

中学校保健体育科の体育学習における「主体的・対話的で深い学び」について一考察

—鹿児島大学教育学部附属中学校の保健体育科の授業実践を基に—

徳田清信 [鹿児島大学教育学系 (教職大学院)]
大井幸乃 [鹿児島大学教育学部附属中学校]
下田啓介 [鹿児島大学教育学部附属中学校]
篠崎啓太 [鹿児島大学教育学部附属中学校]
小平しずか [鹿児島大学教育学部附属中学校]
小倉希望 [鹿児島大学教育学部附属中学校]

A Study of "Proactive, Interactive, and Deep Learning" in Physical Education in Junior High School Health and Physical Education Classes: Based on Class Practices in Health and Physical Education in Kagoshima University Faculty of Education Junior High School

TOKUDA Kiyonobu, OOI Yukino, SIMODA Keisuke, SINOZAKI Keita, KOHIRA Sizuka and OGURA Nozomu

キーワード：主体的・対話的で深い学び、学習指導要領、授業設計、学習過程、学習指導

1. はじめに

令和3年度から全面実施された中学校の学習指導要領においては、「何を学ぶか」、「どのように学ぶか」、「何ができるようになるか」という言葉でその方向性が示され、「何を学ぶか」という点では、新しい時代に必要となる資質・能力を踏まえた教科、科目等の新設や目標・内容の見直しがなされ、「どのように学ぶか」という点では、「主体的・対話的で深い学び」の視点からの学習過程の改善が求められているところである。また、「何ができるようになるか」という点では、育成すべき資質・能力の三つの柱「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」で整理され、各教科等の特性に応じて育成すべき資質・能力を、より具体的にすべきであると考えられる。

これまで、鹿児島大学教育学部附属中学校（以下附属中学校）においては、学習指導要領の改訂等やそれぞれの時代に応じて必要とされる生徒の資質・能力の育成の在り方を踏まえ、授業設計の工夫・改善という観点から昭和63年度に「意欲的にとりくむ生徒を育成する授業設計」として各教科、領域等の授業設計の在り方を示した学習指導案の書き方の初版を刊行し、その後、平成6年に「主体的に生きる生徒を育成する授業設計」として改訂版が刊行されている。また、その後も平成17年度に「授業設計の基礎・基本」、平成24年度に「自己を発揮し、未来を拓く生徒を育成する授業づくり」として改訂版が刊行されてきているところである。このように、それぞれの時代において工夫・改善されてきた授業設計の考え方ではあるが、その中でも、附属中学校保健体育科における基本的な学習過程の在り方は、永年に渡って不変のものであり、今回の学習指導要領の改訂に当たっても、そのねらいや目的を達成するに資するものと考えているところである。

そこで、本研究においては、今回の学習指導要領改訂の考え方の一つ「どのように学ぶか」の視点である「主体的・対話的で深い学び」に着目し、附属中学校保健体育科における過去の授業設計の考え方や、このような「学び」に関連する授業実践等を参照しながら、中学校保健体育科の体育学習における「主体的・対話的で深い学び」の在り方について提案することを目的としたい。

2. 体育学習における「主体的・対話的で深い学び」の基本的な考え方

「主体的・対話的で深い学び」について、教育課程研究会（2016）は、資質・能力の三つの柱となる、生きて働く「知識・技能」、未知の状況にも対応できる「思考力・判断力・表現力等」、学びを人生や社会に生かそうとする「学びに向かう力・人間性等」を育むためには、学んだことと自分の人生や社会の在り方を主体的に結び付けたり、多様な人との対話で考えを広げたり、教科等で身に付けた様々な見方・考え方を通して世の中を捉え、深く考えたりすることが重要であると、学びの在り方を記している。また、アクティブ・ラーニングの視点を踏まえた体育科・保健体育科の学習においては、学習内容の深い理解や資質・能力の育成、学習への動機づけ等を目指して、「見方・考え方」を働かせて試行・判断・表現する「深い学び」、子供同士の協働等を通じて、自らの考えを広げ深める「対話的な学び」、学ぶことに関心や興味を持ち、見通しを持って粘り強く取り組み、自らの学習活動を振り返って次につなげる「主体的な学び」が実現できているかを確認し、授業改善に生かしていくことが大切であることも示されている。

これらのことを踏まえながらも、中学校保健体育科の体育学習における「主体的・対話的で深い学び」の在り方については、体育学習における不変的な学ばせ方である「運動の価値や特性に十分触れさせながら、運動することの楽しさや喜びを十分に味わわせる」ことを大切にした体育学習を構築していくことが重要であると考え。今回のねらいでもある体育学習を構築するためには、上記で示されているように、体育学習における「見方・考え方」を働かせながら、「主体的な学び」「対話的な学び」「深い学び」に有機的な繋がりを持たせることができるように、教師自身も授業力を向上させるために、体育学習における「見方・考え方」を意識しながら、生徒の「主体的・対話的で深い学び」につながる学習過程や指導上の方針・方策を工夫・検討し、生徒の発達の段階や、技能や技の習得・習熟の段階を踏まえ、個に応じた指導・支援、個別最適化な学びが図られるよう、授業設計に努めていく必要があると考える。

3. 「主体的・対話的で深い学び」を具現化するための授業設計

3.1 学習過程の在り方

まずは、「主体的・対話的で深い学び」を具現化するための学習過程を附属中学校保健体育科における基本的な学習過程を基に考えてみることにした。図1の基本的な学習過程は、永年に渡り附属中学校保健体育科において、不変的な学習過程としてこれまで受け継がれてきたものである。

また、授業で取り扱う運動種目の特性や学習内容、学習の段階や生徒の実態などに即して弾力

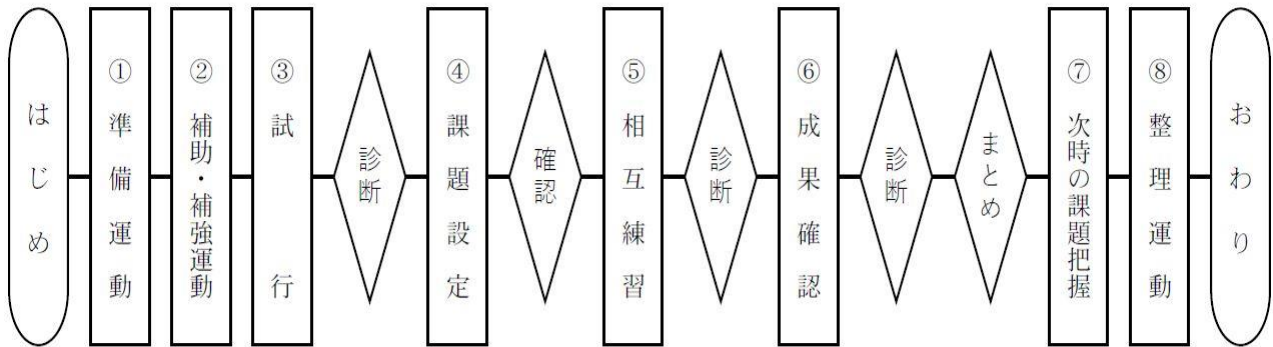


図1 附属中学校の体育学習における基本的な学習過程

的な運用が図られているところであり、生徒が主体的に運動種目と関わりながら、自己の課題を解決する過程を通して、自己の変容を確認したり、新たな課題を掴んだりすることができる学習過程となっている。

図1の基本的な学習過程の中には、それぞれ意図された学習活動が仕込まれているところであるが、特にフレーム③から⑤の流れに特徴があると考えている。フレーム③の試行とは、前時の学習や既存の学習から得た成果や課題を基に、本時に解決したい自己の課題を明確にするための活動であり、解決に向けた取組をより具体的に作る過程であると考え。前時に把握した課題を改めて確認するために、習得したい技や動きや動作を行ってみたり、ゲーム様相を高めるための作戦や戦術を試してみたりすることがフレーム③の試行としての学習活動に当てはまる。フレーム④では、この試行を通して、課題を明確に設定し、その明確となった課題を解決するための方策等を具体的にすることで、フレーム⑤の相互練習が、より充実したものになっている。また、フレーム⑤の相互練習の場面では、絶えずP D C Aのサイクルにより、設定された課題と課題を解決するための方法、その変容が確認できるような活動が循環している状態にあるようにしている。さらに、フレーム⑥の成果の確認の場面では、相互練習により得られた成果や新たな課題等を自己評価・相互評価することで、自己や他者の変容を確認したり共有したりすることができる。このように自己や他者の学習活動を振り返る場面が設定されていることで、個々の生徒が達成感や成就感を味わうこととなり、学習意欲の高まりと課題意識が継続されることにも繋がっていると考え。

3.2 学習の場の設定

授業設計を行う際には、学習活動をより効果的・効率的に行ったり、運動量の確保や安全面の適正な管理を行ったりする上で、学習の場の設定は教師が意図的・計画的に行うことが重要である。また、生徒の主体的な取組を促すためにも、学習の場を生徒の手により準備させたり、整えたりする必要があると考える。具体的には、教師がねらいとする学習場面が発生するような、コートやゴール、練習場所等の設定、技や技能の習熟の段階に応じて調整できるような教材・教具等の準備、学習内容や活動を可視化するための、黒板やタブレット、学習資料等の準備が想定される。

3.3 学習課題の設定

附属中学校保健体育科においては、これまでも、学習活動の中で課題を設定し、その課題解決に

表1 課題の仮説型の表記(例)

【走幅跳】	
段階1	<u>強く踏み切ることができれば</u> , 遠くに跳べる。
段階2	<u>踏切動作の前に膝を高く上げるようにすれば</u> , 強く踏み切れて, 遠くに跳べる。
段階3	<u>踏み切る前に, 歩幅を狭くし, 踵から接地すれば, 速いリズムで強く踏み切ることができ</u> <u>て, 遠くに跳べる。</u>
【柔道(大腰)】	
段階1	<u>素早く前回りさばきを行い, 相手を背中に乗せれば</u> , 効果的に投げられる。
段階2	<u>前回りさばきから, 腰を支点に相手を投げるようにすれば</u> , 効果的に投げられる。
段階3	<u>前回りさばきから, 腰を支点に, 左袖を自分の身体に引き寄せせるようにして, 右腕で相手</u> <u>の背中を支えるように回せば</u> , 効果的に投げられる。

取り組むことを通して、自己や他者の変容を確認できる状況が成立するような、学習過程を取り入れてきた。その学習過程の中で、個人やペア、グループ、チーム等の課題をより明確に具体的にするために行われている学習活動が「試行」の場面である。課題を設定・確認する前に行う「試行」の場面では、前時の学習を振り返り、達成・解決できなかった課題の解決方法を試行錯誤したり、さらに正確に繰り返し行ったり、できばえを高めたりするために、個人やペア、グループ、チーム等で想定した身体の動かし方や人の動き、練習方法などを試すことにより、課題をより明確化・具体化してきた。

また、課題の表記の在り方についても、課題解決のための方法や手段に様々な視点を持たせたり、身体の動かし方を多面的に捉えて試行錯誤させたりしながら、気づいたことや分かったことを修正・追記することで、生徒の学びの変容を可視化したり、課題解決の方法や手段、身体の動かし方のイメージをより具体化したりすることができるように、表1のような仮説型の表記を用いるなどの工夫も行ってきたところである。

3.4 相互練習(課題解決)の場面における手立て

生徒個々の課題設定が明確に行われ、課題解決の方法が具体的になれば、課題解決の場面における教師の方針・方策も、より具体的で、生徒の課題解決に繋がる手立てが取れるようになると思う。例えば、技能や技の習得、ゲームや試合等の様相を高めるための、モデルとなるような資料を準備できたり、生徒の思考を繋げるような、学習カードやワークシート等も教師が意図した内容で作成できたりすることとなる。

生徒が技能や技を習得する場面においては、自己や他者の身体の動きや動かし方を理解したり、分析したりする力が必要になると考える。自己の身体の動きや動かし方についても、客観的に理解することは容易ではなく、技能や技を習得する段階において繰り返し動きや動作を試行させたり、身体各部位の動かし方を意識させたりする必要がある。また、他者の動きを観察する場面でもその動きをどのように捉えるのか、動きのポイントとなる部位に視点を持たせたり、自身の動きと比較

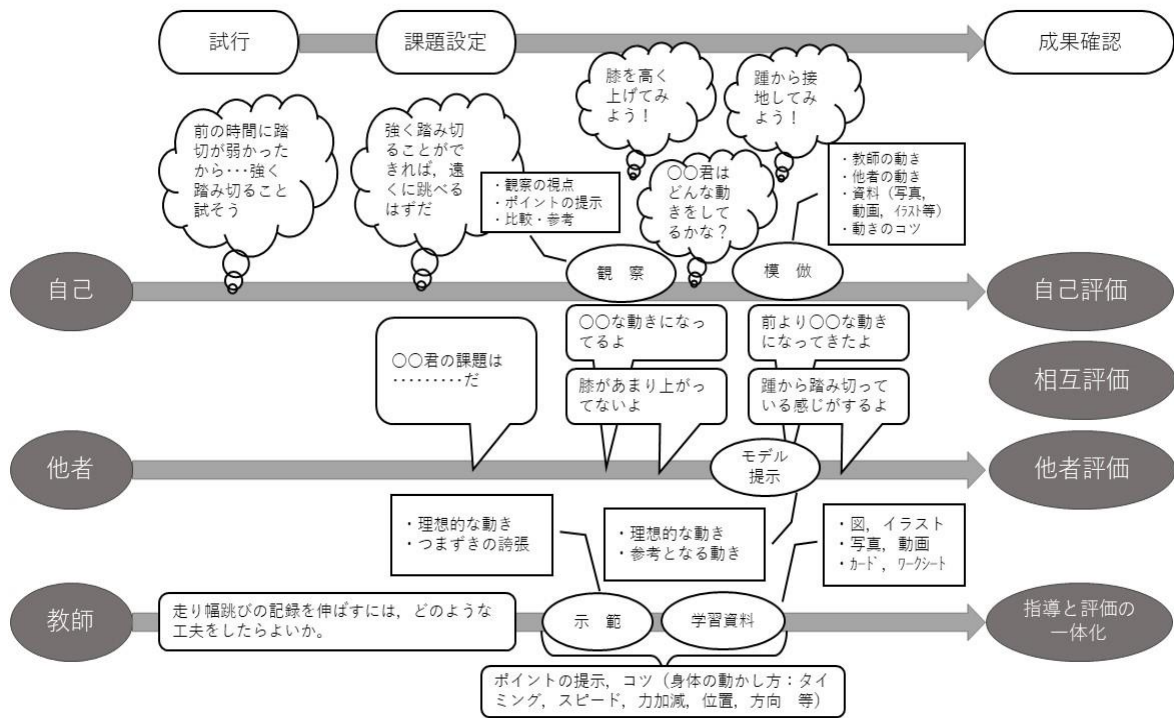


図2 走り幅跳びの学習における課題解決過程のイメージ

させたりすることが必要となる。自己の動きや他者の動きを客観的に理解したり分析したりするためには、体育学習において、図2のような活動を仕組むことが重要であると考えられる。

3.4.1 示範の観察

一般的には、教師が生徒に理想的な動きを行って見せることが示範として捉えられているが、ここで用いる示範は、理想的な動きを行うだけではなく、よりポイントを押さえた動きを誇張して見せたり、生徒のつまずきを理解させるために、生徒の動きを意図的に模倣して見せたりすることで、客観的に動きを捉えさせるために有効な手立てとなるものであると考える。

3.4.2 生徒同士による動きの観察

生徒一人一人が課題解決を図る場面では、設定した課題を基に、自己の身体各部位の動きを意識しながら、試したい動きや動かし方を試行錯誤しながら行う中で、互いの動きを観察・比較させる場面を設定し、自己の動きを修正・改善していく力を身に付けさせていくことが大切であると考えられる。

また、生徒同士による動きの観察は、教師が意図して行わせることも必要である。理想的な動きを身に付けている生徒の様相を観察させるだけでは、習得・習熟の段階に差があれば、参考とばかりに自己が目指す動きのイメージと一致しにくい場合も考えられる。生徒の習得・習熟の段階を教師が捉え、類似の課題を抱えている生徒同士の動きや、一つ段階の進んだ動きができるようになった生徒の様相を観察させたり、模倣させたりすることで、より自分の習得・習熟の段階を踏まえた動きがイメージできるようになると考える。

3.4.3 イラストや画像、動画等の学習資料の活用

これまででも、教本等を活用して、それぞれの種目における基礎・基本的な動きや動作、必要と

表2 他者の動きの観察・模倣 (例)

【生徒の動き (習得・習熟の段階に応じた動き)】	
例 1	他者の動きを観察し、身体各部位の動かし方や、向きや位置、力を入れる方向などを真似させる。
例 2	技能のポイントとして示された視点を観察し、その動きを真似することで相手に自分の動きをフィードバックさせる。
【教師の動き (ポイント等を誇張するなど、教師の意図した動き)】	
例 1	生徒同士で真似できない複雑な動きや、気付きにくいポイントを意図しながら、動きを強調したり、説明したりしながら真似することで、生徒のつまずきや動きのポイントに気付かせる。
例 2	意図して違う動きの真似をしたり、新たなポイントを取り入れた動きを真似したりすることで、新たな疑問・課題を持たせる。

される技能等、それぞれのポイント等を説明したイラストや写真等を参考とすることは、一般的な手立てであったが、今後は、それ以上にICT機器を活用した動画再生や生徒の動きを撮影したものの活用が主流となることは、説明するまでもないところである。しかし、活用することが目的となったり、意図もなく見せたりするだけでは有効的とは言えず、ICT機器や資料等の活用場面やタイミング等、教師の意図した働きかけが重要になると考える。

3.4.4 動きの模倣

技能や技、その種目の特性に応じた身体の動きや動かし方、動作を習得するためには、動き等を観察したり、ポイントを理解したりするだけでは、習得に至ることはない、動きの観察や理解、資料等から得た情報を、自分なりに身体を動かしながら試行錯誤することを通して、段階的にポイントを押さえた動きを身に付けられたり、その動きが自動化されたりすることになると考える。試行錯誤させる場面では、参考となる写真や動画等を活用することも有効であるが、自己の動きを分析したり、他者の動きを観察し自己の動きとのズレを修正したりする力を高めるためには、表2の例のように動きを観察・模倣する活動も有効であると考えられる。

3.4.5 ポイントやコツを踏まえた指導

技能や技、それぞれの種目に応じた身体の動きや動かし方、動作等には、それぞれ理想とされる身体の動きや動かし方、動作等があると考えられる。その理想とされる身体の動きや動かし方、動作等が一般化されたものを、運動のポイントとして捉えたとすれば、そのポイントを押さえた動きを身に付けるために、生徒それぞれが自己の身体の特徴や特性に応じて、身体各部位の動かし方やそのタイミング、スピードや力加減、位置や方向など、コツとして掴んだり表出したりすることが必要となる。また、各個人が掴んだコツは、言語化することで、他者へのフィードバックにもつながることになる。さらに、習熟の段階で変化したり、自動化されたりするものでもあると考えられる。

また、教師は、授業で取り扱う種目の技能分析等を行う際にも、生徒の実態や指導計画等に基づき、表3のように、運動の局面ごとに、押さえるべきポイントや生徒に掴ませたいコツ等について想定しておくことが必要であると考えられる。

表3 走幅跳の各局面におけるポイントとコツ（例）

局面	教師が示すポイント ※技能を構成する一連の動き・動作	生徒がつかむ（つかませたい）コツ ※身体各部位の動き動かし方 (タイミング, 力加減, 位置・方向等)
助走 ～踏切動作	<ul style="list-style-type: none"> ・スピードに乗って走る。 ・リズムよく走る。 ・前傾から次第に身体を起こして走る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・徐々にスピードを上げる。 ・歩幅を一定に保つ。 ・腕をリズムよく振る。 ・肩の力を抜く。
踏切動作 ～踏切	<ul style="list-style-type: none"> ・踏切前の予備動作を行う。 ・踏切前の最後の歩幅を短めにする。 ・強く踏み切る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・踏切前の3歩の助走のリズムを変える。 ・踏切前に少し膝を曲げ身体を沈める。 ・膝を高く上げて、足の裏全体で踏み切る。 ・踵から接地する。
踏切 ～空中動作 ～着地	<ul style="list-style-type: none"> ・腕を振り上げながら、身体を反らす。 ・腕を振り下ろしながら、着地する。 ・前方に足を伸ばしながら、着地する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・腕を上へ引き上げるようにする。 ・着地前に膝を前方に伸ばす。 ・踵から着地する。 ・お尻を踵に引き寄せる。

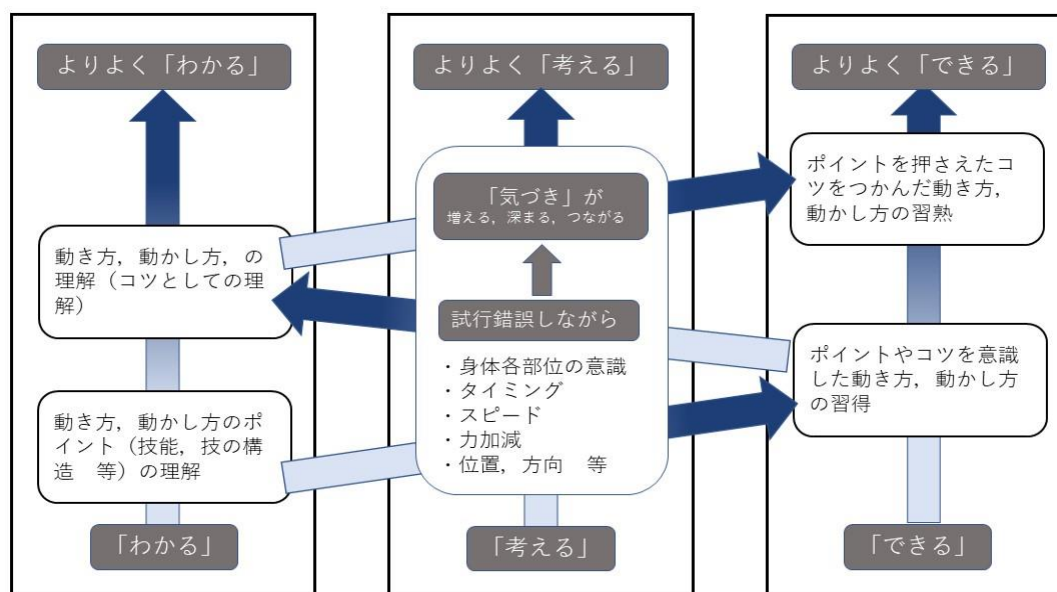


図3 運動学習における「わかる」と「できる」をつなぐ「考える」の関連

また、体育学習においては、ポイントやコツを意識させながら、動きや動作を繰り返し行わせたり、修正・改善したりするなど、知識と技能を関連させながら学ばせることで、「わかりながらできる」、「できながらわかる」といった状況が生まれることになる。また、「わかる」と「できる」を繋ぐためには、「考える」ことが重要な要素となり、図3のように3つの活動を複合的に関連付けた学びが展開されれば、体育学習における「思考力・判断力」の高まりにも繋がることになると思う。

3.4.6 自己や他者の変容の確認

個々の生徒が図2のように、他者と関わりながら課題解決を図ることを通して、運動することに関係する知識・理解を深めながら、技能や技の習得・習熟を図ることで、自己や他者の変容を感じたり、

成就感や達成感を味わったりする場面が成果の確認（学習の振り返り）の場面である。自らが設定した課題を解決する過程を振り返り、課題解決のきっかけとなった事象等を整理、確認することや、課題解決や自己や他者の変容のきっかけとなったヒト（教師、友人等）やモノ（学習資料、教材・教具等）、コト（観察、模倣等の学習活動等）など「主体的な学び」と「対話的な学び」との関連を実感させることが重要となる。このような学習が意図的に継続して行われることで、新たな課題に対して挑戦したり、身に付けた知識や技能を活用したりして解決を図るなどの意識や意欲の高まりが、結果として「深い学び」に繋がっていくことになると思う。

4 これまでの体育学習とこれからの体育学習について。

学校現場では、これまでも多くの体育学習の実践の場で、上述してきた同等の「学び」が展開されていたと思う。また、これまでの体育学習においても「主体的な学び」、「対話的な学び」の要素が含まれていない授業は、想定し難いものであると考える。つまり、体育学習における「主体的・対話的で深い学び」は新たな「学び」ではないと考えるところである。

しかし、上述してきたような学習過程の工夫や様々な手立てを取ることでその「学び」が自然発生的に生まれるものではない、特に目的とする「学び」を成立させるためには、教師の意図した発問やKR、指示等が必要であると考え。生徒の思考を広げたり、繋げたりするための意図的な発問やKRについては、教師が生徒に身に付けさせるべき知識や技能を明確にしてしておく必要があり、また、生徒の技能の習得・習熟の段階やつまづき等を分析する力も必要であると考え。これらのことは、保健体育の教師としての経験値だけで補うことは困難であり、教師の授業力をさらに補うための手立てとして、ICT機器の活用など、新たな授業スキルも必要とされる場所である。

新学習指導要領の全面実施の機会に、改めて、これまでの授業設計の在り方や授業実践等を振り返る中で、その内容等を整理・精査しながら、体育学習における「主体的・対話的で深い学び」の基本的な考え方や具体的な手立てについて述べてきた。これらのことが、これまで行われてきた体育学習の省察と、今後の体育学習における「主体的・対話的で深い学び」を具現化することに繋がります。学習指導要領に定める保健体育科の目標が達成されることへの一助になることを期待したい。

〔参考文献〕

- 文部科学省 中学校学習指導要領（平成29年）
- 文部科学省 中学校学習指導要領解説 保健体育編（平成29年）
- 教育課程研究会 2016年 「アクティブ・ラーニング」を考える
- 鹿兒島大学教育学部附属中学校 主体的に生きる生徒を育成する授業設計（平成6年）
- 鹿兒島大学教育学部附属中学校 授業設計の基礎・基本（平成17年）
- 鹿兒島大学教育学部附属中学校 自己を発揮し、未来を拓く生徒を育成する授業づくり（平成24年）