

8 保健体育

(1) これまでの課題

ア 平成 22 年度

- ・ 1 学年 与えられた内容は真面目に取り組むが、更に上達するには何をすればよいか考えられない。
スポーツテストの結果を踏まえ、体力の向上を目指す必要がある。
視聴覚機器（DVD）を効果的に利用する必要がある。
- ・ 2 学年 生徒同士のコミュニケーションの取り方に課題がみられる。
授業への意識を高め、授業態度を向上させ、授業規律を確立していく。
運動の質と量を高め、運動が楽しいと実感できるような指導方法や内容を工夫する必要がある。
- ・ 3 学年 毎時間の授業の目標設定を明確にしていく。
日々の生活の中で意識的に運動に取り組む指導を継続する必要がある。
運動だけでなく健康の大切さについて理解を深めさせる必要がある。

イ 平成 23 年度

- ・ 1 学年 指示された内容をさらに発展させて、技能の向上を目指すような気持ちを高める必要がある。
スポーツテストの結果を踏まえ、持続力、柔軟性、投力を高めるような運動を多く取り入れる。
視聴覚機器（DVD）を効果的に利用し、自ら考えて授業に取り組めるようにする必要がある。
- ・ 2 学年 グループ編成の工夫（人数、技能の習得状況など）をする。
意欲的に授業に取り組めているので、運動量を増やすと共に運動の質を高める必要がある。
場の設定の仕方や指導方法を工夫する。
- ・ 3 学年 毎時間の授業の目標設定を明確にし、生徒が理解して取り組めるように提示の仕方を工夫する。
日々の生活の中で意識的に運動に取り組む指導を継続する必要がある。
運動だけでなく健康の大切さについて理解を深め、生活の中に役立てられるようにする必要がある。

(2) 指導目標

ア 平成 22 年度

- ・ 1 学年 各種目の運動技能の向上を図る。
体力の向上を図る。
自分の生活における心身機能の発達を正しく理解し、健康的な生活に対する興味・関心を高める。
- ・ 2 学年 自己や集団の技能を高め、公正な態度で練習や試合に臨み、楽しく活動する。
体力の向上を図り、たくましい心身を育てる。
身体に対する環境の及ぼす影響について正しく理解し、自分の健康的な生活との関連を知る。
- ・ 3 学年 体力づくり運動の意義、行い方を理解し、体の調子を整え体の働きを高め日常生活に役立てる。
授業形態を工夫し、生徒同士がお互いにアドバイスできるようにする。
保健の知識をより深く身に付ける。

イ 平成 23 年度

- ・ 1 学年 体力の向上を図るとともに、各種目の技能を高められるようにする。
仲間と協力して安全にかつ今もっている力をさらに高めることができるようにする。
自分の生活における心身の機能の発達を正しく理解し、健康的な生活に対する興味・関心を高める。
- ・ 2 学年 仲間と協力して自己や集団の技能を高め、公正な態度で練習や試合に臨めるようにする。
習得した基本技能をもとに、さらに発展した運動ができるよう体力の向上を図る。
身体に対する環境の及ぼす影響や応急処置について正しく理解し、自分の健康的な生活との関連を知る。
- ・ 3 学年 体力づくりのための運動の仕方を理解し、生涯体育につなげられるようにする。
授業形態を工夫し、生徒同士がお互いにアドバイスできるようにする。
保健分野の知識を自身のこれからの生活に役立てられるように考えさせる。

(3) 指導の重点

ア 平成 22 年度

- ・ 1 学年 合理的な集団行動の仕方を身に付けさせる。
基礎的な体力・運動能力を向上させる。
保健に関する基礎的な知識を身に付けさせる。
言語活動を充実させる。
- ・ 2 学年 既習した技能を向上させる。
自ら進んで意欲的に取り組む態度を養う。
保健学習で環境や傷害について知識を身に付けさせる。
言語活動を充実させる。
- ・ 3 学年 既習した技能を向上させ、自ら意欲的に取り組ませる。
感染症、薬物乱用防止など健康な生活についての知識を身に付けさせる。
生涯体育としての、運動の仕方を身に付けさせる。
言語活動を充実させる。

イ 平成 23 年度

- ・ 1 学年 合理的な集団行動の仕方を身に付けさせ、安全かつ機敏に授業に取り組ませる。
反復練習を多く取り入れ、基礎的な体力・運動能力を向上させる。
保健に関する基礎的な知識を身に付けさせ、自他の体や心について考えさせる。
アドバイスや作戦を立てるなどの活動を通して言語活動を充実させる。
- ・ 2 学年 既習した技能を向上させながら体力の向上を図る。
協力して準備や練習に取り組む態度を養う。
保健学習で環境や応急措置について知識を身に付けさせる。
グループ編成を工夫し、互いに高め合えるようなアドバイスができるようにする。
- ・ 3 学年 既習した技能を応用して、ゲームの仕方を工夫し発展した技の習得ができるような場の工夫をする。
感染症、薬物乱用防止など健康な生活についての知識を身に付けさせ、将来に役立てられるようにする。
生涯体育につながるよう、運動の楽しさを味わわせ継続することの意義を理解させる。
生徒同士のかかわりの中で技能向上のための方法を話し合える場を設定する。

(4) 授業改善に向けての具体的な取り組み

ア 平成 22 年度

- ・ 1 学年 運動の合理的な実践のために、授業の中に集団行動的な指導を取り入れ、安全面にも考慮した行動をとれるようにする。
準備運動に、補強運動を入れることにより、基礎体力の向上に努める。
思春期に伴う体と心の変化を理解できるような内容とした。
- ・ 2 学年 体力や運動の技能において自分の到達度を確認できるように工夫する。
授業の課題を明らかにし、意欲的に取り組めるようにする。
考える保健学習を行い、実践力が身につくように工夫する。
- ・ 3 学年 グループ学習を取り入れ、興味関心をもって、意欲的に自ら運動できるようにする。
性感染症・エイズ・薬物乱用などについて、自ら調べることで、深く考え身近な生活に結び付けるようにする。
生涯体育としての、運動の仕方を学習するために、考え、教え合い、励まし合って、安全に運動できるようにする。

イ 平成 23 年度

- ・ 1 学年 運動の合理的な実践のために、授業の中に集団行動的な指導を取り入れ、安全かつ機敏な行動がとれるようにする。
準備運動に、補強運動を入れ、基礎体力の向上に努める。
体の成長や変化について理解し、心の変化や対処の仕方について学ばせる。
- ・ 2 学年 体力や運動の技能において自分の到達度や記録を確認できるように提示の仕方を工夫する。
本時の目標を明確にし、生徒が意欲的に取り組めるようにする。
環境問題について調べたり応急措置の実習をしたりするなど、体験を通して実践力が身に付くように工夫する。
- ・ 3 学年 グループ編成を工夫し、意欲的に授業に取り組めるようにする。
性感染症・エイズ・薬物乱用などについて自ら調べたり、視聴覚教材などを利用したりなどをして深く考えさせ、自分の将来の生活に役立つようにする。
将来にわたって運動を続けていくことの意義を考えさせ、人とのかわり方や運動の楽しさなどを理解し実践できるようにする。

(5) 平成 22 年度 授業評価から授業改善へ

ア 前年度の授業評価の結果からの課題

どの学年の生徒も概ね意欲的に授業を受けている。

イ 今年度の授業評価の結果分析と課題

- ・ 1 学年 授業規律は確立しているので、効率よく集中した授業が展開できている。1 年生は、どの単元も基本的な技能の習得に重点を置いているため、ゲームよりも技能習得のための練習に時間をかけている。従って、「作戦を立てたり互いにアドバイスをしたりする」という項目の評価が低くなっていると考えられる。
- ・ 2 学年 「授業の受け方」の結果では、授業で大切な事や進め方を生徒がよく理解しているので、昨年度よりもさらに授業規律が保たれている。「授業の仕方」の結果は、全体的に向上している。特に「授

業のテンポ」、「授業の目標」の項目において大きく向上しており、1 年次よりも良い授業ができて
いる。体育の言語活動である、「互いにアドバイスしたり作戦を立てたりする」という項目の割合
が他の項目に比べてやや低いのでこの点を工夫していく。

- ・ 3 学年 3 年生として、授業への取り組みも積極的で前向きである。今後も粘り強く指導し、授業への意
識を高め、授業態度を向上させ、授業規律を確立していく。体育科の言語活動においては、さらに
研修を積み、どのような場面でどのような言語活動を設定するかを考え工夫していく。

ウ 授業改善の手だて

- ・ 1 学年 個人技能の習得や生徒同士のチーム練習などの場面でも、互いに励ましたりアドバイスができたり
するような授業展開を考える必要がある（グループ編成の工夫、アドバイスの仕方の例示、段階
練習の方法の工夫、競い合う場面の設定等）。互いのかかわりが出てくることで、協力する姿勢を
培ったり、意見を出し合って励まし合ったりする態度も育成できると考える。生徒自身が考えるこ
とで、より一層授業に意欲的に取り組み、その結果、技能の習得にも良い影響を及ぼすようにする。
- ・ 2 学年 4 月から 7 月は運動会種目の組体操と個人種目（陸上競技・水泳）が中心であったので、他の生
徒との関わりをもって取り組む機会が少なかった。9 月からは集団種目（球技）が実施されるので、
その中で、体力を向上させるための補強運動を取り入れ、主運動の中でも運動量を十分に確保して
いく。またグループ学習では、練習メニューやゲームの作戦を生徒同士で考え、互いに教え合える
ような言語活動を取り入れた授業を実施する。
- ・ 3 学年 これから先の年間計画では、球技など集団スポーツを予定している。基本技能が中心ではあるが、
その中で各自が自分の課題を見つけられる工夫をしていく。その一つとしてグループ学習を増やし、
互いに評価し合い、励まし合い、教え合うことのできる授業を展開する。

(6) 平成 23 年度 授業評価から授業改善へ

ア 前年度の授業評価の結果からの課題

どの学年の生徒も概ね意欲的に授業を受けている。

イ 今年度の授業評価の結果分析と課題

- ・ 1 学年 年度当初に比べて授業規律は確立しているので、効率よく授業が展開できている。1 年生は、ど
の単元も基本的な技能の習得に重点を置いているため、ゲームよりも技能習得のための練習に時間
をかけている。したがって、作戦を立てたり互いにアドバイスをしたりするという項目の評価が低
くなっていると考えられる。
- ・ 2 学年 授業規律は確立されているので、集中した授業が展開されている。「授業の受け方」に関してはほ
とんどの生徒がきちんとできている。しかし、「授業の仕方」については、「言語活動」の評価が他
の項目に比べ低くなっているため、更に意図的に場面設定すると同時に、生徒自身にも取り組みを
意識させるようにねらいを明確に伝えることも必要だと考える。
- ・ 3 学年 「授業の受け方」の結果は 99% の生徒がプラスの評価をしている。授業規律が保たれ、全体と
しても授業が充実していると考えられる。3 年間の中で最も授業を積極的に受けていると考えられ
る。「授業の仕方」の結果では、90% 以上の生徒がプラスの評価をしているので、分かりやすい
授業ができていると考えられる。体育の言語活動の部分は他の項目に比べてやや低いので、この点
をさらに工夫していく。

ウ 授業改善の手だて

- ・ 1 学年 個人技能の習得や生徒同士のグループ練習などの場面でも、互いに励ましたりアドバイスができるような授業展開（グループ編成の工夫、アドバイスの仕方の例示、段階練習の方法の工夫、競い合う場面の設定等）を考える必要がある。生徒相互の関わりが出てくることで、互いに協力する姿勢や、励まし合う態度も育成できると考える。生徒自身に考えさせることで、より一層授業に意欲的に取り組み、その結果、技能の習得にもよい影響を与えるようにする。
- ・ 2 学年 昨年度、基本技能の習得に時間をかけたことを基盤に、今年度はグループ編成の工夫をしながら生徒同士が積極的に関われる場を増やし、高め合える授業を展開していく。集団スポーツだけでなく個人種目においても、アドバイスや自分の技能の振り返りをして、それを通して高め合えるようにする。また、運動量も十分確保する。
- ・ 3 学年 夏休み前までの単元は、運動会種目の組体操・陸上競技・水泳が中心で、体育の言語活動の部分である仲間と関わりをもつことは少しやりづらいところがある。9月からは集団種目（球技）が実施される。体力向上のための補強運動を行い、個人運動・集団運動、ゲームを通して運動量が十分に確保できるよう実施していく。また、グループ学習の中では、互いにアドバイスし合うことや作戦を立てること、自分の技能について考えることなどの機会を多くつくる。

(7) 平成 22 年度 研究の成果と課題

ア 「授業評価」について

- ・ 1 学年 授業規律は確立しているので、効率よく集中した授業が展開できている。
基本技能の習得のため基本練習の繰り返しや一斉指導の場面が比較的多く、作戦を立てたり互いにアドバイスを互に行ったりする場面が少なかった。この課題を改善するために、グループ学習を取り入れたり、競い合いやアドバイスの例示を具体的に示したりするなどの工夫により、学び合いの場面が増えてきた。
- ・ 2 学年 「授業の受け方」では、授業規律が保たれ、昨年度よりもさらに授業内容を深く理解し進んで授業に取り組んでいる。
「授業の仕方」では、全体的に向上している。特に「授業のテンポ」、「授業の目標がはっきりしている」の項目の割合が大きく向上している。昨年度よりもよりよい授業ができている。
保健体育科における言語活動を評価する「互いにアドバイスしたり作戦を立てたりする」という項目の割合が他の項目に比べてやや低かったので、グループ学習の話し合いの場を増やした。
- ・ 3 学年 3年生として、授業への取組も積極的で前向きである。
授業への意識も高く、授業態度も向上してきた。今後も粘り強く指導し、授業規律を確立していく。
言語活動の充実においては、さらなる研修を積み、どのような場面でどのような言語活動を設定するか考え、工夫していく。

イ 今後の課題

- ・ 1 学年 体力テストの結果を踏まえ、持久力、柔軟性、投力、瞬発力という本校の弱い体力要素を高められるような授業展開や、体力を高めるための動きを意識させるようにする。
よりよい動きを獲得することや、チームとしての作戦を深めるなど、仲間とのかかわりの中で向上する気持ちをもてるよう話し合い、協力できるように、グループ編成の工夫や個人やチームに合わせた具体的なアドバイスなどができるようにする。
段階練習を視覚的に示したり、教材や場の工夫をしたりする。

- ・ 2 学年 1 年間継続した補強運動と主運動の中では運動量の豊富な内容を取り入れているが、体力診断テストの結果では、ほとんどの項目で全国・東京都平均を下回っている。
各種目の技能習得の中で、自分は何をすればさらに上達するのか考えられるようにする。
保健体育科の言語活動である、互いにアドバイスをしたり作戦を立てたりする活動をさらに充実させていく。