

〈研究主題〉

教科体育を通じた豊かなスポーツライフの実現を目指して
～ICT を活用した「楽しさ」を味わえる体育授業の取組～

南種子町立南種子中学校 教諭 中村 泰児

目次

1 はじめに	2
2 研究主題について	2
(1) 研究主題	
(2) 研究主題設定の理由	
3 研究の仮説	5
4 研究の実際	5
(1) 本研究における体育授業における「楽しさ」の定義	
(2) ICT (タブレット) を活用した「する・みる・支える・知る」場や活動の設定	
(3) ロイロノートを活用した記録シートの工夫	
(4) 授業の実際	
(5) 結果と考察 (単元全体を通して)	
5 総合考察	10
6 成果と課題	10

【参考文献】

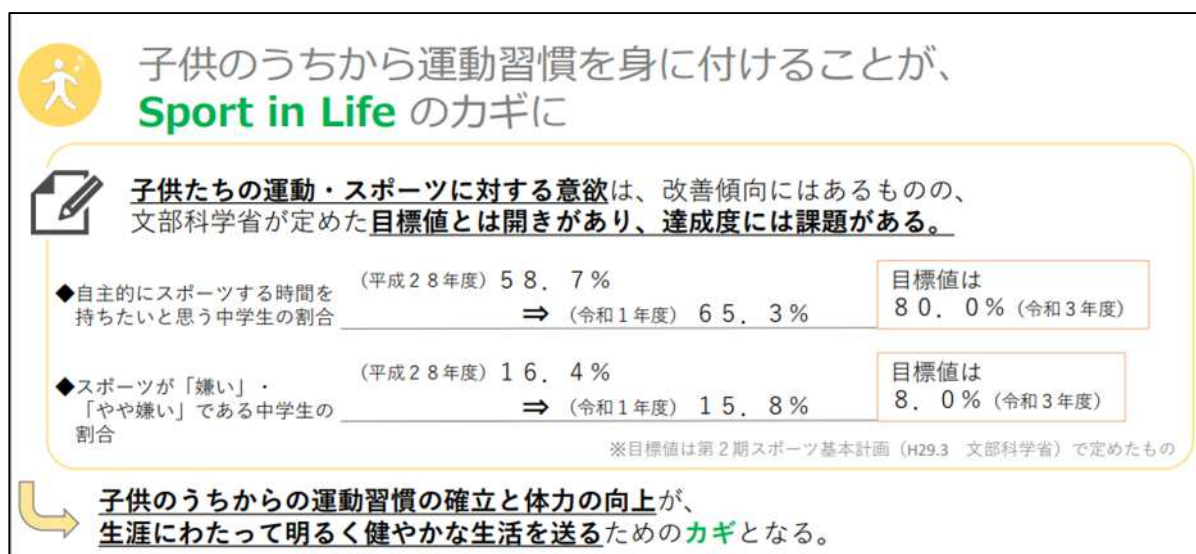
- ・ 文部科学省 (2015) 平成 27 年度体力・運動能力調査 運動習慣等調査 調査結果報告書
- ・ 文部科学省 (2017) 『中学校学習指導要領 (平成 29 年告示) 解説 保健体育編』 東洋館出版社
- ・ 加賀はづき, 石川旦 「運動嫌い」・「体育嫌い」について－教師と生徒の相互認識差に着目して－, 仙台大学大学院スポーツ科学研究科修士論文集, 第 7 巻, 1-8, 2006.
- ・ 高田彬成 『豊かなスポーツライフと体育科教育』, 初等教育資料, 東洋館出版社, 2018, 2～5pp
- ・ 坂田祐也 「『する・みる・支える・知る』楽しさや喜びを味わう子供を育てる体育科学習指導」, 2019, 福岡県体育研究所

1 はじめに

児童・生徒の体力低下の状況は、教育現場だけではなく社会的な問題として取り上げられている。これまでの体力の状況は、文部省スポーツテストが開始された1964年から1970年頃にかけて向上傾向にあった。しかし、それ以降は停滞が続き、1998年から今日にかけてもわずかな向上傾向は見受けられるものの、最も体力水準の高かった1985年頃と比較して、依然として低い水準となっている。これを受け文部科学省は、平成24年3月に策定された『第1期スポーツ基本計画』において「今後10年以内に子どもの体力が昭和60年頃の水準を上回ることができるよう、今後5年間、体力の向上傾向が維持され、確実なものとなることを目標とする」とし、学校の体育に関する活動の充実を図ることを重点の一つとしていた。

そして、同計画の達成状況等の検証・評価を受け、平成29年3月策定された『第2期スポーツ基本計画』では、『スポーツの「楽しさ」「喜び」こそがスポーツの価値の中核であり、全ての人々が自発的にスポーツに取り組み自己実現を図り、スポーツの力で輝くことにより、前向きで活力ある社会と、絆の強い世界を創る』という基本方針のもとに、学校における体育活動を通じ、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現する資質・能力の育成と放課後や地域における子供のスポーツ機会を充実させ「自主的にスポーツをする時間を持ちたいと思う生徒を80%にすること（現状60%）、スポーツが「嫌い」「やや嫌い」である生徒を半減（現状15.5%→8%）すること」「子供の体力水準を昭和60年頃の水準まで引き上げること」の2点を数値目標として掲げた。

しかし、これらの目標は現状で達成には至っておらず、今後も「学校体育をはじめ子供のスポーツ機会の充実による運動習慣の確保と体力の向上」が教育現場には求められている。



【引用：第20回 経済社会の活力ワーキング・グループ スポーツ庁提出資料（R3.4）】

2 研究主題について

(1) 研究主題

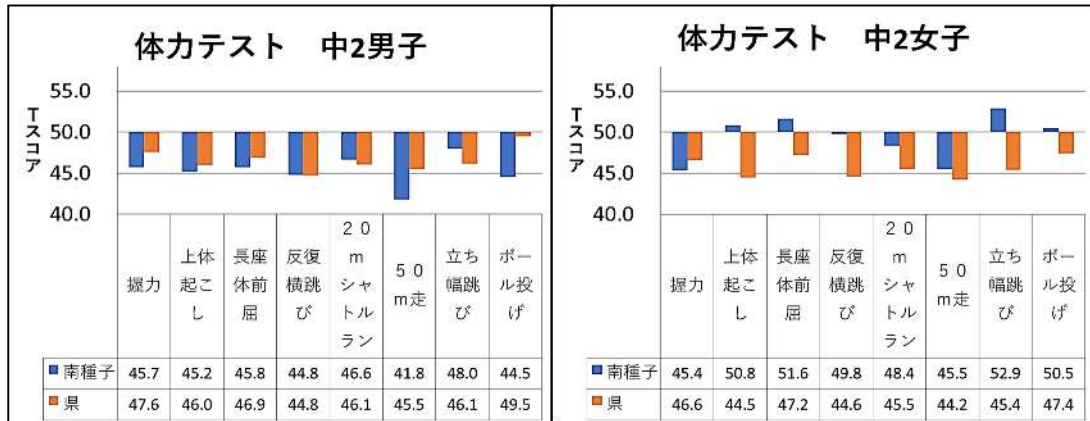
教科体育を通じた豊かなスポーツライフの実現を目指して
～ICTを活用した「楽しさ」を味わえる体育授業の取組～

(2) 研究主題設定の理由

ア 本校生徒の実態に着目して

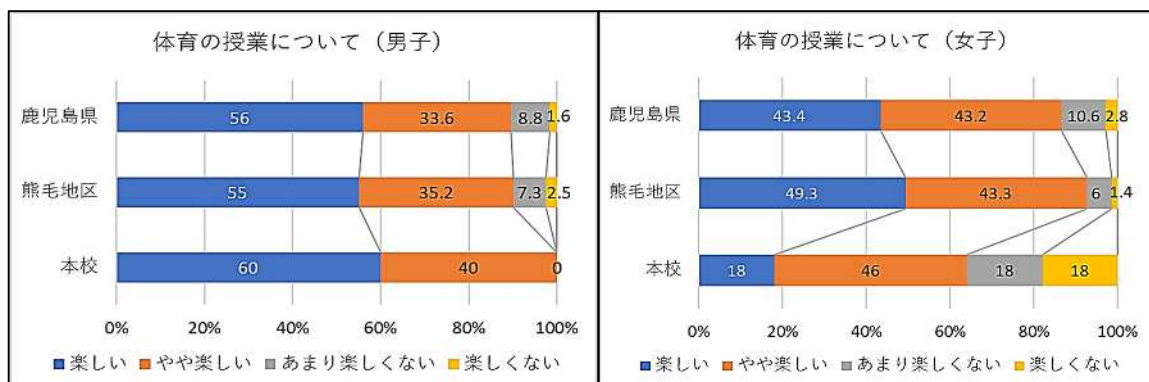
図1は、本年度の本校の中学2年の体力テストの結果をTスコアで表し、令和元年度の全国平均と令和2年度の県平均で比較したものである。Tスコアの50が全国平均を示しており、グラフが50の

ラインより上に示されている場合は全国平均より高く、下に示されている場合は全国平均より低いことを示している。本校の男子はすべての項目で全国平均を下回っており、県平均を上回っている項目は「立ち幅跳び」と「20mシャトルラン」の2つのみであった。女子においては、「上体起こし」「長座体前屈」「立ち幅跳び」の3項目において全国平均を上回っており、「握力」以外はすべて県平均を上回っているが、全体的に体力は低い。これらの結果から、特定の種目だけではなく、全体的な体力向上に関する取組が必要であることがわかる。



【 図1 体力テストの結果比較 (全国・鹿児島県・南種子中)】

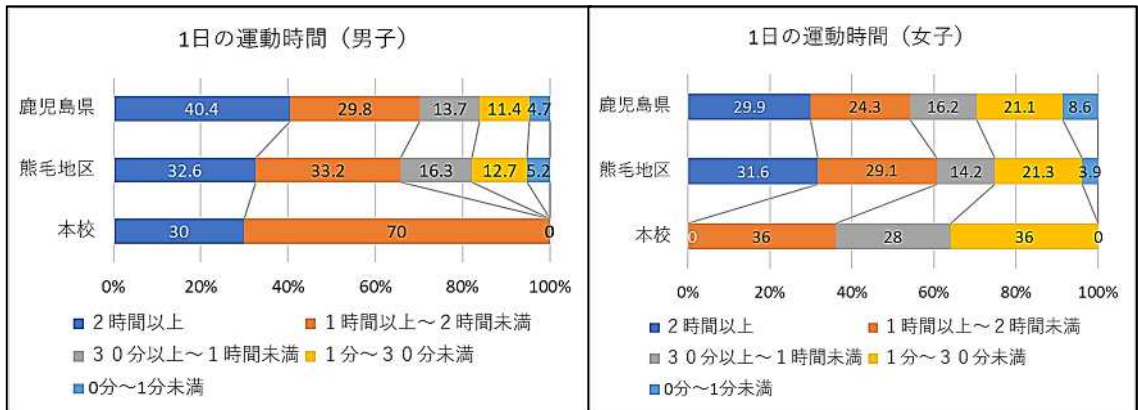
図2は、鹿児島県体力・運動能力調査の結果から、鹿児島県と熊毛地区、本校2年生の「体育の授業について」の意識を比較したものである。本校男子は「楽しい」「やや楽しい」のみで、鹿児島県や熊毛地区と比較しても、好意的な印象を持っている。それに対して、女子は「楽しい」と答えた生徒が鹿児島県と比較して半分以下となっている。また、「あまり楽しくない」「楽しくない」と答えた生徒が30%近くいるのが現状である。文科省がまとめた「平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の分析結果において、「楽しく体育の授業に取り組んでいる生徒」は、男女ともに体力合計点が高い傾向にあることが明らかにされたとある。また、加賀と石川(2006)は「学校卒業後も体育・スポーツに活動を継続することができるよう、学校体育において運動に対する興味を持たせることが必要」とある。これらのことから、全体的な体力に課題がある本校生徒にとって、体育授業を「楽しい」と実感できるための授業内容の工夫・改善が必要であると考えられる。



【 図2 体育授業に対する意識 (鹿児島県・熊毛地区・南種子中)】

図3は、鹿児島県体力・運動能力調査の結果から、鹿児島県と熊毛地区、本校2年生の「1日の運動時間について」の意識を比較したものである。男子においては、1日の運動時間1時間以上が確保されており、運動習慣が形成されていることが分かる。それに対して女子は、1日の運動時間2時間

以上が0であり、1日の運動時間60分未満が60%を超える状況となっている。「平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の分析結果において、「運動時間が長い生徒」は「体力合計点」においても高い値を示しており、本校においても運動習慣を改善することが、体力の向上につながると考えられる。



【 図3 一日の運動時間 (鹿児島県・熊本地区・南種子中)】

以上の結果から、本校生徒の体力を向上させるためには、魅力ある体育授業の実践を通して、生徒が運動やスポーツの「楽しさ」を実感し、自主的に運動したいと思えるようにすることが必要であるといえる。

イ 「楽しい」と感じる体育授業に着目して

中学校学習指導要領解説保健体育編（平成29年7月）において、「体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す」とし、「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」の3つの資質・能力を示した。そして、体育の見方・考え方として「生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現する観点を踏まえ、運動やスポーツを、その価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす役割の視点から捉え、自己の適性等に応じた『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方と関連付けること」と示された。

高田(2018)は、「体育科の学習を通して、子供たちが『運動は楽しい』『体を動かすと気持ちがいい』などの『する』楽しさや喜びだけでなく、『友達と見合ったり教え合ったりして運動がもっと上手になったり楽しくなったりした』『頑張っている友達を応援したい気持ちになった』『もっといろいろな運動の行い方を知りたくなった』など、『みる・支える・知る』に関連する楽しさや喜びを味わうことが大切である。」と述べている。さらに、「指導においては、単元の中に『する』に関連する楽しさだけでなく、『みる・支える・知る』などに関連する楽しさや喜びを味わうことを目指す場や活動を、意図的に設けることが求められている。」と述べている。また、文科省は「平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の分析結果と取組事例の中で「体育・保健体育授業を『楽しい』と感じている児童生徒の割合が高い学校の特徴」として「体を動かすことの楽しさの実感」「仲間の大切さの実感」「苦手意識の払拭」「実生活での活用」が挙げられている。さらに、ICT活用が、仲間同士の教え合いを活発にし、課題解決への効果も上げることも示しており、体育・保健体育授業で努力を要する児童生徒が運動への興味・関心や自ら運動する意欲を高めたり、各領域で運動の特性や魅力に触れたり、味わえたりする取組の一つとして紹介している。本校でもGIGAスクール構想に伴い一人一

台のタブレットが設置されているが、体育授業での活用は試行中である。

以上のことから、ICTを活用し、『する・みる・支える・知る』などに関連する楽しさや喜びを味わうことを目指す場や活動を意図的に設定し、「楽しさ」を味わえる体育授業の実践を通して豊かなスポーツライフの実現を目指し、標記の研究主題を設定し、本研究を進めることにした。

3 研究の仮説

上記のテーマ設定をもとに、以下のような研究仮説を立て、テーマの追究を図ることとした。

【研究仮説】

体育授業において、ICTを活用して『する・みる・支える・知る』などに関連する楽しさや喜びを目指す場や活動を意図的に設定すれば、生徒が体育授業において「楽しさ」を味わうことにつながるのではないだろうか。

4 研究の実際（マット運動の授業を例として）

(1) 本研究における体育授業における「楽しさ」の定義

生徒が「楽しさ」を味わうことができる体育授業とは、「する・みる・支える・知る」に関連する楽しさや喜びを味わうことである。ただし、各研究において「する・みる・支える・知る」の捉え方が異なるため、本研究における定義を定めておく必要がある。高田(2018)、坂田(2019)の先行研究を参考に、以下の表1に本研究における「する・みる・支える・知る」楽しさや喜びの捉え方を定義した。

【表1 本研究における「する・みる・支える・知る」楽しさや喜びの捉え方】

楽しさ・喜び	する	みる	支える	知る
本研究	体を動かしたり、できるようになったりすることで得られる楽しさや喜び	自分や友達の動きを見たり、自分や友達の高まりを発見したりする楽しさや喜び	仲間同士で教え合うことで、お互いの高まりを実感できる楽しさや喜び	課題解決のために必要な行い方を自分で見付けて理解する楽しさや喜び

また、本研究における『「する・みる・支える・知る」に関連する楽しさや喜びを味わうことのできる生徒』として目指す姿を、表2に示した。

【表2 本研究における「する・みる・支える・知る」に関連する楽しさや喜びを味わうことのできる生徒】

する	体を動かしたり、できるようになったりすることで得られる楽しさや喜びを味わうことのできる生徒
みる	自分や友達の動きを見たり、自分や友達の高まりを発見したりする楽しさや喜びを味わうことのできる生徒
支える	仲間同士で教え合うことで、お互いの高まりを実感できる楽しさや喜びを味わうことのできる生徒
知る	課題解決のために必要な行い方を自分で見付けて理解する楽しさや喜びを味わうことのできる生徒

(2) ICT（タブレット）を活用した「する・みる・支える・知る」場や活動の設定

ア ICT活用のための場の設定

本研究においては、ICT機器として一人一台のタブレットを活用した。タブレットの活用内容は、動画撮影、動作のポイント確認、映像資料の活用、学習カードとしての活用である。

タブレットは基本的にグループごとに準備された同じ場所で使用する。場の設定は右図と以下の写真の通りである。各グループ5～6名で構成しており、タブレット台として長机を使用している。撮

影する際は、設置したマット全体が入るようにマットとタブレット台の距離を調整しておく。さらに、生徒は授業開始時にロイロノートにログインをしておき、教師が授業開始前に生徒のログインが完了していることを確認しておく。

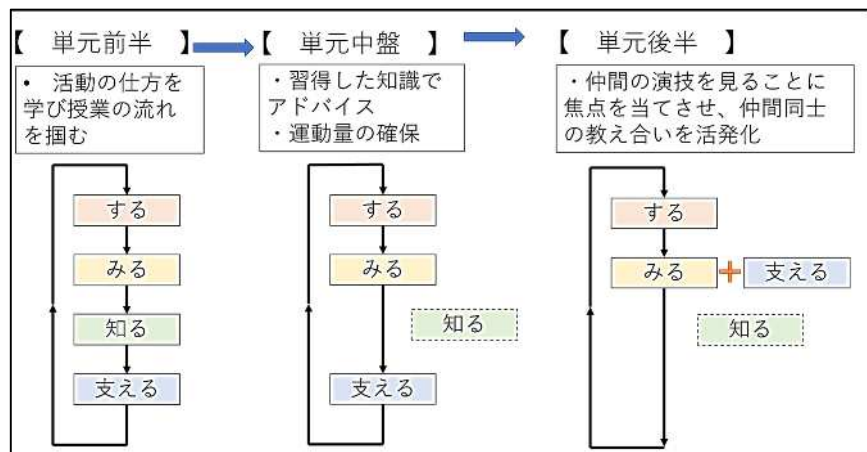


【 図4 マット運動場の設定 】

イ ICTを活用した「する・みる・支える・知る」活動を意図的に設定した学習過程の工夫

タブレットを活用した「する・みる・支える・知る」活動の流れを図5に示した。「する・みる・支える・知る」活動をPDCAサイクルのように意図的に設定し、グループ活動の際に生徒が主体的に活動できる流れを構築した。ただし、この活動の流れは、単元の前半は「知る」という活動が多くなってしまいう可能性が高い。そのため、運動量が減ってしまうことが予想される。そこで、授業の中盤からは、「知る」活動を意図的に減らしていき、「知る」で習得した知識を自分の「する・見る・支える」活動に生かしていく流れに変え、運動量や教え合いの時間を確保する。さらに、後半においては、仲間同士の教え合いをより活発化させるために、タブレットで撮影した動画を「みる」活動を制限し、仲間の動作を

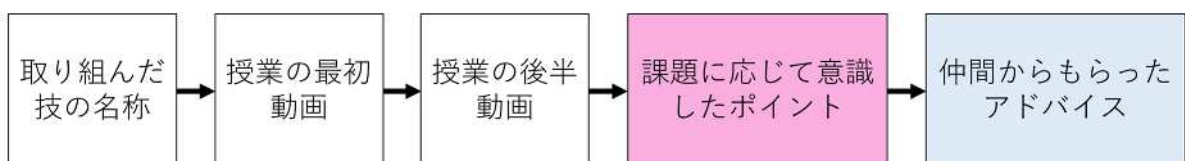
観察し、その場で気付いたことを伝えるようにした。ただし、中盤、後半においても確認したいポイントが出てきた場合は「知る」活動を適宜取り入れることは可能とし、振り返りの時間は毎時間確保した。



【 図5 「する・みる・支える・知る」活動を意図的に設定した学習過程】

(3) ロイロノートを活用した記録シートの工夫

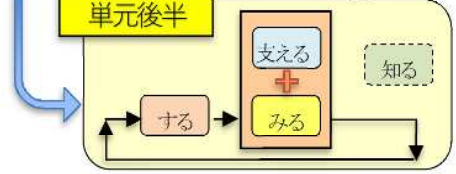
「する・みる・支える・知る」活動を振り返りの際に意識しやすくし、次時においてすぐに前時の課題を映像と文字で視覚的に把握しやすいように図6で示した5つのデータをロイロノートで作成し、毎時間提出させた。その際、動画には課題を画面上に記入させ、改善のために練習の時に意識したポイントをピンクに、仲間からのアドバイスを青の紙に記入させた。



【 図6 ロイロノートの記録シートの実際 】

(4) 授業の実際

【 令和4年1月14日（金）3校時 8/10時間 】『単元後半』

過程	時間	学習活動	教師の指導・支援と留意点	評価 (方法)
導入	5分	1 あいさつをする 2 出席確認・健康観察・準備運動 3 補強運動 馬跳び 4 本時のねらいについて確認する。 仲間が演技をうまくできるようになるには、どのようなポイントを押さえ、どんな伝え方をすればよいだろうか。	<ul style="list-style-type: none"> 運動する場の安全確認を行う。 欠席者、見学者を把握し、一人一人の健康状態を確認する。 馬跳びで毎時間の記録の変化を確認させる。 高めたい体力の一つである跳躍力の向上につながることを意識させる。 本時の学習のねらいや学習の流れを理解させ、学習の見通しを持たせる。 	
展開	37分	5 グループ練習 (1) W-up (2) 演技撮影・改善ポイントの確認 (3) 課題別練習 (4) 演技撮影  6 課題確認 (1) 仲間からの助言 (2) 動画確認 (3) 学習カード記入	<ul style="list-style-type: none"> リーダーが的確にアドバイスができるように、助言をする。 課題別練習では、仲間の演技を見てアドバイスをしたり、アドバイスをもらったりすることを中心にする。 各グループを巡回し、積極的に関わりながら、指導や助言をし、必要に応じて示範をする。 課題別練習のねらいについて、生徒同士で助言できるよう支援する。 グループ内で生徒同士がアドバイスや賞賛、激励を行っているか確認し、支援をする。 	態度③ (観察) 思・判・表① (観察・カード)
終末	8分	7 整理運動をする。 8 評価・反省をする 提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、具体的に仲間の課題やできばえを伝えることが大切である。 9 次時の学習の確認をする 10 健康観察・あいさつ・片付け	<ul style="list-style-type: none"> グループごとに整理運動をさせる。 課題達成度を確認し、賞賛・激励をする。 健康状態を確認し、後片付けの指示を出す。 	

(5) 結果と考察 (単元全体を通して)

ア 授業の様子から

授業は全授業でグループ活動を取り入れ、教師は導入段階で授業の流れを示し、リーダーを中心に活動を進めていった。毎時間撮影があるため、必ず仲間とコミュニケーションを図りながら授業を進めていくことになる(図7-1)。また、自分の動画を録画しているため、遅延装置とは違い、スロー再生や停止をしながら課題設定を行うことができる(図7-2)。さらに、自分のどこができていて、できていないのかが分からない場合は、インターネット上にある資料動画を検索し、ポイントを押さえた上で練習を行う(図7-3)。単元前半では、仲間へのアドバイスよりも、自分の動画を見て修正

しようとする活動が目立っていたが、単元後半では自然に仲間の演技を見ながらアドバイスする姿が見られるようになった(図7-4)。そして、一人が誰かを教えていると他のメンバーも集まってきて模範演技をしながらできない生徒へのアドバイスを行うという教え合いが見られた(図7-5)。また、



【 図7-1 撮影の様子 】



【 図7-2 課題設定の様子 】



【 図7-3 資料検索 】



【 図7-4 教え合い① 】



【 図7-5 教え合い② 】



【 図7-6 発表会 】

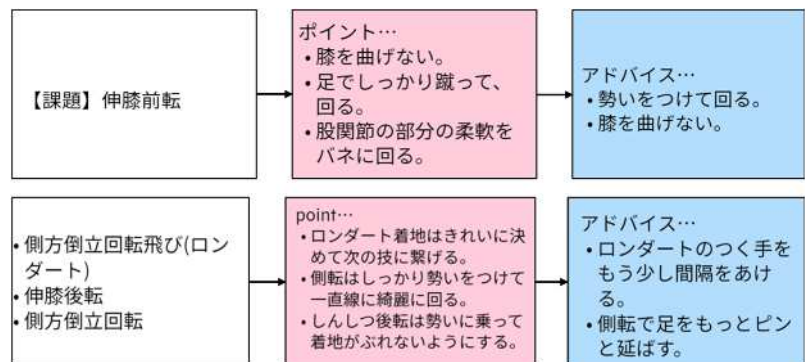
単元の終わりに発表会を実施した。生徒の感想から、自己の上達を実感しているものや来年度への意欲も書かれており、運動することの「楽しさ」を味わうことができていることが分かる。また、鑑賞時の雰囲気の良いなどが書かれており、肯定的な雰囲気のもとで授業が行われていたと考えられる。

<ul style="list-style-type: none"> みんなの前で発表するのは緊張したけど、見ている人が静かに見ていたからやりやすい雰囲気だった。 今までよりも綺麗にスムーズに回れた。 最初のアップや練習も、自分から進んできた。 	<ul style="list-style-type: none"> 今日の発表会で、伸膝後転が未完成なものだったので、3年生になってマット運動をする機会があればできるようにになりたいです。
<ul style="list-style-type: none"> 皆にみられて緊張したけど、意外とうまくいけた。もうすこしきれいにしたかったけど練習の時より上手くいったからよかった！ 	

【 図8 発表会後の生徒の感想 】

イ 授業中の記録シートから

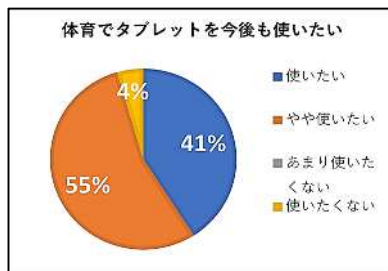
図9は、生徒が毎時間ロイロノートを活用して提出している記録シートである。単元前半と単元後半のものだが、学習過程が変化しても同じ流れで授業に取り組んでいることがわかる。また、前半は技能習得のために、後半はより高い精度を目指すという課題がこの記録シートから読み取ることができ、自ら課題を設定し、生徒が主体的に取り組んでいたと考えられる。



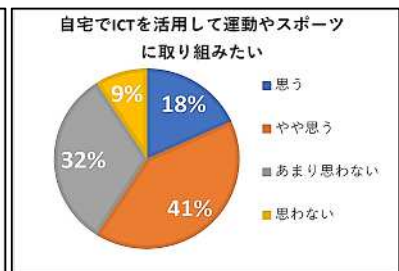
【 図9 ロイロノート記録シート(授業前後の動画は省略) 】

ウ 授業後のアンケート結果から

授業後にタブレットの活用に関するアンケートを実施し、タブレットを活用した授業に対して他の単元においても「使いたい」「やや使いたい」と考えている生徒が9割を超えた(図10)。自宅でもスマホ



【 図10 体育でのICT活用について 】



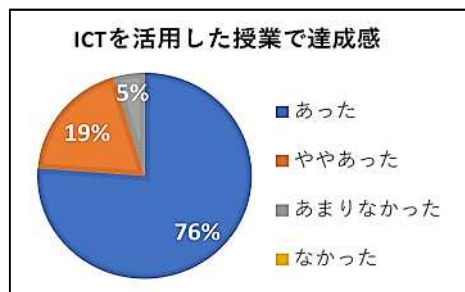
【 図11 自宅でのICT活用について 】

やタブレットを活用して運動やスポーツに取り組みたいと考えている割合も高かった(図11)。このことから、生徒は体育授業でのICT活用に対して効果的であったと考えていることが分かる。また、

体育授業においてタブレットを活用することで、できるようになったり、動きが改善したりできたかというアンケートと、タブレットの活用にはどのようなメリットがあるかを自由記述で書かせたところ、「する・みる・支える・知る」活動に沿ったものが記述されていた。その記述をもとに、表3で示した『『する・みる・支える・知る』に関連する楽しさや喜びを味わうことのできる生徒』の姿があるかを検証した。

(ア) 「する」楽しさについて

図12は、ICTを活用することで、できるようになったり、動きが改善されたりして、達成感を得られたかを示している。95%の生徒が、「あった」「ややあった」と回答しており、ICTを活用することが技能向上に役立ち、生徒が達成感を味わうことにつながっていると考えられる。このことから、本単元を通して、生徒は表2で示した「する」に関連する楽しさや喜びを味わうことができたといえる。



【図12 ICT活用による達成感】

ただし、「あまりなかった」と回答した生徒がいることも事実であり、グループ活動を行っている際の教師の助言に改善が必要であり、今後の課題である。

(イ) 「みる」楽しさについて

表3は、生徒が実感したタブレットの有効性である。「みる」活動に関連するコメントから、動画を見ることで、自己の課題を把握しやすくなっていることが分かる。また、動画の再生を遅くするなどして、正しい動作との細かい比較を行いながらポイントを押さえて活動していたことが分かる。これらの活動は、表2で示した「自分や友達の動きを見たり、自分や友達の高まりを発見したりする楽しさや喜びを味わうことのできる生徒」に該当しており、生徒が「みる」に関する活動において「楽しさ」を味わっていたといえる。

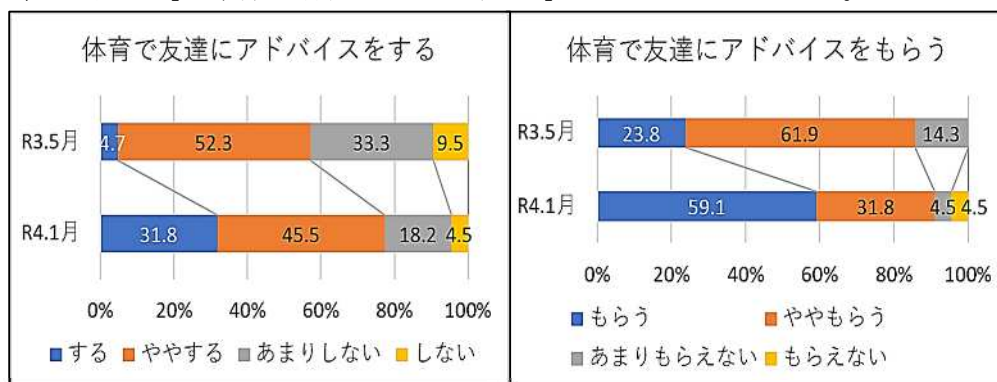
【表3 生徒が実感したタブレットの有効性】

みる	<ul style="list-style-type: none"> できているところとできていないところを確認できる 動画を撮って後から自分の課題を見付けられる。 正解の動きと自分の動画を見比べて、どこを改善すればよいか分かる。 動画のスピードなどを遅くすることで細かいところが見られる。
支える	<ul style="list-style-type: none"> アドバイスなどがしやすい。 タブレットを使ったほうが自分の動きを確かめたり、相手にアドバイスをもらったりしやすい。 自分の動きを撮ってもらって、改善ができる。 撮った動画を見ながら仲間と話し合える。 友達からもらったアドバイスをすぐ書ける。 話すのが苦手な人でも意見を共有できる。
知る	<ul style="list-style-type: none"> 自分が知りたいところをすぐ調べられる。 ネットなどを活用し正しい動きを確認できる。 動画を見て分からないことを知ることができる。 分かりやすい解説動画を探せる。 使った方が分からないことがあってもすぐ調べて知れる。 コロナでも一人でもいろいろなことができる。

(ウ) 「支える」楽しさについて

「支える」活動に関連するコメントから、タブレットの活用により、アドバイスがしやすくなるだけでなく、もらいやすくなることが分かる。また、言葉で説明しづらい生徒にとっても、動画を見ながら共有することで、アドバイスがしやすくなっている。さらに、図13と図14から、以前

の体育授業よりもアドバイスの授受が頻繁に行われるようになったことが分かる。このことから、生徒が「支える」に関する活動において「楽しさ」を味わっていたといえる。



【図13 アドバイスを与える頻度】

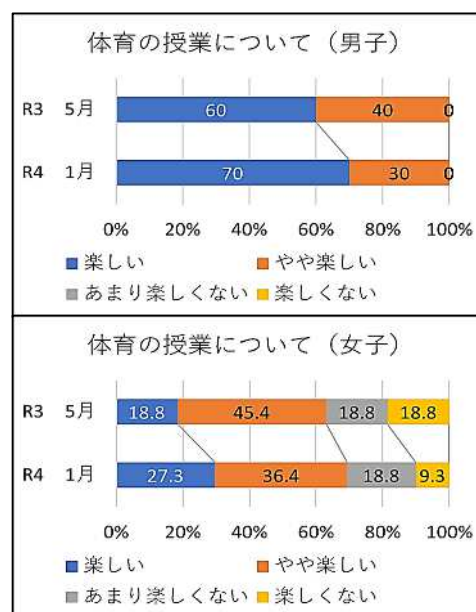
【図14 アドバイスをもらう頻度】

(エ) 「知る」楽しさについて

「支える」活動に関連するコメントから、タブレットを自己の課題を解決する手段として主体的に活用し、正解となる動きやポイントを探し、知識として習得しようとしていることが分かる。また、図11でも示した「自宅でもICTを活用して運動やスポーツに取り組みたい」と回答している生徒も多いことから、生徒が「知る」に関する活動において「楽しさ」を味わっていたといえる。

5 総合考察

研究の実際より「する・みる・支える・知る」それぞれの「楽しさ」を生徒が味わうことができることが明らかとなった。また、これらの結果は、文科省が「平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の分析結果と取組事例の中で示した「体育・保健体育授業を『楽しい』と感じている児童生徒の割合が高い学校の特徴」として挙げた「体を動かすことの楽しさの実感」「仲間の大切さの実感」「苦手意識の払拭」「実生活での活用」のそれぞれに該当している。そのことが、図15で示したように体育授業に対する意識を高めたといえる。以上のことから、体育授業において、ICTを活用して『する・みる・支える・知る』などに関連する楽しさや喜びを目指す場や活動を意図的に設定することが、生徒が体育授業において「楽しさ」を味わうことにつながるものと考えられる。



【図15 体育授業に対する意識の変容】

6 成果と課題（成果：○，課題：▲）

- ICTを活用した「する・みる・支える・知る」活動を意図的に設定した学習過程の工夫が「する・みる・支える・知る」それぞれに関連する「楽しさ」を生徒に味わわせるのに効果的であることが分かった。
- 生徒に「する・みる・支える・知る」に関する楽しさを味わわせることが、体育授業に対する意識を高めることにつながった。
- ▲ 達成感を味わえなかった生徒への教師の助言を改善し、全ての生徒が達成感を味わえるようにする。
- ▲ タブレットを活用しても、単元全体を通して運動量を確実に確保できる学習過程の工夫を行う。