

<高等学校>

健康に関する知識を活用できる生徒を育てる保健の学習指導

—段階的な単元構成の工夫を通して—

福岡県体育研究所

長期派遣研修員 隈本 華行

目次

1 主題設定の理由	1-2
(1) 社会・教育の動向から	1
(2) 生徒の実態から	1
(3) これまでの実践から	2
2 主題・副主題について	2-4
(1) 主題の意味	2-3
(2) 副主題の意味	3-4
3 研究の目標	4
4 研究の仮説	4
5 研究の具体的構想	5-7
(1) 各段階の具体的支援	5
(2) 研究構想図	6
(3) 仮説検証の方途	6-7
6 研究の実際	8-33
(1) 【検証授業Ⅰ】第2学年 (生涯を通じる健康 イ 労働と健康)	8-21
(2) 【検証授業Ⅱ】第1学年 (現代社会と健康 エ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康)	22-33
7 研究のまとめ	33-35
(1) 全体考察	33-35
(2) 成果	35
(3) 課題	35
引用・参考文献	36
おわりに	37

健康に関する知識を活用できる生徒を育てる保健の学習指導
—段階的な単元構成の工夫を通して—

長期派遣研修員 福岡県立小郡高等学校 教諭 隈本 華行

1 主題設定の理由

(1) 社会・教育の動向から

我が国は、健康増進法をはじめとした法令に基づき、健康づくり運動を進めている。厚生労働省では、昭和53年から累次の国民健康づくり運動を展開してきており、令和6年度には、健康寿命の延伸を目指して、第5次国民健康づくりにあたる、健康日本21(第三次)が新たにスタートした。健康寿命とは、客観的な指標である「日常生活に制限のない期間」と、主観的な指標である「自分が健康であると自覚している期間」から算出される健康指標のことである。つまり、客観的な側面のみでなく、自身の主観的な側面からも健康を捉えることが必要である。併せて、健康課題は、ライフステージにおいて、薬物乱用やメンタルヘルス、感染症の問題など複雑化している。これらのことから、ライフステージの様々な健康課題に対応するとともに、よりよい意思決定・行動選択をして、自ら健康を保持増進できる力が求められていると考える。

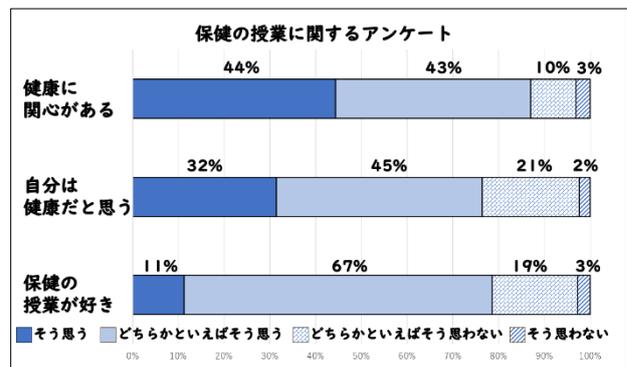
教育の動向として、高等学校学習指導要領(平成30年告示)解説保健体育編(以下「学習指導要領解説」という。)では、見方・考え方について、「各教科等を学ぶ本質的な意義の中核をなすものであり、教科等の学習と社会をつなぐものである」と示されている。また、保健の見方・考え方については、「個人及び社会生活における課題や情報を、健康や安全に関する原則や概念に着目して捉え、疾病等のリスクの軽減や生活の質の向上、健康を支える環境づくりと関連付けること」と示されている。このことから、保健の見方・考え方を働かせた学習指導とは、健康に関する知識を活用して、生徒が健康課題に気付いたり、課題解決の方法を模索したりして、保健の学習内容と実生活を結び付けることであると考えられる。

そこで、本研究では、保健の学習を通して、健康に関する知識を活用できる生徒を育てる授業の在り方を究明していく。このことは、生徒が生涯にわたって、健康を保持増進する上でも意義深い。

(2) 生徒の実態から

本校、第1、2学年の生徒に、保健の授業や健康に関する意識について調査するためにアンケートを行った。「健康に関心はありますか」の質問に、87%の生徒が「そう思う」、「どちらかといえばそう思う」と回答しており、多くの生徒が健康への関心をもっていることがわかる【図1】。また、「自分は健康だと思いますか」の質問に、77%の生徒が「そう思う」、「どちらかといえばそう思う」と回答しており、多くの生徒が自分の健康状態を肯定的に捉えていることがわかる。さらに、「保健の授業は好きですか」の質問に、78%の生徒が「そう思う」、「どちらかといえばそう思う」と回答しており、多くの生徒が保健の授業に対して肯定的に捉えていることがわかる。しかし、いずれの質問においても「どちらかといえばそう思う」の回答が43%~67%ある。これらの結果から、生徒は保健の授業や健康を保持増進することについて関心をもち、必要性を感じているものの、健康習慣を改善するなどして、健康増進をしようとすることはできていないと推察する。

以上のことを踏まえて、健康の重要性や、学習内容と実生活の関連を強く実感できるような授業づくりをすることで、明確な根拠をもち、自分の意思決定・行動選択によって、健康の保持増進を目指す生徒を育てたい。



【図1 実態調査アンケート】

(3) これまでの実践から

これまでの保健の学習指導では、生徒が学習への興味・関心をもち、知識を身に付けるために、ICTを取り入れたり、生徒が身近に感じる事例を挙げたりしてきた。これは、学期末に定期的を実施してきた授業アンケートの結果から、知識が身に付いたことを実感している生徒が多くいることがわかるなど、一定の成果があったと考える。しかし、生活習慣病の予防について学習した後も、睡眠不足や朝食欠食による体調不良の生徒がいるなど、学習内容と実生活やライフステージを結び付けて、考えたり活用したりすることができていない様子もあった。このことから、これまでの指導方法は知識を活用するための工夫が不十分であったと考える。

今後は、生徒が学習内容を生活に結び付け、生きがいや生活の質の向上の重要性に気付くことができるようにするための、工夫した授業づくりを実践したい。そうすることで、生徒が健康に関する知識を身に付けるだけでなく、自分の健康に関して考えたり、実生活やライフステージに生かしたりできる力が必要であると考え、本主題を設定した。

2 主題・副主題について

(1) 主題の意味

ア 「健康に関する知識」について

「健康に関する知識」とは、実生活やライフステージにおいて、自分や他者、社会の視点から健康を保持増進するために必要な知識のことである。

「実生活やライフステージ」とは、授業以外における生徒の日常生活や、加齢に伴う生涯の各段階のことである。学習指導要領解説では、小学校からの保健教育の系統性を踏まえて、最終段階にあたる高等学校では、個人及び社会生活における健康・安全に関する内容となっている

【資料1】。このことから、高等学校では、小学校段階から積み上げて

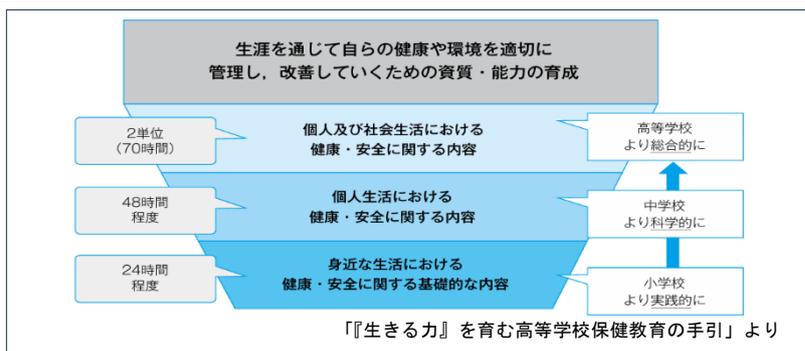
きた健康に関する知識を、より総合的に捉えさせ、生涯を通じて自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力の育成が求められていることがわかる。

イ 「健康に関する知識を活用できる生徒」について

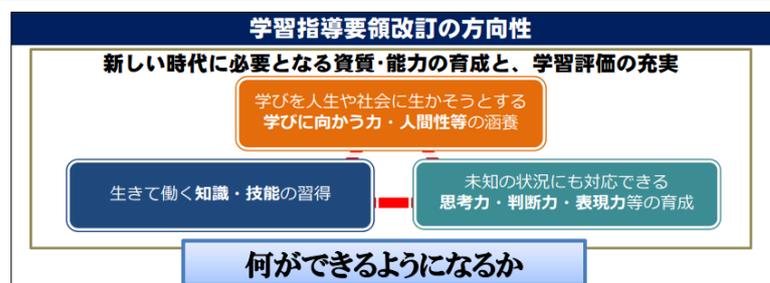
「健康に関する知識を活用できる生徒」とは、生涯にわたって健康を保持増進することを目指して、自らよりよい意思決定・行動選択をすることができる生徒のことである。

学習指導要領解説では、変化が激しいこれからの社会を生きていくために必要な資質・能力の総称である「生きる力」を育成することの意義が示されている。ここには、子供たちが未来社会を切り拓くために育成すべき資質・能力の三つの柱を基に、「何ができるようになるか」が明確化されている

【資料2】。これにより、三つの資質・能力をバランスよく育成することで、よりよい意思決定・行動選択に繋がると考える。さらに、実生活やライフステージを見据えた学習活動を積み重ねることで、生涯にわたって健康を保持増進する生徒の育成に繋がると考える。



【資料1 保健教育の系統性】



【資料2 学習指導要領の方向性】

以上のことを踏まえて、健康に関する知識を活用できる生徒の姿を【表1】にまとめる。

【表1 目指す生徒の姿】

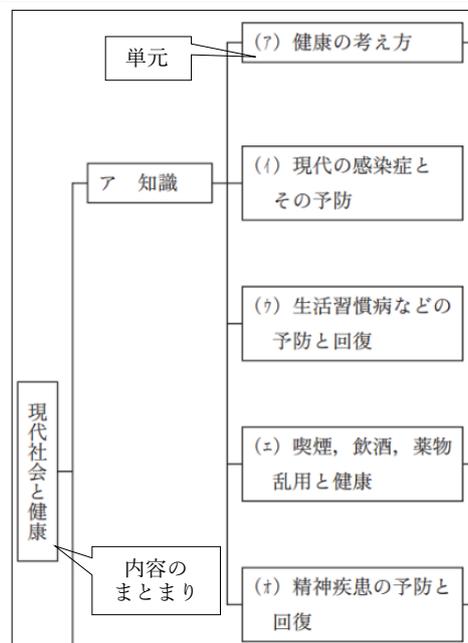
資質・能力	目指す生徒の姿
知識及び技能	実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題やその要因、解決方法について理解できる。
思考力、判断力、表現力等	実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題を発見したり解決したりして、表現することができる。
学びに向かう力、人間性等	実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題や解決方法について、主体的に考え、健康増進を目指そうとしている。

(2) 副主題の意味

ア 「単元構成」について

「単元構成」とは、単元を一つのまとまりとして捉え、単元観や単元の目標を明確にして、指導と評価の計画を立てることである。

中央教育審議会から出された「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（答申）」（平成28年12月）（以下「答申」という。）では「単元」について、「各教科等において、一定の目標や主題を中心として組織された学習内容の有機的な一まとまりのこと」と説明されている。学習指導要領解説において、「保健」の内容は、「現代社会と健康」が内容のまとまり、「(ア)健康の考え方」～「(イ)精神疾患の予防と回復」が単元である【資料3】。また、『『指導と評価の一体化』のための学習評価に関する参考資料』（国立教育政策研究所）では、単元の評価規準の作成について、「単元の評価規準は、生徒の実態等を考慮しつつ、内容のまとまりごとの評価規準をもとに作成する。」【資料4】と示されるなど、単元としてのまとまりが重要視されている。本研究では、一つの単元を一つのまとまりとして考え、教科書の内容構成にとらわれず、単元観や単元の目標を明確にして、指導と評価の計画を立てる。



【資料3 「『保健』3内容」から一部抜粋】

ウ 「単元の評価規準」を作成する際のポイント

単元の評価規準は、生徒の実態等を考慮しつつ、内容のまとまりごとの評価規準をもとに作成する。本事例では、文末を以下のとおりに変えることで評価規準を作成している。

○「知識・技能」のポイント

学習指導要領解説における「2 内容」の記載を基に評価規準を作成する。その際、保健の技能はその行い方についての知識の習得と併せて指導することが大切であるため、原則や概念に関する知識に加えて、該当する技能についての行い方に関する知識も評価規準に加筆することも考えられる。

- ・「知識」については、解説の「～理解している」と記載してある部分の文末を「～について、理解したことを言ったり書いたりしている」として、評価規準を作成する。
- ・「技能」については、解説の「～できるようにする」と記載してある部分の文末を「～について、理解したことを言ったり書いたりしているとともに、(～が) できる」として、評価規準を作成する。

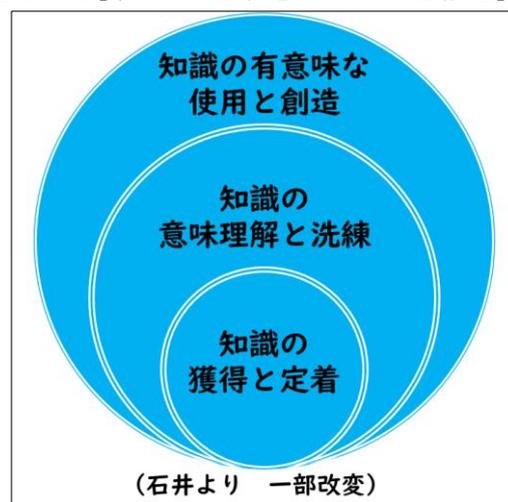
【資料4 「『指導と評価の一体化』のための学習評価に関する参考資料」から一部抜粋】

イ 「段階的な単元構成の工夫」について

「段階的な単元構成の工夫」とは、単元を「知る」、「関連させる」、「深める」の三段階に分けることである。

本研究では単元を、「知る」段階、「関連させる」段階、「深める」段階の三段階に分けて構成する。石井(2015)は、学力・学習の質的レベルを「知識の獲得と定着」、「知識の意味理解と洗練」、「知識の有意味な使用と創造」の順に階層別で説明している【図2】。階層の低次の段階では、単一の知識であるが、階層の高次になるにつれて他の知識との関連や考えが加わることで意味をもち、新たな知識に繋がる過程が示されている。本研究では、石井の学力・学習の質的レベルを参考にして「知識の獲得と定着」を「知る」、「知識の意味理解と洗練」を「関連させる」、「知識の有意味な使用と創造」を「深める」と捉えた。

また、答申では、主体的・対話的で深い学びを実現するための授業改善について、「各教科等の特質に応じた『見方・考え方』を働かせながら、知識を相互に関連付けてより深く理解したり、情報を精査して考えを形成したり、問題を見いだして解決策を考えたり、思いや考えを基に想像したりすることが重要である」と示されている。つまり、知識を身に付けて活用していく学習過程が、主体的・対話的で深い学びの実現に繋がると考えられる。これらのことを参考にして、本研究では、各段階に、【表2】のような活動を仕組む。



【図2 学力・学習の質的レベル】

【表2 段階的な単元構成】

段 階	第一段階 知る	第二段階 関連させる	第三段階 深める
活 動	・個人やグループで、既存の知識や経験を基に、健康に関する現状や課題について話し合う。	・単元の中から内容を選択し、個人で調べたり、調べた内容をグループで共有・比較したりする。 ・他グループで発表して協議し、新たな知識や意見を基に付加・修正する。	・これまでの学習内容を参考にして、単元の内容に関連する事例について、その課題と解決方法をグループで考える。

3 研究の目標

健康に関する知識を活用できる生徒を育てるために、段階的に単元構成を工夫することの有効性を究明する。

4 研究の仮説

保健の学習において、段階的な単元構成の工夫を行えば、健康に関する知識を活用できる生徒を育てることができるであろう。

5 研究の具体的構想

(1) 各段階の具体的支援

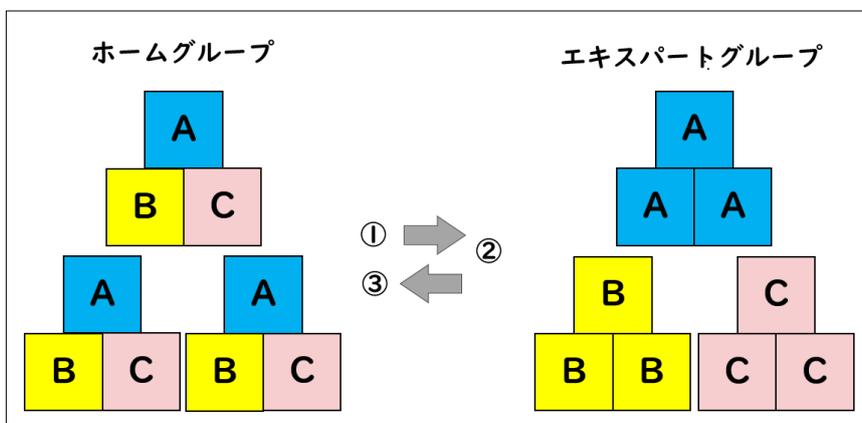
ア マインドマップの活用 [知る段階]

マインドマップとは、情報の関係を視覚的に表現できる思考ツールである。思考ツールとは、頭の中にある情報を具体的なキーワードにして書き込むためのシンプルな枠組みである。併せて、キーワードを見える化することで他者にもわかりやすく伝えることができる。思考ツールの一つであるマインドマップは、あるテーマに関連する知識や考えを記述し、それらに関連付けて繋げ、階層別に表示することができる特徴がある。さらに、階層別に表示することで、情報を順序立てて整理することができる。

本研究では、生徒が一人一台持っている Chromebook を活用して、インターネット上のアプリ、「Mind Meister」を使用する。これは、生徒用の Google アカウントを経由してログインし、使用できるアプリである。この、「Mind Meister」を使用することで、生徒同士や教師との共有をスムーズにする効果がある。また、データをクラウド上で管理できることから、デジタルポートフォリオとして学習ツールや評価ツールとして活用できると考える。

イ ジグソー法の活用 [関連させる段階]

ジグソー法とは、協同学習を促すためにアロンソン(1970)によって編み出された方法である。ジグソー法は、まず、ホームグループの中で担当する課題を選択する。次に担当する課題について個人で調べ学習に取り組む。また、同じ課題同士で集まるエキスパートグループを作成して、意見交換したり課題解決に取り組んだりするエキス



【図3 ジグソー法の活用例】

パート活動によって、専門性を高める。最後に、ホームグループに戻り、学習内容を共有して意見交換する【図3】。このように、ジグソー活動を行い、生徒間の学び合いを促進できると考える。

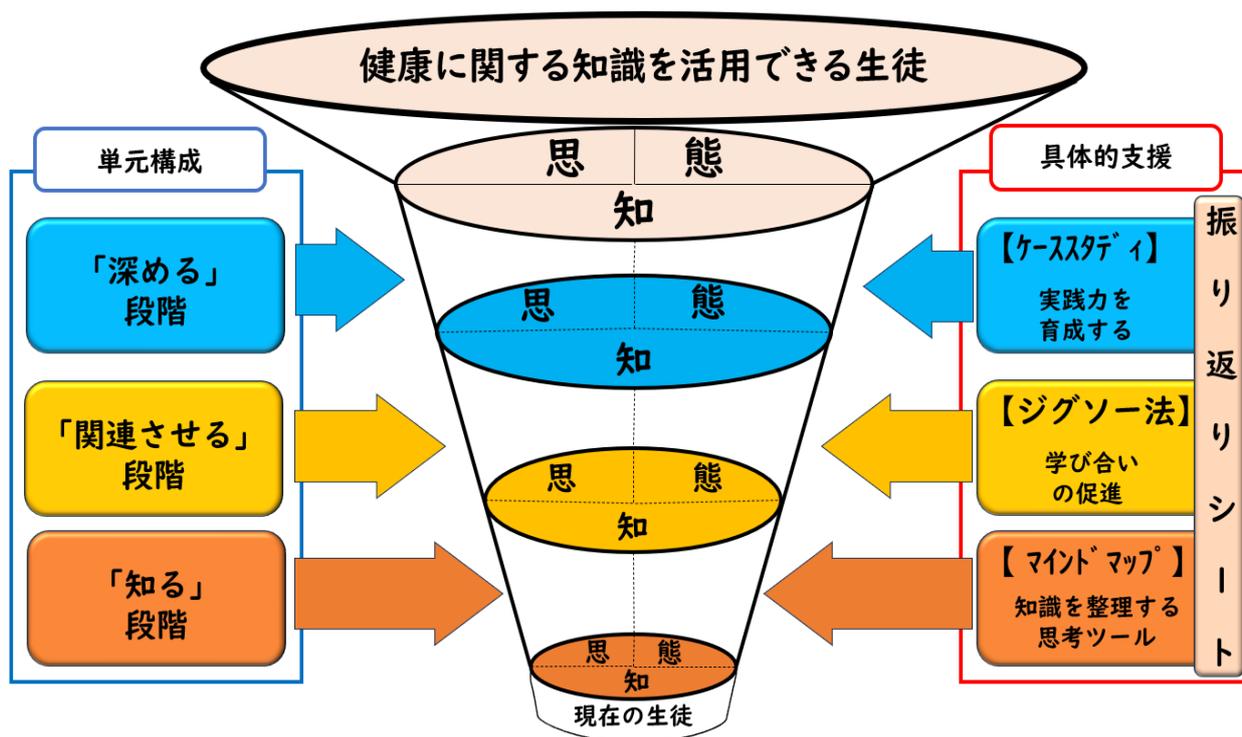
ウ ケーススタディの活用 [深める段階]

ケーススタディとは、与えられた課題や学習内容について、当事者意識をもてるようにするために、課題を発見したり解決したりする学習方法のことである。本研究では、単元の内容に関連する事例を挙げることで、課題を発見したり解決したりして、自分事として課題を捉えることができるようにする。これにより、これまでに身に付けた知識を活用し、実生活やライフステージに関連付けながら学習内容を深めることができると考える。

エ 振り返りシートの活用 [単元共通]

振り返りシートとは、毎時間の終末場面に活用する学習カードのことである。授業で身に付けた知識や健康課題とその解決方法、生活に役立てられそうな内容を、振り返りシートに記述させることで、本時の学習内容を整理することができるようにする。振り返りシートの構成については、OPPA (One Page Portfolio Assessment) の様式を用いて、1枚のシートで単元全体を通じて共通して、同じ内容の質問を続ける。これにより、新たに身に付けた知識や考え方、気づきなどを毎時間に記録し、生徒が知識の積み重ねを実感することができるようにする。併せて、評価ツールとしても活用できると考える。

(2) 研究構想図



(3) 仮説検証の方途

ア 対象

福岡県立小郡高等学校 第2学年 2、3、4、5組 (159名) 検証授業Ⅰ
 第1学年 1、2、3、5組 (159名) 検証授業Ⅱ

イ 期間

検証授業Ⅰ 令和6年9月12日～10月11日
 生涯を通じる健康 (イ) 労働と健康 ⑦ 労働災害と健康
 ⑧ 働く人の健康の保持増進

検証授業Ⅱ 令和6年10月8日～10月30日
 現代社会と健康 (エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 ⑦ 喫煙、飲酒と健康
 ⑧ 薬物乱用と健康

実践	検証授業Ⅰ				検証授業Ⅱ			
単元	労働と健康				喫煙、飲酒、薬物乱用と健康			
対象	第2学年				第1学年			
時数	第1時	第2時	第3時	第4時	第1時	第2時	第3時	第4時
日程	9/12	9/19	9/26	10/10	10/8	10/15	10/22	10/29
	2-2,2-5	2-2,2-5	2-2,2-5	2-2,2-5	1-2,1-5	1-2,1-5	1-2,1-5	1-2,1-5
	9/13	9/20	9/27	10/11	10/9	10/16	10/23	10/30
	2-3,2-4	2-3,2-4	2-3,2-4	2-3,2-4	1-1,1-3	1-1,1-3	1-1,1-3	1-1,1-3

ウ 検証の内容と方法

		検証内容	検証方法	判定の目安等	
検証Ⅰ	知識及び技能	実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題やその要因、解決方法について理解できているか	○様相観察 ○振り返りシートの記述	A	健康増進に関する知識について、具体例を挙げて言ったり書いたりしている
				B	健康増進に関する知識について、言ったり書いたりしている
				C	判定 A、B 以外
			○事前事後アンケート	・アンケートの結果の分析	
			○事後アンケートの記述	・生徒の記述内容の分析	
検証Ⅱ	思考力、判断力、表現力等	実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題を発見したり解決したりして、表現することができているか	○様相観察 ○振り返りシートの記述	A	健康課題とその解決方法について、自他や社会の視点から、言ったり書いたりしている
				B	健康課題とその解決方法について、言ったり書いたりしている
				C	判定 A、B 以外
			○事後アンケートの記述	・生徒の記述内容の分析	
検証Ⅲ	学びに向かう力、人間性等	実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題や解決方法について、主体的に考え、健康増進を目指そうとしているか	○様相観察 ○振り返りシートの記述	A	健康増進を目指して、学習した内容を、実生活やライフステージに関連付けて、言ったり書いたりしている
				B	健康増進を目指して、学習した内容を、言ったり書いたりしている
				C	判定 A、B 以外
			○事後アンケートの記述	・生徒の記述内容の分析	

※様相観察については、グループ活動や発表の中で、テーマに基づいた具体例や、自他や社会の視点、実生活やライフステージを踏まえた視点に沿った発言の有無を見取った。

6 研究の実際

(1) 【検証授業Ⅰ】全4時間（令和6年9月12日～10月11日）

ア 単元

保健 生涯を通じる健康 (イ) 労働と健康 ① 労働災害と健康
④ 働く人の健康の保持増進

【単元観】

生涯の各段階においては、健康に関わる様々な課題や特徴がある。生涯にわたって健康に生きていくためには、生涯の各段階と健康との関わりを踏まえて、適切な意思決定や行動選択及び社会環境づくりが不可欠であることを理解するとともに、生涯の各段階や労働における健康課題の解決に向けて思考・判断・表現できるようにする必要がある。

イ 単元目標

【知識及び技能】

労働災害と健康、働く人の健康の保持増進について、理解することができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】

労働と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】

労働災害と健康、働く人の健康の保持増進についての学習に、主体的に取り組もうとすることができるようにする。

ウ 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>①労働による傷害や職業病などの労働災害は、作業形態や作業環境の変化に伴い質や量が変わってきたこと、また、労働災害を防止するには、作業形態や作業環境の改善、長時間労働をはじめとする過重労働の防止を含む健康管理と安全管理が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>②働く人の健康の保持増進は、職場の健康管理や安全管理とともに、心身両面にわたる総合的、積極的な対策の推進が図られることで成り立つこと、労働と健康に関する法律等が制定された背景や趣旨、また、働く人の日常生活においては、積極的に余暇を活用するなどして生活の質の向上を図ることなどで健康の保持増進を図っていくことが重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p>	<p>①労働災害と健康について、情報を整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見するとともに、個人の取組と社会的対策を整理して、労働災害を防止するための方策を説明している。</p>	<p>①労働災害と健康、働く人の健康の保持増進について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとしている。</p>

エ 指導と評価の計画

段階	時数	主な学習活動	評価方法
知る	1	<ol style="list-style-type: none"> 1 オリエンテーション 2 単元全体の計画と本時の学習内容を確認 3 単元や本時の目標を確認 4 ブレインストーミングの仕方を確認 5 項目ごとにブレインストーミング 6 単元の目標を踏まえて、振り返りシートに記入 7 まとめ、授業の振り返り 	<p>【学習活動5】(知-①、②)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マインドマップ ・様相観察 <p>【学習活動6】(知-①、②)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・振り返りシート ・様相観察
関連させる	2	<ol style="list-style-type: none"> 1 前時までの振り返り 2 単元や本時の目標、学習内容を確認 3 マインドマップから、学習内容を選択 4 個人やグループでインターネットを使って調べ学習 5 学習内容を基にスライド作成 6 単元の目標を踏まえて、振り返りシートに記入 7 まとめ、授業の振り返り 	<p>【学習活動5】(思-①)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スライド ・様相観察 <p>【学習活動6】(思-①)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・振り返りシート ・様相観察
	3	<ol style="list-style-type: none"> 1 前時までの振り返り 2 単元や本時の目標、学習内容を確認 3 作成したスライドを基に、説明準備 4 スライドを用いて、学習内容をグループで互いに説明 5 説明内容についてグループで意見交換 6 単元の目標を踏まえて、振り返りシートに記入 7 まとめ、授業の振り返り 	<p>【学習活動4】(態-①)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・様相観察 <p>【学習活動4】(思-①)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スライド ・様相観察 <p>【学習活動6】(思-①)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・振り返りシート ・様相観察
深める	4	<ol style="list-style-type: none"> 1 前時までの振り返り 2 単元や本時の目標、学習内容を確認 3 単元の内容に関する事例について考える。 4 事例の課題や解決策について、グループでスライド作成 5 作成したスライドを基に、全体で発表 6 単元の目標を踏まえて、振り返りシートに記入 7 まとめ、授業の振り返り 	<p>総括的評価</p>

オ 授業の実際と考察

(7) 知る段階（第1時）[マインドマップの活用]

a 第1時

活動の目的	広く情報収集する。
学習活動	「働くことと健康」、「労働災害の防止」、「働く人の健康づくり」をテーマに、マインドマップでキーワードを結び付け、知識を身に付ける。

導入時では、まず、単元を通して「生涯にわたって健康に生きていくために、日常生活で使える知識を身に付け、実践できることを見出す」ことを目標とすることを説明した。そのために、本単元では一単位時間ごとに「働くことと健康」、「労働災害の防止」、「働く人の健康づくり」を学習していくのではなく、単元を通して「労働と健康」に関する健康課題やその要因、解決方法について調べてまとめたり、まとめたことをグループで共有したりすることを伝えた【資料5】。これらのことは、毎時間の導入時に繰り返し説明し、単元を通した目標を確認するようにした。

次に、マインドマップを操作するアプリ「Mind Meister」へのログインについて指示した。生徒は、使ったことがないアプリに興味を示し、使用方法をさまざま試して、「みんなで、1つのマップを作れるんだね。」「いつもと違って、ワクワクするね。」と発言していた【資料6】。

展開時では、まず、教師が事前に作成したマインドマップを生徒に配信して、使用方法を説明した。「働くことと健康」、「労働災害の防止」、「働く人の健康づくり」のそれぞれの大テーマに基づいて、教師が小テーマを設定した。生徒は、小テーマから考えられるキーワードを入力して広げ、ブレインストーミングに取り組んだ【資料7】。生徒は「〇〇ワークという言葉がたくさんあるね。」「時間や場所や方法の、どれも働き方は多様だね。」など、気付いたことを発言しながら意見交換をして活動していた。

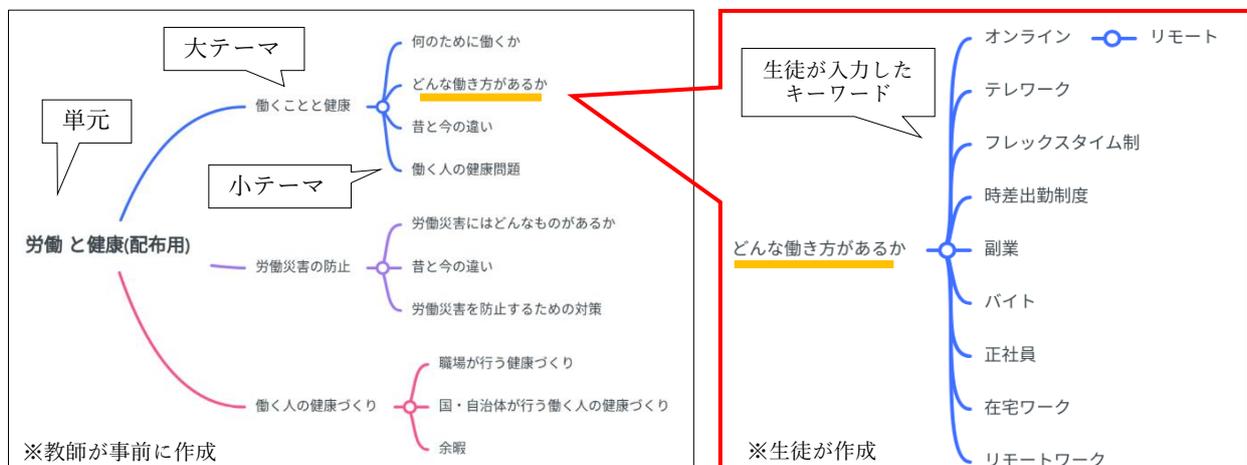
全4時間の計画

単元 時数	労働と健康			
	1時間目	2時間目	3時間目	4時間目
従来	8 働くことと健康 (P100-101)	9 労働災害の防止 (P102-103)	10 働く人の健康づくり (P104-105)	まとめ 小テスト
限本 style	広く 情報収集	深く 情報収集	グループで 情報共有	事例で シミュレーション

【資料5 単元構成について示したスライド】



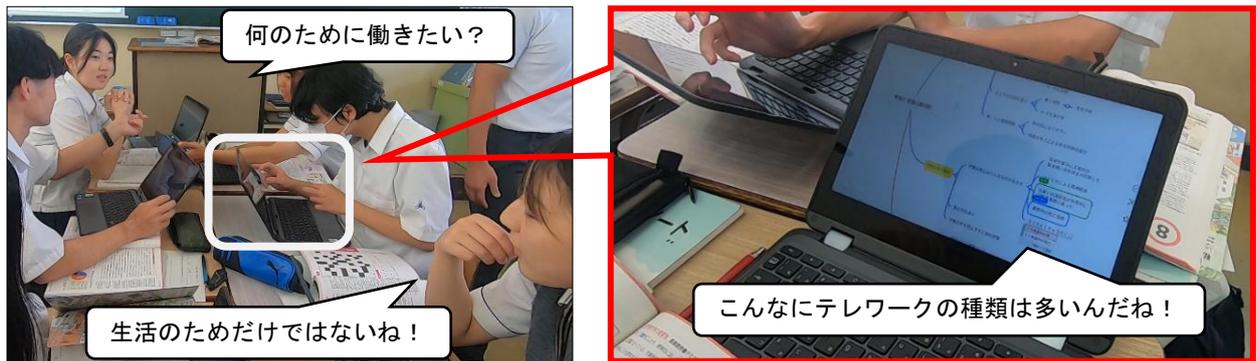
【資料6 Mind Meister を操作する生徒の様子】



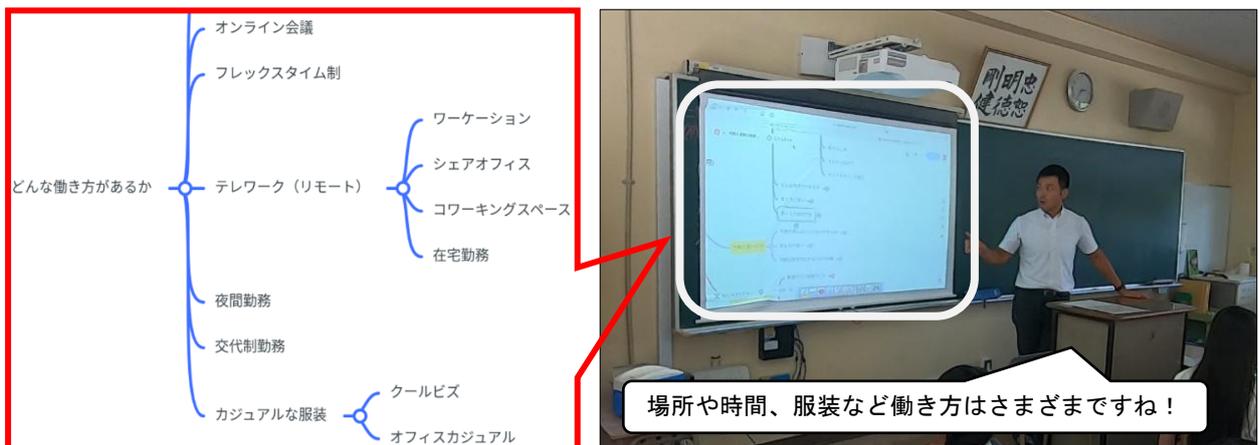
【資料7 マインドマップの活用例】

次に、マインドマップを活用したグループ活動の手順について説明した。ここでは、6人1グループで共有して1つのマインドマップに入力して知識を広げることを目的にした。生徒はグループで協力して、教科書やインターネット、これまでの学習内容や自分の経験などを参考にして、多くのキーワードを表出していた【資料8】。

そして、テーマごとに教師が解説し、要点を整理した。ここでは、教師が作成した例示を基に、生徒が理解すべき内容を説明した【資料9】。生徒は解説を聞き、必要に応じてマインドマップに付加・修正してキーワードを入力した。あるグループでは、働く場所の多様化について興味をもち、リモートワークについてマインドマップを広げた。生徒は、シェアオフィスやコワーキングスペースの利用が普及していることを初めて知り、福岡県内で取り入れられているリモートワークに関する事例について検索する姿が見られた。



【資料8 生徒がマインドマップに入力する様子】



【資料9 教師が作成した例示をもとに解説する様子】

終末時では、まず、本時を振り返ることができるように、4時間の単元構成についてスライドで示し、単元や本時の目標、次時の流れを確認した。

次に、振り返りシートを配布し、説明した。振り返りシートでは、新たに身に付けた知識等を毎時間記録し、積み重ねることで、生徒が自ら学習過程を振り返ることができるようにした【資料10】。

生徒は作成したマインドマップを見返しながらか、振り返りシートに記入していた。

「労働と健康」振り返りシート			
2	年	組	番 氏名:
① 1時間目の授業で、新たに身に付けた知識を書きましょう。			
② 1時間目の授業で見出した、健康課題とその解決方法について書きましょう。			
③ 1時間目の授業で、生活に役立てられそうな内容を書きましょう。			

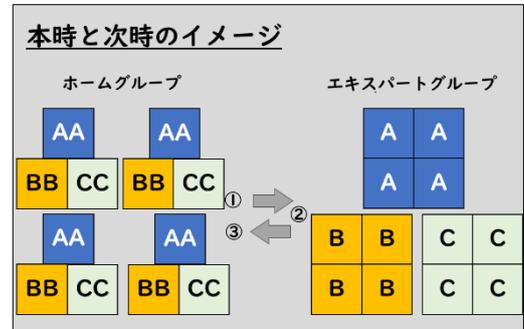
【資料10 振り返りシート】

(イ) 関連させる段階 (第2、3時) [ジグソー法の活用]

a 第2時

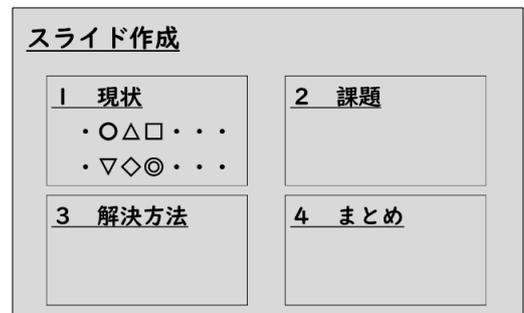
活動の目的	深く情報収集する。
学習活動	第1時で活用したマインドマップの中から、任意のキーワードについて、個人で調べ学習を行い、スライドにまとめる。

導入時では、本時の流れについて説明した。ここでは、ジグソー法を活用して、エキスパート活動として調べ学習を行うために、グループ分けや次時との繋がりについて説明した【資料11】。グループは、6人のホームグループを、3つの大テーマ別のエキスパートグループに分けるようにした。生徒は、グループ内の役割を自覚し、「しっかり調べて、みんなに教えてあげるね。」と発言して、グループの学習活動に貢献しようとする姿が見られた。



【資料11 活動を説明したスライド】

展開時では、まず、スライドの作成方法について説明した【資料12】。ここでは、次時に3分間で説明できる資料として、生徒はそれぞれスライド4～6枚を目安に、調べ学習の内容をまとめるようにした。



【資料12 スライド作成の例示】

次に、調べ学習に取り組む時間を設けた。ここでは、調べ学習のテーマが同じ生徒同士で集まり、調べた内容について情報交換しながらスライドを作成できるようにした。生徒は、困ったときには、「『現状』はどうやって調べるといいかな。」、「ハラスメントの問題は、厚生労働省のホームページが分かりやすかったよ。」などと相談し合い、ハラスメント対策に関するスライド【資料13】を作成する姿が見られた。

そして、生徒の進捗状況を確認して、適宜、声掛けをした。生徒は、教科書やインターネットの情報を引用するのみで、自分の生活習慣や健康課題など、個人的な視点や考え方を取り入れることができている場合があった。そこで、声掛けをする際には、健康課題は多様であることや、人によって感じ方が違うことについて気付くことができるようにした。これにより、運動習慣を確立できていない生徒が、「通勤方法を工夫して、運動量を増やすくらいなら私にもできそう。」と発言し、実生活を想起してスライドを作成する姿が見られた。

終末時では、本時に作成したスライドを用いて、次時に説明することを確認した。次時に向けては、説明する際に、選択する言葉や取り扱う事例を精選して伝える工夫をするよう助言した。

<p>ハラスメント対策 おもにパワハラについて</p>	<p>現状</p> <ul style="list-style-type: none"> 3大ハラスメントがある 1、パワーハラスメント (パワハラ) 2、セクシュアルハラスメント (セクハラ) 3、妊娠、出産に関するハラスメント (マタハラ) 	<p>解決方法</p> <ul style="list-style-type: none"> 会社でのコミュニケーションを活性化させる ハラスメント対策の部署を設立する ストレスチェックをする ポスターで呼びかけ <p>ポスター例→</p>
<p>パワハラを受けたことがある人の割合 (年齢別)</p> <p>アンケートの結果を見て、どの年代もパワハラを少しでも受けたと感じる人がいることが読み取れる。(2022年)</p>	<p>職場でのハラスメントの課題</p> <ul style="list-style-type: none"> 職場環境に影響がでて周りの人にも影響がある 「心の傷」として残る可能性がある ある 信頼関係が失われる 働く意欲がなくなる 	<p>まとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> 職場のハラスメントは3つある そもそもハラスメントが起きないようにするには、職場でのコミュニケーションを活発にすることが大切! 2022年のときでも高い割合でパワハラを受けたと感じる人がいたので、2024年の今はまだ多くの人がパワハラを感じているかも、

【資料13 生徒がエキスパート活動で「労働災害の防止(ハラスメント対策)」について作成したスライド】

b 第3時

活動の目的	グループで情報共有する。
学習活動	第2時に作成したスライドを用いて、グループで説明し合うことで情報共有して、学習内容を関連させる。

導入時では、ジグソー活動として、グループで情報共有するために、説明の準備をする時間を設けた。生徒は、前時のエキスパート活動で作成したスライドを基に、説明する準備をしていた。ジグソー活動のポイントとして、話し手は資料を読むだけにならないように、自分の言葉で説明できるよう伝えた。生徒は、「もっと伝わりやすい表現はないかな。」と発言し、原稿をつくるなど、グループで説明する準備に取り組んでいた【資料14】。聞き手については、話しやすい雰囲気づくりや、自分が調べた内容との比較をしながら聞くように伝えた。



【資料14 説明準備をする生徒の様子】

展開時では、まず、ジグソー活動の手順について説明した。1人3分間の説明が上手くできるように、各グループで進行係や計時係を決めて始めるように伝えた。併せて、グループの全員が説明を終えたら、互いに質問し合って振り返りを行うことも伝えた。生徒は、「私が進行係をするから、誰か計時係をしてほしいな。」と発言するなど、グループで役割分担をして、スムーズに進行できる準備をしている様子であった。



【資料15 スライドで説明する生徒の様子】

次に、ジグソー活動の時間を設け、生徒は互いに説明し合い、情報共有した。生徒は緊張した様子もあったが、自分の意見も交えながら伝える工夫をして、説明していた【資料15】。多くの生徒が3分間で、調べた内容や自分の考えをしっかりと伝えることができていた。



【資料16 質疑応答の様子】

そして、全員が説明を終えたグループから順に、互いに質問し合って振り返りができるようにした。生徒は実生活に置き換えて考えたり、話し手の個人的な見解を聞き出したりするなどして、互いの学習内容を比較しながら、活発で具体的な内容の質疑応答をしていた。生徒は、「働きやすい職場って、どんな所かな。」「さっきのグラフをもう一度見せてほしい。」と発言し、他者の説明から学び取ろうとする姿が見られた【資料16】。また、あるグループでは、「労働災害の防止」について調べた生徒が、「働くことと健康」について調べた生徒の説明を聞いたことで、「過重労働の対策は、リモートワークを導入することで解決できることもあるね。」と発言し、学習内容を関連させたことで、新たな発見をした生徒の姿が見られた。

終末時では、これまでの学習内容を参考にして、次時にケーススタディに取り組むことを確認した。また、Google Classroomに提出したスライドに誤った情報があった場合は、訂正して返信することを伝えた。

(ウ) 深める段階（第4時）[ケーススタディの活用]

a 第4時

活動の目的	事例でシミュレーションする。
学習活動	「働くことと健康」、「労働災害の防止」、「働く人の健康づくり」のそれぞれのテーマに沿って教師が作成した事例について、その課題と解決策をグループで考え、1つのスライドにまとめる。

導入時では、ケーススタディのまとめ方について、スライドを使って説明した【資料17】。ここではGoogleスライドを使って、ケーススタディで導き出した課題と解決策について、グループで協力してまとめた。生徒は、「まずは、みんなで課題をたくさん出してみようよ。」、「それぞれで課題と解決策を考えて、持ち寄ろうよ。」と発言し、グループごとに役割分担をしたり、共同作業をしたりしていた。

展開時では、まず、ケーススタディで設定する事例を、Google Classroomを通じて提示した【資料18】。ここでは「働くことと健康」、「労働災害の防止」、「働く人の健康づくり」のそれぞれのテーマに沿って教師が作成した事例を通して、課題を発見し、解決策を考えることをねらいとした。ある生徒は、ケース②を提示され、「当事者しか分からない雰囲気ってあるよね。」と発言し、事例を自分に置き換えて考える様子が見られた。

まとめ方

課題1 ・○△□・・・ ・▽◇◎・・・ 解決策1 ・○△□・・・ ・▽◇◎・・・	課題2 ・○△□・・・ ・▽◇◎・・・ 解決策2 ・○△□・・・ ・▽◇◎・・・
---	---

【資料17 生徒に示したスライド】

ケース①（働くことと健康）

Aさんは、IT企業で働く30歳で、2人の子をもち、4人で暮らすソフトウェアエンジニアです。新型コロナウイルスの影響で、2020年からリモートワークが導入されました。Aさんは、リモートワークのメリットを感じつつも、生活の変化に戸惑っています。

ケース②（労働災害の防止）

Bさんは30歳の既婚で、広告代理店で働いています。Bさんは、大規模プロジェクトのリーダーとして抜擢され、深夜の退勤や休日の出勤が常態化しています。さらに、上司からの過度な要求や叱責、妊活したくても言い出せない雰囲気などから、精神的にも追い詰められています。

ケース③（働く人の健康づくり）

Cさんは、福岡市の製造業で働く21歳独身のアルバイトです。Cさんは、長時間の立ち仕事や重い物を持つ作業が多く、身体的な負担が大きい職場環境にあります。仕事量が多く、昼休みを取れないことが常態化しています。また時給900円で、家賃や光熱費を支払う生活が苦しい状況です。

【資料18 ケーススタディで設定した事例】

次に、課題と解決策について考える際のポイントを説明した。事例の健康課題は多様で、解決策も1つに限らないため、さまざまな視点を踏まえてまとめるように伝えた。生徒は、事例の背景を仮定したり自分に置き換えたりして、自由な発想で活発に意見交換をした。ある生徒はケース①に取り組み、「コロナ禍で友達と会えなかったのは寂しかった。今では、メンタル面に影響があったと思うな。」、ある生徒はケース②に取り組



【資料19 意見交換する生徒の様子】

み、「生徒会役員に選出されて、頑張り過ぎて体調を崩したことがある。」と発言するなど、自分の経験と関連させて考えている姿が見られた【資料19】。

そして、生徒は各グループ2つずつ、課題とその解決策について全体で発表した。生徒はこれまでの学習で身に付けた知識を基に、グループで考えた内容を付加して、さまざまな視点からの提案を発表した。本単元では、長時間労働による生活習慣の悪化や精神疾患など、自分の体への影響とその対策のみに陥ってしまうことが



【資料20 発表する生徒の様子】

予測された。そのため、自分を取り巻く他者への影響や、社会環境の視点からの解決策について考えを深めることができるように声掛けをした。その結果、過重労働に苦しむ家族への支援や、働きやすい社会に向けた法律の整備について提案する生徒の姿が見られた【資料20】。

終末時では、まず、ケーススタディの総括をするために、テーマごとに課題と解決策の例を挙げながら説明した。ここでは、自分や他者、社会環境のすべての視点に触れることができるようにした。自分が取り組んでいない事例の説明を聞いた生徒は、自分だったらどうするかを考えたり、自分が調べた内容を関連付けたりしながら、真剣に聞いていた。

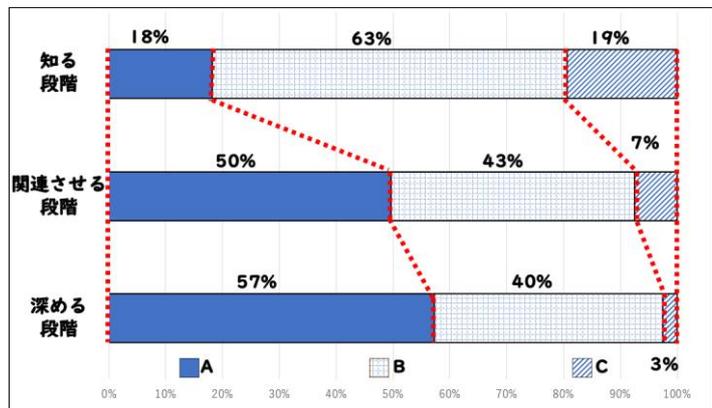
最後に、作成したスライドを Google Classroom で提出させた。

結果と考察

【検証I】実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題やその要因、解決方法について理解できているか。(知識及び技能)

(1) 様相観察、振り返りシート①の記述

知る段階では、A判定の生徒が18%であったが、段階を重ねる度に50%、57%と次第に増加した。また、C判定の生徒については、知る段階では19%であったが、段階を重ねる度に7%、3%と次第に減少した【図4】。これらのことから、マインドマップやジグソー法、ケーススタディを活用した段階的な単元構成を通して、健康課題やその要因、解決方法について言ったり書いたりできる生徒が増加したことがわかる。判断の目安については、【表3】にまとめた。



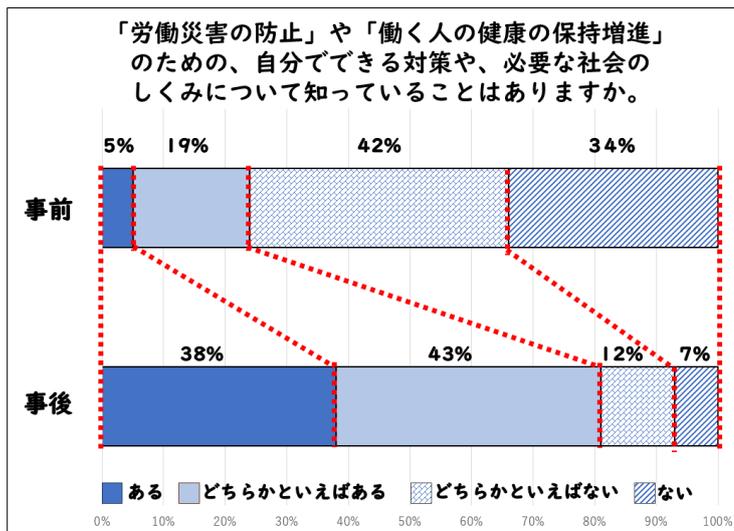
【図4 検証I 様相観察、振り返りシートの判定結果】

【表3 検証Iの判断の目安と記述例】

判定	判断の目安
A	健康増進に関する知識について具体例を挙げて言ったり書いたりしている。 健康管理が大変だと思いました。 特に、睡眠時間の確保が重要です。と思います。
B	健康増進に関する知識について言ったり書いたりしている。 自分の家族の人の健康について、どのようにおそれるべきなのかを考えることができました。 仕事をしている人たちにどう向き合うかも重要だと思ひ、自分が将来仕事で健康に問題があればどう対応すべきかを学べたので、大人になった役に立つと思ひました。
C	判定A、B以外

(2) 事前事後アンケート

『労働災害の防止』や『働く人の健康の保持増進』のための、自分でできる対策や、必要な社会のしくみについて知っていることはありますか。」のアンケートでは、事前に「ある」、「どちらかといえばある」と肯定的に捉えた生徒が 24%であった。事後では「ある」、「どちらかといえばある」と肯定的に捉えた生徒は 81%になり、57 ポイント増加した【図5】。これらの結果から、生徒は本単元を通して、健康増進に向けて「労働と健康」における知識を身に付けたと実感していることがわかる。



【図5】 検証Ⅰに関する事前事後アンケートの結果

(3) 事後アンケートの記述

【資料 21】は、『労働災害の防止』や『働く人の健康の保持増進』のための、自分でできる対策や、必要な社会のしくみについて知っていることについて具体的に書いてください。」のアンケートに対する回答の抜粋である。生徒が健康増進に向けて、「労働と健康」における知識を身に付けたと実感した内容である。多くの生徒が、これまでの学習内容を参考にして、「労働災害の防止」や「働く人の健康の保持増進」について具体的に記述できた。生徒の記述から、自分のできることを見出していることがわかる。

食事・運動・休養で体の健康、人間関係で心の健康を増進できる。
労働者の健康状態にも責任をもつことが会社の役割だということがわかった。
家族や職場に相談できる状況をつくる。難しい場合は相談窓口を利用する。

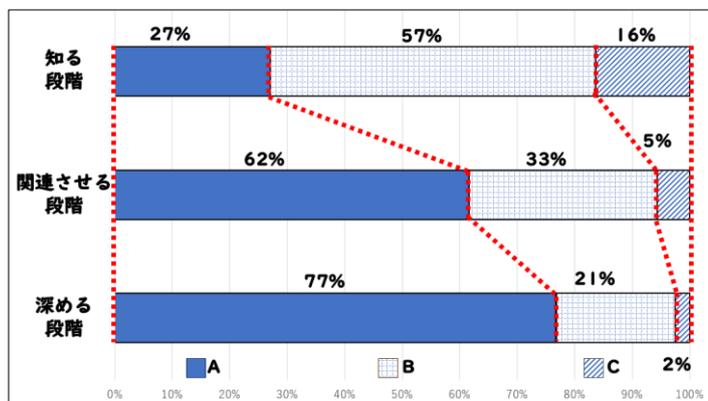
【資料 21】 事後アンケート(自由記述)に対する回答(抜粋)

以上のことより、本単元において、段階的に単元構成を工夫したことは、「実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題やその要因、解決方法について理解できる」生徒の姿に迫る上で、有効であったと考える。

【検証Ⅱ】 実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題を発見したり解決したりして、表現することができているか。(思考力、判断力、表現力等)

(1) 様相観察、振り返りシート②の記述

知る段階では、A判定の生徒が 27%であったが、段階を重ねる度に 62%、77%と次第に増加した。また、C判定の生徒については、知る段階では 16%であったが、段階を重ねる度に 5%、2%と次第に減少した【図6】。これらのことから、マインドマップやジグソー法、ケーススタディを活用した段階的な単元構成を通して、健康課題の解決方法について言ったり書いたりできる生徒が増加したことがわかる。判断の目安については、【表4】にまとめた。



【図6】 検証Ⅱ 様相観察、振り返りシートの判定結果

【表4 検証Ⅱの判断の目安と記述例】

判定	判断の目安
A	健康課題とその解決方法について、自他や社会の視点から、言ったり書いたりしている。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> 今回の授業で仕事の内容や年齢、性別によって問題と捉えるところが 大きく違い、解決策も異なることが分かりました。 しかし、誰かに相談するほど共通して行えることであって、 それを身に付けておこうと思えました。 </div>
B	健康課題とその解決方法について、言ったり書いたりしている。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> 労働災害は、熱中症なども含まれていて、 企業の中でしっかり対策する必要があるのが 分かった。 </div>
C	判定A、B以外

(2) 事後アンケートの記述

【資料 22】は、「自分が将来、健康でいきいきと働くために、事前しておくべきことは何だと考えますか。」のアンケートに対する回答の抜粋である。生徒が将来、健康でいきいきと働くために、事前に必要であると考えた内容である。多くの生徒が、これまでの学習内容を参考にして、自分のライフステージを想起して具体的に記述できた。生徒の記述から、多様な健康課題を踏まえて自分の働く姿を想起し、準備しておくべきことを見出していることがわかる。

今のうちに正しい生活習慣を身に付けておく。
誰とでも信頼関係が築けるように、コミュニケーション能力を高める。
就職活動に備えて、さまざまな会社の情報収集をして、職業選択をする。

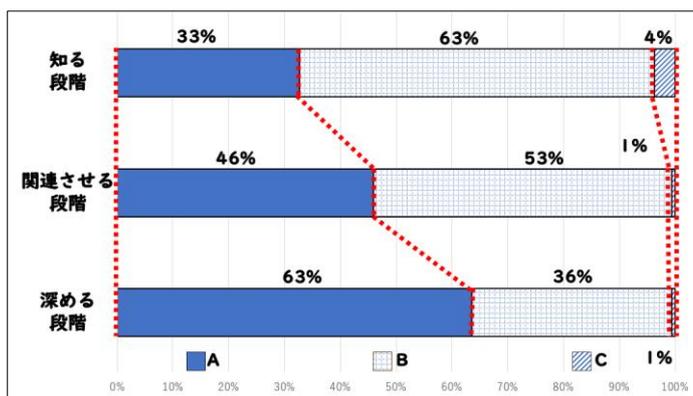
【資料 22 事後アンケート(自由記述)に対する回答(抜粋)】

以上のことより、本單元において、段階的に單元構成を工夫したことは、「実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題を発見したり解決したりして、表現することができる」生徒の姿に迫る上で、有効であったと考える。

【検証Ⅲ】 実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題や解決方法について、主体的に考え、健康増進を目指そうとしているか。(学びに向かう力、人間性等)

(1) 様相観察、振り返りシート③の記述

知る段階では、A判定の生徒が33%であったが、段階を重ねる度に46%、63%と次第に増加した。また、C判定の生徒については、知る段階では4%と序盤から少数であったが、その後も1%、1%と少数であった【図7】。これらのことから、マインドマップやジグソー法、ケーススタディを活用した段階的な單元構成を通して、健康増進を目指して、学習内容について言ったり書いたりできる生徒が増加したことがわかる。判断の目安については、【表5】にまとめた。



【図7 検証Ⅲ 様相観察、振り返りシートの判定結果】

【表5 検証Ⅲの判断の目安と記述例】

判定	判断の目安
A	健康増進を目指して、学習した内容を、実生活やライフステージに関連付けて、言ったり書いたりしている。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 同じ内容を調べていても着眼点から全然違っておもしろいと思いました。そしてやはり今の時代、ストレスによる自殺などそういう事が増えているため、カウンセラーや職場の環境を整えるとか大切だと思ったり、在宅ワークなども取り入れよう、ストレスを削減し、効率よく働ける働き方を工夫すること大切だと思ったり。 </div>
B	健康増進を目指して、学習した内容を、言ったり書いたりしている。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 調べて、労働災害にもいろんな種類があることが分かりました。また、スライドを作っていく上で、重要はキーワードはとと探しは成りできたので良いです。 </div>
C	判定A、B以外

(2) 事後アンケートの記述

【資料 23】は、「4時間の授業の感想を書いてください。」のアンケートに対する回答の抜粋である。多くの生徒が、「労働と健康」の学習で身に付けた知識を、実生活やライフステージと結び付けて、具体的に記述することができた。生徒の記述から、身体面のみではなく、精神面や社会面など多面的に健康を捉えて、健康増進を目指そうとしていることがわかる。

高校卒業したら運動機会が減るため、自分で運動する習慣をつくらうと思う。
自分がしたい働き方をするためには、仕事を選べるくらいの勉強が必要だと思った。
自分が社会で働く姿を想像できて、お金を稼ぐ以外の働く目的の大切さがわかった。

【資料 23 事後アンケート(自由記述)に対する回答(抜粋)】

以上のことより、本単元において、段階的に単元構成を工夫したことは、「実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題や解決方法について、主体的に考え、健康増進を目指そうとする」生徒の姿に迫る上で、有効であったと考える。

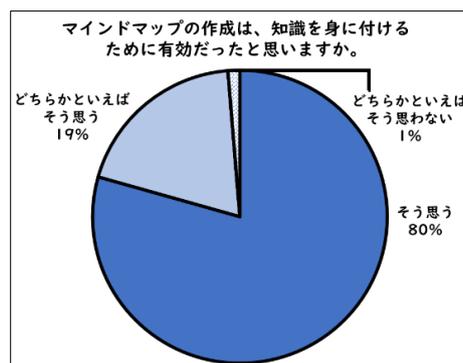
カ 具体的支援からの単元考察

(7) マインドマップの活用 [知る段階]

a 事後アンケートから

事後アンケートでは、「マインドマップの作成は、知識を身に付けるために有効だったと思いますか。」という質問に対して、「そう思う」、「どちらかといえばそう思う」と肯定的に捉えた生徒は99%であった【図8】。このことから、多くの生徒は、マインドマップの活用を通して、知識を身に付けることができた実感していることがわかる。

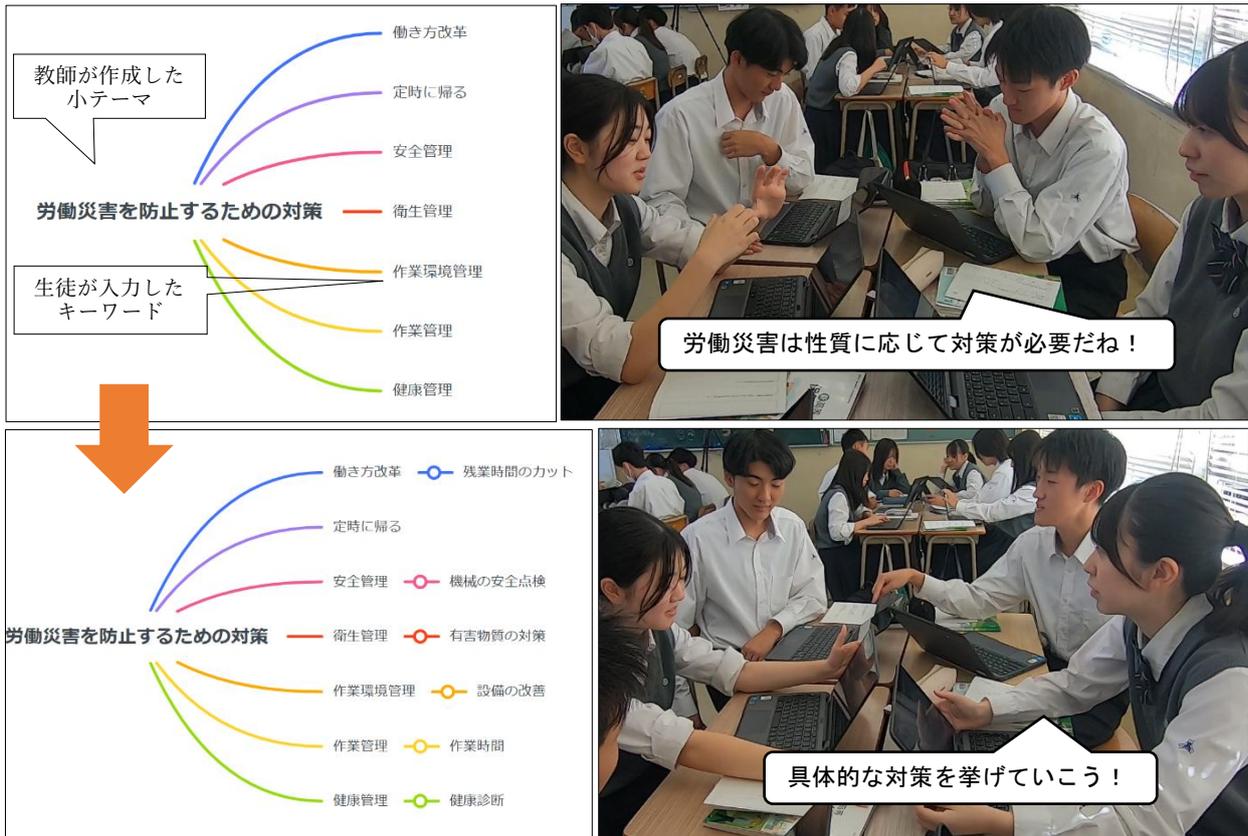
本単元では、教示する内容を絞ることで、生徒が活動できる時間を確保した。教師からの説明が少ないことで、正しい情報が伝わらず、インターネットや経験からの誤った情報を身に付ける懸念があった。しかし、アンケート結果や、回収したマインドマップや振り返りシートの記述を見ると、概ね、情報を適切に取捨選択し、正しく知識を身に付けることができていたことがわかった。このことから、生徒が活動する環境を適切につくることで、生徒は主体的に知識を身に付ける活動ができることがわかった。なお、本単元の課題として、さらに生徒が活動する時間を確保する必要があったことが挙げられる。今後は、教示する内容を再度、精選し、端的にまとめるようにする。



【図8】 マインドマップに関する事後アンケートの結果

b マインドマップの記述から

第1時において、生徒は配信されたマインドマップを基に、キーワードを入力してブレインストーミングに取り組んだ。生徒は教科書を基本とし、インターネットやこれまでの経験を参考にして、さまざまな視点から知識を身に付け、マインドマップに入力した【資料 24】。生徒は、多くの情報を収集し、グループで意見交換しながら、適切な情報を精選した。すべてのグループが、ブレインストーミングを通してマインドマップを広げることができていた。その要因として、ブレインストーミングを旺盛にするテーマ設定ができたことが挙げられる。本単元では、「労働と健康」の単元の中で、「働くことと健康」、「労働災害の防止」、「働く人の健康づくり」の大テーマをさらに細分化して小テーマを設定した。テーマが抽象的であれば、想像が付きにくく、具体的であれば、専門的な知識が必要となるため、テーマ設定が活動に影響したと考える。



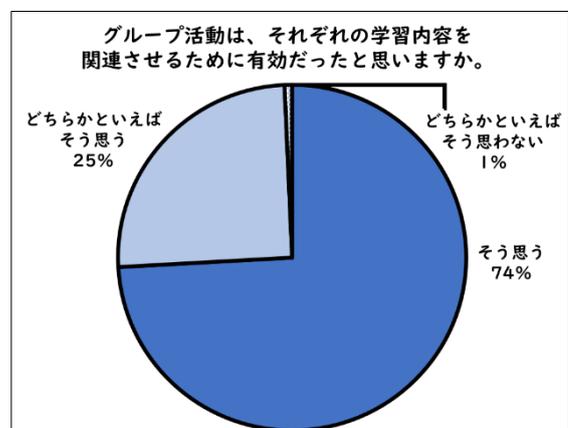
【資料 24 生徒がマインドマップを作成する過程】

(イ) ジグソー法の活用 [関連させる段階]

a 事後アンケートから

事後アンケートでは、「グループ活動は、それぞれの学習内容を関連させるために有効だったと思いますか」という質問に対して、「そう思う」、「どちらかといえばそう思う」と肯定的に捉えた生徒は99%であった【図 9】。このことから、多くの生徒は、ジグソー法を活用したグループ活動を通して、自分の学習内容と他者の意見や既存の知識が関連したと実感していることがわかる。

本研究では、ジグソー法を活用することで、限られた時間の中で単元の内容を関連させながら、効率



【図 9 ジグソー法に関する事後アンケートの結果】

的に学習することを目指した。併せて、個々の生徒の関心が高い内容に特化して学習することで、主体的に考え、知識を身に付けようとする生徒の姿を引き出すことができたと考えられる。なお、本単元の課題として、スライド作成・発表の活動量が多く、時間が不足した影響で、他者との意見交換が不十分だったことが挙げられる。今後は、スライド作成を1人1つではなく、ペアで1つにすることで1人あたりの作業量を減らし、ペア間はもとより、グループ内の意見交換も活発になるよう仕組む。

b スライドの記述から

第2時において、生徒はグループで調べ学習を通して得た情報をスライドにまとめ、第3時で説明し合い、意見交換した。生徒は、エキスパート活動を通して、調べ学習やグループで意見交換をした内容を参考にして、「現状」、「課題」、「解決方法」、「まとめ」に分けて整理した【資料25】。このことにより、すべての生徒がスライドを作成し、説明することができていた。その要因として、スライド作成の構成を明確にするために、スライドタイトルを予め設定し、考える視点を提示したことが挙げられる。これにより、生徒は説明する内容を精選することに注力できたと考えられる。

<p>1、現状 働くことと健康</p> <ul style="list-style-type: none"> 多くの産業で機械化や自動化が進み、一部を除いて肉体労働→減少 交替制勤務や夜勤勤務→増加 在宅勤務やテレワークなどの働き方の多様性が進む 高齢化 仕事と病気などの両立 	<p>2、課題 働くことと健康</p> <ul style="list-style-type: none"> 働く場所の環境や働き方により疲労やストレスを抱える人 → 増加 労働者の睡眠時間の問題 長時間労働 働き方の変化に伴い、生活習慣病やメンタルヘルス不調が働く人への大きな課題
<p>3、解決方法 働くことと健康</p> <ul style="list-style-type: none"> 長時間労働の是正 ・健康診断の実施 ストレスチェック制度の導入 快適に働ける職場環境の設備 福利厚生の実施 ・相談窓口の設置 	<p>4、まとめ 働くことと健康</p> <p>充実した労働環境をつくるために、長時間労働の是正や労働に関する法律・規制を徹底することで労働者の健康管理を見直すことができる。</p> <p>また、高齢者に対する対応として、健康診断の実施やその労働者の負担に合わせて改善していくべきだと思った。</p> <p>このことから、労働環境を改善することで労働者のメンタルやストレスなどを解消し労働者が少しでも快適に労働ができるような対策があることがわかった。</p>

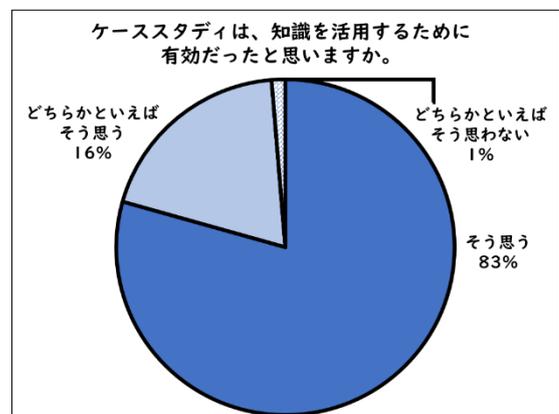
【資料25 生徒がエキスパート活動で「働くことと健康」について作成したスライド（抜粋）】

(㊦) ケーススタディの活用 [深める段階]

a 事後アンケートから

事後アンケートでは、「ケーススタディは、知識を活用するために有効だったと思いますか」という質問に対して、「そう思う」、「どちらかといえばそう思う」と肯定的に捉えた生徒は99%であった【図10】。このことから、多くの生徒は、ケーススタディを活用したグループ活動を通して、知識を活用できたと実感していることがわかる。

本研究では、ケーススタディを活用することで、実生活やライフステージに関連させて考える機会を



【図10 ケーススタディに関する事後アンケートの結果】

つくり、当事者意識をもたせることを目指した。事例については、実際に起こった時事問題の方が、生徒が身近に感じるのではないかという懸念があったが、時事問題の背景や当事者感情が複雑に影響することを想定して自作した。事例を作成する際には、自分や他者、社会環境の課題や解決策について考えることができるように設定した。自作した結果、想像が付きやすい内容ではなく、「他者や社会環境の視点」を踏まえた回答を引き出すことができた。これは、生徒が実生活との関連や、多様な視点を踏まえて課題や解決策を見出すことができたからであると考え。なお、本単元の課題として、前時から引き継いだ6人によるグループ活動を設定したが、人数が多く、積極的に参加できていない生徒がいたことが挙げられる。今後は、4人グループを設定して、全員が役割を果たすことができるようにする。

b スライドの記述から

第4時において、生徒は、教師が作成した事例でケーススタディに取り組んだ。これまでの学習内容や資料を活用して、グループで課題と解決策をスライドにまとめた【資料26】。すべてのグループが、事例から課題を見出し、それに対する解決策について意見をまとめ、発表できた。その要因として、ねらいを明確にして、ケーススタディの事例を自作したことが挙げられる。ケース①は「働くことと健康」をテーマに、現代の働き方の変化や、健康課題の多様化について考えを深めさせることをねらいとした。ケース②は「労働災害の防止」をテーマに、過重労働対策やハラスメント対策について考えを深めさせることをねらいとした。ケース③は「働く人の健康づくり」をテーマに、健康づくりのために必要な自分や他者、社会環境からのそれぞれの取組について考えを深めさせることをねらいとした。これらのねらいを意図的に組み込むことで、生徒は自分事として考えることができていた。

課題②	ケース① リモートワーク
家から出ることができないので、 運動不足や肥満の原因になる。	
解決策②	
<ul style="list-style-type: none"> ・ バランスボールに乗って仕事をする。 ・ 近所を散歩する。 	

課題①	ケース① リモートワーク
家に子供がいるので集中して仕事を行えない。	
解決策①	
<ul style="list-style-type: none"> ・ 子供が気にならないように仕事部屋を作る。 ・ 子供を保育園や幼稚園に預ける。 	

課題③	ケース① リモートワーク
リモートワークになったことで家にいる 時間が増加して、家族と衝突することが増えた。	
解決策③	
<ul style="list-style-type: none"> ・ ワーキングスペースを利用する。 ・ 仕事とプライベートの境界線を家族でシェアする。 	

【資料26 生徒がケーススタディでケース①「働くことと健康（リモートワーク）」について作成したスライド】

検証授業Ⅰの課題と修正点を【表6】にまとめた。

【表6 検証授業Ⅰの課題と検証授業Ⅱに向けた修正点】

検証授業Ⅰの課題	検証授業Ⅱに向けた修正点
マインドマップを作成する活動の後に、教示する内容が多く、時間を要したことで、活動できる時間が制限された。	教示する内容を精選し、端的にまとめる。
エキスパート活動では、1人1つのスライドを作成したが、生徒はスライド作成に没頭し、他者と意見交換する場面が少なかった。	ペアで1つのスライドを作成するようにして、作業量を減らすことで負担軽減し、他者の考えにも意識を向けることができるようにする。
ケーススタディでは6人によるグループ活動を行ったが、人数が多く、積極的に参加できていない生徒がいた。	ケーススタディを行うグループの人数を4人にして、全員に役割意識をもたせるようにする。

(2) 【検証授業Ⅱ】全4時間（令和6年10月8日～10月30日）

ア 単元

保健 現代社会と健康 (エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 ⑦ 喫煙、飲酒と健康
⑧ 薬物乱用と健康

【単元観】

我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康課題や健康の考え方が変化するとともに、様々な健康への対策、健康増進の在り方が求められている。したがって、健康を保持増進するためには、一人一人が健康に関して深い認識をもち、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることを理解できるようにする必要がある。また、個人の行動選択やそれを支える社会環境づくりなどが大切であるというヘルスプロモーションの考え方に基づいて現代社会の様々な健康課題に関して理解するとともに、その解決に向けて思考・判断・表現できるようにする必要がある。

イ 単元目標

【知識及び技能】

喫煙、飲酒と健康、薬物乱用と健康について、理解できるようにする。

【思考力・判断力・表現力等】

喫煙、飲酒、薬物乱用と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明することができるようにする。

【学びに向かう力・人間性等】

喫煙、飲酒、薬物乱用と健康についての学習に、主体的に取り組もうとすることができるようにする。

ウ 単元の評価規準

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
単元の評価規準	<p>①喫煙や飲酒は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねること、また、喫煙や飲酒による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>②コカイン、MDMA などの麻薬、覚醒剤、大麻、など、薬物の乱用は、心身の健康、社会の安全などに対して深刻な影響を及ぼすことから、決して行ってはならないこと、また、薬物乱用を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観や規範意識の育成などの個人への働きかけ、及び法的な規制や行政的な対応など社会環境への対策が必要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。</p>	<p>①喫煙、飲酒、薬物乱用防止と健康について、個人及び社会生活と関連付け、自他や社会の課題を発見しているとともに、その解決方法を整理し、説明している。</p>	<p>①喫煙、飲酒と健康、薬物乱用と健康について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとしている。</p>

エ 指導と評価の計画

段階	時数	主な学習活動	評価方法
知る	1	<ol style="list-style-type: none"> 1 オリエンテーション 2 単元全体の計画と本時の学習内容を確認 3 単元や本時の目標を確認 4ブレインストーミングの仕方を確認 5 項目ごとにブレインストーミング 6 単元の目標を踏まえて、振り返りシートに記入 7 まとめ、授業の振り返り 	<p>【学習活動5】(知-①、②)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マインドマップ ・様相観察 <p>【学習活動6】(知-①、②)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・振り返りシート ・様相観察
関連させる	2	<ol style="list-style-type: none"> 1 前時までの振り返り 2 単元や本時の目標、学習内容を確認 3 マインドマップから、学習内容を選択 4 ペアやグループでインターネットを使って調べ学習 5 学習内容を基にスライド作成 6 単元の目標を踏まえて、振り返りシートに記入 7 まとめ、授業の振り返り 	<p>【学習活動5】(思-①)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スライド ・様相観察 <p>【学習活動6】(思-①)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・振り返りシート ・様相観察
	3	<ol style="list-style-type: none"> 1 前時までの振り返り 2 単元や本時の目標、学習内容を確認 3 作成したスライドを基に、説明準備 4 スライドを用いて、学習内容をグループで互いに説明 5 説明内容についてグループで意見交換 6 単元の目標を踏まえて、振り返りシートに記入 7 まとめ、授業の振り返り 	<p>【学習活動4】(態-①)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・様相観察 <p>【学習活動4】(思-①)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スライド ・様相観察 <p>【学習活動6】(思-①)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・振り返りシート ・様相観察
深める	4	<ol style="list-style-type: none"> 1 前時までの振り返り 2 単元や本時の目標、学習内容を確認 3 単元の内容に関する事例について考える。 4 事例の課題や解決策について、グループでスライド作成 5 作成したスライドを基に、全体で発表 6 単元の目標を踏まえて、振り返りシートに記入 7 まとめ、授業の振り返り 	<p>総括的評価</p>

オ 授業の実際と考察

(7) 知る段階（第1時）[マインドマップの活用]

a 第1時

活動の目的	広く情報収集する。
学習活動	「喫煙と健康」、「飲酒と健康」、「薬物乱用と健康」をテーマに、マインドマップでキーワードを結び付け、知識を身に付ける。

導入時では、まず、検証授業Ⅰと同様に、単元の目標や単元構成のねらい、本時の目標について説明した【資料27】。併せて、「Mind Meister」を使用するためのオリエンテーションを行った。

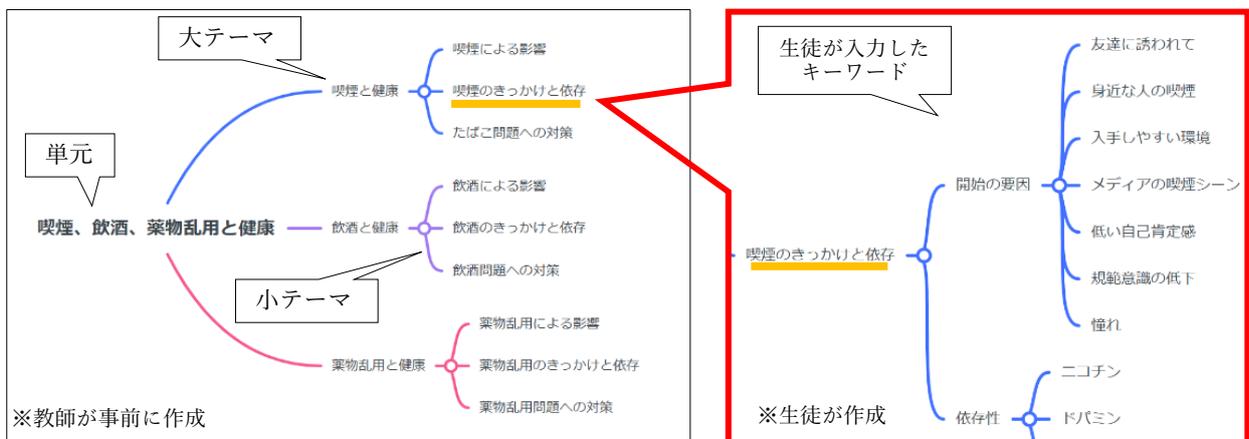
展開時では、まず、教師が事前に作成したマインドマップを生徒に配信して、使用方法を説明した。「喫煙と健康」、「飲酒と健康」、「薬物乱用と健康」のそれぞれの大テーマに基づいて、教師が小テーマを設定した。生徒は、小テーマから考えられるキーワードを入力してマインドマップを広げ、ブレインストーミングに取り組んだ【資料28】。

ある生徒は、「体への影響は、どれも知っているつもりだったけど、想像以上に多いね。」「かっこよく描かれる、テレビドラマや漫画には、影響される人多そう。」など発言し、マインドマップを作成する過程で気付いたことを意見交換する姿が見られた。

全4時間の計画

単元 時数	喫煙、飲酒、薬物乱用と健康			
	1時間目	2時間目	3時間目	4時間目
従来	13 喫煙と健康 (P46-47)	14 飲酒と健康 (P50-51)	15 薬物乱用と健康 (P52-53)	まとめ 小テスト
限本 style	広く 情報収集	深く 情報収集	グループで 情報共有	事例で シミュレーション

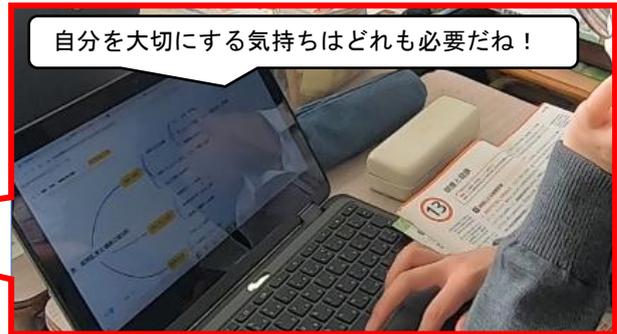
【資料27 単元構成について示したスライド】



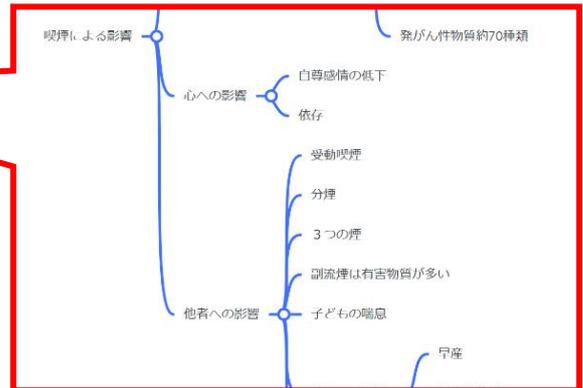
【資料28 マインドマップを活用する様子】

次に、グループ活動の手順について説明し、生徒はマインドマップの作成に取り組んだ【資料29】。また、テーマごとに教師が解説し、要点を整理した。ここでは、教師が作成した例示を基に、生徒が理解すべき内容を示した【資料30】。あるグループでは、「飲酒と健康」についてマインドマップを作成する際に、「飲酒には悪影響のイメージが無かった。」「大人になれば、誰もが当たり前前に飲酒するものだと思っていた。」と発言するなど、飲酒についてのこれまでの認識と、新たに身に付けた知識の違いに気付く生徒の姿が見られた。

また、検証授業Ⅰの課題として、教示する内容が精選できていないことが挙げられたため、本単元では、要点をまとめて簡潔に説明し、その他の内容は触れる程度に取り扱うようにした。要点をまとめるにあたり、学習指導要領解説において、「理解できるようにする」と示されている内容を優先して説明するために、マインドマップ上で色分けするなどした。このことにより、生徒の活動時間を十分に確保することができた。



【資料 29 生徒がマインドマップを入力する様子】



【資料 30 教師が作成した例示をもとに解説する様子】

終末時では、単元や本時の目標、次時の流れを確認し、振り返りシートについて説明した【資料 31】。このことは、検証授業 I と同様に、単元全体を通して行った。生徒が振り返りシートに記入する際には、作成したマインドマップを見返して、「胎児への影響について、今のうちに知ることができて良かったよね。」「他者への影響を理解すると、喫煙や飲酒を始める人は減ると思うな。」と発言し、グループで共有しながら取り組む姿が見られた。

「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」振り返りシート

1 年 組 番 氏名: _____

① 1 学期目の授業で、新たに身に付けた知識を書きましょう。

② 1 学期目の授業で見出した、健康課題とその解決方法について書きましょう。

③ 1 学期目の授業で、生活に役立てられそうな内容を書きましょう。

【資料 31 振り返りシート】

(イ) 関連させる段階 (第 2、3 時) [ジグソー法の活用]

a 第 2 時

活動の目的	深く情報収集する。
学習活動	第 1 時で活用したマインドマップの中から、任意のキーワードについて、ペアで調べ学習を行い、スライドにまとめる。

展開時では、まず、エキスパート活動の説明をした。ここでは、次時に 4 分間で説明できる資料として、スライド 4～6 枚を目安に、ペアで調べ学習した内容をまとめるようにした。検証授業 I の課題として、個人による活動のため、スライド作成に時間を割いてしまい、生徒間で情報交換する時間を十分に確保することができなかつたことが挙げられた。そのため、ペアで協力して活動できるよう仕組んだ。ペアでの活動にすることで、1 人はスライドを作成し、1 人は調べ

たり、他者と意見交換をしたりする役割分担が可能になる。このことにより、ペア間や、他のペアとの意見交換も活発に行われるとともに、スライドを作成する時間も十分に確保できた。

次に設定したエキスパート活動では、生徒はペアで役割分担をして情報収集をしたりスライドをまとめたりして効率よく活動した。生徒は伝え方にも着目し、伝わりやすい工夫を凝らしてスライドを作成した。あるペアは、アルコール依存症について調べ、自分や他者、社会環境への影響を踏まえて、スライドにまとめていた【資料32】。

アルコール依存症とは

お酒の飲み方(飲む量・飲むタイミング・飲む状況)を自分でコントロールできなくなった状態のことを言います。飲むのは良くないことだとわかっているにもかかわらず、脳に異常が起きて飲むことをやめられなくなります。

生活習慣、職場や家庭、人間関係、飲む量、飲むタイミング、飲む状況。お酒を飲むことが最優先。

アルコール依存症の原因

複数の原因が絡み合って発症に至るが、発症リスクを高める危険因子として認められているものは

- ・ 飲酒の開始年齢が早いこと
- ・ 遺伝や家族に依存症の人がいること
- ・ ストレス、うつ、不安、孤独など心理的・精神的要因があること など

アルコール依存症になると

健康への影響、家族への影響、地域社会への影響

- お酒が切れてくると、イライラしたり、不眠、手が震える等の離脱症状がでる、体の病気を引き起こす
- 家族への暴力や経済的問題、別居や離婚問題に発展
- 飲酒運転、飲酒が原因の遅刻や欠勤、仕事上のトラブル、人間関係の悪化

アルコール依存症の予防とまとめ

適量を守って飲酒！週に2日は休肝日を！

不安や不眠を解消するための飲酒は×

【まとめ】
20歳になったら、お酒の適量を知り、上手にお酒と付き合っていこう！！

【資料32 生徒がエキスパート活動で「アルコール依存症」について作成したスライド】

b 第3時

活動の目的	グループで情報共有する。
学習活動	第2時に作成したスライドを用いて、グループで説明し合うことで情報共有して、学習内容を関連させる。

導入時では、本時の目標等を説明した。生徒は、ペアでスライドを使って説明する準備に取り組んだ【資料33】。

展開時では、まず、グループで情報共有する手順について説明した。1ペア4分間の説明が上手くできるように、グループ内の話し手と聞き手の役割を確認した。併せて、教師が計時し、終了次第、互いに質問し合って振り返りを行うことも伝えた。生徒はグループで役割分担をして、「私は当事者の家族の立場になりきって質問しよう。」「私は総理大臣になったつもりで質問するね。」と発言するなど、聞き手もさまざまな視点で考えられるよう工夫する姿が見られた。



【資料33 ペア活動をする生徒の様子】

次に、グループで調べ学習した内容をまとめたスライドを使って説明し合うことで情報共有する時間を設けた。国内の薬物乱用者数について調べた生徒は、緊張しながらも、「税関が薬物乱用を止める鍵だと思う。」と自分の意見も交えながら説明していた【資料34】。

そして、各ペアの説明の直後に質疑応答の時間を設けた。生徒は実生活に置き換えて考えを伝えたり、話し手の個人的な見解を聞き出したりと、互いの学習内容を比較しながら、交流することができた。あるペアは、日本の飲酒文化について説明した。そこで、説明を聞いた生徒が海外の飲酒の文化について関心を持ち、グループ全員で1人1国を担当して調べる姿が見られた。



税関が薬物乱用を止める鍵だと思う！

【資料 34 説明する生徒の様子】

(ウ) 深める段階（第4時）[ケーススタディの活用]

a 第4時

活動の目的	事例でシミュレーションする。
学習活動	「喫煙と健康」、「飲酒と健康」、「薬物乱用と健康」のそれぞれのテーマに沿って教師が作成した事例について、その課題と解決策をグループで考え、1つのスライドにまとめる。

導入時では、グループでケーススタディに取り組む、見出した課題と解決策をスライドにまとめる手順について説明した。説明を聞いた生徒の中には、「私がスライドにまとめるから、意見を出してほしいな。」などと発言し、グループ内の役割分担をする姿が見られた。

展開時では、まず、ケーススタディで設定する事例を、Google Classroomを通じて提示した【資料 35】。ここでは、「喫煙と健康」、「飲酒と健康」、「薬物乱用と健康」のそれぞれのテーマに沿って教師が作成した事例を通して、課題を発見し、解決策を考える。ある生徒は、ケース②を提示され、「こんな話を本当に聞いたことがあるな。」と発言するなど、事例を実生活に関連付けたり、ライフステージを想起したりして考える姿が見られた。

次に、課題と解決策について考える際のポイントを説明し、生徒は活発に意見交換をした。ケース①について取り組んだグループでは、喫煙による悪影響を知ることが最善の対策だと仮定し、自分や家族の体への影響や経済的負担など、さまざまな視点から喫煙のデメリットを挙げて、当事者が自ら決心して禁煙できるようにすることを提案する生徒の姿が見られた。

また、検証授業Ⅰの課題として、6人でのグループ活動では人数が多く、積極的にグループ活動に参加できていない生徒がいたことが挙げられた。そのため、本時では4人グループに編成したことで、すべての生徒が役割意識をもって参加できた様子だった。

ケース①（喫煙と健康）

Aさんは喫煙者の夫と2人で暮らす妊娠中の女性です。子育て環境を整えるために、夫に喫煙をやめるよう説得しています。現在は1日1箱、毎日欠かさず家でも職場でも喫煙しています。喫煙は10年以上にわたっており、簡単にはやめられそうにはありません。

ケース②（飲酒と健康）

Bさんは大学1年生の男性で1人暮らしをしています。サークルやアルバイト先の歓迎会ではお酒が提供されています。同級生には飲酒を断っている人も一部いますが、場の雰囲気に合わせてお酒を飲んでいきます。「大学生はそんなものだ」と聞いたこともあり、自分では普通のことだと思っています。

ケース③（薬物乱用と健康）

Cさんが移住先の国では近年、大麻を禁止する法律がなくなりました。そのため、移住先の友人とよく、大麻を購入・使用しています。しかし、日本にいる家族や友人からは不信感を抱かれ、「法律で認められているから大丈夫だ」と説明しても、理解してもらえずに悩んでいます。

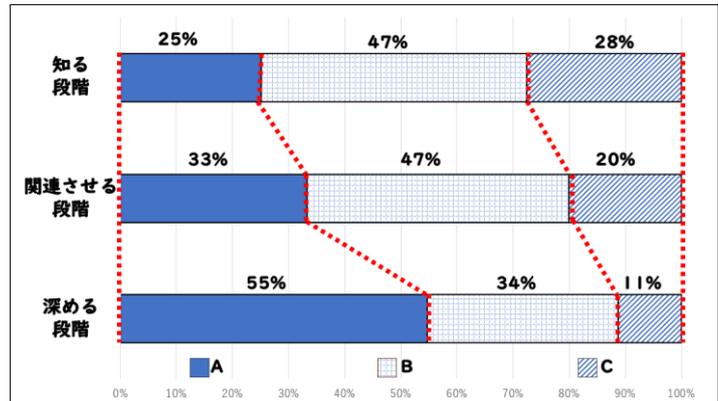
【資料 35 ケーススタディで設定した事例】

結果と考察

【検証 I】 実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題やその要因、解決方法について理解できているか。(知識及び技能)

(1) 様相観察、振り返りシート①の記述

知る段階では、A判定の生徒が 25%であったが、段階を重ねる度に 33%、55%と次第に増加した。また、C判定の生徒については、知る段階では 28%であったが、段階を重ねる度に 20%、11%と次第に減少した【図 11】。これらのことから、マインドマップやジグソー法、ケーススタディを活用した段階的な単元構成を通して、健康課題の解決方法について言ったり書いたりできる生徒が増加したことがわかる。判断の目安については、【表 7】にまとめた。



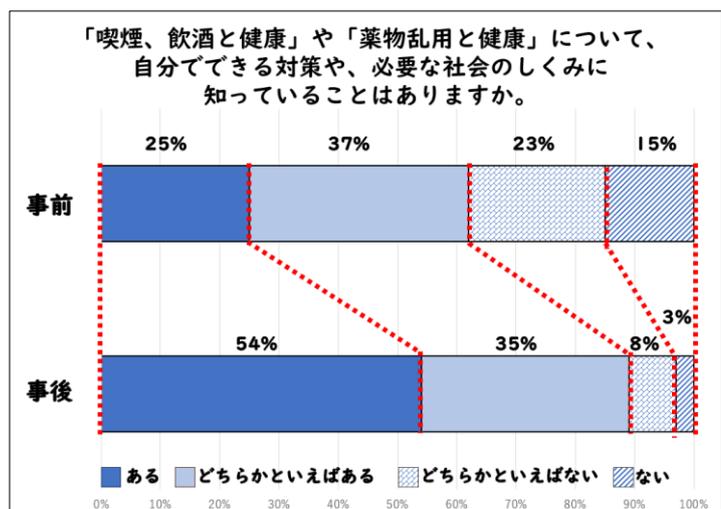
【図 11 検証 I 様相観察、振り返りシートの判定結果】

【表 7 検証 I の判断の目安と記述例】

判定	判断の目安
A	健康増進に関する知識について具体例を挙げて言ったり書いたりしている。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 日本の薬物社会復帰施設、数回厚生労働省のホームページにのっているもので約100こほじしかたなく、全国の薬物依存者数を含めて考えるとまだ少ない。 </div>
B	健康増進に関する知識について言ったり書いたりしている。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 想像以上に喫煙や飲酒は危険と驚きました。 自分も、もっと正しい知識を身に付けざるべきだなと感じました。 </div>
C	判定A、B以外

(2) 事前事後アンケート

『喫煙、飲酒と健康』や『薬物乱用と健康』について、自分でできる対策や、必要な社会のしくみについて知っていることはありますか。」のアンケートでは、事前に「ある」、「どちらかといえばある」と肯定的に捉えた生徒が 62%であった。事後では「ある」、「どちらかといえばある」と肯定的に捉えた生徒は 89%になり、27 ポイント増加した【図 12】。これらの結果から、生徒は本単元を通して、健康増進に向けて「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」における知識を身に付けたと実感していることがわかる。



【図 12 検証 I に関する事前事後アンケートの結果】

(3) 事後アンケートの記述

【資料 36】は『喫煙、飲酒と健康』や『薬物乱用と健康』について、自分でできる対策や、必要な社会のしくみについて知っていることについて具体的に書いてください。」のアンケートに対する回答の抜粋である。多くの生徒が、これまでの学習内容を参考にして、「喫煙、飲酒と健康」や「薬物乱用と健康」について具体的に記述できた。生徒の記述から、依存性や20歳未満の使用の危険性を踏まえて必要な対策を見出していることがわかる。

悪影響について正しく理解できるよう、学校教育や啓発活動が行われている。
依存症を治療できる場所を増やして、治療と啓発を盛んにする。
どれも依存性があるため、1回目のきっかけに対策が重要だとわかった。

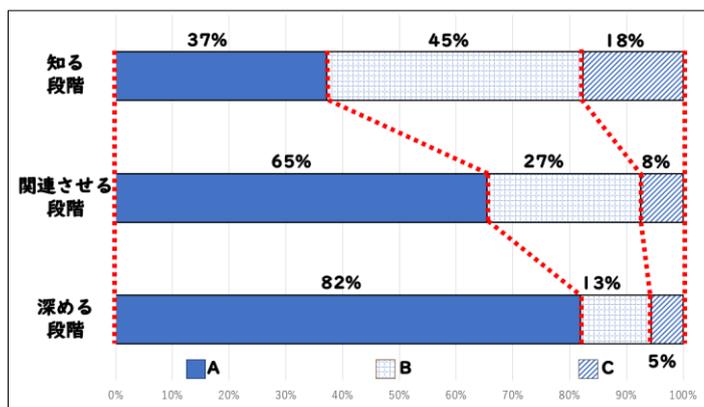
【資料 36 事後アンケート(自由記述)に対する回答(抜粋)】

以上のことより、本単元において、段階的に単元構成を工夫したことは、「実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題やその要因、解決方法について理解できる」生徒の姿に迫る上で、有効であったと考える。

【検証Ⅱ】 実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題を発見したり解決したりして、表現することができるか。(思考力、判断力、表現力等)

(1) 様相観察、振り返りシート②の記述

知る段階では、A判定の生徒が37%であったが、段階を重ねる度に65%、82%と次第に増加した。また、C判定の生徒については、知る段階では18%であったが、段階を重ねる度に8%、5%と次第に減少した【図13】。これらのことから、マインドマップやジグソー法、ケーススタディを活用した段階的な単元構成を通して、健康課題の解決方法について言ったり書いたりできる生徒が増加したことがわかる。判断の目安については、【表8】にまとめた。



【図13 検証Ⅱ 様相観察、振り返りシートの判定結果】

【表8 検証Ⅱの判断の目安と記述例】

判定	判断の目安
A	健康課題とその解決方法について、自他や社会の視点から、言ったり書いたりしている。 飲酒・喫煙・薬物乱用は本人への影響も大きいけど、周りへの影響も大きく、最悪の場合は社会問題へと繋がっていくので、たくさんの人に影響をもたすということが分かりました。
B	健康課題とその解決方法について、言ったり書いたりしている。 飲酒の摂取量によって、死亡率が変化すること。 飲酒が原因となって死者が260万人以上年間出てること。 お酒を飲むことで何もの病気のリスクを抱えることなること。
C	判定A、B以外

(2) 事後アンケートの記述

【資料 37】は『喫煙、飲酒、薬物乱用』はあなたの生活の近くで起こりうる、身近なものだと思いますか。」のアンケートに対する回答の抜粋である。多くの生徒が、これまでの学習内容を参考

にして、自分のライフステージを想起して具体的に記述できた。生徒の記述から、身近な人や同世代の中高生が関連する喫煙、飲酒、薬物乱用の健康課題にも注目し、自分事に置き換えて考えられていることがわかる。

危険性を知っているつもりで、喫煙や飲酒に依存してしまっている大人が多くいるため。
調べてみて、福岡県内でも未成年者の補導が多くあることを知ったから。
オーバードーズのように新しい薬物乱用が起こっているため。

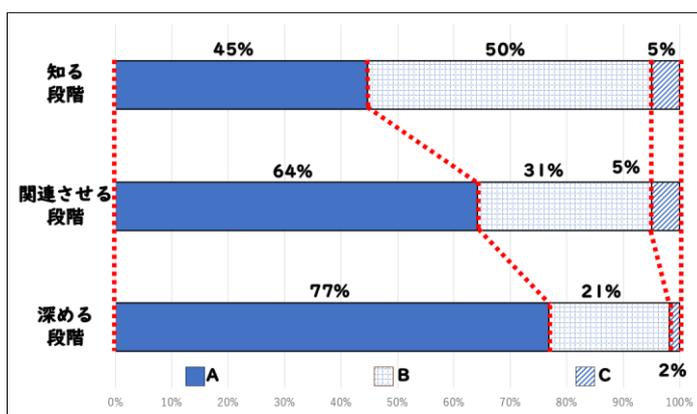
【資料 37 事後アンケート(自由記述)に対する回答(抜粋)】

以上のことより、本単元において、段階的に単元構成を工夫したことは、「実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題を発見したり解決したりして、表現することができる」生徒の姿に迫る上で、有効であったと考える。

【検証Ⅲ】実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題や解決方法について、主体的に考え、健康増進を目指そうとしているか。(学びに向かう力、人間性等)

(1) 様相観察、振り返りシート③の記述

知る段階では、A判定の生徒が45%であったが、段階を重ねる度に64%、77%と次第に増加した。また、C判定の生徒については、知る段階では5%と序盤から少数であったが、その後も5%、2%と少数であった【図 14】。これらのことから、マインドマップやジグソー法、ケーススタディを活用した段階的な単元構成を通して、健康増進を目指して、学習内容について言ったり書いたりできる生徒が増加したことがわかる。判断の目安については、【表 9】にまとめた。



【図 14 検証Ⅲ 様相観察、振り返りシートの判定結果】

【表 9 検証Ⅲの判断の目安と記述例】

判定	判断の目安
A	健康増進を目指して、学習した内容を、実生活やライフステージに関連付けて、言ったり書いたりしている。 <i>お酒やタバコをやめるのを手伝ってくれる人たちや施設があることを知ったので、これから友人Aの状況にはたらきかけてあげようと思う。</i>
B	健康増進を目指して、学習した内容を、言ったり書いたりしている。 <i>日本と海外で規制の緩やかさの違いは、タバコもお酒も薬物も一緒だった。様々な視点から見てもデメリットが多いものだった。</i>
C	判定A、B以外

(2) 事後アンケートの記述

【資料 38】は、「4時間の授業の感想を書いてください。」のアンケートに対する回答の抜粋である。多くの生徒が、「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」の学習で身に付けた知識を、実生活やライフステージと結び付けて、具体的に記述することができた。生徒の記述から、健康増進を目指すためには、他者との関わりや、法律の整備など、複数の視点から対策することの必要性を見出していることがわかる。

家族に飲酒や喫煙の危険性を伝えてあげたいと思った。
 海外の法律や危険性の認識について調べ、日本との違いをもっと知りたいと思った。
 日本でも薬物乱用が合法化されることがないように、認めない雰囲気をつくりたい。

【資料 38 事後アンケート(自由記述)に対する回答(抜粋)】

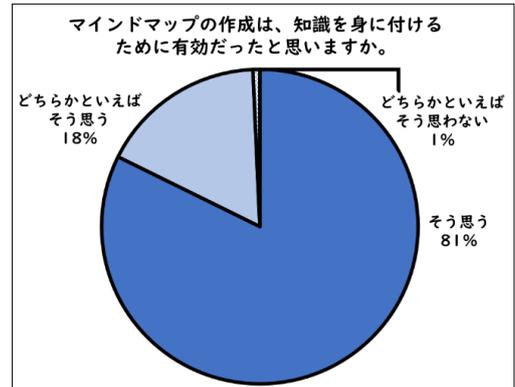
以上のことより、本単元において、段階的に単元構成を工夫したことは、「実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題や解決方法について、主体的に考え、健康増進を目指そうとする」生徒の姿に迫る上で、有効であったと考える。

カ 具体的支援からの単元考察

(7) マインドマップの活用 [知る段階]

a 事後アンケートから

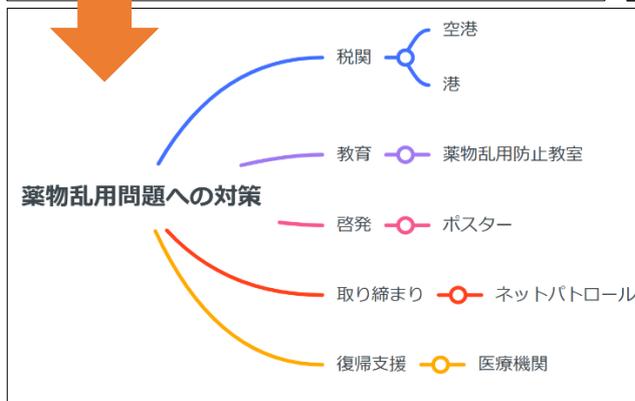
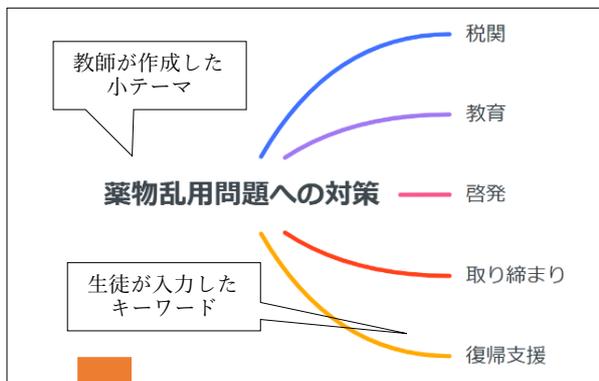
事後アンケートでは、「マインドマップの作成は、知識を身に付けるために有効だったと思いますか」という質問に対して、「そう思う」、「どちらかといえばそう思う」と肯定的に捉えた生徒は99%であった【図 15】。このことから、多くの生徒は、マインドマップを活用したブレインストーミングを通して、新たに知識を身に付けたと実感していることがわかる。



【図 15 マインドマップに関する事後アンケートの結果】

b マインドマップの記述から

生徒は配信されたマインドマップを基に、キーワードを入力してブレインストーミングに取り組んだ。生徒は教科書を基本とし、インターネットやこれまでの経験を参考にして、さまざまな視点から知識を身に付け、マインドマップに入力した【資料 39】。生徒は、多くの情報を収集し、グループで意見交換しながら、適切な情報を精選した。すべてのグループが、ブレインストーミングを通してマインドマップを広げることができていた。

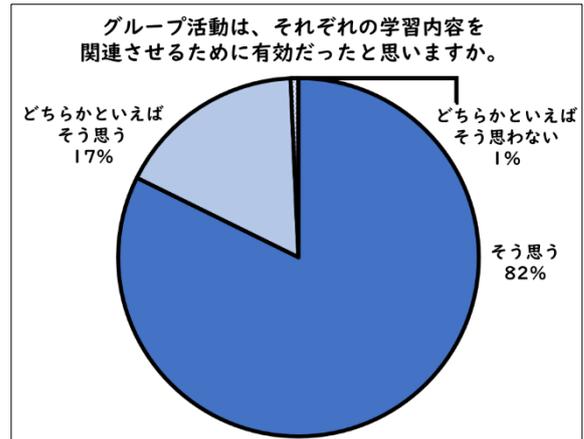


【資料 39 生徒がマインドマップを作成する過程】

(イ) ジグソー法の活用 [関連させる段階]

a 事後アンケートから

事後アンケートでは、「グループ活動は、それぞれの学習内容を関連させるために有効だったと思いますか」という質問に対して、「そう思う」、「どちらかといえばそう思う」と肯定的に捉えた生徒は99%であった【図16】。このことから、多くの生徒は、ジグソー法を活用したグループ活動を通して、自分の学習内容と他者の意見や既存の知識が関連したと実感していることがわかる。



【図16 ジグソー法に関する事後アンケートの結果】

b スライドの記述から

生徒はエキスパート活動において、ペアやグループで調べ学習を通して得た情報をスライドにまとめ、説明した【資料40】。生徒は、調べ学習やグループでの意見交換をした内容を参考にして、「現状」、「課題」、「解決方法」、「まとめ」に分けて整理した。すべての生徒がスライドを作成し、説明することができていた。

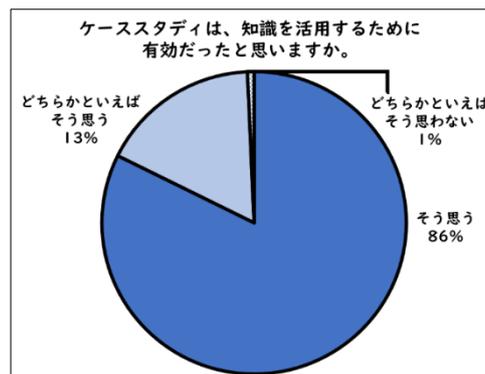
<p>1.現状 オーバードーズ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コロナ禍には市販薬の過量服薬による救急搬送が2倍 ・市販薬を主たる薬物とする依存症患者が急増 ・過去1年以内に市販薬の乱用経験があるという高校生は約60人に1人の割合 	<p>2.課題 オーバードーズ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・若者の間でSNS上で情報を知る人が多いこと ・ドラッグストアの普及により医薬品が買いやすくなった ・生活に負担を感じている人の対処法が少ないこと
<p>3.解決方法 オーバードーズ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1人における風邪薬の販売個数を定める ・相談窓口相談する ・市販の薬を正しく服用するようにする 	<p>4.まとめ オーバードーズ</p> <p>若い人や女性の方が多い傾向 悩みを抱えている人が陥る SNSでの体験談をみて試すなど興味を持つ人が増えている 「市販薬」には、様々な成分が含まれ、中毒になった時に、作用が影響し合うことで原因が分からなくなる場合があり、治療がとても難しく、死に至ることもある</p>

【資料40 生徒がエキスパート活動で「オーバードーズ」について作成したスライド】

(ウ) ケーススタディの活用 [深める段階]

a 事後アンケートから

事後アンケートでは、「ケーススタディは、知識を活用するために有効だったと思いますか」という質問に対して、「そう思う」、「どちらかといえばそう思う」と肯定的に捉えた生徒は 99%であった【図 17】。このことから、多くの生徒は、ケーススタディを活用したグループ活動を通して、知識を活用できたと実感していることがわかる。



【図 17 ケーススタディに関する事後アンケートの結果】

b スライドの記述から

生徒は、教師が作成した事例でケーススタディに取り組んだ。これまでの学習内容を参考にして、グループで課題と解決策をスライドにまとめた【資料 41】。すべてのグループが、事例から課題を推測し、それに対する解決策について意見をまとめ、発表できていた。

<p style="text-align: right;">ケース③ 薬物乱用</p> <p style="text-align: center;">課題①</p> <p style="text-align: center;">自分自身が薬物の危険性を正しく理解していない</p> <p style="text-align: center;">解決策</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 薬物乱用で判断力が低下していることを自覚させる ・ 家族など信頼できる人に説得してもらう 	<p style="text-align: right;">ケース③ 薬物乱用</p> <p style="text-align: center;">課題②</p> <p style="text-align: center;">日本の友人や家族の説得が足りない</p> <p style="text-align: center;">解決策</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 国の情勢や薬物の危険性を説明し続ける
<p style="text-align: right;">ケース③ 薬物乱用</p> <p style="text-align: center;">課題③</p> <p style="text-align: center;">その国の法律に問題がある</p> <p style="text-align: center;">解決策</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 薬物の使用に制限をかける ・ 国民に薬物に関する知識を身に付けさせる 	<p style="text-align: right;">ケース③ 薬物乱用</p> <p style="text-align: center;">課題④</p> <p style="text-align: center;">断れずに使用して、依存してしまうこと</p> <p style="text-align: center;">解決策</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 医療の力を借りて、薬物依存の治療をする。

【資料 41 生徒がケーススタディでケース③「薬物乱用と健康」について作成したスライド】

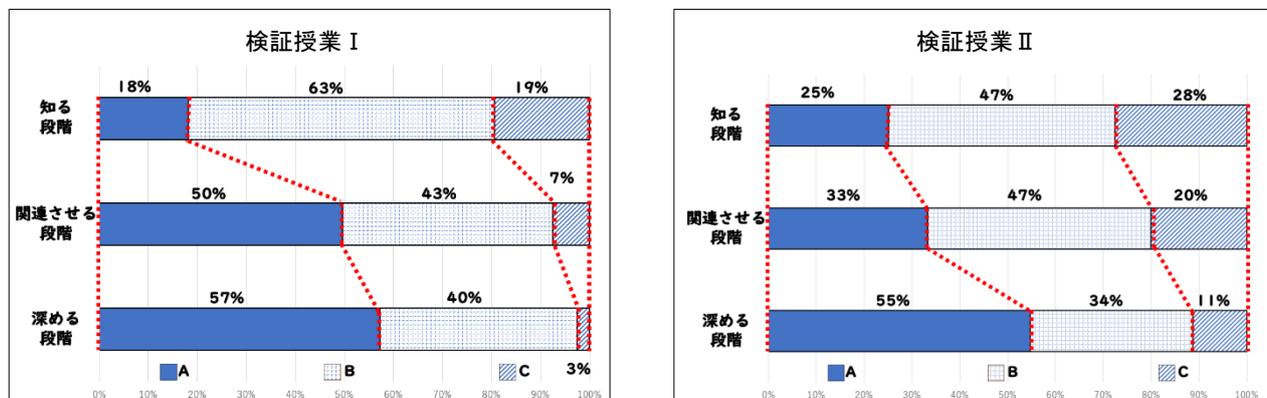
7 研究のまとめ

(1) 全体考察

知識及び技能	実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題やその要因、解決方法について理解できる。【検証 I】
--------	--

【図 18】は検証授業 I、II それぞれの検証 I 判定結果である。単元を終了した時点で A、B 判定の生徒は、検証授業 I で 97%、検証授業 II で 89%であった。検証授業 I では「労働と健康」について、検証授業 II では「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」について学習し、自他や社会の視点から知識を身に付けた。また、事前事後アンケートの比較から、多くの生徒が、知識を身に付けた実感があることがわかる。これらの結果から、知識及び技能を育てる上で、段階的な単元構成の工夫が有効であったと考える。これは、マインドマップの活用によって広く知識を身に付け、それをジグソー法によって調べ学習や他者の説明の内容と関連させて、ケーススタディの自分事に置き換える活動で深めたこ

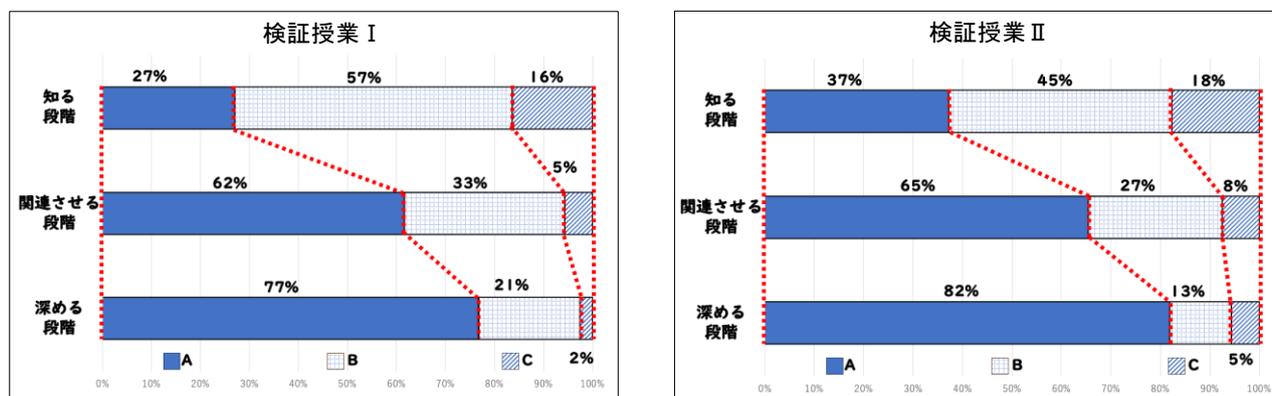
とによって、実生活やライフステージで生かすことができる知識を身に付けることができたと考えられる。しかし、Cの生徒が一定数いたことは課題である。本研究では、単元構成を工夫した実践のため、授業の見通しをもちにくく感じる生徒が一部いたことが原因として考えられる。解決方法として、オリエンテーションでの説明を充実させたり、単元構成を工夫した授業の経験を重ねたりすることで、生徒が見通しをもって授業に臨み、知識を身に付けることができると考える。



【図 18 検証 I (知識及び技能) の判定結果】

思考力、判断力、表現力等	実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題を発見したり解決したりして、表現することができる。【検証 II】
--------------	--

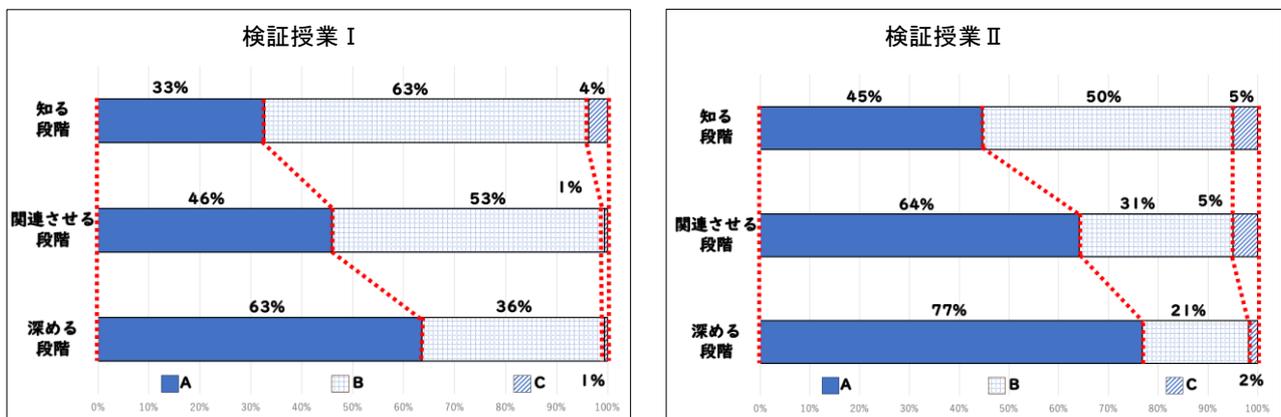
【図 19】は検証授業 I、IIそれぞれの検証 II判定結果である。単元を終了した時点でA、B判定の生徒は、検証授業 I で 98%、検証授業 II で 95%であった。検証授業 I では「労働と健康」について、検証授業 II では「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」について学習し、自他や社会の視点から深めた考えを、表現することができた。また、事後アンケートから、多くの生徒が自分のライフステージを想起して具体的な記述ができた。これらの結果から、思考力、判断力、表現力等を育てる上で、段階的な単元構成の工夫が有効であったと考える。これは、マインドマップの活用によって身に付けた知識を基に、ジグソー法やケーススタディで知識を活用する活動を通して、思考力、判断力、表現力等を発揮できたと考えられる。しかし、Cの生徒が一定数いたことは課題である。本研究では、生徒の関心に沿って学習内容を決定したため、すべての生徒が一斉に同じ内容を学習する機会は少なかった。併せて、ペアやグループで課題を発見したり解決したりする活動が多く、協働作業やコミュニケーションをとることに苦手意識がある生徒にとっては、抵抗を感じる内容だったことが原因として考えられる。解決方法として、生徒の実態を踏まえてグループ分けの仕方を工夫したり、個別の声掛けや授業前後のフォローを充実させたりすることで、すべての生徒がスムーズにグループ活動に取り組むことができると考える。



【図 19 検証 II (思考力、判断力、表現力等) の判定結果】

学びに向かう力、人間性等	実生活やライフステージにおける、自他や社会の健康課題や解決方法について、主体的に考え、健康増進を目指そうとしている。【検証Ⅲ】
--------------	---

【図 20】は検証授業Ⅰ、Ⅱそれぞれの検証Ⅲ判定結果である。単元を終了した時点でA、B判定の生徒は、検証授業Ⅰで99%、検証授業Ⅱで98%であった。検証授業Ⅰでは「労働と健康」について、検証授業Ⅱでは「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」について学習し、自他や社会の視点から主体的に考え、健康増進を目指そうとすることができた。また、事後アンケートでは、多くの生徒が学習活動を通して感じた内容を具体的に記述することができた。これらの結果から、学びに向かう力、人間性等を育てる上で、段階的な単元構成の工夫が有効であったと考える。これは、マインドマップやジグソー法の活用によって広く深く情報収集した内容を基に、ケーススタディで自分事に置き換えて考えたことで、実生活やライフステージとの関連を実感できたためであると考えられる。しかし、Cの生徒が若干名いたことは課題である。本検証における、健康増進の概念は、自他や社会の視点をもつことや、身体面や精神面、社会面等の健康の成り立ちについての理解が必要不可欠であるが、本研究では、それ以前に学習している、健康の考え方や成り立ち、健康課題の変遷など学習状況について触れていなかったことが原因として考えられる。解決方法として、生徒が身に付けた知識について、実態調査を徹底するとともに、実態に応じて学び直しの機会を設定することが考えられる。



【図 20 検証Ⅲ（学びに向かう力、人間性等）の判定結果】

(2) 成果

段階的な単元構成として、知る段階、関連させる段階、深める段階を設定し、振り返りシートや、それぞれの段階において、マインドマップ、ジグソー法、ケーススタディの活用を具体的支援として行ったことは、健康に関する知識を活用できる生徒を育てる上で有効であった。

(3) 課題

すべての検証において、判定Cの生徒が若干名いる結果となった。本研究では、単元を通して「生涯にわたって健康に生きていくために、日常生活で使える知識を身に付け、実践できることを見出すこと」を目標としていたが、この目標意識を生徒に定着させることができていなかったことが共通する要因として考えられる。これを生徒に定着させるためには、授業の計画を1単元のみで捉えるのではなく、年間を通した目標や問いを設定する必要がある。このことにより、生徒が目指すべき姿が明確になり、概ね満足できる成果を得ることができると考える。また、実際に、生徒が実生活やライフステージで、健康に関する知識を活用できているかどうかは、長い期間にわたって見取る必要がある。そのため、今回、検証できた内容は、きっかけ部分となる。これらのことから、今後は、小・中・高の系統性や年間指導計画の工夫を踏まえた検証を行い、本研究の更なる有効性を検証する必要があると考える。

引用・参考文献

- ・高等学校学習指導要領（平成30年度告示）解説 保健体育編 体育編
文部科学省 東山書房 2019
- ・中学校学習指導要領（平成29年度告示）解説 保健体育編 文部科学省 東山書房 2019
- ・小学校学習指導要領（平成29年度告示）解説 体育編 文部科学省 東洋館出版社 2018
- ・「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料 高等学校 保健体育
国立教育政策研究所教育課程研究センター 東洋館出版社 2021
- ・「生きる力」を育む高等学校保健教育の手引 文部科学省 2021
- ・「生きる力」を育む中学校保健教育の手引 文部科学省 2020
- ・「生きる力」を育む小学校保健教育の手引 文部科学省 2019
- ・保健教育の指導と評価 日本学校保健会 2022
- ・健康日本21（第三次） 厚生労働省 2023
- ・新高等保健体育 50 大修館 保体702 大修館書店 2022
- ・新高等保健体育ノート 大修館 保体702 大修館書店 2022
- ・今求められる学力と学びとは ―コンピテンシー・ベースのカリキュラムの光と影―
石井英真 著 日本標準 2015
- ・新しい教育評価入門―人を育てる評価のために
西岡加名恵・石井英真・田中耕治 著 有斐閣 2015
- ・教科の「深い学び」を実現するパフォーマンス評価
西岡加奈恵 石井英真 著 日本標準 2019
- ・田村学・黒上晴夫の「深い学び」で生かす思考ツール
田村学 黒上晴夫 三田大樹 著 小学館 2017
- ・授業を磨く 田村学 著 東洋館出版社 2015

おわりに

福岡県体育研究所に長期派遣研修員として、1年間にわたる研修の機会を与えていただいたことで、自分自身の保健体育科の教員としての姿を振り返るとともに、今後の教員生活にとって貴重な経験を得ることができました。この1年間を振り返ると、4月には教科研究や教育行政について、ほとんど知識がない中で勤務が始まりました。不安と緊張で押し潰されそうな気持ちでしたが、所員の方々をはじめ、多方面から激励の言葉をいただき、勤めることができました。研究では毎日、パソコンや書籍と向き合い、慣れない専門用語を見聞きして勉強しました。体育研究所が主管する専門研修では、日本の教育を牽引する全国の先生方による、講義や実技に触れることができました。これらの経験から、今後の教員生活に生かしたいことを以下3点にまとめます。

1点は、学び続けることです。私は今年度で教員経験9年目となり、在籍校が変わらなかったこともあり、慣れが生じていたように感じます。それまでに得た知識や経験から、概ね満足できる型をつくってはめる作業をしているようで、新しい知識や考え方を取り入れようとすることができていませんでした。しかし、さまざまな研修を通して、やってみたいと思えることを多く学ぶことができました。併せて、学ぶことで自分の未熟さを知り、学ぶべきことを新たに発見できることにも気付きました。今後、学校現場でも絶えず情報収集に努め、変化を恐れずに挑戦していきたいです。

2点は、目指す生徒の姿を明確に持つことです。これは、教員として勤める上で重要なことであるにも関わらず、これまでを顧みると、具体性が欠けていたように感じます。目指す生徒の姿を考えるには、小中高で積み重ねてきた学習内容の系統性を踏まえて、適切に実態を把握する必要があります。そうして思い描いた、目指す生徒の具体的な姿を念頭に置き、教材研究や指導にあたらなければ、生徒が変容する姿にも気付くことができないままになってしまうことを学びました。学校現場では、どんな小さな生徒の変容にも気づき、生徒に成長を実感させることができる指導を目指します。

3点は、根拠と情熱をもつことです。研究を進める過程で、解のない問いに挑戦する難しさに何度も直面しました。限られた期間で研究を進める中、その選択は本当に適切なのかと自問自答する日々でした。しかし、決断して前進しなければならないタイミングが訪れ、そんな時に必要なのが論理的な根拠と、証明しようとする情熱だったと感じています。「絶対」は無い中、その選択が正しかったと裏付けるために、小さな根拠を積み重ねる必要性を学びました。これは研究に限らず、今後のさまざまな業務においても、解のない問題と直面する機会は多くあると思います。そんな時には、この1年間模索し続けた経験を生かして、学校現場の諸課題にあたっていくたいです。

最後になりましたが、今回、このような貴重な研修機会を与えていただいた、福岡県教育委員会に厚くお礼申し上げます。並びに、本研修を進めるにあたり、様々な御指導・御助言をいただきました、教育庁教育振興部体育スポーツ健康課、高校教育課、福岡県体育研究所末富所長をはじめ、所員の皆様に深く感謝申し上げます。さらに、校務等お忙しい中、検証授業に御協力いただいた福岡県立小郡高等学校の彌永校長をはじめとした教職員各位及び、授業に一生懸命取り組んでくれた、第1、2学年の生徒に心よりお礼申し上げます。今後、より一層教員としての力量を高めるため、研鑽を積んでまいりますので、より一層の御指導、御鞭撻を賜りますよう、心からお願い致します。

令和7年2月14日

長期派遣研修員 隈本 華行（福岡県立小郡高等学校）