平成27年度　センター研修

教員のための

自己研修の進め方

アクション・リサーチの手法を用いて

岩手県立総合教育センター

目　次

はじめに　～研修の大切さ～　・・・・・・・・・・・・・・・　1

Ⅰ　自己研修の考え方　・・・・・・・・・・・・・・・　2

Ⅱ　アクション・リサーチの手法を取り入れた自己研修　・・・・・・・・・・　4

Ⅲ　自己研修の進め方と留意点　・・・・・・・・・・・・・・・　6

Ⅳ　自己研修を進めるために配慮する事項　・・・・・・・・・・・・・・・　9

Ⅴ　自己研修のポートフォリオ　・・・・・・・・・・・・・・・　10

自己研修の進め方　・・・・・・・・・・・・・・・　11

Ⅵ　自己研修のためのシート　・・・・・・・・・・・・・・・　12

自己研修を通して学んだこと　・・・・・・・・・・・・・・・　20

資　料

事例　自己研修レポートとポートフォリオ

おわりに

はじめに　～研修の大切さ～

情報化，国際化，少子化，高齢化などが急激に進み，さらに学校では，学ぶ意欲や規範意識の低下，いじめや不登校などの問題等が顕在化している現代社会においては，学校教育や学校教員もまたその変化に伴う課題への対応が求められています。

このような状況の中にあって，学校には，確かな学力，体力，規範意識などを確実に向上させる質の高い教育が求められています。

学校教育の充実は，児童生徒の教育に直接携わっている教員の資質能力に負うところが極めて大きく，社会が急激に変化する現在，教員は，絶えず新しい専門的知識や指導技術等を身につけていく必要があります。

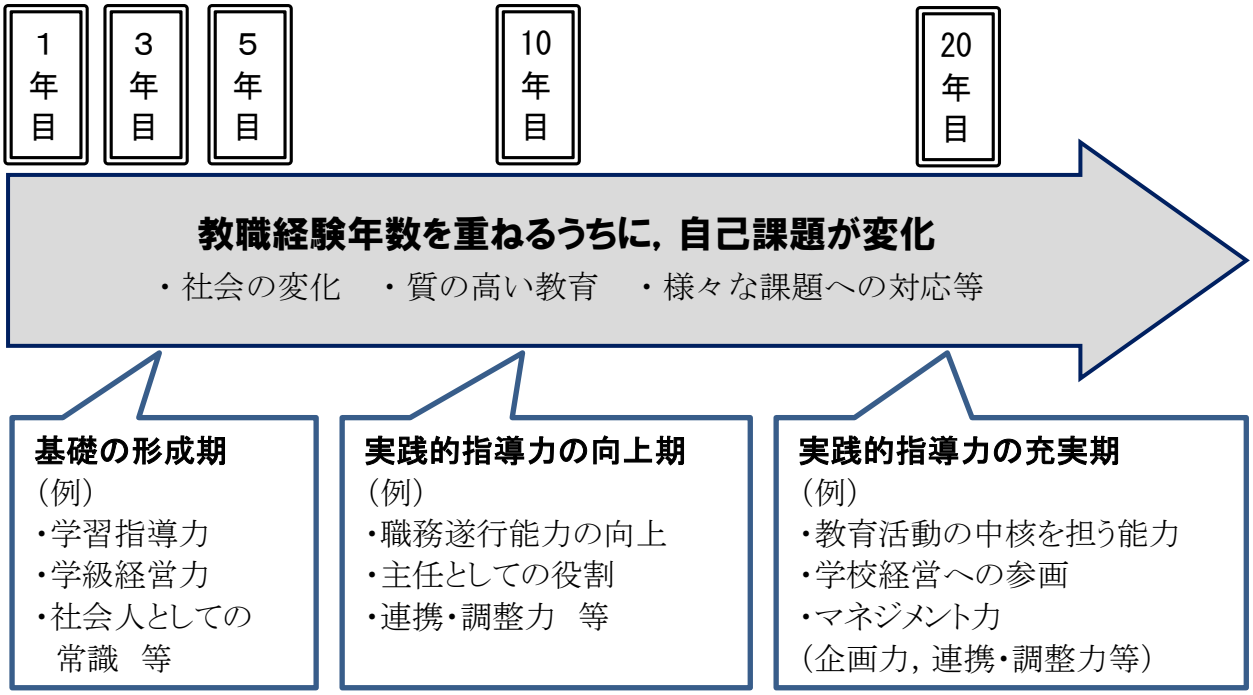
教員研修のねらいは，幼児・児童生徒の人間としての望ましい成長・発達を促すことを担う教員としての資質の向上にあります。

それは，教育の目的が，確かな学力の形成に裏付けられた社会人として必要な総合力を身につける「人間形成」にあるからです。一人の人間を育てるという観点で，国や社会の動きを的確にとらえ，家庭・地域と連携・協働しながら様々な課題に取り組むことにより，子どもたちの確かな成長に寄与できる資質と能力を育成していくことが大切です。

Ⅰ　自己研修の考え方

「これからの教員に求められる資質能力」の中に，「学び続ける教師像」の確立（中教審答申）があります。初任者研修講座センター研修においては，アクション・リサーチという手法で，教員としての力量向上を目指していきますが，この１年間は，「学び続ける」という意味では出発点にすぎません。

次の【図１】のように，教職年数を重ねるうちに，教員として必要な能力が変化していきます。その時々の状況に応じて職務を遂行できるように，私たち教員は，教職生活全体を通じて，学び続ける存在であることが不可欠です。



【図１】自己課題の変化

次頁の【表１】は，「教職員の人材育成に関する検討委員会　報告」（平成17年３月）にある「ライフステージに応じて求められるもの」の一覧です。５年から10年でライフステージを区切ってみると，それぞれの段階で求められるものが変化していることが分かります。

私たち教員は，それぞれのライフステージに応じた能力を身につけていくことが必要なのです。そのために，毎日の教育活動の中から課題を見つけ，解決する実践を繰り返すことによって教員としての力量を向上させていくこと，これが自己研修の考え方です。

【表１】ライフステージに応じて求められるもの

ライフステージ	求められるもの
１～５年 基礎の形成期	学習指導を中心に，児童生徒理解，生徒指導，学級経営など，教育活動に関する基礎的・基本的な職務遂行能力を身につけている。 教員としての使命感を強く自覚し，社会人としての常識を徹底的に身につけている。
６～１０年 実践的指導力の向上期	学習指導，児童生徒理解，生徒指導，学級経営など，教育活動に関する基礎を確立し，自らの実践を常に振り返りながら，職務遂行能力の向上に向けて積極的に取り組んでいる。 実践の積み重ねをもとに，教員としての使命感をさらに強く自覚している。
１１～１５年 実践的指導力の充実期	自らの実践を常に振り返りながら，しっかりとした児童生徒理解をもとに，職務遂行能力をさらに高めるとともに，より広い視野で教育課題をとらえ，対応している。 教育活動の中核として，学校全体を見渡す視野を持ち，若手教員を育成しながら，ともに学校運営に積極的に参画している。 教員としての使命感を再認識するとともに，広く社会に目を向けながら，社会人としての資質をさらに向上させている。
１６～２５年 ミドルリーダーとしての能力発揮期	教育や学校が抱える課題やこれまでの実践を踏まえ，現状に満足することなく，若手教員の模範となるレベルまで職務遂行能力を高めるとともに，校内外に広く目を向け，関係者と連携しながら教育課題に対応している。 校内のミドルリーダーとしての役割と責任を自覚し，他の教員の資質能力向上を支援するとともに，学校の課題をしっかりと認識し，他の教職員と連携して解決にあたっている。
２６年～ 総合力の発揮期	周囲のあらゆる状況やこれまでの実践を踏まえ，学校教育目標の達成に向けて，教育活動全般にわたって指導力を発揮し，若手教員を育成している。 自らの経験などをもとに，他の教員の資質能力向上を支援するとともに，円滑な学校運営に向けて，他の教員をリードし，指導・助言しながら取り組んでいる。 管理職は，学校教育目標の達成に向けて，教職員の能力をしっかりと把握し，必要な支援をしながら，学校を組織体として機能させている。

「教職員の人材育成に関する検討委員会　報告」（平成17年３月）

Ⅱ　アクション・リサーチの手法を取り入れた自己研修

１　アクション・リサーチとは

日々の教育活動（action）を進めながら行う実践研究（research）です。

何か特別なことを行うのではなく，日々の教育活動の中から，自己の課題を見つけ，解決のための手立てを考え，実行し，その結果を振り返る自分サイズの実践研究です。

２　アクション・リサーチの特徴

アクション・リサーチの特徴として，以下の点を挙げることができます。

- 自分の力量にあったテーマを設定することができる。
- 実践の振り返りをすることにより，考えを深めることができる。
- 手立てや計画を見直し，何度も立ち返ることができる。
- 上司や同僚の意見を聞くことで新たな発見ができる。

本テキストでは「アクション・リサーチ」の手法を取り入れた自己研修の進め方について述べていきます。

３　自己研修（アクション・リサーチの手法）の流れ

本テキストで述べる「自己研修」はすべて「アクション・リサーチ」の手法を含めて「自己研修」と表記します。

自己研修の流れは，PDCA（Plan，Do，Check，Action）のサイクルで行われます。Planは「自己研修のテーマ設定」から「計画立案」まで，Doは「計画実施」。Checkは授業や指導の「結果の観察・分析」や自己研修の課程の「振り返り」で，Actionは他の教員との「実践交流」を示しています。一連の流れは次ページの【表２】のようになります。

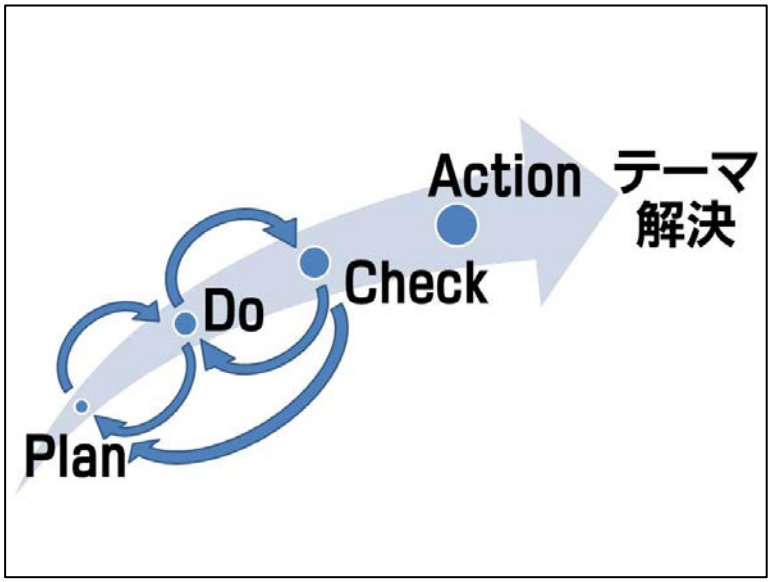
【表２】ＰＤＣＡサイクルと自己研修の流れ

Ｐ（Plan）	自己研修のテーマ設定 テーマの明確化 情報収集・予備調査 方法や手立ての立案 児童生徒のゴール像設定 計画立案
Ｄ（Do）	計画実施
Ｃ（Check）	結果の観察・分析 振り返り
Ａ（Action）	実践交流

具体的な取組については，次のⅢに記します。この自己研修では，「自己研修のテーマ設定」から「実践交流」までの取組がアクション・リサーチの手法になります。この流れは，仮説検証型の研究とは異なるので，下の【図２】のように，思ったような指導の結果が出なかったり，計画立案に不備があった場合などは，「Plan」に立ち返り，やり直してもかまいません。

例えば，学習内容を習得させるための「テーマ設定」をした場合，指導案や文献を読み考察を深めます。

しかし，子どもたちの実態にそぐわない計画を立案してしまい，有効な効果が出ない場合もあります。そのときに，なぜ効果が出なかったのか理由をはっきりさせ，再度「情報収集」や「方法や手立て」を見直し，「計画立案」し，実施することも可能です。



【図２】自己研修のイメージ図

このように，自己研修を進めることで，私たち教員の力量をアップさせることができ，さらに児童生徒のために良い学習環境を提供することにつながります。

Ⅲ　自己研修の進め方と留意点

ここでは，自己研修の進め方について具体的に述べていきますが，文章の表現上１から10と表記しています。前に述べたように，自己研修は見直しや計画立案をやり直してもよい研修方法です。あくまでも表記上の番号としてとらえてください。

さらに，自己研修を深めるためにはポートフォリオの作成を勧めます。一つひとつの過程を記録することで自己研修の振り返りに役立ちます。

自己研修に入る前に…現状把握

教職経験の浅い先生にとっては生徒指導上や学級経営，学習指導などについての問題点を見いだすことは容易ではありません。13ページにある「自己研修のためのテーマ設定シート」の項目に記入してテーマを設定してみましょう。

１　自己研修のテーマ設定

教員は日々指導を行っています。（生徒指導上の問題，学級経営上の課題，学習指導での葛藤など。）それらの指導上の問題点からテーマを設定し洞察を深めていくことが，自己研修を進める上で大切なことです。

２　テーマの明確化

自己研修のテーマを設定した時，物事の本質を見抜かなくてはいけません。自分が今設定したテーマにはどのような要因があるのでしょうか。教員としての指導力，周りの児童生徒との関わり方など，テーマに関わる根幹を見つめ直すことをねらいとしています。

３　情報収集・予備調査

学習指導には，参考となるいろいろな文献や研究に関する書物などが発行されています。文献や書物などを紐解き，児童生徒の実態に合った情報収集が必要になります。また，学習内容に関わるレディネステストや事前テストも予備調査として有効になります。

学級経営や生徒指導上の問題を自己研修のテーマとして設定する場合，文献や書物を参考としてもかまいませんが，生徒の実態や環境，要因などの違いによりうまくいかない場合も考えられます。しかし，必要最低限の情報収集や調査に配慮しなければなりません。

4　方法や手立ての立案

「方法や手立ての立案」では，実際にどのようにテーマを解決していくかが鍵になります。

実際の指導のためにどのような手立てをとるのかについて，15ページのPlanシートに明記してください。

5　児童生徒のゴール像設定

自分が立てた「方法や手立て」を実施する時，児童生徒はどのように変容するでしょうか。

学習指導では，「〇〇ができるようになった」や「事後テストで〇〇点とれるようになる」と言うような具体的な目標を立てることができると思います。

学級経営や生徒指導の問題では，目に見える数値目標は無理かもしれませんが，「方法や手立て」を講じることにより「〇〇が△△にかわった」や「今までできない〇〇ができるようになった」という児童生徒像を描くことができます。テーマの目標達成後の児童生徒の変容した姿を思い浮かべてみましょう。

6　計画立案

自己研修は，「自己研修のテーマ設定」の内容や「方法や手立て」の違いにより期間に長短の差が出ます。たとえば，学習指導についてのテーマを設定した場合，１単位時間で完結する場合があります。また，単元全体を見通して自己研修のテーマを設定した場合，10時間以上の実施期間が必要な場合もあります。

さらに，学級経営や生徒指導についてのテーマを設定した場合，指導を複数回繰り返し行ったり，たくさんの「方法や手立て」を講じたりする場合があります。その場合，長期的な計画が必要になります。

「計画立案」では，自分自身無理のない「方法や手立ての立案」を心がけ，さらに児童生徒への負担も考慮します。

7　計画実施

指導において，自分の「方法や手立て」の妥当性を見極めることや，立てた計画をやりとげるようにすることはとても大切なものです。できれば，実施する際に，他の先生方に見てもらい，客観的な意見や指導をいただき，次の「結果の観察・分析」，「振り返り」に役立てましょう。必要に応じて，録画，録音，写真等で記録しておき分析に生かしましょう。

8　結果の観察･分析

実施後,「児童生徒のゴール像」へどれだけ近づくことができたでしょうか。十分な結果が得られたという場合もあるでしょうが，十分ではなかったという場合も考えられます。

自己研修では,「方法や手立ての立案」に立ち返り，繰り返し行うこともできます。

9　振り返り

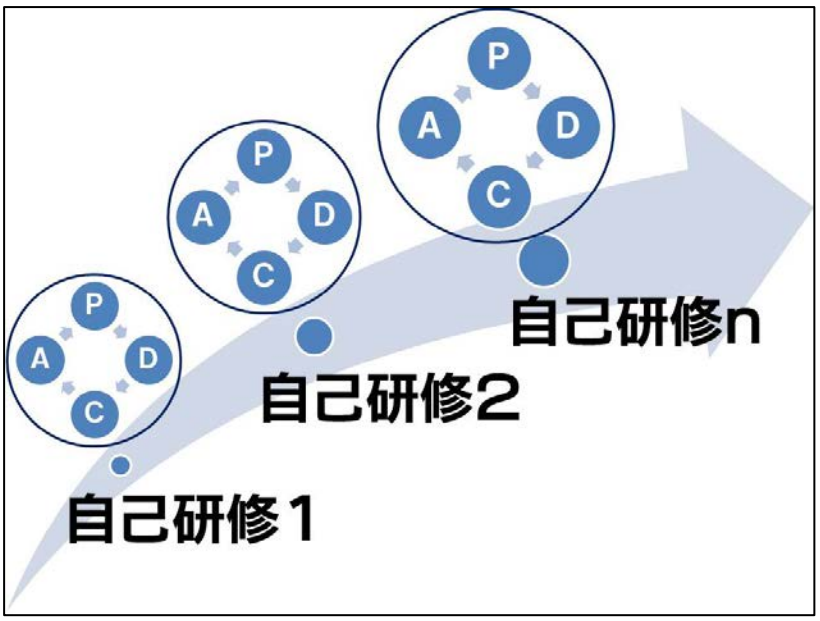
「自己研修のテーマ設定」から「結果の分析・考察」までを振り返り，文章でまとめましょう。枚数や文字数は指定しませんが，自己研修の取り組みを他の研修者と交流するためにまとめておきましょう。

10　実践交流

「振り返り」でまとめたレポートを基に交流をします。交流の場としては，校内や校外での研修会が考えられます。他の先生方に自分自身の取り組みの様子を紹介し，聞いていただき，意見や新たな指導方法などから，さらに取り組みの方向性を確認したり見識を深めたりすることができます。

「振り返り」や「交流」をすることにより，新たな課題や問題点を見いだすことができるのが，アクション・リサーチの手法です。そこで見いだしたテーマを用いて，さらに自己研修を繰り返し行い，見識を深めることも考えられます。

また,【図３】のように自己研修を繰り返し行っていくことが,「学び続ける教師像」の確立へつながっていきます。



【図３】自己研修の全体像

Ⅳ　自己研修を進めるために配慮する事項

１　自己研修の目的を確認する

自己研修を始める前，または研修中において，「なぜ，何のために」この研修をしているのかを確認することが大切です。自己研修は自己の資質を向上させ，さらには児童生徒の学習環境を改善していくものです。

自己研修の各段階で目的意識もち，自ら進んで研修を行いましょう。

２　自分自身のニーズを大切にする

自己研修を進めるにあたっては，現在の課題，学びたい内容，児童生徒につけたい力など，自分自身のニーズが出発点になります。児童生徒の様子や自分自身を見つめ直し，今自分に必要なことは何かを明確にして，テーマを設定し自己研修を進めていく必要があります。

自分自身のニーズを出発点に研修を進めていくことは，主体的な研修につながります。単なる思いつきでテーマを設定するのではなく，学習環境を見つめ直したり，情報収集して見識を深めたりしながら，今取り組むべきテーマを明らかにする必要があります。

３　児童生徒と共に成長していく視点を大切にする

自己研修は，テーマ設定し解決の手立てを実行しながら，実践を積み重ねていくことで，教員の自己成長につながります。児童生徒は研究の対象者ではなく，共同研究者と考えてください。先生方の指導（自己研修）が学習環境を改善し，児童生徒のために生かしていきます。「計画」，「実践」，「振り返り」のサイクルを有効に生かし，教員と児童生徒が共に成長していくという視点を大切に自己研修を進めましょう。

４　周囲の先生方や上司との対話を大切にする

自己研修を進める上で，うまくいかない時，思うように進まない時には，一人で抱え込まず，周囲の先生方に相談してみることが大切です。同じような経験をしたことがある先生から，的確なアドバイスをいただける場合があります。

「実践」を行う場合，可能であれば周囲の先生方に参観してもらいましょう。参観したことを基に，対話をし，自己研修の妥当性や「手立て」に対する考えを深め，情報を共有することで互いの専門性の向上につなげていきます。

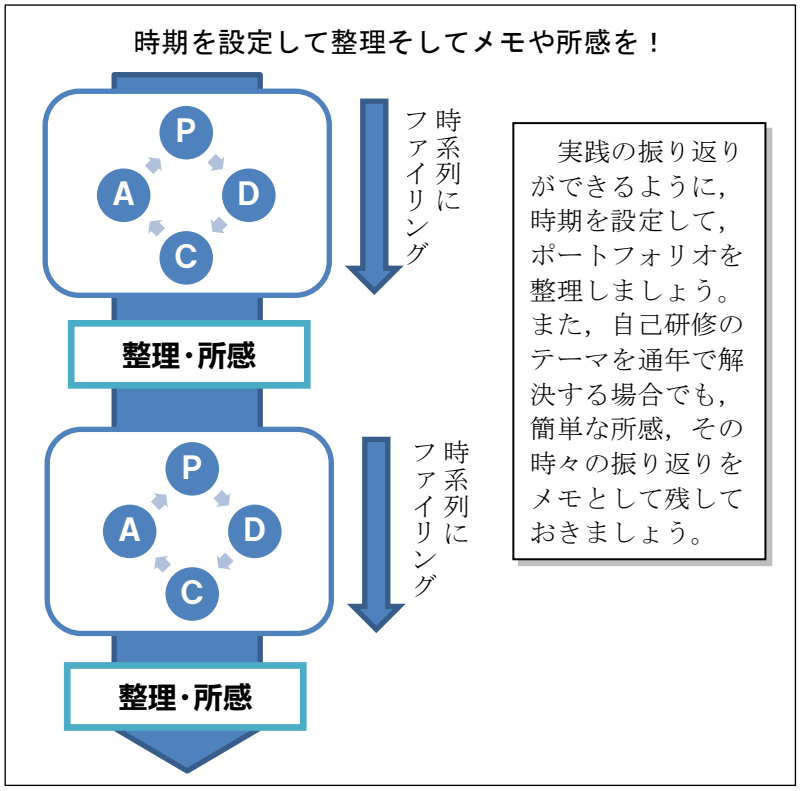
５　客観的に振り返る機会を設定する

「振り返り」でまとめた記録を活用しながら，自己研修全体を振り返る機会を設定していくことは重要です。時には，他の先生方からも意見をもらい，客観的に評価することも必要です。自分自身の取組を振り返り，決して独り善がりの指導にならないよう，謙虚に周囲の声に耳を傾け，自己の指導を見つめ直し，児童生徒の学習環境の改善に努めていかなければなりません。

Ⅴ　自己研修のポートフォリオ

1　自己研修のポートフォリオとは

自己研修のポートフォリオ（以下，ポートフォリオ）とは，自己研修のテーマを解決するために取組を行った中で出てきた資料（指導案や実践記録，教材，レポート等）を蓄積，整理したものをいいます。



2　ポートフォリオの取組から期待できること

ポートフォリオの取組を行うことにより，以下の点が期待できます。

- 自己研修の足跡を記録として蓄積することができる。
- 蓄積，整理することで，自分の実践を振り返り，自己の成長や新たな課題が見え，レポートにまとめることができる。
- レポートやポートフォリオを持ち寄り，お互いの教育実践を交流することで自他の成長を確認したり，新たな自己課題やその改善に向けた手立てに気づいたりすることができる。
- 新たな自己研修テーマの設定，その改善に向けた取組がサイクルとなり，自己研修が継続していく。

3　ポートフォリオに綴じ込む資料例

・自他の教育実践の成果と課題　・指導案　・教材研究メモ
・学習プリント　・文献　・授業記録　・写真，ＶＴＲ
・研究会記録（他の先生方から指摘された内容や改善策等）

自己研修の進め方

自己研修のプロセス	確認しておく事項
現状把握	□ 学習指導や生徒指導，学級経営で，順調に進んでいる点，問題点は何ですか。
Plan	
自己研修のテーマ設定	□ 学習指導や生徒指導，学級経営の問題点から，どのようなテーマを設定しますか。 □ 自分の理想とする指導と現在の状況を比べ，どのようなテーマを設定しますか。
テーマの明確化	□ 自分の設定したテーマにはどのような原因や要因がありますか。 （指導力，周りの児童生徒との関わり方や実態など。）
情報収集・予備調査	□ 文献や書物などで，どのような内容を調べ，明らかにしたいですか。 □ 質問紙を利用した，児童生徒の意識調査や各種テストで，どのようなことを明らかにしたいですか。
方法や手立ての立案	□ テーマの目標を達成するためには，どのような指導を行えば効果があると思いますか。
児童生徒のゴール像設定	□ テーマの目標達成後の児童生徒の姿がはっきりとイメージできていますか。
計画立案	□ どのような指導を計画しますか。（短期か長期か。どのような内容か。） □ 実施前，実施中，実施後に進めなければならないことは何ですか。
Do	
計画実施	□ 計画を基に，無理なく実施できていますか。 □ 実施の様子を他の先生方に見てもらい，客観的な意見や指導をいただきましょう。
Check	
結果の観察・分析	□ 自分の理想とする児童生徒像へどれだけ近づくことができましたか。
振り返り	□ 自己研修のテーマ設定から結果の観察・分析までを振り返り，効果があったことを簡潔にまとめましょう。 □ これまでの実践から，明らかになった点，次に課題と思われる点は何ですか。
Action	
実践交流	□ 振り返りをもとに他の教員等と交流し，どのような新たな手立てや問題点を得ることができましたか。

Ⅵ　自己研修のためのシート

自己研修の進め方

自己研修のテーマ設定シート

■次の４つの項目について考え，書きやすいところから書いてみましょう。

【児童生徒の現状】

【目指したい児童生徒の姿】

【教員（自分）に起因する要素】

【教員として高めたい力量】

■上の４つの項目を参考にして，取り組みたい「自己研修のテーマ」を書きましょう。

自己研修のテーマ設定シート　記入例

■次の４つの項目について考え，書きやすいところから書いてみましょう。

【児童生徒の現状】

・思考力，表現力に課題がある
・心のこもった清掃ができていない。

【目指したい児童生徒の姿】

・自分の考えを持ち，自分の言葉で表現する。
・すすんで仕事を見つけ，清掃活動を行う。

【教員（自分）に起因する要素】

・思考する，表現する授業づくりがなされていない。
・児童生徒の人間性を育む手立てが薄い。

【教員として高めたい力量】

・自分の考えを持たせ，表現させる授業を行うことができる。
・ねらいを児童生徒と共有することで児童生徒の人間性を育むことができる。

■上の４つの項目を参考にして，取り組みたい「自己研修のテーマ」を書きましょう。

Planシート

■自己研修のテーマ

■テーマの明確化

■情報収集・予備調査

■方法や手立ての立案

■児童生徒のゴール像設定

■計画立案

■方法や手立ての見直し

Planシート 記入例

■自己研修のテーマ

・多様な発言が増える授業づくり。

■テーマの明確化

・何度も言い換えをせずに簡潔な発問ができる。

■情報収集・予備調査

・児童の授業評価のアンケートを作成し，発問の指示のわかりやすさについて児童の変容を見る。

■方法や手立ての立案

・「授業構想ノート」を作成し，少なくとも１日の中の１時間の授業について，板書計画と主な発問を記述する。

■児童生徒のゴール像設定

・多様な発言が増える。
・笑顔で挙手する児童が増える。

■計画立案

４月　授業評価アンケート①作成
　　先輩に見ていただき修正後実施
　　アンケート結果分析
　　「授業構想ノート」の取組
５月
６月
７月　「授業構想ノート」振り返り①
８月
９月
10月　授業評価アンケート②実施
　　アンケート結果分析
11月
12月　「授業構想ノート」振り返り②
１月
２月　授業評価アンケート③実施
３月　「授業構想ノート」振り返り③

■方法や手立ての見直し

アンケート結果の分析から，発問や指示の分かりやすさについては，着実に改善が見られている。

別のアンケートの結果から他のクラスと比べ，学校生活についての満足度が低いことが分かった。

そこで，テーマを見直し，①児童理解力の向上，②授業時間以外の充実とした。

児童のゴール像として，友達のよさを見つけ褒め合える学級，誰とでも仲良く遊べる学級をめざしたい。

解決の手立ては，①始業前と休み時間には，児童と一緒に遊び，児童理解に努めること。②朝の会や帰りの会のとき，児童のよいところを褒め，目指す学級像に対する共通理解を図ることとした。

Do&Checkシート①

■計画実施記録（Ｄｏ）

日　時	実施内容や指導内容

■結果の観察・分析（Ｃｈｅｃｋ）

Do&Checkシート① 記入例

■計画実施記録（Ｄｏ）

日　時	実施内容や指導内容
４月○日	第１回授業構想アンケート実施，アンケート結果分析
４月△日	「授業構想ノート」作成開始
７月□日	「授業構想ノート」振り返り①
10月○日	第２回授業評価アンケート実施
12月△日	「授業構想ノート」振り返り②
３月□日	第３回授業評価アンケート実施 「授業構想ノート」振り返り

■結果の観察・分析（Ｃｈｅｃｋ）　（○成果，●課題，◇手立て，？疑問）

４月○日

アンケートの結果から，２つのことが分かった。

●発問や指示の意味が分からない児童が予想以上にたくさんいることが分かった。

●自力解決の時間に手をこまねいている児童が予想以上にたくさんいることに気付いた。

４月△日

◇構造的な板書とわかりやすい発問，指示を実現するため，「授業構想ノート」を作成し，板書計画と主要な発問，指示を書きとめて，授業に臨むこととした。

７月□日

「授業構想ノート」振り返り

○発問や指示が分からず，周りを見る児童は減ってきている。

●発問や指示は伝わっているが，自力で解決できる児童が少ない。本時の学びにつながる既習事項の想起や課題解決の見通しをもたせる活動の充実が必要だ。

？児童が自ら気づくためには，どのような導入が有効だろうか。

Do&Checkシート②

■振り返り（Ｃｈｅｃｋ）

Actionシート

■実践交流（Ａｃｔｉｏｎ）

■自己研修を終えて

児童生徒の変容（成長したこと）	自己（教員自身）の変容（成長したこと）

自己研修を通して学んだこと

第58回岩手県教育研究発表会「教員の人材育成分科会」説明者の感想より

情報収集と児童の実態把握の重要性について，適切な実態把握が有効な手立てに結びつくことを実感しました。前，後ろの学年でどんなことを学習するのか明確にして，目の前の子どもたちの到達度を分析し手立てを考えていきたいと思います。

児童の実態に合わせ情報を取捨選択することについて，様々な文献や先輩から多くのアドバイスを全て生かそうとするのではなく，自分なりにそれらを取捨選択していきました。そこにすごく難しさを感じましたが，ポートフォリオが取捨選択の過程となっています。後で見返したり，分類整理を常にしやすい状態にしていくことが大事だと学びました。

PDCAのAの部分の重要性について，本学級で実践した後，他の学級でも実践してもらいました。そこで補助の仕方や仲間との関わり方について新たな課題も見られました。そういった課題を一つずつ解決していくことが，結果的には子どもたちの力の向上につながるものだと考えます。

学校規模に応じた自己研修のあり方について，本校では学級数，教員数が多いため，多くのアドバイスをいただく機会に恵まれました。しかし，今後は規模の小さい学校に赴任していくことも考えられます。自己研修では自分自身でしっかりと力を高めていくことが重要と考えますので，自己研修の方法をしっかりと理解し，学び続ける姿勢を常に大切にして職務にあたっていきたいと思います。

久慈市立久慈小学校　教諭　佐々木　一向

自己研修を進めるのはとても大変でした。体育祭，新人戦，文化祭と様々な行事が続きました。初めて担任をもたせていただき，学級経営や生徒指導がうまくいかず，教材研究や教材開発に十分な時間を確保することができない日々もありました。

また，一つの単元が終わる毎に生徒の実態を見とって私なりに「こういう手立てをとったらいいのではないか。」と考えて実践を進めましたが，手立てがなかなか実態に合っていない事も多く，思うように生徒の力を伸ばすことができないと悩む日々もありました。

しかし，生徒のワークシートを見ると何も書いていなかった生徒が，１行書けるようになっていたり，一つの資料しか読み取ることのできなかった生徒が，二つ読み取ることができるようになっていたりと少しずつですが確実に生徒たちは成長していました。「先生できたよ。」と報告しに来る時の生徒の笑顔が私にとっては大きな喜びでした。

これは同じ社会科の先生はもちろん教科や学年の枠を越えて多くの先生たちに，私自身ご指導を頂き授業改善をはかることができたからではないかと考えています。

また，このように自己研修の機会をいただくことで，こういう生徒を育てたいと「思い」や「願い」をしっかりともって生徒と向き合うことができました。自己研修で学んだPDCAサイクルの重要性を意識して今後も生徒たちと共に成長していきたいと思います。

久慈市立久慈中学校　教諭　菊池　愛

クラス経営を深く考えるということで，生徒とじっくりと向き合うよい機会を得たのだと思っております。初めての担任であり全体の流れを把握するだけで精一杯であり試行錯誤を繰り返している日々であります。

そのような中ではありますが，目の前にいる生徒一人一人にとって望ましい将来とは何であるのか，何を欲しているのか，何がその生徒にとって必要なのかと言うことを考え，そしてその生徒の個性を含めた能力を伸ばしてあげるためには私は何をどうすべきなのかを常に考えて自己研修を行ってまいりました。悩んだり行き詰まりを感じた時こそクラスに行き生徒と雑談をしてきました。そのように生徒と関わりをもつことで様々なアイデアも浮かんだように思います。

今後もホームルームが生徒とって居心地がよいものとなるように，また生徒がめざす進路の礎となっていくように担任としてこれからも心を砕いていきたいと思います。

県立花巻農業高等学校　教諭　畠山　雅美

この実践を通して私自身学んだことが二点あります。

一点目は児童の実態や視点に立って手立てをきちんと考える大切さです。私は排尿＝トイレでするものという先入観があったように，児童がつまずいている点に気づかず，かけ離れた手立てを組んでしまいました。児童自身の実態や気持ちなどを考え，何をすべきかがわかるための支援をしていかなければならないと強く感じました。

二点目は，教員の称賛が課題達成の要素になるということです。排尿が成功した際大きく称賛され共感されたことで「これはマルなのだな。」と何をすべきかがわかり「やった」とか「うれしい」という気持ちを児童がもつことができたと考えます。

今回の自己研修において，PDCAサイクルを繰り返しそのつど児童の変容に立ち返り，うまくいかない状況と支援を見つめ直すことが有効な支援に結びつくのだと改めて考えることができました。これからの指導支援にいかしていきたいと思います。

県立釜石祥雲支援学校　教諭　立花　周子

自

資　料

事　例

自己研修レポートとポートフォリオ

目　次

一人ひとりの児童が楽しみながらできる喜びを実感する体育の授業
久慈市立久慈小学校　教諭　佐々木　一　向　1-1

第２学年における聞き合うことで，みんながより「わかる」算数授業
久慈市立久慈小学校　教諭　小　菅　晴　香　1-2

友達と学び合う活動を通して，運動の楽しさを実感できる授業の工夫
久慈市立久慈小学校　教諭　遠　藤　勇　太　1-3

歯・口に対する意識向上を目指した保健指導の在り方
洋野町立中野小学校　養護教諭　駒　井　奈　々　1-4

児童が歯みがきに主体的に取り組むようになる指導の工夫
洋野町立中野小学校　養護教諭　駒　井　奈　々　1-5

スモールステップを用いた「わかる」「できる」体育指導の在り方
久慈市立久慈中学校　教諭　工　藤　聖　士　2-1

主体的に歌う力を高め合おうとする生徒の育成
久慈市立久慈中学校　教諭　角　掛　友　喜　2-2

表現する(書く)力を高める
久慈市立久慈中学校　教諭　及　川　愛美子　2-3

資料に基づいて多面的・多角的に考察することのできる生徒の育成を目指して
久慈市立久慈中学校　教諭　菊　池　　愛　2-4

学級教育目標に向かって全員が意欲的に取り組む活気ある学級経営への挑戦
県立花巻農業高等学校　教諭　畠　山　雅　美　3-1

生徒が生命現象に対する興味関心を抱き，理解力を向上させる指導法の探求
県立水沢農業高等学校　教諭　佐々木　偉　彦　3-2

授業プランと観点別評価
県立大船渡高等学校　教諭　松　田　光　正　3-3

全盲生徒，弱視生徒に対する高等数学の基礎学力の定着・向上を図るための一斉指導の在り方
県立盛岡視覚支援学校　教諭　滝　村　真　一　4-1

知的障がいのある児童(小学部１年男児)の発達にあわせた排泄指導の在り方
県立釜石祥雲支援学校　教諭　立　花　周　子　4-2

自己研修レポート

久慈市立久慈小学校

教諭　佐々木　一向

（教員3年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

一人ひとりの児童が楽しみながらできる喜びを実感する体育の授業

―「Ｂ　機械運動　ア　マット運動」の授業実践を通して－

Ⅱ　テーマ設定の理由

学習指導要領第３学年及び第４学年の目標の中に「活動を工夫して各種の運動を楽しくできるようにする」とある。体育の授業の喜びや楽しさは，「汗をかく楽しさ」「進歩・発見する楽しさ」「仲間と関わる楽しさ」を，児童が感じることで高まっていくと言われている。本学級の児童は，主体的に，楽しみながら体育の授業に参加する児童が多い。しかし，日々の授業の中では，楽しむことができず，暗い表情でいる児童や，主体的に参加できず，友達に促されて運動するといった児童もいる。このことについて理由を聞くと，「他の子と比べてできないことが多い」「失敗したり，勝負に負けたりすると楽しくなくなる」ということであった。このような実態を踏まえ，体育授業の中で，運動を「楽しく」行う手立てを講じることと，「今までできなかったことができる」経験を積ませることにより，一人でも多くの児童が心から体育の授業の楽しさを実感できるのではないかと考えた。

Ⅲ　解決のための手立て

本実践は，第４学年「Ｂ　器械運動　ア　マット運動」の領域で行った。４月に，情報収集・予備調査のために，前転・後転・だんごむし逆立ちを行った。結果は以下の通りである。

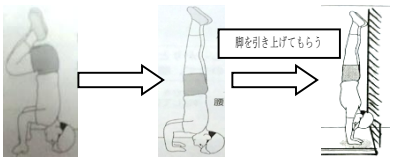
・前転…ほとんどの児童が，回転の勢いを利用してしゃがみ立ちになることができる。
・後転…１２人が，回転した後，しゃがみ立ちになることができない。
・だんごむし逆立ち…２８人中２５人が逆立ちの姿勢になることができるが，１４人が１０秒間の腕支持ができない。

この結果を受けて，倒立系の技として壁逆立ち，回転系の技として後転・開脚後転を扱うことにした。児童の実態から，中学年の段階で腕支持感覚，逆さ感覚などの基礎感覚をしっかりと高めておくことが重要と考え，壁逆立ちを重点的に扱うことにした。壁逆立ちとは，だんごむし逆立ちの状態から体を伸ばし，補助を使って頭を上げ，腕支持の状態に移行する運動である。本単元では，補助を外した後，１０秒の静止ができて，成功とした。本来は，立位から体を振り下ろして逆立ちの状態になるのだが，４年生で腕支持感覚や，逆さ感覚を高め，５年生で扱う補助倒立で，体の振り下ろしを重点的に扱うことで，倒立系の技能が高まるのではないかと考えた。壁逆立ちを，一人ひとりが楽しみながらできる喜びを実感できるようにするため，以下のような手立てを講じた。

①　感覚作り運動を多く取り入れる。体の締め，腕支持，後方回転感覚などの基礎感覚を養う。ジャンケンを取り入れたり，得点化したりすることにより，楽しみながら感覚作りができるようにする。
②　模範となる技の図を各班に渡し，ポイントや困ったことなどを名前と共に自由に書き込ませる。仲間の記述をヒントにしたり，できない児童の気持ちに寄り添いながらアドバイスしたりする中で，仲間と関わりあいながら，できる喜びを実感させる。
③　１単位時間に，学び合いの場面を位置付ける。②の書き込みをもとに，脇の締め，目線，顔の向きなどの重要なポイントについて焦点化し，できる喜びを実感させる。
④　形成的授業評価シートを用いて，単位時間ごとの児童の意識を調査する。楽しみながら運動できているか，できた喜びを味わっているかを把握し，個に応じた指導の充実に生かす。

Ⅳ　研修内容・研修計画

＜本単元の指導計画＞

1	2	3	4	5（研究授業）	6	7	8
整列・挨拶・課題の確認							
・オリエンテーション ・約束事の確認（整列・準備・片付けなど） ・感覚作り運動	準備運動・感覚作り運動 （回転系・倒立系の感覚作り運動）						
	・後転・だんご虫逆立ちの復習 ・補助の仕方について	**・壁逆立ちにチャレンジ！！** 壁を使った頭倒立→腕支持での壁逆立ち→補助を外して壁逆立ち  			**・後転のレベルアップ！！** ゆりかご→膝を伸ばしたゆりかご →後転→開脚後転→（後転・開脚後転の連続技		学習のまとめ ・壁逆立ち ・後転 ・開脚後転 生活班でグループを組み，技を見合いながら良さに気付かせる。
	後片付け・学習の振り返り						

＜指導の実際＞

壁逆立ち，開脚後転につながる運動感覚を楽しみながら身に付けるために「ゆりかご玉つかみ」「背中倒立」「手押し車」「よじのぼり逆立ちジャンケン」の感覚作り運動を，時間を区切って行った。

第４時までに，腕支持の動きはできていたが，逆立ちの姿勢を安定して保持できない児童が多かった。逆立ちの姿勢を１０秒間保持できない児童は，２７人中１１名だった。第５時は「目線はマットを見る」動きを大切に扱った。１０秒間の静止ができた児童は，発展技として，壁から脚を離すことに挑戦させた。

楽しみながらできる感覚作り運動の工夫

〈手押し車〉

○　スタートとゴールの間を，できるだけ少ない回数で進むようする。目標を達成するため，ペアで肯定的な声掛けをしながら腕支持感覚を養うことができた。

△　足首をもって行うだけでなく，膝を持ったり，肩に乗せたりなど，バリエーションを増やすことで，楽しさやできる喜びが高まっていったのではないかと考える。

〈よじのぼり逆立ちジャンケン〉

○　ジャンケンを取り入れたことで，楽しみながら腕支持感覚を養うことができた。

△　手を壁に引き寄せる動きをもっと指導することで，より壁逆立ちに近い状態で感覚作りができたのではないかと考える。

ポイントを「目線」に焦点化し，できる喜びを実感できた場面

目線がマットを見ていないため，安定せず，苦しい。
補助を取った途端，倒れてしまう。

「目玉シート」を活用し，マットを見ることを意識させた結果，全員が１０秒間の静止に成功した。

模範となる技の図を各班に渡し，ポイントや困ったことなどを自由に書き込ませる手立てについては，児童に「困った事」を，名前と共に，自由に記述させた結果，「〇〇さんが，腕が痛いと言っていたぼくに，『手の間隔をもっと開くと痛くないよ。』とアドバイスしてくれたので，楽にできるようになりました。」という振り返りの記述が見られた。また，各グループの図を回収することで，児童の実態に応じて，次時に焦点化するポイントを考える手がかりとすることができた。

単元を通して，授業の最後には，形成的授業評価を行い，数値の推移を記録していった。全体的に，高い数値で推移していたが，個人別でみると，数値が低下している児童もみられ，授業の中で重点的に指導にあたることで，数値が高まった。個を見取るための手がかりとすることができた。結果については以下の通りである（各３点満点）。

評価の観点	2時間目	3時間目	4時間目	5時間目	6時間目	7時間目	8時間目
成果	2.67	2.85	2.90	2.93	2.91	2.93	2.94
意欲・関心	2.81	2.98	2.90	2.94	2.94	2.95	2.95
学び方	2.70	2.87	2.90	2.89	2.8	2.91	2.92
協力	2.67	2.94	2.92	2.94	2.94	2.95	2.94
総合評価	2.71	2.91	2.91	2.93	2.93	2.93	2.96

Ⅴ　考察

１　成果

（１）　感覚作り運動については，ジャンケンを取り入れてゲーム化したり，得点化したりした結果，運動が苦手な児童も意欲的に取り組むことができた。

（２）　模範となる技の図を各班に渡し，ポイントや困ったことなどを自由に書き込ませることにより，児童の躓きを見取ることができ，個に応じた指導を効率的に行うことができた。

（３）　本時では，「目線はマット」ということに焦点化して学び合いを行った結果，全員が壁逆立ちを成功させることができた。

（４）　形成的授業評価シートを用いて，単位時間ごとの児童の意識を調査したが，全体的に意欲の高まりがみられた。また，上位の児童については，発展技を用意することで，意欲喚起につながった。

２　課題

（１）　困った事の書き込みを行ったことで，書くことに夢中になるあまり，補助が手薄になってしまう班があった。安全上の配慮が必要であった。

（２）　学び合いの場面については，単元の中で，児童の躓きを生かしたいという思いと，ポイントを理解させたいという思いがあり，教師主導で進めてしまうことがあった。

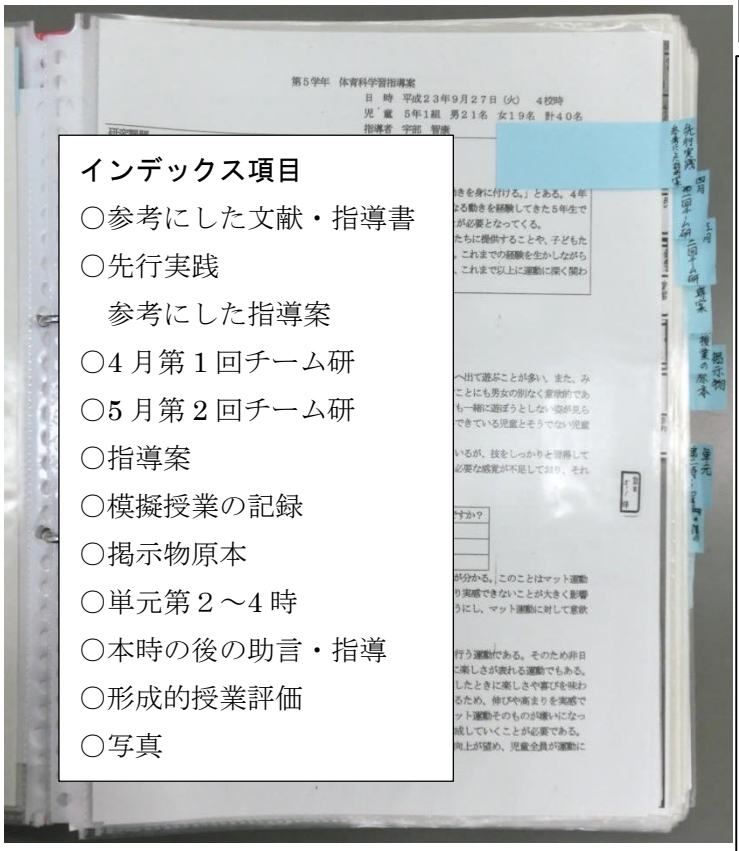
３　振り返り

情報収集の時に，１４人が逆立ちになった後，１０秒間の腕支持ができない状況を踏まえて，マット運動の領域で取り上げる運動を決めたため，児童が，「頑張ればできる」と思えるような運動を取り扱うことが，伸びにつながるということに気付くことができた。

「楽しみながら『できる』喜びを味わう」ことができるために，４つの手立てを講じた。それぞれの手立てについて，文献から学んだり，体育研究部の先生方からアドアイスを頂いたりした。たくさんの情報の中から，学級の児童の実態に合ったものを取捨選択し，実践していくことが難しくもあり，楽しいことでもあった。

実践後，４年生の他の学級で，同じ手立てが有効であったかを検証した。どの学級でも，ほとんどの児童が１０秒間の壁逆立ちに成功した。発展技として，壁から脚を離す動きも，１０人以上ができた。

ポートフォリオ



インデックス項目

○参考にした文献・指導書
○先行実践
　参考にした指導案
○4 月第 1 回チーム研
○5 月第 2 回チーム研
○指導案
○模擬授業の記録
○掲示物原本
○単元第 2 ～4 時
○本時の後の助言・指導
○形成的授業評価
○写真

情報収集

筑波大学附属小学校平川教諭の実践を授業づくりの参考資料としました。

14/02/05　久慈小指導案.jtd

久慈小学校研究会 資料

平成２６年２月７日（金）
筑波大学附属小学校　平川　譲

1. 児　童　　久慈小学校　3年3組（佐々木学級）　28名（男子16名，女子12名）

2. 本時で取り上げる運動教材
　だんごむしさか立ち　　はしごドッジボール

3. 運動教材について
(1) だんごむしさか立ち
　逆さ感覚を養ってきた子どもたちが，鉄棒以外の運動で初めて真っ逆さまになるのがこの運動教材である。
　壁を使った三点倒立であるが，逆さになりやすくするために体全体を伸ばすことはさせずに，“だんごむし”のように体を縮めることをイメージさせる。股関節，膝関節を曲げて逆さの姿勢にさせる。体を伸ばすイメージを持たせると，踏み切りの段階から股関節を伸ばして，逆さになるのに大きな力が必要になってしまう。できる子は問題ないのだが，体が上がって来ない子が出やすい。釣り竿を伸ばして振ったり挙げたりするよりも，縮めて同じことをした方が小さな力で済むのと同じ理屈である。
　そしてこの姿勢の方が逆さになった後のバランスもとりやすい。壁に寄りかかって，首～肩・体幹，両手で横に倒れるのを防ぐのである。これまでの経験から，首～肩で体重を支えられない子は少し時間がかかることが多い。しかし，だんごむしさか立ちを 10 秒間継続できなかった子はいないのでなんとか３年生でできるようにしたい。

(2)はしごドッジボール
　集団のスポーツとしては必ずしも体育授業に適しているとは言えないドッジボールであるが，４人で対戦する中当てドッジボールであればゲーム様相は大きく変わってくる。常に全員がボールにかかわって緊張感を持ってゲームに参加することができる。外野２人が内野をねらってボールを投げ，内野２人は避けるか捕るかして当たらないように動く。
　これを投力と（避けることを含めた）ボール操作技能に合わせたコート，対戦相手で行うことで個人差に対応するのと同時に，ボールの投捕経験を高めていくことをねらったのが「はしごドッジボール」である。
　「外野は当てたら１点，当てられた内野と交代」，「内野はダイレクトキャッチで１点」とし，得点制の個人戦とする。同じコートの４人の中で１位の子はひとつ上のランクのコートに移り，ビリの子はコートのランクを下げる。このルールにより，いつもはドッジボールで“お客さん”になってしまう子もスピードのあるボールを怖がることもなく，同レベルの子とドッジボールを楽しむことができる。また，勝つチャンスも生まれる。
　ルール，方法を理解させ，楽しむところまで持っていきたい。

14/02/05　久慈小指導案.jtd

4. 本時の指導
(1) 目　標　・運動の方法がわかり，ルールを守ってゲームを楽しむことができる
　　・仲間の運動を見て，お手伝い，アドバイスができる
　　・さか立ちの姿勢になり，逆さ感覚を高めることができる
　　・積極的にゲームに参加し，ボールの投捕の技能を高めることができる
(2) 展　開　　できたら赤，ぱちぱちをもらう

学　習　活　動	指　導　上　の　留　意　点
□集合し，挨拶する	○背筋を伸ばした挨拶を心がけさせる ○本時の学習について簡単に説明する
□だんごむしさか立ちを行う ・上手いなかなか達人？ ↓ ・どうなんしたっけ？ ※	○「だんごむし」から体を縮めたさか立ちであることをイメージさせる ○「頭をついて」「三角ＯＫ？」ポイントの２点を全員で復唱して確認させる ○頭と両手の三角は，本人には分からないので班の仲間がしっかり見てやるように指示する ○「おしりを挙げて」で両足を前方に寄せることで逆さに近い姿勢にさせてから踏み切ってさか立ちの姿勢にさせる ○股関節・膝を曲げた，体を縮めた姿勢で 10 秒立っていられれば合格 ○体を縮めた姿勢の方が逆さになりやすいので，今回は体を伸ばさない予定でいる ○できない子にはお手伝いをさせたい。腿の裏をささえて逆さになるのを手伝わせる
□はしごドッジボール 10 点 20 点 30 点 40 点 50 点 60 点 70 点	○ルール，方法を理解させる ・外野２人，内野２人が基本 ・外野は当てたら１点で内野と交代 ・内野はダイレクトキャッチで１点 ・約３分で終了 ・得点で順位を決める ・１位はひとつ広いコートに，ビリは狭いコートに入れかえ ○得点が低いコートに注目して声かけをしたい ○外野の後ろにそれたボールをフォローする ○ボールを見て避けるように意識させたい ○順位決めが早いコートを賞賛する
□集合して挨拶をする	○本時の学習について話す

平成２６年度久慈市立久慈小学校

第２回体育チーム研究会

（◎子どもの実態→どう手立てを組むか
◎学習計画をきちりと。）

<副校長から>
○「楽しさ」を追求する方向で良い。
○「楽しさ」「わかる」「できる」「かかわる」
4つをどう授業で生かしていくことが大切か？
○体育は，「できなくても良い」状態を作らない。
求めていくために，手立てを組んでいくことが大切。

日時　平成 26 年 5 月 14 日（水）16：10～16：40
場所　3 年 1 組教室
司会：菊池　記録：遠藤
持ち物
・小学校学習指導要領解説体育編
・第１回全体研究会資料
・研究計画第１案（10 部印刷・コピーして持参）

○次第
1　開会の言葉（菊池）

2　今日の進め方の確認（菊池）

3　研究課題について（各自）
（1）話し合う内容について（以下の観点で課題が妥当かどうかを交流・協議する）
　①　年間を通して取り組める内容であり児童の実態に合っているか。
　②　指導者が，目指す子どもの姿，目指す授業像を具体的にもっているか。
（2）進め方
　①発表（一人２分以内）　順番：３年→１年→２年→４年→５年→６年
　（お話しいただくこと　研究計画第１案に沿いながら）
　・研究課題名　・なぜその研究課題にしたか　・そのために今年重点的に取り組んでいきたいこと
　・授業研で行いたいところ（可能であれば）
　②質問
　③交流・協議
　※今年度、体育チームの研究の柱を設定するところがゴール

4　伝講「筑波大学付属小学校を参観して」（平野）
　・昨年度２月に筑波大学付属小学校を参観しての報告をいただきます。

5　副校長先生から（細川）

6　その他
　・研究計画提出までの流れについて（菊池）
　・体育チーム今後の研究推進日程について（菊池）
7　閉会の言葉（菊池）
※　チーム研究会終了後、引き続き、一向先生の全体授業研第１回指導案検討会を行います。
　ご都合のつく先生方はお残りいただけますようよろしくお願いいたします。

自己研修のテーマ設定・テーマの明確化

校内の体育チーム研究会で自身の研究課題に関わる 1 年間の取り組みの計画を発表し意見をもらいました。

第４学年　体育科学習指導案

日　時　平成２６年　６月１９日（木）　３校時
児　童　４年３組　男１６名　女１１名　計２７名
指導者　佐々木　一向

研究課題　「一人ひとりの児童が楽しみながらできる喜びを実感できる体育の授業」

研究課題について（設定理由）

学習指導要領第３学年及び第４学年の目標の中に「活動を工夫して各種の運動を楽しくできるようにする」とある。体育の授業の喜びや楽しさは，「汗をかく楽しさ」「進歩・発見する楽しさ」「仲間と関わる楽しさ」を，児童が感じることで高まっていくと言われている。本学級の児童に体育授業についてのアンケートを実施したところ，２７人中２４人が「体育の授業は楽しい」と答えているが，残りの３人は，「楽しくない」と答えている。その理由は，「他の子と比べてできないことが多い」「失敗したり，勝負に負けたりすると楽しくなくなる」というものである。このことは，体育の時間が好きと答えた児童でも少なからず感じていることである。このような実態を踏まえ，体育授業の中で，運動を「楽しく」行う手立てを講じることと，「今までできなかったことができる」経験を積ませることにより，一人でも多くの児童が心から体育の授業の楽しさを実感できるのではないかと考えた。

１　単元名

「エンジョイ！！．チャレンジ！！　マット運動」（Ｂ　器械運動　　ア　マット運動）

２　単元について

本学級の児童は，明るく素直な児童が多く，体育の授業を心待ちにしている児童が多い。アンケート調査においても，２７人中２４人が体育の授業が好きと答えている。しかし，失敗を受け入れることができず，授業に参加できなくなる児童や，運動に苦手意識をもっており，周りの児童に合わせて運動することが難しい児童がいる。そういった児童でも楽しんで運動に参加したり，自分の技能の高まりに目を向けたりすることで，運動する楽しさやできる喜びを感じたりすることができるような手立てを取っていく必要がある。

器械運動の領域の学習については，３学年では前転，後転，腕立横跳び越し，だんごむし逆立ちを行った。４月に実態把握のためにそれぞれの運動を行ったところ，前転は，ほとんどの児童が回転の勢いを利用してしゃがみ立ちになれるが，後転については，１２人がしゃがみ立ちになれない状況であった。その原因として，足を後方に送る動きができていないことや，両手でマットを突き放すことができないことが考えられる。だんご虫逆立ちができた児童は，２７人中２５人であった。

本単元では回転系の技として後転と開脚後転を扱う。後転では，腰を上げながら足を素早く後方に運んで，頭越しに足を着くことを意識させたい。両手をついて後方へ回転する，頭越しに脚を着く，両手でマットを押して体を起こす動きを十分に経験させた上で，開脚後転に挑戦させる。脚を素早く開く動きを大切にしていきたい。上位の児童には，より楽しく技能を習熟させるため，後転→開脚後転や開脚後転の連続技に挑戦させたい。下位の児童には，常にゆりかごなどの感覚作り運動に立ち返らせながら，後転のポイントとなる動きをたくさん経験させることで，技の成功を手助けしていきたい。倒立系の技としては，壁逆立ちを扱う。だんご虫逆立ちの状態から体を伸ばし，頭を上げて腕支持の状態に移行する。本来は立位から体を振り下ろして倒立の姿勢になるのだが，児童の運動経験から，４年生の段階で腕支持や体の締めの感覚，逆さになっている感覚を高め，５年生で扱う補助倒立で，体を振り下ろす動きを重点的に扱うことで倒立系の技の技能が高まると考えた。腕で体全体を支える時に躓く児童が多いと思われるので，肘や体の締めの感覚，あごを突き出す動き，目線はマットを見るなどの動きを大切に扱っていく。また，仲間の補助の仕方も非常に大切である。安全面に配慮した正しい補助の仕方を，その意義を交えてしっかりと指導していきたい。

運動を「楽しく」「今までできなかったことができる」経験を積ませるため，単元の指導にあたっては，以下のような手立てを講じていく。

① 感覚作り運動を多く取り入れることで体の締め，腕支持，後方回転感覚などの基礎感覚を養う。ジャンケンを取り入れたり，得点化したりすることで楽しみながら感覚作りが出来るようにする。
② 模範となる技の図を提示し，技のポイントを視覚的に捉えやすくする。
③ 技能が未定着な児童については，感覚作り運動に立ち返らせ，「できる」経験を積みながら技能を習得できるようにする。

３　指導計画（全８時間）

1	2	3	4	5（本時）	6	7	8
整列・挨拶・課題の確認							
オリエンテーション・前単元の復習（整列・準備・片付けなど）・感覚作り運動	準備運動・感覚作り運動（回転系・倒立系の感覚作り運動）						
		・後転・だんご虫逆立ちの復習・補助の仕方について	・壁逆立ちにチャレンジ！！ だんご虫逆立ち→壁を使った頭倒立 →腕支持での壁逆立ち→補助を外して壁逆立ち		・後転にチャレンジ！！ ゆりかご→脚を伸ばしたゆりかご →後転→開脚後転→（後転・開脚後転の連続技）		学習のまとめ ・壁逆立ち ・後転 ・開脚後転 生活班でグループを組み，技を見合いながら良さに気付かせる。
後片付け・学習の振り返り							

４　本時の指導（５／８時間）

（１）本時の目標

・　目線を意識して壁逆立ちができる。（技能）

（２）展開

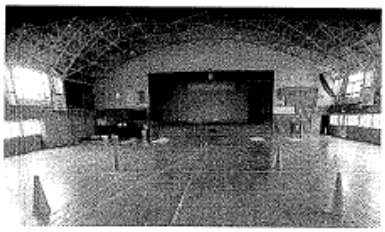
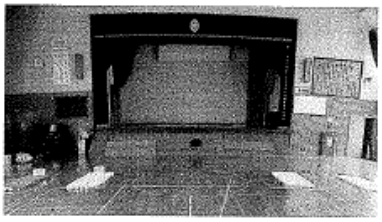
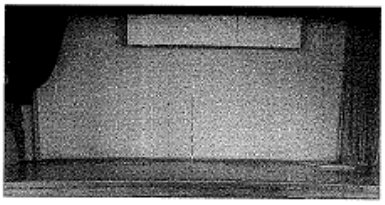
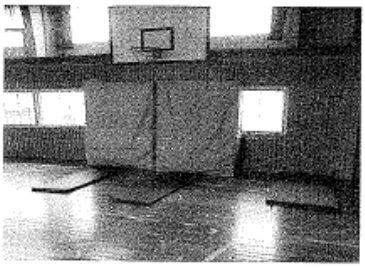
段階	学習活動	指導上の留意点　◇　評価
導入（３分）	１　整列・挨拶 ２　学習内容の確認 ポイントを生かして壁逆立ちをしよう。	・　素早く集合・整列できたグループを褒め，意欲付けを図る。 ・　前時で学んだポイントを確認し，技を高めるポイントをさらに見つけ，一人でも多くの児童が技を完成させることを目指して学習できるよう，意欲付けを行う。
展開（３６分）	３　場の準備	・　時間の目標を決めて，素早く準備を行わせる。
	４　感覚作り運動 ・手押し車 ・よじ登り逆立ちジャンケン ・ゆりかご玉つかみ （玉を両足で挟んでしゃがみ立ちになり，後転の動きで反対側のカゴに入れる） ・背支持倒立	・　手押し車，よじ登り逆立ちでは，体重をしっかり支えられる手の付き方を考えさせながら，肘を締めた手の付き方を意識させる。 ・　ゆりかご玉つかみでは，膝を締め，脚をしっかりと頭の後ろに運ぶことを意識させる。 ・　背支持倒立では，つま先を天井に向けることを意識させる。 ・　学級を小グループに分け，それぞれの場を，時間を決めて回らせるようにする。
	５　壁逆立ちの練習 （１）試しの運動 （２）ポイントの確認 （３）壁逆立ちの練習 ・　マット運動グループ（補助を容易にするため，身長を考慮したグループ）で行う。 ・　だんご虫逆立ち→頭倒立→腕支持での壁逆立ちの流れで運動する。 ・　上位児童に対しては，壁から脚を離す動きに挑戦させる。	・　壁逆立ちを図示したカードを各グループに渡し，気付きを書き込ませ，ポイントの理解へつなげる。 ・　だんごむし逆立ちでは，「頭をついて」「三角ＯＫ？」の２点を全員で復唱させる。頭と両手の三角を作る際は，手を後ろに引き過ぎないように注意させる。 ・　頭倒立の状態で，体が左右に倒れてしまう児童に対しては，腹を優しく支えて補助させる。同時に，脇を締めるように声掛けをする。 ・　脚を上方に引き上げ，腕支持の状態になる。必ずお互いに声を掛け合いながら手助けするよう指示する。脚を上方に引き上げる際は，ゆっくりと引き上げさせる。本時は，補助を取ることに挑戦させる。 ・　マットに着地する際は，安全面に配慮し，足から静かに着地させるようにする。 ・　腕支持が上手くいかない児童については，感覚作り運動に立ち返らせ，「できる」経験を積みながら技能を習得できるようにする。また，腕支持になった後のかかとの向きについてもアドバイスする。 ・　練習の途中で，各班で出た気付きを全体で共有する。児童の気付きを尊重しつつ，脇の締めや手の付き方，視線，顔の向きなどの重要なポイントについて確認する。 ・　目玉シートを各グループに渡し，マットを見て壁逆立ちができるようにする。 ・　動きの良い児童を全体の前で演じさせ，ポイントについて説明する。 ◇　目線を意識して壁逆立ちができる。（技能）
まとめ（６分）	６　後片付け ７　学習の振り返り ８　挨拶	・　時間の目標をもたせ，素早く協力して後片付けができるようにする。 ・　形成的授業評価シートを用いて授業の振り返りを行う。 ・　課題の達成状況や，友達の頑張りや良かったところなど，視点を定めて感想を発表させる。

ポートフォリオ

計画実施

研究授業：場の設定と板書計画

〈場の設定〉

〈板書計画〉

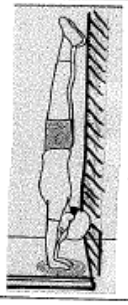
エンジョイ！チャレンジ！　マット運動

プラス言葉　コツをさがす　おうえん・はげまし　あきらめない

〈学習計画〉

1　オリエンテーション
2　後転・だんご虫逆立ちのおさらい
3　壁逆立ちの練習①
4　壁逆立ちの練習②
5　壁逆立ちの練習③
6　かいきゃく後転の練習①
7　かいきゃく後転の練習②
8　技の発表会

壁逆立ちのポイント



・手はかたはばにつく。
・体[illegible]。はき.すぐ。
・ひじをギュッとしめる。
・わきをしめる。
・目はマットを見る。

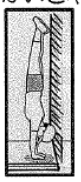
4年　体育学習カード

エンジョイ！チャレンジ！マット運動

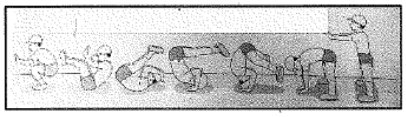
名前

☆学習のながれ☆

①今までの学習のおさらい
②だんご虫さか立ち→かべさか立ちにチャレンジ！
③かいきゃく後転にチャレンジ！

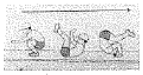


←かべさか立ち



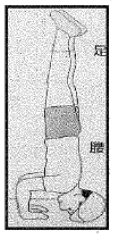
↑　かいきゃく後転

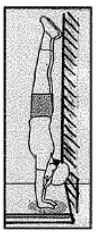
☆じゅんび運動☆

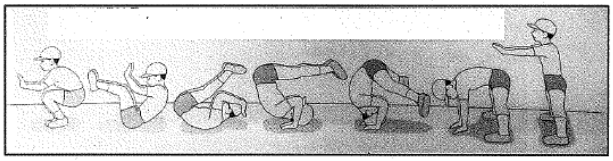
①よじのぼり さか立ちジャンケン	◎登るとちゅうでたおれても、じゃんけんをしよう。 ◎足のうらを使って登ろう。								
②ゆりかご 玉つかみ 	◎何個かごに入れられたかな？								
③手押し車	◎体をまっすぐにして歩こう。 ◎足をつかないようにがんばろう。目指せノーミス！！								
④せなかとうりつ 1点：ひざ、つま先までピンとのばして10秒。 2点：ほじょありで、こしを上げて10秒。 3点：ほじょなしで、こしを上げて10秒。	◎合計で何点取れたかな？								

☆ふりかえり☆

1・2・3でふりかろう！！ 1日付	楽しくなったのはどんなとき、感動することがありましたか。	今までではなかったことが、できるようになりましたか。	「あっ分かった！」あるときかと思うことがありましたか。	せいいっぱい、全力をつくして運動することができましたか。	今日のじゅぎょうは楽しかったですか。	自分からすすんで参加することができましたか。	自分のめあてに向かって何回も練習できましたか。	友だちと協力して、楽しく学習できましたか。	友だちと助けあいに努めましたか。







計画実施

一単元を通して使用する学習カードを用いて実践を行いました。学びの履歴を児童自身が確認することができ，自己の高まりを実感させることにつながりました。

ポートフォリオ

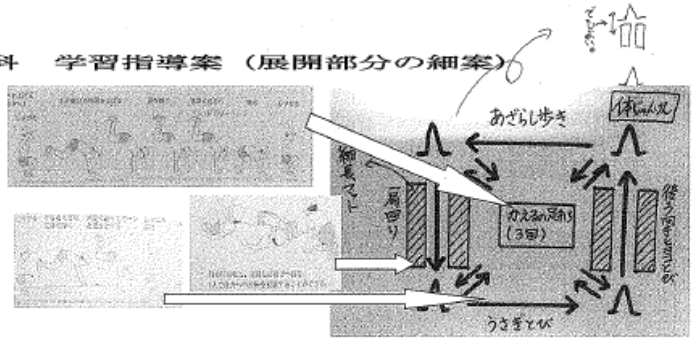
計画実施

指導のねらいに迫るため，指導細案を作成し授業を行いました。

第４学年　体育科　学習指導案（展開部分の細案）

１　じゃんけんすごろく

・あざらし歩き（腕支持感覚）
（手の平を外側に向けることを意識させる。）
・手足走り→肩回り（後方回転感覚）
・うさぎ跳び（腕支持感覚）
・手足走り
→後ろ向きヒヨコ跳び（腰をずらす感覚）
・かえるの足打ち（腕支持感覚）
（しゃがみ立ちの姿勢からスタートすることを意識させる）

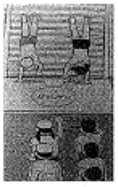


２　感覚作り運動

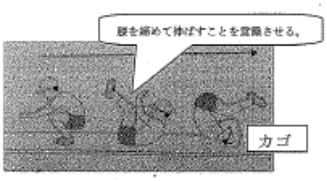
強くと緑線に差かいる。
一回終わったら、どうもおかる。
→ 2回繰りかる。

＜１　平押し車＞
・ジャンケンすごろくの場を，ペアで交代しながら回る。
・より長く体を支えるためにはどうすればいいかを考えさせながら運動させる。(肘の締め，手の付き方，お尻を上げるなど)
・２分間×２回で何周できるか。

＜２　よじ登り逆立ちの姿勢でジャンケンをする。勝ったら次の人と交代し，一点が入る。負けた場合はそのまま残る。
・片手で体重を支えることが出来るように，肘の締め，手の付き方を意識させる。
・２分間２本勝負。



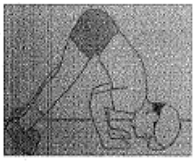
＜３　玉つかみ競争＞
・玉を両足で挟んでしゃがみ立ちになり，後転の動きでもう一人が持っているカゴに入れる。カゴは持ち上げず，スライドさせて移動する。
・ゆりかごのポイントを大切にしたい。（手の付き方，はじめの姿勢）
・開脚後転につながる，脚を伸ばした姿勢作りに役立てる。玉が落ちないよう，腰の締めを意識させたい。
・５個カゴに入れたら交代。２分間で何回交代できるか。



３　主運動（だんご虫逆立ち→体伸ばし→腕伸ばし）

長い？

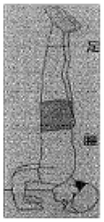
＜１　準備～蹴み切り＞
①おでこをつけて
②三角ＯＫ？（頭と両手の三角）
③　お尻を上げて
（逆さに近い状態で蹴み切り）



＜２　だんご虫逆立ち＞
１０秒我慢で合格

・補助は，腿の裏を支えて逆さになるのを手伝う。
・手の付き方や，肘を締めることをポイントとして考えさせたい。

＜３　腰伸ばし＞
５秒我慢で合格



・ここまでは，多くの児童がたどり着けると思われる。（補助有りで。）この体勢の時に，肘の締めと手の付き方が変わると体を支える感じが変わることを実感させたい。

＜４　腕伸ばし＞
５秒我慢で合格

・「上げていい？」「いいよ！」の合図で足首を持って体を引き上げる。上がれない場合は，頭を付いた状態に戻す。（安全面に配慮する。）
・つまずくのは，この段階と思われる。その時は，腕支持感覚の運動に立ち返らせるまた，その他のポイントである目線（マットを見る）・あごを出すことなどに気付かせたい。
・５秒間我慢できる児童には，補助を取って更に５秒，そして足を壁から離す動きにもチャレンジさせたい。

振り返り

先輩教員からいただいたあたたかい助言を次の実践に生かすことができました。

佐々木　一向先生へ

全体研究会お疲れ様でした。大変すばらしい授業でした。私は体育が専門ではないので、何もアドバイスすることができませんが、先生の授業を参観させていただいて、感じたことをまとめました。暇なときにでも見てください。

１　素晴らしいと感じた点

① ４年３組の子ども達が学習集団として、素晴らしい成長をしていること。学びあう姿勢・助けあう姿勢・励ましあう姿勢等学級の中に暖かい空気が絶え間なく流れていました。
② 先生自身が子ども達のよいモデルとなっていました。集合や移動、師範等。
③ 子ども達をやる気にさせる様々な工夫や声掛けが随所に見られました。感覚づくり運動・場の設定・的確なアドバイス等。
④ 器械運動でありながら、子どもが汗をかくほどの運動量でした。先生は不十分だったと感じているようですが、私から見ると十分な運動量でした。むしろこれ以上やると疲労により怪我をさせてしまうことにもつながると思います。
⑤ 感覚づくりの運動の組み方、行い方が絶妙でした。実に無駄なくリズミカルに楽しく取り組んでいました。
⑥ 体育が好きな子ども、運動が好きな子どもが育っていました。

２　今後考えていただきたいところ

① 感覚づくりの運動は準備体操だったのでしょうか。私は違うと思います。なぜならいきなりあれをやったら怪我をしてもおかしくないと感じたからです。怪我を防ぐための運動＝準備運動、器械運動には必要ではないでしょうか。
② できた子を赤い帽子で区別しました。子ども達が取り組んでいるとき、瞬時に白い帽子の子を把握し、個別の支援にあたっていたでしょうか。場がよく工夫されていた分、場全体を見る位置・目が必要だったと思います。
③ かえる倒立やかえる倒立から３点倒立への移行にも挑戦させてもできる子ども達ですね。ぜひ挑戦させてください。
④ 目の印は必要でしょうか。布にマークをして常に準備しておき、子ども達がポイントが必要な位置にいつでも置くことができるようにしておいてもいいかと思います。
⑤ 本時、子ども達に思考させるとすればどこだったのでしょうか。「うまくいかない」「痛くないように」「少しでも楽に」というキーワードは出ていました。それならば、技に挑戦しながら解決のための方法を思考する場や投げかけ・声掛けがもっと必要だったと感じました。「どうすれば～」という投げかけで思考させる場を意図的に設けたいですね。

自己研修レポート

久慈市立久慈小学校
教諭　小菅　晴香
（教員3年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

第２学年における聞き合うことで，みんながより「わかる」算数授業
－認め合う意識をもつことを通して－

Ⅱ　テーマ設定の理由

本学級の児童は，学習に意欲的な児童が多い。挙手も活発である。一方，内容が理解できないと興味を失い，ノートを書く，友達の発表を聞く等の学習活動に参加しようとしなくなる児童も数名いる。また，分かっている児童はもともと分かっているが，分からない児童は結局分からないままという集団での学習が生かされない実態もある。そこで，児童の「発表したい」という意欲を生かしつつ，友達の考えを聞くことで学習内容をより理解し，高学年になっても算数に意欲的に学習に取り組む児童を育てたいと思い本課題を設定した。学習に取り組ませる際には，形式に計算させるのではなく，式で表したり，計算の過程を言葉で表現しあったりする活動を大切にしていきたい。また，ペアで説明し合う活動を取り入れ，友達の考えのよさを認め，自分の考えを説明するときに活かせるよう板書にキーワードを位置づけていく。

Ⅲ　解決のための手立て

①交流の時間の保障　②友達の考えを聞きたくなる工夫　③友達のよさを認め合う雰囲気づくり

Ⅳ　研修内容・研修計画

	実践内容
１学期	・授業の準備・終始時刻の徹底 ・単元全体の中で，45 分で学習する範囲をつけたい力や児童の実態に応じて，柔軟に構成する。 ・自分の立場を明確に聞き合うことができるよう全体発表の場とペア学習を活用する。 ・教師が間違いを提示し，それをもとに学習が展開する授業を行う。 （間違いから学ぶ姿勢づくり） ・大事な言葉を児童の発言のよさとして板書に残す。
２学期	・交流の時間を保障するため，導入を短く行う。 ・ペア学習の利点から意図をもって場や時間を設定する。「説明できそう？」や「分かった？」と問うことにより考えを聞く必要感を児童がもてるようにする。 ・発表が得意でない児童も発表できるよう大事な言葉を板書に残す。また，発表後に理解したかどうか問いかけ，発表をした児童を認める雰囲気や意欲を育てる。 ・振り返りの感想発表で友達のよさを発表させる。

１学期に「長さのたんい」で研究授業を組み込んだ実践を行った。この単元では，長さの単位と測定について学習する。授業においては，以下の２点に特に焦点を絞った。

（１）児童の言葉を板書に位置づける指導

「友達の発言を聞くと学習が分かる」という意識を児童がもてるよう，児童の発言の内容から学習のキーワードとなる言葉を板書として残す。その際，発表した児童以外の聞き手の児童にも「言いたいことが分かった？」と意味を確認していくことで，次に発言する児童がそのキーワードを使い発言ができるようにする。

（２）ペアで説明し合う活動

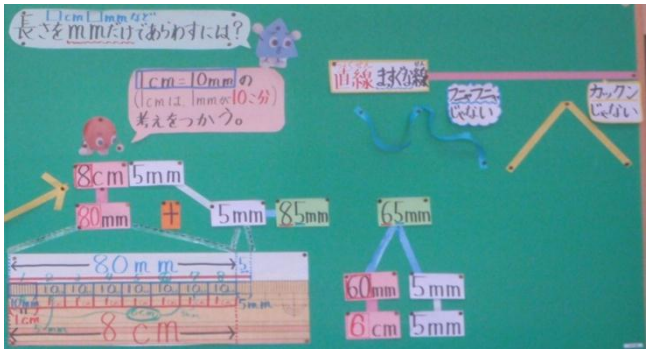
まず，説明するモデルとなるような児童を指名する。そして，他の児童がその説明を聞いてペアで説明ができるようにする。この際，ペアで説明をし合った後，もう一度全体の前で発表をすることで，児童が聞き合ったことによる理解の深まりを実感できるようにする。

Ⅴ　考察

「長さのたんい」の実践の分析は以下の通りである。○を成果，●を課題として示した。

（１）児童の言葉を板書に位置づける指導について

○長さの単位に関わる既習内容を壁面に掲示し，思考の手立てになるよう工夫した。



○導入部分で，児童の「種類がちがう」という言葉を板書に位置づけたところ，単位の違いに注目させる発言を導くことができた。

○児童の発言を活かして本時学習が展開できるような板書を意識した。

●まとめる段階で，板書を手がかりにしてまとめさせようとしたが主体的にまとめるまではいかなかった。まとめで出させたい言葉を展開部分でどのように位置付けるかをさらに吟味しなければならない。

（２）ペアで説明し合う活動について

○自力解決や長さを比べる部分で，答えをペアで確認し合うことができた。

○モデルとなる児童が具体物を使い説明をすることにより，他の児童の理解が深まった。

○ペア学習を受けて問題意識が深まり，体を向けて友達の発表を聞こうとする児童の姿が見られた。

○ペア学習により学習の内容を理解し，全体の場で図を操作しながら分かりやすく説明する児童の姿が見られた。

●ペアで説明し合う時間が十分ではなかった。立式の段階で出された児童の多様な考えを短時間で絞る発問や手だてが不十分だった。

以上の分析をふり返った具体的改善案は以下の通りである。

(1)展開部分に課題があった。よって，ゴールを明確にし，ゴールから逆に考え，導入や展開部分での板書を精選する。また，児童の発言が増えるよう，発問後すぐに指名せず考える時間を十分とるなど時間の使い方を工夫する。

(2)共通点などに着目させ，児童の多様な考えを短時間で絞り，よりペア学習の時間が保障されるよう工夫する。

１学期の本実践を踏まえ，児童の発言や発想を価値付けながらみんながより「わかる」授業づくりを更に磨いていかなければならない。そのために，Ⅳの研修内容・研修計画に示したような内容を学習内容と照らしながら意図的・計画的に実践を継続していきたい。

ポートフォリオ

計画立案

指導計画の概略を示し，指導の見通しをもちました。児童が初めて扱うものさしの使い方については，昨年度の２学年担任から助言をいただき，本資料をもとに学年会で共通確認し，同一姿勢で指導に当たりました。

算数　○長さの　たんい　　長さをはかろう

○進め方と進度について

9週				10週		
曜日	日	時数	教科書P、学習内容	日	時数	教科書P、学習内容
月	6/2	1/10	P36-38 ・普遍単位の必要性に気付く ※必要に応じてブロック、紙テープ、クリップ（事務室）を活用	6/9	5/10	P43 ・ものさしの目盛りの読み方 ・測定の仕方を習熟
火	6/3	2/10	P39 **・cmの書き方と読み方** ・紙のものさし（簡易ものさし）作り	6/10	6/10	P44-45 ・直線について
水	6/4	3/10	P40 ・簡易ものさしによる測定活動	6/11		予備
木	6/5	4/10	P41-42 ・mm **・1cm＝10mmの理解**	6/12	7/10	P45 ・直線をひく
金	6/6		予備（復習など）	6/13 チーム研？	8/10	P46 ・長さの加減計算の仕方を理解する ＝同じ単位同士をたす

○ものさしの使い方について（去年の２年生算数担当の重先生より）

・保管場所・・・机の引き出し

・約束・・・1　指示があるときだけ、ものさしを出す

　　2　指示があるときだけ、ものさしにさわる

　　3　勉強のときだけ、使う

・単元の学習後について・・・道具箱にそのまま保管し、意図的に使わせる（国語、算数、図工など）

ポートフォリオ

計画実施
研究授業：学習指導案

第２学年　算数科学習指導案

日　時　平成２６年６月１３日（金）３校時
児　童　２年３組 男１４名 女１４名　計２８名
指導者　小菅　晴香

研究課題　**聞き合うことで，みんながより「わかる」算数授業**
～認め合う意識をもつことを通して～

研究課題について（設定理由）

集団で学ぶことを楽しいと感じ，学び合うことに価値を感じることができる児童に育てたい。そのために，２年生では，友達の発表を聞き，より学習内容の理解が深まるという学習を大切にしたい。友達の発表のよさを認め，聞き合うことで「分かった」という経験を積み重ねることで，学ぶことを楽しいと感じる児童が育つと考えるからである。

本学級の児童は，発表することに積極的である。児童が意欲をもちながら，友達の発表から学びを深めることができるようになることを願って本課題を設定した。

１　単元名　長さのたんい「長さをはかろう」（東京書籍　新しい算数上Ｐ３６）

２　単元について

本学級には，活発に挙手したり積極的に発表したりしようとする児童がいる反面，内容の理解が難しいと友達の話を聞かず，友達の考えのよさから学ぼうとしない等学習に消極的に取り組む児童もいる。そこで，友達の考えを理解できたかどうか意思表示をさせたり，友達の発表を聞いてペアで説明を反復させたりする指導を行ってきた。少しずつではあるが，友達の発表を聞き主体的に意思表示し，たとえ正解でなかったとしても友達の考えのよさを認める意識が高まってきているが，まだ十分ではない。

本単元は，長さの単位と測定について学習する。その際に，十分に操作活動をさせることで単位の意味と測定の原理を理解し，長さの測定ができるようにするとともに，長さについて量の感覚を身につけることをねらいとしている。

本時は，長さについての加法や減法が適用できることを学習する。折れ曲がっていても，まっすぐにつなげても長さは変わらないことに気付かせ，長さの加減計算ができることを理解させたい。単位をつけた加減計算の式をつくり，同じ単位どうしをたしたりひいたりする練習を十分に行い，同じ単位どうし計算すればよいことを明確に捉えさせていきたい。

学習に取り組ませる際には，形式に計算させるのではなく，式で表したり，計算の過程を言葉で表現しあったりする活動を大切にしていきたい。また，ペアで説明し合う活動を取り入れ，友達の考えのよさを認め，自分の考えを説明するときに活かせるよう板書にキーワードを位置づけていく。

３　指導計画（１０時間）

第１次　長さのあらわし方とはかり方（３時間）
第２次　長さのたんい（４時間）
第３次　長さの計算　（１時間　本時）
第４次　まとめ（２時間）

4　本時の指導

（1）　目標

長さの加減計算の仕方について理解し，その計算ができる。（数量や図形についての知識・理解）

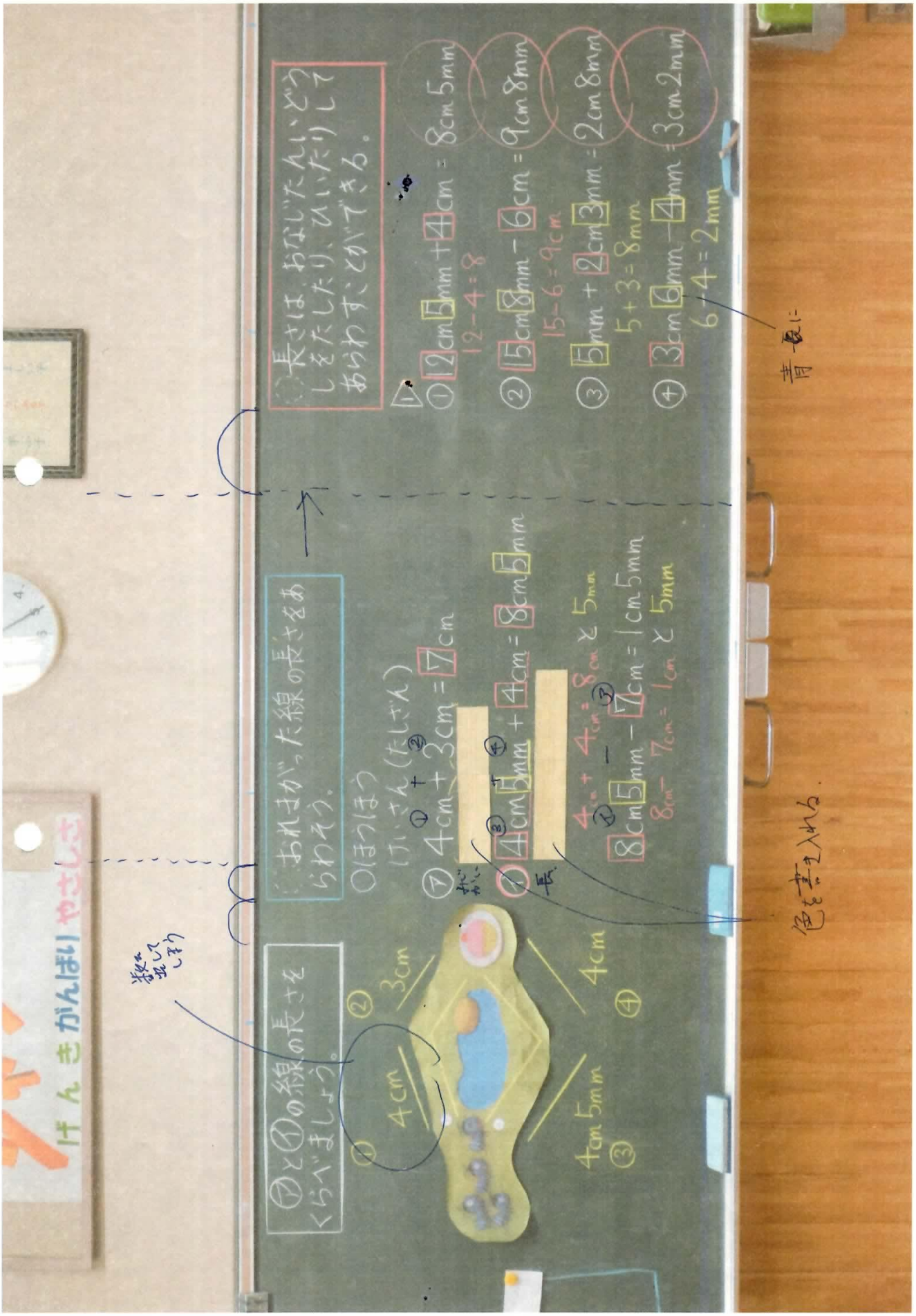
（2）　展開

	学習活動	指導上の留意点◇評価
導入 8分	**1．問題を把握する。** ㋐のせんと㋑のせんの長さをくらべましょう。 **2．課題を設定する。** おれまがったせんの長さをあらわそう。 **3．解決の見通しを持つ。** ・計算してみる。	・絵から問題場面をとらえさせる。 ・前時までとの違い（直線が折れ曲がっている）に気付かせ，課題設定につなげる。 ・㋐の線，㋑の線を折れ曲がったところで分け，名前をつけ，説明をしやすくする。
展開 20分	**4．自力解決する。** ㋐の長さ 4 cm＋3 cm＝7 cm ㋑の長さ 4 cm 5 mm＋4 cm＝8 cm 5 mm **5．長さをたしてよい理由を考える。** ・折れた線をまっすぐにしたと考えればよい。 ・長さは数だからたしてよい。 **6．長さを比べる。** （1）比べる方法について考える。 ○㋐と㋑，どちらが長いでしょう。 ・㋑が長いです。 ○どれくらい長いかは，どうしたら分かりますか。 ・数の大きい方から小さい方を引けば分かります。 8 cm 5 mm－7 cm＝1 cm 5 mm （2）テープを使い，長さの違いを確かめる。	・分かりやすくするために，単位をつけて式にしてもよいことを伝える。 ・どの児童も計算に取り組めるよう，㋐は全員で計算する。 ・長さのあらわし方について，どのようになったかペアで説明させる。 ・テープを使い，移動したり置き方を変えたりしても長さは変わらないことを確認する。 ・ペアで計算の過程を「分ける」「ひく」などの言葉を用いて表現させることにより，単位ごとに分けて計算する仕方の理解を深めさせる。 ◇長さの加法性や，同じ単位どうしを計算すればよいことを理解している。（発言，ノート）
終末 17分	**7．まとめる。** 長さは，おなじたんいどうしをたしたり，ひいたりしてあらわすことができる。 **8．適用問題に取り組む。** **9．学習をふり返る。** **10．次時の学習内容を知る。**	・本時の学習で分かったことや友だちのよさ等について感想を発表する。

ポートフォリオ

計画実施

事前に授業と同じように板書を行いました。授業前の見直し段階で，板書の画像に変更点を書き込み本時に臨みました。



自己研修レポート

久慈市立久慈小学校
教諭　遠藤　勇太
（教員2年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

友達と学び合う活動を通して，運動の楽しさを実感できる授業の工夫
－第５学年「ボール運動」の授業実践を通して－

Ⅱ　テーマ設定の理由

学習指導要領第５学年及び第６学年の目標には，「活動を工夫して各種の運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにする。」「基本的な技能を身に付け体力を高める。」そして，「協力・公正などの態度を育てる。」ことが示されている。この目標を達成しようと学級の児童を見たとき，運動能力・体力に自信のない児童に加え，仲間と協力することや最後までやり抜くことが困難な児童も数名いる。体育の授業を通して，運動への関心や自ら運動する意欲，他人を思いやる豊かな心を育み，基礎的な身体の能力を身に付けさせるとともに，たくましく生きるための体力の向上を図っていきたいと思い本課題を設定した。

アンケートの結果より，本学級は，「ボール運動」を特に苦手と感じている児童が多かった。その理由として，「ボール操作が難しい」「ボールが怖い」等が挙げられた。一方，全体的に自分自身の「ボール運動」の技能を高めたいという思いが強く，チームや友達と一緒に作戦を考え練習したいと考えている児童が多いこともわかった。このことから，「ボール運動」に研修内容を絞り，「ボール運動」が苦手な児童でも楽しみながら，そして協力し合いながら互いの技能を高めることができる授業づくりを目指して，自己研修を進めていきたいと考えた。

Ⅲ　解決のための手立て

課題解決のための手立てとして，以下の３点を考えた。

① 授業の前半にボール操作の技術を高める場（セットメニュー）を位置づけ，後半には習得した技術を活用できる場（タスクゲーム）を実施しスモールステップで学習を進める。

・セットメニューについて

パス練習…ボールに慣れるため，ペアでノーバウンド・ワンバウンドのキャッチボールをした。
トス練習…真上に投げる練習として，一人がコーンを持ったペアに向かってトスを上げ，もう一人がコーンでトスを受け取る練習をした。
アタック練習…ペアで壁打ちを行った。

・タスクゲームについて

セットプレーゲーム…パスはどのように投げたらいいか，トスはアタッカーに向かってどちらから，どのようなトスを上げたらいいのかを考えさせながら練習した。
アタックゲーム…相手チームの動きに合わせてアタックをする練習をした。

② すべての児童が楽しめるルールを設定する。

○以下のルールでアタックに特化したゲームを行った。
・サーブは両手下投げで行う。
・第１捕球者は，サーブのワンバウンドキャッチを認め，セッターへ両手でパスを送る。
・セッターはキャッチ後，両手でトスを上げる。

③ 関わり合いを深めることのできる学習展開の工夫をする。

・「学びの共有」を図るため，グループノートやホワイトボードを使用した。
・技能のポイントや指導者が児童に理解させたい言葉を示してある学習プリントや掲示物を準備し，教え合いの中でアドバイスがしやすいようにした。

Ⅳ　研修内容・研修計画

	研修内容		
1学期	事前アンケート ・ボール運動（ゴール型）※サッカー 事後アンケート	2学期	・ボール運動（ベースボール型）※ティーボール ・ボール運動（ネット型）《研究授業※ファウストボール》 事後アンケート

２学期に研究授業として，(E ボール運動 イ ネット型）を行った。単元の指導計画は下の通りである。

1	2	3	4	5研究授業	6	7	8
・オリエンテーション ・ためしのゲーム ・振り返り　後片付け	1　挨拶・用具や場の準備						ファウストボール大会
	2　セットメニュー　※基礎的な身体の能力を身に付けさせる時間。						
	3　学習課題の確認						
	4　タスクゲーム（セットプレーゲーム３対２）			4　タスクゲーム（アタックゲーム）			
	5　課題についての話し合い						
	6　ゲーム			6　公式戦 ※習得した技術を活用できるゲームの実施。			
	7　振り返り・後片付け						

Ⅴ　考察

本自己研修は「ボール運動」の領域で行い，児童一人ひとりの意欲と技能が高まったかを検証した。運動への関心や自ら運動する意欲，他人を思いやる心については，診断的・総括的授業評価（事前事後アンケート）から考察した。また，基礎的な身体の能力・体力の向上については，学習カードと指導者による観察，児童による学習の振り返りの記録から考察した。

（１） 運動への関心や自ら運動する意欲について（表１）

項目	４月	７月	12 月
体育が好きか。	87%	87%（±0）	93%（＋6）
ボール運動が好きか。	72%	81%（＋6）	84%（＋12）
進んで運動しているか。	77%	80%（＋3）	87%（＋10）

表１の事前事後アンケートの結果から，運動への関心や自ら運動する意欲は高まったと言える。特に「ボール運動が好き」と答えている児童が増加した。アンケートには，「セットメニューが楽しかった」「今日もボールをたくさんさわった」等の感想が書かれていた。セットメニュー・タスクゲームが主運動であるゲームに繋がるように，スモールステップで学習を進めたことが，「ボール運動が好き」である児童を増加させた要因だと考える。しかし，セットメニュー・タスクゲームが易しいものになりすぎて，物足りなさを感じていた児童も数名いたので指導計画を立てるときから配慮したい。

（２）他人を思いやる心について（表２）

項目	４月	７月	12 月
友達に励ましの声をかけたか。	77%	87%（＋10）	100%（＋23）
友達から励ましの声をかけてもらったか。	42%	63%（＋21）	96%（＋54）

表２では，２項目共に数値が高まっていることから，チームを中心に励まし合って学習を進めていたことが分かる。授業では，タスクゲームや話し合いの過程において，関わり合いを深めるために常にチームで活動をした。チームで作戦を考えたり，アドバイスや励ましの声がけをしたりしていた。また，指導者と友達からのアドバイスをプレーに生かしている子どもが多くいたことからも意識が高くなったことがうかがえる。

（３）基礎的な身体の能力・体力の向上について

◎パス・トス・アタック等の個人的技能を高めることができたか。

《セットメニュー》

○感想・みんなで楽しくできた。
・ボールを使う前に風船を使ったから安心してできた。
・アタックやトスの技を毎回やったから上手くなった。等

《タスクゲーム》

○感想・タスクゲームをして作戦を考えることができた。
・チームの得意なこととできないことが分かった。
・相手チームの動きを考えないと上手くできなかった。等

《ゲーム》

○感想・得点を決めることができてうれしかった。　・ボールをつなぐことができるようになった。
・ラリーが続くと楽しいし，得点を決めると気持ちいい。等

セットメニュー・タスクゲームでは，個人的技能の活用や作戦を考えることを目的にしたところ，技能面や戦術面での向上が図られた。このように基礎的な身体の能力を高めるために，「セットメニュー→タスクゲーム→メインゲーム」の一連の流れで学習を進められたことが児童の実態に合っており，一人ひとりの技能が高まった要因の一つだと考える。

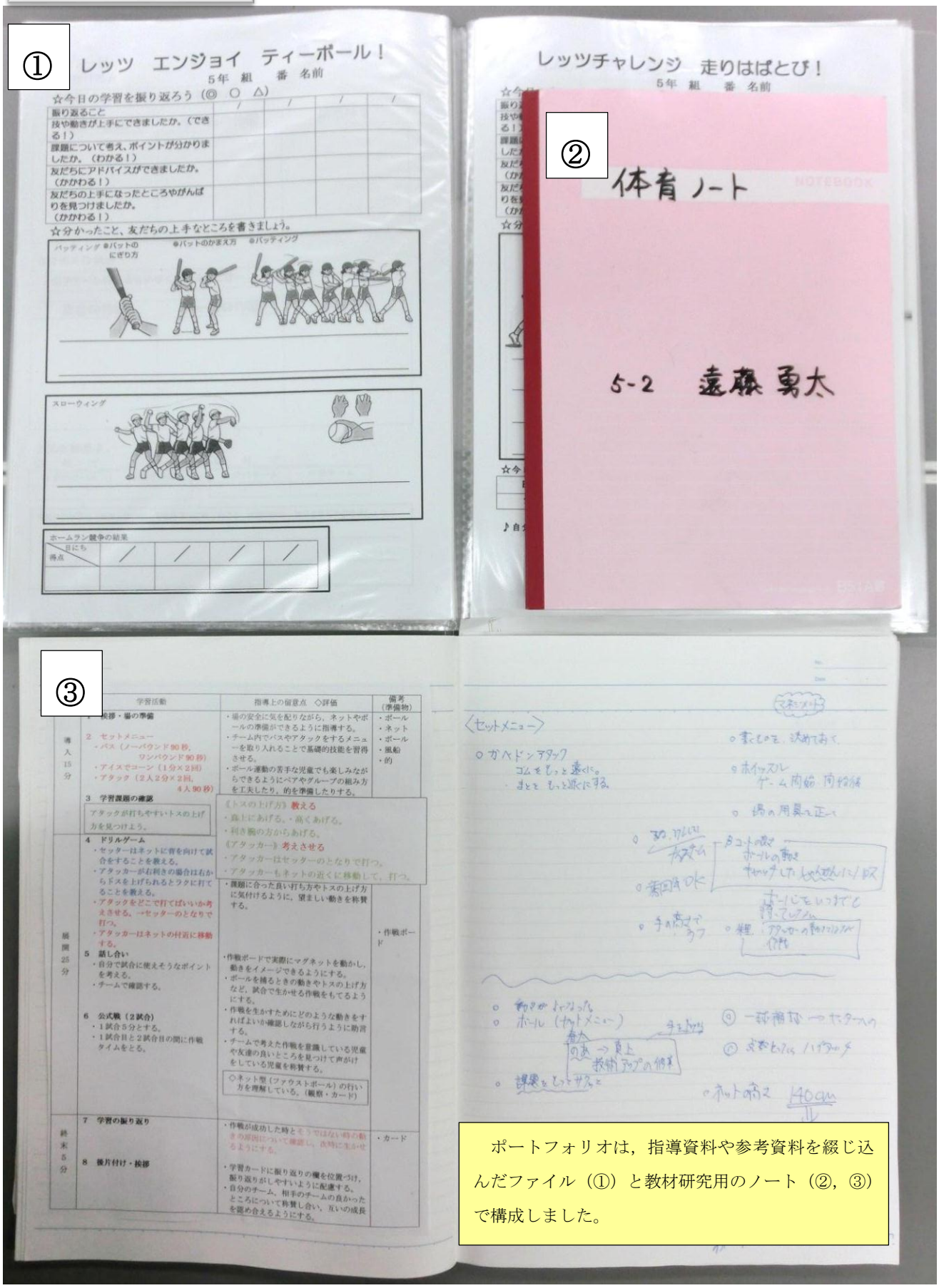
【全体を通して】

運動の楽しさを実感させるためには，基礎的身体の能力の向上が最優先であることをあることを感じた。そして，セットメニューとタスクゲームは，基礎的身体の能力を高めるために有効であり，且つ，スモールステップで学習を進めなければならないことも今回の研修を通して学ぶことができた。さらに，友達と声を懸け合いながら，互いのよさや違いを受け入れることにより，他人を思いやる心を育むことにつながることも感じた。

今後の課題として，セットメニュー・タスクゲームの内容や位置づけ，時間などの柔軟な扱いが必要であると考えられる。すべての児童が一生懸命できる内容と量でなければ，基礎的身体の能力の向上は期待できない。今後も，子どもたちが目を輝かせながら友達と共に自分の力を高めることができる授業づくりに取り組んでいきたい。

参考文献
・小学校学習指導要領解説体育編　文部科学省　・体育科教育　新しいボールゲームの授業づくり　大修館書店
・学校体育実技指導資料　第８集　ゲーム及びボール運動　文部科学省

ポートフォリオ



ポートフォリオは，指導資料や参考資料を綴じ込んだファイル（①）と教材研究用のノート（②，③）で構成しました。

ポートフォリオ

5・6年

● 目標

(1) 活動を工夫して各種の運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに、その特性に応じた基本的な技能を身に付け、体力を高める。

(2) 協力、公正などの態度を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動する態度を育てる。

(3) 心の健康、けがの防止及び病気の予防について理解できるようにし、健康で安全な生活を営む資質や能力を育てる。

E ボール運動

(1) 次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技能を身に付けることができるようにする。

イ. ネット型では、簡易化されたゲームで、ボールを打ち返す攻撃や隊形をとった守備によって、攻防すること。

(2) 運動に進んで取り組み、ルールを守り、助け合って運動したり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

(3) ルールを工夫したり、自分のチームの特徴に応じた作戦などを立てたりすることができるようにする。

第3節　第5学年及び第6学年の目標及び内容

2 内容

E ボール運動

(1) 技術

(1) 次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技能を身に付けることができるようにする。

ア ゴール型では、簡易化されたゲームで、ボール操作やボールを受けるための動きによって、攻防をすること。

イ ネット型では、簡易化されたゲームで、チームの連携による攻撃や守備によって、攻防をすること。

ウ ベースボール型では、簡易化されたゲームで、ボールを打ち返す攻撃や隊形をとった守備によって、攻防をすること。

「簡易化されたゲーム」とは、ルールや形式が一般化されたゲームを見直の発達の段階を踏まえ、プレーヤーの数、コートの広さ（奥行きや横幅）、プレー上の制限（規和）、ボールその他の運動用具や設備など、ゲームのルールや様式を修正し、学習課題を追求しやすいように工夫したゲームをいう。

なお、「アはバスケットボール及びサッカーを、イはソフトバレーボールを、ウはソフトボールを主として取り扱うものとするが、これらに替えてそれぞれの型に応じたハンドボールなどのその他のボール運動を指導することもできるものとする。なお、学校の実態に応じてウは取り扱わないことができる。」ことを「内容の取扱い」で示した。

イ ネット型

操作しやすいボールを用いたり、ボール操作についての制限を緩和することを通して、連携プレーによる攻撃やそれに対応する守備がしやすくなるように簡易化されたゲームをする。

(ア) 軽くてやわらかいボールを片手や両手で操作したり、チームの連携プレーによる攻撃が成り立つようにすばやく隊形を移動したりして、ネットをはさんだゲームができるようにする。

(イ) ボール操作についての制限を緩和したボールがつながりやすい状況の中で、相手コートにボールを打って返すことができるようにする。

[例示]

○ソフトバレーボール

○プレルボール

・自陣のコート（中央付近）から相手コートに向けサービスを打ち入れること。

・ボールの方向に体を向けて、その方向に素早く移動すること。

・味方が受けやすいようボールをつなぐこと。

・相手コートにボールを打ち返すこと。

(2) 態度

(2) 運動に進んで取り組み、ルールを守り助け合って運動をしたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

ア ゴール型やネット型、ベースボール型のゲームに進んで取り組むこと。

イ ルールやマナーを守り、友達と助け合って練習やゲームをすること。

ウ 用具の準備や片付けで、分担された役割を果たすこと。

エ 場の危険物を取り除いたり場を整備したりするとともに、用具の安全に気を配ること。

(3) 思考・判断

(3) ルールを工夫したり、自分のチームの特徴に応じた作戦を立てたりすることができるようにする。

ア ゴール型やネット型、ベースボール型の楽しいゲームの行い方を知り、プレーヤーの数、コートの広さ、プレー上の制限、得点の仕方などのルールを選ぶこと。

イ チームの特徴に応じた攻め方を知り、自分のチームの特徴に応じた作戦を立てること。

No.

Date

ファウストボール（E ボール運動　イネット型）

ファウストボール とは…

- ドイツ発祥 でバレーボールの前身。
- ファウストは ドイツ語で「拳」という意味。
- 公式競技は 5対5 で 50m × 20mの広いコートで 高さ 2mのネットをはさみ、ボールをパスしあって 3回以内で 相手コートに打ち返す。
- バレーボールに よく似ているが、「片手でボールを打たなければ ならないこと。」「ワンバウンドのレシーブが 認められていること。」が 大きな特徴。

ゲームのねらい

アンダーハンドパス、オーバーハンドパス、トス、アタック などの 技能を駆使した連携プレーをして、セットアップ攻撃（トス） ができるようにすることをねらっている。

※ セット… セッターが スパイカーに打ちやすいボールを上げるパスのこと。
セットアップ… セット（トス）すること。

ゲームの特徴

- 「片手で打つ」だけでなく、バレーボールと同様に両手で扱えるようにする。
- セッターは パスをいったん 受け取ってから トスを上げても よいことにする。
- 三段攻撃で 返球できた場合も 得点化し、連携プレーへの意欲づけと ゲームの活性化 を図る。

ルール と ゲーム の 進め方

- サーブは、コート内の 後方から、相手がレシーブしやすいボールを 両手で 投げ入れる。
- 得点をした方が 次のサーブ権を 得る。
- ワンバウンドしてのレシーブも 認める。
- セッターは、パスも 受け取ってから トスを上げてもよい。
（2秒以上ボールを 保持できない。 保持している間は 移動できない。）
- 3回までの 触球で 相手コートに 返球する（1人が 続けて 触球できない）
- 得点： 三段攻撃で 相手コートに 返球できたら 1点。
そのボールを 相手が 返球できなかったら さらに 1点。
1〜2回の 触球で 返球し、相手が 返球できなかったら 1点。

情報収集「教材研究ノート」

体育科の目標を抜き書きしたり，学習指導要領解説の重要な箇所をコピーして貼ったりしてすぐに見返せるようにしました。

また，参考資料から学んだことをノートにまとめ，事前に教材について理解を深めました。

第５学年　体育科学習指導案

日　時　平成26年11月21日（金）５校時
児　童　５年２組　男19名　女14名　計33名
授業者　遠藤　勇太

研究課題　友達と学び合う活動を通して，運動の楽しさを実感できる授業の工夫
～「心」と「体」をつなぐ学習活動を通して～

課題設定の理由

学習指導要領第５学年及び第６学年の目標には，「活動を工夫して各種の運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにする。」「基本的な技能を身に付け体力を高める。」そして，「協力・公正などの態度を育てる。」ことが示されている。この目標を達成しようと学級の児童を見たとき，運動能力・体力の低い児童に加え，仲間を大切にできない，諦めてしまう等の問題も抱えている児童も少なくない。体育の授業を通して，運動への関心や自ら運動する意欲，他人を思いやる豊かな心を育み，基礎的な身体の能力を身に付けるとともに，たくましく生きるための体力の向上を図っていきたい。

「心と体をつなぐ」という観点を大切にし，友達と共に体を動かす心地よさや楽しさ，つまり，「身体能力や身体感覚，豊かな心」を育成することを重視した体育学習を追究したいと考え，本研究課題を設定した。

1　単元名　つないでアタック！ファウストボールdeトントンパン！！（ボール運動　イ　ネット型）

2　単元について

本学級の児童は，元気で明るく素直である。体育に関するアンケートによると，体育が「大好き」「好き」な児童は30名おり，「楽しい」「体を動かすことが好き」「汗をかくことは気持ちいい」などと答えている。しかし，「嫌い」な児童が３名おり，「運動が苦手」「難しい」と答えている。ボール運動に関するアンケートでは，「大好き」「好き」な児童が28名おり，多くの児童は『試合が楽しい』「ボール投げたり，蹴ったりするのが楽しい」などと答えている。しかし，「嫌い」な児童は５名おり，理由として，「ボール操作が難しい」「ボールが怖い」などと答えている。また，全体的に自分自身の技能を高めたいという思いが強く，チームや友達と一緒に作戦を考え練習したいと考えている児童が多いこともわかった。このことから，ボール運動が苦手な児童でも楽しむことができ，さらに協力し合いながら互いの技能を高めることができる内容にしていきたいと考えた。

本単元で扱うファウストボールは，仲間と協力してボールをつなぐ楽しさや得点を決める爽快感を味わうことができる。さらに，それらを味わう中で，意図的な攻撃をしたり，作戦を考えたりすることも期待できる。仲間と協力しながらボールをつなげ，相手コートにアタックする楽しさを体験し，ファウストボールの魅力にふれさせていきたい。

本単元では，上記をふまえながら，ボールをつなげるには，仲間と協力して，いかに自陣のコート内でボールを落とさず，相手コートにボールを返すかが重要になってくる。そのために以下の手立てを講じていきたい。

① １単位時間の中に，基礎的な身体の能力を身に付けさせる時間を設定する。具体的には，前半にボール操作の技術を高める場を位置づけ，後半には習得した技術を活用できるゲームを実施する。
② すべての児童が楽しめるルールを設定する。
③ 関わり合いを深めることのできる学習展開の工夫をする。

3　目標・評価規準

（１）簡易化されたゲームで，チームの連携による攻撃や守備によって，攻防することができる。（技能）
（２）運動に進んで取り組み，ルールを守り助け合って運動したり，場や用具の安全に気を配ったりしようとする。（態度）
（３）ルールを工夫したり，自分のチームの特徴に応じた作戦を立てたりしている。（思考・判断）

	運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
単元の評価規準	●集団対集団で競い合う楽しさや喜びに触れることができるようにネット型のゲームに進んで取り組もうとしている。 ●ルールやマナーを守り，友達と助け合って練習やゲームをしようとしている。 ●運動する場を整備したり，用具の安全を保持したりすることに気を配ろうとしている。	●ゴール型のゲームの行い方を知るとともに，簡易化されたゲームを行うためのルールを選んでいる。 ●効果的な攻め方を知るとともに，チームに合った作戦を選んでいる。	●ネット型の簡易化されたゲームで，チームの連携プレーによる攻撃が成立するためのボール操作や移動ができる。
学習活動に即した評価規準	①集団対集団で競い合うための練習やゲームに進んで取り組もうとしている。 ②ルールやマナーを守り，友達と励まし合って練習やゲームをしようとしている。 ③運動する場の危険を取り除いたり，用具の安全を保持したりすることに気を気配ろうとしている。	①ネット型（ファウストボール）の行い方を知っている。 ②みんながネット型の楽しさや喜びに触れることができるよう，プレー上の制限，得点の仕方などのルールを選んでいる。 ③効果的な攻め方を知り，チームに適した作戦を考えている。	①味方が受けやすいようにボールをつなぐことができる。 ②ボールの方向に体を向けてその方向に素早く移動することができる。 ③スピードを変えたりスペースを狙ったりして打ち返すことができる。

4　指導と評価の計画（全８時間）

時間	1	2	3	4	5本時	6	7	8
10	1　オリエンテーション	1　挨拶・用具や場の準備						ファウストボール大会
		2　セットメニュー						
		3　学習課題の確認						
20	2　試しのゲーム	4　タスクゲーム（セットプレーゲーム３対２）			4　タスクゲーム（アタックゲーム）			
		5　課題についての話し合い						
40 45	3　振り返り・後片付け	6　ゲーム			6　公式戦			
		7　振り返り・後片付け						
評価の観点　関・意・態	③（観察）	①（観察）						②（観察）
評価の観点　思考・判断			①（観察）（カード）		③（観察）（カード）		②（観察）（カード）	
評価の観点　技能				①（観察）		②（観察）		③（観察）

ポートフォリオ

計画実施
研究授業：学習指導案と学習カード

5　本時の指導（5／8時間）

（1）目標

・効果的な攻め方を知り，チームに合った作戦を選ぶことができるようにする。（思考・判断）

（2）展開

段階	学習活動	指導上の留意点　◇評価	備考（準備物）
導入 15分	1　挨拶・場の準備 2　セットメニュー ・パス練習 ・トス練習 ・アタック練習 3　学習課題の確認 相手チームの守備を破る攻撃を考えよう。	・場の安全に気を配りながら，ネットやポールの準備ができるように指導する。 ・チーム内でパスやアタックをするメニューを取り入れることで基礎的技能を習得させる。 ・ボール運動の苦手な児童でも楽しみながらできるようにペアやグループの組み方を工夫したり，的を準備したりする。	・ポール ・ネット ・ポール ・的
展開 26分	4　タスクゲーム ・攻撃チームを3人，守備チームを1人とする。 ・攻撃を目的とするゲームなので，攻撃チームのみの得点とする。 ・守備チームの子どもがワンバウンドキャッチであったら1点，それ以外は2点とする。 5　話し合い 作戦を考える。 役割分担をする。 6　公式戦（2試合） ・1試合7分とする。 ・1試合目と2試合目の間に作戦タイムをとる。	・学習課題を意識してゲームができるよう助言をする。 ・試合を想定した練習になるようにチームや個人に助言する。 ・課題に合った良い打ち方に気付けるように，望ましい動きを称賛する。 ・作戦ボードで実際にマグネットを動かし，動きをイメージできるようにする。 ・強いアタックを打つことや空いているスペースにアタックを打つことなど，試合で生かせるような作戦をもてるようにする。 ・作戦を生かすためにどのような動きをすればよいか確認しながら行うように助言する。 ・チームで考えた作戦を意識している児童や友達の良いところを見つけて声かけをしている児童を称賛する。 ◇効果的な攻め方を知り，チームに合った作戦を選ぶことができる。（観察・カード）	・ボール ・得点盤 ・作戦ボード
終末 5分	7　学習の振り返り 8　後片付け・挨拶	・作戦が成功した時とそうではない時の動きの原因について確認し，次時に生かせるようにする。 ・学習カードに振り返りの観点を位置づけ，振り返りがしやすいように配慮する。 ・自分のチーム，相手のチームの良かったところについて称賛し合い，互いの成長を認め合えるようにする。	・カード

つないでアタック！ファウストボールdeトントンパン！

5年　組　　番　名前

第1時　　月　日（　）

☆今日初めてファウストボールをしてみて困ったこと，分からなかったことを書きましょう。

☆上に書いたことの改善策を考えた人は書きましょう。

☆今日の学習を振り返ろう（◎　○　△）

技や動きが上手にできましたか。（できる！）	課題について考え、ポイントが分かりましたか。（わかる！）	友だちにアドバイスができましたか。（かかわる！）	友だちの上手になったところやがんばりを見つけましたか。（かかわる！）

自己研修レポート①（H25 実践）

洋野町立中野小学校
養護教諭　駒井　奈々
（教員1年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

歯・口に対する意識向上を目指した保健指導の在り方
－給食後の歯みがき指導と個別指導を中心に－

Ⅱ　テーマ設定の理由

平成 24 年度学校保健統計調査によると，近年，むし歯のある者の割合（処置完了者を含む。以下同じ。）は，全国的に減少傾向にある[1)]と報告されている。しかし，岩手県においてむし歯のある者の割合は，すべての学校区分で全国平均を上回っており[1)]，さらに洋野町はその岩手県平均よりも高い状況である[2)]（平成 24 年･･･全国 55.8%，岩手県 60.9，洋野町 77.3%）。

平成 25 年度の本校のむし歯のある児童の割合は，77.1%と高い傾向にある。未処置歯が放置され，一人で 5～10 本ものむし歯を持つ児童もおり，歯・口の健康に対する意識の低さがうかがえる。

小学生期は，乳歯が永久歯と交換する時期であり，生涯で最もむし歯になりやすい時期でもある。生涯にわたる健康づくりの基礎として，この時期に基本的な生活習慣の確立を図り，健康課題に対して自律的に取り組むことができるように支援することが重要である[3)]。学校においては，全体の意識を高める指導と，健康課題のある児童への個別指導の両方が必要であると考える。

そこで，歯・口に対する意識を高め，口腔状況を改善するための児童への指導はどうあればよいかを，実践を通して考察することを目的として本課題を設定した。

Ⅲ　解決のための手立て

本校では歯科検診を春（4～5 月）と秋（10～11 月）の２回実施している。１回目の歯科検診の結果をもとに１～４学年に学級活動で１時間の歯科指導を実施した。これにより自分の歯を意識し，歯みがきをがんばろうという意欲が高まった。しかし，歯みがきの仕方を見ると上手に歯ブラシを使うことができていない児童が多く，染め出しにおいてもみがき残しがたくさん見られた。

また，夏季休業中に親子で染め出しに取り組む活動を実施した。「染め出しシート」を見ると，歯と歯肉の間，歯と歯の間，奥歯のかみ合わせなどにみがき残しが多くみられた。

さらに普段の家庭での歯みがきの様子を把握するために平成 25 年 10 月 8 日～11 日の期間に，選択肢式質問調査法によるアンケートを実施した。アンケート項目と「はい」と答えた児童の割合を表１に示す。約９割の児童が朝・夜の歯みがきはしていると答えた。工夫してみがいている児童は７割程度，鏡を見て歯みがきをしている児童は半数以下であった。

表１　アンケート結果

1	朝，歯をみがいているか。	89.6
2	休日の昼，歯をみがいているか。	35.8
3	夜，歯をみがいているか。	94.3
4	歯の形に合わせて，みがきかたを工夫しているか。	73.6
5	鏡を見て歯みがきをしているか。	48.1
6	仕上げみがきやみがき残しチェックをしてもらっているか。	62.3
7	むし歯はなぜできるか知っているか。	82.1
8	かかりつけの歯科医はあるか。	91.5

そこで，児童や保護者の取り組みの効果が上がることを目指して以下の５つについて取り組むこととした。

（１）給食後の歯みがき指導　　（２）個別指導
（３）学級活動における歯科指導〈５年〉
（４）保護者対象の健康相談
（５）掲示物・保健だより等による啓発

Ⅳ　研修内容・研修計画

研修計画を表２に示す。表中の囲み部分が具体的実践の項目である。

表２　研修計画

期日	内容
5 月	歯科検診①
6 月	治療勧告書配布・保健だより配布
7 月	歯科指導（1～4 年）・掲示物作成・健康相談①
8 月	夏休みの取り組み（染め出し，歯みがきカレンダー）
10 月	アンケート調査①・歯みがき指導
11 月	歯科指導（5 年）・歯みがき指導・歯科検診②・治療勧告書配布・保健だより配布
12 月	個別指導・アンケート調査②・健康相談②
1 月	冬休みの取り組み（染め出し，歯みがきカレンダー）

給食後の歯みがき指導では,10 月 15 日～11 月 22 日の期間で各学年３回ずつ指導を行った。その際,低，中，高のまとまりで指導の重点を設定した。歯みがきの後は一人ずつみがき残しチェックを行い,歯並びが悪いところのみがき方についてのアドバイスとむし歯がある児童に治療を促す声かけをした。

個別指導では 12 月２日～12 月 10 日の期間に未処置歯の状況から対象者を選び，昼休み時間に 20 分間指導した。そこでむし歯の数を伝え，自己の生活を振り返り今後の歯みがきの目標を立てさせた。

５学年における歯科指導では，小学校高学年から増加する歯肉炎を題材にし，自分の歯肉を観察し，実際に歯肉炎予防のブラッシングについて学ぶ内容とした。

保護者対象の健康相談は，７月にも実施したが，保護者の理解と協力を得るため，12 月に未処置歯５本以上で今年度まだ受診していない児童の保護者を対象に行った。

掲示物・保健だより等による啓発としては，受診率向上を目指して『中野小児童の歯の様子』を掲示した。また，定期的に保健だよりを発行し，歯科検診の結果や，受診状況，学校での指導の様子，コラムなどを保護者に知らせた。

Ⅴ　考察

実践期間終盤である 12 月２日～12 月 10 日の期間に指導後のアンケートを実施した。アンケート結果の比較を表３に示す。休日の昼の歯みがき習慣以外の項目では，指導後の方が「はい」と答えた割合が増加した。

また，歯科検診（１回目と２回目）の主な結果を図１に示す。歯垢と歯肉の判定０の児童の割合は１回目よりも増加した。しかし，むし歯の有無については，未処置歯のある児童の割合が１回目よりも２回目が 8.1%増加の 48.1%であった。

表３　アンケート結果の比較

	項目	「はい」と答えた割合（%）	
		指導前	指導後
1	朝の歯みがき	89.6	90.6(+1.0)
2	休日の昼の歯みがき	35.8	30.2(−5.6)
3	夜の歯みがき	94.3	97.2(+2.9)
4	みがきかたを工夫	73.6	79.2(+5.6)
5	鏡を見て歯みがき	48.1	59.4(+11.3)
6	仕上げみがきやみがき残しチェック	62.3	68.9(+6.6)
7	むし歯の知識	82.1	88.7(+6.6)

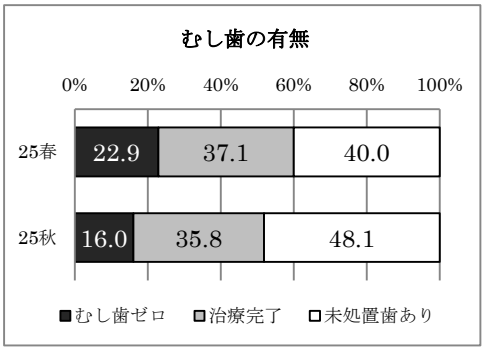


図１－１　歯科検診結果の比較①

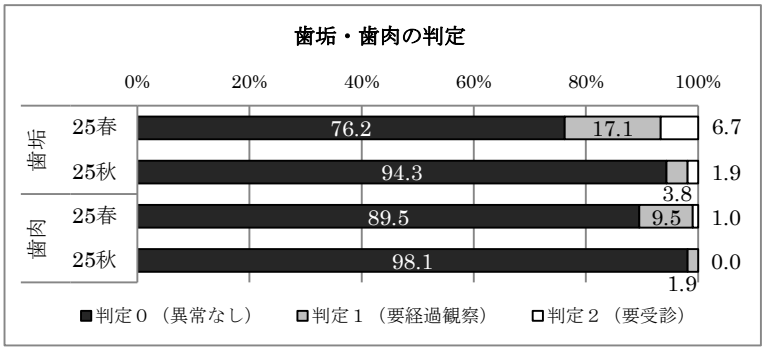


図１－２　歯科検診結果の比較②

【成果○と課題●】

○歯垢・歯肉の有所見者が減少した。丁寧な歯みがきをする児童が増加したものと考えられる。

○給食後の歯みがきの時間に指導に入ったことで，歯ブラシの使い方を工夫したり，自分の舌でみがき残しを確認したりする児童が増え，意識して歯みがきに取り組む姿が見えるようになった。

○養護教諭が一人一人の口の中をチェックしたことで，児童の口腔状態の把握が深まり，今後の指導の参考となった。

○学級担任も各学年の指導のポイントがわかり，普段の指導に活用することができた。

●未処置歯のある児童の割合が増加した。要因として，受診後半年も経たない間に再びむし歯ができた児童が多かったこと，３～５年生で新たに生えてきた永久歯でむし歯になってしまったものが多かったことなどが考えられる。

●給食後の歯みがきの時間がブラッシングの指導の場としては効果的だが,時間が短いため知識習得には限界がある。学級活動や行事等様々な場面での指導をあわせて行う必要がある。

文献　１）文部科学省：平成 24 年度学校保健統計調査結果　　２）洋野町学校保健会：平成 24 年度学校保健統計資料
３）文部科学省：「生きる力」をはぐくむ学校での歯・口の健康づくり

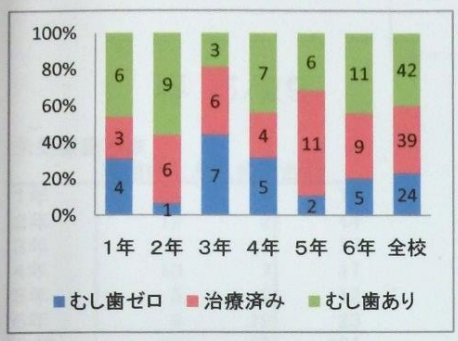
ポートフォリオ

研修に関係する資料は項目ごとに整理してファイルにまとめました。

春 5/29

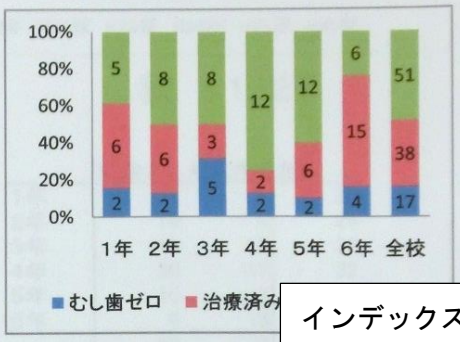
歯科検診の結果の割合

	むし歯ゼ	治療済み	むし歯あ	合計
1年	4	3	6	13
2年	1	6	9	16
3年	7	6	3	16
4年	5	4	7	16
5年	2	11	6	19
6年	5	9	11	25
全校	24	39	42	105
%	22.9	37.1	40.0	100



秋 11/27

	むし歯ゼ	治療済み	むし歯あ	合計
1年	2	6	5	13
2年	2	6	8	16
3年	5	3	8	16
4年	2	2	12	16
5年	2	6	12	20
6年	4	15	6	25
全校	17	38	51	106
%	16.0	35.8	48.1	100



	むし歯ゼ	治療完了	未処置歯あり
H25春	22.9	37.1	40.0

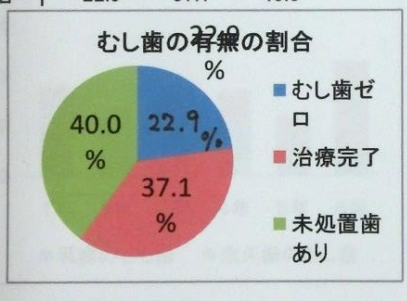
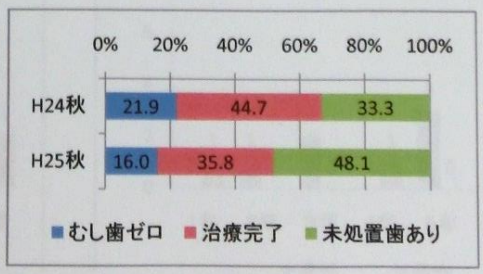


図4

歯科検診結果の比較

	むし歯ゼ	治療完了	未処置歯あり
H25春	22.9	37.1	40.0
H25秋	16.0	35.8	48.1

未処置歯あり
33.3
48.1



H25 初任研 課題研究 ポートフォリオ
「歯・口に対する意識向上を目指した
保健指導のあり方」

洋野町立 中野小学校
養護教諭 駒井 奈々

インデックス項目

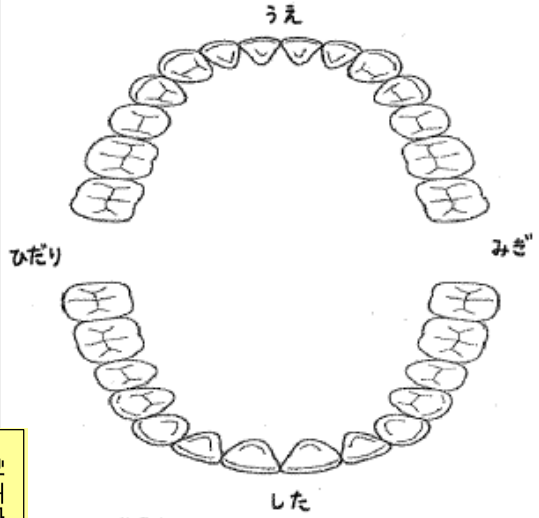
- ○データ
- ○アンケート
- ○個別指導
- ○歯みがき指導
  - ・歯科指導
  - ・保健だより
  - ・写真
- ○担任の感想
- ○計画
- ○全国統計
- ○文献

歯をきれいにしよう！

歯科個別指導
平成２５年１２月

ねん　　なまえ

（１）歯科検診の結果を知ろう！



黄色　…　子どもの歯（乳歯）
青　…　大人の歯（永久歯）

※色をぬっていない歯は、
ぬけているところや、
まだはえていないところ

…　むし歯　　本

…　なおした歯　　本

（２）自分のめあてをたてよう！

いまの生活のようすをふりかえると・・・

	１日３回（あさ・ひる・よる）、はみがきをしていますか？
	はみがきは、３～５ふんいじょう　やっていますか？
	てきとうにではなく、ていねいにみがいていますか？
	かがみをみて、はみがきをしていますか？
	みがきのこしのチェックや、しあげみがきをしてもらっていますか？
	むしばをなおすために、はいしゃさんにいっていますか？

これから、がんばることを決めよう。

①お家の人に歯医者さんにつれて行ってもらって、
　むし歯をなおす！

②

計画実施
歯科検診有所見者を対象に行った個別指導のシート

おやあら
○ 担任の先生へ 聴覚用紙
○ よくも逆へ 事後アンケート

給食 → そうじ → 昼休み

給食後の歯みがきの時間、５～10分程度の指導になります。よろしくお願いします！

給食後の歯みがき指導　日程

		給食	行事	昼の練習	給食後の歯みがき指導		
10月15日	火		移動図書	○6	1	1年① ○ 12:55～	CD. 前歯の表
10月16日	水		養教部会	○2			
10月17日	木		職員会議	○6	2	2年① ○ 12:55～	CD. 前歯の裏
10月18日	金			○5	3	3年① × →	
10月21日	月			○3/4	4	4年① ○ 12:55～	CD.
10月22日	火		初任研	○6	5	5年① ○ 12:50～	CD. おくば
10月23日	水		学習発表会予行　YT部会	○5	6	予備日	
10月24日	木		金曜時程	○5	7	6年① ○ 12:50～	CD. おくば
10月25日	金		木曜時程、特別短縮、前日準備	○6			
10月26日	土	×	学習発表会				
10月29日	火				8	1年② × →	(1/5(月)(休み) 5h)
10月30日	水				9	2年② ○ 13:00～	CD. 前歯の裏、うら
10月31日	木	×	種小公開				
11月1日	金	?	就学時健診				
11月5日	火				10	3年② ○ 12:55～	CD. 前歯の表、うら
11月6日	水				11	4年② ○ 12:55～	CD.
11月7日	木		町音楽発表会		12	5年② ○ 5時時	歯科指導がゆえて、歯磨
11月8日	金				13	6年② ○ 12:50～	CD. 前歯のうら、奥の歯だ
11月11日	月				14	予備日	
11月12日	火		初任研		15	1年③ ○ 13:00～	CD.
11月13日	水		委員会		16	2年③ ○ 12:55～	CD. おくば、
11月14日	木		校内研				
11月15日	金		代表者会議				
11月18日	月		防犯教室		17	3年③ ○ 12:55～	CD.
11月19日	火				18	4年③ ○ 12:55～	CD.
11月20日	水		祖父母F参観日、P講演会				
11月21日	木				19	5年③ ○ 12:50～	CD.
11月22日	金				20	6年③ ○ 12:50～	CD.
11月25日	月				21	予備日	
11月26日	火		初任研		22	予備日	
11月27日	水				23	予備日	
11月28日	木		職員会議		24	予備日	
11月29日	金		児童会選挙		25	予備日	

ポートフォリオ

計画実施
給食後の歯みがきの時間に，各学年３回ずつ養護教諭による指導を行いました。

ポートフォリオ

計画実施

歯科指導に関する学習指導案と学習シート

歯肉を元気にしよう！

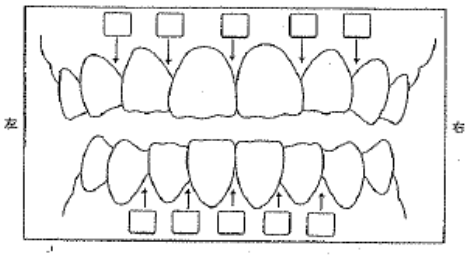
5年　　番　名前

1．健康な歯肉 と 歯肉炎の歯肉 のちがいは？

	健康な歯肉	歯肉炎になった歯肉
色	うすいピンク色	赤い、むらさきっぽい
形	三角形	丸い、ふくらでいる
引きしまり方	ひきしまっている かたい	ぶよぶよしている はれている
出血	血は出ない	少しさわると血が出る

2．歯肉の健康観察をしよう。

自分の歯肉をかがみで見て、4つのポイントをもとに、健康状態を「○・△・×」でチェックしてみましょう。



3．「歯こう」をとりのぞく歯のみがき方

きざみに　1～2本ずつ、ねらいをしぼってみがきましょう。

毛先の使い分け

つま先　・　わき　・　かかと　を使い分けましょう。

4．ふりかえり

○をつける→	よくわかった	まあまあわかった	わからないところがあった

（感想・これからがんばりたいこと・気をつけること）

第5学年　学級活動（保健・歯科）指導案

1　題材名　　「歯肉を元気にしよう！」

2．ねらい

・歯肉炎の症状や原因を知り、歯肉の病気は歯・口の健康に深く関わっていることを理解する。

・歯肉炎は歯みがきで予防・改善できることを知り、歯肉炎にならないようなみがき方を実践することができる。

3　展開

段階	学習活動	・指導　◇支援
つかむ　5	1　クイズで、歯を失う原因を知る。 ・1位歯周病、2位むし歯、3位ケガ 歯肉を元気にしよう！	
考える　30	2　健康な歯肉と炎症のある歯肉の写真を見比べ、歯肉炎について知る。 ・班ごとに違いを見つける。	・「健康な歯肉」「歯肉炎」「歯周炎」の3つの写真を見せる。 ◇「色」「形」「ひきしまり方」「出血の有無」の4つのポイントについて考えさせる。
	3　発表・交流をして歯肉炎がどのような病気なのかを知る。	・色…うすいピンク／赤い、紫っぽい 形…三角／丸い、ふくらんでいる 引きしまり方…ひきしまっている／ぶよぶよ 出血…なし／あり
	4　自分の歯肉を観察する。 ・写真を参考に、自分の歯肉の健康状態をチェックする。	・手鏡で観察する。 ・写真を参考に、自分の歯肉の健康状態をチェックする。
	5　歯みがき方法を工夫する。 ・歯垢が歯肉炎の原因であることを知り、歯垢を効果的に除去できるようにみがく。	◇歯ブラシのつま先、かかと、わきをうまく使うようにアドバイスする。 ・みがき残しがない歯みがきが歯肉炎の予防になること、医師の歯肉炎は適切な歯みがきで改善することを説明する。
まとめ　10	6　今日の学習の感想を書く。 ・わかったこと、これから頑張ることなどをワークシートに記入する。	

ポートフォリオ

振り返り

保健だよりを発行し，保護者への啓発を図りました。

すこやか

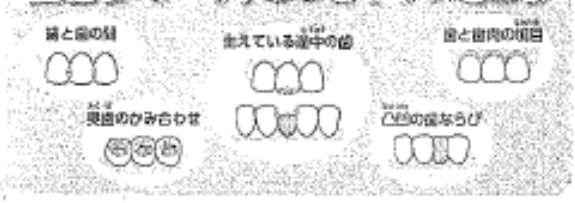
中野小学校
保健室
H25. 12. 16
No. ２２

歯みがき指導をしました！

１０～１２月にかけて、給食後の歯みがきの時間に養護教諭がお教室へ行き、歯みがき指導を行いました。各学年の歯の特徴や課題にあわせて、みがき方を練習し、みがき残しチェックをしました。お家でもていねいに歯みがきをしてほしいと思います。

全学年共通	みがく順番（口の通り）、かがみでチェック、歯ブラシの毛先の使い分け
１・２年生	前歯の表と裏のみがき方、奥歯（６歳臼歯）のみがき方
３・４年生	歯ブラシの毛先の使い分け、でこぼこのところ
５・６年生	奥歯（１２歳臼歯）のみがき方、みがき残しの多いところ、歯肉炎

歯垢（プラーク）のつきやすいところ



また、歯科検診で乳し歯が３本以上ある人、歯こう（歯の汚れ）がついていると言われた人を対象に、昼休みに保健室にて個別指導も行いました。自分がこれからの歯みがきでがんばることを決めましたが、毎日続けることはなかなか難しいと思いますので、お家での声かけ、みがき残しのチェックや仕上げみがきをよろしくお願いします。学習シートはけんこうカードと一緒に配布します。歯みがき資料もついていますので、参考にしてください。

歯科受診もよろしくお願いします！

冬休みの健康生活

～楽しい冬休みにするために～

1　規則正しい生活リズム

○ねる時間、起きる時間を決めましょう。ポイントはねる時間です。夜ふかしを続けていると体に疲れがたまり、日中元気にすごすことができなくなってしまいます。ずれてしまった生活リズムをもとに戻すのは大変なので、決まった時間にはふとんに入りましょう。

2　バランスのよい食事

○年末年始はごちそうも多いと思いますが、バランスのよい３度の食事を心がけましょう。
○おやつは、食べる量と時間を決めましょう。１日に食べてもよいおやつの目安は２００kcal です。「だらだら食べ」はむし歯と肥満のもとです。おやつの時間に区切りをつけるようにしましょう。

3　運動・休養のバランス

○寒さに負けず、運動やお手伝いをしましょう。体を動かすと免疫力や抵抗力が高まり、病気になりにくくなります。
○疲れたなぁと感じた日、体調がよくない日は、いつもよりも少し早くねて、体をしっかり休ませましょう。

4　かぜ・インフルエンザなどの予防

○冬はインフルエンザやノロウイルスなど、感染症のはやる時期です。外から帰ってきたときや食事の前などは、手洗い・うがいをしっかり行いましょう。

5　病気の治療

○長期休暇は、病気を治療するチャンスです。忙しくてなかなか病院に行くことができないでいた人は、冬休みの受診をおすすめします。

すこやか

中野小学校
保健室
H25. 12. 18
No. ２３

もうすぐ待ちに待った冬休みですね。楽しみにしている行事や予定があると思います。楽しく過ごすためにも冬休み中も規則正しい生活を心がけましょう。

☆　冬休み前　保健関係配布物　☆

直接でお家の方にわたします

○ **けんこうカード**
まだ治療していない病気のある人は冬休みを利用して治しましょう。

○ **染め出し剤**
今回は、子どもの分１人１つです。（お家の方の分はありません。すみません。）

児童の皆さんにわたします

○ **ふゆやすみ　はみがきカレンダー**
歯みがきをしたら手ぶくろ１こに色をぬります。
仕上げみがきか、みがき残しチェックをしてもらったら手ぶくろ２こに色をぬります。夜は親子で歯みがきをしましょう。

○ **染め出しシート**

☆　３学期始業式の日　学校に持ってくるもの　☆

① **けんこうカード**
保護者印「２学期」のところに押印をお願いします。

② **ふゆやすみ　はみがきカレンダー**
朝・昼・夜のそれぞれの回数を数えて、反省を書きましょう。

③ **染め出しシート**
子どもの感想とお家の方の感想を一言ずつお願いします。

④ **封筒**

冬休み中の染め出しについて

歯についている白くネバネバした汚れを「歯こう」といいます。この歯こうがむし歯や歯肉炎の原因となるもので、歯みがきで取り除くことが大切です。

歯こうはちょっと見ただけだと歯の色と区別がつきにくいので、歯こうを赤く染めて、わかりやすくするために行われるのが染め出しです。

子どもの分の染め出し剤を業者に配布します。冬休み中に染め出しを行い、すみずみまできれいにできているのか確かめ、歯みがきの練習に役立ててください。

染め出しのやり方

1　道具をそろえます。
　歯ブラシ・コップ・タオル・洗たくばさみ
　紙・染め出し剤・ワークシート・クーピー（赤）
　※タオルは胸にかけて、洗たくばさみでとめます。
2　まずは、いつも通り歯みがきをします。
3　染め出し剤をかみ、舌で歯全体にいきわたらせます。
4　つばと一緒にはき出します。軽くうがいをします。
5　歯こうがきく染め出されるので、鏡で見て、ワークシートに色をぬります。
6　赤く染まった部分がなくなるように、ていねいにみがく練習をします。
7　ワークシートに感想を書きましょう。

お願い・注意点

○ かならず大人の方と一緒に使用し、子ども任せでは使用させないでください。
○ 服やカーペット等につくと落ちにくいことがあります。
　＋分量をつけて使用してください。
○ 歯など、口の内に異常がある場合は使用しないでください。
○ 使用しなかった染め出し剤は学校にお返しください。
○ 歯垢検出剤…株式会社サガミ
　万一誤って飲み込んでも安心な食用色素を使用しています。

自己研修レポート②（H26 実践）

洋野町立中野小学校
養護教諭　駒井　奈々
（教員2年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

児童が歯みがきに主体的に取り組むようになる指導の工夫
－児童と保護者の意識を高める取り組みを通して－

Ⅱ　テーマ設定の理由

平成 26 年度の本校のむし歯（処置歯及び未処置歯）のある児童の割合は，81.7％と高い傾向にある。また，4 月実施の歯科検診から 12 月実施の歯科検診までの間にむし歯の治療をした児童は 45.7％であり，受診率もよいとはいえない状況である。

昨年一年間の取り組みから，教師や親の見ていないところでは適当になってしまったり，自分ではきれいにみがいているつもりでもみがき残しがあったりと，歯みがきに対する意欲や学習したブラッシングを継続させることの難しさを感じた。夏季休業中に行った染め出しシートの感想を見ても，「みがき残しがあった」という内容が 80.9％で，普段の歯のみがき方では歯垢が落としきれていないことが分かる。これらのことから，小学生が適切な歯みがきを継続するとともに，受診状況を改善していくためには，保護者の理解と協力が不可欠であると考えた。しかし，歯みがきカレンダーを見ると，仕上げみがきに日常的に取り組むことができている家庭は少ないという現状がある。（ほぼ毎日している 31.9％，週に何回かしている 15.0％，ほとんどしていない 53.2％）

そこで，児童と保護者の歯の健康に対する意識を高めるために，児童だけでなく保護者とも一体となった取り組み方についてどのように進めていけばよいかを，実践を通して考察することを目的として本課題を設定した。

Ⅲ　解決のための手立て

歯科検診結果や受診状況から，特に取り組みが必要と思われる５年生児童と保護者を重点対象として以下について取り組むこととした。

（１）全体指導によって知識理解を深めたうえで，取り組みを一定期間継続し，自分から進んで歯みがきに取り組むようにする。個別指導では，一人一人の歯並びやみがき方を詳しくみて，個々の状況に合わせた助言をする。歯科検診後の事後指導では，歯・口に対する意識を高め，受診を促す。

①全体指導（学級活動１時間）　②家庭での取り組み
③個別指導（昼休み 20 分間，３～４人ずつ）　④歯科検診の事後指導

（２）保護者への啓発活動を通して，子どもの歯みがきへのサポートや歯科受診を勧める。

①１年親子歯みがき教室　②地区懇談会やＰＴＡ保健講演会での講話
③保健だよりの発行

Ⅳ　研修内容・研修計画

研修計画を表１に示す。表中の囲み部分が具体的実践の項目である。

（１）５年生児童への指導

歯科指導では，歯肉炎を題材に健康な歯肉をつくることの重要性を理解し，丁寧な歯みがきの継続によって口腔を健康に保っていこうとする意欲をもたせた。視覚に訴える資料で歯肉炎の怖さを伝えるとともに，軽度の歯肉炎は適切な歯みがきの継続で改善することも説明した。また，個人の歯の写真を活用して自分の歯並びを意識する活動を取り入れた。

歯科指導後の１週間を家庭での歯みがき強化週間として，自分で決めためあてを意識して歯みがきに取り組んだ。保護者には児童が意欲的に取り組み続けることができるよう，チェックや仕上げみがきなどでサポートをしてもらった。

個別指導は 11 月 28 日～12 月 9 日の期間に３～４人ずつ，昼休みに 20 分間の指導を行った。染め出しをして，みがき

表１　研修計画

期日	内容
4 月	歯科検診①・治療勧告書配布
6 月	歯科指導（３年） 親子歯みがき教室（１年）
7 月	歯科指導（２・４年） 地区懇談会で講話
8 月	夏休みの取り組み（染め出し，歯みがきカレンダー(仕上げみがき付)）
11 月	歯科指導（５年）・家庭での取り組み 保健だより配布・ＰＴＡ講演会で講話
12 月	個別指導（５年） 歯科検診②・歯科検診の事後指導 治療勧告書配布・保健だより配布
1 月	冬休みの取り組み（染め出し，歯みがきカレンダー(仕上げみがき付)）

残しがあった箇所の特徴を一緒に考え，効果的なみがき方の練習をさせた。

歯科検診後には，放送で学校歯科医からの助言を伝え，それをもとに各学級で担任から事後指導をしてもらった。また，児童が自分の歯や口の状態を知ることができるように，一人一人の結果を記入した保健だよりを配布した。健康カードや受診勧告書は保護者向けで児童にはやや難しいため，児童が見て分かりやすいものを作成した。

（２）保護者への啓発活動

１年生の親子歯みがき教室では，染め出しをして，児童の歯みがきだけではみがき残しが多いことを実感させ，仕上げみがきの大切さを説明した。その場で仕上げみがきをする時間をとったことで，これまで仕上げみがきをほとんどしていないという保護者も，他の家庭の様子を見ながら練習する機会となった。

地区懇談会やＰＴＡ講演会における講話では，本校児童の歯の状況を伝え，小学生の時期における歯みがき習慣の確立の重要性を説明し，仕上げみがきと早期受診への協力をお願いした。

保健だよりでは，歯科検診の結果や受診状況，学校での指導の様子などを保護者に知らせ，歯の健康に対する関心を持ってもらえるようにした。

Ⅴ　考察

家庭での歯みがき強化週間の取り組み実施後に，児童と保護者に感想を書いてもらった。児童は「歯ブラシのつま先・わき・かかとをうまく使えるようになった」「歯並びがでこぼこのところを意識してみがくことができた」などの感想が多数であった。保護者は「歯肉炎の勉強をした後だったので，普段より意識して丁寧にみがいていた」「高学年になり仕上げみがきはもういいかなと思うこともあったがまだ不十分なところもあるのでチェックや仕上げみがきを続けていきたい」という感想があった。「強化週間は頑張ってみがいていたが取り組みが終わった後も続くかが不安だ」という意見もあった。

今年度の歯科検診（１回目と２回目）の結果を図１に示す。歯垢と歯肉の判定０の児童の割合は１回目よりも増加した。また，歯科受診状況を図２に示す。ゆるやかにではあるが，少しずつ受診率は上がってきている。例年，年度後半の方が受診率は高くなっているが，長期休業が２回（冬と春）あるためと考えられる。今後も長期休業前に機会を捉えて受診の呼びかけをしていきたい。

歯科検診後の事後指導の際，５年生児童に自己の口腔状況（むし歯の有無，歯肉・歯垢の所見の有無）を理解しているか，聞き取り調査したところ，正しく理解している児童は56.3%，誤って理解している児童は18.8%，よくわからないと答えた児童は25.0%であった。

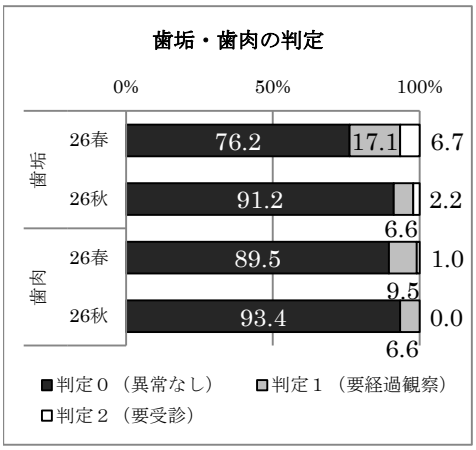


図１　歯科検診結果の比較

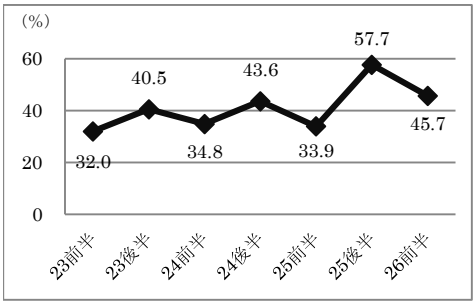


図２　受診状況の推移

【成果○と課題●】

○歯垢・歯肉の有所見者が減少した。検診前に指導を行っていたことで，意識して丁寧に歯みがきをする児童が増加したものと考えられる。

○５年生児童の取り組みにおいては，こまめに保健だよりを発行し，家庭へ取り組みの様子を伝えることで，協力を得ることにつながった。このような家庭と一緒に行う取り組みを全校に広げていきたい。

●児童の意識の向上には，継続的な指導が重要である。学校全体で歯科保健活動を推進していくために，発達段階を考慮した系統的な指導計画を作成する必要がある。

●受診率は上がってきてはいるが，むし歯の状況はまだまだ改善が必要である。受診状況の把握を続け，個別に働きかけていくことも必要である。

●仕上げみがきが習慣化されるように，家庭への啓発を継続することが必要である。保健センターや学校歯科医などの専門家と連携した啓発方法も考えていきたい。

ポートフォリオ

計画実施

歯科指導に関する学習指導案と家庭での取り組みシート

第５学年　保健指導案（学級活動②）

日　時　平成 26 年 11 月７日（金）５校時
児　童　男子５名　女子１１名　計１６名
指導者　T１：養護教諭　駒井　奈々
　　T２：学級担任　渡辺　清子

研究会　配布用

1　題材　「歯肉炎予防のための歯みがき」

2　題材について

（1）題材観

歯・口の病気というとむし歯が取り上げられることが多いが、歯肉炎も重大な病気の一つである。歯肉炎は、長期間を経て進行する歯周炎の初期段階で、歯と歯肉の間に歯垢がたまり、増殖した細菌により炎症が起き、赤く腫れる病気である。歯肉炎は痛みをほとんど感じないため自覚のないことが多いが、よく観察をすると色や形、感触などの症状がみてとれる。歯肉炎を放置しておくと、炎症が歯周組織の深部に及び、歯を支える骨が破壊され、歯が抜け落ちてしまうことがある。

歯肉炎は軽度であれば適切な歯みがきの継続で炎症が改善することから、自分の体は自分で守ることができるという経験の機会になる。歯肉炎は小学校中学年・高学年頃からあらわれることが多く、学年が進むにつれ増加していくことから、５年生の時期に指導することが必要であると考える。

（2）児童の実態

５月に行った歯科検診の結果によると、約２０％の児童に歯垢、２％の児童に歯肉の所見がみられた。夏休み歯みがきカレンダーから、家庭においては朝と夜の歯みがきをほとんどの児童が行っており、昼は給食後に歯みがきをしているため、歯みがきの習慣はあるといえる。しかし、歯みがきの様子を見ると、口の中にハブラシが入っているものの同じ箇所ばかりみがき、歯１本ずつに丁寧にハブラシをあてていない場合がある。夏休みの染め出しの取り組みからも、歯と歯肉の間や歯と歯の間、奥歯のみぞなどにみがき残しが見られる児童が多くおり、歯垢を確実に除去するみがき方ができているとはいえない。

そこで、本題材を通して、健康な歯肉をつくることの重要性を理解し、丁寧な歯みがきの継続によって、歯を健康に保っていこうとする意欲を持つことができるようにしたいと考える。

3　本時のねらいと支援のポイント

本時のねらい	歯肉炎の特徴や原因を知り、歯肉炎を予防するような歯みがきの仕方を考え、実践できるようにする。
支援のポイント	・歯肉炎の特徴を理解できるように、写真の提示を工夫する。 ・歯垢のつきやすいところについての理解を深めるために、全体的な傾向と個別写真での確認を行う。 ・効果的なみがき方を考えるための参考となるよう、歯みがきの基本動作を演示する。

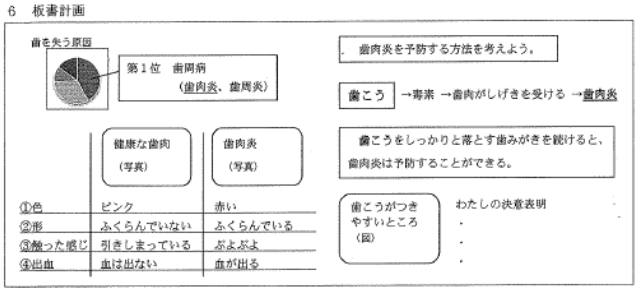
4　本時の評価規準

規準	思考・判断・実践
十分満足できると判断される状況	歯肉炎の原因は歯垢であることを理解し、自分の歯並びにあわせて、歯垢がつきやすいところの効果的なみがき方を考え、実践している。
満足できると判断される状況	歯肉炎の原因は歯垢であることを理解し、歯垢がつきやすいところの効果的なみがき方を考え、実践している。
規準に達しない子への具体的な支援・指導	歯垢がつきやすいところのハブラシの動かし方の演示や、個別指導により、効果的なみがき方ができるようにする。

5　本時の展開

段階	学習活動と内容	・指導上の留意点　◇評価	資料等
課題把握 １０分	1　歯を失う原因を知る。 2　２つの写真を見て気づいたことを交流し、歯肉炎の特徴をとらえる。 3　課題をつかむ。 歯肉炎を予防する方法を考えよう。	・歯を失う原因１位は歯周病（42%）で、むし歯（33%）よりも多いことを確認する。 ・「色」「形」「触った感じ」の観点で違いに気づかせ、「出血」の違いについては説明する。 ・T１が児童の意見を引き出し、T２が黒板にまとめる。	・歯を失う原因のグラフ ・健康な歯肉と炎症のある歯肉の写真
課題追求 ２５分	4　自分の歯肉を観察する。 5　歯肉炎の原因を知る。 6　歯肉炎予防のみがき方を考える。 ・歯垢がつきやすいところはどんなところかを考える。 ・実際にみがいてみて、歯垢除去に効果的なみがき方を考える。	・写真を参考にして、４つの観点をもとに観察させる。 ・T１・T２机間指導。 ・歯垢の中の細菌が出す毒素が歯肉炎を引き起こすことを説明する。 ・歯肉炎は軽度であれば適切な歯みがきの継続によって治すことができることを説明し、実践への意欲付けをする。 ・夏休みの染め出しシートをもとに歯垢がつきやすいところを全体で確認後、自分の歯並びの場合はどうか、写真を見ながら考えさせる。 ・歯みがきの基本動作をT１が説明し、T２が演示をし、これをもとにみがき方を工夫させる。 ・T１・T２個別の指導を行う。 ◇歯垢がつきやすいところの効果的なみがき方を考え、工夫してみがいている。【思考・判断・実践】	・鏡 ・歯垢、歯垢中に存在する細菌の写真 ・歯垢がつきやすいところの図 ・自分の歯の写真 ・鏡 ・ハブラシ ・コップ
深める１０分	7　学習のまとめをする。 ・これから一週間、歯みがきにおいて取り組むことを書く。 ・交流する。 ・片付けをする。	・学んだことを生かし、これから取り組むことを文章化させる。 ・自分で決めた取り組み内容を交流し合うことで、今後の実践に向けての意欲を高める。	・取組シート

6　板書計画



7　事後の指導

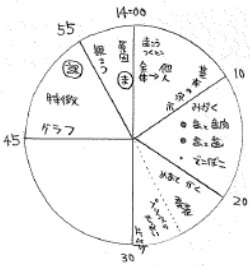
活動内容	指導上の留意点
○家庭での取り組み 一週間、めあてを意識して歯みがきを継続する。	・シートは毎日持参し、養護教諭と担任が確認することで、取り組みを忘れずに行うようにする。 ・保護者へ取り組みのチェックと仕上げみがきの協力をお願いし、主体的に取り組めるようにする。
○個別指導 昼休みに２～３人ずつ保健室で染め出しをする。	・歯垢をおとすようなみがき方ができているかをみて、個々の歯並び等に合わせてアドバイスをする。 ・一週間の取り組みをふりかえり、今後の歯みがきへの意欲づけを図る。

8　校内研との関わりから（個人研究課題）

子ども達が歯みがきに主体的に取り組むようになる指導の工夫
～児童が興味・関心をもつような視覚に訴える教材及び提示の工夫を通して～

9　準備物

（児童）鉛筆、消しゴム、ハブラシ、コップ、牛乳パック、鏡
（教師）パソコン、ＴＶ、児童個々の歯の写真、大型模型（歯・ハブラシ）、写真やグラフ



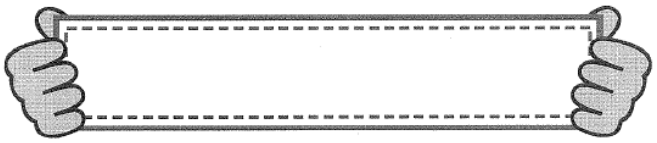
このシートは毎日持ってきてください。最後は１１月１７日（月）提出

歯みがき取り組みシート

家庭での取り組み ～歯みがき強化週間～ ワークシート

5年　　番　氏名

1　歯みがきでこれからがんばることを 具体的に書きましょう。



2　これから１週間、上のめあてを意識して歯みがきをがんばろう！

A　歯みがき　…　歯みがきをしたら○、しなかったら×を書きましょう。
B　めあて　…　守れたら○を、守れなかったら×を書きましょう。
C　歯みがきをしたら、歯肉のチェックをしましょう。
　…　４つのポイントのうち、
　　全部ＯＫなら　○
　　一つだめなら　△
　　二つ以上だめなら　×　をつけます。

①色（赤くないか）
②形（丸くふくらんでいないか）
③さわった感じ（ぶよぶよしないか）
④出血（歯みがきをして血が出なかったか）

★　夜の歯みがき後は、お家の人にみてもらいましょう。
　…　仕上げみがきをしたら◎、チェックのみは○をお願いします。

	８（土）			９（日）			１０（月）			１１（火）			１２（水）			１３（木）			１４（金）		
	朝	昼	夜	朝	昼	夜	朝	昼	夜	朝	昼	夜	朝	昼	夜	朝	昼	夜	朝	昼	夜
A歯みがきをしたか																					
Bめあてを守れたか																					
C歯肉のチェック																					
★お家の人のサイン																					

3　ふりかえり・・・１週間取り組んでみての感想を書きましょう。

ポートフォリオ

計画実施

事後指導用シート

歯みがき個別学習シート

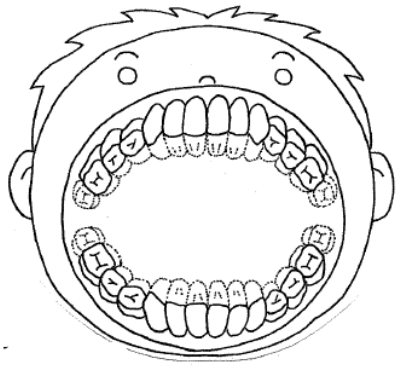
歯こうを落とす歯みがきができているかな？

５年　　番　氏名

給食後に歯みがきをしましたね。歯こうをきちんと落とす歯みがきができているか、染め出しをして確かめてみましょう。

1　道具をそろえて、準備をします。
　（ハブラシ・コップ・筆記用具・タオル・洗たくばさみ・鏡・染め出し液）
2　染め出し液を口に含み、１０回くらいクチュクチュしてからはき出して、１回だけうがいをします。
4　歯こうが赤く染め出されるので、鏡で見ながら、下の図に色をぬります。
5　赤いところがなくなるように、みがきます。

ポイント　**①軽い力で（やさしく）**
②こきざみに（歯１本ずつ）
③ハブラシの毛先「つま先・わき・かかと」の使い分け（歯や歯肉の形に合わせて）



計画実施

PTA レク：親子歯みがき資料

１年 PTA レク　親子歯みがき

平成２６年６月２５日（水）
１２：５５～１３：２０
図工室（親子給食）

〈指導の流れ〉

①CD にあわせて歯みがき　～13:00　不足があれば予備の物を配布

・コップに半分くらい水を準備しておく。吐きだし用の牛乳パックも。
・子どももお家の方もそれぞれみがく。
・気を付けることは、CD の指示をよく聞いて、その通りにみがくこと
（好き勝手な順番でみがくと、みがき方のくせがあるので、同じところばかりみがきがちに…）

②うがい　～13:05

・児童は牛乳パックに。うがいの場所は、図工室内で。１回軽くすすぐくらい。

③染め出し　～13:15　染め出し剤、歯鏡（紙コップに入れて）、プリントを配布

・説明
・染め出し。つばと吐きだすだけでよいが、うがい１回までなら OK。
・鏡で見る。（歯鏡で裏側も見る）
・自分でみがき直し＆お家の方の仕上げみがき・チェック

④うがいや片付け　13:20

〈準備物〉

お家の方　・・・　自分のハブラシ、タオル、洗濯バサミ
児童　・・・　ハブラシ、コップ、鏡、牛乳パック
担任　・・・　CD ラジカセ
養護教諭　・・・　染め出し剤（１５個）、歯鏡、
予備（鏡、タオル、洗濯バサミ、紙コップ、使い捨てハブラシ）
大型模型（歯・ハブラシ）、
紙板書（染め出しのやり方・みがき残しが多いところの図）
お家の方へのプリント

すこやか

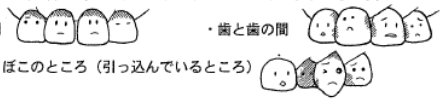
中野小学校
保健室
H26. 11. 7
No. １４
（５年生特別号）

「歯肉炎」について学習しました

歯肉炎とは、歯周病の初期段階で、歯肉に炎症が起こる病気です。進行すると歯周炎となり、歯を支える骨まで破壊され、歯が抜け落ちることもあります。

●症状　４つのポイント
①色（赤い）　②形（ふくらんでいる、腫れている）
③さわった感じ（ぶよぶよ）　④出血（血が出る）

●原因　歯こう中に存在する細菌（歯周病菌）が毒素を出すことで、歯肉が刺激を受ける。
●予防法　歯こうをしっかりと落とす歯みがきを続けること。
●歯こうがつきやすいところ（＝特に気をつけて丁寧にみがかないといけないところ）
・歯と歯肉の間　・歯と歯の間
・歯並びがでこぼこのところ（引っ込んでいるところ）



保護者の皆様へお願い

今日の学習のまとめの中で、子ども達はこれからの歯みがきにおけるめあてを一人一人決めました。そして、明日からの１週間を『歯みがき強化週間』として、めあてを意識しながら歯みがきに取り組むことにしました。

保護者の皆様には、子ども達が継続して取り組むことができるよう、歯みがきの様子をみて励ましの声掛けをお願いいたします。また、夜の歯みがき後には、ぜひ仕上げみがきをしていただきたいです。お忙しいところとは思いますが、丁寧な歯みがきの習慣化のため、ご協力よろしくお願いいたします。

取り組み方　※シートは、学校での歯みがき時間にも使用するため、毎日持参します。

朝・昼・夜の歯みがきと歯肉の観察をし、シートに記入する。夜は、お家の人に仕上げみがきか、チェックをしてもらう。

A　歯みがきをしたか
B　めあてを守れたか
C　歯肉の状態を観察
　　子どもが自分で記入。
★　お家の人のサイン　→　お家の方による記入をお願いします。
仕上げみがきをしたら◎、チェックのみは○

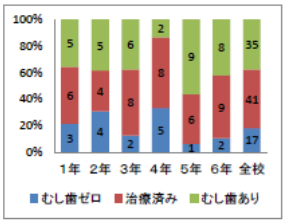
計画実施

保健だよりを発行し，保護者への啓発を図りました。

H26春　4/23

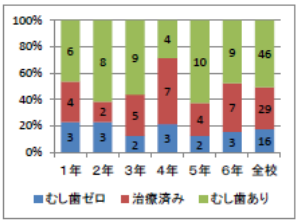
歯科検診の結果の割合

	むし歯ゼロ	治療済み	むし歯あり	合計
1年	3	6	5	14
2年	4	4	5	13
3年	2	8	6	16
4年	5	8	2	15
5年	1	6	9	16
6年	2	9	8	19
全校	17	41	35	93
%	18.3	44.1	37.6	100

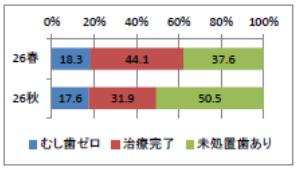


H26秋　12/10

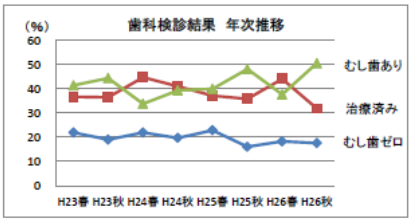
	むし歯ゼロ	治療済み	むし歯あり	合計
1年	3	4	6	13
2年	3	2	8	13
3年	2	5	9	16
4年	3	7	4	14
5年	2	4	10	16
6年	3	7	9	19
全校	16	29	46	91
%	17.6	31.9	50.5	100



	むし歯ゼロ	治療完了	未処置歯あり
26春	18.3	44.1	37.6
26秋	17.6	31.9	50.5



	むし歯ゼロ	治療済み	むし歯あり
H23春	21.9	36.7	41.4
H23秋	19.0	36.5	44.4
H24春	21.9	44.7	33.8
H24秋	19.7	41.0	39.3
H25春	22.9	37.1	40.0
H25秋	16.0	35.8	48.1
H26春	18.3	44.1	37.6
H26秋	17.6	31.9	50.5



情報収集や予備調査

歯科検診のデータをグラフ化して指導に生かしました。

ポートフォリオ

計画実施

歯みがき指導の後，冬休みの歯みがきにも取り組みました。

ふゆやすみ　はみがきカレンダー

ねん　　ぱん　　なまえ

中野小のみなさんへ

●みがいたらいろをぬります。３ぶんいじょう みがきましょう。

●おでかけをして、はみがきができなかったときは／をひきます。

●よるは、じぶんではみがきをしたあと、おうちのひとに

しあげみがきか みがきのこしがないかのチェック をしてもらいましょう。

お家の方へ

小学生のうちは、自分一人できれいにみがくことは難しいため、お家の方のサポートが必要です。

夜の歯みがきのあとは、お家の方による仕上げみがきをよろしくお願いします。仕上げみがきがむずかしい場合は、みがき残しがないか口の中をチェックして、本人にみがき直しをさせる方法でもいいです。「週に１回以上の仕上げみがき」を目標に、よろしくお願いします。

仕上げみがきorみがき残しチェックの欄には、お家の方が○印の記入をしてください。（どちらもできなかった場合は空欄のままです）

	12／23(火)	12／24(水)	12／25(木)	12／26(金)	12／27(土)	12／28(日)	12／29(月)	12／30(火)	12／31(水)	1／1(木)	1／2(金)	1／3(土)	1／4(日)	1／5(月)
あさ														
ひる														
よる														
仕上げみがきチェック														

	1／6(火)	1／7(水)	1／8(木)	1／9(金)	1／10(土)	1／11(日)	1／12(月)	1／13(火)	1／14(水)	1／15(木)	1／16(金)	1／17(土)	1／18(日)	1／19(月)	合計
あさ															かい
ひる															かい
よる															かい
仕上げみがきチェック															回 回

自己研修の進め方

Plan シート１（P14）

課題

・児童の歯・口の健康に対する意識が低い
　むし歯のある児童が多い　　歯垢・歯肉の所見有が多い
　受診がなかなかすすまない
　歯みがきの習慣が不十分
　自分の歯の状態を知らない（むし歯があるかないかなど）
・指導したときはよくなるが、継続が難しい
　やらされている→じぶんからすすんで歯みがき　にしたい
　むし歯や歯の汚れについてきちんと知識をつけて意欲を持たせたい
　歯みがき習慣は学校の指導だけでは限界がある、家庭を巻き込んだ取り組みが必要
・保護者の意識を高めることが必要
　受診がなかなかすすまない
　家庭による差がある（定期受診している子、むし歯複数あってもそのままの子・・・）
　家庭での取り組みについて見直しが必要
　（これまでは長期休業のカレンダーと染め出しをしていたが）
　小学生の家は仕上げみがきをすることが当たり前となるように習慣化させたい
・計画的に指導を行いたい
　行事など他の活動などを考え、無理なくかつ継続した指導をするには、年間計画に位置づけておくほうがよいのでは
　学年の系統性をもった計画をつくりたい
・歯科検診をもっと活用したい
　年２回ある検診を指導につなげていくには・・・

課題の明確化（実態や問題点）

・Ｈ２６歯科健診結果（春）より
　未処置者３５（37.6%）　処置者４１（44.1%）　むし歯なし１７（18.3%）
　　むし歯あり（81.7%）　←　全国 54.1%（H25）と比べ、かなり高い
　ＤＭＦ指数（一人平均う歯本数(永久歯)）1.3
・受診率は３～４割程度　　H23 よりほぼ変わらず
・昼の歯みがきの様子・・・指導や声掛けがないと適当になりがち

情報収集や予備調査

・夏休み歯みがきカレンダーより
　適当に塗っているような児童もいる、仕上げみがきは家庭による差が大きい
・夏休み染め出しシート より
　みがき残しがあったという感想が８割くらいを占める
　歯と歯の間、歯と歯肉の間、奥歯のかみあわせに特にみがき残しが多い

解決のための方法や手立て

児
・学級指導を行い、発達段階にあわせた歯に関する知識をつける
・家庭での取り組みをして、意識的に歯みがきに取り組む習慣づけを図る
　保護者の意識を高めることもあわせて
・個別指導をリンクさせて、ブラッシング技術の向上を図る

保
・保護者への啓発活動を工夫する・・・おたより、講演、面談など

ゴール像

・自分からすすんで丁寧に歯みがきをする（むし歯の有無にかかわらずみんなが意欲的に）
・むし歯ありや歯垢・歯肉の有所見者が減少する
・仕上げみがきをする家庭が増える
・受診率の向上・・・早期受診をする家庭が増える
　これまで受診していなかった児童が受診するようになる

ポートフォリオ

自己研修の進め方にある PDCA シートに沿って計画的・段階的に研修を進めることができました。

Plan シート２ （P14）

計画

・歯科指導（学活）　　６月　　１～４年　（歯科検診①４月末、歯と口の健康週間(6/4～)）
　　１１・１２月　　５・６年　（歯科検診②１２月、いい歯の日(11/8)）

※５年生を対象に　①11/7　学級指導１時間（校内研として公開授業）
　②家庭での取り組み・・・朝昼夜、歯みがき状をしたか
　歯肉のチェック
　めあてについて自己評価
　※お家の方からの感想も
　③個別指導（３～４人ずつ）１週間昼休み、染め出し

・保健だよりの発行　　定期的に

・保護者への講話　　地区懇談会６月・ＰＴＡ保健講演会１１月

・１年親子レクで親子歯みがき教室（染め出しと仕上げみがき）６月

・歯科検診の事前事後指導
　事前）　学級ごとに保健だよりを活用して、歯科記号などを知る
　検診）　ホワイトボードに掲示、待ち時間に見るように
　事後）　検診後速やかに結果を通知　保護者へ　けんこうカードと受診勧告書
　児童へ　　保健だよりにわかりやすく記入したものを

・冬休みの取り組み
　歯みがきカレンダー・・・仕上げみがき、みがき残しチェックのお願い
　染め出しシート

結果の分析

・家庭での取り組み　　児童の評価・感想、保護者の感想

・歯科検診結果の比較（１回目と２回目）
・受診率の推移

・５年生　個別指導での染め出しの様子、感想

・５年生　歯科検診後の意識調査

～冬休み明け～
・冬休みの歯みがきカレンダー集計（歯みがきの回数、仕上げみがきの状況）
・冬休みの染め出しの様子
　→　夏休みとの比較

Action シート　（P19）

行動成果の内省

成果

○歯垢・歯肉の有所見者が減少した。検診前に指導を行っていたことで，意識して丁寧に歯みがきをする児童が増加したものと考えられる。
○５年生児童の取り組みにおいては，こまめに保健だよりを発行し，家庭へ取り組みの様子を伝えることで，協力を得ることにつながった。このような家庭と一緒に行う取り組みを全校に広げていきたい。
○５年生の歯科指導を校内研として実施し、先生方に見てもらうことができた。職員全体で歯科保健について考える機会となった。

課題

●児童の意識の向上には，継続的な指導が重要である。学校全体で歯科保健活動を推進していくために，発達段階を考慮した系統的な指導計画を作成する必要がある。
●受診率は上がってきてはいるが，むし歯の状況はまだまだ改善が必要である。受診状況の把握を続け，個別に働きかけていくことも必要である。
●仕上げみがきが習慣化されるように，家庭への啓発を継続することが必要である。保健センターや学校歯科医などの専門家と連携した啓発方法も考えていきたい。

Do&Check シート （P16）

実施記録　日時・実施内容や指導内容

４月	4/23	歯科検診①　受診勧告書配布
６月	6/5	歯科指導（３年）
	6/25	親子歯みがき教室（１年）
		掲示物作成（むし歯の状況、歯みがきのポイント(体験型のもの)）
７月	7/4	歯科指導（４年）
	7/10	地区懇談会で講話。仕上げみがきと受診のお願いをする。
	7/11	歯科指導（２年）
８月		夏休みの取り組み（染め出し、歯みがきカレンダー）
９月		テーマと課題を設定。
10 月		計画をたてる。
10/16		職員会議で計画等を提案し周知する。
10/19		拡大校内研の案内を出す。（研究主任）
10/20		指導案作成し、校長先生に指導いただき、修正する。
11/4	休み時間等	５年生児童の歯の写真を撮影する。
～		教材、紙板書等を作成する。
		学級担任と打ち合わせ
11/7	５校時	歯科指導（５年） ※校内研を兼ねる。本校職員の他、中学校養護教諭１、保健センターの保健師１、保育所の保育士１が参加。助言者は県北教育事務所　指導主事兼保健体育指導主事　宇部智康先生。
		５年生保護者へ保健だよりを配布する。
11/8～11/14		『歯みがき強化週間』家庭での取り組みを行う。平日昼は学校でも。シートは毎日持参し、取り組み状況を確認する。
11/17		ふりかえりを記入、感想シート提出。保護者にも感想を記入してもらう。
11/19		ＰＴＡ保健講演会の冒頭で、歯の健康・歯みがきについての説明をする。
11/28	昼休み	３～４人ずつの個別指導。保健室にて染め出しを行う。
12/1	13:10～	グループ分け　①２、７、１４　②３、９、１３
12/2	13:30	③１、８、１５　④４、１０、１６
12/3		⑤５、６、１１、１２
12/9		
12/1		保健だよりを発行。歯科検診についての事前指導を各学級でしてもらう。
12/10		歯科検診②
12/12		一人一人の歯科検診結果を記入した保健だよりの発行。
		５年生歯科検診後の意識調査を行う。
12/18		歯科検診の受診勧告書を配布する。

自己研修レポート

久慈市立久慈中学校
教　諭　工藤　聖士
（教員3年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

スモールステップを用いた「わかる」「できる」体育指導の在り方
－器械運動・跳び箱運動を通して－

Ⅱ　テーマ設定の理由

岩手県「学校教育指導指針」によると，今年度の重点として，①賞賛，助言，励ましを積極的に行い，生徒一人ひとりの「よさや可能性を伸ばす」体育授業づくりを行うこと，②学習従事時間を十分確保するとともに，教材を工夫して「わかる」「できる」体育の授業を進めること，以上２点が挙げられている。運動が「できる」ようになるということは，感覚的にできるようになるだけではいけない。生徒自身が，どのように身体を動かせば，運動ができるようになるのか，自分の動きを客観的に分析し，運動の原理が「わかった」うえで修正を加えなければいけないことであると考える。

この「わかる」「できる」を二分化せず，教材を工夫して授業に盛り込むことと，運動習熟度に合わせた段階的な指導をするスモールステップを踏みながら授業を実践することで，生徒の「わかる」「できる」姿を目標とした指導の在り方を考察することを目的として，本課題を設定した。

Ⅲ　解決のための手立て

本実践は，第２学年の生徒を対象とし，第２学年「Ｂ　器械運動　エ　跳び箱運動」の領域で行った。単元に入る前に，跳び箱運動に関してアンケートによる意識調査を行い，指導の参考とした。

調査を行ったクラスでは，「体育が好き」と答えた生徒が 95％であったが，「跳び箱運動が好き」と答えた生徒は 67％にとどまった。嫌いな理由としては，「手が痛くなるから」「怖いから」「怪我をしそうだから」「跳んでいる時に自分がどうなっているかわからなくなるから」などが挙げられた。このことから，「恐怖心を軽減して意欲を高めること」，「運動原理を理解した上で客観的に自分の姿を分析できるようにすること」の２点に注意し，運動が「わかる」「できる」ための手立てを考えた。

１　運動が「わかる」ための手立て

(1)パソコンやビデオカメラなど，視聴覚教材を使い，ゴールイメージを持たせる。

(2)ペアまたはグループ学習をさせ，お互いの動きに注目させる。

(3)自分の習熟度を理解させる。(学習カード)

２　運動が「できる」ための手立て

(1)毎時間目標を明確化させ，課題意識を持たせる。

(2)課題に取り組む前の感覚作り運動，場の設定などを工夫し，スモールステップで行う。

(3)条件を変えた技や発展技を学習させる。

Ⅳ　研修内容・研修計画

研修内容及び計画	８月	事前アンケート調査・集計，集計実態把握，授業計画作成
	９月～10 月中旬	授業実践，アンケート調査・集計（毎時間）
	11 月	実践の振り返り

単　元　指　導　計　画	
１時間目	オリエンテーション，感覚作り運動の流れを覚える
２，３時間目	小学校の既習事項の復習（開脚跳び，台上前転，首はね跳び，頭はね跳び）
４，５時間目	基本的な技の習得①（切り返し系：開脚跳び，開脚伸身跳び，かかえ込み跳び）
６，７時間目	基本的な技の習得②（回転系：台上前転，首はね跳び，頭はね跳び，前方屈腕倒立回転跳び，前方倒立回転跳び）
８時間目	個人発表会（切り返し系）
９時間目	個人発表会（回転系）

Ⅴ　考察

本単元の中では，取り組む技を自分で選択させた。回転系の中から，「首はね跳び」，「頭はね跳び」，「前方倒立回転跳び」など，これまでできなかった技を選択する生徒が多く，すべての生徒が技を習得することができたことから，感覚作り運動やスモールステップの効果が表れているといえる。

しかし，切り返し系では，発展技の「開脚伸身跳び」に挑戦する生徒がいたものの，技を習得するところまでは至らず，跳び箱の設置の仕方など，もっと場の設定に工夫が必要だった。

切り返し系の中から選択	開脚跳び 22 名，開脚伸身跳び３名，かかえ込み跳び 13 名， 見学者１名
回転系の中から選択	台上前転 14 名，首はね跳び６名，頭はね跳び８名， 前方倒立回転跳び 10 名，見学者１名

【成果○と課題●】

○　スモールステップを組み込んだことで，技ができるようになっている様子が見られた。

○　発展的な技を習得することができるようになった生徒がいた。

○　視聴覚教材により，自分の姿を客観的に見て，運動の修正をしようとする姿が見られた。

○　教師の生徒に対する助言が生徒の自信につながった。

●　スモールステップの内容をもっと細かくして，場の設定にバリエーションを付けるべきだった。一つの場所に生徒がたまり，運動の確保ができなかった。（壁について順番を待ったり，譲ったりして運動をしていない生徒もいた）

●　技を選択した後，共通の課題で取り組めるグループや場の設定に工夫が必要だった。

●　グループ活動での評価の仕方に工夫が必要だった。

この実践を通して，運動の原理を理解させ，それを身体で表現させることの難しさを改めて感じた。運動が「わかる」という点に関しては，視聴覚教材やＩＣＴの活用により，生徒が運動課題のイメージを持ち，自分の運動を振り返ることで，運動の理解が深まった。その結果，自ら運動の修正をして課題達成に迫ることができたといえる。

運動が「できる」という点に関しては，感覚作り運動を毎時間継続的に実施したことで，特に回転系の技を習得する際に高い効果が得られたといえる。しかし，場の設定をより段階的にすることで，もっと恐怖心を軽減でき，運動量の確保につながったのではないかと考える。

単元が別の領域になっても，運動が「わかる」，「できる」ようにさせるためのアプローチは同じである。今回学んだことを毎回の単元で生かして PDCA サイクルを行い，生徒の実態に合わせたスモールステップを組みながら体育の指導を行っていきたい。

ポートフォリオ

第２学年保健体育「跳び箱運動」　　月　　日（　）

組　　番　氏名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

◎自分の現状を把握しよう！～得意な技と苦手な技～

○よくできている　△不十分である

技名	チェック項目	評価	メモ・感想（本人）
開脚跳び	勢いのある助走だったか		この技は・・・（得意・苦手）
	両足をそろえて，鋭く踏み切りに入ったか		
	跳び箱の奥に手を着くことができたか		
	着地は膝をゆるめて，１歩も動かなかったか		
台上前転	勢いのある助走だったか		この技は・・・（得意・苦手）
	両足をそろえて，鋭く踏み切りに入ったか		
	踏み切り後，腰を高く浮かすことができたか		
	頭を丸めるようにし，後頭部を着くことができたか		
	まっすぐ転がることができたか		
	着地は膝をゆるめて，１歩も動かなかったか		
首はね跳び	勢いのある助走だったか		この技は・・・（得意・苦手）
	両足をそろえて，鋭く踏み切りに入ったか		
	踏み切り後，腰を高く浮かすことができたか		
	転がる途中，手で押しながら腰を伸ばすことができたか		
	着地は膝をゆるめて，１歩も動かなかったか		
頭はね跳び	勢いのある助走だったか		この技は・・・（得意・苦手）
	両足をそろえて，鋭く踏み切りに入ったか		
	踏み切り後，腰を高く浮かすことができたか		
	腰が真上を過ぎるときに，腕と腰を伸ばすことができたか。		
	着地は膝をゆるめて，１歩も動かなかったか		

＜感想＞

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

予備調査
目指す生徒像に向けて，生徒の実態を捉えるために，跳び箱運動に関するアンケートを行いました。

体育授業についての調査

（　月　日）

小・中学校　年　組　男・女　番　名前［　　］

◎今日の体育の授業について質問します。下の１～９について，あなたはどう思いましたか。

当てはまるものに○をつけてください。

1	ふかく心にのこることや，かんどうすることがありましたか。	（はい・どちらでもない・いいえ）
2	今までできなかったこと（運動や作戦）ができるようになりましたか。	（はい・どちらでもない・いいえ）
3	「あっ，わかった！」とか「あっ，そうか」と思ったことがありましたか。	（はい・どちらでもない・いいえ）
4	せいいっぱい，ぜんりょくをつくして運動することができましたか。	（はい・どちらでもない・いいえ）
5	楽しかったですか。	（はい・どちらでもない・いいえ）
6	自分から進んで学習することができましたか。	（はい・どちらでもない・いいえ）
7	自分のめあてにむかって何回も練習できましたか。	（はい・どちらでもない・いいえ）
8	友だちと協力して，なかよく学習できましたか。	（はい・どちらでもない・いいえ）
9	友だちとおたがいに教えたり，助けたりしましたか。	（はい・どちらでもない・いいえ）

◎下の質問について，「はい」か「いいえ」に○をつけ，「はい」に○をつけた人は，「それはどんなことだったか」こたえてください。

10	今日の体育の授業で，先生に声をかけてもらいましたか。	（はい・いいえ）
◆	それはどんなことでしたか。	
	［　　］	
☆	それは役に立ちましたか。	（はい・どちらでもない・いいえ）
11	今日の体育の授業で，友だちに声をかけてもらいましたか。	（はい・いいえ）
◆	それはどんなことでしたか。	
	［　　］	
☆	それは役に立ちましたか。	（はい・どちらでもない・いいえ）

計画実施
学習の場面を振り返ることができる自己評価シートを作成し，毎時間記録し，蓄積しました。

本時の振り返り
本時の授業を毎時間振り返ることが，次時の指導計画，次の自己研修のテーマ設定につなげました。

ポートフォリオ

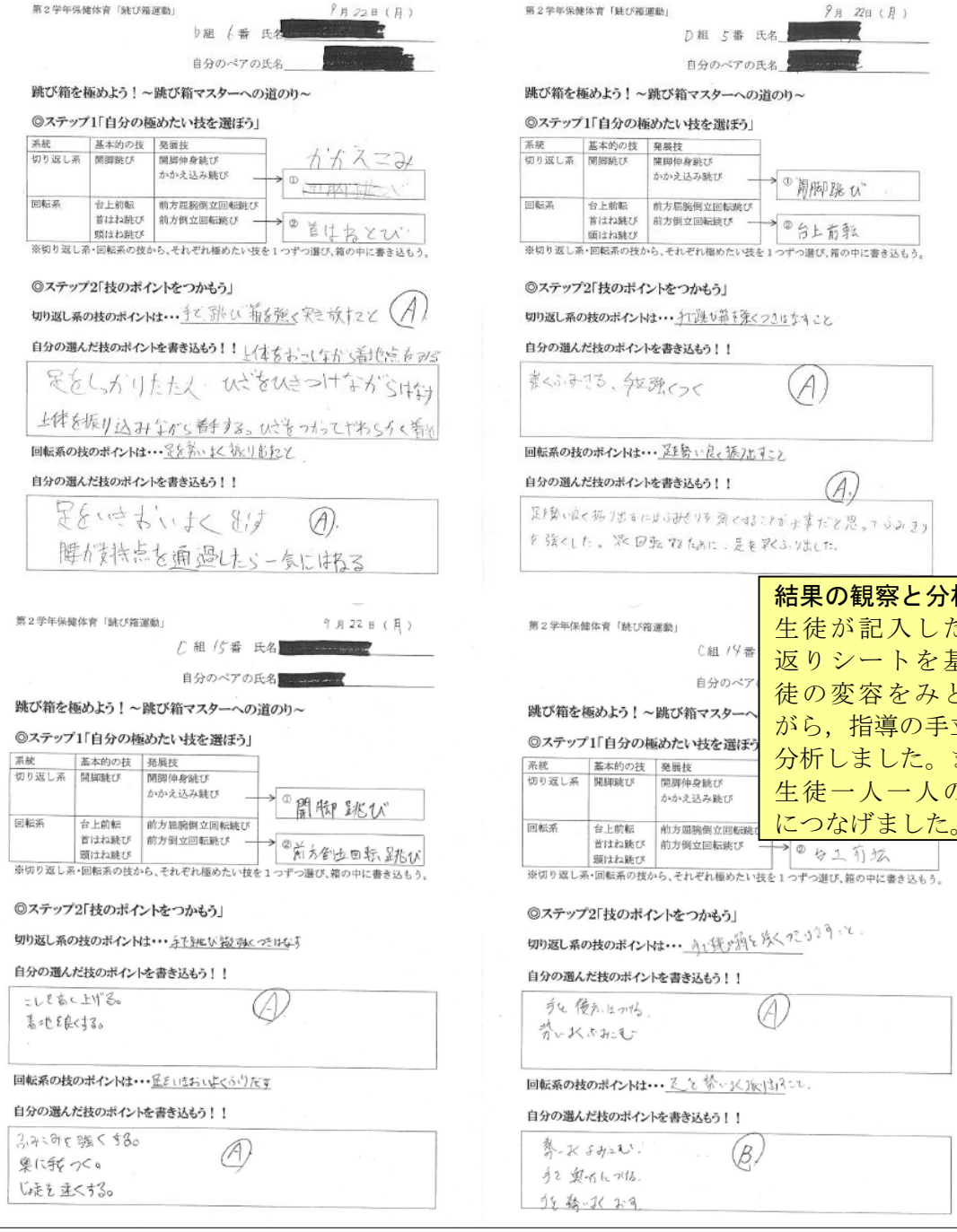
■授業における生徒のワークシート（抜粋）

＜評価規準＞

Ａ評価・・・選択した技のポイントとして，有効だと考えられるものを，切り返し系の技，回転系の技，それぞれ１つ以上記入していること。掲示物や先生の助言から大切だと判断したもの，課題に挑戦してみて感じたことなどを書き込むこと。

Ｂ評価・・・切り返し系の技，回転系の技，それぞれ全体で確認したポイントのみを記入している場合。記入しているが，有効と判断できない場合。

Ｃ評価・・・無記入の場合。



第２学年保健体育「跳び箱運動」　9月22日（月）

D組 6番 氏名 [redacted]

自分のペアの氏名 [redacted]

跳び箱を極めよう！～跳び箱マスターへの道のり～

◎ステップ1「自分の極めたい技を選ぼう」

系統	基本的の技	発展技
切り返し系	開脚跳び	開脚伸身跳び かかえ込み跳び
回転系	台上前転 首はね跳び 頭はね跳び	前方屈脚倒立回転跳び 前方倒立回転跳び

→ ① かかえこみ　→ ② 首はねとび

※切り返し系・回転系の技から、それぞれ極めたい技を１つずつ選び、箱の中に書き込もう。

◎ステップ2「技のポイントをつかもう」

切り返し系の技のポイントは・・・手で跳び箱を強く突き放すこと　A

自分の選んだ技のポイントを書き込もう！！　上体をおこしながら着地点をみる

足をしっかりたたえ　ひざをひきつけながらはね
上体を振り込みながら着手する。ひざをつかってやわらかく着地

回転系の技のポイントは・・・足を思いきり振り出すこと

自分の選んだ技のポイントを書き込もう！！

足をいきおいよく出す　A
脚が支持点を通過したら一気にはねる

第２学年保健体育「跳び箱運動」　9月22日（月）

D組 5番 氏名 [redacted]

自分のペアの氏名 [redacted]

跳び箱を極めよう！～跳び箱マスターへの道のり～

◎ステップ1「自分の極めたい技を選ぼう」

系統	基本的の技	発展技
切り返し系	開脚跳び	開脚伸身跳び かかえ込み跳び
回転系	台上前転 首はね跳び 頭はね跳び	前方屈脚倒立回転跳び 前方倒立回転跳び

→ ① 開脚跳び　→ ② 台上前転

※切り返し系・回転系の技から、それぞれ極めたい技を１つずつ選び、箱の中に書き込もう。

◎ステップ2「技のポイントをつかもう」

切り返し系の技のポイントは・・・手で跳び箱を強くつきはなすこと

自分の選んだ技のポイントを書き込もう！！

腕をふりまわる、手を強くつく　A

回転系の技のポイントは・・・足を勢い良く振り出すこと

自分の選んだ技のポイントを書き込もう！！　A

足を勢い良く振り出すためにはふみきりを強くすることが大事だと思ってふみきりを強くした。※回転するために、足を思くふり出した。

第２学年保健体育「跳び箱運動」　9月22日（月）

C組 15番 氏名 [redacted]

自分のペアの氏名 [redacted]

跳び箱を極めよう！～跳び箱マスターへの道のり～

◎ステップ1「自分の極めたい技を選ぼう」

系統	基本的の技	発展技
切り返し系	開脚跳び	開脚伸身跳び かかえ込み跳び
回転系	台上前転 首はね跳び 頭はね跳び	前方屈脚倒立回転跳び 前方倒立回転跳び

→ ① 開脚跳び　→ ② 前方倒立回転跳び

※切り返し系・回転系の技から、それぞれ極めたい技を１つずつ選び、箱の中に書き込もう。

◎ステップ2「技のポイントをつかもう」

切り返し系の技のポイントは・・・手で跳び箱を強くつきはなす

自分の選んだ技のポイントを書き込もう！！

こしをおく上げる。
基地を低くする。　A

回転系の技のポイントは・・・足をいきおいよくふりだす

自分の選んだ技のポイントを書き込もう！！

ふみきりを強くする。
果に手をつく。
足を思くする。　A

第２学年保健体育「跳び箱運動」

C組 14番

自分のペア

跳び箱を極めよう！～跳び箱マスターへ

◎ステップ1「自分の極めたい技を選ぼう

系統	基本的の技	発展技
切り返し系	開脚跳び	開脚伸身跳び かかえ込み跳び
回転系	台上前転 首はね跳び 頭はね跳び	前方屈脚倒立回転跳び 前方倒立回転跳び

→ ① 台上前転

※切り返し系・回転系の技から、それぞれ極めたい技を１つずつ選び、箱の中に書き込もう。

◎ステップ2「技のポイントをつかもう」

切り返し系の技のポイントは・・・手で跳び箱を強くつきはなすこと。

自分の選んだ技のポイントを書き込もう！！

手を使かはつける。
強くふみこむ　A

回転系の技のポイントは・・・足を強く振りだすこと。

自分の選んだ技のポイントを書き込もう！！

強くふみこむ。
手を前につける。
手を強くおす。　B

結果の観察と分析

生徒が記入した振り返りシートを基に生徒の変容をみとりながら，指導の手立てを分析しました。また，生徒一人一人の評価につなげました。

自己研修レポート

久慈市立久慈中学校
教　諭　角掛　友喜
（教員3年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

主体的に歌う力を高め合おうとする生徒の育成
－共通事項と指導事項を授業の中に位置づける指導を通して－

Ⅱ　テーマ設定の理由

学習指導要領では「表現及び鑑賞に関する能力を育成する上で共通に必要となる[共通事項]を新たに設けた。また,『A 表現』については，歌唱，器楽，創作ごとに事項が示されている。これらによって，指導のねらいや手だてが明確になるようにした。」として改定の要点が示されている。また，岩手県の学校教育指導指針にも「どのような音楽の力が身に付けばよいか，はっきりわかるように学習のねらいを示すこと」や「共通事項」と「指導事項」の必要性が明記されている。

本校第１学年に所属する生徒の実態は，歌唱活動を行うことはできるものの，教師やリーダーからの指示を待つなど，受け身の授業姿勢が見られる。しかし，歌唱活動についての基礎力が十分に定着していない現在の状況では，生徒自身の主体的な活動により歌う力を高めることは難しい。よって，音楽科の目標にもある生涯にわたって楽しく豊かな音楽活動ができる力を養っていくためにも，音楽活動の基礎的な能力を育成することが大切だと考えた。そのために，教える側が「共通事項」と「指導事項」を授業の中に位置づけていくことで，学習した知識をもとに，主体的に歌う力を高め合おうとする生徒が育成されると考え，本課題を設定した。

Ⅲ　解決のための手立て

本実践は，第１学年を対象に行った。歌唱活動に入る前に，毎時間の記録である「音楽のあゆみ」や「授業の学習プリント」から，生徒の音楽的な表現をする力の分析を行った。音楽に対して「かわいい感じ」や「ふわふわする感じ」など，感受したことを比喩表現を用いて言語化することはできるが,「なぜそう思ったのか」という音楽的な理由を知覚することを苦手としている実態が明らかになった。そこで，大きく２つの実践を進めた。

１　音楽活動の基礎的な能力を育成する。
(1)指導事項と共通事項を明確にした授業実践を行う。
(2)音楽に関する用語や記号といった楽譜の読み取りや，変声期に入って初めて出てくる混声三部合唱の理解を深める授業実践を行う。

２　生徒同士で音楽を高め合う力を育成する。
(1)授業で習ったことを生かして，生徒達の力で創意工夫する機会として、パート練習を設ける。
(2)パートで課題を明らかにし，解決する手立てを生徒が考えながら，練習を行っていくようにさせる。
(3)全員への指揮指導を行い，誰もが前に立って練習を進められる素地づくりを行う。

以上の実践によって，生徒の音楽的な知識が豊かになり，主体的に歌唱活動に取り組んでいく姿が見られるのではないかと考えた。

Ⅳ　研修内容・研修計画

【使用した題材】
(1)「あすという日が」
(2)「旅立ちの時～Asian Dream Song～」「星座」「明日へ」「大切なもの」「HEIWA の鐘」
※この５曲の中から，各学級１曲を扱う
(3)「Forever」　※１学期，同声２部合唱の既習曲

【指導事項】
ア　歌詞の内容や曲想を感じ取り，表現を工夫して歌うこと
イ　曲種に応じた発声により，言葉の特性を生かして歌うこと
ウ　声部の役割や全体の響きを感じ取り，表現を工夫しながら合わせて歌うこと

【共通事項】

ア　音色，リズム，速度，旋律，テクスチュア，強弱，形式，構成などの音楽を形づくっている要素や要素どうしの関連を知覚し，それらの働きが生み出す特質や雰囲気を感受すること。

イ　音楽を形づくっている要素とそれらの働きを表す用語や記号などについて，音楽活動を通して理解すること。

期日	題材	学習活動	指導事項	共通事項
８月 ９月	(1) (3)	楽譜の読み方（へ音譜表），同声から混声へ	ウ	イ
		パート分け，パート組織，パート練習の仕方	ウ	ア
10月	(1) (2)	混声三部の重なり（ハーモニー，音色，音程，リズム）♪	ア	ア
		各パートの役割（主旋律と副次的な旋律）♪	ウ	ア
		指揮の学習	ウ	イ
		表現の工夫①（強弱と歌詞）	ア	イ
		表現の工夫②（ハーモニー，音色，テクスチュア）♪	ウ	ア

♪…パートでの活動も含む

Ⅴ　考察

研究を通して，生徒たちが「授業の中で扱った音楽の基礎的な知識を生かすことで，主体的に音楽を高め合うこと」ができるようになることが，本研修のねらいであった。ねらいに近づけたかどうか，生徒の意識を図るためのアンケートを実施したところ，以下のような結果となった。

パート練習で意識したことは何か。(基礎的な知識を表す『言葉』から選択して書く)	「言葉」を選択し，文章で記述 ７８％	「言葉」のみを選択 １８％	無回答または「言葉」不使用 ４％

この取り組みを通して，合唱について以前より興味を持ったか。(主体的な活動)	とても興味をもった ２７％	興味をもった ５９％	あまり興味がない ８％	興味がない ６％

アンケートの結果から，ほとんどの生徒が授業で学習した基礎的な知識を意識してパート練習を行っていたということが推測される。またこの取組を通して，合唱に以前より興味を持った生徒が８６％という結果であった。その理由として「自分達の力で高めていくことが楽しかった」「新しい知識に触れることができて良かった」「美しいハーモニーが生まれた時に一体感が生まれた」という意見もあった。

【成果○と課題●】

○　パート練習や，合わせ練習の時に，授業の中で扱った基礎的な内容を生かして練習している様子が見られた。

○　生徒の中で意欲的に活動する様子から，高め合おうという姿が見えてきた。

●　大部分の生徒の中に定着した基礎的な内容が「強弱」「音程」だったため，その他の内容についてもわかりやすく丁寧に説明しながら，幅広く教える工夫をしたい。

●　自主的な活動を仕組んでいくために，課題に対してスモールステップを用いるなど，あまり興味がなかったり，基礎的な知識の理解が不足したりしている生徒への指導の工夫を考えていきたい。

この研究を通して，生徒がなんとなく認識していることを，基礎知識として定着させていくことで，生徒自身の音楽的活動になっていくことを学んだ。授業で習ったことをパート練習で実践して定着へと結びつけ，そして練習の振り返りをして次への課題を見つけるといったサイクルが重要であると再認識した。

まだまだ課題の残る研究であったが，「聴き手が美しいハーモニーに感動した時，歌い手が一体感を持って美しいハーモニーを生み出せたと実感した時，自分自身が学んできた音楽が大きな喜びにかわる瞬間である」と，アンケートに書いてくれた生徒もいた。一人でも多くの生徒に音楽でしか味わえない感動を体験してもらえるように，これからも生徒と共に音楽に向き合っていきたい。

ポートフォリオ

①毎時継続する合唱「２分前合唱」

音楽　２分前学習

0　カギチェック
音楽室のカギが開いていない時は、職員室にカギを取りに来て開ける。
0.5　「音楽のあゆみ」の配布

1．はじめの言葉
「みなさん、立ってください。３列目の人はイスの上に登って下さい。（マスクを外してください。）
これから２分前学習を始めます。
今日は（　曲名　～事前に先生に確認～　）を歌います。」

2．練習の目標
「今日の目標は・・・・・・です。・・・・・・を意識して歌いましょう。」

①足を肩幅に開き、手を横にして、姿勢を意識して歌う。
②指が３本入るくらい、口をあけて歌う。
③耳の前（後ろ）に手を当てて、あごの骨が動いているのを確認しながら、口をよく動かして歌う。
④目を３センチ開けて、笑顔で歌う。
⑤各パートの音をしっかり出して歌う。
⑥周りの人の声を聞きながら、溶け合わせるように歌う。
⑦ブレスをたくさんとり、始めの言葉をしっかり出して歌う。
⑧口をよく動かして、言葉をはっきりと発音する。
⑨伸ばす音を最後までのばす。
⑩強弱を意識して歌う。
⑪休符をしっかり休んで歌う。
⑫声をななめ上に響かせて歌う。

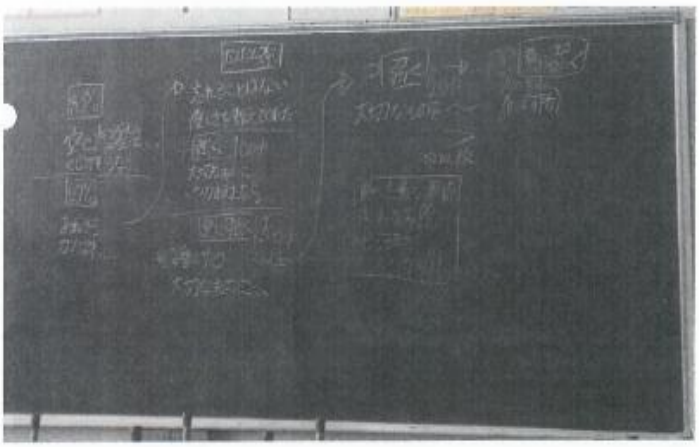
3．歌う
（みんなの準備ができたら）「先生、お願いします。」（先生がいない時は CD をセットして自分たちで。）

4．反省
♪　目標達成
「（今日の目標に対して）今日の合唱は・・・・・が良かったです。次もがんばりましょう。」
♪　あともう少し
「（今日の目標に対して）今日の合唱は・・・・・でした。次は・・・に気をつけて歌いましょう。」

5．終わりの言葉
「これで２分前学習を終わります。３列目の人は、イスから降りてください。」

―　授業はじめのあいさつ　―

計画実施
課題解決に向けて行った実践を記録に残すことで，新たな課題に向けて手立てを取りながら実践を行いました。



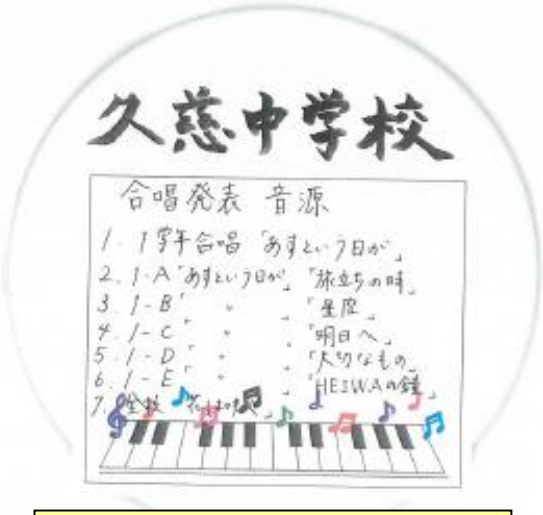
②毎時まとめる「音楽のあゆみ」

音楽のあゆみ

※持ち物は持ってきたら○、忘れたら×　　年　組　番　氏名

月日	曜日	遅刻	教科書	器楽	合唱曲集	筆記用具	ファイル	Aリコ	学習課題	ABCD評価	感想・反省	先生から

計画実施
学習課題を確認しながら自己評価ができるシートを作成し，毎時間記録し，蓄積しました。



生徒のゴール像設定
記録に残し，自らの実践を振り返るとともに，到達状況について生徒と共有し，評価につなげました。

ポートフォリオ

H26　久慈中学校文化祭

合唱コンクールをふりかえって

1年　D　組　[redacted]番　氏名 [redacted]

1．合唱コンクールが終わった今、どんな気持ちですか。
自分たちの取り組みや、本番の出来について思っていることを、振り返って書きましょう。

電話取れなかった分もあるけれど、指揮者として前で頑張っていて
楽しかったけど 声量は今までで一番でていたと思ったから

自己評価：　A　(B)　C　D

2．演奏を聴いて、感じたことを書きましょう。
♪自分の学級の演奏は、100点満点中、ズバリ 77 点！！（自由曲50＋課題曲50点）

♪考えるポイント♪
A　声の響き（声量）
B　ハーモニーの美しさ
C　音楽表現の豊かさ（強弱、音色、リズム、速度、まとまりのある合唱か、言葉）

①よかった点

	課題曲	自由曲
A	じゅうぶんに聞こえた	じゅうぶんきこえた　復唱部分は響いていた
B	男声も音のずれがあまりなかったと思う なんて…「しんじて…」が	音のずれは目立っていない 優しいハーモニー
C	ちょうどいい速さ　言葉がハッキリしていた 「あすという日が」	言葉がハッキリしていた 強弱めはりは強弱がちゃんとついた

②次に向けて、改善するべき点

	課題曲	自由曲
A	響きを 男声の声で消している	響きが足りない　フレーズのくぎりが リリース
B	細かい音程のずれ　男性のバランス	男性のバランス　すべて男になっている 女声が多い　男声が前に出てきている
C	全体の強さ　メロディーが強くなるように もっと強くしてほしい	男声が小さい　男声がもっと強く 最後まで少しで抜けていた　テンポがよりもっとゆるやかに 強弱のタイミング

③その他（一言つぶやき…などなど…）

他のクラスがおもしろい

3．来年の文化祭（1、2年）・卒業式（3年）に向けて、歌いたい曲・取り組みの仕方についての希望を書きましょう。

3-Aの曲、3-Aの曲、ジュピコ、いさまて

4．初めての、混声三部合唱（ソプラノ・アルト・男声）は難しかったですか。また、そう感じた理由も書きましょう。

難しかったか	とても難しい　やや難しい　比較的簡単だった　簡単だった
感じた理由	今までは2つのパートでずっとあがってきたけど、3つのパートになってまとめずらくなった

5．混声三部合唱の曲を歌ってみての、感想を書きましょう。

まとまるのは難しかったけど、まとまったときの達成感がものすごく気持ちよかった。

♪6．パート練習を合唱の中で取り入れてきましたが、その中で、どのようなことに気をつけて練習をしてきましたか。キーワードを用いて書きましょう。

最初は強弱に気をつけて、それができたら音程や言葉をハッキリさせることを気をつけた

♪キーワード
音色　旋律　リズム　音楽の縦と横の関係
言葉　ブレス　強弱　ハーモニー　速度　音程

7．課題曲「あすという日が」、各学級の自由曲の授業の中で、一番印象に残っていることは何ですか。　※（　）の中の、あてはまるものに○をつけ、理由を書きましょう。

（強弱　ブレス　声の出し方　速度　休符　ハーモニー　リズム　言葉　音程　出だし）
理由

とくに強弱が最高点で、そこを中心的に練習したから

8．この合唱コンクールの取り組みの中で、合唱について、前より興味を持ちましたか。
※あてはまるもの1つに○をつけ、理由を書きましょう。

（とても興味をもった　興味をもった　あまり興味がない　興味がない）
理由

音楽がむずかしくなかったし、難度に入ってもっとみがいていきたいと思えて、今時設に入っているから。

最後まで、よく頑張りました（・∀・）／

H26　久慈中学校文化祭

合唱コンクールをふりかえって

1年　E　組　[redacted]番　氏名 [redacted]

1．合唱コンクールが終わった今、どんな気持ちですか。
自分たちの取り組みや、本番の出来について思っていることを、振り返って書きましょう。

最初、口がかたまっていて、言葉をはっきり言えなかった。

自己評価：　A　(B)　C　D

2．演奏を聴いて、感じたことを書きましょう。
♪自分の学級の演奏は、100点満点中、ズバリ 75 点！！（自由曲50＋課題曲50点）

♪考えるポイント♪
A　声の響き（声量）
B　ハーモニーの美しさ
C　音楽表現の豊かさ（強弱、音色、リズム、速度、まとまりのある合唱か、言葉）

①よかった点

	課題曲	自由曲
A	・よく響いている。 ・でだしきりすきている。	・よく響いている。　・声量があって ・アルトが聞こえる。　良かった。
B	「なんて…」のハーモニーがきれい。 「信んじて…」のハーモニーがきれい。	「おだやかすぎてしかし…」のソプラノとアルトのハーモニーが良い。
C	強弱がついている。	・でだしが良い。 ・平和のイメージらしい明るい声。

②次に向けて、改善するべき点

	課題曲	自由曲
A	・きりすきている。(のばす所が短い)	・きりすぎている。
B	・ソプラノが小さい。→全体的に暗いイメージ	・アルトが変わるときに、ソプラノの声がきこえない
C	・強弱で盛り上がるところがなっていない。強弱の場があってない。	「ラーララーラ」のでだしが悪い。

4．初めての、混声三部合唱（ソプラノ・アルト・男声）は難しかったですか。また、そう感じた理由も書きましょう。

難しかったか	とても難しい　やや難しい　比較的簡単だった　簡単だった
感じた理由	音程がうまくとれない。

5．混声三部合唱の曲を歌ってみての、感想を書きましょう。

ソプラノ・アルト・男声とのバランスが難しかった。
ソプラノの声が小さく、バランスがおかしい部分があった

♪6．パート練習を合唱の中で取り入れてきましたが、その中で、どのようなことに気をつけて練習をしてきましたか。キーワードを用いて書きましょう。

・音程に気をつけてパート練習をした。
・ハーモニーをかなでるためにソプラノと合わせて歌った。

♪キーワード
音色　旋律　リズム　音楽の縦と横の関係
言葉　ブレス　強弱　ハーモニー　速度　音程

7．課題曲「あすという日が」、各学級の自由曲の授業の中で、一番印象に残っていることは何ですか。　※（　）の中の、あてはまるものに○をつけ、理由を書きましょう。

（強弱　ブレス　声の出し方　速度　休符　ハーモニー　リズム　言葉　音程　出だし）
理由

出だし、声の出し方、声のはりの練習。

8．この合唱コンクールの取り組みの中で、合唱について、前より興味を持ちましたか。
※あてはまるもの1つに○をつけ、理由を書きましょう。

（とても興味をもった　興味をもった　あまり興味がない　興味がない）
理由

完成した達成感がある。

最後まで、よく頑張りました（・∀・）／

結果の観察と分析
生徒が記入した振り返りシートを基に生徒の変容をみとりながら，指導の手立てを分析しました。

自己研修レポート

久慈市立久慈中学校
教　諭　及川　愛美子
（教員2年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

表現する（書く）力を高める
－文学的文章の読み取りを通して－

Ⅱ　テーマ設定の理由

学習指導要領では，言語活動を行う能力を確実に身に付けることができるよう，国語における各領域で「文章や資料等を取り上げ，自ら課題を設定し，基礎的・基本的な知識・技能を活用し，他者と相互に思考を深めたりまとめたりしながら解決していく能力の育成」が中心に据えられている。

久慈市教育研究所国語委員会で作成したアンケートの結果(実施日８月 21 日　実施人数　２年Ｄ組 40 名）を右表（表１）に示す。

アンケートから，「目的や場面に応じて自分の考えを発表する（スピーチ)」や「自分の考えを文章にする」という項目に関して「楽しくない」と感じている生徒が多いということがわかった。理由には，「自分の考えがあっているかどうかが気になり，発言や書くことが億劫になっている」という内容が挙げられた。以上から，生徒たちの中には「書くこと」や「表現すること」に対して苦手意識が根付いているということがわかった。また，自分の考えを書いて表現することが苦手なのは，何を読み取り，どのような形式や順序で書けばよいかわからないからという仮定をすることも可能である。

番号	質問	はい	どちらかといえば、はい	どちらかといえば、いいえ	いいえ
1	国語の学習は好きですか。	18%	62%	15%	5%
2	国語の学習は大切だと思いますか。	70%	28%	0%	2%
8	国語の授業で自分の考えを書くとき、考えの理由が分かるように気を付けて書いていますか？	40%	53%	5%	2%
9	国語の授業で文章を読むとき、段落や話のまとまりごとに内容を理解しながら読んでいますか？	20%	60%	18%	2%
11	国語の授業の中で行う活動で楽しいと思うものは何ですか？（複数回答可）	・お気に入りの作品や本を選んで読む…28人			
		・視写…20人			
		・音読…19人			
		・自分の考えをグループで話し合う…15人			
12	あまり楽しくないと思うものは何ですか？（複数回答可）	・目的や場面に応じて自分の考えを発表する（スピーチ）…20人			
		・自分の考えを文章にする…15人			
		・学習したことをレポートなどの作品にまとめる…13人			

表１　アンケート結果（授業前）

そこで，「表現すること」に対する苦手意識を克服する１つの手段として，文章の読解を通して自己の考えを深める授業実践を行い，考察することを目的として本課題を設定した。

Ⅲ　解決のための手立て

今回は文学的文章である「走れメロス」を教材に，単元を貫いた課題を設定したうえで本文を読み進めた。課題を「メロスは真の勇者だと思うか」とし，それに対する自分の考えについて根拠を挙げて表現することを学習のゴールとした。その際，自信を持って自分の回答が出来るように，本文から根拠を見つける活動を取り入れたり，グループでの交流を取り入れて他者の意見を参考にしたりする手立てを組んだ。表現するまでの過程を学び，全体で交流していくことで，生徒の苦手意識を緩和し，自分の考えを表現する活動の楽しさを感じさせたいと考えた。

根拠のない考えを表現することだけでとどまらないように，課題を達成するための手段として，本文をじっくりと読解させることを意識させた。メロスの心情を表す語句や言動を読み取り，それが根拠となって生徒の考えが構築されていくように指導を行った。

Ⅳ　研修内容・研修計画

研修計画を以下の表に示す。

期日	段階	指導計画
８月下旬	生徒の実態把握	・授業前の「国語に関するアンケート」（表１）を実施。
10 月上旬	授業実践(本文読解)	・場面ごとの内容読解とメロスの心情の変化の読み取り。
10 月下旬	授業実践（まとめ）	・本文を根拠に，課題に対する自分の考えをまとめる。
11 月下旬	生徒の意識調査①	・授業後の「国語に関するアンケート」（表２）を実施。
12 月下旬	生徒の意識調査②	・「読む・書く」に関するアンケートを実施。

本文読解の授業では，場面ごとにメロスの心情の変化を読み取っていく学習活動を行った。「メロスは真の勇者か」という課題を解決するために，メロスの行動や心情に着目するという視点を与え，本文に線を引かせたり学習シートにまとめさせたりする活動を行った。

授業のまとめでは，それまでに読んできた叙述を根拠とし，課題に対する自分の考えをまとめさせた。書き始める前にはキーワードとなる言葉を確認した。すぐに書き始めた生徒もいた一方で，シートが空欄のままの生徒もいた。そこで，グループ内の発表と学級全体での交流を通して自分の考えに近いものや，参考になる言葉をメモさせ，改めて自分の考えを練り直す時間を取った。すると，９割以上の生徒が自分の考えを書くことができた。

Ⅴ　考察

指導後，生徒の意識調査を２度行った。11 月下旬に行ったアンケートと比較すると，下表（表２）のとおりとなった。

指導前より，話のまとまりに着目して読解する意識が高くなったと感じる生徒が増えた。一方で，自分の考えの中で根拠を持って書くことに対しては「はい」と回答した生徒の割合が少なくなった。また，考えを表現する活動を楽しいと思う生徒の人数には，あまり変化が見られなかった。

12 月には「読む・書くこと」に関する意識調査も行った。「自分の考えを書くこと」に関する質問では学級の 42%の生徒が苦手と回答している。理由としては「文を書くこと自体が苦手」が７人，他に「考えを書くのが難しい」「文章のどの部分を使って読み取ればよいかわからない」「文に込められた思いが読み取れない」等が挙げられた。

番号	質問	はい	どちらかといえば、はい	どちらかといえば、いいえ	いいえ
1	国語の学習は好きですか。	29%	50%	16%	5%
2	国語の学習は大切だと思いますか。	61%	37%	2%	0%
8	国語の授業で自分の考えを書くとき、考えの理由が分かるように気を付けて書いていますか?	34%	58%	5%	3%
9	国語の授業で文章を読むとき、段落や話のまとまりごとに内容を理解しながら読んでいますか?	34%	55%	7%	4%
11	国語の授業の中で行う活動で楽しいと思うものは何ですか?（複数回答可）	・お気に入りの作品や本を選んで読む…26人			
		・視写…13人			
		・音読…12人			
		・自分の考えをグループで話し合う…14人			
12	あまり楽しくないと思うものは何ですか？（複数回答可）	・目的や場面に応じて自分の考えを発表する（スピーチ）…23人			
		・自分の考えを文章にする…15人			
		・学習したことをレポートなどの作品にまとめる…13人			

表２　アンケート結果（授業後）

［○成果と●課題］

○　読み取ったことを書いて表現する場合，キーワードの確認やモデル文を提示することが思考の手助けとなり有効であった。

○　根拠を大事にした読みが，確かな読み（思考を深めること）につながると感じた。

○　自分の考えを再構築させる観点から，グループ活動は有効であり，お互いの意見を聞きあうことで深まりのある読みができた。

●　授業後の感想記入で「考えを書くときの根拠が読み取れない」というものがあり，まだ読解が苦手だと思っている生徒がいた。根拠がどこにあるのか，どこから抜き出せばよいかという指導をしていく必要がある。

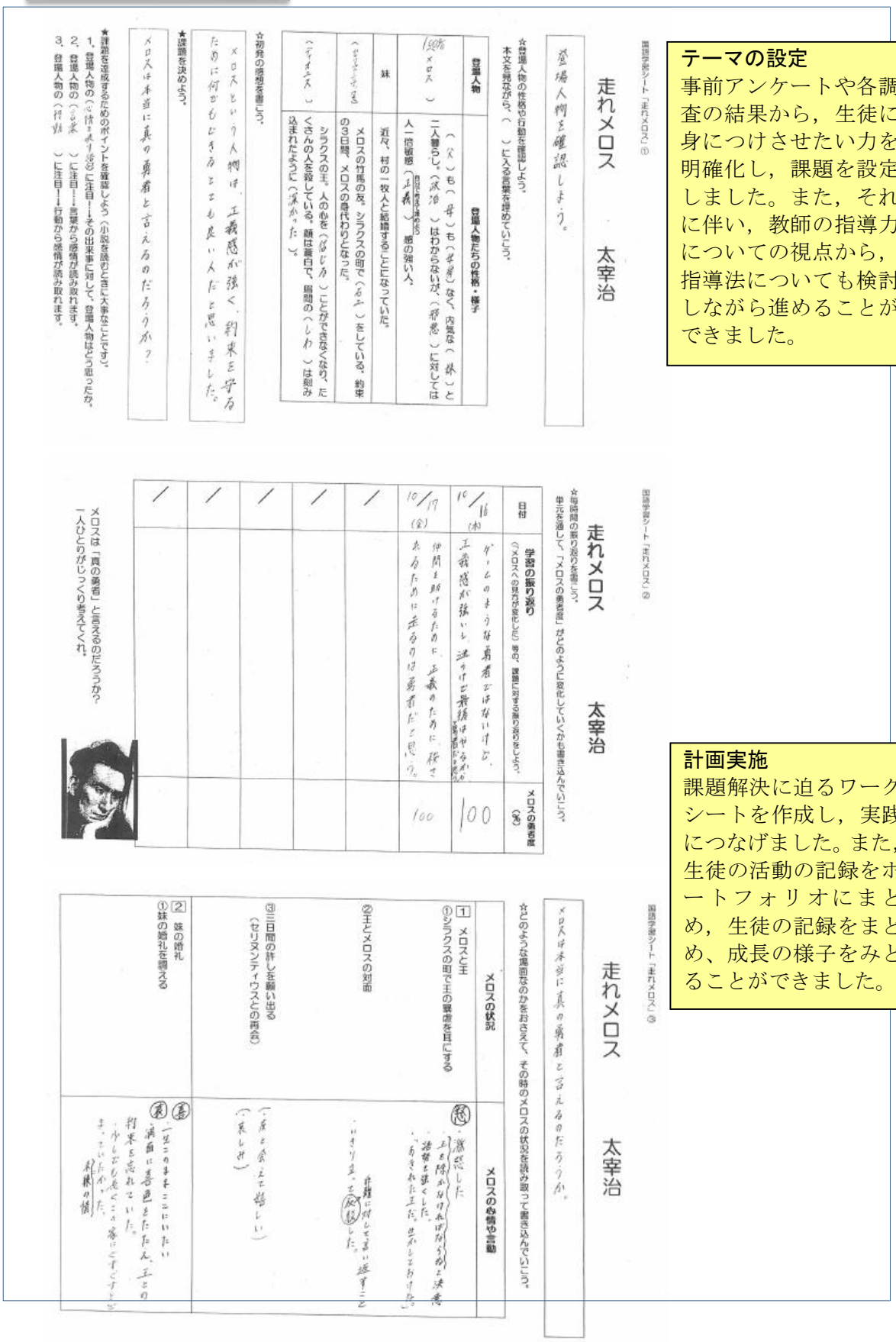
●　自分の考えに固執してしまって，新たな考えの再構築に生かすことができていない生徒がいる。（グループ活動の際に顕著に表れる）

生徒は「メロスは真の勇者だと思うか」という課題に対して，自分の立場を示そうと本文の読解に臨んだ。場面を読み終わるごとに「メロスの勇者度」をシートに記入する活動を行っていくと，100%に近い値が出たり，逆に０%と低い値が出たりした。まとめを書く活動では，それまでの学習シートを見直しながら自分の考えを書いており，叙述に即して自分の考えを持つ必要性を感じていたと考える。しかし，アンケートからもわかるように，苦手意識を克服させるといった，指導者の意図したところが達成できなかった点も多かった。不十分だった点については，継続して指導にあたりたい。

この実践を通して，生徒の視点に立って学習活動を準備したり手立てを考えたりすることの重要性を学んだ。生徒の実態を把握し，それに応じた課題の設定や指導内容が大切であると感じた。また,「書く力」を高めるためには「読む力」が根底になければならないということを改めて痛感した。「書く」こと自体が苦手な生徒も，書き方を理解するだけではなく，書く内容を自分で考えることができるようになれば,「表現する」ことに対しての苦手意識が軽減されていくのではないかと思う。そして，それは生徒の「できた・わかった」の積み重ねの上に成り立つものだと考える。今回の研修を通して把握した生徒の実態や，有効な指導の方法を生かし，今後の指導にあたっていきたい。

参考文献：中学校学習指導要領解説　国語編（文部科学省）

ポートフォリオ



国語学習シート「走れメロス」①

走れメロス　太宰治

登場人物を確認しよう。

☆登場人物の性格や行動を確認しよう。
本文を見ながら、（　）に入る言葉を埋めていこう。

登場人物	登場人物たちの性格・様子
100% メロス	（父）も（母）も（世界）なく、内気な（森）と二人暮らし。（政治）はわからないが、（邪悪）に対しては人一倍敏感（正義感を強めるもの）。感の強い人。
妹（お嫁さんになる）	近々、村の一牧人と結婚することになっていた。
（ディオニス）	メロスの竹馬の友。シラクスの町で（ろば）をしている。約束の3日間、メロスの身代わりとなった。
	シラクスの王。人の心を（ばらじる）ことができなくなり、たくさんの人を殺している。顔は蒼白で、眉間の（しわ）は刻み込まれたように（深かった）。

☆初発の感想を書こう。

メロスという人物は、正義感が強く、約束を守るために何かもできるとても良い人だと思いました。

★課題を決めよう。

メロスは本当に真の勇者と言えるのだろうか？

★課題を達成するためのポイントを確認しよう（小説を読むときに大事なことです）。
1. 登場人物の（心情・表情・行動）に注目――その出来事に対して、登場人物はどう思ったか。
2. 登場人物の（言葉）に注目――言葉から感情が読み取れます。
3. 登場人物の（行動）に注目――行動から感情が読み取れます。

国語学習シート「走れメロス」②

走れメロス　太宰治

☆毎時間の振り返りを書こう。
単元を通して、「メロスの勇者度」がどのように変化していくかも書き込んでいこう。

日付	学習の振り返り（「メロスへの見方が変化した」等の、課題に対する振り返りをしよう。）	メロスの勇者度（%）
10/16（木）	ゲームのような勇者ではないけど、正義感が強いし、逃げず最後はやるから勇者だと思う。	100
10/17（金）	仲間を助けるため、正義のために、稼ぎあるために走るのは勇者だと思う。	100
/		
/		
/		
/		
/		

メロスは「真の勇者」と言えるのだろうか？
一人ひとりがじっくり考えてくれ。

国語学習シート「走れメロス」③

走れメロス　太宰治

メロスは本当に真の勇者と言えるのだろうか。

☆どのような場面なのかをおさえて、その時のメロスの状況を読み取って書き込んでいこう。

メロスの状況	メロスの心情や言動
1 メロスと王 ①シラクスの町で王の暴虐を目にする	怒 ・激怒した ・王を降ろさなければならないと決意 ・暴君を殺そうとした。 ・「あきれた王だ。出かけるとするか。」
②王とメロスの対面	非難に対してまい返すことば ・いさぎよ。王、反撃した。
③三日間の許しを願い出る （セリヌンティウスとの再会）	（友と会えて嬉しい） （恥しめ）
2 妹の婚礼 ①妹の婚礼を祝える	喜 （笑顔のままこのままでいたい） ・満面に喜色をたたえ、王との約束を忘れていた。 ・少しでも長くこの幸せをすごすことができていたかった。 未練の情

テーマの設定

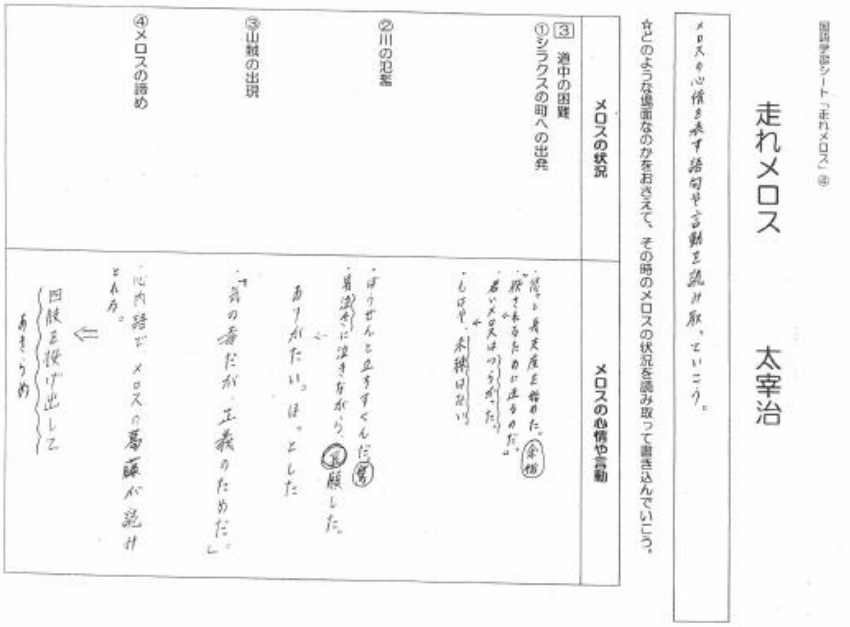
事前アンケートや各調査の結果から，生徒に身につけさせたい力を明確化し，課題を設定しました。また，それに伴い，教師の指導力についての視点から，指導法についても検討しながら進めることができました。

計画実施

課題解決に迫るワークシートを作成し，実践につなげました。また，生徒の活動の記録をポートフォリオにまとめ，生徒の記録をまとめ、成長の様子をみとることができました。

ポートフォリオ

■授業における生徒のワークシート（抜粋）



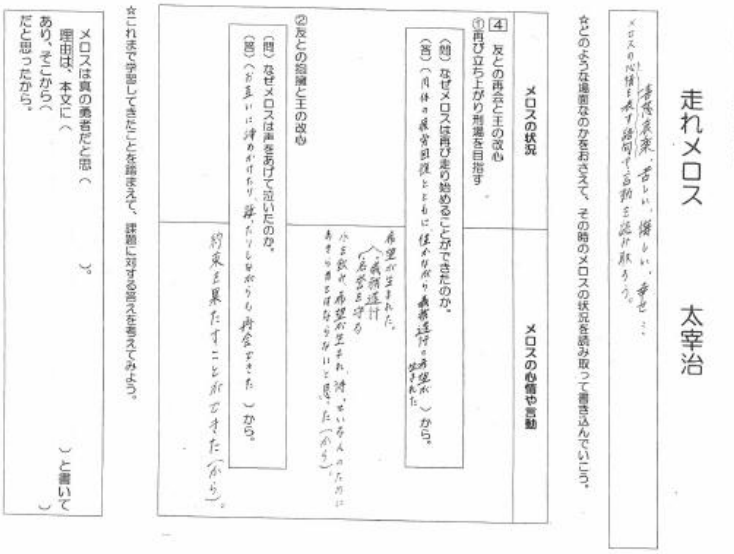
国語学習シート「走れメロス」④

走れメロス　太宰治

メロスの心情を表す語句や言動を読み取ってください。

などのような場面なのかをおさえて、その時のメロスの状況を読み取って書き込んでいこう。

メロスの状況	メロスの心情や言動
3 道中の困難 ①シラクスの町への出発	「怒り」「責任感」を感じた。（余裕） 「殺されるために走るのだ。」 「若いメロスはつらかった。」 「もはや、未練はない。」
②川の氾濫	「ばうぜんと立ちすくんだ。（驚）」 「勇気を出して泳ぎ始めた。（決意）」 「顔した。」 「ありがたい。ほっとした。」
③山賊の出現	「我の番だが、正義のためだ。」
④メロスの誇り	「心内語で、メロスの葛藤が読みとれる。」 ⇒ 四肢を投げ出して あきらめ



国語学習シート「走れメロス」⑤

走れメロス　太宰治

「清廉潔癖」「苦しい」「悔しい」「幸せ」など。

メロスの心情を表す語句や言動を読み取ろう。

などのような場面なのかをおさえて、その時のメロスの状況を読み取って書き込んでいこう。

メロスの状況	メロスの心情や言動
4 友との再会と王の改心 ①再び立ち上がり市場を目指す	（問）なぜメロスは再び走り始めることができたのか。 （答）（川休の長寿祈願とともに）仕方なかり義務遂行（希望が生まれた）から。 希望が生まれた。 〈義務遂行 （長寿を祈る 少を数の希望が生まれ、待っている人のためにあきらめるわけにはいかないと思った（から）。
②友との抱擁と王の改心	（問）なぜメロスは声をあげて泣いたのか。 （答）（お互いに神のかけひき、疑ったりしなかったり、裏切ったりしなかった）から。 約束を果たすことができた（から）。

などこれまで学習してきたことを踏まえて、課題に対する答えを考えてみよう。

メロスは真の勇者だと思（　　）。
理由は、本文に（　　）と言いて
あり、そこから（　　）
だと思ったから。

実践交流

日頃の実践の様子を，同じ教科担当の先生方に参観してもらい，アドバイスをしてもらいました。また，研究授業を行い，いただいたアドバイスや助言をまとめ，実践を振り返り，授業改善に生かしました。

自己研修レポート

久慈市立久慈中学校
教　諭　菊池　　愛
（教員2年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

資料に基づいて多面的・多角的に考察することのできる生徒の育成を目指して
－複数資料を関連付けて読み取る指導を通して－

Ⅱ　テーマ設定の理由

学習指導要領では「諸資料に基づいて多面的・多角的に考察」することが重要だと示されている。

しかし，平成２６年度岩手県中学校学習定着度状況調査において，複数資料を用いて過疎地域の特徴を説明する問題（資料１）の正答率は３１.２％で，本校の正答率も３４.４％にとどまった。

本研修で対象となる１年生は，授業中の様子を見ると，発言も活発で意欲的に取り組んでいる。しかし，課題に対する予想や資料から読み取ったことを記述する欄が無記入のままの生徒もおり，文章で記述することに苦手意識を持っている生徒が多い（資料２）。また，校内でのテストの結果を見ると，複数の資料を読み取る問題（資料３）と社会的事象を説明する問題（資料４）の正答率の低さが目立った。特に，熱帯の住居の特徴を気候と関連付けて説明する問題では正答率は３０％程度であり，無回答の生徒も数名いた。さらに，自身の授業実践を振り返ってみると，説明が中心となっているため，生徒が自主的に資料を読み取る場の設定が不足しているという課題と，文章記述の時間を十分に確保できていないという課題があると感じている。

これらのことから，社会科の授業において，資料の読み取りの視点を与えるとともに，資料読解と文章記述に十分な時間を確保することで「諸資料に基づいて多面的・多角的に考察」する力をつけることができると考え，課題を設定した。

Ⅲ　解決のための手立て

生徒の実態と指導の実際を踏まえて，課題解決の手立てとして，以下の重点に沿って社会科地理的分野の「世界の諸地域」という単元において授業実践を進めた。

(1)複数の資料を関連づけて読み取る力を育成する。

前単元では，「世界各地の人々の生活と環境」で雨温図と写真資料を活用して，世界の気候についての学習を進めてきた。そのため，雨温図や写真資料に対する抵抗感はなく，意欲的に資料を読み取ることができている。

しかし，本単元の「世界の諸地域」では「各州に暮らす人々の生活の様子を的確に把握できる地理的事象を取り上げ，それを基に主題を設ける」ことで，世界の諸地域の人々の暮らしを理解させていかなければならない。既習事項の雨温図や写真資料だけでは，得られる情報量に限度がある。また，一つの資料だけでは社会的事象を的確に把握することが難しい。そのため，主題図やグラフ，統計など様々な資料を読み取る際の視点をそれぞれ理解させるとともに，複数の資料を比較し，共通点や相違点を見つけさせていく。このように，一枚一枚の資料を読み取らせ，それらを比較することで複数の資料を関連づけて読み取る力が育成できると考えた。

(2)複数の資料から読み取ったことを文章で記述する力を育成する。

前単元や歴史的分野の学習では，前時の復習として一問一答形式の問題演習を行ったため，重要語句を定着させることができていた。しかし，社会的事象について説明する時間を確保することができなかったため，重要語句を文章で記述して説明する力はついていない。

そこで，読み取ったことを記述する時間を確保するために，読み取る資料や教師が説明することを精選し，内容を生徒が素早く板書できるようにワークシートの工夫を図ることとした。また，校内定期テストだけではなく，学習内容ごとのテストにも記述問題を取り入れ，前時の復習でもペア学習やミニテストを行うこととした。このように，文章で記述する機会を意図的に増やすことで，読み取ったことを文章で記述する力が育成できると考えた。

Ⅳ　研修内容

期日	単元	短期目標	手立て	成果（○）と課題（●）
7月下旬 ～9月上旬	ア ジ ア 州	【研究前の実態把握の段階】 実態把握を行い生徒の弱点を見つける。		○生徒の実態を把握することができた。 ●主題図を読み取ることが苦手である。
9月中旬 ～9月下旬	ヨーロッ パ州	主題図の読み取りが できる。 （資料5）	毎回主題図を読み取らせ，その際に読み取る視点を与える。	○主題図の読み取りができるようになった。 ●複数の主題図を読み取ることはできていない。 ●位置関係を覚えていない。
10月上旬 ～10月中旬	アフリカ 州	地図の作図ができる。 （資料6）	自力で地図を書かせ，特徴を書きこませる。	○提示した内容について地図に書き込めるようになった。 ●文章でのまとめができていない。
10月中旬 ～10月下旬	北アメリ カ州	地図を重ね合わせて読み取る こ とができる。（資料7）	気候と農業の白地図を比較して読みとる作業をさせる。	○複数の資料を関連付けて読み取れるようになった。 ●学習した用語を使って説明できていない。
11月上旬 ～11月中旬	南アメリ カ州	学習した用語を活用し読み取ったことを説明できる。（資料8）	まとめの文章を単元のまとめだけでなく授業ごとに書かせる。	○文章を書く機会が増えたため，書き方のパターンを覚えた生徒が増えた。 ●学習した用語を使って説明できていない。
11月中旬 ～11月下旬	オ セ ア ニア州	【研究後の実態把握の段階】 実態把握を再度行い，これまでの実践の成果と課題を見つける。		

Ⅴ　考察

単元を通して，生徒たちが「資料に基づいて多面的・多角的に考察すること」ができるようになることが，本研修のねらいであった。ねらいに近づけたかどうか，校内テストとワークシートから分析した。

成果	・様々な資料を読み取る際の視点をつかめるようになってきた。 ・無回答の生徒が減り，何らかの記述をしようとする生徒が増えてきた。
課題	・１つの資料から１つの社会的事象しか読み取ることができない生徒が多い。 ・基本的な語句は定着せず，文章で説明する際に稚拙な言葉で記述している生徒が多い。

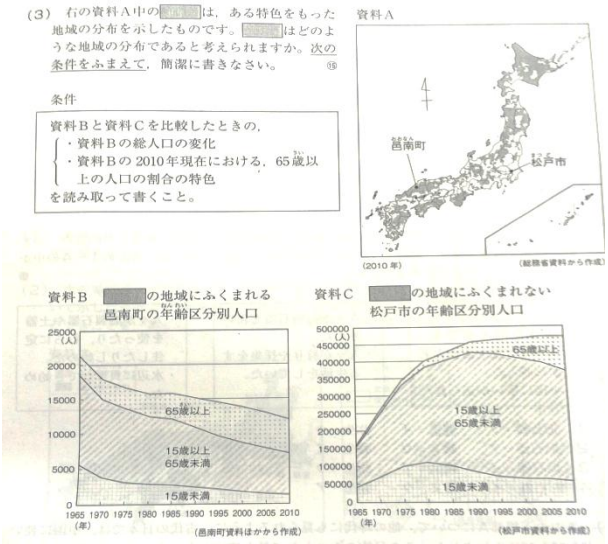
校内テストを分析したところ，実践前（資料３）には３０％程度だった，複数の資料を関連付けて考察する問題の正答率は６０％程度まで上昇し，実践前には無回答の生徒は，学年の２０％に当たる３０人程度だったが，今回は５名までに減少した。このことから，複数の資料を読み取る際の視点を理解し，文章で記述することに慣れ始めた生徒が増えてきたといえる。

しかし，複数の資料を関連付けて考察する問題については，４０％の生徒たちは不正解であった。これは，一つの資料から一つのことしか読み取ることができなかったためであると考えられ，資料読解の視点を複数与えていくことが必要だと感じた。また，無回答の生徒は減少したものの稚拙な文章が目立った。これは基本的な用語が定着しなかったことが原因であると考えられ，因果関係を理解させるとともに，基礎的・基本的な知識を確実に定着させるための指導が必要だと感じた。

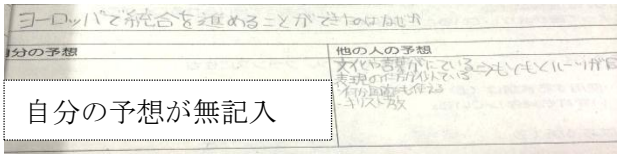
本研修を振り返ると，教材研究や教材開発の時間確保が難しい時期があったり，生徒の実態と手立てが合わなかったりして，思うように生徒の力を伸ばすことができないと思いながらの授業実践だった。しかし，生徒のワークシートを見ると，何も書いていなかった生徒が少しずつ書けるようになっていたり，一つしか読み取れなかった生徒が二つ読み取れるようになっていたりと，少しずつでも生徒たちは確実に成長していたことがわかる。これは，多くの先生方に私自身がご指導いただき，授業改善を図ることができたからだと感じる。そして，自己研修の場を与えていただいたことで，「こういう生徒を育てたい」という思いや願いをしっかり持って，生徒たちと向かい合うことができた。自己研修を通して学んだ PDCA サイクルの重要性を意識し，今後も生徒たちと共に成長していきたいと思う。

ポートフォリオ

○資料１　平成 26 年度岩手県中学校
学習定着度状況調査の問題

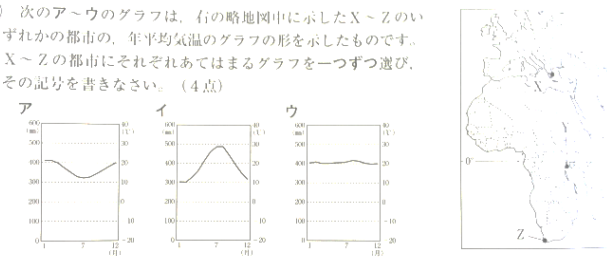


○資料２　ワークシートの記述

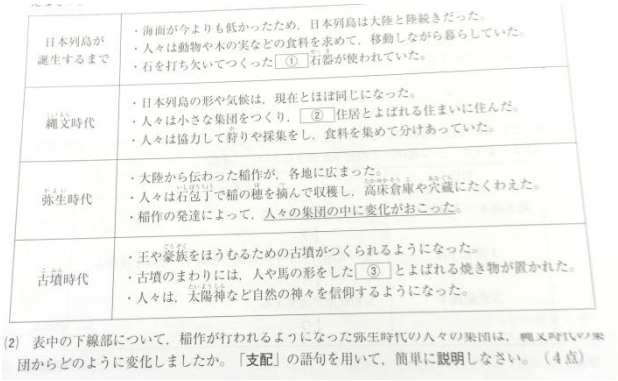


自分の予想が無記入

○資料３　複数の資料を読み取る問題



○資料４　社会的事象を説明する問題

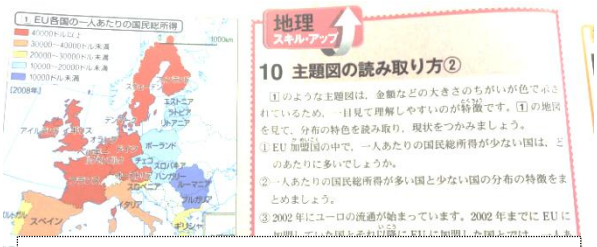


日本列島が誕生するまで	・海面が今よりも低かったため，日本列島は大陸と陸続きだった。 ・人々は動物や木の実などの食料を求めて，移動しながら暮らしていた。 ・石を打ち欠いてつくった［①］石器が使われていた。
縄文時代	・日本列島の形や気候は，現在とほぼ同じになった。 ・人々は小さな集団をつくり，［②］住居とよばれる住まいに住んだ。 ・人々は協力して狩りや採集をし，食料を集めて分けあっていた。
弥生時代	・大陸から伝わった稲作が，各地に広まった。 ・人々は石包丁で稲の穂を摘んで収穫し，高床倉庫や穴蔵にたくわえた。 ・稲作の発達によって，人々の集団の中に変化がおこった。
古墳時代	・王や豪族をほうむるための古墳がつくられるようになった。 ・古墳のまわりには，人や馬の形をした［③］とよばれる焼き物が置かれた。 ・人々は，太陽神など自然の神々を信仰するようになった。

(2) 表中の下線部について，稲作が行われるようになった弥生時代の人々の集団は，縄文時代の集団からどのように変化しましたか。「支配」の語句を用いて，簡単に説明しなさい。（4点）

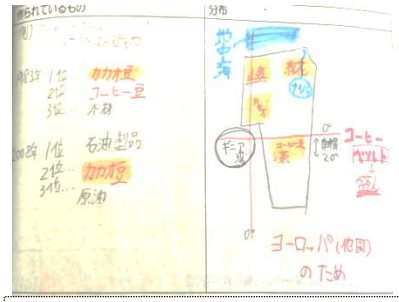
現状把握，情報収集
生徒の状況と，考えを知り，調査結果や普段の授業で感じていることを加え総合的に判断することで，テーマの明確化や，解決後の生徒像の設定につなげました。

○資料５　主題図の読み取り



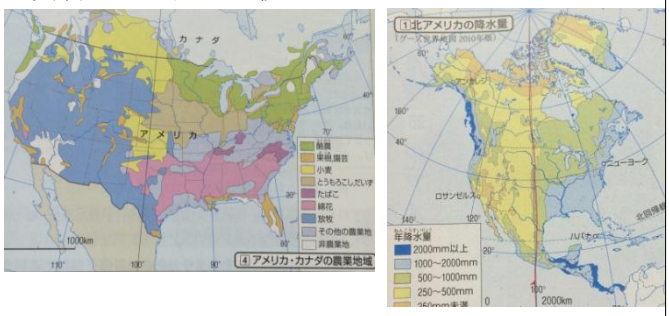
ＥＵ加盟年度とＧＤＰの関係の読み取り

○資料６　地図の作図

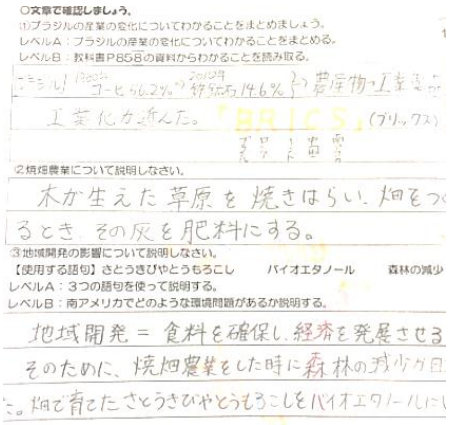


白地図の作成と白地図への書き込み

○資料７　地図の比較



○資料８　記述の練習



計画実施
評価規準を確認しながら生徒の評価ができるシートを作成し，毎時間記録し，蓄積しました。

ポートフォリオ

◎社会的事象を簡潔に説明できるようになった生徒。

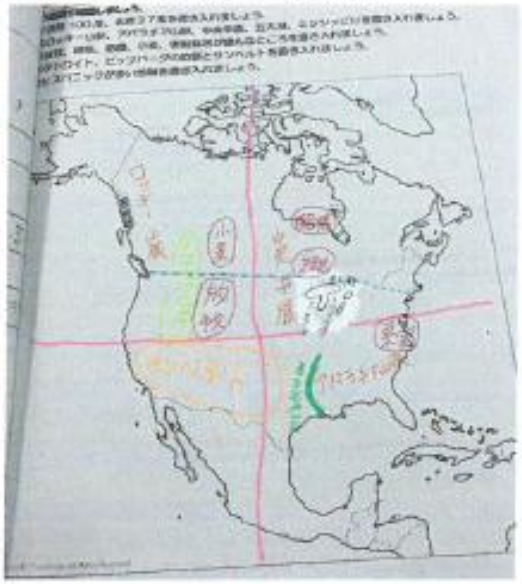
＜北アメリカのまとめの時は、学習した事項をすべて羅列してしまっていた。＞

◎白地図への書き込みを資料に基づいてできるようになった生徒。

＜アフリカの書き込みは隣の席の生徒のプリントを丸写ししてしまった＞

＜南アメリカのまとめの時は、簡潔に説明することができるようになっていた＞

＜北アメリカの時は使う資料を提示し自力で書くことができるようになった。＞



結果の観察と分析

生徒が記入したワークシートをとりためておき，生徒の変容をしっかりとらえながら，指導の振り返りと評価に結びつけることができました。

自己研修レポート

岩手県立花巻農業高等学校
教諭　畠山　雅美
（教員2年目）

Ⅰ　自己研修テーマ

学級教育目標に向かって全員が意欲的に取り組む活気のある学級経営への挑戦

Ⅱ　テーマ設定の理由

本校は専門高校で，私は本校の食農科学科１年生の担任をしている。生徒は 42 名（男子９名，女子 33 名）で，15 の中学校から入学している。生徒が，複数の中学校から入学していること，また，女子が多いことから入学当初，次の課題があった。

・義務教育段階の学力の確実な定着がなされていないこと
・他者とのコミュニケーションが不得手な生徒が多いため，全体として消極的であること
・一部の活発な女子のみが学級活動の中心となっていること

食農科学科に入学した生徒の多くは将来，食品分野への進学または就職を希望している。食品分野への興味関心はとても高いので，それらは生徒が学校生活を送る動機付けの根幹を支える大きな要素の１つである。そのような現状において，１年生においては食への興味関心を維持向上させながら，学習に意欲的に取り組む姿勢や他者と協力し目標を達成させる習慣を定着させることを課題とした。

Ⅲ　解決のための手立て

課題解決のために学習，行事，生徒自身の３つの側面を課題解決のための手立てとして考えた。

①学習面　義務教育段階の普通教科の学力の定着が不十分で，普通教科に興味が持てない生徒であるが，専門教科は好きである生徒に対して，普通教科を学ぶ大切さを理解させるために，英文のレシピを翻訳させ，普通教科の大切さを伝えることとした。将来，食品分野のスペシャリストとして活躍するためには英語の習得は不可欠であること，理数的知識を活用しなければならないこと，各国の食文化はその国の歴史的背景に通じているという認識を持たせたいと考えた。実施をするにあたっては生徒の学習への意欲が低下しないように生徒の翻訳の通り製造させる機会を設けた。

②行事　クラスの団結力を高めるためにクラスマッチ，文化祭などの行事は一部の生徒のみが意欲的に参加するものではなく，全員が協力して参加できる環境づくりを心がけなければならないと考えた。行事を通じて他者と円滑にコミュニケーションできるようになることや他者と協力して目標を達成していくことで達成感，成就感を味あわせ，次なる行事に意欲的に取り組むことをねらいとした。特にクラスマッチの出場種目の決定方法について，一人一人に活躍できる場を提供できるよう配慮した。

③生徒自身　生徒が自発的に物事に取り組む姿勢を身につけることができるように，生徒自ら個人目標を掲げ，達成に向けて努力をしていく道標となる「目標カード」の作成を全員で行った。３ヶ月ごとにＰＤＣＡサイクルを実施し，その間に達成しなければならない直近の目標（学習面，部活動，生活面）を立てることで現実的な課題となるように配慮した。３ヶ月後には担任と面談のうえ，新たな目標を設定していくよう計画した。小さな目標を達成していくことで達成感を味わい，大きな目標でも逃避せずに取り組む姿勢が維持できることを望んだ。

Ⅳ　研修内容・研修計画

解決のための手立てをもとに取り組んだ３つの側面の実施内容は次の通りである。

①学習面　ＬＨＲの時間を利用し，パンのレシピの翻訳に取り組ませた。初めてみる英文のレシピに戸惑いながらも多数の生徒が辞書を片手に熱心に取り組んだ。評価の結果，英語の考査点の低い生徒がＡ評価となるなど食への興味関心を頼りに努力した成果がみられた。私自身が翻訳をし，生徒に解説し，さらに各教科との関連性についても指導した。

②行事　すべての生徒が自分の希望や能力に応じて活躍できる場を設けることを念頭に取り組んだ。特にクラスマッチに関しては体育が不得手な生徒もいることから個々の生徒が持ち合わせている能力について説明し，押しつけにならないように体育科の協力を得て，体力テストの 50m走のタイムを参考に生徒の希望から体育系の出場種目を決定した。クラスマッチ，文化祭ともに生徒任せにせず，企画の段階から担任として生徒と関わり，方向性や途中経過を確認のうえ助言をし，当日に向けて生

徒の士気を高めていくよう心がけた。

③生徒自身　生徒に自分の信条，目標を記入させ，さらに自分の笑顔の写真を撮影し，目標カードに貼り付けた。これは，挫折しそうになったとき自分の笑顔をみて，自分に負けないように乗り越えていくことができる効果を狙っている。教室に掲示し，立てた目標に負けそうになる生徒がいると目標カードの掲示場所の前で自分に負けないように諭し，内容によっては共に取り組み，少しでもできたら褒めることを心がけた。

Ⅴ　考察

実施を行った結果は次の通りである。

①学習面　生徒に実施したアンケートの結果より，英文のレシピを訳すことで，生徒は英語を学習することは将来の進路に不可欠なものであり，学習をしなければならない教科であると認識したようである。一方，苦手意識に拍車をかけないように進めていく事が重要であることもわかった。また，解説を聞いた感想から，理数系の科目が嫌いな生徒が多く，自身の進路には必要ではあるが，興味を持てない状況にあることがわかった。今後は，生徒の学力を測りながら難易度に考慮し，生徒が理解できる解説を行いたい。また，女子生徒が多いクラスなので，生徒の中には食への興味関心よりも美容に興味関心をもつ生徒もいることから，食以外の分野，例えば皮膚科学に関する分野の翻訳も有効ではないかと考えた。生徒にとって身近な話題の素材を探して取り組んでいきたい。

②行事　クラスマッチについては出場種目の決定段階からクラス全体で取り組んだことにより３種目で優勝，２種目で第２位という生徒が満足のいく結果を残すことができた。文化祭についてもクラスマッチと同様に取り組んだところ１年生ながらも各種コンテストにおいて多数入賞し，その満足感が文化祭の充実感を高めたことがアンケート結果から伺える。行事に向けて，クラスの皆が団結し，生徒同士が活発なコミュニーションを図り，練習し，行事に参加した。担任も生徒と一緒に参加する姿勢をもち，毎日，生徒の活動の様子を見に行くなど，生徒との関わりを多く持ったこともクラスがまとまりよい結果に結びついた要因の一つだと思った。担任は生徒が思い描く到達点を達成できるよう気配りや助言を行うことが必要であると感じた。

③生徒自身　３ヶ月ごとの目標であるため，漠然とした目標はなく，身近な目標が多く掲げられた。目標を掲げさせることで生徒一人一人の抱えるコンプレックスや課題を担任が知ることができ，クラス経営を行って行くうえで生徒理解に必要な引き出しを設けることができたと感じた。３ヶ月後，達成度についてアンケートを実施した。概ね達成できたと答えた生徒は学習面では６割，部活動，生活面では８割であり，達成できた理由として多く挙げられたものは，学習面では「進路を意識した」，部活動では「試合に負けたくない」，生活面では「目標を意識していたから」であった。反対に達成できない理由は「目標を意識していなかった」が３項目に共通していた。このような結果からいずれの項目においても半数を超えているものの学習面での達成度が他の２項目と比較して著しく低下しているのは達成しようという意志の継続が１人ではできず，担任の助言が必要な項目であると感じた。また，貼付している写真についても生徒間で賛否に開きがあり，改良の必要性を感じた。

今回実施をした①～③は，あらかじめ手立てを考え計画的に行ったものであるが，担任として日々の整容指導や個別の面談，学習確認など日常の指導に加えて，並行して行わなければ成果が表れにくいものである。今後も手立てに改良を加えながら継続し，生徒の糧となるように取り組んでいきたい。

最後に，今回は学級経営についての自己研修であったが，初めての担任であり，暗中模索の中で試行錯誤をした日々であった。ホームルームが生徒にとって居心地のよいものとなるよう，また，生徒が目指す進路の礎となるよう担任として心を砕いてきた。今後は，振り返りの中で見えた課題の改善を図りながら自己研修を続け，取り組みが生徒のために少しでも還元できるよう頑張っていきたい。

ポートフォリオ

○実施①について，英文レシピ翻訳後のアンケート

洋書の翻訳について

番　　氏名

1、洋書の翻訳をしてみての感想についてあてはまるものをすべて○で囲みなさい。

a　楽しかった
b　食べてみたくなった
c　わくわくした
d　世界を意識した
e　外国の食文化に興味をもった
f　パンが作りたくなった
g　食への興味が強くなった
h　英語が好きになった
i　英語をもっと勉強したいと思った
g　英語は勉強しなければならない教科だと感じた
k　英語は社会人になってからも必要になると思った
L　英語ができるようになりたいと思った。
m　英語は嫌いだ
n　英語の学習は必要ない
o　苦痛だった
p　もうやりたくない
q　またやりたい
r　訳した後にパンを作れるとやる気がでる
s　訳したからにはパンを作らせて欲しい
t　パンは作らなくても訳すだけても十分である
u　自分が訳したレシピが正しいか検証してみたい
h　意外と簡単だった

結果の観察・分析，振り返り
解決後の生徒像のとおりであったかどうかについて，アンケートや生徒の観察，多の先生からの聞き取りによって分析しました。

2、先生の解説を聞いた感想であてはまるものをすべて○で囲みなさい。

a　難しいと思った
b　理解できなかった
c　楽しかった
d　理数系に興味をもった
e　これからの学習に役立てたいと思った
f　化学や数学は意外と面白いと思った
g　料理と理数教科の関連性がわかった
h　化学や数学は苦手だ
i　意外と簡単だと思った

自由記述を分析することで，次のテーマ設定に役立てました。また，生徒理解にもつながりました。

3、洋書の翻訳をしてみての感想を自由に述べなさい

日本と外国の料理本は、単位など、細かい所が違っていて、数字なども私達があまり目にしないものが多いことが分かり、外国の文化に興味を持った。また、私は英語が苦手だが、この機会に少しずつ覚えて理解できるようになれば良いと思った。

ポートフォリオ

○実施②について，文化祭前後のアンケート

テーマの明確化，情報収集・予備調査
アンケートや生徒からの聞き取りにより，クラスの行事への取り組みについて，テーマを明確にしました。

このポートフォリオは，同じ生徒が行事前後に書いたアンケートを並べたものです。

花農祭について

番　　氏名

1、花農祭についてあてはまる方に○をつけてください

a　とても楽しみ　　(b) 楽しみ　　c　あまり楽しみではない　　d　興味がない

2、花農祭でのあなたのクラスでの役割分担は？

踊る

3　花農祭でのクラスステージ発表に向けて

(a) 楽しく練習している　　b　役割なので淡々とこなす　　c　やりたくない

4　ステージ発表について

(a) とても楽しみ　　b　役割なので普通　　c 憂鬱だ

5　花農祭に向けての農業と環境の展示について

a　展示に向けてやる気いっぱい　　(b) 役割なのでひたすらこなす　　c　嫌々やっている

6　花農祭に向けてクラスの雰囲気は？

a　絶好調！　　(b) 普段と変わらない　　c　トラブルが起こるようになった

7　加工品品評会に向けて

a　すでに何を作るのかを決めて、取り組み始めている
(b) 考え中
c　やる気しない

7　花農祭に向けての感想
（楽しみにしているとか、練習がつらいとか、加工品の品評会に向けて試行錯誤しているとかコンテストの結果が気になるなど、気のおもむくままに書いてください）

花農祭で踊るダンスの練習を主にやっているけど、まだ少し覚えられていないところがあるので頑張りたい。でも、楽しくできれば良いと思うので、みんなで協力してよい発表にしたいと思いました。初めての花農祭だが、自分の役割をできるだけちゃんとやって、楽しんでいきたいです。

花農祭について

1、花農祭全体を通してあてはまるものに○をつけてく

(a) とても楽しかった　　b　楽しかった　　c　あま

2　花農祭でのクラスステージ発表について

a　とても楽しかった　　(b) 楽しかった　　c　あま

3　来年の花農祭について（行事やプロジェクト活動）

(a) 頑張りたい　　b　行事なので普通

4　花農祭での農業と環境の展示について（自分の班の

(a) 立派だった　　b　普通だった

5　花農祭のときクラスの雰囲気は？

a　絶好調！　　(b) 普段と変わらなかった　　c　トラブルが起こった

6、花農祭一般公開日での役割分担（ＰＴＡ、駐車場、Ｃ科など）について

(a) 楽しかった　　b　割り当てなので淡々とこなした　　c　嫌々取り組んだ

7　加工品品評会をみてあなたが感じたことを述べなさい。

みんな様々なものを作ってきていましたが、どれも素晴しいものだと感じました。特に先輩方のものは、感動するものばかりでした。ジャムもそれぞれ違っていて、色々なものを作ってみたいと思いました。

8　花農祭全体を通しての感想を述べなさい

ステージ発表は練習から、みんなで一生懸命取り組んでいたので緊張はしたものの、楽しくダンスを踊りきることができました。途中で音楽が切れてしまった場面もありましたが、それも次回のための良い経験になったと思います。農業と環境の展示もそれぞれの班で協力して作りあげることができたので良かったです。来年は先輩方から学んだことなども生かし、今年より良いものになるよう頑張りたいです。

結果の観察・分析，振り返り
行事の前後で同様の内容のアンケートをとることで，テーマの明確化から実施までについての振り返りに役立てました。特に，行事前後の生徒の変化に注目してアンケートを分析しました。

ポートフォリオ

○実践③について，目標カード

元気でいること!!

氏名

授業納め式（１２月２２日）までに達成しなければならないこと

○学習面

ちゃんと授業内容を理解し、分かること。
テストで70点以上を目指す☆
宿題などをちゃんと提出して、平常点をGETする☆

○部活動

先輩の迷惑にならないように、かかしを一生懸命ガンバル!!
デビューして庭に入れるようになる!
先輩に負けないくらいうまく踊れるようになる☆(^^)☆
ちゃんと踊りの改善点を改善して少しでも改善点を減らす。
積極的に行動、返事をする。

○生活面

服装をちゃんと正しくして生活する。
教科書などをちゃんと持ってくる。

ポジティブ↑

氏名

終業式（
いこと

○学習面

テスト勉強期間は勉強に専念し、
全教科75点以上が目標!
宿題皆勤賞にする。

○部活動

男子・女子で差別されないように筋肉・体力をつけて、部活中は女をすてて、精一杯部活に取り組む。
新入生が入ってきてちゃんと先輩として踊りを教えられるように基本をしっかりする。初心を忘れずに!!
二年デビューする!!
きりかえし・ざっぷりをして腰を低くしてもっと踊りを大きくして2年生に負けないくらいガンバル!!
腹式呼吸がまだできていないのでちゃんとお腹で呼吸して10秒余裕で出せるようにする。
外周12分台にする!
部員みんなが本音を言い合える仲になりたい。

○生活面

挨拶!!

計画実施～２回目の計画実施
１回目の手立ての振り返りをもとに，２回目の目標カードの作成を実施しました。

教師，生徒ともに，スモールステップで自己研修を進め，共に学んでいました。同じ生徒の目標を時系列でポートフォリオすることで，生徒にどのようなアドバイスをすればよいか明確になりました。

ポートフォリオ

○実践③について，目標設定３ヶ月後のアンケート

振り返り
生徒自身の次のテーマを明確にすることと同時に，教師の取り組みについて次のテーマを明確にすることを狙いとして，振り返りを行いました。

番　氏名

1、自分が掲げた目標の達成度についてあてはまるものにそれぞれ○をつけなさい。

学習面の目標

達成できた　やや達成できた　達成できないことが多かった　達成できなかった

部活動の目標

達成できた　やや達成できた　達成できないことが多かった　達成できなかった

生活面の目標

達成できた　やや達成できた　達成できないことが多かった　達成できなかった

2、学習面で（達成できた、やや達成できた）と回答した人は答えてください。
達成できた原因に最もあてはまるものを下のア～オの中から1つ選びなさい。
また、達成できた感想、あなたの思いを述べなさい。

ア 進路を意識したから
イ 授業が楽しかったから
ウ 友達と一緒に取り組んだから
エ 先生に怒られるから
オ 先生にほめられたかった

意見記入欄
部活に結び付く面もあるため、自分を追いこむことが出来たのだと思う。しかし、どの教科に関しても まだ改善点、もっとできる所も多くあるので、後期末でそれを晴らせるようにする。

3、学習面で（達成できないことが多かった、達成できなかった）と回答した人は答えてください。
達成できなかった原因に最もあてはまるものを下のア～オの中から1つ選びなさい。
また、達成できなかったことに対する気持ちを述べなさい。

ア 目標を意識できなかった
イ 授業についていけなかった
ウ なまけてしまった
エ 援助が欲しかった
オ 目標が高すぎた

意見記入欄

4、部活動で（達成できた、やや達成できた）と回答した人は答えてください。
達成できた原因に最もあてはまるものを下のア～オの中から1つ選びなさい。
また、達成できた感想、あなたの思いを述べなさい。

ア 練習が楽しかった
イ 試合に出たい
ウ 試合で負けたくない
エ 友達と一緒に取り組んだから
オ 先生に怒られるから

意見記入欄

5、部活動で（達成できないことが多かった、達成できなかった）と回答した人は答えてください。
達成できなかった原因に最もあてはまるものを下のア～オの中から1つ選びなさい。
また、達成できなかったことに対する気持ちを述べなさい。

ア 目標を意識していなかった
イ 部活動が楽しくないから
ウ 仲間との関係が悪いから
エ 体調が悪かった
オ 目標が高すぎた

意見記入欄
その日、その日の練習で何か1つでも弱点をこくふくしようという意識がまだ足りなかった。それも簡単なことではなく、続けることが大切であるため、毎日目標を確認しながら活動したい。

6、生活面で（達成できた、やや達成できた）と回答した
達成できた原因に最もあてはまるものを下のア～オ
また、達成できた感想、あなたの思いを述べなさい。

ア 進路を意識したから
イ 先生に怒られるから
ウ 友達がしっかりしているから
エ 目標を意識していたから
オ 実行してみて楽しくなったから

意見記入欄
挨拶、時
なければ

7、生活面で（達成できないことが多かった、達成できな
達成できなかった原因に最もあてはまるものを下の
また、達成できなかったことに対する気持ちを述べな

ア 目標を意識していなかった
イ なまけたから
ウ 友達もなまけていたから
エ 援助が欲しかった
オ 目標が高すぎた

意見記入欄

8、目標カードについてあなたが思うことをア～ナの中か

ア 目標は一人で決めたい
イ 自分に必要な目標を教えて欲しい
ウ どんな目標にしたらよいか迷った
エ 達成できそうもない目標を立ててしまった
オ よく考えないで目標を立ててしまった
カ すぐに目標を達成してしまった
キ 目標を達成するのに3ヶ月では足りない
ク 目標はもっと短い期間がいい（1ヶ月くらいなど）
ケ 目標はいつも意識していた
コ 目標カードを見ると目標を思い出した
サ 写真はあった方がよい
シ 写真はないほうがよい
ス 進路実現のために目標を設定することはよいことだ
セ 目標を決めなくても自分はきちんと生活できると思う
ソ 途中で手助けが欲しかった
タ 自分は努力が足りないと思った
チ 自分はやればできる人だと思った
ツ 掲示はした方がよい
テ 掲示はしない方がよい
ト 友達の目標がすごい！と思った
ナ 目標達成には努力は欠かせないと思った

9、目標カードについてあなたが思うことを自由に述べなさい。
（感想でも、もっとこうしたらよくなる！などの意見でも、愚痴でも、いいわけでも不満でも気のおもむくままに書いてください）

2学期までは何となく立てていたように思えたが、特に部活動の目標は大事なことばかりだったので、こまめに確認するべきだった。まだまだ達成するには努力が必要であると改めて感じたので、これからもこの目標は自分の中で持ち続けていきたい。

生徒との面談，普段の会話，他の先生方からの聞き取りなどに加え，このような時間をかけた振り返りをすることで，取り組みの成果と課題が明らかになりました。

ポートフォリオを整理しながら振り返りをすることで，分析をさらに深めることができました。

自己研修レポート

岩手県立水沢農業高等学校
教　諭　佐々木　偉彦
（教員3年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

生徒が生命現象に対する興味関心を抱き，理解力を向上させる指導法の探求
－生物科目の授業と農業科目の連携－

Ⅱ　テーマ設定の理由

本校は，県南地域唯一の農業専門高校で，農業科学科，環境工学科，生活科学科の３つの学科で構成されている。本校に通う生徒達は，学科の特色を生かした実習を中心に幅広い知識の習得や，専門技術，学力の向上に励んでいる。しかし，入学時に，義務教育段階の学力の確実な習得に課題をもつ生徒がいるという実態があり，学力の確実な習得，理解力の向上に取り組む必要性を感じている。

一昨年度の初任者研修にて研究した「生物Ｉと農業科目との連携」では，『生物Ｉ』と『農業科目』との連携により，生命現象への興味関心を向上させることができると感じた。しかし，この研究では，理解力の向上を図ることが出来なかった。生徒の理解力向上を図るためには，『農業科目』との連携授業のさらなる手立ての工夫が必要であることを感じた。

今年度，農業科学科２年生に実施した事前アンケートでは，「生物の授業が好き・どちらかと言えば好き」という回答をしている生徒が 82%（24/27 名）であるが，「農業科目や実習との関連が有り，面白い」という回答を選択した生徒は５％（１/24 名）であった。しかし，「生物の授業と農業の授業との関連はある」と回答した生徒は 78%（21/27 名）となった。『生物』の授業内で，農業とのつながりについて話をしていたこともあり，この結果となったと考えられる。このことから，『生物科目』と『農業科目』との関連性と興味関心とのつながりが現段階では乏しいことが分かった。

Ⅲ　解決のための手立て

本校の学科は３つに分かれており，その中でも『農業科目』を中心に学習をする農業科学科２年生１クラス 30 名を対象とした。このクラスでは『作物・畜産・野菜・果樹・グリーンライフ』の５つの専攻に分かれて学習している。１クラスのみ実施の理由は，集中して取り組むことによる効果を狙っていることと，連携授業で理解力向上を図る第一歩として取り組みやすい分野が多くあることの２つである。

今回は，『畜産』分野での学習実習内容に着目し授業を展開した。本校では２年次から各専攻に分かれるため，自分の専攻以外の学習は行う機会がない。『畜産』分野を専攻している生徒には再度学習する機会を与え，『畜産』以外を専攻している生徒には普段学習できない分野を学習することができる良い機会と考えた。さらに，今回手立てを考える上で，作物や草花，野菜などの分野でも実施可能だが，植物については時期を計算しなくてはならず，年間を通じて計画を立てなければならないとのアドバイスを先輩教員からいただき，計画立案時点で実施可能な分野を選んだことも理由の一つである。

本校で開講している『生物科目』は『生物基礎』である。この科目の教科書を調査すると『畜産』分野の学習との関連項目があまり多くないが，今回は『生物』という科目の内容を取り入れ，これを発展的な学習ととらえた。また，中学校段階で学習している「生物の成長と殖え方」や「遺伝の規則性と遺伝子」などの内容にも触れながら学習を進めた。また，授業後には毎回アンケートを実施し，興味関心の高まりと理解度を調査した。このアンケートでの生徒の理解度を「理解力」として捉えていく。

Ⅳ　研修内容・研修計画

○『生物基礎』で取り扱う「遺伝子とその働き」と『生物』で取り扱う「生殖と発生」，『畜産分野』で取り扱う「ウシの受精」での連携授業

①ウシの受精方法についての授業

『畜産分野』を専攻している生徒６名は，ウシの受精方法を実習や座学にて学習をしている。今回は生徒達の体験を発表させながら写真のような形でスライドを用いて学習を進めた。ウシの肛門に手を入れ，卵採取を行い，顕微鏡を用いながら受精卵を作成するなどの具体的な方法も写真や生徒の体験から学習した。この授業の後半には『生物』科目で学習する減数分裂についても学習した。また，『生物基礎』で学習する遺伝子である DNA，遺伝情報にも触れた。

②ウシの受精卵移植についての授業

①での学習を踏まえて,受精方法に留まらずにウシの受精卵移植の方法について解説を行った。その際にも『畜産分野』を専攻している生徒からの体験発表を交えて学習を進めた。また，植物の体内においても減数分裂や受精が行われることも関連づけて学習した。

『畜産分野』以外を専攻している生徒は，植物について学習していることもあり，「生物の共通性や多様性」というねらいを持ちながら学習を進めることができた。

Ⅴ 考察

今回の取り組みを行った毎授業終わりには簡易的なアンケートを実施した。授業①でのアンケート結果は，（１）「授業内容に興味関心がわいた・どちらかと言えばわいた」と回答する生徒が 86%（25/29 名)。（２）「授業内容が理解できた・どちらかと言えば理解できた」と回答する生徒が 83%（24/29 名）となった。この回答をした理由を抜粋して以下に挙げる。

（１）	「生物科目と農業科目が混ざっていて良かった。」「面白かった。」 「ウシの受精などを深く知ることができた。」 「色々な資料を使って関心のわく授業だったから。」 「減数分裂の仕組みがわかったから。」「他の分野の人達の内容が聞けて良かった。」 「以前に減数分裂について思い出すことができた。次の授業ではより知識を深めたい。」 「普段自分が実習でやっていない事を知ることができたので良かった。」 「実習の時の復習ができた。」
（２）	「もっと学びたいと思えたから。」「一度習っていることを元にしているので理解できた。」 「減数分裂，生殖細胞のことを深く知ることができた。」「分かりやすかったから。」 「少し難しいところがありもっと学びたい。」「授業内容にとても関心がわいたから。」

次に授業②では①と同じ質問をした結果，（１）「授業内容に興味関心がわいた・どちらかと言えばわいた」と回答する生徒が 86%（25/29 名)。（２）「授業内容が理解できた・どちらかと言えば理解できた」と回答する生徒が 86%（25/29 名）となった。この回答をした理由を抜粋して以下に挙げる。

（１）	「受精卵から卵割などを知ることができたから。」「もっとウシを勉強したいと思った。」 「受精卵から出産までが知ることができた。」「植物と動物の共通点がわかったから。」 「減数分裂のことをもっと知りたくなった。」「色んな分野で活用できることが分かった。」 「受精は野菜や作物の作業で大事なことだから。」「へぇ～と思わせてくれる説明だったから。」
（２）	「動物，植物ともに染色体が減数分裂していたことを理解できた。」 「受精について知らない部分が少しわかった。」「写真などで理解しやすかった。」 「減数分裂は理解できたが卵割はまだ理解できていない。」 「教え方がうまくて理解しやすかった。」「少し難しいので頑張ってついて行きたいです。」

今回の取り組みを通じて，生徒達の興味関心と理解力の向上を図る上で『生物科目』と『農業科目』の連携をして実施していくことの重要性を再認識した。今回は『畜産分野』のみでの実施となったが，その他の分野においてもこの連携授業は実施可能である。このような学習は，普通高校では体験できないものである。この取り組みを継続的に実施し，生徒が生物に対して興味関心を抱き，学習内容の理解，定着を図る支援をしていきたいと考えている。

課題を以下に３点挙げる。１つ目は，『生物科目』に対して興味関心を抱かなかった生徒や理解できず混乱してしまった生徒が 14%(4 名)いたことに対する新たな方策や配慮の必要を感じたことである。選択した分野や学習形態等の工夫をもっとすべきであった。２つ目は，今回の取り組みでは知識の定着までを確認することができなかったことである。今後はこの連携授業を発展させ，『生物基礎』の授業内で他分野の学習場所にて体験学習を行い，体験学習を行った後に新聞作りやパワーポイントでのプレゼンテーションなど，生徒が学習した内容をクラス内で発表させるなどの機会を設けることで理解度を高め，知識の定着を図る取り組みをしたい。３つ目は，年間指導計画に連携授業を盛り込み，農業教員との連携を密にとることである。このことで多くの分野で連携授業の実施が可能となると期待される。

今後は，他の分野や学科でも同様の連携授業を実施することと，連携授業における学習形態の工夫の２つに焦点を当て，取り組んでいきたい。

ポートフォリオ

○授業アンケート１

平成２６年度　生物基礎［授業アンケート］

岩手県立水沢農業高等学校
教　諭：佐々木　彦彦

突然ですが、皆さんに理科についてのアンケートを実施します。これは、佐々木の授業を改善するために皆さんから協力を得たいと考えて実施するものです。以下の質問について、自分の意見に当てはまると思われる数字に○を付けてください。

Ⅰ．生物基礎（教科）について

① 生物基礎という教科は好きですか。
1　好き　2　どちらかと言えば好き　3　どちらかと言えば嫌い　4　嫌い

② ①で１か２を答えた人に聞きます。生物基礎という教科が好きな理由として自分の意見に近いものに１つ○を付けてください。
1　生物について学ぶのが面白いから　2　自分のからだのことを考えるから
3　授業が面白いから　4　観察・実験が好きだから（小学校・中学校も含む）
5　農業の実習や農業科目との関連があり、面白いから
6　その他

③ ①で３か４を答えた人に聞きます。生物基礎という教科が嫌いな理由として自分の意見に近いものに１つ○を付けてください。
1　生物について学ぶのがつまらないから　2　生物についての学習に興味がないから
3　授業が面白くないから　4　観察・実験が嫌いだから（小学校・中学校も含む）
5　農業の実習や農業科目との関連がなく、つまらないから
5　その他

Ⅱ．実習について

④ 農業関係の実習は好きですか。
1　好き　2　どちらかと言えば好き　3　どちらかと言えば嫌い　4　嫌い

⑤ ④で１か２を答えた人に聞きます。農業関係の実習が好きな理由として自分の意見に近いものに１つ○を付けてください。
1　体を動かすのが好きだから　2　作業が好きだから
3　理科との関連があり、面白いから　4　生物（動物、植物）に触れるのが好きだから
5　その他

⑥ ④で３か４を答えた人に聞きます。農業関係の実習が嫌いな理由として自分の意見に近いものに１つ○を付けてください。
1　体を動かすのが嫌いだから　2　作業が嫌いだから
3　理科との関連がなく、つまらないから　4　生物（動物、植物）に触れるのが嫌いだから
5　その他

Ⅲ．生物と農業との関連について

⑦ 生物の授業と農業の授業（実習も含む）との関連はあると思いますか。
1　ある　2　ない

⑧ そのように感じる理由を記入してください。
酵母や微生物の実習をする際に微生物などの働きがあるから。

Ⅳ．その他

⑨ 佐々木の授業について、意見や要望等を記入してください。
とても楽しい授業をしてもらい、みんながどのようにしたらお覚えてくれるかを考えてくれている。実験などを少しまぜてもらえるといいです。

以上になります。ご協力ありがとうございました。このアンケートは後日、再度実施する予定です、その時もよろしくお願いします。

現状把握，情報収集
生徒の状況と，考えを知り，普段の授業で感じていることを加え総合的に判断することで，テーマの明確化や，解決後の生徒像の設定につなげました。

○授業アンケート２

生物基礎授業アンケート

２年Ａ組（　　）番　氏名（　　）

（1）本日の授業内容に興味関心がわきましたか。
①　わいた　　2　どちらかと言えばわいた　　3　どちらかと言えばわかなかった
4　わかなかった

（2）その理由を教えてください。
牛だけでなく、野菜や料理にも関係があるから。

（3）本日の授業内容は理解できましたか。
①　理解できた　　2　どちらかと言えば理解できた　　3　どちらかと言えば理解できた
4　理解できなかった

（4）その理由を教えてください。
小数等分類について、更に知ることが出来た。

協力ありがとうございました。
佐々木　偉彦

結果の観察・分析，振り返り
アンケートにより，テーマ設定や手立てが有効であったかどうかについて振り返り，次のテーマ設定に役立てました。

ポートフォリオ

○農業科目と生物基礎との関連性についての一覧表

年間を通じた農業科目と生物基礎との関連性

	農業科目の学習内容（実習中心）	生物基礎の学習内容
4月	＜野菜（以下、野のみ表記）＞ 苗の管理、野菜ついて ＜畜産（以下、畜のみ表記）＞ 肉牛の特徴など ＜草花（以下、草のみ表記）＞ 花きの種類・特徴など ＜作物（以下、作のみ表記）＞ 作物の定義・分類など	【生物の特徴】 生物の共通性と多様性 ①さまざまな環境と生物の多様性 ②生物の共通の祖先　③細胞の多様化 ④多細胞生物の誕生　など 農業科目で取り扱うさまざまな生物の共通性や多様性についての学習をする。それぞれのコースの実習で取り扱う生物の細胞観察などを行う。
5月	＜野＞種子と苗について よい種子と発芽の条件についての学習 ＜草＞開花調節技術の育成 温度・日長管理による開花調節についての学習 ＜作＞イネの育苗管理 イネの苗を管理方法についての学習	【生物の特徴】 細胞とエネルギー ①エネルギー代謝と ATP　②光合成 ③呼吸　など エネルギー代謝（光合成、呼吸）と関連性のある野菜、草花、作物コースとの連携を図り、特にも太陽から得られるエネルギーを用いて行われる「光合成」に着目して学習する。
6月	＜野＞夏野菜栽培（キュウリ、トマトなど） 土壌、水分、肥料の大切さ・光、温度などの生育環境、開花と受粉、受精についての学習 ＜草＞土壌の性質と施肥 土壌の物理性・化学性・生物性についての学習 ＜作＞作物の種類と利用 イネの移植（田植え）についての学習	【生態系とその保全】 生態系内の物質循環とエネルギーの流れ ①炭素循環　②窒素循環 ③エネルギーの流れ　など 生物体に含まれている炭素の循環では、野菜栽培などと食物連鎖とを関連づけて学習する。また、窒素の循環では土壌の性質と関連づけて学習する。
7月	＜野＞夏野菜栽培（キュウリ、トマトなど） 開花、受粉、受精についての学習 ＜畜＞家畜飼育の実際（酪農） 繁殖生理と交配、分娩についての学習	【遺伝子とその働き】　【生物の特徴】 遺伝現象と遺伝子　生物の特性 ①遺伝子の本体（DNA）　④生殖と DNA ②メンデルの研究 ③減数分裂（発展）　など 畜産コースで行われるウシの受精の実習や野菜栽培における受粉・受精から遺伝、減数分裂、DNA についての学習をする。
8月	＜野＞病害虫防除 化学農薬による防除と化学農薬によらない防除の学習 ＜作＞作物の食育と生命の営み 水田の病害虫・雑草調査についての学習	【生態系とその保全】 生態系の成り立ち ①生態系の構造　②食物連鎖 ③外来生物　など 野菜、作物コースで学習する病害虫について、「生態系」と関連づけて学習し、食物連鎖や外来生物が生態系に及ぼす影響についてなどとも関連づけて学習する。
9月	＜植＞ニンジンの継代培養 ニンジンの無菌播種、形成層培養、継代培養につい	【遺伝子とその働き】 遺伝情報とタンパク質の合成

		①遺伝子とゲノム ②細胞内での遺伝子の発現　など ニンジンの組織からのカルス形成など、植物バイオテクノロジーと遺伝子とその発現とを関連づけて学習する。
	休眠と	【バイオームの多様性と分布】 生物の多様性とバイオーム ①気候とバイオーム バイオームの形成過程 ②植生の成り立ち　③さまざまな植生　など 秋野菜の栽培を通して、気候と植物栽培・種子休眠や打破についての学習をする。
		【バイオームの多様性と分布】 バイオームの形成過程 ①植生の遷移 バイオームとその分布 ②気温、降水量とバイオーム　など 秋野菜や冬野菜の栽培を通して、気候と植物栽培を関連付けて学習する。さらに、植生の変遷と気候・気温との関係性を学習する。
	ついて	【バイオームの多様性と分布】 バイオームとその分布 ①気温とバイオーム　②降水量とバイオーム ③日本のバイオーム　など 冬野菜の栽培を通して、気候・気温・降水量と植物栽培とを関連づけて学習する。また、野菜・花・イネについての学習と日本のバイオームを関連づけての学習も実施する。
12月	の学習 ＜草＞切り花の栽培・管理と挿し芽育苗と冬至芽育苗 品種の特徴と選択についての学習 ＜作＞イネの栽培と育種 イネの収量診断演習、育種の原理と育種法についての学習	
1月	＜畜＞胚移植のしくみと原理について 胚移植のしくみと生理、胚発生の生理、供胚牛の飼育管理と過排卵処理のための処置や胚の回収、選別と保存、受胚牛に対する処置、発情同期化についての学習 ＜植＞ラン科植物の順化についての学習	【遺伝子とその働き】 遺伝情報とタンパク質の合成 ①遺伝子とゲノム ②細胞内での遺伝子の発現　など 動物・植物のバイオテクノロジーとの関連を持たせることにより、遺伝子の発現と細胞の分化・iPS 細胞についての学習をする。
2月	＜畜＞胚移植のしくみと原理について 胚移植のしくみと生理、胚発生の生理、供胚牛の飼育管理と過排卵処理のための処置や胚の回収、選別と保存、受胚牛に対する処置、発情同期化についての学習 ＜植＞ラン科植物の継代 ランの移植についての学習	【遺伝子とその働き】 ①遺伝子とゲノム ②細胞内での遺伝子の発現　など 動物・植物のバイオテクノロジーとの関連を持たせることにより、遺伝子の発現と細胞の分化・iPS 細胞についての学習をする。

情報収集
それぞれの科目の全体像を把握し，比較することで，生徒の興味関心を引き出すことのできる，よりよい手立てを考えることができました。

自己研修レポート

岩手県立大船渡高等学校
教　諭　松田　光正
（教員2年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

授業プランと観点別評価

Ⅱ　テーマ設定の理由

近年，観点別評価を徹底するにあたって，どのように生徒を評価していかなければならないのか，教科を指導していく上で大きな課題となっている。これまでの授業では学習進度の状況を観察しながらの授業や，考査，提出物で評価をすることが主であった。一方，授業においては生徒の意欲向上が課題である。さらなる学力向上には意欲がわいてくるような授業をすることで，生徒が授業に参加しようとする行動を促すことが必要であると感じている。そこで，固定化している授業形態を改善し，生徒の評価を考えることで，生徒の意欲向上につなげることをテーマとした。

Ⅲ　解決のための手立て

教科書は数研出版を採用している。インターネット等で領域や単元についてカリキュラムや観点を調査し，学校のシラバスと並行しながら評価の在り方を模索した。

観点別評価（「関心・意欲・態度」，「数学的見方・考え方」，「数学的技能」，「知識・理解」）の徹底を目指した。しかし，毎時間すべての観点を評価するのは困難であるため，時間ごとに観点を明確にして評価していく。また，情報収集の結果で，評価するにあたって授業内容をしっかり組み立てなければ旨く評価できないことに気づいた。特に，事前に評価計画を設定するにあたり，授業内容と観点を照らし合わせながら設定しなければ，観点がずれてしまう恐れがあることに注意が必要である。

具体的に述べると，毎時間観点別評価シートを作成し，それをもとに作成した授業プリントである「観点別プリント」を活用しながら授業をおこなう。授業の準備では，観点別評価シートの内容と評価に見合った発問を考える。授業後は，観点別評価シートを埋めていきながら評価していく。この流れを毎時間の授業で継続していくこととした。さらに，生徒本人のやる気の底上げをねらい，評価の仕方を毎時間生徒に提示することにした。

Ⅳ　研修内容・研修計画

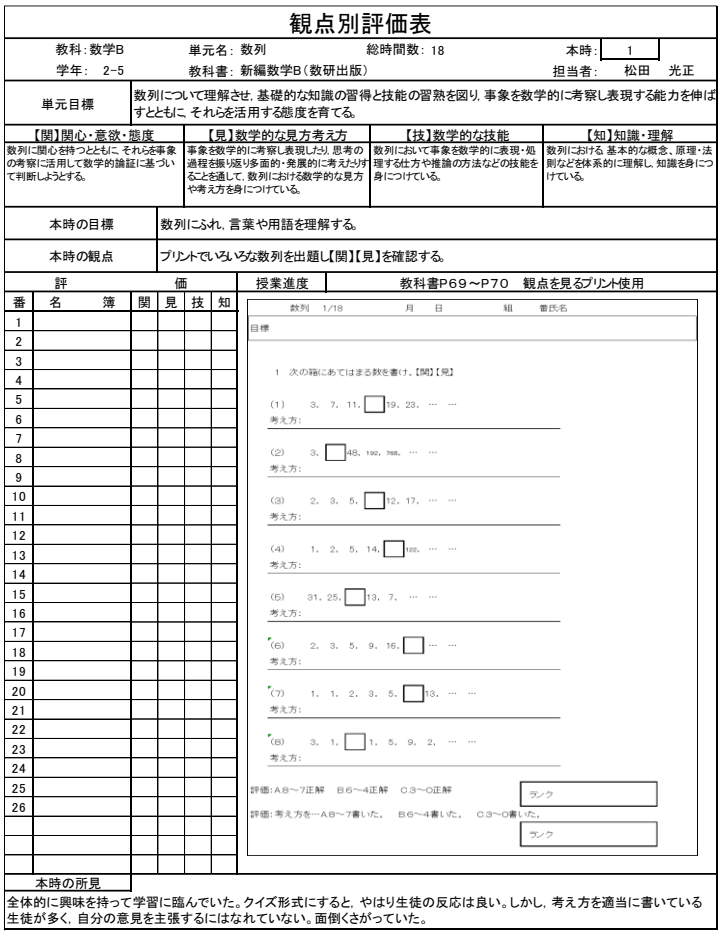
事前に生徒へ以下のようなカレンダーを渡すことで，いつどの内容をするのかを事前に知らせた。

8月18日	8月19日	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日	8月24日
	始業式 課題テスト	数B 第3章 数列 第1節 P68−70 P71−72	P73−75上	P75中−76	土学② P77−80 P79−80 チャートは毎日！	
8月25日	8月26日	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日	8月31日
第2節 P82−84上	P84下−85	P86 P87−88 確認テスト	調整 復習（数列）	大高祭準備	大高祭① チャートは毎日！	大高祭②
9月1日	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日
代休	代休	復習（数列） 確認テスト	復習（数列）	復習（数列）		
9月8日	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日
復習（微積）	復習（微積）	復習（微積）	考査1日目	考査2日目		
9月15日	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日
敬老の日	考査3日目	考査4日目				

観点別評価をするにあたり，毎時間「観点別プリント」を生徒に配布し，そのプリントと教科書をもとに授業を展開した。観点別プリントにはどの観点についてみているのかを生徒に提示し，取り組むときも，生徒に意識させるためにこちらから，その観点と目的を伝えた。生徒は，授業の始めに観点別プリントに目標を記入し，同時に本時の授業における観点について確認した。授業後は，目標が達成できたか，観点に沿ってＡＢＣの自己評価を行った。

一方，教師側の評価用資料として，左記のような観点別評価シートを作成し本時の目標と生徒が解答した内容を見ながら名簿に評価していった。なお，シート内右下のものが，毎回作成した「観点別プリント」である。生徒自身が「観点別プリント」に記入した自己評価も参考にしながら授業ごとの評価をまとめることができるよう工夫した。

また，授業内容を振り返るために下の段に所見を入れた。期末考査ではこの観点をもとに点数化し評価を完成させた。



観点別評価表

教科：数学B　単元名：数列　総時間数：18　本時：1
学年：2-5　教科書：新編数学B（数研出版）　担当者：松田　光正

単元目標	数列について理解させ，基礎的な知識の習得と技能の習熟を図り，事象を数学的に考察し表現する能力を伸ばすとともに，それらを活用する態度を育てる。

【関】関心・意欲・態度	【見】数学的な見方考え方	【技】数学的な技能	【知】知識・理解
数列に関心を持つとともに，それらを事象の考察に活用して数学的論証に基づいて判断しようとする。	事象を数学的に考察し表現したり，思考の過程を振り返り多面的・発展的に考えたりすることを通して，数列における数学的な見方や考え方を身につけている。	数列において事象を数学的に表現・処理する仕方や推論の方法などの技能を身につけている。	数列における，基本的な概念，原理・法則などを体系的に理解し，知識を身につけている。

本時の目標	数列にふれ，言葉や用語を理解する。
本時の観点	プリントでいろいろな数列を出題し【関】【見】を確認する。

評価

番	名簿	関	見	技	知
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					

授業進度　教科書P69～P70　観点を見るプリント使用

数列　1/18　月　日　組　番氏名

目標

1　次の箱にあてはまる数を書け。【関】【見】

(1)　3，7，11，□，19，23，…　…
考え方：

(2)　3，□，48，192，768，…　…
考え方：

(3)　2，3，5，□，12，17，…　…
考え方：

(4)　1，2，5，14，□，122，…　…
考え方：

(5)　31，25，□，13，7，…　…
考え方：

(6)　2，3，5，9，16，□…　…
考え方：

(7)　1，1，2，3，5，□，13，…　…
考え方：

(8)　3，1，□，1，5，9，2，…　…
考え方：

評価：A8～7正解　B6～4正解　C3～0正解　ランク
評価：考え方を…A8～7書いた，　B6～4書いた，　C3～0書いた。　ランク

本時の所見
全体的に興味を持って学習に臨んでいた。クイズ形式にすると，やはり生徒の反応は良い。しかし，考え方を適当に書いている生徒が多く，自分の意見を主張するにはなれていない。面倒くさがっていた。

Ⅴ　考察

今回この観点別評価を実際に取り組んでみて次の内容を考察した。

①観点別プリントと教科書内容の検討
②評価が低くなる生徒への支援と工夫
③評価を明確化することによる，生徒の意欲向上。以上の３点である。

①について

実に大変な作業であるがもっとも大切な作業である。プリントの内容と教科書をすりあわせるよう教材研究をしなければならない。さらにどこの観点を問うのかによって発問の仕方が変わってくるため神経を使う。

【例】３，７，１１，□，１９，２３，…　の問題で，観点別に発問を考えると次のようになる。
【関心・意欲・態度】問題：箱の中に入る数は何か。
【見方・考え方】　問題：箱に入る数を考える。根拠を述べながら，その数を決めよ。
【数学的技能】　問題：箱の中に入る数は何か。また，20 番目の数は何か。
【知識・理解】　問題：箱の中に入る数は何か。またこの数列はどのような数列か説明せよ。

このように，１つの問題に対して，各観点によって発問が変わり，授業の進め方にまで影響することがわかった。このことにより，授業の準備をどこまで深めればよいかの手がかりをつかむことができた。

②について

評価していく中で，自分自身純粋に生徒を評価すればよいという考えで進めてきたが，評価の低い生徒が出てきた。その生徒の評価を上げていくための手立てとして，プリントの内容に調べ学習を導入し，取り組みやすい内容にすることで，生徒の授業での行動改善につながり，評価があがった。
評価することは，ただ評価するだけでなく生徒の様子を把握し，評価の低い生徒に対して手立てを考えることによって学習意欲をあげる効果もあることがわかった。

③について

観点別プリントの中に観点と自己評価の欄を設けることにより，「ここまで頑張ろう」という意識が生徒の中で芽生え，一生懸命学習するようになった。これまでの授業ではみられない光景である。やはり，評価の内容を生徒に提示することにより，生徒のやる気スイッチを入れる効果があることがわかった。

今後は，観点別評価シートを長期にわたって続けるうえで見えてきた課題である，よりよい授業の準備についてと，生徒の意識の高まりを継続させる手立てについての取り組みを進めていきたい。

ポートフォリオ

○Plan シート「テーマ設定」・「手立て」・「課題解決後の生徒像」

自己研修の進め方　　年　月　日

Plan シート

自己研修のテーマ

近年に評価の仕方を、観点別にするということで、どのように生徒を評価していかなくてはならないのかが、教科を指導していく上で私にとって大きな課題となっている。

自己研修のテーマ設定
普段の授業で感じている課題からテーマ設定をおこないました。

テーマの明確化

観点別評価について，毎時間に【関心・意欲・態度】【数学的見方・考え方】【数学的技能】【知識・理解】について評価していくのは困難であるから、毎時間観点を絞って評価していく。また、前もって評価するにあたって授業内容をしっかり組み立てなければ旨く評価できないと考えられる。

テーマの明確化
生徒の実態と課題解決後の生徒像から，自分に起因する要素を明確にしました。

情報収集・予備調査

数研出版の教科書を採用しているため，ネット等でまず教える分野や単元についてカリキュラムや観点を熟読する必要があったため、PC にダウンロードし活用した。また、学校のシラバスでも観点を謳っているため、それと平行しながら考える。さらに教材研究を重ね、どこ場面でどのような発問をし、評価していくのか模索する必要ある。

情報収集
テーマの明確化の過程で，評価の在り方を再考し，授業改善の必要性，方向性に新たな気づきを得ました。

方法や手立ての立案

やはり、毎時間すべてを評価するのは難しいし、限られた時間の中で、全生徒を見るのは厳しいものがあるため、毎時間観点別評価シート（授業プリント）を作成し、その内容と評価に見合った発問を考え、評価していくことが課題解決への方法ではないかと考える。そのためには教材研究が不可欠である。

児童生徒のゴール像設定

評価の仕方を生徒に提示することによって、本人のやる気を底上げできるし、評価＝目標でもあるので、目標を目で見える形で生徒に提示することによって、意欲もわいてくる。意欲がわいてくれば授業に参加しようとする行動につながると考える。

岩手県立総合教育センタ

生徒のゴール像設定
ゴール像を設定することで，テーマの明確化，課題解決のための方法や手立てがよりよいものとなりました。

ポートフォリオ

○「実践の記録」観点別評価表

観点別評価表

教科：数学B	単元名：数列	総時間数：18	本時：1
学年：	教科書：新編数学B（数研出版）		担当者：　松田　光正

単元目標	数列について理解させ，基礎的な知識の習得と技能の習熟を図り，事象を数学的に考察し表現する能力を伸ばすとともに，それらを活用する態度を育てる。

【関】関心・意欲・態度	【見】数学的な見方考え方	【技】数学的な技能	【知】知識・理解
数列に関心を持つとともに，それらを事象の考察に活用して数学的論証に基づいて判断しようとする。	事象を数学的に考察し表現したり，思考の過程を振り返り多面的・発展的に考えたりすることを通して，数列における数学的な見方や考え方を身につけている。	数列において事象を数学的に表現・処理する仕方や推論の方法などの技能を身につけている。	数列における，基本的な概念，原理・法則などを体系的に理解し，知識を身につけている。

本時の目標	数列にふれ，言葉や用語を理解する。
本時の観点	プリントでいろいろな数列を出題し【関】【見】を確認する。

評価					授業進度	教科書P６９～P７０　観点を見るプリント使用
番	名簿	関	見	技	知	
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						

数列　1/10　　月　日　　組　番氏名

目標

1　次の□にあてはまる数を書け。【関】【見】

(1)　3，7，11，□，19，23，…　…

考え方：

(2)　3，□，48，192，768，…　…

考え方：

(3)　2，3，5，□，12，17，…　…

考え方：

(4)　1，2，5，14，□，122，…　…

考え方：

(5)　31，25，□，13，7，…　…

考え方：

(6)　2，3，5，9，16，□　…　…

考え方：

(7)　1，1，2，3，5，□，13，…　…

考え方：

(8)　3，1，□，1，5，9，2，…　…

考え方：

評価：A8～7正解　B6～4正解　C3～0正解　　ランク

評価：考え方を…A8～7書いた。　B6～4書いた。　C3～0書いた。　　ランク

計画実施
評価規準を確認しながら生徒の評価ができるシートを作成し，毎時間記録し，蓄積しました。

本時の所見
全体的に興味を持って学習に臨んでいた。クイズ形式にすると，やはり生徒の反応は良い。しかし，考え方を適当に書いている生徒が多く，自分の意見を主張するにはなれていない。

本時の振り返り
本時の授業を毎時間振り返ることが，次時の指導計画，次の自己研修のテーマ設定につながりました。

自己研修レポート①

岩手県立盛岡視覚支援学校
教　諭　滝村　真一
（教員2年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

全盲生徒，弱視生徒に対する高等数学の基礎学力の定着・向上を図るための一斉指導の在り方

Ⅱ　テーマ設定の理由

日々の授業実践の中で，計画したように授業が進まず，授業の進度が遅れることが多く見られた。また，課題の正答率が低く，例題解説をした後の演習問題に取り組んだ際に，自力で正答できない生徒も多く見られた。そこで，この課題を設定し，生徒の基礎学力の定着を図るとともに，一斉指導の在り方を見直し，授業改善に取り組むこととした。

Ⅲ　解決のための手立て

授業の時間配分を調べてみると，演習にかかる時間がやや長い状況であったので，授業の時間配分の見直しを行うことにした。また，簡単な計算問題のミスが見られたので，解説時間の配分を多く取り，より時間をかけた説明と生徒の気づきを待つように授業展開を工夫することにした。さらに，具体物を活用し，理論を深めることを重点的に指導することにした。このような手立てを通して，理論的に立式をし，教科書の演習問題に取り組み，正答できる生徒を増やしたいと考え，年間の指導計画を設定した。

Ⅳ　研修内容・研修計画（４月～）

期　日	段　階	指　導　計　画
４月下旬		基礎学力調査の結果から個々の学力の状況を把握する。
５月上旬	実態把握	授業の展開や指導手順について，指導教官をはじめ他の先生に参観していただき，授業改善の意見をもらう。
５月中旬	授業改善	授業内の時間配分を変えたり，T2 として生徒の支援をしていただいたりして例題解説を丁寧に行うよう改善していく。
７月		数学に関するアンケートの実施し，生徒の苦手な分野の把握に努める。
９月	検証①	前期末の段階での学力の定着度合いを考査で見る。
１０月～	個別目標の設定	アンケート結果と学力テストの結果より，単元や分野によって個別に重点的指導をすることができる。
１２月	検証②	基礎学力調査と同等の計算問題を出題し，結果を比較する。
２月		１年間のカリキュラムを履修させることができたか。

Ⅴ　考察（５月末時点）

授業内容の時間配分を変えて，T2 の支援を入れた指導を取り入れても正答率が上がらない現状が見られた。そこで，つまずきを正確に把握するための実態把握が必要であると考え，数学に関するアンケートの実施計画を見直し，７月を待たずに早急に行うことにする。

アンケート結果をもとに，計算問題へ特化した対策として継続的に宿題形式の課題を出すこととする。宿題の内容は，高校以降の学習内容の計算問題を取り扱い，個別に毎時間提出させ，添削指導を通して生徒の達成度や考え方等の実態把握をしつつ，別解解説を付け加えながら計算力を身につけることができるように継続して指導していくこととする。　※PDCA 第１サイクル

自己研修レポート②

岩手県立盛岡視覚支援学校
教　諭　滝村　真一
（教員2年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

全盲生徒，弱視生徒に対する高等数学の基礎学力の定着・向上を図るための一斉指導の在り方
―宿題形式の計算演習（高校分野）を通して―

Ⅱ　テーマ設定の理由

日々の授業実践の中で，計画したように授業が進まず，授業の進度が遅れることが多く見られた。また，課題の正答率が低く，例題解説をした後の演習問題に取り組んだ際に，自力で正答できない生徒も多く見られた。そこで，宿題形式の個別指導を通して生徒の基礎学力の定着を図るとともに，一斉指導の在り方を見直し，授業改善および計算力の向上に向けて取り組むこととした。

Ⅲ　解決のための手立て

PDCA 第１サイクルで授業の時間配分の見直しと T2 の学習支援を行ったところ，演習にかかる時間が長い状況において変化が見られなかった。個別アンケートによる実態把握を行うと，生徒の計算分野に対する苦手さが読み取れたので，宿題形式の計算演習と添削指導により学力向上を目指すこととした。内容は高校以降の計算問題を取り扱い，個別に毎時間提出させ，添削指導を通して生徒の達成度や考え方を把握しつつ，別解解説などを付け加えながら計算力を身につけさせるよう指導することにした。このような手立てを通して，理論的に立式をし，教科書の演習問題に取り組み，正答できる生徒を増やしたいと考えた。このような手立てを取るために，指導計画の見直しも行った。

Ⅳ　研修内容・研修計画（６月中旬～）

期　日	段　階	指　導　計　画
６月中旬		数学に関するアンケートの実施を行い，生徒の苦手な分野の把握に努める。
６月下旬	実践	宿題形式の計算演習（高校内容）を個別に添削指導する。
９月	検証①	前期末の段階での学力の定着度合いを定期考査で見る。
１０月～	個別目標の確認	アンケート結果と学力テストの結果より，単元や分野によって個別に重点的指導をすることができる。後期の指導計画の見直しを図る。
１２月	検証②	基礎学力調査と同等の計算問題を出題し，結果を比較する。
２月		１年間のカリキュラムを履修させることができたか。

Ⅴ　考察（７月上旬時点）

宿題形式の計算問題について添削指導をすすめてみると，生徒の計算力が高校以降の学習内容に達していないことが読み取れた。多くの生徒が，解答できないまま提出したり，添削指導をして返却した問題の類題についても同じ間違いを繰り返したりと，意欲的に取り組める状況ではなかった。今後は中学数学分野からの出題とし，宿題形式で添削指導を継続して進めていくこととする。

※PDCA 第２サイクル

自己研修レポート③

岩手県立盛岡視覚支援学校
教　諭　滝村　真一
（教員2年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

全盲生徒，弱視生徒に対する高等数学の基礎学力の定着・向上を図るための一斉指導の在り方
―宿題形式の計算演習（中学分野）を通して―

Ⅱ　テーマ設定の理由

日々の授業実践の中で，計画したように授業が進まず，授業の進度が遅れることが多く見られた。また，課題の正答率が低く，例題解説をした後の演習問題に取り組んだ際に，自力で正答できない生徒も多く見られた。そこで，中学数学分野の内容について宿題形式の個別指導を行うことで，生徒の基礎学力の定着を図るとともに，既習内容の確認と学び直す機会を作り，個別の実態を踏まえた一斉指導の在り方を見直し，授業改善および計算力の向上に向けて取り組むこととした。

Ⅲ　解決のための手立て

PDCA 第２サイクルで宿題形式の課題を使って個別指導をしたところ，大半の問題に関して解答できないという生徒の実態が見られた。課題の内容として高校以降の計算問題を取り扱ったことが要因であると考えられたため，中学以降の内容に変更し第２サイクルと同様の手順で課題に取り組むこととする。この手立てを通して，　計算を苦手とする生徒がどの段階でつまずいたかを把握することと，できるところから取り組むことで生徒が意欲的に課題に取り組むことができることを目指す。中学分野の計算ができるようになることで基礎力を身につけ，高校数学の理解につなげることができると考えられる。

Ⅳ　研修内容・研修計画（７月上旬～）

期日	段階	指導計画
７月上旬～	実践	宿題形式の計算演習（中学内容）を個別に添削指導する。
９月	検証①	前期末の段階での学力の定着度合いを定期考査で見る。
１０月～	個別目標の設定	アンケート結果と学力テストの結果より，単元や分野によって個別に重点的指導をすることができる。
１２月	検証②	基礎力確認調査と同等の計算問題を出題し，結果を比較する。
２月		１年間のカリキュラムを履修させることができたか。

Ⅴ　考察（７月下旬時点）

宿題形式の計算問題について添削指導をすすめていくうちに，生徒の解答が高校内容の計算問題と比べて理論的な解答となり，解けない問題に対しても取り組む様子が見られてきた。また，別解を理解する様子も見られ，類題に取り組む際に活用する生徒も見られた。

寄宿舎生より同室の下級生に中学内容がわからない姿を見られたくないので，宿題形式の中学内容の課題はやめてほしいとの訴えがあった。そこで，今後は授業の中での計算小テストを行い，５分間の演習と解説をする形式に変更する。また，授業内での計算演習の実施を継続し，４月の学力調査の問題の結果との比較を行い，計算力が向上するかどうかを確認していくこととする。

※PDCA 第３サイクル

自己研修レポート④

岩手県立盛岡視覚支援学校
教　諭　滝村　真一
（教員2年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

全盲生徒，弱視生徒に対する高等数学の基礎学力の定着・向上を図るための一斉指導の在り方
―小テストと計算手順の工夫を通して―

Ⅱ　テーマ設定の理由

小テスト形式の計算演習を通して生徒の基礎学力の定着を図るとともに，既習内容の確認と学び直す機会を作り，個別の実態を踏まえた一斉指導の在り方を見直し，授業改善および計算力の向上に向けて取り組むこととした。また計算の正誤だけでなく，効率のよい計算手順について解説を加えることで計算の効率化と正確さの向上をねらう。

Ⅲ　解決のための手立て

PDCA 第３サイクルで宿題形式の中学以降の内容の課題で個別指導をしたところ，意欲的な様子が見受けられたが，課題の内容が生活の場である寄宿舎で他者に見られてしまうことで意欲を失うことが想定されたため，授業内での小テスト形式の演習・解説に変更することとした。また，小テストに取り組む時間５分間，その後の５分間で必要に応じて別解の解説を行うという手立てを通して，計算を苦手とする生徒がどの段階でつまずいているかを把握すること，できるところから取り組むことで生徒が意欲的に課題に取り組むことができることを目指す。中学段階の計算が確実にできるようになることで基礎力を身につけ，高校数学の理解につなげることができると考えられる。

Ⅳ　研修内容・研修計画（７月下旬～）

期　日	段階	指導計画
７月下旬	検証③	授業始めの５分間の小テストを実施し，５分間の解答解説の時間を設け指導する。
１２月	検証④	重ねてきた演習問題の解答や得点から，個々の生徒のデータを検証する。
		数学に関するアンケートを実施し，生徒の６月からの意識の変化の把握に努める。
	検証⑤	基礎学力調査と同等の計算問題を出題し，結果を比較する。
２月		１年間のカリキュラムを履修させることができたか。

Ⅴ　考察（１２月下旬時点）

授業内での小テストを継続し，学び直すことが計算力の向上につながった。また，中学内容からも出題をしたことにより，生徒が意欲的に取り組むきっかけとすることができた。

中学分野であっても忘れていたり，学習が不十分であったりするところについて学び直しをする機会となった。小テストを継続した結果，全盲の生徒は計算過程を短くまとめること，弱視の生徒は計算の工夫による効率化を図ることができるようになり，計算力の向上が見られた。

障がいの状態や学力などの実態が異なる生徒に対する一斉指導の改善のため，一人一人の変容を丁寧に考察し，生徒個々に応じた学習へアプローチをしていくことの積み重ねが，自分の指導力の向上につながったということを実感できた。アンケートや小テストの実施を通し，実態把握を継続して行うことで，生徒が今求めていることや生徒の意欲につながるためのポイントを知ることができた。これからも生徒の実態を的確に把握し，個に応じた指導につなげることができるように心がけていきたい。

※PDCA 第４サイクル

ポートフォリオ

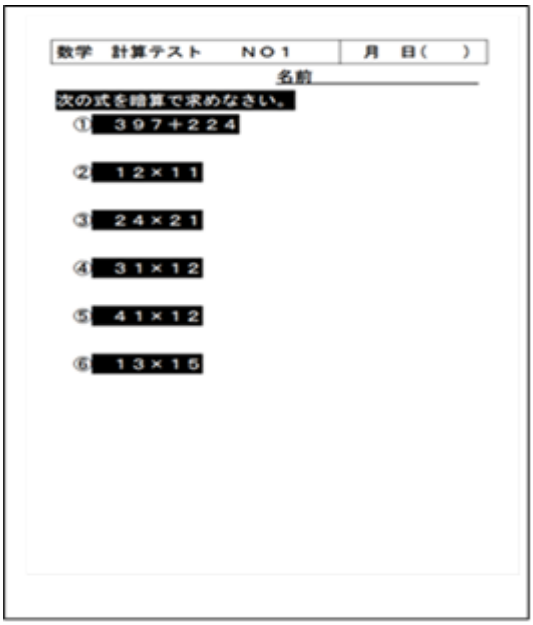
■作成した小テストの出題分野

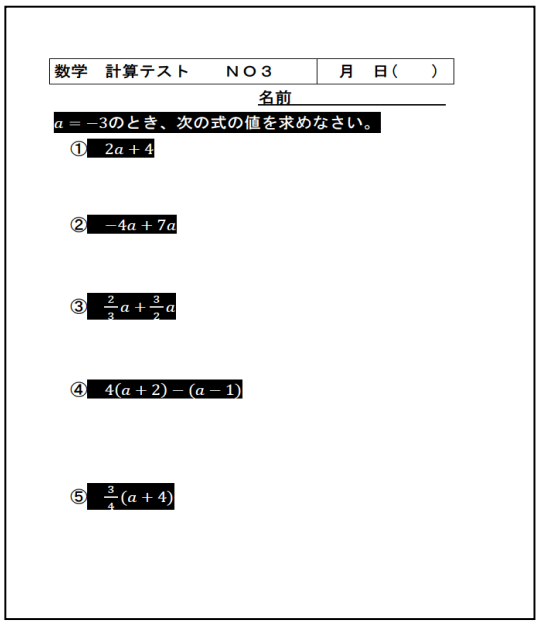
問題番号	出題分野	対応学年
NO　1	整数の四則計算（暗算）	中１～
NO　2	分数の四則計算	中１～
NO　3	文字式の代入	中１～
NO　4	文字式	中２～
NO　5	式の展開，式の値	中３～
NO　6	2 次方程式	中３～
NO　7	関数の平方完成	高１　　数学１
NO　8	分数の累乗，組み合わせの計算	高１，２　数学Ⅰ・A
NO　9	ユークリッドの互除法	高２　　数学A
NO１０	三平方の定理，正弦定理，余弦定理	中３高１　数学Ⅰ

計画立案

小テストは，大きく10分野から作成し，中学校から高校までの内容から基礎基本にあたる計算問題に特化しました。また，高校数学で学習している単元や内容に関連する計算問題を取り上げました。

■小テスト問題（例）


数学　計算テスト　NO１　月　日（　）
名前
次の式を暗算で求めなさい。
① ３９７＋２２４
② １２×１１
③ ２４×２１
④ ３１×１２
⑤ ４１×１２
⑥ １３×１５


数学　計算テスト　NO３　月　日（　）
名前
$a=-3$のとき、次の式の値を求めなさい。
① $2a+4$
② $-4a+7a$
③ $\frac{2}{3}a+\frac{3}{2}a$
④ $4(a+2)-(a-1)$
⑤ $-\frac{3}{4}(a+4)$

計画実施

全盲や弱視等，生徒の実態に合わせて，点字プリント，拡大プリント，墨字プリント等を準備しました。

ポートフォリオ

■生徒A，B，C，Dの各小テストにおける「解答率」「正答率」「得点率」

回数	実施日	小テストナンバー	①解答率				②正答率				③得点率			
			A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
1	9/17	1	50	100	100	100	100	67	100	67	50	67	100	67
2	9/18	2	40	100	80	100	50	80	0	100	20	80	0	100
3	9/30	4	75	75	100	75	67	33	0	67	50	25	0	50
4	10/1	2(2)	60	100	100	100	67	40	60	60	40	40	60	60
5	10/4	3	40	80	100	100	50	75	80	100	20	60	80	100
6	10/8	3(2)	40	100	80	100	50	80	100	100	20	80	80	100
7	10/9	8	50	60	100	80	50	83	50	50	25	50	50	40
8	10/14	4(2)	75	75	100	100	67	67	25	75	50	50	25	75
9	10/15	5	75	50	100	100	33	100	0	100	25	50	0	100
10	10/18	8(2)	50	60	100	100	0	83	60	50	0	50	60	50
11	10/22	5	75	100	75	100	33	100	33	75	25	100	25	75
12	10/29	7	100	100	100	100	33	0	33	0	33	0	33	0
13	11/5	10	100	100	100	100	0	0	50	50	0	0	50	50
14	11/7	6	60	100	100	100	33	0	40	40	20	0	40	40
15	11/11	7(2)	67	33	67	67	100	100	50	100	67	33	33	67
16	11/26	8(3)	100	50	75	100	75	100	67	75	75	50	50	75
17	12/2	4(2)	50	75	75	100	50	0	0	25	25	0	0	25
18	12/3	4(3)	100	75	100	100	50	33	50	100	50	25	50	100
19	12/5	5	75	100	100	100	67	50	50	100	50	50	50	100
20	12/6	7(2)	100	100	100	100	67	33	33	100	67	33	33	100
21	12/9	7(3)	100	100	100	100	100	67	67	100	100	67	67	100
22	12/10	5(2)	75	100	100	100	67	50	25	75	50	50	25	75

結果の観察・分析

生徒A，B，C，Dへの指導を成果を検証するために，解答率，正答率，得点率の３点から，それぞれの生徒の個別の数値の変化を見つけ，計算能力がどのように変化しているのかを分析しました。

①解答率・・・(解答した問題数）÷（総問題数）×１００

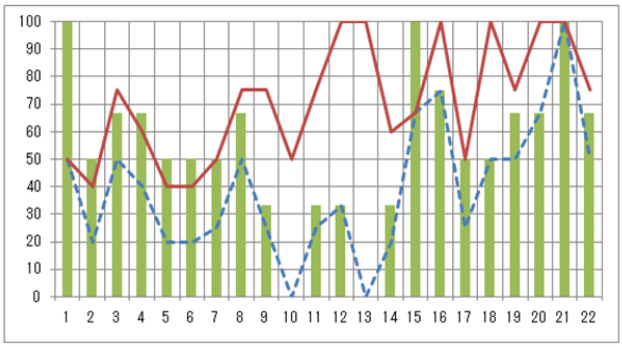
②正答率・・・(正答した問題数）÷（解答した問題数）×１００

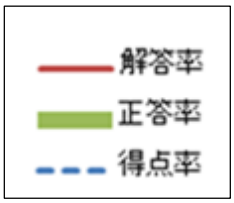
③得点率・・・(正答した問題数）÷（総問題数）×１００

ポートフォリオ

■生徒毎の小テストの結果

＜生徒A＞

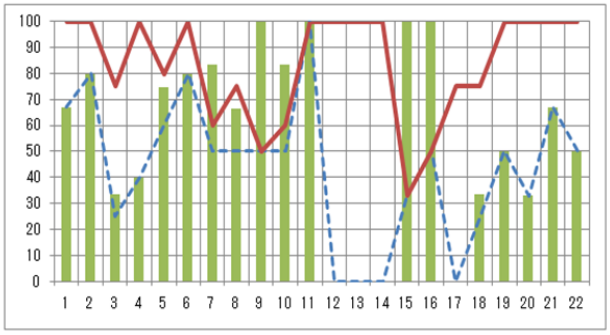




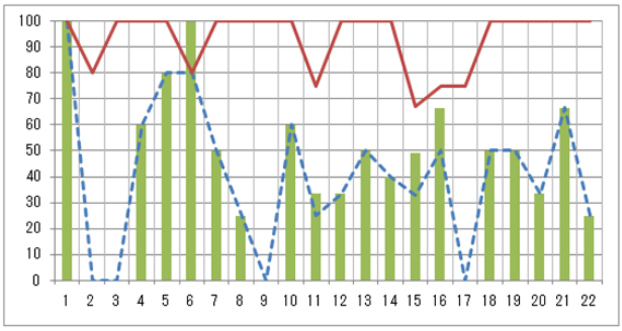
結果の観察・分析

生徒A（全盲）は，当初解答率の低さが目立っており，得点率も伸びがみられませんでした。しかし，小テストの回数を重ねるにつれて解答率が相対的に伸び，第12回以降は，解答率が80％以上になることが多くなりました。解答率が上昇していることは，以前は省略してもよい計算過程まで丁寧に解いていた解答から，必要最小限の計算過程のみを書くようになったことで，計算方法の習熟につながったのではないかと考えます。

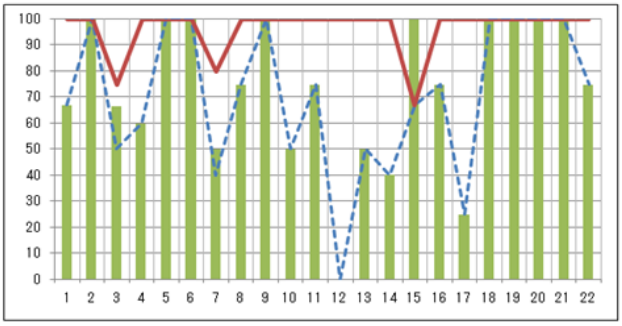
＜生徒B＞



＜生徒C＞



＜生徒D＞



結果の観察・分析

生徒B，C，D（弱視）においては，小テストの結果からだけでは目立った変化や傾向は読み取ることができませんでした。しかし，12月に実施した数学アンケートの記述内容や基礎力確認調査の得点率が伸びていたことから，既習事項の中で未定着の分野や理解が不十分なところを確認することができました。

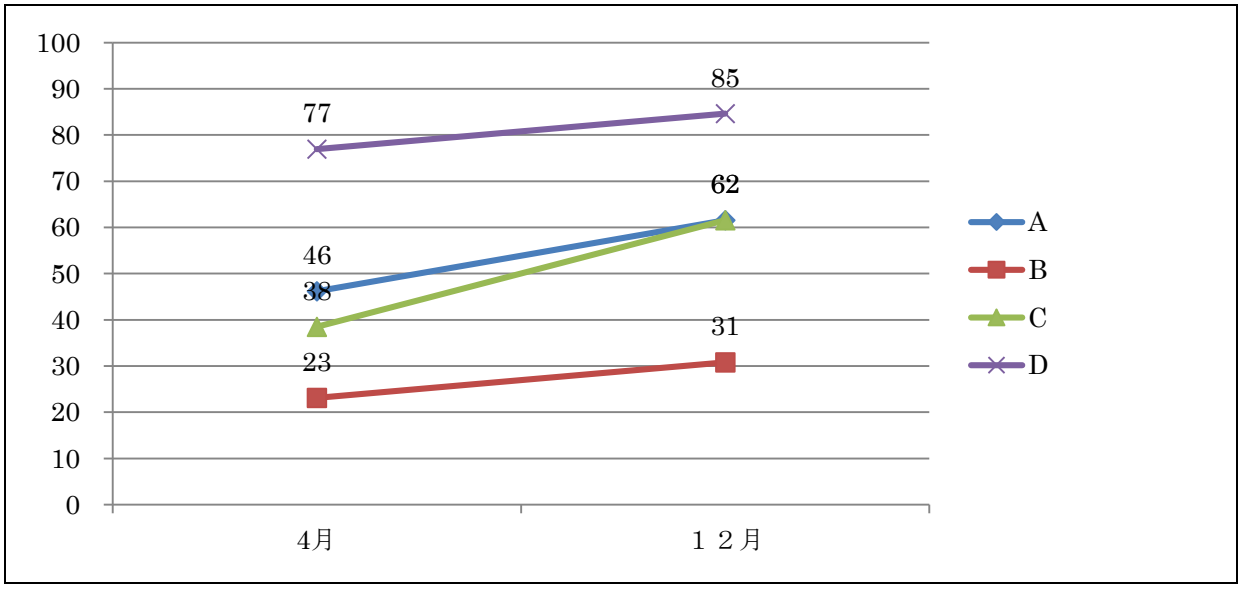
今回の小テストの取組を既習事項の確認，学び直しの機会として活用している生徒が複数いたことで，結果的にニーズに応えることにつながったと考えます。

ポートフォリオ

■数学アンケート（12月実施）における生徒の意見・感想（一部抜粋）　予備調査

・復習するのにいい。(A, B, C)
・自分のできないところがわかる。(A, C)
・小テストの内容が幅広いので，復習するのに役立っている。(A, D)
・５分という時間はちょうどいい。(A)
・計算が苦手なのは変わらない。(D)
・解説を聞いて思い出すこともある。約分しないで解くとくやしい。(B)
・簡単にできるところを難しくやって間違うことが多かった。(D)
・計算を工夫しようと考えるようになった。(A, B, C, D)
・計算の手順をもっと覚えたい。(A, B, C, D)

■基礎力確認調査（計算分野）の結果の比較（４月と12月）



結果の観察・分析

生徒A，B，C，Dの４名に対して，４月に行った基礎力学習調査のうち，計算分野のみを12月に再度実施した。その結果，４名とも得点率の上昇がみられました。

自己研修レポート

岩手県立釜石祥雲支援学校
教　諭　立花　周子
（教員3年目）

Ⅰ　自己研修のテーマ

知的障がいのある児童（小学部１年男児）の発達にあわせた排泄指導の在り方

Ⅱ　テーマ設定の理由

担当児童は，小学部１年知的通常学級に在籍する男児である。入学前は，病気がちで病院にかかることが多く，歩行が不安定なことなどもあり，身辺自立まで至らずに入学を迎えた。入学後，学校生活に慣れてくるにつれ自分でいろいろな活動に取り組む姿勢が身に付き，食事や着替え等できることが増えてきている。その反面，排泄は，紙パンツを常時使用しトイレでの排泄経験がなく，排尿後特に不快感を抱いている様子は見られない。今後，トイレで排泄できるようになることは，本児にとって身の周りのことを自分で行うという自覚が膨らみ，自立心を養うことへの手助けとなると考える。また，自分の意思で排尿をコントロールすることができれば，様々な場所への外出が可能になり，生活の幅が広がり豊かなものになると考え，この課題に取り組むこととした。

Ⅲ　解決のための手立て

課題解決に取り組むにあたり，トイレトレーニングに関する本や先輩教員の助言から，児童の排泄リズムのチェック，布パンツの使用等，直接実践に繋げられる手立てを知り，大変参考になった。

本児の実態から，便器に排尿することができるようになるためには，自ら排尿していることに気付き，便器に排尿する意識をもつことが必要であると考えた。そのための手立てとして，布パンツや排尿ブザーを使用すること，排泄チェック表を作成し排泄リズムを把握すること，友だちが排尿している様子を見ることについて実践することとした。

Ⅳ　研修内容・研修計画

＜PDCA 第一サイクル：指導計画＞

目標「便器に排尿する」

第一期　自らが排尿していることに気付くことができる。

第二期　便器に排尿することができる。

＜PDCA 第一サイクル：指導実践＞

	期間	教師の指導（指導期間）	児童の実態・変容（◎成果▲要改善点）
PDCA 第 一 サ イ ク ル	第一期 ４月 ～ ５月	・定時排尿に取り組む(～12 月) ・排尿リズムを調べる。 ・排尿の多い時間帯にトイレへ誘導。 ・教師と一緒に下着やズボンの着脱を行う。	▲排尿の間隔が長く，排尿リズムにばらつきがあった。 ▲1:自ら排尿している意識がなく，紙パンツに排尿してしまった。 ▲2:便器の前に立つが，何をしたらよいかわからない様子で，一定時間立つことが難しかった。
	第一期 ６月	▲1 の改善 ・布パンツを使用する。（～12 月） ・他の児童の排尿の様子を見て，排尿していることに気付くよう指導する。（～９月） ▲2 の改善 ・便器の前に立つ時間をタイマーで１分に限定する。（～９月）	◎排尿リズムが整ってきた。 ◎布パンツに排尿後，ズボンやパンツを手で触って確認していた。(不快感を抱いている様子) ▲3:友だちの排尿する様子を見ることができた。しかし，自身が排尿していることに気付くことはできなかった。 ◎便器の前に立つと一人で下着やズボンを着脱するようになった。 ◎見通しをもち，１分間立ち続けることができるようになった。 ▲4:排尿前に本児の様子に変化がないため，トイレに誘導できず，布パンツへの排尿が続いた。
	第一期 ７月 ～ ８月	▲3 の改善 ・じょうろやスポンジを使い，性器を濡らしながら排尿を促す。（～９月） ▲4 の改善 ・排尿ブザーを布パンツに取り付け，使用する。　（～９月）	▲じょうろやスポンジを手で触り，遊びになってしまった。 ▲5:排尿ブザーは鳴るものの，トイレまでの距離があるため，誘導は難しく，布パンツへ排尿してしまうことが続いた。

＜PDCA 第一サイクル：見直しと改善 ＞

布パンツの使用は，児童が不快感を訴えてくるようになったため，有効であった。しかし，友だちが排尿する様子を見ることは，自らの排尿に気付くことには結びつかず，有効ではなかった。児童自身が排尿の体験を意識する方法が必要であると考える。また，排尿リズムを把握できたことは成果に挙げられるが，定時排尿へは繋がらなかった。排尿ブザーが鳴るものの，トイレまでの距離があり，すぐに誘導することが難しく，便器への排尿に繋げられなかった。

ここまでの手立ては有効でないものが多く，先輩教員から，「本児は排尿の瞬間を見たり感じたりした経験がないのではないか」と指摘を受けた。排尿はトイレでするものという先入観から，便器への排尿をねらっていたが，トイレで何をしたらよいかわからない児童にとって，大きすぎるステップであったと気付かされた。まずは，自らの排尿を感じることができるようにおまるを使用することとした。

＜PDCA 第二サイクル：改善後の指導計画＞

目標「便器に排尿する」

第一期　おまるを使用し、自らが排尿していることに気付くことができる。

第二期　便器に排尿することができる。

＜PDCA 第二サイクル：改善後の指導実践＞

	期間	教師の指導（指導期間）	児童の実態・変容（◎成果▲要改善点）
PDCA 第二サイクル	第一期 9月 ～ 10月	▲5 の改善 ・排尿ブザーがなったらおまるに座るようにする。 ・おまるで，尿が出ている様子を見る。 ・児童と一緒に排尿の様子を見て喜ぶ。	◎おまるに排尿成功。尿が出る様子を見て，「あっ」と驚いている表情で，尿を手で触り確認して喜ぶ。 ◎布パンツに排尿後，ズボンを手で触ったり，教師に訴えたりすることが多くなった。
	第二期 11 月 ～ 12 月	・おまるからトイレに移行する。 ・便器に排尿できた際は，大いに称賛する。	◎おまるに排尿できる回数が増え，パンツではなく，おまるに排尿するという意識が芽生えてきた。 ◎便器に排尿することに成功した。 ◎教師の称賛に拍手をして喜びを表現した。
		・療育教室（放課後活動支援）や家庭と連携を図り，便器に排尿することの定着を図る。（11 月～12 月）	◎家庭や療育教室，外出先でも便器に排尿することができた。 ◎定時排尿が習慣になってきており，便器の前に立つと排尿できるようになった。 ◎「トイレに行きましょう」という声掛けだけで，自らトイレに入り便器の前に立つことができた。 ▲排尿時に性器を持つなどの指導が必要である。

Ⅴ 考察

おまるの使用により，おまるに排尿することに成功し，児童は何回も自らの尿を手で触り，排尿していることを確かめていた。入学以前，紙パンツで過ごしていた児童にとって，自らが排尿する様子を見たことは初めてであったと思われる。こうした経験を積み重ねることにより，自らが排尿していることに気付くことができたと考える。その気付きが，パンツではないものに排尿するという意識をもつ手助けとなり，おまるから便器へのスムーズな移行，成功体験に繋がったと考える。

今後の課題としては，定時排尿を確実なものにすることである。そのために，今まで取組の中から有効な手立てを抽出し支援し，排尿の自立に向け少しずつ直接的な支援を減らし，本児の生活が豊かなものになるよう新たな手立てを講じながら，指導を継続していきたい。

この実践をとおして，児童の視点に立って手立てを考えることや教師の賞賛が課題達成の重要な要素になると学んだ。教師の先入観(トイレで排尿する，尿は触らない等)ではなく，児童の視点に立ち，児童の気持ちに寄り添うことで有効な手立てが見えてきた。また，児童は教師から大きく称賛され，共感することで，何をすべきかがわかり，「やった」「嬉しい」という気持ちをもつことができた。今回の自己研修において，PDCA を繰り返し，その都度，児童の変容に立ち返り，うまくいかない状況と支援を見つめ直すことが，有効な支援に結び付いたと考える。

ポートフォリオ

○「実践の記録」排泄チェック表（日々の記録）

排泄チェック表

紙パンツに小：紙小　紙パンツに大：紙大
布パンツに小：布小　布パンツに大：布大
トイレで小：ト小　トイレで大：ト大　出ない：×

4月	10日（火）	11日（水）	12日（木）	13日（金）	16日（月）	17日（火）	18日（水）	19日（木）	20日（金）	排泄回数月合計
登校時 8:35		8:45…×	8:45…×	8:45…×	8:45…×	8:45…×	8:45…×	8:45…×	8:45…×	
1h 8:45～9:25										
9:25～9:30										
2h 9:30～10:15		10:00…×	10:00…×		10:15…×	10:15…×	10:15…×	10:15…×	10:15…×	
10:15～10:30										
3h 10:30～11:15										
11:15～11:20										
4h 11:20～12:05		12:00…×	12:00…×	12:00…×	12:00…×	12:00…×		12:00…×	12:00…紙小	1
★昼食・休 12:05～13:15							12:05…×	13:10…×		
5h 13:15～14:00							13:30…×	13:40…紙小		1
下校時 14:00										

排泄チェック表

紙パンツに小：紙小　紙パンツに大：紙大
布パンツに小：布小　布パンツに大：布大
トイレで小：ト小　トイレで大：ト大　出ない：×

6月	22日（金）	25日（月）	26日（火）	27日（水）	28日（木）	29日（金）	排泄回数	月合計
登校時 8:35	8:45…×	8:45…×		8:45…×	8:45…×	8:45…×		1
1h 8:45～9:25			8:45…紙小				1	1
9:25～9:30								
2h 9:30～10:15								
10:15～10:30	10:15…×	10:15…×	10:15…×	10:15…×	10:15…×	10:15…×		
3h 10:30～11:15								2
11:15～11:20								
4h 11:20～12:05	12:00…×	12:00…×	12:00…紙小	12:00…×	12:00…紙小12:45…紙小	12:00…×	3	6
★昼食・休 12:05～13:15	12:45…紙小	13:00…紙小		13:00…紙小		13:15…紙小	4	6
5h 13:15～14:00								2
下校時 14:00								

排泄チェック表

紙パンツに小：紙小　紙パンツに大：紙大
布パンツに小：布小　布パンツに大：布大
トイレで小：ト小　トイレで大：ト大　出ない：×

10月	15（月）	16（火）	17（水）	18（木）	19（金）	22（月）	23（火）	24（水）	25（木）	26（金）	排泄回数
登校時 8:35	8:35…×	8:45…紙小	8:35…ト小	8:35…ト小	8:35…ト小	8:35…ト小	8:35…ト小	8:35…ト小	8:35…ト小	8:35…ト小	9
1h 8:45～9:25											
9:25～9:30	9:30…×	9:30…ト	9:30…ト小	9:30…ト	9:30…ト	9:30…ト	9:30…ト	9:30…ト	9:30…ト	9:30…ト	9
2h 9:30～10:15								0:15…布小			1
10:15～10:30	10:15…×	10:20…ト小	10:15…ト小	10:20…ト小	10:20…ト小	10:20…ト小	10:20…ト小		10:20…ト小	10:20…ト小	8
3h 10:30～11:15											
11:15～11:20	11:15…×		11:15…ト小	11:15…ト小	11:15…ト小	11:15…ト小	11:15…ト小	11:15…ト小	11:15…ト小	11:15…ト小	8
4h 11:20～12:05											
★昼食・休 12:05～13:15	12:05…× 12:55…×	12:05…ト小 13:10…ト小	12:05…ト小 13:10…ト小	12:05…ト小 13:10…ト小	12:05…ト小 13:10…ト小	12:05…ト小 13:10…ト小	12:05…ト小 13:10…ト小	12:05…ト小 13:10…ト小	12:05…ト小 13:10…ト小	12:05…ト小 13:10…ト小	18
5h 13:15～14:00	13:15…ト小										1
下校時 14:00	13:55…×	13:55…ト小	13:55…ト小	13:55…ト小	13:55…ト小	13:55…ト小	13:55…ト小	13:55…ト小	13:55…ト小	13:55…ト小	9

予備調査

定時に排尿を促した時の様子と排泄の実態を調べ，排泄のリズムを確認する予備調査を実施しました。

計画実施
（データとしての日々の記録）

排泄チェック表に，日々の記録を取り続け，ファイリングしていきました。日々の記録は実態把握と支援の見直しに役立ちました。

実践の記録から

調査を長期的に行い，記録することで以下の実態がわかってきました。

４月　学校での排尿があまりない
６月　定時の排尿の促しにより，排尿リズムができてくる

実践の記録から

支援の改善により児童に変容が見られるようになりました。

10月～12月　安定してトイレで排尿できる

記入の仕方

マーク，略語，色分けなどを決め，変容が一目でわかるように工夫しました。

ポートフォリオ

○「実践の記録」排泄チェック表（日々の記録）

前期の排泄リズム
①登校時に排尿があれば，お昼以降にもう一度排尿あり。
②登校時に排尿がなければ，お茶を飲む10:30頃か，、お昼過ぎにかけて排尿あり。
③1日排尿しない日も多くある。

計画実施
（記述による日々の記録）
・支援の方法の具体と児童の反応を書きとめました。
・記録をもとに有効な支援と有効でない支援を分析していきました。

指導の記録

・排泄チェック表の作成
→だいたいのリズムは把握できたものの便器での排泄はなし。

・定時排泄を試みる
→便器での排泄なし。

・本人が濡れて気持ち悪いと感じるように布パンツの着用開始
→手で触って濡れているのを確認している様子が見られた。

・自分から尿が出ていると気づいていないかもしれないということで、おまるに排尿を試みる
→１回成功。本人も驚きの様子。
→トイレでするという確認，毎回確認する。

・便器に排尿できるように，隣でじょうろで水を出す。水を含んだスポンジで刺激を与えてみる。
→これらの支援は必ず続けるようにする。

・立ったまま動きが止まり，股間に手を持っていったので，すかさずおまるを用意すると，おまるの中に排尿成功。本人も手で尿を触って確認している様子が見られた。（10月3日）

・昼食後，トイレで排尿に成功。耳元で「しーっ，しーっ」と言って促した。本人も褒められて喜んでいた様子。

・昼食後，おまるに排尿成功。一度に全部尿が出るわけではなく，間隔が空いているので様子を見てトイレに連れて行くようにする。

・５時間目の時間にトイレで排尿成功。
「ウッ，ウッ」と力を入れている様子が見えた。
（10月15日）

・トイレに行くたび排尿成功。
「しーっ」と耳元で言わなくても排尿できていた。

・公園のトイレでの排尿成功。
→布パンツでの外出も成功。（11月5日）

・福祉施設すくすくでのトイレでも排尿成功。
（11日14日）

・校外学習での長時間の移動でも布パンツ着用、成功。

ポートフォリオ

○実践の結果「排泄チェック表（時間、場所）集計」

は休み時間

月 時間	４月	５月	６月	７月	８月	９月	前期合計	１０月	１１月	１２月	後期合計
紙パンツ	2	１５	4				２１	3	2		5
布パンツ			１６	9	7	4	３６	1			1
おまる						※１	1	3			3
便器							0	173	123	７３	369
登校時　8:35		1	1		1	2	5	１２	１７	１１	４０
１時間目 8:45～9:25			3	1			4	1	1		2
9:25～9:30					1		1	１１	１７	8	３６
２時間目 9:30～10:15				1			1	1			1
10:15～10:30						1	1	１１	１９	１５	４５
３時間目 10:30～11:15		2	2	2			6				0
11:15～11:20		1			2		3	１０	１３	１０	３３
４時間目 11:20～12:05	1	4	6		1	1	１３	2			2
昼食・休憩 12:05～13:15		6	6	3	1	1	１７	２６	３９	１５	８０
５時間目 13:15～14							6	2			2
下校時 14:00							1	１１	１９	１４	４４

結果の観察･分析
「日々の記録」としてとりためた排泄の記録を集計し，結果を分析していきました。

○実践の考察「排泄チェック表集計の分析」

- ４月は排尿自体の回数があまりない。
- ５～６月には排尿リズムが整ってきた。（４時間目から５時間目にかけて１回）
- １０月から１２月は安定して定時排尿ができている。
- ９月のおまるへの排尿に成功後（※９月２８日）まもなく，便器への排尿に成功している。（１０月４日）
- １０～１２月は安定して便器に排尿することができている。
- 前期合計と後期合計を比べると，後期は安定して定時排尿ができている。
- 紙パンツへの排尿から，便器への排尿に移行できてきている。

ポートフォリオ

実践交流

・実践の様子を先輩教員やセンター職員などに積極的に相談し，アドバイスをしてもらいました。
・アドバイスや助言を書きとめ，実践を振り返り，実践の改善に生かしました。

○助言やアドバイスの記録

低学団の先生方（先輩教員）にアドバイスいただいたこと

・紙パンツを外すことに長い時間を要する児童もいる。長期的な目で指導していくことを忘れない。
・児童の排泄リズムに合わせてトイレへ誘導すると良い。チェック表を用いると良い。
・トイレに恐怖心を抱かないような工夫が必要である。（トイレで何をしたらよいか分からない場合，排尿を急かすことでトイレに恐怖心を抱く児童もいる。）
・紙パンツやトレーニングパッドの質が向上しているため，排尿後濡れた後もサラサラで不快感を抱くことが難しい。あえて布パンツを使用し，不快を感じやすくするという方法もある。
・低学団は，排泄に関して段階的で様々な実態の児童がいるため，排泄指導も様々である。参考になるものはどんどん真似していけば良い。
・排泄指導は一人の職員だけが行うわけではない。他の担当職員と児童の実態や指導方法などの共通理解を図ることが大切である。

教育センター研修指導主事よりいただいた助言

・児童が自分から尿が出ている様子を確認することは大切である。目で見て，触れて確かめられたことが排尿への意識に繋がる。
・声をかけられてトイレに行く経験を積み重ねることは，排泄技能を獲得するために重要なことである。
・児童は紙パンツから布パンツに移行する時に，他の面も伸びる。排泄指導を継続し確実なものになればよい。児童の排泄の仕方について，保護者との連携が図られている。今後も継続して連携する。
・排尿に成功した際，学部の職員全員で賞賛するということが徹底されていた。児童は賞賛を受け入れ一緒に喜ぶと同時に，何を行えば良いかを理解した。これは他の指導にも通じる。
・排泄チェック表に，毎月の排尿の合計回数が表に含まれていると良い。

おわりに

昭和39年３月に岩手県教育委員会が策定した「教育基本計画」に，当時の教育長である工藤巌氏が，次のような一文を寄せています。

> **もとより民主主義のもとにおける教育は，人間尊重の精神を基調として，絶対的・普遍的価値に向かって人間を高めることをめざし，何ものの手段ともならない自己目的性を有することはいうまでもない。しかし一面においては，未来の社会を形成し，文化経済の発展を担う人間の育成という，いわば教育のもつ普遍的立場をふまえながらも，将来における岩手の開発と発展のためには，何よりもまずその担い手たる人間の育成と，そのための教育条件の整備が急務であると信ずるものである。**
>
> **（岩手県教育委員会　1964）**

この「教育基本計画」は，昭和36年に実施された全国一斉学力調査の結果から，岩手の教育はこれでよいのかという声を受け，策定されたものです。

私たちも，先人の想いを共有し，私たち自身の学ぶ姿や生き方を通して，岩手の未来を担う児童生徒の育成のために歩んでいきたいものです。

自

教員のための
自己研修の進め方
アクション・リサーチの手法を用いて

平成27年４月

発　行　　岩手県立総合教育センター
花巻市北湯口２－82－１
〒020-0395　TEL 0198-27-2711
発行者　　岩手県立総合教育センター
研修推進委員会