

〔課題演習報告〕

生きる力を育てる中学校保健体育科学習指導の研究
—意思決定過程を位置づけた保健の授業づくりを通して—

The Junior High School Health and Physical Education to Cultivate Zest for Life
-Focusing on Decision Making Process in Health Education-

山本伸理子

Noriko YAMAMOTO

福岡教育大学大学院教育学研究科教職実践専攻教育実践力開発コース

(2015年1月6日受理)

子どもを取り巻く問題に、人間関係の希薄化や生活習慣の乱れ、ストレスや不安感、運動不足、アレルギー疾患等の健康に関する問題がとりあげられ、生きる力が育まれにくい状況が指摘されている。本研究では、様々な健康課題に対して、より良い解決方法を考える、中学校保健体育科学習指導の在り方を明らかにし、子どもの生きる力を育成する。本研究では、生きる力を「問題解決能力を用いて、自ら生活を創造していく能力」と捉え、様々な課題を解決するために、保健分野の授業において、子どもの意思決定を重視した活動を位置づける。具体的には、学習指導過程に、行為の結果を予測する活動を取り入れ、最終的な意思決定と行動を選択し、実行しようとするところから究明する。研究の結果、結果を予測する活動を取り入れることにより、よりよい解決策を考え、実行しようとする子どもの姿へと高めることができ、生きる力の育成につながることが示唆された。

キーワード：生きる力、保健体育科学習指導、意思決定過程

1 はじめに

保健体育審議会答申(1997)では、近年、情報化による人間関係の希薄化や生活習慣の乱れ、ストレスや不安感、運動不足、アレルギー疾患等の現代的な健康問題が多く指摘されている。学校においては、いじめや不登校、生活習慣病の兆候などの心身の健康問題や問題行動も多様化し深刻化していることも指摘されている。

平成20年に学習指導要領が改訂され、保健体育科の目標、「明るく豊かな生活を営む態度」については、「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力」「健康の保持増進のための実践力」「体力の向上」が具体的目標としてあげられている。

従前の目標は、「積極的に運動に親しむ」であったが、現行の目標においては、「生涯にわたって運

動に親しむ資質や能力の育成」が求められている。そのためにも、保健体育の体育分野の充実のみならず、保健分野の充実にむけた授業づくりが必要だと考えられる。

しかし、学習指導要領保健体育編中学校保健分野の授業時数は、昭和33年度版では、3学年間70単位時間であったが、昭和52年度版では、55単位時間と減少した。現行では、48単位時間程度となり、現在の保健学習は、かつての授業時数と比較すると限られた時間となっている。

また、野津ら(2007)によると「7割以上の子どもが保健学習は大切だと考えているが、保健での学習を日常生活に活用・実践したり調べたりすることができていない」という状況や「保健の学習をすれば、社会に出てからの生活に役立つ」と考えている児童生徒数は、学校段階が上がるにつれて低くなっていることが報告されている。つまり、

授業での学びが学びにとどまっておらず、保健の学習が社会に出てからの生活をする上で必要となる力にまで、高められていないといえる。したがって、限られた時間の中で、生徒が保健学習の大切さを実感し、学んだ事を生涯に渡って、活用・実践し、健康に留意した生活を送り続けていく力を育む保健学習の在り方を考えていくことが求められている。

2 研究の目的と方法

(1) 研究の目的

本研究では、「生きる力」を、「問題解決能力を用いて、自ら生活を創造していく能力」と捉え、保健分野の学習指導過程に意思決定過程を位置づける。生徒が課題に対するよりよい解決策を考え、意思決定・行動選択をおこない、これからの生活での実践につなげるための指導法の検討を行う。

(2) 研究の方法

文献研究と実践研究を行う。文献研究では、中学校保健分野における先行実践をもとに、保健学習の充実に向けた指導法について調査を行う。実践研究では、先行実践をもとに、保健分野で生徒自らが意思決定・行動選択するために、授業に意思決定過程を位置づけ連携校において授業実践・考察を行う。

3 先行研究

(1) 生きる力とは

平成 20 年の学習指導要領改訂により、子どもたちの確かな学力、豊かな心、健やかな体の調和を重視する「生きる力」がより一層重視されることが目指された。

保健体育審議会答申(1997)において、子どもの「生きる力」を身につけるために、学校の保健教育が重視され、「健康の価値を認識し、自ら課題を見つけ、健康に関する知識を理解し、主体的に考え、判断し、行動し、よりよく課題を解決する」資質や能力の育成が求められていることが明らかとなっている。この課題解決について、新堀(1997)は「生きる力」を次のように述べている。『「生きる力」とは、それぞれのライフステージにおける発達段階に応じた課題に取り組む力であり、最終的に子ども自身の幸福感や生活の豊かさにつながる』と考えており、「生きる力」を、生命力・生活力・成長力の3つに分類している。新堀の「生きる力」を3つの力であらわすと図1のようになる。

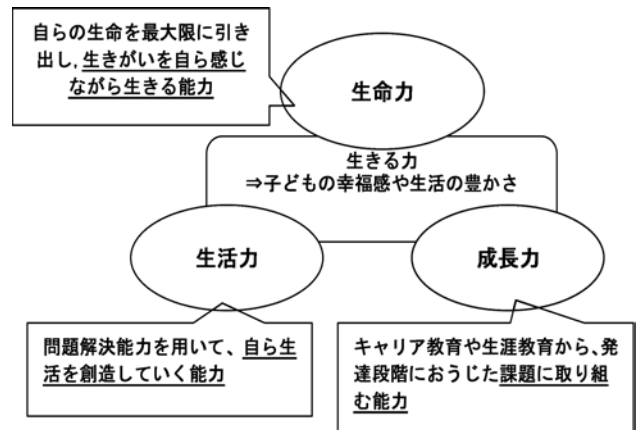


図1 新堀通也(1997)生きる力の捉え方

図1の新堀の考えをもとに、本研究においては、保健分野における3つの力に換言すると次のようになる。と考える。

- 生命力**…自らの生命を大切にし、生きがいを感じながら健康に生きようとする能力
- 生活力**…問題解決能力を用いて、自ら健康な生活を創造していく能力
- 成長力**…発達段階に応じた健康課題に取り組む能力

以上のことから今後、社会が変化する中でも、健康に生きていくための「生きる力」は、必要不可欠なものであり、「生命力」「生活力」「成長力」を教育活動全体で育む必要がある。そこで、本研究においては、保健体育科における保健分野の指導法の在り方に、新堀の考えを生かし、上述した3つの力を育みながらも、主として、「生活力」を高めていく必要があると考える。

(2) 保健分野の体系と求められる能力

保健の授業は、小学校3年生から始まる。小学校段階では、個々の子どもの身近に起きる事象から健康や安全に関する基礎的な内容を、より実践的な方法で、学習指導が行われている。

中学校段階においては、小学校段階で学んだことを抽象化し、個人生活における事象をより科学的に学んでいく。したがって、中学校段階においては、実践的に学ぶことを念頭に学習指導が進められていくことが重要である。高等学校では、小・中学校段階での学びから個人だけでなく、社会生活を含んだ、より総合的な健康・安全の学習指導へと発展し、系統づけられている。学校段階での系統性を踏まえつつ、学校段階に伴って学習内容の系統性をもって保健の学習を進める必要性があり、中学校・高等学校段階においても、実践的な保健学習を進める必要があると考える。次の図2

に各学校段階における指導内容の体系を示す。

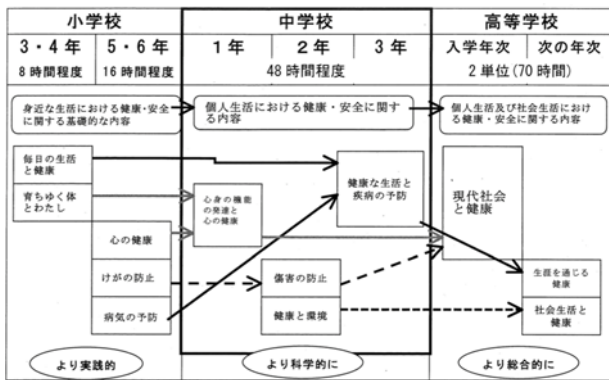


図2 各学校段階における指導内容の系統性

上記に示したように、系統性を意識した保健分野の学習指導を進めることで、健康課題を解決する能力を育てることが必要となる。この求められる能力について森(2002)は次のように提唱している。

森によると、今日の保健分野で求められている能力は、4点あげられている。①自分の体の状態がわかるという能力：自分の体の微妙な変化や異常に気付くことができ、その状態(変化や異常)の意味が分かること②健康がどのように維持・破綻・回復されるかがわかる能力③健康の維持・回復するための方法がわかり、その方法が必要に応じて使える能力：健康を維持し、病気を予防するうえで必要な生活のすべや日常の傷害の処置や身体不調④自分や集団の健康を維持し、回復していくために必要な社会的行動がとれる能力である。

先の記述にある森の考えをもとに、上記①②③にあたる、「気づく」「考える」「知る」を保健体育科の保健分野を中心として取り組み、授業の終末で④にあたる「生かす」ことにも触れ、保健での学びをこれからの自分や日常生活に生かせるようにする。ここでいう「生かす」ことは、保健での学びを日常生活に適応させるため、健康課題について自分なりの解決策を考え、意志決定し行動選択させることである。

(3)意思決定について

学習指導要領保健体育科の目標の中では、「健康の保持増進のための実践力の育成」にあたって、「心身の健康の保持増進に関する内容を知識としてとどめるのではなく、科学的な思考と正しい判断の下に意思決定や行動選択」を行うことが、示されている。

小原(1997)によると「意志決定力とは、問題場面での自己の行為を科学的な事実認識と反省的に

吟味された価値判断に基づいて選択・決定するために必要な能力であり、目的・目標を達成するために、あるいは問題を解決するために考えられるすべての解決策の中から、より望ましいと判断できるものを選択・決定することのできる能力である。」と定義しており、「生徒が目的・目標を達成するために考えられる実行可能なすべての行動案(手段・方法)、あるいは、問題を解決するために考えられるすべての解決策の中から、より望ましいものを選択・決定することのできる能力である。」と述べている。生徒の意思決定能力を身につけるために、小原は意思決定過程を明らかにし、次のように示している。

表1 小原友行(1997)意思決定過程

<p>①問題把握 「どのような問題か、人間生活にどのような影響があるのか」「何をなすべきか、何がなされねばならないか、どの解決策がより望ましいのか」</p> <p>②問題分析(原因究明) 「なぜそのような問題が生じるのか」</p> <p>③達成すべき目的・目標の明確化 「問題解決によって何を実現するのか、達成すべき目的・目標は何か」</p> <p>④すべての実行可能な行動案(解決策)の提出 「行動案(解決策)としてどのようなものが考えられるか」</p> <p>⑤行動案(解決策)の論理的結果の予測と評価 「もし、そのような行動案(解決策)を実行したとしたら、どのような結果が生じるか」</p> <p>⑥行動案(解決策)の選択と根拠づけ 「達成すべき目的・目標と行動案の論理的結果から考えて、どの行動案(解決案)がより望ましいのか」</p> <p>⑦決定に基づく行動 「やってみよう」</p>
--

そこで、小原の意思決定過程の考えを生かし、生徒が様々な健康課題に直面しても、自分がとる行為の結果を予測し、実生活の中で、よりよい解決策を見だし実践していく保健の授業づくりをめざした。

4 実践を踏まえた提案 I

(1)実践単元

保健分野「心身の発達と心の健康」自己形成
A 中学校第1学年 女子 32名
平成26年7月9日

(2)本時の目標

①本授業では、自分のよさを伸ばした自分の在り方の予測をさせ、今後、自らが必要な情報を収集し判断し意思決定・行動選択をしていく技能を身につけることをねらいとする。

②友人から自分のよさを見つけてもらう活動を通して、他人の立場や考えを知り、今の自分のよさに気づき、自己肯定感を高めることや自分自身を見つめ直し、自分らしさの形成につなげることもねらいとする。

表2 意思決定過程と授業展開の対応

授業展開	意思決定過程	活動内容
導入	①問題の把握 ②問題分析(原因究明) ③達成すべき目標や目的の明確化	・学級のアンケート結果より、学級の実態を把握させる
展開	④すべての実行可能な行動案(解決策)の提出 ⑤行動案(解決策)の論理的結果の予測と評価	・自分のよさを伸ばすことができた時や伸ばさなかったときの結果を予測させる ・友人から自分のよさをみつけてもらう活動を行い、自己の新たなよさに気づかせる
終末	⑥行動案(解決策)の選択と根拠づけ ⑦決定に基づく行動・実践	・自分のよさに気づきよさを伸ばすために今後、自分がどのように取り組むのかを考えさせる

(3)授業の実際と子どもの反応

導入では、自分のよさへの認識や自己肯定感等に関する事前のアンケートから学級の実態を提示し、本時の授業でねらいとする自己形成に向けた意思決定をするための目的の明確化をおこなった。

展開では、自分自身を見つめ直し、自分のよさを考えさせた。そのよさを伸ばした時の自分とよさを伸ばさなかったときの将来の自分を予想し、結果の予測場面を取り入れた。学習プリントには、32人中27人(84.3%)の生徒が、結果の予測をすることができていた。しかし、中には、自分のよさに気づくことができておらず、自分のよさを書けていない生徒や、よさを伸ばしたときの自分がどうなっているのかという結果の予測ができていない生徒が2人(6.2%)見られた。また、自分のよさを記述することやよさを伸ばしたときの自分や伸ばさなかったときの自分を予測することに戸惑

いのある生徒も中にはいた。

終末では、自分のよさを友達から見つけてもらう活動を通して、新たな自分のよさに気づき、よさを高めていくために自分がこれからできる行動について考えることができていた。

結果の予測場面での生徒Xの学習プリントを次に示す。

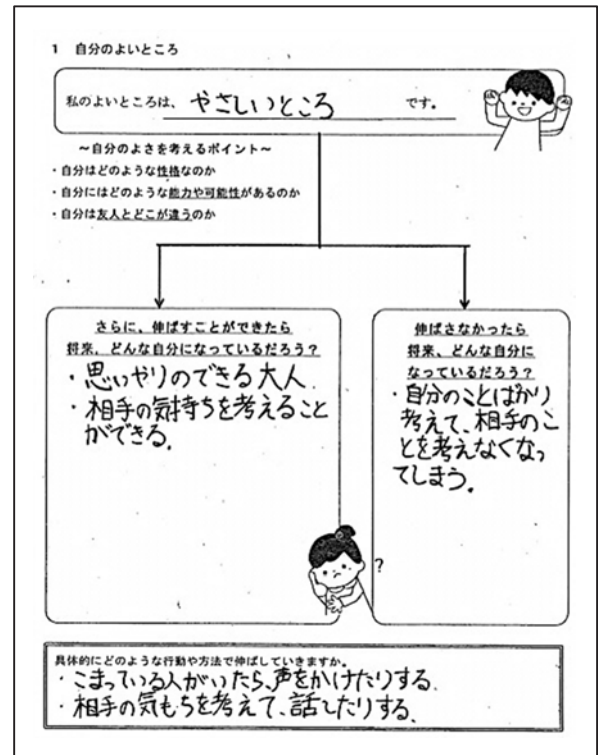


図3 生徒Xの学習プリント

生徒Xは、事前のアンケートにおいて、自分のよい所に気づいておらず、自分のよい所はないと考えおり、自分の変えたい所を「私は、みんなに伝えたいことを、あまり伝えられないから、伝えられるように頑張りたい」と記述していた。しかし、これまでの道徳での授業や生活の中で自分のよさに少しずつ気づき、学習プリントには、自分のよさは「やさしいところ」だと記述している。この優しさをさらに伸ばした時の自分と伸ばさなかった時の自分を予想し、今後の具体的な行動に向かう意思決定をおこない、「相手の気持ちにたって声をかけたり話したりすること」と記述していた。

事後アンケートにおいて、生徒Xは、自分のことを好きになり、自分がこれまで考えていた「やさしいところ」のよさに加えて、「仲間を思う気持ち」が自分の新たなよさということに気づくことができていた。

以上のように、生徒Xは、相手のことを考える

ことができるからこそ、自分の考えが出しにくいという性格であることが明らかとなった。生徒 X のみならず、その他の生徒も、自分のよさを伸ばした時の結果を予測することで、自分自身が理想とする姿を思考することができた。さらに、新たな自分のよさに向き合おうとする姿も見られ、理想の自分を目指すために、自分が今後どのように取り組むべきなのかについても思考することができていた。

(4) 実践授業の考察

① 考察

予想の活動を取り入れることで、今までの自分のよさを伸ばした際にどうなるのかと考えることができた。さらに、これからの自分の行動の在り方を考え、そのために自分が今後どのように行動すべきなのかを考えるひとつの手立てとして有効な活動であった。

生徒が理想とする将来の自分を予想するための有効な活動と考えられる。しかし、結果を漠然と予測する段階にとどまりこれから具体的な生活の場面でどのように生かせるのかを考えさせるまでには至らなかった。

② 成果

○ 予測の活動では、「自分のよさを伸ばした時」と「そうでない時」の将来の自分を考えることができ、自分自身を今後高めようとする姿が見られた。

○ 理想の自分になるために、今の自分にできることを考え、実践に向けた取り組みを記述する姿が見られた。

○ 今後の日常生活での実践意欲につながったと考える生徒が 22 人(68.7%)いることが明らかとなった。

③ 課題

○ 自分のとる行為がもたらす結果を十分に予測できていない生徒も見られた。そのため、具体的なモデルや場면을提示し、生徒が場面に応じて予想し行動選択できるような活動を仕組む必要があった。

5 実践を踏まえた提案Ⅱ

(1) 実践単元

保健分野「心身の発達と心の健康」ストレスへの対処

A 中学校第 1 学年 女子 32 名
平成 26 年 11 月 5 日

(2) 本時の目標と学習展開

- ① 本授業では、ストレスとうまく付き合っていくための望ましいストレスの受け止め方に気づくことができることをねらいとする。
- ② 意思決定過程における「⑤行動案の論理的結果の予測と評価」を中心として、授業に位置づけ、これまでの自分のストレスへの対処を振り返る。

表 3 意思決定過程と授業展開の対応

授業展開	意思決定過程	活動内容
導入	①問題の把握 ②問題分析 ③達成すべき目標や目的の明確化	・事前アンケートから、これまで自分がしてきたストレスへの対処に気づかせる
展開	④すべての実行可能な行動案(解決策)の提出 ⑤行動案(解決策)の論理的結果の予測と評価 ⑥行動案(解決策)の選択と根拠づけ	・これまで、自分がしてきたストレスへの受け止め方を続けることで起こりうる結果を予測させる ・2つのストレスサー場面について、どのように受け止めることができれば、自分や相手の気持ち・相手との関係も良好になるのかを考えさせる
終末	⑦決定に基づく行動・実践	・自分の受け止め方と仲間の受け止め方を交流し、自己がどのようにストレスサーを受け止め行動するか記述させる

(3) 授業の実際と子どもの反応

導入では、事前のアンケートから、日頃ストレスを感じた時にどのようにストレスを対処しているのか、学級の実態にふれた。また、多くの生徒がストレスとは、心や体に良くないものだ認識していることから、ストレスの構成にふれ、適度なストレスは、心身を発達させ、成長させるうえで必要なものであることを理解させた。

展開では、日常で起こりうる場面の例題を提示し、ストレスサーに対する受け止め方を全体で考える時間を取り入れた。下記に例題を示す。

例題
Aさんは、3日後の社会の授業で学習発表をしなければなりません。
そこで、部活動が休みの今日、〇〇市の図書館に行って、本で調べるという約束をしていました。しかし、友達から、「今日、いけなくなった。前日にしたらいいよね」と言われました。Aさんはどんな気持ちだろうか

図 4 生徒に示した場面例題

上記の例題について、次に示す 4 つの段階の考

え方を提示し、全体で考えさせた。

- ア)自分のいつもの受け止め方
 イ)取り続けた場合の結果の予測
 ウ)お互いの気持ちや関係も良好になるための受け止め方
 エ)最終的にとる自分の行動や考え方

上記の4つの段階から、例題での考え方をもとに新たに2つの事例を提示した。

事例Aを1年5組が検討し、事例Bを1年3組が検討した。検討の際に、上記の4つの段階のア)とイ)について個人思考の時間をとった。そして、ウ)について4人1班となり、集団思考をおこない、各学級4班で、事例A、Bについて検討させた。次に事例AとBについて示す。

事例A

いつも自学ノートを積極的に取り組み、テスト前にしっかり計画を立て勉強をしているAさん。しかし、中間テストの結果は、がんばった成果が出ず、Aさんはがっかりした様子です。頑張りが結果として出てこなかったAさんはどんな気持ちだろうか

事例B

勉強と部活を両立し頑張っているAさん。1週間後に大会が近いので、部活に力を入れて頑張りたいと考えている。しかし、最近、親からは「部活ばかりして、テスト勉強もしなさい、宿題をしなさい」と言われるばかりです。親と勉強や部活のことで意見が合わずにいるAさんは、どんな気持ちだろうか

各学級4班で上記に示した事例A、Bについて考え、意見交流させる取り組みをおこなった。ホワイトボードには、班で集団思考し、ウ)お互いの気持ちや関係も良好になるための受け止め方について書いてもらうことをおこなった。

終末では、ストレスと今後上手く付き合っていくために、どのような受け止め方が望ましいのかを気づかせ、集団思考で出てきた意見から、より望ましい受け止め方に気づき、4つの段階にあるエ)最終的にとる自分の行動や考え方について、自分の学習プリントに記述させ、最終的に自分がどのように行動するのかを行動選択させた。

次に示す、事例Aを検討した生徒Yは、これまでストレスに対する受け止め方において、自分の気持ちを切り換えることをしていた。自分のとらう行為の結果を考えた場合には、後悔し勉強の仕方に対する自信がなくなってしまうと記述した。

自分がとる行為の結果を予測させることで、よりよい受け止め方を考え、意志決定し行動選択に導かせることができたと考える。

さらに、生徒Yの事前のアンケートからは、成

績に関してストレスを感じていることがわかった。そのため、生徒Yにとって事例Aはとても身近な場面であると考えられる。さらに、生徒Yは、ストレスを感じた際の対処は、人に相談することもあったが、物に当たる、何かを投げつけるという記述も見られた。

しかし、事後アンケートでは、授業での学びをもとに、今後ストレスを感じた時には、「結果を考え、その結果がよくなるようにする」と記述していた。このことから、少しでも、ストレスを感じたときに結果を予測した行動をとることができるようになり、ストレスに対する望ましい方法を知ることが出来ていたことが明らかとなった。

①物事の受け止め方を覚えてストレスを対処しよう

あなたがAさんだったら、どんな考えをするだろうか？

①自分のいつもの受け止め方 次のテストでいい結果をとればいい 自分の勉強の仕方があ利よくなかったから	②とり続けた場合の結果を予測(結果の予測) ・後悔 ・意味がない ・自信がなくなる
--	--

③自分の心がかり、相手との関係も良好になるための受け止め方はないだろうか
 ・次はがんばっていい結果をとればいい。

1番おすすめの受け止め方に○をつけよう!

④最終的にとる自分の行動や考え
 わるから、勉強の仕方を考えてがんばる。

図5 事例Aを検討した生徒Yの考え

次に示すのは、個人の考えをまとめた後に、班で自分の考えを意見交流しよりよい受け止め方をボードに記述した。

場面番号 A 3班

おすすめの方法

気晴をする。

どこかわるったのを確認に気持ちをきりかえる。

理由

人にあたらずすみストレス発散できるから。

図6 事例Aの交流結果

事例Aの交流結果においては、多くの班で、気

持ちを切り換えて、次につなげるために自分がどうするのかを考え行動するような記述が見られた。また、人や物に当たること、ストレスを対処していた生徒も人や物に当たらないで、誰もが気持ちよくなる解決策を考えることを班でおこなっていた。

次に、事例Bを検討した生徒Zは、これまでストレスに対する自分の受け止め方において、自分の気持ちが優先されてしまい、感情的に受け止めてしまう傾向にあることがわかる。しかし、生徒Zは、次に示す受け止め方を続けることで、両親との仲が悪くなってしまうことや自分自身が勉強と部活を両立することができなくなってしまうと結果の予測を次のようにおこなった。

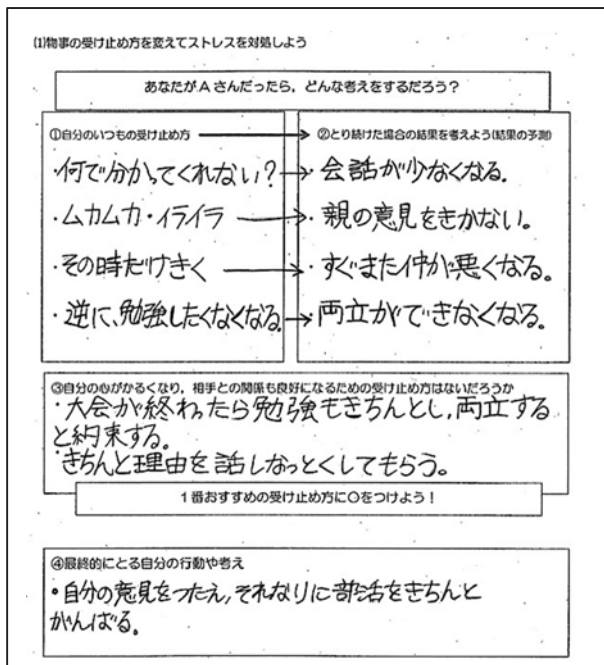


図7 事例Bを検討した生徒Zの考え

自分も相手の関係が良好になるために、ストレスに対する望ましい受け止め方を考え、親と約束を交わし、自分の考えを伝えることを意志決定し行動選択に導かせることができた。

生徒Zの、事前のアンケートでは、様々な事柄でストレスを感じ悩んでいることが明らかとなっていた。また、ストレスを感じたときの対処としては、「なにもせずにとじこもる」と記述しており、物や人に当たらずに、自分自身でストレスを抱え込みストレスを対処する傾向にあることがわかった。しかし、事後のアンケートにおいて、今後ストレスに感じるがあった際には、「前向きに考え、友達に相談する」と自分自身の気持ちもかくなるためのストレスの受け止め方を記述できる

ようになっていた。

次に示すのは、個人の考えをまとめた後に、班で意見交流し、よりよい受け止め方をボードに記述した。

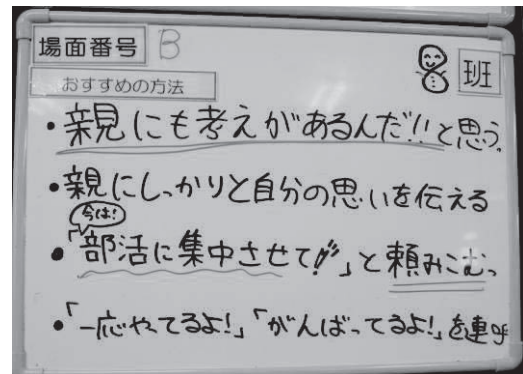


図8 事例Bの交流結果

事例Bの交流結果においては、多くの班で親に自分の考えを伝えるという方法があった。しかし、8班は、他の班と異なり、自分の考えを伝えると同時に、親の考えをくみとり、親がうるさく勉強しなさいと言ってくるのには何か考えがあるはずだと班での交流からでてきた。そのため、全体の交流では、これまでになかった視点として親の気持ちも考えて自分の考えを伝えることがよりよい受け止め方の新たな方法であることに生徒は気づくことができたと考えられる。

(4)実践授業の考察

①考察

具体的な日常生活でありうる場面を提示することで、よりよい受け止め方に気づくことと同時に自分のこれまでの受け止め方のままでマイナスにはたらくことがあることに気づくことができた。そのため、具体的な場面を提示することが、生徒にとって有効にはたらく資料となったと判断できる。しかし、日常生活と連動し、実践をさせるまでには、実習生として限界があると感じた。

②成果

○生徒の生活に密着した場面を提示することで、生徒がより具体的に結果を予測し、よりよい解決策を考えることができた。このことから、生徒の身近な場面を提示することが予測することにおいて有効であった。

○事前のアンケートでは、ストレスを感じた時には人や物にあたると回答する生徒が多かったが、事後アンケートでは、数値が下がり、「気持ちを切り換えること」や「相手も自分も納得のでき

る方法」と回答する生徒が増加した。

③課題

- 自分なりのよりよい解決策を具体的な行動選択から、日常生活の中で実行に結びつける必要がある。

6 教科等との関連を図った今後の構想

今回の研究では、「生きる力」を育むために、中学校保健体育科の学習指導を通して、考察をおこなってきた。しかし、現行の学習指導要領においても述べられているように、「生きる力」は、学校教育全体において、育まれる必要がある。この考えをもとに、保健体育科と関連する教科等との意図的計画的なカリキュラム構成の試案を作成した。

表4 第1学年教科等との関連指導構想図 (試案)

月	特別活動	教科(保健分野)	道徳教育
2	②-エ 男女相互の理解と協力 ウ 性的な発達への適応 ・男女の特性を考え、関心から理解へさらには、協力へと発展して学級での共同生活を豊かにできるようにする。 題材:男女相互理解	④性とう向き合うか ・性的な発達に応じて性に関する適切な態度や行動選択が必要となることを理解できるようにする。 ・異性の尊重、性情報への対処等に関する適切な態度や行動の選択が必要となることを理解する。	異性の理解2-④ ・男女は、互いに異性についての正しい理解を深め、相手の人格を尊重する。 資料 ・「好きになるって」 ・名前「耳をすませば」より(教育出版)
5	①-ウ 学校における多様な集団の生活の向上 ・新たな学級生活への願いや思いを発表し合い、学級としての目標を作り、男女が共同し学級生活の向上を図ることができるようにする。 題材:学級目標作り	⑤心の発達① 知的機能と情意機能の発達 ・知的機能については、認知、記憶、言語判断など、情意機能については感情や意志などがあり人や社会などの様々ななかかわりの中で発達することを理解する。	人間愛・思いやり2-② ・温かい人間愛の精神を深め、他の人に対し思いやりの心をもつ。 資料 ・「ぼくのほろこそ(秀学社) ・「軽い優しさ(教育出版)
6	①-イ 学級内の組織づくりや仕事の分担処理 ・中学校の体育祭の様子を知り、一人ひとりが主体となって体育祭に参加するために、役割分担を確認し、一致団結して体育祭に参加する意欲を高める。 題材:体育祭の参加	⑥心の発達②社会性の発達 ・社会性については、家族関係や友人関係をとり上げ、それらへの依存の状況は、生活経験や学習などの影響を受けながら変化し、自立しようとする傾向が強くなることを理解できるようにする。	希望・勇気・強い意志1-② ・より高い目標を目指し、希望と勇気をもって着実にやり抜く強い意志をもつ。 資料 ・「敗北から学ぶ」 ・「わたし部活動(教育出版)
10	①-ウ 学校における多様な集団の生活の向上 ・文化祭の取り組みの概要を知り、意欲をもって参加する。 ・文化祭での自己の役割を確認し、テーマに沿った活動に取り組む意欲を高める。 題材:文化祭の参加		役割と責任の自覚4-④ ・自己が属する様々な集団の意義についての理解を深め、役割と責任を自覚し集団生活の向上に努める。 資料 ・「綱引き大好き」 ・「グループ(教育出版)
11	②-イ 自己及び他者の個性の理解と尊重 ウ 社会の一員としての自覚と責任 ・道徳や保健での学びと関連させ、発達段階に応じた正しい自己理解が自己の成長をより効果的にすることを理解させる。 題材:自分のよさ	⑦自己形成 ・自己を客観的に見つめたり、他人の立場や考え方を理解できるようにするとともに、物の考え方や興味・関心を広げ、次第に自己を認識し自分らの価値観をもてるようになることを理解できるようにする。 ・思春期になると自己形成がなされることを理解できるようにする。	向上心・個性の伸長1-⑤ ・自己を見つめ、自己の向上を図るとともに、個性を伸ばして充実した生き方を追求する。 資料 ・「トマトとメロン」(秀学社、日本文教出版) ・「藍をみがく(教育出版)
12	②-キ 心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成 ・様々な健康課題を解決するために正しい知識を身につけ、日常生活の中で取り組めることを考え、健康に対する意欲を高める。 題材:ストレスへの対処と自己管理	⑧欲求不満やストレスへの対処 (イ)欲求やストレスへの対処と心の健康 ・精神と身体は密接な関係があり、互いに影響を合っていることを理解できるようにする。 ・心の健康を保つためには、欲求やストレスに適切に対処する必要があることを理解できるようにする。	基本的な生活習慣・調和ある生活1-① ・望ましい生活習慣を身に付け、心身の健康の増進を図り、節度を守り節制に心掛け調和ある生活をする。 資料 ・「生活のリズムが心を成長させる」(秀学社、日本文教出版)

このカリキュラム構成の基本的な考え方は、図1で示した新堀の考え方に基づく。表4に示すように、関連指導を進めるにあたっては、「生命力」を保健体育科の保健分野で、「生活力」を特別活動で、「成長力」を道徳教育で育むような関連指導の計画を立てた。

7 研究の成果と課題

(1)成果

本研究においては、生徒の「生きる力」の育成に向けて、保健の授業に意思決定過程を位置づけ「結果の予測」に重点をおいた学習指導をおこなった。結果を予測させるという活動を取り入れた中で、生徒は、これまでの日常生活の中で、生徒自身の中でより良い解決策を考えたいという意欲、行動していることに気づくことができた。

(2)課題

意思決定過程における「⑦決定に基づく行動・実践」を日常に生かし、具体化することまでに高めるためには、生徒理解を深め、家庭と連携した指導の在り方を明らかにする必要がある。

8 おわりに

本研究での成果と課題をふまえ、保健分野と体育分野、教科等との関連を図り、保健体育科の充実を目指す。さらに、子どもが保健体育科での学びを実感しよりよく生きるための力の育成を目指して、4月から赴任する学校においても継続して研究を進めていきたいと考える。

主な引用・参考文献

今関豊一・品田龍吉 2008 中学校新学習指導要領の展開保健体育編 明治図書出版 43-44
 数見隆生 2008 生きる力をはぐくむ保健の授業とからだの学習 農文協
 文部科学省 2008 中学校学習指導要領解説保健体育編
 森昭三・和唐正勝 2009 新版保健の授業づくり入門 大修館書店
 野津有司ら他 2007 全国調査による保健学習の実態と課題-児童生徒の学習状況と保護者の期待について- 学校保健研究 280-295
 小原友行 2013 社会科重要用語300の基礎知識 明治図書
 新堀通也 1997 「生きる力」の探求「生き方」と「心の教育」小学館 8-17