

体 育 科

坂 江 一 郎
小笠原 佳 子
長谷部 学
大 宮 裕美子

1 体育科の本質について

私たちは体育科の本質を以下のようにとらえている。

運動の楽しさの実感と保健についての実践的な理解を通して 自分のライフスタイルを健康にしていくこと

運動の楽しさとは、「運動が持っている特性そのものにふれる楽しさ」「運動に対する自分の技能の可能性を切り拓いていく楽しさ」「運動を通じて温かい人間性にふれる楽しさ」「心と体を解放する楽しさ」の四つが相互に関連し合う中で得られる楽しさであるにとらえる。このような楽しさを実感していくことで、自分の生活において運動に親しんでいける子供になるのではないかと考える。また、運動のみならず、健康や安全にかかわる実践的な理解をしていくことが、自分の生活を一層健康にしていくものと考えられる。このように運動と保健の両面から、自分のライフスタイルをよりよくしていくことが大切である。

2 本質にもとづく基礎・基本について

本質にある運動の楽しさを味わっていくときには、運動に対して、自分が心地よく動けたり、高まりのある動きができたりにすることが必要である。そのような動きを表していくことは、どのようにすると面白いのか（うまくいくのか、気分がいいのか）といった運動するときのルールやマナー、運動の特性としてある技術などを創意工夫したり、練り上げたり、分析したりといった考えを表していくことと一体である。保健の領域では、自分の生活行動や身近な生活環境について、自分の問題として受けとめ、自分はどうするのか、そしてどう行動していくのかということ、よりよい方向で表していくことが求められる。

このようなことから、体育科における基礎・基本を以下のように考えた。

3 自己の学びを広げ深めるについて

体育における自己の学びを広げ深めていくことは、自分なりの考えや動きを表し、運動や生活行動・生活環境に対する見方を変容し自らを高めていくことである。このような学びを展開していくために、以下のことを大切にしていきたいと考えている。

運動領域において

(1) 自分なりのめあてを持てるようにする

自分なりのめあてを持つことは、運動する方向性を自分で決定することである。自分なりのめあては、自分の力に合うものであったり、自分で解釈可能なものであることが望まれる。

そのためには、運動との出会いの段階で、自分なりの方向性が持てるような出会わせ方が大切である。どんな運動なのか、どのようにしていくと運動を楽しむことができそうなのかということ、より具体的に分かるようにしていくことである。また、運動を行ってもうまくいかないという段階では、自分を振り返り、自分の方向を見つめ直すゆとりを持てるようにしていくことも大切である。運動によっては、どのように運動していくのかをみんなで考えたり、保健学習と関連させたりしていくことも必要である。

(2) 自分なりのめあてを達成できるようにする

めあてを達成していくときには、自分なりに考えて運動できる時間や場の保障が大切である。それとともに、教師的確なアドバイスや励ましといった一人一人の様相を見ながらの直接的な関わりが欠かせない。アドバイスは、動きをよりよくする助言と、子供が運動の様相を客観的にとらえることができるように助言することの二面があると考えている。学習カードやコンピュータ、ビデオなどを活用して、子供が自ら考え動いていけるような環境を整えることも必要である。また、子供同士で認め合ったり教え合ったりしながら、肯定的なコミュニケーションが生まれるような環境をつくっていくことも考えていきたい。

(3) 自分のめあてが達成できたらそこで満足せず、新たなめあてが持てるようにする

自分のめあてを達成したら、新たな自分のめあてをもてるようでありたい。新たなめあては、全く別の新しいめあてになることもある。めあて達成の感じ方の幅の広さから、めあてをより掘り起こしていくめあてになることもある。関連のあるめあてになることもある。このような新たなめあてを持つために、運動の仕方を変化し発展させていくことのできるような場づくりや、自分を見直すことができる学習カードの工夫、情報機器の活用など工夫していきたい。

子供が新たなめあてを自ら見つけて運動を行っていくことを期待するが、適切な方向となるように一人一人の姿を見ながら進めていかなければならない問題である。

保健領域において

(1) 身近なことから課題を見つけていけるようにする

健康や安全に関わる問題は様々であるが、子供がそれを自分の課題としてしっかり受けとめ、改善し自分の生活を豊かなものにしていくことが必要である。

問題を自分の課題としていくには、それが自分の身近なことの中から見つけていけるようにすることが大切である。例えば、普段の自分の生活習慣（食生活、運動生活など）や自分の行動習慣を振り返ったり、心や体の変化に目を向けたり、社会問題が自分の身近なところにしのびよっていることに気づいたりすることなどである。そのように身近なことに目を向けるようにすることで、問題に対する関心が高まり、追究していく意欲へとつながっていくと考える。

(2) 課題を体験的に追究していけるようにする

自分の課題として受けとめたら、それを自分で解決していけるような時間や場の保障が大切である。課題について自から調べてまとめていくこと。意見交換をして自分の考えを深めていくこと。自分一人ではなく、グループで協力して問題の解決にあたり、ロールプレイングなどの擬似的な体験活動をしていくことなどが考えられる。このような活動を進めていくときには、学習環境を整えておくことも大切である。養護教諭との連携を図ったり、専門性のある人に尋ねることができるようになり、図書やインターネット等の環境整備も考えていかなければならない。

また、保健領域にとどまるのではなく、内容によっては運動領域との関連を持たせていくことも必要である。心の健康や、食事や運動に関わる内容において、運動を通して体験的にとらえていけるようにすることである。

(3) 認識が行動へとつながるようにする

学習によって得ることができた科学的な認識や社会的な認識が、認識の段階で終わるのではなく、行動につながっていくことで、保健に関わる実践的な理解を深めていくことができよう。

そのために、ライフスキルの手法を取り入れていくことを考えたい。学習の終末段階で、学習したことをもとに、望ましい行動を選択し決定していくような「意志決定スキル」、行動を達成するための実行可能な計画を設定する「目標設定スキル」、自分のよさや個性を発見しながら自己を形成し心の健康を保っていく「セルフエスティーム維持スキル」、対人に対して正しい判断のもとに自己主張していく「対人的スキル」などがある。また、継続的に自己の行動を振り返っていくことができるような時間や場を設定していくことも考えたい。