

中学校

平成7年度

# 教育研究員研究報告書

保健体育

東京都教育委員会

平成7年度

教育研究員名簿（保健体育）

分科会名	区市町村名	学 校 名	氏 名
I 陸 上 競 技	世 田 谷	松 沢 中 学 校	高 橋 三 郎
	北	飛 鳥 中 学 校	☆ 中 島 健 治
	武 蔵 野	第 五 中 学 校	山 崎 雅 司
	小 金 井	小 金 井 第 一 中 学 校	愛 川 睦
	稲 城	稲 城 第 一 中 学 校	山 崎 要
II 球 技	台 東	上 野 中 学 校	浜 田 史 朗
	江 東	深 川 第 五 中 学 校	小 野 和 之
	荒 川	原 中 学 校	田 中 利 幸
	江 戸 川	篠 崎 第 二 中 学 校	柴 崎 栄
	保 谷	保 谷 中 学 校	○☆ 大 家 達 生
	檜 原	檜 原 中 学 校	飯 室 治 夫
III 保 健	新 宿	牛 込 第 二 中 学 校	和 田 祐 一 郎
	中 野	第 七 中 学 校	片 西 和 美
	豊 島	大 塚 中 学 校	☆ 井 上 和 彦
	板 橋	板 橋 第 五 中 学 校	◎ 豊 岡 弘 敏
	町 田	武 蔵 岡 中 学 校	橋 本 顕 嗣

◎ 世話人    ○ 副世話人    ☆ 班長

担当 教育庁体育部体育健康指導課指導主事 山 村 幸太郎

教育庁体育部体育健康指導課指導主事 伊 藤 清一郎

# 目 次

I	主題設定の理由	2
II	研究のねらいと仮説	3
III	研究の方法	3
IV	研究の全体構想図	4
V	研究の内容	5
1	陸上競技	5
(1)	意識調査の結果と分析	5
(2)	特性	6
(3)	学習過程の工夫	6
(4)	課題のもたせ方、解決の工夫	6
(5)	第2学年「陸上競技」学習計画	7
(6)	実証授業指導案	8
(7)	資料	9
(8)	本時の成果と課題	10
2	球技	11
(1)	意識調査の結果と分析、考察	11
(2)	特性	12
(3)	学習計画作成における基本的な考え方	12
(4)	学習過程の工夫	12
(5)	課題のもたせ方、解決の工夫	12
(6)	第2学年「球技」単元学習計画	13
(7)	実証授業指導案	14
(8)	資料	16
(9)	研究の成果と課題	17
3	保健	18
(1)	意識調査の結果と分析、考察	18
(2)	特性	19
(3)	学習過程の工夫	19
(4)	学習指導の工夫	19
(5)	第2学年「健康と環境」単元学習計画	20
(6)	実証授業指導案	21
(7)	資料	22
(8)	研究の成果と課題	23
VI	まとめと今後の課題	24

## I 主題設定の理由

21世紀に生きる生徒たちは、国際化や情報化の進展、科学技術の発展、高齢社会及び少子社会の到来、価値観の多様化など、社会の大きな変化に直面している。その中で、学校教育の在り方も問われており、その役割の見直しとともに教育内容や方法の改善・充実が求められている。

人生80年時代と言われるようになった今日、生涯にわたって学び続けることが益々重要となり、この激しく変化する社会にあって、自分を生かす学習によって自己実現が図れるとするならば、それ自体が生きがいにつながっていくと考えられる。

そこで、現在、学校教育においては、獲得した知識や技術の量を重視する教育から、学ぼうとする力や学ぶ力を重視する教育への転換が図られている。もちろん、一斉指導を中心に展開されてきた今までの教育は、国民の教育水準の向上や学習効率といった面からは大きな役割を果たしてきた。しかし、現在は、著しい社会の変化や新たな課題に対して、人生のその時々々に適切に対応し、生涯にわたって主体的に生きていくための力を身に付けることが強く求められている。

中学校保健体育の学習においては、生涯体育・スポーツの基礎を培う観点から、生徒一人一人が運動の基礎的・基本的な内容を身につけ、学習の過程において各人の個性や能力を伸ばし、主体的に学習する意欲や態度を育成することが重要である。

そのための取り組みは、授業において生徒が自ら課題を見つけたり選択したりして、それを解決する学習を展開することで自己教育力の育成を図ることが大切である。この自己教育力の育成こそが「新しい学力観」に立った教育の目標であると考えられる。

こうした考えから、①学習の主体は生徒である、②たくましく生きる生徒を育成する、③一人一人の生徒の興味・関心を大切にする、などを常に念頭におき「生徒一人一人が個性を生かし、主体的に学習する授業の工夫」を研究主題として設定した。

## Ⅱ 研究のねらいと仮説

### 1 研究のねらい

生徒一人一人が自己の興味・関心・能力に応じて主体的に学習する力を身に付けるため、学習内容の選択や学習課題の設定を生徒自身が行う授業を創造する。

### 2 研究の仮説

- (1) 生徒自らが学習内容の選択や学習課題を設定することは、学習に対する内発的動機付けになり、意欲的に学習に取り組むことになる。
- (2) 適切な学習情報の提供や、より個が生きる学習形態の工夫をするなどの教師の支援は、生徒の学ぶ意欲を一層高める。

## Ⅲ 研究の方法

1 「陸上競技」「球技」「保健」の3分科会を設定し、研究を進めた。

2 それぞれの領域で、生徒を対象に意識調査を行い、生徒の興味・関心・意欲について集計・分析・考察を行った。

3 各分科会では、生徒に種目（内容）選択を行わせ、男女共習、チームティーチングの実践も通してその研究を進めた。対象学年は第2学年とした。

- ① 「陸上競技」では生徒の意識調査を参考に、また、学校の実態からリレー、長距離走、走り幅跳びを開設し、生徒に1種目を選択させた。学習のはじめの段階で、自己の興味・関心や能力に適した課題を見つけさせ、さらに、具体的な活動例をもとに学習計画を立てさせ、男女共習で授業を展開した。

また、オリエンテーション、チームティーチング、学習資料、視聴覚機器の活用等の工夫をした。

- ② 「球技」では意識調査を参考に、バスケットボール・サッカー・バレーボールを開設し生徒に1種目を選択させた。学習の途中「なか」の段階では、個人の能力と特性に応じて学習グループ（3段階）を選択させ、それをもとに各グループのリーダーを中心に学習計画を立てさせ、男女共習の習熟度別学習を展開した。

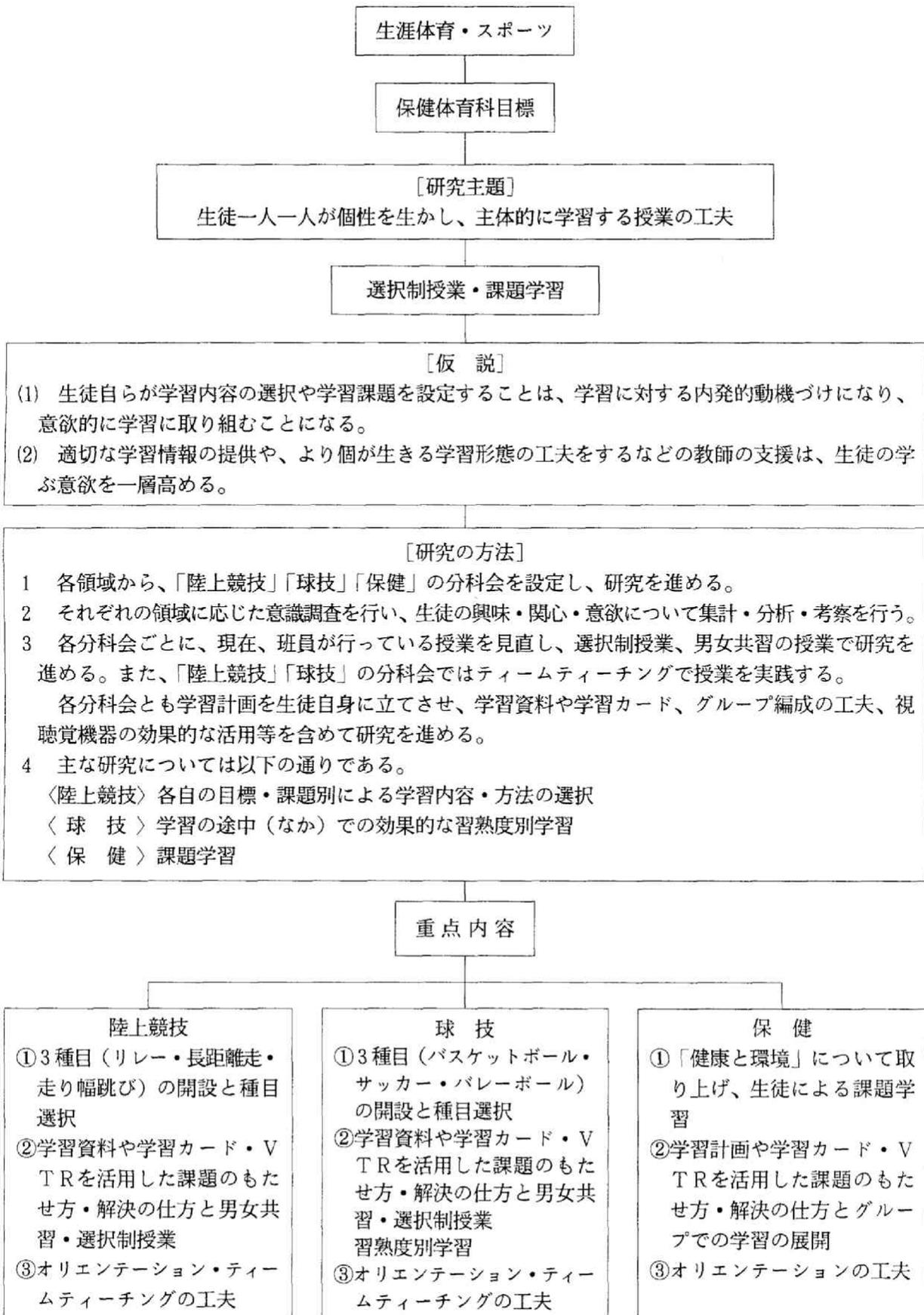
また、オリエンテーション、チームティーチング、学習資料、視聴覚機器の活用等の工夫をした。

- ③ 「保健」では意識調査を参考に、第2学年で学習する「健康と環境」を取り上げた。オリエンテーションで生徒が持っている科学的でない概念を崩す発問や簡単な実験を行い、動機付けを行った。

次に、各自に「健康と環境」の領域の中から調査や研究、そして発表してみたい課題を決めさせ、同じ課題を選んだ生徒を集めグループを作らせた。学習過程の工夫としては、生徒が主体的に学習計画を立て、その計画に沿って調査、研究し、発表する授業を展開した。

また、オリエンテーション、学習資料、視聴覚機器の活用等の工夫をした。

## IV 研究の全体構想図



# V 研究の内容

## 1 陸上競技

### (1) 意識調査の結果と分析

#### ① 意識調査について

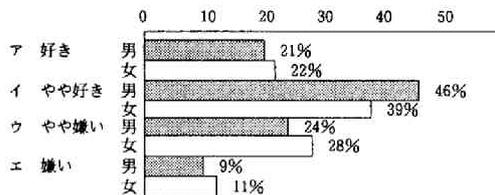
ア 目的 生徒の陸上競技に対する興味・関心・意欲を把握し、選択制授業の展開を考え、主体的に学習する能力を高めるための指導の参考とする。

イ 時期 平成7年7月

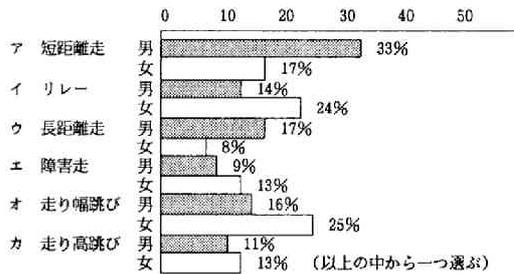
ウ 対象 研究員所属校第2学年男女213名

#### ② 結果（数値は全てパーセント）

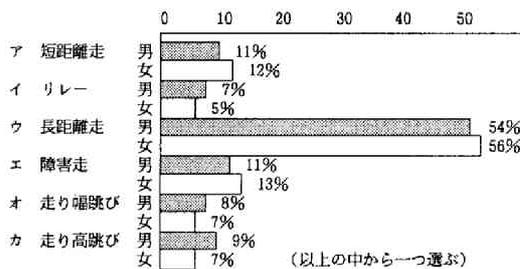
問1 あなたは、体育の陸上競技が好きですか。



問2 あなたは、体育の陸上競技の種目の中で、どの種目が一番好きですか。

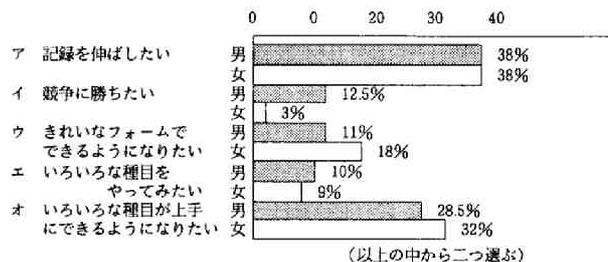


問3 あなたは、体育の陸上競技の種目の中で、どの種目が一番嫌いですか。



問4 あなたが、体育の陸上競技の各種目の中で学習したいことは何ですか。

次の項目から必ず二つ選んで答えて下さい。



### ③ 分析

ア 問1では、体育の陸上競技が好きな生徒が6割おり、嫌いな生徒が3割という結果がでている。女子の方が、嫌いな傾向が見られる。

イ 問2では、男子で短距離走が一番好きと答えた生徒が3割を越えている。女子は、走り幅跳びとリレーが一番好きと答えた生徒を合わせると約5割となっており、男子と女子では、好きな種目に違いがある。

ウ 問3では、長距離走が嫌いだと答えている生徒が圧倒的に多く男女とも5割を越えている。長距離走を含め、全種目にわたって男女による差はほとんどない。

エ 問4では、記録を伸ばすこと、及び上手にできるようになることを学習したいと答えた生徒が多い。

### (2) 特性

#### ① 一般的特性

ア 陸上競技は、走る・跳ぶ・投げるといった人間の運動の基本をなすものを中心として、速さと距離と高さを競い合う運動である。

イ 陸上競技の学習は、結果が数値（記録）として表れるので、生徒が「自己に合った目標や課題」を設定しやすい。

ウ 種目と関連の深い体力の向上を図れる。

#### ② 生徒から見た特性

ア 相手と競争したり、記録測定を行うことにより、自己の能力とその進歩を確認することができる。

イ 個人の体力や能力に応じて記録に挑戦し、それを向上させるところに楽しさや喜びを味わえる運動である。

ウ 自己の体力の諸要素を駆使し、全力を尽くして競い合うことが楽しい運動である。

### (3) 学習過程の工夫

① 自己の興味・関心及び能力や適性等にあった種目を選択できるようにする。

② 自己の能力や適性等を生かし、目標や課題の設定を行い、課題別のグループを編成し、その課題解決のための学習計画を立てるようにする。

③ 学習の見通し・進め方の確認のためのオリエンテーションを重視する。また、確認のための時間をとり、新たな課題発見・学習計画立案のための活動を行う。

### (4) 課題のもたせ方、解決の工夫

① 学習のポイントや、学習内容・練習例の記載された学習資料を活用することによって、生徒一人一人が主体的に学習計画を立てるようにする。

② 学習カードを活用し、自己評価・相互評価によって自己の課題達成状況を確認し、毎時間の活動状況によって課題の修正や新たな課題を設定するなどのフィードバックを行う。

③ ティームティーチングにより、課題の発見や解決のための適切な支援を行う。

(5) 第2学年 陸上競技学習計画（15時間扱い）

- ・学習のねらい
  - ①陸上競技の特性を理解し、自己の興味・関心や能力に適した目標を設定し、その達成をめざした課題を発見し設定できるようにする。
  - ②課題を解決するための学習内容・方法を設定し、学習計画を立てる。
- ・学習方法
  - ①種目選択（リレー・長距離走・走り幅跳びから選択。3限～8限は、3種目より1種目選択、9限～14限は、残りの2種目より1種目選択する。）種目ごとに目標別のグループを編成し、個人の目標達成および学習計画をたて協力して学習を行う。
  - ②男女共習で行う。
  - ③T T方式を取り入れる。
- ・学習計画

		学 習 内 容 ・ 学 習 活 動	教師の働きかけ
は じ め	1	オリエンテーション1 各種目の一般的特性を知る。 学習の見通し、学習のすすめ方について確認する。 種目選択（課題別のグループでの話し合い・役割分担・約束事項確認） 学習資料・学習カード・V T R機器の使用・活用について確認する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・種目の特性について理解する。</li> <li>・学習形態・方法について理解させる。</li> <li>・自己課題とグループの具体的課題が明確であるか確認し、助言する。</li> <li>・学習資料・機器の使用について理解させる。</li> </ul>
	2	参考記録の測定 自己の能力を知るための選択種目の参考記録をとる。 学習課題を設定する。（学習資料をもとに課題と取り組みを設定する。） 目標別のグループを編成する。 目標別学習例（走り幅跳び）……P.9参照	<ul style="list-style-type: none"> <li>・取り組みが能率的にできているか助言する。</li> <li>・自己課題とグループの取り組みが明確であるか確認し・助言する。</li> <li>・測定方法について助言する。</li> <li>・毎時間の課題のもち方、学習内容を確認する。</li> <li>・学習資料と学習カードの記入の仕方について助言する。</li> </ul>
な	3	オリエンテーション2（種目1についてのオリエンテーション） 自己の能力・適性に合わせた課題解決のための取り組みを確認する。 自己の課題設定の確認 学習資料・学習カードを利用し学習に取り組む。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎時間の学習計画・内容・課題設定をチェックし助言する。</li> <li>・課題解決のための適切な活動が行われているか確認し、助言・支援する。</li> </ul>
	4	学習の展開方法例（走り幅跳び）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ内で協力しあい、能率的な活動が行われているか確認し、相互に評価しあうよう助言する。</li> </ul>
	5	学 習 内 容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・反り跳び（ロイター板を使う）</li> <li>・助走距離をみつめる</li> <li>・反り跳び（立ち幅跳び）</li> <li>・踏み切り線に足を合わせる</li> <li>・助走をつけて反り跳びをする。</li> <li>・助走の歩数をあわせ、スピードにのる</li> <li>・助走をつけて反り跳びをする</li> <li>・記録の測定</li> <li>・空中フォーム、助走のチェック</li> </ul>
	6	学 習 方 法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・踏み切っていちばん高い位置で体を反る</li> <li>・20mの距離で始め最速距離をみつめる</li> <li>・腕の振りを使う</li> <li>・踏み切り板から走る</li> <li>・スタートの足を要える</li> <li>・短い距離から始め、距離を伸ばす</li> <li>・マークの位置を確認する</li> <li>・自分の助走距離に合わせるように練習する</li> <li>・空中フォームをスムーズにする</li> <li>・グループ内で確認する</li> <li>・役割分担をし計測する</li> </ul>
	7	8	
9	オリエンテーション3（種目2についてのオリエンテーション） 種目1の課題達成状況を確認する。（自己評価・相互評価） 課題達成の反省と学習計画を反省し、種目2の学習課題と学習計画をたてる 選択種目2のグループ分け。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・選択種目1の取り組みについて具体的に反省しているか確認し助言する。</li> <li>・選択種目2について課題の設定を助言する。</li> <li>・学習資料・学習カードを効果的に利用しているか確認する。</li> <li>・V T R機器の使用により自己の技能の確認をT Tで支援する。</li> </ul>	
か	10	学習の展開方法例（長距離走）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・3限～8限までの留意点と同じ</li> </ul>
	11	学 習 内 容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・きれいなフォームで走る</li> <li>・自分に合う走り方をみつめる</li> <li>・インターバル走に取り組んでみる</li> <li>・自分に合う走り方をみつめる</li> <li>・インターバル走に取り組んでみる</li> <li>・今までに学習したことを確認して走る</li> <li>・記録の測定</li> </ul>
	12	学 習 方 法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・腕を大きく振る</li> <li>・腰の位置を高く保つ</li> <li>・前半はゆっくりの走法で、後半は早く走る</li> <li>・1周のペースを守る</li> <li>・1周のタイムを決めインターバルを6周行う</li> <li>・腕の振り、腰の位置を確認し1000mを走る</li> <li>・グループ内で確認する</li> <li>・役割分担をし計測する</li> </ul>
	13	14	
ま と め	15	記録の測定 記録会の企画・立案・実施 ルールの確認（計測方法の実施） 参考記録との比較（自己評価・相互評価） 授業に関する取り組みについて発表する。 選択種目の課題が解決されたか確認する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今までの取り組みが活かされているか助言・支援する。</li> <li>・計測の方法が正確に行われているか、確認・助言する。</li> <li>・参考記録と比較し、自己評価・相互評価をする。</li> <li>・次の単元にかされるように、課題解決に関する助言をする。</li> </ul>

(6) 実証授業指導案（第2学年 15時間中5時間目）

- ・本時のねらい
  - ①各自で選択した種目の課題解決に努める。
  - ②各自・各グループで立てた学習計画に従い、意欲的に活動できるようにする。
  - ③器具の設置・学習環境の安全に留意し、お互いに協力しながら学習を進める。
  - ④学習資料・学習カードやVTR機器を利用しながら学習を進める。
- ・学習方法
  - ①リレー・長距離走・走り幅跳びから1種目選択し、男女共習・TT方式とする。
  - ②同じ目標のグループで各自の課題解決にあたる。
- ・学習の展開（15時間中の5時間目）

時	学 習 内 容 ・ 学 習 活 動	教師の働きかけ												
導 入 5分	集合・整列・あいさつ・出席確認（健康チェック） 本時の学習内容の説明・グループ・個人の課題確認 用具の準備・確認	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出席確認をし、健康状態を確認する。</li> <li>・学習内容が的確に把握できているか確認する。</li> <li>・本時の内容を的確に伝える。</li> <li>・全員で協力しあって準備しているか確認する。</li> <li>・見学者への活動参加の助言をする。</li> </ul>												
展	<p>リレー・長距離走・走り幅跳びの3種目より1種目選択し、男女共習で実施する。</p> <p>各種目のグループの課題を確認し内容を理解して学習に入る。 各種目ごとに協力しあい用具を用意し、安全に留意して学習する。 各種目ごとにわかれ、学習計画をもとに、課題解決の学習に取り組む。 各種目・グループごとに分かれ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・準備運動（5分）（グループごと）</li> <li>・主 運 動（30分）（個人の課題解決）</li> <li>・整理運動（5分）（グループごと）</li> </ul> <p>の時間配分の中で自己の学習活動に取り組む。</p> <p>目標別学習例（長距離走）……P.9 参照。</p> <p>学習の展開方法例</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%;">学 習 内 容</td> <td style="width: 15%;">・きれいなフォームで走る。</td> <td style="width: 15%;">・自分に合う走り方をみつける。 ・ペースを見つめる。</td> <td style="width: 15%;">・自分に合う走り方をみつける。 ・ペースを見つめる。</td> <td style="width: 15%;">・目標タイムを決めて走る。</td> <td style="width: 15%;">・記録の測定</td> </tr> <tr> <td>学 習 方 法</td> <td>・腕を大きく振る。 ・腰の位置に注意して走る。</td> <td>・前半はゆっくり走り後半は速く走る。 ・1周のペースを守り走る。</td> <td>・1周のタイムを決めインターバルを6周行う。</td> <td>・今までの活動を確 認して、1000mを 走る。</td> <td>・グループ内で確認 する。 ・役割分担をして、 計測する。</td> </tr> </table>	学 習 内 容	・きれいなフォームで走る。	・自分に合う走り方をみつける。 ・ペースを見つめる。	・自分に合う走り方をみつける。 ・ペースを見つめる。	・目標タイムを決めて走る。	・記録の測定	学 習 方 法	・腕を大きく振る。 ・腰の位置に注意して走る。	・前半はゆっくり走り後半は速く走る。 ・1周のペースを守り走る。	・1周のタイムを決めインターバルを6周行う。	・今までの活動を確 認して、1000mを 走る。	・グループ内で確認 する。 ・役割分担をして、 計測する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生徒全体の動きを掌握し、指導にあたる。</li> <li>・個人・グループの学習課題を確認し、助言・支援にあたる。</li> <li>・意欲的に取り組んでいるか確認し、助言・支援にあたる。</li> <li>・VTR機器を利用し、技能について助言・支援する。</li> <li>・TT方式を利用して出来るだけ多くの生徒が課題解決が出来るように助言・支援する。</li> <li>・活動中の生徒の体調・安全面を確認し、助言・支援にあたる。</li> </ul>
学 習 内 容	・きれいなフォームで走る。	・自分に合う走り方をみつける。 ・ペースを見つめる。	・自分に合う走り方をみつける。 ・ペースを見つめる。	・目標タイムを決めて走る。	・記録の測定									
学 習 方 法	・腕を大きく振る。 ・腰の位置に注意して走る。	・前半はゆっくり走り後半は速く走る。 ・1周のペースを守り走る。	・1周のタイムを決めインターバルを6周行う。	・今までの活動を確 認して、1000mを 走る。	・グループ内で確認 する。 ・役割分担をして、 計測する。									
開 40分	<p>具体的学習例（長距離走）</p> <p>準備運動（5分）（グループごと）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・トラック——柔軟体操・ストレッチ体操・各部の補強運動</li> </ul> <p>主 運 動（30分）（個人の課題解決）</p> <p>[課題、ペースを見付ける。]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・1周36秒のタイムを設定し、インターバルを行う。</li> <li>・1周36秒のタイム設定が苦しい場合は、タイムを設定しなおす。</li> <li>・腕を大きく振る。</li> <li>・腰の上下動が少なくなるよう心がける。</li> <li>・呼吸のリズムを保ちながら走る。</li> </ul> <p>整理運動（5分）（グループごと）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・全身のストレッチ体操・柔軟体操。</li> </ul>													
ま と め 5分	<p>用具の片付け。 健康状態の確認。 本時のまとめ。 次時の内容確認と課題設定の確認・変更をする。 個人カードの記入をする。 あいさつ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康状態の確認をする。</li> <li>・生徒・グループの課題達成について反省・評価する。</li> <li>・次時の課題を確認する。</li> <li>・個人カードの記入を確認する。</li> </ul>												

## (7) 資料①

## 目標別学習例

	目 標	課 題	具 体 的 課 題 例
リ レ	バトンパスをうまくしたい	短距離走の走り方を見つける	腕の振りを工夫する 重心を高く保って走る スタートの方法を知る もも上げやテンポ走を知る
		スムーズなバトンの受け方、渡し方を見つける	バトンの持ち方を知る メンバーの走方により走順を工夫する 声を掛け合ってパスをする ブルーゾーンを使う
		バトンパスの時スピードが落ちないようにする	合図をする地点と待つ地点の距離を決める 全速力での受け渡しの練習をくり返す
	協力して速く走りたい	短距離走の走り方を見つける	腕の振りを工夫する 重心を高く保って走る スタートの方法を知る もも上げやテンポ走を知る
		スムーズなバトンの受け方、渡し方を見つける	テークオーバーゾーンの中で確実にバトンパスをする 走力により受け渡しの場所を工夫する 色々なバトンパスの技能を経験する
		バトンパスの時スピードが落ちないようにする	全速力での受け渡しの練習をくり返す タイミング良くバトンを渡す
	目 標	課 題	具 体 的 課 題 例
長 距 離 走	決めた距離や時間を走り抜きたい	走り方を見つける	呼吸リズムを保つ 重心の上下動を少なくする 踵から着地する 腕の振り方を知る 自分にあった走法を知る
		ペースを見つける	自分にあった距離や時間でゆっくり走る ペースを一定に保つ 走るスピードを変えて自分でペースをつくる 脈拍数を参考にする
		目標タイム（時間）を決める	ラップタイムを決める ラップタイムを変えてみる 目標タイム（距離）を変える
	速く走りたい	走り方を見つける	リラックスしたフォームを知る 重心の上下動を少なくする 呼吸リズムを保つ 自分にあった走法を知る
		ペースを見つける	ペースを一定に保って走る 一定のペースで走る距離や時間を延ばす 走るスピードを変えて自分でペースをつくる デッドポイント、セカンドウィンドを知る
		目標タイム（時間）を決める	ラップタイムを決める ラップタイムを変えてみる 目標タイム（距離）を変える
	目 標	課 題	具 体 的 課 題 例
走 り 幅 跳 び	遠くへ跳びたい	助走の仕方を見つける	助走距離を決める 助走の歩数を合わせる 3歩のリズムを保つ スピードに乗る
		踏切の仕方を見つける	助走スピードをつける 踵から強く踏み切る 踏み切りを合わせる 高く跳ぶ
		空中フォームを見つける	上体を伸ばす 胸を反らす あごを上げて背筋を伸ばす 腕の振りを使う
		着地の仕方を見つける	踵を引き上げる 両足をそろえる 踵から着地する 着地後に手や尻を後ろにつけない 腕を前に振り下ろす
	きれいなフォームで跳びたい	助走の仕方を見つける	3歩のリズムを保つ リズム良く走る 3・5・7歩と距離を伸ばす リラックスして助走する 助走の距離や歩数を合わせる
		踏切の仕方を見つける	踵から強く踏み切る 腕の振りを使う 振り上げ足のひざを高く引き上げる 高く跳ぶ あごを上げ背筋を伸ばす 手足のバランスを保つ
		空中フォームを見つける	そり跳びで跳ぶ はさみ跳びで跳ぶ
		着地の仕方を見つける	踵を引き上げる 両足をそろえる 踵から着地する 着地後に手や尻を後ろにつけない 腕を前に振り下ろす

資料② リレー走課題反省記録

	課 題	具体的課題	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
自 己 評 価												
友 人 か ら の 評 価	準備・片付けに協力できた											
	意欲的に活動できた											
	協力的に活動できた											
	チームの目標タイム											
	チームの結果タイム											
	自己の目標タイム											
	自己の結果タイム											

A…そのとおりでできた  
B…だいたいできた  
C…あまりできなかった

年 組 番  
氏名

## (8) 本時の成果と課題

## ① 成 果

- ア 生徒一人一人が自己の興味・関心や能力に応じて種目を選択し、その運動の特性に触れる楽しさを味わうことで、学習意欲が高まった。
- イ 課題別のグループによる学習を通して、励まし合い、教え合い、認め合うなどの態度が形成され、学び方が身に付いた。
- ウ 学習資料や学習カードの使用により、自ら学ぶ意欲が一層高まった。
- エ ティームティーチングの実施により、生徒一人一人への指導がより深まり、安全に指導することができた。

## ② 課 題

- ア 男女の特性に着目した共習の在り方について、オリエンテーションの工夫の必要がある。
- イ 選択制の授業では、生徒一人一人が十分に活動できる施設や用具の工夫が大切であり、生徒の主体的な活動においても教師の適切な指導・助言は必要である。
- ウ グループの中で、リーダーの条件や決め方を考えさせ、主体的にグループ編成ができる力を培うことが必要である。
- エ 各グループの学習計画の進度に応じた効果的なチームティーチングについて、さらに研究を深める必要がある。
- オ 短距離走とリレーを分けて、リレーのみを一つの選択種目に設定したが、短距離走とリレーの特性により深く触れさせ、学習の効果を高めるためには再考の必要がある。

## 2 球 技

### (1) 意識調査の結果と分析・考察

#### ① 意識調査の結果

問1 球技の授業であなたが好きな種目は何ですか。

	男	女	計
ア バレーボール	16%	22%	19%
イ バスケットボール	23	27	25
ウ ハンドボール	5	1	3
エ サッカー	24	7	17
オ ソフトテニス	3	12	7
カ ソフトボール	10	5	8
キ 卓球	12	7	10
ク バドミントン	7	19	11

問2 球技の授業中、楽しいと感じるときはどんなときですか。

	男	女	計
ア チームワークが良かったとき	34%	43%	38%
イ 自分が活躍したとき	20	16	19
ウ 友達同士でアドバイスしあえたとき	8	7	7
エ 先生からほめられたとき	9	12	10
オ ゲームが良かったとき	29	22	26

問3 授業中、楽しくないと感じるのはどんなときですか。

	男	女	計
ア 体育そのものが苦手である	8%	12%	10%
イ 種目が嫌いである	20	25	22
ウ ほめてもらえないとき	2	2	2
エ 運動量が少ないとき	11	7	9
オ ゲームを行わないときや勝てなかったとき	20	14	17
カ うまい人たちだけでプレーしているとき	16	22	19
キ 友達に自分の失敗を責められたとき	19	17	18
ク その他	4	2	3

問4 習熟度別で授業を行うことについて、あなたはどのように思いますか。

	男	女	計
ア 自分の力にあった授業になるのでよい	35%	27%	31%
イ 自分と同じ力の人と協力して授業ができるのでよい	22	24	23
ウ 不十分なところを補えるのでよい	16	14	15
エ 自分が人と比べて劣っているようでないかと思いがする	12	21	16
オ できる人と一緒にないと上達しないような気がする	15	14	15

問5 習熟度別で授業を行うとしたら、どの種目を選びますか。

	男	女	計
ア バレーボール	16%	23%	19%
イ バスケットボール	25	28	26
ウ ハンドボール	4	1	3
エ サッカー	23	6	16
オ ソフトテニス	3	16	9
カ ソフトボール	9	4	7
キ 卓球	12	6	9
ク バドミントン	8	16	11

問6 どうすれば、習熟度別授業が楽しくなると思いますか。

	男	女	計
ア 先生から適切なアドバイスがある	19%	21%	20%
イ 先生からほめられる	5	5	5
ウ 友達からほめられる	3	3	3
エ ゲームができ、勝てる	20	15	17
オ 自分が活躍できる	8	8	8
カ 技能にあった練習ができる	20	19	20
キ チームワークが良かったとき	25	29	27

問7 男女共習について、どう思いますか。

	男	女	計
ア 互いの良いところを見られるのでよい	27%	30%	28%
イ 力の差があるのでおもしろくない	25	27	26
ウ 弱点を補い合いながら授業ができるのでよい	21	18	20
エ ゲームで自分の力を精一杯出せなくなる	20	15	18
オ その他	7	10	8

問8 男女共習で習熟度別の球技の授業を行うとしたら、どの種目を選びますか。

	男	女	計
ア バレーボール	21%	26%	23%
イ バスケットボール	19	25	21
ウ ハンドボール	3	2	3
エ サッカー	19	6	14
オ ソフトテニス	5	14	9
カ ソフトボール	10	3	7
キ 卓球	12	8	10
ク バドミントン	11	16	13

#### ② 分析と考察

ア 種目の好き嫌いについては、バスケットボールの男女とサッカーの男子が値が高く関心のあるスポーツといえる。バスケットボールは男女とも同じような高い値が出ているが、サッカー・卓球・バドミントン・ソフトテニスでは男女で大きく違う結果が表れた。バスケットボール・バレーボール以外の種目の好き嫌いには、選択の前段階から男女差がうかがえる。

イ 授業中楽しいと感じるときは、友達同士が協力して多くのゲームができたとき、また、自分に活躍の場があったときである。

ウ 授業中楽しくないと感じるときは、種目が嫌いな場合が高い値を示している。またチームワークがよくなって特定の人ばかりが活躍したり、自分のミス指摘されたときなどである。ゲームの勝敗も授業そのものの楽しさに影響していることがうかがえる。

エ 習熟度別の授業に対する意識は、3分の2の生徒が肯定的にとらえている。この方法に対する生徒の期待は、「自分に適した学習ができること」に集約できる。集団的スポーツの学習なので「チームワークのよさ」もこの授業の成否を決める重要な部分である。

## (2) 特性

### ① 一般的特性

ボールをめぐる攻防のくり返しによって互いに得点を競い合うところに楽しさや喜びを味わうことができる。また、ボール操作の技能を高め、戦術を工夫することによってゲームを有利に展開することができる。

#### ア バスケットボール

相対する2チームがコート内を自由に走りまわってボールを奪い合い一定時間内に相手ゴールにシュートし得点を競い合う。また、走、跳、投の要素が含まれているスポーツである。

#### イ サッカー

広いグラウンドで2チームが入りまじってボールを奪い合い、相手ゴールへシュートし得点を競う。ゴールキーパー以外はおもに足でプレーするため、初めはボールコントロールが難しい。

#### ウ バレーボール

ネットをはさんで相対する2チームが、互いにボールを相手コートに打ち合い得点を競う。サービスやアタックを工夫することによって相手のミスをさそい、勝敗を競うところに楽しさがある。

### ② 生徒から見た特性

個人的技能、集団的技能の両面が必要であり、チームワークが大切にされたゲームが行われることによって楽しさや喜びが味わえる領域である。

## (3) 学習計画作成における基本的な考え方

- ① 生徒一人一人が個性を生かし主体的に学習することができる指導計画作成する。
- ② 生徒一人一人が自分の技能や適性を考え、生徒が主体となったグループ作りをする。
- ③ 生徒が中心となり学習内容、学習活動を考える。

## (4) 学習過程の工夫

- ① 習熟度別学習を行うことにより、主体的に学習に取り組めるよう配慮した。
- ② 生徒自身が選んだグループでリーダーを中心に学習方法を考えられるよう配慮した。
- ③ 毎時間ゲームを入れることにより、学習の成果が確認できるよう配慮した。
- ④ 学習カードⅠ・Ⅱを利用し、学習し、身に付けたことを『確かめる』時間を設定した。

## (5) 課題のもたせ方、解決の工夫

- ① 試しのゲームや学習カードにより自分の技能を確認させ、何が自分の課題かを発見させる。
- ② 学習カード1・2や学習資料をもとにして自分やグループにあった学習方法を見つけ、生徒自身で解決できる工夫をさせる。
- ③ 各グループのレベルに合わせて、ルールや学習方法を工夫し、課題の解決にあたらせる。
- ④ 各課題に対して適切な指導・助言ができるようティームティーチングで指導にあたる。

(6) 第二学年球技単元学習計画（18時間扱い）

1 学習のねらい

チームにおける自己の役割を自覚して、その責任を果たし、互いに協力して、計画的に学習ができるようにするとともに、勝敗に対して公正な態度がとれるようにする。また、自他の健康・安全に留意して、運動することができる態度を育てる。個人及びグループの課題を見つけ、生徒一人一人が楽しく主体的に学習する。

- ①各種目の特性に触れ、ゲームを楽しむことにより、生徒一人一人が種目の選択をし、課題を見つける。
- ②男女共習のねらいを明確にし、各種目別（バスケットボール・サッカー・バレーボール）のチーム編成をする。
- ③自分の意志で習熟度別に3グループ（A、B、C）の中から1つを選び、それぞれの課題に応じた学習内容を考える。
- ④学習資料を利用して課題解決の方法を見つけ、学習の中で確かめる。
- ⑤これまでに習得した攻防の力を生かしながら、男女共習の試しのゲームを行ったチームに戻り、リーダーを中心に高まった力で各球技のリーグ戦・対抗戦を行いよりゲームを楽しむ。

2 学習方法 男女共習・領域内選択（バスケットボール サッカー バレーボール） 習熟度別学習

3 単元計画

時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
項目	種目選択のためのゲーム			オリエンテーション	男女共習の試しのゲーム		習熟度別学習 本時			中間のまとめ 7～9時間に同じ グループ再編成			5～6時間目のチームに戻りゲームに備える		まとめ リーグ戦・対抗戦			

4 学習計画

はじめ	1	「種目選択のためのゲーム」	
	3	○男女共習・習熟度別学習の進め方についての確認をする。 ○男女別で種目選択をするためにゲームを行う。	
なか	4	「オリエンテーション」 ○男女共習のための種目選択をし、チーム編成を行う。（この際、男女共習のねらいを明確にする。） ○学習カード・学習資料・VTRの活用方法について確認をする。	
	5	「男女共習の試しのゲーム」 ○個人の目標・チーム内での自己の動きを見つめ、自分自身の課題を見つける。	
	6	○ゲームを行う中で課題の確認をし、カードに記入する。（自己評価） ○自己の習熟度に応じた学習グループ（習熟度別A・B・C）を選択し、課題解決のための学習の道筋を立てる。	
	7	「習熟度別学習」・・・学習グループ3段階（A・B・C）	
		学習グループA 集団的技能を中心に学習内容を考え、それを実践する中でリーダーを育てる。そして、より高まった力でゲームを行う。	
		学習グループB 個人的技能を高め、集団的技能の習得についても学習内容を工夫する。	
	9	学習グループC 個人的技能の基礎・基本の定着と、正しい学習方法を知り活動する。 ○学習内容・方法については、男女共習・習熟度別であるということを十分理解させたいうえで、学習資料を参考にし各グループで検討する。 ※ 学習例（バレーボール）	
グループA		グループB	グループC
個人技能 対人パス 2人組乱打 動きながらのスパイク フローター・オーバーハンドサーブ		個人技能 直上パス 対人パス 2・3歩ジャンプスパイク アンダー・フローターサーブ	個人技能 ワンバウンドのパス 直上パス その場ジャンプ・一步ジャンプ スパイク
か	集団技能 サーブレシーブ スパイクレシーブからの攻撃 速攻をまじえたゲーム		
	集団技能 サーブレシーブ サーブレシーブからの攻撃 オープン攻撃のゲーム	集団技能 サーブレシーブ サーブレシーブ チャンスボールからの攻撃 パスアタックのゲーム	
	「ゲーム」各グループに見合ったルールを作り、楽しくゲームをする。		
10	「中間のまとめ」		
	○今まで学習してきた過程から自己を評価し、自分自身にあったグループに移動する。 ※7～9時間に同じ		
13	「男女共習のチーム」（5～6時間目の男女共習の試しのチーム）		
	○もとのチームに戻り、集団的技能を学習し、作戦を工夫してリーグ戦・対抗戦に備える。 ○各個人の役割分担を明確にし、ルールをチーム同士で話し合って決める。		
まとめ	15	「リーグ戦・対抗戦」	
	18	○習熟度別学習における目標は達成できたかを自己評価・相互評価する。 ○全体のまとめとして、学習の取り組みに関する感想を発表し合う。	

(7) 実証授業指導案（第二学年 18時間中の9時間目）

・本時のねらい

- ① 学習資料を利用して個人や各グループの課題解決の方法を学習する。
- ② 班長を中心に学習方法を決定し互いに励まし合い、安全に留意し、楽しく学習する。
- ③ 技能に応じたルールを決めゲームを楽しむ。

学 習 内 容 及 び 学 習 活 動			
サ ッ カ ー		バ レ ー ボ ー ル	バ ス ケ ッ ト ボ ー ル
導 入 10 分	集合・整列・あいさつ・出欠席を確認する。		
	学習内容を確認する。 グループごとに本時の課題が記入されているか確認する。 用具の準備をする。		
展 開 35 分	学習カードを参考にしながら課題を確認しあう。		
	それぞれのグループの班は班長を中心に本時の学習内容を確認する。(学習資料より) 準備運動 班に分かれて学習資料を利用しながら学習をする。(15分) 以下の例を参考にして各グループで無理のないように選択し、学習をする。		
	<p>グループA</p> <p><b>個人技能</b> ボールリフティング：ボレーキック ジャンプヘッド：シュート（セントリングからシュート） フェイント ショルダーチャージ</p> <p><b>集団技能</b> 2on1でのパス回し（10m×10mのグリッド） 3on2でのボール回し（10m×10mのグリッド） 2on2でのゲーム 3on3でのゲーム（15m×15mのグリッド） 5on5で2タッチプレー（コート半面）</p> <p>グループB</p> <p><b>個人技能</b> ボールリフティング インサイドキック（動きながら） インステップキック（動きながら） インフロントキック アウトサイドキックシュート ヘディング（動きながら） シュート（ブレースキック） シュート（一度止めてから）</p> <p><b>集団技能</b> Aグループと同じ</p> <p>グループC</p> <p><b>個人技能</b> ボールリフティング インサイドキック インステップ ヘディング スローイン トラップ（全身で） ドリブル ヘディング（動きながら）</p> <p><b>集団技能</b> Aグループと同じ+5on5でのゲーム</p> <p>「ゲーム」 グループごとにゲームを行う</p>	<p>グループA</p> <p><b>個人技能</b> 対人パス 2人組乱打 動きながらのスパイク フローター・オーバーハンドサーブ</p> <p><b>集団技能</b> サーブレシーブ スパイクレシーブからの攻撃 速攻をまじえたゲーム</p> <p>グループB</p> <p><b>個人技能</b> 直上パス 対人パスむ 2、3歩ジャンプスパイク アンダー・フローターサーブ</p> <p><b>集団技能</b> サーブレシーブ サーブレシーブからの攻撃 オープン攻撃のゲーム</p> <p>グループC</p> <p><b>個人技能</b> ワンバウンドのパス 直上パス その場ジャンプ、一步ジャンプ スパイク アンダーハンドサーブ</p> <p><b>集団技能</b> サーブレシーブ チャンスボールからの攻撃 パスアタックのゲーム</p> <p>「ゲーム」 グループごとにゲームを行う</p>	<p>グループA</p> <p><b>個人技能</b> フェイント ジャンプストップ ストライドストップ クローズドアップシュート</p> <p><b>集団技能</b> カットインプレー ポストプレー アウトサイドスクリーン インサイドスクリーン マンツーマンディフェンス</p> <p>グループB</p> <p><b>個人技能</b> ショルダーパス アンダーパス ジャンプシュート ピボット</p> <p><b>集団技能</b> 3ON2 4ON3 四角パス マンツーマンディフェンス</p> <p>グループC</p> <p><b>個人技能</b> チェストパス&amp;キャッチ ドリブル&amp;ドリブルの攻防 両手セットシュート ドリブルシュート</p> <p><b>集団技能</b> パスからシュート ーメンパス 2ON1 ワンマンダッシュ</p> <p>「ゲーム」 グループごとにゲームを行う</p>
ま と め 5 分	整理運動 本時のまとめ 学習カード（1・2）に記入する。 次時の確認をする。 あいさつ 片付け		

教師の働きかけ・留意点		評 価
T 1	T 2	
<p>健康状態を観察する。 本時の流れを説明する。 計画にそってしっかり行っているかを確認する。</p> <p>全体の流れの確認と指導をする。   班長の指導とグループの課題を指導する。</p> <p>個別に課題に対する指導をする。</p>		<p>健康状態を把握しているか。</p> <p>学習内容を理解しているか。</p> <p>協力して準備できたか。</p>
<p>前時の反省・感想をふまえて考えさせ、話し合いをする。</p> <p>的確な課題をつかんでいるか確認・点検をする。</p> <p>学習内容についてのアドバイスをする。</p> <p>各種目を見て回り声かけ、アドバイス、技術指導をする。</p> <p>学習が円滑に行われるよう支援する。</p> <p>学習中安全に留意するよう声をかける。</p> <p>学習に必要なものがある場合、班長に確認し、準備する。</p> <p>個人的技能・集団的技能の学習はチームごとに話し合いをし、学習例を参考にして学習を行わせる。攻・守とも無理のないように配慮する。</p> <p>各種目を見て回り、学習に成果がゲームで生かせるよう声かけとアドバイスをする。</p> <p>サッカー (7'00)   バレーボール (7'00)    バasketボール  ↓ ↓ バレーボール (7'00)   サッカー (7'00) バasketボール</p> <p>T<sub>1</sub>とT<sub>2</sub>のローテーションのときに連絡事項や配慮事項の確認をする。</p> <p>各種目についてチームの目標通りに試合が展開されているか等、アドバイスをする。</p>		<p>課題が明確につかめているか。</p> <p>学習内容は的確か。</p> <p>学習資料を活用して学習しているか。</p> <p>自己・グループの課題解決に向けて工夫して学習しているか。</p> <p>互いに励まし合って学習しているか。</p> <p>楽しくゲームが行われているか。 各チームのレベルに応じてルールを工夫してゲームを行なっているか。</p>
<p>適切な記入がされているか確認し、アドバイスをする。 特に使った部位を十分に行わせる。 健康状態を確認する。 まとめ・評価について助言する。</p>		<p>個人の課題・グループの課題について学習できたか。自ら進んで学習できたか。</p>

(8) 資料

学習カード I

種目( )・( )グループ

1. 今日の課題と達成度

たいへんよくできた…A できた…B あまりよくできなかった…C

時	課 題	達成度	時	課 題	達成度
1			10		
2			11		
3			12		
4			13		
5			14		
6			15		
7			16		
8			17		
9			18		

2. 課題への取り組み方

たいへんよくできた…A できた…B あまりよくできなかった…C

課 題	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
楽しく意欲的に取り組む																			
課題に即した学習を創発・工夫する																			
学習資料や学習カードを活用する																			
すすんでアドバイスや声かけをする																			
他者の安全に留意して取り組む																			

3. 授業への取り組み方

たいへんよくできた…A できた…B あまりよくできなかった…C

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
自ら協力して準備や片付けをする																			
自ら進んで学習に参加する																			
積極的に話し合いに参加する																			

4. 今日のまとめ

たいへんよくできた…A できた…B あまりよくできなかった…C

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
自己評価																			
仲間から見た評価																			

習熟度別学習メニュー

2年( )組 種目( ) ( )グループ リーダー( )

タイムテーブル	練習内容
10分 (各種目共通学習)	バスケットボール、サッカー・・・パス、シュート バレーボール・・・パス、サーブ
10分	ゲーム ( )グループ 資料 ( )グループ

活動の評価	お互いに協力して準備をする	話し合いが円滑にできる
	お互いに協力して練習をする	声かけやアドバイスをし合う
	お互いに協力して片付けをする	楽しくゲームをする

評価のめやす たいへんよくできた…A できた…B もう一息…C

球技学習カード II (サッカー)

2年 組 番 氏名

項 目		/	/	/
インサイドキック	立ち足が目標方向へかかとから踏み込める			
	つま先横に開き、けり足が固定できる			
	くるぶしのあたりでボールの中心がけられる			
	目標に対して正確にパスが送れる			
インステップキック	立ち足が目標方向へ踏み込める			
	足首を伸ばしボールの中心がけられる			
	蹴った後も足首が固定できる			
トラッピング	全身を使ってボールがうまく止められる			
	ボールのスピードに合せられる			
	ボールを最後まで見ることが出来る			
スローイン	次の動作にすぐに移れる			
	両手で均等に持ち全身を使って投げられる			
	ボールが遠くまで飛ぶ(10Mくらい)			
ヘディング	足が地面から離れない			
	目標に対して正確にスローできる			
	しっかりと目を開き、ひたいに正確にあたる			
ヘディング	目標に対して正確にパス、シュートできる			
	上体をそらすことができる			
	あごを引いて首を固定できる			
合 計				

グループ分けの目安

よくできる ⇒ ◎

できる ⇒ ○

もう少し ⇒ △

Aグループ ⇒ ◎の数が15個以上

Bグループ ⇒ ◎の数が6個～14個

Cグループ ⇒ ◎の数が5個以下

個人技能の学習例(サッカー)

A	B	C
<ul style="list-style-type: none"> <li>ボールリフティング</li> <li>ボレーキック</li> <li>ジャンプヘッド</li> <li>シュート (センターリングからシュート)</li> <li>フェイント</li> <li>ショルダーチャージ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ボールリフティング</li> <li>インサイドキック (動きながら)</li> <li>インステップキック (動きながら)</li> <li>インフロントキック</li> <li>アウトサイドキック</li> <li>ヘディング (動きながら)</li> <li>シュート(プレスクick)</li> <li>シュート (一度止めてから)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ボールリフティング</li> <li>インサイドキック</li> <li>インステップキック</li> <li>ヘディング</li> <li>スローイン</li> <li>トラップ(全身で)</li> <li>ドリブル</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>ゴール</li> <li>キーパー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>キャッチング</li> <li>パンチング</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>キック (バントキック、ドロップキック)</li> <li>スローイン (アンダースロー、オーバースロー)</li> </ul>

集団技能の練習例

A	B	C
<ul style="list-style-type: none"> <li>2対1でのパス回し (10M×10Mのグリッド)</li> <li>3対2でのボール回し</li> <li>2対2でのゲーム</li> <li>3対3でのゲーム (15M×15Mのグリッド)</li> <li>5対5でのゲーム (コート半面)</li> <li>5対5でのゲーム (コート半面での2タッチプレー)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>2対1でのパス回し (10M×10Mのグリッド)</li> <li>3対2でのボール回し</li> <li>2対2でのゲーム</li> <li>3対3でのゲーム (15M×15Mのグリッド)</li> <li>5対5でのゲーム (コート半面)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>2対1でのパス回し (10M×10Mのグリッド)</li> <li>3対2でのボール回し</li> <li>2対2でのゲーム</li> <li>3対3でのゲーム (15M×15Mのグリッド)</li> <li>5対5でのゲーム (コート半面)</li> </ul>

(9) 研究の成果と今後の課題

① 成 果

- ア 学習過程の途中にオリエンテーションを入れたことは、生徒が自らの目標を明確にする上で有効だった。
- イ 種目選択のためのゲームは、それ以降の習熟度別学習を行う上で大変有効であった。
- ウ 習熟度別学習では、各グループのリーダーを中心に学習方法を考えることによって、より意欲的に学習に取り組むことができた。
- エ 学習資料や学習カードを効果的に活用することによって、個人の課題が明確になり、学習活動がより活発に行われた。
- オ ティームティーチングを実施することで、生徒やグループに関する教師相互の情報交換が積極的に行われ、生徒の能力や適性等に応じて適切な支援が行われるようになった。
- カ 習熟度別学習を進めてきた過程から、自己を評価し、自分自身にあったグループに移動することは、学習意欲を高める上で大変に有効であった。

② 課 題

- ア 選択制授業では、意識調査の結果を十分に考慮に入れ、また、生徒や学校の実態に即した種目の設定を検討する必要がある。
- イ 種目の選択に際し、試しのゲームを行ったが、興味・関心を引き出すためのルール設定を考慮する必要がある。
- ウ 校庭と体育館で3種目を同時に開設するには、施設、設備、種目選択時の人数等で配慮が必要となる場合がある。
- エ 効果的な学習を行う上で、日頃からよきリーダーシップとフォロアーシップのとれる生徒を育てることが重要である。

### 3 保健

#### (1) 意識調査の結果と分析・考察

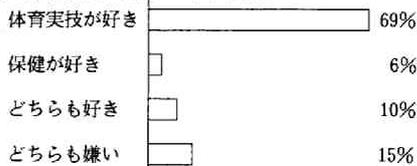
##### ① 意識調査について

ア 目的 指導計画を作成するに当たって、生徒の保健に対する興味や関心、授業の形態等について調査し、生徒の実態を把握する。

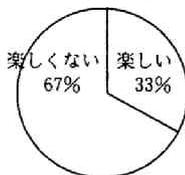
イ 対象 研究員所属校2年生 548名を対象として実施した。

##### ② 結果

##### ① 体育実技・保健への興味関心



##### ② 1年時の保健の感想



##### ③ 保健の授業が楽しい理由

心身についての知識が理解できた	16%
先生の話がおもしろい	52%
自分の考えたことが正しかった	21%
グループや班での話し合い	7%
その他	4%

##### ④ 保健の授業が楽しくない理由

難しい	23%
教室での授業が嫌い	27%
先生の教え方が分かりにくい	7%
関心がない	35%
その他	9%

##### ⑤ 保健授業で望まれる授業形態



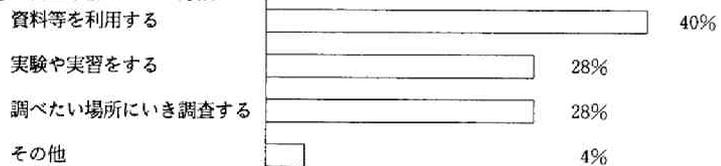
##### ⑥ 単元中興味や関心度の高い項目

1. 疾病の予防	21%
健康と生活	21%
傷害の防止	21%
2. 健康と環境	19%
3. 心身の機能の発達と心の健康	10%
4. その他	8%

##### ⑦ 「健康と環境」の中で関心の高い項目

1. 水の利用と確保	33%
2. 環境に対する適応能力	29%
3. 快適で能率の良い環境の条件	28%
4. 廃棄物処理	6%
5. その他	4%

##### ⑧ 自主学習のための方法



##### ⑨ 自主学習のまとめかた



#### ③ 分析、考察

ア 教科内の興味・関心の比較では、体育分野実技に興味・関心をもっている生徒が69%、保健分野に興味・関心をもっている生徒が6%であった。保健に対する認識はうすい。保健も体育も嫌いと答えた生徒が15%である。

イ 第1学年のときの保健の授業が楽しかったと答えた生徒は33%である。楽しくない理由の中で関心がないと答えた生徒が35%と最も多かった。

ウ 保健の授業が楽しかった理由として先生の話がおもしろかったと答えた生徒が52%と半数以上を占めている。

エ 課題学習をしてみたいと答えた生徒が61%であり、自主的に学習していきたいという生徒の要望は高い。

オ 保健の単元の中で、生徒の興味・関心の偏りは少ないが、第1学年で学習した心身の機能の発達は下位であった。学習した内容をさらに発展させて生かしていけるような指導が大切であると考えられる。

カ 自主的に学習する方法への質問に対しては「資料を利用する」と答えた生徒が40%と多く、また、まとめ方についてはそれを「レポートにまとめて提出する」と答えた生徒が65%であった。課題学習の経験が少ないため、学習方法のイメージができていないようである。

## (2) 特性

### ① 保健学習の特性

- ア 科学的に思考していくことで、判断・推理・問題解決などの思考経験を正確で豊かにする。
- イ 健康・安全の問題に直面した場合、科学的で的確な意志決定をし、これを日常生活の中で具現化させていくことのできる学習である。
- ウ 生徒一人一人の興味・関心等を基盤にし、健康の保持増進に必要な知識の理解や技能の習得を深めることができる学習である。
- エ 実験や実習を通してそれを検証することで、科学的原理や法則の理解を深めることができる学習である。
- オ 生徒が自ら学習の課題を設定し、自主的・自発的に学習を進め、課題の解決を図る「課題学習」等の幅広い学習指導を取り入れることができる。

### ② 他教科との関連

保健分野の内容は、他の教科とも密接に関連している。

#### ア 理科

第2分野「大地の変化と地球」……地球と人間

#### イ 社会

公民的分野「国民生活の向上と経済」……国民生活と福祉

地理的分野「世界とその諸地域」……人々の生活と環境

「日本とその諸地域」……国土の成り立ちと自然、自然と人々

産業と地域、居住と生活

歴史的分野「近代日本のあゆみと国際関係」……近代産業の発展と社会や生活の変化

「近代の世界と日本」

#### ウ 技術・家庭

「住居」……室内環境と設備

## (3) 学習過程の工夫

- ① 学習への動機付けや学習の見通し、進め方の確認を行うためのオリエンテーションを重視する。
- ② 生徒が興味・関心や各個人の知識、生活経験等に応じて身近な課題を設定して、自ら課題解決を図る学習過程を重視する。
- ③ 学習した成果をまとめ、発表し、学習した内容を確実なものにするとともに、学習の成果を互いに共有する。

## (4) 学習指導の工夫

- ① 実験や学習資料等を活用し、自ら課題を発見できるよう工夫をする。
- ② 興味・関心に応じた班編成をし、課題を分担したり、話題について話し合い等の活動が効率的にできるようにする。
- ③ ワークシートの活用や自己評価表の工夫をし、課題とした事柄への経過とまとめや発表等が確実なものかどうかを整理し、評価できるようにする。

(5) 第2学年 《健康と環境》 単元学習計画（10時間扱い）

1 学習のねらい

健康と環境とのかかわりについて理解させ、健康に適した環境の維持や改善を図ることができる能力と態度を育てる。

2 学習の方法

①オリエンテーションで生徒に学習への動機付けを行い、課題を決めグループをつくる

②生徒が自主的に学習計画を立て、課題の調査・研究・発表を行う。

③生徒への補足・説明や質疑応答などを行い、理解を深める。

3 単元計画

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
項目	オリエンテーション グループ活動①	グループ活動② 方法の確認	グループ活動③ テーマの確認	グループ活動④ 調査のまとめ 考察 発表会に向けて			研究発表会 発表の仕方 聞き方 補足指導		生徒同士の 補足説明	まとめ

4 学習計画

時間	項目	学習のめあて	学習内容	学習形態
はじめ	1 オリエンテーション	(1) 自分が関心のあることを見つける。 (環境についての意識化)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・実験を見る</li> <li>・自己診断テストを行い、環境についての程度知っているか確認する</li> <li>・お互いに知っていることについて意見の交換を行う（生活班で）</li> <li>・班で意見の交換をしたものをワークシートに記入する。</li> </ul>	一斉 個別
	グループ活動①	(2) 健康は環境と深いかかわりがあることを知る。		
2	グループ活動② 方法の確認	(3) 学習の進め方や、方法について理解する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・課題学習の意義・進め方についての説明を聞く。</li> <li>・グループ編成、役割分担について</li> <li>・テーマの決定</li> </ul>	
なか	3 グループ活動③ 課題の確認	(1) 課題を解決するための計画をたてる。  (2) 課題学習の方法を確認し、課題の予想を立て、学習の見通しをもつ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループの興味・関心に沿って具体的な課題を話し合い、設定する。</li> <li>・発表の仕方、レポートの書き方について説明を聞く</li> <li>・課題設定の理由についての検討をする（日ごろ疑問に思っていることを興味・関心をもっていることを明確にする）</li> <li>・研究・調査のポイントを確認する 具体的な学習方法の決定</li> <li>・予想（仮説）をたてる。</li> </ul>	一斉 グループ 個別
	4 グループ活動④ 調査研究の まとめ 考察	(1) 研究の成果をまとめる。発表に向けての原稿・資料・レポート作成など役割を分担する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・課題の解決に向けて、文献研究・資料調査活動などを進める。</li> <li>・文献研究・資料・調査活動などの結果を項目別に整理する。</li> <li>・レポート作成について課題設定の理由や研究の動機、手順をまとめる。</li> <li>・調査・研究の結果と感想をまとめ、今後の生活にどのように生かしていくかを検討する。</li> </ul>	一斉 グループ 個別
5	発表会に向けて	(2) 発表会に向けて準備する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・発表のときの役割分担の確認、必要な原稿・資料の作成。</li> <li>・司会、発表、資料作成、資料配付など</li> </ul>	
か	7 研究発表会	(1) 課題を解決する過程で得た知識・理解・方法などをまとめて伝える。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・研究発表は各班持ち時間を5分とし、分担された仕事をしっかり行う。</li> </ul>	一斉 グループ 個別
	8 聞き方	(2) 他の班の発表をよく聞き、ノートにまとめる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各グループの発表をよく聞き、ポイントをノートにまとめる。また、質問事項なども記入する。</li> </ul>	
まとめ	9 生徒の補足・説明 補足指導	(1) 発表会での質疑応答や疑問点など必要な関連事項の説明を聞く。 (2) 学習内容の不足部分の説明を聞く	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各班の発表に対して疑問点・確認したい点などの意見交換を行う。</li> <li>・疑問点などを解説する。</li> <li>・個人ノートを記入し提出する。</li> </ul>	一斉 グループ 個別
	10 まとめ	(1) 課題学習全体の総括的な自己評価を通して、どのように学習できたかを振り返る。  (2) 自分の生活に生かすことができる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・総括的な自己評価をし、意欲的に学習できたかを振り返る。</li> <li>・自分の生活に学習したことをあてはめ自分の生活の改善をする。</li> <li>・自分の現実の生活に結びつけて評価する。</li> </ul>	一斉

(6) 実証授業指導案（第2学年 10時間中の1時間目）

① 本時のねらい

ア 健康は環境と深いかかわりがあることを知る。

イ 環境に関する課題の中から自分に関心のあることを見つける。

② 本時の展開

	学習内容	学習活動	教師の働きかけ・留意点	資料など	評価
導入 10分	身近な環境	○身近な環境について考える ○人間以外の動植物にとっての環境も考える	発問「健康にかかわる環境って何だろう」 発問「人間以外の生き物にとって住みやすい環境かどうか」考えさせる	ワークシート①	環境に対する認識がもてたか
展開 35分	実験	○身近な「水」について調べる（3種類の水が校内のどこの水かを考える） ○水道水と塩素の関係について知る	発問「3つの水がどういう種類の水だと思うか」  発問「なぜ色が変わり、何に反応するのか」 ・塩素の必要性を考えさせることによって健康と環境には深い関係があることに着目させる	時間の経過に違いのある水 オルトトリジン試薬 ワークシート②	予想を立て考察することができたか  進んで実験が行えたか
	自己診断	○今まで自分が知り得たことを確認する	発問「自分の知っていることがどれくらいあるか」	ワークシート③	自分の知識を確認できたか
	グループ討議	○自己診断をもとに、自分の知り得たことを発表しあう	・自分の知っていることを発表しあい、お互いの知っていることを交換し、関心を高めることを強調する		発表や聞く態度はよかったか
	関心事項の確認	○自分の興味・関心があったことがらをワークシートに記入する	・健康と環境についての興味・関心を明確にさせる	ワークシート④	関心事項が発見できたか
まとめ 5分	本時の反省 次時の予告	本時の学習について自己評価表へ記入する 次時の学習内容を知る	・次時の学習についての予告	自己評価表	自分自身の問題として考えることができたか 次時の授業に積極的に取り組もうとする意欲が起きたか

(7) 資料

ワークシート

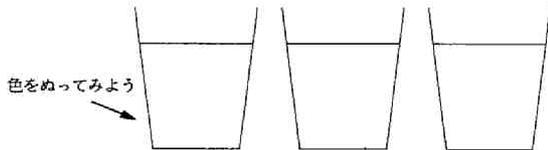
1. 健康にかかわる環境とはどんなものがあるか書きましょう。

●人間以外の生き物になって、住みやすい環境が何によって壊されているか考え、下書き込みましょう。

例	魚	→		→	水質汚濁

2. 水の実験

この水はどこの水か考えてみましょう。



色をぬってみよう

どこの水			
理由			
正解			

年 組 番 氏名

3. エコロジカルクイズ

環境で問題になっていることを知っていますか？

知っている ○ 聞いたことがある △ 知らない ×

- 大気汚染 ( )
- オゾン層の破壊 ( )
- 水質汚濁 ( )
- ゴミ処理 ( )
- 地球の温暖化 ( )
- 酸性雨 ( )
- 騒音 ( )

左記以外で知っていることを書きましょう

班で話し合ったこと、説明しあったことを書きましょう。

5. 自分の調べてみたいことを書いてみよう。

<2年保健>

課題学習計画書

2年 組 ( ) 氏名

2年 組 メンバー名			
学 習 テーマ			
学 習 のねらい	(1) (2) (3)		
学 習 の方法	① ② ③ ④	★夏休みにやることは、	
自分の役割 と 班員との関係	〈自分の役割〉		
学 習 のまとめ方			
事前に準備する こと・必要なこと		先生 の印	

<2年保健 自己評価表>

◎評定の観点 関……関心・意欲・態度  
思……思考・判断  
知……知識・理解 技……技能

年 組 班 氏 名		評 価 項 目	観 点	達 成 度
一 校 時		(1) 進んで自分の関心のある課題をみつけようとしたか。	関	満足・もう少し
		(2) 「健康と環境」が深いかわりがあることを理解したか。	知	満足・もう少し
		(3) 「健康と環境」について、自分の知っていることの確認ができたか。	思	満足・もう少し
		(4) 積極的に、班での話し合いができたか。	関	満足・もう少し
		(5) 「健康と環境」について、自分の関心のあることが見つかったか。	関	満足・もう少し
二 校 時		(1) これからの学習方法について（課題学習）理解したか。	知	満足・もう少し
		(2) 積極的に、班での話し合いができたか。	関	満足・もう少し
		(3) 課題について考えを深めたか。	思	満足・もう少し
		(4) 班での自分の役割が明確になったか。	関	満足・もう少し
三 校 時		(5) これからの学習について意欲的に取り組む気持ちが高まったか。	関	満足・もう少し
		(1) 課題にそって具体的に計画が立ったか。	思	満足・もう少し
		(2) 課題に対しての予想が立ったか。	思	満足・もう少し
		(3) 積極的に、班での話し合いができたか。	関	満足・もう少し
四 校 時 ↓ 六 校 時		(4) 発表に向けて準備は進んでいるか。	思	満足・もう少し
		(5) これからの学習について意欲的に取り組む気持ちが高まったか。	関	満足・もう少し
		(1) 積極的に調査・研究・実験を進めたか。	関	満足・もう少し
		(2) 進んで班での自分の役割を果たしたか。	関	満足・もう少し
		(3) 班で協力して行えたか。	関	満足・もう少し
七 校 時 ↓ 八 校 時		(4) 発表に向けて準備は進んでいるか。	思	満足・もう少し
		(5) これからの学習について意欲的に取り組む気持ちが高まったか。	関	満足・もう少し
		(1) 発表会の準備は十分だったか。	関	満足・もう少し
		(2) 発表の態度はしっかりできたか。	関	満足・もう少し
九 校 時		(3) わかりやすく発表できたか。	技	満足・もう少し
		(1) よく発表を聞いていたか。	関	満足・もう少し
		(2) 発表の内容が理解できたか。	知	満足・もう少し
十 校 時		(3) 発表の内容をまとめられたか。	思	満足・もう少し
		(1) 質問や疑問に対して、十分に調べ答えることができたか。	思関	満足・もう少し
		(2) 課題に対して調べたこと、わかったことが十分に理解できたか。	知	満足・もう少し
		(3) 他クラスの調べたこと、発表されたことが十分に理解できたか。	知	満足・もう少し
		(1) 自分の関心のある課題を研究できたか。	関	満足・もう少し
		(2) 課題にそって調査・研究・実験ができたか。	思技	満足・もう少し
		(3) 調査・研究・実験の結果を十分にまとめられたか。	思技	満足・もう少し
		(4) まとめたものを、わかりやすく発表できたか。	関技	満足・もう少し
感 想		(5) 発表したことを理解できたか。	知	満足・もう少し
		(6) 他クラスの発表によって理解し学習ができたか。	知	満足・もう少し
		(7) 今回の課題学習に満足しているか。	関	満足・もう少し
		(8) 次回も課題学習を行いたいと考えているか。	関	満足・もう少し

(8) 研究の成果と課題

① 成果

- ア オリエンテーションにおける実験・実習、ワークシート等の活用は、生徒に学習に対する興味や関心をもたせ、意欲を高めるのに役立った。
- イ オリエンテーションのねらいを明確にして行うことは、自らの課題発見に効果があった。
- ウ 自ら課題を発見して、主体的に課題解決を図る学習を進めることで、自ら意欲的に学ぶ力が身に付いた。
- エ 学習過程の中で十分に調べ、達成感を得ることで、次回も自分たちで調べようとする意欲をもつようになった。
- オ 自己評価することで、次の時間に評価結果を生かすことができた。
- カ 課題を解決するために、教科書の活用はもとより、図書室の利用や保健室の活用、地域の関係施設などでの調査等、学習方法に工夫が見られた。
- キ 発表会を実施することによって、自らの課題への理解がより深まるとともに、他のグループの発表を聞くことによって、他の課題への興味・関心をもつようになった。

② 今後の課題

- ア 一人一人が主体的に活動できる支援を、さらに工夫する必要がある。
- イ 調査のための参考資料をはじめ、課題学習推進上の学習環境の整備が必要である。
- ウ 課題を解決するために、養護教諭との連携や他教科との関連を踏まえることが必要である。
- エ 校外での調査活動には、安全面をはじめ十分に配慮する必要がある。

## VI まとめと今後の課題

### 1 研究のまとめ

生涯体育・スポーツの基礎づくりを目指す中学校保健体育の学習では、「主体は生徒である。」という考えに立ち、生徒の自主的・主体的学習を展開することが重要である。

そのために、生徒の興味や関心を大切に、生徒自らが課題を発見し、それを解決していくための支援を行うことが必要となる。特に、オリエンテーション部分を工夫することによって、生徒自身が学習内容を選択したり、課題を設定すること等、適切に行えることが極めて大切である。

本年度は、研究の視点を上記の点に当て、研究を進めてきた。「陸上競技」「球技」「保健」それぞれの分科会での研究の成果は、次の通りである。

- (1) 生徒一人一人が各人の目標をもち、自己にあった課題を学習することで、学習意欲が高まった。
- (2) 男女共習や習熟度別学習により、お互いのよさを見つけることができ、励まし合い、認め合う態度が育成された。
- (3) ティームティーチングは、生徒に関する教師相互の情報交換が積極的に行われ、適切な支援が行えた。また、個を生かしやすい、選択制授業の趣旨である生徒主体の授業展開に効果があった。
- (4) 課題学習を通して、保健学習への取り組みが主体的になり、自ら学ぶ態度が育成された。
- (5) オリエンテーションを工夫することによって、自主的・主体的な学習活動を展開できた。
- (6) 学習資料や学習カードを活用することにより、個人の課題が明確になり、学習活動が活発になった。

### 2 今後の課題

- (1) 選択制授業では、自己の到達目標を設定する力や自己・相互評価能力を高めていく必要がある。また、各学校の施設・設備の実態に応じて種目選択の調整をする必要がある。
- (2) それぞれのグループのリーダーの役割が学習効果と深いかわりがあり、リーダー育成の工夫が必要である。
- (3) 一人一人が主体的に学習するための教師の支援の方法を一層工夫する必要がある。
- (4) 課題を解決するための資料集めや、多様な学習を可能にするため、今後は他教科の教師や地域の人材との連携・協力を図っていくことも必要である。