

高等学校

平成 14 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

平成 1 4 年 度

教育研究員名簿（保健体育）

氏 名	学 校 名
齋 藤 栄 昭	都立大山高等学校
柳 澤 真 宏	都立南多摩高等学校
○ 鎮 西 克 延	都立小金井北高等学校
◎ 清 水 真	都立東村山西高等学校
大 村 達 哉	都立田無工業高等学校
梶 原 敏 幸	都立府中西高等学校

◎ 世話人 ○ 副世話人

(担当) 東京都教職員研修センター 指導主事 鯨 岡 廣 隆

目 次

「評価規準を示すことにより、学習意欲と課題解決

能力を高め、生きる力を育てる体育授業の工夫」

I	主題設定の理由及び研究計画	
1	主題設定の理由	2
2	研究計画	2
II	研究内容	
1	仮説の設定	3
2	年間の研究の経過	3
3	研究の視点	4
4	研究の構想図	4
5	研究の方法	5
6	資料	6
7	実践報告	8
	(1) A 高等学校授業概要・単元計画 (評価規準表)	8
	(2) B 高等学校授業概要・単元計画 (評価規準表)	10
	(3) C 高等学校授業概要・単元計画 (評価規準表)	12
	(4) D 高等学校授業概要・単元計画 (評価規準表)	14
	(5) E 高等学校授業概要・単元計画 (評価規準表)	16
	(6) F 高等学校授業概要・単元計画 (評価規準表)	18
8	調査結果と考察	20
III	研究成果と今後の課題	
1	教師による授業分析	23
2	研究の成果	23
3	今後の課題	24
4	まとめ	24

I 主題設定の理由及び研究計画

1 主題設定の理由

学校における教育活動は、校長の学校経営方針に基づき、生徒の実態を踏まえて指導計画を立案し、実践・評価し、計画を修正しながらよりよい教育活動を展開していくことが基本である。とりわけ教科指導においては、生徒の学習状況を常に評価し、その成果と課題を還元しながら、次の指導に生かすことが重要である。

現在、学校においては、完全学校週5日制の下、教育内容を厳選し、ゆとりの中で基礎的・基本的内容を確実に身に付け「生きる力」を育成するとともに、基礎的・基本的内容と「生きる力」を適切に評価するために、観点別の学習状況の評価や目標に準拠した評価・個人内評価を一層重視することが求められている。

教科「保健体育」においては、「心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって計画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、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。」ことを目標として、各学校の状況や生徒の実態に応じてそれぞれ学習指導が計画され実践・展開されてきている。しかし、生徒の学習状況の評価については、基本的な考え方が定着していない状況もある。

そのため、すべての生徒の健康・体力や生涯スポーツの基礎を培うという大きなねらいに則して、学習状況の評価に当たって観点別の学習状況評価と目標に準拠した評価の原則に立ち返ることが「生きる力」を育成していく上で、重要な課題である。

そこで、本研究部会では、科目「体育」の分野において、基礎的・基本的内容を確実に身に付け「生きる力」を育成するために、学習指導計画の工夫の中でも観点別評価と目標に準拠した評価について具体的に研究することとした。その中でも特に、目標に対する学習の評価規準を具体的に明示することが、生徒の学習意欲と課題解決能力をより一層高めるのではないかと仮説を立て、「評価規準を示すことにより、学習意欲と課題解決能力を高め、生きる力を育てる体育授業の工夫」という研究主題を設定した。

こうした実践研究の内容や授業の工夫がどのような影響と成果をもたらしているのかについては、教師による授業分析のみならず、生徒の自己評価やアンケート、そして授業評価など多角的に検証することとした。

ひとつひとつはそれぞれ大きな課題があるが、実際の授業の取組みを通して、活力ある生徒の活動を導き出すことのできる授業改善と実践研究を進めていくこととする。

2 研究計画

- (1) 新学習指導要領の確認及び指導要録改善に伴う評価・評定の基礎研究（1学期）
- (2) 評価の視点を明確にした2学期の単元計画の見直し（夏季休業期間）
- (3) 事前指導（ガイダンス）、研究授業の実施と研究協議（9月～12月）
- (4) 単元計画、授業、生徒アンケート・授業評価実施結果の考察（11月）
- (5) 今後の学習指導計画及び各学校における評価実施後の課題等検討（11月）
- (6) 研究報告書の作成（12月）
- (7) 研究発表会及び各学校における研究成果報告（3学期）

II 研究内容

1 仮説の設定

本研究部会が目指す体育の授業は、どの生徒も「各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を育てる。」という科目「体育」の目標を実現できる授業である。

新学習指導要領においては、基礎・基本を重視することはもとより、生徒のよさや進歩の状況などを積極的に評価し、生徒の可能性を伸ばすことを重視した「新しい学力観」に基づく教育の在り方を求めている。こうした指導と評価は各学校・各授業の中に浸透してきている現状ではあるが、従来どおり知識・技能面を測定する評価が依然として行われている面もある。

こうした状況の中、平成13年度「東京の教育21」の研究開発委員会保健体育部会においては、「関心・意欲・態度」「思考・判断」「技能・表現」「知識・理解」の4観点をバランスよく評価する観点別学習状況の評価について研究を行った。高等学校では平成15年度から学年進行で新学習指導要領を実施する。こうした時期に、先の研究等を実践に結びつけていくことが大切である。

本研究部会では、科目「体育」の目標を実現する授業を目指すために、PDSサイクルで「授業改善」を行い授業の質を高めていくとともに、生徒にも、授業を見つめる力や振り返る力を求めていきたいと考えた。

次に、生徒の学習意欲や課題解決能力を効果的に高めるためには、予め授業計画を示し、授業のねらいやポイント、そして観点別の評価規準を明示していくことが大切であると考えた。

そこで、各学校の状況や生徒の実態に応じて学習指導計画を立て、その学習計画に応じた観点別の評価規準を設定することとした。このような授業の基本に関わる研究は、都立高等学校のいずれの課程においても必要な考え方である。そのため、本研究部会の委員が所属するいずれの学校においても学習計画・評価規準の提示と学習効果の関わりについて共通に研究を進めることとした。

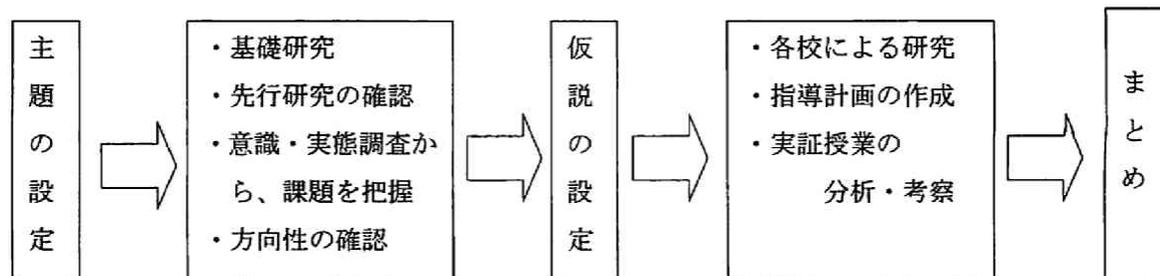
以上の理由から、以下のように仮説を設定した。

《仮説》

学習目標に対する、評価規準を具体的に明示することで、生徒の学習意欲と課題解決能力をより一層高めることができる。

2 年間の研究の経過

本研究の一年間の研究経過は次のとおりである。



3 研究の視点

仮説を実証するために、下記の視点を中心に研究を進めた。

(1) 異なる課程・異なる運動領域で実証授業を実施する

どのような課程・運動領域であっても、生徒と教員の関わり方は共通である。本研究部会では、研究部員全員の所属する課程、担当する運動領域において、実証授業を実施することとした。

① 課程 全日制課程・定時制課程・普通科・工業科

② 運動領域 球技（バスケットボール・バレーボール）・武道（剣道・柔道）・陸上競技（長距離走）

(2) 評価規準を明示する

学習目標に対する評価規準を事前に明示することにより、生徒自身が、単元のねらい・該当授業の目標や内容を理解し、意欲的に参加できるように支援する。

① 単元計画において、評価規準を設定する。

② 評価規準の設定では「意欲・関心・態度」「思考・判断」「運動の技能」「知識・理解」の4観点を具体的に明示する。

③ 評価規準は、おおむね満足できる段階を想定し示すこととした。

(3) 生徒・教師の自己評価・授業評価を実施する

自己評価表を記入することにより、生徒自身が授業を振り返るのに役立つとともに、学習参加状況を把握する。

① 生徒による、毎時間の自己評価と授業評価を実施する。

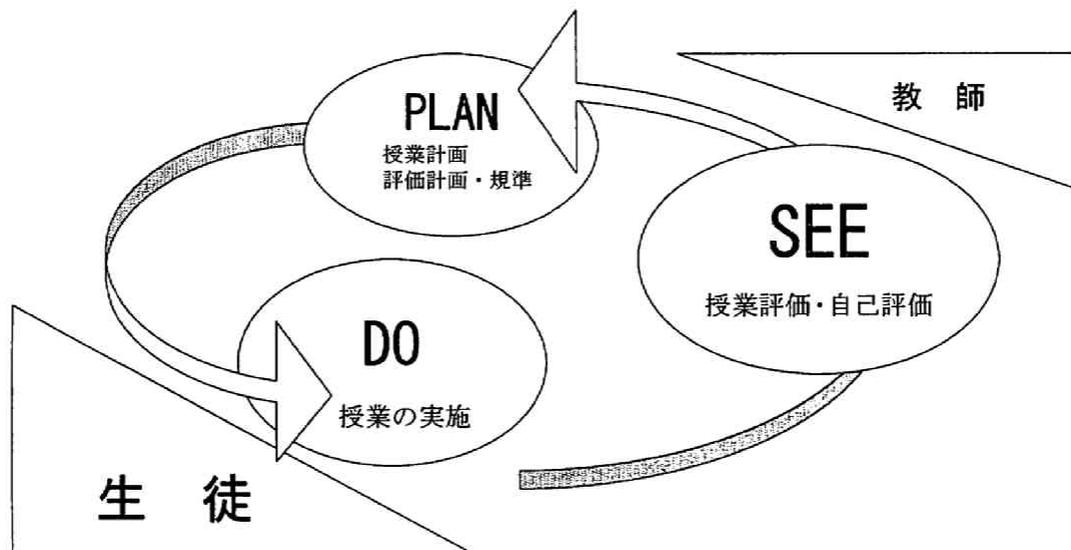
② 生徒による、自己評価と授業評価を参考にして計画の修正と単元計画の改善に取り組む。

③ 教師による授業分析を実施する。（研究授業）

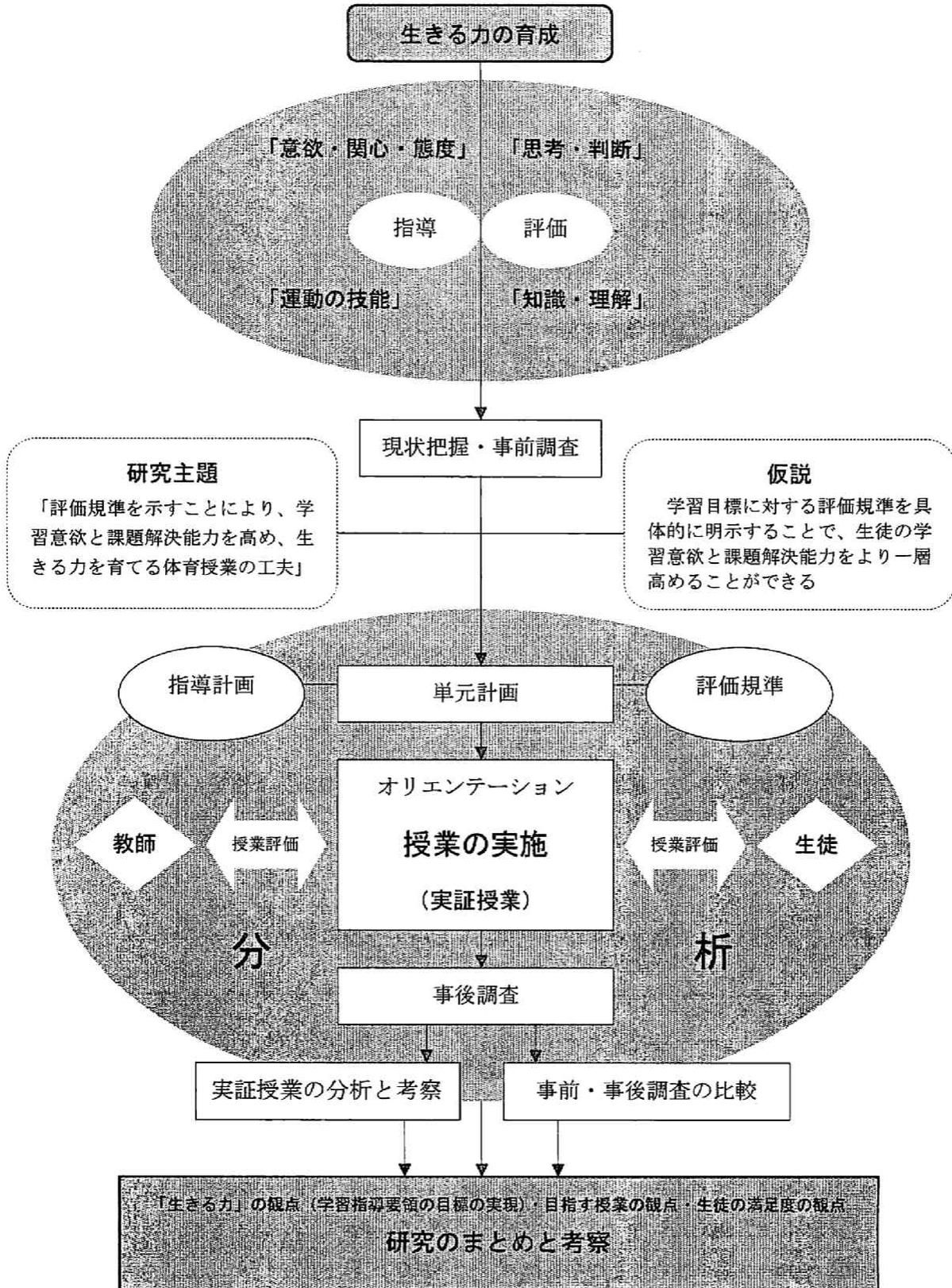
4 研究の構想図

(1) 授業の質を高め、学習の改善に生かすPDSサイクルの重要性

学校の教育活動では、計画、実践、評価という一連の活動が繰り返されながら、生徒のよりよい成長を目指した指導を展開していくことが基本である。自ら学び、自ら考える力などの「生きる力」は、日々の教育活動の積み重ねによって生徒にはぐくまれていくものであり、その育成に資するよう、日常の指導の中で、評価が生徒の学習の改善に生かされることが重要である。



(2) 研究の全体構想図



5 研究方法

(1) 生徒の事前調査の実施

- ① 運動、体育授業及び運動種目に対する経験や興味・関心の実態調査を実施する。
- ② 過去の体育授業に対する意識調査を実施する。

(2) 単元計画の作成

- ① 各学校の状況と生徒の事態に応じて単元計画を作成する。
- ② 授業計画を生徒に説明する。
- ③ 授業時間ごとにねらいを説明する。

(3) 評価規準の明示

- ① 単元計画を作成するとともに評価規準を設定する。
- ② 評価規準を生徒に説明する。

(4) 授業の実施

- ① 実証授業を実施する。
- ② 生徒による自己評価と授業評価を実施する。
- ③ 生徒の評価を参考として、計画の修正と単元計画の改善に努める。

(5) 単元終了後の生徒の意識調査を実施する。

- ① 授業実施後に、体育授業への意識や取組みの変化を調査する。

(6) 授業者による授業分析

- ① 授業者による、仮説の検証を行う。

<調査対象>

都立高等学校6校

全日制普通科(4校)男女 全日制工業科(1校)男女 定時制普通科(1校)男

事前調査532名、事後調査479名

<調査方法>

事前調査と事後調査の結果を、統計学的手法(1%水準の対応のあるt検定)を用いて、その差の有無を検討した。

6 資料

(1) 自己評価表(毎時間終了時に、以下の自己評価レポートを記入させた。)

体育 学習レポート							
〇〇高校 _____ 年 _____ 組 氏名 _____							
日付	項目	評価					感想・要望 意見・質問等
月 日	互いに協力して授業に取り組めた(準備などを含む)	5	4	3	2	1	
	一生懸命、授業に取り組めた	5	4	3	2	1	
	課題(目標)を持って取り組むことができた	5	4	3	2	1	
	課題(目標)を克服することができた	5	4	3	2	1	
	自分の実力を発揮することができた	5	4	3	2	1	
	これまでより種目への知識・理解が深まった	5	4	3	2	1	
	今日の授業の自己総合評価	5	4	3	2	1	

- (2) 事前調査 (単元の第1時間目にオリエンテーションを実施し、全体説明を行った。生徒に、単元のねらいを理解させると同時に、評価規準を明示した。また、以下の事前調査を実施することにより、生徒の実態及び意識調査を行った。)

体育に関するアンケート		年 組 番 氏名				
1	体育の授業は好きですか	5	4	3	2	1
2	運動は好きですか	5	4	3	2	1
3	() は好きですか	5	4	3	2	1
4	() に興味はありますか	5	4	3	2	1
5	() を経験したことがありますか					
		① 授業	② 授業以外	③ ない		
6	今まで授業のねらいを理解して臨んでいましたか	5	4	3	2	1
7	普段の体育の授業に意欲的に取り組んでいますか	5	4	3	2	1
8	毎時間ごと、目標をもって取り組んでいましたか	5	4	3	2	1
9	体育の授業で、技能・体力の向上を感じたことがありますか	5	4	3	2	1
10	体育の授業は楽しいですか	5	4	3	2	1
11	授業の中で、自ら練習方法を工夫したことがありますか	5	4	3	2	1
12	これまでの授業で、体育・運動に関する知識が深まったことがありますか	5	4	3	2	1

- (3) 単元終了時調査 (単元の最終授業の終了時に、生徒の意識の変化を調査するため以下の調査を実施した。あわせて生徒による授業評価を行った。)

体育に関するアンケート		年 組 番 氏名				
【一般質問項目】						
1	() が好きですか (以前より好きになりましたか)	5	4	3	2	1
2	() に対して興味が深まりましたか	5	4	3	2	1
3	() の授業でねらいを理解して臨めましたか	5	4	3	2	1
4	() の授業は意欲的に取り組みましたか	5	4	3	2	1
5	毎時間ごと目標を持って取り組みましたか	5	4	3	2	1
6	() の授業で技能の向上を感じられましたか	5	4	3	2	1
7	() の授業で体力の向上を感じられましたか	5	4	3	2	1
8	() の授業は楽しめましたか	5	4	3	2	1
9	() の授業の中で自ら練習方法を工夫することができましたか	5	4	3	2	1
10	() の授業でその種目に関する知識が深まりましたか	5	4	3	2	1
【授業評価質問項目】						
11	今回の授業では、皆さんに授業のポイント (ねらい、評価をする上での規準) を最初に提示し、それを理解してもらった後、授業を進めていく方法をとりました。今回のような授業の進め方を皆さんは納得の上で取り組みましたか	5	4	3	2	1
12	今回のような授業の方法 (授業のポイントを最初に明示する方法) を行うことで、皆さんの授業への取り組み方に変化はありましたか。以下の項目にそれぞれ答えてください。					
	○ 積極的・意欲的になった	5	4	3	2	1
	○ ポイントを考えながら授業を受けられた	5	4	3	2	1
	○ 技能が向上した	5	4	3	2	1
	○ 種目への理解が深まった	5	4	3	2	1
13	授業全体にやりがいを感じましたか	5	4	3	2	1
14	これからの授業も、今回と同様の方法 (授業のポイントを最初に明示する方法) をすることを期待しますか	5	4	3	2	1
15	感想、その他 (授業でよかったことや次の授業に生かすための提案があれば、具体的に記入してください)					

7 実践報告

(1) A高等学校 第2学年男子 種目「剣道」 授業概要

- 1 課程 全日制課程普通科
- 2 学校規模 3学年18学級
- 3 学校の現状

グラウンド、体育館が大変広く、格技棟、プール、テニスコート、アーチェリー場、多目的スペースなど、体育施設は充実している。体育は9単位実施。1学年で2クラス4展開、2学年で2クラス3展開の習熟度授業を行っている。



4 「保健体育」における生徒の取組状況と課題

「運動」や「体育」が好きという生徒が多い。教師の指導に対しても素直で、おおむね意欲的に授業に取り組んでいる。

5 本単元計画の特徴

剣道の授業は、柔道との必修選択として1・2学年の男子を対象に通年で週1時間実施している。1講座12～14名、2学年約40名の選択者のほとんどは初めて剣道を学習する生徒である。毎年2学年末に行われるクラス対抗の剣道大会を大きな目標としている。本単元では、試合の実施及び審判を含めた試合運営を学習することを中心とした授業を計画した。

6 評価方法の工夫

今時の目標は「得意技」の学習である。「思考・判断」の観点を重視し、約束練習においては反復練習の中で自分に適した技を選択していくこと、五角稽古・一本勝負においては相手に応じた技の工夫をすることを強調した。一本勝負では、生徒同士での有効打突の判断が曖昧となったので、次回以降の課題とした。

7 授業展開例（概要）

本時のねらいと展開の工夫			
1 互いに協力して約束練習・五角稽古・一本勝負を行う。 2 自分の能力に適した得意技を身に付け、五角稽古・一本勝負の中で発揮できるようにする。			
時間	学習内容・活動	評価基準と評価方法	配慮事項
導入	<ul style="list-style-type: none"> ○整列、挨拶、出席確認 ○本時のねらいと学習内容を理解する ○準備運動・素振り ○防具の着用 	<ul style="list-style-type: none"> ・本時のねらいを理解することができたか。 ・防具の着装は乱れていないか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・本時のねらいを理解させる。
展開	<ul style="list-style-type: none"> ○基本打突（面・小手面・胴） ○約束練習 <ul style="list-style-type: none"> ・面に対する応じ技 ・小手に対する応じ技 ・仕掛け技 ○五角稽古 ○一本勝負 ○整理運動 	<ul style="list-style-type: none"> ・互いに協力して練習しているか。 ・間合いや体のさばき、相手の隙を作る工夫ができていないか。 ・相手の技能に応じた技や戦略の工夫ができていないか。 ・得意技を生かしているか。（観察法） 	<ul style="list-style-type: none"> ・打突の機会について説明する。 ・連続技や担ぎ技など相手を崩す方法について示範、助言する。 ・有効打突の判断について助言する。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ○整列 ○本時のまとめ、次回授業の連絡 ○挨拶 ○記録カードの記入 	<ul style="list-style-type: none"> ・課題を持って授業に取り組むことができたか。 ・相手に応じて力を発揮できたか。（自己評価） 	<ul style="list-style-type: none"> ・工夫の見られた点について取り上げて評価する。

- 1 運動領域 武道
 2 種 目 剣道
 3 実施学年 2学年男子(剣道選択者)
 4 実施期間 第2学期(9月～12月)
 5 単 元 名 「得意技で一本を取ろう」
 6 学習計画と評価規程概要

時間	ねらい	学習活動	評価規程				配慮事項 評価方法
			運動への関心○意欲○態度	運動についての思考○判断	運動の技能	運動についての知識○理解	
単元の評価規程	剣道の特性に関心を持ち、自らの得意技を身に付け、礼法に則り安全に留意して楽しく試合することができるようにする。	○得意技の学習 ○試合の実施及び運営	・相手の動きや技に対応した攻防や勝敗を競い合う剣道の楽しさを味わう。 ・礼法を重んじて相手を尊重し、協力し合って練習や試合を行う。	・自分の能力に適した技を習得し、試合で発揮するための工夫をしている。	・得意技を身に付け、相手の技や動きに応じた攻防を展開して試合ができる。	・審判の方法、試合の進め方について理解する ・課題に合った練習の方法について理解する。	
1時間目	○2学期の目標を知る ○学習の進め方を知る	○第1回アンケート記入 ○オリエンテーション					・学習計画、評価規程を明示する。 ・自己評価のための個人記録シート。
2～4時間目	○得意技を作る①～③	○約束稽古(仕掛け技・応じ技) ○互角稽古 ○一本勝負	・相手と協力し合って練習する。 ・自分に適した技を得意技として習得しようとしている。	・相手の隙を作る工夫をしている。 ・相手の動きを予測しようとしている。 ・相手の技能程度に合わせた技を選んでいる。	・自分の能力に適した得意技を身に付け、互角稽古、一本勝負の中で発揮できる。	・有効打突について理解している。 ・約束練習の方法を理解する。 ・打突の機会について理解している。	・「思考・判断」の観点を重視し、得意技習得に向けて技の工夫を促す。
5～7時間目	○試合をしよう①～③ グループ内リーグ戦	○試合 ○試合の運営(審判、時計係、記録係)	・試合において攻防や勝敗を競うことを楽しんでいる。 ・勝敗に対して公正な態度をとる。 ・相手を尊重し、礼法に則って試合を行おうとする。 ・協力して試合の運営にあっている。	・相手の技能に応じた戦略の工夫をしている。 ・得意技を生かすための攻撃パターンを工夫している。 ・試合の結果を踏まえて自らの課題を見つけ、解決のための工夫をしている。	・相手の動きに応じた攻防を展開し、試合をすることができる。 ・得意技を生かして試合をすることができる。 ・相手の動きに対応して、身に付けた得意技で一本が取れる。	・審判の方法・試合の進め方について理解している。 ・試合の礼法、反則行為について理解している。	・良い試合や課題の残る試合を取り上げて評価、説明をする。 ・試合、審判方法についてマニュアルを作成、説明。 ・試合記録ノート。 ・審判として参加。
8時間目	○技能テスト	○技能テスト(仕掛け技・応じ技)	・礼法を重んじて相手を尊重し、協力し合って練習を行う。	・相手の隙を作る工夫をしている。 ・相手の動きを予測しようとしている。 ・相手の技能程度に合わせた技を選んでいる。	・相手の動きに対応して、身に付けた得意技で一本が取れる。		

(2) B高等学校 第2学年男子 種目「柔道」授業概要

- 1 課程 定時制課程普通科
- 2 学校規模 4学年16学級 在籍346名
- 3 学校の現状

多様な生徒を受け入れており、生徒に応じた受容的な対応が学校の特色としてあげられる。年齢層が幅広く、仕事、アルバイト後に通学する者も多い。部活動、生徒会活動も活発である。



- 4 「保健体育」における生徒の取組状況と課題
第2学年の体育は2単位で木曜の3・4時間目に実施している。対象生徒は2学級男子で計20名。体育が苦手な生徒も多いが、場面設定や教師の支援を工夫することで活発に活動することができる生徒たちである。

5 本単元計画の特徴

武道は9月から11月（計8回16時間）に実施している。ほとんどの生徒は柔道を初めて学習する。そのため乱雑な行動、態度は事故につながることを十分に理解させ、安全で公正な態度のもと正確な礼法や動作を身につけることを重視している。設定時間数の制限上、特に基本的な投げ技と、それに対応する受け身について技能の習熟をねらい、互いに正確に技の応酬ができるようにする。

6 評価方法の工夫

毎時間、活動内容や到達目標を具体的に示し、関心・意欲を引き出すような働きかけを行う。また、時間内に数多く正確に活動課題をこなした者には比例して配点を行うなど、評価につながる技能以外の観点を具体的に示し、目標や課題を各自意識できるようにする。

7 授業展開（概要）

本時のねらいと展開の工夫 1 柔道着の着付けと帯結びの定着：授業開始時にチェック 2 前回り受け身の定着と実戦的な発展形への移行：遅い→速い、分習→全習、など段階的指導 3 投げ技（背負い投げ、大腰）の習熟：遅い→速い、分習→全習、など段階的指導 4 自己評価活動：各自活動を振り返り自己の課題を明確にして次時に引き継ぐ			
時間	学習内容・活動	評価規準と評価方法	配慮事項
導入	<ul style="list-style-type: none"> ○挨拶、本時の説明 ○準備運動 ○受け身（前、後、左右、前回り） ○受け身発展（立前、立後、落差左右、立前回り） 	<ul style="list-style-type: none"> ○本時のねらいを理解することができたか（活動予定表の確認、活動の観察） ○受け身の正確な形を意識できているか 	<ul style="list-style-type: none"> ○生徒の健康状態 ○装飾品の確認 ○本時のねらいと到達目標を理解させる
展開	<ul style="list-style-type: none"> ○前回り受け身 ○半助走前回り受け身（止め→立ち上がり） ○二人組前回り受け身 ○背負い投げ ○大腰（時間と習熟度による） 	<ul style="list-style-type: none"> ○前回り受け身テスト：正しい流れで動いているか、正しい形で受け身をしているか ○投げ技はくずしと体勢重視 ○受け身の形も重視、安全確認 	<ul style="list-style-type: none"> ○評価の観点をわかりやすく伝え自分で意識できるようにする
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ○整理運動 ○個人記録表の記入 ○座礼、着替え、柔道着整理 	<ul style="list-style-type: none"> ○本時の講評にて重要ポイントの再確認、次時の評価のポイントを提示 ○たたみ方帯結び確認 	<ul style="list-style-type: none"> ○健康状態の確認 ○自分の課題を個人記録表に記入する

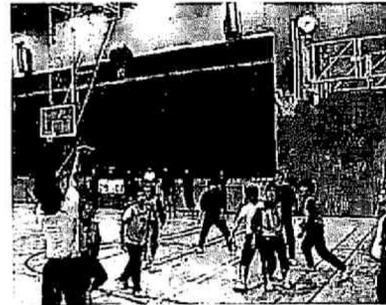
- 1 運動領域 武道
 2 種目 柔道
 3 実施学年 2年生男子
 4 実施期間 平成14年9月・10月・11月
 5 単元名 前回り受け身、背負い投げ(大腰)を修得する
 6 学習計画と評価規程概要

時間	ねらい	学習活動	評価規程			配慮事項 評価方法	
			運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能		運動についての知識・理解
単元評価規程	○柔道の特性を理解し、正しい礼法、動作を身に付ける。 ○得意技としての投げ技を一つ身につける。	○前回り受け身、背負い投げ(大腰)を覚えよう。	・受け身、背負い投げを習得し、相手との動きの中で技を使い、上手に決めたり技能の向上に伴う柔道の楽しさと喜びを味わう。	・基本動作と対人的な技能との関連を図っている。 ・授業に対し、自己の力、相手の動き、体格差をふまえ、評価規程を意識して取り組む。	・基本動作と新しい技に対してゆっくりでも正確に習熟し、習熟度に合わせて速く力強くできるよう練習することができる。 ・相手の動きに応じたタイミングよく技をかけることができる。	・柔道の特性や基本動作、対人的な技術のポイント、自分の課題を知り練習する方法を学ぶことができる。 ・柔道の礼法、ルール、安全について知る。	・活動の観察、個人記録表より判断する。
1 2 時間	○柔道の学習の進め方の見通しを持ち、理解する。	○オリエンテーション ○礼法(立礼・正座・座礼) ○受け身(前後、左右)	・これから学んでいく受け身・投げ技について知り、興味を持つ。	・これから学んでいく内容の中で、得意技としたい技について考える。	・礼法について実際に体験し理解する。	・安全に留意しながら基本となる動作を経験し理解する。	・示範をしつつ興味を持って取り組めるようにする。
3 4 時間	○基本動作礼法を覚え基本的な動作になれる。 ○前後左右の受け身を体験する。	○基本動作(礼法、立ち方座り方、姿勢と組み方、足さばき) ○受け身(前後左右)	・基本動作を体験し正しくできるか挑戦する。	・基本動作を正確に行うためのポイントを理解し、自分の動きの中で工夫、試行錯誤してみる。	・基本動作の流れと、個々の手順について理解し、自分で調整しながら動くことができる。	・各動作の名称、手順等を理解する。	
5 6 時間	○前回り受け身を体験しゆっくりでも正確な動作を覚える。	○基本動作 ○受け身(前後左右) ○前回り受け身	・前回り受け身について、より正しい動作で行えるよう関心と意欲を高める。	・基本動作、前回り受け身をより正確に行えるよう工夫し修正、改善をする。	・基本動作、前回り受け身の一連の動作を体験し、反復練習を通して理解する。	・基本動作、前回り受け身の動作の流れを理解し、どうすれば正確な動きとなるかポイントを理解する。	
7 8 時間	○前回り受け身の動作を覚え、より正確に安全にできるようにする。 ○背負い投げで腰乗せまでを経験する。	○前回り受け身 ○背負い投げ導入 腰に乗せるまでを経験	・前回り受け身の発展練習を通して背負い投げへの関心、意欲を高める。	・正しい動作、体位をとるために、より速く正確に動けるよう工夫、修正、改善をする。	・反復練習を通し、徐々に速く正確にできるように段階を追って身に付ける。	・分習法や全習法の練習の成り立ちについてもふれ、技の流れの中で現在練習している部分について理解する。	
9 10 時間	○速く強く正確に前回り受け身ができるようになる。 ○背負い投げの腰乗せまで正確に覚える。	○前回り受け身 ○背負い投げ ・足さばき ・腰に乗せる ・そのまま落とす ・正確な受け身をとる	・次回の前回り受け身のテストに向け意欲を高める。 ・背負い投げの一連の動作に向け意欲を高める。	・発展練習を通し、留意点を意識し正確な受け身ができるように工夫、修正、改善をする。 ・背負い投げの足さばきがどうすればうまくいくか学び考える。	・背負い投げの足さばき、体重移動、相手を腰に乗せるまでを速く正確にできるようにする。	・技に対しての動作のポイントを理解し思考判断につなげていく。	・力強く、速くなるにつれ危険度も上がる旨を理解させ意識させる。
11 12 時間	○背負い投げの技を一連の流れで行い、受け取りともに正確にできるようにする。	○前回り受け身テスト ○背負い投げ(大腰)	・上手に投げられるか、正しく受け身をとれるか協力しながら正確にできるように関心、意欲を高める。	・これまで学んだ動作を一連の流れで経験し、動作のポイント、コツなどを考え、工夫、修正、改善を行う。	・足さばき、腰に乗せるまでの動きを速く正確にできるよう反復練習にて身に付ける。	・一連の動作のポイント、動きのコツなどを理解し、正確に安全にできるように意識する。	・前回り受け身テストは今回は速さ強さよりも正確性、意欲をより重視する。
13 14 時間	○腰技(背負い、大腰)と受け身を互いの動きの中で正確にできるようにする。	○前回り受け身テスト(2回目) ○背負い投げ(大腰)テスト	・これまで学んできたことをテストでも出せるよう集中して取り組む。	・事前の練習でどうすればスムーズに技がかかるか考え工夫、修正、改善をする。	・動きの中で受け、取りともに無理な体勢は作らず、技に入ったら協力しあってきれいな形の技と受け身になるようにする。	・試合形式を通し挨拶、礼儀について学び理解する。	・観点別に3段階で評価する。
15 16 時間	○まとめとして腰技(背負い、大腰)と受け身を互いの動きの中で正確にできるようにする。	○前回り受け身テスト(3回目) ○背負い投げ(大腰)テスト(2回目)	・これまで学んできたことと前回のテストの反省を生かし集中して取り組む。	・事前の練習で、どうすればスムーズに技がかかるか前回の反省を生かし、さらに工夫、修正、改善をする。	・前回のテストの経験を生かし、技に入ったら協力しあってきれいな形の技と受け身になるようにする。	・試合形式を通し挨拶、礼儀について学び理解するとともに自ら実践する。	・観点別に3段階で評価する。

(3) C高等学校 第2学年男子 種目「バスケットボール」授業概要

- 1 課程 全日制普通科
- 2 学校規模 3学年18学級
- 3 学校の現状

落ち着いた雰囲気、クラブ活動が盛んである。生徒は授業や学校行事に対し積極的に参加し主体的に行動する。



- 4 「保健体育」における生徒の取組状況と課題
生徒の授業に取り組む姿勢は積極的で、主体的に行動できる。授業態度も良好で、課題に対してもまじめに取り組む。比較的運動能力もあり、到達度や運動欲求も高い。

5 本単元計画の特徴

- (1) 生徒は中学校においてバスケットボールの授業を経験してきたが、今回は「シュートを打つ」をメインテーマとし、多くのシュートを打つことでバスケットボールへの興味や関心を高めることを重視した計画を立てた。
- (2) チームごとにミーティングを行うことで、それぞれが目標を立てたり、戦術を考えたりするようにして、より活発なゲームを展開することを目指した計画を立てた。

6 評価方法の工夫

- (1) 評価規準を事前に示すことにより、生徒の学習意欲や課題解決能力を引き出す。
- (2) 「個人記録カード」を点検することにより生徒の現状を把握し、次の指導に生かす。

7 授業展開例（概要）

本時のねらいと展開の工夫			
1 バスケットボールのゲームを行う中で、自分のチームや個々の課題を見つける。 2 それぞれの課題に対処する方法を工夫し、積極的に楽しくゲームを進行させる。 3 評価規準を示すことで、生徒の積極的な態度を引き出す。			
時間	学習内容・活動	評価規準と評価方法	配慮事項
導入	<ul style="list-style-type: none"> ○出席点呼 ○準備運動を行う。 ○本時の説明を行う。 ○説明を聞いたうえで、チームごとに本時の目標、ねらいを考えさせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○チームでの戦術を工夫し、バスケットボールへの興味・関心をさらに深めているか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・用具や場の安全を確認する。 ・各チームを巡回し様子を把握する。
展開	<ul style="list-style-type: none"> ○チーム別練習 各チームで考えた練習をゴールを使い行う。 ○ゲーム ①各コートクラス別に3試合行う。 ②試合時間は7～8分で行う。 ③各チームは2試合行う。 ④試合をしていないチームが審判、得点、タイマーをする。 結果は記録用紙に記入する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○チームでの戦術を工夫し、いかに多くの得点を上げられるか考えているか。 ○お互いに協力することにより、勝敗を競い合う喜びや楽しさを深める。 ○他のチームの試合を見ることにより自分のチームの戦略の参考としているか。 ○お互いに協力しあい興味を持ってゲームを楽しんでいるか。 ○ルールを良く理解し、公正にゲームが行われ、安全に配慮しているか。 ○公正に審判が行われているか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・安全に配慮しているか気を配る。 ・公正に審判が行われているか確認する。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ○整理運動を行う。 ○ボールなどの用具を片づける。 ○班別で本時間の反省を行い、次回への課題を明確にする。 ○個人カードを記入し、本時間を振り返る。 ○次回の説明を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ○自分たちが最初に考えたチームに近づいているか判断させる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・各チームを巡回しどのような反省がされているか観察する。

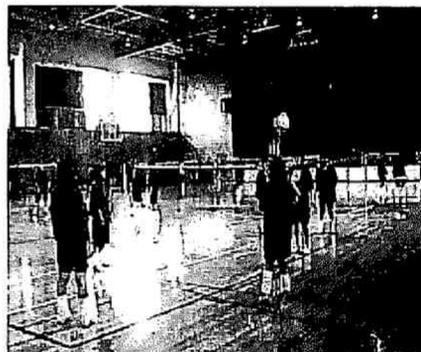
- 1 運動領域 球技
 2 種目 バasketボール
 3 実施学年 第2学年男子
 4 実施期間 平成14年9月～12月
 5 単元名 バasketボール発展編「シュートを打とう」
 6 学習計画と評価規程概要

時間	ねらい	学習活動	評価規程			配慮事項 評価方法	
			運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能		運動についての知識・理解
単元の評価規程	生徒が「シュート」を多く打つことにより、Basketボールに対しての興味関心を高め、積極的に授業へ参加するようになることを目標とする。また、各チームごとに戦略を考え、よりBasketボールを考え、理解させることも目標とする。	Basketボール発展編「シュートを打とう」をこの授業の副題とし、とにかく授業中に多くボールを触り、シュートを打つことを目指した。そのため、いかにすれば自分のシュートが完成でき、またどうすればシュートが試合中に打てるのかをチームで検討させた。	・ルールや作戦に応じて勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わおうとする。 ・チームおける自己の役割を自覚して、その責任を果たし、協力して練習やゲームができるようにする。 ・勝敗に対して公正な態度がとれるようにする。 ・施設・設備の安全や用具を管理し、危険なプレーをしないで練習、ゲームをするなど健康・安全に留意する。	・個々の技能の程度を的確に把握し、それに応じた作戦を立てている。 ・ゲームや練習を通してチームや個々の課題を明らかにし、その課題の解決方法を工夫し、練習や作戦を立てている。	・今の技能を発揮してゲームを行うことができる。 ・チームや個々の能力に応じた課題の練習やゲームを通して集団的・個人的技能を高めることができる。	・Basketボールの特性や学習の進め方、集団的、個人的な技術の構造や練習方法を組立方を理解している。 ・競技の運営やルール審判法を理解している。	
1 時間目	○単元目標・単元特性を理解させる。 ○学習の見通しを立てさせる。	○オリエンテーション ○チーム分け ○チームごとのミーティング ○ボール慣れ(シュート練習)	・Basketボールに興味・関心を持ち進んで学ぼうとする。	・個人・チームとしてどのようなBasketボールを展開するか考える。		・基本的なルールを理解する。 ・基本的な動きを理解する。 ・アンケートにより今後の授業の展開を理解する。	・チームごとのミーティングの観察。 ・チームごとの提出書類にて評価。
2 時間目	○シュートを打つことを意識させる。 ○動きの中でシュートを打つ意識を持たせる。 ○ハーフコートでシュートを打つ場面を作らせる。	○基本練習(チーム別) ○簡易ゲーム1(3on2) ○簡易ゲーム2(3on3)	・シュートを多く打つことで運動への関心・意欲を高める。	・どのようなシュートが良いシュートで確率が良いか考える。 ・どのようにしてシュートを決めるのか考える。	・自分で考えたシュートを実際に試してみる。 ・3on2や3on3を楽しむ中でシュートが打てたり、パスが出せたりしている。	・シュートを打つときの姿勢や、ボールの扱い方が理解できている。	・シュートを工夫し、積極的に打っているか観察する。 ・ボールの置き場に配慮する。 ・個人シートにて個々の状況を把握。
3 時間目	○各チームで作戦を考え、工夫させる。 ○オールコートでの展開を理解させる。	○基本練習(チーム別) ○簡易ゲーム2(3on3) ○簡易ゲーム3(4on4)	・オールコートでのBasketボールの展開を考えることにより運動への関心・意欲を高める。	・自分のチームの攻撃方法と防御方法を考える。	・興味をもって4on4を楽しむ中で、チームとしてシュートまで行っている。	・ルールを理解し公正にゲームを進めている。	・審判法に配慮する。 ・身体接触がないように呼び掛ける。
4～6 時間目	○リーグ戦を行い、練習の成果を確認し、今後の課題とそれに対する対策を考えさせる。	○ゲーム(5on5)	・チームでの戦略を工夫し、Basketボールへの興味・関心をさらに深める。 ・お互いに協力することにより、勝敗を競い合う喜びや楽しさを深める。	・チームで戦術を工夫し、いかに多くの得点を上げられるか考える。 ・自分たちが最初に考えたチームに近いのか判断させる。 ・他のチームの試合を見ることにより、それを参考として自分のチームの戦略を考えている。	・練習の成果を生かし、チームとしてシュートまでプレーを行えている。	・ルールを良く理解し、公正にゲームが行われ、安全に配慮している。 ・公正に審判が行われている。	・各チームがどのような戦略を考えているか、観察する。 ・ゲームを通し、ルールへの理解、積極性を客観的に判定する。 ・安全に配慮する。
7 時間目	○練習の成果の確認。 ○種目への理解の確認。	○スキルテスト	・今までの練習の成果を存分に発揮している。		・今回までの技能が身に付いている。		・スキルテストにより個々の到達点を評価する。
8 時間目	○単元の到達度を確認する。	○トーナメント戦 ○まとめ、アンケート	・この単元を振り返ってみて自分の意欲・態度を再確認する。 ・今までの成果をお互いに試しあう。	・戦略を工夫している。		・ルールを理解している。	・安全に配慮する。 ・アンケートにより授業評価を行う。

(4) D高等学校 第1学年女子 種目「バレーボール」授業概要

- 1 課程 全日制課程普通科
- 2 学校規模 3学年18学級
- 3 学校の現状

落ち着いた学校生活を送ることのできる学校である。生徒は、行事に意欲的で、文化祭・体育大会・合唱祭・球技大会に対する意気込みは、並々ならぬものがある。その一方で、部活動加入率はやや低迷している。



4 「保健体育」における生徒の取組状況と課題

体育の授業における運動欲求は非常に高い。高い到達目標を設定することには難しさがあるが、教師が設定した目標に対して取り組む姿勢は高く評価できる。

5 本単元計画の特徴

本校では、1学年・2学年においてバレーボールの単元を設定している。また、3学年では、種目選択制授業において、バレーボールを設定している。2学年ではゲームを中心とした授業展開を計画している。1学年においては、バレーボールの動機付けと基礎的練習を指導の中心と捉えている。

6 評価方法の工夫

今回は、「3段攻撃」と、「単元計画全体の事前提示」を中心とした。3段攻撃の導入として、あまりなじみのないインディアカを使用することにより、生徒の興味・関心を引き出す事をねらいとした。また、全体計画と評価の規準を提示することで、生徒個人個人の練習に向ける意欲を引き出すことを目標とした。

7 授業展開例（概要）

本時のねらいと展開の工夫			
1 3段攻撃のリズムをつかむ 2 インディアカを使用したのミニゲーム 3 バレーボールを使用したのミニゲーム			
時間	学習内容・活動	評価規準と評価方法	配慮事項
導入	本時の説明 2人組のパス練習（バレーボール使用）	本時のねらいを理解しているか	
展開	○基礎練習（バレーボール使用） ○インディアカでのパス練習 ○インディアカでのミニゲーム （バドミントンコート使用） ○バレーボールでのミニゲーム （バドミントンコート使用）	○インディアカの扱い方についての工夫があるか。 ○3段攻撃をする為のリズムをつかんでいるか。 （インディアカ・バレーボール共通）	3段攻撃のリズムをつかむ為の、生徒間の意思疎通をはかる。
まとめ	学習レポートの記入	短時間で効率的に記入しているか。	3段攻撃について、見られた工夫について評価する。

- 1 運動領域 球技
- 2 種 目 バレーボール
- 3 実施学年 1年女子
- 4 実施期間 平成14年9月～11月
- 5 単元名 「バレーボール」
- 6 学習計画と評価規程概要

時間	ねらい	学習活動	評価規程				配慮事項 評価方法
			運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能	運動についての知識・理解	
単元 の 評 価 規 準	3 段攻撃のリズムをつかむ	バレーボール 「めざせ 3 段攻撃」	<ul style="list-style-type: none"> ・ルールや作戦に応じて勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わおうとする。 ・チームにおける自己の役割を自覚して、協力して練習やゲームができるようにする。 ・勝敗に対して公正な態度がとれるようにする。 ・設備・用具を管理し、危険なプレーをしないで練習・ゲームに参加する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・個々の技能の程度を的確に把握し、それに応じた作戦を立てる。 ・3段攻撃をするための課題を明らかにし、その課題の解決方法を工夫する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・3段攻撃をするために必要な個人の技術を習得する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・バレーボールの特性や学習の進め方、必要な技術・戦術について理解する。 ・競技の運営やルール・審判法を理解する。 	
1 時 間 目	単元計画を理解し、種目に対する興味をもつ	「ボールに慣れろ」 ○オリエンテーション ○チーム分け ○ボール慣れ(基本練習)	<ul style="list-style-type: none"> ・これから学んでいくバレーボールの単元のねらいについて理解し、興味をもつ。 				<ul style="list-style-type: none"> ・単元計画について全員の理解を確認する。
2 時 間 目	バレーボールの導入として、インディアカを楽しむ	「パスをつないでインディアカ」 ○パス練習 ○インディアカのゲーム ○ミニゲーム(バレーボール)	<ul style="list-style-type: none"> ・インディアカで3段攻撃を工夫し、運動への意欲・関心を高める。 	<ul style="list-style-type: none"> ・インディアカの3段攻撃をする為に、パスのまわし方・トスのあげ方などで工夫してみる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ミニゲームの中で、トスを上げたりアタックができています。 	<ul style="list-style-type: none"> ・インディアカの特性について理解する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・インディアカの扱い方について助言する。 ・ミニゲームにおけるねらいを徹底する。
3 時 間 目	インディアカとバレーボールを併用しながら、3段攻撃のリズムを身につける	「何が何でも3段攻撃」 ○パス練習 ○インディアカのゲーム ○バレーボールのゲーム(簡易ルール)	<ul style="list-style-type: none"> ・簡易ルールの中で、作戦を立てることにより、勝敗を競う楽しさを味わう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・インディアカを使って、トスをあげる工夫をする。 ・バレーボールを使って、トスをあげる工夫をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・トスの感覚をつかむ。 ・ボールの回し方を工夫して3段攻撃につなげている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・簡易ルールを理解し、効率的なゲーム運びができています。 	<ul style="list-style-type: none"> ・簡易ルールを徹底し、ゲームへの興味を持たせる。
4 時 間 目	○スキルテスト ○通常ルールのゲームを実施し、3段攻撃のリズムをつかむ	「ねらえ、高得点」 ○スキルテスト ○バレーボールのゲーム	<ul style="list-style-type: none"> ・ゲームの進め方を理解する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・通常ルールのゲームを実施する。その中で、3段攻撃をする為の工夫をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゲームにおいて3段攻撃を実践し、より高度な試合をめざす。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゲームの基本的ルールと、進め方を理解する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキルテストの進行と同時に、ゲーム運営について理解させる。
5 ・ 6 時 間 目	○協力しながら、リーグ戦を運営する ○勝敗を楽しむ	「楽しくリーグ戦」 ○ゲーム	<ul style="list-style-type: none"> ・審判・運営を協力して、リーグ戦を実施する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・チームで戦術を工夫し、勝つための努力をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・今までに習得した技術を使ってゲームに取り組んでいる。 		<ul style="list-style-type: none"> ・ゲーム参加の積極性について評価する。 ・ルールの理解について観察する。

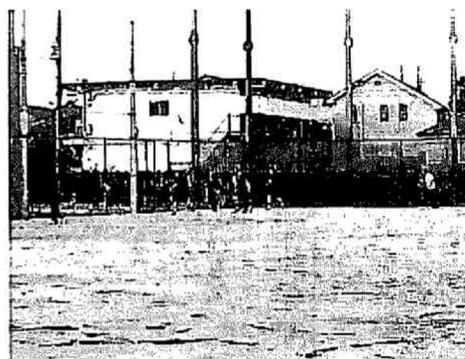
(5) E高等学校 第1学年男女 種目「長距離走」授業概要

1 課程 全日制課程 機械科・建築科・都市工学科

2 学校規模 機械科3学級、建築科6学級、
都市工学科6学級（合計15学級）

3 学校の現状 建設系の工業科が中心の工業高校で、部活動や生徒会活動など活発に行っている。

4 「保健体育」における生徒の取組状況と課題
体育の時間数は少ないものの生徒の運動欲求は高く見学も少ない。しかし、女子が少ないため（1クラス1～3名）、女子にとっては十分な活動ができない。



5 本単元計画の特徴

本校では11月にマラソン大会(8000m)を実施するため、それに向けて10月から「長距離走」を行っている。生徒の約3分の2は中学校で学校行事としてのマラソン大会を経験しておらず、経験した生徒もその距離は4000～6000mである。授業では1500m走から始めて3000m走を中心に練習し、最長6000m走を行う。

6 評価方法の工夫

評価規準を具体的に生徒に示すことにより走行タイムのみで評価していないことを理解させる。また、個人記録表の記入により生徒自身に授業への取り組み方について自己評価をさせ、授業への参加態度及び意欲を確認させた。これらのことにより自分を振り返ったり、授業を評価したりすることに興味を持たせた。

7 授業展開例（概要）

本時のねらいと展開の工夫 1 長距離走の能力を向上させる。 2 競走したりして記録を向上させる。 3 自己の能力に応じて目標や課題を設定して走る。			
時間	学習内容・活動	評価規準と評価方法	配慮事項
導入	<ul style="list-style-type: none"> ○準備運動を行う。 ○本時の説明をする。 ○ウォーミングアップを行う。 	本時の狙いを理解することができたか。(個人記録表・活動の観察)	生徒の健康状態を確認する。 本時のねらいを理解させる。
展開	<ul style="list-style-type: none"> ○3000m走 <ul style="list-style-type: none"> ①2人組を作る。 ②目標や課題を設定する。 ○1組目スタート(2人組のうち遅いほうから走る) ○2組目スタート ○パートナーの記録表を記入する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○競走したりして記録を向上させようとしたか。 ○2人組で協力して公正な態度で取り組んだか。 ○能力に応じて目標を設定し達成できたか。 ○他の生徒より速く走ることができたか。 (個人記録表及び活動の観察)	<ul style="list-style-type: none"> ○目標や課題に応じてペース配分を指示する。 ○生徒の走っている状態に応じて励まし・注意(言葉かけ)を行う。 ○生徒の身体の変化を観察する。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ○整理運動を行う。 ○個人記録表の記入を行う。 ○本時のまとめと次時の連絡を行う。 	○長距離走への知識・理解が深まったか。(個人記録表)	<ul style="list-style-type: none"> ○走行時の状態を説明する。 ○他のクラスの状態を説明する。

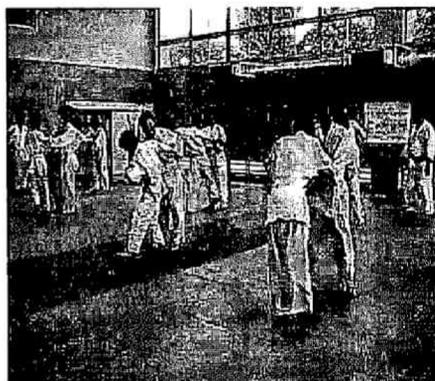
- 1 運動領域 陸上競技
 2 種目 長距離走
 3 実施学年 第1学年
 4 実施期間 平成14年10月・11月
 5 単元名 マラソン大会へ向けて
 6 学習計画と評価規程概要

時間	ねらい	学習活動	評価規程				配慮事項 評価方法
			運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能	運動についての知識・理解	
単元の評価規程	自己の能力に応じて、長距離走を走る能力を向上させ、マラソン大会へ向けての自信をつける	マラソン大会へ向けて3000m走を中心に1500m走・6000m走を行う	長距離走の特性に興味・関心を持つ。 互いに協力し、励ましあいながら練習や競技を行おうとする。 公正な態度で練習を行い体調や服装など健康・安全に留意しようとする。	自己の能力に応じた目標記録や課題を設定し、効果的な練習の仕方や競技の仕方を工夫することができる。	長距離走の特性に応じた技能で練習や競技することができる。 自己の能力に適した走り方を身に付けその技能を高め競技したり記録を高めたりすることができる。	長距離走の特性や学習の進め方、練習や競技の仕方を知っている。 長距離走のルールやマナーを知っている。	活動の観察及び個人記録表より生徒の授業参加態度を判断する。
1時間目	○単元の目標を知る ○長距離走の特性を知る ○授業の進め方を知る	○オリエンテーション ○20分間走	・長距離走の特性に興味・関心を持つ。			長距離走の走り方を理解する。	プリントを配布して生徒へ学習計画と評価規程を周知させる。
2時間目	○自己の長距離走の能力を理解する	○1500mタイムトライアル	・自己の能力を最大限に発揮する。		・自己の能力に応じて走る。		2人組によるペース配分の読み上げを行う。 個人記録表を記録させることにより、走行タイムの確認と学習参加の態度を自己評価させる。
3時間目	○長距離走を行う	○3000m走	・お互いに協力し励ましあい公正な態度で練習に取り組み、安全に留意する。	・自己の能力に応じて課題を設定する。	・設定した課題を克服するように練習する。	・体調の整え方、能力に応じた練習方法を理解する。	走行中に声をかけることにより、ペース配分を知らせると共に、授業への参加態度を客観的に理解させる。
4時間目	○長距離走を行う	○3000m走	・お互いに協力し励ましあい公正な態度で練習に取り組み、安全に留意する。	・自己の能力に応じて課題を設定する。	・設定した課題を克服するように練習する。	・体調の整え方、能力に応じた練習方法を理解する。	
5時間目	○長距離走の能力を向上させる	○3000mタイムトライアル	・競走したりして記録を向上させる喜びを味わい、公正な態度で練習に取り組み安全に留意する。	・自己の能力に応じて目標記録を設定する。	・設定した目標記録を達成できるように練習する。	・設定した目標記録を達成できるような練習方法を理解する。 ・長距離走のルールやマナーを知っている。	
6時間目	○長距離走の能力を向上させる	○3000mタイムトライアル	・競走したりして記録を向上させる喜びを味わい、公正な態度で練習に取り組み安全に留意する。	・自己の能力に応じて目標記録を設定する。	・設定した目標記録を達成できるように練習する。	・設定した目標記録を達成できるような練習方法を理解する。 ・長距離走のルールやマナーを知っている。	
7時間目	○マラソン大会へ向けて自信をつける ○自己の限界に挑戦する	○6000mタイムトライアル	・自己の能力を最大限に発揮する。	・自己の能力に応じてマラソン大会を意識して課題及び目標記録を設定する。	・自己の能力に応じて長い距離を走る。		ペース配分の指示を行う。
8時間目	○前回の記録を破る	○1500mタイムトライアル	・自己の能力を最大限に発揮し、前回の記録を向上させようとする。		・自己の能力に応じて走る。		前回の記録を意識させる。

(6) F高等学校 第1学年男子 種目「柔道」 授業概要

- 1 課程 全日制課程普通科
- 2 学校規模 3学年24学級
- 3 学校の現状

明るく、活気があり、生徒は全体としてのびのびとしている。部活動が盛んで文化部、運動部ともに各種大会で好成績を残している。行事なども生徒が積極的に取り組み、非常に盛んである。



4 「保健体育」における生徒の取組状況と課題

平成12年度から3学年において種目選択を行っている。1・2年次には男子は柔道・剣道の選択、女子はダンスを行っている。授業では、生徒は積極的に活動し、授業態度も良好である。また、運動欲求が高いため、主体的な活動が期待できる。

5 本単元計画の特徴

- (1) 柔道の投げ技の習得を目標として、攻防ともに安全に配慮し、積極的に行う。
- (2) 柔道の伝統的な稽古方法を経験することで、柔道の持つ伝統的な部分を体験する。
- (3) 柔道の基本理念である「精力善用」、「自他共栄」を理解する。

6 評価方法の工夫

- (1) 評価規準を第1回目の授業に提示し、指導の観点を周知する。
- (2) 自己評価カードを用いることによって、次回の授業にフィードバックする。

7 授業展開例（概要）

時間	学習内容○活動	評価規準と評価方法	配慮事項
本時のねらいと展開の工夫 1 連続技を体験し、相手の重心を崩して投げ技をかけることを理解する。 2 正しい礼法、練習方法を理解し、実践する。 3 導入部分では、生徒に積極的にリーダーシップをとらせる。			
導入	○集合、黙想、点呼 ○本時の説明（投げ技の習得に関して） ○準備運動 ○筋力トレーニング ○受け身（横受け身、前回り受け身） ○寝技の乱取り	○本時の狙いを理解しようとしているか。 ○積極的に行っているかにより、生徒の積極性を評価する。	本時のポイントを明示し生徒に理解させる。 安全への配慮を徹底する。
展開	投げ技の稽古（練習） ○打ち込み稽古（大腰、大外刈り、背負い投げ） ○4人組の連続投げ込み 小内刈りの習得 ○打ち込み稽古 ○投げ込み稽古 大内刈りの習得 ○打ち込み稽古 ○投げ込み稽古 連続技の習得 ○背負い投げから小内刈り ○大内刈りから大外刈り	○積極的に行っているか。 ○安全に配慮しているか。 ○正しい動作を身につけているか。 ○正しい作法を身につけているか。 ○観察によって、生徒の技能の向上を確認する。	正しい方法を示範する。 動きの原理を説明しながら示範する。 前後の連絡技、左右の連絡をわかりやすく説明する。
まとめ	○自己評価シートの記入 ○健康確認	○自己評価シートを記入しているか。 ○自己評価シートを利用し、理解度を把握する。	健康状態の確認。

- 1 運動領域 武道
 2 種 目 柔道
 3 実施学年 1 学年男子 (柔道選択者)
 4 実施期間 1・2 学期間 合計 20 回
 5 単 元 名 柔道
 6 学習計画と評価規程概要

時間	ねらい	学習活動	評価規程				配慮事項 評価方法
			運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能	運動についての知識・理解	
単元 の 評 価 規 準	柔道の中心部分である投げ技を理解し、安全に配慮をしながら、積極的に 行う。 精力善用、自他共栄という柔道の理念を理解し、生活に実践していく。	基本的礼法の理解 投げ技の習得 練習方法の理解 (打ち込み稽古、投げ込み稽古、約束練習、乱取り稽古) 試合方法の理解	武道の特性に関心を持ち、楽しさや喜びが味わえるように進んで取り組もうとする。 伝統的な行動に留意し、互いに相手を尊重し、勝敗などに公正な態度をとる。また、安全に留意し、行動する。	自分の能力に適した技を習得するための工夫をしている。	柔道の特性に応じた技能を身に付け、相手の動きに対応した攻防を展開して練習や試合ができる。	柔道の特性や、学び方、技術の系統性・構造、合理的な練習の仕方を理解するとともに、試合や審判の方法を理解し、知識を身に付ける。	自己評価シートを用いて、生徒の理解度、授業への取り組みを評価する。
1 時 間 目	○2 学期の武道の目的を知る ○投げ技の特性を知る ○2 学期の授業の展開方法を知る	○オリエンテーション ○基本練習 (受け身) ○固め技の練習			・基本姿勢を身につけている。 ・受け身を正しく行える。	柔道の基本理念である 精力善用・自他共栄を理解する。	安全に対する配慮を行う。 基本の動作を理解させるために、反復して練習を行う。
2 ～ 5 時 間 目	○投げること・投げられることに慣れる。 ○崩しを意識して、投げ技を行う。 ○得意技を作る。個々に行いやすい技を練習し、得意技とする。	○基本練習 (受け身) ○固め技の乱取り稽古 ○投げ技の稽古 打ち込み稽古 投げ込み稽古 ○連続技の練習	・正しい服装で参加する。 ・礼法をきちんと行う。 ・投げ技の技能の習得のために、積極的に練習を行う。 ・練習相手を尊重し、安全に留意する。	・練習法の意図をくみ取り、その練習のポイントをつかむ。 ・自分にあう得意技を考える。 ・連続技を考え、考案する。 ・独自の得意技の発展を試みている。	・投げ技の技能の習得 ・足技 (大外刈、大内刈、小内刈、出足払い、支釣込み足) ・腰技 (大腰、払い腰、釣込み腰) ・手技 (体落とし、背負い投げ) 連続技を習得している。	正しい服装、礼法を理解する 投げ技を習得するための練習方法を理解している。	安全への配慮を徹底する。 基本の動作を理解させるために、反復して練習を行う。
6 ～ 8 時 間 目	○乱取り稽古を行えるようになる。 ○乱取り稽古を含む、一連の稽古を連続して行う。	○基本練習 ○投げ技の稽古 約束稽古 乱取り稽古	・相手や周囲の安全に留意しながら、練習を行う。	・相手などの状況に合わせて動きを考える。 ・得意技が出せる状況を作り出すために、動きを工夫する。	・状況に応じた攻防を行うことができる。		観察によって生徒の技能の習熟度を評価する。 安全への配慮を行う。
9 ～ 10 時 間 目	○試合を行う。 ○単元の到達度を確認する。	○試合 ○まとめ	・積極的に、試合運営に参加し、安全に留意する事ができる。		・投げ技から固め技への移行を行うことができる。 ・試合の中で、状況に応じた技を出すことができる。	試合の際の礼法を理解する。 試合の方法、審判の判定を理解する。 試合やリーグ戦の運営方法を理解する。	観察によって、生徒の理解度を評価する。 安全への配慮を行う。

8 調査結果と考察

実証授業に先立って実施した事前調査では、「運動」「体育授業」「種目」についての興味・関心の意識調査、及び過去の授業に対する実態調査を行った。意識調査においては、評価の観点別に「関心・意欲・態度」「思考・判断」「技能」「知識・理解」の質問項目を用意した。

事後調査では同様の質問項目を用いて、生徒の授業への意識及び取り組みの変化について調査した。また、生徒による授業評価をアンケート形式で実施した。

以上の結果に基づき考察し、仮説の検証を行った。

(1) 調査集団の特性について

① 「運動・体育」の好き嫌い

「運動は好きですか」に対し、「大変好きである(36.3%)」「好きである(28.4%)」を合わせると64.7%の生徒が運動を好きと感じている。

「体育の授業は好きですか」に対し、「大変好きである(44.2%)」「好きである(26.5%)」を合わせると70.7%の生徒が体育の授業を好きと感じている。一方で、約1割の生徒が運動や体育の授業を好きではないと思っている。

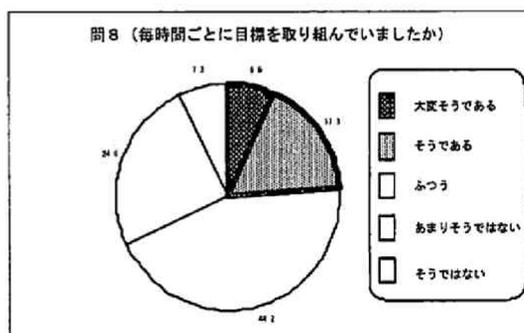
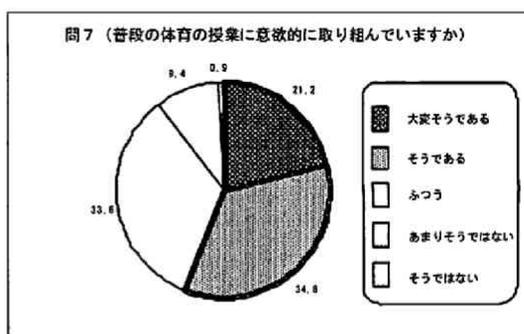
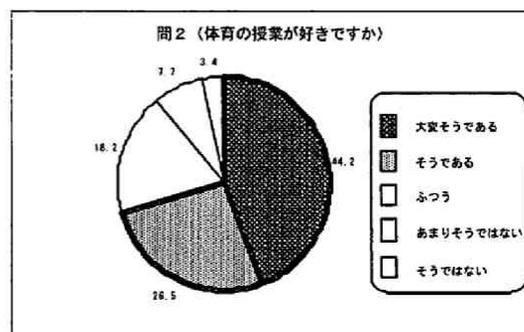
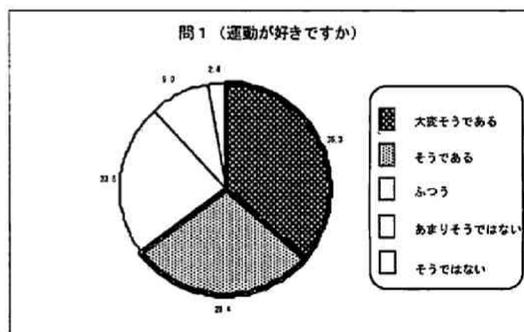
② 授業への取り組み姿勢

「授業に意欲的に取り組んでいますか」に対し、「大変意欲的である(21.2%)」「意欲的である(34.8%)」を合わせると56.0%の生徒が意欲的に取り組んでいると感じている。一方「目標をもって取り組んでいましたか」に対し、76.1%の生徒(1:7.3%、2:24.6%、3:44.2%)は毎時間の授業において特に目標を意識せずに授業に取り組んでいる。

以上のことから、調査した生徒集団全体として、「運動・体育」に対して好意的で意欲的である反面、目標が明確でないまま授業に臨んでいるという傾向があると言える。

また、約1割の生徒は「体育・運動嫌い」の傾向を示すとともに、授業に対してまったく意欲を持たず、目標を見出せないまま授業に臨んでいる現状が伺える。

授業者は、生涯スポーツの基礎を培う観点から、こうした全体的傾向を意識して授業の改善・工夫を行うことが必要である。



(2) 事前調査・事後調査の結果の比較と考察

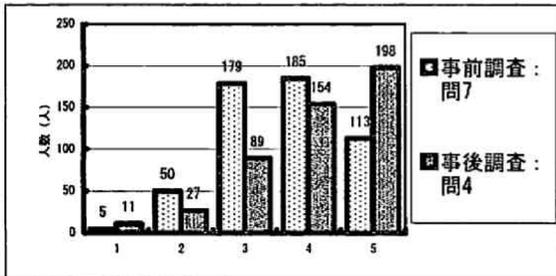
事前・事後調査の結果を、統計学的手法（1%水準の対応のあるt検定）を用いて、その差の有無を検討した結果、事前調査に比べ事後調査において有意に高い結果が得られたのは、「意欲・関心・態度」「思考・判断」に関する質問項目であった。

一方、事前調査に比べ事後調査において、特段の有意差を認められなかったのは、「技能」「知識・理解」に関する項目であった。

有意に高いという結果の出た項目

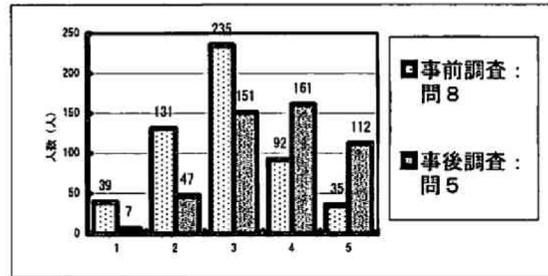
①「意欲・関心・態度」に関する項目

事前調査「体育の授業に意欲的に取り組んでいますか」
事後調査「授業は意欲的に取り組めましたか」



②「思考・判断」に関する項目

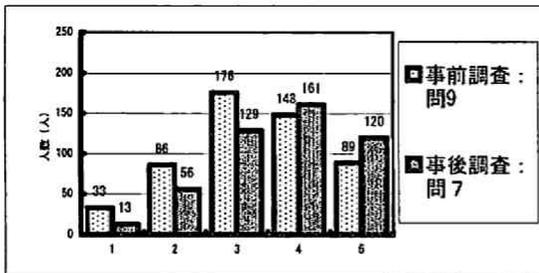
事前調査「目標をもって取り組んでいましたか」
事後調査「目標をもって取り組みましたか」



有意に高いという結果を認められなかった項目

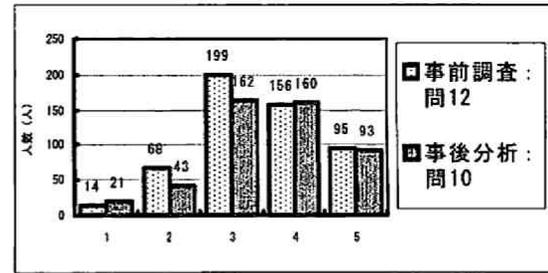
③「技能」に関する項目

事前調査「技能・体力の向上を感じたことがありますか」
事後調査「技能の向上を感じられましたか」



④「知識・理解」に関する項目

事前調査「知識が深まったことがありますか」
事後調査「その種目の知識が深まりましたか」



以上のことから、次のようなことが明らかになったと考える。

①「意欲・関心・態度」に関する項目

「意欲・関心・態度」については、平均値では事前が3.66、事後調査が4.05、最頻値では4から5に変化し、有意差が認められる。このことから、今回の授業では「意欲・関心・態度」を高めることができたかと推察される。また、アンケートにおいても「意欲的に取り組むことができた」「積極的にできた」「以前より楽しくなった」などの回答があり、データを裏付けられると思われる。

②「思考・判断」に関する項目

「思考・判断」については、平均値では事前が2.91、事後調査が3.68、最頻値では3から4に変化し、有意差が認められる。このことから、今回の授業では「思考・判断」を高めることができたかと推察される。「毎時間の目標を決め、作戦を練った」「次への課題が明確になった」などの回答からも、データを裏付けられると思われる。

③「技能」に関する項目

「技能」については、平均値では事前が3.33、事後調査が3.67、最頻値では3から4に変化した。「体力」についても同様の結果であり、若干の有意差は認められるものの、実施した種目

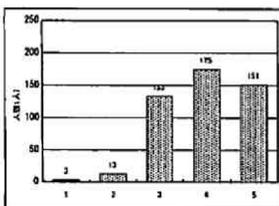
により大きな差があるため、全体として生徒が自らの技能や体力が授業によって向上したと実感したかを意識調査から判断することは難しいと思われる。

④「知識・理解」に関する項目

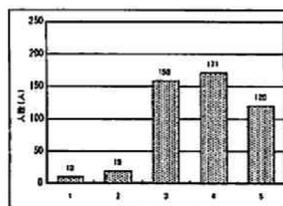
「知識・理解」については、平均値では事前が3.47、事後調査が3.55、最頻値では3のままで変化はなく、有意差は認められない。このことから、今回の授業により「知識・理解」を高めることを実感させることができたとは言えない。しかし種目により、一部の生徒からは「審判法がわかった」「認識や知識が変わった」などの声もあった。

(3) 生徒による授業評価（アンケート形式）の結果と考察

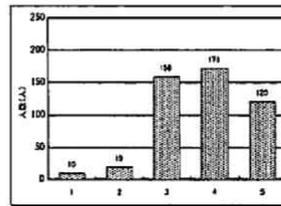
問1 1 授業の趣旨理解



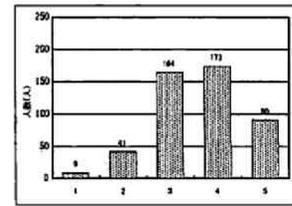
問1 2①積極的・意欲的



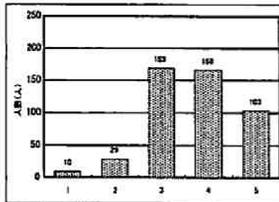
問1 2②ポイントを考えた



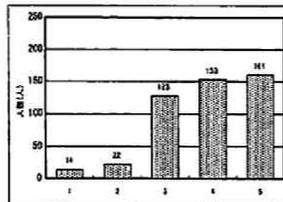
問1 2③技能の向上



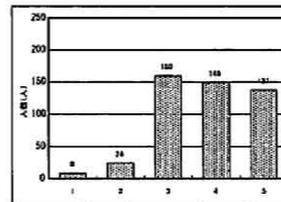
問1 2④種目への理解



問1 3 授業のやりがい



問1 4 次回以降への期待



生徒によるアンケート形式の授業評価では、今回の授業の方法に対して、いずれの項目においても否定的な「1・2」に回答する生徒が極端に少ないという傾向を示した。

今回のような授業の方法を次回も期待する声が多く上がっていることから、生徒にとって授業のねらいが明確であることは、目標を具体的に立てることができ、より意欲的に取り組む要因となると言える。特に、「授業のやりがい」の項目では、他の項目と比較しても、最も「やりがい」を感じたと評価する割合が多いことから、授業方法の有効性を示しているのではないかとと思われる。

(4) 主な生徒の記述から

授業方法に関する代表的な回答例	<ul style="list-style-type: none"> ・ 授業のポイントがわかり、意欲的に取り組むことができた。 ・ 積極的にできた。考えて取り組めた。 ・ 好きになった。楽しかった。前の授業より面白かったのでよかった。 ・ 体力がついた。 ・ 今回の授業の進め方はよかった。 ・ 次回の授業へ向けての課題をもつことができた。
授業方法の改善に資する代表的な回答例	<ul style="list-style-type: none"> ・ 説明時間・自己評価表の記入時間により、活動時間が減ってしまう。 ・ 個人シートに書くのが大変だった。記述は面倒くさい。 ・ もっと技を覚えたい。 ・ 今度の授業もこのくらい楽しくやって欲しい。 ・ 疲れた。つらかった。

生徒の自由な記述欄は、学校や種目により内容は大幅に異なった。共通しているのは、「何を、どのように、それがどうなるのか」ということを明確に理解した上で授業を受けたことを肯定的に受け止めている生徒が多かった、ということである。

一方、生徒の内面的な意欲や関心を把握するためには、どうしても授業シートや自己評価などにおける記述に注目していく必要があるが、体育授業の特性上、記述する時間の確保や記述方法等に課題が残ったと言える。

Ⅲ 研究成果と今後の課題

1 教師による授業分析

学校名	実証授業実施上の工夫点	授業者の授業分析
A 高等学校 (剣道)	<ul style="list-style-type: none"> 「思考・判断」を強調するため、技の選択・工夫を促した。 毎時間「本日のテーマ」を再確認した。 	<ul style="list-style-type: none"> 2年間の長いスパンでの学習であるので、成果の捉え方が難しかった。 試合の実施時期と重なったため、「関心・意欲」の向上が授業方法とどう関連するのか判断に迷うところであった。
B 高等学校 定時制 (柔道)	<ul style="list-style-type: none"> 単元計画を徹底するために、柔道場壁面に各授業のポイントを提示した。 やる気を引き出す言葉をかけた。 授業毎にワンポイントアドバイスをした。 	<ul style="list-style-type: none"> 生徒のやる気を引き出す言葉かけや達成目標を具体的に示したことは効果的であり、繰り返し示範を行い生徒とともに活動して意欲を継続させていった。 やったことがどのように評価されるのかをはっきりさせておくことは生徒の変容を導き出せる。
C 高等学校 (バスケットボール)	<ul style="list-style-type: none"> 評価規準をプリントに印刷して配布して周知を図った。 グループ学習をし、「思考・判断」を促すためのミーティングをもち、メインテーマとして「シュート」を設定してこだわりをもたせた。 	<ul style="list-style-type: none"> 生徒は次に何をするのが理解できており、授業の切り替えがスムーズに行えた。また、考える機会を多く持たせることで、自分たちで工夫するようになった。 ゲームの質が向上したが、集団の評価と個人の評価のバランスが難しい。
D 高等学校 (バレーボール)	<ul style="list-style-type: none"> 生徒の興味を引き出すため「インディアカ」を導入して採用した。 毎時間、授業のキーワードと評価規準をプリントしたものを示した。 	<ul style="list-style-type: none"> 生徒にはポイントがよく理解できていた。 単元計画の修正や、PDSサイクルによる授業改善は必要である。 比較対照した授業より、意欲的に参加していたと思う。
E 高等学校 (陸上：長距離走)	<ul style="list-style-type: none"> 目標タイムとして「歴代記録」「本年度最高記録」などを提示し、上位生徒の意欲高揚の工夫をした。 2人組でタイムを教えながら走ったことでペース配分がわかり、恐怖心がなくなった。 	<ul style="list-style-type: none"> 経験の違いから、いわゆる「食わず嫌い」が多いが、評価の視点を示すことで長距離走への意欲や関心が高まった。しかし、中堅生徒の目標設定は難しい。 長距離走に対して消極的な生徒が多いが、今後とも評価規準の工夫が必要であろう。
F 高等学校 (柔道)	<ul style="list-style-type: none"> 単元計画を徹底するために、柔道場壁面に各授業のポイントを提示した。 自己評価表は、次回授業へフィードバックするために良い材料であった。 「考える」「工夫する」練習を重視した。 	<ul style="list-style-type: none"> 生徒のモチベーションを維持するのに効果的であった。 生徒の授業評価は授業改善につながる。 技能の反復練習時に、考えることを重視したことで、工夫しようとする態度が育った。

2 研究の成果

該当種目の単元計画を設定する際、評価規準を明確にし、これを示すことが生徒の学習意欲と課題解決能力の向上につながるのではないかと仮説を立て、研究を進めてきた。

その結果、次のようなことが明らかになった。

- (1) 評価規準を明示することは、「関心・意欲・態度」「思考・判断」面の向上を促した。
- (2) 「技能」面については、生徒の自己評価からは明らかにできなかったが、授業者の授業分析からや数値的に明らかにできる「陸上」等の種目においては向上したと認められる。
- (3) 「知識・理解」面についても評価規準を示したが、効果を示す結果は表れなかった。

以上の結果から、仮説に対して次のような結論が導き出せると考える。

- (1) 評価規準を明示することは、生徒の学習意欲の向上に効果的であった。
- (2) 評価規準を明示することは、「思考・判断」面を向上させることができる。しかし、それが課題解決能力の向上に結びつくのは今回の研究では判断できない。

授業のねらいやポイントを示すことはいずれの学校・授業においても日常的に行われ効果を上げ

てきた。しかし「評価規準を明示する」という授業、すなわち、「おおむね満足できる」規準を観点別に具体的に示すという授業は、教師にとっても生徒にとっても新しい試みであった。

その結果、生徒の「関心・意欲・態度」の側面の向上をもたらし、生徒はより一層意欲的に工夫しながら授業に取り組めるようになったと評価できる。また「思考・判断」面においては、学習のねらいを理解して、課題・目標に向けて工夫して取り組む生徒が増えた。あらかじめ単元計画及び評価規準が明示されたことで、目標が明確になり、見通しを持って授業に臨めたことが大きな要因であると考えられる。こうしたことは課題解決につながると思われ。

課程、種目、学年、男女等諸条件が異なるなか、各学校の評価規準の作成・提示による授業は、生徒たちの学習意欲と「思考・判断」の向上をもたらした。これらの成果は、ひいては「課題解決能力」すなわち自分で課題を見つけ、自ら学び、考え、よりよく問題を解決する資質や能力をはぐくむことにつながっていくと考える。

3 今後の課題

研究を進めた結果、今回の調査等では分析できなかった部分や課題は以下のとおりである。

- ① 客観的評価が難しい「関心・意欲・態度」「思考・判断」の評価については、観察、学習カード、レポート、自己評価など、その場面における学習状況を的確に評価する方法をさらに工夫することが求められる。
- ② 自己評価の内容・方法については、生徒の実態や種目に応じて質問項目の工夫をする必要がある。例えば「技能」の観点では、「技能の向上が感じられたか」とするよりも「～ができるようになったか」等、具体的な質問にした方が、生徒がより適切な自己評価を行えると言える。
- ③ 適切な評価の実施を目指して、多様な観点から多くの情報を得て評価を行うことは重要なことである。一方、教師の評価集計作業量とのバランスを考慮して、評価方法・内容を工夫していく必要もある。
- ④ 体育における「課題解決能力」については、「思考・判断」や「技能」の向上との関連で幅広く捉えなければならず、調査方法の工夫・改善が必要である。

4 まとめ

授業のねらいを明確にするということは、授業の基本である。今回、「学習意欲」と「課題解決能力」の向上を目指して、授業のねらいを示すことから一歩踏み込んで観点別の「評価規準」を明示して授業を進めることを研究の柱とした。

その結果、体育授業においては、事前に評価規準を示すことは「関心・意欲・態度」と「思考・判断」面の向上に貢献できるという研究結果となった。一方、運動（体育）嫌いの生徒の変容をもたらすことができなかったことから考えて、今後とも授業方法や評価方法の改善も含め、新たなアプローチを考えていく必要がある。

いずれにしても、教師としての最大の願いは、全ての生徒に運動やスポーツの楽しさと価値を味わってほしいということである。そのためには、多くの生徒の参加意欲を向上させ充実した授業を追究していきたいと考える。工夫・改善すべき事項は多いが、教師の願いの実現と生涯スポーツの基礎づくりのために今後とも授業改善に努めていきたいと考えている。