



Tokyo Gakugei University Repository

東京学芸大学リポジトリ

<http://ir.u-gakugei.ac.jp/>

Title	保健体育科MYPへの取り組み その4( fulltext )
Author(s)	板村,邦弘; 大川,健介; 加藤,英明; 橋本,みゆき; 深澤,祐美子
Citation	国際中等教育研究 : 東京学芸大学附属国際中等教育学校 研究紀要(8): 87-96
Issue Date	2015-03
URL	<a href="http://hdl.handle.net/2309/140169">http://hdl.handle.net/2309/140169</a>
Publisher	東京学芸大学附属国際中等教育学校
Rights	

## 保健体育科 MYP への取り組み その4 MYP Initiatives in Physical Education No.4

保健体育科

板村邦弘 大川健介 加藤英明 橋本みゆき 深澤祐美子

### 1. はじめに

本校は、2010年に国際バカロレア機構により、「グローバルスタンダードの教育」の理念のもとに構成されたMYP(Middle Years Program の略\*以下MYP)の実践校として認定された。また、「グローバル人材の育成」を目的としたカリキュラム開発をテーマに、一昨年度、公開研究発表を行った。<sup>i)ii)</sup> 前回に引き続き「グローバル人材の育成」に視点を置いて研究を進めていくことになったが、今年度のキーワードとなっている「グローバルスタンダードに立脚した学びのあり方」を追求していくためには、世界標準を目標として編成されたMYPの良さを十分に活かすことを前提に授業を組み立てていく必要があると考えている。

本校保健体育科は、今年度以降についても上記で掲げる目標「グローバルな視野と能力の育成」について継続して重要視しており、それらをもう少し具体的に保健体育科教育に沿って表現するとすれば、国際社会において様々な文化に関する理解力、共存すべき他者の多様性に対処する能力の育成を目指すことと表すことができる。

本年度の取り組みとしては、昨年まで使用していたMYPにおける1年～4年生まで評価基準作成について、昨年度2月に行われたIBO(International Baccalaureate Organization)\*以下IBOによる評価訪問と本校の評価基準に関するモニタリングを受け、それらの一部改善・加筆した。また、今年度は公開研究授業を行い、これまでのカリキュラムの見直しやIBOが提唱する教育方針に対して、本校としての教科指導及び授業の内容をどのように展開していくのかについて検討した。

本書では、IBOが本校に対して行った評価基準に関する評価訪問の内容と、本校保健体育科の評価基準を用いて計画し進められた授業内容(公開研究授業)について提示する。なお、公開研究授業については、「協働」、「協同」、「共同」を三つの柱として授業を組み立てている。この三つの言葉は、日本語として同じような意味合いを持っているが、なぜそのようなキーワードを用いて授業を組み立て、展開しているかについては、後節で触れていくことにする。

### 2. IBOによるモニタリングとMYP評価訪問について

IBが掲げる教育方針に沿って活動を行う本校では、IBOによる各教科の評価基準についてのモニタリングとMYPに関する評価訪問(IBOが定めた方向性や方針とズレが生じていないか、

各 IB 校を審査するもの) を定期的に受けている。( \*MYP は 7 段階の評価基準表に基づく評価を行っている。評価基準 A~D、4 つの観点ごとに各評価点を制定し、各基準の評価点を合計して 7 段階で示している。本校における 1~3 年生は、体育と保健を合わせた形で保健体育として評価し、MYP 最終学年である 4 年生は、体育と保健を分けてそれぞれを 7 段階評価している。)

一昨年におこなわれたモニタリングの結果、いくつかの点で IBO から MYP の評価基準や評価方法、カリキュラム作成時における留意点に関してアドバイスを受けた。

これまでも本校保健体育科では、必要に応じてカリキュラムの編集や成績処理時の評価方法について改善を重ねてきたが、IBO のアドバイスをもとにこれまでの評価基準をより明確化・詳細化する様な形で、本校保健体育科の評価基準を改善した。

また、今年の 2 月、IBO による本校 MYP に関する評価訪問の際、IBO から上で触れた 7 段階評価の方法やその授業の計画方法、それに関連する書類の作成方法などについて様々な質問を受けた。

本校体育科は、IBO に対してこれまでの評価基準や評価の観点、その内容についてより明確化・詳細化した資料を提出した。下記は、IBO から受けた評価基準や評価の観点、その内容評価に関する具体的な質問に対して、本校の保健体育科が提示した資料や回答した内容を抜粋したものである。

#### ①評価基準 A 運動に関する知識の活用について

Question 1 : 評価基準 A ・知識の活用は、どのようなもので評価しているのか。

Answer : 学期ごとに行う期末考査(筆記試験)の点数によるものと、学習課題プリント等提出物の内容や、授業内での理解度調査・聞き取り等で評価している。期末考査は、保健で学習した内容と体育で学習した内容それぞれの理解度を問う記述式で行っている。単に運動の名称や固有名詞を答えさせる穴埋め式ではなく、学習した内容を、どのように工夫して活用すべきか考え、述べるような問題構成で作成している。

(図 1)

#### ②評価基準 B 運動の構成について

Question 2 : 評価基準 B ・運動の構成については、どのように評価しているか。

Answer : 運動の特徴で異なるが、跳び箱、陸上競技・長距離走を例に示す。

例: 跳び箱 = 助走~着地といった(1)~(6)の局面に分けてそれぞれを評価している。

- (1) 適切な助走スピード      (2) 力強い踏み切り      (3) 手をつく位置  
(4) 台上での姿勢      (5) 手を突き放してから着地までの姿勢      (6) 着地の姿勢

評 価	0～1	2～4	5～6
評価基準B 運動の構成	右記のいずれにも達しない	評価ポイントに関してだいたい基準に達している	評価ポイントに関して十分基準に達している

例：陸上・長距離走＝脈拍数と運動強度、距離等の関係について評価する。呼吸器・循環器の発達について学習した保健授業内容を活用する。長距離走に欠かせない全身持久力を高めるトレーニングを行うため、運動強度を示す運動後脈拍数の目安や最大酸素摂取量を安静時脈拍数から算出する。そして、体育授業の長距離走練習時に運動直後の脈拍数を計測し、目標の運動強度で練習ができるよう構成できたか検討する。

(図2)

評 価	0	1～2	3～4	5～6
評価基準B 運動の構成	右記の説明で記述されるいずれの基準にも達しない	自己の安静時脈拍数から目標心拍数を算出するが、長距離走の練習時に活用することができない	自己の安静時脈拍数から目標心拍数を算出し、長距離走の練習時に活用することができる	自己の安静時脈拍数から目標心拍数を算出し、長距離走の練習時に十分に活用することができる

③評価基準C 運動の技能について

Question 3：評価基準C・運動の技能は、どのように評価しているのか。

Answer：授業時に撮影したスキルテストの映像や授業ノートなどを提示する。

例 マット運動＝技の難易度による配点や技の加点減点ポイントの説明をおこない学習ノートの提示をする。例えば、右図のような「学習ノート」と「ふりかえり」(図3)には評価の観点基準表が乗せてあり、学習者に対してどのように練習していけばよいかわかりやすく記している。上達するにはどうすべきかなど、課題を見つけて改善できるよう各自が考察し、教員とコメントのやり取りなどをすることで実技のフィードバックとコミュニケーションを深めるねらいも兼ねている。

	もう一息(1点)	合	できる(2点)	合	よくできる(3点)	合
前転	手でマットを押して起き上がることができる	<input type="checkbox"/>	手を前にして起き上がれる	<input type="checkbox"/>	膝を閉じて真っ直ぐに回る	<input type="checkbox"/>
開脚前転	手でマットを押せるがおしりをついてしまう	<input type="checkbox"/>	膝が少し曲がるが、立つことができる	<input type="checkbox"/>	膝が曲がらず足を大きく開いて立つことができる	<input type="checkbox"/>
側立前転	真っ直ぐな側立姿勢とは見えないうちに入ることができる	<input type="checkbox"/>	側立で静止することはできないがスムーズな側立前転で手をかわずに起き上がることができる	<input type="checkbox"/>	側立で一度静止してから、スムーズに前転して、起き上がることができる	<input type="checkbox"/>
とび前転	前転のように回る	<input type="checkbox"/>	体を少し浮かせて回り、起き上がれる	<input type="checkbox"/>	遠くへ伸びるように跳んで回り、起き上がることができる	<input type="checkbox"/>
後転	左右に曲がったり、膝立ちになる	<input type="checkbox"/>	膝を伸ばし、両手をついて回り起き上がる	<input type="checkbox"/>	膝を閉じて真っ直ぐに回る	<input type="checkbox"/>
開脚後転		<input type="checkbox"/>	膝が少し曲がるが立つことができる	<input type="checkbox"/>	足を大きく開き、膝を伸ばして立つことができる	<input type="checkbox"/>
伸脚後転		<input type="checkbox"/>	膝を伸ばしたまま前転して前転して後転し、膝を曲げずに立つことができる	<input type="checkbox"/>	膝が常に前にした状態で膝を伸ばしたまま前転して後転し、膝を曲げずに立つことができる	<input type="checkbox"/>
側方側立前転	足が膝より低い回り方になる	<input type="checkbox"/>	手、足を順序良くつき、足を膝より高く上げて回る	<input type="checkbox"/>	手、足を伸ばして真っ直ぐに回る	<input type="checkbox"/>
ロンダート	側方側立前転から後ろに1/4ひねって両足で立つことができる	<input type="checkbox"/>	手でマットを突き放し、浮かんでから着地できる	<input type="checkbox"/>	膝で曲がることなく、側立姿勢が真っ直ぐなロンダートができる	<input type="checkbox"/>
バックス	自分で工夫したポーズで立つことができる	<input type="checkbox"/>	自分で工夫したポーズで美しく立つことができる	<input type="checkbox"/>	自分で工夫したポーズで美しく3秒静止することができる	<input type="checkbox"/>

#### ④協議会における本校の保健体育科への質問

Question 4：カリキュラムの見直しは、いつどのタイミングで行っているか。

Answer : 1年間に一度は必ず見直している

\*上記の内容については、IBOより追加の質問を受け、それに解答した。

Question (追加)：それは正式な方法によってのものか。

Answer (追加) : 教科会を毎週一回行っている中で、その中で検討している。

Question 5：AOIのFocus(焦点)の決め方は、どのように行っているか。

Answer : 体育実技は、IBOが提唱する教育指導方針(AOI\*Areas of Interaction)のうち、「健康と社会教育」が当てはまるが、その中でも、ダンスなどでは「人間の創造性」について焦点をあてて、集団競技などでは「コミュニティと奉仕」の中でコミュニティの形成の仕方などを学ぶ。

Question 6：教科間連携についてはどのように行っているか。

Answer : 映像の編集など、情報科との連携も図ることができる。また、数学科と連携して、走り高跳びなどの種目についての速度測定・算出方法、跳躍などの試技に関する数学的手法を用いた分析について、実技と合わせて学習する。そして、実技を行う時期についても検討し、情報交換している。

### 3. 公開研究授業について

#### ①「現代的なリズムのダンス」授業者：橋本教諭

授業の内容と展開(下記単元計画書)については、昨年度の授業の到達点を基準に目標を定め、生徒に求める技術的難易度や予習や復習を含め、授業を受けるために必要な準備などについて求める水準を1ランク上げたものを目標にした。

具体的には、一つの作品を創り上げる時、企画や演出、実演などそれぞれの役割を完全に分担した上で挑むのではなく、全員が企画・演出段階から案を持ち寄り参加して一つの作品(ダンス)を作り上げていくというビジョンでおこなった。

授業で使用する場所については、映像の編集や撮影の環境などを考慮し、映像視覚的な観点から、2階に広場のある第1体育館に決定した。

生徒の授業参加意欲や準備すること・参加することへのモチベーションを高めるため、また全員がリーダーとして、主体的に取り組ませたいという思いから、授業の形式を生徒が自ら志

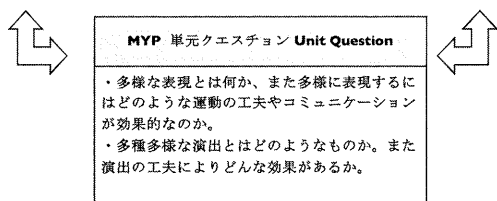
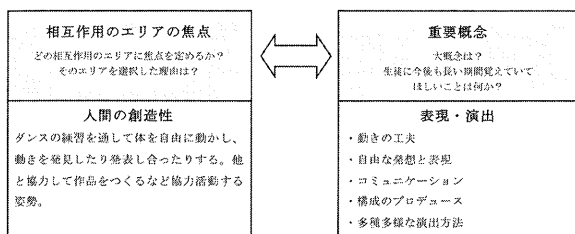
望し選択した上で参加するかたちの「選択授業」にした。この授業は一年を通じて展開され、反復練習などを含めたダンスの実技、撮影、画像の編集やデザイン、発表会（視聴会）までを一つの課程として捉えた授業とした。

単元設計書

単元名	ダンス（現代的なリズムのダンス）
担当教師	橋本みゆき
教科と学年	保健体育科 第6学年
授業時数/学習期間	9時間 4月～6月

第1段階：重要概念、相互作用のエリア(A01) 及び単元クエスチョンの統合

<b>IBの学習者像の焦点</b> どのIBの学習者像に焦点を定めるか？ なぜそれに焦点をあてるのか？	<b>創造する人・コミュニケーションができる人</b> 仲間と教え合う、提案し合うなどの協力活動を通して、動きや構成を演出し作品をつくり、表現・発表する。
---	--



<b>評価</b> どのような課題であれば、生徒が単元クエスチョンに答える機会を持つだろうか？ 理解を示す証拠として認められるのは何だろうか？ 生徒は、自身が理解した内容をどのようにして示すことができるだろうか？
リズムとり ステップの基本動作 ウォーミングアップダンス 創造性のある動きや構成の提案 動きの発表・作品発表 ビデオ撮影の工夫・編集の工夫・鑑賞 学習ノートの活用
この単元において、具体的にどのMYP目標に振り回れるか？
創造と表現、 運動と身体、 健康と運動、 コミュニケーション
どのMYP評価の観点を使用するか？
知識の活用（表現の仕方、体方の高め方、交流や発表の仕方など） 運動の技能（リズムとり、ステップの基本動作、体の使い方など） 運動の構成（動きのつなげ方、調と群の動きの変化や場の使い方、撮影・編集の提案など） 社会的スキルと個人的関与（毎時間の取り組み、学習ノートによるポートフォリオ）

第2段階：逆向き設計：評価から探究による学習活動まで

<b>内容</b> 生徒が単元クエスチョンに答えられるようにするには、（コース概要にある）どのような知識やスキルを活用することになるのか？ 国、都道府県、市や地域によって定められている場合は、どの程度の水準を目指し、どのようなスキルに取り組むべきなのか？ そのような第1段階の重要概念を明確させるために、その水準やスキルをどのように分類して取り込むことができるのか？
<b>健康と運動</b> ダンスの体づくり、柔軟性、力の入れ方・抜き方、リズム感 ウォーミングアップの仕方（アイソレーション、ストレッチなど） 作品作り、 発表会、鑑賞会

② 授業公開後の質疑応答（ダンス授業について）

質問者A：「編集する時間も、体育の時間に組み込んで想定していましたか。」

授業者：「時間的に厳しい部分があるので、撮影方法に工夫を凝らし、様々なカット撮りや移動しながらの撮影などを重視した。編集に関しては2学期に持ち越す。」

質問者B：「本年度の生徒は、昨年度も履修していた子ども達ですか。」

授業者：「今年度の生徒らは初履修です。」

質問者B：「難易度の高い振り付けに関して、どのような工夫をしましたか。」

授業者：「昨年度履修した生徒のダンス作品をみせ、全く踊ることができなかった生徒も練習を通じて踊ることが出来る様になることを示し、モチベーションが上がるように促した。また、スピードコントロール付きのCDプレイヤーを使用し、ゆっくりとしたテンポの動きから慣れさせた。」

質問者A：「評価に関して工夫したところがありますか。」

授業者：「学習ノートに記録させ、各自が演出担当した箇所をノートから読み取る。

また、作業中に目を配り判断する。」

### ③「バレーボール」授業者：板村教諭

本単元の目標

- (1) 相手コートにボールを落とすことができるためにどのような技能が必要かを考えながらゲームを行う。
- (2) 味方コートにボールを落とさないためにどのような技能が必要かを考えながらゲームを行う。
- (3) IB Learner Profile における 10 の学習者像を基礎としての活動を促す。また、今まで以上に仲間とのコミュニケーションを深め、協力して活動する。
- (4) 自分や相手チームの安全に留意しながら活動し、自らの責任や役割を果たす。

バレーボールの授業（下記単元計画書）に対するねらいについては、技術の向上のみならず、コミュニケーション能力向上の他、授業に関する自主性の向上、探求型での授業を行うことによって生徒が学習での深めを図ることを目的としている。

生徒に身につけさせたい力について、授業のキーワードに掲げた「協働・協同・共同」に関連させて、バレーボールの基本的な動作や連携した運動、授業が持つ本質的な意味について生徒に投げかけながら子ども達自身の「気づき」を引き出すことを願っている。

バレーボールにおける運動技能を抽出した動画や図を使用して示すことやそれらから必要となることは何であろうかと生徒に意見を引き出すことや運動実践を図ることで、バレーボールへの気づきや理解する力の向上を目的としている。授業の具体的な技術的な具体的な目標については、下記の通りである。

○目標1 オーバー、アンダーハンドパス30回を目標に

○目標2 3段攻撃を4回中1回は成功する努力をしよう

授業を通じて、個人技能の向上を図ることは必要であるが、チームとしてのまとまりをめざす上では、声を掛け合う、体で表現するなど協力・コミュニケーションする能力を引き出すこと主眼をおいた。

また、生徒の分担した係としての責任や奉仕、学習の取り組み公正さなど、授業後には授業に関わる内容を「学習カード」を記入し、毎時間ごとに提出をした。これは、自己や他者について述べたり、チームについて表したりすることのできるものとして有効であった。

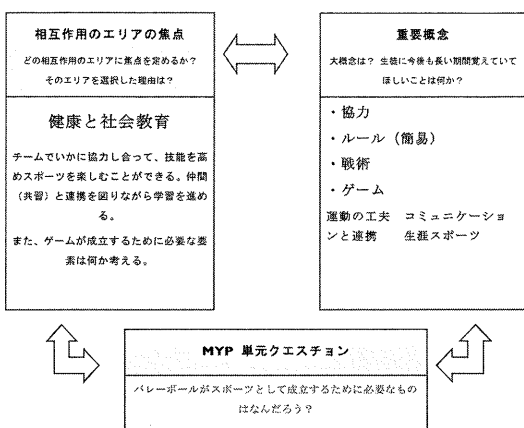
この学習カードは、本単元だけでなく、ほとんどの単元で生徒達は記入している。時によっ

ては生徒達が、見せ合うこともある。教師は助言をすることもありますが、生徒が内面で考えていることや他者に伝えたいことなども書かれており、それをリーダーに伝えることもあった。

MYP unit planner

単元名	バレーボール
担当教師	板村 邦弘
教科と学年	中等3年（共習）
授業時数/学習時間	8時間

第1段階：重要概念、相互作用のエリア（A01）及び単元クエスト  
ヨンの統合



<p><b>評価</b></p> <p>どのような課題であれば、生徒が単元クエストに答える機会を持てるだろうか？</p> <p>理解を示す証拠として認められるのは何だろうか？</p> <p>生徒は自分が理解した内容をどのようにして示すことができるだろうか？</p>
<p><b>Formative Assessment:</b></p> <p>Task1: ルールや戦術を 理解する</p> <p>Task2: 一人でアンダーハンド・オーバーハンドが続けられるようにする。</p> <p>Task3: チームでボールをつなげられるようになる（ボールがある時、ボールのない時）</p> <p>Task4: チームを決め、ラリーを続けるための作戦を考え、リーグ戦を行う</p> <p>Task5: 個人やチームの振り返りを行う</p>
<p><b>Summative Assessment:</b></p> <p>Task1: ルール（簡易）、簡単な戦術を理解しているかのテストを行う</p> <p>Task2: 個人で連続直上を記録する</p> <p>Task3: リーグ戦の勝敗</p> <p>Task4: 振り返りシートを提出する</p>
<p>この単元において、具体的にはどのMYP目標に寄り添むか？</p>
<p><b>A 知識の活用</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・簡単なルールや名称・技能を知っている</li> <li>・簡単な戦術や練習方法を考えることができる</li> <li>・競技を運営するために必要なセルフジャッジ方法を理解している</li> </ul> <p><b>C 運動の技能</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・一人でボールコントロールすることができる</li> <li>・ラリーを続けるための方策を、チームで考えられる</li> <li>・その方策を用いて、ゲームで勝つことができる</li> </ul> <p><b>D 社会的スキルと個人的関与</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・他者との協力や相手を尊重することができる</li> </ul>

④授業公開後の質疑応答（バレーボールについて）

質問者A : 「ミニゲームは通常コートでのゲームに展開させないのでしょうか？」  
 授業者 : 「6年を一貫して見通しているの、中学生から高校生段階へと成長過程によって変える。」

質問者B : 「バレーボールの練習について、回数（数字）を決めた具体的な根拠はありますか？」

授業者 : 「授業を開始する当初は、ipad を使用して目標を定めようかという会話をしていた。（子ども達がバレーボールをどのくらいできるのかりサーチするため）そして、子どもたち自身に考えてほしかったため、目標値に関しては曖昧ではあるが、大雑把に定め、最終的なものはその時の生徒らの判断力にゆだねることにした。3段攻撃などの回数決定についても、同様である。」



### ⑤公開授業での助言について

現代的なリズムのダンスがどのように日本の学校教育に入って来たのかその課程について考察すると大変興味深い。以前、ダンスは女性のものとして捉えられがちだったが、新しい学習指導要領においては以前まで創作ダンスとフォークダンスだけだったものが大きく変化した。1970年代に入ると生活が豊かになった影響もあり、生涯教育としてのダンスが重視され、学校教育においても「リズムダンス」として重要視され始めた。

そのような歴史的視点で、今回の公開授業を捉えた時、型のあるものから型のないダンスへの変化というものが、授業者の表現方法から見て取れた。

ダンスなど身体表現系の運動において、新しい動きを生み出すもとは、何かのマネから始まり、それらを素材にして「ダンス」が形創られていく。模倣こそが初歩レベルのダンス指導において重要なものとなる。

授業における充実感については、踊り込む時間を与えることで技術が発達・向上し、それがパフォーマンスとして成立した時に直接的な達成感・充実感につながる。そしてそれらが学校教育、すなわち授業へのモチベーションになる。

現代の豊富な映像機器を上手く利用し、仲間意識や新たなダンスへのモチベーションを付加させて授業に組み込んでいくとよい。

バレーボールの授業にみた「共生」については、公開授業の実技中に、男女問わず活発に動いており、競技スポーツ的な雰囲気を持ちながら、生涯スポーツとしてのスポーツを連想させる授業展開で、見ていて非常に心地よかったと言う意見もあった。

### ⑥公開研究授業全体について

公開授業研究会では、「Vision」という視点を付加した。「Vision」という言葉は、「見通し」あるいは、「見通した先にある光景」と定義づけた。これは、逆向き単元設計を立てる段階で教師は生徒の到達目標達成時の姿をイメージするが、それが教師のイメージする Vision の最終段階である。また、それに至るまでの学習過程を逆向きにたどり、その場面場面での生徒の姿をイメージすることも Vision である。

生徒達は、練習過程でステップバイステップの目標にあった具体的な練習方法や戦術などの成功例をイメージすることが Vision であり、それに向けた見通しを立てることも Vision に含まれる。このように、生徒も教師も課題達成時の生徒の姿を具体的にイメージしながら、また確認しながら学習を進めさせることを目標とし、それを今後も継続していきたいと考えている。

また、4学年はMYPの最終学年になるので、カリキュラムの特徴を活かしつつ、教師が「Vision」を示し、生徒が「Vision」をイメージできるような授業を展開することを目標としている。6学年はMYPを終了しているが、MYPのカリキュラムの良さを引き継ぎながら、教師が「Vision」を

示し、生徒が「Vision」をイメージできるような授業を展開することを目標としていく。

また、MYPは1年～4年（中学1年～高校1年）のプログラムであるが、本校、保健体育科ではMYPの持つ良さを5,6年生でも活かしながら「協働」、「協同」、「共同」を三つの柱として授業を進めている。まず1つ目の「協働」は、授業を運営する上での役割分担を意味することとする。2つ目の「協同」は、同じ目標のために協力しあうことを意味することとする。また3つ目の「共同」は、男女で協力しあうことを意味することとする。これら、3つの「きょうどう」をうまく組み合わせ、機能させることを通じて、生徒間のコミュニケーションを活性化させ、自主性を高め、協力して課題を達成させるような授業を目指してきた。

また、グループ学習では、欠かせない要素としてリーダーシップとフォロアーシップがある。グループをしっかりとリードしまとめようとするリーダーが存在し、リーダーと目的意識を同じにし、積極的に協力するフォロアーがいるグループは、通常よりもコミュニケーションが活性化し、練習方法に様々な工夫がこらされたり作戦が徹底したり等、高いパフォーマンスが発揮されることが知られている。<sup>iii)</sup>リーダーを中心に、グループでしっかりとまとまって自主的に学習を進めていけるよう指導を工夫していくことが大切な点である。

#### 4. おわりに

教科教育については、これまでと同様に生徒間のコミュニケーションを活性化させ、自主性を高め、協力して課題を達成させるような授業を意識し、取り組みの中で教師と生徒、生徒と生徒のコミュニケーションの活性化を重視していく。そうすることで、生徒達が学習課題や内容をより具体的に鮮明にイメージして授業に臨めることを目指していく。加えて、授業内では常に準備や運営に関して教師だけでなく生徒たちも全員が役割分担をし、男女で分け隔てることなく協力することによって、他人の長所を認めてチームでそれを活かし、能力差や技能差、性差、得意不得意などを補い合うように工夫していきたい。

今後の活動については、来年度に評価基準の一部が変更され、カリキュラムやその評価基準について改めて検討することが求められている。さらに、MYPに加えて本校全体としてDP (Dual language Diploma programme) の導入が計画的に進められている。このような動きに対して、保健体育科には次なる新たなカリキュラムの開発、研究が求められている。

参考資料

図1

＜学期末考査問題例：保健・薬物乱用＞  
 問題1 2 以下の観点から、わが国の薬物乱用に対する対策についてまとめなさい  
 ・法律で：  
 ・学校や社会で：  
 ・保健所や精神保健福祉センターで：  
 問題1 3 薬物乱用が深刻な社会問題としてとらえられているのはなぜか。説明しなさい。

図2

＜学習課題プリント例：長距離走1年＞  
 ☆脈拍数と運動強度  
 ▼計算してみよう  
 私の運動強度60%のトレーニングは、運動直後の脈拍数が.....になる運動である。  
 70%では.....、75%では.....、80%では.....。  

$$\text{安静時脈拍数} = \frac{C}{220 - (\text{自分の年齢}) - \text{安静時脈拍数}} \times 100$$
 運動強度の割合(%) =  $\frac{\text{運動直後の脈拍数} - \text{安静時脈拍数}}{220 - (\text{自分の年齢}) - \text{安静時脈拍数}} \times 100$   
 ・運動強度60～75%の運動が健康維持に適した運動となる。  
 ・.....を高めるためには、.....の運動強度が必要となる。

＜学習ノート・毎時間の振り返り＞

第 回	月 日 ( )
今日の成果と課題	
自己評価 A:よくできた B:ふつう C:あまりできなかった	
関与	① 忘れ物・遅刻・見学をしないで授業に参加することができた ② 興味を持って積極的に練習することができた。 ③ 授業の準備や後片付け、準備運動、整理運動ができた。 ④ 仲間と協力して楽しく練習することができた。
構成	⑤ 課題を解決するために練習方法などを工夫することができた ⑥ お互いに教え合うことができた。 ⑦ 連続技をうまく構成することができた。
技能	⑧ 今持っている力を生かしてマット運動を楽しむことができた ⑨ 思い切り体を動かすことができた。 ⑩ 新しい技能(動きや技)を身に付けることができた。
知識	⑪ ねらいや技のコツを理解して練習することができた。 ⑫ 練習したことをもとに自己や他人を評価することができた

図3 <学習ノート例>

1年器械運動

組番氏名( )

課題：マット運動 オリジナルの演技(連続技)を考えよう。

<Unit Question> “個々の技には、どのようなコツがあるのか”  
 “美しい連続技を組み立てるには、どのような工夫が必要であるか”

※ロングマット1枚の長さ1往復(以上)を使って行う。

- 前転系…前転、前後開脚前転、倒立前転、とび前転、開脚前転、手無し前転 他
- 後転系…後転、開脚後転、伸膝後転 他
- 側転系…側方倒立回転、側方倒立回転1/4ひねり、側方倒立回転跳び1/4ひねり 他
- バランス(3秒静止)…水平バランス、片足立ちバランス 他
- ターンとつなぎ…ジャンプ1/2ひねり、片足ターン、前後開脚 他

- \*7つ以上の技で構成すること。
- \*倒立前転、とび前転、側方倒立回転、バランスを必ず入れること。
- \*補助は付けてかまわないが、段階を追って頼らないようにしていくこと。
- \*あまり高度な技を無理して行わないように。

☆運動の技能の評価

○マット運動到達基準チェックカードの合計ポイントから下記のように評価する。

評価	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
合計点	1~3	4~6	7~9	10~12	13~15	16~18	19~21	22~24	25~27	28~30
規準C 技能	右記のいずれにも達しない	マット運動の基本的な技能を大まかに身につけている	マット運動の基本的な技能をだいたひ身につけている	マット運動の基本的な技能を十分に身につけている						

参考文献

i 板村邦弘・加藤英明他「グローバルな視野と能力を持つ生徒の育成～中等教育の特色を活かした授業の開発～本校第3回公開研究会資料 2012 pp.173～193  
 ii 板村邦弘・加藤英明他「保健体育科の取り組み」本校研究紀要 2012 pp.99～111  
 iii 加藤英明他「小・中連携で行う心の健康教育」東京学芸大学附属竹早中学校研究紀要 2010pp.226～249