

## 体育科「保健」の授業づくり

### 1 体育科教育に求められるもの

体育科・保健体育科については、その課題を踏まえ、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ことを重視し改善を図る。（中略）学校段階の接続及び発達の段階に応じて指導内容を整理し、明確に示すことで体系化を図る。

[中央教育審議会答申（文部科学省 平成20年1月17日）]

学校における体育・健康に関する指導は、児童の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとする。特に学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、体育科の時間はもとより、家庭科、特別活動などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めることとする。また、それらの指導を通して、家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力のある生活を送るための基礎が培われるよう配慮しなければならない。

[学習指導要領第1章総則 第1の3]

#### 【体育科の目標】

心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。

#### 【体育科の課題】

- 運動する子供とそうでない子供の二極化
- 深刻な体力低下傾向
- 運動に親しむ資質や能力が十分でない状況
- 低学年からの生活習慣の乱れ

#### 【体育科の内容の改訂】

- 発達段階に応じた指導内容の明確化、体系化
- 体力向上の重視
- 保健領域の指導の充実

### 2 保健学習と保健指導の関係

#### □教育課程上の位置付け

(1) 保健学習・・・体育科保健領域

(2) 保健指導・・・特別活動（学級活動）

#### □保健学習と保健指導の関係

##### <保健学習>

教科としての枠組みに基づいて、現在から将来に向けての健康課題を主に扱う。学習内容は、系統性や関連性を重視して構成され、範例的に示される。健康の概念や認識を知識として習得し、知識を活用する学習活動である。



##### <保健指導>

児童の実態に基づき、具体的に身近な健康課題を主に扱う。個人または集団を対象とし、時節や実態に見合った内容を題材とする。体験的な学習やカウンセリング等を通して、実践的な態度や能力を養う。

### 3 「保健」の授業づくり

(1) 保健領域の内容の構成

中学年（8時間）	高学年（16時間）
<p>＜毎日の生活と健康＞</p> <p>健康の大切さを認識するとともに、家庭や学校における毎日の生活に関心を持ち、健康によい生活を続けることについて理解できるようにする。</p>	<p>＜心の健康＞</p> <p>心は年齢とともに発達すること及び心と体は相互に影響し合うことについて理解できるようにするとともに、不安や悩みへの対処について理解できるようにする。</p>
<p>＜育ちゆく体とわたし＞</p> <p>年齢に伴う変化及び個人差、思春期の体の変化などについて理解できるようにする。</p>	<p>＜けがの防止＞</p> <p>けがが発生する原因や防止の方法について理解できる用意するとともに、けがの簡単な手当ができるようにする。</p>
	<p>＜病気の予防＞</p> <p>病気の発生要因や予防の方法、喫煙、飲酒、薬物乱用が健康に与える影響を理解できるようにする。</p>

(2) 保健学習の指導のポイント

- 知識の解説型授業から、子供一人一人が自ら学習する授業にする。（課題解決的な学習）
- 子供の学習意欲を引き出し、記憶中心の授業から、考え、判断する授業にする。
- 理解から実践へつながる学習にする。

＜授業改善の視点＞

- 一人一人を生かすため、個に応じた指導の工夫をする。
- 子供の興味や関心を的確にとらえ、新たな興味、関心がわくようにする。
- 思考力、判断力を生かし、主体的に活動する機会や場を多く取り入れる。
- 子供が学習の過程や成果を自己評価できるようにする。

＜授業の手順＞

- 学習指導要領の趣旨を十分に把握し、教科の目標、内容及び特質を理解する。
- 学校、子供、保護者、地域の実態を的確に把握する。
- 子供の実態、教材の価値、単元の目標等から指導計画を作成する。
- 学習の過程における評価を、いつ、どこで、どのように行うか工夫する。

＜指導方法の工夫＞

- 身近な日常生活の体験や事例などを用いた話し合い
- ブレインストーミング、応急手当などの実習、実験
- 専門性を有する教職員との協働（養護教諭、スクールカウンセラー、栄養教諭、学校栄養職員）
- 専門機関との連携（医師会、歯科医師会、薬剤師会、保健所）などの参加、協力の推進
- 学んだ知識を活用した学習活動の導入
- 児童が具体的に考えられるような教材づくり
- 保健指導との関連を図る。

【参考文献・資料】

- ・「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について(答申)」(中央教育審議会 H20.1.17)
- ・小学校 体育 指導資料「新しい学力観に立つ 体育科の授業の工夫」(文部省 H7. 10)