

# 自他の課題を発見し、合理的な解決に向けた学習指導の工夫

## ～知識及び技能の定着を目指して～

千葉県千葉市立誉田中学校 教諭 日暮 真之

### 1 はじめに

本校は、千葉市東南部の丘陵地帯に位置し、緑豊かな環境の中にある。昭和22年5月10日、学制施行に伴い、誉田小学校校舎を借用して発足した市内でも古い歴史をもつ中学校の一つである。

かつては、落花生を中心とした畑作農業地帯のなか、小規模校としてゆとりのある条件のもとに学校生活を送っている時代が続いた。しかし、近年は、京葉工業地帯や東京方面への通勤者のベッドタウンとして宅地化が進み、約500名の中規模校となった。現在は新興住宅地の建設に伴い、さらに生徒数が増加傾向にある。

生徒は5町以上にまたがる広範な地域から、交通量の多い通学路を徒歩および自転車を利用して通学している。正門前にはJR外房線の踏切があり、全国でも特異な状況もある。このような環境の中、予測困難な社会の変化に伴い、生徒たちは様々な変化に積極的に向き合い、他者と協働して課題を解決していく力が求められている。本校の実態としては、他者とのコミュニケーションがうまく取れない生徒や課題解決のための思考力や判断力、相手に自分の考えを分かりやすく伝える表現力・伝達力に課題がある生徒が多い。こうした社会の状況と生徒の実態を踏まえ、本校の研究主題を「ともに学び合い、主体的な学習態度を身につけるための指導方法の工夫」と定めている。

### 2 研究のねらい

千葉市学校教育の課題（体育・保健体育）では、「課題解決学習を充実させるために、児童生徒の実態を的確に把握し、運動の特性を考慮したうえで、個に応じた手立てを講じることができるように努める」ことを課題として挙げている。千葉市学校教育の課題を踏まえ、本校では、課題解決学習を実践する中で、学習課題の解決を通して生徒が思考を深め、適切に表現できるように指導していくことが必要だと考えた。ICT機器を効果的に活用し、運動の観察を行うことや自他の課題を発見すること、基礎体力の向上、「わかる」「できる」を生徒が実感できるような知識と技能の関連を図った指導を通して、学び合い活動の充実や主体的な学習態度の育成が実現できるように、本研究主題を設定した。

### 3 研究の概要

研究主題を実証するために各単元で共通して以下の点に取り組む事とした。

- (1) 観察や話し合い活動、ICT機器等の活用を通して、自他の課題を見付け、合理的な解決に向けて主体的に取り組む生徒の育成を目指した。

- (2) 主体的に取り組む生徒の育成には基礎体力の向上が必要だと考え、どの単元でも授業の始めに3分間のファンクショナルトレーニング「身体機能を向上させるトレーニング」を実施した。各単元において最初のオリエンテーションの充実を図り授業の見通しを明確にさせる。
- (3) 技能向上の度合いがわかり、生徒の意欲を引き出させる学習カードや評価カードを工夫し、生徒が自らの能力に応じた学習方法で活動に取り組めるようにした。また、個々の技能習熟度を把握できるよう、相互評価や自己評価の仕方を提示した。

#### 4 研究の実践

##### (1) 3年男子器械運動（マット運動）の展開（7／10）

###### ①目標

- タブレットを活用し、自己観察と他者観察を通して、自己の動きや仲間の動きを分析し、それぞれの違いを理解しようとしている。（知識及び技能）
- 仲間に課題を伝えあったり補助し合ったりして、互いに助け合い教え合おうとしている。（学びに向かう力、人間性等）

###### ②展開（授業展開は令和元年度のもの）

###### ○導入（15分）

- ・準備運動、ファンクショナルトレーニング、挨拶、健康観察、本時のねらいの確認
- ねらい①「今できる技や新しい技に挑戦して完成度を高める。」
- ねらい②「発表会に向けて技を組み合わせる連続技の完成度を高める。」



ファンクショナルトレーニング



大型TVとタブレットを活用した説明

###### ○展開（30分）：各自の挑戦している技の練習を行う（倒立前転・伸膝前転・ハンドスプリングなど）

- ・技能のポイントを考えながら、練習に取り組む。
- ・仲間と協力し、タブレットの動画撮影を活用しながら自分の動きや仲間の動きの分析を行う。
- ・同じ系統の技を練習している仲間と協力し、アドバイスし合いながら行う。
- ・跳び箱や壁、畳、ロイター板、手を着く位置や目線の位置のマーカーなどを活用して行う。



タブレットを使用して、仲間と協力してアドバイスし合っている様子

○まとめ（5分）：本時の振り返りと次時の確認

- ・本時の練習の反省や改善点について考察し、次時への課題を確認し、学習カードに記入する。
- ・数名の生徒から本時の反省の発表と実演をさせ、本時の成果を共有する。
- ・振り返りを全体で行う。



本時の練習の反省や改善点の考察



全体での振り返り

## 5 研究のまとめ

### (1) 成果

#### ①運動の観察（ICT機器の活用）を通じた、学び合い活動の充実

市教委から学校に支給されたタブレットを活用し、友達に自分の動きの動画を撮影し動きのチェックをする事で生徒は自ら積極的に学習に取り組んだ。

(生徒の声)・模範動画と自分の動きの違いを探したりすることで、体の動かし方や目線の位置などより細かく分析することができた。

- ・ICT機器を活用し、運動の観察の大切さに気付き、運動が楽しいと思った。
- ・タブレットを使った授業を通して、学び合い活動が充実し、「動きがわかる」を実感することができた。

#### ②ファンクショナルトレーニング

主体的に取り組む姿になるためには「できた喜び」が必要であり、「できた=技能向上」のための大きなカギは、「基礎体力」と考える。どの単元でも、3分間のファンクショナルトレーニングを実施し、基礎体力の向上を図った。年度初めは時間内にすべてのトレーニングが終わらない生徒もいたが、前期の終わりにはほとんどの生徒が目標回数、セット数をこなすことができるようになり、現在ではスクワットにアレンジを加え、より強度の高いトレーニングを自ら行っている生徒もいる。

成果としては、腕立てでは握力、腹筋運動では上体起こし、スクワットでは長座体前屈の記録が向上したと思われる。

(生徒の声)・始めたばかりの頃は、腕立て伏せが1回もできなかったが、(1年経った)今では10回以上できるようになった。

- ・トレーニングをしていくうちに、肩や膝の痛みが取れた。怪我もしにくくなったように感じる。
- ・スクワットやジャンプスクワットのトレーニングのお陰で、サッカーをやっていて、ボールを蹴った際に、以前よりも飛ぶようになった。
- ・毎回やっていくうちに、どこの筋肉に力が入っているのかや今どこの筋肉を使っているのかがわかるようになった。

新体力テストにおける比較（令和元年度 第3学年男子）

	身長 (cm)	体重 (Kg)	握力 (Kg)	上体起こし (回)	長座 体前屈 (cm)	反復横跳び (回)	20m シャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ハンドボール 投げ (m)
全国	165.44	53.22	34.9	30.44	47.73	55.92	96.64	7.44	212.56	23.82
学校(4月)	165.17	53.68	37.02	30.29	53.78	55.51	93.89	7.45	233.12	24.75
学校(10月)	167.37	55.94	38.77	33.1	55.67	55.4	88.56	7.48	229.78	23.57
4月と10月の差	2.2	2.26	1.75	2.81	1.89	-0.11	-5.33	-0.03	-3.34	-1.18

③学習カードの工夫

学習カードを工夫することにより、生徒の思考が整理され、毎時間に取り組む意欲が向上したと感じられた。カードに書くことで自らの状況が表現され、生徒にとっては、振り返るための貴重なカードとなっていた。



学習カード

(2) 課題

①ほとんどの生徒がタブレット等を活用しながら学び合い学習をすることができたが、少数ではあるが孤立してしまう生徒も見られた。そのような状況の生徒たちもグループに入れるような指導の工夫や生徒たち同士の信頼関係をつくれるような授業をすることで、より学習が深まるであろう。



タブレットを使う様子

②運動が苦手な生徒、運動の課題を見つけるのが苦手な生徒などに対して、技のポイントやコツ、練習方法や場の工夫などをより細かく指導、支援していく必要があった。「指導→評価→支援」の流れが見えるような指導を心がけていくことでさらに充実した学び合いができて学習が深まるであろう。



③タブレットについては、市教委からの支給数が限られているため、保健体育科だけで使用することは難しい。記録情報を整理することや全校の体育の授業で実践するには、工夫が不可欠となる。このようなハード面については今後の大きな課題であると言える。