

学研・教科の研究

NEW!

体育・保健体育ジャーナル



座談会

新時代の保健教育を 考える | 前編 |

植田 誠治 × 佐見 由紀子 × 物部 博文

シンプルな授業で多様な学びを目指す②

— 主体性を引き出す授業を実現する教師の「構え」と「しかけ」— 清水 由

連載 体育・保健体育と日常をつなぐ 保健室ギャラリー 第4回

連載 WITH SPORTS 津端 裕さん (アキレス株式会社 足育カウンセラー／上級シューフィッター)

第 20 号
2023

Gakken

新時代の保健教育を 考える | 前編 |

聖心女子大学教授

う え だ せ い じ
植田 誠治

東京学芸大学教授

さ み ゆ き こ
佐見 由紀子

横浜国立大学教授

も の べ ひろ ふみ
物部 博文

これからの時代を生き抜く力を育むために、『令和の日本型学校教育』の構築を目指し、新しい教育の在り方が求められています。大きな変化の中にある日本の教育現場について、保健教育を切り口に、[前編・後編]の2回にわたり語っていただきます。

今回のキーワード：GIGAスクール構想、世の中の変化と学び、学びの本質



写真左から、物部博文先生、植田誠治先生、佐見由紀子先生

一気に進んだ GIGAスクール構想

— 近年の保健の授業の現状について教えてください。

植田 コロナ禍によってGIGAスクール構想が一気に進みました。研究授業レベルでは、タブレット端末を用いた授業が当たり前に行われています。教員の発問に対して自分の意見を入力すると、結果はすぐにモニターで共有され、テキストマイニング*によって回答別の割合もすぐを知ることができます。応急手当の授業では、各自で撮影した実習内容をグループ

内で評価し合っていました。登校できない人は自宅からオンラインで実習に参加できますし、録画を保存して経時的な変化を比較するなど、デバイスの利点をうまく活用しています。一方で、このような授業がどれくらい一般に浸透しているか、テクニカルな面に走りすぎて本質を失う恐れはないかについてといった調査は必要だと思います。

佐見 端末を使った意見の集約や共有は、実習生も行っています。全ての資料をモニターに映すことができるのでテンポよく授業が展開できます。保健の授業ではありませんが、先日、

初めてデジタル教科書の音読を聞く様子を見ました。音声に合わせて読んでいる箇所が網かけ表示されるので、文字をたどるのが苦手な人に理解しやすい機能です。教科書を忘れた人も不自由なく参加できるのはよいのですが、紙の教科書は、随時、紙面に線を引いたりメモを記入したりすることができるのに対して、モニター越しではそれができないという課題が見えました。デジタル教科書の操作も子どもたちが自由にできるようになると改善されていくのかもしれない。

*大量のテキストデータから、必要な情報を抽出すること

コロナ禍による 授業への影響

物部 私は保健の授業で変化を感じたことをお話しします。2020年当初は、教室にアクリル板を設置するなど、話し合いの場の確保に苦労しましたが、2022年の後半に入りウィズコロナへと移行して、神経質になっていた部分は緩和されてきたように感じます。コロナ禍による健康や安全への配慮から、保健の学習への関心が児童生徒や教員の中で高まり、そこに挑戦しようとする実践が私のまわりでは見られました。

植田 確かにコロナ禍によって健康や安全への関心は非常に高くなったと感じます。ただし、喫緊の課題への対処に教員も児童生徒も追われていた可能性があり、それらが保健の授業の大切さに直結しているかという点は微妙な部分もあるように思います。対処するための基本に保健の概念があり、知識・理解、思考力や判断力へつながったかという点は、もう少し様子を見ていきたいところです。また、登校の規制がかかり、オンライン環境が整っていなかった時期は、体育の実技の代わりに資料を配布して「読んでおくように」で終わってしまったということを目にしました。一時的ではあったもののオンライン化が整っていない期間の実態把握は必要だと思っています。

佐見 私が指導している教職大学院の院生からは、実習に行った高校で体育の実技ができずにオンラインで保健の授業を多く担当したという話を聞きました。Web会議システムを使った同期型授業を行った彼らからは、

「やりとりの大切さ」や「楽しい授業づくり」を大事にしたいという意見が挙がりました。一方で、中学校では校庭や体育館などの広いスペースが確保できる体育実技の授業のほうが多かったという声も聞きました。基礎体力向上のトレーニング的な実技を主に行ったようです。小学校では、保健の授業がコロナに関連した健康観察の仕方や予防のための手だてを伝える時間に使われたという話を現場の先生方から聞き、保健学習と保健指導の点から見直す必要があるとも感じました。

物部 おっしゃる通り、授業への影響についてはばらつきが大きかったと思います。特別な環境下で、自宅学習の代わりに過剰に課題が出されたり、イベントがなくなったりということがあったと思います。私たちは、これらに資する体育・保健体育の授業という視点でチャレンジをしました。小学校3年の『1日の生活の仕方』の単元で、運動について“密”という言葉が子どもたちから出たときに、教員が「体育ができなくなるのでは？」と投げかけると、「それは嫌だ!」と密を避



けてできる体育について話し合い、ルールを決める活動をしたのです。不自由な環境を、あえて利用して先進的な取り組みを行うことはできると思います。

世の中の変化を 学びの機会に

— 物部先生のお話のように、世の中の変化を学びの機会に変えることができるということについてはいかがでしょうか？

植田 世の中はポストコロナに移行してもコロナ禍前の状態に戻ることはないと考えます。GIGAスクール構想は軌道に乗りつつありますし、私たちの生活様式や考え方そのものに変化が求められたので、知識・理解だけではなく、周囲の意見を聞きながら主体的に考え、判断する力が一層求められるようになるでしょう。コロナ禍による不安や混乱によってあらゆる情報が錯綜し、私たちは情報に踊らされたり惑わされたりしました。子どもたちも同じ状況にあったので、ヘルスリテラシー（健康や医療に関する正しい情報を入手し理解して活用する能力）の部分はもう少し本気で保健の授業の中で取り組んだほうがよいと思います。

佐見 新しい授業の試みとして、小中学校で反転授業の実践をいくつか見せていただきました。教科書内のポイントをまとめた動画を教員が作成し、児童生徒は事前に家庭で動画を視聴して課題に取り組み、授業ではそれらをグループ間で共有します。ICT推進のおかげでこのような授業ができるようになったと思う一方で、授業の中で学び合い、対話から新しい視点を見つけ、考えを深め、広げていけるかという部分がより大事になり、話し合いや、課題を出す際の教員から投げかける問いはとても重要になると思います。

学びの本質へ 導くために

物部 インターネットで「病気の予防」について調べる活動をしたときに、どうしても見た目のおもしろさのほうへ流れていってしまう部分が見られました。教員と子どもの対話によってどのように本質へと導けばよいのかについては大きな課題です。先の植田先生のお話のように、ヘルスリテラシーへつなぐ学びについては簡単には結論

が出ないでしょうが、教科書にはそれらが求められるでしょうし、羅針盤のような役割を持つ必要があると考えます。

植田 佐見先生が先ほど話された、教員の「問い」にヒントがある気がします。言葉だけでなく、想像がわくような資料、映像、物、経験、事例など、興味・関心を導き出せるものを示して、児童生徒が自分の課題を見つけていくという発想が必要かもしれません。それらは教科書にも求められるものですが、問いを投げかける教員自身がいろいろなことにアンテナを張り、創造できることが理想です。

佐見 教員が調べるツールや新しい学びの基となるデータがあるといいです。教科書に載っている資料やグラフから何が読み取れるかという課題を設定すると、子どもたちは実にいろいろなことを考えます。資料をどう活用するか工夫で幅が広がりそうです。

物部 そうですね。子どもたちがじっくり取り組んで納得できる学習活動がより求められるでしょう。一方で、従来からの文化の継承という意味で、体や健康に関する学習をしっかりと次



の世代に伝えていくためにも「保健」という教科(領域)を大事にしていく必要があると思います。

植田 そういう意味では、学生に卒業論文を指導する際に、「課題を見つけたら、パソコンを使っての情報収集だけではなく、足を運んでみることを勧めています。リテラシーのような方法知の一方で、自分の体に起きていることや自分の体と環境、他者との関係性を把握するには身体感覚的センスも大切で、実体験から磨かれるこのようなセンスもきちんと押さえておく必要があると思います。

(進行・文/岡本侑子 撮影/小坂直樹)

※後編は『体育・保健体育ジャーナル 第21号』(2023年7月末発行)に掲載予定。



植田 誠治

Seiji Ueda

聖心女子大学現代教養学部教育学科教授。
主な研究分野は、学校保健学・健康教育学。子どもの体と心を豊かに育むための学校保健活動ならびに健康教育のプログラム開発などの研究がある。



佐見 由紀子

Yukiko Sami

東京学芸大学教育学研究科教授。主な研究分野は栄養学、健康科学。養護教諭として幼稚園、中学校などで勤務したのち現職。健康教育と保健の授業づくりに関する研究や教員養成に携わっている。



物部 博文

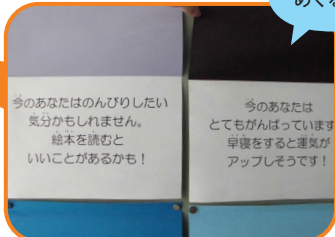
Hirofumi Monobe

横浜国立大学教育学部学校教育員養成課程保健体育教授。主な研究分野は学校保健、保健教育。現在、教員の保健・安全の資質・能力育成に関するデジタル学習教材の開発の研究に従事している。



今の気分は何色の何番?
自分の好きな色を選び、好きな番号をめぐります。
今のあなたにピッタリ? なメッセージが書かれていますかもしれません♪

色紙をめくると...



精神的な不調で来室する児童が多く、沈んだ気分が少しでも前向きになるよう、カラー心理学を応用した掲示物を作りました。



めくったところには、今の気分や心がけるとよいことなどを書き、心理テストのようなわくわく感が持てるようにしました。掲示物の前を通るたびに、選んだものを友達と話し、「外で遊ぶといいかもだっけ!」、「今日は新しい本を探しに行こうかな」と楽しんでいる児童の姿がたくさん見られました。

●関連⇒保健「不安や悩みへの対処」



鳥根県大田市立大田小学校 養護教諭 宇野夏実先生

体育・保健体育と日常をつなぐ

保健室ギャラリー 第4回

保健室の掲示物には、養護教諭の先生のアイデアが満載! 教材や掲示物づくりのヒントにも!

お正月に合わせて、保健指導とおみくじを掛け合わせた、「健康おみくじ」を作成しました。生活習慣が乱れがちな長期休業明けに、食事や睡眠といった基本的な生活習慣にアプローチすることが目的です。

本校の掲示物のコンセプトは、「体験型」であることです。鳥居に付けた縄を揺らすと、鈴が鳴ります。

丁寧に二礼二拍手一礼をしてお願いをしたり、運試しのために毎日訪れたりする生徒の様子が見られました。



福島県郡山市立郡山第一中学校 養護教諭 玉應桃子先生



養護助教諭 菅原千秋先生

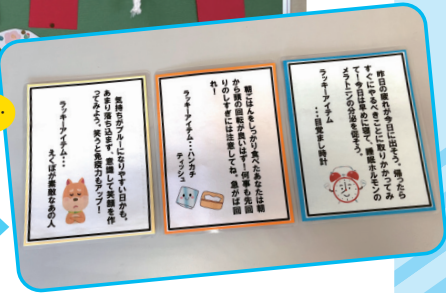


おみくじを1本引いてね!
棒の先の色が今日の運勢だよ☆

○赤	・・・大吉 (○)
○オレンジ	・・・中吉
○緑	・・・吉
○青	・・・小吉
○茶	・・・末吉 (⋯)

○おみくじを引くのは1日1回まで☆

裏返すと...



●関連⇒保健「生活習慣と健康」



シンプルな授業で多様な学びを目指す②

— 主体性を引き出す授業を実現する教師の「構え」と「しかけ」 —

桐蔭横浜大学スポーツ科学部准教授 しみず ゆう 清水 由

1 資質・能力を育む 教師の「構え」

久しぶりに小学校で授業を行いました。とても素直な子どもたちで、大変楽しい授業でした。その授業で私に求められていたのは「資質・能力を育む体育授業の具体」です。私自身「これぞ」という授業が自信を持ってできるわけでもないのですが、資質・能力を育むことを目指した「課題並列単元」の考え方で授業を行いました。

正直に書くと、授業中、非常に悩む場面がありました。小学校2年生だったので、補助付きでの「頭つき壁逆立ち」を教材としました。友達の補助付きで逆さ姿勢になり、10秒間姿勢を保持するという課題です。多くの子は、何回か挑戦したらできるようになりました。私は、もし全員ができたなら、子どもの動きや考えと照らして、少し難しい課題に挑戦してもらおうと思っていました。しかし、予想はしていましたが、そんなに簡単ではありません。子どもたちはみんな、困っている子のためにポイントを考へて発表したり、課題を共有して一緒に取り組んだりもしてくれました。その結果、できるようになった子もいるのですが、それでも3人の子ができずにいました。ポイントは、手の位置でした。頭と両手がほぼ直線になっていて倒れてしまうようでした。同じ班の子も「手、頭!」と言ってポイントを伝えようと応援していたのですが、具体的な位置関係の言葉がけにまでは至りませんでした。

授業終了の時間が近づいてきてしまいました。私が助言してできるようにさせ、笑顔で終わるか。子どもたちに次時も考えさせ、気づいてくれるのを待つか。(でも、私は次の授業はできない……。)

いかがでしょうか。同じように、教えるか待つかで悩んだことはないでしょうか。教師の助言によってであっても、それでできるようになるのなら、その子は嬉しいに決まっている。1回だけの授業なのだから全員笑顔で終わ

るのがいい。そう考える方も多いと思います。私も思う面もあります。

しかし悩んだ末、私は助言をしませんでした。「3人も、本当にあともうちょっとでできるのだけ」と励まして、振り返りをして授業を終えました。もちろん、賛否両論あると思います。そのとき私が悩んだのは、私の助言でできるようにになれば、それはその子にとって「先生のおかげでできるようになった」ことになってしまうのではないかということです。教師に教えてもらったからではなく、「自分で考えて試行錯誤してできるようになった」という経験が、資質・能力を育むのだと思います。もちろん、今、目の前の子どもたちにとって、「できる喜びを味わうこと」が必要であれば、それでもよいと思います。大切なのは、教師がその授業をどのような「構え」で行うかということです。資質・能力を育むことを目指すのであれば、目の前の子どもに寄り添い、信頼して少しずつでも委ねていくことを意識し続ける「構え」が重要なのです。

2 主体性を引き出す 授業の「しかけ」

資質・能力を育むために子どもに委ねる「構え」を持ちつつも、意図的・計画的に委ねるには「しかけ」が必要です。「主体性を引き出す」ということは、授業で「学びに向かう力」を育むことを意識するということです。そのためには、自分(たち)で考えたことに取り組んだり、選んだりといった自己決定する場面をつくることを考えます。自己決定したことを試行錯誤して考え直したり、選び直したりしていく学びの場面です。その中で「粘り強さ」や「自己調整する力」を育むことを目指します。

子どもたちに問題の発見や課題の解決を丸ごと委ねると、這い回る危険性があります。そこで「比べる」「選ぶ」

といった「しかけ」で子どもの思考や視点を焦点化することをおすすめします。

おすすめのしかけ ① 「比べる」

まだ目指す動きができていない子どもたちは、できていないことはわかるものの、その原因まではわかりません。単元を通して、原因がわかって(問題発見)から解決方法を探る(課題解決)という流れの学びが想定されます。

まずは、「比べる」しかけを使って問題を意識化します。できる子の動きとまだできていない子の動き全体の流れを「比べる」ことで、どの運動局面で問題が生じているかを考えます。例えば、跳び箱の台上前転で考えると、問題がある局面は①助走 ②踏み切り ③着手 ④回転 ⑤着地のうちのどこなのかを観察します。子どもから引き出して局面を整理しても、教師が提示してもどちらでも構いません。比べることでその違いがわかり、どの局面でできていないかを明確にします。着目すべき局面が明確になるので、動きの違いからポイントを見つけやすくなります。また、ボール運動(ゴール型)の場合は、①ボールを運ぶ局面 ②シュートに持ち込む局面のどちらに問題があるのかを考えます。そこが明確になれば、動き方(作戦)やパス・シュート(技能)といった解決方法の練習を主体的に取り組むことにつながります。

一つ気を付けたいのは、まだできていない子の動きを観察するときに、本人が全体の前でできない姿をさらすことは避けることです。できていない動きは教師が行って見せたり、ICT機器を使って、できていない動きを動画で見せたりするといった工夫が求められます。

できていない子の動きの動画は体育科などの先生方を中心に作っておくと、多くの先生方が授業で「比べる」ことができ、ポイントを見つける授業が行いやすくなるかと思います。

また、ICT機器の活用については、子どもたちによる授業中の撮影は、時間的にも技術的にも難しいことが多く、現状では効率的ではないのでおすすめできません。クラウドを活用した話し合いや教え合い活動がおすすめです。みんなが共有できる授業支援システム上の場所などを提供し、休み時間や家で一人一人が意見を書き込めるようにします。すると、普段あまり発言しない子の意見が聞けたり、十分に時間をとった振り返りができたりと、授業の内外で効果的に活用できます。

おすすめのしかけ ② 「選ぶ」

「選ぶ」は、まさに自己決定する場面をつくるしかけです。教師から与えられたことをそのまま行うのではなく、自分で決めて活動(主体性の発揮)するのです。その際、選んだ活動や課題が自分の力と開きがある場合もあるかと思います。その場合は、選び直したり(自己調整)、繰り返し取り組んだり(粘り強さ)することが学びとなり、資質・能力が育まれます。例えば、マット運動の壁倒立で考えると、補助を行うのは教師か友達か、もしくは一人で行うのか。友達の補助であれば、一人なのか二人なのかを選びます。共通課題で友達と関わり合いながら学ぶ中で、自分の力と課題の難易度を考えて自己決定します。また、ボール運動の場合は、「ルールを選ぶこと」も考えられます。例えば、ネット型だと、ネットの高さを選んだり、ワンバウンドやキャッチに関わるルールを選んだりして、合意形成してからゲームに入るという学びが考えられます。

「比べる」も「選ぶ」も比較的授業で使いやすく、子どもたちにもわかりやすい「しかけ」です。問題やポイントを見つけやすくなったり、自分の力に応じた活動ができたりするので、子どもたちが自ら考えてみたくなりますし、自分たちで考えながら行ってみたくくなります。こういった「しかけ」を使うことで、意図的・計画的に子どもに委ねていくのです。

3 多様な学びを認め、価値付ける

冒頭の授業の後、担任の先生が子どもたちの様子を教えてくださいました。できなかった子が「先生、次の体育の時間、さっきの続きをしたい」と言い、同じ班の子が「それなら休み時間に教えてあげるから練習しよう」と話をしていたそうです。「粘り強く頑張ること」、「仲間に寄り添い応援すること」を評価し、価値付けしてあげられたとのことでした。このことで資質・能力が育まれていると断言することはできませんが、このような姿が見られたら教師としてうれしい瞬間なのではないでしょうか。

「スポーツと生きる人」から、スポーツの今とこれからを知る

津端裕さん

アキレス株式会社(足育カウンセラー/上級シューフィッター)



Profile ● つばた ゆたか

1960年生まれ、新潟県出身。中央大学卒業後、1986年にアキレス株式会社に入社。35年間にわたりシューズ事業部に在籍し、営業を経て、企画開発事業に携わる。2003年に発売した子ども用運動靴「瞬足」は、年間最高650万足を売り上げる大ヒット商品となった。2021年に定年退職し、現在はアキレスの足育カウンセラーや、シューフィッターとして、靴選びの大切さを広く伝えている。

「もつと速く走りたい」「子どもにも安心・安全な靴を履かせたい」――。

それぞれの願いを叶えるべく、子どもたちの成長に合わせた足型を設計し、靴を作るアキレス社。人気シリーズ「瞬足」の開発を手掛けてきた津端さんに、履く人の心と身体が喜ぶ靴作りへの想い、そして「足育」の大切さについて聞いた。(取材・文/荒木美晴)

「コーナーで差をつける!!」とうたったテレビCMが子どもたちの心をつかんだ通学用靴「瞬足」。2003年の発売から20年が経つ今も、根強い人気を誇る。大きな特徴は、靴底の左足外側と右足内側に滑り止めを多めに施した左右非対称のソールだ。通学履きが、左回りで走る校庭のトラックを攻略できるとして、保護者の間でも話題になった。

「瞬足」の開発にあたり、津端さんはまず、小学校で子どもたちの足を定点観測した。写真に「ぎつそ」留め具がゆるい」と細かなメモ



足の自然な動きに合わせて屈曲する上履き。

を記し、撮影した20年分のデータをシリーズの改良に生かした。左右非対称が身体に悪いのではないかという声も届いたが、順天堂大学スポーツ健康科学部のバイオメカニクス研究室と共同で「瞬足」の動作解析を行い、一般の靴の足圧データと違いがないことを証明してみせた。

「瞬足」は、靴業界で開発が後手になってきた上履きにも革命を起こした。昭和のままのデザインは、足が細く、足囲が狭くなっている現代の子どもにはフィットしない。調査によって、脱げないよう靴の中で足の指を曲げてしまうため、足趾(足の指)の機能が衰えている子どもが多いことがわかり、成長期の足に配慮し、足囲や屈曲性にこだわった上履きを企画開発。そして、2018

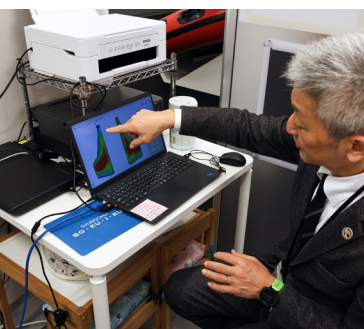
年に「瞬足@スクール」が誕生し、こちらも好評を得ているそうだ。

脚には全身の筋肉の3分の2が集まり、歩くことで血液を心臓に送り出すポンプのような役割を果たしていることから、「第一の心臓」と呼ばれる。だが、近年は生活スタイル

の変化により歩く機会が減少。特に、子どもの外反母趾や浮指、扁平足といった足のトラブルが増えており、放っておくと身体全体に不調をきたす可能性がある。アキレスは靴メーカーとして発達過程にある子どもの「足を守る社会的責任」があると考え、2013年に「アキレス足育宣言」を発表。同時に「足育の出前講座」を実施し、小学校で子どもや教員に、正しい靴を選び、正しく履くことの大切さを伝えている。津端さんも足育カウンセラーとして都内の小学校に赴き、子どもたちの足を計測したり、保護者に子どもの足の成長を見越した靴の選び方などをレクチャーしたりしている。

「足の不具合を放置すると、最悪の場合は歩けなくなる。でも、正しく足が成長すれば、財産になるんです。すごく大事なことで、学校の先生方には子どももの足元も見守ってもらえるとありがたいですね」と、津端さんは話す。

現在は、日本ゴム履物協会が推進する足型測定事業にも取り組む。競合他社を含む、靴メーカー11社が参画し、購入した高精度計測器を各社持ち回りで保有し、さまざまな足型を計測する共同プロジェクトだ。蓄積したデータから日本人の足の特徴を読み取り、各社共通の靴の木型を作れたら、メーカーによってサイズ表示や足入れ感、フィット感が違うということが起こりにくくなる。「お客様が困らないような靴を作っていければ」。津端さんはこれからも理想を追求していく。



足型の測定結果について説明してくれる津端さん。

学研・教科の研究 体育・保健体育ジャーナル 第20号 令和5(2023)年5月発行

『小学校体育ジャーナル』(通巻107号) 『中学校保健体育ジャーナル』(通巻133号)

●お問い合わせは、「学校・社会人教育事業部」へ
〒141-8416
東京都品川区西五反田2-11-8 学研ビル
TEL.03-6431-1151

●「体育・保健体育ジャーナル」のPDF版は、
WEBページから

学研 学校教育ネット <https://gakkokyoiku.gakken.co.jp/>



発行人 甲原洋
編集人 麻生征宏
発行所 株式会社Gakken
デザイン 西田美千子
表紙イラスト ミヤザキ
印刷所 株式会社広済堂ネクスト