


指導資料

保健体育 第41号

 鹿児島県総合教育センター
平成29年4月発行

対象
校種

幼稚園

小学校

中学校

高等学校

特別支援学校

豊かなスポーツライフを目指した体育学習 — 1 単位時間の学習過程の工夫を通して —

体育科、保健体育科における体育分野の目標の一つである「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力（の基礎）の育成」に視点を置き、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた資質や能力を育成する課題解決学習の在り方について提案する。

1 豊かなスポーツライフを目指す課題解決学習について

(1) 豊かなスポーツライフとは

運動・スポーツは達成感や爽快感、他者との連帯感等の楽しさや喜びをもたらすとともに、ストレスの解消、生活習慣病の予防など心身の健康の保持増進につながるものである。この運動・スポーツを「すること」、「見ること」、イベント等を「支えること」、知識やよさ等を「知ること」等、運動・スポーツとの多様な関わり方を日常生活に取り入れ、主体的に楽しむことができる生活が「豊かなスポーツライフ」と言える。

(2) 目指す課題解決学習の基本的な考え方

「豊かなスポーツライフ」の実現を目指すには、運動・スポーツを継続的・定期的に行うことによって、楽しさや効果及び体力・技能の高まりを実感することや仲間と共に取り組む楽しさを多く体験することが大切である。

そこで、授業においては生涯スポーツの基礎づくりを重視し、機能的特性（運

動の楽しみや喜び）・効果的特性（体力）・構造的特性（技能）を密接に関連させ、自らの学習活動を振り返り、次時の学習につなげる課題解決学習の充実を図ることが必要である。

したがって、次のような3視点での授業を構想することが大切である。

【導入場面】 学習目標・課題を明確にするための工夫

【展開場面】 体力の高まりと課題解決を図るための工夫

【終末場面】 学習の成果と次時のつながりを意識させる工夫

2 学習目標・課題を明確にするための工夫

授業の始めには学習の見通しをもたせ、意欲を高める学習目標を設定することが大切である。また、学ぶ必然性のある学習課題を設定することが必要である。つまり、「何を学ぶのか」「どのように学ぶのか」を理解させることが重要である。しかし、平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果鹿児島県結果（図1）によると、児童生徒は「体育の授業の始めに目標が示されているか」という問いに対して

「そう思う」と答えた割合が47%以下であり、導入時の工夫が必要であると考えられる。

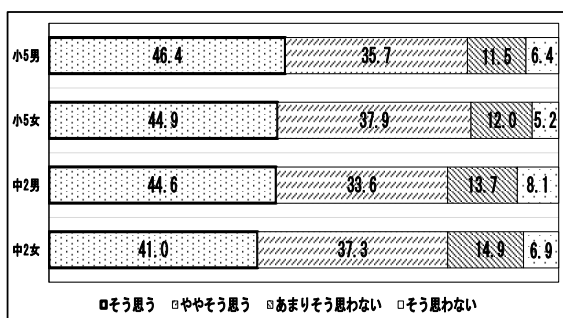


図1 授業の目標に関する調査項目「体育の授業の始めに目標が示されているか」

そこで、導入段階における学習目標・課題の設定時においては次のような場面を取り入れるとよい。

- ① 目標達成のイメージをもたせるために
 - ICT等の活用
 - モデル提示・師範の実施
 - 前時のまとめの想起
- ② 課題解決の道筋をもたせるために
 - 学習課題に対する自己の課題を仮説文表現をすること
 - 本時に取り組む技能の試行

また、このような場面に基に、学習目標を提示し、学ぶ必然性のある課題をもたせることが学習のゴールに向けての道筋を示すことになり、児童生徒は「努力してできるようになった」「課題を解決できた（に近づいた）」という学習の成果を感じることにつながる。さらに、ICT機器を活用して1単位時間の学習の流れを視覚的に示すことで、時間配分を意識させると同時に、「今何をすべきか」「いつまでにどの程度できるようになればよいか」等、限られた時間の中で先を見通した自主的な学習につながることも期待できる。

3 体力の高まりと課題解決を図るための工夫

(1) 運動量の確保について

適切な運動量を確保して授業を行うことは、ストレス解消等の心的な効果をもたらすことや体力向上はもとより、技能向上にもつながる。そこで、以下のことに取り組むことで運動量の確保を図っていく。

- ① 単位時間における学習の流れの提示
 - オリエンテーション時の共通理解
 - 授業場面の提示（常設）
- ② 準備・後片付けの手順や役割分担の徹底
- ③ 集合・拡散時のスムーズな移動
- ④ 効率的な話し合い活動
 - グループリーダーの役割及び活動の進め方の提示
 - 話し合う視点の提示
- ⑤ 学習ノート・教材等の事前準備

(2) 他と関わり合う学びについて

技能を高めていくには、自己の技能の程度を把握し、更に高めていくために必要な考えを基に、教師、友人、学習資料、用具等と関わり合うことが大切である。中でも、教師や友人と関わり合う学習を進めることで、新たな情報を得たり、自己の考え方の変容を促したり、深め、広げたりすることにつながる。また、認められたり、称賛・激励を受けたりする機会が多ければ「やればできる」、「できるかもしれない」という気持ちをもつことができ、学習意欲の高まりが期待できる。

(3) 学習の成果を確認する取組

相互に練習した後は、「努力してできるようになった」、「目標を達成できた（に近づいた）」という喜びや「自分なりに工夫して取り組めた」という満足感を味わわせるために、ゲーム・記録会・発表会・試技等の時間を設定して成果を確認することが大切である。その際、児

児童生徒が成果を捉えやすいように、以下の視点や準備等を基に実施するとよい。

- | |
|--|
| ① 技能の程度に応じた距離・人数・時間・ルール等の設定
② ゲームや試技等の難易度の確認
③ チェックシートの活用
○ 回数、時間、得点数等の記入
④ ICT機器等の活用
⑤ 確認ポイント
(特に取り組んだ内容) |
|--|

4 学習の成果と次時のつながりを意識させる工夫

授業の終末段階において、学習目標・課題との整合性を図ったまとめや「どうしたら分かったか」、「何ができるようになったか」等の学習方法や自己の変容に気付かせる振り返りを行うことが大切である。特に振り返りは児童生徒が学び方を自己評価することとなり、学んだことの充実感達成感を味わい、次時への意欲の高揚につながるものである。前項2の調査の学習の振り返りに関する結果(図2)では、対象の児童生徒は「授業の最後に学習内容を振り返る活動を行っていると思うか」という問い

に対して「そう思う」と答えた割合は26%以下という結果である。

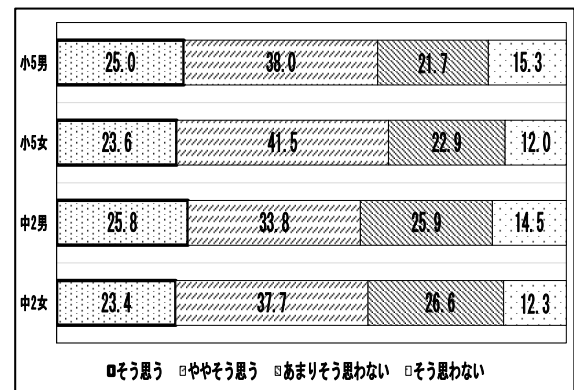


図2 授業の振り返りに関する調査項目「授業の最後に学習内容を振り返る活動を行っていると思うか」

そこで、学習の終末段階においては、次のような観点で振り返りを行うとよい。

- | |
|--|
| ① 学習の行い方を振り返らせる観点
○ 「どうしたら分かったか」
○ 「どうしたらできるようになったか」
○ 「もう少し工夫すべきところはないか」
② 自己の変容を振り返らせる観点
○ 「何が分かるようになったか」
○ 「何ができるようになったか」
○ 「本時の学習でどう変わったか」
③ 次の学習へ意識をつなぐ観点
○ 「次時はどんな変容を目指すか」
○ 「次時はどんなことをするとよいか」 |
|--|

5 基本的な課題解決学習の一例

- (1) 単元 球技 (ネット型: バレーボール)
 (2) 本時の目標
 ア 自己や自チームの課題を見付け、課題に応じた練習の仕方を工夫している。【思考・判断】
 イ ポジションの役割に応じて、捨ったりつないだり打ち返したりしている。【技能】

過程	学習内容	学習活動	基本的な視点及び取組の内容
導入	準備運動 補助運動 試行 学習課題の確認	<ul style="list-style-type: none"> 用具準備, 場の安全点検を行う。 挨拶, 出席確認, 健康観察を行う。 附中体操を行う。 チームごとに対人パスを行う。 前時の成果及び課題を確認して試しのゲームを行う。《5対5ゲーム》 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>「捨う、つなぐ、打つ」などの一連の流れを成功させるためには、どのように工夫すればよいか</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> 試行を行ってチーム内で見付けた状況を確認し、課題設定を行う。 	【導入場面】 「学習目標・課題を明確にするための工夫」 <ul style="list-style-type: none"> ◇ 単位時間の流れの提示 ◇ 目標達成のゴールイメージをもたせるために <ul style="list-style-type: none"> ○ ICT等の活用 ○ モデル提示・師範の実施 ○ 前時のまとめの想起 ◇ 課題解決の道筋をもたせるために <ul style="list-style-type: none"> ○ 学習課題に対する自己の課題を仮説文で表現すること ○ 本時に行う技能等の試行

過程	学習内容	学 習 活 動	基本的な視点及び取組の内容
展 開	相互練習 学習成果の確認	<ul style="list-style-type: none"> チームごとの課題に応じた練習を選択し、工夫して行う。 他チームを観察し、自チームの状況と比較しながらポジショニングや動きの確認を行う。 基本的な個人的技能のポイントを再確認する。 ポジションごとの動きの確認を行う。 <p>【5対5ゲーム】</p> <ul style="list-style-type: none"> 相互練習で工夫したことや気付いたことなどを意識しながら確認する。 	<p>【展開場面】</p> <p>「体力の高まりと課題解決を図るための工夫」</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 適切な運動量の確保 <ul style="list-style-type: none"> ○ 単位時間における学習の流れの提示 ○ 準備、後片付けの手順や役割分担の徹底 ○ 集合等のスムーズな移動 ○ 効率的な話し合い活動 ○ 学習ノート、教材等の事前準備 ◇ 技能の程度に応じた距離・人数・時間・ルール等の設定 ◇ ゲームや試技等の難易度の確認 ◇ チェックシートの活用 ◇ ICT機器等の活用 ◇ 確認ポイント（特に取り組んだ内容）
終 末	本時のまとめ 振り返り 次時の課題把握 整理運動	<ul style="list-style-type: none"> 本時の学習内容についてまとめ、発表する。 自チームで設定した課題を基に自己の学習状況や動きの変容について振り返り、学習カードにまとめる。 学習した内容で新たに気付いた問題点などを確認する。 手足を中心にストレッチを行う。 挨拶、後片付けを行う。 	<p>【終末場面】</p> <p>「学習の成果と次時のつながりを意識させる工夫」</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 学習の行い方を振り返らせる観点 <ul style="list-style-type: none"> ○ 「どうしたら分かったか」 ○ 「どうしたらできるようになったか」 ○ 「もう少し工夫すべきところはなかったか」 ◇ 自己の変容を振り返らせる観点 <ul style="list-style-type: none"> ○ 「何が分かるようになったか」 ○ 「何ができるようになったか」 ○ 「本時の学習でどう変わったか」 ◇ 次の学習へ意識をつなげる観点 <ul style="list-style-type: none"> ○ 「次時はどんな変容を目指すか」 ○ 「次時はどんなことをしたらよいか」

(鹿児島大学教育学部附属中学校の実践例を基に作成)

6 まとめ

児童生徒が課題解決学習において、他者と関わり合いながら試行錯誤する機会が多ければ、「技能を高めることができる」「その努力を他者から認められている」という思いをもつ場面が期待できる。また、自己の運動能力や技能を自己評価できるようになることにつながる。

このような課題解決学習の授業を行えば、

運動の楽しさや喜びを味わわせることができ、豊かなスポーツライフの実現につながる。

—引用・参考文献—

- 本村清人著「『知・徳・体』を育む学校体育・スポーツの力」2016、大修館書店
- 文部科学省『小学校学習指導要領解説体育編』平成20年8月、東洋館出版社
- 文部科学省『中学校学習指導要領解説保健体育編』平成20年9月、東山書房

(教職研修課)