

中学校

平成 11 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11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	港	赤坂中学校	◎ 海老名 優和
	目黒	第七中学校	南 幸治
	世田谷	新星中学校	織毛 英美
	練馬	開進第一中学校	桜井 弘
	足立	第一中学校	吉岡 大司
	江戸川	南葛西第二中学校	冨沢 利之
	八王子	みなみ野中学校	市川 章
	三鷹	第六中学校	山上 真哉
II 武道・ダンス	新宿	東戸山中学校	○ 望月 徳生
	大田	南六郷中学校	田中正 勝
	豊島	道和中学校	川上 智
	八王子	第二中学校	高橋 清晃
	国分寺	第五中学校	川島 毅
	清瀬	第五中学校	三田村 慎一
	羽村	羽村第二中学校	高橋 康則

◎ 世話人 ○ 副世話人

担当 教育庁体育部体育健康指導課指導主事 田口 康之
 " 宇都宮 伸二

目 次

I	研究主題について	2
1	研究主題設定の理由	2
2	研究のねらいと仮説	2
3	研究の内容	3
4	研究の全体構想図	4
5	運動に親しむ資質や能力	5
II	研究の内容	6
1	選択制授業における意識・実態調査の結果と考察	6
2	学習過程における工夫	8
3	単元計画作成上の考え方	9
4	選択制授業（陸上競技）	10
(1)	意識・実態調査の結果と考察	10
(2)	支援の工夫	12
(3)	陸上競技の単元計画例（第3学年男女共習）	13
(4)	学習指導計画例（実証授業）	14
(5)	学習資料例	15
(6)	実証授業のまとめと考察	16
5	選択制授業（武道・ダンス）	17
(1)	意識・実態調査の結果と考察	17
(2)	支援の工夫	19
(3)	柔道・ダンスの単元計画例（第3学年男女共習）	20
(4)	学習指導計画例（実証授業）	21
(5)	学習資料例	22
(6)	実証授業のまとめと考察	23
III	研究のまとめと今後の課題	24

研究主題

「生徒の運動に親しむ資質や能力を高める支援の工夫
－選択制授業を通して－〔陸上競技〕〔武道・ダンス〕」

I 研究主題について

1 研究主題設定の理由

生徒の体育活動への参加状況については、運動に興味をもち活発に運動する者とそうでない者との二極化傾向がみられる。

生徒が学校、家庭、地域社会など生活全体を通じて運動が好きになり、生涯を通して明るく豊かな生活を送ることができるようにすることは、学校体育に求められている重要な課題である。

保健体育科の学習指導においては、生徒がただ単に運動することだけではなく、自己の能力に応じた運動の課題解決を目指した活動が重要となってくる。また、その活動から得られる運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに運動技能を高め、勝敗を競ったり、仲間と協力して課題を解決したりしていく喜びを実感することがより必要となってきている。

そのために、生徒一人一人が能力・適性、興味・関心等に応じて運動の楽しさや喜びを味わうには、「生徒の運動に親しむ資質や能力を高める」ことが重要である。

その方法として、生徒自らが課題を発見し、解決に向け取り組む「課題解決型」の学習を行うことがより求められてきている。

さらに、その学習を深めていくには、運動する領域や種目を生徒自らが選び、主体的に活動していく選択制授業を推進することが、中学校保健体育科においては、大きな課題である。

そこで、選択制授業を通して「生徒の運動に親しむ資質や能力を高める支援の工夫」を行うことは、生徒一人一人が運動を好きになり、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現していくための基礎を培うものととらえ、本主題を設定した。

2 研究のねらいと仮説

生徒の運動に親しむ資質や能力を高めるために、選択制授業を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動の課題を主体的に解決できる支援の工夫を図ることが重要と考え研究のねらいとした。

研究の仮説

選択制授業における支援を工夫すれば、生徒の運動に親しむ資質や能力を高めることができる。具体的な支援については、次の4点の仮説を立てた。

①生徒が自ら運動を選択し、運動の学び方を身につけるための「支援」を工夫することにより、生徒の運動への関心や意欲を高め、自発的・自主的に学習に取り組む能力をはぐくむことができる。

②仲間とともに活動の仕方を話し合ったり、考えたりして運動を行うため「支援」を工夫することにより、仲間と協力して課題解決する喜びを味わい、互いを認め、高め合う豊かな人間関係をはぐくむことができる。

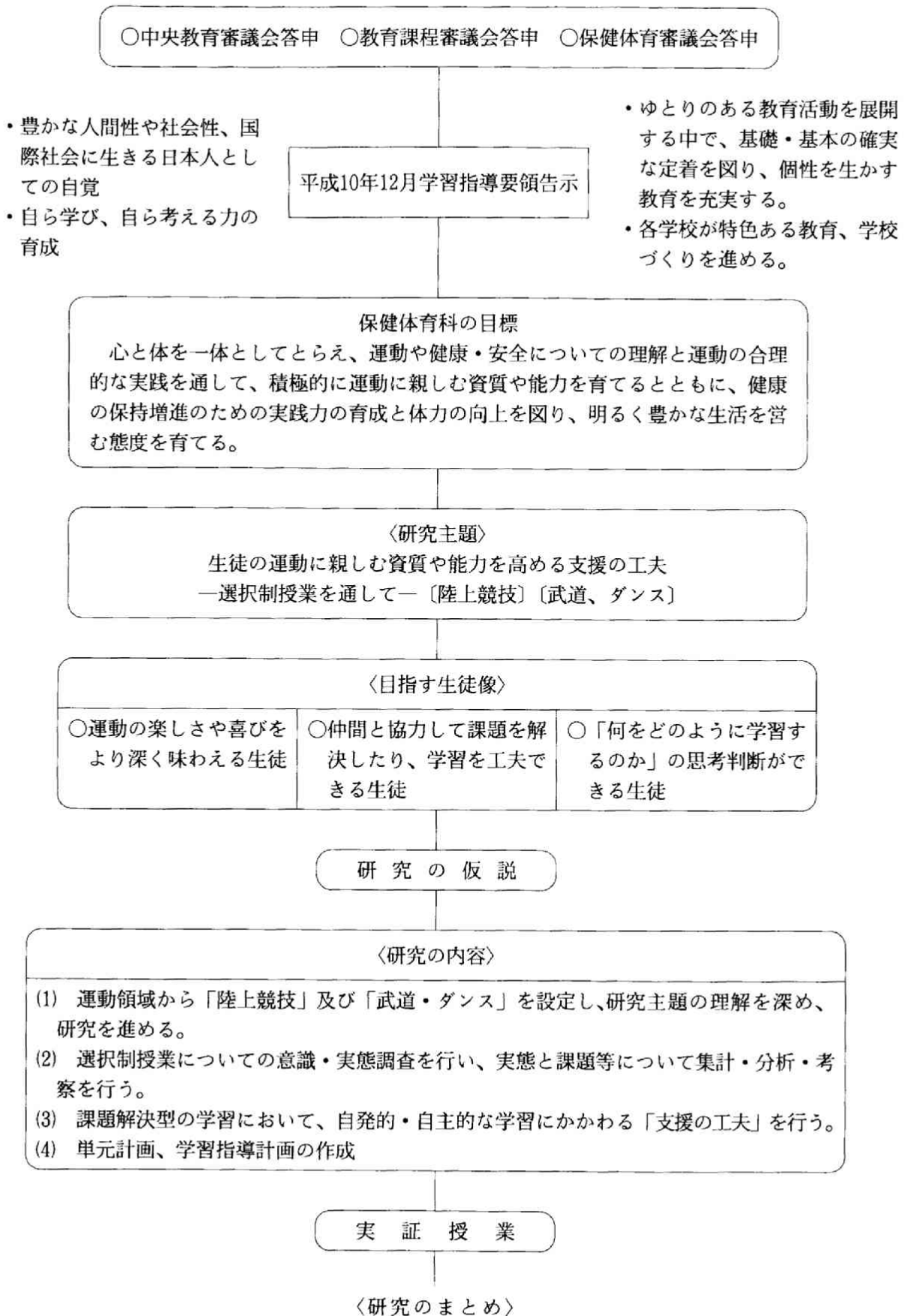
③自己の能力に適した運動課題を解決するための「支援」を工夫することにより、生徒が運動の特性に触れて運動の楽しさや喜びを味わうことができる。

④運動の技能や知識・理解を深めるための「支援」を工夫することにより、運動を継続的に行う習慣を育て、豊かなスポーツライフの基礎を培うことができる。

3 研究の内容

- (1) 運動領域から「陸上競技」及び「武道・ダンス」を設定し、研究主題の理解を深め、研究を進める。
- (2) 選択制授業についての意識・実態調査を行い、実態と課題等について集計・分析・考察を行う。
- (3) 選択制授業における、課題解決型の学習過程において、自発的・自主的な学習にかかわる支援を工夫する。
- (4) 選択制授業をとおして、支援を中心とした単元計画及び学習指導案を作成する。
- (5) 「陸上競技」及び「武道・ダンス」の領域で、支援の工夫を中心とした実証授業を行う。
- (6) 実証授業の結果から研究全体を考察し、今後の課題を明らかにする。

4 研究の全体構想図



5 運動に親しむ資質や能力の育成

本研究では、「運動に親しむ資質や能力」の育成に視点をおき、その具体化を中心課題とした。そこで、次の4つの観点についての考え方を明らかにして、研究に取り組むことにした。

(1) 運動の学び方を身に付け、運動への関心や意欲を高めること

- ① 生徒の発達段階や能力・適性を把握することで、多様な運動への動機づけが可能となり、生徒自身が運動への関心を高めていくことにつながると考えた。
- ② 生徒が運動を自分で選んだり、活動内容を考えたり、工夫することができる学習活動を展開することで、より運動への意欲が高まり運動に親しむ態度を養うことにつながると考えた。

(2) 仲間と仲良く運動したり、互いに協力したりして学習すること

- ① 仲間と一緒に仲良く運動することで、楽しみ方を知るとともに、互いに楽しもうとする意欲が高まり、運動することの喜びを体得できることにつながると考えた。
- ② グループ活動を意欲的に進むように促すことで、協調性が高まり、男女が互いの良さを認め合い、高め合うなどの豊かな人間関係をはぐくむことにつながると考えた。

(3) 各種の運動の特性に触れ楽しさや喜びを味わうこと

- ① 運動体験や運動の楽しみ方の経験をもとに、生徒一人一人が今もっている力を把握し、活動内容に生かしていくことで、運動の特性に触れ、楽しさや喜びを味わうことにつながると考えた。
- ② 生徒一人一人の個性を認め、伸ばす考え方に立ち、それぞれに適した学習活動を展開できるよう配慮することで、より深く運動の特性を追求できることにつながると考えた。

(4) 運動の技能や知識を深めること

- ① 技能の向上は、運動の楽しさや喜びをより深め、運動を日常生活に積極的に取り入れ、生活の重要な一部とすることで、豊かなスポーツライフの基礎となる能力を培うことにつながると考えた。
- ② 知識や理解を深めることで合理的な運動の実践を可能にし、安全への配慮や健康の保持増進と体力の向上を図ることにつながると考えた。

II 研究の内容

1 選択制授業における意識・実態調査の結果と考察

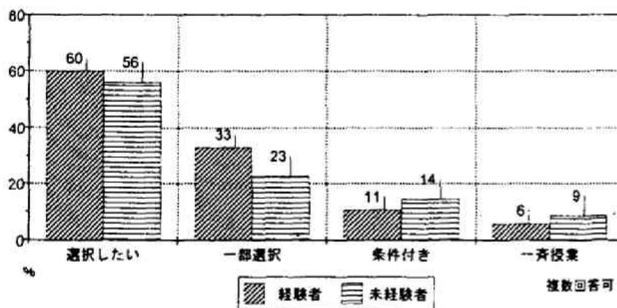
(1) 意識・実態調査について

- ア 目的 指導計画を作成するに当り、選択制授業における教員と生徒の意識・実態を把握する。
- イ 対象 研究員所属区・市の保健体育科教諭及び講師
研究員所属校より3校の第1～3学年男女生徒
- ウ 調査数 教師143名（選択制授業実施者77名、未実施者66名）
生徒656名（選択制授業経験者245名、未経験者411名）

(2) 意識・実態調査の結果と分析

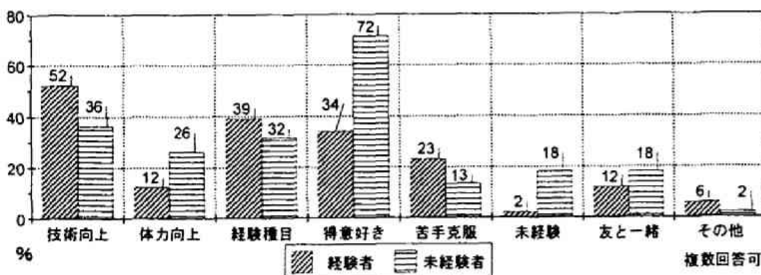
ア 結果

① 今後自分で領域や種目を選択し学習したいか（生徒）



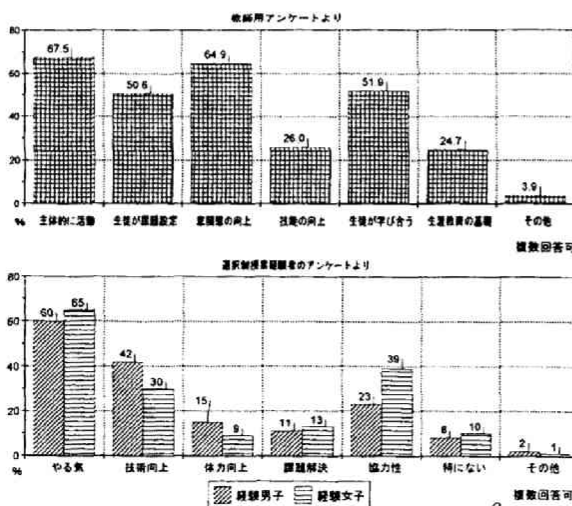
経験者の60%が「選択したい」と答え、条件付きまで含めると、90%以上が実施を望んでいる。未経験者もほぼ同様の割合で選択制授業を望んでいる。

② 種目を選択した理由（生徒）



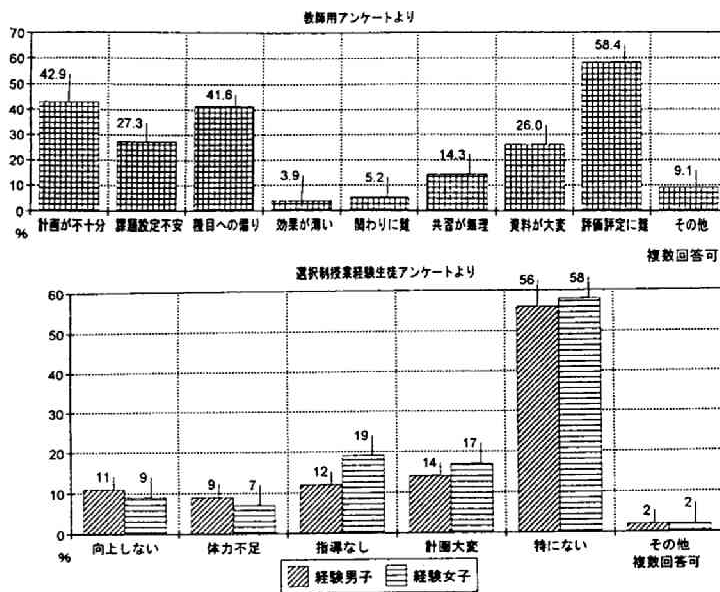
生徒が種目を選択した理由では、経験者は、「技能の向上」を第一にあげ「過去に経験して楽しかった」「得意・好きな種目」を選択している。未経験者は、70%以上が「得意・好き」をあげ、技能の向上」「経験して楽しかった」が続いている。

③ 選択制授業の長所（教員・生徒）



選択制授業のよい点として、実施者の約3分の2が「生徒の主体的活動」「興味・関心・意欲の向上」をあげ、「生徒自身の課題設定」と「生徒同士が学び合う」も半数を越す回答があった。経験者は、「やる気」をあげているものが、60%を越え、「特になし」と答えているものは、10%に満たない。

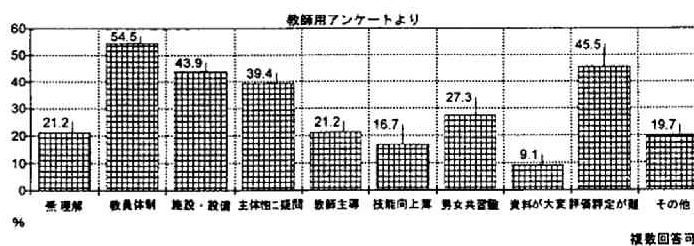
④ 選択制授業の問題点（教員・生徒）



選択制授業の問題点として実施者の60%弱が「評価・評定の難しさ」をあげ、40%強が「生徒の計画が不十分」「好きな種目への偏り」をあげている。

また、選択制授業を経験者の半数以上が、問題点は「特になし」と答えている。割合は少ないが、「教員の指導がない」と回答した経験者の女子で20%いる。

⑤ 実施しない理由（教員）



未実施者の約55%が「教員体制」をあげ、半数近くが「評価評定の難しさ」、「施設・設備」をあげている。また、約40%が、「生徒の主体的活動に疑問」をもっていると回答した。

イ 考察

- ① ほとんどの生徒が選択制授業を希望していることから、今後一層選択制授業の拡充が求められる。
- ② 種目を選択した理由では、未経験者は「得意・好き」をあげている割合が最も高く、経験者は「技能の向上」をあげている割合が最も高いことから、未経験者が選択制授業を経験することにより、技能の向上に目的が変わっていくものと考えられる。
- ③ 選択制授業を実際に経験して「やる気がでた」生徒が多く、また実施している教員が「生徒の主体的活動」と「興味・関心・意欲の向上」を効果としてあげていることから、選択制授業が生涯体育・スポーツへの基礎づくりと深くかかわっていくものと考えられる。
- ④ 選択制授業の問題点として、生徒の20%弱が「教員の指導が無い」「自分で計画を立てるのが大変」と答えており、選択制授業の趣旨や意義についても今後一層、啓発していくことが求められる。

2 学習過程における工夫

学習過程については、「関心・意欲」「仲間」「特性（楽しさ・喜び）」「技能、知識理解」の四つの観点を中心に「運動に親しむ資質や能力」を育成する支援の内容を工夫した。

	(1) 関心・意欲	(2) 仲間	(3) 特性（楽しさ・喜び）	(4) 技能、知識理解
学 習 I	<ul style="list-style-type: none"> 生徒の意識・実態調査を実施する。 掲示物、視聴覚機器、学習資料の活用によるオリエンテーションの充実を図る。 	<ul style="list-style-type: none"> 事前の人間関係に関する調査を実施する。 運動領域に関する話し合い活動の時間を設ける。 	<ul style="list-style-type: none"> どの領域も経験し、選択できるよう、試しの自由試技や武道、ダンスへの自由参加の時間を設定する。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習資料や視聴覚機器から運動の内容を知り、技能の学び方を知る。
学 習 II	<ul style="list-style-type: none"> 課題の設定と解決に向けての学習方法が適切かどうかを、学習資料、学習カード、ビデオで確認していく時間を設定する。 専門の用具や現代的なリズムの曲を積極的に使用する 領域及び種目を変更できる機会を設け、再度ねらい1ねらい2の時間を設定する。 	<ul style="list-style-type: none"> リーダーへの支援をしていく場や時間を設けることで、グループの仲間づくりを円滑に進める。 グループでの話し合いの場では、学習資料や学習カードを必ず使用する。 	<ul style="list-style-type: none"> 記録を計ったり、試合やダンスの一部を毎回発表したりする。 記録の変化や技、ダンスの内容の経過については、一人一人が記録をとる。 	<ul style="list-style-type: none"> いつでも誰でもすぐに見れ、学習を深めていける領域ごとの資料集を見やすい位置に置く。 グループ同士が学習計画案を見せ合い、話し合いや賞賛し合う場を設ける。
ま と め	<ul style="list-style-type: none"> 生徒の計画、運営による試合や発表会を実施する。 	<ul style="list-style-type: none"> グループでの記録会や試合、発表会のために、事前にリーダーへの助言を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 模範試合や模範試技、代表の発表を全員で見合い、話し合いを通して、運動の特性についてまとめる。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習カード、学習資料を通して自分の課題解決の成果について確認する。

3 単元計画作成上の考え方

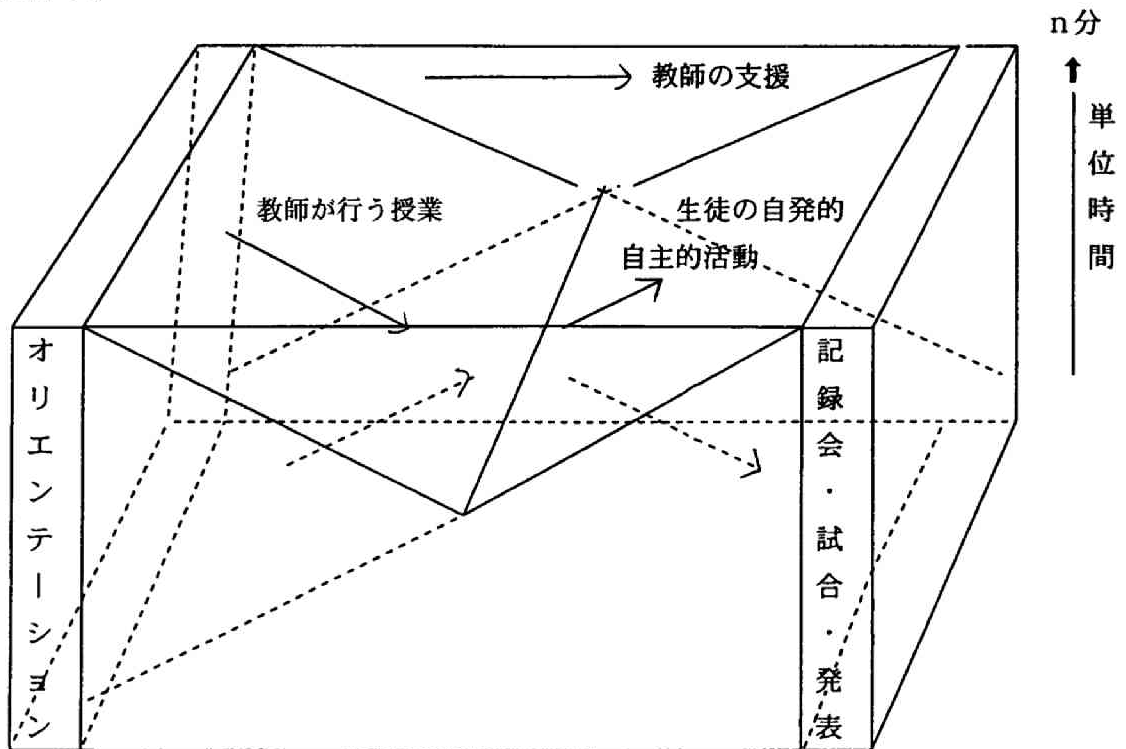
教師・生徒は、選択制授業における課題解決に向けての学習計画を考える際は、選択制授業の考え方や内容等について十分理解することが大切である。選択制授業においては、生徒一人一人の運動やスポーツへの多様な欲求に対応して、生徒が運動の楽しさや喜び（特性）をより深く味わうことが重要である。さらに生徒自身が自らの能力・適性・興味・関心などに応じて主体的に運動の行い方や楽しみ方を工夫していくことが必要である。

単元計画の作成においては、学習Ⅰから学習Ⅱ、まとめと学習が深まっていく経過の中で、教師が中心に行う授業から、生徒の自発的、自主的活動が中心となる授業に移行していくようにすることが重要であり、そのモデル例を下図のように考えた。

〈選択制授業における単元計画のモデル例〉

学習Ⅰは教師が中心に行うオリエンテーションから始まり、1～3時間後に学習Ⅱに移行する。学習Ⅱでは、徐々に生徒主体の学習活動が展開され、課題発見や課題解決等が行われる。

まとめの段階は生徒がほとんど主体的に行う記録会や、試合、発表となり、教師は必要な支援を行う。



単元計画の時数

4 選択制授業（陸上競技）

(1) 意識・実態調査の結果と考察

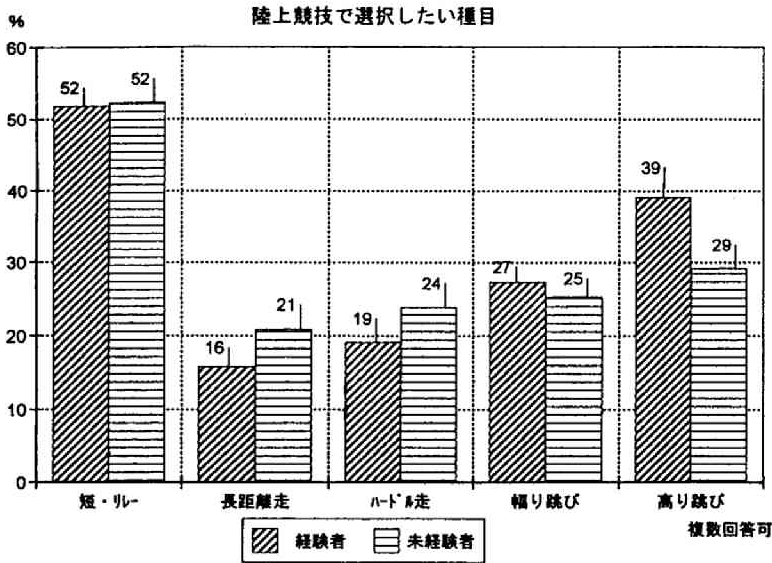
目的・陸上競技における意識・実態を把握し、選択制授業の充実に資する。

対象・研究員の所属する公立中学校4校の第1学年から第3学年男女656名

調査数・選択制授業経験者245名、選択制授業未経験者411名

ア 結果

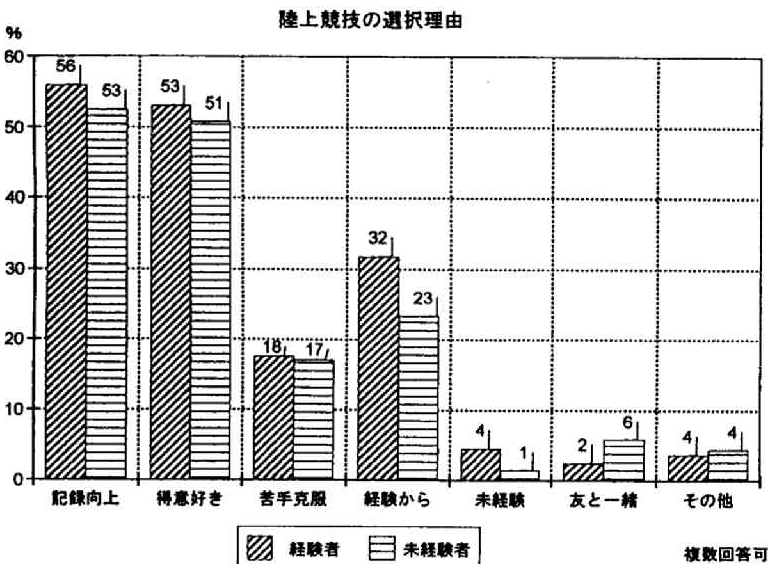
① 陸上競技の授業で種目を選択できるとしたら、どの種目を選びたいですか。（複数回答）



経験者も未経験者も、種目を選択する場合、「短距離走・リレー」を希望している生徒の割合が最も高く、ついで「走り高跳び」、「走り幅跳び」の順である。

「長距離走」を希望する生徒は、経験者、未経験者とも、最も低かった。

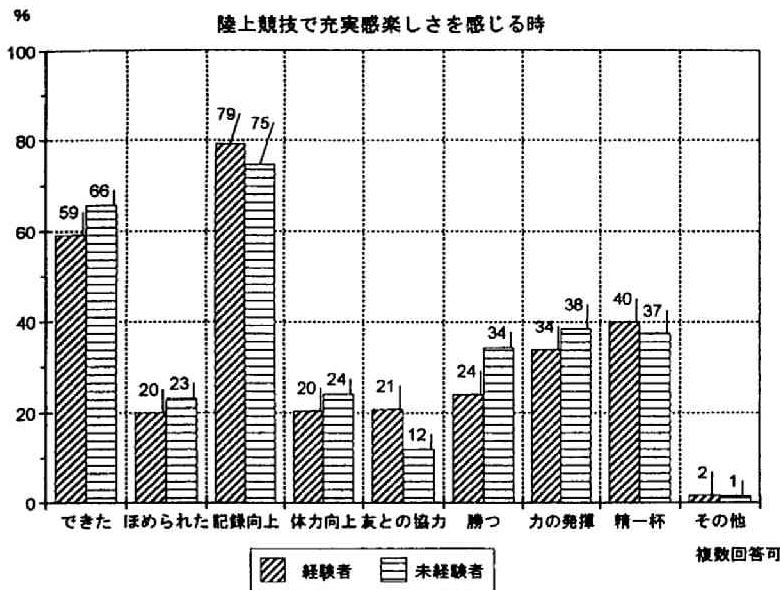
② 上の種目を選ぶ理由は何ですか。（複数回答）



種目を選択した理由では、経験者と未経験者とは回答に大きな違いはなく、「記録の向上」と「その種目が得意または好きだから」を理由の上位にあげている。その次に、「以前に経験して楽しかったから」という理由が続く。

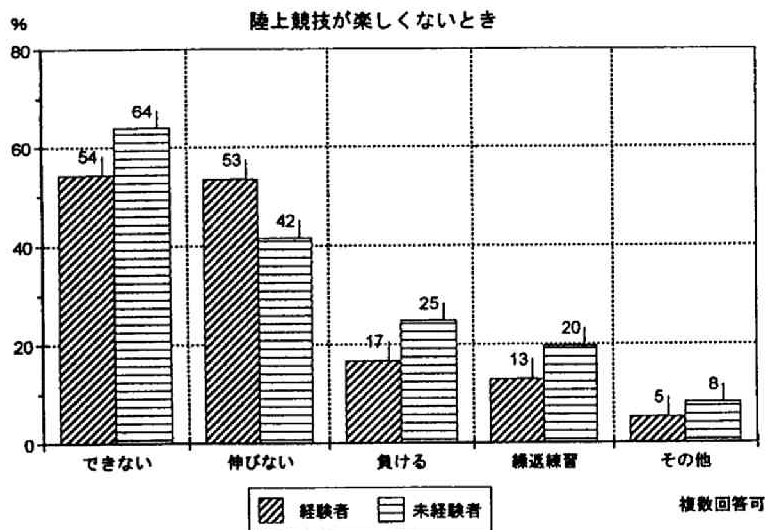
また、その種目が「未経験」だから、選択したという回答は、少なかった。

③ 陸上競技の授業で、充実感や楽しさを感じる時はどんなときですか。(複数回答)



経験者、未経験者ともに「記録が伸びたとき」に、陸上競技の授業で充実感や楽しさを感じると答えている生徒が、80%近くいる。また、「できるようになったとき」が続けて50%以上になっている。

④ 陸上競技の授業が楽しくない時はどんなときですか。(複数回答)



経験者、未経験者ともに、「練習してもなかなかできないとき」が最も多く、ついで「記録が伸びないとき」の順である。

(2) 考察

- ① 陸上競技において、選択したい種目については、選択制授業の経験者、未経験者にかかわらず、大きな違いは見られない。
- ② 生徒が陸上競技の授業において望んでいることは、楽しく活動しながら、記録の向上を目指していると考えられる。この願いに対応する具体的な支援が必要である。
- ③ 「練習してもできないとき」、「記録が伸びないとき」など陸上競技への意欲を失っていく生徒に対応する具体的な支援が必要である。

(2) 支援の工夫

1 「関心や意欲」の支援の工夫

- ア 種目をビデオや資料で紹介することにより、生徒が陸上競技の特性や動きを知り、自ら選択できるようにした。
- イ アンケート調査から、選択する種目を設定し、2種目選択コースと1種目選択コースを用意することにより、生徒の興味や関心に合わせて選択できるようにした。
- ウ 学習Ⅰにおいて、自由試技の時間を設定することにより、各種目を体験し、さらに興味を深めることで、積極的に種目を選択することができるようにした。
- エ 毎時間、学習カードを使用することにより、活動内容の確認や自己評価、相互評価を行い、課題の解決に取り組んだ。
- オ スパイク、ストップウォッチを使用することにより、より興味や関心を高め、意欲的に取り組めるようにした。

2 「仲間」の支援の工夫

- ア 学習計画をグループで協力して作成することにより、責任と仲間意識をもたせるようにした。
- イ 運動のポイントを学習資料で示すことにより、グループでの話し合いや賞賛、相互評価を有効にし、次なる課題解決につながるようにした。
- ウ グループの話し合いが円滑に行われるように、リーダーへの支援の時間を設定した。

3 「特性（楽しさ・喜び）」の支援の工夫

- ア 種目ごとに細かな動作の解説や、練習方法、目標への到達の考え方、つまずきやすいポイント等を冊子にして利用しやすい場所に置くことにより、課題解決への参考になるようにした。
- イ ビデオやデジタルカメラなどの視聴覚機器を生徒が気軽に使用できるように設定することにより、種目の理解を深め、積極的に課題解決に向けた活動ができるようにした。
- ウ 電子音のピストルを使用することにより、スタート時の緊張感をもたせ、より特性にふれるようにした。
- エ 正しい運動フォームの図を大きく拡大し、活動場所に掲示することにより、誰でも、いつでも、運動フォームを意識しながら活動できるようにした。

4 「技能、知識・理解」の支援の工夫

- ア 練習内容のビデオや生徒自身の動きをビデオカメラに収め、グループでめあてに応じた話し合いの時間を設けることにより、専門的な技能や知識を理解できるようにした。
- イ 疾走中のスピードの変化を確認するために、ストップウォッチを使用するなどの工夫をすることにより、最高スピードの到達点やスピードが落ちる地点がわかるようにした。
- ウ 踏み切り板やロイター板、ミニハードルを使用することにより、走り幅跳びや走り高跳び、ハードル走の技能について理解を深め、技能の向上を図るようにした。

(3) 陸上競技の単元計画例（第三学年男女共習）〈単元の目標〉仲間と協力し、自己の能力に適した課題をもって、競技したり記録を高める。

段階	時数	学習内容・学習活動	支 援 の 工 夫				評 価
			関心・意欲	仲 間	特性（楽しさ・喜び）	技能・知識・理解	
学 習 I	1 3	〈オリエンテーション〉 学習の進め方、個人カード、資料の活用の仕方を確認、資料ビデオの鑑賞 自由試技 希望調査 グループビンゴ 試しの記録会 学習計画、個人目標設定	<ul style="list-style-type: none"> 学習カード、学習資料ビデオを提供し、興味や関心をもつようにする。 アンケート調査から種目を開設し、生徒自らが自由な私技によって、取り組む種目を選択できるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> グループの重要性の意識付けを行うために、陸上競技のイメージや特性について話し合う。 活動しやすいグループビンゴを行うための事前の人間関係の調査や種目の希望調査を行う。 グループで責任がもてるよう協力して計画を立てる。 	<ul style="list-style-type: none"> 特性が理解できるような効果的な資料やビデオ等を提供し、特性に気付くようにする。 グループで話し合い特性について意見交換する。 	<ul style="list-style-type: none"> 豊富な資料を用意し、その活用の仕方について説明する。 安全について理解を深めるよう、予想される事故についてまとめる。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習内容を把握しているか。 健康や安全に留意し、協力して活動しようという意識があるか。 自分の意志で種目選択ができているか。 自己の課題が確認できたか。 学習計画が立てられているか。 学習資料が活用できているか。
学 習 II	4 8	ねらい1 自己の今もっている技能に応じた力で、特性を味わう	<ul style="list-style-type: none"> 課題の設定と、その課題にあった練習方法をしているかを確認するため、学習資料・カードを活用する。 スパイクやストップウォッチを使用し興味や関心を深めるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 友達と互いに教え合ったり、認め合い、励まし合ったりして、技能の向上を図っているように、リーダーへの支援を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 種目ごとの解説やポイント等を冊子にして常に生徒が見れる場所に置いておく。 細かい分析や、より発展した練習ができるようビデオをみたり、話し合いを行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習資料・学習カードの活用を促し、効果的な練習方法を見いだせるようにする。 踏み切り板やロイター板、スパイクを使用して、技能の向上や動作の分析を行い、課題解決ができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 課題解決に向け工夫して学習に取り組めているか。 学習カードが記入されているか。 安全に留意して活動しているか。 協力し学習が進められているか。 楽しさ・喜びが味わえたか。
		ねらい2 新たな技能に挑戦するとともに、記録の向上を図る	<ul style="list-style-type: none"> 仲間同士が相互に見合い、成果を十分に発揮できるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 役割分担に従って、協力して記録会が行えるように声をかける。 	<ul style="list-style-type: none"> 記録を常に記録することで、変容を確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> 自分たちで正しく記録会ができるように促す。 	<ul style="list-style-type: none"> 自己評価ができているか。 1種目目の反省ができているか。
種 目 変 更	10 13	ねらい1 1種目目の活動を踏まえ新たな種目に取り組む。	<ul style="list-style-type: none"> 新たな種目を選択することで、新たな関心や意欲を引き出す。 	<ul style="list-style-type: none"> グループでの教え合いや励まし合いにより互いに認め合うことがより確かなものとなるように学習資料でポイントを示す。 	<ul style="list-style-type: none"> より効果的な練習方法を行えるようビデオや学習資料を示す。 正しいフォームの図を拡大し、生徒がいつでも見れる場に掲示する。 	<ul style="list-style-type: none"> より効果的な練習計画を立て、計画を見せあう。 ストップウォッチで疾走中のスピードの変化を確認し、課題を明確にする。 	<ul style="list-style-type: none"> 1種目目の反省が練習計画に生かされているか。 2種目目の成果や課題が把握できているか。
		ねらい2 2種目目の課題解決に取り組むとともに、記録の向上を図る	<ul style="list-style-type: none"> 全員で見合うことにより、生徒に集中力と意欲をもたすようにし成果を引き出す。 新たな関心・意欲をもって学習のまとめが行えるような学習カードの記入を促す。 	<ul style="list-style-type: none"> グループで話し合い発表できるように、リーダーへの助言を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 技能の向上や楽しく活動できるようになることを実感できるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 自分たちで記録会ができるように学習資料を提示する。 自分の行っていない種目も含めた特性を理解できるように助言する。 	<ul style="list-style-type: none"> 個人の目標が達成できたか。 知識を深めることができたか。 新たな関心・意欲をもつことができたか。
ま と め	14 15	<ul style="list-style-type: none"> 記録会を実施する。 全体のまとめ 自己評価（学習カード） グループでの反省と発表 	<ul style="list-style-type: none"> 全員で見合うことにより、生徒に集中力と意欲をもたすようにし成果を引き出す。 新たな関心・意欲をもって学習のまとめが行えるような学習カードの記入を促す。 	<ul style="list-style-type: none"> グループで話し合い発表できるように、リーダーへの助言を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 技能の向上や楽しく活動できるようになることを実感できるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 自分たちで記録会ができるように学習資料を提示する。 自分の行っていない種目も含めた特性を理解できるように助言する。 	<ul style="list-style-type: none"> 個人の目標が達成できたか。 知識を深めることができたか。 新たな関心・意欲をもつことができたか。

(4) 学習指導計画例（実証授業、15時間抜いの6時間目）〈本時のねらい〉協力して、課題の解決に取り組み、習熟度を高める。

	学習内容・学習活動	支 援 の 工 夫				評 価																												
		関心・意欲	仲間とともに	特性（楽しさ・喜び）	技能・知識・理解																													
はじめ 10分	<ul style="list-style-type: none"> ・整列 あいさつ（班ごとに） ・出欠確認 ・本時の予定確認 ・本時の課題、学習内容の確認 ・グループ内での協力体制の確認 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習資料を使用して、本時の学習活動を確認。 ・意欲的な取り組みができるよう、本時の流れをつかむように声をかける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・班長にそれぞれの目標に向かってリードするよう声をかける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・前時の内容を確認し、本時のめあてをもつように促す。 ・学習カードを配布する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習資料や用具の活用の仕方を確認。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習内容が理解できているか。 																												
なか 30分	<ul style="list-style-type: none"> ・グループごとに活動 ・体操、ウォーミングアップ <p>めあて1 前の時間の確認と練習を行う。今できる力で行う。</p> <p>めあて2 できない技能に取り組む。選択した種目の習熟度を高める活動を行う。用具を使用して技能を高める。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ビデオ等を使い自分の姿を見ることで自己の課題に気づかせ目標を見つけさせる。 ・グループ内で互いの課題を見つけ合い、スパイクやストップウォッチを使用して課題解決に取り組ませる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループで班長を中心に本時の取り組みを話し合わせる。 ・グループ内の役割について確認し合わせる。 ・パートナーに意識をもつように声をかけさせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自己の目標に到達するための方法を考えさせる。 ・ビデオ等による動作分析を行わせる。 ・電子音のピストルを使用して、スタートの意識を高めさせる。 ・ストップウォッチによりスピードの変化を調べさせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・資料、ビデオ等を活用し、自の課題を見つけ、からだの動き、気をつけるポイントを意識するように声をかけさせる。 ・踏み切り板やロイター板を使用して、互いに踏み切り時の動作を見合うなどして練習の工夫をさせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・めあてをもっているか。 ・学習計画が順調に進んでいるか。 ・意欲的に取り組んでいるか。 ・楽しさ、喜びを味わえたか。 ・学習活動において工夫ができたか。 ・技能が向上したか。 																												
		<table border="0"> <tr> <td>短距離走</td> <td>ハードル走</td> <td>走り幅跳び</td> <td>走り高跳び</td> <td>長距離走</td> </tr> <tr> <td>・スタート</td> <td>・フォーム作り</td> <td>・助走距離、方法</td> <td>・助走距離、角度</td> <td>・時間走</td> </tr> <tr> <td>・中間疾走</td> <td>・インターバル調整</td> <td>・踏切位置、フォーム</td> <td>・踏切位置、フォーム</td> <td>・インターバル走</td> </tr> <tr> <td>・フォーム作り</td> <td>・スタート</td> <td>・空中フォーム</td> <td>・空中フォーム</td> <td>・フォーム作り</td> </tr> <tr> <td>・計測</td> <td>・計測</td> <td>・着地姿勢</td> <td>・着地</td> <td>・計測</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>・計測</td> <td>・計測</td> <td></td> </tr> </table>	短距離走	ハードル走	走り幅跳び	走り高跳び	長距離走	・スタート	・フォーム作り	・助走距離、方法	・助走距離、角度	・時間走	・中間疾走	・インターバル調整	・踏切位置、フォーム	・踏切位置、フォーム	・インターバル走	・フォーム作り	・スタート	・空中フォーム	・空中フォーム	・フォーム作り	・計測	・計測	・着地姿勢	・着地	・計測			・計測	・計測			
短距離走	ハードル走	走り幅跳び	走り高跳び	長距離走																														
・スタート	・フォーム作り	・助走距離、方法	・助走距離、角度	・時間走																														
・中間疾走	・インターバル調整	・踏切位置、フォーム	・踏切位置、フォーム	・インターバル走																														
・フォーム作り	・スタート	・空中フォーム	・空中フォーム	・フォーム作り																														
・計測	・計測	・着地姿勢	・着地	・計測																														
		・計測	・計測																															
まとめ 10分	<ul style="list-style-type: none"> ・整理運動 カード記入 ・本時のまとめ ・次時の内容、課題の確認 ・あいさつ、片付け 	<ul style="list-style-type: none"> ・使った筋肉をほぐし、リラックスするために、適切な整理運動を行っているかどうか観察し、声をかける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループで本日の、取り組みについて話し合い、お互いを励ます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習カードで自己の進捗、深まりを確認させる。 ・グループ内で自己の成果を発表し、次時のめあてを考へさせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・本時に取り組んだ内容を確認し、整理させる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・適切な整理運動ができたか。 ・本時のねらいが達成できたか。 ・新たな課題がもてたか。 ・協力して活動できたか。 																												

(5) 学習資料例

運動に親しむ資質や能力を育成するために、次のような学習カードを作成した。

《学習カード（例）【個人、自己評価カード】》

陸上競技 学習カード		種目〔 長距離 〕					
3年2組 43番 氏名 ○○ △△		パートナー〔 ×× ○○ 〕					
no	月日	めあて	学習内容・方法	記録	反省・評価	取り組み・自己採点	先生から
1	10 / 8	自分のペースを見つけ、一定のスピードをたもつ。	フォームと呼吸法を確認しながらペースをつかむ。 トラック7週	160 m 55秒 ×5月	ペース走は、一週55秒でまわれたが次回、もう少しタイムを速めたい。	70 / 100	目標タイムの設定は個人によって達成できます。頑張れ
2	10 / 9	楽に走れる自分のペースと友達と比べて離されないように頑張る。	フォームとスピードの確認。少しペースの速い友達に何回ついていくか	160 m 55秒 ×5月	自分のペースは速くなったけど7週もたなかった。次回は、持久力を付けたい。	60 / 100	持久力練習はインターバルトレーニングがいいかも。
3	10 / 12	デジタルカメラで自分のフォームをしっかりと確認し、スピードの速い友達と比べてみる。	タイムを計って、実際のフォームを確認し、スピード+持久力を確かめてみる。	800 m 4分9秒	デジカメだとフォームがわからない、やはりビデオの方がよいことがわかった。	75 / 100	どんなところがうまくいかなかったのか次に生かしていこう

※カード記入上の注意

- ☆めあて・・・今日の目標とする記録、やってみたいことなどのねがいを具体的に記入する。
- ☆学習内容・方法・・・どんなことをどんな方法で学習していくのか、練習回数なども具体的に記入する。
- ☆反省・評価・・・今日のめあてが達成できたか、活動内容・方法はめあてにとってふさわしいものだったかを具体的に記入する。
- ☆取り組み自己採点の観点には、○運動量 ○意欲 ○協力 ○技能 ○記録の向上 ○思考・判断 ○知識・理解

まとめ〔 反省・評価 〕

一周何秒で走るかを目標設定したので課題達成がより明確になった。
自分のペースをつかんで走れるようになったので楽しかった。

《学習カード（例）【グループカード】》

3年陸上競技学習カード		種目〔 長距離 〕	
グループ評価表		班長〔 ○○ △△ 〕	
<p>△△さん・・・みんな、フォームが悪いので次回はビデオで確認したい。</p> <p>○○君・・・次回は、もう少し、ペースを守って走ってみよう</p> <p>××君・・・今回は、ペースをつかむことができなかったので次回は頑張る。</p> <p>□☆さん・・・見学していたが、みんな呼吸が苦しそうだっただ。</p> <p>◇◇君・・・みんな呼吸法がよくわかっていない。</p> <p>口で2回、鼻で2回の呼吸法を試してみよう。</p>			

(6) 実証授業のまとめと考察

ア まとめ

はじめ	<ul style="list-style-type: none">・学習資料の活用、グループでの意見交換は、生徒の意欲の喚起、ねらいの明確化につながった。・班長を中心に学習活動を進めることは、班長ばかりでなく、グループ全員の意識向上につながった。
なか	<ul style="list-style-type: none">・活動中に、ビデオや学習資料を見ながら、グループで話し合うことは、課題を明確にするとともに、課題解決への意見交換ができた。・ストップウォッチやスパイクを使用することは、興味や関心が高まり、意欲的に真剣に取り組む場面が多く見られた。・話し合いで学習資料や学習カードを活用することは、目標やねらいが常に確認され、活動の見通しがもてた。・種目の変更は、より意欲を高めるとともに、1種目目の学び方を生かすことにつながった。・電子音のピストルや踏み切り板、ロイター板の使用は、その種目の理解を深め、より楽しさや喜びを追求することにつながった。・ストップウォッチにより、疾走中のスピードの変化を調べることは、より知識を深め、活動内容の質の向上につながった。
まとめ	<ul style="list-style-type: none">・学習資料、個人カードを使用してのグループでの話し合いは、自己の成果の確認と新たな課題の設定につながった。

イ 考察

- オリエンテーションでの学習資料やビデオ教材を工夫することは、生徒が種目を選択する際の意識を高めることにつながり有効である。しかし、生徒の実態にあったものを使用することが重要であることが明らかになった。
- 学習カードやグループカードの活用及び班長を中心とする学び合いの活動を工夫することは、生徒の主体的な活動を引き出すとともに、技能の向上につながり有効である。
- ストップウォッチ、踏み切り板、電子音のピストル等の用具の使用を工夫することは、生徒の意欲を喚起し、課題解決につながり有効である。
- 学習カードの評価の項目をわかりやすく工夫することは、生徒のグループ活動での状況が把握でき、課題解決への支援に有効である。
- 男女共習で行うことは、体力的な違いはあるが、協力や思いやりの心を育てるよい機会となり、グループでの取り組みが積極的になり有効である。

6 選択制授業（武道、ダンス）

(1) 意識・実態調査の結果と考察

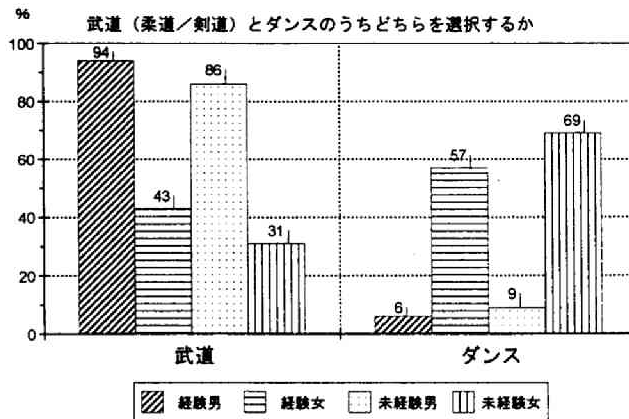
目的・武道・ダンスにおける意識・実態を把握し、選択制授業の充実に資する。

対象・研究員の所属する公立中学校4校の第1学年から第3学年男女656名

調査数・選択制授業の経験者245名、選択制授業の未経験者411名

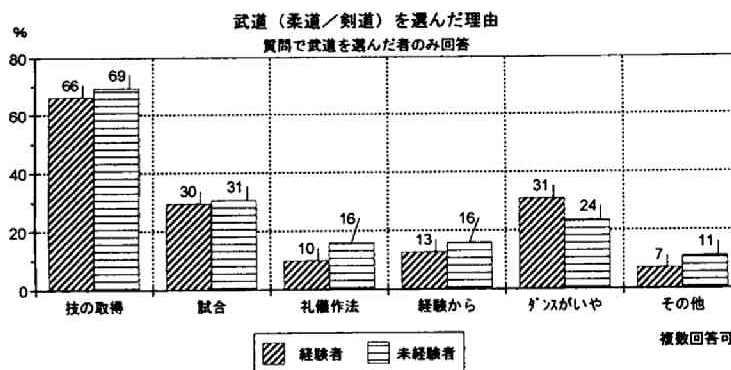
ア 結果

① 武道とダンスから1つ選択をするとしたらどちらを選びますか。



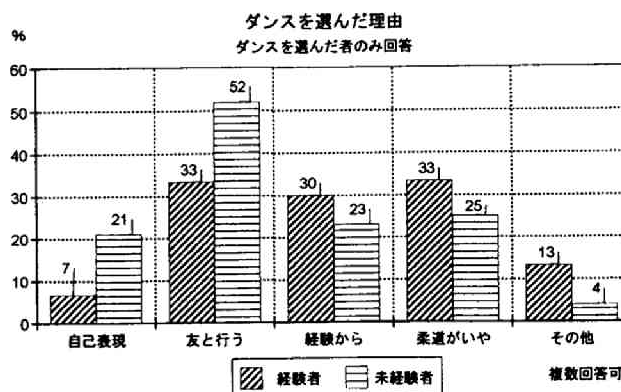
女子は、経験者も未経験もダンスを選択する傾向が強い。また、男子では経験者も未経験者もダンスを希望する生徒は6～9%であるが女子は柔道を希望する生徒が約30%から40%いる。

② 武道（柔道・剣道）と答えた生徒が選んだ理由（複数回答可）



武道を選択した理由としては、「技の取得」や「試合」を主な理由としている。また、「ダンスがいやなので武道を選んだ」という生徒が経験者で30%、未経験者で24%いる。「礼儀作法」については、選択制授業の経験・未経験に関係なく回答した生徒は10～16%である。

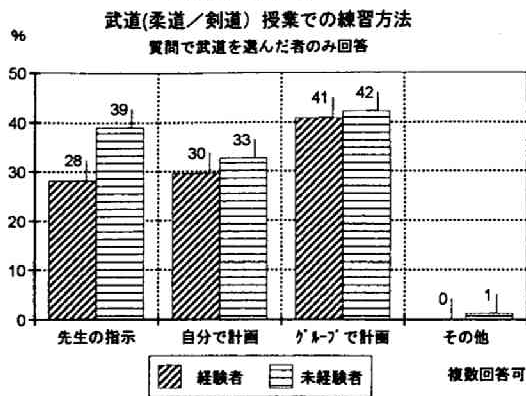
③ ダンスと答えた生徒が選んだ理由（複数回答可）



ダンスを選択した理由として、経験者は「仲間と行う」ことや「柔道がいや」という理由が多い。未経験者は「仲間と行う」が50%以上回答している。その次に、「柔道がいや」をあげている。

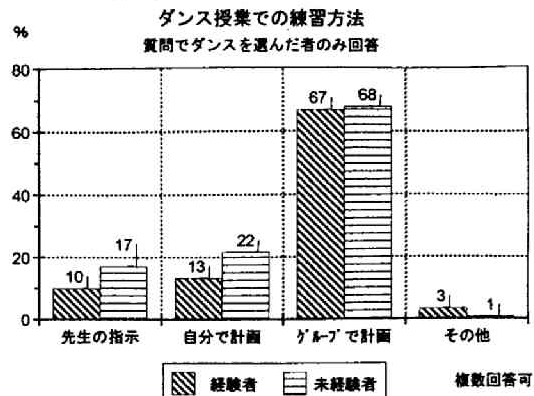
選択制授業の経験・未経験に関係なく「柔道がいやでダンスを選択した」生徒が約30%前後いる。

④ 武道と答えた生徒は、どのような学習方法で行いたいのか（複数回答可）



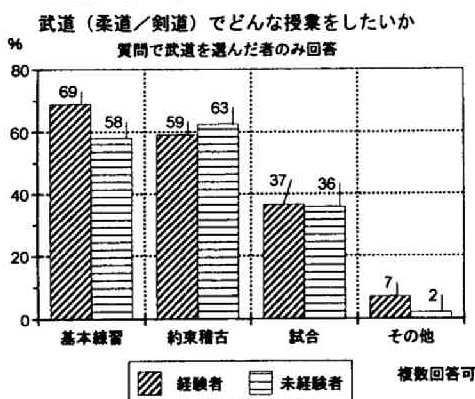
経験者・未経験者ともに「グループで計画を立てて行いたい」という回答が40%をこえ、「自分で計画を立てて行う」は、30%程度である。「先生の指示」については経験者に比べ未経験者の方が高い割合を示している。

⑥ ダンスと答えた生徒はどのような方法で行いたいのか（複数回答可）



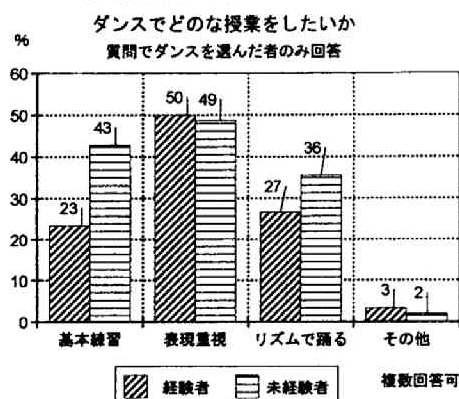
「グループで計画を立てたい」という回答が70%近くである。それに対して、「先生の指示」や「自分で計画を立てる」ことについては未経験者が経験者より高い割合で回答している。

⑤ 武道と答えた生徒は、どのような練習をしたか（複数回答可）



経験者・未経験者ともに「基本練習」、「約束稽古」を希望する生徒が多く、「試合」を望んでいる生徒は36~37%であった。

⑦ ダンスと答えた生徒は、どのような練習をしたか（複数回答可）



経験者は「基本練習」を希望する生徒が少なく、「表現力を重視したい」という回答が多い。未経験者では、「表現力」を重視しつつも「基本練習」や「リズムに合わせて踊る」ことを希望する回答が経験者より多い。

イ 考察

- ① 生徒は今までの一斉授業の形態だけではなく、自分たちの希望を取り入れて学習計画を立てることができる授業を望んでいる。また、自分から種目を選択しても、柔道の基本練習・約束稽古やダンスの表現活動・リズムで踊るなど、基本を学習しようとしている傾向がみられる。
- ② 仲間の関係を育て、楽しさや喜びなどの種目の特性に触れていくことを考えると、グループ編成については、教師が一方的に行うよりも、生徒が主体的に行うほうが、生徒自身が責任をもって活動することにつながると考えられる。
- ③ 教師は、生徒の立てた学習計画を基に、生徒の活動を予想しながら、導入の段階からまとめの段階に至るあらゆる場面において、支援を工夫していくことが重要である。

(2) 支援の具体的工夫

1 「関心・意欲」の支援の工夫

- ア 柔道・ダンスを、ビデオや資料で紹介することにより、生徒が特性や動きをイメージできるようにした。
- イ 生徒がもつ柔道やダンスのイメージ及び自分たちが考える活動内容を話し合わせることで、生徒自らが実施したい種目を選択できるようにした。
- ウ 学習Ⅰにより、自由試技の時間を設定し、柔道・ダンスの両方を体験し、興味を深めることにより、積極的に種目を選択することができるようにした。
- エ 学習Ⅱにおいて、オリエンテーションⅡを設定することにより、今までの活動の振り返りと試合や発表に向けて意欲を高め、内容や方法を検討することができるようにした。
- オ 個人カードを毎時間使用し、活動内容の確認や自己評価、相互評価を行うことにより課題の解決に向けた取り組みができるようにした。

2 「仲間」の支援の工夫

- ア グループ内の2～3人でパートナーを組ませることにより、互いに声かけや補助がしやすくなるように工夫した。
- イ 生徒の学習カードやグループノートを活動中にいつでも見られる位置に置き、めあての確認や活動内容を確認しあえるようにすることにより、班長中心に相互評価を有効に活用し、次なる課題解決につながるようにした。
- ウ 一人一人の課題に合わせて、グループを編成し、班長やその他の役割を設けることにより、グループ全員が課題解決に向けた取り組みができるようにした。

3 「特性(楽しさ・喜び)」の支援の工夫

- ア 柔道の技やダンスの細かな動作の解説、練習方法、目標への到達の考え方、つまりきやすいポイントを冊子にして利用しやすい場所に置くことにより、課題解決への参考にできるようにした。
- イ ビデオやデジタルカメラなどの視聴覚機器を生徒がいつでも使用できるように設定することで、生徒の意欲・関心を引き出し、積極的に課題解決に向けた活動ができるようにした。
- ウ 単元計画、本時の流れ、技の見本図、ダンスの課題の例示などを大きく見えるように掲示したことにより、練習内容の質が高まり、より特性に触れることにつながった。
- エ 毎時間、試合や発表を行うとともに、自己評価、相互評価を行うことにより、課題が明確になるようにした。

4 「技能、知識・理解」の支援の工夫

- ア 柔道、ダンスの練習内容のビデオや生徒自身の動きをビデオカメラに収め、グループで分析し合う時間を設けることにより、技能の向上や知識・理解を深めることにつながるようにした。
- イ グループで学習資料を使用し、課題解決を行う時間を自由にもたせることにより、技やダンスの動きについての理解が深められるようにした。

(3) 「柔道、ダンス」の単元計画例(実証授業15時間中の12時間)〈単元の目標〉協力し、技や表現の練習に積極的に取り組みながら課題解決を図る能力を身に付ける。

	学習内容・学習活動	支 援 の 工 夫				評 価
		関心・意欲	仲 間	特性(楽しさ・喜び)	技能・知識・理解	
学 習 I	1 2 オリエンテーション1 ・選択制授業の趣旨の理解を図る。 ・学習のねらいの確認をする。 ・学習資料などの活用の仕方を理解する。 ・安全点検とその理解をする。 ・柔道・ダンスの自由試技を行う。	・運動への関心、意欲を高めるためにビデオ等の学習資料の提示する。	・望ましい班編成を考へるよう促す。 ・人間関係を知るための調査を事前に行う。	・運動の楽しさの体験、運動の学び方を把握するための調査を行う。	・運動の特性を理解させるために、ビデオ等の学習資料を提示する。 ・安全についての配慮事項を提示し、身に付けさせる。	・選択制授業の趣旨が理解できたか。 ・柔道、ダンスの特性が理解できたか。 ・学習のねらいが理解できたか。 ・学習資料の活用ができたか。 ・安全について理解できたか。 ・班編成、役割分担ができたか。
学 習 II	3 5 柔道のねらい1 基本的な技の習熟をはかり、今もっている力で試合ができるようにする。 ダンスのねらい1 課題を設定し、今もっている力で、リズムカルに楽しく踊ることができるようにする。	・ビデオ等の学習資料の提示・示範する。	・工夫がみられる生徒やグループを営め、励ますとともに他のグループに紹介する。	・試合や判定の方法を考へるよう工夫する。(柔道) ・課題を設定しイメージがもてるよう工夫する。(ダンス)	・つまづきがある生徒へ原因を気づかせる。 ・グループを巡回し、声をかける。	・課題設定が適切だったか。 ・学習計画が適切であったか。 ・意欲的に取り組めたか。 ・学習活動において工夫ができたか。 ・仲間と協力してできたか。 ・楽しさ、喜びを味わえたか。 ・お互いどうし、評価できたか。 ・技能が向上したか。
	・学習資料を活用させる。 ・試合や、動きを振り返り、新たな課題を考へさせる。			・試合や発表の方法を考へさせる。 ・つまづきがある生徒へ原因を気づかせる。 ・グループを巡回し、声をかける。 ・技能に応じた試合ができているか、確認させる。 ・安全への配慮を促す。		
学 習 II	6 12 柔道のねらい2 自分の好きな技を身につけて、その技を生かした試合ができるようにする。 ダンスのねらい2 イメージを拡大していき、動きを楽しみながら小作品をつくる。	・ビデオ等の学習資料の提示・示範する。 ・学習資料を活用するように促す。	・仲間と協力し学習するように促す。	・試合や判定の方法を考へさせる(柔道)	・安全な試合や発表の方法を考へよう促す。	・学習計画が適切であったか。 ・意欲的に取り組めたか。 ・楽しさ、喜びを味わえたか。 ・学習活動において工夫ができたか。 ・仲間と協力してできたか。 ・安全に留意して活動できたか。
	・グループ内やグループを越えて学び合うよう促す。 ・色々な技や動きができるようにグループでの話し合いの場を確保する。		・発表の方法を考へさせる(ダンス)	・試合やうごぎを振り返り、新たな課題を考へよう促す。		
ま と め	13 オリエンテーション2 〈柔道〉 ・学習活動、ルール、審判 ・対戦相手の決定、対戦表作りを行う。 〈ダンス〉 ・動きの一部を発表する。	・試合を通して喜びや楽しさを味わえる組み合わせ方法を考へよう促す。 ・今までの活動の達成度を発表しあい、互いに確認するよう促す。	・役割分担の確認と責任を果たすように促す。	・みんなが試合や発表会を楽しむためにはどうしたらよいか考へよう促す。	・安全な試合や発表の方法を考へよう促す。	・学習計画が適切であったか。 ・意欲的に取り組めたか。 ・楽しさ、喜びを味わえたか。 ・学習活動において工夫ができたか。 ・仲間と協力してできたか。 ・安全に留意して活動できたか。
	14 15 〈柔道〉 ・重量別での試合を行う。 ・個人戦 ・団体戦 〈ダンス〉 ・小作品を発表し、できばえを鑑賞して楽しむようにする。	・試合や発表がスムーズに流れるように声をかける。	・役割分担の責任を果たすように声をかける。	・今まで習得した技能や知識を生かした練習を工夫しているか確認するために学習カードを活用させる。		

(4) 学習指導計画例（実証授業、12時間扱いの6時間目）〈本時のねらい〉協力して、課題の解決に取り組み、習熟度を高める。

	学習内容・学習活動・予想される生徒の活動	支 援 の 工 夫			評 価	
		関心・意欲	仲 間	特性（楽しさ・喜び）		技能・知識・理解
はじめ 10分	<ul style="list-style-type: none"> ・出席確認 ・あいさつ ・準備運動（グループごと） ・予想される活動例：（ストレッチ運動、ラジオ体操、ジョギング、受け身など） ・学習内容の確認 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習資料、個人カードを使用して、本時のめあてを確認するよう促す。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループでめあてを確認しあえるように、リーダーへ助言する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習計画が適切であるか、課題を確認するとともに、学習資料を提供する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・資料やビデオの活用の仕方を説明する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・適切な準備運動を行っているか。 ・学習内容が理解できているか。
な か	<p>〈柔道〉</p> <p>ねらい1</p> <ul style="list-style-type: none"> ・今できる技を生かして練習 ・予想される活動例：好きな技の練習 <p>ねらい2</p> <ul style="list-style-type: none"> ・試合の方法の相談（役割、ルール） ・試合を想定して、できない技にも取り組んで行う練習 	<ul style="list-style-type: none"> ・次の技につながるために学習資料を活用できるように促す。 ・学習資料やビデオにより、課題に気付かせるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間と協力して、試合や判定の方法、組み合わせを考えるよう促す。 ・試合をするために望ましい班編成を、グループで考えるよう促す。 	<ul style="list-style-type: none"> ・技を深めるために学習資料の活用を促す。 ・工夫がみられる生徒やグループを他のグループに紹介する。 ・試合を楽しむために判定方法組み合わせを考えるよう促す。 	<ul style="list-style-type: none"> ・つまづきがある生徒、グループへ、うまくいかない理由を気づかせる。 ・上達がみられる生徒やグループを誉め、励ますとともに他のグループを紹介する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題設定が適切であったか。 ・学習計画が適切であったか。 ・意欲的に取り組めたか。 ・楽しさ、喜びが味わえたか。
30分	<p>〈ダンス〉</p> <p>ねらい1</p> <ul style="list-style-type: none"> ・今できるダンスを練習 <p>ねらい2</p> <ul style="list-style-type: none"> ・発表の方法を確認（役割、場の設定、時間等）し、発表を想定しての練習 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習資料やビデオから、課題解決に取り組むように促す。 ・工夫がみられる生徒やグループを誉め、励ますとともに他のグループを紹介する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループで協力して発表会の計画を立てるよう促す。 ・仲間と協力して試合を進めるよう、話し合いの時間を設ける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・リズムに合わせるよう、グループの中で相互に学び合うよう促す。 ・ダンスの特性にふれるために学習資料の活用を促す。 ・ダンスを楽しむために発表の方法を考えるよう促す。 	<ul style="list-style-type: none"> ・つまづきがある生徒、グループへ、うまくいかない理由を学習資料やビデオから気付かせるようにする。 ・工夫がみられる生徒やグループを誉め、励ますとともに他のグループを紹介する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学習活動において工夫ができたか。 ・学習カードを使い互いに評価活動が適切にできたか。 ・楽しさ、喜びが味わえたか。
まとめ 10分	<ul style="list-style-type: none"> ・整理運動（グループごと） ・本時のまとめ（学習カードに記入） ・次時の学習の確認 ・片づけ（グループごと） ・あいさつ 	<ul style="list-style-type: none"> ・新たな目標や課題を気づかせる。 ・楽しかった場面、頑張った場面をあげさせ、誉め、励ます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループで本日の取り組みについて話し合い、次時のねらいを明確にさせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・個人カードで自己の課題解決の取り組みと成果を確認させる。 ・新たな課題や目標を考えるよう促す。 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康状態を確認する。 ・本時のねらいが達成できたか確認するよう促す。 	<ul style="list-style-type: none"> ・本時のねらいが達成できたか。 ・新たな課題が持てたか。 ・学習カードに適切に記入しているか。

(5) 学習資料例

運動に親しむ資質や能力を育成する支援の工夫として、学習カードを作成した。

柔道 学習カード

【 】グループ リーダー名 ()

年 組 番、氏名 ()

	本時の予定	どこまでできたか(顔の記録)	評 価 と 課 題		
月 日 時 間 目			よかったところ		
			努力したいところ		
	項 目		自 分	グ ル ー プ	そ の 他
	1 楽しく精一杯柔道することができたか。				
	2 動きをたくさん考えることができたか。				
	3 自分の考えや意見を活発に出すことができたか。				
	4 友達の良いアドバイスを聞き、顔の動きを工夫できたか。				
	5 協力し合って活動できたか。				
	A:よくできた B:できた C:もう少し ※記録の欄は、グループ評価を記入する。				

ダンス学習のまとめ&評価(個人カード)

月 日 () No.

本時の目標			
本 時 の 評 価	内 容	できばえ	
		自己評価	他者の評価
	今日のめあてが達成できたか(顔の記録を以て)。		
	積極的に活動できたか		
	恥ずかしがらずに活動できたか		
	顔の動き(新しい動きやアイディアやイメージ)ができたか		
	協力的(友達や先生から)に活動できたか		
	楽しく興味をもって活動できたか		
今の良かったところ			
今の悪かったところ			
次回の課題			
班で頑張っていた人を推薦してください			

*各班で他の班の発表を評価してみましょう。(自己評価を含む)

班のテーマ []

- ・はじめとおわりがだらだらすることなくスムーズに行われたか。
5・4・3・2・1
- ・一人ひとりのやる気を感じる(恥ずかしがらずに動いていたか 等)。
5・4・3・2・1
- ・曲に合わせてスムーズに動いていたか。
5・4・3・2・1
- ・個人の動き、集団の動き(隊形)が変化に富んでいたか。
5・4・3・2・1
- ・班のなかで協力性がみられている(待機の人が補助になったり、同じ人が待機になるのではなく、交代で技に取り組んでいる 等)。
5・4・3・2・1
- ・テーマ(題目・題名)に合ったイメージを感じさせられたか。
5・4・3・2・1

[注] 上記の5つの項目の点数を足して、2倍したものを右の「得点」の欄に記入する。(自己班の得点合計)

自己班	
得点	

☆ 班の中で特に活動的だった人を上げてください。

--	--

[注] 上記の5つの項目の点数を足して、2倍したものを右の「得点」の欄に記入する。(他の班の得点合計)

得点	
----	--

() 班が () 班を評価しました。

保健体育 ダンス発表評価表 (自己・他者評価)

班のテーマ []

3 年 組 班

役 割	組・番号	氏 名	自己評価	友達からの評価
班 長	-			
副 班 長	-			
	-			
	-			
	-			
	-			
	-			

* 「自己評価」は自分自身でどれくらい活動できたかを表すものです。

練習中について

- 1. 班の中の自分の役割が果たせたか(班長・副班長 等)。
5・4・3・2・1
- 2. 積極的に活動できたか(恥ずかしがらずに活動できた 等)。
5・4・3・2・1
- 3. 協力的にできたか(班長の話を聞き取りし協力した 等)。
5・4・3・2・1
- 4. 計画的に進めることができたか。
5・4・3・2・1

当日の発表について

- 5. ダンスの中で工夫がみられたか(個人間の動き・隊形 等)。
5・4・3・2・1
- 6. 表現を楽しむことができたか。また、感情を込めて踊ることができたか。
5・4・3・2・1
- 7. テーマに沿ったイメージが表現できたか(顔の動きを以て)。
5・4・3・2・1
- 8. 曲に合わせてスムーズに踊ることができたか。
5・4・3・2・1
- 9. 練習や発表をもとに反省し、次への時間に意欲を持つことができたか。
5・4・3・2・1
- 10. 他の作品を見て正しく評価をすることができたか。
5・4・3・2・1

(6) 実証授業のまとめと考察

ア 結果

はじめ	<ul style="list-style-type: none">・学習資料、個人カードを使用した、グループでの意見交換は、生徒の意欲の喚起、ねらいの明確化につながった。・班長への支援の場を設けることは、班長の意識が高まり、グループの意識向上につながった。
なか	<ul style="list-style-type: none">・柔道では、ビデオを使用して動作分析を行うことは、技に興味や関心をもち、相手の動きに対応した攻防につなげていくことができた。・ダンスでは、模範となるビデオを見ることで、興味や関心が高まり、生徒自身の動きを収めたビデオを、グループで見ることにより、話し合いを活性化させ、より課題を明確にすることができた。・話し合いで学習資料や学習カードを活用することは、目標やねらいが常に確認され、生徒自身が活動の見通しをもつことにつながった。・ねらい2において、柔道の試合の方法やダンスの発表の方法を生徒自身で考える時間を設けることは、生徒の主体的活動につながった。
か	<ul style="list-style-type: none">・生徒に、学習資料、ビデオ、ミュージックテープで好きな技やリズム、ダンスを選ばせる時間を設けたことは、より意欲を高めるとともに、柔道・ダンスの学び方を学習することにつながった。
まとめ	<ul style="list-style-type: none">・学習資料、個人カードを使用したグループでの話し合いは、自己の成果の確認と次時に予定されている試合や発表に向けて、新たな課題の設定や意欲につながった。

イ 考察

- オリエンテーション1での柔道・ダンスの試しの時間を設定することは、生徒のより良い領域の選択につながり、興味・関心が継続され意欲的な取り組みが期待でき、有効である。
- 学習カードやグループカードの活用及びリーダーを中心とする学び合いの活動を工夫することは、生徒の主体的な活動を引き出すとともに、技能の向上につながり、有効である。
- 生徒自身に試合や発表会の方法を考えさせることは、生徒の学習への取り組みが意欲的になるとともに、グループの課題解決につながり、有効である。
- 学習カードの評価項目をわかりやすく工夫することは、生徒のグループ活動での状況を把握でき、課題解決への支援に有効である。
- 男女共習で行うことは、体力的な違いはあるが、協力や思いやりの心を育てるよい機会となり、グループでの積極的な取り組みに有効である。
ダンスでは、学習カードやビデオによる話し合いの場を設けることは、その特性を表現することにつながり、有効である。

Ⅲ 研究のまとめと今後の課題

1 研究の成果

生徒の運動に親しむ資質や能力を高めるには、選択制授業を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動の課題を主体的に解決できる能力を培うことが必要であるという観点から、本研究主題を設定した。主題に迫るためには、4つの観点から実証を行った。

(1) 「関心・意欲」の支援の工夫について

ア 話し合いや、事前の調査は、生徒が選択したい種目や活動計画を把握することができ、生徒が意欲をもって取り組むことができた。

イ 学習Ⅰにおいて、自由試技の時間を設定したことは、事後の感想文から「いくつも種目が体験でき目的をもって種目を選択することができた。」等の感想が見受けられることから、選択制授業の取り組みには大きな効果があることが分かった。

(2) 「仲間」の支援の工夫について

ア 生徒の学習カードやグループノートを活動中にいつでも誰でもが見られるようにしたことは、仲間のめあてやグループのめあてを意識しながら活動することにつながり仲間意識を高めることに効果があった。

(3) 「特性（楽しさ・喜び）」の支援の工夫について

ア 生徒がビデオやデジタルカメラなどの視聴覚機器機を気軽に使用できるように設定したことにより、学習カードに多くの生徒が、「見通しがもてた」と書いており、課題把握や解決に有効であった。

イ 電子音のピストルやスパイクシューズ等種目の専門用具を使用したことにより、興味や関心・意欲を高めることにつながった。

(4) 「技能・知識・理解」の支援の工夫について

ア 種目の練習内容のビデオや生徒自身の動きをビデオカメラに収め、それを話題にグループで話し合う時間を設けたことは、技能の向上や知識の理解につながったと答えた生徒が多く、効果があった。

2 今後の課題

(1) 生徒が作成した学習計画に対して具体的支援を工夫することで、生徒の主体的活動をより充実させる必要がある。

(2) 学習Ⅱにおける学習内容の改善と工夫を行い、生徒の関心・意欲が継続されるよう支援を工夫する必要がある。

(3) 仲間同士の課題解決を容易にするために、仲間との交流の場の支援を工夫する必要がある。

(4) 学習資料や用具の活用の仕方を工夫することにより、より一層、特性に触れるようにする必要がある。

(5) 「運動に親しむ資質や能力を高める」ためのさらなる支援の工夫及び評価・評定の在り方について研究することにより、選択制授業の充実を図る必要がある。