

平成 25 年度

第 58 回 長野県中学校連合教科研究会

# 保健体育科

I	研究テーマ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1
II	趣 旨・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1
III	参加校テーマ一覧と参加者氏名・指導者氏名・・・・・・・・	1～2
IV	研究問題と協議内容・・・・・・・・・・・・・・・・	2～6
V	本年度研究会の反省と来年度の方向・・・・・・・・	7～8
VI	あとがき・・・・・・・・・・・・・・・・	8

## I 研究テーマ

一人一人の生徒が自ら進んで運動に取り組み、運動の楽しさや喜びを味わうことができる体育学習や、健康の大切さを理解し実践力を育てる保健学習はどうあったらよいか

～つける力をふまえた指導と評価のあり方について～

## II 趣旨

生徒一人一人が技能を追究していく場面と、友と協力して課題を解決していく場面の関係性を明らかにしたい。保健体育学習として、つける力をどのようにとらえていくのか明確にしていく必要がある。生徒が運動と親しんでいくことができる身体にしていけるように、どのようにつける力を高めていくのかのプロセスを大切にして、今つける力と将来に役立つ力を明確にするということを重視したい。

## III 参加校テーマ一覧と参加者名、指導者名

### 第1分科会

指導者	中村 恭之 先生 (東信教育事務所主任指導主事)
司会者	望月 政和 先生 (松本市立波田中学校)
記録者	北間 裕祥 先生 (寿台養護学校)
世話係	三ツ石誠司 先生 (附属長野中学校)
学校名	研究の要旨
望月中	基礎的・基本的な技能や知識の習得と認め支え合いながら課題を追求し、運動の楽しさを味わえるための授業のあり方 村澤 俊樹
丸子中	自らめあてをもって運動に取り組み、互いに支え合って技能を高めていく保健体育学習 松村 優子
永明中	場や友の動きに応じて言葉を交わし合ったり、身体表現をしたりすることを通して自らの動きを高める授業のあり方 小林 真弥
戸倉上山田中	(レポートなし) 森 康博
松川中	(レポートなし) 林 努
南宮中	つける力を明確にした、学び合う指導のあり方 倉根 国弘
高社中	仲間の良さや課題に気づき指摘しあいながら、技能を高めていく授業づくり 小林 翔
若穂中	(レポートなし) 梅澤 将寿
丸ノ内中	友とかかわり合いながら課題を追究し、運動の楽しさを味わい深めていく保健体育の学習はどうあったらよいか 西澤 康恵 立花 法真沙
筑摩野中	主体的に運動に取り組み、仲間とともに技能を伸ばし、楽しさを味わえるグループ学習のあり方 當銀 拓弥
波田中	仲間と共に身体を動かす楽しさや喜びを味わいながら技能を高めることのできる生徒の育成 望月 政和
寿台養護学校	(レポートなし) 北間 裕祥
附属長野中	(レポートなし) 三ツ石 誠司
附属松本中	運動を多面的にとらえながら、自分なりの運動とのかかわり方を見つけていく保健体育の学習 井出 綾子

## 第2分科会

指導者	加藤 浩 先生	(南信教育事務所指導主事)
司会者	堀田 茂樹 先生	(松本市立鎌田中学校)
記録者	宮原 祐史 先生	(塩尻市立檜川中学校)
世話係	穠澤 正仁 先生	(附属松本中学校)
学校名	研究の要旨	
芦原中	(レポートなし)	羽田 勇輝
上田市立第二中	バレーボールで、関わり合いながら学習を進めるため、ルールや場、空いた場所の攻防を工夫した。	青木 孝文
茅野市立北部中	(レポートなし)	池畑 謙二
長谷中		矢澤 彰
福島中	「できた喜び」を味わわせるため、相撲で中核的な技能を決めだし、1時間の学習サイクルを作った。	上村 裕一
檜川中	(レポートなし)	宮原 祐史
豊科南中	ダブルセットバレーを取り入れ、仲間と関わって意図的な攻撃ができるような支援をした。	三村 徹
相森中	(レポートなし)	平田 真理
丸ノ内中	現代的なリズムのダンスで、松本ぼんぼんの曲をアレンジし、ダンスの楽しさを深める学習を構想した。	佐藤 智洋
旭町中	(レポートなし)	辻 智子
波田中	バドミントンで、話し合い、練習の場、ルールの工夫をし、仲間と楽しさを味わい、技能を高めさせた。	堀内 克泰
鎌田中	(レポートなし)	堀田 茂樹
立科中	(レポートなし)	吉田 幹弘
附属長野中	(レポートなし)	近藤 純
附属松本中	体育理論でダンスについて考え、世界各国のダンスの動きを参考に、オリジナルダンスを創り上げた。	穠澤 正仁

## IV 研究問題と協議内容

### 【第1分科会】

討議題1 生徒同士かかわり合いながら課題を追究していくための手立てや単元展開について

#### (1) 発表されたこと

①出来る喜びを味わわせるために、跳び箱の各局面に必要な技能ポイントを押さえた指導を行った。局面ごとの練習にすることで、意欲的な取り組みが見られるようになった。しかし、個別での指導に終始してしまい、全体での指導や生徒同士の関わりという面で課題が残った。

(南宮中学校)

②グループワークの時間を意図的に仕組み、「見るポイント」「アドバイスのポイント」を明確にしたことで、課題解決のための生徒同士のかかわりが多く生まれた。しかし、課題設定が教師側の設定になってしまった。生徒の意識に沿った課題設定になるような単元展開が今後の課題。

(筑摩野中学校)

#### (2) 話し合われたこと

①グループ学習の取り入れ方、アドバイスの仕方、ICT機器を用いた振り返りについて

②アドバイスのポイントの設定、リレーの教材化について

#### (3) 指導者の先生のご指導

##### ①について

・感覚の世界を生徒同士の中で分かち伝え合えることが大切。その感覚を味わわせるために擬態語を使う。できない事ができるようになった生徒の感覚の言葉を書き出す。その中で自分に合った感覚の言葉が見つければ、ヒントになる。

・評価するためには個の実態をつかむことが必要。見合うためには、見る仲間も知っていないと見合えない。

・ICTはあくまでも手段である。どこから映像を撮るのか。本当にほしい情報が何かを考え、あらゆる角度から撮ってみる。

##### ②について

・生徒に見せる映像が目指きす姿となる。クラスの仲間や学校の先輩の見本映像だと、苦手な生徒にもイメージが持ちやすい。

・種目ありきの発想について検討したい。教材化は重要である。

討議題2 ベースボール型の教材化について

#### (1) 発表されたこと

①基礎的・基本的な技能を習得するために、ドリル練習や作戦ボードを活用した話し合いを取り入れたことで、友とかかわりながら学び合い運動の楽しさに触れることができた。(望月中学校)

②自分たちが楽しめるルールを考え試合を行ったことで、仲間にアドバイスしたり作戦を考えたりすることに有効であった。個やチームの課題を見つけ出すための記録シートの内容や活用方法に課題が残った。

(永明中学校)

③チームミーティングを毎時間行うことや作戦盤を使って作戦を考え守備位置を工夫することは、言語活動の充実になり、お互いに支え合い技能を高めることに繋がった。生徒が自らめあてを持って取り組むために客観的に自己やチームを捉えることができるようになるための手立てのあり方に課題が残った。

(丸子中学校)

#### (2) 話し合われたこと

①②③共通して、作戦ボードや記録シートの内容、教材教具の工夫、ルールの工夫について

#### (3) 指導者の先生のご指導

##### ①②③共通して

・教具の工夫として、飛ばないバットを使うと生徒の意識が遠くへ飛ばすことからどの方向へ飛ばすかという、狙ったところに打つというめあてにつながっていく。

- ・チームの編成は、体育のねらいを達成するために意図を持って、教師が責任をもって行う。
- ・ルールを生徒とつくる際に留意したいことは、i 生徒の提案がみんなのこと、全体のことを考えて提案されているか。ii いつまでもルールの修正をしないこと。に気をつけたい。
- ・指導したことを評価する。技能評価は単元の後半で評価機会をとるように。

### 討議題3 ネット型の教材化について

#### (1) 発表されたこと

- ①グループでの話し合いの場合、シャトル落下チェックシート、ドリル練習、グループ合計得点での勝敗などを仕組むことで、仲間と共に楽しく授業に参加する姿が見られた。課題解決のための練習方法や学習カードの工夫に課題が残った。  
(波田中学校)
- ②バレーボールで、チーム毎にねらいを設定し、試合とミーティングを行い学習を深めていけるようにしたところ、男女間でのかかわりも見られ、チーム毎に作戦を立てる姿があった。しかし、立てた作戦がチームのねらいとずれてしまい機能しないことがあった。また、チームの実態にあったねらいの設定ができなかった。  
(高社中学校)

#### (2) 話し合われたこと

- ①日頃の実践と単元展開について、練習方法とアドバイスの仕方について
- ②運動量を確保するための方法、教材化、練習方法の工夫について

#### (3) 指導者の先生のご指導

- ①技能を行使するための思考・判断については「技能」で評価する。教えることと気付かせることを分けて考える。気付かせるための教材化、場の工夫によって身につける技能の必要感が生まれてくる。
- ②特性を全員が味わえる場の設定をすること、ゲームで生きる練習を取り入れること、困難な部分をクリアするための教材の工夫を行うことが大切。

### 討議題4 ダンスの授業づくりと評価について

#### (1) 発表されたこと

- ①馴染みのある「松本ぼんぼん」を現代的なリズムとなるようにアレンジして取り組ませたことで、生徒がダンスの楽しさを味わうことができた。  
(丸ノ内中学校)
- ②「ダンスっぽいダンス」について考え、ダンスを多面的に捉えることで、自分の表現したいものに向けてオリジナルのダンスを作り上げ、ダンスの心地よさを味わえた。(附属松本中学校)

#### (2) 話し合われたこと

- ①課題ダンスや曲決め、ダンスの時間、動きの紹介について
- ②ダンスの創り方、鏡の重要性、グループ構成、評価の仕方について

#### (3) 指導者の先生のご指導

##### ①②共通して

- ・学習内容としてどこに重点を置いているか明確にしないと、つけるべき力がぼやけてしまう。
- ・なぜダンスを学ばなければならないのか、その意味を生徒たちはどのように考えているか。
- ・これができたら100点というものはダンスにはない。リズムに乗って自分がどう表現したかが評価のポイントになる。リズムをたよりにしていればリズムダンス、イメージをたよりにしていれば創作ダンス。
- ・空気をつくるために、教師が恥しさを捨て、生徒と一緒に踊れることが大事。

文責者：寿台養護学校 北間裕祥

## 【第2分科会】

討議題1 仲間とかかわりながら、球技の特性に触れた楽しさを味わい技能を向上させていくためのルールや場の工夫はどうあったらよいか。

### (1) 発表されたこと

- ① ダブルセットバレーボールは全員がボールにかかわる楽しさがある。課題は、チーム内で役割が固定化し、一人ひとりの技術が伸びなかった点と本来のバレーボールの動きに近づけていくことが難しい点である。(上田第二中学校)
- ② 通常のルールではセッターがアタッカーにトスを上げるのは難しいため、レシーブとトスの間にキャッチを入れるダブルセットバレーを行った。また、試合中のかかわり合いを大切にしたいため、試合中にいつでもタイムアウトを取れるようにした。(豊科南中学校)
- ③ バドミントンのダブルスでシャトルを打たない人が空いたスペースをカバーすることを課題としたが、サイドバイサイドでお互いが動かない試合になった。カバーし合う必要性をもたせる手だてが必要だった。(波田中学校)
- ④ 1学級9人の少人数学級で、小学校時の経験もない子どもたちが、ベースボール型の特性を味わうために、1ベース毎に1点にしたり、全員が打ったら交代したりするなどルールを簡略化した。学習課題を守備に向けることが課題となった。(長谷中学校)

### (2) 話し合われたこと

- ① について
  - ・ルールを簡易化しすぎではないか。バレーボールのリズムや技能を意識して授業に入りたい。
  - ・ブレルボールからソフトバレーボールへの橋渡しとして、可能性をもった教材である。
  - ・上から来たボールを下にたたきつけるという技能が難しい。
- ② について
  - ・今ある技能でゲームを楽しみ、その中で新たな技能の必要性に気づかせたい。
  - ・ボールとコートやネットの高さ以外はあえてルールを変えない実践でもねらいに迫れた。ゲームを成立させるだけでなく、習得させたい技能によってルールが変わってくる。
- ③ について
  - ・シャトルをラケットに当てる距離感の指導が難しい。どのようなアドバイスをしたか。
  - ・シャトルの落下記入シートはコートを9分割して落下地点を記入すると良い。
  - ・打ち合っている最中のアドバイスは難しいので、タイムをとってアドバイスをするのが良い。
- ④ について
  - ・守備の人数が少ないのでバントなどある程度の距離まで飛ばないボールは全てフェールにした。グローブを使う意味やバットやボールの工夫などルールについて各校の実践を交えた発表。
  - ・どこに送球すれば良いのか判断するのもベースボール型のおもしろさではないか。

### (3) 指導者の先生のご指導

- ① ルールや用具の工夫で恐怖心を軽減した。ラリーが続く状況で空いたスペースをめぐる攻防を楽しむことが、中心課題になってくる。この教材で何を学ばせたいのかを明確にしたい。勝ち負けが話し合いの中心になってしまっていた。
- ② 1年生がセカンドキャッチ、2年生がダブルセット、3年生が普通のルールと系統的な教材がなされている。何を身に付けるかによって教材化も変わってくる。単元のどのタイミングで共通課題を提示するか、生徒の意識をとらえ位置付けたい。
- ③ ネット型は空いた場所をめぐる攻防におもしろさがある。穴を埋めるための動きが学ぶことの一つ。そのために必要な技能をドリルゲーム等で身に付けていく。なぜバドミントンを位置付けたのかネット型カリキュラム上、明確にしておかなければならない。
- ④ 少人数だからベースボール型の競技ができないというのではなく、ルールなどを工夫していくのがプロとしての教師の役割。今回の教材は、十分に特性に触れられるものであった。対戦チームが少ないと、

より相手に応じた戦い方を工夫していくことが追求の柱になる。

討議題2 全ての生徒が、運動ができた喜びを味わうための武道の授業展開はどうあったらよいか。

(1) 発表されたこと

相撲に対する概念を変え、専門でない先生も指導できる授業を提案したい。中核的な技能を「中腰の構え」「すり足」と決め出し、前に出て相手の中腰の姿勢を崩すことを1学年の中心課題に据えた。(福島中学校)

(2) 話し合われたこと

- ・相撲の中核的な技能「中腰の構え」や「すり足」の必要性について。
- ・投げ技をしたとき受け身をどう身に付けさせるか。柔道の受け身を参考にした。
- ・1学年では相手のバランスを崩すまでの勝負にしたい。円から外に出すことに重点を置いた。

(3) 指導者の先生のご指導

試みがとてもすばらしい。陣取り相撲や押し合い相撲でも十分に相撲のおもしろさを味わえる。子どもたちの運動観を変えることが生涯スポーツにつながる。女子生徒が中腰で踏んばり、力を入れて押し合う。他の種目にはない相撲の可能性を感じる授業だった。

討議題3 様々な動きやリズムを取り入れて、主体的に動きを工夫していくダンスの授業はどうあったらよいか。

(1) 発表されたこと

- ① 松本ぼんぼんをアレンジしてリズムダンスとの融合を図った。活動ノートの使用、リーダーとフォロワーという役割分担等を工夫した。生徒はとても意欲的に活動していたが、教師は材料の提示しかできず、指導が難しい。(丸ノ内中学校)
- ② 生徒達の意識はリズムダンスのかっこよさに興味がいく。そこで、他のダンスの楽しさも味わわせたいと考え、体育理論と関連付けパントマイムや大根踊り、ハカや舞踏など教師の師範ダンスをヒントにダンスを創り上げた。  
(附属松本中学校)

(2) 話し合われたこと

- ① について
  - ・導入で編曲した曲を聴かせるのはとても良かった。「松本元気アップ体操」も後半のヒップホップ系は乗ってくる。知っているものや興味があるものから入る展開は良い。
  - ・体幹を意識するという声かけは抽象的。どうやって意識させたのか。踊らない生徒への声かけは。
- ② について
  - ・ダンスに対する生徒の価値観が変わる教材。リズムに乗ることは共通しているが、同じダンスでも体幹を意識して動かすダンスとバレエのように動かしてはいけないダンスもある。実際に生徒の発表にもそれぞれのダンスの特徴が表れていた。

(3) 指導者の先生のご指導

- ① 定型の部分とアレンジの部分位置付けたことが参考になる。自由に踊ってよいと言われても困る生徒もいる。共通課題設定の難しさがある。生徒はダンスを創り上げたいという意識で、先生は体幹を意識させたかった。生徒の願いや問題意識をつかみ、課題を捉えたい。
- ② 体育理論と実技を結びつけることは有効。今回の場合、理論の3つの項目のどこにあたるか。生徒の運動観の変容を促し、イメージが広がった状態でヒップホップを踊ると、一つしか知らない上で踊るとでは違う。

文責者：塩尻市立榎川中学校 宮原祐史

## V 本年度の反省と来年度の方向

### 1 本年度の反省

項 目	内 容
○本年度の研究テーマについて	<ul style="list-style-type: none"> <li>・よい (多数)</li> <li>・他者とのかわりについても考えさせられました。よいテーマでした。</li> <li>・自分が求めているところで、とてもよいテーマに感じます。</li> <li>・付ける力と評価をどの授業でも明確にしていくことが大切だと思うので、学ばせていただいてよかったです。</li> <li>・継続して研究すべきテーマだと思います。</li> <li>・「付ける力をふまえた指導と評価のあり方について」日頃授業実践を通して悩むことが多い。貴重な勉強をさせていただいた。</li> <li>・このレポートの表紙を作っているときに初めて知りました。</li> </ul>
○研究の主な内容と研究の成果について	<ul style="list-style-type: none"> <li>・よい</li> <li>・継続でお願いしたい。</li> <li>・楽しさだけではなく、付ける力を明確にすることが学習だと思います。</li> <li>・生涯にわたる運動の実践につなげられたらいいです。</li> <li>・保健学習についてとても勉強不足なので、全県テーマにもある「実践力を育てる保健学習」を考え、授業展開に生かしていきたい。</li> </ul>
○研究の方法や経過について (含レポートの書き方)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・よい</li> <li>・ポイントが絞られていてよい。</li> <li>・映像資料なども資料としてあるとありがたいです。</li> <li>・学校によって整える流れが違うところはあったが、展開、授業の様子、課題が整えられていてよかった。</li> <li>・今回のように統一していただけると、読み手の方も非常に分かりやすいです。</li> </ul>
○研究会当日の運営について	<ul style="list-style-type: none"> <li>・よい</li> <li>・実技があつてよかったです。</li> <li>・前回来たときは全体での開会式がありましたが、このように放送でやっていただけると大変ありがたいです。</li> <li>・多くの方のレポートを見させていただいたのでよかったです。</li> </ul>
○本年度運営全般について	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手間や費用が少なく、ありがたいと思います。</li> <li>・書類が煩雑にならず、よかったと思います。</li> <li>・HP やメールなどは、スピーディーに受け渡しができるのでよい。</li> <li>・早い時期から日程、連絡等でご準備いただきまして、大変ありがたいです。</li> </ul>

### ◎来年度に向けて

○来年度の研究テーマ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・よい。</li> <li>・今年と同様でいいと思います。</li> <li>・新学習指導要領に対応した授業のあり方について研究していきたい。</li> <li>・楽しく、喜びを味わうためには、運動を理解する「分かる」ということも大切なのではないのでしょうか。</li> <li>・できることを感じさせるテーマに。</li> <li>・苦手分野とされるもの(ダンス、武道など)を、もっと研究テーマにしてほしいです。(今年の剣道、ダンスは勉強になりました)</li> <li>・サブテーマに関しては、主事の先生に実践校からの情報を得て、課題となる点</li> </ul>
------------	---



	をもってきても良いと思います。
○来年度の研究の趣旨	<ul style="list-style-type: none"> <li>・よい。</li> <li>・分かる・できる・かかわるを、今年と同様に追究していきたいです。</li> <li>・分かる、できる、楽しむを網羅できるようなキーワードがあれば、教えていただきたいと思っています。</li> </ul>
○来年度の研究の方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・よい。</li> <li>・生涯にわたって運動するような子どもを育てるには、どんな力が中学生で付けられたらいいのかと悩んでいます。</li> <li>・体育学習と健康についてのつながりについての内容について、扱ってはどうか。</li> <li>・どの運動でも共通した付ける力を目標にすれば、ゴールが明確になると思います。</li> </ul>
○その他、改善したい点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・直前まで当日の日程が不明だった。インターネット上にアップされていたらしいが、文書でもいただくとありがたかった。</li> <li>・貴重な機会ですので、もっと参加者が増えるとさらにいいです。</li> <li>・遠いところから来ている先生方もいるので、もう少し早く切り上げてもいいのではないのでしょうか。</li> </ul>

## VI あとがき

朝夕の寒気が身にしみるところとなった初冬の中、長野県中学校連合教科研究会が、県下各地からお集まりいただいた先生方の熱心な発表と討議によりまして、大きな成果をあげて終わることができました。

終日にわたる研究会において、熱心にかつ丁寧にご指導いただきました県教育委員会指導主事の宮澤賢司先生、西村政春先生に心から感謝申し上げます。また、綿密な司会計画を立てられ、討議を深めていただいた司会の丸山浩先生、渡辺誠先生、さらには、当日の各分科会の記録及び研究集録の執筆にご尽力いただいた記録者の望月政和先生、倉澤満先生にも深く感謝申し上げます。

最後になりましたが、日々の実践を携え、研究会を深めていただきましたご参会の先生方にも深く感謝申し上げます。来年度の研究会には、さらに多くの先生方の参加をいただき、有意義な研究会になりますことを願い、まとめとさせていただきます。

委員長 松本 隆  
副委員長 三ツ石誠司