

体育における「主体的・対話的で深い学び」とは

保健体育科 黒木 佳代

1 はじめに

本校に赴任して3年目を迎えた。昨年度はステップアップ研修の対象者として研究授業や研修を行った。その際、多くの方々に指導や助言をいただき、様々な面で学びを深めることができた。今回はそのステップアップ研修の中から教科の研究授業の指導案を掲載する。また、現在も新学習指導要領の内容を踏まえ、どのような授業展開が「主体的・対話的で深い学び」に繋がるのか試行錯誤し、授業の実施と反省・改善を繰り返す日々である。今後も授業を通して生徒が自らの課題を発見し、合理的、計画的な解決に向け、主体的に行動する力を育成していきたい。また、最終的には生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための契機となれるよう研鑽したい。

2 研究方法

本校生徒の実情を授業観察の中から考察し、指導案を作成した。以下がそれにあたる。

3 研究内容

保健体育科（体育）学習指導案

日 時 令和元年5月8日（水）第5校時
対 象 第3学年(男子46名 女子29名)
場 所 屋久島高等学校体育館
授業者 黒木 佳代

1 単元名 「体づくり運動」(集団行動)

2 単元の目標

- (1) 次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解するとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てることができる。
 - ・体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と主体的に関わり合うこと。
 - ・実生活に生かす運動の計画では、自己のねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立て取り組むことができる。
- (2) 生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。
- (3) 体づくり運動に主体的に取り組むとともに、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができる。

3 単元観

体づくり運動は、体ほぐしの運動と実生活に生かす運動の計画で構成され、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、心と体をほぐしたり、体力を高めたりすることができる領域である。手軽な運動を通して自己や仲間の心や体の状態に気付いたり、自己のねらいに応じて健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立て取り組むことをねらいとしている。また、生涯にわたって運動を豊かに継続するための能力を身につけることや、主体的に取り組むとともに、仲間と互いに助け合い高め合うこと、合意形成に貢献しようとする態度を育てることが必要である。

4 生徒の実態

全体的に元気がよく、運動が好きな生徒が多いため、授業においても積極的に取り組む姿勢がある。しかし、その一方で苦手意識を持ち、主体的に行動できない生徒もいる状況である。また、本時の体づくり運動（集団行動）に苦手意識を持つ生徒も多い。

5 指導観

健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識させ、学校の教育活動全体や実生活で生かすことができるように学習させたい。体づくり運動を通して、日々の体調の変化や仲間と交流する楽しさを味わったりするとともに、健康の保持増進や運動するための基礎となる体力の構成要素や高め方を理解させ、運動する意欲の向上を図れるように指導していきたい。また、関心・意欲・態度を高める工夫として、集団行動を発展的に取り入れ、授業を展開していきたい。そして、集団行動を取り入れた学習を通して、仲間を思いやる気持ちなど、様々な心も育てていけるように指導していきたい。

6 単元の評価規準 高等学校第3学年

関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
・体を動かす楽しさや心地よさを深く味わうことができるよう、体力などの違いに配慮しようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保して、学習に主体的に取り組もうとしている。	・自己のねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立てるとともに、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。		・体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解している。

7 学習活動に即した評価規準

関心・意欲・態度	思考・判断	運動の 技能	知識・理解
<p>①体づくり運動の学習に主体的に取り組もうとしている。</p> <p>②実生活に役立てることができるよう、体力などの違いに配慮しようとしている。</p> <p>③役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとしている。</p> <p>④合意形成に貢献しようとしている。</p> <p>⑤互いに助け合い高め合おうとしている。</p> <p>⑥健康・安全を確保している。</p>	<p>①体ほぐしのねらいや体力を高める運動の考え方を踏まえて、継続しやすい体づくり運動の計画を立てている。</p> <p>②自己や仲間のねらいや体力の程度に応じて、適切な運動の種類、強度、頻度を選んでいる。</p> <p>③仲間と学習する場面で、自己や仲間の危険を予測し回避するための活動の仕方を選んでいる。</p> <p>④体づくり運動を生涯にわたって楽しむための実生活で継続しやすい自己に適した行い方を見付けている。</p>		<p>①体づくり運動の行い方について、理解したことを言ったり、書き出したりしている。</p> <p>②体力の構成要素とそれらが健康に生活するための体力と運動を行うための体力に密接に関係していることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。</p> <p>③体づくり運動の実生活への取り入れ方について、理解したことを言ったり書き出したりしている。</p> <p>④課題解決の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。</p>

*なお、「体づくり運動」の体ほぐしの運動は、技能の習得・向上を直接のねらいとするものではないこと、体力を高める運動は、運動の計画を立てることが主な目的となることから、運動の技能は設定せず、(1)運動については、「思考・判断」に整理している。

8 指導と評価の計画（8時間）

時	ねらい・学習活動	関心 意欲 態度	思考 判断	技能	知識 理解
1	○オリエンテーション ・体ほぐしの運動を通して、仲間との交流を深める。				①
2 ～ 4	○集団行動 ・巧みな動きを高める運動を行う。 ・仲間と協力して課題に挑戦する。 →運動を通して共に運動する仲間と進んで協力したり仲間を大切に感じたり信頼で結ばれたりするように交流をさせる。 ・集団行動を演技として取り組ませる。 →映像で自分たちの演技をフィードバックし改善を行う。	① ④ ⑤			④ ④
5 ～ 8	○新体力テスト ・体力の構成要素と高め方を知る。 →新体力テストの項目とその項目の体力の構成要素を知り、体力を高めるための運動を実施する。 ・自己の体力レベルを知る。 →新体力テストの測定を行う。 ・自己の体力レベルを分析する。	①		③	② ②

9 年間計画による位置づけ

1 学期		2 学期			3 学期
体づくり運動	球技Ⅰ (ソフトボール) (バレーボール)	陸上競技	球技 (サッカー) (バレーボール)	体育理論	球技Ⅲ (卓球・バドミントン) (サッカー・バスケットボール)

本校では、体づくり運動は年度当初に実施している。特に集団行動は、どの領域でも取り扱うため、年度当初に規律を整え次の単元でも継続して指導できるように取り組んでいる。

10 本時のねらい

- ・集団の一員としての自覚を持ち、所属感を味あわせるとともに、規範意識を高める。
- ・集団演技をさせることにより、クラス・学年を通じた一体感の育成を図る。
- ・ICT 機器を活用し、外在的フィードバックを行い意識の向上を図る。

11 本時の展開（4時間目／8時間）

時間 (分)	学習活動・内容	指導上の留意点
導入 (10)	1 集合・点呼・挨拶 2 体操・補強運動 3 前時までの学習を確認 4 本時の説明	<ul style="list-style-type: none"> ・出欠者，見学者を把握する。 ・大きな声で挨拶，体操をさせる。
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> 集団行動を通して，一つのものを創り上げる共通意識をもとう。 </div>		
展開 (30)	5 前回の「かけ足進め 全体止まれ」を全体で確認する。 6 男女別のグループに分かれて練習する。 7 発表 グループごとに発表を行う。 演技を録画する。	<ul style="list-style-type: none"> ・練習時に適宜指導を行う。 ・見学者がいれば見て意見を伝えさせる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> [関心・意欲・態度] ①・⑤ </div> <ul style="list-style-type: none"> ・気持ちを一つにすることで集団としての演技が成功することを確認させ，真剣に取り組ませる。
整理 (10)	8 フィードバック <ul style="list-style-type: none"> ・映像で自分たちの動きを確認する ・気付いたところを発表する 9 評価・反省 次時の学習内容を確認する 10 整列・挨拶	<ul style="list-style-type: none"> ・気付いたところを発表させる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> [知識・理解]④ </div> <ul style="list-style-type: none"> ・本時を振り返らせるとともに次時の学習内容を確認させる。 ・大きな声で挨拶させる

4. おわりに

集団行動は学校・学年・学級という組織を動かすことにおいて、基礎・基本となる動きであり必要不可欠な要素である。また、緊急時等では、集団が一つの単位となって、秩序正しく、能動的に、安全に行動することが求められることが多い。しかし、内容としては気をつけの姿勢、前へ倣えなどから始まり、方向転換、集団での行進など生徒たちが楽しいと思える内容は少なくなっている。その中で生徒たちが目標を持ち、取り組むためには指導の工夫が必要となる。今回は対象者が3年生ということもあり、基本的な動作は身につけているため、集団をいかに揃えるかという細かい作業となっていた。授業の中ではグループ活動で教え合いながら取り組む姿や、指揮者や見学者が客観的に感じたことを積極的に発言し、集団行動がいかにまとまるかをグループ内で試行錯誤しながら改善しようとする行動が見られ、グループ活動や役割分担の重要性を再確認した。また、映像で振り返ることにより課題となっている動きが明確となり、次に必要な改善点を指摘する際も理解度が高く、指導のしやすさを感じた。

今回の研修を通して、視覚的に理解しやすい特徴のあるICT機器をどう活用していくかは今後の大きな課題だと実感した。保健体育指導だけに限らず、教育活動全体を通してICT機器の活用法を研究し、生徒により分かりやすく、さらに主体的な学びへと繋げていけるよう更なる研修・研鑽を深めながら「より理解できる授業」を目指していきたい。