

## 中 学 校

大会主題 「主体的・対話的で深い学びの実現に向けた体育学習の推進」

研究主題 『共生』を視点とした効果的な保健体育学習の在り方

～考える力（発想力）を引き出すプロジェクト型授業の実践を通して～

### I 研究の概要

#### 1 主題設定の理由

##### (1) 学習指導要領から

学習指導要領に関わる課題として、「習得した知識を活用して課題解決すること」や「学習したことを相手にわかりやすく伝えること」、「健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組む学習が不十分であり、社会の変化に伴う健康課題に対応した教育が必要である」と示されている。

今回改訂された新学習指導要領では、育成を目指す資質・能力が「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」の三つの柱で整理された。この三つの柱が明確になったことによって、授業改善をより活性化していくことが求められている。つまり、「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた改善が必要となる。

深い学びの鍵として「見方・考え方」を働かせることが重要とされている。各教科等の特質に応じた物事を捉える視点や考え方（見方・考え方）を働かせ、目標とする資質・能力の育成を目指すことが示された。

保健体育科において育成すべき資質・能力は、以下のとおりである。

- ア 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
- イ 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- ウ 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

これら三つの資質・能力は、保健体育科の目標である「生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現する」ために必要不可欠なものである。そして、この資質・能力を育成するためには、体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、その合理的な解決のために活動を充実させることが求められている。保健体育科における見方・考え方は、新学習指導要領解説において、以下のように整理されている。

#### 「体育の見方・考え方」

運動やスポーツを、その価値や特性に着目して、運動の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、自己の特性等に応じた「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。

#### 「保健の見方・考え方」

個人及び社会生活における課題や情報を、健康や安全に関する原則や概念に着目して捉え、疾病等のリスクの軽減や生活の質の向上、健康を支える環境づくりと関連付けること。

生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力の育成に向けては、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にすることが重要である。そのため、仲間とともに学ぶ体験は、原則として男女共習で学習を行うことも求められている。

本市では、生徒一人一人が運動の特性に触れる楽しさや喜びを十分に味わうとともに、健康の保持増進や体力の向上ができるよう授業の工夫改善を目指し、「自ら考え、自ら学び、自ら行動できる力をはぐくむ」ことを教育目標として掲げている。

そこで本校では、多様な特性を持つ生徒で構成されたグループの中で違いに気付き、その違いを可能性として捉え、認めようとし、自らの課題発見や解決に迫る活動（プロジェクト型授業）を進めることで、大会主題「主体的・対話的で深い学びの実現に向けた体育学習の推進」に迫っていけるものと考え、本主題を設定した。

## (2) 学校教育目標から

### 学校教育目標

人間性豊かで創造性に富み、たくましく生きる生徒の育成  
3S「Study（知）、Sense（徳）、Sports（体）」

### めざす生徒像

<信頼・敬愛>・豊かな心を持ち、思いやりのある生徒  
・自然や美しいもの崇高なものに感動する心  
<自主・創造>・進んで学び、学力の向上に努める生徒  
・創造力豊かで、確かな表現力のある生徒  
<鍛錬・陶冶>・自ら健康安全に心がけ、心身を鍛える生徒  
・勤労奉仕を尊び、学校や地域を愛する生徒

市の方針を受けて、本校では、学校研究主題を『『深い学び』を実現するための授業改善～考える力の育成を目指して～』とした。「考える力」を、課題を見つけ出す力、解決する力、発想する力、発展させる力、活用する力とし、これらの力を身に付けることで深い学びを実現したいと考えた。このことから、保健体育科では、考える力を引き出すために、教師が主体となって教え込む指導ではなく、生徒自らが仲間とコミュニケーションをとりながら授業を展開するプロジェクト型授業の推進を目指し、本主題を設定した。

## (3) 生徒の実態から

本校の生徒は、素直な生徒が多く、与えられた課題に対してまじめに取り組むとともに、自らの役割に責任をもつこともできる。また、アンケートの結果から、運動やスポーツが好きな生徒が多く、体を動かすことには肯定的な意見が見られる。

一方で、学力テストの結果が全国平均と比較して高いものの、習得した知識や技能を活用して課題解決することや、体力や技能、性別等に違いがある生徒との関わり方に課題がある。平成30年度の本校の研究主題であった「豊かなコミュニケーション能力を身に付けた生徒の育成」において、協働的な活動場면을多く取り入れ、仲間と協力して課題を把握・解決する力を身に付けることを目指してきた。課題解決できる場面が多く見られたが、一方で、体力や技能の程度、性別や障害の有無などの違いがある他者との関わり方に希薄な面が見られた。

以上のことから、本校の体育授業の方向性としては、様々な違いがある他者との関わり方の中で、自己や仲間の課題発見や解決の計画と実践、互いに助け合い教え合おうとする取組の推進を、3年間の見通しをもって計画的に進めていくこととした。1年生では、教師から指示することや伝達する時間が2、3年生と比較すると多くなるが、そこで身に付けた知識や練習方法の中から自分たちの課題に適したものを選択する力を身に付けさせていく。2、3年生では、1年生の経験を基にできることを広げ、自ら創造することや実生活に活用する力を身に付けさせるようにする。このように、既習の知識・技能や経験、ICT機器の活用で得た情報などを基に、授業の目標や教師からの発問に対して、生徒が自主的に授業を組み立てていくプロジェクト型授業を展開することで、「考える力（発想力）」を引き出すことができると考え、本研究主題を設定した。

## 2 研究の目的

体力や技能の程度、性別や障害の有無等に違いがある生徒と関わることを通して、既習の知識や経験、ICT機器で得た情報などを基に、生徒が主体的に授業を組み立てるプロジェクト型授業の在り方について研究する。

## 3 研究の仮説

仮説1 一人一人の違いに応じた課題や挑戦の認め合いを通して、自己や仲間の成長や達成感を実感することで、違いを認め合う大切さを理解できるであろう。

仮説2 学んだ知識を基にして、「選ぶ」、「工夫する」、「創造する」などの活動を仲間と協力して進めることで「考える力（発想力）」が育まれるであろう。

## 4 研究の方法

### (1) 仮説を検証するための手立て

#### ①仮説1

ア 男女共習の実施

イ 体力や技能の程度、性別や障害の有無などの違いがある他者とグループを編成

ウ 伝え合うことや教え合うことを意図的に取り入れる

エ 誰もが楽しめるようなルールの工夫

#### ②仮説2

ア 3年間を見通した指導計画

イ 調べ学習の実施とICT機器の効果的な活用方法の工夫

ウ 自己や仲間の課題を分析する時間の確保

エ 教師からの発問を工夫するなど生徒自らが考えることのできる声かけ

### (2) 仮説を検証するための研究方法

①中学校学習指導要領解説保健体育編を基に学習内容を整理する。

②検証授業の実施。

③アンケートにより効果の調査を行う。

ア 体力や技能の程度、性別等に違いがある生徒と関わる授業の中で、運動やスポーツの楽しみ方を見つけることができたか。

イ 協働的な学習によって、課題を見つけ、課題を解決することを進めることができたか。

## Ⅱ 研究の実際

### 1 仮説1について

#### (1) 男女共習の実施

令和2年度は、種目を限定し、柔道及びバドミントンにおいて男女共習を実施し、令和3年度は、全学年・全学級で年間を通してすべての種目において男女共習で行った。(資料1)

#### (2) 体力や技能の程度、性別や障害の有無などの違いがある他者とグループを編成

各種目において、体力や技能の程度、性別などの違いがある他者とグループを編成し、運動の多様な楽しみ方に触れられるようにした。グループ編成を工夫し、互いの考えを伝え合う場面を多く設定することで、仲間とともに学ぶ場面設定をした。

#### (3) 伝え合うことや教え合うことを意図的に取り入れる

各種目ともグループやペア等で話し合う場面を多く取り入れた。話し合いを設定することで、課題の発見や解決方法を仲間とともに考え、主体的に解決していくようにした。話し合いの時間も工夫した。できるだけ、運動量を落とすことなく、短時間で伝え合うことを意識させた。何について話し合うのかを明確にすることで、短時間で質の高い意見交換が見られた。

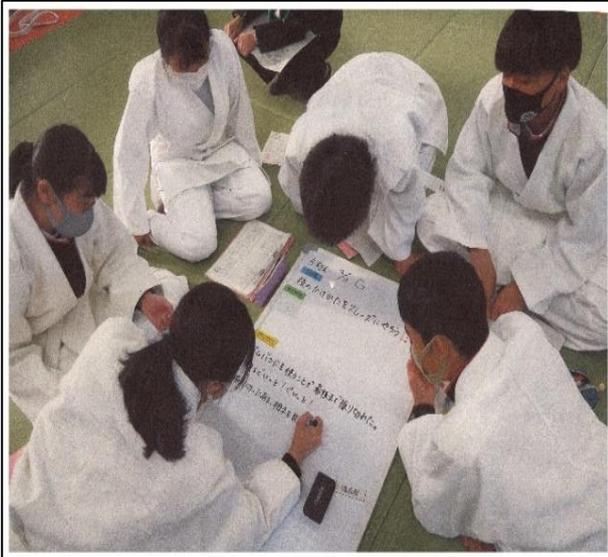
①陸上競技：体力や技能の程度、性別や障害の有無等に違いがあるペアでバトンパスを行わせ(リレー)た。2人の走力などを考え、「テークオーバーゾーンの活用方法」について話し合わせた。

②柔道：崩し、体さばき、技のかけ方の3段階で動きを分析し、特にどこの段階で課題が見られるか考えさせた。課題解決方法としていくつか例を示し、その中から「自分や仲間に適した方法」を話し合いによって選択させることを行った。(資料2) また、タブレットを活用して投げる際の動画を撮影することで、より課題を明確にし、短時間で課題をつかめるように工夫した。

③バスケット：シュートやゲームの動画を撮影し、作戦タイムで動画を活用しながら、課題の発見とトボール 解決方法をグループで話し合った。

#### (4) 誰もが楽しめるようなルールの工夫

練習やゲーム、競技会や発表会などの場面において、体力や技能の程度、性別や障害の有無等一人一人の違いを大切にしようとしたり、参加する仲間に応じて楽しむ方法を考えたりするなど、指導方法の工夫を図ることで、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し、バスケットボールでは、競技経験者と未経験者で得点方法を変えた。また、パスを受けるための動きを大切にするために、ボール保持者からボールを奪うのではなく、パスカットでボールを奪うこととした。(資料3)



【資料1 2学年 男女共習の場面】

**個人の学習カード 自ら作り上げよう！ 投げ技プロジェクト**

2年C組 11番 氏名	
日付 11月2日 曜日	日付 11月9日 曜日
目標 テーマ 相手と相打ち	目標 テーマ 前しと振り手をそろそろ

日付	11月2日 曜日	11月9日 曜日	11月13日 日 曜日
目標	相手と相打ち	前しと振り手をそろそろ	一連の流れで投げ

課題	解決方法	振り返り	課題	解決方法	振り返り	課題	解決方法	振り返り
前し (投げ手)	帯を利用し、上へ引上げる感覚を身につける。	「よい」か「あつた」など、自分自身で振り返りを記入する。	前し (投げ手)	帯を利用し、上へ引上げる感覚を身につける。	「よい」か「あつた」など、自分自身で振り返りを記入する。	投げ手	帯を利用し、上へ引上げる感覚を身につける。	「よい」か「あつた」など、自分自身で振り返りを記入する。
前し (投げ手)	帯を利用し、上へ引上げる感覚を身につける。	「よい」か「あつた」など、自分自身で振り返りを記入する。	振り手	帯を利用し、上へ引上げる感覚を身につける。	「よい」か「あつた」など、自分自身で振り返りを記入する。	投げ手	帯を利用し、上へ引上げる感覚を身につける。	「よい」か「あつた」など、自分自身で振り返りを記入する。
前し (投げ手)	帯を利用し、上へ引上げる感覚を身につける。	「よい」か「あつた」など、自分自身で振り返りを記入する。	振り手	帯を利用し、上へ引上げる感覚を身につける。	「よい」か「あつた」など、自分自身で振り返りを記入する。	投げ手	帯を利用し、上へ引上げる感覚を身につける。	「よい」か「あつた」など、自分自身で振り返りを記入する。

課題と解決方法は別紙「課題と解決方法の例」から選びましょう。自分に合った課題と解決方法を選びましょう！！

<書き方の例>

課題	解決方法	振り返り	課題	解決方法	振り返り	課題	解決方法	振り返り
体さばき	足の動かし方 (位置) の確認 マーカールを活用して足の位置をつかむ。	マーカールがあれば正しい足の動きができた。次はマーカールなし！	前し	帯を使用して上に引き上げる感覚をつかむ。	けっこう慣れてきた。	投げ手	帯を利用して自分の高さまで腕を引上げ、時計を動かす動作をつかむ。	前回はイメージしやすいクリア。
体さばき	足と手の動き (前し) と同時に足を動かす反復練習を行う。	足 (体さばき) だけ手 (前し) だけでは足が、2つ同時に動かせない。	振り手	帯を使用して上に引き上げる感覚をつかむ。	けっこう慣れてきた。	投げ手	帯を利用して自分の高さまで腕を引上げ、時計を動かす動作をつかむ。	前回はイメージしやすいクリア。
投げ手	帯を利用して自分の高さまで腕を引上げ、時計を動かす動作をつかむ。	前回はイメージしやすいクリア。	振り手	帯を利用して自分の高さまで腕を引上げ、時計を動かす動作をつかむ。	前回はイメージしやすいクリア。	投げ手	帯を利用して自分の高さまで腕を引上げ、時計を動かす動作をつかむ。	前回はイメージしやすいクリア。

【資料2 柔道：2学年 学習カード 課題解決方法の選択】

**課題と課題解決方法の例**

課題	解決方法
投げ手の動き	A 帯を使用して上に引き上げる感覚をつかむ。 B C
振り手の動き	A 帯を使用して上に引き上げる感覚をつかむ。 B 帯を使用して自分の高さまで腕を引上げ、時計を動かす動作をつかむ。 C
体さばき	A マーカーを活用して足の位置をつかむ。 B (手 (前し) と同時に足を動かす反復練習を行う。 C
投げた	A コムバンドを利用して足と手をつなぐように上から腕を下に動かす。 B 足はアキレス腱のストレッチのように後ろに伸ばし、マーカールを置く。 C コムバンドを引っ張るよう足と手を動かす。投げた感覚をつかむ。 D
投げた後	A 投げた後の姿勢や足と手を揃える練習を行う。 B 投げた後に呼吸を整えて次の練習に入る。練習後 C
実践	A 互いの帯を引っ張り、前し・体さばき・投げたの動作を一連の流れで練習する。 B 両足揃えて立ち、前し・体さばき・投げたの動作を一連の流れで練習する。 C

☆ 公授業の流れ (技能定着に向けた流れ) ☆

①知識を身に付けよう → 投げたための知識を身に付ける。

②課題をつかもう → 自分や仲間の課題がどんなことなのかを特定する。

③練習方法の選択 → 課題解決のためにどんな練習をすればいいのかを考え、選択する。

④実践と振り返り → 投げた動きを実践して、課題を解決できたか振り返る。

◎バスケットボール ルールの工夫

◇得点の工夫

- ・バスケットボール部やバスケットボール経験者は正規のルール通り
- ・未経験者の男子はシュートが入ったら3点
- ・未経験者の女子はシュートが入ったら3点、リングに当たれば1点

◇パス (ディフェンス) の工夫

- ・ボール保持者からボールは奪わない。
- ・パスを受ける動きを大切に。

【資料3 バスケットボール：2学年 ルールの工夫】

## 2 仮説2について

### (1) 3年間を見通した指導計画

1学年では、教師から伝達する場面を多く設定し、学年が上がるにつれて、生徒中心の課題解決的活動を増やした。1学年の段階では、動きのポイントやこつを知識として習得させたり、練習場所の設定を工夫したりする中で、課題解決のための練習方法や練習のポイントなどを知識として身に付けさせた。身に付けた知識を基に課題を発見することや練習方法を選択することが1学年の目標である。2、3学年ではさらに身に付けた知識を組み合わせたり、工夫したりして一連の授業を自分たちで創造することができるように指導した。

### (2) 調べ学習の実施とICT機器の効果的な活用方法の工夫

単元計画にタブレットを活用した知識の習得を図る時間を作り、体の動かし方や用具の操作方法など映像等を見てから実践に取り組めるようにした。得た知識や情報はイラストや図などを活用し、プリントにまとめた。自分自身で調べて身に付けた知識を基に運動を行うことで、効果的な技能の向上へとつながると考え、各領域で実施していきたい。習得した知識を汎用的に発展させ他の知識と関連させて理解できるようにするとともに、運動の行い方や健康・安全の確保の仕方などの科学的知識を基に運動の技能を身に付けたり、運動の技能を身に付けることでその理解を一層深めたりするなど知識と技能を関連させて学習できるようにした。

### (3) 自己や仲間の課題を分析する時間の確保

主体的・対話的で深い学びを通して、体育や保健の見方・考え方を働かせながら、運動や健康についての自他の課題を発見し、その合理的な解決のための活動の充実を図った。毎時間の授業の中で、技能の習得に向けた課題を発見したり、仲間やグループで自身の課題や仲間の課題を指摘し改善策と一緒に考えたりするなどの場面を設定した。男女のグループ編成により、様々な角度から物事を捉えたことで、今まで気付かなかった課題や解決方法にも気付くことができた。2学年のバスケットボールでは、試合間にドリルゲームの動画を視聴し、シュートの確率が上がるためにはどのような工夫ができるのか話し合った。3学年の体づくり運動では、単元計画の前半に、自分自身の運動状況や今後の運動への関わり方に向き合う時間を設け、自分に適した運動計画を立てるきっかけとした。

### (4) 教師からの発問を工夫するなど生徒自らが考えることのできる声かけ

学んだ知識や経験を基に、自他の運動の課題や解決方法などを自主的に考えることができるように発問や声かけを工夫した。教師が生徒に指示を出して課題を見つけたり、課題解決に取り組んだりするのではなく、生徒同士の活発な意見交換の中で生徒自らが考えて活動していくことを大切にしたい。生徒への声のかけ方としては、「こうしなさい。」ではなく、「こうなるためにはどうしたらよいか。」などの発問となるようにした。どのようなタイミングで、どう声をかけるかは今後も課題はあるが、生徒の自主性を育てていくことを大切にしていきたい。

### III 研究のまとめ

#### 1 成果

##### (1) 仮説1について

男女別の授業展開の時と比較すると体力差や技能差は広がり、技能の向上において伝えることや考えることが増えた。例えば、柔道の投げ技を練習する際、男子は筋力があるからできることも女子はできないこともあるため、「なぜできないのか」「どのようにすればできるようになるのか」など、より人との違いの理解に触れる機会が生まれ、そこから考える手立てを見つけようとする場面が見られた。実際に、生徒の学習カードからも「筋力の差だけではなく、崩しや体さばきによる足の位置など投げるまでの動作の工夫が必要だと思った」という記述が見られた。(資料4) 陸上競技(リレー)では、ペアの体力や走力の違いを考え、テークオーバーゾーンの活用方法を工夫する様子が見られた。また、2人のタイムを縮めるための課題や課題に対する練習方法を話し合う場を設定する中で、これまでの知識や経験を基に課題を解決する姿が見られた。(資料5)

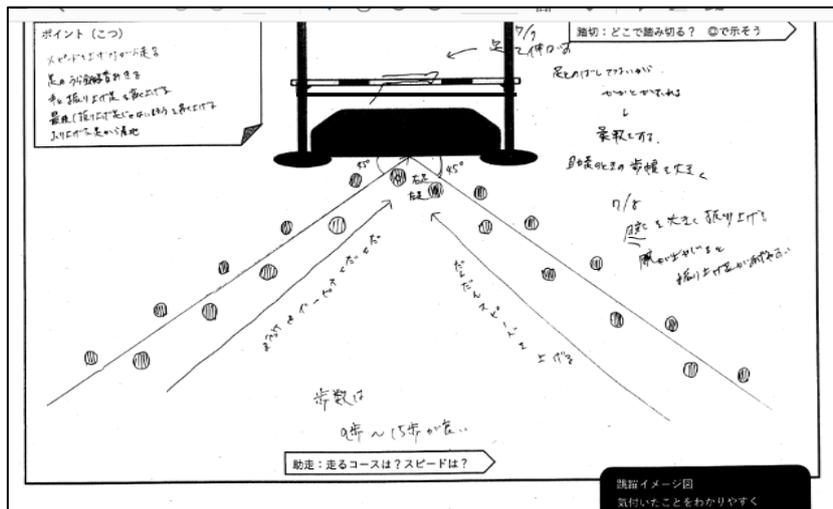
日付	崩し	体さばき	かけかた
11/2	投げるときには、相手を投げやすい状態にすることが大切	足と、ムエに重なるか、とをさばきかた。	シートベルトをしめるみたいに意識したけど、相手を勢よく投げられなかった。
11/9	釣り手、引き手ともに、もっと上に引く必要がある	最初の足の位置が重要。無理のない姿勢で投げられ	崩しの手をつなぐ、連続、Aも重要
11/13	相手の体重にどうにも負けてはい、自分も軽くなる。男性はなだか、女性も、崩しや体さばき、投げるとき動作が上手になる	足は、50cm、90cm、120cm、150cm、180cm、210cm、240cm、270cm、300cm、330cm、360cm、390cm、420cm、450cm、480cm、510cm、540cm、570cm、600cm、630cm、660cm、690cm、720cm、750cm、780cm、810cm、840cm、870cm、900cm、930cm、960cm、990cm、1020cm、1050cm、1080cm、1110cm、1140cm、1170cm、1200cm、1230cm、1260cm、1290cm、1320cm、1350cm、1380cm、1410cm、1440cm、1470cm、1500cm、1530cm、1560cm、1590cm、1620cm、1650cm、1680cm、1710cm、1740cm、1770cm、1800cm、1830cm、1860cm、1890cm、1920cm、1950cm、1980cm、2010cm、2040cm、2070cm、2100cm、2130cm、2160cm、2190cm、2220cm、2250cm、2280cm、2310cm、2340cm、2370cm、2400cm、2430cm、2460cm、2490cm、2520cm、2550cm、2580cm、2610cm、2640cm、2670cm、2700cm、2730cm、2760cm、2790cm、2820cm、2850cm、2880cm、2910cm、2940cm、2970cm、3000cm、3030cm、3060cm、3090cm、3120cm、3150cm、3180cm、3210cm、3240cm、3270cm、3300cm、3330cm、3360cm、3390cm、3420cm、3450cm、3480cm、3510cm、3540cm、3570cm、3600cm、3630cm、3660cm、3690cm、3720cm、3750cm、3780cm、3810cm、3840cm、3870cm、3900cm、3930cm、3960cm、3990cm、4020cm、4050cm、4080cm、4110cm、4140cm、4170cm、4200cm、4230cm、4260cm、4290cm、4320cm、4350cm、4380cm、4410cm、4440cm、4470cm、4500cm、4530cm、4560cm、4590cm、4620cm、4650cm、4680cm、4710cm、4740cm、4770cm、4800cm、4830cm、4860cm、4890cm、4920cm、4950cm、4980cm、5010cm、5040cm、5070cm、5100cm、5130cm、5160cm、5190cm、5220cm、5250cm、5280cm、5310cm、5340cm、5370cm、5400cm、5430cm、5460cm、5490cm、5520cm、5550cm、5580cm、5610cm、5640cm、5670cm、5700cm、5730cm、5760cm、5790cm、5820cm、5850cm、5880cm、5910cm、5940cm、5970cm、6000cm、6030cm、6060cm、6090cm、6120cm、6150cm、6180cm、6210cm、6240cm、6270cm、6300cm、6330cm、6360cm、6390cm、6420cm、6450cm、6480cm、6510cm、6540cm、6570cm、6600cm、6630cm、6660cm、6690cm、6720cm、6750cm、6780cm、6810cm、6840cm、6870cm、6900cm、6930cm、6960cm、6990cm、7020cm、7050cm、7080cm、7110cm、7140cm、7170cm、7200cm、7230cm、7260cm、7290cm、7320cm、7350cm、7380cm、7410cm、7440cm、7470cm、7500cm、7530cm、7560cm、7590cm、7620cm、7650cm、7680cm、7710cm、7740cm、7770cm、7800cm、7830cm、7860cm、7890cm、7920cm、7950cm、7980cm、8010cm、8040cm、8070cm、8100cm、8130cm、8160cm、8190cm、8220cm、8250cm、8280cm、8310cm、8340cm、8370cm、8400cm、8430cm、8460cm、8490cm、8520cm、8550cm、8580cm、8610cm、8640cm、8670cm、8700cm、8730cm、8760cm、8790cm、8820cm、8850cm、8880cm、8910cm、8940cm、8970cm、9000cm、9030cm、9060cm、9090cm、9120cm、9150cm、9180cm、9210cm、9240cm、9270cm、9300cm、9330cm、9360cm、9390cm、9420cm、9450cm、9480cm、9510cm、9540cm、9570cm、9600cm、9630cm、9660cm、9690cm、9720cm、9750cm、9780cm、9810cm、9840cm、9870cm、9900cm、9930cm、9960cm、9990cm、10020cm、10050cm、10080cm、10110cm、10140cm、10170cm、10200cm、10230cm、10260cm、10290cm、10320cm、10350cm、10380cm、10410cm、10440cm、10470cm、10500cm、10530cm、10560cm、10590cm、10620cm、10650cm、10680cm、10710cm、10740cm、10770cm、10800cm、10830cm、10860cm、10890cm、10920cm、10950cm、10980cm、11010cm、11040cm、11070cm、11100cm、11130cm、11160cm、11190cm、11220cm、11250cm、11280cm、11310cm、11340cm、11370cm、11400cm、11430cm、11460cm、11490cm、11520cm、11550cm、11580cm、11610cm、11640cm、11670cm、11700cm、11730cm、11760cm、11790cm、11820cm、11850cm、11880cm、11910cm、11940cm、11970cm、12000cm、12030cm、12060cm、12090cm、12120cm、12150cm、12180cm、12210cm、12240cm、12270cm、12300cm、12330cm、12360cm、12390cm、12420cm、12450cm、12480cm、12510cm、12540cm、12570cm、12600cm、12630cm、12660cm、12690cm、12720cm、12750cm、12780cm、12810cm、12840cm、12870cm、12900cm、12930cm、12960cm、12990cm、13020cm、13050cm、13080cm、13110cm、13140cm、13170cm、13200cm、13230cm、13260cm、13290cm、13320cm、13350cm、13380cm、13410cm、13440cm、13470cm、13500cm、13530cm、13560cm、13590cm、13620cm、13650cm、13680cm、13710cm、13740cm、13770cm、13800cm、13830cm、13860cm、13890cm、13920cm、13950cm、13980cm、14010cm、14040cm、14070cm、14100cm、14130cm、14160cm、14190cm、14220cm、14250cm、14280cm、14310cm、14340cm、14370cm、14400cm、14430cm、14460cm、14490cm、14520cm、14550cm、14580cm、14610cm、14640cm、14670cm、14700cm、14730cm、14760cm、14790cm、14820cm、14850cm、14880cm、14910cm、14940cm、14970cm、15000cm、15030cm、15060cm、15090cm、15120cm、15150cm、15180cm、15210cm、15240cm、15270cm、15300cm、15330cm、15360cm、15390cm、15420cm、15450cm、15480cm、15510cm、15540cm、15570cm、15600cm、15630cm、15660cm、15690cm、15720cm、15750cm、15780cm、15810cm、15840cm、15870cm、15900cm、15930cm、15960cm、15990cm、16020cm、16050cm、16080cm、16110cm、16140cm、16170cm、16200cm、16230cm、16260cm、16290cm、16320cm、16350cm、16380cm、16410cm、16440cm、16470cm、16500cm、16530cm、16560cm、16590cm、16620cm、16650cm、16680cm、16710cm、16740cm、16770cm、16800cm、16830cm、16860cm、16890cm、16920cm、16950cm、16980cm、17010cm、17040cm、17070cm、17100cm、17130cm、17160cm、17190cm、17220cm、17250cm、17280cm、17310cm、17340cm、17370cm、17400cm、17430cm、17460cm、17490cm、17520cm、17550cm、17580cm、17610cm、17640cm、17670cm、17700cm、17730cm、17760cm、17790cm、17820cm、17850cm、17880cm、17910cm、17940cm、17970cm、18000cm、18030cm、18060cm、18090cm、18120cm、18150cm、18180cm、18210cm、18240cm、18270cm、18300cm、18330cm、18360cm、18390cm、18420cm、18450cm、18480cm、18510cm、18540cm、18570cm、18600cm、18630cm、18660cm、18690cm、18720cm、18750cm、18780cm、18810cm、18840cm、18870cm、18900cm、18930cm、18960cm、18990cm、19020cm、19050cm、19080cm、19110cm、19140cm、19170cm、19200cm、19230cm、19260cm、19290cm、19320cm、19350cm、19380cm、19410cm、19440cm、19470cm、19500cm、19530cm、19560cm、19590cm、19620cm、19650cm、19680cm、19710cm、19740cm、19770cm、19800cm、19830cm、19860cm、19890cm、19920cm、19950cm、19980cm、20010cm、20040cm、20070cm、20100cm、20130cm、20160cm、20190cm、20220cm、20250cm、20280cm、20310cm、20340cm、20370cm、20400cm、20430cm、20460cm、20490cm、20520cm、20550cm、20580cm、20610cm、20640cm、20670cm、20700cm、20730cm、20760cm、20790cm、20820cm、20850cm、20880cm、20910cm、20940cm、20970cm、21000cm、21030cm、21060cm、21090cm、21120cm、21150cm、21180cm、21210cm、21240cm、21270cm、21300cm、21330cm、21360cm、21390cm、21420cm、21450cm、21480cm、21510cm、21540cm、21570cm、21600cm、21630cm、21660cm、21690cm、21720cm、21750cm、21780cm、21810cm、21840cm、21870cm、21900cm、21930cm、21960cm、21990cm、22020cm、22050cm、22080cm、22110cm、22140cm、22170cm、22200cm、22230cm、22260cm、22290cm、22320cm、22350cm、22380cm、22410cm、22440cm、22470cm、22500cm、22530cm、22560cm、22590cm、22620cm、22650cm、22680cm、22710cm、22740cm、22770cm、22800cm、22830cm、22860cm、22890cm、22920cm、22950cm、22980cm、23010cm、23040cm、23070cm、23100cm、23130cm、23160cm、23190cm、23220cm、23250cm、23280cm、23310cm、23340cm、23370cm、23400cm、23430cm、23460cm、23490cm、23520cm、23550cm、23580cm、23610cm、23640cm、23670cm、23700cm、23730cm、23760cm、23790cm、23820cm、23850cm、23880cm、23910cm、23940cm、23970cm、24000cm、24030cm、24060cm、24090cm、24120cm、24150cm、24180cm、24210cm、24240cm、24270cm、24300cm、24330cm、24360cm、24390cm、24420cm、24450cm、24480cm、24510cm、24540cm、24570cm、24600cm、24630cm、24660cm、24690cm、24720cm、24750cm、24780cm、24810cm、24840cm、24870cm、24900cm、24930cm、24960cm、24990cm、25020cm、25050cm、25080cm、25110cm、25140cm、25170cm、25200cm、25230cm、25260cm、25290cm、25320cm、25350cm、25380cm、25410cm、25440cm、25470cm、25500cm、25530cm、25560cm、25590cm、25620cm、25650cm、25680cm、25710cm、25740cm、25770cm、25800cm、25830cm、25860cm、25890cm、25920cm、25950cm、25980cm、26010cm、26040cm、26070cm、26100cm、26130cm、26160cm、26190cm、26220cm、26250cm、26280cm、26310cm、26340cm、26370cm、26400cm、26430cm、26460cm、26490cm、26520cm、26550cm、26580cm、26610cm、26640cm、26670cm、26700cm、26730cm、26760cm、26790cm、26820cm、26850cm、26880cm、26910cm、26940cm、26970cm、27000cm、27030cm、27060cm、27090cm、27120cm、27150cm、27180cm、27210cm、27240cm、27270cm、27300cm、27330cm、27360cm、27390cm、27420cm、27450cm、27480cm、27510cm、27540cm、27570cm、27600cm、27630cm、27660cm、27690cm、27720cm、27750cm、27780cm、27810cm、27840cm、27870cm、27900cm、27930cm、27960cm、27990cm、28020cm、28050cm、28080cm、28110cm、28140cm、28170cm、28200cm、28230cm、28260cm、28290cm、28320cm、28350cm、28380cm、28410cm、28440cm、28470cm、28500cm、28530cm、28560cm、28590cm、28620cm、28650cm、28680cm、28710cm、28740cm、28770cm、28800cm、28830cm、28860cm、28890cm、28920cm、28950cm、28980cm、29010cm、29040cm、29070cm、29100cm、29130cm、29160cm、29190cm、29220cm、29250cm、29280cm、29310cm、29340cm、29370cm、29400cm、29430cm、29460cm、29490cm、29520cm、29550cm、29580cm、29610cm、29640cm、29670cm、29700cm、29730cm、29760cm、29790cm、29820cm、29850cm、29880cm、29910cm、29940cm、29970cm、30000cm、30030cm、30060cm、30090cm、30120cm、30150cm、30180cm、30210cm、30240cm、30270cm、30300cm、30330cm、30360cm、30390cm、30420cm、30450cm、30480cm、30510cm、30540cm、30570cm、30600cm、30630cm、30660cm、30690cm、30720cm、30750cm、30780cm、30810cm、30840cm、30870cm、30900cm、30930cm、30960cm、30990cm、31020cm、31050cm、31080cm、31110cm、31140cm、31170cm、31200cm、31230cm、31260cm、31290cm、31320cm、31350cm、31380cm、31410cm、31440cm、31470cm、31500cm、31530cm、31560cm、31590cm、31620cm、31650cm、31680cm、31710cm、31740cm、31770cm、31800cm、31830cm、31860cm、31890cm、31920cm、31950cm、31980cm、32010cm、32040cm、32070cm、32100cm、32130cm、32160cm、32190cm、32220cm、32250cm、32280cm、32310cm、32340cm、32370cm、32400cm、32430cm、32460cm、32490cm、32520cm、32550cm、32580cm、32610cm、32640cm、32670cm、32700cm、32730cm、32760cm、32790cm、32820cm、32850cm、32880cm、32910cm、32940cm、32970cm、33000cm、33030cm、33060cm、33090cm、33120cm、33150cm、33180cm、33210cm、33240cm、33270cm、33300cm、33330cm、33360cm、33390cm、33420cm、33450cm、33480cm、33510cm、33540cm、33570cm、33600cm、33630cm、33660cm、33690cm、33720cm、33750cm、33780cm、33810cm、33840cm、33870cm、33900cm、33930cm、33960cm、33990cm、34020cm、34050cm、34080cm、34110cm、34140cm、34170cm、34200cm、34230cm、34260cm、34290cm、34320cm、34350cm、34380cm、34410cm、34440cm、34470cm、34500cm、34530cm、34560cm、34590cm、34620cm、34650cm、34680cm、34710cm、34740cm、34770cm、34800cm、34830cm、34860cm、34890cm、34920cm、34950cm、34980cm、35010cm、35040cm、35070cm、35100cm、35130cm、35160cm、35190cm、35220cm、35250cm、35280cm、35310cm、35340cm、35370cm、35400cm、35430cm、35460cm、35490cm、35520cm、35550cm、35580cm、35610cm、35640cm、35670cm、35700cm、35730cm、35760cm、35790cm、35820cm、35850cm、35880cm、35910cm、35940cm、35970cm、36000cm、36030cm、36060cm、36090cm、36120cm、36150cm、36180cm、36210cm、36240cm、36270cm、36300cm、36330cm、36360cm、36390cm、36420cm、36450cm、36480cm、36510cm、36540cm、36570cm、36600cm、36630cm、36660cm、36690cm、36720cm、36750cm、36780cm、36810cm、36840cm、36870cm、36900cm、36930cm、36960cm、36990cm、37020cm、37050cm、37080cm、37110cm、37140cm、37170cm、37200cm、37230cm、37260cm、37290cm、37320cm、37350cm、37380cm、37410cm、37440cm、37470cm、37500cm、37530cm、37560cm、37590cm、37620cm、37650cm、37680cm、37710cm、37740cm、37770cm、37800cm、37830cm、37860cm、37890cm、37920cm、37950cm、37980cm、38010cm、38040cm、38070cm、38100cm、38130cm、38160cm、38190cm、38220cm、38250cm、38280cm、38310cm、38340cm、38370cm、38400cm、38430cm、38460cm、38490cm、38520cm、38550cm、38580cm、38610cm、38640cm、38670cm、38700cm、38730cm、38760cm、38790cm、38820cm、38850cm、38880cm、38910cm、38940cm、38970cm、39000cm、39030cm、39060cm、39090cm、39120cm、39150cm、39180cm、39210cm、39240cm、39270cm、39300cm、39330cm、39360cm、39390cm、39420cm、39450cm、39480cm、39510cm、39540cm、39570cm、39600cm、39630cm、39660cm、39690cm、39720cm、39750cm、39780cm、39810cm、39840cm、39870cm、39900cm、39930cm、39960cm、39990cm、40020cm、40050cm、40080cm、40110cm、40140cm、40170cm、40200cm、40230cm、40260cm、40290cm、40320cm、40350cm、40380cm、40410cm、40440cm、40470cm、40500cm、40530cm、40560cm、40590cm、40620cm、40650cm、40680cm、40710cm、40740cm、40770cm、40800cm、40830cm、40860cm、40890cm、40920cm、40950cm、40980cm、41010cm、41040cm、41070cm、41100cm、41130cm、41160cm、41190cm、41220cm、41250cm、41280cm、41310cm、41340cm、41370cm、41400cm、41430cm、41460cm、41490cm、41520cm、41550cm、41580cm、41610cm、41640cm、41670cm、41700cm、41730cm、41760cm、41790cm、41820cm、41850cm、41880cm、41910cm、41940cm、41970cm、42000cm、42030cm、42060cm、42090cm、42120cm、42150cm、42180cm、42210cm、42240cm、42270cm、42300cm、42330cm、42360cm、42390cm、42420cm、42450cm、42480cm、42510cm、42540cm、42570cm、42600cm、42630cm、42660cm、42690cm、42720cm、42750cm、42780cm、42810cm、42840cm、42870cm、42900cm、42930cm、42960cm、42990cm、43020cm、43050cm、43080cm、43110cm、43140cm、43170cm、43200cm、43230cm、43260cm、43290cm、43320cm、43350cm、43380cm、43410cm、43440cm、43470cm、43500cm、43530cm、43560cm、43590cm、43620cm、43650cm、43680cm、43710cm、43740cm、43770cm、43800cm、43830cm、43860cm、43890cm、43920cm、43950cm、43980cm、44010cm、44040cm、44070cm、44100cm、44130cm、44160cm、44190cm、44220cm、44250cm、44280cm、44310cm、44340cm、44370cm、44400cm、44430cm、44460cm、44490cm、44520cm、44550cm、44580cm、44610cm、44640cm、44670cm、44700cm、44730cm、44760cm、44790cm、44820cm、44850cm、44880cm、44910cm、44940cm、44970cm、45000cm、45030cm、45060cm、45090cm、45120cm、45150cm、45180cm、45210cm、45240cm、45270cm、45300cm、45330cm、45360cm、45390cm、45420cm、45450cm、45480cm、45510cm、45540cm、45570cm、45600cm、45630cm、45660cm、45690cm、45720cm、45750cm、45780cm、45810cm、45840cm、45870cm、45900cm、45930cm、45960cm、45990cm、46020cm、46050cm、46080cm、46110cm、46140cm、46170cm、46200cm、46230cm、46260cm、46290cm、46320cm、46350cm、46380cm、46410cm、46440cm、46470cm、46500cm、46530cm、46560cm、46590cm、46620cm、46650cm、46680cm、46710cm、46740cm、46770cm、46800cm、46830cm、46860cm、46890cm、46920cm、46950cm、46980cm、47010cm、47040cm、47070cm、47100cm、47130cm、47160cm、47190cm、47220cm、47250cm、47280cm、47310cm、47340cm、47370cm、47400cm、47430cm、47460cm、47490cm、47520cm、47550cm、47580cm、47610cm、47640cm、47670cm、47700cm、47730cm、47760cm、47790cm、47820cm、47850cm、47880cm、47910cm、47940cm、47970cm、48000cm、48030cm、48060cm、48090cm、48120cm、48150cm、48180cm、48210cm、48240cm、48270cm、48300cm、48330cm、48360cm、48390cm、48420cm、48450cm、48480cm、48510cm、48540cm、48570cm、48600cm、48630cm、48660cm、48690cm、48720cm、48750cm、48780cm、48810cm、48840cm、48870cm、48900cm、48930cm、48960cm、48990cm、49020cm、49050cm、49080cm、49110cm、49140cm、49170cm、49200cm、49230cm、49260cm、49290cm、49320cm、49350cm、49380cm、49410cm、49440cm、49470cm、49500cm、49530cm、49560cm、49590cm、49620cm、49650cm、49680cm、49710cm、49740cm、49770cm、49800cm、49830cm、49860cm、49890cm、49920cm、49950cm、49980cm、50010cm、50040cm、50070cm、50100cm、50130cm、50160cm、50190cm、50220cm、50250cm、50280cm、50310cm、50340cm、50370cm、50400cm、50430cm、50460cm、50490cm、50520cm、50550cm、50580cm、50610cm、50640cm、50670cm、50700cm、50730cm、50760cm、50790cm、50820cm、50850cm、50880cm、50910cm、50940cm、50970cm、51000cm、51030cm、51060cm、51090cm、51120cm、51150cm、51180cm、51210cm、51240cm、51270cm、51300cm、51330cm、51360cm、51390cm、51420cm、51450cm、51480cm、51510cm、51540cm、51570cm、51600cm、51630cm、51660cm、51690cm、51720cm、51750	

(2) 仮説2について

プロジェクト型授業の展開では、今までの教師から一方的に教え込む授業の形に比べ、自ら考えて活動する場面をより多く設定したことにより、合理的な動き方や技術のポイントについて考える記述が増えてきた。特に、走り高跳びでは、空間動作での足の動かし方や助走の角度など課題を多角的に捉えることができた。主体的な知識の習得は、習得後の活動内容を変容させ、技能の向上に繋がる有効性を感じた。実際に、授業前半の平均記録が110cmに対して後半の平均記録は117cmであり、比較すると技能の向上は明らかであった。また、学習カードの記述内容が以前よりも具体的に記入することができる生徒が増えた。文字だけでなく、図やイラストなど視覚的に理解しやすくする工夫も見られた。(資料6)

また、柔道の授業では、自己や仲間の課題を考え、課題に適した解決方法を選択する取組を展開した。タブレットも活用し、正しい動きの映像資料を見たり、自分たちの動きを動画で撮影したりすることで、より明確に課題を捉えることができた。(資料7)

このように、①「運動やスポーツに関する知識の習得」、②「明確な課題の把握」、③「課題解決方法の選択および創造」を繰り返すことで、考える(発想)力の育成及び主体的、対話的で深い学びの実現に向けた体育学習の推進につながっていくと考えられる。



【資料6 陸上競技 (走高跳) : 2学年 学習カード】



【資料7 柔道 : 2学年 タブレットの活用】

## 2 課題

### (1) 「共生」を視点とした効果的な保健体育学習について

生徒一人一人が、運動を通して達成感や成就感を味わえるような工夫が必要である。そのために、体育や保健の見方・考え方をより自在に働かせることができるような学習過程の工夫が求められている。男女共習において、各種の運動やスポーツが有する楽しさや喜び及び関連して高まる体力などの視点から、自己の適性等に応じた多様な関わり方を見いだすことができる単元計画が今後の課題である。

### (2) 考える力（発想力）を引き出すプロジェクト型授業について

3年間を見通して1年次より計画的に進めていくことが大切であり、来年以降も継続することで身に付いていくと考えられる。運動に関わる一般原則や運動に伴う科学的な知識や技能及びスポーツライフをより豊かにするための知識等を活用して自らの学習活動を振り返りつつ、仲間とともに課題を解決し、次の学びにつなげられるようにする合理的な解決に向けた学習過程を続けていくことが今後の課題である。また、3年次における「発想する力」、「活用する力」を身に付けさせる工夫が必要である。