

## 保健体育科の取り組み

### Initiatives in Health and Physical Education

保健体育科

板村邦弘 大川健介 澁澤秀徳  
田島宏一 橋本みゆき 深澤祐美子

#### 要旨

本校保健体育科の取り組みの中から、本年度変更のあったMYP評価項目及びそれへの取り組みと、MYP最終学年（4年）とそれに続く第5学年のアクアティックスポーツについての授業実践を報告する。

#### I. はじめに

MYPでは、IB学習者像の特質を構成し、独自の観点から個人と共同体の健康を推進している。運動についての学習（learning about）、及び運動を通じた学習（learning through）の両者を重視しており、その両面から学ぶことは、生徒がカリキュラム全体にわたり学習の姿勢（ALT）スキルを発達させることに役立っている。

MYP保健体育科のねらいは、生徒が運動することの価値を正しく理解、評価し、健康的な生活を選択することへの動機づけを促すことである。すなわち生徒がバランスのとれた健康的なライフスタイルを送れるように、知識、技能、および姿勢の面で発達を促しながら、積極的な学習の機会を通し、健康の本質について包括的に捉えていくよう促していくことである。

本校では前年度からの目標でもある「グローバルな視野と能力の育成」について継続的な取り組みをしてきた。保健体育科では、さまざまな概念を探求することにより、生徒が他者のアイデアを正しく評価し、尊重することを学べるよう、効果的な連携やコミュニケーションスキルを高める活動や、社会性と責任感を養いながら、肯定的な人間関係を築ける活動など、多くの機会を提供してきた。本年度の取り組みとして、MYPの目標に対する評価項目変更への対応と、MYP期間での水泳とそれに続く第5学年（高校二年生）での水泳についての授業実践を報告する。

#### II. MYP保健体育評価項目変更と新たな取り組み

今年度、MYP保健体育科の改められた項目のうち、まずは、関連する概念、探求のための質問を例に本校の取り組みとして紹介する。次に新しくなった評価基準についての説明と評価基準例および観点項目に即した内容に変更した生徒個人用学習ノートと評価表の例、また、保健体育の学年別評価基準例を示す。そして、単元「水泳」を例にカリキュラム全体を提示する。

##### 1. 保健体育科における関連する概念

関連する概念の探求は、単元の材料や教科の準備、その特性や過程から生じることもあるが、生徒がより複雑で高度な内容理解を進めるために活用している（図1）。

図1 保健体育科における関連する概念

適応	エネルギー	相互作用	改良
バランス	環境	動き	空間
選択	機能	視点	システム

## 2. 探求のための質問

本校保健体育科では、探求のための質問を用いることにより、指導と学習を方向づけ、学習経験を組み立てて順序づけるのに役立っている（図2）。

図2 探求のための質問例

事例についての質問 (事実や話題を思い出す)	例・このスポーツの特定のルールまたは位置の効用は何か？ ・ルールとは何か？
概念についての質問 (大切な考えを分析する)	例・どのように利用可能な空間を作るか？ ・人間はどのように心と体の間のバランスをとることができるのか？
議論の余地のある質問 (視点を評価し、理論を発展させる)	例・競技中のコミュニケーションを効果的に行う仕組みはどのようなものか？

## 3. 評価基準について

### ○保健体育科の評価観点

MYP は7段階の評価基準表に基づく評価を行っている。保健体育科では、4つの観点ごとに生徒個々を絶対的基準に当てはめ、評価点を決定し、各観点の評価点を総合計して、7段階に分けている。中等学校1～3年生は、保健と体育を混入した形で評価し、4年生に関しては、保健と体育を分け、それぞれ7段階評価をしている。

MYP では今年度から評価の観点内容と配点に変更され、新たな観点項目が設定された。今年度よりスタートした観点と評価基準を図3に示す。

図3 MYP 保健体育科評価基準

評価基準 A	知識と理解	Knowing and understanding	最高レベル8
評価基準 B	活動の計画	Planning for performance	最高レベル8
評価基準 C	応用と実践	Applying and performing	最高レベル8
評価基準 D	活動の振り返りと改善	Reflecting and improving performance	最高レベル8

## 4. MYP 教科目標と NEW 観点別目標

MYP 保健体育科の目標は、知識を事実、概念、手順、及びメタ認知的な側面から網羅している。今年度改められた観点はそれぞれの目標についても新たに明記された。各目標は、多数の目標要素グループ (strands) から構成されており、その一つ一つが生徒に期待される学習の要素または指標になる。以下は、新たな観点別目標である。

### A. 知識と理解

生徒は、問題の確認と解決のために、健康と身体の活動についての知識と理解を深める

I. 保健体育の知識について、事実、手順、及び概念の側面から説明する

II. 既知及び未知の状況で想定された課題を分析し、問題を解決するため、保健体育の知識を応用する

III. 理解した内容についてコミュニケーションをとるため、保健体育の用語を効果的に応用する

### B. 活動の計画

生徒は保健体育の活動を改善するため、探求を通して、計画の策定、分析、評価、および活動を行う

- I. 身体活動および健康を改善するための計画を策定，説明，および正当性を示す
- II. 結果に基づき計画の効果进行分析し，評価する
- C. 応用と実践
  - 生徒はさまざまな身体活動に参加することを通して，実践的なスキル，技法，方策，および運動の概念を発展，応用する。
  - I. 幅広いスキルと技法を効果的に応用し，実際に示す
  - II. 幅広い方策と運動の概念を応用し，実際に示す
  - III. 効果的に活動を行うための情報を分析し，応用する
- D. 活動の振り返りと改善
  - 生徒は自己および他者の活動について，個人的及び社会的環境を改善し，目標を設定し，責任ある行動をとり，振り返る
  - I. 対人関係スキルを高める方策を説明し，実際に示す
  - II. パフォーマンスを高めるための目標を策定し，方策を応用する
  - III. 活動の分析及び評価

今年度より新たに加わった評価基準は、「評価基準 B：活動の計画」と「評価基準 D：活動の振り返りと改善」である。そこで，評価基準の変更に伴い，学習ノートの内容を精選した。例えば，第4学年「器械運動（マット運動）」の学習ノートでは，「評価基準 D：活動の振り返りと改善」を評価するために，「目標の振り返り」，「具体的な改善点」という項目を設定した。まず，「目標の振り返り」では，生徒一人ひとりが設定した授業の目標を内省させ，自己の課題点を明確にさせる。そして，そこで挙げた課題を達成するために必要な練習方法や活動内容を「具体的な改善点」で記述させ，次回の目標に繋がるような形式のノートを作成した。以下は生徒のノートである（図4）。

### 4年 器械運動 学習ノート

2組 16番 氏名

9月28日(月)	本時の目標	器械運動 (マット運動)	
活動の内容		目標の振り返り	
ランニング フットボール A+L バスケット サッカー テニス	器械運動 自由体操 マット運動 →個人での練習	器械運動の練習は、いざという時に役に立つように練習したい。また、マット運動は、倒れる時に怪我をしないように練習したい。また、マット運動は、倒れる時に怪我をしないように練習したい。	
具体的な改善点	器械運動の練習は、いざという時に役に立つように練習したい。また、マット運動は、倒れる時に怪我をしないように練習したい。また、マット運動は、倒れる時に怪我をしないように練習したい。		OK!

図4 第4学年「器械運動（マット運動）」学習カード

また，授業の初回に單元ごとの新たな評価表（ループリック）を生徒に提示し，種目や競技の特性を踏まえて，学習目標や評価方法の弾力化を図った。以下は4年「器械運動（マット運動）」の観点別評価表である。「評価基準 A：知識と理解」（図5），「評価基準 B：活動の計画」（図6），「評価基準 C：応用と実践」（図7），「評価基準 D：活動の振り返りと改善」（図8）。

**A : 知識と理解 (Knowing and understand)**

判断材料：テスト

0：以下の説明で記述されるいずれの基準にも達しない。

1-2：

- i. 器械運動に関わる用語や技の体系について述べている。
- ii. 運動の原則や概念、技能など、学習した内容について最低限の知識しかなく、その活用も限定的である。

3-4：

- i. 器械運動に関わる用語や技の体系について部分的に説明している。
- ii. 運動の原則や概念、技能など、学習した内容についての知識と理解を示し、総体的に活用されている。

5-6：

- i. マット運動に関わる用語や技の体系についておおむね説明できている。
- ii. 運動の原則や概念、技能など、学習した内容について総体的で正しい知識と理解を示し、十分活用されている。

7-8：

- i. 器械運動に関わる用語や技の体系について全面的に説明できている。
- ii. 運動の原則や概念、技能など、学習した内容について幅広い知識と理解を示し、正しく全面的に活用されている。

図5 「評価基準A：知識と理解」

**B : 活動の計画 (Planning for performance)**

判断材料：ノート

0：以下の説明で記述されるいずれの基準にも達しない。

1-2：

- i. 器械運動の構成において、必要な動作や、適切な動作、美的な動作、シンプルな動作などを改善するための計画を組み立てるとともに、概要を説明している。
- ii. 成果に基づき、計画の効果について概要を説明している。

3-4：

- i. 器械運動の構成において、必要な動作や、適切な動作、美的な動作、より洗練された動作などを改善するための計画を組み立てるとともに、記述している。
- ii. 成果に基づき、計画の効果について説明している。

5-6：

- i. 運動の構成において、動きの原則や概念に基づき、美的な動作や動作の可能性、変化などを取り入れた複雑な動作を改善するための計画を策定するとともに、説明している。
- ii. 成果に基づき、計画の効果について分析している。

7-8：

- i. 運動の構成において、動きの原則や概念に基づき、美的な動作や動作の可能性、変化などを取り入れたより複雑な動作を改善するための計画を策定、説明、および正当性を示している。
- ii. 成果に基づき、計画の効果について分析し、評価している。

図6 「評価基準B：活動の計画」

**C : 応用と実践 (Applying and performing)**

判断材料：授業の取り組み+スキル(技能)

0：以下の説明で記述されるいずれの基準にも達しない

1-2：

- i. 簡単な運動(回転系・巧技系・切り返し系)ができるが、連続してできない。
- ii. 基礎的な身体バランスの安定した動作やマット運動を達成する為の方策を応用し、実際に示しているが、成功は限定的である。
- iii. パフォーマンスを行うための基本的な動作についてイメージしている。

3-4：

- i. 簡単な運動(回転系・巧技系・切り返し系)が連続してできる。
- ii. 基礎的な身体バランスの安定した動作やマット運動を達成する為の方策を応用し、実際に示している。
- iii. パフォーマンスを行うための基本的な動作について確認し、応用している。

5-6：

- i. 複雑な運動(回転系・巧技系・切り返し系)をする為に必要である、基本的な運動技術を実際に行うことができる
- ii. 身体バランスの安定した動作やマット運動を達成する為の幅広い方策を応用し、実際に示している。
- iii. パフォーマンスを行うための動作について分析し、応用している。

7-8：

- i. 複雑な運動(回転系・巧技系・切り返し系)をする為に必要である、基本的な運動技術を高度に行うことができる。
- ii. 身体バランスの安定した動作やマット運動を達成する為の幅広く複雑な方策を応用し、実際に示している。
- iii. パフォーマンスを効果的に行うための動作について分析し、応用している。

図7 「評価基準C：応用と実践」

**D : 活動の振り返りと改善 (Reflecting and improving performance)**

判断材料：ノート+スキル(技能)+ 授業の取り組み

0：以下の説明で記述されるいずれの基準にも達しない

1-2：

- i. 授業における取り組み姿勢や仲間との協力、安全性への配慮などについて振り返っている。
- ii. マット運動のパフォーマンスを高めるための目標を確認している。
- iii. マット運動のパフォーマンスについて概要を説明し要約している。

3-4：

- i. 授業における取り組み姿勢や仲間との協力、安全性への配慮などについて振り返り、実際に示している。
- ii. マット運動のパフォーマンスを高めるための目標についての概要を説明し、方策を応用している。
- iii. マット運動のパフォーマンスについて記述し要約している。

5-6：

- i. 授業における取り組み姿勢や仲間との協力、安全性への配慮などについてより効果的な方策を記述し、実際に示している。
- ii. マット運動のパフォーマンスを高めるための目標を説明し、方策を応用している。
- iii. マット運動のパフォーマンスについて説明し評価している。

7-8：

- i. 授業における取り組み姿勢や仲間との協力、安全性への配慮などについてより効果的な方策を説明し、実際に示している。
- ii. マット運動のパフォーマンスを高めるための目標を策定し、具体的な方策を応用している。
- iii. マット運動のパフォーマンスについて分析し、評価している。

図8 「評価基準D：活動の振り返りと改善」

以下は、MYP保健体育の「評価基準C：応用と実践」学年別評価基準例である。(図9)

図9 「評価基準C：応用と実践」

Criterion C Applying and performing						
Achievement Level	Descriptor				評価規準の説明	Achievement Level
	第1学年	第2学年	第3学年	第4学年		
1 to 2	生徒は	生徒は	生徒は	生徒は	概念、事象、論点、モデルまたは議論を分析しようとしているが、限定的である。 概念、事象、論点、モデルまたは議論を分析しようとしているが、限定的である。 いくつかの資料の出所と目的について、資料のいくつかの価値と限界とともに認識している。 出所と目的の両面からいくつかの資料を叙述し、いくつかの価値と限界を認識している。 異なる見解を識別している。 簡単な議論を限定的な範囲でのみ行おうとする中で、情報の関連づけを行っている。	1 to 2
	アイデア、事象、論点または議論の要点を識別しようとしているが、限定的である。	アイデア、事象、論点または議論の要点を識別しようとしているが、限定的である。	アイデア、事象、論点、モデルまたは議論の要点を識別しようとしているが、限定的である。	アイデア、事象、論点、モデルまたは議論の要点を識別しようとしているが、限定的である。		
	いくつかの資料の出所と目的を識別している。	いくつかの資料の出所と目的を識別している。	いくつかの資料の出所と目的について、資料のいくつかの価値と限界とともに認識している。	出所と目的の両面からいくつかの資料を叙述し、いくつかの価値と限界を認識している。		
	いくつかの異なる視点を識別している。	いくつかの異なる視点を識別している。	異なる見解を識別している。	異なる見解を識別している。		
3 to 4	生徒は	生徒は	生徒は	生徒は	アイデア、事象、論点または議論のいくつかの要点を識別している。 アイデア、事象、論点、モデルまたは議論の簡単な分析を完遂している。 出所と目的の両面から資料について、それらの価値と限界を認識しながら叙述している。 出所と目的の両面からいくつかの資料について、それらの価値と限界を認識しつつ、簡単な分析および/または評価を完遂している。 いくつかの異なる視点を識別し、そこに含まれるいくつかの意味合いを示唆している。 異なる見解と、そこに含まれる意味合いについて識別している。 簡単な意見を述べるために情報を関連づけている。 簡単な議論を展開するために、情報の関連づけを行っている。	3 to 4
	アイデア、事象、論点または議論のいくつかの要点を識別している。	アイデア、事象、論点または議論のいくつかの要点を識別している。	概念、事象、論点、モデルまたは議論の簡単な分析を完遂している。	概念、事象、論点、モデルまたは議論の簡単な分析を完遂している。		
	資料の出所と目的を識別している。	資料の出所と目的を識別している。	出所と目的の両面から資料について、それらの価値と限界を認識しながら叙述している。	出所と目的の両面からいくつかの資料について、それらの価値と限界を認識しつつ、簡単な分析および/または評価を完遂している。		
	いくつかの異なる視点を識別し、そこに含まれるいくつかの意味合いを示唆している。	いくつかの異なる視点を識別し、そこに含まれるいくつかの意味合いを示唆している。	異なる見解を識別し、そこに含まれる意味合いのいくつかを示唆している。	異なる見解と、そこに含まれる意味合いについて識別している。		
5 to 6	生徒は	生徒は	生徒は	生徒は	アイデア、事象、論点または議論の要点を識別している。 アイデア、事象、論点、モデルまたは議論について、満足できる分析を完遂している。 出所と目的の両面から資料について、それらの価値と限界を認識しつつ、分析および評価する能力を満足できる形で実証している。 出所と目的の両面から多様な資料について、それらの価値と限界を認識しつつ、満足できる形で分析および/または評価している。 異なる視点とそこに含まれる意味合いを識別している。 異なる見解とそこに含まれる意味合いを認識している。 意見を述べるために情報を関連づけている。 有効な議論を展開するために情報を関連づけている。	5 to 6
	アイデア、事象、論点または議論の要点を識別している。	アイデア、事象、論点または議論の要点を識別している。	概念、事象、論点、モデルまたは議論について、満足できる分析を完遂している。	概念、事象、論点、モデルまたは議論について、満足できる分析を完遂している。		
	資料の出所と目的を認識している。	資料の出所と目的を認識している。	出所と目的の両面から資料について、それらの価値と限界を認識しつつ、分析および評価する能力を満足できる形で実証している。	出所と目的の両面から多様な資料について、それらの価値と限界を認識しつつ、満足できる形で分析および/または評価している。		
	異なる視点とそこに含まれる意味合いを識別している。	異なる視点とそこに含まれる意味合いを識別している。	異なる見解とそこに含まれる意味合いを認識している。	異なる見解とそこに含まれる意味合いについて解釈している。		
7 to 8	生徒は	生徒は	生徒は	生徒は	アイデア、事象、論点または議論の要点を詳細に識別している。 アイデア、事象、論点、モデルまたは議論について、詳細な分析を完遂している。 出所と目的の両面から多くの資料について、それらの価値と限界を認識しつつ、効果的に分析し、評価している。 出所と目的の両面から多くの資料について、それらの価値と限界を認識しつつ、効果的に分析し、評価している。 多くの異なる見解と、そこに含まれる意味合いを明確に認識している。 多くの異なる見解と、そこに含まれる意味合いを全体的に解釈している。 妥当な意見を述べるために情報を関連づけている。 有効かつ十分な裏づけのある議論を展開するために、情報を関連づけている。	7 to 8
	アイデア、事象、論点または議論の要点を詳細に識別している。	アイデア、事象、論点または議論の要点を詳細に識別している。	概念、事象、論点、モデルまたは議論について、詳細な分析を完遂している。	概念、事象、論点、モデルまたは議論について、詳細な分析を完遂している。		
	出所と目的の両面から多くの資料を分析している。	出所と目的の両面から多くの資料を分析している。	出所と目的の両面から多くの資料について、それらの価値と限界を認識しつつ、効果的に分析し、評価している。	出所と目的の両面から多くの資料について、それらの価値と限界を認識しつつ、効果的に分析し、評価している。		
	異なる視点とそこに含まれる意味合いを明確に識別している。	異なる視点とそこに含まれる意味合いを明確に識別している。	多くの異なる見解と、そこに含まれる意味合いを明確に認識している。	多くの異なる見解と、そこに含まれる意味合いを全体的に解釈している。		

5. NEWカリキュラム例

○本校第4学年（高校1年生） 体育（応用水泳Ⅳ）

図10 「応用水泳Ⅳ」指導カリキュラム

Unit 単元	水泳 シンクロ
Statement of Inquiry 探究課題	水中という特殊な環境で、水の特性や力学的な要素を追求する。他者との位置、間合い等を考慮しながら作品を作り上げる。
Key Concept 重要概念	○関係
Related Concepts 関連コンセプト	□環境, バランス, 相互作用
Global Context グローバルな文脈	Identities and relationships アイデンティティーと関係性
MYP subject group objective(s) 評価基準	B 活動の計画 C 応用と実践 D 活動の振り返りと改善
ATL Skills	コミュニケーションスキル
Content (Topics, knowledge, skills)	・最終的な目標は変わらないのに、なぜ動きのパターンを変える必要があるのか？
LP Focus 10の学習者像	挑戦する人 振り返りができる人

本校では、以上のようなカリキュラム（図10）を、各学年、単元ごとに作成し、年間および4年間を通して身に付けるべきスキルを明確に示している。その中で生徒は、重要概念や関連する概念を探究に用い、探究のための質問（Content）を手がかりに活動し、さまざまなスキルを身につけ、目標とする学習者像を目指して活動していくことになる。本年度変更のあったMYP評価項目も生徒に明確に示し、学習ノートを利用して、実践や応用、振り返りなどに効果的に活用させ、知識、技能、および姿勢の面で発達を促している。また、それに続く第5・第6学年においても、MYPで学習し身につけたスキルをいかし、より内容を深められるような学習ノートを作成し、生徒に取り組ませている。

Ⅲ. 水泳とアクアティックスポーツ

1. 水泳とアクアティックスポーツの計画

体育学習は、生涯スポーツの実践者としての生徒の育成をめざしている。その中で、体育における水泳がめざすその意義と価値は、「水中での身を守る自己保全能力を身につけながら、水の特性を活かして楽しく運動する。」<sup>i</sup>ことである。

そこで、本校第1学年～第4学年（MYP期間）と第5学年における水泳を、本校では下表のような年間計画を作成している（図11）。

図11 年次計画における水泳学習

	各期における名称と授業展開のしかた	主な内容	探究課題
1年	基礎水泳Ⅰ (※1 ゆるやかな能力別指導 男女共習)	・浮身 ・プル ・キック ・コンビネーション	水を媒介として浮く・進む・呼吸するためにはどのようなことが必要だろうか
2年	基礎水泳Ⅱ (ゆるやかな能力別指導 男女共習)	・浮身 ・プル ・キック ・コンビネーション	長い距離を泳ぐために必要な能力は何だろうか。

3年	応用水泳Ⅲ (ゆるやかな能力別指導 男女共習)	・各種泳法の実践 ・リレー等 ・※2(着衣泳)	長い距離を円滑に泳ぐために必要な能力は何だろうか。 どのようなフォームで泳げば良いだろうか。 安全に泳ぐにはどうすればよいか。
4年	応用水泳Ⅳ (男女別習)	・各種泳法の実践 ・シンクロ	水中という特殊な環境で、水の特性や力学的な要素を追求する。 他者との位置、間合い等を考慮しながら作品を作り上げる。 他者との連携を図るためにはどのようにしたらよいだろうか。
5年	アクアティックスポーツ (男女別習)	・各種泳法の実践 ・フィン泳 ・水球など	水中という特殊な環境で、水の特性や力学的な要素を追求する。 他者との連携を図るためにはどのようにしたらよいだろうか。 安全に泳ぐにはどうすればよいか。

※1 ゆるやかなとは、グループ移動が本人の意思でなされるという意味

※2 (着衣泳)は、前期課程において3年間に一度開催も可能

## 2. 水泳への考え方

### (1) 水泳に対する考え方

「水泳」については、「水の中を泳ぐこと」から「泳ぎを用いた水の中の運動や「泳ぎを用いない水中の運動」と言った水中活動の広がりとして捉えることができる。「泳ぎを用いた水中の運動」には水中ボールゲーム、リズム水泳、スノーケリング、日本泳法、組泳ぎ、着衣水泳等が、「泳ぎを用いない水中の運動」には水中運動(エクササイズ、リラクゼーション、水中ゲーム等)、カヌー、ライフセービング等が挙げられるが、これらを一つカテゴリーに括ると「水泳」を含めて「アクアティックスポーツ」と言う概念で捉えることができる。学習の場としての水泳プールの安全性が整備された下で、積極的にこうした水泳学習の幅を広げていきたいものである。

こうした水泳の学習内容を考慮する場合、以下に示したような「水泳」の考え方を取り入れることによって、これまでの教材としての「水泳」をより大胆に捉えることができ、ひいては多様な指導法が見出されるものと考えられる。<sup>11</sup>

本校の場合、特に中等教育学校として6年間の継続的な取り組みを考えると今までより広域な視点が必要になると考える。

### (2) 現在までの経緯

本校では、昭和53年度より附属大泉小学校と附属大泉中学校で水泳指導の一貫カリキュラムの作成を行い、水泳能力の判定表や級別判定表を作成し、指導法の改善など水泳指導の充実を図ってきた。しかし、地区の組織再編成に伴い、中等教育学校の水泳指導に関して再考を図る必要が生じた。また、小学校では例年、臨海実習を実施しており、入学時より高学年の海での泳ぎを視野に入れた指導過程を組んでおり、成果を上げてきた。一方、中等教育学校では、行事の精選から臨海実習を取りやめたことにより到達目標や意欲が低下したこと

や、一般・帰国進学生と内部進学生との技能差や体力差が顕著になっていることが問題点としてあげられる。

そこで水泳指導について、小学校と中等教育学校との連携を図りながら、生涯スポーツにつながる過程を見据えた水泳指導についての研究に取り組み、それぞれの学校で発達段階を考慮した指導過程を作成していくことにした。また、前年度本校では第1学年～第3学年の泳力を検討しその報告を行った。<sup>iii</sup>

### 3. 今年度の取り組み

昨年は、第4学年において応用水泳Ⅳの授業実践を行った。今回の実践であるアクアティックスポーツは、プールで行うが、自然環境との共生を図り水辺で行うスポーツとしての学習を将来に向かって発展できる経験とする機会となると考えた。また、体育の持つ内容として人間関係のスキルの育成や、自分の体に対する認識やケア、自然愛護に対する心の育成など期待することができる。なお、この実施は、MYP 課程を修了した第5学年を対象としてフィンを利用した授業への取り組みである。

#### (1) 今回の取り組みについて

- ・対象生と時期および時間数

第5学年男子：6月下旬より7月初旬（授業時間 5時間計画）

第5学年女子：9月2日より中旬まで（授業時間 3時間計画）

注）男女の授業時間数の違いは、教育実習の実施による

（本年度は、9月からの女子の授業数が男子と比べ、少なかった）

#### (2) 活動計画と内容

後期課程では体育授業を男女別々に行っているため、学習計画で実践した（図12）、（図13）。

図12 男子の授業の流れ

時数	主な学習内容	主な学習活動
1	水慣れ・スカーリング 各種泳法のチェック	今までの学習内容を振り返ろう
2	フィンに慣れる	フィンをつける感覚に慣れよう
3	フィンをつけて基本の泳法	フィンを活用して速く泳いでみよう
4	フィンをつけて水球	運動量のあるゲーム
5	フィンをつけて水球	運動量のあるゲーム

図13 女子の授業の流れ

時数	主な学習内容	主な学習活動
1	水慣れ・スカーリング 各種泳法のチェック フィンに慣れる	今までの学習内容を振り返ろう フィンをつける感覚に慣れよう
2	スカーリング フィンを利用したバタ足・背浮きバタ足 2～4人でのスピード同調泳 (顔上げクロールや横を向けての背浮きバタ足)	安全の確保を学ぶ 前年のシンクロ泳を利用した学び 数名で組み、スピードを調節し、今までの泳法を活用しながら泳ぐ。 フィンを利用することで、今までの水泳とは異なった学習を行う。



3	フィンを利用した ・ 3人での運搬泳 ・ 潜水（垂直に水中へ潜る）	フィン泳を通じて、水との関わりや活用 のしかたを知る。
---	---	--------------------------------

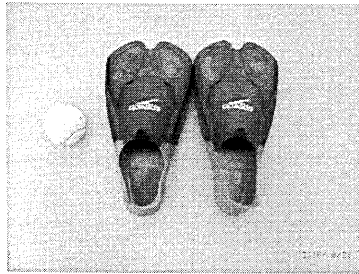


図 14 授業で利用しているフィン



図 15 フィンを利用した背浮きバタ足

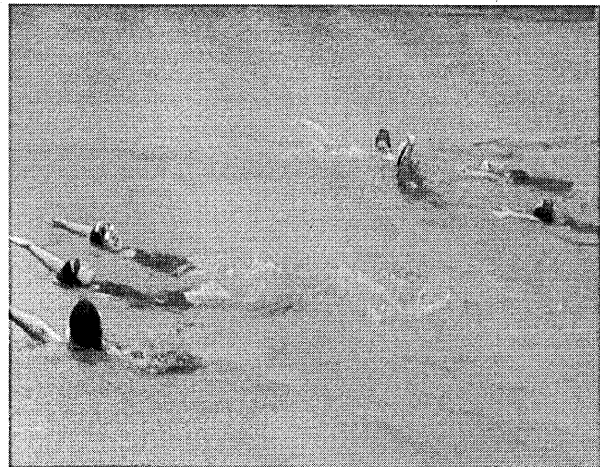


図 16 片腕を挙げた3人泳



図 17 3人での運搬泳1

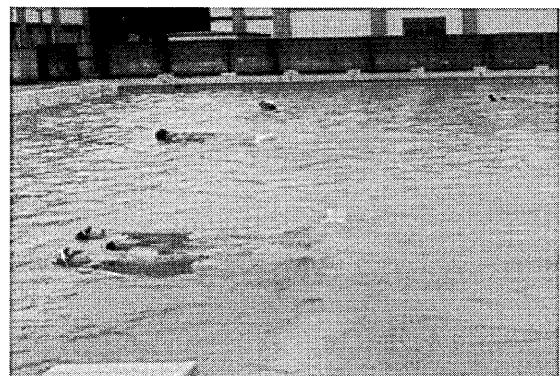


図 18 3人での運搬泳2

4. 生徒からの声 (第5学年生徒へのアンケートからの抜粋)

Q. フィンを使った授業について

泳力の低い生徒から

- ・新しい感覚だった。いつもより早く泳げて楽しかったが、足首が筋肉痛? になった。
- ・今までにない泳ぎの楽しさを会得することができた。
- ・普通に泳ぐより体力を使って泳いだから疲れた。泳ぎにくかった。
- ・フィンを使えば泳ぎがかなり楽になるので、とても楽しかったです。周りにもついていけることができて (平等になった) 気楽だった。

泳力の高い生徒から

- ・フィンは初めてだったのでとても新鮮だった。
- ・フィンを使うことで速く泳ぐコツを見つけられると思う。
- ・部活でねんざをしていたのでフィンをつけて泳ぐととても痛くて困った。
- ・普段泳ぎ慣れている足とは違って、キックした時に進む距離の差が大きく安定していた。用いる筋肉が変わってきたのが楽しかった。
- ・フィンをつけることで速くなって泳ぐのが上手くなった気がして、とても楽しかった。貴重な経験だった。

Q. 5年間の水泳授業を振り返って

泳力の低い生徒から

- ・1年生の時泳ぎ方を一から教えてもらった。クロール、平泳ぎが上手くなったと思う。水の事故の時に何をしたらいいのかが分かるようになった。
- ・シンクロとかは皆で息を合わせながら1つのものを作り上げる楽しさがあつた。水球もチームワークを発揮することができて楽しかった。
- ・水泳など水の中でのスポーツは難しかったが、お互い助け合つて、一体感のある授業だったと思う。また、フィンで泳ぐことはなかなかないのでいい経験になった。
- ・泳げない人たちのためにゆっくり教えてくれるところがよかつたと思います。
- ・必要最低限の泳法を学べたこと。それによって海とかに行つた時でも多少泳げます。特に平泳ぎを学べたのは大きいです。長時間の水泳をやつたことで水泳が体に負担が少ない運動でできるものと実感できました。それによって今後の生涯スポーツ (老いた時) とかの参考になります。
- ・つらかつたけど、おぼれないくらいは泳げるようになった気がするのでよかつたです。

泳力の高い生徒から

- ・水泳を学ぶことで体力的にも健康的にも自分を育てられた。競泳以外の水泳競技にも興味を持てた。
- ・アメリカでは体育で水泳の授業はなかつたので、学校で水泳をやつたということがまずよかつた。そしてレベル別に授業を行つたことも。
- ・レベルによって分かれたり種目 (クロール、平泳ぎ) などに分かれたりして学べたのがよかつた。自分の伸ばしたいところをやることができた。
- ・前期課程の水泳の授業は泳ぐだけだったけれど、初めて水球というスポーツをやつたのが印象的で楽しかつた。一番は自由だったのが小学校と全然違つてよかつた。
- ・特に後期課程に入つてから、シンクロをやつたりフィン、水球をやつたり、普通にた

だ泳ぐ授業ではなく、普段できないような経験ができた授業はとても楽しくて次の回の授業が楽しみだった。

#### 5. アクアティックスポーツのまとめ

授業内容としては、今後様々な方法論を工夫していかなければならない点が多々あり、今後の検討が必要である。

また、他教科との教科間連携として、浮力や人間の比重など物理や生物などと関連することが可能かと思われるが、本年は十分にそれらを検討できなかった点が大きな反省点として残る。しかし、生徒は、5年間の水泳学習を多様に受け止めており、水泳・アクアティックスポーツという学習展開は、一つの流れとして、また、中高一貫校としての内容として成立するのではないかと考える。

### IV. 本年度のまとめ

本年度は、変更のあった MYP 評価項目及びそれへの取り組みと、MYP 最終学年（第4学年）とそれに続く第5学年のアクアティックスポーツについての授業実践を行った。

MYP 評価においては、全体的な見直しをせざるを得ないので、多大な時間を要する作業を日々重ねているのが現状である。しかし、授業実践と振り返りのための学習カードの点検、教科内での会議による改善策の考案などにより、新たな道が見えてきたようにも考えられる。

水泳では、MYP 実施時期の生徒への対応とそれに続く第5学年以降の授業を、どのように系統的に進めていくかを検討し、今までとは異なった試案を作成することができた。

次年度も他種目において、継続的に研究を進めていきたい。

文責 橋本 板村

- 
- i 体育科教育 大修館書店 椿本昇三 「水泳授業の役割と今求められるもの」2004.6月号 pp.10-14
  - ii 水泳指導の「これまで」と「これから」(1) 東京学芸大学 柴田義晴 附属研究会資料
  - iii 研究年報

#### Abstract

From among the initiatives undertaken by our health and physical education department, this article reports on the modification of assessment criteria this year, our response to the modification, and teaching practice on aquatic sports for Year 4 (the final MYP year) and Year 5 students.