

## 練馬区小中一貫教育資料作成委員会（第15回）「体力の向上」部会 要点録

開催日時	平成22年9月10日(金) 午後3時39分～午後5時42分	
会場	練馬区役所本庁舎12階 教育委員会室	
出席者	委員	米津光治、赤木宏行、宮野いずみ、工藤智昭、難波民雄、畑 陽子（敬称略）
	その他	教育出版
	事務局	渡辺浩一 指導主事

### 1 挨拶

#### 部長

この部会も今月30日为一个の節目として、今、最終段階に入っている。それぞれの分野で具体的な案を示していただいているので、今日はその内容について、内容を高めていきたい。

#### 事務局

事務局より。本日は今まで提出いただいた資料をもう一度全体で確認して、修正をする。次回9月30日が本部会の最終日。本日修正が入ったところに関しては、30日以前に教育指導課に提出いただき、30日にはある程度完成版に近い状態で示し、最終確認をして本部会の取り組みを終えたい。

### 2 協議

#### 委員

体づくり運動ということで、前回のけがを防止する運動という観点から、もう一度運動を分類し直した。歯の破折とか、顔面を打つとか、うちの学校でも最近あった。そういうことを防ぐ動きというねらいで「自分の体の安全を守る動き」みたいなこと。まず一つ、①の「体を丸めて回転する動き」が大事。柔道の受け身もそうだ。ただ小さい子は必ずしも受け身だけではなく、「体を丸めて回転する動き」「腕で体を支える動き」「体が逆さまになることに慣れる動き」、「体のバランスを取る動き」としたが、これは「体のバランスを高める動き」でもいいかもしれない。そのように分けた。それから⑤の「体の柔らかさを高める動き」を入れて、全部で五つに編成したらどうか。あとは力強い動きと持久力、すばやい動きと投げる、投力を高める。これは練馬区のスポーツテストの課題の中の体力ということで、四つ取り上げた。ほかにも運動例はいっぱいあるので、果たしてこれでいいのか。特に持久力を高める動きは、サーキットくらいしかないのか。あとはマラソン大会とか学校行事にも関係してくる。それから投力は、正しい投げ方の指導もどこかで必要。ただ「高める運動」になってしまうと、どうなのか。そのへんのところはどうか。体の安全を守る動きを「高める運動」はいらないかもしれない。

体づくり運動で、ある程度、元の動きがあって、それを高めるために工夫した動きが出てくる。より負荷をかけて、元の動きを高めていく部分が出てくるので、そのへんは運動の工夫次第だ。例えばスクワットにしても、ハーフスクワットとフルスクワットがある。

#### 部長

持久力となると、どうしてもサーキットだとかレペティションという感覚になりがちだ。それはそういう方向でもよいと思う。例えばすばやい動きなどの運動と運動の組み合わせ。先生が「工夫」と言ったが、その組み合わせも工夫の中に入ってくる。

それから中学校は、体づくり運動、特に体ほぐしとなったときに、これから自分たちが生涯スポーツの中で、どんな運動が軽やかに律動的に動く流れになってくるのか。自分たちで運動を考えて、組み合わせをるところまで考える。だからここで示す内容は、比較的シンプルな内容にする。中学校のほうは、発展的な内容とか、運動の工夫や組み合わせとか、肢運動に対する特性を生かした運動を自分たちで考えていくという、自発的・自主的、意欲的に運動を作っていくというイメージを明記しておけばよい。

以前、高橋先生の自分の体を守る動きの中には、ローリング、体を丸めていく運動とか、倒れ込んで、自分の手で支えていく、または横に回転する。こういう動きは比較的に入っていた気がする。だから高橋先生のイメージもこの中に多分に含まれているのではないかな。

#### 委員

中学生くらいになって、柔道をやれば受け身などは自然にやる。それもこの中に入れてもよいのだろうが、ちょっと間違えると鎖骨を折ったりする。そのへんがどうなのか。

#### 部長

柔道の受け身の基本的な要素がこの中に含まれている。だから受け身という具体的な動きではなくても、ローリングとか、自分のからだを腕で支えるというシンプルな運動があれば、つながっていくのではないかな。

#### アドバイザー

体づくり運動だから、受け身は柔道の中の一つの技能なので、かえって入れないほうがよい。

#### 事務局

高橋先生が言われていたのが、この図①のローリングで、手の付き方。指を内側に。これを少し意識して転ぶ練習をする。たとえばそういう注釈を入れていただくとか。

#### 委員

手をあまり使わなくても、体を小さく丸めて回転する動きがやはり大事ではないかな。何かあって「あっ」と思ったときに瞬時に体を丸められるかどうか。

#### 部長

柔道の場合、体の主幹を守るためには上肢下肢を使うことも、考え方の基本になっていく。今言ったように、手を付くにも自分の体が行く方向に付いた場合は、骨折につながる。だから手を使いながら、関節が逆にならないような手の付き方を示して、それで体を守っていく、回転していくことは必要かもしれない。

#### 事務局

このローリングで手を使わないバージョンや、指先を自分のほうに向けて転がることも、少しバージョンが違うというかたちで示しているだけでもよいのではないかと。

#### 部長

そのあたりを、ワンポイント、ツーポイントでまとめるのだったらどうかたちがよいのか、高橋先生に具体的に聞いて確認しておいたほうがよい。

#### 委員

体を逆さまにするところで首倒立と頭倒立なども挙げたが、どうか。6年生でも意外とできなかったりする。慣れていないのか。大丈夫か。三点倒立、おでこ倒立は学習指導要領の中に入っていた。頭はねおきとか頭はねとびをするときに、必ずこれを指導しないと危ない。

#### 委員

でも、1割くらいしかできない。三点倒立は難しい。体がまだできていない。ざっと見て、低学年は難しいような内容が多い。対象は3、4年から中3くらいまでの内容かなと。

#### 委員

対象が広すぎてしまって、中3くらいでやるのには子供っぽい部分と、3、4年でできるのはこの程度というのはある。ただこれは一般的でよい。

#### 委員

難易度の高い動きと簡単な動きが混じって、それが順番になっていない。それは使う側にチョイスしてもらうということでもよい。たとえばこの高いところからの前転は、小学校はなかなかできない。

#### 委員

エバーマットから普通のマットくらいを考えたが、そんなに高くなくてもよい。

#### 委員

基本的に飛び込み前転とか飛び前転のイメージ。このあたりは結構水準が高い。また手押し車からの前転は、2人のコンビネーションが非常に必要。補助のほうも指導が大変だから、このへんは中学のレベル。だからこれを見ると、中学年から中学生向きだ。

#### 部長

中学生も三点支持は、全部ができるとは限らない。

#### 委員

体が重く、筋力がないから、支持できない。手というより、体の体幹がピシッといかないと、バランスが取れないから結構難しい。

**委員**

体づくり運動の事例集は、どう活用していくように作っているのか。今、すごく難しい動きと簡単な動きがあるが、たとえば持久力を高める運動は、低だったらゲーム化した持久力を高める運動で、人間ボーリングがある。それをすることで持久力が高まるようなものを、低学年用とか中学年用として分けなくて入ってくるのか、どういう使い方になるのか。

**事務局**

一つは体育の授業で参考になる運動例とか、運動遊びとか何かのときに参考になる例という意味で作っている。現段階ではこれが低中高であるという区分けは特にしていない。

**委員**

スポーツテストで記録が落ちているものの動きだけを挙げているので、5、6、中1、中2。

**委員**

1、2、3、4までは事例があつて資料が多いので、ねらいとしては5、6、中学校くらいで、体づくり運動の資料となるものという話だった。文科省から出ているような資料が、下は運動例が結構ある。ないもので、こんな動きの紹介と考えるといいのかと思った。

**委員**

ここで挙げる目的が、そこをねらって挙げていくのだったら、こういうものでいいと思う。

**委員**

あとはこれをベースに授業でゲーム化するとか、教師のアイデアとか。運動を授業のベースに合わせて挙げていくとかなりの作業なので、この趣旨と違う。ベースの動きを挙げておいて、アレンジしてやってもらえればいい。一つ気になるのが、ネーミング。たとえば「腹筋」。トレーニングっぽい。中学生ならよいかもしいけれども。

**事務局**

全体のことで言うと、今ページ数に少し余裕がある。もし膨らませるとしたら、たとえばこの運動例をもう少し入れていくとか、そういったことが冊子の面では可能だ。

**委員**

2枚目から体づくり運動の事例ということでよいと思うが、1枚目はどういう扱いなのか。一貫教育の資料作成委員会で、体を守る動きはどういう位置付けになるかという部分もあるから、考えないといけない。

**委員**

動きとしては体づくり。新たな視点をこちらが打ち出したということではいいのではないか。今までは体力を高めるのがねらいだったが、安全、身を守るという要素を培うねらいとして必

要だということで提言して、その中に当てはまる体づくり運動。それでこういう動きがあると紹介するのは意義がある。

**事務局**

イラストを描くうえでの質問。正確に描かないといけないが、手の動きなどは、これだけだとよくわからない場合がある。そのへんをわかるように。あと、だるま転がりとはほかの前転・後転との違いが、素人の私が見たらよくわからない。

**委員**

だるま転がりは横にも斜めにもあらゆる方向に転がっていく。これを絵で表すのは。

**事務局**

そのように描けると思う。

**事務局**

イラストを提示したが、どのパターンが見やすいか。

**アドバイザー・委員**

体育科だったらA。

**事務局**

基本的な図案はAで。体の安全を守る動きは、高橋先生とまた連絡を取っていただきたい。

**部長**

時間的に許されるかどうかかわからないが、一回イラストを描いてもらった後に高橋先生に見てもらったほうがわかりやすい。

**委員**

まだ1カ月以上あるから大丈夫。絵に起こしてもらってからのほうがいいか。

**部長**

それで、高橋先生の実感で大丈夫かどうかを見てもらったほうが、イラストそのものの点検としては早い。電話や言葉のやり取りだけだとなかなかイメージがわいてこない。

**委員**

修正は、体の方向に対しての手の付き方と顎を引くことを付け加えればいいので、月曜日にも渡邊先生にファクスをする。このローリングのところ、手の付き方。肘の曲げ方も入るか。

**部長**

肘も入るのかもしれない。指先の方向をしっかりと指定すれば、肘の方向はある程度決まる。

**事務局**

来週いただくということで。特に注意点、難しいところがあったら注釈を入れてもらって。  
例えば「高いところから」というのが、どのくらいの高さとか、何の上に乗っているとかな。

**委員**

エバーマットくらいでいいか。それ以上高いと危ない。

**委員**

今はエバーマット自体が小学校にあまりない。

**委員**

30センチくらい。逆にエバーマットを下に敷いていると、もうちょっと高くても可能かなと。

**委員**

たとえば高さが跳び箱の頭とか。上からちょっと段差のところに手を付いて、落下しながら手を付いて回るイメージ。中学生だってそんなに上げられない。低い跳び箱を飛び越えて前転するというのがあったが、飛び前転の場合は、走ってきて、助走をつける。けど落下の場合は、静止から落下だから、かなり怖い。

**委員**

低い跳び箱を置いて、踏み切って向こうのマットで前転して起き上がるというのはある。飛び前転の指導として、中学でやるのか。

**委員**

飛び込み前転はある。

**部長**

跳び箱の1段目の上に膝を曲げて、しゃがみこんで、手を前にした姿勢から前転に入っていくイメージのほうがいいのかもわからない。

**委員**

注釈を入れておく。

**事務局**

男女をどう組み合わせるかとか、服装は。練馬区は見本のような服装でよいのか。

**部長**

半袖・短パンでいいのではないかな。最近の中学生の短パンというと、もうちょっと丈が長い。短パンにラインが入っていたほうが、体の動きが比較的わかりやすいのではないかな。ももの

位置とかがわかりやすいので、ラインはそのまま残したほうがいい。たとえば右下の「弾みながら足を合わせる」というところも、ラインがあることで膝の高さとか角度が比較的わかる。

#### 事務局

次に(2)健康な体づくりを目指した授業案。印刷してあったのが田中先生のもの。前回、写真を付け加えた。これが1年生と5年生の指導案。関連して第Ⅲ期で畑先生の中学校の内容。

#### 委員

前回と変わったところは、①は関連教科で、「保健体育」、「保健分野」という言葉に変えた。②の実施学年は、第9学年1学期1時間を使って、各学級でやっていきたいということが今回の大きなテーマになっている。③ねらいは、中学校の学習指導要領のまま。ねらいの下の四角の下に白丸が二つある。ここの二つ目の文言を次のように変えた。「生活習慣を見直し、生涯にわたり改善していく実践的な態度を身につけるようにする」。④は意見をいただきたい。体育科がまず授業を行い、その後各学年、各担任等で打ち合わせをして、学活で6時間目に今回の授業をやってみようということ。⑤小中一貫に期待される効果。2枚目の⑥本時例の今回の授業内容が書いてある。活動内容が左の表に1～7まである。この前指示いただいた通り、書き直した。今回の授業のねらいは、まず学級担任が行うこと。9年分のデータを使うこと。そしてグループで討議をして、今後生活習慣を身につけて、生涯にわたって実践的に活動できるようにということの一つの大きなテーマとして組み立てた。

#### 委員

前回私も出ていないが、その文言のこと。2枚目に「本時例の概要」とある。この「活動の内容」のところ、1の「本時の学習内容を知る」は子ども側で、次の「学習の進め方を説明」は大人。「学習の進め方を知る」になるのではないか。次が「資料の配布」になって、大人側。あと「知る」と入ったら、4は「分析する」、5は「討議する」としたほうが、6「振り返る」、7「振り返る」に合うと思った。3の「資料の配布」はこの右側でもいい。1枚目の④だが、表の下の「保健体育において1次から4次までに行う運動」というのは、「次」という字が、時間の「時」と上の表には書いてあるので、揃えたほうがよい。時間の「時」で。

#### 委員

「体の発達段階」という言葉はあるか。「体の発達の様子」か。「体の発達」、「段階」はいらないかもしれない。「生涯にわたり健康な生活を営む実践的な態度を身につけるようにする」としたほうがすっきりする。「生活習慣」が2回出てきたり、主語がはっきりしないこともあるので、どうか。

#### アドバイザー

文言で言うと、「発達」よりは「成長」のほうがいい。発達というと機能になってしまうから。

#### 委員

成長のほうがいい。体の成長、心の発達。ねらいのところは、学習指導要領の抜粋はいらな

い気がする。田中先生のも出ているが、抜粋を載せてもしょうがないのでは。

**委員**

いらなと思う。

**部長**

ただ、24年度から完全実施になって、23年度から一貫校がスタートする。こういう目標が掲げられている中で、一貫校では取り入れているのだ、と捉えることもできる。だから掲げておいてもいいのでは。ちょっとしつこくなってしまうが、そのところはどうか。確認という意味で載せておくなら必要かもしれない。

先にその下の文を1行にという話もあった。子どもたちの学習活動という視点から見ると、振り返る学習活動が一つあって、その先に生涯にわたって実践的な態度を身につけていくという、先の方向性もある。だから「生活習慣」という言葉が重なる分は工夫して、実際に学習活動をやっている実践的な内容と、それからその先にあるものを、二つ掲げたほうがよい。

**委員**

では今のところを確認したい。四角の下のところを2段に分けて、「9年間の生活習慣や体の成長を振り返る」。もう一つは「生涯にわたり健康な生活を営む実践的な態度を身につけるようになる」になっているが、「改善していく」という言葉、最初の文の「改善していく実践的な態度を身につけるようになる」というのは、この後ずっと出てくる。この文言について、最終確認を教えてください。

**事務局**

ここを取って私から付け加えさせていただいた。中学校の保健体育の指導要領の中で、自分の生活を見直して、改善していく、そういう実践力を身につける、ということが出てくる。ただここは学級活動の中での取り扱いで、どこまで保健体育の要素とだぶらせるか、文言として生かすのがいいのか。

**委員**

「改善していく」を生かせばよいのではないかと。「生涯にわたり自分の生活を改善していく」、あるいは「健康な生活に改善していく」とすればよいのではないかと。

**委員**

そんなに違和感はない。そのへんは指導要領に書いてあるねらいであればよいのではないかと。「変えていこう」、「良くしていこう」という実践的な態度を身につけること、それを持たせることはよいことだと思う。

**委員**

では「生涯にわたり、健康な生活に改善していく実践的な態度を身につけるようになる」。



**事務局**

学級活動の(2)に入っているのは、「生活態度と習慣」と出てくる。なので、だぶるのを避けるのであれば、「生活態度」で指導要領に沿っている。

**委員**

「生活の仕方」のほうが言葉が広い。習慣と態度は別だと思う。

**事務局**

「生活態度や習慣」が一番指導要領と、あまり無理がない。とりあえず「生活態度や習慣を改善していく」。

**委員**

学習活動だから、「振り返る」で切ったら、「身につけるようにする」ではなく「身につける」。

**委員**

語尾を揃えるといい。

**委員**

この前、1～7までということで学習活動の内容を書いたが、1番が「本時の学習の内容を知る」で、2番が「学習の進め方を知る」。これは生かしているか。3番の「資料の配布」は右側のところに行く。

**委員**

1番の中に含めていいのではないか。その目的と進め方ということ。最初の本時のオリエンテーション的な位置付け・導入なので、1番と2番は一緒。たぶんこれを読んだら「どうやって授業をやるの」と中学の先生が困る。一番困るのは4番。「資料を活用する」しか書いていない。「体の成長について理解する」が、体の成長のどんなことを子どもに理解させるのかというところが補足がないので、ここを詳しく書かないといけない。

また「生活習慣の見直しを促す」とは、どういう視点で生活習慣を見直すのか。睡眠時間なのか、食事面なのか、そこは詳しく書かないといけない。それを中学生に見直させて、自分の成長や生活習慣を振り返らせて討議して、最後に今後につなげて、改善策を自分で持たせるのだという発表をする。このイメージであれば学級活動としてわかる。それから健康カードのサンプルなどを印刷した後にやらないと、これで見ても授業をやりなさいと言っても、できない。何も骨子が見えない。主活動のところをもうちょっと。説明と前振りのところはよい。討議もある程度できると思う。子どもたちが個人でやった作業を基に討議をするが、討議の前に子どもたちに何をさせて、その討議の材料をインプットさせるかが見えない。4番の右側をもうちょっと詳しくしないと。もしあれば、健康カード的なもの、新体力テストのカードみたいなサンプルが必要。「健康カードがこんな感じで、この視点で」ということがあれば親切だ。どういう視点で振り返らせて、グループの活動で個に返して、将来につなげていくかという活動なので、その流れが紙面で見えないと学級活動は厳しい。

**委員**

もっと具体的に言うと、「生活習慣を振り返るように促す」ところで、その振り返りのポイントは何か。ある程度こちら側が意図することを子どもに振り返らせなければいけない。そこで振り返るポイントはここ、意図するのはここという部分を挙げないと、指導者が「これは何を言っているのだろう」となってしまう。そのポイントが、睡眠時間や食事や運動や排便ということなのか。その下も「データを分析し、今後役に立てる」。その分析するのは、身長や体重のこと、あるいは運動能力なのか。そういう観点をいくつか挙げて、振り返らせていって、5番のグループ討議に行く。そのグループ討議の観点も何なのかということがないと、こちらの意図することが読んでいる人に見えてこない。

**委員**

6番の「自己を振り返る」で自分の生活習慣を見直して、「このようにしていこう」というかたちで書いてあるが、さらに7番で「学習を振り返る」とある。ここでは何をするのか。違いがわからない。学活で(2)の場合は、特に自己決定がすごく必要になって、最後にただ授業を振り返るだけではなくて、自己決定をしていかなければいけないが、それは7番でやるのか。

**委員**

前回1～7番はこの文言でと指示いただいて、そのままやってきたのが正直なところ。

先生が今指摘されたように、「自己を振り返る」のを6番でやって、この1時間の授業を教員が振り返って、最後に7番で終わることを指示いただいたのかと思った。

**委員**

では「学習のまとめをする」とか、教師のまとめの話ということであれば。ただ道徳では教師のまとめはあるけれども、学級活動で中学校としてはどうか。たとえば、これから受験シーズンに入るにあたって「こういうことに気を付けましょう」とか、具体的な先生からの諸注意をふまえたうえで、「こういうこともやっていきましょう」みたいなことで締めるのか。そうならば、教師の今日の授業に関するまとめとか、これからのための具体的なアドバイスみたいなもので締めるのはあると思う。教師からのそれがなければ7番はカットでもよい。ただ教師が最後に今後に向けたアドバイス、助言をしたいということがあれば、締めて終わるのか。中学の学級活動を見たことがなく、わからないので、どんなかたちでやるのか。先生がどのように関わっているのかイメージがつかめないなので、どのように締めているのか想像がつかない。

**委員**

最後に自己決定していけばそれでよいのではないかと。あまり講話的な話はしなくても。

**委員**

もう一回確認させていただきたい。1番が「本時の学習内容を知る」2番は消して、1番で学習の内容の話と授業の進め方をいっぺんにやる。そして「資料の配布」は、「生活習慣を振り返るよう促す」の下に入る。そして9年間のデータと新体力テストも入れて、2番目に来るの

が「自己のデータを分析する」。3番目に「グループ討議」。4番に自己を振り返って終わり。

**委員**

そのデータの分析のところで、ある程度こちら側の視点を示さなければいけない。こういう視点に沿ってデータを分析してほしいのだと。たとえば生活面だと、睡眠時間やら食事やら生活のリズム、という観点。右側の指導上の配慮事項のところへ入れていく。それから体力については新体力テストカードから自分の体力について分析して、弱いところを知るとか。

**委員**

それは例なので、全部やると時間がない。たとえば「例」と書いて、「身長・体重の変遷で成長を確かめる」とか。そこは授業者のねらいがどこにあてているかという部分にかかってくる。1時間しかないなので、分析も量的なものがある。中3であっても、健康カードも体力テストも健康チェックカードもとやっていたら、絶対にこの時間内には無理だ。

**委員**

いくつか例を挙げて、たとえば健康カードからだ、肥満度とか体重の増加の具合とか。

**委員**

視力の変遷とか健康だといろいろ視点はある。

**委員**

虫歯、あとは心肺能力とか。そういうものは中学校では測らないのか。

いっぱい視点をあげておいたほうが、これを読む人が「ではこの観点でやってみようかな」みたいなところがある気がする。

**委員**

では2番の「自己データを分析する」は、生活習慣が一つ、もう一つは体の成長について。右側の黒ポチのところを膨らませる。「生活習慣」はこのまま表を使い、睡眠・運動・食事の三つに事例を絞る。もう一個「体の成長」は、前回時間がないので体力のほうはあまり触れないほうがということで、新体力テストの結果に身長と体重が書いてあるのを配るというイメージでやっていた。そして自己データを分析して、グループ討議は改善点を発表して話し合いをする。司会をグループ班で取らせてやっていくというイメージでよいか。

**委員**

話し合いも、小学校だったら、自分の体の成長や生活習慣の特徴を発表して、どんな視点で話をさせるかがあるが、できるのだったらそんなに書かなくてよい。もうちょっと話し合いの討議の視点などがあれば。

**委員**

9年生くらいになると、自分の体重とか身長を、話題にしたくないという部分はあるのか。

**委員**

女の子ならあるかもしれない。もしそうだったら、中学の先生をご存知だろうから、そのあたりはうまく配慮して。

**委員**

「討議」と書いてあるが、自分の感じた「自分はこういうところがこうだ」と言って、それに対して意見を言ったりするのか。

**委員**

その学校、クラスの様子によると思う。自分のクラスでイメージしたのは、良いところと悪いところを発表する。たとえば、朝食を食べていない子はクラスで何人もいる。「何人かいたね」とか、「おれも食べていない」、「僕も食べていない」と。あとは運動部に入っている子が多いので、運動時間はこの表を見て「何時間やっている」、「私は全然やっていない」とか。そういうことで新しい情報として入ったり、討議して意見交換する。

**委員**

資料を見て、それぞれが意見を言うということ。

**委員**

そうだ。配るのがこの健康カード。それを授業の始まりで提示して、討議に分かれさせたい。私がまとめのところでイメージしたのは、たとえば朝食を食べていない子たちは、今後は朝食をきちんと食べて、受験等もあるので、と持っていけたら。最後に講話が必要かと思った。

**委員**

まだちょっと見えない。「自己のデータを分析する」とは、自分のデータを基に、「これはこうだな」と自分で理解する。それでグループ討議に使うものは何か。たとえばここでやるとしたら、それぞれのデータを見せ合うかたちになるのか。

**委員**

データは見せ合わない。自分がこういう結果だということだけを発表すればいいと思った。

**委員**

自分のデータを基に、「自分はこういうところがちょっと」、「朝食が抜けてて」、「僕はこうだった」と言う。それで中学生が討議はできるか。イメージ的に、それぞれが発表して、「ふーん」で終わってしまう気がする。しかも自分しか見ていないデータなので。

**委員**

話し合う視点をどこに与えてあげるかだ。たとえば生活習慣で「睡眠についてみなさんと情報交換をしてみなさい」と視点を与える。そうすると「おれは3時間だよ」とか「少ないな」。

おれは6時間寝てるよ、「何やってるの」と、話し合いを膨らませる。そして発表するときに、「この人は3時間だけど、受験勉強を今からやっていて睡眠時間をかなり削っている。どう？」と。そこに例を示して、そのときに学校に来て「眠いよ。もうやりたくないよ」と。それは望ましいかどうか、というところで話し合いを膨らませればいける。

そういうところで視点を与えていかないといけない。それを生活習慣で、グループで情報交換して、どんな感じかとやっていく。自分と比べて、その子が望ましい生活習慣なのかどうか。自分と比べて良い、悪いとか。そのあたりで、「だからあの人は健康なんだ」とか、そういうところで気付かせれば、今後の改善につながっていく。ただ何もないと、話のつかかりがどこかとか、逆にデータが多すぎるとどうやっていいかわからないところがあって難しい。

#### 委員

一つの方法として、グループの提言みたいなものを作らせたらどうか。生涯にわたって健康な生活習慣を改善していくためには「私たちのグループはこんな提言をしますよ」みたいな。寝る時間は何時から何時までが有効ですよとか。自分たちのものと比べるための資料がないとダメだけど、グループの提言、たとえば食事はこういうのが望ましいとか。

#### アドバイザー

ただ中3にその授業は、本質的な問題にならない。何が良くて、何が悪いかということはわかっているから。だから本音で話し合わせるのであれば、本当に睡眠時間は少ないが、「私はこんな工夫をしていますよ」とか、食事で「朝ごはんが食べられないけれども、こんな工夫をしていますよ」と。たとえば生活習慣で問題があるが、それを改善するのにこんな方法をやっているみたいな、お互いの工夫を出し合ったりするのであれば可能性がある。

いろいろなアプローチの仕方はあると思うが、何がこの9年生にとって課題になりそうなのか。そのあたりから、何を分析させて、何について話し合いを深めさせていくのか。そもそも健康上、生活習慣上の課題になりそうなところをもうちょっと絞り込まないと、具体的な授業は見えにくいのかもかもしれない。

#### 部長

結局データを見て、個人レベルで何に気がついたのかということ。自分のデータを見て、何に気がついたかは個々によって違う。ではその気が付いた点について、良い部分なのか、悪い部分なのか。課題があるとするとどんな課題なのか。課題に対して自分はどんな工夫をして生活してきたのか、していくべきなのか。これをまず個人レベルで考えて、「自分はこんなことを考えました」ということをグループで発言し合うパターンが想像できる。

#### 委員

2の段階がすごく膨らんで、3はほとんど報告会、討議にはならないのではないのか。グループでやるとしたら、自分の今後のことをみんなにしゃべるようなかたちになるのか。

#### 委員

自分の生活習慣で今はこうだけど、それを補うために「どんなことをやってるの」みたいな

知恵を出し合って、それが共有化されれば今後、「おれもそれを取り入れてみようかな」となるかもしれない。今後に生かすのであれば、そういう視点を与えるしかない。

現状分析をして足りないところ、良いところなどを、「おれはこれをやっているから、ぜひやってくれよ」「おれ、困っているんだけど、どうしてる？」とか、「寝不足になりそうになったときは、どうしてるの？」「テスト前はどうしてるの？」とか。分析して「おれやっぱり睡眠不足だけど、どうしてる？」と友達に聞いて、「こういう方法が良いよ」みたいなことがあって、「じゃそれは使えるかな」とか「自分なりにアレンジしてみようか」となれば理想だ。それだったら話し合うとか情報を共有する意味がある。ただそれも視点を与えてあげないと、そこでいくつかというのは難しい。中学生のその話し合いレベルがわからない。

#### 事務局

わかっているのだけれどもうまくできない。そこでうまくやれるようなヒントだとか、そういうものをほかの子たちが持っていて、「それなら自分は取り入れられそうだ」と思ったら、それを生活改善に実践してみようと思う。

#### 部長

右側の配慮事項に書いてあるこの言葉のままの気がする。討議ではなくて、お互いの生活習慣の良い点や改善点を発表し合って、その場で自分の生活の改善に役立てていく。「改善」という言葉が先の目標の中に入っていたが、見直すという作業を、友達の生活の仕方ですべてに気付いていく。でもおそらくお互いに「ああ、同じなんだ」というところで慰め合う部分が非常に多いかもしれない。だからこそこんな工夫をしているのだという発言がちょっとでも出れば、自分の生活の仕方が変わっていくきっかけになっていくことも考えられる。

#### 委員

この「自己を振り返る」のところで、「友達やグループの意見を参考にして、自分の望ましい生活習慣について理解を深める」みたいなかたちにしておくとわかりやすい。だからグループで話し合うくらいで、討議ではない。お薦めのポイントとか、あっても良いのだろうが、ポイントがずれる可能性がある。だからあまりやらないほうが良い。

#### 委員

難しい。どんなものが出てくるのか。

#### 委員

きっと格好つける子も中にはいると思うが、結構本音で行くのではないかな。話を戻すが、子どもたちがグループでお薦めのこともみんなで言い合って、最後に5番に、今睡眠時間は受験もあって3時間だが、最後はこのように、という理想。みんなが本当に目標にしている生活習慣は「睡眠時間は7時間くらいがいいよね」と。どうして良いかを言って、最後終えたいと私は思っている。教師がまとめをする。

**委員**

それはクラスとか子どもの実態、もしくは先生の願いだと思うので、別にそれは良いと思う。

**委員**

今の先生方の意見をいただくと、きっといろいろなことが出ると思う。もう一回、ポイントは三つ、生活習慣、睡眠、運動、食事のことをもう一回、5分でも3分でも触れて、軌道修正をしてそれで終えたらよいかと思うが、どうか。

**委員**

子どもはオープンエンドでいい。自分のことを振り返って、理解を深めて終わりでいいと思う。その後、先生がまとめをしたいのであれば、「こうだよね」と投げかけて終わってもいい。

**部長**

基本的に健康な生活についての授業だから、健康な生活の仕方は基本的にはこうだが、今は現実問題、自分の課題と取り組んでいるから、そういう健康な生活をするに至っていない。だが健康な生活をするためにはこういう生活が一番望ましいよね、少しずつ戻していこうねという視点で、教師のほうがまとめることは問題ないし、それがあからこそ健康な生活という一つの単元になる。そのまま放っておいて、「大変だな」で終わってしまうと、何か「中学校生活ってすごく暗いな」というところになってしまう。実生活との差があるが、先々はこういう生活をしていかないと、人の体はなかなかうまくいかないのだと示唆していくことは、最後のまとめとして必要なことだ。

**委員**

右側の指導上の配慮のところの言葉をそのまま使って、見るポイントだけ、健康か、生活習慣を三つ絞りたいと思っている。「体の成長」については身長とか体重、そういうことについて膨らませるということで付け加えたい。3番は「グループで話し合いをする」にしたい。

**委員**

新体力テストの活用ということで、1枚が遊びと運動の説明の表で、文言は直さなかったが、竹馬、一輪車を入れた。バスケットボールも入れ、ハイキングを抜いた。効能で「動きのすばやさ・器用な身のこなし」とのところは(びんしょうせい)を入れた。全部ひらがなで(しゅんぱつ力)、(きん力)、(きんじきゅう力)とか、体力テストの一覧表で出てくる言葉を入れて、それに対応する運動や遊びを4年生が選べるようにした。対象は4年生。

**事務局**

これと、中学校用の新体力テスト学習指導案があるが、前回見て特に修正は入ってなかった。

**委員**

これの振り返りが、前回の一番終わりのときにやった9年間の中の2回。どこで振り返るのが一番良いかで、前回2回だと結論が出ているので、それを原稿の中のどこかに入れておかな

ければいけない。

アドバイザー

指導案になったときのフォーマットを揃えなければいけない。

事務局

最初に出ていたプロットに合わせていただきたい。中学校のほうも指導案みたいなものを出す予定。

委員

中学校のほうはオリジナルな形なので、形を揃えなければいけない。

アドバイザー

前回、中学は保健体育の授業の中でやるということだった。

委員

プロットに合わせて私は書いた。指導事例案で6年なんとかで、部会名とか、活動のねらいと指導計画案。本事例体力向上との関係、中高一貫教育における効果、それから指導計画で、本事案資料みたいな感じで書いてある。

アドバイザー

もう一回そのフォーマットを指示したもので手直ししてもらって、集約したほうがいい。

事務局

30日の前に一度こちらで回収をさせていただければ。ポイント数と余白。ある程度かたちに關しては確認する。それで今、次第の(3)には「体力のあゆみ」というのがある。高橋先生に、グラフに体力テストの各学年の時の結果を、自分が印を付けられるようなものを作成していただいており、直接私のほうで回収させていただくが、了承いただけるか。

それでは(4)。宮野先生。

委員

特に何もなく、「子ども」を「児童」に直した。あとはダブルダッチのところを直しただけ。あとは絵がまだ入っていないので絵を入れて、ということでもいいか。

委員

指導案じゃないから、揃えるとしたらポイントと行間くらい。

事務局

データをいただきたいが、紙でいただければ、こちらでPDFを取れる。最後(5)、TTのマット運動の授業も特に修正は入っていなかったと思う。



**委員**

この薬乱はどうなるのか。

**事務局**

それは今回掲載しない。

今、別に畑先生に作成していただいている、部活動だが、最後の「その他」のところ。以前、現段階での桜小中の資料をいただいているが、それを参考資料として今回のこの報告に入れようかどうかというところだった。キャリア教育部会もその部活動には触れる。

**委員**

子どもに部活動をやったアンケートをキャリアで取っている。それをキャリアが分析しているはずだ。それがキャリアのほうで載るかどうかはわからない。これはもし必要ならば木下川先生に承諾を取っていただければ別に構わないと思う。

**事務局**

今回、体力向上には部活動が最初の文言に載っているなので、資料はあったほうがよい。

**アドバイザー**

キャリア部会のほうは、文化部も含めて広く部活動。この部会ではもうちょっと狭く、運動部活に限定したものにしないとまずいのではないかと。

**委員**

運動部活に限定して、子どもの今までの部活動をして良かった点とかをまとめるか。

**アドバイザー**

中学校の先生は運動部活動の資料とか、運営の仕方とか、それなりに資料が出ているので理解しているだろう。小学校の先生に改めて運動部活動の意義とか、指導するうえでの留意点などを載せてもいい気はする。

**事務局**

部活規則にそういったことが記されているのか。

**アドバイザー**

個別の学校の事例みたいなことは、それでよいが、一般論。たとえば文科なども運動部活動について出している。そういうところから抜粋してまとめてもよい。

**事務局**

私のほうで文科等から出ている運動部活動の資料を抜粋したものを探してみる。それとこれと合わせてみて、部活動の補足資料ということで。この部活規則があれば、だいたい見えてく

るか。

今後の確認。来週の早い時期にポイント数や行間などを伝える。それと次回9月30日(木)。場所は教育委員会室。可能であれば、事前に私のほうで全部資料を集めて確認をして、こちらで提示したい。27日(月)までに資料をいただければ、修正があればやり取りができる。

**アドバイザー**

全体として出来上がりとか、ページ数はだいたい予定通りなのか。

**事務局**

今の枚数でいくと、ちょうど良いくらい。70ページ以内で、今の枚数がだいたい60ページ。部会によって多少ページ数のばらつきがある。