

# 保健体育科

廣瀬 尋理

北 恵子

研究協力者 横山 剛士(金沢大学)

## 1. ESDを進めるにあたって

学習指導要領の保健体育科の体育科の目標として、「運動の合理的な実践を通して、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、知識や技能を身に付け、運動を豊かに実践することができるようにする」とある。これは、1学年及び2学年において、それぞれの運動が有する特性や魅力に触れ、第3学年以降の自己に適した運動を選択できるようにするための基礎的な知識や運動の技能を身に付け生涯にわたって運動を豊かに実践する態度の育成を示したものである。

本研究を進めるにあたって、上記の教科の目標達成に必要な資質や能力と、国立教育政策研究所がESDに関して提唱する「③多面的、総合的に考える力」「④コミュニケーションを行う力」とが関連していると考えられる。なぜならば、「③多面的、総合的に考える力」は、運動を合理的に実践するために自己の課題解決の活動で必要となる力であり、「④コミュニケーションを行う力」もコミュニケーションを行いながら運動・スポーツをすることは、運動の楽しさや喜びをより大きなものにし、できなかったことができるようになったりする過程にも大きな影響を及ぼすと考えられるからである。そして、この力は実際の授業で、技能を習得する場面における課題解決学習でのグループ学習に必要な資質や能力ともいえる。また、そのような活動の中で養った力は本校の教育目標にある「広い視野と豊かな人間性を持ち、将来、社会的使命を果たす生徒の育成」にもつながっていくと考える。

また、教科の学習を進める中で、持続可能な社会の形成者としてふさわしい資質や価値観を養うための学習指導計画や、ESDの視点に立った学習目標を意識し、他の教科との関連性を把握した授業を構築していかなければならない。さらに、体育の授業の中における運動の特性に関わるつながりだけでなく、今まで学習した他の教科の学習内容との関連づけができる、生徒の意識の変容をねらっていきたい。

## 2. 能力・態度の育成にあたって

### (1) 中心的に扱う能力・態度について

保健体育科においてESDの視点に立った学習指導で重視する能力・態度のうち、特に「③多面的、総合的に考える力」「④コミュニケーションを行う力」を重視していきたい。そして、保健分野では、近年増加する災害に視点をあて、過去と現在のデータや資料に基づき自分たちが望むべき未来(ビジョン)像を予測し、他者と共有しながら、ものごとを計画していく活動を重点に置き、持続可能な社会の形成者としてふさわしい資質である「②未来像を予測して計画を立てる力」を育成したい。

### (2) 従来の研究とのつながりについて

学習指導要領解説には保健体育科における思考力・判断力については、「運動の行い方の改善すべきポイントを見付けること」とある。昨年に続き、記録の向上、つまり合理的で、効率のよい動きを考えることで思考力の育成をねらっていきたい。またその際、様々な能力で構成された

グループで考えるため、自分にとって効率のよい走りが他者にとってそうなるとは限らないことも踏まえ、「④コミュニケーションを行う力」を基盤としながら「③多面的、総合的に考える力」を伸ばしたい。そして、保健分野では、学習したことを実生活・実社会において実践する態度等の育成をねらいたい。

### (3) 教材の「つながり」について

体育の分野では、技能を習得する場面で効率のよい動きについて考えていく場面が多い。その際、理科の「運動とエネルギー」にある「力の方向性」と、思考する場面でのつながりがある。特に陸上競技、器械運動、球技においてもクロズスキルを教える際には、つながりが強い。また、保健の分野では、「防災」の対応と備えについて思考する場面で、社会科で学ぶ地形の特色や家庭科で学ぶ衣食住の工夫の知識によるつながりが生かされ、より活発なグループ活動が期待される。

## 3. 成果と課題

### (1) 成果

体育分野においては今年度、2年生に跳び箱、3年生にテニスで実践を行った。2つの実践において共通している課題は、合理的な運動の実践について思考することである。この点について、授業後のアンケート「以前より、よりよい動きについて考えることができる」に、「はい」と答えた人が跳び箱においては98%、テニスでは80%になった。「友達からのアドバイスは参考になった」に、「はい」と答えた人は跳び箱においては81%、テニスでは72%になった。以上の点から、一人一人が思考場面でよりよい動きについて考えることができ、またそれを伝えられた他者にとっても有益なアドバイスになっていることが分かる。また、跳び箱を実践した学年は昨年度ハードル走でも同様に合理的な動きについて考えており、感想では、「(アドバイスする場面で)高さ、手のつく位置などポイントが前よりもっと明確になったり、(アドバイスする)数が増えたりした」と答える生徒もおり、2年間取り組むことでより成果が大きくなり、また生徒自身がそれを実感できる取り組みだったことが伺える。同様に感想に自然と昨年度のハードル走と関連づけている生徒が多く、これも2年間の取り組みの成果と感じる。また3年生より、2年生の方がアンケートのポイントが高いことから同様のことがいえる。

保健分野においては、防災について傷害の防止の単元で実践を行った。学習を始める前のアンケートでは、「過去と現在の情報に基づいて、将来を予想・予測し考え行動することができる」の項目で、「できる」の回答は77%であった。しかし、授業後は91%まで「できる」の数値が伸びていた。危険を予測し回避することの大切さを学び、自然災害が起きたときの対応についてイメージを深めると、考え方や意識が前向きな行動に作用していることが分かった。このように、いろんな教科でつながって学習すれば、学習内容と自分の実生活や身の回りの環境とのつながりを考える生徒の育成になる。

### (2) 課題

ESDの視点に立った授業実践をこれまで重ねたが、まだまだ改善していく余地がある。学習場面で重視した能力・態度のうち、特に体育分野では「③多面的、総合的に考える力」「④コミュニケーションを行う力」を重視した。「③多面的、総合的に考える力」においては上述したように、

アドバイスが以前よりも明確になったという生徒の感想から成果があったといえる。しかしながら、実際の活動場面では、タブレット端末を使用することで、撮影中はもちろんのこと、それを使って説明している時に、映像を見せるだけ留まっていることが見受けられ、「④コミュニケーションを行う力」を育成できたとは言い難い。またタブレットを使った授業では運動量の減少が顕著であった。この点については今後考えていく必要があると感じた。

#### 生徒の記述1 ハードル走と関連づけて考えている記述

今回の跳び箱ではハードル走の時のように足元にいる時に  
重たさも工夫する事が大事だ。跳び箱でハードル走共通して大  
きな事はハードル走でいいスピードもつければ限界の動きで足元から跳び  
はこびは重たさをつくという自分の気持ちもこえるのが必要だった。これを見つける  
ためにもビデオをとり自分の動きも見たことが大変役に立った。

今回の授業では、ビデオを撮り、自分の跳んでいる姿や踏み切り  
はどこか正しい形になるように、何度も修正し、  
自分の目指す目標に向かい、頑張った。ハードル走の  
時のように、理想のフォームや、形をイメージして  
とべば、成功すると思えました。

#### 生徒の記述2 2年間行うことで、より明確にアドバイスできるようになった記述

今回の跳び箱の授業は、ビデオを見て改善点を見つけたし、グループを作って  
他の人に見てもらって改善点を見つけたことができて、スムーズに技ができる  
ようになった。ハードル走の時のように、ビデオを見ることで、自分を客観視して  
高く、手のつく位置などポイントが前よりより明確になったし、教員も  
たすいたので、とてもわかりやすい授業でした。

## 1 題材名 技の完成度を上げるために、自分の課題を見つけよう

## 2 ねらい

- ・学習する技の合理的な動き方のポイントを見付けることができる。【思考・判断】

## 3 学習活動

(1) 技の完成度を上げるための自分の課題設定を確認する。以下のような課題を設定した。

①できない技をできるようにする

②できる技をより滑らかに行うことができるようにする

\*滑らかに行う・・・踏み切り→着手→着地まで  
一連の動きとして安定した演技を行うこと

③できる技をよりダイナミックに行うことができるようにする

\*ダイナミックに行う・・・速く、大きな演技を行うこと

◆1年時に学習した、ハードル走と関連させ、動きの変化があるところにポイントがあることを確認する

(2) 各グループに分かれてどこにポイントがあるか考える

- ・開脚跳び系、かかえこみ系、回転系に分かれグループで考えさせる。それぞれ考えたことを発表させる
- ・①, ②, ③ともに出来る写真と比較させて考えさせる。

(3) 考えを発表する。

- ・何人かにどのような修正点が見つかったか発表させる。またその理由も聞く。
- ・次回それぞれが考えたことを中心に練習し、完成度を高め発表会に備えることを伝える。

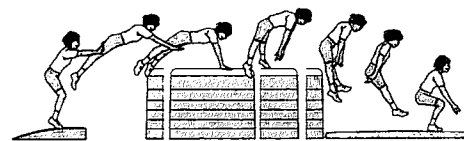
技の完成度を高めよう!! (開脚跳び系) ..

組 番 氏名 \_\_\_\_\_

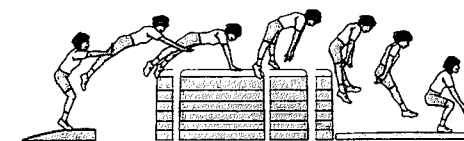
1. 自分の目標 (いずれかに○をつけよう) ..
  - ・できない技をできるようにする。
  - ・できる技をより滑らかに行うことができるようにする。
  - ・できる技をよりダイナミックに行うことができるようにする。

2. 自分の練習のどこに課題があるか書こう。

3. 課題を解決するためにどこを練習したらよいか図示しよう。



4. 見本の写真と比較し、両者のアドバイスから、どこに気をつけなければならないか図示しよう。



## 4 ESDとの関連

## (1) 構成概念

V連携性…どのように踏み切って、どのように着手し、どのように着地すればよいかをグループで考えさせ、グループで検証すること

## (2) 能力・態度

③多面的、総合的に考える力、④コミュニケーションを行う力

## 【教科の目標 (評価規準)】

- ・合理的な動き方について、修正点を見つけている。【思考・判断】

## (3) 教材の「つながり」

①ESD 関連分野 エネルギー

②教科 理科

③題材 「運動とエネルギー」 (理科 3年)

## 1 題材名 ラケットの出し方でボールをコントロールしよう

## 2 ねらい

・相手の動きや状況に応じて、より効果的な打ち方を見付けることができる。【思考・判断】

## 3 学習活動

(1) ゲームで起こりうる状況やその時に、行う打ち方を確認する。

- ①ベースライン付近 グラウンドストローク (フォア, バック)
- ②サービスライン付近 ボレー, スマッシュ
- ③ネット付近 ボレー, スマッシュ

◆これまでは打つ場所で打ち方を選んできたことを確認する。

→ゲームでは打つ場所以外の要因で打ち方を変えることが大切である。

→場所以外の要因は①対戦相手の場所と②対戦相手の打ったボールによって変わる

→ボールの軌道を変える為にはラケットの出し方でボールの軌道が変わることを確認させる。

(2) どのようなラケットの出し方があるか、  
確認する

- ① (インパクトの瞬間を) 強く, 弱く
- ② (ラケットの向きを) 右へ, 左へ
- ③ (インパクトの瞬間を) 早く, 遅く

(3) ハーフコートで練習を行う

(ペアグループはアドバイスをする)

(4) ゲームを行う

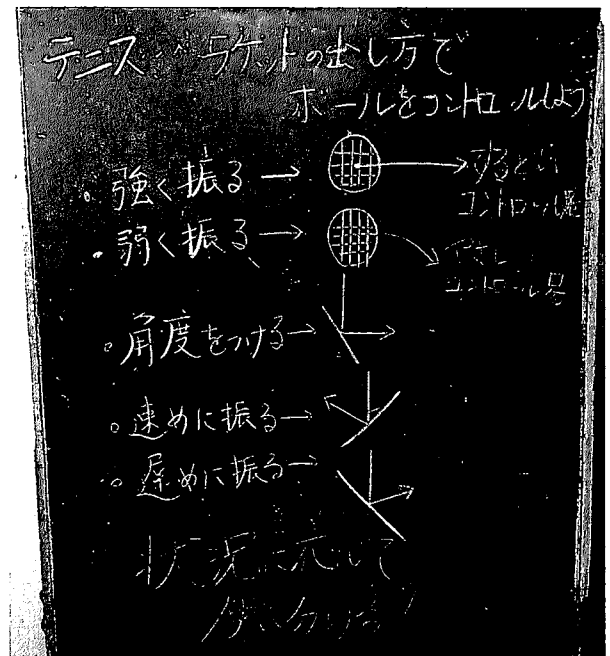
(5) まとめ

打つ前に相手がどこにいるか見ることが大切。

状況に応じて使い分けることが難しい。

目の使い方が少しずつ分かってきた。

\*生徒は前時より、ネット型競技の醍醐味を味わえたようである。



## 4 ESDとの関連

(1) 構成概念

V連携性…どのようにラケットを出せばよかったか、ペアグループで、検証すること

(2) 能力・態度

③多面的, 総合的に考える力, ④コミュニケーションを行う力

【教科の目標 (評価規準)】

・より効果的な打ち方を見付け, アドバイスしている。【思考・判断】

(3) 教材の「つながり」

- ①ESD関連分野 エネルギー
- ②教科 理科
- ③題材 「運動とエネルギー」 (理科 3年)

## 1 題材名 傷害の防止 自然災害への備えと避難

## 2 ねらい

- ・自然災害への備えについて話し合い、これから起こりうる災害への備えや課題を考えることができる。【思考・判断】

## 3 学習活動

## (1) 前時を振り返る

- ・各班から出てきた地震が起きたときの危険に関するイメージマップには、そこでどのように行動するのかが書かれていないことに触れその場での対応について考えさせる。

## (2) 災害時のイメージを共有する

- ・阪神淡路大震災が発生時の動画を視聴する。
- ・実際に地震が起きたとき、自分だったらどのように行動しているか考えてみる。

## (3) 各班で地震発生時の居場所を設定し話し合う

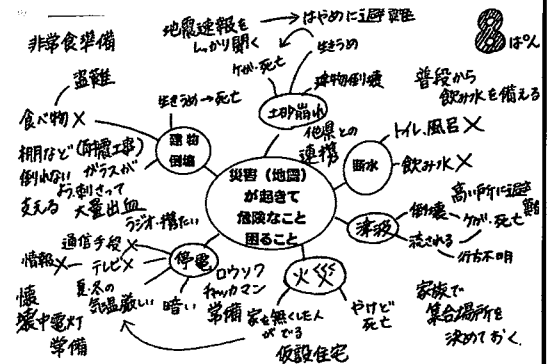
- ・休日に家族とは別行動のとき地震が発生したと課題を設定し、以下の項目について、「被害を最小限にする行動と備え」時系列で考えを話し合わせた。

- ①どのような行動をとるか
- ②なぜ、そのような行動をとったか
- ③何を備えておかなければならないか

## (4) 考えを発表する。

予測される被害を最小限にするための、とるべき行動・備えておくべきことを発表する。

- ・発生時の具体的に考えた状況から、どのような行動なぜしたのか発表させた。



## 4 ESDとの関連

## (1) 構成概念

I 多様性…地震発生時の様々な状況を考え、同じに災害にあったとしても、最善の判断や行動は状況や環境条件によって異なり多種多様であること。

## (2) 能力・態度

- ②未来像を予測し、計画を立てる力

## 【教科の目標（評価規準）】

- ・自然災害への備えと安全な避難について関心をもち、話し合いで協力したり、資料を調べるなど進んで学習活動に取り組もうとしている。【思考・判断】

## (3) 教材の「つながり」

- ①ESD関連分野 防災
- ②教科 社会，家庭
- ③題材 「九州地方」（社会 2年），「衣食住の工夫」（家庭 2年）