

# 保健体育科

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2020-05-12 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: メールアドレス: 所属:
URL	<a href="https://doi.org/10.24517/00058150">https://doi.org/10.24517/00058150</a>

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 International License.



# 保健体育科

廣瀬 尋理

金子 真鈴

共同研究者 横山 剛士（金沢大学）

## 1. 伝統文化教育を進めるに当たって

本校は「伝統文化教育を中心とした教科等横断的なカリキュラムの開発ーグローバル社会に生きるために必要な資質・能力の育成を目指してー」をテーマに一昨年度から研究を進めている。このテーマを受けて、保健体育科ではどのようなことができるか模索してきた。これまで大切にしてきたことは、生徒が伝統文化に触れることと教科の目標を達成すること。そして、同時に研究の副題にもある、グローバル社会に生きるために必要な資質・能力の育成を目指すことである。

さて、学習指導要領の保健体育科の目標は、「体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成することを目指す。」となっている。

特に豊かなスポーツライフという目標に近づけるために、体育ではそれぞれの運動の特性や魅力に応じて、その楽しさや喜びを味あわせることはもちろんのこと、「公正に取り組む」、「互いに協力する」、「自己の役割を果たす」「一人一人の違いを認めようとする」などの態度を育てる必要があり、そのような態度は後述の学校全体として育成する資質・能力にもつながる能力だと考えている。以上のことを意識しながら授業づくりをしていく。

## 2. 能力・態度の育成に当たって

### (1) 学校全体として育成する資質・能力について

学校全体として育成する三つの資質・能力（①日本の伝統や文化に関する理解、②伝統文化への理解に基づいた多様な文化を尊重する態度、③文化の伝承・創造への主体性など）について保健体育科ではどのように関連させていくか記述していく。

伝統文化教育を行うに当たって、体育で最初に思い浮かぶのが武道である。武道については武技、武術などから発生した我が国固有の文化である。武道には単に試合の勝ち負けを決めるだけでなく、技能の習得などを通して相手を尊重する礼法を重んじたり、柔道でいえば受け身を取りやすいように投げたりするなど相手を思いやる態度や相手を尊重し合うための独自の作法がある。このような考え方や伝統的な行動の仕方は我が国固有の文化であり、武道を学ぶことは、「①日本の伝統や文化に関する理解」につながる。

また、ダンスではフォークダンスがあり、そこでは日本の民謡や各国のフォークダンスの歴史や由来などを理解させたり、比較させたり、実際に踊ってみたりすることで、それぞれのダンスの良さをより味わうことができる。そのような授業の中で「②伝統文化への理解に基づいた多様な文化を尊重する態度」につながっていくのではないかと考えている。また、伝承されてきた民謡がなぜ、これまで伝承されてきたのか、これからも伝承されていくにはどうしたら良いのかを考えるような授業を行うことで「③文化の伝承・創造への主体性」につなげていきたい。

## (2) 関連・連携を図った教科等について

本校では陸上競技、器械運動、球技での技能を高めたり、自他の課題を解決したりする場面において、どのように体を動かしたら効率のよい動きになるか思考させる場面を多く設けている。その際、理科の「運動とエネルギー」にある「力の方向性」と関連が大きくなる。例えば、加える力の大きさが同じでも、力がはたらく場所（点）や力を加える向きによって、力のはたらきが異なり、物体の動き方は違ってくることを生徒が理解することで、技能の習得に役立ったり、課題解決の手助けとなったりする。また、武道においては、柔道着の着方や帯の締め方に着目すると技術・家庭科（家庭分野）と関連が強い。さらには、民謡や各国のフォークダンスの歴史に着目すれば、社会科との関連が考えられる。また、民謡は音楽科でも取り扱うので音楽科との連携も図ることができる。

## 3. 成果と課題

男子においては今年度、3年生で柔道の実践を行なった。その理由は3年生の彼らは1年前の2年次にも柔道を行なっており、2年生の学習内容がどれくらい定着しているのか、またその彼らがこの3年次に同様に①の資質・能力の育成を図った時にどの程度高まるかを見る為である。また2年間を通してみることで、その高まりや課題もより見とることができるのではないかと考えたからである。

実施前のアンケートでは「柔道で学んだ礼法・作法を覚えていますか？」という質問に対し、75%が「覚えている」「だいたい覚えている」と回答し、25%が「あまり覚えていない」「覚えていない」と回答している。また、「覚えている」「だいたい覚えている」と回答した生徒に「礼法・作法を行う中でどのような事を心掛けますか？」という質問に対し、「しっかりと立つことを心掛ける」「立ち方、座り方に決まりがある」という記述が見られた。

さらに「学んだことを生活の中で生かそうとしましたか？」という質問に対し、26%ができた」と回答し、74%が出来なかった」と回答した。出来たと回答した生徒に「それはどんな時ですか？」と質問すると「授業開始時の挨拶」「正座をする時の姿勢」という記述が見られ、出来なかった」と回答した生徒に「それはなぜですか？」と質問すると「そういう場面がなかった」「生活の中で使うものがなかった」という記述がみられた。

以上の結果から、礼法・作法については多くの生徒が覚えているものの、形式的な内容にとどまっている事や、理解したことを日頃の生活に生かすことにはつながっていない生徒がいることが分かった。そこで3年次には柔道を通して学ぶ、礼法・作法を始めとした伝統文化について形式的な部分にとどまらず、その礼法・作法に含まれる心の部分を今まで以上に強調し、指導する事とした。

実践後のアンケートでは「柔道の学習を通して、日本の伝統や文化に関する理解ができましたか？」という質問に対して「理解できた」「だいたいできた」と回答した生徒が94%、「あまり理解できなかった」「理解できなかった」と回答した生徒が6%であった。

また、「柔道の学習を通して2年次より考えが深まったことは何ですか？」という質問に対して「相手を思いやる心」「相手に敬意を払うこと」「切磋琢磨しながら成長すること」という記述が見られた。

さらに、「柔道の学習を通して学んだことを今後の生活に生かそうと思いますか？」という質問に対して、「思う」と回答した生徒が93%、「思わない」と回答した生徒が7%であった。「思う」と回答した生徒に「それはどんな場面ですか？」と質問すると「相手の意見を尊重する」「ラ

イバルであってもアドバイスを送り合うなどし、自他ともにレベルアップすること」という回答があり、逆に思わないと回答した生徒に「それはなぜですか？」と質問すると「生かす場面が考えられない」という回答があった。

上記の結果から2年間柔道を学習する中で、柔道を通じて日本の伝統や文化を多くの生徒に理解させることができた。また2年間学習する中で、生徒の記述にもあるように、形式的な礼法・作法だけでなく、柔道を通じて学んでほしい心の部分の理解もより深まっていくことが示唆された。さらに今後の生活に生かそうという生徒も93%おり、今回①の資質・能力の育成を図ったが、同時に生徒は「③文化の伝承・創造への主体性」の資質・能力に関わる意識も高まったことが伺える。しかしながら、6%は理解できなかつたと回答し、そのように回答した全ての生徒が今後の生活に生かそうと思わなかつたと回答している。そう考えると①と③の資質・能力は相互に関連していると考えられる。

また、今年度①を重点的に行ったが、①をより効果的に育成するためには「②伝統文化への理解に基づいた多様な文化を尊重する態度」も大切であると感じた。それは、生徒が日本の伝統的な生活様式である、畳で生活したり、正座をしたり、礼法・作法を理解することと、他国の文化を尊重する態度をもちながら、他国の生活様式や他のスポーツでの礼の違いなどを比較することで、より日本の伝統文化の良さに気づくことができ、①の育成の強化にもつながると思ったからである。このように①と②が相互に関連させていくなかで、③の資質・能力が効果的に育成できるのではないかと実践を通して感じた。

今後の課題としては上記のような関連性を意識しながら、指導計画を立てること、さらに保健体育だけでなく他教科との連携を図りながら、より効果的な学習を計画していくことである。また柔道を専門に教えている外部人材も活用しながら、生徒にとってよりよい学習になるようにしていきたい。

女子は2年生のダンスで実践を行い、フォークダンスとして「ジェンカ」、「マイムマイム」、そして「YOSAKOI ソーラン」を扱った。2年生女子73名のダンスへの意識としては、ダンスを「あまり好きではない・苦手・やりたくない」と消極的な生徒が38%、「好き・どちらかと言えば好き」と肯定的にとらえている生徒が62%と、ダンスに対して意欲的にとらえている生徒が多かった。しかし、消極的な生徒も、肯定的にとらえている生徒も、共に「フォークダンスや日本のダンス（ゆっくりな踊り）はあまりやりたくない」と感じている生徒が多かった。

単元の導入として、まずはフィンランドのフォークダンスである「ジェンカ」を扱った。「ジェンカ」は振り付けを容易に覚えることができ、曲も聴いたことのある生徒が大半であり、近くにいる人たちと笑顔で踊る姿が見られた。次に、イスラエルのダンスである「マイムマイム」を踊った。さらに「創作マイムマイム」として、「開拓地で水を掘り当てた喜びを表現した踊り」だという意味を込めて表現するダンスを、生徒たちで創作した。この2つを通し、外国のフォークダンスの踊りには意味が込められていることを伝えた。

「YOSAKOI ソーラン」は、高知県の「よさこい」を基として、北海道で発祥した踊りである。「YOSAKOI ソーラン」は2つの条件（鳴子を持って踊ること、曲にソーラン節のフレーズを取り入れること）を満たせば振り付け等は自由に決めて踊ることができる。そのため、振り付けを生徒が自分たちで決めて踊ることができるので、生徒たちの発想力や表現力を発揮できるのではないかと考えた。そして、振り付けを考える過程で様々な話し合いがなされ、協力する姿が見られるのではないかと期待した。

単元終了後の生徒たちからの感想には、「最初の方は意見が合わなかつたりして、なかなかまとまら

なくて大変だったけれど、みんなで色々な意見を出し合って、より良くできて、自分たちだけの踊りを創れたのが楽しかった」や、「自分だったら思いつかないことを誰かが思いつくところがすごい」、「1人ではなく、複数人でやるからこそ楽しむことができるので、みんなで協力する力がついたと思う」という感想が多く、保健体育科の目標としての、「互いに協力する」ことや、「一人ひとりの違いを認めようとする」態度が育成できたのではないかと考える。

また、「なぜフォークダンスは踊り継がれているのか？」という問いに対しての意見として、「伝統として大切にされているからだと思う」という生徒もいれば、「ダンスはその地域に合ったものだと思うし、伝統的なもの。だから踊り継いで未来の人たちにダンスを知ってもらい、その地域の特色や魅力を知ってもらうためだと思う」、「その国にしかない昔からのものだから。昔の人の知恵、思い、表現が組み込まれているから」という感想があった。生徒たちは、現在にも伝わっているダンスが、ただ単にダンスの振り付けを覚え踊り継がれてきただけでなく、込められた意味・歴史も把握して、踊り継いでいくことが必要だと感じていた。今回、生徒たちの完成させた「YOSAKOI ソーラン」には、どのグループも漁の動きを取り入れていた。「ソーラン節」はニシン漁の歌だという起源や意味を捉えたことで、全グループの振り付けの中に、漁の動き（網を投げる、引く、ニシンを見つける、仲間に伝えるなど）が取り入れられたのではないかと考える。このことは、資質・能力③を育成しようとしていく上で、まずは資質・能力①の育成を通しての基礎固めが必要となることを示している。また、そのためには、我が国と外国との比較（資質・能力②の育成）、国内でも地域で文化が違うことへの理解ができるからこそ生まれる考え方なのではないかと考えた。

上記から、ダンスの単元は、資質・能力①～③それぞれの育成に寄与できる単元であると考えられる。また、今回の「YOSAKOI ソーラン」では、保健体育科の目標の「互いに協力する」、「一人ひとりの違いを認めようとする」態度の育成もできると考えられる。自己を表現する楽しさや、生徒の思考の流れを考えた単元計画、ダンスが伝わってきた地域の歴史や文化、特徴的な動き（今回は漁の動き等）を体験するなどすると、さらに動きも洗練されていくのではないかと考え、今後の課題としていきたい。

男子アンケート記述

「柔道を通して学習以前より（2年次より）考えが深まったことは何ですか？」

柔道の大切な考え方である自他共栄の精神と、 精が善用の精神の大切さを深く知ることで、 授業中も相手を思いやりながら言式合をするこ とができた。
相手を思いやる心を改めて実感することができ尊重すること の大切さを深めることができた。
柔道をすることで他人に対する敬意を表せることで、 良い関係が築けること。
相手に敬意を払うこと・相手を思いやること
お互いに尊重し、切磋琢磨しながら 成長することの大切さ、自他共栄の 大切さを感じました。

「柔道の学習を通して学んだことを今後の生活に生かそうと思いますか」の問いに「思う」と回答した生徒に「それはどんな場面ですか？」

スポーツをするときに、例えば自分の対戦相手とライバルた りしてもドバイスを送り合うなどし、自他共にレベルアップ がすることができればいいと思う。
意見が相手と食い違ったときに相手の意見も尊重する。
初めて会った人と話す時や、正式な場では礼儀に気を付けてです。 また、普段の日常、学校生活では、相手を思いやる心を活かしています。

2年女子アンケート記述より

◎なぜダンスは踊り継がれているのだろうか？

伝統として大切にされているからだと思います。

・ダンスはその地域に合ったものだと思われ、伝統的なものです。だから踊り継いで  
未来の人たちにダンスを知ってもらい、その地域の特色や魅力を知らせてあげたい  
と思います。それを続けていくことが地域或の魅力を発信することにつながると思われ、  
ダンスという形で特色を残していく方法だと思います。

その場にしかない昔からのものだから。  
昔の人の知恵、思い、表現が組み込まれているから。

◎「よっちゃよれ」を踊っての感想

みんなで創り上げる時に楽しかった事は自分だったら思いつかない事  
を誰かが思いつくところ。振り付けを決める時に、「この部分はイメ  
ージが分からない」と思った所がありました。しかし、みんなは様々なアイデアを  
出して、面白いと思いました。

1人ではなく、複数人でやるからこそ楽しむことができるので、  
みんなが協力する力がついたと思います。

# 実践事例

保健体育

<p>学年</p> <p style="text-align: center;">1 年</p>	<p>関係・連携の考えられる教科等</p> <p style="text-align: center;">社会・音楽</p>
<p>授業内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 様々な国の民謡（フォークダンス）をしよう</li> <li>・ 民謡（フォークダンス）を自分流にアレンジしてみよう</li> </ul>	
<p>教科等で身に付けたい力（本時について）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 踊りの特徴を捉え、様々なステップや隊形を考え、組み合わせている。</li> </ul> <p style="text-align: center;">【思考・判断】</p>	<p>育成したい資質・能力</p> <p>② 伝統文化への理解に基づいた多様な文化を尊重する態度</p>
<p>授業のポイント・流れ</p> <p>2つのフォークダンスの歴史や意味を理解しながら、それぞれの良さやそのダンスが大切にしていることに気づき、それを意識しながら自分流にアレンジしていく。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ジェンカを知る（歴史や踊りの意味を知る）（5分）</li> <li>2. ジェンカの様々な踊り方を知る（少しずつ変化していることを伝える）（5分）</li> <li>3. ジェンカの踊りの何を残し、何を変化させていくか考え、創作する（10分）</li> <li>4. マイムマイムを知る（歴史や踊りの意味を知る）（5分）</li> <li>5. マイムマイムの様々な踊り知る（5分）</li> <li>6. マイムマイムの踊りの何を残し、何を変化させていくか考え、創作する（10分）</li> <li>7. それぞれの踊りの特徴や面白さなどについて感想を述べる（10分）</li> </ol> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-end;"> <div data-bbox="172 1559 746 1877" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="817 1550 1391 1868" data-label="Image"> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div data-bbox="188 1881 550 1915" data-label="Caption"> <p>マイムマイムを踊る様子</p> </div> <div data-bbox="909 1881 1337 1915" data-label="Caption"> <p>ジェンカを創作している様子</p> </div> </div>	



# 実践事例

保健体育

<p>学年</p> <p style="text-align: center;">1 年</p>	<p>関係・連携の考えられる教科等</p> <p style="text-align: center;">社会・音楽・家庭</p>
<p>授業内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・現代版こきりこ節を創ろう</li> </ul>	
<p>教科等で身に付けたい力（本時について）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・踊りの由来を理解しながら、踊りや隊形を変化させることができる。</li> </ul> <p style="text-align: center;">【思考・判断】</p>	<p>育成したい資質・能力</p> <p style="text-align: center;">③文化の伝承・創造への主体性</p>
<p>授業のポイント・流れ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 本時の課題を知る（5分） <ul style="list-style-type: none"> <li>・各班で創った現代版こきりこ節を中間発表し、各班から意見をもらうことにより、よりよい現代版こきりこ節にすることを伝える</li> </ul> </li> <li>2. 中間発表をする（15分） <ul style="list-style-type: none"> <li>・各班の発表を見て、何を伝えよう（表現しよう）としているのかを見る。</li> </ul> </li> <li>3. 各班の意見を参考に考える（5分） <ul style="list-style-type: none"> <li>・意見を参考にしながら、自分たちが考えた部分が伝わっているのかを確認する。</li> </ul> </li> <li>4. 自分たちの踊りをより進化させる（20分） <ul style="list-style-type: none"> <li>・踊っている自分たちや見ている人にも楽しさが伝わるように進化させていく。</li> <li>・自分たちが残したい（大切にしたい）部分を意識しつつ、楽しく踊れるように工夫する。</li> </ul> </li> <li>5. まとめ（5分） <ul style="list-style-type: none"> <li>・各班の意見を参考にどのような工夫をしたか互いに共有する。</li> </ul> </li> </ol> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 20px;"> <div data-bbox="277 1666 724 2024">  </div> <div data-bbox="836 1666 1315 2024">  </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div data-bbox="277 2042 676 2074"> <p>グループ内での話し合いの様子</p> </div> <div data-bbox="798 2042 1410 2074"> <p>話し合い後こきりこ踊りを創作している様子</p> </div> </div>	

# 実践事例

保健体育

<p>学年</p> <p style="text-align: center;">1 年</p>	<p>関係・連携の考えられる教科等</p> <p style="text-align: center;">家庭</p>
<p>授業内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・柔道ってどんなもの？</li> <li>・柔道着を着てみよう</li> </ul>	
<p>教科等で身に付けたい力（本時について）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・柔道の成り立ちや精神について理解することができる。【知識・理解】</li> </ul>	<p>育成したい資質・能力</p> <p>①日本の文化に関する理解</p>
<p>授業のポイント・流れ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 柔道ってどんなイメージ？（5分）             <ul style="list-style-type: none"> <li>・怖い、痛い</li> <li>・礼儀正しい</li> <li>・難しい</li> </ul> </li> <li>2. 柔道とは…（10分）             <ul style="list-style-type: none"> <li>・1882年（明治15年）</li> <li>・嘉納治五郎</li> <li>・自他共栄</li> <li>・精力善用</li> </ul> </li> <li>3. 柔道衣を着る（15分）             <ul style="list-style-type: none"> <li>・前襟の重ね方 ～右？左？どっちが上～</li> <li>・帯の締め方</li> <li>・着方をマスターしよう</li> </ul> </li> <li>4. 柔道衣を着て動こう（15分）             <ul style="list-style-type: none"> <li>・横転がり</li> <li>・前まわり</li> <li>・後ろまわり</li> <li>・ほふく前進</li> <li>・手押し車</li> <li>・おんぶ</li> <li>・ペアを両手で持ち上げる</li> </ul> </li> <li>5. 柔道衣をたたむ（5分）             <ul style="list-style-type: none"> <li>・きれいにたたんで、袋の中へ</li> </ul> </li> </ol>	

