

八代市立鏡中学校「学校体育」研究発表会

研究主題

共に認め合い、主体的に学び続ける生徒の育成
～豊かなスポーツライフの基盤づくりを通して～



ごあいさつ

連日報道される人工知能に関する情報からも明らかなように、目の前の子もたちが活躍するであろう近未来の社会においては、想像もつかないことが起きると予測されています。そうした日常の暮らしの中にAI技術などが普及する社会においては、様々な問題に自ら立ち向かい、その解決に向けて異なる多様な他者と協働して力を合わせながら、それぞれの状況に応じて適した解決方法を探り出していく力をもった人材が必要だとされています。

現行の学習指導要領では、育成を目指す資質・能力が三つの柱に整理されました。本校におきましては、生徒自身が学習内容を自己の生き方や社会の在り方と結び付けて深く理解し、生涯にわたって主体的に学び続けることができるよう「豊かなスポーツライフの基盤づくり」を通して、体育・健康に関する指導の研究に学校総体で取り組んで参りました。

本リーフレットに2年間の本校の研究概要及び成果と課題を掲載しております。ご一読いただき、本校の研究の取組に忌憚のないご意見・ご助言をいただければ幸いに存じます。

最後になりましたが、これまで懇切丁寧に指導・助言いただきました熊本県教育委員会並びに八代市教育委員会、ご支援いただきました一般財団法人熊本県PTA教育振興財団、公益財団法人熊本県学校給食会に厚くお礼を申し上げ挨拶いたします。



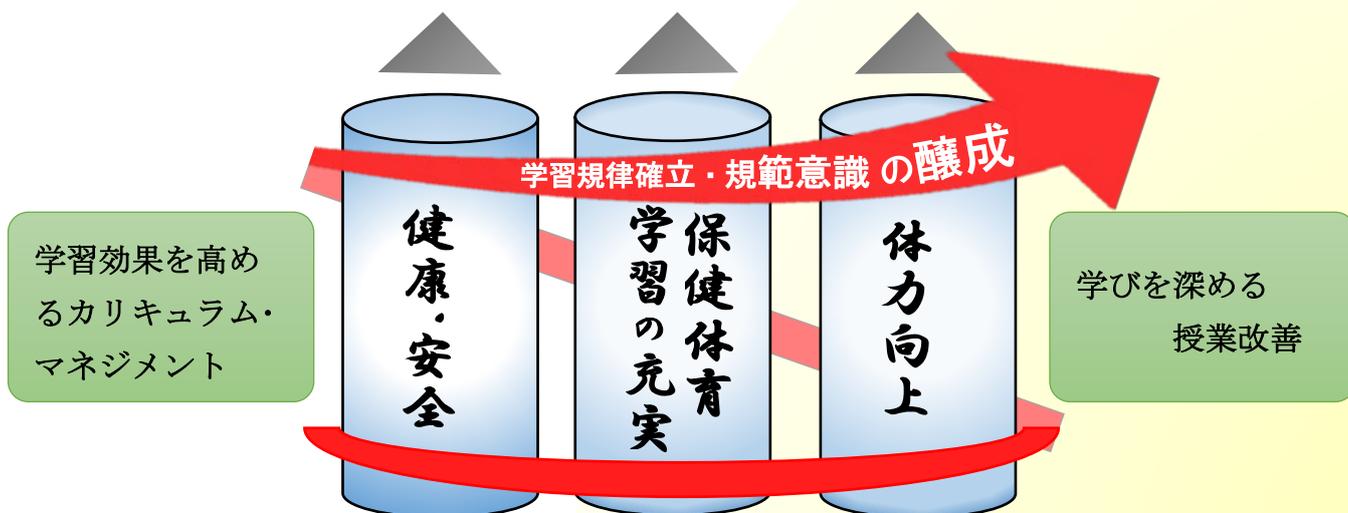
研究構想

【学校教育目標】

夢の実現に向けて、郷土を愛し、
主体的に学ぶ鏡中生の育成

【研究主題】

共に認め合い、主体的に学び続ける生徒の育成
～豊かなスポーツライフの基盤づくりを通して～



研究主題に係る目指す生徒像について

本校におけるこれまでの保健体育学習の授業研究及び生徒の実態等から上記のような研究主題を設定した。また、研究主題に係る目指す生徒像を以下のように二つに整理し、研究主題に迫る取組を展開する。

「共に認め合い」とは…

生徒同士が互いにアドバイスをし合ったり、がんばる仲間を励ましたりと、自他を尊重する生徒の姿であり、「協働」「多様性」「誰一人取り残さない」といった昨今の教育的キーワードを内包している。また、保健体育学習を中心に、他教科の学習における「主体的・対話的で深い学び」に重なる姿であると考えられる。

「主体的に学び続ける生徒」とは…

自己の運動課題や健康課題に気付き、現在及び将来の体力向上及び健康の保持・増進のために、自ら情報を集めたり、行動の計画を考え、実行したりすることのできる生徒の姿である。

さらに、運動で得られる喜びや楽しさを実感したり、学んだ知識・技能等を活用したりして、それを次の活動にも生かそうとする生徒の姿である。

研究のサブテーマについて

現行の学習指導要領においては、従来よりも「多様なスポーツの楽しみ方を共有する」という指針が明文化されている。また、「できる」「できない」だけではないスポーツの楽しみ方を生徒に感じさせることの大切さ、「運動が苦手」「意欲が低い」生徒にも配慮した指導の在り方や授業改善の方法が示されている。

本校においては、研究主題に迫るためのサブテーマを上図のとおりとし、研究を深めていきたい。個々の教師が、自らの指導の在り方を振り返り、授業改善を図りながら、生徒に「確かな学力」を付けていきたいと考えている。

豊かなスポーツライフとは…

だれもが、主体的に、それぞれの趣向やレベルに応じて、好きなときに好きなスポーツを気軽に、「する」、「みる」、「支える」、「知る」など、様々な形でスポーツに接することのできる生活のことである。

本校においては、その基盤づくりとして、生徒の多様なスポーツや運動との関わりを大切にしたい取組を通して、本研究主題に迫ることとした。

生徒の実態

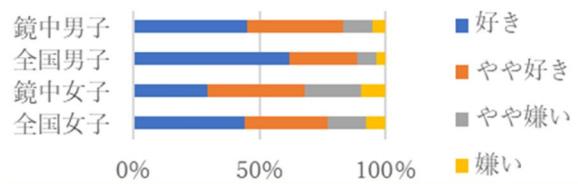
新体力テストの結果 (R3~R4) (全国Tスコア50との比較)

R3年度				R4年度							
1年		2年		3年		1年		2年		3年	
男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
Tスコア						Tスコア					
握力	▼	▼	▼	▼	▼	握力	▼	▼	▼	▼	▼
上体起こし	○	▼	▼	▼	○	上体起こし	▼	▼	○	▼	▼
長座体前屈	▼	▼	▼	▼	▼	長座体前屈	▼	○	○	▼	▼
反復横とび	○	▼	○	○	○	反復横とび	▼	○	○	○	○
50m走	▼	▼	▼	▼	▼	50m走	▼	▼	▼	▼	▼
立ち幅とび	▼	▼	▼	▼	▼	立ち幅とび	▼	○	▼	▼	○
ハンドボール投げ	▼	▼	▼	▼	▼	ハンドボール投げ	▼	▼	▼	▼	▼
持久走	▼	▼	▼	▼	▼	持久走	▼	▼	▼	▼	▼

Tスコア50を上回った種目を○、下回った種目を▼で表記。48の測定種目中、○は8と低調な結果となった。コロナ禍の制限された生活の中で体を動かす機会の減少に比例し、生徒の体力の落ち込みが見られ、学校体育を中心とした体力向上の取組が急務である。

運動習慣等調査の結果 (R4.11)

「運動やスポーツをすることは好きですか」

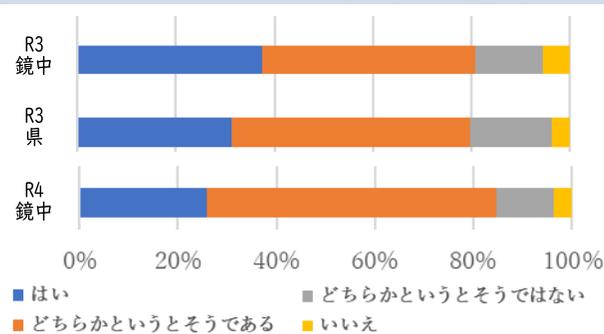


本校生徒の運動・スポーツに対する関心は全国と比べ、若干低い。

また、全国調査(R4)*の結果から「授業が楽しいと思う理由」では「友達と一緒にできるから」が66.9%で、「できなかったことができるようになった理由」では「友達に教えてもらった」が66.7%と最も多い。このことは、友達と対話的に学習することの重要性を示していると同時に、このような保健体育学習の授業づくりを工夫することで運動やスポーツをすることが好きな生徒数の増加が期待できる。

※ 令和4年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果 (令和4年12月発表)

健康教育実態調査 (熊本県教育委員会) 「栄養のバランスに気をつけて食べる(心身の健康)」の回答 (2年生対象) (R3~R4)

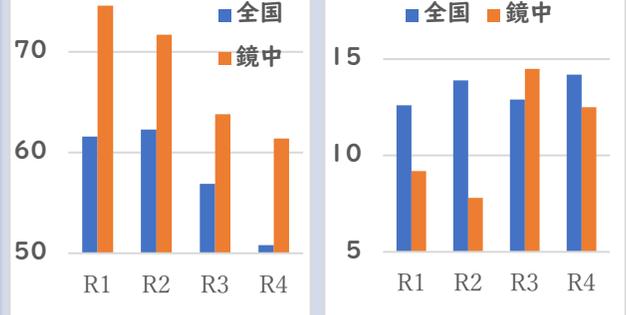


「栄養のバランスに気をつけて食べる」と答えた生徒は、R3の県全体に比べて本校の結果は37.6%と上回っていた。しかし、R4は26.0%と前年度を下回る結果であった。

生涯を通じた健康づくりの視点から、栄養バランスのとれた食生活を実践しようとする態度を身につけさせる取組が大切である。

i-check 「学校の授業以外で週に何日くらい運動していますか。」の問いへの回答 (R1~R4)

「週4日以上」と回答(%) 「まったくしない」と回答(%)



週に4日以上運動する生徒の割合は全国に比べて高いが、その割合は減少傾向にある。また、「まったくしない」と回答する生徒は、コロナ禍をきっかけに大きく増加しており、授業以外でのスポーツ実施の二極化がみられる。授業で運動の喜びや楽しさを実感させ、授業以外での運動習慣に結び付けていく必要がある。

コロナ禍により制限を受けた多様な生徒同士の触れ合いを基盤とした集団的な活動や体験的な活動等による学びの充実を保健体育学習を中心に学校総体で取り組む。

教科を横断したり、学年の壁を超えたりするカリキュラム(学習課程)の編成や実施、評価、改善を学校総体で推進し、「学習効果」の最大化に着目した研究実践に取り組みます。

課題解決のための学習過程「か・が・み」を通して「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善に着目した研究実践に取り組みます。

1 学校行事としての運動に親しむ機会の拡充



リレーカーニバル
リレーのクラスマッチである。上級生から下級生へ練習方法のアドバイスが行われた。新しい学級での仲間づくりと、所属する団での活動の第一歩となった。

教育講演会

八代白百合学園高等学校剣道部の皆様から、中体連大会前に「夢の実現に向けて」の講話及び、剣道の実演をしていただいた。生徒の感想には、「皆で日本一になることを目指して練習される姿がかっこよかった。講話では、夢の実現のために挨拶なども大切にしているとのことだったので、自分もがんばりたい」とあった。講演会後は、全体的に、挨拶する声が大きくなっている。



おぎや名所 市指定無形民俗文化財（平成16年指定）
「おぎや名所」とは、八代平野千拓の際、天草阿村のお菊さんと現場監督の“だいばどん”の恋物語を織り込んだ労働唄で、軽快なリズムに合わせた囃子（はやし）とともに踊りが繰り返される。毎年、地域のおぎや節保存会の方から講習を受け、練習を重ね、体育大会での女子生徒全員で披露する姿は圧巻である。長年、郷土の宝として上級生から下級生へ受け継がれてきている。



3 運動や健康への興味・関心を引き出す環境づくり



スポーツNewsコーナー
オリンピックやW杯、WBCなどの大規模国際大会のスポーツ情報等の記事を掲示した。日頃、興味を示さない生徒らにも、自然とスポーツの話題で盛り上がる様子が見られた。

2 生徒会活動とリンクした取組



走らんねTime
体育委員会の運営で、毎週水曜日に朝7時半から15分程度、走らんねTimeに取り組んだ。それぞれ自分のペースで走ることができるため、運動の苦手な生徒の参加も多く見られた。

八代市立鏡中学校単元配列表 第1学年
共に認め合い、主体的に学び続ける生徒の育成 豊かなスポーツライフの基盤づくりを通して

体: 体力向上 生: 生活習慣 道: 規範意識	4月	5月	6月	7月	8・9月	10月	11月	12月	1月
行事	始業式 入学式	リレーカーニバル	前期中間テスト 八代中体連大会	県中体連大会 終業式	始業式 体育大会 八代中体連大会 前期期末テスト	八代中体連大会 文化祭	後期中間テスト 県学力調査 駅伝・持久走大会 終業式	始業式 給食集会	
道徳科 [学研]	道12 様々な価値観がもたらした変化	道16 バスとあかちゃん 道10 オーストラリアのマス川	道17 うわさで始めるの？ 道8 あるじいさんの物語	道18 長い間、高橋治五郎 道10 傘の下	道A3 イチローの奇跡 道B7 挨拶しますか、しませんか	道A4 認められたクラブ 道B6 金色の稲穂	道19 ロコソラーレ メダルへの挑戦 道20 ふと目の前に 森繁久彌 道16 壊れた掲示版	道19 壊れた掲示版 道A2 一定の古足場 道A1 裏庭での出来事	
総合的な 学習の時間	生、道 集団宿泊教室 に向けて	生、道 集団宿泊教室 を振り返って	道 人権学習	道 地域に学ぶ	道 文化祭に向けて	道 人権学習	道 職業と適性		
特別活動	○中学校生活を始めよう	○1学期の学級のルールを決めよう ○仲間づくりから集団生活を	○前期中間テストに向けて ○夢や希望を大切にしよう ○自分の運動習慣を振り返	○人権学習・人権集会	○夏休みの振り返り ○各学年のルールを決めよう ○体育大会の取組に向けて ○体育大会を終えて	○生活を見つめよう ○合唱コンクールに向けて ○人権学習	○人権学習 ○後期中間テストに向けて ○生徒会選挙に向けて ○食べ方・暮らしで健康に	○信念の豊かさと3学期の学級ルールを決めよう ○思春期の心と体	
国語 [東京書籍]	読 風土の五輪 読 話し方はどうよ 読 夢の物語 読 夢の物語 読 小さな発見を待たせよう	知 文法とは言葉の魔法 知 漢字と書き文字 知 読みかた 読 さんち	読 話を聞いて貰おう 知 夢を語る 読 夢を語る	書 読べたことごとく伝えよう 知 心の成長と道徳 知 夢を語る 読 夢を語る	読 私のタンポポ研究 書 視察を明確にして書こう 知 漢字の勉強 読 夢を語る 読 伊曾保物語	読 心を明確にして話そう 知 方言と共通語 知 漢字の勉強 読 夢を語る 読 伊曾保物語	読 竹取物語 読 矛盾 書 案内や報告の文章を書こう 知 夢を語る 読 夢を語る	知 単語の分類 読 少年の日の思い出 書 夢を語る 知 夢を語る 読 夢を語る	読 ニュースの見方を考えよう 読 夢を語る 読 夢を語る
保健体育 [大修館]	体 体育理論 体 体育運動	体 陸上競技(短距離走・中・長距離走)	体: ダンス 体: 体育理論	体: 水泳 生: 保健分野(健康の成り立ち・生活習慣)	体: ダンス 生: 保健分野(心身の健康の成り立ち・心の健康)	体: 武道 体: 球技I ネット型			
技術 家庭	技術分野 [東京書籍] A(1) アイ材料と加工の原理・法則と仕組み		A(2) 材料と加工の技術による問題解決	A(3) アイ材料と加工の技術による問題解決					
家庭分野 [開隆堂]					生 食生活の発展と家庭生活 生 A2 幼児の生活と家族	生 食生活の発展と家庭生活 生 B5 中学生に必要な栄養素と食事 生 B6 さまざまな食品とその保存			

単元配列表 (部分)



握力強化器具の設置
誰もがいつでも気軽に握力を強化できるように、使い方を示して各教室に設置した。



Kリーグ
体育委員が中心となって昼休みの生徒間交流スポーツ大会を行った。サッカーとバスケットに分かれ、学年をこえてリーグ戦形式で試合を行った。職員チームも参加し、大変盛り上がった。試合をする生徒、応援・観戦をする生徒、審判を手伝う生徒など、いろいろな立場でスポーツに関わることができた。

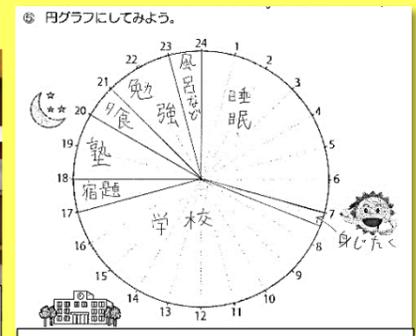
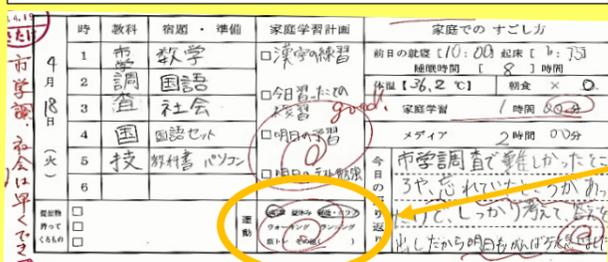
中体連応援メッセージ
文化委員会の呼びかけで、中体連に出場する選手へ応援メッセージを募集し、掲示した。また、広報委員会は、昼の放送で中体連応援ソングを流し、選手を激励した。学校全体で選手を応援する雰囲気が高まっていた。



昼休み等
保健体育の教員以外も、得意な部分を生かし、昼休み等を利用して生徒と運動に親しんだ。ハンドボール投げでは、生徒たちは、投げ方のコツを習って、遠投にチャレンジした。「英語の先生にハンドボール投げで勝とう」というゲーム形式で行い、生徒たちは楽しんでボール投げに取り組んでいた。また、昼休みの体育館利用やグラウンド利用も盛んで、クラスでドッジボールをするなどして運動に親しんでいる。



食育コーナーの充実
中体連前に栄養教諭による「力を発揮できる朝ご飯」の講話があった。その内容も掲示した。

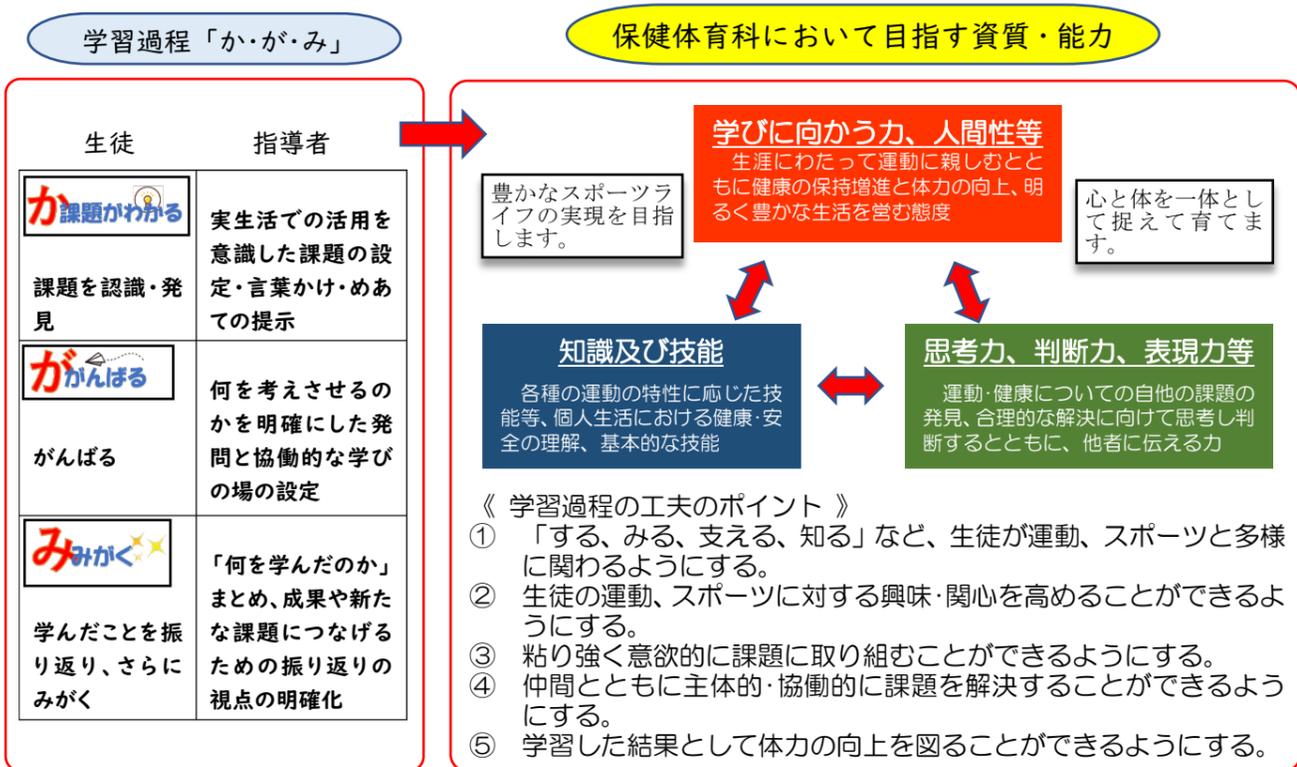


生活サイクルチェック
1日の時間の使い方を目に見える形に表し、課題に気付かせ、改善に向けて取り組んだ。

生活ノートでの記録
保健体育の授業以外での運動を記録し、一定期間ごとに運動習慣を振り返った。運動習慣定着につながった。

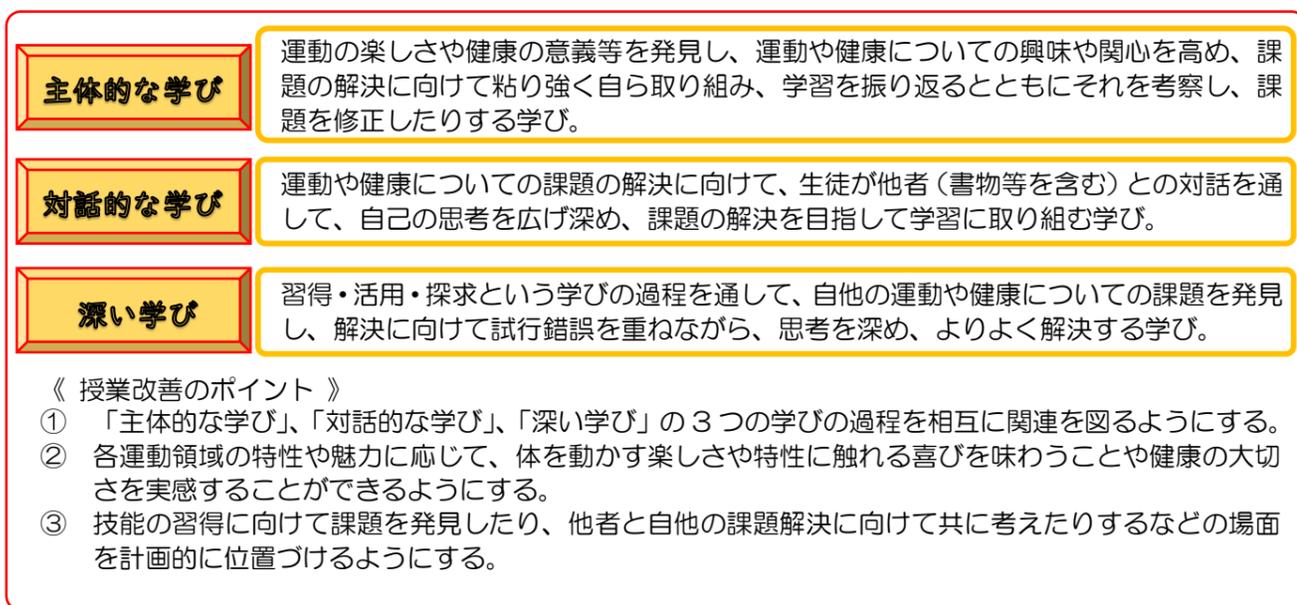
ポイント 1

課題の解決に向けた学習過程「か・が・み」を通して、育成する資質・能力を明確化



ポイント 2

「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善



保健体育科の授業実践例

陸上競技「長距離走」



班ごとの、目標と活動内容を確認の様子。



ペース走をする班。



見学の生徒も共に学ぶ。

〇がんばる（協働的な学びの場の設定）

「自分や仲間の課題に応じた練習方法を選択しよう」というめあてのもと、班毎にリーダーを中心に練習をすすめていた。生徒が自分たちで練習するコースや練習方法を選ぶことで、自己の力を高めるために、それぞれのペースで走ることができていた。走った後に「今日は〇km走った！」と達成感を持って語る生徒の姿があった。また、班ごとに動画を撮り、見返しながら、よりよいフォームについて対話をしたり、次の授業での学習課題を見いだしたりするなど、この授業全体で“長距離走を楽しむ”子どもたちの姿を見ることができた。

特別活動（学級活動）の授業実践例
「中学生にとって必要な栄養のとり方を考えよう」



栄養教諭とのT・Tの様子。各班に、食事を考える際に気をつける点をアドバイス。



私たちの運動量にあった食事は、どれくらいの量がいいんだろう。休日と平日での違いはどうか。

〇課題がわかる（実生活での活用を意識した課題の設定）

クラスのアンケート結果やクラスの課題を確認し、日常生活の活動と関連付けて考えることで、生徒たちが自らの課題としてとらえ、食事への向き合い方を見直そうとする積極的な姿が見られた。特に、日頃の運動量が同程度の生徒を集めて班づくりをしたことで、意見の交流が活発化し、より具体的な対話となった。また、本時の学習活動により他者の視点を知ること、班で協働して活動を行うことで、互いのよさを発見するとともに、互いに高め合い他者を尊重しようとする意識を高めることができた。

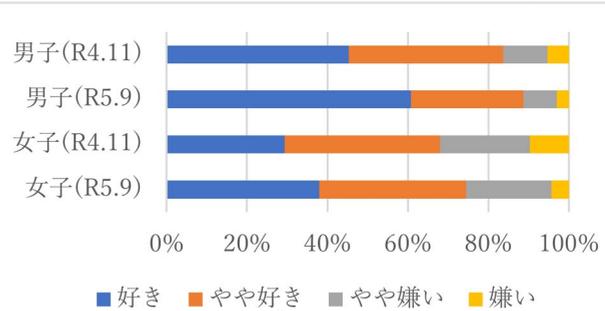
研究の検証

新体カテストの結果 (R4~R5) (全国Tスコア 50との比較)

R4年度	1年		2年		3年		R5年度	1年		2年		3年	
	男	女	男	女	男	女		Tスコア	男	女	男	女	男
握力	▼	▼	▼	▼	▼	▼	握力	○	▼	▼	▼	▼	▼
上体起こし	▼	▼	○	▼	▼	▼	上体起こし	○	○	○	▼	○	○
長座体前屈	▼	○	○	▼	▼	▼	長座体前屈	○	▼	▼	○	○	▼
反復横とび	▼	○	○	○	○	○	反復横とび	○	○	○	▼	○	○
50m走	▼	▼	▼	▼	▼	▼	50m走	○	○	▼	▼	○	○
立ち幅とび	▼	○	▼	▼	▼	○	立ち幅とび	○	▼	▼	▼	○	▼
ハンドボール投げ	▼	▼	▼	▼	▼	▼	ハンドボール投げ	○	○	○	○	○	○
持久走	▼	▼	▼	▼	▼	▼	持久走	▼	▼	○	▼	○	○

昨年度Tスコアを上回った数は10/48であったが、今年度の測定では、29/48へと向上した。特に、上体起こし、50m走、ハンドボール投げ、持久走が向上した。

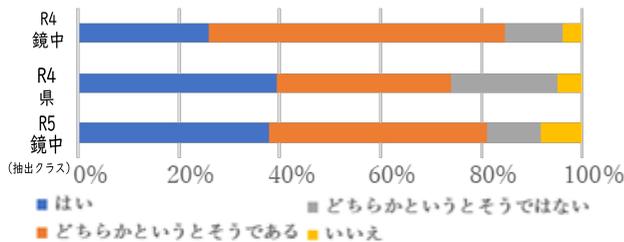
運動習慣等調査の結果 (R4~R5)
「運動やスポーツをすることは好きですか」



男女ともに肯定的に捉える生徒が増えた。特に、女子の嫌いと回答する生徒は9.6%から4.3%まで減少した。(参考：R4全国女子7.6%)

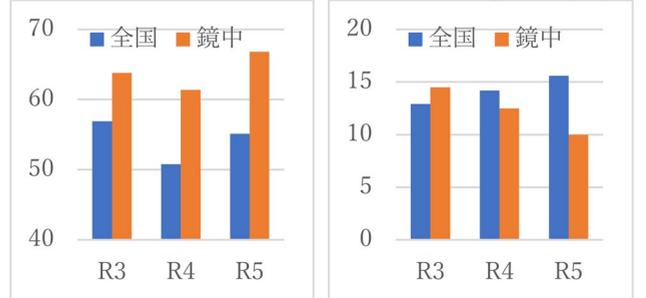
健康教育実態調査(熊本県教育委員会)「栄養のバランスに気をつけて食べる(心身の健康)」の回答

(2年生対象) (R4~R5)



「栄養のバランスに気をつけて食べる」と答えた生徒は、37.8%であった。授業やその他の取組を通して、栄養をバランスよく摂取することの大切さに気付き、改善しようとする姿が見られた。

i-check「学校の授業以外で週に何日くらい運動していますか。」の問いへの回答 (R3~R5)
「週4日以上」と回答(%) 「まったくしない」と回答(%)



「週4日以上」と回答した生徒が増加した。「まったくしない」と回答した生徒は、前年度より2.5ポイント減少した。

研究のまとめ

研究の視点1「学習効果を高めるカリキュラムマネジメント」について

- 単元配列表を作り、教師が意識的に授業と関連性の高い行事をリンクさせて取り組むことで、生徒が自主的に運動や行事に関わり、運動への関心の高まりと体力向上へつながった。
- 生徒がスポーツ活動において「する」「みる」「支える」「知る」など多様な関わり方を体験し、定期的に自己の運動習慣等を見直す取組を行ったことで、学校の授業以外での運動実施率の向上につながった。
- 「遠投チャレンジ」や「教育講演会」など、日常的・継続的な取組とするには難しい活動もあり、今後、より取り組みやすい活動に変えていく必要がある。

研究の視点2「学びを深める授業改善」について

- 保健体育科の授業では、生徒の意欲を引き出すため、話し合い活動を始めとする協働的な学習活動を多く取り入れたり、個に応じた目標を持たせたりする学習活動を行った。その結果、アンケート調査で「運動やスポーツをすることが好き」と回答する生徒の数の増加につながった。
- 保健体育科の研究授業等から得た授業づくりのポイントを他の教科にも取り入れ、課題設定の工夫や振り返り活動の充実などを図ることで、生徒が課題に対して必要感をもって取り組む姿が見られるようになってきた。
- 授業では、生徒同士が声を掛け合い励ます姿が多く見られ、「共に認め合う」ことが十分に達成できた。
- 保健体育科以外の教科では、「積極的」に学ぶ姿は見られたが、「主体的」な学びの姿まで高めることができなかった。今後、これまで以上に授業で「わかる」「できる」という成功体験を積みせたり、振り返り活動をさらに充実させたりすることで、自らの成長を実感させる取組へとつなげていきたい。
- 学習規律や規範意識の面では、まだ課題が残るため、今後も研究を重ねながら取組を継続したい。