

行動の変容を促す保健の授業の開発

—ライフスキル学習を活用して—

栗原 康彦（立川市立立川第九中学校）

1. 問題と目的

（1）研究の概要

本研究は、生徒の日常生活の中で生じる問題に効果的に対処する力を育成するため、ライフスキル学習を保健体育科保健分野（以下、保健）の授業に活用し、行動の変容を促す授業の開発を目指すものである。ライフスキルとは、「日常生活で生じるさまざまな問題や要求に対して、建設的かつ効果的に対処するために必要な能力」とされており、行動と健康問題とが深い関連をもつ今日では、健康増進のために極めて重要であるとされている¹⁾。

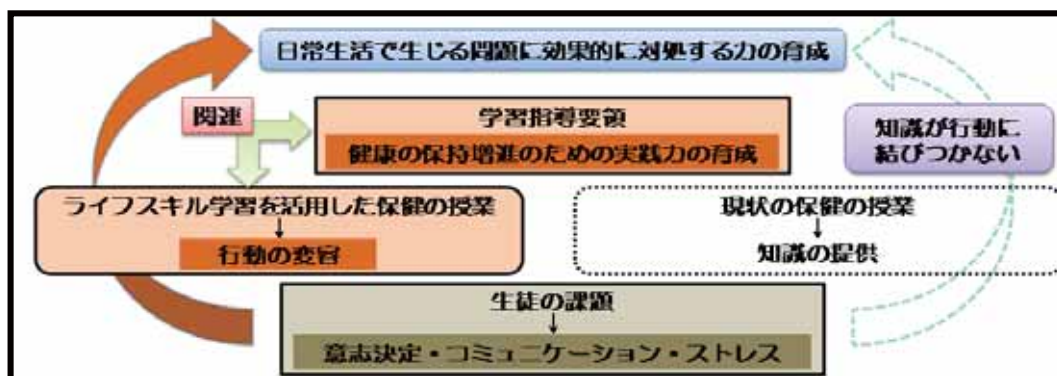


図 1. 研究構想図

（2）問題の背景

学部時代の教育実習、教職大学院に入学してからの公立中学校での総合的な実習の中で、学校現場の魅力を数多く実感してきた反面、課題を感じてきたのもまた事実である。それらのうち、筆者の中で最も強い課題意識としてあるのは、意志決定、コミュニケーション、ストレス対処などの生徒の日常生活における問題行動である。

安易に良くない選択肢を選んでしまう生徒や、良くない誘いに対して、友人との関係が悪化するのを恐れ、断ることができない生徒、また、ストレスを適切に解消することができず、物を壊したりしてしまう生徒などの事例が、その類として挙げられる。これらは、中学生の時期が、身体的にも精神的にも大きな変化が見られるのとの関係が深いことは言うまでもない。従って、中学生にはこのような問題に効果的に対処できる力が特に必要である。そして、その力を育むことは、中学校教育の役割の一つであると考えられる。

では、上記に示した問題に効果的に対処する力は、学校教育のどの分野で育まれるべきであろうか。平成 20 年中学校学習指導要領総則における教育課程編成の一般方針には、「健康に関する指導は、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとする」とされつつも、保健体育科がその要の時間であると示されている。それは、保健の目標が「生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる」とされていることから明らかである。

しかし、保健の授業は、以前より課題が多い現状が指摘されている。木村(2009)は、「中

学校・高校では教科書が準備されているのに『雨降り保健』と悪口をたたかれるくらいに、雨が降ったとき外に出て体育実技ができないから保健の教科書を教室で読ませて自習をさせるほどにしか授業としての取り組みはなされていないということが一般的である。」²⁾と述べている。また、その授業内容に関しても、川畑ら(1982)は『『教科書を使う』と『先生自身の経験話す』とが圧倒的に多かった。」³⁾ことを挙げており。このような授業を継続しては、問題に効果的に対処する力は育まれにくい。なぜなら、上條(2007)によると、「知識の伝達に終始している限り、子どもたちの行動変容は望めない」⁴⁾との指摘があり、また中野(2001)も、「行動の変容を促すためには、参加体験型の場が不可欠である」⁵⁾と報告しているからである。故に、“教科書を読ませる”、“教師が一方向的に知識を伝える”ことが中心の保健では、問題に効果的に対処する力は育成されにくいと考えられる。

(3) 保健の授業とライフスキルとの関連

ライフスキルとは、日常生活で生じる問題に効果的に対処する力であるが、そのレベルが高い方が、健康的な行動をとったり、問題行動をとらなかつたりする傾向にある⁽⁷⁾との報告がある。これは、健康を保持増進していく力の育成を掲げている保健の目標と大きく重なるものである。また、保健の教科書用指導書(学研)にも、「ライフスキルの考え方とその取り扱い」「ライフスキルとのかかわる保健学習の内容」が示されている。よって、保健にライフスキル学習を取り入れることで、その内容をより充実させることができると言える。

(4) 評価の工夫、改善

保健の学習にライフスキル学習を活用する際に課題となるのは、生徒の評価を行うことである。これは、ライフスキル学習を推進している JKYB 職員へのインタビュー調査で明らかになった。先行研究においても、保健にライフスキル学習を取り入れる必要性については数多くの言及があるものの、その評価方法については十分な検討が為されていない。そこで、本研究では、中学校で生徒の評価において実質的に大きなウェイトを占めていると考えられる定期考査を工夫、改善することで、指導と評価の一体化が図れるよう研究を進めていく。

2. 方法

ライフスキル学習を活用した保健の授業を開発、実践し、得点率の変化と質問紙から行動の変容を明らかにする。また、開発した授業を研究協力者(保健体育科・女性・教職経験 31 年、以下、E 教諭)が実践することで、学校現場への広め方についても考察していく。

	筆者による検証授業	研究協力者(E 教諭)による検証授業
【時期】	2009 年 7 月	2009 年 11 月
【対象】	1 学年男子 A 組(17 名)、BC 組(35 名)	1 学年女子 AC 組(32 名)、B 組(16 名)
【内容】	考え、感動し、決断する心(意志決定スキル) 人とのかわり(コミュニケーションスキル)	考え、感動し、決断する心(意志決定スキル)
【授業者】	筆者	E 教諭(保健体育科・女性・教職経験 31 年)
【目的】	研究内容の検証	研究内容の検証、客観的分析
【備考】	授業の始め(まだライフスキルを学習してない段階)に、後に行う定期考査と類似したワークシートを行い、学習の前後で知識がどの程度定着したのかを分析した。	

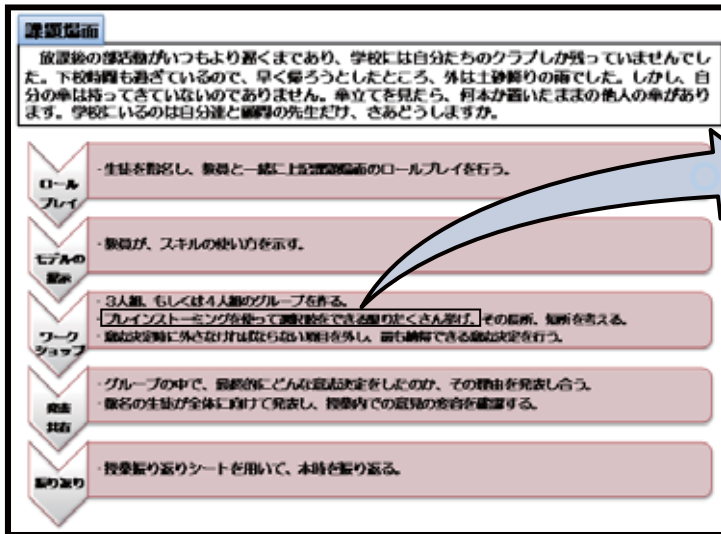


図2. 意志決定スキルの授業の概要

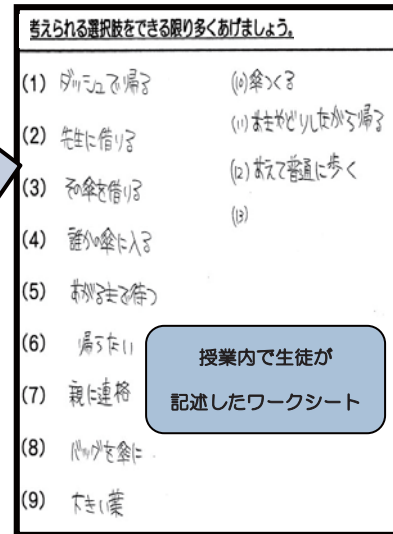


図3. ワークシート

また、検証授業後の調査方法に関しては、以下の通りである。

	質問紙調査	E 教諭へのインタビュー調査
【時期】	2009 年 12 月	2009 年 12 月
【対象】	1 学年男女 (100 名)、2 学年女子 (61 名)	E 教諭
【形式】	自由記述式	半構造化面接
【時間】		約 35 分間
【目的】	学習後の行動の変容の分析	学校現場への広め方に関して知見を得る

3. 結果と考察

(1) 得点率の変化からの考察

ライフスキルの学習前に行ったワークシート①(以下、WS1)と、ライフスキルの学習後に行った定期考査の得点率を比較することで、学習を通してどの程度知識が定着したのかを分析した。なお、ワークシート②(以下、WS2)はグループで行い、宿題は欄外にヒントを記載したため、今回は補助的な資料として扱うものとするが、両者とも満点に近い得点率であった。これは、説明があれば、生徒はライフスキルを活用できることを示している。

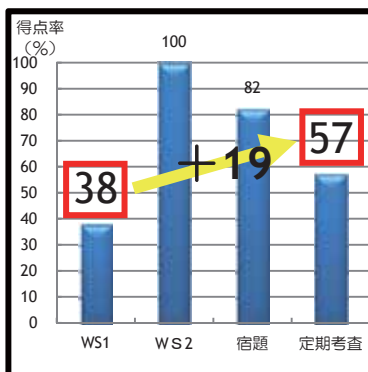


図4. 1 学年男子意志決定スキル

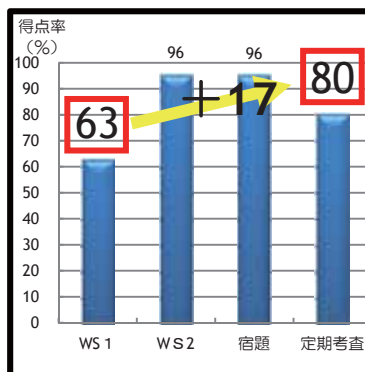


図5. 1 学年男子コミュニケーションスキル

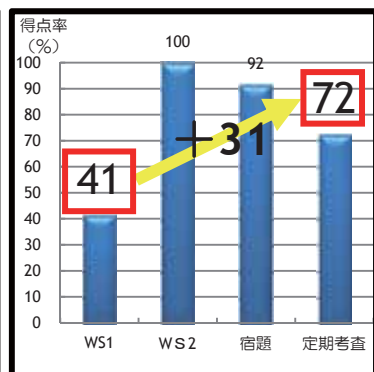


図6. 1 学年女子意志決定スキル

グラフを見ると、1 学年男子意志決定スキル(図 5 参照)において、WS 1 (38%)と定期考査(57%)を比較して 19 ポイント、同コミュニケーションスキル(図 6 参照)において、WS 1 (63%)と定期考査(80%)を比較して 17 ポイント、また、1 学年女子意志決定スキル(図 7 参照)においても、WS 1 (41%)と定期考査(72%)では、31 ポイントの上昇が見られた。

検証授業の前後で得点率が上昇したのは、学習内容を生徒が身につけ、ライフスキルについての理解が深まったためだと考えられる。だが、1 学年男子意志決定スキルにおいては、定期考査の得点率は 57%となっており、決して高い数字とは言えない。これは、筆者の指導力不足も当然 1 つの要因であるが、本研究の特性上、ポストテストを定期考査として行わざるを得なかったことも大きく影響している。従って、定期考査という研究の資料を得る上ではいわば最悪に近い条件(時間的制約、他の問題との兼ね合い、心理的な圧力等)の中でも、約 20 ポイント得点率が上昇したことは、一定の効果があったと捉えられる。

(2) 質問紙調査

(i) 量的分析からの考察

質問紙に書かれた内容をカテゴリーで分類し、回答率として集計を行った(図 8 参照)。例えば、「ライフスキルを今後の生活で使っていきたい」「これからもライフスキルを生かしていきたい」などは、「ライフスキルを今後の生活に生かしたい」というカテゴリーにグループニングし、その結果、全部で 22 のカテゴリーを抽出した。そのうち、回答数が 10 を超えるものをグラフ化し、残りは「その他」として集約した。

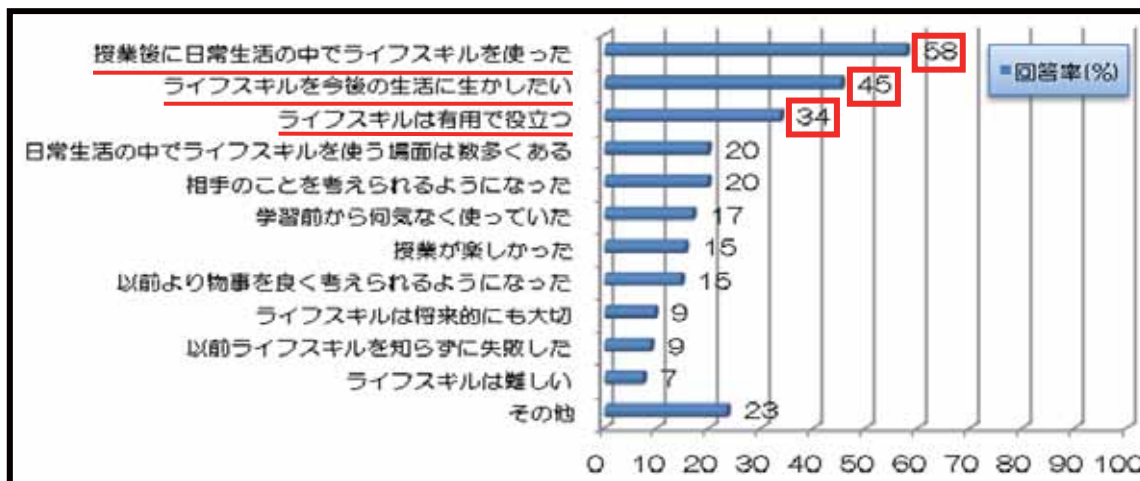


図 7. 質問紙調査量的分析

最も多かったのが、「授業後に日常生活の中でライフスキルを使った」という項目であり、生徒全体の 58%が回答していた。日常生活でのライフスキルの活用は、行動の変容を目的として行っている本研究の目指すところである。また、45%が「ライフスキルを今後の生活に生かしたい」、34%が「ライフスキルは有用で役立つ」と回答している。これは、ライフスキルが日常生活と大きく関連があること、実際にライフスキルを活用した結果、良さを感じられたことなどがその要因だろう。

(ii) 質的分析からの考察

1 AFKG 『ライフスキルは、覚えて、使えるようになるととても便利だなあと思いました。…(中略)…でも、ライフスキルを使っても、うまく決断できない問題もあったので、なかなか難しいなあと思いました。…(後略)。』

2 CKYG 『ライフスキルは、これから生活していくにあたって重要なことだとは思いますが、こういう風に堅苦しく授業の一環としてのみやるのではなく、日常的に定着させていくことも大事だと思った。』

1 AFKG は、「なかなか決断できない問題」もあったと回答している。また、先に示した量的分析の中でも、7%の生徒は「ライフスキルは難しい」と答えている。これは、筆者の指導力の問題がその一因として考えられるため、本授業を省察し、改善していくことが不可欠である。しかし、その後1 AFKG と個別に話していく中で筆者が感じたのは、当該生徒が、ライフスキルでは、単に考えもせずに行動を行うのではなく、相手の思いを考えたり、先を見通して考えたりするのが重要なのをしっかりと理解できているということである。従って、「ライフスキルは難しい」と回答してはいるが、これは、ライフスキルを用いて以前よりも物事を深く考え、より良い解決策を模索しようとしているとも解釈でき、1つの学習の成果と言えるだろう。また、2 CKYG は、ライフスキルを日常生活の中で活用していく必要性を感じている。このことより、教師としてできる授業外の日常的な生徒とのかわり方についても、工夫していきたい。

(3) E 教諭へのインタビュー調査からの考察

事例①	
筆者	私は、保健(の学習)にライフスキル学習を取り入れていこうという思いがあるんですけど、〇〇先生(E 教諭)はどう思いますか？
E 教諭	良いと思う。ぜひぜひ。…(中略)…せっかく保健(の学習)でね、考えるって、判断決断するっていう時間があるんだから、その中で、こういう新しい試みで伝えられたら良いなと思うし、絶対にね、良かったと思う、伝えられて、このライフスキルっていうのが。

事例①から、検証授業を行った E 教諭は、本実践を肯定的に評価していることがわかる。その要因としては様々なものがあると思われるが、「(生徒が)すごい興味をもってくれた」「ワークシートはいいと思う。こんな短時間で成果が出てるんだって思うし」等のコメントより、生徒の変容を E 教諭が実感していることが大きいと考えられる。また、学校生活の中でも、何かしらの葛藤場面において、生徒同士が、「ねーねー、これってライフスキルだよ」と、ライフスキルについて話をしている場面や、実際にライフスキルを試したりしている場面に E 教諭は度々遭遇している。これも、E 教諭の本実践に対する肯定的な評価を高めることへとつながっている。

事例②	
筆者	仮に、私の作成したテストがなかったとします。その場合、〇〇先生(E 教諭)は、定期考査でライフスキルのテストを実施しましたか？
E 教諭	やっぱり、思考判断っていう部分も絶対に必要になってくると思うから、もしかしたらああいう形で出したかもしれない。でも、おそらく、前もって(最終的に考えた内容に関して)自分でABCを決めちゃったかもしれない。 <u>本当なら、考える過程を評価しなければならないのにもかかわらず、考えた結果だけを評価をしたかもしれない。</u>
筆者	ということは、テストは作ったかもしれないけれど、ライフスキルの本来評価しなければならない部分ではなくて、考えた結果のみを評価してしまったかもしれないってことですか？
E 教諭	<u>結果を、自分で作りあげちゃって、そこで、評価を付けたかもしれない。</u>

事例②では、本研究を広めていく上で、評価指標を提示する必要性が示唆されている。先に示した通り、保健にライフスキル学習を活用する際の評価指標の検討は不十分である。故に、ライフスキル学習を活用したいが、評価方法がわからない、また、本来評価しなければならない思考過程を評価せずに、考えた結果のみを評価の対象としてしまう可能性も考えられる。従って、ライフスキル学習を活用した保健の授業を広めていくためには、先生方に、評価指標のモデルを提示することが求められる。

4. まとめ

- ・中学生が、ライフスキル学習を活用した保健の学習を行った結果、行動の変容を促すという観点で、一定の効果が見られた。
- ・ライフスキル学習を活用した保健の授業を広めていくためには、指導と評価の一体化を図る上で、評価指標のモデルを示す必要がある。よって、本実践では定期考査において授業内に取り組んだ課題に類似した場面について出題し、ライフスキルの活用を求めた。しかし、評価指標にはまだ検討の余地があり、今後も改善していくことが不可欠である。

5. 主要参考文献

- 1) WHO 編 川畑徹朗ら翻訳『WHO ライフスキル教育プログラム』大修館書店、2000 年.
- 2) 木村正治『学校保健におけるM I D O R I 理論の適用』(2010. 2. 20 取得)
【<http://www.educ.kumamoto-u.ac.jp/~mkimura/ronnbun/MIDORI.html>】
- 3) 川畑徹朗・黒羽弥生・高橋浩之「中学校保健体育科における『喫煙と健康』に関する教育の現状と課題-1-」『体育の科学』第 32 巻第 10 号, pp. 777-781, 1982 年.
- 4) 上條晴夫『ワークショップで保健の授業!』東山書房, 2007 年.
- 5) 中野民夫『ワークショップ』岩波新書, 2001 年.
- 6) 島本好平・石井源信「大学生におけるスキル尺度の開発」『教育心理学研究』第 54 巻, pp. 211-221, 2006 年.