

2	一宮	一宮市立尾西第一中学校	オオタリオ
			名前 太田莉緒

分科会番号	11	分科会名	保健体育（体育）
-------	----	------	----------

【研究主題】

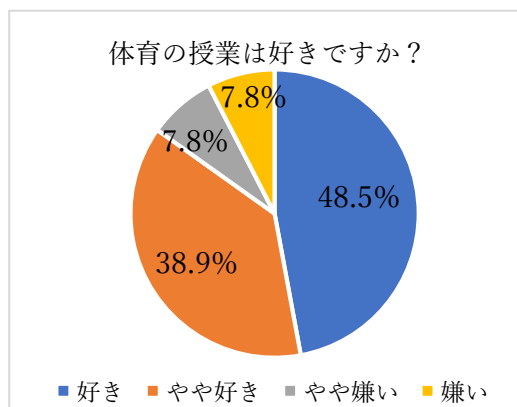
主体的・対話的で深い学びを引き出す柔道の授業づくり
～わかる・できる・身につく授業展開の工夫～

1 主題設定の理由

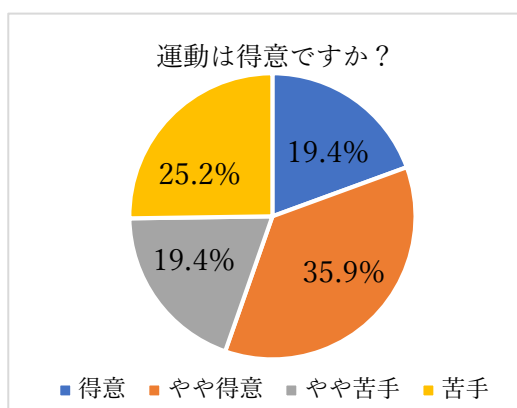
本研究前、本校3年生の女子生徒、合計127人の生徒を対象に、体育に関するアンケート調査を行った。体育の授業が好きですかという問いに、「好き」「やや好き」と答える生徒が合わせて87.4%という結果だった。【資料1】また、運動は得意ですかという問いに対して、「得意」「やや得意」と答える生徒が合わせて55.3%という結果になった。【資料2】

柔道の既習状況は、1年生の時に基本動作（進退動作、組み方、崩し）や受け身（後ろ受け身、横受け身、前回り受け身）、固め技（けさ固め、横四方固め、上四方固め）を行った。前回り受け身がうまくできずに終わってしまった生徒が多かったため、今年度も重点的に実施することにした。また、固め技で簡単な攻防を行った際に、楽しそうに取り組む姿が見られたため、今年度は相手を崩して投げるという楽しさを味わわせたいと考えた。しかし、事前に投げ技についての印象についてアンケートをとったところ、「痛そう」と答える生徒が一番多く68.9%、続いて「怖そう」という生徒が二番目に多く45.6%いた（複数回答有）。【資料3】理由として、「投げられたときの受け身がうまくできるかわからないから」「投げ方を間違えたら相手に怪我をさせそうだから怖い」などの意見があった。

この結果から、体育の授業自体は好きだと思っているものの、運動が得意だと言えるほど上手にできる自信が

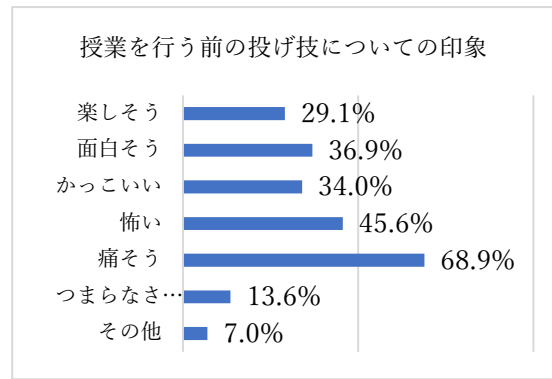


【資料1】



【資料2】

ない生徒が多いと考えられる。柔道の授業においては、正しい技能がわからないことが原因で、不安や恐怖心を抱いている生徒が多くいることが分かった。そこで、ICT 機器を活用した授業展開により、正しい動きを理解させることで「わからない」という不安を取り除き、自分の動きを客観的に確認させポイントとなる動きが「できる」という実感を味わわせることで、自信をもって授業に取り組ませたいと考えた。



【資料3】

2 仮説の設定

仮説1：ICT 機器を活用して、受け身や投げ技のポイントを見本動画で確認することで、正しい受け身の仕方や投げ方が理解できるだろう。

仮説2：ICT 機器を活用して、見本の動きと自分の動きを動画で見比べることで、自分の動きの改善点に気づき、主体的に技能習得の練習に取り組むことができるだろう。

仮説3：自分たちで撮影した動画を仲間と見合っ、互いの気づきを共有しながら練習することで、正しい動きを身につけることができるだろう。

3 研究の方法

- (1) 対象学年 3年生女子127人(7クラス)
- (2) 研究期間 5月下旬から6月下旬
- (3) 単元名 武道「柔道」
- (4) 単元計画

	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50
1	集合整列 あいさつ 健康観察 ストレッチ	オリエンテーション		着替え	後ろ受け身・横受け身					まとめ 着替え 健康観察 あいさつ
2	着替え 集合整列 あいさつ めあて確認 ストレッチ		ドリル練習 後ろ受け身 横受け身 肩から前転 崩し		前時の復習		前回り受け身①			
3							前回り受け身②			
4							前回り受け身③			
5							体落とし①			
6							体落とし②			
7							体落とし③			
8							前回り受け身スキルテスト			
9							体落としスキルテスト			

(5) 研究の手立て

- ① 仮説1を検証するため、第2時と第5時の全体指導の際、大型モニターとクロムブックを使用して、補助教材の説明動画やYouTubeの動画(※)を視聴した。【写真1】

※「ホームメイト 柔道チャンネル 学校教育向け柔道動画」を使用

ア 正しい動きの確認

前回り受け身と体落としの見本動画を、全体指導の際に視聴させた。見本動画であらかじめ練習時に意識するポイントを確認した。具体的には、前回り受け身は「小指、肘、肩、背中が順に畳に付いている」など体にかかる衝撃を緩和する方法について、体落としは、「釣り手は前腕が相手の脇の下にはまるように密着させる」など体の使い方についてのポイントをおさえた。また、動画を止めたり、スローで流したりしながら教師が説明することで、生徒が理解しやすいように工夫した。

イ 安全上の注意の確認

柔道は、頭部打撲や頸椎損傷など、重大な事故につながる恐れのある種目である。そのため、生徒の不安を軽減させ、怪我をしない・させないために、安全上注意が必要なポイントを事前におさえた。全体指導で見本動画を視聴する際、動画を止めてどのような動きをすると怪我につながるのか、ということの説明をした。前回り受け身では、「受け身の前に畳に手や肘をつかない」など、体落としでは「投げた時に、引き手を離さない」などと、具体的に説明をした。

- ② 仮説2を検証するため、第3時と第6時に1人1台クロムブックを使用させて、見本動画を視聴させたり、動画撮影機能を使って自分の技能を仲間と撮影し合ったりして、前回り受け身と体落としの技能の練習を行った。

ア 見本となる動画の共有

第2時と第6時の全体指導で視聴した見本となる説明動画を、クラスルームに投稿した。いつでも何度でも視聴ができることで、前回り受け身と体落としの技能のポイントを常に意識できるようにした。

イ 見本動画と自分の動画の比較

ペアやグループで前回り受け身や体落としの練習をする際、1人1台クロムブックを準備した。1人のクロムブックでは見本動画を、もう1人のクロムブックでは自分の動画を流して、同時に比較しながら視聴できるようにし、改善点に気づきやすくした。【写真2】

- ③ 仮説3を検証するため、第4時と第7時に、自分の動画をペアやグループで見ても話し合うことで課題を明確にさせて、前回り受け身と体落としの技能の練習を行った。



【写真1】



【写真2】

ア 話し合う視点の提示

第2時と第5時に確認した前回り受け身と体落としの技能のポイントを視点とし、ペアやグループで前時の動画を視聴させ、一緒に改善点を考えて指摘し合った。【写真3】視点となる技能のポイントは板書でも提示した。



【写真3】

イ 前時の動画と比較しての話し合い

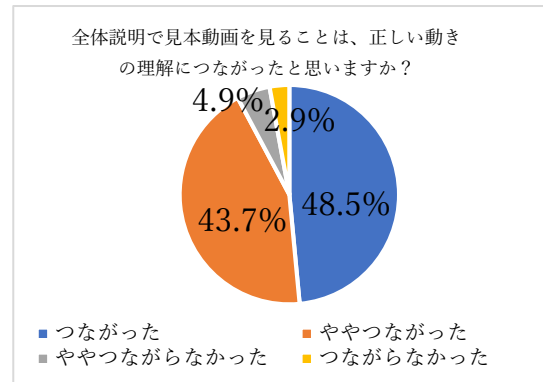
ペアやグループでの話し合いで自分の課題を明確にしてから、前回り受け身と体落としの練習を行った。改善できたことや技能が身についているかどうか気づくことができるよう、第4時と第7時の授業の終わりに自分の動きの動画を撮影し、前時の動画と比較しながら再度ペアやグループで話し合わせた。

4 研究の結果と考察

(1) 仮説1について

第2時には前回り受け身の見本動画を、第5時には体落としの見本動画を全体説明で視聴した。授業後のアンケートで、「全体説明で見本動画を見ることは、正しい動きの理解につながったと思いますか？」という問いに対し、「つながった」「ややつながった」と答えた生徒は合わせて92.2%となった。

【資料4】学習カードの記述では、「動きをゆっくり確認できるので、わかりやすかった」とあった。動画をスローで再生し、体の使い方を確認することは有効であったといえる。

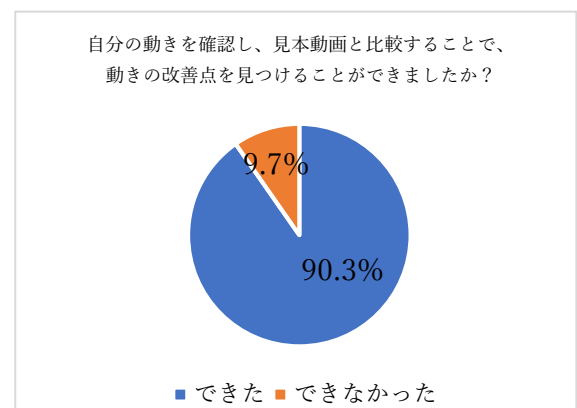


【資料4】

また、グループで体落としの動きを確認する場面では、「受け身は目線を帯にして終わらないと危ないよ」「投げた後の引き手は離さないでつりあげておくんだよ」など、互いに安全上の注意を確認する声掛けがあった。初めて経験する投げ技だったが、怖い・痛いにつながらないように、ポイントを理解して練習に取り組むことができていた。単元を通して怪我をした生徒もいなかった。

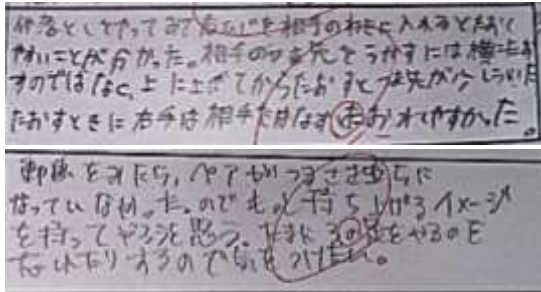
(2) 仮説2について

授業後のアンケートで「自分の動きを確認し、見本動画と比較することで、動きの改善点を見つけることができましたか？」という問いに対し、「できた」と答えた生徒は90.3%となった。【資料5】学習カードの記述では、「ペアがつま先立ちになっていなかったのもっと持ち上げるイメージをもってやろうと思う」など、改善点に気づき、どのようにしたらできるようになるのかを考えた記述

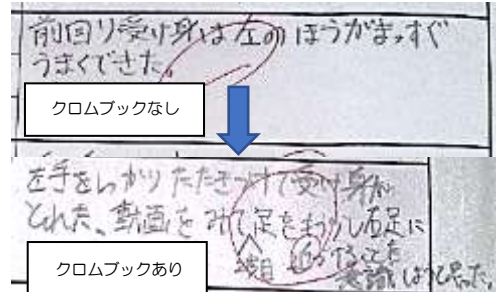


【資料5】

が多数あった。【資料6】普段あまり記述できない生徒も、クロムブックを使用した授業の記述には、「動画を見て、2歩目の足をもう少し右足に近づけることを意識しようと思った」など、具体的な動きの内容が書かれていた。【資料7】見本動画と自分の動きを見比べることは、主体的に技能習得の練習に取り組ませるために有効であったと言える。



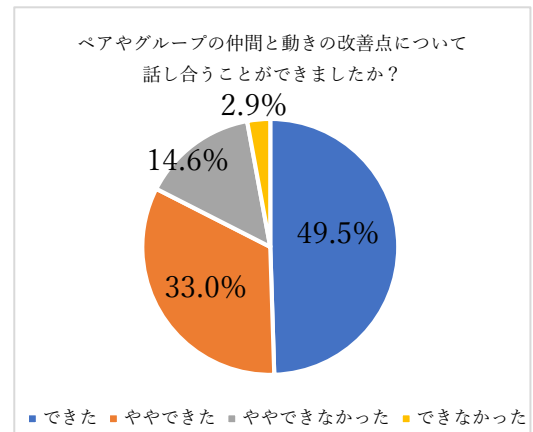
【資料6】



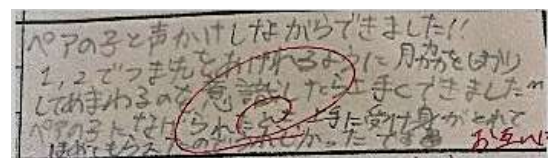
【資料7】

(3) 仮説3について

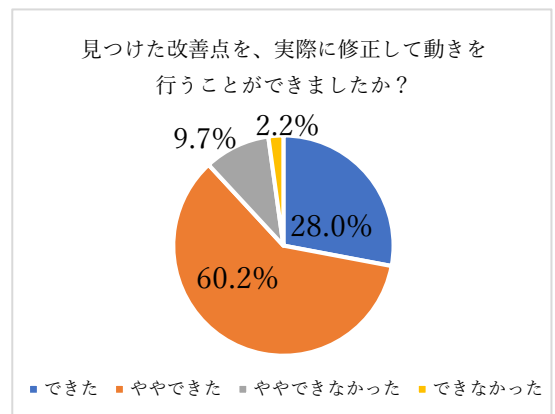
授業後のアンケートで、「ペアやグループの仲間と動きの改善点について話し合うことができましたか?」という問いに対し、「できた」「ややできた」と答えた生徒は、合わせて82.5%であった。【資料8】本校3年生の女子生徒は、特別仲の良い友達以外の仲間と、適切なコミュニケーションを取ることが苦手である。前回り受け身や体落としの練習を行う際は、同じような体格の生徒が相手になるように、教師側からペアやグループ分けをしたため、普段あまり話したことがない仲間と一緒に取り組んだ生徒もいる。しかし、話し合いの視点を提示したことにより、動画を見て考えた意見を互いに伝え、教え合いながら練習することができていた。学習カードにも「アドバイスをし合ってたくさん練習ができた」「ペアの子に良くなったと言われて嬉しかった」などポジティブな記述がたくさんあった。【資料9】また、運動が苦手だと回答した生徒の記述では、「友達と教え合ったりして、少しずつだけどできるようになった」と書かれており、教え合いが技能習得に効果があったことがわかる。しかし、「見つけた改善点を、実際に修正して動きを行うことができましたか?」というアンケートの問いに対し、「できた」「ややできた」と答えた生徒は合わせて88.2%であったが、「できた」と回答した生徒より「ややできた」と回答した生徒の方が多かった。【資料10】このことから、改善点を見つけることができてもすぐに動きを修正できるわけではないということがうかがえる。



【資料8】



【資料9】



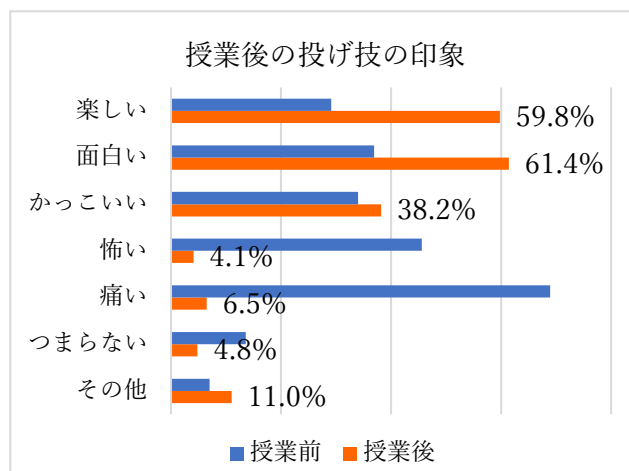
【資料10】

5 研究の成果と課題

(1) 本研究における成果

今回の単元では、ICT 機器を活用して、「わかる・できる・身につく」授業展開の工夫を行った。授業後のアンケートでは、投げ技に対するイメージが「痛い」と答えた生徒が6.5%に減少、「怖い」と答えた生徒が4.1%に減少した。【資料11】全体指導で見本動画を視聴する際、前回り受け身と体落としの意識するポイントや、安全上注意するポイントを確認したことが、生徒の「わからない」ことから起こる不安を軽減した。さらに、クロムブックの動画撮影機能を活用して、自分の動きを客観的に見たり、自分が撮

影した動画と見本動画を見比べたりしたことで、自分の動きの改善点に気づくことができた生徒が9割いた。不安を軽減し、改善点に気づくことができたことで、生徒が主体的に技能習得の練習に取り組むことにつながった。また、仲間と一緒に動画を確認し合うことが、話し合うだけでなく教え合いにつながり、前回り受け身と体落としの技能を身に付けるために有効であった。



【資料11】

(2) 今後の課題

- ① 授業後のアンケートから、前回り受け身と体落としの改善点に気づくことができた生徒は多いものの、それを実際に正しく修正できたと感じた生徒はやや少なかったと言える。特に、体落としの技能において、提示したポイントをおさえて技能を実践することはできたものの、形にとらわれ過ぎてしまい、勢いが足りずうまく投げられない生徒がいた。こちらが提示した意識するポイントは、重要なポイントに絞っているために、技能ができるようになるまでの全てのポイントを網羅しているわけではないことを実感した。また、生徒自身は正しい動きができていると感じていても、教師側が認識する正しい動きとずれが出てくることも、想定する必要があると感じた。ICT 機器の活用だけに偏らず、教師が巡回指導を行い、技能ができるまでの足りないポイントを補ったり、認識のずれを修正したりする必要がある。
- ② 今回の授業では、ICT 機器の活用が主体的・対話的な学びを生み出し、「わかる・できる」という部分にアプローチはできたものの、繰り返し練習する時間が短かったり、自由練習などの実戦形式までできなかつたりして、「身につく」という部分にまではあまり活用ができなかった。このことから、ICT 機器の活用も、学年間の関連を考えて計画を立てる必要があったと感じた。特に、体落としなどの投げ技は、受け身ができる前提でしか取り扱うことができない。そのため、1・2年時に ICT 機器を活用し、受け身がとれるということで「わかる・できる」という土台を作っておいてから3年時の投げ技の内容につなげられるとよいと感じた。今以上に、学年間の見通しをもって単元計画を考えていく必要がある。

今後も主体的・対話的で深い学びの実現を目指し、わかる・できる・身につく授業展開の工夫を模索していきたい。