

高等学校

平成 15 年 度

# 教育研究員研究報告書

保 健 体 育

東京都教職員研修センター

平成 1 5 年 度

教育研究員名簿（保健体育）

氏 名	学 校 名
安 藤 秀 紀	日 比 谷 高 等 学 校
岡 部 洋	中 野 工 業 高 等 学 校
佐 藤 祥 子	足 立 西 高 等 学 校
野 口 智 広	墨 田 川 高 等 学 校
米 長 保	篠 崎 高 等 学 校
福 岡 直 樹	忠 生 高 等 学 校
三井田 達 人	狛 江 高 等 学 校
山 川 卓	永 山 高 等 学 校
重 久 香 子	稻 城 高 等 学 校

世話人

分科会世話人

（担当） 東京都教職員研修センター 指導主事 野 村 公 郎

## 目 次

### 主題設定の理由及び研究計画

1	主題設定の理由	2
2	研究計画	2
3	小・中・高における保健の内容の関連図	3

### 研究内容

1	研究仮説の設定	4
2	研究経過	4
3	研究の視点	5
4	研究の方法	5
5	研究構想図	6
6	調査研究	7
7	実践報告	10
	(1) 1 学年実証授業	10
	(2) 2 学年実証授業	16

### 研究成果と今後の課題

1	実証授業分析	22
2	研究成果	23
3	今後の課題	24
4	まとめ	24

## 研究主題：生徒が主体的に判断し、行動選択できる保健学習の工夫と評価

### 主題設定の理由及び研究計画

#### 1 主題設定の理由

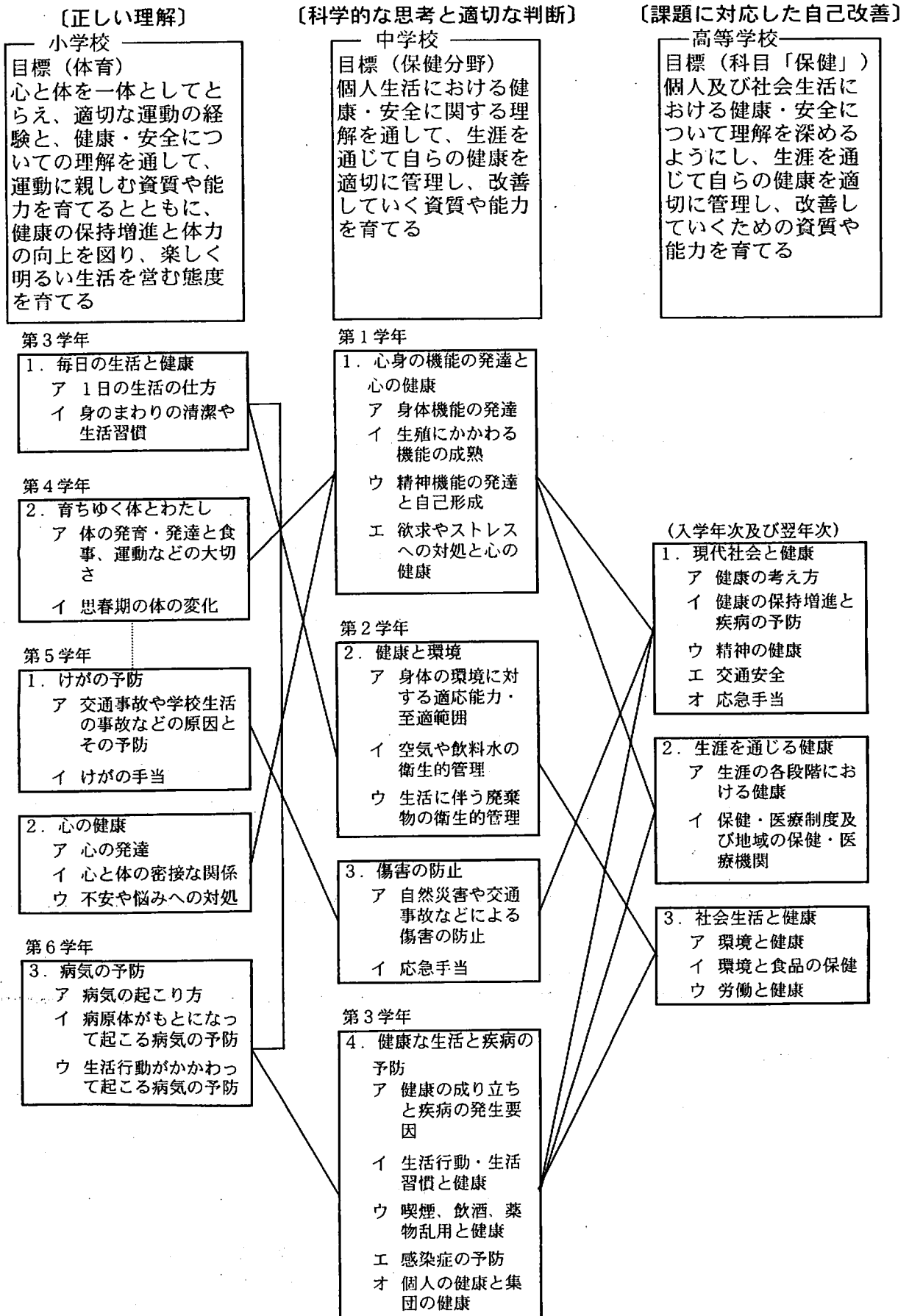
新学習指導要領における高等学校保健体育科の目標には、「心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力を育てるとともに、健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。」と示されている。この目標を受けて、「保健」の立場から具体化するため、「個人及び社会生活における健康・安全についての理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。」と目標が示されている。学習指導要領の改訂に伴い、ヘルスプロモーションの理念に基づく健康の保持増進や、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力、すなわち実践力の育成が求められている。そのためにも、多様な学習方法の導入、評価方法の工夫が必要である。知識・理解に加え、思考・判断を重視し、実践力の育成をより図ることで、「生きる力」の育成に科目「保健」が寄与するところである。

実践力の習得には、小学校の「正しい理解」及び中学校の「科学的な思考と適切な判断」を踏まえ、個人生活や、社会生活の健康と安全に関する事柄に興味・関心をもち、科学的に思考・判断し、総合的にとらえられることが必要である（課題に対応した自己改善）。また、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、的確な思考・判断に基づいて適切な意志決定を行い、自らの健康の管理や健康的な生活行動の選択及び健康的な社会環境づくりが実践できるようになることが必要である。これらを踏まえ、実践力の育成には、知識・理解中心の講義形式の学習だけでなく、生徒が主体的に取り組んでいく学習方法を、様々な形で設定していく授業展開が必要であると考え。生徒が主体的に学習する中で、自己を評価し、課題を認識し、自ら学び、自ら考えることにより、意志決定や行動選択ができるようになり、問題を解決する資質や能力が身に付くと考える。さらに、評価方法については、「関心・意欲・態度」、「思考・判断」、「知識・理解」の3観点において評価規準を設定し、具体的な学習状況を評価する必要がある。生徒に授業計画や評価規準を示すことにより、より主体的に意欲をもって学習に取り組めるのではないかと考える。そこで、「生徒が主体的に判断し、行動選択できる保健学習の工夫と評価」という研究主題を設定した。

#### 2 研究計画

- |                             |        |
|-----------------------------|--------|
| (1) 研究主題、研究計画、研究構想の検討及び決定   | 5月     |
| (2) 調査研究の検討及び集計・分析、研究仮説の設定  | 6月～7月  |
| (3) 研究計画の再確認、理論の構築、検証授業計画   | 8月     |
| (4) 検証授業、仮説の検証              | 9月～11月 |
| (5) 研究のまとめ、研究報告書作成、研究発表原稿作成 | 12月～1月 |
| (6) 研究発表                    | 2月     |

3 小・中・高における保健の内容の関連図



## 研究内容

### 1 研究仮説の設定

本研究部会が目指す保健の授業は、全ての生徒が「個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。」という科目「保健」の目標を実現できる授業である。

新学習指導要領においても、ヘルスプロモーションの考え方を生かした、実践力の育成を図ることが重視された。その目標を実現させるためには、従来多くの学校で行われてきた知識・理解が中心となる講義形式の一斉授業だけではなく、生徒が主体的に活動する機会や場面を多く取り入れた授業の工夫が必要であると考えた。生徒が主体的に学習する中で、適切な思考・判断や意志決定・行動選択ができるようになり、実践力の育成につながると考えた。

生徒が意欲をもって主体的に学ぶためには、生徒自ら「健康・安全について」の課題を見つけ、自己評価しながら、計画を立てて学習することで、生涯にわたる健康を意識した生活を過ごすようになり、実践力の育成を図ることができると考えた。

評価方法については、「関心・意欲・態度」「思考・判断」「知識・理解」の3観点について評価規準を設定し、生徒の学習状況を様々な角度から評価する必要があると考えた。本部会は、指導と評価の一体化を目指し、学習指導計画と評価規準を一体にとらえ、評価規準を明確にすることで生徒の学習活動に反映させることができるのではないかと考えた。評価規準の活用は、生徒を評価するだけでなく、指導する側も学習内容の達成度や方向性を確認することができ、授業後の指導にも役立ち、生徒が実践力を身に付けることができるようになると考えた。

また、あらかじめ学習指導計画と評価規準を明示することで、生徒が授業に目標をもち、意欲的に取り組むことができるのではないかと考えた。

そこで、各学校における現在の保健授業の実態を把握しながら、生徒の実践力の育成を目指した学習指導計画を立て実施・検証する中で、今後の保健学習の課題を明確にし、研究を進めていくことにした。

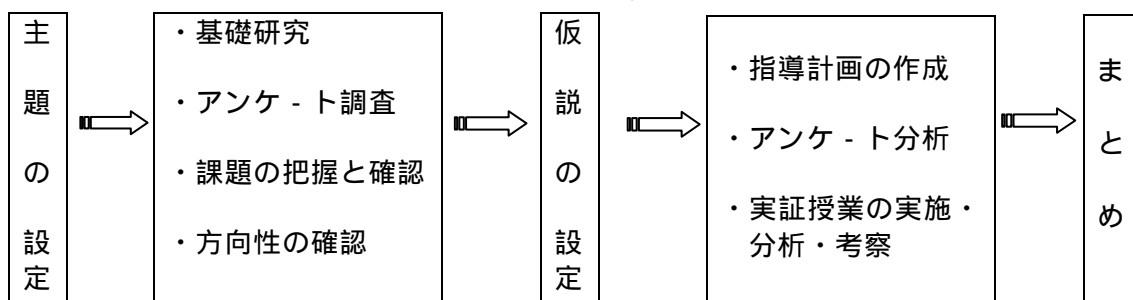
以上の理由から以下のような仮説を設定した。

#### 《 仮 説 》

評価規準による評価を工夫し、生徒の主体的学習活動を促す指導方法を開発することにより生徒の実践力の育成を図ることができる。

### 2 研究経過

本研究の一年間の研究経過は次のとおりである。



### 3 研究の視点

仮説を実証するために、下記の視点を中心に研究を進めた。

#### (1) アンケートの実施及び結果の分析

生徒と教員に対してアンケート調査を行い分析することにより、保健授業の課題を把握する。アンケート調査の内容については、それぞれ以下の項目について調査・分析を行い、仮説の実証授業につなげる。

保健の授業形態について

評価規準の作成と利用状況について

自己評価活動の有用性について

#### (2) 評価規準の明示

学習目標に対する評価規準を事前に明示することで、生徒自身が単元のねらい・該当授業の目標や内容を理解し、意欲的に取り組めるよう支援する。

単元計画において評価規準を設定する。

評価規準の設定に関しては、「関心・意欲・態度」「思考・判断」「知識・理解」の3観点を具体的に明示し、生徒の理解を促し、生徒自身の意欲的な学習態度の支援とする。

評価規準は、「おおむね満足できる状況」「十分満足できる状況」について明示するとともに、「努力を要する状況」については、具体的な手だてを明示する。

#### (3) 実証授業の実施

本研究部会の担当している学年において、実証授業を実施し仮説の実証を行う。

学年 第1学年、第2学年

内容 第1学年 健康の保持増進と疾病の予防

第2学年 生涯を通じる健康 加齢と健康

### 4 研究の方法

#### (1) アンケート調査の実施

教員に対するアンケートにより、行っている授業の形態・評価規準の活用状況・自己評価活動実施の有無を事前調査する。

生徒に対するアンケートにより、健康への興味関心、授業への意欲、現在の授業形態や評価活動の有無を事前調査する。

#### (2) 単元計画の作成と評価規準の設定

アンケート調査の結果を踏まえた、各学年における単元計画を作成する。

3観点からなる評価規準を設定し、単元のねらいや目標が理解できるよう支援する。

#### (3) 授業の実施

実証授業を実施する。

生徒による自己評価活動と授業評価を実施する。

#### (4) 単元終了後の生徒の意識調査と授業者による授業分析

単元終了後にアンケート調査を実施し、生徒の意識の変化を調査する。

授業者による、仮説の検証を行う。

5 研究構想図

保健のねらい・目標

個人及び社会生活における健康・安全についての理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理・改善していく資質や能力を育てる

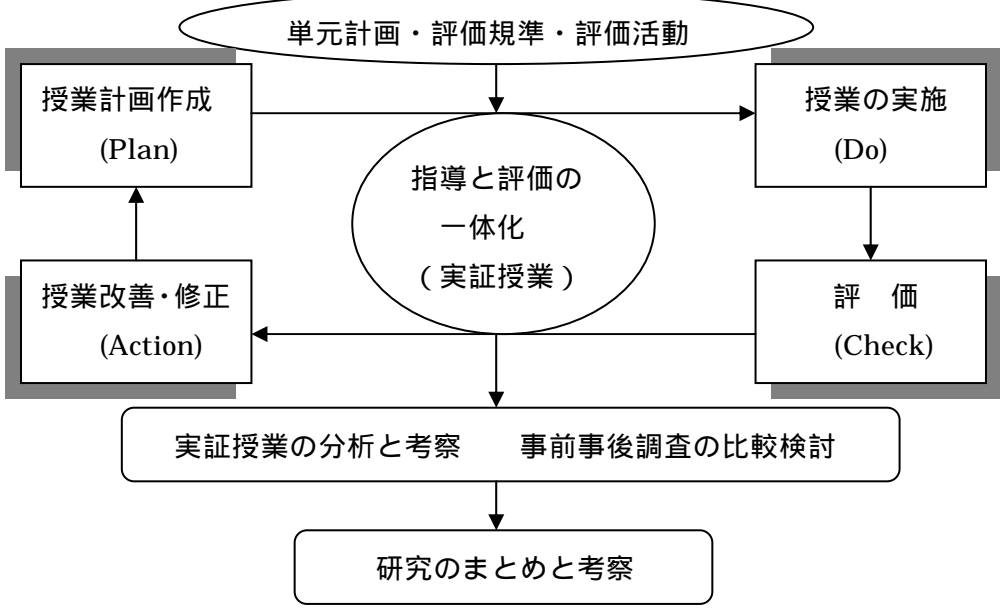
**生徒の実態**  
現代社会における健康・安全の問題が多様化しており、心身の健康の保持増進が大きな課題となっている。

**目指す生徒像**  
直面する健康課題に対し、科学的に思考・判断し、適切な意志決定と行動選択できる資質と能力をもつ生徒。

**研究主題**  
生徒が主体的に判断し、行動選択できる保健学習の工夫と評価

**研究のねらい**  
生徒が目標を持ち意欲的に学習し、自ら課題を見付け学んでいく学習活動に取り組むことができる支援方法について研究する。

**仮説の設定**  
学習指導計画と評価規準をもとに方向性を示すとともに、生徒の主体的学習活動を促す指導方法を工夫することにより、生徒の実践力育成を図ることができる。



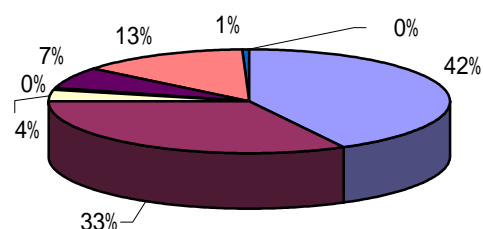


## 6 調査研究

### (1) 教員アンケート（東京都立高等学校保健体育科教員302名）

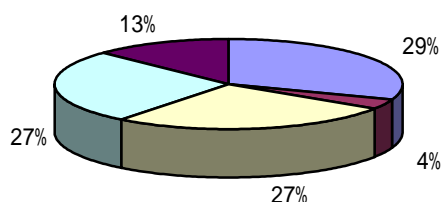
ア 先生が現在行っている保健の授業形態は主にどのようなものですか。

- 1年教師主導の一斉授業
- 2年教師主導の一斉授業
- 3年教師主導の一斉授業
- 4年教師主導の一斉授業
- 1年生徒の活動が中心の授業
- 2年生徒の活動が中心の授業
- 3年生徒の活動が中心の授業
- 4年生徒の活動が中心の授業



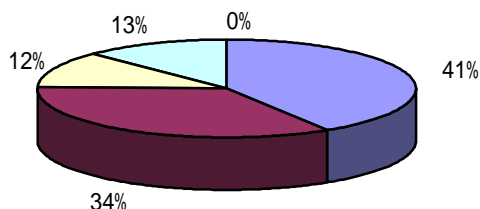
イ 一斉授業を中心に進められている理由は何でしょうか。（複数回答）

- 知識の伝達が保健では重要であるため
- 生徒主体の授業を実施する指導方法が分からないため
- 1単位時間では生徒主体の授業時数の確保が困難なため
- 生徒の実態からディベートやロールプレイ、発表はむずかしいため
- その他



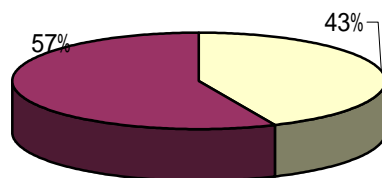
ウ 生徒の活動が中心の授業ではどのような形態の授業をされていますか。（複数回答）

- グループごとに課題を出し調査研究し発表する
- 個人毎に課題を出し調査研究し発表する
- ディベートやロールプレイなどディスカッション形式
- 実験・実習を取り入れた体験的な授業
- その他



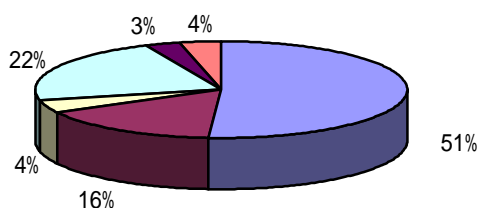
エ 学校では他校に先駆け、新しく評価規準を作成し、活用していますか。

- はい
- いいえ



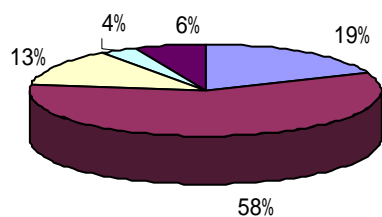
オ 評価規準を示すことによるメリットはどのようなことですか。（複数回答）

- 生徒自身が目標をもち意欲的に授業に取り組むことができる
- 生徒の自主性・主体性が高まる
- 学習の理解度・達成度が分かり授業計画を立てやすい
- 評価・評定の参考資料となる
- 特にメリットはない
- その他



カ まだ、新しい評価規準を作成しない、あるいは活用しないのはどのような理由からですか。

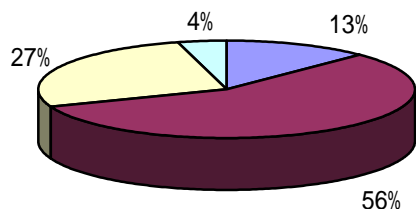
- 必要性を感じないため
- 学校(体育科)として統一した評価規準がないため
- 評価規準の例が示されていないため
- 評価規準そのものを知らないため
- その他



(2) 生徒アンケート（研究員所属校の「保健」学習中の生徒 778 名）

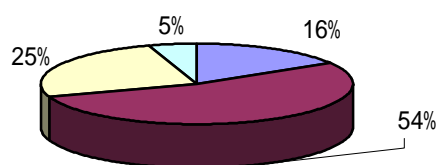
ア あなたは、健康について興味や関心がありますか。

- とてもある
- ある程度ある
- あまりない
- 全くない



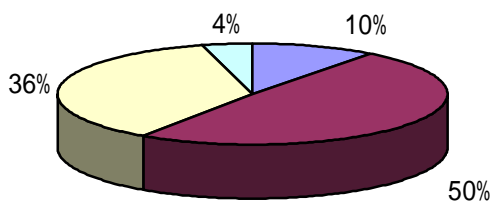
イ あなたは、保健の授業を生活に役立てようとしていますか。

- 役立てようとしている
- ある程度役立てようとしている
- あまり役立てようとしていない
- 全く役立てようとしていない



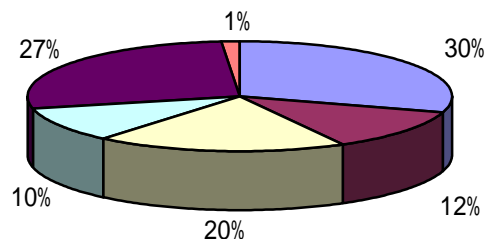
ウ あなたは、保健の授業に意欲的に取り組んでいますか。

- とても意欲的
- どちらかというと意欲的
- あまり意欲的ではない
- 全く意欲的ではない



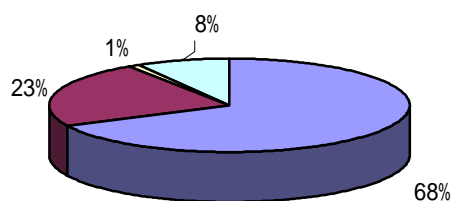
エ あなたは、どのような保健の授業なら意欲的に取り組むことができますか。（複数回答）

- 一斉授業
- グループで調査しそれを発表する授業
- 実験や実習をする授業
- ディベートをする授業
- インターネットや視聴覚教材を用いた授業
- その他



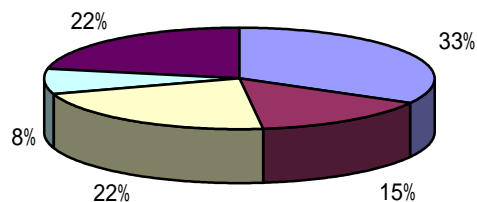
オ あなたの学校では、保健の授業を行うにあたって担当の先生から評価の方法について説明がありましたか。

- 年度の始めにあった
- 学期ごとにある
- 毎時間ある
- 全くない



カ 保健の授業で評価についての説明が行われるとどのような良さがあると思いますか。（複数回答）

- 自主性・主体性が高まる
- 目標が明らかになり、意欲的に学習できる
- 興味・関心をもつことができる
- 学習の仕方が工夫できるようになる
- 学習の成果や結果を次の学習に生かすことができる



### (3) 分析・考察

授業形態について（教員アンケート・アより）

- ・ 講義形式の一斉授業が大半を占めていることが分かる。知識の伝達が保健では重要であると考えたことと1単位という授業時数や生徒の実態から、生徒を主体とした授業形態の実施が困難であるという実態がみられた。生徒を主体とした授業を取り入れている学校の授業形態は、課題解決学習が多くみられた。

様々な面から情報が入手できる現在、正しい知識の習得は重要であるが、科目「保健」においては、その知識を日常生活に生かしていく力をはぐくんでいくことが必要である。そのためにも、一斉授業だけでなく生徒が主体的に活動する授業形態の研究が求められている。

生徒から見た保健の授業について（生徒アンケート・イ、ウ、エより）

- ・ 生徒の多くは健康に興味や関心をもっており、その情報の多くはテレビ、雑誌や本から得ていることが分かる。保健の授業も生活に役立てようと多くが考えている反面、授業に意欲的に取り組んでいないという回答が得られた。
- ・ 意欲的に取り組める授業として一斉授業と回答する生徒が30%あるが、他の授業形態の経験がなく、生徒の授業に対する姿勢が受身的であることがうかがえる。一斉授業以外の授業形態では「インターネットや視聴覚教材を用いた授業」「実験や実習をする授業」「グループで調査しそれを発表する授業」「ディベートをする授業」の順であった。実践力の育成を考えていく中で、この授業形態の在り方を工夫する必要があると考える。

評価規準について（教員アンケート・エ、オ、カより）

- ・ 評価規準を作成し活用している学校は43%であった。この評価規準は平成15年度末に示される観点別の評価規準ではなく、評定に関する評価基準のことを示している学校も含まれていることが推測されるが、評価規準を示すことのメリットとしては、生徒自身が目標をもち意欲的に授業に取り組むことができると51%が回答している。作成していない理由としては、「学校（体育科）として統一した評価規準がないため」「評価規準の例が示されていないため」という回答が多く、学校の実態に応じた評価規準の作成のための基となる観点別の評価規準の例が提示されていないためと考える。

まとめ

これからの保健学習では、知識や理解を図りつつ、その知識・理解を生かして思考・判断できるように、生徒が主体的に活動する学習指導計画の工夫、授業展開がより求められている。

その学習指導計画と合わせた評価規準を設定し、各学校の実態に応じたものを作成して、学習状況を様々な角度から評価していくことで、指導と評価の一体化を目指す。

これらについて取り組んでいくことが、生徒の実践力の育成には必要であると考えられる。

## 7 実践報告

### (1) 1 学年実証授業

1 学年分科会では単元「生活習慣病と疾病の予防」について 5 時間の実証授業を計画し、実践した。

#### 実証授業の考え方

直面する健康課題に対し、科学的に思考・判断し、適切な意志決定と行動選択できる資質と能力をもつ生徒を「目指す生徒」として、その視点から授業展開を考えた。

#### ア 単元のねらい

現在の自分の生活を振り返り、生活習慣病の原因行動について学び、生涯にわたって自らの健康を適切に管理し改善する能力を育てる。

#### イ 授業方法

意志決定のステップに沿って 5 時間計画した。

- ・ 現代社会及び身近な健康問題についてブレインストーミングによって確認する。
- ・ 毎時間生活日誌を記入することにより、自らの健康課題を発見し解決方法を考え、次週までに改善できるように目標を立てる。(次週までの生活の中で実践する)
- ・ グループを作り生活日誌から浮かび上がった健康課題を出し合い、解決方法を話し合う。
- ・ グループ討議によりあがったテーマについて、課題解決につながる調べ学習を行う。(なぜ問題なのか、どうすると良いのか、テレビや雑誌で伝えられていることが正しいのかなど)
- ・ 学習発表資料を作成しグループ発表を行う。(発表を行うことで、健康課題・問題点・解決方法を互いに共有する)
- ・ まとめシートを作成し、学習全体を振り返る。
- ・ まとめレポートを作成する。(今回の授業を通して考えたことを、今後の生活でどのように生かしていくかをまとめる)

#### 意志決定のステップ

ステップ 1	ステップ 2	ステップ 3	ステップ 4	ステップ 5
現在の生活で何か問題となっていることをあげてみよう	ステップ 1 であがった問題を解決するために必要な条件をあげてみよう	ステップ 2 であがった条件について確認してみよう(調べ学習)	調べた結果どのような行動選択が必要か考えてみよう	自分たちにとって実行できる最善の行動を記入しよう

## 生徒の変容

一斉授業中心の授業形態から、自ら考え行動する授業に移行したが、身近な健康課題ということもあり、授業の流れを理解して積極的に取り組んでいた。生活日誌の記入から、自らの問題を把握し、健康課題の改善を意識し生活する生徒が増加した。

### ア 授業展開例

5 時間中 4 時間目

本時のテーマ「調べ学習の発表」

ねらい ・ よりよい生活習慣のために、生活習慣について理解し、グループ・個人で考える。

・ 他のグループの発表を聞き、自分の問題として考える。

学習活動	評価規準との関連	評価方法
1) 生活日誌の作成 ・ 過去 3 日分の生活日誌を記入し自己評価する	関心・意欲・態度 自分の健康課題を探ろうとしている	ワークシート 自己評価
2) グループ発表 ・ グループごとに発表を行う (1グループ5分程度) ・ 選択したテーマ ・ 問題点及び解決方法の発表 ・ 自分たちが具体的にどのように行動していくかの決意表明	関心・意欲・態度 グループ内で調べた内容を、わかりやすく説明しようとしている	発表観察
3) 質疑応答 ・ 各グループの発表を聞いての質疑応答	知識・理解 各班の発表内容を理解している	話し合いの観察
4) 本時のまとめ ・ 発表についての自己評価 (発表側の反省と他グループの発表から学んだ事) ・ 次回の学習についての確認	思考・判断 各班の発表を理解し今後 に生かす方法を考えよう としている	ワークシート 自己評価

各時間のねらいと評価規準

時間	ねらい	学習活動	評価規準（おおむね満足の学習状況）		
			ア 関心・意欲・態度	イ 思考・判断	ウ 知識・理解
単元の評価規準	生活習慣病を予防し、調和のとれた生活を実践していくために食事・運動・休養のバランスが大切であることを学び、将来を見据えながら自己の健康を管理していく、資質や能力を育てる	1時間目 現在の生活を振り返ろう 2時間目 課題の解決方法を考えよう 3時間目 調べ学習で課題解決の糸口をつかもう 4時間目 調べ学習の発表 5時間目 まとめ	健康な生活を送るために、自分の生活を振り返りながら健康課題を発見し改善していこうとする意欲的な学習態度をもち、教科書などの資料から、課題を解決するための情報を集めたり調べたりしようとしている	自分の生活習慣を意識し、課題を解決していくための考えや意見を、資料をもとに予想したり整理したり日常生活にあてはめたりして適切な行動選択ができる	健康的な生活を送るためには、食事・運動・休養のバランスのとれた生活をしていくことが大切であることを理解している

時間		学習活動	評価基準（おおむね満足の学習状況）			十分満足の目安となる生徒の学習の状況	おおむね満足にいたらない生徒への具体的な手だて
			ア 関心・意欲・態度	イ 思考・判断	ウ 知識・理解		
1時間目	テーマ「現在の自分の生活を振り返ろう」 ・現在の自分の健康課題を知る ・他者の意見を聞くことで自分の問題点を深く探る ・健康課題について自分の考え方を表現する	1 オリエンテーション 2 ブレインストーミング ウー 自分の思う健康の姿を思い浮かべる 3 生活日誌の作成 アー 4 ブレインストーミング アー 現在の自分の健康課題を実感する 5 本時のまとめ イー	ワークシートに取組み自分の健康課題を探ろうとしている 健康についての課題に対して積極的に意見を述べようとしている	他者の意見を参考にし、自分の意見との違いを素直に聞き入れることができる 他者の意見から自分の健康課題解決方法を深める 様々な課題を自分の課題とできる	健康的な生活の必要性を理解している 調和のとれた生活の必要性を理解している 他者と自分との意見を比較、理解することができる	自分の生活をきちんと振り返ることができ、その中で自らの健康課題を探し、解決していく積極的な態度がうかがえる 様々な健康課題を具体的に考え発言していくことができる	自分の毎日の生活でがらみばっていることをあげてみる 思い出せる範囲で日誌をつけてみる

2 時 間 目	テーマ「課題解決方法を考えよう」 ・課題解決方法を探る ・生活日誌をつけることで、自分の体調を知る ・生活習慣の大切さを考える	1 生活日誌の作成 アー ウー 2 グループ分け 課題別 3 グループ協議 生活日誌から問題点の発見、課題解決方法を話し合う アー イー 4 グループ発表 5 まとめ イー ウー	課題の解決方法を探ろうとしている 自分の生活習慣の中で足りない部分を知ろうとしている グループ内で自分の意見を発言することができる グループ内で出された意見を取り入れることができる	生活日誌を通して自らの健康課題を発見し、その解決に向けたグループ内での話し合いをもとに具体的な対策を探ることができる 具体的対策を自分の生活に取り入れることができる	自分の健康管理について大切な課題について具体的に知ることができる 生活習慣と密接に関連するライフスタイルについて理解している	自分の生活習慣をきちんと把握し、その中で課題を探り解決していく自分なりの意見をもっている 課題解決に対して自分の意見を他者に伝えることができる	小さな出来事の積み重ねが健康生活には大切であることを理解するために例をあげて説明しそれについて考えさせる 他者の意見に自分との共通点を見付けてみる
3 時 間 目	テーマ「調べ学習で課題を解決しよう」 ・生活日誌を基に、より良く生活していくための方法を考え出す	1 生活日誌の作成 2 グループごとに調べ学習 課題の分析、発表の準備・役割分担 アー イー 3 まとめ ウー	生活日誌をグループ内で検討し話し合い、課題を発見・解決しようとしている グループ内で協力し合いながらまとめようとしている	課題解決のための具体的な対策を適切な資料を集めまとめていくことができる	より良いライフスタイルを確立することが生活習慣を予防することにつながることを理解している	多くの意見を聞きまとめていく中で、自分の中のより良い健康観を確立していくことができる、また他者の意見を伝えることができる	グループ内で話し合うための資料を探してみる 自分にとって改善したいと思っていることを考える
4 時 間 目	テーマ「発表」 ・より良い生活習慣のために、生活習慣の問題について理解し、グループ、個人で考える ・他のグループの発表を聞き、自分の問題として考える	1 生活日誌の作成 2 グループ発表 アー 問題点解決方法の発表 自分たちが具体的にどのように行動していくかの決意表明 3 質疑応答 イー 4 まとめ ウー	グループ内で調べた内容を、わかりやすく説明しようとしている	各班の発表を理解し、今後に生かす方法を考えようとしている	各班の発表内容を理解している	多くの意見を聞き、まとめていく中で、自分の中のより良い健康観を確立していくことができる また他者に意見を伝えることができる	グループ内での自分の役割を確認するよう助言する 発表を聞いて自分の生活に利用できる健康づくりを考えていく
5 時 間 目	テーマ「まとめ」 ・健康的な生活を心がけていくことが、生涯にわたって豊かに生きていく上で大切であることを理解する ・現在の生活を少し工夫し健康を意識した生活に変えていくことができる ・今できる小さな生活目標を実践することができる	1 生活日誌の作成 2 生活習慣とライフスタイルに関する感想及び自己評価 アー ウー まとめ イー	健康的な生活を継続していこうという意欲をもっている 現在の生活を改善していこうとする意欲をもっている	現在の生活を改善し健康を意識した習慣を身に付ける方法を探することができる 身に付けるための生活習慣について実践していこうとしている	発表した内容を理解することができる	今までの授業を土台にし、前向きに健康をとらえ、学習していこうとする努力を継続していくことができる また自分の生活の具体的な目標をあげることができる	生活日誌の比較から改善点を導き出すことができるようにモデルを示して助言する

生活日誌チェックシート

昨日・2日前・3日前の生活を振り返ってみよう！

朝食 朝食時間 ( ) 朝食量 ( ) 朝食の種類 ( ) 朝食の量 ( ) 朝食の時間 ( ) 朝食の回数 ( )	朝食 朝食時間 ( ) 朝食量 ( ) 朝食の種類 ( ) 朝食の量 ( ) 朝食の時間 ( ) 朝食の回数 ( )
--	--

食事の合計回数 3 回

食事の種類 朝食 ( ) 昼食 ( ) 夕食 ( )

生活日誌チェックシート

昨日・2日前・3日前の生活を振り返ってみよう！

朝食 朝食時間 ( ) 朝食量 ( ) 朝食の種類 ( ) 朝食の量 ( ) 朝食の時間 ( ) 朝食の回数 ( )	朝食 朝食時間 ( ) 朝食量 ( ) 朝食の種類 ( ) 朝食の量 ( ) 朝食の時間 ( ) 朝食の回数 ( )
--	--

食事の合計回数 3 回

食事の種類 朝食 ( ) 昼食 ( ) 夕食 ( )

生活日誌チェックシート

昨日・2日前・3日前の生活を振り返ってみよう！

朝食 朝食時間 ( ) 朝食量 ( ) 朝食の種類 ( ) 朝食の量 ( ) 朝食の時間 ( ) 朝食の回数 ( )	朝食 朝食時間 ( ) 朝食量 ( ) 朝食の種類 ( ) 朝食の量 ( ) 朝食の時間 ( ) 朝食の回数 ( )
--	--

食事の合計回数 3 回

食事の種類 朝食 ( ) 昼食 ( ) 夕食 ( )

生活日誌チェックシート

昨日・2日前・3日前の生活を振り返ってみよう！

朝食 朝食時間 ( ) 朝食量 ( ) 朝食の種類 ( ) 朝食の量 ( ) 朝食の時間 ( ) 朝食の回数 ( )	朝食 朝食時間 ( ) 朝食量 ( ) 朝食の種類 ( ) 朝食の量 ( ) 朝食の時間 ( ) 朝食の回数 ( )
--	--

食事の合計回数 2 回

食事の種類 朝食 ( ) 昼食 ( ) 夕食 ( )

学習発表資料

1年 | 組 班

テーマ **偏食の改善**

メンバー

<p>① 朝食をしっかりとる。</p> <p>② 栄養バランスが悪い。</p> <p>③ 1日3食とらない。(夕食)</p> <p>④ 朝食の量が少なくて、夜食(夜通りに食料)を食べている。</p> <p>⑤ 塩分過多の調味料、油の不足。</p>
<p>① 1日3食、お水と取る。(特に朝食)</p> <p>② 朝食はしてもしないで通夜にする。</p> <p>③ 栄養バランスを考える。</p> <p>④ 好き嫌いなくする。</p> <p>⑤ 周りの人の協力。</p> <p>⑥ 3食の時間になったら食の量は必ず。</p>

<p>① 人間は朝起きたら空腹を感じるが20~30分経たず胃が普通。ギリギリまで寝ておけば空腹を感じる前に寝てしまえばいい。また、寝る前3時間以内に食事を摂ると、胃腸が消化のために寝ている間中働いているため、熱を帯びて寝る前まで胃腸が熱い状態になり、空腹を感じる。</p>
<p>② 朝食を食べる習慣がない。朝食を食べない人は、朝食を食べないままに寝てしまえばいい。朝食を食べない人は、朝食を食べないままに寝てしまえばいい。</p>
<p>③ 朝食を食べない習慣がない。朝食を食べない人は、朝食を食べないままに寝てしまえばいい。朝食を食べない人は、朝食を食べないままに寝てしまえばいい。</p>



○「健康の保持増進と疾病の予防」を振り返って

1. 自身の健康や生活について振り返り、振り返りシートで振り返りを行うこと(2週間)

振り返りシート	振り返りシート	振り返りシート
健康の保持 グループ活動として 振り返りシートについて 振り返りシートについて		

2. 振り返りシートを基に、自分の健康で良かったことを振り返ってください。

振り返りシート	振り返りシート	振り返りシート
○この人はよく頑張っている。 ○関係者として、 ○好き嫌いなく、 ○勉強する時間がない。	○あつた時間を、 ○まめに体を動かす。 ○歩く距離も遠くする。	○睡眠時間を ○長くする。 ○規則正しい生活を送る。



3. 振り返りシートを基に、振り返りシートで良かったことを振り返ってください。

グループ活動	振り返りシート	振り返りシート	振り返りシート	振り返りシート
健康の保持				
グループ活動				
振り返りシート				
健康				

4. この振り返りシートを基に、自分の健康や生活について振り返りを行うこと(2週間)

振り返りシート	振り返りシート	振り返りシート	振り返りシート
グループ活動			
健康の保持			
振り返りシート			
健康			

5. グループメンバーの振り返りシートを基に、振り返りシートで良かったことを振り返ってください。

○みんな頑張って頑張って健康を維持する事が出来た。

6. 振り返りシートを基に、振り返りシートで良かったことを振り返ってください。

○みんな頑張って頑張って健康を維持する事が出来た。

○みんな頑張って頑張って健康を維持する事が出来た。

○みんな頑張って頑張って健康を維持する事が出来た。

○みんな頑張って頑張って健康を維持する事が出来た。

○みんな頑張って頑張って健康を維持する事が出来た。

1年 健康 振り返り

振り返りシート

1. 今年の健康を振り返って考えたこと、今後の生活でどのように心がけていくことと思うか、書いて下さい。

私の健康は、今年も健康に過ごして良かったと思います。今年も、健康を維持するために、バランスの良い食生活を心がけ、適度な運動を続けました。また、ストレスを溜め込まないように、趣味や読書などでリラックスする時間も大切にしました。振り返りシートを通じて、自分の健康意識が高まり、今後の生活でさらに健康を維持するために、バランスの良い食生活を心がけ、適度な運動を続け、ストレスを溜め込まないように、趣味や読書などでリラックスする時間も大切にしたいと思います。

1年 健康 振り返り

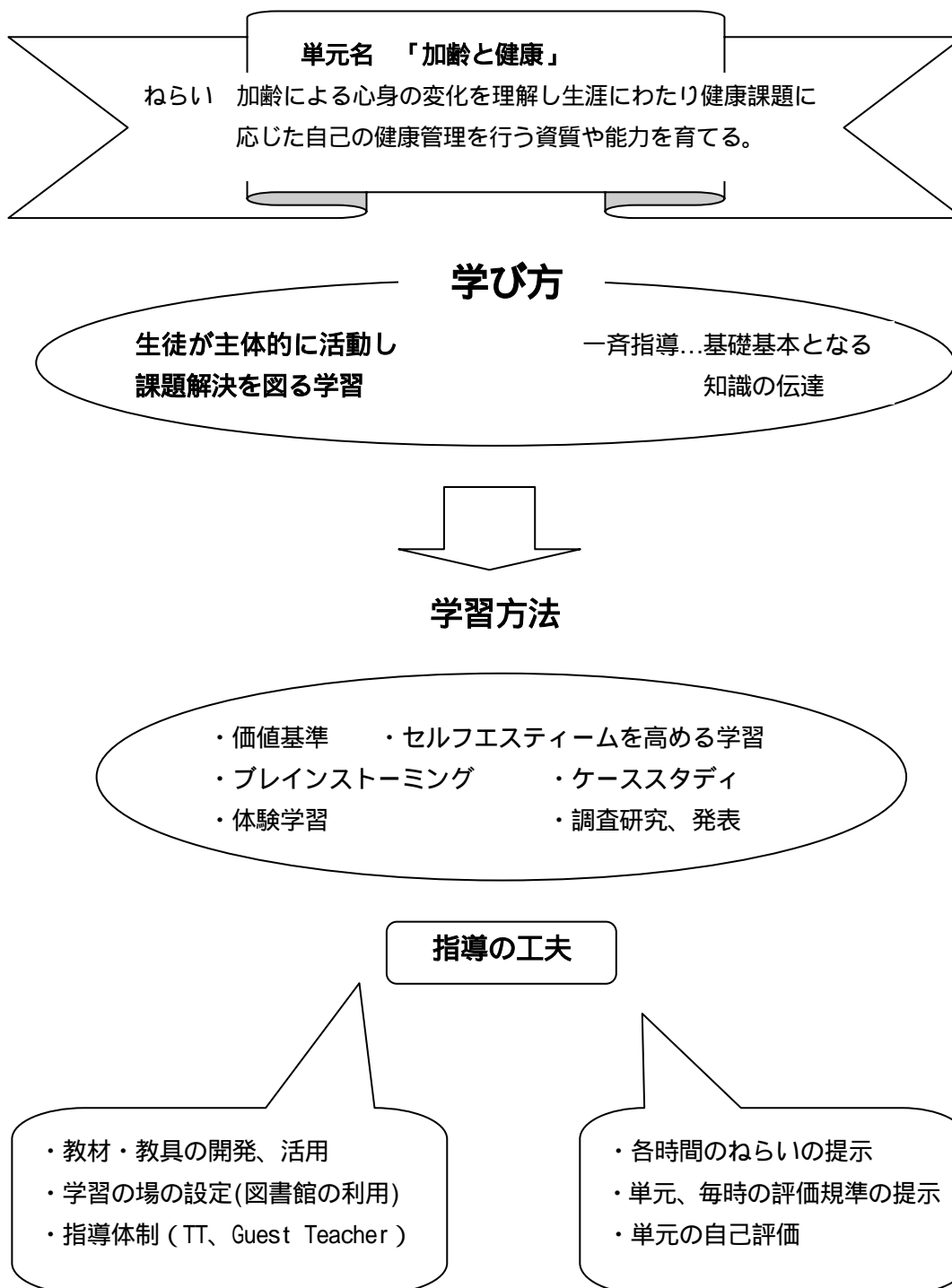
振り返りシート

1. 今年の健康を振り返って考えたこと、今後の生活でどのように心がけていくことと思うか、書いて下さい。

私の健康は、今年も健康に過ごして良かったと思います。今年も、健康を維持するために、バランスの良い食生活を心がけ、適度な運動を続けました。また、ストレスを溜め込まないように、趣味や読書などでリラックスする時間も大切にしました。振り返りシートを通じて、自分の健康意識が高まり、今後の生活でさらに健康を維持するために、バランスの良い食生活を心がけ、適度な運動を続け、ストレスを溜め込まないように、趣味や読書などでリラックスする時間も大切にしたいと思います。

(2) 2 学年実証授業

2 学年分科会では単元「加齢と健康」について 5 時間の実証授業を計画し、実践した。  
実証授業の考え方



## 「科目」保健の授業形態と取組状況

実証授業を行うまでは一斉指導による保健学習が中心の授業展開であった。各校の生徒は、意欲があり、真面目に取り組む生徒が多い。

### 本単元計画の特徴

- ア 単元「加齢と健康」は9月から11月（5時間）に実施した。
- イ 授業にあたっては、生徒の活動が主体になるよう計画した。
- ウ 調査研究（調べ学習）では、図書室を利用し可能な場合はインターネットも使用した。また、司書教諭、養護教諭の協力も得た。

### 評価活動について

単元全体の評価規準を作成し、実証授業の開始（1時間目）にあたって説明した。また、各時間の評価規準は、各時間の授業のねらいとともに説明した。（資料 - 1）

### 授業展開の概要

#### ア 第1時「今の自分を知ろう」

前述の通り各学校ともこれまでは一斉指導の授業形態が多かったので、1時間目はワークシートを活用し生徒の活動を意識的に多くした。

セルフエスティームを高める学習や価値観の違いを知る学習（ダイヤモンドランキング）を通して自己と他人では考え方や価値観が異なることを理解し、自分を肯定的に見つめながら、他人の考えを受容すること、そして、そのことが生き生きと暮らせる高齢者を目指す原点であることを認識できるようにした（資料 - 2）

ブレインストーミングでは、自分の考えを素直に表現し、他者の考えを聞くことにより多くの考え方を受容する態度を育てることとした。

#### 《生徒の活動状況》

セルフエスティームを高める学習、個々の価値基準の違いを知る学習、ブレインストーミングといった活動に初めは戸惑っていたが、学習を進めていく過程で積極的に取り組めるようになった。グループで学習を進めたことで自分の考えと他の生徒の考えを比べることができ、さらに多くの考えや意見が出されるといった相乗効果がみられた。

#### イ 第2時「加齢について考えよう」

加齢による身体機能の変化を以下の方法で体験学習をした。

- ・ 三角巾を膝関節に巻くことにより関節の可動域を制限し関節の老化により歩行が困難になることを体験した。
- ・ 体験学習用メガネをかけ、図形や書類を書くことで視覚の加齢変化を体験した（資料 - 3）
- ・ 軍手を2～3枚重ねて着用し、リモコンの操作やネジをまわすことなどで手指の感覚の低下を体験した。体験学習は1グループ5～6人で学習し、感じたことをグループで話し合った。

### 《生徒の活動状況》

通常できることが、なかなかできなかったり、時間がかかったりと加齢による身体機能の変化（低下）が日常生活に及ぼす影響を実感していた。

ワークシートにテレビのリモコンや携帯電話のボタンなど身近にある器具や道具が高齢者を考慮して作られていないことをあげるなど、体験学習により高齢者を取り巻く社会の問題や課題を発見する生徒が見られた。

全生徒が体験学習を行えばよかったが、教具の数や時間的な制限で全員が体験できないことがあった。しかし、体験学習をしている生徒の介助をすることも体験のひとつに取り組んだ。

学習指導案 「生涯を通じる健康 加齢と健康」 2時間目

本時のテーマ 「加齢による身体機能の違いを体験してみよう」

- ねらい
- ・ 体験学習を通して加齢による身体機能の変化を知り、現在の自分との違いを確認する。
  - ・ 体験学習を通して高齢者の気持ちを推測し、高齢者（社会）が抱える課題について考える。

学 習 活 動	評価規準との関連	評価方法
1) ブレインストーミング「高齢者」 2) 老化現象の説明 3) 体験学習 ・ グループに分かれて行う。 ・ 軍手をして、リモコン操作やネジ締めを試みる。 ・ 膝関節に三角巾をきつめに巻いて教室内や階段を歩いてみる。 ・ 体験学習用メガネをかけて書類の記入や図形のなぞり描きを試みる。	ア - イ -	ブレイン ストー ミング の観察  体 験 学 習 の 観 察
4) 体験学習の感想 ・ 高齢者の気持ちになって考え、日常生活で不便なことや困難なことを推測し、ワークシートにまとめる。 ・ グループで高齢者が抱える問題や課題について話し合う。	ア - イ - ウ -	話し合いの 観 察 ワ - ク シ ー ト
5) 本時のまとめ ・ 加齢による身体機能の低下の体験を通して感じたことや高齢者（高齢社会）の課題についてグループで話し合ったことを発表し、問題点となることを導き出し次回の調べ学習につなげる。	イ -	ワ - ク シ ー ト

### ウ 第3時「キーワードを調べよう」

前回の体験学習をもとに、高齢者が抱える問題、課題についてグループごとにキーワードを見付け、文献・インターネットの情報等を利用し調査し資料としてまとめた。授業は図書室で行い、利用にあたっては事前に司書教諭に授業の内容・ねらい・作業の流れなどを説明し協力を得た。

#### 《生徒の活動状況》

通常と学習環境が変わり(教室 図書室) 新鮮な気持ちで調べ学習に取り組んでいた。学校の授業だけでなく高齢者と同居している生徒の中には体験談等取材してくるなど、今までは余り意識しなかった「高齢者の存在や高齢者が抱える問題」に関心が向けられていることが感じられた。

ブレインストーミングによりキーワードを決めることでアイデアが多数出され、絞り込むことに時間がかかることやインターネットを利用して調べる場合にキーワードにより検索された情報(ホームページ)が多く、必要としている資料を整理することに多くの時間を要することがあった。生徒は調べ学習に積極的であるが「キーワードの決定」「調べる」「資料としてまとめる」という作業を考えると2時間程度は調べ学習に必要であると思われる。

#### エ 第4時「研究発表」

3時間目に調べたことをグループごとに発表した(資料-4)、10分程度で発表と質疑応答を行い必要に応じて内容について教師が補足した。資料は事前に提出することとし、印刷した上で全員に配布した。(資料-5)

#### 《生徒の活動状況》

人前で話すことが少ない生徒にとっては、発表すること自体がよい経験になったと感じている。各グループの発表を興味深く聞いている生徒が多く、生徒自身が調べたことでより関心が高まったと思われる。また、内容についての教師の補足説明に対しても、質問が増えるなど教師と生徒の相互の交流が多くなった。

グループの数が多い場合は、1時間の授業の中で発表し補足していくことは時間的に難しく、発表の方法や補足の仕方に工夫が必要だと思われる。

#### オ 第5時「まとめ」

これまで4時間の授業を通して高齢者について感じたこと、考えたことなどを小論文またはワークシートにまとめた。個人でまとめたものを基にグループごとに高齢者が生き生きと暮らすために自分たちが今できること、自分たちが将来健康な高齢者になるために今必要なことは何かについて話し合った。

#### 《生徒の活動状況》

ワークシートから、体験学習や調べ学習、話し合いを通じて、将来生き生きと暮らすために現在の食生活や運動習慣などの生活習慣が密接にかかわっていること、さらに、良好な人間関係を築いていくことが大切であることを実感する生徒が多く見られた。

資料 - 1

各時間のねらい、学習活動と評価規準

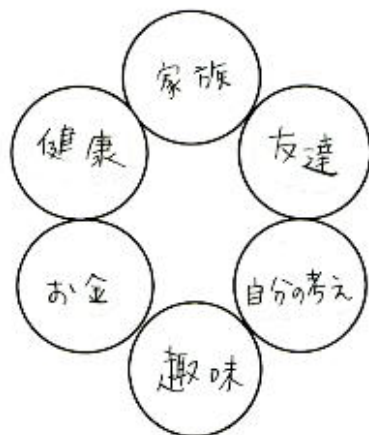
時間	ねらい	学習活動	評価規準（おおむね満足の学習状況）			十分満足の目安となる生徒の学習の実現状況	おおむね満足に至らない生徒の具体的な手だて
			ア 関心・意欲・態度	イ 思考・判断	ウ 知識・理解		
単元の評価規準	加齢による心身の変化を理解し、生涯にわたり健康課題に応じた自己の健康管理を行う資質や能力を育てる。	1.「今の自分を知ろう」 2.「加齢について考えよう」 3.「調査研究」 4.「発表」 5.「まとめ」	加齢に伴う心身の変化や健康課題について、自分なりに想像を膨らませたり、家族に話を聞いたり、友人と医療機関の資料を集めようとしている。	加齢に伴う心身の変化について学び、自分の生活習慣を顧みたり、考えや意見を述べていることができる。	加齢に伴う心身の変化や健康課題、それらが現在の生活習慣とも関係が深いこと保健医療機の活用などについて理解している。		
1時間目	「今の自分を知ろう」 ・セルフエスティームを高める。 ・自分の価値観を確かめ、他者の考え方を知る。 ・与えられたテーマに自分の考えを言葉として表現する。	・セルフエスティームの測定と比較（ワークシート） ・価値観の違い（ダイヤモンドランキング ワークシート） ・ブレインストーミング	ワークシートに取り組み本来の自分について理解しようとしている。 積極的に自分の考えを表現し、他者の考えを聞くとしている。	自分とは違う考えの人がいることを認め、その違いを考えることができる。		前向きなアイデアを多数挙げグループをリードしている。 他者の考え方を聞き、自分のそれと比較しながら、自己肯定感をさらに高めようとしている。	グループ内でワークシートを見せ合い様々な意見があることを確認させる。 出されたアイデアは、否定せずに多くの言葉が出るよう働きかける。
2時間目	「加齢について考えよう」 ・体験学習を通して加齢による身体機能の変化を知り現在の自分との違いを確認する。 体験学習を通して高齢者の気持ちを推測し、高齢者（社会）が抱える課題について考える。	・ブレインストーミング ・体験学習（加齢による身体機能の変化を体験する） ・グループ討論	高齢者の心身の特徴を理解しようとしている。  グループのなかで自分の意見をまとめ、発言しようとしている。	他者の高齢者に対するイメージと自己のそれとを比較し考えを深めている。 加齢に伴う心身の変化を想像し、実感することで健康課題や疑問点、調べたい課題を考え、探すことができる。	高齢者の問題や課題を理解している。  調べたことを発表資料としてわかりやすくまとめている。	加齢に伴う心身の変化を理解し、高齢者（社会）が抱える課題について自分なりの意見や考えを持つ。	青年期を迎えると脳細胞が減少していくことなど、加齢による身体機能の変化を具体的に示し、体験学習への関心が高まるようにする。
3時間目	「調査研究」 ・高齢者のかかえる問題・課題についてキーワードを決め文献や資料を収集し調べる。	・ブレインストーミング ・調査研究（高齢者のかかえる問題課題をグループごとに調べる）		互いの意見を整理して調べる事柄を導き出すことができる。		文献だけでなく周囲の人や保健・医療機関に質問するなど、多面的にとらえ思考しようとしている。	グループで協力するよう声掛けをする。意見交換することで様々な考え方があることを理解させる。
4時間目	「発表」 ・高齢者の問題について知り、グループ・個人で考える。	・研究発表	グループで分担して調べた内容や考えをわかりやすく工夫して、説明しようとしている。	発表内容、課題について考え分析することができる。 各班の発表内容、課題について考え分析することができる。	分かりやすい表現で説明している。 各班の発表を聞き疑問点、感想をまとめている。	各班の発表を関連付けながら総合的に捉え、高齢社会の問題点をあげ、その解決策を見出そうとしている。	調べ学習で苦労した点や、発表の感想を聞き発言を促す。
5時間目	「まとめ」 ・生き生きと暮らせる高齢者になるためには、生涯にわたってどのような生活習慣が重要であるかを考える。 ・高齢者が抱えている問題を理解し、現在の自分にできることを考える。 ・将来高齢が進んでいく中で、理想の高齢化社会とはどのようなものかを考える。	・ケーススタディ	生涯にわたる健康の意義について問題意識をもっている。  加齢に伴う心身の変化や健康課題について関心が高まっている。	高齢者の問題点を理解し、今の自分にできること、何を働きかけるのか考えをまとめることができる。  生涯の各年齢段階の健康課題に対する解決方法を見出すことができる。	現在の生活習慣が将来の健康に深く関わっていることを理解している。	生涯における健康の保持増進について考え、現在できることを実践しようとしている。  日本の社会保障制度について理解し、その問題や課題の解決方法を探ろうとしている。	これまでの学習活動を振り返りよかった点を示し、それをもとに課題に取り組むよう促す。

保健ワークシート「自分を知らう」

### ダイヤモンドランキング

これからあげる6つのこと。あなたにとって大切なものは？  
下の6個の○のなかに上から入れてみよう。大切なもの(こと)、  
価値のあるもの(こと)ほど上に書いて下さい。

お金 健康 友達 自分の考え 家族 趣味



終わったら、友達と自分を比べてみよう。(価値観の違いを知ろう)

資料 - 2



資料 - 3



資料 - 4

## 「バリアフリー住宅のポイント」

ポイント①「基本生活空間の動線を短くする」  
・寝室、トイレ、浴室、食堂は日常生活に欠かせない場所は  
行きやすい。

ポイント②「動線上の障害をなくす」  
・玄関をはじめ通路上の段差をなくし、手すりをつける。  
・車椅子が通れるだけの通路を確保しておく。

ポイント③「楽に使える設備を設置する」

ポイント④「高齢者などの寝室とトイレは同一階に配置する」

家の中で、どの動き方をどのかを考える事を動線計画と  
言います。生活の便利さや合理性を考える上で欠かせないことです。  
又、生活に慣れ一層の楽いさを考える上でも重要です。

資料 - 5

## 研究成果と今後の課題

### 実証授業の分析

#### (1) 単元計画について

5時間程度の比較的短い時間の単元計画により、これまで1時間完結型になりやすかった授業につながりを持たせることができ、生徒の理解が高まり、授業で引き出した関心や身につけた知識を日常生活に反映させることが可能であった。

関連性の高い小項目をまとめて単元計画を作成することで、多様な指導内容を盛り込むことができ、多くの体育科教員が抱える、1単位時間での学習において多様な学習内容を盛り込む事での授業時間の確保という問題点を解消することができた。

#### (2) 観点別評価規準について

指導内容における評価の観点が明確になると、授業の方向性も明確になり、生徒への言葉かけ等支援が明確になり、理解しやすい授業展開が出来た。また、生徒の取り組みに対して多様な角度から評価することができ、指導の見直しにもつながった。

明確な評価の観点の元に授業を進めると、生徒も教師もお互いに主体的に授業に取り組むことができた。

#### (3) 多様な指導内容について

	指導内容の工夫	生徒の変化・効果	改善点・今後の課題
自己認識	生活日誌の作成	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己の振り返りから、具体的な目標設定へつなげられる生徒もいた。</li> <li>繰り返すことで「習慣化する」力になった。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>一つの指導内容で小さな変化、習慣を積み重ねるといった教師側の視点の変換が必要である</li> </ul>
	セルフエスティームの向上 ダイヤモンドランキング	<ul style="list-style-type: none"> <li>生徒の学習習慣等の実態にかかわらず、真剣な取り組み姿勢が見られた。</li> <li>自分を確信し、相手を理解するきっかけとなった。</li> </ul>	
思考の手助け	高齢者の体験学習 ケーススタディ (役所の福祉担当者)	<ul style="list-style-type: none"> <li>実際の行動、体験はテーマの理解が容易になり、次の課題の発見に多いにつながった。</li> <li>ブレインストーミングからのつながりで、より問題点の理解が深まり、その後の活発な協議にも結びついた。</li> <li>自分で考える環境が作れ、主体的な学習になった。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>よりテーマを実感できる教材の工夫で効果が上がると考えられる。</li> <li>全員が全ての体験ができるよう教員の数や時間配分の工夫が求められる。</li> </ul>
	ブレインストーミング	<ul style="list-style-type: none"> <li>取り組みやすい内容で、主体的に授業に参加する雰囲気が出た。繰り返し実施するとより多くの意見を発表することができるようになった。</li> <li>他人の意見を聞き、共感し、新たな発見をすることでより多くの考え方を受容でき、思考が広がった。</li> <li>意見を出すことが苦手な生徒も事前に表現する練習をすることで、うまく取り組めた。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>始めに考えを表現する練習を行うと効果が高くなるので、実態に合わせた工夫が必要になる。</li> <li>個人の意見を否定しないながらも、テーマから著しく逸れた意見やふざけについては教師の方向付けが必要である。</li> </ul>
	意志決定のステップの活用	<ul style="list-style-type: none"> <li>実践へ移すモデルを示すことで活動の仕方が明確になり、主体的な活動を促すことができ、実践するという経験ができた。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>モデルを生徒により理解しやすく示す工夫がさらに求められる。</li> </ul>
思考・判断、主体性の育成	グループ協議	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の意見を表現する学習課程を踏んでおくと、活発な協議になった。男女でグループを組むとより視野の広がりが見られた。</li> <li>協議を繰り返すことで、自分の考えをスムーズに表現できるようになり、主体性が高まった。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>グループ作りの方法や協議の進め方に対して、生徒やクラスの実態に即した支援(役割分担等)の工夫が重要であった。</li> <li>生徒によっては、他人と協力して活動する姿勢をのばす働きかけが必要であった。</li> </ul>
	調べ学習 発表	<ul style="list-style-type: none"> <li>新しい知識の理解と共にその先の問題点を見付けたり、解決法を考えるなど主体的な学習につながった。</li> <li>単元の全体像を見つめながら、小テーマ、細部を検討していく力を付けることが出来た。</li> <li>調べ学習における資料の精選や他グループの発表を自分の調べ学習の結果と比較しながら聞くことで、資料や発表内容を分析できる力が身についた。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>調べる内容をより具体化させ、知識を理解できる助言が必要である。</li> <li>発表になれない生徒には、発表方法やまとめ方の指導を回数を重ね指導する必要がある。</li> <li>発表の聞き方を工夫することで、知識理解を深めていく事ができると考えられる。</li> </ul>
	作文 自己評価	<ul style="list-style-type: none"> <li>調べ学習、発表で身に付けた知識の記述や、それを元にした問題点、解決法を記述させることでペーパーテストに偏らない知識・理解の評価ができた。</li> <li>発言に表れなかった考えが表現され、知識の整理、思考の広がりに効果があった。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>作文の表現力の低い生徒の評価法について、さらに工夫が求められる。</li> </ul>



## 2 研究成果

本研究では評価規準による評価を工夫し、生徒の主体的学習活動を促す指導方法を開発することにより、生徒が課題に対応した実践力を身に付けることができるのではないかと仮説を立て研究を進めてきた。

その結果、次のようなことが明らかになった。

- (1) 調べ学習や発表など、生徒が主体となる授業を行うことで、特に受身であった生徒に「関心・意欲・態度」「思考・判断」での向上が見られた。
- (2) 「知識・理解」については、レポートやワークシートの中で専門的な用語が見られるようになり、また、自らの生活を再認識できた点においては、ヘルスプロモーションを定着させる上で効果があったと思われる。また、主体的な学習活動により知識の範囲が広がった。

以上の結果より、仮説に対して次のような結論が導き出せると考える。

- (1) 生徒の主体的学習活動を促す指導方法は、学習意欲の向上に効果的であった。
- (2) 学習指導計画と評価規準を明確に示すことは教員と生徒が共に具体的な学習活動を確認しながら取り組めたため、生徒は主体的になると共に、「思考・判断」の向上に役立った。

これまで生徒は保健授業において学んだ知識や技能から直面する健康課題について意志決定と行動選択を行ってきた。しかし、適切な意志決定と行動選択を育成するためには、生徒の自主的な活動が必要であると考え、具体的な評価規準を示し授業を進めることにした。

その結果、生徒の「関心・意欲・態度」での向上をもたらし、生徒はより一層主体的に授業に取り組めるようになったと評価できる。「知識・理解」においても、自分たちの興味・関心が向上し、さらに友人たちが意見や発表したりするために授業に対する動機付けも強くなり有効であったと考えられる。また「思考・判断」においては、学習のねらいを理解し、自分の意見や考えを述べ、友人たちとの意見交換を行う中で、課題や目標に向けて工夫した取り組みを行う生徒が増え、生徒から「他の人たちの色々な意見や考えが学べて良かった」という感想もあった。そして、あらかじめ単元計画及び評価規準を明示されたことで、目標が明確化し、生徒が授業に見通しをもてたことが主体的に取り組めた大きな要因であると考えられる。

教員は、評価規準を作成することで生徒の課題を見通すことができ、指導方法と授業内容の評価、改善を行う上で非常に有効であった。

本研究部会の所属する各学校の評価規準を作成し、学習指導計画とともに方向性を示し、生徒の主体的学習活動を促す指導方法を工夫したことは、生徒たちが自ら考え取り組む機会が増え、生徒たちの学習意欲と「思考・判断」の向上をもたらした。これらの成果は、これまで「知識・理解」の観点中心だった科目「保健」から「実践力」へ通じる、すなわち的確な「思考・判断」に基づいて行動選択・意志決定ができる資質や能力を育成することにつながっていく。

### 3 今後の課題

研究から以下の課題が明確になった。

- (1) 単元計画を作成する際に生徒の実態を事前に把握するためのデータの収集、生徒の実態や単元に応じた教材を工夫する必要がある。また、おおむね満足にいたらない生徒への指導方法・内容の工夫が必要である。
- (2) 評価の客観性を高めるため、科目「保健」における評価規準の観点を踏まえ、観察、学習カード、ワークシート、レポート、作文、発表など、その場における学習状況を的確に評価する方法の工夫が求められる。
- (3) 「実践力」の育成のために、評価規準の内容の充実を目指し生徒の実態に合わせて一層の工夫、改善が求められる。
- (4) 効果的な指導を図るために、養護教諭や司書教諭等との連携や関連する教科との連携をより一層密にする必要がある。

### 4 まとめ

今回の主題は「生徒が主体的に判断し、行動選択できる保健学習の工夫と評価」であり、生徒の「実践力」の育成を目指して、授業のねらいや学習指導計画、評価規準を明確に示し、生徒が主体的に学習する指導方法を工夫し展開することを研究の柱とした。

その結果、生徒の自主的活動を促し、特に「関心・意欲・態度」を高め、「知識・理解」と「思考・判断」を結び付けることにより生徒が主体的に判断、行動選択できる能力の育成により一層効果的であるという研究結果となった。今後は、小学校での「正しい理解」及び中学校での「科学的な理解と適切な判断」を踏まえて、高等学校では「課題に対応した自己改善」ができるように「実践力」を身に付け、生徒が自ら健康なライフスタイルを実行できるようにする必要がある。

我々教員は、生徒一人一人が生涯にわたって健康に、明るく豊かに送ることを願って止まない。そのためには、生徒が健康や安全の課題について自ら考え、調べ、意見を構築するような主体的に取り組む充実した授業を追究していくべきである。ヘルスプロモーションの考え方を定着させ、生徒が明るく豊かで生き生きとした生活を送ることができるよう今後も授業改善に努めていく。

平成15年度教育研究員研究報告書

東京都教育委員会印刷物登録  
平成15年度 第31号

平成16年1月21日

編集・発行 東京都教職員研修センター  
所在地 東京都目黒区目黒1-1-14  
電話番号 03-5434-1976

印刷会社名 勝田印刷株式会社