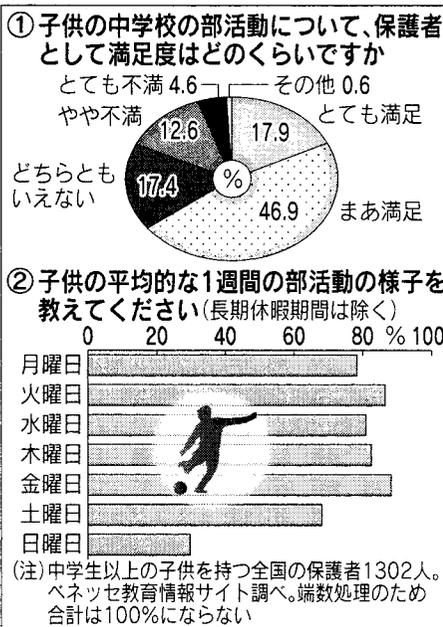


# 中学保健体育科 ニュース

大修館書店

## NEWS FILE ①

日本経済新聞2009年4月6日(金)



中学生以上の保護者を対象に、ベネッセ教育情報サイトが昨年十一月に調査したところ、部活動について「とても満足」「まあ満足」と回答した保護者の合計が六四・八%に上った。「とても必要」「まあ必要」との回答合計も八九%に上った。

一方、土曜日でも部活動がある中学生は六八・一%、日曜日でも約三割にのぼっており、「早朝や祝日にも練習があつて子供が勉強しなくなった」「試合の送り迎えが大変」と、学業との両立の難しさや保護者の負担増に対する不安もうかがえた。

「部活は必要」保護者の89%

(出典：Benesse 教育情報サイト <http://benesse.jp/>)

## ■3年後に向けていまのうちから取り組んでいこう!..... CONTENTS

- 球技の授業 ..... 高橋健夫 (日本体育大学) 2
- 武道の授業 ..... 本村清人 (東京女子体育大学) 6
- 体づくり運動の授業 ..... 小澤治夫 (東海大学) 8
- 体育理論の授業 ..... 友添秀則 (早稲田大学) 10
- 新しい学習指導要領と保健の授業 ..... 和唐正勝 (新潟医療福祉大学) 12

## 球技の授業

高橋健夫  
(日本体育大学)

### 1 大きく変わった 球技のカリキュラム

改訂学習指導要領で球技領域が「ゴール型」「ネット型」「ベースボール型」に分類された。なぜこのような分類が採用されたのか。まずは、その理由について説明しておく必要がある。

#### ①問われた球技教材の選択基準

生涯スポーツの実現がめざされる時代になって、多種多様なニュースポーツやマージナルスポーツ（周辺スポーツ）が登場するようになった。これに連動して、学校体育にあってもこれまでの限定的な球技（バスケットボール、サッカー、バレーボールが世界三大学校ボール運動と呼ばれた）を重視する行き方から、次第に多種多様な球技を導入する行き方へと転換していった。体育カリキュラムのキャパシティーには限度があるため、このようなスポーツの多様化に対応して導入されたのが「選択制授業」であった。また、この方向に勢いを与えたのが個別化・個性化を標榜する教育理念であった。特に中等教育段階の体育は、できるだけ多くの球技を提供し、生徒の個性や欲求に基づいて選択させるという方策がとられた。しかしながら、生徒の欲求に基づいて自由に選択させるという方策は、「球技では共通に学ぶべき学習内容がない」ことを自ら宣言しているようなものであり、また未学習の球技の中から、いきなり選択して学習するカリキュラムシステムに対しても疑問が投げかけられるようになった。

そこから、「学習内容の共通性が高い球技の中から特定の種目を選択して学習させるべきである」という考え方が支持されるようになる。加えて近年になると、学校のアカウントビリティが問われ、体育で保証すべき学習内容が論議される中で、「球技によって何を学ばせるのか」という学習内容の構造が問題にされるようになった。同様に、200とも300とも存在するといわれる球技の中

から、どのような基準に基づいて特定の球技を評価し、位置づけていくのか、球技カリキュラムの構成原理が問われるようになった。

#### ②ボールを持たない動きの類似性による分類

このような球技教材の国際的論題の中で「ボールを持たない動き（戦術）」の類似性に着目して球技を分類する方法が支持されるようになった（L.Griffin、L.Almondら）。学習内容の類似性に着目していくつかのボール運動をグルーピングし、これによってボール運動カリキュラムのスコープを設定しようとする立場である。

このような国際的動向にそってわが国の改訂学習指導要領でも、学習内容の共通性を重視し、「ゴール型」、「ネット型」、「ベースボール型」の3類型で示すこととし、それぞれのカテゴリーから代表的な運動種目を選んで指導することになった。また、それぞれの学習内容（技能の学習内容）は「ボールを持たない動き」と「ボールを操作する技能」の2側面からとらえられた。注目すべき点は、各カテゴリーに属する種目は学習内容が類似していて、ある種目を学習すれば、その学習内容が他の種目に転移すると考えられていることである。例えば、ハンドボールを学習すれば、ボールを持たない動き方（状況判断力やサポートの動き）はバスケットボールやサッカーのプレイにも生かされると考えられている。

今回の改訂に際して、球技の3つの型に共通する「ボール操作の技能」や「ボールを持たない動き」に関わって学習内容を具体化する作業が行われた。また、今回の改訂では小学校1学年から高校3学年までの12年間の学習内容を4：4：4の原則で系統的に位置づける方針がとられたが、球技についても中学校段階では1・2学年と3学年に区分して学習内容に質的差異を図る工夫がなされた。表1、2は、そのような原則のもとで設定されたゴール型球技の技能的な学習内容である（中学校学習指導要領解説、保健体育編）。

表1 ゴール型のボール操作とボールを持たないときの動きの例

	中学校1・2年	中学校3年
ボール操作	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 守備者がいない位置でのシュート</li> <li>・ フリーの味方へのパス</li> <li>・ 得点しやすい味方へのパス</li> <li>・ パスやドリブルによるボールキープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 守備者が守りにくいシュート</li> <li>・ ゴール内へのシュート</li> <li>・ 味方が操作しやすいパス</li> <li>・ 自分の体で防いだキープ</li> </ul>
ボールを持たないときの動き	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ボールとゴールの見えるポジション</li> <li>・ ゴール前への動きだし</li> <li>・ ボール保持者のマーク</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ゴールから離れる動き</li> <li>・ パス後の次のパスを受ける動き</li> <li>・ ボール保持者の進行方向から離れる動き</li> <li>・ ボールとゴールの間でのディフェンス</li> <li>・ ゴール前の空いている場所のカバー</li> </ul>

表2 中学校：球技の種目の例示

	ア) ゴール型	イ) ネット型	ウ) ペースボール型
1・2学年	<p>【指定された運動例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● バスケットボール</li> <li>● ハンドボール ● サッカー</li> </ul>	<p>【指定された運動例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● バレーボール ● 卓球 ● テニス</li> <li>● バドミントン</li> </ul>	<p>【指定された運動例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ソフトボール</li> </ul>
3学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ア) からウ) までの中から2つを選択して履修できるようにすること。ア) についてはバスケットボール、ハンドボール、サッカーの中から、イ) についてはバレーボール、卓球、テニス、バドミントンの中から、ウ) についてはソフトボールの中から適宜取り上げること。</li> <li>● 地域や学校の実態に応じて、その他の運動についても履修させることができる。</li> <li>● ウ) の実施に当たり、十分な広さの運動場の確保が難しい場合は指導方法を工夫して行うこと。</li> </ul>		

## 2 態度や知識、思考・判断の内容の充実

学習内容は「技能」だけでなく、「態度」や「知識、思考・判断」の側面からも一層具体的に示す努力が払われた。ただし、「態度」については、すべての型に共通して、①球技に積極的に取り組むこと、②フェアなプレイを守ろうとすること、③分担した役割を果たそうとすること、④作戦などの話し合いに参加しようとする、⑤健康・安全に気を配ることが、学習内容として位置づけられた(1・2学年)。3学年でも、若干表現のしかたに違いがあるものの、内容的にはほとんど共通している。

特に大きな変化は、運動学習に関わって「知識」の内容が加えられた点である。これまで「知識」は、体育理論に関わって重視されてきたが、運動学習に関わっては、「技能」や「思考・判断」の内容に吸収して位置づけられてきたといえよう。しかし、「確かな学習内容の習得」が焦点となった今回の改訂においては、体育において確実に指

導でき、習得させることのできる学習内容は、「技能」と「知識」の2つではないかと考えられたのである。

特に球技の「知識、思考・判断」については、「球技の成り立ち、技術の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする」(1・2学年)ことが学習内容とされた。このほか、3学年では「運動観察の方法」が内容に追加された。このように技術や戦術に関わった知識が位置づいたことによって、これまで以上に「わかるとできるの統一指導」に関心を向ける必要があろう。運動学習においては、わかれば直ちにできるようになるわけではなく、わかるとできるとの間に大きな距離があるのも事実だが、わかることによって、学習のめあてが明確になり、できるための創意・工夫が可能になる。技術・戦術学習に関わって、どのような知識をどのような方法で学ばせるべきか、これらに関わった実践研究の深まりが求められる。

### 3 球技の授業づくり

#### ①どのような種目が学習されるのか

ゴール型、ネット型、ベースボール型の3類型が設定されたが、中学1・2学年段階では、3つの類型を「すべての生徒に履修させること」になっている。また、3学年においては、球技及び武道のまとまりの中から1領域以上を選択して履修できるようにすることになっている。

基本的な考え方として、まず種目ありきではなく、類型に共通した学習内容を習得させることが重視されるわけで、それぞれの類型に属する種目を最低1つ選んで指導することになる。しかし、ある類型に属する種目ならどのような種目であっても指導できるのかといえば、今回の改訂では、現場の混乱を避け、表2のようにいくつかの種目に限定された。ただし、「内容の取扱い」として「地域や学校の実態に応じて、その他の運動についても履修させることができる」としている点に注目すべきであろう。

具体例をあげて考えてみよう。まず、1・2学年の2年間に、例えばゴール型でハンドボール、ネット型でバレーボール、ベースボール型でソフトボールというように、3種目を取り扱えばよいということになる。しかし、1・2学年でより多くの種目を経験させようというのであれば、2学年ではゴール型でバスケットボールかサッカーを、そしてネット型でバドミントンかテニスを追加すべきであろう。さらに、2学年段階ではゴール型のサッカー、バスケットボール、ハンドボールの中から、またネット型（特にテニス、卓球、バドミントンというデュアルスポーツ）の類型の中から1つずつ選択させて学習させることも可能であろう。いずれにせよ、それぞれの学校の実態（施設・用具、教員の専門性、生徒の興味・関心、地域の特性など）に応じて、最適な球技のカリキュラム編成を工夫していただきたいものである。

#### ②楽しく学べるタスクゲームの開発の必要性

球技において学習内容の確かな習得をめざすためには、適切な単元教材（メインのゲーム）を採用する必要があるとともに、主としてボール操作の技能を高める「ドリルゲーム」や、ボールを持たない動きを高めるための「タスクゲーム」を取

り入れる必要がある。とりわけ、子どもたちにとって魅力的で、学習内容の習得という点で効果的なタスクゲームの開発が今後の大きな課題になるだろう。タスクゲームは、直接対戦相手がいるミニゲームであり、特に習得すべき課題が明確で、その課題が頻繁に学習できるように、人数やコートでのミニ化を図ったり、ルールの条件を緩和したりするようなゲームである。

バレーボールの具体例をあげてみよう。特に「ボールを持たない動き（チームの役割行動）」に焦点をあてたタスクゲームとしては、4人で行う「キャッチバレーボール」がある。レシーブ、トス、アタックはすべて手でキャッチしてもよいルールで、特にレシーブはワンバウンドキャッチを認め、アタックは低いネットを越して投げ入れることができるようにする。相手のとりにくいところに投げ入れることや、ボールの落下点に素早く移動すること、チーム内のコンビネーションプレイなどが学習できる。総じてバレーボールに重要なボールを持たない動きが容易に習得されるはずである。

また、生徒たちにとってもっとも関心の高いトス・アタックに焦点化すれば、「ワンキャッチ・ファウストボール」が効果的である。ファウストボールは元来レシーブでワンバウンドを認めるところに特徴があるが、このワンキャッチ・ファウストボールではワンバウンドした後にパスでセッターに返球し、セッターはワンキャッチしてトスを投げ上げ、これをアタックする。このゲームを単元教材に適用して小学校高学年を対象に実験授業を試みたが、子どもたちの能力レベルにフィットし、熱中して取り組むことを確かめている。中学生でもタスクゲーム（単位教材）として活用できる。このほかに、コートを半分にした3対3のパスゲームや、3対3のワンキャッチのパスアタックゲームなど、ねらいに応じて多様なタスクゲームを工夫することができる。

いずれにせよ、ゴール型、ネット型、ベースボール型のそれぞれにおいて、生徒たちの能力レベルにマッチした素材を発掘することや、学習内容の習得に効果的なやさしい下位教材（ドリルゲームやタスクゲーム）を開発することが、今後の重要な課題となるだろう。

表3 ハンドボールの単元計画例

ステップⅠ					ステップⅡ						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
オリエンテーション	予備的運動（投・捕・シュート）				予備的運動（投・捕・シュート）					終わりのリーグ戦	
	タスクゲーム1 （フォーグリッドのバスゲーム） タスクゲーム2 （ファイブ・サークルハンド：4対3）				<b>【チーム練習】</b> ・タスクゲーム1、2 ・タスクゲーム3（ハーフコートの4対3のゲーム） ・タスクゲーム4（コーナースローからはじめるシュートゲーム）等々を活用して練習						
	メインゲーム （ハーフコートのハンド：4対4のゲーム）				メインゲーム （オールコートのハンド：5対5のゲーム）						

③ステップアップをめざす学習指導過程の工夫

確かな学習内容の習得をめざす体育授業は、同時に子どもたちの学習意欲を喚起し、これまで以上に楽しい学習経験を保証するものでなければならない。確かな学習内容の習得ということは、生涯スポーツにつなげるための条件ととらえられているのであり、決してドリルや訓練によって技能や戦術の能力だけを育成しようとするものではない。しかし、ただ単に子どもたちの現在のある力で自発的な活動を繰り返すだけでは、能力は高まらず、発展的・継続的な実践は望めない。単元計画は、単元前半から単元後半にかけて意図的・計画的にステップアップを図るものでなければならない。

ステップアップを図るためには、子どもたちの学習意欲を喚起し、学習内容の習得に有効なドリルゲームやタスクゲームを教師の側から提供し、単元過程に適切に配列する必要がある。したがって、単元計画の重要な作業は、メインのゲーム（単元教材）を選択することと、このメインゲームの下位にどのようなドリルゲームやタスクゲーム（単位教材）を位置づけ、配列するかを決定することである。

1つの例として「ハンドボールの単元計画」を取り上げて説明することにしよう（表3）。ここでは、単元前半の学習成果を踏まえて、単元後半には学習内容を意図的にステップアップさせることがめざされる。まず、ハンドボールの授業で採用する単元教材（メインのゲーム）やその下位に

位置づく単位教材（ドリルゲームやタスクゲーム）を構想し、これらの教材配列によって単元計画を作成している。このように、タスクゲームやメインの教材は教師が提供し、その枠組みの中で子どもたちの創意や工夫を最大限に発揮させるようにしている。生徒たちの主体的な課題解決は、作戦づくり、練習課題の選択、チーム内での教え合い、そして自分たちの能力に見合ったルールの修正等に関わって行われる。

特に、この単元計画では、ボールを持たない動き（動いてサポートしてパスをもらう）を習得するために開発された「フォーグリッドでのバスゲーム」や「ファイブ・サークルハンド」というタスクゲームが単元前半に位置づけられている。ドリルゲームは、パスやシュートのスキルアップを図るために予備的運動として採用されるべきであるが、ここでは具体例を省略している。

単元後半ではチームの課題に対応してタスクゲームを選択して学習することになる。また、この単元では、メインになるゲームを5対5のゲームとしているが、学習内容の習得という観点から見て人数が多すぎると判断すれば、人数を制限することに躊躇する必要はない。

■引用参考文献

- 1) L. グリフィン他（高橋健夫他訳）：ボール運動の指導プログラム－戦術アプローチ、大修館書店、2001
- 2) 文部科学省、中学校学習指導要領解説 保健体育編、2008

# 武道の授業

本村清人  
(東京女子体育大学)

## 1 | なぜ中学校武道が必修なのか

なぜ中学校武道が必修なのか、これには大きな理由が2つある。一つは、教育基本法の改正で「伝統と文化」が強調されたこと、もう一つは、体育における各運動領域の基礎的・基本的な知識・技能の確実な習得がめざされたこと、である。

### ① 伝統と文化

改正教育基本法では、第2条の教育の目標の一つに「伝統と文化を尊重し、それらをはぐくんできた我が国と郷土を愛する」ことが強調され、「我が国の伝統と文化を基盤として国際社会を生きる日本人の育成」を目指していくこととしている。この改正を受けて学校教育法では、第21条第3項で、「我が国と郷土の現状と歴史について、正しい理解に導き、伝統と文化を尊重し、それらをはぐくんできた我が国と郷土を愛する態度を養うとともに、進んで外国の文化の理解を通じて、他国を尊重し、国際社会の平和と発展に寄与する態度を養うこと」と明記した。今回の学習指導要領改訂は、これらの法改正を受けて改訂されたものである。ここで重要なことは、この「伝統と文化」を指導するのは、なにも武道だけではないということである。国語、社会、音楽・図画工作・美術・工芸・書道、技術・家庭科でも指導すべき内容が明示されており、学校教育活動全体を通じて指導することが明確になっている。したがって、武道の良さや魅力、すなわち特性を踏まえ、この伝統と文化をどう身につけさせていくか、新たな重要課題である。

### ② 基礎的・基本的な知識・技能の確実な習得

体育における改善の基本方針はいくつかあるが、中でも重要なことは、「学校段階の接続及び発達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」ということである。これまでそれが明確ではなかったといわざるを得ない。加えて小・中と中・高との接続が十分とはいえない実態があった。したがって、教育制度は、小学校6年、中学校3年、高等学校3年の合わせて12年であるが、学習効果の面から図1に示すように4-4-4の考え方で指導内容の体系化を図り、すべての子どもたちに、基礎的・基本的な知識・技能の確実な習得を目指すことを改善の基本方針としたものである。

## 2 | 武道の授業

### ① 体育学習の基礎基本

今回の改訂における体育学習の基礎基本は、図2のように、①「技能」、②「態度」、③「知識、思考・判断」の3つであるが、これらは相互に密接に関連している。

武道はその特性から「伝統と文化」に触れる重要な学びの場であり、他の運動領域では学ぶことのできない価値を有する。と同時に、これからの国際社会に生きる日本人を育成していく立場からも有意義な学びであることからその指導の一層の充実が求められる。

### ② 武道の目的的価値（機能的特性を重視した指導）の追究

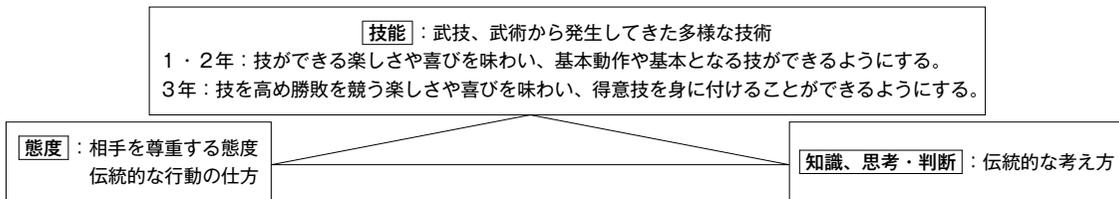
このことは、武道固有の楽しさや喜び（具体的には、①自己の能力・適性等に応じて得意技を身

図1 小・中・高等学校の発達段階のまとめ

小学校（4年間）	小学校・中学校（4年間）	中学校・高等学校（4年間）
1年 2年 3年 4年	5年 6年 1年 2年	3年 1年 2年 3年
各種の運動の基礎を培う時期	多くの領域の学習を経験する時期	卒業後に少なくとも1つの運動やスポーツを継続できるようにする時期

図2 「技能」、「態度」、「知識、思考・判断」の相関関係

(詳細は月刊「体育科教育」(大修館書店)平成20年5月号参照)



につけることができたという「達成型」の喜び、  
 ②その得意技を生かして試合をし勝敗を争うことができたという「競争型」の楽しさ、これら2つの楽しさや喜び)を味わうことができるようにするということである。そして、武道固有の楽しさや喜びを味わった結果としての体力の向上である。この目的価値の追究が武道授業の第一義と考える。

**③武道の手段的価値の追究**

武道指導のねらいは、態度(公正、協力、責任などのいわゆる社会的態度、健康安全に留意する態度)の育成と直接的な体力の向上にあるとする体育指導における従前からの考え方である。スポーツはもとより、武道は健全育成のためにあるという考え方はまさにこのことである。相手を尊重する態度、その態度の表れとしての礼法、自分で自分を律する「克己」の心など、他の運動領域では学び得ない伝統と文化を、武道の授業を通して改めて追究していくことが大切である。ただし、この手段的価値に偏した指導は避けなければならない。生徒が「武道の授業は面白い、魅力的だ」と言える指導が必要である。

**④指導計画の作成・充実**

教科・体育分野の目標(ねらい)の実現を目指して、どの学年で、どのような内容を、どの程度の時間で、どのように指導し、評価するかが極めて重要である。指導計画とは年間計画、単元計画、

1単位時間計画(指導案)、指導と評価の計画である。中でも、年間計画に武道をどのように位置づけるかが大きな課題である。武道を第1・2学年いずれの学年にも、あるいはいずれかの学年に位置づけるのか、第3学年の選択をどう展開しようとするのか、単元計画の時間数にも大きくかわってくる重要課題である。「伝統と文化」という視点から考えれば、各学年に武道を位置づけることが望ましいことは自明である。

**⑤武道における学習の道筋**

では、武道の学習の道筋、つまり単元計画をどのように作成するか。中学校第1学年では、基本的に初めて武道を学習することから、教師主導、一斉指導を中心とした指導によって基本動作及び基本となる技の習得、技を活用した攻防の展開をできるようにする。

第2学年では、図3のように、第1学年の学びを基礎として「今もっている力」で攻防を展開しながら発展的に、第3学年では、個人戦や団体戦など、各学校や生徒の実態等にに応じて簡易な試合を工夫して競争の楽しさを重点的に学ばせていくと効果的である。

**⑥施設設備、用具・防具、安全上の問題**

指導に当たっては、安全配慮を含めて、これまでの研究指定校等の実践事例を大いに参考にした。剣道場はともかく、柔道場がない場合は、畳の上げ下ろしに時間を取られるし、畳のずれに留意しなければならない。したがって、クッション性のある畳を購入し、時間割の編成を工夫して柔道が連続して授業展開できるようにするとよい。そのため各種の研修会が実施されることから積極的に受講し教師力を高めていくことが大切である。その一方で、地域の武道を専門とする方にチームティーチングで入っていただくのも効果的である。

図3 武道固有の楽しさや喜びを味わう学習の道筋(中学校第2または第3学年の例)

	1	~	n時間
50分	ねらい① 今もっている力で自由練習を楽しむ(自由練習を通して自己の課題をつかむ→課題の追求) (達成型の運動の喜び)	ねらい② 高まった力で試合を楽しむ(試合を通して自己やチームの課題をつかむ→課題の追求)(個人戦) (競争型の運動の楽しさ)	

# 体づくり運動の授業

小澤治夫  
(東海大学)

新学習指導要領では現行指導要領よりさらに一歩進んで「体づくり運動」のさらなる展開と成果が求められている。それは単元としての時間数の増加・確保にも表われており、授業の充実がより求められていることでもある。中学校における体育授業でも「体づくり運動」は浸透してきているが、系統性や目的が明確でなく、単に運動の紹介や準備運動に応用するだけにとどまり、運動を消化するだけに終わっている授業も少なくない。そこで本稿では「体づくり運動」を十分に展開していくためのいくつかのポイントとその事例を簡単にご紹介したい。

## 1 カリキュラム・単元構成の考え方と実際

年間指導計画の作成にあたって7時間をどのような構成にするか、またそれを3年間でどう組み立てるかが最初の作業となろう。さらに「体ほぐしの運動」と「体力を高める運動」の組み合わせもポイントのひとつである。

構成の考え方のひとつは、例えば体力要素別の運動構成である。多様な動きをつくる運動として、体のバランスをとる運動、体を移動する運動、用具を操作する運動、力試しの運動などが小学校で扱われる運動例であるが、当該学年の生徒の身体能力や性格などの個性・特性などに応じて運動の負荷を軽くして「体ほぐしの運動」として取り扱うこともできる。また、体力を高める運動としては、体の柔らかさを高めるための運動、力強い動きを高める運動、動きを持続する能力を高める運動を体力要素別に行ったり、これらを適切に組み合わせで行ったりすることもできよう。

また、跳び縄、ボール、輪（フープ）、ミニハードル、ラダーなどの手具・用具だけでなく、身近な新聞紙、ひも、布、空き缶などを用いて運動を工夫することもできる。すでに親しまれているストレッチ体操、エアロビック体操、あるいはト

レーニングとしてはインターバルトレーニングやサーキットトレーニング、自体重やパートナーの体重を負荷としたウェイトトレーニングのほか、ゴムチューブやパートナーの力（筋力）を抵抗にしたレジスタンストレーニングなども中学段階では活用したい。もちろんこうした運動の実施場面では音楽や手持ちの打楽器などの音を用いて意欲の高まる場の作り方もポイントのひとつである。

こうした運動を組み合わせて単元を組み立て、3年間で系統性のあるカリキュラム、小学校1年生から高校3年生を発育発達段階（4・4・4）に応じた構成にすることが重要である。この3段階は巧みさ、ねばり強さ、力強さの三要素の展開とも言えることができ、学年に応じてプログラムを組みたい。しかし体の成長、とりわけ身体能力はステップワイズ（階段的）ではなく波動的に向上していく。したがってこれら三要素の比率を、学年や年間指導計画の中でおかれるこの単元の位置、あるいは生徒の身体能力などを勘案しながら配分したい。中学1年生や学年・学期の初めなど初期の段階では動きづくりを多く扱い、それに加えてねばり強さや力強さを高める運動を構成する。もちろん体ほぐしの運動と体力を高める運動もこうした考えのもとに同様に扱えばよいであろう。中学3年生など進んだ段階では、当然のことながら力強さを高める運動の比率を多くし、そうした運動の方法の基礎を学び、高校段階へとつなげたい。

また「帯単元」で展開することも可能である。体力を高めるために7時間を一つのまとまりで行ってもそう簡単にその成果が現れるものでないことは多くの運動生理学的エビデンスからも明らかである。学期や年間を通じての体育授業や体育的行事、運動部活動などによってこそ生徒の体はつくられていく。その意味では例えば週に1時間行う帯の形で扱う方法は意義があるし、また例えば体ほぐしの運動を1時間の導入運動として扱ったり、まとめの段階の主運動（例えばサッカー）の

ための補強運動として「体力を高める運動」を扱うことは可能である。しかしこの場合、注意しなければならないことは、「体づくり運動」を確実に学習させること、あるいは学習させた後に扱うことなく、最初から単に準備運動や補強運動の位置づけにしてはならないことは言うまでもない。計7時間で「体ほぐしの運動」「体力を高める運動」をしっかり学び、その後こうした運動を他の単元の準備運動や補強運動として活用したい。

## 2 「体づくり運動」を確実に学ぶ

前述したように「体づくり運動」は他のスポーツの補助的運動や下位教材として扱うような料理のしかたもある。またこの運動により体力は高められ、仲間と交流をはかりコミュニケーション能力を高めたり、また自分の体や体力と向き合ったりすることができる。さらにこうした学習経験を通して、自らの体に対する価値観、つまり「からだ観」を形成したい。しかしこうした学習は中学段階で終了するものでなく、高校へとつなげ、卒業後も生涯にわたって役に立つものとならなければならない。週2～3時間の授業だけで体力を向上させることには限界があり、体がつくられるためには授業以外の場でも活用されることである。

一般社会に目をやれば、スポーツ前の準備運動は徒手体操、しかも正確に行われず、また筋トレと称したトレーニングは腕立て伏せや腹筋運動のみというようにきわめて貧困である。中学段階から「体づくり運動」を確実に学び、生涯のスポーツライフに生かしたい。そのためには、この段階で多くの運動を経験し、またひとつひとつの運動の正しい方法をしっかり学ぶことである。プッシュアップを例にとっても、負荷の大きさを変える方法は多様であり、また関節を痛めにくい方法、あるいは主動筋が異なる方法など学習すべき内容は少なくない。こうした学習を授業で学んだ後に、課題を与えることもできる。他教科では学習の定着に予習・復習は不可欠であり、宿題や自学自習は重要である。サッカーやバスケットなどは人数や施設・用具の点からは学校外での自学自習は行いにくい、「体づくり運動」こそ可能である。場合によっては正しい方法が身についたかどうかの評価（実技試験）も必要である。

## 3 体育理論と関連させた展開

学習指導要領には「体育理論」の内容として、「運動が心身の発達に与える効果」があげられている。「体力を高める運動」は特に体の発達に欠かせない運動であり、この「体育理論」と関連して扱いたい。例えば運動を継続して行うことのできる能力を高める運動により、心臓や血管などの循環器系あるいは筋肉の酸素摂取能力が向上し、そのためには一定の心拍数に達するような強さの運動が欠かせないことや、大きな力を発揮する能力を高めることのできる運動により、筋肉や骨格が発達し強くなり、そのためには筋肉にある程度大きな負荷をかける必要があることなどを理解させつつ「体力を高める運動」を学ばせたい。またこうした効果が得られるためには、栄養バランスのよい適切な食事や睡眠などの休養が不可欠なことも関連して学習させ、さらに運動の効果的な行い方だけでなく、安全な行い方も学ばせておきたい。体育理論と関連させて、「体づくり運動」では、体を発達させ丈夫で強い体をつくること、体力テストを活用して自分の体や体力を知ること、体力の効果的な高め方を知ること、安全な体力の高め方を知ることなどを授業の中で確実に展開したい。

## 4 新体力テストと関連させた展開

新体力テストは各人の体力要素の特徴を示してくれるので、この結果も有効活用したい。例えば柔軟性が低かった場合や、部活動で十分力を発揮するために筋力を高めたいと考えた場合などは、テストの結果からどのような運動をどのような方法で行ったらよいかの計画を立て、チャートや記録カードなどを活用して運動への取り組みを記録して生徒たちに考えさせることも一法である。

子どもの体力は低レベル、低下傾向にあり、それは技能関連体力だけでなく健康関連体力の低レベル化をも起こしており、将来、子どもたちが豊かな生活や人生を送っていけるかが心配されている。今回の学習指導要領改訂では、体力の向上はより大きな目標ともなっている。体力テストを十分活用し、充実した体育授業により体力を高め、それを国民に説明する責任も学校や教師には求められていることを忘れてはならない。

# 体育理論の授業

友添秀則  
(早稲田大学)

## 1 学習指導要領の改訂と 体育理論

今回の学習指導要領の改訂では、改訂要領全体の方針を踏まえながら、指導内容の系統性と高校への接続を考慮して、これまでの「体育に関する知識」が高校と同じ領域名の「体育理論」へと変わることになった。またこの領域名の変更とともに、体育理論の内容もこれまでのものとは大きく変化することになった。

平成17年の中央教育審議会の答申（「我が国の高等教育の将来像」）では、21世紀は、新しい知識・情報・技術が政治・経済・文化をはじめ社会のあらゆる領域で飛躍的に重要性を増す「知識基盤社会」（Knowledge-based society）の時代であると指摘したが、この考えは今回の学習指導要領の改訂に引き継がれた。これを元に、体育でも運動やスポーツを行う上で基礎となる知識の確実な定着が一層めざされ、運動の各領域の「知識、思考・判断」との内容の整理や精選が図られ、体育理論の単元が構成された。

具体的には、「体づくり運動」や「器械運動」などの各運動領域の「知識、思考・判断」で示された内容の整理が図られ、「運動の特性や成り立ち」「技術の名称や行い方」などの各運動領域で学習したほうがより効果的な内容は各運動領域で行い、各運動領域に共通する内容やまとまりで学習したほうが効果的であると考えられるものを体育理論として精選し内容が作られた。これまででも、すべての生徒に履修させることとなっていたが、今回の改訂でも、すべての生徒に履修させるとともに、新しく各学年で3単位時間以上配当することが決められた。

いうまでもなく、体育理論は、生徒が生涯にわたって運動やスポーツに親しみ、豊かなスポーツライフを送る上で必要となる運動やスポーツに関する科学的知識を、自らの運動やスポーツ経験を

振り返りながら理解を深め、日常生活での運動やスポーツ実践に活かせることができるようにすることがねらいである。

新しい指導要領における体育理論では、現行の「体育に関する知識」の「運動の特性と学び方」は、主に「運動やスポーツの多様性」に、「体力の意義と運動の効果」については、主に「運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全」に整理統合され、「体ほぐしの意義と行い方」は「体づくり運動」で行われることになった。加えて「体力の高め方」は前述したように、「体づくり運動」以外の運動に関する領域でも扱うことになったが、今回の改訂では、これまでも増して各運動領域と体育理論との連携が図られることが必要で、各運動領域との関連を緊密に図りながら、体育理論で学習した内容が生徒の実際の生活や将来の生活に活かされるように指導することが大切である。

## 2 体育理論の内容の構成

今回の改訂で示された体育理論の内容は、生徒が生涯にわたって豊かなスポーツライフを送る上で、また中学校での運動やスポーツの合理的な実践を行っていく上で、是非とも学んでおくことが必要であると考えられる運動やスポーツに関する科学的知識を中心に構成され、それらは以下に示すように3つの大きな柱に整理される。

### ①運動やスポーツの多様性

- ア. 運動やスポーツは健康を維持したりするなどの必要性や多様な楽しさから生み出されたことを理解する。
- イ. 運動やスポーツには「行う」「見る」「支える」などの多様なかわり方があることを理解する。
- ウ. 運動やスポーツには技術や戦術があり、合理的な学び方があることを理解する。

### ②運動やスポーツの心身の発達に与える効果と安全

- ア. 運動やスポーツには体力の向上やストレス

の解消などの心身に対する効果が期待できることを理解する。

- イ. 運動やスポーツは人間関係を築き、社会性を高める効果が期待できることを理解する。
- ウ. 運動やスポーツを行う際には、目的や体調などに応じて適切に運動を選択し、健康や安全に留意する必要があることを理解する。

### ③文化としてのスポーツの意義

- ア. 私たちの生活や現代社会でスポーツが果たしている意義やその重要性を理解する。
  - イ. オリンピックなどの国際的なスポーツ大会が国際親善や平和に果たしている役割や意義を理解する。
  - ウ. スポーツは様々な人々を結びつけ、連帯を生み出し人々を結びつけることを理解する。
- ここに示した「①運動やスポーツの多様性」は第1学年で、「②運動やスポーツの心身の発達に与える効果と安全」は第2学年で、「③文化としてのスポーツの意義」は第3学年で取り上げることになった。

## 3 体育理論の授業を構想するために

新たに示された「体育理論」では、スポーツが社会にとって一層重要な存在となったことを背景に、かつ身体的にも知的にも発達が著しく、スポーツに大きな興味を示す中学校期の生徒にとって必要な運動やスポーツに関する知識が精選され、詳細に示されている。

特に、現代社会に占めるスポーツの重要な位置づけに対応して、第3学年に「文化としてのスポーツの意義」が新しく設定された。これは現行では、主に高校での「社会の変化とスポーツ」で扱われてきた内容であるが、高校との接続を考慮するとともに、テレビ、インターネットなどのメディアを通して、生徒にとって身近で興味や関心が高いオリンピックやワールドカップなどの国際的なスポーツ大会を学習の素材としながら、スポーツの文化としての意義を学ばせることがねらわれて設定されたものである。

実際の年間計画では、内容を考え、学年によっては、学期ごとに配当したり、あるいは運動領域

の学習との関連から、実技単元の間配置したりするなど、より効果的な学習が行われるように授業時間の配置や単元の規模（各学年3～5単位時間程度）を適宜、弾力的に工夫することが大切である。

体育理論では、毎学年3単位時間以上の授業を組むことが必要となるが、中学校に入学してくる第1学年の最初に、スポーツの魅力を考えさせながら、なぜ運動やスポーツが人間にとって必要なのか、自らのまわりでは、運動やスポーツとどのような具体的な関わり方が行われているのかなどを、生徒の身近な生活から題材をとり、調べたり、考えさせたりすることが有効である。また、中学校1年生では、運動やスポーツの学び方には合理的な方法があることを実技単元と絡めながら、自らのこれまでの経験や学習を客観化することで、知的、認知的に学ばせることも効果的である。

第2学年では、運動やスポーツが人間の心身の発達に対して大きな効果をもたらすことを、日々の生活や運動部活動、地域での活動など、日常の実践を振り返らせ具体的に理解させたり、グループでの話し合いなどを通して相互に確認したりすることが有効であろう。また、運動やスポーツの効果は、安全で適切な行い方をすることによって得られることを身近な例を紹介しながら考えさせていくようにすることが必要である。

第3学年では、第1学年及び第2学年での既習の知識を元に、生徒のスポーツへの興味を大切にしながら、新聞やテレビなどのメディアなどから得られる、生徒の興味をひき寄せる情報を適切に用いながら、スポーツが文化として重要な意義を持つことを理解させるようにする。

中学校期は運動やスポーツに大きな興味・関心を示す時期であり、この時期にこそ、運動やスポーツへの知的興味を満たし、生徒の日々の運動やスポーツ実践に還元できるように体育理論の授業を構想していくことが求められる。

### ■参考文献

- ・今関・岡出・友添編、新中学校教育課程講座〈保健体育〉、ぎょうせい、2008年
- ・今関・品田編、中学校 新学習指導要領の展開 保健体育科編、明治図書、2008年

# 新しい学習指導要領と保健の授業

和唐正勝  
(新潟医療福祉大学)

## 1 実践力の基礎・基本として、 知識の習得の重視

### ①「実践力」の中身の見なおし

新しい学習指導要領（以下、新指導要領と略す）の改訂の方針として、「学校の教育活動を進めるに当たっては、（中略）基礎的・基本的な知識及び技能を確実に習得させ、これらを活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力その他の能力をはぐくむとともに、主体的に学習に取り組む態度を養い、個性を生かす教育の充実に努めなければならない」（「中学校学習指導要領 総則第1 教育課程編成の一般方針」）とある。

保健体育科の教科の目標としてあげられている、「健康の保持増進のための実践力の育成」のとらえ方も、新学習指導要領では「健康・安全について科学的に理解することを通して、心身の健康の保持増進に関する内容を単に知識として、また、記憶としてとどめることなく、生徒が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、科学的な思考と正しい判断の下に意志決定や行動選択を行い、適切に実践していくための思考力・判断力などの資質や能力の基礎を育成することを示したものである」とされ、前学習指導要領の「適切に実践できるような資質や能力の基礎を育成することを示したものである」という表現が改訂された。つまり、保健の目標とされている「実践力の育成」が、「実践できるような資質や能力」という表現からとらえられがちな「できる」という行動の育成ではなく、「科学的理解や思考力・判断力」という認識の育成であることがより明確にわかるように改訂されている。

「健康・安全の課題に直面した場合に、科学的な思考と正しい判断の下に意志決定や行動選択を行う」ためには、その前提として十分な科学的知識と技能が必要不可欠である。健康についての基礎的・基本的な知識・理解が伴わない意志決定や

行動選択では、「科学的な思考と正しい判断」もできず、専門家の思考・判断に全面的に依存する「指示待ち人間」や専門家への「おまかせ医療」しか生み出さないからである。

### ②保健学習での知識の習得とは

では、基礎的・基本的な知識を習得するために、保健は、教科書に盛られた知識を伝達し、知識を暗記し、再現するような授業を行えばよいのだろうか。そうではあるまい。そこでは、教師が知識をどのようにとらえているのか、その知識観が問われてくる。

認知心理学のモデルをもとに知識を考えると、「人間は、感覚器からの入力情報を保存・加工して、出力する情報処理システムである。しかし、テープレコーダーやビデオと大きく異なる点は、入力情報に対して構造化や意味づけをして取り込むというところにある。これがうまくできないと、『反復、丸暗記』に頼るしかなくなってしまう。ここで重要な働きをしているのが知識にほかならない。情報は既有知識を使って理解され、知識体系の中に取り込まれその一部となる（市川伸一『学力低下論争』筑摩書房、230頁、2002年）」という。

また、「知識の獲得が、学校教育で典型的に見られるように、意図的・意識的な教授＝学習に基づく（つまり知識が「伝達」される）場合についても、学習者本人による構成が不可欠である。例えば、文書など、外的な記号により表現された知識を学ぶ際、それが適切にかつ速やかに利用しうるようになるためには、新しい知識を解釈し、意味づける理解活動や、その知識を具体的場面へと適用する、問題解決の経験を必要とする（波多野諺余夫編『認知心理学5 学習と発達』東京大学出版会、4～5頁、1998年）」とある。ここから、知識やその学習というものは、学習者が情報を獲得し、それまでの体験や既存の知識と関連づけながら処理し、構造化や意味づけをしながら理解し、新たな知識として構成していく主体的で積極的な

過程としてとらえることができる。

この知識の獲得には二つの形態がある。知識の豊富化と再構造化である。「豊富化というのは、すでにある知識の構造はそのまま、知識に肉づけが行われることによって、知識をより豊富にまた洗練されたものにするのである。再構造化というのは、自分が持っていたままの知識を根幹から見直し、構造を作り変えることにあたる。この知識の再構造化は概念変化とも言われる。私たちが一般に『知識を獲得する』というときには、知識の豊富化のことをさしている。既存の知識が新しいことの学習を助け、そして学習の結果、知識はさらに豊富で洗練されたものになる」（今井むつみ、野島久雄「人が学ぶということ」、114頁、2005年）という。

この点からみても、教科書にもられた知識さえ伝えておけば、あるいは、子どもが意欲をもって活発に活動すれば、あとは子どもたちの内在的な発達能力によって自然に保健の学習がなされていくというのではない。教科書解説型の授業で知識の伝達をはかるためにも、活動型の授業で活動体験に意味をもたせるためにも、それぞれの授業の中で、新しい知識を解釈し、意味づける理解活動や、その知識を具体的場面へと適用・応用し確かめてみるなど、学習者本人が主体的に知識を構成できるように教師が教え、指導し、支援することが必要である。それが「丸暗記」の授業や「はいまわる」授業からの脱却を可能にする。

## 2 知識の活用を図る 学習活動の重視

### ①思考力、判断力をはぐくむ知識の活用

また、新指導要領では、「各教科等の指導に当たっては、生徒の思考力、判断力、表現力等をはぐくむ観点から、基礎的・基本的な知識及び技能の活用を図る学習活動を重視するとともに、言語に対する関心や理解を深め、言語に関する能力の育成を図る上で必要な言語環境を整え、生徒の言語活動を充実すること（「中学校学習指導要領総則第4 指導計画の作成等に当たって配慮すべき事項」）」とされている。

これをうけて、保健の「内容の取り扱い」の解説では、「保健分野の指導に際しては、知識を活

用する学習活動を取り入れるなどの指導方法の工夫を行うものとする」とされ、それは「知識の習得を重視した上で、知識を活用する学習活動を積極的に行うことにより、思考力・判断力等を育成していくことを示したものである。指導に当たっては、事例などを用いたディスカッション、ブレインストーミング、心肺蘇生法などの実習、実験、課題学習などを取り入れること」があげられている。

### ②知識の活用を図るには

知識は単に受動的に存在するものではなく、学習者がすでに持っている知識を変容させる能動的なものである。学習した知識を活かすためには、その知識を学習者がすでに持っている知識にしっかりと関連づけ、その知識に組み込み、必要な時には取り出して使うことができなければならない。そのため、学習は、学習者が学習する意味を見いだすことができ、自分の日常生活での経験と関連づけることができるよう、学習する内容を状況に埋め込まれたものにしなければならない。例えば、新指導要領に示されている、具体的な「事例などを用いたディスカッション」などの協同学習は、学習者が自分の頭の中に思い浮かぶイメージを、自分なりの言葉で説明してみることで、つまり外言化することを学習者に要求する。このことにより、学習者は自らの考えをより客観的かつ批判的に思考し、評価し、判断する機会を与えられ、言語の能力も育成される。また、ディスカッションの中で展開される議論内容に関する学習者同士の知恵の貸し借りを通して、さらに思考力や判断力が磨かれていく。

また、知識を活用する学習活動として、課題学習も例示されている。課題学習は、一般に「課題の設定－追究－まとめ」という過程で展開される。それは、「たんけん、はっけん、ほっとけん」（認識－思考－実践）という発想と同様である。「教室のなかの、紙の上での勉強だけでなく、地域の現場に出かけて調べる（たんけん）。すると、いろいろなものに出会ったり見つけたりする（はっけん）。見つけたことに問題があれば、対応策を考ええることはやってみる（ほっとけん）」（井坂尚司氏の実践）。「たんけん」では、机の前に座り、文字だけで知ることから離れて、目でみる、触れてみる、探してみる、訪ねてみる、試してみ

るなど体験を通して知ることのおもしろさ、楽しさや大切さ、さらには大変さとそれを乗り越えたときの達成感をじっくり「味わう」ことができる。課題学習の時間での知の探究の一連のできごとが、一種の「ドラマ」性をもっているのである。

その課題学習が、子どもが参考資料を書き写して終わりという学習になってしまっている場合もあるという指摘がある。やみくもに資料を集め、課題についての「正解」がどこかに書かれているのを見つけて書き写すという「正解探し」の発想で展開しては、知識を持っているのにそれを自分なりの考えに活かせず、知っていることを考えることにどのように結びつけていけばよいかもわからないため、思考力や判断力も育たない。知識と情報が混同され、知的活動が情報処理や情報活用に矮小化されがちな社会では、例えばインターネットの情報や専門家の見解の中に「答え」を見つけようとする傾向が強まるなど、学校でも知の言語主義化がこれまで以上に広がっているように思われる。課題学習は、「特定の目標を効率的な学習で達成させて結果をテストで評価する授業とは、哲学も様式も方法も異にしている（佐藤学「カリキュラム批評」世織書房、1996年）」のである。

課題学習を保健で実施しようとするならば、事前に、子どもが自分なりの意見や疑問をもち、それを表明できるような対話型の授業、子どもの好奇心を引き出し、主体的に乗り込んでいけるような授業を行い、子どもが、話す、聴く、覚える（学ぶ）、訊ねる、決める、行うなど、課題学習に参加し取り組める力をつけておくことが必要である。そのことが、課題学習の発展として、総合的な学習の時間へとつながることを可能にする。

### 3 系統性のある保健知識

#### ①国民の「共通教養」としての保健知識

人々が生涯にわたり健康な生活を営むためには、健康の保持・増進、疾病予防など個人の生活習慣や環境や医療などの観点に基づいた保健領域固有の知識が不可欠であることはいうまでもない。学校教育法において、「中学校は、小学校における教育の基礎の上に、心身の発達に応じて、義務教育として行われる普通教育を施すことを目的とする」とある。子どもたちが社会的に自立し、公共

的な文化的実践に参加してゆく基礎となる普通教育での「共通教養」としても、健康知識の習得は必要である。

特に保健学習は、発達期にあるすべての子どもに、学習指導要領という共通のカリキュラムに基づき、教科書を用いて体系的・系統的に、教育の専門家による健康についての教育が、制度的に保障されている、唯一の機会である。このことから、保健学習には社会生活の基盤として人々が健康知識について一定の水準と内容の共通性を維持する役割が期待されているといえよう。

#### ②教科で育てる知識とは

では、教科としての保健学習は、人々の保健知識の形成にどのような役割を果たすのだろうか。新学習指導要領の「保健体育科の改訂の趣旨」には、「保健については、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成するため、一層の改善を図る。その際、小、中、高等学校を通じて系統性のある指導ができるように、子どもたちの発達の段階を踏まえて保健の内容の体系化を図る（文部科学省、中学校指導要領の解説、保健体育編、3頁、2008年）」とある。

なぜ、教科としての保健で、小・中・高等学校の系統性が重視されるのだろうか。教科の学習には、「学習の系統性・発展性の基盤となる〈知識の核〉がある。この〈知識の核〉は、対象界の構造や学問に基づき、かつ、学習上の難易度などを考慮して、系統的に配列・構成される〈定型的な知識（学問知、科学知として蓄積されてきた既成の知識、正解のある知識）〉のまとめりといえるもので、一般に各教科の学習内容はそのようなものとして編成されている（藤田英典『義務教育を問いなおす』筑摩書房、193頁、2006年）」という。

子どもたちは、乳幼児期から今までの生活の中から得てくる経験の知（生活の知）に基づいて、健康についての知識を築き上げている。だがそれは、往々にして、いつ、どこでも、どんな人にもでも通用する一般性を欠き、その内容も適用範囲も自らが経験してきた特定の分野に限られ、知識同士のつながりをもたない断片的で素朴なものが多い。

保健学習を通して、定型的な知識のまとめりである〈核〉となる知識の網を子どもたちの頭の中に作りあげる。学校での学習や、日常生活の中で

の学びを通じて入ってきた、断片的な情報や知識がその網にひっかかり、関連づけて整理され位置づけられ、さらに結合・統合され、より密度の高い知識のネットワーク（知識体系）が完成していく。それは、知識を思いおこしたり解釈したりするための構造として、また思考力や判断力など問題解決のために構築された枠組みとして機能する。そして、その人の行動を導く役割を果たす。

教科として系統的に配列・構成された〈知識の核〉に裏打ちされた基礎的・基本的知識を確実に習得できる保健学習は、生涯にわたり人々がより確かで豊かな健康知識を学習し形成するための基盤（基礎・基本）づくりの役割を果たすことができるのである。

## 4 | 系統性のある指導ができる内容への改訂

この教科としての〈知識の核〉を、新指導要領に示された保健の内容からみると、「主として個人生活における健康・安全に関する事項を、自らの健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力などの資質や能力を育成する観点を重視し、従前の内容を踏まえて「心身の機能の発達と心の健康」、「健康と環境」、「傷害の防止」及び「健康な生活と疾病の予防」の4つの内容で構成した」とある。「内容の改訂」では、「小学校及び高等学校の『保健』に内容を踏まえた系統性ある指導ができるよう、次のような改訂を行った（「解説」、12頁）」とある。その具体的な内容を見てみよう。

### (ア)心身の機能の発達と心の健康

「心身の機能の発達と心の健康」については、内容を明確化した。具体的には、発育・発達に伴う身体の器官の発育と機能の発達を呼吸器、循環器を中心に取り上げるとともに、発達の時期やその程度には個人差があること、また、思春期には生殖機能が成熟し、成熟に伴う変化に対応した適切な行動が必要となることなどについて取り扱うこととした。

その際、心の健康については、系統性の視点から精神と身体は相互に影響を与え、かかわっていることを示し、自己の形成及び欲求やストレスへの対処に関する内容は引き続き重視するとともに、体育分野の「体ほぐしの運動」の指

導とも関連を図って取り扱うこととした。

### (イ)健康と環境

「健康と環境」については、指導内容を明確に示す視点から、身体の適応能力を超えた環境は健康に影響を及ぼすことがあること、飲料水や空気を衛生的に保つには基準に適合するように管理する必要があること、廃棄物は衛生的に処理する必要があることなどを示した。

### (ウ)傷害の防止

「傷害の防止」については、災害安全の視点から、二次災害によって生じる傷害を明確に示した。また、応急手当には心肺蘇生等があることを示した。

なお、応急手当を適切に行うことによって、傷害の悪化を防止することができることを、心肺蘇生等の実習を通して理解できるようにした。また、引き続き、水泳など体育分野の指導との関連を図った指導を行うものとした。

### (エ)健康な生活と疾病の予防

「健康な生活と疾病の予防」については、指導内容の系統性及び明確に示す視点から、健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があること、また、食事の量や質の偏り、運動不足、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れは生活習慣病などの要因となることを示した。喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する内容については、人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があることについて示した。

また、後天性免疫不全症候群（エイズ）及び性感染症については、引き続き取り上げることとした。

さらに、医薬品は正しく使用することを示すとともに、個人の健康は、健康を保持増進するための社会的な取組と密接なかかわりがあることについて示した。

## 5 | おわりに

新学習指導要領の「改善の具体的事項」として、「保健分野については、個人生活における健康・安全に関する内容を重視する観点から、二次災害によって生じる傷害、医薬品に関する内容につい

て取り上げるなど、指導内容を改善する。また、自らの健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力などの資質や能力を育成する観点から、小学校の内容を踏まえた系統性のある指導ができるよう健康の概念や課題に関する内容を明確にし、知識を活用する学習活動を取り入れるなどの指導方法の工夫を行うものとする」とある。

新型インフルエンザの発生にも見られるように、社会が複雑になり健康問題が多様化した今日、健

康や生命にかかわる科学・技術の急激な発展とあいまって、一人前の社会人になるために要求される健康にかかわる知識は以前より格段に多くなり、以前にも増して複雑な問題を解決する能力が必要になってきている。そのためには、子どもが学校で、最低限必要なりテラシーとなるに足る十分な量の生きた知識を学習し、複雑な問題解決能力を身につけることが求められており、普通教育の最終段階にある中学生期の保健学習への期待も大きい。

## NEWS FILE ②

日本経済新聞2009年5月7日(木)

# AEDの使い方 子どもも知って

## 除細動器

小中学校で歯科医ら講習

「助かる命救いたい」

自動体外式除細動器(AED)の使い方を小中学校で教える取り組みが広がってきた。歯科医や大学生らが救命活動のすそ野を広げようと講習会を開催。AEDの設置台数が増える中「機械があっても、使う知識がなければ意味がない」という考えが背景にある。専門家は「助かるはずの命を救うため学校での教育を全国に広めたい」と話している。

小学校に出向くのは埼玉県歯科医師会。歯科検診をする校医らを通じ、児童にAEDの使い方などの知識を教える取り組みを進める。

二〇〇七年、AEDを二千三百台購入、所属する全歯科医院に配布した。いざというときに使えるよう、歯科医のほぼ全員が使用方法や心肺蘇生(そせい)法を学んだ。うち約四十人は指導者研修を受け、〇八年から小学生らを対象に講習会を

開催。これまでに約千六百人が受講した。同医師会は「知識があればAEDを使えるだけでなく、倒れた人を見たときに周りの大人に伝えることができる」と話す。東京都足立区立第五中学校は〇八年から、一年生の総合学習でAEDの使い方を教えている。岐阜県関市も同年から、全十一中学校の一年生約九百人に心肺蘇生法の訓練キットを配布。今年五月から七月にかけて授業で「救急車が来るまで触らない方がいい」。一昨年、高千穂大学(東京・杉並)経営学科四年の高島勇気さん(22)は、知人がAEDを使おうとした際に周囲に止められ命を救えなかった体験談を聞きショックを受けた。この経験から昨年、ゼミ仲間六人と指導資格をとり、これまでに小学校などで計二百十人にAEDの使い方などを広めてきた。「よほど意識が高くないと講習を受けに行かない。小学校や中学校で、命を助けるきっかけをつくってほしい」と話している。

救急医や看護師らでつくる「日本臨床救急医学会」は、AEDを含めた心肺蘇生法を全国の学校の授業で導入するため、文部科学省などと検討を進める。同学会は短い時間の講習で分かりやすい言葉を使うなどの工夫をし、学校での教育を根付かせたいと考えた。

▼AED 事故や病気の発生は増え、〇七年十二月時点で全国の駅や学校、病院などに十三万台が設置されている。電気が現場で心肺蘇生(そせい)をした場合、救命率は二―三倍に上がるとされる。厚生労働省は二〇〇四年、医師や救命士以外の使用を解禁。以降設置

中学保健体育科ニュース2009年 No.1 (通算1号)

2009年6月1日発行

●編集 大修館書店編集部

●発行所 株式会社 大修館書店

〒101-8466 東京都千代田区神田錦町3-24

TEL 03-3294-2359 (編集部) / FAX 03-3295-4774

【出版情報】 <http://www.taishukan.co.jp>