

## 体育の授業で培われる資質・能力に関する一考察

### —生徒の記述からみる協働性と創造性の育成—

保健体育科 丸山実花・河西静香

今回は協働性と創造性に着目し、体育の授業で育成されている資質・能力について、生徒の授業の様子や学習カードの記述から検討した。互いに意見を交わす中で最適解を見つけ出し、その場にいる人で共に運動を楽しもうとする姿勢は、生涯スポーツへとつながっていく高校体育で目指すべき姿なのではないか、そのために必要な資質・能力はどのような授業が影響を与えているのか、SSH 意識調査との関連も含めてみていく。

〈キーワード〉体育 創造的思考力 省察的思考力 他者理解 コンピテンシー SSH

#### 1. はじめに

学校生活も残り 1 年となる高校 3 年生の体育の授業をみていると、お茶高生活の集大成のように感じられる。生涯スポーツを見据え、誰とでも、どのような状況でも、運動に親しむことが出来るようにと 3 年生で種目選択制授業を取り入れてきたが、時折理想郷のような世界を感じることもある。そこにいるメンバーでルールや用具をその時々に応じて変えつつ、ともに運動を楽しむ…この空気感はどのようにして作られていったのかを考えると、それまでの体育の授業だけでなく、他教科の授業や学校行事、そしてスーパーサイエンスハイスクール（以下 SSH）の活動の影響も大いにある。そこで今回は SSH でも指標として用いられている、協働性と創造性に着目をして、体育の授業で育成されている資質・能力を見出し、授業の特徴を検討する。

#### 2. お茶高の体育カリキュラムと指導方針

詳細は佐藤・丸山（2023）に記載があるため、ここでは抜粋して簡単に紹介する。

##### 2.1. 体育カリキュラム

体育の授業は 1, 2 年次に各 2 単位、3 年次に 3 単位の計 7 単位で構成される。教員 2 名で 1, 2 年生各 1 単位ずつ、3 年生は 2 単位と 1 単位に分けて授業を担当している。両担当で授業を分担することで、全校生徒を受け持ち、多様な視点で生徒を把握・評価できるようにしている。自治会行事が盛んであるため、体育祭やダンスコンクールの直前に体育の授業を数時間提供し、練習に充てている。行事練習は 4 時間（3 年生のみ 5 時間）を上限とし、生徒から希望があった場合にのみ生徒主体で行われ、希望しないクラスは教員が通常通り授業を行うシステムとなっているが、ほぼ毎年全クラスから授業提供の希望が出る。

##### 2.2. 指導方針

安全面の配慮、正しい用具の扱い方、効果的な運動の方法、スポーツの正しいルール、他者との関わり・コミュニケーションの重要性、場の工夫、客観視やメタ認知能力の向上、身体のしくみと機能、運動と健康の関連性、セルフコントロール…など挙げればキリがないが、1 年次から体育や保健の授業を通じて少しずつ種を蒔くように、3 年次の種目選択制授業を見据えた指導を行っている。教員としては意識して授業内に

生徒に任せる場面をつくっている。先述した行事前練習についても自分たちで活動を組み立て、限られた時間の中で集団を動かしたり、効率的に練習したりすることを体験的に学ぶ貴重な機会になっている。必ずしも上手くできることを求めず、多くのつまづきや衝突をあえて経験させるようにし、その際は教師側から助言やフォローを添え、失敗を次に生かせるような指導・支援を行っている。

### 3. コンピテンシー

#### 3.1. 本学の示すコンピテンシー

お茶の水女子大学コンピテンシー育成開発研究所（以下 ICD）では ICD コンピテンシーとして [批判的思考力] [協働性] [創造的思考力] [他者理解] [問題解決力] [対人的問題解決力（対人葛藤解決力）] [省察的思考力] [自己制御] [内的統制感] [エージェンシー] という 10 の資質・能力の構成要素を定義している。詳細はお茶の水女子大学 ICD の HP を参照されたい。

#### 3.2. SSH 意識調査

本校では 4 月と 12 月に SSH 意識調査を行っている。そこでは《協働性》《創造性》《科学的探究力》《表現力》《国際性》《取り組み全般》について計 47 項目を生徒に調査している。詳細はお茶の水女子大学附属高等学校の『令和元年度指定スーパーサイエンスハイスクール第 5 年次研究開発実施報告書』を参照されたい。

#### 3.3. コンピテンシーと SSH 意識調査との関連

SSH 意識調査の《協働性》《創造性》の項目と ICD コンピテンシーの内容を検討した（図 1）。SSH 意識調査では、3 つの質問に対して 5 件法で回答しており、その内容は ICD コンピテンシーにおける [協働性] や [創造的思考力] 以外の内容も含んでいることが考えられた。そこで今回は、協働性として ICD コンピテンシーの [協働性] [他者理解] [対人的問題解決力]、創造性として [創造的思考力] [省察的思考力] [エージェンシー] を選択した生徒の記述について、分析・考察することとした。

SSH意識調査		ICDコンピテンシー	
協働性	周囲の状況を見て、的確な行動をとることが出来る	協働性	個人では得がたい成果をグループ全体で得るために、役割分担したり、助け合ったりすること
	必要に応じて他者と協力して活動を進められる	他者理解	様々な他者の立場や考えなどを推測したり、理解したりすること
	それぞれの人の立場や意見を理解したうえで、合意形成を図ることができる	対人的問題解決力 (対人葛藤解決力)	他者との意見や価値観の対立を解決すること 他者とのトラブルを、お互いの立場を考慮して(win-winで)解決すること
創造性	未知の問題を考えることを楽しむことができる	創造的思考力	新たな価値や優れた考えを生み出す力
	複雑な現象を、粘り強く考え解き明かそうとすることができる	省察的思考力	自らの活動を振り返って気づきを得る力
	自分の力で世界を変えるような新しい技術を考え、価値を生み出したいと思う	エージェンシー	社会に変革を起こす力 社会の一員として、社会がより良くなるよう考え行動していくこと

図 1 SSH 意識調査と ICD コンピテンシーの内容の比較（丸山作成）

### 4. 生徒の自覚しているコンピテンシー

#### 4.1. 調査方法

2022 年度と 2023 年度の高校 3 年生女子合計 238 名を対象に、体育の授業が終わる 11 月～12 月に、3 年間の体育授業を振り返って、最も培われた ICD コンピテンシーを理由とともに 1 つ選択してもらった。その結果をユーザーローカルテキストマイニングツール (<https://wordcloud.userlocal.jp/>) による分析を行い、共起キーワードの図をもとにして生徒の記述内容を検討した。共起とは、文章中に出現する単語の出現パターンが

似たものを線で結んだ図で、出現数が多い語ほど大きく、また共起の程度は強い方から順に 太い実線 > 細い実線 > 破線 で描画される。なお、太い実線で結ばれていても記述自体は1つしかない場合もみられたため、共起の線で結ばれた単語が5つ以上あった集合を中心に取り上げる。

ICD コンピテンシーは [ ], SSH 意識調査は 《 》, 共起で示された単語は 「 」, 生徒の記述の抜粋は 『 』 で示す。

## 4.2 分析結果・考察

### 4.2.1 協働性（[協働性]・[他者理解]・[対人的問題解決力]）

[協働性] 73 件, [他者理解] 22 件, [対人的問題解決力] 1 件の記述があり、結果は図 2 のとおりである。

集合①は、主に [協働性] についての記述での共起となっている。

「できる（15 件）」が最も大きい円で示され、その内容は a.技能ができるようになること b.運動を楽しんだり視野が広がったり種目を味わうことができたこと c.実技の時間をつくりだしたことの 3 つに分けられた。

c では、『片付けなども協力して行い、少しでもゲームしていられる時間を長くできるように全員で努力した』など、準備や片付けを協働と捉えていること、また生徒が体育を楽しみにしていることも窺える。

「できる」から細い実線で描画された「考える（17 件）」、「体育（16 件）」は本校の体育の授業のもつ特徴が述べられており、『部活や、得意な人がその競技を選択するのではなく、色々な人がそれぞれの目的をもって競技を選択しているので、それを理解し、いかにみんなが楽しんで運動できるのか考えながら活動できた』『お茶高の校風である自主自立の精神を最大限に感じることができたのは、体育の授業の中だった』などの記述がみられた。

「できる」から波線でつながる「アドバイス（12 件）」や「合う（18 件）」はその 2 つが太い実線でつながっていて、『様々な実力、体力の人がいる中で、すべての人が積極的に楽しく参加できるよう、声をかけ合ったり、アドバイスをし合ったりなど、全体で協力しながら体を動かすことができた』などの記述がみられた。

「できる」から波線でつながる「アドバイス（12 件）」や「合う（18 件）」はその 2 つが太い実線でつながっていて、『様々な実力、体力の人がいる中で、すべての人が積極的に楽しく参加できるよう、声をかけ合ったり、アドバイスをし合ったりなど、全体で協力しながら体を動かすことができた』などの記述がみられた。

「アドバイス」「合う」は「お互い」とも関連しており、『互いの良いところを取り入れたり、アドバイスし合ったりして、種目をより楽しむことができた』といった友人からの助言を互いに受け入れ合い、高め合っていたことの記述がみられた。「アドバイス」からは「違う（6 件）」や「いく（18 件）」という単語が派生し、その先に「持つ（4 件）」「それぞれ（7 件）」とつながっていくことから、それぞれが持つ考えを出し合い、その中で新しい考えも含めてベストの策を選択していくことを経験してきたことが窺える。生徒間で教え合ったり褒め合ったりする環境が備わっており、それを言い合えるような雰囲気が体育の授業にあることが推察されよう。これらの背景には、体育の授業がすべて教師主導ではなく生徒たちが考える余地があるということ、普段の生活だけでは関わらない生徒とペアやグループを組んで活動すること等も関係している

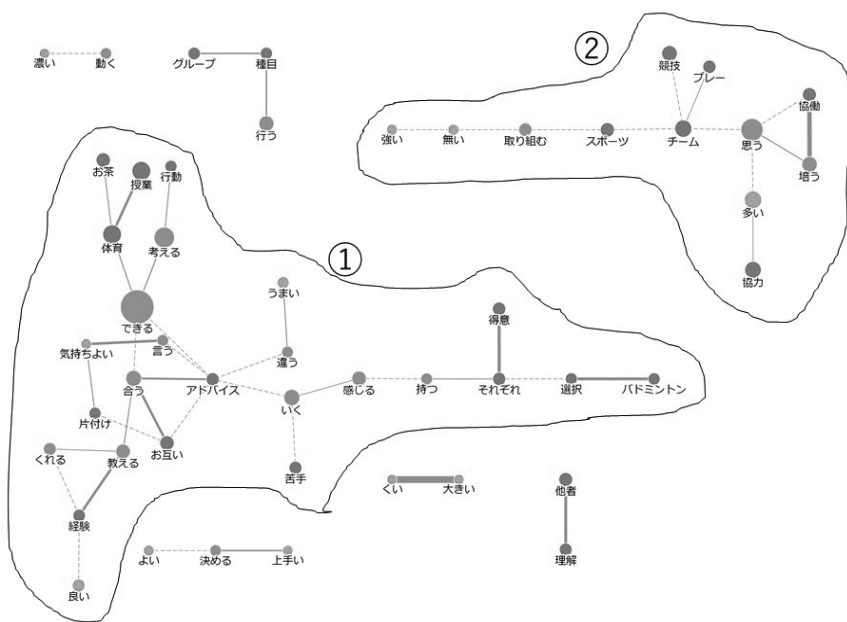


図 2 協働性（協働性・他者理解・対人的問題解決力）

可能性がある。

「いく」と波線でつながる「苦手 (11 件)」は、『私は体育が苦手だが、声かけをしたりアドバイスをもらったりしながら少しずつ技術的にもマシになっていくことができたから』という技能が苦手だったが周囲からの声掛けや一緒に高め合ってくれたこと、『中学生までは、体育が一番苦手、あまり好きではなかったが、お茶高の体育の授業でみんなと協力して取り組むことで、とても楽しく、一番好きな授業になったため』という過去との比較での成長で (今でも苦手だが) 楽しくできたということ、『お茶高のみんなは、誰かが困っていたり、苦手な部分があったりしたときに、お互いにその部分を補い合いながら、一緒に高みを目指そうと心がけているため、競技の技術や取り組みの姿勢を見直すことができた』という苦手をフォローし合うことによって得意を活かしながら授業に臨むことについての記述がみられた。

集合②は「思う」が最も大きい、「協働」と「培う」とのつながりについては、『協働性が培われたと思う』という記述に反応していることが推察された。

「思う」から波線で描画された「チーム (27 件)」に関しては『お茶高の体育の授業では、チーム競技が多かったので、チームワークや協働性が重視される場面がよくあったと感じています』『同じクラスでもあまり関わったことのない子たちとバレーというチームスポーツを通して仲間意識が芽生え、仲が良くなった』など [協働性] と [他者理解] の両方の視点からの記述があった。「競技 (20 件)」「プレー (11 件)」「スポーツ (6 件)」が派生しており『3 年間を通じて、バレーボールやキックベースなど協働性を必要とした競技に熱心に取り組めたと思う』『チームスポーツはミスをしたときに空気が重くなるのが苦手だったけど、声をかけあえばそんなに辛くなかった。上手くいったときの喜びが個人スポーツより大きくて楽しいな、と思った』など、バレーボールやキックベースボール、ダンスやドッジボールなど、チームワークが要求される様々な種目を授業で取り上げていることが影響し、この記述につながったと考えられる。また J&W について『ジョギングでは前までは一人で走った方が良いと思っていたが、今年の授業で友達と走る良さを知ることができ、競ったり、自分の体力を向上することだけを考えるのではなく、皆で楽しむことも大切だと考え方が変わった』という、体育の授業ならではの経験がコンピテンシー育成に関係しているという回答もみられた。とりわけダンスは『たくさんの競技をこなしてきたが、その中でも特にダンスの授業で協働性が培われたと思う。ダンスは一人だけでは成立しない。ダンスと一緒にするチームのメンバー、1 人 1 人がチームにどう貢献できるか考えること、チームで一致団結して 1 つの作品を作り上げようとするを授業では強く意識した』というダンスコンクールという自治会行事の影響も考えられた。現在は、柔道や剣道などの武道、水泳、マット運動は用具や施設の関係で実施するに至っていない。それらの種目を行っていたら、また違うコンピテンシーの育成へ繋がっていく可能性もあることが示唆された。

「思う」から派生する「多い (18 件)」は、機会の提供についての記述がみられた。さらに波線でつながる「協力 (24 件)」は [協働性] の記述で、『お茶高の友人は積極的に協力してくれる人が多いので、準備や片付けの段階で協調性が培われたと思う』といった周りが協力的だったことへの言及が 8 件みられた。周りが協力的だったことが自分自身の協働性の育成にも影響を及ぼした、と回答しており、この環境の居心地のよさを実感しつつ、自分も協力的であろうという意識の芽生えと成長を実感していることがわかった。

#### 4.2.2 創造性 ([創造的思考力]・[省察的思考力]・[エージェンシー])

[創造的思考力] 26 件, [省察的思考力] 34 件, [エージェンシー] 2 件の記述があり、結果は図 3 のとおりである。

集合①は、技能上達のために選択したコンピテンシーが身についたという旨の記述が多く、『毎回ミスをしたときにそのミスの原因を自分の中で簡単にまとめるようにした。次、同じような場面が来たときはその反省を生かして動くことが瞬時にできていたと思う』などミスの反省やその改善について言及されている。最

も大きい「振り返る (12 件)」は、『授業ごとに自分の活動を振り返ることで、次の回に向けた目標を立てたり、どのようにしたらもっと良くなるかを調べることにつながり、技能のレベルアップを目指して活動することができたから』など、文字で振り返るタイミングがあることは、資質・能力の育成には有効であることが示唆された。

集合②は「新しい (5 件)」ことを「生み出す (5 件)」[創造的思考力]に関する記述が太い実線で描画されており、作戦やゲームのルール、運動の方法について、誰かに流されたり踏襲したりするのではなく、新しい価値観や考えに出会いながら決めて取り組んでいたことがわかった。「素晴らしい (1 件)」につながっており、『その種目が上手な人から教えてもらったり、周りが素晴らしく新しい考えを持っていたりしたため、自分もそんな風に考えればいいのか!と学ぶことができたから』と、ともに運動する仲間についての言及もあった。生徒が安心して自分の意見が言えることも非常に大切なのだと考える。特に3年生の「選択 (7 件)」体育で実感する生徒が多いようで、『選択種目だから自主性が求められたが、その中でも自分で考えて改善していくという過程を上手く踏めたと思う』など波線につながる「改善 (5 件)」や「上手い (6 件)」と関連する記述もみられた。

集合③は、すべて[創造的思考力]に関する記述で、『自分たちだけで練習メニューやゲームルールを決められるので、レベルに応じて難易度を変えたり、効率よく楽しくゲームをしたりできた。適切なルール決めは自分たちの現状を正しく把握していないとできないので、自己分析の力も身についたと思う』など、「お茶 (9 件)」高の「体育 (15 件)」は、「自分たち (9 件)」でやることを考えたり「ルール (5 件)」を強制されない、柔軟な思考を求められる

「授業 (20 件)」だという旨が書かれている。

集合④の上の部分、[省察的思考力]に関しての記述で、

「少ない (1 件)」「動く (9 件)」  
「反省 (5 件)」と細い実線につながっている部分からは、『ドッジでも卓球でもバドミントンでもできないことが多くあったので、振り返ったり、分析したりしながら活動していたと思う。人にボールを当てる方法やキャッチの方法、バドミントンでのコート内での動き方

などできることも少し増えたから』という、原因を解明することで技能向上を目指す生徒の姿がみとれる。下からつながる「楽しい」「よい」「活かす」は、[創造的思考力]の記述もあり、『友達と協力しあった上で、よりよいものをつくり出すことが楽しいということを改めて学ぶことができた』という記述がみられた。

#### 4.3. SSH 意識調査との関連性

2023 年度のみであるが、高校3年生 117 名に対して 2023 年 12 月に行われた SSH 意識調査について、協働性 ([協働性]・[他者理解]・[対人的問題解決力])と創造性 ([創造的思考力]・[省察的思考力]・[エージェンシー])を選択した生徒の人数と、全数との比較をまとめた (図 4)。5 件法で 3 問ずつ尋ねた質問の合計点数を示している。

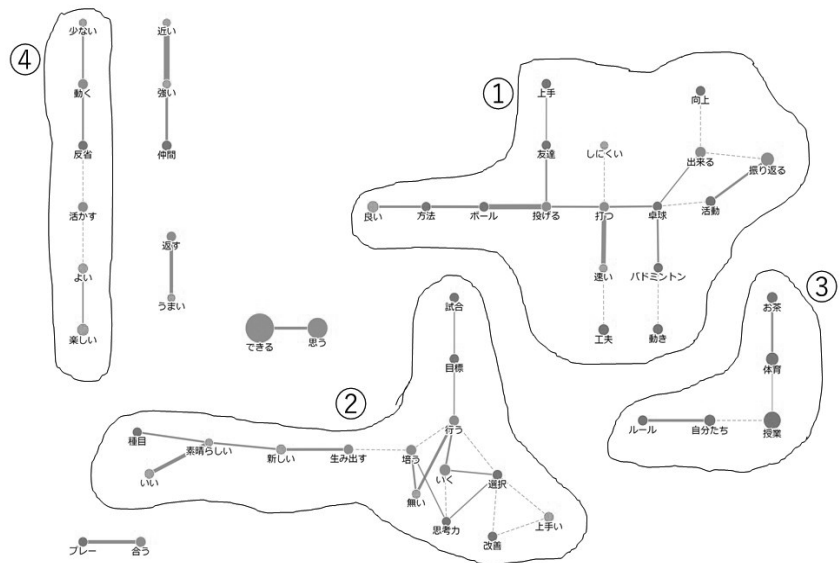


図 3 創造性 (創造的思考力・省察的思考力・エージェンシー)

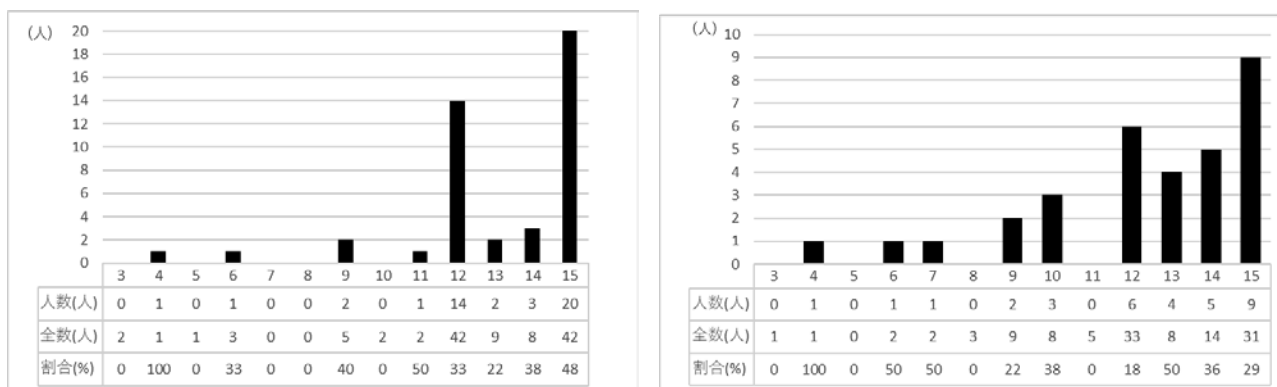


図4 協働性（左）と創造性（右）の点数と全体との割合

協働性は、満点の15点を選択した生徒の半数を占め、体育の授業で協働性が培われたと選択した生徒の約9割が12点以上を選択している。創造性は、満点は全体の約3割を占め、体育の授業で創造性が培われたと選択した生徒の75%が12点以上を選択している。完全なる関連性が認められるわけではないが、協働性ないしは創造性が体育で培われたと自覚している生徒は、比較的SSH意識調査でも同じ項目で高い点数となっている。

## 5. 授業での生徒の様子

ここでは、協働性と創造性に着目をして、授業での生徒の様子を振り返っていく。なお、『J』の中は学習カードの生徒の記述である。活動の様子は図5に示す。

### 5.1. 教師のかかわり

運動が苦手な生徒でも楽しめる、“できなかったことができるようになった！”を感じられる授業を目指して工夫をしているが、それは、生徒たち自身が周りを受け入れることや新たな技を習得することに対して意欲的で、お互いに教え合い、切磋琢磨する姿勢に支えられている部分が大きいと感じる。『今までは運動ができないのが恥ずかしいし動かない方が迷惑がかからないかなと思ってやらないという選択をしていたが、同じチームの人のやさしさに救われて、失敗してもいいから頑張ってみようという気持ちになることができて楽しかった。』という記述にあるよう、失敗を気にせず伸び伸びとチャレンジできる環境が、運動が苦手な生徒も楽しく体育に取り組める要因なのかもしれない。

一方で、運動が得意な子も、友達に教えることで新たな考えを得たり、達成感を味わっている事例もある。2年生のバドミントンの授業では、経験者、未経験者関係なく、お互いに教え合う様子がみられた。バドミントン部の生徒の記述に以下のようなものがある。『アドバイスしたら相手ができるようになって嬉しそうなのを見て私も嬉しくなった。みんなどんどん上手くなっている。』『後ろに飛ばすと打ちにくいと言われたので、相手の体の前に上げるようにした。』友達に教え、友達が上達することで自分も達成感を感じる。そして、相手の気持ちを思いやることで自分の技術向上にもなる。こうしたかかわりあいによって、生徒は主体的に技術を向上させていく。運動が得意な子も苦手な子も置いていかない授業を心がけている。

このように、卓球、テニス、バドミントンといった個人種目の授業でも、協働性と創造性を育むことができる。様々な人とラリーをすることで、相手にとって打ちやすい球はどのような球だろう、どのような感じで打つと上手くいくだろう、ラリーを長く続けるためにはどのようにしたら良いだろう、と考える。かかわりあいを増やす工夫として、ひたすら打ち合いをする中で、近くの人とコツを話し合う時間を必ず設ける。動きの難しい“感じ”を、同じように難しさを感じている生徒たち同士で話し合うことで、相手はどのような部分にやりにくさを感じているのだろうか、という他者理解を深める。

教師から具体的な答えを伝えることはあまりなく、あくまでも現状の動きを伝え、じゃあどうしたら良い

のだろうか、というふうに質問を投げかける。生徒が主体的に考え、模索する過程にこそ、協働性や創造性が育まれるのではないだろうか。もちろん、生徒が考えるためにヒントを与えたりすることもある。3年生でバレーボールを選択している生徒に、落下地点に入るのが苦手な生徒がいた。そこで、「いつもボールがどこに当たっちゃう？」と聞くと、「頭に当たることが多い」との答えが返ってきた。「じゃあどうすれば良いのか」という会話の中で、生徒は自ら、もう少し下がって待つ、という答えを導き出した。

団体種目では、うまくいかなかった原因や作戦をチームで話し合い、どうしたらうまくいくのか考える、課題解決の時間をとっている。例えば、タグラグビー風の授業では、“攻め”と“守り”について考える際、休みのチームが、試合をしているチームのコート上での動きを記録し、その記録をヒントとしてチームに与えている。動きを可視化すること、それを客観視することは、自分たちの動きがどのようなものだったかを知り、どのように動けばゴールに辿り着けるのかを考えるヒントになる。

## 5.2. 自治会行事との関係

本校には、体育祭・文化祭・ダンスコンクールの3つの行事をまとめた輝鏡祭（ききょうさい）と呼ばれる自治会行事がある。教育目標にも「自主・自律の精神を備え、他者と協働していくことのできる生徒を育てる」とあるよう、本校の輝鏡祭は生徒主体で行われる。

ここでは運動系の行事に絞らせていただくが、体育祭は3学年をクラスごとの縦割りにして団を編成し、競技決めからルール、審判等、全て自分たちで行う。昨年度の反省を生かして新しくルールを追加したり、より簡易的にルールを改定したりするなど、状況や競技対象者に応じて、その都度ベストなものをつくるよう工夫している。ダンスコンクールは1,2年生がクラスごとにダンスを創作し、発表する。ダンスデザイナーと呼ばれる生徒が中心となって振り付けをしたり、衣装や音源もすべて自分たちでつくっていく。こうした行事での経験も、体育の授業で新しくルールをつくることへの抵抗のなさに繋がっているのかもしれない。

## 5.3. 3年生 種目選択制授業での様子

ここからは、2023年度の3年生の選択種目について、各種目で協働性や創造性が育まれたであろう具体的な生徒の様子を紹介していく。

### 5.3.1. バスケットボール

シュート練習にルールを加えてゲーム化していた。どのようなルールを足すと、ゲームがより活発になるのかみんなで話し合い、様々なシュートゲームを考案した。ある日の記述には『フリースローゲームは達成できなかった。少し基準の調整が必要かも？』とあり、その日のコンディションによってはなかなか上手くいかない日もあることが分かった。その中でも適宜ゲームに工夫を凝らして、毎授業のはじめに必ず行っていた。こうしたゲームにすることで、闇雲にシュート練習をするよりも、レクリエーション性や試合の緊張感などが生まれ、楽しく、そして真剣にシュート技術を向上させる練習になった。授業を重ねていくにつれ、バスケットボール部以外の生徒もシュートが入る確率が上がっていき、試合も盛り上がるようになった。

### 5.3.2. サッカー

経験者がいなかったため、分からないながらも自分たちで主体的に練習メニューを考案していた。マーカールの距離やパスする長さ、コートの大さはやってみないと調整できないので、まずは取り組んでみる。やっていくうちに、もっとこうしたら良いのではないかと、ここをこうしたら更に難易度が上がるのではないかと、とみんなで意見を出し合いながら常にブラッシュアップしていく様子がみられた。試合を行うと、毎回できないことや課題が出てくるので、それを振り返りシートにまとめ、次の授業で克服のための練習に取り組む、というM-T-Mの流れが自然と生まれていた。M-T-Mとは、M (Match), T (Training), M (Match)の略で、課題解決の方法の一つとして体育の授業でも使われていて、日本サッカー協会も推奨しているメソッドである。試合で出た課題を明確にし、その課題解決のために自分たちで練習を考えて実践し、次の試合でその効

果を検証する、というサイクルの中で、生徒は主体的に課題克服してくことになる。練習メニューを考える過程で他者と意見を出し合うという協働的な活動により、創造性の幅が広がった。経験者がいない中でも自分たちで試行錯誤しながら行うことで、協働性と創造性を身に付けることができたと言えるだろう。

### 5.3.3. 野球

選択制ということもあり正規の人数は集まらず、4対4で試合を行った。授業時間内に全員が守備と攻撃をできるように、そして全員に打順が回るように、3アウトだけでなく打順が2周してもその時点で攻守交代というルールが加えられた。人数も少なく審判もいない中、自分たちで試合を進めていくために、適宜ルールが加えられた。例えば、守備の人数はフィールドに対して圧倒的に足りないので、移動式のボールフェンスを使用し、球が守備の選手の間を抜けて遠くまで行かないよう、ルールだけでなく場の工夫も加えられた。少ない人数でも試合を成立させる、自分たちが試合を楽しむための工夫が生まれた。

### 5.3.4. モルック

モルックとは、モルックと呼ばれる木の棒を投げて、スキttlという数字が書かれた木の棒を倒して得点を加算していき、先に50点ピッタリになるまで得点した方が勝ちというゲームである。最初は正規のルールで行っていたが、徐々に慣れてきてただゲームをこなす単調な活動になってきた際に、「何か他のもので代替できないか」と声をかけたところ、体育倉庫にある投げられそうなものを片っ端から探し出し、授業ごとに違う球でゲームを行う、といった様子が見られた。本来、モルックを下から投げて倒すのがルールだが、ときにはサッカーボールを用いて足で球を蹴り、スキttlを倒す、といった様子もみられた。また、球状のものに限らずフリスビーを使うなどの工夫もみられ、教師の一言によって生徒の創造性が膨らんだと感じた。『ボールの特徴によってボールやピンにかかる力が変化することを実感できた。』という記述にもあるように、新たな視点や競技の多様なやり方を自分たちで生み出しながら行う活動になった。

### 5.3.5. フィットネス

毎回イヤホンをして各自のメニューに集中して取り組んでいた生徒たちが、ある日を境にコミュニケーションを取りながら同じメニューに取り組むようになった。その頃の振り返りシートには、『みんなで出来るのが学校の体育の良さだと思いました。』という記述があり、学校だからこその活動の価値を見出していた。各自鍛えたい部位が違うので個人で取り組んでいたが、週2回の授業を続けると、特定のトレーニングに詳しくなる。そのため、全員で行う際には一人が先導し、お互いに教え合う様子が見られた。個人で取り組むか集団で取り組むかは特に指定をしておらず自由だが、活動をしていくうちに協働することの価値に気づいたのであろう。

また、暑い日は激しい運動は避け、涼しくなってきたら運動負荷の高いトレーニングに取り組むなど、気温や気候に応じて運動の強度を自分で選択できるのも本授業の良いところである。3年生なので、受験前日に授業があることもある。『受験前日だったので、筋トレ系はお休みし、首や肩、足など色んなところを伸ばしてリラックスできるように努めた。』との記述にあるよう、環境だけでなく、その日の自分の体調やコンディションに合わせて適切な運動を行うなど、自己との対話によって運動を楽しんでいる様子も伺えた。

### 5.3.6. ダンス

授業の初回で自己評価の観点を決める際、主体的に学習に取り組む態度に対する評価観点を“みんなの動きを揃える”とした2人の生徒がいた。毎回2人で基礎の動きを確認した後、様々な曲に取り組んでいたが、それぞれ踊ってみたい曲があったため、2人で話し合い、個人で踊る時間も設けた。動きを揃えるという観点到捉われずに踊るというのは、それはそれで気持ちの良いことだと思うので、『1人で踊る時間と2人で踊る時間を両方作りながらこれからも楽しみたい。』という記述にもあるよう、1人で踊る気持ちよさもあることに気づいた生徒は、1人で踊る、2人で踊る、両方の楽しさを見出すことで、日によってその違いを楽しんでい



るようだった。また、『自分で動画を撮って見てみて、やっているつもりだった動きと全然違って驚きました。』という記述にもあるよう、ダンスは特に ICT の活用も多く見られた。

### 5.3.7. バレーボール

バレーボールはすべてのクラスで選択者がいたが、クラスによって重きを置く部分が異なることが分かった。毎回サーブ練習の時間を取り、試合でも全員がサーブに挑戦するというクラス。とにかくパスを繋ぐことを最優先とし、バレーボール正規のルールである 3 回以内に返球する、というルールではなく、3 回以上触っても OK というルールを作ったクラス。サーブは手投げで行うが、それ以外は正規のルールで行ったクラス等、クラスによって経験者や初心者、それぞれ人数の割合が違うため、それに応じて、その現状や難易度に合ったルールを話し合い、試合を行っていた。



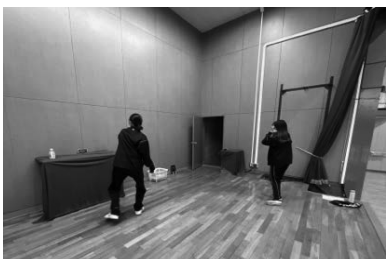
野球



卓球



インディアカ



ダンス



フィットネス



モルック



サッカー



バドミントン



バレーボール



ドッジボール



テニス



全体の様子

図 5 授業での活動の様子

## 6. これから

先述したような生徒の姿は、生涯スポーツへとつながっていく理想的な姿といえよう。そしてそれは生徒が体育の授業だけでなく、他の教科や学校行事、SSH 事業によって培われた協働性や創造性により支えられている。生徒自身もそれらの力が身につけているという実感があることは、学校の取り組みが生徒の協働性や創造性の育成に寄与している証でもある。それらの力をつけた生徒たちが、卒業した後を見据えながら運動に親しんでいるということが伝われば幸いである。

今後は他との複合で育成されている資質・能力の構造や関係性をみていくことで、体育の授業で育成されている資質・能力を明らかにしていきたい。

### 主な参考文献

- ・ 佐藤健太・丸山実花(2023). 「種目選択制体育授業における個別最適な学びと協働的な学び —新学習指導要領で求められる資質・能力に着目して—」. 『お茶の水女子大学附属高等学校研究紀要』 68.41-65
- ・ お茶の水女子大学附属高等学校(2023). 『令和元年度指定スーパーサイエンスハイスクール第5年次研究開発実施報告書』.
- ・ ユーザーローカルテキストマイニングツール. <https://wordcloud.userlocal.jp/> (2024年3月6日閲覧)
- ・ 日本モルック協会 『モルックについて』 <https://molkky.jp/molkky/> (2024年4月10日閲覧)