

体育の授業で培われる資質・能力に関する一考察

一生徒の記述からみる省察的思考力と内的統制感について

保健体育科 丸 山 実 花 ・ 河 西 静 香

学習指導要領では「生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現」が体育の目標とされており、卒業後も運動を継続するために必要な資質・能力を育成できるように、本校でも工夫して授業を行っている。今回は高校3年生を対象に、3年間の体育授業で育成された資質・能力（ICD コンピテンシー）を調査し、生徒がどのように体育の授業を捉えているかをまとめ、その要因と考えられる授業の在り方についてまとめた。生徒から最も多く挙げられたのは[協働性]、次いで[省察的思考力][内的統制感]であった。[省察的思考力]では、振り返りシートを活用し、自分や仲間の動きを分析して課題を見つけ、改善に努める姿がみられた。[内的統制感]では、技能向上の実感やそのための試行錯誤により、運動そのものに自信を得ている様子がみられた。

〈キーワード〉学習指導要領 コンピテンシー 種目選択制 学習の内省

1. はじめに

学習指導要領では体育の目標は「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」（文部科学省，2017）と定められている。「運動についての知識及び技能」「運動を実践するための思考力，判断力，表現力」「運動の楽しさや喜びを味わう態度」の3つの柱を体育の授業で指導することがその実現につながっているとしている。しかし実際のところ、「スポーツの実施状況等に関する世論調査（令和5年11月）」によると、20歳以上の週1日以上スポーツ実施率は52.0%，「障害児・者のスポーツライフ調査（令和5年12月）」によると、20歳以上の週1日以上スポーツ実施率は32.5%となっており、第3期スポーツ基本計画（令和4年3月25日）で目指す「成人のスポーツ実施率を週1回以上が70%程度（障害者は40%程度）となること」を十分に達成できていない状態である。

本校でも生徒が卒業した後もスポーツに親しみ続けるために必要な資質・能力が育成されることを念頭に授業を行っているが、実施にまでつながっていくためには趣向を凝らす必要があることはわかっている。「全国体力・運動能力，運動習慣等調査報告書（平成22年度）」などから、運動やスポーツに対して好意的になることは、運動実施頻度を高め、ひいては体力向上につながることを示唆されている。また、間瀬ら（2003）は、大学の授業で体育実技の授業を選択する学生はそうでない学生よりも健康や運動に対する意識が高いことを示している。つまり、運動やスポーツに肯定的な感情を持たせることや、健康や運動に対する意識を高めるような授業を展開することは、生徒のその先の運動参加を促すひとつの要因になり得る。

これまでも佐藤・丸山（2023）や丸山・河西（2024）において、生徒がどのように体育の授業を捉えているかをまとめてきたが、体育は様々な資質・能力の育成に寄与している可能性を見出している。今回も生徒の記述を分析することで、生涯スポーツへつながっていくような資質・能力が養われているのかを明らかにして、今後の授業改善に役立てたい。

2. 生徒の経験した本校の体育カリキュラム

今回の調査対象者となった生徒が本校で経験した体育の授業について、図1に示す。授業やカリキュラム

			1	2	3				4	5	6	7	8	9	10	11				12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23				24	25	26	27	28	29	30	31			
									※ 1						※ 2							※ 2							※ 3																
学年	担当教員	単位数	4月			5月			6月			7月			8月	9月			10月			11月			12月			1月			2月			3月											
1 年生	丸山	1	体力 テスト	ダンス 体 つくり	学年 合宿	ダンス	ダンス	※2 体 育 理 論	※2 体 つくり	※2 体 育 理 論	※2 体 つくり	ミニパ レー	※2 体 育 理 論	※2 体 つくり	ダンス	卓球	ダンス 卓球	卓球	期 末 テ ス ト・ 特 別 行 事 期 間・ 冬 休 み	バスケットボール	パ ド ミ ン ト ン	試 行 的 種 目 選 択 制	期 末 テ ス ト・ 特 別 行 事・ 春 休 み																						
	佐藤	1																						※4 選 択 Ⅰ	※4 選 択 Ⅱ	※4 選 択 Ⅲ	※4 選 択 Ⅳ	※4 選 択 Ⅲ	※4 選 択 Ⅳ																
2 年生	河西	1	春 休 み	体力 テスト	G・W	テニス	テニス	※2 体 育 理 論	※2 体 つくり	※2 体 育 理 論	※2 体 つくり	ジョギン グ& ウオーキ ング	※2 体 育 理 論	※2 体 つくり	ジョギン グ& ウオーキ ング	※4 選 択 Ⅲ	※4 選 択 Ⅳ	※4 選 択 Ⅲ	※4 選 択 Ⅳ	家庭学 習期 間																									
	丸山	1																			※4 選 択 Ⅱ	※4 選 択 Ⅲ	※4 選 択 Ⅳ																						
3 年生	河西	1	修 学 旅 行	体力 テスト	※1 体 育 祭 練 習	※4 選 択 Ⅰ	※4 選 択 Ⅱ	※2 前 期 教 育 実 習 期	※4 選 択 Ⅲ	※4 選 択 Ⅳ	※4 選 択 Ⅲ	※4 選 択 Ⅳ	※4 選 択 Ⅲ	※4 選 択 Ⅳ	※4 選 択 Ⅲ	※4 選 択 Ⅳ	※4 選 択 Ⅲ	※4 選 択 Ⅳ	家庭学 習期 間																										
	丸山	2																		※4 選 択 Ⅱ	※4 選 択 Ⅲ	※4 選 択 Ⅳ																							

3. 本学の示すコンピテンシー

4. 調査方法

A	批判的思考力	自分の意見や考えを、意識的に見直す力。自分の意見とは違う様々な意見を検討したり、意見に確かな根拠があるかを考えること。
B	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。
C	創造的思考力	新たな価値や優れた考えを生み出す力
D	他者理解	様々な他者の立場や考え方などを推測したり、理解したりすること
E	問題解決力	実際に起きた問題で、解決の道筋が明らかでないものを改善・解決できる力
F	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
G	省察的思考力	自らの活動を振り返って気づきを得る力
H	自己制御	望ましい目標を追求し、比較的望ましくない目標追求を抑制する力。よいことをして、よくないことをしないようにする力。
I	内的統制感	自分自身の行動がある成果や結果をもたらすという期待。自分でも頑張れば、様々な成果が得られるという感覚。
J	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。

- 56 -

5. 分析結果・考察

5.1. 結果の全体像

結果を図3に示す。[協働性]が60人と最も多く、ついで[省察的思考力]が39人、[内的統制感]が20人となっている。[協働性]はおおよそ学年の2人に1人が3年間で身につけた能力として選んでいることから、他者と協力して取り組む、他者との関わりから学ぶ、他者の存在あってこそ成り立つ本校の体育の特徴が表れていると言えるだろう。図1から、ジョギング&ウォーキング以外はチームスポーツであり、卓球やテニス、バドミントン等も前提として相手がいないと成り立たない競技であることに加え、授業では基本的にはダブルスを取り扱っている。こうした単元内容も[協働性]を選ぶ要因の1つになっているのかもしれない。

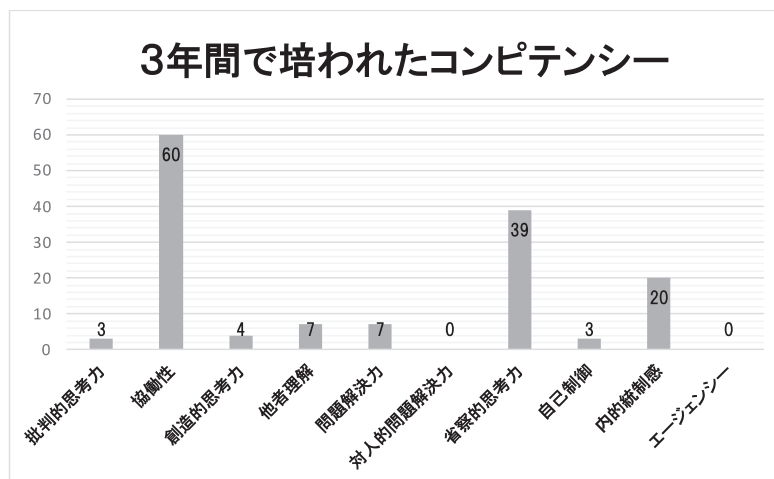


図3 2024年度の3年生が3年間で最も培われたコンピテンシー

[批判的思考力][創造的思考力][他者理解][問題解決力][自己制御]は数名の生徒が選択した一方で、[対人的問題解決力]と[エージェンシー]を選択した生徒はいなかった。[対人的問題解決力]とは、他者との意見や価値観の対立を解決することや、他者とのトラブルをお互いの立場を考慮して(win-winで)解決することである。スポーツ・運動に対する意見や価値観は人それぞれであるが故、時に同じ活動や練習をする中で意見の食い違いや対立が起こることがある。今回[対人的問題解決力]を選択した生徒がいなかったことに関しては、授業内で起こったそれらの対立を対立と捉えていなかったのか、はたまた対立してもその解決に苦労を要さなかったのではないかと考察できる。[他者理解]を選んだ生徒の記述に『それぞれの競技が得意なクラスメイトに教えてもらったり見て学んだり、自分が経験者のときは教えたりする中で、得意不得意やそれぞれのスポーツに対する考えの違いを尊重しながら一緒に楽しむことができた。』とあるように、対立する前に他者を理解し、お互いに尊重し合って取り組んでいた様子が分かる。

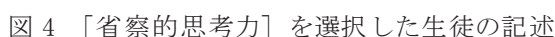
[エージェンシー]とは社会の一員として、社会がより良くなるよう考え行動し、社会に変革を起こす力である。科目としての目標に「生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続すること」とある中で、3年間の授業を通して少しでもスポーツの楽しさや喜びを味わうことができればと思いながら、誰とでもどんな場所でもスポーツを楽しむための工夫を凝らした指導を行なっている。自分たちで考えながら体を動かすこと、近くの人とコツを話し合う時間、チームで作戦を考える時間を設けるなど、生徒が主体となって取り組めるような授業を展開している。現状は皆目の前の種目に精一杯で、社会に変革を起こすという視点までは至らなかったのかもしれないが、生徒は3年間の授業を通して確実に、他者と協力しながら運動に取り組むための方法、課題解決に向けての思考、といった社会に出て役立つ能力を身に付けているであろう。

今回最も多くの票を集めた[協働性]に関しては昨年度の紀要でも検討したため、今年度はその次に多い票を集めた[省察的思考力]と[内的統制感]に着目し、考察する。なお、生徒の記述は3年間を概括的にみるものと特に3年生の時に経験した種目選択制の体育について記述するものとがいた。それだけ生徒にとって種目選択制の授業が印象的かつ学びが多かったのだということもあるが、混在していることをご了承いただきたい。

5.2. 省察的思考力

図4はICDが定義する10の資質・能力のうち、[省察的思考力]を選択した生徒の記述を、ユーザーロー

「考える」「書く」「できる」「思う」という動詞に並び、「振り返る」という言葉が大きく表示されており、毎回授業の後に記入している振り返りシートについての記述が多くみられた。振り返りシートとは、同じ種目を選択する人たちで2～4人のグループを作り、輪番制で授業の振り返りを記入するものである（図5）。生徒はその日の活動内容と自分たちで定めた観点に対しての評価を記入し、次の授業ま



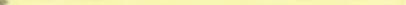
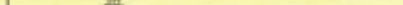
分析や振り返りだけでなく、『授業後の振り返りカードの記入などを通して出来るようになったこと、改善点を洗い出したことで次の授業も目的を持って取り組むことができた。』のように、目的設定のためにも振り返りシートが効果的であったことが分かる。目的を持って行うことは、ただ闇雲に種目を行うよりも、より効率的に技術向上を図ることができたり、次の授業でスムーズに活動を始めることにもつながるであろう。

「動き」「改善」「向上」「反省」「分析」という名詞からは、振り返りシートの他にも、他者との会話や活動の中から自身で得た気づきや分析を通して技術向上に取り組んだ様子が伝わり、『3年間を通して、自分のできていないことや苦手なことを丁寧に解決していくために、他の人の協力を仰いだり自分の動きを細かく確認したりしながら技術の向上に直結させることができた。』といった記述がみられた。できないことをできるようにしていく、その過程こそが生徒の思考力を伸ばし、時には他者と協力する力も育むのではないかと考える。

– 58 –

③

☆メンバー:

	
--	---

观点1 知識・技能

キーワード：内的統制感、体力の維持向上、試合方法、ルール、技術の名称、わかる、できる

- [illegible]

观点2 思考·判断·表现

キーワード：省察的思考、批判的思考、創造的思考、動きの分析、計画、調整、状況に応じた、生涯スポーツ

- ・ 革新的に点を打ったか? どうか?
- ・ バイタルズは自己の多量生産意識に商品力がない (70年代のヤバ)

観点3. 主体的に学習に取り組む態度 ※「授業に対して誠実に取り組む」ことは前提としています。

キーワード：共生、協働性、他者理解、協力、責任、健康・安全、公正、貢献、奉仕

- ・ 積極的に準備金付けが出来る
- ・ お互いにアドバイスをし合う

(前期・後期) 授業

[illegible]

図5 振り返りシート（3年種目選択制体育の例）

しさを見出している生徒も見受けられ、『特にバレーではサーブが強い人のターンになったら、レシーブの上手な人の守備範囲を増やしたり、キックベースでは打順を組む際に、4 番にいちばん飛ばしてくれそうな人を置いたりなどした。また選択のセパタクローは、人数が少なくまたもちろん経験者は誰もいなかったので、自分のプレーを何度も修正していった、省察的思考力を高めることができたから。』『特に 2 年生のキックベースでは、各状況に応じて、チームで作戦を立て、とりたい戦術をとれるようなキッカーのオーダーにしたり、相手が優勢なときは得点させないことを第一に考えたりと、頭脳戦をできて楽しかった。また、モルックについても同様に、自分の点数を上げることと、相手の得点を阻害することの両方を同時に考えながらゲームメイクをしていくことができ、協力プレーをし、協調性を高めながら楽しむことができた。』といった記述がみられた。2 年生で行ったキックベースの授業では、チームで作戦を考えてどのように点を取るのか／守るのかを考える時間を多く取っていたため、生徒が自ら省察する力を伸ばすことができた。技術の習得、向上はスポーツをやる上で必要なことであるが、限られた時間で仲間とともにスポーツを楽しむためには今ある技術をどのように生かしていくのか、持ち合わせている技能でどのように工夫して運動するのかという部分も大切になってくる。

“セパタクロ”や“モルック”といったマイナースポーツも、本校では毎年生徒のリクエストにより、用具を揃えている。今年度は他にも、パドルというラケットでプラスチック製の穴あきボールを打ち合う“ピックルボール”というスポーツや、段ボールで組み立てた枠内でゴールを競い合ったり、PANNA（パナ）と呼ばれ、相手の股にボールを通して得点するといったルールがある“ストリートサッカー”などが新たに加わった。いずれのスポーツも誰もが今までに経験したことがないスポーツのため、指導者や正解がない中で、周りとは試行錯誤しながら取り組んでいる。こうした活動も生徒の「省察的思考力」を広げ、深めているのではないかと感じる。誰も経験したことがないという意味では、スタート地点は全員同じである。そこからどのように上達できるのか、その上達次第で、次に述べる「内的統制感」も感じられるのではないかと考察できる。こうした新しい競技は、生徒たちの新たな創造性を引き出してくれる。

「内的統制感」に関しても、同じくユーザーローカルテキストマイニングツールによる分析を行い、ワードクラウドの図をもとに生徒の記述内容を考察した（図6）。「できる」という動詞、「自信」「実感」「練習」といった名詞が大きく示されている一方で、「苦手」というネガティブな名詞も同じ大きさで示されており、生徒の記述には『中学校までは「自分は運動が上手くないから」と考えてしまい、体育の授業に消極的だったが、お茶高での体育は自分たちで作っている感覚が強かったので、苦手でも練習を重ねたり、仲間と協力したりすれば成果が得られると実感し、体育の授業に前向きになれたから。』など、苦手を克服し、前向きに体育の授業に取り

図6 「内的統制感」を選択した生徒の記述

組んだ様子が窺えた。さまざまな競技に取り組み、その中から得意な競技を見つけてそれを極めること、自分でも頑張れば成果が得られること、そうした小さな成功体験が積み重なって、[内的統制感]が育まれるのではないだろうか。また、個人で上達を感じるだけでなく、『元々自分の運動神経に自信がなく、チームで試合をするときも相手に任せることが多かった。しかし、自分でも点を入れられたり、周りに「上手だね、いいじゃん」と声をかけてもらってから、自分もグループに貢献できることに気付けた。』『サッカーで自分のプレーがチームに貢献していると実感することがあり、自分の努力が結果につながるのだという感覚が培われた。』という記述のように、周りに貢献できているという自信を得られた生徒もみられた。「できるようになったこと」と、「できるようになったと感じることができたこと」は別物であると考えられよう。「できるようになった」としても、それを感じる、認識するかどうかは本人の感受性や自己省察力に大きく委ねられる。周りの仲間の励ましや称賛があったこと、そして自分を客観的に分析できたことで初めて「できるようになったと感じることができた」と言えるのではないだろうか。

『今までやったことのない種目でも授業での練習やゲームの中や友人との教え合いを通じて技を取得したりその技を高めたりすることができたから。また、取得していた技や技術などを授業を通じてさらに高める

ことができた。』など、お互いに教え合うことで相手の運動の感覚や気持ちを考えたり、どのように伝えれば相手が理解してくれるのかを考えたりすることで、自身の技術を客観的に捉えたり、動きを言語化する能力も同時に身につけることができ、「教える」ことで「内的統制感」が育まれたケースもみられた。

先述したよう、週に1回の種目と週に2回の種目があり、週に2回の種目は、多いクラスでは学期で20時間以上の授業が確保された。『あまりなじみがなかった競技でも、回数を重ねるにつれて少しずつ技を覚えたりして、戦略的に勝てるようになっていくのが面白かった。バレーボールでも、今までしていなかったスパイクやブロックに挑戦したり、サーブを安定的に打てるようになり、成長を感じた。』『私は基本的に球技が苦手で、特にバドミントンに関してはサーブを打つことすらままならなかったが、何度も練習をすることで高めのサーブから低めのサーブまで自分でコントロールをして打つことが出来るようになり、成功体験の一つとなったから。』『毎回の授業で試行錯誤を繰り返したり、上手な人から教えてもらうことで出来なかったことを克服できた時、ほとんど経験したことのない種目では特に、頑張ったからできるようになったという感覚が強くなった。』など、じっくりと競技に取り組み、練習を積み重ねることによって自信を得た様子が窺えた。

先述したストリートサッカーを選択した生徒の記述には、『ストリートサッカーの授業で、今までに体験したことのない競技を自分たちなりに学習するために動画を見たり、ストリートサッカー協会の方々の助言を参考にして、自分たちの能力向上に努めた。練習メニューも手探りで、効果があるか否かを検証する方法は持っていなかったが、それらを通して技術の向上を実感することができたので、自信につながった。』とあり、手探りの中、試行錯誤しながらでも個人で技術の向上を感じることができたという。予測困難な時代、正解がない問題に立ち向かうには、仲間とともに試行錯誤しながら「とにかくやってみる」ことが大切である。その中で、仲間とのコミュニケーションや「協働性」を学んでいくのではないだろうか。

6. 指導の工夫

6.1. 授業を組み立てる能力の育成

3年生の種目選択制体育では、授業を何回か重ねてこそ生徒は様々な工夫を凝らして練習する様子がみられたが、初めの段階ではひたすらラリーを続ける、試合を行う、といった様子がみられるため、自ら練習方法を考える訓練をしておく必要がある。そこで、3年生の種目選択制授業の実施に向けて、自らチームに必要な練習を考えることや、その場にいる人のレベルに応じたルールで試合を楽しむことを学ばせるために、今年度の2年生のキャッチバレーボールでは授業内容を工夫した。

全9回の授業の中で、始めの数回はバドミントンコートの大きさに3対3のミニバレーを行った。3人は毎回ランダムで決められ、その時に組んだ人たちで協力して試合を行っていく。試合に慣れてきた頃に、試合をしていく中での課題点と、その課題解決のための練習方法を考える時間を設けた。生徒たちはお互いに意見を出し合い試行錯誤しながら、各チームで考えた練習に取り組んだ。いつもは教師側が練習メニューを提示することが多いため、生徒が練習メニューを1から自分たちだけで考えることは初めてだったが、意外にもスムーズにそれぞれ工夫を凝らした練習や作戦を考えており、生徒の思考力を感じられた。終わりの5回はクラスを5つのチームに分け、正規コートでの6人バレーを行った。授業の時間を半分に分け、前半は練習、後半は試合という流れで行い、時間で場所を変えたりメニューを変えたりしながら、各チーム練習に取り組んだ。こうした授業では、授業の充実度、運動強度は生徒に委ねられる。

教員は体育館を回りながら、練習をより効率的に回す工夫、技能のアドバイス等を各チーム均等に声をかけるようにしている。練習している生徒たちに、ちょっとした並び方や回し方の工夫を伝えると、「なるほど!」と言って素直に取り入れ、練習を再開する。課題点とその解決のための練習を考えることはもちろん、どの

ように練習を回すか、チームを作るか、そうしたマネジメントの部分こそが、生涯にわたって仲間や、時には初めて顔を合わせる他者とスポーツをする際に必要なスキルではないだろうか。バレーボールは声かけや作戦次第で仲間のカバーができることや、初心者の生徒でも比較的練習メニューが考えやすいという点で、自分たちで練習・試合を回すという実践を行う良い機会になったと同時に、3年生の種目選択制授業につながる授業になった。



図7 バレーボールの授業での話し合いの時間

6.2. 振り返りの時間

体育における学習活動は、他教科と比較して運動として可視化されやすい側面を持つ一方で、その成果やプロセスが時間の経過とともに消失しやすいという特性も有している。たとえば、ゲーム中における瞬間的な判断は、身体の動き、目線（アイコンタクト）、発せられる声などを通じて、その場にいる他者と共有され、観察者にもある程度伝達される。しかし、それらは記録に残るものではなく、時間とともに消えてしまうため、学習としての定着を図るには、意図的な振り返りと記録が重要である。また、当該場面における判断や行動を振り返り言語化することは、自らの理解度を客観的に把握する機会となり、さらに他者と学びを共有するための一手段ともなり得る。こうした背景から、本校では1年次より、単元の途中に短時間の記述による振り返りの時間を設ける実践を継続している。

生徒の傾向として、初期段階では記述量が多くなるため、要点を端的に表現する練習も併せて行っている。生徒からは、「単元の初期はできるだけ多く書いてアウトプットすることで、自分の考えを整理したい。その後、単元が進むにつれて、自分にとって必要な要素を精査していきたい」という声があがっている。つまり、学習初期段階では何が重要であるかを判断することが困難であるため、まずは多く記述することで自身の思考を可視化し、その後の実践を通して繰り返し体験しながら、本質的に必要なものを見極めていくという方略を、生徒自らが志向していることがうかがえる。

このような生徒の言葉を踏まえると、すべての授業において一律に振り返りの記述時間を設ける必要はない可能性も示唆される。実践と記述のバランスを適切に取ることが、学習効果を高めるうえで重要であり、今後も生徒の様子を丁寧に観察しながら、体の動きと認知の両面における「わかる」感覚の育成、すなわち「かしこい身体」の形成を目指した授業実践を継続していきたい。

6.3. 種目選択制の授業の「種目」

先述の通り、特に3年生の種目選択制の授業では積極的に新たな種目を取り入れている。基本的にはこの世にあるスポーツすべてから選択可能だと幅を持たせている。つまり、1つの授業で同時に5つも6つも種目が展開されることになる。生徒は自分のやりたい種目を、同じような意思をもって選択している仲間と一緒に取り組むことができるため、その結果としてモチベーションを維持しながら授業に臨むことができている（ただし、球技などでは、人数が多い方が種目の楽しさをより味わえる場合があるため、その点については事前に伝え、選択を促している）。

種目の選択理由は生徒個々に異なるが、自ら選んだ種目に対する責任感やモチベーションが、運動に対す



図8 JFSA「できることを一つずつ」のページ

る積極的な姿勢を引き出している。しかしながら、実際にその種目を遂行する際には、必ずしも既存のルールが適用されるわけではないことが多い。例えば、自分たちの技能ややりたいことに合わせてボールなどの用具を他の種目のものと変える（今年度の例としては“バスケットボール”をバレーボールのボールを使用しておこなう）等、固定概念にとらわれることなく、柔軟な発想でルールや用具などをどんどん変えて、運動を楽しむことの重要性を常に伝えている。そのために、1 学年の授業ではわざと種目名に「もどき」をつけて示す等して、既存の種目だけがスポーツ・運動をすることではないということを伝えている。もちろん、公式ルールに則ることが目標となる場合もあり、公式ルールに基づく活動内容が憧れの対象となることもある。しかし、それが唯一の方法ではないことを伝え、生徒には多様な視点から運動に取り組む重要性を認識させている。

6.4. 専門家の招聘とそこからの発展性

今年度生徒からの提案を受け、新たな種目として“ストリートサッカー”を体育の授業に導入した。これは、「サッカーをしたいが、十分な人数が集まらない」という生徒の課題意識から生まれたものであり、生徒自身がインターネットで検索し、代替となる活動としてストリートサッカーの存在を見出したことに端を発している。

この種目は教員にとっても指導経験がなく、また当初は用具も不足していたため、導入にあたってはゼロからの準備が必要であった。そこで、インターネット検索を通じて見つけた日本ストリートサッカー協会（JFSA）に連絡を取ったところ、用具の貸し出しや実技指導の協力を得ることができた。

こうした背景からも、生徒の「やりたい」という声を教育実践に反映させるためには、外部の専門家を含む多様な関係者の協力が不可欠であることが示唆される。加えて、そのような協力を得る過程で、生徒自身が主体的に声を上げ、支援を求めるという経験を積むことも、重要な学びの一環であると考えられる。

もっとも、すべての授業において外部指導者を招聘することは現実的ではなく、授業の多くは生徒主体で進められることとなった。その際、生徒たちは既存の練習法をそのまま踏襲するのではなく、自らの技能や関心に応じて練習内容を調整・創出する工夫を行っていた。たとえば、公式には 5 分間とされているミニゲームを 3 分間に短縮したり、人数が奇数の場合には 1 対 2 の形式でゲームを行い、その中で役割分担を工夫するなど、与えられた環境の中で最適な方法を模索して取り組んでいた。このような実践の中では、生徒の「省察的思考力」や「創造的思考力」が育まれている様子がみられた。また、他の体育種目での学びが応用されていることも観察され、これまでの学習経験が新たな課題解決に生かされていることを示す好例であるといえる。

7. おわりに

本校の体育の授業で培われる資質・能力を生徒にきいてみたところ、「協働性」だけでなく「省察的思考力」「内的統制感」といったものを選択する生徒もいた。

坪井（2022）は、1980 年ごろに導入された体育の選択制授業を経験した卒業生に対して質問紙調査を実施し、当時の選択制授業が豊かなスポーツライフの実現には十分に寄与していなかったと指摘している。生徒の興味・関心に応じた種目を選ばせ、学習意欲を高めることや、有能感を高めることを目的として行われたが、技能向上を実感できるところまでは至らなかったことが要因であると考察している。一方、丹内ら（2021）は、生涯スポーツを見据えて、いつ・どこで・誰と・何をするかを考えながら運動する楽しさを身につけることを目指し、「共創スポーツ」の授業を展開した。生徒が自らスポーツやルールを創造・実施・改善していく過程で、「する」だけにとどまらない運動の楽しさを味わう授業となったことが報告されている。

本校においては、特に 3 年生の種目選択制の体育の授業において、生徒が自身の興味・関心に応じた種目

を選択し、技能の向上を実感しながら、共に学ぶ仲間全員が充実感を得られるような学習内容を自ら考案・実践する様子が観察されている。こうした授業では、運動への参加形態が単に「する」ことに留まらず、年間を通して「どこで・誰と・何をするか」といった視点を持ちながら主体的に活動を構築していくことが求められている。その結果として、生徒は自ら選択した種目に前向きに取り組み、技能向上の実感を得ながら、他者と協働して学ぶ過程において運動の楽しさを共有する姿が多く見受けられた。そのため「協働性」といった資質・能力の育成が認識されるだけでなく、自己や他者の身体や運動技能の変化を振り返り言語化する活動を通じて、「省察的思考力」や「内的統制感」といった、より内面的かつ認知的な資質・能力の伸長を自覚する生徒がいたと考えられる。

このように、本校の体育の授業は、生徒の主体的な選択と協働的な学びを基盤としつつ、認知的側面を含めた資質・能力の多面的な育成を可能とする教育的意義を有していると考えられる。実際、2024年度の3年生では、「運動やスポーツをすることは好きですか」という質問に対して86%が、「体育の授業は楽しいですか」には94%が肯定的な回答を示している。一方で、「運動やスポーツをすることは得意ですか」については、半数以上が「苦手」と答えており、技能面の課題は残るものの、苦手であっても運動が好きだと感じる生徒が多いことがうかがえる。また、最近では休み時間に体育館を利用する生徒も増加しており、運動やスポーツを楽しみたいという意欲の高まりを実感している。

今後もこのような授業展開を継続できるような生徒を育成していくとともに、そのために我々教員が行っている取り組みを、可視化・言語化し、共有・検証していきたい。また、技能面の向上について、「苦手」と回答する生徒に関して、体を自分の思うように動かすことが苦手なのか、特定の種目だけが苦手なのか、といった背景をより細かくみていくことで、体育の在り方や指導の内容が変化していく可能性もある。

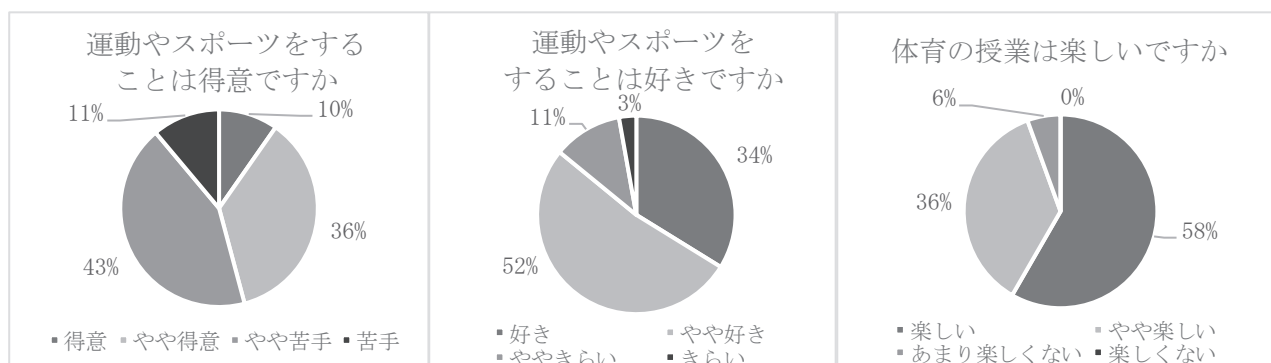


図9 「運動やスポーツをすることは得意／好きですか」「体育の授業は楽しいですか」の回答結果

主な参考文献

- ・ 一般社団法人日本ストリートサッカー協会 <https://www.streetfootball.jp> 2025年4月3日閲覧
- ・ お茶の水女子大学 コンピテンシー育成開発研究所 令和5年度 年次報告書
- ・ 丹内周子・辻岡夏彦・判勇雅(2021)「生涯スポーツにつながる体育の授業を目指して多様なスポーツの在り方」. 金沢大学附属高等学校高校教育研究 (72). pp25-32.
- ・ 坪井恭紀(2022).「高等学校におけるより望ましい体育選択制授業を探るー卒業生対象の質問紙調査から見えてくるものー」. 一般社団法人 日本体育・スポーツ・健康学会第72回大会 予稿集. p370.
- ・ 間瀬知紀・千葉英史・宮内一三・灘英世・安田忠典(2003).「大学生の健康と運動に関する意識調査：選択制体育実技における履修者と非履修者の比較」. 日本体育学会大会号 54. p595.
- ・ 丸山実花・河西静香(2024).「体育の授業で培われる資質・能力に関する一考察ー生徒の記述からみる協働性と創造性の育成ー」. お茶の水女子大学附属高等学校研究紀要 69. pp69-79.