

自己肯定感が高まる保健体育科指導の工夫

—グループワークを活用した互いに認め合う活動を通して—

特別研修員 生徒指導・教育相談 清水 博和（中学校教諭）

【生徒の実態】

（生徒指導）

- 自己肯定感が低い状況のまま学校生活を送っている生徒が多数見受けられる。

（保健体育）

- 運動を好んでいる生徒と、そうでない生徒がおり、二極化が見られる。

【国や県の方針】

- 自己肯定感を培うことができる（中略）ことを基盤とした集団づくりの工夫が必要。（生徒指導提要）
- 生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成。（中学校学習指導要領）

【目指す生徒像】

互いの頑張りを認め合う、自己肯定感が高い生徒

《手立て1》

グループワークの充実

＜グループ編成の工夫＞

- ・C&S質問紙の結果を参考にし、自己肯定感の数値が同程度のペアや、数値が混在したグループを編成する。

＜認め合う場の設定＞

- ・技能面も含め、自他のよさを見取る観点を明確にする。
- ・互いの頑張りを認め合う場を設定する。

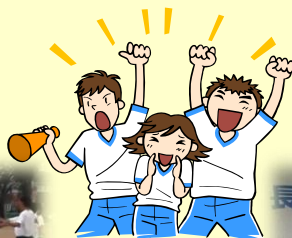
他者と関わり

互いに認め合う

グループワークを

取り入れた

保健体育科授業



《手立て2》

認め合うことの可視化

＜学習カードの工夫＞

- ・他者からの肯定的なコメントや評価が得られ、達成感を実感できる学習カードを導入する。

＜提示資料・通信の活用＞

- ・技能ポイントを写真やイラストで提示する。
- ・学習カードに記入された目標や肯定的なコメント、感想を掲示したり、通信等に掲載したりする。

ペアワークの様子

グループワークの様子

長距離走へ
熱い思い
目標の可視化

提示資料の例

成果

☆C&S質問紙の調査結果において、自己肯定感の平均値が5ポイント以上上昇した。このことから、生徒の自己肯定感が高まったといえる。

☆学習カードに「ペアやグループで認め合ったことにより自信がついた」という肯定的なコメントを記入した生徒が90%を超えた。このことから、グループワークを充実させたことは有効であるといえる。

課題

★グループワークの更なる充実に向け、グループ内で各個人が設定した目標を共有する場の設定が必要である。

★学校全体で組織的・計画的に互いに認め合う活動を取り入れる必要がある。