

保健体育科授業における「振り返り」の有効活用

一 高等学校「陸上競技およびバレーボール」単元を事例として 一

学籍番号 249347

氏 名 蜂須賀 辰政

主指導教員 林 洋輔

副指導教員 井上 功一

1. 背景・目的

1.1 本研究の背景・目的

わが国の高等学校における保健体育科は、各学習指導要領の改訂を通じて、その目的や指導内容の重点が段階的に変化している。2009 年告示の学習指導要領では、「生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質・能力の育成」が示され、運動の楽しさや技能の習得を中心とする学習が重視されていた。そして 2018 年告示の学習指導要領においては、「主体的・対話的で深い学び」の実現が学校教育全体の中心理念として掲げられ、体育科においても学習者が自身の学習過程を内省し、自ら課題を見だし、次の学習へとつなげる思考プロセスの育成がより強く求められるようになった。特に高等学校の保健体育科では「思考力・判断力・表現力等」の育成が指導の柱として位置づけられ、学習者が学びの過程における内省、振り返りなどの学習プロセスの自律的な調整能力が重視されている。

このような教育的要請の変化の中で、保健体育科における「振り返り」は学習者の学びを深めるための重要な手立てとして注目を集めている。そこで今回の教育実践研究の目的は、高等学校の保健体育科における「振り返り」を授業改善に結び付ける循環型学習過程が、生徒の学習意欲・学習行動にどのように寄与するのかを明らかにすることとした。

2. 研究方法

2.1 研究対象

対象は実習校である大阪府立S高等学校の二年生男子11名（陸上・水泳科目選択者）、三年生女子7名（演習C科目選択者）の計18名であった。対象研究授業は令和7年10月から11月の間に実施し、期間中に全20コマ（10コマ×2クラス）を対象授業として行った。

2.2 研究手順

実践授業前後において、「主体的な学習への関与」「自己決定感・課題意識」「仲間との関わり」「学習の有用感・満足感」の4つの観点から捉えた学習意欲の変化を測定した。また、事後調査時のみ振り返り方法に関する測定もあわせて行った。

すべての実践授業において、一時間目に導入、二時間目に質問紙、三時間に Google Form、四時間目に口頭による振り返りを実施し、「次回学びたいこと・教えてほしいこと」を前述の方法によって記述させ、得られた振り返り内容を次回の授業に反映する構成とした。振り返りを単なる事後的活動にするのではなく、「振り返り-授業改善-次時の実践」という循環的な学習過程として位置づけた。加えて、授業冒頭で前時の振り返り意見を全体で共有し、生徒が感じていた学習課題を可視化したうえで、課題改善につながる活動を選択し授業を展開することとした。

3. 結果及び考察

3.1 学習意欲の変化

学習意欲アンケートの量的指標では、実践授業前後において「主体的な学習への関与」「自己決定感・課題意識」「仲間との関わり」「学習の有用感・満足感」の4つの観点に有意差は見られなかった。その要因として、初期値の高さによる天井効果や、介入の期間・回数の制約により変化が数値に表れにくいことが影響した可能性が考えられる。

3.2 振り返り方法別の測定結果

事後調査で行った振り返り方法の測定からは、方法ごとに役割の違いが示された。質問紙は「正直さ」が、Google Form では「次につながる」が、口頭では「取り組みやすく手軽」が高い傾向がみられた。このことから、口頭は振り返りをしやすくする一方で、深く考えるには文章で整理する時間が必要となること、Google Form は次時の希望や改善案を言語化しやすいこと、質問紙は安心して書ける感覚や慣れが影響しうることを示唆された。したがって、振り返り方法は単一に固定するのではなく、学級の実態やねらいに応じて選択することが有効であると考えられる。

4. 結論と今後の課題

以上の結果から、振り返りで得られた「次回学びたいこと・教えてほしいこと」を授業冒頭で共有し、学習課題として可視化したうえで次時の活動に反映する循環型の学習過程、生徒の課題意識を具体化、改善提案や学習の見通しを伴う振り返りを促す意義が示唆された。今後は量的変化が表れにくい条件を踏まえた評価指標の工夫、振り返り記述の分析手続きを複数名で行うなどの精緻化、実施環境（ICT 等）の条件整備を進め、循環をより安定して機能させる授業設計を検討する必要がある。