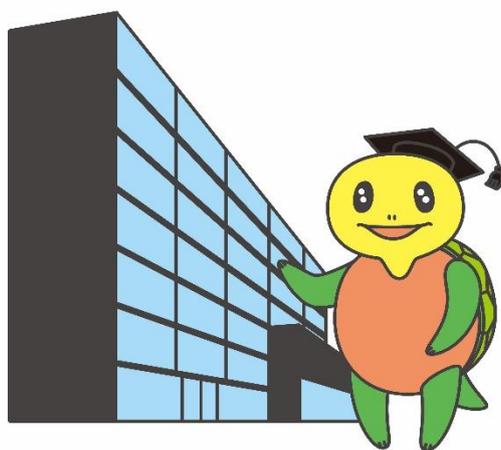


高等学校の先生のための

保健体育科 授業づくり ハンドブック

～授業設計力の向上にむけて～



令和5年1月

神奈川県立総合教育センター
体育指導センター

はじめに

「実践的指導力」と聞いて、何を思い浮かべるでしょうか？授業をつくる力、授業をデザインする力、授業を実践する力、と言い換えることができます。平成24年の中央教育審議会答申「教職生活の全体を通じた教員の資質能力の総合的な向上方策について」では、教員の資質能力の向上方策について、専門職としての高度な知識・技能の一つに、「実践的指導力」を挙げており、「基礎的・基本的な知識・技能の習得に加えて思考力・判断力・表現力等を育成するため、知識・技能を活用する学習活動や課題探究型の学習、共同的な学びなどをデザインできる指導力」と示されています。この「実践的指導力」のうち、授業づくりに係る「授業設計力」に焦点を当て、何を教えたらいいいのか？どうやって教えたらいいいのか？どのように評価すればいいのか？…という疑問に対し、学習指導要領及び解説を紐解き、授業づくりの手順書としたのが、この「授業づくりハンドブック」です。

高等学校は、小学校から高等学校までの12年間の一貫した教育課程の中で、全ての児童生徒が学習する教科・科目としての体育・保健体育の最終段階の役割を担います。このことから、高等学校の保健体育の授業においては、現在及び将来の実生活や実社会で計画的、継続的に運動やスポーツを実践するための資質・能力を育むための指導の充実が求められます。

その一助となるよう、本ハンドブックは、「単元指導計画」の作成の仕方、その作成過程に必要な学習指導要領及び解説(保健体育編)、中央教育審議会答申、文部科学省発行資料などに記載されている用語の説明、評価についての考え方や年間指導計画の立て方など、授業づくりに必要な情報を盛り込みました。また、文部科学省国立教育政策研究所発行の資料(「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 高等学校 保健体育)を基に(一部修正あり)、説明を加えています。

コロナ禍をはじめとする想定外の未来を切り拓き、様々な社会的変化や課題を乗り越える力を生徒が身に付けるために、保健体育が何を担うのか。学習指導要領が目指す「生きる力」を育む保健体育の授業を実現するために、本ハンドブックを役立てていただきたいと思います。

日々の授業は学校の教育活動の根幹です。『高等学校学習指導要領解説保健体育編体育編』や『「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』を参照しながら、このハンドブックを手にとっていただき、授業づくりに励んでいただきたいと思います。

授業設計力とは

「はじめに」でも前述したとおり、平成24年の中央教育審議会答申では、これからの教員に求められる、専門職としての高度な知識・技能の内容として「新たな学びを展開できる実践的指導力」を挙げています。

また、平成27年の中央教育審議会答申「これからの学校教育を担う教員の資質能力の向上について～学び合い、高め合う教員育成コミュニティの構築に向けて～」では、教員が備えるべき資質・能力、そして、生涯にわたって高め続けていく資質・能力の一つとして、実践的指導力を挙げています。

本ハンドブック作成のアドバイザーである佐藤豊氏は、実践的指導力は、授業設計力、授業実践力、授業省察力から構成されると考え、授業設計力とは「何を教えるのか」「どのように教えるのか」「どのように評価し次につなげるのか」を一連のプロセスとして俯瞰する資質・能力であるとしています。

本ハンドブックは、授業をつくる力である授業設計力の向上を目指し、具体的な単元指導計画の作成支援を主な目的として構成しました。

まえがき

桐蔭横浜大学 佐藤 豊 教授

これまで、神奈川県の高등학교では、すでに多くの学校が観点別学習状況による評価とその成果としての評定に取り組み、生徒の主体的な学びの実現と授業改善へ取り組まれてきた実践を承知しています。また、全国の高등학교の中でも先進的な取り組みとして、現行のハンドブックが各県で活用されてきた経緯も見てきました。

国が示す『「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』は、全国の高등학교に向けての参考となりますが、本ハンドブックは、さらに神奈川県これまでの実践を参考に、学校現場での指導と評価の一体化がより推進されるよう具体化されたものです。

これまでの取り組みがさらに充実できることを期待しています。

しかしながら、一方では、団塊の世代と呼ばれるベテラン教員の退職を迎え、これまで蓄積してきた経験の継承が難しい時期でもあります。また、新型コロナウイルス感染症や働き方改革による公務負担の軽減など、研鑽を積む機会の減少も見られます。

周知のように、21世紀型能力(国立教育政策研究所, 2009)の公表に見られるように、資質・能力(コンピテンシー)ベースでの学習指導要領の改訂と教科指導によって身に着けるべき「資質・能力の3つの柱」が全教科で統一され、保健体育科においても、保健体育科における見方・考え方に基づく授業改善が求められています。

言い換えれば、保健体育は、「子どもたちの未来に向けてどのような汎用的スキルを保証するのか」と問われているようにも思えます。

この手段として、カリキュラム・マネジメントとアクティブ・ラーニングというキーワードが示されています。

教科のカリキュラム・マネジメントには、3年間の目標を実現するための領域をどのように組み合わせるかという年間指導計画の策定、「資質・能力の3つの柱」をバランスよく配当し指導し評価することで、個に応じた指導を充実させつつ、高等学校卒業程度の学力を確実に皆つけさせるための「単元の構造化」が一層重要になります。

授業は、本書「はじめに」にも示されている「授業設計力」「授業実践力」「授業省察力」のPDCサイクルによって個人の教師経験に応じて高めていくことが求められると思います。

授業づくりに正解はないとも言えますが、綿密な設計、生徒の学習の実態をとらえた大胆な授業の修正、観点別評価の情報を分析し、次の授業を創造していくという意欲によって「よい授業」が実現されていくものと思います。また、ICT活用によって、効率化された評価情報の収集が益々可能となることも予想されます。

「現状維持は、停滞、後退である」という考え方を大切にしたいと思います。蓄積したことを放棄することは年齢とともに難しくなるものとよく言われますが、できることから可能な範囲で無理をせずコツコツ取り組む教師の学ぼうとする姿は、先の見えにくい21世紀を生きる子どもへの最も強いメッセージとなることと思います。皆様の活用を願っています。

目次

はじめに	P. 1
まえがき（桐蔭横浜大学 佐藤 豊 教授）	P. 2
本ハンドブックの活用の仕方	P. 5
1 学習指導要領の理解	P. 6
（1）何ができるようになるか	P. 6
（2）何を学ぶか	P. 7
（3）どのように学ぶか～「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けて～	P. 8
（4）解説の読み方	P. 9
（5）12年間の学びの系統性	P. 17
2 カリキュラム・マネジメントの検討	P. 19
（1）保健体育科におけるカリキュラム・マネジメント	P. 19
（2）「単元観」「生徒観」「指導観」について	P. 19
（3）指導内容の関連を図った指導計画	P. 20
（4）年間指導計画	P. 20
3 単元指導計画の作成	P. 23
（1）単元指導計画の書き方例 『体育』	P. 23
（2）単元指導計画の書き方例 『保健』	P. 31
4 評価規準の設定と評価の進め方	P. 38
（1）学習評価の進め方	P. 38
（2）指導と評価の一体化	P. 39
（3）体育の学習評価の進め方	P. 40
（4）評定への総括の例	P. 44
5 教授方法、教材の選択	P. 46
（1）思考力、判断力、表現力等	P. 46
（2）学びに向かう力、人間性等	P. 48
（3）支援を要する生徒への指導方法	P. 49
（4）ICT活用	P. 51
6 授業改善と評価の考え方	P. 52
（1）授業改善とカリキュラム・マネジメント	P. 52
（2）授業改善に生かす学習評価	P. 52
（3）R-PDCAサイクル	P. 53
（4）授業を省察する力	P. 53

巻末資料

〈授業力分析シート〉	P. 54
授業設計力チェックリスト	P. 54
授業の基本チェックリスト	P. 55
授業省察力チェックリスト	P. 57
引用・参考文献	P. 58

本ハンドブックに示した手順や様式等は、あくまで参考として示したものです。
学校の実態に合わせて、ご活用ください。

◆次の用語は、本ハンドブックでは、次のように省略されています

高等学校学習指導要領(平成30年告示) → **要領**

高等学校学習指導要領(平成30年告示)解説保健体育編 → **解説**

高等学校学習指導要領(平成30年告示)解説総則編 → **総則**

「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 高等学校 保健体育

→ **参考資料**

※ 巻末資料(54～57ページ)に佐藤豊教授が作成した『授業力分析シート』があります。

ここには「授業設計力チェックリスト」「授業の基本(授業実践力)チェックリスト」「授業省察力チェックリスト」がありますので、自身の授業力の分析にご活用ください。

※ 文中の右肩^{1)~19)}は、58ページの引用・参考文献をご覧ください。

本ハンドブックの活用の仕方

「授業づくりに役立つハンドブックです！」

イラストのページ番号を参考に授業づくりの様々な場面でご活用ください。



※本ハンドブックは、総合教育センターウェブサイト内、体育指導センターウェブページより、ダウンロードできます。

<https://www.pen-kanagawa.ed.jp/edu-ctr/kenkyu/taiikukyoza.html>

要領、解説、参考資料をお手元にお読みいただくと、より分かりやすいです！
中学校版ハンドブックも参考にしてください。

1 学習指導要領の理解

「学習指導要領」とは、全国どこの学校でも一定の水準が保てるよう、学校教育法等に基づき、文部科学省が定めている教育課程(カリキュラム)の基準を大綱的に定めたもので、校種等ごとに、それぞれの教科等の目標や大まかな教育内容を定めています。また「学習指導要領解説」とは、校種・教科等ごとに学習指導要領の改善の趣旨や内容について解説しています。ここでは要領や解説がどのように示されているか説明します。



(1) 何ができるようになるか

学習指導要領の学びのイメージは図 1 のようになります。「何ができるようになるか」という視点では、「生きる力」をより具体化し、教育課程全体を通して育成を目指す資質・能力が三つの柱(図 2)に整理され、示されています。知・徳・体にわたる「生きる力」を生徒に育むため、「何のために学ぶのか」という学習の意義を共有しながら、教材開発などの創意工夫を引き出していけるよう、全ての教科等を、この三つの柱で再整理し、「何ができるようになるか」を明確化しています。

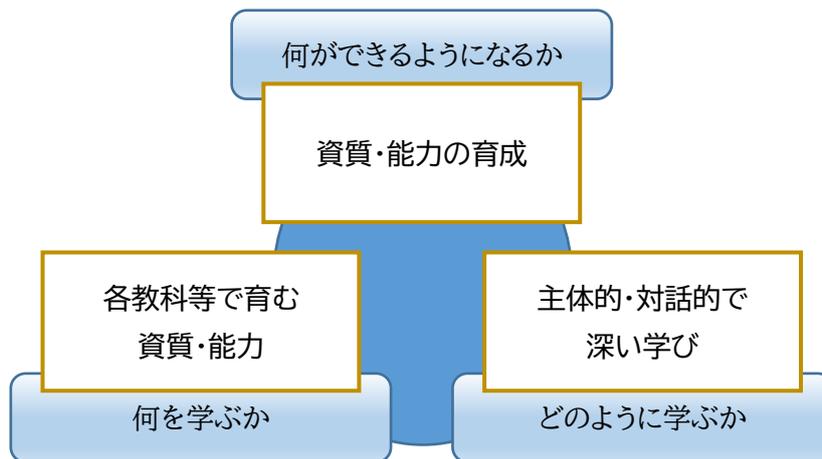


図 1 学習指導要領の学びのイメージ(一部抜粋)¹⁰⁾

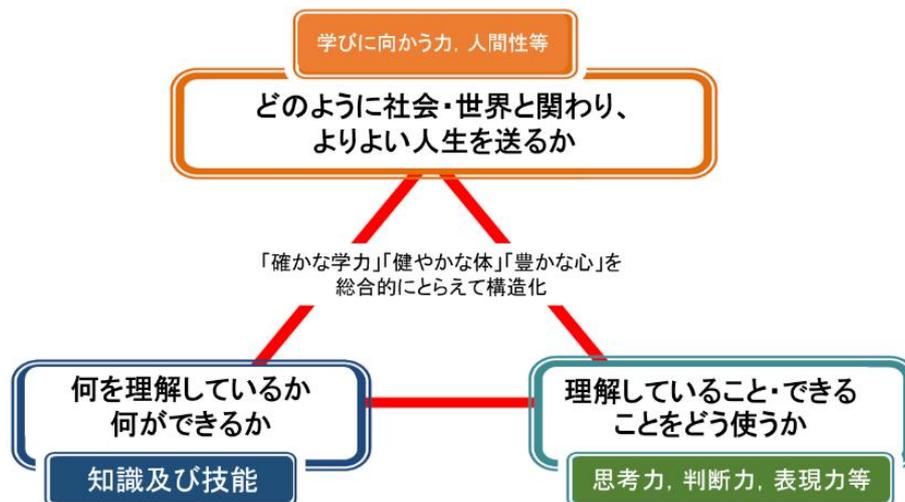


図 2 育成すべき資質・能力の三つの柱¹⁰⁾

(2) 何を学ぶか

要領、解説には、各教科等で育む資質・能力を明確化し、目標や内容についても、三つの柱を踏まえた構造で示されています。

保健体育科の目標と内容

要領に記載されている保健体育科の目標を基に、保健体育とは何を学ぶ教科なのかを整理しましょう。(1)には「知識及び技能」の目標、(2)には「思考力、判断力、表現力等」の目標、(3)には「学びに向かう力、人間性等」の目標が示されています。

保健体育科の目標¹⁾

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。

- (1) 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。
- (2) 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。
- (3) 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。

総則には、「各教科・科目等の特質に応じた物事を捉える視点や考え方(以下『見方・考え方』という。)が鍛えられていくことに留意し、生徒が各教科・科目等の特質に応じた見方・考え方を働かせながら、知識を相互に関連付けてより深く理解したり、情報を精査して考えを形成したり、問題を見いだして解決策を考えたり、思いや考えを基に創造したりすることに向かう過程を重視した学習の充実を図ること」³⁾と示されています。

さらに、この「各教科・科目等の特質に応じた見方・考え方」について、解説には「保健体育における見方・考え方」について次のように示されています。

体育の見方・考え方²⁾

生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現する観点を踏まえ、「運動やスポーツを、その価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす役割の視点から捉え、自己の特性等に応じた『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方と関連付けること」

保健の見方・考え方²⁾

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」

(3) どのように学ぶか ～「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けて～

生徒が、学習内容を人生や社会の在り方と結び付けて深く理解し、これからの時代に求められる資質・能力を身に付け、生涯にわたって能動的に学び続けたりすることができるようにするため、生徒が「どのように学ぶか」という学びの質を重視した「主体的・対話的で深い学び」の視点に立った授業改善を図っていくことが求められています。(図3 参照)

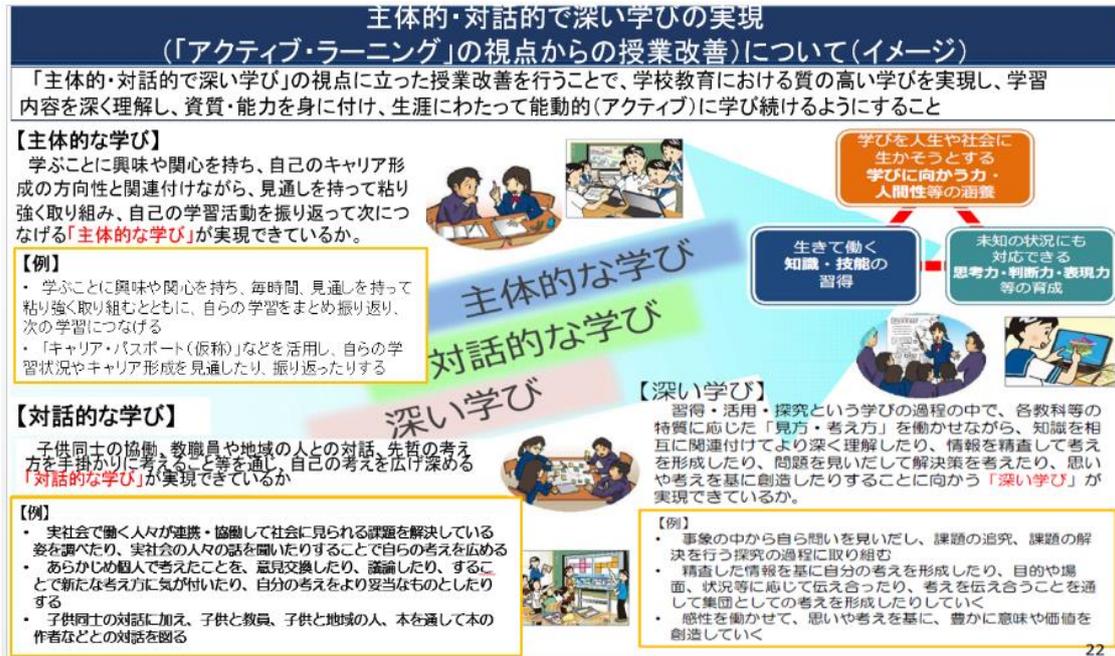


図3¹⁰⁾

図3より「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けて次のような視点での授業改善が考えられます。

「主体的な学び」

- ・生徒が興味や関心を持って、意欲的に取り組める授業
- ・生徒が見通しを持って取り組むことができる授業
- ・生徒が自分の学習を振り返り、次への意欲がわく授業

「対話的な学び」

- ・生徒が自分の考えを広げ深められる授業
- ・生徒が自分で考えを整理し、様々な他者との対話から気付きがある授業

「深い学び」

- ・生徒が知識と知識、知識と技能を結び付けて理解できる授業
- ・生徒が情報を精査して考えを形成したり、それを基に創造したりすることができる授業

また、解説にはすべての運動領域に内容の取扱いとして次のように示されています。²⁾

主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を推進する観点から、必要な知識及び技能(運動)の定着を図る学習とともに、互いに教え合う時間を確保するなどの工夫をしながら、生徒の思考を深めるために発言を促したり、気付いていない視点を提示したりするなど、学びに必要な指導の在り方を追究し、生徒の学習状況を捉えて指導を改善していくことが大切である。

その際、指導事項の精選を図ったり、運動観察のポイントを明確にしたり、ICT を効果的に活用するなどして、体を動かす機会を適切に確保することが大切である。

(4) 解説の読み方

解説の読み方の説明前に、保健体育科における「内容のまとめ」と「単元」について確認しましょう。

保健体育科における「内容のまとめ」とは、要領の「2 内容」の項目等をそのまとめごとに細分化・整理したものです。「内容のまとめ」を意識することで、単元(種目等)を含む領域で取り扱う学習内容を確認することができます。

「内容のまとめ」については、参考資料には次のように記載されています。

高等学校保健体育科における「内容のまとめ」は、以下のようになっている。

第1 体育

[入学年次]

- A 体づくり運動
- B 器械運動
- C 陸上競技
- D 水泳
- E 球技
- F 武道
- G ダンス
- H 体育理論 (1)スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展

[入学年次の次の年次以降]

- A 体づくり運動
- B 器械運動
- C 陸上競技
- D 水泳
- E 球技
- F 武道
- G ダンス
- H 体育理論 (2)運動やスポーツの効果的な学習の仕方
(3)豊かなスポーツライフの設計の仕方

第2 保健

- (1) 現代社会と健康
- (2) 安全な社会生活
- (3) 生涯を通じる健康
- (4) 健康を支える環境づくり

「単元」とは、中央教育審議会答申⁹⁾において「各教科等において、一定の目標や主題を中心として組織された学習内容の有機的な一(ひと)まとまりのこと」⁵⁾と示されています。要領及び解説では表1・2のように示されています。

表1 体育の領域の単元について

	運動に関する領域 (内容のまとまりA～G)	知識に関する領域 (内容のまとまりH)
内容のまとまり (領域)	E 球技 F 武道	H 体育理論
単元	ア ゴール型:サッカー(入学年次) イ 剣道(入学年次の次の年次) 等	・スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展(入学年次) ・運動やスポーツの効果的な学習の仕方(次の年次) ・豊かなスポーツライフの設計の仕方(次の年次以降)
小単元		・入学年次 (ア)スポーツの歴史的発展と多様な変化 等

※「H 体育理論」において、それぞれの単元で(ア)、(イ)、(ウ)で示されている内容を小単元として捉えることもできます。

表2 保健の単元について(設定例)⁵⁾

内容のまとまり	単元例	学年※1	時数※2
(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)健康を支える環境づくり	(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健・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

※1 保健の履修学年については、原則として入学年次及びその次の年次の2か年にわたり履修させることとなっています。単元設定および履修学年は各学校において検討の上決定します。

※2 単元の配当時数については、生徒の実態等を考慮し、各学校において決定します。ここでは、標準単位数が2であることを踏まえ、年間35時間で示してあります。

保健では、内容のまとまりをそのまま「単元」として捉える場合と、内容のまとまりをいくつかの「単元」にわけて単元設定する場合が想定されます。

ア 体育の記載

解説では、体育の内容は、運動に関する領域及び知識に関する領域で構成されています。運動に関する領域は、「A 体づくり運動」、「B 器械運動」、「C 陸上競技」、「D 水泳」、「E 球技」、「F 武道」及び「G ダンス」であり、知識に関する領域は、「H 体育理論」です。

各領域の内容は、運動に関する領域では、(1)知識及び技能(「体づくり運動」は知識及び運動)、(2)思考力、判断力、表現力等、(3)学びに向かう力、人間性等を内容として示しています。

知識に関する領域では、「ア 知識」として、内容のまとまりごとの指導内容を示した上で、(ア)、(イ)、(ウ)に具体的な指導内容を示しています。また、「イ 思考力、判断力、表現力等」、「ウ 学びに向かう力、人間性等」を内容として示しています。²⁾

以上の内容は、各領域でほぼ同じ記載のされ方で示されています。どのように記載されているか、実際に解説を開いて確認してみましょう。

(ア)運動に関する領域「A 体づくり運動」～「G ダンス」の記載

B 器械運動

【入学年次】

器械運動は、マット運動、鉄棒運動、平均台運動及び跳び箱運動で構成され、器械の特性に応じて多くの「技」がある。これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

中学校では、技ができる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技で演技することをねらいとして、第1学年及び第2学年は、「技がよりよくできる」ことなどを、第3学年は、「自己に適した技で演技すること」などを学習している。

高等学校では、これまでの学習を踏まえて、技がよりよくできたり自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、「自己に適した技で演技すること」などが求められる。

したがって、入学年次では、技ができる楽しさや喜びを味わい、運動観察の方法や体力の高め方などを理解するとともに、自己に適した技で演技することができるようにする。その際、技などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにすることが大切である。また、器械運動の学習に自主的に取り組み、よい演技を演じることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にすることなどに意欲をもち、健康や安全を確保することができるようにすることが大切である。

なお、指導に際しては、知識の理解を基に運動の技能を身に付けたり、運動の技能を身に付けることで一層知識を深めたりするなど、知識と技能を関連させて学習させることや、「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」の内容をバランスよく学習させるようにすることが大切である。

(1) 知識及び技能

器械運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

(1) 次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、技の名称や行い方、運動観察の方法、体力の高め方などを理解するとともに、自己に適した技で演技すること。

ア マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技すること。

イ 鉄棒運動では、支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技すること。

ウ 平均台運動では、体操系やバランス系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技すること。

エ 跳び箱運動では、切り直し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと。

器械運動の各種目には多くの技があることから、これらの技を、運動の構造に基づい

紙面例

解説 P. 58～59

入学年次の器械運動

て、系、技群及びグループの視点によって系統的に分類した。系とは各種目の特性を踏まえて技の課題の視点から大きく分類したものである。技群とは類似の課題や技術の視点から分類したものである。グループとは類似の課題や技術に加えて、運動の方向や運動の経過の視点から分類したものである。さらに、各系統の技は、発展性を考慮して示している。なお、平均台運動と跳び箱運動については、技の数が少ないことから系とグループのみで分類している。この分類については、小学校から高等学校までの一貫性を図ったものである。

○ 知識

技の名称や行い方では、中学校段階の学習を踏まえ、新たに学習する技や系、技群、グループの名称を理解できるようにする。また、技の行い方では、技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントがあり、同じ系統(技群、グループ)の技には共通性があることを理解できるようにする。

運動観察の方法では、自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることを理解できるようにする。例えば、仲間の演技からよい動き方を見付けたり、ビデオなどの映像を通して自己の演技と仲間の演技の違いを比較したりすることで、自己の取り組むべき技術的な課題が明確になり、学習の成果を高められることを理解できるようにする。

体力の高め方では、器械運動のパフォーマンスは、体力要素の中でも、それぞれの種目や系、技群、グループにより種目や技の動きに関連して筋力や柔軟性、平衡性などに強く影響される。そのため、技と関連させた補助運動や部分練習を取り入れ、繰り返し、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることを理解できるようにする。

などの例には、発表会や競技会の行い方がある。発表会での評価方法、競技会での競技方法や採点方法、運営の仕方などがあることを理解できるようにする。

指導に際しては、動きの獲得を通して一層知識の大切さを実感できるようにすることや知識を活用し課題を発見・解決するなどの「思考力、判断力、表現力等」を育む学習につながるよう、汎用性のある知識を精選した上で、知識を基盤とした学習の充実を図ることが大切である。

また、中学校で取り上げた「特性や成り立ち」、「技の名称や行い方」、「関連して高まる体力」などについての理解が不十分な場合は、中学校学習指導要領解説で示した指導内容を改めて取り上げるなどの配慮をすること。

〈例示〉

- ・技の行い方は技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントがあり、同じ系統の技には共通性があること。
- ・自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察と他者観察などの方法があること。
- ・技と関連させた補助運動や部分練習を取り入れることにより、結果として体力を

記載内容の説明

領域名

[入学年次]

(領域)は、～中略～ のできる運動(領域)である。

中学校では、～中略～ 学習している(取り組んでいる)。

高等学校では、これまでの学習を踏まえて、～中略～ が求められる。

したがって、入学年次では、～中略～ などを理解するとともに、～中略～ をできるようにする。その際、～中略～ などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにすることが大切である。また、(領域)の学習に(自主的に取り組む ルールやマナーを大切にする 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にする 健康や安全を確保することができる)ことができるようにすることが大切である。

なお、指導に際しては、～中略～ が大切である。

(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

※

※は次のようにそれぞれ示されている

(領域)について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

(要領の内容)

(内容の解説)

〈例示〉

[入学年次の次の年次以降]

入学年次の次の年次(その次の年次)以降の(領域)では、～中略～ ことができるようにする。

なお、(領域)の多様な楽しさや ～中略～ 味わうことである。

指導に際しては、～中略～ が大切である。

～以下略～

領域の特性

中学校・高等学校の
学習内容の接続

「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」
の内容

指導上の留意事項
(全ての領域で同じ
内容)

「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
内容について
それぞれ
・要領の内容()内)
・(内容の解説)
・〈例示〉
が記載されていま
す。

入学年次、入学年次
の次の年次以降の学
習内容の接続

以下は、入学年次と
同じ構成

(イ) 知識に関する領域「H 体育理論」の記載

H 体育理論

体育理論の内容は、中学校体育理論の学習成果を踏まえ、「する、みる、支える、知る」といった生涯にわたる豊かなスポーツライフを卒業後も主体的に実践できるようにするため、主に現代におけるスポーツの意義や価値、科学的、効果的なスポーツの実践、豊かなスポーツライフの設計等に関わる内容で構成されている。

特に、高等学校では、スポーツから得られる恩恵とスポーツについての課題の双方から、多角的に思考し判断し表現する学習を通して、個人がスポーツ文化を創造する主体となっていることに気付くことを目指している。

なお、運動に関する領域との関連で指導することが効果的な内容については、各運動に関する領域の「(1) 知識及び技能」で扱うこととしている。

指導に際しては、運動に関する領域において、具体的な知識と汎用的な知識との往還を図るなどして、知識を効果的に理解することができるようにするとともに、体育理論、体づくり運動及び保健の学習成果を関連させ、それぞれの領域の学習に生かすこととしていることから、その基盤となる体育理論で学ぶ知識を確実に身に付けておくことが重要である。

1 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展

A 知識

- (1) スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について、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。

A スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解すること。

- (7) スポーツは、人類の歴史とともに始まり、その理念が時代に応じて多様に変容してきていること。また、我が国から世界に普及し、発展しているスポーツがあること。
- (4) 現代のスポーツは、オリンピックやパラリンピック等の国際大会を通して、国際親善や世界平和に大きな役割を果たし、共生社会の実現にも寄与していること。また、ドーピングは、フェアプレイの精神に反するなど、能力の限界に挑戦するスポーツの文化的価値を失わせること。
- (9) 現代のスポーツは、経済的な波及効果があり、スポーツ産業が経済の中で大きな影響を及ぼしていること。また、スポーツの経済的な波及効果が高まるにつれ、スポーツの高潔さなどが一層求められること。
- (2) スポーツを行う際は、スポーツが環境や社会にもたらす影響を考慮し、多様性への理解や持続可能な社会の実現に寄与する責任ある行動が求められること。

中学校では、運動やスポーツの必要性和楽しさ、現代社会におけるスポーツの文化的意義、国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な役割、人々を結び付けるスポーツの文化的な働きなどについて学習している。

ここでは、その学習を踏まえ、スポーツの発展は、人々に文化的、社会的、経済的な

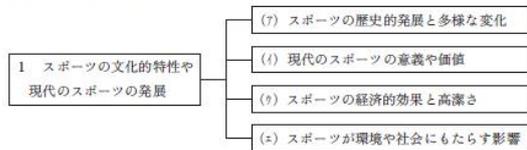
紙面例

解説 P. 176～177

入学年次の体育理論

恩恵をもたらしていること、一方、スポーツへの社会の関心や期待が高まることで課題も生じることについて理解することが求められる。その理解を基盤として、現代のスポーツを持続可能な大切な文化として捉え、育てていくためには、現在及び将来において、一人一人のよりよい関わり方が重要であることについて、スポーツから得られる恩恵とスポーツについての課題の双方から自己の関わり方を考え深めていく必要がある。

このため、本内容では、スポーツの変容や我が国から世界に発展したスポーツがあること、スポーツが国際親善や世界平和、共生社会の実現に貢献していること、スポーツの文化的価値を失わせる行為としてドーピングがあること、現代社会ではスポーツは経済的な波及効果があり、その高まりとともに市民としての責任ある行動が求められていること、持続可能なスポーツの推進には、環境や社会にもたらす影響を考慮することなどを中心として構成している。



(7) スポーツの歴史的發展と多様な変化

スポーツは、人類の歴史とともに世界各地で日常の遊びや生活などから生まれてきたこと、近代になって、スポーツは娯楽から競技に変化し、一般の人びとに広がっていったこと、現代では、競技だけでなく、広く身体表現や身体活動を含む概念としてスポーツが用いられるようになってきており、その理念が時代に応じて多様に変容してきていることを理解できるようにする。

また、近年では、我が国から世界に普及し、発展しているスポーツがあり、日本の文化の発信に貢献していることを理解できるようにする。

(4) 現代のスポーツの意義や価値

現代のスポーツは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしており、その代表的なものにオリンピックやパラリンピック等の国際大会があることを理解できるようにする。

オリンピックムーブメントは、オリンピック競技大会を通じて、人々の友好を深め世界の平和に貢献しようとするものであること、また、パラリンピック等の国際大会が、障害の有無を超えてスポーツを楽しむことができる共生社会の実現に寄与していることについて理解できるようにする。

なお、現代のオリンピック競技種目の多くは、19世紀にイギリスで発祥し発展してきたことについても触れるようにする。

また、競技会での勝利が個人や国家等に多大な利益をもたらすようになるとドーピング(禁止薬物使用等)が社会問題として取り上げられるようになったこと、ド

解説での体育の各領域(体育理論を除く)における指導内容の示し方

知識

指導内容は「～を理解できるようにする」と示されています。

「～触れるようにする」「～取り上げるようにする」などは関連させて話題にする内容

技能

指導内容が例示に示されています。

思考力、判断力、表現力等

「課題を発見する」「取り組み方を工夫する」(思考力、判断力)

「考えたことを他者に伝える」(表現力)と示されています。

学びに向かう力、人間性等

愛好的態度、公正、協力、責任、参画、共生及び健康・安全の具体的な指導内容が示されています。

記載内容の説明

H 体育理論

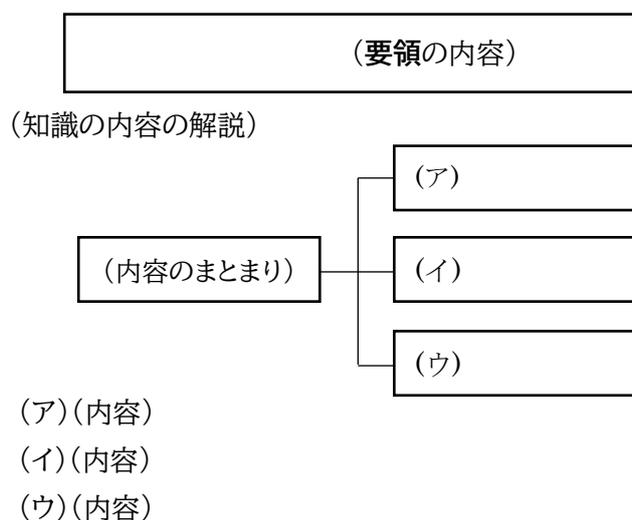
[入学年次]

体育理論の内容は、～中略～ 構成されている。
特に、高等学校では、～中略～ 目指している。
なお、運動に関する領域との関連で指導することが効果的な内容については、～中略～ で扱うものとしている。
指導に際しては、～中略～ 重要である。

○ (内容のまとめり)

ア 知識

(1) (領域の内容) について、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。



イ 思考力、判断力、表現力等

～中略～

〈例示〉

ウ 学びに向かう力、人間性等

～中略～

〈例示〉

[入学年次の次の年次]

～以下略～

体育理論の内容

生徒に身に付けさせたい内容

運動に関する領域との関連

指導上の留意事項

単元の構成図

「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」の内容についてそれぞれ
・要領の内容(□内)
・内容の解説が記載されています。

以下は、入学年次と同じ構成

※他に、運動に関する領域、知識に関する領域とも「内容の取扱い」として、取り扱う学年、指導において配慮(考慮)する内容が示されています。

イ 保健の記載

解説では、保健は「現代社会と健康」、「安全な社会生活」、「生涯を通じる健康」及び「健康を支える環境づくり」の四つの内容で構成されています。

「ア 知識」として、内容のまとめりごとの指導内容を示した上で、(ア)、(イ)、(ウ)、…に具体的な指導内容を示しています。また、「イ 思考力、判断力、表現力等」の内容が示されていますが、「ウ 学びに向かう力、人間性等」の内容は示していません。²⁾

などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明すること。

(3) 生涯を通じる健康

(3) 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。

(7) 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。

(4) 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ことがあること。

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、それらを表示すること。

生涯の各段階においては、健康に関わる様々な課題や特徴がある。生涯にわたって健康に生きていくためには、生涯の各段階と健康との関わりを踏まえて、適切な意思決定や行動選択及び社会環境づくりが不可欠であることを理解するとともに、生涯の各段階や労働における健康課題の解決に向けて思考・判断・表現できるようにする必要がある。

このため、本内容は、思春期、結婚生活、加齢の各段階において、健康、行動、生活などに課題や特徴があること、また労働の形態や環境の変化に伴った健康及び安全の課題があること、それらを踏まえ、自他の健康管理、安全管理及び環境づくりを行う必要があること、労働に関わる社会資源などを適切に活用することなどを中心に構成している。

紙面例

解説 P. 207～208

ア 知識

(7) 生涯の各段階における健康

⑦ 思春期と健康

思春期における心身の発達や性的成熟に伴う身体面、心理面、行動面などの変化に関わり、健康課題が生じることがあることを理解できるようにする。その際、これらの変化に対応して、自分の行動への責任感や異性を理解したり尊重したりする態度が必要であること、及び性に関する情報等への適切な対処が必要であることを理解できるようにする。

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。

⑧ 結婚生活と健康

結婚生活について、心身の発達や健康の保持増進の観点から理解できるようにする。その際、受精、妊娠、出産とそれに伴う健康課題について理解できるようにするとともに、健康課題には年齢や生活習慣などが関わることについて理解できるようにする。また、家族計画の意義や人工妊娠中絶の心身への影響などについても理解できるようにする。また、結婚生活を健康に過ごすには、自他の健康に対する責任感、良好な人間関係や家族や周りの人からの支援、及び母子の健康診査の利用や保健相談などの様々な保健・医療サービスの活用が必要であることを理解できるようにする。

なお、妊娠のしやすさを含む男女それぞれの生殖に関わる機能については、必要に応じ関連付けて扱う程度とする。

⑨ 加齢と健康

中高年期を健やかに過ごすためには、若いときから、健康診断の定期的な受診などの自己管理を行うこと、生きがいをもつこと、運動やスポーツに取り組むこと、家族や友人などとの良好な関係を保つこと、地域における交流をもつことなどが関係することを理解できるようにする。また、高齢期には、加齢に伴い、心身の機能や形態が変化すること、その変化には個人差があること、疾病や事故のリスクが高まること、健康の回復が長期化する傾向にあることについて理解できるようにする。

さらに、高齢社会では、認知症を含む疾病等への対処、事故の防止、生活の質の保持、介護などの必要性が高まることなどから、保健・医療・福祉の連携と総合的な対策が必要であることを理解できるようにする。その際、心身の機能障害及びリハビリテーションについても触れるようにする。

(4) 労働と健康

⑦ 労働災害と健康

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に変化してきたことを理解できるようにする。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

解説での保健の指導内容の示し方

知識

指導内容は「～を理解できるようにする」と示されています。

「～触れるようにする」「～取り扱う」などは関連させて話題にする内容

技能

「日常的な応急手当」「心肺蘇生法」に「～ができるようにする」と示されています。

思考力、判断力、表現力等

「課題を発見する」「解決方法を考え、適切な方法を選択する」(思考力、判断力)

「伝え合う」(表現力)と示されています。

学びに向かう力、人間性等

指導内容は具体的には示されていません。

記載内容の解説

単元名

要領の内容

(単元名)は、～中略～ している。○○するためには、～中略～ であることを理解するとともに、～中略～ に向けて思考・判断・表現できるようにする必要がある。

このため、本内容は、(単元に関する内容)などの知識(及び技能)と(単元に関する内容)に関する課題を解決するための思考力、判断力、表現力等を中心として構成している。

内容のまとめ

ア 知識(及び技能)
 (ア)単元名
 ㊦ 小項目
 (知識の内容の解説)

イ 思考力、判断力、表現力等
 (思考力、判断力、表現力等の内容の解説)
 〈例示〉～以下略～

単元における現状・課題

「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」の内容

単元の構成図

「知識及び技能」の内容、「思考力、判断力、表現力等」の内容と例示について記載されています。

※他に、「内容の取扱い」として、取り扱う年次、指導において配慮(考慮)する内容が示されています。

(5) 12年間の学びの系統性

小学校からの系統性を踏まえた指導内容

単元指導計画を立てる際には、小学校から高等学校までの12年間を見通した系統性のある指導内容となるように考慮しましょう。中央教育審議会答申では、保健体育科の指導内容について、体育、保健とも「小学校、中学校、高等学校を通じて系統性のある指導ができるように示す必要がある⁹⁾」としています。これを受けて、解説では、運動に関する領域の内容には中学校段階との接続、内容の取扱いに当たっての配慮事項には小学校第5学年から高等学校までの系統表が示されています。²⁾

つまり、単元指導計画を立てる際には、高等学校3年間の見通しだけでなく、小学校、中学校との接続や発達段階のまとまりに応じた系統性のある指導内容を考える必要があるということです。特に、高等学校は12年間のゴールにあたります。小学校や中学校の先生が高等学校の授業を見た時に、その授業や生徒の姿からゴールを目指しているということが分かるような授業づくりを目指しましょう。

ア 「体育」の系統性

小学校から高等学校までの12年間を見通して、「各種の運動の基礎を培う時期」、「多くの領域の学習を経験する時期」、「卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わることができるようにする時期」といった発達の段階のまとまり(図4)を踏まえ、系統性を踏まえた指導内容が要領、解説には示されています。

		各種の運動の基礎を培う時期				多くの領域の学習を経験する時期				卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わることができるようにする時期			
		小学校						中学校		高等学校			
		1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	1年生	2年生	3年生	入学年次	次の年次	それ以降
運動領域等	体つくりの運動遊び	体つくり運動		体つくり運動		体つくり運動		体つくり運動		体つくり運動		体つくり運動	
	器械・器具を用いた運動遊び	器械運動		器械運動		器械運動		器械運動		器械運動		器械運動	
	走・跳の運動遊び	走・跳の運動		陸上運動		陸上競技		陸上競技		陸上競技		陸上競技	
	水遊び	水泳運動		水泳運動		水泳		水泳		水泳		水泳	
	表現リズム遊び	表現運動		表現運動		ダンス		ダンス		ダンス		ダンス	
	ゲーム	ゲーム		ボール運動		球技		球技		球技		球技	
						武道		武道		武道		武道	
							体育理論		体育理論				
保健領域等			保健				保健		保健				
年間授業時間数等	102時間	105時間	105時間	105時間	90時間	90時間	105時間	105時間	105時間	体育3年間で7~8単位 保健1単位 保健1単位			

必修

選択

図4 体育・保健体育 指導内容の体系化⁶⁾

イ「保健」の系統性

小学校体育科保健領域、中学校保健体育科保健分野、高等学校保健体育科「保健」の学習は、生涯を通じて自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を育成することを目標として学習内容が体系的に位置付けられています(図5)。高等学校「保健」の目標としては、「個人及び社会生活における健康・安全に関する内容」について「総合的に理解できるようにする」と示されています。²⁾

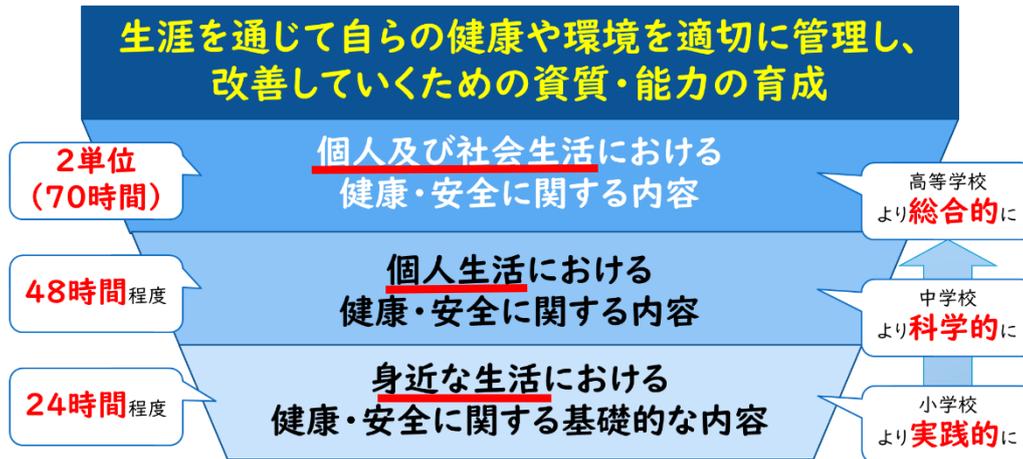


図5 保健における体系イメージ^{7)※}

※吹き出し部分・赤線は筆者記入

また、「保健」の学習内容については、小学校から高等学校まで概ね同様の内容について系統的、発展的に学びを深めていくように構成されており(図6)、指導に当たっては、それぞれの発達の段階に応じて指導を工夫することが求められています。

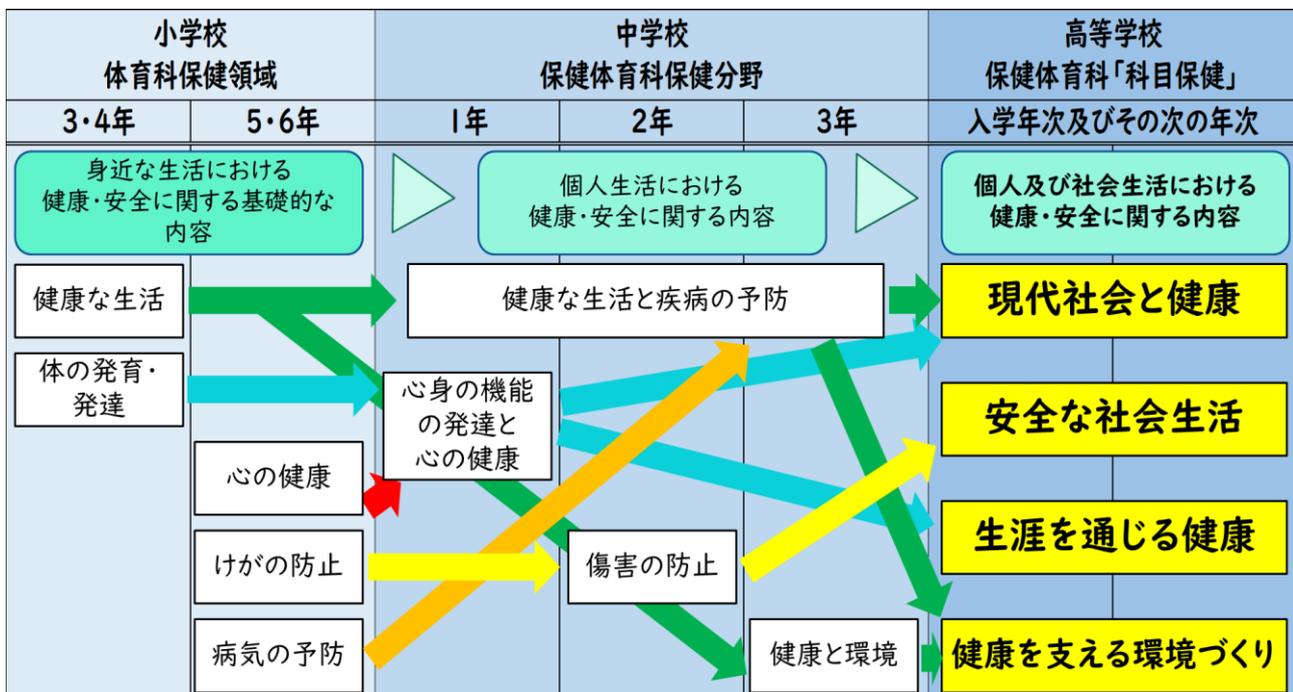
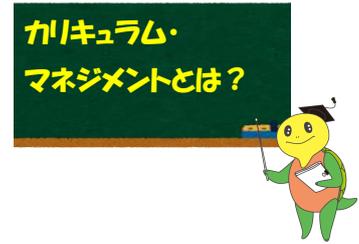


図6 保健における内容の系統性

2 カリキュラム・マネジメントの検討

(1) 保健体育科におけるカリキュラム・マネジメント

中央教育審議会答申には、各学校が設定する学校教育目標を実現するために、**要領**等に基づき教育課程を編成し、それを実施・評価し改善していく「カリキュラム・マネジメント」の重要性が示されました。⁹⁾また**解説**には、保健体育科における「カリキュラム・マネジメント」の考え方が、次のように示されています。²⁾



・3年間の見通しをもった年間指導計画の作成²⁾

「指導計画の作成と内容の取扱い」を踏まえた、3年間の見通しをもった年間指導計画の作成に当たり体育及び保健の指導内容の関連を踏まえること、体育・健康に関する指導につながる健康安全、体育的行事等との関連について見通しをもつなど、保健体育科を中心とした「カリキュラム・マネジメント」の視点から計画を立てることが大切です。

・生徒の現状に基づいた計画の作成・実施・評価・改善²⁾

年間指導計画で配当した單元ごとの指導計画を作成する際、資質・能力の三つの柱の具体的な指導内容を計画的に配当し、**要領**の趣旨を踏まえた指導を充実することが大切です。その際、生徒の実情、教員数、施設の要件等を踏まえた無理のない計画に基づく実施とその評価及び計画の改善を一体のものとして推進することが、教科における「カリキュラム・マネジメント」として大切です。

※教育課程における「カリキュラム・マネジメント」については52ページを参照。

・地域の人的・物的資源等の活用²⁾

生徒の主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善の推進に向けて、必要に応じて、地域の人的・物的資源等の活用を検討することも大切です。特に、障害のある生徒等への支援や実生活へのつながりを充実する観点から、活用可能な地域等の人的・物的資源等との連携を図り、指導の充実につなげることが学校と社会をつなぐ「カリキュラム・マネジメント」として大切です。

(2) 「単元観」「生徒観」「指導観」について

授業づくりをするうえで、この三つの項目を考えることは大切なことです。

・単元観:単元の指導内容や教材の特性(運動領域では、当該の運動やスポーツの特性)

一般的な価値や特性に加え、生徒から見た特性も考慮します。

・生徒観:生徒の普段の様子や当該の領域等における状況

単元の指導内容や教材に関する理解度、既習経験等も考慮します。

・指導観:指導内容や教材の特性、生徒の実態を踏まえた具体的な指導の方法・方向性

目指す生徒像に迫るための工夫点も考慮します。

単元観や生徒観を考えることは、学習内容・教材がどのようなものなのか(例:この運動の特性は何か)、対象がどのような生徒なのかを理解していくことにつながります。

そして、指導観を考えることは、単元観、生徒観を踏まえて、どのような授業(単元)をつくるのかと、イメージを膨らませ、最終的には、学習の道筋(プロセス)や目指す生徒の姿(ゴール)を明確にした授業設計へとつながります。

(3) 指導内容の関連を図った指導計画

資質・能力の三つの柱の指導に当たっては、これらの指導内容を個別に取り扱うのではなく、それぞれが相互に密接に関連していることに留意するとともに、運動に関する領域と体育理論との関連を図りながら指導することが重要です。

例えば、解説の「知識」に示されている具体的な知識と汎用的な知識との往還を図りながら、自主的・主体的に「技能」の習得を目指すとともに、「知識」と「技能」の関連を図ることの重要性を認識することで「知識及び技能」が育まれること、具体的な知識と汎用的な知識との往還を図りながら、仲間と協働する場面を設定するなどして運動実践につながる態度などの育成を目指すことで「学びに向かう力、人間性等」が育まれること、これらの資質・能力を育成する過程において、課題の解決に向けて思考し判断するとともに表現する活動を効果的に設定することで「思考力、判断力、表現力等」が育まれることなどが示されています。このように、指導内容の相互の関連を図る学習を単元や年間、校種のつながりを通して積み重ねることで、豊かなスポーツライフを継続する資質・能力の育成と、明るく豊かで活力ある生活を営む態度につながることができます。

主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を推進する観点から、内容のバランスのよい配置や、指導と評価の時期等の効果的な配置について十分に検討するとともに、カリキュラム・マネジメントを実現する観点から、「体育」及び「保健」の指導内容の関連を踏まえること、また体育・健康に関する指導や体育的行事等との関連を踏まえた3年間を見通した年間指導計画を作成しましょう。²⁾

(4) 年間指導計画

図7は、神奈川県教育委員会保健体育課より示されている年間指導計画の様式の例です。本ハンドブックでは、領域の配置例を22ページに、紙面の都合上、異なる様式を使い示していますので参考にしてください。

(様式1) 令和3年度保健体育科年間指導計画

学校名: _____ 学校 課程: _____ 制 学校番号: _____ 記載者: _____

学校教育目標 _____ 教科目標 _____

学習指導要領 _____ 授業時間 _____ 分 1単位時間 _____ 時間 _____ 分 学期 _____ 期制 _____ プールの有無 _____

↑ 1750分以上となるように1単位時間を設定してください。
(授業時間と1単位時間を入力すると自動計算されます)

科目	履修	年次	学習形態	単位	単位数																																		
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
体育	必修	1			※適宜、行を挿入したり、削除してください。但し、週数(35週)は変更しないで、A4サイズ1枚にしてください。																																		
		2																																					
		3																																					
特別活動	体育的行事	1																																					
		2																																					
		3																																					
選択	必修	1		1																																			
		2		1																																			
学校設定科目		なし	あり	一 年次、単位数、科目名を記入																																			
単位認定を伴う集中講座		なし	あり	一 年次、単位数、内容(講座名)を記入																																			

図7 年間指導計画様式

年間指導計画を立てる際には、まず**要領**や**解説**に示されている各科目の「内容の取扱い」や「各科目にわたる指導計画と内容の取扱い」を確認します。以下に年間指導計画作成の際のチェック項目例を示しましたので、自校の年間指導計画について確認してみましょう。

- 「体づくり運動」及び「体育理論」については、各年次において全ての生徒が履修している。
- 入学年次においては、「器械運動」、「陸上競技」、「水泳」及び「ダンス」についてはこれらの中から一つ以上を、「球技」及び「武道」についてはこれらの中から一つ以上をそれぞれ選択して履修できる。
- 入学年次のその次の年次以降においては、「器械運動」から「ダンス」までの中から二つ以上を選択して履修できる。
- 「体づくり運動」に示されている「体ほぐしの運動」と「実生活に生かす運動の計画」については、全ての生徒が履修している。
- 「体づくり運動」は各年次で、授業時数が2単位の学年については7単位時間以上、3単位の学年については10単位時間を目安として配当している。
- 「器械運動」は、「マット運動」「鉄棒運動」「平均台運動」「跳び箱運動」の中※から選択して履修できる。
- 「陸上競技」は、「短距離走・リレー、長距離走、ハードル走」「走り幅跳び、走り高跳び、三段跳び」「砲丸投げ、やり投げ」の中※から選択して履修できる。
- 「水泳」は、「クロール」「平泳ぎ」「背泳ぎ」「バタフライ」「複数の泳法で長く泳ぐこと又はリレーをすること」の中※から選択して履修できる。
- 「球技」は、入学年次においては、「ゴール型」「ネット型」「ベースボール型」の中※から二つを、その次の年次以降においては、一つを選択して履修できる。
- 「ゴール型」については、バスケットボール、ハンドボール、サッカー、ラグビーの中から、「ネット型」については、バレーボール、卓球、テニス、バドミントンの中から、「ベースボール型」については、ソフトボールを適宜取り上げる。
- 「武道」は、「柔道」又は「剣道」のいずれかを選択して履修できる。
- 「ダンス」は、「創作ダンス」「フォークダンス」、「現代的なリズムのダンス」の中※から選択して履修できる。
- 「体育理論」は、「スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展」は入学年次、「運動やスポーツの効果的な学習の仕方」はその次の年次、「豊かなスポーツライフの設計の仕方」はそれ以降の年次で取り上げる。
- 「体育理論」は、各年次で6単位時間以上を配当している。
- 「保健」は、原則として入学年次及びその次の年次の2年間で履修している。

※ 履修できる運動の数については、特に制限はありませんが、指導内容の習熟を図ることができるよう、十分な時間を配当することが大切です。また、生徒の体力や技能の程度に応じて健康・安全の確保に配慮することも大切です。なお、履修する運動は、運動場や体育館、武道場、プールなどの施設、指導者、文化など、学校や地域の実態に応じて設定することもできます。

高等学校においては、自ら運動に親しむ能力を高め、運動やスポーツに多様な形で関わるができるようになるため、入学年次では中学校第3学年との接続を重視して、選択のまとまりの中から選択した領域について自主的に取り組むことができるようにし、その次の年次以降では、全ての領域から選択し、生涯にわたる豊かなスポーツライフを継続する資質・能力の育成に向け、知識と技能をより一層関連させ、主体的に取り組むことができるよう配慮することが大切です。このため、希望する生徒に対して、各領域の学習機会が確保されるよう年間指導計画を工夫することが大切です。²⁾

2期	3期	月	週	入学年次 (3単位)			その次の年次 (2単位)			それ以降の年次 (3単位)			
				1	2	3	1	2		1	2	3	
前	1	4	1	オリエンテーション			オリエンテーション			オリエンテーション			
			2	体づくり運動(5)	【選択Ⅰ】(18) 器械運動 (マット運動 ・跳び箱運動/平均台運動) 陸上競技 (短距離走・ハードル走 ・リレー) ダンス (現代的なリズムのダンス)		体づくり運動(3)			体づくり運動(5)	【選択Ⅰ】(18) ダンス (創作ダンス/ 現代的なリズムのダンス) 他2領域を設定 (全領域から生徒が選択した ものを設定)		
			3	体育理論(3)			体育理論(3)	【選択Ⅰ】(11)	体育理論(3)				
			4			器械運動 (マット運動/跳び箱運動 /平均台運動) 陸上競技 (短距離走 ・ハードル走/走り幅跳び)							
			5	5									
			6	6									
			7	7									
			8	8									
			9	9									
			10	10									
			11	11									
			後	2	10	11	【選択Ⅱ】(18) 器械運動(鉄棒運動・跳び箱運動) 陸上競技 (走り幅跳び/走り高跳び・砲丸投げ) 水泳(クロール・平泳ぎ)			【選択Ⅱ】(12) 水泳(4泳法から2) 球技ネット型(テニス) 武道(剣道)			【選択Ⅱ】(18) 水泳(4泳法から2以上) 他2領域を設定 (全領域から生徒が選択したものを設定)
12													
13													
14													
15													
16													
17	【選択Ⅲ】(16) 球技ゴール型(サッカー) 球技ネット型(バレーボール) 武道(柔道)					体育理論(3)			体育理論(3)				
18													
19													
20													
21	陸上競技 (長距離走) (4)					【選択Ⅲ】(14) 球技ゴール型 (バスケットボール) 球技ベースボール型 (ソフトボール) ダンス (創作ダンス ・フォークダンス)			陸上競技 (長距離走) (4)		【選択Ⅲ】(24) 武道(柔道) 他2領域を設定 (全領域から生徒が選択した ものを設定)		
22													
23													
24													
25	【選択Ⅳ】(16) 球技ゴール型(バスケットボール) 球技ベースボール型(ソフトボール) 武道(剣道)		陸上競技 (長距離走) (4)			体づくり 運動(5)							
26													
27													
3	3	1	28	体育理論(3)	【選択Ⅴ】(16) 球技ゴール型(ラグビー) 球技ネット型(卓球) 武道(柔道)		体づくり 運動(4)						
			29										
			30										
			31										
			32	体づくり 運動(5)		【選択Ⅳ】(15) 球技ゴール型(サッカー) 球技ネット型 (バドミントン) 武道(剣道)			【選択Ⅳ】(24) 球技2領域 他1領域を設定 (全領域から生徒が選択したものを設定)				
			33										
34													
35													
保健(1単位) の内容 ()は時数				現代社会と健康 健康の考え方(5) 現代の感染症とその予防(5) 生活習慣病などの予防と回復(5) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康(5) 精神疾患の予防と回復(5) 安全な社会生活 安全な社会づくり(5) 応急手当(5)			生涯を通じる健康 生涯の各段階における健康(8) 労働と健康(6) 健康を支える環境づくり 環境と健康(6) 食品と健康(5) 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関(4) 様々な保健活動や社会対策(3) 健康に関する環境づくりと社会参加(3)						

図8 年間指導計画の例

※ 「○/△」は○か△の選択 「○・△」は○と△を履修

例:「マット運動・跳び箱運動/平均台運動」⇒マット運動と跳び箱運動もしくは平均台運動を履修

3 単元指導計画の作成

(1) 単元指導計画の書き方例『体育』

参考資料の第3編事例1の「器械運動」を参考に示しています。

★については36、37ページを参照してください。

詳しい作成の手順については
中学校版ハンドブックを
参考にしてください！



保健体育科 単元指導計画

指導者 神奈川 かな

【単元計画】

- ① 1 単元 器械運動
- ② 2 内容のまとめり B 器械運動
- 3 対象 3年1組36名
- 4 期間 令和4年4月11日(月)～6月10日(金)
- 5 場所 体育館

③ 6 単元について

(1) 単元観

器械運動は、マット運動、鉄棒運動、平均台運動及び跳び箱運動で構成され、器械の特性に応じて多くの「技」がある。これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

高等学校では、これまでの学習を踏まえて、技がよりよくできたり自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、「自己に適した技で演技する」ことなどが求められている。

(2) 生徒観

全体として、体育の授業への取り組みは良く、教員の話聞く姿勢もできている。生徒同士の前向きな声の掛け合いができる雰囲気もできている。

1・2年次の申送りによると、器械運動の技能においては差が見受けられ、人前で演技したり発表したりすることが苦手な生徒もいたようではあるが、授業の雰囲気づくりの工夫により、改善が見込まれる。また、2年次において器械運動を選択していない生徒もいるため、安全面への指導は確実にを行う必要がある。

(3) 指導観

本単元では、「技」ができる楽しさや喜びを味わうことのできる学習内容に加えて、「技」の出来映えについて生徒同士で確認し、お互いのよい演技を讃え合えるような活動を取り入れる。安全面については、はじめの診断的な段階で自己の実現状況を確認させ、自己の能力に適した学習の計画を立てられるようにする。この活動を通して、3年次の他の単元にも生かせる「思考力、判断力、表現力等」の資質・能力を育むことにつなげる。



7 単元の目標

(1) 次の運動について、技がよりよくできたり自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技の名称や行い方、(体力の高め方)、(課題解決の方法)、発表の仕方(など)を理解するとともに、自己に適した技で演技することができるようにする。

ア マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができるようにする。

イ 鉄棒運動では、支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができるようにする。

ウ 平均台運動では、体操系やバランス系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができるようにする。

エ 跳び箱運動では、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うことができるようにする。

(2) 生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。

(3) 器械運動に主体的に取り組むとともに、(よい演技を讃えようとする)、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする(など)や、(健康・安全を確保すること)ができるようにする。



8 内容のまとめりとごとの評価規準【※場合によっては省略可能】

知識・技能		思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
○知識 ・技の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、発表の仕方などについて理解している。	○技能 ・マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができる。 ・鉄棒運動では、支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができる。 ・平均台運動では、体操系やバランス系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができる。 ・跳び箱運動では、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うことができる。	・生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	・器械運動に主体的に取り組むとともに、よい演技を讃えようとする、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする(など)をしたり、健康・安全を確保したりしている。

9 全ての単元の評価規準

知識・技能		思考・判断 ・表現	主体的に学習に 取り組む態度
<p>○知識 ①器械運動では、技の系、技群、グループの系統性の名称があり、それぞれの技には、技能の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の仕方があることについて、学習した具体例を挙げている。 ・器械運動の種目によって必要な体力要素があり、その種目の技能に関連させながら体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 ・課題解決の方法では、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習方法などの選択と実践、演技や発表を通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 ②自己の能力に応じた技で組み合わせたり、異なる技群で構成したりするなどの発表に向けた演技構成の仕方があることについて、言ったり書き出したりしている。 ・発表会や競技会で、演技構成の仕方、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、学習した具体例を挙げている。</p>	<p>○技能 ア マット運動 ○接転技群 ①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて回ることができる。 ②開始姿勢や終末姿勢、組合せの動きや支持の仕方などの条件を変えて回ることができる。 ③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで回ることができる。 ○ほん転技群 ①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて回転することができる。 ②開始姿勢や終末姿勢、支持の仕方や組合せの動きなどの条件を変えて回転することができる。 ③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで回転することができる。 ○平均立ち技群 ①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて静止することができる。 ②姿勢、体の向きなどの条件を変えて静止することができる。 ③学習した基本的な技の条件を発展させて、一連の動きで静止することができる。 イ 鉄棒運動 ○前方支持回転技群 ①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて前方に回転することができる。 ②開始姿勢や組合せの動き、鉄棒の握り方などの条件を変えて前方に回転することができる。 ③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで前方に回転することができる。 ○後方支持回転技群 ①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて後方に回転することができる。 ②開始姿勢や終末姿勢、組合せの動きなどの条件を変えて後方に回転することができる。 ③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで後方に回転することができる。 ○懸垂技群 ①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて体を前後に振ることができる。 ②組合せの動きや握り方などの条件を変えて体を前後に振ることができる。 ③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きでひねったり跳び下りたりすることができる。</p>	<p>・選択した技の行方や技の組合せ方について、自己や仲間の動きを分析して、良い点や修正点を指摘している。 ・課題解決の過程を踏まえて、自己や仲間の新たな課題を発見している。 ・自己や仲間の課題を解決するための練習の計画を立てている。 ①練習や演技の場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を提案している。 ②グループでの学習で、状況に応じて自己や仲間の役割を提案している。 ③体力や技能の程度、性別等の違いを越えて、仲間とともに器械運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 ④器械運動の学習成果を踏まえ自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。</p>	<p>①器械運動の学習に主体的に取り組もうとしている。 ・自己の状況にかかわらず、よい演技を讀えようとしている。 ②自己や仲間の課題に応じた練習計画を見直すなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ③一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。</p>

知識・技能	思考・判断 ・表現	主体的に学習に 取り組む態度
<p>ウ 平均台運動</p> <p>○歩走グループ</p> <p>①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて移動すること。</p> <p>②姿勢、動きのリズムなどの条件を変えて移動することができる。</p> <p>③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで移動することができる。</p> <p>○跳躍グループ</p> <p>①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて跳躍することができる。</p> <p>②姿勢、組合せの動きなどの条件を変えて跳躍することができる。</p> <p>③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで跳躍することができる。</p> <p>○ポーズグループ</p> <p>①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させてポーズをとることができる。</p> <p>②姿勢の条件を変えてポーズをとることができる。</p> <p>③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きでポーズをとることができる。</p> <p>○ターングループ</p> <p>①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて方向転換することができる。</p> <p>②姿勢の条件を変えて方向転換することができる。</p> <p>③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで方向転換することができる。</p> <p>エ 跳び箱運動</p> <p>○切り返し跳びグループ</p> <p>①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて跳び越すことができる。</p> <p>②着手位置、姿勢などの条件を変えて跳び越すことができる。</p> <p>③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで跳び越すことができる。</p> <p>○回転跳びグループ</p> <p>①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて跳び越すことができる。</p> <p>②着手位置、姿勢などの条件を変えて跳び越すことができる。</p> <p>③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで跳び越すことができる。</p>		



10 単元の評価規準

知識・技能		思考・判断 ・表現	主体的に学習に 取り組む態度
<p>○知識</p> <p>①器械運動では、技の系、技群、グループの系統性の名称があり、それぞれの技には、技能の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の仕方があることについて、学習した具体例を挙げている。</p> <p>②自己の能力に応じた技で組み合わせたり、異なる技群で構成したりするなどの発表に向けた演技構成の仕方があることについて、言ったり書き出したりしている。</p>	<p>○技能</p> <p>ア マット運動</p> <p>○接転技群</p> <p>①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて回ることができる。</p> <p>②開始姿勢や終末姿勢、組合せの動きや支持の仕方などの条件を変えて回ることができる。</p> <p>③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで回ることができる。</p> <p>○ほん転技群</p> <p>①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて回転することができる。</p> <p>②開始姿勢や終末姿勢、支持の仕方や組合せの動きなどの条件を変えて回転することができる。</p> <p>③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで回転することができる。</p> <p>○平均立ち技群</p> <p>①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて静止することができる。</p> <p>②姿勢、体の向きなどの条件を変えて静止することができる。</p> <p>③学習した基本的な技の条件を発展させて、一連の動きで静止することができる。</p> <p>(イ 鉄棒運動 ウ 平均台運動 の内容は省略)</p> <p>エ 跳び箱運動</p> <p>○繰り返し跳びグループ</p> <p>①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて跳び越すことができる。</p> <p>②着手位置、姿勢などの条件を変えて跳び越すことができる。</p> <p>③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで跳び越すことができる。</p> <p>○回転跳びグループ</p> <p>①新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて跳び越すことができる。</p> <p>②着手位置、姿勢などの条件を変えて跳び越すことができる。</p> <p>③学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで跳び越すことができる。</p>	<p>①練習や演技の場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を提案している。</p> <p>②グループでの学習で、状況に応じて自己や仲間の役割を提案している。</p> <p>③体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに器械運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。</p> <p>④器械運動の学習成果を踏まえ、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。</p>	<p>①器械運動の学習に主体的に取り組もうとしている。</p> <p>②自己や仲間の課題に応じた練習計画を見直すなど、互いに助け合い高め合おうとしている。</p> <p>③一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。</p>



11 指導と評価の計画(○は本時)

時	1	2	3	4	5	⑥	7	8	9	10	
学習の流れ	0	健康観察・準備運動・本時の目標・内容等の確認									
	10	感覚づくり(ゆりかご・かえる跳び・川渡り・ブリッジなど)									
	20	健康・安全の知識の確認	履修状況の確認 既習技の復習(学び直し)		課題解決の方法の確認	マット運動と鉄棒運動(時間の半分で交代) 自己に適した技の選択及び練習		平均台運動と跳び箱運動(時間の半分で交代) 自己に適した技の選択及び練習		「マット・鉄棒・平均台・跳び箱」の中から最終の演技発表会とは異なる2種目の演技を構成する	
	30	体ほぐしの運動及び感覚づくりの動き	マット運動	鉄棒運動		課題解決の計画立案	良い点や修正点の指摘 新たな課題の発見(ICT活用)		危険回避提案		互いに高め合い助け合い
	40		平均台運動	跳び箱運動							
50	整理運動・本時の振り返り										

時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
評価機会	知			①						
	技					①		①		
	思								①	
	態									

時	11	12	13	14	15	16	17	18	授業づくりのポイント	
学習の流れ(学習過程)	0	健康観察・準備運動・本時の目標・内容等の確認								・3つの資質・能力の内容をバランスよく配置する
	10	感覚づくり(ゆりかご・かえる跳び・川渡り・ブリッジなど)								
	20	・簡易演技発表会(2種目・技5つ)(跳び箱は技2つ) ・演技しやすい場やルールを考える	・グループでのマット運動の演技を考え見せ合う(体力や技能及び性別等の違いを生かす)		・発表会の演技を構成する		・演技発表会(得意な2種目・技5つ)(跳び箱は技2つ) ・クラスで考えた役割に応じて活動		・主体的な学習が行うことができるようにする ・多様な関わり方を経験できるようにする	
	30	違いを超えて楽しむ調整の仕方を見付ける		発表会での役割を考える		多様な関わり方				
	40									
50	整理運動・本時の振り返り									

時	11	12	13	14	15	16	17	18	主な評価方法
評価機会	知				②			総合的な評価	学習カード
	技		②			③			観察
	思		③			②	④		学習カード
	態	②			③		①		観察(学習カード)

12 本時案(6/18 時間)

(1)本時の目標

<知識及び技能(技能)>

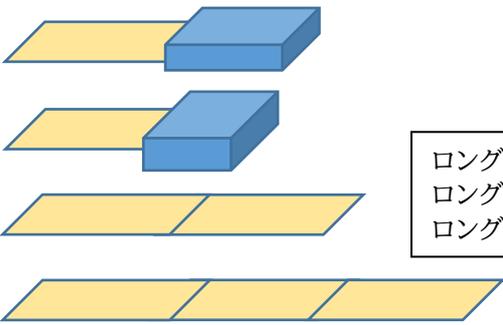
基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができるようにする。

(2)本時の評価

<知識・技能(技能)①>

新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて回ることができる。

(3)本時の展開

	生徒の学習内容・活動	教師の指導・手立てと評価
はじめ 10分	1 集合・整列・挨拶 2 準備運動 3 本時の学習内容及び学習活動について <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>【学習内容】マット運動と鉄棒運動で、自己に適した技を選択して、滑らかに安定させたり、条件を変えたり、発展させたりして行うこと。</p> </div>	○生徒の出欠席、健康状態を確認する。 ○動的ストレッチを中心に行う。 ○本時のねらいと流れを説明する。 ○学習カードのコメントも紹介する。
	4 感覚づくりの運動 ・マットを使い全員で行う。 ・2人組で実施者と補助者が交互に行う。 ・ゆりかご、ブリッジ、補助倒立など。	○本時の内容につながる動きを行う。 ○前時の課題を踏まえた内容も行う。
なか ① 15分	5 マット運動と鉄棒運動(時間の半分で交代) ・4~5人組 A~Hの8班 A~D班はマットからE~H班は鉄棒から。 ・自己に適した技を選択し練習する。 ・グループで良い点や修正点を指摘し合う。 ・課題を発見し解決方法を考える。 (タブレットPCにより撮影した動画の確認) ○マット運動  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>ロングマット+エバーマット 2か所 ロングマット×2 1か所 ロングマット+α 3か所</p> </div>	○安全に留意した場所の設定を指示する。 ○選択した技や練習方法を学習カードに記入させる。 ○技のポイントを意識するよう指導する。 ○撮影する際は目的を明確にして撮影するよう指示する。 ○課題と解決方法が合理的であるかを考えるよう指導する。 ○用具の準備が安全に行えているか確認する。 ○練習中に器具、用具の状況を常に確かめるよう指示する。

	生徒の学習内容・活動	教師の指導・手立てと評価
なか① 15分	<ul style="list-style-type: none"> ・4時間目に設定した計画に従って行う。 ・練習場所は技に適した場所を選ぶ。 ・必要に応じて工夫した場づくりを行う。 <ul style="list-style-type: none"> ・必要に応じてタブレットPCで撮影して確認する。 ・補助の仕方は配付資料を確認する。 ・学習カードに記入できるところは随時記入する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○学習ノートを配付し、計画表を確認させる。 ○練習する技に応じて作った場が安全か確認する。 ○撮影した動画を保存するフォルダを指示する。 ○安全に補助ができていないか気を配り、適宜、指導する。 ○学習カードの記入を進めるよう指示する。 <p>評価 知識・技能(技能)① 観察</p>
なか② 15分	<p>種目を交替する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>【発問】技の出来映えをよくするためには、どのようなことに注意すればいいのだろう。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>【予想される答え】 足先まで伸ばす スムーズに技をつなぐ</p> </div> <p>○鉄棒運動</p>  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>高めの鉄棒 3か所 低めの鉄棒 2か所 各鉄棒の下に短マット</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・なか①と同じ内容で行う。 ・必要に応じて補助器具を使う。 	<ul style="list-style-type: none"> ○一旦集合させて、気付いた点を指摘する。 ○「一連の動き」「滑らか」「安定」について説明する。 <ul style="list-style-type: none"> ○なか①と同じ指導を行う。 ○補助器具を正しく使えているか気を配り、適宜、指導する。 <p>評価 知識・技能(技能)① 観察</p>
まとめ 10分	<p>6 整理運動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループごとに活動内容に応じた整理運動を行う。 <p>7 片付け</p> <ul style="list-style-type: none"> ・決められた場所に用具、器具を片付ける。 <p>8 本時の振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の学習成果を振り返りながら学習カードを記入する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○グループごとに整理運動、片付けを速やかに行うよう指示する。 ○本時の目標を再確認し、目標に照らした振り返りを行うよう指示する。 ○次時について連絡する。

※なか①をマット運動、なか②を鉄棒運動と示してあるが、グループによっては逆になる。

(2) 単元指導計画の書き方例『保健』

参考資料の第3編事例6の「環境と健康」を参考に示しています。

★については36、37ページを参照してください。

保健体育科 単元指導計画

指導者 善行 藤子

【単元計画】

① 1 単元 (ア)環境と健康

② 2 内容のまとめ (4)健康を支える環境づくり

3 対象 2年2組40名

4 期間 令和4年9月20日(火)～10月18日(火)

5 場所 ホームルーム教室

③ 6 単元について

(1)単元観

健康の保持増進には、個人の力だけではなく、個人を取り巻く自然環境や社会の制度、活動などが深く関わっている。したがって、全ての人が健康に生きていくためには、環境を整備しそれを活用する上で、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、環境と健康について、人間の生活や産業活動が自然環境を汚染し健康に影響を及ぼすことがあり、それらを防ぐには、汚染の防止及び改善の対策を取る必要があることなどの理解を深めるとともに、これらの課題の解決に向けて思考・判断・表現することができるようにする。

(2)生徒観

全体として、授業への取り組みは良く、教員の話聞く姿勢もできており、グループワークにも主体的に取り組むことができる。

グループワークにおいて、人間関係に配慮が必要な生徒もいるので、必要に応じて個別に対応する。なお、1年次の保健においては、学力に大きな差は見受けられない。

(3)指導観

本単元では、環境問題について、身近な問題からグローバルな問題までを取り扱い、過去の教訓から、現在の課題、将来に向けての対策などについて幅広く取り扱う。SDGsとの関連を考えるグループワークの中から、環境問題が自分に関わることであることを理解し、環境問題の解決に向けて、主体的に取り組む力を育む。



7 単元の目標

- (1) 環境の汚染と健康、環境と健康に関わる対策、環境衛生に関わる活動について、理解することができるようにする。
- (2) 環境と健康に関わる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、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明することができるようにする。
- (3) 環境の汚染と健康、環境と健康に関わる対策、環境衛生に関わる活動について、自他や社会の健康の保持増進や回復についての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。



8 内容のまとめりとごとの評価規準【※場合によっては省略可能】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<ul style="list-style-type: none"> ・人間の生活や産業活動は、自然環境を汚染し健康に影響を及ぼすことがあること。それらを防ぐには、汚染の防止及び改善の対策をとる必要があること。また、環境衛生活動は、学校や地域の環境を健康に適したものとするように基準が設定され、それに基づき行われていることを理解している。 ・食品の安全性を確保することは健康を保持増進する上で重要であること。また、食品衛生活動は、食品の安全性を確保するよう基準が設定され、それに基づき行われていることを理解している。 ・生涯を通じて健康を保持増進するには、保健・医療制度や地域の保健所、保健センター、医療機関などを適切に活用することが必要であること。また、医薬品は、有効性や安全性が審査されており、販売には制限があること。疾病からの回復や悪化の防止には、医薬品を正しく使用することが有効であることを理解している。 ・我が国や世界では、健康課題に対して様々な保健活動や社会的対策などが行われていることを理解している。 ・自他の健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方を生かした健康に関する環境づくりが重要であり、それに積極的に参加していくことが必要であること。また、それらを実現するには、適切な健康情報の活用が有効であることを理解している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康を支える環境づくり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しているとともに、それらを表現している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康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。



9 単元の評価規準

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人間の生活や産業活動は、大気汚染、水質汚濁、土壌汚染などの自然環境汚染を引き起こし、健康に影響を及ぼしたり被害をもたらしたりすることがあるということについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>②健康への影響や被害を防止するためには、汚染物質の排出をできるだけ抑制したり、排出された汚染物質を適切に処理したりすることなどが必要であること、そのために環境基本法などの法律等が制定されており、環境基準の設定、排出物の規制、監視体制の整備などの総合的・計画的対策が講じられていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>③上下水道の整備、ごみやし尿などの廃棄物を適切に処理する等の環境衛生活動は、自然環境や学校・地域などの社会生活における環境、及び人々の健康を守るために行われていること、その現状、問題点、対策などを総合的に把握し改善していかなければならないことについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p>	<p>①環境と健康について、それらに関わる事象や情報などを整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。</p> <p>②人間の生活や産業活動などによって引き起こされる自然環境汚染について、事例を通して整理し、疾病等のリスクを軽減するために、環境汚染の防止や改善の方策に応用している。</p> <p>③環境と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。</p>	<p>①環境の汚染と健康、環境と健康に関わる対策、環境衛生に関わる活動について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとしている。</p>



10 指導と評価の計画(○は本時)

	時	①	2	3	4	5
学習の流れ	0	【導入】 環境の汚染の現状	【導入】前時の振り返りの共有・本時の内容の説明			既習事項確認
	10	【調べ学習】 大気汚染の原因と健康影響を調べる	【調べ学習】 水質汚濁と健康を調べる(ICT)	【調べ学習】 環境汚染防止の対策を調べる(ICT)	【調べ学習】 ごみ処理の現状と課題を調べる(ICT)	新たな環境問題と健康影響・被害について知る
	20	大気汚染以外の大気に関わる健康課題について知る	【調べ学習】 土壌汚染と健康を調べる(ICT)	【グループ活動】 環境汚染防止の総合的・計画的対策をまとめる	【調べ学習】上下水道の整備と健康の関わりを調べる	【グループ活動】 解決のための環境衛生活動を話し合う
	30	【グループ活動】 環境と健康の課題の整理・発表	【グループ活動】 大気汚染、水質汚濁、土壌汚染の関係性をまとめる	【全体発表】 班ごとに発表する	【グループ活動】 安全な水を確保する方法を考え、意見交換	【個人ワーク】今後に生かしていくこと
	40		【全体】 班ごとに発表	【個人ワーク】廃棄物処理を考える	【全体】 班ごとに発表	【グループ活動】 グループ内で発表
50	個人のまとめ・次時の確認					
評価機会	知		①	②	③	
	技					
	思	①		②	③	
	態					①

□:教授活動 □:調べ学習などの個人活動 □:話し合い、学び合いなどのグループ活動

評価方法	
知識・技能	観察・ワークシート ペーパーテスト(単元テスト・定期テスト)
思考・判断・表現	観察・ワークシート ペーパーテスト(単元テスト・定期テスト)
主体的に学習に取り組む態度	観察・ワークシート



11 本時案(1/5 時間)

(1)本時の目標

<知識及び技能(知識)>

環境の汚染と健康に関わる活動について、健康に影響を及ぼしたり被害をもたらしたりすることがあるということについて、理解することができるようにする。

<思考力、判断力、表現力等>

環境の汚染と健康に関わる事象や情報などについて、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見することができるようにする。

<学びに向かう力、人間性等>

環境の汚染と健康に関わる活動について、自他や社会の健康の保持増進や回復について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとすることができるようにする。

(2)本時の評価

<思考・判断・表現①>

環境と健康について、それらに関わる事象や情報などを整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。

(3)本時の展開

	生徒の学習内容・活動	教師の指導・手立てと評価
はじめ 10分	1 前単元で学習した内容について確認する。 2 本時の学習内容及び学習活動について確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>【学習内容】 環境と健康について、関わる事象や情報を整理し、個人及び社会生活と関連付けて、自他や社会の課題を発見すること。</p> </div>	○前単元の学習内容について説明する。 ○教師が本時の学習内容と学習活動(学習の進め方)を提示し、学習の見通しを持たせる。
なか 30分	3 大気汚染(例)について、その原因と健康への影響について調べ、ワークシートにまとめる。 4 大気汚染以外の大気に関わる他の環境問題について知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>【発問】 今地球上で起きている気候変動や環境問題について、個人だけでなく社会生活に悪影響を及ぼしていると思うことは、どのようなことですか。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>【予想される生徒の反応】 ・地球温暖化による海面上昇や感染症媒介生物の広がり 等</p> </div> 5 環境と健康の関わりには、どのような課題があるのかを考え、整理してワークシートにまとめ、グループ内で発表する。 6 気候変動や環境問題が、個人及び社会生活と関連付けて、どのような課題があるのかをワークシートに整理する。	○人間の生活や産業活動により、汚染物質が排出されることで健康被害に繋がっていることを説明し、理解できるように促す。 ○汚染物質と健康影響についてイメージできるように、身近な例をあげて説明する。 ○過去の公害(四日市ぜんそく)により、法整備が行われ、対策が強化された流れについても触れる。 ○視野を広げ、地球規模の問題についても考えられるよう促す。(地球温暖化、酸性雨、オゾン層破壊等) ○環境と健康に関わる事象や情報などを、個人の考えだけではなく、他の班員の意見も踏まえて整理させる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>評価 思考・判断・表現①【観察・ワークシート】</p> </div>
まとめ 10分	7 本時の振り返りをする。 ・本時のねらいを踏まえて、自らの学習成果を振り返る。 8 次時の確認、挨拶をする。 ・次時の学習の見通しを持つ。	○本時の学習のポイントを振り返り、説明する。 ○次時の授業のねらい等を説明する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>評価 主体的に学習に取り組む態度①【観察】 ※<u>単元(5時間)を通して評価する。</u></p> </div>



について（○囲み数字はP. 23～34の★の中の数字）

※ここでは各項目について簡単に説明します。詳しくは示してある資料のページを参照してください。

① 「単元」の捉え方

体育

選択制の授業においては複数の領域から選択した一つの領域の内容を単元と捉える場合が考えられます。（詳細は参考資料44ページ）

体育理論は10ページ表1に示したように、各年次の指導内容を単元と捉えることができます。

保健

保健では、内容のまとまりをそのまま「単元」として捉える場合と、内容のまとまりをいくつかの「単元」に分けて単元設定する場合が想定されます。（詳細は参考資料52ページ）

② 「内容のまとまり」

「内容のまとまり」とは、要領の「2 内容」の項目等をそのまとまりごとに細分化したり、整理したりしたものです。（詳細は本ハンドブック9ページ）

③ 「単元観」「生徒観」「指導観」

・単元観：単元の指導内容や教材の特性（運動領域では、当該の運動やスポーツの特性）

一般的な価値や特性に加え、生徒から見た特性も考慮します。

・生徒観：生徒の普段の様子や当該の領域等における状況

単元の指導内容や教材に関する理解度、既習経験等も考慮します。

・指導観：指導内容や教材の特性、生徒の実態を踏まえた具体的な指導の方法・方向性

目指す生徒像に迫るための工夫点も考慮します。（詳細は本ハンドブック19ページ）

④ 「単元の目標」

単元の目標は、要領の「2 内容」を踏まえるとともに、解説の記載や参考資料の巻末にある内容のまとまりごとの評価基準(例)等を参考にして、作成することが考えられます。その際、文末を「～できるようにする」として記載します。

体育においては、単元の学習が複数年次にわたって計画されることが想定されます。その際は、それぞれの年次の単元で指導し評価する内容に応じて目標を分けて示したり、目標のすべてを記載した上で別の年次で指導し評価することについては（ ）をつけて示したりすることもできます。

単元の目標を設定した後、その目標を達成するために単元の指導内容を検討します。単元の指導内容は、要領及び解説に記載されている指導事項を踏まえて設定します。

（詳細は参考資料43、62ページ）

⑤ 「内容のまとまりごとの評価規準」

内容のまとまりごとに要領に示されている「2 内容」を記載し、それぞれの文末を「～している」、「～ができる」「～身に付けている」と変えることで「内容のまとまりごとの評価規準」として設定することができます。（詳細は参考資料15、16ページ、体育は32、33ページ、保健は37、38ページ、評価規準の例は133～148ページ）

⑥ 「単元の評価規準」

体育(体育理論を除く)における内容のまとめりごとの「全ての単元の評価規準」は、に示された内容が身に付いていることを確実に評価することができるようにするために、**解説**の例示を参考にして作成します。

そのことを踏まえ、各単元の評価規準は、あらかじめ「全ての単元の評価規準」を作成し、その中から単元に合わせて選択したり、全ての単元に見通しをもちながら、単元の実際の授業に合わせてより具体的に作成したりして設定することが考えられます。

なお、体育理論は、複数の単元をもって「全ての単元の評価規準」を作成する手順はとりませんが、各単元の評価規準は、**解説**の例示を参考とするとともに、例示のない「知識・技能」の評価規準については、**解説**に「～理解できるようにする」と記載された内容を参考として作成し、その設定の手順については、他の領域と同様にします。

保健は、生徒の実態等を考慮しつつ、内容のまとめりごとの評価規準をもとに作成します。その際、体育と同様に**解説**の例示を参考にして作成しますが、例示のない「知識・技能」の評価規準については、**解説**に「～理解できるようにする」、「～できるようにする」と記載された内容を参考として作成します。

(詳細は**参考資料**、体育は47ページ～、保健は53ページ～)

⑦ 「指導と評価の計画」

単元の目標、指導内容、評価規準を明確にするとともに、「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」の指導内容をバランスよく配置し、それぞれの関連を図った指導場面や評価機会を位置付けるなど、観点別学習状況の評価の妥当性や信頼性を高める計画として作成します。

このとき、指導と評価の一体化が図られるよう、学習の流れの中で指導場면을設けた後に評価機会を設定することが求められます。指導と評価の一体化においては、生徒の学習改善や教師の指導改善の成果について確認することも重要であることから、単元の終盤に「総括的な評価」の機会を設けるなどの工夫をすることも考えられます。

(詳細は**参考資料**、体育は64ページ～、保健は108ページ～)

⑧ 本時案の書き方

○本時案

「指導と評価の計画」を基に、その中の1単位時間をより詳しく示したものです。1単位時間の授業の流れ、指導内容、評価などを「指導と評価の計画」よりもより具体的に示しています。

○本時の目標

「指導と評価の計画」から、本時の指導内容を確認します。その内容を「～できるようにする。」として、「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」のうち、本時の重点目標を示します。

○本時の評価

「指導と評価の計画」から、本時までには指導した内容を確認し、本時に重点的な評価機会を設けている評価規準を確認し記載します。

○本時の展開

「生徒の学習内容・活動」は、「指導と評価の計画」を踏まえ、本時の指導内容を身に付けることができる活動や時間を設定するようにします。

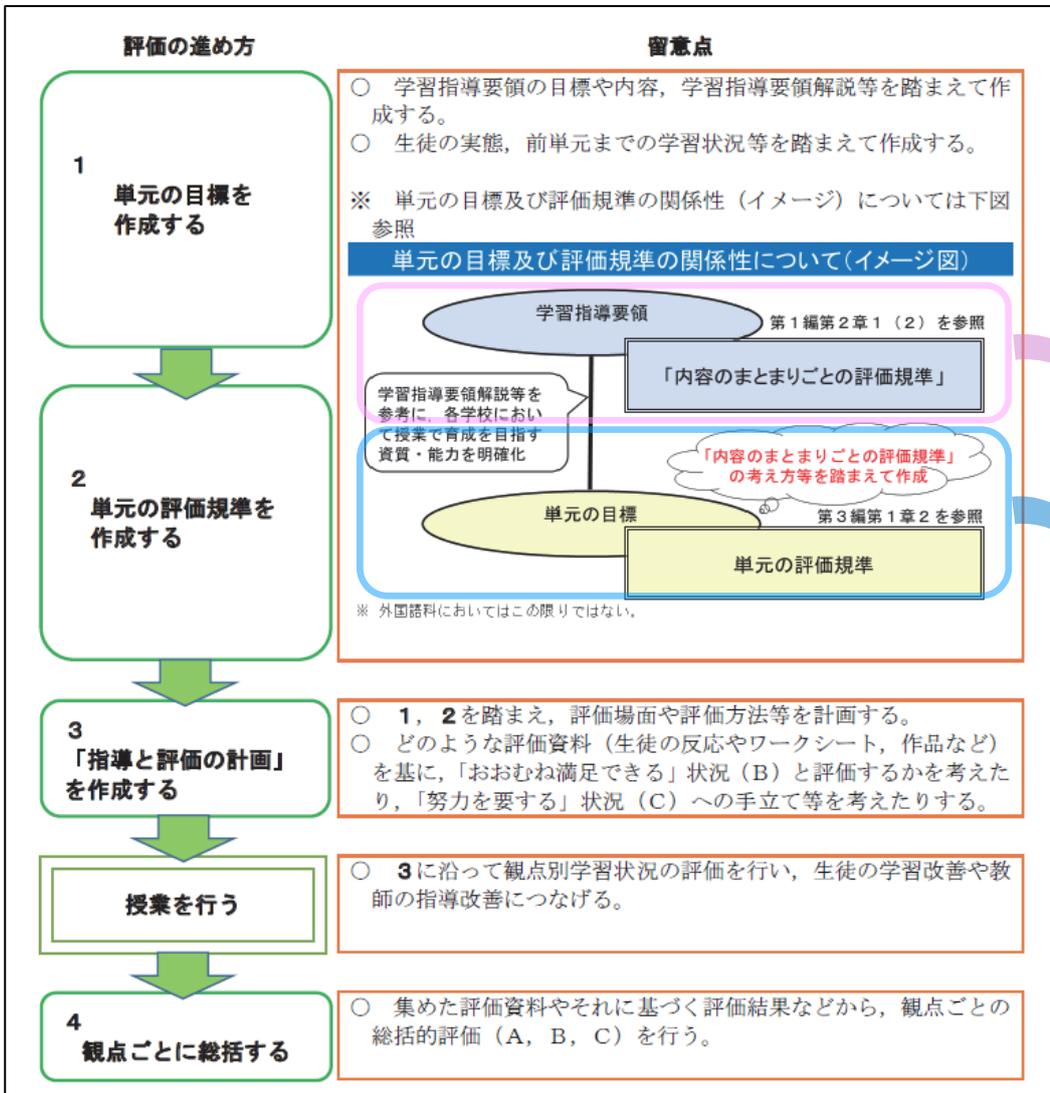
「生徒の学習内容・活動」の記載は、主語が「生徒」、教師の指導・手立てと評価は主語が「教師」になるよう記載します。はじめ(導入)、なか(展開)、まとめの流れが分かるように区分けします。このうち、【学習内容】については、本時の目標や本時の評価、本時の展開における生徒の活動等から重点的に指導する内容を具体化し、生徒が理解しやすい言葉に置き換えて、語尾を「～こと。」として記載します。



4 評価規準の設定と評価の進め方

(1) 学習評価の進め方

参考資料の43ページには学習評価の進め方について、次のように示されています。



参考資料には「内容のまとめり」と「評価の観点」との関係を確認し、「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」を作成することが示されています。

そして、解説等を参考に授業で育成する資質・能力を明確化した「単元の目標」を踏まえ、解説の例示を基に、「単元の評価規準」を作成することが示されています。

「単元の評価規準」を作成する際の「観点ごとのポイント」⁵⁾

解説の「例示」の文末を次のように変換します。

【知識】「～について、言ったり書き出したりしている」「～について、学習した具体例を挙げている」

【技能】「～ができる」

【思考・判断・表現】「～している」

【主体的に学習に取り組む態度】「～しようとしている」※1「～を確保している」※2

※1 意思や意欲を育てるといふ情意面の例示に用いる

※2 「健康・安全」の観点については意欲をもつことにとどまらず、実践することが求められているものであることから文末の表記を変更している。

(2) 指導と評価の一体化

学習評価は、指導の改善を図るための情報として捉えていくことが重要です。指導と評価は表裏の関係にあり、これらが同時に行われることを「指導と評価の一体化」と呼んでいます。学習のプロセスにおいて適切に評価し、必要に応じて指導を行うことが大切であり、指導と評価を一体的に、しかも不断に行いつつ、単元の終末においてはすべての生徒に評価規準が実現するように努めることが大切です。¹⁴⁾

学習過程における評価には、診断的評価、形成的評価及び総括的評価があります(表3)。

指導と評価の計画において、1時間目は診断的な評価機会とする場合があります。そこで、生徒の学びの状況を確認します。

その後、単元を通して指導事項をバランスよく配置するとともに、指導したことが身に付くであろう時間を想定して、形成的な評価機会を設定します。「知識・技能」の観点の「技能」や「主体的に学習に取り組む態度」の観点における評価は、技能の獲得、向上や態度の育成には一定の学習期間が必要になること、主に観察によって評価を行うことから、指導後に一定の学習期間を設けてから評価機会を設けることが考えられます。また、「知識・技能」の観点の「知識」及び「思考・判断・表現」の観点における評価は、主に学習ノート等に記述された内容から評価の材料を得ることが想定されることから、指導した時間に評価機会を設けるなど、指導から期間を置かず評価をすることが考えられます。

そして、最終時間など単元の終盤には、総括的な評価機会を設定することが考えられます。ここでは、形成的な評価の際に「努力を要する」状況(C)と判断される生徒がいた場合、個別の指導を行うなどの手立てを行うことによって、その生徒の状況が改善されたかななどを最終確認します。

表3 学習過程における評価¹⁵⁾

診断的な評価	学習前の状況を「診断的に」評価します。既習の学習内容やこれから行う運動に対する好き嫌いを測るアンケート、単元最初の「試しのゲーム」などがあります。その様相を基に単元を最適化していきます。
形成的な評価	学習の過程を「形成的に」評価します。子どもたちを見取り、フィードバックすることです(つまづきを把握し、手立てを講じる)。
総括的な評価	授業の成果を単元の区切りとして「総括的に」評価します。ここでは学習の過程において生徒が学んだことを総合的に意味付けすることが大切です。

これらのポイントを踏まえながら、生徒の実態に応じた「指導と評価の計画」を立てていくことが大切です。

(3) 体育の学習評価の進め方

ここでは**参考資料**を基に体育科の選択制授業を踏まえた学習評価の進め方の例を説明します。

ア 「年間指導計画」の作成

履修する年次や時数、選択の組み合わせなど、**要領**や**解説**に示されている体育・保健の「内容の取扱い」と「各科目にわたる指導計画の作成と内容の取扱い」を踏まえて年間指導計画を作成します。

「内容の取扱い」の例

- ・「A 体づくり運動」及び「H 体育理論」については、各年次において全ての生徒に履修させること。
- ・「B 器械運動」の(1)の運動については、アからエまでの中(ア:マット運動 イ:鉄棒運動 ウ:平均台運動 エ:跳び箱運動)から選択して履修できるようにすること。 など

また、3年間の見通しをもった計画にすることや入学年次では中学校第3学年との接続を重視するなど、教科における「カリキュラム・マネジメント」(19ページ)も考慮しましょう。

イ 各単元の指導事項の共通化

選択制授業では、選択した領域や領域の内容によって評価の格差が生じないように、指導事項について教師間で共通理解を図ることが大切です。

表4 選択制授業における指導事項の共通化を図る例(思考力、判断力、表現力等)

指導事項		3領域選択(その次の年次)			主な評価方法
		器械運動	陸上競技	武道	
思考力・判断力・表現力等	1. 良い点や修正点を指摘する	●	●	●	学習カード
	2. 自己や仲間の新たな課題を発見する	●	●	●	
	3. 課題解決のための練習の計画を立てる	●	●	●	
	4. 危険を回避するための活動の仕方を提案する				
	5. 役割を提案する		/	/	
	6. 活動を振り返り、よりよいルールやマナー(所作)を提案する	/		/	
	7. 合意を形成するための調整の仕方を見付ける	/	/		
	8. 楽しむための調整の仕方を見付ける				
	9. 生涯にわたって楽しむための関わり方を見付ける				
指導事項の数		3	3	3	

●：指導事項 /：例示に示されていない事項

表4は**参考資料**61ページを基に作成した、選択制授業における思考力、判断力、表現力等の指導事項の共通化を図る例です。この例では、器械運動、陸上競技、武道の3領域からの選択となっており、「思考力、判断力、表現力等」では学習カードを主な評価方法として、1～3の3つの指導事項を扱い、評価することを共通化しています。同様に他の資質・能力においても指導事項の内容や個数などを共通化します。

ウ 内容のまとめりにおける指導事項の配置(重点化)

ほとんどの領域は複数の年次に配置されます。その際、内容のまとめりごとの指導をより効果的・効率的に行うために、それぞれの年次で指導すべき内容を系統的かつ偏りなく配置(重点化)します。

表5 2年間を見通した指導事項の配置の例(思考力、判断力、表現力等)

指導事項	3領域選択 (その次の年次)			3領域選択 (それ以降の年次)			主な 評価方法	
	器械 運動	陸上 競技	武道	器械 運動	陸上 競技	球技		
思考力 ・ 判断力 ・ 表現力等	1. 良い点や修正点を指摘する	●	●	●			学習 カード	
	2. 自己や仲間の新たな課題を発見する	●	●	●				
	3. 課題解決のための練習の計画を立てる	●	●	●				
	4. 危険を回避するための活動の仕方を提案する				●	●		●
	5. 役割を提案する		/	/	●	/		
	6. 活動を振り返り、よりよいルールやマナー(所作)を提案する	/			/	●		●
	7. 合意を形成するための調整の仕方を見付ける				/	/		
	8. 楽しむための調整の仕方を見付ける	/	/	/	●	●		●
	9. 生涯にわたって楽しむための関わり方を見付ける				●	●		●
指導事項の数	3	3	3	4	4	4		

●：指導事項 /：例示に示されていない事項

表5は参考資料61ページを基に作成した、2年間を見通した思考力、判断力、表現力等の指導事項の配置の例です。参考資料62ページでは指導する時間も示されていますが、この表では年次のみを示しています。

その次の年次では運動に関する3つの指導事項を、それ以降の年次では体力、健康・安全と運動実践につながる態度に関する4つの指導事項をバランスよく配置(重点化)しています。これら重点化された指導事項から、単元の目標を設定することができます。

エ「単元の評価規準」の作成

まず解説に示されている例示の表記を基に、内容のまとまりごとに「全ての単元の評価規準」を作成します(参考資料47ページ参照)。

「全ての単元の評価規準」の中から、入学年次(1年次)では設定した指導事項、その次の年次以降では2年間を見通した指導事項の配置に対応した「単元の評価規準」を設定します。

図11を基に思考力、判断力、表現力等の「単元の評価規準」を設定すると、その次の年次は1~3の指導事項に対応した評価規準、それ以降の年次は4~9の指導事項に対応した評価規準となります。

オ「指導と評価の計画」の作成

単元指導計画の書き方例にも示してある単元の指導内容や指導場面といった学習の流れ、観点ごとの評価機会を明確にし、観点別学習状況の評価の妥当性や信頼性を高める「指導と評価の計画」を作成します。

この「指導と評価の計画」の作り方の一例として、授業設計力である要領の理解、各学校の教育目標や要領の趣旨及び内容の取扱いを踏まえた年間指導計画の作成、生徒の実態を踏まえ資質・能力を効果的・効率的に育むための計画の作成などが集約された単元構造図¹⁶⁾があります。単元構造図には、単元の学習目標、単元の目標を達成するために生徒の実態を踏まえた学習過程、学習過程を踏まえた観点別学習状況の評価の機会が示されており、指導と評価の一体化を図ることに役立ちます。

カ 実現状況を判断する目安の作成

観点別学習状況評価の評価規準に対する実現状況を判断する目安と具体例を作成します。実現状況の示し方としては、「十分満足できる」状況(A)、「おおむね満足できる」状況(B)、「努力を要する」状況(C)の3段階で示すことが考えられます。このことは体育だけでなく、保健や他教科でも同様です。

実現状況を判断する目安を作成して評価することは、評価及び評定の信頼性、妥当性を確保するとともに、各観点における生徒の学習状況について具体的にその状況を捉え、その学習状況にある背景と指導の方向や状況を改善するための手立てを考えていくことにつながります。

また、評価するためには実現状況が読み取れる、見取れる工夫が必要です。例えば、知識や思考・判断・表現が読み取れるよう学習カードや入力フォームの設問を工夫したり、技能で見取るポイントを設定したりすることが考えられます。

ここでは、参考資料と本ハンドブックの「単元指導計画の作成」(23～35ページ)を基に、目安の例を作成しました。

例① 「知識」を学習カードから評価する(体育より)

<p>評価規準 知識① 器械運動では、技の系、技群、グループの系統性の名称があり、それぞれの技には、技能の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の仕方があることについて、学習した具体例を挙げている。</p>		
実現状況	判断の目安	生徒の回答例
十分満足 (A)	技の重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の仕方について、具体的な知識と汎用的な知識を関連付けて記述している。	・伸膝前転では体を開いて足を前に投げ出して勢いをつけてから開脚前転の時のように上半身を前に倒すと立ち上がれる。 ・大きなゆりかごの動きを繰り返すと腰を開いて足を投げ出す動きができるようになる。
おおむね満足 (B)	技の重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の仕方について記述している。	・伸膝前転では足を前に投げ出して勢いをつけることで立ち上がれる。 ・ゆりかごの動きで足の投げ出し方がわかる。
努力を要する (C)	技の重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の仕方について記述していない。	・伸膝前転は勢いが大事である。 ・勢いをつけて練習すればできる。

例② 「技能」を観察から評価する(体育より)

<p>評価規準 技能① 新たに学習する基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて行うことができる。</p>		
実現状況	判断の目安	生徒の状況
十分満足 (A)	倒立前転を倒立姿勢から体を傾け背中を順々に着けて前転し上体を起こして立ち上がるまで滑らかに安定してできる。	・学習した技の一連の動きを滑らかにつなぎ、くり返し安定してできる。
おおむね満足 (B)	倒立前転を倒立姿勢から背中を順々に着けて前転を行うことができる。	・学習した技の一連の動きを行うことができる。
努力を要する (C)	倒立前転の動きが安定していない。またはできない。	・学習した技の一連の動きができない。または技ができない。

例③ 「思考・判断・表現」を生徒の記述から評価する(保健より)

評価規準 思考・判断・表現① 環境と健康について、それらにかかわる事象や情報などを整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。		
実現状況	判断の目安	生徒の回答例
十分満足 (A)	学習したことを基に個人及び社会生活と関連付けて、具体的な課題やそれを設定した理由について説明している。	<ul style="list-style-type: none"> ・事象や情報を整理して具体的な課題を挙げている。 ・個人や社会生活に起因する具体的な根拠を示して説明している。
おおむね満足 (B)	学習したことから個人や社会生活に関する課題を挙げ、それを設定した理由を説明している。	<ul style="list-style-type: none"> ・事象や情報から課題を挙げている。 ・個人や社会生活を原因とする課題であることを説明している。
努力を要する (C)	課題や説明に関する記述が十分ではない。または記述がない。	<ul style="list-style-type: none"> ・課題の記述が抽象的である。 ・課題を設定した理由が示されていない。

例④ 「主体的に学習に取り組む態度」を観察から評価する(体育より)

評価規準 主体的に学習に取り組む態度③ 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。(共生)		
実現状況	行動の仕方のキーワード	想定される様相
十分満足 (A)	・行動が定着している。	<ul style="list-style-type: none"> ・共生の意義や価値及び行動の仕方を理解し、個々の違いへの配慮や、挑戦を支援するなど、単元を通して共生の視点での発言や働きかけが安定してみられる。
	・建設的に考えようとしている、気遣おうとしている。	<ul style="list-style-type: none"> ・うまくできなかった時に、一人一人の違いを踏まえて、自己や他者への建設的な発言や働きかけがみられる。 ・共生の意義及び自身の行動の仕方に対しての具体的な記述が確認され、体力や技能の程度、性別などに関わらず気遣いがみられる。
おおむね満足 (B)	・知識を規範に行動しようとする、受入れようとする、思いを統制しようとする。	<ul style="list-style-type: none"> ・実現可能な課題の設定や挑戦を大切にしようとし、他者との違いを受け入れている様子が確認される。 ・教師の手立てや自身の振り返りや他のグループとの意見交換などから、単元終盤では、互いの違いに配慮し思いを統制するなどして取り組む様子がみられる。
努力を要する (C)	・逃避しようとする、敬遠しようとする、無視する、あきらめる。	<ul style="list-style-type: none"> ・他者の立場や状況への配慮がなく、自己の技能にのみ当てはめた言動がみられる。 ・一人一人の違いが生じている状況でも、関わりを遠ざけたり、あきらめたりするなど消極的な姿勢が教師の働きかけの後もみられる。
	・排除しようとする、嫌悪する、否定する、批判する。	<ul style="list-style-type: none"> ・共生への理解が生かされず、他者の挑戦を排除したり嫌悪したりする言動や行為がみられる。 ・教師が働きかけを行っても、他者の意欲を低下させる否定や批判などの発言や行動が継続する。

(4) 評定への総括の例⁵⁾

ア 観点別学習状況の評価の総括及び評定への総括を行うに当たっての留意事項

- (ア) 指導と評価の一体化の考え方を踏まえると、育成を目指す資質・能力に対応した指導内容をバランスよく指導し評価することが求められます。
- (イ) 観点別学習状況の評価の総括及び評定への総括を行うに当たっては、各単元への配当時間数や指導事項に対応した評価規準数を考慮するのか、観点別学習状況の評価を評定へ総括する際に観点ごとの比率を設定するのか等も含め、観点別学習状況の評価の総括及び評定への総括についての考え方や方法等を、各学校において十分検討しておく必要があります。
- (ウ) シラバスやオリエンテーション等の機会を通して、事前に生徒及び保護者等に対して十分な説明をしておくことが重要です。

イ 観点別学習状況の評価の総括及び評定への総括の例

単元ごとに得られている各観点における観点別学習状況の評価は、観点ごとにA、B、Cの3段階とすることが適当であるとされていますが、この段階から5段階(例A[○]、A、B、C[○]、C や A[○]、A、B、C、C[△]など)で評価し、評定への総括に備えるのか検討することも考えられます。

ここでは、参考資料の事例を参考に、18ページの年間計画を踏まえた入学年次第1学期の体育の評定への総括に備える例として、観点ごとに5段階で評価し、総括する例を解説します。

表6 知識と技能の総括例

単元名	体づくり運動		体育理論		3領域選択 (器械運動)		総括 (平均点) (比率%)		評定
	時間数		3		18				
	項目	評価	評価規準数	評価	評価規準数	評価	評価規準数		
生徒A	知	B B (3)(3)	2	A A (4)(4)	2	B B A (3)(3)(4)	3	B (3.43)	4 or 3
	技	/	/	/	/	A [○] A A [○] B (5)(4)(5)(3)	4	A (4.25)	
	思	A A (4)(4)	2	A (4)	1	A B B B (4)(3)(3)(3)	4	A or B (3.57) (xx%)	
	態	B (3)	1		0	A A A [○] (4)(4)(5)	3	A or B (4.00) (xx%)	

(ア) A、B、C を数値に表したものに基づいて観点別評価を総括する例

表14で設定した総括の基準
 $A > 4.00$ $4.00 \geq B \geq 2.50$ $2.50 > C$

表 6 の例では、指導と評価の計画において、各領域の「知識・技能」の評価規準数は、「体づくり運動」では、知識 2、「体育理論」では知識 2、「器械運動」では知識 3、技能 3 としています。また、数値化するときに、A[○]を 5、A を 4、B を 3、C を 2、C[△]を 1 と設定しています。

「知識」の評価は A が 3 つ、B が 4 つで、数値の合計は「24」となり、平均は「3.43」となり、基準により B と総括します。同様に「技能」の評価は A[○]が 2 つ、A が 1 つ、B が 1 つで、数値の合計は「17」となり、平均は「4.25」となり、基準により A と総括します。

以上のことから、「知識・技能」の総括は、「3.73」(合計41、観点11個)となり、「知識・技能」の評価は、B と総括します。

同様に「思考・判断・表現」の総括は、「3.57」で B、「主体的に学習に取り組む態度」の総括は、「4.00」で B と総括します。

また、この例では示していませんが、領域の時間数の比率で換算する方法や、評価規準数で平均化する方法などが考えられます。

(イ) A、B、C の組合せに基づいて観点別評価を総括する例

事前の取り決めにより「数の多い方の評価とする」という場合もあります。

表 6 の例では、「知識」は A が 3 つ、B が 4 つで B、「技能」は A[○]が 2 つ、A が 1 つで A、「知識・技能」の総括は、A 以上と B とともに 5 つずつですが、A[○]がある分、A 寄りということで A とします。「思考・判断・表現」は A が 4 つ、B が 3 つで A と総括します。「主体的に学習に取り組む態度」は A[○]が 1 つ、A が 2 つ、B が 3 つと、A 以上と B とともに 3 つずつですが、A[○]がある分、A 寄りということで A と総括します。

(ウ) 評定への総括の例

3 観点の評価から、評定へと総括する場合も、数値で表したものに基いたり、組合せに基いたりすることが考えられます。また、数値に基づく場合、表中に〈xx%〉と示されているように、評定を算出する際に総括の比率を設定することもあります。

なお、指導要録の記載に当たっては、3 観点での記載が求められること、(ア)～(ウ)に示したように、評定への総括についてはその方法によって評定が異なる場合が考えられることなどから、各学校においては、**要領**の趣旨や生徒の実態等を踏まえ、総括の方法について事前に十分に検討し教師間の共通理解を図ることが必要です。

例えば、表 6 のように総括する際には、次のような検討事項について共通理解を図ることが考えられます。(番号は表中より)

- ① 学期をまたいで実施した領域を集約して評価するか。(参考資料 83 ページ参照)
- ② 観点別学習状況の評価は 3 段階にするか 5 段階にするか。
- ③ 評価規準をいくつ設定するか。
- ④ 「知識・技能」はどう総括するか。(参考資料 67 ページ参照)
- ⑤ 3 観点の総括の比率はどうするか。
- ⑥ 評定への総括はどうするか。



5 教授方法、教材の選択

教授方法や教材を選択する際には、授業で育成を目指す資質・能力を踏まえて、何を身に付けさせるためのものかを明確にすることが求められます。ここでは、解説に示されている「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」の指導事項、「情報機器の活用等に関する配慮事項」の内容に対応する教授方法や教材選択について、説明します。

どう教えるか
考えてみましょう！



(1) 思考力、判断力、表現力等

要領には、保健体育科の目標に、思考力、判断力、表現力等として「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。」¹⁾と示されています。

また、目標に対応して、各領域の思考力、判断力、表現力等の指導内容は、「課題の発見」、「課題解決の取り組み方の工夫」、「考えたことを表現」の3つからなる内容となっています。²⁾

器械運動の思考力、判断力、表現力等の指導事項

入学年次

技などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えること。

入学年次の次の年次以降

生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。

解説の〈例示〉には、「運動に関する思考力、判断力、表現力等」、「体力、健康・安全に関する思考力、判断力、表現力等」、「運動実践につながる態度に関する思考力、判断力、表現力等」、「生涯スポーツの実践に関する思考力、判断力、表現力等」の中から、領域の特性に応じた思考力、判断力、表現力等の例を重点化して示しています。²⁾

器械運動の思考力、判断力、表現力等の例示²⁾（入学年次の次の年次以降の〈例示〉から抜粋）

「運動に関する思考力、判断力、表現力等」

・選択した技の行い方や技の組合せ方について、自己や仲間の動きを分析して、良い点や修正点を指摘すること。

「体力、健康・安全に関する思考力、判断力、表現力等」

・練習や演技の場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を提案すること。

「運動実践につながる態度に関する思考力、判断力、表現力等」

・体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに器械運動を楽しむための調整の仕方を見付けること。

「生涯スポーツの実践に関する思考力、判断力、表現力等」

・器械運動の学習成果を踏まえ、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けること。

思考力、判断力、表現力等の指導については、解説には次のような内容が各運動領域に共通して示されています。

器械運動の思考力、判断力、表現力等の記載内容²⁾

入学年次

指導に際しては、入学年次においては、習得した知識を基に、よりよい解決方法を比較したり、活動を振り返ったりするなどによって、学習成果を分析する活動の提示の仕方を工夫することが大切である。

入学年次の次の年次以降

指導に際しては、その次の年次以降においては、これまで学習した内容を基に、よりよい解決方法を比較したり、活動を振り返ったり、学習成果を分析したりすることなどによって、新たな考えや方法などを統合したり目的に合わせて評価したりする活動の提示の仕方を工夫することが大切である。

以上のことに生徒の実態を踏まえて、教授方法や教材選択について工夫しましょう。

「思考力、判断力、表現力等」を育む授業づくりの例

平成29年度神奈川県立体育センター(現体育指導センター)研究

「ICTを活用した保健体育授業の充実に向けて

—効果的にタブレット端末を活用した主体的・対話的で深い学びを目指して—

タブレット端末を活用した学習活動において、生徒が「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」を身に付けるための効果的なICTの活用方法を検証し、新たな授業改善と各学校で活用できる授業づくりを目指した高等学校における授業実践研究です。

○ 球技 ゴール型 サッカー

タブレット端末等のICTを活用し「活動提示場面」でドリル・タスクゲームの活動の提示、「問題解決場面」で映像の分析と話し合い、「評価場面」で学習成果のまとめの実践を取り入れた授業

○ 球技 ネット型 バレーボール

単元のねらいを示した動画を見せ授業の見通しをもたせ、「活動提示場面」でスパイク動画とタスクゲームルール説明映像の提示、「問題解決場面」で映像の分析と話し合い、「評価場面」で学習成果のまとめの実践を取り入れた授業

など

詳しくは…

平成29年度神奈川県立体育センター研究報告書

<http://www.pref.kanagawa.jp/docs/ui6/6/kenkyu/r-1.html>

総合教育センター研究報告書は毎年最新のものがアップされます。そちらも御覧ください。

(2) 学びに向かう力、人間性等

体育学習は、身体活動や他者との関わりを通して、これらの資質・能力を総合的に育むことの可能性を秘めた教科であり、**要領、解説**には「学びに向かう力、人間性等」の具体的な指導内容として、愛好的態度及び健康・安全、公正(伝統的な行動の仕方)、協力、責任、参画、共生について具体的な指導内容が示されています(高等学校では保健体育科の運動領域のみ)¹³⁾。学習活動を通して、意図的に資質・能力を育めるような、教授方法や教材選択の工夫をしましょう。

球技の学びに向かう力、人間性等の指導事項と例示²⁾

指導事項

球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、作戦などについての話し合いに貢献しようとする事、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする事、互いに助け合い教え合おうとする事などや、健康・安全を確保すること。

例示(入学年次の〈例示〉から抜粋)

- ・球技の学習に自主的に取り組もうとする事。(愛好的態度)
 - ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする事。(公正)
 - ・作戦などについての話し合いに貢献しようとする事。(参画)
 - ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとする事。(共生)
 - ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとする事。(協力・責任)
 - ・健康・安全を確保すること。(健康・安全)
- ※()内は筆者記述

「学びに向かう力、人間性等」を涵養する授業づくりの例

令和2年度総合教育センター長期研修講座 体育科・保健体育科 研究

「学びに向かう力、人間性等が涵養されるソフトバレーボールの学習

—『ONE TEAM』と『NO SIDE』の精神をいかしたスポーツ教育モデルによる学習過程を通して—

「ONE TEAM」と「NO SIDE」を行動目標として設定し、スポーツ教育モデルの特性を適用した学習過程を取り入れた小学校における授業実践研究です。高等学校の授業づくりにも参考になります。

- 全ての児童に対して運動の機会を保障するとともに、体力や技能の程度や性差に関係なく全ての児童がゲームを楽しめるように配慮したソフトバレーボール
- 「ONE TEAM」と「NO SIDE」の精神をいかしたスポーツ教育モデルによる学習過程

詳しくは…

令和2年度神奈川県立総合教育センター長期研修講座 体育科・保健体育科 研究報告書

<https://www.pen-kanagawa.ed.jp/edu-ctr/kenkyu/kenkyuhoukoku.html>

長期研修講座研究報告書は毎年最新のものがアップされます。そちらも御覧ください。

(3) 支援を要する生徒への指導方法

ア 運動が苦手な生徒や運動に意欲的でない生徒への配慮

小学校学習指導要領解説体育編には、全ての児童が、楽しく、安心して運動に取り組むことができるようにし、その結果として体力の向上につながる指導等の在り方について改善を図るために、知識及び技能には運動が苦手な児童への、学びに向かう力、人間性等には運動に意欲的でない児童への指導等の在り方について配慮する例⁴⁾が示されています。これらは中学校、高等学校の解説には示されていませんが、高等学校の指導においても、全ての生徒が、楽しく、安心して運動に取り組むことができるようにすることは大切なことです。指導の際の参考になるので、ぜひ目を通しておきましょう。

陸上運動 第5学年及び第6学年の記載（抜粋）

ア 短距離走・リレー

知識及び技能

[例示]

- 40～60m程度の短距離走
 - ・スタンディングスタートから、素早く走り始めること。
- ◎ 運動が苦手な児童への配慮の例
 - ・短距離走で、素早いスタートが苦手な児童には、構えた際に前に置いた足に重心をかけ、低い姿勢で構えるといったポイントを示すなどの配慮をする。

学びに向かう力、人間性等

ア 短距離走・リレーやハードル走、走り幅跳びや走り高跳びに積極的に取り組むこと。

◎ 運動に意欲的でない児童への配慮の例

- ・リレーに意欲的に取り組めない児童には、チーム内で一人一人の走る距離を変えたり、勝敗を競うのではなく目標記録に近づくことを課題としたリレーを行ったりするなどの配慮をする。

なお、高等学校の解説には配慮の例は示されていませんが、技能の例示には指導の際のポイントとなる内容も示されているので、活用しましょう。

陸上競技 入学年次の記載（抜粋）

ア 短距離走・リレー

〈例示〉

- ・スタートダッシュでは地面を力強くキックして、徐々に上体を起こしていき加速すること。
- ・後半でスピードが著しく低下しないよう、力みのないリズムカルな動きで走ること。

※下線は筆者記述

イ 障がいのある生徒などへの指導

通常の学級においても、発達障がいを含む障がいのある生徒が在籍している可能性があることを前提に、全ての教科等において、一人一人の教育的ニーズに応じたきめ細かな指導や支援ができるよう、障がい種別の指導の工夫のみならず、各教科等の学びの過程において考えられる困難さに対する指導の工夫の意図、手立てを明確にすることが重要です。²⁾

解説223ページには次のような場合の配慮の例が示されています。

指導に際しては、学校や地域の実態に応じて、次のような配慮の例が考えられる。(一部省略)

- ・見えにくさのため活動に制限がある場合には、不安を軽減したり安全に実施したりする。
- ・身体の動きに制約があり、活動に制限がある場合には、生徒の実情に応じて仲間と積極的に活動できるようにする。
- ・リズムやタイミングに合わせて動くことや複雑な動きをすること、ボールや用具の操作等が難しい場合には、動きを理解したり、自ら積極的に動いたりすることができるようにする。
- ・試合や記録測定、発表などの状況の変化への対応が求められる学習活動への参加が難しい場合には、生徒の実情に応じて状況の変化に対応できるようにする。
- ・日常生活とは異なる環境での活動が難しい場合には、不安を解消できるようにする。
- ・対人関係への不安が強く、他者の体に直接触れることが難しい場合には、仲間とともに活動することができるようにする。
- ・自分の力をコントロールすることが難しい場合には、状況に応じて力のコントロールができるようにする。
- ・勝ち負けや記録にこだわり過ぎて、感情をコントロールすることが難しい場合には、状況に応じて感情がコントロールできるようにする。
- ・グループでの準備や役割分担が難しい場合には、準備の必要性やチームで果たす役割の意味について理解することができるようにする。
- ・保健の学習で、実習などの学習活動に参加することが難しい場合には、実習の手順や方法が理解できるようにする。

なお、学校においては、こうした点を踏まえ、個別の指導計画を作成し、必要な配慮を記載し、他教科等の担任と共有したり、翌年度の担任等に引き継いだりすることが必要です。²⁾

(4) ICT活用

ICT活用について要領並びに解説では、「情報機器の活用等に関する配慮事項」の中で、次のように示されています。

(2) 各科目の指導に当たっては、その特質を踏まえ、必要に応じて、コンピュータや情報通信ネットワークなどを適切に活用し、学習の効果を高めるよう配慮すること。¹⁾

例えば、体育においては、学習に必要な情報の収集やデータの管理・分析、課題の発見や解決方法の選択などにおけるICTの活用が考えられる。また、保健においては、健康情報の収集、健康課題の発見や解決方法の選択における情報通信ネットワーク等の活用などが考えられる。

なお、運動の実践では、補助的手段として活用するとともに、効果的なソフトやプログラムの活用を図るなど、活動そのものの低下を招かないよう留意することが大切である。

また、情報機器の使用と健康との関わりについて取り扱うことにも配慮することが大切である。¹⁾

このようにICTは必要に応じて適切に活用することが大切であり、運動の実践ではICT活用を補助的手段として、活動そのものの低下を招かないよう留意することが示されています。つまり、ICTの活用自体が目的とならないよう、各科目の特質を踏まえ、学習の効果を高めるために活用することが求められます。資質・能力ごとの学習の効果としては、次のようなことが考えられます。

- 知識の習得における効果の例
動画やウェブサイトから、より多くの情報を収集することができ、理解が深まる。
- 技能の習得における効果の例
自分や仲間の動画を確認したり比較したりすることで、イメージできたり、修正点が理解できたりする。
- 思考力、判断力、表現力等の育成における効果の例
自分や仲間の動画や作成した資料をお互いに比較することで、課題を発見したり、より考えが深まったり、対話に生かしたりすることができる。
- 学びに向かう力、人間性等の涵養における効果の例(体育)
動画や記録から、技能の向上や記録の高まりを実感したり、仲間の状況を確認したりすることができ、学習意欲の高まりや、個人及び集団での技能の向上、協働への気付きなどにつながる。¹⁹⁾

上記以外にも、授業以外の場(空き時間や家庭での学習など)での活用による学びの広がりといった効果も期待されます。教師にとっては、データ化された学習記録により、個に応じた指導・支援がしやすくなるなど、授業改善につながる効果も考えられます。

また、ICT活用に関しては、小・中学校の状況を理解しておくことが求められます。多くの小・中学校では1人1台端末による学習活動が行われています。生徒がこれまでにどのような端末やソフトを活用し、どの程度理解しているのかなどを把握しておくことは、より効果的な活用方法を選択することにつながります。



6 授業改善と評価の考え方

(1) 授業改善とカリキュラム・マネジメント

要領には教育課程の役割の一つとして、教育課程に基づき組織的かつ計画的に各学校の教育活動の質の向上を図っていくこと(カリキュラム・マネジメント)の必要性が示されています。

内容としては、「生徒や学校、地域の実態を適切に把握し、教育の目的や目標の実現に必要な教育の内容等を教科等横断的な視点で組み立てていくこと、教育課程の実施状況を評価してその改善を図っていくこと」²⁾などを通して、教育活動の質の向上を図っています。

各学校における教育活動は、要領等に従い、児童生徒や地域の実態を踏まえて編成した教育課程の下で作成された各種指導計画に基づく授業(「学習指導」)として展開されます。各学校は、日々の授業の下で児童生徒の学習状況を評価し、その結果を児童生徒の学習や教師による指導の改善や学校全体としての教育課程の改善、校務分掌を含めた組織運営等の改善に生かす中で、学校全体として組織的かつ計画的に教育活動の質の向上を図ります。¹⁾

このように、「学習指導」と「学習評価」は学校の教育活動の根幹であり、教育課程に基づいて組織的かつ計画的に教育活動の質の向上を図る「カリキュラム・マネジメント」の中核的な役割を担っています。¹⁾

(2) 授業改善に生かす学習評価

評価の持つ本来の機能として、「学習者である生徒が学習の到達状況を把握するもの」、「授業者である教員が学習指導の見直しにつなげるもの」という二つが挙げられます。学習評価の在り方については、

① 児童生徒の学習改善につながるものにしていくこと

② 教師の指導改善につながるものにしていくこと

③ これまで慣行として行われてきたことでも、必要性・妥当性が認められないものは見直していくことを基本としています。¹⁾

学習評価は、生徒自身の学習の改善に資するものだけでなく、教員・学校が学習指導や教育課程の在り方を問い直す情報として活用するものでもあります。

要領には学習評価の実施に当たって配慮する事項として、「学習の過程や成果を評価し、指導の改善や学習意欲の向上を図り、資質・能力の育成に生かすようにすること」¹⁾とあります。

評価を結果として終わらせるのではなく、なぜそのような結果となったのか原因を探り、授業における課題や改善点を整理することにつなげましょう。

(3) R-PDCAサイクル¹²⁾

神奈川県では、教育課程の編成、実施、評価、改善の一連の流れであるPDCAサイクルに、学校の実態と課題の把握を意味する“Research”を加えた「R-PDCAサイクル」の確立を推進しています。(図9)

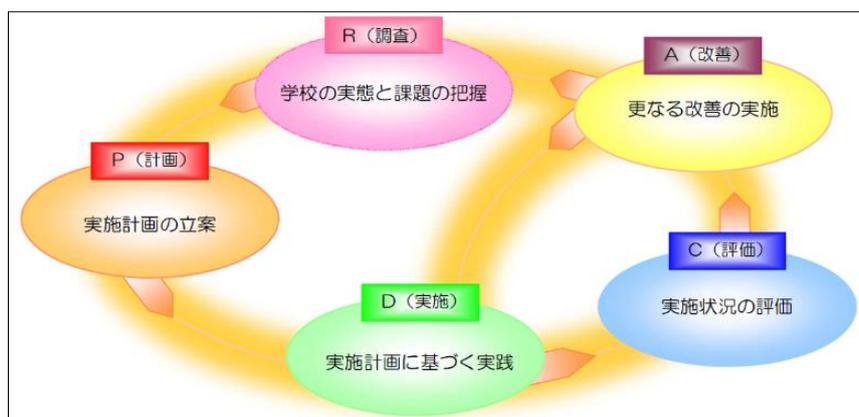


図9 R-PDCAサイクル

- Research(調査)：** 授業前の実態調査や観点別学習状況の評価、生徒による授業評価などを活用し、学校の実態と課題を把握します。
- Plan(計画)：** 課題解決に向けて、具体的にどのような授業改善を行うか検討し、実施計画を立てます。
- Do(実践)：** 実施計画に基づいた授業を実践します。
- Check(評価)：** 観点別学習状況の評価、生徒による授業評価などを活用して、授業改善の評価を行います。
- Action(改善)：** 評価の結果を分析して整理し、次の実践(D)につなげます。また、次年度の授業改善に向けて、さらなる課題の把握(R)へと発展させます。

(4) 授業を省察する力

自分の指導を振り返り、評価・改善する省察力は、教師の実践的指導力の向上において重要であることが、多くの研究や実践において示されています。

また、教師が授業実践中に機能する知識を獲得するためには、自身の授業実践を省察することが重要だと言われています。¹⁸⁾

中央教育審議会の「教職生活の全体を通じた教員の資質能力の総合的な向上方策について(答申)」においても、「学び続ける教員像」として、自らの実践を理論に基づき振り返ることは資質能力の向上に有効であると示されています。また、これからの教員に求められる資質能力である「教職に対する責任感、探究力、教職生活全体を通じて自主的に学び続ける力」、「実践的指導力などの専門職としての高度な知識・技能」、「総合的な人間力」は省察する中で相互に関連し合いながら形成されるとしています。⁸⁾

「省察」という言葉の意味は、悪い点について省みる「反省」というネガティブな意味ではなく、自分の言動を客観的に振り返り、その良し悪しを考えると意味があります。本ハンドブック巻末の授業省察力のチェックリストには授業づくり、実践について振り返り、成果や課題などについて確認、提案できることがあげてあります。よりよい授業づくりに向けて、常に評価、改善することを続けることで、授業を省察する力を向上させましょう。

＜授業力分析シート＞¹⁷⁾

授業設計力チェックリスト ～指導計画作成にむけて～

そう思う：4 ややそう思う：3 ややそう思わない：2 そう思わない：1

/80

授業設計力に関する項目（20項目）	学習指導要領への理解	今改訂の趣旨を理解している	
		学習指導要領と解説の違いを理解している	
		学習指導要領解説から指導する内容を読み解くことができる	
		年間指導計画作成の際の領域及び領域の内容の取扱いを理解している	
	カリキュラム・マネジメント	教科、教科外、学校教育活動の違いをイメージできる	
		年間指導計画作成できる	
		2年間の指導内容から単元の指導事項の重点化の図り方を理解している	
		単元計画(一定のまとまりの時間)の作成方法を理解している	
	単元計画力	単元構造図を用いて単元計画を示すことができる	
		3つの資質・能力を育成する授業設計ができる	
		診断的評価、形成的評価、総括的評価をイメージした単元設計ができる	
		指導内容に適した教材や学習方法がイメージできる	
	評価規準	評価規準の語尾表記の仕方を理解している	
		単元の評価規準が作成できる	
		指導と評価のタイミングを図った評価計画を立てることができる	
		観点に応じた具体的な評価材料の収集ができる	
	教授方法、教材選択	教材の簡易化や修正する方法を理解している	
		思考力・判断力・表現力の指導事項に対応した指導スタイルや教材のイメージがもてる	
		学びに向かう力・人間性の指導事項に対応した指導スタイルや教材のイメージがもてる	
		支援を要する児童生徒への指導方法・教材がイメージできる	

授業の基本チェックリスト ～自分の授業を振り返ってみましょう～

◆基礎条件と内容条件を備えた授業を行えるようになれば、よい体育授業を行えるようになります。
以下に示す条件を頼りに、ご自身の授業を振り返り、授業の改善に役立ててください。

●「基礎的条件」¹⁵⁾

よい体育授業を実現するための土台となる条件であり、学習成果を上げるための前提的な条件です。子どもたちがテキパキと行動し、授業の流れがよい「学習の勢い」と、子ども同士の関係も良好で明るく感情豊かな行動が出現する「学習の雰囲気」の2つの要因で構成されます。

そう思う：4 ややそう思う：3 ややそう思わない：2 そう思わない：1

/96

授業実践力に関する項目・基礎的条件（24項目）	マネジメント	出席や点呼などリズムよく無駄な時間をかけず実施している	
		準備、片付け、集合などオファタスク(授業従事外の時間)が最小限である	
		繰り返しが必要な基礎的な学習を毎時組み込んでいる	
		本時のねらいや生徒の活動の見通しを示している	
	話し方の技術	40人程度が入る教室であればマイク使わず隅々まで声を通る	
		聞き取りやすく活舌よく話している	
		抑揚をつけて話すなど重要なポイントを強調して相手に伝えられる	
		安心感のある周囲が話やすい雰囲気を作り出すことができる	
	ノンバーバル技術	相手の顔や目を見て話すようにしている	
		他者に伝える際、身振りや手ぶりを意識して使っている	
		安心感のある参加しやすい雰囲気づくりを心がけている	
		視点は、絶えず全体を見渡し、理解が不十分な参加者の細かい表情を見逃さない	
	板書技術	最後列の人でも文字が判別できる大きな字を書いている	
		黒板に、丁寧で読み取れる字を書いている	
		必ず直筆の板書を取り入れている	
		複数の色を使い分けている	
	個別支援	説明後は机間巡視をして理解状況を確認している	
		個別支援の際に、全体の進行が滞らない	
		障害や学力の違いに応じた配慮をしている	
		良さを伝えるなど肯定的働きかけをしている	
	健康安全管理	運動種目に起きやすい怪我の事例と予防策を理解している	
		気温や天候の変化に応じた指示をしている	
		運動時には、人数や動きの制限など安全な場の確保をしている	
		危険を察知した時に、安全行動の確認やルール等の修正を即時にしている	

●「内容的条件」¹⁵⁾

体育授業の内容的な側面の良し悪しを問うときに求められる条件のことで、設定した学習目標・内容は学習者に明確に伝わっているか、教科目標や単元目標との関係から見てよかったのかなど、授業の目標や内容の妥当性からみた条件のことです。

そう思う：4 ややそう思う：3 ややそう思わない：2 そう思わない：1

/96

授業実践力に関する項目・内容的条件（24項目）	発問・応答	児童生徒の興味や思考が揺さぶられる問いがある	
		回答の浮かばない児童生徒に問いの修正をして思考を促している	
		答えの得やすい特定の児童生徒に頼らず発問をしている	
		支援を要する児童生徒にも状況に応じた発問をしている	
	称賛・受理	良い回答や動きに対して「何が良いか」を添えて称賛している	
		教員の意図しない回答についても感情を抑制し受け止めている	
		間違った回答や動きに対して、すぐに否定せず前向きな姿勢を受けいれている	
		支援を要する児童生徒の尊厳を守り積極的な参加を促している	
	プレゼン技術	端的に重要なポイントを示すことができる。	
		プレゼンソフトや ICT を効果的に活用し興味を高めている	
		重要な概念を具体例を添えて強調している	
		他者作成資料は、情報活用時のマナーを遵守している	
	座学の展開力	まとめは、本時のねらいと一致している	
		対話的な活動の機会だけでなく、活動によって導かれる深い学びが保証されている	
		専門用語を用いず平易なことばで説明している	
		科学的根拠に基づく事例や事象を適切に取り上げている	
	実技の技術指導	良い動きとつまずきのポイントを身体で表現できる	
		動きを分節化(局面を強調)して師範できる	
		動きのポイントをわかりやすく言語化している	
		観察から、個に応じたつまずきの改善策をみつけている	
教材展開力	ねらいに一致した教材が提供されている		
	児童生徒の状況に応じて課題が選択できる工夫をしている		
	教材を提供する際、行い方の説明だけでなく、何のためかが説明されている		
	児童生徒の学びに応じて、臨機応変に教材を入れ替えたり時間の調整をしたりしている		

授業省察力チェックリスト ～授業改善にむけて～

◆ご自身の授業を振り返り、評価・改善する「省察力」のチェックリストです。授業改善への視点としても役立ててください。

/48

そう思う：4 ややそう思う：3 ややそう思わない：2 そう思わない：1

授業省察力に関する項目（12項目）	設計への省察	授業設計力についての省察力 本時の学習指導案と学習指導要領解説(目的、内容、内容の取扱い)と整合しているかを確認できる	
		授業設計力についての省察力 単元構造図を見て、指導時期、評価機会、指導方法、教具・教材の一致度を確認できる	
		授業設計力についての省察力 授業後に、単元構造図(指導と評価の計画)の修正点、改善点を提案できる	
		授業設計力についての省察力 学習評価情報から、評価規準の設定や評価方法、指導や支援方法の修正点、改善点を提案できる	
	実践への省察（基礎的条件）	授業の基礎的条件についての省察力 発声、板書、視線、授業の進行スピードなどの基本的教授行動の成果や修正点を指摘できる	
		授業の基礎的条件についての省察力 学習規律、マネジメントを振り返り、成果や修正点を提案できる	
		授業の基礎的条件についての省察力 受容的雰囲気、肯定的人間関係の様子を振り返り、成果や修正点を提案できる	
		授業の基礎的条件についての省察力 児童生徒の発言や机間巡視時の応答を振り返り、成果や修正点を提案できる	
	実践への省察（内容的条件）	授業の内容的条件についての省察力 発問や追加発問の適切さと称賛技術について成果と課題を提案できる	
		授業の内容的条件についての省察力 プレゼンテーション技術の適切さとより効果的な活用方法について提案できる	
		授業の内容的条件についての省察力 指導内容の具体化について、児童生徒の実態に応じた簡易化や根拠ある説明など、その適切さを指摘できる	
		授業の内容的条件についての省察力 観察した授業から、今後の自身の授業改善に役立てるよう総括できる	

【引用・参考文献】

- 1) 文部科学省. 高等学校学習指導要領(平成30年告示) p.28,131
- 2) 文部科学省. 高等学校学習指導要領(平成30年告示)解説保健体育編 p.19,20,21,22,25,26,35,40,41,45,55,187,188,189,219,223,224,225,226
- 3) 文部科学省. 高等学校学習指導要領(平成30年告示)解説総則編 p.117
- 4) 文部科学省. 小学校学習指導要領(平成29年告示)解説体育編 p.7
- 5) 文部科学省. 国立教育政策研究所教育課程研究センター.「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 高等学校 保健体育. 2021 p.29,44,45,47,52,65,66,71,74,75,83,91
- 6) 文部科学省. 令和3年度文部科学白書. 2022 p.233
- 7) 文部科学省. 改訂「生きる力」を育む高等学校保健教育の手引 2021 p.7
- 8) 中央教育審議会. 教職生活全体を通じた教員の資質能力の総合的な向上方策について(答申). 2012 p.2,3
- 9) 中央教育審議会. 幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について(答申) .2016 p.2,23,66
- 10) 中央教育審議会. 幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について(答申)補足資料 .2016
- 11) 中央教育審議会. 児童生徒の学習評価の在り方について(報告).2019 p.3,5
- 12) 神奈川県立総合教育センター. カリキュラム・マネジメントで改善・充実の好循環へ .2017 p.5
- 13) 神奈川県立総合教育センター. 小学校の先生のための体育科授業づくりハンドブック. 2020 まえがき
- 14) 横浜国立大学教育人間科学部附属教育デザインセンター.「教師として成長し続けるために」若手の先生に贈る20のメッセージ. 2012 p.34
- 15) 清水将.単元の学習評価の計画 吉野聡.よい体育授業の「基礎的条件」と「内容的条件」 岩田靖・吉野聡・日野克博・近藤智靖 編著.『初等体育授業づくり入門』.大修館書店 .2018 p.58,81,82
- 16) 佐藤豊.「単元構造図を活用して指導計画を作成する」.中学保健体育科ニュース11号.大修館書店 .2014 p.5
- 17) 佐藤豊. 授業設計力分析シート
- 18) 坂本篤史.現職教師は授業経験から如何に学ぶか. 日本教育心理学会.「教育心理学研究」. 2007 p.587
- 19) 鈴木直樹. ICT×体育・保健体育 GIGAスクールに対応した授業スタンダード. 明治図書. 2021

【県立総合教育センター体育指導センター指導研究課 体育・保健体育教材について】

指導研究課では、保健体育の授業づくりに役立つ教材を作成しています。

・保健体育単元作成シート ・授業づくりハンドブック など

県立総合教育センターウェブサイトからダウンロードすることができます。

<https://www.pen-kanagawa.jp/edu-ctr/kenkyu/taiikukyoza.html>

【学習指導要領等関係資料について】

学習指導要領や『『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』などは、文部科学省や国立教育政策研究所のウェブサイトから閲覧が可能です。

1 文部科学省 平成29・30・31年改訂学習指導要領(本文、解説)

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/1384661.htm

2 国立教育政策研究所 教育課程研究センター 指導資料・事例集

<https://www.nier.go.jp/kaihatsu/shidousiryoku.html>

https://www.mext.go.jp/a_menu/coronavirus/mext_00015.html

本ハンドブックは、神奈川県立総合教育センター体育指導センターが作成しました。

アドバイザー（職名は令和4年12月現在）

佐藤 豊 桐蔭横浜大学 スポーツ健康政策学部 スポーツ教育学科 教授

令和3年度作成担当

神奈川県立総合教育センター

体育指導センター指導研究課

瀬戸 隆紀

研修指導班

瀬尾 一幸 小島 隆志 飯田 達弥 熊崎 貴之 福地 真一 千葉 周平 萩原 正博

西塚 祐一 田村 幸久

授業研究班

黒岩 美智子 田所 克哉 落合 浩一

教育支援部学校教育支援課

内藤 通昭

令和4年度作成担当

神奈川県立総合教育センター

体育指導センター指導研究課

瀬尾 一幸 斎藤 祐介

研修指導班

小島 隆志 飯田 達弥 五島 麻美 千葉 周平 萩原 正博 外赤 広太 西塚 祐一

田村 幸久

授業研究班

田中 春彦 田所 克哉 落合 浩一

高等学校の先生のための
保健体育科授業づくりハンドブック
～授業設計力の向上にむけて～

発行

令和5年1月

発行者

神奈川県立総合教育センター体育指導センター

〒251-0871 神奈川県藤沢市善行 7-1-2

TEL(0466)81-2572