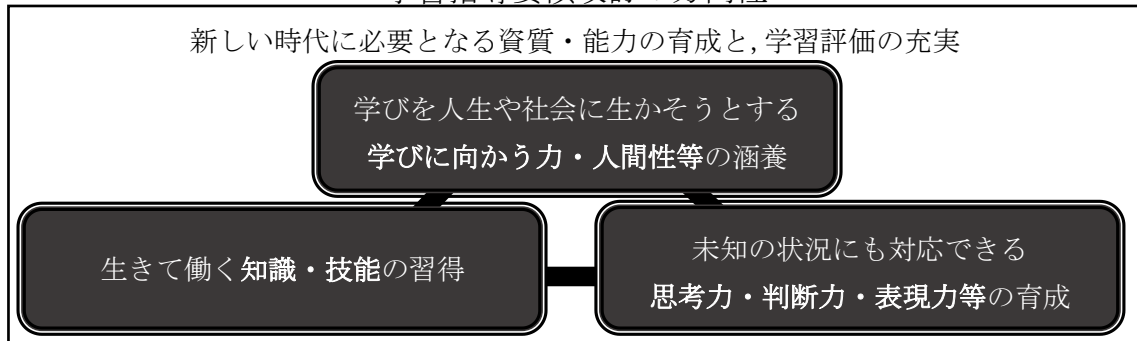


I 研究の概要

1 研究主題設定の理由

学習指導要領改訂の方向性



何ができるようになるか

よりよい学校教育を通じてよりよい社会を創るという目標を共有し、
社会と連携・協働しながら、未来の創り手となるために必要な資質・能力を育む
「社会に開かれた教育課程」の実現

何を学ぶか

つながりを踏まえた
目標・内容の見直し

どのように学ぶか

主体的・対話的で深い学びの視点から
の学習過程の改善

〈保健体育科の目標〉

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた
学習過程を通して、心と体を一体として捉え、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実現するための資質・能力を育成する

- ・ 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付ける
- ・ 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う
- ・ 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う

＜体育の見方＞

運動やスポーツを、その価値や特性に着目し
て、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす
役割の視点から捉える

＜体育の考え方＞

自己の適性等に応じた「する、みる、支える、
知る」の多様な関わり方と関連付けること

小学校期から中学校期を経て豊かなスポーツライフを実現するための見通し

小1から小4「各種の運動の基盤を培う時期」

小5から中2「多くの領域の学習を経験する時期」

中3から高3「卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わるようにする時期」



行田中学校教育目標

自ら学び、豊かな心を持って、たくましく生きる生徒の育成

生徒の実態

- ・個人やチームでめあてを立て取り組むことができる生徒が多いが、見通しをもつことができていないため、ねらいや道すじに沿っためあてを立てることが十分にできていない。
- ・技能についてのポイントは理解できているが、その技能を身に付けるための活動を決定する力が十分ではないため、自ら工夫して活動する場面が少ない。また、技能が身に付いたと実感している生徒も少ない。
- ・学習カードでは技能のポイントをおさえた記述が多いが、活動中に資料や掲示物などを有効に活用できていないため、発問のポイントを上手く理解できていない場面が見られる。また、全体でのまとめを共有する際に、学びを生かして積極的に発表することが難しい。

これまでの研究

主体的な学び 宮本中学校

自己に適した課題を持ち、主体的に学びを深める体育学習
～生徒自身が学びを具現化できる授業を目指して～

- ねらいを明確にした授業計画 ⇒ 学習する内容に見通しが持てる
 - 発問の工夫 ⇒ 生徒の思考が深まる
 - 学習資料の提示の仕方、活用方法、場の工夫 ⇒ 生徒の主体的な活動を導く
- 「生徒の学び方」「教師の学ばせ方」とおして、
教師主体の学びから生徒主体の学びへの転換

対話的な学び 船橋中学校

学びの質を深める、主体的で対話的な体育学習の在り方
～互いに認め合い、自己表現できる生徒の育成～

- オリエンテーションの充実 ⇒ 課題達成までの学習の流れを理解できる
 - 発問の意図の明確化 ⇒ 技能や動き方に関する具体的な発問につながる
 - 学習の積み重ねを大切にされた資料提示 ⇒ 一人一人が自信をもって学習に参加できる
- ただ単に「できる」ではなく「できる」「わかる」を軸にして、
主体的で対話的な学習を実現させる

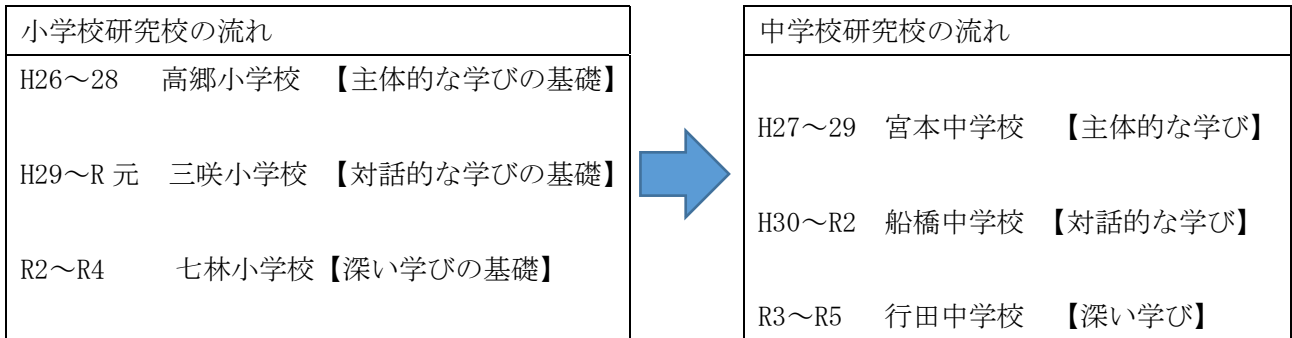
深い学び

行田中学校 研究主題

一人一人が深い学びを具現化し、わかる・できる喜びを味わう体育学習
～学びの系統性をとらえ、自己実現できる学習を通して～

2 研究の目的

学習指導要領改訂の趣旨を捉え、主体的、対話的で深い学びを実現するための体育・保健体育科における系統的な学習の在り方を究明する



3 研究仮説

〈研究主題の具現化への仮説〉

研究の仮説

- ①ねらいを明確にして系統性を理解させ、学びの見通しをもたせることができれば、自己に応じた学習を実現することができるだろう。
- ②生徒の実態に合った運動や活動を選択すれば、わかる・できる喜びを味わうことができるだろう。
- ③生徒主体の活動を保障し、学びを促進させる発問や声かけをすれば、深い学びを具現化できるだろう。

〈仮説検証方法〉

①ねらいを明確にして系統性を理解させ、学びの見通しをもたせることができれば、自己に応じた学習を実現することができるだろう。

(ア)ゴールイメージに基づいた学習のねらいを系統的に設定する。

(イ)オリエンテーションで学習のねらいと道すじを提示して、学びの見通しを持てるようにする。

②生徒の実態に合った運動や活動を選択すれば、わかる・できる喜びを味わうことができるだろう。

(ア)その運動に関する、学びや技能の状況を明らかにすることができる、事前・事後アンケート調査の項目を設定する。

(イ)機能的特性が明らかにされていて、かつ生徒の実態にあったシンプルな運動の提示をする。

(ウ)生徒の実態にあった、技能や学びのポイントを押さえた学習資料を提示する。

③生徒主体の活動を保障し、学びを促進させる発問や声かけをすれば、深い学びを具現化できるだろう。

(ア)学びの主体を生徒の活動から引き出し、学習のポイントやまとめを共有し次時につなげていけるよう、板書や掲示物を工夫する。

(イ)生徒が思考を働かせることができるよう、生徒の思考を揺さぶる発問内容を導入・展開・まとめの各段階に応じて意図的に設定する。

II 研究の実際

1 仮説1について

①ねらいを明確にして系統性を理解させ、学びの見通しをもたせることができれば、自己に応じた学習を実現することができるだろう。

(ア)ゴールイメージ（指導要領解説 例示）に基づいた学習のねらいを系統的に設定する。

<p>中学校学習指導要領解説（保健体育）</p> <p>第3学年の内容 P9 5</p> <p>C 陸上競技 ウ ハードル走</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スタートダッシュから1台目のハードルを勢いよく走り越すこと。 ・遠くから踏み切り、振り上げ脚をまっすぐに振り上げ、ハードルを低く走り越すこと。 ・インターバルでは、3又は5歩のリズムを最後のハードルまで維持して走ること。 		<p>第3学年 ハードル走 ねらい</p> <p>単元のねらい</p> <p>スピードを維持した走り、低く素早くハードルを越えて記録に挑戦しよう。</p> <p>ねらい1</p> <p>スタートから全力で走り、ゴールまでリズムカルに走りきろう。</p> <p>ねらい2</p> <p>スピードを維持し、勢いよく低くハードルを走り越そう。</p>
--	--	--

(イ) オリエンテーションで学習のねらいと道すじを提示して、学びの見通しを持てるようにする。

陸上競技【ハードル走】オリエンテーション

3年()組 氏名 _____

単元のねらい
スピードを維持した走り、低く素早くハードルを越えて記録に挑戦しよう！

〈ねらい1〉スタートから全力で走り、ゴールまでリズムカルに走りきろう！
〈ねらい2〉スピードを維持し、勢いよく低くハードルを走り越そう！

時	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	オリエンテーション		ねらい1			ねらい2			
1	学習内容の確認	1 道作り、準備運動	1 道作り、準備運動	1 道作り、準備運動	1 道作り、準備運動	1 道作り、準備運動	1 道作り、準備運動	1 道作り、準備運動	1 道作り、準備運動
2	目的学習の確認	2 補助運動	2 補助運動	2 補助運動	2 補助運動	2 補助運動	2 補助運動	2 補助運動	2 補助運動
3	授業のルールの確認	3 ねらいの確認	3 ねらいの確認	3 ねらいの確認	3 ねらいの確認	3 ねらいの確認	3 ねらいの確認	3 ねらいの確認	3 ねらいの確認
4	準備・片付けの確認	4 初めての確認	4 初めての確認	4 初めての確認	4 初めての確認	4 初めての確認	4 初めての確認	4 初めての確認	4 初めての確認
5	記録表の確認	5 課題別練習	5 課題別練習	5 課題別練習	5 課題別練習	5 課題別練習	5 課題別練習	5 課題別練習	5 課題別練習
6	次時の内容の確認	6 グループでの振り返り	6 グループでの振り返り	6 グループでの振り返り	6 グループでの振り返り	6 グループでの振り返り	6 グループでの振り返り	6 グループでの振り返り	6 グループでの振り返り
		7 学習のまとめ	7 学習のまとめ	7 学習のまとめ	7 学習のまとめ	7 学習のまとめ	7 学習のまとめ	7 学習のまとめ	7 学習のまとめ
		8 次時の内容の確認	8 次時の内容の確認	8 次時の内容の確認	8 次時の内容の確認	8 次時の内容の確認	8 次時の内容の確認	8 次時の内容の確認	8 次時の内容の確認
		9 次時の内容の確認	9 次時の内容の確認	9 次時の内容の確認	9 次時の内容の確認	9 次時の内容の確認	9 次時の内容の確認	9 次時の内容の確認	9 次時の内容の確認

【健康・安全面について】
◎水筒を持ってくる …… 全員必ず持つてくる。気温、湿度が高いため熱中症予防のため。

【準備・片付けについて】
○毎時限、1人1台ハードルの準備片付けを行う。

【アンケート結果】
①ハードル走でタイムを極めるために大切だと思うポイントを選択して下さい。【知識・技能】

第1ハードルまでの間に加速する	29 (57.1%)
第1ハードルまでスピードを上げまくる	6 (11.4%)
立ち上がりハードルから高い姿勢で踏み切る	26 (74.3%)
立ち上がりハードルから低い姿勢で踏み切る	4 (11.4%)
前に大きく踏み出す	0 (0%)
振り上げ脚をまっすぐに伸ばす	26 (74.3%)
振り上げ脚を曲げて、自分の脚に当たる	4 (11.4%)
踏み切りは膝を曲げて、踏み切る	5 (11.4%)
最後はハードルの近くにはまる	23 (65.7%)
最後はハードルから遠くにはまる	9 (25.7%)
踏み切りはハードルから遠くにはまる	15 (42.9%)
踏み切りはハードルから遠くにはまる	0 (0%)
踏み切りはハードルから遠くにはまる	29 (82.9%)

②今年度ハードル走の授業を行い、今現在身につけていると思う技能を選択して下さい。【知識・技能】

速く歩幅が広い、勢いよくハードルを越えることができる	14 (40%)
膝からの姿勢で踏み切り、ハードルを越えることができる	13 (37.1%)
新記録を築き、得意な姿勢に変わってハードルを越える	8 (22.9%)
インターバルは走らずにリズムよくハードルを越えることができる	22 (62.9%)
ないです	1 (2.9%)

③体育の授業で自分のめあてをもって取り組んでいますか？【思考・判断・表現】

どちらかといえば取り組んでいる	11 (41.4%)
どちらかといえば取り組んでいない	15 (58.6%)

知識・技能アンケートの結果 ⇒ 知っている(知識はあるけど)技能が身につけていない。
思考・判断・表現アンケートの結果 ⇒ ほぼ全員めあてをもって取り組んでいる。

【授業の行い方】 めあて別(個人の課題別)グループ練習

【目標タイム設定】

5.5M走のタイム × 0.25 × 5 = 5.5MH 目標タイム

例) 5.5M走が8.0秒の場合
8 (秒) × 0.25 × 5 = 10 5.5M走の目標タイムは10秒
※目標タイムを達成したら、ハードルの高さを上げてチャレンジ!!

2 仮説 2 について

②生徒の実態に合った運動や活動を選択すれば、わかる・できる喜びを味わうことができるだろう。


(ア)その運動に関する、学びや技能の状況を明らかにすることができる、事前・事後アンケート調査の項目を設定する。

事前アンケート(ハンドボール)
<ul style="list-style-type: none"> ・シュートを決めるために大切なポイントは何ですか。 ・そのポイントを踏まえて実際にシュートすることができますか。 ・「ねらい」とは何ですか。 ・「めあて」とは何ですか。 ・体育の授業において「主体的に取り組む」とは、どのように取り組むことを言いますか。

事後アンケート
<ul style="list-style-type: none"> ・シュートを決めるために大切なポイントは何でしたか。 ・そのポイントを踏まえて実際にシュートすることができましたか。 ・「ねらい」とは何でしたか。 ・「めあて」とは何でしたか。 ・体育の授業において「主体的に取り組む」とは、どのように取り組むことを言いましたか。

(イ)機能的特性が明らかにされていて、かつ生徒の実態にあったシンプルな運動の提示をする。

第3学年 陸上競技ハードル走機能的特性
<ul style="list-style-type: none"> ・ハードルを低く素早く越えながら、インターバルを一定のリズムで走り、タイムを短縮したり、競走したりするところを楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

生徒の実態にあったシンプルな運動
<p>第3学年 単元名 陸上競技 ハードル走</p> 

(ウ)生徒の実態あった、技能や学びのポイントを押しえた学習資料を提示する。

生徒の実態
<p>第3学年 陸上競技 ハードル走</p> <p>2年時に履修をしており、タイムを縮めるためのインターバルの走りや遠くから踏み切るなどのポイントは知っているが自分でできているのかわからない。または、技能が身についていると感じていない生徒が多い。</p>

技能や学びのポイントを押しえた学習資料
<p>踏み切り・着地位置</p> 

3 仮説3について

③生徒主体の活動を保障し、学びを促進させる発問や声かけをすれば、深い学びを具現化できるだろう。

(ア) 学びの主体を生徒の活動から引き出し、学習のポイントやまとめを共有し次時につなげていけるよう、板書や掲示物を工夫する



(イ) 生徒が思考を働かせることができるよう、生徒の思考を揺さぶる発問内容を導入・展開・まとめの各段階に応じて意図的に設定する。

第3学年 陸上競技 ハードル走

単元のねらい スピードを維持した走り、低く素早くハードルを越えて記録に挑戦しよう。

ねらい1 スタートから全力で走り、ゴールまでリズムカルに走りきろう。

ねらい2 スピードを維持し、勢いよく低くハードルを走り越そう。

(i) 単元を通して発問

はじめ	なか	まとめ
<p>ねらい1の入り</p> <p>「リズムカルって何？」</p> <p style="text-align: right;">・一定</p> <p>「どの場面をリズムカルにするの？」</p> <p style="text-align: right;">・インターバル</p>	<p>【スピードの維持が難しかったという反省が多い。】</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>「スピードが落ちてしまう場面はどんな時？」</p> <p style="text-align: center;">・第1ハードルの手前</p> <p style="text-align: center;">・各ハードルの手前</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>・勢いよく低く走り越すためには？</p> <p style="text-align: center;">ねらい2に移行</p>	<p>ねらい2のおわり</p> <p>「勢いよく、低く走り越すためのポイントは何だった？」</p>

(ii) 1時間の授業での発問

導入	展開	まとめ
<p>・勢いよく走り越すためにはどんなことが必要だったっけ？</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; margin-top: 10px; width: fit-content;"> <p>前時の振り返りから、ねらいを確認する！</p> </div>	<p>・勢いよく越せる人の姿勢ってどう？</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; margin-top: 10px; width: fit-content;"> <p>学習内容の新たなポイント「低く」に気づかせる！</p> </div>	<p>・どうすると低くとべた？</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; margin-top: 10px; width: fit-content;"> <p>生徒が気づいたポイントを全体で共有！</p> </div>

Ⅲ 研究のまとめ

1 成果と課題

(1) 仮説1について

①ねらいを明確にして系統性を理解させ、学びの見通しをもたせることができれば、自己に応じた学習を実現することができるだろう。

(ア)ゴールイメージに基づいた学習のねらいを系統的に設定する。

○ねらいを明確にすることで生徒が学びの見通しをもち、個人のめあてを明確にもてるようになり、授業に主体的に取り組む姿が増えた。

●教材への理解をより深め、各授業や種目、単元の系統性の理解に努める必要がある。

(イ)オリエンテーションで学習のねらいと道すじを提示して、学びの見通しをもてるようにする

○生徒が学びの見通しをもつことで、進んで活動する場面が増え、必要な知識を習得するとともに、活動時間や運動量を確保することができた。

●見通しをもてない生徒へのより良い支援の仕方を考え、実践していくことが必要である。

(2) 仮説2について

②生徒の実態に合った運動や活動を選択すれば、わかる・できる喜びを味わうことができるだろう。

(ア)その運動に関する、学びや技能の状況を明らかにすることができる、事前・事後アンケート調査の項目を設定する。

○興味や関心、技能、学びの状況を踏まえて明らかにすることで、生徒主体の学びを保障することができた。

○指導の振り返りを行うことができ、次時の単元に生かすことができた。

●「生徒に何を答えさせたいのか」「どんな授業にしたいか」という教師側の質問の意図をより明確にしてアンケートを作成、実施する必要がある。

(イ)機能的特性が明らかにされていて、かつ生徒の実態にあったシンプルな運動の提示をする。

○シンプルな運動を提示したことで、生徒が進んで運動の行い方を理解し、ゲームの参加の仕方を考え取り組む姿が見受けられた。

●シンプルな運動の中で生徒にどんな楽しさを感じてもらいたいのか教師が明確にイメージをもつことや、その楽しさを味わわせるための教具や場の工夫には課題が残る。

(ウ)生徒の実態にあった、技能や学びのポイントを押さえた学習資料を提示する。

○生徒のつまずきを改善できる資料を必要に応じて見られるように提示したことで、生徒自ら課題解決に向けて資料を活用する姿が見られた。また、技能のポイントを理解して取り組む生徒が増え、生徒同士助言をし合う姿が多く見られ、学び合いの基盤ができてきた。

●技能資料を提示したことで、知識としてポイントを身に付ける生徒は増えたが、技能の習得には課題が残る。

(3) 仮説3について

③生徒主体の活動を保障し、学びを促進させる発問や声かけをすれば、深い学びを具現化できるだろう。

(ア) 学びの主体を生徒の活動から引き出し、学習のポイントやまとめを共有し次時につなげていけるよう、板書や掲示物を工夫する。

○生徒が気づいたポイントや工夫を全体で共有したことで、その気づきを課題解決に役立てようとする生徒が増え、学び合いの土台を作ることができた。

○生徒が挑戦する姿を認めてあげる声かけを教師が積極的に行ったことで、生徒同士が取り組みに対する肯定的な声かけをする姿が増えた。

●教師が何を生徒に答えさせたいか、そのためにどのような聞き方をするかといった発問の仕方については課題が残る。

(イ) 生徒が思考を働かせることができるよう、生徒の思考を揺さぶる発問内容を導入・展開・まとめの各段階に応じて意図的に設定する。

○既習を想起させたり、気づきを促す発問を心がけたりしたことで、生徒同士の話し合いがより活発になり、つまづきを改善するための理解が深まった。

●話し合うことが苦手な生徒への支援が不十分であり、発言する生徒とそうでない生徒とが二極化してしまうことがあった。

2 まとめ

仮説1については、支援を要する生徒の対応などに課題は残るものの、ゴールイメージに基づいたねらいを設定し、生徒にねらいを理解させ授業の見通しを持たせることで、自己に応じためあて学習を行う生徒が増えた。また、練習方法を工夫する姿やアドバイスを行う姿が増え、学習の仕方が定着してきた。

仮説2については、アンケートでの実態把握を行う際に、技能レベルを明らかにしていく質問項目の設定や、技能の習得という部分に課題が残る。一方で、実態に即した運動を提示するとともに、気づきを促す技能資料を掲示したことで、生徒自ら課題の解決に向けて資料を活用する姿が見られ、技能のポイントを理解して取り組む生徒が増えた。また、知識を身に付けることで生徒同士の対話が増え、学び合いの基盤ができてきているため継続していくことで技能の習得にも繋がってくると考える。

仮説3については、話し合いが苦手な生徒への対応や思考を揺さぶる発問の設定には課題が残るものの、つまづきの要点を押さえた発問を行い発問に対する気づきを全体で共有したことで、種目への理解を深めようとする生徒が増えてきた。また、仲間の気づきを役立てて挑戦する生徒や仲間の挑戦を認める肯定的な声かけを行う生徒が増え、生徒主体の活動場面が増えてきている。

この2年間で、学び方や学ばせ方の改善と定着を図っていけるよう取り組んできた。その結果、自らの課題解決に向けて取り組む中で、得た知識を活用し工夫して活動する生徒が増え「わかる」楽しさに触れる生徒も増えてきた。しかし、技能の習得「できる」楽しさを実感させるという点については課題が残る。3年目では、教師・生徒ともに学びの系統性をより一層捉えられるように工夫していく。また、生徒主体の活動を保障し、めあて学習を基盤とした学び合いを通して、技能の習得を図っていききたい。