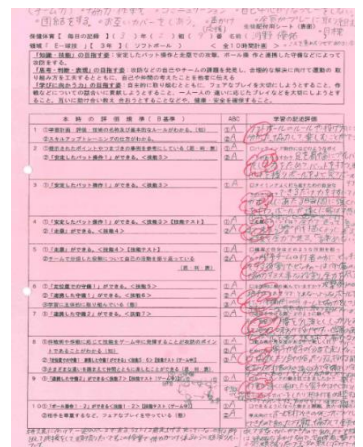
(2) 単元計画の子どもたちへの周知

各単元の1時間目のオリエンテーションにて、単元の評価基準を子どもたちに周知した。はじめに単元の見通しを持たせることで、「めあて（目標）を意識して、授業に取り組むようになった。」と回答する生徒が年度当初の60%程から、2学期末には98%まで増加した。また、活動自体にもメリハリがつき、振り返りや話し合い活動の時間を充実させることにつながった。

毎時間、めあてを持って取り組めたか		課題解決、上手になるような活動があったか		生徒同士で学習を進める時間があったか	
あてはある	59.1%	あてはある	65.1%	あてはある	69.9%
まあまああてはまる	38.6%	まあまああてはまる	32%	まあまああてはまる	27.8%
あまりあてはまらない	1.7%	あまりあてはまらない	1.7%	あまりあてはまらない	1.7%
まったくあてはまらない	0.6%	まったくあてはまらない	1.1%	まったくあてはまらない	0.6%
振り返る活動を行ったか		授業は楽しかったか		単元を通して心に残ったこと	
あてはある	69.1%	あてはある	81.1%	<ul style="list-style-type: none"> ・チームでサポートし合いながら勝てた。 ・仲間同士でアイデアやアドバイスしたりして協力しながらプレーできた。 ・みんなで練習する時間が楽しかった。 ・上手じゃなくても楽しめた。そして、明らかに上手になった。 ・学習カードに学習内容が書いてあったことで、授業終わりまで内容を確認しながら見直すことができた。 	
まあまああてはまる	24%	まあまああてはまる	16%		
あまりあてはまらない	6.3%	あまりあてはまらない	1.7%		
まったくあてはまらない	0.6%	まったくあてはまらない	1.1%		

(3) 振り返りの充実

毎時間の振り返りを記入する欄に「〇〇についてどう考えましたか？」など質問形式で問いかける表記をつけた。それに答える形で振り返りを記入すると、めあてに沿っての記述ができるよう工夫した。振り返りにはコメントを残し、特によく記入できる生徒には、はなまるをつけるなど、振り返りの記入に意欲が持てるようにした。



4 まとめ

今年度、二つの部会に分けて研究を行ったことで、子どもたちの「わかる・できる保健体育授業」について、体育分野を中心に、多角的・多面的な視点から研究を深めることができた。特に、主体的・対話的で深い学びのある授業づくりを行う中で、運動量の確保をどのように行いながら、子どもたちが自発的に活動できる授業を行うかが、これからの体育分野の授業の中で必要になってくると考えられる。このことから、次年度以降も、運動量の確保、子どもたち自身が「わかった！できた！」と実感できる授業づくりについて研究を深めていきたい。