

# 高等学校保健体育指導の手引

令和4年1月

愛知県教育委員会



## はじめに

今の子供たちやこれから誕生する子供たちが、成人して社会で活躍する頃には、我が国は厳しい挑戦の時代を迎えていると予想されます。生産年齢人口の減少、グローバル化の進展や絶え間ない技術革新等により、社会構造や雇用環境は大きく、また急速に変化しており、予測が困難な時代となっています。また、急激な少子高齢化が進む中で成熟社会を迎えた我が国にあっては、一人一人が持続可能な社会の担い手として、その多様性を原動力とし、質的な豊かさを伴った個人と社会の成長につながる新たな価値を生み出していくことが期待されます。

これらを背景として、学習指導要領が改訂され、高等学校では、令和4年度から年次進行により実施されます。学校体育は、体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成する大きな使命を担っております。

そこで、愛知県教育委員会では、平成30年度に作成委員会を設置し、学習指導要領の改訂に対応すべき資料の作成を進め、委員の皆様の献身的な御尽力により、ここに「高等学校保健体育指導の手引」を発刊することができました。

今後は各学校において、指導資料として活用し、指導内容及び指導方法の改善・充実に努め、学校の実情と生徒の実態、時代の要請に即した効果的な保健体育指導が展開されることを期待するものであります。

おわりに、本書の作成に当たり、委員として御協力いただきました関係の皆様のお労苦に対しまして、心より敬意と感謝の意を表する次第であります。

令和4年1月  
愛知県教育委員会

# 目 次

## 第1章 高等学校学習指導要領の改訂

- 1 改訂の概要
  - (1) 改訂の経緯…………… 1
  - (2) 保健体育科改訂の趣旨…………… 1
  - (3) 改訂の要点…………… 3
- 2 保健体育科の目標及び内容
  - (1) 教科の目標…………… 4
  - (2) 教科の内容…………… 5
  - (3) 指導内容の体系化…………… 6

## 第2章 科目「体育」の学習指導

- 1 科目「体育」の性格と目標
  - (1) 性格…………… 7
  - (2) 目標…………… 7
- 2 科目「体育」の内容
  - (1) 体育の領域及び領域の内容…………… 8
  - (2) 技能の内容…………… 8
  - (3) 各段階で示した「知識」の主な表記…………… 9
  - (4) 各段階で示した「思考力、判断力、表現力等」の主な表記…………… 9
  - (5) 各段階で示した「学びに向かう力、人間性等」の主な表記…………… 10
- 3 領域及び内容の取扱い
  - 「体育」の領域及び内容の取扱い…………… 10
- 4 体づくり運動
  - (1) 運動の特性…………… 11
  - (2) 内容の考え方…………… 11
  - (3) 単元指導計画…………… 12
- 5 球 技
  - (1) 運動の特性…………… 21
  - (2) 内容の考え方…………… 21
  - (3) 単元指導計画…………… 22
- 6 体育理論
  - (1) 領域の特性…………… 30
  - (2) 内容の考え方…………… 30
  - (3) 単元指導計画…………… 31

## 第3章 科目「保健」の学習指導

- 1 科目「保健」の性格と目標
  - (1) 性格…………… 38
  - (2) 目標…………… 38

|                 |                                  |    |
|-----------------|----------------------------------|----|
| 2               | 科目「保健」の内容                        |    |
| (1)             | 現代社会と健康                          | 40 |
| (2)             | 安全な社会生活                          | 41 |
| (3)             | 生涯を通じる健康                         | 42 |
| (4)             | 健康を支える環境づくり                      | 43 |
| 3               | 内容の取扱い                           | 44 |
| 4               | 現代社会と健康                          |    |
| (1)             | 内容の考え方                           | 45 |
| (2)             | 単元指導計画                           | 45 |
| 第4章 指導の評価と改善    |                                  |    |
| 1               | 学習評価について                         |    |
| 2               | 学習評価の基本的な考え方                     |    |
| (1)             | カリキュラム・マネジメントの一環としての指導と評価        | 53 |
| (2)             | 主体的・対話的で深い学びの視点からの授業改善と評価        | 53 |
| (3)             | 学習評価について指摘されている課題                | 54 |
| (4)             | 学習評価の改善の基本的な方向性                  | 54 |
| 3               | 学習評価の基本構造                        | 54 |
| (1)             | 学習指導要領に示す目標や内容                   | 55 |
| (2)             | 観点別学習状況評価の各観点                    | 55 |
| (3)             | 観点別学習状況の評価について                   | 55 |
| 4               | 学習評価の充実                          |    |
| (1)             | 学習評価の妥当性, 信頼性を高める工夫の例            | 57 |
| (2)             | 評価時期の工夫の例                        | 57 |
| 5               | 「内容のまとめりごとの評価規準」の考え方を踏まえた評価規準の作成 |    |
| (1)             | 学習評価の進め方について                     | 57 |
| (2)             | 評価規準の作成手順                        | 58 |
| (3)             | 指導と評価の一体化に向けた観点別学習状況の評価の活用       | 58 |
| (4)             | 観点別学習状況の評価の総括及び評定への総括の考え方        | 59 |
| 第5章 総則と学校体育との関連 |                                  |    |
| 1               | 体育・健康に関する指導のねらいと内容               | 60 |
| (1)             | 学校における食育の推進                      | 61 |
| (2)             | 体力の向上に関する指導                      | 62 |
| (3)             | 心身の健康の保持増進に関する指導                 | 63 |
| 2               | 教育課程の実施等に当たって配慮すべき事項             |    |
| (1)             | 言語活動の充実                          | 64 |
| (2)             | 情報機器の活用等に関する配慮事項                 | 64 |
| (3)             | 運動の多様な楽しみ方                       | 65 |
| (4)             | 体験活動                             | 65 |
| (5)             | 「体育」と「保健」の関連                     | 66 |
| (6)             | 中学校との関連                          | 66 |
| (7)             | 障害のある生徒などへの指導                    | 66 |
| 3               | 学校設定科目                           |    |
| (1)             | 学校設定科目の取組                        | 68 |
| (2)             | 設定・展開例                           | 68 |

## 第6章 特別活動

- 1 目標、基本的性格と教育活動全体における意義
  - (1) 目標…………… 69
  - (2) 基本的な性格…………… 69
  - (3) 教育的意義…………… 70
- 2 健康安全・体育的行事
  - (1) ねらいと内容…………… 70
  - (2) 実施上の留意点…………… 70
  - (3) 健康安全・体育的行事の展開例…………… 71
- 3 旅行・集团的宿泊行事
  - (1) ねらいと内容…………… 72
  - (2) 実施上の留意点…………… 73
  - (3) 旅行・集団宿泊的行事の展開例…………… 74
- 4 学校行事の指導計画…………… 76
  - (1) 指導計画…………… 76
  - (2) 内容の取扱い…………… 76
- 5 愛知県教育委員会への届出…………… 77
  - (1) 修学旅行の場合…………… 77
  - (2) 野外活動の場合…………… 77

## 第7章 運動部活動

- 1 運動部活動の位置付け
  - (1) これからの運動部活動…………… 78
  - (2) 位置付けの変遷…………… 78
  - (3) 意義…………… 79
- 2 運営上の留意点
  - (1) 学校における部活動の視点…………… 79
  - (2) 顧問の役割と指導…………… 79
  - (3) 運動部活動の顧問の主な役割…………… 80
  - (4) 運営体制…………… 81
  - (5) 目標及び指導方針、活動計画…………… 81
  - (6) 保護者や地域との連携…………… 81
- 3 指導上の留意点
  - (1) 自主性と個性の重視…………… 82
  - (2) 適切な練習時間等の設定とプロセスの重視…………… 82
  - (3) 安全の確認と事故発生時の対応…………… 82
  - (4) 望まれる指導者像…………… 82

## 第8章 安全教育と安全管理

- 1 運動時の事故の実態と要因
  - (1) 学校管理下における事故の実態…………… 84
  - (2) 事故発生の要因…………… 85
- 2 学校安全の推進
  - (1) 学校安全の活動…………… 86
  - (2) 学校における安全教育と安全管理…………… 86

|     |                        |     |
|-----|------------------------|-----|
| 3   | 運動時の安全に関する指導           |     |
| (1) | 体育授業における安全に関する指導       | 87  |
| (2) | 運動部活動における安全に関する指導      | 88  |
| (3) | 体育的学校行事における安全に関する指導    | 89  |
| (4) | 各運動種目における指導上の留意点       | 89  |
| 4   | 学校環境の安全管理              |     |
| (1) | 安全点検の種類と対象             | 91  |
| (2) | 安全点検の方法                | 91  |
| (3) | 学校環境における安全管理の対象        | 92  |
| (4) | 安全管理の評価の意義             | 92  |
| (5) | 安全管理の評価の観点             | 93  |
| (6) | 安全点検としての改善措置           | 93  |
| 5   | 熱中症の予防                 |     |
| (1) | 熱中症とは                  | 94  |
| (2) | 運動、スポーツ活動時の注意事項        | 94  |
| (3) | 熱中症予防のための運動指針          | 94  |
| (4) | 暑さ指数 (WBGT)            | 95  |
| (5) | 熱中症予防情報                | 95  |
| (6) | 運動時の対策                 | 95  |
| (7) | 熱中症の症状と重症度             | 96  |
| (8) | 現場での応急処置               | 96  |
| 6   | 落雷事故の防止                |     |
| (1) | 落雷事故の教訓                | 98  |
| (2) | 落雷事故防止のための適切な措置        | 99  |
| (3) | 雷ナウキャスト (気象庁ホームページ) とは | 99  |
| (4) | 積乱雲が近づくサイン (気象庁提供)     | 100 |
| (5) | 雷への対応における留意点           | 100 |
| (6) | 雷から身を守るには              | 100 |
| (7) | 避難の留意点                 | 101 |
| 7   | 事故発生時の対応               |     |
| (1) | 応急手当・救急蘇生法             | 101 |
| (2) | 救急蘇生法とAEDの活用           | 102 |
| (3) | 事故発生時の連絡体制             | 103 |
| 8   | 学校事故のケーススタディ           |     |
| (1) | 本県における運動中の事故事例         | 104 |
| (2) | 運動中の事故の判例              | 105 |
| (3) | 学校事故における教師の注意義務と留意点    | 108 |

## 参考資料

|   |                     |     |
|---|---------------------|-----|
| 1 | 保健体育Q&A             | 109 |
| 2 | 関連法規等               | 113 |
| 3 | 引用・参考文献             | 113 |
| 4 | 高等学校保健体育指導の手引作成委員名簿 | 115 |

# 第1章 高等学校学習指導要領の改訂

## 1 改訂の概要

### (1) 改訂の経緯

新しい時代にふさわしい学習指導要領等の在り方について平成26年11月に文部科学大臣から、中央教育審議会に諮問を行った。中央教育審議会においては、2年1か月にわたる審議の末、平成28年12月21日に「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（答申）」（以下「平成28年12月の中央教育審議会答申」という。）を示した。

平成28年12月の中央教育審議会答申においては、“よりよい学校教育を通じてよりよい社会を創る”という目標を学校と社会が共有し、連携・協働しながら、新しい時代に求められる資質・能力を子供たちに育む「社会に開かれた教育課程」の実現を目指し、学習指導要領等が、学校、家庭、地域の関係者が幅広く共有し活用できる「学びの地図」としての役割を果たすことができるよう、その枠組みを改善するとともに、各学校において教育課程を軸に学校教育の改善・充実の好循環を生み出す「カリキュラム・マネジメント」の実現を目指すことなどが求められた。

### (2) 保健体育科改訂の趣旨

#### ア 答申において指摘された課題

習得した知識や技能を活用して課題解決することや、学習したことを相手に分かりやすく伝えること等に課題があること、運動する子供とそうでない子供の二極化傾向が見られること、子供の体力について、低下傾向には歯止めが掛かっているものの、体力水準が高かった昭和60年ごろと比較すると、依然として低い状況が見られることなどの指摘がある。また、健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組む学習が不十分であり、社会の変化に伴う新たな健康課題に対応した教育が必要との指摘がある。

#### イ 改訂の基本的な考え方

小学校、中学校及び高等学校を通じて、「体育科、保健体育科では、これらの課題を踏まえ、心と体を一体としてとらえ、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資質・能力を育成することを重視する観点から、運動や健康に関する課題を発見し、その解決を図る主体的・協働的な学習活動を通して、『知識・技能』、『思考力・判断力・表現力等』、『学びに向かう力・人間性等』を育成することを目標として示す。」としている。

「体育科、保健体育科における学習過程については、これまでも心と体を一体としてとらえ、自己の運動や健康についての課題の解決に向け、積極的・自主的・主体的に学習することや、仲間と対話し協力して課題を解決する学習等を重視してきた。これらを引き続き重視するとともに、体育科、保健体育科で育成を目指す『知識・技能』、『思考力・判断力・表現力等』、『学びに向かう力・人間性等』の三つの資質・能力を確実に身に付けるために、その関係性を重視した学習過程を工夫する必要がある。」としている。

「体育科、保健体育科の指導内容については、『知識・技能』、『思考力・判断力・表現



力等』、『学びに向かう力・人間性等』の育成を目指す資質・能力の三つの柱に沿って示す」とするとともに、体育については、「児童生徒の発達の段階を踏まえて、学習したことを実生活や実社会に生かし、豊かなスポーツライフを継続することができるよう、小学校、中学校、高等学校を通じて系統性のある指導ができるように示す必要がある。」としており、保健においては、「健康な生活と疾病の予防、心身の発育・発達と心の健康、健康と環境、傷害の防止、社会生活と健康等の保健の基礎的な内容について、小学校、中学校、高等学校を通じて系統性のある指導ができるように示す必要がある。」としている。

#### ウ 改善の具体的事項

「体育」については、平成28年12月の中央教育審議会答申において「生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続し、スポーツとの多様な関わり方を状況に応じて選択し、卒業後も継続して実践することができるよう、『知識・技能』、『思考力・判断力・表現力等』、『学びに向かう力・人間性等』の育成を重視する観点から内容等の改善を図る。また、『保健』との一層の関連を図った内容等について改善を図る。

- (ア) 各領域で身に付けたい具体的な内容を、資質・能力の三つの柱に沿って明確に示す。特に、『思考力・判断力・表現力等』及び『学びに向かう力・人間性等』の内容の明確化を図る。また、体力や技能の程度、年齢や性別及び障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を社会で実践することができるよう配慮する。
- (イ) 体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、健康や体力の状況に応じて自ら体力を高める方法を身に付け、運動やスポーツの習慣化につなげる観点から、体づくり運動の内容等について改善を図る。
- (ウ) スポーツの意義や価値等の理解につながるよう、内容等について改善を図る。特に、東京オリンピック・パラリンピック競技大会がもたらす成果を次世代に引き継いでいく観点から、知識に関する領域において、オリンピック・パラリンピックの意義や価値及びドーピング等の内容等について改善を図る。」としている。

「保健」については、平成28年12月の中央教育審議会答申において「個人及び社会生活における健康・安全についての総合的な『知識・技能』、『思考力・判断力・表現力等』、『学びに向かう力・人間性等』の育成を重視する観点から内容等の改善を図る。その際、少子高齢化や疾病構造の変化による現代的な健康課題の解決に関わる内容や、ライフステージにおける健康の保持増進や回復に関わる内容及び一次予防のみならず、二次予防や三次予防に関する内容を改善するとともに、人々の健康を支える環境づくりに関する内容の充実を図る。また、『体育』と一層の関連を図り、心身の健康の保持増進や回復とスポーツとの関連等の内容等について改善を図る。」としている。

### (3) 改訂の要点

- ① 「体育」においては、育成を目指す資質・能力を明確にし、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質・能力を育成することができるよう、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」の育成を重視し、目標及び内容の構造の見直しを図ること。
- ② 「カリキュラム・マネジメント」の実現及び「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善を推進する観点から、発達の段階のまとまりを踏まえ、指導内容の系統性を改めて整理し、各領域で身に付けさせたい指導内容の一層の充実を図ること。
- ③ 運動やスポーツとの多様な関わり方を重視する観点から、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を卒業後も社会で実践することができるよう、共生の視点を重視して指導内容の充実を図ること。
- ④ 生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続することを重視し、小学校、中学校及び高等学校を見通した指導内容の体系化を図る観点から資質・能力の三つの柱ごとの指導内容の一層の明確化を図ること。
- ⑤ 「保健」においては、生涯にわたって健康を保持増進する資質・能力を育成することができるよう、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」に対応した目標、内容に改善すること。
- ⑥ 個人及び社会生活における健康課題を解決することを重視する観点から、現代的な健康課題の解決に関わる内容、ライフステージにおける健康の保持増進や回復に関わる内容、人々の健康を支える環境づくりに関する内容及び心肺蘇生法等の応急手当の技能に関する内容等を充実すること。
- ⑦ 「体育」と一層の関連を図る観点から、心身の健康の保持増進や回復とスポーツとの関連等の内容等について改善すること。
- ⑧ 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継続する観点から、「体育」と「保健」の一層の関連を図った指導等の改善を図ること。

## 2 保健体育科の目標及び内容

### (1) 教科の目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
- (2) 運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- (3) 生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

この目標は、学校教育法において、

- ① 「高等学校は、中学校における教育の基礎の上に、心身の発達及び進路に応じて、高度な普通教育及び専門教育を施すことを目的とする」(第50条)とされ、高等学校においては、義務教育で身に付けた基礎・基本を発展させ、学問研究や技術の習得に結び付けていくことが重視されていること。
- ② 「生涯にわたり学習する基盤が培われるよう、基礎的な知識及び技能を習得させるとともに、これらを活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力その他の能力をはぐくみ、主体的に学習に取り組む態度を養うことに、特に意を用いなければならない」(第30条第2項)と規定されていること。
- ③ 「健康、安全で幸福な生活のために必要な習慣を養うとともに、運動を通じて体力を養い、心身の調和的発達を図ること」(第21条第8号)と規定されていること。などを踏まえ、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」を育成することを目指すことを示している。

また、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続することを目指すものである。

この目標を達成するためには、運動する子供とそうでない子供の二極化傾向が見られることや社会の変化に伴う新たな健康課題に対応した教育が必要との指摘を踏まえ、引き続き、心と体をより一体として捉え、体育と保健を一層関連させて指導することが重要である。

また、資質・能力の三つの柱で示された保健体育科の目標である「各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする」こと、「運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う」こと、「生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う」ことの、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」が相互に密接に関連していることを示したものである。

これらの実現を通して、「学びに向かう力，人間性等」で示された，生涯にわたって運動に親しむこと，健康の保持増進及び体力の向上を図ることを関連させて育成する中で，現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにすることが大切である。

## (2) 教科の内容

### ア 保健体育科の科目及び内容構成

保健体育科に属する科目は，「体育」及び「保健」の2科目である。

「体育」は運動に関する領域である「体づくり運動」，「器械運動」，「陸上競技」，「水泳」，「球技」，「武道」，「ダンス」の七つの領域と，知識に関する領域である「体育理論」の計八つの領域で構成されている。

運動に関する領域である「体づくり運動」，「器械運動」，「陸上競技」，「水泳」，「球技」，「武道」，「ダンス」の七つの領域については，(1)知識及び技能（「体づくり運動」は知識及び運動），(2)思考力，判断力，表現力等，(3)学びに向かう力，人間性等を内容として示している。

また，知識に関する領域である「体育理論」については，(1)スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展，(2)運動やスポーツの効果的な学習の仕方，(3)豊かなスポーツライフの設計の仕方の内容のまとまりごとに，「ア 知識」，「イ 思考力，判断力，表現力等」，「ウ 学びに向かう力，人間性等」を内容として示すとともに，(ア)，(イ)，(ウ)，(エ)に具体的な指導内容を示している。

「保健」は，「現代社会と健康」，「安全な社会生活」，「生涯を通じる健康」及び「健康を支える環境づくり」の四つの項目で構成されており，内容のまとまりごとに，「ア 知識及び技能」，「イ 思考力，判断力，表現力等」を内容として示すとともに，(ア)，(イ)，(ウ)，(エ)，(オ)に具体的な指導内容を示している。

保健体育科の科目及び内容構成は次表のとおりである。

| 保健体育科              |                 |
|--------------------|-----------------|
| 「体育」               | 「保健」            |
| 体づくり運動 (1) (2) (3) | 現代社会と健康 ア イ     |
| 器械運動 (1) (2) (3)   |                 |
| 陸上競技 (1) (2) (3)   | 安全な社会生活 ア イ     |
| 水泳 (1) (2) (3)     |                 |
| 球技 (1) (2) (3)     | 生涯を通じる健康 ア イ    |
| 武道 (1) (2) (3)     |                 |
| ダンス (1) (2) (3)    | 健康を支える環境づくり ア イ |
| 体育理論 ア イ ウ         |                 |

## イ 標準単位数

保健体育科に属する科目の標準単位数は、次のとおりである。

| 科目 | 標準単位数 |
|----|-------|
| 体育 | 7～8単位 |
| 保健 | 2単位   |

「体育」及び「保健」は、全ての生徒に履修させる科目であり、「体育」及び「保健」を必修科目として履修させる単位数は、上記の標準単位を原則として下ってはならないものである。

「体育」については、第1章総則第2款3で示されているとおり、標準単位数が7～8単位とされており、各学校の特色に応じて、卒業までに7又は8単位を配当することとされている。このため、7単位未満に単位数を減じて配当することはできない。

また、「体育」の標準単位数を引き続き7～8単位と幅をもって示したのは、各学校でそれぞれ適切な教育課程を編成することができるように配慮したものである。

## ウ 履修学年

「体育」は、第2章第6節保健体育第3款1(3)において「各年次継続して履修できるようにし、各年次の単位数はなるべく均分して配当するものとする」と示している。

したがって、全日制、定時制及び通信制などのいずれの課程にあっても、各学校の修業年限に応じて、それぞれ各年次に単位数を均分して配当し、計画的、継続的に履修させることによって指導の効果を上げる必要がある。

「保健」は、第2章第6節保健体育第3款1(4)において「原則として入学年次及びその次の年次の2か年にわたり履修させるものとする」と示している。

したがって、全日制、定時制及び通信制などのいずれの課程にあっても、原則として入学年次及びその次の年次に各1単位を配当し、計画的、継続的に履修させることによって指導の効果を上げるようにする必要がある。

## (3) 指導内容の体系化

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

## 第2章 科目「体育」の学習指導

### 1 科目「体育」の性格と目標

#### (1) 性格

学校における体育・健康に関する指導の趣旨を生かし、小学校体育科、中学校保健体育科、高等学校保健体育科、専門教育の体育科の授業を中心として、教育課程に定められた総合的な探究の時間及び特別活動のうちの学級活動、学校が定める特別活動や運動部の活動などを相互に関連させながら、体を動かすことやスポーツに親しむことの楽しさや喜びを体験できるようにすることが大切である。また、児童生徒の健康の保持増進と体力の向上に寄与しつつ、「生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質・能力」の基礎を培うものとして、それらの活動を更に充実していくことが求められる。

これらを踏まえて、高等学校保健体育科では、「体育」において、小学校から高等学校までの12年間の一貫した教育課程の中で、全ての児童生徒が学習する教科・科目としての最終段階の役割を担うこととなる。すなわち、この最終段階では、体を動かすことを通して、心と体が一体であることや体力の高まりを実感したり技能を獲得したり課題を解決したりするなどの過程を通して、合理的な運動の行い方や体力の高め方などの知識の重要性を認識させ、動きの獲得や技ができる喜びなどの各領域特有の特性や魅力を深く味わうとともに、公正、協力、責任、参画、共生などの社会的態度を養い、スポーツの文化的価値などに対する理解を深め、現在及び将来の実生活や実社会で計画的、継続的に運動やスポーツを実践するための資質・能力を育む指導の充実が求められる。

#### (2) 目標

体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。
- (2) 生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
- (3) 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

この目標は、義務教育を基礎とした高等学校段階における、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」の育成を目指す資質・能力を示したものであるが、生徒が運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わうとともに、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続することを目指したものである。

## 2 科目「体育」の内容

### (1) 体育の領域及び領域の内容

| 領域         | 領域の内容  |   |
|------------|--|---|
| 【A 体づくり運動】 | ア 体ほぐしの運動<br>イ 実生活に生かす運動の計画  | ① 知識及び運動<br>② 思考力, 判断力, 表現力等<br>③ 学びに向かう力, 人間性等 |
| 【B 器械運動】   | ア マット運動<br>イ 鉄棒運動<br>ウ 平均台運動<br>エ 跳び箱運動                                    | ① 知識及び技能<br>② 思考力, 判断力, 表現力等<br>③ 学びに向かう力, 人間性等 |
| 【C 陸上競技】   | ア 短距離走・リレー, 長距離走, ハードル走<br>イ 走り幅跳び, 走り高跳び, 三段跳び<br>ウ 砲丸投げ, やり投げ            | ① 知識及び技能<br>② 思考力, 判断力, 表現力等<br>③ 学びに向かう力, 人間性等 |
| 【D 水泳】     | ア クロール<br>イ 平泳ぎ<br>ウ 背泳ぎ<br>エ バタフライ<br>オ 複数の泳法で長く泳ぐ又はリレー                   | ① 知識及び技能<br>② 思考力, 判断力, 表現力等<br>③ 学びに向かう力, 人間性等 |
| 【E 球技】     | ア ゴール型<br>イ ネット型<br>ウ ベースボール型  | ① 知識及び技能<br>② 思考力, 判断力, 表現力等<br>③ 学びに向かう力, 人間性等 |
| 【F 武道】     | ア 柔道<br>イ 剣道   | ① 知識及び技能<br>② 思考力, 判断力, 表現力等<br>③ 学びに向かう力, 人間性等 |
| 【G ダンス】    | ア 創作ダンス<br>イ フォークダンス<br>ウ 現代的なリズムのダンス                                      | ① 知識及び技能<br>② 思考力, 判断力, 表現力等<br>③ 学びに向かう力, 人間性等 |
| 【H 体育理論】   | (1) スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展<br>(2) 運動やスポーツの効果的な学習の仕方<br>(3) 豊かなスポーツライフの設計の仕方 | ア 知識<br>イ 思考力, 判断力, 表現力等<br>ウ 学びに向かう力, 人間性等     |

### (2) 技能の内容

入学年次においては、中学校第3学年からの接続を踏まえ、生涯にわたって運動を豊かに実践することを目指して、主に、選択した領域の基本的な技能や動きを身に付け、記録や技に挑戦したり、簡易化されたルール制限を次第に正規に近づけるなどして試合をしたり、発表したりできるようにすることや、運動やスポーツの多様な関わり方を場面に応じて選択し、実践することができるようにすることが大切である。また、その次の年次以降においては、生涯にわたる豊かなスポーツライフを継続することを目指して、一つの領域の学習の時間を十分確保する中で、身に付けた技能や動き等の出来映えを確かめたり、新たに技や動き及び得意技を身に付けたりして、記録や技に挑戦したり、参加者の体力や技能の程度、年齢や性別及び障害の有無等に応じてルールを工夫するなどして試合をしたり、発表したりできるようにすることや、運動やスポーツの多様な関わり方を状況に応じて選択し、家庭や地域及び職場などの多様な機会でも卒業後も継続して実践することができるようにすることが大切である。

なお、発達の段階に応じた各段階の行い方や動きの例等については各領域に系統的に示

している。また、「体づくり運動」では、体ほぐしの運動は、心と体の関係に気付き、仲間と交流することが、実生活に生かす運動の計画は、自己のねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立て取り組むことが主なねらいである。このことから、他の運動に関する領域のようにそれぞれが特定の技能を示すものではないことから、「技能」ではなく「運動」として示すとともに、系統的な技能や動きを例示することが適さないため、体づくり運動のねらいに基づいた「行い方の例」や「運動の計画と実践の例」を示している。

### (3) 各段階で示した「知識」の主な表記

| 中学校 1年・2年                    | 中学校 3年・高校入学年次             | 高校その次の年次以降                     |
|------------------------------|---------------------------|--------------------------------|
| ・体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法    | ・運動を継続する意義、体の構造、運動の原則     | ・体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方 |
| ・運動の特性や成り立ち<br>・技術（技）の名称や行い方 | ・技術（技）の名称や行い方             | ・技術（技）の名称や行い方                  |
| ・関連して高まる体力                   | ・体力の高め方                   | ・体力の高め方                        |
| ・伝統的な考え方                     | ・伝統的な考え方                  | ・伝統的な考え方                       |
| ・表現の仕方                       | ・交流や発表の仕方<br>・踊りの特徴と表現の仕方 | ・競技会、試合、発表の仕方<br>・文化的背景と表現の仕方  |
|                              | ・運動観察の方法<br>・見取り稽古の仕方     | ・課題解決の方法<br>・見取り稽古の仕方          |

### (4) 各段階で示した「思考力, 判断力, 表現力等」の主な表記

|             | 中学校 1年・2年   | 中学校 3年・高校入学年次  | 高校その次の年次以降   |
|-------------|---|--|--|
| 学習指導要領      | 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己（や仲間）の考えたことを他者に伝えること  | 自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己（や仲間）の考えたことを他者に伝えること  | 生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること             |
| 体の動かし方や行い方  | ・課題や出来映えを伝える<br>・自己の課題に応じて練習方法を選ぶ   | ・合理的な動きと比較して成果や改善すべきポイントと理由を伝える<br>・自己や仲間の課題や練習方法について伝える   | ・動きを分析して良い点や修正点を指摘する<br>・課題解決のための練習の計画を立てる<br>・課題解決の過程を踏まえて新たな課題を発見する                          |
| 体力や健康・安全    | ・安全上の留意点を他の学習場面に当てはめ、伝える  | ・体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返る<br>・運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶ   | ・危険を回避するための活動の仕方を提案する  |
| 運動実践につながる態度 | ・最善を尽くす（伝統的な所作）などのよい取組を見付け、伝える<br>・分担した役割に応じた活動の仕方を見付ける<br>・提示された仕方に当てはめ、関わり方を見付ける<br>・違いを踏まえて楽しむ方法を見付け、伝える | ・よりよいマナーや行為（所作）について自己の活動を振り返る<br>・分担した役割の成果などについて自己の活動を振り返る<br>・合意形成するための関わり方を見付け、伝える<br>・違いに配慮して楽しむ活動の方法や修正の仕方を見付ける | ・よりよいルールやマナー（所作）について提案する<br>・状況に応じて役割を提案する<br>・合意を形成するための調整の仕方を見付ける<br>・違いを越えて楽しむための調整の仕方を見付ける |
| 生涯スポーツの設計   |   | ・運動を継続して楽しむための関わり方を見付ける  | ・生涯にわたって楽しむための関わり方を見付ける  |



(5) 各段階で示した「学びに向かう力、人間性等」の主な表記

| 指導事項    | 中学校 1年・2年               | 中学校 3年・高校入学年次                  | 高校その次の年次以降               |
|---------|-------------------------|--------------------------------|--------------------------|
| ア 共通事項  | 積極的に取り組もうとする            | 自主的に取り組もうとする                   | 主体的に取り組もうとする             |
| イ 公正    | 勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとする  | 勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする |                          |
|         | フェアなプレイを守ろうとする          | フェアなプレイを大切にしようとする              |                          |
|         | 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとする | 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする     |                          |
| ウ 協力・責任 | よい演技を認めようとする            | よい演技を讃えようとする                   |                          |
|         | 仲間の学習を援助しようとする          | 互いに助け合い教え合おうとする                | 互いに助け合い高め合おうとする          |
|         | 分担した役割を果たそうとする          | 自己の責任を果たそうとする                  | 役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする |
| エ 参画・共生 | 話合いに参加しようとする            | 話合いに貢献しようとする                   | 合意形成に貢献しようとする            |
|         | 一人一人の違いを認めようとする         | 一人一人の違いを大切にしようとする              |                          |
| オ 健康・安全 | 健康・安全に気を配る              | 健康・安全を確保する                     |                          |

3 領域及び内容の取扱い

「体育」の領域及び内容の取扱い

| 領域及び領域の内容  | 入学年次                         | その次の年次                            | それ以降の年次                           | 内容の取扱い                                  |
|--|------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|---|
| 【A 体づくり運動】<br>ア 体ほぐしの運動<br>イ 実生活に生かす運動の計画  | 必修                           | 必修                                | 必修                                | ア、イ必修<br>(各年次7～10単位時間程度)                |
| 【B 器械運動】<br>ア マット運動<br>イ 鉄棒運動<br>ウ 平均台運動<br>エ 跳び箱運動                                    |                              |                                   |                                   | ア～エから選択                                 |
| 【C 陸上競技】<br>ア 短距離走・リレー、長距離走、ハードル走<br>イ 走り幅跳び、走り高跳び、三段跳び<br>ウ 砲丸投げ、やり投げ                 | B, C,<br>D, Gから<br>①以上選択     |                                   |                                   | ア～ウに示す運動から選択                            |
| 【D 水泳】<br>ア クロール<br>イ 平泳ぎ<br>ウ 背泳ぎ<br>エ パタフライ<br>オ 複数の泳法で長く泳ぐ又はリレー                     |                              | B, C,<br>D, E,<br>F, Gから<br>②以上選択 | B, C,<br>D, E,<br>F, Gから<br>②以上選択 | ア～オから選択                                 |
| 【E 球技】<br>ア ゴール型<br>イ ネット型<br>ウ ベースボール型  | E, Fから<br>①以上選択              |                                   |                                   | 入学年次では、ア～ウから②選択その次の年次以降では、ア～ウから選択       |
| 【F 武道】<br>ア 柔道<br>イ 剣道   |                              |                                   |                                   | ア又はイのいずれか選択                             |
| 【G ダンス】<br>ア 創作ダンス<br>イ フォークダンス<br>ウ 現代的なリズムのダンス                                       | B, C,<br>D, G<br>から①以上<br>選択 |                                   |                                   | ア～ウから選択                                 |
| 【H 体育理論】<br>(1) スポーツの文化的特徴や現代のスポーツの発展<br>(2) 運動やスポーツの効果的な学習の仕方<br>(3) 豊かなスポーツライフの設計の仕方 | 必修                           | 必修                                | 必修                                | 各年次6単位時間以上<br>入学年次<br>その次の年次<br>それ以降の年次 |

---

---

## 4 体づくり運動

---

---

### (1) 運動の特性

体づくり運動は、体ほぐしの運動と実生活に生かす運動の計画で構成され、自他の心と体に向き合って、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、心と体をほぐしたり、体の動きを高める方法を学んだりすることができる領域である。

### (2) 内容の考え方

高等学校では、これまでの学習を踏まえて、「体を動かす楽しさや心地よさを味わい、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てること」などが求められる。

したがって、入学年次では、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むことができるようにする。また、入学年次の次の年次以降の体づくり運動では、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方などを理解するとともに、実生活に役立てること、生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題に取り組み、考えたことを他者に伝えること及び体づくり運動に主体的に取り組むとともに、協力、参画、共生などの意欲を育み、健康・安全を確保することができるようにする。

体ほぐしの運動では、仲間と簡易な運動を通して関わり合い、自己や仲間の課題に気付くことを大切にする。入学年次では、運動時間や運動量など自己の生活様式を振り返り、健康に生活する体力や運動に関する体力を高めるために、効率のよい運動の組み合わせを理解し、生活の中で実践することが重要である。また、その次の年次以降では、体調の維持、生活習慣病の予防、調和のとれた体力の向上、競技で起こりやすいけがの予防などの、自己のねらいに応じて運動の計画を生涯にわたって豊かに継続するための課題に取り組むことである。その際、実生活で取り組みやすい体操を参考にしたり高められる体力と関連させたりして、体づくり運動を生活に取り入れることが運動継続のポイントである。

また、実生活に生かす運動の計画では、個々の体力要素を高める運動を学校で取り組むだけでなく、生徒の体の動きや生活の状態に応じて実生活で取り組むことが大切であることを示している。

以上のことから、本単元の指導に当たっては、次のことに留意して学習を進めていく。

#### ア 体ほぐしの運動

- ・入学年次では、運動することでストレスの軽減にも役立つなど、自他の心と体の関係や変化を確かめ、仲間と自主的に学ぶことができるように留意することが大切である。
- ・入学年次の年次以降では、運動することでストレスの軽減にも役立つなど、自他の心と体の関係や変化を確かめ、仲間と主体的に学ぶことができるように留意することが大切である。

## イ 実生活に生かす運動の計画

- ・入学年次では、①ねらいは何か、②いつ、どこで運動するのか、③どのような運動を選ぶのか、④どの程度の運動強度、時間、回数で行うかなどに着目して運動を組み合わせ、計画を立てて取り組めるようにすること、また、総合的に体の動きを高めることで調和のとれた体力の向上が図られるよう配慮する必要がある。
- ・入学年次の次の年次以降では、①自己のねらいに応じた目標の設定、②目標を達成するための課題設定、③課題解決のための運動例の選択、④選んだ運動に基づく計画の作成、⑤実践とその内容の記録、⑥測定、評価による学習成果の確認及び新たな目標の設定といった計画と実践の過程に着目して継続的な計画を立てて取り組めるようにすることが大切である。

### (3) 単元指導計画

#### ア 学習内容の系統性

|                   | 知識及び運動   | 思考力, 判断力, 表現力等   | 学びに向う力, 人間性等   |
|-------------------|--|--|--|
| 中学校第1学年及び第2学年     | <p>ア 体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体との関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わり合うこと。</p> <p>イ 体の動きを高める運動では、ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行うとともに、それらを組み合わせること。</p> | <p>自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。</p>                         | <p>体づくり運動に積極的に取り組むとともに、仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする、話合いに参加しようとするなどや、健康・安全に気を配ること。</p>      |
| 中学校第3学年及び高等学校入学年次 | <p>ア 体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と自主的に関わり合うこと。</p> <p>イ 実生活に生かす運動の計画では、ねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立て取り組むこと。</p>        | <p>自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。</p>                      | <p>体づくり運動に自主的に取り組むとともに、お互いに助け合い教え合おうとする、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする、話合いに貢献しようとするなどや、健康・安全を確保すること。</p>  |
| 高等学校その次の年次以降      | <p>ア 体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と主体的に関わり合うこと。</p> <p>イ 実生活に生かす運動の計画では、自己のねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立て取り組むこと。</p> | <p>生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。</p> | <p>体づくり運動に主体的に取り組むとともに、お互いに助け合い高め合おうとする、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保すること。</p> |

## イ 評価規準

入学年次の次の年次以降「A 体づくり運動」の全ての「単元の評価規準」

| 知識・技能  |  | 思考・判断・表現  | 主体的に学習に取り組む態度   |
|--|--|---|---|
| <p>○知識</p> <p>①体づくり運動では、自己のねらいに応じて、効果的な成果を得るための適切な運動の行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。</p> <p>・体力の構成要素は、健康に生活するための体力と運動を行うための体力に密接に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。</p> <p>②実生活への取り入れ方には、自己のねらいに応じた様々な運動の計画などがあることについて、学習した具体例を挙げている。</p> <p>・課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための運動例の選択とそれに基づく計画の作成及び実践、学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、学習した具体例を挙げている。</p> | <p>○運動<br/>(体ほぐしの運動)</p> <p>・のびのびとした動作で用具などを用いた運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすること。</p> <p>・リズムに乗って心が弾むような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすること。</p> <p>・緊張したり 緊張を解いて脱力したりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすること。</p> <p>・いろいろな条件で、歩いたり走ったり飛び跳ねたりする運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすること。</p> <p>・仲間と協力して課題を達成するなど、集団で挑戦するような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすること。</p> <p>(実生活に生かす運動の計画)</p> <p>・体調の維持などの健康の保持増進をねらいとして、各種の有酸素運動や体操などの施設や器具を用いず手軽に行う運動例や適切な食事や睡眠の管理の仕方を取り入れて、卒業後も継続可能な手軽な運動の計画を立てて取り組むこと。</p> <p>・生活習慣病の予防をねらいとして、「健康づくりのための身体活動基準2013(厚生労働省)」などを参考に、卒業後も継続可能な手軽な運動の計画を立てて取り組むこと。</p> <p>・調和のとれた体力を高めることをねらいとして、体力測定の結果などを参考に、定期的に運動の計画を見直して取り組むこと。</p> <p>・競技力向上及び競技で起こりやすいけがや疾病の予防をねらいとして、体力の構成要素を重点的に高めたり、特に大きな負荷のかかりやすい部位のけがを予防したりする運動の組合せ例を取り入れて、定期的に運動の計画を見直して取り組むこと。</p> | <p>①生活様式や体力の程度を踏まえ、自己のねらいに応じた運動の計画を立案している。</p> <p>②運動に取り組む場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を提案している。</p> <p>・仲間との話合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。</p> <p>③体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。</p> <p>・体づくり運動の学習成果を踏まえ、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。</p> | <p>①体づくり運動の学習に主体的に取り組もうとしている。</p> <p>②仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。</p> <p>・一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。</p> <p>③課題解決に向けて話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。</p> <p>④危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。</p> |

※ 表中の○囲み数字は、当該単元の評価規準を示している。

※ 運動については、評価の対象ではないが指導内容を明確にするため記載している。

体づくり運動は、「他の運動に関する領域のようにそれぞれが特定の技能を示すものではないことから、『技能』ではなく『運動』として示すとともに、系統的な技能や動きを例示することが適さないため、体づくり運動のねらいに基づいた『行い方の例』や『運動の計画と実践の例』を示している。」(高等学校学習指導要領解説保健体育編 体育編P. 35 参照)とされている。そのため、「技能」の評価は行わず、「知識」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」により評価を行うこととなる。

ウ 指導と評価の計画（例）

|         |    |   |         |  |       |          |               |               |  |        |
|---------|----|---|---------|--|-------|----------|---------------|---------------|--|--------|
| 単元の目標   |    | 知識及び運動  |         | 次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解するとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てることができるようにする。<br>ア 体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや身心の状態に気づき、仲間と主体的に関わり合うこと。<br>イ 実生活に生かす運動の計画では、自己のねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立て取り組むこと。 |       |          |               |               |  |        |
|         |    | 思考力、判断力、表現力等  |         | 生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。   |       |          |               |               |  |        |
|         |    | 学びに向かう力、人間性等  |         | 体づくり運動に主体的に取り組むとともに、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。  |       |          |               |               |  |        |
|         | 時  | 1   | 2       | 3  | 4     | 5        | 6             | 7             | 授業づくりのポイント   |        |
| 学習の流れ   | 0  | 共通メニュー（準備運動、補強運動、本日の学習内容の確認）  |         |  |       |          |               |               | <ul style="list-style-type: none"> <li>自己のねらいに応じて、適切な運動の種類、強度、量、頻度を定めることができるようにする。</li> <li>リズムに乗って心が弾むような運動を行うことを通して、心や体の状態を軽やかにし、ストレス軽減に役立つことを理解させる。</li> <li>卒業後も継続可能な手軽な運動の計画を立てて取り組むことや定期的に運動の計画を見直して取り組むことができるようにする。</li> <li>仲間との話し合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けることができるようにする。</li> <li>危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全の確保することができるようにすること。</li> </ul> |        |
|         | 10 | オリエンテーション   | 体ほぐしの運動 |  |       |          | 運動プログラムの構成と改善 | 運動プログラムの発表と改善 |  |        |
|         | 20 |   | 運動例の実践  | 課題の設定と選曲   | 運動の構成 | 運動の実施と改善 |               |               |  |        |
|         | 30 |   |         | 1, 2年時の復習とグループ分け   |       |          |               |               |  | 運動例の選択 |
|         | 40 |   |         |  |       |          |               |               |  |        |
| 50      |    |   |         |  |       |          |               |               |  |        |
| 評価機会    |    | 1   | 2       | 3  | 4     | 5        | 6             | 7             |  |        |
|         | 知  | ①   | ①       |  | ②     |          |               |               | 学習カード  |        |
|         | 思  |   |         |  | ③     | ①        | ②             | ①             | 学習カード、観察   |        |
|         | 態  |   |         | ②  |       | ③        | ④             | ①             | 学習カード、観察   |        |
| 単元の評価規準 | 知  | ① 体づくり運動では、自己のねらいに応じて、効果的な成果を得るための適切な運動の行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。<br>② 実生活への取り入れ方には、自己のねらいに応じた様々な運動の計画などがあることについて、言ったり、書き出したりしている。         |         |  |       |          |               |               |  |        |
|         | 技  |   |         |  |       |          |               |               |  |        |
|         | 思  | ① 生活様式や体力の程度を踏まえ、自己のねらいに応じた運動の計画を立案している。<br>② 運動に取り組む場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を提案している。<br>③ 体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 |         |  |       |          |               |               |  |        |
|         | 態  | ① 体づくり運動の学習に主体的に取り組もうとしている。<br>② 仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。<br>③ 課題解決に向けて話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。<br>④ 危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。 |         |  |       |          |               |               |  |        |

## 1 単元名 体づくり運動

それ以降の年次 体ほぐしの運動, 実生活に生かす運動の計画

## 2 単元の目標

- (1) 次の運動を通して, 体を動かす楽しさや心地よさを味わい, 体づくり運動の行い方, 体力の構成要素, 実生活への取り入れ方などを理解するとともに, 自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て, 実生活に役立てることができるようにする。(知識及び運動)
- ア 体ほぐしの運動では, 手軽な運動を行い, 心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き, 仲間と主体的に関わり合うことができるようにする。
- イ 実生活に生かす運動の計画では, 自己のねらいに応じて, 健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立て取り組むことができるようにする。
- (2) 生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し, 合理的, 計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに, 自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。(思考力, 判断力, 表現力等)
- (3) 体づくり運動に主体的に取り組むとともに, 互いに助け合い高め合おうとすること, 一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする, 合意形成に貢献しようとする, などや, 健康・安全を確保することができるようにする。(学びに向かう力, 人間性等)

## 3 当該単元における単元の評価規準

※それ以降の年次における体づくり運動

| 知識・技能   | 思考・判断・表現  | 主体的に学習に取り組む態度  |
|---|---|--|
| ○知識<br>①体づくり運動では, 自己のねらいに応じて, 効果的な成果を得るための適切な運動の行い方について, 言ったり書き出したりしている。<br>②実生活への取り入れ方には, 自己のねらいに応じた様々な運動の計画などがあることについて, 言ったり書き出したりしている。 | ①生活様式や体力の程度を踏まえ, 自己のねらいに応じた運動の計画を立案している。<br>②運動に取り組む場面で, 自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を提案している。<br>③体力の程度や性別等の違いを超えて, 仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 | ①体づくり運動の学習に主体的に取り組もうとしている。<br>②仲間に課題を伝え合うなど, 互いに助け合い高め合おうとしている。<br>③課題解決に向けて話し合う場面で, 合意形成に貢献しようとしている。<br>④危険の予測をしながら回避行動をとるなど, 健康・安全を確保している。 |

## 4 本時の展開 (5 / 7)

### (1) 本時の目標

- 実生活で継続しやすい自己に適した行い方を見付けることができるようにする。
- 体づくり運動の学習に主体的に取り組むことができるようにする。

(2) 本時の展開

                     : ねらい                      : 学習内容                      : 発問・指示

|           | 学習内容・学習活動   | ○指導上の留意点 ◆評価   |
|-----------|---|--|
| 導入<br>5分  | 1 集合、挨拶し、欠席者・見学者・健康状態を確認する。<br>2 本時の目標を確認し、学習の見通しをもつ。   | ○本時の目標を確認させる。<br><br>○前時の学習を振り返り、活動内容や反省点を確認させる。   |
|           | <div style="border: 2px solid blue; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <b>実生活で継続しやすい自己に適した行い方を見付ける</b> </div> <div style="text-align: center;">【学習の進め方】</div> <div style="background-color: #ffff00; padding: 10px; border: 1px solid black;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 毎回異なる3人一組のグループで活動する。</li> <li>✓ ユーロビートのリズムに合わせて、5つの運動をつなぎ合わせる。</li> <li>✓ 資料1「体ほぐし運動の学習カード」を活用し、「場面の設定」と「自分の状態をチェックしよう」を取り組む。</li> <li>✓ 1, 2年次に学んだ体ほぐし運動や新しく考えた体ほぐし運動を使い、目的に合った運動を選び、オリジナルプログラムを製作、実施する。</li> <li>✓ 実施後、資料1「体ほぐし運動の学習カード」を活用し、活動後の体と心の状態の変化やその運動が目的に適していたかどうかを記入する。また、グループで意見交換させ、選んだ理由や改善点などを共有する。</li> </ul> </div> |  |
| 展開<br>30分 | 3 体ほぐしの運動<br>・前回考えたアイデアを交換する<br>(1) 前回とは異なる仲間とグループをつくり、前回の活動内容を発表し合う。<br>(2) 3つの例の中から、実生活で継続しやすい自己に適した行い方を見付ける。<br><br><div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">             自己のねらいに応じた体ほぐし運動を選択しよう。           </div> <div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px;">             運動の実施前と後で、心と体の状態がどう変わるでしょう？           </div>  | ○音楽をかけるなどして、活動しやすい雰囲気をつくる。<br>○ねらいに「仲間との気付き、調整、交流」が含まれていることを確認させる。<br>○一つの行い方においても、複数のねらいが関わることを気付かせる。<br>◆一人ひとりの違いを大切に意見交換しようとしている。【主体的に学習に取り組む態度③】 観察<br>○科目保健で学習したストレス緩和するためのリラクゼーションの観点から、心と体の関係や変化を確かめながら活動させる。 |
|           | <b>手軽な運動で、心と体はお互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と主体的に関わり合うこと。</b>   |  |
|           | (3) 運動後に心拍数を確認し、目的にあった心拍数内であることを確認する。   |  |

|   |  |  |
|---|--|--|
| 展開<br>30分   | <p>4 実生活に生かす運動の計画 【学習の進め方】</p>   |  |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 3人一組のグループで活動する。</li> <li>✓ 曲を決め、リズムに合わせて、運動をつなぎ合わせる。</li> <li>✓ 自己のねらいに応じて、運動を考える。</li> <li>✓ 資料2「プログラミング用紙」を活用し、曲のテンポに合わせて、各々運動を当てはめ、運動プログラムを完成する。</li> <li>✓ グループ内で発表し合い、意見交換し、選んだ理由や改善点などを共有する。</li> </ul> |  |
|   | <div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px;"> <p>自分自身の生活にあった、実生活で継続しやすい目標を設定しよう。</p> </div> <div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px;"> <p>自己の目的に合った曲選び（テンポ、曲調など）を考えよう。</p> </div>   | <p>○仲間の運動の計画は、それぞれの生活習慣などの違いを踏まえ作成したことを、肯定的に受け入れられるように声かけする。</p> |
| <div style="border: 2px solid blue; padding: 5px;"> <p>体づくり運動を生涯にわたって楽しむための実生活で継続しやすい自己に適した行い方を見付けるためには、自己の体力や生活習慣の変化を踏まえて、作成した運動の計画を評価したり見直したりすることが求められること。</p> </div>   |  |  |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 「実践者」「パートナー」「記録者」に分かれ、考えた運動プログラムをグループ内で発表する。</li> <li>(2) 互いにアドバイスし合う。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・良かった点や失敗したこと、改善点などを情報交換し、互いにアドバイスする。</li> </ul> </li> <li>(3) 新たな目標の設定 <ul style="list-style-type: none"> <li>・実生活で継続しやすい目標を設定する。</li> </ul> </li> <li>(4) 運動の組み立て及び計画の作成 <ul style="list-style-type: none"> <li>ア 自己のねらいに応じて、個々で運動の計画を再考する。</li> <li>イ 学習した内容や共有した内容をもとに、1年後を想定した運動の計画を立てる。</li> </ul> </li> </ol> | <p>○状況に合わない発言は肯定的な発言に修正するなど、互いの考えを受け入れる雰囲気をつくる。</p> <p>○運動を継続するための工夫について考えさせる。</p> <p>○体づくり運動に主体的に取り組むことができるように留意させる。</p> <p>◆自己のねらいに応じた運動の計画を立案している。【思考・判断・表現①】観察</p>   |  |
| <div style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 5px;"> <p>自己のねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力向上を図るための継続的な運動の計画を立て取り組むこと。</p> </div>   |  |  |
| <p>まとめ<br/>5</p>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>5 本日のまとめ<br/>本時の内容の振り返りと次時の予告</li> <li>6 健康状態の確認・挨拶・解散</li> </ol>   | <p>○次回の授業で必要な用具の確認をする。</p>                                       |





○プログラミング用紙（資料2）

| 音楽： ♪ 曲名 |    |  |  |  |                |
|----------|----|--|--|--|----------------|
| 前奏       |    |  |  |  | (運動に対する自己のねらい) |
|          | 歌詞 |  |  |  | 運動の具体          |
|          | 歌詞 |  |  |  | 運動の具体          |
|          | 歌詞 |  |  |  | 運動の具体          |
|          | 歌詞 |  |  |  | 運動の具体          |

(例)

| 音楽： ♪明日があるさ（ウルフルズ） |             |  |  |  |                |
|--------------------|-------------|--|--|--|----------------|
| 前奏                 |             |  |  |  | 力強い運動          |
|                    | 明日があるさ明日がある |  |  |  | ①片足立ちで（左右4回ずつ） |
| 間奏                 | 会社を興したやつがいる |  |  |  | ②腕立て伏せ，片手タッチ   |
| 間奏                 | 新しい上司はフランス人 |  |  |  | ③腹筋，ハイタッチ      |
| 間奏                 | 明日があるさ明日がある |  |  |  | ④腹筋，片手タッチ      |
| 間奏                 | ある日突然考えた    |  |  |  | ⑤バーピー，ハイタッチ    |
| 間奏                 | 近頃の若い奴らと    |  |  |  | ⑥丸太転がしA        |
| 間奏                 | 明日があるさ明日がある |  |  |  | ⑦丸太転がしB        |

**運動の計画(マイプログラム)作成のための診断シート**

○私の体カプロフィール

新体カテストの測定結果をもとに、体カプロフィールを作成し、どの面が優れ、どの面が不足しているかを理解し、課題を設定する際の参考にしよう。

| テスト項目 | 握力 | 上体起こし | 長座体前屈 | 反復横とび | 50m走 | 立ち幅とび | ボール投げ | 持久走(20mSR) |
|-------|----|-------|-------|-------|------|-------|-------|------------|
| 自己記録  |    |       |       |       |      |       |       |            |
| 全国平均  |    |       |       |       |      |       |       |            |

○何のためか？

- ・運動不足や疲労を解消する、体調を維持するなど、健康に生活するための体力を、日常的に行うことのできる運動例を用いて高めたい。
- ・新体カテストの測定結果を参考に、調和のとれた体力の向上を図りたい。

( 健康増進コース ・ 運動能力向上コース )

○私の高めたい体力の要素は？

- ・新体カテストの結果から分析すると…
- ・1年生の体育授業の学習を振り返ると…

( 体の柔らかさ ・ 巧みな動き ・ 力強い動き ・ 動きを持続する能力 )

○どのような運動を用いるか？ どの程度の運動強度、時間、回数で行うか？

| 運動例  | 健康増進コース                   | 運動能力向上コース                    |
|--|---------------------------|------------------------------|
| <b>体の柔らかさを高めるための運動</b><br>① 1人でのストレッチング<br>② 2人組でのストレッチング<br>③ 音楽を伴う徒手体操<br>④ 深く重心を落とすウォーキング(ランジウォーク)  | 10分程度<br><br><br><br>合計 分 | 5分~10分程度<br><br><br><br>合計 分 |
| <b>巧みな動きを高めるための運動</b><br>① ボールを用いた運動(ジクザクドリブル)<br>② なわとび、ダブルダッチ<br>③ ラダー、ミニハードルを用いた運動<br>④ 一輪車、竹馬、バランスボールを用いた運動<br>⑤ タグレスリング<br>⑥ ビーチフラッグス(伏臥ダッシュ)<br>⑦ 連続馬跳び、連続馬跳び股下くぐり<br>⑧ リアクショントレーニング、ミラー                                       | 最小限1つ<br><br><br><br>合計 分 | } ねらいに応じて自由に選択               |
| <b>力強い動きを高めるための運動</b><br>① 1人で器具を用いない運動(ジャンプ、スクワット、腕立て伏せ、腹・背筋等体幹部の運動)<br>② 1人で器具を用いる運動(ダンベル、ペットボトルを用いた上肢の運動、チューブを用いた上下肢の運動、肋木を用いた腹筋運動、鉄棒を利用した懸垂、壁倒立)<br>③ 2人組で行う運動(背負いスクワット、背負いウォーキング等の体重を利用した運動、手押し車、タオル、チューブを用いた運動、メディシンボールを用いた運動) | 最小限1つ<br><br><br><br>合計 分 |                              |
| <b>動きを持続する能力を高めるための運動</b><br>① なわとび(1人、2~3人、集団)<br>② ペース走、ステップ運動(踏み台昇降運動)<br>③ ウォーキング<br>④ エアロビクス<br>⑤ サーキットトレーニング   | 最低10分<br><br><br><br>合計 分 |                              |
|  |                           |                              |

## 5 球技

### (1) 運動の特性

球技は、ゴール型、ネット型及びベースボール型などから構成され、個人やチームの能力に応じた作戦を立て、集団対集団、個人対個人で勝敗を競うことに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

### (2) 内容の考え方

高等学校では、これまでの学習を踏まえて、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、「作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開する」ことなどが求められる。

したがって、入学年次では、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、体力の高め方や運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。その際、攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。また、球技の学習に自主的に取り組み、作戦などについての話し合いに貢献することや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にすることなどに意欲をもち、健康や安全を確保することができるようにする。

入学年次の次の年次（その次の年次）以降の球技では、多様な楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方などを理解するとともに、仲間と連携しゲームを展開すること、生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題に取り組み、考えたことを他者に伝えること及び球技に主体的に取り組むとともに、公正、協力、責任、参画、共生などの意欲を育み、健康・安全を確保することができるようにする。

球技は、様々な種目があることから、攻防を展開する際に共通して見られるボールや用具などの操作とボールを持たないときの動きについての学習課題に着目し、その特性や魅力に応じて、相手コートに侵入して攻防を楽しむ「ゴール型」、ネットを挟んで攻防を楽しむ「ネット型」、攻守を交代して攻防を楽しむ「ベースボール型」に分類し示している。

そのため、各型においては、学習段階によって、チームや個人の能力に応じた攻防の様相を示すとともに、その様相を導き出すために求められるボール操作や用具などの操作とボールを持たないときの動きの視点で指導内容を整理している。

以上のことから、本単元の指導に当たっては、次のことに留意して学習を進めていく。

- ・「ゴール型」、「ネット型」、「ベースボール型」それぞれの運動において、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携し展開できるよう指導する。

例) 「ベースボール型」の場合

- ・入学年次では、「安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などによって攻防をすること」を身に付けることができるようにする。

・入学年次の次の年次以降では、「状況に応じたバット操作と走塁での攻撃，安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすること」を身に付けることができるようにする。

### (3) 単元指導計画（ベースボール型）

#### ア 学習内容の系統性

|                 | 知識及び技能   | 思考力，判断力，表現力等   | 学びに向かう力，人間性等  |
|-----------------|--|--|---|
| 中学校第1学年及び第2学年   | <p>勝敗を競う楽しさや喜びを味わい，球技の特性や成り立ち，技術の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに，基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開すること。</p> <p>基本的なバット操作と走塁での攻撃，ボール操作と定位置での守備などによって攻防をすること。</p>                                 | <p>攻防などの自己の課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。</p>                      | <p>球技に積極的に取り組むとともに，フェアなプレイを守ろうとすること，作戦などについての話し合いに参加しようとする事，一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする事，仲間の学習を援助しようとする事，健康・安全に気を配ること。</p>         |
| 中学校第3学年及び高校入学年次 | <p>勝敗を競う楽しさや喜びを味わい，技術の名称や行い方，体力の高め方，運動観察の方法などを理解するとともに，作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開すること。</p> <p>安定したバット操作と走塁での攻撃，ボール操作と連携した守備などによって攻防をすること。</p>   | <p>攻防などの自己やチームの課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。</p>                  | <p>球技に自主的に取り組むとともに，フェアなプレイを大切にしようとする事，作戦などについての話し合いに貢献しようとする事，一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする事，互いに助け合い教え合おうとすること，健康・安全に気を確保すること。</p> |
| 高校その次の年次以降      | <p>勝敗を競ったり，チームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい，技術などの名称や行い方，体力の高め方，課題解決の方法，競技会の仕方などを理解するとともに，作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開すること。</p> <p>状況に応じたバット操作と走塁での攻撃，安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすること。</p> | <p>生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し，合理的，計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに，自己やチームの考えたことを他者に伝えること。</p> | <p>球技に主体的に取り組むとともに，フェアなプレイを大切にしようとする事，合意形成に貢献しようとする事，一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする事，互いに助け合い高め合おうとすること，健康・安全を確保すること。</p>            |

## イ 評価規準

入学年次の次の年以降「E球技：ベースボール型」の全ての「単元の評価規準」

| 知識・技能  |  | 思考・判断・表現  | 主体的に学習に取り組む態度  |
|--|--|---|--|
| <p>○知識</p> <p>①球技では、各型の各種目の局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることについて、言ったり書き出ししたりしている。</p> <p>・球技の型や種目によって必要な体力要素があり、その型や種目の技能に関連させながら体力を高めることができることについて、言ったり書き出ししたりしている。</p> <p>②課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通した学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出ししたりしている。</p> <p>・競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、言ったり書き出ししたりしている。</p> | <p>○技能</p> <p>・身体全体を使ってバットを振りぬくことができる。</p> <p>・ボールの高さやコースなどにタイミングを合わせてボールをとらえることができる。</p> <p>①守備スペースが空いた方向をねらってボールを打ち返すことができる。</p> <p>・バントの構えから勢いを弱めたボールをねらった方向へ打つことができる。</p> <p>・タッチアップでは、タイミングよく進塁の動きをすることができる。</p> <p>③仲間の走者の動きに合わせて、塁を進んだり戻ったりすることができる。</p> <p>・打球のバウンドやコースに応じて、タイミングを合わせてボールを捕ることができる。</p> <p>②塁に入ろうとする味方の動きに合わせて、捕球しやすいボールを投げるができる。</p> <p>・仲間の送球に対して次の送球をしやすいようにボールを受けることができる。</p> <p>・投球では、コースや高さをコントロールして投げるができる。</p> <p>・打者の特徴や走者の位置に応じた守備位置に立つことができる。</p> <p>・得点や進塁を防ぐために、走者の進塁の状況に応じて、最短距離での中継ができる位置に立つことができる。</p> <p>・打球や送球に応じて仲間の後方に回り込むバックアップの動きをすることができる。</p> <p>・ポジションに応じて、ダブルプレイに備える動きをすることができる。</p> | <p>・選択した運動について、チームや自己の動きを分析して、良い点や修正点を指摘している。</p> <p>①課題解決の過程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見している。</p> <p>・チームや自己の課題を解決するための練習の計画を立てている。</p> <p>・練習やゲームの場面で、チームや自己の危険を回避するための活動の仕方を提案している。</p> <p>・練習やゲームを行う場面で、チームや自己の活動を振り返り、よりよいマナーや行為について提案している。</p> <p>②チームでの学習で、状況に応じてチームや自己の役割を提案している。</p> <p>③チームでの話合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。</p> <p>・体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに球技を楽しむための調整の仕方を見付けている。</p> <p>・球技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。</p> | <p>・球技の学習に主体的に取り組もうとしている。</p> <p>・フェアなプレイを大切にしようとしている。</p> <p>・作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。</p> <p>・一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとしている。</p> <p>①仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。</p> <p>②危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。</p> |

※ 表中の○囲み数字は、当該単元の評価規準を示している。

ウ 指導と評価の計画（例）

| 単元の目標   |    | 知識及び技能   | 次の運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。<br>ウ ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることができるようにする。 |                      |  |   |   |                                  |   |         |           |    |         |    |        |          |   |                |
|---------|----|--|---|----------------------|--|---|---|----------------------------------|---|---------|-----------|----|---------|----|--------|----------|---|----------------|
|         |    | 思考力、判断力、表現力等   | 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができるようにする。  |                      |  |   |   |                                  |   |         |           |    |         |    |        |          |   |                |
| 単元の目標   |    | 学びに向かう力、人間性等   | 球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。  |                      |  |   |   |                                  |   |         |           |    |         |    |        |          |   |                |
|         |    | 時  | 1   | 2                    | 3  | 4 | 5   | 6                                | 7 | 8       | 9         | 10 | 11      | 12 | 13     | 14       | 15  | 授業づくりのポイント     |
| 学習の流れ   | 0  | 健康観察・本時のねらいの確認・準備運動  |   |                      |  |   |   |                                  |   |         |           |    |         |    |        |          | <ul style="list-style-type: none"> <li>動きの獲得を通して、知識の大切さを実感できるようにする。</li> <li>汎用性のある知識を精選し、学習の充実を図る。</li> <li>空いた方向をねらってボールを打ち返すことや、打球や走者に応じて守備が行えるようにする。</li> <li>アドバイスをし合うことができるようにし、学習の振り返りで質を高めていく。</li> <li>仲間への助言や安全に留意する意義などの理解と具体的な取り組み方を結び付けて指導する。</li> </ul> |                |
|         | 10 | キャッチボールドリル（ボール操作の反復練習）   |   |                      |  |   |   |                                  |   |         |           |    |         |    |        |          |   |                |
|         | 20 | オリエンテーション  | 守備練習<br>ゴロ捕球<br>フライ捕球   |                      |  |   |   | 課題の確認と解決の練習<br>課題伝達 役割<br>安全見つける |   |         | 簡易ゲームⅠの修正 |    | 最終リーグ戦Ⅱ |    | 単元のまとめ |          |   |                |
|         | 30 | ボール慣れ練習  | 打撃練習<br>トスティーフリー  | ノック<br>内野外野<br>中継ケース | タスクゲーム<br>空いた方向を狙った打撃<br>味方の動きに合わせた走塁・守備<br>仲間の即時の助言 |   | 簡易ゲームⅠ<br>1イニング全員打撃制など簡易化<br>↓<br>スリーアウト制<br>ゲーム記録の活用 |                                  |   | 最終リーグ戦Ⅰ |           |    |         |    |        |          |   |                |
|         | 40 | 整理運動・学習の振り返り・次時の確認   |   |                      |  |   |   |                                  |   |         |           |    |         |    |        |          |   |                |
| 評価機会    |    | 1  | 2   | 3                    | 4  | 5 | 6   | 7                                | 8 | 9       | 10        | 11 | 12      | 13 | 14     | 15       |   |                |
|         | 知  | ①  |   |                      |  |   |   |                                  |   |         | ②         |    |         |    |        |          | 総合的評価   |                |
|         | 技  |  |   |                      |  |   | ①   |                                  | ② |         |           | ③  |         |    |        |          |   | 学習カード<br>観察、記録 |
|         | 思  |  |   |                      |  |   |   |                                  | ② |         |           | ①  |         |    |        | ③        |   | 学習カード、観察       |
| 態       |    | ②  |   | ①                    |  |   |   |                                  |   |         |           |    |         |    | ①      | 観察、学習カード |   |                |
| 単元の評価規準 | 知  | ① 球技では、各型の各種目の局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることについて、言ったり書き出したりしている。<br>② 課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 |   |                      |  |   |   |                                  |   |         |           |    |         |    |        |          |   |                |
|         | 技  | ① 守備スペースが空いた方向をねらってボールを打ち返すことができる。<br>② 塁に入ろうとする味方の動きに合わせて、捕球しやすいボールを投げることや、仲間の送球に対して次の送球をしやすいようにボールを受けることができる。<br>③ 仲間の走者の動きに合わせて、塁を進んだり戻ったりすることができる。   |   |                      |  |   |   |                                  |   |         |           |    |         |    |        |          |   |                |
|         | 思  | ① 課題解決の過程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見している。<br>② チームでの学習で、状況に応じてチームや自己の役割を提案している。<br>③ チームでの話合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。  |   |                      |  |   |   |                                  |   |         |           |    |         |    |        |          |   |                |
|         | 態  | ① 仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。<br>② 危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。   |   |                      |  |   |   |                                  |   |         |           |    |         |    |        |          |   |                |

## 1 単元名 球技

その次の年次 ベースボール型 ソフトボール

## 2 単元の目標

(1) 次の運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。

ウ ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることができるようにする。(知識及び技能)

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

(3) 球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、合意形成に貢献しようとする事、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする事、互いに助け合い高め合おうとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

## 3 当該単元における単元の評価規準

※第2学年における球技（ベースボール型）

| 知識・技能   |  | 思考・判断・表現   | 主体的に学習に取り組む態度  |
|---|--|--|--|
| ○知識<br>①球技では、各型の各種目の局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることについて、言ったり書き出したりしている。<br>②課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 | ○技能<br>①守備スペースが空いた方向をねらってボールを打ち返すことができる。<br>②塁に入ろうとする味方の動きに合わせて、捕球しやすいボールを投げることや、仲間の送球に対して次の送球をしやすいようにボールを受けることができる。<br>③仲間の走者の動きに合わせて、塁を進んだり戻ったりすることができる。 | ①課題解決の過程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見している。<br>②チームでの学習で、状況に応じてチームや自己の役割を提案している。<br>③チームでの話合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。 | ①仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。<br>②危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。 |

## 4 本時の展開（6／15）

### (1) 本時の目標

○守備が空いた方向をねらってボールを打ち返すこと。最短距離で中継をしたり、打球や送球に応じて仲間の後方に回り込むバックアップの動きをしたりすること。(知識及び技能)



(2) 本時の展開

                     : ねらい                      : 学習内容                      : 発問・指示

|           | 学習内容・学習活動   | ○指導上の留意点 ◆評価   |
|-----------|---|--|
| 導入<br>5分  | 1 集合、挨拶し、欠席者・見学者・健康状態を確認する。<br>2 本時の目標を確認し、学習の見通しをもつ。   | ○心と体の調子が優れない生徒に声をかける。<br>○前時の学習を振り返り、本時の目標を確認させる。  |
|           | <b>状況判断と中継、ベースカバー、バックアップの動きが重要になる。</b>  |  |
|           | 3 準備運動、補強運動を行う。   | ○可動域を広げることを意識させる。  |
|           | 4 チームでキャッチボールドリルを行う。  | ○試合を想定して中継プレーを行うよう指示する。  |
|           | 5 タスクゲームのルールを確認し、対処の仕方（課題解決の方法）を考える。  | ○ゲームの様相を改善するためにルールが工夫されていることを理解させる。  |
|           | 【ルール】   |  |
|           | <p>「アウトになるまで走るゲーム」（ボールをつなぐゲームの発展型として行う）</p> <p>&lt;打者&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ティーにボールを乗せて、バッティングを行う。</li> <li>・打ったら走り、進めるだけ進塁する。</li> <li>・本塁を過ぎてもボールが返球されない場合には、2周目も走る。</li> <li>・守備の位置を確認して、空いているスペースを狙って打てるようになるよ。</li> </ul> <p>&lt;守備者&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・打球を捕球したら、中継しながらランナーをベース上でアウトにするまでボールをつなぐ。（ランナーが進塁をねらうベース上に先にボールを返球する。）</li> <li>・アウトになるまでプレーが続くので、中継・ベースカバーの動きが重要となる。</li> </ul> <p>&lt;得点について&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・アウトにされた時点でどのベースまで到達していたかで、攻撃側に得点を与える。（1塁→1点、2塁→2点、3塁→3点、本塁→4点、2周目1塁→5点）</li> </ul> |  |
| 展開<br>40分 | 6 班ごとにタスクゲームの作戦会議を行う。<br><div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px; margin-top: 5px;">             先の塁まで進むにはどこを狙って打てばよいでしょう？余分な進塁を防ぐにはどのようにしたらよいでしょう？           </div>  | ○作戦会議を巡回しながら、動きをイメージさせ、発問の答えを考えさせる。<br>◆守備が空いた方向をねらってボールを打ち返している。最短距離で中継をしたり、打球や送球に応じて仲間の方々に回り込むバックアップの動きをしたりしている。<br><b>【知識・技能①】 観察</b> |

|                   |   |   |
|-------------------|---|---|
|                   | <p>7 タスクゲームを行う。</p> <p>点数を防ぐ班と点数を取られる班を比べるとどこが違いますか？</p> <p><b>状況判断をして、ベースカバーに入りバックアップすることなどボールを持っていない人の動きや指示が重要であること。</b></p>  | <p>○ボールを保持していない人の動きや指示が大切であることに気付かせる。</p> <p>○他の班の対戦を、動きを比較しながら観察するよう意識させる。</p>                                     |
| <p>まとめ<br/>5分</p> | <p>8 班ごとにタスクゲームの振り返りを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・タスクゲームで心がけたこと</li> <li>・うまくいった点とその理由</li> <li>・うまくいかなかった点とその理由</li> </ul> <p>9 本時の学習内容、次時の内容と課題を確認し、見通しをもつ。</p> <p>10 整理運動を行い、けが等の有無を確認する。</p> <p>11 挨拶し、解散する。</p> | <p>○うまくいったこと、うまくいかなかったことを整理させる。</p> <p>○正確性と状況判断が必要なこと、その実現状況を伝え、次時の内容と課題を示す。</p> <p>○振り返りの結果を学習カードに記入するよう指示する。</p> |

## 5 指導資料

### 資料1 ソフトボール学習カード

年 組 番 名前

#### 1 単元の目標

- (1) 次の運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。(知識及び技能)  
ウ ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすること。
- (2) 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができるようにする。(思考力・判断力・表現力等)
- (3) 球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、合意形成に貢献しようとする事、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする事、互いに助け合い高め合おうとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

#### 2 目標

|  |
|--|
|  |
|--|

#### 3 チーム

|        |
|--------|
| チーム名   |
| メンバー・係 |

#### 4 本時の学習のめあて

| 時  | めあて | 先生より |
|----|-----|------|
| 2  |     |      |
| 3  |     |      |
| 4  |     |      |
| 5  |     |      |
| 6  |     |      |
| 7  |     |      |
| 8  |     |      |
| 9  |     |      |
| 10 |     |      |

#### 5 学習の自己評価 ◎よくできた ○まあできた △もう少し

| 時  | 安全に留意して活動できた | ルール・マナーを守ってできた | 組んだ | 友達と協力して学習に取り組んだ | 全力を出して試合に取り組んだ | チームの力を高める練習ができた | 自分の技能を高める練習ができた | めあてを意識的に活動できた | 伝えることができた | 考えを他者に |
|----|--------------|----------------|-----|-----------------|----------------|-----------------|-----------------|---------------|-----------|--------|
| 2  |              |                |     |                 |                |                 |                 |               |           |        |
| 3  |              |                |     |                 |                |                 |                 |               |           |        |
| 4  |              |                |     |                 |                |                 |                 |               |           |        |
| 5  |              |                |     |                 |                |                 |                 |               |           |        |
| 6  |              |                |     |                 |                |                 |                 |               |           |        |
| 7  |              |                |     |                 |                |                 |                 |               |           |        |
| 8  |              |                |     |                 |                |                 |                 |               |           |        |
| 9  |              |                |     |                 |                |                 |                 |               |           |        |
| 10 |              |                |     |                 |                |                 |                 |               |           |        |

**資料2 ソフトボール学習カード**

|  |    |   |   |   |   |   |                                     |   |  |  |  |  |  |   |
|--|----|---|---|---|---|---|-------------------------------------|---|--|--|--|--|--|---|
| 月 日 ( ) ( ) 時間目                            |    |   |   |   |   |   | チーム名: ( ) 班                         |   |  |  |  |  |  |   |
| 本時の目標(チームのめあて)                             |    |   |   |   |   |   | 作戦<br>(チームの良さを生かす工夫・他チームの良さをおさえる工夫) |   |  |  |  |  |  |   |
| イニングスコア                                    |    |   |   |   |   |   | 振り返り<br>(チームで達成できたこと・チームで改善したいこと)   |   |  |  |  |  |  |   |
| チーム名                                       |    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                                     |   |  |  |  |  |  | 計 |
|  |    |   |   |   |   |   |                                     |   |  |  |  |  |  |   |
| 順  | 名前 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 相手チームのよかったところ                       |   |  |  |  |  |  |   |
| 1  |    |   |   |   |   |   |                                     |   |  |  |  |  |  |   |
| 2  |    |   |   |   |   |   |                                     |   |  |  |  |  |  |   |
| 3  |    |   |   |   |   |   | 今日のMVPとその理由                         |   |  |  |  |  |  |   |
| 4  |    |   |   |   |   |   |                                     |   |  |  |  |  |  |   |
| 5  |    |   |   |   |   |   |                                     |   |  |  |  |  |  |   |
| 6  |    |   |   |   |   |   | 今日の学習を振り返ろう                         |   |  |  |  |  |  |   |
| 7  |    |   |   |   |   |   | ◎<br>○<br>△                         | ・打撃や捕球の技能を高めよう意識できたか ( )<br>・相手との攻防に合う作戦で練習やゲームをすることができたか ( )<br>・ルールを守り、練習やゲームの運営、審判ができたか ( )<br>・練習やゲームで教え合ったり励まし合ったりすることができたか( ) |  |  |  |  |  |   |
| 8  |    |   |   |   |   |   |                                     |   |  |  |  |  |  |   |
| 9  |    |   |   |   |   |   |                                     |   |  |  |  |  |  |   |
| 10   |    |   |   |   |   |   |                                     |   |  |  |  |  |  |   |
| 例: 出塁○ ヒット◎ ホームラン☆<br>アウト/ 三振△ ※打点は右に数字を記入 |    |   |   |   |   |   | 先生からのコメント                           |   |  |  |  |  |  |   |

---

---

## 6 体育理論

---

---

### (1) 領域の特性

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

### (2) 内容の考え方

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

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

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

「体育理論」は、各年次において、全ての生徒に履修させるとともに、学習指導要領解説の「各科目にわたる指導計画の作成と内容の取扱い」に、授業時数を各年次で6単位時間以上を配当することとしている。

このことは、基礎的な知識は、意欲、思考力、運動の技能などの源となるものであり、確実な定着を図ることが重要であることから、各領域に共通する内容や、まとまりで学習することが効果的な内容に精選するとともに、中学校との接続を考慮して単元を構成し、十分な定着が図られるよう配慮したものである。また、各年次6単位時間以上としたのは、主体的・対話的で深い学びの実現に向けて事例などを用いたディスカッションや課題学習などを各学校の実態に応じて取り入れることができるように配慮したためである。これらの点を十分考慮して指導計画を作成する必要がある。

入学年次においては、(1) スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展を、その次の年次においては、(2) 運動やスポーツの効果的な学習の仕方を、それ以降の年次においては、(3) 豊かなスポーツライフの設計の仕方をそれぞれ取り上げることとする。

### (3) 単元指導計画

#### ア 学習内容の系統性

| 学年                  | 学 習 内 容                  |  |   |
|---------------------|--------------------------|--|---|
| 中学校<br>第1学年         | 運動やスポーツの多様性              | <ul style="list-style-type: none"> <li>(ア) 運動やスポーツの必要性と楽しさ</li> <li>(イ) 運動やスポーツへの多様な関わり方</li> <li>(ウ) 運動やスポーツの多様な楽しみ方</li> </ul>   | <p>運動やスポーツの合理的な実践を通して、楽しさや喜びを味わい、それらを生涯にわたる豊かに実践できるようにするとともに、見る、支える、知るなどの多様な関わり方を通して、生きがいや身近な文化と捉えることができるようにするためには、人はなぜ運動やスポーツを行うのかといった必要性や楽しさ、運動やスポーツを通じた多様な関わり方や楽しみ方について理解するとともに、運動やスポーツの多様性に関心を持ち、自分と運動やスポーツとの関わり方について、思考し、判断し、表現できるようにする。</p> |
| 中学校<br>第2学年         | 運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方 | <ul style="list-style-type: none"> <li>(ア) 運動やスポーツが心身及び社会性に及ぼす効果</li> <li>(イ) 運動やスポーツの学び方</li> <li>(ウ) 安全な運動やスポーツの行い方</li> </ul>   | <p>運動やスポーツの合理的な実践を通して、生涯にわたり豊かに運動やスポーツに親しむ資質・能力を育てるとともに健康の保持増進を図るためには、その意義や効果、学び方、安全に運動やスポーツを行う必要性やその方法について理解できるようにする。</p>  |
| 中学校<br>第3学年         | 文化としてのスポーツの意義            | <ul style="list-style-type: none"> <li>(ア) 現代生活におけるスポーツの文化的意義</li> <li>(イ) 国際的なスポーツ大会などが果たす文化的な意義や役割</li> <li>(ウ) 人々を結びつけるスポーツの文化的働き</li> </ul>                                | <p>体づくり運動、ダンスや野外活動などを含む広義のスポーツが、人々の生活や人生を豊かにするかけがえのない文化となっていること、また、そのような文化としてのスポーツが世界中に広まっていることによって、現代生活の中で重要な役割を果たしていることなどの現代スポーツの価値について理解できるようにする。</p>  |
| 高等学校<br>入学年次        | スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展    | <ul style="list-style-type: none"> <li>(ア) スポーツの歴史的発展と多様な変化</li> <li>(イ) 現代のスポーツの意義や価値</li> <li>(ウ) スポーツの経済的効果と高潔さ</li> <li>(エ) スポーツが環境や社会にもたらす影響</li> </ul>                   | <p>スポーツの発展は、人々に文化的、社会的、経済的な恩恵をもたらしていること、一方、スポーツへの社会の関心や期待が高まることで課題も生じることについて理解することが求められる。その理解を基盤として、現代のスポーツを持続可能な大切な文化として捉え、育てていくためには、現在及び将来において、スポーツについての課題の双方から自己の関わり方を考え深めていくことができるようにする。</p>  |
| 高等学校<br>その次の<br>年次  | 運動やスポーツの効果的な学習の仕方        | <ul style="list-style-type: none"> <li>(ア) 運動やスポーツの技能と体力及びスポーツによる障害</li> <li>(イ) スポーツの技術と技能及びその変化</li> <li>(ウ) 運動やスポーツの技能の上達過程</li> <li>(エ) 運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方</li> </ul> | <p>卒業後の将来においても運動やスポーツの楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたる豊かなスポーツライフを多様に実践できるようにするためには、単に運動やスポーツを受動的に楽しむだけでなく、体力と技能の関わりとそれらを適切に高める必要性や、技能の型に応じた高め方があること、運動やスポーツの安全で効果的な学習の仕方などについての理解を基に、選択した運動に関する領域の学習に生かすことができるようにする。</p>                                       |
| 高等学校<br>それ以降<br>の年次 | 豊かなスポーツライフの設計の仕方         | <ul style="list-style-type: none"> <li>(ア) ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方</li> <li>(イ) ライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方</li> <li>(ウ) スポーツ推進のための施策と諸条件</li> <li>(エ) 豊かなスポーツライフが広がる未来の社会</li> </ul>   | <p>卒業後においても自己に適した生涯にわたる豊かなスポーツライフを継続していくためには、各ライフステージ(生涯の各段階)と併せてライフスタイル(生き方や暮らし方)に応じた継続の仕方を工夫する必要がある、それらの特徴や条件に応じて、無理なくスポーツを継続するための見通しをもつことが大切であることや、誰もがスポーツに親しむことのできる社会を支援するスポーツ推進の施策があることなどについて理解できるようにする。</p>                                 |

## イ 評価規準

入学年次「H 体育理論」の全ての「単元の評価規準」

| 知識・技能   | 思考・判断・表現   | 主体的に学習に取り組む態度  |
|---|--|--|
| <p>①スポーツは、人類の歴史とともに始まり、その理念が時代に応じて多様に変容してきていること。また、我が国から世界に普及し、発展しているスポーツがあること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。</p> <p>②現代のスポーツは、オリンピックやパラリンピック等の国際大会を通して、国際親善や世界平和に大きな役割を果たし、共生社会の実現にも寄与していること。また、ドーピングは、フェアプレイの精神に反するなど、能力の限界に挑戦するスポーツの文化的価値を失わせること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。</p> <p>③現代のスポーツは、経済的な波及効果があり、スポーツ産業が経済の中で大きな影響を及ぼしていること。また、スポーツの経済的な波及効果が高まるにつれ、スポーツの高潔さなどが一層求められること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。</p> <p>④スポーツを行う際は、スポーツが環境や社会にもたらす影響を考慮し、多様性への理解や持続可能な社会の実現に寄与する責任ある行動が求められること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。</p> | <p>①スポーツの歴史的発展と多様な変化や現代のスポーツの意義や価値について、事実や理念を整理したり、自己のスポーツへの関わりを見いだしたりして、自己や社会にスポーツがもたらす影響について課題を発見すること。</p> <p>②スポーツの経済的効果と高潔さやスポーツが環境や社会へもたらす影響について、習得した知識を基に、持続可能なスポーツの発展のための課題の解決に向けて、自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えること。</p> | <p>①スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p> |

※体育理論については「技能」に係る評価の対象がないことから、「技能」の評価規準は設定していない。

## ウ 指導と評価の計画（例）

| 時間 | 学習のねらいと活動   | 学習活動における<br>具体的な評価規準 |   |   | 評価の方法                          |
|----|---|----------------------|---|---|--------------------------------|
|    |   | 知                    | 思 | 態 |                                |
| 1  | <p>「スポーツの歴史的発展と多様な変化」</p> <p><b>【ねらい】</b><br/>スポーツは、人類の歴史とともに世界各地で日常の遊びや生活などから生まれてきたこと、近代になって、スポーツは娯楽から競技に変化し、一般の人びとに広がっていったこと、現代では、競技だけでなく、広く身体表現や身体活動を含む概念としてスポーツが用いられるようになってきており、その理念が時代に応じて多様に変容してきていることを理解できるようにする。</p> <p>また、近年では、我が国から世界に普及し、発展しているスポーツがあり、日本の文化の発信に貢献していることを理解できるようにする。</p> <p><b>【学習活動】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 スポーツのルーツについて考える。</li> <li>2 近代スポーツについて考える。スポーツが娯楽から競技に変化し、一般の人々に広がっていったことを理解する。</li> <li>3 スポーツの範囲は、広く身体表現や身体活動を含む概念としてスポーツが用いられるようになってきたことを理解する。</li> <li>4 我が国から世界に普及し、発展しているスポーツがあり、日本の文化の発信に貢献していることを理解する。</li> </ol> | ①                    |   |   | <p>【学習カード】知①</p> <p>【観察】思①</p> |
| 2  | <p>「現代のスポーツの意義や価値①」</p> <p><b>【ねらい】</b><br/>現代のスポーツは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしており、その代表的なものにオリンピックやパラリンピック等の国際大会があることを理解できるようにする。</p> <p>オリンピックムーブメントは、オリンピック競技大会を通じて、人々の友好を深め、世界の平和に貢献しようとするものであること、また、パラリンピック等の国際大会が、障害の有無等を超越してスポーツを楽しむことができる共生社会の実現に寄与していることについて理解できるようにする。なお、現代のオリンピック競技種目の多くは、19世紀にイギリスで発祥し発展してきたことについても触れるようにする。</p> <p><b>【学習活動】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 現代のスポーツが、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていることを理解する。</li> <li>2 オリンピックムーブメントについて理解する。</li> <li>3 現代オリンピック競技種目の多くは、19世紀にイギリスで発祥し発展してきたことを理解する。</li> </ol>  | ②                    | ① |   | <p>【観察】思①</p> <p>【学習カード】知②</p> |
| 3  | <p>「現代のスポーツの意義や価値②」</p> <p><b>【ねらい】</b><br/>競技会での勝利が個人や国家等に多大な利益をもたらすようになるとドーピング（禁止薬物使用等）が社会問題として取り上げられるようになったこと、ドーピングは不当に勝利を得ようとするフェアプレイの精神に反する不正な行為であり、能力の限界に挑戦するスポーツの文化的価値を失わせる行為であることを理解できるようにする。</p> <p><b>【学習活動】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 ドーピングが許されない理由について考え、意見交換する。</li> <li>2 スポーツ倫理の重要性について考え、理解する。</li> <li>3 これからの社会に求められるスポーツのあり方について考え、意見交換する。</li> </ol>   |                      | ② |   | <p>【学習カード】思②</p>               |



|   |   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|---|--|
| 4 | <p>「スポーツの経済的効果と高潔さ①」</p> <p><b>【ねらい】</b><br/>現代のスポーツの経済的効果には、スポーツの実施による直接的な効果のみならず、例えば、スポーツ用品、スポーツに関する情報やサービス、スポーツ施設などの広範な業種から構成されるスポーツ産業による効果、スポーツイベント等による波及的な経済効果があり、経済活動に大きな影響を及ぼしていることを理解できるようにする。</p> <p><b>【学習活動】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 現代スポーツの経済的効果について理解する。</li> <li>2 大会自体の経済的効果とそれに付随する経済的効果について考え、意見を交換する。</li> <li>3 スポーツ産業が経済の中で大きな影響を及ぼしていることを理解する。</li> </ol>                                     | ③ |   | ① | <p><b>【観察】</b><br/>態①<br/><b>【学習カード】</b>知③</p> |
| 5 | <p>「スポーツの経済的効果と高潔さ②」</p> <p><b>【ねらい】</b><br/>スポーツの経済的波及効果が高まることに伴って、スポーツの価値をおとしめる可能性が生じることから、スポーツに関わる全ての人々に、スポーツの価値を一層高める関わり方が求められていることについて理解できるようにする。</p> <p><b>【学習活動】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 スポーツの経済的効果を高めるためにできることについて考え、意見交換する。</li> <li>2 経済的波及効果が高まることに伴って、スポーツの価値をおとしめる可能性が生じることについて理解する。</li> <li>3 スポーツを「みる、支える」立場から、スポーツの価値を遵守するためにどのような取組ができるのかを考える。</li> </ol>  |   | ② |   | <p><b>【観察】</b><br/>思①</p>                      |
| 6 | <p>「スポーツが環境や社会にもたらす影響」</p> <p><b>【ねらい】</b><br/>スポーツに関わる人々の増加は、例えば、地域の人々の生活や社会環境にも様々な影響をもたらすようになってきていることを理解できるようにする。<br/>また、スポーツを行う際には、提供者、利用者の双方が持続可能な社会の実現や共生社会の実現を視野に入れた取組が求められることについても理解できるようにする。</p> <p><b>【学習活動】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 スポーツに関わる人々の増加により、自分たちの生活がどう変わるのか考え、意見交換する。</li> <li>2 スポーツを行う際に、提供者と利用者のそれぞれがどのような取組をする必要があるか考え、理解する。</li> <li>3 環境や社会に良い影響をもたらすためにスポーツのあるべき姿について考え、理解する。</li> </ol> | ④ |   | ① | <p><b>【学習カード】</b>知④<br/><b>【観察】</b><br/>態①</p> |

## 1 単元名 体育理論

入学年次 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展  
「(ア) スポーツの歴史的発展と多様な変化」

## 2 単元の目標

- (1) スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解することができるようにする。(知識及び技能)
- (2) スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)
- (3) スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取り組むことができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

## 3 当該単元における単元の評価規準

| 知識・技能   | 思考・判断・表現   | 主体的に学習に取り組む態度  |
|---|--|--|
| <p>①スポーツは、人類の歴史とともに始まり、その理念が時代に応じて多様に変容してきていること、また、我が国から世界に普及し、発展しているスポーツがあること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。</p> <p>②現代のスポーツは、オリンピックやパラリンピック等の国際大会を通して、国際親善や世界平和に大きな役割を果たし、共生社会の実現にも寄与していること、また、ドーピングは、フェアプレイの精神に反するなど、能力の限界に挑戦するスポーツの文化的価値を失わせること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。</p> <p>③現代のスポーツは、経済的な波及効果があり、スポーツ産業が経済の中で大きな影響を及ぼしていること、また、スポーツの経済的な波及効果が高まるにつれ、スポーツの高潔さなどが一層求められること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。</p> <p>④スポーツを行う際は、スポーツが環境や社会にもたらす影響を考慮し、多様性への理解や持続可能な社会の実現に寄与する責任ある行動が求められること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。</p> | <p>①スポーツの歴史的発展と多様な変化や現代のスポーツの意義や価値について、事実や理念を整理したり、自己のスポーツへの関わりを見いだしたりして、自己や社会にスポーツがもたらす影響について課題を発見している。</p> <p>②スポーツの経済的効果と高潔さやスポーツが環境や社会へもたらす影響について、習得した知識を基に、持続可能なスポーツの発展のための課題の解決に向けて、自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている。</p> | <p>①スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取り組もうとしている。</p> |

## 4 本時の展開 (1/6)

### (1) 本時の目標

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

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

(2) 本時の展開

  : ねらい  
   : 学習内容  
   : 発問・指示

|   | 学習内容・学習活動   | ○指導上の留意点 ◆評価  |
|---|---|---|
| 導入<br>5分  | 1 心身のコンディションを確認する。<br>2 前時の学習内容を振り返る。<br>3 本時の目標を確認し、学習を見通す。  | ○出欠を確認し、心身の健康状態を把握する。<br>○前時の学習を振り返り、学習内容を確認させる。  |
|   | スポーツの歴史的発展と多様な変化について理解する。また、近年は我が国から世界に普及し、発展しているスポーツがあり、日本の文化の発信に貢献していることを理解する。  |   |
| 展開<br>40分   | 4 スポーツのルーツについて考える。<br><span style="border: 1px dashed blue; padding: 2px;">                         スポーツのルーツは何だろう？好きなスポーツのルーツについて考えてみよう！                     </span>            | ○自分の好きなスポーツのルーツについて考えさせる。<br>○具体的な種目について考えさせると良い。<br>○数名発表させる。  |
|   | スポーツは、人類の歴史とともに世界各地で日常の遊びや生活などから生まれてきた。   |   |
|   | 5 近代スポーツについて考える。<br><span style="border: 1px dashed blue; padding: 2px;">                         現在あるスポーツはいつごろどのようにできたのだろうか？                     </span>                       | ○イギリス生まれのスポーツとしてラグビーとサッカーを、アメリカ生まれのスポーツとしてバスケットボールとバレーボールを取り上げるなど、具体的な種目を題材に話を進めると良い。<br>○数名発表させる。<br>◆他者と意見交換し、自分の考えを深めている。【知識・技能①】学習カード |
|   | 近代になり、スポーツは娯楽から競技に変化し、一般の人々に広がっていった。  |   |
|   | 6 スポーツの範囲について考える。<br>スポーツ振興法の条文を基に、スポーツの範囲について考える。  | ○スポーツは、ダンス、武道、野外活動、体操など広く身体表現や身体活動を含む概念として用いられていることについて理解させる。   |
| 現代では競技だけでなく、広く身体表現や身体活動を含む概念としてスポーツが用いられるようになってきた。その理念が時代に応じて多様に変化してきている。 |   |   |
|   | 7 日本発祥のスポーツを考える。<br>(5～6人グループワーク)<br><span style="border: 1px dashed blue; padding: 2px;">                         日本から世界に普及し、発展しているスポーツには何があるだろうか？                     </span> | ○5～6人のグループを作り、役割(司会、書記、発表)を決めさせ、議論させる。<br>○日本生まれのスポーツ、とくに柔道が世界に広がっていく過程を、嘉納治五郎の功績とともに説明すると良い。また、柔道以外にも剣道や弓道、ソフトテニスなど日本発                   |

|                   |  |  |
|-------------------|--|--|
|                   |  | <p>祥のスポーツは多くあり，日本文化の発信に貢献していることを理解させる。</p> <p>◆自己の考えを，他者に伝えようとしている。【思考・判断・表現①】観察</p> |
|                   | <p>近年では我が国から世界に普及し，発展しているスポーツがあり，日本の文化の発信に貢献している。</p>                              |  |
| <p>まとめ<br/>5分</p> | <p>8 ワークシートに，本時の学習で学んだこと，気付いたこと，疑問点として残ったことなどを記入する。</p> <p>9 次時の内容を確認し，見通しをもつ。</p> | <p>○個人でワークシートに整理させる。</p> <p>○次時に見通しをもたせる。</p>  |

## 5 指導資料（ワークシート，リフレクションシート等）

### スポーツの歴史的発展と多様な変化

\_\_\_\_\_組 \_\_\_\_\_番 氏名\_\_\_\_\_

1 「スポーツのルーツは何だろう？好きなスポーツのルーツについて考えてみよう！」

スポーツ名 \_\_\_\_\_ | 考えられるルーツは？ \_\_\_\_\_

2 「現在あるスポーツはいつごろどのようにできたのだろうか？」

スポーツ名 \_\_\_\_\_ | いつごろ？どのように？ \_\_\_\_\_

3 **グループワーク（5～6人組）**  
「日本から世界に普及し，発展しているスポーツには何があるだろうか？」

4 **まとめ**  
「学んだこと，気づいたこと，疑問点を書いて今日の授業をまとめよう！」

## 第3章 科目「保健」の学習指導

### 1 科目「保健」の性格と目標

#### (1) 性格

少子化や情報化など社会の急激な変化による近年の児童生徒の成育環境や生活行動の変化、国民の疾病構造等の変化に関わって深刻化している心の健康、食生活をはじめとする生活習慣の乱れ、生活習慣病など、薬物乱用、性に関する問題など現代社会における健康・安全の問題は多様化しており、児童生徒のみならず国民全てにとって心身の健康の保持増進が大きな課題となってきた。

これらの問題に対処するためには、ヘルスプロモーションの考え方を生かし、健康に関する個人の適切な意思決定や行動選択及び健康的な環境づくりの重要性について理解を深めるとともに、生涯の各段階における健康課題への対応と保健・医療制度や地域の保健・医療機関の適切な活用及び社会生活における健康の保持増進について理解できるようにし、心身の健康の保持増進を図るための思考力、判断力、表現力等や健康を大切にしまるく豊かに生活する態度などの資質や能力を育成することが重要である。

#### (2) 目標

保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を次のとおり育成する。

- (1) 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とともに、技能を身に付けるようにする。
- (2) 健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。
- (3) 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

「保健では、生徒が保健の見方・考え方を働かせて、課題を発見し、その解決を図る主体的・協働的な学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯を通じて心身の健康を保持増進するための資質・能力を育成することを目指して、保健の知識及び技能、思考力、判断力、表現力等、学びに向かう力、人間性等の三つの柱で目標を設定した。

(1)の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とともに、技能を身に付けるようにするとは、保健の知識及び技能に関する資質・能力の育成についての目標である。現代社会と健康、安全な社会生活、生涯を通じる健康、健康を支える環境づくりとその活用について、個人だけでなく社会生活について総合的に理解できるようにするとともに、それらの内容に関わる技能を身に付けるようにすることを目指したものである。

(2)の健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養うとは、保健の思考力、判断力、表現力等に関する資質・能力の育成についての目標である。健康に関わる事象や健康情報などから自他や社会の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考したり、様々な解決方法の中から適切な方法を選択するなどの判断をしたりするとともに、それらを他者に表現することができるようにすることを目指したものである。これらは、現在及び将来の生活における健康に関する課題に直面した場合などに、的確な思考・判断・表現等を行うことができるよう、健康を適切に管理し改善していく思考力、判断力、表現力等の資質・能力を育成することにつながるものである。

その際、学習の展開の基本的な方向として、中学校での個人生活における健康・安全に関する内容について科学的に思考し、判断し、それらを、筋道を立てて他者に表現できるようにするという考え方を生かすことを目指している。また、自我の確立に加えて社会的な事象に対する興味・関心が広がり、自ら考え判断する能力なども身に付きつつあるという発達の段階を考慮し、個人及び社会生活における健康・安全に関する内容について科学的に思考・判断し、総合的に捉えるとともに、それらを、筋道を立てて他者に表現できるようにすることを目指している。

(3)の生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養うとは、保健の学びに向かう力、人間性等に関する資質・能力の育成についての目標である。自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもち、現在だけでなく生涯を通じて健康の保持増進や回復を目指す実践力を育てることによって、生徒が現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにすることを目指したものである。

## 2 科目「保健」の内容

### (1) 現代社会と健康

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

ア 現代社会と健康について理解を深めること。

(ア) 健康の考え方

国民の健康課題や健康の考え方は、国民の健康水準の向上や疾病構造の変化に伴って変わってきていること。また、健康は、様々な要因の影響を受けながら、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。

健康の保持増進には、ヘルスプロモーションの考え方を踏まえた個人の適切な意思決定や行動選択及び環境づくりが関わること。

(イ) 現代の感染症とその予防

感染症の発生や流行には、時代や地域によって違いがみられること。その予防には、個人の取組及び社会的な対策を行う必要があること。

(ウ) 生活習慣病などの予防と回復

健康の保持増進と生活習慣病などの予防と回復には、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践や疾病の早期発見、及び社会的な対策が必要であること。

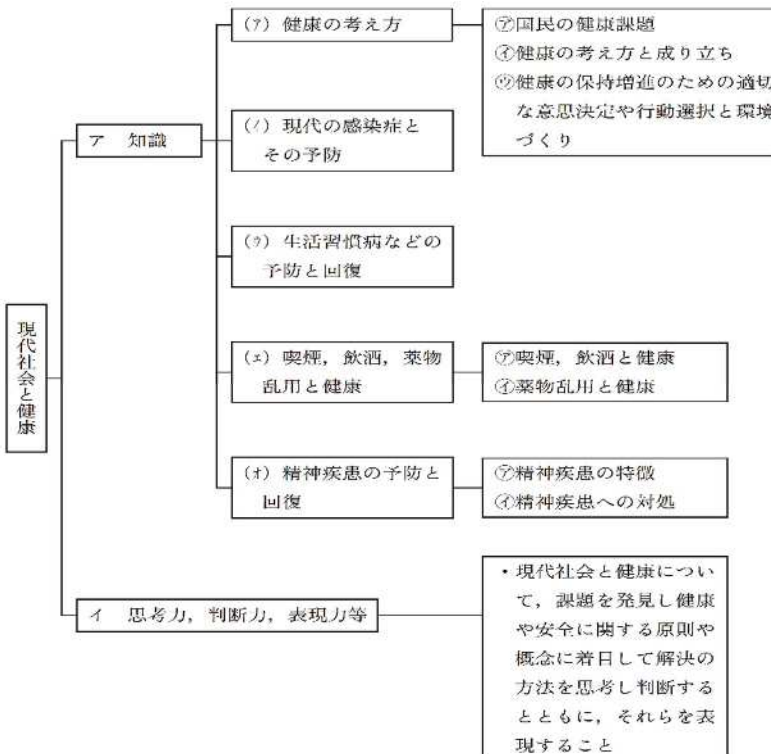
(エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康

喫煙と飲酒は、生活習慣病などの要因になること。また、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。それらの対策には、個人や社会環境への対策が必要であること。

(オ) 精神疾患の予防と回復

精神疾患の予防と回復には、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践するとともに、心身の不調に気付くことが重要であること。また、疾病の早期発見及び社会的な対策が必要であること。

イ 現代社会と健康について、課題を発見し、健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現すること。



## (2) 安全な社会生活

(2) 安全な社会生活について、自他や社会の課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 安全な社会生活について理解を深めるとともに、応急手当を適切にすること。

(ア) 安全な社会づくり

安全な社会づくりには、環境の整備とそれに応じた個人の取組が必要であること。

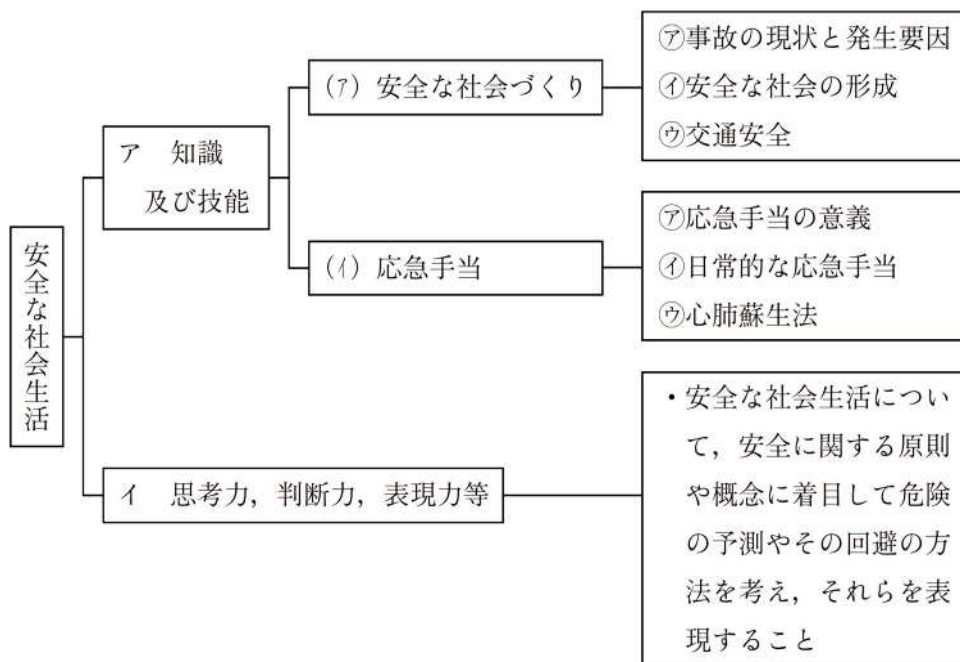
また、交通事故を防止するには、車両の特性の理解、安全な運転や歩行など適切な行動、自他の生命を尊重する態度、交通環境の整備が関わること。交通事故には補償をはじめとした責任が生じること。

(イ) 応急手当

適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を軽減できること。応急手当には、正しい手順や方法があること。また、応急手当は、傷害や疾病によって身体が時間の経過とともに損なわれていく場合があることから、速やかに行う必要があること。

心肺蘇生法などの応急手当を適切に行うこと。

イ 安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方法を考え、それらを表現すること。





(3) 生涯を通じる健康

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

ア 生涯を通じる健康について理解を深めること。

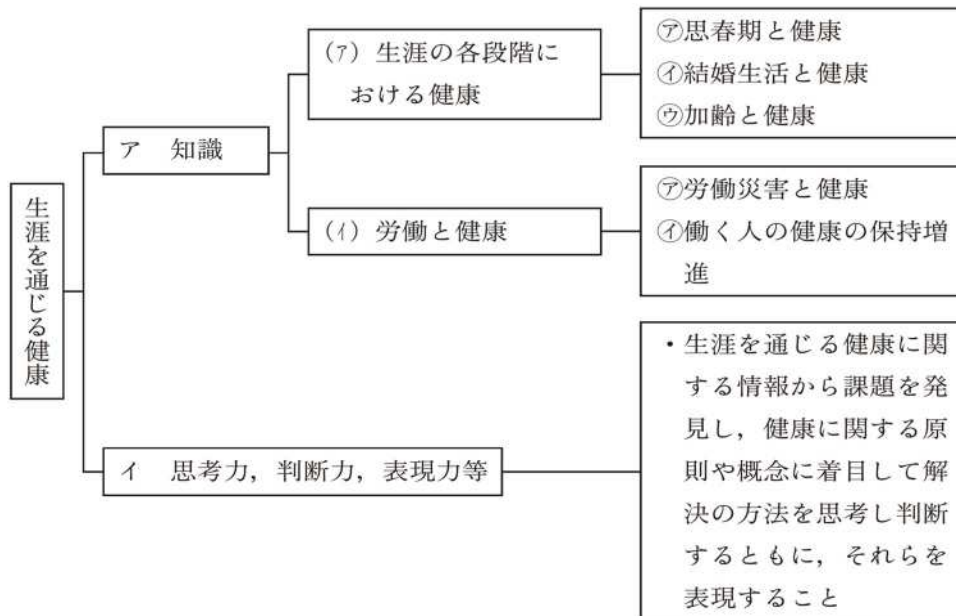
(ア) 生涯の各段階における健康

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

(イ) 労働と健康

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

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



#### (4) 健康を支える環境づくり

(4) 健康を支える環境づくりについて、自他や社会の課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 健康を支える環境づくりについて理解を深めること。

(7) 環境と健康

人間の生活や産業活動は、自然環境を汚染し健康に影響を及ぼすことがあること。それらを防ぐには、汚染の防止及び改善の対策をとる必要があること。

また、環境衛生活動は、学校や地域の環境を健康に適したものとするよう基準が設定され、それに基づき行われていること。

(イ) 食品と健康

食品の安全性を確保することは健康を保持増進する上で重要であること。また、食品衛生活動は、食品の安全性を確保するよう基準が設定され、それに基づき行われていること。

(ウ) 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関

生涯を通じて健康を保持増進するには、保健・医療制度や地域の保健所、保健センター、医療機関などを適切に活用することが必要であること。

また、医薬品は、有効性及び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。

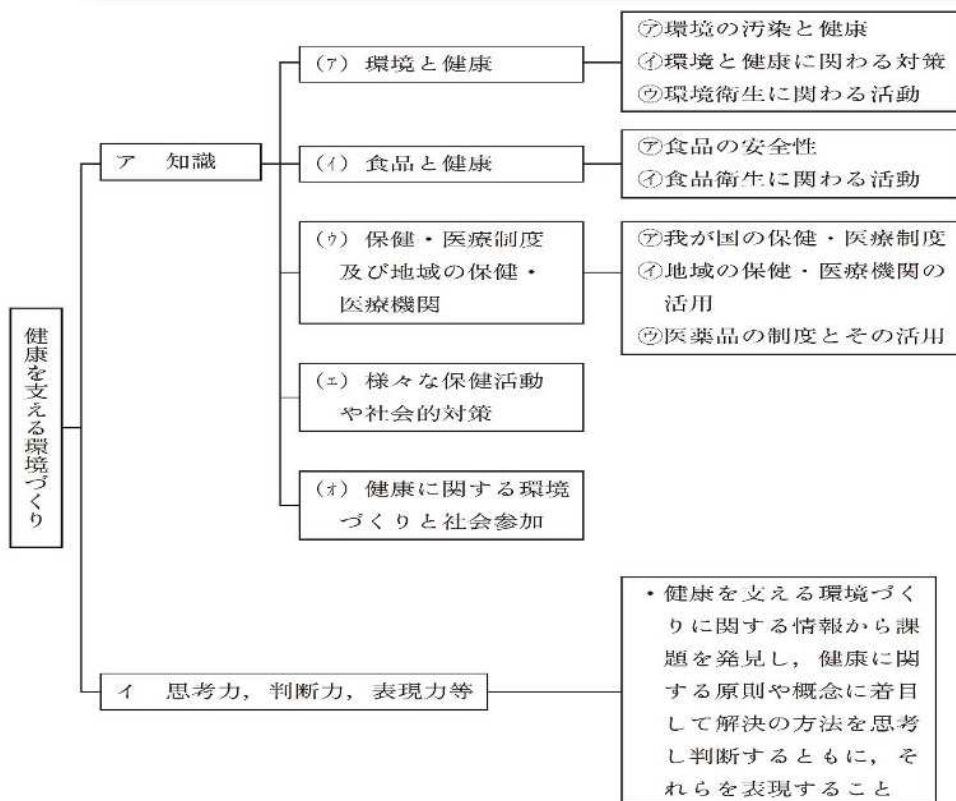
(エ) 様々な保健活動や社会的対策

我が国や世界では、健康課題に対応して様々な保健活動や社会的対策などが行われていること。

(オ) 健康に関する環境づくりと社会参加

自他の健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方を生かした健康に関する環境づくりが重要であり、それに積極的に参加していくことが必要であること。また、それらを実現するには、適切な健康情報の活用が有効であること。

イ 健康を支える環境づくりに関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現すること。



---

### 3 内容の取扱い

---

- (1) 内容の(1)のアの(ウ)及び(4)のアの(イ)については、食育の観点を踏まえつつ、健康的な生活習慣の形成に結び付くよう配慮するものとする。また、(1)のアの(ウ)については、がんについても取り扱うものとする。
- (2) 内容の(1)のアの(ウ)及び(4)のアの(ウ)については、健康とスポーツの関連について取り扱うものとする。
- (3) 内容の(1)のアの(エ)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、覚醒剤、大麻等を取り扱うものとする。
- (4) 内容の(1)のアの(オ)については、大脳の機能、神経系及び内分泌系の機能について必要に応じ関連付けて扱う程度とする。また、「体育」の「A体づくり運動」における体ほぐしの運動との関連を図るよう配慮するものとする。
- (5) 内容の(2)のアの(ア)については、犯罪や自然災害などによる傷害の防止についても、必要に応じ関連付けて扱うよう配慮するものとする。また、交通安全については、二輪車や自動車を中心に上げるものとする。
- (6) 内容の(2)のアの(イ)については、実習を行うものとし、呼吸器系及び循環器系の機能については、必要に応じ関連付けて扱う程度とする。また、効果的な指導を行うため、「体育」の「D水泳」などとの関連を図るよう配慮するものとする。
- (7) 内容の(3)のアの(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。
- (8) 内容の(4)のアの(ア)については、廃棄物の処理と健康についても触れるものとする。
- (9) 指導に際しては、自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもてるようにし、健康に関する課題を解決する学習活動を取り入れるなどの指導方法の工夫を行うものとする。

## 4 現代社会と健康

### (1) 内容の考え方

我が国の疾病構造や社会の変化に対して、健康課題や健康の考え方が変化するとともに、様々な健康への対策、健康増進の在り方が求められている。したがって、健康を保持増進するためには、一人一人が健康に関して深い認識をもち、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることを理解できるようにする必要がある。また、個人の行動選択やそれを支える社会環境づくりなどが大切であるというヘルスプロモーションの考え方に基づいて現代社会の様々な健康問題に関して理解させるとともに、その解決に向けて思考・判断・表現できるようにする必要がある。

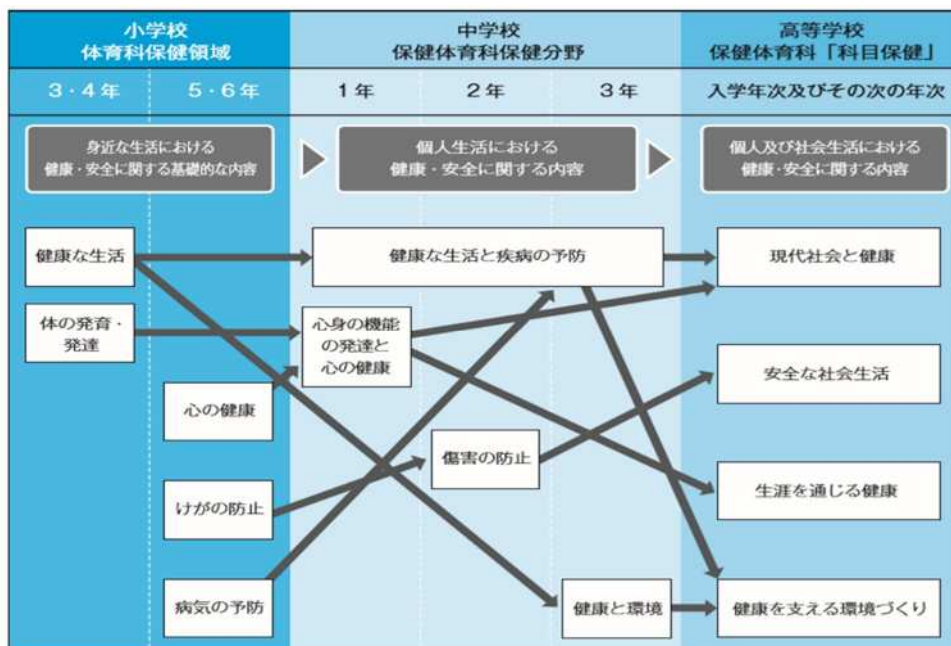
疾病構造や社会が変化し、健康課題や健康に関する考え方が変化してきている現在、各自で健康維持・健康増進をしっかりと考える必要が出てきた。健康を保持増進するために、一人一人が健康に関して深い認識を持ち、その知識を実生活に活用しながら自分の健康を管理していくこと及び環境を改善していく必要がある。授業を通じて健康を自分のこととして捉えさせたい。

### (2) 単元指導計画

#### ア 単元の目標

現代社会と健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決を目指した活動を通じて理解を深め、健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現できるようにする。

#### イ 学習内容の系統性



## ウ 学習の道筋

例「現代社会と健康」 喫煙、飲酒、薬物乱用の健康

| 時間 | ねらい・学習活動  |
|----|---|
| 1  | <p>「喫煙と健康」Ⅰ</p> <p>【ねらい】</p> <p>喫煙は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることを理解できるようにする。その際、周囲の人々や胎児への影響などにも触れるようにする。</p>   |
| 2  | <p>「喫煙と健康」Ⅱ</p> <p>【ねらい】</p> <p>喫煙による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることを理解できるようにする。その際、好奇心、自分自身を大切にする気持ちの低下、周囲の人々の行動、マスメディアの影響、ニコチンの薬理作用などが、喫煙の開始や継続の要因となることにも適宜触れるようにする。</p>                             |
| 3  | <p>「飲酒と健康」Ⅰ</p> <p>【ねらい】</p> <p>飲酒は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることを理解できるようにする。その際、周囲の人々や胎児への影響などにも触れるようにする。</p>   |
| 4  | <p>「飲酒と健康」Ⅱ</p> <p>【ねらい】</p> <p>飲酒による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることを理解できるようにする。その際、好奇心、自分自身を大切にする気持ちの低下、周囲の人々の行動、マスメディアの影響、エチルアルコールの薬理作用などが、飲酒の開始や継続の要因となることにも適宜触れるようにする。</p>                         |
| 5  | <p>「薬物乱用と健康」Ⅰ</p> <p>【ねらい】</p> <p>コカイン、MDMAなどの麻薬、覚醒剤、大麻、など、薬物の乱用は、心身の健康、社会の安全などに対して深刻な影響を及ぼすことから、決して行ってはならないことを理解できるようにする。その際、危険ドラッグの問題があることにも適宜触れるようにする。</p>   |
| 6  | <p>「薬物乱用と健康」Ⅱ</p> <p>【ねらい】</p> <p>薬物乱用を防止するためには、正しい知識の普及、健全な価値観や規範意識の育成などの個人への働きかけ、及び法的な規制や行政的な対応など社会環境への対策が必要であることを理解できるようにする。その際、薬物乱用の開始の背景には、自分の体を大切にする気持ちや社会の規範を守る意識の低下、周囲の人々からの誘い、断りにくい人間関係、インターネットを含む薬物を手に入れやすい環境などがあることにも適宜触れるようにする。</p> |

## エ 評価規準

### 「現代社会と健康」における「単元の評価規準」

| 知識・技能  | 思考・判断・表現   | 主体的に学習に取り組む態度                                |
|--|--|--|
| <p>①喫煙や飲酒による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策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している。</p> <p>②薬物乱用を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観や規範意識の育成などの個人への働きかけ、及び法的な規制や行政的な対応など社会環境への対策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している。</p> | <p>①現代社会と健康における事象や情報などについて、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。</p> <p>②喫煙、飲酒、薬物乱用の防止について、我が国のこれまでの取組を個人への働きかけと社会環境への対策の面から分析したり、諸外国と比較したりして、防止策を評価している。</p> <p>③現代社会と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートに記述したりして、筋道を立てて説明している。</p> | <p>①喫煙、飲酒、薬物乱用と健康についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p> |

オ 指導と評価の計画

| 時間 | 学習のねらいと活動  | 学習活動における<br>具体的な評価規準 |   |   | 評価の方法                     |
|----|--|----------------------|---|---|---------------------------|
|    |  | 知                    | 思 | 態 |                           |
| 1  | <p>「喫煙と健康」Ⅰ</p> <p>【ねらい】<br/>喫煙は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることを理解できるようにする。その際、周囲の人々や胎児への影響などにも触れるようにする。</p> <p>【学習活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 たばこを吸い始めるきっかけについて班で話し合う。</li> <li>2 喫煙の開始要因について、話し合った意見をもとに、3つの要因にまとめる。</li> <li>3 教科書や資料をもとに、世界や日本のたばこ対策を調べる。</li> <li>4 たばこ対策の一つであるパッケージの警告文を考える。</li> </ol>   |                      | ② |   | 【観察・ワークシート】思              |
| 2  | <p>「喫煙と健康」Ⅱ</p> <p>【ねらい】<br/>喫煙による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることを理解できるようにする。その際、好奇心、自分自身を大切にしたい気持ちの低下、周囲の人々の行動、マスメディアの影響、ニコチンの薬理作用などが、喫煙の開始や継続の要因となることにも適宜触れるようにする。</p> <p>【学習活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 受動喫煙についての資料から、読み取ることができる内容をまとめる。</li> <li>2 たばこのパッケージを班で作製する。</li> <li>3 発表を聞いたあと、発表評価カードに記入し、学習のまとめをする。</li> </ol> | ①                    | ③ |   | 【ワークシート】知<br>【観察・ワークシート】思 |
| 3  | <p>「飲酒と健康」Ⅰ</p> <p>【ねらい】<br/>飲酒は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることを理解できるようにする。その際、周囲の人々や胎児への影響などにも触れるようにする。</p> <p>【学習活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 飲酒による体への影響にはどのようなものがあるか。短期間に多量に飲んだ場合と長期間にわたって飲んだ場合について調べる。</li> <li>2 飲酒を始める要因について、意見交換する。</li> <li>3 未成年の飲酒が法律で禁止されている理由を考え発表する。</li> <li>4 飲酒による健康被害を防ぐ法的な取り組みについてまとめる。</li> </ol>   |                      | ② |   | 【観察・ワークシート】思              |

|   |  |   |   |   |   |
|---|--|---|---|---|---|
| 4 | <p>「飲酒と健康」Ⅱ<br/>【ねらい】<br/>飲酒による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることを理解できるようにする。その際、好奇心、自分自身を大切にしたい気持ちの低下、周囲の人々の行動、マスメディアの影響、エチルアルコールの薬理作用などが、飲酒の開始や継続の要因となることにも適宜触れるようにする。</p> <p>【学習活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 飲酒が引き起こす社会問題について、話し合う。</li> <li>2 ロールプレイング「飲酒への誘いに対する断り方」どのような断り方がよいのかグループで話し合いシナリオを作る。</li> <li>3 各発表者の演技ごとに、相互評価カードを記入する。</li> <li>4 飲酒の健康被害を防ぐために、どのような対策がとられているかまとめる。</li> </ol>   | ① | ① |   | <p>【観察・ワークシート】思</p> <p>【観察・ワークシート】知</p> |
| 5 | <p>「薬物乱用と健康」Ⅰ<br/>【ねらい】<br/>コカイン、MDMAなどの麻薬、覚醒剤、大麻、など、薬物の乱用は、心身の健康、社会の安全などに対して深刻な影響を及ぼすことから、決して行ってはならないことを理解できるようにする。その際、危険ドラッグの問題があることにも適宜触れるようにする。</p> <p>【学習活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 薬物乱用のきっかけにはどのようなものがあるか話し合い、出た意見をもとに個人的要因と社会的要因に分類する。</li> <li>2 薬物が引き起こす社会問題にはどういったものがあるか話し合い発表する。</li> <li>3 資料（薬物乱用者の体験談）を読み、心身の影響や社会に与える影響について考える。</li> <li>4 薬物乱用の防止と対策について、班で意見交換しまとめる。</li> </ol>   | ② | ① |   | <p>【観察・ワークシート】知</p> <p>【観察・ワークシート】思</p> |
| 6 | <p>「薬物乱用と健康」Ⅱ<br/>【ねらい】<br/>薬物乱用を防止するためには、正しい知識の普及、健全な価値観や規範意識の育成などの個人への働きかけ、及び法的な規制や行政的な対応など社会環境への対策が必要であることを理解できるようにする。その際、薬物乱用の開始の背景には、自分の体を大切にしたい気持ちや社会の規範を守る意識の低下、周囲の人々からの誘い、断りにくい人間関係、インターネットを含む薬物を手に入れやすい環境などがあることを適宜触れるようにする。</p> <p>【学習活動】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 薬物乱用のおそろしさや法律で禁止されていることを知りながら、それでもなお手を出してしまう人がいるのはなぜか、グループ内で意見交換し発表をする。</li> <li>2 ブレインストーミングのルールを確認し薬物乱用を防止するために、個人や社会に対して、どのような対策が必要かを考える。</li> <li>3 出た意見を付箋に書き、模造紙にはる。グループで話し合いながら分類する。</li> <li>4 分類したら見出しを書き入れ、班ごとに発表する。</li> </ol> |   |   | ① | 【観察】態                                   |



## 1 単元名 (1) 現代社会と健康

喫煙, 飲酒, 薬物乱用と健康 (喫煙と健康)

## 2 単元の目標

- (1) 喫煙, 飲酒と健康, 薬物乱用と健康について, 理解することが深めることができるようにする。(知識)
- (2) 喫煙, 飲酒と健康, 薬物乱用と健康に関わる事象や情報から課題を発見し, 疾病等のリスクの軽減, 生活の質の向上, 健康を支える環境づくりなどと, 解決方法を関連付けて考え, 適切な整備や活用方法を選択し, それらを説明することができるようにする。(思考力・判断力・表現力等)
- (3) 喫煙, 飲酒と健康, 薬物乱用と健康について, 自他や社会の健康の保持増進や回復, それを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。(学びに向かう力・人間性等)

## 3 当該単元における単元の評価規準

| 知識・技能   | 思考・判断・表現  | 主体的に学習に取り組む態度                 |
|---|---|-------------------------------|
| ①喫煙による健康課題を防止するには, 正しい知識の普及, 健全な価値観の育成などの個人への働きかけ, 及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策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している。 | ①現代社会と健康における事象や情報などについて, 健康に関わる原則や概念を基に整理したり, 個人及び社会生活と関連付けたりして, 自他や社会の課題を発見している。<br>②喫煙の防止について, 我が国のこれまでの取組を個人への働きかけと社会環境への対策の面から分析したり, 諸外国と比較したりして, 防止策を評価している。<br>③現代社会と健康について, 自他や社会の課題の解決方法と, それを選択した理由などを話し合ったり, ノートに記述したりして, 筋道を立てて説明している。 | ①喫煙と健康についての学習に主体的に取り組もうとしている。 |

## 4 本時の展開 (2/6)

### (1) 本時の目標

- 喫煙と飲酒は, 生活習慣病などの要因になることの対策には, 個人や社会環境への対策が必要であることについて理解できるようにする。
- 習得した知識をもとに, 意見や考えを組み立てながらたばこのパッケージづくりに応用できるようにする。

(2) 本時の展開

☐ : ねらい      ■ : 学習内容      □ : 発問・指示

|           | 学習内容・学習活動  | ○指導上の留意点 ◆評価   |
|-----------|--|--|
| 導入<br>10分 | <p>1 受動喫煙について確認する。</p> <p>☐ 資料1から読み取ることができる内容をまとめなさい。</p> <p>・2～3人組で意見交換をしたあと、解説を聞く。</p>   | <p>○前時に学んだ受動喫煙を思い出しながら、資料から得ることができる情報（女性の肺がんの割合や屋内で全面禁煙している国が49か国あるなど）をまとめさせる。</p> <p>◆【知識・技能】①ワークシート</p> <p>○タバコを吸わない妻が、喫煙する夫をもつ場合の肺がんリスクなど、家族への影響も考えさせる。</p> |
| 展開<br>35分 | <p>2 たばこのパッケージを作製する。</p> <p>たばこのパッケージづくりを通して、喫煙による健康影響を防止するための取組や効果を考える。</p> <p>【作製する上でのポイント】</p> <p>✓ 前時に個々で作製した警告表示文についてグループ内で意見交換し、パッケージに載せる警告表示文をまとめる。</p> <p>✓ 警告表示については、たばこ煙中の有害物質や喫煙の害など、限られた文字数の中で、抑止効果がある文になるように考える。</p> <p>✓ たばこの銘柄は「A」とする。</p> <p>✓ イラストを入れてもよい。</p> <p>✓ 警告表示部分の面積やバランスもしっかり考える。</p> |  |
|           | <p>3 グループごとに発表する。</p> <p>・作製したパッケージを示しながら、警告表示文の説明や工夫した点を発表する。</p> <p>・グループが発表したパッケージに対して①実現の可能、②アイデア性、③警告文の内容、④チームワークを5段階で評価し、合計平均を記入する。</p>  | <p>◆【思考・判断・表現】③観察・発表評価シート</p>  |
| まとめ<br>5分 | <p>4 本時の内容を振り返る。</p> <p>☐ 今回学習してわかったことや思ったことをまとめなさい。</p>   | <p>○次の単元の初めに、一番評価の高かった優秀作品を発表すること。また、廊下などに啓発資料として掲示することも伝える。</p>   |

5 指導資料

資料 1

# 日本では受動喫煙が原因で年間1万5千人が死亡<sup>4</sup>

国立がん研究センターがん対策情報センター 片野田耕太

- 背景と方法
- 受動喫煙とは、他人のたばこの煙を吸うこと
  - 健康への影響について、科学的な証拠が確立している<sup>1</sup>
  - 世界では受動喫煙が原因で年間60万人が死亡していると推計<sup>2</sup>
  - 日本でも同様の推計を試みた
  - 肺がん、虚血性心疾患、脳卒中、乳幼児突然死症候群(SIDS)
  - 受動喫煙曝露割合(2000年前後)と、受動喫煙による疾患リスクの増加の程度(相対リスク)から、その疾患の何%が受動喫煙によるかを計算<sup>3,4</sup>=人口寄与危険割合
  - その割合を2014年の死亡数に乗じる

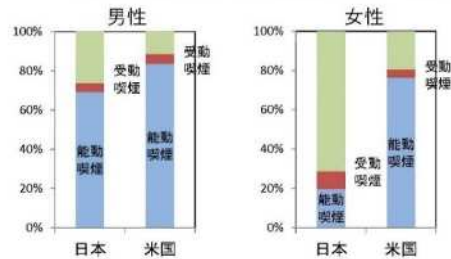


図1. 受動喫煙による年間死亡数推計値  
肺がん2,484人、虚血性心疾患4,459人、脳卒中8,014人、乳幼児突然死症候群73人 合計で約1万5千人

1. The health consequences of smoking - 50 years of progress. U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention (CDC)  
2. Lancet 2011; 377: 139-46  
3. 厚生労働省 2010; 57: 14-20  
4. 厚生労働科学研究補助金循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業「たばこ対策の健康影響および経済影響の包括的評価に関する研究」平成27年度報告書  
5. 文献4および米国CDC ([http://www.cdc.gov/tobacco/data\\_statistics/fact\\_sheets/health\\_effects/tobacco\\_related\\_mortality/](http://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/fact_sheets/health_effects/tobacco_related_mortality/))より  
6. WHO Report on the Global Tobacco Epidemic, 2015  
7. Circulation 2012; 126: 2177-83

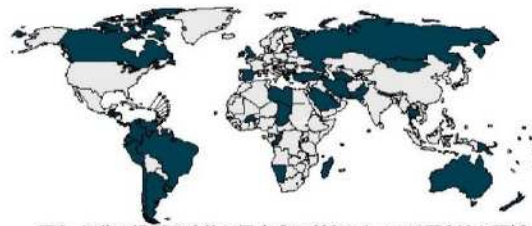


図3. 公共の場所を法律で屋内全面禁煙にしている国(49か国)<sup>6</sup>

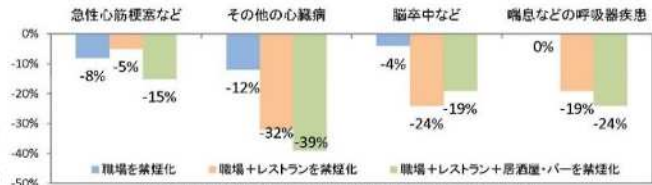


図4. 受動喫煙防止の法律施行後の疾患の減少率<sup>7</sup>

資料 2

発表評価シート

|           | 1班 | 2班 | 3班 | 4班 | 5班 | 6班 | 7班 |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|
| 実現の可能性    |    |    |    |    |    |    |    |
| アイデア (工夫) |    |    |    |    |    |    |    |
| 警告文       |    |    |    |    |    |    |    |
| チームワーク    |    |    |    |    |    |    |    |
| 合計平均      |    |    |    |    |    |    |    |
| 感想        |    |    |    |    |    |    |    |
|           |    |    |    |    |    |    |    |
|           | 年  | 組  | 番  | 氏名 |    |    |    |

## 第4章 指導の評価と改善

### 1 学習評価について

学習評価は、学校における教育活動に関し、生徒の学習状況を評価するものである。「生徒にどういった力が身に付いたか」という学習の成果を的確に捉え、教師が指導の改善を図るとともに、生徒自身が自らの学習を振り返って次の学習に向かうことができるようにするためにも、学習評価の在り方は重要であり、教育課程や学習・指導方法の改善と一貫性のある取組を進めることが求められる。

評価に当たっては、いわゆる評価のための評価に終わることなく、教師が生徒のよい点や進歩の状況などを積極的に評価し、生徒が学習したことの意義や価値を実感できるようにすることで、自分自身の目標や課題をもって学習を進めていけるように、評価を行うことが大切である。

学習評価の実施に当たっては、次の事項に配慮するものとする。

- ① 生徒のよい点や進歩の状況など積極的に評価し、学習したことの意義や価値を実感できるようにする。
- ② 単元や題材など内容や時間のまとまりを見通しながら評価の場面や方法を工夫して、学習の過程や成果を評価し、指導の改善や学習意欲の向上を図り、資質・能力の育成に生かすようにする。
- ③ 創意工夫の中で、学習評価の妥当性や信頼性が高められるよう、組織的かつ計画的な取組を推進するとともに、学年や学校段階を越えて生徒の学習の成果が円滑に接続されるように工夫する。

### 2 学習評価の基本的な考え方

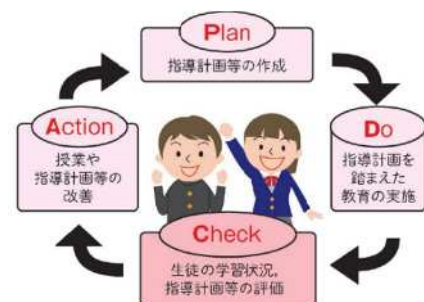
#### (1) カリキュラム・マネジメントの一環としての指導と評価

各学校は、日々の授業の下で生徒の学習状況を評価し、その結果を生徒の学習や教師による指導の改善や学校全体としての教育課程の改善、校務分掌も含めた組織運営等の改善に生かす中で、学校全体として組織的かつ計画的に教育活動の質の向上を図っている。

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

#### (2) 主体的・対話的で深い学びの視点からの授業改善と評価

指導と評価の一体化を図るためには、生徒一人一人の学習の成立を促すための評価という視点を一層重視することによって、教師が自らの指導のねらいに応じて授業の中での生徒の学びを振り返り、学習や指導の改善に生かしていくというサイクルが大切である。平成30年度改訂学習指導要領で重視している「主体的・対話的で深い学び」の視点からの授業改善を通して、各教科等における資質・能力を確実に育成する上で、学習評価は重要な役割を担っている。



### (3) 学習評価について指摘されている課題

学習評価の現状としては、(1)及び(2)で述べたような教育課程の改善や授業改善の一連の過程に学習評価を適切に位置付けた学校運営の取組がなされる一方で、例えば、学校や教師の状況によっては、

- ・学期末や学年末などの事後での評価に終始してしまうことが多く、評価の結果が児童生徒の具体的な学習改善につながっていない
- ・現行の「関心・意欲・態度」の観点について、挙手の回数や毎時間ノートをとっているかなど、性格や行動面の傾向が一時的に表出された場面を捉える評価であるような誤解が払拭しきれていない
- ・教師によって評価の方針が異なり、学習改善につなげにくい
- ・教師が評価のための「記録」に労力を割かれて、指導に注力できない
- ・相当な労力をかけて記述した指導要録が、次の学年や学校段階において十分に活用されていない

といった課題が指摘されている。

### (4) 学習評価の改善の基本的な方向性

(3)で述べた課題に応えるとともに、学校における働き方改革が喫緊の課題となっていることも踏まえ、次の基本的な考え方に立って、学習評価を真に意味のあるものとすることが重要である。



## 3 学習評価の基本構造

実際の評価においては、各教科等の目標の実現に向けた学習の状況を把握するために、指導内容や生徒の特性に応じて、単元や題材など内容や時間のまとまりを見通しながら評価の場面や方法を工夫し、学習の過程の適切な場面で評価を行う必要がある。その際には、学習の成果だけでなく、学習の過程を一層重視することが大切である。特に、他者との比較ではなく生徒一人一人のもつよい点や可能性などの多様な側面、進歩の様子などを把握し、学年や学期にわたって生徒がどれだけ成長したかという視点を大切にすることも重要である。

また、教師による評価とともに、生徒による学習活動としての相互評価や自己評価などを工夫することも大切である。相互評価や自己評価は、生徒自身の学習意欲の向上にもつながることから重視する必要がある。

## (1) 学習指導要領に示す目標や内容

平成 30 年改訂で、学習指導要領の目標及び内容が資質・能力の三つの柱で再整理されたことを踏まえ、各教科における観点別学習状況の評価の観点については、「知識・技能」、「思考・判断・表現」、「主体的に学習に取り組む態度」の3観点に整理されている。

### ア 「知識及び技能」

各教科等における学習の過程を通じた知識及び技能の習得状況について評価を行うとともに、それらを既存の知識及び技能と関連付けたり活用したりする中で、他の学習や生活の場面でも活用できる程度に概念等を理解したり、技能を習得したりしているかを評価する。

### イ 「思考力、判断力、表現力等」

各教科の知識及び技能を活用して課題を解決する等のために必要な思考力、判断力、表現力等を身に付けているかどうかを評価する。

### ウ 「学びに向かう力、人間性等」

知識及び技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力等を身に付けたりするために、自らの学習状況を把握し、学習の進め方について試行錯誤するなど自らの学習を調整しながら、学ぼうとしているかどうかという意思的な側面を評価する。

※「学びに向かう力、人間性等」には①「主体的に学習に取り組む態度」として観点別学習状況の評価（学習状況を分析的に捉える）を通じて見取ることができる部分と、②観点別学習状況の評価や評定にはなじまず、こうした評価では示しきれないことから個人内評価を通じて見取る部分がある。

### ※【個人内評価】

個人内評価の対象となるものについては、生徒が学習したことの意義や価値を実感できるよう、日々の教育活動等の中で生徒に伝えることが重要である。特に、「学びに向かう力、人間性等」のうち「感性や思いやり」など生徒一人一人のよい点や可能性、進歩の状況などを積極的に評価し生徒に伝えることが重要である。

## (2) 観点別学習状況評価の各観点

|                 |                   |         |
|-----------------|-------------------|---------|
| ・「知識及び技能」       | → 「知識・技能」         | } 評定    |
| ・「思考力、判断力、表現力等」 | → 「思考・判断・表現」      |         |
| ・「学びに向かう力、人間性等」 | → 「主体的に学習に取り組む態度」 |         |
|                 | ↘ 「感性、思いやりなど」     | } 個人内評価 |

## (3) 観点別学習状況の評価について

観点別学習状況の評価とは、学習指導要領に示す目標に照らして、その実現状況がどのようなものであるかを、観点ごとに評価し、生徒の学習状況を分析的に捉えるものです。

### ア 「知識・技能」の評価の方法

「知識・技能」の評価の考え方は、従前の評価の観点である「知識・理解」、「技能」においても重視してきたところである。具体的な評価方法としては、例えばペーパーテストにおいて、事実に知識の習得を問う問題と、知識の概念的な理解を問う問題とのバランスに配慮するなどの工夫改善を図る等が考えられる。また、生徒が文章による説明をしたり、各教科等の内容の特質に応じて、観察・実験をしたり、式やグラフで表現するなど実際に知識や技能を用いる場面を設けるなど、多様な方法を適切に取り入れていくこと等も考えられる。



保健体育の「知識・技能」の趣旨は、次のとおりである。

運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技能を身に付けている。また、個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。

#### イ 「思考・判断・表現」の評価の方法

「思考・判断・表現」の評価の考え方は、従前の評価の観点である「思考・判断・表現」においても重視してきたところである。具体的な評価方法としては、ペーパーテストのみならず、論述やレポートの作成、発表、グループでの話し合い、作品の制作や表現等の多様な活動を取り入れたり、それらを集めたポートフォリオを活用したりするなど評価方法を工夫することが考えられる。

保健体育の「思考・判断・表現」の趣旨は、次のとおりである。

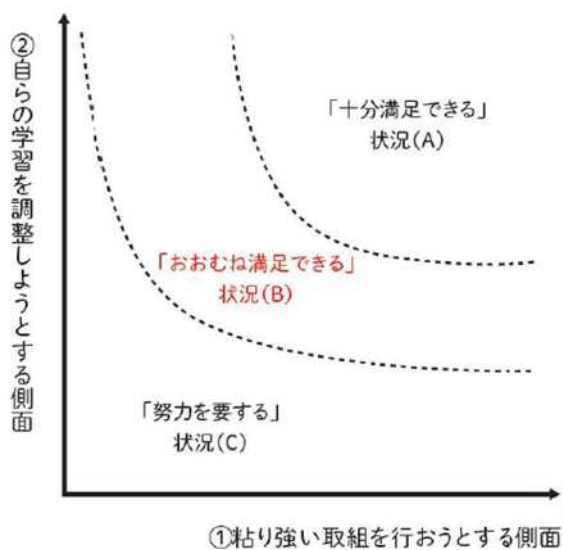
自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。

#### ウ 「主体的に学習に取り組む態度」の評価の方法及びイメージ

具体的な評価方法としては、ノートやレポート等における記述、授業中の発言、教師による行動観察や、生徒による自己評価や相互評価等の状況を教師が評価を行う際に考慮する材料の一つとして用いることなどが考えられる。その際、各教科等の特質に応じて、生徒の発達の段階や一人一人の個性を十分に考慮しながら、「知識・技能」や「思考・判断・表現」の観点の状況を踏まえた上で、評価を行う必要がある。

「主体的に学習に取り組む態度」の評価については、①知識及び技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力等を身に付けたりすることに向けられた粘り強い取組みを行おうとする側面と、②①の粘り強い取組みを行う中で、自らの学習を調整しようとする側面、という二つの側面から評価することが求められる。

これら①②の姿は実際の教科等の学びの中では別々ではなく相互に関わり合いながら立ち現れるものと考えられる。例えば、自らの学習を全く調整しようせず粘り強く取り組み続ける姿や、粘り強さが全くない中で自らの学習を調整する姿は一般的ではない。



保健体育の「主体的に学習に取り組む態度」の趣旨は、次のとおりである。

運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている。

## 4 学習評価の充実

### (1) 学習評価の妥当性、信頼性を高める工夫の例

評価規準や評価方法について、事前に教師同士で検討するなどして明確にすること、評価に関する実践事例を蓄積し共有していくこと、評価結果についての検討を通じて評価に係る教師の力量の向上を図ることなど、学校として組織的かつ計画的に取り組む。

学校が生徒や保護者に対し、評価に関する仕組みについて事前に説明したり、評価結果についてより丁寧に説明したりするなど、評価に関する情報をより積極的に提供し生徒や保護者の理解を図る。

### (2) 評価時期の工夫の例

日々の授業の中では生徒の学習状況を把握して指導を生かすことに重点を置きつつ、各教科における「知識・技能」及び「思考・判断・表現」の評価の記録については、原則として単元や題材などのまとまりごとに、それぞれの実現状況が把握できる段階で評価を行う。

学習指導要領に定められた各教科の目標や内容の特質に照らして、複数の単元や題材などにわたって長期的な視点で評価することを可能とする。

## 5 「内容のまとまりごとの評価規準」の考え方を踏まえた評価規準の作成

### (1) 学習評価の進め方について

各教科の単元（題材）における観点別学習状況の評価を実施するに当たり、まずは年間の指導と評価の計画を確認することが重要である。その上で、学習指導要領の目標や内容、「内容のまとまりごとの評価規準」の考え方を踏まえ、右図のように進めることが考えられる。なお、複数の単元（題材）にわたって評価を行う場合など、右図の方法によらない事例もあることに留意する必要がある。





## (2) 評価規準の作成手順

- 手順1** 内容の取扱いを踏まえるとともに内容のまとまりにおける指導内容を確認し、年間指導計画に各単元を位置付ける。
- 手順2** 授業担当者間で各単元の指導事項の共通化を図る。  
高等学校においては、生徒自身が選択できるようにすることが原則であることから、選択した領域や領域の内容によって評価の格差が生じないように、並行して実践される領域や内容間で指導事項等について、教師間で事前に検討し、共通理解を図ることが大切である。
- 手順3** 内容のまとまりにおける指導事項をバランスよく配置（指導事項の重点化）し、単元の目標を設定する。  
指導内容を系統的かつ偏りなく配置するために重要な手続きである。
- 手順4** 内容のまとまりにおける全ての「単元の評価規準」を作成する。  
学習指導要領解説の例示の表記を基に、内容のまとまりにおける全ての「単元の評価規準」の一覧を作成する。
- 手順5** 当該単元における「単元の評価規準（学習活動に即した評価規準）」を設定する。
- 手順6** 指導と評価の計画を作成する。  
単元の目標、指導内容、評価規準を明確にするとともに、「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」の指導内容をバランスよく配置し、それぞれの関連を図った指導場面や評価機会を位置付けるなど、観点別学習状況の評価の妥当性や信頼性を高める計画を作成する。その際、「努力を要する」状況（C）と判断される生徒への指導の充実が速やかに図ることができるよう評価の機会を適切に設定することなどに留意する。

## (3) 指導と評価の一体化に向けた観点別学習状況の評価の活用

単元途中の観点別学習状況の評価は、生徒一人一人の学習状況を明確にし、生徒の学習改善につなげると同時に、教師は指導の成果や課題を明らかにするものである。このことから、観点別学習状況の評価は、単元の終末にまとめて行うものとして捉えるのではなく、指導場面に対して評価の機会を検討し設定することが重要である。

また、生徒の学習状況を的確に把握するため、日々の授業での一人一人の様子を評価補助簿等に記録し、特に、「努力を要する」状況（C）の生徒に対して手立てを講じることが重要になってくる。例えば、評価した結果を具体的な言葉かけなどにより生徒に返して学習の改善を促したり、教師の指導の手立てを修正したりするなど、評価を指導に生かしていくようにする。

併せて、「十分満足できる」状況（A）の生徒の把握にも努め、個別の課題を与えるなどの指導を行う。

例としては、適切な評価時期に、各観点に対応する適切な評価方法により個々の生徒の評価材料を収集し記録を残すとともに、必要な手立てや指導を行い、必要に応じて修正を図りながら、総括的评价において最終確認し、観点別学習状況の評価を確定している。

#### (4) 観点別学習状況の評価の総括及び評定への総括の考え方

観点別学習状況の評価の総括及び評定への総括を行うに当たり、学校内で共通の評価への考え方や総括の方法を確定しておく必要がある。また、こうした学校の方針等を踏まえ、保健体育科としての考え方、総括の方法についても十分な検討と共通理解を図っておくことが重要である。

##### ア 各単元における観点別学習状況の評価の総括

(ア) 各観点における学習状況評価を、A、B、Cの三段階で実施するか、それとも、この段階から5段階で評価し、評定への総括に備えるのか決定しておく必要がある。

(例 A<sup>○</sup>、A、B、C、C<sup>×</sup>)。

(イ) A、B、Cの数を基に総括するか、例えば、A=3、B=2、C=1のように数値によって表し総括するのか、生徒の学習状況に対して、どちらが実態を捉えたものとなっているのかなどの検討が必要となる。また、3回の評価が「ABB」ならB、 $2.5 \geq B \geq 1.5$  など、予めABCの組み合わせから確定した総括表や、評価を確定するための数値の範囲を作成しておく必要がある。

(ウ) 「知識・技能」の観点においては、知識と技能の評価をそれぞれ行い、その後「知識・技能」の観点別学習状況の評価に総括する方法が考えられる。その際も、A、B、Cの数を基に評価するのか、数値に表して合計したり、平均したりして総括のかなど、総括の方法について検討し、決定しておく必要がある。(「国立教育政策研究所『指導と評価の一体化』のための学習評価に関する参考資料高等学校保健体育第3編事例2」において、参考例を示している。)

##### イ 学期末等における観点別学習状況の評価の評定への総括

(ア) 各単元の観点別学習状況の評価から学期末等の観点別学習状況の評価への総括

各単元で総括したA、B、Cの数をもとに総括するのか、あるいは、学期末等まで各単元において実施した、全ての単元の評価規準(学習活動に即した評価規準)の評価結果(A、B、C)を数値で表し、合計したり、平均したりして総括するのか決定しておく。

(イ) 総括した各観点別学習状況の評価から評定への総括

三つの観点別学習状況の評価のA、B、Cの数を基に評定へ総括する場合、「AAA」は5又は4、「BBB」は3、「CCC」は2または1と判断される。このように、3段階の評価から5段階への評定の判断について、あらかじめ各学校で基準を決めておく必要がある。

三つの観点別学習状況の評価のA、B、Cを数値によって表し総括した場合、この数値を用い、合計したり、平均したりして評定へ総括する方法が考えられる。その際、総括結果をA、B、Cとする数値の範囲を決定しておく必要がある。

なお、その他にも、各単元への配当時間数や指導事項に対応した評価規準数を考慮するのか、観点別学習状況の評価を評定へ総括する際に観点ごとの比率を設定するのか等も含め、観点別学習状況の評価の総括及び評定への総括についての考え方や方法を、各学校において十分検討しておく必要がある。さらに、シラバスやオリエンテーション等の機会を通して、事前に生徒及び保護者等に対して十分な説明をしておくことが重要となる。

## 第5章 総則と学校体育との関連

### 1 体育・健康に関する指導のねらいと内容

第1章総則第1款2(3)には、学校における体育・健康に関する指導について次のように示されており、年間計画を作成するに当たっては、総則との関連を十分に考慮することが重要である。

(3) 学校における体育・健康に関する指導を、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ことにより、健康で安全な生活と豊かなスポーツライフの実現を目指した教育の充実に努めること。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、保健体育科、家庭科及び特別活動の時間はもとより、各教科・科目及び総合的な探究の時間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。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すること。

また、高等学校学習指導要領解説では、各学校において体育・健康に関する指導を効果的に進めるための留意点について以下のように示されている。

- ・生徒の体力や健康状態等を的確に把握し、学校や地域の実態を踏まえて、それにふさわしい学校の全体計画を作成し、地域の関係機関・団体の協力を得つつ、計画的、継続的に指導すること。
- ・体育・健康に関する指導を通して、学校生活はもちろんのこと、家庭や地域社会における日常生活においても、自ら進んで運動を適切に実践する習慣を形成し、生涯を通じて運動に親しむための基礎を培うとともに、生徒が積極的に心身の健康の保持増進を図っていく資質・能力を身に付け、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すること。
- ・高等学校にあつては、教科担任制を原則としているために、体育・健康に関する指導が保健体育科担当の教師に任されてしまうおそれがある。しかし、体育・健康に関する指導は、学校の教育活動全体を通じて適切に行われるべきものであり、その効果を上げるためには、保健体育科担当の教師だけでなく、全教職員の理解と協力が得られるよう、学校の実態に応じて指導体制の工夫改善に努めるなど、組織的に進めていくこと。

## (1) 学校における食育の推進

高等学校学習指導要領解説では、学校における食育の推進について、次のように示している。また、食育の推進に関する指導とねらいについて、図1に示した。

学校における食育の推進においては、栄養摂取の偏りや朝食欠食といった食習慣の乱れ等に起因する肥満や生活習慣病、痩せ、食物アレルギー等の健康課題が見られるほか、食品の安全性の確保等の食に関わる課題が顕在化している。こうした課題に適切に対応するため、生徒が食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けることにより、生涯にわたって健やかな心身と豊かな人間性を育てていくための基礎が培われるよう、栄養のバランスや規則正しい食生活、食品の安全性などの指導が一層重視されなければならない。また、これら心身の健康に関する内容に加えて、自然の恩恵・勤労などへの感謝や食文化などについても教科等の内容と関連させた指導を行うことが効果的である。食に関する指導に当たっては、保健体育科、家庭科、特別活動などの指導を相互に関連させながら、学校教育活動全体として効果的に取り組むことが重要である。その際、教師間の連携に努めるとともに、学校や地域の実情に応じて栄養教諭等の専門性を有する教職員や地域の有識者等との連携に努めることにも配慮することが大切である。

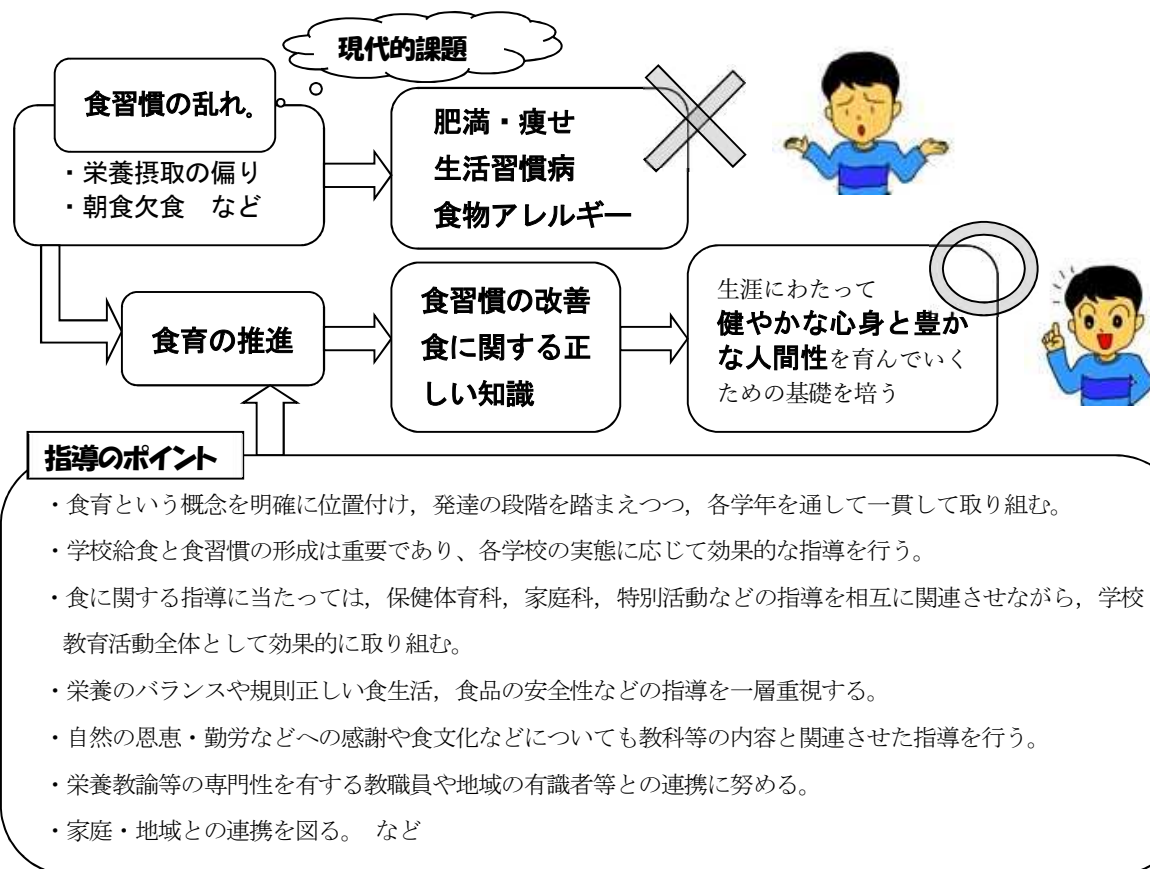


図1 食育の推進に関する指導とねらい

## (2) 体力の向上に関する指導

高等学校学習指導要領解説では、体力について次のように示している。

体力は、人間の活動の源であり、健康の維持のほか意欲や気力といった精神面の充実に大きくかかわっており、「生きる力」の重要な要素である。子供たちの体力の低下は、将来的に国民全体の体力低下につながり、社会全体の活力や文化を支える力が失われることにもなりかねない。

子供の体力については、「体力・運動能力調査」や「平成 29 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果などから、低下傾向には歯止めが掛かっているものの、体力水準が高かった昭和 60 年ごろと比較すると、依然として低い状況が見られるとともに、運動する子供とそうでない子供の二極化傾向が見られるとの指摘がある。これらの内容を踏まえて、高等学校学習指導要領解説では、体力の向上に関する指導について、次のように示されている。

体育に関する指導については、積極的に運動する生徒とそうでない生徒の二極化傾向が指摘されていることなどから、生涯にわたって運動やスポーツを豊かに実践していくとともに、現在及び将来の体力の向上を図る実践力の育成を目指し、生徒が自ら進んで運動に親しむ資質や能力を身に付け、心身を鍛えることができるようにすることが大切である。

このため、教科としての保健体育科において、基礎的な身体能力の育成を図るとともに、体育祭、集団宿泊活動や集会などの特別活動や、運動部活動などの教育課程外の学校教育活動などを相互に関連させながら、学校の教育活動全体として効果的に取り組むことが求められている。

「体力の向上に関する学習指導要領解説(保健体育科)」の基本方針は、次のとおりである。

- ・体力の向上については、心身ともに成長の著しい時期であることを踏まえ、「体づくり運動」の学習を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わわせるとともに、健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識させる。
- ・「体づくり運動」以外の運動に関する領域においても、学習した結果としてより一層の体力の向上を図ることができるようにする。
- ・指導計画の作成に当たっては、「健やかな体」の趣旨を生かし、特別活動、運動部の活動などとの関連を図り、日常生活における体育・健康に関する活動が適切かつ継続的に実践できるよう留意する。なお、体力の測定については、計画的に実施し、運動の指導及び体力の向上に活用する。

生徒の体力を高めるためには、体育の授業を充実させるだけでなく、日頃の運動の習慣をどの生徒にも付けていく指導が必要であり、そのためには、学校、家庭、地域との連携を進めていくことが重要になる。

### (3) 心身の健康の保持増進に関する指導

高等学校学習指導要領解説では、心身の健康の保持増進に関する保健体育科の指導について次のように示されている。

- ・心と体を一体として捉えとは、生徒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捉えた指導が重要であることから、引き続き強調したものである。すなわち、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や健康、特に心の健康が運動と密接に関連していることなどを理解することの大切さを示したものである。そのためには、「体ほぐしの運動」など具体的な活動を通して心と体が深くかかわっていることを体得するよう「精神疾患の予防と回復」などの内容との関連を図って指導することが必要である。
- ・心身の調和的発達を図るためには、体育で学習する体づくり運動の「実生活への取り入れ方」などや保健で学習する心身の健康の保持増進に関する内容をもとに、自己の体力の状況を捉えて、目的に適した運動の計画や自己の体力や生活に応じた運動の計画を立て、実生活に役立てることができるようにすることが必要である。

生徒の心身の調和的発達を図るためには、図2の現代的課題に対して、生徒の発達段階を考慮して学校教育活動全体として取り組むことが必要である。

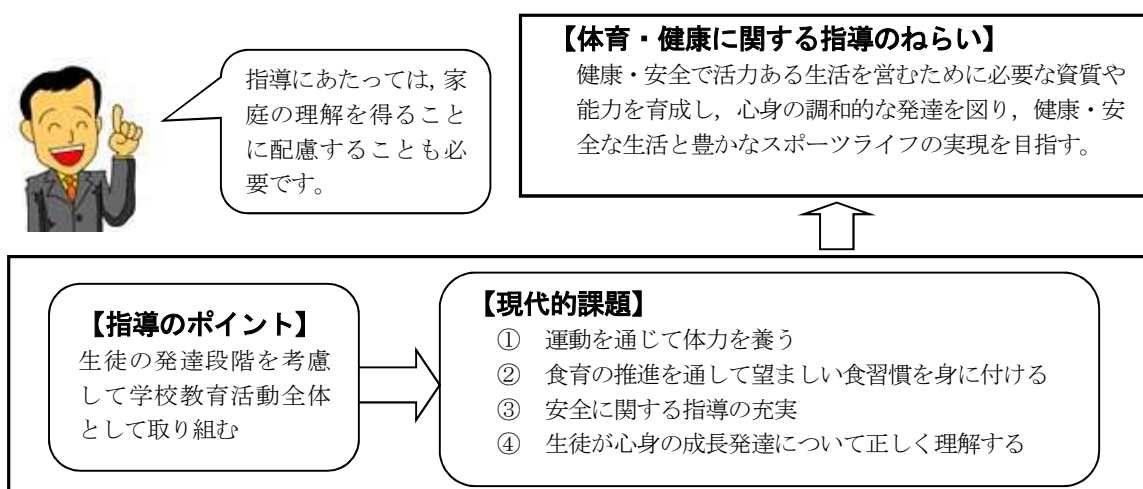


図2 体育・健康に関する指導のねらいと内容

## 2 教育課程の実施等に当たって配慮すべき事項

### (1) 言語活動の充実

第1章総則第2款2(1)には、教科等横断的な視点に立った資質・能力の育成について次のように示されている。

(1) 各学校においては、生徒の発達段階を考慮し、言語能力、情報活用能力（情報モラルを含む。）、問題発見・解決能力等の学習の基盤となる資質・能力を育成していくことができるよう、各教科・科目等の特質を生かし、教科等横断的な視点から教育課程の編成を図るものとする。

今回の学習指導要領改訂においては、教科等を越えた全ての学習の基盤として育まれ活用される資質・能力の一つとして、言語能力の育成が掲げられている。中教審答申においても、「言語活動については、現行の学習指導要領の下、全ての教科等において重視し、その充実を図ってきたところであるが、今後、全ての教科等の学習の基盤である言語能力を向上させる観点から、より一層の充実を図ることが必要不可欠である」と指摘されている。

高等学校学習指導要領解説では、言語活動について、次のように示している。

言語活動については、知的活動（論理や思考）だけではなく、コミュニケーションや感性・情緒の基盤でもあること（平成20年中教審答申）も踏まえ、体を動かしながら相手や仲間の動きの修正を伝えること、ともに学ぶ仲間の感情に配慮したコミュニケーションを図ること、称賛すべき所作やマナーなどに敬意を払い自身が感じた思いを伝えることなど、運動やスポーツを行う際の言語活動を踏まえた指導の充実が重要である。

生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けて、ねらいに即した言語活動を取り入れ、主体的な学習活動が充実するよう配慮することが大切である。

また、内容として、(1)知識及び技能、(2)思考力、判断力、表現力等、(3)学びに向かう力、人間性等を示していることから、これらをバランスよく育むことで、結果として言語活動の充実に資することに留意する必要がある。

### (2) 情報機器の活用等に関する配慮事項

高等学校学習指導要領解説では、情報機器の活用等に関する配慮事項として、次のように示されている。

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

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

なお、運動の実践では、補助的手段として活用するとともに、効果的なソフトやプログ

ラムの活用を図るなど、活動そのものの低下を招かないよう留意する、また、情報機器の使用と健康との関わりについて取り扱うことにも配慮することが大切である。

### (3) 運動の多様な楽しみ方

生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続していくためには、運動の技能を高めていくことのみならず、体力や技能の程度、性別や障害の有無、目的等の違いを越えて、運動やスポーツの多様な楽しみ方を社会で実践することが求められる。今回の高等学校学習指導要領改訂においては、新たに共生の視点を踏まえて指導内容を示すこととした。

高等学校学習指導要領解説では、指導方法の工夫について次のように示されている。

- ・体力や技能の程度及び性別の違い等にかかわらず、仲間とともに学ぶ体験は、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた重要な学習の機会であることから、原則として男女共習で学習を行うことが求められる。
- ・心身ともに発達が著しい時期であることを踏まえ、運動種目によってはペアやグループの編成時に配慮したり、健康・安全に関する指導の充実を図ったりする。
- ・障害の有無等にかかわらず、仲間とともに学ぶ体験は、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現とともに、スポーツを通じた共生社会の実現につながる重要な学習の機会であることから、高等学校学習指導要領解説第3章第1節3に示した障害のある生徒などへの指導の内容等を参考に、指導の充実を図ることが大切である。

### (4) 体験活動

保健体育科において、その特質に応じた体験活動を重視し、地域・家庭と連携しつつ体系的・継続的に実施できるよう工夫することを示した。これは、従前、総則に示されていたものを保健体育科でも示したものである。高等学校学習指導要領解説では、体験活動について次のように示されている。

他者、社会、自然・環境等と直接的に関わる体験活動等を通して、生命の有限性や自然の大切さ、自分の価値を認識しつつ他者と協働することの重要性などを、実感しながら理解できるようにすることは極めて重要であり、そのために、学級等を単位とした集団の中で体系的・継続的な活動を行うことのできる学校の場を生かして、地域・家庭と連携・協働しつつ、体験活動の機会を確保していくことが求められる。

科目体育においては、体育で学習した成果を、教科外の活動や学校や地域の実態等に応じた活動などの学校教育活動に生かすことができるよう、高等学校学習指導要領解説第2章第2節「体育」4(4)に示した「自然との関わり深いスキー、スケートや水辺活動など」の指導を積極的に取り入れるとともに、年間指導計画において、学習の時期や順序を検討するなど、結果として体験活動の充実資することに留意することが必要である。

科目保健においては、知識の指導に偏ることなく、資質・能力の三つの柱をバランスよく育むことができるよう、実験や実習等を取り入れるなどの学習過程を工夫することに留意する。

このような体験活動を効果的に実施していくためには、その意義や効果について家庭や地域と共有し、連携・協働することが重要である。さらに、これらの学習を展開するに当たっては、学習の内容と生徒の発達の段階に応じて安全への配慮を十分に行わなければならない。



## (5) 「体育」と「保健」の関連

保健体育科においては、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継続する資質・能力の育成を重視する観点から、健康な生活と運動やスポーツとの関わりを深く理解したり、心と体が密接につながっていることを実感したりできるようにすることの重要性を改めて示すとともに、体育と保健の関連を図る工夫の例を新たに示した(表1)。

表1 体育と保健の関連を図る工夫の例

| 体育  | 保健   |
|---|--|
| 「A体づくり運動」のア「体ほぐしの運動」における具体的な運動の視点                           | (1)「現代社会と健康」のア(オ)「精神疾患の予防と回復」における精神疾患への対処の視点                   |
| 「D水泳」の事故防止に関する心得における具体的な態度の視点                               | (2)「安全な社会づくり」のア(イ)「応急手当」における応急手当の適切な対処の視点                      |
| 「H体育理論」の2「運動やスポーツの効果的な学習の仕方」における健康の保持増進を図るための方法等の視点         | (1)「現代社会と健康」における生活習慣病などの予防と回復の視点から日常生活にスポーツを計画的に取り入れることの重要性    |
| 「A体づくり運動」から「Gダンス」の(3)学びに向かう力、人間性等の「健康・安全」における運動実践の場面での行動の視点 | (4)「健康を支える環境づくり」における地域の保健・医療機関の活用の視点から、生涯スポーツの実践を支える環境づくりやその活用 |

教科内におけるカリキュラム・マネジメントを実現する観点から、体育と保健の関連する事項を取り上げる際、指導する時期を適切に設定した年間指導計画を工夫する。

## (6) 中学校との関連

高等学校学習指導要領解説では、学校や生徒の実態等に応じて義務教育段階の学習内容の確実な定着を図る観点から、中学校保健体育科との関連に留意することを示した。これは、従前、総則に示されていたものを保健体育科でも示したものである。

各年次の単元計画を検討する際に、学習経験の違いなどの生徒の実態を把握するための機会や、それまでの学習内容を復習する機会を一定時間確保した上で必履修科目の内容を学習させたり、関連する中学校の内容を適宜取り入れた指導をしたりするなどの工夫をすることも大切である。

「保健」では、小学校、中学校の内容を踏まえた系統性のある指導ができるように内容を明確化しており、義務教育段階の学習内容が定着していることが前提として必要となるものであることから、生徒の実態等を踏まえ、関連する中学校の内容を適宜取り入れ、復習した上で指導することが考えられる。

また、平成28年12月の中央教育審議会答申においては、「基礎学力の不足や学習意欲の面での課題が指摘されており、小・中学校での学習内容を十分に身に付けていない生徒も少なからず見られるなど、学び直しへのニーズは高い」とされており、保健体育科においても義務教育段階の学習内容の確実な定着を図るための指導の充実(学び直しの充実)が必要である。

## (7) 障害のある生徒などへの指導

高等学校学習指導要領解説には、障害のある生徒などへの配慮事項について次のように

示されている。また、学習活動を行う場合に生じる困難さと指導内容や指導方法の工夫について、表2に示した。

障害者の権利に関する条約に掲げられたインクルーシブ教育システムの構築を目指し、生徒の自立と社会参加を一層推進していくためには、通常の学級、通級による指導、特別支援学級、特別支援学校において、生徒の十分な学びを確保し、一人一人の生徒の障害の状態や発達の段階に応じた指導や支援を一層充実させていく必要がある。

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

上記の内容に踏まえ、今回の学習指導要領改訂では、障害のある生徒などの指導に当たっては、個々の生徒によって、見えにくさ、聞こえにくさ、道具の操作の困難さ、移動上の制約、健康面や安全面での制約、発音のしにくさ、心理的な不安定、人間関係形成の困難さ、読み書きや計算等の困難さ、注意の集中を持続することが苦手であることなど、学習活動を行う場合に生じる困難さが異なることに留意し、個々の生徒の困難さに応じた指導内容や指導方法を工夫することを、各教科等において示している。

なお、指導に当たっては、生徒の障害の種類と程度を家庭、専門医等と連絡を密にしながらか確に把握し、生徒の健康・安全の確保に十分留意するとともに、個別の課題設定をして生活上の困難を克服するために学習に配慮したり、教材、練習やゲーム及び試合や発表の仕方等を検討し障害の有無にかかわらず、参加可能な学習の機会を設けたりするなどの生徒の実態に応じたきめ細やかな指導に配慮することが大切である。また、「保健」においても、新たにストレスへの対処や心肺蘇生法などの技能の内容が示されたことから、それらの実技指導については運動に関する領域の指導と同様の配慮をすることが大切である。

表2 学習活動を行う場合に生じる困難さと指導内容や指導方法の工夫について

| 学習活動を行う場合に生じる困難さ                  | 指導方法の工夫   |
|-----------------------------------|---|
| 見えにくさのため活動に制限がある                  | 不安を軽減したり安全に実施したりすることができるよう、活動場所や動きを事前に確認したり、仲間同士で声を掛け合う方法を事前に決めたり、音が出る用具を使用したりする。     |
| 身体の動きに制約があり、活動に制限がある              | 生徒の実情に応じて仲間と積極的に活動できるよう、用具やルールの変更を行ったり、それらの変更について仲間と話し合う活動を行ったり、必要に応じて補助用具の活用を図ったりする。 |
| 勝ち負けや記録にこだわり過ぎて、感情をコントロールすることが難しい | 状況に応じて感情がコントロールできるよう、事前に活動の見通しを立てたり、勝ったときや負けたとき等の感情の表し方について確認したりする。                   |

|  |  |
|--|--|
| リズムやタイミングに合わせて動くことや複雑な動きをすること、ボールや用具の操作等が難しい | 動きを理解したり、自ら積極的に動いたりすることができるよう、動きを視覚的又は言語情報に変更したり簡素化したりして提示する、動かす体の部位を意識させる、操作が易しい用具の使用や用具の大きさを工夫したりする。 |
| 試合や記録測定、発表などの状況の変化への対応が求められる学習活動への参加が難しい     | 生徒の実情に応じて状況の変化に対応できるようにするために、挑戦することを認め合う雰囲気づくりに配慮したり、ルールの弾力化や場面設定の簡略化を図ったりする。                          |
| 日常生活とは異なる環境での活動が難しい                          | 不安を解消できるよう、学習の順序や具体的な内容を段階的に説明する。  |
| 対人関係への不安が強く、他者の体に直接触れることが難しい                 | 仲間とともに活動することができるよう、ロープやタオルなどの補助用具を用いる。   |
| 自分の力をコントロールすることが難しい                          | 状況に応じて力のコントロールができるよう、力の出し方を視覚化したり、力の入れ方を数値化したりする。  |
| グループでの準備や役割分担が難しい                            | 準備の必要性やチームで果たす役割の意味について理解することができるよう、準備や役割分担の視覚的な明示や生徒の実情に応じて取り組むことができる役割から段階的に取り組ませる。                  |
| 保健の学習で、実習などの学習活動に参加することが難しい                  | 実習の手順や方法が理解できるよう、それらを視覚的に示したり、一つ一つの技能を個別に指導したりする。  |

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

### 3 学校設定科目

#### (1) 学校設定科目の取組

高等学校学習指導要領（第1章総則第2款3(1)エ）に、学校設定科目について次のように示されている。

エ 学校においては、生徒や学校、地域の実態及び学科の特色等に応じ、特色ある教育課程の編成に資するよう、イ及びウの表に掲げる教科について、これらに属する科目以外の科目（以下「学校設定科目」という。）を設けることができる。この場合において、学校設定科目の名称、目標、内容、単位数等については、その科目の属する教科の目標に基づき、高等学校教育としての水準の確保に十分配慮し、各学校の定めるところによるものとする。

#### (2) 設定・展開例

学校設定科目の名称、目標、内容、単位数等は各学校において定めるものとされているが、その際には、「その科目の属する教科の目標に基づき」という要件が示されていること、及び科目の内容の構成については関係する各科目の内容との整合性を図ることに十分配慮する必要がある。

## 第6章 特別活動

### 1 目標、基本的性格と教育活動全体における意義

#### (1) 目標

学習指導要領第5章の第1「目標」で、次のとおり示している。

集団や社会の形成者としての見方・考え方を働かせ、様々な集団活動に自主的、実践的に取り組み、互いのよさや可能性を發揮しながら集団や自己の生活上の課題を解決することを通して、次のとおり資質・能力を育成することを目指す。

- (1) 多様な他者と協働する様々な集団活動の意義や活動を行う上で必要となることについて理解し、行動の仕方を身に付けるようにする。
- (2) 集団や自己の生活、人間関係の課題を見だし、解決するために話し合い、合意形成を図ったり、意思決定したりすることができるようにする。
- (3) 自主的、実践的な集団活動を通して身に付けたことを生かして、主体的に集団や社会に参画し、生活及び人間関係をよりよく形成するとともに、人間としての在り方生き方についての自覚を深め、自己実現を図ろうとする態度を養う。

この特別活動の目標は、ホームルーム活動、生徒会活動及び学校行事の三つの内容の目標を総括するものであり、各内容の目標は以下のとおりである。

#### (ホームルーム活動の目標)

ホームルームや学校での生活をよりよくするための課題を見だし、解決するために話し合い、合意形成し、役割を分担して協力して実践したり、ホームルームでの話し合いを生かして自己の課題の解決及び将来の生き方を描くために意思決定して実践したりすることに、自主的、実践的に取り組むことを通して、第1の目標に掲げる資質・能力を育成することを目指す。

#### (生徒会活動の目標)

異年齢の生徒同士で協力し、学校生活の充実と向上を図るための諸問題の解決に向けて、計画を立て役割を分担し、協力して運営することに自主的、実践的に取り組むことを通して、第1の目標に掲げる資質・能力を育成することを目指す。

#### (学校行事の目標)

全校若しくは学年又はそれらに準ずる集団で協力し、よりよい学校生活を築くための体験的な活動を通して、集団への所属感や連帯感を深め、公共の精神を養いながら、第1の目標に掲げる資質・能力を育成することを目指す。

#### (2) 基本的な性格

特別活動は、学校における様々な集団活動や体験的な活動を通して、生徒の人間形成を図ることを特質としており、極めて大きな役割を担うものである。

### (3) 教育的意義

今回の改訂で強調された特別活動の教育的意義として、以下の点を挙げるができる。

- (1) 特別活動の特質を踏まえた資質・能力の育成
- (2) ホームルーム経営の充実と特別活動
- (3) 各教科・科目等の学びを実践につなげる特別活動
- (4) ホームルームや学校の文化を創造する特別活動

---

---

## 2 健康安全・体育的行事

---

---

### (1) ねらいと内容

健康安全・体育的行事については、学習指導要領第5章の第2で、次のとおり示している。

心身の健全な発達や健康の保持増進，事件や事故，災害等から身を守る安全な行動や規律ある集団行動の体得，運動に親しむ態度の育成，責任感や連帯感の涵養，体力の向上などに資するようにすること。

#### ア 健康安全・体育的行事のねらい

生徒自らが自己の発育や健康状態について関心を持ち，心身の健康の保持増進に努めるとともに，身の回りの危険を予測・回避し，安全な生活に対する理解を深める。また，体育的な集団活動を通して，心身とも健全な生活の実践に必要な習慣や態度を育成する。さらに，生徒が運動に親しみ，楽しさを味わえるようにするとともに体力の向上を図る。

#### イ 内容

健康安全・体育的行事としては，健康診断，疾病予防，薬物乱用防止指導，防犯指導，交通安全指導，避難訓練や防災訓練，健康・安全に関する意識や実践意欲を高める行事，体育祭（運動会），各種の球技大会や競技会などが考えられる。

### (2) 実施上の留意点

ア 健康安全に関する行事において，例えば，健康診断を実施する場合には，健康診断や健康な生活のもつ意義，人間の生命の尊さ，異性の尊重，健康と環境との関連などについて，ホームルーム活動，生徒会活動及び各教科・科目などの内容との密接な関連を図り，健康・安全に関する指導の一環としてその充実を期すること。その際，参加の心構えなどについて理解させ，関心をもたせるようにするとともに，事後においては，例えば，体に疾病などが発見された生徒の措置，事故や災害から自他の安全を守ることの意義などの指導について十分配慮すること。

イ 健康安全に関する行事については、最近の事故の実態、交通規則などを理解させ、事故防止に対する知識や態度を体得させるとともに、自然災害や犯罪などの非常事態に際し、沈着、冷静、迅速、的確に判断して対処する能力を養い、自他の安全を確保することのできる能力を身に付けること。また、喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為の有害性や違法性、防犯や情報への適切な対処や行動について理解させ、正しく判断し行動できる態度を身に付けさせること。

ウ 体育に関する行事においては、生徒の活動の意欲を高めるように工夫するとともに、全体として調和のとれたものとし、特に生徒の負担の度合いなどに慎重に配慮すること。また、学校全体として、健康や安全についての指導の徹底を期すること、特に事故の発生の際に備えて、その防止、万一の場合の準備や緊急時の対策などについても、あらかじめ十分に配慮すること。

エ 体育に関する行事を実施する場合には、運動に親しみつつ体力を向上させるというねらいが十分に達せられるようにするとともに、教育的な価値を發揮するように努めること。また、日頃の学習の成果を学校内外に公開し、発表することによって、学校に対する家庭や地域社会の理解と協力を促進する機会とすること。なお、この行事には、家庭や地域との結び付きの強いもの、他校や他機関との関連において実施するものなどがある。これらの機会を通して、相互の理解や連携を促進することはもとより、積極的に改善を図るなど、学校行事として、また生徒の集団活動としての教育的価値を高めるようにすること。

### (3) 健康安全・体育的行事の展開例

表6-1 新体力テストの例

- 1 目的  
各自が体力の現状や自己の発育を認識し、自発的にスポーツ活動に取り組むことにより、心身の健全な発達を促す。
- 2 期日 令和〇〇年〇〇月〇〇日 (○) 4～7限 予備日：〇〇月〇〇日 (○)
- 3 種目・場所
  - (1) 室内種目 (反復横とび・上体起こし・握力・長座体前屈) 体育館
  - (2) 外種目 (ハンドボール投げ・立ち幅とび・50m走) グラウンド※持久走は別日実施とする。
- 4 実施方法  
測定順序に従って、体育の講座毎に各項目をローテーションする。
- 5 役割分担
  - (1) 事前準備：保健体育科及び各クラス体育委員
  - (2) 当日役割：別紙 (後日発表)
- 6 更衣場所 男子：各教室 女子：武道場
- 7 その他
  - (1) 服装は夏用体育服を着用すること。
  - (2) 当日見学者は担任と保健体育科へ事前に申し出て指示を受けること。
  - (3) 急に体調が悪くなった場合は、近くの職員に申し出ること。
  - (4) 貴重品の管理には十分注意すること。

表6-2 体育大会の例

|                                       |
|---------------------------------------|
| 1 目的                                  |
| 競技を通して団結の精神を養う。                       |
| 2 期日 令和〇〇年〇〇月〇〇日 (〇) 予備日：〇〇月〇〇日 (〇)   |
| 3 選手出場規定                              |
| (1) 生徒は全員、必ず1種目以上出場する。                |
| (2) 不正出場は認めない。判明した時点で失格とする。           |
| (3) 服装は夏用体操服とする。ゼッケンを上衣の前後に1枚ずつ縫い付ける。 |
| (4) 素足での参加は認めない。                      |
| 4 競技運営規定                              |
| (1) 表彰は全クラスの中での総合得点により、優勝～6位に賞状を与える。  |
| (2) 各競技規則                             |
| ・リレー種目の第2走者以降は、コーナートップとする。            |
| ・スパイクの使用は禁止とする。                       |
| ・トラック競技の追越しは原則として外側からとする。             |
| ・各種目の競技順、競技方法はプログラムに記載したとおりに実施する。     |
| ・クラスカラーは抽選により決定する。                    |
| 5 役割分担                                |
| (1) 事前準備：保健体育科及び各クラス体育委員              |
| (2) 当日役割：別紙（後日発表）                     |
| 6 更衣場所 男子：各教室 女子：武道場                  |
| 7 その他                                 |
| (1) 見学者は担任を通じて本部へ申し出ること。              |
| (2) 急に体調が悪くなった場合近くの職員に申し出ること。         |
| (3) 貴重品の管理には十分注意すること。                 |

---

### 3 旅行・集団宿泊的行事

---

#### (1) ねらいと内容

旅行・集団宿泊的行事については、学習指導要領第5章第2で、次のとおり示している。

平素と異なる生活環境にあつて、見聞を広め、自然や文化などに親しむとともに、よりよい人間関係を築くなどの集団生活の在り方や公衆道徳などについての体験を積むことができるようにすること。

#### ア 旅行・集団宿泊的行事のねらい

校外の豊かな自然や文化に触れる体験を通して、学校における学習活動を充実発展させる。また、校外における集団生活を通して、教師と生徒が寝食を共にすることによって、教師と生徒、生徒相互の人間的な触れ合いや信頼関係の大切さを経験し、楽しい思い出をつくることことができる。さらに、集団生活を通して、基本的な生活習慣や公衆道徳などについての体験を積み、集団生活のきまりや社会生活上のルールについて考え、実践し、互いに思いやり、共に協力し合ったりするなどのよりよい人間関係を形成しようとする態度を育てる。

## イ 内容

旅行・集団宿泊的行事としては、遠足、修学旅行、集団宿泊、野外活動などが考えられる。

### (2) 実施上の留意点

- ア 生徒の自主的な活動の場や機会を十分に考慮し、生徒の役割分担、生徒相互の協力、きまり・約束の遵守、人間関係を深める活動などの充実を図ること。また、文化的行事や健康安全・体育的行事、勤労生産・奉仕的行事との関連などを重視して、単なる物見遊山に終わることのない有意義な旅行・集団宿泊的行事を計画・実施するよう十分に留意すること。
- イ 指導計画の作成とその実施に当たっては、行事の目的やねらいを明確にした上で、その内容に応じて各教科・科目、総合的な探究の時間、ホームルーム活動などとの関連を工夫すること。また、事前の学習や、事後のまとめや発表などを工夫し、体験したことがより深まるような活動とすること。
- ウ ホームルーム活動などにおいて、事前に、目的、日程、活動内容などについて指導を十分に行い、生徒の参加意欲を高めるとともに、保護者にも必要事項について知らせること。
- エ 実施に当たっては、地域社会の社会教育施設等を積極的に活用するなど工夫し、十分に自然や文化などに触れられるよう配慮すること。
- オ 生徒の心身の発達の段階、安全、環境、交通事情、経済的な負担、天候、不測の事故、事故の発生時における対応策などに十分配慮し、学校や生徒の実態を踏まえた活動となるよう工夫すること。特に、教師の適切な管理の下での生徒の活動が助長されるように事故防止のための万全な配慮をすること。また、自然災害などの不測の事態に対しても、自校との連絡体制を整えるなど適切な対応ができるようにする。(なお、計画の実施に関しては、「小学校、中学校、高等学校の遠足・修学旅行について」(昭和43年10月2日付け、文初中第450号文部省初等中等教育局長通達)、「修学旅行における安全確保の徹底について」(昭和63年3月31日付け、文初高第139号文部事務次官通達)などを参照すること。)



### (3) 旅行・集団宿泊的行事の展開例

表6-3 ホームルームの親睦及び協調性を養うための遠足行事例

|     |   |
|-----|---|
| 1   | 目的  |
| (1) | 自然休養林の中でのハイキングを通して、クラス・職員相互の親睦を深める。   |
| (2) | 集団行動を通して、自律心を養い、自主的に集団の規律や秩序を守る態度を育成する。   |
| 2   | 期日 令和〇〇年〇月〇〇日 (〇)<br>生徒集合 8:15 生徒解散 16:10<br>*当日病気などで参加できなくなった生徒は、朝8時15分までに必ず学校に連絡を入れさせる。   |
| 3   | 目的地 犬山・八曾自然休養林・野外民族博物館リトルワールド<br>愛知県犬山市今井成沢〇〇-〇〇 TEL 〇〇〇〇-〇〇-〇〇〇〇<br>ハイキングコース：入鹿池東端（入鹿大橋）～犬山・八曾自然休養林～リトルワールド裏門  |
| 4   | 参加者 愛知県立〇〇〇〇高等学校 第〇学年生徒<br>7クラス（男子 154名 女子 122名 計 276名）   |
| 5   | 服装 体育時に準じたものとする。靴は運動靴等の履き慣れたもの。<br>（晴天時はローファー不可）  |
| 6   | 持ち物 弁当・タオル・水筒類・時計・（携帯雨具）などをデイパックなどに入れる。<br>（両手がフリーになるものが望ましい。）<br>*菓子類については制限しないが、バス内で食べる程度とする。ハイキング時歩行中の飲食は不可（水分補給は適宜可）とする。帽子については可とする。  |
| 7   | 行程（概要）<br>〇〇〇〇高校＝大府東海 IC＝一宮 IC＝一宮 PA＝小牧東 IC＝<br>8:30 8:45 9:20 9:25～9:40 9:55<br>入鹿大橋周辺（下車）…《ハイキング》… 八曾キャンプ場（休憩）…<br>10:00 11:45～12:00<br>リトルワールド裏門着… 全体指示・解散… リトルワールド内散策…<br>12:30 12:50 12:50～13:50<br>リトルワールド駐車場集合（バス内点呼）・出発＝小牧東 I.C＝大府東海 I.C＝<br>14:50 15:00 15:45<br>〇〇〇〇高校着・解散<br>16:00 |
| 8   | 注意事項  |
| (1) | 時間を守ること。  |
| (2) | 行動は必ず班単位で行うこと（自分勝手な行動は、厳に慎む）。   |
| (3) | 前日は、休養・睡眠を充分にとってくること。   |
| (4) | 体調不良やケガの場合は、直ちに最寄りの教員に申し出ること。   |
| (5) | 樹木を傷つけたり、自然を破壊するような行為はしないこと。  |
| (6) | ゴミは必ず各自で持ち帰ること。   |
| (7) | コンビニエンスストア等には入らないこと。  |
| (8) | 交通安全には、細心の注意をはらうこと。   |

表6-4 修学旅行などの集団宿泊的行事例

|   |  |
|---|--|
| 1 | 目的   |
|   | (1) 沖縄の戦跡を訪ね、平和の大切さを実感するとともに、沖縄の自然と文化に接し、自然の大切さや伝統の重さを体感する。              |
|   | (2) 集団生活を通して、望ましい体験を積み、集団における規律と協調の精神を体得する。                              |
| 2 | 期日 令和〇〇年〇月〇〇日(〇)～〇〇日(〇)  |
| 3 | 目的地 沖縄(行程表参照)  |
| 4 | 宿泊地(連泊)<br>〇〇リゾートホテル Tel 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇<br>沖縄県国頭郡恩納村〇〇 Fax 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇    |
| 5 | 参加人数(第2学年)<br>生徒 男子 135名 女子 141名 計 276名<br>職員 14名(男性職員9名 女性職員5名) 合計 290名 |
| 6 | 旅行行程表  |
|   | <1日目>  |
|   | 中部国際空港===那覇空港==ひめゆり会館……ひめゆりの塔・平和資料館                                      |
|   | 8:30 10:45 12:00 12:50 13:50   |
|   | ==沖縄県平和記念資料館・平和の礎==宿泊地   |
|   | 14:00 15:30 16:30  |
|   | <2日目> ※ホテル出発・到着の時間は、クラス毎で異なる。  |
|   | 自然体験学習(シーカヤック<カヌー>体験とマングローブ観察)+美ら海水族館                                    |
|   | 宿泊地=====コース別分散研修=====宿泊地   |
|   | 7:50 貸し切りバス7台(クラスごと分乗) 17:00   |
|   | <3日目> 大きな荷物は朝ホテルにて発送   |
|   | 宿泊地==万座毛==首里城公園==国際通り散策==那覇空港===   |
|   | 9:00 9:10 10:40~11:40 12:10~14:00 14:30 15:00                            |
|   | ===中部国際空港 ※夕食:那覇空港にて弁当配付(機内で夕食)  |
|   | 17:00 中部国際空港でクラス毎解散(17:30までに解散完了)  |
| 7 | 注意事項   |
|   | (1) 時間を守ること。   |
|   | (2) 行動は必ず班単位で行うこと(自分勝手な行動は、厳に慎む)。  |
|   | (3) 前日は、休養・睡眠を充分にとってくること。  |
|   | (4) 体調不良やケガの場合は、直ちに最寄りの教員に申し出ること。  |
|   | (5) 樹木を傷つけたり、自然を破壊するような行為はしないこと。   |
|   | (6) ゴミは必ず各自で持ち帰ること。  |
|   | (7) 交通安全には、細心の注意をはらうこと。  |

## 4 学校行事の指導計画

学校行事の年間指導計画の作成については、学習指導要領第5章の第3の1の(2)で、次のとおり示している。

- (2) 各学校においては、次の事項を踏まえて特別活動の全体計画や各活動及び学校行事の年間指導計画を作成すること。
- ア 学校の創意工夫を生かし、ホームルームや学校、地域の実態、生徒の発達の段階などを考慮すること。
  - イ 第2に示す内容相互及び各教科・科目、総合的な探究の時間などの指導との関連を図り、生徒による自主的、実践的な活動が助長されるようにすること。特に社会において自立的に生きることができるようにするため、社会の一員としての自己の生き方を探求するなど、人間としての在り方生き方の指導が行われるようにすること。
  - ウ 家庭や地域の人々との連携、社会教育施設等の活用などを工夫すること。その際、ボランティア活動などの社会奉仕の精神を養う体験的な活動や就業体験活動などの勤労に関わる体験的な活動の機会をできるだけ取り入れること。

### (1) 指導計画

学校行事の指導計画については、特別活動の全体計画に基づき、各種類の学校行事の特質を踏まえ、特に次のようなことを配慮した年間指導計画を作成する必要がある。

- (1) 学校の創意工夫を生かすとともに、学校の実態や生徒の発達の段階などを考慮し、生徒による自主的、実践的な活動が助長されるようにする
- (2) 生徒による自主的、実践的な活動が助長されるようにする
- (3) 内容相互及び各教科・科目及び総合的な探究の時間などの指導との関連を図る
- (4) 家庭や地域の人々との連携、社会教育施設等の活用などを工夫する
- (5) 生徒指導の機能を生かす
- (6) 年間指導計画の作成
- (7) 学校行事に充てる授業時間数

### (2) 内容の取扱い

学校行事における内容の取扱いについては、学習指導要領第5章の第2の〔学校行事〕3の(1)で、次のとおり示している。

- (1) 生徒や学校、地域の実態に応じて、内容に示す行事の種類ごとに、行事及びその内容を重点化するとともに、各行事の趣旨を生かした上で、行事間の関連や統合を図るなど精選して実施すること。また、実施に当たっては、自然体験や社会体験などの体験活動を充実させるとともに、体験活動を通して気付いたことなどを振り返り、まとめたり、発表し合ったりするなどの事後の活動を充実すること。

このことから、学校行事の指導に際しては、次の事項に留意することが必要である。

- ア 行事の種類ごとに、行事及びその内容を重点化するとともに、行事間の関連や統合を図る
- イ 体験活動を通して気付いたことなどを振り返り、まとめたり、発表し合ったりする活動を充実させる

## 5 愛知県教育委員会への届出

### (1) 修学旅行の場合

|      |  |  |
|------|--|--|
| 担当課  | 高等学校教育課  |  |
| 届出期日 | 海外   | 立案の段階で実施の1年前までに教育委員会の指導を受け、確定した実施計画を3か月前までに教育委員会に届け出る。 |
|      | 通常   | 実施6か月前までに教育委員会の指導を受け、確定した実施計画を1か月前までに教育委員会に届け出る。       |
| 提出部数 | 2部（1部は保健体育課へ提出）  |  |
| 様式   | 愛知県教育例規集（平成21年版）P2559「修学旅行の届け出の様式」及びアイシステム：第5章学校教育 第6節 修学旅行 ○修学旅行の届出の様式 参照   |  |
| 備考   | 感染症、食中毒等の集団発生防止のため、少なくとも旅行の1か月前までに旅行先の都道府県衛生部長に衛生監督を依頼する。（愛知県教育例規集（平成21年版）P2557 及び第5章学校教育 第6節 修学旅行 ○小学校・中学校及び高等学校の修学旅行等における集団中毒の防止にかかる都道府県衛生部長への依頼について 参照）<br>計画立案までの概要、事前指導等の資料があれば別に添えて提出する。 |  |

### (2) 野外活動の場合

|      |  |
|------|--|
| 担当課  | 保健体育課  |
| 該当活動 | 登山・キャンプ・水泳・スキー・スケート・サイクリング・野外旅行など                              |
| 届出期日 | 実施日の2週間前   |
| 提出部数 | 2部（1部は高等学校教育課へ提出）  |
| 様式   | 愛知県教育例規集（アイシステム：第6章 安全・安全衛生 第1節 安全）<br>○「野外活動の届出の様式」の変更について 参照 |
| 備考   | 事前指導資料、実施要項等あれば別に添えて提出する。                                      |

## 第7章 運動部活動

### 1 運動部活動の位置付け

#### (1) これからの運動部活動

運動部活動については、学習指導要領第1章総則第6款学校運営上の留意事項で、次のとおり示している。

##### 1 教育課程の改善と学校評価、教育課程外の活動との連携等

ウ 教育課程外の学校教育活動と教育課程の関連が図られるように留意するものとする。特に、生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動については、スポーツや文化、科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養等、学校教育が目指す資質・能力の育成に資するものであり、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるよう留意すること。その際、学校や地域の実態に応じ、地域の人々の協力、社会教育施設や社会教育団体等の各種団体との連携などの運営上の工夫を行い、持続可能な運営体制が整えられるようにするものとする。

以上のように運動部活動は、学校教育活動の一環として、教育課程との関連が図られるよう留意することと位置付けられている。しかし一方で、今日においては、社会・経済の変化等により、教育が抱える課題が複雑化・多様化する中で、学校の部活動運営において様々な課題が生じている。こうした中、スポーツ庁は「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」（平成30年3月）を策定・公表し、その中で都道府県に対し、運動部活動の活動時間及び休養日の設定、その他適切な運動部活動の取組に関する「運動部活動の在り方に関する指針」を策定するように求めている。そこで、愛知県教育委員会では、学校における部活動が、今後とも生徒にとってより効果的で、かつ持続可能な活動であるための総合的な指針として「部活動指導ガイドライン～より効果的で持続可能な部活動を目指して～」(平成30年9月)を作成した。

#### (2) 位置付けの変遷

| 学習指導要領の改訂年          | 部活動に関する事項  |
|---------------------|--|
| 昭和22年(1947)         | 教科課程 選択教科「自由研究」の中で実施   |
| 昭和26年(1951)         | 教科外活動「特別教育活動」の中で「クラブ活動」として実施   |
| 昭和44年(1969)         | 特別活動A生徒活動「(2)クラブ活動」(必修として教育課程に位置付け)→「部活動」は、教育課程外の活動として実施   |
| 平成元年(1989)          | 「部活動」の参加をもって「クラブ活動」の履修になる→部活動の代替措置を認める(学校週5日制)   |
| 平成10年(1998)         | 「クラブ活動」廃止→部活動の代替措置が廃止  |
| 平成20年3月告示<br>(2008) | 中学校学習指導要領 第1章総則 第4指導計画の作成等に当たって配慮すべき事項「部活動については、(中略)学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるよう留意すること。」   |
| 平成21年3月告示<br>(2009) | 高等学校学習指導要領 第1章総則 第5款 教育課程の編成・実施に当たって配慮すべき事項 5教育課程の実施等に当たって配慮すべき事項(13)<br>「生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動については、スポーツや文化及び科学等に親しませ、(中略)学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるよう留意すること。その際、地域や学校の実態に応じ、地域の人々の協力、(中略)各種団体との連携などの運営上の工夫を行うようにすること。」 |
| 平成30年3月告示<br>(2018) | 高等学校学習指導要領 第1章総則 第6款 学校運営上の留意事項 1教育課程の改善と学校評価、教育課程外の活動との連携等 ウ  |

### (3) 意義

運動部活動は、スポーツに共通の興味や関心をもつ同好の生徒によって行われる活動であり、教育課程内の活動（授業や学校行事等）では得られない貴重な経験ができる場となっている。そして生徒は、運動部活動に参加することで、目的意識をもって充実した学校生活を送るだけでなく、異年齢の交流の中で、社会性や公共心を育むことができる。また、同じ目標に向かって取り組むことで、仲間や指導者等との触れ合いを深め、互いに切磋琢磨することを通じて豊かな人間関係を築くなど、心身ともに健全な育成を図ることができる。さらに、スポーツに親しむことで、その楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって豊かな生活を営む資質や能力を育むことができる。こうした運動部活動は、保護者や地域からも生徒の社会性を育成する場として期待されている。

#### 【部活動の教育的意義】

- |              |                  |
|--------------|------------------|
| ●個性・能力の伸長    | ●心身の健全育成         |
| ●学習意欲の向上     | ●生涯学習・スポーツの基礎づくり |
| ●好ましい人間関係の形成 | ●適正・興味・関心の追求     |
| ●責任感・連帯感の涵養  | ●所属意識や愛校心の涵養     |

---

## 2 運営上の留意点

---

運動部活動を通して、学校生活をより豊かで充実したものとしていくため、これまで以上に生徒の成長や学業との両立に配慮した適切な部活動運営を行う必要がある。そのためには、校長を中心とする責任ある体制の下、学校全体として組織的に指導、運営及び管理していくことが重要である。また、生徒のバランスのとれた学校生活や成長の保障及びスポーツ障害の予防の観点などから、スポーツ庁「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」等を踏まえ、生徒の発達段階に応じて部活動における休養日（活動しない日を含む。）及び適切な活動時間を設定し、生徒や指導者の心身の疲労回復や負担軽減を図る必要がある。

### (1) 学校における部活動の視点

ア 校長は、愛知県教育委員会が策定した「部活動ガイドライン～より効果的で持続可能な部活動を目指して～」（平成30年9月）の趣旨を踏まえ、各学校における部活動の目標や運営方針を策定し、組織全体で共有するとともに、学校の実態に応じて顧問会議を定期的開催するなど、部活動の組織化を図る。

イ 校長は、部活動の運営方針及び活動計画等を学校のホームページへの掲載等により公表する。

ウ 学校や地域の実態に応じ、地域の人々の協力、社会教育施設や社会教育団体等の各種団体との連携などの運営上の工夫を行い、持続可能な運営体制を整えていくことが大切である。

### (2) 顧問の役割と指導

ア 顧問は、部活動に関する学校の目標や運営方針を踏まえ、他の教職員とも連携・協力し、活動計画に基づいた運営及び効率的・効果的な指導を行う。

イ 顧問は、各学校で定めた運動部活動の目標や運営方針に従い、参加する大会等を精選した上で、年間及び月間等の活動計画を作成し、校長に提出する。

ウ 顧問は、指導方針や活動計画等を保護者に示し、共通理解のもと連携した運営に努める。

### (3) 運動部活動の顧問の主な役割

ア 顧問は、生徒の個性や能力、心の動きに配慮した指導を心掛けるとともに、安全に配慮した指導を行う。また、生涯を通じてスポーツ活動を実践する態度や能力の育成に向け、生徒の自主性や主体性を尊重した運営に努める。

イ 顧問は、部活動以外の学校生活においても生徒とのコミュニケーションを大切にし、部活動日誌や個人ノート等を活用して日々の活動の状況を把握することで、生徒が発するシグナルを見逃さない。

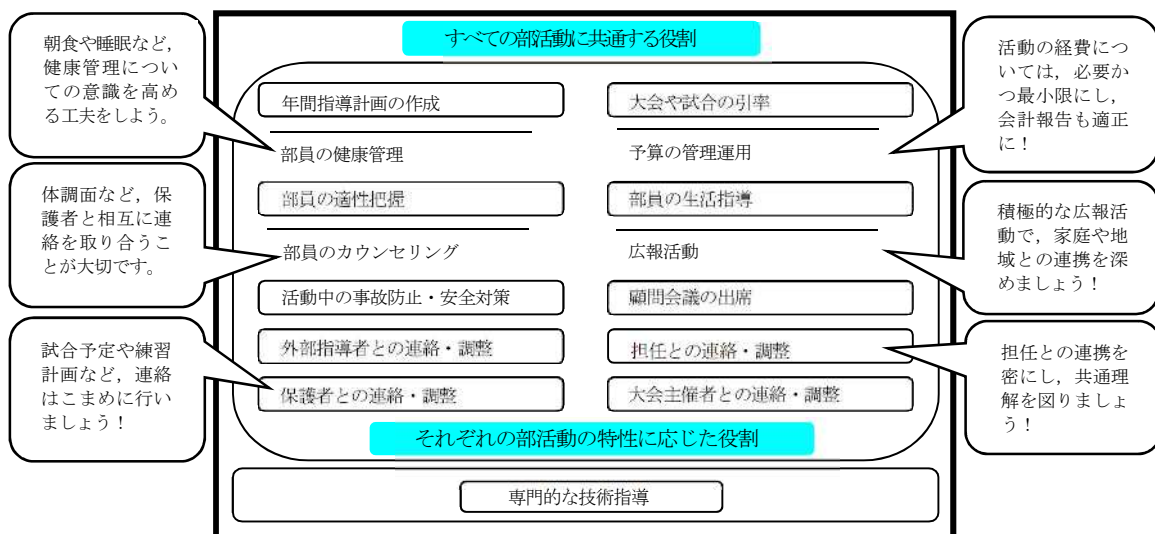
ウ 顧問は、活動計画の作成に当たっては、生徒にとって、バランスの取れた学校生活とすることやスポーツ障害を予防する観点などから、活動時間や練習日数、休養日を適切に設定する。

エ 顧問は、「専門的な技術指導」を高めるために、技術指導法の研修を行うとともに、スポーツ医・科学やトレーニング法、スポーツ心理学など、いろいろな角度から生徒を指導することができる知識や技能を身に付けることも大切である。

オ 「専門的な技術指導」については、部活動に合わせて、運営上の工夫を行い、地域の優れた指導者や総合型地域スポーツクラブなど、外部指導者の協力を得て指導を行う方法もある。

カ 顧問は、今後、スポーツ競技の国内総括団体により作成されることが見込まれる「運動部活動指導手引」等を活用しながら、短時間で効果的に技能や記録の向上を図れるよう、指導方法の改善に取り組む必要がある。

キ 顧問は、生徒の安全・安心が確保されるよう、安全点検の徹底、スポーツ障害・バーンアウトの予防、体罰の根絶、女子への指導に関する正しい理解等に努めることが重要である。



顧問の役割例

#### (4) 運営体制

- ア 校務分掌の組織に顧問を位置付け、実態に応じて部活動運営委員会や顧問会議、部活動キャプテン会議等を設けるなど、部活動の組織化を図る。
- イ 一つの部活動に対して複数の顧問を配置し、顧問の役割を分担したり交替で指導に当たったりすることにより、活動や大会引率、事務作業等の顧問業務に関する負担を平準化し、多忙化解消につなげる。
- ウ 学校の現職研修等において、例えば、部活動総合指導員（部活動総合コーチ）が講師となり、顧問を対象に、効率的・効果的な指導について、研修の講話や実技指導を行う。

#### (5) 目標及び指導方針、活動計画

各学校の教育目標に沿って、運動部活動の目標や指導方針を設定する。

運動部活動の目標及び運営方針に従い、各部活動ごとに年間を通じた活動計画を作成する。その際、「P（計画）D（活動）C（点検）A（改善）」サイクルを活用した学校全体での取組が大切になる。活動計画の作成に当たっては、以下のことに留意する。

- ア 生徒の事故防止及び安全管理、健康管理に十分留意し、発達段階に応じた活動計画を立てる。
- イ 勝利を追求するあまり、活動内容が高度過ぎたり、活動量が生徒に過重な負担になったり、活動時間が長時間にわたり、睡眠不足などの日常生活や学業に支障が出ないように配慮する。
- ウ 各種大会等への参加・出場等については、普段の活動の成果を試す機会と捉え、大会等の主催者や意義等を考慮し、可能な限り精選するとともに、各部活動の年間計画に明確に位置付ける。

#### (6) 保護者や地域との連携

部活動を持続可能なものにしていくためには、保護者、さらに地域社会と連携を図っていく必要がある。

- ア 部活動は学校教育の一環として行われており、日常の教育活動や学校行事などと同様に、保護者の理解を得る必要があり、活動にかかる費用や健康、栄養などの面からも、保護者の援助、協力が不可欠である。日頃から保護者との信頼関係を築き、生徒の活動が充実したものになるように心掛ける必要がある。（図 顧問の役割例参照）
- イ 学校は、部活動について保護者に積極的に情報を発信するとともに、指導方針や活動計画を保護者に知らせることで、学校と家庭が連携した部活動運営に努める。
- ウ 部活動によっては、生徒の保護者による「保護者会」等が活動している場合がある。保護者会等による部活動への応援、援助は部活動の充実に有用であり、部活動指導の効果が上がることも期待されるため、保護者会等の協力体制の確立に努める。
- エ 専門的な指導を求める生徒や保護者のニーズに応えつつ、教員の負担軽減を実現するために、地域の専門性を有する指導者から指導・助言を得ることは有効である。
- オ 外部指導者として、地域人材の協力を得るためにも、学校は、部活動について地域に積極的に情報を発信し、学校と地域との連携に努める必要がある。
- カ 地域人材を活用するに当たっては、部活動が学校管理下で行われている教育活動の一環であることを踏まえ、外部指導者に対して、部活動の運営方針等について十分に理解を得た上で、適切な指導に当たるよう働きかけなければならない。



---

---

### 3 指導上の留意点

---

---

#### (1) 自主性と個性の重視

- ア 顧問は、生徒の人権を尊重し、個性や能力に応じた適切な指導に努め、生徒とのコミュニケーションを大切にす。
- イ 顧問は、活動状況の把握や、個々の生徒との円滑なコミュニケーションのために、部活動日誌や個人ノートなどを活用する。
- ウ 顧問は、生徒の自主性が伸ばされるよう生徒の事故防止及び安全管理、健康管理に十分留意し、適切な指導に努める。
- エ 顧問は、生涯を通じてスポーツを実践する能力の育成に向け、生徒の自主性や主体性を尊重した運営に努める。
- オ 顧問は、行き過ぎた指導にならないよう、顧問は自己管理に努めるとともに、生徒が発する疲労などの危険シグナルを見逃さないように努める。

#### (2) 適切な練習時間等の設定とプロセスの重視

生徒のバランスのとれた学校生活や成長の保障及びスポーツ障害を予防する観点などから、スポーツ庁「運動部活動の在り方に関するガイドライン」等を踏まえ、生徒の発達段階に応じて部活動における休養日（活動しない日を含む。）及び適切な活動時間を設定し、生徒や指導者の心身の疲労回復や負担軽減を図る必要がある。また高等学校段階では、各学校において中学校教育の基礎の上に多様な教育が行われている点に留意し、各学校の教育方針や実情、生徒の実態や競技種目等の特性に応じて休養日や活動時間を設定することとし、合理的かつ効率的・効果的な活動となるよう努める。

具体的には

- ・学期中は、週当たり2日（平日に1日と週末のいずれか1日）以上の休養日を設ける。なお、大会への参加等により週末に活動する場合は、代替休養日の確保に努める。
- ・活動時間は、平日の2時間程度、学校の休業日（学期中の週末を含む。）は3時間程度とする。なお、学校の休業日における大会への参加等により活動時間が長くなる場合は、生徒の体調や健康状態に十分留意する。
- ・長期休業中は、その意義を踏まえ、適切な休養日を設ける。
- ・冬季は日没が早いことを考慮し、生徒が安全に帰宅できるように配慮する。などが考えられる。

#### (3) 安全の確認と事故発生時の対応

「第8章 安全指導と安全管理」を参照のこと。

#### (4) 望まれる指導者像

- ア 生徒を指導するにあたって、やる気を育てるために、叱咤激励をすることも必要な場面がある。しかし、その指導が生徒の心に本当に届いているのか、状況を考えながら指導することが大切である。
- イ 指導者の熱意とは、威嚇的に大声を出したり、生徒を従わせたりすることではなく、生徒の立場に立ち、よりよい指導方法を選択し、生徒のために指導しようとする気持ちである。

ウ 経験則に基づいた長時間に及ぶ活動から、科学的なデータ等に基づいた効率的・効果的な活動に転換できるようにする。

エ 部活動は生徒の自主的・自発的な参加によるものであり、生徒自身による主体的な運営がなされることが望ましいことから、生徒自らが進んで部活動に参加できるような雰囲気・環境づくりをしていく。

オ 生徒の発達段階、健康状態、技能の習熟度、活動を行う場所や時間、安全の確保の状況、気象状況等を総合的に考え合わせた、科学的・合理的な内容・方法により行われるようにする。

カ 大会等の引率は、公務であるという意識を持ち、責任者としての自覚を持った行動をとる。

キ 活動の経費については、必要かつ最小限にとどめるとともに、適切に会計報告を行う。

ク いかなる場合も体罰は行ってはならない。体罰は、学校教育法第11条において禁止されており、生徒への指導に当たり、これを行ってはならない。体罰は、違法行為であるのみならず、生徒の心身に深刻な悪影響を与え、顧問及び学校への信頼を失墜させる行為である。

## 指導法の「引き出し」を増やしましょう！

指導方法は、数多くあります。指導者として、たくさんの指導の引き出しを持つことは大切なことです。身に付いた指導方法を生徒一人一人に応じて、適切に使分けけることが、よりよい運動部活動につながっていくこととなります。



### 例 ほんの少しの成長を見つけてほめよう！

ほめられると、自分の努力が報われると肯定的にとらえます。また、指導者が認めてくれたことで、自分に自信がもてるようになります。自信は、成長の源です。

### 例 具体的な指導に心掛けよう！

指導を行う際には、生徒に分かりやすく伝えることが大切です。

そのために「5W1H」を意識して指導すると情報が伝わり易くなります。

When: いつ      Where: どこで  
Who: だれが      What: 何を  
Why: なぜ      How: どのように

### 例 失敗は責めるのではなく、なぜ失敗をしたかを分析させよう！

失敗したことを指摘するだけでなく、なぜできなかったかを自分自身で分析させることで、論理的思考力が高まるとともに、自主性も育ちます。

### 例 効率的・効果的な動きや練習にはどんなポイントがあるのか、常に考えよう！

指導者の経験則だけに頼らず、最新の科学的なデータや練習方法等を参考にしていく。

## 第8章 安全教育と安全管理

「学校保健安全法」(平成21年4月1日施行)では、児童生徒の安全の確保を図るため、施設・設備の安全点検、児童生徒に対する通学を含めた学校生活、その他の日常生活における安全に関する指導、職員の研修等について、「学校安全計画」を策定し、実施しなければならないと規定されているとともに、危険等発生時の対処要領を作成し、事故等により児童生徒に危害が生じた場合、当該児童生徒及び関係者の健康回復のため、必要な支援を行うこととされている。

生徒の安全を確保するため、学校内のあらゆる施設・設備及び用具について、生徒の多様な行動に対し、十分な安全性を確保し、安心感のある指導計画を作成する必要がある。また、生徒が予測しにくい危険を十分に除去しておく必要性があり、もし事故が発生しても被害が最小限になるような対策も指導計画には必要である。適切な安全教育と安全管理を徹底することが求められている。

### 1 運動時の事故の実態と要因

#### (1) 学校管理下における事故の実態

愛知県内の県立高等学校の学校管理下における災害については、(独)日本スポーツ振興センターの平成30年度～令和2年度資料によると、表1のとおりである。

表1 学校管理下における事故の実態

|      |       | 平成30年度  |       | 令和元年度   |       | 令和2年度  |       |
|------|-------|---------|-------|---------|-------|--------|-------|
| 発生件数 |       | 10,873件 |       | 10,580件 |       | 8,207件 |       |
|      |       | 件数      | 割合    | 件数      | 割合    | 件数     | 割合    |
| 場合別  | 課外指導  | 6,113   | 56.2% | 5,771   | 54.5% | 4,366  | 53.2% |
|      | 各教科   | 2,676   | 24.6% | 2,554   | 24.1% | 2,342  | 28.5% |
|      | 特別活動  | 969     | 8.9%  | 1,076   | 10.2% | 370    | 4.5%  |
|      | 通学中   | 699     | 6.4%  | 806     | 7.6%  | 797    | 9.7%  |
|      | 休憩時間中 | 412     | 3.8%  | 366     | 3.5%  | 329    | 4.0%  |
|      | その他   | 4       | 0.1%  | 7       | 0.1%  | 3      | 0.1%  |
| 場所別  | 校舎内   | 4,300   | 39.5% | 3,958   | 37.4% | 3,330  | 40.6% |
|      | 校舎外   | 4,142   | 38.1% | 4,081   | 38.6% | 3,169  | 38.6% |
|      | 学校外   | 2,431   | 22.4% | 2,541   | 24.0% | 1,708  | 20.8% |
| 傷病別  | 挫傷・打撲 | 3,326   | 30.6% | 3,196   | 30.2% | 2,605  | 31.7% |
|      | 骨折    | 2,703   | 24.9% | 2,665   | 25.2% | 2,108  | 25.7% |
|      | 捻挫    | 2,219   | 20.4% | 2,198   | 20.8% | 1,702  | 20.7% |

資料(独)日本スポーツ振興センター統計による

平成28・29年度は平均11,410件であったので、件数としては減少傾向を示している。場合別発生状況では、課外指導と各教科で約80%を占めており、そのほとんどは運動部活動中と体育授業中である。

表2 体育的活動時の運動種目別災害発生状況件数（\*は、主な球技種目）

|          | 平成30年度  | 令和元年度   | 令和2年度   |
|----------|---------|---------|---------|
| 水泳       | 37      | 47      | 27      |
| 準備体操等    | 279     | 258     | 213     |
| 器械体操・新体操 | 129     | 128     | 96      |
| 陸上競技     | 409     | 449     | 314     |
| 球技       | 7, 717  | 7, 364  | 5, 756  |
| バスケットボール | *1, 906 | *1, 770 | *1, 366 |
| サッカー     | *1, 428 | *1, 394 | *1, 054 |
| バレーボール   | *1, 120 | *1, 119 | *1, 004 |
| ハンドボール   | *912    | *924    | *666    |
| 武道       | 274     | 225     | 115     |
| その他      | 63      | 71      | 39      |
| 合計       | 8, 908  | 8, 542  | 6, 560  |

資料(独)日本スポーツ振興センター統計による

運動種目別の災害発生数では、球技が圧倒的に多い。特に、①バスケットボール②サッカー③バレーボール④ハンドボールの順に多く発生している。活動する場所とボールさえあれば手軽にかつ気軽にできるところから発生が多いことが考えられる。

## (2) 事故発生の要因

体育・スポーツ活動において発生した事故や負傷については、事前に防止できたと思われるものが少なくない。持病を抱えている生徒の運動制限の把握や施設・設備及び用具の安全点検に関して各学校でその事故要因や対応について分析・検討を加え、改善すべきである。

### ア 生徒自身の要因

- (ア) 技能面・・・未熟，技能の過信など
- (イ) 身体・体力面・・・基礎体力不足，睡眠不足，食欲低下，疲労，病気など
- (ウ) 心理面・・・気の緩み，過度の緊張，自身の粗暴な行為など
- (エ) その他・・・ルール無視，相手の粗暴な行為，活動に不適な服装など

### イ 生徒以外の要因

- (ア) 施設・設備面・・・構造や管理の不備など
- (イ) 天候面・・・気温（寒冷・暑熱），雨，雷などの条件
- (ウ) 練習方法・・・過度の練習など
- (エ) その他・・・教師の指導上の問題など

## 2 学校安全の推進

「学校保健安全法」（平成 21 年 4 月 1 日施行）で学校安全計画の作成は義務づけられている。安全教育の全体計画に盛り込まれる内容と安全管理の内容とを統合し、全校的立場から年間を見通した安全に関する諸活動の総合的な基本計画を立案すること。

### (1) 学校安全の活動

学校安全の活動は、児童生徒等が自らの行動や外部環境に存在する様々な危険を制御して、自ら安全に行動したり、他の人や社会の安全のために貢献したりできるようにすることを旨とする安全教育と、児童生徒等を取り巻く環境を安全に整えることを旨とする安全管理、そして両者の活動を円滑に進めるための組織活動という 3 つの主要な活動から構成されている。

### (2) 学校における安全教育と安全管理

学校における安全教育は、児童生徒自身に、日常生活全般における安全確保のために必要な事項を実践的に理解し、進んで安全で安心な社会作りに参加し貢献できるような資質・能力を育成することを目指して行われるものである。

学校における安全管理は、事故の要因となる学校環境や児童生徒の学校生活等における行動の危険を早期に発見し、それらを速やかに除去するとともに、万が一、事故等が発生した場合に、適切な安全措置ができるような体制を確立して、児童生徒等の安全の確保を図ることを目指して行われるものである。

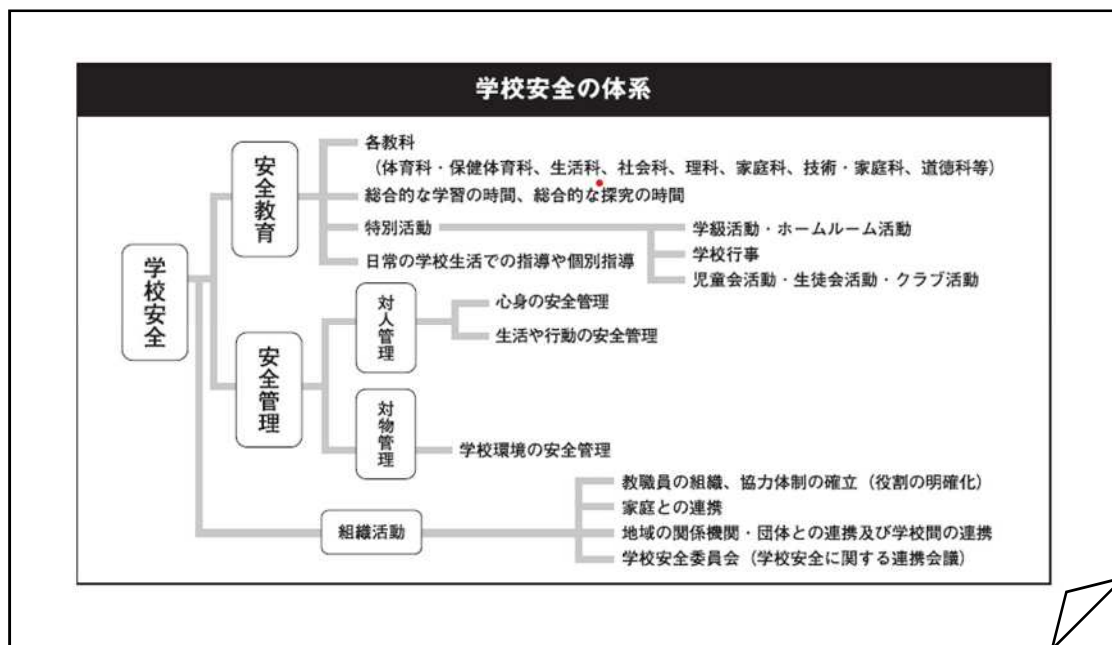


図 1 安全管理体制

### 3 運動時の安全に関する指導

#### (1) 体育授業における安全に関する指導

高等学校学習指導要領は、総則第1章第1款の2において、「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、保健体育科、家庭科及び特別活動の時間はもとより、各教科・科目及び総合的な探究の時間などにおいてもそれぞれの特徴に応じて適切に行うよう努めること。」としている。

#### ア 指導の要点

- (ア) 生徒の健康状態を的確に把握し、当日の生徒の体調の聞き取り及び自己申告の徹底を図る。
- (イ) 授業のはじめには、必ず準備運動や体ほぐしを行い、心身ともに運動に適合するよう指導する。また、授業の終わりには整理運動を行い、身体のコンディションを整えるようにする。
- (ウ) ルール、規則の遵守を徹底する。
- (エ) 個々の学習進度に合わせて、段階的・計画的な個別指導ができるようにする。
- (オ) グラウンドや体育館等の施設については、施設・用具の定期的な点検と修理に努める。
- (カ) グラウンドや体育館等の危険物除去を確認する。
- (キ) 危険予知能力の育成と、緊急時における迅速な応急手当等が行えるように訓練しておく。

#### イ 指導計画作成上の基本的な注意点

- (ア) 学習指導要領に示されている目標や内容をふまえ、指導計画の中で「安全」に関する配慮事項を明確にする。
- (イ) 学校全体の健康や体力に関する指導の全体計画（特別活動や部活動など）との関連を適切に図る。
- (ウ) 指導計画が前例踏襲とならぬよう、学校の規模や児童生徒の実態に応じて、常に見直しを図り、指導計画を改善する。
- (エ) 生徒の発育・発達の特徴とそれぞれの運動の特徴をよく理解し、発育・発達段階に応じた指導計画を作成する。
- (オ) 個々の生徒の学習能力や学習経験、学校の体育施設や用具の条件、気候や季節、あるいは、他の健康・安全・体育的行事との関連により、取り扱う種目について、計画的に配当する。
- (カ) 運動する環境に応じて、具体的な配慮事項を明確にし、指導者はもちろんのこと、生徒が自らの安全点検と安全確認できるよう指導計画を作成する。
- (キ) 運動の技能や体力の発展的系統性に従って、学習の適時性を十分配慮して指導する。
- (ク) 安全教育については、すべての指導者がその必要性と指導内容について共通理解をもち、全体的な立場から年間を見通した指導計画を作成する。

## ウ 教科「保健体育」の科目「保健」

単元「現代社会と健康」において、「交通安全」と「応急手当」を扱う。交通安全では、「交通事故を防止するには、車両の特性の理解、安全な運転や歩行など適切な行動、自他の生命を尊重する態度、交通環境の整備などが関わること。交通事故には補償をはじめとした責任が生じること。」を指導し、応急手当では、「適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を軽減できること。応急手当には正しい手順や方法があること。また、応急手当は、傷害や疾病によって身体が時間の経過とともに損なわれていく場合があることから、速やかに行う必要があること。心肺蘇生法などの応急手当を適切に行うこと。」を指導することとしている。

## エ その他の教科・科目等

各教科においても、その指導を通じて安全についての知識や技能を習得させることができる。また、総合的な探究の時間において安全に関するテーマを取り上げることもできる。

## (2) 運動部活動における安全に関する指導

運動部活動は学校における教育活動の一領域として重要な位置を占めている。スポーツに興味・関心をもつ生徒がより高い水準の技能や記録に挑戦する中で、スポーツ等の楽しさや喜びを味わい、豊かな学校生活を経験する活動の場である。

しかし、勝利を追い求めるがために、活動内容が高度過ぎたり、活動量が生徒に過重な負担になり過ぎたりしないように指導に配慮する。

### ア 指導の要点

- (ア) 学校教育活動としての部活動であるという認識に立ち、教職員全体の共通理解のもと、指導組織の確立と指導計画の作成が重要である。
- (イ) 傷害の主な原因は、「疲労」と、疲労などからくる「気の緩み」であるとされていることから、練習が過重とならぬよう適切な休養を確保し、健康管理に注意する。
- (ウ) 運動部活動のねらい（目標）をしっかりと理解させ、勝利至上主義にならず、「学年や学級を超えた望ましい人間関係づくり」の大切さについても理解させる。

### イ 指導計画作成上の基本的な注意点

- (ア) 生徒の個性の尊重と柔軟な運営を心がける。
- (イ) 生徒のバランスのとれた生活、成長が図られるよう適切な休養日と練習時間を設定する。
- (ウ) 必要に応じて外部指導者を活用するなどして、家庭や地域社会とともに生徒を育成する視点を持つ。
- (エ) 生徒の能力・適性、興味、関心等に応じつつ、適切な活動が行われるよう配慮して指導する。

### ウ 指導者の心得

- (ア) 指導計画の立案・・・年間、月間、週間
- (イ) 活動内容の記録・・・部活動指導日誌等
- (ウ) 生徒の健康状態の把握・・・事前・事後、活動中
- (エ) 危険予知と危険回避
- (オ) 危機管理の周知徹底・・・迅速な応急手当等
- (カ) 「報告・連絡・相談」の徹底

### (3) 体育的行事における安全に関する指導

体育的行事には体育大会、球技大会、体力テストなどがあるが、「保健体育」の教科指導やホームルーム活動などにおける安全教育で習得した事柄を実践し、将来にわたり心身ともに健全な生活を送るための基礎作りをすることに意義がある。

- ア 行事の目標やねらいを明確にする。
- イ 生徒の主体的な活動分野に留意し、生徒が主体性、自主性、創造性、協力等を育む機会となるように計画する。
- ウ 万一の事故の発生に備え、全教職員の役割分担の確認、救護係の配置、緊急時の連絡体制などについてあらかじめ綿密な計画を立案する。
- エ 発生が予想される事故や過去に起こった事件事例をもとに事前指導を行うとともに、終了後においても、反省と事後指導を行い、生徒に安全に対する実践的な態度が身に付くようにする。
- オ 健康観察や健康診断などの結果から、生徒一人一人の健康状態を的確に把握し参加させる。
- カ 実施上のルール、集団の規律及びマナーについては、事故防止の最低条件であるとともに運動を楽しむための基本事項であることを理解させる。
- キ 施設・設備・用具の使用に際しては、事前事後の安全点検を行う。
- ク 競技等に参加しない生徒の行事への参加方法と安全教育に留意する。

### (4) 各運動種目における指導上の留意点

表3 事故発生率の高い運動種目指導上の留意事項

|          | 予想される事故・問題点   | 指導上の留意事項   | 傷害例  |
|----------|---|--|--|
| バスケットボール | <ul style="list-style-type: none"> <li>・急激なスタート、ストップ、方向転換などによる負傷</li> <li>・密集時におけるボールの奪い合いやショット時における相手との衝突</li> <li>・ボールをキャッチするときの受け損ない</li> <li>・シュートを打った直後にディフェンスの足に乗ってしまう</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・歩行からのストライドストップ、ジャンプストップなど技術の段階的な指導を行う。</li> <li>・ルールを守り、常にフェアプレイに徹するように指導する。</li> <li>・基本的なボール扱いの技術の習熟を図る。</li> <li>・ジャンプ後の空中姿勢と着地について指導する。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>捻挫</li> <li>突き指<br/>打撲</li> <li>突き指<br/>捻挫<br/>足首靭帯<br/>損傷</li> </ul> |
| サッカー     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・相手との接触（チャージ）によってバランスを崩して転倒</li> <li>・ボールを奪う時のタックルによる負傷</li> <li>・強く蹴ったボールによる負傷</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的な対人の攻防の指導をする。</li> <li>・ボール、相手の動きをよく見極めてタイミングよくかけさせる。</li> <li>・視野を広げる練習をさせる。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>股関節、<br/>足首の捻挫<br/>靭帯損傷</li> <li>打撲</li> </ul>                        |
| 野球       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・イレギュラーボールによる負傷、打球による負傷</li> <li>・キャッチボールによる負傷</li> <li>・振ったバットや離れたバットによる負傷</li> <li>・デッドボール、スライディングによる負傷</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的技術の繰り返しとグラウンド整備を徹底する。</li> <li>・捕球練習を徹底する。</li> <li>・スイング練習を徹底したり、防球ネットを活用したりする。</li> <li>・ボールを避ける練習や砂場での基本練習を指導する。</li> </ul>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>打撲<br/>骨折</li> <li>打撲<br/>捻挫</li> </ul>                               |



|        |  |  |  |
|--------|--|--|--|
| バレーボール | <ul style="list-style-type: none"> <li>無秩序なサーブ練習による負傷</li> <li>レシーブでの衝突、パス、スパイクやブロック着地での負傷</li> <li>アンダーハンドパスやレシーブによる負傷</li> <li>ネット設営、片付けにおけるワイヤーロープによる負傷</li> </ul>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>ホイッスル等の合図、一定方向など秩序のある練習態度を身に付けさせる。</li> <li>声を掛け合う習慣を付けさせる。</li> <li>長袖の着用、過度の反復練習をさせない。</li> <li>器具取扱い上の注意事項、操作方法の徹底を図る。</li> </ul>  | <p>打撲</p> <p>打撲</p> <p>前腕部皮下出血<br/>裂傷</p>  |
| ハンドボール | <ul style="list-style-type: none"> <li>ボールキャッチによる負傷</li> <li>シュート態勢に入った者への接触による負傷</li> <li>ゴールキーパーに対して近距離から打つシュートによる負傷</li> <li>ボールの奪い合いによる負傷</li> </ul>                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>ボールキャッチの基本練習を繰り返して行わせる。</li> <li>ゲームマナー、危険なディフェンスを行わないよう指導する。</li> <li>目的のコースに正確にシュートができるように練習をさせる。</li> <li>ゲームマナーを徹底させる。</li> </ul>   | <p>突き指</p> <p>打撲<br/>擦過傷<br/>打撲</p> <p>擦過傷</p>                                   |
| 柔道     | <ul style="list-style-type: none"> <li>無理に技をかけたり、投げられないように手や腕を畳についての防御による負傷</li> <li>狭い道場での多人数の練習による負傷</li> <li>禁止技や禁止事項を理解せずに危険な技を施すことによる事故</li> </ul>                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>崩しと投げ技に入るタイミングや左右の受け身を十分練習させる。</li> <li>移動に制限に加えたり、交代で実施するなど練習形態を工夫し、危険防止の意識を高めさせる。</li> <li>ルールの確認、習得した技能の範囲で試合をするように徹底させる。</li> </ul>   | <p>骨折<br/>脱臼</p> <p>打撲</p> <p>捻挫</p>   |
| 剣道     | <ul style="list-style-type: none"> <li>竹刀管理不十分での破損竹による事故</li> <li>竹刀打突による負傷</li> <li>相手との接触による負傷</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>運動前、中、後に確認させるようにする。</li> <li>基本練習をしっかりさせる。</li> <li>無理な攻撃を行わないように注意する。</li> </ul>   | <p>打撲<br/>裂傷</p> <p>頭部、頸部の損傷</p>   |
| ラグビー   | <ul style="list-style-type: none"> <li>密集プレイ中における負傷</li> <li>タックルによる負傷</li> <li>危険なプレイによる負傷</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>モール、ラックなどのボールの扱い方、実践プレイの習得を図る。</li> <li>正しい倒れ方の練習や砂場での基本練習を指導する。ヘッドキャップをしっかり付けさせる。</li> <li>ルールを正しく理解させ、審判の判定に従ってフェアプレイに徹するように指導する。</li> </ul>  | <p>打撲</p> <p>打撲<br/>骨折<br/>脳震盪<br/>頸椎損傷<br/>脳挫傷</p>                              |
| 陸上競技   | <ul style="list-style-type: none"> <li>走路の整備不良が原因となる事故</li> <li>長距離走における事故</li> <li>ハードル走における転倒</li> <li>背面跳びなどでの着地の失敗</li> <li>スタートダッシュ、疾走などの激しい運動による事故</li> <li>砲丸投げによる負傷</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>危険物の除去、グラウンドの整地に心がけさせる。</li> <li>個人差を考慮した課題やコースを設定する。</li> <li>段階に応じた高さを設定する。</li> <li>十分な広さのセーフティマットを用意し段階的な練習をさせる。</li> <li>事前の健康診断と健康観察、準備運動、生徒の体調及び気象条件などを考慮する。</li> <li>安全に投げることができる場所や待機場所を指示し、防球ネットを活用する。</li> <li>大きな声で合図し、相手を確認して投げさせる。</li> </ul> | <p>捻挫</p> <p>貧血</p> <p>擦過傷<br/>打撲<br/>頸椎損傷<br/>肉離れ<br/>捻挫</p> <p>骨折<br/>頭部損傷</p> |
| 器械運動   | <ul style="list-style-type: none"> <li>各種目での着地、器械からの落下で発生する負傷</li> <li>補助の仕方が悪くて起こる負傷</li> <li>マットを置く位置が悪くて接触によって起こる負傷</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>それぞれの種目の基礎練習を繰り返して行う。</li> <li>補助の意味を理解させる。</li> <li>安全な活動方法を理解させる。</li> </ul>  | <p>打撲<br/>捻挫</p>   |

## 4 学校環境の安全管理

学校は、生徒等が集い、人と人の触れ合いにより、人格の形成がなされる場であり、「生きる力」を育む学校という場において、生徒等が生き生きと活動し、安全に学べるようにするためには、生徒等の安全の確保が保障されることが不可欠の前提となる。さらに、生徒等は守られるべき対象であることにとどまらず、学校教育活動全体を通じ、自らの安全を確保することのできる基礎的な資質、能力を継続的に育成していくことが求められており、自他の生命尊重の理念を基盤として、生涯にわたって健康、安全で幸福な生活を送るための基礎を培うとともに、進んで安全で安心な社会づくりに参加し貢献できるような資質、能力を育てることは、学校教育の重要な目標の一つである。

### (1) 安全点検の種類と対象

学校保健安全法施行規則によれば、安全点検は、定期的、臨時的、日常的に下表のように行うこととされている。

| 安全点検の種類 | 時期・方法等  | 対象  |
|---------|---|---|
| 定期の安全点検 | 毎学期1回以上<br>・学校安全委員会等と連携し、計画的に、また教職員全員が組織的に実施  | 生徒等が使用する施設・設備及び防火に関する設備などについて                                 |
|         | 毎月1回<br>・計画的に、また教職員全員が組織的に実施  | 生徒等が多く使用すると思われる校地、運動場、教室、特別教室、廊下、昇降口、ベランダ、階段、便所、手洗い場、給食室、屋上など |
| 臨時の安全点検 | 必要があるとき<br>・体育祭や文化祭などの学校行事の前後<br>・暴風雨、地震、近隣での火災などの災害が発生したとき<br>・近隣で危害を受ける恐れのある犯罪（侵入や放火など）の発生時など | 必要に応じて点検項目を設定   |
| 日常の安全点検 | 毎授業日ごと  | 生徒等が最も多く活動を行うと思われる箇所、AEDなどについて                                |

### (2) 安全点検の方法

安全点検の方法は、その種類や対象によって異なる。定期の安全点検では、対象が多岐にわたるので、点検の質を確保するためには、教職員全員により、組織的かつ計画的に行われなければならない。日常の安全点検は、生徒等の学習活動や学校生活に伴って、常に行われる必要がある。安全点検の実施計画では、対象や種類別の安全点検表及び項目ごとの観点や分担を明らかにした実施要領を作成し、全教職員の共通理解を図って実施する必要がある。また、臨時の安全点検については、計画的に実施するものではないが、改修により施設の状況が変化した場合や突発的に必要となる場合もあるので、実施すべき状況やその方法等について事前に検討しておく必要がある。

個々の点検は、目視、打音、振動、負荷、作動等により行われるが、対象や項目に応じて、複数の方法を組み合わせる。

### (3) 学校環境における安全管理の対象

| 施設・設備          | 配慮事項   |
|----------------|--|
| 教室             | エアコン等による温度管理（熱中症等予防のため）、電源や電気製品等の安全、床や腰板の状態（滑りやすさ、破損など）、くぎやびょうなどの突起物、教室の窓枠・ガラス等の破損、窓からの転落の危険性（構造上の問題として）、足がかりの有無、出入口の扉における危険の有無、戸棚・ロッカーの転倒、移動防止の有無、机・戸棚・その他の備品の配置、机・いすの破損、錠の故障の有無 など |
| 廊下、階段、昇降口、ベランダ | 廊下の窓枠・ガラス等の破損、フェンスの破損や劣化、廊下・階段・昇降口やベランダなどの不要物品の有無、雨天時の滑りやすさ、飛び出しや衝突しやすい場所での注意、廊下の手洗い台の窓の開閉の確認 など   |
| 便所、水飲み場        | 滑りやすさ（水飲み場、洗口場、手洗い場など）、ドアの開閉、水飲み場の高さ など  |
| 体育館            | 体育館の天井のひび割れや照明器具の変形等の異常、床板や壁面（ステージを含む）の破損、電源等の安全、体育施設や体育用具の破損や劣化、机・テーブル・いすなど備品の破損、ピアノの安全管理（固定状態、蓋の開閉状態など）、取付け口や固定口の破損や劣化、時計・照明器具・スピーカー等の落下防止など                                       |
| 校舎等の外壁         | 校舎等の外壁や庇の亀裂や剥落の危険性、表面仕上げ材の浮きや剥落の危険性、雨どいの破損 など  |
| 運動場            | 砂場における危険物の有無、校門等の施錠の状況、錠の故障の有無、かぎの管理状況、地面の勾配や凹凸、地面の排水状態、危険物（ガラス、石、くぎなど）の有無、フェンスや外壁（特にブロック塀）とその支柱の破損や劣化、部外者や動物の侵入の有無、植生（目の高さの枝） など  |
| 体育等の固定施設、移動施設  | 固定施設：鉄棒、バックネット、防球ネットやその支柱などの破損や劣化、周囲の状態、設置状態、掲揚塔の破損や劣化など<br>移動施設：サッカー、バスケットボール、ハンドボールなどのゴールポストの固定の状態、テントや展示物の破損や劣化、風雨等の自然環境の影響、突起物・突出物への配慮 など<br>※移動施設は、移動後の固定状況についても点検する。           |
| 運動用具等の倉庫       | 倉庫や用具室の整理・整頓、倉庫の施錠状況、錠の故障の有無、かぎの管理状況、石灰の保管状況や取扱い方、用器具等の保管状況や利用法、生徒等の出入りの管理 など<br>※用具の撤収や収納の際のけがにも留意する。<br>※石灰による角膜損傷や目につきにくい倉庫内でのけがにも留意する。   |
| プール            | 浄化・消毒装置やシャワー・洗眼器などの異常の有無、プールへの危険物や異物などの混入の有無、プールの排（環）水口の蓋等の固定状況、プールサイドやプール周辺の危険性の有無（床面の熱さや滑りやすさ）、出入口等の施錠状況、プールの消毒薬の保管状況や取扱い方、連絡用電話の接続状況 など   |
| 足洗い場           | 洗い場における危険物の有無、周囲における障害物の有無、滑りやすさ、排水状態 など   |

### (4) 安全管理の評価の意義

安全管理は、現在有効に機能しているように見えても、状況の変化等により潜在的な危険をはらみ、十分でない場合がある。将来、安全管理の対象や項目が変わったり、安全上の新たな問題が生じたりすることにより、現在の方法を改善する必要がある場合がある。また、人事異動等により、教職員の安全管理に関する共通理解が低下することも考え

られるため、安全管理に関する評価が必要となる。安全管理の評価の意義は、安全管理の実態を把握することにより、安全管理の対象、観点、方法が、安全管理のねらいに合致しているか否かを検討し、より有効な安全管理のための改善策を明らかにすることにある。なお、評価結果を教職員全員にフィードバックしたりし、必要に応じて保護者、地域関係者及び生徒等にフィードバックし、その後の指導や管理に生かすことは、安全管理へのより積極的な参画や、安全管理についての改善策の提案を促すことになるので、積極的に行うべきである。特に、施設、設備の活用状況や安全点検等についての評価は、具体的なチェックカードなどを作成し、結果を検討し速やかに対応することが重要である。

#### (5) 安全管理の評価の観点

評価の観点は、生徒等の生命や身体の安全を確保し、安心して生活できるようにするという立場から、できるだけ具体的にしておくことが必要である。次に、一般的な観点を示すが、それらを、学校や地域の実情に合わせて、より具体的で、より適切なものに工夫して設定することが望まれる。なお、安全管理の総合的な評価としては、事故や災害の発生率や発生内容等も指標となる。

##### ○ 学校環境の安全管理評価の観点

| 評価の観点          | 評価の内容   |
|----------------|---|
| 安全管理計画の評価      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・学校安全計画の安全管理に関する計画は適切であったか。</li> <li>・安全管理に関する実施要項・マニュアル等は適切に機能するように作成されていたか。</li> <li>・計画されたことが実行され、明確に記録されたか。</li> </ul> |
| 安全点検の評価        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・点検項目が適切であったか。</li> <li>・安全点検は計画的に実施され、必要な改善措置がなされたか。</li> <li>・全教職員の共通理解の下に実施されたか。</li> </ul>                             |
| 事件・事故災害情報管理の評価 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・事件・事故災害の情報収集、連絡体制は整えられていたか。</li> </ul>  |

##### ○ 学校生活の安全管理評価の観点

| 評価の観点        | 評価の内容  |
|--------------|--|
| 生徒等の評価       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・生徒等の安全にかかわる行動の実態や事故発生状況が把握され、それらが安全教育管理や安全管理に役立てられているか。</li> <li>・様々な教育活動の内容や方法で安全を確保するためのきまりや約束を生徒等が理解し、守り、安全に活動しているか。</li> </ul> |
| 教職員の評価       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・教科等における安全のきまりや約束等が明確にされ、教職員が安全に留意して授業を行っているか。</li> <li>・生徒等との日常的なかかわり、安全に関連する指導、環境整備、相談活動体制の整備を適切に行っているか。</li> </ul>               |
| 安全管理と安全指導の評価 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・学校生活の安全管理が安全指導と関連付けられているか。</li> </ul>  |

#### (6) 安全点検と改善措置

施設及び設備の安全点検を実施し、生徒等の安全の確保に支障となる事項を認めた場合は、危険物の除去、施設、設備の修繕、危険箇所の明示、立入禁止や使用禁止又は使用場所の変更を行うなどの適切な措置を講じなければならない。大規模な改修を伴う場合など校長が対応できない事項については、学校の設置者に速やかに報告し、適切な措置の実現を図らなければならない。補修、改修履歴等の安全管理に関する情報を設置者と学校が共有する必要があるが、人事異動の際にも引き継ぐことが重要である。

## 5 熱中症の予防

### (1) 熱中症とは

暑い時には、自律神経を介して末梢血管が拡張する。そのため皮膚に多くの血液が分布し、外気への放熱により体温低下を図ることができる。

また汗をたくさんかけば、「汗の蒸発」に伴って熱が奪われる（気化熱）ことから体温の低下に役立つ。汗は体にある水分を原料にして皮膚の表面に分泌される。このメカニズムも自律神経の働きによる。

このように私たちの体内で本来必要な重要臓器への血流が皮膚表面へ移動し、また大量に汗をかくことで体から水分や塩分（ナトリウムなど）が失われるなどの脱水状態に対して、体が適切に対処できなければ、筋肉のこむら返りや失神（いわゆる脳貧血：脳への血流が一時的に滞る現象）を起こす。そして、熱の産生と熱の放散とのバランスが崩れてしまえば、体温が急激に上昇する。このような状態が熱中症である。

熱中症は死に至る恐れのある病態であるが、適切な予防法を知っていれば防ぐことができる。また、適切な応急処置により重症化を回避し後遺症を軽減することもできる。

### (2) 運動、スポーツ活動時の注意事項

スポーツ活動では筋肉で大量の熱が発生するため、それだけ熱中症の危険が高くなる。激しい運動では、短時間でも、またそれほど気温が高くない場合でも熱中症が発生している。暑い中ではトレーニングの質が低下するため、無理にトレーニングしても効果は上がらない。したがって、熱中症予防に配慮したトレーニングや水分補給等を心がけることが、事故予防という観点だけでなく、効果的なトレーニングという点からも重要である。スポーツ活動には、個人で行うものと集団で行うものがある。個人で行う場合は、状況に合わせて自分で活動を調節できるが、集団でスポーツ活動を行う場合には、指導者やリーダーが熱中症を理解し、予防の配慮をする必要がある。

### (3) 熱中症予防のための運動指針

熱中症予防の運動指針(右図)は、熱中症予防のポイントを理解したうえで、環境温度に応じてどのように運動したらよいかの目安を示したものである。熱中症の発症のリスクは個人差が大きく、運動強度も大きく関係する。運動指針は平均的な目安であり、スポーツ現場では個人差や競技特性を配慮することが重要である。

| WBGT | 湿球温度 | 乾球温度 | 運動は原則中止                   | 特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合には中止すべき。  |
|------|------|------|---------------------------|---|
| 31   | 27   | 35   | <b>厳重警戒</b><br>(激しい運動は中止) | 熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。10～20分おきに休憩をとり水分・塩分を補給する。暑さに弱い人 <sup>※</sup> は運動を軽減または中止。 |
| 28   | 24   | 31   | <b>警戒</b><br>(積極的に休憩)     | 熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。  |
| 25   | 21   | 28   | <b>注意</b><br>(積極的に水分補給)   | 熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。                                       |
| 21   | 18   | 24   | <b>ほぼ安全</b><br>(適宜水分補給)   | 通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。                                     |

\*暑さに弱い人：体力の低い人，肥満の人や暑さに慣れていない人など。

#### (4) 暑さ指数 (WBGT)

暑さ指数 (WBGT) は、人体と外気との熱のやりとり (熱収支) に着目した指標である。

屋外:  $WBGT = 0.7 \times \text{湿球温度} + 0.2 \times \text{黒球温度} + 0.1 \times \text{乾球温度}$

室内:  $WBGT = 0.7 \times \text{湿球温度} + 0.3 \times \text{黒球温度}$

- 環境条件の評価はWBGTが望ましい。
- 湿球温度は気温が高いと過小評価される場合もあり、湿球温度を用いる場合には乾球温度も参考にする。
- 乾球温度を用いる場合には、湿度に注意。湿度が高ければ、1ランクきびしい環境条件の注意が必要。

#### (5) 熱中症予防情報

ア 環境省では、熱中症を未然に防止するため、「環境省熱中症予防情報サイト」を運用し、暑さ指数 (WBGT) の実況値・予測値等、熱中症予防情報の提供を行っている。

イ 環境省と気象庁は、熱中症予防対策に資する効果的な情報発信として、熱中症の危険性が極めて高くなると予測された際に、「熱中症警戒アラート」を発表し危険な暑さへの呼びかけ、熱中症予防行動をとるように促している。

#### (6) 運動時の対策

ア 環境条件を把握しておく

指標は気温、湿度、輻射熱を合わせた暑さ指数 (WBGT) が望ましい。

イ 状況に応じた水分補給を行う

暑い時は水分をこまめに補給する。休憩は30分に1回以上程度とるようにする。日常生活において、最適の水分摂取量を決定する最も良い方法は、運動の前と後に体重を測ることである。運動前後で体重が減少した場合、水分喪失による体重減少と考えられるので、同量程度の水を飲んで体内の水分量を調節することが必要である。長時間の運動で汗をたくさんかく場合には、塩分の補給も必要である。0.1~0.2%程度の食塩水 (1ℓの水に1~2gの食塩) が適当である (飲料の場合、ナトリウム量は100mlあたり40~80mgが適当)。

運動中の水分補給に冷たい水が良い理由は2つある。1つは、冷たい水は深部体温を下げる効果があるからで、もう1つは、胃にとどまる時間が短く、水を吸収する器官である小腸に速やかに移動するからである。

ウ 暑さに徐々に慣れる

熱中症は急に暑くなる7月下旬から8月上旬に集中している。また夏以外でも、急に暑くなると熱中症が発生する。これは体が暑さに慣れていないため、急に暑くなった時は運動を軽くして、徐々に慣らしていく。

エ 個人の条件や体調を考慮する

体力のない人、肥満の人、暑さに慣れていない人は熱中症を起こしやすいため、運動を軽減する必要がある。特に肥満の人は、熱中症を起こしやすいので注意が必要である。また、下痢、発熱、疲労等体調の悪いときは熱中症を起こしやすいため、無理をしないことが肝心である。

オ 服装に気をつける

服装は軽装とし、透湿性や通気性のよい素材を選ぶ。また、直射日光は帽子で防ぐよ



うにする。運動時に使用する保護具等は休憩時には緩めるか、はずす等して、体の熱を逃がすようにする。

カ 具合が悪くなった場合には早めに措置をとる

暑いときは熱中症が起こり得ることを認識し、具合が悪くなった場合には、早めに運動を中止して、必要な処置をとるようにする。


キ 無理な運動はしない

環境条件、体調に応じた運動量（強度と時間）を設定する。強制的な運動は厳禁である。

## (7) 熱中症の症状と重症度

日本救急医学会では2000年以降、また、熱中症の重症度を「具体的な治療の必要性」の観点から、Ⅰ度（現場での応急処置で対応できる軽症）、Ⅱ度（病院への搬送を必要とする中等症）、Ⅲ度（入院して集中治療の必要性のある重症）の分類を導入した（右表）。

重症度を判定するときに重要な点は、意識がはっきりしているかどうかである。少しでも意識がおかしい場合には、Ⅱ度以上と判断し病院への搬送が必要である。「意識がない」

| 分類 | 症状  | 症状から見た診断         | 重症度  |
|----|---|------------------|--|
| Ⅰ度 | めまい・失神<br>「立ちくらみ」という状態で、脳への血流が瞬間的に不十分になったことを示し、「熱失神」と呼ぶこともあります。<br>筋肉痛・筋肉の硬直<br>筋肉の「こむら返り」のことで、その部分の痛みを伴います。発汗に伴う塩分（ナトリウム等）の欠乏により生じます。<br>手足のしびれ・気分の不快              | 熱失神<br><br>熱けいれん |  |
| Ⅱ度 | 頭痛・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感<br>体がぐったりする、力が入らない等があり、「いつもと様子が違う」程度のごく軽い意識障害を認めることがあります。   | 熱疲労              |  |
| Ⅲ度 | Ⅱ度の症状に加え、<br>意識障害・けいれん・手足の運動障害<br>呼びかけや刺激への反応がおかしい、体にガクガクとひきつけがある（全身のけいれん）、真直ぐ走れない・歩けない等。<br>高体温<br>体に触ると熱いという感触です。<br>肝機能異常、腎機能障害、血液凝固障害<br>これらは、医療機関での採血により判明します。 | 熱射病              |  |

（日本救急医学会分類2015より）

場合は、全てⅢ度（重症）に分類し、絶対に見逃さないことが重要である。また、必ず誰かが付き添って、状態を見守るようにする。

## (8) 現場での応急処置

熱中症を疑ったときには何をすべきか。熱中症を疑った時には、放置すれば死に直結する緊急事態であることをまず認識しなければならない。重症の場合は救急車を呼ぶことはもとより、現場ですぐに体を冷やし始めることが必要である。

ア 涼しい環境への避難

風通しのよい日陰や、できればクーラーが効いている室内等に避難させる。傷病者が女性の場合には、この処置の内容を考慮して男女で救護することに努める。



イ 脱衣と冷却

衣服を脱がせて、体から熱を放散させる。きついベルトやネクタイ、下着はゆるめて風通しを良くする。露出させた皮膚に濡らしたタオルやハンカチをあて、うちわや扇風機等で扇ぐことにより体を冷やす。服や下着の上から少しずつ冷やした水をかける方法もある。自動販売機やコンビニで、冷やした水のペットボトル、ビニール袋入りのかち割氷、氷のう等を手に入れ、それを前頸部（首の付け根）の両脇、腋窩部（脇の下）、鼠径部（大腿の付け根の前面、股関節部）に当てて、皮膚直下を流れている血液を冷やすこと

も有効である。体温の冷却はできるだけ早く行う必要がある。重症者を救命できるかどうかは、いかに早く体温を下げるができるかにかかっている。救急車を要請する場合も、その到着前から冷却を開始することが必要である。

#### ウ 水分、塩分の補給

冷たい水を持たせて、自分で飲んでもらう。冷たい飲み物は胃の表面から体の熱を奪うため、有効である。大量の発汗があった場合には、汗で失われた塩分も適切に補える経口補水液やスポーツドリンク等が最適である。食塩水（水1ℓに1～2gの食塩）も有効である。応答が明瞭で、意識がはっきりしているなら、冷やした水分を口からどんどん与える。なお、「呼びかけや刺激に対する反応がおかしい」、「答えがない（意識障害がある）」時には誤って水分が気道に流れ込む可能性がある。また「吐き気を訴える」ないし「吐く」という症状は、すでに胃腸の動きが鈍っている証拠である。これらの場合には、口から水分を飲んでもらうのは禁物。すぐに、病院での点滴が必要である。

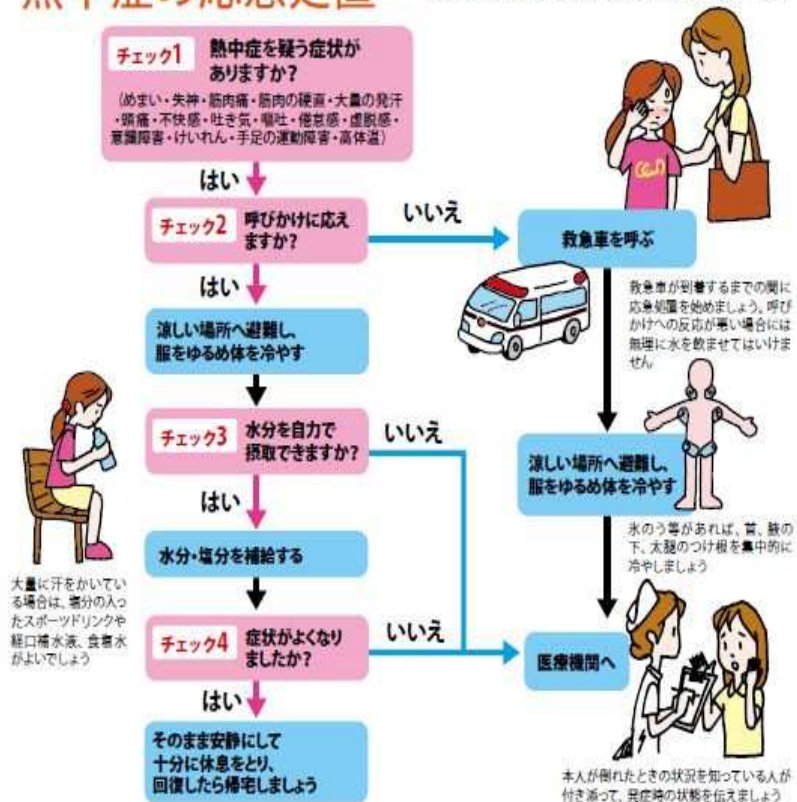
#### エ 医療機関へ運ぶ

自力で水分の摂取ができないときは、塩分を含め点滴で補う必要があるので、緊急で医療機関に搬送することが最優先の対処方法である。実際に、医療機関を受診する熱中症の10%弱がⅢ度ないしⅡ度で、医療機関での輸液（静脈注射による水分の投与）や厳重な管理（血圧や尿量のモニタリング等）、肝障害や腎障害の検索が必要となってくる。

熱中症は、症例によっては急速に進行し重症化する。熱中症の疑いのある人を医療機関に搬送する際には、医療機関到着時に、熱中症を疑った検査と治療が迅速に開始されるよう、その場に居あわせた最も状況のよくわかる人が医療機関まで付き添って、発症までの経過や発症時の症状等を伝えるようにする。特に「暑い環境」で「それまで元気だった人が突然倒れた」といったような、熱中症を強く疑わせる情報は、医療機関が熱中症の処置を即座に開始するために大事な情報なので、積極的に伝える。情報が十分伝わらない場合、（意識障害の患者として診断に手間取る等）、結果として熱中症に対する処置を迅速に行えなくなる恐れもある。

### 熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら……。落ちついて、状況を確かめて対処しましょう。最初の措置が肝心です。





---

---

## 6 落雷事故の防止

---

---

### (1) 落雷事故の教訓

#### ア 落雷事故

##### (ア) 被災生徒：高等学校2年生男子

死亡障害種：電撃死〈体育的部活動：野球〉

練習試合を実施していた。午後の開始早々に雨が降り、約20分後、雨も上がり雲も切れてきて青空も見えてきたので、公式審判員と両校の監督とで、試合を続行することになった。マウンドに本生徒が立ち、ボールを投げ、キャッチャーから返球されたその時、突然雷が本生徒の頭に落ち倒れた。救急車の手配、心臓マッサージ、AED等の救急処置を続け、その後ドクターヘリで病院に搬送され、措置を受けたが同日死亡した。

※「学校事故事例検索データベース」(独立行政法人日本スポーツ振興センター)より

##### (イ) 被災生徒：高等学校2年生男子

死亡障害種：下肢切断、機能障害〈学校行事：運動会、体育祭〉

体育祭の午後からの応援合戦中、本生徒がスタンドで応援していた際、近くで落雷があった瞬間、足から下半身にしびれが走った。

※「学校事故事例検索データベース」(独立行政法人日本スポーツ振興センター)より

##### (ウ) 被災児童：小学校4年生男子

死亡障害種：電撃死〈登下校中：下校中(徒歩)〉

雨が降り、遠雷の音が聞こえていたが、本児童が下校を始めた午後2時頃は雨も降っておらず雷の音も聞こえていなかった。その後、また雷の音が聞こえ始めた。本児童は1人で下校中、雷が鳴り出したので、とっさに雷を避けようと農道に入り、持っていた金属製の水筒に落雷し、倒れたものと思われる。後ろから下校していた他の児童が助けを求め、救急車で病院へ搬送されたが死亡した。

※「学校の管理下の死亡、障害事例と事故防止の留意点〈平成16年版〉」に掲載

#### イ 落雷による障害

##### (ア) 直撃による障害(直撃雷)

グラウンド、平地、山頂、尾根等周囲の開けた場所にいると、雷雲から直接人体に放電が起きることがあり、これを直撃という。落雷のなかには空中で放電がわかれて複数の地点に落ちる場合があり、複数の死亡者、重傷者を出すことがある。人が直撃を受けると雷電流が体内を流れ、心拍、呼吸が止まり約80%の人は死亡する。同時に体の表面に沿った火花放電(沿面火花放電)がおこり、やけどを起こす。残りの約20%の人は助かるが、意識を失う重傷となり、数週間の入院が必要になる。

##### (イ) 落雷を受けた物体からの側撃による障害(側撃雷)

落雷を受けた物体(例えば樹木)あるいは人に接近して、別の人がいると、この人にさらに放電して被害を受けることがあり、これを側撃という。大きな木の下で雨宿りなどをしていて、雷による死傷事故が発生するのは、ほとんどがこの側撃が原因である。

(ウ) 歩幅電圧傷害

落雷点の近くで、座ったり寝ころんだりしていると、地面に接触している身体の部分に、しびれ、痛み、やけどが発生し、時には歩けなくなることもある。これを歩幅電圧傷害といい、地表面に沿って流れる落雷電流によって起こる。

(エ) 電線や金属管を伝わる高電圧による傷害

落雷に対して屋内は安全だが、屋外からの電線に接続された電気器具、電話線に接続された電話機あるいはガス、水道のコックなどに接近していると、しびれ、痛み、やけどなどの傷害を受けることがある。これは、近くに落雷すると、これら電線や金属管を経由して人体に高い電圧が加わるためである。

(オ) その他

落雷点の近くにいて、強い風圧を受けて倒れたり吹き飛ばされて外傷を受けること、頭部を殴られたようなショックを受けること、やけど、耳鳴り、難聴などの被害を受けることがある。

**(2) 落雷事故防止のための適切な措置**

屋外での体育活動をはじめとする教育活動においては、指導者は、落雷の危険性を認識し、事前に天気予報を確認するとともに、天候の急変などの場合にはためらうことなく計画の変更、中止等の適切な措置を講ずること。

落雷に対する安全対策に関する科学的知見（日本大気電気学会編「雷から身を守るには－安全対策Q&A－改訂版」（平成13年5月1日発行））によれば、厚い黒雲が頭上に広がった際には、雷雲の接近を意識する必要があること。雷鳴はかすかでも危険信号であり、雷鳴が聞こえるときは、落雷を受ける危険性があるため、すぐに安全な場所（鉄筋コンクリートの建物、自動車、バス、列車等の内部）に避難する必要があること。また、人体は同じ高さの金属像と同様に落雷を誘因するものであり、たとえ身体に付けた金属を外したり、ゴム長靴やレインコート等の絶縁物を身に着けたりしていても、落雷を阻止する効果はないこと。

**(3) 雷ナウキャスト（気象庁ホームページ）とは**

気象庁ホームページにおいて、「雷注意報」の発表状況や、実際にどこで雷発生の可能性が高まる予測となっているのかを地図上で確認できる「雷ナウキャスト」（レーダー・ナウキャスト（降水、雷、竜巻）：全国 雷ナウキャストとは）などの情報が掲載されている。

雷の可能性や激しさ（活動度）を1時間先まで10分単位で予想している。活動度2～4が予測された場合は、落雷の危険が高くなっているため、しっかりした建物や自動車の中など安全な場所へ速やかに避難すること。また、避難に時間がかかる場合は、雷注意報や活動度1が予測された段階から早めの対応をとることが必要である。

#### (4) 積乱雲が近づくサイン（気象庁提供）

以下のような変化を感じたら、それは積乱雲が近づいている兆し（サイン）である。まもなく、激しい雨と雷がやってくる。竜巻などの激しい突風が起きる恐れもある。



真っ黒い雲が近づいてきた



雷の音が聞こえてきた



急に冷たい風が吹いてきた

#### (5) 雷への対応における留意点

雷は積乱雲の位置次第で、海面、平野、山岳など場所を選ばず落ちる。また、周囲より高いものに落ちやすいという特徴がある。遠くで雷の音がしたら、既に危険な状態である。自分のいる場所にいつ落雷してもおかしくない。

#### (6) 雷から身を守るには

雷鳴が聞こえるなど雷雲が近づく様子があるときは、落雷が差し迫っている。以下のことを念頭に速やかに安全な場所へ避難することが、雷から身を守るために有効である。

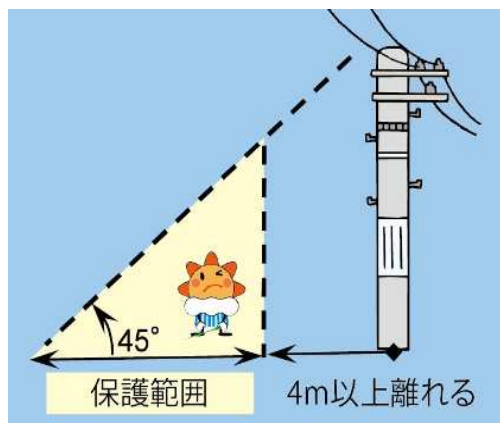
危険な場所から離れ、安全な場所に避難する屋外で積乱雲が近づく兆しを察知したら、できるだけ速やかに生徒を丈夫な建物に待避させるなどの措置を講じること。発達した積乱雲による激しい現象は、短時間（30分～1時間程度）で弱まる場合が多いため、ナウキャストで現象の状況を確認しながら安全な場所で積乱雲が過ぎ去るのを待つこと。

##### ア 安全な空間へ避難

雷は、雷雲の位置次第で、海面、平野、山岳などところを選ばずに落ちる。近くに高いものがあると、これを通して落ちる傾向がある。グラウンドやゴルフ場、屋外プール、堤防や砂浜、海上などの開けた場所や、山頂や尾根などの高いところなどでは、人に落雷しやすくなるので、できるだけ早く安全な空間に避難すること。鉄筋コンクリート建築、自動車（オープンカーは不可）、バス、列車の内部は比較的安全な空間である。また、木造建築の内部も基本的に安全だが、全ての電気器具、天井、壁から1m以上離れれば更に安全である。

##### イ 安全な空間へ避難できない場合の対応

近くに安全な空間が無い場合は、電柱、煙突、鉄塔、建築物などの高い物体のてっぺんを45度以上の角度で見上げる範囲で、その物体から4m以上離れたところ（保護範囲）に退避する。高い木の近くは危険なので、最低でも木の全ての幹、枝、葉から2m以上は離れること。姿勢を低くして、持ち物は体より高く突き出さないようにする。雷の活動が止



み、20分以上経過してから安全な空間へ移動すること。

なお、保護範囲に退避していても、落雷地点の近くで座ったり寝ころんでいたりしていると、地面に接触している身体の部分に、しびれ、痛み、ヤケドが発生し、ときには歩けなくなることがある。(雷から身を守るには — 安全対策 Q&A — : 日本大気電気学会 から引用)

### (7) 避難の留意点

部活動などの屋外活動を中断し、速やかに屋内に避難すること。下校前の場合は、素早く情報を収集し、必要に応じて学校に生徒を待機させる。その際は、学校の対応を保護者等に連絡することが大切である。

## 7 事故発生時の対応

### (1) 応急手当・救急蘇生法

応急手当とは、運動時や校内活動時などに突然のけがや病気におそわれた時、病院に行くまでの手当のことである。この応急手当は、医師以外の者でも行える人工呼吸、心臓マッサージなどの一次救命処置として行われている。これは、迅速な通報(119番通報)→迅速な救急蘇生法と除細動→医師が器具や医薬品等を用いて行う二次救命処置へと連続する救命の連鎖の中で連携が必要である。図1は、急変した傷病者を救命し、社会復帰できるようにするために必要とされる一連の行い「救命の連鎖」である。これにおける最初の3つの輪は、現場に居合わせた我々が担うことになるため、非常に重要な役割を担っている。



図1 救命の連鎖 (救急蘇生法の指針 2015 厚生労働省)

図2は、カーラーの救命曲線である。心臓が停止してから、または呼吸が停止してから何分くらい経過すると死に至るかが曲線で示されている。わが国では119番通報をしてから救急車が現場に到達するまでにかかる時間が全国平均で8.6分(平成26年)であり、救急車が現場に到着してから救急隊が傷病者に接触するまでにはさらに数分を要することがある。心臓と呼吸が止まってから時間の経過とともに救命の可能性は急激に低下し、救急隊を待つ間に居合

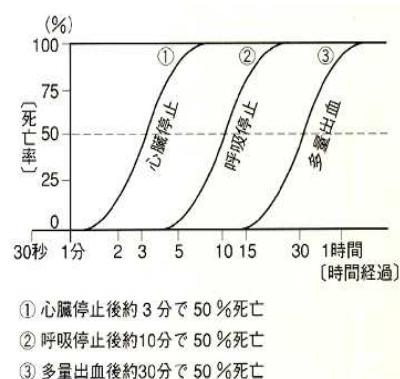


図2 カーラーの救命曲線 (昭和51年, M. Cara)



寄せた者が救命処置を行うと救命の可能性が2倍程度になることも分かっている。(図3) また、いち早い心肺蘇生とAEDの使用がその後の社会復帰率にも大きく関係していることがいわれている(図4)。このようなことから、その場に居合わせた者が行う一次救命処置が大きな役割を果たすことになる。

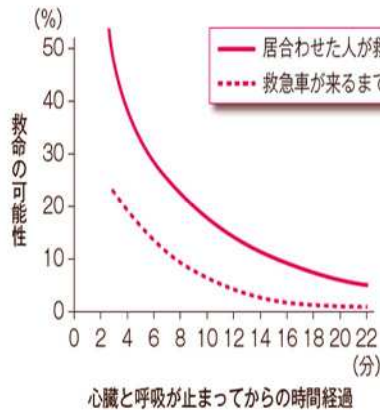


図3 救命の可能性と時間経過 (救急蘇生法の指針 2015 厚生労働省)

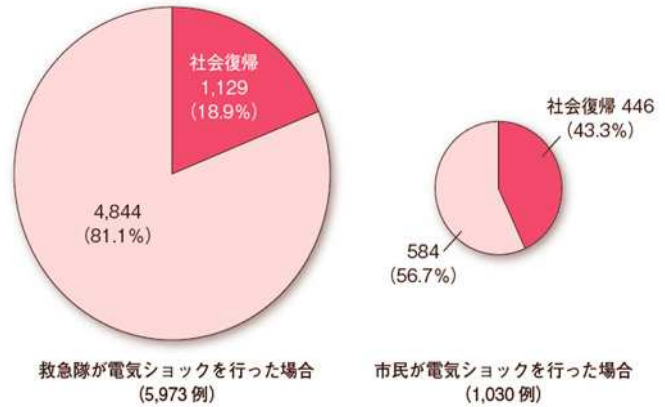
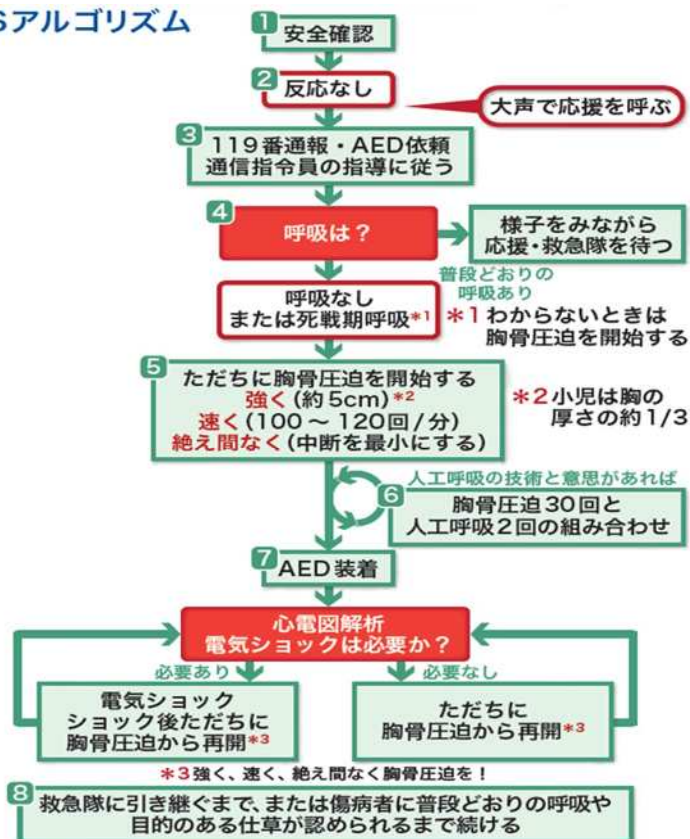


図4 電気ショックを救急隊が行った場合と市民が行った場合の1か月後社会復帰率 (救急蘇生法の指針 2015 厚生労働省)

(2) 救急蘇生法とAEDの活用

BLSアルゴリズム



(JRC蘇生ガイドライン2015より引用)  
(転載時は上記からの引用として許諾を得てください)

図5 主に市民が行う一次救命処置(BLS)の手順 (平成29年 学校の危機管理マニュアル作成の手引き 文部科学省)

**留意点**

- ・被害児童生徒などの生命にかかわる緊急事案については、管理職への報告よりも救命処置を優先させ迅速に対応する。
- ・教職員は事故などの状況や被害児童生徒などの様子に動揺せず、またその他の児童生徒などの不安を軽減するように対応する。
- ・応急手当を優先しつつも、事故などの発生状況や発生後の対応及びその結果について、適宜メモを残すことを心掛け、対応が一段落した時点でメモを整理する。(応援に駆け付けた教職員に対し、記録担当の役割を指示する。)

**【死戦期呼吸】**

心肺停止が起こった直後には「死戦期呼吸」(しゃくりあげるような呼吸が途切れ途切れに起こる呼吸のこと)と呼ばれる呼吸がみられる場合もある。これは正常な呼吸ではない。救命処置において、意識や呼吸の有無が「分からない」場合は、呼吸と思えた状況が死戦期呼吸である可能性にも留意して、意識や呼吸がない場合と同様の対応とし、速やかに心肺蘇生とAEDの装着を実施する必要がある。

**(3) 事故発生時の連絡体制**

校内で事故が発生した場合には、発見者が第一報を誰に通報するか適切に判断をする。また、第一報を受けた教職員は、どのような経路で医療機関に受診させるかの道筋を確立しておくか、ねばならない。事故現場には、必ずしも教職員がいるとは限らないので、緊急時の対応を日頃から生徒に指導しておく必要がある。

さらに、事故が発生した後は、速やかに全職員によって事故を分析し、安全管理と指導の在り方について洗い出し、これまでの安全管理の内容や方法について反省し、再発防止対策を早急に講ずることが必要である。(図6)

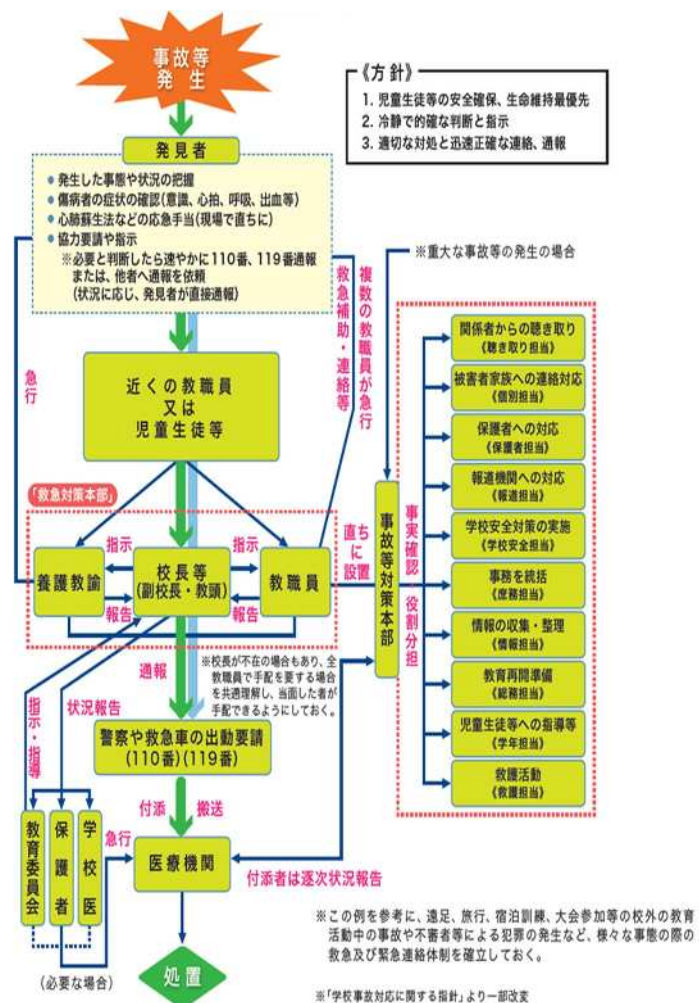


図6 緊急事態発生時の対応及び救急連絡体制の一例  
(平成29年 学校の危機管理マニュアル作成の手引き 文部科学省)

---

---

## 8 学校事故のケーススタディ

---

---

### (1) 本県における運動中の事故事例

#### ア 体育授業中の事故（バレーボール）

##### 事故発生状況

バレーボールの授業でゲーム形式の練習をしていたとき、当該生徒は左前衛に位置していた。相手チームがサーブを打ち、味方チームの右後衛の生徒がレシーブしたとき、レシーブしたボールが本人の頭上を通り、大きく外へ出てしまいそうになった。そのため、当該生徒はボールだけを見ながらレシーブされたボールを追いかけていった。ボールを追いかけた先に支柱があり、当該生徒は左顔面から支柱に激突した。

また、前傾姿勢でボールを追いかけていたので、左顔面部分のみが支柱に激突し、足がすくわれたように背中から転倒した。

##### 事故発生にあたってとった措置

授業担当者は、当該生徒の鼻から大量に出血していることにより、大事故であると判断し、事故発生後すぐに周囲の生徒に担架を取ってくるよう指示した。また、鼻からの出血が多量であったので、当該生徒を横に向かせ気道を確保するとともに、止血を行った。

その後、当該生徒を担架にのせ保健室へ連れていくとともに、保護者への連絡、救急車の要請を行った。

搬送先の病院が決まり、当該校の職員が付き添った。また、保護者と連絡をとり、搬送先へ向かってもらった。

本人が参加していた授業については、代行の教員が授業の対応を行った。また、発生した事故を考え、バレーボール部が使用している支柱カバーを急遽取り付け授業を継続した。

当初から当該生徒の意識ははっきりとしていた。事故当日の検査では眼・脳等には異常はないとの判断であったが、後日の精密検査では左上顎骨粉碎骨折、鼻骨陥没骨折、左涙腺切断、左眼下底骨折、顔面圧迫による神経麻痺が明らかになり、整復手術を行うことになった。

#### イ 学校行事中（修学旅行におけるスキー場実習）の事故

##### 事故の発生状況

修学旅行中に実施していたスキー場実習中に事故が発生した。当該生徒は、スキー場でゲレンデを滑走していたところ、バランスを崩して転倒した。転倒した際に、当該生徒は腹部をゲレンデ雪面で強打した。転倒事故後、当該生徒に嘔吐症状が見られた。レスキュー隊がスキー場の診療所へ当該生徒を搬送した。

##### 事故発生にあたってとった措置

生徒の事故発生とスキー場診療所へ搬送の連絡が学校関係者に入り、引率教員がスキー場の診療所へ向かう。医師より念のため病院で検査をしたほうがよいとのことで、当該生徒は引率教員とともに救急車で近隣の総合病院へ向かった。

学年主任から学校にいる教頭へ事故報告を行う。また、保護者へ連絡し経過説明を行った。病院到着後、CT検査を実施、担当医師から保護者に対して電話で検査結果や症状などを伝えた。現地病院へ保護者が到着し、学校側から事故後の経過と主治医より症状の説明が行われた。診察の結果、左腎臓損傷で翌日再検査のうえ、手術するかを判断することになった。

翌日、修学旅行本隊は旅行最終日となり、両親の了解を得て職員全員を含めて帰路についた。後日、当該生徒は専門医のいる病院に転院し、左腎臓の摘出手術を行った。

#### ウ 部活動中の事故（ソフトボール）

##### 事故の発生状況

当該生徒は、ソフトボール部に所属し、授業終了後から部活動に参加していた。当日は、ソフトボール部顧問の指導のもと室内練習場で通常の練習メニューを実施していた。

当該生徒はバッティングマシンを用いて打撃練習をしていたところ、バッティングマシンから投げられた直球（球速約78km）が顔面近くにきたため、とっさに避けることができず、左頬から顎にかけての部分にボールが当たった。相当の衝撃があり、当該生徒はその場にしゃがみこんだ。

##### 事故発生にあたってとった措置

事故発生後、ソフトボール部顧問は直ちに練習を中止し、当該生徒を近隣にあるかかりつけの歯科医院に搬送するとともに保護者に連絡をした。

かかりつけの歯科医院で診察の結果、骨折の疑いがあるため、直ちに口腔外科のある近隣の病院に搬送した。診察の結果、左下顎の2か所を骨折していることが分かり入院した。医師から約3週間の入院とその後3週間程度の自宅療養が必要であると説明を受ける。後日、負傷箇所の固定をする手術を実施することになった。

## (2) 運動中の事故の判例

学校教育活動下において生徒が負傷、死亡した場合は、学校側はいろいろな法的責任を追及されることがある。その一つとして当該地方公共団体が被害者やその保護者から損害賠償を求められること（民事責任）がある。また、指導教師が教育委員会から職務上の義務違反として懲戒処分を受けること（行政責任）や授業中等に生徒が死亡した場合等に過失致死罪、体罰による負傷等の場合に暴行罪や傷害罪などに問われること（刑事責任）などもある。

また、事故発生に当たっては、特に次の項目が問題となる。

- ① 指導者に事故に対する過失があったか。
- ② 事故を未然に防ぐための指導がなされていたか。
- ③ 事故発生直後に適切な処置がとられていたか。
- ④ 事故の確認と証拠の収集・保存に万全が期されていたか。

事故を未然に防ぐための手立てをとることはもちろんであるが、事故後の対応についても適切に行うことが必要である。



ア 高校の持久走（3000m）の授業中に当該生徒が突然倒れ、4時間後に脳浮腫で死亡した。指導教師は救急車を呼ばず、過呼吸症候群を疑った手当をただけで、タクシーで自宅に帰っていた。

※横浜地裁 平成 19 年 9 月 指導教諭に過失あり

#### 事故の経緯

体育授業の 3000m の持久走中 6 周目で当該生徒が突然倒れた。指導教師は当該生徒を 5 分近くグラウンドに放置した。その後、指導教師は「過呼吸」と判断し、当該生徒をグラウンド脇の小屋の前で椅子に座らせ、口にビニール袋をあてた。しかし、当該生徒の体は地面に崩れ落ちた。顔を叩いたが反応がないため、指導教師は他生徒に当該生徒を保健室へ運ばせた。養護教諭には「過呼吸で倒れた。休ませてくれ」と伝えた。

保健室には 2 人の養護教諭が在室（1 人は看護師の資格所持）しており、脈を 30 秒測っただけで、当該生徒をソファに横たわらせた。保健室では、痙攣発作を起こし、養護教諭はてんかんを疑うが持病がないことが判明し、そのまま寝かせておいた。

タクシーで帰宅後、本人はトイレに直行し意識を失った。母親が呼んだ救急車の中で呼吸が停止した。

#### 裁判

教師らに注意義務違反があったとして、両親が当該県を相手どり損害賠償を求めて横浜地裁に提訴した。平成 19 年 9 月、横浜地裁で当該県が遺族に解決金を支払うことで和解した。

イ 高校の体育祭練習中に「人間ピラミッド」の下敷きになり、当該生徒が全身まひの後遺症を負った。

※福岡地裁 平成 6 年 指導教諭に過失あり

#### 事故の経緯

体育の授業時、体育祭で実施する 8 段の「人間ピラミッド」を作る練習をしていた。6 段目にさしかかったところで崩れ、最下段にいた当該生徒が他の生徒の下敷きになり首の骨を折る重傷を負う。その後、車いすの生活を余儀なくされ、身体障害者 1 級の認定を受ける。

#### 裁判

本人と両親が当該県を相手に、逸失利益ほか慰謝料、介護費用等の損害賠償を求めて提訴した。福岡高裁は学校側が「8 段のピラミッドが極めて成功が困難で、危険性のあることに対して認識不足」「生徒らの危険回避方法の工夫不足」「段階的な練習、指導をすることなく、一気に実践の組み立てに入るなど注意不足」など一審、二審ともに指導教師らの過失を認め、当該県に賠償命令をした。

ウ 高校の柔道部合宿で、女性顧問に投げられた当該生徒が背中から落ち、意識不明になった。その後、急性硬膜下血腫による外傷性遷延性意識障害で植物状態になった。

※さいたま地裁 平成 20 年 3 月 **指導教諭に過失なし**

#### **事故の経緯**

4泊5日の柔道部夏季合同合宿に参加した当該生徒が、合宿3日目から頭部の痛みを訴えはじめた。朝練習、午前練習、午後練習の中で、準備運動やランニングなどの軽い練習には参加するが、それ以外は顧問の指示により柔道場出入り口付近で、柔道着を着たまま横になり休んでいた。合宿4日目、5日目も頭痛が治まらず同様の形で休んでいたが、女性顧問に「最後だから参加しないか?」と声をかけられ乱取りに参加した。女性顧問に投げられ背中から落ちた。そのまま立ち上がれなくなった。涼しい場所を探し移動させるが、ますます悪変し、救急車を要請する。病院へ搬送後、緊急手術を行い命はとりとめるが意識は戻らず、植物状態になる。

#### **裁判**

保護者は、学校が適正な指導を怠ったとして、学校を運営する当該県を相手どり民事訴訟を起こす。平成20年3月、さいたま地裁で学校側に過失はないとして原告敗訴。

エ 中学校で、夏休みの野球部の練習中に当該生徒が熱中症で倒れて死亡した。

※横浜地検川崎支部 平成 12 年 9 月 **指導教諭に過失あり**

#### **事故の経緯**

夏休みの野球部の練習で、ノック練習を2時間以上続けた。その後、約5分の給水休憩を取り約5キロのランニングを行った。スタートから約4キロ走った地点で、当該生徒は意識を失って倒れた。顧問教師は、先頭を走っており、すでに河川敷の野球場に着いていたため、当該生徒の異変に気付かなかった。部員から知らせを受けた顧問が119番通報をした。翌日、当該生徒は熱中症に起因する多臓器不全による出血性ショックで死亡した。

#### **裁判**

両親が、教諭の対応に問題があったとして警察へ告訴状を提出した。平成14年9月、横浜地検川崎支部は熱中症に対しての注意義務を怠ったことや部員の健康状態への配慮や適切な救護措置をとる態勢に欠けていたとして、元顧問教師に業務上過失致死罪を適用した。

### (3) 学校事故における教師の注意義務と留意点

学校においては、体育の授業時間をはじめ、休憩時間や部活動の場面で、学校事故が発生している状況が複数みられる。

教師の注意義務については、教師が親権者のように生徒の全生活について監督義務を負うものではなく、学校における教育活動及びこれと密接な学校生活についてのみ監督義務を負うことになる。また、教師の注意義務の範囲は、対象となる生徒の発達段階により若干広狭が見られる。これらのことを留意し、教師は学校事故について注意義務等を十分に理解し、必ず事前に安全に対する注意を促し、指導に当たる必要がある。

#### ア 授業中の事故について

授業中の事故については、事故発生状況にもよるが、高等学校の生徒についてはほぼ成人に近い能力を有するため、教師の注意義務はかなり軽減される。ただし、生徒の判断力、体力、運動能力等が著しく劣る状態にあることを教師が理解していた場合、状態に応じた監督義務を負うことになる。

したがって教師は、授業を展開するにあたり、生徒に対して適切な安全教育、十分な行動観察と監督が必要である。また、施設設備の安全性確保について十分配慮し、事故を未然に防ぐ方策をとっておくべきである。

#### イ 休憩時間や放課後の事故について

判例では、休憩時間中の事故は教育活動が行われている時間ではなく、生徒が自由に過ごしている時間ではあるが、学校教育活動と質的、時間的に密接な関係であり、休憩時間中の生徒の行為であるからといって教師の監督義務がないとはいえないとしている。

また、放課後の事故については、生徒全員が下校するのを見届けなければ生徒の安全を保持することができないと予測できない事情がない限り、一般的には注意義務の対象からは除かれることになる。

#### ウ 部活動中の事故について

部活動は学校教育活動の一環として位置付けられており、教師は参加する生徒の生命身体の安全を期すため、万全の措置をとるべき義務を負っている。

そのためには、指導にあたる教師は外部環境や生徒の能力等を考え、発生する可能性のある危険を予見し、これを回避するための適切な予防措置をとらなければならない。

具体的には、以下のような義務が課せられている。

- (ア) 生徒の発達段階に応じた活動計画を立てること。
- (イ) 生徒の健康状態と能力を把握すること。
- (ウ) 生徒の安全に配慮した適切な指導を行うこと。
- (エ) 立会、監視の体制をとること。
- (オ) 事故が起きた場合に救護等の適切な事後措置をとること。

また、活動中の事故について指導教師は、勤務時間外においても職務上の義務として生徒の生命身体の安全に注意を払うべきとされている。ただし、学校の教育計画外で生徒が自主的に集まって練習等を行った場合は別である。

## 参考資料

### 1 保健体育Q&A

Q1 育成を目指す資質・能力の「学びに向かう力・人間性等」とは、どのようなことを目指しているのか。

今回の改訂では、育成を目指す資質・能力を平成28年12月の中央教育審議会答申を受け、長年育成を目指していた「生きる力」を捉え直し、「知識・技能」の習得、「思考力・判断力・表現力等」の育成、「学びに向かう力・人間性等」の涵養の3つの柱で再整理し、すべての教科等の目標や内容として示した。

「学びに向かう力・人間性等」は、体育において、運動における競争や協働の経験を通して、公正、協力、責任、参画、共生などの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保し、運動に主体的に取り組み、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養うことを目標として示している。

Q2 「体づくり運動」と「体育理論」は各学年で実施することとなっているが、何時間配当すればよいか。

体づくり運動については、各年次で年間7単位時間～10単位時間程度を、体育理論については、各年次で6単位時間以上を配当することとしている。また、「体育」の標準単位数は従前どおり7～8単位で、各年次継続して履修し、各年次の単位数はなるべく均分することとしている。

体づくり運動における7単位時間～10単位時間とは、体育の年次における授業時間が2単位の場合は7単位時間以上、3単位の場合は10単位時間を目安として配当することとする。

Q3 集団行動の取扱いについては、どのように考えればよいか。

学習指導要領解説では、集団行動について「集団として必要な行動の仕方を身に付け、能率的で安全な集団としての行動ができるようにすることは、運動の学習においても大切なことである。」と示されている。指導にあたっては「A体づくり運動」から「Gダンス」までの各運動に関する領域の学習と関連を図って適切に行うこととしている。従って、集団行動そのものを年間計画に単独で位置づけることとはなっていない点に注意が必要である。

なお、集団行動の指導の効果を上げるためには、保健体育科だけでなく、学校の教育活動全体において指導するよう配慮する必要がある。

**Q 4 新体力テストを体づくり運動の領域で実施してもよいか。**

学校の生徒全員を対象として体力・運動能力調査を実施している場合は、体づくり運動などの内容に加えて実施することは可能である。ただし、他の領域の学習に支障を来さないよう適切な時数とすることが大切である。また、全ての項目を実施するのではなく、安全面等から体育の授業として行った方が望ましい項目に限定することも考えられる。

**Q 5 陸上競技には、新たに「技能」において「リレー」が加わったが、指導上の留意点は何か。**

リレーは、小学校から中学校までそれぞれの段階に応じて学習を系統的に行っており、高校での学習は、一貫した学習の最終段階という役割を担っている。技能としては、バトンの受け渡しで次の走者のスピードを十分に高めたり、受渡しの距離を長くしたりして、タイムを短縮したり、競走したりすることが求められる。走る距離については、一人当たり 50～100m程度が例示されている。

**Q 6 水泳の授業において「スタート」はどのように指導したらよいか。**

事故防止の観点から、スタートは入学年次においては「水中からのスタート」を取り扱うこととしている。また、次の年次以降についても原則として「水中からのスタート」を取り扱うこととしているが「安全を十分に確保した上で、学校や生徒の実態に応じて段階的な指導を行うことができる」としている。ここでいう、段階的な指導とは「プールサイドの座位から」、「プールサイドで中腰から」など生徒の体力や技能の程度に応じて段階的に発展させる配慮を行うことであり、最終的に飛び込みスタートを習得することを目的に段階的に指導をすることではないので留意すること。スタートの指導については、一律的ではなく、一部の生徒は水中からのスタートを継続するなど、それぞれの体力や技能の程度に応じて指導することが望ましい。

**Q 7 観点別学習状況評価を実施するにあたり留意する点はなにか。**

学校教育法第 30 条 2 項を踏まえ、旧学習指導要領では 4 つの観点（「知識・理解」、「技能」、「思考・判断・表現」、「関心・意欲・態度」）が設定されていたが、小・中学校を中心に定着してきたこれまでの学習評価の成果を踏まえつつ、目標に準拠した評価をさらに進めていくため、小・中・高等学校の各教科等の目標や内容が今回の改訂により、3 つの柱に整理されたことから、「知識・技能」、「思考・判断・表現」、「主体的に取り組む態度」の観点別学習状況評価が 3 つの観点到に整理された。

学習指導要領（保健体育編，体育編）では各観点の「主な表記」の一覧が記載されるなど、詳細な解説がされているので、これらを参考して各観点のねらいをしっかりと押さえたうえで授業を進めるよう留意する。

**Q 8 「入学年次」の指導において、「その次の年次以降」の例に示された内容を指導してもよいか。**

生徒の学習経験や学校の実情に応じて、「入学年次」の内容を十分に習得していれば、「その次の年次以降」の内容を加えて指導してもかまわない。

**Q 9 科目「体育」において学習指導要領解説に取り上げられていない内容を取り扱うことは可能か。**

示されていない内容を取り扱う場合は、基本的には「替えて」ではなく「加えて」実施することが原則となっている。その場合、内容の習熟を図ることができるように考慮することと、領域の目標や内容の趣旨を逸脱したり、生徒の加重負担になったりすることのないように留意することが必要である。

**Q10 各領域（種目）の授業時数は何時間くらい実施することが適当か。**

生徒の発達や学年の段階等に応じた学習指導が必要なことから、生徒の実態を把握した上で、その内容の習熟を図ることができるよう考慮して、指導計画を立てる必要がある。さらに、他の種目との兼ね合いもあることから、学校全体の3年間を見通した計画にもとづいて考える必要がある。

**Q11 障害のため運動に制限等がある生徒に対して、どのように学習活動を進めていけばよいか。**

障害のある生徒などの指導に当たっては、個々の生徒によって、見えにくさ、聞こえにくさ、道具の操作の困難さ、移動上の制約、健康面や安全面での制約、発音のしにくさ、心理的な不安定、人間関係形成の困難さ、読み書きや計算等の困難さ、注意の集中を持続することが苦手であることなど、学習活動を行う場合に生じる困難さが異なることに留意し、個々の生徒の困難さに応じた指導内容や指導方法を工夫することが示されている。

実技を伴う保健体育科においては、生徒の障害に起因する困難さに応じて、複数教員による指導や個別指導を行うなどの配慮をするとともに目標や内容を踏まえて、指導内容の変更や学習活動の代替を安易に行うことがないように留意する。

**Q12 部活動は学習指導要領にどのように示されているか。**

第1章総則第6款1ウにおいて、部活動の指導及び運営について、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるよう留意することや、学校や地域の実態に応じ、地域の人々の協力、社会教育施設や社会教育関係団体等の各種団体との連携などの運営上の工夫を行い、持続可能な運営体制が整えられるように示されている。

Q13 運動種目によっては、体力や技能の差から男女が一緒に学習することが困難なものがあるが、その場合は男女を分けて種目を行ってもよいか。

今回の学習指導要領の改訂では、「公正、協力、責任、参画、共生」などの社会的態度を養うことが求められており、体育の目標において「一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う」こととしている。このことから、体力や技能の程度、性別や障害の有無にかかわらず、運動やスポーツを楽しむことができるよう、授業においては男女共修を原則としている。

Q14 保健の内容はどのように変わったか。

旧課程では内容のまとまりについて「現代社会と健康」、「生涯を通じる健康」、「社会生活と健康」の3項目であったが、今回の改訂では「現代社会と健康」、「安全な社会生活」、「生涯を通じる健康」、「健康を支える環境づくり」の4項目となった。これまで「現代社会と健康」に含まれていた「安全な社会生活」は応急手当等の実習を行うなど、より充実した内容が示された。また、生活習慣病の一つとして学習してきた「がん」については、検診、がんの種類、治療法、緩和ケアなどより踏み込んだ内容が示されている。

Q15 保健の「(2) 安全な社会生活」には、「ア 知識及び技能」として「技能」が新たに加えられているが、保健の学習で「技能」はどのように指導するのか。

保健の「知識及び技能」については、「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とともに、技能を身に付けるようにする」という目標が示された。これを受けて「(2)安全な社会生活」の「(イ)応急手当」において日常的な応急手当や心肺蘇生法について実習を行い、応急手当等の内容に関わる技能を身に付けることができるよう指導する。

Q16 科目「体育」と科目「保健」の関連を図った授業とは、どのように進めればよいのか。

今回の改定では、カリキュラム・マネジメントの視点から教科間や科目間において関連づけて学習し、より一層の理解を深めることが求められている。

保健の「現代社会と健康(オ)精神疾患の予防と回復」では、心身に起こった反応について、「体ほぐし運動」などのリラクゼーションの方法でストレスを緩和することなどが重要であることを理解できるようにしている。

「安全な社会生活(イ)応急手当」では、「体育」における「水泳」などとの関連を図り、指導の効果を高めるよう配慮している。

また、「体育理論」では体育においては運動に関する領域と相互に関連させて学習させることにより、知識の重要性を一層実感できるように配慮することが求められている。

---

## 2 関連法規等

---

小学校、中学校、高等学校の遠足・修学旅行について（昭和 43 年 10 月 3 日文初中第 450 号）

修学旅行における安全確保の徹底について（昭和 63 年 3 月 31 日文初中第 139 号）

県立学校の修学旅行について（平成 10 年 4 月 1 日 10 教高第 108 号）

修学旅行の届け出の様式（昭和 43 年 4 月 12 日制定）

小学校・中学校及び高等学校の修学旅行等における集団中毒の防止にかかる都道府県衛生部長への依頼について（昭和 53 年 12 月 15 日 53 教高第 438 号）

バスによる修学旅行における事故の防止について（昭和 36 年 6 月 23 日 36 教学第 232 号）

熱中症の予防及び発生時の対応について（平成 16 年 9 月 9 日 16 教健第 357 号）

部活動の事故防止について（平成 18 年 8 月 1 日 18 教健第 358 号，18 教体第 147 号）

学校における運動部活動について（平成 21 年 10 月 1 日 21 教体第 243 号）

児童生徒の運動競技について（平成 13 年 4 月 25 日 13 教体第 33 号）

中学校及び高等学校における運動部活動について（平成 10 年 3 月 17 日 10 教保第 33 号）

学校における体育的部活動の指導について（昭和 59 年 9 月 25 日教保第 544 号）

県立学校登山部の活動について（昭和 57 年 9 月 10 日 57 教保第 445 号）

高等学校における体育的クラブ活動の指導について（昭和 46 年 9 月 23 日 46 教体号外）

中学校・高等学校における運動クラブの指導について（昭和 43 年 12 月 13 日 43 教体号外）

中学校・高等学校における運動部の指導について（昭和 32 年 7 月 5 日教体第 66 号）

野外活動の指導とこれに関する事故防止について（昭和 44 年 4 月 25 日 44 教体号外）

野外活動の届出の様式の変更について（平成 5 年 3 月 30 日 5 教保第 147 号）

野外活動等における事故防止対策の徹底について（平成 22 年 2 月 21 日 22 教健第 298 号）

ヨット，端艇等の事故防止について（昭和 40 年 4 月 3 日 40 教体号外）

水泳等の事故防止について（平成 30 年 5 月 8 日 30 教保第 215 号）

落雷事故の防止について（平成 30 年 7 月 24 日 30 教保第 598 号）

熱中症事故防止について（平成 30 年 5 月 17 日 30 教保第 281 号）



---

### 3 引用・参考文献

---

- 小学校学習指導要領 文部科学省 東洋館出版社 (平成30年2月)
- 中学校学習指導要領 文部科学省 東山書房 (平成30年3月)
- 高等学校学習指導要領 文部科学省 東山書房 (平成31年2月)
- 小学校学習指導要領解説 体育編 文部科学省 東洋館出版社 (平成30年2月)
- 中学校学習指導要領解説 保健体育編 文部科学省 東山書房 (平成30年3月)
- 高等学校学習指導要領解説 保健体育編・体育編 文部科学省 東山書房 (平成31年2月)
- 高等学校学習指導要領解説 総則編 文部科学省 東洋館出版社 (平成31年1月)
- 高等学校学習指導要領解説 特別活動編 文部科学省 東京書籍 (平成31年3月)
- 生きる力をはぐくむ学校での安全教育 文部科学省 (平成31年3月)
- 改訂「生きる力」を育む高等学校保健教育の手引 文部科学省 (令和3年3月)
- 児童生徒の学習と教育課程の実施状況の評価の在り方について (答申)
- 児童生徒の学習評価の在り方について (報告) 中央教育審議会
- 幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策について (答申) 中央教育審議会 (平成28年12月)
- 小学校、中学校、高等学校、及び特別支援学校等における児童生徒の学習評価及び指導要録の改善等について (通知) 初等中等教育課程課 (平成31年3月)
- 学校評価の在り方ハンドブック 高等学校編 文部科学省国立教育政策研究所 (令和元年6月)
- 「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料 中学校保健体育 文部科学省国立教育政策研究所 東洋館出版社 (令和2年6月)
- 「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料 高等学校保健体育 文部科学省国立教育政策研究所 東洋館出版社 (令和3年11月)
- 学校の危機管理マニュアル作成の手引 文部科学省 (平成30年2月)
- あいちの学校安全マニュアル～子どもの安全と安心のために～ 愛知県教育委員会 (令和3年3月)
- 熱中症環境保健マニュアル2018 環境省 (平成30年3月)
- 高等学校保健体育指導の手びき 愛知県教育委員会 (平成23年3月)
- 熱中症診療ガイドライン 日本救急医学会分類2015 日本救急医学会 (平成27年3月)
- 学校の管理下の死亡・障害事例と事故防止の留意点<平成20年度版> (独)日本スポーツ振興センター (平成20年)
- スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック (公財)日本スポーツ協会 (令和元年5月)
- 雷から身を守るには -安全対策Q&A-改訂版 日本大気電気学会 (平成13年5月)
- 運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン スポーツ庁 (平成30年3月)
- 部活動指導ガイドライン 愛知県教育委員会 (平成30年9月)

---

---

#### 4 高等学校保健体育指導の手引作成委員名簿

---

---

|               |    |        |
|---------------|----|--------|
| 愛知県立三好高等学校    | 教頭 | 祖父江 達夫 |
| 愛知県立守山高等学校    | 教諭 | 立松 伸悟  |
| 愛知県立昭和高等学校    | 教諭 | 小川 智   |
| 愛知県立春日井工業高等学校 | 教諭 | 近藤 昌典  |
| 愛知県立小牧高等学校    | 教諭 | 石黒 雄介  |
| 愛知県立一宮南高等学校   | 教諭 | 小原 尚   |
| 愛知県立杏和高等学校    | 教諭 | 林 高史   |
| 愛知県立大府東高等学校   | 教諭 | 岡戸 文一  |
| 愛知県立鶴城丘高等学校   | 教諭 | 牧 晴之   |
| 愛知県立知立東高等学校   | 教諭 | 横田 奈津子 |
| 愛知県立豊橋東高等学校   | 教諭 | 大野 拓也  |
| 愛知県立国府高等学校    | 教諭 | 大城 崇紀  |

(研究委員の所属名は令和元年度のもの)



高等学校保健体育指導の手引

令和4年1月

編集発行 愛知県教育委員会

学習教育部保健体育課

名古屋市中区三の丸三丁目1番2号

電話 (052) 954-6825