

第10分科会

研究主題

仲間とともに課題を発見し解決を図る活動を通して、
確かな運動技能の定着をめざす体育の学習指導の在り方
－視聴覚機器の活用を通して－

かすがみなみ
春日市立春日南中学校

日 程

9:00	9:30	9:50	10:40	11:00	11:50	12:45	13:00	14:20	14:50	15:00
受付	ビデオ上映 体育会の	公開授業①	会場準備	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 「マット運動」 体育館

公開授業② 第3学年 「バスケットボール」 体育館

学校所在地図



交通機関

- 最寄駅
「博多南(JR)」下車 徒歩31分(タクシー15分)
- 経路
博多 発 7:54 8:22
↓JR博多南線
博多南 着 8:04 8:32

学 校 概 要

学 校 名	春日市立春日南中学校		
校 長 名	扇 弘 行		
学 級 数	12学級	生 徒 数	460名
所 在 地	〒816-0847 春日市大土居3丁目11番地		
連 絡 先	TEL 092-595-0905 FAX 092-595-0919		

【学校紹介】

平成20年度 春日南中学校保健体育科 確かな運動技能の定着を図る学習サイクル
実践開始

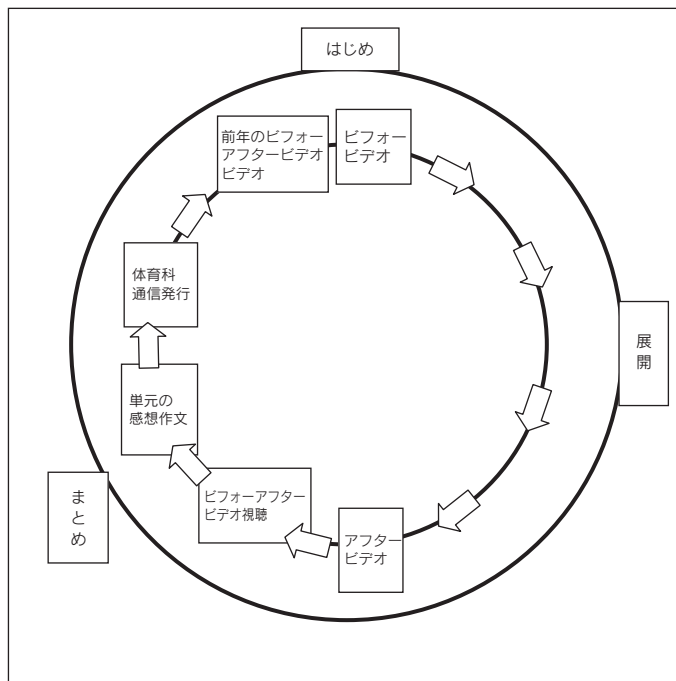


写真1【ビフォービデオ撮影の様子】



写真2【2台のハードルで技能向上の練習】



写真3【ビフォーアフタービデオを視聴の様子】



平成21年度11月 第49回全国学校体育研究大会福岡大会プレ大会兼第29回福岡県中学校保健体育研究発表会「運動技能の伸びを実感し、達成感を味わうことができる体育の学習指導の在り方」開催

平成22年度 6月 東京学芸大学水島先生を招聘しての研究授業

平成22年度 8月 読売新聞8月7日付け（かわらばん）に保健体育科水泳の公開授業の様子が掲載される。

平成22年度 春日南中学校
生徒数 460名
(男子221名 女子239名)

写真4【水島先生招聘授業の様子】



研究主題

仲間とともに課題を発見し解決を図る活動を通して、 確かな運動技能の定着をめざす体育の学習指導の在り方 —視聴覚機器の活用を通して—

春日市立春日南中学校

1 主題設定の理由

(1) 大会主題とのかかわりから

全体研究では、「運動の楽しさを味わわせ、体育的学力の確かな定着を図る体育授業の創造をする」ことを目指している。本校保健体育科では、全体研究の中心は「体育的学力の確かな定着を図る体育授業の創造」であるにとらえて、生徒一人ひとりに体育的学力の確かな定着を図ることができるよう研究を進めている。

全体研究の柱を本校保健体育科では、「できる」「わかる」「かかわる」「活用する」喜びを実感する中で、活動と喜びを繰り返し、指導内容を確実に身につけさせていくことであるにとらえている。

全体研究では、研究主題の構成要素を「わかる」「できる」「かかわる」「活用する」ととらえているが、本校保健体育科でも学習指導過程において、運動の仕組みや課題の解決の仕方がわかるようになり（「わかる」）、実際に運動を行ってみて、試行錯誤を繰り返しながらできるようになり（「できる」）、その過程において仲間とともに競い合ったり、励まし合ったり、認め合ったりしながら仲間との関わりを深め（「かかわる」）、伸びていくと考えている。そして、その伸びが生徒自身に実感できたとき、自ら、新しい目標を設定し、身につけた運動の技能を自ら活用するようになる（「活用する」）であろう。

全体研究から上記のような点をふまえて、「仲間とともに課題を発見し解決を図る活動を通して、確かな運動技能の定着をめざす体育の学習指導の在り方」という本校保健体育科の研究テーマを設定し研究を積み重ねてきた。

(2) 研究の過程から

本校保健体育科では、これまでに「仲間とともに課題を発見し解決を図る活動を通して、確かな運動技能の定着をめざす体育の学習指導の在り方」を研究し、実践をつみ重ねてきた。

その道は決して平坦なものではなく、試行錯誤の繰り返しだった。どのような学習指導を仕組みれば、生徒は仲間とともに課題を発見することができるか。そして見つけた課題を仲間とともにどのように解決していくか。それに教師がどのような形でかかわればよいのか。運動が苦手な生徒や、運動が嫌いな生徒にどのように関われば、その生徒達に確かな運動技能を定着させることができるか、常に話し合いを繰り返し実践し、検証を重ねてきた。

そこで、本校保健体育科では、研究主題を達成させるための手だてとして、視聴覚機器を活用した学習活動を工夫することにした。

本校では、運動単元を「一次」「二次」「三次」と三段階に分け、「一次」では、「オリエンテーションビデオ」として、生徒たちが単元の目標を設定することが容易にできるようなビデオを用意した。「二次」では、示範となるビデオを準備し、自分の技能と照らし合わせながら、自分の運動技能の課題の把握が容易にできるように工夫した。ビデオはHDビデオと映像遅延装置の2種類を用意し、スロー再生で自分の運動技能の課題をわかりやすく把握できるようにした。

「二次」では、自分と仲間の運動技能をビデオでチェックし、お互いにアドバイスしあい、お互

いに伸びることをねらった。そして、「三次」では運動単元の開始時（レディネス時）に、ビデオ撮影をしたものを、「ビフォービデオ」とし、運動単元の最後に技能が高まった状態でビデオ撮影したものを、「アフタービデオ」とし、この二つのビデオをつなげるように編集したものを「ビフォーアフタービデオ」と名づけて、運動単元の最後である「三次」に生徒たちに視聴する場を設定し、自分自身と仲間の運動技能の伸びを実感させるようにしている。このビデオを視聴することによって、自分もやればできるのだということに気付かせ、達成感を味わわせることをねらった。

「ビフォーアフタービデオ」の視聴で達成感を味わった生徒達に単元の感想を記入する時間を設け、それら生徒の感想を教師のコメントとともに保健体育科通信で発表してきた。これにより全体研究の「わかる」「活用する」喜びをねらってきた。

【資料1 「単元で手だてを講じた際の生徒の心情と構成要素の関係」】

過程		わかる	できる	かかわる	活用する
一次	手だて	・ビフォービデオ撮影 ・オリエンテーションビデオの視聴		先輩の技能獲得に仲間との関わりがあった好例を示す。	
	生徒の心情	よし、やる気になったぞ。〇〇な目標たててやってみよう		友達と一緒に頑張ろう。みんなのできるようになりたい。	
二次	手だて	・つまずきビデオ ・示範ビデオ	・技能チェックビデオ ・映像遅延装置 ・HDビデオのスロー再生		
	生徒の心情	一般的なつまずきがわかったぞ。 模範的な技能がわかったぞ。	自分（仲間）の技能の課題がわかったぞ。 課題を改善するためには〇〇したらいいと思う。		
三次	手だて	・アフタービデオ撮影 ・ビフォーアフタービデオ視聴			・保健体育科通信
	生徒の心情	自分も仲間もこんなに伸びていたのか。驚きと感動。			先生と仲間とのよいかかわりがあったからみんな伸びたんだな。

2 主題の意味

(1) 「仲間とともに課題を発見し解決を図る活動」とは

全体研究で示す「体育的学力」の4つの構成要素である「わかる」「かかわる」「できる」「活用する」のうち、「仲間とともに課題を発見し」で「わかる」「かかわる」活動を繰り返していく活動をねらっている。さらに「解決を図る活動」で「わかる」「かかわる」「できる」をねらっている。

仲間とともに自分と仲間の課題を発見し、その解決を図る活動を通して、「わかる」「かかわる」「できる」喜びを味わわせていくようにしている。

(2) 「確かな運動技能の定着」とは

確かな運動技能とは、本校保健体育科では生徒達に身に付けさせておきたい基礎基本の運動技能と定義している。

以下、確かな運動技能を資料2で表している。

【資料2 身に付けさせたい運動技能】

運動単元		確かな運動技能
陸上競技		タイムが縮まる 距離が伸びる フォームが良くなる(なめらか ダイナミック)
球技	ゴール型	なめらかなドリブル 的確なパス シュートが入る 1対1で突破ができる 状況に応じた的確なプレーができる
	ベースボール型	バッティングでボールが強く遠くに飛ぶ なめらかでダイナミックな守備ができる 状況に応じた的確なプレーができる
	ネット型	サーブが入る スパイク(スマッシュ)ができる レシーブ・トス(バレーボール)ができる 状況に応じた的確なプレーができる
器械運動		新しい技ができる 連続技がなめらかにダイナミックにできる
水泳		タイムが縮まる 距離が伸びる フォームが良くなる(なめらか ダイナミック)
武道		技ができる 対人技能で相手に勝てる 型ができる
ダンス		なめらか(ダイナミック)な動きができる 創作することができる

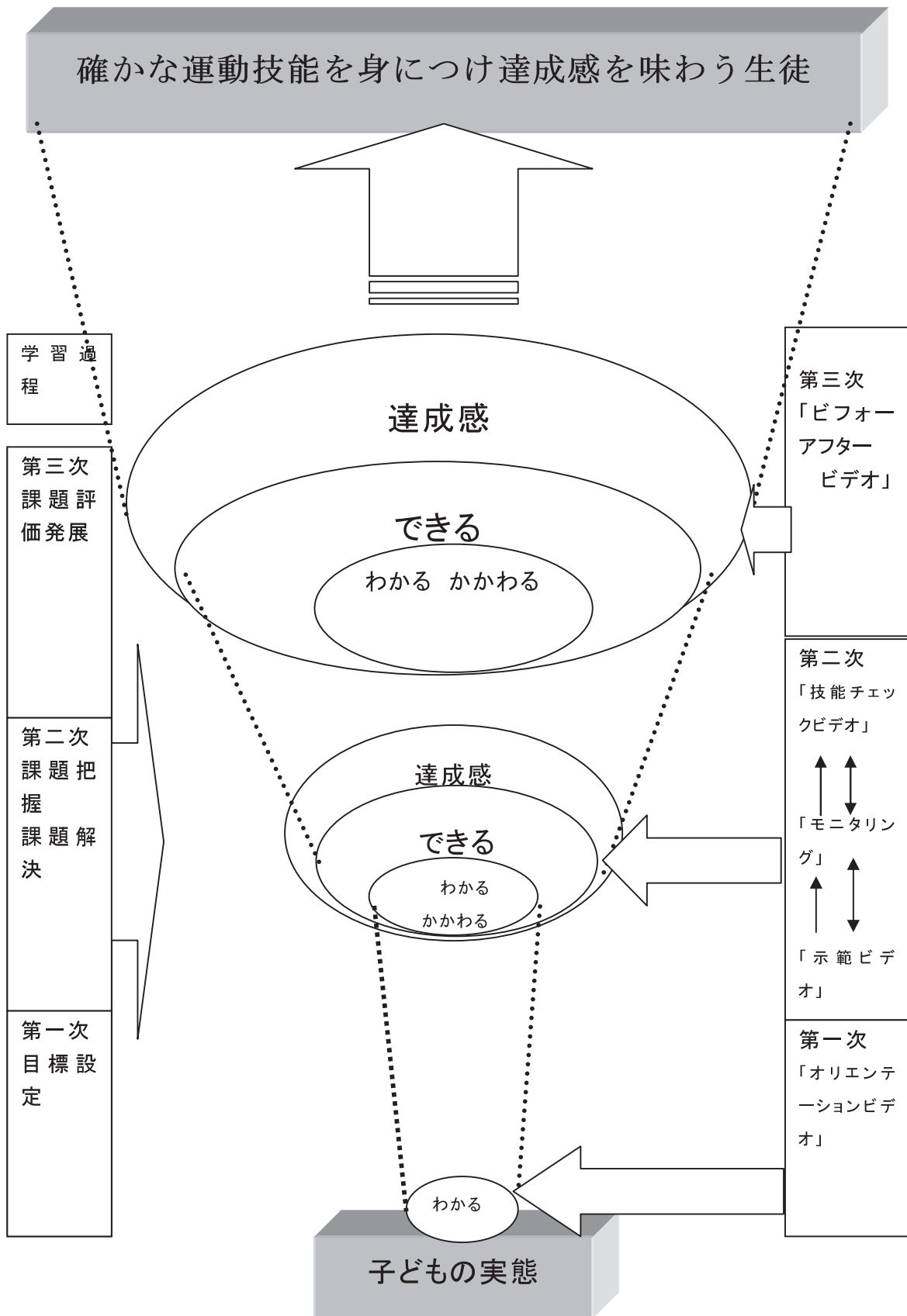
3 研究の目標

視聴覚機器を活用を通して、自分と仲間の課題を発見できる学習活動の在り方と確かな運動技能の定着をめざす体育の学習指導法の在り方を究明する。

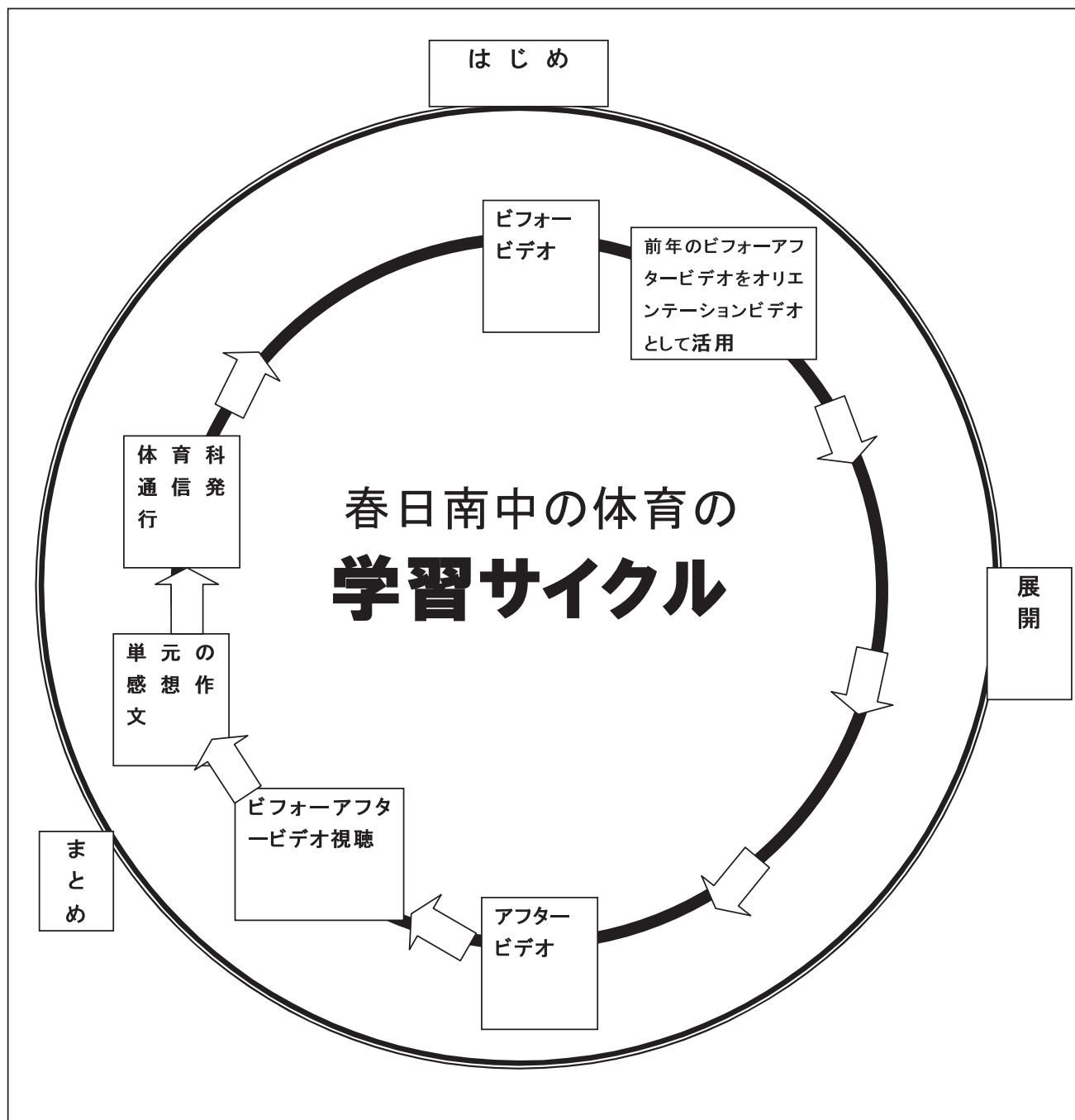
4 研究の仮説

保健体育科の学習指導過程において、視聴覚機器を活用し、仲間とともに課題を発見し、解決を図る活動を仕組むことができれば、子ども達に、確かな運動技能の定着を図ることができ、達成感を味わわせることができるであろう。

5 研究の構想



【資料3 春日南中の体育の学習サイクル】



6 実践事例

【陸上競技「ハードル走」】

(1) 単元名「50mハードル走」50mハードル走 ハードルは5台 インターバルは「6.5m」「7m」「7.5m」のコースを用意し自分で選択できるようにした。

ハードル走学習 全8時間の単元計画			
	時	学習活動	指導上の留意点
導入	1	オリエンテーション ①「ビフォービデオ撮影」	アフタービデオを撮影することを想定して、ビフォービデオを撮影する。
	2	50mハードル走 記録どり	
展開	3	「つまずきビデオ」「示範ビデオ」視聴し、技能獲得の学習	「つまずきビデオと示範ビデオ」で一般的つまずきとよいハードリング技能について学んだ後から、技能獲得の学習を行う。(第2ハードルまで)
	4	モニタリング機能を生かした課題解決学習①	子どもたち相互のアドバイス活動(モニタリング)をベースにした課題解決学習(第2ハードルまで)
	5	モニタリング機能を生かした課題解決学習② 全員のハードリングを撮影し、全員に技能面で指導助言を行う。	武道場で第1ハードルと第2ハードルのみのハードリングの様子を全員撮影し、全員に適切な指導助言を行う。
	6	モニタリング機能を生かした課題解決学習③ 記録の更新もかねて行う。	ハードリング技能が上達した子どもには、タイム計測を進める。
まとめ	7	②「アフタービデオ撮影」	アフタービデオと同時にタイム計測も行う。
	8	③「ビフォーアフタービデオ視聴」 ④総括的アンケート実施	

(2) 指導の実際

ハードル走の単元計画は上記の通り8時間計画で実施した。

① 第1時に「ビフォービデオ撮影」、②第7時に「アフタービデオ撮影」、③第8時に「ビフォーアフタービデオ視聴」と④「ハードル走学習の単元のアンケート書き」、すべての単元が終了して、⑤「体育科通信ヒューマン発行」した。

これらの学習活動①～⑤が有機的に機能するように、体育の学習サイクルにきちんと組み込むようにしている。⑤保健体育科通信は単元の学習活動のすべてが終了した後に発行した。最初に「ビフォービデオ」を撮影したが、その際、全員の前で「ビフォーアフタービデオ」の説明を行った。「テレビ番組で住宅リフォームをあつかったビフォーアフターという番組があるだろう。あれの体育学習バージョンをやるぞ。」と言い、怪訝そうな顔している子どもたちに「ビフォービデオを全員分撮影したのだから、これから短時間の学習でアフタービデオ撮影でどのくらい上達するか勝負するぞ。」と言い、ビフォーアフターの意味を理解した子どもたちに追い討

ちをかけるかのような発言を行った。それは、テレビ番組のビフォーアフターの前に一言ついている言葉が大切なのだということを伝えた。それは「劇的」という言葉だ。上手くなったのかどうかよく見ないとわからないくらいでは「劇的」とはいえない。これからの学習活動で「劇的」に上手になってもらうということを本格的な学習活動に入る前に宣言した形となった。これで、劇的に上達させることができれば、口先ばかりの教師になってしまうが、これまでの学習指導の経験から、短期間で必ず上達させることができるという確信があった。本格的な学習活動が開始していく際に、ハードル技能向上のためにスタートから第1ハードルまでを12mに設置して、第2ハードルまでを何度も練習させるようにした。（写真2【2台のハードルで技能向上の練習】）ハードリング技能が未熟なまま5台のハードルを跳んでいくと途中から失速してしまい、悲惨なハードリングにしかならないので、まず2台のハードルを使用して一斉に子どもたちの技能を高めていった。また、ハードル技能向上にかけられる時間が3時間～4時間しかないということがわかっていたため、雨が降っても何らかの形でハードル技能の向上の練習をしないといけない状況であった。2台のハードルでの技能向上の練習の前に、オリジナルビデオ教材（つまりきビデオと示範ビデオ）で、悪い方の基準と良い方の基準を学ばせていたため、良いハードリングのイメージ化ができていたために、乾いた砂が水を吸い込むかのように、あれよあれよという間に、技能が向上していき始めた。技能が伸び始めると、やはり楽しくて仕方なくなるようで、進んで昼休みや放課後に練習し始める生徒がでてきた。ついには、50m走の記録と50mハードル走の記録の比較で、50m走の記録にプラス1.0秒以内が学年で3人（4%）だったのが、単元終了時には27人（36%）に増えた。逆に50m走の記録にプラス2.1秒以上だったのがレディネス時には46人61%だったのが11人の14%に減少した。それらの技能の伸びの喜びは単元終了時のアンケートに表現された。

【ビフォービデオ撮影の様子】



【2台のハードルで技能向上の練習】



【ビフォーアフタービデオを視聴の様子】



【器械運動「マット運動」】

「マット運動」の単元計画は以下の通り12時間計画で実施した。

マット運動学習 全12時間の単元計画			
	時	学習活動	指導上の留意点
導入	1	オリエンテーション ①「ビフォービデオ撮影」	アフタービデオを撮影することを想定して、ビフォービデオを撮影する。
	2	単技をいろいろ試す。	
展開	3 4	単技を伸ばす学習 「つまずきビデオ」「示範ビデオ」視聴し、技能獲得の学習	「つまずきビデオと示範ビデオ」で一般的つまずきと模範的技能について学んだ後から、技能獲得の学習を行う。技能獲得で選ぶ技は自分で判断して選ぶ。
	5	連続技を伸ばす学習 モニタリング機能を生かした課題解決学習①	子どもたち相互のアドバイス活動(モニタリング)をベースにした単技における課題解決学習
	6 7 8	モニタリング機能を生かした課題解決学習②	全員の連続技を撮影し、全員に技能面で指導助言を行う。
	9 10	モニタリング機能を生かした課題解決学習③ 記録の更新もかねて行う。	ハードリング技能が上達した子どもには、タイム計測を進める。
まとめ	11 12	②「アフタービデオ撮影」 ③「ビフォーアフタービデオ視聴」 ④総括的アンケート実施	アフタービデオと同時にタイム計測も行う。

すべての単元が終了して、⑤「体育科通信ヒューマン発行」した。

- ・現在の自分の技能を把握することができるように「できる技テスト」を行う。それを「ビフォービデオ」として撮影する。
- ・単技と連続技の一般的なつまずきの把握ができるように、「つまずきビデオ」で課題をいくつかにわけて紹介し、理解することができるようにする。
- ・単技と連続技の模範的技能を把握できるように、「示範ビデオ」を活用する。
- ・単技と連続技の自分の技能の課題を把握できるようにビデオを有効活用する。ビデオは映像遅延装置も使用する。
- ・技能の伸びを実感できるようにするために、「ビフォーアフタービデオ」を制作し、視聴する場を設定する。
- ・単元の最後に総括的アンケートを実施し、単元の感想文をまとめる。それをもとに保健体育科通信を作成し、達成感を味わわせるようにする。

【県研究発表会での授業の様子】



単元計画12時間の学習活動①～⑤が有機的に機能するように、体育の学習サイクルにきちんと組み込むようにしている。

第1時はビフォービデオ撮影、第2～4時目は単技を中心に学習を展開した。単技を学習する際に、マット運動の「つまずきビデオ」と「示範ビデオ」を有効に活用し、マット運動の学習に対しての機運を盛り上げていった。第5時から連続技に入っていった。最終的な評価は連続技で行うため、しっかり力をいれてつくるようにさせた。第6時には、連続技の「つまずきビデオ」と「示範ビデオ」を視聴し、連続技を構成する上でのポイントを明確にし、一人ひとりが自分の連続技に取り組んでいった。第7時の学習は福岡県中学校保健体育研究発表会での授業発表をさせていただいた。これは本年秋の学体研全国大会福岡大会のプレ大会も兼ねていたので、参観者が非常に多く、子どもたちも緊張していたようだったが、とてもいい勉強になった。

連続技は技能点数として「10点満点」で、教師が採点を行った。子どもたちは「9.0」以上を目指して、毎日、昼休みも練習を積み重ねて最高得点を獲得できるよう努力していた。

7 研究の成果と課題

(1) 成果

春日南中学校の保健体育科では、平成20年度より、現在の春日南中の体育の学習サイクルを実践してきた。

平成20年度の1年生男女全員のクロールのビフォービデオ撮影を行ったところ、25m泳げない生徒が約15人もいたことに衝撃を受けた。その中の一人A君は10mしか泳げなかった様子がビフォービデオにしっかり残っている。

そのA君を含め3年生全員が泳力を向上させることができた。そこで、3年生での最後の水泳授業の様子を保護者や一般に公開した。その様子を読売新聞かわら版で紹介していただいた。

この時は3年生男子74名中、クロールで1000mの距離を泳ぎきれない生徒は二人になっていた。その二人の生徒も最低75m～100mはコンスタントに泳げるようになっていた。2学期の第2週まで水泳を行う予定だが、その時までにはバタフライで25m泳げて、25m×4の個人メドレーができるようになることが目標の一つである。

【県研究発表会での授業の様子】



【DVDで技能チェックの様子】



【平成22年8月7日付け読売新聞】

読売新聞かわらばん 2010年(平成22年) 8月7日(土) 第195号

水泳授業減る ▶ 無理強いできない ▶ カナヅチ増加に危機感 ▶

3年男子9割 1000m以上泳力割

距離延ばす挑戦2年

春日南中 泳げない生徒応援

今後の自信につながりそう。

平成22年8月7日
かわらばん掲載記念
読売センター春日西
☎(092)575-0736

新聞で取り上げていただいたことから、水泳の学習を一つの成果の例として取り上げた。

平成20年度より実践してきた本校の体育の学習サイクルは視聴覚機器の活用を大きな手だてとしているが、同様に生徒と保護者の感想文も言語活動の充実とあわせて重視してきた。

今回の水泳学習を参観に来ていただいた保護者の感想文を紹介する。

(右記【水泳公開授業に参観にこられた保護者の感想】)

【水泳公開授業に参観にこられた保護者の感想】

テーマ『	感動の水泳授業
子どもたち泳ぐ姿を見た途端、本当に驚きました。思春期真ただ中の彼らが、雨の中ひたむきに泳ぐ姿は、本当に感動をあたえました。自分たち中学の身体経験した水泳の授業とは、全然違いました。中学の水泳の授業は、ほんとにいいですね。彼らは、この授業を受けて、将来の自信につながる、と私も思っています。あんなに泳ぐ姿は、1000m以上泳ぐようになり、泳ぐ姿を体験させています。指導者として、こんなにも一人一人の力を引き出す先生は、本当に素晴らしいと思います。	

()年()組()番()

この他、陸上競技のハードル走や器械運動のマット運動・跳び箱運動でも同様の成果があがっており、成果がわかりにくい武道（柔道）や球技においても成果があがっていることが様相観察や単元終了時の生徒の感想文等から伺える。

(2) 課題

- ・ 個人的スポーツの技能獲得段階で、視聴覚機器の活用が有効であることは証明できたが、球技のような集団スポーツで視聴覚機器をどのように活用するか検討する余地がある。
- ・ 技能獲得段階のどの段階で自分の技能を見せることが効果的なのか、検討する余地がある。
- ・ 中学校3年間で考えた体育の単元構成をもう一度点検し、工夫する必要がある。