

令和6年度 体育・保健体育指導力向上研修 伝達講習会 【保健分野】

木津川市立木津第二中学校 上田 紗弓

本日の内容

- 【講義】
学習指導要領を踏まえた体育・保健体育授業の考え方
- 【演習】
学習指導要領に基づいた指導と評価
～単元の目標・単元の評価規準・指導と評価の計画の作成～

テーマ

小・中・高等学校の系統性を踏まえた学習内容を理解するとともに、生徒自らが健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組み、生涯にわたって心身の健康を保持増進するための資質・能力を身に付けることができる指導の在り方について考える。

テーマ

小・中・高等学校の系統性を踏まえた学習内容を理解するとともに、児童生徒自らが健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組み、生涯にわたって心身の健康を保持増進するための資質・能力を身に付けることができる指導の在り方について考える。

系統性を踏まえた学習内容をよく整理したうえで、単元構成や授業の展開を考える。

テーマ

小・中・高等学校の系統性を踏まえた学習内容を理解するとともに、児童生徒自らが健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組み、生涯にわたって心身の健康を保持増進するための資質・能力を身に付けることができる指導の在り方について考える。

児童生徒自らが課題を発見できるような場面を単元や本時のどこに位置付けるかを考える。

テーマ

小・中・高等学校の系統性を踏まえた学習内容を理解するとともに、児童生徒自らが健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組み、生涯にわたって心身の健康を保持増進するための資質・能力を身に付けることができる指導の在り方について考える。

生徒が課題を解決する学習活動を単元や本時のどこに位置付けるかを考える。

保健の学習は大切だ

小5… 94.4%
中1… 91.7%
高1… 95.0%
高3… 94.7%

保健の価値に関する認識は定着していると思えることができる

保健の学習に関する第4回全国調査（公益財団法人 日本学校保健会による）

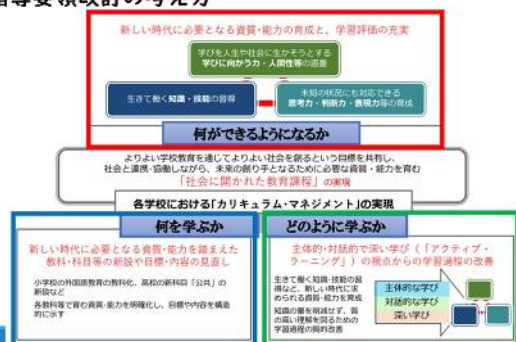
保健の学習が好きだ

小5… 63.6%
中1… 57.8%
高1… 61.6%
高3… 54.9%

子ども達がもっと学びたいと思えるような保健の授業になるよう、指導を工夫していくことが求められていると考えられる

保健の学習に関する第4回全国調査（公益財団法人 日本学校保健会による）

学習指導要領改訂の考え方



学習指導要領の改訂

何を学ぶか



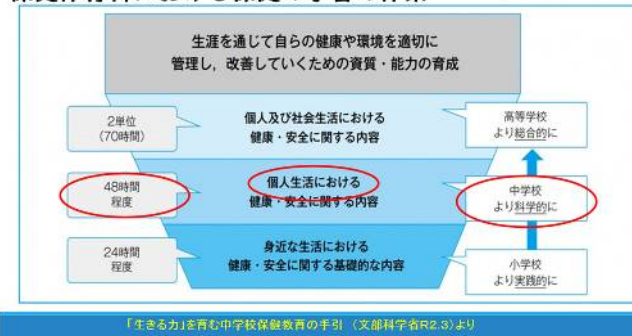
学習内容

新しい時代に必要な資質・能力を踏まえた目標・内容の見直し

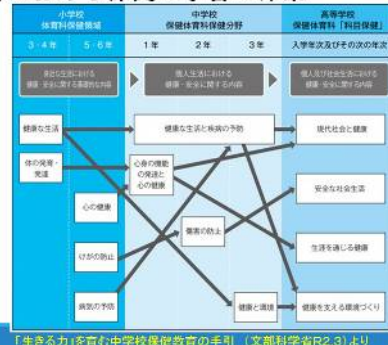
学習内容の明確化
(1)知識及び技能
(2)思考力、判断力、表現力等
(3)学びに向かう力、人間性等
※(3)は体育分野のみ

学習指導要領に示されている目標と内容 【目標】 (1) 知識及び技能 (2) 思考力、判断力、表現力等 (3) 学びに向かう力、人間性等 【内容】 (1) 知識及び技能 (2) 思考力、判断力、表現力等 ※体育分野のみ「学びに向かう力、人間性等」について内容が示されている	学習指導要領の改訂 どのように学ぶか ↓ 主体的・対話的で深い学び （「アクティブ・ラーニング」） の視点からの学習過程の改善
従前の学習指導要領の成果と課題 保健 ○ 成果 子供たちの健康の大切さへの認識や健康・安全に関する 基礎的な内容が身に付いていること △ 課題 健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組む学習が不十分であり、社会の変化に伴う新たな健康課題に対応した教育が必要。	「保健」の課題を解決するために △ 課題 健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組む学習が不十分であり、社会の変化に伴う新たな健康課題に対応した教育が必要。
「保健」の課題を解決するために △ 課題 健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組む学習が不十分であり、社会の変化に伴う 新たな健康課題に対応した教育が必要。 課題の解決が困難なものが多くなるなか、「課題」が何かをしっかりと捉えることが重要 課題解決につなげることができる授業改善が重要 がん、精神疾患、感染症、性、防災・防犯・・・	主体的・対話的で深い学びに重点を置いた保健の授業改善 ① 子どもたちが見通しを持って粘り強く取り組み、自らの学習活動を振り返って次につなげる、主体的な学びの過程が実現できているかどうか。 ② 他者との協働や外界との相互作用を通じて、自らの考えを広げ深める、対話的な学びの過程が実現できているかどうか。 ③ 習得・活用・探究という学習プロセスの中で、問題発見・解決を念頭に置きつつ、深い学びの過程が実現できているかどうか。
保健の見方・考え方（「深い学び」の視点） 保健の見方・考え方については、疾病や傷害を防止するとともに、生活の質や生きがいを重視した健康に関する観点を踏まえ、 「個人及び社会生活における課題や情報を、健康や安全に関する原則や概念に着目して捉え、疾病等のリスクの軽減や生活の質の向上、健康を支える環境づくりと関連付けること」 であると考えられる。	育成を目指す資質・能力の三つの柱 学びに向かう力、人間性等 どのように社会・世界と関わり、よりよい人生を送るか 何を理解しているか 何ができるか 知識及び技能 理解していること・できることをどう使うか 思考力、判断力、表現力等
学習指導要領が改訂され、何が変わったのか？ 授業が変わった！！	授業づくりの視点（小・中・高共通） 「保健」は、これらの健康・安全に関する基礎的・基本的な内容を生徒が①に学習することにより、②を認識し、これを科学的に思考・判断し、適切に対処できるようにすることをねらいとしており、③で安全な生活を送るための基礎を培うものである。 したがって、「保健」の指導に当たっては、④を解決する学習活動を重視して、思考力、判断力、表現力等を育成していくとともに、「保健」で身に付けた知識及び技能を生かすことができるように⑤を高めることが重要である。 高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説 保健体育編より

保健体育科における保健の学習の体系



保健体育科における保健の学習の体系



【演習】に進む前に・・・

保健体育科の目標とは？

保健体育科の目標

○ 柱書

【中学校】

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、**生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現**するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保健体育編 P24

生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力とは？



「知識及び技能」，「思考力，判断力，表現力等」，「学びに向かう力，人間性等」の三つを指している。

保健体育科の目標

○ 知識及び技能

小学校・・・身近な生活における健康・安全
高等学校・・・社会生活における健康・安全

（１）各種の運動の特性に応じた技能等及び**個人生活における健康・安全**について理解するとともに、**基本的な技能**を身に付けるようにする。

小学校・・・基本的な動きや技能
高等学校・・・技能

保健体育科の目標

○ 思考力，判断力，表現力等

小学校・・・その解決
高等学校・・・合理的，計画的な解決

（２）運動や健康についての**自他の課題を発見し，合理的な解決**に向けて思考し**判断**するとともに，他者に伝える力を養う。

小学校・・・健康についての自己の課題を見付け
高等学校・・・健康についての自他や社会の課題を発見し

保健体育科の目標

○ 学びに向かう力，人間性等

小学校・・・なし
高等学校・・・生涯にわたって継続して

（３）**生涯にわたって**運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し，**明るく豊かな生活**を営む態度を養う。

小学校・・・楽しく明るい
高等学校・・・豊かで活力ある

指導の工夫

中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保健体育編 第2章 3 内容の取扱いより

（Ⅱ）保健分野の指導に際しては，自他の健康に関心をもてるようにし，健康に関する課題を解決する学習活動を取り入れる等の指導方法の工夫を行うものとする。

- 内容への興味・関心を高めたり，思考を深めたりする発問の工夫
- 自他の日常生活に関連が深い教材・教具の活用
- 事例などを用いたディスカッション
- ブレインストーミング
- 心肺蘇生法などの実習，実験
- 課題学習
- （必要に応じて）コンピュータ等の活用
- （学校や地域の実情に応じた）保健・医療機関等の参画推進

本日の内容

1 【講義】

学習指導要領を踏まえた体育・保健体育授業の考え方

2 【演習】

学習指導要領に基づいた指導と評価

～単元の目標・単元の評価規準・指導と評価の計画の作成～

「内容のまとまり」とは？ 「単元」とは？

グループで自己紹介をし、この2つの違いについて考えてみましょう！
＜3分程度＞

内容のまとまりとは

学習指導要領に示されている「2 内容」の項目をそのままごとくに細分化したり整理したりしたもの。



まずは、「内容のまとまりごとの評価規準」を作成する
(今回は作成しません)

中学校学習指導要領(平成29年告示)解説 保健体育編 P209



単元とは

意味のある学習プロセスのまとまりのこと

- ・「目標－内容－評価」が結びついている
- ・見開き1ページで1時間扱い
→ これでいいのか？
- ・評価したい内容が多いと1時間でできるのか？

中学校学習指導要領(平成29年告示)解説 保健体育編 P209



中学校 保健分野の単元設定例

内容のまとまり	単元例	学年	時数
(1)健康な生活と疾病の予防	健康の成り立ちと疾病の発生要因 生活習慣と健康 生活習慣病などの予防 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 感染症の予防 健康を守る社会の取組	1 2 2 3 3	4 4 4 4 4
(2)心身の機能の発達と心の健康	心身の機能の発達 心の健康	1 1	6 6
(3)傷害の防止	傷害の防止	2	8
(4)健康と環境	健康と環境	3	8

1 単元の目標を作成する

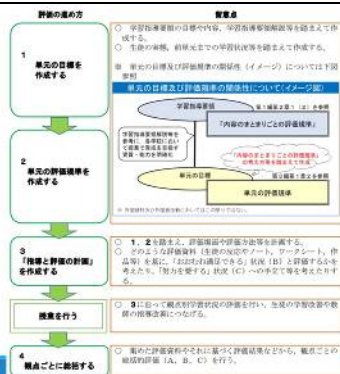
2 単元の評価規準を作成する

3 「指導と評価の計画」を作成する

☆ 授業を行う

4 観点ごとに総括する

※「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料 中学校保健体育 より



単元の目標 作成のポイント

- ・学習指導要領の目標や内容、学習指導要領解説等を踏まえて作成する。
 - ・基本的には学習指導要領解説に記載されているものとする。
(P207, 208を参考に)
 - ・文末は「～することができる(ようにする)」とする。
- ※(3)については、「～について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとすることができるようにする。」

「単元の目標」の作成

「作成のポイント」をもとに、
グループで作成してみましょう！

作成時間 5分程度

単元の目標

(1)

感染症は、病原体が主な要因となって発生すること。また、感染症の多くは、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できることを理解することができるようにする。

(1)は「知識及び技能」の目標

単元の目標

(2)

感染症の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することができるようにする。

(2)は「思考力、判断力、表現力等」の目標

単元の目標

(3)

感染症の予防について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとすることができるようにする。

(3)は「学びに向かう力、人間性等」の目標

3 指導と評価の計画（4 時間扱い）				
時	主な学習内容・学習活動	対	問	評価方法
1	○・・・することとを理解する。 a1 ○・・・ことを理解する。	①	a1	観察・ワークシート～p.47
2	○・・・ことを理解する。 a2 ○・・・について、課題を見付け、解決に向けて考えたことを他者に伝える。	②	①・a2	観察・ワークシート～p.47
3	○・・・ことを理解する。 a3 ○・・・ための方法を考え、表現する。	③	②・a3	観察・ワークシート～p.48
4	○・・・であることを理解する。 a4 ○・・・の学習に意欲を取り組めるよう繰り返しをする。	④	③・a4	観察・ワークシート～p.47

指導と評価の計画 作成のポイント

評価方法

- ・評価する手段を記入する。(観察、ワークシート等)

3 指導と評価の計画 (4時間扱い) ⁴⁾			
主な学習内容・学習活動 ⁴⁾	知	思	評価方法 ⁴⁾
1 ⁴⁾ ○・・・すること理解する。 ⁴⁾ ○・・・ことを理解する。 ⁴⁾	① ⁴⁾	① ⁴⁾	観察 ⁴⁾ ワークシート ⁴⁾
2 ⁴⁾ ○・・・ことを理解する。 ⁴⁾ ○・・・についての課題を見付け、解決に向けて考えたことを他者に伝える。 ⁴⁾	② ⁴⁾	① ⁴⁾	観察 ⁴⁾ ワークシート ⁴⁾
3 ⁴⁾ ○・・・ことを理解する。 ⁴⁾ ○・・・ための方法を考え、表現する。 ⁴⁾	③ ⁴⁾	② ⁴⁾	観察 ⁴⁾ ワークシート ⁴⁾
4 ⁴⁾ ○・・・であることを理解する。 ⁴⁾ ○・・・の学習に進んで取り組めるよう振り返りをする。 ⁴⁾	④ ⁴⁾	① ⁴⁾	観察 ⁴⁾ ワークシート ⁴⁾

指導と評価の計画 作成のポイント

単元の時数

- ・グループで検討する。

主な学習活動

- ・授業の流れ(何をするか)を記入する。本時案の内容を簡条書きにする。
- ・文末は生徒の視点。(説明を聞く、発表する、～を書く 等)

どの観点の評価をするか

- ・「単元の評価規準」の番号(①など)を記入する。
- ・「単元の評価規準」の内容と「主な学習内容」の整合性がとれているか確認する。
- ・「主体的に学習に取り組む態度」については、全時間で見取っていると思うので、最後に「①」と記入し、区切りの線は点線にする。

評価方法

- ・評価する手段を記入する。(観察、ワークシート等)

「指導と評価の計画」の作成

「作成のポイント」をもとに、
グループで作成してみましょう！

作成時間 25分程度

指導と評価の計画の例

3 指導と評価の計画 (3時間扱い) ⁴⁾

主な学習内容・学習活動 ⁴⁾	知	思	評価方法 ⁴⁾
1 ⁴⁾ ○感染症は、病原体が主な要因となって発生することを理解する。 ⁴⁾ ○感染症にかかった場合は、できるだけ早く適切な治療を受けることが重要であることについて理解する。 ⁴⁾	① ⁴⁾	① ⁴⁾	観察 ⁴⁾ ワークシート ⁴⁾
2 ⁴⁾ ○感染症の多くは、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できることを理解する。 ⁴⁾ ○感染症の予防方法について、自他の生活から課題を見つけ、解決に向けて考えたことを伝え合う。 ⁴⁾	② ⁴⁾	① ⁴⁾	観察 ⁴⁾ ワークシート ⁴⁾
③ ⁴⁾ ○エイズ及び性感染症の疾病概念や感染経路について理解する。 ⁴⁾ ○エイズ及び性感染症に感染するリスクを軽減する効果的な予防方法について考えたことを伝え合う。 ⁴⁾	③ ⁴⁾	② ⁴⁾	観察 ⁴⁾ ワークシート ⁴⁾

※主体的に学習に取り組む態度の評価については、学期を通して総括することとした。⁴⁾

「本時の指導案」の作成

- ・1時間の授業内容の詳細を示した本時案、授業で使用するワークシートの作成
→今回の研修では実施しません。

※「指導と評価の計画」をきっちりと作成していれば、本時案は必要ないのではないかな？

観点別学習状況の評価の進め方

- ・設定した評価規準に達していれば、「おおむね満足できる」状況(B)となる。
- ・「おおむね満足できる」状況(B)に達しておらず、「努力を要する」状況(C)と判断される生徒への手立て(助言や具体例の提示等)を準備したり、行ったりすることが大切。
- ・「十分満足できる」状況(A)の具体的な姿をイメージしておくことも大切。

指導上の留意事項について

(1) 健康な生活と疾病の予防(第3学年)

(2) 感染症の予防

イ エイズ及び性感染症の予防

エイズ及び性感染症の増加傾向と青少年の感染が社会問題になっていることから、それらの**疾病概念や感染経路**について理解できるようにする。また、**感染のリスクを軽減する効果的な予防方法**を身に付ける必要があることを理解できるようにする。例えば、エイズの病原体はヒト免疫不全ウイルス(HIV)であり、その主な**感染経路は性的接触**であることから、感染を予防するには**性的接触をしないこと、コンドームを使うことなどが有効であること**にも触れるようにする。

なお、指導に当たっては、発達の段階を踏まえること、学校全体で共通理解を図ること、保護者の理解を得ることなどに配慮することが大切である。

※中学校学習指導要領解説(平成29年告示)保健体育編 P213

はじめて規定について

Q1 学校が必要だと思えば、「はじめて規定」を超えて教えても良いかな？

A1 中学校第1学年の「心身の機能の発達と心の健康」では、「**妊娠や出産が可能となるような成熟が始まるという観点から、受精・妊娠を取り扱うものとし、妊娠の経過は取り扱わないものとする。**」【中学校学習指導要領(平成29年告示)解説 保健体育編より】とされており、**すべての子どもに共通に指導すべき事項ではない。**

はじめて規定について

Q2 外部講師が授業を行う時は、「はじめて規定」はかからないのかな？

A2 外部講師が授業を行う場合でも、「はじめて規定」はかかる。**授業者によるものではない。**

参考資料

「指導と評価の一体化」のための
学習評価に関する参考資料
中学校 保健体育



参考資料

「生きる力」を育む
中学校保健教育の手引



参考資料

「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた保健教育の授業
児童生徒の健康管理・健康づくり推進動画



参考資料

「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた保健教育の授業
児童生徒の健康管理・健康づくり推進動画



参考資料

「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた保健教育の授業
児童生徒の健康管理・健康づくり推進動画



参考資料

「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた保健教育の授業
児童生徒の健康管理・健康づくり推進動画



参考資料

「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた保健教育の授業
児童生徒の健康管理・健康づくり推進動画



参考資料

「学習評価の在り方ハンドブック」



単元の指導案を作成して・・・

・何をどのように教えるのか？

→評価のみを単独で捉えるのではなく、指導内容や指導方法等に関連付けて、評価の進め方を検討することが大切。

・なぜそのことを教えるのか？

→思考し、判断したことを表出＝「なぜ？」を問える

・単元をデザインする

→学習指導要領解説を正しく理解する。

学習指導要領とは、「国が定めた教育課程の基準」

まとめ

- 学習指導要領解説の言葉を大切に
（「理解できるようにする」「課題発見・課題解決・表現」）
- 単元の評価規準、指導と評価の計画、本時の評価の整合
（目標、学習内容、学習活動の整合性）
- 授業改善のPDCA
（指導と評価の計画の作成と授業実践のスパイラル）
- 保健の授業を実施するうえでの配慮事項
（生徒の状況把握、校内での共通理解、保護者との連携、個別指導等）

おわりに

学習指導要領（解説）に基づく授業改善を行うためには、**教師自身が学習指導要領を理解し、「楽しい」「ためになる」「もっと学びたい」と思えるような授業を考えることが重要**