

保 健 体 育 科

三 澤 珠 栄
吉 田 仁 志
樽 岡 美 保

I 研究主題と保健体育科

1. 研究主題のとらえ方—教科の「目指す生徒像」

保健体育科では、研究主題及び1年次の実践を踏まえ、本教科で目指す生徒像を次のように考え、2年次の実践に取り組んできた。

【保健体育科の目指す生徒像】

運動や技能の課題に気付き、運動の楽しさや喜びを実感することで

生涯にわたって豊かなスポーツライフの実現を図ろうとする生徒

運動の楽しさや喜びとは、運動の合理的な実践や運動における競争・協同の経験を通して、技能や体力が向上したり、それぞれの運動特性や魅力に触れたりすることで得られるものである。その過程で、自分と向き合いながら繰り返し運動を行ったり、仲間とのかかわりの中から気付きを得たりすることにより、「できるようになった」「できない理由が分かった」「新たな面白さを見つけた」という実感が生まれる。それが、技能向上のための適切な課題の設定につながっていく。その適切な課題設定が、さらなる運動の楽しさや喜びの実感に結び付き、次へ向かう意欲や、その後、生涯にわたって「する」「見る」「支える」「知る」といった様々なかかわり方で運動に親しもうとする姿勢を育むことができる考える。また、豊かなスポーツライフの実現のためには、自他共に健康の保持増進を図っていく必要があることから、適切に健康を管理するための資質や能力も身に付けさせたい。

2. 研究のあゆみ

この生徒像に迫るために、資質・能力が発揮されている姿を具体化し、次のように整理した。

【3年間で目指す具体的な生徒の姿】

重視している資質・能力	教科で育てる資質・能力	手立て
よりよいものを求める探究心や自主性、社会性	<ul style="list-style-type: none"> ・運動を通して、公正、協力、責任、参画、尊重など意欲的にかかわろうとする態度 ・運動の楽しさや喜びを味わい、自主的に学習活動に取り組む態度 	<ul style="list-style-type: none"> ・自主的に運営することができるようなグルーピングや役割、場面の設定 ・領域、学習形態・過程などのつながりを意識した単元計画の設定
知識や技能、経験の生かし所を見いだす力	<ul style="list-style-type: none"> ・知識を踏まえ、基本的な運動技能として発揮したり、身体表現したりする力 	<ul style="list-style-type: none"> ・知識と技能を相互に関連付けられるような具体的な例示や生徒の気づきの共有
場に応じて判断基準をつくる力	<ul style="list-style-type: none"> ・自他の課題に応じた運動の行い方や、改善すべきポイントを見付ける力 ・運動実践の場面で自己の課題に応じて、適切な練習方法を学ぶ力 	<ul style="list-style-type: none"> ・目指す姿の具体的なイメージと客観的な視点を基に自己の課題を捉えることができる題材の選定 ・課題に応じて技能を高められるような段階的な指導とタスクゲームなどの場の工夫
学びを評価し、課題を見付ける力	<ul style="list-style-type: none"> ・自己や仲間の課題を発見し、合理的解決に向けて思考・判断する力 ・運動の特性と自己の能力に応じた目標を設定する力 	<ul style="list-style-type: none"> ・学びを自身の言葉で表現できるような振り返りのための視点の提示や教え合いの場面の設定
自己の心や身体を客観的に見つめ、心身の健康の保持増進に向けてマネジメントする力		<ul style="list-style-type: none"> ・自己の心や身体を客観的に見つめることができるような教材の工夫

保健体育科として目指す資質・能力とは、自己の心や身体を客観的に見つめ、心身の健康の保持増進に向けてマネジメントできる力だと捉える。この3年間で、得た知識をもとに科学的に思考を重ねたり、自分自身の健康や運動に課題意識を持ち、日常生活や運動場面において解決に向けて試行錯誤したりする姿を目指していく。

その資質・能力を高めるために、生徒自身がよりよいものを求めて探究できるような学習課題の設定と生徒自身が学習を発展させられるような単元計画の工夫、さらに、基本的な技能を向上させるための手立てを重視して、研究に取り組んできた。

具体的には、単元を貫く課題設定を行い、その解決に向けて毎時間の課題をスモールステップで与えていくことで、生徒自身も見通しが持てるように進めていく。その単元を貫く課題は3年間を見通したものであり、より学習内容を深められるようにした。領域のつながりや学習形態のつながり、学習過程のつながりなど、様々な視点から各単元をつなげることを意識したことで、単元だけの学びにとどまらず、運動の喜びや楽しさを実感できるような課題設定の工夫をしている。

基本技能の習得に向けては、段階的な指導とタスクゲーム、場の設定の工夫を図ってきた。しかし、技能向上のためには、技能だけに目を向けるのではなく、知識や思考と関連させ、自ら取り組み方を試行錯誤できるような学習過程を仕組むことが重要である。そのための手立てとして、技能の構造的な分析や映像資料の充実、学習活動に応じた学習形態の工夫、学びを自身の言葉で表現することができるような振り返りの工夫とともに、生徒自身が自ら学びを求めたときにその学習意欲に応え、学習を支えられるような場の設定や資料の準備を行ってきた。

3. 教科としての振り返り

実践を通しての成果(○)と課題(▲)は以下の通りである。

- 日常的な運動習慣の二極化の傾向は変わらず、体力の向上へつながっていない現状はあるが、「自主的に取り組み、運動の楽しさや喜びを感じることができた」と答えた生徒の割合が全学年を通して95%を越えた。その理由として、段階的な練習を仕組んで、技能の向上を図ったことで「できる」実感を持たせることができたこと、生徒が仲間と協力して声を掛け合うことでよいものを目指せたこと、単元計画を工夫し運動の楽しさを味わわせることができたことなどが挙げられる。
 - 高い技能を身に付けた生徒の姿や動画・画像など視覚的な模範を活用して、動きを分析したり、自分の姿と比較したりして自己の課題の把握に生かす姿が定着してきた。また、仲間同士でアドバイスし合ったりコツを伝え合ったりすることや、提示された視点を基に自身の変化を毎時間振り返ることで、身体感覚や動きの分析を言語化できる生徒が増えた。さらなる向上のためには、仲間との交流や視聴覚資料の活用について、何をどんなタイミングで求めるのかを自分自身で選択できるような力を身に付けられるような指導や場面設定をしていくことが必要だと考える。
 - ▲ 知識と技能を関連付けて活用することについては、同一単元内ではできたと感じている生徒が多いが、異なる単元や実生活など、その単元を離れた場面での活用にはつながりにくかった。知識だけでなく、身体感覚の把握や運動の分析など、思考することと技能とを関連付けることで、さらに学びを深められるのではないかと考える。ただし、第2学年では単元間での知識と技能を関連付けて活用できている生徒が多かったことから、単元の順番を工夫することが有用ではないかと思われる。
 - ▲ 学年が上がるにつれて、求められる技能レベルが上がることから、技能のポイントをつかむことができたと感じる生徒が減少している。その一方で、学年が上がることによって、基本技能の習得だけでなく、身に付けた基本技能を発展させて、よりレベルの高い技能につなげようとして取り組んでいる姿も見受けられた。より高い目標を目指すことによって、技能の習得が容易でなくなり、成就感が得にくくなっていることから、教師の声掛けによってその姿を価値付けし、生徒に成就感を持たせ、より高いレベルを目指して取り組めるように促していく必要がある。
- 次に、実践事例を紹介し、それぞれの実践から見えてきた具体的な成果と課題を報告する。