

解説

附属中学校 1年 保健体育科

タイトル：「タイムアタック！走って跳んで君が主役！」

授業者：森 祐樹 教諭

解説タイトル：

自己を問い、仲間と高める

—ハードル走におけるコンピテンシーの育成—

コンピテンシー育成開発研究所
特任講師 Claudia Gherghel

「陸上競技 短距離走（ハードル走）」は、走りを客観的に捉え直す思考と、仲間と支え合いながら改善を図る協働のプロセスを重視した授業構成となっている。本実践において中核となるのは、批判的思考力と協働力を基盤としながら、内的統制感とエージェンシーへとつなげていく学びの構造である。

まず、**批判的思考力**とは、与えられた情報や自らの経験を根拠に基づいて吟味し、多面的に検討しながらより妥当な判断へと更新していく力である。本単元では、50m 走の記録から目標タイムを算出し、その達成可能性を検討する活動や、動画・写真資料を活用してプロ選手のフォームと自分の走りを比較する場面が設定されている。事実に基づき仮説を修正しながら行動を更新する過程が、批判的思考力の育成につながっている。同時に、協働力の育成も明確に意図されている。**協働力**とは、共通の目標に向けて他者と対話し、役割を分担・調整しながら、互いの力を生かして成果を創り出す力である。本授業では、タイム測定や動画撮影を分担し、フォームの観察や助言を行う活動が組み込まれている。技能差がある中でも、互いの目標や努力を尊重し合い、改善を支え合う関係が形成されることで、個の成長と集団の高まりが結びつく学習環境が構築されている。

さらに本実践の意義は、こうした思考と協働の積み重ねが、生徒の内的統制感とエージェンシーの育成へとつながっている点にある。**内的統制感**とは、自らの努力や工夫が結果をもたらすという感覚であり、学習に対する主体的な姿勢を支える心理的基盤である。目標タイムを自ら設定し、分析と改善を重ねた結果として記録が向上する経験は、自分の働きかけで成果は変わるという実感を生み出す。また、**エージェンシー**とは、自らの意思で行動を選択し、周囲に働きかけながら未来を切り拓いていく力である。生徒が課題を見つけ、改善策を考え、仲間と協力しながら挑戦を続ける姿は、まさにその萌芽といえる。

このように本実践では、記録向上という成果の背後で、思考・関係性・主体性が統合的に育まれている点に、本単元のコンピテンシー育成上の意義があるといえる。