

保健体育(中)部会

I. 研究の概要

1. 研究主題

生きる力を育てる創造的な保健体育学習の在り方
～生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるために～

2. 研究内容

- 1 主体的・対話的な深い学びが達成できる課題解決的学習の工夫
(対話を引き出すグループ活動や言語活動など)
- 2 深い学びを引き出すための指導方法の工夫
(効果的な発問や練習方法、他領域と関連した練習方法など)
- 3 体力向上に向けた実践の交流と検証
(発達段階に合わせた補強運動、小・中学校間の連携など)

3. 主題設定の理由

石教研の基本目標にあるように主体的・創造的で人間性豊かな子どもを育てるには、生きる主体として自らをとらえ、自己の個性を創り出し、豊かな社会の形成者となる資質を身につけさせることが必要である。部会では、「体育活動を通して運動の楽しさや喜びを感じ、課題に取り組む子どもたちの育成」を目標に研究を進めてきた。

第26次研究では、新学習指導要領を見据え、保健や体育の学習を通して発見した「課題の合理的解決に向けた考え方を身につける」とともに、「他者に伝える力を養う」ことが目標になる。

新学習指導要領の教科目標に示された「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てる」を副主題に設定し、研究を充実・発展させていくことが研究主題や部会目標の達成につながると考え、上記主題を設定した。

4. 研究仮説

保健体育学習において、器械運動の特性や魅力がわかること、運動が上手にできることや仲間と楽しく活動することの楽しさや喜びを実感させることは、自ら運動にかかわりを持ち、生き生きと運動に取り組む生徒の育成につながると考えた。さらに、互いに教え学び合い、基礎・基本をしっかりと身につけさせることと効果的な練習方法や指導方法を開発・実践する（ICTの活用等）ことにより、創造的な学習活動が展開され、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てることの素養となると考え、仮説を設定した。

今年度の重点課題

- 1時間の実技授業の中で「思考させ、話し合う時間」「自己・相互評価反省の時間」、そして「運動量の確保」などのバランスをどのように構成するか
- 単元を見通した指導計画と評価計画の在り方
- 教育機器（ICTなど）の効果的な活用

5. 研究方法

1. 部会情報を発行し、共通理解を図る。
2. 研究中心市町村部会と中心校を定め、授業公開と資料提示を行う。
3. 実践記録集を編集する。
4. 部員相互の資質向上のため、実技・理論研究会を開催する。

II. 実践研究の経過と成果

1. 実践研究の経過

(1) 役員研修会における研究経過

- 5月25日(火) 第1回専門部会役員研修会及び第1回役員研修会
- 6月23日(火) 第1回事務局長研修会
- 7月3日(金) 第2回役員研修会及び第1回推進委員研修会
- 9月10日(木) 第3回役員研修会及び第2回推進委員研修会
- 11月6日(金) 理論研修会「新学習指導要領スタートに向けて、必要な知識と準備しておくこと」について

(2) 役員研修会の成果

役員研修会では、実技・理論研修会、第二次研究協議会に向けての準備などを行ってきた。

今年度は、新型コロナウイルスの感染防止のため、第二次研究協議会が中止となったが、役員と各市町村の推進委員を中心に各校での授業実践レポート集を活用した授業実践交流に取り組むこととした。また、石狩管内の生徒の体力向上に向けた取組について検討した。各市町村の推進委員からは、各校の実践についての報告もあり、役員と推進委員が協力し合いながら、保健体育部会の取組を発展させることができた。また、理論研修会へ向けての準備も、効率よく話し合いをしながら進めることができた。当日も何事もなくスムーズに進行することができた。

2. 専門部会の取組での交流

(1) 授業実践レポート集を活用した授業実践交流

①授業実践レポート(花川北中学校)

■参考レポート 西当別中学校 バレーボール指導案

■これまでの授業

1時間目・・・【課題】基本的なパスのポイントを意識してできるようになろう

- 基本的なボール操作 ⇒ ボールキャッチ、オーバーハンドパス、アンダーハンドパス
- 円陣パス
- 簡易的なルールでゲーム ⇒ サーブは下投げ、ワンバウンドあり、返球回数無制限、点数が入るごとに両チームともローテーション

2時間目・・・【課題】サーブからゲーム開始ができるようになるよう

- 基本的なボール操作 ⇒ オーバーハンドパス、アンダーハンドパス
- 円陣パス
- サービス ⇒ アンダーハンドサービス、フロッターサービス
- 簡易的なルールでゲーム ⇒ サーブはアンダーかフロッターで距離制限なし、ワンバウンドあり、返球回数無制限、点数が入るごとに両チームともローテーション

■参考授業(本時の授業)

★マークの内容が参考にさせて頂いたものです。

3時間目・・・【課題】①スパイクを打てるようになるよう

②3回以上パスをつないで、相手コートに返球する…★

○バレーボールを使ってストレッチ…★



本時に実施予定であるスパイクにもつながるよう、ボールを使い、肩甲骨周りの筋肉を伸ばす。

◆良かった点

・普段の準備体操にプラスして、自分の意志だけでなくボールの特性を生かして、より柔軟性を高めることができた。

◆今後に生かしたいこと

・各種目で使用する用具を使い、柔軟や体づくり運動をすることで、その目的だけでなく体を動かす手段も選択できる生徒が増えると感じた。

○スパイクの動作の確認

○上半身のポイントを意識して相手コートに打ち込む

○下半身の動作と組み合わせて相手コートに打ち込む

○円陣パス ⇒ **本時の課題②を確認し、自己の目標を考える。…★**

自己の目標をホワイトボードに記入し、チームで共有する。

◆良かった点

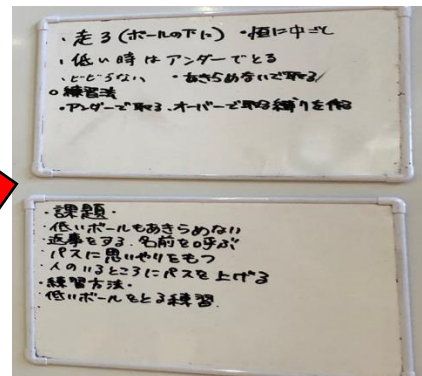
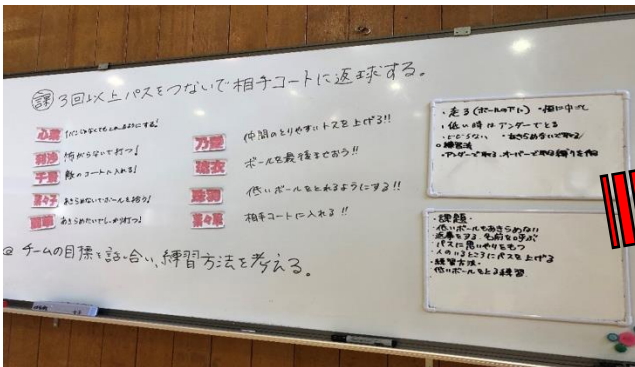
- ・はじめに目標を設定することで、各自が意識して練習に励む様子が見られた。
- ・自己の目標をホワイトボードに記入しチームで共有したことで、練習中に声をかけ合い、指摘し合う様子が見られた。

○チームで ①「パスをつなぐために自分のチームに必要なことは何か ②「そのためにどんな練習が必要か」を話し合う…★



◆生徒の様子

- ・意欲的に話し合いを行う生徒が多かった。
- ・個人の技術の差にも配慮して、アドバイスをする生徒も見られた。
- ・これまで、練習してきた基本的な技術のポイントを振り返り、復習しながら再度確認をしていた。



○自分たちで考えた練習を実践する

○ゲーム ⇒ **3回以上パスをつないで相手コートに返球したら2点にする…★**

その他のルールは前時と同様

○振り返り ⇒ 感想を発表する

■授業を終えて

普段の体育の授業では、体を動かす時間を重視しがちでした。しかし、今回のように自己の課題やチームの課題を話し合い、自分たちで目標達成のための手段を考える時間をつくることで、生徒の運動だけでは見取ることのできなかつた、どの程度知識を身につけたかがわかり、生徒の意欲も感じることができた。来年度からは、新学習指導要領を踏まえた授業が求められます。「知識・技能」「思考・判断・表現」「学びに向かう力・人間性」を高められる指導をするためには、重視することが片寄ってしまわないよう、多様な授業方法が必要だと思います。様々な場面や角度から生徒を見て、指導していけるよう今後も研究を続けていきたいと思います。

②授業実践レポート（花川南中学校～新学習指導要領に合わせた評価を意識して～）

■参考レポート 西当別中学校 バレーボール指導案

(1) 評価の観点

これまでの4観点から、「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」の3観点への変更。それぞれの観点で評価をすべきこと

「知識・技能」… 技能テスト（領域ごと） ・ 定期テスト

今のところ 技能テスト6割・定期テスト4割で観点別評価を出そうと考えています。

「思考・判断・表現」… 各領域終了時にレポート ・ 授業中で記入したプリント ・ 授業での様子

例～1 「仲間の課題や出来栄を伝える」：領域終了時のレポートで、技能テストの様子から仲間のよさや改善点をレポートにまとめさせて、評価を行う。

2 「自己の課題に応じて、動きの習得に適した練習方法を選ぶ」：授業時に、グループや個人で、より技能が向上するような練習を考え行うことができているか、また話し合い活動の中で自分の考えを伝えられているか、を評価していく。

3 「仲間とともに楽しむための練習や競争を行う方法を見つけ、仲間に伝えている」：授業でのグループ活動の様子などで評価。国立教育政策研究所から発行されている学習評価に関する参考資料でも毎時間評価をしなくてもよいとなっているので、何時間か重点的に評価を行う時間を設定し、評価する。

「主体的に学習に取り組む態度」… 授業の様子

「学習に積極的（3年生：自主的）に取り組む」・「協力する場面で、自分の分担した役割を果たす」・「健康・安全に留意（3年生：確保）する」といった項目で指導を行うとなっているので、授業での様子を見ながら、時間ごと評価する項目を設定し（例：2時間目のシュート練習の時間は「積極的に取り組む」を評価する時間にするといった具合に）、それぞれの項目を少しずつ評価してまとめていく。

※ これまでの授業での評価と大きく異なるのは、「主体的な態度」の評価する内容と「思考・判断・表現」の仲間に考えを伝える部分かと思えます。主体的な態度については、教員側の生徒の見方を変えることで何とかなりそうです。ただ、「仲間に考えを伝える」という部分は、授業で生徒の様子を見て判断しなければなりません。とはいえ30人以上いる生徒がそれぞれの少人数のグループで話し合っていることを全て聞いて評価を行うことはほぼ不可能です。そこで、話し合った内容やそれぞれの個人が伝えた内容をどうやって記録化していくかがポイントになりそうです。そこで、本題のプリントづくりが重要となります。

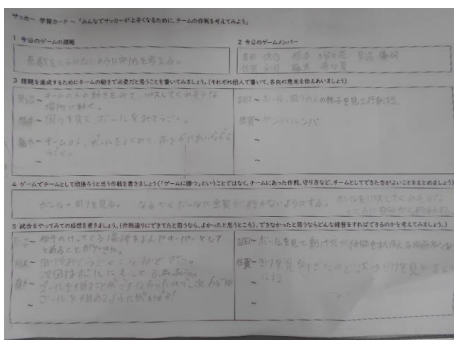
・サッカーの授業の流れ

授業の最初にデイリートレーニングで基本技能の習得を目指し（結果的にトレーニングのおかげで上手になりました）

- 1 最初の時間にゲームを行い、全体のゲームでの課題を次の時間に練習する。
- 2 教員側から課題を提示し、課題が達成できるような練習を自分たちで考えて行い、次の時間のゲームで達成できたかの二点について判断する。どちらかのパターンにあてはまるように、授業を展開する。

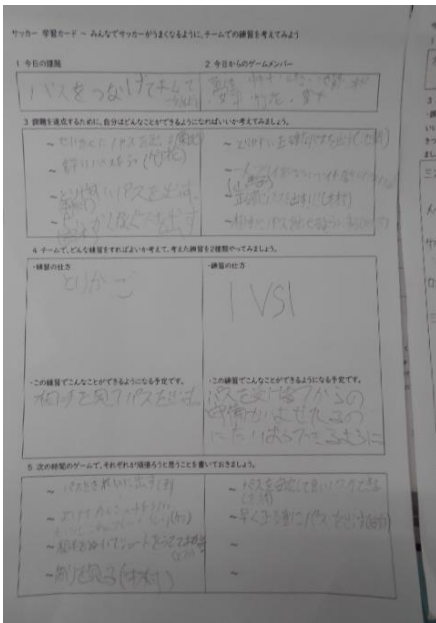
・授業づくり

(1) 初回のゲームでは、点数を取った・取られたことに固執して、互いに守備の意識もなくゲームを行っていたので、「点数を取られないように守り方を考える」という課題を設定し、必要な課題を考えさせた。



単元の1時間目には、「課題を達成するために必要なチームの動き」を考えさせた。結果として

- ・マークにつく動きを改善する → 3対2の練習
 - ・パスカットされて、点数をとらえているので正しくパスを出せるように練習する。 → 短い距離でのパス練習等の練習をした。
- ① チームの動きで必要なことを理解している。
 - ② 課題が達成できなかった時の更なる改善点をまとめている。上記二点が達成できていればA評価としました



3時間目には、

(今回は来年に向けた実験という話を生徒にし、毎時間記入するプリントを変更しながら授業を行いました。)

「パスを回して、ゲームができるようにしよう」と課題を設定し、

→ 練習をすることで、どんなことができるようになりたいかを考えさせました。

- ・中盤でボールを回すために → 4対2 のボール回し

- ・ゴール前でのシュートシーンを意識して

→ ロングパスの練習 と 壁パスからのシュート練習など、工夫して練習を行うようになってきました。

① 課題を達成するために必要なことが正しく考えられている

② チームの練習に必要なことを考えて書きこんでいる (=伝える)

上記二点が達成されていればA評価としました。

5. 感想

生徒たちも慣れていない分、最初の数時間は、なかなかうまく動けないグループもあったものの徐々に自分たちで考えて、工夫する様子が見られた。「思考力・判断力」のうち「仲間に伝える」を、どうやって教員が見取るか (=書かせる? =様子をうかがう?) が、評価を行うときのポイントになると思います。今回は、プリントに書かせて、考えたことを見取るようにしましたが、今後も研修を深めて、来年度に向けた準備をしていこうと思います。

③ 授業実践レポート集を活用した授業実践の感想

■参考レポート 大森中学校 「器械運動」

- ・前方倒立回転跳びの練習を授業実践として扱った。床を見ながら手を遠くに着く第1振り上げ足の反動をつけるためのアドバイスとして効果を感じました。その時に「顎を上げて」というワードは生徒も意識しやすく、肘を伸ばす意識にもつながった。
- ・スモールステップで少しずつ恐怖心を取り除きながら、なおかつひとつずつ意識するポイントを加えていくことで、技能の習得がしやすかった。ゴムを使用することで、言葉でだけでは意識できない生徒もゴムを跳び越えようと強く踏み切る動作につながっていた。

■参考レポート 恵み野中学校 「走り幅跳びの空中動作の習得」

- ・ロイター板で踏み切ることで滞空時間が長くなるので、余裕を持って動作の練習になった。踏切動作での「マリオのような姿勢」は生徒もイメージしやすかったと思う。ロイター板を外すと空中動作をすることに気持ちが行き過ぎて、踏切が弱くなる傾向がみられた。板のロイター板 (弾まないタイプ) を使うなどをして踏切の感覚を失わないように工夫が必要かもしれない。

④ 授業実践レポート集を活用した授業実践交流での成果

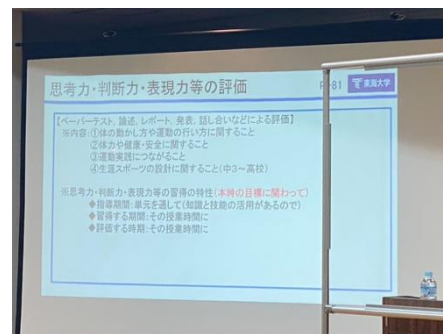
今回新型コロナウイルスの影響により例年通りの研究計画を推進することが出来なかった。そこで今年度は、第二次研究協議会で行っている授業実践交流を、各校の実態に応じて授業者がレポート集を活用して授業を実践する形に取り組んだ。部会の先生方が普段取り組んでいる効率の良い運動効果や補強運動、体力向上に向けた工夫などを交流・共有することができた。今後の授業改善に効果が見られたと考える。また、完全実施となる新学習指導要領を意識し、授業実践を工夫した内容で単元を進めた学校もあり、次年度に向けた準備としても有効にレポート集を活用することができた。

Ⅲ. 実技・理論研修会

1. 理論研修会の趣旨と内容

今年度は、来年度全面実施となる新学習指導要領に向け、東海大学札幌キャンパスの高橋正年氏を講師としてお招きし、「新学習指導要領スタートに向けて～必要な知識と準備しておくべきことを確認～」と題し講演して頂いた。

高橋氏からは全教科統一となった「観点の変遷」や「保健体育科に関する変更点」、「評価の在り方について」などを中心に説明を頂いた。



2. 理論研修会の成果

高橋氏より「1時間の授業の中で資質・能力は、互いに関連して育成する」との考え方から、1時間の授業で身につけさせたい資質・能力を3つの観点を全て設定した授業実践を行うことや、未履修をなくすために今現在で注意しないといけない単元の確認、日常で3つ観点を評価するためのポイントなど、現行の学習指導要領からの変更点について要点を絞って説明して頂いた。それにより、次年度に向けて準備する内容が明確化された有意義な研修となった。参加者一人一人が今回学んだことを実践し、一人でも多くの会員に伝達していくことで生徒の健やかな成長に繋がっていくことが期待できる。

V. 部会研究の成果と課題

今年度は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、第二次研究協議会の中止など、第26次研究の内容を深めることが満足にできない1年となった。さらに各校においては、感染予防を徹底した中での授業づくりなど、生徒に身につけさせたい力を例年とは違う授業の形で指導するなど工夫が求められることとなった。そんな情勢の中、レポート集を活用し、各校の環境や生徒実態に応じて授業実践に取り組む形で行った交流は、実際に授業者がレポート集の実践を参考に授業づくりをすることで、保健体育指導の知見を広げ、新しい指導方法を手にする手立てになったと考えられる。さらに新学習指導要領に向けた授業展開や資料の作成などレポート集を活かし、アレンジを加える工夫が見られた報告もあり、改めてレポート集の有効性が見られた。今後も全会員の協力を得ながら各領域の指導実践例や参考資料を増やし、生徒が生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるために有効な手立てを発信できるようにしたい。

また、役員と各市町村の推進委員を中心に石狩管内の体力向上の実践交流により、石狩管内各市町村で取組の現状を把握することが出来た。各校のレポート交流や日頃の実践交流により、どの学校も現状を踏まえた体力向上の取組がされているという確認が出来た。

第27次研究では、研究内容を精選し、来年度より全面実施される新学習指導要領の下、新しい授業展開や1時間の授業実践などにさらに工夫を凝らし、深められるように部会員の力を借りながら研修を重ねていきたい。

最後に、各市町村の推進委員をはじめ、レポート実践にご尽力いただいた会員の皆様に敬意を表すとともに、次年度の研究がさらに充実・発展し、会員の諸氏が日常実践に励まれることを期待し、まとめとする。

(文責 佐々木 智章)