

令和4年度体育科研究テーマ

「水泳におけるやりくり授業～運動の試行錯誤からの学び～」

(公開授業)

第2学年 C,D 組男子 保健体育科学習指導案

令和4年7月2日
鳥取大学附属中学校
授業者 山坂 明
場所 プール

1. はじめに

近年、生産年齢人口の減少、グローバル化の進展や絶え間ない技術革新等により、社会構造や雇用環境は大きく急速に変化しており、さらには新型コロナウイルスの世界的な感染拡大など、まさに予測困難な時代を迎えようとしている。このような時代にあって、子供たちが様々な変化に積極的に向き合い、他者と協同して課題を解決していくことや、様々な情報を見極め知識の概念的な理解を実現し情報を再構成するなどして新たな価値につなげていくこと、複雑な状況変化の中で目的を再構築することができるようにすることが求められている(文部科学省,2022)。

2019年度から鳥取大学附属中学校では、研究主題を“学ぶ力を育む「やりくり」授業の開発と設定した。「やりくり」とは、既存の知識や技能、生活経験などを駆使した問題を解決するための思考を伴った行為と定義している(中尾,2019)。これまでに本校での研究実践によって「やりくり」授業は、単に技能や知識を身につけるだけの学習からの転換を図ってきた。生徒に新たな価値を生み出させる学びのあり方を提示してきたという点で、上記のような社会的背景に対して、時代の要請に大きく応える内容であったと考えられる。

保健体育科の授業、特に体育分野の授業では、身体能力及び運動の経験有無などによって、単元ごとに技能の習熟度が大きく異なることがよくみられる。また、自分の苦手な単元であるほど学習意欲が下がり、技能向上につながらないことも少なくない。先行研究(工藤,2019)において、「人間は一般に、成功を望むと同時に失敗を回避しようとする心理的特性を有しており、失敗しないための確実な方法は挑戦しないことである。」ということが指摘されている。このように、運動が苦手な生徒ほど、失敗を避けようと挑戦しない心理状態になりやすい傾向があり、学習意欲が低下する傾向がみられることが課題である。

鈴木(2019)は、「保健体育科は、体を媒介にした学びであり、自身の健康や体力を直接対象としている。だからこそ、学びの中身が可視化しやすく、そのことを通して関わり合いながら他者とともに学びあうことが必然となる。思考力、判断力、表現力等を駆使しながら学びに向かっていくことが実現しやすい。」と報告している。単に技能を身につけることだけを目的とせず、思考力、判断力、表現力等が必要となる「やりくり」授業は、特に保健体育科で実践することで、学習意欲を向上させる可能性が考えられる。

また、スポーツ庁が行った令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果より、「友達と助け合ったり、役割を果たしたりする活動や、友達同士で話し合う活動を行うことが、運動が苦手な児童生徒が運動を楽しんでいるための配慮として効果的である。」ということが指摘されている。このような友達同士との学び合いを通じた学習は、個人の「やりくり」だけでなく、他者と試行錯誤しながら学びあう協同的な「やりくり」の手段として、より学習意欲が向上するために効果的ではないかと考える。

そこで、本年度の体育科の研究方針を、「生徒達の学習意欲を高めるためのやりくり授業の開発」と定め、研究していくことにした。

2. 単元名

水泳 「平泳ぎ」～試行錯誤しながら意欲的に学習に取り組む態度をめざして～

3. 授業構成

(1) 教材観

水泳領域は、クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライなどから構成され、浮く、進む、呼吸をするなどのそれぞれの技能の組み合わせによって成立する運動である。それぞれの泳法を身に付け、続けて長く泳いだり、速く泳いだり、競い合ったりする楽しさや喜びを味わうことが出来る運動である。現行の学習指導要領では、表1のように各学年段階で、4泳法ごとの目安の距離が示されている。しかし、元塚（2014）のスイミングスクールの経験有無による生徒の泳力調査に関する調査において、スイミングスクール未経験者の学習指導要領目安の距離達成率は、比較的小学校でも時間をかけて指導されているクロールで、男女共に6～7割であり、その他の泳法についてはとても低い達成率であったと報告されている。

このように、水泳は技能の差が顕著に見える種目であり、得意な生徒と苦手な生徒の差が大きい、技能が向上すれば、タイムが上がったり、泳げる距離が伸びたりと自らの成長を感じやすい種目でもある。「やりくり」を通して、技能や思考力、判断力、表現力等の力が付いていけば、生徒の意欲が高まることが期待される教材であると考えられる。

表1：学習指導要領に示されている目安距離

泳法	中学1、2年	中学3年
クロール	25m～50m	50m～200m
平泳ぎ	50m～100m	50m～200m
背泳ぎ	25m～50m	25m～50m
バタフライ	25m～50m	25m～50m

(2) 生徒観

本校の生徒は出身小学校によって、体育の授業で習っている泳法も異なる。全員の生徒が小学校までにクロールについては指導を受けており、大まかな形は理解している。しかし、平泳ぎについては今回の授業で初めて挑戦するという生徒もいる。また、スイミングスクールに通っていた経験がある生徒とそうでない生徒とで大きく技能が異なる状況である。本校の生徒の特徴として、できない人を責めるような発言はほとんどなく、お互いが得意、不得意としていることを受け入れている関係性がみられる。したがって、水泳が得意、不得意に関係なく、前向きに授業に取り組もうとする生徒が多い。また、普段から教える、教えてもらうという授業実践を経験しているため、スムーズに生徒同士の協同的な学びができる。また、保健体育の授業後には振り返り用紙にその授業で考えたことを記録させている。外からはみえない生徒たちの考えが記述でたくさん詰まっており、時には生徒全体で意見を交換し、同じ考えや悩みを共有することがある。水泳の単元では、特にスイミングスクールに通っていた生徒などに、積極的に自分の持っている知識・技能を活用した協同的な学びに期待している。

(3) 指導観

本年度、本校の水泳領域においては、1年生「クロールで長く泳ぐ」、2年生「平泳ぎで長く泳ぐ」、3年生「クロールと平泳ぎで長く泳ぐ、速く泳ぐ」という学習目標を設定した。学習指導要領では、4泳法について取り上げられているが、体育の授業内（年間10時間程度）だけでは、4泳法のそれぞれの技能を向上させるには、時間が足り苦しい。そればかりか、クロールや平泳ぎでつまづいている生徒にとってはさらに苦手意識が強くなる場合もある。そこで、本校では、小学校で指導されているクロール、そして中学校からの平泳ぎを中心に、速さよりも距離を目標にすることで、泳げた達成感を感じることを主眼とした学習目標とした。また、水泳の授業では、泳げない生徒には「泳げるようになる」という明確な目標があるが、泳げる生徒にとっては目標が不明確になり退屈に感じてしまう例がみられる。それらの解決の

ため、本研究では、一人ひとりが確かな技能獲得を目指す個人目標と、泳力差に関係なく全員が共通の課題に対して取り組むためのグループ目標という技能面の目標を二つ設け、全ての生徒にとって目標意識のある授業を目指すこととした。さらに、個人の「やりくり」の場面だけでなく、グループ目標があることで、生徒たちの協同的な学びの「やりくり」につながることを期待している。

4. 単元目標

(1)知識・技能	(2)思考力・判断力・表現力等	(3)学びに向かう力・人間性等
個人→正しい泳法の平泳ぎで25m～200mを泳ぎ切ることができる。 グループ→平泳ぎを使い、リレー形式で1km（約青島～津生島の距離）泳ぎ切ることができる。（1人が1回で泳ぐ距離は25m～200m）	泳法などの自分達の課題を発見し、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。	・水泳に積極的に取り組むとともに、ルールやマナーを守ろうとすること。 ・分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配ること。 ・自らの課題に対して、試行錯誤しながら意欲的に取り組むことができる。

5. 単元計画

時間	内容
1	・オリエンテーション ・平泳ぎ技能測定
2	・平泳ぎ技能測定（続き） ・グループ作成
3	・平泳ぎポイントおさらい（ルール、練習方法） ・グループでの平泳ぎの課題をみつける
4	・グループごとで見つけた課題を解決する練習 ・課題に対する振り返り
5 (本時)	・グループごとで見つけた課題を解決する練習 ・課題に対する振り返り
6	・中間交流（グループでの取り組み意見交換） ・グループごとで見つけた課題を解決する練習 ・課題に対する振り返り
7	・グループごとで見つけた課題を解決する練習 ・課題に対する振り返り
8	・グループごとで見つけた課題を解決する練習 ・課題に対する振り返り
9	・平泳ぎ個人技能テスト（25m～200m）
10	・グループ技能テスト（湖山池チャレンジ）（1km遠泳リレー）

6. 本時の学習

(1) 本時目標

練習の中で自己やグループの課題に気づき、その解決に向けた方法を考えることができる。(思考力・判断力・表現力等)

自らの課題に対して、試行錯誤しながら挑戦しようとしている。また、時には他者と協力して、意欲的に取り組むことができる。(学びに向かう力・人間性等)

(2) 期待される生徒の様相

	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力・人間性等
A	自己やグループの課題に気づき、それに対する解決策を考えグループに伝えることができる。	自らの課題に対して、試行錯誤しながら挑戦し、時には他者と協力しながら意欲的に取り組むことができる。
B	自己やグループの課題に気づき、それに対する解決策を考えることができる。	自らの課題に対して、試行錯誤しながら挑戦し、意欲的に取り組むことができる。
C	自己やグループの課題について考え、改善しようとしている。	自らの課題を、改善しようとしている。

(3) 本時の展開 (○教師の意図 ◇全体への支援 ◆個またはグループへの支援)

学習活動	教師の支援・意図
1. あいさつ、出欠・健康確認	○毎時間決まったウォーミングアップ100mを泳がせる。
2. 準備体操、水中ウォーミングアップ	
グループでの課題を解決するために、できることはなんだろう？	
3. 本時の各グループの課題を確認	◇授業後に書いているグループの振り返りワークシートをみながら、グループごとに課題を再確認する。 ◆活動が滞っているグループに対して、課題を見つける場面なのか、課題はわかっているが、解決策がわからない場面かによってアドバイスをする。 ◆付きっきりで教えてもらうではなく、グループからもらったアドバイスをもとに、自分で試行錯誤し練習する。 ○泳ぎが苦手な生徒が、受け身でアドバイスをもらうだけでなく、自分からアドバイスをもらいにいく姿勢に期待したい。
4. 各グループで考えた練習を実践	
5. 3分間泳	
6. 振り返り、次時の予告、あいさつ	

7. 引用（参考）文献

- 1) 文部科学省 (2022)「今、求められる力を高める 総合的な学習の時間の展開」
- 2) 中尾尊洋 (2019)「学ぶ力を育む 「やりくり」 授業の提案－鳥取大学附属中学校の研究主題について－」
鳥取大学附属中学校研究紀要 No. 51, pp. 3-6
- 3) 鈴木聡 (2019)「コンピテンシー・ベースの体育授業とは」 体育・保健体育ジャーナル第 5 号
- 4) 工藤和俊 (2019)「できる・できないを超えて－多様性からはじまる運動技能の上達－」 体育・保健体育
ジャーナル第 5 号
- 5) 元塚敏彦 (2014)「中学 1, 2 年生の泳力状況と水泳授業の課題－スイミングスクール通学経験を条件として－」
Bulletin of Kogakkan University 52 : 112-75
- 6) スポーツ庁 (2019)「全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書」 第 2 章 テーマ分析と取組事例
「運動が楽しいとき」から考える運動が苦手な児童生徒の特徴と、体育授業の取組について

水泳（2年生）

自己評価

[illegible]

評価・・・ ◎ ○ △ ×で記入

單元目標

個人：平泳ぎで25m～200mを泳ぎ切ることができる。
グループ：平泳ぎを使い、リレー形式で1km（約青島～津生島の距離）泳ぎ切ることができる。（1人が1回で泳ぐ距離は25m～100m）

振り返り

[illegible]

水泳 グループ別練習計画、振り返り用紙

授業クラス 2年 組 班

メンバー () 計 人

単元目標

個人→平泳ぎで25m～200mを泳ぎ切ることができる。

グループ→平泳ぎを使い、リレー形式で1km（約青島～津生島の距離）泳ぎ切ることができる。（1人が1回で泳ぐ距離は25m～200m）

課題

平泳ぎに対するグループでの課題と解決に向けて

解決策



課題例

動きのタイミングが分からない なんとなく泳げるが進まない 25mで精一杯

キックができない 息づぎができない 腕の動きが分からない 全く泳げない

時 数	練習内容（何の意図でそれをするか） ※授業後に次回の時間のところを記入	振り返り（ねらいは達成できたか） ※授業後にその日のところを記入
①		
②		
③		
④		
⑤		
⑥		