

# 指導資料

## 保健体育 第43号

 鹿児島県総合教育センター  
平成30年10月発行

対象  
校種

中学校 義務教育学校 特別支援学校

### 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善 — 器械運動の授業づくりを通して —

学習指導要領解説保健体育編の改訂の要点では、各領域で身に付けさせたい具体的な内容の系統性を踏まえた指導の充実を図ることが求められている。その際、単元や1単位時間の中で育む資質・能力の育成に向けて、主体的・対話的で深い学びの視点から授業改善を図ることが重要である。そこで、器械運動において、主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善の取組の一例を紹介する。

#### 1 保健体育科における主体的・対話的で深い学び

保健体育科の主体的・対話的で深い学びの実現に向けて、「学習指導要領解説保健体育編」では、次のように述べられている。

- ・ 運動の楽しさや健康の意義等を発見し、運動や健康についての興味や関心を高め、課題解決に向けて粘り強く自ら取り組み、学習を振り返るとともにそれを考察し、課題を修正したり新たな課題を設定したりするなどの主体的な学びを促すこと。
- ・ 運動や健康についての課題の解決に向けて、生徒が他者（書物等を含む）との対話を通して、自己の思考を広げ深め、課題の解決を目指して学習に取り組むなどの対話的な学びを促すこと。
- ・ 習得・活用・探究という学びの過程を通して、自他の運動や健康についての課題を発見し、解決に向けて試行錯誤を重ねながら、思考を深め、よりよく解決するなどの深い学びを促すこと。

(下線は筆者が加筆)

この「主体的な学び」、「対話的な学び」、

「深い学び」は、それぞれの学びの過程を独立して取り上げるのではなく、相互に関連を図りながら学びの質を高めることに留意する必要がある。また、相互に関連を図るには、それぞれの学びの過程を見通しをもって設定していく必要がある。

そこで、計画的・意図的に授業改善を進めるために指導計画を見直す視点を以下に示す。

#### 【視点A】

学習の見通しを立てたり、学習したことを振り返ったり自己の学びや身体の変容を自覚できる場面をどこに設定するか。

#### 【視点B】

他者との関わりによって技能のポイントを理解したり考えを広げたりする場面をどこに設定するか。

#### 【視点C】

生徒が考えながら試行する場面と教師が教える場面をどのように組み立てるか。

その際に留意すべきことは、技能向上や生徒の思考重視といった偏った指導にならないようにすることであり、教師が指導を行う場面や生徒がペアやグループで自他の動きについて学び合う場面を単元全体や1単位時間を

見通し、計画することである。

## 2 単元のまとまりを意識した指導計画

学習指導要領の目標及び内容は、「何ができるようになるか（目指す資質・能力）」、「何を学ぶか（学ぶ意義）」を示したものである。これを受けて、「どのように学ぶか」の観点から指導計画を作成し、その計画に基づいた具体的な取組を進めていかなければならない。

器械運動の指導計画を作成する際は、表1「指導計画の一例」のように、単元の各段階に応じて目標を設定し目指す資質・能力の観点を基に作成することが大切である。「知識

及び技能」については、技能の獲得を通して知識の大切さを実感することやその知識を活用して新たな課題発見や解決の道筋を立てることができるようにする学習の充実を図ることが大切である。「思考力・判断力・表現力等」については、技の変容に向けた学習の場の工夫や技のポイントやその根拠など、考えたことを言葉や文字に表現したり、他者に分かりやすく伝える場面を設定したりすることに配慮する必要がある。「学びに向かう力、人間性等」については、他者の動きを観察してその様子や課題を伝えたり、補助し合ったりする場面や他者のよい演技を讃える機会を意図的に設定することに配慮する必要がある。

表1 「指導計画の一例」

| 段階             | 時間          | 資質・能力の育成に向けた指導内容   | 視 点  |
|----------------|-------------|--|--|
| オリエンテーション      | 1           | <p>【目標1】 跳び箱運動の特性や成り立ち、学習のねらい、学習の進め方を理解しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 器械運動の特性や学習目標、単元及び一単位時間の学習の流れを理解させる。 [知識及び技能]</li> <li>○ アドバイス学習と話し合いタイムの学び方を確認させる。 [学びに向かう力・人間性等]</li> <li>○ レディネステストを行い、自己の技能の程度を把握させ、単元を通した目標をもたせる。 [知識及び技能] [学びに向かう力・人間性等]</li> <li>○ 主運動へつなげるためのドリルタイム（類似の運動）や基本的な技を身に付けるためのグループ練習の学び方について理解させる。 [知識及び技能] [学びに向かう力・人間性等]</li> </ul>                                   | <p>【観点A】</p> <p>【観点A・C】</p> <p>【観点A】</p> <p>【観点A・C】</p>                  |
| 基本的な技に挑戦する段階   | 2<br>3<br>4 | <p>【目標2-1】 切り返し系の技の出来映えを高めよう。</p> <p>【目標2-2】 回転系の技の出来映えを高めよう</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 技のポイントを相互に確認し、話し合いを積極的に行わせる。 [思考力・判断力・表現力等]</li> <li>○ 技のポイントやその根拠についてペアやグループで話し合いを行わせる。 [思考力・判断力・表現力等]</li> <li>○ 基本的な技や条件を変えた技や発展的な技を行わせる。 [知識及び技能]</li> <li>○ 自他の課題となる動きをタブレットで撮影・確認し修正するための話し合いを行わせる。 [思考力・判断力・表現力等] [学びに向かう力・人間性等]</li> <li>○ 練習の成果を発表し、自己評価させる。 [知識及び技能] [学びに向かう力・人間性等]</li> </ul> | <p>【観点B・C】</p> <p>【観点B】</p> <p>【観点B・C】</p> <p>【観点A・B・C】</p> <p>【観点A】</p> |
| 自己の技に挑戦にす応じた段階 | 5<br>6<br>7 | <p>【目標3】 条件を変えた技や発展的な技の出来映えを高めよう</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 技のポイントを相互に確認し、話し合いを積極的に行わせる。 [思考力・判断力・表現力等]</li> <li>○ 技のポイントやその根拠についてペアやグループで話し合いを行わせる。 [思考力・判断力・表現力等]</li> <li>○ 条件をかけた技や発展的な技に取り組みさせる。 [知識及び技能]</li> <li>○ 自他の課題となる動きをタブレットで撮影・確認し修正するための話し合いを行わせる。 [思考力・判断力・表現力等] [学びに向かう力・人間性等]</li> <li>○ 練習の成果を発表し、自己評価させる。 [知識及び技能] [学びに向かう力・人間性等]</li> </ul>                                | <p>【観点B・C】</p> <p>【観点B】</p> <p>【観点B・C】</p> <p>【観点A・B・C】</p> <p>【観点A】</p> |
| 成果を段階確認        | 8           | <p>【目標4】 練習の成果を発表したり、仲間のよい動きを見付けたりしよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 練習の成果を発表し、自己評価させる。 [知識及び技能] [学びに向かう力・人間性等]</li> <li>○ 仲間の演技のよい動き方を見付け相互評価させる。 [知識及び技能] [学びに向かう力・人間性等]</li> </ul>   | <p>【観点A】</p> <p>【観点A・B】</p>  |

### 3 自己の課題を把握させ、学習の見直しをもたせる工夫

主体的な学びを促すために、生徒一人一人に、単元や1単位時間の授業の終末時にできるようになりたい、取り組んでみたい技についてのイメージや目標をもたせることが重要である。そのためには、単元の導入段階で、生徒一人一人が自己の技能の程度を確認するためのレディネスを把握し、学習前の自己の技の程度を確認することが必要である。また、1単位時間においても、自己の課題を明確にするために、学習課題の設定前に、本時で挑戦する技を実際に行い、相互に出来映えや課題点を確認しあう「試行」に取り組ませることも必要である。具体的には、次のような手順で行うとよい。

#### 【自己の課題を把握させるために】

##### ○ レディネステストの実施時

- 1 できる技の種類や程度を確認させ、記録させる。
- 2 学習する技のポイントを理解・確認させ、学習カードに記入させる。
- 3 レディネステストの結果を基に単元終了後の目標を設定させる。

##### ○ 試行の実施時

- 1 他者に観察してほしい動きの場면을伝える。
- 2 他者からの意見を参考に、本時の課題を設定する。
- 3 学習課題に対する自己の課題を仮説文の形で表現させる。

### 4 課題解決に向けた思考活動

#### (1) 技のポイントの理解を深める活動

器械運動において、技の習得に向けて重要になるのは、一連の動きの中にある技の各ポイントを理解することである。例えば、側方

倒立回転跳びにおいて「踏み切り後の腰の高さはどのくらいがよいのか」、「着手する位置はどこがよいのか、どの向きがよいのか」、「突き放しの手はどのようにするとよいのか」など着地するまでの一連の技のポイントを理解したうえで試技を行うことにより技の習得が期待できる。しかし、そのポイント自体を理解するだけでは、技の出来映えを変容させることは難しい。

なぜなら、技のポイントを意識して試技を行っても、「なぜそのようにすることがよいのか」「そうするためには自分の動きをどうすればよいのか」などそのポイントに応じた動きが理解できていなければ、知識を伴った技の習得までは至らないからである。

そこで、図1「技のポイントカード」等を用いて、技のポイントを基に根拠を書き記す手立てを講じるとよい。

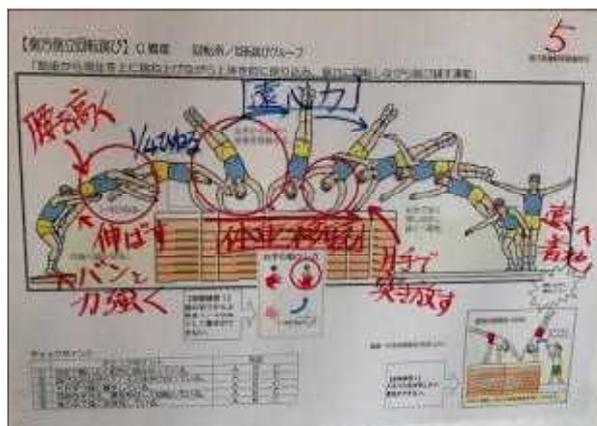


図1 「技のポイントカード」

ペアやグループで話し合う活動を通して、明らかになった技のポイントの根拠をカードに書き足す学習を行うことにより、これまで理解していたポイントについて、更に深く理解することにつながり、自己の課題に照らし合わせて、繰り返して試技に取り組むことができるようになる。

#### (2) ICT機器の活用による動きの変容の把握

器械運動において、技の「助走－踏み切り－着手－突き放し－着地」までの一連の動きの中で、技の出来映えや各場面ごとの動きがど

のように修正されているかどうかを確認することは難しい。そこで、タブレット等のICT機器を活用することで、試技後に素早く自己の動きを客観的に把握することができ、動きの修正状況や新たな課題発見に生かすこともできる。また、ペアやグループで映像を確認することで、相互に称賛・助言を行う機会を得ることができる。

このICT機器の活用による動きの把握は、技の一連の動きを細かく分析することだけでなく、単元や1単位時間の学習の振り返り時において、学習前と学習後の技の出来映えを確認する際にも効果的である。



写真1 「タブレットを使って相互に動きの変容を確認する場面」

## 5 主体的な学びを促す学習のまとめと振り返り

単元や1単位時間の終末段階では、「本時の学習で何が分かったか」、「どのようなことを学んだか」という学習課題に対するまとめや「どのように学習してきたか」、「どのように動きが変わったか」など、自己の学習方法及び学習状況、技の変容等を客観的に捉え、考察し、課題を修正したり新たな課題に気付いたりする振り返りの場面を確実に行うことが大切である。

特に器械運動は達成型の運動領域であり、「できる」、「できない」がはっきりするために、少しでも学習の成果を捉えさせて、次時や次の運動領域の学習に向けた見通しと意

欲をもたせることが重要である。

そこで、まとめを行う際には、次に示す留意点を参考にすると良い。

### 【留意点】

- 1 学習課題とまとめの整合性を図らせること（問いと答えの関係を重視）
- 2 生徒自身の言葉で表現させること
- 3 他者のまとめを見たり聞いたりするなど共有する場を設定すること

また、振り返りには次に示す三つの観点を参考にすると良い。

### ① 学習の行い方を振り返らせる観点

「どうしたら（何を用いて）技のポイントやその根拠が分かったか」

「どうしたらできそうになったか、できるようになったか。」

「もう少し練習の方法や場の工夫をすべきところはなかったか」など

### ② 自他の変容を振り返らせる観点

「技のポイントの何が分かるようになったか」

「技の一連の動きの中で何ができるようになったか」

「他者の動きはどう変容したか」など

### ③ 次の学習へ意識をつなぐ観点

「次時はどのような課題を設定するとよいか」

「次時はどんな練習方法や場の工夫をするよいか」など

このようなまとめと振り返りを継続して行うことにより、生徒は、動きの変容を実感したり、技のポイントの意味を深く理解したりすることができる。それらを通して、更に、主体的な学びを促すことにつながっていくのである。

### －引用・参考文献－

- 文部科学省『中学校学習指導要領解説 保健体育編』平成29年，東山書房
- 鹿児島県総合教育センター『指導資料 第1911号』平成29年
- 佐藤豊著『中学校新学習指導要領の展開』平成29年，明治図書
- 本村清人著「『知・徳・体』を育む学校体育・スポーツの力」平成28年，大修館書店

（教職研修課 永里 護）