

第1分科会

「保健学習に関する研究」

11月29日（木）第1日

- 1) 神奈川県立住吉高等学校 品田 花栄

保健に関する高校生の意志決定・行動選択の要因」

- 2) 東京都立六郷工科高等学校 杉山 正明

「新学習指導要領における保健の学習指導案作成の一提案」

11月30日（金）第2日

- 1) 埼玉県立大宮東高等学校 川崎 知美

「児童生徒の発達段階に応じた系統的な性に関する指導」

- 2) 茨城県立麻生高等学校 猿田 益美

「もっと知ろうよ 自分のからだ」

～自作教材・視覚教材の工夫～

平成24年度第40回関東地区高等学校保健体育研究大会発表テーマ（第1分科会）

1) 発表テーマ 「健康に関する高校生の意志決定・行動選択の要因」

神奈川県立住吉高等学校 品田 花栄

平成25年度より全面的に施行される新学習指導要領には、「社会の急激な変化により健康・安全の問題は多様化しており、心身の健康の保持増進が大きな課題となっている」としめられている。

保健の授業では、心身の健康の保持増進に関する知識を得るだけでなく、それを活用する学習活動を重視して、思考力・判断力などを育成することが重要であると考えた。健康の保持増進には健康に関する個人の適切な意志決定・行動選択が重要であることに着目し、高校生の健康に関する意志決定・行動選択の要因についてアンケート調査を実施し、調査研究を行った。

研究は生活習慣、性、喫煙、飲酒、薬物に関する意志決定・行動選択をする際、家族、友人、学校、インターネット、雑誌・新聞・テレビのどれに影響を受けるかという内容でまとめた。結果としては友人に影響を受けるが最も多かったが、各項目ごとの特徴もみえ、有意義な研究となった。

2) 発表テーマ 「新学習指導要領における保健の学習指導案作成の一提案」

東京都立六郷工科高等学校 杉山 正明

来年度から年次進行で実施される新学習指導要領は、現行と同様、「生きる力」を育む理念に脚している。

この「生きる力」は「知識基盤社会」を担う子どもたちに必要な能力であり、この能力を育むためには、学校教

育法における「確かな学力」の形成のための「学力の定義」を踏まえて授業のつくりを考える必要がある。

また、新学習指導要領改訂の大きなポイントは、小・中・高を通じた指導内容の体系化と明確である。

科目「保健」については、内容の再構成を考える時に、特に発達段階に応じた内容の取り扱い方が明確に示されたことに加えて、国立教育政策研究所からは新しい「評価規準」が示され、その評価規準のキーワードは、「効果的・効率的な評価」である。そこで、今回学校教育法における「学力の定義」を踏まえ、新学習指導要領改訂の趣旨と新しい「評価規準」の理念を生かした学習指導案作成の具体について提案してみたい。

3) 発表テーマ 「児童生徒の発達段階に応じた系統的な性に関する指導」

埼玉県立大宮東 高等学校 川崎 知美

健康を保持増進する為には、ヘルスプロモーション（健康増進）の考え方を生かし、人々が適切な生活行動を選択し実践すること、及び環境を改善していく努力が重要であることを理解することが大切である。

その中で、近年、児童生徒の身体的な生理的な発達が早まっており、性に関する意識や価値観

多様化するとともに、児童生徒を取り巻く家庭環境や社会環境も大きく変化している。このような中、性の逸脱行為や若年層の性感染症が問題となってきており、学校における性に関する指導の充実が喫緊の問題である。一方、児童生徒の発達段階を踏まえていない指導が一部で行われている学校があるという指摘があるということから、小学校・中学校・高等学校の系統性を視野にいれた授業を行っていきたい。

4) 発表テーマ 「もっと知ろうよ自分のからだ」 ～自作教材・視覚教材の工夫～

茨城県立麻生高等学校 猿田 益美

現在、保健の授業は教科書の学習内容についての知識は増え、その理解は深まってきていると思える。しかし以前に比べ授業時間や指導内容などの関係で「からだ」の立体的なイメージを理解するための十分な時間が確保されていない状況にあり、「からだ」についての知識や理解が不足したまま健康問題等についての学習へと発展しているとも思われる。アンケートを実施した結果からも、自分の「からだ」について多くの生徒が正しく理解できていない状況であることがわかった。獲得した知識を有効に生かして、単元を理解するためには「からだ」の立体的なイメージやしぐみなどに関する知識を得ることが必要なのではないかと考えた。

そこで授業内容を理解するための基本部分として、自分の「からだ」について十分理解しなくてはならないという共通理解のもと、「からだ」に関する興味関心を持たせるために各授業に関する自作教材・視覚教材を身近な物から作り、さらに理解が深まるような工夫を試みた。

第2分科会

「体育学習に関する研究」

11月29日（木）第1日

- 1) 埼玉県立大宮東高等学校 祐木 毅

「一人ひとりをのばす学習指導の工夫・改善」

- 2) 群馬県立伊勢崎興陽高等学校 森 英也

「シャトルランを用いた持久力トレーニング」

11月30日（金）第2日

- 1) 明德学園 相洋高等学校 伊藤 善彦

「女子ソフトボールの効果的指導について」

- 2) 千葉県立茂原高等学校 関 秀彰

「体育理論」の授業実践

—豊かなスポーツライフの実現に向けた知識習得—

平成24年度第40回関東地区高等学校保健体育研究大会発表テーマ（第2分科会）

- 1) 発表テーマ 「一人ひとりをのばす学習指導の工夫・改善」
ー運動の学び方を身に付け、体力や運動技能を高める授業の工夫ー

埼玉県立 大宮東 高等学校 祐木 毅

運動の特性

（1）一般的特性

バスケットボールは、ゴール型の中でも、パス、ドリブル、シュートなどを中心に仲間と連携しながらコート内の様々なスペース（空間）を利用しながら攻防を楽しむ特性がある。ボールを手で扱うため比較的容易に楽しむことができる。ネット型の種目と異なり、ミスが直接失点に結びつくことが少なく、味方同士が変化する状況に応じて連携を図り、適切な技能を選択することが重要である。また、自己の役割を理解し、相手との攻防を行うなかで、マナーやルールに対する公正な態度や安全への配慮を身に付けることができる。

（2）生徒から見た特性

ドリブル・シュートなどの個人的技能やパスなどの集団的技能を生かし、攻防を行い、シュートを決めるところに喜びや楽しさがある。経験者と未経験者の技術的な差はあるものの、得点が多い競技なので集団的技能を生かしシュートを決めることで、達成感を味わえる。ゲームのなかで運動量を確保することができ、5人で行う競技なので一人当たりのプレーに関わる割合は多いが、技能の高い生徒が中心でゲームが展開されると、プレーに関わる機会に差が生まれてしまうなど、生徒によって達成感の大きさが変わってしまうことがある。

- 2) 発表テーマ 「シャトルランを用いた持久力トレーニング」

群馬県立伊勢崎興陽高等学校 森 英也

シャトルランは、新体力テストの持久的能力を測定する種目として、実施されてきた。このシャトルランを「持久力のトレーニング種目として活用できるのではないか」という仮説のもと、マラソン大会前の持久走の授業にシャトルランを導入して、その持久的能力の変化について研究した。

研究方法として、持久力の向上を図るトレーニングとして、一定の距離を走る「持久走」と「シャトルラン」を組み合わせ、シャトルランの多いクラス・少ないクラス・持久走のみのクラスに分けてトレーニングを実施した。トレーニング前後のシャトルランの測定を行いトレーニング効果の比較をした。そのほかに血中乳酸値の測定や、持久走に対する生徒の意識の変化を観察するためのアンケート調査も実施した。

3) 発表テーマ「女子ソフトボールの効果的指導について」

明德学園 相洋高等学校 伊藤 善彦

研究は女子のソフトボールをいかにして楽しく、わかりやすく生徒が授業を受けることができるか。どのようにしたら上手く打てて、ルールを理解して楽しんで授業を受けることができるかに重点をおいて授業計画を立てました。方法は①事前アンケートの実施②武道場において、シャトルでのバッティング練習をビデオで撮影する③武道場において、ルール説明と試合を撮影する④グラウンドでのキャッチボール、ピッチング練習、バッティング練習、ゲーム等を撮影して指導する⑤事後アンケートの実施の順で行いました。

発表は実際の授業の様子を10分程度のビデオで映しながら説明をし、狭い空間を使用しての授業によるルール説明やシャトルを使用してのバッティング練習の効果を中心にアンケート結果から考察し、まとめたいと思います。

4) 発表テーマ「体育理論」の授業実践

—豊かなスポーツライフの実現に向けた知識習得—

千葉県立茂原高等学校 関 秀彰

新学習指導要領の大きなポイントとしては体育理論と体づくり運動の授業が大きく変容します。これに伴い本体育研究部では「体育理論の授業実践」をテーマ設定して研究を進めてきました。体育理論について学校現場では年間指導計画に記載されているものの、授業実践の数はそれほど多く実施されていないのが現状であると聞いています。今回の新学習指導要領を実施するにあたり多くの体育教師が戸惑いを抱えていると思います。生徒が体育実技の時間を座学に変えることにより「運動したい」という気持ちに等しいくらいの「体育理論」の授業内容が求められることと、以前の体育理論より教える内容と項目が増加しているので18時間分の新たな教材研究が求められます。そこで本体育研究部では新学習指導要領に沿い体育理論の授業を実践することで、生徒の取り組み状況を知るとともに、教師にとって「体育実技」と同じくらい充実した「体育理論」の授業の構築に繋げていこうと考えました。

第3分科会

「総合的な学習に関する研究」

11月29日（木）第1日

1) 山梨県立 甲府西高等学校 塩嶋 朋子

「健康・体力づくり1校1実践運動」

効果的活用方法を目指して

～実践内容とアンケートの結果から～

2) 神奈川県立藤沢西高等学校 村山 明夫

「個々の体力に応じた運動処方作成と実践」

11月30日（金）第2日

1) 栃木県立足利清風高等学校 染宮 唯二

「体育理論と指導の工夫」

～ 子どもの体力の変化を知り、体力の高め方を学ぶことにより

自ら学ぶ意欲の向上 ～

2) 山梨県立富士河口湖高等学校 薬袋 さやか

「体育理論」

平成24年度第40回関東地区高等学校保健体育研究大会発表テーマ(第3分科会)

1) 発表テーマ 「健康・体力づくり一校一実践運動」の効果的活用方法を目指して

～実施内容とアンケートの結果から～』

山梨県立甲府西 高等学校 塩島 朋子

山梨県教育庁スポーツ健康課が主体となっている取り組みである「健康・体力づくり一校一実践運動」の今後の実施に向けて、より効果的に活用するための指針を提示するために、詳細や課題を調査した。その結果、食生活・睡眠・運動習慣・休養などの生活習慣の改善プログラムを実施している学校は少なく、保健体育の授業時間を活用して体力向上についての実践プログラムを行っている学校が多く見られた。また体力向上を目指し複数の種目への取り組みをしている学校は多いが、生活習慣の改善プログラムと併用している学校はほとんど見られなかった。今後の活用に向けて、生徒自身が自分の体力の弱点と生活習慣の問題点を照らし合わせて考える機会を設けるために「評価・改善シート(仮)」を導入することや、他教科との連携や学校全体での取り組み体制を整える重要性が提示できた。これらを通し、取り組みの目的が果たせるだけでなく、生涯を通じて運動に親しみ、健康で豊かな生活を送ることができるのではないかな。

2) 発表テーマ 「個人の体力に応じた運動処方作成とその実践

～新体力テストを活用したエクササイズ作成～

神奈川県立藤沢西校等学校 村山 明夫

平成25年度から年次進行で実施となる高等学校学習指導要領の教科「保健体育」の目標として、「生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力の育成」、「健康の保持増進のための実践力の育成」、「体力の向上」が重要なねらいとしてあげられ、科目「体育」では、「自己の状況に応じて体力の向上を図る能力の育成」が目標とされている。これらの目標を踏まえ、「体力向上」のための手立てを考える本委員会では、具体的な運動の方法について検討を始めたが、やらされる体力づくりでは「実践力の育成」や「継続性」に限界があるため、主体的に運動するにはどのような取り組みが有効かという観点で研究に取り組むこととした。研究を進めるにあたって、自らの体力の現状を分析し、改善するための目標を立てて具体的な内容を計画立案すること。つまり、個に応じた運動処方を自ら作ることが体力を向上させるうえで有効であると仮定した。

そこで、生徒個々に体力を高めるための運動処方を作成させ、それを実践することの有効性を検証することとした。

3) 発表テーマ 「体育理論と指導の工夫」

栃木県立足利清風高等学校 染宮 唯二

1 テーマ設定の理由

その次の年次（2年生）における体育理論の学習では、技能の特徴に応じた学習の仕方があることや、技能を高めるために何をどのように取り組めばよいのか、健康・安全をどのように確保するかなど、運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解することを重視している。この学習によって、個人の能力や状況に応じた効果的な学習方法を理解することで、生涯にわたって運動やスポーツを継続していくために必要な考えをもつことができるようになることを期待している。体育理論を通して、生徒のスポーツに対する学習意欲が向上できるよう、過去の新聞記事の資料を使って、子どもの体力がどのように変化しているのかを考えさせるとともに、体力を構成している要素や体力づくりについて理解させ、ワークシート等を使用することで自分自身の目指す体力について目標を立てられるようになることである。

2 学習活動の概要

- (1) 単元名：運動やスポーツの効果的な学習の仕方
- (2) 学習内容：運動やスポーツの技術と体力の関係（4時間目／6時間中）
- (3) 本時のねらい ①子どもの体力がどのように変化しているのか理解する。
②体力を構成している要素や体力づくりについて理解し、自分の目指す体力を考えることができ

4) 発表テーマ 「体育理論」

山梨県立富士河口湖高等学校 薬袋 さやか

新学習指導要領を受けて、平成25年度から実施される体育理論の授業に向けて、指導計画と評価計画、教材の研究を行った。指導計画は年間に6単位時間の中で1単元分を指導していくための計画をたてた。指導計画の作成に当たっては生徒に与える情報が多くなりすぎないことや身近なことから学習につなげていくことを念頭に置いて行った。実際に1時間の授業を実施して生徒の様子を観察してまとめた。授業はパワーポイントと補助教材としての学習プリントを使用して、生徒の実態や地域性を生かしながら授業を展開できるように計画した。体育理論を授業で行うためには、指導法や教材が十分とはいえない状況である。そのため、県下で統一した指導を行うための一つの手段とるよう、今回の取り組みを行った。