

小学校保健授業における技能の習得を目指した指導に関する一考察

－「心の健康」および「けがの防止」の教科書分析より－

小出真奈美¹⁾ 片岡千恵²⁾

キーワード：技能、小学校、教科書分析、教材、指導方法

I. はじめに

平成28年に示された中央教育審議会答申「現代的な諸課題に対応して求められる資質・能力」¹⁾において、保健教育に関しては「健康・安全・食に関する資質・能力」として、「様々な健康課題、自然災害や事件・事故等の危険性、健康・安全な社会づくりの意義を理解し、健康で安全な生活を実現するために必要な知識や技能を身に付ける（知識・技能）」、「自らの健康や安全の状況を適切に評価するとともに、必要な情報を収集し、健康で安全な生活を実現するために何が必要かを考え、適切に意思決定し、それを表す力を身に付ける（思考力・判断力・表現力等）」、「健康や安全に関する様々な課題に関心を持ち、主体的に、自他の健康で安全な生活を実現しようとしたり、健康・安全で安心な社会づくりに貢献しようとしたりする態度

を身に付ける（学びに向かう力・人間性等）」の資質・能力を育成することが求められた。

これまで、小学校体育科保健領域、中学校保健体育科保健分野、高等学校保健体育科科目保健（以下、保健）において技能の内容の位置付けはなく、この答申を受けて改訂された平成29、30年の学習指導要領²⁻⁴⁾によって新たに技能の内容が位置付けられ、注目される。保健において新たに位置付けられた技能の内容は、「心の健康」と「応急手当」の2つに関わるものである（表1）。「心の健康」に関わる技能の内容は小学校および中学校を通して、「応急手当」に関わる技能の内容は小学校、中学校、高等学校を通して、それぞれ系統性のある内容となっており、今後、保健の技能の習得を目指した授業実践に向けて、研究の知見が求められると考えられる。

表1 各学校種の保健に新たに位置付けられた技能の内容

	「心の健康」に関わる技能の内容	「応急手当」に関わる技能の内容
内容項目	不安や悩みへの対処	けがの手当
小学校	・体ほぐしの運動 ・深呼吸を取り入れた呼吸法	・傷口を清潔にする ・圧迫して出血を止める ・患部を冷やすなどの簡単な手当
内容項目	欲求やストレスとその対処	応急手当
中学校	・ストレスによる心身の負担を軽くするような対処の方法	・包帯法、止血法（直接圧迫法） ・心肺蘇生法
内容項目		応急手当
高等学校	なし	・体位の確保、止血、固定など 日常生活で起こる傷害や熱中症などの基本的な応急手当 ・AEDを用いた心肺蘇生法

1) 筑波大学大学院人間総合科学学術院

2) 筑波大学体育系

これまでも技能の内容が位置付けられている体育科運動領域や他の教科等においては、技能の習得に焦点を当てた研究が散見される。例えば、体育科運動領域では、金沢ら⁵⁾は、小学校4年生を対象に水泳の学習として、小学校高学年の技能目標であるクロールで続けて長く泳ぐことを目指すために、その前段階として面かぶりクロールの習得に向けた学習プログラムを作成した。鈴木ら⁶⁾は、体育学習のなかでネット型の運動種目の1つとされるバドミントンにおけるスマッシュ技能の習得を目指した教材、教具を開発した。藤田ら⁷⁾は、サッカーの学習指導として、初心者のつまづきを明らかにし、インサイドキックの技能習得を目指した教材、教具の開発をした。柴山ら⁸⁾は、小学校中学年におけるリズムダンスの単元を作成し、その有効性を検証した。

社会科では、村上⁹⁾は、中学校1年生を対象として、技能の習得のためには、生徒の興味・関心がなければ技能の習得は難しいという仮説のもと、地図の活用技能を身に付ける授業実践を試みた。授業は、作業学習や生徒の身近な課題を取り入れるなどの生徒の興味・関心を高める工夫をし、地図や地球儀を用いて繰り返し学習することで技能の習得だけでなく、同時に知識も定着したとしている。

家庭科では、包丁の技能を効率よく安全に習得させるために子供用包丁の開発¹⁰⁾をしたものや、包丁の技能習得のために教材として適した被切断物の大きさについて検討し、教材として適している食材を明らかにした¹¹⁾ものがある。また、沼田ら¹²⁾は、調理技能に関する動画を作成し、その教材の効果を検討した。高橋ら¹³⁾は、「技能技術」の習得のための工夫について教員に調査したところ、どの学校種においても「示範を見せる」、「技術的に易しい題材を選ぶ」、「グループメンバーの役割分担や助け合いをすすめる」の項目が挙げられており、小学校および中学校は、高等学校に比べて技能習得のための工夫がされていたことを明らかにしている。

以上のように、体育科運動領域や他の教科等においては技能の習得に向けて、指導方法や教材、教具に関する研究がみられる。特に教材の開発等

に焦点を当てた研究が比較的多く報告されている。教材を活用してどのように指導するかが児童生徒の技能の習得にとって重要であることから、保健においても同様にそうした視点からの研究が求められると言える。

我が国では、文部科学省が定めた学習指導要領によって一定の教育水準が確保されており、その内容に準拠した教材として、教科書がある。教科書は、汎用性が高く、国の求める教育の質的向上を促す重要な因子であると考えられている¹⁴⁾ことや、文部科学省では、「小学校、中学校、高等学校、中等教育学校及びこれらに準ずる学校において、教育課程の構成に応じて組織排列された教科の主たる教材として教授の用に供せられる児童又は生徒用図書であり、文部科学大臣の検定を経たもの又は文部科学省が著作の名義を有するもの（発行法第2条）」と定義され、すべての児童生徒は、教科書を用いて学習する必要があることを明示している¹⁵⁾。言うまでもなく、学校教育において児童生徒の資質・能力を育成するうえで、主たる教材である教科書は重要な役割を担っていると考えられる。

本研究では、保健の技能の習得を目指した指導のあり方の示唆を得るために、保健の教科書における技能の内容に関わる記述から、その特徴を明らかにすることを目的とした。

II. 研究方法

1. 対象とする教科書教材および単元

平成29年に改訂された学習指導要領が、令和2年度より全面実施となった文部科学省検定済みの小学校体育科の保健の教科書5社5冊¹⁶⁻²⁰⁾を対象とした。本論文では、分析の対象とする教科書5冊を、A、B、C、D、Eとして表記する。

対象とする単元は、保健の技能の内容が新たに位置付けられた小学校5年生および6年生の「心の健康」および「けがの防止」とした。

2. 分析の視点

まず、技能の内容が位置づけられた「心の健康」および「けがの防止」のそれぞれの単元の概要について明らかにした。次に、技能の内容が取り扱われている「不安や悩みへの対処」および「けが

の手当」の小単元の学習展開を分析し、技能の習得のための実習が学習展開のなかでどのように扱われているかについて、主体的・対話的で深い学びの学習者の視点²¹⁾を参考に分類した。さらに、技能の習得に関わる記述および資料や技能の習得に焦点をおいた図示について分析し、技能の習得のための特徴について明らかにした。最後に、中学校および高等学校との技能の内容に関する系統性についても分析した。

3. 分析方法

まず、各教科書の記載箇所から、本扉、目次、前書きを除き、技能の内容が位置づけられた「心の健康」および「けがの防止」の内容に相当する箇所を抜き出した。そして、単元の概要を明らかにするために、それぞれの単元を構成している小単元の頁数やその学習課題について把握した。また、本文中の記述について太字で記載されている語句を重要語句として抜き出した。次に、技能の内容が取り扱われている小単元の学習展開を分析するために、国立教育政策研究所のプロジェクト研究「学校における教育課程編成の実証的研究」²¹⁾に示されている主体的・対話的で深い学びを実現するための学習者の視点(表2)を参考に、分類した。分類は、各教科書教材においては学習活動として「気づく・見つける」、「調べよう」、「考えよう」、「つなげよう」、「話し合おう」、「やってみよう」のように学習活動が分けられており、それぞれの活動がどの視点の活動であるのかを読み取り、分類した。さらに、技能の習得にかかわ

表2 主体的・対話的で深い学びを実現するための学習者の視点

主体的な学び
<ul style="list-style-type: none"> ・学ぶことに興味や関心を持つ ・自己のキャリア形成の方向性と関連付ける ・見通しをもつ ・粘り強く取り組む ・自己の学習活動を振り返って次につなげる
対話的な学び
<ul style="list-style-type: none"> ・子供同士の協働を通じ、自己の考えを広げ深める ・教職員との対話を通じ、自己の考えを広げ深める ・地域のひととの対話を通じ、自己の考えを広げ深める ・先哲の考えかたを手掛かりに考える
深い学び
<ul style="list-style-type: none"> ・各教科等の特質に応じた「見方・考え方」を働かせる ・知識を相互に関連付けてより深く理解する ・情報を精査して考えを形成する ・問題を見いだして解決策を考えたり、思いや考えを基に想像したりすることに向かう

国立教育政策研究所「プロジェクト研究「学校における教育課程編成の実証的研究」より一部抜粋

る記述、図示、資料を抜き出して分析した。最後に、中学校や高等学校で取り扱う技能に関する内容が記載されている箇所を抜き出し、小学校、中学校、高等学校での系統性について分析した。

III. 結果

1. 「心の健康」と「けがの防止」の単元概要

各教科書における「心の健康」の単元概要を表3、「けがの防止」の単元概要を表4に示す。

「心の健康」では、ほとんどの教科書において、3つの小単元と学習のまとめから単元が構成されていた。まず心がどのように発達していくのかについて扱い、次に心と体との関係、そして不安や悩みへの対処として深呼吸を取り入れた呼吸法や体ほぐしなどの技能の内容を取り扱う学習展開となっていた。学習指導要領解説²⁾においても「心の健康」に関する学習内容は3つ示されている。また、「(ウ) 不安や悩みへの対処」には、呼吸法や体ほぐしの運動ができるようにすることが明記されており、教科書においても「(ウ) 不安や悩みへの対処」に関わる小単元のなかで技能の習得を目指す実習の場面が設けられていた。

「けがの防止」においては、4つ以上の小単元から構成されている教科書がほとんどであった。学習指導要領解説²⁾では、「(ア) 交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがの防止」、「(イ) けがの手当」の2つが学習内容として明記されている。各教科書においては、(ア)の内容に関わって小単元が多く設定されていた。また、技能の内容が明記されている「(イ) けがの手当」に関する小単元のなかで技能の習得を目指す実習の場面が設けられていた。

2. 技能の内容が取り扱われている小単元の学習展開

「心の健康」における技能の内容を取り扱う小単元においては、主な学習展開として、導入で自分自身がこれまで不安や悩みを持ったことがあるかどうか、それはどのようなものかについて振り返る活動が取り入れられていた。次に、不安や悩みは誰にでもあり、不安に感じることや悩む内容は人それぞれ違うことについて、教科書に記載されているグラフを用いて読み取り、話し合う活

表3 各教科書における「心の健康」の単元概要

教科書	小単元名	学習課題	重要語句	頁数
A	心の発達	・心は、どのように発達するでしょうか。 ・心は、どんなことを通して発達するでしょうか。	・感情、社会性、思考力	2
		【発展】心って、どこにあるの？		2
	心と体のつながり	・心と体は、どのように関係しているでしょうか。		2
	不安やなやみへの対処	・不安やなやみをかかえたときは、どうすればよいでしょうか。		6
		<ふり返る・深める・つなげる>		1
B	心の発達	・心は、どのように発達するのでしょうか。	・感情、社会性、思考力 ・多くの人と関わり ・自然とのふれあい ・さまざまな生活経験 ・学習	4
	心と体の関わり	・心と体には、どんな関係があるのでしょうか。	・心と体がたがいに深くいきょうし合っている	2
		【資料】さらに広げよう深めよう		2
	不安やなやみなどへの対処	・不安やなやみがあるとき、どう対処したらよいのでしょうか。	・不安やなやみに合った、適切な方法を見つけて対処する	3
		【資料】さらに広げよう深めよう <学習のまとめ>		1 1
C	心の発達	・心にはどのようなはたらきがあり、どのように発達していくのでしょうか。	※ 太字による記載なし	2
	心と体のつながり	・心と体はどのように関わり合っているのでしょうか。		2
	不安やなやみがあるとき	・不安やなやみを軽くするには、どのようにすればよいのでしょうか。		4
		<5年①のまとめ>		1
D	心の発達	・心は、どのようなことで発達するのでしょうか。	・生活経験や学習を重ねることを通して、年れいととも発達	4
	心と体のつながり	・心と体は、どのようにいきょうし合っているのでしょうか。	・心と体は、深くいきょうし合っています	4
	不安やなやみがあるとき	・不安やなやみでこまったときには、どんな対処の方法があるのでしょうか。	・だれもが、いろいろな不安やなやみを体験する ・いろいろな対処の方法があります	6
		<学習をふり返ろう>		1
E	心の発達	・わたしたちの心は、どのように発達していくのだろう。	・さまざまな生活経験や学習を通して、年れいにもなって発達	3
	心と体のつながり	・わたしたちの心と体は、どのようなつながりがあるのだろう。	・心と体は、深くいきょうし合っている	2
	不安やなやみへの対処①	・不安やなやみがあるときには、どのようにすればよいのだろう。	・自分に合った方法で対処すること	3
	不安やなやみへの対処②	・相談することを通して、心を健康に保つには、どのようにすればよいのだろう。	・家族や先生、友達などに話すこと ・寄り添うこと	2
		「わたしのスッキリせん言」		1

■：技能の内容が取り扱われている項目

動が展開されていた。その際には、思春期では、心や体の変化により不安や悩みが多くなることについて触れていた。そして実際に不安や悩みがあるときに、普段はどのように対処しているのか、どのように対処したらよいのかについて、話し合いの活動を通して学び、実際の対処方法として深呼吸を取り入れた呼吸法と体ほぐしの運動を実習する学習展開となっていた。

「けがの防止」の技能の内容が取り上げられている小単元の「けがの手当」では、「心の健康」と比べて取り扱われている学習活動が少なく、けがの手当の技能の習得に重点を置いていることがうかがえた。また、実習または学習のまとめの活動では、児童の身近な事例に関するケーススタディが用いられていた。

「心の健康」および「けがの防止」の両単元において、技能の習得を目指して実習場面が設けられている「不安や悩みへの対処」、「けがの手当」の内容を扱っている小単元について、主体的・対話的で深い学びの学習者の視点²¹⁾を参考として分類した(表5、6)。その結果、「心の健康」の「不安や悩みへの対処」では、深呼吸を取り入れた呼吸法や体ほぐしの運動を通して、心や体がどのように変化したかを話し合うなどの対話的な学びが多く取り入れられていた。また、「けがの防止」の「けがの手当」においては、多くの教科書において、これまでの生活経験を生かし、さらに新たに学んだことを用いてけがの手当の習得を目指す深い学びの学習活動が取り入れられていた。

表4 各教科書における「けがの防止」の単元概要

教科書	小単元名	学習課題	重要語句	頁数
A	けがの発生	・どんな事故やけがが起こっているのでしょうか。 ・事故やけがは、どのようにして起こるのでしょうか。	・人の行動 ・心の状態 ・環境 ・体の調子	2
	交通事故の防止	・交通事故を防ぐためには、どうすればよいのでしょうか。 ・交通事故を防ぐために、どんな工夫がなされているのでしょうか。		2
	学校や地域でのけがの防止	・学校や地域でのけがの防止を防ぐために、どんな工夫がなされているのでしょうか。		4
		【発展】自然災害や緊急事態に備えて		2
	けがの手当	・けがが起こったときは、どうすればよいのでしょうか。 ・自分でできるけがの手当のしかたを身に付けましょう。 ＜ふり返る・深める・つなげる＞		2 1
B	けがや事故の起こり方	・けがや事故は、どうして起こるのでしょうか。	・人の行動と周りの環境 ・心の状態や体の調子	2
	学校や地域でのけがの防止	・学校や地域でのけがを防ぐには、どうすればよいのでしょうか。	・危険を予測 ・安全な行動 ・正しい判断	2
	交通事故の防止	・交通事故にあわないためにはどうすればよいのでしょうか。 【資料】さらに広げよう深めよう	・危険を予測 ・安全な行動 ・正しい判断	2 2
	犯罪被害の防止	・犯罪被害にあわないためには、どうすればよいのでしょうか。	・危険を予測 ・安全な行動 ・正しい判断	2
	けがの手当	・けがをしたときは、どうすればよいのでしょうか。 【資料】さらに広げよう深めよう 【発展】自然災害から身を守る ＜学習のまとめ＞		2 2 2 1
	けがの原因	・事故やけがには、どのようなものがあるのでしょうか。また、どのようなことが関わって起こるのでしょうか。	※ 太字による記載なし	2
	交通事故によるけがの防止	・交通事故によるけがを防ぐには、どのようにすればよいのでしょうか。		2
C	身の回りで起こるけがの防止	・身の回りで起こるけがを防ぐには、どのようにすればよいのでしょうか。		2
	犯罪被害から身を守る	・犯罪被害から身を守るには、どのようにすればよいのでしょうか。 【発展】自然災害から身を守る		2 2
	けがの手当	・けがをしたときは、どのように手当をすればよいのでしょうか。 ＜5年②のまとめ＞		2 1
	事故やけがの原因	・事故やけがは、どのようなことが原因で起こるのでしょうか。	・人の行動 ・環境	4
D	学校や地域でのけがの防止	・学校や地域でのけがは、どのようにすれば防止できるのでしょうか。	・危険を予測 ・安全に行動 ・的確な判断	4
	交通事故の防止	・交通事故は、どのようにすれば防止できるのでしょうか。	・危険の予測 ・安全な行動 ・環境整備 ・交通ルール	4
	犯罪被害の防止	・犯罪被害は、どのようにすれば防止できるのでしょうか。 【発展】自然災害によるけがの防止	・見えにくい場所 ・簡単に出入りできる場所	5 3
	けがの手当	・けがをしてしまったときには、どのようにすればよいのでしょうか。 ＜学習を振り返ろう＞	・手当 ・悪化を防ぎ、回復を早める ・きず口を清潔にする ・圧迫して出血を止める、患部を冷やす	6 1
	学校生活でのけがの防止	・学校生活でのけがは、どのようにすれば防ぐことができるのだろうか。	・行動 ・まわりの環境 ・ようすをよく見て、危険に早く気づき、正しい判断で安全に行動すること	3
	交通事故の防止	・交通事故は、どのようにすれば防ぐことができるのだろうか。	・まわりのようすをよく見て、危険に早く気づき、正しい判断で安全に行動すること	3
E	地域での安全	・地域で安全に過ごすためには、どのようにすればよいだろう。	・危険をさける行動 ・環境面からの確認 ・危険をさける行動 ・環境面からの確認	3
	けがの手当て	・けがをしたときには、どのように手当てをすればよいだろう。 「わたしの安全せん言」 【発展】熱中症 【発展】災害が起きたら、あなたはどうしますか？	・すみやかに判断すること	2 1 1 2

■：技能の内容が取り扱われている項目

3. 技能の習得に関わる図示、記述、資料

「心の健康」の単元では、教科書 A と教科書 D にのみ、体ほぐしの運動については体育学習との関わりを促す記述が見られた。深呼吸を取り入れた呼吸法については、実践する際のポイントとして、教科書 A「呼吸そのものや、胸やおなかがへこんだりふくらんだりする動きを感じながら行いましょう」、教科書 D「おなかに手を当てて、おなかがふくらんだりへこんだりするのを確にんしながら行いましょう。無理をせず、自分のペースで行うことが大切です」と記載されていた。また、教科書 A「終わったら、感じたことを書いておくといいね」、教科書 B「深呼吸をする前と後とでは、心や体にどんな変化があったかな」、教科書 D「心や体がどのように変化したか、友達と話し合おう」などの記述もあり、深呼吸を取り入れた呼吸法による心の変化に気付かせることも求められていると考えられる。教科書 B においては、技能の習得に関わって、なぜ呼吸法が不安や悩みへの対処として適切であるのかについて「発展」の内容として資料が記載されていた。「けがの防止」の単元では、すべての教科書において、「けがの手当」に関する動画教材を視聴できることを示すマークが示されており、QR コードの掲載も見られた。また教科書 D では、けがの種類ごとに、その手当について答えさせるようになっており、ケーススタディが用いられていた。その他の教科書に

おいても、事例を取り上げ、そのけがに適した手当を考え、その方法について記述させるなどがあった。

4. 中学校および高等学校で取り扱う技能の習得に関する資料

小学校で取り扱う「心の健康」の単元では、ストレスについては取り扱わないが、中学校学習指導要領解説保健体育編³⁾「心身機能の発達と心の健康」の内容である「(エ) 欲求やストレスの対処と心の健康」の中でストレスについて学習し、ストレス対処としてリラクセーションの方法等ができるようにすることが求められている。教科書 B、教科書 D、教科書 C は、ストレスについて説明する資料および記述が見られた。

中学校および高等学校においては、応急手当として心肺蘇生法や自動体外式除細動器（以下、AED とする）、熱中症などについて取り扱うこと²⁾³⁾になっており、また、小学校、中学校、高等学校を通して系統性のある教育が求められている。小学校の各教科書では、発展的な内容や資料としてすべての教科書において AED と熱中症のことが取り上げられていた。教科書 A、教科書 B、教科書 C は、中学校で学ぶことが記載されており、児童らにとっても見通しが持ちやすいことがうかがえた。教科書 D に関しては、AED の使い方についても記載されていた。

表 5 「不安や悩みへの対処」における主体的・対話的で深い学びを実現するための学習者の視点

	学習者の視点	教科書 A	教科書 B	教科書 C	教科書 D	教科書 E
主体的な学び	学ぶことに興味や関心を持つ	○	○	○	○	○
	自己のキャリア形成の方向性と関連付ける					
	見通しをもつ					
	粘り強く取り組む					
対話的な学び	自己の学習活動を振り返って次につなげる				○	
	子供同士の協働を通じ、自己の考えを広げ深める	○		○	○	○
	教職員との対話を通じ、自己の考えを広げ深める	○	○	○	○	○
	地域の人との対話を通じ、自己の考えを広げ深める					
深い学び	先哲の考え方を手掛かりに考える					
	各教科等の特質に応じた「見方・考え方」を働かせる	○	○	○	○	
	知識を相互に関連付けてより深く理解する	○	○	○	○	
	情報を精査して考えを形成する				○	
	問題を見いだして解決策を考えたり、思いや考えを基に想像したりすることに向かう				○	

表6 「けがの手当」における主体的・対話的で深い学びを実現するための学習者の視点

学習者の視点		教科書A	教科書B	教科書C	教科書D	教科書E
主体的な学び	学ぶことに興味や関心を持つ	○	○	○	○	○
	自己のキャリア形成の方向性と関連付ける					
	見通しをもつ					
	粘り強く取り組む					
	自己の学習活動を振り返って次につなげる				○	
対話的な学び	子供同士の協働を通じ、自己の考えを広げ深める	○	○	○	○	
	教職員との対話を通じ、自己の考えを広げ深める	○	○	○	○	
	地域の人との対話を通じ、自己の考えを広げ深める					
	先哲の考え方を手掛かりに考える					○
深い学び	各教科等の特質に応じた「見方・考え方」を働かせる	○	○	○	○	○
	知識を相互に関連付けてより深く理解する	○	○	○	○	○
	情報を精査して考えを形成する				○	
	問題を見いだして解決策を考えたり、思いや考えを基に想像したりすることに向かう				○	

IV. 考察

1. 技能の習得を目指した教科書の特徴

第一に、各教科書において、学習の進め方や小单元ごとに具体的な学習活動が明示されていたことが挙げられる。例えば、「不安や悩みへの対処」の学習活動においては、導入時に、これまでの生活を振り返って、不安や悩みなどを感じたことがあったか、どのようなことで不安や悩みを感じたのかについて振り返らせる活動が各教科書に多く取り上げられていた。そして、それらの不安や悩みを解決するにはどのような方法があるのかについて、話し合ったり、考えを出し合ったりする活動が組まれていた。

このように、身近な生活について振り返る学習活動を取り入れ、授業を展開していくことで、児童が自分事として考えやすくなり、課題の解決に向けて意欲的に授業に臨むことができると考えられる。技能の習得を目指すうえでも、主体的に学習に取り組ませていく必要があると考えられるが、そのために児童の興味や関心を高めることを意図した教材が仕組まれていると考えられた。

第二に、「心の健康」および「けがの防止」の技能の内容が取り扱われている小单元のそれぞれの学習活動を「主体的・対話的で深い学びを実現するための学習者の視点」²¹⁾から分類したところ、すべての教科書において主体的・対話的で深い学びを目指した学習活動が取り入れられていた点が注目される。主体的・対話的で深い学びは、単元や題材のまとまりを通して実現を図ること²⁾が

求められている。

このことから、教師は単元計画の作成や授業づくりをする際に、主体的な学び、対話的な学び、深い学びのどの視点で授業を進めていくのかを明確にすることが重要であると思われる。学校教育においては、児童生徒の発達の段階や特性を踏まえ、資質・能力の3つの柱をバランスよく育成することが求められている。また、そのためには「生涯にわたり学習する基盤が培われるよう、基礎的な知識及び技能を習得させるとともに、これらを活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力、その他の能力をはぐくみ、主体的に学習に取り組む態度を養うことに、特に意を用いなければならない」²²⁾とされており、対象とした教科書においても技能の習得のみならず、思考力、判断力、表現力等の育成も促すような学習活動がそれぞれの教科書で取り入れられていたと考えられた。

第三に、すべての教科書において、中学校や高等学校で取り扱う技能に関する内容について記載されており、「心の健康」に関しては、ストレスについての記載が見られた。「けがの防止」では、AED や心肺蘇生法に関する記載が見られた。工藤ら²³⁾は、平成20年に告示された小学校学習指導要領解説体育編と保健の教科書における「心肺蘇生」に関する記載について分析し、平成20年改訂の小学校学習指導要領に準拠した保健の教科書には、「心肺蘇生」に関する記載はなかったことを示している。しかし、平成29年改訂の小学校学習指導要領に準拠した教科書を対象とした本分析

では、すべての教科書においてAEDについての記載がみられ、また心肺蘇生、胸骨圧迫などに関する記載もいくつかの教科書に見られたことから、小学校、中学校、高等学校での系統性を持たせることを工夫した教科書となっていると考えられた。

2. 技能の習得を目指した指導のあり方

まず、「心の健康」の単元について述べる。「心の健康」に関わる技能である深呼吸を取り入れた呼吸法として、すべての教科書において腹式呼吸が取り上げられていた。腹式呼吸はリラクゼーションとしての呼吸法の一つであり、息を吸うときには腹部を突き出すように膨らませることで、腹腔内臓器の血液循環が良好になり、リラクゼーションが深まるとされており、さらに、リラクゼーションを深めるためには、心身への気付きを高めることが重要である²⁴⁾とされている。多くの教科書では、呼吸法を実施する前後での心や体の変化について考えさせるような記述が見られた。

このことから、呼吸法をできるようにすることはもちろんであるが、呼吸法を通して、自分の心身と向き合い、変化に気付くことが重要であると考えられる。そのためには、児童らが心や体の変化に気付いたり、感じたりできるような指導や言葉かけが重要であり、それらを可視化できるようなワークシートの作成をし、活用することが技能の習得のうえでは重要であると考えられた。

しかしながら、腹式呼吸が、なぜ不安や悩みへの対処に効果的であるのかについては明記されていなかった。そのため、呼吸法を指導する際には、なぜ腹式呼吸が不安や悩みへの対処として効果的であるのかについて教師が正しく理解し、技能の必要性について児童に説明できることが望まれると思われる。またその際には、児童との対話を通して授業を展開していくことにより、児童の知識をさらに深め、より確かな技能の習得につながると考えられる。

体ほぐしの運動に関しては、体育学習との連携を図りながら実施していくことが求められている。小学校5年生および6年生の体ほぐしの運動の指導に当たっては、「手軽な運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことを通して、自

己や仲間の心と体の状態に気付いたり、仲間と豊かに関わり合ったりすること」²⁾が目指されており、呼吸法と同様に心と体の変化に気付かせることが重要であると考えられる。さらに、心と体の変化に気付くことが苦手な児童への指導の手立てとして、ペアで心や体の変化について話し合う場面を設定したり、体ほぐしの運動を通して感じたことなどを確かめるような言葉がけをしたりする配慮が求められている。具体的な体ほぐしの運動の種類に関しては、教科書によって取り上げている運動の種類が異なっていた。また、実施する人数も1人で実施できるものもあれば、ペアやグループで実施するものもあり、教師が児童の実態や発達段階、環境等を踏まえて、指導していくことが求められていると考えられる。

次に、「けがの防止」の単元について述べる。「けがの手当」に関しては、身近な事例を取り上げて、その事例に応じた対処について児童同士で話し合い、学習できる教科書が多かったことから、ケーススタディを用いた指導が効果的であると考えられる。ケーススタディの特徴としては、日常生活のなかで実際に起こりそうな場面を設定することで、自身が主人公の立場となってどのように対処すべきかを考えさせる²⁵⁾ことがある。多くの教科書では、実際に児童が経験してきたと考えられる休み時間にけがをした事例や登下校中のけがの事例が取り上げられていた。

けがの手当については、すでに少なからずの児童が日常生活の中で手当の方法について理解しているとも考えられるが、なぜそのような処置が必要であるのかを保健の授業では学習し、より深く理解させていくことが技能の習得につながると考えられる。また、より実践的に技能の習得を目指すためには、体育科運動領域との連携が重要である。例えば、体育学習の中で取り扱っている運動について、その運動から考えられるけがの種類やけがをしてしまう恐れのある行動について、児童に考えさせたり、けがをした際の手当について確認したりすることで、児童はより身近に考えることができ、効果的にけがの手当に関わる技能の習得が可能になるとと思われる。

また、教科書にデジタルコンテンツとして動画

教材の視聴が可能である QR コード等のマークが見られた。動画教材は何度も見返すことができるため、技能の習得に関しては効果的であると考えられる。このようなデジタルコンテンツを活用した事例として、山本ら²⁶⁾は、小学校を対象とした体育学習の「跳び箱運動」において、動画コンテンツを活用した授業を実施している。その結果、教師は模範演技をしない分、児童らに対して練習方法の提案や指導が可能となることや、児童らは跳び方への理解や自らの課題を明確にするなどの効果があったことを示している。野中ら²⁷⁾は、小学校家庭科の「ミシン縫い」の動画教材を作成し、授業実践をした結果、児童らが不安に感じている箇所は動画を繰り返し見て確認できることや、学習への意欲を高めることができたとしている。技能の習得のためには、動画教材を用いることが有効であると考えられ、けがの手当においても、こうした動画教材を活用することが指導方法の工夫の一つであると思われる。

最後に、技能の習得のために重要なこととして、繰り返し学習していくことが指摘されるが⁹⁾、「心の健康」および「けがの防止」における技能を取り扱う小単元は、いずれも単元の最後に取り扱われており、それぞれの単元を通して繰り返し学習していくことは難しい。そのため、限られた時間のなかで繰り返し学習できるような単元計画や指導が求められる。限られた授業時間のなかで技能の習得を目指すためには少なくとも、保健の授業を担当する教師は技能の内容について示範ができるようにすることや、児童の活動に対して正しくフィードバックしたり指導をしたりすることができるようにする必要がある。

さらに、効率的な技能の習得に向けては、子供の健康に関して専門性を有する養護教諭と連携したティーム・ティーチング（以下、TT）が望まれる。養護教諭は、学校内で発生したけがに対する応急処置を行う機会が多いことから、例えば「けがの防止」に関わる授業では、学校内で一番多いけがを取り上げ、けがをしないための対策やその手当について考えさせるなど、児童が自分の身近な問題として考えることができ、学習の意欲を高めやすいと思われる。また、他の教科等にお

ける技能の習得に焦点を当てた先行研究では、技能の習得を目指した教材や教具の開発に関わる研究^{5-7) 10) 11)}が多く、保健においても技能を習得するための実物教材の開発が必要であると考えられる。

なお本分析において、発展的な内容や資料として、すべての教科書において熱中症が取り上げられていた。熱中症については、高等学校の保健のなかで詳しく取り扱う内容となっている⁴⁾。近年の地球温暖化による気温の上昇により熱中症によって医療機関に搬送されたり、命を落としたりしてしまう人も多く、また、「熱中症警戒アラート」²⁸⁾が試行されるなど、熱中症は現代の健康課題の一つであると考えられる。熱中症を予防するためには、正しい知識を身に付け、自ら予防策を実施していく必要がある。しかしながら、教科書に熱中症の内容が記載されていても、限られた授業時間の中では扱えないことも十分考えられる。そこで、体育科運動領域はもとより、教科等横断的な学習による他教科等との連携が重要であると考えられた。なかでも特別活動では、「心身ともに健康で安全な生活態度の形成」²⁹⁾が内容として位置付けられており、保健の授業で習得した知識及び技能を生かしたりすることができると考えられる。実際に特別活動における「学級活動」の中で熱中症予防について実践した例³⁰⁾もあり、自分自身の生活を見直すきっかけや生活の質を向上する態度の育成に期待を持つことができ、保健と他教科等との連携を図ることで、より効果的に技能の習得ができると考えられた。

V. 今後の課題

学校教育においては、主体的・対話的で深い学びの視点から授業の改善を図る「指導と評価の一体化」が求められている。「指導と評価の一体化」は、評価を児童の学習状況について把握する役割の他に、それらを踏まえて、教師の授業改善を図る役割も担っている。国立教育政策研究所「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料²²⁾によると、保健における技能は、健康な生活を送るための基礎的・基本的な技能であるとしているが、「心の健康」や「けがの防止」に関わる

技能について、どのように評価し、また、児童のどのような状態を技能が習得された状態であると捉えるのかについて、今後、検討すべきであると考えられる。

また、令和3年度から全面実施される中学校の教科書や、令和4年度から年次進行で実施される高等学校の教科書についても保健における技能の内容に関わる記述を分析し、小学校、中学校、高等学校という系統性の中で、技能の習得を目指した指導のあり方について検討していくことが求められる。

さらに、準実験デザインを用いた介入評価研究により、保健における技能の習得を目指した効果的な指導の方法について、実践的に検討していくことも望まれる。

VI. まとめ

本研究の目的は、保健において技能の習得を目指した指導のあり方の示唆を得るために、主たる教材である教科書に注目して、そこでの技能の内容に関わる記述から特徴を明らかにすることであった。

その結果、令和2年度から用いられた小学校体育科の保健の教科書の特徴として、学習の進め方や小単元ごとに具体的な学習活動が明示されていた。また、主体的・対話的で深い学びの視点からの学習活動が多く見られた。さらに、中学校や高等学校で取り扱う技能に関する内容についての記載がみられ、小学校、中学校、高等学校での系統性を持たせる工夫がされていた。

そうした中で、技能の内容が新設されたにもかかわらず、小学校体育科保健領域の配当授業時数はこれまでと変わっていない。そのため、児童が技能を効果的かつ効率的に身に付けられるように、「心の健康」および「けがの防止」の両単位においては、これまで以上に体育科運動領域との連携を図ることが重要であると考えられた。また、「けがの手当」においては、ケーススタディを用いることやデジタルコンテンツの活用が効果的であると考えられた。さらに、教師が技能に関する内容について、示範をしたり児童の活動に対して正しくフィードバックできるようにしたりす

ることはもちろん、チーム・ティーチングの活用や他教科等との連携などの指導の工夫が必要であると考えられた。

謝辞

本研究を実施するにあたり、筑波大学名誉教授の野津有司先生よりご指導を頂きました。心より感謝申し上げます。

利益相反

利益に相反する事項はない。

文献

- 1) 中央教育審議会：幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について、https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/_icsFiles/afieldfile/2017/01/10/1380902_0.pdf, 閲覧 2020 年 12 月 8 日.
- 2) 文部科学省：小学校学習指導要領解説 体育編. 東洋館出版社, 東京, 2018.
- 3) 文部科学省：中学校学習指導要領解説 保健体育編. 東山書房, 京都, 2018.
- 4) 文部科学省：高等学校学習指導要領解説 保健体育編. 東山書房, 京都, 2019.
- 5) 金沢翔一, 吉永武史：小学校中学年における面かぶりクロール習得のための学習指導に関する研究. 体育科教育学研究 30 (1) : 33-46, 2014.
- 6) 鈴木海平, 藤田育郎：スマッシュ技能の習得に向けた教材・教具の開発：体育授業におけるバドミントンの学習指導に向けた基礎的研究. 信州大学教育学部研究論集 10 : 135-144, 2017.
- 7) 藤田育郎, 原科郁希：インサイドキックの技能習得に向けた教材・教具開発の試み—体育授業におけるサッカーの学習指導に向けた基礎的研究—. 長野体育研究 25 : 21-29, 2019.
- 8) 柴山実穂, 笠井利恵, 滝沢洋平, 近藤智靖：小学校中学年のリズムダンスにおける単元開発に関する研究—「技能」とその活用に着目して—. 日本体育大学大学院教育学研究科紀要 3 (1) : 187-204, 2019.

- 9) 村上俊樹：基礎的な地図の活用技能を身に付ける授業の工夫－地図や地球儀を活用した中学校実践を通して－. 教育実践研究 18 : 49-54, 2008.
- 10) 鈴木洋子：児童が使いやすい包丁の大きさと重さの選定. 日本官能評価学会 4 (2) : 25-30, 2000.
- 11) 鈴木洋子：包丁技能習得のための被切断物の大きさ. 日本家政学会誌 55 (9) : 733-741, 2004.
- 12) 沼田貴美子, 嶋田早苗：小・中・高等学校の発達段階における調理技能の指導 (第2報)－動画を活用した授業の展開－. 熊本大学教育実践研究 22 : 43-46, 2005.
- 13) 高橋禎子, 齋藤美重子, 河野公子：調理実習の実態と家庭科担当教員の意識調査結果からみる課題. 日本家庭科教育学会誌 55 (3) : 172-182, 2012.
- 14) 松永彩：教授・学習における教科書の役割と伝達性一途上国における教科書開発に向けて－. 広島大学教育開発国際協力研究センター『国際教育協力集』13 : 15-26, 2010.
- 15) 文部科学省：教科書制度の概要,
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/kyoukasho/gaiyou/04060901/1235086.htm, 閲覧 2020年12月8日.
- 16) 新しい保健5・6. 東京書籍株式会社, 東京, 2020.
- 17) 小学保健5・6年. 株式会社光文書院, 東京, 2019.
- 18) みんなの保健5・6年. 株式会社学研教育みらい, 東京, 2020.
- 19) わたしたちの保健5・6年. 株式会社文教社, 香川, 2020.
- 20) たのしい保健5・6年. 大日本図書株式会社, 東京, 2020.
- 21) 国立教育政策研究所：プロジェクト研究「学校における教育課程編成の実証的研究 (平成29～令和3年度)」主体的・対話的で深い学びを実現する授業改善の視点について (検討メモ),
https://www.nier.go.jp/05_kenkyu_seika/pdf_seika/r02/r020603-01.pdf, 閲覧 2020年12月8日.
- 22) 国立教育政策研究所：「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料 (小学校),
https://www.nier.go.jp/kaihatsu/pdf/hyoudaka/r020326_pri_taiku.pdf, 閲覧 2020年12月30日.
- 23) 工藤純子, 葛西敦子：学習指導要領とその解説および保健・保健体育教科書における心肺蘇生に関する記載－小学校での保健指導に関する一考察－. 弘前大学教育学部紀要 116 : 39-47, 2016.
- 24) 豊岡光直：リラクゼーション法. 心身医学講習会特集 57 (10) : 1025-1031, 2017.
- 25) 野津有司：ライフスキルと健康教育. 初等教育資料 670 : 72-75, 1997.
- 26) 山本朋弘, 池田幸彦, 清水康敬：体育「跳び箱運動」指導における動画コンテンツ活用の効果. 日本教育工学雑誌 27 : 153-156, 2003.
- 27) 野中美津枝, 田中菜帆, 中山香理：小学校家庭科「ミシン縫い」におけるデジタル教材の効果. 茨城大学教育実践研究 34 : 59-68, 2015.
- 28) 環境省：「熱中症警戒アラートの (試行)」の先行実施について, https://www.wbgt.env.go.jp/pdf/20200616_alert.pdf, 閲覧 2020年12月30日.
- 29) 文部科学省：小学校学習指導要領解説 特別活動編. 東洋館出版社, 東京, 2018.
- 30) 初等教育資料：健康・安全・食に関する力の育成 11 (973) : 14-17 東洋館出版社, 東京, 2018.