

《実践報告》

主体的・対話的な深い学びの「保健体育授業づくり」をめざして

—アクティブ・ラーニング型による中等教科教育法Ⅱ（保健体育）—

木 村 重 房

1. はじめに

私は1973年22歳の初任者として赴任した大阪府立高等学校保健体育科教員時代、それまで経験のほとんどなかった体育実技種目の体育授業も担当しなければならなかつた。授業のたびに自分の保健体育科教員としての未熟さを痛感した。私の29年間の保健体育科教員時代は、週に18時間程度の授業を担当していた。授業担当の週の内訳は、体育実技は12時間程度、保健は6時間程度であった。体育実技は、柔道が6時間程度、陸上競技や球技等の種目に週6時間程度取組んだ。担当したすべての授業と生徒指導等で、生徒が喜びをもって取組めることができるように「教師としての資質を高める」研修を、あらゆる時間と機会を活用して積み重ねた。

たとえば、柔道の授業では、当時の堺市立大浜体育館で勤務時間後の19時から20時30分まで柔道教室に2年間通い、柔道式段を取得した。その過程で、体育での柔道授業指導につながる技術を修得していった。その中で、自分が学んで「楽しい」と感じた練習方法を発展させ、試行錯誤を繰り返しながら授業に取り入れた。柔道式段取得後も研修も重ね、柔道授業も継続的に担当し、生徒と共に柔道を通して安全に技術と体力を向上させるためにはどうしたらよいかを考え、授業づくりに努めた。17年後、他の府立高等学校に転勤して柔道授業を担当した。その時、保護者の宗教上の事情で柔道を忌避する男子生徒を指導する機会があった。年度当初の4月、最初の柔道授業前に保護者が来校され、担任同席で面談を行い、「子供に柔道授業を受講させない」と体育授業を担当する私に告げられた。保護者の意向を尊重し、見学とした。当該生徒は、真面目に見学し、毎回丁寧なレポートを提出したため、評価も見学者としては高い評価を行った。2学期に入り、当該生徒から「授業に参加したいから柔道着を購入したい」と申し出があった。私は驚き、担任と教頭同席で保護者と当該生徒の担任と共に面談を行った。席上、保護者は「子どもが将来不幸になるので、授業に出ないで欲しい。」と何度も当該生徒に訴えた。しかし、当該生徒は頑として授業参加の意志を貫いた。保護者は「この子が親の私の意に背いたのは初めてで、子どもの気持ちに任せる」と言って退校された。その後も、柔道授業を担当した。学年末、当該生徒に「保護者の反対を押し切って柔道を受講したいと言い出した理由を教えて欲しい。」と話した。当該生徒は「みんながとても楽しそうに取組んでいるのを見て、自分も参加したくなった。」と答えた。その時、私は自分がこれまで考えていた体育授業の方針「生徒の興味関心を高めた上で、生徒にとって楽しいと感じる授業づくりをすすめ、安全に生徒の体力と技能を高めることは、正しいことが立証された」と感じた。そして、一層の自己研鑽を継続することを決意した。

2002年、51歳になり大阪府立高等学校教頭・校長を合計9年間務め60歳に定年退職した。管理職時代は、初任者や中堅教員等の指導に努めた。高等学校管理職の仕事は、大きく「教育管理、人的管理、物的管

理」の3つである。私は中でも人的管理の中の人材育成に努めた。勤務時間内には、教員を校長室に呼び、勤務経験年数に応じた研修をし、すべての教科のアクティブな方法での授業づくりを指導した。その中で初任者や年齢の若い講師は、理解が早く授業の中でも広く取り入れ、生徒の興味関心を高めた上で授業内容を充実させていった。同時に、研修に参加した講師のほとんどが教員採用試験に合格した。また年齢の高い経験の深い教員は、今までの自分の方法に加え、研修で得た教授方法等を積極的に授業に取り入れていった。年齢の高い教員で熱心に取組んだ者は、次々と管理職選考試験に合格した。また、勤務日以外には地域の教員等も自校に集め「授業力向上研修」を開催した。その中で、日頃の自分の授業方法以外の方法も学び、成果をあげることができた。成果は、地域の研究発表等で明らかになった。たとえば、ホームルームで小さな白板や大きな白板を使いコミュニケーション・トレーニングを通じて信頼関係づくりを行い生徒間の対話を育み、それをさらに発展させ各教科に応じた学びに結びつける取組を行った中学校教員もいた。また、英語授業では、地域の研究授業で教科書の中で登場する複数人物の役割を生徒に与え英語で交流するロールプレー型授業づくりを発表した高校教員もいた。小学校の教員は、地域英語スピーチ・コンテストで、テレビ番組の落語家が出演する「大喜利」を、児童が落語家の服装で英語を用いて演ずる取組を紹介した。これらは日常の研修を継続した成果であると考えている。

2011年、60歳で38年間勤務した大阪府立高等学校を定年退職し、6年間天理大学体育学部で保健体育科指導法、教職実践演習、生徒指導論、教職論、教育実習講義等の授業を担当した。また芦屋大学でも中等教科教育法（保健体育II）、教職総合演習等を担当した。その中で、管理職として取組んだ様々な方法や、新たに研修で得た知識も活用して指導に努めた。特に、教職総合演習では「教員としての人間力」を身につけるため、学生に様々なアクティビティを用い、教員となるための資質向上に取組んだ。私は、教員のコミュニケーション力の向上が最重要課題で、それが発展して授業力向上に結びつくと考えている。

コミュニケーション力は授業・生徒指導等のすべての学校での業務に不可欠なものである。それを最初は2人で行うペア・コミュニケーション式を私流に6段階に分けて習得できるよう指導している。詳しく述べると第1段階は、互いが知っているものについて適切に説明する力。第2段階は、両者が理解するのに困難な事柄について互いの認識の違いを埋める形で説明する力。第3段階は、互いが全く知らないことを相手が、まるで2人で動画を見るように理解できるよう説明する力。第4段階は、教育の中のキーワード、たとえば「生きる力」について具体例を示しながら説明する力。第5段階は、生徒を指導する力を基盤として、保護者や地域の方にもご理解いただけるよう説明する力、言い換えると説明責任を果たす力。第6段階は、教員間のチームワークづくりに役立つ日頃の良好なコミュニケーションづくりを目的とした肯定的な言葉かけ等の力である。これらの6つの段階を最初に学生には指導し、その上で授業内容の知識等を教える。「授業力」は教員の資質の根底をなすものである。これらを最初に学生には指導し、その上で授業内容の知識等を教える。「授業力」は教員の資質の根底をなすものである。私は知識と共に授業方法の修得に力を入れている。管理職として9年間、所属校の教員の授業をすべて観察してきた中で最も感じたことは、授業者である教員が「生徒の興味関心」をどれだけ把握しているか、そして生徒の興味関心をどのように発展させ、自ら課題を見つけて解決する力を生徒に身につけさせることができるかであった。言い換えると、生徒に気づきを与え、生徒自身が「楽しい」「興味深い」と感じ、自ら積極的に授業に取組み、その結果自分の力を伸ばし、それに喜びを感じさらに発展させるという好循環をつくり出す授業が重要であると信じている。しかし、管理職時代の授業観察では一方向型の授業形式に偏りものが多く見受けられた。それを生徒・教員の双方向型に発展させ、さらに生徒間の対話を促すまで発展させることにより、低学力や授業態度の課題、いじめ等の生徒間のトラブル等は激減した。「教師は授業で勝負する」「最大の生徒指導は授業である」

と言われて久しい。これを大学の指導法等の授業では丁寧に学生に指導している。もちろんそのための小白板等の道具、机・椅子配置や整列体形の工夫は不可欠である。その点においても、様々な方法を実践してきた。

これらの経験や知識等から中等教科教育法（保健体育Ⅱ）を担当した。その実践について報告する。

2. 目的

保健体育科教員養成課程のある大学の「教職に関する科目」である「保健体育科教育法」においてアクティブ・ラーニングを取り入れた授業を展開した実践を報告することを目的とする。

2008年に行われた学習指導要領改訂では、知識基盤社会でますます重要になる子どもたちの「生きる力」をバランス良く育んでいく観点から見直しが行われた。そして学びの過程の中で、言語活動や体験活動を重視する方針に基づき教育活動が展開されてきた。2014年に2030年頃を見据えて新しい時代にふさわしい学習指導要領の在り方について検討すべく2016年に答申がまとめられた。この改訂では、学習内容と方法を重視し、学びの過程を質的に高めていくことであり、「何ができるようになるか」を明確にした上で、「どのように学ぶか」という学びの過程を組立てることが重要であると示されている。つまり「学び方」についても示されていることになった。こうした中、子どもが学習内容を人生や社会の在り方と結び付けて深く理解し、これから時代に求められる素質・能力を身につけ、生涯にわたって能動的に学び続けることができる「主体的・対話的で深い学び」の実現に向け、アクティブ・ラーニングの視点を重視する流れが示された。

アクティブ・ラーニングについては、2012年の中央教育審議会答申「新たな未来を築くための大学教育の質的転換に向けて～生涯学び続け、主体的に考える力を育成する大学へ～」の用語集の中で「教員による一方的な講義形式の教育とは異なり、学修者の能動的な学修への参加を取り入れた教授・学習法の総称」として示され、これまでの大学教育において導入してきた。そして2014年初等中等教育における教育課程の基準の在り方を諮問し「何を教えるのか」という知識の質や量の改善はもちろん「どのように学ぶか」という学びの質や深まりを重視することが必要であり、課題発見・解決に向けてアクティブ・ラーニングを「主体的・共同的に探究し、深い学び」を核に教育方法の中心に据えることを求めた。

3. アクティブ・ラーニング型「保健体育」について

3.1 体育について

体育は身体活動を中心とした学習である。一見すると、主体的に学習に向かっているように見える。しかし、教師に指示された通り運動を行って課題ができるようになったことに満足している場合もある。私はこれだけでは「主体的な学習」とは言えないと考える。教材や課題に向かって、子どもたち自らが狙いをもつて活動し、仲間とともに課題に向かう授業こそが、体育におけるアクティブ・ラーニングといえると考える。私は指導経験に基づき、生徒に可能な限り対話を促進させ、そのための問い合わせを投げかけることを考えて指導してきた。その問い合わせによることによって生徒たちが主体的に「自分たちに適した課題解決方法を発見して課題を解決する」活用を継続することに努めてきた。

具体的に陸上競技の授業で例を述べる。陸上競技の男子ハードル走で、5台のハードルを置いてのタイム

を短縮する課題を出した。同じクラスの生徒でも大きく課題解決方法が3種類に分かれた。1つめのグループは、ハードルの高さを徐々に上げて疾走フォームに近いハードル走に取組んだ。2つめのグループは、インターバルを3歩で走る切るためにハードル間の真ん中に低いハードルを置き、インターバル2歩目のストライドを広くすることに取組んだ。3つめのグループは、ハードルと同じ高さと間隔にしてハードルの横木をゴムにして設置し、ハードルへの恐怖心をやわらげて練習し、その後正式のハードル走に取組んだ。それらは自分たちで話し合い、実施していった。その結果、3グループとも他の正式のハードルを置いて跳ぶ練習をしているグループよりも成果が顕著であった。以上のことからも、教師に指示された通り運動を行う練習よりも動機づけも高まり、成果があがると実感した。

3.2 保健について

私はほんどの授業は教員が一方的に教科書等の知識を伝えるだけの授業であると感じていた。その中で私は教員時代、休日を活用して毎日新聞毎日文化センターで「ディベート講座」に通い、自己研鑽を行った。そして1990年から13年間在職した大阪府立高等学校で、ディベートを取り入れた保健授業を1年生の3学期に実施した。

論題は「高校時代打ち込めるものは必要か」とした。この論題は、保健教科書の「精神の健康」の「自己実現」の单元から選んだ。まず司会者が「『こんな風に生きたい』という人生の目標は見えてきているだろうか。たった一度の人生である。自分らしく豊かで健康的に過ごしたいものである。そのため高校時代から打ち込めるものが必要か」と述べ、週1回の保健授業でのディベートを始めた。最後は、学年全員で月曜の5限に体育館に集まり、学年全員の前で大阪府教育センターから審査員を招き決勝戦を行っていた。その結果、教科保健の学習過程で「論理的な対話力と主体的学習態度が生徒たちに見られる」と大阪府教育センターの方からコメントをいただいた。

ディベートを実施するにあたっては、同僚教員に理解いただけるよう丁寧に説明した。そして議論を重ね、実施案を作成して教科会議、学年会議、そして職員会議で認められ、実施にいたった。3学期の保健授業はすべてが保健教室でのディベートに学年全体が取組んだ。当初は、混乱することもあったが徐々に生徒たちは自分たちが主体的に取組むことに喜びと確かな成長を確信していった。その結果、大きな成長が見られたと感じている。



図1 体育館での全学年ディベート決勝戦の様子

4.授業内容

私は、学生が保健体育科教諭として授業を展開していくのに必要な資質・能力を養うことに取組む過程で、どのようなことを感じ授業を行い、今後どのような形で生徒にアプローチするかを考え、実践する力を身につけることを最優先に考えた。そのため体育授業では、授業経験の乏しい学生に、得意とする種目の授業づくりに取組ませ、自分の課題を生徒の立場になって発見できるよう配慮した。また保健の授業では授業時間や生徒役人数を徐々に増加させると共に、授業の反復を優先した。その中で、私は具体的な指導を行い、学生自らが課題発見と課題解決に向けて取組む支援を行った。

4.1 体育模擬授業について

以下の(1)から(9)のとおり取組んだ。(10)は授業者の自己評価である。

- (1)最初の時間に、後期10月と11月に行う体育の模擬授業種目と担当を決定した。
- (2)実施種目は先生役学生の希望する種目を優先的に採用した。
- (3)模擬授業は40分程度とし、90分間の授業時間内に2種目実施した。
- (4)各模擬授業終了後に私が講評を行い、必要に応じて具体的に指導した。
- (5)40分授業を実施する模擬授業先生役は3人程度のグループで行った。
- (6)指導案は授業前に一旦提出し、授業後に返却して模擬授業後のふりかえりを反映した指導案(実施後の赤色ペンでの修正を加えた指導案)を次の時間に提出を求めた。
- (7)授業日が土曜日だったので、部活動予定等にも配慮した。
- (8)模擬授業場所は、柔道場または体育館とした。
- (9)授業後、授業者は自己評価とふりかえりの提出を求めた。
- (10)授業者の自己評価
①自由記載(抜粋)
 - 1)今回の模擬授業をして、まずどのような言葉を使えばわかりやすいのか、どのようなところに立って話せばわかりやすく、どのような例を見せればわかりやすいか等、難しいことがたくさんありました。しかし他のグループの授業を見たり、先生のアドバイスを聞くことで、どうしたらわかりやすいのか、このようにしたら楽しく興味をもってくれるのか等、難しかった中にも、自分にプラスになったことがあったので、とてもよい学びになりました。
 - 2)ウォームアップ、ストレッチ、安全面の確認等、もう少し丁寧にできればいいと思う。ゲーム形式での練習でも難易度の設定など、もう少し細かく設定すればよかったです、と感じました。次、やるときは、もっと計画的に、そして安全面の指導もしたいと思いました。
 - 3)バレーボールの授業を6人で担当しました。私たちが担当した前半では、レシーブの基礎をしました。オーバーハンド・パス、アンダーハンド・パスをしましたが、説明が不十分で先生に途中で何度も助けられました。注意点やポイントを説明する前に再確認をして説明する必要があると思いました。移動等で生徒役がうまく動かなかった際に「走って」と声掛けをしたのはよかったです。
 - 4)体育の授業をしてみて思ったのは、自分が求めている動きと生徒がする動きが少し違って、言葉のかけ方がうまくできないと生徒側は動きにくいなと思いました。自分がもう少し考えて言葉や授業の流れを転換することができれば、もう少しこの授業にできたのかなと思います。
 - 5)模擬授業をしてみて、自分自身はどうであったのかを振り返ってみました。授業をする中で生徒に対する

るコミュニケーションや理解を促すことに関して、不十分であると思いました。自分勝手に教えるのではなく、どういった内容であるのかわかった上で教えていくことも必要だと感じました。

- 6) 授業の進め方を前もって準備し、生徒のレベルに応じて授業内容を変えることができた。また笛などを使い、集合の合図、動作の始まりなども指示できた。課題は私たちが普段当たり前にやっていることが生徒には一から教えなければならないので、もっとわかりやすくコツをつかみやすいように導入法を取り入れてやっていくことである。
- 7) 自分たちが教師役をやってみて、自分たちが普段やっていることを細かく生徒に教えるということはとても難しかったし、思い通りにいきませんでした。伝えたいことはたくさんあるけど、伝え方がわからないうから、うまく伝わらない等の改善点がたくさん出たので改善していくところ、付け加えるところを明確にして生徒に伝えられるようになりたいです。
- 8) 今回、バレーボールの模擬授業をやってみて、すごく人の前に立って話して授業するのは、難しかったです。まず生徒全体が見えるところで授業することや、バレーボールを教える手順だったり、生徒一人一人の様子を見ながら対話をしながら進めることの難しさを実感しました。実際やってみてまだまだと思うし、伝えなければいけないことが伝わっていなかったと思います。でもすごくいい経験になりました。
- 9) 実技の指導をするにあたって一番大切なのは生徒がけがをしないということです。けがをさせないためには事前に注意事項を説明したり、しっかり準備運動をさせないといけないと思いました。あとは楽しめるところと危ないことをするときは落ち着かせるというメリハリも大事だと思いました。実際の中学生でやる時はもっとわかりやすく説明したり、周りをよく見ておかないといけないと感じました。
- 10) ダンスの模擬授業をして自分が感じたことは、人に教える難しさ、言葉をどう伝えるか、どうしたらわかりやすいかとか考えていたけれど、まだわかりません。みんなの前に立ち人にいろんなことを教えることはこんなにも難しくて大変なんだなってわかりました。学べた気がします。
- 11) 剣道の授業をしてみて、自分は準備が全然足りていなかったと実感しました。竹刀の本数であったり授業内容であったり、何一つ満足にできていませんでした。もっと時間をかけて徹底した準備が必要だし、自分自身の剣道の知識が浅いと感じることができた時間になりました。
- 12) 私が模擬授業を担当した種目はバドミントンでした。時間をかけて知識や技術を深めました。二人で行いましたが、今回は二人で行ったことに意味は少なく得たものも少ししかありませんでした。役割を分担したつもりでも、共有が不足していたり、進行も予定にないものが増え、円滑とは言えませんでした。大きな体育館で実施することの難しさを感じました。一体感がかけていたかと思いました。全体の雰囲気や知識や技術だけではダメで、失敗から学ぶことになりました。
- 13) 模擬授業を通して感じたことは、自分の知識を生徒に教えることは簡単ではありませんでした。また一つ一つのポイントでケガを防ぐ声掛けなどがあまりできていなかったので、そこが私の反省点です。短時間の授業でも体育はケガや危険がついてくるので責任重大だと改めて感じました。自分の改善点が見つかったので、次の授業ではしっかり準備していこうと思います。
- 14) 体育の模擬授業をして、どういう授業が生徒にわかりやすく楽しくダンスを学べるかをよく考え、簡単なステップの組み合わせを振り付けとしました。ダンス初心者の生徒たちに教えるということはまず基礎的な動きからダンスの楽しさを伝えていくことが大切だと思いました。「よかったです」って言ってもらえてうれしかったです。

②アンケート（各項目 5 点満点　たいへんそう思う 5 点、そう思う 4 点、どちらでもない 3 点、そう思わない 2 点、全くそう思わない 1 点。合計 10 項目 50 点満点）授業者自己評価である。

No.	質問項目	平均	最高点	最低点	標準偏差
1	授業中に生徒とコミュニケーションがとれた	3.86	5	2	1.10
2	教師として現場に立った時、いかせると感じたことがあった	3.93	5	3	0.83
3	授業での説明は、生徒役にとってわかりやすいものだった	2.79	5	1	1.12
4	生徒にとって楽しい授業ができたと考えている	3.64	5	1	1.22
5	模擬授業で説明や実技指導をして教科の知識が高まった	3.64	5	1	1.22
6	生徒たちは体育を学ぶ喜びを感じていた	3.64	5	1	1.15
7	先生・生徒や生徒間での対話を育むよう努めた	3.86	5	3	0.77
8	生徒役は指導に従いつつも主体的に体育実技に取組んでいた	3.64	5	1	1.39
9	模擬授業を指導することで自分も学び、成長できた。	4.43	5	3	0.65
10	総合的に授業を行って成長できたと考えている。	4.43	5	3	0.65
	合計平均点	37.86			

4.2 保健模擬授業について

以下の(1)から(7)のとおり取組んだ。(8)は授業者の自己評価である。

- (1)体育模擬授業終了後より始めた。
- (2)最初は 5 分程度、2 人一組で実施した。
- (3)徐々に時間を延ばし 15 分授業を繰り返し行った。
- (4)教室を複数使用し、3~5 人一組で先生役 1 名、生徒役 2~4 名で取組んだ。
- (5)特に最初の 2 分間は生徒役の興味関心を高める導入を求めた。
- (6)質問項目は 6 間で、たいへんそう思う 5 点、そう思う 4 点、どちらでもない 3 点、そう思わない 2 点、全くそう思わない 1 点として 30 点満点で行った。
- (7)先生役の授業者自身で授業を行う自己評価を実施した。

(8)授業者の自己評価

①自由記載（抜粋）

- 1) 2 回目の模擬授業をしましたが、声が小さくなってしまいました。また先生からも目線と資料の持ち方の指導をもらったので、これからいかしていきたいと思います。
- 2) 今日は飲酒についてやりましたが、自分があまり興味のある内容ではなかったのですが、それなりに授業することができました。しかし、それができたのは自分がもっているエピソードと以前にこの单元をしてくれた人の内容が参考になりました。次の授業からは「これは良い」と思う他人の授業をメモしていくたいと思います。
- 3) 今日は運動と健康についての授業をしました。前回の課題だった黒板を使うということを意識して授業しました。黒板の書き方の半開きの体勢はすごく難しいですが、慣れていくまで頑張っていこうと思います。
- 4) 準備が少なすぎるから授業が停まったり焦ったり困ったりした。生徒に話してうなずいたり、笑っていたりしたら話は進むけれど、無反応だったら言葉がつまってしまいます。黒板をうまく活用していない。問い合わせができるけれど、班ごとやグループで話し合いをするきっかけがわからない。最終授業なのに頑張れなかった。つかみの話がうまくできたりしたけれど、伝えたい部分は伝わらなかったと思う。でもやっぱり初回よりもスムーズにできたから慣れというか回数を踏むことはとても大切だと思いました。

- 5) 今日の授業は学ぶことが多く、資料の持ち方や黒板の書き方等、わからないことが知れてよかったです。これをすることによって生徒全体を見れるようになると思ったので、できるようにしていきたいと思いました。内容の方は、今までで一番よくなく中身が薄かったので、しっかり勉強しておかないといけないと思った。
- 6) 今日の授業の中で、少し相手に伝え損ねたことがあります。その中でも声が小さいところが目立ち反省点になりました。次に向けての目的として話す時に伝えていきたいことを明確にしていくことが大切だと思いました。
- 7) 大学生や社会人になれば、なかなか毎日同じリズムで休むことが難しくなってくると思う。でもそこでどれだけ自分の時間を作れるかが重要だなと思う。また自分なりの息抜きの方法、休日の休み方というのを日々、大事にしていくべきだと思った。
- 8) 今回の模擬授業では伝えたいことが伝えられたと思いました。他の授業でも模擬授業をしていたので、他の子が教えてくれたのを使って授業をしました。改めて思ったことは相手にきちんと伝えるために言葉の使い分けをしておくことが大切だと思いました。
- 9) 今日は飲酒と健康についての授業をしました。3回目ということもあり、だいぶ慣れてきたかなと思いました。飲酒のメリットとデメリットを一人一人に聞き、良いところや悪いことの意見を出してもらいました。生徒から答えてもらった時の返事の返し方や対応なども今回はすごく勉強になりました。導入からしっかりいれて良かったです。
- 10) 今日の模擬授業では、前回の時よりも生徒への問い合わせを意識して先生だけの授業にならないようにすることができたと思います。また積極的に自分のエピソードなども話をして生徒の関心を引くように心がけをしました。もっと楽しい授業になるように工夫をしていきたいと思いました。
- 11) あまりできなかった。興味をわかすことができなかつたです。もう少し自分が学ぶことがあったと思う。伝え方も下手だったからちゃんとわかってくれるように伝え方をしたい。
- 12) 食事と健康について授業しました。教科書の内容にそってやってみて、おもった通りに授業を展開できなかつたので、もっと知識を深めて準備をしたいと思いました。
- 13) 今日は喫煙と健康について授業しました。一番感じたのは、吸わない人は喫煙に興味があつても、知識はあまりないように感じました。なので、導入から反応が良く参加意欲がとても高かつたため、予定外の内容も行えました。そこで臨機応変に対応できたため、よかったです。板書も意識でき、今まででは一番よいと思いました。
- 14) 食事と健康についてやったのですが、教科書の内容よりもスポーツ栄養学で学んだことをみんなに伝えました。キーワードとして5種類のことを教えました。なかなか教科書に載っていないことを教えることで、生徒側も知識を得ることができると思うので、教科書の内容をすべて説明することも大切ですが、豆知識も大切なと思いました。
- 15) 飲酒と健康について授業をしました。大学生になり、お酒を飲む機会が増えてきたので、授業準備をするにあたってお酒の危険性を学ぶことができました。知らなかつたことや言葉を知っていくにつれ、苦手な勉強も自分から進んで取組むようになりました。模擬授業を毎週することによって徐々に自信をつけることができてよかったです。ありがとうございました。
- 16) 運動と健康について授業しました。今回の授業も導入はうまくいったと思います。でも今度は生徒に質問しすぎたせいで、話がそれでなかなか授業が進みませんでした。質問を考えて授業がしっかりできるようにしたいと思いました。

②アンケート（各項目 5 点満点　たいへんそう思う 5 点、そう思う 4 点、どちらでもない 3 点、そう思わない 2 点、全くそう思わない 1 点。合計 6 項目 30 点満点）授業者の自己評価である。

No.	質問項目	平均	最高点	最低点	標準偏差
1	大きな声でハキハキと適切な言葉で授業をしていた。	4.14	5	1	1.46
2	板書は、誤字・脱字もなく書き順も正しく適切であった。	3.14	5	1	1.57
3	生徒と向き合うことを心がけ、黒板ばかりを見ていなかった。	3.86	5	1	1.46
4	生徒の興味関心を高める導入があった。	3.57	5	1	1.51
5	教材研究が十分で知識の伝達がわかりやすかった。	2.57	4	1	1.27
6	授業の中で、ペアワーク等、対話を育む努力がなされていた。	3.00	4	1	1.29
	合計平均点	20.29			

4.3 中等教科教育法Ⅱ（保健体育）の授業全体学生評価について

授業最終日に「この授業ズバリ何点」という題名で、1人1分の全体プレゼンテーションを行った。

A4用紙を4等分し、左上に100点満点で授業評価を書き、右上に良かった点と残念だったことを具体的に記入し、左下にこの授業に取組んだ自分自身の自己評価を100点満点で行い、右下に来年度この授業を受講する後輩に対するアドバイスを記載し、全員に示しながら発表した。その内容は以下のとおりである。

(1) このズバリ何点（左上で授業評価を行った）

平均点 83.53 点、最高点 100 点、最低点 60 点、標準偏差 11.15 点であった。

No.	質問項目	平均(100 点満点)	最高点	最低点	標準偏差
1	この授業ズバリ何点	83.53	100	60	11.15

(2) 授業全体で良かったこと・残念だったこと

① よかったこと

- 1) コミュニケーション力がついた
- 2) みんな真剣だった
- 3) 模擬授業がたくさんできた
- 4) 予習ができた
- 5) 授業するというイメージが少しできた
- 6) 授業の進め方がわかつた
- 7) コミュニケーション力がついた
- 8) 他の人の授業を受けて学ぶことがたくさんあった
- 9) 模擬授業をすくことができた
- 10) グループでやることで他の授業が聞けたこと
- 11) みんながいて学べたこと
- 12) 授業を経験することができた
- 13) 自分の実力の現状を知れた
- 14) 模擬授業で、人前で話すことができた

- 15) 緊張しなくなった
 16) みんなが授業の時、しっかり聞いてくれた
 17) みんな真面目だった

- ②授業全体で残念だったこと
- 1) 授業する時、自分の声が小さかったので大きくしたい
 2) 部活等で、公欠で授業の出席が少なかった
 3) 座学の模擬授業の時、自分が準備不足
 4) 自分の板書がうまくいかなかった
 5) 予習等の準備不足
 6) 授業が中途半端になったこと
 7) うまく伝えることがなかなかできなかった
 8) 十分に前もって授業内容について調べることができなかつた
 9) 授業の準備不足
 10) 導入の仕方が難しい
 11) 遅刻しなければよかった
 12) 準備不足
 13) 教育実習をイメージして模擬授業できなかつた
 14) 授業したときに準備が万全でなく、知識を言えなかつた事と板書
 15) 自分の語彙力のなさ
 16) 導入と板書をもっとしっかりできたらよかつた
 17) 授業の進め方
 (3)自己評価(左下で自己評価を行った)

平均点 57.11 点、最高点 80 点、最低点 20 点、標準偏差 16.97 点であった。

No.	質問項目	平均(100 点満点)	最高点	最低点	標準偏差
1	自己評価	60.18	80	20	16.97

- (4)後輩へのメッセージ
- 1)一つ一つの授業での取組を大切にしてコミュニケーション力をつけ、教える知識を身につけて欲しい
 2)取り組む姿勢をよりよいものにしてください
 3)どんな授業よりも準備が大切
 4)得るもののがすごく多い授業なので大事に
 5)自分のためになるので頑張って
 6)教える分野についての知識をつけること
 7)一日一日学んだことを大切に無駄にすることなく、日々を頑張って欲しい
 8)ただ授業を受けるだけではなく、前もって準備や予習することの大切さを忘れずに

- 9) 積極的に授業に参加する
- 10) 模擬授業の準備をしっかりとすること
- 11) 準備が大変だけど、頑張ってください
- 12) 準備はしっかりと
- 13) 先生の話はちゃんと聞く
- 14) 授業する時は開き直る（よい意味で）
- 15) 発言力を上げるように
- 16) 前もって授業の準備をしておこう
- 17) 授業する時はしっかりと準備して頑張って欲しい
- 18) 一回一回の授業を大切にして欲しい

5. 考察

5.1 まとめ

(1) 体育模擬授業について

授業者が得意な種目の授業を行うことで、種目指導についての不安が少なく「生徒の運動への動機づけを高め、運動する喜びを感じさせる」ことに集中できたと思われる。それらは授業準備や模擬授業中での教員役学生の表情や動作から、うかがうことができた。つまり指導する教員役学生の動機づけが高まり、また受講役学生の実技への積極的な参加が、一層授業を行う学生のやる気を向上させたと考えられる。

このような好循環の中での体育実技模擬授業であった。しかし、授業者役学生の「この指示を出せば生徒役はこのように動くであろう」という予測が少なく、生徒役学生が教員役学生の想定した動きがみられない時、教員役授業者が戸惑うこともあった。また安全に授業をすすめるための配慮も十分ではなかった。経験不足もあるが、授業の中で事故を予見して取組む必要性を痛感した。「すべての教育は安全が優先する」原則に従い、授業をすすめることの重要性を一層充実させることが必要であると考える。さらに教育現場で活躍するためには「適切な声かけ」「生徒が理解しやすい説明」「実際にやってみての感じの説明」そして模範を身につけることが大切である。その意味でも一層のコミュニケーション力の向上が不可欠であろう。最後に、得意種目授業であったが模範演技をしてみせることが少なかったことが残念であった。特に学生には失敗例や危険な例を丁寧に伝えて欲しかったが、十分ではなかったことが今後の課題である。

アンケート結果から「授業での説明は、生徒役にとってわかりやすいものだった」が最も低得点であったことは、学生も自分の説明力不足を感じていたと思われる。体育科教員として生徒の前に立つ前にそのことを自覚することは重要で、コミュニケーション力向上の取組を強めて欲しい。また「模擬授業を指導することで自分も学び、成長できた。」や「総合的に授業を行って成長できたと考えている。」が高得点であったことは、学生の体育実技授業力向上の「伸びしろ」を感じ、さらなる成長を期待させるものであった。

(2) 保健模擬授業について

保健模擬授業は12月から1月に取組んだ。最初に1対1の「家庭教師型」で5分間実施し、次は対面の1対1で10分間行い、第三段階目で1対複数の状況をつくり時間を15分間とした。1対複数の模擬授業では、教員役と生徒役の双方向型と、生徒役間の対話を用いるよう徹底して指導した。さらに生徒の興味関心を高める豆知識等を用意し、授業時間の10%程度行うよう指示した。また、板書についても右利きの板書

を行うものは左胸を常に開き、生徒と可能な限り正対するよう努めることと1つの文字をコブシ大に統一するよう指導した。その結果、授業時間のほとんどを生徒役側と正対しようとする取組が全員に見られ、板書も大きな文字でわかりやすく生徒役から「板書が見やすくなった」と声があがった。ただ体育実技に比べ、苦手意識があり体育実技で見られた学生の長所があまり見られなくなつた点は残念であった。アンケート結果からは「大きな声でハキハキと適切な言葉で授業をしていた。」が最も高得点で、学生の長所であると感じた。しかし「教材研究が十分で知識の伝達がわかりやすかった。」が最も低得点で、今後の課題となつた。

(3) 中等教科教育法Ⅱ（保健体育）の授業全体の学生評価について

授業への評価と自己評価の差が20点以上あり、授業の求めているレベルに学生が達していなかつたことは、学生自身が感じていたと思われる。また「後輩へのメッセージ」では、自分たちの課題に学生自身の課題解決への具体的な方法が書かれていることが過去に多くあつた。その視点で、自分の素直な気持ちが書かれてあると感じた。

(4) 授業全体についての考察まとめ

「生徒の興味関心を高めた上で、生徒にとって楽しいと思える授業づくりをすすめる。同時に生徒の体力等を高める」をどのように保健体育授業で実現するかを求めて授業を行つた。その中で、学生一人一人が自分の課題を見つけそれを解決する方法を身につけることをめざした。受講学生のふりかえり、特に「4.3 中等教科教育法Ⅱ（保健体育）の授業全体学生評価について(4)後輩へのメッセージ」の自由記載から、学生に授業づくりについての気づきを促すことは、程度の差はあるができたと感じている。その気づきを自己研鑽に発展させ、それを教員時代を通して継続する力を身につけて欲しいと願つてゐる。

5.2 今後の課題

体育では、他人に的確な指示を出し安全面に留意しながらも、自分の言葉が通じやすい環境を工夫して指導することができないケースが目立つた。この原因是3つであると考える。第1に経験不足から過緊張。第2に準備不足。第3に的確な言葉を発することができないコミュニケーション力不足であると考える。

保健では、「生徒の興味関心を高めることの重要性を伝え、総授業時間数の10%程度を用いて毎時間行うこと」を徹底した。その結果、授業の導入はすべての教員役は上手く行うことができた。しかし準備不足からくる授業内容の不十分さが見受けられた。

教材研究に努め、授業内容の充実を図り、プロの教員として生徒が輝く授業づくりについての指導をさらに研究して大学での指導に努める決意である。

参考文献

- 1) 文部科学省 高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説 総則編 平成30年7月
- 2) 文部科学省 高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説 保健体育編 平成30年7月
- 3) 株式会社大修館書店 図説現代高等保健 2013年4月1日
- 4) 文部科学省 中央教育審議会 新たな未来を築くための大学教育の質的転換に向けて～生涯学び続け、主体的に考える力を育成する大学へ～（答申） 平成24年8月28日
http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo/0/toushin/1325047.htm