

保健体育 (保健分野) における授業力の育成

ーフラッシュ型教材の活用ー

石井 悦夫

1 はじめに

小学校・中学校・高等学校「学習指導要領 総則 教育課程編制の一般方針」には、次の内容が共通に明示されている。

「学校の教育活動を進めるに当たっては、各学校において、……、基礎的・基本的な知識及び技能を確実に習得させ、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むとともに、主体的に学習に取り組む態度を養い、個性を生かす教育の充実に努めなければならない。」

教科教育法の保健分野の授業づくりでは、この“学力の三つの要素”の一つ「確実に習得」の進め方について“フラッシュ型教材(フラッシュカード)”を利用した指導法を示し、模擬授業において活用するよう薦めており、本稿はこのことについてまとめたものである。

平成22年10月発行の文部科学省「教育の情報化に関する手引」には「ICTを用いたフラッシュ型教材等を活用することで、児童生徒が集中して取り組むことができ、効率的に知識を定着させることができる。」とされ、教材開発が進んでいる。

現在まで保健体育科の保健分野授業では、“フラッシュカード”活用はほとんど行われていないが、習得効率を高めるためにその必要性を感じている。

2 保健分野に対する生徒の受け止め

体育実技の授業は多くの生徒が楽しみにしている。しかし、保健分野の授業は雨天により急遽行われることもあり、体育の時間を潰して行われていると受け止める生徒もあり、授業に対して消極的な状況を見かける。

例えば、数学では毎時間のように新たな解き方を学ぶが「答えられなかったら恥ずかしい。」など、ある種の緊張感を生徒は感じている。しかし、保健分野においては長時間積み重ねてきた学習という感覚が薄く、個人の差を数学のような学力の差として感じていない。

保健分野の内容は、テレビの健康番組等で毎日取り上げられているためか「聞いたことがある。」「改めて勉強しなくても分かっている。」と受け止めている生徒が多く、緊張感はあまり見られない。現場では授業改善に踏み出さずになおざりな授業も散見する。

3 日常生活との関連が深い保健分野

保健分野で扱う内容は、日々の生活の中にあるものばかりである。これは教科の特徴であり知識の確実な習得と共に生涯を通じて的確な実践力を身に付けさせていくことが必要な教科である。

教師はこのことを常に生徒に伝え、感じ取らせる授業づくりを進めなければならない。

＜保健分野で扱う主な内容＞

発育と発達・呼吸器・循環器・生殖機能・知的と情意機能・社会性の発達・ストレス・環境と適応能力・飲料水・室内の衛生的管理・廃棄物・し尿や生活排水・ごみの処理・傷害・交通事故・犯罪被害の防止・自然災害・応急手当・食生活や運動と健康・休養・睡眠・生活習慣病・熱中症・喫煙・飲酒・薬物乱用・感染症・性感染症・医療機関・医薬品・・・

4 フラッシュカードの必要性

中学校第1学年で扱う「身体機能の発達」の呼吸器系、循環器系については、

呼吸器・気管・気管支・肺・肺胞・毛細血管・酸素・二酸化炭素・ガス交換・呼吸数・肺活量・循環器・心臓・動脈・静脈・肺動脈・肺静脈・赤血球・ポンプ作用・脈拍数・拍出量

など、説明を要する多数の用語が教科書に記載されており、これらを1～2単位時間で扱う。

また、中学校第3学年で扱う「健康の成り立ちと疾病の発生要因」についても

結核・肺炎・感染症・がん・心臓病・脳卒中・生活習慣病・認知症・主体の要因・環境の要因・生物学的環境・社会的環境

などが教科書に記載されている。他の保健分野においても同様に多数の用語がある。

用語説明で授業の大半を費やすことのない効果的・効率的に用語理解を進めるのがフラッシュカード学習である。

5 フラッシュカード学習の進め方例

基本的な進め方は、カードの記述内容を見たらすぐに発声(答え)させ、次のカードを見せて保健分野用語を理解させていく方法である。

(1) 準備

- ① B4厚紙を横向きで二枚にカット
 - ② 習得させたい用語を記入・・・用語(表面)
 - ③ 裏面は用語説明文を記入・・・説明文(裏面)
- (例)

低体温症	体温低下 意識障害に注意
-------------	-------------------------



(2) 授業

第1段階・・・導入

- ① カードの活用法・効果について生徒に説明
 - ② “用語(表面)”の読み方を指導
 - ③ “用語(表面)”を教師の発声の後に続いて、生徒全員が発声
- ※ はじめは、カードめくりをゆっくりにし、裏面を見せる
- ④ “説明文(裏面)”の用語を説明
 - ⑤ “説明文(裏面)”を教師の発声の後に続いて、生徒全員で発声

第2段階・・・学習

- ① “説明文(裏面)”を見たら、“用語(表面)”を素早く発声
- ※ 生徒の発声反応を見ながら、カードを素早く順次見せ(めくりはテンポよく)、生徒全員が発声し数回繰り返す。
- ※ めくったカードは、裏返して机の上に置く。
- ② 提示カードの順を替えて繰り返す

第3段階・・・「確実な習得」の学習

- ① カード利用を「第2段階」の逆で行う。
“用語(表面)”を見たら、“説明文(裏面)”を素早く発声

- ※ フラッシュ動作の手際がよくないと生徒の興味は薄れてしまうので注意したい。
- ② 全員が慣れてきたら、めくりのテンポを速めて個別にやりとりを行う。
- ③ 授業終了前の「まとめ」で、教科書を読ませて用語を確実に習得させる。

6 フラッシュカード学習の効果

(1) 教室の雰囲気を落ち着かせる

カードを見ながら生徒全員が声を出すことで集中でき、落ち着いた雰囲気で授業が進む。

(2) 学習指導要領が求める「言語活動の充実」が図れる。

- ・ 全員・個別など展開の工夫で理解が進む

※ 裏面は端的に用語解釈を載せ、説明後に裏面提示で表面の用語を答えさせることで、本時内容を掌握しやすくする。

- ・ 習得型から次の活用型学習に展開するときスムーズにつなげることができる。



(3) “脳の活性化”を図れる

言語学習時の脳活動調査によると、音読・単純計算を速く行うこと、文字を書くこと、いわゆる比較的容易な「読み・書き・計算」のとき、他の複雑な作業をやっているときよりも、左右脳の前頭前野が強く活性化しているとの結果が

参考文献にある。

さらに、内田クレペリン検査（2分間）を行った後の絵覚えテスト（短期の記憶力テスト）では、平均点数20%増加が見られ、音読や百マス計算なども効果があり、多くの学校が行っている10分間の「朝読書の時間」も脳の活性化につながっている。

このようなことから、素早くカードを見て答える方式のフラッシュカードも脳の活性化が図れると推察されている。

「活性化」とは、望ましい脳の活動が促進され、学習効果が上がるなどの状況を言い、脳の学習態勢を整えることになるため、取り入れることは望ましいと考える。

7 フラッシュカードの工夫

フラッシュカードの数と内容にもよるが、扱う時間が長すぎず、短すぎず、生徒の習得状況を把握しながら進めたい。

① 授業の「はじめ・なかの前半」での活用。

※ B4の厚紙を横に切った大きさと、文字は大きく太く書く。用紙が薄いとめくりの手際が上手くいかない。

② 生徒の理解度などの実態によって用語を選び、7～10程度とする。

③ 単元を十分に意識し「前時に扱った用語」（復習）も含める場合はカード数が増える。

※ 保健分野は扱う用語が多いことを承知して、前時までの用語も含めて進める。その際、文字色を前時とは変えるなど、見やすさも工夫する。

④ フラッシュ学習終了後、カードを黒板に留め、次の展開に活用する。

※ カードの大きさを倍にし、上下二つ折りにして上に“用語”，下に“説明文”を書き掲示する工夫もよい。

※ “用語（表面）”を黒板に留めた後、続けて習熟型や活用型の指導に進む場合、必要な内容を板書する。

- ⑤ 授業の「まとめ」で用語確認として活用。
 ※ 発問形式で確認する方式もよい。
 ⑥ 活用法の定着と効果を考え、保健分野では、毎回行うくらいがよい。

8 その他の工夫例

「どのように工夫したら生徒に伝わるか。」この問いかけを常に持つことは大切である。フラッシュ効果を期待する以外でカード提示の工夫もあってよい。

- ・親しみやすい挿画を入れる。
- ・用紙を上下に関連用語を書く。
- ・用紙を貼るためのマグネットも色別で理解しやすくする。



9 まとめ

本稿では、用語理解のための指導法を提示したが、単元・本時のねらいを十分に掌握し、必要な用語を扱いながら、「はじめ・なか・まとめ」

の展開に結びつけていくことは重要であり、中学校はもとより高等学校での授業においても生徒の実態掌握の中で扱うことは可能である。

模擬授業の実施に当たっては、常に学習指導要領及び解説内容を確認させ、特に次の配慮事項内容について確認をしている。

中学校及び高等学校の総則には

- ・重点の置き方に適切な工夫
- ・基礎的・基本的な知識及び技能の活用を図る学習活動の重視
- ・言語に対する関心や理解を深め、生徒の言語活動を充実
- ・教師と生徒の信頼関係及び生徒相互の好ましい人間関係を育てる
- ・生徒が学習の見通しを立てたり学習したことを振り返ったりする活動を計画的に取り入れる
- ・学校や生徒の実態に応じ、個別指導やグループ別指導、繰り返し指導、学習内容の習熟の程度に応じた指導
- ・指導の改善を行い学習意欲の向上に生かす

がある。

教科教育法Ⅲ・Ⅳ(保健体育)の保健分野の扱いについては、本稿内容を含めた習得型学習に活用型学習をどのように絡ませて授業づくりするかを重点にしながら進めており、学習形態に“ロールプレイング”を取り入れて実施してみることを薦めている。

引用文献：

- 小学校学習指導要領 文部科学省
 中学校学習指導要領 文部科学省
 高等学校学習指導要領 文部科学省
 「教育の情報化に関する手引」文部科学省

参考文献：

- 「朝刊10分の音読で脳力が育つ」川島隆太著