

「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善

～保健分野における指導と評価の工夫～

相模原市立上溝中学校 教諭 幾田貴洋

1. はじめに

相模原市立中学校教育研究会保健体育科研究部では『主体的・対話的で深い学び』の実現に向けた授業改善 ～保健分野における指導と評価の工夫～を柱に研究を進めている。保健分野での各観点の評価規準の設定や見取る方法、評価のタイミングや指導・評価方法を6グループに分かれて協議や教材研究を行った。指導と評価の一体化を目指した授業研究を行う中で、生徒たちにとってより良い学び、信頼性のある評価へとつなげていけるよう取り組んでいる。

2. 研究の概要やねらい

本研究では、学習指導要領の「学びに向かう力、人間性等」に焦点を当て、保健分野における「主体的に学習に取り組む態度」の評価と指導方法に重点を置いた。本研究にあたって、私自身が「主体的に学習に取り組む態度」を評価する際には、授業中の観察を評価資料の一つとしているところがある。今回は観察だけでなく、形（記録）として残す評価資料の検討と、指導と評価の一体化が図れる授業について、本市の研究の中の「主体的に学習に取り組む態度」を扱う2グループの授業実践から授業検討を行い、研究を進めた。

3. 研究について

(1) グループ①での研究について

単元を「第1学年 (1)健康な生活と疾病の予防 (イ)生活習慣と健康」とし、指導法、授業展開の検討及び授業実践を行った。

ア 指導法、授業展開の検討

国立教育政策研究所より出されている『指導と評価の一体化』のための学習に関する参考資料より、「主体的に学習に取り組む態度」については単元全体で評価し、診断的評価、形成的評価、総括的評価で見取るとされている。今回は総括的評価に着目し、「生活習慣と健康」の単元の5時間計画の5時間目で行う「調和のとれた生活」の授業で研究を行うことにした。

1時間目から4時間目の授業で得た運動、食事、休養・睡眠の知識を活かし新たな課題の解決に向けて、生徒一人一人が主体的に取り組み、発表することを評価の対象にした。その際に、タブレットPCを活用し、付箋共有ソフトで考えをまとめ、班で共有させることで、形（記録）として残る評価資料にする方法を検討した。

イ 授業実践

学習指導要領では、「学びに向かう力、人間性等」に関する資質・能力の育成についての目標を「生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。」としている。本時の授業実践では、「運動、食事、休養・睡眠の間にはどのような関係があるか、前授業までに学んだ知識を活かし、実生活に結びつけ発表することができる」を学習のねらいとした。



授業の展開では、調和のとれた生活をおくるためにそれぞれの関連性を考え、今の自分の生活と、未来の理想の自分の生活を付箋共有ソフトでまとめ、発表用資料を作成した。また、班で発表し合うことを通して考えを深めている場面があった。考えをまとめるにあたって、その根拠となるものをいままでの学習から得ることや、タブレット PC を活用して生徒自身で調査することを促していた。

判断の目安	
A：十分満足できる	「健康の成り立ち・運動・食生活・休養睡眠」で学んだ知識をもとに、よりよい日常生活を考え実生活と結びつけ理由を伝えることができる。
B：おおむね満足できる	「健康の成り立ち・運動・食生活・休養睡眠」で学んだ知識をもとに、自分の考えを他者に伝えることができる。
C：努力を要する	学んだ知識を生かせず、その場の考えのみ伝える。または、書くことができる。

上記の判断の目安を念頭に置き、生徒が主体的に学習に取り組めるようにするための工夫として、前時までの学習のふりかえりを生徒自身で行う時間を設けるとともに、班活動の際には、「3つの【な】プラス」として、「なぜそれを書いたの?」「なぜそう思ったの?」「なるほど!」「プラス書き(相手の意見に書き加えること)」のポスターを黒板に掲示し、互いの意見をより深め合える仕組みづくりをすることで、生徒の意見が生徒同士の会話の中で深まっていくよう働きかけていた。

ウ 今後の課題の検討

タブレット PC の活用により、課題を投げかけることや生徒同士の意見の共有が簡単になり、主体的に学習をするきっかけにすることができたが、言葉をまとめられない生徒や文章を書けない生徒への支援が欠かせない。しかし、形（記録）として残るものを作成させることや、班での話し合い・学び合いの時間を多くとる授業展開にすることで、生徒一人一人の発言を拾いやすい印象があった。付箋共有ソフトで作成した資料だけでは生徒も時間内に書き切れない思いもあるため、聞き合う姿や話し合う姿の見取りを行うことを続ける必要があると考える。



(2) グループ②での研究

単元を「第1学年 (2)心身の機能の発達と心の健康 (エ)欲求やストレスへの対処と心の健康」とし、指導法、授業展開の検討及び授業実践を行った。

ア 指導法、授業展開の検討

本実践も総括的評価に着目し、「心と体の関わり」の授業で研究を行うことにした。本時の授業では、心と体がどのように影響し合っているのかについて、「①他者観察」と「②自身の実体験から今後の対処法を考える」の2つの活動を通して学習を進めた。その中で、生徒一人一人が今後の生活に活かすための具体的な対策を考え、班で共有し合うことを評価することにした。その際、単元を通して毎時間の学習で記録する「保健分野 単元学習カード」と、本時のみ使用する『心と体の関わり』ワークシートを用いて意見共有をさせることで、形（記録）として残る評価資料にする方法を検討した。

イ 授業実践

本時の授業実践では、「心と体の関わりについて、健康に関する資料などを見て理解し、これからの生活に活用する方法を考える」ことを学習のねらいとした。「①他者観察」の活動では、身体に起きる反応には、その時の緊張感や不安感などが関わっていることを体験できるよう、教員から指名された生徒が起立して質問に答える様子を観察し合い、その様子を単元学習カードに記述した。「②自身の実体験から今後の対処法を考える」の活動では、実生活において緊張や不安を感じた場面を思い出し、それらにどう対処するかを個々で考え、班で共有し合った。その際、ワークシートを活用し、生徒一人一人が考えをまとめるとともに、仲間と共有し合うことで考えを深めている場面があった。

保健分野 単元学習カード

1年__組__番 名前_____

単元名：心の健康

- 単元目標：(1) 心の健康について、理解することができるようにするとともに、ストレスに対処する技能を身につけることができるようにする。【知識・技能】
- (2) 心の健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりすることなどと関連付けて、解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを伝え合うことができるようにする。【思考・判断・表現】
- (3) 欲求やストレスへの対処などの心の健康について、自他の健康の保持増進や回復の学習に自主的に取り組もうとすることができるようにする。【主体的に学習に取り組む態度】

1. 達成したい目標

【学習前の課題】心の健康を保つために、普段どのようなことをしているのかを書き出してみよう！



2. 学習の記録

内 容：心と体の関わり

学習日：R__年__月__日

ねらい：心と体は、どのような影響を与え合うのか理解しよう。

学習前

授業を終えて



やってみよう！ こんな時、あなたはどうなるだろう？

◎総合の調べ学習をみんなの前で発表する時

緊張レベル	低い	・	高い
-------	----	---	----



緊張レベルを最適にするために 自分に必要な対策！	
-----------------------------	--

- 考えてみよう！
- ① 普段の生活で、緊張や不安を感じる、集中力できないなどの場面を思い出そう。
 - ② その時、心や体がどのように変化するのか記入しよう。
 - ③ ②の状態が、改善できるような方法を考えよう。

◎	
緊張レベル	低い ・ 高い
心や体の変化	



緊張レベルを最適にするために 自分に必要な対策！	
-----------------------------	--

判断の目安	
A：十分満足できる	学習したことから具体的な例を挙げ、今後の生活に活かそうとしている。
B：おおむね満足できる	学習したことを今後の生活に活かそうとしている。
C：努力を要する	学習内容を理解したところで留まっている。

上記の判断の目安を念頭に置き、「実生活をよりよくするための有効な方法について、実体験をもとに自ら考えること」「考えた内容を仲間と共有し合い、さらに考えを深めること」を生徒に促すために、日常生活で起こりそうな場面から、緊張や不安などへの対処法を考えることで想像しやすく、自ら考えることにつながっていたと感じる。

ウ 今後の課題の検討

今回活用した形（記録）に残る評価資料と、観察から見取る評価資料のバランスについては、今後も検討が必要だと感じた。また、本時のような身近なテーマであっても、考えたことを文字化・言語化することが苦手な生徒や、普段からスポーツの試合や学習発表の場に立つ経験の差があり、学習したことと実生活を結びつけることが難しい生徒は記述も悩んでいるように見えた。さらに、判断の目安の設定について、評価の違いを明確に示すことも今後検討の余地がある。

判断の目安の設定例

A ⇒ 『学習したことから具体的な例を挙げて、今後の生活に活かそうとしている。』

A° ⇒ 『Aの内容に加え、他者の健康にも配慮した視点で考えている。』

具体的な記述例

(A評価)

「発表の場で緊張しないためには、人に聞いてもらっていることを想定し、鏡の前で何度もくり返し発表の練習をするようにする。」

(A° 評価)

「また、他の人が発表する時には、その人が安心して話ができるように、話し手の方を向き、相槌を打ちながら話を聞くように心がける。」

4. 研究の成果と課題

(1) 研究の成果

「主体的に学習に取り組む態度」における形（記録）として残す評価資料やそれらを判断する目安を設定することで、観察による評価の裏付けにもなり、より信頼性のある評価にすることができた。また、生徒にどのような内容の資料を作成させるか事前に計画することで、生徒にどのような指導や支援が必要かを考えることができ、指導と評価の一体化を図ることができたのではないと思う。

(2) 今後の課題

生徒が学んだ知識を基に思考・判断・表現することを通して、主体的に学習に取り組む態度が現れると感じた。しかし、知識が伴わない生徒、文字や言葉での表現が苦手な生徒でも毎回の授業に真剣に取り組む、班活動で活発に話し合う姿があることから、観察による評価（見取り）は欠かせない。その中で、生徒一人一人への支援や評価の工夫が必要であると考え。引き続き、指導と評価をつなげて考え、タブレットPCの活用方法や生徒へ投げかける言葉がけを探求していきたい。



5. 引用・参考文献

- ・文部科学省 「中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保健体育 平成29年7月」
- ・文部科学省 国立教育政策研究所 教育課程研究センター
『指導と評価の一体化』のための学習評価に関する参考資料 中学校 保健体育 令和2年3月」
- ・佐藤 豊 「新3観点の学習評価完全ガイドブック 中学校 保健体育」