

保健体育科の実践

教科担当者 田 原 忠 明
嘉 儀 純 哉

1. めざす生徒像

生徒一人ひとりが自己の能力を把握し、達成可能な目標を定め、目標に向かってお互いに競争し記録や運動技能を高め合い、励まし合う生徒

2. 研究内容と実践例

(1) ペア、グループ学習活動の効果的な取組

○ 互いに認め合う人間関係づくりのために下記の活動でペア、グループ学習活動を効果的に取り入れている。

ア) ペアによる補助運動

イ) 持久走(ペアによる励ましや周回タイムの記録、周回の声かけ)

ウ) 器械運動・武道(互いの動作の確認やコツの教え合い)

エ) 球技(チームの作戦や役割の分担)

(2) 個に応じたきめ細やかな支援・指導の推進

ア) スポーツテストの結果や過去の記録を基に個に応じた目標の設定

イ) T・Tによる授業(3年生)

(3) 生徒の興味・関心を高める指導内容の工夫改善

ア) 個人ファイルの活用(陸上競技)

イ) 全員の協力がないと出来ない(成立しない)練習の導入や競技(球技)

ウ) 外部講師(日本赤十字、消防士)を招いての救命救急法指導

エ) ビデオや新聞の記事を使った感染症とその予防

オ) 講師を招いての禁煙教育

3. これまでの実践

(1) 個に応じたきめ細かな支援と評価の工夫

一般に保健体育の評価というものは能力が高ければ、当然評価は高いものである。つまり、もって生まれた能力や運動の経験値によってその評価が決まってきたと言ってもいい。しかし、考えてみるに例えば100mを12.1秒で走る生徒A君と18秒で走る生徒B君がいるとしよう。一般的に評価が高いのは12.1秒で走るA君の方である。だが、陸上の単元(授業時間)を通してA君は、12秒で走れるようになった。B君は15秒で走れるようになったとしたらどらがより多く学習(高いジャンプ)をしたことになるだろうか。

そこで、陸上競技(100m、50mハードル、幅跳び、高跳び、200m走、長距離)ではスポーツテストや過去の記録(2年生・3年生)を基に個々の能力に応じた目標を一人ひとり計算し個人ファイルで示した。そして、その目標数値にどれくらい近づけるのかまたは越せるのかという記録の伸びを評価に加味することを生徒に説明し授業を行った。その結果、「意欲的に取り組みましたか？」という問いに対して1年生では90%以上、2年生では70%近く、3年生では

90%近くの生徒が「とてもそう思う」または「少しそう思う」と答えており、また「記録が向上しましたか？」という問いに対して1年生では、80%以上、2年生では60%以上、3年生は90%近くの生徒が「とてもそう思う」、または、「少しそう思う」と答えている。これまでの人との競争から自分との競争・自分への挑戦という違った意識づけを行うことによって、かなり学習意欲が高まったことが伺える。この意識づけを行う上で一番重要なことは、個々の記録の目標を計算する基となるスポーツテストをいかに真剣に受けさせるかである。特に1年生時のスポーツテストの記録は、3年間のベースになるものであるから全員受けさせ大切にしなければならないと考えて指導している。

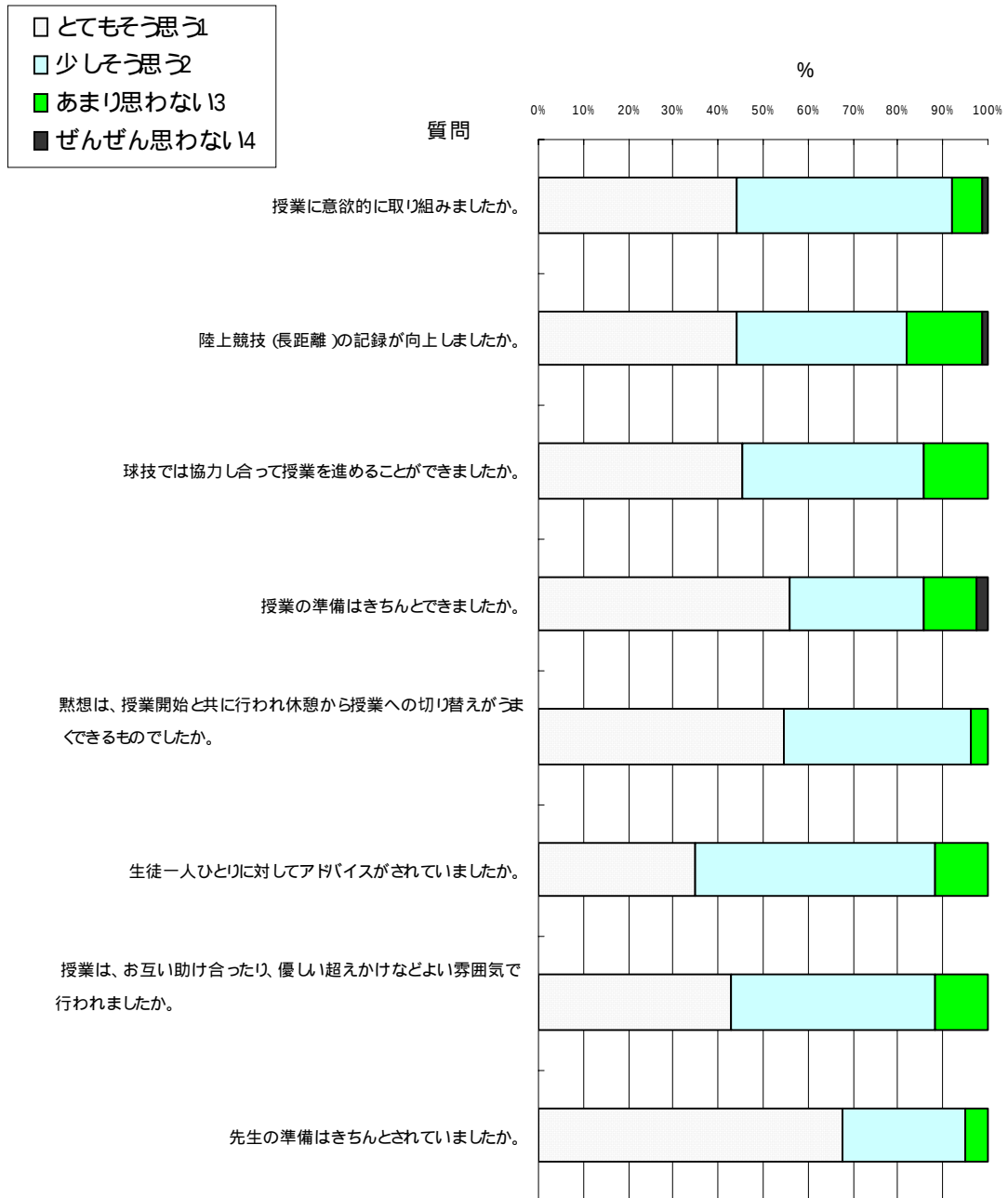
(2) ペア学習活動とグループ学習活動

球技(バレーボール、バスケット)では、基礎となるものはトスやレシーブ、パスやシュートである。そこで、ペアを作らせ授業時間の半分、単元の2/3を基礎練習の時間に割り当てた。そして、かかわる人数を次第にペアから3人組、4人組と増やしていき実際の試合で行う人数に近づけていった。単元の終わり頃になると、経験者やうまくできる生徒がうまくできない生徒を教えたり、失敗しても励ますなど今までになかったかかわり合いが見られるようになった。そのことが、アンケート結果によく表れている。

「球技では協力し合って授業を進めることが出来ましたか?」、「授業では、お互い助け合ったり、優しい声かけなどよい雰囲気で行われましたか?」という問いに対して、1、3年生では、90%近くの人が出来たと答えており、ペア学習活動やグループ学習活動が有効であったということが推測できる。その反面、よりきめ細かな指導をするために3年生は、T・T体制で授業を行ったが、「2人体制でよかったと思ったことはありますか」、「T・Tの授業は授業を進める上で有効でしたか」という問いに対して70%の生徒が有効と答えており、他の項目と比べ数値が低い気がする。

器械運動(とび箱)では、最初は異質グループで行っていたが、さらに上の段をめざす者と技の完成度を上げる者との差が生じたため、能力別グループ編成に変更した。難易度の高い技にチャレンジするグループに対しては、教科書のイラストを拡大コピーして体育館内に掲示して練習したり、相互評価を基本にして学習を進めた。苦手としているグループでは、とび箱の代わりにロングマットを丸めたものを跳んだり、その上を前転するように個別指導中心に進めた。生徒の反省を見ると中レベルのグループの中にもっと個別指導をしてほしいという意見があった。グループ学習活動で生徒同士による学習と教師による個別指導のタイミングのバランスをうまく取る必要性を強く感じた。能力差が大きく、個別指導が必要でかつ危険性がある分野ではT・Tで行う方がよいと感じた。

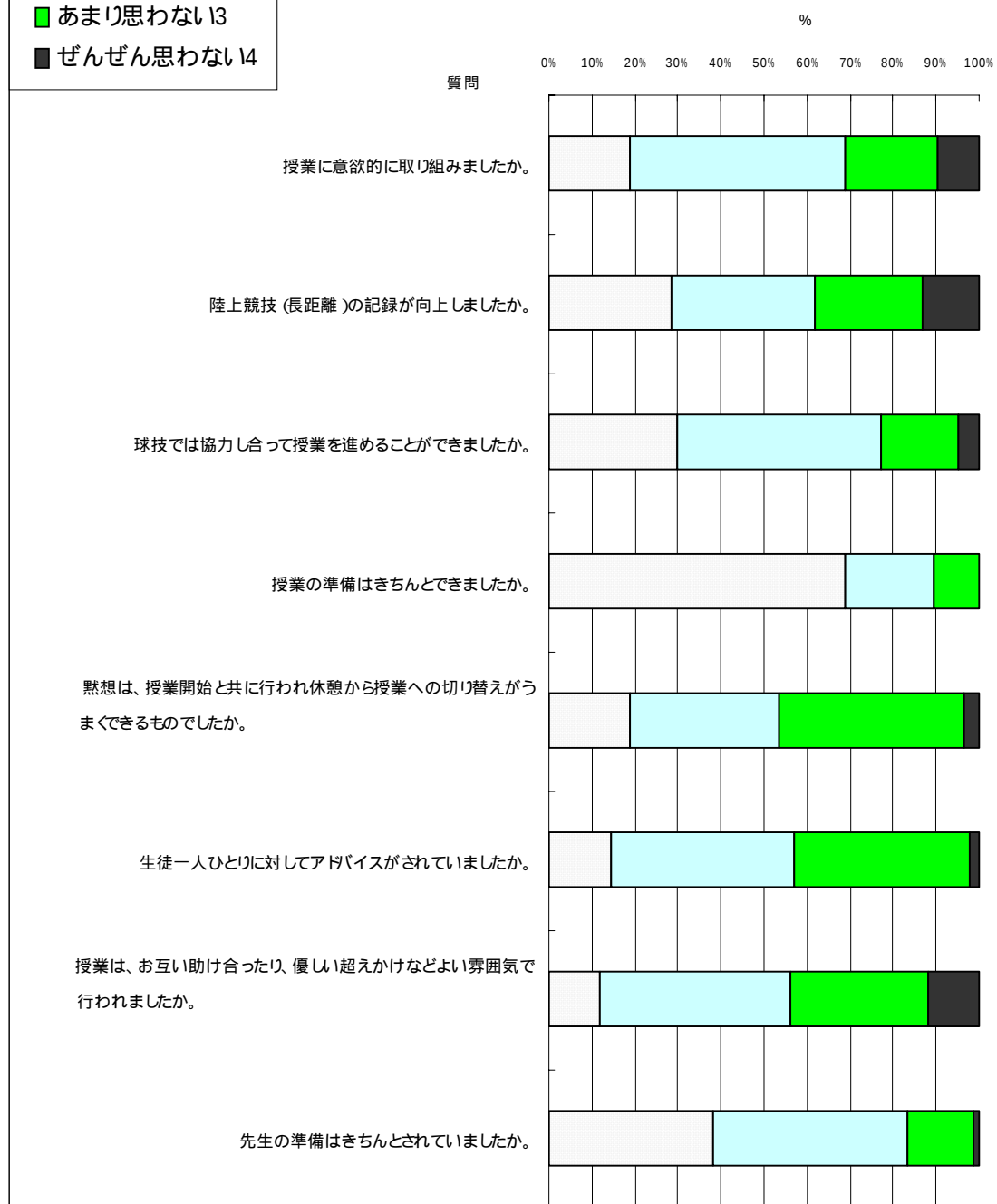
保健体育の授業についてのアンケート結果（１年生７７名）
（１２月２１日実施）



保健体育の授業についてのアンケート結果（２年９１名）

（１２月２１日実施）

- とてもそう思う 1
 □ 少しそう思う 2
 ■ あまり思わない 3
 ■ ぜんぜん思わない 4



保健体育の授業についてのアンケート結果(3年75名)

12月21日

□ とてもそう思う

□ 少しそう思う

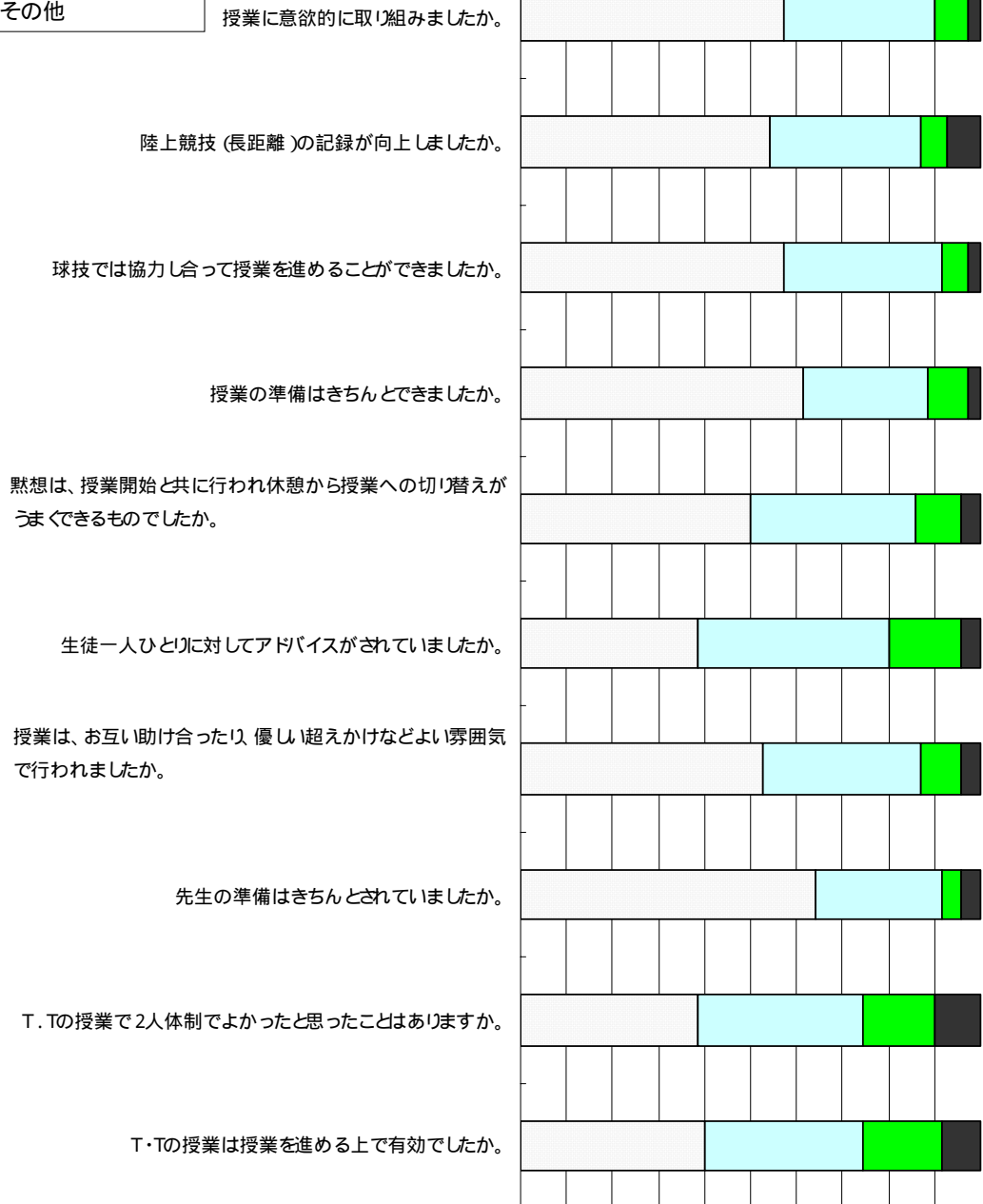
■ あまり思わない

■ ぜんぜん思わない

■ その他

質問

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%



【課 題】

(1) T・T体制の見直し

3年生のT・Tの授業については、約75%の生徒が「よかった」、「有効であった」というものの25%の生徒が有効ではないと答えており、とりわけ10%弱の生徒がT・T体制に対して否定的であった。考えられる理由として、「協力し合って授業を進めた」、「お互い助け合ったり、優しい声かけなどよい雰囲気で行われた」と回答している生徒が90%近くいることから、3年生ではある程度の経験や経験者がいるためリーダーを中心に自分たちで出来ると考えているためではないだろうか。10%弱の内訳を見ると運動を苦手としている生徒よりも得意としている生徒からT・Tに対して厳しい意見が多かった。むしろ、3年生よりも経験の少ない1年生の方が有効なのかもしれない。

また、教員側の反省としてT1が中心となって授業を進め、T2は補助的な役割が多く、どうしても苦手になっている生徒中心にかかわりがちで全体に行き届かなかったし、得意としている生徒に対して高いジャンプを要求しなかった(課題を与えなかった)点は大いに反省すべきである。

(2) 「わかる」と「できる」

球技や器械運動の授業では、苦手な生徒はコートに立っているだけであったり、友達のやっているところを眺めているだけということがよくある。授業を怠けたいからではなく、どのように動いたらいいのか、またどのようにしたら出来るようになるのかわからないのである。教員がマンツーマンで指導できればいいが限界がある。これまでの器械運動のグループ学習では、技能の獲得を中心にしていたため異質グループで活動していても目的が違うため学習に深まりはあまり見られなかった。そこで、授業の中心を「わかる」と「できる」において進めていきたいと思う。「できない生徒」は「できる生徒」の指導によって生徒同士のかかわりがもて意欲的に取り組めるしコツがわかり「できる」ようになる。「できる生徒」は教える(運動を分析し表現する=言語化する)ことによって運動構造が「わかる」というようにさらに一段ステップアップすると考えられる。

(3) 保健体育科の学力と基礎技術の習得

「保健体育の学力とは?」、「体育教師とクラブのコーチの違いは?」と生徒たちに問うと何と答えるだろうか?2007年2月号の「体育科教育」で、佐藤学氏は『体育の授業では「技能の形成」を中心目的に設定し「認識」、「協同」、「創造」、「表現」において豊かな学びの経験を組織する教育へと進展しなければならない。』としている。

われわれ保健体育の教師は次の5つの視点を総合したものが保健体育の学力と考えている。

その運動がどのような背景で誕生し発展していったのか(運動文化)
=「教材の教育的・体育的な価値」

体力や技術・戦術に関わった学習(運動技術の科学やコミュニケーション能力)
ルールやマナー等の規範行動(社会的統治能力)

学び方の学習(課題解決力)

体の仕組みと疾病の予防、健康と環境（保健分野：知識）

スポーツや保健の授業を通してそれぞれの能力を育成し、最終的には「生涯にわたって運動に親しむことのできる人」（生涯スポーツ）につなげていかなければならない。しかし、これらの学習を行う上での前提には基礎になる技術の習得が必要不可欠である。

確かにこの１年間、球技や器械運動を指導していてあまりにも、「突き指」や「打撲」、「捻挫」、「骨折」が多い気がする。特に学年が低くなるにつれて、さらに運動を苦手とする生徒にこの傾向が強い。ある程度、技能の形成を追求するために学年によっては時間配分（１単元時間の長さ）を考える必要がある。誰もが、参加できる状態（＝基礎技能の習得）があってこそ上の～の学習がより深まっていくと考える。