

第9分科会

研究主題

運動の楽しさを味わいながら、
知識や身体能力を高め合う体育学習
—コミュニケーション活動を生かした学習指導過程の工夫を通して—

福岡市立城南中学校
じょうなん

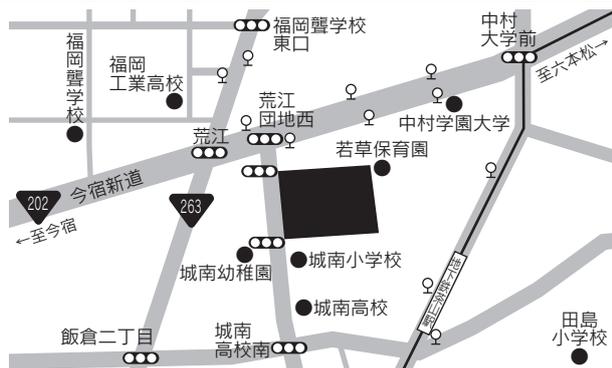
日程

9:30	10:00	10:50	11:10	12:00	13:00	13:10	14:20	14:50	15:00
受付	公開授業①	休憩移動	公開授業②	昼食	開会行事	研究発表	研究協議	指導助言	閉会行事

公開授業案内

公開授業①	第3学年	選択Ⅱ「ダンス」男女共習	体育館
公開授業②	第1学年	「柔道」女子	武道場

学校所在地図



交通機関

- 最寄駅
「茶山(福岡市営地下鉄)」下車 徒歩11分
- 経路
博多 発 8:16 8:19
↓福岡市営地下鉄空港線
天神 着 8:21 8:24
(乗換)
天神南 発 8:30 8:34
↓福岡市営地下鉄七隈線
茶山 着 8:43 8:47

学 校 概 要

学 校 名	福岡市立城南中学校		
校 長 名	児 嶋 徳 隆		
学 級 数	24学級	生 徒 数	820名
所 在 地	〒814-0111 福岡県福岡市城南区茶山6丁目19-1		
連 絡 先	TEL 092-821-4833 FAX 092-821-4834		

【学校紹介】

城南中学校は福岡市の南西部に位置し、地下鉄七隈線の開通等による人口増加に伴って現在、市内でも5～6番目の大規模校となっている。

城南小学校・城南高校と隣接するとともに、校区内には中村学園大学もあり、地域の人々の教育への関心は高いものがある。

本校は、昭和36年に開校し、本年度、創立50周年を迎える。

開校以来「礼節・英知・勤勉」を校訓とし、「若人われら今日に完全燃焼す」をモットーに、信頼と協調で結ばれた活気に満ちた学校づくり、保護者や地域社会に信頼される学校づくりに取り組んでいる。この間、昭和51年に文部省の「体力づくり推進指定校」を受けたり、昭和54年には「全国保健体育優良校」として表彰。

平成8年には「文部省指定進路指導総合改善事業研究発表会」を行うなど、保健体育や進路指導等の研究に熱心に取り組んできた実績がある。

また、部活動も活発で、平成21年にはラグビー部が九州大会優勝、男子駅伝が九州大会準優勝など優れた成績を収めている。

校訓 礼節 英知 勤勉

わこうど
若人われら今日に完全燃焼す
ごんにち
かんぜんねんしょう

学校教育目標

人間性豊かで、強く逞しく生きる生徒の育成

めざす学校像

- 美しく整備された清潔な学校
- 信頼と協調で結ばれた活気に満ちた学校
- 一人ひとりの考えを大切に作る学校
- 保護者や地域社会に信頼される学校

めざす生徒像

- 人権を尊重し、協調する生徒
- 豊かな心を持ち、創造性に富む生徒
- 自ら考え、正しく行動する生徒
- たくましい身体と強い意志を持つ生徒



研究主題

運動の楽しさを味わいながら、知識や身体能力を高め合う体育学習

ーコミュニケーション活動を生かした学習指導過程の工夫を通してー

福岡市立城南中学校

1 主題設定の理由

(1) 大会主題とのかかわりから

本校の生徒は明るく素直であり、何事にも意欲的に取り組む生徒が多い。保健体育の学習においても自己やチームの課題に対し、意欲的に取り組む姿勢が見られ、自分の能力を高めるために努力をしている。

しかし、学習活動においては、友達同士アドバイスをしながらお互いを高め合うというコミュニケーション活動が少ない状況が見られた。

このような生徒の実態を踏まえ本校保健体育科では、大会主題である「体育的学力の確かな定着」をどのように生徒一人ひとりに身につけさせることができるのかを考え研究を進めてきた。また、全国的に「体力の低下」「運動頻度の二極化」の傾向にある現状を鑑み、「体育的学力」を定着させるには、生徒の発達段階に応じて指導方法を工夫しながら、仲間とともに楽しく運動を行うことの必要性を痛感している。

このような課題を踏まえ、学習の導入において、生徒の実態に応じたストレッチや補強運動を作成し実践することで、体力の向上を目指すとともに、仲間同士のコミュニケーションの場を学習指導過程に位置づけながら、運動の特性に触れ、楽しさを味わいながら、互いに知識や身体能力を高め合うことで、確実に生徒一人ひとりに体育的学力が定着すると考え、研究主題を設定することにした。

(2) 学校教育目標から

本校は、平成19年度より「自己表現力を高め、学力向上につなげていく指導」を学校教育目標に置き、「自己表現力」「学習規律」「学習意欲」の育成という三本柱で研究に取り組んでいる。研究の進行とともに、教師間で課題を共有したり、連携が深まる中、教科やクラスの区別なく学習規律の確立が図られており、それとあわせて生徒達も授業に対して、意欲的に取り組む姿勢が見られるようになった。しかし、お互いがかかわり合いながら、仲間と協力して考え深めるなどの学習については、課題が残った。

そこで、本校では、生活・学習・自尊感情実態調査を行い、その結果をふまえ、「自己表現力」や「コミュニケーション能力の育成」について、22年度から新たな研究に取り組んでいる。月に1回「学級活動」の時間の中で、コミュニケーションの充実をはかるために校内で作成した「コミュニケーション学習」を実施しており、生徒達はゲームの楽しさやグループでの話し合いを通して、ルールの必要性を体感しながら、協力することの大切さや友達の良さに気づくことができるように学習している。さらに、お互いの立場を考えながらコミュニケーション活動をすることで、自尊感情・コミュニケーション能力が育つと考えられる。これらを踏まえ保健体育科においても友達とのかかわりの中で運動の楽しさを味わいながらコミュニケーション能力を身につけることができるよう本副主題を設定した。

2 主題の意味

(1) 「運動の楽しさを味わう」について

運動の特性に触れるとともに、態度の育成を重視して、仲間とかわり合いながら体育学習を

行うことで、意欲的に楽しく運動ができ、生涯にわたって豊かなスポーツライフの実現につながると考える。

(2) 「知識や身体能力を高め合う体育学習」について

各自の現状や目標とする体力・運動能力について科学的に理解させ、体育学習の中で話し合いやアドバイスを仲間同士で行いながら、知識や身体能力を高めることで、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力となる体育的学力が身につくと考える。

(3) 「コミュニケーション活動の成果を生かした学習指導過程の工夫」について

ペアやチームで、体力の向上や課題解決に向けた運動の取り組みを工夫し、仲間同士でアドバイスや協力をしながら活動ができるよう、学習指導過程の中にテーマを明確にした教え合いや話し合いの場を設定することで、思考力、判断力、表現力を身につけさせることができると考える。

3 研究の目標

仲間とかかわり合うコミュニケーション活動を生かした学習指導過程の工夫を中心に、知識や身体能力を高め合うことができる体育学習の在り方を究明する。

4 研究の仮説

保健体育授業の過程で以下の着眼点Ⅰ・Ⅱ・Ⅲを踏まえ、仲間とのかかわりを深めながら自主的に学習することで、「できる」「わかる」「かかわる」喜びを味わい、さらに身につけた知識や身体能力を「活用する」喜びを味わうことができれば、生徒達は体育的学力を確実に身につけていくであろう。

着眼点Ⅰ 生徒の発達の段階を考慮し、年間学習指導計画を作成する。

着眼点Ⅱ ・生徒の体力実態をもとに、仲間とかかわり合える体力の向上を目指す。
・学習指導過程で基礎、基本的学習内容を確実に習得させ、さらに発展学習に進める教材工夫をする。

着眼点Ⅲ 運動する喜びが確実に体育的学力の定着に向かうように評価の支援を工夫する。

5 研究の構想

(1) 学習指導計画の作成

本校保健体育科の年間学習指導計画では、昨年度より生徒達のそれぞれの発達の段階で身に付けていけない体育的学力を明確にして、各種目のねらいを仲間とのかかわりの中で習得できるよう工夫した。

(着眼点Ⅰ)

※平成22年度年間学習指導計画

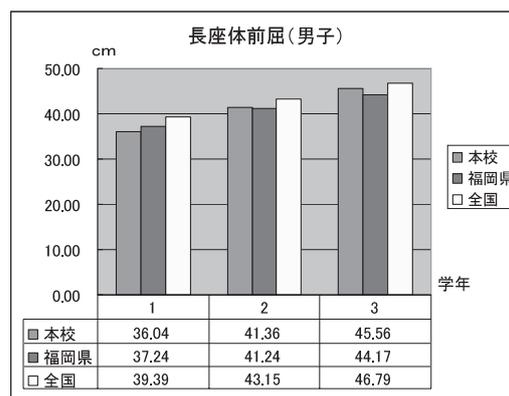
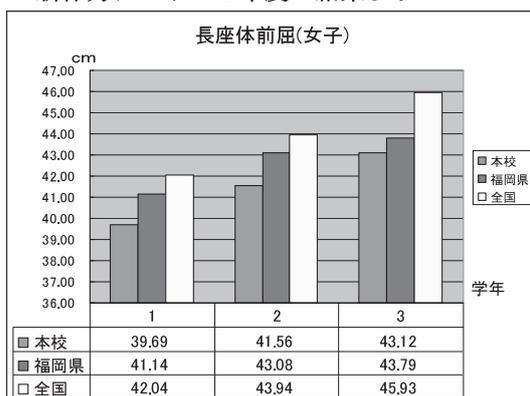
	1 学期		2 学期	3 学期	年間指導計画の意図
1 年	体づくり運動 保健理論	陸上競技 水泳	バレーボール 柔道(女)★ 器械運動(男) 陸上競技 (長距離走) 保健	男/サッカー ダンス 女/バドミントン バスケットボール 保健	※柔道・器械運動・ダンス・球技の種目に関しては、生徒の発達段階に応じて、1・2学年で男女別に分けて履修するようにしている。さらに、一つの単元の時間を多く取り、基礎・基本が定着できるように、領域を越えて2年間に1回すべての種目を履修するようにした。
2 年	体づくり運動 保健理論	陸上競技 水泳	ソフトテニス ソフトボール 柔道(男) 器械運動(女) 陸上競技 (長距離走) 保健	男/バドミントン バスケットボール 女/サッカー ダンス 保健	
3 年	体づくり運動 保健理論	陸上競技 <選択Ⅰ> 水泳 器械運動	<選択Ⅱ> バレーボール ソフトテニス 柔道 ダンス★ 陸上競技 (長距離走) 保健	<選択Ⅲ> バスケットボール サッカー バドミントン 柔道 保健	※3学年においては、すべての領域において1・2学年で習得した基礎・基本が活用できるようにしている。さらに、卒業後も継続的に実践できるように、バスケットボール・バレーボール・サッカーなど、親しみのある運動を取り上げた。

★本時の単元

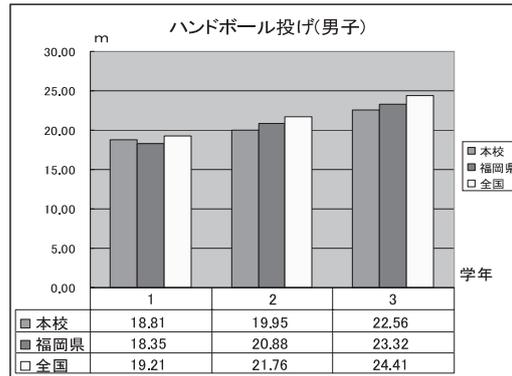
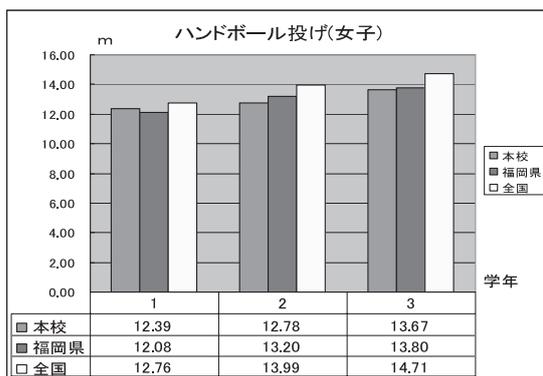
(2) 体力の向上及び教材の工夫

① 本校の生徒の体力の向上を図るため、毎年行われている新体力テストの結果をもとにスポーツトレーナーからの支援を受けて、運動プログラムを作成している。これを「城南中スペシャルストレッチ&トレーニング運動」＝「2010城南中SST」と名付けて生徒の運動に対する意識をもたせ、技や必要な技術と関連させながら体育分野の運動学習すべての授業の導入において準備運動や補助運動に取り組んでいる。これらのことを継続させることで、体力の向上を図ることができるとともに、仲間とかわり合いながら行うことで運動の楽しさを実感することができ、コミュニケーション能力を高める活動に資することができる（着眼点II）

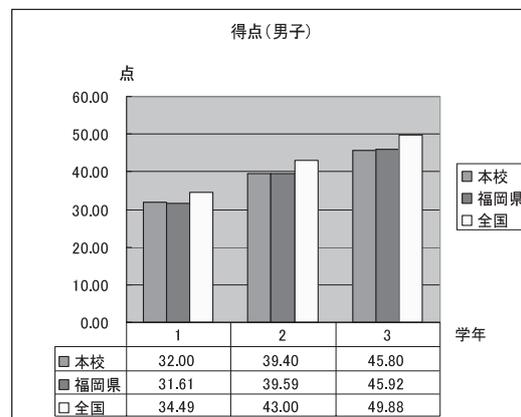
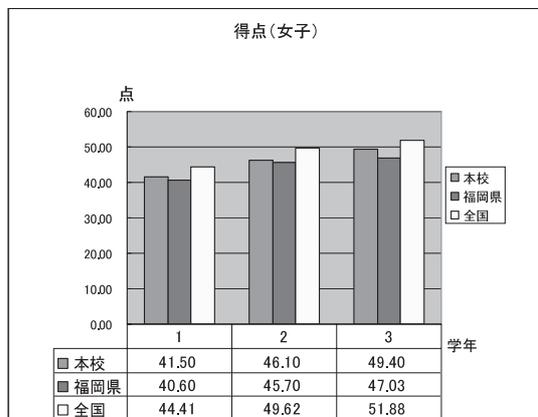
<新体力テスト21年度の結果より>



長座体前屈において女子では、すべての学年において県平均・全国平均を下回っている。数値にすると平均して2～3cm下回っていて柔軟性に課題がある。



特にハンドボール投げは、男女とも全国平均を下回っている。このことにより、本校の生徒の瞬発力や巧み性を高めるための運動が必要と考える。



本校の得点の平均を、全国・県と比較しているグラフである。女子は県平均より上回っているのがわかる。

※仲間とかかわりながら2人組で「2010城南中SST」を行う生徒達

新体力テストの分析により、スポーツトレーナーの支援の中で仲間とかかわり合いを重視しながら、2人組でストレッチ・準備運動を行っている。また、各クラスで保体委員がリーダーとなり、全員で声を出しながら10回ずつ数えて行う。

<柔軟性の強化>



※股関節の硬い生徒が多いので、股関節を開くなどストレッチ・準備運動を行う

<瞬発力の強化>



※2人組でジャンプをしながらリズムを合わせ、足上げを行う。

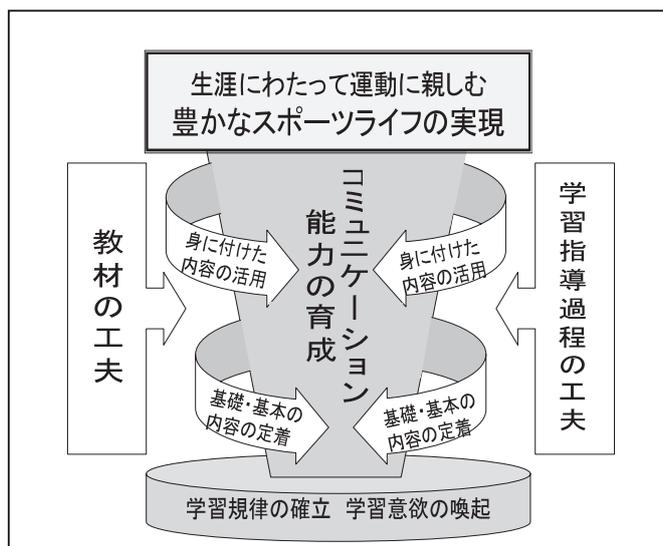
※逆立ちを10秒間行う。できない生徒には3人組、4人組になり補助をつけて行う。

- ② 良い体育授業を行うための学習の基盤として、チャイム席の徹底や挨拶は、もとより効率的な集団行動や、話を聞く姿勢など授業規律に重点を置いている。学習規律を守ることにより、学習時間が確保され、授業の良い雰囲気を作ることができる。さらに、授業時間の配分を考え、意図的・計画的に授業を構想する中で、仲間やグループでの話し合いやアドバイスができる場面も設定できる。このことにより、生徒同士のコミュニケーション活動が活発になり、思考力や判断力を育む体育学習ができると考える。

学習指導過程では、各学年で全員に習得させたい基本的な技等中核となる技能を共通課題のもとで全員に習得させる。さらに、習得した能力を活用して発展的に学習を進めることができるようにする。この一連の段階を各単元の学習指導過程の中に、【基礎学習】【基本学習】【発展学習】として位置付けた。

教材では、それぞれの運動の特性や、生徒の発達の段階に応じた工夫が必要である。例えば、球技ゴール型のバスケットボールの授業では、主運動を下支えする基礎感覚を養う運動（ボール遊びや慣れ）を【基礎学習】として位置付ける。次に単元の前半では【基本学習】として、基本的な技能を共通課題にし、十分に取り組むことを重視して行う。また単元の後半では、【発展学習】として、グループでの個人やグループでの課題を解決するゲームができるように学習過程を工夫する。

ダンスに関しては、その特性から【基礎】【基本】【発展】という形ではなく、【やってみよう】【広めよう】【深めよう】という形をとっている。



※ 本校では、学習の土台として、学習規律の確立・学習意欲の喚起を掲げている。

また、生徒達が生涯にわたって運動に親しみ、豊かなスポーツライフを実現させるために、教材の工夫、学習指導過程の工夫を行っている。

さらに、生徒達に基礎・基本の内容を定着させ、身につけた内容を活用することにより、コミュニケーション能力の育成ができると考えられる。

(3) 評価規準の作成

体育的学力の確かな定着を図る授業を組み立てるために、目標に準拠した評価とともに、指導と評価の一体化を図りながら、指導計画を修正していく必要がある。そのためには各単元において、学習活動における具体的な評価計画を作成し、指導後にそれを振り返ることが大切である。また、本校では、「努力を要する状況 (C)」と判断された生徒には、それぞれのつまずきの原因に基き、予想されるつまずきとその手だてをあらかじめ挙げて指導にあたっている。下記の内容は、球技、ゴール型「バスケットボール」3年生選択授業である。「努力を要する状況 (C)」の生徒への具体的な手だてを行うことで、生徒全員に基礎・基本の定着を図ることができる考える。

(着眼点Ⅲ)

※ 第3学年 選択Ⅱ 単元 球技 ゴール型「バスケットボール」
学習指導過程 (50分×14時間)

	1 2 3	4 5 6 7 8 9 10	11 12 13 14
めあて	簡単なルールで試しのゲームを楽しむ。	チームを特徴から練習を工夫し、チームの特徴を生かしてゲームを楽しむ。	各チームで目標を持ち、バスケットボール大会(リーグ戦)を楽しむ。
授業の主な内容	○試しのゲーム ○スキルテスト ドリブル パス シュート を行い自分やチームの課題を把握する。 ○態度面の確認 ルールやマナーを守る。 フェアなプレイを大切に する。 役割の責任を持って果たす。	【基礎】 ○ボール操作を高める簡易ゲーム(ハーフコート) ・ドリブルなしの3対3ゲーム ・ドリブルなしの5対5ゲーム 評価規準③ 運動の技能 ゴール前の空間を利用するためのカットインの動きができる。 判断する手がかり 観察 ゲームを観察し、様相チェックをする。(努力を要する生徒への手だて) ・カットインできない生徒 パスをしたら必ずリングに向かって走るように助言する。動くことでノーマークができることを理解させる。	○6分間ゲーム ・タイムアウト2回 ・できるだけ正規のルールで行う 評価規準③ 思考・判断 仲間との話し合いの中から適切な作戦を見つけている。 判断する手がかり 観察 話し合いを見ながら様相チェックをする (努力を要する生徒への手だて) ・話し合いができない生徒 教科書等を参考に意見が出せるように助言する。

授業の主な内容	<p>評価規準①</p> <p>関心・意欲・態度 自主的にゲームに取り組もうとする。 判断する手がかり</p> <p>観察 ゲームを見ながら様相チェックをする。 (努力を要する生徒への手だて) ・消極的でゲームに参加しない生徒 自分がチームに貢献できるように、具体的に動き方をアドバイスする。</p>			
	<p>【基本】</p> <p>○チームの特徴を生かした練習</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ガード・フォワード・センターの役割を練習 ・走って速攻を出す練習 ・スクリーンを使っでの練習 			
	<p>評価規準② 運動の技能 スクリーンを使って、自分の防御者の動きを止め、早くノーマークを作り、シュートができる。 判断する手がかり 観察 ゲームを見ながら様相チェックをする。 (努力を要する生徒への手だて) ・スクリーンを使えない生徒 スクリーンをかける時に相手の肩に壁になって相手の動きを止めるように助言する。</p>			
	<p>【発展】</p> <p>○チームの特徴を生かした作戦を立ててのゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ディフェンスの工夫 (マンツーマン・ゾーンディフェンス) 			
	<p>評価規準④ 運動の技能 ボールとマークマンを視野に入れ予測をしながらディフェンスができる。 判断する手がかり 観察 ゲームを見ながら様相チェックをする。 (努力を要する生徒への手だて) ・ディフェンスができない生徒 ディフェンスする相手とリングの間に入り、必ずリングに背を向け守るように助言する。</p>			
評価	関	① ⑤	② ④ ⑤	③ ⑤
	思	① ②	② ③ ④	③
	技		① ② ③ ④	① ② ③ ④
	知		① ② ③	③

※ 単元の終了後に、生徒に感想と自己評価を記入させ、「努力を要する状況（C）」の生徒がどのくらい基礎・基本が身についたのか、仲間とコミュニケーションをどのようにとって活動したのか確認する。

評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
評価規準	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとし役割を積極的に果たそうとする。また、健康・安全の確保をしている。	知識や技能を活用して自己の課題に応じた運動の取り組みを工夫することができる。	仲間と連携してゴール前の空間を使ったり、空間を作り出したりして攻防を展開できる。	バスケットボールの特性や学び方、技術の構造、合理的な練習の仕方を理解するとともに、競技や審判の方法を理解し、知識を身に付けている。
具体の評価規準	①自主的にゲームに取り組もうとする。 ②ルールやマナーを守り、フェアなプレイを大切にしようとする。 ③審判や各係の役割を責任をもって果たそうとする。 ④チームの課題解決に向けて話し合いに積極的にかかわろうとする。 ⑤自己や仲間の健康を維持したり、安全を保持したりしようとする。	①自己のチームや相手の特徴に応じた作戦や戦術を選んでいる。 ②仲間に対して技術的な課題や練習方法をアドバイスをしている。 ③運動観察の方法などを理解し、対戦相手を踏まえて自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫することができる。 ④健康や安全を確保するために、体調に応じた練習方法を選んでいる。	①フェイントを使うなど、守備者が守りにくいタイミングでシュートができる。 ②素早いフットワークでディフェンスすることができる。 ③ゴール前の空間を利用するために、カットインをすることができる。 ④ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ることができる。	①技術や戦術、作戦の名称や行い方について学習した具体例をあげることができる。 ②補強運動や部分練習による体力の高め方について言ったり、書き出したりしている。 ③ゲームのルール、審判や運営の仕方を知っている。

※10/14時間目

リーグ戦終了後に運動の技能において「努力を要する状況（C）」と判断された生徒の感想から

球技授業を終えての感想

私はこの授業を終えて、たくさんを学びました。私はバスケットボールの経験がなく初心者で何も知りませんでした。でもバスケット部の人たちが基礎からきちんと教えてくれて、少しづつ上進できたんじゃないかなと思います。感謝しています。フロのようにほうまくなれなかったけど、シュートが入る回数も増えたし、何よりみんなが団結してプレイできたので良かったと思っています。

バスケットを通して学んだことをこれからの生活に生かしていきたいです。

球技授業の自己評価

授業前	意欲	1・2・③・4・5
	技能	1・②・3・4・5
授業後	意欲	1・2・3・4・⑤
	技能	1・2・③・4・5

仲間とのコミュニケーションを取りながら運動し、楽しく授業ができたことで自己評価では、授業前と後の意欲・技能評価が明らかに高まったことがわかる。

※ 14/14時間目

リーグ戦終了後に思考・判断において「十分満足できる状況 (A)」と判断された生徒の感想から

球技授業を終えての感想

バスケの授業を通じ、チームワークの大切さを学びました。私のチームは初心者の方が「ほとんど」で、どう動いたらいいかわからない「くらい」だったけど、お互いに声を出し合って動けるようになりました。しかもフィジカルやオフェンスの動きを合わせるのが難しかったです。あの試合には勝つことができなかったけど、みんなと協力して、楽しんで動くことができたのが良かったです。部活以外でもバスケができて楽しかったです。

初めは、自分の技能を伸ばそうとして、個人プレイになりがちであったこの生徒が、リーダーを中心に練習やゲームを行わせ、話し合いの場を教師側が多く設定することにより、どうチームをみんなで盛り上げることができるのか、どのように経験のない生徒に楽しく基礎・基本を教えることができるのかなど、チーム全体のことを考えながら、授業に取り組むことができた。また、チームワークの大切さに気づくことができ、楽しく授業を行うことができた。

6 実践事例

【実践例1 単元 ダンス 1年】

(1) 学習のねらい

- ①恥ずかしがらずに、全身を使ってダンスを楽しむことができるようにする。
- ②仲間の良い動きや表現を互いに認めることができるようにする。
- ③変化のある動きを組み合わせ、全身で踊ることができるようにする。
- ④交流会では、発表の仕方や鑑賞の仕方を理解し、知識を身に付けるようにする。

(2) 指導計画 (6時間)

	1	2・3・4・5			6	
ねらい	ダンスに出会い学習の見通しをもつ。	イメージを体で表現したり、動きの変化を加えたりして踊りを楽しむ。			交流会をして楽しむ。	
設定理由	あんたがたどこさ	新聞紙	タッチ&エスケープ	エアスポーツ	もしもの世界	
	楽しく活発な雰囲気を作ることができる。	様々な身体運動を体験できる。	男女で取り組みやすい。メリハリのある動きが体験できる。	いろいろなデフォルメをして踊ることができる。	動きのおもしろさが体験でき、表したい場面を強調してひとまとまりの表現にしたりすることができる。	
授業の主な内容	1 準備・出欠確認・健康観察・忘れ物確認・あいさつ・SST(ウォーミングアップ)					
	【やってみよう】全身で即興的に表現を楽しんで踊る。					
	2 オリエンテーション ・ダンスの特性 ・学習の進め方の確認 ・役割分担 ・学習資料の活用の仕方を知る。	2 本時のめあてと学習の流れの確認 3 テーマから最も表したい動きをひと流れの動きで表現する。	【広げよう】動きを変化、発展させ工夫して踊る。			2 発表の仕方を知る。 3 踊り込み 4 発表会 (評価を記入しながら鑑賞する) 5 学習のまとめをする
	3 DVDの視聴 4 SSTダンスバージョンを知る。	4 ペアの動きを真似してみる。 5 4人組で動きを変化させ、ひとまとまりの動きにする。 6 「はじめーおわり」の作り方を知る。	6 「はじめーなかーおわり」でひとまとまりの構成に完成させる。			
【深めよう】見せ合いにより、相互の良さを知る。						
ミニ交流会						

評価	関	① ②	① ② ③ ④	①③④
	思		① ② ③	③
	技		① ②	③
	知	①	② ③	② ③

評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ダンスの特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるように積極的に取り組もうとする。 互いの良さを認め合い協力して練習や発表をようとしている。 	自分たちの課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。	自分の感じ方や工夫を素直に表現し、感じを込めて踊ったり、みんなに関わりをもって踊ったりすることができる。	ダンスの特性や学び方、踊りの由来を理解するとともに、発表の仕方や鑑賞の仕方、関連して高まる体力などを理解している。
具体の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ① 踊ることを楽しみ、仲間と思いきり動こうとする。 ② 自分や仲間の動きの良さを認め合い、気付いた点を教えることができる。 ③ 仲間と意欲的に練習し、最後まで仕上げようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ① グループや自分の興味・関心に合った課題を設定することができる。 ② 課題に応じた練習方法を選ぶことができる。 ③ 交流会で仲間の良い動きや表現などを確かめ合う。 	<ul style="list-style-type: none"> ① テーマから表したイメージをとらえ、即興的に表現にできる。 ② 動きに変化をつけひとまとまりの表現にできる。 ③ 感じを込めて全身で表現し、イメージが相手に伝わるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ① ダンスの特性や学習の進め方について理解している。 ② リズムに乗って自由に踊るなど全身を使った表現の仕方を知っている。 ③ 発表の仕方や鑑賞の仕方を知っている。

(3) 具体的な活動内容 (例)

①ダンスの準備運動 (城南中SSTダンスバージョン)

- ・2人組ストレッチ ・肩入れ ・体側伸ばし ・回転 ・後方反り ・柔軟 ・股関節
- ・ブリッチくぐり ・エアースポーツ ・体ほぐしの表現運動 ・アルプスいちまんじゃく

②新聞になろう

新聞の動きの真似をする。2人組になって、1人の人が新聞を操作、新聞になりきって表現する。

③タッチ&エスケープ

2人組で、スリリングなくずし (ダッシュ・フェイント・スローモーション) を体験した後、4人のグループで即興的にひと流れの動きにする。

④エアースポーツ

あらゆるスポーツを模倣し、一番見せたいところをデフォルメで表現する。互いに見せ合い楽しむ。(ラグビー・サッカー・野球・テニス・シンクロ・ボクシング・陸上競技等)

※コミュニケーション活動の工夫

ペアによる活動場面を増やし、その相手を常に変化させるようにした。誰とでも手のぬくもりを感じ、目を向き合って会話ができるような体ほぐし運動を取り入れたり、授業の展開の場面で、その機会を増やすようにした。

⑤もしもの世界

「もしも・・・だったら」と書いてあるカードを拾って、それを表現する。何度かやって一番気に入ったものを2人で表現し、見せ合いをする。



(4) 成果と課題

初めてのダンスの授業にみんな意欲的に参加できた。エアースポーツをしてから、生徒たちの動きが自由にのびのびと表現する動きに変わってきた。

動きのヒントとして、ムーブカードを準備したが、ムーブカードの動きをヒントにし、自分たちのダンスをひと流れで創ることができた。

全体の時間数が少ないため、評価の点で課題が残った。



【実践例2 単元 柔道 2年】

(1) 学習のねらい

- ①技ができる楽しさや喜びを味わいながら、基本動作や基本となる技が積極的にできるようにする。
- ②基礎的な知識や技能を活用して、学習課題への取り組み方を工夫できるようにする。
- ③基本動作を身につけ、自分の技を用いて投げたり抑えたりするなどの攻防ができるようにする。
- ④伝統的な考え方、技の名称や行い方、さらに関連して高まる体力などの知識を身につけるようにする。

(2) 指導計画 (14時間)

回	1・2	3～12	13・14	
めあて	柔道の成り立ちや特性を理解するとともに学習の見通しをつかむ	基本動作を身につけ、自分のできる技を用いて投げたり、抑えたりするなどの攻防を楽しむ	簡易試合を行い単元をまとめる。	
主な授業内容	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の進め方の確認 ・伝統的な行動の仕方礼法を知る。 	【基礎】 受け身など基本動作を正しく身につける。 <基本動作> ・姿勢と組み方・進退動作 ・崩しと体さばき・受け身	グループ内で ・固め技のみの試合(短時間) ・投げ技のみの試合(短時間) かける技の制限をする ① 支え技系 ② 刈り技系	
		【基本】 基本となる技を身につける。 <基本となる技> ・膝車・支え釣り込み足・大外刈り ・大内刈り・小内刈り・体落とし・大腰		
		【発展】 基本となる技を用いて攻防ができるようになる。 ※対人的な動きの中で、基本となる技を身につけさせるとともに、積極的に技が出るように支援する		
		学習の振り返り(個人カード記入)		
評価	関	① ②	① ② ③ ④ ⑤	④ ⑤
	思		① ② ③ ④	④
	技		① ② ③ ④	③ ④
	知	①	② ③	④

評価規準

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
評価規準	柔道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとする。また、分担した役割を果たそうとしたり、健康や安全に留意しようとする。	基本動作や基本となる技を習得するための練習の仕方や課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。	相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技を用いて投げたり抑えたりするなど攻防ができる。	柔道の特性や成り立ち伝統的な考え方、技の名称や行い方、さらに関連して高まる体力などの知識を身につけている。
具体の評価規準	①柔道の楽しさや喜びを味わうために、積極的に取り組もうとする。 ②相手を尊重しながら協力して学習に取り組もうとする。 ③伝統的な行動の仕方を守ろうとする。 ④準備や片付け、審判など分担した役割を果たそうとする。 ⑤用具や服装、練習場などの安全を確かめたり、自己や仲間の健康や安全に気を配ろうとする。	①基本動作や基本となる技の要点を見つけている。 ②自己や仲間の課題をみつけるとともに課題解決に向けた練習方法を選んでいる。 ③相手との組み方や動きを考えながら運動を工夫している。 ④相手の動きに応じて有効となる技を選んでいる。	①相手の動きに応じて基本動作ができる。 ②基本となる技を用いて、投げたり抑えたりすることができる。 ③相手の技を安全に受けることができる。 ④身につけた技を用いて相手の動きに応じた攻防ができる。	①柔道の特性や成り立ち伝統的な考え方について知っている。 ②基本動作や基本となる技の名称、行い方を知っている。 ③柔道で高められる体力について知っている。 ④礼儀作法や試合の運営、簡単なルールを知っている。

(3) 具体的な活動内容 (例)

①準備運動

- 前転、後転、開脚前転、開脚後転、側転、倒立前転等
- 腰きり、足けり、足回し、しぼり、エビ等

②基本動作

○投げ技の基本動作

- ・基本姿勢（自然体、自護体）・組み方（右組、左組、けんか四つ）
- ・進退動作（つき足、歩み足）・崩し（八方のくずし）
- 体さばき（前さばき、後ろさばき、前回りさばき、後ろ回りさばき）
- ・受け身（前受け身、後ろ受け身、横受け身）

○固め技の基本動作

- ・体さばき ・攻め方（上からの攻め、下からの攻め）

③基本となる技

○投げ技

受け身や体さばきと関連づけた指導

- ・ひざ車、出足払い、大外刈り、小内刈り、体落とし、出足払い

○固め技・けさ固め、横四方固め、上四方固め

④技の練習

- かかり練習 ○約束練習 ○自由練習（乱取り）

⑤簡易試合

- 固め技のみの試合 ○立ち技のみの試合
- 短時間の試合 ○技を制限した試合



※コミュニケーション活動の工夫
 ・基本動作の練習の中でも1人で行うのではなく、必ず複数での練習を行いアドバイスする場面等を多く行わせる。簡易試合では、試合者と必ず複数の審判同士が協議する場面等を多く行わせる。

(4) 成果と課題

初歩から段階的に練習を行うことにより、柔道を苦手としている生徒も恐怖心が取り除け、積極的に取り組むことができた。課題としては、怪我をしないように安全面に留意し、基本動作等の時間を十分にとったために、自由練習（乱取り）や簡易試合の時間が十分にとれず、柔道を得意としている生徒にとっては少し物足りなさもあった。

7 研究の成果と課題

(1) 成果

①コミュニケーション活動を生かした学習指導への取り組みについて

- ・「2010城南中SST」を行うことで、コミュニケーションを取りながら意欲的に体力向上を意識して準備運動に取り組む生徒が増えた。
- ・日頃の学校教育全体で取り組んでいるコミュニケーション活動を生かし、保健体育科の授業においてもペアやグループ学習を通して互いに協力をして、お互いを高めようとする姿が見られた。

②知識や身体能力を高め合う体育学習への取り組みについて

- ・それぞれの種目で、生徒の発達段階に応じた工夫を行うことにより、生徒自身が自ら具体的な課題を設定することができた。
- ・習得させたい内容を明確にし、基礎・基本的な学習内容を共通課題のもとで全員に習得させた。さらに、教師側の肯定的な言葉かけを工夫することにより、生徒達は自分の伸びを実感し、「できる」「わかる」「かかわる」喜びを意識して追求することができた。

③評価規準の取り組みについて

- ・評価規準を作成することで、評価の視点＝指導すべき内容が明確になり、「C努力を要する状況」の生徒に対して具体的な支援を予測しておくことで、一人ひとり個に応じた指導ができ、生徒の意欲が高まった。
- ・評価項目を重点化したことで、無理なく評価することができ、後の指導に生かすことができた。

(2) 課題

- ・生徒一人ひとりが自己評価等を活用して課題を設定させるためには、さらに課題を解決するための練習方法や資料を教師側から、十分に提供する必要がある。
- ・小・中、中・高の合同研究授業などを行い、6年間を見据えた体育学習に取り組む必要がある。
- ・各単元での評価規準を複数の教員で作成し、実践を通して絶えず見直しや改善が必要である。
- ・体育理論や保健分野においても学習で、コミュニケーション活動を生かし、生徒達が意欲的に取り組めるように支援する必要がある。
- ・体育学習で、生徒ひとり一人に運動の楽しさを実感させ、さらに生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現につながるように、研究を進めて行く必要がある。