

中学校

平成 16 年 度

教育研究員研究報告書

保 健 体 育

東京都教職員研修センター

目 次

研究の概要について	2
1 研究の主題設定の理由	2
2 研究の方法・内容	3
3 具体的な支援の視点	3
4 研究仮説の考え方	4
5 研究の全体構造図	5
研究内容について	6
1 アンケート調査	6
2 実証授業	10
(1) 保健分野	10
単元の指導計画例	11
学習指導案例	12
学習資料	13
実証授業のまとめと考察	15
(2) 体育分野	16
単元の指導計画例	17
学習指導案例	18
学習資料	20
実証授業まとめと考察	23
研究の成果と今後の課題	24
1 研究の成果	24
2 今後の課題	24

研 究 主 題

学ぶ楽しさや喜びを味わえる個に応じた学習への支援の工夫

- 課題解決学習における自己評価活動の充実を通して -

研究の概要について

1 研究の主題設定の理由

保健体育科の究極の目標は、「明るく豊かな生活を営む態度を育てる」ことを目指すものである。そのために、教科の目標には「心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、積極的に運動に親しむ資質や能力を育てるとともに、健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる」と示され、生涯にわたる豊かなスポーツライフ及び健康の保持増進の基礎を培うことが求められている。

本研究では、個に応じた指導の一層の充実を図ることにより、保健体育科において生徒一人一人に学習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、運動に親しむ資質や能力の育成を図り、自らの健康を生涯において適切に管理できる生徒を育成していくことが保健体育科の目標を実現する上で重要な課題であると考えた。

そこで、保健体育科の目標や単元のねらいに即して、生徒が自らの課題を見付け、課題を解決するための計画を立て、工夫しながら課題を追究し、解決していく学習を重視することとした。そして、その学習過程においては、生徒が自らの力で課題を追究したり解決したりすることを通して、楽しさや喜びを味わえるものと考えた。

教師は、生徒が自らの学習を振り返り、適切に評価し、その状況によって、自らの学習を修正したり、新たな学習へ発展させたりする自己評価活動の充実を図ることが必要であり、それに対する支援が重要であると考えた。

生徒の課題解決学習における自己評価活動の支援の充実を通して、学ぶ楽しさや喜びを味わうことができる学習の一層の充実を図っていくために、研究主題を「学ぶ楽しさや喜びを味わえる個に応じた学習への支援の工夫」とし、副主題を「課題解決学習における自己評価活動の充実を通して」として研究を進めることとした。

2 研究の方法・内容

生徒一人一人に、保健体育科における学ぶ楽しさや喜びを味わうことができる学習の一層の充実を図ることによって、生涯にわたるスポーツライフ及び健康の基礎を培うことができると考え、次のように研究に取り組むこととした。

- (1) 保健分野と体育分野において、学ぶ楽しさや喜びを味わえる個に応じた支援の在り方について研究する。
 - ・保健分野では心身の機能の発達と心の健康、体育分野では球技を取り上げる。
- (2) 生徒の実態と課題を把握するために、意識調査を実施する。
 - ・保健分野と体育分野における楽しさや生徒が求めている授業について調査・分析する。
- (3) 保健分野と体育分野の課題解決学習における自己評価活動を支援するための指導計画及び学習資料等の工夫をする。
 - ・自己評価活動の支援を中心とした単元計画及び学習指導案等を作成する。
 - ・学習につまずいている生徒への支援の在り方を工夫する。
 - ・自己評価活動を支援する学習カード・学習資料を作成する。
- (4) 生徒の自己評価活動への支援を工夫した実証授業を実施する。
 - ・保健分野においては、心身の機能の発達と心の健康における欲求やストレスへの対処と心の健康について課題解決学習を実施する。
 - ・体育分野においては、球技（バレーボール・サッカー・ハンドボールからの選択）について課題解決学習を実施する。
- (5) 実証授業の結果から、研究全体を考察し、研究の成果と今後の課題を明らかにする。

3 具体的な支援の視点

(1) 課題解決学習への支援

課題の設定及び学習計画への支援

学習の見通しをもてる学習資料等による支援

(2) 自己評価活動への支援（学習の振り返りや学習を修正・発展させていく支援）

学習の振り返りへの支援

・学習の実現状況を把握できる学習資料等の工夫

・自己評価、相互評価による振り返り活動の工夫

学習を修正・発展させていく活動への支援

・課題を見直したり、適正に学習を発展させたりする生徒相互の活動や教師のかかわり等の工夫

・個々の学習の具体的な状況が理解できるような、知識の活用例や技能の段階例を示した学習資料の工夫

4 研究仮説の考え方

本研究では、生徒が保健分野や体育分野において主体的に学ぶ楽しさや喜びを味わえる学習活動を支援していくために、次の仮説を設定した。

(研究仮説)

一人一人の生徒に課題の解決を図るための自己評価活動の支援の工夫をすれば、課題を解決していく生徒の学習が深まり、学ぶ楽しさや喜びを味わうことができる。

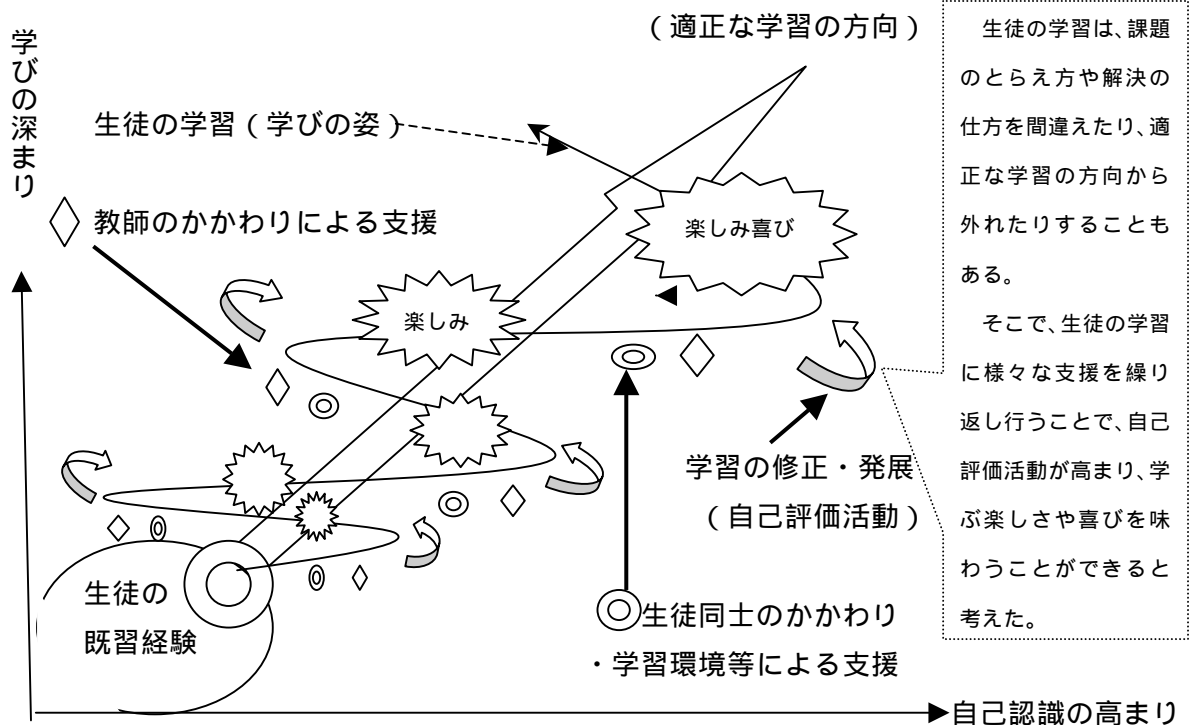
課題解決学習では、自己の興味・関心や能力等に応じた学習内容から課題を見付け、また、その課題を解決するために工夫し、計画的に学習を行うなどの学び方を身に付けていく必要がある。

このことを踏まえ、各学習において、生徒が既習経験に基づき自己の学習を振り返り、適切に評価し、修正・発展させる活動、つまり自己評価活動を高める支援をしていくことが重要であると考えた。

そのため、生徒に学習の見通しをもたせ、下の図のように揺らぎながら成長する生徒に対して、自己認識を高めるために自己の学習活動を振り返ることを繰り返し働きかけ、習慣化させることで、適正な学習の方向に進んでいくものととらえた。

そして、こうした学び方を学ぶことによって、生徒一人一人が次の学習について新たな課題を見付け、新たな意欲をもち、さらに、自己評価の結果を生かして、当面取り組むべき内容が何であるかをはっきりと認識することができるようになると思った。このことから、生徒の学習が適正な方向に向かい、課題解決の方向性が見えたり、解決のための取組をしたりすることを通して、学ぶ楽しさや喜びを深く味わえることができると考えた。そこで、今回の研究では、その学びの過程で重要である「自己評価活動の支援の工夫」に視点を置き、研究の仮説を上記のように定め、取り組むこととした。

【研究仮説を説明するための図】



研究主題

学ぶ楽しさや喜びを味わえる個に応じた学習への支援の工夫
 - 課題解決学習における自己評価活動の充実を通して -

研究のねらい

生徒が課題の追究や課題解決において、学ぶ楽しさや喜びを味わうことができる学習の一層の充実を図るために、一人一人の生徒が常に自己の学習を振り返り、適切に修正・発展させていく学習への支援の工夫を本研究のねらいとする。

目指す生徒像

- * 主体的に学習にかかわり、仲間と協力して課題解決を図り、学ぶ楽しさや喜びを追究できる生徒
- * 自らの学習を振り返り、評価し、適切に学習を修正・発展させていくことができる生徒
- * 自己の能力に応じた運動技能を身に付け、高めていくことができる生徒
- * 獲得した運動技能や学んだ知識を活用できる生徒

研究の仮説

一人一人の生徒に課題の解決を図るための自己評価活動の支援の工夫をすれば、課題を解決していく生徒の学習が深まり、学ぶ楽しさや喜びを味わうことができる。

課題解決学習への支援

課題の設定及び学習計画への支援の工夫
 学習の見通しをもてる学習資料等による支援の工夫

【課題を解決する】

- ・既習経験をもとに、課題を見付ける。
- ・学習カードや学習資料などを使って学習を工夫する。
- ・学習計画をもとに、課題の解決を図る等。

自己評価活動への支援

学習の振り返りへの支援の工夫
 学習を修正・発展させていく活動への支援の工夫

【学習を振り返る】

- ・学習カードを使って、自己の学習を振り返る。
- ・他のグループとの意見交換から自己の活動を振り返る等。

【修正・発展する】

- ・学習カードによる自己評価・相互評価を生かし、学習を修正・発展させる。
- ・技能の段階表を参考に、学習計画を見直す等。

研究内容について

1 アンケート調査

(1) 調査の目的

研究主題である「学ぶ楽しさや喜びを味わえる個に応じた学習への支援の工夫」を進めるに当たって、生徒が現在、保健分野及び体育分野の授業の中で学ぶ楽しさや喜びについて、それぞれどのように感じているかアンケート調査を行い、生徒が感じている実態と課題を把握することを目的とした。

(2) 調査対象

アンケート調査の対象については、平成16年度研究員所属中学校14校の第1学年～第3学年、計2,381名について行った。

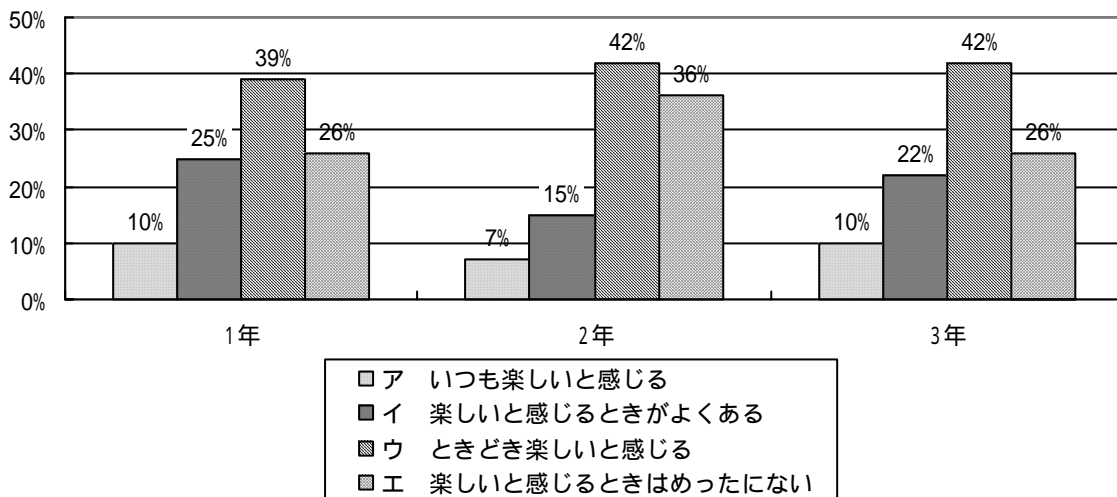
(3) 調査時期

平成16年7月上旬

(4) 調査結果と分析

各校からの調査結果を集計するとともに、その傾向を分析した。

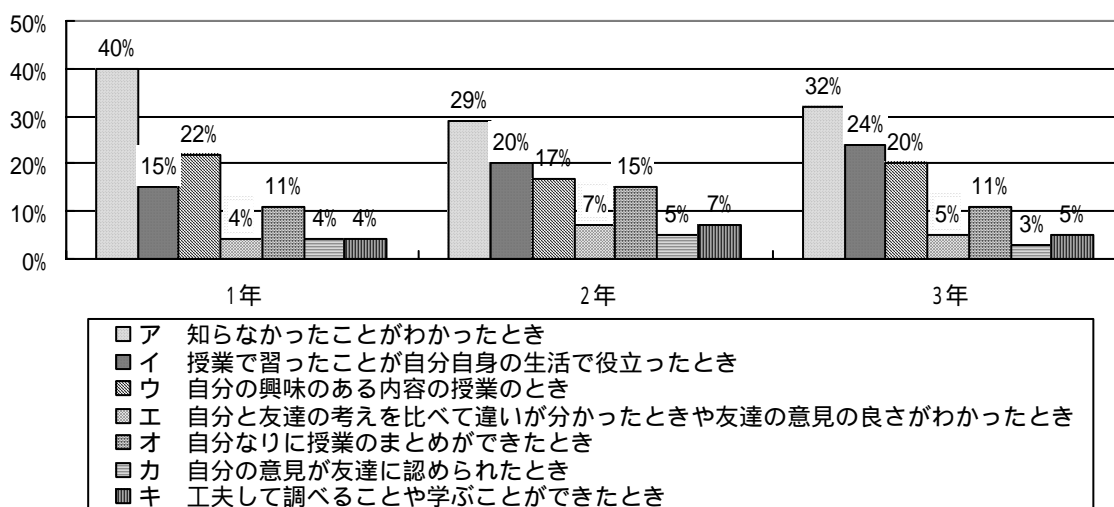
【保健分野】 どれくらい保健分野の授業を楽しんでいるか。



〔分析〕

- ・ウの「ときどき楽しいと感じる」が1番多く、エの「楽しいと感じるときはめったにない」が2番目に多かった。
- ・約7割の生徒が楽しいと感じるときが少ない。

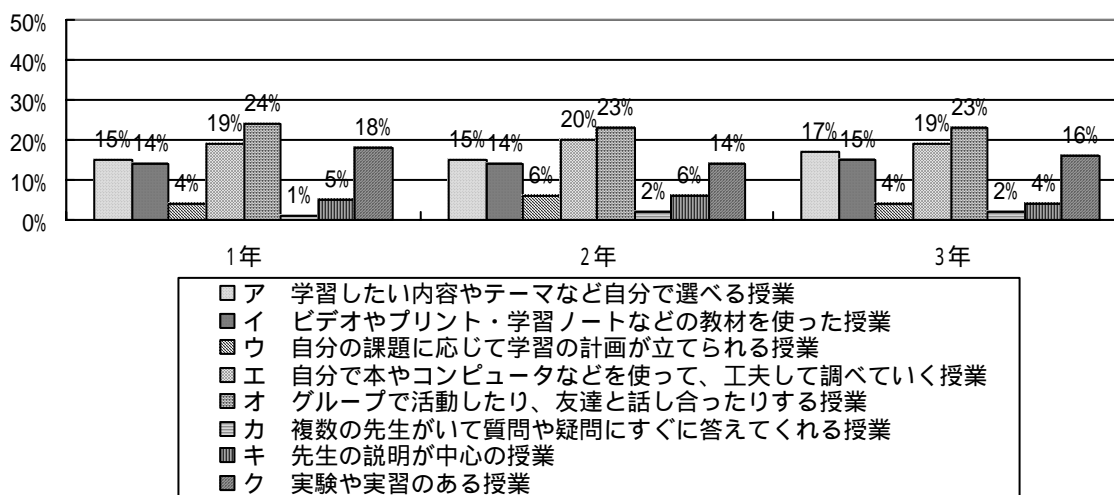
保健の授業を楽しいと思う時はどんなときか。(複数回答)



〔分析〕

- ・アの「知らなかったことが分かったとき」、イの「授業で習ったことが自分自身の生活で役に立ったとき」、ウの「自分の興味のある授業のとき」の回答が合計すると順に多い。
- ・学年別に比較をすると、イの「授業で習ったことが自分自身の生活で役に立った」が、学年が上がるにつれて増える傾向にあった。

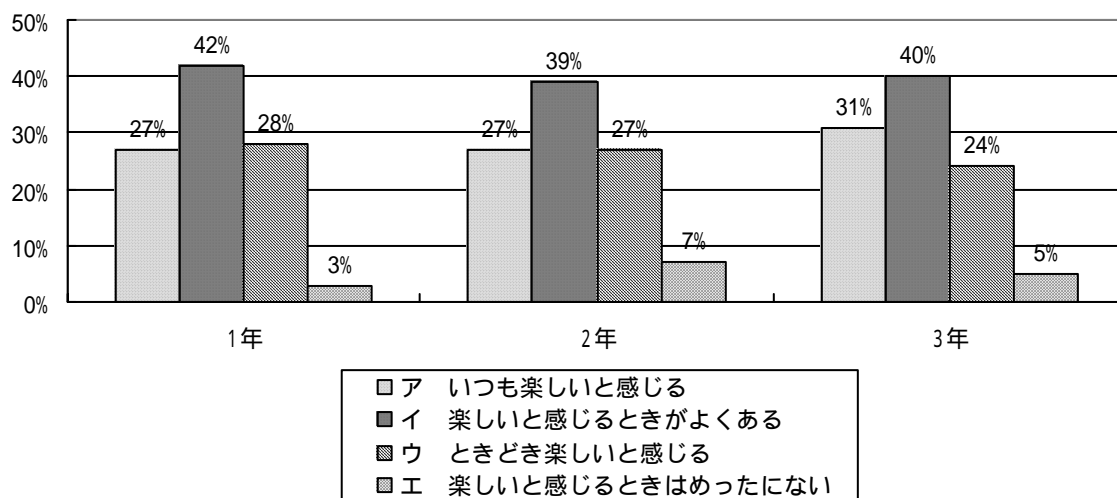
どのような授業だったら楽しいと思うか。(複数回答)



〔分析〕

- ・比較的回答の多かったのは、オの「グループで活動したり、友達と話し合ったりする授業」、エの「自分で本やコンピュータなどを使って、工夫して調べていく授業」などであった。
- ・学年別の比較では、あまり変化がなかったが、アの「学習したい内容やテーマなど自分で選べる授業」やクの「実験や実習のある授業」を求めていることが分かった。

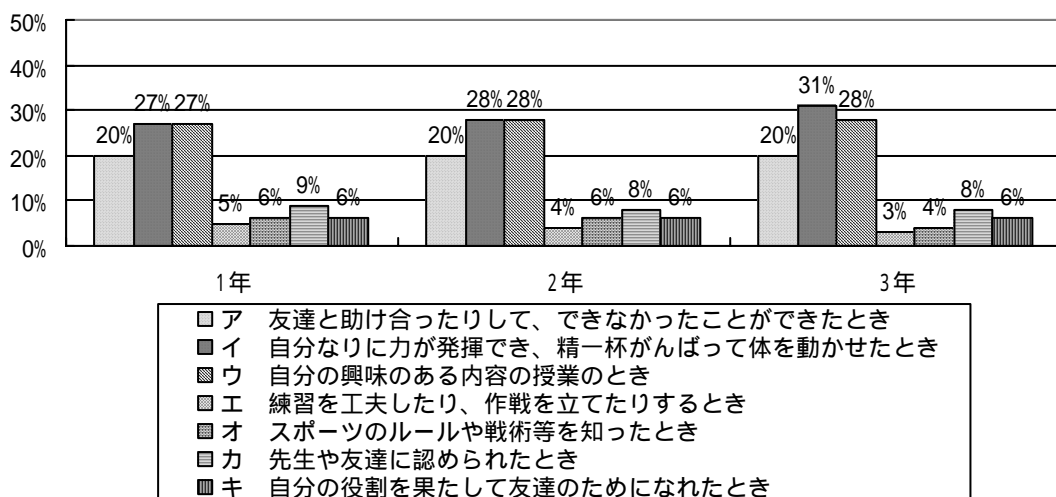
【体育分野】 どれくらい体育分野の授業を楽しんでいるか。



〔分析〕

- ・イの「楽しいと感じるときがよくある」が1番多く、アの「いつも楽しい」が2番目に多かった。
- ・約7割の生徒が楽しいと感じるときが多い

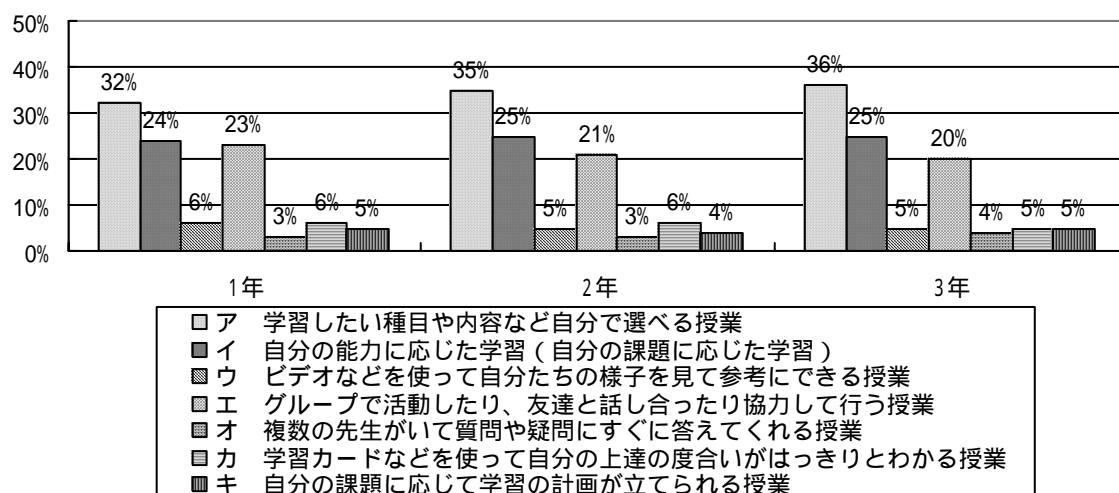
体育の授業を楽しんでいると思う時はどんなときか。(複数回答)



〔分析〕

- ・イの「自分なりに力が発揮でき、精一杯がんばって体を動かせたとき」、ウの「自分の興味のある内容の授業のとき」、アの「友達と助け合ったりして、できなかったことができたとき」の回答が順に多かった。
- ・学年別に比較をすると、イの「自分なりに力が発揮でき、精一杯がんばって体を動かせたとき」、ウの「自分の興味のある内容の授業のとき」が、学年が上がるにつれて増える傾向にあった。

どのような授業だったら楽しいと思うか。(複数回答)



〔分析〕

- ・比較的回答が多かったのは、アの「学習したい種目や内容など自分で選べる授業」、イの「自分の能力に応じた学習」、エの「グループで学習したり、友達と話し合ったり協力して行う授業」などであった。
- ・学年別に比較をすると、ごくわずかであるが、アの「学習したい種目や内容など自分で選べる授業」が、学年が上がるにつれて増える傾向にあった。

(5) 考察

保健分野のアンケートの結果から、生徒が求める「楽しさや喜び」とは、新たな知識を獲得したり、それを活用させたりすることであることが分かった。また、教師主導型の一斉指導よりも学習したい内容を選び、グループで活動したり、仲間同士で工夫して調べたり、また、実験や実習のある学習を求めていることが分かった。

体育分野のアンケートの結果から、生徒が求める「楽しさや喜び」とは、仲間と助け合いながら、自己の能力を発揮したときや興味のある授業の時であることが分かった。また、決められた種目だけではなく、領域や種目を選択したり、グループで活動したりすることや自己の能力に合わせた授業を求めていることが分かった。

このことから、仲間同士で助け合ったり、教え合ったりする学習環境を整えることや主体的な課題解決学習に取り組みさせること、さらに自己評価活動を支援し、課題解決を図ることで、知識や技能を習得したり、それを活用したりする楽しさや喜びを味わわせる学習に取り組みさせることが必要であることが分かった。

2 実証授業

(1) 保健分野 単元計画例 (第1学年対象 4時間扱い)

単元名 「心身の発達と心の健康」の「欲求やストレスへの対処と心の健康」

単元のねらい

- ・興味・関心に応じた課題を選択し、学習を工夫して課題解決を図り、欲求やストレスへの対処について意欲的に学習できる。
 - ・自己評価・相互評価を通して、自己の活動を振り返り、学習を修正・発展させることができる。
 - ・身に付けた知識や学習方法を、自己の生活に当てはめて考えたり、実践したりすることができる。
- 「おおむね満足できる状況」の評価規準 (観は行動観察・学は学習カード・ペはペーパーテスト)

関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
<p>欲求やストレスなどの心の健康に関心をもって楽しく学習しようとする。(観)</p> <p>授業や教科書などの資料から課題を解決するための情報を集めたり、課題について調べたり、まとめたりしようとする。(観・学)</p> <p>欲求やストレスなどの心の健康について、自分の意見を発表しようとする。(観)</p>	<p>自分の知識や経験等から、今までの自分を振り返っている。(学)</p> <p>学習したことを日常生活に当てはめ考えている。(学・ペ)</p> <p>学習課題の設定や学習方法について振り返り、修正したり、新たな課題を発見したりしている。(学)</p>	<p>欲求の種類やストレスへの対処法を理解し、まとめることができる。(学・ペ)</p> <p>ストレスによる心身への影響について理解している。(学・ペ)</p> <p>学習方法や自己評価・相互評価の方法について理解している。(学)</p>

単元の評価計画例 (おおむね満足できる学習の実現状況)

学習内容・学習活動	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
1 欲求やストレスを理解し、学習計画を立てる。		日常生活における自分の行動を振り返り、課題を設定している。課題を選択し、解決するための学習計画を立てている。	欲求やストレスへの対処法について学習したことを理解することができる。学習の進め方について理解することができる。
2 対処法を調べる。	ストレスへの対処法についてインターネットや図書資料を活用し、調べようとしている。	課題解決に向け、資料を探するなど、調べ方を工夫している。	調べた内容が、どのようなストレスに効果があるかを理解することができる。
3 意見交換から学習を振り返り、修正する。	意見を参考に学習の内容や発表の方法を考えようとしている。	意見交換を参考に学習を振り返り、発表の方法を工夫している。	効果的な発表の方法を理解することができる。
4 発表し成果を共有する。	発表を通して、次なる課題を見付けようとしている。	学習の成果を日常生活の中に取り入れている。学習を振り返り、適切に評価している。また、他のグループの発表についても適切に評価している。	日常生活で活用する場面を理解することができる。適切な自己・相互評価の方法について理解することができる。

単元の指導計画例（4時間）

時間	学習内容・学習活動		教師の支援
	学習の流れ	課題解決学習 自己評価活動 ・支援	学習につまずいている生徒への手立て
1	<p>欲求やストレスを理解し、学習計画を立てる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・欲求やストレスについて考察し学習内容に応じた課題を選択する。 ・グルーピングをする。 ・学習計画を立てる。 ・自己評価・相互評価をする。 	<p>調べ学習の方法や手順について理解する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・どのような方法や手順で調べるのか発問したり、良い例を紹介したりして、具体的に計画を立てることができるよう支援する。 ・課題設定の理由が明確が発問する。 <p>ストレスの対処法についての課題が適切であるか振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードを使ってまとめたり、見直したりするよう助言する。 	<p>【学習の進め方や課題を把握できない生徒に対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・具体例を挙げながら対処法を紹介し、適切に課題設定できるように励ます。 <p>【学習内容を理解できない生徒に対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・教科書や資料などを活用し、具体例を挙げながら欲求の違いを説明する。 ・どんな対処法があったか学習カードに記入するように声をかける。
2	<p>対処法を調べる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各自が選択したストレスの対処法について、調べる。 ・発表の準備をする。 ・自己評価・相互評価をする。 	<p>課題解決を図るために、学習を工夫する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・その他の調べ方を具体的に示すとともに、他のグループの調べ方などを紹介する。 <p>調べた内容についてグループの中で話し合い、評価する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・具体的な話し合いや評価活動ができるよう評価の観点について項目を示す。 	<p>【課題追究が上手くできない生徒に対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・調べ方やまとめ方についてインターネットや図書資料などを活用しながら説明する。 <p>【調べ学習が高まらない生徒に対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・具体例などを挙げながら、自分の生活を振り返ることを助言する。 <p>【学習のまとめができない生徒に対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・インターネットや図書資料で調べたことを、学習カードに記入させるなど、整理をさせてから、まとめるよう助言する。
	<p>意見交換から学習を振り返り、修正する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・2グループ同士による相互の事前発表をする。 ・他のグループの意見を参考に学習を振り返る。 ・自己評価・相互評価をする。 	<p>他のグループの発表から自己の学習を振り返るとともに、自己の活動について他のグループから意見を聞く。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・他のグループの意見やまとめ方を参考にさせる。また、他のグループの良い例などを紹介する。 <p>他のグループの発表や意見を参考に、学習を振り返り、修正する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードから、改善点を確認させ、学習計画を修正するよう助言する。 	<p>【学習の意欲が湧かない生徒に対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・興味を抱くような発問し、仲間の意見を参考にしながら考えられるよう促す。 <p>【事前発表の振り返りができない生徒に対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・他の意見や学習カードを参考に、今までの学習について振り返らせる。 <p>【事前発表が上手くできない生徒に対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・何を発表したらよいか、学習した内容について整理するよう助言する。 ・役割分担など、発表の方法を工夫するよう助言する。
4	<p>発表し成果を共有する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・課題の設定が適切であったか振り返る。 ・総合的な評価をする。 	<p>今回の学習において課題の解決が図れたか振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードの「1時間目」の内容を確認させたり、補足説明したりする。 ・他からの評価を参考に自己評価を見直す。 ・学習カードやグループ内の話し合いを振り返るよう助言する。 	<p>【学習の振り返りができない生徒に対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードを参考に、分かったこと、課題となっていることを自己の学習から整理するよう助言する。 <p>【学習の成果を確認できない生徒に対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自他のグループのまとめを参考に学習カードに整理させる。

学習指導案例（4時間扱いの3時間）

- 〔本時ねらい〕
- ・意見交換の場で、積極的に自分の意見を発表することができる。
 - ・自己評価・相互評価をもとに、学習を振り返り、学習計画や学習方法を修正したり発展させたりすることができる。
 - ・事前発表や意見交換からストレスの対処の仕方を理解することができる。

時間	学習内容・活動		教師の支援
	学習の流れ	課題解決学習 自己評価活動 ・支援	学習につまずいている生徒への手立て
はじめ 5	1 本時の学習の確認 事前発表の準備をする。	これまでの学習と本時の課題を確認する。 ・学習カードや掲示物によって学習の流れや本時の課題を確認するよう助言する。	【発表の準備が不十分な生徒に対して】 ・調べて分かったこと、何を伝えればよいか整理させる。
なか 40	2 グループごとの発表 2グループごと、調べたこと、分かったことを交互に発表し合う。 発表への評価をする。	他のグループの発表を参考に、自他のグループの発表について評価する。 ・発表の内容を確認しやすいように掲示する。 ・学習カードに「調べた理由は」「どんな効果がある」などの項目を設け、参考にするための視点を示す。	【評価することが難しい生徒に対して】 ・学習カードの評価項目を一緒に読んだり、発表の様子を一緒に振り返ったりしながら評価を援助する。
	3 意見交換 発表を見て気付いたこと、疑問に思ったこと等についてグループ同士の意見交換をする。	意見交換カードを参考に、より具体的な修正のポイントについて指摘し合う。 ・他のグループの意見やまとめ方のよい例を紹介し参考にさせる。 ・他の班員との相談や意見交換を促すような助言をする。	【学習カードにまとめることのできない生徒に対して】 ・「意見交換カード」の内容を学習カードに箇条書きにさせるなど助言をする。
	4 話し合い 他のグループのアドバイスから自分のグループで改善する内容を話し合い、まとめる。	意見交換カードに記入された助言を参考に、課題の見直しや学習の修正を図る。 ・改善点を確認させ、学習計画を修正するよう助言する。 ・内容に深まりのない班に対しては、資料などの活用について具体的に助言する。	【改善点を見付けられないグループに対して】 ・他のグループの良い例との比較をさせ、改善の必要性があることに気付かせる。
	5 まとめ 発表内容について班長が全体に伝える。	他のグループの発表から自分たちと違う調べ方や新たな視点を見付け、課題解決のための学習の工夫をする。 ・他のグループのよい視点などを次回のグループ発表に活用できないか助言する。	【発表の内容が不十分なグループに対して】 ・さらに理解し、深めさせたい内容については、教師が補足説明し支援する。
まとめ 5	6 本時のまとめ 今日の授業を振り返り、自己評価と相互評価を学習カードにまとめる。	まとめの意見を参考に、これまでの学習を振り返り、評価する。 ・これまでの学習を認めるとともに自己と他者との評価の仕方に違いがあることを同一の評価項目による学習カードから気付かせる。	【授業を振り返ることが難しい生徒に対して】 ・学習カードから本日まででの活動を振り返らせ、整理させる。

- 〔本時の評価〕
- ・自他の課題解決のために積極的に自分の意見を発表することができたか。
 - ・自己評価・相互評価をもとに、学習を振り返り、修正したり発展させたりすることができたか。
 - ・自己のまとめや他グループのまとめから、ストレスの対処の仕方を理解することができたか。

学習資料

学習カード1 授業の展開に合わせた学習カードにより、グループで話し合いながら課題解決学習を行えるようにした。

学習計画をたてよう		
1班テーマ	音楽	学習カードの項目に従い学習計画を立てることにより、調べる方法や手順を学ぶことができる。
テーマ設定の理由	音楽によるストレス対処法の効果	
必要な資料・道具	音楽についての資料、CD 3枚、MDラジカセ1	
調べる場所	パソコン室・図書室 その他(音楽室)	
調べる方法・手順	インターネット検索 必要な資料を選ぶ 模造紙にまとめていく	
係分担	調べる内容	担当者
	音楽を聴く効果	生徒相互の活動から、自分と違う意見や考え方に気付かせる。役割分担を明確にすることにより、課題解決学習がスムーズにできる。
	音楽療法	
	どんな音楽を流すか	

学習カード2 調べ学習や発表準備における自己の学習状況を把握し、グループで協力して課題解決を図ることができるようにした。

1 調べ学習		
調べた対処方法	音楽によるストレス対処法の効果	学習カードの項目に従い調べ学習を進めることで、課題解決学習の学び方を身に付けていくことができる。
使った資料・道具	音楽についての資料、CD 3枚、	
調べた場所は	パソコン室、音楽室	
<p>わかったことは・同質の原理 悲しいときには悲しい曲を聴くなど、そのときの感情と同質の音楽を聴く ・音楽の効果 聴きたい音楽であればどんな音楽でも体の緊張が解け、体温が上がる。 実体験の結果は・さん イライラしていたとき、家で好きな音楽を聴いたら、気分がすっきりした</p>		
2 発表準備		
発表のテーマ	音楽	発表準備における自己の学習状況や役割を把握させる。
発表の方法	音楽を流してストレス解消の効果	
係分担	司会者	

学習資料 学習の見通しをもたせ、個々の学習の状態を把握できるようにした。特に、知識や実践力について生徒に学習の目安をもたせた。

欲求とストレスへの対処・知識活用表					
今回の授業で習ったことが、自分の生活に生かされているかチェックしよう!					
段階 知識	知っている			考え・行動できる	
	目標 1	目標 2	目標 3	実践力 1	実践力 2
欲求への対処	生理的欲求と社会的欲求について知っている。	生理的欲求・社会的欲求について例を挙げて説明できる。	欲求不満を感じたときに取る行動を、適切なものとそうでないものに分けて説明できる。	欲求とその対処について、自分の生活に当てはめて考えることができる。	自分が欲求不満を感じたときに、適切に対処することができる。
ストレスへの対処	ストレスとはどのような状態のことか知っている。	ストレスが心身に与える影響について知っている。	ストレスへの対処の方法を挙げ、説明できる。	自分なりのストレス解消法をもつことができる。	ストレスへの対処の方法を自分で2種類以上考え、状況に応じて使い分けができる。
心身の調和と心の健康	心と体がつながっている仕組みについて知っている。	心の問題が原因で起こる反応について知っている。	心の問題が原因で起こる反応について、身体面・行動面に分けて説明できる。		
<p>・・・少し知っている・少しできる ・・・・知っている・できる</p>					

学習カード3 他者の評価から自己の活動を振り返り、修正すべきところがわかるような意見交換型の学習カードにした。

1 グループ同士の意見交換・・・各項目について ・×で評価しアドバイスしよう。

意見交換 他者の発表を見て評価し、班の意見をまとめて意見交換カードを作成しよう

意見交換した班	2 班	発表	食べ物
内 容		評価	アドバイス
調べた理由は？		よく分かった	意見交換から学習を振り返り、修正・新たな課題に気付かせる。意見交換カードの評価から学習計画の見直しができるようにした。
どういときに使えばいいのか？		内容がわかりやす	
どういう効果があるのか？	×	ビタミンが何か分	
ストレスを解消できそうか？		勉強中によさそ	
発声・発音は適切だったか？	×	しゃべり方が早かった	
一人一人が役割を果たしていたか？		役割を果たしていた	

振り返り 自分の班の発表と、相手の班からの評価を記入しよう

内 容	自己評価	他の評価	他の班からのアドバイス
調べた理由は？		×	もう少し説明した方がいいと思う
どういときに使えばいいのか？		×	音楽の種類
どういう効果があるのか？			音楽の効果
ストレスを解消できそうか？			気軽にできていいと思った
発声・発音は適切だったか？	×		発表の音が小さかった
一人一人が役割を果たしていたか？	×		計画通りにいかないところがあった

2 グループでの話し合い

修正 意見交換カードを参考に改善していく内容について、班で話し合いをしよう

改善していくべき内容		班で話し合った改善方法
調べた内容に関する事	調べた理由がはっきりしているか？	調べた理由をはっきりさせる
	効果が上がる仕組みを理解しているか？	足りない
	対処方法の効果は？	音楽の効果
発表の仕方に関する事	効果的な方法は（道具等）？	絵と図表
	上手に伝える工夫は（声・態度）？	声を大きく
	役割分担は？	当日早く

今日の授業を振り返って ...よくできた ...だいたいできた ...あまりできなかった

評価内容	評価		気付いたこと
	自分	友達	
1 班で自分の考えや意見を発表できた。			話し合い 自分と他
2 意見を参考に学習を振り返り、発表の方法を考えることができた。			

先生からのアドバイス 発表から音の「ゆらぎ」にリラックス効果があることに気付いた。調べようと思ったのか 音楽はいつ対処法として使えるのかを明確にし、さらに役に立つ内容にしよう。

実証授業のまとめと考察（ は成果、 は課題）

視点	支援の工夫による成果と課題			
	課題解決型の学習への支援	自己評価活動への支援		学んでいく楽しさや喜びの高まり
		学習の振り返り	学習の修正・発展	
はじめ	学習カードを授業の展開に合わせることで、学習に見通しをもつことができた。	学習カードを活用し、個に応じた支援をすることで、学習内容について繰り返し振り返ることができた。	仲間や教師の助言によって、課題解決する視点や学習を修正することを理解できるようになった。	グループで話し合いながら学習計画を立てることで、仲間と楽しく学習を進めることができた。
なか	学習カードを使うことによって、学習計画や自己の役割が明確になり、スムーズな話し合いや意見交換ができた。話し合いや意見交換を多く取り入れることによって、自己の課題や改善点が明確になった。生徒の既習経験の違いによって学習計画の立て方に差がみられた。	学習カードの内容を振り返り見直すことで、自己の学習状況を正しく把握することができた。意見交換により、学習内容についての自己と他者との評価の仕方に違いがあることに気付くことができた。知識の習得状況を把握させる資料により、個に応じた学習の見通しをもたせることができた。自己評価・相互評価の経験不足から、評価の仕方にはばらつきがみられた。	グループ間の発表から、自分たちと違う調べ方や視点を見付け、それを自己の課題の見直しや適正な学習に生かすことができた。他のグループや教師の助言から課題の問題点や改善点が明確になり、学習を修正・発展させることができた。課題を把握できていない生徒には、班長や教師の支援が必要であった。	生徒相互の活動や教師のかかわりによって、学び合いや教え合う楽しさ、喜びを感じることができた。学習計画に基づいた自主的な学習から知識・理解が深まっていく楽しさや喜びを味わうことができた。グループの中で学習を十分に楽しんでいる者と、少数であるが、課題追究にとまどっている者への支援がさらに必要であった。
おわり	学習カードを自主的に活用することによって、自己の興味や既習経験に基づいた課題解決学習ができた。生徒の学習状況によって学習カードの活用に差がみられた。	同一項目を自己評価・相互評価することによって、学習についての自己と他者との評価の仕方に違いがあることに気付いた。自己・相互評価の経験不足から、相手の改善点まで明確に示すことができる生徒は少数であった。	話し合いや意見交換の中で、相手の学習についてアドバイスをしたり、意見を出したりして、学び合い教え合うことができた。相手の学習についての適切なアドバイスができないことがあった。	学習の振り返り、仲間や教師の個に応じた助言によって、修正・発展させる内容が明らかになり、課題の解決に向け、意欲的に取り組もうとする姿が見られた。

考察

学習カードの充実や学習形態の工夫により、一人一人の生徒が学習に見通しをもち、自己の能力に適した学習内容を選べるようになった。

学習カードの活用及び仲間や教師のかかわりから学習を修正したり発展させたりする生徒の自己評価活動を高めることができた。

見通しをもった学び方を身に付けることにより、修正・発展させる内容が明らかになり、課題解決が図られることで学ぶ楽しさを味わうことができた。

生徒の評価の仕方にはばらつきがあることから、さらに自己評価活動を高めていく支援をしていく必要がある。

あらゆる場面で学習の修正・発展が習慣化されるよう、生徒相互の活動や教師のかかわりを継続させていく必要がある。

- (2) 体育分野 単元計画例 (第2学年対象 男女共習 12時間扱い)
 単元名 「球技」(バレーボール・サッカー・ハンドボールより1種目選択)
 単元のねらい

- ・自己やチームの能力に適した課題をもち、工夫してその課題解決に取り組んだり、ゲームを楽しんだりすることができる。
 - ・自己やチームの課題に応じた学習計画による学習やその振り返り及び修正・発展させる学習を考えることができる。
 - ・攻防の作戦に応じた個人的技能、集団的スキルを高めることができる。
 - ・健康・安全に留意し、仲間と協力して練習やゲームの運営をすることができる。
- 「おおむね満足できる状況」の評価規準(行は行動観察・学は学習カード・ペはペーパーテスト)

関心・意欲・態度	思考・判断	技 能	知識・理解
球技の特性に触れる楽しさや喜びを味わえるよう進んで学習に取り組もうとする。(行) グループや自己の役割を自覚し、互いに協力して練習やゲームを行おうとする。(行・学) 健康、安全に留意して練習やゲームをしようとする。(行)	自己やグループの能力に応じた課題を設定している。(行・学) 振り返り活動から修正や発展させた新たな学習計画を立てている。(行・学) その課題を解決するために、練習の仕方やルール及びゲームの仕方を工夫している。(行・学・ペ)	球技の特性に応じた個人的技能、集団的スキルを発揮することができる。(行・学) 習得した技能を、練習や作戦に応じたゲームで活用することができる。(行・学)	球技の特性や学び方、技能の構造、合理的な練習やゲームの仕方を理解している。(行・学・ペ) ルールや知識を理解し、審判ができる。(行・学・ペ)

単元の評価計画例(おおむね満足できる学習の実現状況)

	学習内容等	関心・意欲・態度	思考・判断	技 能	知識・理解
1 2	オリエンテーション 学習計画立案	施設・設備の安全に留意し、運動しようとしている。	学習カードを使って今もっている技能を把握し課題を設定している。	現在もっている技能を練習やゲームで発揮できる。	自己に応じた学習計画の立て方を理解している。
3 4 5 6	個人的技能の習得 学習計画の見直し(1)	自己の課題に応じた技能の習得に意欲的に取り組もうとしている。	学習の振り返りから、課題の練習方法を考えている。また、学習計画を見直している。	個人的技能を発揮することができる。習得した技能を、練習の中で活用できる。	課題を解決するための方法を知っている。
7 8 9 10	集団的技能の習得 学習計画の見直し(2)	自己の役割を自覚し仲間と協力して練習やゲームを行おうとしている。	グループの課題に気付き、練習を工夫している。高められた技能に応じた練習を工夫している。	集団的スキルを発揮することができる。グループの特徴や作戦に応じた動きが、ゲームで発揮することができる。	競技に必要なルールを知っている。
11 12	学習のまとめ 試合	勝敗に対して公正な態度をとろうとしている。	グループの課題を把握し、相手グループに応じた作戦を立てている。	習得した技能を使って、相手に応じた動きが、ゲームの中でできる。	ルールを理解しそれに沿った審判ができる。

単元の指導計画例（12時間）

時間	学習内容・学習活動		教師の支援	
	学習の流れ	課題解決学習 ・支援	自己評価活動	学習につまずいている生徒への手立て
学習 1 2	オリエンテーション 学習計画立案 ・学習の進め方の確認 ・種目の選択 ・試しのゲーム ・グルーピング 『計画を立てる』 学習計画の作成	・学習の見通しがもてるように資料を用いて説明する。 試しのゲームを活用し、自己やグループの能力に応じた課題を設定する。 ・グループ内で何ができたのか、できなかったのかを十分に話し合うよう助言する。		【学習の進め方が理解できない生徒に対して】 ・学習資料や掲示物に学習の進め方を提示したり、仲間の学習を参考にさせたりする。 ・グループ編成を工夫する。 【課題設定ができない生徒に対して】 ・具体的な例を挙げ、自己の学習を振り返らせる。
学習 3 4 6	個人的技能の習得 学習計画の見直し(1) (ねらい1) 個人やグループの力にあった学習計画を立て、様々な攻防の仕方を工夫して楽しむ 『確認のゲーム(1)』 ・練習成果の確認 ・新たな課題の発見 ・グループの特徴の把握 ・ルールの工夫	練習やゲームを通して自己の新たな課題を発見する。 ・自分の学習を整理させることで、自己の学習活動を把握させる。 ルールを工夫して勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わえたかグループ内で評価する。 ・個人やグループの力が発揮できたか学習を振り返り、自己評価・相互評価させる。		【技能の実現状況が高まらない生徒に対して】 ・技能の段階表を活用し、見通しをもたせるとともに、グループで話し合わせ、つまづきの原因と解決の方法を考えるよう指示する。 ・自分の力が出し切れるよう、具体的な練習方法（やわらかいボールを使うことなど）を提示し励ましていく。
7 8 9 10	集団的技能の習得 学習計画の見直し(2) (ねらい2) 対戦するグループに応じた作戦を工夫し、攻防を楽しむ 『計画を立てる』 ・グループの特徴を生かした学習計画作成 『確認のゲーム(2)』 ・工夫した攻防の仕方をゲームの中で確認する。	グループの特徴や相手に応じた作戦を立てゲームができたか振り返る。また、個々の技能の実現状況を確認する。 ・技能の段階例を参考にさせ、次の目標を把握させる。 新たな課題に対して学習計画を見直す。 ・相互評価をすることで、見通しをもたせた学習計画になるよう導く。		【技能の実現状況が高まらない生徒に対して】 ・ゲームの中で活用できなくても、高まった技能を評価し、段階表を使って次なる課題をつかませる。 ・仲間の活動を観察したり、気付いたりしたことを学習資料に記入するよう声をかけ、課題を再度設定させ、取り組ませる。
まとめ 11 12	学習のまとめ・試合 ・学習成果の確認 ・ルールの工夫 ・学習の評価	作戦に応じた動きの中で技能が発揮できているか振り返る。 学習資料やそれまでの記録を活用し、課題解決学習が適切であったか確認する。 ・獲得した学び方を今後の学習に生かせるよう助言する。		【成果の確認と学習の評価ができない生徒に対して】 ・学習資料で技能の上達を確認するよう助言する。 ・学習資料を参考に活動してきたことを振り返るよう指示する。

学習指導案例（12時間中の5時間目）

〔本時のねらい〕

- ・安全に留意するとともに、自己の技能に適した課題をもち、その課題解決を図ることを通して、運動を楽しむことができる。
- ・学習の振り返り活動から、新たな課題に対して練習内容や学習計画を修正しながら活動することができる。
- ・身に付いた個人的技能を、練習やゲームの中で活用できる。
- ・自己の技能に応じた練習の仕方やチームの能力に応じたゲームの仕方を理解できる。

時間	学習内容・学習活動		教師の支援
	学習の流れ	課題解決学習 ・支援 自己評価活動	学習につまずいている生徒への手立て
はじめ 5分	<ul style="list-style-type: none"> ・用器具の準備 ・安全確認 ・各グループで考えた準備運動をする。 ・集合、整列、挨拶、出欠確認 学習内容の確認 ・グループごとに本時の内容を確認する 	<ul style="list-style-type: none"> 学習計画に基づいて用具などの準備をする。 ・課題解決には、様々な方法があることを助言する。 選択した種目に適した準備運動になっているか振り返る。 	<ul style="list-style-type: none"> 【意欲の高まらない生徒に対して】 ・自己の課題を学習カードから明確にさせ、具体的な改善策につながるヒントを与える。 【学習の進め方が理解できない生徒に対して】 ・学習カードや技能の段階表を活用させたり、具体的な師範を示したりして学習の見通しをもたせる。
なか 35分	<ul style="list-style-type: none"> グループの時間 ・グループ目標と学習計画の確認 グループの時間 ・個人的技能の練習 ・学習内容別の練習場所に分かれる。 [予想される活動例] ・コーンを使ったドリブル練習 ・様々な角度からのシユート練習 	<ul style="list-style-type: none"> グループの目標と学習計画の確認をする。 ・学習内容を学習カードを使って、グループ内で把握するよう声をかける。 ・話し合いができていないグループを評価する。 学習計画に基づく練習を通して新たな課題を発見する。 ・班長に練習の進行状況を確認する。 ・前回できたことと、できなかったことを整理するように声をかける。 	<ul style="list-style-type: none"> 【課題設定があいまいな生徒に対して】 ・学習カードを活用し、自己の学習を振り返らせ、今すぐに解決できる課題、解決するには時間がかかる課題などを整理するよう助言する。 【課題解決の仕方のわからない生徒に対して】 ・課題解決のための練習ができるよう、練習場所を指示したり師範を示したりする。 ・解決のヒントを与えたり、既習経験から考えさせたりする。 ・班長に働きかけ、グループで協力して支援し合うよう声をかける。

<p>な か 35 分</p>	<p>グループの時間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・作戦の工夫 [予想される作戦] ・サービスは左後方をねらう。 ・右サイドから攻める。 ・三段攻撃をする。 <p>[予想されるチーム目標]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゴールに近いところまでもちこみシュートを打つ。 ・マークをはずしてからシュートを打つ。 <p>グループの時間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対戦相手とルールの確認 ・ゲーム 	<p>グループの特徴に応じた作戦を立てられているか前回の試合を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループの作戦が個々の技能を生かしたものになっているかを相互評価させる。 <p>学習資料や前時までの記録を参考に作戦を立てる。</p> <p>身に付いた技能をゲームの中で発揮できたか、新たな課題の発見があったかなど自己評価し、学習を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・練習の成果を整理させ、新たな課題を明確にさせる。 <p>グループの状況に応じたルールでゲームを楽しめたかを振り返る。</p>	<p>【新たな課題が発見できない生徒に対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードを使って、自己の活動を振り返らせ、計画した活動ができているか、見直しをさせる。 <p>【技能の実現状況が高まらない生徒がいるグループに対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードを活用して前時までの記録を振り返らせ、作戦に対する役割と動き方を一緒に考える。 ・グループの中で補助し合うよう声をかける。 <p>【作戦や目標が立てられないグループに対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自グループの長所や短所及び相手の状況を把握させる。 ・本時の練習から成果の上がった技能を使って考えさせる。 <p>【ゲームにかかわれない生徒に対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・意欲的にゲームに参加できるように具体的な目標（ボールにさわ回数、シュートすることなど）を考えさせる。 ・誰もが楽しめるようなルールを具体的に助言する。
<p>ま と め 10 分</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・用具の片付け <p>グループの時間</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習資料への記入 ・次時のグループ目標と学習計画の設定 ・挨拶・解散 	<p>学習カードを活用し、自己の学習成果を確認する。</p> <p>グループで話し合い、新たな課題に対する学習計画を考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・個々の技能に応じた学習計画となるよう助言する。 	<p>【学習成果の確認ができない生徒に対して】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードを活用して授業を振り返らせ、良い点を積極的に助言しながら、課題解決できる楽しさや喜びを味わわせる。

〔本時の評価〕

- ・自己の課題をたえず見直ししながら運動を行い、安全に留意しながら練習やゲームを楽しむことができたか。
- ・新たな課題に対して、学習計画の見直しや課題解決のための工夫した練習ができたか。
- ・身に付いた技能を、ゲームの中で積極的に発揮できたか。
- ・自己やチームの技能に応じた練習やゲームの仕方を理解できたか。

学習資料

学習カード1 学習の実現状況や学習状況を記入させることで、自己の活動状況を把握させ、見通しのある課題解決学習を支援するものとした。
 到達度チェック表は、技能を基礎的なものとゲームの中で発揮するものとに分けることにより、個々の技能の実現状況を的確に把握することができるものとした。
 上達することの楽しさや喜びを味わわせるために、その運動に必要な基礎的な技能（この学習カードでは、リフティングと8の字ドリブルとした）を毎時間、取組ませた。準備運動については、運動種目によって、生徒が作成した。

基礎から発展的な技能まで設定することにより高い意欲へとつながる。

授業の進め方

PLAN-1	PLAN-2	PLAN-3	PLAN-4
<ul style="list-style-type: none"> サッカーについて知る。 簡単なゲームを楽しむ。 学習計画を作ろう。 グループを作ろう。 	<ul style="list-style-type: none"> ゲームを楽しもう。 オープン戦前半より楽しむため個人技能を高めよう。 ゲームの中で課題を見付けよう。 練習の仕方を工夫しよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ゲームを楽しもう より楽しむためグループの技能を高めよう。 自分たちのグループの特徴を生かさう。 対戦するグループに応じた作戦を工夫しよう。 	まとめ（リーグ戦） ・練習や工夫した作戦の成果を発揮し、ゲームを楽しもう。

到達度チェック表

=時々できるようになった =できる

ゲームのなかで																												
	動きながら ディフェンス有				動きながら ディフェンス無				止まった状態(基礎練習)																			
レベル	スキル	インサイドキック	アウトサイドキック	インステップキック	インフロントキック	アウトフロントキック	スローイン	三角パス	クロスパス	壁パス	ワンツーパーパス	リターンパス	スルーパス	止まっているボール	前から転がるボール	センタリング	ドリブル	ヘディング	直線的に	曲線的に	フェイント	ボールキープ	ゴロ	浮き球	次のコントロールへ	サイドアタック	中央突破	ゾーンディフェンス
		キック				パス				シュート				ドリブル				トラップ		チーム								
日付	10/28	10/29	11/2	11/4	11/5	11/9	11/11									最高	伸び率											
リフティング	15	20	19	23	28	30	35																					
8の字ドリブル	6	5	6	7	7	7	8																					

リフティング = 30秒間に連続で(ワザ可) 8の字ドリブル = 3メートル間隔、30秒間、真ん中通過で1回

リフティング
コート2周

準備運動を考えよう (生徒が作成したもの)

一人組による
肩、背中、手
ストレッチ等

屈伸
前後脚
体の回旋
ジャンプ
アキレス腱

毎時間、準備運動後にグループごとに測定する。グループ内で教え合いながら取り組み、記録することにより上達が分かる。

各種目で使う箇所を考え、全身バランスよく、準備運動ができるように学習カード等を参考に考えさせる。

資料

生徒のつまずき例	支援
何を練習してよいのかわからない	到達度チェック表により技能の発展を考えさせる。学習カード4を参考に段階を示し練習内容を考えさせる。
8の字ドリブルの回数が増えない	上手にできる生徒との違いに気付かせる。顔の上がり方、ボールタッチの部位(つま先、インサイド、アウトサイド、足裏等)について理解させる。

学習カード2 このカードを使って、ゲーム後に自ら習得した技能を他者の評価で振り返り、課題を明確にするとともに、自己評価活動を高めるものとした。

学習計画

チーム名 ミラクルキッカーズ

お互いに課題を出し合おう!

名前	ゲームを終えて個々の課題
	パスをした後止まってしまうのでパス&ゴールをする
	良いポジションにいるのに声が出ないから大きな声を出す
	ゴール前に誰もいないのにセンタリングをしてしまうので呼ぶ

ゲームの結果

対 シャルケ01 3-1

対 FCコルト 2-4

チームの課題

- ・大きな声で名前を呼びながらパスをする
- ・サイドにボールがいったときに必ずゴール前に2人行く

グループ内でお互いにアドバイスをしあうことによって適切な課題を設定することができる。

次のゲームのために練習を考えよう

次の授業

0	準備 出席確認
	準備体操
	課題確認
10	課題練習
25	ゲーム
40	グループ反省
	次回の課題設定
	先生からのアドバイス
50	終了

練習内容	準備するもの
10分 三角パス 声を掛けながら	ボール5個
15 センタリングシュート ----- ボールの動き ----- 人の動き ~~~~~ ドリブル 4対3	ゴール
20	
25	

資料等を参考に学習計画を立てさせる。既習経験に基づいて練習内容を考えさせる。また、課題解決のヒントを与える。

生徒のつまずき例	支援
練習課題が明確にならない	悪い点ばかりを課題にすると練習プランが立ちにくくなる。よい点に気付かせるように支援する。
グループとしての練習に個人技能が追いつかない	学習計画の見直しやグループとしてのその対応を考えさせる。

学習カード3の1 グループでの取り組みを3時間ごとに個人として振り返り、自己評価活動を高めるものとした。

振り返って	満足度 C (B) A	試合結果 (試しのゲーム)
学習のねらいや進め方を理解することができたか	C B (A)	
意欲的にゲームをすることができたか	C B (A)	対 ウィニング7 1-1
協力して準備片付けをすることができたか	C B (A)	対 シャルケ01 0-1
工夫して、練習することができたか	C (B) A	
個人やグループの課題を設定することが出来たか	C (B) A	オープン戦ルールの確認
次の練習計画を設定することができたか	C B (A)	
安全に留意した運動の仕方が理解できたか	C (B) A	試合時間5分 オフサイド、GKなし
気付きやアドバイスされたこと		スローインなしでキックイン
ポジションを決めてないので、みんなで攻めたり守ったりしてボールばかり追っかけている。ドリブルが多くてパスすることが少なかった。		私の課題1 得点王になる
		チームの目標1 優勝

施設・用具、場の工夫などにより課題解決を図りやすくすることを助言する。

初めに記入する。課題が明確でない場合が多いので支援する。

課題設定に対する声かけ

「得点をたくさん取るためにはどんな技能が必要となるんだろうか」、「優勝するためには一人ではできないよね」、「チームとしてどんなことが大切なんだろうか」等と声をかける。

学習カード3の2
月 日

振り返って 満足度 C B (A)		試合結果 オープン戦	毎時間、課題を考え、必要に応じ修正する。具体的になるように助言する。
意欲的に課題練習やゲームをすることができたか	C B (A)	対 ライブウィンドウ 対 ゴールデンイーグルス	
協力して準備片付けをすることができたか	C B (A)		
工夫して練習することができたか	C B (A)		
個人やグループの課題を設定することが出来たか	C B (A)		
課題練習を通して個人技能を身に付けることができたか	C (B) A	オープン戦ルールの確認 試合時間7分 GK・スローイン有り	オフサイドなし FKは間接のみ
ゲームのルールを理解することができたか	C B (A)		
気付きやアドバイスされたこと(修正点)			
ゴールの前に集まってしまうのでスペースがなく、シュートが打てない。		私の課題2 8の字ドリブル10回	チームの課題2 パスをもらうときに声を出す
トラップが大きいのでゲームになると相手にとられてしまう		ゲーム中パスを10回以上もらう	パスを5回以上連続で回す
守備が弱いのでゾーンディフェンスについて練習してみたい		トラップを足元にコントロールする	"

C = 努力が必要 B = できた A = たいへんよくできた

学習カード4 技能の実現状況を示すことにより、学習に見通しをもたせ、課題をつかませたり、学習を修正・発展させたりするものとした。

基礎技能習得への道 【サッカー編】

段階	ステップ1	ステップ2	ステップ3	ステップ4	ステップ5
パス(キック)	止まっているボールを目標に向かって蹴ることが出来る。 	転がってくるボールを相手にパスすることが出来る。 	転がってくるボールを15m以上離れた相手に強くパスを蹴ることが出来る。 	ゲームの中で2種類以上のキックを使ってパスを蹴ることが出来る。 	状況に応じてキックを選択することが出来る。周りの状況を確認してからパスを受けたりドリブルパスで意図したプレーをすることが出来る。
シュート	止まっているボールをシュートすることができる。 	前から転がるボールをシュートすることができる。 	前や横から転がるボールをシュートすることができる。直線的なドリブルからシュートをすることが出来る。 	前や横から転がるボールを強くシュートをすることが出来る。 	相手をかわしてシュートをすることができる。ボレーシュートをする事が出来る。
ドリブル	直線的に進むことが出来る。 	ドリブル中意図的に止まることが出来る。 	ジグザグドリブルをすることが出来る。 	速いドリブルやフェイントをかけることが出来る。 	フェイントで相手をかわすドリブルをすることが出来る。顔を上げて状況を見ながらドリブルすることが出来る。
トラッピング	ゴロでパスされたボールを足の裏などで止めることが出来る。 	動きの中でゴロでパスされたボールを止めることが出来る。 	手で足元に投げてもらった浮いたボールを止めることが出来る。 	ゲームの中でゴロや浮いたボールを止めることが出来る。 	次のプレーを考えた位置にトラップをすることが出来る。
連携プレー	パスの受け渡し時に声を出すことが出来る。 	攻守の切り替えが出来る。 	動いている味方にパスをすることが出来る。自分のマークする相手を確認することが出来る。 	パスをしたらすぐに次のプレーの動きをすることが出来る。ゴールを背にしたディフェンスをすることが出来る。 	サイドアタックや中央突破をすることが出来る。カバーリングディフェンスをすることが出来る。
【本校の練習課題】	連続して5回以上することが出来る。 ワンパン可 	連続して10回以上することが出来る。 ワンパン可 	連続して20回以上することが出来る。 ワンパン可 	体の3カ所以上を使って連続して25回以上することが出来る。 	体の5カ所以上を使って連続して30回以上することが出来る。
リフティング					
8の字ドリブル	方向転換をすることが出来る。 	ゆっくりではあるが8の字にコントロールすることが出来る。 	スムーズに6周することが出来る。 	8の字から外れることなく10周以上出来る。 	顔を上げ、インサイド、アウトサイド、つま先、足裏を状況に応じて使うことが出来る。 12周以上出来る

=時々できる =できる

実証授業のまとめと考察（ は成果、 は課題）

視点	支援の工夫による成果と課題			
	課題解決型の学習への支援	自己評価活動への支援		学んでいく楽しさや喜びの高まり
		学習の振り返り	学習の修正・発展	
はじめ	学習の内容が、学習カードに分かりやすく書かれていることで、意欲をもって学習することができた。各種技能に共通課題を設定すべきだった。	学習カードに毎回の記録を記入させ、振り返ることで、生徒が自分の学習の深まりを把握できた。	スムーズに活動を始められるグループを紹介することで、活動方法の見直しができた。	生徒が考えた準備運動をすることにより、楽しみながら体を動かすことができた。チーム内で競い合いながら技能を記録することで、意欲的に取り組めた。
なか	学習カードや技能の段階表を使うことで、学習の見通しをもたすことができた。学習状況を把握しながら学習計画を作成し、課題解決を図るとともに作戦を立ててゲームをすることができた。獲得した技能をゲームで活用できない生徒は、作戦を理解しようとする意欲が低下することがあった。	学習カードにより学習を振り返ることで自分の学習状況や課題を再確認することができた。作戦を考えるために自己の課題とチームの特徴を振り返るようになった。評価項目が多すぎたため、振り返る内容が浅くなってしまった。	仲間同士の支援により、学習の修正や新たな課題を発見することができた。教師や仲間の支援と自己の振り返りから、修正すべき課題が明確になり、学習計画を見直すようになった。課題や学習内容を把握できていない生徒の練習では、修正点が不透明になりがちで教師の踏み込んだ支援が必要であった。	自己の技能の向上がグループの力につながりまた、作戦へも反映することから、向上心も高まり、ゲームや練習の中で、成就感をもたせることができた。学習計画による自主的な練習によって楽しみながら学習できた。男女共習の経験不足から、互いの関わり方などによって運動の特性に触れることが浅くなった。
まとめ	学習内容を学習カードに記録することで、グループの特徴に応じた目標と、自己の課題を設定することができた。学習形態の経験不足から、グループの差が、課題設定に影響しがちであった。	前回と今回の学習状況を振り返り比較することで、自己の学習の問題点や改善された点などを確認することができた。自己・相互評価の経験不足から、評価の仕方にばらつきが見られた。	技能の段階表を使うことで、課題の修正ができた。課題や学習内容を把握出来ていない生徒は、資料などを活用できないまま授業が進行してしまうことがあった。	学習カードや技能の段階表を使うことにより、見通しをもった学習計画の中で、課題やその解決のポイントが明確になり、次回の授業に意欲的に取り組もうとする姿が見られた。

考察

学習カードの充実や技能の段階表の活用により、見通しをもった自己の能力に適した学習内容となり、課題を追究するなど自主的な学習となった。

振り返りや学習の修正・発展する活動の中で仲間と協力し教え合うことにより、自己評価・相互評価する力を高めることができた。

自己評価活動の支援から、生徒は学習を修正し、課題を明確にして課題解決学習に取り組むようになり、学ぶ楽しさや喜びを味わえるようになった。

課題や学習内容を把握出来ていない生徒に応じた学習カードなどの工夫は必要であった。

既習経験の差から、自己評価・相互評価にばらつきが見られることから修正・発展させる支援の工夫がさらに必要であった。

研究の成果と今後の課題

1 研究の成果

保健体育における学ぶ楽しさや喜びを味わえることを育成することによって、生涯にわたる豊かなスポーツライフ及び健康の保持増進の基礎を培うことができると考え、特に、その視点として、課題解決学習への支援とそれに伴う自己評価活動について実証を行い、次のような成果があった。

(1) 課題解決学習への支援

課題の設定及び学習計画への支援

- ・ グループによる話し合いや他のグループとの意見交換を意図的に多く取り入れ、個に応じた支援をすることにより、グループでの課題に対する理解が深まった。
- ・ 課題解決のための工夫や自己評価活動を繰り返す個に応じた支援をすることにより、常に課題に応じた学習計画を立てさせることができた。

学習の見通しをもてるようにする支援

- ・ 学習カードや学習資料等によって、生徒一人一人に課題解決学習における学習の進め方の見通しをもたせることに役立った。
- ・ 保健分野においては知識活用表から知識の習得状況を把握させる、また、体育分野においては、技能の段階表から自己の技能の実現状況を把握させることにより、学習の見通しをもたせることができた。

(2) 自己評価活動への支援（学習の振り返りや学習を修正・発展させていく支援）

学習の振り返りへの支援

- ・ 学習の展開に合わせた評価項目を具体化した学習カードの活用によって、生徒は自己の学習を絶えず振り返り、自己の学習状況を把握することができた。
- ・ 生徒同士が活動内容の同一項目を自己評価・相互評価することにより、自己の学習を振り返り、自己と他者との評価の違いに気付くことができた。

学習を修正・発展させていく支援

- ・ 学習の振り返りから、個に応じた支援を行うことで、生徒が自己の学習を見つめ直し、課題の見直しや学習計画を修正できるようになった。
- ・ 適正な学習の方向が理解できるような、技能の段階表等を示したことによって、生徒の自主的・自発的な課題の見直しや適正な学習の発展に効果があった。

2 今後の課題

(1) 課題解決学習における学年や生徒の実態に合わせた学習カードなどを一層工夫していく必要がある。

(2) グループでの話し合いや意見交換を上手く活用できない生徒には、さらに具体的な個に応じた支援を充実させていく必要がある。

(3) 経験不足から自己評価・相互評価が適切にできなかつたり、相互の改善点を明確に示すことが十分でない生徒がいたりすることから、継続的に自己評価活動を支援していく必要がある。

(4) 課題解決のために、学習を振り返り、修正・発展させていく学習がさらに習慣化されるよう、生徒相互の活動や教師のかかわりなど、個に応じた支援の工夫を継続させていく必要がある。

平成16年度 教育研究員名簿（ 保健体育 ）

	区市町村名	学 校 名	氏 名
保 健 分 科 会	中 央 区	銀 座 中 学 校	塩 野 恵
	荒 川 区	南 千 住 第 二 中 学 校	草 野 伸 明
	板 橋 区	志 村 第 二 中 学 校	古 川 大 輔
	練 馬 区	石 神 井 中 学 校	斎 藤 元
	調 布 市	第 五 中 学 校	大 居 純
	西 東 京 市	田 無 第 三 中 学 校	原 田 典 幸
	大 島 町	第 二 中 学 校	菊 地 啓 二
体 育 分 科 会	墨 田 区	豎 川 中 学 校	守 谷 暢 明
	大 田 区	大 森 第 十 中 学 校	森 徹
	大 田 区	東 調 布 中 学 校	張 替 健 二
	葛 飾 区	一 之 台 中 学 校	中 村 浩 二
	八 王 子 市	由 井 中 学 校	小 島 智 史
	昭 島 市	瑞 雲 中 学 校	沢 野 久
	神 津 島 村	神 津 中 学 校	山 田 裕 仁

世話人 副世話人 班長

担当 東京都教職員研修センター 指導主事 河合 雅彦

平成16年度教育研究員研究報告書

東京都教育委員会印刷物登録
平成16年度 第21号
(東京都教育委員会主要刊行物)

平成17年1月24日

編集・発行 東京都教職員研修センター
所在地 東京都目黒区目黒1-1-14
電話番号 03-5434-1974

印刷会社名 鮮明堂印刷株式会社