

高等学校

平成26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	研究の視点	2
III	研究仮説	4
IV	研究方法	4
V	研究構想図	7
VI	事例研究	8
VII	研究の成果	19
VIII	今後の課題	23
	参考文献	24

研究主題

課題に応じて運動の取り組み方を工夫させる授業

～課題発見・解決の過程の評価について～

I 研究主題設定の理由

平成 22 年 3 月 24 日中央教育審議会初等中等教育分科会教育課程部会報告「児童生徒の学習評価の在り方について 4 観点別学習状況の評価の在り方について」では、「思考・判断・表現」の観点については、各教科の内容等に即して思考・判断したことを、その内容を表現する活動と一体的に評価するものとして設定している。これは、表面的な現象を評価するものではなく、例えば、自ら取り組む課題を多面的に考察しているか、観察・実験の分析や解釈を通じ規則性を見出しているかなど、基礎的・基本的な知識・技能を活用し、各教科の内容等に即して思考・判断したことを、記録、要約、説明、論述、討論といった言語活動等を通じて評価するものであることに留意する必要があることを示している。

先行研究等において、「合理的・段階的な練習方法を設定すること」や「教師がより分かりやすく助言・指導をする」ことをテーマにした研究が多く行われている。「できた」という達成感を得られ、学びが活性化されていくという内容が主である。しかし、そこに本部会は以下の 3 点の疑問を抱いた。

- ① 生徒が技能を習得する過程で、「なぜできたのか、なぜ失敗したのか、どうすれば上達するのか」を考えているのだろうか。「できた」か「できないか」といった、結果だけにとらわれるのではなく、「なぜ、どうすれば」という思考・判断と、そのことをどのように表現しているのかを評価することが重要なのではないか。
- ② 教師が、「合理的・段階的な練習方法を設定したり、よりわかりやすく助言・指導を行ったりすること」は、「教師ができるようにさせた」という面が大きく、生徒の思考力・判断力・表現力を高めたということには必ずしもならないのではないか。
- ③ 「教師ができるようにさせた」という面が大きいということは、「自己決定や自力解決の場、生徒同士の積極的な関わり、自分や相手の考えを相互に伝えたり理解したりする」場面が少なくなってしまうのではないか。

一方、東京都教育ビジョン（第 3 次）では、「社会全体で子どもの『知』『徳』『体』を育み、グローバル化の進展など変化の激しい時代における、自ら学び考え行動する力や社会の発展に貢献する力を培う」ことを基本理念としている。この基本理念を実現するために、「一人一人の個性や能力に着目し、最大限に伸ばすとともに、自己肯定感を高める。」という視点を重視して教育施策を

図 1 自尊感情の観点

東京都「自尊感情の3つの観点」	
A 自己評価・自己受容	自分のよさを実感し、自分を肯定的に認められることができるようになります。
B 関係の中での自己	多様な人との関わりを通して、自分が周りの人に役立っていることや周りの人の存在の大きさに気付くようになります。
C 自己主張・自己決定	今の自分を受け止め、自分の可能性について気付くようになります。

展開している。本研究では、この点に着目し、体育の授業においても自己肯定感を高めることを意識する必要があると考えた。図1は、東京都が「自尊感情や自己肯定感に関する研究」で示した、子どもの自尊感情の傾向を把握するための3つの観点である。

以上のことから、本研究では、教師による過度な助言・指導を抑え、課題に対し生徒が互いを観察し、考察し、関わり合いを深めることで、自分達で課題を解決していく授業づくりを目指すこととした。また、生徒が自ら課題を発見し、解決する過程を評価する方法について検討することが必要であると考え、本主題を設定した。

Ⅱ 研究の視点

1 「体育」における「思考力」「判断力」「表現力」

体育の授業は、体力の向上や運動に関する知識を深めることのみならず、情緒面や知的な発達、集団的活動や身体表現などを通じたコミュニケーション能力の向上、筋道を立てて練習や作戦を考え、改善の方法などを互いに話し合う活動を通じた論理的思考力の向上などの学習効果が期待できる。

これらの資質や能力を育てるためには、運動の楽しさや喜びを深く味わえるように、自らの運動課題を解決するなどの学習をバランスよく行うことが重要である。高等学校においては、自己の課題に加えて仲間やチームの課題にも視野を広げるとともに、運動を継続するために必要となる課題の解決が求められている。思考・判断について、高等学校学習指導要領解説 保健体育編・体育編（以下、「解説」とする。）では、各領域において、表1の中から各領域に応じた例を示している。

そこで本研究では、各領域において、表1に示した4つの観点から、学習課題に応じてこれまで学習した内容を学習場面に適用したり、応用したりする力を「思考力」「判断力」とした。また、「表現力」においては、学習活動等において思考・判断したことを表現する力とした。

①体の動かし方や運動の行い方に関する思考・判断
②体力や健康・安全に関する思考・判断
③運動の実践につながる態度に関する思考・判断
④生涯スポーツの設計に関する思考・判断

2 言語活動の充実

中央教育審議会は平成20年1月に「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について」を答申した（以下、「平成20年答申」とする）。この平成20年答申において、言語を通じた学習活動を充実することにより、「思考力・判断力・表現力等」の育成が効果的に図られることから、いずれの教科等においても、記録、要約、説明、論述、討論などの言語活動を発達の段階に応じて行うことが重要であるとしている。

また、「解説」では、「知識については、言葉や文章など明確な形で表出することが可能な形式だけでなく、勘や直観、経験に基づく知恵などの暗黙知を含む概念であり、意欲、思考力、運動技能などの源となるものである」としている。

本研究では、各運動場面で、体を動かす機会を適切に確保した上で、各自が身に付けた知

識を活用して、自己や相手、仲間の課題を発見し伝え合う、互いに協力し教え合う、合意形成に貢献するなどのコミュニケーションを図る学習活動を設定した。その過程を生徒に記録させ、生徒の学習意欲や学習活動、技能の向上にどのように影響があるかを検証した。

3 自己肯定感の評価

(1) 内発的動機付けについて

平成 21 年改訂の学習指導要領において、「体育」では、「運動の合理的、計画的な実践を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる」ことが目標の一つと示された。この目標を実現するためには、運動に対する動機づけを高めることが必要である。成績のため、怒られないため等の理由で運動に参加する場合は、外発的に動機づけられている状態である。そうではなく、楽しいから、できるようになりたいから、仲間と関わりたいから等、内発的な動機で運動に参加できるようになれば、学校を卒業して体育の授業がなくなってからも、自らの興味・関心により運動に取り組む資質が育まれ、生涯にわたって運動に親しむ資質・態度の育成につながることを期待できる。

(2) 運動有能感について

先行研究において、岡沢ら¹ (1996) は、運動に内発的に動機づけられるためには、運動有能感が重要であるとし、「身体的有能さの認知」、「統制感」、「受容感」の 3 因子で構成されていることを明らかにした (表 2)。岡沢らが作成した運動有能感尺度の各因子を構成している質問項目 (表 3) は、小学生から大学生まで全ての発達段階において共通しており、信頼性も高いことが明らかにされている。表 2 と表 3 には、岡沢らによる「運動有能感の構造」と「運動有能感に関する調査」を示した。

身体的有能さの認知	自己の運動能力、運動技能に対する肯定的認知
統制感	できない技術でも、努力や練習によってできるようになるという認知
受容感	教師や仲間から受け入れられているという認知

「よくあてはまる」・・・ 5	「ややあてはまる」・・・ 4
「ややあてはまる」・・・ 4	「どちらともいえない」・・・ 3
「あまりあてはまらない」・・・ 2	「まったくあてはまらない」・・・ 1
1. 運動能力が、すぐれていると思います。	
2. たいていの運動は、上手にできます。	
3. 練習をすれば、必ず技術や記録は伸びると思います。	
4. 努力さえすれば、たいていの運動は上手にできると思います。	
5. 運動をしている時、先生が励ましたり応援してくれます。	
6. 運動をしている時、友達が励ましたり応援してくれます。	
7. 一緒に運動をしようと誘ってくれる友達がいます。	
8. 運動の上手な見本として、よく選ばれます。	
9. 一緒に運動する友達がいます。	
10. 運動について自信をもっているほうです。	
11. 少し難しい運動でも、努力すればできると思います。	
12. できない運動でも、あきらめないうで練習すればできるようになると思います。	
1・2・8・10 が身体的有能さの認知	
3・4・11・12 が統制感	
5・6・7・9 が受容感に関係する質問である。	

¹岡沢祥訓・北真佐美・諏訪祐一郎. 運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究. スポーツ教育学研究 16(2). 1966. p145-155

Ⅲ 研究仮説

本研究では、「生徒同士で学ぶ時間を設定する。ペアやグループでの活動を取り入れ、そこで考え合う、励まし合う、教え合うなどの活動から運動の楽しさや意義を感じ、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育むことができる」と仮定した。

具体的には、以下の観点で研究を進める。

1 生徒間でのコミュニケーションの機会を増やす

生徒の「できた」か「できなかった」は、結果的である。そこを教師が重視して評価することや、「教師ができるようにさせた」と感じさせてしまう授業では、教師主導型となり、「自己決定や自力解決の場」や「生徒同士の関わり、考えを伝え理解する」などの、コミュニケーションの機会が減少することになりうる。そのため、ペアやグループでの活動を増やすことで生徒間の会話が増え、生徒同士の学びが活発化する。

2 課題発見・課題解決学習に取り組ませる

運動技能の習得過程やその後の試合において、ペアやグループで課題発見・課題解決する活動に取り組ませる。教師による助言・指導をできるだけ抑え、生徒の主体的な学習を促す「考えさせる授業」を行う。学習カードや個人の反省を記入させることで、自己や仲間の現状に気付き、そこから課題を解決するための思考・判断をめぐらせる。そして、主体的な学習の感覚をつかむことで、種目や運動に対する関心・意欲にもつながる。

3 学習活動中の言語活動を充実させる

教師が、話し合いの基となる情報を提供したり、話し合いが必要となる教材を工夫したり、話し合いの視点を明確化して提示したりすることで、生徒が「考えながら運動し、運動しながら話し合う」授業となる。質の高い言語活動を保障することで、生徒の思考力・判断力・表現力等を育成することにつながる。

4 自己肯定感を分析する

運動有能感アンケートやスキルテスト、授業への取り組み方や意識的変化の関連性を分析する。教師は、表面的な現象のみを評価するのではなく、記録、要約、説明、論述、討論といった言語活動も評価する。「できた」「できない」や勝敗だけではなく、そこまでの過程で生徒が互いに評価し合う、励まし合う、教え合うなどの「関わり合う習慣」を大事にさせることに重点を置いた。それにより運動をすることに対して内発的な動機が生まれ、新しい課題に対しても主体的に学習活動に取り組む姿勢を育くむようになる。そして、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続できるようになる。

Ⅳ 研究方法

1 運動有能感に関するアンケート調査

研究実施前と実施後において、生徒の運動に対する肯定感の変化を評価するために運動有能感調査(表4)を行う。(A高等学校男子47人、B高等学校男子75人・女子9人、C高等学校男子85人・女子4人、D高等学校男子12人、女子3人、E高等学校女子14人。A、B、C高等学校は全日制課程、D、E高等学校は定時制課程)

「身体的有能さの認知」、「統制感」、「受容感」、これらを総合した「運動有能感」について、研究前と研究後の平均値の差を検証する。

2 ペアやグループによる課題解決学習

学習内容としては、個人スキルの向上、集団活動における球技スポーツの戦術の考案、実践などが挙げられる。そして学習活動中に言語活動を充実させるため、グループ討議や教え合いなど他者の考えや意見を聞いたり、自分自身の意見を発表させたりする。

3 学習カードやホワイトボードの活用

学習者同士の意思疎通の方法として、図や絵を使うことで、姿勢の確認や動き方、ポジションの確認などを生徒が視覚的、直感的に行えるようにする。

4 授業アンケートと運動有能感の関連

運動有能感アンケートと授業アンケートの関連について分析し、考察する。

表4 運動有能感に関するアンケート

岡沢ら(1966). 運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究より引用

運動に関するアンケート		年	月	日 ()
年 組 番 氏名				
当てはまるところに○をつけてください。あまり深く考えず感じたところで結構です。				
5 非常に思う 4 思う 3 なんとなく思う 2 思わない 1 まったく思わない				
1、運動能力が優れていると思う。	5	・	4	・
	3	・	2	・
	1			
2、たいていの運動は上手にできる。	5	・	4	・
	3	・	2	・
	1			
3、練習をすれば必ず技術や記録は伸びる。	5	・	4	・
	3	・	2	・
	1			
4、努力さえすればたいていの運動は上手にできる。	5	・	4	・
	3	・	2	・
	1			
5、運動をしているとき、先生が励ましたり応援したりしてくれる。	5	・	4	・
	3	・	2	・
	1			
6、運動をしているとき、友達が励ましたり応援したりしてくれる。	5	・	4	・
	3	・	2	・
	1			
7、一緒に運動をしようと誘ってくれる友達がいる。	5	・	4	・
	3	・	2	・
	1			
8、運動の上手な見本として、よく選ばれる。	5	・	4	・
	3	・	2	・
	1			
9、一緒に運動する友達がいる。	5	・	4	・
	3	・	2	・
	1			
10、運動について自信を持っている方です。	5	・	4	・
	3	・	2	・
	1			
11、少し難しい運動でも、努力すればできると思う。	5	・	4	・
	3	・	2	・
	1			
12、できない運動も、あきらめないで練習すればできるようになる。	5	・	4	・
	3	・	2	・
	1			

表5 授業に関するアンケート

アンケート	
	A: とても良い (ある) B: まあまあよい (まあまあある) C: あまりよくない (あまりない) D: ない
1. 自分たちで課題を解決することができましたか。	A ・ B ・ C ・ D
2. 課題解決学習を通じて、自分の考えや方法よりも相手のほうがよいと感じたことはありましたか。	A ・ B ・ C ・ D
3. グループで考えたことがチームプレーとして授業で生かされましたか。	A ・ B ・ C ・ D
4. ペアやグループなど複数のメンバーと考えながら学習に取り組むことでよいアイデアが多く見つかりましたか。	A ・ B ・ C ・ D
5. 「4」の質問で見つかったと答えた人は、なぜよいアイデアが見つかったと思いますか。また見つからなかった人はなぜ見つからなかったと思いますか。	記述
6. 体育の授業において、自分に一番適した学習方法は なんだと思いますか。	人に聞く 先生に聞く 人のまねをする 教科書で調べるとにかく何回も試す 人に見てもらおう みんなで話し合いをする お互いに教えあう その他 ()
7. 自分たちで考えて (課題解決など) 実践する授業は、他の授業形態に比べてどう感じましたか。	やりやすい やりにくい 技能が向上しやすい チーム戦術などがうまくいく アドバイスが多いほうがよい アドバイスは少なくてよい 考える時間が多くほしい その他 ()
8. 考えながらスポーツに取り組んだり、体を動かしたりすることは楽しいと感じましたか。	A ・ B ・ C ・ D
9. 考えながら運動に取り組む授業を通じて、運動への取り組み方やかわり方が変わったと思いますか。	A ・ B ・ C ・ D
10. どんな時に運動は楽しいと感じますか。特に、該当する時が思い当たらない場合は、どうしたら楽しみながら運動に取り組めるとと思いますか。	記述

V 研究構想図

全体テーマ 「思考力・判断力・表現力等を高めるための授業改善」

高校部会テーマ 「思考力・判断力・表現力等を育むための指導と評価」

現状と課題

運動する子とそうでない子の二極化 生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育むことが重要

体育実技の評価の改善

運動の内発的動機づけが必要

記録・結果の評価に偏りがちである
(できた・できない等の表面的な評価)

現状

教師ができるようにさせた授業が多い
(対教師の関係 > 生徒同士の関係)

見えにくい部分の評価が必要

課題

生徒が自己決定・自力解決していく授業

高校保健体育部会主題

課題に応じて運動の取り組み方を工夫させる授業
～課題発見・解決の過程の評価について～

仮説

教師が主体的に指導する授業

小 コミュニケーション 大

生徒が主体的に学習する授業

分かりやすい授業

≡

思考力・判断力を向上させる

思考力・判断力を高める

⇒

主体的に考えさせる体育実技の授業

表現力を高める

⇒

考えたことを情報交換させる授業

自己肯定感を高める

⇒

互いを認め、高め合う授業

生徒同士で学ぶ時間を
意識的に設定する

言語活動を充実させる
(思考・判断の可視化)

自己決定・自力解決があり、
楽しさや意義を感じることができる

研究の方法

- ①運動有能感に関する調査アンケートの実施。授業前と授業後の運動有能感の変化を調査する。
- ②ペアやグループによる課題解決学習に取り組みせ、話し合いや教え合いなどを通して課題解決させる。
- ③スキルテスト、学習カードの記載内容、自己評価アンケートなどのデータを収集する。
- ④上記データを分析し、効果的な指導方法を分析、検証する。

検証方法

- ①運動有能感調査を単元の前後に実施し、その結果を分析し考察する。
- ②単元を通して使用する評価表と単元後に行う授業に関するアンケート、運動有能感のアンケートと技能テスト、生徒の様子などの関連を分析、考察する。

VI 事例研究

1 事例1 領域「球技」ゴール型 バスケットボール (高校3年生 男女)

(1)単元の目標

ア チームにおける自分の役割を自覚して行動し、責任を果たし、協力して教え合ったり、助けあったりしながら、楽しんで練習やゲームができる。

イ 自分やチームの能力に適した課題を設定するとともに、その解決を目指して練習方法を工夫し、技術を生かした作戦を立て、ゲームができる。

(2)単元及び学習活動に即した評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
単元の評価規準	バスケットボールの楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、フェアなプレイを大切にしようとする事、大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする事、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保して、学習に主体的に取り組もうとしている。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じたバスケットボールを継続するための取り組み方を工夫している。	球技の特性や魅力に応じて、ゲームを展開するための作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めて、身に付けている。	技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解している。
学習活動に即した評価規準	①バスケットボールの学習に主体的に取り組もうとしている。 ②フェアなプレイを大切にしようとしている。 ③役割を積極的に引き受け、責任を果たそうとしている。 ④作戦や練習方法などについての合意形成に貢献しようとしている。 ⑤互いに助け合い教え合おうとしている。 ⑥健康・安全を確保している。	①これまでの学習を踏まえて、チームが目指す目標に応じたチームや自己の課題を設定している。 ②作戦や練習方法などの話合いの場面で、合意形成するための調整の仕方を見付けている。 ③健康や安全を確保・維持するために、自己や仲間の体調に応じた活動の仕方を選んでいる。 ④バスケットボールを継続して楽しむための自己に適した関わり方を見付けている。	①空間への侵入などから攻防を展開するための状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きができる。	①技術などの名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ②バスケットボールに関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ③課題解決の方法について、理解したことを言ったり、書き出したりしている。

(3)指導と評価の計画

	時間	具体的な学習活動	関	思	技	知	評価方法
はじめ	第1時	スキルテスト (8の字ドリブル・30秒ゴール下・ハンドリング) チームスキル(フリースローからのリレーシュート) 試しのゲーム	①	①			観察 学習カード
なか	第2時	スキルテスト (8の字ドリブル・30秒ゴール下・ハンドリング) チームスキル(フリースローからのリレーシュート) ゲーム(トラジションゲーム)	③	①		①	観察 学習カード

第3時 本時	スキルテスト（8の字ドリブル・30秒ゴール下） チームスキル （フリースローからのリレーシュート・2メンシュート①） 3on3ゲーム①（トラジションゲーム） 5on5ゲーム②（速攻を守る）		①	①	②	観察 学習カード スキルテスト
第4時	スキルテスト（3か所ドリブルシュート・30秒ゴール下） チームスキル （フリースローからのリレーシュート・2メンシュート①） 3on3ゲーム①（トラジションゲーム） 5on5ゲーム②（ペイントエリアを守る）	④	②			観察 学習カード
第5時	スキルテスト（3か所ドリブルシュート・30秒ゴール下） チームスキル（フリースローからのリレーシュート・2メンシュート②） 3on3ゲーム①（トラジションゲーム） 5on5ゲーム②（ペイントエリアを守る）	⑤			③	観察 学習カード
第6時	スキルテスト（3か所ドリブルシュート・30秒ゴール下） チームスキル （フリースローからのリレーシュート・2メンシュート②） 5on5ゲーム（ディフェンスシステムを考える）	②		①		観察 学習カード スキルテスト
第7時	スキルテスト（3か所ドリブルシュート・30秒ゴール下） チームスキル （フリースローからのリレーシュート・2メンシュート③） 5on5ゲーム（ディフェンスシステムを考える）		③			観察 学習カード スキルテスト
まとめ	スキルテスト（3か所ドリブルシュート・30秒ゴール下） チームスキル （フリースローからのリレーシュート・2メンシュート③） まとめの5on5ゲーム	⑥	④			観察 学習カード スキルテスト

(4) 本時（8時間扱いの第3時間目）

ア 本時のねらい

個人とチームの技能を客観的に理解し、課題を克服するための作戦をチームで考え、工夫する力を身に付けさせる。

イ 本時の工夫

仲間とかかわる活動を活発化させるために、チームが各個人の技能を理解し、作戦を立てながら活動する場を設定した。

ウ 本時の展開

時間	具体的な学習活動	指導上の留意点・配慮事項	評価内容と方法
導入 5分	・整列、挨拶、点呼 ・準備運動、ランニング、補強運動	・本時のねらいを明確にする。	
展開 ① 15分	・班ごとに分かれる。練習⇒測定 ①各自30秒間ゴール下のシュート （打った本数と入った本数を記入） ②各自8の字ドリブル （コーンを回った数を記入） ③連続レイアップシュート	・プログラムタイマーで30秒を設定し各チームで行わせる。 ・チーム内で、うまくいく方法を考えさせる。 →教え合いなどをさせる言葉かけ。 →うまくいっていない生徒に助言。 （具体的な技術は言わずに他に聞きに行かせるなど）	技① 【スキルテスト】 思② 【観察】→評価表 【学習カード】
	毎回スキルテストを行い、自分の技術について考えさせる。分かりやすい結果を見せることで話し合いや相談のきっかけ作りにする。		

展開 ② 5分	5 on 5 に向けての作戦会議 レイアップシュートを抑える ルール レイアップシュートは4点	<ul style="list-style-type: none"> 各チームに作戦盤を配布。 チームで本時の目標から学習カードを記入させ、チーム内の目標を決めさせる。 	
	ゲームのルールを毎回少しずつ変化させ、本時の目標を分かりやすく理解させる。その目標から各チームの戦術・作戦を考えさせやすいようにする。		
展開 ③ 20分	5 on 5 のスクリメージ	<ul style="list-style-type: none"> 空いた時間は審判、作戦会議の時間に当てさせる。 	
まとめ 5分	<ul style="list-style-type: none"> 整理運動 本時の振り返り (学習カードの記入) 	<ul style="list-style-type: none"> チームの戦力を分析し、適切な作戦を立てることができたか、話し合いが活発に進んだか振り返らせる。 	

(5) 学習カード

ア スキルアップカード (図2) は、その時々気が付いたことやアドバイスなどをメモする。その後、これらの情報を有効活用し、自らのスキルアップにフィードバックできるようにする。

図2 スキルアップカード

月日	11月17日		11月18日	
	自分で気づいたこと	他者のアドバイス	自分で気づいたこと	他者のアドバイス
ゴール下シュート	球に当てている こうまくいく。	ゴールに入 た後の処理を 早く	感触は昨日と ほぼ変わらない	
8の字ドリブル	ドリブルが あがった(右足)	ボールを持っている 時間を長く保つ てい。	ボールが体から 離れてしまった。	もっと細かく ドリブルした方が いい。
連続ドリブル	ドリブルがスムーズ にできた(右足)	シュートが早く入 る。	ドリブルが 早く入ったドリブル が慣れた感じが する。	ドリブルをもっと スムーズに

イ チーム戦術の学習カード（図3）は、話し合い、まとめる時間を十分に確保したため、よくまとまっている。内容的にも自分たちのオリジナリティを前面に出し、話し合った内容をゲームで実践できていた。また、回数を重ねていくごとに改善しながら行っていたため、レベルもかなり高くなっている。

図3 チーム戦術学習カード

チーム戦術 学習カード リーダー名 _____

課題内容

- I レイアップシュートで点が取られてしまう
【レイアップシュートまでいく】
- II ゴールの近くでシュートを打たれてしまう
【ペイントエリア内】
- III ゴールから少しはなれたところからシュートをうたれてしまう
【ペイントエリアの外】
- IV 守備に属するのが遅く速攻で点がとられてしまう
【守備5人が3ポイントライン内にもどる前の得点】

本時課題 I • II • III • IV

本時のチーム記録 本でできる動きを具体的に書きましょう
【ゲーム前ミーティング】 課題に対するチームの動きをまとめてみましょう。 （チーム戦術）

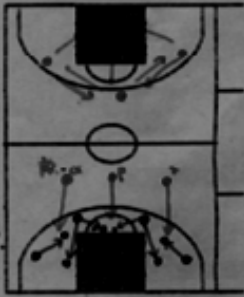
<攻撃>

- ・背の高い人がゴール下でリバウンド・ゴール下シュート。
- ・他の人は周りをパスをまわしてゴール下にパスをさす。
- ・相手のゴール下に寄ったら外から狙っていく。

<守備>

- ・ゾーンディフェンス。
- ・一人が抜かれても周りがカバーして、元々のたちに修正していく。
- ・3ptシュートは防ごうとせず捨てる。
(めったに入らないから)

攻撃



守備

【ゲーム途中】 修正点・改善点など話し合ったことをまとめてみましょう。

- ・ゴール下で背の高い人にキツいマークがつかないと上手くパスがたせられない。
- ・リバウンドをとれなくとも、攻められやすい。
- ・体力が最後までもちえず、後半は切れる。

【ゲーム終了後】 成功したこと、うまくいかなかったことを話し合ったことを書きましょう。

<攻撃>

- ・ゴール下へのパスが通れば得点につながる。
- ・ゴール下シュートを外したり、凡ミスが多い。

<守備>

- ・守備よりリバウンドが早めにとれると、あまり攻められずにいける。
- ・後半に体力が切れると、反りが遅くなる。

本時の記録 () vs ()

2 事例2 領域「球技」ネット型 バドミントン（高校2年生 女子）

(1)単元の目標

ア ペアや個人の能力に応じた課題を設定し、その課題を解決するための適切な練習の方法を選んだり、見付けたりできるようにする。

イ 状況に応じたシャトル操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出す攻防を展開できる。

ウ バドミントンの技術の名称や行い方や、関連して高まる体力について正しく理解できるようにする。

(2) 単元及び学習活動に即した評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・バドミントンの特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるようペアにおける自分の役割を自覚して、その責任を果たす。 ・互いに協力して進んで練習やゲームに取り組もうとする。 ・勝敗に対して公平な態度をとろうとする。また、練習場などの安全を確かめ、健康・安全に留意して練習やゲームをしようとする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ペアや自分の能力に応じた課題を設定し、その課題を解決するための適切な練習の方法を選んだり、見付けたりとともに、相手との攻防に合った作戦を立てたり、練習の仕方やゲームの仕方を工夫している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ペアの課題や自分の能力に応じて、バドミントンの特性に応じた技能を身に付け、ゲームをすることができる。 ・各フライングやサービスなどの技能を高め、新たに身に付けた技能で攻防を展開することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・バドミントンの特性に応じた技術の構造や技能を高めるための効果的な練習の仕方、ルール、審判法及び競技大会の企画や運営の仕方について、理解したことを言ったり書きだしたりしている。
学習活動に即した評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ①健康・安全に注意しようとしている。 ②練習やゲームで教え合ったり、励まし合ったりしようとしている。 ③バドミントンの楽しさを味わおうとしている。 ④審判の判定や指示に従おうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①練習やゲームから自分の課題を設定している。 ②課題を解決するための方法を選んでいる。 ③練習の見直しやゲームで新たな作戦を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①各ストロークを正確に打つことができる。 ②サービスがコートに入り、レシーブを返球することができる。 ③ゲームの中でペアと連携をとってプレーができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ①ネットを挟み攻防を楽しむ特性があることについて理解している。 ②バドミントンの技能を高める練習方法について、具体例を挙げている。 ③ルール、審判法について言ったり書きだしたりしている。 ④ゲームの運営の仕方について、具体例を挙げている。

(3) 指導と評価の計画

	時間	具体的な学習活動	関	思	技	知	評価方法
はじめ	第1時	活動 オリエンテーション ・学習内容の確認、種目の特性について ・学習のねらいや進め方、学習カードや用具の使い方を知る ・ネットの張り方を覚える	①			①	観察 学習カード
なか	第2時 第3時 本時 第4時	活動 ペア練習 ・サービスや各ストロークの練習的を置き、狙った場所に打つ ・ハイクリア、ドロップ、ヘアピン、プッシュの練習		①	①	②	観察 学習カード
	第5時 第6時	活動 グループ活動 ・シングルス条件付きゲーム(ハーフコートでのシングルス) 前後の打ち分けを理解する ・グループでリーグ戦	②	③		③	

	第7時 第8時	活動 ペア活動 ・ダブルスのルール説明 ・試しのゲーム 練習したことをゲームで確認する ・パートナーとの調整練習	②	②		
	第9時 第10時	活動 ペアとグループ活動 ・ダブルスの条件付きゲーム（スマッシュ禁止） ・グループでリーグ戦	④		②	④
まとめ	第11時 第12時	まとめのゲーム ・互いに審判や得点係をしながらダブルスでゲーム ・ペアを変えても行う	① ③	③	③	観察 学習カード

(4)本時（12時間扱いの第3時間目）

ア 本時のねらい

個人技能を高めるために、自己の課題把握とペアによる課題解決方法を工夫させる。

イ 本時の工夫

ペアを固定して、各自の課題をペアで解決するようにさせる。会話や観察、質問を多くさせる場を設定する。学習カードを使用する。

ウ 本時の展開

時間	具体的な学習活動	指導上の留意点・配慮事項	評価内容と方法
導入 5分	・整列、挨拶 ・準備運動、補強運動 ・学習カードの確認	・生徒の出欠状況、健康状況を確認する。 ・前回までの内容を振り返り、本時のねらいを明確にする。 ・学習カードに、本時の目標など記入させる。	
展開 35分	・ペアをつくる ・各ストロークの説明、練習 ペアでラリーを行う ①オーバーヘッドストローク (フォア・バック) ②サイドアームストローク (フォア・バック) ③アンダーハンドストローク (フォア・バック) <u>*ラリーを続けるために高くシャトルを飛ばす</u> ・サービスの練習 (ロング・ショート) ペアで、一人がサーブを打ち、もう一人が返球する(10回で交代)。	・奇数の場合は3人で組ませる。 ・ペアごとでフォームなど課題を探す。 ・時間を設定し、各ペアごとで練習を工夫させる。 ・話し合いや、学習カードに記入する時間をとる。 ・ペアごとにラリーの回数を決めて行わせる。 <u>*自分や友達の良かった点、課題となる点を言葉で指摘させる。</u> ・自分に合った方法を確認させる。 ・できない生徒には、アドバイスをするが、できるだけ生徒間で協力して課題解決方法を見付けさせる。 ・目標や落とす場所などを各自で設定させる。	思考・判断・表現① 技能① 【 観察 】 思考・判断・表現① 技能① 知識・理解② 【 観察 】
	・サービスゲーム コートに的を置き、的に当たるまでサービスを打ち続ける。		

まとめ 5分	<ul style="list-style-type: none"> ・整理運動 ・本時の振り返り ・次回の確認 	<ul style="list-style-type: none"> ・ラリーができた回数、課題や気づいたことを記入する。 ・本時の内容を振り返り、今後の授業に生かすように確認させる。 ・次回の授業の確認 	
-----------	---	---	--

(5) 学習カード

ア 図4は、授業の最後に生徒に書かせた、本時の授業の振り返りカード。

自分で課題解決に取り組んだ様子が見える。

イ 図5は、個人カード。ゲームの際に持ち歩き、ゲーム後に見ていた生徒に感想を書いてもらうカード。記入したのは、本人以外の生徒。

図4 振り返りのための学習カード

図5 個人カード

学習カード 2

[] 年 [] 月 [] 日 [] 組

名前 []

「今日のポイント」
いろいろをショットができるようになる!!

① 今日の振り返り

○今日の練習の中で何が?

サーブのコントロールが出来るようになった!!

○練習で気づいた、ミスやポイントが?

人の真似をするといいふ(先手が経験者のラリーを)

○コートナーから聞いたことや、感じたこと?

今更真下から打っていたが、少し余計な力から打つことより速くに打つことが出来ることを知った。

② 練習の目的に合ったこと??

強くなる 試合で使えた 練習に慣れた

できる人からプレーを学ぶ その他 ()

③ 今日の反省・感想・激励

ビビレコントロール出来ずにいたが、壁に打ち返すゲームをやり、最後に、右と左 1 視目で入れたことが出来た。苦手で

④ 練習の感想

思っていたよりも、友達と協力して楽しくやれば成長出来るのだと感じ、向上心が湧きました。

かぞを治して、声をだし合い、チームプレーをします。

『 個人カード 名前 [] 』

勝つためのポイント

うにうに

後手にうにうに!!

近すぎるということ

うにうに!!

後手!!!

苦手なポイント

サーブ

サーブをうらやまやんげん!!

全体的に近い。

強く打つ。

サーブをうらやまやんげん

強さうらやま

サーブ。

3 事例3 領域「陸上競技」長距離走（高校2年生 男子）

(1)単元の目標

- ア ペースの変化に対応するなどして走り、目標タイム内に走り切ること。
- イ 陸上競技に主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。
- ウ 技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、マラソン大会の仕方などを理解し、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。

(2)単元及び学習活動に即した評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
単元の評価規準	・長距離走の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け、自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保して、学習に主体的に取り組もうとしている。	・生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた長距離走を継続するための取り組み方を工夫している。	・長距離走の特性に応じた、種目特有の技能を高めて、身に付けている。	・技能の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解している。
学習活動に即した評価規準	①長距離の学習に主体的に取り組もうとしている。 ②勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとしている。 ③役割を積極的に引き受け、自己の責任を果たそうとしている。 ④互いに助け合い、教え合おうとしている。 ⑤自分の体調を理解し、健康・安全を確保している。	①これまでの学習を踏まえて、自己や仲間の挑戦する課題を設定している。 ②グループで活動する場面で、状況に応じた自己や仲間の役割を見付けている。 ③長距離走を継続して楽しむための自己に適した関わり方を見付けている。	①ペースの変化に対応するなどして走ることができる。	①技術の名称や行い方について学習した具体例を挙げている。 ②陸上競技に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。 ③課題解決の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ④マラソン大会の仕方について、学習した具体例を挙げている。

(3)指導と評価の計画

	時間	具体的な学習活動	関	思	技	知	評価方法
はじめ	第1時	活動1 オリエンテーション ・学習内容、授業ルールの確認 ・学習の進め方、マラソンの特性について 活動2 3kmのタイム測定 ・個人技能の課題発見	①				観察 学習カード
なか	第2時	活動1 3kmのタイム走 ・心拍数から自分のペースを考える 活動2 記録表、学習カードの記入 ・記入をしながら班での話し合い		①		①	観察 学習カード
	第3時	活動1 4kmタイム走 ・自分に楽なフォームで走る 活動2 記録表、学習カードの記入 ・記入をしながら班での話し合い	②			③	観察 学習カード
	第4時 本時	活動1 4kmタイム走 ・自分に楽なフォームで走る 活動2 学習カード・記録表の記入 ・記入をしながら班での話し合い	③	①			観察 学習カード

	第5時	活動1 4.5kmタイム走 ・自分に楽な呼吸法を見付ける 活動2 記録表、学習カードの記入 ・記入をしながら班での話し合い	④	②		観察 学習カード
	第6時	活動1 4.5kmタイム走 ・自分に楽な呼吸法をみつける 活動2 学習カード・記録表の記入 ・記入をしながら班での話し合い		③	①	観察 学習カード
まとめ	第7時	活動1 5kmタイム走 ・それぞれの力で制限タイム内に走り切る 活動2 記録表、学習カードの記入 ・記入をしながら課題解決を考える			① ②	観察 学習カード
	第8時	活動1 3kmタイム走 ・それぞれの力で制限タイム内に走り切る 活動2 記録表、学習カードの記入 ・記入をしながら課題解決の方法を考える	⑤		① ④	観察 学習カード

※雨天時は体育館、格技棟を利用して同じ距離を走る。

(4) 本時（8時間扱いの第4時間目）

ア 本時のねらい

- ① 班ごとに本時の目標、又は目標タイムを設定し、それに応じた話し合いができるようにする。
- ② 走りながら、又は走った後に班員の走りを観察して最後に話し合いができるようにする。
- ③ 合理的で正しいフォームを理解し、互いにアドバイスができる。

イ 本時の工夫

- ① 1年次から使用している記録カードを活用して昨年度と比較できるようにする。
- ② グループを作り、課題解決に取り組む環境作りに力を入れ、課題解決の方法を身に付けさせる。
- ③ 結果だけでなく課題解決の過程やその姿勢を評価に取り入れるよう評価表の工夫を行う。

ウ 本時の展開

時間	学習活動	指導上の留意点・配慮事項	評価内容と方法
導入 10分	整列・点呼 本時の確認 学習カードの確認 グループ話し合い	・チャイム時に挨拶ができるよう整列指導、点呼を行う。 ・本時の目標の確認 「グループで良いフォームを確認する」 長距離のフォームについて、図を見ながら説明。	関③ 【観察】
		・学習カードを配布。 前回のタイム確認と心拍数を測定させる。 班ごとに集まらせ、話し合いをさせる。	
個人が中心の単元なので、学習カードを工夫。走る前、走った後に自分の疑問やうまくいかない部分を考えさせ、周囲に聞けるような項目を入れる。また記録毎にグループを作り、話し合いの活性化をねらう。			
5分	準備運動 補助運動		思① 【観察】 評価表に記入。

展開 15分	3. 5 kmタイム走	・自転車で折り返し地点へ先回り。 折り返し地点で点呼。体調など確認。	思① 【観察】【学習カード点検】 【タイム測定の記録確認】
まとめ 5分 10分 5分	心拍数の測定 学習カード記入 整列・次回の確認	・班員がそろったところから話し合いをさせる。 ・振り返りを行わせる声掛けを行う。	関③ 【観察】

(5) 学習カード

図6の記録表には、毎時間の記録や自己評価、感想を記入する。この生徒は自分の課題や体調などを理解し、次回の目標につなげるコメントを書いていた。授業中、グループ内で声を掛ける、アドバイスをするなどの活動が多く見られた。

図7のカードには、心拍数、自己とグループの課題及び課題解決のために行ったことを記入する。

図6 マラソン練習記録表

マラソン練習記録表				氏名				
日にち	時間	練習時間	タイム	ラップ(1周あたり)	評価	心拍数	感想(実行後かきつけ)	結果
9/22	4	0	10*51	2*60	◎△×	◎△×	最初ペースをゆるくしたけど、後半が かきつけられた。みんなペースが 遅くなった。遅いペースで走ると いい。	◎
10/2	4	0	10*5	2*51	◎△×	◎△×	50秒近くまでタイムが伸びた。後半は いいペースで走れた。みんなペースが 遅くなった。遅いペースで走ると いい。	◎
10/16	5	0	12*22	2*42	◎△×	◎△×	50秒、ずっと同じペースで走れた。後半は いいペースで走れた。みんなペースが 遅くなった。遅いペースで走ると いい。	◎
10/20	5	0	12*29	2*29	◎△×	◎△×	前、道が狭いから走らなくて、あと4タイムが 遅くなった。このペースで走るといい。 みんなペースが遅くなった。遅いペース で走るといい。	◎
10/29	5	0	14*19	2*51	◎△×	◎△×	今日は坂が多くて、足の重さからいいペース で走れた。みんなペースが遅くなった。 遅いペースで走るといい。	◎
10/30	6	0	16*38	2*46	◎△×	◎△×	みんなペースが遅くなった。遅いペース で走るといい。みんなペースが遅くな った。遅いペースで走るといい。	◎
11/6	7	0	21*16	3*2	◎△×	◎△×	外はよく練習した。みんなペースが遅 くなった。遅いペースで走るといい。 みんなペースが遅くなった。遅いペース で走るといい。	◎
11/13	7	0	23*58	3*25	◎△×	◎△×	今日は坂が多くて、足の重さからいいペース で走れた。みんなペースが遅くなった。 遅いペースで走るといい。	◎
11/17	8	0	35*30	4*26	◎△×	◎△×	今日はペースが遅いから、みんなペース を遅くした。みんなペースが遅くな った。遅いペースで走るといい。	◎
11/20	6	0	16*25	2*24	◎△×	◎△×	みんな自分のペースで走れた。みんな ペースが遅くなった。遅いペースで走 るといい。	◎

図7 マラソン学習カード

マラソン学習カード				氏名	
日にち	平常 心拍数	自分の課題	気づいたグループの課題(気づいたら最後に○)	運動後の 心拍数	課題解決のためにやったこと
1	10/20 69 回/分	1分を切ることを目標 たじろはまは打て感し て。	坂のところでは ペースを上げよう。○	130 回/分	先生に聞いた 自分で工夫した その他() 仲間にも聞いた できている人を見た ()
2	10/30 74 回/分	1分は全分、平均1分 足の疲れが少なくて 走れること!!	1.5km距離がのびている から、慣れよう! ○	140 回/分	先生に聞いた 自分で工夫した その他() 仲間にも聞いた できている人を見た ()
3	11/0 70 回/分	タイムが1分速くなった が、自分のタイムを超えられ ない。ペースを上げて目標に	どうにかして、坂を速く かかろう。○	160 回/分	先生に聞いた 自分で工夫した その他() 仲間にも聞いた できている人を見た ()
4	11/3 66 回/分	体調を良くして、もっと 速く走ることに	坂を跳ぶように走ると もっと速くなる	148 回/分	先生に聞いた 自分で工夫した その他() 仲間にも聞いた できている人を見た ()
5	11/20 64 回/分	明日のマラソン大会で 5位以内に入ることに	きりかめは速くなる タイムを速くする。○	170 回/分	先生に聞いた 自分で工夫した その他() 仲間にも聞いた できている人を見た ()
6					先生に聞いた 自分で工夫した その他() 仲間にも聞いた できている人を見た ()

(6) 思考・判断の観点別評価表

図8は、教師が話し合いや問題解決の場を観察、また個人の学習カードを見て思考・判断・表現の評価を行うために作成した評価表である。下段に毎時間の観察による評価をメモし、単元終了時に下段の記録から4項目についてA、B、Cの3段階で評価した。

図8 観点別評価表

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
自分の課題に気づけたか。	C	C	C	A	B	B	B	C	/	B	B	B	C	A	/	B	B				
班の課題に気づけたか。	C	C	C	A	B	B	B	B	/	B	B	B	B	A	/	B	B				
自分の課題解決の努力をしたか。	C	C	C	A	A	A	A	C	/	A	A	A	A	A	/	A	A				
班の課題解決の努力をしたか。	C	C	C	A	B	A	B	C	/	B	B	B	B	B	/	B	B				

VII 研究の成果

単元前の運動有能感調査を基に、身体的有能さの認知、統制感、受容感、運動有能感（合計）の4因子について（各因子20点満点）、学習者を得点の高い者から各群が総人数の33.3%に最も近くなるように上位群、中位群、下位群に分類した。それぞれの群において単元前と単元後の平均値の差を比較するためにT検定を行った。有意水準は5%とした。

表6 身体的有能さの認知への影響

		身体的有能さの認知	統制感	受容感	運動有能感
上位群	単元前	14.57	17.01	15.94	47.52
	単元後	14.35	16.72	16.24	47.31
中位群	単元前	10.11	14.56	13.91	38.57
	単元後	10.35	14.73	14.51	39.59
下位群	単元前	5.98	12.35	12.42	30.74
	単元後	6.95***	12.28	12.86	32.1*

表8 受容感への影響

		身体的有能さの認知	統制感	受容感	運動有能感
上位群	単元前	12.54	16.94	18.60	48.09
	単元後	12.34*	16.41*	17.59***	46.34**
中位群	単元前	10.47	14.93	14.62	40.02
	単元後	11.01*	15.01	15.15*	41.17*
下位群	単元前	8.60	12.70	9.93	31.23
	単元後	9.06*	12.81	11.47***	33.35***

表7 統制感への影響

		身体的有能さの認知	統制感	受容感	運動有能感
上位群	単元前	13.26	18.75	16.21	48.22
	単元後	12.96	17.66***	16.52	47.14*
中位群	単元前	10.81	15.22	14.29	40.31
	単元後	11.33**	15.33	14.82	41.47
下位群	単元前	7.63	10.87	12.33	30.82
	単元後	8.27*	11.49	12.79	32.55**

表9 運動有能感への影響

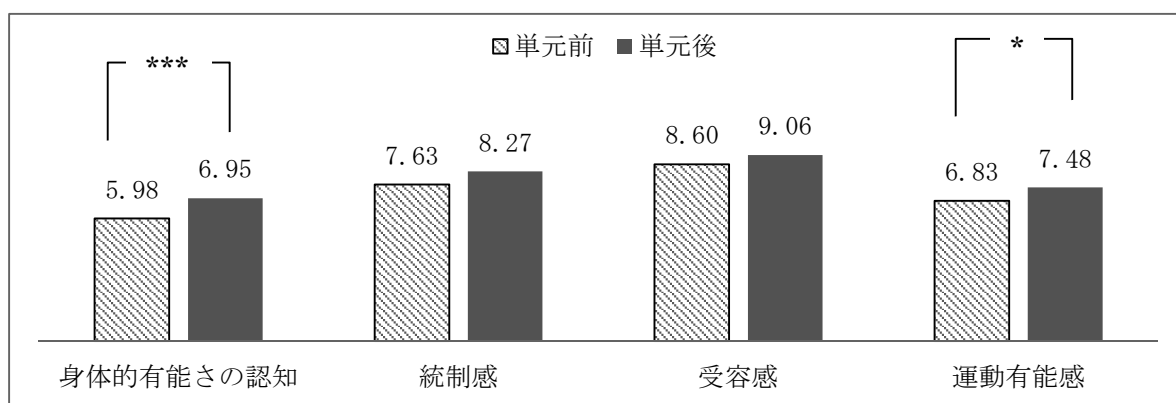
		身体的有能さの認知	統制感	受容感	運動有能感
上位群	単元前	14.24	18.06	17.46	49.76
	単元後	13.88	17.42*	17.13	48.43*
中位群	単元前	10.39	14.89	14.04	39.32
	単元後	11.03*	15.10	14.86*	40.99*
下位群	単元前	6.83	11.48	11.18	29.49
	単元後	7.48**	11.68	12**	31.16**

(* $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$)

1 身体的有能さの認知に及ぼす影響

身体的有能さの認知下位群において、身体的有能さの認知、運動有能感の得点が有意に高くなった（図9）。また、全ての因子において、単元前に下位群だった生徒は、単元後に身体的有能さの認知の得点が有意に高くなった（表6から9）。これは、身体的有能さの認知が低い生徒は、教師が技術的な指導を重点的に行わなくても、仲間同士の教え合いや関わり合い、課題解決の中で技術を向上させ、運動に対する自信を付けることができたことを示している。

図9 身体的有能さの認知下位群の変化 (* $P < 0.05$, *** $P < 0.001$)



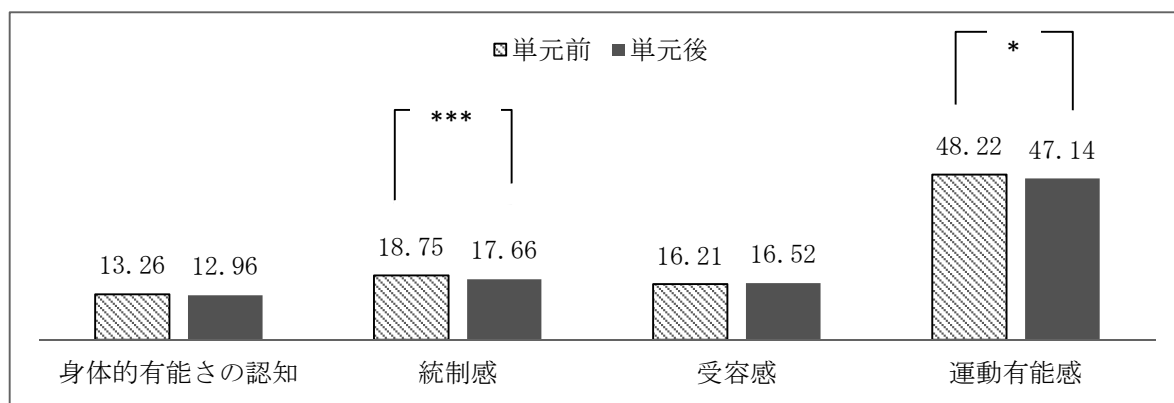
2 統制感に及ぼす影響

統制感上位群において、統制感、運動有能感の得点が有意に下がった。統制感中位群においては、身体的有能さの認知が有意に高くなった（図10）。統制感下位群においては、身体的有能さの認知、運動有能感の得点が有意に高くなった（表7）。単元後に全生徒対象にアンケート（研究方法5表5）を実施したところ、統制感上位群の89%の生徒が「課題を解決することができた」と答えている。同じく98%の生徒が「考えながらスポーツに取り組んだり、体を動かしたりすることは楽しい」と答えている。

つまり、統制感の得点は有意に下がっているものの、課題を解決したことを認識し、また、自他の課題を解決するために考えながらスポーツをすることを楽しいと答えていることが分かる。

統制感の得点が高い生徒は、単元前までの学習活動において、自己の課題を自らの努力によって克服してきた経験をもつ生徒であると考えられる。単元前の調査では、生徒は自己の統制感のみを評価した。しかし、本研究ではペアやチームで教え合うなど、自己のみでなく他者の課題解決を行った。これにより、単元前に比べ努力や練習によっても技能が向上しない生徒と接する場面が増えたことによって、自己評価のみならず、課題解決を共に行った仲間も総合的に捉えたため、得点が下がったのではないかと考えられる。

図10 統制感上位群の変化 (*P<0.05, ***P<0.001)

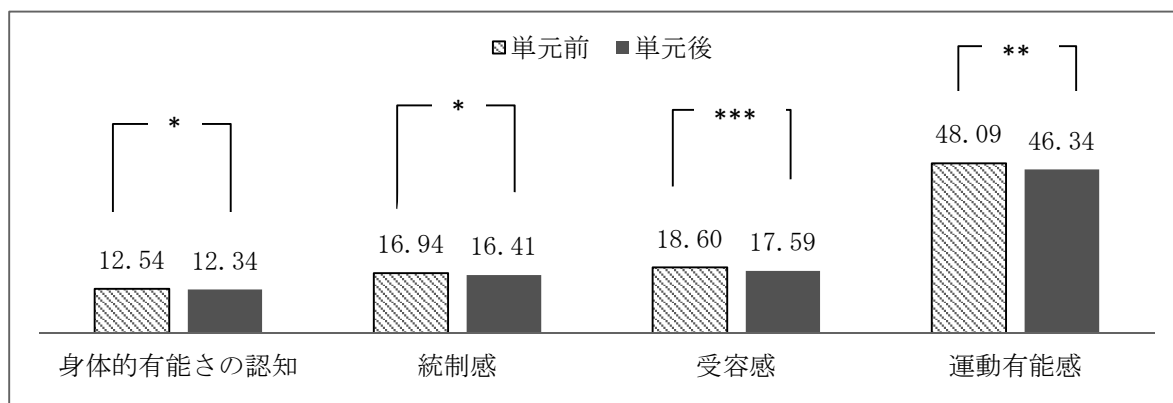


3 受容感に及ぼす影響

受容感上位群においては、全ての因子において有意に得点が下がった（図11）。受容感中位群、下位群ともに、統制感以外の因子において有意に得点が高くなった（表8）。受容感上位群の得点が下がった理由は、受容感上位群の生徒が、自らの技術を高めたり、試合で活躍したりすることのみを目的として授業に参加するのではなく、仲間の能力やチームの成績を向上させるために努力した結果、高い技能のみを評価するのではなく、他者を認める態度で授業に取り組むことの意義を学び、授業に対する意識の変化がみられたのではないかと考察した。本研究では、「できた」「できない」という結果のみにとらわれるのではなく、その過程を意識させることをねらいとしていることから、意識の変化について、さらに研究を続ける必要がある。受容感上位群は、他の因子の上位群と比べ受容感は高いが、他の項目に関し

ては低い傾向がある。これは、受容感上位群の生徒は、運動技能は決して高くはないが、教師や仲間の肯定的な声かけや態度により、前向きに運動に取り組んでいる傾向を示している。今回、本部会が取り組んだ授業では、身体的有能さの認知が低い生徒たちに、周囲の励ましや教え合いが増える傾向があった。受容感上位群の生徒に対して、以前よりも教師や仲間からの励まし、声かけが相対的に少なくならざるをえず、単元前よりも低下してしまったと考えられる。

図 11 受容感上位群の変化 (*P<0.05、**P<0.01、***P<0.001)



4 運動有能感に及ぼす影響

運動有能感上位群においては、統制感、運動有能感の得点が有意に下がった。運動有能感中位群、下位群は、受容感と同様、統制感以外の因子において有意に得点が高くなった(表9)。受容感と運動有能感の平均値の増減は、全ての項目において同じ傾向を示した。

全生徒を対象に、身体的有能さの認知、統制感、受容感、運動有能感の単元前と単元後の平均の差を検証したところ、差が一番大きかった因子は受容感であった(図12)。このことから、受容感の増加が運動有能感(合計)に与えた影響により、受容感と同様の増減を示したと考えられる。

図 12 全生徒を対象とした単元前と単元後の変化 (*P<0.05、**P<0.01)

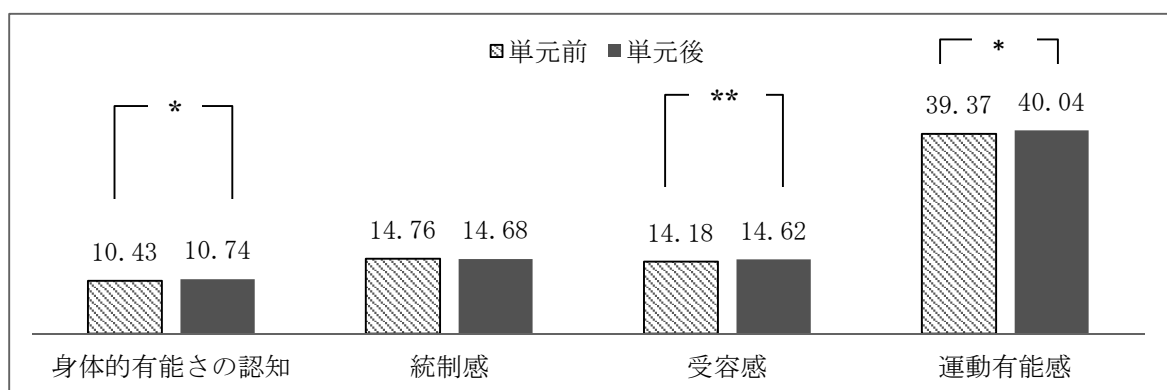


表 10 は、運動有能感の変化と、アンケートに対して肯定的に答えた生徒の関係を示したものである。これによると、単元後に運動有能感の得点が低下している生徒であっても、アン

ケートの集計を見ると、決して今回の授業を否定的に捉えていないことがわかる。全ての質問項目において、運動有能感の得点が下がった生徒の方が、課題解決学習に積極的に取り組んでいたと考えられる。質問項目9では、90.7%の生徒が考えながらスポーツに取り組むことに対して肯定的に捉えている。

本研究が行った、生徒自身による課題解決や仲間と関わり合う場がある授業を行うことによって、運動有能感が有意に高まることが明らかになった(図12)。特に、全ての因子で下位群であった生徒の運動有能感が有意に高くなったことから、これまで運動に自信をもてず、主体的に活動できなかった生徒に対して、とても効果的であったと言える。これにより、これまで運動に対して否定的な考え方、態度であった生徒が、授業に主体的に取り組めば運動量が増え、結果的に「体育」の目標である体力の向上につながる。また、「生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力の育成」にもつながり、運動する生徒としない生徒の二極化の解消につながるのではないかと考察した。

質問項目	有能感が上がった生徒 変化なしの生徒	有能感が下がった生徒
1. 自分の課題に気が付きましたか。	71.9%	96.9%
2. グループやペアの課題に気が付きましたか。	65.2%	90.6%
3. ペアやグループ全体の課題解決できましたか。	57.8%	88.7%
4. ペアやグループ内で課題解決のために話し合いに積極的に関わりましたか。	61.5%	85.4%
5. 自分たちで課題を解決することができましたか。	56.5%	80.4%
6. 課題解決学習を通じて、自分の考えや方法よりも相手のほうがよいと感じたことはありましたか。	68.3%	84.5%
7. グループで考えたことがチームプレーとして授業で生かされましたか。	59.8%	74.2%
8. ペアやグループなど複数のメンバーと考えながら学習に取り組むことでよいアイデアが多く見つかりましたか。	59.0%	69.1%
9. 考えながらスポーツに取り組んだり、体を動かしたりすることは楽しいと感じましたか。	73.2%	90.7%
10. 考えながら運動に取り組む授業を通じて、運動への取り組み方やかわり方が変わったと思いますか。	64.0%	83.5%

5 授業アンケート「運動を楽しんでいると感じるとき」についての分析

本研究の対象生徒に対して、記人によるアンケート(研究方法5表5)を実施し、「どんな時に運動を楽しんでいると感じたか」と質問した。

定時制のD、E高等学校には、コミュニケーションをとることが苦手な生徒が多数入学している。そのような実態の中、回答では、技能の向上を挙げる生徒よりも「みんなと話しながら運動を行うとき」「応援されながら試合をしているとき」など、他者と関わりながら運動を行う場を挙げる生徒が多かった。

その中に、「少人数の中で、思ったことを素直に言い合えたらきっと楽しくなる」と回答した生徒がいた。その生徒が在籍するD高等学校(定時制)からは、本研究の授業実践後に、他教科の授業においてもコミュニケーションが増し、生徒同士が教え合う場面が見られるようになったという事例が報告された。体育の授業のみによって、思ったことを言い合えるような人間関係を構築することや、コミュニケーション能力を向上させることには限界がある。これらのことから、体育をきっかけとして、HRや他教科と連携し、自由に意見を言える雰囲気作りを目指し、教師同士が情報交換を密にして授業を改善することで生徒同士の学び合いが増し、学習効果を高めることができると考えられる。

A 高等学校では、陸上競技（長距離走）を行った。アンケートの回答では、記録について言及している生徒が多かった。授業において長距離走を行う場合、話しながら、教え合いながら走ることは困難である。それゆえ、「最後まで走りきる」、「具体的な数値目標を設定する」など、個人に応じた課題、目標を設定させる必要があると感じた。

B、C 高等学校では、球技（バスケットボール）を行った。両校ともに「できないことができるようになったとき」「シュートが入ったとき」などの技能に関する回答がみられた。しかし、半数以上はD、E 高等学校と同様、仲間との関わり合いを楽しんでいると感じる回答が多かった。具体的には、「自分のアシストで点が入ったとき」「練習、話し合いの内容がゲームに生かされたとき」「チームの一体感を感じたとき」など、作戦に関するものやチームに対する所属感に関する回答であった。これらのことから、球技において、生徒は、チームの一員であることを認識し、チームに貢献できているときに楽しく感じている傾向が強いことが分かった。

アンケートから生徒が楽しいと感じている場面は、うまくいったとき、褒められたときなどの場面はもちろんだが、仲間との連帯感、チームに対する所属感を感じている時も楽しいと感じている。したがって、教師の声かけや肯定的な発言が、シュートやパスといった場面に偏ることがないようにしなければならない。さらに、生徒が楽しく感じているとき、生徒がなぜそのように感じたのか、そこに至るまでの経過を教師が適切に観察、評価し、生徒に対してフィードバックできる能力を高めることが必要である。

VIII 今後の課題

1 グルーピング

ペア学習やグループ学習の方法をとったため、必然的に意見交換が必要となった。しかし、欠席者がいると、同じペアで組むことができない。そのため、新しいペアで、人間関係を築き、課題を共有するところから話し合いを行わなければならない例が発生し、課題やアドバイスなどの意見交換を継続的に積み重ねていくことが難しくなった。また、グループ学習において教える立場になりやすい生徒は、他者の記録の向上に取り組むことで、自己の記録の向上があまり見られない例もあった。グループのメンバーを代えたり、個別の課題をそれぞれ解決できるように段階的に課題を設定したりするなどの指導の工夫が必要である。

2 課題発見、解決学習での運動量の変化

生徒の意見や考えを明確にさせるために学習カードを作成した。運動量の確保という面を考えると、授業中に学習カードを書く時間は限られている。いかに課題を明確にさせ、解決のためのヒントやアドバイスを記入できるかが求められる。アンケートによると、有能感が下がった生徒の9割以上の生徒が課題をうまく発見できていない。また、同じく有能感が下がった生徒の8割の生徒は相手の解決方法のほうが優れていると感じている。いかに自分に適した課題や解決方法を発見できるかは生徒が授業へ取り組む姿勢に影響を与える。生徒が自分に適した課題や解決方法を発見できるような学習の場を設定できるかが課題である。

3 学習活動中の言語活動と運動量との両立

言語活動の活性化を図るために話し合いや記録をとる作業が増えることは運動量の減少につながることもある。いかに記録作業と運動量のバランスを考えた計画を立てられるかがポイントである。研究中の事例として、記述がメモ程度にとどまらずレポートになってしまい、記録することに時間が割かれてしまうことがあった。箇条書きで書けるような簡素化された学習カードの工夫がさらに必要である。今後、ゲームの待ち時間を活用した学習活動や、静止画や動画を撮影しそれらを活用した課題解決学習の方法について、研究していくことが必要である。

4 自己肯定感の分析の優位性

本研究では、運動有能感に関するアンケートを単元の開始時に実施した。この方法においては単元の得意・不得意による影響や実施するタイミングや事前まで実施していた種目の影響があると考えられる。例えば得意な単元を実施した直後に不得意な単元を行う場合、身体的有能さの認知は低く出る傾向が予測される。年間計画において実施時期をあらかじめ設定したり、集団で行う種目や、コミュニケーション能力に課題がある学校の場合は、受容感を重点的に調査したりするなど、調査方法により生徒の傾向が把握できれば有効なツールになると感じた。

5 暗黙知をも含めた評価方法の研究

本研究では、生徒が技能習得の過程で行った「思考・判断したこと」に焦点を当て、「思考・判断」の場面を多く設定し、教師が評価することでさらに生徒が思考・判断をするようになるという好循環を生み出すことを目的として研究を進めた。ツールとして、学習カードを活用し、できるだけ生徒同士の会話を充実させることで、生徒自身が意識した内容を文字や言語として記入させたり発言させたりした。実際にアンケートでは、全体の8割以上の生徒が「考えながら運動に取り組むことが楽しい」と回答している。

今後、動作や数字、言葉では表すことが難しい暗黙知についての研究も行い、生徒の内面的な試行錯誤をどのように表現させるか、評価規準や評価方法を精査し、教材の工夫や指導方法の開発につなげていくことが必要である。

参考文献

- 1 岡沢祥訓・北真佐美・諏訪祐一郎. 運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究. スポーツ教育学研究 16(2). p145-155. 2008
- 2 高瀬淳也. 石田譲. 体育授業を通して運動有能感を高める事例研究. 北海道教育大学釧路校研究紀要 (40) . p151-155. 2008
- 3 井上寛崇. 岡沢祥訓. 元塚敏彦. 体育授業における運動有能感を高める工夫が運動意欲および楽しさに及ぼす影響に関する研究—運動有能感の高い児童生徒の視点から—奈良教育大学教育実践総合センター研究紀要(17). p103-111. 2008
- 4 岡沢祥訓. 柳沢隆裕. 有馬一彦. 本井健一郎. 運動有能感を高める評価法に関する研究. 奈良教育大学教育実践総合センター研究紀要(12). p163-167. 2003

平成26年度 教育研究員名簿

高等学校・保健体育

学 校 名	課 程	職 名	氏 名
都立五日市高等学校	全日制	主幹教諭	◎藤原 大希
都立荒川工業高等学校	全日制	主任教諭	小松原 誠
都立立川国際中等教育学校		教 諭	西村 英毅
都立桜町高等学校	定時制	教 諭	花井 厚之
都立飛鳥高等学校	定時制	教 諭	宍戸 成

◎ 世話人

〔担当〕 東京都教育庁指導部指導企画課
指導主事 青木 薫

平成26年度
教育研究員研究報告書

高等学校・保健体育

東京都教育委員会印刷物登録

〔平成26年度第186号〕
平成27年3月

編集・発行 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
印刷会社 正和商事株式会社