

# 中学保健体育科 ニュース

機関誌

大修館書店

この機関誌は、「教科書発行者行動規範」（教科書協会）に則って適切に配布しています。

## NEWS FILE

### 児童生徒の視力低下，文科省が初の大規模調査に着手

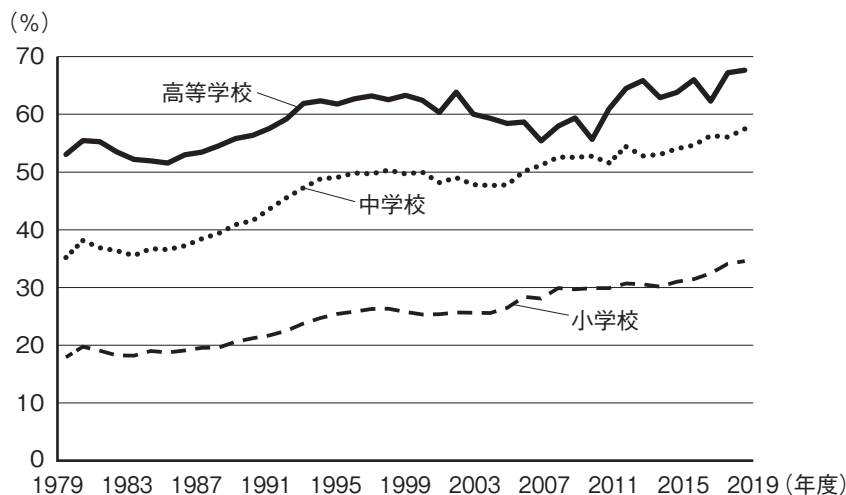
今年度から，GIGA スクール構想による1人1台端末環境下での学習がスタート。また，デジタル教科書の普及促進も図られている中，タブレットが児童生徒の視力に与える影響を危惧する声が高まっている。

実際，裸眼視力1.0未満の児童生徒の割合は，近年，過去最多を更新し続けている。文部科学省の2019年度学校保健統計調査において，裸眼視力1.0未満の児童生徒は，小学校34.57%，中学校57.47%，高等学校67.64%であった。なお，2020年度の調査結果は，新型コロナウイルス感染症の影響により，年度前半

に健康診断を実施できなかった学校が多数あり，十分なデータが回収できなかったことから，視力のデータは公表されていない。

健康診断では，裸眼視力の測定にとどまっており，詳しいデータが存在しない。そのため，文部科学省は今年度，小中学生を対象とした視力の実態調査に着手。全国の小中学校で9,000人規模の調査となり，調査結果をもとに，視力悪化の詳細（遠視・乱視・近視）やライフスタイルとの関係等について分析し，視力低下の予防に取り組んでいくという。

裸眼視力1.0未満の児童生徒の割合（学校保健統計調査）



## CONTENTS

男女共習の授業づくりのポイント p2／男女共習の具体例 p6

..... 大塚幹太（日本体育大学）

|    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 回覧 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

# 男女共習の授業づくりのポイント

大塚幹太

(日本体育大学)

## 1 男女共習の背景

平成29年3月に中学校、平成30年3月には高等学校における「新学習指導要領」が告示されました。そして、本年4月より中学校では新学習指導要領へ完全移行されたとともに、来年度より高等学校においても年次移行されることになっています。

今回の学習指導要領改訂によって、生産年齢人口の減少、グローバル化の進展、AIやSociety 5.0に代表される急速な技術革新、SDGsの実現、社会構造や雇用環境の急激な変化といった様々な背景のもとで、“多様性”を一つの原動力としながら、学校教育は新たな価値を生み出していくことが期待されています。

保健体育科における男女共習の取り組みは、まさにこのような教育界の潮流にあって、互いの違いを認めるとともに、他者と協働して課題を解決していくことを通しながら、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、「新たな運動やスポーツにおける共生」への価値につなげていくことに、大きく寄与していくものと考えられます。

## 2 保健体育科における改訂の要点と男女共習の根拠

保健体育科における改訂の要点は、中央教育審議会答申の趣旨を踏まえ、以下の7つで整理されています。

また、今回の改訂では、前出した「三つの柱（資質・能力）」を育むにあたり、「各教科における見

- ①体育分野においては、学校教育法に示す資質・能力の育成を明確にするため、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」の育成を重視し、目標及び内容の構造の見直しを図ること。
- ②「カリキュラム・マネジメント」の実現及び「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善を推進する観点から、発達の段階のまとまりを考慮し、各領域で身に付けさせたい具体的な内容の系統性を踏まえた指導内容の一層の充実を図るとともに、保健分野との一層の関連を図った指導の充実を図ること。
- ③運動やスポーツとの多様な関わり方を重視する観点から、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるよう指導内容の充実を図ること。その際、共生の視点を重視して改善を図ること。
- ④生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する基礎を培うことを重視し、資質・能力の三つの柱ごとの指導内容の一層の明確化を図ること。
- ⑤保健分野においては、生涯にわたって健康を保持増進する資質・能力を育成することができるよう、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」に対応した目標、内容に改善すること。
- ⑥心の健康や疾病の予防に関する健康課題の解決に関わる内容、ストレス対処や心肺蘇生法等の技能に関する内容等を充実すること。
- ⑦個人生活における健康課題を解決することを重視する観点から、健康な生活と疾病の予防の内容を学年ごとに配当するとともに、体育分野との一層の関連を図った内容等について改善すること。

「中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保健体育編」p10より（下線部は筆者による加筆）

方・考え方」を働かせることが大前提となっ  
ています。体育や保健の見方・考え方は以下  
のように表記されています。

「運動やスポーツを、その価値や特性に着目  
して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果  
す役割の視点から捉え、自己の適性等に  
応じた『する・みる・支える・知る』の多  
様な関わり方と関連付けること」、保健  
の見方・考え方については、疾病や傷  
害を防止するとともに、生活の質や生  
きがいを重視した健康に関する観  
点を踏まえ、「個人及び社会生活にお  
ける課題や情報を、健康や安全に関  
する原則や概念に着目して捉え、疾  
病等のリスクの軽減や生活の質の向  
上、健康を支える環境づくりと関連  
付けること」

「中学校学習指導要領（平成29年告示）  
解説 保健体育編」p25より（下線部は  
筆者による加筆）

そのほか、男女共習における直接的な表  
記については、文部科学省のホームページ  
「平成29年改訂の小・中学校学習指導要  
領に関するQ&A」「体育、保健体育に関  
すること」で確認することができます。こ  
のQ&Aの中の間9とその回答として次の  
ように示されています。

＊

「問9 体力や技能の程度、性別や障害の  
有無にかかわらず、運動の多様な楽しみ  
方を共有できるようにするためには、ど  
のようなことに留意することが大切で  
すか。」

「体力や技能の程度及び性別の違い等  
にかかわらず、仲間とともに学ぶ体験は、  
生涯にわたる豊かな

スポーツライフの実現に向けた重要な学  
習の機会であることから、原則として  
男女共習で学習を行うことが求められ  
ます。その際、心身ともに発達が著し  
い時期であることを踏まえ、運動種目  
によってはペアやグループの編成時に  
配慮したり、健康・安全に関する指導  
の充実を図ったりするなど、指導方法  
の工夫を図ることが大切です。」

（下線部は筆者による加筆）

＊

このように男女共習については、中央  
教育審議会答申の趣旨③④、体育の見  
方・考え方、文部科学省ホームページ  
のQ&Aなどをその根拠として、「原則  
実施」が求められています。

### 3 男女共習における効果と課題

「原則実施」とは言え、現実に男女共  
習の授業を想像したとき、その教育的  
効果を感じる一方で、「やはり多くの課  
題もありそうだ」と考える読者も多い  
のではないのでしょうか。そこで、男  
女共習の効果と課題を整理するため、  
2つの研究を紹介します。

#### （1）男女共習体育授業の実現の可能性と問題

1つ目は、「男女共習体育授業の実現の  
可能性と問題」（山西，2010）の研究  
です。この研究では、「男女共習授業  
形態の必要性やねらい、生徒の教育的  
効果や課題・問題等」を刊行されてい  
る文献から抽出・考察し、男女共習  
の効果と課題を表1の各10点に整理し  
ています。

この研究では、課題の解決手段として、  
グループを種目（単元）によって使い  
分けることを提案して

表1 男女共習授業の教育効果及び課題（山西，2010）

| 教育効果                                                                                                                                                                                                                             | 課題                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>・体力・能力差の問題なし</li><li>・班活動が効果的である</li><li>・消極的な活動はない</li><li>・他者への思いやりが生まれる</li><li>・自律心が生まれる</li><li>・学習意欲の向上</li><li>・運動能力の向上</li><li>・楽しいゲーム活動</li><li>・競争心の芽生え</li><li>・記録の向上</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>・体力・能力差の問題が発生</li><li>・運動種目の選択の必要性</li><li>・安全性の問題</li><li>・男女比率の問題</li><li>・男子の技能向上の問題</li><li>・チーム編成の工夫</li><li>・ルール作りの必要性</li><li>・個に応じた指導の必要性</li><li>・授業形態の使い分け</li><li>・女子の学習意欲の低下</li></ul> |

います。そうすることで、「グループ間での競争心の芽生え」「能力の近い者同士との競争による体力・能力の向上」「周りの雰囲気によって引き上げられることによる学習意欲の向上」「教え合い活動が生まれ、コミュニケーションが発生し、良い人間関係の構築」につながるとしています。また、学習意欲については、学習のねらいを明確にして学習ノートなどを活用しながら授業に活かすことが大切だ、とも提案しています。

## (2) 男女共習化が生徒の学びに及ぼす影響

次に、「保健体育授業における男女共習化が生徒の学びに及ぼす影響」(石塚ら, 2020)の研究を紹介します。この研究では、教師が意図的に、男女別習授業から男女共習授業に移行した保健体育授業を対象に、生徒の学びの変化や授業の影響を調べています。

男女別習時には、運動有能感が低下する傾向(「受容感」を除く)を示したのに対して、男女共習時は運動有能感を維持する傾向があることを示しました。「運動有能感」とは、分かりやすく言えば運動に対する自信のことですが、細かく言えば「身体的有能さ」「統制感」「受容感」の3因子から構成されている概念です。この3因子は、「自分はできるんだという自信」「努力すれば、練習すればできるようになるという自信」「教師や仲間から受け入れられているという自信」と言い換えることもできます(岡澤ら, 1996)。

また、男女共習時における「身体的有能さ」の認知は、男女間の得点差が大きくなること、男女共習の授業では男女を主に意識おり、単元によっては男女差が学習上の役割などに反映されている可能性を報告しました。

これらの研究から、男女共習を効果的に実施するためには、単元やねらいに応じつつ、次のような2つのグループの作り方がポイントになります。

### ①グループ内等質・グループ間異質

グループ内のメンバーは同じ習熟度や課題をもつ生徒で構成(=グループ内等質)されているが、AグループとBグループでは課題や習熟の程度等が異なる(=グループ間異質)ようなグループの作り

方です。

### ②グループ内異質・グループ間等質

グループ内は、その運動が得意な生徒から不得意な生徒まで、技能差にばらつきのある生徒で構成(=グループ内異質)されているが、AグループとBグループの総力で見ればおおむね同等になる(=グループ間等質)ようなグルーピングです。

\*

こうしたグループ作りを念頭においた上で、単元ごとに予想される男女共習の課題と、それらに対応した学習形態について考えてみたのが表2です。

### 引用・参考文献

- 山西哲也「男女共習体育授業の実現の可能性と問題」中国四国教育学会, 教育学研究ジャーナル第6号, 2010, pp.61-68.
- 石塚諭, 小松理那, 鈴木剛「保健体育授業における男女共習化が生徒の学びに及ぼす影響」『宇都宮大学教育学部研究紀要第1部』, 70号, 2020, pp.277-289.
- 岡沢祥訓, 北真佐美, 諏訪祐一郎「運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究」『スポーツ教育学研究』16(2), 1996, pp.145-155.

表2 各単元における予想される課題と学習形態

| 単元名    | 予想される男女共習の課題                                                                                                                                                               | 男女共習の形態                                                                                                                                                                                                                              |
|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 体づくり運動 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・体力差・能力差による「個のねらい」の違い</li> <li>・身体接触の可能性</li> <li>・安全面の確保</li> <li>・グループ編成の工夫</li> </ul>                                            | <p>&lt;器具を使用する場面&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ内異質・グループ間等質の男女合同グループ・ペア</li> </ul> <p>&lt;身体接触を伴う活動・体の動きを高める運動の場面&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ内等質・グループ間異質の男女別グループ・ペア</li> </ul>         |
| 器械運動   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・体力差・技能差による「個の課題」の違い</li> <li>・補助時の身体接触の可能性</li> <li>・安全面の確保</li> <li>・グループ編成の工夫</li> </ul>                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ内異質・グループ間等質の男女別グループ・ペア</li> <li>・課題別・習熟度別による男女別グループ・ペア</li> <li>・発表会は男女合同で実施し、お互いの試合を評価し合う</li> </ul>                                                                                    |
| 陸上競技   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・体力差・技能差による技能差による「個の課題」の違い</li> <li>・補助時の身体接触の可能性</li> <li>・男女の技能・運動量の充足度合いの違い</li> <li>・グループ編成の工夫</li> <li>・評価規準づくりの工夫</li> </ul>  | <p>&lt;ノモグラムや達成得点などを活用した評価規準の作成やグループ内での総合得点や合計記録、平均値などを活用する活動&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ内異質・グループ間等質の男女合同グループ</li> <li>・グループ内等質・グループ間異質の男女合同グループ</li> </ul>                                                 |
| 水泳     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・思春期による男女意識</li> <li>・体力差・技能差による技能差による「個の課題」の違い</li> <li>・適正な評価規準づくり</li> <li>・補助時の身体接触の可能性</li> <li>・男女の技能・運動量の充足度合いの違い</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ内異質・グループ間等質の男女別グループ・ペア</li> <li>・グループ内等質・グループ間異質の男女別グループ・ペア</li> </ul>                                                                                                                   |
| 球技     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・体力差・技能差による技能差による課題の違い</li> <li>・適正な評価規準づくり</li> <li>・安全面の確保</li> <li>・男女の技能・運動量の充足度合いの違い</li> <li>・チーム編成の工夫</li> </ul>             | <p>&lt;ルールや方法を工夫した「ドリル」「ドリルゲーム」「タスクゲーム」を活用する活動&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・チーム内異質・チーム間等質の男女合同グループ</li> </ul> <p>&lt;最終的な仕上げのゲーム&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・チーム内異質・チーム間等質の男女別グループ</li> </ul> |
| 武道     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ルール作りの工夫</li> <li>・体力差・技能差による技能差による課題の違い</li> <li>・身体接触の可能性（柔道・相撲）</li> <li>・安全面の確保</li> <li>・男女の技能・運動量の充足度合いの違い</li> </ul>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ内等質・グループ間異質の男女別グループ・ペア</li> <li>・試合は男女別で実施。お互いの試合を評価し合う</li> </ul>                                                                                                                       |
| ダンス    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・思春期による男女意識</li> <li>・体力差・技能差による技能差による課題の違い</li> <li>・補助時の身体接触の可能性</li> <li>・男女の技能・運動量の充足度合いの違い</li> </ul>                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ内異質・グループ間等質の男女合同グループ・ペア</li> <li>・グループ内異質・グループ間等質の男女別グループ・ペア</li> </ul>                                                                                                                  |

# 男女共習の具体例

大塚幹太  
(日本体育大学)

## 1 陸上競技

陸上競技は、基本的には一人で取り組むことのできる「個人種目」としてのスポーツです。「主体的・対話的で深い学び」の実践という中では、このような個人種目としてのスポーツにおいてもグループ学習の中で学びを深めていく必要があります。

### ①グルーピングの考え方

- ・グルーピングは人間関係も考慮しながら「グループ内異質・グループ間等質」として、グループ同士の総力が均等になるように編成します。
- ・ノモグラムを活用して、50m 走のタイムと身長を考慮しながらグルーピングしていくと良いと思います。

### ②男女共習のグルーピングの形式

- ・同種目 男女合同グループ
- ・複数種目 男女合同グループ
- ・同種目 男女別グループ
- ・複数種目 男女別グループ

### ③評価規準の工夫

男女合同で「短距離・リレー」「長距離走」「ハードル走」「走り幅跳び」「走り高跳び」を単一種目もしくは複数種目展開として取り扱います。

- ・「リレー」ではグループ内の50m 走の合計タイムとリレーを行ったタイムとの差を算出します。その差について得点を設定します。
- ・「長距離走」ではグループ内の合計タイムを算出して、各自の「目安の記録」の合計との差を算出し、その差について得点を設定します。グループ間競争を取り入れる場合は、その得点を合計します。
- ・「ハードル走」では50m 走とのタイム差からハードリングタイムを算出します。その差をハードル数で割ることで、ハードリングタイムが算出できます。ハードリングタイムに対して得点を設定し

ます。グループ間競争を取り入れる場合は、その得点を合計します。

- ・「走り幅跳び」では新体力テストの「立ち幅跳び」の記録に1.7から1.8の係数をかけたり、50m走の記録から「目安の記録」を算出します。「走り高跳び」では、50m走と身長から算出したノモグラムを使用し「目安の記録」を算出します。実際の計測値と「目安の記録」との差を得点として設定します。コンピュータやタブレットを使用すると簡単に算出できます。グループ間競争を取り入れる場合は、その得点を合計します。

### ④授業展開

- ・目標記録の達成に向けた「課題発見」「課題解決」について、課題ごとの「学習の場」を設定し、「スパイラル型の学習過程」を取り入れて、グループ学習を行っていきます。

## 2 球技（ゴール型・サッカー）

球技はゴール型、ネット型、ベースボール型で構成されている集団的なスポーツです。ネット型においては、ネットによって相手（チーム）と分けられていることから接触がありません。バレーボール、バドミントンともに男女混合で実施されている実績もあることから、ネットの高さや人数などのルールを工夫することにより、男女共習を実施しやすいと考えます。

ベースボール型においても攻守が分かれており、攻撃・守備ともに相手が接触してくることはありません。打球の強さやボールの堅さに工夫する余地があるものの、男女共習を行いやすい種目と考えることができます。

ゴール型においては選手同士に隔たりがなく、接触する場面が多く見られます。また、攻守が連続して切り替わることから体力・能力差が多く見られ、「安全面の確保」「体力差・技能差による技能差による課題の違い」など、多くの課題が予想されます。

### ①グルーピングの考え方

- ・グルーピングは人間関係も考慮しながら「グループ内異質・グループ間等質」として、グループ間で体力、技能が均等になるように編成します。
- ・最終的な「仕上げのゲーム」では男女別のゲームにする事も考え、男子1チーム、女子1チームを合わせたグループを男女共習のグループとします（男子5人、女子4人程度）。

### ②男女共習のグルーピングの形式

- ・ルールを工夫した「ドリル」「ドリルゲーム」「タスクゲーム」を活用する活動場面は「チーム内異質・チーム間等質」の男女合同チームとする。

- ・最終的な仕上げのゲームは「チーム内異質・チーム間等質」の男女別チームとする。

### ③予想される課題に応じた教材づくり

ゴール型（サッカー）においては、「体力差・技能差による課題の違い」「安全面の確保」「男女の技能・運動量の充足度合いの違い」が大きな課題となってきます。以下、これらの課題に対応した教材について、2つ提案したいと思います。

## 4対1 ゲートゲーム<シュート鳥カゴ>（ドリルゲーム）

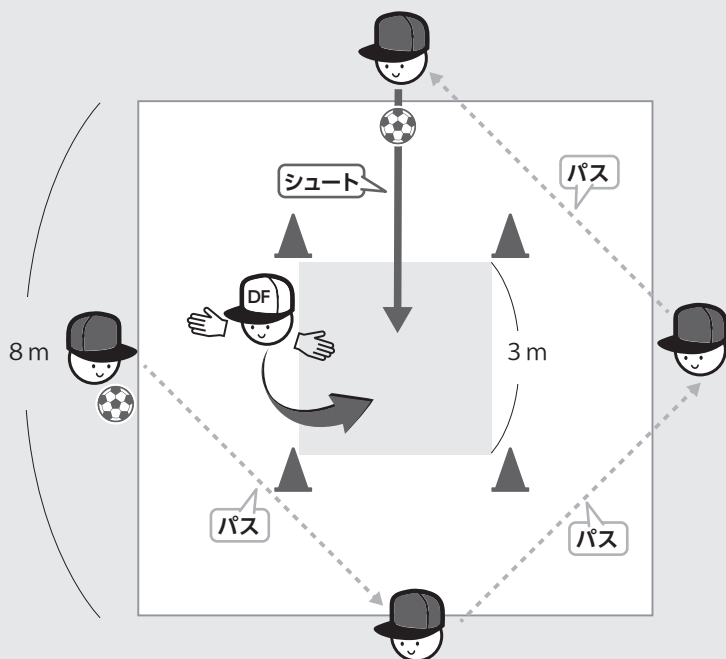


写真1（男子3名、女子2名で実施）

### ルール・留意点・方法

（広さやルールは生徒の技能の習熟程度で決定）

- ① 1辺約8m程度の四角形の中に、1辺約3m程度の四角形を作成する。
- ② DFは4辺を守り、周りの4人は辺しか移動できない。
- ③ 4つの辺のゲートゴールをねらう。
- ④ 制限時間内に、何点取れるか連続して攻撃と守備を行う。



## 2対2 2サイドフリーマン 4ゴールゲーム (タスクゲーム)



写真2 (男子3名, 女子3名で実施)

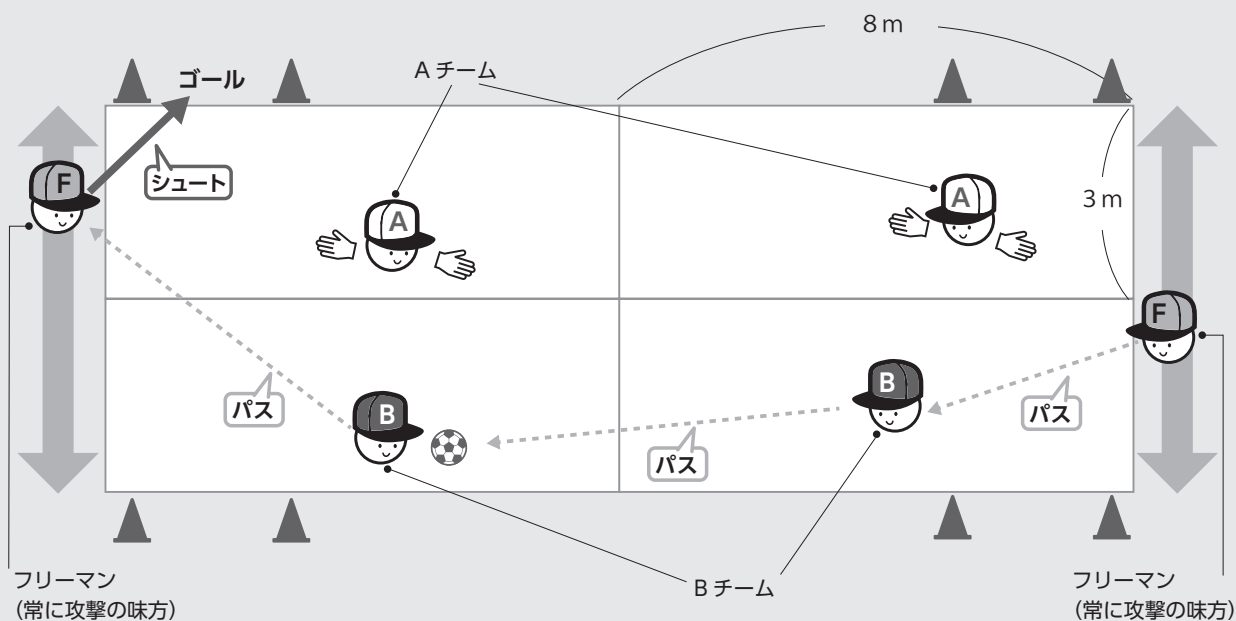
写真1.2とも2020年度「日体教学舎」による教材開発の取り組みより

### ルール・留意点・方法

(広さやルールは生徒の技能の習熟程度で決定)

- ①グリッドは約8m×約3mが左右に2つ, 縦に2つ作成する。
- ②各グリッド内に一人ずつ生徒を配置, サイドには常に攻撃チームの味方になるサイドフリーマンを置く。
- ③ゴールは2つずつ, 合計4つ設定。判断しながらゴールを目指す。
- ④他人の区画には味方, 相手関係なく入れない。

※ピッチをマーカーなどでセパレート (区分け) して, 侵入を制限することで, 身体接触を伴う行動を抑制できると同時に, 能力に関係なく, 落ち着いてボールを操作できるようになります。



このように「グルーピング」や「生徒が目指すゴールとしての評価規準」への工夫や, 今までの教材に少し「ルール」や「制限」を加えることで, 教材(種目)の持つ特性を変えることなく, 予想される

課題に対応した男女共習が展開できるものと考えます。

中学保健体育科ニュース 2021年 No.2 (通算39号)

2021年 6月15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

〒113-8541 東京都文京区湯島2-1-1

TEL 03-3868-2298 (編集部) / FAX 03-3868-2645

[出版情報] <https://www.taishukan.co.jp>

●印刷・製本 広研印刷株式会社