

4.3.5 健康教育プログラム授業【3年⑤体育 (5/5) 平成27年1月28日4校時】

I 授業構成資料

- (1) 目標 健康な生活を送るために自分たちの運動習慣を見直すことを通して、アドバイスしたり改良したりしながら運動の行い方を工夫することができる。
 健康な生活を送るためには何が大切かを、これまでの学習から理解することができる。
- (思考・判断)
 (知識・理解)

(2) 展開

学習内容	学習活動	・活用資料																																																																																								
・発問や指示	予想される児童の反応																																																																																									
1 学習課題を把握する。(科学的データの活用①)	<p>健康な生活を送るための運動プログラムを考えよう。</p>	<p>・科学的データの活用①</p> <p>3年3組の運動の様子(平均)</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>曜日</th><th>歩行数</th><th>活動量</th><th>運動時間</th><th>備考</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td>月</td><td>11,655</td><td>1,545</td><td>86</td><td>体育あり</td></tr> <tr><td>火</td><td>9,490</td><td>1,490</td><td>47</td><td></td></tr> <tr><td>水</td><td>14,416</td><td>1,581</td><td>129</td><td>体育あり</td></tr> <tr><td>木</td><td>10,274</td><td>1,516</td><td>44</td><td></td></tr> <tr><td>金</td><td>11,372</td><td>1,548</td><td>56</td><td></td></tr> <tr><td>土</td><td>8,654</td><td>1,481</td><td>57</td><td></td></tr> <tr><td>日</td><td>8,187</td><td>1,462</td><td>46</td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>健康 ← 運動 → スポーツ ・一日60分 ・一日1万歩 ・競争 ・きつい ・たくさんする</p> <p>運動の仕方に違いが出てくる ・運動時間 → 一日60分(連続でなくてもよい) ・運動強度 → 楽しい、心地よい、やや息切れ ・運動頻度 → 一日60分、1万歩</p> <p style="text-align: right;">【多様性】</p>	曜日	歩行数	活動量	運動時間	備考	月	11,655	1,545	86	体育あり	火	9,490	1,490	47		水	14,416	1,581	129	体育あり	木	10,274	1,516	44		金	11,372	1,548	56		土	8,654	1,481	57		日	8,187	1,462	46																																																	
曜日	歩行数	活動量	運動時間	備考																																																																																						
月	11,655	1,545	86	体育あり																																																																																						
火	9,490	1,490	47																																																																																							
水	14,416	1,581	129	体育あり																																																																																						
木	10,274	1,516	44																																																																																							
金	11,372	1,548	56																																																																																							
土	8,654	1,481	57																																																																																							
日	8,187	1,462	46																																																																																							
2 前時に考えた運動をそれぞれのグループで整理して、発表の準備をする。																																																																																										
3 それぞれのグループが考えた運動について、感想を交流する。 ・運動をやってみて、よかつたことや気付いたことはありますか。	<p>○かけっこことフラフープの組み合わせは、難しかったけど楽しく運動できました。歩数も結構あったからよかったです。</p> <p>○棒引きはなかなか決着が付かないからもう少し工夫すればいいと思った。</p> <p>○同じ運動の組み合わせでもおもしろかった。他にもいろいろな組み合わせがありそうだ。</p>	<p>・科学的データの活用②</p> <p>平均寿命の推移</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="4">[男性]</th> <th colspan="4">[女性]</th> </tr> <tr> <th>総合</th><th>平成7年</th><th>平成12年</th><th>平成17年</th><th>平成22年</th><th>総合</th><th>平成7年</th><th>平成12年</th><th>平成17年</th><th>平成22年</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>長野県</td><td>長野県</td><td>長野県</td><td>長野県</td><td>1</td><td>沖縄県</td><td>沖縄県</td><td>沖縄県</td><td>長野県</td></tr> <tr><td>2</td><td>福井県</td><td>福井県</td><td>福井県</td><td>福井県</td><td>2</td><td>熊本県</td><td>福井県</td><td>島根県</td><td>島根県</td></tr> <tr><td>3</td><td>熊本県</td><td>奈良県</td><td>神奈川県</td><td>福井県</td><td>3</td><td>島根県</td><td>長野県</td><td>熊本県</td><td>沖縄県</td></tr> <tr><td>47</td><td>石川県</td><td>山梨県</td><td>青森県</td><td>愛媛県</td><td>47</td><td>兵庫県</td><td>青森県</td><td>鹿児島県</td><td>青森県</td></tr> </tbody> </table> <p>3年3組の運動の様子(平均)</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>曜日</th><th>学校</th><th>放課後</th><th>寝休み</th><th>体育</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td>月</td><td>6,924</td><td>4,371</td><td>578</td><td>924</td></tr> <tr><td>火</td><td>4,878</td><td>4,613</td><td>956</td><td></td></tr> <tr><td>水</td><td>8,912</td><td>5,505</td><td>1,403</td><td>1,171</td></tr> <tr><td>木</td><td>6,155</td><td>4,119</td><td>(観劇)</td><td></td></tr> <tr><td>金</td><td>6,624</td><td>4,749</td><td>1,203</td><td></td></tr> </tbody> </table> <p style="text-align: right;">【指標性】</p>	[男性]				[女性]				総合	平成7年	平成12年	平成17年	平成22年	総合	平成7年	平成12年	平成17年	平成22年	1	長野県	長野県	長野県	長野県	1	沖縄県	沖縄県	沖縄県	長野県	2	福井県	福井県	福井県	福井県	2	熊本県	福井県	島根県	島根県	3	熊本県	奈良県	神奈川県	福井県	3	島根県	長野県	熊本県	沖縄県	47	石川県	山梨県	青森県	愛媛県	47	兵庫県	青森県	鹿児島県	青森県	曜日	学校	放課後	寝休み	体育	月	6,924	4,371	578	924	火	4,878	4,613	956		水	8,912	5,505	1,403	1,171	木	6,155	4,119	(観劇)		金	6,624	4,749	1,203	
[男性]				[女性]																																																																																						
総合	平成7年	平成12年	平成17年	平成22年	総合	平成7年	平成12年	平成17年	平成22年																																																																																	
1	長野県	長野県	長野県	長野県	1	沖縄県	沖縄県	沖縄県	長野県																																																																																	
2	福井県	福井県	福井県	福井県	2	熊本県	福井県	島根県	島根県																																																																																	
3	熊本県	奈良県	神奈川県	福井県	3	島根県	長野県	熊本県	沖縄県																																																																																	
47	石川県	山梨県	青森県	愛媛県	47	兵庫県	青森県	鹿児島県	青森県																																																																																	
曜日	学校	放課後	寝休み	体育																																																																																						
月	6,924	4,371	578	924																																																																																						
火	4,878	4,613	956																																																																																							
水	8,912	5,505	1,403	1,171																																																																																						
木	6,155	4,119	(観劇)																																																																																							
金	6,624	4,749	1,203																																																																																							
4 これまでの学習を振り返る。(科学的データの活用②)																																																																																										
5 健康プログラムについてまとめる。																																																																																										

II 課題把握・課題解決の活用資料

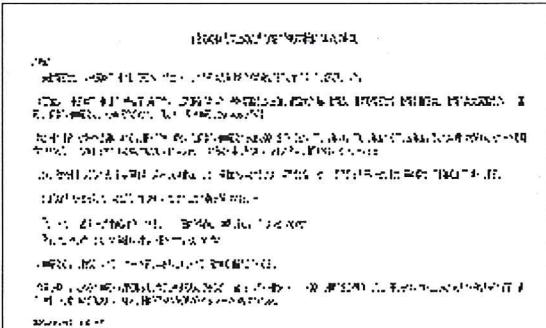
○科学的データの活用①

A 児童歩行数データ(曜日別)【課題把握:身近さ】

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
1	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
2	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
3	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
4	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
5	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
6	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
7	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
8	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
9	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
10	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
11	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
12	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
13	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
14	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
15	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
16	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
17	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
18	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
19	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
20	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
21	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
22	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
23	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
24	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
25	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
26	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
27	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
28	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
29	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
30	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
31	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

*運動習慣調査結果より

C 体力の定義【多様性:知識理解】



*文部科学省『子どもの体力向上のための

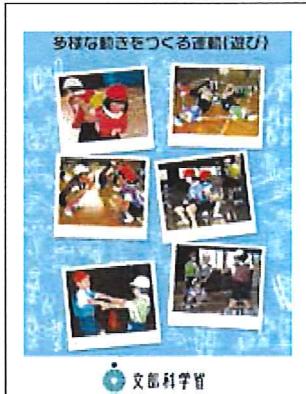
総合的な方策について(答申)』より

B 児童歩行数データ(項目別)【課題把握:身近さ】

項目	歩行時間	歩行距離	歩数	歩速	歩幅	歩頻	歩幅頻	歩速頻	歩頻頻	歩幅頻頻	歩速頻頻	歩頻頻頻
1	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
2	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
3	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
4	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
5	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
6	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
7	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
8	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
9	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
10	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
11	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
12	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
13	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
14	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
15	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
16	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
17	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
18	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
19	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
20	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
21	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
22	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
23	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
24	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
25	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
26	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
27	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
28	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
29	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
30	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
31	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

*運動習慣調査結果より

D 多様な動きをつくる運動資料【多様性】



*文部科学省
『多様な動きをつくる運動(遊び)パンフレット』より

○科学的データの活用②

A 都道府県別平均寿命【課題把握:身近さ】

都道府県	平均寿命
北海道	79.019
東北	79.019
福島	78.941
宮城	78.941
岩手	78.947
青森	78.947
山形	78.949
秋田	78.950
新潟	78.951
長野	78.951
岐阜	78.951
愛知	78.951
三重	78.951
滋賀	78.951
京都	78.951
大阪	78.951
奈良	78.951
和歌	78.951
兵庫	78.951
神奈	78.951
埼玉	78.951
千葉	78.951
東京	78.951
神奈	78.951
茨城	78.951
栃木	78.951
福島	78.951
宮城	78.951
岩手	78.951
青森	78.951
山形	78.951
秋田	78.951
新潟	78.951
長野	78.951
岐阜	78.951
愛知	78.951
三重	78.951
滋賀	78.951
京都	78.951
大阪	78.951
奈良	78.951
和歌	78.951
兵庫	78.951
神奈	78.951
埼玉	78.951
千葉	78.951
東京	78.951
神奈	78.951
茨城	78.951
栃木	78.951
福島	78.951
宮城	78.951
岩手	78.951
青森	78.951
山形	78.951
秋田	78.951
新潟	78.951
長野	78.951
岐阜	78.951
愛知	78.951
三重	78.951
滋賀	78.951
京都	78.951
大阪	78.951
奈良	78.951
和歌	78.951
兵庫	78.951
神奈	78.951
埼玉	78.951
千葉	78.951
東京	78.951
神奈	78.951
茨城	78.951
栃木	78.951
福島	78.951
宮城	78.951
岩手	78.951
青森	78.951
山形	78.951
秋田	78.951
新潟	78.951
長野	78.951
岐阜	78.951
愛知	78.951
三重	78.951
滋賀	78.951
京都	78.951
大阪	78.951
奈良	78.951
和歌	78.951
兵庫	78.951
神奈	78.951
埼玉	78.951
千葉	78.951
東京	78.951
神奈	78.951
茨城	78.951
栃木	78.951
福島	78.951
宮城	78.951
岩手	78.951
青森	78.951
山形	78.951
秋田	78.951
新潟	78.951
長野	78.951
岐阜	78.951
愛知	78.951
三重	78.951
滋賀	78.951
京都	78.951
大阪	78.951
奈良	78.951
和歌	78.951
兵庫	78.951
神奈	78.951
埼玉	78.951
千葉	78.951
東京	78.951
神奈	78.951
茨城	78.951
栃木	78.951
福島	78.951
宮城	78.951
岩手	78.951

III 授業の実際【3年⑤体育】

1 課題把握の場面（科学的データの活用①）



前時の活動の様子やワークシートの記述の様子から、本時の流れや運動プログラムの作成の仕方などを再度確認した。活用したデータは前時と同じもので、運動の定義や運動の要素についてまとめたものである。

子ども達のワークシートを見てみると、様々な運動を考えていた。しかし、「健康」という視点から離れているものも見受けられた。歩数を手がかりとして活動量を考えることや楽しんで活動できるかを観点として考えた運動を見直すことを確認した。また、スムーズに発表するために、発表の仕方についても確認した。

2 考えた運動を交流する場面



6グループを半分に分け、3グループずつで考えた運動プログラムの紹介を行った。グループで考えた3つの運動の中から1つを選んで紹介させた。紹介しているグループ以外の2つのグループがその運動プログラムを体験して、歩数や楽しさを基に評価させた。

前時の時点で、まだ運動プログラムが完成していないグループもあり、急ぎ足で紹介させたので、説明・体験・感想に時間がかかるてしまい、体験に十分な時間を確保することができなかった。また、楽しさに目が向き、歩数や健康が薄れてしまった。

3 これまでの学習を振り返り、健康教育プログラムをまとめる場面（科学的データの活用②）



ワークシートの記述より

青森県は平均寿命が短いのに驚いたけど、習ったことを生かして今度から頑張りたいです。

わたしはこの授業がとっても勉強になりました。なぜなら、自分のおやつのことや運動を見直すことができたからです。

健康にはいろいろなことを気を付ければいいんだと改めて感じました。初めて知ったことやあって、とても勉強になりました。また健康について調べたいです。



本時の最後に、健康教育プログラムの授業のまとめを行った。これまで活用してきた「平均寿命の推移」や「自分たちの運動習慣」のデータを見せながら、健康についてまとめた。これまでの授業から、食事やおやつの取り方、運動によって健康になり、平均寿命を伸ばせることを話した。全体を通して子ども達は、初めて知ることもあり意欲的に授業に参加していた。3年生にとっては難しい内容もあったが、ワークシートにもあるように、これまでの学習を振り返り習ったことを生かしたい、健康についてもっと知りたいなどの感想を書いていた。

IV 考察

1 課題把握の場面 (科学的データの活用①)

【学習時間：4分】(I : 100%)

前時の学習の振り返りを行った学習指導場面である。

「健康」という視点を認識するよう指導した。

【教師行動】

ワークシートから修正が必要なグループに向けて、全体を通して説明し共通理解を図った。

【抽出児行動】(抽出児2名)

早く運動をやりたい様子が見られ、データや説明にはあまり集中していないようであった。

○課題及び改善の方策

・授業者の振り返りより

データを活用して前時の振り返りを行ったが、子どもの様子からあまり有効ではなかった。前回とは違うデータが必要と感じた

・指導主事からの指導・助言より

科学的データの活用を手立てとしてこれまで取り組んできたが、健康=運動をつなげるためにどんなデータが必要であったかを精査していく必要がある。

2 考えた運動を交流する場面

【学習時間：23分】(M : 27%, I : 11%, A 1 : 32%, A 2 : 30%)

グループで考えた運動を紹介したり体験した運動についてワークシートに記入したりする認知学習場面が、運動学習場面より多い結果となっている。

【教師行動】

2つの分けた場を回りながら、説明の補助をしたりアドバイスしたりした。

【抽出児行動】(抽出児2名)

話合いに積極的に参加したり笑顔で運動したりと意欲的な様子が見られた。運動の評価は全て4を付けた。

○課題及び改善の方策

・授業者の振り返りより

6年生同様、交流に時間がかかってしまい、十分に運動を体験させることができなかつた。活動の工夫が必要であった。

・指導主事からの指導・助言より

運動を組み合わせ方はよかったですように感じる。グループ交流だが、2グループでもよかつた。やっている子とやっていない子の差をどうするか考えておかなければならぬ。

3 これまでの学習を振り返り、健康教育プログラムをまとめる場面 (科学的データの活用②)

【学習時間：7分】(M : 12%, I : 59%, A 1 : 29%)

これまでの学習を振り返りワークシートに記入したり教師の説明を聞いたりする認知学習場面が多かった。

【教師行動】

ワークシートの説明をして、最後に健康教育プログラムの授業についてまとめの話をした。

【抽出児行動】(抽出児2名)

本時の振り返りでは、十分な活動量であったと感じていると挙手した。全体のまとめでは、頷きながら真剣な表情が見てとれた。

○課題及び改善の方策

・授業者の振り返りより

まとめとして時間が足りなかった。特に、健康に関するプログラムのまとめとしては不十分であったと感じる。

・指導主事からの指導・助言より

この時間の振り返りは、単元の振り返りとなるので、1時間扱いの方がよかつたのではないか。また、この経験を親や地域に発展させていくような工夫が必要である。

* I : 学習指導場面 A 1 : 認知学習場面 A 2 : 運動学習場面 M : マネジメント F B : フィードバック

*本時で使用したワークシート

各班で考えた運動プログラムを体験してみよう～				
C級	D級	A級	B級	備 考
7 組	85.9	① 3 2 1	なわとびとゲームを組み合わせて実施していく。なわとびととどちら歩数もけっこうふもた。ボールを空にならわせねばいけないけれど楽しく運動することができます。	
■	■	4 3 2 1		
■	■	4 3 2 1		
■	■	4 3 2 1		

備考欄(5段)