



教科における探究的な学習の充実

実践編



保健体育科(体育)

1 単元 「陸上競技(長距離走)」[入学年次(第1学年)]

2 単元の目標

- (1) 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。長距離走では、自己に適したペースを維持して走ることができるようにする。
- (2) 動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。
- (3) 陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。

3 評価規準

知識・技能		思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
○知識 ①技術と関連させた運動や練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。	○技能 ①リズムカルに腕を振り、力みのないフォームで軽快に走ることができる。 ②自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ることができる。	①動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。 ②体力や技能の程度等に配慮して、仲間とともに陸上競技を楽しむための方法を見付けている。 ③陸上競技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。	①陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ②一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ③健康・安全を確保している。

4 単元の指導と評価の計画

()は指導に生かす評価

時間	問い・主な学習活動〔評価方法〕		評価			
			知	技	思	態
1	単元全体の問い(学習課題)	なぜ、あなたは走るのか？	①			(①)
	学習課題の解決に向けて、単元の学習の見通しをもつ。					
	問い(学習課題)	自己に適したペースを維持して走るとはなぜ大切なのか？				
	陸上競技の学習に自主的に取り組む姿勢を身に付け、技術と関連させた運動や練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることを理解する。〔観察、学習カード〕					
2	問い(学習課題)	自己にとって適切であると思われるペースよりも少し遅いペースで走るとどうなるか？		(①)		
	自己にとって適切であると思われるペースよりも少し遅いペースで走り、自己の状態(脳(感覚)・身体・精神)を理解する。					
3	問い(学習課題)	自己にとって適切であると思われるペースよりも少し速いペースで走るとどうなるか？				③
	自己にとって適切であると思われるペースよりも少し速いペースで走り、自己の状態(脳(感覚)・身体・精神)を理解する。〔観察、学習カード〕					
4	問い(学習課題)	自己に適したペースとは？		(②)	①	
	自己に適したペースを維持するための自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。〔観察、学習カード〕					

時間	問い・主な学習活動〔評価方法〕		評価			
			知	技	思	態
5	問い(学習課題)	1時間目に記録した自己の状態と変化したことはあったらうか？		①		
		ペースを維持して走りながら自己の状態を記録することで、自己や仲間の課題を発見する。〔観察〕				
6	問い(学習課題)	走る目的を設定するために着目する要素とは？～課題設定編～			(3)	
		陸上競技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付ける。				
7	問い(学習課題)	走ることによって得られる副次的効果とは？～仮説設定編～			(3)	
		着目する要素を基に2～4人のグループを編成し、走ることによって得られる副次的効果について仮説を立てる。				
8	問い(学習課題)	副次的効果を検証するための方法とは？～検証計画作成編～			②	
		副次的効果が得られたかどうかを判断するための検証計画をグループで作成し、ペースを維持して走る活動を通して、体力や技能の程度等に配慮して、仲間とともに陸上競技を楽しむための方法を見付けている。〔観察、学習カード〕				
10	問い(学習課題)	検証結果から分かったことは何か？～仮説検証編～		②	③	
		自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走る活動を通して、自己の課題の解決に向けて仮説を検証し、陸上競技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付ける。〔観察、学習カード〕				
14	問い(学習課題)	探究的な学習で学んだことは何か？～検証結果提案編～			①	②
		自己や仲間の課題と成果を共有し、走る際のモチベーションの高め方や目的の選択方法を提案する活動を通して、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認め合う。〔観察、学習カード〕				
15	単元全体の問い(学習課題)	なぜ、あなたは走るのか？	①			①
		今までの学習を振り返り、自己に適したペースで走り、長距離走に対する意識の変容を把握することで、主体的に学習に取り組む態度を身に付ける。〔観察、学習カード〕				

《本単元における探究的な学習について》

陸上競技の学習に主体的に取り組むことができ、特に長距離走が苦手な生徒が前向きな意識をもつようにすることを目的として、本単元では、「なぜ、あなたは走るのか？」という単元を貫く問い(学習課題)に対して、探究的な学習の過程を設定した。1～5時間目では、ペースを維持して走るための知識及び技能の習得に主軸を置いて学習し、6～14時間目では、運動を継続していくための考え方や方法などについて課題を設定して協働的に学習し、その結果から見いだしたことを仲間に提案する展開とした。そして、15時間目には、再度、単元を貫く問いである「なぜ、あなたは走るのか？」と向き合い、単元全体を振り返る時間とした。

なお、学習指導要領解説には、長距離走についての技能の習得とともに、これまで学習した知識や技能を活用して、学習課題への取り組み方などを工夫し、自己や仲間の課題の発見や解決に向けて考えたことを、他者に分かりやすく伝えられるようにする、思考力、判断力、表現力等の育成が示されている。この単元では、これらの資質・能力を育成するために、※体育の見方・考え方を働かせて学習課題を追究し、長距離走の単元全体を通して、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを維持するための資質・能力の育成を目指している。

※体育の見方・考え方

生涯にわたる豊かなスポーツライフを継続する観点で踏まえ、「運動やスポーツを、その価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす役割の視点から捉え、自己の適性等に応じた『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方と関連付けること。」

5 学習活動の実践と指導のポイント

1～5時間目

最初に単元を貫く問いである「なぜ、あなたは走るのか?」について考え、単元の見通しをもつ場面を設定した。その後、知識及び技能の習得を目指し、自己に適したペースを見付ける展開で授業を進めた。リズムカルに腕を振り、力みのないフォームで軽快に走ったり、呼吸を楽にしたり、走りのリズムを作ったりする呼吸法を取り入れて走ることができるようにするために、動きなどの自己や仲間の課題を発見する場面を設定した。

また、生徒たちは、ボイスレコーダー等を携帯して、自己に適したペースよりも遅いペースや速いペースで走り、脳(感覚)・身体・精神の状態を自己把握シートに記録し、走っている際の自己の変化を振り返る場面を設定した。

なぜあなたは走りたくない(走りたい)のか? 自己把握シート

1 km	2 km	3 km	4 km	5 km	6 km	7 km	8 km	9 km	10 km	11 km	12 km	13 km	14 km	15 km	16 km	17 km	18 km	19 km	20 km
脳																			
感覚																			
身体																			
精神																			

自己把握シート

自己に適したペースを見つけよう

4桁番号	氏名
自己に適したペース	1 kmのタイム 1周のタイム 心拍数
自己に適したペース 達成○	脳(感覚)・身体・精神 自身の状態を記入
自己に適したペース 未達×	脳(感覚)・身体・精神 自身の状態を記入

振り返りシート

6～14時間目 探究的な学習

探究的な学習の過程

6時間目

① 目標の確認

② 課題設定

7時間目

③ 仮説の設定

8～9時間目

④ 実験計画立案

10～13時間目

⑤ 実験(活動)

⑥ データの処理

⑦ 個人で考察

⑧ グループで考察

14時間目

⑨ 発表(提案)

⑩ 振り返り

6時間目 [探究的な学習の課程①②]

この時間の最初に、ルーブリック(p.7の6を参照)を用いて、探究的な学習の目標を確認する場面を設定した。その後、「走る目的を設定するために着目する要素とは?」という問い(学習課題)に対して、生徒がこれまでに学んだ知識・技能や学習カードを活用しながら自己に適したペースを設定し、ペースを維持して走る場面を設定した。そして、走る目的を見付けるため、着目したい要素の大枠を「脳(感覚)、身体、精神」と設定し、生徒たちはそれらの要素から1～2つを選び、関連する具体的要素を話し合いながら決定する展開で授業を進めた。

◎指導のポイントと生徒の様子◎

生徒にルーブリックを用いる目的、判断基準の意味などを丁寧に説明し、生徒が活動の見通しをもてるようにした。また、着目したい具体的要素については、その例を示し、グループでの話し合いが円滑に進むよう、支援した。

生徒たちは、前時までに使用した自己把握シートや振り返りシートを活用し、問いを解決するために着目したい具体的要素について活発に意見を交換していた。

《着目したい具体的要素の例》

- ①脳(感覚)的要素 : 感覚器官から得られる情報 等
- ②身体的要素 : フォーム、ペース、呼吸法 等

課題設定編

【メンバー】	4桁番号	氏名
ペース	1509	
着目したい要素	脳(感覚)	気持ちいい
	身体	痛みないよう(一定ペースで調整)
	精神	楽い
要素決定理由	気持ちよく走るために痛みなく(一定ペースで調整)	
仮説設定	無理なく一定ペースで走れば痛みなく気持ちよく走れる	

学習カード(課題設定編)

7時間目【探究的な学習の課程③】

この時間は、前時に定めた着目する要素を基に2～6名のグループを編成し、自己に適したペースを維持して走る中で、具体的要素から得られる副次的効果について仮説を立て、学習カードにまとめる展開で授業を進めた。

【生徒の考えた仮説の例】

- ・ATP生成のための呼吸法に着目し、呼吸回数を抑えることで酸素を効率よく取り入れることができる。自己に適した疲れない呼吸法を見付けることで、走ることが辛くなり、生涯にわたって長距離走に親しむことができるのではないか。
- ・自己に適したペースを維持して走ることで、記憶力が向上し、そのことで走る新たな目的が見いだされ、長距離走に対してより主体的に取り組むことができるようになるのではないかな。
- ・自己に適したペースで走ることによってストレスの軽減につながり、継続して走ることができるのではないかな。
- ・仲間とともに走ることが「楽しさ」につながるのではないかな。

◎指導のポイントと生徒の様子◎

仮説を立てる際には、学習カードに記入した「着目したい要素」と「要素決定理由」を踏まえたものになっているかどうかを確認しながら作成するように指導した。仮説を立てられないグループには、走り終えた後、爽快感と脳内神経物質の関係に着目するなどの具体例を示し支援した。また、失敗を恐れず、自由な発想で感じたままに仮説を立ててほしいと繰り返し伝えた。



生徒は、グループ内で、それぞれが走った際の状態と今までに学んだ知識を出し合い、活発な意見交換や議論をしている様子が伺えた。また、仮説の設定の際には、「生活習慣病などの予防と回復」や「精神疾患の予防と回復」等の保健の学習との関連を図っているグループも見受けられた。

8・9時間目【探究的な学習の課程④】

この時間は、ペースを維持して走る活動を通して、体力や技能の程度等に配慮して、仲間とともに長距離走を楽しむための方法を見付け、グループで立てた仮説を検証するための準備の時間とした。グループで立てた仮説に基づき、副次的効果を検証するための計画を立てるとともに、記録用紙、検証用の小テストを作成する場面を設定した。

【生徒の作成した実験計画の例】

- ・様々な呼吸法を実施し、その際の呼吸回数を記録する。
①鼻呼吸のみ ②口呼吸のみ ③鼻で吸い、口で吐く ④口で吸い、鼻で吐く
上記の4パターンについて最も呼吸回数が少なかった呼吸法は何か、その呼吸法の時の疲労感はどうだったかを検証する。
- ・一定の距離を様々なペースで走り、走る前後に記憶力のテスト(短期記憶力テストアプリを使用)を実施し、記憶力の違いを検証する。
- ・6分/kmのペースで走り、共に走る人数を1～4人と変化させ、メリット・デメリット等の気付いた事を記録し、走る際の最適な人数を見付ける。
①一人で走る ②二人組で走る ③三人組で走る ④六人全員で走る(絶対にはぐれない)
- ・ストレスを感じている時に口腔内は酸性になっている。走った後、数値がアルカリ性に傾いていれば走ることがストレスの解消につながると言えるのではないかなという仮説に対して、走る距離を変化させ、走る前後の唾液のpHを測定し、走ることとストレスの相関関係を分析する。

◎指導のポイントと生徒の様子◎

検証計画を考える際には、科学的根拠に基づいているか、客観的な評価ができるか、などについて注意して考えるように伝えた。生徒の自由な発想や探究心を尊重するため、教師が極力介入しないように心掛けた。検証計画の立案が難航しているグループには、「仮説をもう一度確認しては?」「測定条件をもう少し増やしては?」など気付きを与える質問をするように努めた。

あるグループでは、走ることによって快感を得ることができた体験から、ストレスの軽減に着目して探究を進めていた。ドーパミンやエンドルフィンの数値は測定が困難なので、代わりに唾液のpHの変化によってストレスの軽減を立証できるのではないかと話し合っており、準備を進めていた。

10～13時間目【探究的な学習の課程⑤～⑧】

この時間は、前時までに立案した検証計画を踏まえて実践する時間とした。各グループ1個のストップウォッチを用いてタイムを計測しながら、仮説の検証を行い、タブレットを活用して、データの記録と検証、個人やグループで振り返りを行う展開で進めた。



《 1時間の展開 》

- ・課題・仮説の確認
- ↓
- ・準備体操
- ↓
- ・走るペースの確認
- ↓
- ・実践
グループごとにペースを維持して走る
- ↓
- ・仮説の検証
- ↓
- ・個人の振り返り
- ↓
- ・グループでの振り返り
- ↓
- ・全体共有

◎指導のポイントと生徒の様子◎

仮説の検証を行う際には、正確なデータを取るために、出走する前にグループで走るペースや検証の方法を確認し合うように指導した。また、走ることに、仮説を検証するための探究的な学習との両方に楽しみながら取り組んでほしいと伝えた。

生徒は、自分たちで立てた仮説は正しいのかを考え、その真偽を立証するという明確な目的ができたことで、学習態度がより意欲的になった。また、「回数を重ねるごとにグループのメンバーの意識が前向きに変容していった」「走る前と後の検証結果を比較することが待ち遠しくなった」と話す生徒もいた。



検証結果をタブレットにまとめている様子



校内を走っている様子

14時間目 〔探究的な学習の課程⑨⑩〕

この時間は、発表用資料の作成と発表の時間とした。発表時間は6分間とし、3グループごとに数か所に集まり発表する展開とした。その際に、ルーブリックを用いて、他のグループの発表に対する評価を行うとともに、疑問・質問・意見・感想等を学習カードに記入する展開で進めた。さらに、希望する数グループがクラス全体に向けて発表し、様々な考え方を共有する時間を設定した。最後に、探究的な学習の振り返りとして、ルーブリックを用いて、自己評価、相互評価を行う場面を設定した。



発表資料をまとめている様子



他のグループに発表している様子



代表グループが全体に向けて発表している様子

◎指導のポイントと生徒の様子◎

ルーブリックの観点「発表（提案）」を確認した上で、発表資料の準備をするように指導した。その際、結論を出した後に課題が残る場合には、併せて改善案も提案するように促した。ルーブリックを用いて相互評価する際に、より深い学びにつなげるため、発表に対する疑問・質問、考察に対する意見、発表全体を通した感想等を積極的に発表者へ投げ掛けるよう促した。

生徒は、自分たちが探究してきたことを分かりやすく伝えるために、工夫を凝らしたスライドを作成していた。聞き手も発表者に対し、積極的に疑問や意見を投げ掛け、検証結果の妥当性や結果の真偽などについて活発な意見交換を行っていた。

15時間目

これまでの探究的な学習を通して得られた結論を意識しながら自己に適したペースで走り、単元を貫く問いである「なぜ、あなたは走るのか？」と向き合い、単元全体を振り返り、学習カードにまとめる時間とした。その後、仮説の検証を通しての長距離走に対する意識の変容を確認し、今後の長距離走の学習に主体的に取り組むための新たな自己の課題を再確認する展開とした。

【振り返りシートの記述例】

- ・私たちのグループには、走ることに苦手意識をもっている人が多かったが、生涯にわたって無理なく長距離を走ることを目標とした場合、自己に適したペースを1kmあたりのタイムや心拍数で把握し、取り組むことが重要だと学んだ。また、走ることによって得られる副次的効果に着目して、仮説を立て検証する探究活動を通して走る目的が明確になり、グループの意識が前向きに変化していく過程を経験することができた。数学や理科的な視点で体育を捉えることができ、大変有意義な時間だった。
- ・他グループの発表から、自分たちと違った視点を知ることができ、大変興味深かった。発表後の質疑応答で、想定外の意見や疑問を投げ掛けられた時、気づきや発見があり、より深い学びにつながった。

6 探究的な学習における評価について

◎ルーブリックによる自己評価、相互評価について

探究的な学習で用いたルーブリックは、「仮説の設定」「実験計画の立案」「考察」「発表(提案)」の探究の過程に合わせて4つの観点を設定した。学習前にルーブリックを示したことで、生徒たちの目指すべきゴールが明確になり、自ら考えながら進める主体的な学びにつながった。また、各活動後には、ルーブリックを用いて学習を振り返りながら自己評価を行い、発表(提案)の時間においては、相互評価を行う場面を設定した。生徒同士が相互評価を行うことで、対話的な学びとなり、様々な視点を取り入れ振り返ることができた。

	観 点			
	仮説の設定	実験計画の立案	考察	発表(提案)
	走る目的(要素)に着目した課題設定と仮説立て 6~7時間目	仮説検証に対するアプローチ方法 8~9時間目	得られたデータの分析と意図の裏面に対する考察 10~13時間目	検証結果から得られた走る目的(要素)の提案 14時間目
S (10点)	①~⑤項目までで得られた結果(数・身体・精神)を基に導きたい要素を決定している。加えて、複数の要素を関連付けて仮説を立てている。	科学的根拠に基づいており、複数のデータを用いて、多面的かつ客観的に評価できている。また、仮説の裏面について考察し、運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。	探究的な活動を通して、得られた複数のデータを根拠に多面的に分析している。さらに、仮説の裏面について考察し、運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。	検証方法を工夫して、自己共に認める目的(要素)の提案をしている。
A (8~9点)	①~⑤項目までで得られた結果(数・身体・精神)を基に導きたい要素を決定している。	科学的根拠に基づいており、複数のデータを基に客観的に評価できている。また、仮説の裏面について考察し、運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。	探究的な活動を通して、得られた複数のデータを根拠に多面的に分析している。さらに、仮説の裏面について考察し、運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。	検証方法を工夫して、自己共に認める目的(要素)の提案をしている。
B (5~7点)	導きたい要素を決定し、それを基に仮説を立てている。	科学的根拠に基づいており、データを基に客観的に評価できている。また、仮説の裏面について考察し、運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。	探究的な活動を通して、得られたデータを基に客観的に評価できている。また、仮説の裏面について考察し、運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。	検証方法を工夫して、自己共に認める目的(要素)の提案をしている。
C (1~4点)	導きたい要素を決定する際、過去の経験と勘が関わっており、仮説立ても必ずしも科学的根拠が保たれている。	科学的根拠に基づいておらず、客観的に評価することができない。アプローチ方法の考察に課題が残る。	探究的な活動を通して、得られたデータを基に客観的に評価することができない。仮説の裏面について考察し、運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。	検証方法を工夫して、自己共に認める目的(要素)の提案をしている。
自己評価	(点)	(点)	(点)	(点)
	合計点 40点満点		相互評価 班 班 班	

◎「思考・判断・表現」の評価例

教師による評価は、学習カード「検証結果を基に仮説の真偽をまとめ、今後の長距離走との関わり方を考えよう」に対する生徒の記述を分析することにより行った。その際に、以下のようにルーブリックの観点「考察」の判断基準と同様とし評価を行った。単に客観的なデータに基づいて考察しているだけでなく、複数の検証方法や検証結果を基に多面的かつ客観的に分析できている記述に関してはA評価とした。

「十分満足できる」状況(A)	「おおむね満足できる」状況(B)	「努力を要する」状況(C)
探究的な活動を通して、得られた複数のデータを根拠に分析している。さらに、仮説の真偽について考察し、運動を継続して楽しむための関わり方を見付けようとしている。	探究的な活動を通して、得られたデータを分析している。さらに、仮説の真偽について考察し、運動を継続して楽しむための関わり方を見付けようとしている。	探究的な活動を通して、得られたデータの分析と仮説の真偽における考察が不十分である。

【B評価の記述例】

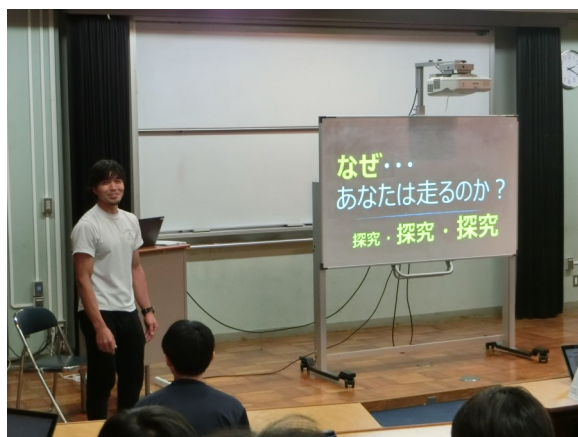
記憶力と集中力の向上に着目し、探究活動を行った。主観ではあるが、走っていて集中している感覚があり、走った後の記憶力を測るテストもよい結果が得られた。よって、走ることで記憶力と集中力が向上すると結論付けられるので、今後も、そのことを意識して、楽しみながら走ることを継続していきたい。

【A評価の記述例】

快感を得ることに着目し、探究活動を行った。「快感を得る=脳内物質ドーパミンやエンドルフィンの影響である」と学んだことはあるが、その測定は困難なため、「快感を得る=ストレスが軽減する」と定義し、ストレスをpHで測定した。グループでペースを設定し、3つの距離(4・5・8km)を走ることで得られた複数のデータから分析した。爽快感を得られるとともに、pHも良好な数値を示し、仮説が正しいと立証することができ喜びを感じた。探究活動を通して、長距離走に対する意識も前向きになったので、今後も走り続けていきたい。

7 授業者より～実践の成果とこれからの方向性～

本実践では、長距離走が苦手な生徒の意識を前向きな方向に変えたいという強い思いがありました。このような生徒は、科学的に証明されている走ることのメリットを理解したとしても、副次的効果の恩恵を受ける前に「きつい」「辛い」という感情が出てしまい、走ることにに対して前向きになれないのでないかと考えました。そこで、自己に適したペースを見付けることや、走ることによって得られる副次的効果を実感するための探究的な学習を行いました。実施後の生徒の振り返りからも分かるように、自己に適したペースを把握することで、無理のない範囲でペースを維持して走ることができるようになり、身体的な負担が軽減されたことを実感して、より一層楽しみながら活動している様子が伺えました。また、活動の様子から仮説を立てて検証していくスタイルが本校生徒の気質に合っていたように感じています。個人やグループで自由に考え、対話を重ねる中で、深い学びが促され、生徒たちの長距離走に対する意識の変容も見られました。



本実践の探究的な学習を通して再認識したことが2つあります。1つ目は、ゴールに向かって自ら課題を発見・設定し、解決するために様々な視点でアプローチしていくことの大切さです。2つ目は、仲間と協働し、意見交換や議論を重ねることで新たな視点が生まれ、気づきや発見につながることの素晴らしさです。探究的な学習は、生徒の学びに対する好奇心を刺激し、主体的に学んでいこうとする内発的なモチベーションを高めるために有効であると感じました。また、仲間と協働することで、学びに対する意欲はより一層高まったように感じました。授業時数や学習内容の制約がある中でも、生徒が探究的な学びを実感できるように、教師も学び続け、探究的な学びを心から楽しむことが大切であると、本実践を通して学びました。

【探究的な学習実施後の生徒の振り返り】

- ・探究活動を通して、走ることのメリットを実感しながら実践することができた。体力向上だけでなく、学習効率の向上やリフレッシュ等に生かせることが分かった。
- ・走るという行動から、様々な仮説を立て、いろいろな研究方法や結果をクラスで共有することができ、とても興味深かった。数週間かけて仲間とともに探究することで、自分の視野が広がることを実感できた。今後も今回のような探究活動を続けていきたい。
- ・友人と協働しながら探究することで、新たな視点が生まれ深い学びにつながった。
- ・体育と他教科を関連付けて考えることで、思考を深めることができたことが分かった。
- ・探究活動を積み重ねることで、走る前と走った後の変化を比べるのが待ち遠しくなった。その結果、グループ全員の長距離走に対する意識が前向きになっていった。
- ・長距離走はすごく苦手だったが、自己に適したペースを把握して走ることで、今までよりも無理なく楽しく走ることができた。探究のプロセスを体験することで、初めて走るのが楽しいと感じることができた。

本実践で作成した資料は、栃木県総合教育センターWebサイトで閲覧及びダウンロードできます。
また、他教科の実践についても紹介されていますので、ご覧ください。



【問合せ先】 栃木県総合教育センター 研究調査部

〒320-0002 栃木県宇都宮市瓦谷町1070 TEL 028(665)7204