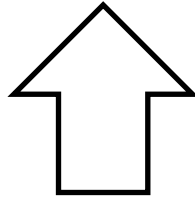


# 保健体育科の本質

心身の健康を保持増進  
豊かなスポーツライフを実現

例 生活において自分の心と体を一体として捉えることができる。健康のために身体を動かそうと思う。仲間とコミュニケーションを図ろう。仲間を増やしていこう。屋外で自然と親しもう。等



究極的な目標

(学習指導要領解説 保健体育科)

## 授業の充実

運動を通して、

(保健分野としては) 日常生活を通して

思いや願いを表現できる

※思い：(例) 思考(動きの工夫や作戦)、状況に応じた動きを選択する等

※願い：(例) 速く走りたい・シュートを決めたい・うまく踊りたい等

技能の高まりを  
実感

新しい運動との  
出会い

楽しい!  
気持ちいい!

(ルール)

主体  
(自己)

(道具)

共同者  
(他者)

対象  
(運動)

保健体育科の本質

(分業)

「活動システムモデル (エンゲストローム、1999)」  
を本校バージョンに一部改変

## 保健体育科の本質について

保健体育科の究極的な目標は、学習指導要領にもあるように、「心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現する」ことを目指すことである。このことは、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現するための資質や能力、健康で安全な生活を営むための思考力・判断力などの資質や能力としての実践力及び健やかな心身を育てることによって、現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにするという教科の究極の目標を示したものである。

この目標を達成するためには、保健体育の授業を充実させることが必要不可欠である。ましてや、学校以外で全く運動をしていないような生徒にとっては、唯一運動と接する場でもあるため、体育の授業で「楽しい」「気持ちがいい」という経験をしなければ、将来自ら運動をしようという気持ちが起こることはないだろう。そこで、生徒が「体育の授業が楽しい」と感じるのは、どのような場面かを考えると、以下の2点が重要であるという結論にたどり着いた。

- ① 生徒が技能の高まりを実感できること  
(できなかったことができるようになること)
- ② 自分の興味・関心にあった運動に出会えること

これらは、平成25年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の質問項目「体育の授業が楽しくなった理由」において、7項目中上位を占めた項目である。①は1位(31.6%)②は3位(28.6%)と、いずれも中学校男子の結果である。(※中学校女子もほぼ同様の傾向)

この結果から、保健体育科の授業づくりにおいて、特にこの2点を意識していくことは、授業における生徒の達成感や楽しさを味わわせていく上で、必要不可欠であることは明確であるといえる。

次に、授業の活動システムモデルについて述べたい。保健体育科の「学び」は、主体・共同体・対象との三位一体の対話的实践だといわれる。これらの各要素は、互いに他と分離しては存在しえず、他との関係において初めてその位置を得るということである。「主体」は自己(学習者本人)、「対象」は運動、「共同者」は他者ということになる。対話的实践を可能にするためには、教師が「自

己」と「運動」との対話を誘発しなければならない。つまり、「運動」にのめり込む瞬間をいかにコーディネートするかが重要である。そのような学習コーディネートに「他者」との対話を交えたり、「自己と他者」として「運動」と対話したりすることが保健体育科における学びの本質であると考えられる。また、学習コーディネートをする上で対象に内在するおもしろさ、すなわち運動の特性を中心に単元構成や学習課題を設定することが重要である。このような学習は、学びの質や深まりを重視し、課題の発見と解決に向けて能動的・協働的に学ぶため「アクティブラーニング」とも大きく関わってくる。剣道で考えると、①相手の隙をついて打つ、②気剣体を一致させて打つ、③相手と攻め合い、駆け引きをしながら打ち合う等が内在するおもしろさとして挙げられる。

このように、多くの運動特性を持ち合わせているが、十数時間の授業時数だけでは、それらを全て網羅する(生徒が運動の特性を十分に味わう)のは不可能に近い。そこで、生徒の実態を踏まえた学習課題の設定に努めている。例えば、①のおもしろさに気付かせたいと考えた場合、「相手の隙をついて打つには、どのようにすればよいだろうか」という学習課題を設定する。相手の隙を打つための手段は、気合い(声)、間合い(距離的と時間的)、打突部位(面・小手・胴)、竹刀操作(フェイントや払い)等の要素を組み合わせることで、無数に作り出すことができる。生徒は、どのような方法で相手の隙を生み、何を打つかを考えるであろう。そこに、「自己」の「どのように竹刀を払えばよいか」という思考や「自己と他者(グループの仲間)」が「どのようなタイミングでフェイントを入れたらよいか」「この相手の状態なら、何を打てばよいか」という対話が含まれる。すなわち簡単に答えが出せないようなオープンエンドな課題となる。そこに、個々の目指す課題をグループで協力しながら解決していく学び合いや、それに伴う動きの高まりが生まれる。

以上のように、活動システムモデルのバランスを意識しながら授業の充実を図ることが、保健体育科の本質に生徒ら自身が触れられる経験をするにつながり、心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するという保健体育科の究極的な目標に近づけていくことができると考えている。

