

# 保健体育科の主張

## 1 教科で育みたい人間像

近年、都市化や生活様式の利便化が進んだことにより、子どもたちは快適な環境の中で生活するようになりました。しかし、インターネットなどの普及による睡眠時間の減少、食文化の多様化に伴う食生活の乱れ、さらに、飲酒・喫煙等の低年齢化など、心身両面における健全な生活を営むために解決しなければならないさまざまな問題が子どもたちを取り巻くようにもなりました。

学校現場に目を向けてみると、運動に興味・関心をもち、活発に身体を動かそうとする子どもとそうでない子どもの二極化が顕著になってきています。また、体力が低下傾向となっていることなども問題視されています。このような中、国の施策において多くの成人が運動に親しむようになることが掲げられていますが、実際にその数は成人の約半数にも満たない現状があります。運動を行

うことで体力の向上のみならず、爽快感、達成感、仲間との一体感等を味わうことができます。さらに心身の両面における発達にも多大な影響を与えます。今後、運動を行うよさを感じ、自ら進んで運動にかかわっていくことが、ますます多忙化する社会を自分らしく生き生きと生活するためには欠かせないことではないでしょうか。

こうした社会背景をふまえ、保健体育科では子どもたちが自発的に運動に取り組み続け、生涯にわたって活力のある生活を営むことを願い、「生涯にわたって、自分（たち）なりに運動や健康的な生活にかかわっていく人」を育みたいと考えました。そのために、自分がイメージした動きや生活を身体表現や言語を用いて仲間と伝え合い、よりよい動きや健康的な生活を創りあげる姿が見られるように授業を構想していきたいと思えます。

## 2 私たちが大切にしたいこと

子どもたちが生涯にわたって自分（たち）なりに運動に親しんだり、健康に関心をもったりするためには、授業を通じて主体的に運動や健康に親しむ態度や習慣を積み重ねていく必要があります。そこで保健体育科では、「合理的な動きや健康的な生活を創りあげるおもしろさを味わう授業」を日々の授業で実践していきたいと考えました。ここで言う「合理的な動き」とは、体格や体力、経験などにおける個人差を前提としたうえで、その人（たち）にとって理にかなった無駄のない動きのことです。「健康的な生活」とは、心身の状態がすこやかであり、危害をもたらささまざまな要因の防止策を考えた生活のことです。子どもたちが合理的な動きや健康的な生活を創りあげるおもしろさを味わっている際は、その種目の奥深さや健康的な生活の心地よさに魅了されているはずで、だからこそ、夢中になって自分（たち）なりのよりよい動きや健康的な生活を創りあげようとしていくのではないのでしょうか。また、「合理的な動き」や「健康的な生活」は決して一人で創りあげられるものではありません。互いの考えを認め合ったり、指摘し合ったりする仲間の存在があるからこそ、創りあげられるものだと考えます。

そして、このような授業を行うために大切にしたいことは、「子どもたち一人一人がよりよい動き（生活）のイメージをもてること」「仲間同士でよ

りよい動き（生活）について話し合う場を設けること」です。題材の導入の場面において子どもたちの興味・関心を引き出すとともに、子どもたちがよりよい動き（生活）へのイメージをもつことで、後に習得する技能や知識をどの場面で、どのように活用すればよいのかという見通しがもてるのではないかと考えています。また、子どもたちがよりよい動き（生活）を創りあげようとする際、「それらを創りあげるためにはどのようにすればよいのか」という問いが生まれます。一人一人が理想とする動き（生活）には多少の差異があるかもしれませんが、仲間同士でよりよい動き（生活）について話し合う場を設けることで、自分にはなかった視点を取り入れながら自分たちなりのよりよい動き（生活）を創りあげることにつながります。そこでは、互いの考えを共有しようと仲間同士で積極的に言葉を交わそうとする姿や作戦盤やワークシートなどを用いて自分の考えを仲間に伝えようとしたり、視聴覚機器を用いて自他の動きを分析し合ったりする姿が見られることでしょう。

このように子どもたちが合理的な動きや健康的な生活を創りあげるおもしろさを味わう授業を重ねていくことで、生涯にわたって自分（たち）なりに運動や健康的な生活にかかわっていく人へとつながっていくのではないかと考えています。