

運動することを深めることができる生徒を育てる保健体育科の授業

I はじめに

学習指導要領では、改訂の基本的な考え方を「心と体を一体としてとらえ、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成することを重視する観点から、運動や健康に関する課題を発見し、その解決を図る主体的・協働的な学習活動を通して、『知識・技能』、『思考力・判断力・表現力等』、『学びに向かう力・人間性等』を育成することを目標として示す。」¹⁾とされている。また、鈴木直樹氏（東京学芸大准教授）は、「ただ、速く走ることができるとか、器用に動くことができるとか、そういう身体の有能性こそが大切なのではなく、運動する喜びを他者と共に共有し、生涯にわたって運動に親しむ基礎となる知識や技術を学んでいく。そのプロセスで活用されるスキルや人間性を有する身体の育成こそが重要」²⁾であると述べている。そこで、本校保健体育科では、体育の見方・考え方^{注1)}を働かせ、課題解決のプロセスにおける資質・能力を育成する必要があると考えた。しかし、ただ単に教師が与えた課題を解決するだけでは、生徒が主体となってこの資質・能力を育成することは難しい。そこで、ゲームなどを行う中で、課題を発見し、解決するという資質・能力の育成を通して、運動の特性に応じた楽しさや喜びを味わい、それらを他者と共有することが豊かなスポーツライフの実現、すなわち運動することを深めることにつながると考えた。

前研究では、批判的思考の四つのプロセスを用いた学び合う活動を通して、自己の問題の解決に向けて適切な動きの決定を行わせた。^{注2)}そこでは、生徒たちは仲間から伝えられたことやICTで記録したものを基に動きを把握し、自己の動きを吟味して決定することができた。しかし、生徒が課題を発見する際に、運動の特性に対して最適ではない課題を発見してしまう姿が見られることがあった。これは、運動の特性に対して、発見した課題が適切であるかを振り返らせることが不足していたためだと考えられる。また、単元を越えた学びの転移が行われず、別の種目になったときに既習の知識・技能をいかす姿が見られないこともあった。これは、単元を通した学びの振り返りが適切に行われなかったことで、知識・技能の関連付けがされず、深い理解を伴った知識・技能にすることができなかつたためだと考えられる。これらのことから、メタ認知を促進させ、振り返りをさせる場面が必要であったと考える。

単元の学びにおいて、メタ認知を促進させることで、運動の特性に応じた課題を適切に発見させることができるようになることを考える。なぜならその課題の解決のために、これまでの学びによって得られた知識を整理したり、知識を組み合わせる新たな動きを考えたりすることにつながるからである。そして、そこから得たことを繰り返し試し、課題解決をした上で適切な動きの決定する過程を通して、運動することを深めることができるようになることを考える。また、これまでの課題の解決を振り返らせることで、特定の状況、目的に応じて、知識を整理したり、関連付けたりすることにつながり、種目が変わったときでも、別の種目で身に付けた知識・技能をいかして運動することができるようになることを考える。それらが、運動の楽しさや喜びを味わうことにつながり、さらには、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現することにつながることを考える。



【チームの問題を話し合っている場面】

以上のことから、「運動することを深めることができる生徒を育てる保健体育科の授業」という研究主題を設定した。

II 研究の概要

1 保健体育科が目指す生徒像

保健体育科では、目指す生徒像を次のように設定し、研究に取り組むこととした。

運動することを深めることができる生徒

運動する過程において、運動の特性に応じた問題の発見から、問題解決のために解決方法である様々な動きを繰り返し試して、問題解決を行う。問題解決をした上で適切な動きの決定を行うことで、目指す生徒像になると考える。

2 育みたい資質・能力

保健体育科における目指す生徒像に近づけるために、次のような資質・能力を育んでいくことが必要であると考えた。

運動の特性に応じた問題を発見し、問題解決をした上で適切な動きの決定をする力

「問題を発見する」とは、運動する過程において、様々な問題を踏まえて最も問題となっていることを判断し選択することである。それをするすることで、適切な動きの決定に向けて問題解決の見通しをもたせる。適切な「動きの決定」とは、問題を解決するために様々な動きを考え、それらを繰り返し試し、問題解決をした上で適切な動きの決定で何が最も有効だったのかを振り返ることである。

この資質・能力を育んでいくことで、生徒たちは保健体育科が目指す生徒像になると考える。

3 資質・能力を育むための手立て

保健体育科では、資質・能力を育むために、次の二つの手立てを設定した。

(1) 単元構成の工夫

生徒が運動に取り組みやすく、運動することを深めていくことができるように単元を「広げる場」「深める場」「振り返る場」の三つの場に分ける。

「広げる場」は、ミニゲーム、メインゲームなどを通して、運動を楽しむために必要な内容を問うことで、運動の特性を理解させたり、基礎・基本の知識・技能を学ばせたりする場である。運動の特性には、大きく分けて球技・武道などの相手に応じた動きを考える領域と陸上・器械運動などの自身の身体を操作するための動きを考える領域がある。また、基礎・基本の知識・技能には、動きのみではなく、ルールも含まれる。この場では、運動の特性を理解させたり、基礎・基本の知識・技能を学ばせたりするために、ミニゲーム、メインゲームなどを振り返らせ、全員が楽しむためのルール、うまくできた動きやうまくいかなかった動きなどの意見を挙げさせる。その中からチームや自分に必要だと考えられる意見を意識させ、その後のミニゲーム、メインゲームなどに取り組みさせるようにする。

「深める場」は、メインゲームなどを通して、運動の特性に応じた問題を発見し、適切な動きの決定をさせることで、運動することを深めさせる場である。問題の発見では、メインゲームなどを繰り返す中で、運動をする過程において、上手いいかないこと、困っていることを挙げさせる。その後、他者の考えも含め、様々な問題を踏まえて最も問題となっていることを選択させ、学習プリントに記述させる。動きの決定では、問題の解決をするために、知識を使い分けるために整理した

り、知識を組み合わせ新たな動きを考えたりしてどのような動きをすればよいのかを繰り返し試し、問題解決をさせた上で、学習プリントに記述させる。そして、その後のメインゲームなどで意識させ取り組ませる。

「振り返る場」は、問題の解決を振り返らせる場である。深い理解を伴った知識・技能とするため、問題解決後に、自己の動きだけでなく、他者の動きについても振り返らせ、問題の解決をするために、必要な動きは何かを学習プリントに記述させ、明確化させる。そうすることで、特定の状況や目的に応じて知識を整理したり、問題の解決につながった自己の動きや他者の動き、これまでの知識を関連付けたりした状態である深い理解を伴った知識・技能として身に付けさせる。

このように場を設定することで、運動する過程において、生徒たちは「広げる場」で学んだ基礎・基本の知識・技能を「深める場」で活用・探究し、問題の発見から適切な動きの決定をすることができる。また、「深める場」で問題解決学習を設定し、生徒たちが主体的に問題解決をすることで運動することを深めることにつながると考える。さらに、「振り返る場」により問題解決を振り返り、獲得した深い理解を伴った知識・技能をいかして他の単元で問題の発見から動きの決定することにつながると考える。

(2) 拡散的思考と収束的思考を働かせる場面の位置づけとメタ認知を促進する場面の位置づけ

「深める場」において、運動する際に、生徒たちが拡散的思考と収束的思考を働かせる場面を設定する。拡散的思考は、問題を発見させる際に働かせられるよう、まず、メインゲームなどを通して、チームごとにチームや自己の問題を話し合わせる。その後、生徒たちに全体で発表させ、「チームで挙げた問題以外に問題はあったか」などと問い掛け、今までに挙げた問題を整理させたり、さらに問題がないか振り返ったりさせる（「拡散的思考中のモニタリング」以下「拡M①」）。そうすることで、他者の考えも含め、様々な問題を踏まえて最も問題となっていることを選択できるようにさせ、学習プリント（資料1）に記述させる。また、問題解決をした上で適切な動きの決定をさせるために、生徒が知識を使い分けるために整理したり、組み合わせる新たな動きを考えたりして、様々な動きを試す際にも拡散的思考を働かせられるようにする。その際、様々な動きを考えることができているかを問い掛ける（「拡散的思考中のモニタリング」以下「拡M②」）。そうすることで、考えた動きを整理したり、さらに有効な動きがないかを考えたりできるようにさせる。収束的思考は、考えさせた様々な動きを繰り返し試し、問題解決をした上で適切な動きの決定をさせる際に働かせられるようにする。その際、問題を解決するために、考えた動きを繰り返し試して、有効であることを確認しながら問題解決をしようとしているかを問い掛ける（「収束的思考中のモニタリング」以下「収M」）。そうすることで、考えた様々な動きを繰り返し試し、適切な動きの決定をできるようにさせ、学習プリントに記述させる。

「振り返る場」において、問題解決した上で適切な動きの決定をどのような流れで考え、決定するに至ったのかを振り返らせる。そうすることで、拡散的思考・収束的思考の有効性が認識され、生徒が他の単元で問題の発見から動きの決定をする際に、拡散的思考・収束的思考をより働かせて考えることにつながる。また、どのような動きが必要であったかを振り返らせる。そうすることで、深い理解を伴った知識・技能を習得できるようになる（「拡散・収束的思考による課題解決後のリフレクション・モニタリング」以下「拡・収RM」）。

場	広げる場	深める場			振り返る場
流れ	運動の特性の理解 基礎・基本の知識・技能の確認	問題の発見	動きの決定		振り返り
思考		拡散的思考	拡散的思考	収束的思考	
メタ認知		拡M①	拡M②	収M	拡・収RM

【単元の主な流れ】

4 資質・能力が育まれたかの評価について

学級全体の傾向を活動の様子や学習プリントから見取り、資質・能力が生徒たちにどの程度育まれたかを評価することで、手立ての有効性を検証する。

5 研究の経緯

1年次では、単元構成の工夫として、生徒が運動に取り組みやすく、深めていくことができるように、「広げる場」、「深める場」、「振り返る場」の三つの場^{注3)}に分けた。段階的に学ばせたことで、基礎・基本の知識・技能を活用して、運動の特性に応じた問題の発見から適切な動きの決定を行い運動することを深めることにつながった。さらに、「振り返る場」で問題の解決について振り返らせたことで獲得した知識・技能を関連付けられるようになり、深い理解を伴った知識・技能が身に付き、それをいかして他の単元で問題の発見から動きの決定をすることにつながった。

また、「深める場」において、問題解決した上で動きの決定をする際に拡散的思考と収束的思考を働かせる場面を設定した。それにより、問題を解決するために、考えた動きを繰り返し試させて動きの決定をさせることができた。さらに、問題解決をさせる際に「拡M」「収M」をさせることで、生徒たちは拡散的思考と収束的思考をより適切に働かせることができるようになった。また、「振り返る場」において、「拡・収RM」をさせることで思考過程を振り返らせることができ、それを通して、生徒が拡散的思考・収束的思考の有効性を認識し、他の単元で拡散的思考・収束的思考をより働かせて考えることができるようになった。しかし、問題を発見させる際に、自分の考えのみに焦点をあて、他者の考えを含め様々な問題を踏まえて、最も問題となっていることを選択することができなかった。これは、問題解決をさせる際のみに教師が働きかけをし、問題の発見をさせる際に働きかけをしてこなかったためと考えた。

2年次では、拡散的思考を働かせる場面を見直し、運動をする際と問題を発見させる際を、拡散的思考を働かせる場面として位置づけた。そして、それを適切に働かせることができているかを「拡M」させることで、様々な問題を踏まえて最も問題となっていることは何かを考えさせるようにした。その結果、生徒たちは様々な問題を踏まえて最も問題となっていることを選択することができるようになった。そのことから、新しい場面の位置付けは問題をより適切に選択させることに有効であり、それが資質・能力を育むことにつながった。しかし、共有する機会を設けたが、一定数の問題しか把握しきれなかったという課題が残った。

3年次は、問題を共有しやすくするための方法を模索した。各チームで問題になっていることを付箋に書かせ、それらを全体で共有させ、その上でチームや自己で最も問題となっていることを選択させた。問題を付箋に書いて可視化させたことで、様々な問題を把握することができ、それらを踏まえて最も問題となっていることは何かを考え、適切に選択できるようになった。また、そうすることによって、運動の特性に応じた適切な問題を発見することができるようになり、問題解決をした上で、その後適切な動きの決定をする姿が見られた。

Ⅲ おわりに

本研究では、「単元構成の工夫」、「拡散的思考・収束的思考を働かせる場面の位置づけ」を手立てとして、問題を解決していく学習を進め、運動することを深めることができる生徒の育成を目指して実践に取り組んできた。

単元構成を工夫し、場を三つの場に分けることで、基礎・基本の知識・技能を習得した上で、問題を発見し、問題解決をした上で適切な動きを決定することができた。そうすることによって、主体的に運動に取り組む生徒の姿が見られた。その結果、資質・能力を育むことができた。

拡散的思考と収束的思考を働かせる場面を明確化し、問題の発見から拡散的思考を働かせる場と位置付け、メタ認知を促進させたことで、様々な問題を踏まえて最も問題となっていることを適切に選択できるようになった。また、解決方法を決める際にも拡散的思考を働かせるようにしたことで、考えた動きを整理したり、さらに有効な動きがないかを考えたりすることができるようになった。さらに、適切な動きの決定の際に収束的思考を働かせる場面として位置づけたことにより、様々な動きを繰り返し試し、問題解決をした上で適切な動きの決定を行うことができるようになり、その結果、資質・能力を育むことにつながった。

これらのことから本研究により、生徒たちは「運動をすることを深めることができる生徒」に近づいたと考える。今後も実践を積み重ねながら生徒の変容を追跡していくことで、目指す生徒像近づけていきたい。

注1) 運動やスポーツについて、その価値や特性に着目して、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て「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¹⁾ 本校では、運動の特性に焦点化した捉え方を見方とし、その見方を踏まえ問題や解決方法を創り出したり、判断したり、選択したりすることなどを考え方としている。

注2) 前研究では、自己の課題を解決するために、活動の決定を行わせた。

注3) 1年次では、三つの場を「運動に出合う場」「運動に親しむ場」「振り返る場」としていた。

引用文献

- 1) 文部科学省『中学校学習指導要領（平成29年7月）解説－保健体育編－』文部科学省、2017年、6ページ
- 2) 鈴木直樹編『生徒の未来を創造する体育の「主体的・対話的で深い学び」』2017年、14ページ

参考文献

- 一安晋太郎「体育授業でメタ認知能力の育成を促す」『体育科教育2018年1月号』大修館書店、2018年
- 奈須正裕編『よくわかる小学校・中学校 新学習指導要領全文と要点解説』教育開発研究所、2017年
- 深谷達史『メタ認知の促進と育成 概念的理解のメカニズムと支援』北大路書房、2016年
- 文部科学省『中学校学習指導要領（平成29年7月）解説－保健体育編－』文部科学省、2017年