

保 健 体 育

1 学習指導と評価の工夫・改善

保健体育科の目標を実現させるためには、学習指導を計画的・系統的に進めるとともに、心と体を一体としてとらえ、「体づくり運動」を他の運動領域と関連づけて指導したり、個に応じた指導を工夫するなど、学習指導の改善を図ることが大切である。

また、評価に当たっては、計画、実践、評価という一連の活動が繰り返され、指導したことを評価し、その評価をもとに次の授業を改善し、改善した事項を再度評価する（指導と評価の一体化）など、学習指導の過程における評価を一層推進することが必要である。

そのためには、各学校が内容のまとまりごとの評価規準や単元の学習活動における具体的評価規準を設定するとともに、どの時期に、どのような方法により評価するのかを具体的に示した評価計画表を作成することが必要である。

2 評価方法の改善・充実

(1) 評価計画の作成

ア 作成上の留意点

- 評価が学期末などに偏ることのないよう、評価の時期を工夫したり、学習の過程における評価を一層重視したりするなど、評価の場面について工夫すること。
- 評価の場面や評価規準等に応じて、ペーパーテスト、技能テスト、観察、ワークシート、学習ノートなどの様々な評価方法の中から生徒の学習の状況を的確に評価できる方法を選択すること。
- 単元終了までに観点別にバランス良く評価するとともに、一授業時間の評価の観点が多すぎないように配慮すること。

イ 評価計画表の例

科目名 体育 単元名 バレーボール（球技）									
科目名	体育								
単元名	バレーボール（球技）								
単元の目標	(1) 作戦を立てて競い合う、バレーボールの楽しさや喜びを味わおうとする。また、チームにおける自分の役割を自覚して、その責任を果たそうとする。ゲームではルールを守り勝敗や結果を受け入れようとし、健康・安全に留意しようとする。 (2) チームや自分の能力に応じた課題を設定し、その解決のための適切な練習方法を選んだり、見付けたりできるようにする。集団的技能を生かして相手との攻防に合った作戦を立てたり、そのための練習の方法や新たな課題を見付けたりできるようにする。 (3) チームや自分の能力に応じてゲームができるようにする。また、三段攻撃や守備のフォーメーションなどの集団的技能を高め、新たに身に付けた技能で攻防を展開できるようにする。 (4) 集団的技能の構造やそれらをもつための合理的な練習の仕方、ゲームに必要なルールについて、書き出したり、具体例を挙げたりすることができるようにする。								
評価の観点	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 25%;">関心・意欲・態度</th> <th style="width: 25%;">思考・判断</th> <th style="width: 25%;">運動の技能</th> <th style="width: 25%;">知識・理解</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>球技の特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるようチームにおける自分の役割を自覚して、その責任を果たし、互いに協力して進んで練習やゲームに取り組もうとするとともに、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。</td> <td>チームや自分の能力に応じた課題を設定し、その解決を目指して、練習の仕方やゲームの仕方を工夫している。</td> <td>チームの課題や自分の能力に応じて、選択した球技種目の特性に応じた技能を身に付け、作戦を生かした攻防を展開してゲームができる。</td> <td>選択した球技種目の特性に応じた技術の構造や技能を高めるための効果的な練習の仕方、ルール、審判法及び競技会の企画や運営の仕方を理解し、知識を身に付けている。</td> </tr> </tbody> </table>	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解	球技の特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるようチームにおける自分の役割を自覚して、その責任を果たし、互いに協力して進んで練習やゲームに取り組もうとするとともに、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。	チームや自分の能力に応じた課題を設定し、その解決を目指して、練習の仕方やゲームの仕方を工夫している。	チームの課題や自分の能力に応じて、選択した球技種目の特性に応じた技能を身に付け、作戦を生かした攻防を展開してゲームができる。	選択した球技種目の特性に応じた技術の構造や技能を高めるための効果的な練習の仕方、ルール、審判法及び競技会の企画や運営の仕方を理解し、知識を身に付けている。
関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解						
球技の特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるようチームにおける自分の役割を自覚して、その責任を果たし、互いに協力して進んで練習やゲームに取り組もうとするとともに、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。	チームや自分の能力に応じた課題を設定し、その解決を目指して、練習の仕方やゲームの仕方を工夫している。	チームの課題や自分の能力に応じて、選択した球技種目の特性に応じた技能を身に付け、作戦を生かした攻防を展開してゲームができる。	選択した球技種目の特性に応じた技術の構造や技能を高めるための効果的な練習の仕方、ルール、審判法及び競技会の企画や運営の仕方を理解し、知識を身に付けている。						
球技の評価規準	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 25%;">関心・意欲・態度</th> <th style="width: 25%;">思考・判断</th> <th style="width: 25%;">運動の技能</th> <th style="width: 25%;">知識・理解</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>球技の特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるようチームにおける自分の役割を自覚して、その責任を果たし、互いに協力して進んで練習やゲームに取り組もうとするとともに、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。</td> <td>チームや自分の能力に応じた課題を設定し、その解決を目指して、練習の仕方やゲームの仕方を工夫している。</td> <td>チームの課題や自分の能力に応じて、選択した球技種目の特性に応じた技能を身に付け、作戦を生かした攻防を展開してゲームができる。</td> <td>選択した球技種目の特性に応じた技術の構造や技能を高めるための効果的な練習の仕方、ルール、審判法及び競技会の企画や運営の仕方を理解し、知識を身に付けている。</td> </tr> </tbody> </table>	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解	球技の特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるようチームにおける自分の役割を自覚して、その責任を果たし、互いに協力して進んで練習やゲームに取り組もうとするとともに、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。	チームや自分の能力に応じた課題を設定し、その解決を目指して、練習の仕方やゲームの仕方を工夫している。	チームの課題や自分の能力に応じて、選択した球技種目の特性に応じた技能を身に付け、作戦を生かした攻防を展開してゲームができる。	選択した球技種目の特性に応じた技術の構造や技能を高めるための効果的な練習の仕方、ルール、審判法及び競技会の企画や運営の仕方を理解し、知識を身に付けている。
関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解						
球技の特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるようチームにおける自分の役割を自覚して、その責任を果たし、互いに協力して進んで練習やゲームに取り組もうとするとともに、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。	チームや自分の能力に応じた課題を設定し、その解決を目指して、練習の仕方やゲームの仕方を工夫している。	チームの課題や自分の能力に応じて、選択した球技種目の特性に応じた技能を身に付け、作戦を生かした攻防を展開してゲームができる。	選択した球技種目の特性に応じた技術の構造や技能を高めるための効果的な練習の仕方、ルール、審判法及び競技会の企画や運営の仕方を理解し、知識を身に付けている。						

<p>学習活動（バレーボール）における具体の評価規準</p>	<p>①練習やゲームの場所の安全を確かめ、危険なプレーをしないなど、健康・安全に注意しようとする。 ②バレーボールの集団的技能に着目して、作戦を立てて、勝敗を競うバレーボールの楽しさを味わおうとする。 ③練習やゲームで自分の役割を果たし、協力して教え合ったり、励まし合ったりしようとする。 ④審判の判定や指示に従い、勝敗の結果を受け入れようとする。</p>	<p>①練習やゲームから、チームや自分の課題を見付けている。 ②練習やゲームから、課題を解決するための方法を選んでいる。 ③チームや自分の課題をとらえ、練習の見直しやゲームで新たな作戦を見付けている。 ④技能の段階に応じて、組織的な攻守に必要な練習法や作戦を提示されたものの中から選んでいる。</p>	<p>①パスとレシーブでボールをコントロールすることができる。 ②サーブでコースをねらい、相手コートに入れることができる。 ③スパイクやブロックの動作ができる。 ④練習やゲームで直上トス、オープントスを使った攻撃フォーメーションの動きができる。 ⑤練習やゲームで、相手のサーブやスパイクに合わせた守備フォーメーションの動きができる。</p>	<p>①バレーボールの特性について、言ったり、書き出したりしている。 ②バレーボールの技能を高める合理的な練習方法について、具体例を挙げている。 ③バレーボールに必要な集団的な技術について言ったり、書き出したりしている。 ④基本的なルールについて言ったり、書き出したりしている。 ⑤ゲームの運営の仕方について、具体例を挙げている。</p>
ねらい・学習活動	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
<p>学習Ⅰ ○オリエンテーション ・学習の目標や単元の目標に必要なバレーボールの特性を知る。 ・チーム分けを行う。 ・学習ノートの記入の仕方を知る。</p>				① (学習ノート)
<p>学習Ⅱ チームや自分の課題を見付けながらゲームを楽しむ。 ○課題発見ゲーム ・チームや自分の課題の発見と単元目標の設定をする。</p>	① (観察)	① (観察) (学習ノート)	① (観察) (技能テスト) (学習ノート)	
<p>学習Ⅲ 個人・集団的技能を高めながらゲームを楽しむ。 ○パスゲーム ○サーブゲーム ○集団的技能の学習</p>	② (観察)	② (学習ノート)	② (観察) (技能テスト)	② (学習ノート)
<p>○トス～スパイク、サーブカット～トス～スパイクなどを行う。 ○個人的技能や集団的技能の確認ゲーム</p>	③ (観察) (学習ノート)	③ (学習ノート)	③ (観察)	③ (学習ノート)
<p>学習Ⅳ 相手チームに応じた集団的技能を高めながらゲームを楽しむ。 ○守備や攻撃のフォーメーション</p>	④ (観察)	④ (観察) (学習ノート)	④ (観察) (学習ノート)	④ (観察) (学習ノート)
<p>まとめ ○まとめのゲーム ・お互いに審判を行いながら、リーグ戦方式で実施する。 ○学習のまとめ ・練習やゲームの振り返りを行う。(仲間の良かった点を挙げるなど)</p>			⑤ (観察) (学習ノート)	⑤ (学習ノート) (評価問題)

科目名 保健 大単元名 現代社会と健康

科目名	保健
大単元名	現代社会と健康
単元の目標	<p>我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康を保持増進するためには、ヘルスプロモーションの考え方を生かし、人々が適切な生活行動を選択し実践すること及び環境を改善していく努力が重要であることを理解できるようにする。</p> <p>(1) 精神の健康の保持増進に関して積極的に仲間と意見交換したり、集めた資料を活用しながら課題を見付け、解決の方法を導き出すことに意欲的に取り組めるようにする。</p> <p>(2) 学習したことを自分の日常生活に当てはめ、適切な行動を選択することができるようにする。</p> <p>(3) 人間の欲求と適応機制には様々な種類があること、精神の健康を保持増進するには</p>

	ストレスに対する適切な対処の仕方や自己実現への努力が必要であることについて、具体例を挙げたり、説明したりすることができるようにする。			
評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解	
「現代社会と健康」の評価規準	健康の保持増進に必要な事柄について、仲間と協力し、資料を集めたり、意見を交換したり、課題について調べたりして、意欲的に学習しようとしている。	健康の保持増進に必要な事柄について、自分のこれまでの学習や経験、資料や仲間の意見などを参考にしたりして、課題の設定や解決の方法を考え、選択すべき行動を判断している。	健康の保持増進に必要な事柄について、健康を保持増進するためには、適切な行動を選択すること及び環境を改善していく努力が必要であることを理解し、課題解決に役立つ知識を身に付けている。	
学習活動（「精神の健康」）における具体の評価規準	<p>①人間の欲求には様々な種類があること、精神の健康を保持増進するにはストレスへの適切な対処が必要であることについて、課題や指示に注目して、調べようとしている。</p> <p>②適応機制には様々な種類があること、精神と身体には密接な関連があることについて、教科書や与えられた資料をもとに、調べた内容を記録しようとしている。</p> <p>③精神の健康を保持増進するにはストレスへの適切な対処や自己実現への努力が必要であることについて、自分の経験や調べたことをもとに、自分の意見を発表しようとしている。</p>	<p>①適応機制には様々な種類があること、精神と身体には密接な関連があることについて、自分の経験や資料から、問題点や課題を見付けている。</p> <p>②人間の欲求には様々な種類があること、精神の健康を保持増進するにはストレスへの適切な対処が必要であることについて、資料や仲間の意見などをもとに、課題の解決方法をまとめている。</p> <p>③精神の健康を保持増進するにはストレスへの適切な対処や自己実現への努力が必要であることについて、自分の生活に当てはめたり、事例をもとにしたりして、適切な行動を選んでいく。</p>	<p>①適応機制には様々な種類があることについて、具体例を挙げたり、言ったり、書き出したりしている。</p> <p>②精神と身体には密接な関連があることについて、具体例を挙げたり、言ったり、書き出したりしている。</p> <p>③精神の健康を保持増進するにはストレスへの適切な対処が必要であることについて、具体例を挙げたり、言ったり、書き出したりしている。</p> <p>④精神の健康を保持増進するには自己実現への努力が必要であることについて、具体例を挙げたり、言ったり、書き出したりしている。</p>	
中単元	小単元	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
精神の健康	欲求と適応機制	①（観察） ----- ②（観察）	②（ワークシート） ----- ①（ワークシート）	①（ワークシート） （単元テスト）
	心身の相関	②（観察、ワークシート）	①（ワークシート）	②（ワークシート） （単元テスト）
	ストレスへの対処	①（観察） ----- ③（観察）	②（観察、ワークシート） ----- ③（ワークシート） （単元テスト）	③（ワークシート） （単元テスト）
	自己実現	③（観察、ワークシート）	③（ワークシート） （単元テスト）	④（ワークシート） （単元テスト）

(2) 観点別評価の進め方

ア 考え方

- (ア) 「関心・意欲・態度」、「思考・判断」、「運動の技能」、「知識・理解」の四つの観点（保健は「運動の技能」除く3観点）ごとに学習活動における具体の評価規準に照らして、「おおむね満足できると判断される」状況(B)（以下、「おおむね満足できる」状況、と略す。）を評価する。
- (イ) 学習活動における具体の評価規準「おおむね満足できる」状況をもとに、深まりや高まりが見られる姿を予測しておき、「十分満足できると判断される状況」(A)（以下、「十分満足できる」状況、と略す）と評価する。
- (ウ) 「おおむね満足できる」状況を実現していない場合に、「努力を要すると判断される」状況(C)（以下、「努力を要する」状況、と略す。）と評価する。
- (エ) 「努力を要する」状況にある生徒には、個人やグループの状況を把握した上で原因を考え、より具体的な指示や助言を行うなど、指導の手だてを講じる必要がある。

【科目「体育」における「十分満足できる」状況（A）の例及び「努力を要する」

状況（C）と評価される生徒への指導の手だての例－関心・意欲・態度－】

「十分満足できると判断される」状況（A）	「おおむね満足できる」状況（B）	「努力を要する」状況（C）と評価される生徒の指導の手だての例
①練習やゲームの場所の安全を確かめ、 仲間の安全に気を配るなど 、健康・安全に注意しようとする。 ②バレーボールの集団的技能に着目して、作戦を立てて、勝敗を競うバレーボールの楽しさを 自ら進んで 味わおうとする。 ③練習やゲームで お互いのよいところを認め合い、仲間に働きかけるなどして積極的に協力しようとする。 ④審判の判定や指示を受け入れ、 冷静に対処しようとする。	①練習やゲームの場所の安全を確かめ、危険なプレーをしないなど、健康・安全に注意しようとする。 ②バレーボールの集団的技能に着目して、作戦を立てて、勝敗を競うバレーボールの楽しさを味わおうとする。 ③練習やゲームで自分の役割を果たし、協力して教え合ったり、励まし合ったりしようとする。 ④審判の判定や指示に従い、勝敗の結果を受け入れようとする。	チームの話し合いや仲間との教え合いに加わろうとせず、一緒に活動することができない生徒には、 ○集団に所属し一緒に活動することが自分と周囲の社会性を高めることなどを働きかける。 ○ゲームの初期の段階では、リラックスした中で自己の能力を発揮できるように条件を整えることや、学習グループ全体がバレーボールの特性を学習するために必要な話し合いや教え合いをする際にお互いを尊重し認め合うよう働きかける。

【科目「保健」における「十分満足できる」状況（A）の例及び「努力を要する」

状況（C）と評価される生徒への指導の手だての例－関心・意欲・態度－】

「十分満足できると判断される」状況（A）	「おおむね満足できる」状況（B）	「努力を要する」状況（C）と評価される生徒の指導の手だての例
①人間の欲求には様々な種類があること、精神の健康を保持増進するにはストレスへの適切な対処が必要であることについて、課題や指示に注目し、 気付いたことや考えたことをメモしながら 、調べようとしている。 ②適応機制には様々な種類があること、精神と身体には密接な関連があることについて 与えられた資料だけでなく、集めた資料をもとに 、記録しようとしている。 ③精神の健康を保持増進するにはストレスへの適切な対処や自己実現への努力が必要であることについて、 自分の考えに納得できる仲間の考えを取り入れ 、発表しようとしている。	①人間の欲求には様々な種類があること、精神の健康を保持増進するにはストレスへの適切な対処が必要であることについて、課題や指示に注目して、調べようとしている。 ②適応機制には様々な種類があること、精神と身体には密接な関連があることについて、教科書や与えられた資料をもとに、調べた内容を記録しようとしている。 ③精神の健康を保持増進するにはストレスへの適切な対処や自己実現への努力が必要であることについて、自分の経験や調べたことをもとに、自分の意見を発表しようとしている。	○参加しているだけにとどまっているような生徒には、生徒自身の生活場面で起こりそうな話題を取り上げるなどして関心をもたせ、一緒に考えたり、できたことを誉めたり励ましたりして意欲が喚起されるよう働きかける。 ○自らの意見をもちながら発表することを躊躇して仲間の意見を聞くだけにとどまっているような生徒には、自分の意見を言うことに対する抵抗感を無くさせるように励まししながら、意思表示の重要性を理解させるよう助言するとともに、集団全体に仲間の意見を尊重し取り入れることの大切さを理解させ、意見の出しやすい雰囲気を作り出すように働きかける。

イ 評価方法の具体例

(ア) 科目「体育」における観察及び学習ノートによる評価方法

○ 具体の評価規準及び評価の観点

「練習やゲームで自分の役割を果たし、協力して教え合ったり、励まし合ったりしようとする。」【関心・意欲・態度】

○ 評価方法

観察及び学習ノートの記述の点検・分析

評価方法<観察>の例

- 「おおむね満足できる」状況（B）
練習やゲームにおける自分の役割を認識し、仲間と協力して取り組んでいる等
- ◎ 「十分満足できる」状況（A）
仲間の上手くいったプレーに声をかけたり、ミスをした仲間への「頑張ろう」などの声かけをするなど、積極的に協力しようとしている等。
- 「努力を要する」状況（C）
チームの話し合いや仲間との教え合いに加わろうとせず、一緒に活動することができない等

評価方法<学習ノート>の例

- 「おおむね満足できる」状況（B）
ノートに練習やゲームなどチーム内における自分の役割を認識し、仲間と協力して取り組めた記述がある等
- ◎ 「十分満足できる」状況（A）
ノートに練習やゲームで仲間への声かけや励ましができたなど、チームへ積極的に働きかけた記述がある等
- 「努力を要する」状況（C）
ノートに練習やゲームでチームの課題が解決されないのを仲間のせいにする記述がある等

(イ) 科目「保健」における観察による評価方法

○ 具体的評価規準及び評価の観点

「人間の欲求には様々な種類があること、精神の健康を保持増進するにはストレスへの適切な対応が必要であることについて、課題や指示に注目して、調べようとしている。」【関心・意欲・態度】

○ 評価方法

人間の欲求と脳の働きについて、教師の指示に留意して調べようとしているどうかを観察し、調べている場合は○、調べていない場合は△を記入する。また、気付いたことや考えたことをメモしながら調べている場合は、◎を記入する。

○ 留意事項

2回の評価のうち、○と○の場合は「おおむね満足できる」状況（B）と評価し、○と◎の場合、「十分満足できる」状況（A）と評価し、○と△の場合については、「努力を要する」状況（C）と評価する。

○ 観点別の評価結果を記録する表の例

評価の観点		人間の欲求には様々な種類があること、精神の健康を保持増進するにはストレスへの適切な対処が必要であることについて、課題や指示に注目して、調べようとしている。			
番号	氏名	月 日 () 校時	月 日 () 校時	特記事項	評価
1	生徒1	○	○		B
2	生徒2	○	◎		A
3	生徒3	○	△		C
40	生徒40	◎	◎	メモしながら調べている	A

(3) 観点別評価の総括

ここでは、科目「体育」の観点別評価の総括の方法について例を示す。

ア 総括についての考え方

(ア) 評価の観点ごとに設定された具体の評価規準に照らし、A、B、Cの評価を行う。

なお、「十分満足できる」状況の中でも特に優れている場合には「A[○]」、「努力を要する」状況の中でも「一層努力を要すると判断される」状況の場合には「C[▽]」と評価する。

(イ) 観点別評価の総括に当たり、具体の評価規準に照らした評価結果を、それぞれ「A[○]→5」、「A→4」、「B→3」、「C→2」、「C[▽]→1」と数字に置き換える。

(ウ) 単元の終了時に、各観点ごとの合計を求め、平均した数字を、あらかじめ各学校が決めた考え方に基づいて観点別評価の総括を行い、A、B、Cとする。

(エ) 各観点の平均値を観点別評価の総括とする際の例は次のとおりである。(表1)

評価情報の記録	数値への置き換え	平均	観点別評価の総括
A [○]	5	3.5以上	A
A	4		
B	3	2.5以上～3.5未満	B
C	2	2.5未満	C
C [▽]	1		

例えば、先に示した科目「体育」の評価計画表において、学習活動における具体の評価規準の「関心・意欲・態度」①をA[○]、②をB、③をA、④をAと評価した場合、 $(5 + 3 + 4 + 4) \div 4 = 4.0$ となり、単元(バレーボール)の「関心・意欲・態度」は表1に照らして「A」と総括する。

イ 学期末の評価及び学年末の評価への総括

(表2)

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
陸上競技	B	B	A	B
バレーボール	A	B	B	B
柔道	B	A	A	B
学期末	B	B	A	B

(ア) 各観点ごとの学期末の評価への総括については、例えば、表の「関心・意欲・態度」の評価のように「BAB」の場合、各学校があらかじめ決めた基準により学期末の「関心・意欲・態度」の評価をBとする。

(イ) 各観点ごとの学期末の評価が決まったら、あらかじめ各学校で決めた基準に基づき数値化する。例えば、「BBBB」の場合は学期末評価を「3」、「ABBB」あるいは「AABB」の場合は「4」、「AAAAB」あるいは「AAAA」の場合は「5」というように学校で事前に考え方を決めておく。表2の例では、「BBAB」となることから、「4」と評価する。

(ウ) 学年末の評価への総括については、①学年末における観点別学習状況の評価結果を総括する場合、②学期末における観点別学習状況の評価結果から、その結果を総括する場合などが考えられる。