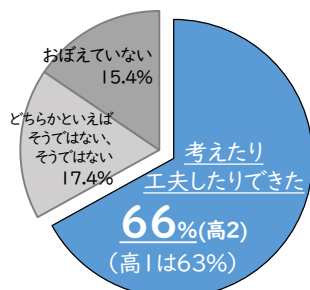


5 保健体育

☆「保健」の現状と課題

「保健」の授業の現状として、思考力・判断力・表現力等を育成するための学習活動を取り入れた授業は十分な実施状況にはないようです。

例えば、(公財)日本学校保健会保健教育推進委員会が令和3年に実施した全国調査では、このような結果が出ています。



高校3年生において、高1と高2の保健の授業で「考えた/工夫した/できた」と回答した生徒は63%と66%にとどまっています。

また、「保健」の課題として、健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組む学習が不十分であり、社会の変化に伴う新たな健康課題に対応した教育が必要だといわれています。

単元の指導計画や授業の目標を踏まえて、「知識」の内容に偏った指導ではなく、生徒の思考力・判断力・表現力等を育成するための学習活動を積極的に取り入れた授業実践を進めていきましょう。

◎「保健」

「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」

【ポイント】「小・中・高」の学びの系統性を踏まえ…

★個人及び社会生活に関する事項を正しく理解し、
思考・判断・表現できるようにする！！

●「小・中・高」の学びの系統性とは…

・小学校→身近な生活における健康・安全に関する内容

より実践的に

・中学校→個人生活における健康・安全に関する内容

より科学的に

・高等学校→個人及び社会生活における健康・安全に関する内容

より総合的に

個人生活のみならず社会生活との関わりを
踏まえた保健の授業づくりを目指しましょう！



《思考力、判断力、表現力等の育成を目指した学習指導の例》

○単元：「喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」

＜ねらい＞

喫煙、飲酒、薬物乱用の防止について、我が国のこれまでの取組を個人への働きかけと社会環境への対策の面から分析したり、諸外国と比較したりして、防止策を客観的に評価し改善策を考える。

＜発問＞ 喫煙、飲酒、薬物乱用の防止について、これからの防止対策を考えよう！

・学習活動1 個人や社会環境に対して、諸外国はどのような対策を講じているか調べてみよう。

⇒ICTを活用して調べ学習をする。

・学習活動2 日本の対策について、根拠を示して評価しよう。

⇒クラウド上で他グループ等と意見交換をする。

・学習活動3 科学的データや諸外国の対策等を参考にしながら、日本の対策を改善し、よりよい方策を考えて発表しよう。

⇒プレゼンテーションソフトを使い、ポンチ絵等を作成し発表する。

⇒クラウド上で他グループ等と意見交換をする。



※「思考力、判断力、表現力等」は、「高等学校学習指導要領解説 保健体育編」の例示を参考にして、生徒が主体的に学べるような、具体的な学習活動等を考えましょう。

「体育」

「生涯にわたる豊かなスポーツライフの継続と、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力の育成」

【ポイント】改訂の要点である「共生」の視点を踏まえ…

★体力や技能の程度、性別や障がいの有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を卒業後も継続して社会で実践することができるようにする！！

●社会に出た後のスポーツ活動を考えてみると…

- ・「競技として極めていきたい」
- ・「健康づくりのために運動する」
- ・「家族や仲間と親睦を深めるためにやりたい」など

運動やスポーツを行う
目的も多様である

「共生」の視点を踏まえ、教師として「何ができるか」、
「どのように工夫したらできるか」を考えることが大切です！

《生徒の技能の程度に応じてルールを工夫した学習指導の例》

○単元「球技」（ネット型：バレーボール）

〈ねらい〉

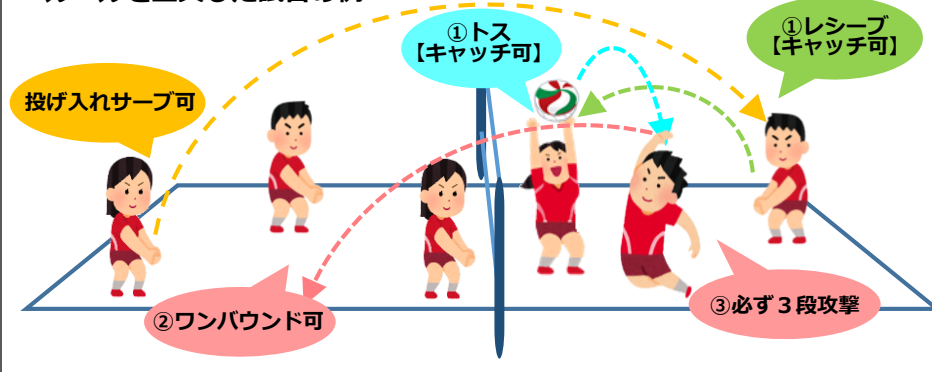
作戦に応じた技能で、仲間と連携してゲームを展開する。

正規のルールを緩和することで、技能の程度にかかわらず、チーム全員が仲間と連携した動きによって攻防を楽しむことができるようにする。

～ルール緩和の例～

- 【人数】（例）三人対三人など、少ない人数にして活躍する機会を増やす。
- 【用具】（例）ソフトバレーボールなど、柔らかく操作しやすいボールを選ぶ。
- 【コート】（例）ネットの高さを低くしたり、コートの広さを狭くしたりするなど、プレイしやすいコートを選ぶ。
- 【ルール】
- （例）①三回の触球のうち、一回はキャッチをしてもよいこととする。
→「学習課題は何か」を整理し、生徒の課題に応じて選択させる。
・レシーブをキャッチ = 学習課題：「トス、スパイク」
・セッターをキャッチ = 学習課題：「レシーブ、スパイク」
- ②相手コートからの返球は、ワンバウンドしてもよいこととする。
- ③攻撃は必ず3段攻撃とする。ブロックはしないこととする。

～ルールを工夫した試合の例～



☆「共生」の視点について

豊かなスポーツライフを継続していくためには、運動の技能を高めていくことのみならず、体力や技能の程度、性別や障がいの有無、目的等の違いを越えて、運動やスポーツの多様な楽しみ方を社会で実践することが求められています。

そのため、原則として「**男女共習で学習を行うこと**」が求められています。

「共に学ぶ体育授業」を実現するために、このような考え方で取り組んでみませんか？

- ・「男子が物足りないと感じる」
- ・「体力や技能に差があって指導が難しい」
- 「性別による違い」ではなく、「個による違い」と捉える。

- ・「男子が遠慮する、また女子が委縮する」
- ・「異性に対する意識」
- 意義や求められる背景などについて生徒に丁寧に説明をし、共に学ぶ雰囲気教師がつくっていく など

また、心身ともに発達が著しい時期であることを踏まえ、運動種目によってはペアやグループの編成時に配慮したり、健康・安全に関する指導の充実を図ることも大切です。

生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力の育成に向けて、運動やスポーツとの多様な関わり方を状況に応じて選択し、卒業後も継続して実践することができるような授業にしましょう。

※総合教育センター体育指導センターでは、授業づくりの参考となる各校種のハンドブックを作成しました。次の二次元コードよりアクセスできますので、単元の構想や授業づくりの参考として御一読ください。

