

運動や健康に関する考えを広げ深める体育科・保健体育科学習指導

粕屋町立粕屋中央小学校 中村剛

飯塚市立飯塚第二中学校 福田隆太郎

福岡県立三池工業高等学校 杉野一昭

1 テーマ設定の理由

(1) 社会の要請・教育の動向から

21世紀は、知識の重要性が増す知識基盤社会であるといわれている。情報や通信、交通網の発達等により、グローバル化が進み、国際的な知識基盤社会の中で「生きる力」を備えた子どもの育成が求められている。しかし、PISA調査など各種の調査から、我が国の児童生徒は思考力・判断力・表現力等を問う読解力や記述式問題、知識・技能を活用する問題に課題があることがわかった。それを受けて、中央教育審議会から、基本的な知識・技能は発達の段階に応じて習得させ、学習の基盤を構築すること、その基盤の上に、思考力・判断力・表現力等をはぐくむとの答申(H.20.1.17)がなされ、学習指導要領の改訂が行われた。また、学校教育法では、「生涯にわたり学習する基盤が培われるよう、基礎的な知識及び技能を習得させるとともに、これらを活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力その他の能力をはぐくみ、主体的に学習に取り組む態度を養うことに、特に意を用いなければならない。」(第四章第三十条②)とあるように、体育科・保健体育科においても知識を活用して、思考力、判断力、表現力等をはぐくみ、学習意欲を高めることが求められている。これらのことから、知識を生かして身体能力や思考力・判断力・表現力等をはぐくんでいく体育科・保健体育科学習を研究することは生きる力を備えた子どもを育成する上で意義があると考えられる。

(2) 学習指導要領解説体育編・保健体育編から

学習指導要領改善の基本方針からは、体育科・保健体育科が健やかな体はもちろんのこと、確かな学力や豊かな心をはぐくむことにも寄与するものであるととらえることができる。中学校・高等学校学習指導要領解説には「知識については、意欲、思考力、運動の技能などの源となるものである。また、動きの獲得を通して一層知識の大切さを実感できるようにすることが必要である。」「習得した知識を活用する学習活動を積極的に行うことにより、思考力・判断力等を育成していくこと」と示している。このことは、習得した知識を基にして技能や態度を高めたり、技能の高まりや身体の動かし方から勘などの知識を習得させたりする指導をすることで豊かなスポーツライフを送ることの基礎を培うことが求められていると言える。また、保健の分野においても知識を基に健康や安全について考えたり、判断したりする指導を行い、健康を保持増進していく基礎を培うことが求められていると言える。

(3) これまでの指導を振り返って

これまでの我々の体育科・保健体育科学習の指導を振り返ってみたとき、体育の分野において知識を十分に与えないまま作戦や練習方法を考えさせる場面もあった。そのため、学習の課題に対してより有効な作戦や戦術を実行できない場面も見られ、結果として、技能が高まらず運動の楽しさや喜びを十分に味わわせることができないこともあった。また、技能を高めようとするあまり、動きを獲得するポイント

トなどを十分に伝えることなく、型にはめたような動き方を繰り返させることが多かったため、効率的で効果的な指導であったとは言い難い。さらに保健の分野においても、知識は伝えるが、それを基にして思考力・判断力を高める指導を十分に行ってはいなかった。先述した教育の動向等を踏まえるとともにこれら指導上の課題を受け、知識を身に付けさせ、それを活用させることで思考力・判断力・表現力等を育成するとともに技能や態度を高め、運動の楽しさや喜びを味わわせたり、習得した知識の大切さを実感させたりしようとする体育科・保健体育科学習の研究に取り組みたい。

2 テーマの意味

「運動や健康に関する考えを広げ深める」とは

体育の分野においては、運動やスポーツに対する見方や考え方を新たな視点からとらえ、豊かなスポーツライフを送るための基礎となる資質・能力をバランスよく身に付けることである。

保健の分野においては、健康・安全に対する見方や考え方を新たな視点からとらえ、健康を保持増進するための基礎となる資質・能力をバランスよく身に付けることである。

(1) 用語について

① 「体育の分野」「保健の分野」とは

体育の分野とは、小学校体育科運動領域、中学校保健体育科体育分野、高等学校科目体育のことである。

保健の分野とは、小学校体育科保健領域、中学校保健体育科保健分野、高等学校科目保健のことである。

小学校学習指導要領解説体育編では、体育科の領域を運動領域と保健領域とで構成している。また、中学校学習指導要領解説保健体育編では、体育分野と保健分野とで内容を構成しており、高等学校学習指導要領解説保健体育編・体育編では、科目体育と科目保健とで内容が構成されている。本研究における体育の分野とは、小学校においては運動領域、中学校においては体育分野、高等学校においては科目体育を示すものとする。また、保健の分野とは、小学校における保健領域、中学校における保健分野、高等学校における科目保健を示すこととする。

② 「知識」について

本研究では知識を、中学校・高等学校学習指導要領解説を基に、形式知(言葉や文章など明確な形で表出することが可能なもの)に加え勘や直感、経験に基づく知恵などの暗黙知を含む概念ととらえる。

中央教育審議会答申(H20.1.17)では、思考力・判断力・表現力等の育成について「それぞれの教科の知識・技能を活用する学習活動を充実させることを重視する必要がある。」と述べている。当然、体育科・保健体育科においても、基礎的・基本的な運動の知識があってはじめて適切な課題解決が可能になるのであり、学び方の前提として知識が不可欠となる。つまり、知識を基盤として小・中・高等学校の12年間の体育科・保健体育科の学習を行うことで、子どもが習得した知識は、生涯にわたって豊かなスポーツライフを創造したり、健康を保持増進したりする資質・能力の一つとなると考える。

③ 「資質・能力」とは

運動に親しむ資質・能力とは、「運動への関心・意欲・態度」「運動の技能」「運動についての知識」「運動を実践するための思考・判断」である。

健康を保持増進するための資質・能力とは、「健康・安全についての知識」「健康・安全について適切に実践していくための思考・判断」「健康・安全への関心・意欲・態度」である。

運動に親しむ資質・能力について、小・中・高等学校の体育科及び保健体育科の目標を基に、小・中・高等学校学習指導要領解説の記述をまとめると次の表ようになる。

【表1】 各校種における体育科・保健体育科の目標に関する指導要領解説の記述整理

	関心・意欲・態度	運動の技能	知識	思考・判断
小学校	運動への関心や自ら運動をする意欲 仲間と仲よく運動をすること	運動の技能	各種の運動の楽しさや喜びを味わえるよう自ら考えたり工夫したりする力	
中学校	楽しさや喜びを味わおうとする、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画するなどの意欲 健康・安全への態度	運動を合理的に実践するための運動の技能	運動を合理的に実践するための知識	運動実践に活用するなどの思考力、判断力
高等学校	楽しさや喜びを深く味わおうとする、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画するなどの意欲 健康・安全への態度	運動を合理的・計画的に実践するための運動の技能	運動を合理的・計画的に実践するための知識	運動実践に活用するなどの思考力、判断力

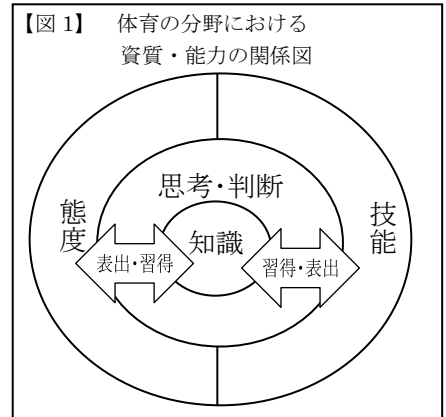
【表1】のように、学習指導要領解説を基に、本研究では、運動に親しむ資質・能力を「運動への関心・意欲・態度」「運動の技能」「運動についての知識」「運動を実践するための思考・判断」とする。これら運動に親しむための資質・能力をバランスよくはぐくむことが、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現する基礎となると考える。特に、知識については、例えば中学校学習指導要領解説保健体育編に「人はだれにでも学習によって技能や体力が向上する可能性があるといった挑戦することの意義を理解させ」とあるように、態度の前提としての知識や思考・判断する際の前提となる知識をも含むものである。さらに、中学校・高等学校における「体育理論」の内容は、生涯にわたる豊かなスポーツライフを送る上で必要となる運動やスポーツに関する科学的知識を中心に構成されている。これは「体育理論」の内容を指導することで、運動の技能や運動への関心・意欲・態度を高めることができることを表しており「体育理論」の学習内容を子どもに身に付けさせることは、中学校・高等学校の学校生活のみではなく、生涯にわたって運動に親しもうとする源の知識となるものであるとも言える。

高等学校学習指導要領解説体育・保健体育編では健康の保持増進のための実践力の育成について「健康・安全について総合的に理解することを通して、生徒が現在及び将来の生活において、健康・安全の課題に直面した場合に、科学的な思考と正しい判断に基づく意志決定や行動選択を行い、適切に実践していくための思考力・判断力などの資質や能力の基礎を培い、」と記している。このことを踏まえ、本研究では、健康を保持増進するための資質・能力を「健康安全についての知識」「健康・安全について適切に実践していくための思考力や判断力」「健康・安全への態度」とする。これら健康を保持増進するための資質・能力をバランスよくはぐくむことが、生涯にわたって健康を保持増進していこうとする基礎となると考える。

(2) 「運動やスポーツに対する見方や考え方を新たな視点からとらえ、豊かなスポーツライフを送るための基礎となる資質・能力をバランスよく身に付ける」とは

習得した知識を基に、技能の向上や行動の仕方、運動とのかかわり方について、技能や態度として具体的に表出させたり、運動のかかわり方や技能から知識を習得したりすることである。【図1】

人が動きを身に付けるには、モデルを見てその動きを「真似る」ことが必要である。子どもが「モデル」となる目指す動きやそれに近づくための練習方法等の知識を習得し、その知識を基に練習方法を決定したり体の動かし方を考えたり、運動とのかかわり方を考えたりすることで、技能を効率よく高めることができると考える。さらに、子どもが運動を行う際の態度や行い方などについての知識を身に付け、身に付けた知識を基に、考えて行動することになり態度についても効率よく高めていくことができると考える。このように知識を基に考え、技能や態度として表出するという学習の過程を経ることで、豊かなスポーツライフを送るための基礎となる資質・能力をバランスよくはぐくむことができると考える。

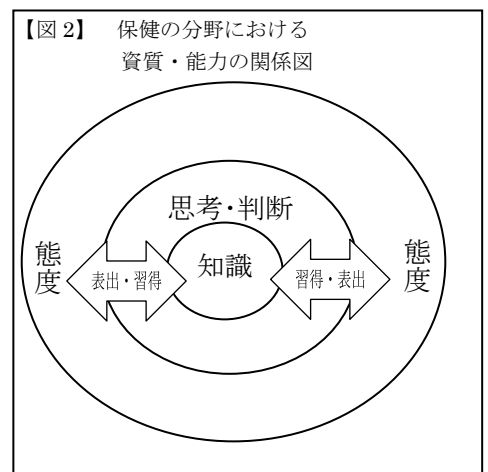


また、子どもは、体の動かし方とその出来映えとの関係をフィードバックし評価することで勘などの知識を習得し、効果的に技能を獲得したり高めたりことができると考える。また、子どもの学習への態度や運動へかかわる態度を賞賛しフィードバックすることで、子どもは自らの態度についての価値を理解し、知識を習得することができると考える。賞賛によって習得した知識は、強化されるため望ましい態度が身に付いていくと考える。さらに、日常での運動やスポーツとのかかわり方を見つめ直すことで、運動やスポーツにかかわっていく知識を習得することもできる。学習の中でこのように技能や態度について考え、知識を習得するという学習の過程を経ることで、豊かなスポーツライフを送るための基礎となる資質・能力をバランスよくはぐくむことができると考える。

(3) 「健康・安全に対する見方や考え方を新たな視点からとらえ、健康を保持増進するための基礎となる資質・能力をバランスよく身に付けること」とは

子どもが自らの生活習慣などから健康・安全について知識を習得したり、健康・安全について、知識を活用して自らの生活を見直したりすることである。【図2】

保健の分野においては、「知識・技能の活用や探究がその習得を促進するなど、相互に関連しあって力を伸ばしていくものである。」(中央教育審議会答申 H.20.1.17)とあるように、知識を習得することと、知識を基にして考えたり、判断させたりすることを関連させながら指導することが求められている。また、今回の学習指導要領の改訂では従前よりもヘルスプロモーションの考え方が一層生かされており、「自らの手で健康を改善していく」「健康な町づくりを進める」等のように様々な視点から健康を考えることが必要となっている。そこで、子どもの日常の生活の態度を基に、健康・安全について考えさせることで、発達の段階に応じてより実践的・科学的・

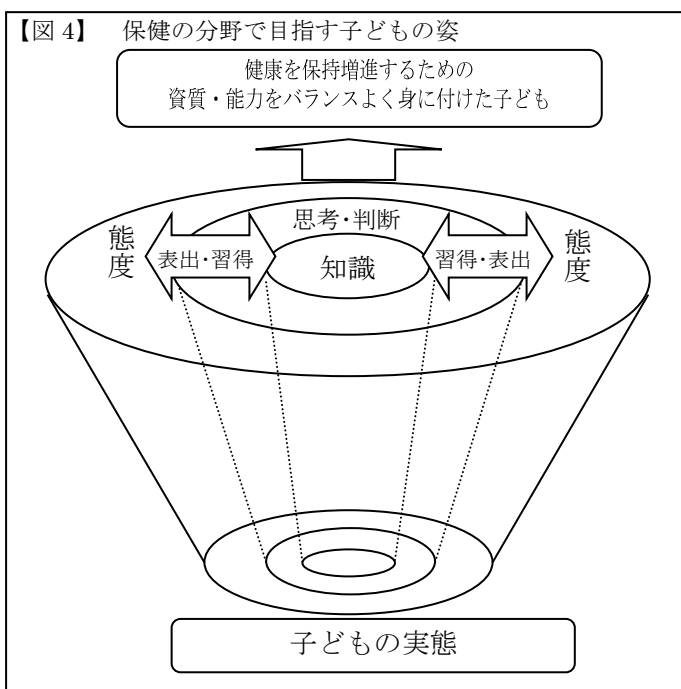
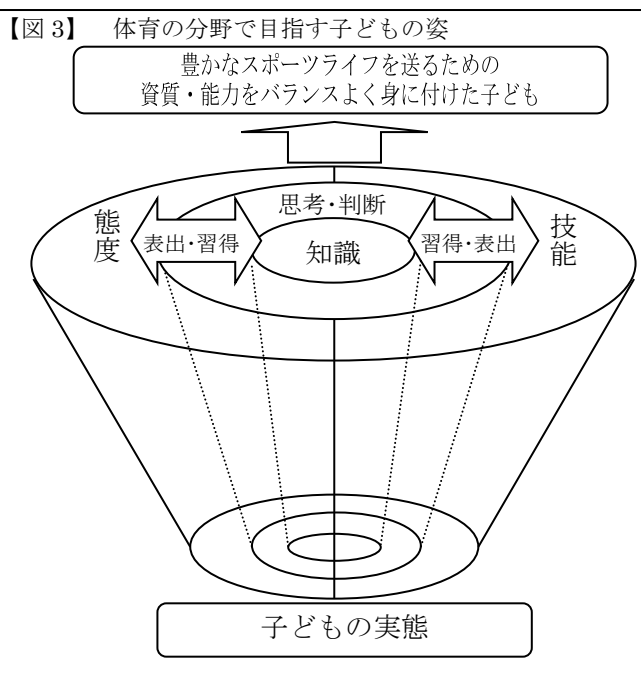


総合的に健康・安全の知識を習得させる。また、知識として習得したことを基に、行動の意味などを考えさせたりすることで、これまでの生活を振り返ることができ、自らの生活へ生かしていこうとする態度をはぐくむことにもつながると考える。このように資質・能力を関連させることで、健康を保持増進するための資質・能力をバランスよくはぐくんでいくことができると考える。

3 テーマの意義

運動や健康に関する考えを広げ深める体育科・保健体育科学習指導を行うことで、技能、態度、知識、思考・判断をバランスよくはぐくみ、そのことが豊かなスポーツライフを送るための基礎となると考える。【図3】

また、運動や健康に関する考えを広げ深める体育科・保健体育科学習指導を行うことで、知識、思考・判断、態度をバランスよくはぐくみ、そのことが健康を保持増進するための基礎になると考える。【図4】



4 研究のまとめ

本研究は、体育科・保健体育科学習指導において知識を習得したり、用いたりすることで、豊かなスポーツライフを送るためや健康を保持増進するための基礎となる資質・能力をバランスよくはぐくむことをねらったものである。小学校においては保健領域、中学校、高等学校においては体育の分野において授業実践を行った。それぞれの結果を俯瞰的に、考察することで本テーマをまとめることとする。

保健の分野においては、小学校保健領域において、保健の学習内容の基になる経験や既有知識を活用し、健康の大切さを実感することをねらい実践を行った。【資料 1】は小学校実践後の児童の感想である。不安や悩みへの対処法を知識として身に付け、それを生活へ生かしていこうとする態度を身に付けることができたことが分かる。学習の中で既有知識を活用し、健康に過ごすことの意義や価値について考えたことで、態度を高めることができたと考える。つまり、知識を基にして、健康の意義や価値について考えることで、保健領域の指導内容である知識を確実に身に付けることはもとより、生活へ生かそうとする態度にまで高めることができた。

体育の分野においては、中学校「体育理論」、高等学校「ベースボール型」において実践を行った。

中学校「体育理論」では、生徒の既有知識や経験を基に考えを深めることができる教材や発問を準備し、実生活へ生かそうすることをねらい実践を行った。

【資料 2】は単元後の生徒の感想である。体育理論の学習を通して、運動やスポーツとどのようなかかわり方をしていたのか振り返ることで、スポーツにかかわ

っていこうとする態度をはぐくむことができたことがうかがえる。つまり、教材と発問を工夫したことにより、指導内容である知識を身に付けることはもとより、その知識を活用して自らの生活について考えることで、運動にかかわっていこうとする態度まで高めることができた結果と言える。

高等学校「ベースボール型」の実践では、個人やチームの課題を把握し、課題を解決するために知識を活用することで、技能や態度の高まりをねらい実践を行った。【資料 3】は単元後の生徒の感想である。自己の課題を見つめ、技能を高めるために知識を活用し課題解決を図ることができたことが窺える。また、課題を解決するために仲間の動き方についてアドバイスするなど知識を共有しながら活動すること

【資料 1】 小学校実践後の児童の感想

ぼくがずっと元気でいたのは、まず「周りの人にめいわりをかけた」り、ぼくも元気でいたほうが「楽しいから」でも、そして、「気持ちも七割りかえたり」する方法があるので、それをして「ぼくも楽しく」いれるし、「周りの人にもハッピーさ」れたい。めいわりが「かからない」から「です」それに、「いやなこと」で「おちこんで」いても「なにもほじまらない」から「元気で」いた「い」思いました。それに、「いやなこと」があっても、「先生達」が「おしえて」もらった「音楽」を「きいたりして、元気」になって「いきたい」思いました。

【資料 2】 中学校実践後の生徒の感想

最初、私は「運動は、体にだけ効果があるものだ」と思っていました。しかし、「仲間と支え合ったり一生懸命することで、心にも影響するものなんだ」と感じました。②
運動には「仲間と団結する力や、自己管理を自分でできるようになる力、人間関係をつくらす力など」、いろいろな力を持っていることを知りました。③
これから「部活動・体育の授業など」運動と「かかわる時間」すべてを「大事にし、もっと人間関係を築いて、自分にどんどん力をつけていきたいと思います。」④

【資料 3】 高等学校実践後の生徒の感想

みんなの「協力」のおかげで、「自分の課題が自然と解決する」ようになった。①
最初の授業から最後の授業までの「様々な課題」が、「チーム」の課題、②
「個人」の課題が「チーム」の課題として「解決」して「チーム」が「成長」した。③
最後の「時間」に「対して」経験「知識」を「活用」した。④
「チーム」の「勝利」を「目指して」練習「した」です。

で、知識の習得が図られ、チーム力を高めることができた。つまり、単元構成の工夫や課題を解決するゲームを設定して、その中で支援教材を活用することにより、知識を習得して、活用しながら技能や態度を高めることができた。

それぞれの実践では、段階ごとにねらいを設定し、知識を活用して自らの動きや生活について考えさせることにより、運動の技能や態度、健康・安全への態度に高まりが見られた。

体育科・保健体育科学習指導について、知識の習得と活用を目指すことで豊かなスポーツライフを送るための基盤となる資質・能力、健康の保持増進の基礎となる資質・能力をバランスよくはぐくむことを目指した指導の一つの在り方が明らかになったと考える。特に、技能や態度を高めることに視点が向けられがちな体育の分野において、それらの育成の基に「知識」を位置付けて研究に取り組んだことは、思考力・判断力等の育成を重視した新学習指導要領にそった授業の一つのかたちとして、提案することができたと考える。このテーマで行った研究を参考にこれからの体育の学習を行う際の参考にしていただけると幸いである。

参考・引用文献

「小学校学習指導要領解説 体育編」		文部科学省	2008
「中学校学習指導要領解説 保健体育編」		文部科学省	2009
「高等学校学習指導要領解説 保健体育編、体育編」		文部科学省	2009
「小学校学習指導要領の解説と展開」 体育編	安彦忠彦 監修 高橋健夫・野津有司 編著	教育出版	2008
「新しい体育授業の運動学」	三木四郎 著	明和出版	2008
「新版 運動心理学入門」	松田岩男・杉原隆 編著	大修館書店	2004
「体育授業の心理学」	市村操一・坂田尚彦・加賀昌明・松田泰定	大修館書店	2002
「新版 体育科教育学入門」	高橋健夫・岡出美則・友添秀則・岩田靖	大修館書店	2010
「教師のための運動学」	金子明友 監修 吉田茂・三木四郎 編	大修館書店	1996