

高等学校

平成 7 年 度

教育研究員研究報告書

保健体育

東京都教育委員会

平成7年度

教育研究員名簿

	氏名	学校名
体 育	○ 田 中 武 夫 高 山 誠	都立九段高等学校 都立松原高等学校
	◎ 熊 谷 通 眞 羽 田 浩 之	都立荻窪高等学校 都立永福高等学校
	山 下 敬 緯 子	都立桜水商業高等学校
	奥 浦 隆 二	都立足立高等学校
	河 村 直 也	都立小松川高等学校
	新 井 政 彦	都立八王子東高等学校
	氏名	学校名
保 健	増 田 雅 子	都立玉川高等学校
	小 林 俊 彦	都立忍岡高等学校
	遠 藤 龍 男	都立忠生高等学校
	井 上 昌 子	都立第二商業高等学校
	○ 池 田 克 則	都立砂川高等学校
	増 野 知 子	都立秋留台高等学校

◎ 全体世話人 ○ 副世話人

担当 体育部体育健康指導課 指導主事 柿 添 賢 之
指導主事 神 取 豊 夫
指導主事 石 川 恵 一 郎

目 次

研究主題「主体的に考え判断し、進んで学習する能力と態度を培う学習指導の工夫」

体育 — 選択制授業における武道及びダンスの男女共習を通して

保健 — 課題学習を取り入れた学習指導と評価の工夫「成人病と生活習慣」

I 研究主題と研究の方針

1 主題設定の理由	2
2 研究の方針	2
3 研究の経過	2

II 研究の内容

【体 育】	3
1 意識・実態調査とその考察	3
2 研究の仮説	5
3 柔道の指導計画	5
4 ダンスの指導計画	6
選択制授業における男女共習の柔道単元計画	8
柔道の指導事例（実証授業）.....	9
選択制授業における男女共習のダンス単元計画	11
5 武道（柔道）及びダンスの指導結果と考察	12
6 まとめと今後の課題	13
【保 健】	14
1 研究内容	14
2 意識・実態調査とその考察	14
3 課題学習を取り入れた指導計画	16
課題学習の単元計画	20
指導事例（実証授業）	22
4 指導結果と考察	23
5 まとめと今後の課題	24

「主体的に考え判断し、進んで学習する能力と態度を培う学習指導の工夫」

体育 — 選択制授業における武道及びダンスの男女共習を通して

保健 — 課題学習を取り入れた学習指導と評価の工夫「成人病と生活習慣」

1 研究主題と研究の方針

1 主題設定の理由

施行2年目を迎えた学習指導要領では、社会の変化に自ら対応できる心豊かな人間の育成を図ることが求められている。この学習指導要領の趣旨を踏まえ、その具現化を図るため、教科「保健体育」では、昨年度に引き続き、研究主題「主体的に考え判断し、進んで学習する能力と態度を培う学習指導の工夫」のもとで研究を行った。

科目「体育」では、選択制授業における武道及びダンスの男女共習について取り上げ、選択履修幅の拡大を図るとともに、男女が互いに援助・協力しながら主体的に学習することを通して主題にせまることにした。

また、科目「保健」では、健康教育の一層の充実を図るため単元の再構成を行い、新たな「成人病と生活習慣」の単元において、課題学習を取り入れた学習指導と評価の工夫を通して主題にせまることにした。

2 研究の方針

本研究では、体育班と保健班の2班に分かれて研究を進め、それぞれ、生徒及び教師の意識・実態調査を行い仮説を設定した。その仮説を踏まえて、指導計画を立案し、実証授業を行うことにより研究の成果を検証することにした。

- (1) 体育班では、選択制授業のねらい及び男女共習の意義を十分に理解するために、オリエンテーションを重視した。また、男女共習を実施する上で課題になると考えられる、男女の特性（体力、技能及び運動経験の相違等）を考慮した指導計画を作成し、研究を進めた。
- (2) 保健班では、課題学習を取り入れ、生徒が自ら思考力・判断力を働かせ、課題の解決を図る学習過程を工夫することにより、健康問題に対する実践的態度の育成をねらいとした。

「成人病と生活習慣」の単元において、生徒が身近な健康問題に興味・関心をもち、主体的に学習が進められるよう、学習資料の活用を図るとともに、生徒の評価活動を重視した指導計画を作成し、研究を進めた。

3 研究の経過

平成7年	4月～6月	研究主題の設定、研究計画、研究構想図の作成
	7月～8月	実態調査及び集計・分析・考察、仮説の設定、指導計画の検討
	9月～10月	指導計画の作成、実証授業、結果の分析・考察
	11月～12月	報告書の作成、副資料の作成
平成8年	1月～2月	研究発表の準備、研究発表、本研究の整理と反省

II 研究の内容

体育 — 『選択制授業における武道及びダンスの男女共習を通して』

1 意識・実態調査とその考察

(1) 調査期間 平成7年6月～7月

(2) 調査対象 都立高等学校保健体育科教諭 33校 95名（男性77名、女性18名）

都立高等学校男子生徒 1年 151名、2年 148名、3年 138名、男子計 437名

女子生徒 1年 155名、2年 124名、3年 121名、女子計 400名

男女計 837名

(3) 調査内容

〈生徒〉

- ・ 武道及びダンスの興味・関心
- ・ 武道及びダンスの経験
- ・ 武道及びダンスのイメージ
- ・ 授業形態の希望
- ・ 男女共習
- ・ 評価の方法と評価の観点

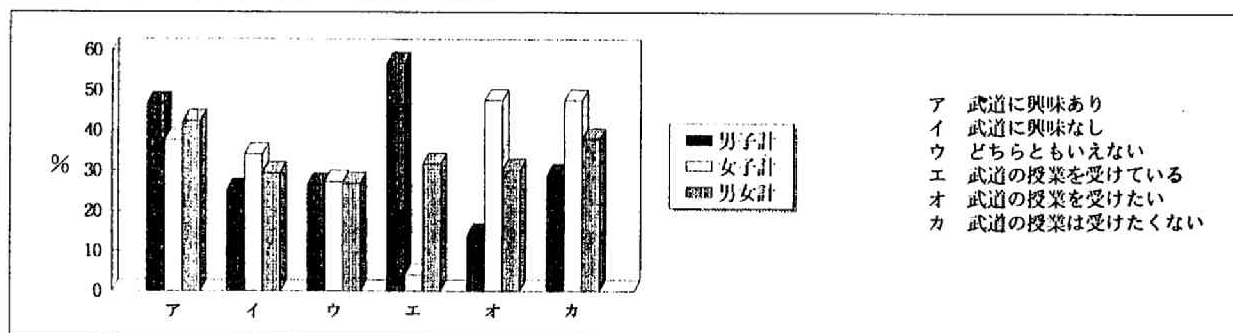
〈教師〉

- ・ 武道及びダンスの実施状況
- ・ 武道及びダンスの男女共習
- ・ 武道における男女共習の問題点
- ・ ダンスにおける男女共習の問題点
- ・ 武道及びダンスの男女共習の配慮事項
- ・ 評価の方法と評価の観点

(4) 結果と考察

ア 男子の46.7%、女子の37.5%が武道に興味を持っており、女子の47.5%が武道の授業を受けてみたいと考えている。(図1)

図1 武道の興味・関心と授業の希望



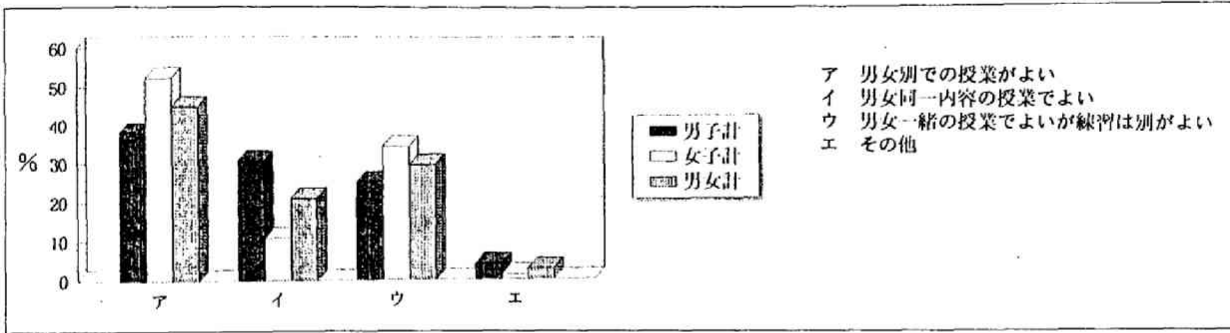
イ 武道に興味・関心のある男女の中で、武道を行ってみたいと答えた男子は37.7%、女子は33.3%であった。

ウ 武道の授業の形態については、男子の73.7%、女子の82.8%が、基礎的な技能については教師主導型の授業を希望している。

エ 男女とも武道に対するイメージは「精神力がつく」、「礼儀正しくなる」、「自主性がつく」、「伝統的文化として重要」という内容が上位であった。

オ 武道の男女共習については、男女同一の授業内容であることについて、男子の56.5%、女子の45.8%が肯定的であるが、男子の25.6%、女子の34.8%が男女同一内容の授業であっても、男女別に練習する授業がよいと考えている。(図2)

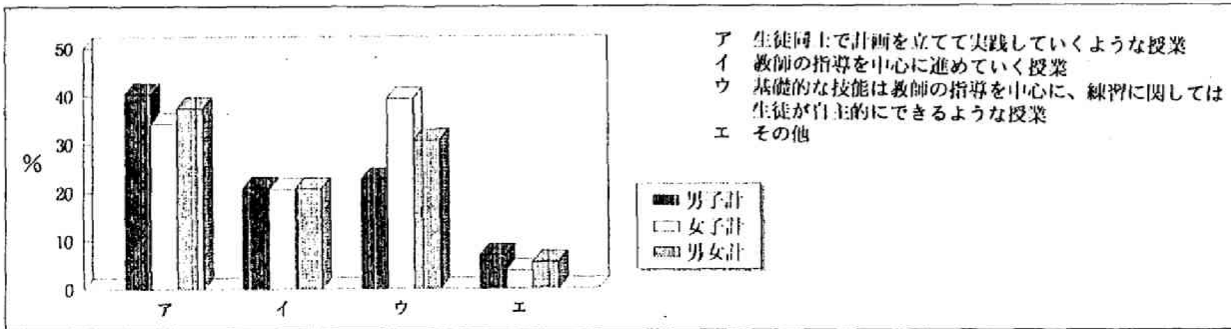
図2 武道の男女共習について



カ 男子の19.9%がダンスに対して興味・関心をもっており、19.0%がダンスの授業を希望している。

キ 男子の40.3%、女子の34.3%が自主的に計画を立て、実践していくようなダンスの授業を希望している。(図3)

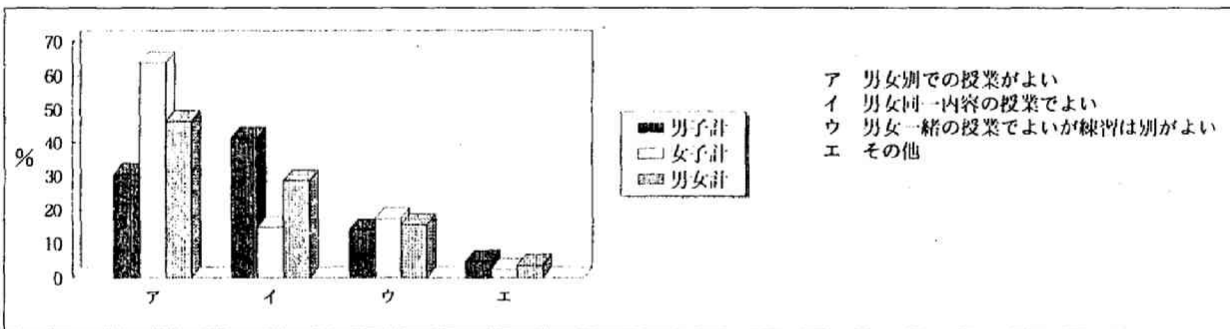
図3 ダンスの授業形態希望



ク 男女ともダンスのイメージは、「リズム感がつく」、「柔軟性がつく」、「華やかである」、「表現力がつく」が上位であった。

ケ ダンスの授業を男女が共習することについては、男子の55.4%、女子の32.1%が肯定的であるが、女子の63.8%が男女別の授業がよいと考えている。(図4)

図4 ダンスの男女共習について



コ 自己評価、相互評価を重視しながら、最終的には教師の評価を希望している生徒が、武道で41.5%、ダンスで36.8%といずれも第1位である。選択制の授業では、教師の80.0%が同様の評価方法を重視し、第1位となっている。

サ 評価してほしい項目についての希望は、武道及びダンスのどちらにおいても、「授業を一生懸命行っている」が第1位であり、「技能の上達」が第2位である。これは教師についても同様の結果となっている。

シ 選択制授業において武道及びダンスを男女共習で行っている学校は、33校中2校と少ない。

ス 武道の男女共習の問題点として、教師の71.6%が「男女の体力差や技能の差」をあげている。同様にダンス実施上の問題点として、56.8%が「照れや恥ずかしさ」をあげている。

(5) 意識及び実態調査のまとめ

男子のダンス、女子の武道に対する興味・関心は比較的高く、選択制授業への導入の素地は十分あると考えられる。しかし、男女共習については、武道では「男女の体力や技能の違い」、ダンスでは「照れや恥ずかしさ及び学習経験の違い」などに対応して、指導内容、指導方法及び学習形態等の工夫・改善が必要である。

2 研究の仮説

武道及びダンスについて、生徒及び教師の意識・実態調査を実施し、その集計結果を分析して、次のような仮説を設定した。

選択制授業における武道及びダンスの男女共習を通して、互いに援助・協力しながら個々の特性に応じて適切に学習課題を設定し、学習活動を計画・実践することで、生徒一人一人が主体的に考え判断し、進んで学習する能力と態度を培うことができる。

上記の仮説を検証するために、男女共習を想定した武道及びダンスの指導計画を作成し、実証授業を行うことにした。なお、本研究では、武道の中から柔道を取り上げた。

3 柔道の指導計画

(1) 柔道の特性

我が国固有の文化であり、素手で相手と直接組み合って相手の動きに応じて投げたり、押さえ込んだりして攻防を競い合うところに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

(2) 学習のねらい

ア 自己の技能の程度を知るとともに、対人的技能の向上、得意技の習得、相手の技能の程度に応じた練習の仕方などの課題をもって、男女が互いに協力して自主的、計画的に活動することにより、進んで学習する能力や態度を養う。

イ 個人やグループの課題に応じた練習を行うことにより、基本動作や対人的技能の習熟を図る。

ウ 伝統的な行動の仕方や健康・安全面に留意するとともに、規則や礼法を守り、互いに相手を尊重し、公正な態度で練習や試合ができるようにする。

(3) 学習指導の方針

ア 柔道の特性を理解させ、基本動作や対人的技能の習熟及び試合を通して、柔道への興味・関心、意欲を喚起させ、柔道の楽しさに触れられるようにする。

イ 個人やグループが適切な課題を設定し、学習資料を有効に活用しながら、男女の体力、経験及び技能の違いなどを考慮して学習計画を立案し、互いに援助・協力しながら主体的

に考え判断し、学習が進められるようにする。

ウ 男女の体力や技能の違いを考慮しながら、男女が相互に援助・協力して安全に学習できる雰囲気づくりを重視する。

エ 生徒が個々の実態に応じた課題を設定したり、学習を振り返ったりできるように、自己評価・相互評価できる機会を重視する。

(4) 学習指導の工夫

ア オリエンテーションの重視

オリエンテーションを重視し、選択制授業における男女共習の意義や学習計画の立案、学習資料の活用法を理解し、安全面に留意して学習できるようにした。

イ 男女共習における学習形態の工夫

2時間連続の授業の中で、毎時間の前半部分に、柔道の経験のある男子生徒が経験のない女子生徒を指導・援助できる時間を確保した。後半では男女別に分かれ、各々の課題に応じて練習ができるよう工夫した。

ウ 学習過程の工夫

生徒一人一人の実態に応じた技能テストを実施し、その結果によって学習計画の再検討や新たな学習課題を設定できるように、中間まとめの時間を設けた。

エ 学習資料の活用と工夫

学習ノートや技術ノート、視聴覚教材などの学習資料を用意し、個人やグループがそれぞれの実態に応じた学習計画を作成したり、学習活動を効果的かつ円滑に行うために十分活用できるようにした。特に、未経験者の生徒向けに、オリジナルビデオテープを作成し、活用できるようにした。

オ 自己評価・相互評価及び学習計画を立案する時間の確保

一人一人の生徒が主体的に学習を進められるように、授業開始時と終了時に、毎時の課題や学習内容を確認したり、その日の活動の反省・評価を行う時間を確保し、その時間を有効に活用できるようにした。

(5) 単元計画（8頁参照）

本研究では、第3学年男女を対象に20時間を配当した。経験者が未経験者を指導する工夫及び一人一人が個々の能力に応じた課題をもち、進んで学習できるように配慮した。

4 ダンスの指導計画

(1) ダンスの特性

自己の感情や考えを個人やグループの自由な動きで表現したり、特定の踊り方で音楽やリズムに合わせて仲間と踊ったりするところ楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

(2) 学習のねらい

ア 個人やグループが、課題を持って互いに協力しながら自主的、計画的に活動することによって、主体的に学習する能力や態度を養う。

イ 多様なダンスの中から自分の興味・関心の高いダンスを選択し、動きづくりや動きの習熟を図る。

ウ グループの活動を通して、踊る楽しさや創造する喜びを再発見するとともに、自分のよさに気づき、仲間の表現や個性を認め合える集団を育てる。

(3) 学習指導の方針

ア ダンスの特性を理解させ、多様なダンスを体験することによって、ダンスへの興味・関心を喚起し、ダンスの楽しさに触れられるようにする。

イ 個人やグループが適切な課題を設定し、学習ノートや視聴覚教材を有効に活用しながら学習計画を立案し、主体的に考え判断し、学習が進められるようにする。

ウ 男女の特性及び経験の違いを理解し、相互に援助・協力して学習できる雰囲気づくりを重視する。

エ 生徒が新たな課題を発見できるように、自己評価・相互評価を行う機会を重視する。

(4) 学習指導の工夫

ア オリエンテーションの重視

選択制授業のねらいや男女共習の意義、学習計画の立案、学習資料の活用の仕方を理解し、主体的に考え判断し、学習を進められるよう工夫した。

イ グループ編成の工夫

多様なダンスを紹介しながら、試しに動いてみることによって、ダンスの領域内選択を行い、グループ編成に生かせるようにした。グループの人数や男女比について制限を設けず、グループ活動に支障のない適切な編成を考えさせながら決定した。

ウ 学習過程の工夫

それぞれ選択したダンスの特色ある動きをVTRなどを利用して発見するとともに、模倣する段階を経て、表現力や個性を生かしながら、「ひとまとまりの動き」を構成し、中間まとめの時間に発表した。その際の自己評価・相互評価をもとに、学習計画の再検討や新たな課題を発見し、次の学習に生かすようにした。

エ 学習資料の活用と工夫

領域内選択の手がかりとしてVTRを準備し、学習計画の作成や学習活動を効果的に行うために十分活用するようにした。また、動きづくりの基本が身に付けられるように、動きのウォームアップの資料及び学習ノートの「動きのデッサン記入欄」を活用した。

オ 男女共習のよさを生かす工夫

ダンスの学習活動では、男女の特性や経験の違いがダンスをより楽しくし、個性を発見できることを理解させながら、踊ることへの抵抗感や恥ずかしさを取り除く工夫を行った。

カ 自己評価・相互評価及び学習計画を立案する時間の確保

一人一人の生徒が主体的に学習を進められるように、授業開始時と終了時に、毎時の課題や学習内容を確認したり、その日の活動の反省・評価を行う時間を確保し、その時間を有効に活用できるようにした。

(5) 単元計画（11頁参照）

本研究では、第3学年男女を対象に20時間を配当した。多様なダンスを体験し、その中から興味・関心のあるダンスを領域内選択するとともに、男女の特性や経験の違いを生かしながら、個々の実態に応じた課題をもたせ、一人一人が進んで学習できるように配慮した。

選択制授業における男女共習の柔道単元計画

段階	時間	ねらい	生徒	評価	教師
			学習活動		指導上の留意点
学 習 I (オリエンテーション)	1	選択制授業における男女共習の意義と進め方を理解し、学習計画立案のための主題設定の仕方を理解するとともに学習への意欲をもつ。	①選択制授業における男女共習の意義の理解 ②学習資料の効果的活用の仕方の理解 ③学習、技術ノートの活用方法と評価についての理解 ④学習計画の作成の仕方の理解 ⑤毎時の授業の進め方の理解 ⑥グループ編成の仕方の理解 ⑦役割分担の仕方の理解	☆選択制授業・男女共習の意義が理解できたか。 ☆学習の進め方が理解できたか。 ☆学習資料等の活用の仕方が理解できたか。 ☆学習計画の作成の仕方が理解できたか。	★選択制授業・男女共習の意義を理解させる。 ★学習の進め方、評価の理解を深めさせる。 ★学習資料の効果的な活用方法を理解させる。 ★グループ編成については、柔道の経験を基にして、経験者が初心者を指導するときのグループと習熟度に合わせたグループの2通りの決め方をすることを理解させる。
	1	個人及びグループの実態に応じた単元の学習計画を立案する。	①学習ノートの具体的記入の仕方の理解 ②学習計画の立案の理解 ③学習計画の作成 ④役割分担	☆個人及びグループの実態に応じて初心者であれば柔道の基本動作・経験者であれば対人的技能の習熟へ向けて課題が設定され学習計画が立案できたか。	★初心者の指導は経験者が担当することを理解させる。 ★初心者、経験者ごとに課題をもち、10時間目を目安にそれまでの課題の達成度をスキルテストという形で確認することを理解させる。 ★個に応じた学習課題の設定と学習資料の有効利用によって効果的な学習方法が見いだせるよう指導、助言を適切に行う。
学 習 II	ね ら い 1	選択制授業・男女共習の学習方法に慣れると同時に、経験者が初心者を指導する工夫と、それぞれ能力に応じた課題をもち自主的に学習する。	①毎時の学習計画の確認 ②学習計画に基づく自主的な活動 ③個人及びグループごとの反省、評価 ④用具の片付け、清掃	☆グループごとに活動が計画通りに実施できたか。 ☆本時の計画が適切であったか ☆次時への課題が見いだされたか。 ☆柔道という運動を正しく理解し、互いに援助、協力して安全に留意した活動ができたか。	★生徒の自主的な活動を見守りながらタイムリーな指導、助言を行い計画に沿った活動を心がけさせる。 特に初心者への支援、配慮がなされているかどうかをよく観察し、欠けている点があればアドバイスする。 ★本時の活動の反省、評価を十分に行わせ課題の達成度の確認、次時の活動計画の検討を促す。 ★安全について十分な配慮がなされているか指導を徹底する。
			中 間 ま と め 1	それぞれの課題の達成度を確認することによって学習計画の再検討を行う。	①グループごとにチェック項目を設定し、課題達成度についての自己評価、相互評価を行う。 ②評価の結果を基に学習計画の再検討を行う。
	ね ら い 2	中間まとめでのそれぞれの課題達成度を確認を生かし、次のステップへステップアップできる課題の設定と、その解決に向けて互いに援助、協力しながら効果的な学習を工夫、実践する。	①毎時の学習計画の確認 ②新たな学習課題に基づく自主的な学習活動 ③個人及びグループごとの反省、評価 ④用具の後片付け、清掃	☆新たな課題の設定が初心者であれば対人的技能、経験者であれば技の連絡や試合で生かせる対人的技能の習熟へ向けてなされているか。 ☆毎時の学習計画、学習方法が適切であったか。 ☆柔道という運動を正しく理解し互いに援助、協力して安全に留意した活動ができたか。	★それぞれの課題達成へ向けて自主的、主体的な活動がなされるよう指導、助言する。 特に初心者への支援、配慮がなされているかどうかをよく観察し、欠けている点があればアドバイスする。 ★個々に応じた計画の立案がなされているか、学習方法に無理、無駄がないかどうか配慮できるよう指導、助言する。 ★毎時の活動の反省、評価を十分に行わせ課題達成の状況に応じて、次時の活動計画の検討を促す。 ★安全について十分な配慮がなされているか指導を徹底する。
			ま と め 1	単元のまとめと反省を行うことによって自ら進んで学習するという学習スタイルの確認をする。	①学習、技術ノートの整理 ②自己評価、相互評価 ③グループごとの学習全体のまとめ、評価

柔道の指導事例（実証授業）

単元名	柔道	配当時間	20時間中1・2時間目	学年	第3学年 1. 2. 3. 4組 男女16名
本時のねらい	◎オリエンテーション ・選択制授業の趣旨、概要を理解する。 ・柔道の特性を理解し、男女が協力して安全に学習することを理解する。 ・グループ毎に学習する内容・方法と学習計画の仕方について理解する。 ・学習ノート、学習資料の効果的な活用方法と評価について理解する。				
施設 用具	・体育館 ・学習ノート ・学習資料 ・柔道のビデオソフト				
段階	時間	学習内容	学習活動	指導上の留意点	
導入	5分	・集合 ・挨拶 ・出欠調査 ・本時の説明	・単一種目必修型の授業の学習成果を土台として、生徒が自ら自分の能力・適性、興味・関心や欲求等に基づいて、運動領域・運動種目を選択することが大切であることを理解する。	・計画的に運動する習慣を身に付けることによって生涯体育・スポーツにつなぐということ、男女共習を含めて互いに愛好する運動との関係を大切にしながら合理的、計画的に学習を進めていくための方法を学ぶことが大切であることを理解させる。	
	10分	・柔道の選択制授業の進め方	・個人やグループで課題を見つけ、課題解決のための学習を行ない自主的・主体的に進めていく授業の進め方を理解する。 ・「計画、実施、評価」の学習の流れを理解する。 ・オリエンテーション以外の時間はグループ毎に集合し、本時の活動内容の確認、施設・用具の準備、準備運動、学習活動の実施、整理運動、まとめ、片付けという授業の流れを理解する。	・生徒が主体的に取り組めるように具体的に流れをイメージさせ、授業の進め方を十分理解させる。 ・グループでの学習、活動の意義を理解させ、お互いに協力し合い、意欲的・積極的に取り組むことを理解させる。 ・生徒が自ら種目を選び、自ら学び、教師はそれを支援することを理解させる。	
展開	10分	・学習計画の作成の仕方	・学習課題を解決し、学習を進めていくために18時間の全体計画を立案することを理解する。 ・全体計画に即して毎時間、個人やグループの課題を発見し、それに基づいて学習計画を立てることを理解する。	・選択制授業は、個人とグループが、それぞれの課題を設定し、自主的・主体的に学習活動を行なうことが必要であることと、そのために適切な学習計画を立てることが大切であることを理解させる。 ・学習計画は無理をしないで個人、グループで段階に応じた計画を立て、教師が適宜、指導・助言を与えることを理解させる。（男女共習で行なうので簡単な学習計画を提示し、参考にさせる。）	
	10分	・学習資料、学習ノートの効果的な活用方法と評価	・学習資料、学習ノートの効果的な活用方法を理解し、目標設定や課題解決のために積極的に活用していくことを理解する。 ・個人やグループの課題を見いだすための自己評価・相互評価を理解する。	・学習資料、学習ノートを参照させる。 ・個人やグループが必要に応じた練習方法を見だし、実践していくことを理解させる。 ・学習ノートの提出期限を守らせる。	
	30分	・柔軟の特性 ・ビデオソフトの使い方	・武道は、我が国固有の文化であり、相手の動きに対応して攻防するところに楽しさや喜びを味わうことのできる格闘形式の運動であることを理解する。 ・ビデオを見ながら、柔道の基本的な礼法や技の習得のための練習方法を理解する。	・武道に対する伝統的な考え方やそれに基づく行動の仕方を身に付けるとともに、相手を尊重して安全に練習や試合ができるようにすることが大切であることを理解させる。 ・ビデオを見ながら、教師の指導に依存することなく、自ら練習することができることを理解させる。	
	30分	・学習計画の作成 ・学習ノートの作成 ・役割分担	・学習計画の参考例を利用して、経験者も初心者も無理のない計画を立てることを理解する。 ・学習ノートの中のグループの目標を全員の話し合いで決定する。 ・班長から用具係まで全員が役割を分担する。	・学習計画立案の中で10時間を目安に中間スキルテストを実施し、計画の見直しがあることを理解させる。 ・学習ノートは班長が管理し、事前に学習計画を立てて教師と連絡を取って進めていくことを理解させる。 ・授業を生徒主体で進めていく為に、役割分担の大切さを理解させる。	
整理	5分	・次回の説明 ・挨拶 ・解散	・2時間続きの前半1時間は、経験者が初心者を指導し後半の1時間はグループ毎の練習になることを理解する。	・前半の1時間は、男女が協力して安全に練習することが大切であることを理解させる。 ・準備等の指示をしておく。	

柔道の指導事例（実証授業）

単元名	柔道	配当時間	20時間中10時間目	学年	第3学年 1. 2. 3. 4組 男女16名
本時のねらい	◎中間まとめ ・学習計画が適切であったかどうか、現段階までに習得した技術の中からスキルテストを実施し、課題の達成度を確認する。 その結果から学習計画の再検討や新しい学習課題を設定させる。 ・男子経験者の女子へのかかわり方についても適切であったかどうか再確認する。				
施設 用具	・柔道場 ・学習ノート ・学習資料 ・スキルテスト実施カード（グループ毎に作成）				
段階	時間	学習内容	学習活動	指導上の留意点	
導入	10分	<ul style="list-style-type: none"> 集合 挨拶 出欠点呼 本時の説明 	<ul style="list-style-type: none"> 習得した技術の中から、グループ毎にチェック項目を設定し、課題達成度についての自己評価・相互評価を行ない、その結果をもとに学習計画の再検討をすることを理解する。 	<ul style="list-style-type: none"> グループに応じたチェック項目が、今後の学習計画の見直しに大切であることを理解させる。 スキルテストの結果をもとに個人及びグループに応じた学習課題を再検討することを理解させる。 	
展開	35分	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動 スキルテストの説明 実施カードの配布 スキルテストの実施 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動、特に基本の受け身を確実にこなす。 グループで設定した項目を実施カードを見ながら確認する。 実施・記録方法を理解する。 <p>〈初心者の例〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ○基本の受け身 後受け身・横受け身・前回り受け身 ○寝技 袈裟固め・横四方固めの入り方 <p>〈経験者の例〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ○投げ技 選択の授業で練習した投げ技 ○投げ技の連絡 選択の授業で練習した投げ技の連絡 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動および基本の受け身を行なうことが怪我の防止につながることを理解させる。 スキルテストの結果で学習計画を再検討するので、客観的に評価することが大切なことを理解させる。 チェック項目については、学習ノートの展開を参考にして、内容が適切であるか指導しておく。 	
閉	5分	<ul style="list-style-type: none"> 整理運動 本時のまとめ 片付け 挨拶、解散 	<ul style="list-style-type: none"> 使用した部位を中心に行なう。 学習計画の再検討と男女共習の授業について、グループの意見をまとめることが大切なことを理解する。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習ノートに再検討の結果をまとめて報告させる。 選択1時限目の男女共習の展開についてもグループの意見をまとめさせる。 グループや個々の課題解決が、男女共習以外の部分で学習資料の活用だけで十分かどうかについても検討させる。 	

選択制授業における男女共習のダンス単元計画

段階	時間	ねらい	生徒	評価	教師
			学習活動		指導上の留意点
学 習 I	1	選択制授業における男女共習の意義と進め方を理解し、学習計画立案のための主題設定の仕方を理解するとともに学習への意欲を持つ。	①選択制授業における男女共習の意義の理解 ②学習ノートの活用方法と評価についての理解 ③学習資料の効果的な活用の仕方の理解 ④学習計画の作成の仕方の理解 ⑤領域内選択の仕方の理解 ⑥毎時の授業の進め方の理解 ⑦グループ編成の仕方 ⑧役割分担の仕方	☆選択制授業・男女共習の意義が理解できたか。 ☆学習の進め方が理解できたか。 ☆学習資料・学習ノートの活用の仕方が理解できたか。	★選択制授業・男女共習の意義を理解させる。 ★学習の進め方、評価の理解を深めさせる。 ★学習資料の効果的な活用方法を理解させる。 ★グループ編成については、視聴覚教材による多様なダンスの紹介、試しの動きの結果により、人数や男女比に幅をもたせて決定することを理解させる。
	2	多様なダンスの理解と試しの動きの結果から、領域内選択しグループ編成を考	①視聴覚教材による多様なダンスの理解 ②試しの動き ③領域内選択によるグループ編成	☆多様なダンスの理解・試しの動きの結果を正しく自己評価できたか。 ☆今後の学習活動に生かすこと	★多様なダンスを理解させる。 ★試しの動きの結果を自己評価させ、適切なダンスを選択させる。 ★課題を見つけ学習を進められるように指導・助言を適切に行う。
	1	単元の学習計画を立てる。	①学習ノートの具体的な記入の仕方の理解 ②学習計画の立案の理解 ③学習計画の作成	☆多様なダンスを理解し、試しの動きの結果を正しく自己評価し、課題にそった学習計画が立案できたか。	★試しの動きの結果を自己評価させ、学習課題と学習方法を見出せる指導・助言を適切に行う。
学 習 II	ねらい 6 7 1	選択制授業及び男女共習の学習方法に慣れると同時に、個人やグループの課題に基づいた効果的な練習を工夫して計画・実践し、選択したダンスの基礎的なひとまとまりの動きの習得に生かす。	①本時の学習計画の作成 ②練習方法の話し合い ③学習計画に基づく自主的な活動 ④グループ内での評価 ⑤グループ毎に施設や機材の片付け	☆各グループの学習計画が適切であったか。 ☆各グループの活動が計画通りすすめられたか。 ☆次の学習課題が見出せたか。 ☆お互いに援助・協力し、安全に留意して活動ができたか。	★活動中の指導・助言を適切に行い、計画に沿った活動をさせる。 ★グループ毎に活動が円滑に進むように指導する。 ★ダンスが楽しめるよう個人やグループの技能に合った練習方法を工夫させる。 ★本時の活動の評価を積極的に行わせ、個人及びグループの次の課題を見出させる。 ★協力して安全に活動するよう指導する。
	中間まとめ 1 2	グループ別の学習活動を評価し、今後の学習の進め方や学習活動の検討を行う。	①グループ毎に中間発表 ②自己評価・相互評価 ③学習ノートを利用して学習活動の評価 ④今後の学習計画の再検討	☆学習活動の評価が適切に行われているか。 ☆他のグループの発表を今後の学習計画に生かしたか。	★各グループの活動の評価と学習ノートの評価をもとに話し合い、学習活動の再検討を行なわせる。 ★グループの再編成も考慮し、今後の活動が積極的に円滑に行われるようにさせる。
	ねらい 6 7 2	中間まとめでの成果を生かし、より高い課題の設定とその解決のために効果的な練習をして計画・実践する。	①新たな学習課題に基づく自主的な学習活動 ②グループ内の評価 ③グループ毎に施設や機材の片付け	☆各グループが課題解決を図るために自主的・主体的に活動できたか。 ☆学習計画・学習方法が適切であったか。 ☆お互いに援助・協力し、安全に留意して活動ができたか。	★活動中の指導・助言を適切に行い、新しい課題を発見させ活動の仕方を工夫させることによって、主体的に課題に取り組ませる。 ★次時の課題が適切に見出せるよう評価内容等について助言する。 ★練習した技能がひとまとまりの作品に生かされるよう助言する。 ★各グループの活動が円滑に進むように指導する。
まとめ 1 2	単元のまとめとして発表・鑑賞し、評価しあう。学習経験を今後どう生かしていくかを考える。	①グループ毎に発表 ②自己評価、相互評価 ③学習ノートの整理 ④グループ毎に学習全体のまとめ・評価 ⑤感想文	☆ダンスを通じて、踊ることの楽しさや個性の発見ができたか。 ☆グループの学習活動が協力してできたか。 ☆進んで学習する能力が、身についたか。	★各グループでまとめと評価を行う。 ★学習ノートをもとに十分な話し合いをさせる。 ★正しく自己評価・相互評価ができるように助言する。	

5 武道（柔道）及びダンスの指導結果と考察

仮説を検討するため、実証授業の後に、授業を受けた生徒を対象にアンケート調査を行った。その結果と考察を以下に示す。

(1) 柔道（対象：都立高等学校1校 3年男子6名 3年女子10名 計16名）

ア 「自分たちで学習課題を設定できた」と答えた生徒は9名、「まあまあできた」を含めると15名、「自分たちで判断し、計画通り実施することができた」と答えた生徒は9名、「まあまあできた」を含めると16名全員、さらに「自分たちの役割を果たし、グループで協力して学習することができた」と答えた生徒は10名、「まあまあできた」を含めると15名であった。これらのことから、個人やグループにおいて、適切に学習課題を設定して学習計画を立案し、男女が互いに援助・協力しながら、主体的に判断して学習を進めることができた。

イ 「楽しく意欲的に参加できた」と答えた生徒は15名、「技能が高まった」と答えた生徒は7名、「まあまあ高まった」を含めると15名であった。しかし、「毎時間の学習課題が達成できた」と答えた生徒は4名、「まあまあできた」を含めると12名であり、4名が「できなかった」と答えている。これらのことから、ある程度技能を高めることはできたが、それぞれの課題を十分に達成するまでには至らなかった。

ウ 「礼法やマナーを理解し学習できた」と答えた生徒は15名、「自他の健康・安全に注意し、学習できた」と答えた生徒は14名であった。これらのことから、男女が互いの健康・安全に留意し、礼法やマナーを守りながら、学習活動を行うことができた。

エ 未経験者の女子の多くが「やってみると、思ったより難しいが、楽しくできる運動である」と答え、経験者の男子は「女子に教える中で、技能面において今まで気付かなかったことを発見できた」と答えている。これらのことから、男女の体力差、経験の有無からくる技能の差があるにもかかわらず、学習形態を工夫することにより、これらの問題はある程度解決できた。

オ 男女共習については、男女とも「互いに援助・協力して学習活動を進めることができ良かった」と答えている。さらに、女子の「男子がていねいにわかりやすく教えてくれて良かった」や、男子の「人に教えることも学べて良かった」という意見があったことを考え合わせると、柔道における男女共習の成果が表れたものと考えられる。

一方、女子の「男子は、自分たちを教えるために運動欲求を満たすことができないのではないか」、「もっと先生にも教えて欲しかった」という声や、男子の「男女で遠慮している面があった」、「もっと練習する時間がほしい」など、工夫・改善の余地があることも示唆された。

カ 実技ノートや実技VTRなどの学習資料については、大部分の生徒が「技能を習得するためと学習活動を円滑に行うために役立つ」としており、必要性を認めている。特に、未経験者向けのオリジナルVTRは好評であった。

(2) ダンス（対象：都立高等学校2校 1年女子43名 3年女子21名 計64名）

ア 「楽しく意欲的に参加できた」が89.1%、「自分たちで学習課題を設定することができた」が89.1%、「毎時間の学習課題が達成できた」が79.7%であった。これらのことから、

個人やグループが適切な課題を設定し、学習計画を立案・実践したことにより、主体的に考え判断し、学習を進めることができた。

イ 多様なダンスの紹介と体験については、「ダンスに対して興味・関心が高まった」が82.8%、「踊りたいダンスを選択する時の参考になった」が85.4%であった。これらのことから、生徒がオリエンテーションでダンスへの興味・関心が高まり、踊りたいダンスを選択できたことが、その後の学習活動に活かされた。

ウ 「自分の役割を果たし、グループで協力して学習することができた」が96.9%であり、グループの中で互いに援助・協力しながら学習を進めることができた。

エ 学習資料については、「学習活動を円滑に行うのに役立った」が76.7%、「今後も学習ノートやVTRなどの学習資料があった方がよい」が86.0%であった。しかし、「記入する時間が十分にあった」が44.2%と低い数値を示しており、これらのことから、記入する時間の確保についての一層の工夫が必要である。

オ 自己評価については「次の課題の設定に役に立った」が65.1%、相互評価については、ほとんどの生徒が「グループでの課題の設定に役に立った」と回答した。これらのことから、評価の観点や評価方法について、一層の工夫・改善が必要である。

カ 「指導者が男性教員であっても、特に違和感はなかった」が97.7%であったことから、学習指導を工夫することにより、男性教員がダンスを指導することも可能であると考えられる。

6 まとめと今後の課題

(1) まとめ

本研究は、選択制授業における武道及びダンスの男女共習を通して、主題にせまることであった。その結果、次のことが明らかになった。

ア オリエンテーションを重視したことにより、選択制授業のねらいや男女共習の意義を十分に理解させることができた。

イ 柔道において、学習形態及び学習過程を工夫することにより、男女の体力及び技能の違い、運動欲求の充足などの問題は、ある程度解決することができた。また、男女がお互いに援助・協力しながら学習を進めることで、各々のよさを認め合うことができた。

ウ ダンスについては、今回の実証授業で男子の選択者はいなかった。しかし、多様なダンスの紹介と体験の後、ダンスの領域内選択を行うことで、生徒が意欲的に学習に取り組むことができた。また、2校の実証授業の内、1校を男性教員が担当したことを考え合わせると、「女性教員が女子生徒を対象に創作ダンスの指導を行う」というダンスの授業に対するイメージを新たにすることができた。

エ 学習過程の工夫及び自己評価・相互評価の活用によって、個に応じた適切な学習課題を設定することができ、自ら思考・判断しながら、学習活動を進めることができた。

オ 学習資料の工夫と活用により、主体的な学習活動を促すことができた。

(2) 今後の課題

ア 個々の学習課題を達成させるための工夫

ウ 教師の授業への効果的なかわり方

イ 学習形態及び学習過程の一層の工夫

エ 学習計画及び評価のための時間の確保

保健－『課題学習を取り入れた学習指導と評価の工夫』『成人病と生活習慣』

1 研究内容

人生80年時代を背景に、生涯を通じて健康で活力のある生活を営むためには、生徒が個々の健康課題の解決を図り、健康的な生活を自ら実践できる能力や態度を身に付けることが求められている。このため科目「保健」においては、生徒が身近な健康問題に気付き、自主的・主体的に学習を進め、課題を解決することが必要である。

本研究では、この観点を踏まえ、健康的な生活習慣につながる意志決定能力を養うために、「課題学習を取り入れた学習指導と評価の工夫」に取り組んだ。単元としては、ライフスタイルと関連の深い成人病を取り上げ、「成人病と生活習慣」という単元を再構成し、健康的な実践的態度を身に付けられるように、授業の工夫・改善を図った。

また、評価については、教師の評価に加えて、生徒による自己評価・相互評価を重視し、生徒が興味・関心をもち、自ら考え判断し、進んで学習を進めることができるように工夫した。

本研究では「成人病と生活習慣」に関する意識・実態調査を行い、その結果を分析・考察して、次のような仮説を設定した。

生徒が生涯を通じる健康の重要性を認識し、自己の健康に関する課題を見つけ、その解決を図る学習過程を工夫することにより、主体的に考え判断し、健康的な生活を実践できる能力や態度を培うことができる。

2 意識・実態調査とその考察

- (1) 調査対象： 東京都高等学校保健体育科教諭 42校 75名
都立高等学校生徒 男子 289名 女子 267名 計556名

(2) 調査内容

〈生徒〉

- ・成人病に対するイメージ
- ・成人病に関する知識、情報源
- ・日常の生活習慣
- ・授業の形式に対する希望
- ・評価に対する希望

〈教師〉

- ・成人病に関する授業の実施状況
- ・成人病に関する授業の計画状況
- ・保健の授業形式
- ・評価における重点項目
- ・課題学習の実施状況、考え方

(3) 調査結果と考察

〈生徒〉

ア 成人病に対するイメージ

「生活の乱れからくる」が44.4%、「注意すれば予防できる」が50.5%の回答であり、約半数の生徒が、日常の生活習慣に関連するイメージを持っている。

イ 成人病に関する知識、情報源

成人病について「説明できる」という回答は全体的に少ない。成人病の原因については、「肥満」51.4%、「運動不足」43.2%、「食生活」48.7%をあげている。また、成人病の知識を「学校の授業で得た」と回答した生徒が42.6%と最も多く、次いで「テレビ・ラジオ・新聞」が31.7%であった。成人病の予防には、少年期からの教育が必要であり、保健の授業の果たす役割が大きい。また「本や雑誌で」が6.9%と少数であったことから、知識を自分から積極的に得ようという傾向は見られない。

ウ 健康の保持・増進にかかわる日常の生活習慣

各項目とも「気をつけている」という回答が少なかったことから、成人病にかかわりのある生活習慣について、余り意識されていない傾向である。

エ 授業の形式に対する希望

「視聴覚教材」が55.0%、「講義・説明」が25.2%と授業への希望が多い。これは、従来の教師主導型の授業が定着していることが考えられる。今後、生徒の自主的・主体的活動に重点を置いた課題学習を取り入れていく上で、生徒の学習に対する意識を変えていく必要がある。また、視聴覚教材の活用の仕方も工夫する必要がある。

オ 評価に対する希望

「試験」が45.3%、「レポート」が35.2%であり、従来から行われている評価方法への希望が多かった。また、「日常生活での実践的態度」を評価して欲しいという希望も41.7%と多く、健康の保持・推進にかかわる能力や態度を評価の項目に加える必要がある。

〈教師〉

ア 成人病に関する授業の実施状況

成人病について、授業で扱っている学校は80%であった。その理由としては、「身近な問題として必要性を感じていたから」が70%で最も多く、配当時間は2時間又は3時間が多い。取り上げた単元は、第1章「現代社会と健康」が33%、次いで「第1章と第3章」が21.3%であり、成人病をまとまりのある単元として再構成する必要性がある。

イ 成人病に関する授業の計画状況

学習内容の取り扱いを「他の単元と同等に」と考えている教師が76%であった。また、授業での重点項目としては、「ライフスタイルの能力を養う」こと、「問題を発見できる能力を身に付けさせる」ことがともに31.5%と多かった。

ウ 保健の授業形式

95.9%の教師が「講義、説明を主とする」ことが多く、また時々「視聴覚教材」を取り入れている傾向が見られる。また、教師の望む授業形態としては「講義、説明を主とする授業形式」が54.2%、「グループ別課題学習」が44.3%であった。他の形式として「話し合い」、「実験・実習」も補助的に取り入れたいとしている。これらのことから、多様な授業形式を取り上げたいが、時間的問題などから実施できない状況が見られる。

エ 評価における重点項目

評価の重点項目として「知識・理解の習得状況」が77.5%、「問題を発見し、解決していく能力や態度」が61.4%、「学習活動における意欲や協力の態度」が51.4%であった。知識・理解の習得状況という従来の評価に加え、問題発見・解決の能力・態度にも重点を

置くという点から、多くの教師が課題学習の必要性を認めている傾向が見られる。また、「健康で安全な生活を実践する態度」が42.9%と続き、今後こうした新しい評価の項目を重視していく必要がある。

オ 課題学習について

「課題学習は実施していない」という回答が68.9%であった。

3 課題学習を取り入れた指導計画

(1) 単元の再構成

科目「保健」における成人病にかかわる学習内容を、まとまりのある単元として再構成するとともに、内容を精選し系統的・重点的な学習を通して、生徒の知識理解を深め、健康的な生活実践への意欲を高めるようにした。第1・2学年ともに課題学習として、14時間程度を確保し、年回2回に分けて実施できるようにした。そのため、第1学年では「生涯を通じての健康」「交通安全」、第2学年では「集団の健康」「環境と健康」などの単元において、学習内容の精選と指導方法の工夫等により、課題学習の時間を確保した。本研究では、「成人病と生活習慣」という単元の中で、身近な生活習慣を振り返り、自ら意志決定し、将来を見通した健康的な生活を実践していく態度を養うことをねらいとして、指導計画を立案した。

(2) 学習のねらい

ア 生涯を通じて健康な生活を送るために、個々のライフスタイルやライフステージに応じた、的確な意志決定と行動選択ができる能力と態度を身に付ける。

イ 生徒が身近な健康問題に関心をもち、科学的に思考・判断できる能力を育てる。

ウ 健康に関する基礎的・基本的な知識を深め、総合的な認識を高める。

(3) 課題学習の進め方

課題学習のねらいを達成するために、生徒の興味・関心を生かし、自らの生活習慣に問題意識をもたせるような導入段階での学習指導が大切である。さらに、課題学習においては、生徒が自らの学習の目標となる課題を発見し、主体的に学習を進め、課題の解決を図る学習過程を工夫する必要がある。そこで課題学習の展開は、「課題をもたせる」「課題を解決する」「課題をまとめる」の3段階で進めることとした。

ア 課題をもたせる段階

- 課題学習に入る前に、一斉指導型の授業において、生徒の問題意識を高めるようにした。ここでは基礎的な知識を積み重ねていく中で、常に自分自身との関連に着目しながら、自らの課題を発見し思考を促すことができるように、ワークシートを作成して、主体的な学習活動を導く工夫を行った。

【ワークシートの重点項目】

- ① 課題学習の意義とねらい——興味・関心、学習意欲の喚起
- ② 課題学習の全体計画と学習の目安——学習方法の理解
- ③ 精選された学習内容の教材化——効果的な学習内容の習得
- ④ 身近な健康問題の提起——興味・関心、学習意欲の喚起
- ⑤ テーマの設定、サブテーマの設定——検証過程の見通し

⑥ 評価の項目の提示 —— 学習のねらいの理解と学習意欲の喚起

⑦ 自己評価、疑問点に対する教師の助言 —— 動機づけを促す評価

- 一斉指導型で扱う学習内容の精選を図るとともに、視聴覚教材を活用するなど、短時間で効果的な授業の展開を工夫した。
- 自分や家族、友人等の身近な健康問題をメインテーマとし、自分の興味・関心及び解決方法からサブテーマを導くように助言を行った。
- メインテーマに関する基礎知識をまとめ、それをもとに問題づくり（設問と解答）を行った。

イ 課題を解決する段階

- 学習形態はグループによるものとし、共通の課題をもった者同士でグループを形成し、互いに問題点を提起し合い、協同して課題に対する認識を深め、テーマに取り組んだ。
- 各グループのテーマに応じた学習方法（資料・文献研究、調査研究、実験・実習、討論・ロールプレイ等）をいくつか組み合わせ、学習を進めるようにした。
- 他教科の教師及び養護教諭との密接な連携を図り、情報収集、文献資料の紹介、実験・実習に対する援助など、協力を依頼した。
- 課題学習が、単なる「調べ学習」に終わることがないように、グループノートを効果的に活用し、生徒が自ら新しい学習内容を身に付けていく過程を記録し、内在化を図った。
- 単元の途中で、各グループの進行状況を簡単に発表し合い、お互いのグループ活動の参考になるようにした。
- 資料研究・調査研究では、学校・地域の図書館及び地域社会の関係機関（本研究では保健所、病院、赤十字、スポーツセンター等）を活用し、学習効果を高めるようにした。最新のデータ・情報をつかみ、実感を伴った理解を得ること、地域社会とのつながりや実践力を養うことをねらいとした。

ウ 課題をまとめる段階

- 単に研究成果を発表するだけでなく、「予想に対して検証結果がどう出たのか」「自分の生活にどのようにフィードバックさせていくのか」「残された未解決の問題に対して考えられる解決方法」等について、自分の意見や考えをまとめ、発表の資料づくりを行うように助言した。
- 発表者の問題意識が他の生徒に浸透し、多くの健康問題について協議が行われ、互いに成果を共有できるように、個人ノートに意見や疑問点の記入を行いながら発表を聞くようにした。
- メインテーマに関する基礎知識をまとめ、それをもとに問題づくり（設問と解答）を行った。

(4) 評価の工夫

ア 評価の考え方

意識・実態調査から、生徒には「日常生活での実践態度」を評価されたいという要望がある。このことから、積極的な実践態度につながる評価を工夫した。学習指導要領の目指す、新しい学力観にもとづく評価の考え方を踏まえて、生徒一人一人の可能性を伸ばす評

評価活動を行うことができるようにするため、評価の各観点の意義と進め方を生徒に提示し、生徒自身が評価活動に慣れ親しむとともに、評価のもつ意義を理解できるように工夫を行った。具体的には自分の学習活動について、常に振り返り、教師が適宜助言を与えることによって、評価活動が段階を追って高まっていくように、ワークシート、グループノート及び個人ノートを作成し、その活用を図った。生徒の自己評価・相互評価と合わせて、教師と生徒が互いにキャッチボールするような評価活動を行うことによって、生徒が課題を発見・解決し、さらに教師自身も自己の指導の成果を確認し、その後の指導の工夫や改善に役立てることができることを目指した。

イ 評価の観点と自己評価・相互評価の進め方

評価の 観点	関心・意欲・態度	身近な健康問題に関心をもち、意欲的に課題を解決し、自主的に健康な生活をしようとする。
	思考・判断	個人及び集団の健康について科学的に思考し、正しく判断し、適切に対処しようとする。
	知識・理解	身近な健康問題に関する事項を理解し、健康を保持・増進するための知識を身に付けている。

	目 的	進 め 方
自己 評 価	各時間の学習のねらいについて自己評価することで、そのねらいを再確認し、自己の学習活動を反省し、学習の方向性を確認する。	一斉指導型から課題学習、発表までの過程において、ワークシート、グループノート及び個人ノートを活用し、各時間終了後に3段階の学習達成度によって評価を行った。
相 互 評 価	他からの評価によって自己のよさに気付くとともに、他を評価することによって、他のよさや自分と異なる考え方に気付く。	グループの中で、各時間の相互評価担当者を決め、その生徒が班員の評価を行った。その際、特に顕著な活動をした生徒について積極的に評価し、グループノートに記録した。

ウ グループノート

本研究では課題学習の各段階に対応するグループノートを作成し、その活用を図った。

- グループノート活用の目的は、①生徒が課題学習を進める上での学習の指針とする。
- ②教師が各グループの学習状況を把握し、評価の一助とする。③生徒と教師のコミュニケーションの手段とする。とした。
- 課題学習の中で、グループ編成ができた時点で、各グループにグループノートとファ

イルを渡し、各時間ごとにグループの活動状況を記録させ提出させた。

- 教師は学習活動に対して助言のコメントを書き込み、生徒に返却した。
- グループノートの形式は、各学習段階に対応できるよう工夫し、記入しながら学習の見通しがもてるようにした。

エ 教師の指導と評価

- 課題学習における教師の役割は、単に「保健の知識を与える」という立場ではなく、生徒の学習活動を良い方向に導く援助者・支援者としての役割を重視した。具体的には、課題発見からテーマの決定、課題解決、発表に至るまでの全過程において、個人ノート及びグループノートの「教師からのアドバイス」という欄に助言内容を記入し、コミュニケーションを大切にした。
- 他教科及び養護教諭との連携を図り、課題解決のためのアドバイス・情報提供を行った。
- 教師の支援活動を踏まえて、各時間に対応する生徒個人評価表を作成し、評価の観点別に3段階で評価を行った。

(図5) グループノートの一部

研究課題の設定理由
<p>最近、未成年の飲酒 喫煙が増加しつつある。飲酒 喫煙者の年齢が低下しているといえる。しかも成人でも多量摂取が原因による死者が増えているから。</p>
研究課題
<p>未成年の飲酒と喫煙</p>
研究方法
<ul style="list-style-type: none"> ・新聞の記事を切りぬく。(現状をくわしく知る) ・飲酒 喫煙にかかわる病気を本などで調べる。 ・アンケートをとる (群馬県誌 11ページからか) (どういう病気に「よ」たか など) 先生やクラスの人たちに。 <p>・課題をいよいよ成人病との関連と具体的にみつけていく。</p> <p>・アンケートは1111発想だ。アンケートの原稿がきたらチェックをうけるようにすること。</p>

(図6) 個人ノートの一部

7 班	研究課題	インスタント食品がおよぼす害
発表内容のポイント 食品添加物ということで「即席中華めんを1列にあげ塩分のとりすぎがおよぼす病気について		
発表の評価 A 良かった B 普通 C もうすこし		
<ol style="list-style-type: none"> 1. 発表内容はわかりやすく説明されていたか。 (A) B・C 2. 発表方法に工夫があったか。 A・(B) C 3. 資料はわかりやすかったか。 (A) B・C 4. 発表態度はどうだったか。 (A) B・C 		
質問・疑問・感想など インスタント食品は身近な物でよく口にするので塩分の摂取量に気をつけようと思った。		
10 班	研究課題	食生活と成人病の関係
発表内容のポイント エネルギーのとりすぎがおよぼす病気。不足するとおよぼす病気について		
発表の評価 A 良かった B 普通 C もうすこし		
<ol style="list-style-type: none"> 1. 発表内容はわかりやすく説明されていたか。 (A) B・C 2. 発表方法に工夫があったか。 A・(B) C 3. 資料はわかりやすかったか。 A・(B) C 4. 発表態度はどうだったか。 (A) B・C 		
質問・疑問・感想など エネルギーなどを1つずつあげ、そのとりすぎ不足がおよぼす病気を細かく調べてあって参考になった。		

課題学習の単元計画

ねらい

1. 「成人病と生活習慣」を通して、主体的に考え判断し、自らの健康な生活を実践する能力や態度を培う。
2. 成人病を身近な問題として考えるとともに、主体的な学習を通して、適切な意思決定能力や行動選択の能力を身につける。

段階	時間	学習のねらい	学習活動	生徒の評価活動 教師の評価活動	指導上の留意点
オリエンテーション	1	課題学習の意義や方法、評価の観点などを理解し、学習の見通しをもつ。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課題学習の意義について理解する。 2. 課題学習の方法について理解する。 3. 課題学習の進め方について理解する。 4. 評価の方法について理解する。 	☆自己評価の観点 ①課題学習の意義・意味を理解できたか。(知) ②全体を通して課題学習に対する興味・関心が高まったか。(関) ③健康に関する問題意識を持つことができたか。(思) ④資料・教材が充分活用できたか。(知) ⑤課題学習の評価について理解できたか。(知)	<ul style="list-style-type: none"> ・課題学習の意義を十分理解させるようにする。 ・課題学習の方法の事例を示して学習の見通しを立てさせる。 ・なぜ評価が必要であるかを理解させ、自己評価・相互評価の方法を理解させる。
課題をもたせる (個人別)	2 3	<ul style="list-style-type: none"> ・一斉授業を通して健康に関する興味・関心を引き出し、自らの問題を発見できるようにする。 ・成人病と生活習慣について、いくつか事例を取り上げ、課題を発見し、解決の方法を選択できるようにする。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ワークシートを活用し成人病と生活習慣のかかわりを学習する。 2. いくつかの事例の説明の中から、自らの課題を発見する考え方を学ぶ。 3. 自分が興味をもったことや疑問・問題をテーマと結びつける。 	☆自己評価の観点 ①学習内容「成人病と生活習慣」を理解できたか。(知) ②学習を通して、興味・関心が高まったか。(関) ③自らの健康意識を高めることができたか。(関) ④ワークシートを活用できたか。(知) ⑤課題学習のテーマが発見できたか。(思) ⑥積極的に授業に参加できたか。(関) ★教師の評価の観点 ①授業内容が理解できたか。(知) ②授業を通して、興味・関心が高まったか。(関) ③ワークシートを充分活用できたか。(思) ④課題学習のテーマを発見できたか。(思)	<ul style="list-style-type: none"> ・できるだけ具体的な例をあげることによって、課題発見の方法を理解させる。 ・授業の中で興味や疑問をもったことを記入させ、課題発見へつなげるようにさせる。 ・内容の精選、バランスを配慮する。 ◎テーマ設定のためのキーワード(20項目)を提示する。 ・生活習慣、生活行動・酒 ・健康診断、予防活動・がん ・動脈硬化・骨粗しょう症 ・脳卒中・心臓病・糖尿病 ・肝硬変・ストレス・高血圧 ・痛風・肥満・食事・たばこ ・睡眠・休養・運動・治療法
課題をもたせる (グループ別)	4	<ul style="list-style-type: none"> ・共通の課題をもった者同士でグループをつくる。 ・身近な健康問題からテーマを設定し、さらにポイントをしぼったサブテーマを決定する。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. グループを作り、役割分担を行う。 2. テーマ・サブテーマを決める。 3. グループノートに研究課題について記入し、自己評価・相互評価を行う。 	☆自己評価・相互評価の観点 ①グループ作りに積極的に参加できたか。(関) ②自分の興味・関心にそった課題を設定できたか。(関) ③課題決定の時、積極的に意見を出せたか。(関) ④課題設定の理由や目標が明らかであるか。(関) ★教師の評価の観点 ①グループ作りに積極的に参加していたか。(関) ②テーマ決定の時、問題意識をもって参加していたか。(思)	<ul style="list-style-type: none"> ・学習の目標を自覚させ、問題が広がりすぎないように配慮する。(サブテーマを強調する。) ・日常生活の身近な問題を課題とするようにする。 *グループノートのチェック ・提出期限が守られているか。 ・本時の学習内容・評価・次回の課題が記入されているか。 ・問題点などにアドバイスを与える。 (以上毎時間行う)
課題を解決する	5	<ul style="list-style-type: none"> ・具体的な学習計画を立て、課題の内容を踏まえた学習方法を選択させる。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課題解決に向け、具体的な学習方法を決定する。 2. どのように課題を解決していくか、予想を立てながら学習を進める。 3. グループノートに学習内容を記入し、自己評価・相互評価を行う。 	☆自己評価・相互評価の観点 ①どのように課題を解決していくのかその方法と計画がたてられたか。(思) ②学習の見通しと、具体的活動を理解し、活動できたか。(知) ③目的意識を持って、課題の解決に取り組めたか。(思) ④学習活動に積極的に参加できたか。(関) ★教師の評価の観点 ①学習活動に積極的に参加していたか。(関) ②見通しをもった学習計画が立てられていたか。(思)	<ul style="list-style-type: none"> ・課題解決に適した学習方法を選択させ、その方法による学習活動が円滑に行えるよう指導する。 ・サブテーマとの関連を常に意識させる。 ・グループ活動のポイントが目標にそって行われているか注意する。 *グループノートのチェック

段階	時間	学習のねらい	学習活動	生徒の評価活動 教師の評価活動	指導上の留意点
課題を解決する	6 7	それぞれの研究課題の解決に向け、作業を分担し、学習を進める。	1. 研究方法を工夫しながら、課題解決を行う。 2. グループノートに学習内容や問題点などを記入し、自己評価・相互評価を行う。	☆自己評価・相互評価の観点 ①学習活動に積極的に参加できたか。(関) ②作業分担によって、作業が進められたか。(関) ③資料の活用の仕方など、学習過程の工夫ができたか。(思) ④課題学習を通してなぜそうなったかについて考えを深めることができたか。(思) ★教師の評価の観点 ①学習活動に積極的に参加していたか。(関) ②役割分担を理解し、課題の解決に参加していたか。(関) ③資料の活用の仕方など学習過程の工夫がなされていたか。(思)	・役割分担によって、計画的に作業が進められるように指導する。 ・実験実習を行っているグループには、安全に配慮するよう指導する。 *グループノートのチェック
課題をまとめる	8	・研究の成果をまとめ、発表に向けて準備を行う。	1. 研究の成果をまとめる。 2. なぜそうなったかについて考えをまとめる。 3. 自分の今後の生活にどのように結びつけていくか考えをまとめる。 4. 新たな課題についてはその解決についてまとめる。 5. 発表に向け役割分担をし、資料の作成や発表準備を行う。 6. 発表のリハーサルを行う。 7. グループノートに感想や考察を記入し、自己評価・相互評価を行う。	☆自己評価・相互評価の観点 ①課題解決の結果・まとめを通して、自分の考えをまとめることができたか。(思) ②課題学習を通して、新たな関心・意欲をもつことができたか。(関) ③発表内容の準備は計画的に進めることができたか。(思) ④発表内容は、当初の目標にあっているか。(知) ★教師の評価の観点 ①発表の準備に積極的に取り組むことができたか。(関) ②研究の目標によって、内容をまとめられたか。(知)	・研究の目標によって、課題解決ができていたか。 ・研究で得た成果をどのようにまとめるか、資料の工夫などの指導・助言を行う。 ・発表方法や態度の評価は、グループ全体に対して行われることを理解させる。 ・役割分担によって発表の準備が行われているか。 ・新しい課題・疑問の発見ができたか。 *グループノートのチェック
課題をまとめる・発表	9 10	・課題解決の過程で得た知識・理解・方法などをまとめて伝えることができる。	1. 資料を用いて、グループごとに発表を行う。 2. グループノートの記入と自己評価・相互評価を行う。 3. 個人ノートを用いて各グループの発表をまとめ、評価を行う。	☆自己評価の観点 ①わかりやすく説明できたか。(知) ②資料に工夫があったか。(思) ③発表態度はどうだったか。(関) ④発表の方法に工夫があったか。(思) ☆個人ノートによる相互評価の観点 ①発表内容はわかりやすく説明されていたか。(知) ②資料はわかりやすかったか。(関) ③発表方法に工夫があったか。(思) ④発表態度はどうだったか。(関) ★教師の評価の観点 ①課題解決学習の過程で得た知識をしっかりと発表できたか。(知) ②発表の内容は当初の目標にあっていたか。(知)	・生徒全体の共通認識となるように、グループ発表に対する補足説明と、必要な関連事項を指導する。 *グループノートのチェック *個人ノートのチェック ・各班の内容のポイントが整理されているか。 ・評価が記入されているか。 ・各班の内容から、興味をもった点、疑問の点、感想等が記入されているか。
課題学習のまとめ	11	・研究の成果をまとめる。	1. 各自レポートを作成する。 2. 自分たちの学習した内容から問題を作成してみる。	☆自己評価の観点 ①自主的・主体的に活動ができたか。(関) ②課題解決はできたか。(思) ③研究の成果が今後の生活の改善に役立たせることができたか。(思) ④健康で安全な生活を実践する態度を養うことができたか。(関) ⑤新たな問題意識を持つことができたか。(関) ★教師の評価の観点 ①成人病を身近な問題としてとらえることができたか。(関) ②主体的な学習活動を通して、適切な意思決定や行動選択の能力が身についたか。(思) ③主体的に考え判断し、健康な生活を実践する能力や態度が身に付いたか。(思)	・発表の要点が的確にまとめられているか。 ・充実した内容の感想が書き込まれているか。

指導事例（実証授業）

単元名	成人病と生活習慣	配当時間	10時間中の6時間目	学年	第2学年 E組 男女 40名
本時のねらい	☆ 課題を解決する それぞれの研究課題の解決に向け、作業を分担し学習を進める。 各 1班「便秘・下痢と大腸ガン」 2班「タバコと健康」 3班「禁煙の方法について」 班テ 4班「食品添加物について」 5班「骨粗しょう症の予防について」 の 6班「ファーストフードに含有されているもの～ガンについて」 7班「インスタント食品について」 マ 8班「アルコールと成人病」 9班「運動の効果とストレス解消法」 10班「食生活と成人病」				
	学習内容	学 習 活 動	指 導 上 の 留 意 点		
導 入	(1)挨拶 出欠調査 (2)本時のねらい	<ul style="list-style-type: none"> 返却されたグループノートを見て、教師からのアドバイスについて話し合い、本時の学習の方針を考える。 全体の見通しをもって考え、仮説やサブテーマに迫っていく方法を確認しあう。 	<ul style="list-style-type: none"> テーマが広がりすぎないように注意する。 漠然としたテーマについては、ポイントをしばって、成人病との関連について調べるようにする。 日常生活をどのように改善していくかをまとめられるようにする。 		
展 開	(1)研究方法を工夫しながら課題解決を行う。 研究方法 A. 調査 B. 実習・実験 C. 討議 D. 文献資料研究 E. その他 (2)研究が進んだ所から、随時まとめていく。 (3)参考文献の整理 (4)渉外担当を決め、取材計画を立てる。	『サブテーマ』 1班→A、D『2年女子生徒の便秘の実態とその解消法』 アンケート調査の作成の続きを行う。 養護教諭からアドバイスを受ける。 2班→D『主流煙と副流煙に含まれるアンモニアの量について』 テーマ設定の理由に基づいた調査を行う。 3班→B『5日間で禁煙する方法を実験研究』 実施方法の具体的内容を検討する。 4班→B『各メーカーのシュークリームに含まれる防腐剤・お菓子の着色料について』 実験方法の確認を行う。 理科の先生に相談する。 5班→D『骨を強くするもの－ビタミンDと運動』 骨粗しょう症の予防について研究する。 6班→D『M社の食品成分表をもとに、食生活を考える』 ファーストフードの問題点などを文献で調べる。 7班→D『カップラーメンの摂取についての考察』 かんすいと塩分について調査をする。 8班→D『アルコールが及ぼす影響－肝臓病・糖尿病』 身近にいる人から取材・調査を行う。 9班→B『運動によるストレス解消法』 ストレス解消法をためす。 10班→D『肥満にならない食生活の工夫』 食生活と健康を調べる。	<ul style="list-style-type: none"> ←前回作成した、便秘とその解消法に関するアンケート調査についてアドバイスをする。 内容が順をおっているか。何について知りたいのか、ある程度の仮説をたてて進めるようにさせる。 ←実験等アドバイス 「たばこは全身病（実験編）」を紹介する。 まとめの段階で困らないように、項目や手順の整理、仮説、結果の考察の仕方など細かく注意する。 ←「5日間で禁煙をする」本の紹介をする。 実験状況が同じようになるように注意する。 考察の仕方を統一しておく。 ←理科の先生と連絡調整を綿密にするよう指導。 公開実験日の設定をさせる。 実験材料を統一し選定基準・検査物品の選定について考えさせる。 日常摂取する食品についての考察へと発展させる。 ←ビタミンDの取り方など、具体的な予防法や、誰でも簡単に予防できること、心がけることなどを整理させる。 ←具体的な資料をもとに、食品全体の知識も身に付けさせる。 「がんと食生活」の関係の基礎知識を調べるようにさせる。 ←企業の意見や消費者の立場としての生活習慣を考えさせる。 ←保健所や病院の資料も活用するようアドバイスをする。 ←ストレス度をどうチェックするか、数値などでわかりやすくできるようアドバイスをする。 運動の種類を変えて試せるようにアドバイスをする。 有酸素運動、筋肉トレーニング アイソメトリックなど ←保健所の資料など利用できるようアドバイス。 体脂肪測定場所の情報を伝える。 		
ま と め	(1)グループノートのまとめ ・本時の活動 学習内容 問題点 ・次回の課題 ・自己評価 ・相互評価 (2)各班の本時の学習内容を発表	<ul style="list-style-type: none"> グループノートにそって本時の活動について整理してまとめる。 グループノートの評価欄について、各自自己評価を行う。 本時の相互評価担当者は、班員について相互評価を行う。 次回の研究内容や分担について確認する。 進行状況を説明する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・次回の学習が円滑に進むように、問題点などを確認しておく。役割分担を確認しておく。 ・相互評価については、よい点を積極的に評価できるようにさせる。 ・着眼点のよさ、成人病とのかかわり、日常生活との密着度などの評価項目を示唆して、互いの班活動の参考にさせる。 		
評 価 活 動	生徒の評価（自己評価・相互評価） ①学習活動に積極的に参加できたか。（関） ②作業分担にそって作業が進められたか。（関） ③資料の活用の仕方など、学習過程の工夫ができたか。（思） ④課題学習を通してなぜそうなったかについて考えを深めることができたか。（思） 教師の評価 ①学習活動に積極的に参加していたか。（関） ②役割分担を理解し、課題の解決に参加していたか。（関） ③資料の活用の仕方など、学習過程の工夫がなされたか。（思）				

4 指導結果と考察

仮説を検証するため、実証授業後、授業を受けた生徒を対象にアンケート調査を行った。その結果を以下に示す。

(1) アンケート調査結果 対象：都立高等学校 1校（2学年男女 143名）

ア 生徒が「そう思う」と回答した項目の中で回答数が多かった内容。

- 課題学習を通じて、成人病について重要な問題であると理解できた。（80.4%）
- 発表までの過程でいろいろ調べたことが、知識の理解に役立った。（71.3%）

イ 生徒が「やや思う」と回答した項目の中で回答数が多かった内容。

- 課題学習の自己評価を通じて、次回の学習活動に役立った。（65.0%）
- 課題学習の相互評価を通じて、次回の学習活動に役立った。（63.6%）

ウ 「生活習慣の上で変化したこと」については、気を付ける点として、「食生活」44.1%が一番多く、次いで「運動」、「睡眠」の順で回答数が多かった。また、意識の変化としては、「調べたことを役立て気を付けようと思った」という回答が11.2%と少なく、課題学習をさらに継続して実施していく必要性がある。

エ 課題学習についての生徒の感想

- 「資料を探すのが大変だった」「時間が少なかった」という回答が多かった。しかし、調べていくうちに「身近な問題に感じられた」「役に立った」といった肯定的な感想をもつ生徒が増えた。
- 「自分が興味のあることを調べたので、やる気になった」「自分たちで調べたので、よく理解できた」等、興味・関心をもって学習することにより、主体的な学習態度を喚起できた。
- 「グループで学習したことによって、友人の意見を聞いて良かった」等、グループ内で相互評価することが、学習意欲につながった。

(2) 実証授業全体を振り返って

ア テーマの設定とグループ編成について

- 生徒が「成人病と生活習慣」についてのワークシートに取り組む過程で、①自分の興味・関心はどこにあるのか。②自分の身近な問題や生活習慣で気になる点は何か。を考えて自己評価を行った。これをもとに、生徒の興味・関心の傾向をまとめた課題発見リストを作成し、生徒に提示することによって、共通のテーマをもったグループ編成がスムーズにできた。グループの人数については特に制限を設けなかったが、1～8名までに収まり、また、男女混合のグループも生まれ、協力して学習を進めることができた。
- グループ内の役割分担を明確にすることにより、各自が調査・研究・作業等を進めることができ、グループ内で責任感や充実感を味わうことができた。

イ グループノート・個人ノートの活用について

- グループノートの活用により、①毎時間の学習内容の確認、②学習活動についての自己評価及び相互評価、③次回の学習計画の立案等、主体的な学習活動を展開することができた。
- 教師もグループノートにアドバイスを記入することにより、各グループの学習活動の

状況を把握でき、実験・実習の準備などにも計画性を持たせることができた。また、教師自身の教材研究にも役立った。

- メインテーマ設定からサブテーマへと進める段階では、①テーマに関する基礎知識、②興味・関心がどこにあるか、などについて十分な討議が必要になり、討議の内容をグループノートへ記入することにより、その後の学習活動に見通しをもつことができた。
- 発表を聞く側の生徒は、各自の個人ノートに、発表内容の要点と観点別の評価を記入することにより、課題学習の成果をクラス全員で認識することができた。

ウ 学習過程について

- 調査を行うグループなどでは、調べる段階においても友人や教師との交流ができ、学習活動自体を楽しんでいる様子が見られた。また、男女の特性による健康観の違いに気付くなど、クラス全体の交流がもてる授業となった。
- 発表に関しては、①内容の要点、②理解しやすい構成、③発表の態度や方法、等について検討が行われ、大きな学習の深まりが見られた。

5 まとめと今後の課題

(1) まとめ

本研究は、課題学習を取り入れた学習指導と評価の工夫により、生徒一人一人が自らの課題を持ち、課題を解決し、まとめる学習過程を通して、生徒が主体的に考え判断し、進んで学習に取り組む能力や態度を育てることであった。研究を通して、次のことが明らかになった。

- ア オリエンテーションからの自己評価活動を通して、身近な健康問題についての意識を高めることができ、各自の課題の発見及び健康的な生活を実践する態度を形成することに役立った。
- イ グループノートを活用し、自己評価・相互評価を行うことにより、学習意欲の高まりとともに、自主的・主体的な学習活動を促すことができた。
- ウ 教師が観点別の個人評価表を活用することにより、生徒一人一人の学習活動のよさに着目することができ、個に応じた指導と評価につなげることができた。
- エ 発表活動を通して、発表者の意欲が高まるとともに、聞く側の生徒も他の生徒の発表内容について、興味・関心をもつことができた。
- オ 課題学習を通して、生徒の基礎的・基本的な知識理解が深まるとともに、自己の健康問題に対する意識を高めることができた。

(2) 今後の課題

- ア 課題学習の時間を確保できる年間指導計画の一層の工夫
- イ 生徒の自己評価能力の育成
- ウ 生徒の主体的な学習活動を支援する学校全体の取り組み
- エ 学習資料の一層の工夫・改善
- オ 教師側の多岐にわたる健康問題についての知識・情報の収集