

小学校体育科保健領域の 評価の考え方と進め方



東京学芸大学教授 渡邊 正樹

1 新学習指導要領と学習評価

皆さんは保健領域の評価を行う際に、迷ったり、悩んだりした経験はありませんか。例えば、評価規準の書き方がよくわからない、どの場面で評価を行えばよいか迷っている、授業の中で評価を行うことが難しいなど、さまざまな問題点があげられています。

平成12年の教育課程審議会答申「児童生徒の学習と教育課程の実施状況の評価の在り方について」(平成12年12月4日)以降、学校では観点別に学習の実現状況の評価が進められています。しかし教科によって観点のとらえ方が異なっていたり、評価規準の書き方が統一されていなかったりなどのさまざまな理由から、教育現場から学習評価を進めるうえでの悩みが伝わってきます。

平成20年に新学習指導要領が告示され、今年3月には新学習指導要領に基づいて、「児童生徒の学習評価のあり方について(報告)」が中央教育審議会教育課程部会より公表されました。本稿では、これまでの学習評価の動向をふまえながら、今後どのように保健領域の学習評価を行えばよいかを考えていきたいと思います。

2 なぜ評価が必要なのか

前述の教育課程審議会答申「児童生徒の学習と教育課程の実施状況の評価の在り方について」では、学校が児童生徒を対象として行う評価について、次のように記載しています。

「学校が児童生徒の学習状況等の評価を行うことは、公の教育機関である学校の基本的な責務である。評価の機能は、各学年、各学校段階等の教育目標を実現するための教育の実践に役立つようにすること及び児童生徒のよさや可能性を評価し、豊かな自己実現に役立つようにすることであり、学校教育における評価の役割は重要である」。

この答申の中で、評価の最も重要な機能として、学校・教師がよりよい指導を目指して、子どもたちの学習活動を評価することをあげています。すなわち「指導と評価の一体化」ということです。もちろん評価は教師だけではなく、子どもたち自身にとっても重要な活動です。子どもたちが、学習評価の結果からみずからの学習状況を知り、これからどのように学習を進めればよいかに気づききっかけとなります。

評価の結果は評定に反映され、指導要録の作成に用いられます。また評価には保護者はもちろん、社会に対する説明責任としての役割もあります。さらに、学校が行う評価に基づいて、今子どもたちが何を学び、どのような学力を身につけているかを示すことは、将来の教育指針にとって不可欠な基礎情報となると考えられます。

このように、評価にはさまざまなねらいがあり、学習指導の改善につながっていることがわかります。

3 目標に準拠した学習評価

現在、教科等の学習評価は、絶対評価で行うこととなっています。絶対評価とは学習指導要領に示された目標に照らして、その実現の状況を評価することを指します。したがって、目標に準拠した学習評価とも呼ばれます。この評価では、子どもたち1人ひとりの学習の到達度を、客観的に評価することが可能です。

学習評価には、このような目標に準拠した評価のほか、集団に準拠した相対評価や、子どもたち1人ひとりのよい点や可能性、進歩の状況について評価する個人内評価という考え方もあります。また、教師が行う評価活動ではありませんが、子どもたちによる自己評価や相互評価を通じて、自分自身のよい点や可能性について気づくこともできます。目標に準拠した評価が基本ですが、多様

な評価方法を状況に応じて活用することも大切です。

また「評価規準」は、学習指導要領に示された目標が子どもたちによってどの程度実現したかを判断するよりどころとなるものです。あとで述べます観点別の学びの姿における「おおむね満足できる状況」が、評価規準となります。この評価規準に照らして、子どもたちの学習の姿の評価を行います。したがって評価規準とは目標に準拠して評価するための手段といえるわけです。

しかし目標に準拠した評価にも課題はあります。絶対評価といっても評価者は教員です。もしレベルの高い実現状況を評価規準として示しますと、全体的に過小評価してしまう可能性があります。逆に、低いレベルの実現状況を評価規準として示しますと、過大評価する可能性もあるわけです。したがって評価規準の記述のしかたが非常に重要になってきます。

4 評価の観点

観点別に学習状況を評価することは、きめの細かい学習指導と子どもたち1人ひとりの学習内容の確実な定着を図るために実施するものとされています。もちろん指導要録を作成するために必要なことなのですが、評価の機能で述べたように、教師の指導と子どもたちの学習の改善に役立たせるという重要な意味ももっています。

ところで現在、評価の観点については、基本的に次の4観点が用いられています。すなわち「関心・意欲・態度」、「思考・判断」、「技能・表現」、「知識・理解」です。もちろん教科による違いはありますが、教育現場では4観点に基づく学習評価は着実に定着していると思われます。

しかし、学習指導要領改訂以降、学習評価について見直しが図られています。それを説明する前に、新学習指導要領における学力観について述べておきましょう。

教育基本法の改正、それに続く学習指導要領の改訂によって、これから子どもたちが育成すべき学力の要素が示されました。すなわち、

- ①基礎的・基本的な知識・技能
- ②知識・技能を活用して課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等
- ③主体的に学習に取り組む態度

です。

これに基づき、「児童生徒の学習評価のあり方について(報告)」では、あらためて評価の観点が整理されました。

すなわち、基礎的・基本的な知識・技能については「知識・理解」や「技能」において、そ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・表現力等については「思考・判断・表現」において、主体的に学習に取り組む態度については「関心・意欲・態度」においてそれぞれ評価を行うこととなりました。

ここで注意すべきは、これまで「技能・表現」が1つの観点とされてきたものが、新観点では「技能」で引き取られたという点です。それに伴い「表現」は、従来の「技能・表現」とは異なり、思考・判断したことを、記録、要約、説明、論述、討論といった言語活動等を評価する観点と解釈するようになりました。すなわち、「思考・判断・表現」が1つの観点となったわけです。

これらをもう一度整理しますと、「知識・理解」は習得すべき知識や重要な概念等を児童生徒が理解しているかどうかを評価するもの、「技能」は習得すべき技能を児童生徒が身につけているかどうかを評価するもの、「思考・判断・表現」は知識・技能を活用して課題を解決すること等のために必要な思考力・判断力・表現力等を児童生徒が身につけているかどうかを評価するもの、そして「関心・意欲・態度」は学習内容に関心をもち、みずから課題に取り組もうとする意欲や態度を児童生徒が身につけているかどうかを評価するものとなります。

後述するように、小学校・中学校の教科・特別活動における新しい観定の趣旨はすでに発表されています。小学校体育科については、評価の観点は従来と変わっていません。

しかし、新しい観定に基づき、どのように評価規準を作成するかについては、今のところ明らかになっていません。いずれ国立教育政策研究所から詳細が発表されると思いますので、それを待ちたいと思います。

5 学びの姿の示し方

観点別に子どもたちの学習状況を評価するには、学習指導要領に示す各教科の目標に照らして、そ

〔表1〕 観点別学びの姿の例

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
十分満足できる状況	不安や悩みへの対処の仕方について、自らの経験や予想をもとに発表しようとしている。	不安や悩みへの対処の仕方について、具体的な結果を予想しながら、自分の生活にあてはめている。	不安や悩みの内容とその対処の仕方について、さまざまな内容を、理由を付けて分類し、書いている。
おおむね満足できる状況 (評価規準)	不安や悩みへの対処の仕方について、自らの経験をもとに発表しようとしている。	不安や悩みへの対処の仕方について、教師や友達の話と比べながら、自分の生活にあてはめている。	不安や悩みの内容とその対処の仕方について、さまざまな内容を書いている。
努力を要する状況	不安や悩みへの対処の仕方について、友達の考えを聞くだけにとどまっている。	不安や悩みへの対処の仕方について、教師に指示を待つだけにとどまっている。	不安や悩みの内容とその対処の仕方について、限定された内容を書くにとどまっている。

※日本学校保健会保健学習推進委員会「新学習指導要領に基づく これからの小学校保健学習」(2009年)より、一部を改変

の実現状況を「十分満足できると判断されるもの」をA、「おおむね満足できると判断されるもの」をB、「努力を要すると判断されるもの」をCとすることになっています。評価のために、学習の実現状況(学びの姿)を文で表しますが、評価規準はBに該当します。

学校では一般的に、評価規準のみが作られることが多いかもしれませんが、AおよびCについても作成しておくことで、実際の授業での学びの姿をより正確にみとることができると思います。

以下、評価規準を含む学びの姿の示し方については、新観点ではなく、現在用いられている観点に基づいて述べたいと思います。保健領域の観点は、「関心・意欲・態度」、「思考・判断」、「知識・理解」の3観点で評価を行っています。平成14年には、国立教育政策研究所教育課程研究センターより、「評価規準の作成、評価方法の工夫改善のための参考資料(小学校)―評価規準、評価方法等の研究開発(報告)―」が発表されており、その中では教科・特別活動の内容のまとめりごとの評価規準およびその具体例が示されています。しかし発表からすでに時間が経っていることもあり、評価規準の書き方もその後改善されてきています。

学びの姿の比較的新しい例を示してみましょう。〔表1〕は5年生の「心の健康」から「不安や悩みへの対処」の授業における学びの姿を示したものです(日本学校保健会保健学習推進委員会「新学習指導要領に基づく これからの小学校保健学習」2009年)。3つの観点に共通した部分と各観点到特徴的な書き方があります。まず「～について」の部分ですが、ここは学習内容を示していま

す。したがって観点に関係なく、「不安や悩みへの対処の仕方」となります。

次に、観点到特徴的な部分をみてみましょう。「関心・意欲・態度」ですが、評価規準すなわち「おおむね満足できる状況」を見てみますと、「発表しようとしている」という実現状況が示されています。述語としては、ほかに「進んで取り組む」「注目する」などが考えられます。そして述語の語尾は「～しようとしている」が一般的です。

「思考・判断」では、「自分の生活にあてはめている」が実現状況になります。述語としては、ほかに「比べる」「予想する」などが考えられます。述語の語尾は「～している」です。以前は「～できる」という語尾が使われていましたが、「～できる」がどのような状況なのかを具体的に示す必要から、現在は用いられないようになっています。

最後に「知識・理解」ですが、ここでは「書いている」が実現状況です。ほかに「述べている」などがあげられます。語尾は「～している」となります。

なお観点によって用いる述語は区別したほうがよいでしょう。同じ述語を異なった観点で使うと、観点自体に混乱が生じます。

次にA、B、Cの区別について説明します。Cすなわち「努力を要する状況」では、例にあるように「～状態にとどまっている」という表記とし、「～できない」のような否定的な表現は避けたほうがよいでしょう。

また、Aすなわち「十分満足できる状況」ですが、起こしがちなミスがあります。Bの評価規準をそのまま用いて、動詞の前に「より積極的に」や「十分に」のような強調する副詞や形容詞をつ

〔表2〕小学校体育科 評価の観点とその趣旨

観点	運動や健康・安全への 関心・意欲・態度	運動や健康・安全についての 思考・判断	運動の技能	健康・安全についての 知識・理解
趣 旨	運動に進んで取り組むとともに、友達と協力し、安全に気を付けようとする。また、身近な生活における健康・安全について関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする。	自己の能力に適した課題の解決を目指して、運動の仕方を工夫している。また、身近な生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している。	運動を楽しく行うための基本的な動きや技能を身に付けている。	身近な生活における健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。

※「小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校等における児童生徒の学習評価及び指導要録の改善等について(通知)」(2010年)より

けてしまうことです。これは実際の評価にはあまり役に立ちません。「より積極的に」というのが具体的にどのような状況か判断できないためです。これを避けるためには、AとBでは異なる実現状況(動詞)で示すとよいでしょう。

6 評価方法の工夫

評価というと、ペーパーテストを思い浮かべる人が多いと思います。しかしペーパーテストにはいくつかの限界があります。まず「知識・理解」に偏った評価をしがちだということです。また学期末にペーパーテストを行うということになると、時期も限定されてしまいます。3つの観点をそれぞれ評価するためには、多様な評価の工夫が求められます。

前述した教育課程審議会答申(平成12年)では、教育活動の特質や評価の目的に応じて、評価方法、評価の場面や時期などについて適切な方法を工夫することを重要とし、下記のような対応を求めています。

第一に、評価を、学習や指導の改善に役立たせる観点から、総括的な評価のみではなく、分析的な評価、記述的な評価を工夫すること

第二に、評価を行う場面としては、学習後のみならず、学習の前や学習の過程における評価を工夫すること

第三に、評価の時期としては、学期末や学年末だけでなく、目的に応じ、単元ごと、時間ごとなどにおける評価を工夫すること

第四に、具体的な評価の方法としては、ペーパーテストのほか、観察、面接、質問紙、作品、ノート、レポート等を用い、その選択・組み合わせを工夫すること

特に「思考・判断」については、知識を活用す

るという面から、ワークシートへの記入、発表や討論、観察・実験、レポートの作成などを利用することが考えられます。

なおよくある問題点として、1単位時間内で評価の場面を数多く設定している授業がありますが、あまり現実的ではありません。実際に実施可能な評価を、適切な場面で適切な方法を用いて行うべきです。

7 これからの学習評価

中央教育審議会教育課程部会報告(平成22年3月)および「小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校等における児童生徒の学習評価及び指導要録の改善等について(通知)」(同年5月)によって、これからの学習評価についての方向性が示されました。その中には、目標に準拠した評価を着実に行うことのほか、効果的・効率的な学習評価を推進することが示されました。学習評価が教師にとって少なからず負担となっていることを反映したものと思われます。

また、教科、特別活動の評価の観点およびその趣旨が示されましたが、前述のように小学校体育科の観点には変更はありません〔表2〕。ただし、「思考・判断」の趣旨をみますと、実現状況は「課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している」(傍点は筆者による)とあり、「表現」の観点を意識していることがうかがえます。もっとも、「思考・判断・表現」の評価は一体的に行うことが示されていることから、保健領域においても言語活動を中心とした表現にかかわる活動を意識しておく必要があると思われます。

学習評価は継続的に改善が図られています。常に最新の動向に目を向けるようにしてください。

(わたなべ・まさき)

児童が主体的に取り組む授業 —学級担任と養護教諭とのTTによる実践

東京都三鷹市立第三小学校主任養護教諭 高橋 真弓



けがの防止は学校保健の重要な課題の1つである。大きな事故を防ぎ、事故発生時に適切に対処するためには、児童への安全教育と教職員の共通理解・安全管理が必要である。

5年の体育科保健領域「けがの防止」をけがの防止の安全教育の核とし、教科・領域の特性を生かし繰り返し指導することで、児童の生命尊重や安全への意識を高め、危険を予測し、回避する力とともに、基本的なけがの手当てを正しくできる力をはぐくみたいと考えた。

1 指導の工夫

(1) フィールドワーク

班で実際に校内をデジタルカメラで撮影しながら危険を予測したり、対策を考えたりするフィールドワークをした。フィールドワーク時には危険な行動はしないこと、対策も考えながら行動することを指導した。児童は班で協力して多くの危険を予測し、写真を撮影した。児童は主体的に取り組む、生き生きと活動していた。

(2) パワーポイントで視覚に訴える

児童が撮影した写真をパワーポイントで提示しながら危険を予測し、具体的な対策を考えさせた。写真から得られる情報は多く、他の班の児童も新たな危険や対策法等の意見を出していた。

児童の考えた対策は、行動では具体的なきまりを守る方法が多くあげられた。心や体の状態をよくするために、ストレスをためない、規則正しい生活など3・4年の保健や心の健康とつながる発言もあった。環境では、床がぬれていたらふく、落ちていた物を拾うなどの対策から、教室の戸がゆっくり閉まるようにする、手を挟まないようにスポンジをつける等のアイデアも出された。

けがの手当ての学習では、救急車を呼ぶまでの対応の大切さをビデオ教材で提示した。

(3) 学級担任と養護教諭とのTTによる指導

養護教諭の専門知識や職務の特質を生かし、保健室の情報を活用しながら、学級担任と養護教諭

とのTTで指導した。担任とのTTで実施することにより、個別の指導が十分にでき、児童理解も深まるとともに、保健学習の内容を学級での保健指導や他教科・他領域と関連させて繰り返し指導することができる。けがの防止の学習は保健室の情報を生かしやすく、養護教諭が授業に入ることで学習効果が期待できる。保健学習を保健室での応急処置の際の個別指導に生かし、体験活動や実習を通して児童の知識の定着を図ることもできる。

(4) 他教科・領域等と関連させる工夫

学習を深め、知識の定着を図る工夫は以下。

- ①保健学習を生かし、総合的な学習の時間で「事故・けがが減少キャンペーン」に取り組み、全校に広げる活動をした。ビデオ作成・校内放送・低学年への紙芝居・休み時間の呼びかけ・ポスターの掲示・階段を利用した大型の掲示・新聞など、児童が課題別に取り組み実践した。他の教職員の理解を得、児童から児童への安全教育の効果をあげた。学級担任による学習だが、養護教諭もグループの取り組みに保健室の情報を提供し、協力した。
- ②4年の総合的な学習の時間で「地域安全マップを作ろう」をし、養護教諭もかかわった。「けがの防止」の犯罪被害防止でそれを振り返った。
- ③生命尊重や安全への意識を高めるために特別活動で構成的エンカウンターを用い、身近な友達のけがの体験を共有させた。
- ④体育・理科・家庭科・図工などの安全指導で保健学習を振り返り、繰り返し学習させた。

2 指導計画

保健領域4時間と総合的な学習の時間6時間とを合わせて、次ページ以降のような計画を立てた。
【関連教材・領域】

- ・4年／総合的な学習の時間「地域安全マップを作ろう」・道徳「生命尊重」「規則の尊重」
- ・特別活動「構成的エンカウンター けがの経験の共有」

	学 習 活 動	教 師 の 支 援
体育科保健領域1	<p>身の回りの生活の危険が原因になって起こるけが</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 けがが起こりそうな場所と原因を考える。学習カードに記入し、発表する。 2 けがや事故がなぜ起こったのかを考える。事故や犯罪が原因となるけがは、人の行動と環境がかかわって起こることを知る。危険な行動、心や体の状態、危険な環境について考え、学習カードに記入する。 3 学校内のけがが起こりそうな場所を班ごとにデジタルカメラで撮影しながら、けがの原因・対策を考える。 4 撮影した場所のけがについて、原因を学習カードに記入する。 	<ol style="list-style-type: none"> T1 学校内でのけがの起こりそうな場所と原因を発表させ、人の行動・環境に分けて板書する。 T2 教科書の事例や本校の受診事故の状況をパワーポイントで提示する。けがの事例をもとに、人の行動と環境の要因、人の行動には心や体の調子に関係することを提示しながら理解させる。 T1 児童が考えたけがが起こりそうな場所（校庭・教室・廊下・階段・特別教室・昇降口・体育館・プールなど）から撮影場所を選び、班で1か所ずつ分担する。班でけがの場面を考え、原因と対策を考えながら、撮影に行かせる。撮影時の安全と戻る時間を指導する。 T2 撮影場所の安全管理と助言。 T1 けがの原因は人の行動と環境に分けて書くよう個別に支援する。
体育科保健領域2	<p>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</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 班で分担した場所について、具体的で実行可能な対策を考える。まず個人で学習カードに記入し、班で話し合う。 2 班で考えたけがの原因・対策を発表する。他の班の発表を聞き、対策を考える。学習カードに記入する。 3 けがの原因には人の行動と環境が関係し、周囲の危険に気づいて、安全に行動することや環境を安全に整えることでけがを防ぐことができることを知る。 4 けがを防ぐために、どのような生活をしていきたいかを学習カードにまとめる。 	<ol style="list-style-type: none"> T1 撮影した写真と学習カードを班に配布する。話し合いに助言する。 T2 班で撮影した画像をパワーポイントで提示する。ほかの児童からも意見をあげさせ、保健室のけがの事例を補足する。 T1 人の行動と環境の原因、対策を板書する。けがの対策をまとめる。 T2 安全点検やきまり等、環境を安全に整える対策をまとめる。人の行動には心や体の状態が関係する。睡眠・食事・運動などの規則正しい生活を心がけるなど人の行動の対策をまとめる。 T1 「周囲の危険に気づく」「安全な行動をする」「安全な環境をつくる」ことを意識し、具体的に記入させる。
体育科保健領域3	<p>地域の事故の防止</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 交通事故の事例から命の大切さを考える。 2 交通事故や水の事故の原因を人の行動・環境から考え、対策を考える。 3 犯罪が起こりやすい条件「入りやすい」 	<ol style="list-style-type: none"> T1 交通事故の事例や家族の手記を読み、家族の気持ちに触れる。 T1 教科書等を使い、事故の原因と対策を考えさせ、発表させる。 T2 パワーポイントを使い、4年の地

	<p>かつ「見えにくい」場所を思い出す。犯罪も環境と人の行動がかかわることを知る。</p> <p>4 地域の安全について写真を見て考える。</p>	<p>域安全マップの学習を復習する。</p> <p>T2 地域の事故や犯罪を防ぐための工夫について写真を撮っておき、提示する。</p>
<p>体育科保健領域4</p> <p>けがの手当て</p>	<p>1 ビデオ教材を見て、事故発生時に自分ができることを考える。落ちついて、けが人の様子を観察する。周りに危険はないか。大人に知らせ、助けを求める。救急車を呼ぶ。AEDを取りに行く。動かしてはいけない場合もある。</p> <p>2 救急車の通報のしかたを練習しよう。 ①救急 ②けが人の様子・性別・年齢 ③場所 ④携帯電話の電源は切らない</p> <p>3 簡単なけがの手当てを知る。 すり傷・切り傷・つき指・鼻出血 やけど・歯が抜けた</p> <p>4 班ごとに手当ての実習をする。 ○すり傷 ○切り傷 ○鼻出血 ○打撲・捻挫・つき指 ○やけど</p>	<p>T2 家族が急に倒れ、心肺蘇生が必要になった状況のビデオ教材を見せ、自分にできることを考えさせる。速やかに応急処置が必要であることを理解させるために、救命曲線を使い説明する。</p> <p>T1 救急車の通報の方法を教師が実演し、2人ひと組で実習させる。</p> <p>T2 パワーポイントでけがの手当ての知識を確認し、まちがった知識を修正する。</p> <p>T1 終了時刻を決め班で協力し、多くの実習ができるように指示する。</p> <p>T2 けがの手当てのカードと救急処置の衛生材料を用意し、実習の支援をする。</p>
<p>総合的な学習の時間 6時間扱い</p> <p>けがの防止を校内に広げよう</p>	<p>1 オリエンテーション ・保健学習で学習したことを使い、「事故・けが減少キャンペーン」の学習をすることを知る。</p> <p>2 どのような作戦が有効か話し合う。 作戦ごとにグループに分かれる。</p> <p>3 行動計画を立てる。 ・事故やけがを減らす「○○作戦」を学習カードに書いて、計画を立てる。 ・「作戦名」「内容」「方法」を考えて書く。</p> <p>4 グループごとの活動をする。それぞれの作戦（行動計画）を実行する。 アンケート・ポスター・呼びかけ・新聞・紙芝居・放送・ビデオ・校内安全マップ他</p> <p style="text-align: center;">「事故・けが減少キャンペーン」期間</p> <p>5 「事故・けが減少キャンペーン」の様子や成果や感想を各グループで順に発表する。</p> <p>6 各グループの発表を聞いて、今後も事故やけがを防ぐために、気をつけていくことをまとめる。</p>	<p>○児童の事故やけがを減らせばどんなにすばらしいかを考えさせる。保健の学習カードを用意し、保健学習を思い出させる。</p> <p>○保健で学習したけがの原因である「人の行動」と「環境」を視点に作戦を考えられるよう黒板に掲示する。保健で考えたけがの対策を思い出させる。</p> <p>○計画が立てやすいように学習カードを用意する。</p> <p>○昨年の5年生のけが防止キャンペーンの活動を思い出し、ヒントとする。</p> <p>○作戦の実行に必要なものを用意する。 画用紙・模造紙・デジタルカメラなど</p> <p>○養護教諭は、児童が作戦に必要なと考える情報を提供し、協力する。</p> <p>○友達が実行した作戦について聞きながら書ける学習カードを用意する。</p> <p>○キャンペーンをして学んだことや今後行いたいことがまとめられる学習カードを用意する。</p>

(たかはし・まゆみ)



自分の価値ある未来のために 薬物にかかわらない意志決定を促す 展開の工夫

筑波大学附属小学校養護教諭 齋藤 久美

はじめに

発育発達の著しい6年生の時期の児童にとっては、健康であることが当然であり、健康を失うことへの危機感をもっている児童は少ない。また、自分の価値ある未来を壊すような薬物乱用の危険が身近にあることの危険を実感させることは難しい。しかしながら、本単元の薬物乱用と健康についての学習では、たった一度の使用でも死に至ったり、心身の健康に深刻な影響を与えたりすることや、法律で厳しく禁止されていることを教え、「決して薬物にかかわらない」態度を育てる必要がある。

そこで、行動変容の考え方を応用し、薬物乱用について段階的に児童の意識を高め、危険を回避して健康な生活を送る意志決定を促す保健学習の実践例を紹介する。

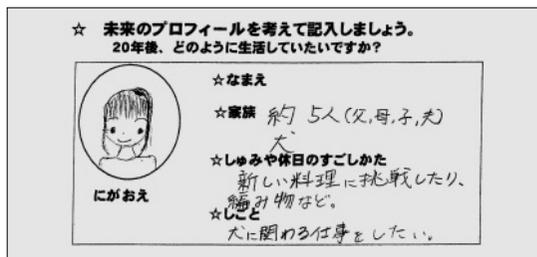
行動変容の考え方と学習の展開

「変化のステージモデル」は、人の行動が変わりそれが維持されるには「無関心期」「関心期」「準備期」「行動期」「維持期」の5つのステージを通ると考え、対象者が現在どのステージにいるかによって有効なはたらきかけ(介入)の方法が異なるとする理論である。今回の授業では健康を損なう危機感が低い「無関心期」にあると考えられる学習前の児童を、行動を変える気がある「関心期」へと変容させる働きかけを工夫し、以下のようなステップで学習活動を進め、自主的な行動変

容を促すよう展開を工夫する。

①健康の大切さや題材への意識を高める

導入部分ではMDMA(薬物)の色鮮やかな錠剤の写真を最初に提示し、「これは何だかわかりますか」と投げかけた。近年、頻繁に報道される芸能人の薬物乱用事件などで児童の興味・関心が高いため、活発な話し合いが進んだ。また事前にワークシートに記入した「未来のプロフィール」を想起させ、自分自身の価値ある未来像を想像することにより、健康の大切さや将来の生活に与える影響について考えさせるように工夫した。



〔図1〕未来のプロフィール

②健康を損なう危機感を感じる

報道されている事件や事例から、薬物乱用ではたった一度の誤った行動でも、将来の健康に深刻な影響を与え、死亡することもあるなど、取り返しのつかないことになることに気づかせ、健康を損なうことへの危機感を認識させるようにした。児童からは、「MDMAという名前は知ってたけど、まるでラムネやキャンディーみたい!」「これを使って、死んじゃった人がいるなんて、こわい薬

〔表1〕単元計画/「病気の予防」全8時間

1	2	3	4	5	6	7	8			
病気の起り方	病原体がもとになって起る病気の予防	生活のしかたがかわって起る病気の予防	喫煙、飲酒、薬物乱用と健康	地域のさまざまな保健活動の取り組み	インフルエンザの特徴と予防	エイズの特徴と予防	生活習慣病について知ろう	喫煙と健康	飲酒と健康	薬物乱用と健康
関連	※学級活動「インフルエンザを予防しよう」	※道徳	※学級活動「歯肉の病気を予防しよう」							

なんだ……」などといった言葉が聞かれ、学習課題を深刻に受け止め、危機感を感じている様子が見られた。

③薬物乱用についての知識や情報を得る

覚醒剤や大麻、シンナー、MDMAを主に取り

上げ、薬物乱用が心身の健康に与える深刻な影響について、資料をもとにグループごとに調べ活動を行い、黒板に書き出させた。また幻覚や妄想などについては、乱用者の書いた手紙や絵などリアリティのある資料を提示し、児童の洞察を促した。

〔表2〕 本時の学習と指導

○事前の活動…ワークシートに自分の20年後の生活を想像して、「未来のプロフィール」を記入する。

学習活動	教師の支援	行動変容へのステップ
<p>1 薬物(MDMA)の写真を見て、薬物の怖さについて話し合う。</p> <p>2 薬物が体に与える影響についてグループで話し合う。 ・資料から調べたり、グループで話し合い、ワークシートに記入する。 ・グループの代表が黒板に記入する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・きれいな色の錠剤だが実態は恐ろしい薬物で、死亡することもあることに気づかせる。 ・薬物乱用の定義を知らせ、最近乱用者が増え、身近でいろいろな事件が起きていることに気づかせる。 ・シンナー、覚醒剤、MDMA等の薬物が心身の健康に深刻な悪影響を与え、1回の乱用で死亡することもあることに気づかせる。 ・無気力・暴力的・幻覚・幻聴などを起こし、重大な事故や犯罪につながることもあることを知らせる。 ・薬物の乱用は法律で禁止されていることを知らせる。 	<p>健康を損なう 危機感を高める</p>
<p>3 薬物乱用のきっかけにはどんなものが多いか話し合う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・快感の追求、好奇心のほか、「やせられる」「自信がつく」「元気がでる」などの誘い言葉により、危険な薬物とは知らずに手を出すケースが多いことを知らせる。 ・一見信頼のおけそうな身近な人から誘われることが多いことを知らせる。 ・たばこやアルコールも薬物の仲間であること、たばこは入門薬物であることを知らせる。 	<p>題材についての 知識・情報を得る</p>
<p>4 今後、薬物にかかわらずに心身ともに健康で生活していくことの意義について話し合う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・薬物を使ってしまった場合と、そうでない場合の自分の生活を想像して比較し、「薬物乱用をしない」ことの有益性と薬物使用の障害について考えさせる。 ・未来のプロフィールに記述したような価値ある自分の未来を実現するために、薬物にかかわらない強い意志をもつ必要性に気づかせる。 	<p>薬物乱用防止の有益性と 障害について考える</p>
<p>5 薬物にかかわらずに生活するためにはどうしたらいいか話し合う。 ・薬物から身を守るための行動リハーサルを行う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・実際に薬物使用の誘いを受けたり、身近に薬物を使っている友達がいたりした場合の対処のしかたについても話し合い、ワークシートに記入させる。 ・教師が薬物を勧める役をし、誘いを断る行動リハーサルを行う。 ・きっぱり断る、関係ない話をする、理由を言うなど具体的な断り方を知らせる。 ・児童の代表に断るリハーサルをさせる。 	<p>薬物乱用防止への自己効力感を 高め、意思決定を促す</p>
<p>6 ワークシートにまとめを記入する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・薬物乱用防止が自分の将来の生活と密接な関係があることに気づいている意見があったら取り上げる。 	

さらに無気力・暴力的・幻覚・幻聴などを起こし、そのために重大な事故や犯罪を起こすこともあることや、依存性が強く「1回だけ」と思ってもなかなかやめられなくなり、人格を失ってしまうことが多いことも知らせた。

乱用するきっかけについても、好奇心や一時的な快楽の追求のほか、危険な薬物とは知らずに「やせられる」「自信がつく」「スカッとする」「元気がでる」といった誘い言葉にのせられて手を出してしまうケースが多いなど、具体的に例をあげた。また一度だけの使用でも薬物乱用にあたり、法律で厳しく禁止されていることも知らせた。さらに喫煙や飲酒の学習とも結びつけて考えさせ、未成年者の喫煙・飲酒は薬物乱用にあたることやたばこが入門薬物であることも確認した。

④有益性と障害について考える

薬物乱用の危険性について学んだことをもとに、薬物を乱用してしまった場合と薬物にかかわらなかった場合の自分の将来の生活を想像させた。そして、その有益性と障害について対比させてワークシートに書き出させ、薬物に決してかかわらない意志決定を促すようにした。児童の記述には、「使わなかったら、人生これから！ 未来のなりたい自分へ努力できる！」「乱用したら、一時的な快楽は得られるが、体も心もボロボロになる→未来のなりたい自分になれない！」といった意見が多く、薬物の恐ろしさを自分のこととしてとらえることができていた。

⑤誘いを断る行動への自己効力感を高める

薬物乱用のきっかけとなりやすい身近な人からの誘いを断る効果的な方法を話し合った。また実際に断り方の例を教師がやってみせ、児童に断る場面の行動リハーサル（ソーシャルスキルトレーニングの技法。指導者の下で社会的スキルの練習を繰り返すこと）を行い、学習を進めた。

行動リハーサルをしよう

ねらいを意識して、何度も練習しましょう。うまくできない時は、先生の見本を見て、まねてみましょう。

ねらい：薬物にさそわれたら、こんなふうにとらえよう！

- 1 関係のない話
- 2 こわれたレコード作戦
- 3 スロー作戦（だつて、でも、どうして）
- 4 最後は逃げよう（明るい方へ、人のいる方へ、広い道の方へ）

〔図2〕 掲示資料（行動リハーサル）

⑥薬物乱用しない意志決定をする

本時の学習を振り返って感想を発表させる中で、「自分の価値ある未来のために、絶対に薬物乱用をしない」という意志決定につなげるようにした。

＜児童のワークシートの記述より＞

- ◇薬物のことは、最近よくニュースに出ているので知っていました。今日深く学習し、さまざまな副作用があること、禁断症状が出てしまうことがわかりました。いちばん怖いのは依存症です。やめられなくなり、どんどん回数や量が増えていってしまうのです。自分の体や人生を、自分でダメにしてしまうのは愚かだと思うので、勧められたら断りたいし、自分からは絶対にやりたくないです。
- ◇わたしの将来の夢は、開業医の獣医師になり、より多くの動物を助けることです。コツコツ勉強していけば、けっして不可能ではないと思っています。でも薬物を乱用してしまえば、その夢はかなわないでしょう。たった一度の楽しみのために、わたしは将来を粉々にしたくありません。そのためには強い心を持ち、目標に向かって努力をし、薬物乱用するような弱い心にならないようにしたいと思いました。

おわりに

授業後のワークシートには、「シンナーや覚醒剤、MDMAなどの薬物の恐ろしさを再確認した」「自分たちの周囲にも、薬物乱用に陥る危険性があることがわかった。その危険を回避しなければ『未来のプロフィール』に記入した将来の生活を壊してしまう」などの記述が多く見られた。児童は薬物乱用が心身の健康に与える深刻な影響を自分のことととらえ、自分の価値ある未来のために、薬物にかかわらないようにしようとする意志をもつことができたと考えられる。

同様の学習方法は、保健学習のさまざまな単元で活用可能であり、特に健康的な生活習慣の形成にかかわる授業においては効果的な方法であると考えられる。今後は、学級活動における保健指導や保健室における個別指導等と連携した指導のプログラムについて研究を深めたい。

（さいとう・くみ）