長期研修報告
Ｒ６　No.２

＜中学校＞

主体的に運動にかかわり続ける生徒を育てる保健体育科学習指導

－段階のねらいに応じた反転授業を通して－

福　岡　県　体　育　研　究　所
長期派遣研修員　一木　翔吾

目 次

1　主題設定の理由 ―― 1-2

(1)　教育の動向から・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1

(2)　生徒の実態・これまでの実践から・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1-2

2　主題・副主題について ―― 2-3

(1)　主題の意味 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・2

(2)　副主題の意味 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・3

3　研究の目標 ―― 3

4　研究の仮説 ―― 3

5　研究の具体的構想 ―― 4-6

(1)　反転授業における具体的な支援・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4-5

(2)　研究構想図・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5

(3)　仮説検証の方途・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・6

6　研究の実際と考察 ―― 7-36

(1)　【検証授業Ⅰ】第２学年（Ｅ 球技 ア ゴール型「バスケットボール」）・7-22

(2)　【検証授業Ⅱ】第２学年（Ｃ 陸上競技 ウ ハードル走)・・・・・・・・・23-36

7　研究のまとめ ―― 36-37

(1)　インプット学習について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 36-37

(2)　ステップアップタイムについて・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・37

(3)　インタビュータイムについて・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・37

8　研究の成果と課題 ―― 37

(1)　成果・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・37

(2)　課題・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・37

引用・参考文献・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・38

おわりに ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・39

主体的に運動にかかわり続ける生徒を育てる保健体育科学習指導
―段階のねらいに応じた反転授業を通して―

長期派遣研修員　　宇美町立宇美中学校　教諭　一木　翔吾

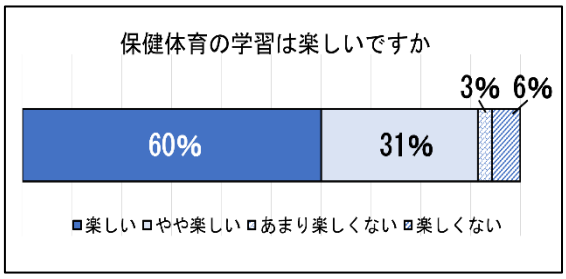
１　主題設定の理由

(1) 教育の動向から

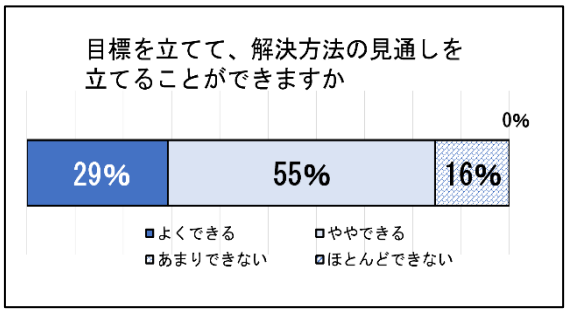
中学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説総則編では、未来を生きる子供たちに必要とされる資質・能力の三つの柱、すなわち「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」をバランスよく育成することを目指すこと、さらにその実現に向けて「主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を行うこと」と示している。また、中央教育審議会から出された「『令和の日本型学校教育』の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現～(答申)」（令和３年１月）においても、「『主体的・対話的で深い学び』を実現し、学びの動機付けや幅広い資質・能力の育成に向けた効果的な取組を展開し、個々の家庭の経済事情等に左右されることなく、子供たちに必要な力を育む」と示している。社会の変化が複雑で予測困難である中、答えのない問いにどう立ち向かうのかが問われており、保健体育科学習において主体的に学習に取り組むことができる生徒を育てることは意義深いと考える。

(2) 生徒の実態・これまでの実践から

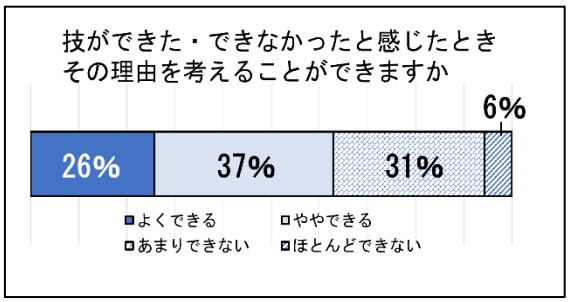
在籍校（宇美町立宇美中学校）の第２学年生徒 140 名にアンケートを実施した。「保健体育の学習は楽しいですか」という質問に対して、91%の生徒が「楽しい」、「やや楽しい」と回答しており、体育の学習に前向きな生徒が多いことがわかった【図１】。次に、「目標を立てて、解決方法の見通しを立てることができますか」という質問に対して、84%の生徒が「よくできる」、「ややできる」と回答しており、何ができるようになりたいか自分なりに考えて学習に臨んでいる様子が伺えた【図２】。しかし、「技ができた・できなかったと感じたときその理由を考えることができますか」という質問に対して、63%の生徒が「よくできる」、「ややできる」、37%の生徒が「あまりできない」、「ほとんどできない」と回答していた【図３】。これらの結果から、見通しをもって学習に取り組むことができているものの、自己の課題や学習状況を振り返ることが少ない現状であり、課題を解決するためにはどうしたらよいかを考えることが十分ではないことがわかった。そこで、学習を振り返り、自己の学習の進め方を改善することや、様々な方法を試しながら運動の行い方を工夫する支援が必要であると考えた。



【図１　実態調査アンケート結果】



【図２　実態調査アンケート結果】



【図３　実態調査アンケート結果】

私のこれまでの授業を振り返ると、運動の技能を高めることが運動の楽しさにつながると考え、技能の向上に向けた指導が中心となっていた。教師側から技能のポイントを説明し、反復学習や練習の場の工夫を提示するなど、教師主導の授業展開が多かった。アンケートの結果からも、生徒は目標を立て、学習で行うことを想起しているものの、その努力の過程を振り返る場面が少なく課題意識をもって学習に取

り組むことができていなかったと考える。また、運動が苦手な生徒や学習意欲の低い生徒は、難しい課題に取り組むことが少なかったり、他の生徒に頼って消極的な行動をしたりする場面も見られた。このような反省を踏まえて、運動の特性に興味・関心をもって課題の解決に向けて粘り強く取り組み、学んだことをさらに生かそうとすることができるような授業の改善が必要である。以上のことから、生徒が自ら「解決したい」、「達成したい」と粘り強く学習に取り組む力を育成していく必要があると考え、本主題を設定した。

２　主題・副主題について

(1) 主題の意味

「主体的に運動にかかわり続ける」について

「主体的に運動にかかわり続ける」とは、運動の興味や関心を高め、自他の課題の解決に向けて粘り強く取り組み、振り返ったことを次につなげようとすることである。

「主体的な学び」について、中学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説保健体育編では、「運動の楽しさや健康の意義等を発見し、運動や健康についての興味や関心を高め、課題の解決に向けて粘り強く自ら取り組み、学習を振り返るとともにそれを考察し、課題を修正したり新たな課題を設定したりするなど主体的な学びを促すこと」と示している。独立行政法人教職員支援機構（NITS）は、「主体的・対話的で深い学び」の視点から、学習過程の質的改善により実現したい子供の姿を定め、ピクトグラムでイメージ化している**【資料１】**。「主体的な学び」を実現する子供のイメージ例として、「学習内容の意味や価値を自覚しながら粘り強く取り組み、学習内容を振り返ってその成果を実感したり成長を自覚したりする子供」とし、「興味や関心を高める」、「見通しを持つ」、「自分と結び付ける」、「粘り強く取り組む」、「振り返って次へつなげる」と分類している。

【資料１　「主体的な学び」を実現する子供のイメージ例】

櫻井（2010）は、動機付けプロセスにおいて欲求を重視する立場から「自ら学ぶ意欲のプロセスモデル」を提唱し、学ぶ意欲のプロセスを、「欲求・動機レベル」、「学習行動レベル」、「認知・感情レベル」の三つのレベルに整理している。また、知的好奇心・有能さへの欲求・向社会的欲求などの「欲求・動機」が、具体的な「学習行動」として表れ、その結果として楽しさ・有能感・充実感などの「認知・感情」が生じると述べている。つまり、学ぶ意欲を高めるには、「欲求・動機」、「学習行動」、「認知・感情」の各プロセスにおける教師の意図的な働きかけが重要であるといえる。そこで、本研究では、「主体的な学び」は自ら学ぶ意欲による学びと捉え、自ら学ぶ意欲のプロセスモデルを参考にして学習過程・学習活動を構想していく。

これらのことから、本研究における「主体的に運動にかかわり続ける生徒」とは、運動への興味や関心を高め、見通しをもって自ら運動に取り組む自主性をもつ生徒、自己の考えや思いをもって粘り強く取り組み、課題を解決しようとする向上性をもつ生徒、学習を振り返り次につなげようとする継続性をもつ生徒のことと捉える**【表１】**。

【表１　本研究で目指す生徒の姿】

自ら運動に取り組む生徒	自主性
粘り強く課題解決に向かう生徒	向上性
自己の学習を振り返って次につなげようとする生徒	継続性

(2) 副主題の意味

ア　「反転授業」について

「反転授業」とは、生徒が教師による説明・演示・指示をあらかじめ授業外でインプットし、学習従事時間にアウトプットを中心とする授業方法である。

反転授業は 2000 年代後半にアメリカのバーグマンとサムズを中心に広まったもので、日本でも 2012 年ごろから ICT 活用先進校での導入がみられた。反転授業について、本多（2023）は、「授業（インプット）→復習といった従来の流れを反転させ、予習→授業（アウトプット）という流れを中心とした学習を図るものである。」と述べている。また、森（2016）は、「単に授業と自宅学習の活動を反転させる授業形態のことを指すのではなく、『教える』から『学ぶ』へ主眼が変わるパラダイム転換の取り組みの一つであり、まさに学びの主体である学習者に焦点を当てた結果の産物として位置づけるのが正しそうである。」と述べている。

高橋（2003）は、「よい体育授業の基礎的条件」の一つとして、「学習従事時間の確保」を挙げており、インストラクション場面（教師による説明・演示・指示）に費やされる時間量や頻度が少なく、運動学習場面での学習従事量が高いことが必要であると指摘している。まさに、反転授業はインストラクション場面を事前に設定することができ、学習従事量が高まると考える。

これらのことから、保健体育科学習において反転授業を取り入れることは、運動時間の確保のみならず、課題解決のための活動を充実させ、生徒が主体的に学習に取り組むことができると期待する。

イ　「段階のねらいに応じた反転授業」について

「段階のねらいに応じた反転授業」とは、「見通す」、「挑戦する」、「まとめる」の３つの段階のねらいに応じた反転授業を行うことである。

本研究では、単元を「見通す」、「挑戦する」、「まとめる」の３つの段階で構成する。また、予習として事前に配信した動画や資料を見ることや、提示した課題に対する生徒自身の考えや学習に対する目標をもつ活動（インプット学習）を仕組んでいく。

「見通す」段階でのねらいは、試しの活動や教材・教具の工夫を通して、学習内容を把握し、学習への意欲を高めることである。インプット学習では、意欲をもって課題解決に取り組むために、活動の行い方について模範となる動画の視聴や資料から課題に対する自己の考えをもつことができるようにする。

「挑戦する」段階でのねらいは、協働的に個人やチームの課題を発見・解決していく活動を通して、課題を解決するために必要な知識や技能を習得し、課題解決のための活動に自己調整を図りながら粘り強く取り組むことである。インプット学習では、活動の行い方や動きのポイントを示した動画の視聴と、課題解決に向けて自己の目標や練習の行い方を考えることができるようにする。

「まとめる」段階でのねらいは、自己の単元の取組や成果を振り返る活動を通して、学んだことを次の単元につなげることである。インプット学習では、チームや個人の課題を捉えて、目標達成に向けて練習方法や意識するポイントを考えることができるようにする。

以上のように、教師の説明や指示を聞いたり、生徒自身の考えをもったりする個人の活動は、インプット学習として事前に済ませる。仲間が集まる授業の場では、技能の習得やチーム、ペアで協力しながら課題解決に向けて生徒が主体的に学ぶことができる授業をデザインする。

３　研究の目標

保健体育科学習において、主体的に運動にかかわり続ける生徒を育てるために、段階のねらいに応じた反転授業の有効性について究明する。

４　研究の仮説

保健体育科学習において、「段階のねらいに応じた反転授業」を行えば、主体的に運動にかかわり続ける生徒を育てることができるであろう。

５　研究の具体的構想

(1) 反転授業における具体的な支援

ア　インプット学習で活用する動画や資料

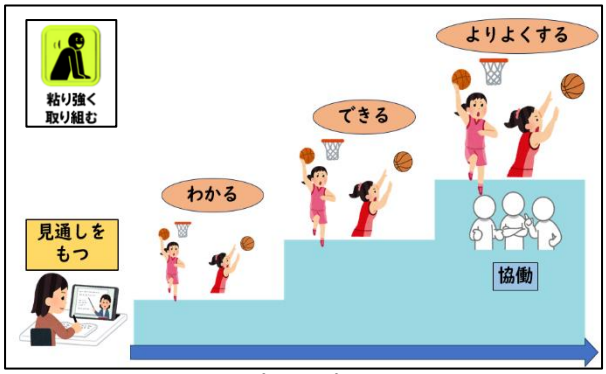
反転授業をよりよくするために、インプット学習で配信する動画や資料は自作し、ねらいや内容に沿って工夫を行う【表２】。配信方法は、生徒が普段の学校生活で使い慣れた Google Classroom を活用する。また、配信された動画や資料を生徒が確認するだけでなく、配信された内容について考えを回答入力できるようにするために Google Forms を活用する。この作成にあたっては、１つの Google Forms で資料の閲覧や回答が完結できるようにする。教師は、生徒が回答した内容の確認やデータの収集が即時にできるため、生徒の回答結果を授業で提示することで、考えを全体で共有したり価値付けしたりすることができると考える。

【表２　インプット学習で活用する動画や資料について】

インプット学習の種類	ねらい・内容	工夫	段階
動画の閲覧 	見通しをもつ ・練習の行い方・ポイントが確認しやすくなる	・解説の挿入やスロー再生でわかりやすく ・教師の出演で親しみやすく ・短い視聴時間で継続しやすく	見通す段階 挑戦する段階
資料の確認 (Google Forms) 	見通しをもつ ・学習の流れを知る	・図やイラストを使用して見やすく	見通す段階 挑戦する段階 まとめる段階
	課題をもつ ・動き方に対する自分の考えをもつ	・動画や図を使用して伝わりやすく	挑戦する段階

イ　ステップアップタイム

ステップアップタイムとは、生徒に単元で身に付けさせたい技能について、見通しをもって「わかる」、「できる」、「よりよくする」と段階的に高めていくことをねらいとした活動である【資料２】。具体的には、まず、動きのモデルとなる動画を作成し、練習の行い方や動きのポイントを示すことによって、生徒がどのように取り組めばよいのか「見通しをもつ」ことができるようにする。次に、動画で見せたものと同じ場を授業で設定し、練習を行うことによって、生徒が意識するポイントについて「わかる」ようにする。次に、技能を習得するために、教師が教具や練習の場の工夫を行うことによって、生徒が練習に繰り返し取り組み、目指す動きが「できる」ようにする。最後に、これまで練習したことを自己の課題に沿って選択できるように複数の練習の場を設定したり、ペアやグループで協働したりする場面を設定することによって、生徒が課題解決に向けて自己調整を図り身に付けた動きを「よりよくする」ようにする。



【資料２　ステップアップタイムのイメージ】

このステップアップタイムは、バスケットボールのパス、シュート、ゴール前へ走り込む動きと、ハードル走のハードリングやリズムを高めることをねらいとして、単元の「挑戦する」段階に位置付ける。

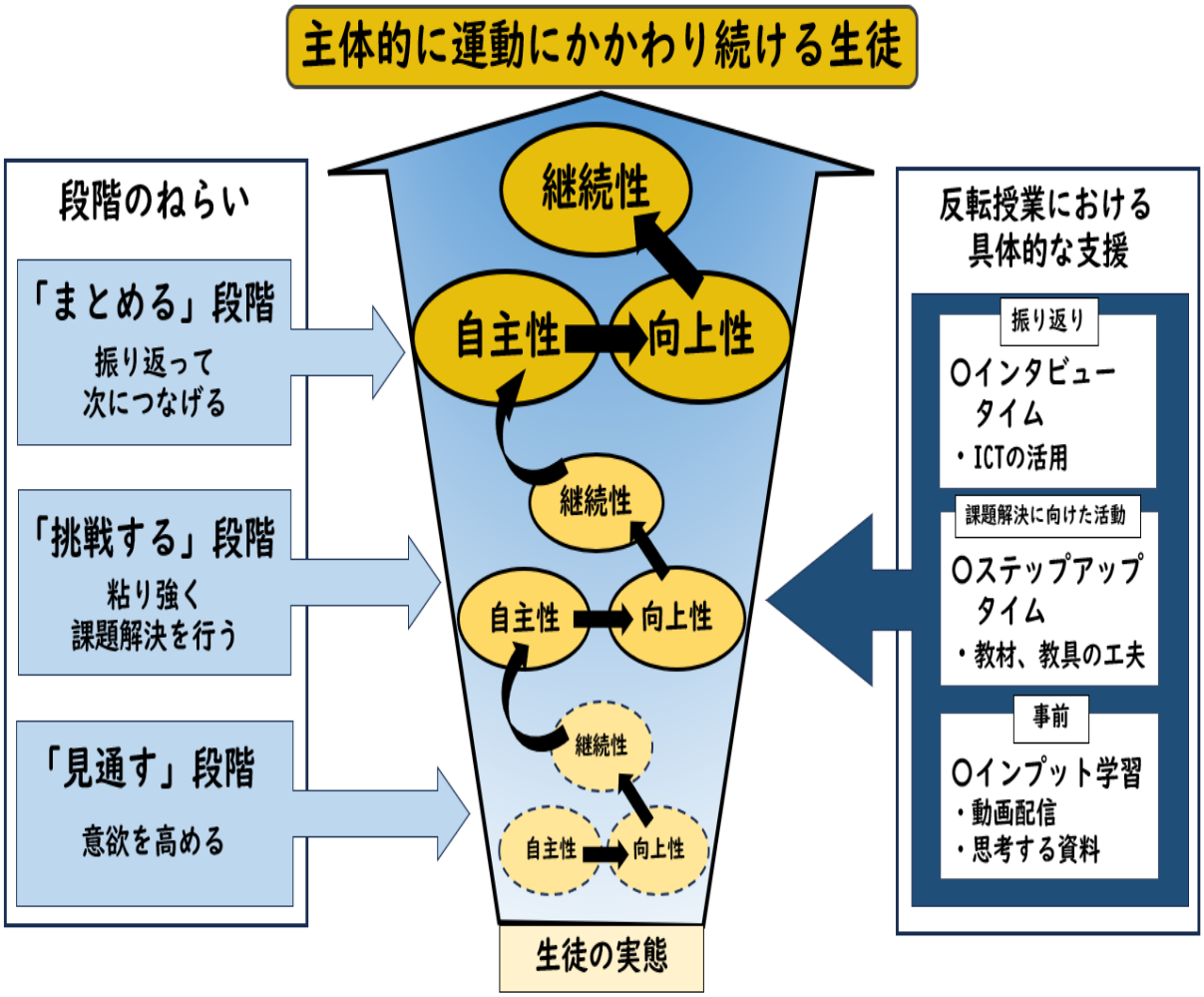
ウ　振り返りにおけるインタビュータイム

インタビュータイムとは、インタビュー形式で仲間と学習の取組や成果について質問し合い、振り返ることで自己の変容を認識し、次の学習に生かす動きや学び方を明確にすることをねらいとした活動である【資料３】。自分の言葉で表現することで、自己を客観的に捉え、学習の取組や成果を整理することや、考えたことを発信する力をつけることができると期待する。また、インタビュー形式で仲間と関わることにより、仲間の考えを自己の学びに取り入れようとすることにつながると考える。そのため、インタビュータイムの行い方や目的、振り返る視点を説明し、共有できるようにする。インタビュータイムの役割は、「インタビューをする人」、「インタビューに答える人」、「動画を撮影する人」と分け、これをローテーションで行う。撮影は、Chromebook のカメラ機能を使用する。

【資料３　インタビュータイムのイメージ】

このインタビュータイムは、単元の各段階の終末時に位置付ける。

(2) 研究構想図



(3) 仮説検証の方法

ア　対象

宇美町立宇美中学校　２学年１組（男女 42 名）

イ　期間

検証授業Ⅰ　令和６年 10 月８日（火）～10 月 31 日（木）

　E　球技　ア　ゴール型　「バスケットボール」

検証授業Ⅱ　令和６年 11 月５日（火）～11 月 21 日（木）

　C　陸上競技　ウ　ハードル走

ウ　検証の内容と方法

段階	生徒の姿		手立て	検証方法
見通す段階	自主性	学習意欲をもつ	・インプット学習 （動画・資料）	○アンケートの分析 ○様相観察 ○振り返りの記述分析
	向上性	自己の課題意識をもって課題解決に取り組む	・インプット学習 （動画・資料）	○様相観察 ○振り返りの記述分析
	継続性	課題解決に向けて考えたことを振り返り、次の学習につなげる	・インタビュータイム	○インタビューの発言分析
挑戦する段階	自主性	課題解決のため、予想を立てたり課題をもったりして、学習への見通しをもつ	・インプット学習 （動画・資料）	○アンケートの分析 ○生徒のコメント分析 （Google Forms）
	向上性	課題解決に向けて根拠をもって自分で練習を選択し、自己調整しながら粘り強く取り組む	・インプット学習 （動画・資料） ・ステップアップタイム	○学習プリントの記述分析 ○振り返りの記述分析 ○様相観察
	継続性	学習を通して取組の成果を振り返り、次の学習につなげる	・インタビュータイム	○インタビューの発言分析 ○振り返りの記述分析
まとめる段階	自主性	自ら課題を設定し、学習への見通しをもつ	・インプット学習 （資料）	○アンケートの分析
	向上性	チームや自己の課題を捉え、改善に向けて学習に取り組む	・インプット学習 （資料）	○生徒のコメント分析 （Google Forms） ○学習プリントの記述分析 ○様相観察
	継続性	単元を通した取組や、その成果を振り返り、次の単元へ生かそうとする	・インタビュータイム	○インタビューの発言分析

６　研究の実際と考察

(1)　【検証授業Ⅰ】　全９時間（令和６年 10 月８日～10 月 31 日）

ア　単元　Ｅ　球技　ア　ゴール型　「バスケットボール」

イ　単元目標

知識及び技能	バスケットボールの特性や成り立ち、技術の名称や行い方を理解するとともに、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防を展開することができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。
学びに向かう力、人間性等	作戦などについての話合いに参加しようとすることができるようにする。

ウ　単元計画

<table>
<tr><td colspan="2">単元のめあて</td><td colspan="9">「スペースを使った攻撃で、チーム全員がシュートを打てるようになる！」</td></tr>
<tr><td colspan="2">段　階</td><td colspan="3">見通す段階</td><td colspan="4">挑戦する段階</td><td colspan="2">まとめる段階</td></tr>
<tr><td colspan="2">時　数</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td></tr>
<tr><td colspan="2">インプット学習</td><td></td><td>パスがもらえるようにするには？</td><td></td><td>ゴール前に侵入していく利点は？</td><td></td><td>パスを受けたあとスムーズにシュートにつなげるには?</td><td></td><td>チームで作成する学習シートの説明</td><td>目標の設定</td></tr>
<tr><td rowspan="10">学習の流れ</td><td></td><td rowspan="3">オリエンテーション
・バスケットボールの特性
・単元の見通し
（知①）
（態①）</td><td colspan="8">ウォームアップ・スキルアップ</td></tr>
<tr><td>10</td><td rowspan="2">パスドリル
（ドリブルなし）
・守備者がいない空間へ動く
（技①）</td><td rowspan="2">パスドリル
（ドリブルあり）
・ボール保持者と守備者の動きを見て空間へ動く</td><td colspan="4">ステップアップタイム
・４つの練習からシュートとパスのポイントを見付ける
（知②）
・パスを受け取ったあとゴールに正対する
・根拠をもって自己の課題に応じた練習を選択する
（思判表②）</td><td rowspan="2">チーム練習
・パス＆シュート
・作戦等確認</td></tr>
<tr><td>20</td></tr>
<tr><td></td><td rowspan="3">試しのゲーム
（３対３）
・攻撃時のボール操作
・ボールを持たないときの動き</td><td rowspan="3">タスクゲーム
（３対２）
・ゴールへ向かって味方と守備者の動きを見て、空間へ動く
（思判表①）</td><td rowspan="3">タスクゲーム
（３対３）
・ゴール前の空いている空間に走り込む
（技①）</td><td rowspan="3">タスクゲーム
（３対３）
・状況を判断してゴール前の空いている空間に走り込む
（技②）</td><td rowspan="3">タスクゲーム
（３対３）
・ゴール前侵入
（態①）</td><td rowspan="3">タスクゲーム
（３対３）
・ゴール前侵入
（思判表②）</td><td rowspan="3">まとめのゲーム
（３対３）
・スペースを使った攻撃
（思判表③）</td></tr>
<tr><td>30</td><td rowspan="2">タスクゲーム
（２対１）
・ゴールへ向かって守備者がいない空間へ動く
（態①）</td></tr>
<tr><td>40</td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td>振り返り
インタビュータイム</td><td></td><td></td><td></td><td>振り返り</td><td></td><td>振り返り
インタビュータイム</td></tr>
<tr><td></td><td>50</td><td>振り返り</td><td>振り返り</td><td colspan="4">振り返り</td><td>インタビュータイム</td><td>振り返り</td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="4">評価機会</td><td>知識</td><td>①</td><td></td><td></td><td>②</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td rowspan="4">総括的評価</td></tr>
<tr><td>技能</td><td></td><td>(①)</td><td></td><td></td><td>①</td><td>②</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>思・判・表</td><td></td><td></td><td>①</td><td></td><td></td><td></td><td>②</td><td>③</td></tr>
<tr><td>態度</td><td></td><td></td><td></td><td>①</td><td></td><td></td><td></td><td>①</td></tr>
</table>

単元の評価規準

知識	技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①バスケットボールには、個人やチームの能力に応じた作戦を立て、勝敗を競う楽しさや喜びを味わえる特性があることについて、言ったり書き出したりしている。 ②パスの出し方や受け方、シュートの行い方のポイントを言ったり書き出したりしている。	①パスを受けるために、ゴール前の空いている場所に動くことができる。 ②ゴール方向に守備者がいない位置でシュートをすることができる。	①攻撃における自己の課題や改善に向けたポイントを発見している。 ②提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を根拠をもとに選んでいる。 ③仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめ、チームへの関わり方を見付けている。	①自己の課題の解決に向けた練習方法や作戦について話し合う場面で、自らの考えを述べるなど積極的に話合いに参加しようとしている。

エ　授業の実際と考察

(7) 見通す段階（１／９～３／９）

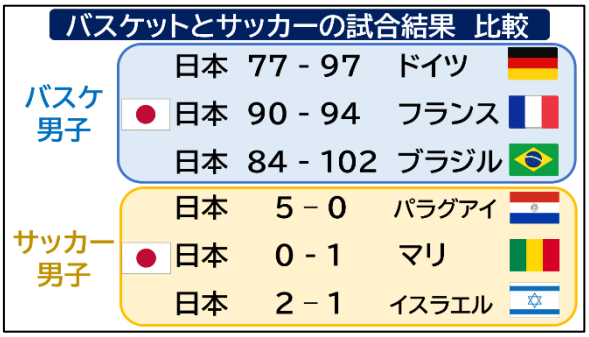
ねらい	・学習意欲をもつことができるようにする。(自主性) ・自己の課題意識をもって課題解決に取り組むことができるようにする。(向上性) ・課題解決に向けて考えたことを振り返り、次の学習につなげることができるようにする。(継続性)	
活 動	インプット学習	・動画（パスドリルの行い方） ・資料（フリーでパスを受ける方法）
	授業	・オリエンテーション ・試しのゲーム（３対３） ・ドリルゲーム（パスドリル、２対１） ・タスクゲーム（２対１、３対２） ・インタビュータイム
具体的支援	インプット学習	・目標とする動きがイメージできる動画 ・パスを受けるための動きについて、思考する資料
	授業	・単元の学習過程やゴールを可視化した単元見通し図 ・操作が易しい用具の使用・ボールに触れる機会を多くするルールの設定

生徒は、１年時に他のゴール型の学習をしているが、バスケットボールの学習はしていない。ゴール型に関する事前アンケートから、バスケットボールをしてきた経験が少なく、シュートにいくまでの過程に難しさを感じる生徒が多いことがわかった。そこで見通す段階では、ボールを持たないときの動きを考え、パスを受けるための動きを理解する必要があると考えた。

ａ　第１時「試しのゲームから、バスケットボールの楽しさを見付ける学習」

第１時では、バスケットボールへの興味や関心を高め、見通しをもって単元を進めることをねらいとして、オリエンテーションと試しのゲームを行った。

まず、バスケットボールの特性を掴むために、オリエンテーションを行った。その際、バスケットボールをしてきた経験が少ないという、事前アンケートの生徒の実態から、第33回オリンピック競技大会（2024／パリ）で、日本チームが男女ともにオリンピック出場を果たし、熱戦を繰り広げたことについて触れ、身近な話題とこれから学習することが関連できるようにした。さらに、バスケットボールは多く得点を決めることができる種目であることに気付かせるために、オリンピックの予選リーグにおけるバスケットボールとサッカーの得点結果を提示し、「試合結果を比較して気付くことは。」と問いかけた【資料４】。生徒は、「サッカーよりもバスケットボールの方が、たくさん得点している。」、「バスケットボールは、０点で終わる試合がない。」と答えていた。さらに、バスケットボールの特性についての理解につなげられるように、「なぜ、バスケットボールはたくさん点数が入るのか。」と問いかけた。生徒は、「コートの広さが違う。」、「プレイヤーの人数が違う。」、「１回で入る得点が違う。」などと答えており、プレイヤーの人数やルールの特性に着目することができていた【資料５】。

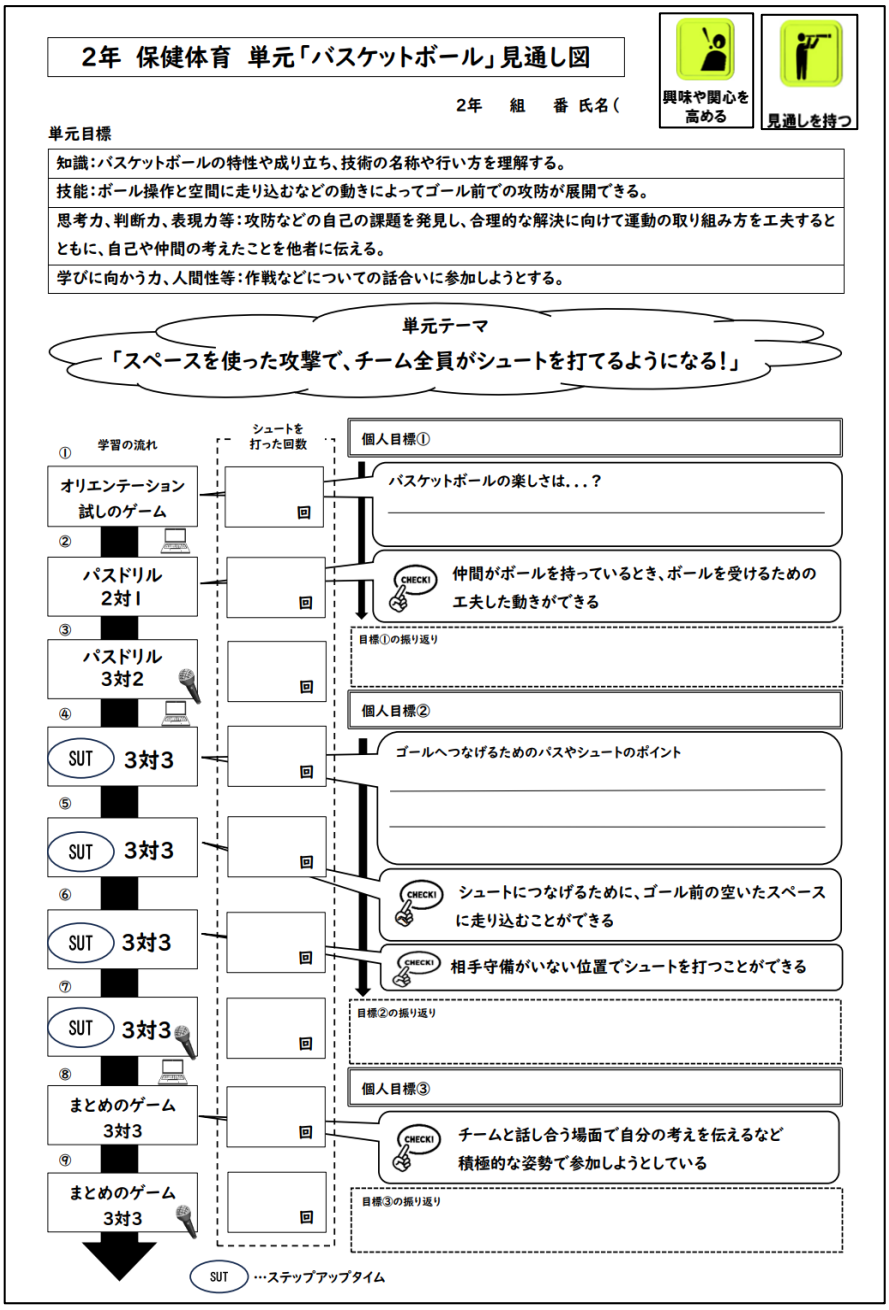


【資料４　オリエンテーションスライド】

【資料５　オリエンテーションで生徒に問う場面】

次に、単元の学習過程やゴールを明確にし、目指す方向性を生徒と教師で共通理解して学習を進めることができるように、「『バスケットボール』見通し図」を提示した【資料６】。ここでは、

単元で身に付ける資質・能力や単元テーマ、学習過程で行う活動を確認した。また、個人でシュートを多く打つ意識を高め、チームでシュートを打った回数を確認できるようにするために、毎時間シュートを打った回数を記録することを説明した。さらに、単元テーマに対する自己の目標とその振り返りができるように、単元の各段階で個人目標と目標に対する振り返りを記入することを確認した。



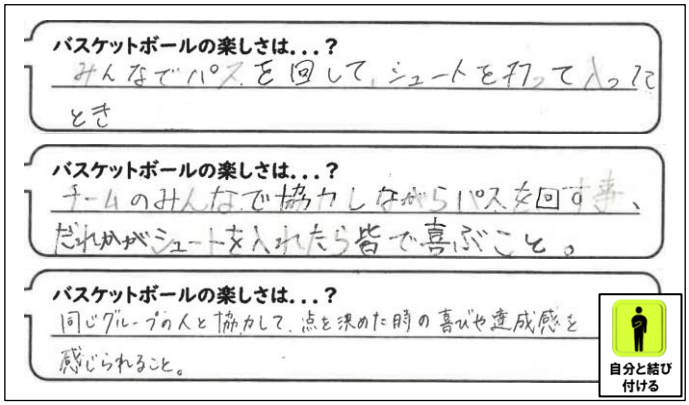
【資料６　「バスケットボール」見通し図】

最後に、試しのゲームとしてハーフコートで３対３を行った。事前のアンケート結果より、ボールに対する恐怖心から、ゲーム中ボールに多く触れることができていない実態があった。そのため、本単元では、通常のバスケットボールよりも軽く、操作が易しくなるキッズバスケットボールを使用した【資料７】。また、ボールに触れる機会と、ゴール前での攻防を増やすために、コートの広さはハーフコートに限定して行った。

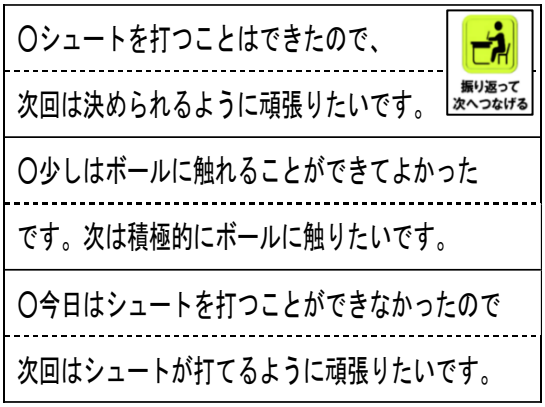
【資料７　キッズバスケットボール】

学習のまとめとして、バスケットボールの楽しさについて生徒は、「パスを回して、シュートを打って入ったとき」、「シュートを入れたらみんなで喜ぶこと」、「点を決めた時の喜びや達成感を感じられること」と記述しており、多くの生徒が得点の喜びについて挙げていた【資料８】。

振り返りでは、「シュートを打つことはできたので、次回は決められるように頑張りたい」、「少しはボールに触れることができてよかった。次は積極的にボールに触れる」など、次回の目標を立てて記述した生徒が多くいた【資料９】。



【資料８　「バスケットボールの楽しさ」についての生徒の記述】



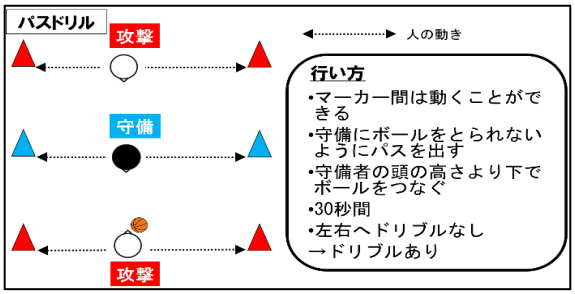
【資料９　第１時の振り返りの記述（Forms 上）】

b　第２・３時「パスを受けるための動き方を考える学習」

第２・３時では、パスを受けるための動き方について課題解決することをねらいとした。そこで、ドリルゲームとして、攻撃の２人が対面し、その間にパス交換を妨げる守備者を１人入れたパスドリルを行った【資料 10】。また、アウトナンバー（２対１、３対２）のタスクゲームを行った。

まず、インプット学習としてパスドリルと２対１の動画と、パスを受けるための動きを考える資料を配信した【資料 11】、【資料 12】。動画は、在籍校の保健体育科教師が模範としてドリルゲームと２対１を行ったものを編集した。資料は、味方が守備者と重なったときのパスを受けるための動き方について、パスの出し手の視点から気付かせるために、「あなたがボールをもっているとき、パスをつなぐためにＡにはどのような動きをしてほしいか」と発問し、自己の考えを記入させた。生徒の回答では、「右か左に動いてほしい」、「横にずれてほしい」など守備者がいない空間に動くことに着目した記述が見られた【資料 13】。

次に、パスを受けるための動き方を考えるために、ドリルゲーム（パスドリル）を行った。ここでは、ボールを持たないときに守備者のいない空間へ動いてパスを受けることができるように、攻撃側は守備者の頭の高さより下でパスを行うことをルールとして設定した。また、パスを出した後、再度パスを受ける意識をもたせるために、制限時間を設定し、時間内に何回パスをつなぐことができるかを競うようにした。生徒は事前にモデルの動きを動画で見ていたことで、動画と同じように守備者と重ならない位置へ受け手が動いて、パスを通す場面が見られた。しかし、受け手が守備者とのずれを作っていないのにパスが通ってし



【資料 10　パスドリルのルール】

【資料 11　インプット学習で配信した動画】

【資料 12　インプット学習で配信した資料】

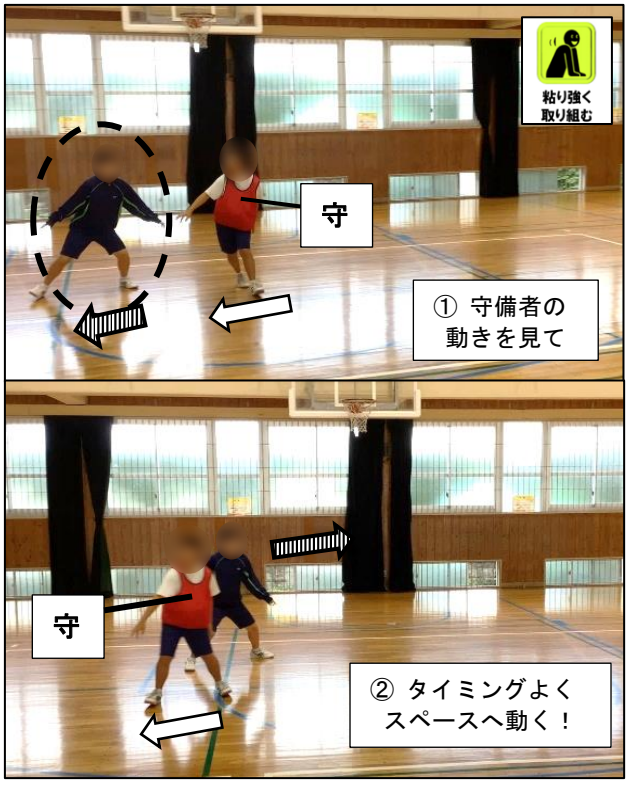
まう場面もあった。これは守備者が守備の行い方がわからずにボールを眺めるだけになっていたためであった。そこで、第３時では、守備者は両手、両足を広げて守備することを確かめた。その後、守備者は攻撃のパス交換を妨げようと両手と両足を動かすようになった。その結果、攻撃の２人はコートを最大限使ってパスを受けようと動くようになった。

最後に、ドリルゲームの成果を確認するためにタスクゲームを行った。ここでは、フリーでパスを受ける状況を作りやすくするために、アウトナンバーで行った。第２時は２対１を設定し、ドリルゲームで練習したことがゲームでも発揮できるか確認をした。第３時は３対２を設定し、第２時よりも空いた空間が減る状況でもボールを受けるための動きが発揮できるか確認をした。生徒は、インプット学習で、どのような動きをすればフリーになれるのか考えたことで、守備者の位置を見て空いている空間へ動くことができていた**【資料 14】**。しかし、フリーになることはできたが、フリーになったタイミングとパスが合わない場面も見られた。

振り返りでは、課題解決に向けて考えたことを自分の言葉で仲間に伝え、振り返りをチームで共有するためにインタビュータイムを行った**【資料 15】**。ここでは、チームの中でグループを組み、教師が提示した振り返りの内容に沿って、１人ずつインタビュー活動を行った。また、インタビューを動画で撮影する活動を行った。生徒は、味方からパスを受けるために考えたことについて、「パスをもらうときに合図をした。」、「フェイントをかけた。」、「相手の裏をかいて動いた。」などと発言していた。また、次の学習で頑張りたいことについて、「たくさんパスを回してゴールを決められるようにしたい。」、「もっとパスがもらえるように動きたい。」などと発言しており、次の学習に向けても意欲的な様子が見られた。

Aにはどのような動きをしてほしいか
○右か左に動いてほしい。
○横にずれてほしい。
○コートの横に広がってほしい。
○相手の位置から離れてほしい。

【資料 13　配信資料の生徒の記述（Forms 上）】



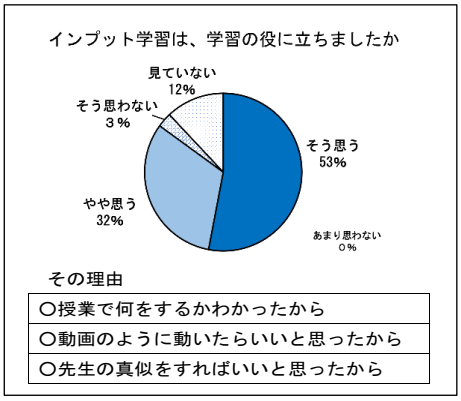
【資料 14 タスクゲームにおいて、フリーで
パスを受けようとしている場面】

【資料 15　インタビュータイムの様子】

結果と考察（１／９～３／９）

【学習意欲をもつことができるようにする（自主性）】について

インプット学習についてのアンケートを分析すると、「インプット学習は、学習の役に立ちましたか」という質問に対して、85%が「そう思う」、「やや思う」と回答していた。その理由として、「授業で何をするか分かったから」、「動画のように動いたらいいと思ったから」など活動のイメージを具体的にもつことができた記述が見られた【図４】。また、第１時の振り返りにおいて、【資料９】のように「次回はシュートが打てるように頑張りたい」など、今後に向けて見通しをもった記述ができた生徒が全体で 71%いた。これらのことから、生徒が学習意欲をもつ上でインプット学習を仕組んだことは、概ね有効であったと考える。



【図４　アンケート結果】

【自己の課題意識をもって課題解決に取り組むことができるようにする（向上性）】について

第２・３時で行ったドリルゲームやタスクゲームにおいて、【資料 14】のように生徒はパスを受けるために守備者の位置を見て空いている空間へ動く様子が見られた。また、第２時の生徒の振り返りにおいて、【資料 16】のように「味方同士、目で合図して相手を騙すようにパスをした」、「チームでコミュニケーションをとってパスをもらえるタイミングを見つけた」など、どのようにすればパスを受けることができるか考えて取り組んだ記述をした生徒が全体で 82%いた。これらのことから、生徒が自己の課題意識をもって課題解決に取り組む上でインプット学習を仕組んだことは、有効であったと考える。

第２時　振り返り

課題を解決するために何をがんばったか

○味方同士、目で合図して相手を騙すように
パスをしたこと
○チームでコミュニケーションをとってパスを
もらえるタイミングを見つけた
○上手な人の動きを見て、真似したこと

【資料 16　第２時振り返りの記述（Forms 上）】

【課題解決に向けて考えたことを振り返り、次の学習につなげることができるようにする（継続性）】について

インタビュータイムにおいて、「味方からパスを受けるために考えたこと」という質問の発言内容を分析したところ、「パスをもらうときに合図をした。」、「フェイントをかけた。」、「相手の裏をかいて動いた。」など動きを工夫して活動に取り組んだ回答が多く見られた。また、「次の学習に向けて頑張りたいこと」という質問の発言内容を分析したところ、「たくさんパスを回してゴールを決められるようにしたい。」、「もっとパスがもらえるように動きたい。」など、見通す段階で学習したパスを受けるために工夫したことを次の学習に生かしたいと発言していた生徒が全体で 85%いた。これらのことから、生徒が課題解決に向けて考えたことを振り返り、次の学習につなげる上でインタビュータイムを仕組んだことは、有効であったと考える。

(ｲ) 挑戦する段階（４／９～７／９）

ねらい	・課題解決のための予想を立て、学習への見通しをもつことができるようにする。(自主性) ・課題解決に向けて根拠をもって自分で練習を選択し、自己調整しながら粘り強く取り組むことができるようにする。(向上性) ・学習を通して取組や成果を振り返り、次の学習につなげることができるようにする。(継続性)	
活 動	インプット学習	・動画（走り込みシュート練習の行い方） ・資料（自己の課題、パスを受けた後の体の使い方）
	授業	・ステップアップタイム（走り込みシュート練習） ・タスクゲーム（３対３） ・インタビュータイム
具体的支援	インプット学習	・目標とする動きがイメージできる解説付きの動画 ・パスを受けた後の動きについて、思考する資料
	授業	・走り込む位置やパスを出す位置を視覚化したコート ・自己の振り返りの動画撮影・仲間との振り返りの共有

ａ　第４・５時「ゴール前の空間に走り込む動きを身に付ける学習」

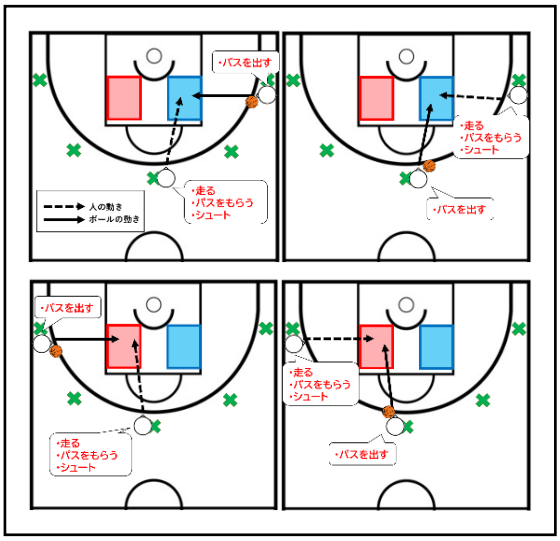
前時の学習の様子から、得点を狙って攻撃するゲームの動きに近づける必要があると考えた。そこで第４・５時では、ゴール前の空間に走り込む動きを身に付けることをねらいとした。ここでは、ゴール前に走り込みパスを受けてシュートを打つ練習と、味方のスピードに合わせてパスを出す練習を行った（ステップアップタイム）。また、練習したことをゲームで発揮するためのタスクゲームを行った。

まず、インプット学習では、ステップアップタイムでの練習の行い方や目標とする動きを理解することをねらいとした。ここでは、４種類の走り込みシュート練習の説明と、モデルの動きがわかる動画と、課題を見て自分だったらどのように動くか考える資料を配信した【資料 17】、【資料 18】。ここでは、「シュートチャンスを広げるためにＡはどのような動きをするとよいか」と発問し、自己の考えを記入させた。生徒は、「ゴール下に走る」、「Ｃがいた場所にいく」などゴール前の空間に着目した記述をしていた。

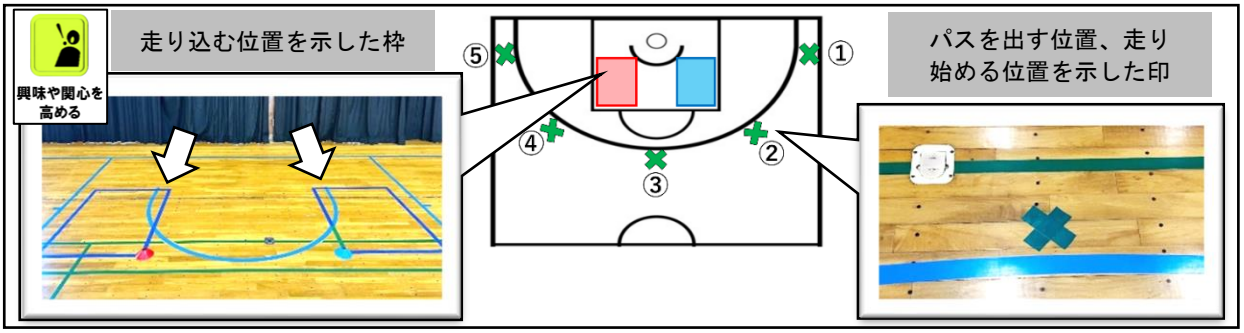
次に、ステップアップタイムを行った。ここでは、複数の練習を通して、シュートやパスのボール操作と空間に走り込む動きを身に付けることができるように、４種類の走り込みシュート練習を行った【資料 19】。その際、生徒がどこに走れば良いか考えることができるように、コート上のゴール斜め下に長方形の枠を作った【資料 20】。また、走り始める位置やパスを出す位置がわかるように、スリーポイントラインの外側５箇所に×印のラインテープを貼った。生徒は、ラインテープで示したゴール下の枠の中を目指して走り込み、シュートを打つことができていた。また、パスの出し手も味方が走るタイミングに合わせてパスを出すことができていた【資料 21】。さらに実践に近づけるため、走り込むスピードを上げるように指示したことで、パスのスピードを考えて練習する様子が見られた。

【資料 17　インプット学習で配信した動画】

【資料 18　インプット学習で配信した資料】



【資料 19　ステップアップタイム
（走り込みシュート）の行い方】



【資料 20　走り込む位置やパスを出す位置をラインテープで示したコート】

【資料 21　ステップアップタイムで走り込みシュートを行う場面】

最後に、ステップアップタイムで練習したことをゲームで発揮するために、タスクゲームを行った。ここでは、守備のマークを振り切ってパスを受ける状況判断力をつけるために、攻撃と守備を同数にして３対３を行った。ゲームの中で生徒は、ゴール前の空間を見付けて走り込むことができていた【資料 22】。さらに、タイミングよくパスが来なければ、再度動き直してパスを受けようとする場面も見られた。

振り返りでは、ゴール前でパスを受けるための動きとして、「スピードを意識して相手のいないところに行くこと」、「走り込むタイミングを見極めること」という記述から、ゴール前の空間に走るスピードに緩急をつけてパスを受けようと工夫したことがわかった。また、「コートを大きく使って素早く動くこと」、「パスをもらう位置を変えること」という記述から、周りを見ながら状況を判断してプレイしていたことがわかった【資料 23】。

【資料 22　ゴール前の空間に走り込む場面】

振り返って次へつなげる	味方からパスを受けるために工夫したこと
	スピードを意識して相手のいないところに行くこと。
	走り込むタイミングを見極めること。
	コートを大きく使って素早く動くこと。
	パスをもらう位置を変えて相手にボールを取られないようにしたこと。

【資料 23　第５時の振り返りの記述（Forms 上）】

b　第６時「パスを受け取ったあとスムーズにシュートにつながる動きを考える学習」

前時の学習の様子から、ゴール前でパスを受けたもののゴールに対して背を向けていたことでシュートにつながらない場面があった。そこで第６時では、ボールを受けたあとゴール方向に正対する意識をもつことをねらいとした。ここでは、ゴール前に走りながらパスが斜め後ろから来る状況とパスを受けたときにゴールに対して背を向けた状況を意図的に作ったシュート練習を行った（ステップアップタイム）。また、練習したことをゲ

【資料 24　インプット学習で配信した動画】

ームで発揮するために、タスクゲームを行った。

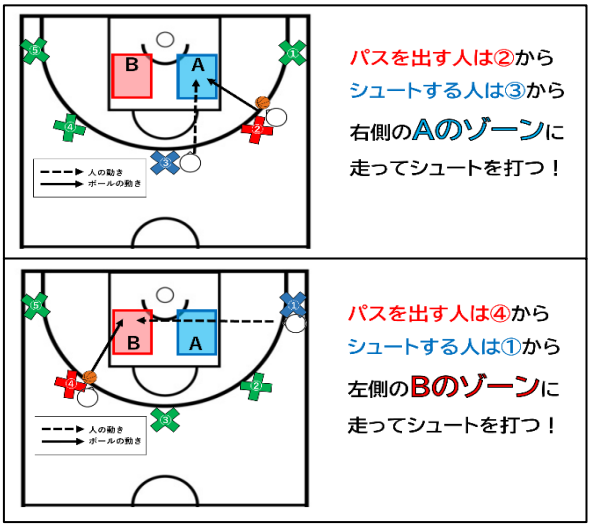
まず、インプット学習では、「ゴール前の空間に走り込んでパスを受け、その後シュートを打つことができた人とできなかった人」の動画と、その理由を考える資料を配信した【資料 24】。生徒は、「A先生はボールを受け取ってすぐシュートを打って、B先生はすぐシュートを打たなかったためディフェンスが来てパスをしないといけなくなった」、「シュートに移るスピードの違い」など、パスを受けたあとの動きに着目している回答が見られた。しかし、「ゴールの下に入りすぎた」、「パスをもらう位置が違う」、「ディフェンスのプレッシャーの違い」などパスを受けたあとの動き以外の回答も見られた。そこで、ボールを受けたあとのボール保持者の動きに着目させるために、第６時の導入において再度動画を一斉に視聴し、「ボールをもらう人は、パスを受けたあと、どのような動きをしているか。」と発問した。これにより生徒は、「パスをもらったあとすぐにゴール方向を向いている。」と答え、パスを受けたときの体の向きに注目できていた。

次に、ステップアップタイムを行った。ここでは、複数の練習を通して動きを身に付けることができるように、２種類の走り込みシュート練習を行った【資料 25】。生徒はステップアップタイムを通して、パスを受けたあとどのような動きをすればスムーズにゴールに正対できるか、繰り返し練習を行っていた。しかし、パスを受けてシュートを打つまでに時間がかかる生徒もいたため、バスケットボール部に所属する生徒の手本を見せ、シュートまでの一連の流れを「足のステップ」に注目して観察するよう促した。その後の練習では、シュートを打つまでに時間がかかっていた生徒も、パスを受けたあとステップを踏み、すぐにゴールに正対しシュートを打つ姿が見られた。

最後に、練習したことをゲームで発揮するために、タスクゲームを行った。ここでは、ゲームにおけるゴール前への侵入やパスを受けたあとの動きについて気付いたことをチームで共有するために、話し合う時間を設定した。生徒は、パスを受けたあとすぐにゴールを向く場面が見られ、シュートにつなげていた。また、話合いでは、「もっとサイドに開いて。」、「パスをもらう前に周りを見よう。」など、チームでシュートにつなげるためのアドバイスを行っていた。

振り返りでは、ステップアップタイムやゲームを通して気付いたことについて、「素早くシュートを打ちやすい体勢に動くことが大切」、「ステップアップタイムで行ったようにゴール下に走ってパスのタイミングをあわせるとほとんどシュートが打てる」などシュートをするための体の使

【資料 24　インプット学習で配信した動画（前頁の続き）】



【資料 25　ステップアップタイム（第６時走り込みシュート練習）の行い方】

今日の学習を通して気付いたこと

振り返って次へつなげる

○素早くシュートを打ちやすい体勢に動くことが大切だとわかった。
○ステップアップタイムで行ったようにゴール下に走ってパスのタイミングをあわせるとほとんどシュートが打てることがわかった。
○すぐにシュートが打てるように背をゴールに向けずに体をゴールに向ける。また動き出しのときに体を向けておくともっと良かった。
○ボールをもらったらすぐにゴールの正面を向くことでいつもよりシュートが入った。
○相手がいないところに走って、ボールが来たらすぐにゴールを向いてシュートを打つことができた。

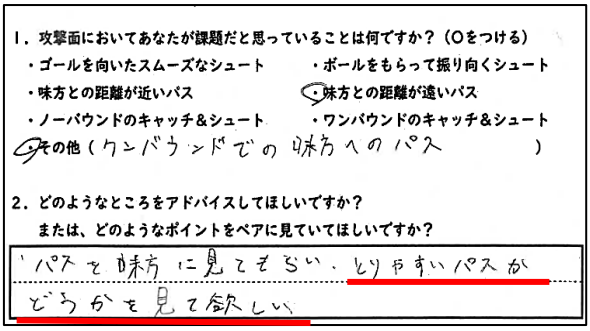
【資料 26　第６時の振り返りの記述（Forms 上）】

い方について理解している記述が見られた【資料 26】。また、「すぐにシュートが打てるように背をゴールに向けずに体をゴールに向ける。また動き出しのときに体を向けておくともっと良かった」、「ボールをもらったらすぐにゴールの正面を向くことでいつもよりシュートが入った」、「相手がいないところに走って、ボールが来たらすぐにゴールを向いてシュートを打つことができた」など、パスを受けてシュートにつなげる動きに関する記述が見られた。

c　第７時「自己の課題に応じて、自己調整を図りながら粘り強く練習する学習」

第７時では、パスやシュートの技能を高めるために、自分の課題に合った練習に取り組むことをねらいとした。そこで、走り込む位置やパスを出す位置などを自分で選択して練習する活動を設定した（ステップアップタイム）。

まず、課題意識をもって練習に取り組むことができるように、これまでの学習を振り返り、パスやシュートなどの自己の課題を根拠として、ステップアップタイムでの練習方法を考えるよう促した。その際、学習プリントを用いて自己の課題は何か、考えを整理できるように、選択式で回答できるようにした。また、自分の動きを他者に確認してもらうために、アドバイスをしてほしいところや見てほしいポイントについて記述させ、観察の視点が明確になるようにした。生徒は、「とりやすいパスかどうかを見て欲しい」と記述しており、ボールの取りやすさについてアドバイスを求めていた【資料 27】。

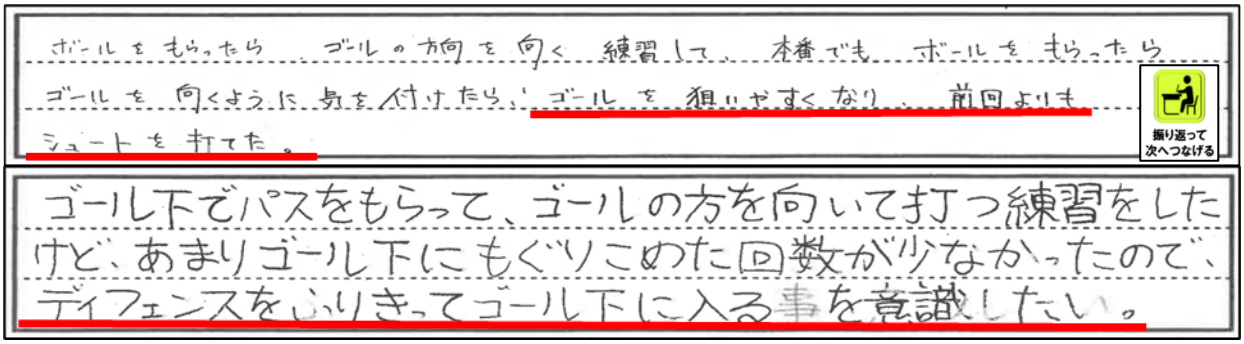

1．攻撃面においてあなたが課題だと思っていることは何ですか？（○をつける）
・ゴールを向いたスムーズなシュート　・ボールをもらって振り向くシュート
・味方との距離が近いパス　○味方との距離が遠いパス
・ノーバウンドのキャッチ＆シュート　・ワンバウンドのキャッチ＆シュート
○その他（ワンバウンドでの味方へのパス　）
2．どのようなところをアドバイスしてほしいですか？
または、どのようなポイントをペアに見ていてほしいですか？
パスを味方に見てもらい、とりやすいパスかどうかを見て欲しい

【資料 27　学習プリントの生徒の記述】

【資料 28　ペアにアドバイスする場面】

次に、ステップアップタイムを行った。ここでは、始めに練習方法と見てほしいポイントをペアと共有するよう促した。その後、生徒は自分で決めた練習を繰り返し行っていた。また、ペアでアドバイスをし合う様子も見られた【資料 28】。その後のタスクゲームでは、コート内のスペースをたくさん使って動き回り、積極的にシュートを打つ姿やゴール前に走り込む様子が見られた。また、キッズバスケットボールの操作やゲーム中の選手交代などにも慣れてきた様子であった。

振り返りでは、「ゴールを狙いやすくなり、前回よりもシュートを打てた」というステップアップタイムで練習したことをゲームで発揮できたという記述や、「ゴール下にもぐりこめた回数が少なかったので、ディフェンスをふりきってゴール下に入る事を意識したい」という実践を通して得た学びを次回につなげようとする記述が見られた【資料 29】。


ボールをもらったらゴールの方向を向く練習して、本番でもボールをもらったらゴールを向くように気を付けたら、ゴールを狙いやすくなり、前回よりもシュートを打てた。
振り返って次へつなげる
ゴール下でパスをもらって、ゴールの方を向いて打つ練習をしたけど、あまりゴール下にもぐりこめた回数が少なかったので、ディフェンスをふりきってゴール下に入る事を意識したい。

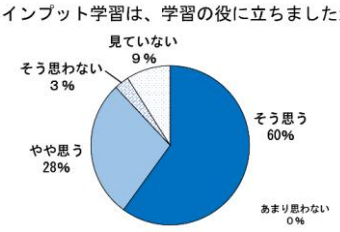
【資料 29　第７時の振り返りの記述】

最後に、学習を通してできるようになったことを自分の言葉で仲間に伝え、振り返りをチームで共有するためにインタビュータイムを行った。ここでは、見通す段階と同様にチームの中でグループをつくり、教師が提示した振り返りの内容に沿って、１人ずつインタビュー活動を行うように促した。また、そのインタビューを動画で撮影する活動を行った。生徒はこれまでの学習を振り返り、「ゴール下からのシュートにつながるようにパスを出す位置やタイミングを考えてプレイすることができた。」、「自分から積極的にボールをもらいに行ったり、相手のいないところに走って行ったりすることができた。」などと発言しており、これまでの学習を通してできるようになったことを実感していた。また、まとめのゲームに向けて、「これまで学んだことを生かして、チーム全員でたくさん点が取れるように頑張りたい。」、「これまでチームで課題を改善してきたことを生かしていきたい。」などと発言しており、次の学習に向けて意欲的な様子が見られた。

結果と考察（４／９～７／９）

【課題解決のための予想を立て、学習への見通しをもつことができるようにする（自主性）】について

インプット学習についてのアンケートを分析すると、「インプット学習は、学習の役に立ちましたか」という質問に対して、88％が「そう思う」、「やや思う」と回答していた。その理由として、「練習するときや先生の話を聞くときに想像できて、取り組みやすかった」、「授業で目標となる動きがわかったから」など活動のイメージを具体的にもつことができた記述が見られた**【図５】**。また、第４・６時で行ったインプット学習において、配信した資料（Google Forms）に全ての生徒が、各時間で設定した課題についての自分の考え（予想）を書くことができていた。これらのことから、生徒が課題解決のための予想を立て、学習への見通しをもつ上でインプット学習を仕組んだことは、有効であったと考える。



その理由

○練習するときや先生の話を聞くときに想像できて、取り組みやすかったから
○授業で目標となる動きがわかったから

【図５　アンケート結果】

【課題解決に向けて根拠をもって自分で練習を選択し、自己調整しながら粘り強く取り組むことができるようにする（向上性）】について

第７時において、**【資料 27】**のようにステップアップタイムで取り組むべき課題を設定し、解決に向けてどのような練習をするか考えたことを全ての生徒が学習プリントに書き出すことができていた。また、**【資料 28】**のようにペアでアドバイスをし合いながらステップアップタイムでのシュート練習に取り組むことができていた。これらのことから、生徒が課題解決に向けて根拠をもって自分で練習を選択し、自己調整しながら粘り強く取り組む上でインプット学習とステップアップタイムを仕組んだことは、有効であったと考える。

【学習を通して取組の成果を振り返り、次の学習につなげることができるようにする（継続性）】について

インタビュータイムにおいて、「学習を通してできるようになったこと」という質問の発言内容を分析したところ、「ゴール下からのシュートにつながるようにパスを出す位置やタイミングを考えてプレイすること。」、「自分から積極的にボールをもらいに行ったり、敵のいないところに走って行ったりすること。」などボールを持つときと持たないときのそれぞれの動きのポイントに着目して、取組の成果について振り返りができていた。また、振り返りの記述を分析すると**【資料 29】**のように、「ゴール下にもぐりこめた回数が少なかったので、ディフェンスをふりきってゴール下に入る事を意識したい」など実践を通して得た学びから次の目標を立てて次回の学習につなげようとする記述ができた生徒が全体で 79％いた。これらのことから、生徒が学習を通して取組の成果を振り返り、次の学習につなげる上でインタビュータイムを仕組んだことは、有効であったと考える。

(ｳ) まとめる段階（８／９～９／９）

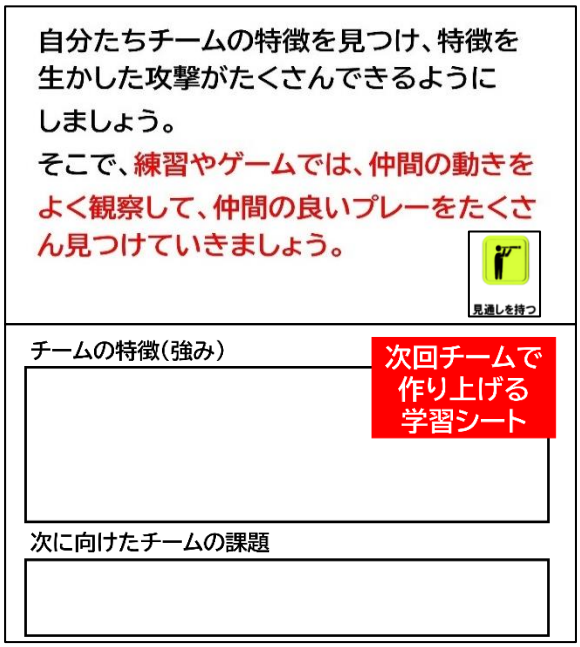
ねらい	・自ら課題を設定し、学習への見通しをもつことができるようにする。（自主性） ・チームの課題を捉え、改善に向けて学習に取り組むことができるようにする。（向上性） ・単元を通した取組や、その成果を振り返り、次の単元へ生かそうとすることができるようにする。（継続性）	
活 動	インプット学習	・資料（学習の流れ、自己、チームの課題や目標）
	授業	・まとめのゲーム（３対３） ・インタビュータイム
具体的支援	インプット学習	・自己、チームの課題や目標について、思考する資料
	授業	・チームの特徴と課題を考える学習シート ・自己の振り返りの動画撮影・仲間との振り返りの共有

ａ　第８時「ゲームを通して、チームの特徴と課題を見付ける学習」

生徒は前時まで、ステップアップタイムを通して自己の課題を解決することを中心に学習してきた。そこで、まとめる段階では、自己の課題解決に向けて取り組んだことをチームの課題解決へとつなげていく必要があると考えた。

第８時では、チームの特徴や課題を見付けることをねらいとして、３対３のゲームを行った。

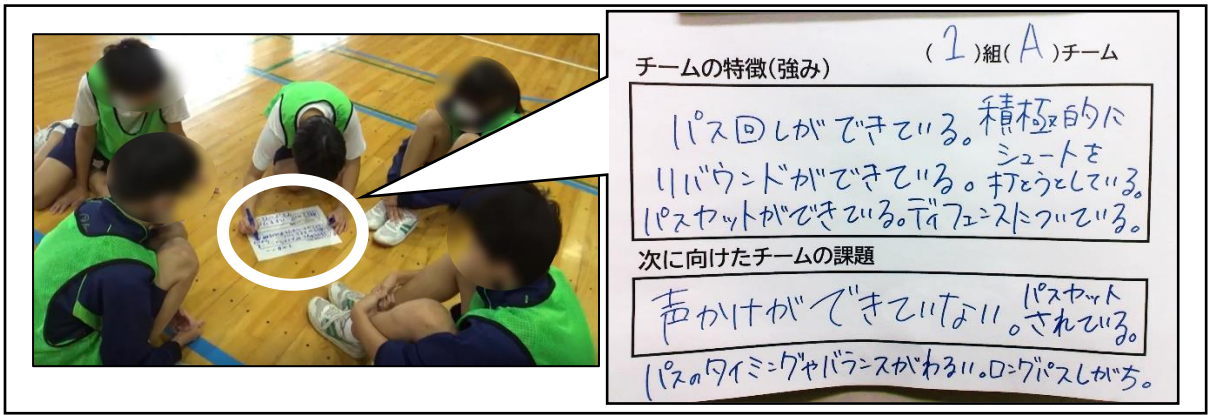
まず、インプット学習では、第８時のねらいと方法を示したスライド資料とチームの特徴や課題を書き込むための学習シートの見本を載せたGoogle Formsを作成し、配信した【資料 30】。また、インプット学習の状況を教師が把握できるように、「理解できた」と「理解できなかった」の回答欄を作成した。その結果インプット学習は全ての生徒が「理解できた」と回答していた。



【資料 30　インプット学習で配信した資料】

次に、ゲームに向けての動きづくりやチームでコミュニケーションを図ることをねらいとして、チーム練習を行った。ここでは、チームで練習内容を決めるよう促し、話合いの時間を設けた。生徒は、これまでのステップアップタイムの練習を思い出し、チームでパスを出す位置と走り込む位置を考えていた。チーム練習では、話し合って決めた練習方法を試す中で、積極的にコミュニケーションを図る姿が見られた。事前にインプット学習をしたことで授業の流れを把握でき、教師の説明に時間をかけず生徒の活動に時間を割くことができた。

最後に、まとめのゲームを行った。生徒は第７時と同様に、コートを大きく使って動き回り、積極的にシュートを打つ姿やゴール前に走り込む様子が見られた。しかし、ゴール前の攻防において、守備者が手を上げてシュートを止めにいくことを遠慮する場面も見られた。ゲームとゲームの間では、話合いの時間を設け、チームで攻撃面を中心にチームの特徴や課題について話し合うよう促した。生徒はチームの特徴について、「パス回しができている」、「積極的にシュートを打とうとしている」などの記述が見られた【資料 31】。また、チームの課題について、「声かけができていない」、「パスのタイミングやバランスが悪い」などの記述が見られた。チームの特徴や課題について、全てのチームが第８時のゲームを通して、学習シートに書き出すことができていた。



【資料 31　チームで特徴や課題について話し合う場面（左）と記入した学習シート（右）】

b　第９時「自己の目標をもって、学習の成果を確認する学習」

第９時では、チームの課題に対する自己の目標をもち、これまでの学習の成果を発揮することをねらいとして、まとめのゲームを行った。

まず、インプット学習では、チームの課題に対する自己の目標を考える資料を配信した。生徒は、「ゴール下のスペースを上手く使いながらたくさんシュートを打ちたい」など、チームの課題を捉えて自己の目標をもつことができていた【資料 32】。授業の導入では、個人の目標をチームで共有した。事前に個人の目標を立てていたことで、チームで共有することから始めることができ、目標の確認や学級全体で目指す姿の確認が十分にできた。また、前時のゲームで課題となったゴール前での攻防について、生徒が守備を遠慮した場面を動画で提示し、「攻撃の質を高めるためには守備者の頑張りが大切である。」と説明し、本時のゲームで意識してほしいことを補足した。

次に、これまでの学習の成果を発揮するために、まとめのゲームを行った。まとめのゲームでは、スペースを使った攻撃を展開し、攻防を楽しむ姿が見られた。そして、課題であった守備も手を上げてシュートを止めようとする様子が見られた。また、チームのまとまりを意識させたことで、ゲームに出場していない生徒が応援やプレイの指示を活発に行っていた【資料 33】。

【資料 32　配信した資料の生徒の記述（Forms 上）】

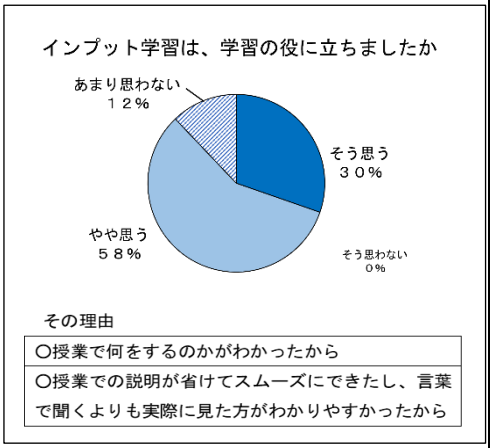
【資料 33　まとめのゲームで仲間に指示を出す様子】

最後に、インタビュータイムを行った。生徒は、単元を通して身に付いた力について、「周りの状況を見て動くこと。」、「ボールをもらった時にすぐにシュートを打つこと。」、「スペースを見付けて走ること。」などバスケットボールで身に付ける動きについて発言したり、「仲間にわかりやすく指示をすること。」、「仲間とのコミュニケーション。」など仲間との関わりについて発言したりしていた。さらに、単元で身に付けた力を次のハードル走の学習にどのように生かしていきたいかについては、「チームで声掛けしてきたことを次の学習でも積極的に行いたい。」、「友達とコミュニケーションを取りながらがんばりたい。」など、仲間への声掛けや会話を次の単元でも大切にしようとする姿が見られた。

結果と考察（８／９～９／９）

【自ら課題を設定し、学習への見通しをもつことができるようにする（自主性）】について

インプット学習についてのアンケートを分析すると、「インプット学習は、学習の役に立ちましたか」という質問に対して、88％が「そう思う」、「やや思う」と回答していた。その理由として、「授業で何をするのかがわかったから」、「授業での説明が省けてスムーズにできたし、言葉で聞くよりも実際に見た方がわかりやすかったから」など、学習内容の理解につながった記述が見られた【図６】。このことから、生徒が自ら課題を設定し、学習への見通しをもつ上で、インプット学習を仕組んだことは、有効であったと考える。しかし、前時にインタビュータイムをしたことで、すでにまとめのゲームに向けた具体的な目標を立てることができていたため、「そう思う」より「やや思う」と回答した生徒が増えたのではないかと考える。



【図６　アンケート結果】

【チームの課題を捉え、改善に向けて学習に取り組むことができるようにする（向上性）】について

第８時において、第９時に向けた目標を設定した際に、【資料 32】のようにチームの課題を挙げて目標を書き出すことができた生徒が全体で 30％いた。その他の生徒は、目標は書いているものの、「シュートが打てるように頑張る」や「声を出す」など何のための目標なのかが不明であった。そのため、単元を通してチームの課題を意識させる活動を多く設定することが必要であったと考える。これらのことから、生徒がチームの課題を捉え、改善に向けて学習に取り組む上で、インプット学習を仕組んだことは、概ね有効であったと考える。

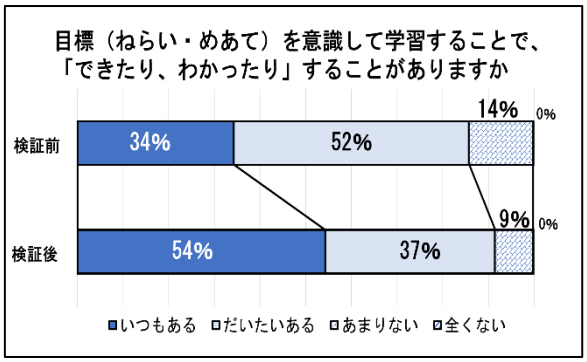
【単元を通した取組や、その成果を振り返り、次の単元へ生かそうとすることができるようにする（継続性）】について

インタビュータイムにおいて、「単元を通して身に付いた力」という質問の発言内容を分析したところ、「スペースへ走り込むこと。」、「周りを見て状況を判断すること。」、「チームで協力すること。」など全ての生徒が自己の学習を振り返って発言することができていた。また、「単元で身に付けた力を次の学習にどのように生かしていきたいか」という質問の発言内容を分析したところ、「チームで声掛けや課題解決に向けて協力してきたことを生かしたい。」と学んだことを継続しようとする発言があった。また、「バスケットボールで身に付けた素早い動きをハードルでも生かしていきたい。」とバスケットボールの学習や経験を結び付けて生かそうとする発言があった。このように、全ての生徒が学んだことを次の単元へ生かそうと発言していた。これらのことから、生徒が単元を通した取組や、その成果を振り返り、次の単元へ生かそうとする上で、インタビュータイムを仕組んだことは、有効であったと考える。

オ　本単元の全体考察

⑺ 自主性

検証前と検証後に「自主性」に関するアンケートを行った。「保健体育の授業で、目標を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがありますか」の質問では、「いつもある」、「だいたいある」と回答した生徒が検証前 86％、検証後 91％で５ポイント増加した【図７】。また、そう回答した理由について、検証前と検証後のアンケートで否定的な回答から肯定的な回答に変わった生徒は、「次回の活動内容が書いてあり、見通しなどを確認できたから」、「動画を見て、どのようなことをすれば良いか分かった



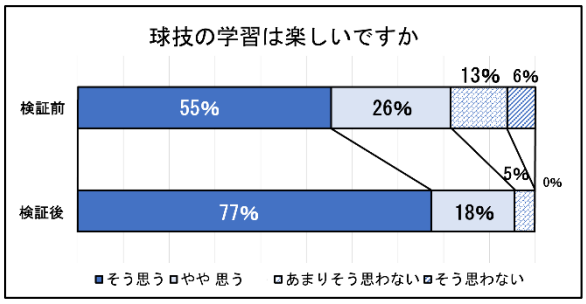
【図７　検証前、検証後のアンケート結果】

から」などと記述していた。これは、インプット学習の資料を見たことで、学習の見通しをもつことができたことや、模範の動画を見たことで、目標とする動きのポイントを考えることができたからだと考える。また、「球技の学習」に関するアンケートでは、「球技の学習は楽しいですか」の質問に、「そう思う」、「やや思う」と回答した生徒が検証前 81%、検証後 95%で 14 ポイント増加した【図８】。「球技のゲームでは、たくさんボールに触りますか」の質問では、「そう思う」、「やや思う」と回答した生徒が検証前 74%、検証後 97%で 23 ポイント増加した【図９】。「ICT を使って学習することで、『できたり、わかったり』することがありますか」の質問では、「よくある」、「たまにある」と回答した生徒が検証前 50%、検証後 94%で 44 ポイント増加した【図 10】。また、生徒の振り返りやアンケートの記述から、「インプット学習をしたことで、(授業で) どのようにすればいいか考えられた」、「インプット学習があったことで、自分で自分の課題を見つけて解決できるようになった」などの回答が見られた【資料 34】。これらのことから、インプット学習を仕組んだことで、生徒が学習でねらいとする動きを理解し、自己の考えや目標をもって学習に取り組むことができたと考える。その結果、球技が苦手な生徒もボールを持たないときにパスを受ける動きを行い、シュートにつなげることができた。そして、ボールに触れることやシュートを打つ機会を増やし、球技の楽しさを味わうことにもつながったのではないかと考える。

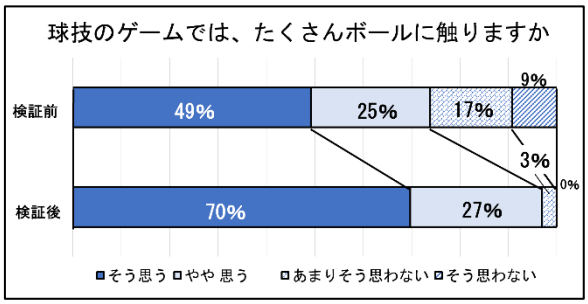
以上のことから、段階のねらいに応じた反転授業を設定し、具体的支援を行ったことは、自ら運動に取り組む生徒の姿に迫る上で有効に働いたと考える。

(ｲ) 向上性

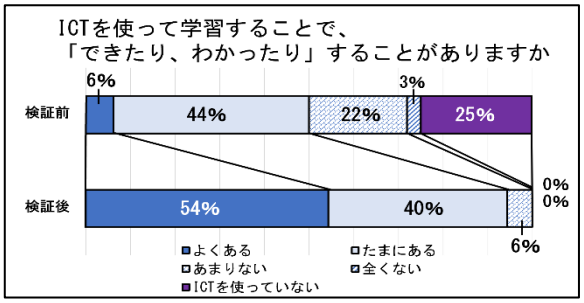
検証前と検証後に「向上性」に関するアンケートを行った。「提供された練習方法から、自己の課題に応じた練習方法を選ぶことができますか」の質問では、「できる」、「ややできる」と回答した生徒が検証前 88%、検証後 94%で６ポイント増加した【図 11】。また、「球技の学習」に関するアンケートでは、「球技のゲームでは、仲間がボールを持っているとき、工夫した動きができましたか」の質問に、「できた」、「ややできた」と回答した生徒が検証前 56%、検証後 94%で 38 ポイント増加し



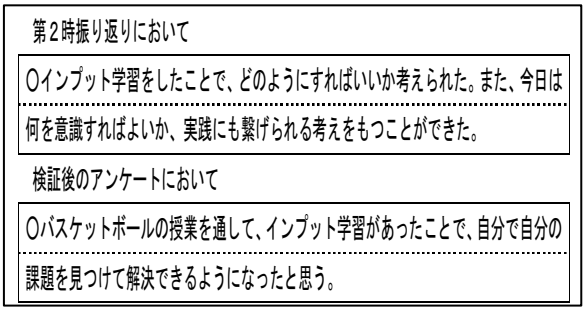
【図８　検証前、検証後のアンケート結果】



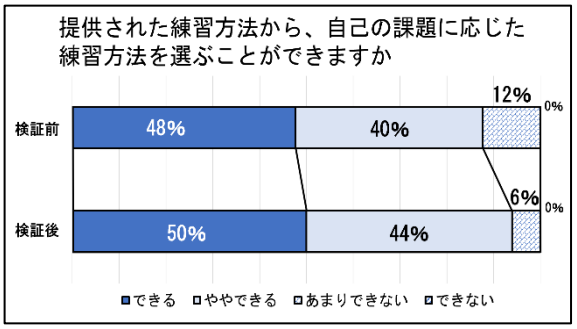
【図９　検証前、検証後のアンケート結果】



【図 10　検証前、検証後のアンケート結果】



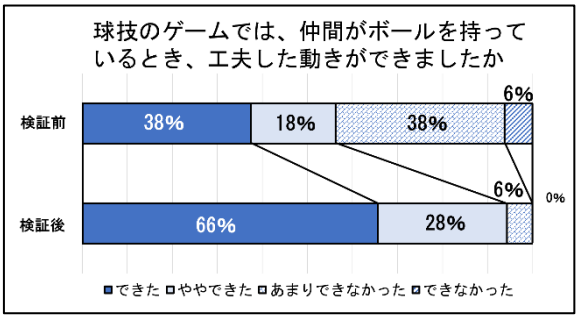
【資料 34　生徒の振り返り・アンケートの記述 (Forms 上)】



【図 11　検証前、検証後のアンケート結果】

た【図 12】。単元後の生徒の振り返りからも、バスケットボールの学習を通してボールを持たないときの動きや基本的技能についてできるようになったことを具体的に書き出していた【資料 35】。これらは、インプット学習を仕組んだことで、事前に課題解決のための方法を自分なりに考え、その考えや目標をもって授業に臨むことができていたからだと考える。また、ステップアップタイムを仕組んだことで課題解決のために見通しをもって練習の計画を立て、走り込みシュート練習に継続して取り組み、仲間と協働して考えを広げるという一連の流れを作ることができたからだと考える。

以上のことから、段階のねらいに応じた反転授業を設定し、具体的支援を行ったことは、粘り強く課題解決に向かう生徒の姿に迫る上で有効に働いたと考える。



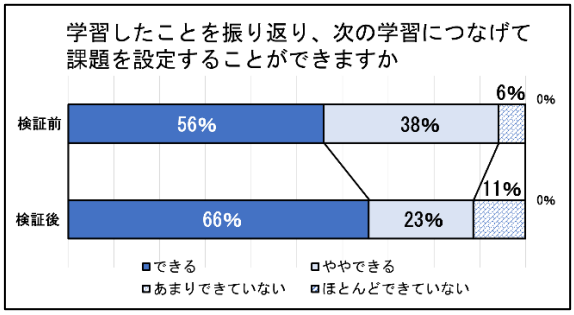
【図 12　検証前、検証後のアンケート結果】

○最初はパスをもらう位置はあまり関係ないと思っていた
けど、 シュートしやすい位置に動いてパスを受ける方が
得点につながるということが分かりました。
○最初はうまく味方にパスをつなぐことができなかった
けど、授業をしていくにつれて味方がフリーでシュート
を打てるようなパスを出すことができるようになりました。

【資料 35　単元後の振り返りの記述（Forms 上）】

(ｳ) 継続性

検証前と検証後に「継続性」に関するアンケートを行った。「学習したことを振り返り、次の学習につなげて課題を設定することができますか」の質問では、「できる」、「ややできる」と回答した生徒が検証前 94%、検証後 89%で５ポイント減少した【図 13】。これは、インタビュータイムを仕組んだことに一定の効果は見られたものの、「次の学習がハードル走で、あまり関連した課題がわからなかったから」という生徒の記述から、バスケットボールからハードル走へ生かすことを見出せていなかったことが原因だと考える。そこで、技能面だけではない「学び方」や「態度」を次の単元へ生かせることがあると生徒に伝える必要がある。また、「自分の振り返りをうまく言葉で伝えられなかったから」という記述から、言葉で振り返りを伝えることの難しさを感じていることがわかった。そこで、事前に質問内容を把握したり、他の生徒がどのような発表をしているのか知ったりする手立てが必要である。



【図 13　検証前、検証後のアンケート結果】

一方、アンケート結果を「できる」の回答だけで見ると、検証前 56%、検証後 66%で 10 ポイント増加した。インタビュータイムを仕組み、仲間と関わりながら自己の学びを振り返り、次の学習を意識させたことが生徒の課題設定につながったと考える。

以上のことから、段階のねらいに応じた反転授業を設定し、具体的支援を行ったことは、自己の学習活動を振り返って次につなげようとする生徒の姿に迫る上で概ね有効に働いたと考える。

(ｴ) 検証授業Ⅰの課題と修正点

検証授業Ⅰの課題	検証授業Ⅱに向けた修正点
生徒が課題を考えるときに、何についての課題なのかという目的の設定が不十分であった。	終末時に振り返りの視点を明確にすることや、自己の課題を考えるときの目的を明確に提示していく。
インタビュータイムに時間がかかった。また、自己の考えを上手く表現できていない生徒もいた。	インタビュータイムへの見通しをもつことができるように、インプット学習の中にインタビュータイムの質問内容を載せておく。

(2) 【検証授業Ⅱ】　全７時間（令和６年 11 月５日～11 月 21 日）

ア　単元　C　陸上競技　ウ　ハードル走

イ　単元目標

知識及び技能	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、ハードル走の技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力を理解するとともに、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	自己の動きや練習の取り組み方の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。
学びに向かう力、人間性等	ハードル走に積極的に取り組むとともに、分担した役割を果たそうとすることができるようにする。

ウ　単元計画

<table>
<tr><td colspan="2">単元のめあて</td><td colspan="7">「スムーズなハードル走を行い、目標タイムを達成しよう！」</td></tr>
<tr><td colspan="2">段　階</td><td colspan="3">見通す段階</td><td colspan="2">挑戦する段階</td><td colspan="2">まとめる段階</td></tr>
<tr><td colspan="2">時　数</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr>
<tr><td colspan="2">インプット学習</td><td></td><td>ハードルを滑らかに跳ぶ人は何が上手なのだろう？</td><td></td><td>４種類の練習の行い方とポイント</td><td></td><td></td><td>記録会に向けた練習の確認</td></tr>
<tr><td rowspan="7">学習の流れ</td><td></td><td rowspan="2">オリエンテーション
・単元の見通し
（知①）
（態①）</td><td colspan="5">ウォームアップ（動きつくり、感覚つくり）</td></tr>
<tr><td>10</td><td rowspan="3">１台ハードル走
・頭の位置が変わらないハードリング
（技①）</td><td rowspan="2">箱跳び走
・インターバルのリズムをつかむ
（技②）</td><td colspan="2">ステップアップタイム</td><td rowspan="3">まとめの記録会に向けた練習
（知①）</td><td rowspan="2">まとめの記録会に向けた練習</td></tr>
<tr><td></td><td rowspan="2">課題別練習
・４つの練習を試す
・５台のレーンで確認</td><td>課題別練習
（思判表①）</td></tr>
<tr><td>20</td><td rowspan="2">ウォーミングアップ
・動きつくり
・感覚つくり</td><td rowspan="3">３台ハードル走
・リズミカルな走り
（思判表①）</td><td rowspan="3">中間記録会
・50mハードル走</td><td rowspan="3">まとめの記録会
・50mハードル走</td></tr>
<tr><td>30</td></tr>
<tr><td></td><td rowspan="2">試しのハードル走
・走りながら跳ぶ</td></tr>
<tr><td>40</td><td>振り返り
インタビュータイム</td><td>振り返り
インタビュータイム</td><td>振り返り</td><td>振り返り
インタビュータイム</td></tr>
<tr><td></td><td>50</td><td colspan="2">振り返り</td><td>振り返り</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="4">評価機会</td><td>知識</td><td>①</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>①</td><td rowspan="4">総括的評価</td></tr>
<tr><td>技能</td><td></td><td></td><td></td><td>①</td><td></td><td>②</td></tr>
<tr><td>思・判・表</td><td></td><td></td><td>①</td><td></td><td>①</td><td></td></tr>
<tr><td>態度</td><td></td><td>①</td><td></td><td></td><td>①</td><td></td></tr>
</table>

単元の評価規準

知識	技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①ハードルを滑らかに越すポイントを言ったり書き出したりしている。	①遠くから踏み切り、抜き足の膝を折りたたんで勢いよくハードルを走り越すことができる。 ②インターバルを３又は５歩でリズミカルに走ることができる。	①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来栄えを伝えている。	①用具の準備や後片付け、撮影や測定結果の記録などの分担した役割を果たそうとしている。

エ　授業の実際と考察

⑺ 見通す段階（１／７～３／７）

ねらい	・学習意欲をもつことができるようにする。（自主性） ・自己の課題意識をもって課題解決に取り組むことができるようにする。（向上性） ・課題解決に向けて考えたことを振り返り、次の学習につなげることができるようにする。（継続性）	
活　動	インプット学習	・動画（２つのハードル走の比較） ・資料（頭の位置が変わらないハードルのポイント）
	授業	・オリエンテーション ・１台ハードル走 ・３台ハードル走
具体的支援	インプット学習	・２つのハードル走を比較できる動画 ・滑らかなハードリングのポイントについて、考えをもつ資料
	授業	・単元の学習過程やゴールを可視化した単元見通し図 ・教材や教具の提示

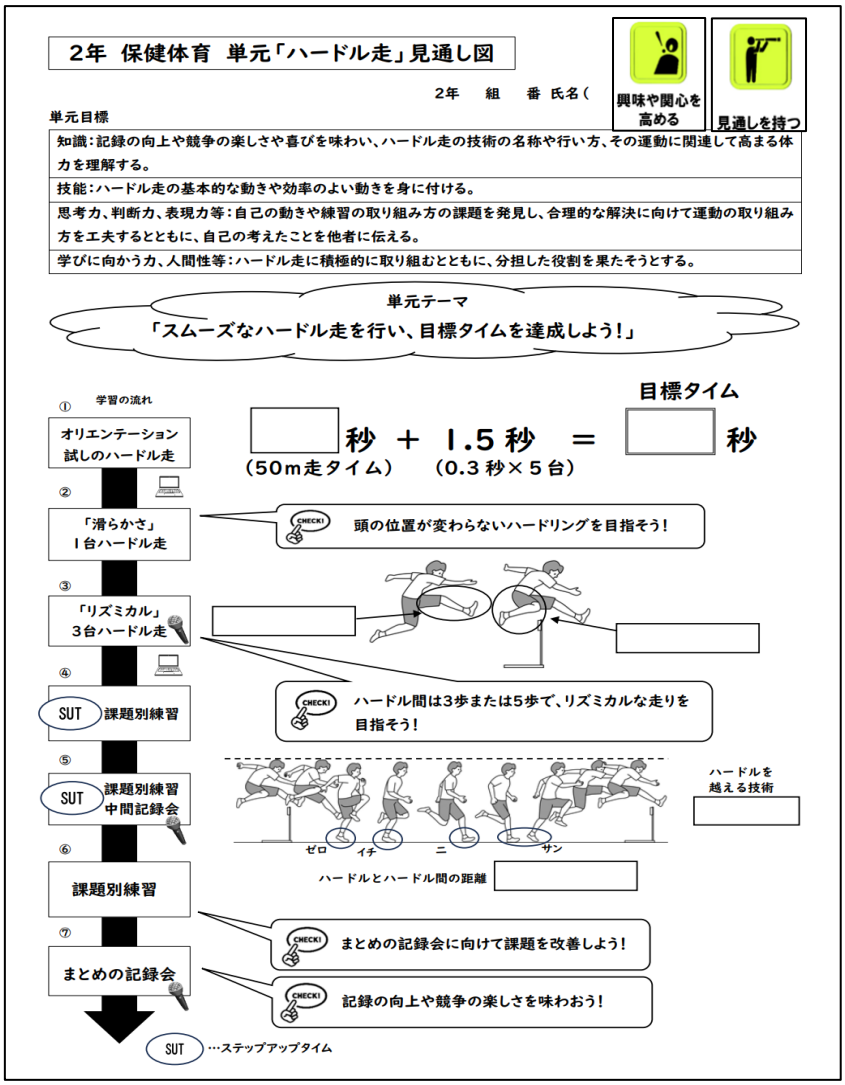
生徒は、１年時にハードル走の学習はしておらず、他の陸上競技を学習している。ハードル走に関する事前アンケートから、ハードルを越えることの難しさや恐怖心を感じている生徒が多いことがわかった。そこで見通す段階では、身に付けさせる動きを焦点化し、安心して練習に取り組める場の設定を行うことが必要であると考えた。

ａ　第１・２時「ハードリングのポイントを見付ける学習」

第１・２時では、単元の見通しをもち、ハードルを滑らかに走り越えるためのポイントを見付けることをねらいとした。ここでは、検証授業Ⅰと同様、単元の学習過程やゴールを明確にし、目指す方向性を生徒と教師で共通理解するため、オリエンテーションを行った。その後ハードルを滑らかに走り越えるためのポイントを見付けるために１台のみのハードル走を行った。

第１時のオリエンテーションでは、「『ハードル走』見通し図」を提示し、単元で身に付ける資質・能力や単元テーマ、学習活動を確認した【資料 36】。目標設定では、「50m ハードル走のタイムを 50m走のタイムに近づけよう。」と促し、ハードルを越えるためにかかる時間のロスを減らす意欲を高めることができるようにした。

第２時のインプット学習では、リズミカルなハードリン

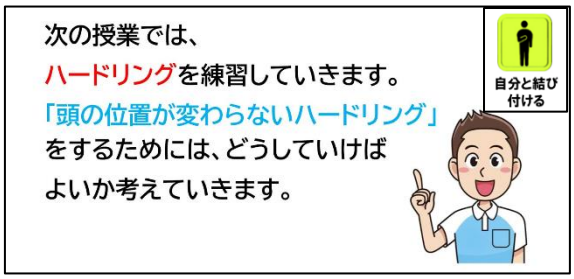


【資料 36　「ハードル走」見通し図】

グの動きを知り、なぜリズミカルにできるのか考えることをねらいとした。ここでは、２つのハードル走の動画と、頭の位置が変わらないハードルができるポイントを考える資料を配信した【資料 37】、【資料 38】。生徒は、「姿勢」、「目線」、「歩幅」、「スピード」などに着目した記述をしており、ハードル走の特性を捉えることができていた。

１台のハードルを走り越える活動では、インプット学習で考えたことを動きながら試し、課題解決に取り組むことをねらいとした。ここでは、ペア活動を仕組み、お互いの動きの観察や、観察して気付いたことをアドバイスできるようにした。また、教具（Chromebook・ケンステップ・マーカーコーン）の活用の仕方を提示し、解決方法を生徒が選択できるようにした。生徒は、頭の位置が変わらないハードリングを目指して、繰り返し練習を行っていた。撮影した映像を見て練習していた生徒に何を見ているのかを尋ねると、生徒は、「ハードルの横から撮影して、頭の位置が変わっていないか確認している。」と発言していた。これは、事前に配信した動画と同じアングルであり、インプット学習で確認したモデルの動きと自己の動きを比較していた姿である【資料 39】。また、ケンステップを使って練習していた生徒に、何を確認しているのか尋ねると、生徒は、「踏み切りの位置を歩幅で測って確認している。」と発言していた。これは、インプット学習で考えたことを授業の中で動きながら確かめている姿である【資料 40】。振り返りでは、頭の位置を変えないポイントについて、「踏み切りの位置を遠くにすること」、「跳ぶときに体を前かがみにすること」、「上ではなく、前に走り抜けるように跳ぶこと」と記述しており、ハードリングのポイントを見付けることができていた【資料 41】。また、「次回は連続で跳べるか試してみたい」、「練習して少しずつできるようになりたい」など意欲的な記述が見られた【資料 42】。

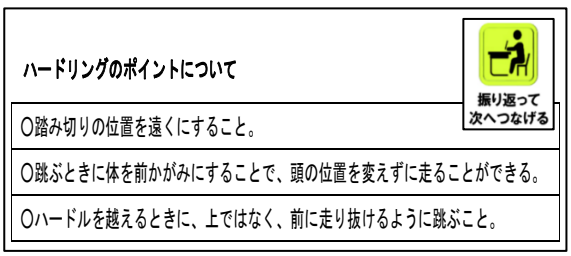
【資料 37　インプット学習で配信した動画】



【資料 38　インプット学習で配信した資料】

【資料 39　インプット学習を生かして動きを撮影している場面】

【資料 40　インプット学習を生かして踏み切り位置を調整する場面】



【資料 41　第２時「ハードリングのポイント」振り返りの記述（Forms 上で回答）】

〇友達と踏み切り位置を見つけることができました。
次回は連続で跳べるか試してみたいです。
〇まだハードルを跳ぶことに自信はないけど
練習して少しずつできるようになりたいです。
〇頭の位置が変わらないハードルを意識して練習
することができました。ハードルの数が増えても
走れるようになりたいです。

【資料 42　第２時の振り返りの記述（Forms 上で回答）】

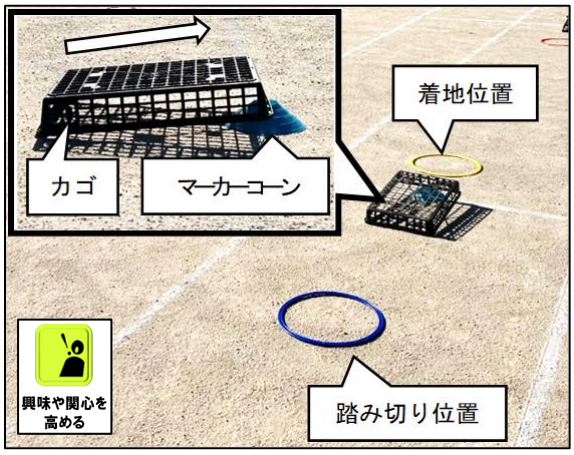
b　第３時「自己に適したインターバルを見付ける学習」

前時の学習から、スピードを維持してハードルを同じ踏み切り足で走り越すためには、インターバルのリズムを身に付けさせる必要があると考えた。そこで第３時では、ハードルを同じ踏み切り足で走り越すためのインターバルを見付けることをねらいとした。ここでは、インターバルのリズムを身に付けさせるために箱跳び走と３台のハードル走を行った。

まず、箱跳び走では、インターバルの長さが異なる３つのレーン（6.0m、6.5m、7.0m）を設定した。また、生徒が安心して練習に取り組めるように、障害物を低くし、踏み切り位置と着地位置を教具で示した**【資料 43】**。また、同じリズムで走り越すことが意識できるように、３歩または５歩のリズムの声掛けを行った**【資料 44】**。生徒は、スピードを維持して同じ踏み切り足で走り越すことができるか確かめ、繰り返し練習を行っていた。また、インターバルの長さを変えて練習を行う姿も見られた。

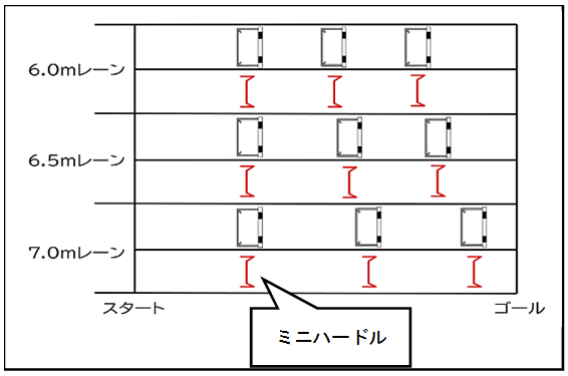
次に、３台のハードル走を行った。ここでは、走り越すリズムを確認できるようにするために、ハードルの隣にミニハードルも設置した**【資料 45】**。生徒は、箱跳び走で行ったインターバルのリズムが、同じく３台のハードル走でも同様にできるか確認していた。また、ハードルとミニハードルを走り越える競走を行う姿も見られた**【資料 46】**。

振り返りは、学習の中で工夫したことについて、「走りやすいインターバルを確認し、３歩か５歩を決めた。３歩では難しかったので、５歩に変えて、インターバルのリズムも確認し直した」、「それぞれのレーンで試し、できるだけハードルに合わせる意識をなくして跳ぶこと」など、自分が一番リズムよくできる方法は何か考え、実行している記述が見られた**【資料 47】**。また、これから学びたいことについて、「振り上げ脚をまっすぐ上げられるようになりたい」、「スタートからハードルまでに歩幅が合うようにしたい」、「ハードルが上手な人と自分を見比べてみたい」など技能向上に向けた記述が多く見られた**【資料 48】**。その中で、ハードリングのポイントについて知りたいという要望があったため、Google Classroom にリズミカルな走りを解説した動画と、ハードル走のポイントが示された動画サイトのリンクを配信した。



【資料 43　箱跳び走の場の設定について】

【資料 44　教師の助言をもとに練習を行う場面】



【資料 45　３台ハードルの場の設定について】

【資料 46　３台ハードルで競走している場面】

	学習の中で工夫したこと
自分と結び付ける	○走りやすいインターバルを確認し、３歩か５歩を決めた。３歩では難しかったので、５歩に変えて、インターバルのリズムも確認し直したこと。 ○自分の走りやすいインターバルを見つけるために、それぞれのレーンで試し、できるだけ合わせる意識をなくして跳ぶこと。 ○頭の中でリズムを想像しながら跳んだこと。 ○6.0m と 6.5m の両方で何回か練習をして、どっちのほうが自分の歩幅に合っているかを見つけたこと。

【資料 47　第６時「工夫したこと」について生徒の記述（Forms 上で回答）】

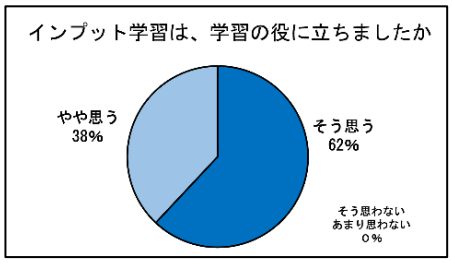
	これから学びたいこと
振り返って次へつなげる	○振り上げ脚をまっすぐ上げられるようになりたい。 ○スタートからハードルまでに歩幅が合うようにしたい。 ○ハードルが上手な人と自分を見比べてみたい。 ○ハードル走のフォームを身に付けたい。

【資料 48　第６時「これから学びたいこと」について生徒の記述（Forms 上で回答）】

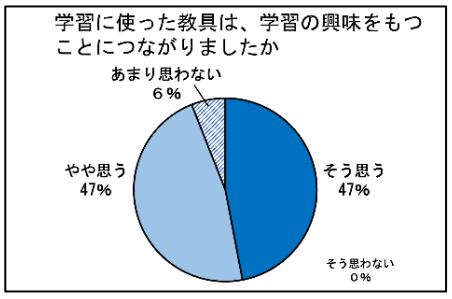
結果と考察（１／７～３／７）

【学習意欲をもつことができるようにする（自主性）】について

インプット学習についてのアンケートを分析すると、「インプット学習は、学習の役に立ちましたか」という質問に対して、全ての生徒が「そう思う」、「やや思う」と回答していた**【図 14】**。また、「学習に使った教具は、学習の興味をもつことにつながりましたか」という質問に対して、94％が「そう思う」、「やや思う」と回答していた**【図 15】**。これは、ハードルの代わりにカゴを活用したことやケンステップやマーカーコーンの活用を提示したことが、生徒の恐怖心を取り除き、ハードルを跳んでみたいと思う要因につながったと考える。また、**【資料 42】**のように、「次回は連続で跳べるか試してみたい」、「練習して少しずつできるようになりたい」など、今後に向けて見通しをもった記述ができた生徒が全体で 79%いた。これらのことから、生徒が学習意欲をもつ上でインプット学習を仕組んだことは、有効であったと考える。



【図 14　アンケート結果 】



【図 15　アンケート結果 】

【自己の課題意識をもって課題解決に取り組むことができるようにする（向上性）】について

第２・３時で行ったハードル走の練習において、**【資料 39】**、**【資料 40】**、**【資料 44】**、**【資料 46】**のように、ハードルを滑らかに走り越えるためのポイントを見付けようとすることや、３歩または５歩のリズムで走ることができるインターバルを見付けようと活動に粘り強く取り組む様子が見られた。また、第３時の振り返りにおいて、**【資料 47】**のように、「走りやすいインターバルを確認し、３歩か５歩を決めた。３歩では難しかったので、５歩に変えて、インターバルのリズムも確認し直した」、「それぞれのレーンで試し、できるだけハードルに合わせる意識をなくして跳ぶこと」など、自己に合った練習方法で動きを確かめ、解決方法を探って取り組んだ記述をした

生徒が全体で 79%いた。これらのことから、生徒が自己の課題意識をもって課題解決に取り組む上でインプット学習を仕組んだことは、有効であったと考える。

【課題解決に向けて考えたことを振り返り、次の学習につなげることができるようにする（継続性）】について

ハードリングのポイントについて、**【資料 41】**のように、「踏み切りの位置を遠くにすること」、「跳ぶときに体を前かがみにすること」など踏み切り位置や跳ぶときの姿勢に着目して記述できた生徒が全体で 79%いた。また、これから学びたいことについて、**【資料 48】**のように、自己の改善したい動きや練習方法を挙げて記述できた生徒が全体で 59%いた。これらのことから、生徒が課題解決に向けて考えたことを振り返り、次の学習につなげる上で振り返りを仕組んだことは、概ね有効であったと考える。しかし、インタビュータイムを仕組むことができず、前の単元で継続性を高めることができなかった生徒はこの段階でもできていなかった。挑戦する段階では、インタビュータイムを仕組み、言葉での振り返りを行う。

(ｲ) 挑戦する段階（４／７～５／７）

ねらい	・課題解決のため、自己の課題をもち、学習への見通しをもつことができるようにする。(自主性) ・課題解決に向けて根拠をもって自分で練習を選択し、自己調整しながら粘り強く取り組むことができるようにする。(向上性) ・学習を通して取組の成果を振り返り、次の学習につなげることができるようにする。(継続性)	
活 動	インプット学習	・解説動画（ステップアップタイム） ・資料（自己の課題）
	授業	・ステップアップタイム ・中間記録会 ・インタビュータイム
具体的支援	インプット学習	・練習の行い方とポイントを示した解説動画 ・学習の見通しをもち、自己の課題について、考えをもつ資料
	授業	・課題解決に向けて協働する場の設定 ・教具の提示やポイントの掲示

第４・５時「課題別練習の行い方を理解し、自己の課題に沿った練習を選択する学習」

前時までの学習の様子から、リズミカルな走りから滑らかにハードルを跳び越す動きを高めるために、練習する場の工夫が必要であると考えた。そこで第４・５時では、インターバルの走りやハードリングの技能を定着することをねらいとした。ここでは、課題別の練習を行った（ステップアップタイム）。また、自己の走りや記録を確認するために、中間記録会を行った。

まず、インプット学習では、ステップアップタイムでの練習の行い方や目標とする動きを理解することをねらいとした。ここでは、４種類の練習方法とそのポイントを示した動画と、これまでの学習を振り返って自己の課題を考える資料を配信した**【資料 49】**。生徒は、自己の課題について、「振り上げ脚がまっすぐあがらないこと」、「抜き脚が横に開かないこと」、などと記述していた**【資料 50】**。

次に、ステップアップタイムを行った。ここでは、始めに全ての練習を試し、練習の行い方や意識するポイントを理解した上で、その後自分で練習を選んで活動できるようにした。また、４種類の練習とは別に、

【資料 49　ステップアップタイムの解説動画】

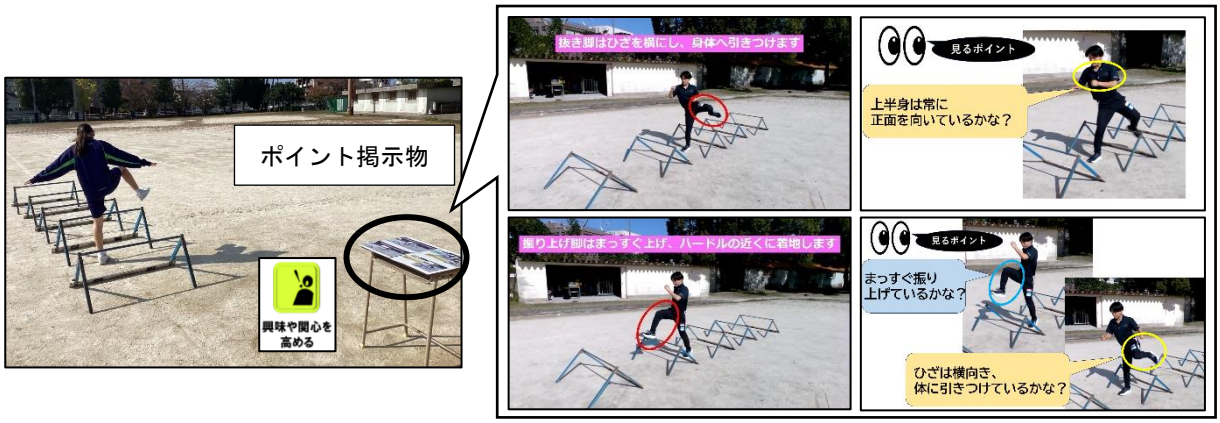
５台のハードルを設置したレーンを設定し、スタートからゴールまでの走りが確認できるようにした。さらに、練習の行い方や技能のポイント、観察者が見るポイント掲示物を各練習の場のスタート位置に設置し、いつでも確認できるようにした【資料 51】。生徒は、練習を繰り返して動きを確かめたり、複数の練習から目指す動きに近づけようとしたりする様子が見られた。５台のハードルを設置したレーンでは、インターバルの歩数の確認や、仲間と競走する様子が見られた【資料 52】。事前に課題別練習（ステップアップタイム）の動画を配信したことで、授業での説明の時間が減り、生徒が練習することに時間を設けることができた。

【資料 49　ステップアップタイムの解説動画（前頁の続き）】

自己の課題について　自分と結び付ける
○振り上げ脚がまっすぐあがらないこと。
○抜き脚が横に開かないこと。
○遠くから踏み切り、ハードルの近くに着地できないこと。

【資料 50　「自己の課題について」生徒の記述（Forms 上で回答）】

最後に、中間記録会を行った。ここでは、インターバルが同じ生徒を同組にして、仲間と競走することと自己の記録に挑戦することができるようにした。生徒は、練習したことを発揮しようと記録会に臨んでいた。中には、スタートから１台目の振り上げ脚のタイミングが合わず、走るリズムが乱れてしまった生徒や、減速したことでゴールまで一定のリズムで走り切れなかった生徒もいた。



【資料 51　ステップアップタイムで練習の場に設置した掲示物の例】

【資料 52　ステップアップタイムで課題別練習を行う場面】

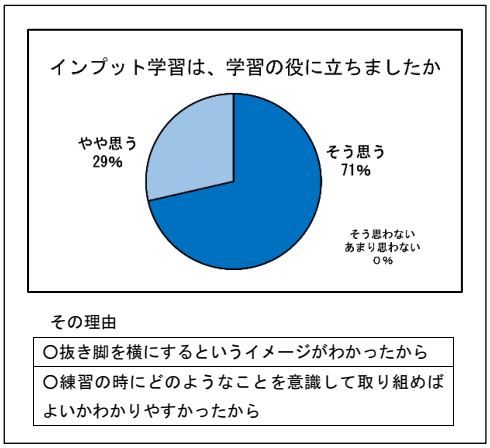
インタビュータイムでは、記録会での自己の走りを振り返って、「抜き脚や振り上げ脚を意識して、歩数も合わせられたのでよかった。」という成果について発言した生徒がいた。一方、「振り上げ脚のタイミングがわかっておらず、練習不足だと感じた。」、「うまく跳べないところがあってタイムが遅くなった。」という課題について発言した生徒もいた。また、「きれいなフォームで跳べるようにすることと、３歩で行けるようにがんばる。」、「今日の記録会で見つかった課題を改善できるようにしたい。」、「練習して記録を１秒縮めたい。」と、次回に向けて意欲的な様子が見られた**【資料 53】**。

【資料 53　インタビュータイムで答える場面】

結果と考察（４／７～５／７）

【課題解決のため、自己の課題をもち、学習への見通しをもつことができるようにする（自主性）】について

インプット学習についてのアンケートを分析すると、「インプット学習は、学習の役に立ちましたか」という質問に対して、全ての生徒が「そう思う」、「やや思う」と回答していた。その理由として、「抜き脚を横にするというイメージがわかったから」、「練習の時にどのようなことを意識して取り組めばよいかわかりやすかったから」という記述から、言葉だけでは把握しづらい部分を動画で理解していることがわかった**【図 16】**。また**【資料 50】**のように、自己の課題についてこれまでの学習を想起して Google Forms に書き出すことができた生徒が全体で 91%いた。これらのことから、生徒が課題解決のため、自己の課題をもち、学習への見通しをもつ上でインプット学習を仕組んだことは、有効であったと考える。



【図 16　アンケート結果 】

【課題解決に向けて根拠をもって自分で練習を選択し、自己調整しながら粘り強く取り組むことができるようにする（向上性）】について

振り返りの記述において、**【資料 54】**のように、「頭の高さを変えないハードルをするために振り上げ脚の練習をたくさんしました」など根拠もって練習を選択している記述が全体で 71%いた。また、**【資料 52】**のように、課題別練習を行う中で、練習を繰り返して動きを確かめたり、複数の練習から目指す動きに近づけようとしたりする様子が見られた。これらのことから、生徒が課題解決に向けて根拠をもって自分で練習を選択し、自己調整しながら粘り強く取り組む上でインプット学習とステップアップタイムを仕組んだことは、概ね有効であったと考える。

○頭の高さを変えないハードルをするために振り上げ脚の練習をたくさんしました。
○連続またぎ越し練習で基本の動きを確認したあと、抜き脚練習でスピードを出して練習することができました。

【資料 54　生徒の振り返りの記述（Forms 上）】

【学習を通して取組の成果を振り返り、次の学習につなげることができるようにする（継続性）】について

インタビュータイムにおいて、「中間記録会を振り返って」という質問の発言内容を分析したところ、「抜き脚や振り上げ脚を意識して、歩数も合わせられたのでよかった。」、「振り上げ脚のタイミングがわかっておらず、練習不足だと感じた。」など、中間記録会での成果や課題を述べることができた生徒が全体で 86%いた。また、「次回に向けた抱負」の発言内容を分析したところ、「きれいなフォームで跳べるようにすることと、３歩で行けるようにがんばる。」などまとめの記録会に向けた目標を述べることができた生徒が全体で 63%いた。これらのことから、生徒が学習を通して取組の成果を振り返り、次の学習につなげる上でインタビュータイムを仕組んだことは、概ね有効であったと考える。

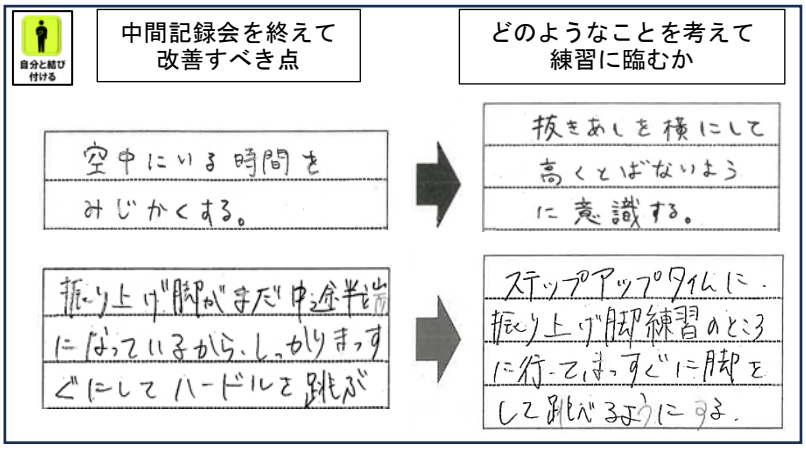
(ｳ) まとめる段階（６／７～７／７）

ねらい	・自ら課題を設定し、学習への見通しをもつことができるようにする。（自主性） ・自己の課題を捉え、改善に向けて学習に取り組むことができるようにする。（向上性） ・単元を通した取組や、その成果を振り返り、次の単元へ生かそうとすることができるようにする。（継続性）	
活 動	インプット学習	・動画（リズミカルなハードル走のポイント確認）
	授業	・まとめの記録会に向けた練習 ・まとめの記録会 ・インタビュータイム
具体的支援	インプット学習	・自己の課題に沿ってポイントが確認できる動画
	授業	・課題解決に向けて協働する場の設定 ・教具の提示やポイントの掲示

ａ　第６時「中間記録会から見えた課題を改善する学習」

前時の中間記録会の様子から、中間記録会で新たに出てきた課題を改善する場の設定が必要であると考えた。そこで、第６時では、中間記録会で出た課題を改善することをねらいとして、ステップアップタイムで行った課題別の練習を継続して設定することとした。

まず、学習の見通しをもつために、中間記録会での走りを振り返り、改善すべきことを確認した。ここでは、自己の考えを整理するために、学習プリントを活用した。生徒は改善点について、「振り上げ脚」、「空中動作」などに着目して記述していた。また、練習でどのようなことを考えるかについて、「高く跳ばないように意識する」、「振り上げ脚練習のところに行って練習する」など、自己の課題に沿って練習で意識するポイントを記述していた【資料 55】。

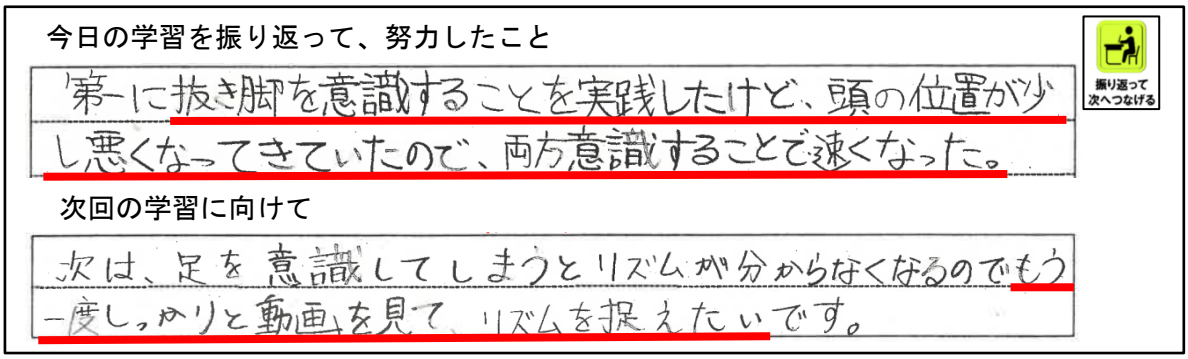


【資料 55　第６時「課題」について、生徒の記述】

次に、課題別練習を行った。ここでは、前時までのステップアップタイムの練習の場に加え、動画で自己の動きを視聴できる場を設定した。具体的には、自他の走りを確認することができるようにタブレット PC を数台用意し、中間記録会の走りを動画で見直したり、走っている様子を撮影してその場で動きを確認したりできるようにした。生徒は、繰り返し練習を行う中で、動画を見たり、仲間と話し合ったり、ポイントの掲示物を確認したりしながら活動する様子が見られた【資料 56】。

【資料 56　課題別練習中に動画や資料で動きのポイントを確認したり仲間からアドバイスを受けたりする場面】

最後に、振り返りを行った。生徒は、学習の中で努力したことについて「抜き脚を意識することを実践したけど、頭の位置が少し悪くなってきたので、両方意識することで速くなった」と記述しており、練習の過程で自己調整し、動きの高まりを感じていた。また、次の学習に向けて、「足を意識してしまうとリズムが分からなくなるのでもう一度しっかりと動画を見て、リズムを捉えたい」と記述しており、自己の動きを客観的に見て、さらに課題を改善しようとする姿が見られた【資料 57】。



【資料 57　第６時の振り返りの記述】

ｂ　第７時「自己の記録に挑戦することや、仲間と競争することを楽しむ学習」

第７時では、これまで学習した成果を発揮することをねらいとして、まとめの記録会を行った。

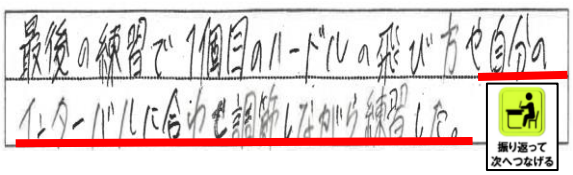
まず、インプット学習として、これまで配信した動画を自己の課題に沿って見返すようにした。また、前時で記入した課題を見て、必要な練習を考えるようにした。ここでは、記録会前最後の練習であることを確認させ、記録会前の練習は改善のポイントを絞るよう促した。

次に、まとめの記録会に向けた動きの確認をするために、課題別練習を行った。生徒は、記録会直前ということもあり、ハードルの空中動作を歩いて確認する「またぎ越し練習」を選択する生徒はいなかった。一方、スタートから１台目のアプローチを課題と感じている生徒が多くいた。そこで、「またぎ越し練習」の場に代えて、１台目までのアプローチ練習の場を設定し、歩数の確認や勢いよく走り越えることが確認できるようにした。生徒は、自己の課題に沿って、１台目までのアプローチの確認や振り上げ脚、抜き脚などの確認を行っていた【資料 58】。

最後に、これまでの成果を発揮し、自己の記録に挑戦することや仲間と競走することを楽しむことをねらいとして、まとめの記録会を行った。ここでは、中間記録会と同様に、インターバルが同じ生徒を同組にして、記録会を行った。生徒は、これまで練習したことを発揮しようと記録会に臨んでいた【資料 59】。競技の途中、足がハードルにかかり転倒する生徒もいたが、最後まで走り切る

【資料 58　振り上げ脚の確認をしている場面】

【資料 59　まとめの記録会でゴールする場面】



【資料 60　第７時の振り返りの記述】

姿が見られた。また、競技後の記録を聞いて、「速くなった。」と喜ぶ姿も見られた。

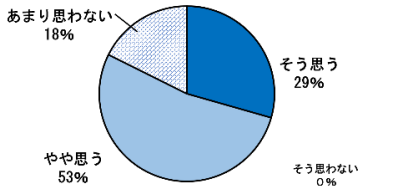
振り返りでは、今日の学習で努力したことについて、「自分のインターバルに合わせ、調節しながら練習した」と記述があり、最後まで記録の向上を目指して練習に取り組む姿勢が見られた**【資料 60】**。

インタビュータイムでは、単元を通して身に付いた力について、「自分に合ったインターバルを見つけること。」、「振り上げ脚をまっすぐ伸ばすこと。」、「３歩のリズムで走ること。」などハードル走の学習で身に付けた動きについて発言したり、「ペアでアドバイスし合って協力したこと。」、「動画や上手な人の動きを見てこつを考えること。」など仲間との関わりや学習に取り組む姿勢について発言したりしていた。単元で身に付けた力を次の単元にどのように生かしていきたいかについて、「苦手なことでも挑戦すること。」、「全力で練習に取り組むこと。」、「友達と解決方法を見付けていくこと。」などと発言し、粘り強く解決に向かう姿勢を次の単元でも大切にしようとする姿が見られた。

結果と考察（６／７～７／７）

【自ら課題を設定し、学習への見通しをもつことができるようにする（自主性）】について

インプット学習についてのアンケートを分析すると、「インプット学習は、学習の役に立ちましたか」という質問に対して、82%が「そう思う」、「やや思う」と回答していた**【図 17】**。肯定的な回答は多いものの、第６時においてすでに課題をもって練習に取り組んでいたため、「やや思う」の数値が増加したと考えられる。このことから、生徒が自ら課題を設定し、学習への見通しをもつ上でインプット学習を仕組んだことは、概ね有効であったと考える。改善点として、インプット学習のタイミングを第６時に設定することや、記録会に向けてモチベーションが高まるような動画や資料を配信して、記録会への目標を決めるようなインプット学習を設定することが考えられる。



その理由

○授業で練習することが確認できたから
○すぐに練習に取り組むことができたから

【図 17　アンケート結果】

【自己の課題を捉え、改善に向けて学習に取り組むことができるようにする（向上性）】について

第６時において、**【資料 55】**のように「中間記録会を終えて改善すべき点」と「どのようなことを考えて練習に臨むか」を関連して具体的に学習プリントに書き出すことができた生徒が全体で 82%いた。また、**【資料 56】**、**【資料 58】**のように、まとめの記録会に向けて全ての生徒が自己の課題を解決するために練習に取り組んでいた。これらのことから、生徒が自己の課題を捉え、改善に向けて学習に取り組む上でインプット学習を仕組んだことは、有効であったと考える。

【単元を通した取組や、その成果を振り返り、次の単元へ生かそうとすることができるようにする（継続性）】について

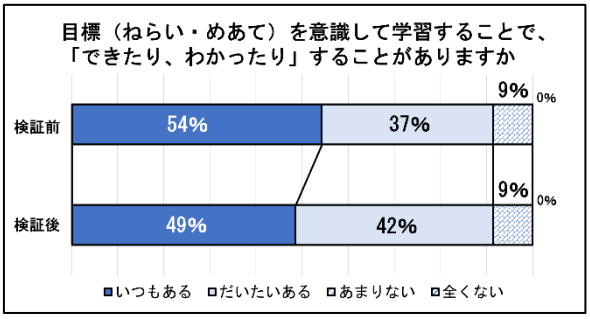
インタビュータイムにおいて、「単元を通して身に付いた力について」という質問の発言内容を分析したところ、「振り上げ脚をまっすぐすること。」、「３歩のリズムで走ること。」、「ペアと協力すること。」など全ての生徒が自己の学習を振り返り、発言できていた。また、「単元で身に付けた力を次の学習にどのように生かしていきたいか」という質問の発言内容を分析したところ、「苦手なことでも挑戦すること。」、「全力で練習に取り組むこと。」など全ての生徒がハードル走で学んだことを次の単元へ生かそうとする発言をしていた。これらのことから、生徒が単元を通した取組や、その成果を振り返り、次の単元へ生かそうとする上でインタビュータイムを仕組んだことは、有効であったと考える。

オ　本単元の全体考察

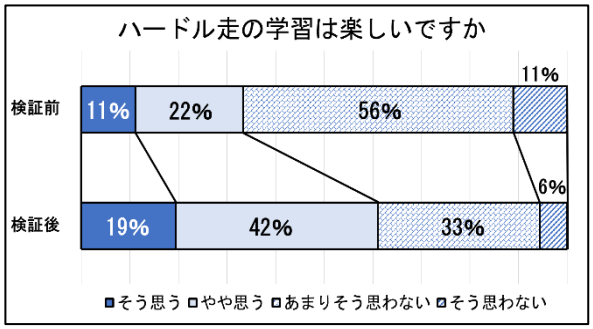
(ｱ) 自主性

検証前と検証後に「自主性」に関するアンケートを行った。「目標を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがありますか」の質問では、「いつもある」、「だいたいある」と回答した生徒が検証前91%、検証後91%で変化はなかった【図 18】。また、そう回答した理由について、「タイムを上げるために必要なことを考えたから」、「目標を意識して取り組むことができたから」などと記述していた。また、「ハードル走の学習は楽しいですか」という質問では、「そう思う」、「やや思う」と回答した生徒が検証前 33%、検証後 61%で 28 ポイント増加した【図 19】。その理由について「３歩で行けなかったのが、行けるようになったから」、「ハードルに対して苦手意識があったけど、ポイントをおさえれば簡単に跳べて、少し克服できたから」など記述しており、できなかったことができた喜びを感じていた。「ICT を使って学習することで、『できたり、わかったり』することがありますか」の質問では、「よくある」、「たまにある」と回答した生徒が検証前 94%、検証後 97%で３ポイント増加した【図 20】。また、各時間の振り返りやアンケートの生徒の記述から、「インプット学習があったので頭の位置が変わらないハードルがイメージできた」、「動画や資料を見て自分の課題は何か考えることができた」などの回答が見られた【資料 61】。これらのことから、インプット学習を仕組んだことで、生徒が学習でねらいとする動きを理解し、自己の考えや目標をもつことにつながったと考える。その結果、生徒の「わかる」や「できる」を実感し、ハードル走の学習の楽しさにつながったと考える。

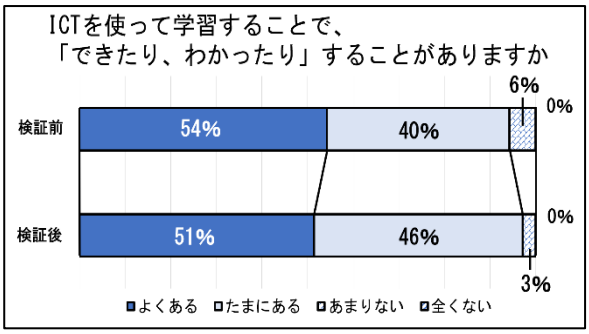
以上のことから、段階のねらいに応じた反転授業を設定し、具体的支援を行ったことは、自ら運動に取り組む生徒の姿に迫る上で有効に働いたと考える。



【図 18　検証前、検証後のアンケート結果】



【図 19　検証前、検証後のアンケート結果】



【図 20　検証前、検証後のアンケート結果】

第2時振り返りにおいて

○インプット学習があったので、頭の位置が変わらないハードルがイメージでき、踏み切り位置を考えながら練習することができました。

検証後のアンケートにおいて

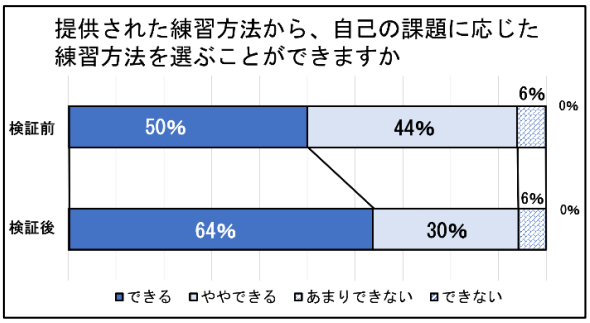
○動画や資料を見て自分の課題は何か考えることができました。跳ぶときの姿勢や振り上げ脚の使い方が少しきれいになったと思います。

【資料 61　生徒の振り返り・アンケートの記述（Forms 上）】

(ｲ) 向上性

検証前と検証後に「向上性」に関するアンケートを行った。「提供された練習から、自己の課題に応じた練習方法を選ぶことができますか」の質問では、「できる」、「ややできる」を合わせると差はなかったが、「できる」の回答で見ると検証前 50%、検証後 64%で 14 ポイント増加した【図 21】。また、単元後の振り返りでは、ステップアップタイムを通して自分の課題を改善できた記述や、中間記録会での課題からまとめの記録会に向けた目標をもち、ポイントを意識して練習に取り組んだ記述が見られた【資料 62】。これらのことから、インプット学習で自分の考えや目標をも

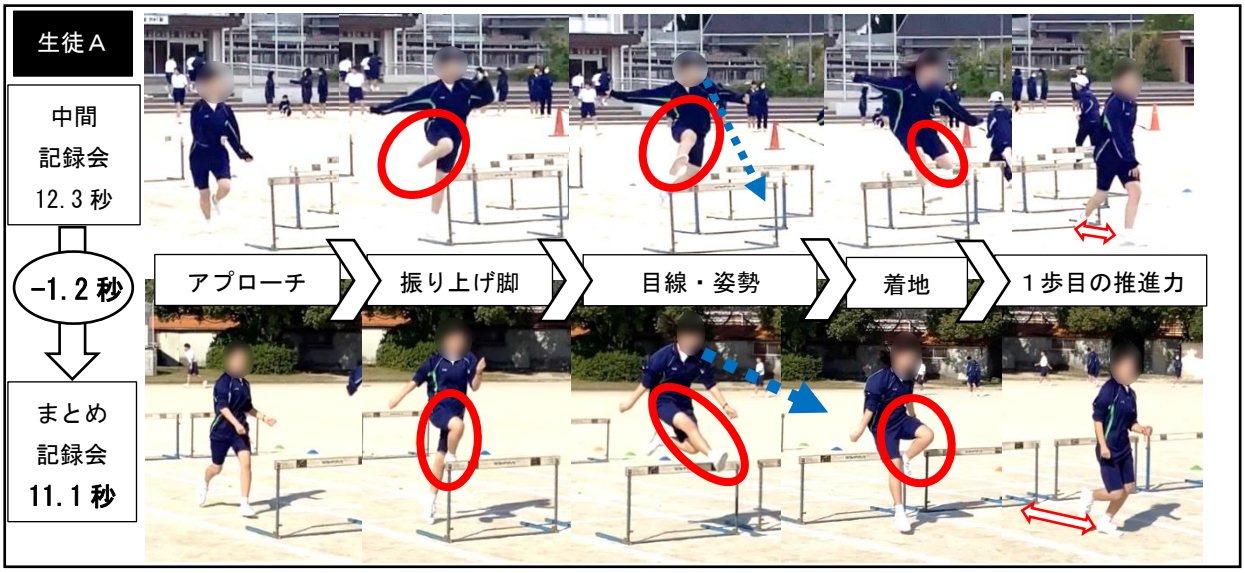
って学習に取り組んだことや、ステップアップタイムで、自己の目標達成に向けて自己調整しながら練習に粘り強く取り組んだからであると考える。また、自己の課題に応じた練習方法を選ぶことができる生徒が増えた要因として、ハードル走は、目標とする動きに対する体の使い方が一定のため、生徒が練習に取り組みやすかったからだと考える。さらに、単元途中とまとめの記録会の走りを分析すると、ハードリングやインターバルの走りの技能の高まりが見られた【資料 63】。その上、中間記録会とまとめの記録会のタイムを分析すると、まとめの記録会では、クラス全体平均で 0.4 秒縮まり、81%の生徒がタイムを伸ばした結果となった。このことから、インプット学習やステップアップタイムを仕組んだことで、ハードル走でねらいとする動きを身に付け、動きを高めることにつながったと考える。



【図 21　検証前、検証後のアンケート結果】

○最初はハードルに対する恐怖心があったけど、ステップアップタイムで自分のペースで練習できたし、自分にあったインターバルを見つけることができました。
○中間記録会で自分の思った走りができなくて、最後の練習でハードルに体をかぶせるようなイメージで跳んだらいいと言われたので、そこを意識しました。
最後の記録会では、目標タイムを達成できたので嬉しかったです。

【資料 62　単元後の振り返りの記述（Forms 上）】

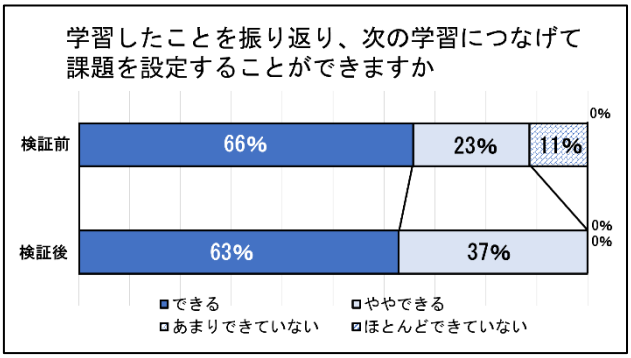


【資料 63　生徒Ａの単元途中（上段）とまとめの記録会（下段）での動きの高まり】

以上のことから、段階のねらいに応じた反転授業を設定し、具体的支援を行ったことは、粘り強く課題解決に向かう生徒の姿に迫る上で有効に働いたと考える。

(ｳ) 継続性

検証前と検証後に「継続性」に関するアンケートを行った。「学習したことを振り返り、次の学習につなげて課題を設定することができますか」の質問では、「できる」、「ややできる」と回答した生徒が、検証前 89%、検証後 100%で 11 ポイント増加し、全ての生徒が次の学習につなげて課題を設定できると回答していた【図 22】。これは、毎時間の振り返りで自己の課題を想起し、次の学習で改善すべき点を見付けることを繰り返し行った成果であると



【図 22　検証前、検証後のアンケート結果】

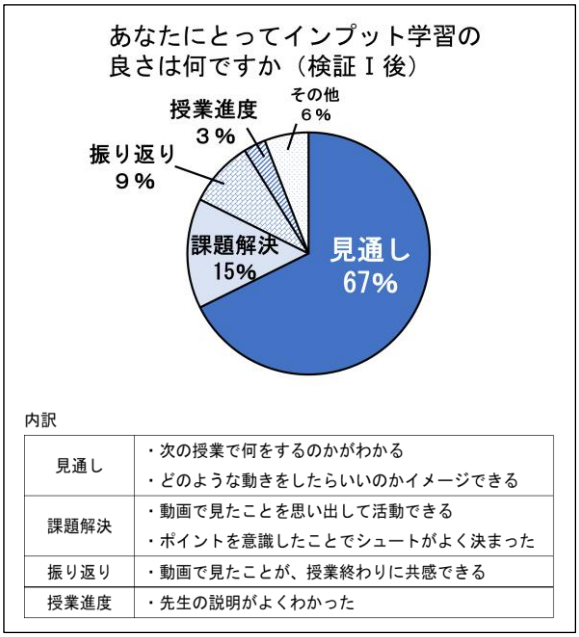
考える。また、インタビュータイムを仕組んだことで、自分の言葉で振り返ることが身に付いてきたと考えられる。検証Ⅰ後の課題から、インタビューの内容を事前に配信したことや、授業の始まりから板書していたことも成果があったと考える。

以上のことから、段階のねらいに応じた反転授業を設定し、具体的支援を行ったことは、自分の学習活動を振り返って次につなげようとする生徒の姿に迫る上で概ね有効に働いたと考える。

7　研究のまとめ

(1) インプット学習について

【図 23】のように、検証授業Ⅰ（バスケットボール）後では、インプット学習の良さについての質問に、67%の生徒が見通しをもてることと回答していた。その内訳として、「次の授業で何をするのかがわかる」、「(授業で) どんな動きをしたらいいのかイメージできる」などであった。これは、練習やゲームの行い方を示した動画や学習内容を示した資料を生徒が活用できたからだと考える。第２時の振り返りにおいて、「インプット学習をしたことで、どのようにすればいいか考えられた」という記述があり**【資料 34】**、ドリルゲームやタスクゲームに見通しをもって活動できた要因として、インプット学習をしたことを挙げている生徒がいた。このことから、バスケットボールは相手プレイヤーがいる場合や、相手からのプレッシャーがある場面など、常に変化する状況下で発揮される技術（オープンスキル）が必要であるため、インプット学習は、運動の行い方や動き方のポイントを自分の動きと置き換えてイメージすることに役立つと考える。

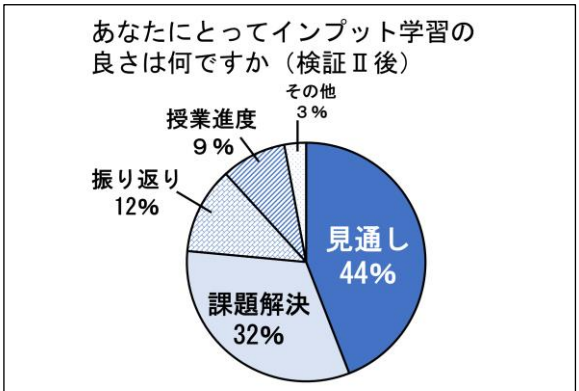


内訳

見通し	・次の授業で何をするのかがわかる ・どのような動きをしたらいいのかイメージできる
課題解決	・動画で見たことを思い出して活動できる ・ポイントを意識したことでシュートがよく決まった
振り返り	・動画で見たことが、授業終わりに共感できる
授業進度	・先生の説明がよくわかった

【図 23　検証Ⅰ後のアンケート結果】

【図 24】のように、検証授業Ⅱ（ハードル走）後では、インプット学習の良さについての質問では、検証授業Ⅰと同様、見通しがもてることについて回答した生徒が一番多かったものの、課題解決につながることについて回答した生徒が増加していた。その内訳として「動画で見たきれいなフォームを想像して練習に取り組むことでできるようになった」、「ハードル走で何を意識すればよいのか考えやすい」などであった。これは、課題を考える際に提示した２つの動きを見比べる動画や自己の課題を考える資料を生徒が活用できたからだと考える。単元後のアンケートにおいて、「動画や資料を見て自分の課題は何か考えることができた」という記述があり**【資料 61】**、インプット学習で自己の課題を捉えることができている生徒がいた。このことから、ハードル走は対戦相手やボールなどに左右されない状況下で発揮される技術（クローズドスキル）が必要であるため、インプット学習は、モデルと自分を比較し、自己の身体を目指す動きへと追究していくことに役に立つと考える。



内訳

見通し	・どのような練習をするのかがわかる ・授業で何をするのか迷わずできる
課題解決	・動画で見たきれいなフォームを想像して練習に取り組むことでできるようになった ・ハードル走で何を意識すればよいのか考えやすい
振り返り	・授業でやってみて、できなかったことを考える
授業進度	・授業がスムーズであった

【図 24　検証Ⅱ後のアンケート結果】

以上のことから、インプット学習を仕組んだことは、生徒が学習の見通しをもち、具体的な目標を設定することにつながった。これにより、生徒は学習の活動に対してより積極的に取り組むことができ、技能の向上にもつながった。また、インプット学習を通じて得た知識や自己の考えを実際の練習に生かし、自己調整を行うことにつながった。総じて、インプット学習は生徒の学びを支援し、効果的な学習環境を構築するための重要な要素であったと考える。

(2) ステップアップタイムについて

ステップアップタイムを通じて、生徒は自らの課題を明確にし、それに基づいて練習に粘り強く取り組むことにつながった。生徒は、事前に配信した動画や学習プリントを活用しながら、自己の課題に対する理解を深め、練習のポイントを意識することができた。また、ペアやグループでのアドバイスや協働的な学習を通じて、仲間と対話を重ねながら練習に取り組む姿が見られた。これにより、生徒は根拠をもって課題に応じた練習を選択し、自己調整を行いながら粘り強く取り組むことができるようになった。さらに、ステップアップタイムは、学習の振り返りを通じて次の学びにつなげる機会となり、生徒の継続的な成長を促進する役割も果たしたと考える。

以上のことから、ステップアップタイムを仕組んだことは生徒の主体的な学びに導き、技能の向上を実現するための有効な手立てであったと考える。

(3) インタビュータイムについて

インタビュータイムにおいて、生徒が仲間とインタビュー形式で学習の取組や成果について質問し合うことで、自己の変容を認識し、次の学習への目標を立てることが促進されたと考える。具体的には、インタビュータイムを通じて自分の考えを言葉で表現する機会を得ることで、自己を客観的に捉える力を養うことにつながった。また、仲間の考えを聞くことで、自己の学びを他者の視点からも見直すことができ、学習内容の理解を深めることにつながった。さらに、インタビュータイムは、単元の各段階の終末時に位置付け、振り返りの視点を明確にしたことで、生徒が自己の課題を考える際の目的を明確にする役割も果たしたと考える。

以上のことから、インタビュータイムは生徒の学びを深め、次の学習や単元など、次のステップへの意欲を高めるための有効な手立てであったと考える。

８　研究の成果と課題

(1) 成果

○　インプット学習により、生徒が学習内容を把握し、どのような動きをすれば良いのかという具体的なイメージが湧くなど、見通しをもつことにつながった。

○　インプット学習を通して、課題に対して事前に自己の考えをもつことによって、授業での課題解決に向けた取組をより充実させることができた。特にハードル走などの目指す動きが決まっている運動において有効であった。

○　ステップアップタイムは、生徒が自己の学習を調整し、粘り強く取り組むことにつながった。また、インプット学習をした上でステップアップタイムを行ったことは非常に有効であった。

○　インタビュータイムは、学んだことを振り返り、次の学びへの意欲を高めることにつながった。

(2) 課題

●　反転授業において、対話活動をより充実させるため、インプット学習で自他の考えを共有できるようなクラウドの活用について検証する必要がある。

●　学習活動の振り返りを定期的に行い、生徒が自己の学習状況を把握できるようにするための仕組みを整えることが重要である。そのため、年間を見通した計画のもと反転授業を設定し、有効であるか検証する必要がある。

引用・参考文献

・小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説　体育編　文部科学省　東洋館出版社　2018
・中学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説　総則編　文部科学省　東山書房　2018
・中学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説　保健体育編　文部科学省　東山書房　2018
・高等学校学習指導要領（平成 30 年告示）解説 保健体育編　体育編
文部科学省　東山書房　2019
・「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料　中学校　保健体育
国立教育政策研究所　教育課程教育センター　東洋館出版社　2019
・「令和の日本型学校教育」の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す、
個別最適な学びと、協働的な学びの実現～（答申）【概要】 中央教育審議会　2021
・アクティブ・ラーニング授業実践事例　独立行政法人教職員支援機構
http://www.nits.go.jp/jisedai/achievement/jirei/index.html
・主体的・対話的で深い学び実践ハンドブック　新潟県立教育センター　2019
・日本教材文化研究財団研究紀要「幼児期および児童期における学習意欲の形成 - 親の関わりを中心に - 」
櫻井茂男　2012
・中学校保健体育新３観点の学習評価完全ガイドブック　佐藤豊編著　明治図書　2021
・中学校保健体育「主体的に学習に取り組む態度」の学習評価完全ガイドブック
佐藤豊編著　明治図書　2023
・化学と教育　64 巻 12 号「反転授業のデザイン」　森朋子　日本化学会　2016
・体育科教育学入門［三訂版］
岡出美則・友添秀則・岩田靖編著　大修館書店　2021
・体育授業を観察評価する　高橋建夫編著　昭和出版　2003
・反転授業 - 基本を宿題で学んでから、授業で応用力を身につける -
ジョナサン・バーグマン・アーロン・サムズ著　オデッセイコミュニケーションズ　2014
・反転学習 - 生徒の主体的参加への入り口 -
ジョナサン・バーグマン・アーロン・サムズ著　オデッセイコミュニケーションズ　2015
・反転授業が変える教育の未来　芝池宗克・中西洋介著　明石書店　2014
・反転授業の実践知　中西洋介著　明石書店　2020
・間違いだらけの学習論　西林克彦著　新曜社　1994
・学び手の視点から創る中学校・高等学校の保健体育授業〈体育編〉
鈴木直樹・梅澤秋久・宮本乙女編著　大学教育出版　2016
・中学校・高等学校体育科教育法　白旗和也・岡出美則・今関豊一編著　建帛社　2021

・これからの体育科教育はどうあるべきか
高田彬成・森良一・細越淳二編著　東洋館出版　2023
・５つの場面で協働的な学びをつくる！体育授業の１人１台端末活用アイデア 60
鈴木直樹・藤本拓矢・石井幸司・工藤悠仁編著　明治図書　2022
・自ら学びをコントロールする力を育む自己調整学習　友田真著　明治図書　2024
・必ずうまくなるバスケットボール基本と練習法
鈴木良和・諸橋幸恵監修　コスミック出版　2024
・「わかった」「できた」を味わえる！体育教具アイデア 100　五代孝輔著　明治図書　2022
・体育科教育　第 71 巻第７号「子どもたちが『見通し』を立てて学ぶ」
ＡＡＲサイクルと体育学習　梅澤秋久著　大修館書店　2023

おわりに

福岡県体育研究所に長期派遣研修員として、１年間研修の機会を与えていただいたことで、自分自身を振り返るとともに、今後にとって貴重な経験を得ることができました。

保健体育科の教諭となって６年が経過し、これまでに学年主任や生徒指導主事などを経験して、気が付けば“ミドルリーダー”と呼ばれる立場になっていました。中学３年生を担任することが多く、学校行事や進路指導などに特に力を入れて慌ただしい毎日を過ごしており、自身の保健体育の授業について、深く振り返ることが少なかったと感じます。そこで、保健体育の学習指導・授業づくりに関して、確かな力量を身に付け、専門性を高めたいと考え、研修を受けることを決心しました。

昨年度末、長期派遣研修員の説明を受け、過去の長期派遣研修に関する資料や報告書を見たとき、このような研究が今の自分にできるのだろうかと不安でいっぱいになりました。福岡県体育研究所での勤務が始まり、研究に縁遠かった私は、目指す子供の姿が明確にならず、毎週行われる長研会議で、主題・副主題を考えては変更しての繰り返しで、教師として保健体育の授業における軸をもてていなかったことに気付かされました。多くの本や論文を読んでも、自分の研究に関する文章は全く書けない日もあり、自分の力のなさを痛感しました。しかし、そんな私に、親身になって研究について考えてくださった指導主事には、本当に感謝しています。この研修がなければ、小学校、高等学校の先生方と保健体育科の授業づくりについて話をすることはなかったと思います。特に担当の山口指導主事には、私が研究で行き詰っているときには、いつも一緒になって考えていただき、研究の方向性を示していただきました。また、数多くの研修に参加できる機会をいただき、大学の先生方や指導主事から、保健体育科学習における最先端の学びに触れ、研鑽を積むことができました。

検証授業では、学習指導要領を含め、あらゆる本や資料を読み、授業のねらいや活動を考えたり、教具を準備したりと今までになく時間をかけて教材研究を行いました。入念な準備をしても、授業では上手くいかないこともありましたが、自分自身の授業に向き合い、振り返ったことで、生徒の伸びや課題が明確に見えてきました。また、中には、「体育の授業が好きではなかったけど、先生の授業は楽しかった。」と話しかけてくれた生徒がおり、今回の実践は体育の授業が好きな生徒を育てる上でも価値があったと感じています。また、他の長期派遣研修員の授業を参観させていただいたときに、小学校、中学校、高等学校と 12 年間の系統性を考えて指導していく必要性を感じることができ、中学校現場だけでは決して知ることができなかったことを、様々な視点を踏まえて学ぶことができました。松尾先生と隈本先生の２人の長期派遣研修員には研究のことでたくさん相談に乗ってもらい、心の支えとなりました。

最後になりましたが、このような貴重な研修の機会を与えていただきました福岡県教育委員会、福岡教育事務所、宇美町教育委員会に厚くお礼申し上げます。並びに、本研修を進めるにあたって、御指導いただきました教育庁教育振興部体育スポーツ健康課、義務教育課、福岡県体育研究所末冨所長はじめ、所員の皆様に深く感謝申し上げます。また検証授業に快く御協力いただきました、宇美町立宇美中学校の吉崎校長、梶原教頭、保健体育科の先生方をはじめ多くの御支援をいただきました在籍校の先生方に心から感謝いたします。そして、検証授業に協力してくれた２年１組の皆さんにも感謝いたします。本当にありがとうございました。

今後とも、より一層の御指導、御鞭撻を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

令和７年２月 14 日

長期派遣研修員　一木　翔吾（宇美町立宇美中学校）