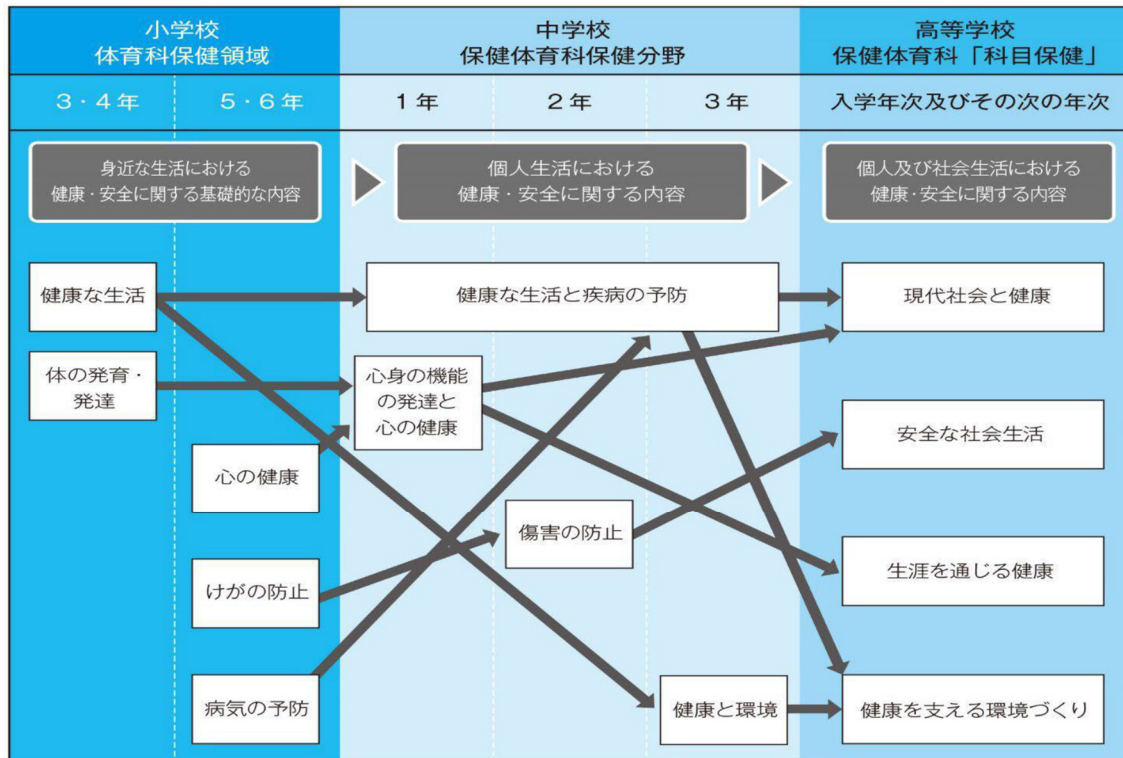


保健コース【中・高領域】

県立厚狭高等学校 教諭 武田 英明

1 はじめに

体育科・保健体育科における保健の学習の体系



生きる力を育む高等学校保健教育の手引(文部科学省R3.3) P.7

学習指導要領 体育科・保健体育科の目標

	目標	(1)	(2)	(3)
小学校	体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その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。	その特性に応じた各種の運動の行い方及び身近な生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。	運動や健康についての自己の課題を見付け、その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。	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、明るく楽しい生活を営む態度を養う。
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。	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。	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。	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。
高等学校	体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画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継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。	各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。	運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画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。	生涯にわたって継続し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、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

小・中・高でどのように体系的に保健の授業が行われているか、教師が知っておくことが大切

2 保健の授業の指導案づくりの研究・実践

指導と評価の計画を作成する際のポイント

内容のまとめりごとの評価規準作成の手順

- (1) 「内容のまとめり」と「評価の観点」との関係を確認する
- (2) 「観点ごとのポイント」を踏まえ、「内容のまとめりごとの評価規準」を作成する

評価の観点及びその趣旨【保健】（改善通知別紙4・別紙5）

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
小学校	<p>【第3学年及び第4学年】 健康で安全な生活や体の発育・発達について理解している。</p> <p>【第5学年及び第6学年】 心の健康やけがの防止、病気の予防について理解しているとともに、健康で安全な生活を営むための技能を身に付けている。</p>	<p>【第3学年及び第4学年】 身近な生活における健康の課題を見付け、その解決のための方法を工夫しているとともに、考えたことを他者に伝えている。</p> <p>【第5学年及び第6学年】 身近な健康に関する課題を見付け、その解決のための方法や活動を工夫しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p>	<p>【第3学年及び第4学年】 健康の大切さに気付き、自己の健康の保持増進についての学習に進んで取り組もうとしている。</p> <p>【第5学年及び第6学年】 健康・安全の大切さに気付き、自己の健康の保持増進や回復についての学習に進んで取り組もうとしている。</p>
中学校	健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、個人生活を中心として科学的に理解しているとともに、基本的な技能を身に付けている。	健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、個人生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して科学的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。	健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、自他の健康の保持増進や回復についての学習に 自主的に 取り組もうとしている。
高等学校	個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。	個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。	健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に 主体的に 取り組もうとしている。

「内容のまとめり」「単元」について理解する

中学校 保健分野

内容のまとめり	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 健康習慣と健康	1	4
	生活習慣病などの予防	2	4
	喫煙、禁煙、薬物乱用と健康	2	4
	感染症の予防	3	4
	健康を守る社会の取組み	3	4
(2) 心身の機能の発達と心の健康	心身の機能の発達	1	6
	心の健康	1	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

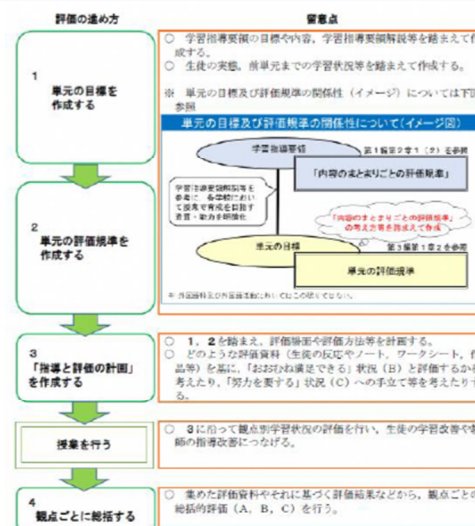
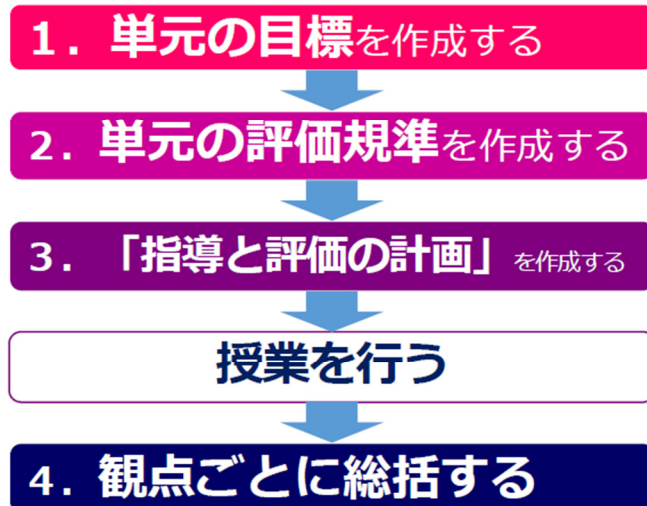
高等学校 科目保健

内容のまとめり	単元例	学年	時数
(1) 現代社会と健康	(ア) 健康の考え方	入学年次	4
	(イ) 現代の感染症とその予防	入学年次	5
	(ウ) 生活習慣病などの予防と回復	入学年次	4
	(エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康	入学年次	7
	(オ) 精神疾患の予防と回復	入学年次	4
(2) 安全な社会生活	(ア) 安全な社会づくり	入学年次	5
	(イ) 応急手当	入学年次	6
(3) 生涯を通じる健康	(ア) 生涯の各段階における健康	その次の年次	7
	(イ) 労働と健康	その次の年次	4
(4) 健康を支える環境	(ア) 環境と健康	その次の年次	5
	(イ) 食品と健康	その次の年次	5
	(ウ) 保健・医療制度及び地域の保護・医療機関	その次の年次	6
	(エ) 様々な保健活動や社会的対策	その次の年次	3
	(オ) 健康に関する環境づくりと社会参加	その次の年次	5

各単元の時数を把握して授業づくりを考察する。

教科書の順番にとらわれず、授業の順番を変えることも視野に入れながら授業づくりを行う。

学習評価の進め方



「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

単元の評価規準、指導と評価の計画性、本時の評価の整合（情報の出どころや正確性）が必要

今は情報過多なので、情報活用の考え方として「収集が先か、選択が先か」よく考えること。

1. 「内容のまとめり」と「評価の観点」との関係を確認する。

例 科目保健（3）生涯を通じる健康「労働と健康」

生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 生涯を通じる健康について理解を深めること。

(ア) 生涯の各段階における健康

生涯を通じる健康の保持増進や回復には、生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理及び環境づくりが関わっていること。

(イ) 労働と健康

労働災害の防止には、労働環境の変化に起因する傷害や職業病などを踏まえた適切な健康管理及び安全管理をする必要があること。

知識・技能

イ 生涯を通じる健康に関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現すること。

思考・判断・表現

※主体的に学習に取り組む態度については、保健の目標である「生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う」と示している部分を参考にする

主体的に学習に取り組む態度

2. 「観点ごとのポイント」を踏まえ、「内容のまとめりごとの評価規準」を作成する。

知識・技能のポイント

・「知識」については、学習指導要領の(1)で育成を目指す資質・能力に該当する指導内容について、その文末を「～について理解している」として、評価規準を作成する。

※「技能」については、学習指導要領の(1)で育成を目指す資質・能力に該当する指導内容について、その文末を「～についての技能を身に付けている」として、評価規準を作成する。

知識・技能の評価規準（例）

・生涯を通じる健康の保持増進や回復には、生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理及び環境づくりが関わっていることを理解している。

・労働災害の防止には、労働環境の変化に起因する傷害や職業病などを踏まえた適切な健康管理及び安全管理をする必要があることを理解している。

2. 「観点ごとのポイント」を踏まえ、「内容のまとめりごとの評価規準」を作成する。

思考・判断・表現のポイント

学習指導要領の(2)で育成を目指す資質・能力に該当する指導内容について、その文末を「～考えている（思考・判断）」「～表現している（表現）」として、評価規準を作成する。

思考・判断・表現の評価規準（例）

生涯を通じる健康に関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を考えているとともに、それらを表現している。

主体的に学習に取り組む態度のポイント

学習指導要領の(3)で育成を目指す資質・能力に該当する指導内容について、その文末を「～取り組もうとしている」として、評価規準を作成する。

主体的に学習に取り組む態度の評価規準（例）

労働災害と健康、働く人の健康の保持増進や回復、それを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている。

学習評価の事例

例 高等学校「科目保健」（3）生涯を通じる健康（イ）労働と健康

1. 単元の目標を作成する

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
<p>・労働災害の防止には、労働環境の変化に起因する傷害や職業病などを踏まえた適切な健康管理及び安全管理をする必要があることを<u>理解できるようにする</u>。</p>	<p>・労働と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを<u>説明できるようにする</u>。</p>	<p>・労働災害と健康、働く人の健康の保持増進や回復、それを支える環境づくりについての学習に主体的に<u>取り組もうとすることができるようにする</u>。</p>

学習指導要領解説を参考に設定することができる。
語尾は「～することができる（ようにする）」と表記。

指導案作成時には、学習指導要領解説の言葉を大切にすること。

2. 単元の評価規準を作成する

例 高等学校「科目保健」(3) 生涯を通じる健康 (イ) 労働と健康

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>①労働による傷害や職業病などの労働災害は、作業形態や作業環境の変化に伴い質や量が変わってきたこと、また、労働災害を防止するには、作業形態や作業環境の改善、長時間労働をはじめとする過重労働の防止を含む健康管理と安全管理が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>②働く人の健康の保持増進は、職場の健康管理や安全管理とともに、心身両面にわたる総合的、積極的な対策の推進が図られることで成り立つこと、法律等が制定された背景や趣旨について、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>③働く人の日常生活においては、積極的に余暇を活用するなどして生活の質の向上を図ることなどで健康の保持増進を図っていくことが重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p>	<p>①労働災害と健康について、情報を整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、課題発見・課題解決を整理し、労働災害を防止するための方策を選択している。 (課題発見・課題解決)</p> <p>②働く人の健康の保持増進のための職場の取組み課題解決・表現法と、それをワークシートに記述したりして、筋道を立てて説明している。 (課題解決と表現)</p>	<p>①労働災害と健康、働く人の健康の保持増進について、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>

技能の習得がない単元もある。

3. 「指導と評価の計画」を作成する

例 高等学校「科目保健」(3) 生涯を通じる健康 (イ) 労働と健康

評価のみを単独で捉えるのではなく、「何を教えるのか」「どのように教えるのか」といった、指導する内容や指導方法等を関連付けて評価の進め方を検討することが大切！

時間	学習活動	重点	「おおむね満足できる状況 (B)」と【評価方法】
1 労働災害と健康①	<p>(1) 「働くことの意味」や「理想の仕事」について考え、ワークシートにまとめる。</p> <p>(2) 産業構造の変化に伴い、働き方の多様化が進んでいることについて、説明を聞く。</p> <p>(3) 産業構造や労働形態の変化に伴って健康面にどのような変化が現れたかを、資料をもとに整理する。</p> <p>(4) 過重労働などが原因でストレスを強く感じたり、過労死や自殺にいたりすることがあることについて説明を聞く。</p>	知①	<p>学習活動(3) 産業構造や労働形態の変化に伴って健康面に現れた変化について、書き出したりしている内容を【ワークシート】で捉える。(知①)</p>

3. 「指導と評価の計画」を作成する

例 高等学校「科目保健」(3) 生涯を通じる健康 (イ) 労働と健康

時間	学習活動	重点	「おおむね満足できる状況 (B)」と【評価方法】
	(第2時 省略)		
3 働く人の健康の保持増進①	<ul style="list-style-type: none"> (1) 前時までの学習を振り返る。 (2) 職場の健康管理や心身両面にわたる対策の重要性についての説明を聞く。 (3) 事例をもとに、職場における健康づくりの問題点について、自分の考えをワークシートにまとめる。 (4) 自分が職場の責任者だったら従業員の健康づくりのためにどのような取組ができるかを個人及びグループで考え、発表する。 (5) 各グループの発表に対し、従業員の視点から提案する。 (6) 職場における健康づくりの取組について、自分の考えをワークシートにまとめる。 	知② 思②	学習活動(2) 職場の健康管理や心身両面にわたる対策について、理解したことを言ったり、書いたりしている内容を【 観察・ワークシート 】で捉える。〈知②〉 学習活動(4) 働く人の健康の保持増進のための職場の取組について、課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合っている内容を【 観察・ワークシート 】で捉える。〈思②〉

3. 「指導と評価の計画」を作成する

例 高等学校「科目保健」(3) 生涯を通じる健康 (イ) 労働と健康

時間	学習活動	重点	「おおむね満足できる状況 (B)」と【評価方法】
4 働く人の健康の保持増進②	<ul style="list-style-type: none"> (1) 前時までの学習を振り返る。 (2) 労働と健康に関係する法律等が制定された背景や余暇の有効活用について説明を聞く。 (3) 余暇を有効に活用するために必要な条件について調べて、グループで話し合う。 (4) 生活の質の向上と健康の保持増進について、自分の考えをワークシートにまとめる。 (5) 単元を振り返り、学習したことをこれからの生活にどのように生かしていくかをワークシートにまとめる。 	知③ 主①	学習活動(2) 労働と健康に関係する法律等が制定された背景や余暇の有効活用について、理解したことを言ったり、書いたりしている内容を【 観察・ワークシート 】で捉える。〈知③〉 学習活動(5) 労働災害と健康、働く人の健康の保持増進について、課題の解決に向けた学習に自主的に取り組もうとしている内容を【 ワークシート・観察 】で捉える。〈主①〉

「重点」のところは、授業内または授業外(学習シートでの評価等)での評価をどのように行うのかを十分に考察し、評価するポイントを欲張りすぎないようにする工夫も必要である。

学習シート作成とその工夫

評価の材料になるための発問設定と「個」も「グループ」も評価ができる工夫が必要

授業を実施する上での配慮事項

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、配慮事項の検討も忘れずに。
現場で適切な判断を。ただし、試行錯誤を繰り返しながら。

子どもたちが学びたいと思える授業ができるかどうか。「なるほど」と言う、言える、言わせる授業づくり

授業改善のためのPDCAは必須。

