

〈体育〉

主体的に健康づくりに取り組む児童を育む保健領域の指導の工夫 ——運動領域との関連を図り養護教諭と連携した授業づくりを通して（第6学年）——

宮古島市立鏡原小学校教諭 平 良 龍 一

I テーマ設定の理由

文部科学省HPに「学校で学んだことが、子供たちの「生きる力」となって、明日に、そして、その先の人生につながってほしい。これからの社会が、どんなに変化して予測困難な時代になっても、自ら課題を見付け、自ら学び、自ら考え、判断して行動し、それぞれに思い描く幸せを実現してほしい。」と掲載されている。学習指導要領には、そうした願いと「生きる力」を育むという目標は、これからも変わることはなく、社会の変化を見据え新たな学びへと進化を目指すことが示されている。

『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 体育編』（以下、『解説体育編』）において、成果と課題で子供たちの健康の大切さへの認識や健康・安全に関する基礎的な内容は身につけているが、知識や技能を活用して健康課題を発見し主体的に課題解決に取り組む学習が不十分であると述べられている。つまり、子供たちは、健康・安全への知識及び技能は習得しているが、自分事として捉え、実生活に結びつけられていないことが予想される。本校の第6学年を対象に実施した保健授業の調査でも、基本的な生活習慣の定着が不十分である等、健康・安全について取り扱う保健の内容が実生活に結びついておらず、自分事として置き換えられていない児童がいる課題が見えてきた。そういった課題を解決するには、自らの健康課題を発見し解決に向け、生活をふり返り、生活習慣の改善に向かう実践的な活動が必要であると考え。このような活動で身に付けた態度や能力が、学校目標の「健康でねばり強い子」の具現化に力を添えることができると思う。

また「保健」と「体育」は関わりあっているかという質問に対して、肯定的な回答は37名中36名、否定的な回答は1名だった。「保健」と「体育」とのつながりについて理解している様子がうかがえた。一方、宮古地区小学校体育研究会の先生方に「保健領域と運動領域の関連についてのアンケート」を実施したが、9割が「あまり意識していない」と回答した。その理由として、教材・教具の準備、時間の確保が難しい、体育年間指導計画が学校行事や季節、気候との関係に重点を置いて作成されている等の意見が多くあった。『解説体育編』の体育の目標に「今回改訂した体育科の目標は、義務教育段階で育成する資質・能力を踏まえつつ、引き続き体育と保健を関連させていく考え方を強調したものである。」と示されているが、宮古地区の現状として体育と保健を関連した十分な取り組みがなされていないことが分かった。

以上のことから、自分事として実生活に結びつけ、行動にうつせるような活動や運動領域との関連を意識した授業づくりの必要性を感じた。授業づくりの具体的な工夫として、学習カードや生活ふり返りカードの作成、養護教諭等、人的資源を効果的に活用していく。学習カードと生活ふり返りカードを適宜活用し、保健と体育の関連を意識させたい。さらに、生活ふり返りカードで自分自身の生活習慣を知り、課題を発見し、行動変容のために何をどうするか考える。そういった授業を通して、自分の健康課題に気付き、考え、行動する等、保健と体育とが結びつき、自分事として主体的に健康づくりに取り組む児童の育成を目指す。本研究では、運動領域との関連を図り養護教諭と連携した授業づくりを通して、「主体的に健康づくりに取り組む児童を育む」ことを目指し、本テーマを設定した。

〈研究仮説〉

第6学年の保健領域「病気の予防」の学習において、運動領域「体ほぐしの運動」の内容と関連を図り、学習カードや養護教諭等の人的資源の効果的活用によって、主体的に健康づくりに取り組む児童を育むことができるであろう。

Ⅱ 研究内容

1 主体的に健康づくりに取り組む児童について

(1) 主体的に健康づくりに取り組む姿

本研究における「主体的に健康づくりに取り組む姿」とは、『小学校学習指導要領（平成29年告示）（以下『指導要領』 第2章 第9節 体育』第5学年及び第6学年の目標に示されている、育成を目指す資質・能力「学びに向かう力・人間性等」の一つである（表1）。この点に関して『解説体育編』では運動やスポーツの価値に関する態度及び意欲的に運動をする態度を養うことを目指しており、各種の運動の楽しさや喜びを味わい、自ら積極的に運動に取り組むことにより生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を培うことを示している。また、健康の大切さに気づき、関心を持ち、心身の保持増進や回復のために主体的に学習に取り組み、課題解決のために協力し安全を確保し、けがを防止するための態度を養うこと示されている。これらを踏まえ、本研究では、保健で学習したことを、実生活に結びつけ、自分自身の健康課題に気づき、考え、行動できる姿を主体的に健康づくりに取り組む児童が育まれた姿とする（図1）。また、健康づくりを、厚生労働省が定めた健康三原則として捉える（図2）。評価規準を次のように定め見取っていく。児童自身が「最近調子が悪い、やる気が起きないと感じる。そこで自分の生活習慣をふり返る。すると、睡眠時間が少ないことに気付く。そこで、早く寝ようと行動に移す。」大事なことは、自分の身体の調子に気付くことである。調子が悪い時だけではなく調子が良いと感じた時も、ふり返ってみると睡眠時間が確保できている。運動と食事のバランスが良いことに気付く。このような経験を重ねることで生活習慣が健康と深く関わっていることを知る。学習してきたことが実生活とつながることで主体的に健康づくりに取り組むことができるようになると考える。そういった気づきや経験をもとに、児童自身が主体的に健康づくりに取り組めるような指導の工夫をしていく。

(2) 主体的に健康づくりに取り組む態度の見取り

事前事後のアンケート調査や生活ふり返りカード、学習カードから主体的に健康づくりに取り組んでいるか評価規準を踏まえながら見取っていく（表2）。家庭と連携し、生活ふり返りカードによって家庭生活での行動変容を見取することもできると考える。

2 運動領域との関連を図った保健の授業づくり

表1 第5学年及び6学年目標（3）

(3) 各種の運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合っ
て運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具
の安全に留意したりし、自己の最善を尽くして運動をする
態度を養う。また、健康・安全の大切さに気づき、自己
の健康の保持増進や回復に進んで取り組む態度を養う。

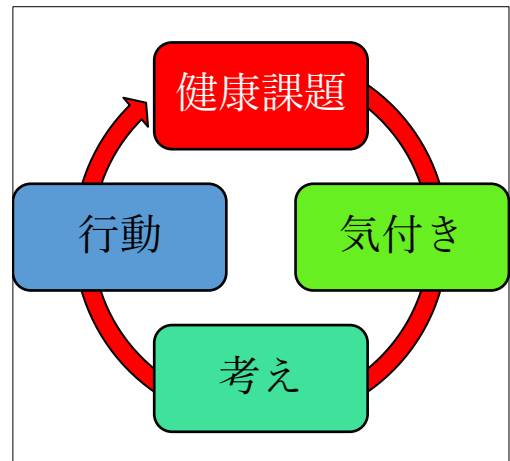


図1 主体的に健康づくりに取り組む姿

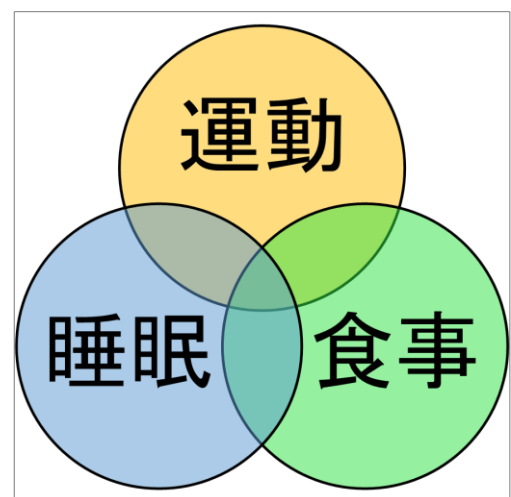


図2 健康三原則

表2 評価規準（主体的に学習に取り組む態度）

病気の予防	体ほぐしの運動
①病気の予防について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習や、教科書や資料を調べたり、自分の生活をふり返ったりするなどの学習に進んで取り組もうとしている。	①運動に進んで取り組んでいる。
②学習内容に関心を持ち、よりよく学ぼうとする意欲をもって、学習に粘り強く取り組もうとしている。	②保健で学習したことを想起し、運動に取り組んでいる。

本研究では、第6学年の保健領域「病気の予防」の単元を取り上げる。この単元は、健康による生活習慣を身に付ける必要があることを理解できる単元である。運動領域「体ほぐしの運動」は運動が苦手な児童でも楽しむことができる手軽な運動であることから「病気の予防」の適度な運動との関連を図った授業づくりができると考える。運動領域との関連性を生かした指導で「何を学ぶか」「どのように学ぶか」「何ができるようになるのか」といった資質・能力の育成を目指す。

(1) 保健領域と運動領域の関連性

日野克博（2018）は「体育と保健を関連付けて指導するには、まず『何を教えるか』を明確にしていく必要がある。」と述べている。体育と保健には、共通する内容や関連性の高い内容も少なくない。より効果的な指導を行うには、体育と保健を別々に指導するのではなく、授業内容を共有し関連付けて指導していくことが重要であると考え。運動領域の「体ほぐしの運動」と保健領域の「病気の予防」の共通する内容や関連性の高い内容は「運動」と捉えることができる。

「体ほぐしの運動」

の手軽な運動と「病気の予防」の適度な運動を関連付けて内容の取扱いを明確にして相互に関連させながら指導していくことで健

康づくりへ取り組む意識がより高まると考える（表3）。

(2) 運動領域と保健領域の関連による資質・能力の育成

運動領域と保健領域との一層の関連が図られていることについて、植田誠治（2017）は「真に生涯にわたる健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現する資質・能力の育成に貢献するといえる。」と述べている。佐藤豊（2017）は

「体力や心の健康について学ぶことで、体力の必要性や、運動の効果、保健では健康の保持増進の視点から、体育では、実践的な動きを通して、心と体は一つであることの関連性を双方の分野の特性に合わせて学ぶことによって、深い学びにつなげようとするものであると捉えることができる。」と述べている。このことから、

保健の学びを体育の学びにどう生かすか、体育

の学びを保健にどう生かすか。保健の授業で、どのような運動がどのような健康と関連するのか学習し、体育の授業でそれを実践する場として位置づけることができる。このように、運動領域と保健領域の関連を図りながら教育活動全体で資質・能力を育成すべきものであると考える（図3）。

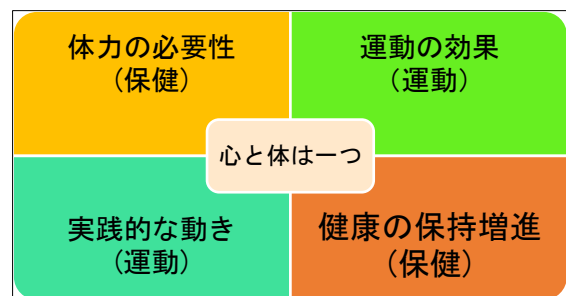


図3 保健と体育の相互の学び

3 人的資源の活用効果

「小学校 新学習指導要領ポイント総整理 体育」では、保健に関わる人的資源として養護教諭、栄養教諭、スクールカウンセラー、保護者、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、警察関係者、消防関係者、保健師、NPO法人職員などが

あげられる（表4）。人的資源を活用することで、視覚的效果、実践的效果、感覚的效果等の様々な効果が考えられるため、学習内容に合わせた活用を計画的に行うことが重要だと思われる。本研

表3 保健領域と体育領域の関連を図った単元計画（例）

1	2	3	4	5	6
○用具や場の準備 ○整列・体操 ○ねらいの確認					
病気の 起こり方	体ほぐしの運 動	感染症の 予防	体ほぐしの運 動	生活習慣病の 予防1	生活習慣病の 予防2
○学習のまとめ（ふり返り） ○次時の確認 ○用具の片づけ ○挨拶					

表4 人的資源の活用例

単元名	関連する人的資源	活用例
病気の予防	養護教諭	病気起こり方、感染症、生活習慣病に関する情報提供など
	学校歯科医など	歯科保健に関する情報提供など
	学校医など医療関係者	喫煙の害などの疾病に関する情報提供など
	保健師など	地域の保健活動に関する情報提供など

究では、主体的に健康づくりに取り組む児童を育むための一つの手立てとして、養護教諭と連携した授業づくりに努め、授業実践を行う。それによって、より専門的な知識の習得が期待でき、具体的な解決方法を学ぶことで、自分自身の健康課題解決に生かすことができると考える。

4 学習カード及び生活ふり回りカードの活用

本研究では、学習カード（図4）と生活ふり回りカード（図5）を活用し進めていく。生活ふり

「病気の予防」学習カード③ 6年 組 番 名前	
2022年 6月 日()	生活習慣病の予防
【調べたこと、新たに知ったことをメモしよう。】	
1 「生活習慣病」とは	4 ()にあてはまる言葉を書きましょう。 生活習慣病を予防するには、(①) (②)、(③)
2 「生活習慣病」のイメージマップ	【ふり回り】今日の学習を、自分のことに置き換え、ふり回りましょう。 「自分の生活行動で見直した方がよい点を具体的に書いてみよう。」
【関連】「今日の保健の授業は体育の授業と、どうつながっているのか書いてみよう。」	
3 自分の生活習慣をふり返ろう。(箇条書きで良い)	【おうちの方から】

図4 学習カード

ふり回りカードは毎日記録し自分の生活習慣を見直す機会とし、普段から自分の生活行動について意識させたい。授業では、学習カードを活用し児童の思考を整理させていく。学習した解決方法の中で、どの方法が自分に合っているのかを考えることは、学んだことを自分自身の健康に結びつけることができるようにするためにも重要であると考え。「知っていることを使ってどのように社会・世界と関わり、よりよい人生を送るか」という視点から、実生活の中で、学習したことをどういった場面で活用できるのかをふり回りを書くことによって、考えが整理されたり、新たな考えが生まれたりすると考える。書いて表現する活動によって学習をふり返る役割を果たす。ふり回り時に「感想を書きましょう。」というような漠然とした指示は避けたい。「今日の学びをいつ、どんな時に、ど

自分の生活リズム(食事・運動・睡眠)を知り、健康づくりに真剣に取り組む、生活の質を高めよう。													
目標⇒ ①食事(3食必ずとる) ②運動(目安30分取り組む) ③睡眠(目安8時間)													
○: ぱっちり・良い △: もう少し・普通 ×: 目標に遠い・悪い													
項目	食事			運動(30分以上)※体育の授業含む				睡眠			体調	心	1日のふり回り
日付(曜日)	朝食	昼食	夕食	朝始業前	昼休み	放課後	運動時間の合計	起きた時刻	寝た時刻	睡眠時間			
6月1日 水								時 分	時 分	時間 分			

図5 生活ふり回りカード

のようにいかにすることができるか」等、学習をふり返り、実生活をイメージできるような声かけに努め具体的なイメージを持って行動変容に生かせるよう生活ふり返りカードを活用していく。

Ⅲ 指導の実際

1 単元名「病気の予防」生活習慣病の予防① + 「体ほぐしの運動」手軽な運動

2 単元の目標

【保健】病気の予防に関する課題を見つけ、よりよい解決に向けて考える活動を通して、病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐこと、病原体に対する体の抵抗力を高めることおよび望ましい生活習慣を身につけることが必要であることを理解しようとしている。

【体育】体ほぐしの運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、手軽な運動を行い、心と体の変化に気付いたり、みんなで関わり合ったりすることができるようにする。

3 単元の評価規準（※主体的に学習に取り組む態度は表2参照）

【保健】 知識・技能	思考・判断・表現	【体育】 知識・技能	思考・判断・表現
①病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境などが関わりあって起こることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ②病原体が主な原因となって起こる病気の予防には、病原体の発生源をなくしたり、移る道筋を断ち切ったりして病原体が体に入るのを防ぐことや体の抵抗力を高めておくことが必要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ③生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、全身を使った運動を日常に行うこと糖分、脂肪分、塩分などを摂りすぎる偏った食事や間食を避けたりすることなど、健康によい生活習慣を身に付ける必要があることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ④生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、口腔の衛生を保ったりすることなど、健康によい生活習慣を身に付ける必要があることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。	①病気の予防について、病気の起こり方に関わる事象から課題を見付けている。 ②病原体が主な原因となって起こる病気の予防について学習したことを活用して、予防の方法を考えたり適切な方法を選んだりしている。 ③生活行動が主な要因となって起こる病気の予防について、学習したことを自分の生活と比べたり、関連付けたりするなどして適切な解決方法を考えている。	①手軽な運動の行い方を知り、心と体の変化に気付いたことを言ったり書いたりしている。	①友達の行い方の真似をしたり、自己に適した動き方を選んだりしている。 ②運動を通して、考えたことや見付けたことを友達に伝えている。

4 単元の指導計画と評価計画

時間【領域】		【ねらい】・学習活動	領域	知	思	態
1【保健】	学習カード・生活ふり返りカードの活用	【ねらい】病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境などが関わりあって起こることについて、理解することができるようにするとともに、病気の起こり方に関わる事象から課題を見付けることができるようにする。 1 知っている病名をブレインストーミングする。 2 病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境などが関わりあって起こることを知る。 【人的資源活用：養護教諭】熱中症の起こり方について説明する。	保健	①	①	②
2【運動】		体ほぐし運動では、心と体の関係に気づいたり、体の調子を整えたり、仲間と交流したりするための手軽な運動や律動的な運動をすることできる。	体育	①	②	①
3【保健】		【ねらい】病原体が主な原因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや体の抵抗力を高めておくことが必要であることについて、理解することができるようにするとともに、学習したことを活用して、予防の方法を考えたり、適切な方法を選んだりすることができるようにする。 1 病原体が主な要因となって起こる病気の予防について知る。 【人的資源活用：養護教諭】新型コロナウィルスの特徴について説明する。 2 学習したことを活用して、病原体が主な要因となって起こる病気の予防について具体的に考える。	保健	②	②	①
4【運動】 (本時)		保健で学習したことを想起し、体ほぐし運動で心と体の関係に気づき、運動に取り組もうとしている。	体育	①	②	②
5【保健】 (本時)		【ねらい】生活行動が主な要因となって起こる病気には、心臓や脳の血管が硬くなったり詰まったりする病気があることや、その予防には、望ましい生活習慣を身に付ける必要があることについて、理解しようとしている。 1 生活行動がかかわって起こる病気には、心臓や脳の血管が硬くなったり、詰まったりする病気があることを知る。 【人的資源活用：養護教諭】生活習慣病になると体がどのようになるか説明と実演をする。	保健	③	③	①
6【保健】		【ねらい】生活行動が主な要因となって起こる病気には、むし歯や歯ぐきの病気があることや、その予防には、望ましい生活習慣を身に付ける必要があることについて、理解することができるようにするとともに、学習したことを自分の生活と比べたり、関連付けたりするなどして適切な解決方法を考えることができるようにする。 1 自分の生活の経験から、むし歯や歯ぐきの病気の起こり方について、その原因を考える。 【人的資源活用：養護教諭】歯の健康について説明する。	保健	④	③	②

5 本時の指導（5時間目／6時間）

(1) 目標

生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、適度な運動、栄養の偏りのない食事をとることなど、望ましい生活習慣を身に付ける必要があることを理解しようとしている。

(2) 展開

	学習活動 ●児童の反応	・指導上の留意点
導入 5分	1. これまでの学習のふり返しをする。 2. 生活習慣病には「がん」「心臓病」「脳卒中」が含まれていることを知る。 ※日本人の死亡原因の5割は生活習慣病であることを知る。 3. 生活習慣病を知る。 「生活行動と深いかわりのある病気を生活習慣病」という。 4. 学習課題を知る。 生活習慣病を予防するには、どんなことに気を付けたらよいのだろうか。	・指導上の留意点 ・病気の起こり方（生活行動、体の抵抗力、環境、病原体）のいくつかの要因が関わりあって起こる。 ・感染症の予防（病原体をなくす、断ち切る、体の抵抗力を高める） ・生活習慣病は生活行動と深いかわりがあることを知らせる。
展開 35分	5. 生活習慣病になると体がどのようなになるのか考える。 「生活習慣病のイメージマップを書く。」 ●がん、心臓病、脳卒中、こわい、ひまん等 ※養護教諭の説明を聞いて、イメージマップに付け加える。 6. 生活ふり回りカードをもとに生活習慣をふり返る。 7. 生活習慣病の予防方法を考える。(グループ学習) 8. 予防方法の発表	・生活習慣病になると体がどのようなになるか説明する。(養護教諭 10分程度) ※血管がつまる病気が小学生にもみられることを伝える。 ・何が原因で起こるのか、どんな予防方法があるのか、具体的に書けるよう促す。 ・イメージマップを整理する。
まとめ 5分	9. 本時のまとめ 学習カードにまとめる。 生活習慣病を予防するには、 ①適度な運動をする。 ②栄養のかたよりのない食事をする。 ③十分な栄養・睡眠をとる。 10. ふり回り→発表	・授業内容をふり返し、まとめ板書をする。【態①】 まとめ 生活習慣病を予防するには、 ①適度な運動 ②栄養の偏りのない食事 ③十分な休養、睡眠

IV 仮説の検証

本研究仮説に基づき、保健領域「病気の予防」の学習において運動領域「体ほぐしの運動」の内容と関連を図り学習カードや専門的知識を持った養護教諭の活用を施した授業を実践した。その結果、主体的に学び、健康づくりに取り組む児童を育成することができたかを授業前後のアンケートや学習カードの記述内容、毎日のふり回りカードの変容、児童の行動変容より分析、検証する。

1 運動領域との関連を図った授業づくりについて

保健領域と運動領域の関連性は「運動」と捉え、「体ほぐし運動」の手軽な運動(図6)と「病気の予防」の適度な運動(図7)を関連付けて内容の取扱いを明確にして相互を関連させながら指導を行った。効果的な病気の予防方法を保健で学習し、体育で実践したことで、児童から、「たくさん運動したら、お腹がすくのとお眠たくなるのが早くなる。」という発言があった。



図6 体育の授業



図7 保健の授業

「運動」を行うことによって起こる体の変化に気付くことで運動(図8)が体に与える影響を実感

のうをしっかりとねむらせることで、体育や部活を元気にできるというつながりがあると思った。

図8 運動・食事・睡眠を意識した児童のふり回り

させることでできた。また、児童のふり回りから元気に活動するためには、睡眠が大切だと気付いた姿が見られた。生活行動を変えることで健康に過ごすことができるという実感を持たせることができたと考えられる。また、児童の中には、部活のような激しい運動だけが「運動」と捉えていた子もいたが、今回の授業を通して、運動の捉え方に変化があった。たくさんの手軽な運動に触れ「普段からできそう」という声も聞いた。体育では、実践的な動きを通して、心と体は一つであることの関連性を双方の分野の特性に合わせて学ぶ。心と体の関連性について、生活ふり回りカードに「一週間、体調と心、一日のふり回りが全部毎日〇だったので、次の一週間も全部〇になるよう頑張ろうと思いました」と書かれていた(図9)。運動領域との関連を図った授業づくりの効果があったと考えられる。

1週間のふり回り
一週間、体調と心、一日のふり回りが全部毎日〇だったので、次の一週間も全部〇になるよう頑張ろうと思いました。

図9 体調と心を意識したふり回り

2 人的資源の活用の効果

保健の授業で、要所に養護教諭の説明を取り入れ「病気の予防」に関連する内容について話をしてもらったり、実演をしたりして児童は視覚的に知識の習得ができた。毎時間、授業展開の前半にイメージマップを書く時間を設定した。その後、養護教諭の話を聞いてイメージマップに広がりが生まれた(図10)。

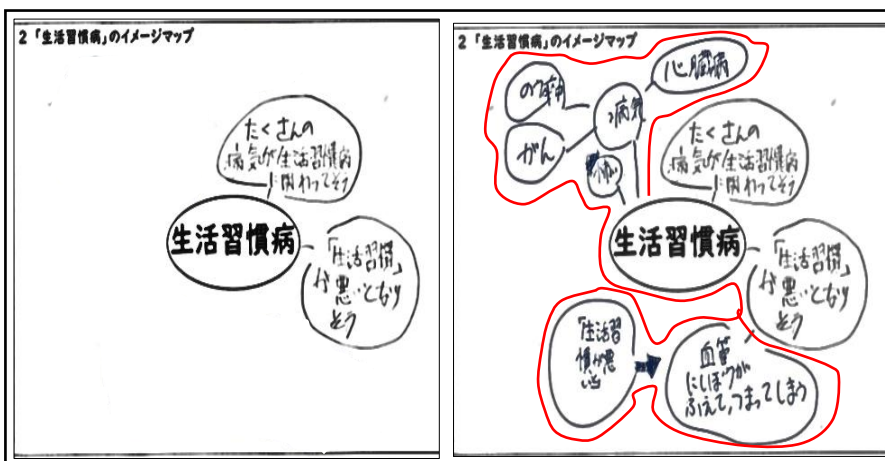


図10 イメージマップ(養護教諭の説明前:左、説明後:右)

児童の日記に「〇〇先生が（養護教諭）生活習慣病を詳しく説明してくれた。一番印象に残っているのは、血管を再現して実験したことだ。」と書かれていた(図 11)。養護教諭の説明や実演に興味を持って聞き知識を得た児童の様子から、養護教諭活用の効果があったことが伺える(図 12)。今後も、養護教諭と連携した授業の取り組みを続けていきたい。



図 12 養護教諭による実演

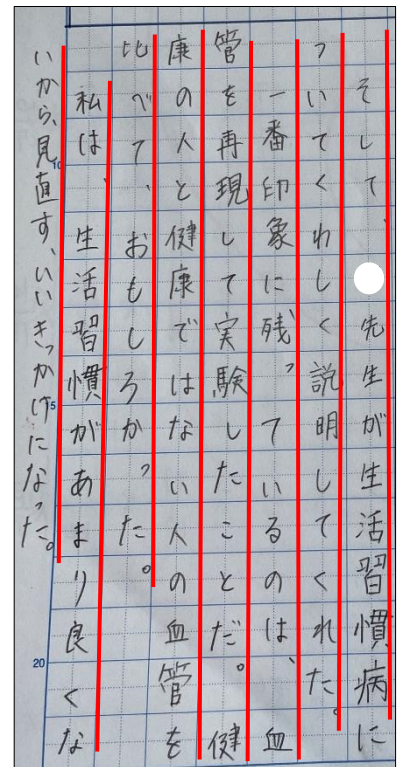


図 11 児童の日記

3 学習カード及び生活ふり回りカードの活用

学習したことをどういった場面で活用できるのかを学習カードでふり返ることによって、考えが整理され、新たな考えが生まれた(図13)。授業で学習カード活用し、授業外では生活ふり回りカードを活用する。帰宅後、保健の授業について日記に記す。常に、健康について意識を持たせることができた。学習カードや生活ふり回りカード、日記には、保護者からのコメントもあった(図14)。授業後は、学習カードを活用して、病気の予防のプレゼンテーションを作

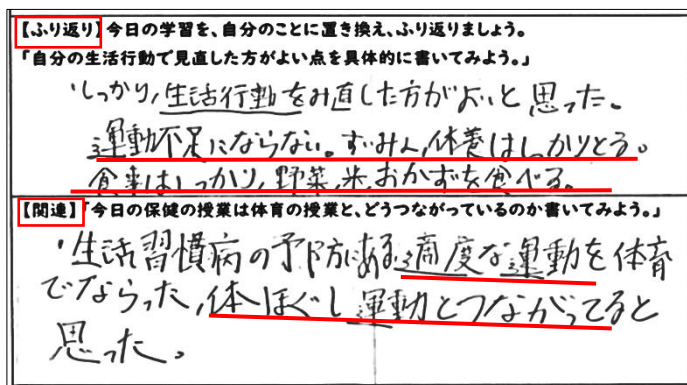


図 13 新たな考えが生まれた児童

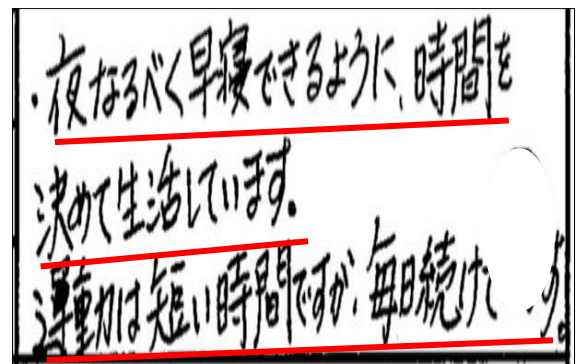


図 14 保護者からのコメント

成し発表会を行った。そうすることで、健康づくりに関する意識を継続したまま夏休み期間に入ることができた。学習カードを活用することで児童と保護者に、健康づくりへの取り組み意識を高めることができたと考える。本研究で、最初に取り組んだのは自分自身の生活習慣の把握である。5月から「生活ふり回りカード」に毎日の記録を行った。児童は、改めて自分の生活習慣を知り、自分自身の課題に気づき保健の学習で学び、対策方法を考え、行動変容が見られた児童が複数いた(図15)。

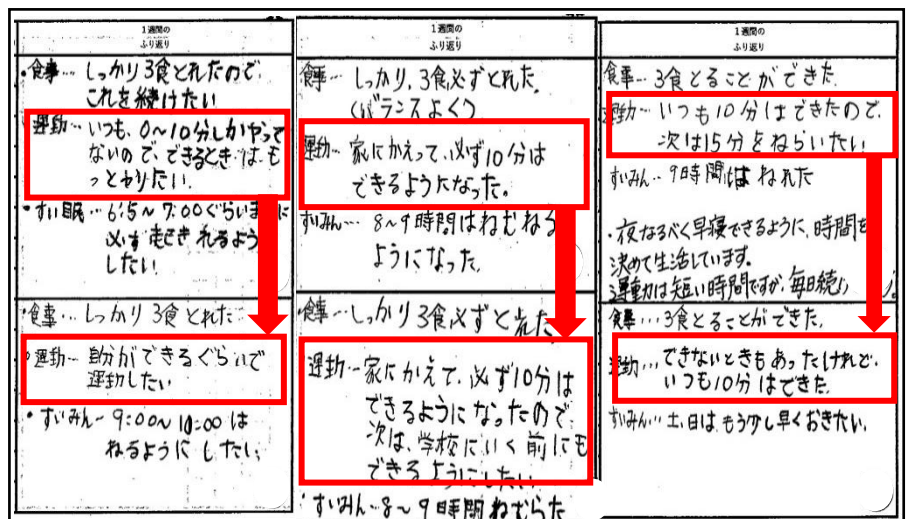


図 15 行動変容が見取れるふり回り

運動領域の「体ほぐし運動」、保健領域の「病気の予防」において、どちらも独自の学習カードを作成し実施した。体ほぐし運動のふり返りでは、「保健とどんなつながりを感じたか。」「病気の予防」では、「体育とどうつながっているのか。」ふり返りの機会を与えた（図 16）。知識を問う

5 つながり (今日学習した運動が、保健体育とつながるのか、(はい) いいえ)) 「はい」と答えた人は「保健」どの学習とどんなつながりを感じたかを書いてみよう 具体的に書く。 <u>体を動かすことで体力が上がったりして</u> <u>体の抵抗力が上がって病気になるにくくなる</u> 思った。	【ふり返り】今日の学習を、自分のことに置き換え、ふり返りましょう。 「感染症の予防」を学習し、自分の生活にどう生かせるか具体的に書いてみよう。 <u>体育の授業以外で運動することがあまりないから、運動をして、早寝、早起きなど生活リズムを整えようと思った。</u>
--	---

図 16 学習のふり返り (左：体育の学習カード、右：保健の学習カード)

項目だけではなく、自分に置き換えてふり返りを書かせ、実際に行動するよう促した。その後の行動変容に期待し見守っていきたい。また、事前事後のアンケートでは肯定的な回答に 47 ポイントの増加が見られた（図 17）。運動領域と保健領域の関連を図った取組、学習カードや生活ふり返りカードの活用、養護教諭と連携した授業づくりによって児童が主体的に健康づくりに取り組む事への効果があったと考える。

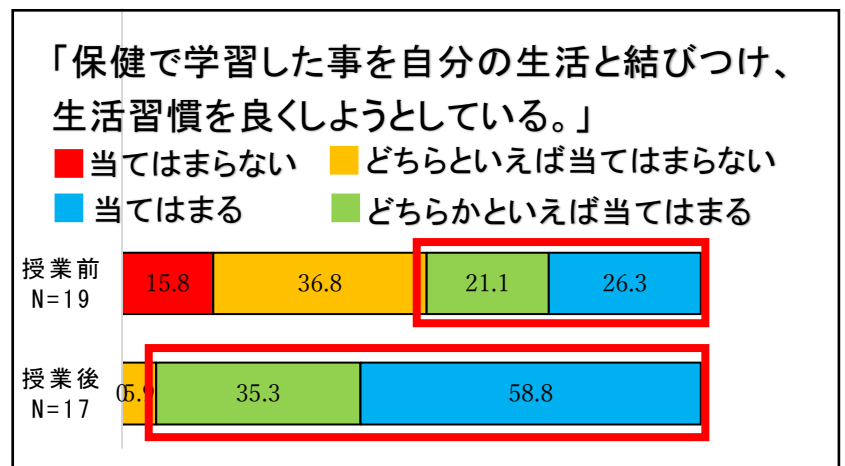


図 17 事前事後アンケート結果

V 成果と課題

1 成果

- (1) 学習カードや生活ふり返りカード及び養護教諭の活用の工夫等によって、児童を主体的な健康づくりへと導くことができた。
- (2) 本研究で児童が身に付けた態度や能力は、学校教育目標である「健康でねばり強い子」との関連を持っており、その具現化に力を添えることができた。
- (3) 児童が学習内容を自分事として捉えることで、実生活に生かす意欲が高まった。
- (4) 早登校が苦手な児童が早登校をするようになった。家族の意識が変わり本人の生活行動の変容が見られた。

2 課題

- (1) 「主体的に健康づくりに取り組む姿」を学校以外でどう見取るか。
- (2) 本研究の成果をいかし、今後は「保健」と「体育」を関連させた授業を学校全体での取り組みとして継承できるよう、全職員に協力を仰いでいく。
- (3) 養護教諭と連携した授業づくりにおける、活用場面の精選と動画利用等の工夫。

〈参考文献〉

- 高田彬成，森良一，細越淳二 2022 『確かな学習状況を見取る小学校体育の評価規準づくり』大修館書店
- 研究と実践の懸け橋に月間専門誌 2021 『体育科教育 8』 大修館書店
- 国立教育政策研究所 2020 『「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料』小学校体育 東洋館出版社
- 文部科学省 2018 『小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 体育編』 東洋館出版社
- 文部科学省 2018 『小学校学習指導要領（平成 29 年告示）』文部科学省
- 岡出美則・植田誠治 2017 『平成 29 年版 小学校 新学習指導要領ポイント総整理 体育』東洋館出版社

〈参考 Web サイト〉

- 文部科学省ホームページ
- https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/index.htm（最終閲覧 2022 年 7 月）
- 中村美里・大川昌宏・久保健 2018 『小学校における体育と保健の共通の土台としての「からだの学習」のカリキュラム構想』—体育と保健の関連性についての実態調査を踏まえて—
- <https://nittaidai.repo.nii.ac.jp/>（最終閲覧 2022 年 7 月）
- 日野克博 2018 『体育分野（体育理論領域）と保健分野を関連付ける保健体育科に授業づくり』
- https://www.jstage.jst.go.jp/article/jsppe/_pdf/-char（最終閲覧 2022 年 7 月）
- 森良一 2018 「新学習指導要領にみる体育と保健の関係」
- https://www.jstage.jst.go.jp/article/jsppe/_article/-char（最終閲覧 2022 年 7 月）
- 佐藤豊 2017 『体育と保健の関連性を生かしたカリキュラム構想』
- https://www.jstage.jst.go.jp/article/jsppe/_pdf（最終閲覧 2022 年 7 月）
- 日本学校保健会 2009 『みんなで進める学校での健康づくり～ヘルスプロモーションの考え方を生かして～』
- https://www.gakkohoken.jp/book/ebook/ebook_H210030（最終閲覧 2022 年 7 月）