

## 中学校

大会主題

主体的・対話的で深い学びの実現に向けた体育学習の充実

研究主題

保健体育の授業を通じた、ウェルビーイングに繋がるコンピテンシーの育成に向けて  
～AAR サイクルを用いた個別最適な学びの実践を通して～

### I 研究の概要

#### 1 主題設定の理由

##### (1) 社会的背景から

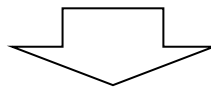
学習指導要領改訂後、新型コロナウイルス感染症が猛威を振るい、社会に大きな影響を与えた。教育界も例外ではなく、過去の経験を生かそうとしても、未知のウイルスへの対応に苦悩することとなってしまった。

そして、2020年2月28日から、小学校、中学校、高等学校、特別支援学校は全国一斉で臨時休校となった。日常生活において、マスクの着用が当たり前となり、社会的距離（ソーシャル・ディスタンス）の確保が求められた。さらに、休校後にGIGAスクール構想が一気に加速して、1人1台端末の活用やオンデマンド配信、リモート授業など、先の予測が困難で常に新たなことが求められた。そんな時代を予測したかのように、学習指導要領改訂の経緯には、「予測が困難な時代になっている。」<sup>1)</sup>と示されていた。

その後も社会は大きく変わり続け、2021年1月26日に開催された第127回中央教育審議会総会において、直面する課題と新たな動きをまとめた「令和の日本型学校教育の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現～」が示された。

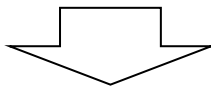
令和の日本型学校教育の構築を目指して育む資質・能力、実現すべき姿<sup>2)</sup>は以下のとおりである。

- ・社会の在り方が劇的に変わる「Society5.0」の時代到来
- ・新型コロナウイルスの感染拡大など先行き不透明な「予測困難な時代」



学習指導要領の着実な実施  
ICTの活用

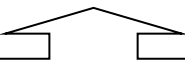
一人一人の児童生徒が、自分のよさや可能性を認識するとともに、あらゆる他者を価値のある存在として尊重し、多様な人々と協働しながら様々な社会的変化を乗り越え、豊かな人生を切り拓き、持続可能な社会の創り手となることができるようにすることが必要



2020年代を通じて実現すべき  
令和の日本型学校教育の姿

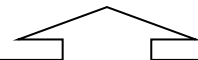
#### 個別最適な学び

#### 協働的な学び



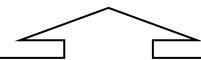
##### 指導の個別化

子供一人一人の特性や学習進度、学習到達度等に応じ、指導方法・教材や学習時間等の柔軟な提供・設定を行う



##### 学習の個性化

教師が子供一人一人に応じた学習活動や学習課題に取り組む機会を提供することで、子供自身が学習が最適となるよう調整する



##### 多様な他者と協働

他者を価値のある存在として尊重し、様々な社会的な変化を乗り越え、持続可能な社会の創り手となることができるよう、必要な資質・能力を育成する

ICTの活用、SDGs、多様性、新型コロナウイルス感染症、そして、Society5.0の時代の到来により、AIに代表される技術革新、それらを活用した国同士の争いや人口問題、環境問題など、社会の変化は加速度を増し、VUCA (Volatility 変動性、Uncertainty 不確実性、Complexity 複雑性、Ambiguity 曖昧性) 時代に突入した。VUCA時代に関して調べていくと、我々はOECD(経済協力開発機構)の取り組みでEducation2030プロジェクトのラーニング・コンパス(学びの羅針盤)に行きついた。

ラーニング・コンパスとは学びの枠組みであり、VUCA時代に生徒に求められるコンピテンシー(資質・能力)の育成とウェルビーイング(心身ともに健康で幸福な状態)に向けた方向性を示しているものである。<sup>3)</sup>以下のとおり、ラーニング・コンパスは学習指導要領の保健体育の目標と類似している部分が多くある。

#### OECD ラーニング・コンパス(学びの羅針盤)2030 概要<sup>4)</sup>

この枠組みは生徒が2030年以降も活躍するために必要なコンピテンシーの種類に関する幅広いビジョンを提供しています。この枠組みはまた、ローカルな文脈に合わせて調整できる余地を残しながら、グローバルに妥当で、情報交換のできる共通の言語と理解を育んでいくものです。

ラーニング・コンパスの構成要素には学びの中核的な基盤(訳注:エージェンシーと変革を起こすコンピテンシーを育む土台となる主な力)、知識、スキル、態度と価値、より良い未来の創造に向けた変革を起こすコンピテンシー、そして見通し(Anticipation)、行動(Action)、振り返り(Reflection)のAARサイクルが含まれます。ラーニング・コンパスは、生徒が周囲の人々、事象、そして状況をより良いものにすることを学ぶ上で、責任ある有意義な行動を取るための方向性を決めるために生徒が使うことができるツールであることから、生徒エージェンシーはラーニング・コンパスの中心的な概念です。

#### 中学校学習指導要領解説 保健体育編 第2章 保健体育科の目標及び内容

##### 第1節 教科の目標及び内容 1 教科の目標<sup>5)</sup>

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・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 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ようにする。
- (2) 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。
- (3) 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。

ラーニング・コンパスではAARサイクルを実施することにより、先行き不透明な時代においてもウェルビーイングに生きられるコンピテンシーを身につけることができると考えられている。<sup>3)</sup>

そこで本校では、松戸市がグローバル化する社会で活躍できる児童生徒の育成を目指し文部科学省の「教育課程特例校」の指定を受け実施している「言語活用科」の取り組み、そして、令和2年度からの松戸市情報教育研究指定校として取り組んできた内容に、個別最適な学びとAARサイクルの実践を加えることによって、大会主題「主体的、対話的で深い学びの実現に向けた体育学習の充実」に迫れると考え、本研究主題を設定した。

(2) 学校教育目標と研究主題との関連

## 常盤平中学校 学校教育目標

知性豊かで自主創造の精神をもった生徒の育成  
人間性豊かで協力互譲の精神をもった生徒の育成  
心身共に健康でたくましい精神をもった生徒の育成

### 目指す学校像「通うことが楽しいと思える学校」

活力のある学校  
あたたかみのある学校  
秩序があり、保護者・地域に信頼される学校

### 目指す生徒像「いきいきと心豊かにたくましい常中生」

自ら学び、考える生徒  
自ら判断し、正しく行動できる生徒  
自分の生き方を考え、選択できる生徒

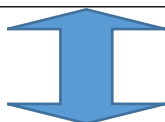


### 常盤平中学校の実態

- ・運動部活動の多くの活躍
- ・長欠生徒が年々増加傾向・体力、意欲の二極化
- ・勝敗に対してのこだわりの強い生徒の多さ(男子)
- ・自分自身が楽しむことを優先にする傾向(男子)
- ・思考力があっても表現できない生徒(女子)
- ・あいさつができる生徒が多い

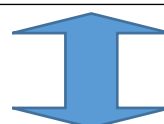
### 【学校としての取り組み】

- ・ICT 推進校(令和4年度まで)
- ・SSW の活用
- ・QU の実施、言語活用科(市内全て)
- ・教育相談
- ・多様性についての教育  
(新しい制服、男女混合名簿)



保健体育科として

### 得意な生徒も苦手な生徒も楽しいと思える授業の実践 →生涯体育の実現に向けた資質の育成



- ・自己を知り、課題を明確にする授業 ・男女共習化 ・個別最適で協働的な学びの実践
- ・ICT を活用した授業 ・新しい W-UP ・学習カードのみから映像提出へ
- ・変化や課題にすぐに対応できる AAR サイクルによる学習の実践 ・イメージアップの利活用



## 育成すべき力(研究主題)

保健体育の授業を通したウェルビーイングに繋がるコンピテンシーの育成

～AAR サイクルを用いた個別最適な学びの実践を通して～

## 2 研究の目的

保健体育の授業を通して育む、VUCA 時代を生き抜くためのコンピテンシーの育成について検討し、個別最適な学びと協働的な学びを AAR サイクルの実践を通して研究する。

## 3 研究の仮説

仮説 1 AAR サイクルを取り入れることによって、トライアンドエラーの繰り返しを生み、ウェルビーイングに繋がるコンピテンシーを育てることができるであろう。

仮説 2 個別最適な学びの実践をすることによって、一人一人が自分を知り、より主体的に自己の課題に取り組むことができるであろう。

仮説 3 協働的な学びをすることで、異なる考え方が組み合わせられ、一人一人のよい点や可能性を生かすことができるだろう。

## 4 研究の方法

### (1) 仮説を検証するための手立て

#### ① 仮説 1

- ア 学習課題の提示
- イ 学習カードの工夫
- ウ 時間を区切り、AAR サイクルの時間を意図的に設定
- エ ICT を活用した指導と評価

#### ② 仮説 2

- ア 自己の体力や課題に応じたウォーミングアップの設定
- イ 一人一人に応じた学習活動、個々のめあての設定
- ウ ICT を効果的に活用する場面の設定
- エ 誰もが楽しめるような道具、ルールの工夫

#### ③ 仮説 3

- ア 男女共習の実施
- イ 異学年間の学びの実施
- ウ 単元やねらいに応じた小グループでの活動
- エ 意見や学びを共有する場面の設定、資料の作成・掲示

### (2) 仮説を検証するための研究方法

- ① 「中学校学習指導要領解説保健体育編」をもとに学習内容を整理し、着実に実施する。
- ② 『「令和の日本型学校教育」の構築を目指して』をもとに学習内容を整理する。
- ③ 「OECD ラーニング・コンパス 2030」をもとに学習内容を整理する。
- ④ 授業実践を行う。(ICT、AAR サイクルを活用して)
- ⑤ アンケートにより効果の調査を行う。

## Ⅱ 研究の実際

### 1 仮説1について

#### (1) 学習課題の提示

令和3年度より、本校では保健体育の授業のみならず全授業で学習課題を青枠で囲い、疑問形で提示している。(資料1)

#### (2) 学習カードの工夫

学習カードに個人のめあて、反省を記入させることで、各自の課題を明確にした。また、AARサイクルを実施できるようなシートを作成し、その場で見通しを立てて振り返らせた。提出方法として学習カードを写真で撮影をして、ネットワーク上に提出させた。(資料2)

#### (3) 時間を区切り、AARサイクルの時間を意図的に設定

導入を「A」、展開を「A」、まとめを「R」として1時間の授業におけるAARサイクルの中に、細かいAARサイクルが存在し、すぐにやってみる。やりながら完成に近づくトライ&エラーを繰り返しながら、課題解決を図り、見通しを立てて、取り組むことを意識させた。(資料3)

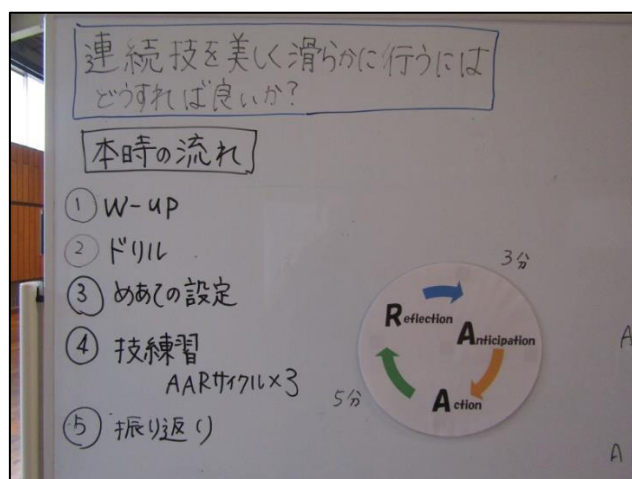
なお、マット運動では展開時においてAction5分、ReflectionとAnticipationを合わせて3分、計8分を3回転させた。(資料3)

#### (4) ICTを活用した指導と評価

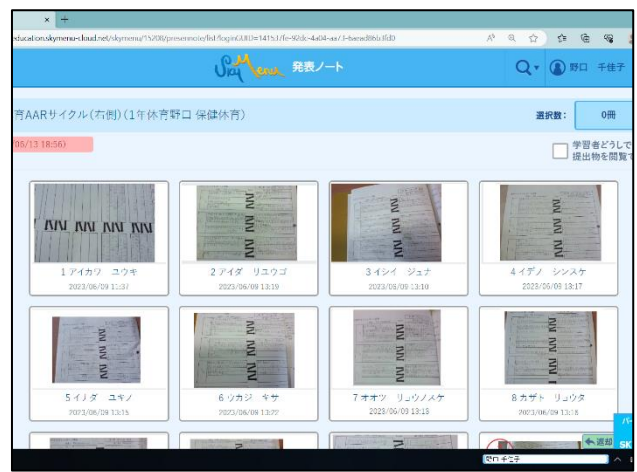
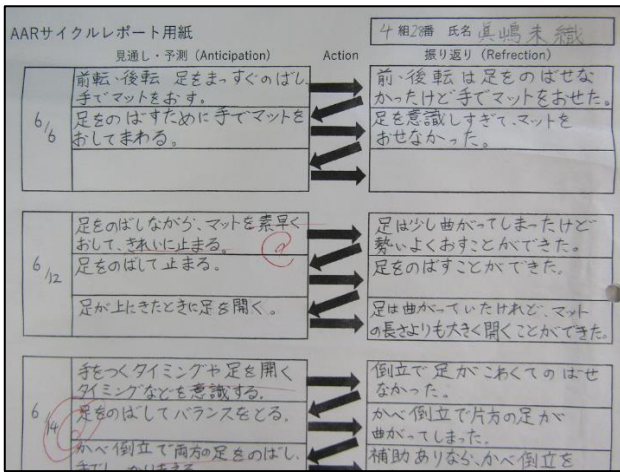
日常からの取り組みを最大限評価するために、一部種目では日頃から撮り溜めた動画を作品としてネットワーク上に提出させた。(資料4)

そして、Microsoft formsを活用して授業の振り返りを行った。ワーククラウドを作成することにより、技のポイントなどを可視化し、指導の場面で活用した。(資料5)

※ワーククラウドとはスコアが高い単語を複数選び出し、その値に応じた大きさを図示したもの。



資料1 学習課題とAARサイクル

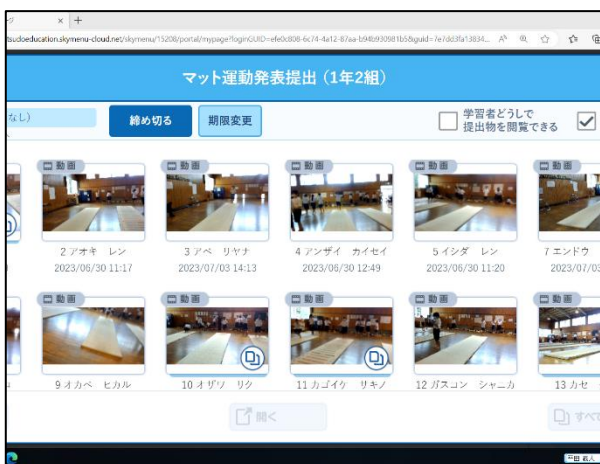


資料2 学習ノートとネットワーク上への提出と共有

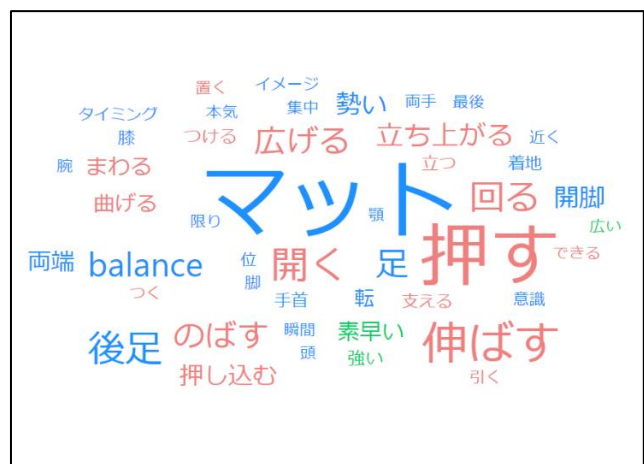
授業の展開 (マット運動を例に)

導入・見いだす	展開・広げ深める	まとめ・まとめあげる
<p><b>A</b> 自分自身の行動のねらい、目標、予想を立てる</p> <p>ウォーミングアップ</p> <p>R → A</p> <p>A ← R</p> <p>A 自分の体力や授業の展開から何が必要か考える</p> <p>A 自己に応じたペースや内容のランニングや筋トレ、ドリルを行う</p> <p>R 効果的な内容だったか確認する</p>	<p><b>A</b> 実際に技に取り組む</p> <p>課題解決学習</p> <p>R → A R → A R → A</p> <p>A ← R A ← R A ← R</p> <p>A ○○という技をやるための見通しを立てる</p> <p>A ○○を行う</p> <p>R A Aに対して振り返る</p> <p>AAR を2回～3回繰り返す</p>	<p><b>R</b> 授業を振り返る</p> <p>振り返り</p> <p>R → A</p> <p>A ← R</p> <p>A どのようにまとめあげるか考える</p> <p>A 個人としての反省をまとめる</p> <p>R 仲間、全体の反省を共有する</p>

資料3 1時間のAARサイクル



資料4 動画による作品提出



資料5 開脚前転のポイント<sup>6)</sup>

## 2 仮説2について

### (1) 自己の体力や課題に応じたウォーミングアップの設定

旧来の体育授業におけるウォーミングアップは、校庭3周、腕立て伏せ20回、腹筋20回などであった。しかし、これらは運動が得意な生徒からすると強度が低く、逆に運動が苦手な生徒からすると苦痛であり、体育が嫌いになってしまう原因でもあった。そこで、音楽が流れている間に自己の体力に応じてスピードや距離を調整したランニング、体力テストの結果を活用、分析して構築したトレーニング、単元の種目に応じた動作を設定したタバタ式トレーニングをウォーミングアップとして設定した。

### (2) 一人一人に応じた学習活動、個々のめあての設定

教師側から提示した内容を、ただ実施するのではなく、学習課題に対して、生徒自ら学習を調整、選択して、一人一人に応じた学習活動、個々のめあてを見出すようにした。個別最適な学びでは、運動能力が低い生徒、運動が苦手な生徒が疎外感を感じたり、できないという現実から、自信を無くして学習意欲が低下したりしないことが大切である。勝利や競争を求める授業の雰囲気を変えるために、単元終末のリーグ戦や試合の場面以外は、得点板を置かず試合をしたり、試合結果などには触れずに一人一人が自分のよさや可能性を認識させたりするように授業を展開した。

### (3) ICT を効果的に活用する場面の設定

プレイ中の自分の動作は、客観的に分析することは難しく、ICT が最も効果的に活用できる場面の1つである。イメージアップ動画やお手本の動画を参考にしながら、自分や仲間の動作の観察を行った。(資料6) また、バレーボールやバスケットボールの授業において、追っかけ再生を使用してスキルの分析だけではなく試合全体の分析を行った。

### (4) 誰もが楽しめるような道具、ルール工夫 (資料7)

体育の授業の阻害要因の1つが「痛い」である。そこで、球技の単元を中心に道具を工夫した。また、発達段階や体力、技能の程度、性別や障害の有無など一人一人の違いを大切にしながら、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有し、安全、安心そして居場所感などを与えられるようにルールを工夫した。ルールに関しては、教師側の指示ではなく生徒が選択をしたり、採用したりするようにした。



資料6 模範演技との比較

種 目	道具の工夫	ルールの工夫
ソフトボール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ T ボール用のゴム製のバット、ボールを使用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 競技経験者は利き手と逆で打つ</li> <li>・ 打った後、ホームベースから離れたフラフープにバットを置いてから 1 塁に進む</li> <li>・ 得点ではなくアウトの数を競う</li> <li>・ ピッチャーの投げたボールではなく、バッティングティースタンドを使用してもよい</li> </ul>
バレーボール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ スマイルバレーボールを使用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 2 打目（セッター）はボールをキャッチする</li> <li>・ ローテーションなし</li> <li>・ ポジション（セッター）を固定する</li> <li>・ サーブをコート内から打ってもよい</li> </ul>
バスケットボール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 導入でスマイルバレーボールを使用</li> <li>・ ドッジボールを使用</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ボールを奪うのはパスカットのみ</li> <li>・ リングに当たれば 1 点</li> <li>・ 3 X 3 を実施</li> <li>・ 最終ゲームのみ男女別チーム</li> </ul>

資料 7 球技の授業における道具・ルールの工夫

### 3 仮説 3 について

#### (1) 男女共習の実施

学習指導要領には「原則として男女共習で学習を行うことが求められます」<sup>7)</sup>と明記されている。令和 3 年度の中学校学習指導要領完全実施から遅れてしまったが、本校においては令和 4 年度から学年を限定して男女共習の授業を実施し、令和 5 年度からは全学年、全学級ですべての種目において男女共習で実施した。

#### (2) 異学年間の学びの実施

男女共習で授業を実施することにより、3 学年が 1 時間の時間内で揃うような時間割を設定した。(学級数と担当教員の関係で例外あり)(資料 8) これにより、一部の種目において異学年交流(以下シスター)で授業を実施した。(資料 9)

特別支援学級も 3 年生とダンスの授業で取り組みを行った。また、特別支援学級の生徒が通常級との交流で共同学習の展開を行っている。

#### (3) 単元やねらいに応じた小グループでの活動

各種目において、単元やねらいに応じたチーム、グループ編成をした。球技などのチームスポーツに関しては、体力や技能の程度、性別などの違いがある他者とチーム、グループを編成した。

また、陸上競技やマット運動などの記録に挑戦したり、技の完成度、難易度を競ったりする種目に関しては、単元の前半では、日頃から慣れ親しんだ学級の生活班などのグループで活動を行った。単元の後半からは性別関係なく習熟度ごとにグループを編成した。

そして、本校の研究テーマでもある「ICT と班活動の融合による主体的・対話的で深い学びの実現」での他教科等の実践例を参考にしながら、小グループの活動ではできる限り 3～4 人に設定した。



(4) 意見や学びを共有する場面の設定、資料の作成・掲示

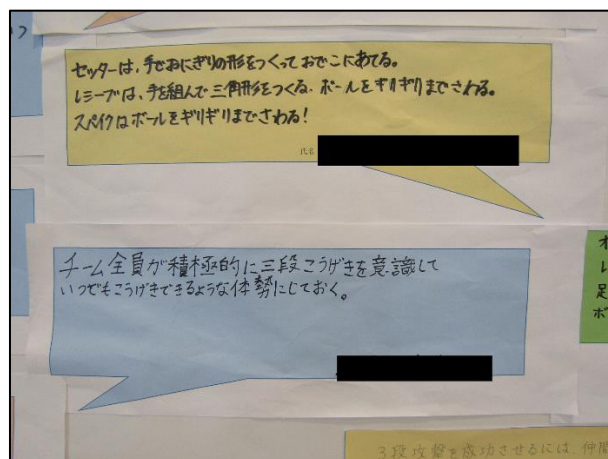
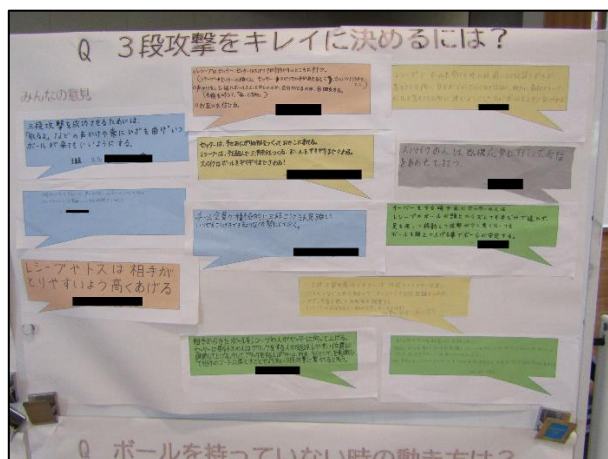
めあての確認、振り返り時に発表、仲間の意見を共有する場面を毎時間設定した。また、AAR サイクルを活用することによって、Anticipation と Reflection の場面で複数回意見を共有する時間を設定させることができ、短期間で質の高い対話の場面が見られた。さらに、グループのまとめ、振り返りを吹き出し型の紙に記入をさせ掲示した。(資料10)

時間割					
保健体育科					
	月	火	水	木	金
<b>1</b>		1の4	1の1	1の3	
	1の2	2の4	2の1	2の3	3の8
	3の2	3の4 9	3の1	3の3	9・10
<b>2</b>	1の3	1の5	1の7	1の6	1の6
	2の3	2の5	2の2	2の6	2の6
	3の3	3の5	3の7	3の6	3の6
<b>3</b>	1の4	1の2	1の5	1の2	1の1
	2の4	3の2	2の5	3の2	2の1
	3の4		3の5		3の1
<b>4</b>	1の7	1の1	1の4		1の5
	2の2	2の1	2の4	3の8	2の5
	3の7	3の1	3の4		3の5
昼 休 み					
<b>5</b>	学活	1の3			
		2の3	3の8	10	総合
		3の3			
<b>6</b>		1の6		1の7	
		2の6	道徳	2の2	総合
		3の6		3の7	

資料8 保健体育科令和5年度時間割表



資料9 異学年間での学び



資料10 学びを共有する掲示物

### Ⅲ 研究のまとめ

#### 1 成果と課題

##### (1) 仮説1について

AAR サイクルという言葉はまだ一般的ではないが、アンケートの結果、全校生徒の99%がAAR サイクルを「知っている」と回答した。AAR サイクルを活用することにより、1時間の授業の中で、この時間は考える場面（見通し）、プレイをする場面（行動）、対話の場面（振り返り）とやるべきことが明確になった。例えば、今まで「10分間試合」→「5分間ミーティング」としていた内容を、「3分間試合」→「2分間振り返り、見通し」を3セットの計15分という時間配分にした。試合時間が短く限られていることもあり、積極的にプレイする生徒が多くなった。実際に、90%がAAR サイクルを意識した授業が「できている」、「少しできている」と回答した。AAR サイクルが多く生徒に浸透して実践できていると言える。

##### ① 学習課題の提示

- 学習課題を提示することによって、生徒は、その時間に何を学ぶのかをつかむことができ、生徒の主體的な活動に繋がった。
- 学習課題を設定することによって、生徒の課題のもち方を制限してしまう恐れがあるため、学習課題の提示の仕方には課題が残る。また、プロジェクト型の学習に繋がらない。

##### ② 学習カードの工夫

- AAR サイクルを意識したレイアウトで学習カードを作成した。また、ネットワーク上に提出することによって、教師との共有だけでなく仲間とも共有をすることができた。
- 学習カードに書かれたためあてやAnticipationを授業内で全員分把握することが困難である。

##### ③ 時間を区切り、AAR サイクルの時間を意図的に設定

- 時間を設定してAAR サイクルを実施することにより、テンポよく展開することができ、メリハリが生まれ、前進し続けることができたと言える。運動量や運動機会を確保しながら、対話の時間もしっかりと設けることができた。
- 保健体育科の授業のみならず、他教科の授業、日常生活で生徒たちが意図的にAAR サイクルを実施できるように発展させることが課題である。

##### ④ ICT を活用した指導と評価

- 発表会や実技テストで上手く発表、表現できなくても本来の生徒の技能を把握することができた。また、教師側の授業や評価の改善にも繋がった。
- 校庭や屋外などネットワーク環境が整っていない場所では、一部実施ができないことがある。

##### (2) 仮説2について

ウォーミングアップを個別で設定するため以下のような方法を導入した。

- |  |
|--|
| ①体力テストの分析 → ②目標値を設定する → ③高めたい体力要素のトレーニングを調べる → ④ウォーミングアップを実践する |
|--|

タバタ式トレーニングでは、種目に応じてジャンプを増やしたり、俊敏な動きを取り入れたりと

工夫している姿も見られた。また、体育を苦手とする生徒の特徴として、苦しい、痛いという阻害要因を挙げることが多い。個別でねらいを持たせて、スモールステップで段階を追って取り組みながら、チーム編成や道具、ルールを工夫して、自己の課題に取り組むように心がけた。授業後のアンケートでは、「授業を行う前の種目のイメージに対して」3年生のソフトボールでは44%が、2年生のバレーボールでは55%が、1年生のマット運動では48%が「思っていたより楽しかった」と回答し、取り組んだ種目に対して「予想以上に満足をした」ということがわかる。(3年生54%、2年生42%、1年生35%が「思ったとおり楽しかった」と回答した。)

① 自己の体力や課題に応じたウォーミングアップの設定

- アンケートの結果、全校生徒の90%が「授業の中でウォーミングアップ（補強も含む）は自分に状況に応じて適切に行えている」と回答している。ランニングも2周している生徒もいれば、1週の生徒もいる。また、20秒間に腕立てを30回行っている生徒もいれば、15回の生徒もいる。個々の能力に応じてウォーミングアップを実施できていると言える。
- 自己の課題を適切にもたなければ、効果的なウォーミングアップにならないことになってしまう。

② 一人一人に応じた学習活動、個々のめあての設定

- 毎回の授業で「めあてを意識して授業に取り組むことができますか」という質問に対して、全校生徒の95%が「できている」、「少しできている」と回答した。また、「自分の課題に対し課題やめあてに応じた練習方法を選択したり考えたりすることができますか」という問いに対して、91%が「できている」、「少しできている」と回答した。多くの生徒がめあてを意識して、考え実践できていると言える。
- 授業内の行動観察で、努力を要する生徒に対して働きかけはできるが、一人一人のめあてを把握することが困難であり、めあてに対して努力を要する生徒への働きかけには課題が残る。

③ ICT を効果的に活用する場面の設定

- コート全体を見ることにより、球技の指導では難しい空間の活用やボールを持たない時の動きに生徒たちが主体的に触れることができた。また、89%の生徒が「撮影した動画やお手本動画が課題解決に繋がった」と回答した。
- 校庭種目などネットワーク環境や撮影環境が整わない場所での活用は困難である。

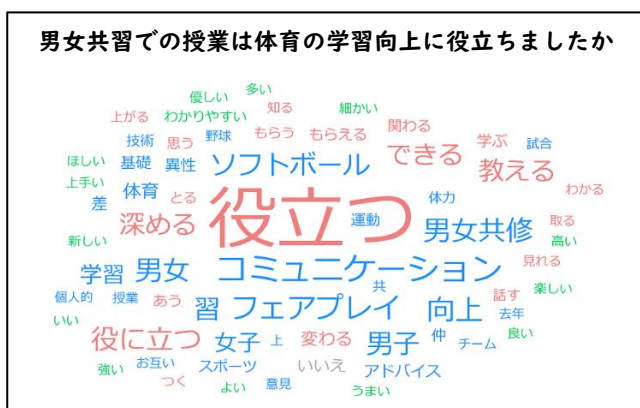
④ 誰もが楽しめるような道具、ルールの工夫

- 痛い、怖いなどの阻害要因を排除することができ、体育嫌いを少なくすることができた。また、ルールを緩和することで難易度を調整することができ、成功回数が増え達成感を味わわせることができた。
- 本来のその種目の特性や楽しさ、面白さを損なう恐れがある。

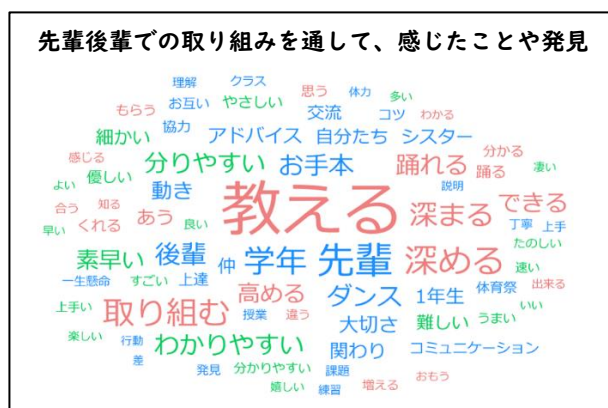
(3) 仮説3について

男女別習の授業展開時と比べて、体力差や技能差は広がったことにより、考える機会が増え、コミュニケーションを取る場面が増えた。

また、異学年間の学びに関しては、本校は行事や部活動が盛んな学校ということもあり、学年を越えた取り組みに抵抗がなく、自然と教え合いが成立している場面が見られた。体育が得意な生徒が活躍しただけでなく、自分の学年では運動が得意ではなく、グループのなかではリーダーの指示通りにしか動かなかった生徒が、下級生とグループを組むことによって、同じく運動が苦手な下級生にアドバイスを送ったり、前に立ち模範演技をしたりする姿が見られた。記述式のアンケート結果を見ても、男女共習や異学年の学びなど協働的な学びに関してもポジティブな意見が多く見られ、一人一人のよい点や可能性を生かすことができたとと言える。(資料11・12)



資料11 男女共習について<sup>6)</sup>



資料12 異学年交流について<sup>6)</sup>

### ① 男女共習の実施

○記述式のアンケートを行った結果、多くの生徒が「役立つ」「コミュニケーション」という単語を挙げていた。また、同性ではできないことや思いつかないことが男女共習によりできたり知ることができたりして、学習の向上に繋がったという意見もあった。

●安全面の確保や身体接触、思春期による男女の意識などの課題が残る。

### ② 異学年間の学びの実施

○「先輩にアドバイスをもらえた」「できるようになった」「仲間意識が高まった」など学年を超えて協力する体育祭の応援合戦などの学校行事のような感想が多く聞かれた。大きな教育効果があったと言える。

●上下関係があり、先輩に言われているだけになっていたり、先輩に言われていることに対して従っていたりするだけの生徒がいるなどの課題が残る。

### ③ 単元やねらいに応じた小グループを作り活動

○チームやグループ、バディを単元や種目に応じて、使い分けることにより、教え合う場面や競い合う場面ができた。また、男子の速い設定タイムや高度な技のグループに競技力の高い女子が入ることにより、技能の向上に繋がる活動にもなった。そして、速いタイム設定がよいという考え方ではなく、記録の伸び率等も紹介することによって、運動が苦手な生徒にも達成感を味わわせることができた。

●学級での人間関係等を配慮する必要があるとあり、教科担任が担任と連携をとることが求められる。また、チーム力に偏りが生まれることがある。

④ 意見や学びを共有する場面の設定、資料の作成・掲示

○資料を可視化することにより、チーム、学級のみならず、学年で共有することができた。また、授業の取り組みを振り返ることができた。

●チームの活動で人数が増えれば増えるほど、発言する人が限定されてしまうことがある。

2 まとめ

(1) アンケート結果より (2023年7月実施)

①保健体育の授業の中で仲間と一緒に取り組むことでできるようになった経験は増えましたか。

	思う	少し思う	あまり思わない	思わない
3年	73%	25%	1%	1%
2年	74%	21%	3%	2%
1年	56%	37%	6%	1%

②この単元(3年ソフトボール、2年バレーボール、1年マット運動)を通してその種目の楽しさに気づくことができましたか。

	できた	少しできた	あまりできなかった	できなかった
3年	81%	17%	1%	1%
2年	76%	21%	3%	0%
1年	54%	36%	7%	3%

③保健体育の授業を通して、部活動以外で友達や家族と運動をする機会は増えましたか。(昼休みの遊びや家でのストレッチ筋トレなども含みます)

	増えた	少し増えた	あまり増えてない	増えていない
3年	52%	30%	15%	3%
2年	32%	37%	23%	8%
1年	31%	40%	19%	10%

④テレビやインターネットを通じたスポーツ観戦をする機会は増えましたか。

	増えた	少し増えた	あまり増えてない	増えていない
3年	52%	31%	16%	1%
2年	35%	32%	20%	13%
1年	23%	35%	28%	14%

⑤スポーツについて調べたり聞いたりする機会は増えましたか。

	増えた	少し増えた	あまり増えてない	増えていない
3年	45%	38%	14%	3%
2年	31%	40%	17%	12%
1年	22%	37%	30%	11%

## (2) 考察

学年が上がるにつれて、「思う」や「できた」、「増えた」のパーセンテージが高くなっている。このことから、多くの生徒が3年間の保健体育の授業を通してウェルビーイングに繋がる活動ができていると考えられる。また、「見る、支える、知る」という観点からも、個に応じてスポーツに関われていることがわかる。

最後に、この研究を通して我々は調べたり、学んだりすることで試行錯誤を繰り返してきた。この取り組みや研究がゴールではなく、通過点だと思っている。これからも教師から生徒への一方的な学びではなく、生徒たちと共に学びながらウェルビーイングに繋がる活動を続けていきたい。

## 参考文献・引用

- 1) 中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保健体育編（2018年） 文部科学省 p1
- 2) 令和の日本型学校教育の構築を目指して～すべての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現～（答申）【概要】（2020年） 中央教育審議会 p1-2
- 3) OECD Education2030 プロジェクトが描く教育の未来 白井俊（2020年） ミネルヴァ書房
- 4) OECD Learning Compass2030 仮訳（2020年） OECD p3
- 5) 中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保健体育編（2018年） 文部科学省 p24
- 6) User Local AI テキストマイニング ワードクラウド <https://textmining.userlocal.jp/>
- 7) 平成29年改訂の小・中学校学習指導要領に関するQ&A〈体育, 保健体育に関すること〉（2017年） 文部科学省 p5