

新・なるほど保健学習



平成27年3月

埼玉県教育委員会 埼玉県学校保健会



埼玉県のマスコット
コバトン

はじめに

埼玉県教育委員会及び埼玉県学校保健会では平成18年11月に「なるほど保健学習」を発行し、学習指導要領のねらいの実現に向け、県内各学校における保健学習の適切な指導・評価を目指し取り組んでまいりました。

その後も、社会環境や生活環境の急激な変化に伴い、学校における健康教育はますます多様化・複雑化しており、毎年のように新たな課題も生じているのが現状です。また、現行の学習指導要領の確実な実施にとどまらず、次期の学習指導要領の改定に向けた動きも実質的にスタートしているところであります。

そこで、埼玉県教育委員会及び埼玉県学校保健会では、新たな課題にも対応できるよう、この度「新・なるほど保健学習」を発行することとなりました。

学校における健康教育は、児童生徒の発達の段階に応じ、学習指導要領に基づいて、体育・保健体育科を中心に、道徳、特別活動など学校の教育活動全体を通じて行うことは言うまでもありません。

とりわけ、学習指導要領に位置付けられた保健学習では、的確な思考・判断に基づいた適切な意思決定と行動選択など健康の保持増進のための実践力の育成を重視した授業の実践が大切であり、各学校では全ての子供たちが学ぶべき内容を、確実かつ効果的に指導する必要があります。

本書は、学習指導要領の趣旨を踏まえ、「何を学ぶのか」という保健学習の内容を確認するとともに、「どのように学ぶか」という子供たちの主体的・協働的な学習（アクティブ・ラーニング）を各学校に応じた推進できるよう、学校現場ですぐに使えるQ&A方式で編集しております。

各学校におかれましては、本書を御活用いただき、学習指導要領のねらいの実現に向け、適切な指導・評価・改善が実施されますことを願っております。

結びに、本冊子の作成に当たり御尽力をいただきました埼玉県学校保健会の皆様、性に関する指導実践推進委員会委員の皆様をはじめ、関係各位に心から御礼申し上げますとともに、今後もなお一層の御指導・御協力を賜りますようお願いいたします。

平成27年3月

目 次

I	学校における保健教育の必要性	
1	保健教育の充実	1
2	保健学習の役割	5
II	保健学習の基本的な考え方	
1	学習指導要領の基本的な考え方	7
2	指導内容の系統性	9
3	指導内容の明確化	11
4	領域ごとの指導内容	13
5	知識を活用した学習活動	21
6	保健学習における言語活動	23
7	保健と体育との関連	27
8	家庭・地域との連携	30
9	課題を解決する学習過程の工夫	32
III	指導計画作成の考え方と手順	
1	指導計画の作成手順	35
2	保健学習の指導案の作成	37
IV	授業づくりのポイント	
1	多様な指導方法を活用した効果的な指導	43
2	具体的な指導のポイント	50
3	養護教諭等のかかわり	52
4	TT（ティームティーチング）の効果的な指導	53
5	特別活動における保健指導のポイント	54
V	評価規準の設定における基本的な考え方	
1	評価の目的	57
2	単元の評価規準	60
3	学習活動に即した評価規準	63
4	各学校における指導と評価の工夫改善	66
5	評定の総括の仕方	73
VI	指導事例	75
VII	引用参考文献	103
	【御協力いただいた方々】	105

なるほど！Q&A

I 学校における保健教育の必要性

1 保健教育の充実

- (1) なぜ、学校での保健教育が重要なのか？…………… 1
- (2) ヘルスプロモーションとは、どのようなことなのか？…………… 2
- (3) 学校での保健教育でどのような児童生徒を育てていくのか？ …… 2
- (4) 健康の保持増進のための実践力とは？ …… 3
- (5) 学校保健にはどのような分類・内容があるのか？…………… 4

2 保健学習の役割

- (1) 保健教育の中の保健学習はどのような役割があるのか？…………… 5
- (2) 保健教育における各教科、特別活動等との連携は？ …… 6
- (3) 保健学習と保健指導の違いは？…………… 6

II 保健学習の基本的な考え方

1 学習指導要領の基本的な考え方

- (1) 保健学習ではどのような内容を何時間指導するのか？…………… 7
- (2) 学習指導要領に小学校、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体系化が示されたが、どのような内容なのか？…………… 8

2 指導内容の系統性

- (1) 小学校、中学校、高等学校を通じて、系統性のある指導はなぜ大切なのか？…………… 9
- (2) 小・中・高等学校の保健学習の内容はどのような系統になっているのか？…………… 9

3 指導内容の明確化

- (1) 指導内容の明確化はなぜ必要なのか？…………… 11
- (2) 保健学習の指導内容は学習指導要領に書かれている内容を指導するとあるが、どのように読み取ればいいのか？…………… 11
- (3) 学習指導要領に書かれていることは、すべて教えなくてはならないのか？…………… 12
- (4) 保健の教科書はどのように使用したらいいのか？
教科書に書かれていることは、全て教えるのか？…………… 12

4 領域ごとの指導内容

- (1) 性に関する指導の内容と指導上の留意点は？…………… 13
- (2) 喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育の内容と指導上の留意点は？…………… 15
- (3) 学校におけるがん教育の基本的な考え方は？…………… 16
- (4) 心の健康の内容と指導上の留意点は？…………… 18
- (5) 歯と口の健康づくりに関する指導の内容と留意点は？…………… 19
- (6) 医薬品に関する教育の内容と留意点は？…………… 20

5	知識を活用した学習活動	
(1)	指導における配慮及び留意事項の留意点で、「知識を活用した学習活動」の大切さについて示されたが、「知識を活用した学習活動」とはどのようなことなの？	21
(2)	「知識を活用した学習活動」を積極的に行うことで、どのような力を身に付けるの？	21
(3)	どのような学習活動を通して、思考力・判断力を育成するの？	22
6	保健学習における言語活動	
(1)	なぜ、言語活動の充実が必要なの？	23
(2)	保健学習においても言語活動の充実は必要なの？	23
(3)	保健学習における言語活動ではどのような力を身に付けさせるの？	24
(4)	保健学習の言語活動の充実のためには、どのような活動が効果的なの？	24
(5)	保健学習における言語活動を進める上での留意点は？	26
7	保健と体育との関連	
(1)	なぜ、保健と体育との連携が必要なの？	27
(2)	保健体育科の目標「心と体を一体としてとらえ」とは？	27
(3)	体育と保健との連携は、どのように行ったらいいの？	28
8	家庭・地域との連携	
(1)	家庭・地域との連携のポイントは？	30
9	課題を解決する学習過程の工夫	
(1)	課題学習は保健学習でも有効なの？ どのような指導を行ったらいいの？	32

Ⅲ 指導計画作成の考え方と手順

1	指導計画の作成手順	
(1)	どのような手順で計画を立てたらいいの？	35
2	保健学習の指導案の作成	
(1)	保健学習の指導案はどのように作成したらいいの？	37
(2)	保健学習の指導案を作成する際のチェックポイントは？	41
(3)	保健学習の成功のカギは？	41

Ⅳ 授業づくりのポイント

1	多様な指導方法を活用した効果的な指導	
(1)	多様な指導方法で指導すると、どのような効果があるの？	43
(2)	どのような指導方法があるの？小・中・高によって効果的な指導方法はあるの？	43
(3)	指導方法を選ぶ際の留意点は？	43
(4)	具体的に、どのような活動をしていくの？ どのような場面で活用したらいいの？	44
	■ブレインストーミング 45 ■ケーススタディ 45 ■ディスカッション 45	

■ロールプレイング	46	■実験	47	■実習	47
■ランキング	48	■カード分類	48	■広告分析	48
■課題学習	49				

2 具体的な指導のポイント

- (1) 学校全体で共通理解を図るためには?50
- (2) グループでの話し合い活動の効果は?51
- (3) 教材はどのようなものを用意したらいいの?
教材教具の工夫は?51
- (4) 発展的な内容を指導する場合の留意点は?51
- (5) 児童生徒に「保健の授業が楽しい」と思わせる工夫は?51

3 養護教諭等のかかわり

- (1) 養護教諭は授業をすることができるの?
養護教諭が授業に入るときに、留意することはどんなこと?52

4 TT（チームティーチング）の効果的な指導

- (1) TTはどのように行ったらいいの?53

5 特別活動における保健指導のポイント

- (1) 保健指導では、どのような点に配慮したらいいの?54
- (2) 保健指導を成功させるポイントは?56

V 評価規準の設定における基本的な考え方

1 評価の目的

- (1) 保健学習の評価はどのように考えればいいの?57
- (2) 保健学習の評価の観点とは?57
- (3) 保健学習と保健指導の評価規準はどう違うの?58
- (4) 保健学習の指導と評価の計画は、何を、どのように工夫したらいいの?59

2 単元の評価規準

- (1) 小学校における評価規準の作成時の留意点は?60
- (2) なぜ、小学校では、体育領域で「知識・理解」を評価しないの?60
- (3) 中学校における評価規準の作成時の留意点は?61
- (4) 高等学校における評価規準の作成時の留意点は?62

3 学習活動に即した評価規準

- (1) 健康・安全への関心・意欲・態度とは?63
- (2) 健康・安全についての思考・判断とは?63
- (3) 健康・安全についての知識・理解とは?64
- (4) なぜ、保健学習は技能の評価がないの?65

4 各学校における指導と評価の工夫改善

- (1) 学習評価の基本的な考え方は?66
- (2) 評価計画はどのように作成したらいいの?67

(3) 評価には、どのような方法があるの？	68
(4) 評価にあたっての留意点は？	69
(5) 毎時間、全ての項目について評価をすることは難しいが、 どのように評価の重点化をしたらいいの？	70
(6) 「努力を要する」状況（C）と判断できる児童生徒への手だては？	71
(7) 「十分満足できる」状況（A）と判断できる児童生徒の判断のポイントは？	72
5 評定の総括の仕方	
(1) 評定の総括はどのように考えたらいいの？	73

VI 指導事例

(1) 小学校の事例（保健領域）	75
(2) 中学校の事例（保健分野）	83
(3) 高等学校の事例（科目保健）	91

VII 引用参考文献

【御協力いただいた方々】	105
--------------	-----

1 保健教育の充実

Q I-1-(1)

○なぜ、学校での保健教育が重要なのか？

- A. 多様で喫緊の健康課題を解決するためには、学校での保健教育の果たす役割は大きく、今後ますます必要になっていきます。



子供たちの健康課題

今日、子供を取り巻く状況は、都市化、少子高齢化、情報化、国際化などにより社会環境や生活環境が急激に変化している。こうした変化は、子供たちの心身の健康状態や健康に関わる行動に大きく影響を与えている。

子供たちにおいても、夜更かし、朝食欠食、睡眠不足、運動不足等の生活習慣の乱れ、過度なストレス、いじめ、不登校、自傷行為等のメンタルヘルスに関する問題、暴力、交通事故、アレルギー疾患、性の逸脱行動、喫煙、飲酒、薬物乱用、感染症（インフルエンザ、麻疹）、PM2.5などの様々な健康課題が顕在している。



心身ともに健康な国民の育成を期するための「保健教育」が重要です。

教育基本法 第一条（教育の目的）

教育は、人格の完成を目指し、平和で民主的な国家及び社会の形成者として必要な資質を備えた心身ともに健康な国民の育成を期して行われなければならない。

中央教育審議会答申より（平成20年1月）

③体力の向上など、健やかな心身の育成についての指導の充実

子どもたちの心身の調和的発達を図るためには、運動を通じて、体力を養うとともに、望ましい食習慣など、健康的な生活習慣を形成することが必要である。

幼いころから体を動かし、生涯にわかって積極的にスポーツに親しむ習慣や意欲、能力を育成することが重要である。また、心身の健康の保持増進のため、心身の成長発達についての正しい知識を習得し、実践的な判断力や行動を選択する力を養うとともに、食育の充実が必要である。さらに、子どもの生活の安全・安心に対する懸念が広がっていることから、安全教育の充実も必要である。

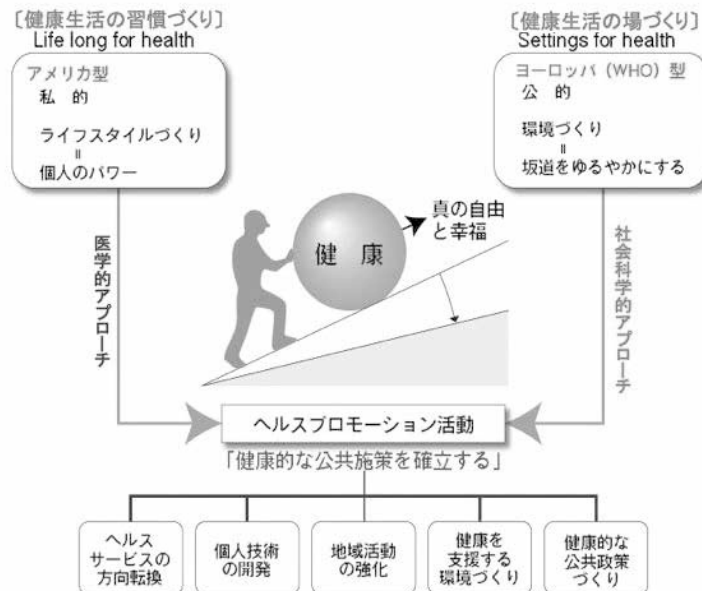
Q I - 1 - (2)

○ヘルスプロモーションとは、どのようなことなの？

A. ヘルスプロモーションとは、

人々が自らの健康をさらにうまくコントロールし、改善していけるようになるプロセスである。

(1986年 WHO「オタワ憲章」)



島内憲夫1987/島内憲夫・鈴木美奈子2011(改編)

ヘルスプロモーションとは・・・

健康 という球を押しながら「坂道」を登ると考えてください。

- ・ 健康生活の習慣づくりにより、個人のパワーが上がる。⇒ 坂道を登る力が増す
- ・ 健康生活の場づくり（環境づくり）により、坂道がゆるやかになる。
⇒ 楽に坂道を登ることが出来る



個人だけでなく、社会全体で健康増進をトータルに図っていかうとするものです。

Q I - 1 - (3)

○学校での保健教育でどのような児童生徒を育てていくの？

A. 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の育成を図っていきます。

(「中学校学習指導要領解説 保健体育編」平成20年9月 文部科学省)

【保健教育の目標】

小学校、中学校、高等学校を通じて、学校における保健教育の目標は、生活環境の変化に伴う新たな健康課題を踏まえつつ、生涯にわたって自分や周りの人の健康課題を自覚し、その課題を解決するために必要な意志決定や行動選択、さらに健康な環境づくりを行うことができるように、児童生徒の発達の段階に応じた実践力等の資質や能力及び態度を育成する。 (『生きる力』を育む中学校保健教育の手引き」平成26年3月 文部科学省)

現在または将来、どのような健康課題が現れるのか、現れた時に適切に対応することができる児童生徒を育成していくための「保健教育」が重視されています。

【体育・保健体育科の目標】

【小学校】 心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。

【中学校】 心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

【高等学校】 心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的、計画的な実践を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。

【保健領域・保健分野・科目保健の目標】

【小学校】：第3学年・第4学年の目標から保健領域のねらいを抜粋
健康な生活及び体の発育・発達について理解できるようにし、身近な生活において健康で安全な生活を営む資質や能力を育てる。

【小学校】：第5学年・第6学年の目標から保健領域のねらいを抜粋
心の健康、けがの防止及び病気の予防について理解できるようにし、健康で安全な生活を営む資質や能力を育てる。

【中学校】：保健分野 目標
個人生活における健康・安全に関する理解を通して、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てる。

【高等学校】：科目保健 目標
個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、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てる。

Q I - 1 - (4)

○健康の保持増進のための実践力とは？

A. 「健康の保持増進のための実践力の育成」とは、健康・安全について科学的に理解することを通して、心身の健康の保持増進に関する内容を単に知識として、また、記憶としてとどめることではなく、生徒が現在及び将来の生活において健康・安全の課題に直面した場合に、科学的な思考と正しい判断の下に意思決定や行動選択を行い、適切に実践していくための思考力・判断力などの資質や能力の基礎を育成することを示したものです。

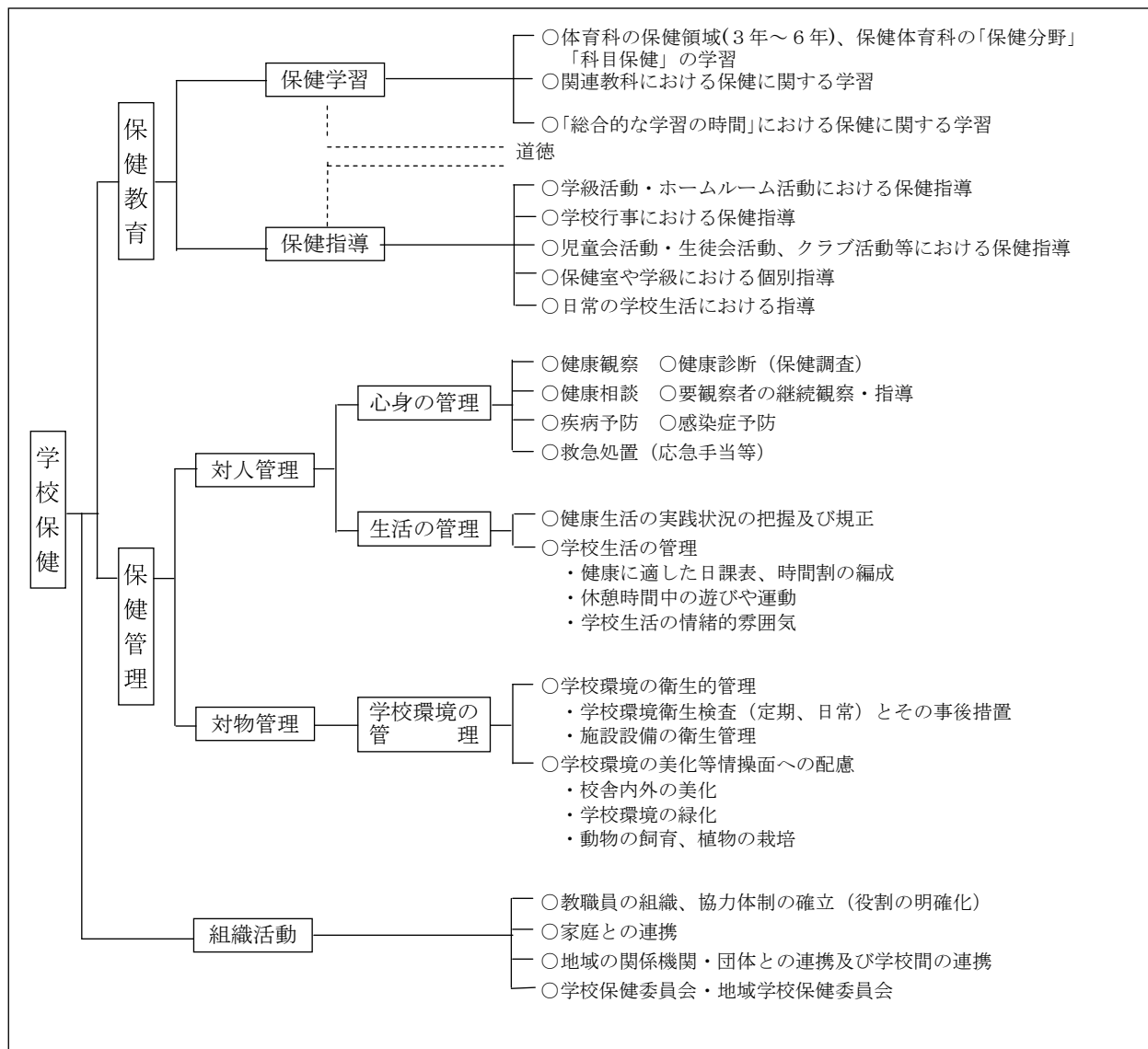
(「中学校学習指導要領解説 保健体育編」 文部科学省)

Q I - 1 - (4)

○学校保健にはどのような分類・内容があるの？

<学校保健の領域・内容>

保健主事の手引<三訂版> 日本学校保健会 H16. 2 ※一部改編



○学校保健は、「保健教育」「保健管理」「組織活動」で構成されます。

○保健教育には、「保健学習」と「保健指導」があります。

*保健学習、保健指導の違いについては、P. 6 Q I - 2 - (3) 参照

2 保健学習の役割

Q I - 2 - (1)

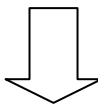
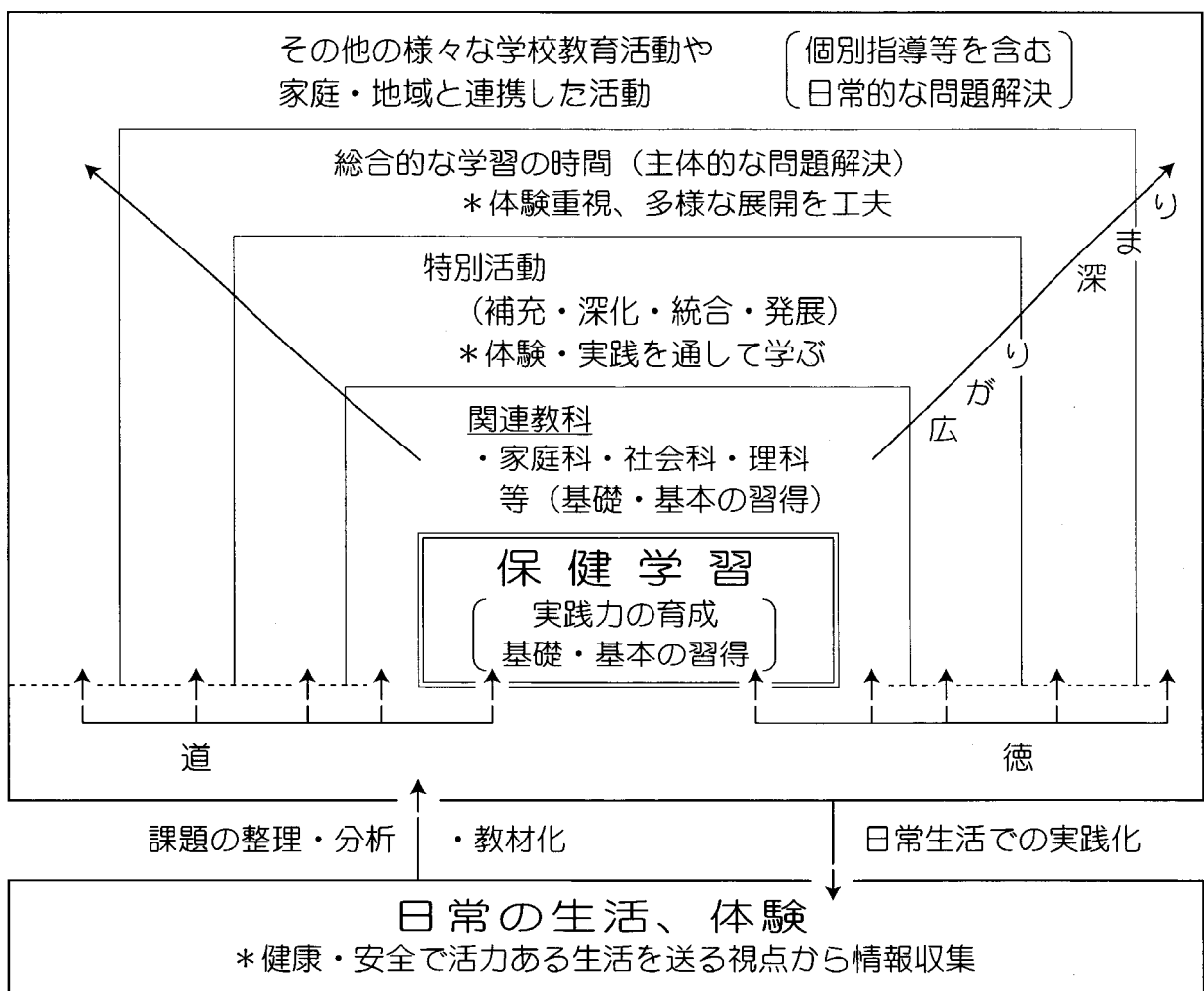
○保健教育の中の保健学習はどのような役割があるの？

A. 保健学習は、心身の健康の保持増進に関する指導において、学校の教育活動全体における保健教育の要をなすものです。

学校健康教育は、生涯を通じて、一人一人の「生活の質（QOL）」の向上に資するような資質や能力（実践力）の育成を目指すものです。

< 学校健康教育のイメージ >

(戸田試案)



そのため、

すべての教職員が、健康教育の重要性を認識し、一人一人がその責任をしっかりと自覚して、学校教育全体を通して実践を推進していかなければなりません。

Q I - 2 - (2)

○保健教育における各教科、特別活動等との連携は？

- A. 保健教育における指導は、体育科・保健体育科を中心に、家庭科や理科などの関連教科、特別活動、総合的な学習の時間など様々な機会に行われます。それぞれの指導は各教科等の特質に応じて行われますが、保健教育は「心身共に健康な国民の育成」を目指しており、保健教育が目標とする健康に関わる資質や能力の育成には、教科等が相互に関連することによってさらに充実することができます。

学習指導要領 総則 第1-3

学校における体育・健康に関する指導は、児童生徒の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとする。特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、体育科・保健体育科の時間はもとより、技術・家庭科、特別活動などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めることとする。また、それらの指導を通して、家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮しなければならない。



- 【大切なポイント】
- 体育科・保健体育科が中心である。
 - 他教科等でも行う。
 - 家庭や地域社会と連携する。

Q I - 2 - (3)

○保健学習と保健指導の違いは？

- A. 保健学習（体育・保健体育の保健領域・分野・科目）と保健指導（特別活動を中心に）は、ねらいと指導内容が異なります。

保健学習	教科の体育・保健体育等において学習指導要領に示された学習内容を学習する。知識の習得を重視した上で、習得した知識を活用する学習活動を積極的に行うことにより、思考力・判断力等を育成することをねらいとしている。
保健指導	日常の保健課題を取り上げ、実践的な能力や態度を育成することをねらいとする。特別活動の学級活動・ホームルーム活動、学校行事等を中心に教育活動全体を通じて行われるもので、身近な生活における具体的な健康問題に適切に対処し、健康な生活が実践できるようにすることを目指している。

- ※ 保健学習の内容は、体育・保健体育等で確実に指導する必要があります。保健指導はその特性から、その時期や流行、学校やクラスの実情において実施し、指導の結果はすぐの変容・効果が求められています。

1 学習指導要領の基本的な考え方

Q II-1-(1)

○保健学習ではどのような内容を何時間指導するの？

A. 学習指導要領・同解説（体育科・保健体育科）に示されている内容を指導します。保健学習の内容は、全ての児童生徒が学ぶ内容であり、質的にも量的にも保健教育の中心的役割を担うものです。

○小学校（保健領域） 3, 4 年生 8 時間程度 5, 6 年生 16 時間程度	○中学校（保健分野） 1～3 年生 4 8 時間程度	○高等学校（保健科目） 入学年次, 次の年次 2 単位（70 時間）
---	----------------------------------	--

保健学習は、

小学校では、身近な生活における健康・安全に関する基礎的・基本的な内容を実践的に理解すること

中学校では、小学校での実践的理解を生かすとともに、個人生活における健康・安全について科学的に理解すること

高等学校では、小学校・中学校での理解を踏まえ、個人生活や社会生活における健康・安全について総合的に理解すること

を通して

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目指している。

（「小・中・高等学校学習指導要領解説体育・保健体育編」より）

保健学習の学習展開の基本的な方向

小学校	中学校	高等学校
<u>身近な生活</u> における健康・安全に関する基礎的・基本的な内容を <u>実践的に理解</u> することを通して、自らの生活行動や身近な生活環境における学習課題を把握し、改善することができる資質や能力の基礎を培うこと	<u>個人の生活</u> を中心として健康・安全について <u>科学的に理解</u> できるようにすることを通して、現在及び将来の生活において健康・安全の課題に直面した場合に的確な思考・判断を行うことができるよう、自らの健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力などの資質や能力を育成すること	<u>個人生活及び社会生活</u> における健康・安全について <u>総合的に理解</u> することで、現在及び将来の生活において健康・安全の課題に直面した場合に的確な思考・判断に基づいて適切な意志決定を行い、自らの健康の管理や健康的な生活行動の選択及び健康的な社会環境づくりなどが実践できるようになるための基礎としての資質や能力を育成すること

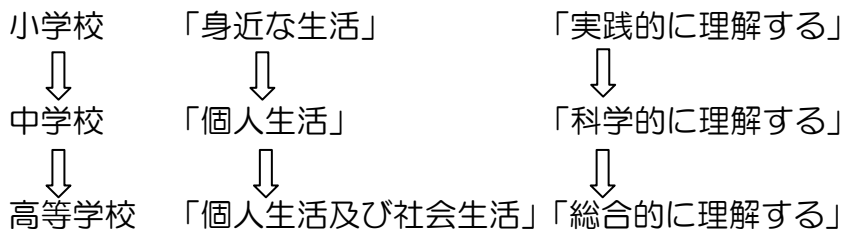
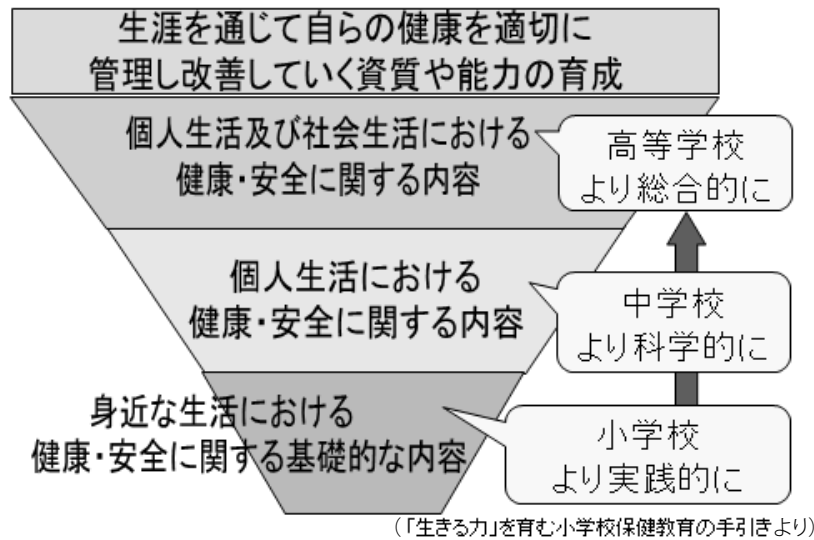
（「小・中・高学習指導要領解説 体育・保健体育編」 目標及び内容より）

QⅡ-1-(2)

○学習指導要領に小学校、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体系化が示されたが、どのような内容なの？

A. 学習指導要領では、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、子どもたちの発達の段階を踏まえて保健の内容の「体系化」を図っています。

保健学習 指導内容の体系化



【小学校】

身近な生活・・・自分にとっての身近な生活、本人が自分で見える、生活の一部であること、現象として起こる（起こりやすい）こと、触れられる範囲 等

実践的な理解・・・自分の目や耳で感じるものを生かしながら、生活経験と関連付けながら具体的に理解する

【中学校】

個人生活・・・自分という特定の個人から離れた個人一般の生活のこと

科学的な理解・・・科学的な原理や原則に基づいて理解できるようにすること。仕組み、原因等、現象を起こす背景となるメカニズムを理解する

【高等学校】

社会生活・・・個人にかかわる事柄のみでなく社会的な事象に対する事柄

総合的な理解・・・ヘルスプロモーションの考え方を生かし、社会全体の環境を改善する活動や仕組み、対策を総合的に理解する

2 指導内容の系統性

QⅡ-2-(1)

○小学校、中学校、高等学校を通じて、系統性のある指導はなぜ大切なの？

A. 健康の保持増進のための実践力を育成するため、自らの健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力などの資質や能力を育成する観点から、系統性のある指導ができるよう内容を明確にすることとされています。

(「中学校学習指導要領解説」 総説 保健体育科改訂の要点)より)

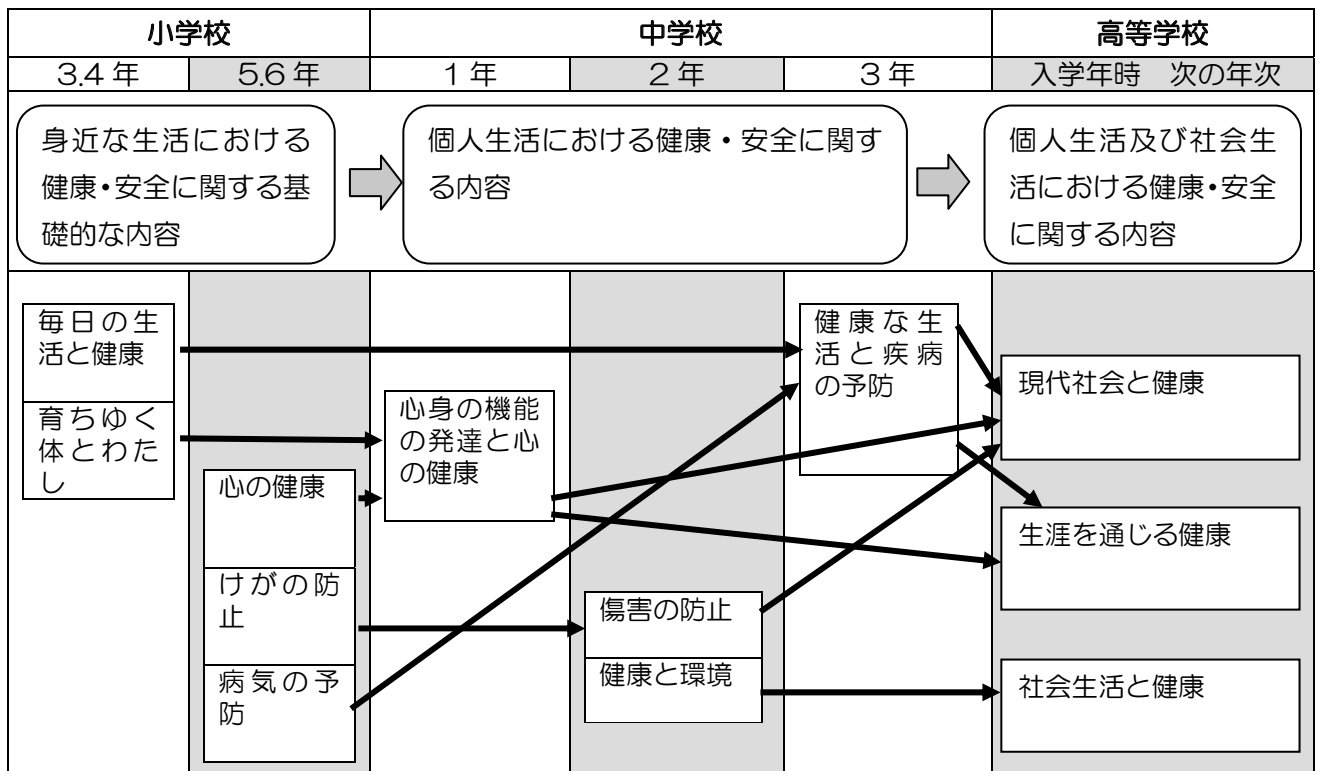
A. 生涯を通じて自らの健康を適切に管理し改善していく資質や能力を育成するため、一層の内容の改善を図る。その際、小・中・高等学校を通じて系統性のある指導ができるように、子どもたちの発達の段階を踏まえて保健の内容の体系化を図る。となっています。

(平成20年1月 中央教育審議会答申 保健体育科改訂の趣旨 ア 改善の基本方針より)

QⅡ-2-(2)

○小・中・高等学校の保健学習の内容はどのような系統になっているの？

A. 以下のとおりです。(詳細は、次ページ参照)



【「生きる力」を育む中学校保健教育の手引き 文部科学省】

小学校・中学校・高等学校の系統性を踏まえた指導が大切です。

小学校	身近な生活における健康・安全に関する基礎的な内容	中学校	個人生活における健康・安全に関する内容	高等学校	個人及び社会生活における健康・安全に関する内容
-----	--------------------------	-----	---------------------	------	-------------------------

《第3学年及び第4学年》（8時間程度）

(1) 毎日の生活と健康

ア 健康な生活とわたし

- ・ 主体の要因
- ・ 周囲の環境の要因

イ 1日の生活の仕方

- ・ 食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活
- ・ 体の清潔

ウ 身の回りの環境

- ・ 明るさの調節
- ・ 換気

(2) 育ちゆく体とわたし

ア 体の発育・発達

- ・ 年齢に伴う変化
- ・ 体の変化の個人差

イ 思春期の体の変化

(ア) 男女の特徴

(イ) 初経、精通など、異性への関心

ウ 体をよりよく発育・発達させるための生活

- ・ 発育・発達させるための調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠

《第5学年及び第6学年》（16時間程度）

(1) 心の健康

ア 心の発達

- ・ 年齢に伴う発達

イ 心と体の相互の影響

- ・ 心と体は互いに影響し合うこと

ウ 不安や悩みへの対処

- ・ 自分に合った方法による対処

(2) けがの防止

ア 交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがとその防止

- ・ けがの発生
- ・ 人の行動と環境がかかわること
- ・ 周囲の危険に気付いて、的確な判断の下に行動すること、環境を整えること

イ けがの手当

- ・ 状況の速やかな把握と処理、近くの人に知らせること
- ・ 傷口を清潔にする、圧迫して出血を止める、患部を冷やすなどの方法

(3) 病気の予防

ア 病気の起こり方

- ・ 病原体、体の抵抗力、生活行動、環境など

イ 病原体がもとになって起こる病気の予防

- ・ 病原体が体の中に入るのを防ぐこと
- ・ 体の抵抗力を高めること

ウ 生活行動がもとになって起こる病気の予防

- ・ 望ましい生活習慣
- ・ 偏りのない食事
- ・ 口腔の衛生を保つこと

エ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康

(ア)(イ) 喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は健康を損なう原因となること

オ 地域の様々な保健活動の取組

- ・ 健康な生活習慣にかかわる情報提供や予防接種などの活動

《第1学年》（12時間程度）

(1) 心身の機能の発達と心の健康

ア 身体機能の発達

- ・ 器官が発育し機能が発達する時期
- ・ 発育・発達の個人差

イ 生殖にかかわる機能の成熟

- ・ 内分泌の働きによる生殖にかかわる機能の成熟
- ・ 成熟の変化に伴う適切な行動

ウ 精神機能の発達と自己形成

(ア) 知的機能、情意機能、社会性の発達

- ・ 生活経験などの影響を受けて発達する精神機能

(イ) 自己形成

- ・ 自己の認識の深まりと自己形成

エ 欲求やストレスへの対処と心の健康

(ア) 心と体のかかわり

- ・ 精神と身体の相互影響

(イ) 欲求やストレスへの対処と心の健康

- ・ 欲求やストレスの心身への影響
- ・ 欲求やストレスへの適切な対処

《第2学年》（16時間程度）

(2) 健康と環境

ア 身体对环境に対する適応能力・至適範囲

(ア) 気温の変化に対する適応能力とその限界

(イ) 温熱条件や明るさの至適範囲

イ 飲料水や空気の衛生的管理

(ア) 飲料水の衛生的管理

(イ) 空気の衛生的管理

ウ 生活に伴う廃棄物の衛生的管理

- ・ 生活によって生じた廃棄物の衛生的な処理の必要性

(3) 傷害の防止

ア 交通事故や自然災害などによる障害の発生要因

- ・ 人的要因や環境要因などのかかわりによる傷害の発生

イ 交通事故などによる傷害の防止

- ・ 安全な行動、環境の改善による傷害の防止

ウ 自然災害による傷害の防止

- ・ 自然災害発生による傷害と二次災害による傷害
- ・ 自然災害への備えと傷害の防止

エ 応急手当

(ア) 応急手当の意義

(イ) 応急手当の方法

- ・ 応急手当による傷害の悪化防止
- ・ 心肺蘇生等

《第3学年》（20時間程度）

(4) 健康な生活と疾病の予防

ア 健康の成り立ちと疾病の発生要因

- ・ 健康の成り立ち
- ・ 主体と環境の要因のかかわりによって起こる疾病

イ 生活行動・生活習慣と健康

(ア) 食生活と健康

(イ) 運動と健康

(ウ) 休養及び睡眠と健康

(エ) 調和のとれた生活と生活習慣病

ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康

(ア) 喫煙と健康

(イ) 飲酒と健康

(ウ) 薬物乱用と健康

エ 感染症の予防

(ア) 感染症の原因とその予防

(イ) エイズ及び性感染症の予防

オ 保健・医療機関や医薬品の有効利用

- ・ 健康の保持増進や疾病予防の役割を担っている保健・医療機関とその利用
- ・ 医薬品の正しい使用

カ 個人の健康を守る社会の取組

- ・ 個人の健康と社会的な取組とのかかわり

《入学年次》（1単位 35時間）

(1) 現代社会と健康

ア 健康の考え方

(ア) 国民の健康水準と疾病構造の変化

(イ) 健康の考え方と成り立ち

(ウ) 健康に関する意志決定や行動選択

(エ) 健康に関する環境づくり

イ 健康の保持増進と疾病の予防

(ア) 生活習慣病と日常生活行動

(イ) 喫煙、飲酒と健康

(ウ) 薬物乱用と健康

(エ) 感染症とその予防

ウ 精神の健康

(ア) 欲求と適応機制

(イ) 心身の相関

(ウ) ストレスへの対処

(エ) 自己実現

エ 交通安全

(ア) 交通事故の現状

(イ) 交通社会に必要な資質と責任

(ウ) 安全な社会づくり

オ 応急手当

(ア) 応急手当の意義

(イ) 日常的な応急手当

(ウ) 心肺蘇生法

《二年次》（1単位 35時間）

(2) 生涯を通じる健康

ア 生涯の段階における健康

(ア) 思春期と健康

(イ) 結婚生活と健康

(ウ) 加齢と健康

イ 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関

(ア) 我が国の保健・医療制度

(イ) 地域の保健・医療機関の活用

ウ 様々な保健活動や対策

(3) 社会生活と健康

ア 環境と健康

(ア) 環境の汚染と健康

(イ) 環境と健康にかかわる対策

イ 環境と食品の保健

(ア) 環境保健にかかわる活動

(イ) 食品保健にかかわる活動

(ウ) 健康の保持増進のための環境と食品の保健

ウ 労働と健康

(ア) 労働災害と健康

(イ) 働く人の健康の保持増進

小・中・高等学校学習指導要領より

学習内容の系統性を踏まえて、指導内容を確認しよう！



埼玉県のマスコット コバトン

3 指導内容の明確化

QⅡ-3-(1)

○指導内容の明確化はなぜ必要なの？

A. 基礎的・基本的な知識・技能の確実な定着を図る観点から、指導内容が明確に示されました。

体育科・保健体育科について、中央教育審議会の答申の趣旨を踏まえ、次の方針により改訂されました。

小学校	中学校	高等学校
①身近な生活における健康・安全に関する基礎的な内容を重視し、指導内容を改善すること ②健康な生活を送る資質や能力の基礎を培う観点から、系統性のある指導ができるよう健康に関する内容を明確にすること	①個人生活における健康・安全に関する内容を重視し、指導内容を改善すること ②健康の保持増進のための実践力の育成のため、自らの健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力などの資質や能力を育成	①個人生活及び社会生活における健康・安全に関する内容を重視し、指導内容を改善すること。 ②ヘルスプロモーションの考え方を生かし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力などの資質や能力を育成する観点から、系統性のある指導ができるよう内容を明確にすること。

(「小・中・高等学校学習指導要領解説 体育・保健体育編 保健体育科改訂の要点」より)

QⅡ-3-(2)

○保健学習の指導内容は、学習指導要領に書かれている内容を指導するとあるが、どのように読み取ればいいのか？

A. 1 単位時間で、「何を教えるのか」を明らかにするために、学習指導要領・同解説の文末表現に留意して指導内容を明確にし、授業づくりを行う必要があります。

学習指導要領・同解説の文末表現に留意する。

- ☆「理解できるようにする」→必ず教えるべき内容
- ☆「必要に応じて扱う程度とする」「関連付けて扱う程度とする」
→伝える程度
- ☆「触れるようにする」「適宜触れるようにする」
→主たる学習内容を伝えた上で扱う内容
- ☆「取り上げる」→必ず扱う内容
- ☆「適宜取り上げる」→選択して扱う内容

QⅡ-3-(3)

○学習指導要領に書かれていることは、すべて教えなくてははいけないの？

A. 学習指導要領は教育課程の基準です。

全国のどの地域で教育を受けても、一定の水準の教育が受けられるようにするため、学校教育法施行規則で基準と定められています。

したがって、各学校では学習指導要領により、教育課程を編成することになります。その際、学習指導要領に示された内容は、すべての児童生徒に教えなくてははいけません。

QⅡ-3-(4)

○保健の教科書はどのように使用したらいいの？

教科書に書かれていることは、全て教えるの？

A. 小学校においては、文部科学大臣の検定を経た教科用図書又は文部科学省が著作の名義を有する教科用図書を使用しなければならない。 (学校教育法第34条)

「中学校、高等学校に準用」



教科書を使用する義務があります。

A. この法律において、「教科書」とは、小学校、中学校、高等学校、中等教育学校及びこれらに準ずる学校において、教育課程の構成に応じて組織排列された教科の主たる教材として、教授の用に供せられる児童又は生徒用図書であって、文部科学大臣の検定を経たもの又は文部科学省が著作の名義を有するものをいう。

(教科書の発行に関する臨時措置法第2条)



「教科書を教える」のではなく、「教科書で教える」。



つまり、教科書に書かれていることを全て教えなければならないのではありません。教科書を使って、学習指導要項に示された内容を教えることとなります。

※したがって、その学校や児童生徒の実情に応じて、発展的な内容を指導できるように、教科書の内容も工夫されています。

4 領域ごとの指導内容

QⅡ-4-(1)

○性に関する指導の内容と指導上の留意点は？

A. 中央教育審議会答申（平成20年1月）では、学校における性に関する指導に関連する内容が示されました。

- ①発達の段階を踏まえ、心身の発育・発達と健康、性感染症等の予防などに関する知識を確実に身に付けさせること。
- ②生命の尊重や自己及び他者の個性を尊重するとともに、相手を思いやり、望ましい人間関係を構築することなどを重視し、相互に関連づけて指導すること。

※性に関する指導・エイズを含む

（学習指導要領解説 体育・保健体育編より）

	小学校	中学校	中学校	高等学校	
	第4学年	第1学年	第3学年	入学年次	2年次
内容	(2)育ちゆく体とわたし ア 体の発育・発達 ・年齢に伴う変化 ・体の変化の個人差 イ 思春期の体の変化 (ア) 男女の特徴 (イ) 初経、精通など 異性への関心	(1)心身の機能の発達と心の健康 イ 生殖にかかわる機能の成熟 ・内分泌の働きによる生殖にかかわる機能の成熟 ・成熟の変化に伴う適切な行動	(4) 健康な生活と疾病の予防 エ 感染症の予防 (イ) エイズ及び性感染症の予防	(1)現代社会と健康 イ 健康の保持増進と疾病の予防 (エ) 感染症とその予防	(2)生涯を通じる健康 ア 生涯の各段階における健康 (ア) 思春期と健康 (イ) 結婚生活と健康

「内容の取扱い」より

【小学校】 (5) 内容の「G保健」の(2)については、自分と他の人では発育・発達などに違いがあることに気づき、それらを肯定的に受け止めることが大切であることについて触れるものとする。

【中学校】 (3) 内容の(1)のイについては、妊娠や出産が可能となるような成熟が始まるという観点から、受精・妊娠を取り扱うものとし、妊娠の経過は取り扱わないものとする。また、身体の機能の成熟とともに、性衝動が生じたり、異性への関心が高まったりすることなどから、異性の尊重、情報への適切な対処や行動の選択が必要となることについて取り扱うものとする。

(9) 内容の(4)のエについては、後天性免疫不全症候群（エイズ）及び性感染症についても取り扱うものとする。

【高等学校】 (6) 内容の(2)のアについては、思春期と健康、結婚生活と健康及び加齢と健康を取り扱うものとする。また、生殖に関する機能については、必要に応じ関連付けて扱う程度とする。責任感を涵養することや異性を尊重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についても扱うよう配慮するものとする。

体育・保健体育（保健学習）

心身の発育・発達と健康、性感染症等の予防などに関する知識について、確実に身に付けること

関連付けて

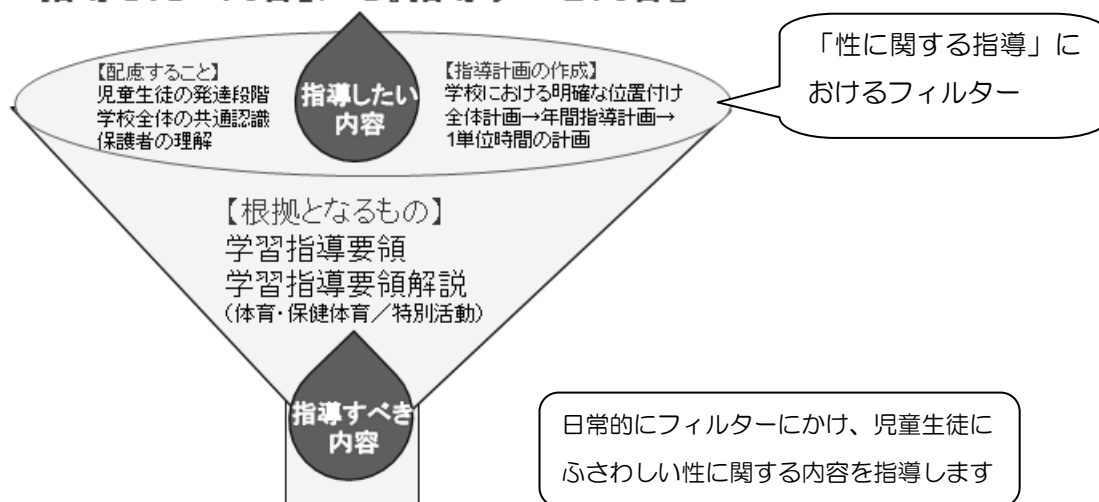
特別活動等（保健指導）

生命の尊重や自己及び他者の個性を尊重、相手を思いやり望ましい人間関係を構築すること

学校における性に関する指導の留意点（小学校・中学校・高等学校ともに同文章）
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。

「指導したい内容」から『指導すべき内容』へ



性に関する指導上の留意点

- 児童生徒の実態に応じた性に関する指導・エイズ教育の全体計画、年間指導計画を作成し、学校全体で共通理解を図りながら指導を行う。
- 小学校・中学校・高等学校の体育・保健体育の学習指導要領に性に関する指導の内容が、発達の段階に応じて示されている。学習指導要領の内容を確実に指導する。
- 授業参観や学校公開日等で授業を公開したり、学年だより等で情報を提供したりするなど、保護者や地域の理解を得ること。
- 各教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間などの特性を生かしながら、保健学習との関連を図ること。
- 子供たちの心身の成長発達には個人差があることから、全てを集団指導で教えるのではなく、集団指導で教える内容と個別指導で教えるべき内容を明確にし、それらに関連させて指導すること。

QⅡ-4-(2)

○喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育の内容と指導上の留意点は？

A. 発達の段階に応じた内容で重点化を図り、継続的に指導を進めていくことが必要です。

薬物は絶対に使うべきではないと考える児童生徒の割合が高くなるなど、規範意識の向上、少年の覚せい剤や大麻事犯の検挙者人員の継続的な現象及びそれらの事犯全体における少年の割合の低下など一定の成果を挙げているものと認められる。

しかし、依然として若者を中心に乱用されている状況がうかがわれる。

また、近年、危険ドラッグ等、乱用される薬物が多様化しており、若者への広がりが懸念されています。

第四次薬物乱用防止五か年戦略（薬物乱用対策推進会議）より一部抜粋・引用

埼玉県の薬物乱用防止教室開催状況

平成17年度より、県内公立小・中・高等学校の全ての学校において、薬物乱用防止教室を開催している。
(100%開催)

危険ドラッグについて指導

平成26年度 県内公立小・中・高等学校の全ての学校において、薬物乱用防止教室等で危険ドラッグの危険性について指導をしている。

(平成26年度健康教育実施状況調査結果より)

※喫煙・飲酒・薬物乱用防止教育

(学習指導要領解説 体育・保健体育編より)

	小学校（第6学年）	中学校（第3学年）	高等学校（入学年次）
内	(3) 病気の予防	(4) 健康な生活と疾病の予防	(1) 現代社会と健康
容	エ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 (ア) (イ) 喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、健康を損なう原因となること。	ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 (ア) 喫煙と健康 (イ) 飲酒と健康 (ウ) 薬物乱用と健康	イ 健康の保持増進と疾病の予防 (ア) 喫煙、飲酒と健康 (イ) 薬物乱用と健康

学習指導要領解説 「内容の取扱い」より

【小学校】 (7) 内容の「G 保健」の(3)のエの薬物については、有機溶剤の心身への影響を中心に取り扱うものとする。また、覚せい剤等についても触れるものとする。

【中学校】 (8) 内容の(4)のウについては、心身への急性影響及び依存性について取り扱うこと。また、薬物は、覚せい剤や大麻等を取り扱うものとする。

【高等学校】 (2) 内容の(1)のイの喫煙と飲酒、薬物乱用については、疾病との関連、社会への影響などについて総合的に取り扱い、薬物については、麻薬、覚せい剤、大麻等を扱うものとする。

喫煙・飲酒・薬物乱用防止に関する指導上の留意点 ⇒ **一 次 予 防**

- 各校種における指導内容と系統性を把握し、教育活動全体で継続的に指導を行う。
- 喫煙・飲酒は薬物乱用への入口との認識を高め、小学校から発達の段階に応じた内容で効果的に指導を行う。
- 自尊感情を高めたり、知識を活用した学習活動を取り入れたりするなど、指導方法を工夫することで、適切な意志決定やより良い行動選択ができる基礎を培う。
- 薬物乱用防止教室を、学校保健計画に位置付け、保護者の参加を促し、年1回以上開催をする。
- 警察、学校薬剤師、薬物乱用防止指導員等、専門性を有する外部指導者を活用する。
- 授業参観等で保護者とともに考える学習の場を設定するなど、学校・家庭・地域社会との連携を図りながら指導を行う。

QⅡ-4-(3)

○学校におけるがん教育の基本的な考え方は？

- A. 近年、疾病構造の変化や高齢社会など、児童生徒を取り巻く社会環境や生活環境が大きく変化してきています。特に、日本人の死亡原因として最も多いがんについて、がんそのものの理解やがん患者に対する正しい認識を深める教育は不十分であると指摘されております。学校教育を通じてがんについて学ぶことにより、健康に対する関心をもち、正しく理解し、適切な態度や行動をとることができるようにすることが求められています。

学校における健康教育においてがんを取り上げた教育を推進することは、健康教育を推進する上で意義のあることです。

がん教育の定義

がん教育は、健康教育の一環として、がんについての正しい理解と、がん患者や家族などのがんと向き合う人々に対する共感的な理解を深めることを通して、自他の健康と命の大切さについて学び、共に生きる社会づくりに寄与する資質や能力の育成を図る教育である。

「がん教育」の目標

①がんに関して正しく理解することができるようにする

がんが身近な病気であることや、がんの予防、早期発見・検診等について関心をもち、正しい知識を身に付け、適切な対処ができる実践力を育成する。また、がんを通じて様々な病気についても理解を深め、健康の保持増進に資する。

②健康と命の大切さについて主体的に考えることができるようにする

がんについて学ぶことや、がんと向き合う人々と触れ合うことを通じて、自他の健康と命の大切さに気付き、自己の在り方や生き方を考え、共に生きる社会づくりを目指す態度を育成する。

がんに関する内容について

(体育・保健体育 学習指導要領解説より)

	小学校（第6学年）	中学校（第3学年）	高等学校（入学年次・2年次）
内容	<p>(3)病気の予防</p> <p>ウ 生活行動がかかわって起こる病気</p> <ul style="list-style-type: none"> ・望ましい生活習慣 ・偏りのない食事 ・口腔の衛生を保つこと <p>エ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康</p> <ul style="list-style-type: none"> ・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は健康を損なう原因となること 	<p>(4) 健康な生活と疾病の予防</p> <p>イ 生活行動・生活習慣と健康</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活の継続 ・生活習慣の乱れと生活習慣病などとのつながり <p>ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康</p> <ul style="list-style-type: none"> ・心身への様々な影響 ・健康を損なう原因 ・個人の心理状態や人間関係、社会環境などの要因に対する適切な対処 <p>カ 個人の健康を守る社会の取組</p> <ul style="list-style-type: none"> ・個人の健康と社会的な取組とのかかわり 	<p>(1) 現代社会と健康</p> <p>イ健康の保持増進と疾病の予防</p> <p>(7) 生活習慣病と日常の生活行動</p> <p>(4) 喫煙、飲酒と健康</p> <p>(2)生涯を通じる健康</p> <p>イ保健・医療制度及び地域の保健・医療機関</p> <p>(4) 地域の保健・医療機関の活用</p>

「がん教育」実施上の留意点

○学校教育活動全体での推進

- ・保健体育科を中心に学校の実情に応じて教育活動全体を通じて適切に行う。
- ・家庭や地域社会との連携を図りながら、生涯にわたって健康な生活を送るための基礎が培われるよう配慮する。

○発達の段階を踏まえた指導

- ・がんに関する科学的根拠に基づいた理解や健康やいのちの大切さの認識について、発達の段階を踏まえた内容で指導を行う。

○外部講師の参加・協力など関係諸機関との連携を図る

- ・がんに関する科学的根拠に基づいた知識などの専門的な内容を含むがん教育を進めるに当たっては、地域や学校の実情に応じて、学校医やがんの専門医等の外部講師の参加・協力を推進するなど、多様な指導方法の工夫を行うよう配慮する。
- ・がんを通して健康と命の大切さを考える教育を進めるに当たっては、がん経験者の外部講師の参加・協力を推進する。

○がん教育で配慮が必要な事項について

がん教育の実施に当たっては、授業の実施前までに以下のような事例に該当する児童生徒がいるか確認し、確認できない場合についても、授業を展開する上で配慮が求められる。

- ・小児がんの当事者、小児がんにかかったことのある児童生徒等がいる場合。
- ・家族にがん患者がいる児童生徒等や、家族をがんで亡くした児童生徒等がいる場合。
- ・生活習慣が主な原因とならないがんもあることから、特にこれらのがん患者が身近にいる場合。
- ・がんに限らず、重病・難病等にかかったことのある児童生徒等や、家族に該当患者がいたり家族を亡くしたりした児童生徒等がいる場合。

QⅡ-4-(4)

○心の健康の内容と指導上留意点は？

- A. 社会環境の変化は、児童生徒の健康に大きなストレスとなり、人間関係づくりがうまくできず、不登校やひきこもりなどの心の健康に関する問題が深刻化しています。特にインターネットなどの急速な普及により、児童生徒がパソコンやスマートフォンを自在に扱い、友人とのコミュニケーションの場として利用しているが、相手の表情や感情を読み取ることの出来ない実態感のないコミュニケーションであると指摘されています。



児童生徒への心の健康に関する指導に当たっては、従来の社会性を育成し自己肯定感や自己実現を高める指導内容に加え、IT社会への対応などについても十分な配慮が必要です。

※心の健康

(学習指導要領解説 体育・保健体育編より)

	小学校 (第5学年)	中学校 (第1学年)	高等学校 (入学年次)
内 容	(1) 心の健康	(1) 心身の機能の発達と心の健康	(1) 現代社会と健康
	ア 心の発達 ・年齢に伴う発達	エ 欲求やストレスへの対処と心の健康 (ア) 心と体のかかわり ・精神と身体の相互影響	ウ 精神の健康 (ア) 欲求と適応機制 (イ) 心身の相関
	イ 心と体の相互の影響 ・心と体は互いに影響し合うこと	(イ) 欲求やストレスの対処と心の健康 ・欲求やストレスの心身の影響	(ウ) ストレスの対処 (エ) 自己実現
	ウ 不安や悩みへの対処 ・自分に合った方法による対処	・欲求やストレスの適切な対処	

心の健康に関する指導上の留意点

○保健学習には、小学校段階から心の健康に関する内容が示され、中学校では欲求やストレスへの対処の仕方に関する内容や心の健康と運動との関連、高等学校では精神の健康に関する内容があることから、学習指導要領で示された授業時間を確保し系統的な指導を実践する。

○各教科、道徳、特別活動、総合的な学習の時間などの特性を生かしつつ、相互に補完し効果的に指導する。

○心の健康に関する指導を効果的に進めるに当たり、学級担任、養護教諭などの校内における連携や学校医、学校歯科医、学校薬剤師など専門家の参加・協力を得るなどして指導法を工夫する。

QⅡ-4-(5)

○歯と口の健康づくりに関する指導の内容と留意点は？

A. 児童生徒の歯や口の健康状態をみると、むし歯以外にも咀嚼などの口腔機能の未発達や小学校高学年以降の歯肉炎の増加、傷害による歯の喪失などの問題が指摘されており、その指導や対策の充実が求められています。

また、歯・口の健康に対する望ましい態度と習慣の育成は、学校での指導と相まって家庭での日常の実践が定着することでより効果が上がることから、保護者に対して健康的な生活習慣や食生活に努めるよう啓発し、協力を求める必要があります。

さらに、CO（要観察歯）・GO（歯周疾患要観察者）の児童生徒については、個別指導を実施し、継続的な観察と指導を行う必要があります。

【学校における歯・口の健康づくりの目標】

発達の段階に応じて、自分の歯・口の健康課題を見つけ、課題解決のための方法を工夫・実践し、評価できるようにし、生涯にわたって健康な生活を送る基礎を培うとともに、自ら進んで健康な社会の形成に貢献できるような資質や能力を養うことにある。

※歯と口の健康づくり

（学習指導要領解説 体育・保健体育編より）

	小学校（第6学年）	中学校（第1学年）	高等学校（入学年次）
内容	(3) 病気の予防 ウ 生活行動がかかわって起こる病気 ・口腔の衛生を保つこと	(4) 健康な生活と疾病の予防 イ 生活行動・生活習慣と健康 ・生活習慣の乱れと生活習慣病などとの つながり	(1) 現代社会と健康 イ 健康の保持増進と疾病の予防 (7) 生活習慣病と日常生活行動

歯と口の健康づくりに関する指導上の留意点

○ヘルスプロモーションの考え方を生かし、歯・口の健康に関する学習を通して自律的な健康管理ができるような資質や能力を育成する視点を持ち、小学校、中学校、高等学校、特別支援学校の実情や発達の段階・障害等に応じた指導計画を作成する。

○むし歯予防のみならず、歯肉炎の予防や摂食などの口腔機能の健全な発達、歯牙の外傷防止等、児童生徒の多様な課題に即した内容とする。

○学校生活のみならず、家庭等における日常生活でも適切に実践されることが重要であり、家庭との連携を図りながら進めていく。

（『「生きる力」をはぐくむ学校での歯・口の健康づくり』文部科学省 平成23年3月）

QⅡ-4-(6)

○医薬品に関する教育の内容と留意点は？

A. 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てます。
 医薬品の有効性や副作用を理解し、正しく医薬品を使うことができます。

(中央教育審議会 健やかな体を育む教育の在り方に関する専門部会 平成17年7月)

※医薬品に関する内容の教育

(学習指導要領解説 体育・保健体育編より)

	中学校(第3学年)	高等学校(2年次)
内容	(4) 健康な生活と疾病の予防 才 保健・医療機関や医薬品の有効利用 ・医薬品の正しい使用 ～(略) また、医薬品には、主作用と副作用があることを理解できるようにする。医薬品には、使用回数、使用時間、使用量などの使用方法があり、正しく使用する必要があることについて理解できるようにする。	(2) 生涯を通じる健康 イ 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関 ～(略) 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。

中学校学習指導要領において、医薬品の正しい使用についての内容が位置付けられたことを踏まえて、医薬品の承認制度や販売規制について新たに取り上げ、医薬品の適切な使用の必要性についての内容を充実した。さらに、健康課題に応じて、我が国や世界において様々な保健活動や対策などが行われていることについての内容を、ここに位置付けた。

セルフメディケーション
 自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること

医薬品に関する内容の指導上の留意点

○医薬品に関する教育に関しては、健康に対する基本的な概念として、自然治癒力に関する理解が前提であり、安易に医薬品に頼らないよう指導することが大切。

5 知識を活用した学習活動

QⅡ-5-(1)

○指導における配慮及び留意事項の留意点で、「知識を活用した学習活動」の大切さについて示されたが、「知識を活用した学習活動」とはどのようなことなの？

A. 学習指導要領において、習得した知識を活用する学習が各教科共通の課題として示されました。

「知識を習得する学習活動を重視するとともに、習得した知識を活用する学習活動を積極的に行うことにより、思考力・判断力等を育成していくことを示したものである。」小学校・中学校・高等学校の同編でもほぼ同様の記述がありあります。

(小学校学習指導要領解説 体育編 「指導計画の作成と内容の取扱い」より)

QⅡ-5-(2)

○「知識を活用した学習活動」を積極的に行うことでどのような力を身に付けさせるの？

A. 保健学習における知識を活用する学習活動は、思考力・判断力等の育成を目指しています。



健康の保持増進ための実践力の育成

QⅡ-5-(3)

○どのような学習活動を通して、思考力・判断力等を育成するの？

A. 課題や解決の方法を見付けたり、選んだり、学習したことと自分の生活（や事例など）を比べたり、比べてよい点を見付けたり、問題点を見付けたり、自分の生活（や事例など）と学んだことがどう関係しているのかを関係付けたりしながら、それらを説明する等、このような「知識を活用した学習活動」を積極的に取り入れていきます。

【「評価規準の作成、評価方法等の工夫改善のための参考資料」

小学校・中学校（平成23年11月）高等学校（平成24年7月）国立教育政策研究所】

【多様な指導方法を取り入れる際の留意点】

- 事例などを用いたディスカッション、ブレインストーミング、心肺蘇生法などの実習、実験、課題学習などを取り入れること
- 必要に応じてコンピュータ等を活用すること
- 地域や学校の実情に応じて養護教諭や栄養教諭、学校栄養職員など専門性を有する教職員等の参加・協力を推進すること

(小学校学習指導要領解説 体育編 指導における配慮及び留意事項 より)

* 「評価規準に盛り込むべき事項」の評価の観点「健康・安全についての思考・判断」に知識を活用した学習活動が盛り込まれている。

〇〇について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、実践的（科学的・総合的）に考え、判断し、それらを表している。

小学校保健領域：【「G 保健（2）育ちゆく体とわたし」の評価規準に盛り込むべき事項】

健康・安全への関心・意欲・態度	健康・安全についての思考・判断	健康・安全についての知識・理解
体の発育・発達について関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする。	体の発育・発達について、課題の解決を目指して、 <u>知識を活用した学習活動</u> などにより、 <u>実践的に考え</u> 、判断し、それらを表している。	体の年齢に伴う変化や個人差、思春期の体の変化、よりよく発育・発達させるための生活について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。

中学校保健分野：【「心身の機能の発達と心の健康」の評価規準に盛り込むべき事項】

健康・安全への関心・意欲・態度	健康・安全についての思考・判断	健康・安全についての知識・理解
心身の機能の発達と心の健康について関心を持ち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	心身の機能の発達と心の健康について、課題の解決を目指して、 <u>知識を活用した学習活動</u> などにより、 <u>科学的に考え</u> 、判断し、それらを表している。	身体機能の発達、生殖にかかわる機能の成熟、精神機能の発達と自己形成、欲求やストレスへの対処と心の健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。

高等学校科目保健：【「生涯を通じる健康」の評価規準に盛り込むべき事項】

健康・安全への関心・意欲・態度	健康・安全についての思考・判断	健康・安全についての知識・理解
生涯を通じる健康について、生涯の各段階における健康課題への自らの適切な対応及び我が国の保健・医療制度や機関の適切な活用が重要であることに関心を持ち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	生涯を通じる健康について、生涯の各段階における健康課題の解決を目指して、 <u>知識を活用した学習活動</u> などにより、 <u>総合的に考え</u> 、判断し、それらを表している。	生涯を通じる健康について、生涯の各段階における健康課題の解決に役立つ自らの適切な対応及び我が国の保健・医療制度や機関の適切な活用のための基礎的な事項を理解している。

6 保健学習における言語活動

QⅡ-6-(1)

○なぜ、言語活動の充実が必要なの？

- A. 知識・技能を習得するのも、これらを活用し課題を解決するために思考し、判断し、表現するのもすべて言語によって行われるものであり、これらの学習活動の基盤となるのは、言語に関する能力です。さらに、言語は論理的思考だけでなく、コミュニケーションや感性・情緒の基盤でもあり、豊かな心をはぐくむ上でも、言語に関する能力を高めていくことが求められています。

知的活動の基盤であるとともにコミュニケーションや感性・情緒の基盤でもあるという言語活動の役割の観点を踏まえ、教科等の目標を実現するための手だてとして言語活動を充実させる。

【知識・技能の活用など思考力・判断力・表現力等をはぐくむための活動例】

① 体験から感じ取ったことを表現する

(例)・日常生活や体験的な学習活動の中で感じ取ったことを言葉や歌、絵、身体などを用いて表現する

② 事実を正確に理解し伝達する

(例)・身近な動植物の観察や地域の公共施設等の見学の結果を記述・報告する

③ 概念・法則・意図などを解釈し、説明したり活用したりする

(例)・需要、供給などの概念で価格の変動をとらえて生産活動や消費活動に生かす
・衣食住や健康・安全に関する知識を活用して自分の生活を管理する

④ 情報を分析・評価し、論述する

(例) 学習や生活上の課題について、事柄を比較する、分類する、関連付けるなど考えるための技法を活用し、課題を整理する

⑤ 課題について、構想を立て実践し、評価・改善する

(例) 調査研究において、仮説を立てて、観察・実験を行い、その結果を整理し、考察し、まとめ、表現したり改善したりする

⑥ 互いの考えを伝え合い、自らの考えや集団の考えを発展させる

(例) 予想や仮説の検証方法を考察する場面で、予想や仮説と検証方法を討論しながら考えを深め合う

【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について
中央教育審議会答申 平成20年1月17日】一部加筆

QⅡ-6-(2)

○保健学習においても言語活動の充実が必要なの？

- A. 保健学習は、生涯を通じて健康で安全な生活が送れるよう、自らの健康課題を把握し、改善できる資質や能力の基礎を培うことを目指しており、この資質や能力は、健康に関する知識・理解、思考力・判断力、関心・意欲・態度などで構成されています。それらの資質や能力を育成するためには、健康・安全に関する言語活動を充実することが重要です。

健康に関するコミュニケーション能力の育成は、保健の目指す健康で安全な社会づくりの基盤になる

(指導例)

食事、運動、睡眠などの生活リズムの乱れに関する健康課題を解決するために、互いの考えを伝え合う活動



児童は、話す目的を明確にする。

- ・健康な生活についての自分の知識と経験を結び付けて、具体的に自分の考えを伝える。
→聞き手に対して、相手の思いや考えを理解し尊重できるような心遣いがもてるよう指導する。



他者の良いところを具体的な表現を用いて認めたり、自分の考えに生かしたりすることで自分や集団の考えを発展させる。



学習の積み重ねが、やがては自分たちを含めた社会が健康で安全な生活を送ることになる。

QⅡ-6-(3)

○保健学習における言語活動ではどのような力を身に付けさせるの？

- A. 健康で安全な生活を営む資質や能力を育成するため、言語活動を重視して、健康・安全に関する知識の習得や、習得した知識を活用し、思考力・判断力・表現力等を育成します。

思考力・判断力・表現力等をはぐくむためには、知識・技能を活用する学習活動を各教科で行い、言語の能力を高める必要がある。言語の能力は、子どもたちが他者や社会とかわる上でも必要な力である。また、言語は、知的活動（論理や思考）だけでなく、コミュニケーションや感性・情緒の基盤でもある。さらに、各教科等における言語活動の充実、各教科等を貫く重要な視点である。

QⅡ-6-(4)

○保健学習の言語活動の充実のためには、どのような活動が効果的なもの？

- A. 保健学習における言語活動の例をあげてみました。授業の中で、取り組んでください。
- 教科書の資料から課題を読み取り、まとめる。
 - 自分でまとめた考えを、他の人に伝える。
 - 友達の考えを聞いて、自分の考えと比較する。
 - 友達の発表を聞いて、質問・意見・討論をする。
 - 教師の説明を聞いて、内容を整理できる。
 - 言葉で示されたものを、文字として表現する。
 - ノートなどに、自分の学習を振り返って記入する。

【言語活動を充実させる指導と具体的事例】

○児童生徒の発達段階に応じた指導の充実

【小学校】

- ・保健領域では、実習や実験などを実施した際の観察や体験を基に話し合いを行い、考察し、身近な生活における課題や解決の方法を見付けたり、選んだりするなどの活動を充実する。
- ・健康に関わる概念や原則を基に、自分の生活と比較したり、身近な生活との関係を見付けたりしたことを説明するなどの活動を重視する。

【中学校】

- ・保健分野においては、実習や実験などを実施した際の観察や体験を基に話し合い、考察し、個人生活における健康・安全に関する課題や解決の方法を見付けたり、選んだりするなどの活動を充実する。
- ・健康に関わる概念や原則を基に、自分たちの生活や事例と比較したり、関係を見付けたりしたことについて、筋道を立てて説明するなどの活動を充実する。

【高等学校】

- ・「保健」においては、健康に関する資料等で調べたことを基に話し合い、個人や社会生活における健康・安全に関する課題を把握したり、解決の方法を整理したりするなどの学習活動を充実する。
- ・健康に関わる概念や原則を基に、自分たちの生活や事例と比較したり、分類したり、分析したりしたことについて、筋道を立てて説明するなどの学習活動を充実する。

【言語活動の充実に関する指導事例集（小学校版 平成23年5月）（中学校版 平成23年10月）（高等学校版平成24年6月）文部科学省】

（例）

【小学校】

- 犯罪防止について → どこが危険か、犯罪が起こりそうな場所を考え、危険を予知し、考える活動を設定する。
- 不安や悩みへの対処 → アドバイスし合う学習活動を活用

【中学校】

- 応急手当・心肺蘇生法 → ブレインストーミングを活用
「自分が傷病者と遭遇したときにどんな行動をとるべきか」について考えを出させ、グループで整理・分類する。

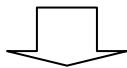
QⅡ-6-(5)

○保健学習における言語活動を進める上での留意点は？

- A. 言語活動自体が目的ではなく、教科の目標を具現化するために言語活動を充実していくことが大切です。

【言語活動の課題】

- ・言語に関する活動を取り入れていない。
- ・グループや学級全体で話し合い活動が取り入れられているが、何について何のために話し合っているのかが明確でない。
- ・活動の目的があいまいで形式的になっていたりする。
- ・思考力・判断力・表現力等を育成する基となる目的より、言語活動をすること自体が目的となってしまう。



学習内容にこれまで身に付けてきた知識や経験を結び付けて、解釈し、健康に関して自分の考えをもったり、その考えの根拠を示して説明したりするなどの活動を行うことで、言語活動を充実させることとなります。

こういった授業を積み重ねることが、実生活の様々な健康課題を主体的に解決し、健康で安全に生きていくことにつながります。



埼玉県のマスコット コバトン&さいたまっち

7 保健と体育との関連

QⅡ-7-(1)

○なぜ、保健と体育との連携が必要なのか？

- A. 学習指導要領における「運動領域と保健領域の関連を重視した指導」について、改善の基本方針（ア）において「体育科、保健体育科については、その課題を踏まえ、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現することを重視し改善を図ります。その際、心と体をより一体としてとらえ、健全な成長を促すことが重要であることから、引き続き保健と体育を関連させて指導することとする。」と示されています。

（中央教育審議会 平成 20 年 1 月）

（「中学校学習指導要領解説 保健体育編」平成 20 年 9 月 文部科学省）

⇒ 様々な場面で運動領域と保健領域の関連を図ることが、教科の目標を達成するうえでも重要です。

QⅡ-7-(2)

○保健体育科の目標「心と体を一体としてとらえ」とは？

- A. 子供の心身ともに健全な発達を促すためには、心と体を一体としてとらえた指導が重要であり、心と体の発達の状態を踏まえて、運動による心と体への効果、健康、特に心の健康が運動と密接に関連していることを理解することが大切であることを示しています。

また、保健については、「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ため、一層の内容の改善を図る」とし、「特に小学校低学年においては、運動を通して健康の認識がもてるよう指導の在り方を改善する」としています。

QⅡ-7-(3)

○体育と保健との連携は、どのように行ったらいいの？

- A. 保健と体育を一層関連させるためには、体育では、運動の楽しさや心地よさを十分に味わわせること、保健では、知識や思考力・判断力等の学習内容をしっかり身に付けることが運動の意味や価値を高めることにもつながる等、それぞれの学習の目標を達成するような授業を行います。そのことで、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフが実現できます。

【小学校】＊体育領域で保健を関連して取り上げる例

- 体づくり運動で、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことを通して、体の状態に気付き、体の調子を整えたり、仲間と豊かに交流したりすることにより、心と体は連動していることや運動が心の健康に役立つこと等を実態できるようにする。
- 領域の特性等を考慮しつつ、運動中に起こる事故で命に係わる重大なものがあることや、運動中や準備・片付けの際は安全に留意し、常にけがや自己を未然に防ぐ行動をとることが大切である等についておさえる。
- 運動中に友達のプレーを認める、友達の気持ちを理解する、自分の感情をコントロールする等、自己の心の発達に気付くことができる場面を取り上げる。
- ゲームの中でポジションを決めてプレーをしたり、審判をしたり、社会性の発達に気付く場面を取り上げる。
- 運動をすると汗をかく、心拍数が増える、のどが渇く、体温が上昇する等、体にいろいろな変化が起こることを実感する場面をとらえる。
- 運動中に友達との能力等に差を感じた場合に、体格や体力等には、個人差があることや、成長の度合いは一人一人が異なることを保健学習と関連させてとらえる。
- 体育の授業で行うウォーミングアップの意味やより良い方法、運動中の適切な水分補給等を考えることでパフォーマンスの向上や安全につながる学習を行う。

【小学校】＊保健領域で運動を関連して取り上げる例

学年	単元名	関 連
第3学年、 第4学年	「毎日の健康と生活」 「育ちゆく体とわたし」	健康な生活や体の発育・発達と「運動」の関係について理解できるようにする 「食事・運動、休養及び睡眠」の健康三原則で学んだことを生活改善につなげていく。
第5学年	「心の健康」	「不安や悩みへの対処」の学習において「体ほぐしの運動」が有効な対処法の一つであることを理解できるようにする。
第5学年	「けがの防止」	「運動場での運動の行い方や遊び方」を取り上げるようにし、安全につなげていく。
第6学年	「病気の予防」	適切な運動などによって、体の抵抗力を高めておく必要があることを理解できるようにする。

【中学校】＊保健分野で運動を関連して取り上げる例

学年	単元名	関 連
第1学年	「心身の機能の発達 と心の健康」	「身体機能の発達」と「生殖にかかわる機能」において、身体機能の発育と運動との関連について実感する場面をとらえる。
第1学年	「心身の機能の発達 と心の健康」	「欲求やストレスへの対処と心の健康」において、「体ほぐしの運動」でリラクゼーションの方法を身に付ける等、有効な対処法の一つであることを理解できるようにする。
第2学年	「健康と環境」	「身体对环境に対する・身体の適応能力を超えた環境の健康への適応能力・至適範囲」において、身体の適応能力を超えた環境は、健康に影響を及ぼすことがあることについて理解する。

第2学年	「傷害の防止」	「応急手当の意義・方法」について、効果的な指導を行うため、水泳など体育分野の内容との関連を図るものとする。
第3学年	「健康な生活と疾病の予防」	「生活行動・生活習慣と健康」において、運動には、身体の各器官の機能を刺激し、その発達を促すとともに、気分転換が図られるなど、精神的にもよい効果があること、健康を保持増進するためには日常生活において適切な運動を続けることが必要であることを理解できるようにする。

【高等学校】＊科目保健で運動を関連して取り上げる例

学年	単元名	関 連
入学次	「現代社会と健康」	「健康の保持増進と疾病の予防」において、生活習慣病の予防と健康の保持増進には、運動が関係していることを理解する。
入学次	「現代社会と健康」	「精神の健康」において「体ほぐしの運動」が有効な対処法の一つであることを理解できるようにする。
入学次	「現代社会と健康」	「応急手当」において、効果的な指導を行うため水泳など体育の内容との関連を図るものとする。



埼玉県のマスコット コバトン



埼玉県のマスコット コバトン

8 家庭・地域との連携

QⅡ-8-(1)

○家庭・地域との連携のポイントは？

A. 家庭・地域との連携を図ることは大切なことです。次のポイント等を参考に、より効果的な保健学習の推進を図ってください。

【家庭との連携のポイント】

児童生徒の健康状況や家庭の実態は多様であり、個別の事情を考慮する必要がありますが、健康的な生活行動を実践するためには、家庭に対して粘り強く働きかけをしていくことが大切です。その際には、指導内容について保護者の理解を得る配慮や家庭の個人情報、プライバシー等の問題に十分留意して行うことが重要です。

1 家庭への働きかけの例

- ・「学校だより」や「学年だより」、「保健だより」や「給食だより」等、学校から家庭に向けた艇的な通信手段を活用して、学校における保健教育の内容や取組の様子を伝え、指導内容等の共通理解を図り、健康的な生活行動を実践する際の支援の基礎をつくる。
- ・授業参観の時間に保健教育を行い、健康について学んでいる生徒の姿を見るとともに、学び方について理解を深めてもらう。
- ・児童生徒の健康に関わる生活実態等の調査票を配布するような場合には、ねらいを明確にしたり、内容や設問を分かりやすく答えやすいものに精選したりして、家庭からの協力が得られやすいようにする。
- ・生活習慣等の改善や性に関する指導、保護者と話し合う機会を設定し、家庭での生徒の支援をしやすくする。
- ・保護者懇談会やPTAの各種会合等、保護者が集まる機会を利用して、学校における保健教育の目的、内容、方法等を説明し、それらを生かすための家庭での取り組みについて考えてもらう。
- ・保護者向けの健康や安全に関する講演会や研修会等を開催し、保護者自身が健康づくりのモデルとなることを促す。
- ・PTA保健員会等のメンバーを核としながら、その組織的な活動を通して、家庭における健康的な生活の実践を促す。

2 学校への相談や要望に対する対応の例

- ・児童の健康課題に関する相談は、学級担任や養護教諭等が窓口になり、必要に応じて関係機関等からの協力を得て、根拠を明確にしながら対応する。
- ・保護者から学校へ保健教育に関する要望があった場合には、その内容を的確に把握し、要望があった背景を丁寧に検討して、今後の学校の基本方針や日常の指導に反映させるようにする。また、要望に対する対応の仕方については、保護者へ速やかに説明する。

【地域との連携を進めるうえでの留意点】

学校における保健教育の計画やその展開は、地域の実態に即して進めることが重要であり、それぞれの地域の素材を生かしながら、発達の段階に応じて教材化していく必要があります。また、保健所や市町村保健センター等が行う保健事業と連携を図ることによって、学校で行う保健教育を充実させていくこともできます。

- 関係機関から講師を招いて校内研修会を開催する等、最近の地域保健の動向や予防対策などについて教職員が知識を得る。
- 地域住民の健康教育に寄与するための映像資料、パンレット等は、地域関係機関において整備されているものが多い。各都道府県教育委員会等の視聴覚センターの利用とともに、保健所や市町村保健センター等の視聴覚資料を利用する。
- 保健所等には地域医療の専門分野で活躍している人が多く、保健教育の内容によって講師を依頼し、協力を仰ぐ。なお、講師を依頼する場合は、対象となる児童生徒の興味・関心や理解力等、発達の段階を十分考慮した内容や指導方法になるよう、講師と学校の役割分担について事前に打合せを行うことが重要である。
- 保健教育の内容によっては、児童生徒が保健所等の関係機関を訪問し、課題について調査し、その結果を授業等で発表することもできる。その際には、関係機関職員との事前の打合せを密に行い、児童生徒や学校の教育活動についての理解を求める必要がある。
- 児童生徒の健康課題によっては、疾病管理とともに健康な生活習慣の指導が重要となるものもあり、学校医、学校歯科医、学校薬剤師の専門的な助言が不可欠となってくる。さらに、保健教育の充実に向けて、学校医等を通してより専門的な機関からの協力を得ることも重要である。
- 保護者や地域の方々に参加者の枠を広げて学校保健委員会を開催することにより、家庭や地域とともに進める保健活動に広げられ、開かれた学校づくりを推進できる。
(拡大学校保健委員会)
- 学区内の幼稚園・小学校・中学校・高等学校、あるいは特別支援学校等と連携して学校保健委員会を開催することにより、地域の子供たちの健康課題を解決したり、健康づくりを推進したりするなどの協議を行うことができる。(地域学校保健委員会)
- 学校保健に関係する団体として各地域の学校保健会がある。これらの団体との連携を図り、より広く情報を得ることによって、各学校の活動を一層強化することができる。

(「『生きる力』を育む小学校保健教育の手引き」、「『生きる力』を育む中学校保健教育の手引き」より抜粋)

9 課題を解決する学習過程の工夫

QⅡ-9-(1)

○課題学習は保健学習でも有効なの？どのような指導を行ったらいいの？

A. 保健の授業において、課題解決的な学習過程を取り入れることは、教科のねらいと密接に関連しているので有効です。

保健の授業では、現在及び将来の生活において健康課題に直面した場合に、的確な思考・判断に基づいて適切な意思決定を行い、自らの健康の管理や健康的な生活行動の選択などが実践できるようになるための基礎としての資質や能力を育成することを目指しています。



保健の学習において、正しい知識を「知っている」、その本質的内容が「わかる」、さらには、現在及び将来の実生活で「使える」ようにしていくためには、課題を発見し、主体的・協働的に探究するプロセスが必要です。

実際の生活上、見受けられる健康課題を把握し、その解決方法を見付けたり、選んだりするとともに、それらを自分の生活や事例等に活用するなどの学習過程を工夫することが大切です。

* 「評価規準に盛り込むべき事項」の評価の観点「健康・安全についての思考・判断」に「課題の解決を目指して」が盛り込まれている。

○○について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、実践的（科学的・総合的）に考え、判断し、それらを表している。

小学校保健領域：【「G 保健（2）育ちゆく体とわたし」の評価規準に盛り込むべき事項】

健康・安全への関心・意欲・態度	健康・安全についての思考・判断	健康・安全についての知識・理解
体の発育・発達について関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする。	体の発育・発達について、 <u>課題の解決を目指して</u> 、知識を活用した学習活動などにより、実践的に考え、判断し、それらを表している。	体の年齢に伴う変化や個人差、思春期の体の変化、よりよく発育・発達させるための生活について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。

中学校保健分野：【「心身の機能の発達と心の健康」の評価規準に盛り込むべき事項】

健康・安全への関心・意欲・態度	健康・安全についての思考・判断	健康・安全についての知識・理解
心身の機能の発達と心の健康について関心を持ち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	心身の機能の発達と心の健康について、 <u>課題の解決を目指して</u> 、知識を活用した学習活動などにより、科学的に考え、判断し、それらを表している。	身体機能の発達、生殖にかかわる機能の成熟、精神機能の発達と自己形成、欲求やストレスへの対処と心の健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。

高等学校科目保健：【「生涯を通じる健康」の評価規準に盛り込むべき事項】

健康・安全への関心・意欲・態度	健康・安全についての思考・判断	健康・安全についての知識・理解
生涯を通じる健康について、生涯の各段階における健康課題への自らの適切な対応及び我が国の保健・医療制度や機関の適切な活用が重要であることに関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	生涯を通じる健康について、生涯の各段階における健康課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、総合的に考え、判断し、それらを表している。	生涯を通じる健康について、生涯の各段階における健康課題の解決に役立つ自らの適切な対応及び我が国の保健・医療制度や機関の適切な活用のための基礎的な事項を理解している。

これらの活動を進めるためには、子供たちが健康についての関心をもち、意欲的に課題の解決に取り組むための発問や教材、課題の解決に向けて思考が深まる話し合い活動の導入など様々な工夫が必要となります。



埼玉県のマスコット コバトン

1 指導計画の作成手順

QⅢ-1-(1)

○どのような手順で計画を立てたらいいの？

A. 次のことを確認しながら、計画を立てていきましょう。

- (1) 体育科・保健体育科の目標を確認する。
- (2) 保健領域・保健分野・科目保健の目標を確認する。
- (3) 「体育」(運動領域・体育分野・科目体育)との関連や調和を重視する。
- (4) 「保健」に当てる授業時数を確保する。
- (5) 単元のまとまりを重視する。
- (6) 学校における体育・健康に関する指導の趣旨を生かす。
- (7) 学年ごとの内容の取扱いを確認する。
- (8) 何を、どのように指導するのか、指導したことをどう評価するのかを計画する。

(1) 体育科・保健体育科の目標を確認する。

【小学校】

心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。

【中学校】

心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

【高等学校】

心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的、計画的な実践を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。

(2) 保健領域・保健分野・科目保健の目標を確認する。

【小学校】：第3学年・第4学年の目標から保健領域のねらいを抜粋

健康な生活及び体の発育・発達について理解できるようにし、身近な生活において健康で安全な生活を営む資質や能力を育てる。

【小学校】：第5学年・第6学年の目標から保健領域のねらいを抜粋

心の健康、けがの防止及び病気の予防について理解できるようにし、健康で安全な生活を営む資質や能力を育てる。

【中学校】：保健分野 目標

個人生活における健康・安全に関する理解を通して、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てる。

【高等学校】：科目保健 目標

個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、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てる。

(3) 「体育」（運動領域・体育分野・科目体育）との関連や調和を重視する。

「保健」の目標を達成するためには、「体育」との関連や調和を重視し、学習指導を計画的に、しかも効率よく展開する必要がある。このため、地域や学校の実態、児童生徒の心身の発達段階や特性等を十分考慮し、学年間を見通した上で目標や内容を的確に定め、指導時期を決定し、調和のとれた具体的な指導計画を作成することが大切である。

(4) 「保健」に当てる授業時数を確保する。

小学校3・4年で8時間程度、5・6年で16時間程度、中学校が3学年で48時間程度、高等学校は2単位である。

小、中学校で「程度」としているのは、例えば、体ほぐしの運動と心の健康、水泳と応急手当などの指導に当たって、「体育」と「保健」との密接な関連をもたせて指導するような配慮が必要であるため若干の幅をもたせたものである。

また、高等学校では、原則として入学年次及び次の年次に各1単位を配当し、計画的、継続的に履修させることとしているが、「原則として」としたのは、生徒の転・編入学等の個別の事情においてやむを得ないときに例外が認められるという限定的なものである。

「保健」については、小学校第3学年から中学校第3学年まで毎学年学習を行っている。高等学校では、これに継続して学習させることによって、学習の効果をねらったものである。

このように、「入学年次及びその次の年次の2か年にわたり履修する」こととしているのは、高等学校においてもできるだけ長い期間継続して学習し、健康や安全についての興味・関心や意欲を持続させ、生涯にわたって健康で安全な生活を送るための基礎となるよう配慮したものである。

(5) 単元のまとまりを重視する。

内容のまとまりを考慮して、小・中学校では各学年において適切に配当し、効果的な学習が行われるよう適切な時期に、ある程度まとまった時間を配当する。

児童生徒の興味・関心や意欲などを高めながら効果的に学習を進めるためには、学習時間を継続的又は集中的に設定することが望ましい。

(6) 学校における体育・健康に関する指導の趣旨をいかに。

学習指導要領の第1章総則第1の3に示す「学校における体育・健康に関する指導」との関連を十分に考慮することが重要である。

さらに、各学校における求める児童生徒像に迫るため、すべての児童生徒が必ず学習する保健学習を中心に、総合単元的に他教科等と有機的に関連を図り、年間指導計画を作成することが望ましい。

(7) 学年ごとの内容の取り扱いを確認する。

校種	学年	内容
小学校	第3学年	「毎日の生活と健康」
	第4学年	「育ちゆく体とわたし」
	第5学年	「心の健康」「けがの防止」
	第6学年	「病気の予防」
中学校	第1学年	「心身の機能の発達と心の健康」
	第2学年	「健康と環境」「傷害の防止」
	第3学年	「健康な生活と疾病の予防」
高等学校	入学年次及び その次の年次	「現代社会と健康」 「生涯を通じる健康」 「社会生活と健康」

(8) 何を、どのように指導するのか、指導したことをどう評価するのかを計画する。

2 保健学習の指導案の作成

QⅢ-2-(1)

○保健学習の指導案はどのように作成をしたらいいの？

A. 学習指導案は、学習指導要領の趣旨を生かし、各学校において学校教育目標や教科の目標を達成するために、日々の授業を具体的にデザインするものです。

つまり、学習指導案は、学校の実態、児童・生徒や地域の実態を踏まえ、十分に検討された単元計画の中で作成されるものであり、児童・生徒一人一人に応じた、適切な指導ができるようにするための具体的計画と言えます。

指導案はこれといった形式があるわけではありませんが、埼玉県では、今までも保健学習の指導案のモデルを示してきました。この指導案は「埼玉の指導案」といえるものです。

以下、指導案の形式を示しました。

1 学習指導計画立案の例

保健学習指導案の形式

(第○学年○組)	体育科	(保健領域)	学習指導案	←小学校
↑	保健体育科	(保健分野)	学習指導案	←中学校
* 小学校の場合	保健体育科	(科目保健)	学習指導案	←高等学校

* 中学校・高等学校の場合→	平成○○年○月○日(○)	第○時限	活動場所	
	(第○学年○組)	男子 名	女子 名	
	指導者	教諭 ○○	○○	
		養護教諭	○○	○○

1 単元名 「 」 ●…単元名は学習指導要領に示す内容項目を記入する。

小学校は(1)、(2)など
 中学校は(1)またはアなど
 高等学校はア、イなど

2 単元について ●…学習指導要領や同解説等に示された内容や今日的な課題等を踏まえて、具体的な単元の目標と内容を引き出す手がかりとする。

〈ポイント1〉

- ◇ 単元の内容の概要を述べる。
- ◇ 児童生徒にとって、この単元での魅力は何かを明らかにする。
- ◇ 単元を通して、児童生徒のどのような変容が期待できるか。どのような力を身に付けさせるかを明らかにする。

3 児童(生徒)の実態 ●…この単元に関わる児童生徒の実態を明らかにする。また、授業を計画する上で必要な生活全般における実態も併せて書く。(関心・意欲・態度、思考・判断、知識・理解等)

〈ポイント2〉

- ◇ 表やグラフを用い、分かりやすく表示するとよい。

4 教師の指導観 ●…児童生徒の実態を踏まえ、一人一人に対してこの単元を通して、どのように健康に対する関心・意欲を高め、思考力・判断力を育て、知識を身に付けさせていきたいかを具体的に明らかにする。

5 単元の目標 ●…学習指導要領及び同解説を踏まえるとともに、評価規準とも関連させ、観点別に目標を設定する。

- (1) ……について関心を持ち、学習活動に意欲的に取り組もうとすることができるようにする。
【関心・意欲・態度】
- (2) ……について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、(小：実践的に、中：科学的に、高：総合的に)考え、判断し、それを表すことができるようにする。
【思考・判断】
- (3) ……について、課題の解決に役立つ(小：基礎的な事項、中：基礎的な事項(及びそれらと生活との関わり)、高：基礎的な事項及び(それらと生活や社会との関わり))を理解することができるようにする。
【知識・理解】

〈ポイント3〉

- ◇ ……の部分に、単元名(小単元名)具体的な内容を明記する。
- ◇ 表記については、上記の内容をもとに作成する。

6 評価規準

●…「学習指導要領、同解説」「国立教育政策研究所教育課程研究センター評価規準の作成のための参考資料（平成23年11月・平成24年7月）評価規準に盛り込むべき事項・評価規準の設定例」「埼玉県教育委員会発行の資料」等を参考に各学校で作成した評価規準を示す。

- * 別紙で作成されている場合、別添にしてもよい。
- * 観点間の表現の重複、似た表現を避ける。
- * 「おおむね満足と判断できる状況」を評価規準として示す。
- * 中・高等学校は、内容のまとまりが大きい場合小単元について記入する。
- * 「学習活動に即した評価規準」は、文末に特徴的な姿を表す動詞を用いる。

		単元の評価規準	学習活動に即した評価規準
関心・意欲・態度	評価規準	留意点	① ～するなどの学習活動に（小学校：進んで、中学校・高等学校：意欲的に）取り組もうとしている。
思考・判断	単元の評価規準	学習指導要領を踏まえ、「評価規準に盛り込むべき事項」を参考に作成する。	① ～課題や解決の方法を見付けたり選んだりするなどして、それらを説明している。 ② ～学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見付けたりするなどして、（中・高：筋道を立てて）それらを説明している。
知識・理解	学習活動に即した評価規準	学習指導要領を踏まえ、「評価規準の設定例」を参考に、授業をイメージして作成する。単元の評価規準との整合性をとること。	① ○○が□□であることについて、 （小学校：言ったり、書いたり） （中学校：言ったり、書き出したり） （高等学校：発言したり、記述したり）している。

7 単元の指導と評価の計画（全4時間） 本時は○印

時	学習のねらい・活動	関・意・態	思・判	知・理	評価方法
1	I ねらい ※本時の評価がある観点のところを示す。 II 学習活動 1 3 指導すべき内容 ○○には、□□があること 4	①		①	話し合いの観察 ワークシート
②	I ねらい ※本時の評価がある観点のところを示す。 II 学習活動 1 指導すべき内容 ○○には、□□があること 3 6		①	②	発言・話し合いの観察 ワークシート

〈ポイント3〉

学習内容を明確にする観点から

- ◇ 学習活動については、解説レベルでの指導内容を「指導すべき内容」として記入する。
- ◇ 評価については、単元を通じて評価を重点化（1単位時間の評価の観点は、多くて2個）する。
- ◇ 評価欄には、「学習活動に即した評価規準」（関・意・態①、思・判②、知・理③等）を示す。

8 本時の学習と指導 (2/4)

(1) ねらい

- ・ ~できる。
- ・ ~できる。

【思考・判断】

【知識・理解】

(2) 資料および準備するもの・・・本時に使用する資料・用具等を示す。

(3) 展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点 (指導○ 評価規準◆)
導入 ○分	1 ○○について、○○する。	○
展 開 ○分	2 ○○について、○○する。 Q1 だろうか?	○ ○ ○ <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; display: inline-block;"> 学習内容の定着、学習活動の充実のために教師が指導・支援、配慮することを具体的に示す。 </div>
	3 ○○について、○○する。 Q2 だろうか?	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; display: inline-block;"> 「思考を揺さぶる発問」「知識を定着させる発問」を示す。 </div>
	<予想される反応> ・ ・ ・	◆ 【評価の観点】 評価の観点がある場面には、 努力を要すると判断できる状況 (C) の児童生徒への指導の手だてを具体的に明示する。
	4 ○○について、○○する。 指導すべき内容 ・○○には、□□があること	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; display: inline-block;"> 学習内容を明確にする観点から、解説レベルでの指導内容を記入する。 </div>
	5 ○○について、○○する。 Q3 だろうか?	○ ○ ◆ 【評価の観点】 評価の観点がある場面には、 努力を要すると判断できる状況 (C) の児童生徒への指導の手だてを具体的に明示する。
まとめ ○分	6 ○○について、○○する。	○ ○ <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; display: inline-block;"> ねらいに戻る。 本時に何を身に付けたのかが分かるまとめにする。 </div>

〈ポイント4〉 指導内容を「指導すべき内容」として記入する。また、学習指導要領第8の文末の語尾を理解して授業をつくる。

- ・ 「理解できるようにする」→必ず教えるべき内容 (指導内容)
- ・ 「必要に応じて扱う程度とする」「関連付けて扱う程度とする」→伝える程度
- ・ 「触れるようにする」「適宜触れるようにする」→主たる学習内容を教えた上で扱う内容
- ・ 「取り上げる」→必ず取り扱う。 ・ 「適宜取り上げる」→選択して取り扱う。

9 資料等

- 本単元 (本時) で使用する学習資料・学習カード等を添付する。
- 板書計画等を記入する。

QⅢ-2-(2)

○保健学習の指導案を作成する際のチェックポイントは？

A. 次の点を確認しましょう。

- 授業で取り扱う学習内容は、学習指導要領に示されているものであるか。
- 学習指導案「本時の展開」の「学習内容・学習活動」の欄に学習活動だけでなく、学習内容が記述されているか。
- 具体的なスキルを身に付けることが授業の目的になっていないか。
- 単元の目標が3観点で示されているか。
- 単元の指導と評価の計画が作成されているか。
- 単元の評価規準（学習活動に即した評価規準）を設定していないか。
- 教師の支援として努力を要する児童生徒への手だてが準備されているか。

（平成26年度健康教育指導者養成研修 健康コース資料より）

QⅢ-2-(3)

○保健学習の成功のカギは？

A. 次の「9つ」のポイントがあります。

(1) 主体的に学習する過程を組み込む。

- ア 児童生徒が受け身となって学習するのではなく、課題意識をもち、教員の指導のもとに主体的に学習する力（学力）を身に付けさせることが大切
- イ 身に付けた学力をもとに新たな課題や意欲をもって主体的に学習する過程を重視する。

(2) 個に応じた指導を工夫する。

- ア 事前の児童生徒の実態の調査や観察及び指導の過程での変化の様子などを把握する。
- イ 児童生徒一人一人の知識・経験・学習能力や意欲・興味・関心など個に応じた指導を工夫し、一人一人のよさが生かされるよう指導する。

(3) 興味や関心を学習に生かし、学習意欲を喚起する。

- ア 理科、家庭科や学級活動での学習の経験や身近な生活で興味・関心を生かした教材を選択する。
- イ 指導の過程において、児童生徒の学習状況に応じた情報を提供したり、疑問や矛盾を提示してさらに深い興味・関心を引き出すなどの工夫も必要である。

(4) 主体的に学び、深い理解に導くための指導方法の工夫をする。

- ア じっくり考え、進んで試みるなど主体的に活動する機会や場면을数多く取り入れる。
- イ 主体的に学習するためには、課題を見つけることや、解決方法を考えること、解決するための機会や場면을十分に確保すること。
教材の精選と重点化を進め、単元に教材を盛り込みすぎないようにして時間に余裕をもたせたり、実験や実習、観察や見学調査など指導方法を工夫する。

(5) 学習の過程や結果の自己評価を行う。

- ア 主体的に学習し、保健のねらいでもある思考力や判断力を育て、適切な意志決定や行動選択ができるようにする。
- イ 児童生徒が自己評価する力を育てる。学習カードの活用等を工夫して、常に自己評価を取り入れた学習を展開する。

(6) 単元のまとまりを重視した指導を行う。

児童生徒の興味・関心や意欲を持続し、効果的な学習が進められるよう、適切な時期に、まとまった指導を行う。

(7) 心と体を一体としてとらえた学習指導に努める。

- ア 心身の調和のとれた発育・発達を目指し、心と体を一体としてとらえた学習指導をする。
- イ 特に、体験的な活動などを通して実践的な理解を深められるようにする。

(8) 専門性を有する教職員等の参加・協力を推進する。

健康や食に関する指導の充実を図るため、地域や学校の実情に応じて養護教諭や栄養教諭・学校栄養職員などの専門性を有する教職員等の参加・協力を推進する。

(9) 体育・保健体育科以外での体育・健康に関する指導との関連を重視する。

特別活動の学級活動での健康・安全、学校給食と望ましい食習慣の形成に関する指導及び学校行事、道徳、さらには総合的な学習の時間との密接な関連を図った指導を行う。

1 多様な指導方法を活用した効果的な指導

QIV-1-(1)

○多様な指導方法で指導すると、どのような効果があるの？

- A. 知識を習得する学習活動を重視するとともに、習得した知識を活用する学習活動を積極的に行うことで、思考力・判断力等を育成する学習を積極的に行うことが大切です。



このことにより、知識を確実に習得し、自ら課題を設定し、解決する実践力の育成などの効果が期待できます。

QIV-1-(2)

○どのような指導方法があるの？ 小・中・高校によって効果的な指導方法はあるの？

- A. 学習指導要領解説（体育・保健体育編）の「内容の取扱い」に示されています。

【多様な指導方法の工夫】

小学校	中学校	高等学校
知識を習得する 学習活動を重視	知識の習得を重視	
（習得した）知識を活用する学習活動を積極的に行うことで、 思考力・判断力等を育成		
身近な日常生活の体験 や事例などを用いた話し 合い、ブレインストーミ ング、応急手当などの実 習、実験などを取り入れ ること	事例などを用いたディス カッション、ブレインストー ミング、心肺蘇生法などの実 習、実験、課題学習等を取り 入れる 必要に応じてコンピュータ 等を取り入れること	ディスカッション ブレインストーミング、 ロールプレイング（役割演技 法）、心肺蘇生法などの実習 や実験、課題学習 等を取り 入れること
地域や学校の実情に応じて養護教諭や栄養教諭、学校栄養職員など専門性を有する 教職員等の参加・協力を推進		

QIV-1-(3)

○指導方法を選ぶ際の留意点は？

- A. その時間の目標を達成するために最も効果的であるかを吟味するとともに、選んだ指導方法の効果を発揮させるために必要な時間配分が可能かを考慮すべきです。

QIV-2-(4)

○具体的に、どのような活動をしていくの？どのような場面で活用したらいいの？

指導方法	健康課題やその解決方法に関する具体的な活動	期待される資質や能力等の育成	活用・内容例
ブレインストーミング	様々なアイデアや意見を出していく	・思考力・判断力等の育成 ・知識の習得	④不安や悩み等への対処方法 ④喫煙や飲酒の開始理由 ④運動の効果、ストレスへの対処方法 ④健康の考え方 ④自己実現
事例などを用いた活動	日常生活で起こりやすい場面を設定し、そのときの心理状態や対処の仕方等を考える	・思考力・判断力等の育成 ・知識の習得	④かぜをひく原因 ④緊張したときの体の変化 ④性に関する課題へのアドバイス ④一日の食生活チェック ④交通安全、ストレスへの対処
実験	仮説を設定し、これを検証したり、解決したりする	・思考力・判断力等の育成 ・課題解決的な態度の育成	④ブラックライトによる手洗いチェック ④歯ごうの染め出し ④気体検知管による二酸化炭素濃度の測定 ④照度計による教室内の明るさの測定 ④食品の保健、環境と健康
実習	実物等を用いて体を動かす	・思考力・判断力等の育成 ・知識の習得	④けがの手当 ④④体ほぐしの運動 ④心肺蘇生の意義と方法 ④応急手当
ロールプレイング	健康課題に直面する場面を設定し、当事者の心理状態や対処の仕方等を疑似体験する	・思考力・判断力等の育成	④けがをしたときの大人への知らせ方 ④異性の気持ち ④喫煙などを助長する断りにくい心理の存在 ④心肺停止に陥ったと思われる人への対処 ④喫煙と健康 ④医療機関の活用
フィールドワーク	実情を見に行ったり、課題解決に必要な情報に詳しい人に質問したりする	・思考力・判断力等の育成 ・課題解決的な態度の育成	④保健室の役割 ④給食の献立の工夫 ④交通事故や自然災害の原因調べ ④保健機関の役割
インターネット、図書、視聴覚教材の活用	コンピュータや図書館等を利用して、情報を収集する	・知識の習得 ・課題解決的な態度の育成	④たばこの害 ④体のしくみ ④医薬品の正しい使い方 ④エイズの現状
課題学習	設定された課題に対して、生徒自ら調べるなどの自主的、主体的な活動を通じて、解決方法を導き出す	・思考力・判断力等の育成 ・課題解決的な態度の育成	④健康と環境 ④喫煙、飲酒薬物乱用の防止 ④労働災害と健康 ④保健・医療制度、飲酒、薬物乱用防止

(「『生きる力』を育む小学校・中学校・高等学校保健教育の手引き」より引用)

■ブレインストーミング

自由な発想で討議し、創造的に問題解決を目指す手法。ブレイン（頭脳）＋ストーミング（嵐）という単語の組み合わせで、発想が嵐のように頭を駆け巡り、数多くのアイデアや意見を出し合う集団思考法の一つである。5～10人くらいのグループで、自分の意見をできるだけシンプルな形で出し合う。その中では、良い悪いという判断をせず、自由にアイデアの量を求め、お互いのアイデアを改善したり、結合したりすることができる。そこで出された意見を集約して発表することも行う。「イメージを整理する」、「課題を解決するアイデアを出す」、「課題を確認する」などの場面で活用できる。また、発言がスムーズにできない場合には、カードに書き込んで出し合うといった方法をとってもよい。意見等を書かれたカードは、ランキング法などに使用することもできる。

留意点

- できるだけたくさんの考えを出す。
- 友達の意見、アイデアから連想（想像）してもよい。
- 出された意見やアイデアに対して批判をしない。

■ケーススタディ

日常生活で起こりそうな架空の物語で場面を設定し、学習者がその主人公の立場に立ち、登場人物の気持ちや考え、行動の結果を予想したり、主人公がどのように対応すべきかについて考えたり、話し合ったりする学習方法である。現実的な問題に対する思考力などの育成に役立ち、行動選択・意志決定に役立つ。架空の人物について話し合うため、学習者の率直な気持ちや考えを引き出すことができる。

留意点

- 十分な時間を与える。
- すばらしいアイデアや考えを求めることよりも、自分なりにじっくりと考えて、人の考えを知ったり、聞いたりすることにより、自分の考えを深められるようにする。
- 「もし自分だったら」という問いかけは避ける。あくまでも「主人公だったら」とする。
- 教師にとっての都合の良い考えや価値観を強引に押しつけない。

■ディスカッション

あらゆるテーマについて、自由に意見を述べる活動である。それぞれが自分の意見を持って発言し、またその発言内容についての自分の考えなどを述べ合うことで、思考力の向上を図る。お互いに話しやすい雰囲気作りやディスカッションをうまく進めていくための進行役の配置などを十分に考える必要がある。

■ロールプレイング（役割演技法）

ロールプレイングは、役割演技法とも呼ばれ、役割を与えて演じさせ、それを通じて課題点や解決方法を考えさせる方法であり対人関係にかかわる能力を高めるのに有効である。ロールプレイングでは、相互に演者となったり観察者となったりするので、自己を客観視したり他者を理解することも可能になる。行う際は、学習内容を習得したり、思考したりできるように留意する。

<ロールプレイングの効果>

ロールプレイングにより次のことに気付かせることができる。

- 人の行動は、他人からの圧力により変わりうること。
- コミュニケーションには、圧力をかけ自分の意志に従わせようとする攻撃的コミュニケーション、相手のいいなりになる受動的コミュニケーション、自分の意見をうまく伝える自己主張的コミュニケーションがあること。
- 自分の意志を伝えるためには、言葉（言語的コミュニケーション）だけでなくボディランゲージ（非言語的コミュニケーション）も有効であること。
- 自分の意志の適切な伝え方や効果的な拒否の仕方には、様々なレパートリーがあること。

<ロールプレイングの効果的な運営のための留意点>

- たばこをすすめるなどの好ましくない役は、児童生徒にさせない。
- 教師が誘い役をする場合でも、余りに強い圧力を児童生徒に与えたり、誘い役を誇張して演じたりしない。
- 小道具として実物のたばこやビールなどを使わない。
- 児童生徒の演技に対するコメントとしては、対処の問題点ばかりでなく、むしろ良かった点を中心に指摘する。
- 演技後の指導が動作やせりふの言い方など単なる「演技指導」にならないようにする。
- 演技者以外の児童生徒には観察者としての課題を与え、傍観者にならないようにする。

<ロールプレイングの進め方の例>

- ① ロールプレイングに参加しやすい雰囲気づくりを行う。
- ② ロールプレイングの目的や進め方を確認する。
- ③ 小グループ内で、対処スキルを向上させるための練習を行う。グループ内の観察者（練習者以外のメンバー）は、練習について評価する。
- ④ グループ代表の演技者及び観察者（演技者以外の全員）は課題を確認する。
- ⑤ 最初のグループの代表が全体の前でロールプレイングを行う。
- ⑥ ロールプレイング後、演技者の役割を解き、演技の終了を明確にする。
- ⑦ 演技者と観察者は課題に答える。必要に応じて、観察者が意見を発表したり、再度ロールプレイングを行ったりする。
- ⑧ ⑤～⑦を、グループの数だけ繰り返す。
- ⑨ まとめでは、自分の考えや意見をうまく伝えるための工夫、有効な応え方が多様に存在することなどを確認する。

■実験

実験は、ある目的意識や見通しのもと、人為的に条件を制御して、事象や現象に働きかける活動である。対象に直接的に働きかけること、結果が明確に示されることなどが大きな特徴であり、それだけに児童生徒の興味・関心を高めたり思考を深めさせたりするのに有効である。

有効性を高めるには、まず、実験の前に結果の予想（仮説）を立てさせることが不可欠である。児童生徒が仮説をもっていなければ、結果の意味も極めて軽いものになってしまう。さらに、実験後には、予想の当否やその結果が得られた理由について、児童生徒同士で意見交換させたり、教員から説明を行ったりして、理解を深める必要がある。なお、保健学習での実験の目的は、実験計画の立案や実験手法の習得ではない。

留意点

- 実験は、実験の方法を習得することではなく、内容について仮説を設定し、これを検証したり、解決したりするという実証的な問題解決を自ら行う活動を重視し、科学的な事実や法則といった指導内容を理解できるようにする。

■実習

実習は、ある技術や技能を習得させるための活動である。この場合の技術や技能としては、例えば、「友だちから不本意なことを求められた場合の対処能力」や「ストレス対処能力」などから、「けがの応急手当」まで幅広く考えられる。したがって、その内容によって学習の進め方が異なってくる。前者では、認知的な面も重要であったり、具体的な対処法に個人差があったりするので、練習したり活動したりだけでなく、併せて考えたり振り返ったりすることが欠かせない。後者では求められる技能は厳密なもので、だれにも共通するものであり、繰り返しが不可欠となる。

ただ、いずれにしても、学習効果を高めるためには、練習を複数回行う必要がある。また、練習の結果を児童生徒相互が評価してフィードバックすることも有効である。

例えば、評価のためのチェックリスト等を準備することが有効である。これは、練習をしている本人だけでなく、見ている他の児童生徒たちの学習（観察による学習）を促すことにもなり、他の児童生徒が単なる傍観者にならないよう工夫することが大切である。

留意点

- 実習は、応急手当の意義や手順など、該当する指導内容を理解できるようにする。



埼玉県のマスコット コバトン

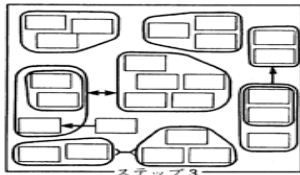
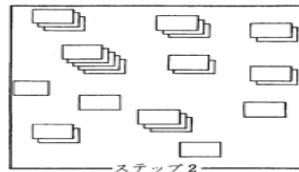
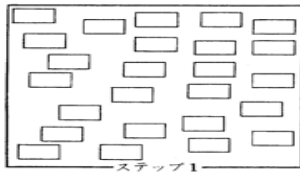
■ランキング

いろいろな文章や要素が書かれたカードを優先順位によって並べるもの。最も重要だと思うもの、最も重要だと思わないものに考えや話し合いの焦点を当て、ダイヤモンド型に並べるもの、ピラミッド型に並べるものや分類のやり方を応用させた「〇〇だと思うものトップ3」などの行い方がある。グループでランキングを行う場合には、一人一人が異なる価値観や考えを持っていることに気付き、お互いの価値観を尊重しながらグループとして話し合い、合意していくことが大切である。

<ランキングの進め方の例>

- ① ランキング・シートを配る（黒板や模造紙に選択肢を書いてもよい）。
- ② ランキングの方法を説明し、まず各個人で、自分なりの答え（順位づけ）を書くように指示する（5～10分）。
- ③ 隣の人と（または、答えが出た人から順に相手を見つけて）互いの答えを見せ合い、2人で相談して1つの答えを出す（または、互いに自分の答えの根拠を説明する）ように指示する（10～20分）。
- ④ 数人に答えを聞き、黒板に書き出して、それぞれの意見や根拠を聞く（5分）。
- ⑤ さらに違った考え方がないか、参加者の自由な意見を求める（5～20分）。
- ⑥ 必要に応じて、議論の中で出された大事なポイントを確認していく。

■カード分類



ブレインストーミング等でカード化された多くの意見・アイデアをグループ化し、論理的に整序して問題解決の道筋を明らかにしていくための手法である。

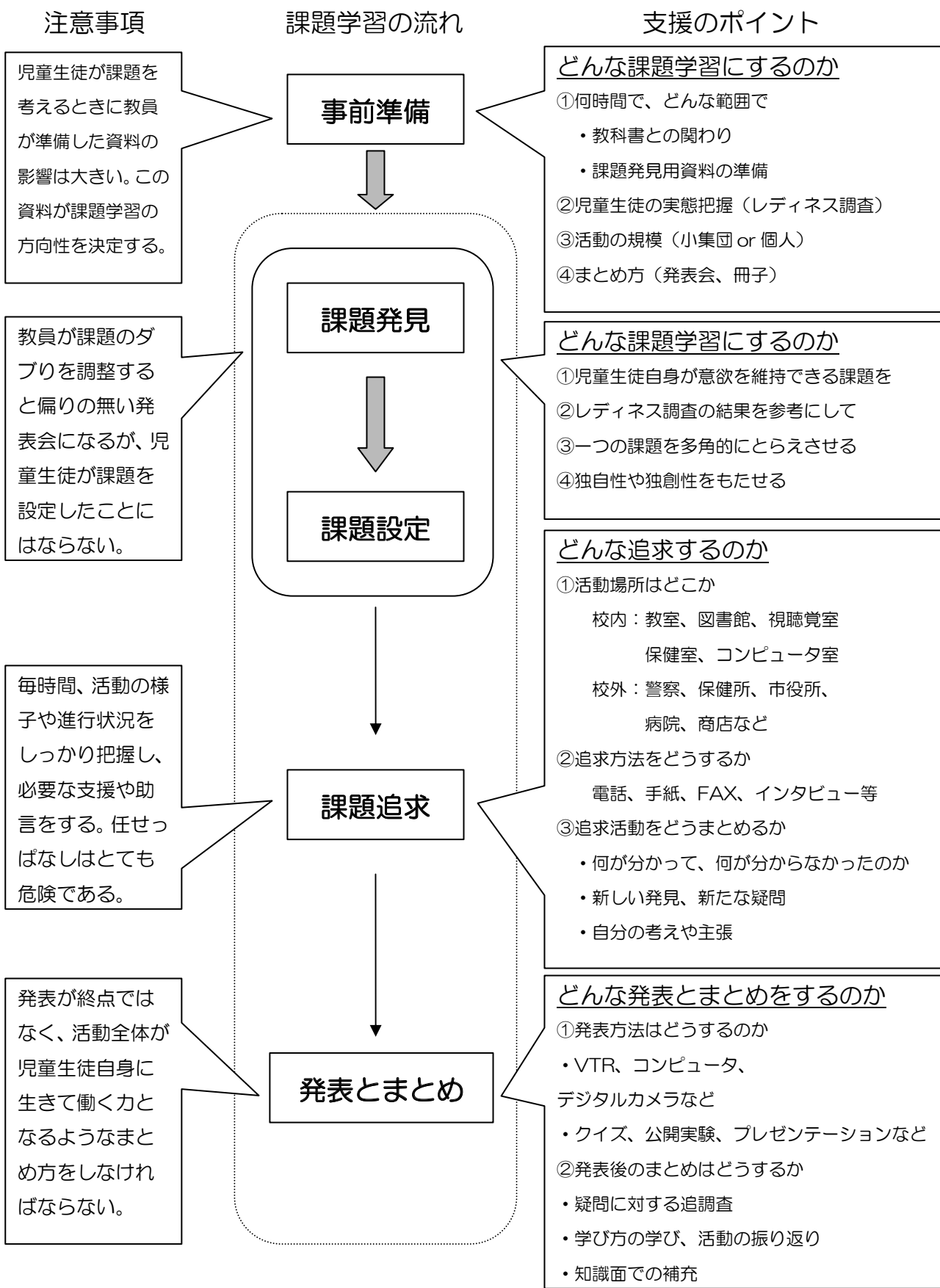
■広告分析

日頃目にしている広告について、どのように感じているかを話し合いながら、広告が作られた目的を分析する活動である。批判のみに終始せず、どのように対応するかを話し合うようにするとよい。

■ 課題学習

課題学習とは、児童生徒が自ら課題を発見し（あるいは自分のものとし）、解決の方法を考え、解決していくというスタイルの学習である。

課題学習の過程とそれに関連した指導上の留意事項と支援のポイントは下図のようになる。



「新しい保健学習のモデル」（平成 12 年 2 月 財団法人「日本学校保健会」から引用）

2 具体的な指導のポイント

QIV-2-(1)

○学校全体で共通理解を図るためには？

- A. 指導計画の立案を含め、保健学習の推進には教職員の共通理解が大切です。
学校においては、教育の目標が達成されるよう、児童生徒の心身の発達に応じて、体系的な教育が組織的に行われなければなりません。そのためには、個々の教員の取組だけでは効果的とは言えず、教職員がそれぞれの役割に基づいて、組織的かつ計画的な取組が必要です。
- 1 年間指導計画の立案
 - ・年間指導計画を作成するときは、全ての教職員が参画し、前年度の反省を踏まえて意見を交換しながら進めて、教科間や校種間の内容の系統性等について理解を深める。
 - ・年間指導計画を吟味する際は、前年度の反省や気付きを反映させながら、各教科等の内容の関連、指導の時期、配当時間などが適切に計画されているかを検討する。
 - 2 単元計画の立案
 - ・単元計画を作成するときは、学習指導要領の内容とその系統性、各教科等の関連や評価方法等を明らかにし、単元全体の構造について理解を深めることが大切。
 - ・教科書だけでなく、学習指導要領及び学習指導要領解説をよりどころにし、指導内容やその取扱いを整理するとともに、当該単元で扱う内容の系統性と各教科等の内容との関連をまとめる。
 - ・指導内容を効果的に身に付けるための発問や声かけ等といった指導のポイントやその評価方法を明確にする。

(「『生きる力』を育む中学校保健教育の手引き」より引用)

QIV-2-(2)

○グループでの話し合い活動の効果は？

- A. 一つの課題に対して、グループで話し合うことによって、自分と違う考えに触れながら思考を深めることができます。
話し合うことによって、新しいことに気付いたり、自分が考えてきたこと・やってきたことが正しかったと確認することができます。
グループでの学びを通して、最終的に生活経験の違い等に応じた個人の課題解決につなげることができます。

QⅣ-2-(3)

○教材はどのようなものを用意したらいいの？
教材教具の工夫は？

- A. 身の回りの生活からより具体的に学習することが出来る教材や、見えにくい内容を具現化することを目的とする教材の工夫をすることで、児童生徒の授業への興味をもたせます。

【小学校の例】

○身の回りの生活からより具体的に学習することが出来る教材を工夫する

第3学年 「毎日の生活と健康」 夏休みの日課表の活用

第5学年 「けがの防止」 校内や学校の写真

第6学年 「病気の予防」 地域の保健活動学習で保健所、保健センターに見学

○見えにくい内容を具現化する。

第4学年 「体の発育・発達」 1年生のころの靴や机と現在の物との比較

第6学年 「病気の予防」 血管がつまる現象を模型で体験

【保健指導での活用方法】

すでに学習した内容について、関連する教科等の学習の際に想起させる発問を行ったり、学習をまとめた資料を提示したり、学習内容の関連性を示した学習カードや資料を作成したりすることで思考を深めることができます。

QⅣ-2-(4)

○発展的な内容を指導する場合の留意点は？

- A. ・発展的な内容を取り扱う際には、「確実な定着が求められる」、「趣旨を逸脱しない」、「脈絡なく教えない」、「負担が過重とならないよう」にします。
・基本的に発展的な内容とは、上級の学年の内容を下ろすこととなります。
しかし、保健学習は発展的には扱いにくいですので、注意が必要です。
(例) 小学校4年生 「育ちゆく体とわたし」について、次に取り扱うのは中学校1年生「心身の機能の発達と心の健康」となる。したがって、小4で中1の内容が発展的に扱えるかということ、発達の段階からふさわしくないと考えられます。

QⅣ-2-(5)

○児童生徒に「保健の授業が楽しい」と思わせる工夫は？

- A. ○新しく「分かった」という発見があること。
○学習した内容が、日常生活の改善や生涯にわたる健康の保持増進に役立つと感じること。
○教員自身が保健の授業を楽しむこと。

3 養護教諭等とのかかわり

QIV-3-(1)

○養護教諭は授業をすることができるの？

養護教諭が授業に入るときに、留意することはどんなこと？

A. 養護教諭の有する知識及び技能の専門性を教科指導に生かすことを目的に、法的整備（教育職員免許法の一部改正 平成10年）が行われ、ある一定の条件を満たした上で、兼職発令を受けることにより、保健の教科への参画が可能となった。「養護教諭」としてではなく、「教諭」として実施されるものです。

なお、保健の教科や関連教科の授業において、TT（チームティーチング）で参画する場合には、兼職発令は必要としません。



養護教諭が授業に参画・実施することで、様々な効果がみられる

【養護教諭の職務の特質や専門性を生かすことができた事項】

- 児童生徒の健康状態や生活実態を踏まえた指導ができた。
- 授業や指導後、児童生徒が相談してきたり、保健情報を尋ねてきたりなど、保健室や養護教諭としての職務が活発になった。
- 養護教諭が参画・実施することにより、学級・ホームルーム担任や教科担任との間で、児童生徒についての共通理解が深まったり広がったりした。
- 健康問題に対して実践的な方法で提示でき、児童生徒の主体的な姿勢や関心・意欲を引き出すことができた。
- 学級・ホームルーム担任や教科担任の意欲を高める契機となった。



養護教諭がよりよい授業を実施するためのチェックポイント

- 保健学習と保健指導の違いや、それぞれのねらいと特性について把握する。
- 学習指導要領の内容及び保健領域（保健分野、科目保健）の指導すべき内容について理解する。
- 教科書や副読本の内容を精選し、その単元（本時）で身につけさせたいことを明らかにしておく。
- 単元の学習計画や本時の計画（指導案）の作成、授業の実施にあたっては、担任や担当教員との連携を密にする。
- 日頃から、新聞や専門誌等から情報の収集に努め、効果的な指導をするために教材を準備する。特に手作り教材は児童生徒の興味・関心を高めるので、効果的である。
- 授業参観や他校との発表等も参考にしながら、指導方法についての研修を深める。
- 養護教諭の専門性や保健室等から得られる情報を効果的に活用する。

ただし・・・デメリットもあることを理解して学校全体で組織的に対応を検討する必要があります。

○緊急に手当を要するけがや病気の対応に支障をきたす。

○保健室登校等、心の健康問題で保健室だけが頼りの児童生徒の対応が不十分になる。

○授業の準備に時間がとられ、時間的な余裕とゆとりがなくなり、養護の職務に支障をきたす。

4 TT（チームティーチング）の効果的な指導

QⅣ-4-(1)

○TTはどのように行ったらいいの？

A. TT（チームティーチング）とは、保健体育科教諭と学校薬剤師等がそれぞれの役割を決めた上で、それぞれの専門性を生かして実施する授業形態です。

【TTで授業を行うとは・・・】

○TTによる授業では、「いかに個に応じた指導ができるか」がポイントとなります。



○児童生徒の成育環境、保健学習に対する思いや願い、関心・意欲、理解力、友達関係など様々な状況を踏まえ、「個を生かし、個を伸ばす指導」が大切です。



そのためには、担当教員間の事前の打ち合わせや協力が不可欠です。



TTで授業を行う際のチェックポイント

担当教員と一緒に指導計画を立案したか。

指導方法、役割分担、発問の工夫等、授業の流れを話し合ったか。

特に配慮が必要な児童生徒を確認したか。

指導に必要な教材・教具等を一緒に収集・作成したか。

指導分担（T1、T2等）を決め、一緒に協力して指導する準備をしたか。

（導入の仕方、展開時の役割分担、まとめの時の個に応じた指導など）

指導後は一緒に授業を振り返り、評価したか。

5 特別活動における保健指導のポイント

QIV-5-(1)

○保健指導では、どのような点に配慮したらいいの？

- A. 保健学習、特別活動における保健指導及び個別の保健指導は、それぞれ関連性が深いため、それぞれの特質をよく理解した上で実施することが大切です。

〈個別の保健指導と特別活動における保健指導の目的・内容等の概略〉

	保 健 指 導	
	個別の指導	特別活動における保健指導
方 法	個別（小グループ含む）	授業等（学級指導等）
位置付け	学校保健安全法	学習指導要領
目 的	個々の児童生徒の心身の健康問題の解決に向けて、自分の健康問題に気付き、理解と関心を深め、自ら積極的に解決していこうとする自主的、実践的な態度の育成を図る。	特別活動の各学習指導要領のねらいに沿って実施
内 容	日常生活における個々の児童生徒の心身の健康問題	現在及び将来において児童生徒が当面する諸課題に対応する健康に関する内容
指導の機会	教育活動全体	学級活動（小・中学校）、HR活動（高等学校）児童生徒会活動、学校行事等
進め方	発達段階及び個人差に応じて指導する。	学校の実態に応じて、発達段階に即して取り扱う内容、時間を選定し、計画的に実施する。
指導者	養護教諭、学級担任等、栄養教諭・学校栄養職員、学校医等	学級担任等、養護教諭、栄養教諭・学校栄養職員、学校医等

（「教職員のための子どもの健康相談及び保健指導の手引」平成23年8月 文部科学省）

学習指導要領 特別活動 (学級活動)

小学校	中学校	高等学校
(2) 日常生活や学習への適応及び健康安全	(2) 適応と成長及び健康安全	(2) 適応と成長及び健康安全
ア 希望や目標をもって生きる態度の育成	ア 思春期の不安や悩みとその解決	ア 青年期の悩みや課題とその解決
イ 基本的な生活習慣の形成	イ 自己及び他者の個性の理解と尊重	イ 自己及び他者の個性の理解と尊重
ウ 望ましい人間関係の形成	ウ 社会の一員としての自覚と責任	ウ 社会生活における役割の自覚と自己責任
エ 清掃などの当番活動等の役割と働くことの意義の理解	エ 男女相互の理解と協力	エ 男女相互の理解と協力
オ 学校図書館の利用	オ 望ましい人間関係の確立	オ コミュニケーション能力の育成と人間関係の確立
カ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成	カ ボランティア活動の意義の理解と参加	カ ボランティア活動の意義の理解と参画
キ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成	キ 心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成	キ 国際理解と国際交流
	ク 性的な発達への適応	ク 心身の健康と健全な生活態度や規律ある習慣の確立
	ケ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成	ケ 生命の尊重と安全な生活態度や規律ある習慣の確立

保健指導を実施するためのチェックポイント

- 学年の発達の段階や児童生徒の実態と合っているか。
→学年の発達の段階に即した系統的な指導計画を作成し、資料を活用する。
- 学級担任との連携が十分に図られているか。
→家庭環境、日常の児童生徒の様子や実態等をよく理解している学級担任とともに指導案を作成し、個人差を踏まえた指導をする。
→家庭の協力が必要な場合は、学級担任と連携を密にする。
- 保健指導が一過性の指導になっていないか。
→日常の指導、学校行事、児童会・生徒会活動等の指導や、家庭の協力等を総合的に関連させながら、指導の成果を上げていく。
- 「自己決定」をしているか。
→特別活動の授業は、実践活動を通して学ぶ活動である。
授業の終末では、授業展開で学んだことをいかし、自分は何をどのように努力するのかという課題（いつ、どこで、何をどのようにするなど）を自己決定させることが望ましい。

QIV-5-(2)

○保健指導を成功させる指導のポイントは？

保健指導を成功させる「8つ」のポイント

1	○何を指導したいのかをはっきりさせる。 ・扱う題材のどこを指導したいのかを押さえる。
2	○児童生徒の実態をしっかりつかむ。 ・問題はどの程度なのか。・問題を起こす原因は何か。・問題はどんなとき、どこでどうなるのか。
3	○指導のねらい、児童生徒の目指す姿をはっきりさせる。 ・今の実態をどこまで改善するのかを学級の実態に合わせて設定する。
4	○中心となる問題をはっきりさせ、指導方法を工夫する。 ・投げかけ、考えさせる中心的な問題を明確にする。(導入・展開を重点に) ・実験等体験的な学習や視聴覚教材を利用したり、学校医の協力を得たりする。
5	○終末では、自己決定の内容を明確にする。 ・「何を、どのように具体的に決めさせるか」を押さえる。
6	○適切な資料を選ぶ。 ・いつ、どこで、何のために、活用するかを明確にする。
7	○しっかりと自己決定させる。 ・時間を十分に与える。 ・実際に実践できるような具体的な方法を決めさせる。 ・特別活動は、実際に実践を通して学ばせることが大切である。
8	○事後指導・発展指導を重視する。 ・実践(評価)の場を明確にする。(互いに認め合えるようにする。) ・児童会・生徒会活動、学校行事、その他の活動及び各教科、道徳、総合的な学習の時間等との活動と関連させる。 ・家庭や地域の協力を得る。保護者ととともに活動したり、保健指導の内容等を学級だよりや保健だよりで家庭や地域に発信したりする。

【「学級活動(2)を成功させる8つのポイント(健康教育)」 文部科学省 杉田調査官資料より】



埼玉県のマスコット コバトン

1 評価の目的

QV-1-(1)

○保健学習の評価はどのように考えればいいのか？

- A. 評価規準は、児童生徒の学習の実現状況をより客観的に評価するためのよりどころとなるものです。したがって、学習指導要領の趣旨や目標に準拠した評価の考え方を十分理解した上で作成します。単元の評価規準は、特定の内容のまとまりをもった「単元」において、児童生徒に起こった変化を目標に照らして明らかにしていく営みといえます。

評価規準は、「おおむね満足できる」状況（B）児童生徒の学習状況について設定し、それに照らして「十分満足できる」状況（A）や「努力を要する」状況（C）を判断する。

各学校では、児童生徒の実態、今までの学習課程の実施状況、学校教育目標との関わり等から、学校独自に評価規準を定める必要があります。

QV-1-(2)

○保健学習の評価の観点とは？

- A. 保健学習の評価の観点は3観点になります。

運動や健康・安全への 関心・意欲・態度	運動や健康・安全に についての思考・判断	運動や健康・安全に についての知識・理解
保健学習に即した関心や意欲、学習への態度等を対象とする。	基礎的・基本的な知識を活用しつつ、課題の解決を目指して、考え、判断し、これらを表していることを評価する。	保健学習において習得した知識や重要な概念を理解しているかどうかを内容とする。

学習指導要領では、「健康・安全に関する内容について理解できるようにする」ことが示されている。この場合の「理解」は、「健康・安全についての知識・理解」だけでなく、「健康・安全への関心・意欲・態度」、「健康・安全についての思考・判断」などの資質や能力を含んだものとされている。そこで、単元の目標は、3つに分けて示し、評価についても3観点で評価する。

【保健領域、保健分野、科目保健の評価の観点の趣旨】

	運動や健康・安全への 関心・意欲・態度	運動や健康・安全に ついての思考・判断	運動や健康・安全に ついての知識・理解
小	健康な生活、体の発育・発達、心の健康、けがの防止、病気の予防について関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする。	健康な生活、体の発育・発達、心の健康、けがの防止、病気の予防について、課題の解決を目指して実践的に考え、判断し、それらを表している。	健康な生活、体の発育・発達、心の健康、けがの防止、病気の予防について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
中	心身の機能の発達と心の健康、健康と環境、生涯の防止、健康な生活と疾病の予防について関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする。	心身の機能の発達と心の健康、健康と環境、生涯の防止、健康な生活と疾病の予防について、課題の解決を目指して科学的に考え、判断し、それらを表している。	心身の機能の発達と心の健康、健康と環境、生涯の防止、健康な生活と疾病の予防について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
高	現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする。	現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について、課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それらを表している。	現代社会と健康、生涯を通じる健康、社会生活と健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。

QV-1-(3)

○保健学習と保健指導の評価規準はどう違うの？

A. 保健学習と保健指導では、身に付けさせたい資質や能力及び態度が異なります。

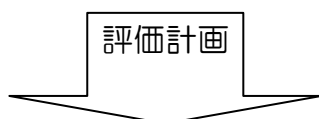
体育・保健体育科における評価の観点	特別活動における評価の観点
運動や健康・安全への 関心・意欲・態度	集団活動や生活への 関心・意欲・態度
運動や健康・安全についての 思考・判断	集団や社会の一員としての 思考・判断・実践
運動や健康・安全についての 知識・理解	集団活用や生活についての 知識・判断

QV-1-(4)

○保健学習の指導と評価の計画は、何を、どのように工夫したらいいの？

A. 指導と評価の計画は次の手順をもとに作成を行います。

- ① 単元の目標を明確にする。
*単元の目標を「関心・意欲・態度」「思考・判断」「知識・理解」ごとに明確にする。
- ② 単元の目標を達成するために、どの時間で、何を（学習内容）、どのように（学習活動）指導するかを計画する。
- ③ 学習内容（習得させたいこと）を特定する。→「〇〇には、□□があること」
*学習指導要領及び同解説、児童生徒の実態等を踏まえて決定する。
- ④ 学習内容にあった学習活動を工夫する。（当該内容の理解には、どのような手法が最も効果的か考える。）
*学習内容、児童生徒の実態、配当時間等を踏まえて選択する。



いつ、何を、どのような方法で評価するかを計画する。

- ⑤ 単元、本時の評価規準を定める。
*3つの観点に沿って定める。その際、評価規準である「おおむね満足できる」児童生徒の学習の実現状況を想定するのに加えて、「十分満足できる」児童生徒の状況も想定しておくこと、より客観的な評価を行うことができる。
- ⑥ 1時間の授業では、1～2観点を評価する。
*授業で評価する為だけのものにならないよう、1時間の授業では、3つの観点をすべて評価するのではなく、1～2観点を評価する。
- ⑦ 評価方法を工夫する
*観察、ワークシート、ペーパーテストなど、様々な評価方法の中から、児童生徒の学習状況を的確に評価する方法を選択する。
*学習状況を評価するのに、最適な時期を考える。
- ⑨ 指導と評価を一体化する
*努力を要する状況と判断される児童生徒には、積極的支援を行う。

（日本学校保健会 小学校 保健学習の指導と評価の工夫（平成27年2月）より一部引用）

2 単元の評価規準

QV-2-(1)

○小学校における評価規準の作成時の留意点は？

- A. 保健領域においては、学習指導要領の内容のまとめりと単元がほぼ一致します。そのため、国立教育政策研究所が「評価規準の作成のための参考資料」で示した「評価規準に盛り込むべき事項」が「単元の評価規準」、「評価規準の設定例」が「学習活動に即した評価規準」にそのまま活用することができます。

〈留意点〉

評価規準	留意点
単元の評価規準	・学習指導要領を踏まえ、単元の目標を明確にするとともに、「単元の評価規準に盛り込むべき事項」を活用し、観点ごとに作成する。
学習活動に即した評価規準	・具体的な授業をイメージして「評価規準に盛り込むべき事項」や「評価規準の設定例」を参考に観点ごとに作成する。 ・「学習活動に即した評価規準」を作成する際には、「単元の評価規準」との整合性をとるように留意する。

〈単元の評価規準 (3) 病気の予防 (例)〉

観点	健康・安全への 関心・意欲・態度	健康・安全についての 思考・判断	健康・安全についての 知識・理解
単元の 評価 規準	病気の予防について関心を持ち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	病気の予防について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、実践的に考え、判断し、それらを表している。	病気の起こり方とその予防の方法、地域の保健活動について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。

QV-2-(2)

○なぜ、小学校では、体育領域で「知識・理解」を評価しないの？

- A. 小学校の体育科は、運動領域と保健領域から構成されています。小学校体育科の評価規準は、「関心・意欲」、「思考・判断」、「技能」、「知識・理解」の4観点で構成されています。その中で、評価規準は次のように表記されます。
- 「関心・意欲」 → 運動や健康・安全への関心・意欲・態度
「思考・判断」 → 運動や健康・安全についての思考・判断
「技能」 → 運動の技能
「知識・理解」 → 健康・安全についての知識・理解
- 運動は体育領域、健康・安全は保健領域で評価することとなりますので、
- ・関心・意欲・態度は、運動領域と保健領域
 - ・思考・判断は、運動領域と保健領域
 - ・技能は、運動領域
 - ・知識・理解は、保健領域 で評価することとなります。

QV-2-(3)

○中学校における評価規準の作成時の留意点は？

- A. 保健分野においては、国立教育政策研究所が「評価規準の作成のための参考資料」で示した「評価規準に盛り込むべき事項」が「単元の評価規準」等、「評価規準の設定例」が「学習活動に即した評価規準」に活用することができます。

〈留意点〉

評価規準	留意点
単元の評価規準	・学習指導要領を踏まえ、単元の目標を明確にするとともに、「評価規準に盛り込むべき事項」を参考に、「評価規準の設定例」を活用して観点ごとに作成する。
学習活動に即した評価規準	・学習指導要領解説を踏まえ、授業の目標を明確にするとともに、「評価規準の設定例」を参考に、授業をイメージして観点ごとに作成する。 ・「学習活動に即した評価規準」を作成する際には、「単元の評価規準」との整合性をとるように留意する。

〈例1 20単位時間を1つの単元とした単元の評価規準 (4)健康な生活と疾病の予防〉

観点	健康・安全への 関心・意欲・態度	健康・安全についての 思考・判断	健康・安全についての 知識・理解
単元 の 評 価 規 準	健康な生活と疾病の予防について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	健康な生活と疾病の予防について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、科学的に考え、判断し、それらを表している。	健康の成り立ちと疾病の発生要因、生活行動・生活習慣と健康、喫煙、飲酒、薬物乱用と健康、感染症の予防、保健・医療機関や医薬品の有効利用、個人の健康を守る社会の取組について、課題の解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活のかかわりを理解している。

〈例2 10単位時間を1つの単元とした単元の評価規準 (4)健康な生活と疾病の予防〉

観点	健康・安全への 関心・意欲・態度	健康・安全についての 思考・判断	健康・安全についての 知識・理解
単元 の 評 価 規 準	健康な生活と疾病の予防について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	健康な生活と疾病の予防について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、科学的に考え、判断し、それらを表している。	喫煙、飲酒、薬物乱用と健康、感染症の予防、保健・医療機関や医薬品の有効利用、個人の健康を守る社会の取組について、課題の解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活のかかわりを理解している。

〈例3 エ 感染症の予防を1つの単元とした単元の評価規準〉

観点	健康・安全への 関心・意欲・態度	健康・安全についての 思考・判断	健康・安全についての 知識・理解
単元 の 評 価 規 準	感染症の予防について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	感染症の予防について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、科学的に考え、判断し、それらを表している。	感染症の予防について、課題の解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活のかかわりを理解している。

QV-2-(4)

○高等学校における評価規準の作成時の留意点は？

A. 科目「保健」の評価の観点とは、「関心・意欲・態度」、「思考・判断」、「知識・理解」の3つです。国立教育政策研究所では、内容の「(1) 現代社会と健康」、「(2) 生涯を通じる健康」、「(3) 社会生活と健康」をまとまりとして、評価規準を作成しています。また、これらをもとに、各内容のまとまりのア、イ、ウ、・・・の項目を単元として、より具体的な評価規準を設定しています。「評価規準の設定例」を「単元の評価規準」に活用することができます。また、学習指導要領解説を踏まえ、「評価規準の設定例」を参考に、授業をイメージして観点ごとに「学習活動に即した評価規準」を作成することができます。

〈留意点〉

評価規準	留意点
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> 学習指導要領を踏まえ、単元の目標を明確にするとともに、「評価規準に盛り込むべき事項」を参考に、「評価規準の設定例」を活用して観点ごとに作成する。
学習活動に即した評価規準	<ul style="list-style-type: none"> 学習指導要領解説を踏まえ、授業の目標を明確にするとともに、「評価規準の設定例」を参考に、授業をイメージして観点ごとに作成する。 「学習活動に即した評価規準」を作成する際には、「単元の評価規準」との整合性をとるように留意する。

〈例 イ 健康の保持増進と疾病の予防を1つの単元とした単元の評価規準〉

観点	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病と日常生活行動について、資料を探したり、見たり、読んだりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 喫煙、飲酒と健康、薬物乱用と健康、感染症とその予防について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病と日常生活行動について、資料等で調べたことを基に、課題を見付けたり、整理したりするなどして、それらを説明している。 喫煙、飲酒と健康、薬物乱用と健康、感染症とその予防について、学習したことを、個人及び社会生活や事例と比較したり、分析したりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康の保持増進と生活習慣病の予防には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践する必要があること、喫煙と飲酒は、生活習慣病の要因になること、薬物乱用は、心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないこと、喫煙と飲酒、薬物乱用の対策には、個人や社会環境への対策が必要であること、感染症の発生や流行には、時代や地域によって違いが見られること、個人的及び社会的な対策を行う必要があることについて、理解したことを発言したり、記述したりしている。

3 学習活動に即した評価規準

QV-3-(1)

○健康・安全への関心・意欲・態度とは？

- A. 単元の内容について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている状況を示します。

保健が対象としている学習内容に関心をもち、自らの課題に取り組もうとする意欲や態度を児童生徒が身に付けているかを評価する。

学習活動については、調べ学習などの個人で取り組む活動と、話し合いなどの集団で取り組む活動がある。

学習指導要領解説を踏まえ、国立教育政策研究所が「評価規準の作成のための参考資料」で示した「評価規準の設定例」を活用し、授業をイメージして作成する。

【中学校】

- 単元の評価規準（例：中学校（4）健康な生活と疾病の予防 Ⅰ 感染症の予防）

感染症の予防について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。



- 学習活動に即した評価規準（例：中学校（4）健康な生活と疾病の予防 Ⅰ 感染症の予防）

- ・感染症の予防について、健康に関する資料を見たり、自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。（個人の活動）
- ・感染症の予防について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。（集団の活動）

QV-3-(2)

○健康・安全についての思考・判断とは？

- A. 単元の内容について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動等により、実践的（科学的・総合的）に考え、判断し、それらを表している状況を示します。

保健の知識を活用して課題を解決すること等のために必要な思考力・判断力等を児童生徒が身に付けているかを評価する。

学習指導要領解説を踏まえ、国立教育政策研究所が「評価規準の作成のための参考資料」で示した「評価規準の設定例」を活用し、授業をイメージして作成する。

【中学校】

- 単元の評価規準（例：中学校（4）健康な生活と疾病の予防 Ⅰ 感染症の予防）

感染症の予防について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、科学的に考え、判断し、それらを表している。



- 学習活動に即した評価規準（例：中学校（4）健康な生活と疾病の予防 Ⅰ 感染症の予防）

- ・ 感染症の予防について、健康に関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見付けたり、選んだりするなどして、それらを説明している。
- ・ 感染症の予防について、学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見付けたりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。

○ 評価規準の文末に「～表している」「～説明している」と示されているが、どのようにとらえたらいいの？

⇒ 保健学習における「思考・判断」は、思考力・判断力・表現力を一体としてとらえていく。

⇒ 思考・判断した過程や結果を、言語活動等を通じて、児童生徒がどのように授業の中で表出しているかを内容としているということになる。

QV-3-(3)

○ 健康・安全についての知識・理解とは？

A. 単元の内容としての基礎的な事項について、理解したことを言ったり、書いたりしている状況を示します。学習活動に即した評価規準の作成に当たっては、学習指導要領及び同解説に基づいて、授業で教えるべき内容を明確にします。（指導内容の明確化）

保健において習得すべき知識や重要な概念等を児童生徒が身に付けているかを評価する。

国立教育政策研究所が「評価規準の作成のための参考資料」で示した「評価規準の設定例」を参考に、学習指導要領解説の「○○は、□□であること」について、授業をイメージして作成する。

【中学校】

- 単元の評価規準（例：中学校（4）健康な生活と疾病の予防 Ⅰ 感染症の予防）

感染症の予防について、課題の解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活とのかかわりを理解している。



○ 学習活動に即した評価規準（例：中学校（4）健康な生活と疾病の予防 Ⅰ 感染症の予防）

- ① 感染症は、病原体が身体に進入して発病することや発病には、自然環境、社会環境、主体などの条件が関係していることについて、言ったり、書き出したりしている。
- ② 感染症を予防するには、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、身体の抵抗力を高めることが有効であることについて、言ったり、書き出したりしている。
- ③ エイズの疾病の概念や感染経路、予防方法を身に付ける必要があることについて、言ったり、書き出したりしている。
- ④ 性感染症の疾病の概念や感染経路、予防方法を身に付ける必要があることについて、言ったり、書き出したりしている。

QV-3-(4)

○なぜ、保健学習は技能の評価がないの？

A. 例えば中学校学習指導要項では次のように示されています。

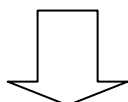
(イ) 応急手当の方法

応急手当は、患部の保護や固定、止血を適切に行うことによって傷害の悪化を防止できることを理解できるようにする。ここでは、包帯法、止血法としての直接圧迫法などを取り上げ、実習を通して理解できるようにする。

また、心肺停止に陥った人に遭遇した時の応急手当としては、気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫などの心肺蘇生法を取り上げ、実習を通して理解できるようにする。

なお、必要に応じてAED（自動体外式除細動器）にも触れるようにする。

このことから



実験や実習の方法を理解するのではなく、「実習を通して理解」するのです。保健学習では、知識の習得を重視した上で、知識を活用する学習活動を積極的に実施することが大切であり、技能を評価するものではありません。

4 各学校における指導と評価の工夫改善


QV-4-(1)

○学習評価の基本的な考え方は？

学習指導要領は、基礎的・基本的な知識・技能の習得と思考力、判断力、表現力等をバランスよく育てることを重視しています。指導に当たっては、児童生徒の主体的な活動を生かしながら、目標の確実な実現を目指す指導の在り方が求められています。このバランスのとれた学力を育成するためには、学習指導の改善を進めると同時に、学習評価においては、観点ごとの評価をバランスよく実施することが必要です。

さらに、学習評価の工夫改善を進めるに当たっては、学習評価をその後の学習指導の改善に生かすとともに、学校における教育活動全体の改善に結びつけることが重要です。その際、学習指導の過程や学習の結果を継続的、総合的に把握することが必要です。

学習評価を実施する際の留意点

① 教えたことを評価する。  教えたことしか評価できない。

□ 目標—学習内容—学習活動—評価

学習指導要領に照らした「目標に準拠した評価」を行う。そのためには、目標や学習内容が具体化された授業展開がなされていることが前提となる。

② 実現状況の見取りが可能な学習指導を展開する。

□ 観点別（「関心・意欲・態度」「思考・判断」「知識・理解」）学習状況の評価により、多面的に児童生徒一人一人のよさを見取っていく。

□ 各観点の学習状況を見取るために、学習内容を明確にしたり、学習方法を工夫したりする。

③ 指導と評価の一体化を図る。

□ 指導したことの実現状況を確認する評価は、児童生徒の到達度を判断するためのものだけでなく、教員側の指導過程を振り返るものに活用することが重要である。特に、「努力を要する状況」の児童生徒の手だてを具体化していく。

□ 児童生徒の学習状況を適切に評価し、評価を指導の改善に生かすという視点を一層重視する。教員が指導の過程や評価方法を見直して、より効果的な指導が行えるよう指導の在り方について、工夫改善を図っていくことが重要である。

QV-4-(2)

○評価計画はどのように作成したらいいの？

A. 児童生徒の学習活動で、計画的に評価するためには、具体的に計画しておく必要があります。

- ① 「学習指導要領、同解説」「国立教育政策研究所 評価規準の作成のための参考資料（平成22年11月・平成23年7月）評価規準に盛り込むべき事項・評価規準の設定例」「埼玉県教育委員会発行の資料」等を活用して各学校で作成した評価規準を示す。
- ② 別紙で作成されている場合、別添にしてもよい。
- ③ 観点間の表現の重複、似た表現を避ける。
- ④ 「おおむね満足と判断できる状況」を評価規準として示す。
- ⑤ 中・高等学校は、内容のまとまりが大きいいため小単位について記入する。
- ⑥ 「学習活動に即した評価規準」は、文末に特徴的な児童生徒の姿を表す動詞を用いる。

「学習活動に即した評価規準」の文末に特徴的な児童生徒の姿を表す動詞（例）

学習活動に即した評価規準	
関心 ・ 意欲 ・ 態度	① ~するなどの学習活動に進んで取り組もうとしている。(小学校) ② ~するなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。(中学校・高等学校)
思考 ・ 判断	① ~するなどして、それらを説明している。 ② ~するなどして、筋道を立ててそれらを説明している。
知識 ・ 理解	① ○○が□□であることについて、言ったり、書いたりしている。(小学校) ② ○○が□□であることについて、言ったり、書き出したりしている。(中学校) ③ ○○が□□であることについて、発言したり、記述したりしている。 (高等学校)

QV-4-(3)

○評価には、どのような方法があるの？

- A. 授業において、一人一人をより多面的に捉え、より妥当な評価を行うためには、観察やワークシート、児童生徒との対話、ペーパーテストなど、多様な評価方法を工夫し、組み合わせていく必要があります。

授業をはじめると あたって	・興味・関心についてのアンケート ・教員による観察
授業に際して	・ワークシート ・自己評価カード ・教員による観察 ・中間発表後のアンケート
授業を総括して	・自己評価カード ・ワークシート ・レポート ・ペーパーテスト ・感想 ・アンケート

【観察による評価】

- 「関心・意欲・態度」で見取ることが多く、教員が、児童生徒の評価をするうえで、中心となる評価
- 観察の視点を明確にする
観察による評価を行う際、学習課題について既習の内容や自分の成長、生活経験等と比べている、学習内容との関係を見付けているなど、設定した評価規準に基づいて観察の視点を明確にしておくことが必要である。

【ワークシートや学習ノートによる評価】

- どの観点で評価をするために活用するのかをはっきりさせる
「知識・理解」で見取るのか、「思考・判断」で見取るのかを明確にする。
- ワークシートの項立てを工夫する
「思考・判断」で評価する場合には、適切に児童生徒の状況が現れるよう、思考の過程が見えるような項立てを工夫したワークシートの作成が必要である。
例えば、学習したことと自分の生活のことを記入できる欄を設け、両者を比較して気付いたこと、関連について書けるようにしたり、事例を設定し、学習したことを基にアドバイスを書けるようにしたりすることが考えられる。その際、児童生徒が自分の考えをまとめ、ワークシート等に記入する時間を十分に確保する必要があるため、活動を精選することも大切である。

(評価規準の作成、評価方法等の工夫改善のための参考資料 【小学校 体育】【中学校 保健体育】国立教育政策研究所)

【自己評価カードによる評価】

- 学習と評価の一体化から、学習に対して常に自己評価をするようにする
- 自己評価により、自ら学び・考える資質や能力を育てる
- 自己の評価を振り返ると同時に、相互評価と組み合わせることも可能であり、「関心・意欲・態度」で見取る

【ペーパーテストによる評価】

- 全員に同時にできるため、教員の意図により評価ができる
- 得られた情報の妥当性・信頼性が高く、テスト後の分析や計画にも活用できる
- 主に「知識・理解」の評価に有効であるが、問題の内容や回答方法を工夫し、記述式にすることで「思考・判断」についても評価できる

【レポートによる評価】

- 記憶だけでなく、多面的な評価が可能
- 学習した内容や発展的な内容について、自分で調べたり分析したりすることにより、理解を深めることが出来る

【ポートフォリオによる評価】

- ポートフォリオとは、児童生徒が自分の学習記録を積み重ねることであり、児童生徒が自分の学習を振り返って評価したり、教員が児童生徒の個々の学習の震度に応じて個別に評価することが可能
- 教員は、児童生徒の次の学習に向けてのコメントやアドバイスをして、学習成果を把握しておくこと

QV-4-(4)

○評価にあたっての留意点は？

A. 授業を行うにあたっては、担当する教員だけでなく、チームティーチングなどにより、児童生徒一人一人の個に応じた指導の充実が求められています。

このように複数の教員がかかわって学習指導や評価を行う場合には、事前に教員（指導者）同士等で評価規準や評価方法等を十分確認しなくてはなりません。それぞれの教員が異なった評価や指導・助言をすることを避けるために、常に情報交換を行い、共通理解を図ることが不可欠となります。

学校としての評価の方針、方法、体制、結果などについて、日頃から教員間の共通理解を図る必要がある。

評価計画をもとに評価を実施するに当たり、「いつ」、「どこで」、「だれが」、「なにを」評価するのか、また評価を「どのように指導に生かしていくのか」などの事前の確認が不可欠である。

	評価にあたっての留意点（例）
事前	<ul style="list-style-type: none">○ 指導する教員（指導者）同士で、単元の評価規準の確認をする。○ 単元計画の中で、評価方法（見取り方）を十分に検討し、共通理解を図っておく。○ 保護者や児童生徒に対して、学習評価に関する仕組み等について、事前に説明するなどして、学習評価に関する情報をより積極的に提供する。

単元途中	<ul style="list-style-type: none"> ○ 学習活動に即した評価規準について確認をする。 ○ 本時の中で学習活動に即した評価規準のどこを評価するのか、評価の重点化を確認する。(1単位時間に多くとも2観点まで) ○ 評価をどのように指導に生かしていくのか確認する。 ○ 一人の児童生徒に対し、複数の教員(指導者)が異なった評価をしないよう、適宜連絡をする。
単元終了後	<ul style="list-style-type: none"> ○ 評価結果について情報交換を行い、次の指導に生かすようにする。 ○ 保護者や児童生徒に対して、学習評価に関する仕組み等について、評価結果の説明を充実したりするなどして学習評価に関する情報をより積極的に提供する。

QV-4-(5)

○毎時間、全ての項目について評価することは難しいが、どのように評価の重点化をしたらいいの？

A. 教員は、すべての単元において3観点すべてを評価する必要があります。しかし、授業の毎時間で3観点すべてを評価することは一般的に難しいといえます。

そこで、実際の評価では、評価する観点を1単位時間に多くとも2観点到しぼって評価します。ある観点到しぼって評価を重点化する必要がある以上、評価するためには、教員による事前の評価計画が必要不可欠です。

<評価の重点化における確認事項>

- ① 学習活動に即した評価規準のすべての観点到毎時間すべてを評価することは困難である。そのため、学習の展開等の学習内容に依じて選択し、単元終了までにバランスよく評価する。
- ② ただし、評価の効率化と評価の信頼性、公平性を高める点から、同一授業の中では、同一規準に照らして全員を評価する必要がある。
- ③ すべて教員の観察による評価だけでなく、観点到によっては、ワークシート等を活用し、指導と評価が一体となるようにゆとりをもって実施できるようにする。
- ④ 1活動1観点到で評価する。例えば、1つの活動で「思考・判断」と「知識・理解」の2つの観点到を見取ることはしない。

QV-4-(6)

○「努力を要する」状況（C）と判断できる児童生徒への手だては？

A. 教員は、保健の授業において、今までも様々な方法により児童生徒を評価し、指導に生かしています。授業では、基礎・基本の確実な定着を目指して、目標に準拠した評価をより客観的で信頼あるものにする必要があります。

教員は、「努力を要する」状況（C）の児童生徒を、ただ「C」と評価すればよいというものではありません。教員は、単元を通して意図的・計画的な評価のもとで、「努力を要する」と判断できる状況（C）を的確にとらえるとともに、この状況にあると判断される児童生徒に対し、共感的な理解のもとで、一人一人が「おおむね満足できる」状況（B）に到達するよう、有効な手だて（支援）を講じる必要があります。

＜「努力を要する」状況と判断できる児童への手だて 例：病気の予防（小学校6年）＞

	「努力を要する」状況（C）と判断できる生徒への手だて（支援）例
関心 ・ 意欲 ・ 態度	① このような状況は、手順や何を言えばよいか分からないといった原因が考えられるため、進め方をわかりやすい言葉で説明したり、具体例を示したりするなどの指導を積極的に行う。 ② このような状況は、友だちの意見を聞いていなかったり、発表する内容が固まっていなかったりすることが予想されるので、みんなで話すことの大切さについて話したり、資料等で発表する内容を確認したりする。
思考 ・ 判断	① このような状況は、課題が思いつかない、何をすればよいか分からないなどの原因が考えられるため、児童が選択できるように教員の用意した資料を提示したり、いくつかの課題の解決方法を提示したりする。 ② このような状況は、自分の生活と学習内容が結び付けられないことなどが原因と考えられるため、具体的な生活場面を想起し、自分に置き換えて考えるよう助言する。
知識 ・ 理解	① このような状況は、学習内容が定着していないことが原因として考えられるため、身近な事例を示したり、必要に応じて学習を振り返らせたりし、個別に説明する。 ② このような状況は、学習内容とその必要性がうまく結び付いていないことが原因として考えられるため、教科書等で個別に確認し、効果等を具体的に説明する。 ③ このような状況は、学習内容と健康の状態がうまく結び付いていないことが原因として考えられるため、健康影響について説明したり、わかりやすいイラストなどで図示するなど、視覚を通して学習内容を整理したりする。

＜「努力を要する」状況と判断できる生徒への手だて

例：健康な生活と疾病の予防（中学校3年）＞

「努力を要する」状況（C）と判断できる生徒への手だて（支援）例	
関心 ・ 意欲 ・ 態度	① このような状況は、学習内容について、資料の見方がわからない、資料と自分たちの生活が結び付かないといった原因が考えられるため、教科書等の資料について説明したり、自分の体験を思い出させたりするなどの働きかけを行う。 ② このような状況は、学習する対象に興味をもていなかったり、他の生徒の意見を聞いていなかったりすることが原因として考えられるため、自分に置きかえさせたり、他の生徒の発言を再度確認したりし、個別に取組を促す。
思考 ・ 判断	① このような状況は、教科書等から見付けられない、具体的な対策を思いつかないなどが原因として考えられるため、教科書の読み取りを補足したり、一つの事例についての対策を例示したりする。 ② このような状況は、事例と今までの学習が結び付けられないことなどが原因として考えられるため、今までの実習やワークシートにまとめた内容を確認し、事例とが結び付くよう、個別に説明する。
知識 ・ 理解	① このような状況は、学習内容が定着していないことが原因として考えられるため、身近な事例を示したり、必要に応じて学習を振り返らせたりし、個別に説明する。 ② このような状況は、感染症の原因と予防が結び付かないことが原因として考えられるため、原因と予防が結び付く具体的な事例を提示し、個別に説明する。 ③ このような状況は、感染症の原因と予防が結び付かないことが原因として考えられるため、視聴覚教材の内容を思い出させたり、学校生活でも取り組んでいることを確認したりするなどして具体的に説明する。 ④ このような状況は、学習内容が理解できていないことが原因として考えられるため、教科書を参考にしたり、学習を振り返らせたりし、個別に説明する。

QV-4-(7)

○「十分満足できる」状況（A）と判断できる児童生徒の判断のポイントは？

A. 評価規準は、「おおむね満足できる」状況（B）について設定し、それに照らして「十分満足できる」状況（A）を判断します。

「十分満足できる」状況（A）にあると判断するポイント（中学校）例

観点	ポイント
関心・意欲・態度	<ul style="list-style-type: none"> ・教員から働きかけを細かく行わなくても、自ら進んで取り組んでいたりと、集中して取り組んでいたりとしている。 ・話合いや意見交換の際、メモを取ったり、内容を確認したりするなど、発言を聞き逃さないで集中して取り組んでいる。

思考・判断	<ul style="list-style-type: none"> ・学習したことを基に、自分たちの生活と関連付けたり、理由を付け加えたりしながら、具体的な対策について説明している。 ・学習をしたことを事例に当てはめるときの改善点や根拠を挙げるなどして、道筋を立ててそれらを説明している。
知識・理解	<ul style="list-style-type: none"> ・具体例を挙げて言ったり、書き出したりしている。

5 評定の総括の仕方

QV-5-(1)

○評定の総括はどのように考えたらいいの？

A. 学習活動に即した評価規準に照らし、「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）により評価を行います。

単元の総括については、Aが半数以上の場合にはA、Cが半数を超える場合にはC、それ以外はBとする考え方に立って総括を行います。

また、AとCが同一観点に混在する場合は、Bに置き換えて集約しています。

さらには、A、B、Cをそれぞれ点数化し、合計点で総括する方法もあります。

各学校の実状に応じて、あらかじめ決定し、共通理解を図ることが大切です。

【小学校例】 健康な生活と健康（小学校3年）

氏名	観 点	学習活動に即した評価規準	第	第	第	第	単元の 総括
			1 時	2 時	3 時	4 時	
氏名	健康・安全 への関心・ 意欲・態度	健康な生活について、教科書や資料などを見たり、自分の生活を振り返ったりするなどの学習活動に進んで取り組もうとしている。	B	—	—	—	A
		健康な生活について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動に進んで取り組もうとしている。	—	—	—	A	
	健康・安全 についての 思考・判断	健康な生活について、教科書や資料などを基に、課題や解決の方法を見付けたり、選んだりするなどして、それらを説明している。	—	C	—	—	B
		健康な生活について、学習したことを自分の生活と比べたり、関係を見付けたりするなどして、それらを説明している。	—	—	B	—	
氏名	健康・安全 についての 知識・理解	健康の状態は、主体の要因や周囲の環境の要因がかかっていることについて、言ったり、書いたりしている。	C	—	—	—	B
		毎日を健康に過ごすには、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けることが必要であることについて、言ったり、書いたりしている。	—	B	—	—	
		毎日を健康に過ごすには、体の清潔を保つことが必要であることについて、書いている。	—	—	B	—	
		毎日を健康に過ごすには、明るさの調節や換気などの生活環境を整えることが必要であることについて、言ったり、書いたりしている。	—	—	—	A	

☆表内の「—」印は、その時間では評価しないこととする。

【中学校例】健康な生活と疾病の予防（中学校3年）

- ・「知識・理解」の評価は、定期テスト等によるペーパーテストの結果を加味した。

評価の 場面 評価の 観点	ア発生 要因	イ交通事故 など		ウ自然災害		エ 応急手当			単元の 総括
	1 時	2 時	3 時	4 時	5 時	6 時	7 時	8 時	
ア関・意・態	②	①		①		②	②		
イ思・判			①		②			②	
ウ知・理	①	②		③	④	⑤	⑥		

生徒 1	ア関・意・態	A	A		A		B	B		A B A
	イ思・判			A		C			B	
	ウ知・理	B	A		B	A	B	A		
生徒 2	ア関・意・態	C	C		C		B	A		B C B
	イ思・判			C		C			B	
	ウ知・理	C	C		C	B	A	A		
生徒 3	ア関・意・態	B	A		C		B	C		B B B
	イ思・判			A		C			C	
	ウ知・理	B	B		C	C	B	C		

- ・本単元では、学習活動に即した評価規準に照らし、「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）により評価を行った。
- ・「知識・理解」の評価は、定期テスト等によるペーパーテストの結果を加味した。
- ・単元の総括については、Aが半数以上の場合にはA、Cが半数を超える場合にはC、それ以外はBとする考え方に立って総括を行った。また、AとCが同一観点に混在する場合は、Bに置き換えて集約している。（例：AとCが各1つ → Bが2つ）

（「評価の規準の作成、評価の方法等の工夫改善のための参考資料」国立教育政策研究所教育課程研究センターより抜粋）

(1) 小学校の事例

(2)

ア

体の発育・発達

イ

思春期の体の変化

1 指導内容の系統性

中学校では、生殖にかかわる機能の成熟や成熟に伴う変化に対応した適切な行動について学習する。その前段階としての小学校段階は、体の発育・発達について、思春期の体の外に表れる変化や体の中にかかる変化、その個人差などを学習し、自分のこととして実感し、肯定的に受け止めることが大切であることに気付かせるよう配慮する。

2 指導内容の明確化

要) 学習指導要領
解) 同解説の内容を示します。

指導に当たっては、

- ① 発達の段階を踏まえること
- ② 学校全体で共通理解を図ること
- ③ 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。

思春期には

要1) 体は年齢に伴って変化することを理解できるようにする。

要2) 体の発育・発達には個人差があることを理解できるようにする。

1 / 4 時間

解1) 体の発育・発達については、身長、体重などを適宜取り上げ、これらは年齢に伴って変化することを理解できるようにする。

解2) 体の変化には個人差があることを理解できるようにする。

要3) 次第に大人の体に近づき、体つきが変わることが理解できるようにする。

2 / 4 時間

解3) 体つきに変化が起こり、人によって違いがあるもの、男子はがっしりとした体つきに、女子は丸みのある体つきになるなど、男女の特徴が現れることを理解できるようにする。

要4) 初経、精通などが起こることが理解できるようにする。

要5) 異性への関心が芽生えることが理解できるようにする。

《指導案作成》 3 / 4 時間

解4) 初経、精通、変声、発毛が起こることについて理解できるようにする。

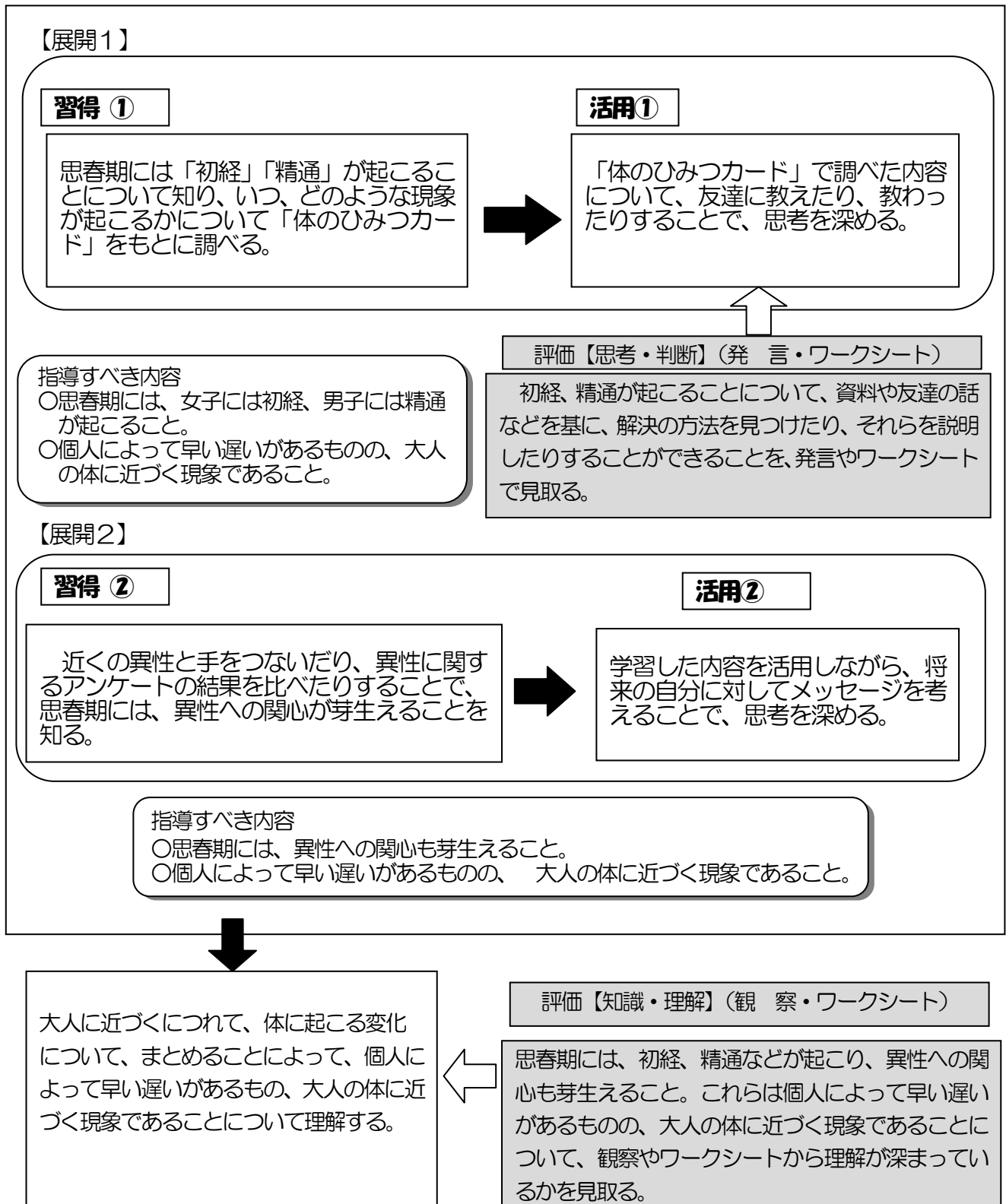
解5) 異性への関心も芽生えることについて理解できるようにする。

解6) 個人によって早い遅いがあるものの誰にでも起こる、大人の体に近づく現象であることを理解できるようにする。

解7) 自分と他の人では、発育・発達などに違いがあることに気づき、これらを肯定的に受け止めることが大切であることについて触れる。

3 知識を活用した学習

第3時は、思春期になると、初経、精通が起こること、異性への関心が芽生えること、さらに、これらは、個人によって早い遅いがあるものだけにでも起こる、大人の体に近づく現象であることを理解できるようにすることを目指している。そこで、思考力・判断力等を促すために、次のような「知識を活用した学習活動の工夫」をおこなった。



第4学年1組 体育科(保健領域)学習指導案

平成26年11月18日(火) 第5校時 体育館
吉見町立東第二小学校 教諭 清水 久美子 (T1)
養護教諭 市川 優 (T2)

- 1 単元名「育ちゆく体とわたし」
- 2 単元について

保健学習推進委員会報告(平成22年度)によると、思春期の体の変化の内容「女子は初経が起り、男子は精通が起ること」の正答率は、他の保健領域の指導内容と比べ低かった(小5:23.8%)。このことから、その起る仕組みについて、初経、精通とホルモンとの関係を具体的に説明するなど難しく教えすぎていることが伺える。本単元では、初経、精通については、誰にでも起る大人の体に近づく具体的な現象としてとらえさせ、近い将来起ったときに不安にならないようにする。また、自分の体の変化や個人による発育の違いなどについては、自分のこととして実感させ肯定的に受け止めさせるよう配慮する。また、この学習内容は中学校の保健体育科保健分野「心身の機能の発達と心の健康」の学習へとつながる単元である。

3 児童の実態(省略)

- (1) 一般的な児童の実態
- (2) 本単元に関わる児童の実態(アンケート調査等から)

4 教師の指導観

本単元のねらいは、「体の発育・発達について、その一般的な現象や思春期の体の変化などについて理解できるようにすること、体をより良く発育・発達させるための生活のしかたについて理解できるようにすること」である。そのねらいを達成するため、児童が学習に興味・関心を持ち、意欲的に取り組むことが必要である。また、自分を大切にする気持ちを育てる観点から、自分の体の変化や個人による発育の違いなどについて自分のこととして実感し、肯定的に受け止めることが大切であることに気付かせるよう配慮していく必要がある。保健学習においては、①基礎的・基本的な知識を正しく身に付けること、②今ある認識や身に付けた知識を活かして思考を促すことの相互活動によって「学習内容の定着」「実感の伴った理解」に結び付くと考える。そのために、本単元においては、以下のような手立てを設定する。

- ・導入のクイズの意外性で、思春期における体の変化は見た目の変化だけでなく、外から見えない部分の変化もあることを実感させる。
- ・「初経」と「精通」について、いつ、どのように起るかを正確に理解させるための活動の工夫をする。
- ・グループ学習形態をとり、児童が互いに学び合い、考えを深め合えるよう、意見交換が行われやすい環境を作る。
- ・身近な日常生活の体験や事例などを用いた話し合いを取り入れ、児童が自分のこととして実感し、肯定的に受け止めさせるように配慮する。
- ・児童の思考が整理でき、指導と評価の一体化が図れるようなワークシートを工夫する。

本単元は、担任と養護教諭のTTで授業を行う。養護教諭は、児童にとって体の悩みに等について最も相談しやすく、また一人一人の体の変化や成長の様子を把握できる立場にいる。そこで、本単元の指導において、児童の実態を把握し、専門的な知識をもった養護教諭が、指導内容を具体的に説明することによって、児童の学習に対する興味・関心を高め、より一人一人の実態に合った支援ができるよう考える。さらに、養護教諭と一緒に行うことで、養護教諭へ相談しやすくなるなど、保健指導や個別の指導へとつながれると考える。

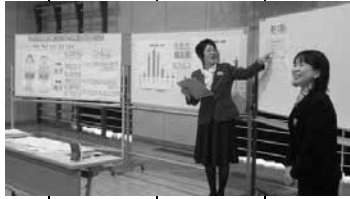

5 単元の目標

- (1) 体の発育・発達について関心を持ち、意欲的に学習に取り組むことができるようにする。(関心・意欲・態度)
- (2) 体の発育・発達について、課題解決を目指して、知識を活用した学習活動により、実践的に考え、判断し、それらを表すことができるようにする。(思考・判断)
- (3) 体の発育・発達、思春期の体の変化、よりよく発育・発達させるための生活について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解できるようにする。(知識・理解)

6 評価規準

	単元の評価規準	学習活動に即した評価規準
関心 意欲 態度	体の発育・発達について関心を持ち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	①体の発育・発達について教科書や資料などを見たり、自分の生活を振り返ったりするなどの学習活動に進んで取り組もうとしている。 ②体の発育・発達について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動に進んで取り組もうとしている。
思考 判断	体の発育・発達について課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、実践的に考え、判断し、それらを表している。	①体の発育・発達について、資料や友だちの話などを基に課題や解決の方法を見付けたり選んだりするなどしてそれらを説明している。 ②体の発育・発達について、学習したことを自分の成長や生活と比べたり、関係を見付けたりするなどして、それらを説明している。
知識 理解	体の年齢に伴う変化や個人差、思春期の体の変化、よりよく発育・発達させるための生活について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。	①体は、年齢に伴って変化すること、体の変化には個人差があることについて、言ったり、書いたりしている。 ②思春期には、体つきに変化が起り、人によって違いがあるものの、男女の特徴が現れることについて、言ったり、書いたりしている。 ③思春期には、初経、精通などが起ること、異性への関心も芽生えること、これらは、個人によって早い遅いはあるものの誰にでも起る大人の体に近づく現象であることについて、書いている。 ④体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方には、調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であることについて、書いている。

7 単元の指導と評価計画(全4時間) 本時は○印

時	学習のねらい・活動	関・意・態	思・判	知・理	評価方法
1	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 体の発育・発達について、教科書や資料などを見たり、自分の生活を振り返ったりするなどの学習活動に進んで取り組もうとすることができる。 体の年齢に伴う変化や個人差について理解したことを言ったり、書いたりすることができる。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 入学時の身長順クイズをする。 1年毎の身長の伸びを示した紙テープを学習カードにはる。 友達と比較して気付いたことを話し合う。 複数人の身長の伸びを示したデータ資料で、身長の伸び方について考える。 身長が急に伸びる時期や変化する量は一人一人違うことを知るとともに、体重も増えていくことを知る。 <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> 身長や体重は、年齢に伴って変化すること。 体の変化には個人差があること。 <ol style="list-style-type: none"> 学習のまとめをする。 		①		<p>話し合い活動の観察 ワークシート記入内容</p> <p>① ワークシート記入内容</p>
2	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 体の発育・発達について、学習したことを自分の成長や生活と比べたり、関係を見付けたりするなどして、それらを説明することができる。 思春期には体つきに変化が起こり、人によって違いがあるものの男女の特徴が現れることについて理解したことを言ったり書いたりすることができる。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> シルエットクイズを行い、男女の体つきの違い(体の外側の変化)について考える。 体つきキーワードゲームをしながら、思春期に起こる変化について話し合う。 <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> 思春期には、体つきに変化が起こり、人によって違いはあるものの、男子はがっちりとした体つきに、女子は丸みのある体つきになるなど男女の特徴が現れること。 思春期には、変声、発毛が起こること。 <ol style="list-style-type: none"> データ資料をみて、体の変化が起こる時期については、個人差があることを知る。 <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> 個人によって早い遅いがあるものの誰にでも起こる、大人の体に近づく現象であること。 <ol style="list-style-type: none"> 自分の成長を想像する。 成長について個人差を感じた体験談を聞く。 学習のまとめをする。 		②		<p>話し合い活動の観察 ワークシート記入内容</p> <p>② ワークシート記入内容</p>
③	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 体の発育・発達について、資料や友だちの話などを基に、課題や解決の方法を見つけたり選んだりするなどして、それらを説明することができる。 思春期には、初経、精通などが起こること、異性への関心も芽生えることこれらは個人によって早い遅いがあるものの、誰にでも起こる大人の体に近づく現象であることについて、言ったり、書いたりすることができる。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 声当てクイズを行い、体の中の変化について考える。 初経や精通について知る。 体の中に起こる変化について考える。 <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> 思春期には、初経、精通が起こること。 個人によって早い遅いがあるものの、誰にでも起こる大人の体に近づく現象であること。 <ol style="list-style-type: none"> 事例(隣の異性と手をつないでみよう)をもとに、思春期には、異性への関心が芽生えることを知る。 <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> 思春期には、異性への関心も芽生えること。 個人によって早い遅いがあるものの、誰にでも起こる大人の体に近づく現象であること。 <ol style="list-style-type: none"> 学習のまとめをする。 学習した内容を活用し、将来の自分へのメッセージを考える。 		①		<p>発言の観察 ワークシート記入内容</p> <p>③ ワークシート記入内容 発言の観察</p>

4	I ねらい	<ul style="list-style-type: none"> 体の発育・発達について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動に進んで取り組もうとすることができる。 体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方には、調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であることについて、言ったり、書いたりすることができる。 		②	ワークシート記入内容
		II 学習活動 1 よりよく発育・発達するために必要なことを話し合う。 2 給食の献立から、体がよく育つために必要な食べ物について調べる。 3 よりよい成長に必要な運動の仕方について話し合う。 4 休養と睡眠の役割について資料で調べる。 5 学習したことを自分の生活に当てはめて課題を見つけ、これからの生活の仕方について、解決方法を考える。			
		<指導すべき内容> ・体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方には、調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠などが必要であること。			
		6 学習のまとめをする。			④ ワークシート記入内容

8 本時の学習と指導 (3/4)



(1)ねらい

- 体の発育・発達について資料や友だちの話などを基に、課題や解決の方法を見付けたり選んだりするなどして、それらを説明することができる。 【思考・判断】
- 思春期には、初経、精通などが起こり、異性への関心も芽生えること。これらは個人によって早い遅いがあるものの、大人の体に近づく現象であることについて、言ったり、書いたりすることができる。 【知識・理解】

(2)資料および準備するもの 教科書、掲示資料、ワークシート

(3)展開

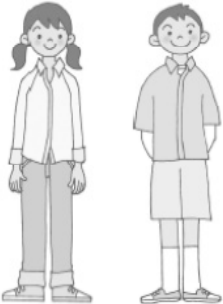
時間	学習内容・学習活動	指導上の留意点(指導○ 評価◆)
10分	1 声当てクイズを行う。 Q1 声の持ち主は何歳かわかるかな。グループで話し合っ、年齢カードから、声の持ち主の年齢を当ててください。 用意するカード 6歳 8歳 11歳 12歳 21歳 <予想される反応> ・小さい頃は、声が高い。 ・大人に近づくと、声が低くなってくる。	T1 ○前時の学習を想起させ、男女の特徴が現れることや個人差について再確認する。 T2 ○スムーズに取りかかれぬ児童への支援をする。 T1 ○声の持ち主の年齢を決めた理由を考えながら、クイズを考えさせる。 T2 ○クイズの答えを言う。 T1 ○思春期における体の変化は、外見の変化だけでなく体の内側の変化もあることを知らせ、本時の課題につなげる。
	2 学習のねらいを知る。 大人に近づくとつれて、体の中はどのように変わっていくのだろう。 Q2 体の中では、どのような変化が現れると思いますか。 <予想される反応> ・骨や筋肉が強くなる。 ・大人の準備が始まる。 ・内臓が大きくなる。	T1 ○思いつくものを自由に発表させ、現時点での知識を確認する。 ○児童の発表に対しては、認め、意欲を高める。 T2 ○スムーズに発表できるように支援する。 T2 ○資料を提示し、「初経」「精通」の言葉を知らせる。
展開	3 思春期には初経や精通が起こることについて知る。 大人に近づくと体の中の変化について、わかったことを友達に教えてあげよう。 ・秘密カードをもとに、分かったことを学習カードに記入する。 ・学んだ内容を友達に説明する。 <指導すべき内容> ・思春期に、女子は初経、男子は精通が起こること。 ・個人によって早い遅いがあるものの、誰にでも起こる大人の体に近づく現象であること。	T1 ○各班に4種類の秘密カードを配布し、そのカードを基に各々の秘密を学習カードにまとめることを説明する。 ○調べた内容について教え合いを行い、友達から聞いたことを、学習カードに記入するよう伝える。 T2 ○調べた内容を、全体で確認する。 ◆体の発育・発達について、資料や友だちの話などを基に課題や解決の方法を見付けたり選んだりするなどしてそれらを説明している。 【思考・判断】 「努力を要する」状況(C)と判断された児童への手立て(支援) 記入できない児童には、学習カードや板書などで内容を振り返らせて、問題解決できるよう支援する。

<p>展 開</p> <p>25 分</p>	 <p>4 事例(隣の異性と手をつないでみよう)をもとに、思春期には、異性への関心が芽生えることを知る。</p> <p>ここで、突然ですが、隣の人と手をつないでみよう。</p> <p>Q3 低学年の時は男女で手をつなげたのに、今手をつなげない人がいるのはなぜでしょう？</p> <p><予想される反応></p> <ul style="list-style-type: none"> ・恥ずかしい。 ・友だちに冷やかされる。 <p>異性への関心について4年生と5・6年生を比べてみよう。</p> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・思春期には、異性への関心も芽生えること。 ・個人によって早い遅いがあるものの、誰にでも起こる大人の体に近づく現象であること。 	<p>②○女子には初経、男子には精通が起こることを理解させる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○個人差について、初経や精通を経験した時期のデータ資料をもとに説明する。 ○起きる時期には個人差があるものの、誰にでも起こることを理解させる。 <p>①○手をつなぐことに躊躇している様子を見計らって、低学年の頃を想起させる発問をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○同じ行動でも低学年と現在の反応の違いを比較させその原因である心の変化について考えさせる。 ○思春期の変化は、体だけでなく、心も変化することを伝える。 <p>②○4年生と5・6年生のアンケート結果を比較し、その違いに気付かせる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○無視したりからかったりすること、親しくなりたいと思うようになることなどがあることを知らせる。 ○異性を意識するようになることも、大人に近づく変化であることを知らせる。 ○心の変化も体の変化と同様に、個人差があることを説明する。
<p>ま と め</p> <p>10 分</p>	<p>5 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・大人に近づくにつれて体の中はどのように変わっていくのかをまとめる。 <p>【本時の学習のキーワード】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・初経・精通・異性への関心・個人差 <ul style="list-style-type: none"> ・思春期には、初経、精通などが起こること、異性への関心も芽生えること、これらは個人によって早い遅いがあるものの、大人の体に近づく現象であることについて、確認する。  <p>6 学習した内容を活用し、将来の自分に向けてのメッセージを考える。</p> <p>今日学習したことをもとに、大人の体に近づいていく将来の自分にメッセージを送ろう。</p>	<p>①○学習カードに思春期に体の中に起こる変化について記入させる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>◆思春期には、初経、精通などが起こることや、異性への関心も芽生えること、これらは個人によって早い遅いがあるものの、大人の体に近づく現象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。 【知識・理解】</p> </div> <p>「努力を要する」状況(C)と判断された児童への手立て(支援)</p> <p>これまでの学習内容を学習カードや黒板の板書などで振り返らせ、課題解決にあたるようにさせる。</p> <p>②○学習カードに記入した内容を、全体で確認する。</p> <p>①○思春期の体の変化について、自分のこととして実感できるよう、本時の学習した内容をもとに、将来の自分に向けてのメッセージを考えさせ、学習カードに記入するよう伝える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○思いつかない児童には、学習カードや板書を確認させ、前向きな気持ちになるようなメッセージを考えさせる。 ○肯定的なメッセージが書けている何人かに発表させ内容を共有することで、自分を大切にす気持ちへつなげる。 ○質問したいことや不安や心配事があったら、いつでも相談してよいことを伝え、保健指導につなげていく。 ○次の時間の予告をする。

○板書計画

大人に近づくにつれて体の中は、どのように変わっていくのだろう
 声あてクイズ
 ①6才 ②8才 ③12才 ④11才 ⑤21才

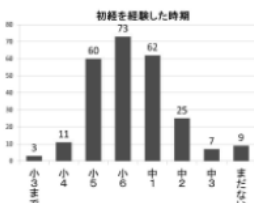
思春期



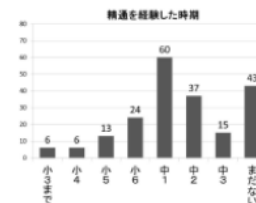
	いつから	どんなこと
初経 女子	○思春期に起きる ○個人差がある	○はじめて性器から血液がからだの外に出されること ○月に1回くらいおこる(月経)
精通 男子	○思春期におきる ○個人差がある	○はじめて性器から白い液が出されること ○ねている時に起こることもある

個人差

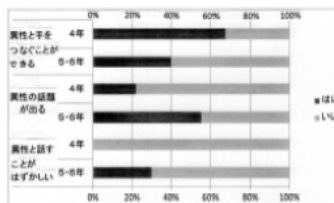
初経を経験した時期



精通を経験した時期




異性への関心



思春期に体の中で起こる変化では、女子に()、男子に()が起り、()も芽生える。これらは、()があるものの、だれにでも起こる()に近づく現象である。

大人の体に近づいていく
近い将来の自分自身にメッセージ!



○学習ノート

保健学習カード 4年1組 名前()

かだい 大人に近づくにつれて体の中はどのように変わっていくのだろう

1 声あてクイズをしよう。

①	②	③	④	⑤

2 体の中に起こる変化について考えよう。

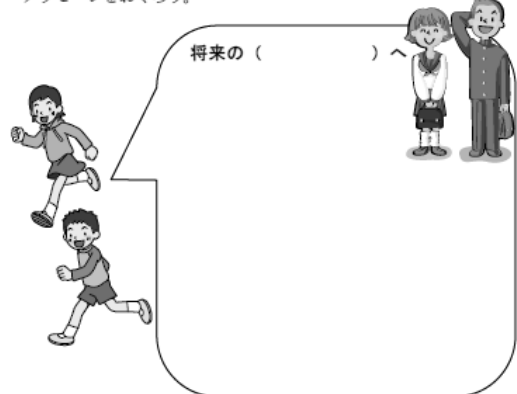
		いつから	どんなこと
初経	男子	○きつけよう ↓	
	女子		
に起こる現象		うげだし	うげだし
精通	男子	○きつけよう ↓	
	女子		
に起こる現象		うげだし	うげだし

3 あいているところに言葉を書きましょう。

思春期に体の中で起こる変化では、女子に()、男子に()が起り、()も芽生える。これらは、()があるものの、だれにでも起こる()に近づく現象である。

4 学習したことをもとに、近い将来、大人の体に近づいていく自分にメッセージをおくろう。

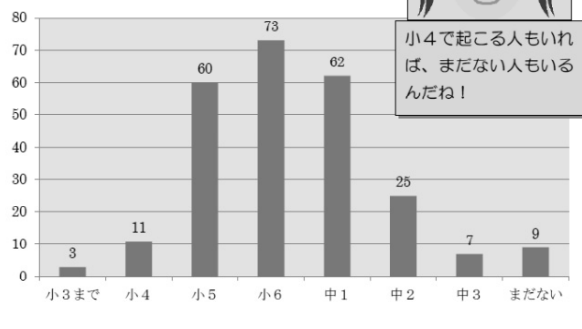
将来の()へ



体のひみつ 初経 いつからカード

初経など思春期に起きる女子の体の変化は、大人の体に近づくことで起こります。起こる時期は、下のグラフのように個人差がありますが、誰にでも起こることなので心配することはありません。気になることがあれば、家の人やたんじんの先生、保健室の先生などに相談してみましよう。

初経（250人中）



体のひみつ 初経 どんなことカード

女子は、性器から血液がからだの外に出されます。はじめてこのようなことが起こることを初経といいます。これが、月に1回くらい起こるようになります。



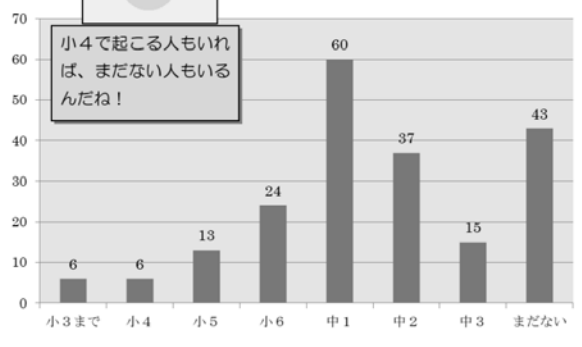
初経を知らないと・・・
「血が出ている。どこか、きずつけたのかな。」

初経などの変化は、大人の体に近づくことで起こります。誰にでも起こることなので心配することはありません。気になることがあれば、家の人やたんじんの先生、保健室の先生などに相談してみましよう。

体のひみつ 精通 いつからカード

精通など思春期に起きる男子の体の変化は、大人の体に近づくことで起こります。起こる時期は、下のグラフのように個人差がありますが、誰にでも起こることなので心配することはありません。気になることがあれば、家の人やたんじんの先生、保健室の先生などに相談してみましよう。

精通（204人中）



体のひみつ 精通 どんなことカード

男子は、性器から白い液が飛び出すことがあります。はじめてこのようなことが起こることを精通といいます。ねているときに起こることもあります。



精通を知らないと・・・
「おしっこをちびっちゃったのかな。」

精通などの変化は、大人の体に近づくことで起こります。誰にでも起こることなので心配することはありません。気になることがあれば、家の人やたんじんの先生、保健室の先生などに相談してみましよう。

(2) 中学校の事例

(1)

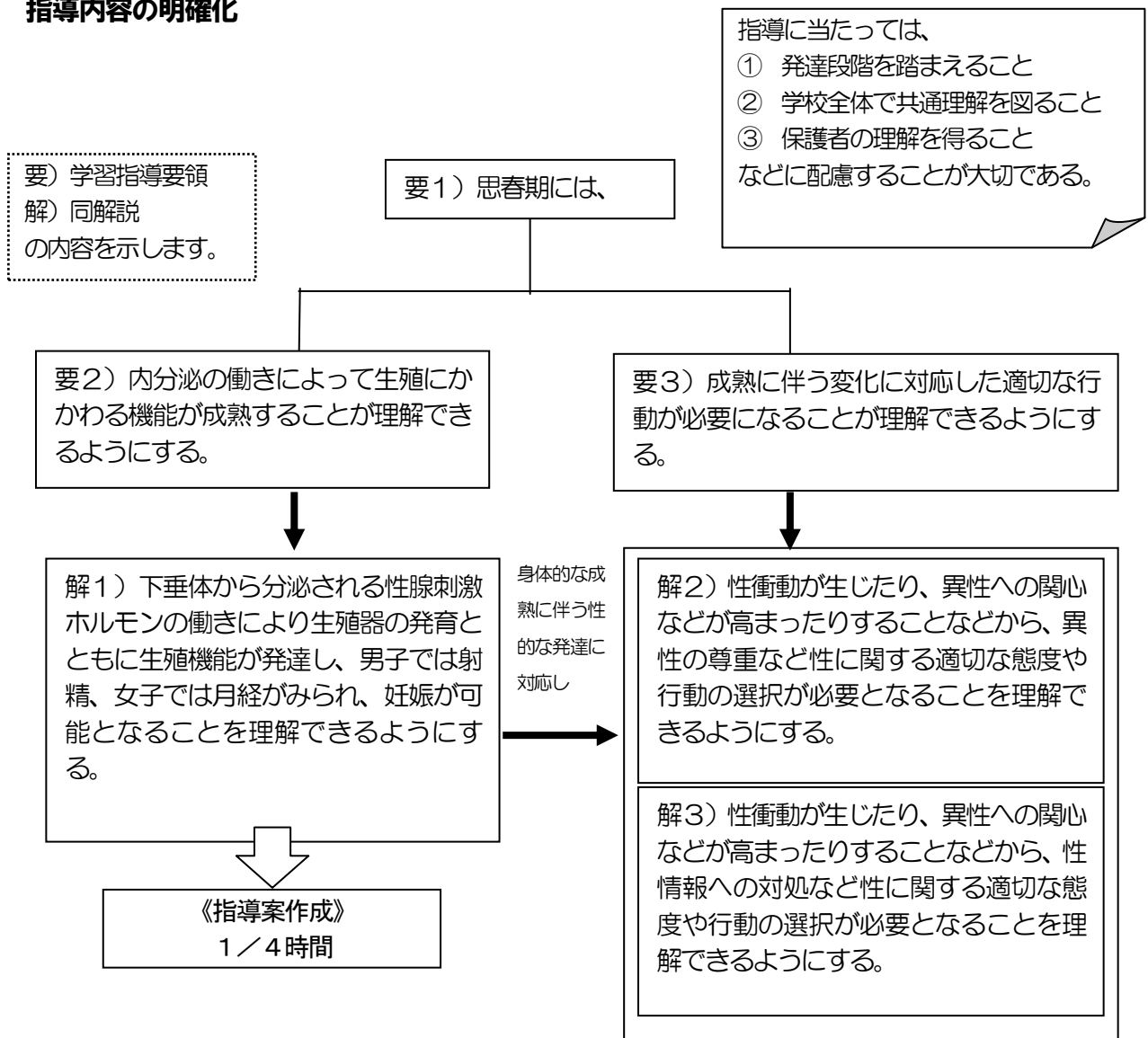
イ

生殖にかかわる機能の成熟

1 指導内容の系統性

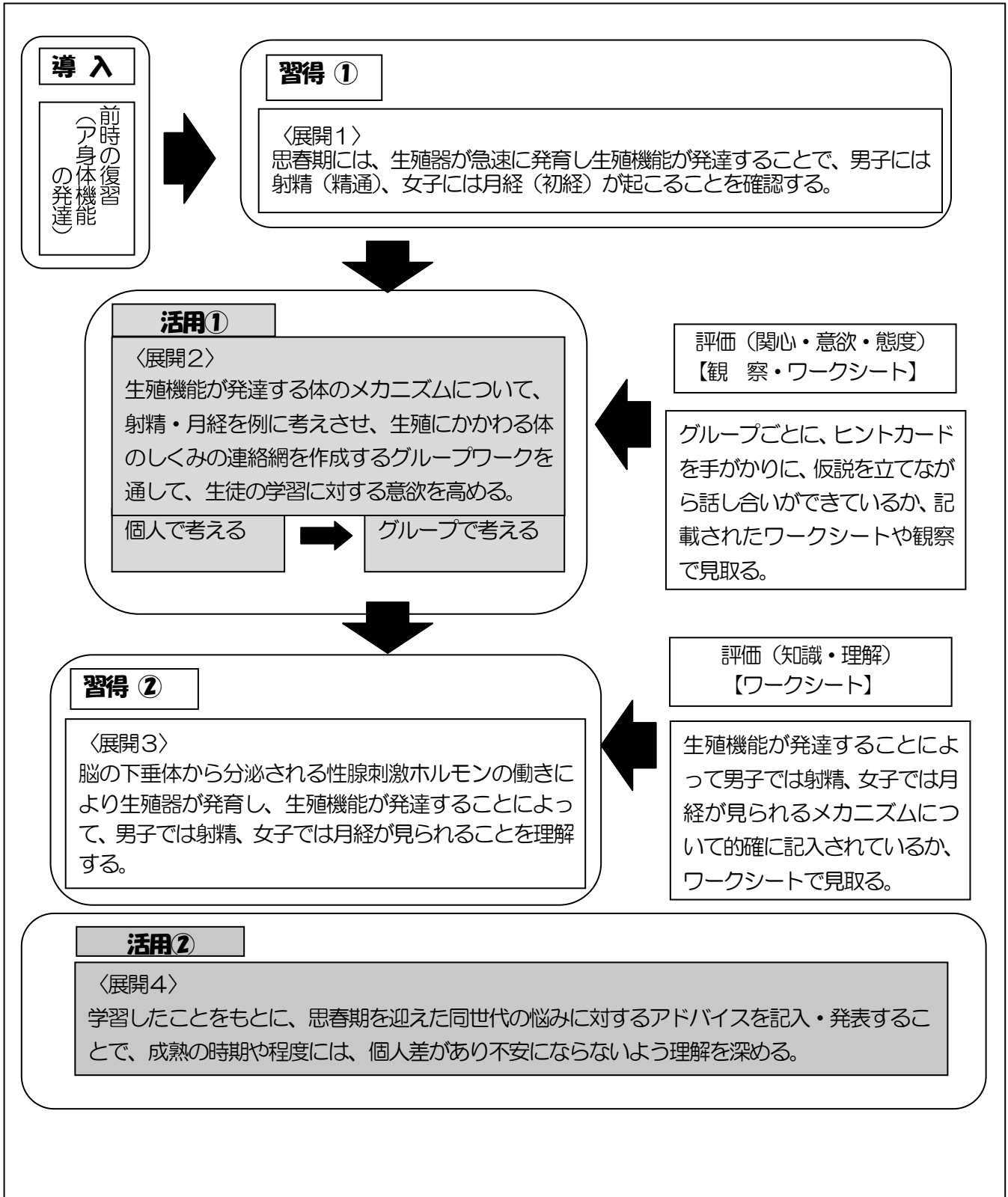
小学校では、体の発育・発達の一般的な現象や個人差、思春期の体つきの変化や初経、精通などを学習している。また、心も体と同様に発達し、心と体は相互に影響し合うことなどを学習している。

2 指導内容の明確化



3 知識を活用した学習活動（1／4）

第1時・2時は、思春期には下垂体から分泌される性腺刺激ホルモンの働きによって生殖器の発育とともに生殖機能が発達し、男子では射精、女子では月経が見られ、妊娠や出産が可能となるような成熟が始まることを学習する。それとともに、その成熟の時期や程度には人によって違いがあることを指導することで、個人差について不安にならないよう配慮する、とされている。本時では、知識を習得する場面が多く、ただ伝達するだけになりがちであることから、次のような手立てで理解を深めることとした。



保健体育科（保健分野）学習指導案

平成26年11月25日（水）第5校時 体育館
 第1学年1組 男子19名 女子18名
 吉川市立南中学校 教諭 齋藤 明

1 単元名 「心身の機能の発達と心の健康」 イ 生殖にかかわる機能の成熟

2 単元について

中学生期は、身体的な成熟にともなう生殖機能の発達に伴って性衝動が生じたり、自己の認識や異性への関心などが高まる時期である。また、体の変化が著しく個人差も大きいことから、その変化に戸惑い、不安や悩みを持つようになる時期でもある。

小単元「生殖にかかわる機能の成熟」は、自分の体や異性の体の変化を科学的に理解させることにより、自己の性への肯定観を高めさせるとともに、氾濫する性情報や性行動の誘惑に対しても、正しい判断に基づいた意思決定や行動の選択が必要であることを理解できるようにする単元である。

3 生徒の実態（省略）

4 教師の指導観

本単元の「性機能の成熟とそれにとまなう変化に対応した適切な行動が必要になることを理解する」のねらいへの手立てを①科学的に理解させる。②生徒がお互いに学び合うことで理解を深める。③学習の中から見えてくる生徒の意識の変容や要望を次の学習へつなげる。という三つの視点から考えた。まず、掲示資料、VTRなどの視聴覚教材やモデル教具の活用を通して、自分や異性の体の変化の意味を科学的に理解できるようにする。次に知識伝達だけにとどまらず、生徒が互いに学び合い、考えを深め合うための工夫として、グループ学習形態をとり、意見の交換が行われやすい環境を作る。その中で身近な性の問題についてグループディスカッションやケーススタディで話し合いをすることにより、自分の問題としてとらえ、正しい行動選択へとつなげていきたい。さらに、生徒の学びの過程でワークシートを作成・活用することで、生徒が自分の問題として考え、理解し、意識の変化を確認していくことができる。また、それを踏まえ、より生徒の興味・関心に基づいた授業の展開を図りたい。

5 単元の目標

(1) 心身の機能の発達と心の健康について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組むことができるようにする。

【関心・意欲・態度】

(2) 心身の機能の発達と心の健康について、課題の解決を目指して、科学的に考え、判断しそれらを表すことができるようにする。


【思考・判断】

(3) 心身の機能の発達と心の健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解することができるようにする。 【知識・理解】

6 評価規準

	単元の評価規準	学習活動に即した評価規準
関心・意欲・態度	心身の機能の発達と心の健康について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	① 生殖にかかわる機能の成熟について、健康に関する資料や教科書を見たり、自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習活動に進んで取り組もうとしている。 ② 生殖にかかわる機能の成熟について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。
思考・判断	心身の機能の発達と心の健康について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、科学的に考え、判断し、それらを表している。	① 生殖にかかわる機能の成熟について、健康に関する資料や教科書等で調べたことを基に、課題や解決の方法を見付けたり、選んだりするなどして、それらを説明している。 ② 生殖にかかわる機能の成熟について、学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見付けたりするなどして、道筋を立ててそれらを説明している。
知識・理解	心身の機能の発達と心の健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。	① 思春期には下垂体から分泌される性腺刺激ホルモンの働きによって生殖にかかわる機能が発達し、男子では射精、女子では月経が見られることについて、理解したことを言ったり、書き出したりしている。 ② 思春期には生殖にかかわる機能の成熟にとまない、妊娠が可能となることについて理解したことを言ったり、書き出したりしている。 ③ 生殖にかかわる機能の成熟に伴い、性衝動が生じたり、異性への関心が高まることから、異性を尊重した態度や行動の選択が必要であることについて理解したことを言ったり、書きだしたりしている。 ④ 性情報への対処など性に関する適切な態度や行動選択が必要になることについて理解したことを言ったり、書き出したりしている。

7 単元の指導と評価計画（全4時間） 本時はO印

時	学習内容・ねらい	関・意・態	思・判	知・理	評価方法
①	<p>「生殖にかかわる機能の発達」</p> <p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 生殖にかかわる機能の成熟について、課題の解決に向けて話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組むことができる。 思春期には下垂体から分泌される性腺刺激ホルモンの働きにより生殖にかかわる機能が発達し、男子では射精、女子では月経が見られることについて言ったり、書き出したりすることができる。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 前時の学習を振り返りながら、思春期にみられる体の特徴について意見を出し合う。 本時のねらいを知る。 思春期に生殖器が急速に発達することで、月経・射精が起こることを知る。 生殖にかかわる機能が発達することについて、射精・月経を例に秘密を解明する。 月経・射精の起こる仕組みについて理解する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> 思春期には、下垂体から分泌される性腺刺激ホルモンの働きにより生殖器の発育とともに生殖機能が発達し、男子では射精、女子では月経がみられること 発育・発達には個人差があること </div> <ol style="list-style-type: none"> 事例を基に、本時に学んだことを活かしてアドバイスを考える。 本時のまとめをする。 				 <p>①</p> <p>観察・ワークシート 観察・ワークシート</p>
2	<p>「受精と妊娠のしくみ」</p> <p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 生殖にかかわる機能の成熟について、健康に関する資料や教科書を見たり、自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組むことができる。 思春期には生殖にかかわる機能の成熟にともない、妊娠が可能となることについて言ったり、書き出したりすることができる。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 胎児の心音を聞き学習課題について考える。 受精・妊娠のしくみについて理解する。 妊娠や出産が可能となるような成熟が始まることを理解する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> 思春期には生殖にかかわる機能の成熟にともない、妊娠が可能となること </div> <ol style="list-style-type: none"> 本時のまとめをする。 		①		<p>観察・発言</p> <p>②</p> <p>ワークシート</p>
3	<p>「異性の尊重」</p> <p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 生殖にかかわる機能の成熟について、学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見付けたりするなどして、道筋を立ててそれらを説明することができる。 生殖にかかわる機能の成熟に伴い、性衝動が生じたり、異性への関心が高まることから、異性を尊重した態度や行動の選択が必要であることについて理解したことを言ったり、書き出したりすることができる。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 思春期の心身の変化について確認する。 男女の異性への気持ちの表し方の違いを考え、男女の性的な刺激に対してのとらえ方の違いを理解する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> 身体的な成熟に伴う性的な発達に対応し、性衝動が生じたり、異性への関心などが高まったりすること </div> <ol style="list-style-type: none"> 異性と上手に関わるために、どんなことについて考え、行動すれば良いかを考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> 身体的な成熟に伴う性的な発達に対応して、異性を尊重する態度や行動の選択が必要となること </div> <ol style="list-style-type: none"> 本時のまとめをする。 			③	<p>観察・発言</p> <p>②</p> <p>観察・ワークシート</p> <p>③</p> <p>観察・ワークシート</p>

4	<p>「性情報への対処と適切な態度や行動選択」</p> <p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生殖にかかわる機能の成熟について、健康に関する資料や教科書等で調べたことを基に、課題や解決の方法を見付けたり、選んだりするなどして、それらを説明することができる。 ・性情報への対処など性に関する適切な態度や行動選択が必要になることについて理解したことを言ったり、書き出したりすることができる。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 性情報の入手経路について知る。 2 正しい性情報の選択の必要性について理解する。 3 性情報への適切な対処など性に関する適切な態度や行動の選択について考える。 4 本時のまとめをする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・身体的な成熟に伴う性的な発達に対応して、性情報への適切な対処など性に関する適切な態度や行動の選択が必要となること </div>		①	④	<p>観察・広告分析シート</p> <p>観察・ワークシート</p>
---	---	--	---	---	------------------------------------

8 本時の学習と指導（1/4）

(1) ねらい

- ・生殖にかかわる機能の成熟について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組むことができる。 【関心・意欲・態度】
- ・思春期には、下垂体から分泌される性腺刺激ホルモンの働きにより、生殖にかかわる機能が発達し、男子では射精、女子では月経が見られることについて、言ったり、書き出したりすることができる。 【知識・理解】

(2) 資料および準備するもの

パソコン・プロジェクター・ホワイトボード・学習シート・ワークシート

(3) 展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点及び評価（指導○ 評価◆）		
導入 7分	<p>1 思春期に急速に发育する器官の特徴について、各器官の发育の仕方のモデル（スクヤモンによる）を用いて考える。</p> <div style="text-align: center;"> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・前時までの学習（器官の发育と機能の発達）について、確認する。 ・思春期に急速に发育する男女の体の特徴について発表する。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><予想される反応></p> <table border="0"> <tr> <td style="vertical-align: top;"> <p>男子</p> <ul style="list-style-type: none"> ・肩幅が広がる ・筋肉が発達する ・ひげが濃くなる ・性毛が生える ・射精が起こる </td> <td style="vertical-align: top;"> <p>女子</p> <ul style="list-style-type: none"> ・腰幅が広がる ・皮下脂肪が増える ・乳房が発達する ・性毛が生える ・月経が起こる </td> </tr> </table> </div>	<p>男子</p> <ul style="list-style-type: none"> ・肩幅が広がる ・筋肉が発達する ・ひげが濃くなる ・性毛が生える ・射精が起こる 	<p>女子</p> <ul style="list-style-type: none"> ・腰幅が広がる ・皮下脂肪が増える ・乳房が発達する ・性毛が生える ・月経が起こる 	<p>○前時までに、器官が急速に发育し、機能が発達する時期があること、特に機能の発達については呼吸器系、循環器系について学習してきたことを確認する。</p> <p>○思春期に急速に发育している器官には、呼吸器系、循環器系を含む一般的な器官の他に、生殖器があることをグラフから読み取らせる。</p> <p>○思春期における男女の体は、どのような変化が起こるのか確認する。</p> <div style="margin-top: 20px;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content;"> <p>二度の发育急進期がある一般型と思春期から急速に发育する生殖器型がある。生殖器が急速に发育するには、何か訳があるかも・・・。</p> </div> </div> <div style="text-align: right; margin-top: 20px;"> </div>
<p>男子</p> <ul style="list-style-type: none"> ・肩幅が広がる ・筋肉が発達する ・ひげが濃くなる ・性毛が生える ・射精が起こる 	<p>女子</p> <ul style="list-style-type: none"> ・腰幅が広がる ・皮下脂肪が増える ・乳房が発達する ・性毛が生える ・月経が起こる 			
	<p>2 本時のねらいについて知る。</p> <div style="border: 2px solid black; padding: 10px; margin-top: 10px; text-align: center;"> <p>・生殖にかかわる機能の発達について、その秘密を解明しよう。</p> </div>	<p>○本時は、生殖にかかわる機能の発達について、その秘密を解明することを伝える。</p>		

展開

36分

3 思春期に生殖器が急速に発達することで、女子では月経、男子では射精が起こることを知る。

Q1 思春期に生殖器が急速に発達することで、どのようなことが起こるだろうか。

・射精・月経は男女どちらに起こるのか。
 男子→射精が起こる。(精通が起こる)
 女子→月経が起こる。(初経が起こる)
 ・いつからおこるか。(思春期)
 ・何のために起こるのか。
 (新しい生命を作り出す)

○生殖とは新しい生命を作り出すことであることを確認する。
 ○生殖にかかわる機能の発達の一つに、月経と射精があることを確認する。
 ○射精と精通、月経と初経の用語の違いについて押さえる。
 ○グラフから、精通や初経の時期には、個人差があることを確認する。

4 生殖にかかわる機能が発達することについて、射精・月経を例に秘密を解明する。

○生殖にかかわる機能が発達する体のメカニズムを、射精・月経を例に考えさせる。

Q2 生殖にかかわる機能が発達することについて、どのような生殖にかかわる体の連絡網になっているのだろうか。

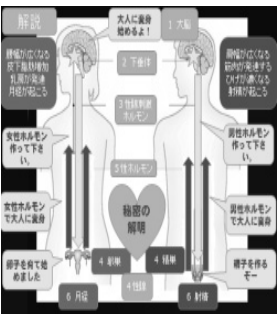
- ・個人で生殖にかかわる機能が発達するメカニズムについて考える。
- ・自分の考えをグループで意見交換する。
- ・各グループで、生殖にかかわる体の連絡網を完成させ、掲示する。
- ・グループでまとめたことを発表する。

- ワークシートの語群を参考にして、個人で考えさせる。
- 男女別の4人(3人)グループで意見交換させながら、生殖にかかわる体の連絡網を完成させる。
- ◆生殖にかかわる機能の成熟について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組むことができる。
 【関心・意欲・態度】(観察)

＜射精や月経が起こるメカニズム＞
 大脳→下垂体→性腺刺激ホルモン→生殖器の発育→生殖機能の発達
 男子→射精が起こる。
 女子→月経が起こる。(妊娠が可能)

「努力を要する」状況(C)と判断された生徒への手だて(支援)
 話し合いのできない生徒には、質問の意味やカードの見方などを中心に、個別に説明する。

5 生殖器の急速な発育には、性腺刺激ホルモンが関係していることを理解する。(秘密の解明)



- ・教師の説明を聞き、付け足しや修正をワークシートにまとめる。

○思春期には、脳の下垂体から性腺刺激ホルモンが活発に分泌され、その働きにより生殖器が発育し、月経や射精が起こることを図やパワーポイントを使って説明する。



- ◆思春期には、下垂体から分泌される性腺刺激ホルモンの働きにより生殖にかかわる機能が発達し、男子では射精、女子では月経が見られることについて理解したことを言ったり、書き出したりすることができる。
 【知識・理解】(ワークシート)

「努力を要する」状況(C)と判断された生徒への手だて(支援)
 記入できない生徒には、ワークシート、板書などを中心に振り返らせ、個別に説明する。

＜指導すべき内容①＞
 ・思春期には、脳の下垂体から分泌される性腺刺激ホルモンの働きにより生殖器が発育し、生殖機能が発達すること。

＜指導すべき内容②＞
 ・思春期には、生殖機能が発達し、男子では射精、女子では月経が見られること。
 ・発育・発達には個人差があること。

秘密が解明され、さまざまな体の各器官が関係して、思春期の体の変化が起こることがわかったね!



6 同世代の悩みに対するアドバイスを記入・発表することで、生殖にかかわる機能の成熟について理解を深める。

Q3 今日学んだことを活かし、悩んでいる友達にどんなアドバイスをしたらよいだろうか。

	<ul style="list-style-type: none"> ワークシートにまとめ、発表する。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p><予想される反応></p> <p>女子</p> <ul style="list-style-type: none"> 人それぞれ個人差があるから気にしない方がいいよ。 <p>男子</p> <ul style="list-style-type: none"> たぶん射精だからみんな経験することだし、病気じゃないよ。 </div>	<ul style="list-style-type: none"> ○女子の相談では、個人差があることに触れながらアドバイスができたか確認する。 ○男子の相談では、病気ではなく、精通（射精）であることを予想してアドバイスできたか確認する。 ○それぞれの発表を肯定的に捉えさせる。
<p>まとめ</p> <p>7分</p>	<p>7 本時の学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> 教師の話を書く <p>【本時の学習のキーワード】</p> <ul style="list-style-type: none"> 下垂体・性腺刺激ホルモン・月経・射精・個人差 <p>○思春期には、脳の下垂体から分泌される性腺刺激ホルモンの働きにより生殖器が発育し、生殖機能が発達すること。</p> <p>○思春期には、生殖機能が発達し、男子では射精、女子では月経が見られること。</p> <p>○発育・発達には個人差があること。</p> <p>・次時の予告を聞く。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○生殖機能の発達は、思春期の体つきや心の変化にも影響していることを伝える。 ○思春期のこれらの変化は、新しい生命をつくり出す大人の体に成長してきたことであること。また、体の変化が起こる時期は、個人差があることを確認し、まとめとする。

板書計画

<板書1>

呼吸・循環器系の発達の復習

呼吸器 肺	呼吸数減少、肺活量増大 毛細血管の増加
循環器 心臓	<ul style="list-style-type: none"> 収縮力の増加 脈拍の減少 毛細血管の増加

心筋梗塞の予防

持久的トレーニングが効果的

Q 思春期における男女の体はどのような変化が起こるのか。

<p>女子</p> <p>肩幅が広がる 皮下脂肪増加 乳房が発達</p>	<p>男子</p> <p>肩幅が広がる 筋肉が発達する ひげが濃くなる</p>
---	--

本時のねらい

生殖にかかわる機能的発達について、その秘密を解明しよう。

生殖とは → 新しい生命を作り出すこと

秘密の解明

女性ホルモン作って下さい、女性ホルモンで大人に姿身

男性ホルモン作って下さい、男性ホルモンで大人に姿身

卵子を育て始めました

精子を作るぞー

<板書2>

生殖にかかわる体の連絡網

9班	7班	5班	3班	1班
10班	8班	6班	4班	2班

1年 組 No. 氏名

1 思春期における男女の体の変化を挙げてみよう。

男子	
女子	

2 本時の課題

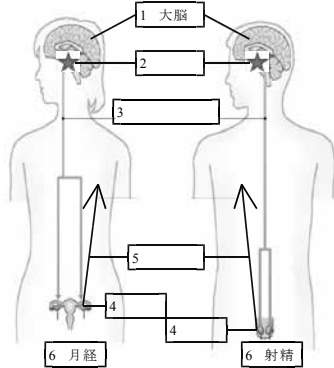
課題 生殖に関わる機能の発達について、その秘密を解明しよう！

生殖とは⇒ である。

3 生殖器の発達により、男女の体では何がみられるようになりますか！

男子		女子	
----	--	----	--

4 生殖に関わる体の連絡網を完成させよう！



①語群を参考に2～5の器官を記入する。
②個人の意見を出し合いながら、グループで連絡網を完成させる。

語群	解 説
胸 腺	免疫機能の中核的役割を担う
甲 状 腺	新陳代謝を調整するホルモンを出す
下 垂 体	様々なホルモンをコントロールする
脊 ず い	感覚・運動の刺激を伝達する
心 臓	血液を循環させる器官
肺	酸素を体内に取り込む呼吸をする器官
胃	食べ物を消化する器官
卵 巣	卵子を造り、女性ホルモンを分泌
精 巣	精子を造り、男性ホルモンを分泌
性ホルモ ン	二次性徴を発現させるホルモン
性腺刺激ホルモ ン	卵巣や精巣に働きかける

5 解明した秘密を文章にまとめてみよう！

思春期には、脳の（ ）から分泌される（ ）の働きにより、男子では（ ）、女子では（ ）が発育するとともに、生殖機能が発達し、男子では（ ）、女子では（ ）、がみられるようになる。また、発育・発達には（ ）がある。

6 先日、齋藤先生は、生徒から体のことで相談を受けました。あなたが代わりにアドバイスをするとしたら、どのように答えますか。今日学んだことを活かして答えましょう。

<女子生徒Y子さんより>
「先生、聞いて下さい。友達はみんな月経があるって言うんだけど、私はまだないの。」「私、みんなより背も高いし、誕生日も一番最初なのにどうしてまだ来ないんですか。」

<あなたのアドバイス>

<男子生徒Mくんより>
「先生、今日の朝起きたら、パンツに何か白いものがべっとりついていましたよ。」「おしっこじゃないみたいだし、変な病気だったら俺どうしよう。」

<あなたのアドバイス>

(3) 高等学校の事例

(2)

ア

生涯の各段階における健康

1 指導内容の系統性

中学校では、「心身の機能の発達と心の健康」において、年齢に伴って身体の各器官が発育し、機能が発達することを呼吸器、循環器を中心に取り上げるとともに、発育・発達の時期や程度には個人差があること、また、思春期は、身体的には生殖にかかわる機能が成熟し、精神的には自己形成の時期であることなどを学習している。

2 指導内容の明確化

要) 学習指導要領
解) 同解説
の内容を示します。

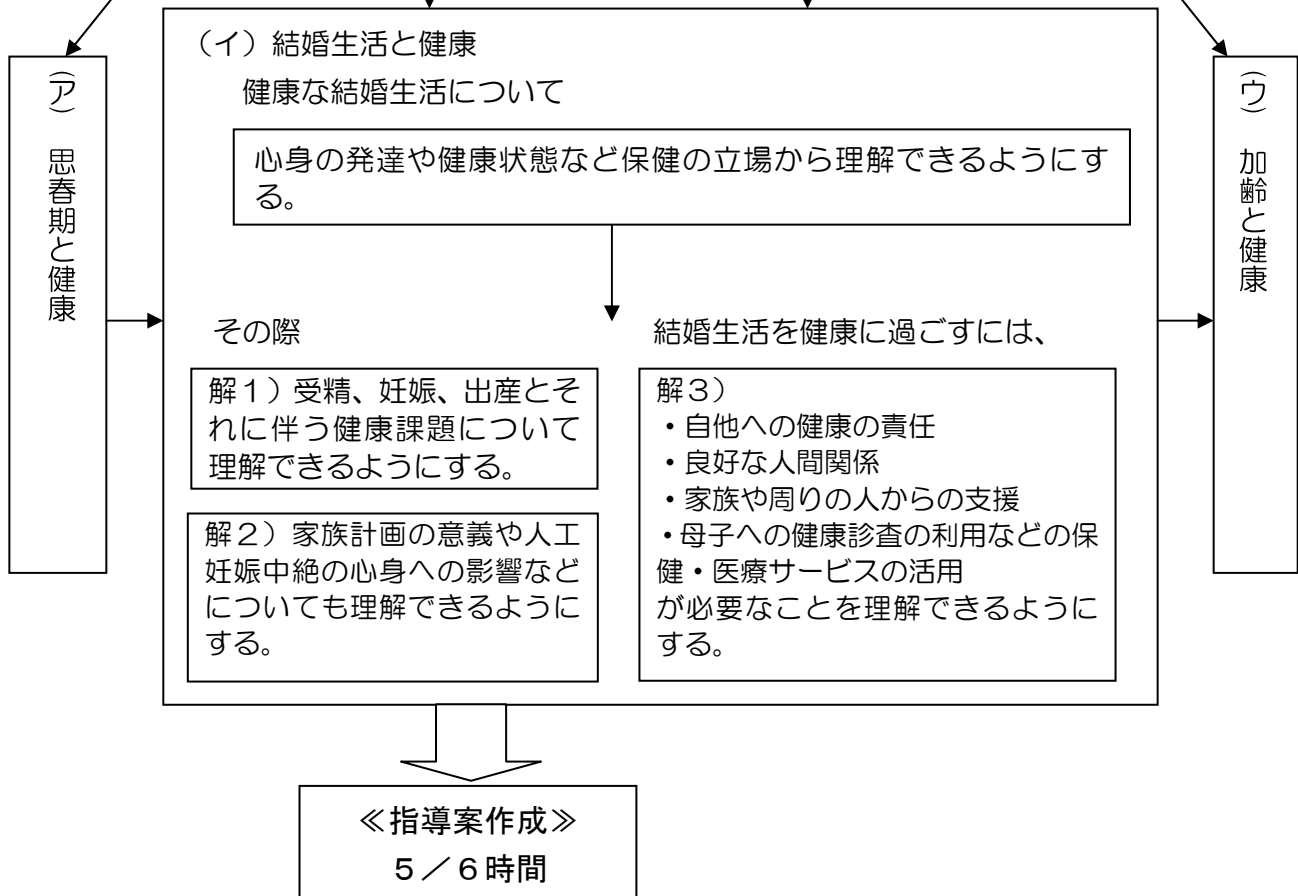
要1) 生涯の各段階において健康についての課題があり、

指導に当たっては、
①発達の段階を踏まえること
②学校全体で共通理解を図ること
③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。

要2) 自ら適切に対応する必要があることが重要であることについて理解できるようにする。

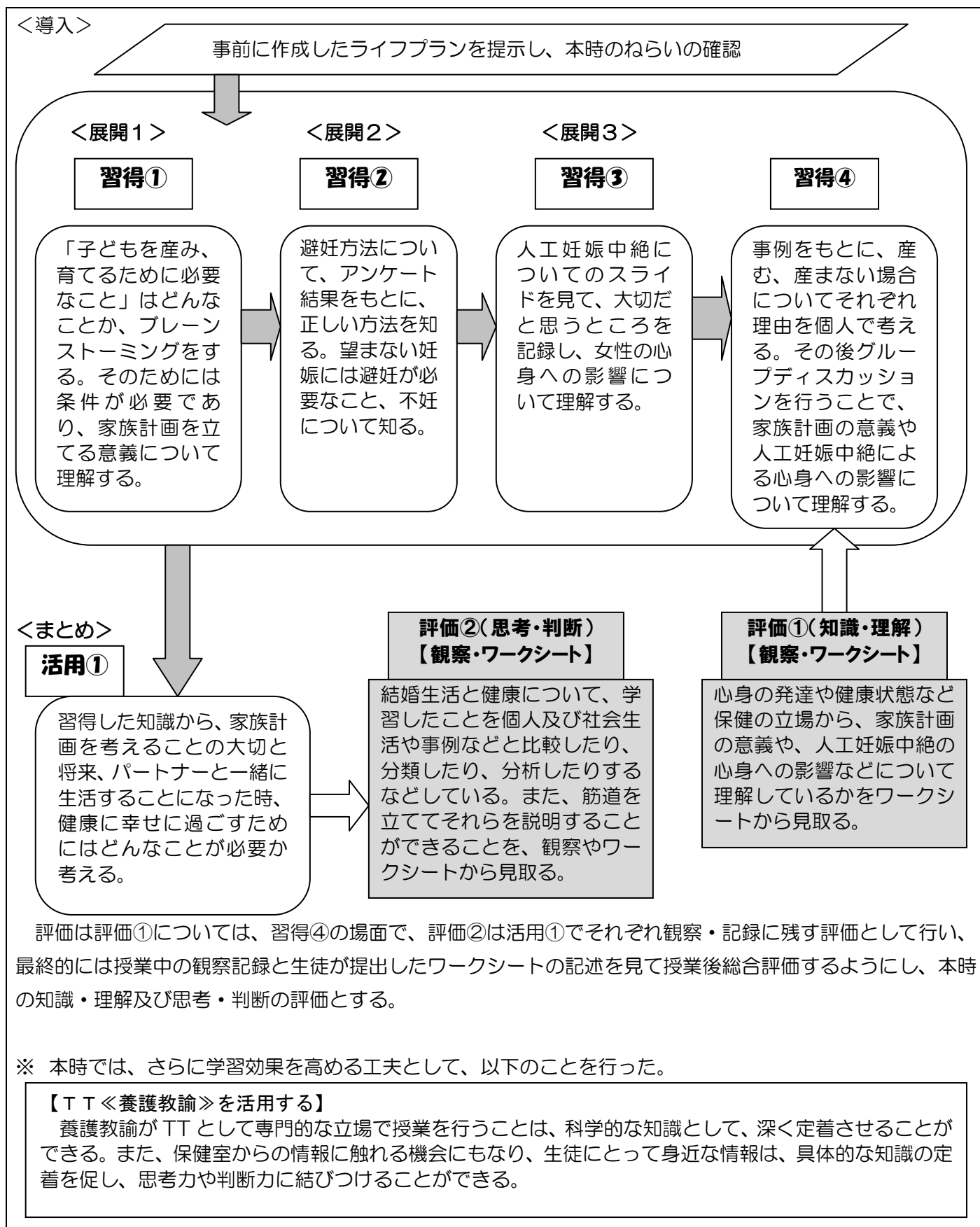
要3) 我が国の保健。医療制度や機関を適切に活用することが重要であることについて理解できるようにする。

要4) 生涯にわたって健康を保持増進するには、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かかわっていることが理解できるようにする。



3 知識を活用した学習活動（5／6時間目）

本時の前に自分のライフプランを考えさせ、アンケートを実施することで、生徒が望むライフプランや知識を事前に把握した。そのうえで総合的な知識・理解や思考力・判断力等の育成を促進するために、ブレーストーミングで、多くの言葉を発する機会をつくり、その後個人で思考させ、その意見をもとにグループディスカッション、最後に個人でまとめさせるよう学習活動の工夫を行った。



保健体育科（科目保健）学習指導案

平成26年11月11日（火） 第5時限 電気科映像研究室
 第2学年G組 男子35名 女子1名
 埼玉県立川越工業高等学校 全日制 教諭 内田 明人
 養護教諭 本庄 朋香

1 単元名 「生涯を通じる健康」 ア 生涯の各段階における健康

2 単元について

生涯の各段階において健康についての課題があり、自らこれに適切に対応する必要があることの重要性が理解できるようにする。また、生涯にわたって健康を保持増進するには、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かかわっていることが理解できるようにする単元である。

3 生徒の実態

指示されたことに対して、真面目に取り組む生徒が多く、雰囲気がよく学習に対して意欲的である。しかし、おとなしい生徒が多いため、人前で積極的に発表したり、挙手して発言したりすることに苦手意識をもっている。このような生徒たちに、「家族計画と人工妊娠中絶」という内容をいかに興味、関心を持たせ、自分の将来に深く関わってくるという事を理解させるかが課題となっている。自分のライフプランを考え、計画的に妊娠・出産をし、望まない時には避妊をするということを理解させたい。こちらの一方通行にならず、生徒たちとキャッチボールをしながら取り組みませたい。

4 教師の指導観

高校生期は、体の発育・発達、個人差や男女差はあるものの、高校生の後期には、ほぼ成人と変わらなくなる。性機能も充実して、心理的な発達も著しくなる。自分の生き方や社会とのかかわりについて真剣に考え始めるのもこの時期であり、自分を知り、自ら主体的な判断や行動ができるようになることが重要である。

このようなことから、適切な意志決定・行動選択ができる資質・能力を身に付けさせることをねらいとして、事例を提示してグループで話し合ったり、習得した知識を活用しながら、より良い方法を考えたりすることで、思考力・判断力等を育成させていきたい。

なかでも、家族計画の意義について、自分のライフプランを基に、計画的な妊娠・出産をし、望まない時には避妊をするということ、出産には適した時期があることを理解させることで、正しい知識と判断力を持って、自分の人生を大切に生きて行こうとする気持ちを持たせたいと考える。また、パートナーとの良い関係をつくり、話し合える雰囲気をつくることが重要であることにも触れていきたい。

本時は、養護教諭とTTで授業を行う。心や体の悩みについて相談しやすい立場であり、生徒の体の変化や成長の様子を把握できる立場でもある養護教諭と一緒に保健学習を行うことで、より、学習への興味・関心を高め、科学的な知識として深く定着させるとともに、生徒の実態に合わせた保健指導や個別指導につなげていけると考える。

5 単元の目標

- (1) 生涯の各段階における健康課題への自らの適切な対応及び我が国の保健・医療制度や機関の適切な活用が重要であることに関心を持ち、意欲的に学習に取り組むことができるようにする。 【関心・意欲・態度】
- (2) 生涯の各段階における健康課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、総合的に考え、判断し、それらを表すことができるようにする。 【思考・判断】
- (3) 生涯の各段階における健康課題の解決に役立つ自らの適切な対応及び我が国の保健・医療制度や機関の適切な活用のための基礎的な事項を理解することができるようにする。 【知識・理解】

6 評価規準

	単元の評価規準	学習活動に即した評価規準
関心・意欲・態度	<ul style="list-style-type: none"> ・思春期と健康、結婚生活と健康について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 ・加齢と健康について、資料を探したり、見たり、読んだりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①思春期と健康について、課題の解決に向けての話し合いをしたり、意見交換をしたりなど、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 ②結婚生活と健康について、課題の解決に向けての話し合いをしたり、意見交換をしたりなど、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。 ③加齢と健康について、加齢に伴う心身の変化などについて、資料や教科書などを探したり、見たり、読んだり、自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。

<p>思考・判断</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 思春期と健康、結婚生活と健康について、学習したことを個人及び社会生活や事例などと比較したり、分類したり、分析したりするなどしている。また、筋道を立ててそれらを説明している。 • 加齢と健康について、資料等で調べたことを基に課題を見付けたり、整理したりするなどして、それらを説明している。 	<ol style="list-style-type: none"> ①思春期と健康について、学習したことを個人及び社会生活や事例などと比較したり、分類したり、分析したりするなどしている。また、筋道を立ててそれらを説明している。 ②結婚生活と健康について、学習したことを個人及び社会生活や事例などと比較したり、分類したり、分析したりするなどしている。また、筋道を立ててそれらを説明している。 ③加齢と健康について、資料等で調べたことを基に、課題を見付け、課題を解決する方法を整理したり、選んだりするなどして、それらを説明している。
<p>知識・理解</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 生涯にわたって健康を保持増進するには、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について、理解したことを発言したり、記述したりしている。 	<ol style="list-style-type: none"> ①思春期の性的成熟に伴い心理面、行動面が変化することについて理解したことを発言したり、記述したりしている。 ②思春期における心身の変化に対応して、自分の行動への責任感や異性を尊重する態度及び性に関する情報への適切な対処が必要であることについて理解したことを発言したり、記述したりしている。 ③心身の発達や健康状態など保健の立場から、結婚生活を健康に過ごすための留意点について理解したことを発言したり、記述したりしている。 ④心身の発達や健康状態など保健の立場から、受精から妊娠、出産までの過程やそれに伴う健康問題について具体的を挙げたり、妊娠期に必要な健康管理や支援について理解したことを発言したり、記述したりしている。 ⑤心身の発達や健康状態など保健の立場から、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理解したことを発言したり、記述したりしている。 ⑥中高年期における健康の課題や自己管理の重要性、保健・医療制度や機関の活用について理解したことを発言したり、記述したりしている。

7 単元の指導と評価計画（全6時間） 本時は○印

時	学習内容・ねらい	関	思	知	評価方法
1	<p>(ア) 思春期と健康 「思春期と健康」</p> <p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・思春期と健康について、課題の解決に向けての話し合いをしたり、意見交換をしたりなど、学習活動に意欲的に取り組むことができる。 ・思春期の性的成熟に伴い心理面、行動面が変化することについて理解したことを発言したり、記述したりすることができる。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 思春期の男女に起こる特徴について考える。 2 本時のねらいについて確認する。 3 思春期の女性が無理なダイエットが及ぼす身体への影響について考える。 4 思春期ならではの心理的特徴について考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・思春期における心身の発達や健康課題について特に性的成熟に伴い、心理面、行動面が変化すること </div> <ol style="list-style-type: none"> 5 取り返しのつかない失敗を防ぐためには、自分の状態を理解したうえで行動を選択していくことが重要であることについて知る。 6 本時のまとめをする。 	①			<p>観察・発表</p> <p>① ワークシート</p>
2	<p>(ア) 思春期と健康 「性意識と性行動の選択」</p> <p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・思春期と健康について、学習したことを個人及び社会生活や事例などと比較したり、分類したり、分析したりするなどしている。また、筋道を立ててそれらを説明することができる。 ・思春期における心身の変化に対応して、自分の行動への責任感や異性を尊重する態度及び性に関する情報への適切な対処が必要であることについて理解したことを発言したり、記述したりすることができる。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 「男女差」にはどのような差を思い浮かべることができるか考える。 2 本時のねらいについて確認する。 3 高校生の時期の性的欲求には男女間で、どのような違いがあるか考える。 4 「セクハラ」と考えることにはどのようなことがあるか考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・思春期における心身の変化に対応して、自分の行動への責任感や異性を尊重する態度が必要であること </div> <ol style="list-style-type: none"> 5 高校生が得やすい性情報のなかには、誤ったものや単に興味をそそるだけのものがあることについて知る。 6 周囲の情報に影響された性行動（事例）について考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・性に関する情報への適切な対処が必要であること </div> <ol style="list-style-type: none"> 7 本時のまとめをする。 		①		<p>観察・ワークシート</p> <p>② ワークシート</p>
3	<p>(イ) 結婚生活と健康 「結婚生活と健康」</p> <p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・結婚生活と健康について、課題の解決に向けての話し合いをしたり、意見交換をしたりなど、学習活動に意見に取り組もうとすることができる。 ・心身の発達や健康状態など保健の立場から、結婚生活を健康に過ごすための留意点について理解したことを発言したり、記述したりしている。 <p>II 学習指導</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 「結婚に必要な条件」について考える。 2 本時のねらいについて確認する。 3 健康な結婚生活と自己のライフスタイルについて考える。 4 妊娠、出産と健康で幸せな結婚生活について考える。 5 結婚生活を健康で幸せに過ごすには、何が必要か考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・結婚生活を健康に過ごすには、自他の健康への責任、良好な人間関係、家族や周りの人からの支援、母子への健康診査の利用などの保健・医療サービスの活用が必要なこと </div> <ol style="list-style-type: none"> 6 本時のまとめをする。 	②			<p>観察・ワークシート</p> <p>③ ワークシート</p>
4	<p>(イ) 結婚生活と健康 「妊娠・出産と健康」</p> <p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・結婚生活と健康について、学習したことを個人及び社会生活や事例などと比較したり、分類したり、分析したりするなどしている。また、筋道を立ててそれらを説明することができる。 ・心身の発達や健康状態などの保健の立場から、受精から妊娠、出産までの過程やそれに 				

	<p>伴う健康問題について具体的に挙げたり、妊娠期に必要な健康管理や支援について理解したことを発言したり、記述したりすることができる。</p> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 本時のねらいについて理解する。 2 妊娠したということはどのようにわかるか考える。 3 受精、妊娠、出産までの過程を知る。 4 妊娠によって生じる母体の変化について知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・受精、妊娠、出産 </div> <ol style="list-style-type: none"> 5 妊娠中の健康管理について考える。 6 妊婦に対する配慮すべきことについて考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・受精、妊娠、出産に伴う健康課題があること </div> <ol style="list-style-type: none"> 7 本時のまとめをする。 		②		観察・ワークシート
⑤	<p>(イ) 結婚生活と健康 「家族計画と人工妊娠中絶」</p> <p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・結婚生活と健康について、学習したことを個人及び社会生活や事例などと比較したり、分類したり、分析したりするなどしている。また、筋道を立ててそれらを説明することができる。 ・心身の発達や健康状態など保健の立場から、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理解したことを発言したり、記述したりすることができる。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 前時までの復習をする。 2 本時のねらいについて確認する。 3 家族計画の意義について考える。 <ul style="list-style-type: none"> ・子どもを産み、育てるために必要な条件について考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・家族計画には意義があること </div> <ol style="list-style-type: none"> 4 様々な避妊方法について知る。 5 不妊について知る。 6 事例をもとに、人工妊娠中絶について考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・人工妊娠中絶の心身への影響があること </div> <ol style="list-style-type: none"> 7 本時のまとめをする。 		②	⑤	観察・ワークシート 観察・ワークシート
6	<p>(ウ) 加齢と健康 「加齢と健康」</p> <p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・加齢と健康について、加齢に伴う心身の変化などについて、資料や教科書などを探したり、見たり、読んだり、自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組むことができる。 ・加齢と健康について、資料等で調べたことを基に、課題を見付け、課題を解決する方法を整理したり、選んだりするなどして、それらを説明することができる。 ・中高年期における健康の課題や自己管理の重要性、保健・医療制度や機関の活用について理解したことを発言したり、記述したりすることができる。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 中高年の人たちが健康面で不安に思っていることを考える。 2 本時のねらいについて確認する。 3 加齢に伴って中高年に起こる心身の衰え（老化現象）について考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・加齢に伴う心身の変化について、形態面及び機能面からあること </div> <ol style="list-style-type: none"> 4 今の生活習慣を続けていると、中高年期になった時に不健康になるだろうと思われることはどんなことか。 5 若い頃からの生活習慣の蓄積が中高年の健康に大きく影響を及ぼすことを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・中高年期を健康に過ごすためには、若い時から自己管理をすること、生きがいをもつこと、家族や親しい友人と良好な関係を保つこと、地域と交流を持つことなどが重要であること </div> <ol style="list-style-type: none"> 6 高齢社会に到来に応じて、健やかな老後の生活をするための施策提言を考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・高齢社会の到来に応じて、保健・医療・福祉の連携と総合的な対策が必要であること </div> <ol style="list-style-type: none"> 7 本時のまとめをする。 	②		③	観察・発表 観察・ワークシート テスト

8 本時の学習と指導（5/6）

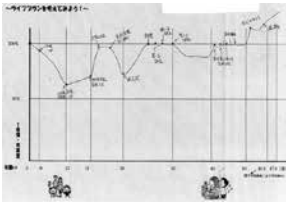


（1）ねらい


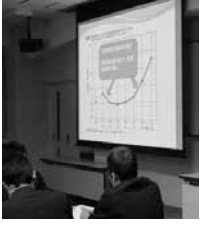
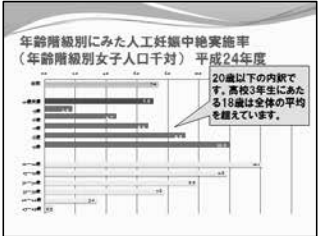

- ・結婚生活と健康について、学習したことを個人及び社会生活や事例などと比較したり、分類したり、分析したりするなどしている。また、筋道を立ててそれらを説明することができる。 【思考・判断】
- ・心身の発達や健康状態など保健の立場から、家族計画の意義や、人工妊娠中絶の心身への影響などについて理解したことを発言したり、記述したりすることができる。 【知識・理解】

（2）資料及び準備するもの

- ・ワークシート（2種類） ・プレゼンテーションソフト ・プロジェクター ・掲示資料

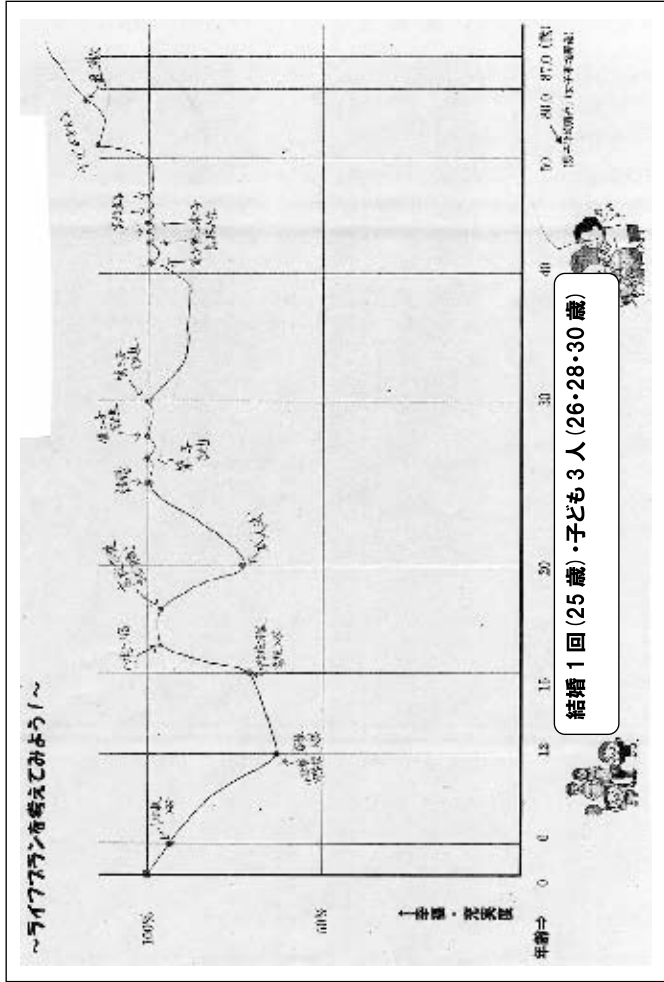
（3）展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点（○T1 ●T2 ◆評価規準）
導入 5分	<p>1 事前に作成した「ライフプラン」をもとに、様々なライフプランが考えられることを確認する。</p>  <p>2 本時のねらいについて確認する。</p>	<p>○事前に各自が作成したライフプランのいくつかを紹介し、様々なライフプランがあり、それぞれ考え方が違うことを紹介することで、学習への意欲を高める。</p> <p>○家族計画と人工妊娠中絶について理解し、その重要性や心身への影響について、話し合ったり、意見を交換したりしながらどのような考えをもって行動・選択していくことがよいかを考える学習であることを伝える。</p>
	<p>3 家族計画の意義を考える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>Q 「子どもを産み、育てるために必要なこと」はどんなことだろうか？</p> </div> <p>(1) ブレインストーミングを行う。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①各自がワークシートに記入する。 ②「司会」「発表」「記録」係を決め、グループでの意見をまとめ、短冊に記入する。 ③各班ごとに発表する。 <p>(2) 家族計画について知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家族計画には意義があること </div>	<p>○「子どもを産み、育てる」ために、自分とパートナーにはどのような視点、環境が必要であるかを考えることを伝える。</p> <p>○はじめに、各自が1分間でワークシートに記述させ、その後グループで話し合うことを伝える。（事前に確認・ワークシート）</p> <p>○ブレインストーミングの約束ごと（批判禁止、便乗歓迎、自由奔放、質より量）について確認する。（6人で6班に分かれる）</p> <p>●出された意見を「社会的(仕事・経済)」「精神的」「健康」「その他」の視点にまとめさせる。</p> <p>●自分のライフプランに合わせて、子どもの人数や産む時期、間隔を考えることが、家族計画であることを理解させる。</p>
展開1 12分	<p>【予想される反応】</p> <p><社会的(仕事・経済)></p> <ul style="list-style-type: none"> ・金 ・幼稚園、保育園 ・安定した職業 ・育児休暇 ・家 ・時間 ・衣食住 <p><精神的></p> <ul style="list-style-type: none"> ・メンタル ・お互いの考えを尊重する ・愛情 ・親戚、家族等、周りの支援 ・親になる責任感 ・子どもが欲しいという気持ち <p><健康></p> <ul style="list-style-type: none"> ・母体の健康状態 ・医療サービス ・栄養管理 ・体力 <p><その他></p> <ul style="list-style-type: none"> ・男 ・子どもの成育環境 ・女 ・知識 	<p>●「子どもを産み育てる条件」がそろえば、「出産」の準備ができることを確認する。</p>  

<p>展開2 8分</p>	<p>4 避妊法について知る。</p> <p>Q 妊娠を望まない場合、次の避妊方法は避妊ができるかどうか、考えてみよう。</p>  <p>5 不妊について知る。</p> 	<p>○どれが正しい避妊方法なのか、それぞれの設問に挙手することを伝える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 答え合わせをしながら、避妊法について説明をしていく。 ● 避妊法のアンケート結果を掲示し、間違った認識をしているものについて、正しい知識を確認する。 ● 100%の避妊法はないことを知らせる。 ● 緊急避妊法（モーニングアフターピル）については触れる程度とする。 <p>● 出産には適した時期があること（卵子・精子の老化）、望んでいても妊娠しないこともあるなど、その原因は女性だけでなく男性にもあること、不妊治療について図を提示しながら説明する。</p>
<p>展開3 18分</p>	<p>6 人工妊娠中絶について、考える。</p> <p>(1) 人工妊娠中絶の心身への影響を理解する。</p> <p>指導すべき内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 人工妊娠中絶には、心身への影響があること <p>○人工妊娠中絶とは ○人工妊娠中絶の条件（母体保護法） ○人工妊娠中絶の実施率⇒高校生世代の中絶が全体の割合を超える。 ○望まない妊娠と予定外の妊娠 ○人工妊娠中絶の心身への影響</p> <p>(2) 事例をもとに、人工妊娠中絶について考える。</p> <p>Q 現在、つきあっている24歳の彼女が妊娠2ヶ月であることがわかりました。「産む」「産まない」それぞれの理由を考えましょう。また、グループごとに「産む」「産まない」のそれぞれメリット、デメリットを考えてみましょう。</p> <p>①各自がワークシートに記入する。</p> <p>②自分の考えをもとに、グループごとに「産む」「産まない」のそれぞれメリット、デメリットについて意見交換し、どのように考えたか理解を深めさせる。(ワークシート・グループワーク)</p> <p>③まとめた意見を発表する。</p> <p>【予想される反応】 ＜産む：メリット＞ ・ 子どもが好きだからうれしい ・ 子供のためにますます仕事を頑張れる ・ 命を無駄にしない ・ 家族が増える ・ 若いうちに子育てできる ・ 親を悲しませたくない ・ これを機会に結婚する ＜産む：デメリット＞ ・ 将来の夢をあきらめる ・ お金がかかる</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● スライドを使い、人工妊娠中絶についての知識を習得させる。大切だと思ったことはワークシートにメモさせる。 ● 人工妊娠中絶した女性の気持ちに触れ、人工妊娠中絶は女性にとって身体的、精神的に大きな負担があることを理解させる。   <p>○各自が1分間で産む（育てられる）、産まない（育てられない）の両方について、なぜそう考えたのか、理由も考えることを伝える。</p> <p>○グループごとに意見交換し、それぞれどのように考えたのか理解を深めさせる。 (ワークシート・グループワーク)</p> <p>◆ 心身の発達や健康状態など保健の立場から、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理解したことを発言したり、書き出したりできる。【知識・理解】</p> <p>「努力を要する」状況(C)と判断された生徒への手立て</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 机間指導の中で、なぜそう考えたのか、板書を見てヒントを得て理由が書けるよう個別指導する。 <p>● 全部の班に発表させ、考えを深めさせる。</p> <p>○出された意見を板書する。</p> <p>○どちらが正しいのではなく、自分の考えを持つことが大切であることを伝え、家族計画の大切さにつなげていく。</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ・親になる準備ができていない ・子育てする自信がない ・友達と遊べない ・自由になる時間がなくなる ・仕事を休まなければならない <p><産まない：メリット></p> <ul style="list-style-type: none"> ・親を悲しませたくない ・将来の夢を追いかけることができる ・時間を自由に使える <p><産まない：デメリット></p> <ul style="list-style-type: none"> ・中絶で体と心が傷ついてしまう ・相手に対して信頼関係が失われる ・中絶の罪悪感がつきまとう ・親との関係が悪くなる ・次回妊娠できるか不安 	
<p>まとめ 7分</p>	<p>7 本時のまとめをする。</p> <p>(1) ワークシートに今日学習したことをふまえて、まとめる。</p> <p>(2) まとめたものを発表する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【予想される反応】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分のライフプランを見直し、家族計画を立てることは大切だということがわかった。 ・女性の心と体を傷つけないために計画をしっかりとてようと思う。 ・望まないのであれば、しっかり避妊をする必要がある。 ・パートナーと何でも話し合える関係を築くことが大切だと思う。 </div> <p>(3) 教師のまとめの話を聞く。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>すべての子は望まれて生まれてくる子でありたい</p> <p>将来的な展望、家族計画を立てることは、経済的、健康的にも意義がある。</p> </div>	<p>○本時の学習と自分のライフプランを振り返り、家族計画を立てることの大切さと、健康に幸せに過ごすために必要なことについてまとめさせる。</p> <p>◆結婚生活と健康について、学習したことを個人及び社会生活や事例などと比較したり、分類したり、分析したりするなどしている。また、筋道を立ててそれらを説明することができるようにする。【思考・判断】</p> <div style="border: 2px solid black; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p>「努力を要する」状況（○）と判断された生徒への手立て</p> <ul style="list-style-type: none"> ・机間指導の中で、ワークシートを振り返りながら将来を見通す視野に立って個別指導する。 </div> <p>●将来的な展望、家族計画を立てることは、経済的、健康的にも意義がある。パートナーができてからは、二人でよく話し合うことが大切であることを確認する。</p> <p>○望ましい妊娠には、避妊は必要なこと。すべての子は望まれて生まれてくる子でありたい願いを伝える。</p> <p>○学習後、質問したいこと、不安や悩みは相談してよいことを伝え、保健指導、個別指導につなげる。</p>

ワークシート「家族計画と人工妊娠中絶」



自分の将来を考える～家族計画について考えよう～

ステップ1 「子どもを産み、育てるために必要なこと」はどんなことだろうか？
 会社()発表()記録()

【メモ】

- ・批判禁止
- ・便乗歓迎

短冊にどんどん書こう！

家族計画の定義

家族計画とは、

ステップ2 避妊法について知る

【メモ】

ステップ3 人工妊娠中絶について、考える

(1) 人工妊娠中絶のスライドを見て大切だと思うところはメモしてみよう。

【メモ】

(2) 24歳の彼女が妊娠2ヶ月であるということが分かりました。「産む(育てられる)」「産まない(育てられない)」それぞれの理由を考えてみよう。

【産む(育てられる)理由】 【産まない(育てられない)理由】

(3) 自分の考えをもとに、グループで「産む」「産まない」それぞれのメリット、デメリットを考えてみよう。

メリット 【産む(育てられる)】 デメリット

メリット 【産まない(育てられない)】 デメリット

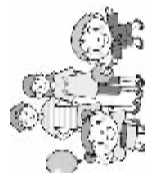
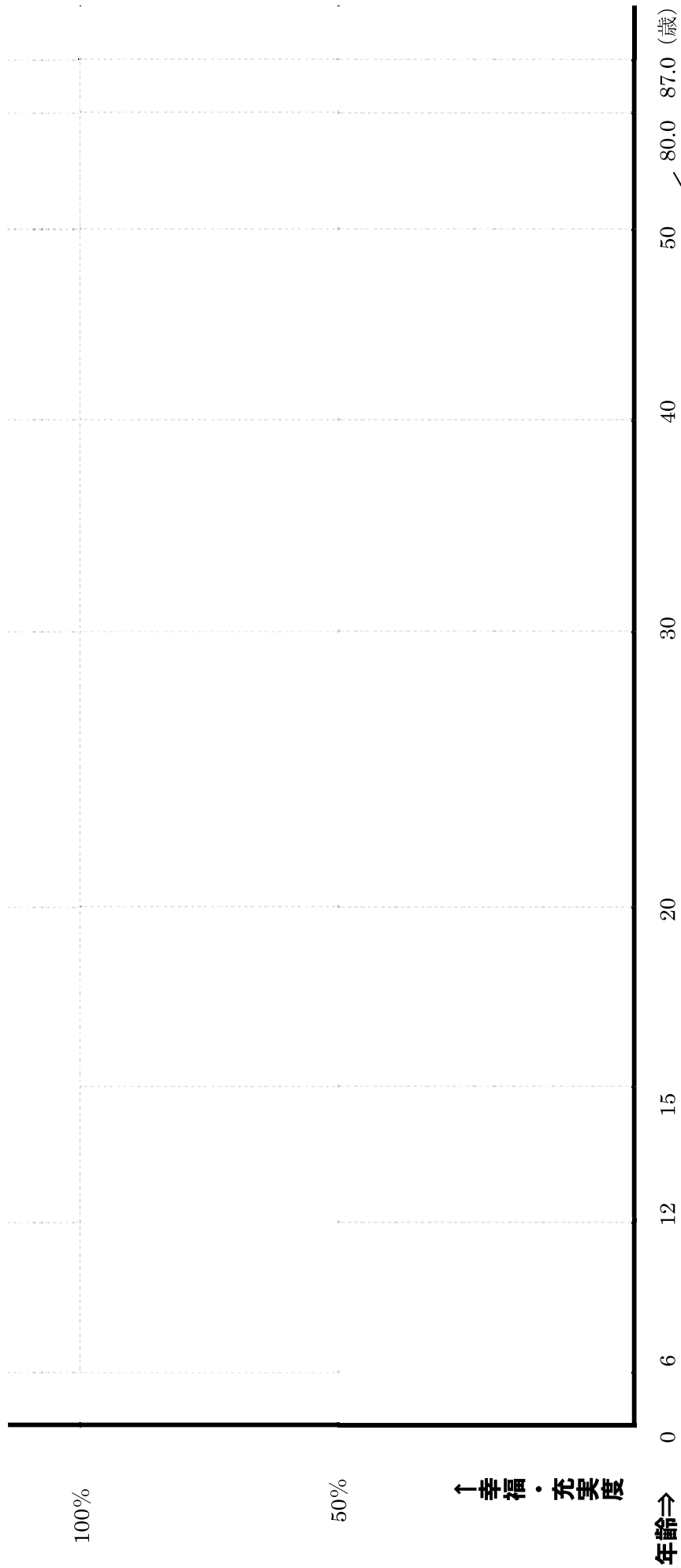
ステップ4 まとめ

★ 今日の学習から自分のライフプランを振り返り、家族計画を立てる大切さと、健康に、幸せに過ごすためにはどんなことが必要かまとめてみよう。

.....

～ライフプランを考えてみよう！～

2年 組 番 氏名

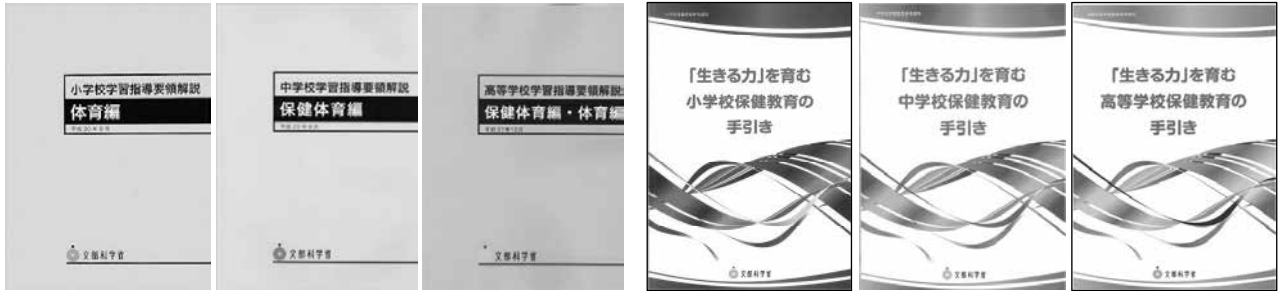


<質問1 結婚は？ 回 歳・ 歳>

<質問2 子どもは？ 人 自分が 歳・自分が 歳>

<質問3 知っている避妊法は？ 歳・自分が 歳>

【文部科学省】



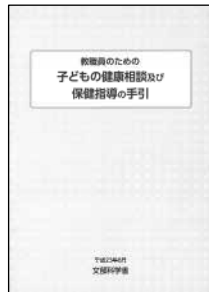
- ◆学習指導要領解説
小学校体育編 平成20年8月
- ◆「生きる力」を育む小学校保健教育の手引き
平成25年3月
- ◆「生きる力」を育む中学校保健教育の手引き
平成26年3月
- ◆「生きる力」を育む高等学校保健教育の手引き
平成27年3月
- ◆「生きる力」を育む中学校保健教育の手引き
平成26年3月
- ◆「生きる力」を育む小学校保健教育の手引き
平成25年3月
- ◆「生きる力」を育む高等学校保健教育の手引き
平成27年3月



- ◆学校における性教育の考え方、進め方
平成11年8月



- ◆「生きる力」をはぐくむ学校での歯・口の健康づくり
平成23年3月



- ◆教職員のための子どもの健康相談及び保健指導の手引
平成23年8月



- ◆言語活動の充実に関する指導事例集～思考力、判断力、表現力等の育成に向けて～
【小学校版】平成23年10月
【中学校版】平成23年5月
【高等学校版】平成26年2月

【国立教育政策研究所教育課程研究センター 発行】



- ◆評価規準の作成、評価方法等の工夫改善のための参考資料
小学校体育 平成23年11月
中学校保健体育 平成23年11月
高等学校保健体育 平成24年7月

【公益財団法人 日本学校保健会 発行】



- ◆新学習指導要領に基づくこれからの小学校保健学習 平成21年2月
- ◆新学習指導要領に基づくこれからの中学校保健学習 平成21年2月
- ◆思考力の育成を重視したこれからの高等学校保健学習 平成21年6月



- ◆小学校保健学習の指導と評価の工夫
—目標の確実な実現を目指した実践例—
平成27年2月
- ◆中学校保健学習の指導と評価の工夫
—知識の習得と活用を重視した実践例—
平成27年2月
- ◆高等学校保健学習の指導と評価の工夫
—思考力の育成を目指した実践例—
平成27年2月



- ◆喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する指導参考資料
(小学校編) (中学校編) (高等学校編)
平成22年3月 平成23年1月 平成24年1月



- ◆学校保健の課題とその対応
—養護教諭の職務等に関する調査結果から—
平成24年3月

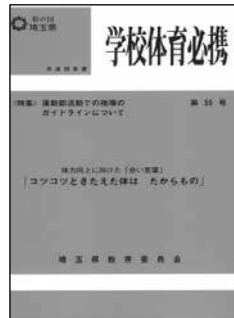


- ◆自信をもって取り組める医薬品の教育
小・中・高
等学校での実践事例集
平成24年12月

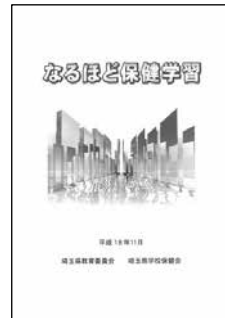
【埼玉県教育委員会 発行】



- ◆平成26年度(第14号)
埼玉県学校健康教育必携
平成26年3月



- ◆平成26年度(第55号)
埼玉県学校体育必携
平成26年3月



- ◆なるほど保健学習
平成18年11月
埼玉県教育委員会 埼玉県学校保健会



- ◆知識を活用した保健学習 —感染症編—
平成24年2月



- ◆知識を活用した保健学習 —性に関する指導編—
平成23年2月



- ◆学校における性教育実践のための事例集 第Ⅱ集
平成21年3月



- ◆学校における性教育実践のための事例集
平成19年3月

【その他 発行】

- ◆初等教育資料 平成25年7月号、平成26年1月号、平成26年9月号

御協力いただいた方々

○性に関する指導」実践推進委員会

委員長 戸部 秀之 埼玉大学教育学部教授
副委員長 岸浪 啓子 上尾市立上平小学校校長

(小学校部会)

委員 飯嶋 郁也 寄居町立男衾小学校教諭
委員 馬場久美子 行田市立北小学校教諭
委員 市川 優 吉見町立東第二小学校養護教諭
委員 舟戸希公郎 川口市立鳩ヶ谷小学校教諭

(中学校部会)

委員 松村 薫 久喜市立鷺宮東中学校教諭
委員 渡辺 広美 川越市立富士見中学校養護教諭
委員 齋藤 明 吉川市立南中学校教諭
委員 梅本 真美 熊谷市立江南中学校教諭

(高等学校部会)

委員 柿沼 敦子 県立不動岡高等学校教諭
委員 川崎 知美 県立大宮東高等学校教諭
委員 本庄 朋香 県立川越工業高等学校養護教諭
委員 伊東 和矢 県立蓮田松韻高等学校教諭

○授業協力校・授業協力者

吉見町立東第二小学校 清水 久美子 教諭
吉川市立南中学校
県立川越工業高等学校 内田 明人 教諭

新・なるほど保健学習

編集兼発行 埼玉県教育局県立学校部保健体育課

課 長 羽田 聡

主席指導主事 高橋 宏至

主 幹 成澤 一美

指 導 主 事 水落 美佳子

指 導 主 事 岩澤 奈々子

平成27年3月発行

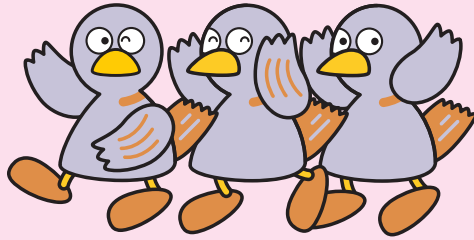
印刷所 (有) ハイスタナード

埼玉県さいたま市見沼区片柳 1290

048-679-2006



彩の国
埼玉県



埼玉県のマスコット **コバトン**