

保健体育の授業実践における言語能力の育成

注目!

保健体育の授業

👉 **身体を動かす**という具体的な体験を通じて、
言語能力を豊かに育む。

※運動や健康に関する体験と結び付けることで言葉の理解と表現を深める。

- ・ 運動動作や用具、健康状態、安全に関連する言葉を実際の活動と結び付け、繰り返し指導することで、語彙の習得や指示理解、そして、コミュニケーション力の向上を図る。
- ・ 授業の柱となるのは、**体を動かす**活動であるが、児童生徒が安心して活動し、言葉を用い、自分自身の**心身（身体）**の状態や周囲の状況を理解し、表現できるような環境を整える。

1 運動における言語能力の育成



☑ 指示の理解と応答

- ・ 走る 止まる 座る 立つ ジャンプするなど、基本的な動作を表す言葉を実際に動きながら習得する。
- ・ ジェスチャーや絵カード（視覚的支援）を併用することで、指示の理解を促す。
- ・ 右に曲がる 左に回る など、方向や位置を表す言葉を実際に動きながら習得する。
- ・ 早く ゆっくり 大きく 小さく など、動きの質を表す言葉を実際にその動きながら習得する。

☑️ 用具・場所の名称と特性の理解

- ・ ボール 縄跳び マット 体育館 グラウンド など、運動用具や場所の名称と実物とを結び付ける。
- ・ やわらかいボール 長い縄 のように、用具の特徴を表す言葉を児童生徒の感覚と結び付ける。

☑️ ルールの理解（集団活動において必要な言葉）

- ・ 簡単なスポーツ的ゲームのルールを視覚的な支援と端的な説明から理解する。
- ・ 順番に 協力して 交代で など、集団活動に必要な言葉を覚え、実際の場面で使えるようにする。



「右手を挙げて」は、
これじゃダメ？



「手は挙げてるから...」



☑ 身体部位の名称と言語化

- ・ **頭** **手** **足** **お腹** など、身体の名称を覚える。
- ・ **腕を伸ばす** **足を曲げる** **手を挙げる** など、身体の一部と動作を結び付けて表現できるようにする。

※一般的な「手を挙げる」のイメージと
「手を挙げる」という実際の言葉が表す意味は違う！
👉 では、どう指導するか？



※以下、日常生活の指導をイメージする内容も含む

2 健康教育における言語能力の育成

☑健康状態や感情の言語化

「疲れた」「暑い」「痛い」「気分が悪い」を
言葉での表現が難しい場合にどう伝えるか？

「本当に疲れてるのかな...サボりたいんじゃない」

「どうして痛くなったのかな？」 「どこが、どう痛いのかな？」

- ・ 自分自身の体調や感情を表す言葉を覚え、それを適切に大人に伝える練習をする。

※覚える（＝理解）だけでなく、自分に合う手段で相手に伝える力を身に付けることは、日常生活の指導のみならず、保健体育の指導でも求められる。

✓生活習慣に関する言葉の習得

- ・歯磨き 手洗い うがい 着替え など、清潔や身だしなみに関連する言葉を実際の行動と結び付けて習得する。
- ・朝ごはん おやつ ジュース など、食事や栄養に関する言葉を具体的な食べ物や飲み物と結び付けて習得する。

✓安全に関する言葉の理解

- ・危ない 止まれ 注意 など、安全を守り、危険を防ぐ言葉を具体的な場面と結び付けて習得する。
- ・助けて 大丈夫？ など、助けを求めたり、相手を気遣ったりする表現を身に付ける。

3 運動を通じた対話

☑児童生徒同士のコミュニケーションを促す

- ・ ペアやグループでの活動を通して、
パス どうぞ ありがとう がんばれ などの
言葉を自然に交わす機会を増やす。
- ・ ゲームの前に作戦を立てたり、終わった後に
感想を伝え合ったりする時間を設定することで
対話的なコミュニケーションを促す。

☑指示を出す力を育む

- ・ 児童生徒がグループのリーダーとなり、簡単な指示を出す練習を繰り返すことで、徐々に、主体的（能動的）に、状況に合う指示を出せるようにする。

☑発表

- ・ 自分の得意な運動や頑張ったことを発表する機会をつくる。

4 環境調整

☑視覚支援の徹底

- ・ 指示はジェスチャー、写真、動画、カードなどを活用して視覚的に分かりやすく呈示する。
- ・ 運動用具の置き場所や活動エリアを視覚的に分かりやすく表示する。

☑具体物や実体験との関連付け

- ・ 言葉の意味を理解しやすくするために言葉と具体物や実際の行動と関連付ける。

☑スモールステップと繰り返し

- ・新しい言葉は、様々な場面で繰り返し扱い、複雑な指示は、細かく分解して指導する。
- ・できるだけ多くの機会と同じ言葉を使用し、定着を図る。

☑ポジティブなフィードバック

- ・児童生徒が新たに覚えた言葉を使おうとしたり、指示のとおりに行動したりしようとしたことを認め褒めることで自信と意欲を引き出す。

※「止まる」って言えたね、すごい！

※よく聞いて、走れたね！