

大学生における学年の違いが模擬授業に対するストレスに及ぼす影響

河野 寛, 牛込実来, 庄司百寿, 鈴木一夏, 田村比呂, 星山桜子, 矢野温人

キーワード：模擬授業, ストレス, 唾液アミラーゼ

1. 緒言

1.1 我が国におけるメンタルヘルスの悪化と気分障害の増加

近年、我が国における精神疾患を有する総患者数は増加傾向にある。厚生労働省の報告によれば、精神疾患患者は平成14年の約258万人から令和2年には600万人を超え、令和5年においても依然として高止まりしている⁽¹³⁾。なかでも、気分〔感情〕障害(躁うつ病を含む)を有する者は約68万人から約160万人へと大きく増加している。一方で、入院患者数は減少しているにもかかわらず、入院患者に占める気分障害の割合は2.6～3.0%前後で推移していることから、外来を中心に気分障害が拡大していることが示唆される。さらに、先行研究では、2020年のパンデミック以降、中等度の心理的苦痛は減少したものの、重度の心理的苦痛を抱える者の割合はむしろ増加しており、特に18～25歳の若年層でメンタルヘルス医療の利用が顕著に増えていることが指摘されている⁽⁹⁾。このように、メンタルヘルスの悪化は、現代日本において喫緊の課題であるといえる。

1.2 職場におけるストレスの増大と教員の特徴

我が国では2010年以降、コロナ禍に至るまで就業者数が増加し、完全失業率は2.5%まで低下したことが報告されている⁽¹⁹⁾。同時期に、労働安全衛生調査(実態調査)では、メンタルヘルス不調により休業または退職した労働者の割合が2020年以降増加していることが明らかになっており、職場におけるストレスへの曝露が拡大していることが示唆される⁽¹⁴⁻¹⁸⁾。この傾向は学校現場で働く教員も例外ではなく、文部科学省の調査では、精神疾患により休職・退職を余儀なくされる教員の数および割合が増加していると報告されている⁽²⁰⁾。また、教員のストレス反応を検討した先行研究では、休日と比較して仕事日に唾液アミラーゼ値やコルチゾール値が高いことが示されており、授業や生徒指導といった日常業務が強い心理的・生理的ストレス要因となることが明らかである^(10,12)。このことから、教員もまた高いストレスにさらされやすい職業であること、そのストレスへの対処力が教育の質や教員の健康に強く関連することがわかる。

1.3 教職課程におけるステップと模擬授業のストレス

将来教員として教壇に立つ学生は、教職課程における所定のカリキュラムを履修する必要があり、その中でも“模擬授業”は学生が最初に人前で授業を行う重要な学習ステップである。一般に、人前でのスピーチは強い緊張とストレスを誘発することが知られており、心理的ストレス負荷の実験手法としても「スピーチ課題」が採用されている⁽⁵⁾。そのため、模擬授業は教育的意義が大きい一方で、学生にとって心理的負荷の大きい活動でもある。しかし、教育実習中の不安感やストレスに関する研究は蓄積されているものの⁽⁴⁾、教職課程の大学生が模擬授業を実施した際のストレス反応を生理指標から評価した研究は、我々の渉猟した範囲では見当たらなかった。また、模擬授業を繰り返すことでストレス耐性が形成されるかどうかについても実証的知見は乏しい。教員を志望する大学生において、模擬授業に伴う緊張やストレスの実態を解明すること、および経験の蓄積によるストレス耐性の変化を検証することは、その後の教育実習、学級経営、保護者対応といった実践的段階に向けた支援を行う上で重要である。

1.4 研究の目的

以上の背景を踏まえ、本研究は、教職課程の大学生を対象として、模擬授業前後の緊張およびストレス反応を客観的生理指標および主観的指標から検討することを目的とした。具体的には、唾液アミラーゼおよび心拍数を用いて模擬授業前後のストレス反応を客観的に評価し、模擬授業の経験値が比較的低い2年生と、経験値が高い4年生を比較することで、経験の蓄積がストレス耐性の構築に寄与しているかを明らかにすることに加えて、事後アンケート

トを通じて主観的な緊張度の観点からも明らかにすることを目的とした。本研究によって、教員養成段階での最初の大きなハードルである模擬授業に対するストレスの実態を把握することで、学生の不安・緊張を軽減するための教育的支援の方向性を示すだけでなく、将来の学級経営や保護者対応など、より高度なストレス場面への適応力を育成するための基礎的知見を提供できると考えられる。

2. 方法

2.1 調査の対象

本研究では模擬授業におけるストレス耐性の蓄積の違いを分析し、経験の差がストレスにどう影響を与えるのか検討するため、模擬授業実験及び質問紙調査を行った。調査対象は、国士館大学の学生の第2学年と第4学年の計20名で、経験の差によるストレス反応の違いを検討するため、模擬授業経験が比較的少ない2年生10名と、教育実習などを通して経験を蓄積している4年生10名をそれぞれ同数確保し、11月6日、11月11日、11月18日、11月25日の期間において実施した。

2.2 実験デザイン

実験は4回に分けて実施し、各回で模擬授業の教師役となる学生と児童役の学生を配置した。具体的には、第1回は2年生2名と児童役10名、第2回は2年生6名と児童役10名、第3回は4年生8名と児童役10名、第4回は2年生2名および4年生2名と児童役10名で構成し、全体で20名の教師役が模擬授業を行った。参加者には事前に授業内容を記した指導案を配布し、その指導案をもとに約10分間の「導入部分の模擬授業」を実施させた。模擬授業は教育学の基礎的内容を扱い、児童役の学生は一般的な授業場面を想定して着席し、授業は教室環境に近い設定で行われた。

2.3 測定手順

測定のタイムスケジュールを表1に示した。実験は、国士館大学世田谷キャンパス梅ヶ丘校舎(34号館)A307教室にて行われた。生理的および心理的ストレス反応の測定は、実験開始前に3回、平均値を算出するために実施し、模擬授業の直前と直後にも実施した。生理指標としては、専用チップを用いて唾液アミラーゼモニターにより唾液中アミラーゼ活性を測定し、さらに心拍計を用いて心拍数を記録した。心拍数の測定には、Fitbit Versa2を用いた。ストレス指標には、唾液アミラーゼ活性測定装置CM-1.1(ニプロ株式会社、商品名:COCOROMETER)、専用唾液採取シート&ホルダーを用いた。唾液採取シートを舌下に咥え、30秒以上唾液を十分に染み込ませた後、シートを唾液アミラーゼ活性測定装置に挿入し、分析を行った。また、心理的ストレス指標として、授業前後の緊張、不安などを評価するアンケート用紙調査を行った。これらの測定は、模擬授業が生理的・心理的ストレスを誘発するかどうか、また授業経験の差がその反応に影響を与えるかを比較するために実施した。

表1 測定のタイムスケジュール

平均アミラーゼを3回採取する(5分)	事前アンケートを回答してもらう(2分)	模擬授業前の唾液アミラーゼを採取する(30秒)	模擬授業前の心拍数を確認する(30秒)	模擬授業を行う(10分)	模擬授業後の心拍数を確認する(30秒)	模擬授業後の唾液アミラーゼを採取する(30秒)	事後アンケートに回答してもらう(1分)
--------------------	---------------------	-------------------------	---------------------	--------------	---------------------	-------------------------	---------------------

2.4 模擬授業の内容

模擬授業は、すべて事前に作成した指導案に基づき実施し、授業の難易度および構成が一定となるよう統制した。これにより、授業の質や教科内容の差異がストレス反応に及ぼす影響を可能な限り排除し、条件の均質化を図った。模擬授業で行う教科は6年社会科「貴族のくらし」とし、新編新しい社会6歴史編(東京書籍)をもとに統一の指導案を作成した(資料)。授業者は統一の指導案に従って授業を実施したが、授業冒頭の発問などは個人の裁量に任せた。

2.5 倫理的配慮

実験に先立ち、対象者に対して書面および口頭にて研究の目的、方法の説明を行った。その上で、研究への参加は対象者の自由意志に基づくものであることを説明し、協力を募った。生理指標の測定で使用する、唾液アミラーゼモニター

の測定チップは、使い捨て製品の使用を徹底し、衛生面に十分配慮した。測定された生理データおよび質問紙回答はすべて匿名化し、統計処理を行った上で学術的な目的のみに使用し、個人のプライバシーが侵害されないよう配慮した。

2.6 統計処理

唾液アミラーゼ活性値、心拍数および主観的緊張度の変化については、二元配置の分散分析(対応あり・なし)(時間×学年)を用いた(IBM SPSS Statistics 28.0)。交互作用および主効果が認められた場合は、下位検定(Bonferroni)を行った。値は平均±標準誤差で表示し、有意水準は55%未満とした。

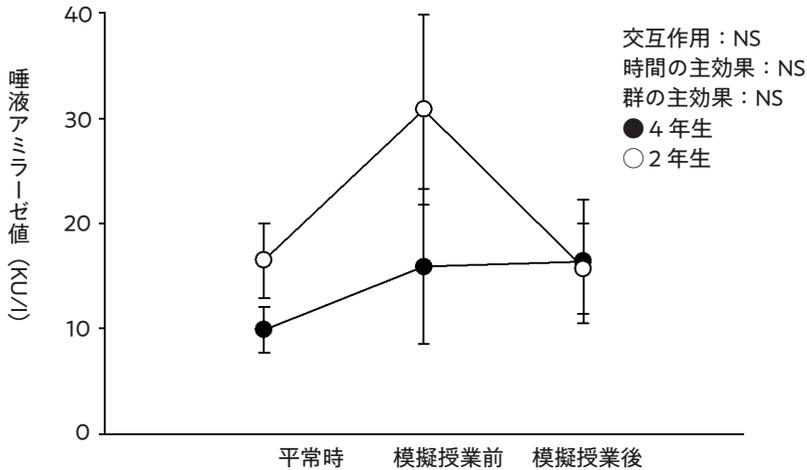


図1 平常時、模擬授業前および授業後の唾液アミラーゼ値

3. 結果

唾液アミラーゼ値の平常時、授業前のアンケートで評価した主観的緊張度および心拍数に2群間で有意差は認められなかった。平常時、模擬授業前および模擬授業後における唾液アミラーゼ値を図1に示した。二元配置分散分析(学年×時間)を行った結果、交互作用、学年および時間の主効果に有意性は認められなかった。授業前、授業中および授業後について全て終了した後のアンケートによって調査した主観的な緊張度については、交互作用および学年の主効果に有意性は認められなかったが、時間の主効果に有意性が認められた($F=17.564$, $p<0.001$) (図2)。事後検定(Bonferroni)の結果、主観的な緊張度は、模擬授業前および授業中と比較して、授業後において有意に低値を示した(いずれも $p<0.001$)。心拍数は、二元配置分散分析(学年×時間)を行った結果、交互作用、学年および時

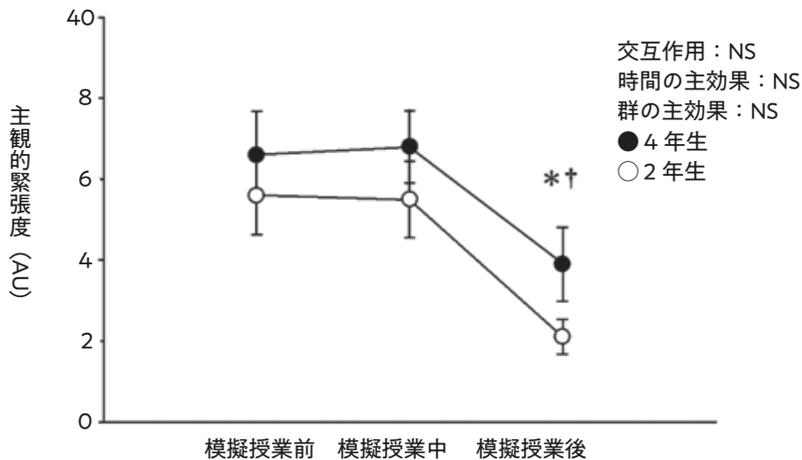


図2 模擬授業前、授業中および授業後のアンケートで評価した主観的緊張度
* $p<0.001$ vs 模擬授業前, † $p<0.001$ vs 模擬授業中

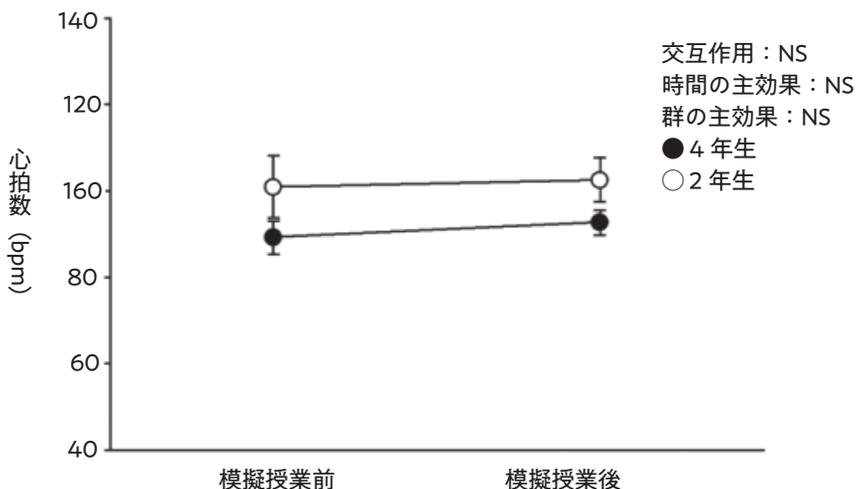


図3 模擬授業前および授業後の座位心拍数

間の主効果に有意性は認められなかった (図3)。

4. 考察

本研究では、教職課程に所属する大学生を対象に、模擬授業前後の生理的および主観的ストレス反応を比較し、授業経験の蓄積がストレス反応に影響するかを検討した。その結果、唾液アミラーゼ活性および心拍数には学年間の有意差は認められず、模擬授業という場面における生理的ストレス反応は、学年に関係なく概ね類似していた。一方、主観的な緊張度については時間の主効果が認められ、授業前から授業中にかけて高い緊張が維持されるものの、授業終了後には学年に関係なく有意に低下した。以下では、本研究の結果を生理学的、心理学的、および教育的観点から考察する。

4.1 模擬授業が誘発する心理的負荷と生理的反応

模擬授業は、学生が観察され評価される状況に置かれるため、社会的評価脅威 (social-evaluative threat : SET) を含む典型的な心理的ストレスラーである。人前でスピーチなど SET を伴う課題では、交感神経活動の亢進に伴い唾液アミラーゼや心拍数が上昇することが報告されている^(1,8)。また、精神的ストレスは血管内皮機能にも影響し、生理的反応を引き起こすことが知られている⁽⁵⁾。しかし本研究では、アミラーゼおよび心拍数ともに明確な増加は認められなかった。この背景には、以下のような可能性が考えられる。第一に、唾液アミラーゼはストレス刺激後数分以内に急峻なピークを示すため⁽¹⁾、本研究の測定タイミングが反応ピークを捉えられなかった可能性がある。第二に、使用した指導案がすべて統一されていたため、タスク遂行の予測可能性が高く、心理的負荷が軽減された可能性がある。ストレス反応は刺激の予測可能性によって大きく左右されるとされ⁽¹¹⁾、本研究の設定では SET の強度が相対的に低かった可能性が高い。第三に、児童役が顔見知りの学生で構成されていたため、Trier Social Stress Test のような強い社会的評価脅威が十分に形成されず、生理的反応が抑制された可能性がある。教師の職務場面でも、見慣れた環境ではストレス反応が弱まる傾向が報告されている⁽¹²⁾。以上のことから、本研究における生理的反応の不明瞭さは、模擬授業という場面固有のストレスラーの特性と研究デザイン上の要因が相まって生じたものであり、必ずしもストレス反応そのものが弱かったことを意味するわけではないと考えられる。

4.2 主観的緊張度の変化とストレス反応の特徴

本研究で顕著な変化が確認されたのは主観的緊張度であり、授業前および授業中の緊張は高く維持され、授業後には大きく低下した。この変化は、SET を伴う課題が持つ心理的負荷の高さと、タスク終了後に生じる心理的解放感を反映していると考えられる。特に模擬授業のような場面では、内容の正確性や指導技術だけでなく、周囲から「評

価される」ことへの意識が強く働き、課題開始前から緊張が高まることが知られている。さらに、授業実施中は視線・反応・時間制約など複数の要素が同時に作用するため、緊張状態が維持されやすい。授業後に緊張度が大きく低下したという結果は、これらの負荷から解放されることによる感情的な緩和反応が強く表れたものであり、SETを伴うストレス課題の典型的な反応過程とも一致する⁽³⁾。

また、学年間に主観的緊張度の差がみられなかった点は、授業経験の多寡にかかわらず、模擬授業という評価場面そのものが学生に共通した心理的負荷を生じさせる可能性を示唆する。教員養成段階では、授業経験が増えても「見られている」「評価される」という状況に直面するたびに緊張が喚起されやすく、これは教育実習生や初任者だけでなく経験豊富な教員においても同様の傾向が報告されている。実際、教師のストレス研究では、経験年数の増加が授業場面に対する心理的緊張を完全に排除するのではなく、むしろ授業という対人ストレス場面の構造的特徴が緊張の持続に寄与することが指摘されている⁽¹⁰⁾。このことは、模擬授業が「経験で完全には慣れない」性質を持つストレスラーである可能性を示し、本研究の結果とも整合的である。以上の点から、主観的緊張度の変化は、SETに対する心理反応の強さや、授業という対人場面の構造的な負荷特性を反映したものであり、生理指標よりも敏感に学生の心理状態を捉えていた可能性がある。

4.3 教育学的視点：経験の蓄積とストレス耐性

生理指標に学年間の有意差が認められなかったことは、経験がストレス耐性の形成に寄与しないことを意味するわけではない。ストレス反応は、認知評価や *coping* に強く依存することが知られており⁽⁶⁾、心理的解釈の違いが生理反応を修飾する。教育学的視点では、経験の蓄積は授業場面の予測可能性や自己効力感を高め、不確実性の低減を通じてストレス反応の抑制に寄与すると考えられる。さらに、短時間の急性ストレスは適応的反応として機能しう一方、十分な回復がないまま反復されると慢性化し、恒常性維持のための生体的負担が蓄積することが指摘されている^(2,7)。そのため、模擬授業のような急性ストレス場面は学習機会となり得るが、過剰あるいは連続的に与えられた場合には負荷が蓄積し、心理的・生理的健康に影響を及ぼす可能性がある。本研究の状況では指導案が統一され、タスクが単純化されていたため、経験差が生理指標として顕在化しにくかった可能性がある。

4.4 本研究の限界

本研究にはいくつかの限界が存在する。第一に、唾液アミラーゼの測定タイミングには制約があり、ストレス反応が最大となるピークを捉えられなかった可能性がある⁽¹⁾。第二に、児童役を務めた学生が参加者と顔見知りであったため、社会的評価脅威が弱まり、典型的なストレス反応が十分に生じなかった可能性が考えられる。第三に、本研究で用いた模擬授業は、実際の授業場面に比べて予測可能性が高く、環境要因も単純化されていたため、現実の教室で生じる多様なストレスが反映されにくかった点が挙げられる。さらに、指導案が全参加者で統一されていたことでタスク難易度が均質化され、生理反応や主観的緊張に個人差が現れにくくなったと推測される。これらの要因が、本研究の結果の解釈に影響を及ぼしている可能性がある。

4.5 結論と展望

本研究は、模擬授業が強い主観的緊張を引き起こす一方で、生理的ストレス反応には明確な学年間差がみられないことを明らかにした。これは、模擬授業という教育的活動が心理的負荷を伴う一方で、生理的反応には授業設定や社会的評価構造など、複数の要因が影響することを示唆している。今後は、より実践的な授業状況（例：未知の児童集団、問題行動場面）の導入、生理指標のリアルタイム測定（唾液アミラーゼ、コルチゾール、HRVなど）、経験の質的側面（成功体験、自己効力感）の評価を通じて、経験がストレス耐性の形成にどのように寄与するかを詳細に検証する必要がある。

さらに、本研究の知見は、近年指摘されている若年層のメンタルヘルス悪化という社会的背景を踏まえると重要である。教職志望の大学生は、将来高ストレス環境である学校現場に入る前段階にあり、模擬授業で経験する心理的負荷は、その後のストレス対処能力やメンタルヘルスの形成に影響を与える可能性がある。本研究で生理的反応に大きな差が

みられなかった一方で、主観的緊張が全学生で高く維持されたことは、教職課程における初期段階で既に強い心理的ストレスが生起しうることを示唆する。この点は、教員が高ストレス職であるという先行研究の知見とも共通しており⁽¹⁰⁾、養成段階からストレス対処 (*coping*) や自己効力感を高める教育的支援が求められることを示している。

引用文献

- (1) Chatterton RT, Jr., Vogelsong KM, Lu YC, Ellman AB, and Hudgens GA. Salivary alpha-amylase as a measure of endogenous adrenergic activity. *Clin Physiol* 16: 433-448, 1996.
- (2) Dhabhar FS, and McEwen BS. Acute stress enhances while chronic stress suppresses cell-mediated immunity in vivo: a potential role for leukocyte trafficking. *Brain Behav Immun* 11: 286-306, 1997.
- (3) Dickerson SS, and Kemeny ME. Acute stressors and cortisol responses: a theoretical integration and synthesis of laboratory research. *Psychol Bull* 130: 355-391, 2004.
- (4) Fives H, Hamman D, and Olivarez A. Does burnout begin with student-teaching? Analyzing efficacy, burnout, and support during the student-teaching semester. *Teaching and teacher education* 23: 916-934, 2007.
- (5) Ghiadoni L, Donald AE, Cropley M, Mullen MJ, Oakley G, Taylor M, O' Connor G, Betteridge J, Klein N, Steptoe A, and Deanfield JE. Mental stress induces transient endothelial dysfunction in humans. *Circulation* 102: 2473-2478, 2000.
- (6) Lazarus R, and Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*. Springer, 1984.
- (7) McEwen BS. Allostasis and allostatic load: implications for neuropsychopharmacology. *Neuropsychopharmacology* 22: 108-124, 2000.
- (8) Obayashi K. Salivary mental stress proteins. *Clin Chim Acta* 425: 196-201, 2013.
- (9) Sasaki N, Takae A, Asaoka H, Kuroda N, Yatsuya H, Nishio N, Tabuchi T, and Nishi D. Psychological distress and mental health service use trends in Japan (2013-2022) : Focusing on the change before and after the COVID-19 pandemic. *J Affect Disord* 393: 120398, 2026.
- (10) Schneider I, Wettstein A, Jenni G, Kuhne F, Grosse Holtforth M, Wachs S, and La Marca R. Salivary alpha-amylase over cortisol ratio as a longitudinal indicator of work stress and psychosomatic strain in teachers. *Front Endocrinol (Lausanne)* 16: 1492379, 2025.
- (11) Seals DR. Sympathetic neural adjustments to stress in physically trained and untrained humans. *Hypertension* 17: 36-43, 1991.
- (12) Wettstein A, Kuhne F, Tschacher W, and La Marca R. Ambulatory Assessment of Psychological and Physiological Stress on Workdays and Free Days Among Teachers. A Preliminary Study. *Front Neurosci* 14: 112, 2020.
- (13) 厚生労働省. 精神保健医療福祉の現状等について. edited by 精神保健医療福祉の今後の施策推進に関する検討会 2025.
- (14) 厚生労働省. 令和2年 労働安全衛生調査 (実態調査). edited by 厚生労働省 2020.
- (15) 厚生労働省. 令和3年 労働安全衛生調査 (実態調査). edited by 厚生労働省 2021.
- (16) 厚生労働省. 令和4年 労働安全衛生調査 (実態調査). edited by 厚生労働省 2022.
- (17) 厚生労働省. 令和5年 労働安全衛生調査 (実態調査). edited by 政策統括官付参事官付賃金福祉統計室 2023.
- (18) 厚生労働省. 令和6年 労働安全衛生調査 (実態調査). edited by 厚生労働省 2024.
- (19) 総務省. 労働力調査 (基本集計) 2024年 (令和6年). edited by 総務省統計局 2024.
- (20) 文部科学省. 公立学校共済組合のストレスチェックデータ分析結果報告書. edited by 質の高い教師の確保特別部会 2024.

資料（指導案）

6年 社会科学学習指導案

対象：国士館小学校6年2組
 （男子16名女16名計32名）
 学籍番号：
 授業者：

1. 単元名 「貴族の毎日夢物語～平安時代編～」(教材名：新編 新しい社会6 歴史編 (東京書籍))
2. 単元の指導目標
 平安時代の時代背景から、貴族の生活様式や社会的役割を知り、貴族が育んだ文化が現代に影響を与えることを理解できるようにする。
3. 単元の評価規準

ア 知識・技能	イ 思考・判断・表現	ウ 主体的に学習に取り組む態度
① 貴族のくらしの様子や藤原道長の資料から、平安時代は貴族が大きな力をもって政治を行ったことを理解している。 ② 平安時代の貴族の生活、文化などを手掛かりに日本風の文化が生まれたことを理解している。	① 世の中の様子、人物の働きや代表的な文化遺産などに着目して、問いを見いだし、貴族のくらしやこの頃の文化の特色を考え、適切に表現している。	① 貴族のくらしや政治、当時の文化について関心を持ち、意欲的に追究しようとしている。 ② 長い歴史を経て築かれてきた平安時代の伝統や文化と、現代の自分たちの生活の関わりを考えようとしている。

4. 学習指導観

(1) 教材観

本単元は、学習指導要領解説第6学年の内容(2)を受けて設定されている。本教材では、寝殿造に関する資料を活用し、貴族のくらしの様子を通して貴族の特徴をつかむとともに、藤原道長による摂関政治や貴族の生活から生まれた日本風の文化や年中行事について学習する。さらに、日本風の文化のかな文字や百人一首、年中行事などを身近な事例と関連付けることで、長い歴史を経て築かれてきたことに気付くことができる教材である。

(2) 児童観（児童の実態）

本学級の児童は、読書の時間に歴史漫画を手にとったり、これまで学習した歴史の単元から興味を持った時代や人物について積極的に調べようとする姿が見られる。しかし、具体的な時代背景や人物の業績については十分に理解が深まっていないため本単元では、平安時代の貴族の生活や政策、文化についての資料を活用しながら、当時の社会の特徴や人物の功績をより具体的に理解できるように学習を進めていく。

(3) 単元観

本単元は、貴族のくらしの様子、人物の働きや代表的な文化遺産などを通して、日本独自の文化が生まれた過程を学び、現代の生活とのつながりを考える力や態度を育てることをねらいとしている。そのため、1次では、寝殿造の資料や貴族の衣食住の資料を通して、貴族の特徴をつかむ。2次では、藤原道長の摂関政治の仕組みや日本風の文化の資料を通して、貴族がどのようにして大きな力を持ったのかを調べる。3次では、これまで学んだ平安時代の特徴を振り返りながら、平安時代俳句を作成し、まとめる。

5. 単元の指導計画と評価規準（4時間扱い）

次	時	ねらい	学習活動	評価
第1次	① 本時	寝殿造から、貴族のくらしの様子に興味関心を持つ。	○寝殿造の資料や貴族の衣食住の資料を通して、貴族のくらしの様子を読み取る。	△ア①（資料の読み取り） △イ①（発言・交流・ノート） △ウ①（授業への積極性）
	②	藤原道長の摂関政治から、貴族が大きな力を持った理由を理解する。	○藤原道長の和歌を通して、貴族の人物像や摂関政治の仕組みを知る。	△ア①（発言・交流・ノート）
第2次	③	貴族の生活から、日本風の文化や年中行事が生まれたことを知る。	○平安時代に生まれた日本風の文化や年中行事を教科書や資料集、タブレットを使いながら調べる。	△ア②（調べ学習） △ウ②（発言・交流・ノート）
	④	貴族のくらしや政治から、平安時代の特徴をまとめることができる。	○これまでの学んだ平安時代の特徴を振り返りながら、班で平安時代俳句を作成する。	△イ①（俳句作成・ノート） △ウ①（俳句作成）

6. 指導にあたっての工夫

- 導入の工夫…人物の様子が描かれていない資料と、その後人物の様子が描かれている資料を比較することで、児童に人物像を予想させたり、寝殿造のくらしの様子をより知りたくなるようにした。
- 教材の工夫…動画を活用し、貴族の動作やくらしの様子を詳しく読み取らせるとともに、現代の行事や文化が当時の日本風の文化から発展してきたことを理解できるようにした。
- 学習活動の工夫…教科書中心の教え学習を防ぐために、貴族の様子を予想しながら問いを立てたり、班ごとに平安時代の特徴をまとめたり、俳句を作る活動を通じて、児童が主体の学習活動を組み立てた。

1. 日時：令和7年9月5日(金)
2. 場所：6年2組教室
3. 本時：第1次1時間目

板書計画

子供たちの声 ・ ・ ・
学習問題 平安時代の貴族はどのような暮らしをしていたのだろうか。

- ① 本時の目標
寝殿造の資料から貴族の人物像を想像したことをもとに、貴族の衣食住について詳しく記した資料を通して、貴族のくらしの特徴を深く理解する。
- ② 準備と資料
T：教科書、資料集、タブレット、寝殿造の中で人物の様子が描かれていない資料と描かれている資料、貴族の様子を拡大したイラスト、復習の年代資料
C：教科書、資料集、タブレット、ノート

③ 本時の展開 (1/4)

分	指導過程	主な学習活動と予想される児童の反応	○指導上の留意点 △評価
導入 10分	1. 寝殿造の資料から、平安時代の貴族のくらしの様子を想像したり、観察することで、貴族について関心を高めさせる。	○貴族のくらしが書かれていない資料を通して、人物を想像し、書かれている資料から庶民との違いを知り、貴族のくらしに興味を持つ。 (人物の様子が描かれていない資料を提示) T「どのような家だろうか。」 C「広い家」C「横に長い」C「全てつながっている」 T「家以外にどんなものがあるか見てみよう。」 C「中庭、塀、橋、馬、船、小舟があるよ。奥には仕切りや畑もあるね。」 T「これらから、どんな人がいるか予想しよう。」 C「門があるなら門番がいそう」 C「小舟に乗っている人もいそうだね。」 T「次は人がいる屋敷の絵を見てみよう。」 (人物の様子が描かれている資料を提示) T「どんな人がいたかな？」 C「サッカーをしている人、畑で働く人がいるよ。」 T「実は、これはサッカーではなくて『蹴鞠』という遊びです。」 T「優雅な人とそうでない人がいるのが分かりました。」 T「今日は貴族のくらしについて学びましょう。」	○寝殿造でのくらしには、庶民や貴族、馬や牛を引いている人など、貴族中心に様々な人がいることに気付くことができるよう、人物の様子が描かれていない資料と描かれている資料を用意しておく。 ○様々な人がいることに気付けるよう、状況に応じて場所に着目しながら補助発問を促す。 ○服装の色や形の違いにも捉えられるよう、状況に応じて補助発問を促す。 ○現在の遊びと似ていることを確かめながら、蹴鞠や束帯などの遊びや服装の名前を教え、詳しく調べる展開へつなげる。 △ウ① 貴族のくらしの様子について、関心をもち、意欲的に追究しようとしている。(授業の積極性)
学習問題 (児童の言葉で) 平安時代の貴族はどのような(くらし)をしていたのだろうか。			
展開 25分	2. 教科書や資料集を使って、貴族の遊びや服装、食事などについて調べる。	○貴族の遊びや服装、食事などが分かる詳しい資料を通して、貴族の華やかなくらしについて学ぶ。 T「教科書P36ページを開いてください。」 T「このような屋敷の造りを『寝殿造』と言います。貴族たちはここでどんな遊びをしていたかな？」 C「蹴鞠や小舟に乗っていた。」 T「では、どのような遊びをしていたか詳しいことが載っている資料集を見てみましょう。」 (蹴鞠、和歌などの遊び同様に、貴族の服装や食事の資料を見ながら、貴族の華やかなくらしを学ぶ。)	○貴族の遊びや服装、食事などが分かる詳しい資料を用意する。 ○庶民と比較しながら、貴族の遊びや服装、食事などの特徴がつかめるようにする。 ○NHK大河ドラマ「光る君へ」の一部分を動画で視聴させることで、貴族の動作やくらしの様子について深く理解させる。 △ア① 貴族のくらしの資料から、貴族の特徴を理解している。(資料の読み取り)
まとめ 10分	3. 教科書や資料集から、貴族のくらしの様子について分かったことや気付いたことをまとめさせる。	○貴族のくらしの様子を通して、分かったことや気付いたことをまとめる。 T「今日の授業では、平安時代の貴族のくらしの様子について学びました。」 T「貴族はどのようなくらしをしていましたか。」 C「寝殿造の屋敷で華やかなくらしをしていた。」 C「蹴鞠や和歌を詠んでいた。」	○貴族のくらしの資料を基に、平安時代の貴族の特徴について、児童一人一人の言葉でまとめさせる。 ○一人でまとめることが難しい児童には展開部で行ったことを板書やノートを通して、考えるように指導する。 ○次回予告では、「なぜ貴族が華やかな生活を送れたのか」という疑問を持てるような補助発問を促す。 △イ① 平安時代の貴族の特徴について、自分なりの言葉でまとめている。(ノート)
次時の予告		まとめ (児童の言葉で) 平安時代の貴族は(寝殿造)や(けまり)などの(はなやかな)くらしをしていた。 T「次の授業では、華やかなくらしをしている貴族はどのようにして大きな力を持ったのかという秘密に探っていきます。」	