

【教科・学年・科目】保健体育 1・2年生 保健（体育理論）

【授業者・問い合わせ先】保健体育科全教員 ksameshi@high-s.tsukuba.ac.jp

【授業形態】 動画配信 テキストベース

### 【授業の紹介】

1・2年次にそれぞれ一単位ずつ配置している保健では、教科書の後半にある「体育理論編」も取り扱っている。そのため、ここでは「保健（体育理論）」と表記する。

実際の授業では教科書の内容に加えて様々な社会問題を教材として取り入れ、生徒の等身大の考え方や言葉を引き出しながら授業を進めている。体育理論においては、オリンピック教育や実技体育とも関連させた内容も取り扱っている。

なお、授業方法は PowerPoint 等のスライドショーに解説の音声を入れた動画配信、および Google form での課題収集である。いずれも Google Classroom で管理している。動画の時間は 15 分前後とし、課題と合わせて 50 分程度となるよう想定して作成している。

### 4月の課題

「保体科からのメッセージ」に、この機会に「学ぼう」という思いを込めた。このような状況だからこそより理解が深まるだろうと考え、課題①「感染症とその予防」、課題②「生活習慣と心身相関」の二つを配信した。また、実技体育の課題（「QC シート」「PDCA シート」、任意参加の「朝体操」）をより充実したものにすべく、運動の意義や効果を解説した課題③「運動しよう」を配信した。

生徒から課題に対する質問も多く寄せられ、全体的によく取り組んでいる様子が窺えた。

### 5月の課題

4月の三つの課題は1・2年生全員に配信した。5月以降は教員の担当クラスごとに課題を配信していくこととしている。内容は各教員に委ねられているが、互いのアイデアを共有しながら課題作成に取り組んでいる。

保健分野では引き続き、生徒の実生活に関連した内容を取り扱い理解を深めつつ、実践できるような内容で進めていく。体育理論分野では、運動・スポーツの歴史的背景やスポーツ科学に関する内容を配信し、実技体育課題とも関連させ、生徒の健康的な生活習慣の確立に寄与していく。

