

保 健 体 育

1 学習指導と評価の改善・充実

(1) 保健体育科の目標を実現するための学習指導の改善・充実

保健体育科においては、運動や健康・安全に関する総合的な理解により、生涯を通じて運動を実践したり、自らの健康を管理していく意欲・意志や思考・判断の育成につながる学習指導の改善・充実が求められている。

「体育」では、各種の運動の合理的な実践を通して、生涯を通じて継続的に運動に親しむ資質や能力を育てるとともに、生徒が自己の能力に応じた課題の解決を図る資質や能力を育てること、「保健」では、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育成することをそれぞれ目指している。

そのため、選択制授業などにおいて自己やチームの課題解決を図ることができるよう、練習や試合の仕方を考えるなど、生徒が課題意識を持ち、主体的に思考・判断しながら学習を進めていく場面を多く取り入れたり、これまでの学習や生活の経験などを生かしながら、新しい課題などを見付け、自ら考え、判断し、試みて解決したりするなど、一層主体的な取組を取り入れることが必要である。さらに、課題解決的な学習や実験、ブレインストーミングやロールプレイング等の実習など、指導方法や指導形態を工夫することが大切である。

(2) 学習指導の改善に向けた評価の充実

学習指導の過程や学習の結果を的確に把握し、学習指導の改善に生かすためには、学習活動はもとより評価活動についても、単元ごとの評価規準や学習活動における具体的評価規準、評価の時期、方法等を示した評価計画を作成し、自校の指導計画の中に明確に位置付けることが必要である。また、設定した評価規準が妥当か、生徒の学習の実現状況を的確にとらえるものになっているかなどを検証するとともに、各教員による評価が評価規準に基づき適切に行われるように評価の妥当性を高める取組を行うなど、評価の充実を図ることが大切である。

また、指導の過程で「努力を要する」状況と評価した生徒については、生徒が何につまずいているのかを見極め、指導の手立てを講ずることが大切である。

【複数の教員で評価の判断を揃える方法の例 - 観察による評価の場合 - 】

評価の判断を揃えるために利用する授業及び具体的評価規準を選ぶ。

評価活動は授業者、観察者2名の3者が個別に行う。

授業者は当該授業で評価する3名の生徒をあらかじめ観察者に告げておく。

授業中は3名の生徒について、授業者、観察者が一つの具体的評価規準を基に評価を行う。観察者は評価を行うとともに、その理由を可能な限り書き留めておく。

授業後に三者で評価結果を基に判断が異なっている点について協議し、共通点を見出す。

2 「確かな学力」を育成する取組の改善・充実

～思考力・判断力を高める指導の工夫～

「確かな学力」をはぐくむため、保健体育科においても、知識や技能に加え、学ぶ意欲や自分で課題を見付け、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、行動する資質や能力を育成することが求められている。そのため、学習過程の中に、思考・判断しながら学習を進めていく場面を多く取り入れ、「確かな学力」の一つの側面である思考力や判断力を育成することが大切である。

(1) 思考力・判断力を高める体育の指導例

生徒一人一人が選択した種目において、自己やグループの能力に応じた課題の解決を目指して練習やゲームの仕方を考えるなど、生徒自身が自ら考え、判断していく学習場面を取り入れた指導と評価の計画例及び学習指導案例を次に示す。

ア 単元の指導と評価の計画（例）

単元名：球技「テニス」 配当時間 12時間

時間	ねらいと学習活動	具体的評価規準【思考・判断】	評価方法
学習 1時間	<p>安全に配慮した学習計画を立てる。</p> <p>選択制授業の意義を理解する。 安全に留意した学習活動の重要性を理解する。 グループを編成し、役割分担を決める。 テニスの特性を理解し、目標及び学習計画を立てる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力に応じた適切な課題を設定している。 	学習ノート
学習 10時間	<p>ねらい 今持っている技能で、ルールを工夫してテニスの特性について触れるゲームを楽しむ。</p> <p>課題を確認し、グループ別の基本練習（ストローク・サーブ中心）を行う。 ゲームの運営方法とルールを決定する。 ゲームを実施する。 授業の反省を行う。</p> <p>自己やグループの課題に応じて、練習方法やルールを工夫するなど、思考・判断しながら学習を進めていく場面</p>	<ul style="list-style-type: none"> 自己やグループの課題の適切な練習方法を選んだり、見付けたりしている。 自己やグループの達成状況をゲームの練習やゲームの仕方、新しい課題を選んだりしている。 	<p>観察 学習ノート</p> <p>観察 学習ノート</p>
	<p>ねらい 技能の向上に応じて、総合的な練習を工夫し種々のゲームを楽しむ。</p> <p>技能向上を目指し、練習を工夫する。 ・ネットプレー ・コンビネーションプレー等 ゲームの運営方法とルールを決定する。 ・グループ内ダブルス戦、混合ダブルス戦 ・グループ対抗戦等 ゲームを実施する。 授業の反省を行う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 自己やグループの達成状況をゲームの練習やゲームの仕方を見たり、新しい課題を選んだりしている。 学習資料を活用して、効果的な作戦を工夫している。 	<p>観察 学習ノート</p> <p>観察</p>
まとめ 1時間	<p>自分の技術の伸びを知り、単元で学習してきた内容を評価する。</p> <p>スキルテスト等により学習の成果を確認する。 グループノートを活用し、学習内容について自己評価・相互評価を行う。</p>		

イ 学習指導案（例）

(ア) 単元名 テニス（２年生）

(イ) 本時の目標

自己やグループの課題に応じて練習やゲームのルールを工夫することができる。
 グループにおける自分の役割を自覚するとともに、その責任を果たし、互いに協力して進んで練習やゲームができる。

(ウ) 本時の展開（４ / １２時間）

段階	学習活動	指導上の留意点	評価の観点
導入 8分	集合・整列、あいさつ、 出席確認 本時のねらいの確認 用具の準備 準備運動（グループごと） ストロークの練習	<ul style="list-style-type: none"> 生徒の健康観察を行う。 本時のねらいを確認し理解させる。 考えられる事故例を示し、安全に留意して活動するよう指導する。 	
展開 35分	<p>ねらい 今持っている技能で、ルールを工夫してテニスの特性に触れるゲームを楽しむ。</p> <p>グループごとに考えた練習方法により基本練習を行う。 （ストロークを中心に） 予想される練習</p> <ul style="list-style-type: none"> サーブコートでのラリー 半面コートでのラリー 球出しによる練習 等 <p>自己やグループの課題に応じて、練習方法やゲームのルールを工夫し学習を進めるなど、思考・判断しながら学習を進めていく場面</p> <p>グループごとに定めたルールによりゲームを行う。 工夫例</p> <ul style="list-style-type: none"> 1対1のミニゲーム 1対1の半面ゲーム 等 	<ul style="list-style-type: none"> 各グループの練習時間や場所が平等になるように指示する。 グループ内で互いに教え合いながら練習するよう指導する。 各グループを巡回し、基本技能が身に付いていない生徒や意欲的に活動できてない生徒には指導する。 役割を分担し協力しながらゲームの運営ができるよう指導する。 今持っている技能でゲームを楽しむことができるよう、グループごとにルールを工夫させる。 ラリーが続くようにサーブは下からのサーブのみとする。 	<p>【思考・判断】</p> <ul style="list-style-type: none"> 自己やグループの課題を解決するための適切な練習方法等を選んだり、見付けたりしている。 <p>【関心・意欲・態度】</p> <ul style="list-style-type: none"> 練習やゲームで自己の役割を果たし、協力して教え合ったり、励まし合ったりして学習しようとしている。
整理 7分	後片付け 整理運動（グループごと） 本時の反省（グループノート記入）、次時の学習の確認 集合、あいさつ	<ul style="list-style-type: none"> けがの有無と整理運動が正しく行われているか確認する。 本時の課題を振り返り、次時につなげることができるよう指導する。 	

(2) 思考力・判断力等を高める保健の指導例

現在及び将来の健康に深くかかわっている喫煙・飲酒・薬物乱用の問題について、生徒が主体的に思考・判断しながら学習を進め、適切な意志決定や行動選択ができるようロールプレイングなどを取り入れた指導と評価の計画例及び学習指導案例を次に示す。

ア 単元の指導と評価の計画（例）

(ア) 単元名：大単元：現代社会と健康 中単元：健康の保持増進と疾病の予防
小単元：「喫煙、飲酒と健康」「医薬品の正しい使用、薬物乱用と健康」

(イ) 配当時数：8時間

時間	ねらいと学習活動	具体的評価規準 【思考・判断】	評価方法
学習 5時間	<p>ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・喫煙、飲酒による健康への影響について、疾病との関連、周囲の人々や胎児への影響、社会に及ぼす影響があることを理解させる。 ・医薬品の有効性や副作用及びその正しい使用方法について理解させる。 ・薬物乱用は心身の健康に深刻な影響があることから行ってはならないことを理解させる。 <p>オリエンテーション</p> <ul style="list-style-type: none"> ・単元のねらいを確認し、単元の流れや授業の約束・進め方について理解する。 <p>喫煙、飲酒、医薬品の正しい使用、薬物乱用に関する基礎的な知識の獲得</p> <p>喫煙、飲酒、薬物乱用について、現在持っている知識をブレインストーミングを用いて確認する。</p> <p>一斉授業により、喫煙、飲酒、薬物乱用が心身に与える様々な影響について理解する。</p> <p>VTRを視聴し、飲酒、喫煙、薬物乱用の基礎的な知識等について、これまで学んだことを確認する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙、飲酒による健康への影響、医薬品の有効性や副作用、薬物乱用による心身への影響について、資料などをもとに、整理し、分析して課題を見付けている。 ・喫煙や飲酒、薬物乱用が心身の健康及び周囲の人々や社会に及ぼす影響について、資料や仲間の意見などをもとに、課題解決の方策をまとめている。 	<p>観察</p> <p>ワークシートの記述内容</p> <p>単元テスト</p> <p>定期考査</p>
学習 3時間	<p>ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康の保持増進や生活習慣病等の疾病の予防には喫煙に関する適切な意志決定・行動選択が必要であることを理解させる。 <p>喫煙についてのライフスキル学習</p> <p>始めるきっかけは、友人等の誘いが多いことに気付かせる。</p> <p>グループごとに、断り方の台本を作成する。</p> <p>台本に従い、グループ内でロールプレイングを行う。</p> <p>各グループの代表が全体の前で教師とのロールプレイングを行う。</p> <p>他のグループのロールプレイングを見ながら、どこがよいのかをチェック表に記入する。</p> <p>授業反省カード（感想等）を作成する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ライフスキル学習全体を通して感想文を書く。 	<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙や飲酒、薬物乱用の背景には、周囲の人々からの誘いや断りにくい人間関係といった不適切な社会環境があることに気付き、これまでの学習や自分の生活に当てはめるなどして、適切な行動を判断している。 ・誘いに対する断り方について、発表したり、聞いたりしたことをもとに、より効果的な方法を考えている。 	<p>観察</p> <p>ロールプレイングチェック表による相互評価</p> <p>授業反省カードの記述内容</p>

イ 学習指導案（例）

(ア) 単元名：小単元「喫煙、飲酒と健康」、「医薬品の正しい使用、薬物乱用と健康」

(イ) 本時の目標

喫煙の誘いに対する断り方について、望ましいコミュニケーションの方法を踏まえ、ロールプレイングにおいて実践することができる。

他の生徒のロールプレイングを見て評価することにより、自己のライフスキル、コミュニケーション能力の向上に生かすことができる。

(ウ) 本時の展開（7 / 8 時間）

段階	学習活動	指導上の留意点	評価の観点
導入 5分	(1) 本時のねらいについて確認する。 (2) ロールプレイングの約束等について確認する。 (3) グループや自己の課題を確認する。	<ul style="list-style-type: none"> 自己の意見をしっかり持たせる。 多くの生徒が発表に参加できるよう、速やかな進行に努める。 ロールプレイングについて、前時までの内容を確認する。 机間指導を行い、課題設定の理由が明らかになるよう支援する。 	【関心・意欲・態度】 ・意欲的にロールプレイングに参加し、仲間と協力しながら学習しようとしている。
展開 35分	(4) 台本に台詞を記入する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">ロールプレイングの台本 Aさんになったつもりで考えよう。</p> <p>B：「ねえ、Aもタバコを吸ってみようよ、イライラが吹っ飛ばよ」 A：「_____」 B：「受験が終わればイライラすることもないんだからサ、今だけ吸うんだから大丈夫だよ」 A：「_____」 B：「私が吸ったところ見ておきながら、あなたは吸わないっていうの？先生に言いつけるつもりでしょう！吸いなさいよ」 A：「_____」</p> </div> (5) グループ内で、ロールプレイングを行う。 (6) 各グループごとに代表を選出し、発表の台本を手直しする。 (7) グループ代表が教師とロールプレイングを行う。	<ul style="list-style-type: none"> 相互にA・B役を担い、繰り返し練習させる。 代表がどんな点で優れているのか、グループ内で理由付けをさせる。 各グループごとに、より効果的な断り方を再検討させる。 見学者はチェック表により、観点別に評価させる。 	<p>【思考・判断】</p> <ul style="list-style-type: none"> これまでの学習や仲間の意見などをもとに、適切な行動を判断している。 <p>【思考・判断】</p> <ul style="list-style-type: none"> 誘いに対する断り方について、発表したり、聞いたことをもとに、より効果的な方法を考えている。
整理 10分	(8) 本時の整理と確認をする。 (9) 数名が感想を述べる。 (10) 次時の予告をする。	<ul style="list-style-type: none"> 自分にコミュニケーション能力が付いてきたことを気付かせる。 本時の感想とより効果的な断り方について意見を述べさせる。 授業反省カードの作成等、次時の学習内容を予告する。 	

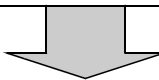
(3) 努力を要する状況にある場合の手立て

「努力を要する」状況と判断した生徒に対しては、次時の学習活動において、その生徒が意欲を持ったり、課題が持てるよう働きかけをすることが大切である。

その際、教員自身が評価の観点のうち、どの観点の指導をするのかを明確に意識することや、「努力を要する」と判断した観点における「おおむね満足できる」学習状況を明確にすることなどが必要である。また、手立てを講じる際には、一つの観点のみに注目するのではなく、他の観点との関連を図ることが大切である。

【「体育（テニス）」における「努力を要する状況（C）」にある場合の手立ての例】

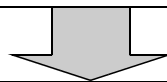
<p>努力を要する状況の見極め</p>	<p>【思考・判断】「おおむね満足できる状況」(B)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>自己やグループの課題を解決するための適切な練習方法などを選んだり、見付けたりしている。</p> </div> <p>選んだり、見付けた練習方法が適切でない。</p> <p>【学習ノート、観察】</p>	<p>思考・判断 C</p>
---------------------	--	--------------------



<p>指導の手立て</p>	<p>練習を通して得た、自己やグループの課題について学習ノートにまとめさせるとともに、課題を解決するために、どのような練習方法やルール上の工夫などをすればよいか考える時間を設定する。</p> <p>自己やグループの技能と比較して、選択したり、見付けた練習方法が適切かどうかを考えさせる。例えば、「ラリーが続かなかったのは何故だと思いますか」「何を目標にしたのですか」などのコメントを学習ノートに加え、生徒に考えさせる。</p>
---------------	---

【「保健」における「努力を要する状況（C）」にある場合の手立ての例】

<p>努力を要する状況の見極め</p>	<p>【思考・判断】「おおむね満足できる状況」(B)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>これまでの学習や仲間の意見などをもとに、適切な行動を判断している。</p> </div> <p>タバコの誘いに対する適切な対処の方法を見付けることができない。【観察】</p>	<p>思考・判断 C</p>
---------------------	---	--------------------



<p>指導の手立て</p>	<p>台本の内容を実際の自分の生活に置き換えさせ、どのように対処するか、何故その方法を選んだのか問いかける。</p> <p>これまでの学習や仲間の意見などを整理させるとともに、友人との人間関係を損なわず、タバコの誘いを断る方法について考えるよう助言する。</p>
---------------	---