

中 学 校

平成 31 年度 (2019 年度)

教育研究員研究報告書

保健体育

東京都教育委員会

目 次

I	研究主題設定の理由	1
II	研究構想図	2
III	研究の視点	3
IV	研究仮説	3
V	研究内容	3
1	基礎研究	3
2	調査研究	6
3	開発研究	8
4	検証授業	9
VI	本研究の成果と課題	15

仲間とともに運動の多様な楽しみ方を 共有しようとする態度を育てる指導の工夫

I 研究主題設定の理由

「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（答申）」（中央教育審議会 平成 28 年 12 月）では、現行の学習指導要領における保健体育科の成果として、運動やスポーツが好きな児童・生徒の割合が高まったこと、体力の低下傾向に歯止めが掛かったことを挙げている。一方で、習得した知識や技能を活用して課題解決したり学習したことを相手に分かりやすく伝えたりすること、運動する子供とそうでない子供の二極化傾向が見られることなどを課題として挙げている。

そして、中学校学習指導要領（平成 29 年 3 月）では、保健体育科目標には「体育や保健の見方・考え方を働かせ」と新たに記載された。このことについて、同解説保健体育編（平成 29 年 7 月）では、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現する観点を踏まえ、「運動やスポーツをその価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす役割の視点から捉え、自己の適性等に応じた『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方と関連付けること」としている。さらに、「運動やスポーツとの多様な関わり方を重視する観点から、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるよう指導内容の充実を図ること。その際、共生の視点を重視して改善を図ること」を保健体育科改訂の要点として挙げている。

また、東京都教育委員会では、東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会の開催都市にふさわしい、運動・スポーツに親しむ元気な生徒を育成するとともに、子供から高齢者まで、障害のある人もない人もともにスポーツに親しみ、健康で豊かに暮らせる「スポーツ都市東京」の実現を目指し、総合的な子供の基礎体力向上方策（第 3 次推進計画）を「アクティブラブプラン to2020」として策定し、学校体育・スポーツの充実に努めている。

そこで、本研究では、全ての生徒が生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現するためには、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有できるようにするための指導を充実させることが必要であると考えた。

研究主題を「仲間とともに運動の多様な楽しみ方を共有しようとする態度を育てる指導の工夫」とし、運動の多様な楽しみ方を共有しようとする態度を育成するために、運動の特性や魅力を理解し、一人一人の違いを大切にしながら、仲間とともに運動を楽しむことができるような指導方法の工夫について研究を進めることとした。

II 研究構想図

学習指導要領（平成 29 年 3 月告示）

<改訂の要点>

運動やスポーツとの多様な関わり方を重視する観点から、**体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるよう指導内容の充実を図ること**。その際、**共生の視点を重視**して改善を図ること。

<保健体育科の課題>

- ・全ての生徒が運動の特性や魅力に応じた体を動かす楽しさを味わえるようにすること
- ・生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する基礎を培うこと

<研究主題>

仲間とともに運動の多様な楽しみ方を共有しようとする態度を育てる指導の工夫

<仮説>

体力や技能の程度及び性別の違い等を超えた集団において、課題の解決を図る学習活動を設定することで、主体的に仲間とともに運動の特性や魅力に応じた楽しさを味わおうとする態度が身に付き、運動の多様な楽しみ方を共有できるようになるだろう。

<研究方法及び内容>

1 基礎研究 (1) 学習指導要領、学習指導要領解説の分析 (2) 中央教育審議会答申の分析	2 調査研究 (1) 運動の楽しさに対する意識 (2) 体育の授業に対する意識
3 開発研究 一人一人の違いを大切にしながら、仲間とともに課題の解決を図ることができる指導方法 (1) 集団編成の工夫 ・体力や技能の程度を超えた集団 ・性別の違いを超えた集団 (2) 学習活動の工夫 ・課題の解決に向けた対話を活性化させる活動	
4 検証授業 (1) 検証授業 ※開発した指導方法に基づき、計3回実施 (2) 検証 ※単元前後のアンケートによる生徒の意識の変容を比較 ・仲間が楽しむことを自身の楽しみと感じられるようになったか。 ・運動の特性や魅力を理解し、楽しむことができたか。	



<目指す生徒像>

- ・体力や技能の程度及び性別の違い等にかかわらず、仲間とともに運動やスポーツを楽しもうとする生徒
- ・生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現できる生徒

Ⅲ 研究の視点

一人一人の違いを大切にしながら、仲間とともに課題の解決を図ることができる指導方法

1 集団編成の工夫

- 体力や技能の程度を超えた集団
- 性別の違いを超えた集団

2 学習活動の工夫

- 課題の解決に向けた対話を活性化させる活動

Ⅳ 研究仮説

体力や技能の程度及び性別の違い等を超えた集団において、課題の解決を図る学習活動を設定することで、主体的に仲間とともに運動の特性や魅力に応じた楽しさを味わおうとする態度が身に付き、運動の多様な楽しみ方を共有できるようになるだろう。

Ⅴ 研究内容

1 基礎研究

- (1) 中学校学習指導要領解説保健体育編（平成 29 年 7 月）

ア 見方・考え方

保健体育科の目標には、「体育や保健の見方・考え方を働かせ」と示された。体育の見方・考え方については、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現する観点を踏まえ、「運動やスポーツを、その価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす役割の視点から捉え、自己の適性等に応じた『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方と関連付けること」とされている。

イ 体育理論における「運動やスポーツへの多様な関わり方」

「する・みる・支える・知る」の多様な関わり方については、第 1 学年で指導する体育理論「運動やスポーツへの多様な関わり方」において、「運動やスポーツには、直接『行うこと』に加えて、『見ること』には、観戦等を通して一体感を味わったり、感動したりするなどの関わり方があること、『支えること』には、運動の学習で仲間の学習を支援したり大会や競技会を企画したりするなどの関わり方があること、『知ること』には、運動やスポーツの歴史や記録などを書物やインターネットなどを通して調べる関わり方があること、などの多様な関わり方があることを理解できるようにする。」と具体的に説明されている。

ウ 体育理論における「運動やスポーツの多様な楽しみ方」

従前、第 1 学年で指導していた「運動やスポーツの学び方」の内容を第 2 学年で指導する内容に整理するとともに、第 1 学年において「運動やスポーツの多様な楽しみ方」が新たに示された。

その内容には、「競技に応じた力を試す際には、ルールやマナーを守りフェアに競うこと、世代や機会に応じてルールを工夫すること、勝敗にかかわらず健闘を称え合う等の行い方があることなどを理解できるようにする」ことや「仲間と交流したり、感情を表現したり

する際には、互いの違いやよさを肯定的に捉えて自己やグループの課題の達成を楽しむ等の仲間と協働して楽しむ行い方があることを理解できるようにする」ことなどがある。

エ 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善

主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善の推進に向けては、「指導方法を工夫して必要な知識及び技能を指導しながら子供たちの思考を深めるために発言や意見交換を促したり、気付いていない視点を提示したりするなど、学びに必要な指導の在り方を工夫し、必要な学習環境を積極的に整備していくことが大切である。」とされている。

また、「その際、各運動領域の特性や魅力に応じた体を動かす楽しさや特性に触れる喜びを味わうことができるよう、また、健康の大切さを実感することができるよう指導方法を工夫することが大切である。」とある。

(2) 「する」場における「みる・支える・知る」の活動

運動やスポーツの合理的な実践を通して、楽しさや喜びを味わい、それらを生涯にわたり豊かに実践できるようにするためには、「する」の他に「みる・支える・知る」などの多様な関わり方について理解することが大切である。

一方、上記(1)エのとおり、保健体育科の授業においては、「体を動かす楽しさや特性に触れる喜び」を味わわせることが必要であるとされている。これは、保健体育科の授業において、生徒に「体を動かす楽しさや特性に触れる喜び」を実感させるためには、「みる・支える・知る」の関わり方だけではなく、「する」の関わり方が不可欠であることを示していると言える。

よって、本研究においては、全ての生徒に対して「体を動かす楽しさや特性に触れる喜び」を味わわせるためには、仲間の運動を観察・鑑賞したり、仲間を支援したり、運動やスポーツについて調べてそれを自身や仲間の学習に生かしたりするなど、「みる・支える・知る」の関わり方の視点を生かしつつも、運動を「する」ことに焦点化して研究を行うこととした。

(3) 本研究における「運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができる」の定義

本研究においては、類似する用語である「運動やスポーツへの多様な関わり方」と「運動やスポーツの多様な楽しみ方」について以下のように整理した。

- ・ 運動やスポーツへの多様な関わり方である「する」、「みる」、「支える」及び「知る」の四つの関わり方について、個人的にそれぞれを楽しむことができている状態を、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有している、とは言わない。
- ・ 例えば、「Aさんは、『する』と『支える』だけ楽しんでいるから多様な楽しみ方を共有できていない」や「Bさんは、『する・みる・支える・知る』の全てを楽しんでいるから、多様な楽しみ方を共有できている」という類のものではない。
- ・ 「運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができる」とは、「する・みる・支える・知る」の多様な関わり方の視点を生かしながら、運動やスポーツを個人のみで楽しむだけでなく、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、仲間とともに

楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けたり、違いに配慮して状況に応じた行動をしたりしようとする事ができることである。

- (4) 運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるようにするための指導内容
 中学校学習指導要領解説保健体育編（平成 29 年 7 月）では、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるよう共生の視点を踏まえて指導内容が示された。

このことに関する指導内容の記載は、表 1 及び表 2 のとおりである。

上記 (3) で定義した「運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができる」ようにするためには、これらを意図的・計画的に指導内容として取り入れながら指導し評価していく必要がある。

表 1 「思考力、判断力、表現力等」における指導内容の例示

	第 1 学年及び第 2 学年 「体力の程度や性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための〇〇を見付け、仲間に伝えること。」	第 3 学年 「体力の程度や性別等の違いに配慮して、仲間とともに〇〇を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。」
A 体づくり運動	運動	体づくり運動
B 器械運動	練習や発表	器械運動
C 陸上競技	練習や競争	陸上競技
D 水泳	練習や競争	水泳
E 球技	練習やゲーム	球技
F 武道	練習や簡易なゲーム	武道
G ダンス	表現や交流	ダンス

表 2 「学びに向かう力、人間性等」における指導内容の例示

	第 1 学年及び第 2 学年 「一人一人の違いに応じた〇〇を認めようとする事。」	第 3 学年 「一人一人の違いに応じた〇〇を大切にしようとする事。」
A 体づくり運動	動きなど	動きなど
B 器械運動	課題や挑戦	課題や挑戦
C 陸上競技	課題や挑戦	課題や挑戦
D 水泳	課題や挑戦	課題や挑戦
E 球技	プレイなど	プレイなど
F 武道	課題や挑戦	課題や挑戦
G ダンス	表現や役割	表現や役割

2 調査研究

(1) 目的

運動の楽しさや喜びを保健体育の授業でどのように感じているか、現状を把握・分析することで、運動の多様な楽しみ方を味わうための学習過程の工夫に努めるため。

(2) 対象

教育研究員の所属校に在籍する生徒 1,789 名
(第 1 学年 514 名、第 2 学年 714 名、第 3 学年 561 名)

(3) 方法

質問紙による。

(4) 内容

- ・運動の技能と保健体育の授業への意欲に関する調査
- ・運動の楽しさを感じる場面に関する調査

(5) 結果

ア 運動の技能と保健体育の授業への意欲との関係(図 1)

「とても得意」「得意」と回答した生徒のうち、保健体育の授業が「とても好き」と「好き」を合わせると 97%、「あまり好きではない」が 3%、「嫌い」と感じている生徒が 0%であった。「あまり得意ではない」「苦手」と感じている生徒のうち、「とても好き」「好き」と感じる生徒が全体の 53%であった。

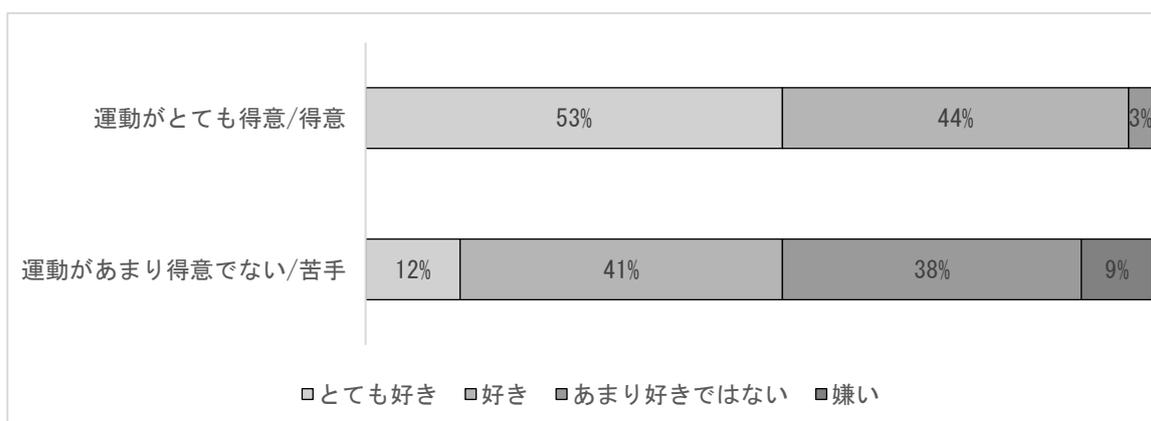


図 1 運動の技能と保健体育の授業への意欲の関係

イ 運動の楽しさを感じる場面についての意識(図2)

「勝ったとき」「記録が伸びたとき」「上手にできたとき」「できなかったことができるようになったとき」と個人的な技能や勝敗に関する項目が上位であった。

一方、他者との関わりの中で楽しさを感じているという回答は、10%から20%程度であった。

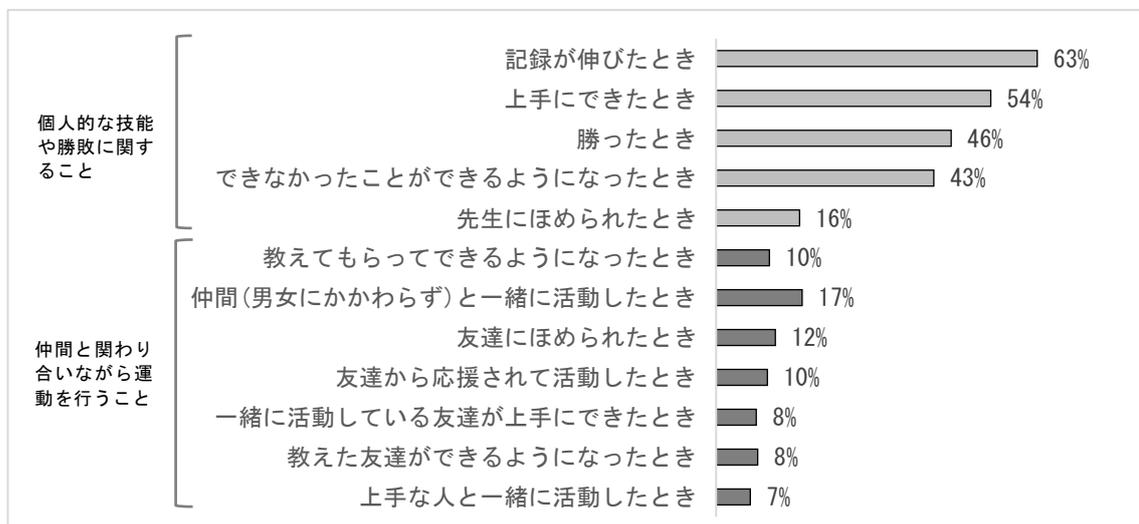


図2 運動の楽しさを感じる場面についての意識

(6) 考察

ア 運動の技能と体育の授業への意欲の関係

運動が得意であると感じている生徒に比べ、不得意であると感じている生徒は、体育の授業に対して好意的な感情をもっていないことが分かった。

このことから、運動が不得意であると感じている生徒に対して、体育の授業の中で、各運動領域の特性や魅力に応じた体を動かす楽しさや特性に触れる喜びを味わうことができるよう指導方法を工夫することが重要である。

イ 運動の楽しさを感じる場面についての意識

個人的な技能や勝敗に関する項目が多いという回答が多い一方、仲間と関わり合いながら運動を行うことについて楽しいという回答は少ないことから、生徒は、運動やスポーツの楽しみ方について一面的な見方に偏っていることが分かった。

世代や機会に応じて、生涯にわたって運動を楽しむためには、自己に適した運動やスポーツの多様な楽しみ方を見付けたり、工夫したりすることが大切である。また、運動やスポーツを継続しやすくするためには、自己が意欲的に取り組むことに加えて、仲間、空間及び時間を確保することが有効である。

このことから、保健体育の授業において、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるような指導を充実させることが求められる。

3 開発研究

基礎研究及び調査研究から、生徒が一人一人の違いを大切にしながら、仲間とともに課題の解決を図ることができる学習を充実させることが必要であると考えた。このことから、以下の視点により、運動の多様な楽しみ方を共有できるようにするための指導方法の改善を行った。

(1) 集団編成の工夫

体力や技能の程度及び性別の違い等にかかわらず、仲間とともに学ぶ体験は、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた重要な学習の機会であることから、本研究では、「体力や技能の程度を超えた集団」及び「性別の違いを超えた集団」の二つの集団編成によって学習活動の工夫を行うこととした。

(2) 学習活動の工夫

集団編成の特長を生かした対話的な活動の場面を設定する。課題を解決するために「話し合いにおいて自己の考えを仲間に伝えること」を重視して学習を進める。

そのために、ドリルゲームやタスクゲーム、学習カードやホワイトボードの活用によって、課題の解決に向けた対話を活性化させるよう指導方法を工夫することとした。

表3 研究仮説と指導の手だての関連

仮説	体力や技能の程度及び性別の違い等を超えた集団において、(集団編成の工夫)		課題の解決を図る学習活動を設定することで、 (学習活動の工夫)	主体的に仲間とともに運動の特性や魅力に応じた楽しさを味わおうとする態度が身に付き、運動の多様な楽しみ方を共有できるようになるだろう。
運動	性別	体力、技能差	課題の解決を図る学習活動 (一人一人の違いを大切にしながら仲間とともに課題の解決を図ることができる指導方法)	<ul style="list-style-type: none"> ・主体的に仲間とともに運動の特性や魅力に応じた楽しさを味わおうとする態度が身に付いた姿 ・運動の多様な楽しみ方を共有できるようになった姿
9月 バレー ボール	男女 共習	ランダム ペア	<ul style="list-style-type: none"> ・多くの仲間と関われるようローテーション ・技能のポイントを互いにアドバイス 	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間とともに楽しむための練習やゲームを行う方法を見付け、仲間に伝えることができています。 ・一人一人の違いに応じたプレイなどを認めることができています。
10月 バスケット ボール	女子 のみ	意図的な グルーピング	<ul style="list-style-type: none"> ・技能の高い生徒、バスケットボール部員を中心としたグループ編成 ・プレイヤーの人数、コート広さ、用具、プレイ上の制限を工夫したゲーム 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループ活動を通して互いにアドバイスをしようとしている。 ・アシストする楽しさを理解している。
11月 ダンス	男子 のみ	ランダム から固定	<ul style="list-style-type: none"> ・毎時間の授業始めに、交流ダンス ・ペアや新聞紙の動きなどのまね 	<ul style="list-style-type: none"> ・互いの表現方法を認めている。 ・よりよくなるように互いの意見や表現の仕方を伝え合っている。

4 検証授業

(1) 検証授業①

ア 単元名 球技「バレーボール」

イ 対象 第1学年 男子17名・女子15名 計32名

ウ 研究主題に迫る指導の手だて

(ア) 集団編成の工夫

男女共習を行い、基礎技能の学習では、体力や技能の程度等にかかわらずランダムにペアを組み、ローテーションさせ取り組ませた。

(イ) 学習活動の工夫

グループで技能のポイントをアドバイスし合う際は、できるだけ多くの人と関わられるようにしながら、一人一人の違いに応じたプレイを認められるようにした。

チームの課題やルールの工夫を話し合い、自己や仲間と考えたことを他者に伝えられるよう、ホワイトボードを使用し、発表方法の工夫をした。

エ 単元計画（全10時間）

	学習内容・学習活動	学習場面に即した具体的な評価規準（評価方法）
第1時	・オリエンテーション (特性、技術の名称、ルール、関連して高まる体力等)	・バレーボールの特性や成り立ち、技能ルールについて理解している。【知識・理解】(学習カード)
第2時	・ボール慣れ ・試しのゲーム(課題発見)	・進んで活動に取り組み、楽しみながら学習に取り組んでいる。【関心・意欲・態度】(観察)
第3時 第4時 (本時)	・アンダーハンド、オーバーハンドのペア学習 ・円陣パス ・ラリーゲーム	・体力や技能、性別の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習やゲームを行う方法を見付け、仲間に伝えようとしている。【思考・判断】(学習カード・観察) ・一人一人に応じたプレイなどを認めようとしている。【関心・意欲・態度】(学習カード・観察)
第5時 第6時 第7時	・アンダーハンド、オーバーハンドのペア学習 ・チーム練習 ・技能の習得の確認 ・試合	・アンダーハンド、オーバーハンドの基本を身に付けて試合に生かすことができる。【技能】(観察) ・作戦の話合いに積極的に参加しようとしている。【関心・意欲・態度】(学習カード・観察) ・攻防での自己の課題を発見し、他者に伝えている。【思考・判断】(学習カード・観察)
第8時 第9時 第10時	・審判法 ・まとめのリーグ戦	・フェアなプレイを守ろうとする。【関心・意欲・態度】(学習カード・観察) ・ラリーを続けることを意識し、定位置に素早く動くことができる。【技能】(学習カード・観察)

オ 本時の目標

- ・ 体力や技能の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習やゲームを行う方法を見付け、仲間に伝えることができる。【思考力、判断力、表現力等】
- ・ 一人一人の違いに応じたプレイなどを認めることができる。

【学びに向かう力、人間性等】

カ 本時の展開

	学習内容・学習活動	指導上の留意点	評価規準 (評価方法)
導入 5分	○ランニング、準備運動、補強運動 ○挨拶、出席確認 ○学習内容の確認・説明	・本時の目標や学習内容をホワイトボードにあらかじめ書いておき、生徒に明確に伝える。	
展開 40分	○ドリルトレーニング[ペア学習 (10分)] ①キャッチボール ②オーバーハンドパス (ペア学習) ③アンダーハンドパス (ペア学習) ※相手の動きにアドバイスをを行う ④連続パス (ペアで目標回数を決める) ※二人組で作戦を考える。 ○円陣パス (5分)	・見本と提示した技能ポイントを比べながら、積極的にアドバイスし合うよう促す。 ・ペア学習では、良い点と改善点を見付け相手に伝えるように促す。 ・ラリーゲームにつながる円陣パスをするために、目標回数を設定し、工夫させる。	・体力や技能、性別の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習やゲームを行う方法を見付け、仲間に伝えようとしている。【思考・判断】(学習カード・観察)
	○ラリーゲーム (20分) ・5分×2セット ・セット間にアドバイスタイムを設け、特別ルールを話し合う。 ・自チームで2～4回つないでから相手に返す。 ・ラリーが何回つながるか競い合う。	・ラリーを続けられるために相手がつりやすいボールで返すよう適宜言葉かけする。 ・特別ルールは「皆が参加できて一人一人の違いを認める」ことを意識させる。	・一人一人に応じたプレイなどを認めようとしている。 【関心・意欲・態度】(学習カード・観察)
まとめ 5分	○片付け ○振り返り ・学習カード記入 ・発表 ○本時のまとめと次時の確認、挨拶	・協力しながら安全に留意しながら行うようにする。 ・具体的に記入できるように適宜発問し、本時についての振り返りを深める。	

キ 検証

(7) 結果

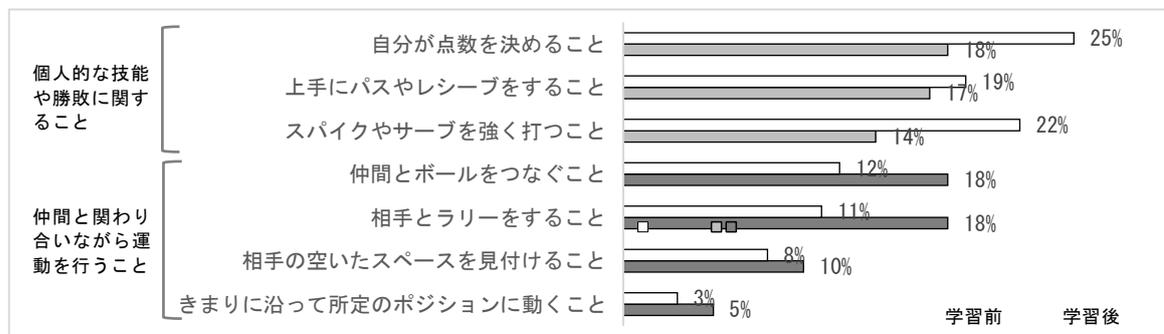


図3 単元前後の生徒の意識比較 (バレーボールの楽しいところ)

(イ) 考察

男女共習で協働的な学習をすることによって、自分が楽しむ視点から、仲間との関わりを楽しむ視点が増えたことがアンケートの結果から分かった。

また、男子のみでは力任せでやっていた生徒が、女子とのペア学習では力を調節して慎重にプレイしたり、男女グループになることで周りをよく見ながら動いたりする場面が増えた。バレーボールの特性であるラリーを続けることや、定位置に戻る動きを意識しながら運動することにつながった。

これらのことから、男女共習は、「一人一人の違いを認め、運動の多様な楽しみ方に触れる」という点で有効な手段であったと考えられる。

(2) 検証授業②

ア 単元名 球技「バスケットボール」

イ 対 象 第2学年 女子 32名

ウ 研究主題に迫る指導の手だて

(ア) 集団編成の工夫

本単元では、体力や技能の程度にかかわらず集団編成を行い、運動能力の高い生徒又はバスケットボール部員をリーダーとして、他者との関わりの中で学びの質を高める「グループ学習」を行った。話し合い活動の時間を十分に設定し、そこで出てきた動きのパターンを分析したり、予想と結果にずれが生じた際にも、異なった見方や考え方を取り入れたりしながら、動きを修正できるようにした。

(イ) 学習活動の工夫

ゴール前の空間をめぐる攻防についての学習課題を追求しやすいようにプレイヤーの人数、コート広さ、用具、プレイ上の制限を工夫したゲームを取り入れ、ボール操作とボールを持たないときの動きに着目し、そこで学習課題を追求しやすいようにミニゲームを行った。話し合い活動の際には、各チームに一つずつホワイトボードを用意することで視覚的に理解を促しながら対話が活性化するようにした。

エ 単元計画 (全 12 時間)

時	学習内容・学習活動	学習場面に即した具体的な評価規準 (評価方法)
第1時	○学習のねらい、学習内容、学習の進め方の確認 ○グループ編成 ○バスケットボールの基本的な動き	・バスケットボールの特性や成り立ち、基本的な動きについて理解している。【知識・理解】(学習カード)
第2時	○ドリル練習 (ドリブル・パス・シュート) ○ミニゲーム1 「スリーサークルボール」	・球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 【関心・意欲・態度】(観察)
第3時 (本時)	○ドリル練習 (ドリブル・パス・シュート) ○タスクゲーム1 「スリーサークルボール」 ○チームで話し合い活動を行う	・グループ活動を通して互いにアドバイスしている。 【関心・意欲・態度】(観察) ・相手のすきについて、味方にパスをつなぐことができる。【技能】(観察)
第4時 第5時	○ドリル練習 (ドリブル・パス・シュート) ○ミニゲーム2 「スリーサークルボールシュート」 ○チームで話し合い活動を行う	・役割に応じた協力の仕方を身につけている。 【思考・判断】(観察・学習カード) ・ゴール前での攻防を展開するためのボール操作と空間に走り込むなどの動きができる。 【技能】(学習カード)
第6時	○ドリル練習 (ドリブル・パス・シュート) ○アウトナンバーゲーム (3対2) ○チームで話し合い活動を行う	・作戦などの話し合い活動に積極的に参加している。 【関心・意欲・態度】(観察・学習カード)
第7時	○ドリル練習 (ドリブル・パス・シュート) ○5対5のゲームを行う。 ○チームで話し合い活動を行う	・パスを受けるためにゴール前の空いているスペースに動くことができる。【技能】(観察・学習カード)
第8時	○ドリル練習 (ドリブル・パス・シュート) ○チーム練習	・前時の試合から、自己やチームの課題を見つけている。【思考・判断】(観察・学習カード)
第9時 第10時	○リーグ戦 ○試合後のチームミーティング ○次回へ向けて、課題の共有	・パスやドリブルでボールをキープすることができる。【技能】(観察・学習カード)
第11時 第12時	○バスケットボールの個人技能テスト (ドリブル・パス・シュート)	・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げることができる。 【知識・理解】【技能】(観察・学習カード)

オ 本時の目標

- ・ グループ活動を通して互いにアドバイスすることができる。

【学びに向かう力、人間性等】

- ・ 相手のすきをついて、味方にパスをつなぐことができる。【知識及び技能】

カ 本時の展開

	学習内容・学習活動	指導上の留意点	評価規準 (評価方法)
導入 5分	○用具の準備 ○集合・整列・体操・挨拶 ○前回の確認 ○本時の学習内容・ねらいの確認	・集合や整列は素早く、正確に、挨拶は大きな声で行わせる。 ・学習内容を確認し、学習の見通しをもたせる。	
展開 40分	○ドリブル鬼ごっこ(3分) ○ゴール下のシュート(30秒) ○ドリブル&シュート(30秒) ○前時に行った話合い活動を振り返り、動きの確認を行う。 (話合い3分) ○ミニゲーム1 「スリーサークルボール」を行う。 ○話合い活動	・鬼はボールを持っている人を全力で追いかけるよう指示する。 ・技能の高い生徒はスピードを上げて行わせる。 ・両手を使ってドリブルをさせる。 ・ボールから目を離してドリブルさせる。 ・前時の活動よりも得点が取れるようにさせる。 【話合いのポイント】 ①相手のマークを外して、サークルの中でボールをもらえているか。 ②サークルに入るためには、どのように動けばよいか。 二つのポイントに絞り、ホワイトボード、グループカードを使って話合い活動を行う。	・グループ活動を通して互いにアドバイスしている。 【関心・意欲・態度】 (観察) ・相手のすきをついて、味方にパスをつないでいる。 【技能】 (観察)
まとめ 5分	○後片付け ○集合・整列 ○本時のまとめ・次時の確認 ○挨拶	・互いの安全に注意させながら用具の片付けを行わせる。 ・本時の学習内容の確認を行い、次時に向けて活動の見通しをもたせる。	

キ 検証

(ア) 結果

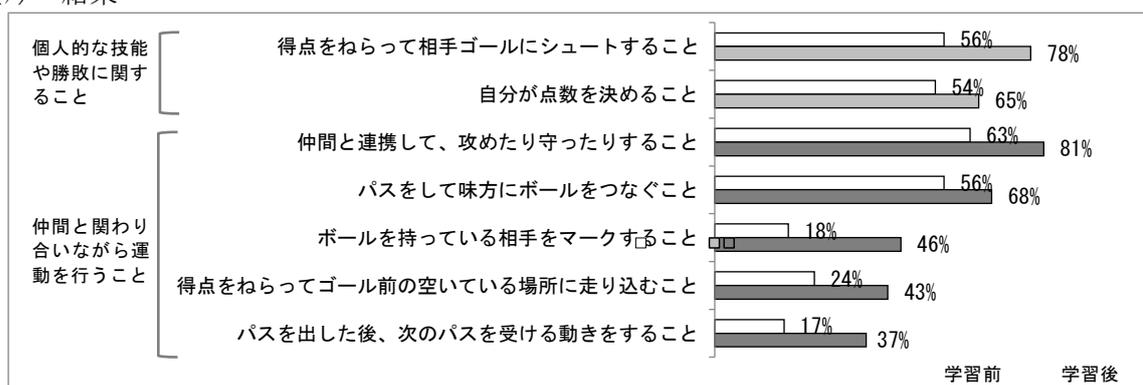


図4 単元前後の生徒の意識比較 (バスケットボールの楽しいところ)

(イ) 考察

バスケットボール経験者、運動能力の高い生徒をそれぞれのグループのリーダーとしたことで、作戦ボードを有効的に活用することができ、運動の特性に迫った活発な話合いを行うことができた。

特に、バスケットボールの特性である「仲間と連携して、攻めたり守ったりすること」においては、約80%の生徒が楽しいと答えている。このことから、今回の授業が、仲間とともに特性に触れながら運動を楽しむことについて、有効であったと考えられる。

(3) 検証授業③

ア 単元名 ダンス「創作ダンス」

イ 対象 第1学年 男子 38名

ウ 研究主題に迫る指導の手だて

(ア) 集団編成の工夫

誰とでも楽しく踊れることをねらいとしたため、交流ダンスでは毎時間ペアを固定せずに、より多くのペアと踊ることができるようにした。

グループ創作では、グループのメンバーを変えることなくよりよい作品になるような活動に集中させた。

(イ) 学習活動の工夫

多くの仲間と踊れる工夫を単元前半に取り入れた。具体的には、毎時間の授業始めに、交流を目的とするダンスを踊る。そこでは、ペアを交代する動きの中で、即時にペアを見付け踊ることをねらいとしている。

一人一人の違いを認める工夫を単元後半に取り入れた。グループで作品を創作する活動を通して、表現する内容やその方法を話し合う活動をさせた。そこでは、一人一人の表現の方法を認めながら、よりよい作品を作り上げることをねらいとした。

エ 単元の指導計画と評価計画（全10時間）

時	学習内容・学習活動	学習活動に即した具体的な評価規準（評価方法）
第1時	○オリエンテーション ・学習の進め方、約束事の確認 ・リズムダンスで交流	・ダンスの学習に積極的に取り組もうとしている。 【関心・意欲・態度】（観察） ・ダンスの特性について、学習した具体例を挙げている。 【知識・理解】（発表・カード）
第2時	○仲間との即興的な表現 ・ペアで踊りを再構築する ・ペアで表現し、それを見せ合う	・よさを認め合おうとしている。【関心・意欲・態度】（観察） ・多様なテーマから表したいイメージを捉え、動きに変化を付けて即興的に表現する。【技能】（観察）
第3時		・発表の場面で、仲間のよい動きや表現などを指摘している。 【思考・判断】（観察・発表） ・多様なテーマから表したいイメージを捉え、動きに変化を付けて即興的に表現する。【技能】（観察）
第4時 第5時 (本時)	○ものからイメージを捉えた表現 ・ペアで踊りを再構築する ・ペアで表現し、見せ合う	・変化のあるひとまとまりの表現として踊るための動きができてい る。【技能】（観察） ・表したいテーマにふさわしいイメージや、踊りの特徴を捉えた表現 の仕方を見付けている。 【思考・判断】（観察）
第6時	○イメージやテーマを仲間 と共有したグループダン スの創作 ・テーマを決める ・テーマに沿ったひとまと まりの作品を創作する ・表現や隊形の工夫 ・発表に向けて踊り込み	・よさを認め合おうとしている。【関心・意欲・態度】（観察） ・表現の仕方について、学習した具体例を挙げている。 【知識・理解】（カード）
第7時		・発表の場面で、仲間のよい動きや表現などを指摘している。 【思考・判断】（観察）
第8時		・変化のあるひとまとまりの表現として踊るための動きができてい る。 【技能】（観察）
第9時		・発表の場面で、仲間のよい動きや表現などを指摘している。 【思考・判断】（観察）
第10時	○発表と鑑賞 ・グループ創作ダンス発表 ・グループ創作ダンス鑑賞	・よさを認め合おうとしている。【関心・意欲・態度】（観察） ・発表の場面で、仲間のよい動きや表現などを指摘している。 【思考・判断】（観察・カード） ・変化のあるひとまとまりの表現として踊るための動きができてい る。 【技能】（観察・カード） ・ダンスの特性について、学習した具体例を挙げている。 【知識・理解】（発表・カード）

オ 本時の目標

- ・変化のあるひとままとりの表現にして踊るための動きができる。【知識及び技能】
- ・表したいテーマにふさわしいイメージや、踊りの特徴を捉えた表現の仕方を見付けることができる。【思考力、判断力、表現力等】

カ 本時の展開

時間	学習内容・学習活動	指導上の留意点	評価規準 (評価方法)
導入 15分	○集合整列・挨拶・点呼 ○本時のねらいの説明 ○交流ダンスとペアで柔軟 ○「新聞紙と遊ぼう!!」	・四つのくずしの確認 ・いろいろな人と踊る。身体を大きく動かして踊る。 ・新聞紙の特性を活かして、身体を大きく動かす。	
展開 30分	○「新聞紙になりきろう!!」 <教師主導> ①新聞紙のまねをさせる。 <生徒主導> ②ペアで新聞紙のまねをする。 ③4人1組で見せ合いっこ テーマ：人間の感情 (多様な感じを表現する)	・重力を感じさせない座り方や立ち方を意識させる。 ・実際にはできないことであるが、顔なども使い、そう見えるように表現させる。 ・身体全部を使って表現する。 ・人間の感情をテーマとし、ひとままとりの表現をさせる。	・変化のあるひとままとりの表現にして踊るための動きができています。 【技能】(観察) ・表したいテーマにふさわしいイメージや、踊りの特徴を捉えた表現の仕方を見付けている。 【思考・判断】(観察)
まとめ 5分	○集合整列・本時のまとめ ○次時の確認・挨拶	・新聞紙の多様な質感を感じられたかを確認する。	

キ 検証

(ア) 結果

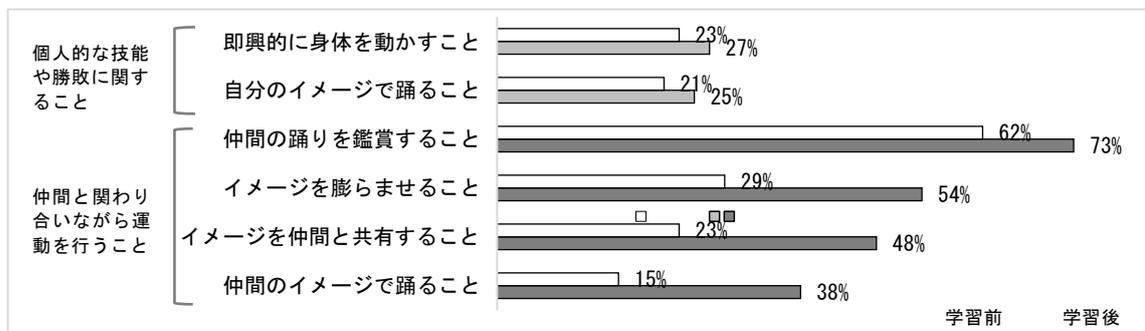


図5 単元前後の生徒の意識比較 (ダンスの楽しいところ)

(イ) 考察

「仲間のイメージで踊ること」、「イメージを仲間と共有すること」の特性を味わわせるために、ペア同士の踊りを見せ合うことや仲間との創作活動を取り入れた。これは仲間がどのような踊りをしているか、何を表現しているかを考え、よりよくなるように互いの意見や表現の仕方を伝え合う姿が見られた。このことは、一人一人の表現の仕方を認めることにつながったと考えられる。

「イメージを膨らませること」の特性を味わわせるためには、ペアや新聞紙等の動きをまねする活動を取り入れた。これは、自分が思いつかない動きをペアやものがすることで、その動きを通して新しい動きを取り入れることに繋がったと考えられる。

VI 本研究の成果と課題

1 成果

(1) 仲間とともに多様な楽しみ方を共有しようとする意識

検証授業を行う学校だけでなく、研究員が所属する全ての学校においても、集団編成や学習活動の改善に取り組み、運動の多様な楽しみ方に関する質問を単元ワークシートに組み込み、生徒の意識の変容を確認できるようにした。

その結果、授業後は「仲間が楽しくプレーすること」と感じる生徒が3ポイント、「仲間が上達すること」を楽しく感じる生徒が7ポイント増加した。運動やスポーツでは、技能の上達がその楽しさであり喜びであるが、そのことを、自分だけでなく、仲間が味わうことについても自分自身が楽しいと感じられるようになり、仲間と運動やスポーツの楽しさを共有しようとする意識が高まったと言える。

このことは、一人一人の違いを認め、その違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする態度が身に付いてきたからこそだと考えられる。

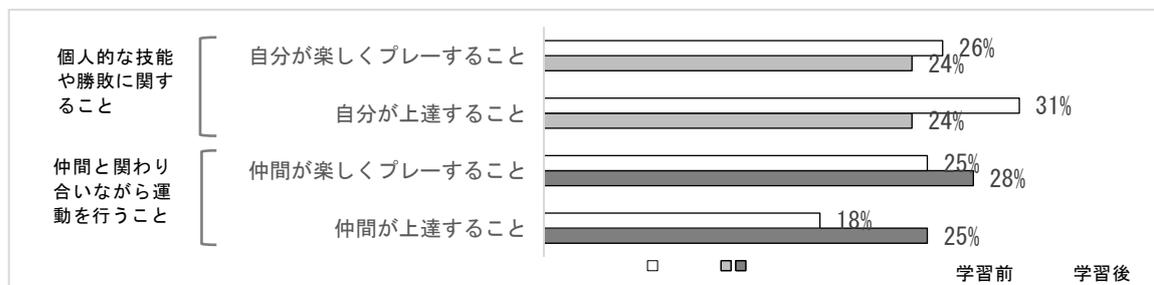


図6 検証授業の前後比較（体育の授業で楽しいところ）

(2) 「各運動領域の特性や魅力に応じた体を動かす楽しさ」の実感（図7、図8、図9）

全ての検証授業において単元前後を比較すると、単元終了後には、ボール操作や得点を決めることなどの表面的な運動の楽しさだけではなく、スペースを見付けたり空間に走り込んだりするなどのボールを持たないときの動きや、ボールをラリーしたりダンスのイメージを共有したりするなどの仲間と積極的に関わり合うことに楽しさを感じる生徒が増加した。

このことは、体力や技能の程度及び性別の違い等に関わらない集団編成やそれに応じた学習活動の工夫をすることで、個人的な技能や勝敗に関することが運動の楽しさだと感じていた生徒に対し、各運動領域の特性や魅力に応じた体を動かす楽しさを味わわせることできたからこそだと考えられる。

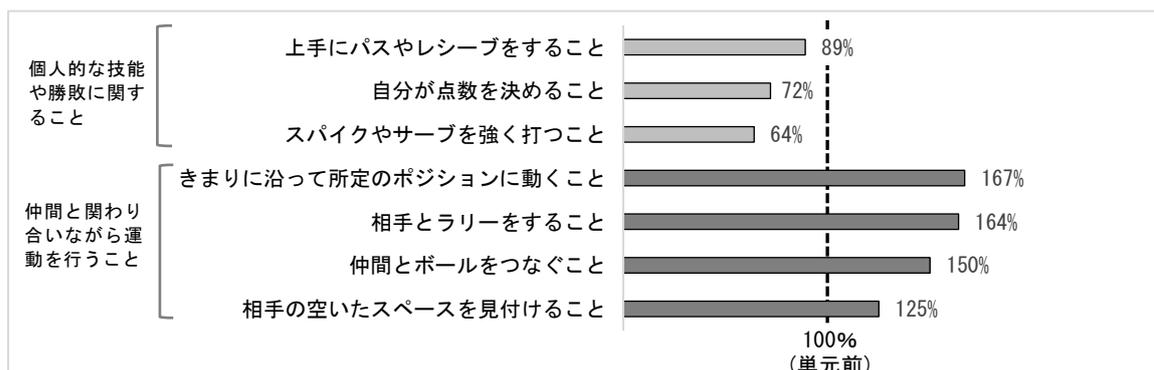


図7 増加率 [単元前後の生徒の意識比較 (バレーボールの楽しいところ)]

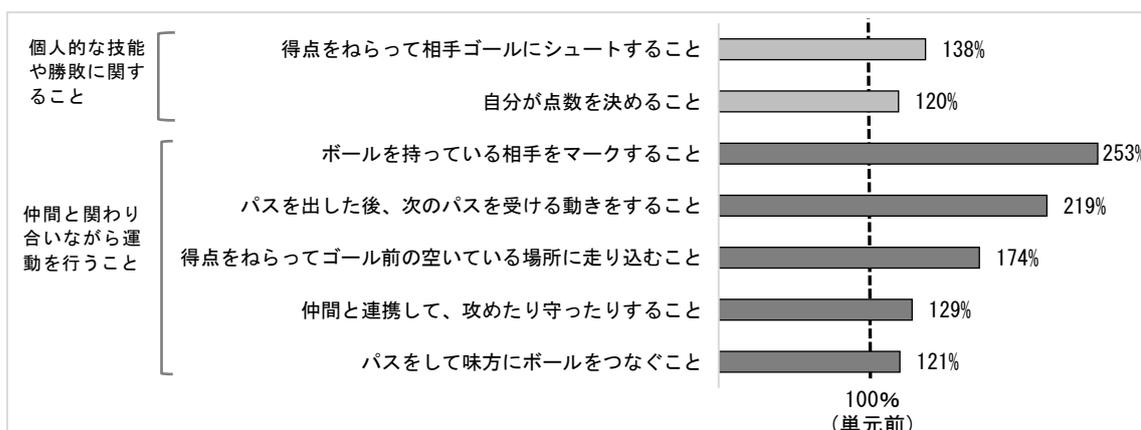


図8 増加率 [単元前後の生徒の意識比較 (バスケットボールの楽しいところ)]

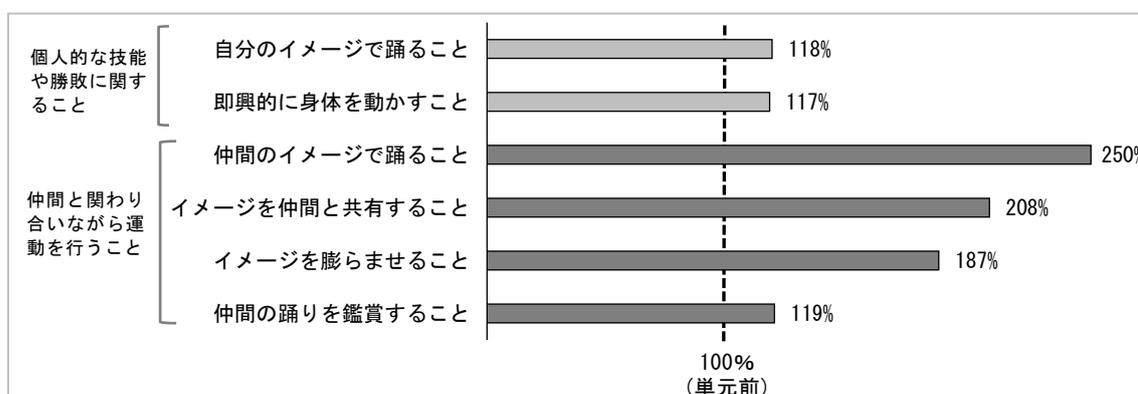


図9 増加率 [単元前後の生徒の意識比較 (ダンスの楽しいところ)]

2 課題

体力や技能の程度を超えた集団編成では、一人一人の違いを認め、その違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする態度が身に付いてきた一方で、生徒によっては、思い切ったプレーができずに物足りなさを感じる生徒がいた。

性別の違いを超えた集団編成では、運動の多様な楽しみ方に触れることに関して一定の成果があったが、生徒によっては、異性との関わりの中で消極的になる生徒も見られた。

単元全体を見渡した上で各授業の指導内容等を明確にして、学習のねらいに合わせて運動の内容や量を調整したり、心身ともに発達が著しい時期であることに配慮したペアやグループの編成を行ったりするなどの工夫が更に必要である。

また、中学校学習指導要領解説保健体育編（平成29年7月）においては、体力や技能の程度及び性別の違い等にかかわらず、仲間とともに学ぶ体験は、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた重要な学習の機会であることから、原則として男女共習で学習を行うことが求められている。

今後は、これらの機会をより一層、意図的・計画的に設定するなどして、生徒が自ら運動に親しみながら、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有しようとする態度を身に付けられるようにするために必要な学習環境を積極的に整備していくことが大切である。

平成 31 年度 (2019 年度) 教育研究員名簿

中学校・保健体育

学 校 名	職 名	氏 名
新 宿 区 立 西 新 宿 中 学 校	主任教諭	○石 井 友 保
江 東 区 立 深 川 第 二 中 学 校	教 諭	柴 山 暁 人
世 田 谷 区 立 桜 丘 中 学 校	主任教諭	山 口 あやか
板 橋 区 立 上 板 橋 第 二 中 学 校	主任教諭	伊 藤 晃 洋
江 戸 川 区 立 松 江 第 四 中 学 校	主任教諭	鳥 谷 悠 哉
府 中 市 立 府 中 第 六 中 学 校	教 諭	三 富 康 治
多 摩 市 立 東 愛 宕 中 学 校	主幹教諭	◎酒 井 淳

◎ 世話人 ○ 副世話人

〔担当〕 東京都教育庁指導部指導企画課
指導主事 楠本 祐也

平成 31 年度 (2019 年度)
教育研究員研究報告書
中学校・保健体育

令和 2 年 3 月

編 集 東京都教育庁指導部指導企画課
所 在 地 東京都新宿区西新宿二丁目 8 番 1 号
電話番号 (03) 5320-6849