

中学校保健体育指導の手引

令和3年3月

愛知県教育委員会

はじめに

近年、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が、大きく、また急速に変化し、10年後、20年後の社会を予測することは困難な時代となっていると言われてしています。

このような時代にあって、学校教育には、子供たちが様々な変化に積極的に向き合い、他者と協働して課題を解決していくことや、様々な情報を見極め知識の概念的な理解を実現し情報を再構成するなどして新たな価値につなげていくこと、複雑な状況変化の中で目的を再構築することができるようにすることが求められています。

これらを背景として、学習指導要領が改訂され、小学校では令和2年度、中学校では令和3年度から全面実施されます。学校体育は、心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的、計画的な実践を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる大きな使命を担っています。

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をすすめてまいりましたが、委員の皆様の献身的な御尽力により、ここに「中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3年3月
愛知県教育委員会

目 次

第1章 学習指導要領の改訂	
1 改訂の概要	
(1) 改訂の経緯	1
(2) 体育科、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	4
(3) 指導内容の体系化	5
第2章 体育分野の学習指導	
1 体育分野の目標	6
2 体育分野の内容	6
(1) 知識及び技能（「体づくり運動」は知識及び運動）	7
(2) 思考力、判断力、表現力等	7
(3) 学びに向かう力、人間性等	7
3 内容の取扱い	10
4 体づくり運動	
(1) 運動の特性	12
(2) 内容の考え方	12
(3) 体づくり運動の行い方などの例	13
(4) 単元指導計画の例	15
5 武道	
(1) 運動の特性	22
(2) 内容の考え方	22
(3) 具体的な指導内容	23
(4) 単元指導計画の例	24
6 球技	
(1) 運動の特性	29
(2) 内容の考え方	29
(3) 内容のまとめりごとの評価規準	30
(4) ボールや用具の操作とボールを持たないときの動きの例	30
(5) 単元指導計画の例	32
第3章 保健分野の学習指導	
1 保健分野の目標	38
2 保健分野の内容	38
(1) 健康な生活と疾病の予防	39
(2) 心身の機能の発達と心の健康	40
(3) 傷害の防止	40
(4) 健康と環境	41
3 内容の取扱い	42
4 単元指導計画の例	43

第4章	指導の評価と改善	
1	評価の考え方	48
(1)	評価の目的と内容	48
(2)	指導と評価の一体化	48
(3)	カリキュラム・マネジメントの一環としての指導と評価	48
(4)	主体的・対話的で深い学びの視点からの授業改善と評価	49
(5)	目標に準拠した評価	49
(6)	観点別評価	49
(7)	評価の時期	51
(8)	評価の方法	52
2	評価の手順	53
(1)	単元の目標の設定	53
(2)	単元の評価規準の作成	53
(3)	指導と評価の計画の作成	53
(4)	観点ごとの総括	53
(5)	評価から評定へのつながり	53
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	54
(1)	学校における食育の推進	54
(2)	体力の向上に関する指導	55
(3)	心身の健康の保持増進に関する指導	56
2	教育課程実施上の配慮事項	
(1)	主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善	57
(2)	生徒の発達を支える指導の充実	57
(3)	障害のある生徒の指導	58
(4)	個に応じた指導	58
第6章	特別活動	
	特別活動と保健体育の関連	59
(1)	学級活動	60
(2)	生徒会活動	61
(3)	学校行事	64
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	68
(2)	位置付けの変遷	68
2	運動部活動の意義, 留意点	
(1)	意義	69
(2)	留意点・配慮事項	69
3	運営上の留意点	
(1)	運営と指導の在り方	70
(2)	顧問の役割	70
(3)	運動部活動の組織づくり	71
(4)	自主性と個性の尊重	71
(5)	保護者との連絡・連携・調整	71

4	指導上の留意点	
(1)	適切な指導時間等の設定とプロセスの重視	72
(2)	傷害の防止と事故の対応	72
(3)	地域との連携, 地域人材 (外部指導者・部活動指導員) の活用	73
(4)	望まれる指導者像	73
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	74
(1)	学校管理下における事故の実態	74
(2)	事故発生の要因	74
2	学校安全の推進	
(1)	安全教育	75
(2)	安全管理	75
3	運動時の安全に関する指導	
(1)	体育授業時における安全に関する指導	76
(2)	運動部活動における安全に関する指導	76
(3)	体育的行事における安全に関する指導	78
(4)	各運動種目における指導上の留意点	79
4	体育施設等の安全管理	81
(1)	安全管理のねらい	81
(2)	安全管理の種類と方法	81
(3)	安全管理の評価と改善	82
5	熱中症の予防	
(1)	熱中症とは	84
(2)	熱中症予防の原則	84
(3)	熱中症を予防する指導上の留意点	85
(4)	熱中症で倒れた場合の対応	85
6	落雷事故の防止	86
(1)	落雷事故の教訓	86
(2)	避雷の原則	86
(3)	落雷事故を未然に防ぐ指導上の留意点	87
7	事故発生時の対応	88
(1)	応急手当 (救急法)	88
(2)	心停止への対応 (心肺蘇生法とAED)	89
(3)	学校の救急連絡体制	93
8	学校事故のケーススタディ	
(1)	運動中の事故事例	94
(2)	運動中の事故の判例	96
(3)	学校事故における教師の注意義務と留意点	97
参考資料		
1	学校体育Q & A	98
2	関係法規等	102
3	参考文献	102
4	作成委員名簿	103

第1章 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) 体育科、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

- (1) 体育分野については、「生涯にわたって運動やスポーツに親しみ、スポーツと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、『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、保健分野との一層の関連を図った内容等について改善を図る。
 - (ア) 体育分野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共有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必要性を認識し、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等の内容等について改善を図る。
 - (エ) グローバル化する社会の中で、我が国固有の伝統と文化への理解を深める観点から、日本固有の武道の考え方に触れることができるよう、内容等について一層の改善を図る。」としている。
- (2) 保健分野については、「個人生活における健康・安全についての『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、心の健康や疾病の予防に関する健康課題の解決に関わる内容、ストレス対処や心肺蘇生法等の技能に関する内容等を充実する。また、個人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、健康な生活と疾病の予防の内容を学年ごとに配当するとともに、体育分野との一層の関連を図った内容等について改善を図る。」としている。

(3) 改訂の要点

- ① 体育分野においては、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実現する資質・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考慮し、各領域で身に付けさせたい具体的な内容の系統性を踏まえた指導内容の一層の充実を図るとともに、保健分野との一層の関連を図った指導の充実を図ること。
- 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共有することができるよう指導内容の充実を図ること。その際、共生の視点を重視して改善を図ること。
- ④ 生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する基礎を培うことを重視し、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 保健分野においては、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 心の健康や疾病の予防に関する健康課題の解決に関わる内容、ストレス対処や心肺蘇生法等の技能に関する内容等を充実すること。
- ⑦ 個人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、健康な生活と疾病の予防の内容を学年ごとに配当するとともに、体育分野との一層の関連を図った内容等について改善すること。

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実現するための資質・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個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な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の課題を発見し、合理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、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

この目標は「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とともに、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実現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、健全な心身の発達を促すことが求められることから、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、学校教育法において「中学校は、小学校における教育の基礎の上に、心身の発達に応じて、義務教育として行われる普通教育を施すことを目的とする」（第45条）とした義務教育修了段階であること、「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46条）と規定されていること、「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等を踏まえ「各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付ける」こと、「運動や健康についての自他の課題を発見し、合理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、明るく豊かな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」の資質・能力の三つの柱で示された目標が相互に密接に関連していることを示すとともに、保健体育科の重要なねらいであることを明確にしたものである。

(2) 教科の内容

教科の内容は、体育分野と保健分野で構成されている。

体育分野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」及び「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。

保健分野は、「健康な生活と疾病の予防」「心身の機能の発達と心の健康」「傷害の防止」及び「健康と環境」の四つの内容で構成されている。

保健体育科の内容構成は次表のとおりである。

表 1 - 1 保健体育科の内容構成

保健体育科	
〔体育分野〕	〔保健分野〕
体づくり運動 器械運動 陸上競技 水泳 球技 武道 ダンス ----- 体育理論	健康な生活と疾病の予防 心身の機能の発達と心の健康 傷害の防止 健康と環境

(3) 指導内容の体系化

表 1 - 2 12年間の指導内容

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ができるようにする時期												
運動領域等	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
	体づくりの運動遊び	体づくり運動		体づくり運動		体づくり運動		体づくり運動		体づくり運動		体づくり運動
器械・器具を使った運動遊び	器械運動		器械運動		器械運動		器械運動		器械運動		器械運動	
走・跳の運動遊び	走・跳の運動		陸上運動		陸上競技		陸上競技		陸上競技		陸上競技	
水遊び	水泳運動		水泳運動		水泳		水泳		水泳		水泳	
表現リズム遊び	表現運動		表現運動		ダンス		ダンス		ダンス		ダンス	
ゲーム	ゲーム		ボール運動		球技		球技		球技		球技	
					武道		武道		武道		武道	
					体育理論		体育理論		体育理論		体育理論	
保健領域等			保健		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 保健 1単位 保健 1単位		

第2章 体育分野の学習指導

1 体育分野の目標

[第1学年及び第2学年]

- (1) 運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
- (2) 運動についての自己の課題を発見し、合理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、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。

[第3学年]

- (1) 運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
- (2) 運動についての自己や仲間の課題を発見し、合理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、生涯にわたって運動に親しむ態度を養う。

体育分野の目標は、保健体育科の目標を受け、これを体育分野としての立場から具現化したものであり、小学校、中学校及び高等学校12年間の一貫性を踏まえるとともに、第1学年及び第2学年では、特に小学校高学年との接続を重視し、第3学年においては、義務教育の修了段階であることや高等学校への接続を重視し、それぞれ体育分野の学習指導の方向を示したものである。

2 体育分野の内容

体育分野の内容は、運動に関する領域及び知識に関する領域で構成されている。

運動に関する領域は、「A体づくり運動」「B器械運動」「C陸上競技」「D水泳」「E球技」「F武道」及び「Gダンス」であり、知識に関する領域は、「H体育理論」である。

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

知識に関する領域では、「ア 知識」として内容のまとめりごとの指導内容を示した上で、(ア)、(イ)、(ウ)に具体的な指導内容を示している。また、「イ 思考力、判断力、表現力等」

「ウ 学びに向かう力，人間性等」を内容として示している。

さらに，内容の取扱いにおいて，学校や地域の実態に応じて，スキー，スケートや水辺活動（野外活動）を加えて指導するとともに，能率的で安全な集団としての行動の仕方（集団行動）を各領域において適切に行うこととしている。

運動に関する領域について，その内容構成及び共通する事項は，次のとおりである。

(1) 知識及び技能（「体づくり運動」は知識及び運動）

○ 知識

知識については，体の動かし方や用具の操作方法などの具体的な知識と，運動の実践や生涯スポーツにつながる概念や法則などの汎用的な知識で示している。

具体的には，知識に関する指導内容は，第1学年及び第2学年においては，各領域における「運動の特性や成り立ち」「技術（技）の名称や行い方」「その運動に関連して高まる体力」「伝統的な考え方」「表現の仕方」などを示し，第3学年においては，各領域における「技術（技）の名称や行い方」「体力の高め方」「運動観察の方法」「伝統的な考え方」「交流や発表の仕方」などを示している。

○ 技能

技能に関する指導内容は，運動を通して各領域の特性や魅力に応じた楽しさや喜びを味わうことを示すとともに，各領域における技能や攻防の様相，動きの様相などを示している。さらに，ア，イなどには，運動種目等の技能や攻防の様相，動きの様相などを示している。

これらの指導に際しては，各領域の解説で示す「例示」等を参考にして，運動種目等の固有の技能や動き等を身に付けさせることが具体的なねらいとなるが，各領域及び運動種目等における技能や攻防の様相，動きの様相との関連に留意し，各領域の特性や魅力に応じた楽しさや喜びを味わうことができるようにすることが大切である。

(2) 思考力，判断力，表現力等

「思考力，判断力，表現力等」については，第1学年及び第2学年では，各領域に共通して，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を示している。また，第3学年では，各領域に共通して，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を示している。なお，ここで示す「表現力」とは，運動の技能に関わる身体表現や表現運動系及びダンス領域における表現とは異なり，思考し判断したことを他者に言葉や文章及び動作などで表現することである。

(3) 学びに向かう力，人間性等

「学びに向かう力，人間性等」については第1学年及び第2学年の目標で示した，公正に取り組む，互いに協力する，自己の役割を果たす，一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てること，第3学年の目標で示した，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ことを，体育分野の学習に関わる「学びに向かう力，人間性等」の指導内容として具体化したものである。

第1学年及び第2学年においては，各領域に積極的に取り組むことを示している。これは，各領域の学習に進んで取り組めるようにすることが大切であることを強調したものである。第3学年においては，各領域に自主的に取り組むことを示している。これは義務教育の修了段階であることを踏まえ，各領域に自ら進んで取り組めるようにすることが大切であることを強調したものである。

公正に関する事項として，第1学年及び第2学年において，各領域に応じて，勝敗などを認め，ルールやマナーを守ろうとすること，フェアなプレイを守ろうとすること及

び相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすることを示している。第3学年においては、各領域に応じて、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、フェアなプレイを大切にしようとする、及び相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとすることを示している。

協力や責任に関する事項として、第1学年及び第2学年においては、よい演技を認めようとする、及び仲間の学習を援助しようとする、分担した役割を果たそうとすることを、第3学年においては、よい演技を讃えようとする、及び互いに助け合い教え合おうとすることを、自己の責任を果たそうとすることを示している。

参画や共生に関する事項として、第1学年及び第2学年においては、話合いに参加しようとする、一人一人の違いを認めようとする、第3学年においては、話合いに貢献しようとする、一人一人の違いを大切にしようとすることを示している。

健康・安全に関する事項として、第1学年及び第2学年においては、健康・安全に気を配ることを、第3学年においては、健康・安全を確保することを示している。

学びに向かう力、人間性等については、各領域において愛好的態度及び健康・安全は共通事項とし、公正（伝統的な行動の仕方）、協力、責任、参画、共生の中から、各領域で取り上げることが効果的な指導内容を重点化して示している。

これらの指導に際しては、(3)学びに向かう力、人間性等を学習する際、公正、協力等の具体的な指導事項が解説で示されているが、例えば、協力の場面や行動の仕方の例などの具体的な知識と、なぜ協力するのかといった協力することの意義などの汎用的な知識を関連させて指導することで、生徒自身の積極性や自主性を促し、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現していく資質・能力の育成を図ることが大切である。

表2-1 体育分野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	(1) 知識及び運動	生涯スポーツにつながる知識	(2) 思考力, 判断力, 表現力等 (3) 学びに向かう力, 人間性等
	イ 体の動きを高める運動 実生活に生かす運動の計画	(1) 知識及び運動		
【B 器械運動】	ア マット運動	(1) 知識及び技能	生涯スポーツにつながる知識	(2) 思考力, 判断力, 表現力等 (3) 学びに向かう力, 人間性等
	イ 鉄棒運動	(1) 知識及び技能		
	ウ 平均台運動	(1) 知識及び技能		
	エ 跳び箱運動	(1) 知識及び技能		
【C 陸上競技】	ア 短距離走・リレー, 長距離走又はハードル走	(1) 知識及び技能	生涯スポーツにつながる知識	(2) 思考力, 判断力, 表現力等 (3) 学びに向かう力, 人間性等
	イ 走り幅跳び又は走り高跳び	(1) 知識及び技能		
【D 水泳】	ア クロール	(1) 知識及び技能	生涯スポーツにつながる知識	(2) 思考力, 判断力, 表現力等 (3) 学びに向かう力, 人間性等
	イ 平泳ぎ	(1) 知識及び技能		
	ウ 背泳ぎ	(1) 知識及び技能		
	エ バタフライ	(1) 知識及び技能		
	オ 複数の泳法で泳ぐ又はリレー	(1) 知識及び技能		
【E 球技】	ア ゴール型	(1) 知識及び技能	生涯スポーツにつながる知識	(2) 思考力, 判断力, 表現力等 (3) 学びに向かう力, 人間性等
	イ ネット型	(1) 知識及び技能		
	ウ ベースボール型	(1) 知識及び技能		
【F 武道】	ア 柔道	(1) 知識及び技能	生涯スポーツにつながる知識	(2) 思考力, 判断力, 表現力等 (3) 学びに向かう力, 人間性等
	イ 剣道	(1) 知識及び技能		
	ウ 相撲	(1) 知識及び技能		
【G ダンス】	ア 創作ダンス	(1) 知識及び技能	生涯スポーツにつながる知識	(2) 思考力, 判断力, 表現力等 (3) 学びに向かう力, 人間性等
	イ フォークダンス	(1) 知識及び技能		
	ウ 現代的なリズムのダンス	(1) 知識及び技能		
【H 体育理論】	(1) 運動やスポーツの多様性	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
	(2) 運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方	ア 知識		
	(1) 文化としてのスポーツの意義	ア 知識		

※ (1) 知識及び技能の知識の指導内容は、技の名称や行い方などの具体的な知識と、関連して高まる体力や運動観察の方法などの生涯スポーツにつながる汎用的な知識がある。

また、(2) 思考力, 判断力, 表現力等及び(3) 学びに向かう力, 人間性等は各領域共通の指導内容である。

3 内容の取扱い

- (1) 内容の各領域については、次のとおり取り扱うものとする。
- ア 第1学年及び第2学年においては、「A体づくり運動」から「H体育理論」までについては、全ての生徒に履修させること。その際、「A体づくり運動」及び「H体育理論」については、2学年間にわたって履修させること。
 - イ 第3学年においては、「A体づくり運動」及び「H体育理論」については、全ての生徒に履修させること。「B器械運動」「C陸上競技」「D水泳」及び「Gダンス」についてはいずれかから一以上を、「E球技」及び「F武道」についてはいずれか一以上をそれぞれ選択して履修できるようにすること。
- (2) 内容の「A体づくり運動」から「H体育理論」までに示す事項については、次のとおり取り扱うものとする。
- ア 「A体づくり運動」の(1)のアの運動については、「B器械運動」から「Gダンス」までにおいても関連を図って指導することができるとともに、心の健康など保健分野との関連を図って指導すること。また、「A体づくり運動」の(1)のイの運動については、第1学年及び第2学年においては、動きを持続する能力を高めるための運動に重点を置いて指導することができるが、調和のとれた体力を高めることに留意すること。その際、音楽に合わせて運動をするなどの工夫を図ること。第3学年においては、日常的に取り組める運動例を取り上げるなど指導方法の工夫を図ること。
 - イ 「B器械運動」の(1)の運動については、第1学年及び第2学年においては、アからエまでの中からアを含む二を選択して履修できるようにすること。第3学年においては、アからエまでの中から選択して履修できるようにすること。
 - ウ 「C陸上競技」の(1)の運動については、ア及びイに示すそれぞれの運動の中から選択して履修できるようにすること。
 - エ 「D水泳」の(1)の運動については、第1学年及び第2学年においては、アからエまでの中からア又はイのいずれかを含む二を選択して履修できるようにすること。第3学年においては、アからオまでの中から選択して履修できるようにすること。なお、学校や地域の実態に応じて、安全を確保するための泳ぎを加えて履修させることができること。また、泳法との関連において水中からのスタート及びターンを取り上げること。
なお、水泳の指導については、適切な水泳場の確保が困難な場合にはこれを扱わないことができるが、水泳の事故防止に関する心得については、必ず取り上げること。また、保健分野の応急手当との関連を図ること。
 - オ 「E球技」の(1)の運動については、第1学年及び第2学年においては、アからウまでを全ての生徒に履修させること。第3学年においては、アからウまでの中から二を選択して履修できるようにすること。また、アについては、バスケットボール、ハンドボール、サッカーの中から、イについては、バレーボール、卓球、テニス、バドミントンの中から、ウについては、ソフトボールを適宜取り上げることとし、学校や地域の実態に応じて、その他の運動についても履修させることができること。なお、ウの実施に当たり、十分な広さの運動場の確保が難しい場合は指導方法を工夫して行うこと。
 - カ 「F武道」については、柔道、剣道、相撲、空手道、なぎなた、弓道、合気道、少林寺拳法、銃剣道などを通して、我が国固有の伝統と文化により一層触れることができるようにすること。また、(1)の運動については、アからウまでの中から一を選択して履修できるようにすること。なお、学校や地域の実態に応じて、空手道、なぎなた、弓道、合気道、少林寺拳法、銃剣道などについても履修させることができること。また、武道場などの確保が難しい場合は指導方法を工夫して行うとともに、学習段階や個人差を踏まえ、段階的な指導を行うなど安全を十分に確保すること。
 - キ 「Gダンス」の(1)の運動については、アからウまでの中から選択して履修できるようにすること。なお、学校や地域の実態に応じて、その他のダンスについても履修させることができること。
 - ク 第1学年及び第2学年の内容の「H体育理論」については、(1)は第1学年、(2)は第2学年で取り上げること。

表2-2 体育分野の領域及び内容の取扱い

領域及び領域の内容	1年	2年	内容の取扱い	領域及び領域の内容	3年	内容の取扱い
【A 体づくり運動】	必修	必修	ア、イ必修 (各学年7単位 時間以上)	【A体づくり運動】	必修	ア、イ必修 (7単位時 間以上)
ア 体ほぐしの運動				ア 体ほぐしの運動		
イ 体の動きを高める運動				イ 実生活に生かす運動の計画		
【B 器械運動】	必修	2年間でアを含 む②選択	2年間でア及び イのそれぞれ の中から選択	【B 器械運動】	B, C, D, G, から①以上 選択	ア～エから 選択
ア マット運動				ア マット運動		
イ 鉄棒運動				イ 鉄棒運動		
ウ 平均台運動				ウ 平均台運動		
エ 跳び箱運動				エ 跳び箱運動		
【C 陸上競技】	必修	2年間でア及び イのそれぞれ の中から選択	2年間でア及び イのそれぞれ の中から選択	【C 陸上競技】	B, C, D, G, から①以上 選択	ア及びイの それぞれ の中から 選択
ア 短距離走・リレー, 長距離 走又はハードル走				ア 短距離走・リレー, 長距離走 又はハードル走		
イ 走り幅跳び又は走り高跳び				イ 走り幅跳び又は走り高跳び		
【D 水泳】	必修	2年間でア又は イを含む②選択	2年間でア又は イを含む②選択	【D 水泳】	E, F, から①以上 選択	ア～オから 選択
ア クロール				ア クロール		
イ 平泳ぎ				イ 平泳ぎ		
ウ 背泳ぎ				ウ 背泳ぎ		
エ バタフライ				エ バタフライ		
			オ 複数の泳法で泳ぐ又はリレー			
【E 球技】	必修	2年間でア～ウ の全てを選択	2年間でア～ウ の全てを選択	【E 球技】	E, F, から①以上 選択	ア～ウから ②選択
ア ゴール型				ア ゴール型		
イ ネット型				イ ネット型		
ウ ベースボール型			ウ ベースボール型			
【F 武道】	必修	2年間でア～ウ から選択	2年間でア～ウ から選択	【F 武道】	B, C, D, G, から①以上 選択	ア～ウから ①選択
ア 柔道				ア 柔道		
イ 剣道				イ 剣道		
ウ 相撲			ウ 相撲			
【G ダンス】	必修	2年間でア～ウ から選択	2年間でア～ウ から選択	【G ダンス】	B, C, D, G, から①以上 選択	ア～ウから 選択
ア 創作ダンス				ア 創作ダンス		
イ フォークダンス				イ フォークダンス		
ウ 現代的なリズムのダンス			ウ 現代的なリズムのダンス			
【H 体育理論】	必修	必修	(1)第1学年必修	【H 体育理論】	必修	(1)第3学年 必修 (3単位時 間以上)
(1) 運動やスポーツの多様性			(2)第2学年必修	(1) 文化としてのスポーツの意義		
(2) 運動やスポーツの意義や効 果と学び方や安全な行い方			(各学年3単位 時間以上)			

4 体づくり運動

(1) 運動の特性

体づくり運動は、体ほぐしの運動と体の動きを高める運動及び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

中学校では、小学校での学習を受けて、より具体的なねらいをもった運動を行い、学校の教育活動全体や実生活で生かすことが求められる。

したがって、第1学年及び第2学年では、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解するとともに、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができるようにする。その際、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ことが大切である。また、体づくり運動の学習に積極的に取り組み、仲間の学習を援助することや一人一人の違いに応じた動きなどを認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることができるようにすることが大切である。

第3学年では、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て取り組むことを学習のねらいとしている。

したがって、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ができるようにすることが大切である。また、体づくり運動の学習に自主的に取り組み、互いに助け合い教え合うことや一人一人の違いに応じた動きなどを大切にすることなどに意欲をもち、健康や安全を確保することができるようにすることが大切である。

体づくり運動は、体ほぐしの運動と体の動きを高める運動がある。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ができるよう指導する。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ができるよう指導する。

体ほぐしの運動は、心と体の関係や心身の状態に気付くこと、仲間と積極的に関わり合うことをねらいとして行われる運動である。指導に際しては、これらのねらいを関わり合わせながら、運動を経験するだけでなく、心や体の状態を軽やかにし、ストレスの軽減にも役立つなど、自他の心と体の状態を確かめながら学ぶことができるように留意することが大切である。

体の動きを高める運動は、体力の要素によっては、楽しさよりも苦しさを感じることもある。そこで、体力を高める意識をもつことは、健康を保持・増進する上でも重要であることを理解させることが必要である。また、体力には個人差があること、各体力要素をバランスよく高めることが大切であることなどについて理解させ、指導する必要がある。

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

- ・ 体を動かす楽しさや心地よさを味わえるような場の工夫や仲間との交流ができる運動場面を設定するとともに、ねらいに応じて運動を組み合わせることができるようにする。
- ・ 一つの行い方（運動例）に複数のねらいが関連している場合があるので、これらのねらいを関わり合わせながら指導する。
- ・ 前学年までに行った運動例の単なる繰り返しにならないようにするなど、運動例を工夫する。
- ・ 自己と仲間の心や体がお互いに及ぼす影響に気付くことができ、かつ、積極的・自主的に仲間と交流することができる運動を取り上げる。

イ 体の動きを高める運動

- ・ 自己の健康や体力の状態に応じて、それぞれの体の動きを効率よく高める組み合わせ方や、バランスよく高めることができる組み合わせ方があることを理解できるようにするために、運動の紹介や強度、回数などの提示の仕方を工夫する。
- ・ 自己の健康や体力の実態と実生活に応じて、健康に生活するための体力や運動を行うための調和のとれた体力を高めていく運動の計画を立てることができるようにする。
- ・ ①自己に適した目標の設定、②運動の組み立て、③計画の作成、④実践と内容の記録、⑤測定、評価（現在の健康状態や体力水準の把握）による目標の設定など、計画と実践の過程を取り上げる。
- ・ 実生活で運動を継続することができるように、自らの体力や生活の状況に応じて、楽しく意欲をもって取り組むことができるよう配慮する。

(3) 体づくり運動の行い方などの例

ア 「体ほぐしの運動」

	小学校5・6年	中学校1・2年生	中学校3年生
	運動の行い方	運動の行い方	運動の行い方
気付き 交流	<ul style="list-style-type: none"> ・ 伸び伸びとした動作で全身を動かしたり、ボール、なわ、体操棒、輪などの用具を用いた運動を行ったりすること ・ リズムに乗って、心が弾むような動作での運動を行うこと ・ ペアになって背中合わせに座り、体を前後左右に揺らし、リラックスできる運動を行うこと ・ 動作や人数などの条件を変えて、歩いたり走ったりする運動を行うこと ・ グループや学級の仲間と力を合わせて挑戦する運動を行うこと ・ 伝承遊びや集団による運動を行うこと 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 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 ・ 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 ・ 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 ・ いろいろな条件で、歩いたり走ったり跳びは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 ・ 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 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 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 ・ 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 ・ 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 ・ いろいろな条件で、歩いたり走ったり跳びは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 ・ 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

イ 「体の動きを高める運動」 「実生活に生かす運動の計画」

	小学校第5学年及び第6学年	中学校第1学年及び第2学年		中学校第3学年
	運動の行い方	運動の行い方	運動の組合せ方	運動の計画の行い方
体の柔らかさ	<ul style="list-style-type: none"> 体の各部位を大きく広げたり曲げたりする姿勢を維持すること 全身や各部位を振ったり、回したり、ねじったりすること ゴムひもを張りめぐらせて作った空間や、棒の下や輪の中をくぐり抜けること 	<ul style="list-style-type: none"> 大きくリズムカルに全身や体の各部位を振ったり、回したり、ねじったり、曲げ伸ばしたりすること 体の各部位をゆっくり伸展し、そのままの状態です約10秒間維持すること 	<ul style="list-style-type: none"> 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の中から、一つのねらいを取り上げ、それを高めるための運動を効率よく組み合わせる行うこと 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を高めるための運動の中から、ねらいが異なる運動をバランスよく組み合わせる行うこと 	<ul style="list-style-type: none"> ○健康に生活するための体力の向上を図る運動の計画と実践 ・運動不足の解消や体調維持のために、食事や睡眠等の生活習慣の改善も含め、休憩時間や家庭などで日常的に行うことができるよう、効率のよい組合せやバランスのよい組合せで運動の計画を立てて取り組むこと ○運動を行うための体力の向上を図る運動の計画と実践 ・調和のとれた体力の向上を図ったり、選択した運動やスポーツの場面で必要とされる体の動きを高めたりするために、効率のよい組合せや、バランスのよい組合せで運動の計画を立てて取り組むこと
巧みな動き	<ul style="list-style-type: none"> 長座姿勢で座り、足を開いたり閉じたりする相手の動きに応じ、開脚や閉脚を繰り返しながら跳ぶこと マーカーをタッチしながら、素早く往復走をすること 短なわや長なわを使って様々な跳び方をしたり、なわ跳びをしながらボールを操作したりすること フープを転がし、回転しているフープの中をくぐり抜けたたり、跳び越したりすること 	<ul style="list-style-type: none"> いろいろなフォームで様々な用具を用いて、タイミングよく跳んだり、転がしたりすること 大きな動作で、ボール等の用具を、力を調整して投げたり、受けたりすること 人と組んだり、用具を利用したりしてバランスを保持すること 床やグラウンドに設定した様々な空間をリズムカルに歩いたり、走ったり、跳んだり、素早く移動したりすること 		
力強い動き	<ul style="list-style-type: none"> 二人組、三人組で互いに持ち上げる、運ぶなどの運動をすること 	<ul style="list-style-type: none"> 自己の体重を利用して腕や脚を屈伸したり、腕や脚を上げたり、下ろしたり、同じ姿勢を維持したりすること 二人組で上体を起こしたり、脚を上げたり、背負って移動したりすること 重い物を押したり、引いたり、投げたり、受けたり、振ったり、回したりすること 		
動きを持続する能力	<ul style="list-style-type: none"> 短なわ、長なわを使っての跳躍やエアロビクス等の全身運動を続けること 無理のない速さで5～6分程度の持久走をすること 	<ul style="list-style-type: none"> 走や縄跳び等を、一定の時間や回数、又は、自己で決めた時間や回数を持続して行うこと ステップやジャンプ等、複数の異なる運動を組み合わせる決めて、エアロビクス（有酸素運動）等を持続して行うこと 		

(4) 単元指導計画の例 (第2学年 体づくり運動)

1 単元名 第2学年 体づくり運動

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、体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解し、目的に適した運動を身に付け、組み合わせ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、心と体との関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わることができるようにする。
- 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ができるようにする。
- (2) 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) 体づくり運動に積極的に取り組むとともに、仲間の学習を援助しようとしたり、一人一人の違いに応じた動きを認めようとしたり、話合いに参加しようとしたりするとともに健康・安全に気を配ることができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

3 単元の評価規準 (学習活動に即した評価規準)

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体の動きを高めるには、安全で合理的に高める行い方があることについて、<u>学習した具体例を挙げている。</u></p> <p>②体の動きを高めるには、適切な強度、時間、回数、頻度などを考慮して組み合わせる方法があることについて、<u>学習した具体例を挙げている。</u></p> <p>③運動の組み合わせ方には、効率のよい組み合わせとバランスのよい組み合わせがあることについて、<u>学習した具体例を挙げている。</u></p> <p>※「体づくり運動」の体ほぐしの運動は、技能の習得・向上をねらいとするものでないこと、体の動きを高める運動は、ねらいに応じて運動を行うことが主な目的となることから、「技能」の評価規準は設定しない。</p>	<p>①体ほぐしの運動で「心と体の関係や心身の状態に気付く」「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を<u>選んでいる。</u></p> <p>②体の動きを高めるために、自己の課題に応じた運動を<u>選んでいる。</u></p> <p>③体力の程度や性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための運動を見付け、仲間に<u>伝えている。</u></p>	<p>①体づくり運動の学習に<u>積極的に取り組もうとしている。</u></p> <p>②一人一人の違いに応じた動きなどを<u>認めようとしている。</u></p> <p>③ねらいに応じた行い方などについての<u>話合いに参加しようとしている。</u></p> <p>④健康・安全に<u>留意している。</u></p>

【ポイント】

学習指導要領解説 体づくり運動 第1学年及び第2学年の例示から全ての評価規準（下表）を作成する。その上で該当単元における指導内容を考慮し、該当単元における評価規準を作成する。

※ ここでは以下の表に示す第1学年及び第2学年における体づくり運動の全ての評価規準のうち、本単元における評価規準を「○」で示し、第1学年の単元で取り扱う内容について「・」で示している。

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動の意義には、心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わう意義があることについて、<u>言ったり書き出ししたりしている。</u> ・体づくり運動の意義には、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意義があることについて<u>言ったり、書き出ししたりしている。</u> ・「体ほぐしの運動」には、「心と体の関係や心身の状態に気付く」「仲間と積極的に関わり合う」というねらいに応じた行い方があることについて、<u>学習した具体例を挙げている。</u> ○体の動きを高めるには、安全で合理的に高める行い方があることについて、<u>学習した具体例を挙げている。</u> ○体の動きを高めるには、適切な強度、時間、回数、頻度などを考慮して組み合わせる方法があることについて、<u>学習した具体例を挙げている。</u> ○運動の組み合わせ方には、効率のよい組み合わせとバランスのよい組み合わせがあることについて、<u>学習した具体例を挙げている。</u> 	<ul style="list-style-type: none"> ○体ほぐしの運動で、「心と体の関係や心身の状態に気付く」「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を<u>選んでいる。</u> ○体の動きを高めるために、自己の課題に応じた運動を<u>選んでいる。</u> ・学習した安全上の留意点を他の学習場面に当てはめ、仲間に<u>伝えている。</u> ・仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめ、仲間との関わり方を見付けている。 ○体力の程度や性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための運動を見付け仲間に<u>伝えている。</u> 	<ul style="list-style-type: none"> ○体づくり運動の学習に、<u>積極的に取り組もうとしている。</u> ・仲間の補助をしたり助言したりして、仲間の学習を<u>援助しようとしている。</u> ○一人一人の違いに応じた動きなどを<u>認めようとしている。</u> ○ねらいに応じた行い方などについての<u>話合いに参加しようとしている。</u> ○健康・安全に<u>留意している。</u>

4 指導と評価の計画

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、体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解し、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができるようにする。 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ができるようにする。 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ができるようにする。								
	思考力、判断力、表現力等	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を認めようとする、話し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		
学習のねらい	〈オリエンテーション〉 自己の健康や体力の状況に気付くとともに、体の動きを高める運動の必要性を理解する。	〈ねらい1〉 ①主に気付き・調整のために、目的に適した体ほぐしの運動例を活用する。 ②体の動きを高める運動の行い方を知り、自己の課題を設定する。		〈ねらい2〉 ①主に交流のために、目的に適した体ほぐしの運動例を活用する。 ②自己の課題に応じた体の動きを高める運動を組み合わせ、実践する。			〈まとめ〉 体の動きを高める運動の組み合わせ方を確認するとともに、学習のまとめをする。	・三つの資質・能力の内容をバランスよく指導する。 ・動きの獲得を通して、知識の大切さを一層実感できるようにする。 ・体を動かす楽しさや心地よさを味わえるような場の工夫や仲間との交流ができる運動場面を設定するとともに、ねらいに応じて運動を組み合わせることができるようにする。 ・前学年までに行った運動例の単なる繰り返しにならないようにするなど、運動例を工夫する。 ・自己の健康や体力の状態に応じて、それぞれの体の動きを効率よく高める組み合わせ方や、バランスよく高めることができる組み合わせ方があることを理解できるようにするために、運動の紹介や強度、回数などの提示の仕方を工夫する。		
学習の流れ	0	<ul style="list-style-type: none"> 出欠確認、健康観察 本時の学習内容、ねらいの確認 								
	10	・体ほぐしの運動(交流)	・体ほぐしの運動(気付き・交流)の既習の運動例の復習	・体ほぐしの運動(交流)の既習の運動例の復習	・目的に適した体づくり運動の運動例の活用	・「マイプログラム」発表会				
	20	・ストレッチ	・体の動きを高める運動(目的に適した運動例)の習得	・効果的な成果を得るための適切な行い方	・目標の設定(体力テスト結果も参照)	・設定コースに適した運動例を選択	・「マイプログラム」の実践、より自分に合った内容へ改善	・グループ内で、各自の課題を踏まえたプログラム内容の検討	①ねらいと運動例の選択 ②運動の原則との関連を相互評価	
	30	・体づくり運動の行い方	①筋力・筋持久力…オーバーロードの原則、運動の種類・強度・頻度 ②持久力…目標心拍数、主観的作業強度など						・整理運動 ・健康観察 ・単元の振り返り	
	40	・学習カードの使い方								
50	・整理運動・健康観察	・本時の振り返り(学習ノートの記入)・次回の予告・ねらいの設定								
評価の機会	時	1	2	3	4	5	6	7	評価方法	
	知			① 学習カード		② 学習カード	③ 学習カード		総括的評価	学習カード
	技									
	思		① 観察・学習カード		② 学習カード	③ 観察				学習カード・観察
態	① 観察・学習カード	② 観察・学習カード	(③) 観察	③ 観察		④ 観察		学習カード・観察		
単元の評価規準	知	①体の動きを高めるには、安全で合理的に高める行い方があることについて、学習した具体例を挙げている。 ②体の動きを高めるには、適切な強度、時間、回数、頻度などを考慮して組み合わせる方法があることについて、学習した具体例を挙げている。 ③運動の組み合わせ方には、効率のよい組み合わせとバランスのよい組み合わせがあることについて、学習した具体例を挙げている。								
	技	*体ほぐしの運動は、技能の習得・向上をねらいとするものでないこと、体の動きを高める運動は、ねらいに応じて運動を行うことが主な目的となることから、「技能」の評価規準は設定しない。								
	思	①体ほぐしの運動で、「心と体との関係や心身の状態に気付く」、「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を選んでいる。 ②体の動きを高めるために、自己の課題に応じた運動を選んでいる。 ③体力の程度や性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための運動を見付け、仲間に伝えている。								
態	①体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとしている。 ②一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとしている。 ③ねらいに応じた行い方などについての話し合いに参加しようとしている。 ④健康・安全に留意している。									

【ポイント】

- ・ 1時間につき1から2程度の評価観点にするなど、評価をするにあたり無理のない計画を立てる。また、観察による評価は可能な限り、1つに留める。

5 本時の展開（4時間目／7時間中）

(1) 本時のねらい

- 体の動きを高めるために、自己の課題に応じた運動を選ぼうとすることができる。
- ねらいに応じた行い方などについての話し合いに参加しようとするすることができる。

(2) 準備するもの

- ・ 各種ボール（バスケットボール、バレーボール、ビーチボール等）
- ・ カラーコーン、ラインテープ、ミニハードル、ビニルひも、フープ
- ・ 縄跳び用ロープ、大縄跳びロープ
- ・ メディシンボール、ダンベル、ペットボトル、ゴムチューブ（自転車のチューブ）、タオル、椅子
- ・ CDデッキ、デジタルタイマー、ストップウォッチ
- ・ 学習カード、提示用カード

(3) 展開

段階	●学習内容・活動（予想される児童の反応）	指導上の留意点（○指導 □支援・配慮 ◆評価規準）
導入 5分	<p>●本時のめあて、学習についての説明を聞く</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 挨拶・健康観察 	<p>○本時のねらいを明確に伝える。</p> <p>□心と体の調子がすぐれない生徒に声をかける。</p>
展開 ① 15分	<p>●体ほぐしの運動を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 交流を中心とした体づくり運動でペアづくり、「体と心の状態チェック」をする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>〈運動例〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 体前屈 ・ 2人組伸脚姿勢での握手 ・ 開脚姿勢での前屈 ・ 臥位で片足を挙上（股関節の柔軟性） </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ 比較的運動量の多い体ほぐしの運動を行う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>〈運動例〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ペアラジオ体操・ペア鬼ごっこ ・ タッチレスリング等 </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ 実施後、再度「体と心の状態チェック」を行い、変化を感じ取る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>〈運動例〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ペアストレッチ（立位・座位・臥位） </div> <p>●ペアの体の様子等について、感じたことを話し合い、学習ノートに記録する。</p>	<p>○「心と体の関係や心身の状態に気付く」 「仲間と積極的に関わり合う」という体ほぐしの運動のねらいに応じて運動を行うことができるようにする。</p> <p>□関節の可動域には、個人差があり、ペアの体の状態に応じてストレッチの補助を加減するよう助言する。</p> <p>□音楽をかけたり、教師も運動に加わったりするなどしてリラックスできる雰囲気を作る。</p> <p>○効果的に心と体の状態を調整するためには、関節には可動範囲があり大きな負担がかからない姿勢があること、体温が上昇すると筋肉が伸展しやすくなること、体がほぐれると心もほぐれることを実感させる。</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ●体の動きを高める運動について既習内容の確認を行う。 ・集合ゲームによりグループを編成する。 ・自らの体力の状況を、新体力テストの結果から把握し、高めたい体力の種類、高めたい要素を設定する。 ・学習ノートに基づき、1年次に学習した行い方の留意点を復習する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○「健康に生活するための体力」を向上させる運動を、「動きを持続する能力を高めるための運動」「力強い動きを高めるための運動」「体の柔らかさを高めるための運動」として理解させる。また、「運動を行うための体力」を向上させる運動を、「健康に生活するための体力」を向上させる運動に加え、「巧みな動きを高めるための運動」として理解させる。
<p>展開 ② 25分</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 自分のタイプに合った体力向上「マイプログラム」を作成しよう！ </div> <ul style="list-style-type: none"> ●設定したコースに適した運動を選択し、「マイプログラム」を作成する。 ・マイプログラムの運動や回数、時間を設定し、学習ノートに記入する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>〈学習ノート〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・あなたは「健康増進」タイプ？「運動能力向上」タイプ？ ・高めたい体力の要素は？ ・運動例を選択して、「マイプログラム」を作成しよう！ </div> <ul style="list-style-type: none"> ●「マイプログラム」を実践し、より自分に合った内容に改善する。 ・グループで発表し合い、「本日のグループ代表」を決定する。 ・「本日のグループ代表」のうち、数例を全体発表する。 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 自分のタイプに合った体力向上「マイプログラム」を作成しよう！ </div> <ul style="list-style-type: none"> ○運動の行い方を紹介する際には、展開を踏まえながら運動のねらいや留意点について説明を加える。また、仲間と交流する事で一体感を感じられる運動例も紹介する。 ○1年次に学習した最大反復回数、目標心拍数等、主観的作業強度について確認させ、ねらいに応じた目安の数値を把握させる。 ◆【思②】体の動きを高めるために、自己の課題に応じた運動を選んでいる。（学習カード） ○仲間の着想や工夫を取り入れ、自分に合わせてアレンジしてもよいことを伝え、工夫を促す。また、生徒が工夫して実施している運動を取り上げ認め、運動の価値の意味付けを行い、ねらいと効果を全員で共有できるようにする。 ○発表された「マイプログラム」の良い点、改善を図ると一層良くなる点について発問し、思考を促すとともに、講評・助言する。 ◆【態③】ねらいに応じた行い方などについての話し合いに参加しようとしている。（観察）
<p>まとめ 5分</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●本時の学習を振り返り、次時の学習の見通しをもつ。 ・ペアでストレッチ、マッサージを行う。 ・本時の学習を振り返り、感想を学習ノートに記入する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>〈学習ノート〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本時の感想 ・あなたが工夫し、考えたことは何ですか？ </div> <ul style="list-style-type: none"> ・後片付けを行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ○音楽をかけ、コミュニケーションをとりながらリラックスできる雰囲気をつくり出す。 ○次時の予告として、マイプログラムの改善（時間・回数等の調整、異なる運動の変更・追加等）を学習することを伝え、学習に展望をもたせる。

6 学習カード（例）

（ ）月（ ）日（ ）曜日（ 4時間目／7時間）
 （ ）年（ ）組（ ）番 氏名（ ）

1 体と心の状態チェック☑

	運動前	運動後
体の調子	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1
心の調子	5・4・3・2・1	5・4・3・2・1

運動前の気持ち



運動後の気持ち

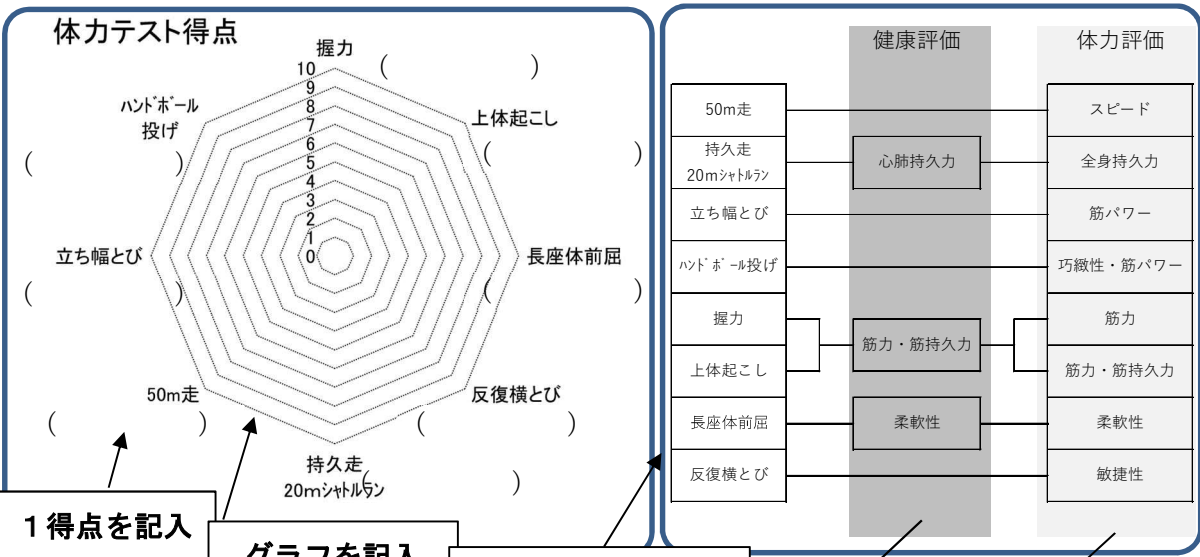
体を動かして心地よかったですか	5・4・3・2・1
関節の動く範囲は広がりましたか	5・4・3・2・1
体が温まると筋肉がほぐれましたか	5・4・3・2・1
仲間の様子に気が付きましたか	5・4・3・2・1
仲間の様子	
仲間に一言！	

2 今日の学習を振り返って

体がほぐれると心がほぐれる感じがわかりましたか	5・4・3・2・1
体の状態に応じて調子を整えることができましたか	5・4・3・2・1
仲間と一緒に積極的に交流できましたか	5・4・3・2・1
体力を高める運動の計画の立て方がわかりましたか	5・4・3・2・1
ねらいに応じた運動例を選ぶことができましたか	5・4・3・2・1

3 今日の授業で学んだこと（あなたが工夫し、考えたことは何ですか？）

マイプログラムをつくろう！あなたに適したプログラムは？



運動能力向上タイプ							
健康増進タイプ							
①		②		③		④	
動きを持続する能力を高めるための運動		力強い動きを高めるための運動		体の柔らかさを高めるための運動		巧みな動きを高めるための運動	
心拍数や疲労感などを手がかりに、無理のない運動の強度と時間を選ぶ ②～④の運動を繰り返し行ってもよい。		繰り返すことのできる最大の回数を手がかりに、無理のない運動の強度と反復回数を選ぶ					
運動名	強度 時間 回数	運動名	強度 時間 回数	運動名	強度 時間 回数	運動名	強度 時間 回数

5 武道

(1) 運動の特性

武道は、武技、武術などから発生した我が国固有の文化であり、相手の動きに応じて、基本動作や基本となる技を身に付け、相手を攻撃したり相手の技を防御したりすることによって、勝敗を競い合い互いに高め合う楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。また、武道に積極的に取り組むことを通して、武道の伝統的な考え方を理解し、相手を尊重して練習や試合ができるようにすることを重視する対人的な技能を基にした運動である。

(2) 内容の考え方

武道は、中学校で初めて学習する内容であるため、基本動作と基本となる技を確実に身に付け、それらを用いて、相手の動きの変化に対応した攻防を展開することができるようにすることが求められる。

したがって、第1学年及び第2学年では、技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、技の名称や行い方、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、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開することができるようにする。その際、攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにすることが大切である。また、武道の学習に積極的に取り組み、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなど意欲をもち、禁じ技を用いないなど健康や安全に気を配ることができるようにすることが大切である。

第3学年では、基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開することを学習のねらいとしている。

したがって、第3学年では、技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開することができるようにする。その際、攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにすることが大切である。また、武道の学習に自主的に取り組み、相手を尊重し、武道の伝統的な行動の仕方を大切に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しようとするなど意欲をもち、健康や安全を確保することができるようにすることが大切である。

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

武道は、相手と直接的に攻防するという運動の特性がある。そのため、相手を尊重する姿勢が他の種目以上に必要とされる。それに我が国の伝統的な文化が加わり、精神的な要素が一層重んじられる。技術的な特性を楽しむとともに、武道が有するこうした特性を理解し、楽しみがより深まるように工夫することが大切である。

(3) 具体的な指導内容

柔道の技能の学習段階の例

		中学校1・2年	中学校3年
投げ技	支え技系	膝車	→
		支え釣り込み足	→
	まわし技系	体落とし	→
		大腰	→
			釣り込み腰 背負い投げ
	刈り技系	大外刈り	→
			小内刈り 大内刈り
固め技 (抑え技)	けさ固め系	けさ固め	→
	四方固め系	横四方固め	→
			上四方固め
技の連絡	投げ技の連絡		大内刈り⇒大外刈り 釣り込み腰⇒大内刈り 大内刈り⇒背負い投げ
	固め技の連絡		けさ固め⇒横四方固め 横四方固め⇒上四方固め

剣道の技能の学習段階の例

		中学校1・2年	中学校3年
しかけ技	二段の技	小手-面	→
		面-胴	→
			面-面
	引き技	引き胴	→
			引き面
	出ばな技		出ばな面
払い技		払い面	
応じ技	抜き技	面抜き胴	→
			小手抜き面

相撲の技能の学習段階の例

		中学校1・2年	中学校3年
押し 寄り 前さばき	押し	押し	→
	寄り	寄り	→
	前さばき	いなし	→
			巻き返し
投げ技		出し投げ	→
			上手投げ 下手投げ 突き落とし

(4) 単元指道計画の例

1 単元名 武道（柔道）

2 単元の目標

- (1) 次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、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、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開することができるようにする。
- ア 柔道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、投げたり、抑えたりするなどの簡易な攻防をすることができるようにする。（知識及び技能）
- (2) 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) 武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることができるようにする。（学びに向かう力、人間性等）

【ポイント】

学習指導要領本文の内容を参考に、該当単元の目標を作成する。

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
次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、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、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開すること。 ア 柔道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの簡易な攻防をすること。 イ 剣道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、打ったり受けたりするなどの簡易な攻防をすること。 ウ 相撲では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、押ししたり寄りたりするなどの簡易な攻防をすること。	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、自己の考えたことを他者に伝えること。	武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ること。

3 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武道は対人的な技能を基にした運動で、我が国固有の文化であることや、武道には技能の習得を通して、人間形成を図るという伝統的な考え方があることについて、言ったり、書き出したっている。 ②武道の技には名称があり、それぞれの技を身に付けるための技術的なポイントがあることについて、具体例を挙げている。 ③武道はそれぞれの種目で、主として高まる体力要素が異なることについて、学習した具体例を挙げている。	①自然体で組み、相手の動きに応じて相手の体勢を不安定にし、技をかけやすい状態をつくったり、相手の動きに応じたすり足、歩み足及び継ぎ足で、体の移動をしたりすることができる。 ②正しい動作で、横受け身や、後ろ受け身をとることができる。 ③支え技系、まわし技系、刈り技系の基本となる技をかけて、投げたり、相手の技に応じて受け身をとったりすることができる。 ④けさ固めや、横四方固めで相手を抑えたり、抑えられた状態から、相手を体側や頭方向に返したりすることができる。	①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。 ②学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 ③練習の場面で、仲間の伝統的な所作等のよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。	①武道の学習に積極的に取り組もうとしている。 ②相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。 ③禁じ技を用いないなど健康・安全に留意している。

【ポイント】

学習指導要領解説の第1学年及び第2学年の武道の例示から評価規準を作成し、該当単元において指導し評価する項目を選択し、評価規準の精選を図る。事例においては、初めて柔道を経験する生徒の姿を想定し、安全上の配慮事項を踏まえた基本的な技能の習得を図ることをねらい、13個の評価項目を設定した。

※ ここでは以下の表に示す第1学年及び第2学年における体づくり運動の全ての評価基準のうち、本単元における評価規準を「○」で示し、第1学年の単元で取り扱う内容について「・」で示している。

学習指導要領解説の例示から作成した第1学年及び第2学年柔道における全ての評価規準の例

知識	技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>○武道は対人的な技能を基にした運動で、我が国固有の文化で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>・武道には技能の習得を通して、人間形成を図るという伝統的な考え方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>○武道の技には名称があり、それぞれの技を身に付けるための技術的なポイントがあることについて、具体例を挙げている。</p> <p>○武道はそれぞれの種目で、主として高まる体力要素が異なることについて、学習した具体例を挙げている。</p> <p>・試合の行い方にはごく簡易な試合におけるルール、審判及び運営の仕方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>基本動作</p> <p>○姿勢と組み方では、相手の動きに応じやすい自然体で組むことができる。</p> <p>○崩しでは、相手の動きに応じて相手の体勢を不安定にし、技をかけやすい状態をつくることことができる。</p> <p>・進退動作では、相手の動きに応じたすり足、歩み足及び継ぎ足で、体の移動をすることができる。</p> <p>受け身</p> <p>○横受け身では、体を横に向け下側の脚を前方に、上側の脚を後方にして、両脚と一方の腕全体で畳を強くたたくことができる。</p> <p>○後ろ受け身では、あごを引き、頭をあげ、両方の腕全体で畳を強くたたくことができる。</p> <p>・前回り受け身では、前方へ体を回転させ、背中側面が畳に着く瞬間に、片方の腕と両脚で畳を強くたたくことができる。</p> <p>投げ技</p> <p>○取は膝車をかけて投げ、受は受け身をとることができる。</p> <p>○取は支え釣り込み足をかけて投げ、受は受け身をとることができる。</p> <p>○取は体落としをかけて投げ、受は受け身をとることができる。</p> <p>○取は大腰をかけて投げ、受は受け身をとることができる。</p> <p>○取は大外刈りをかけて投げ、受は受け身をとることができる。</p> <p>固め技</p> <p>○取は、「抑え込みの条件」を満たして相手を抑えることができる。</p> <p>○取はけさ固めや横四方固めで相手を抑えることができる。</p> <p>○受はけさ固めや横四方固めで抑えられた状態から、相手を体側や頭方向に返すことができる。</p>	<p>○提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。</p> <p>・提供された練習方法から、自己の課題に応じた練習方法を選んでいる。</p> <p>○学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。</p> <p>○練習の場面で、仲間の伝統的な所作等のよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。</p> <p>・体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習や簡易な試合を行う方法を見付け、仲間に伝えている。</p>	<p>○武道の学習に積極的に取り組もうとしている。</p> <p>○相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。</p> <p>・用具等の準備や後片付け、審判などの分担した役割を果たそうとしている。</p> <p>・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとしている。</p> <p>○禁じ技を用いないなど健康・安全に留意している。</p>

4 指導と評価の計画 (例) : 第1学年, 10時間

単元の目標	知識及び知識	次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、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、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開することができるようにする。 ア 柔道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの簡易な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	攻防等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	武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることができるようにする。										
時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	授業づくりのポイント	
学習のねらい	ねらい ○柔道の学習について理解する。 ○基本動作・受け身を身に付ける。 ・出欠確認, 健康観察・本時の学習内容, ねらいの確認				ねらい ○固め技の基本となる技を身に付ける。 ○相手の動きに応じて受け身ができるようにする。				・三つの資質・能力の内容をバランスよく指導する。 ・基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開し、技ができる楽しさや喜びを味わわせることができるようにする。			
学習の流れ	0	オリエンテーション ・武道学習の意義 ・学習のねらい, 進め方 ・安全面の留意事項										
	10	・体ほぐし ・受け身の反復練習	・受け身 ・エビ, 逆エビ ・タッチゲーム	・受け身		基本の固め技 ・けさ固め ・横四方固め ・返し方				基本の投げ技 ・膝車 →横受け身 ・体落とし →横受け身		・技の発表 ・相互評価
	20	基本動作・受け身 ・礼法, 姿勢と組み方 ・進退動作と体さばき ・受け身(横受け身・後ろ受け身)	簡易試合 ・膝立ちから ・片足立ちから		固め技の簡易試合 ・背中合わせの座位から ・膝立ちから		・約束練習 ・約束乱取り					
	30											
	40	学習カードの使い方 ・学習のまとめ・健康観察										
50												
評価の機会	時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	評価方法
	知	① 学習カード		③ 学習カード		② 学習カード			② 学習カード			学習カード
	技		(2) 観察		① 観察・記録		④ 観察	② 学習カード・観察		(3) 観察	③ 観察・記録	観察・記録
	思		① 学習カード・観察	②			① 学習カード・観察			③ 学習カード・観察		学習カード 観察
単元の評価規準	知	①武道は対人的な技能を基にした運動で、我が国固有の文化であることや、武道には技能の習得を通して、人間形成を図るという伝統的な考え方があることについて、言ったり、書き出したりしている。 ②武道の技には名称があり、それぞれの技を身に付けるための技術的なポイントがあることについて、具体例を挙げている。 ③武道はそれぞれの種目で、主として高まる体力要素が異なることについて、学習した具体例を挙げている。										
	技	①自然体で組み、相手の動きに応じて相手の体勢を不安定にし、技をかけやすい状態をつくったり、相手の動きに応じたすり足、歩み足及び継ぎ足で、体の移動をしたりすることができる。 ②正しい動作で、横受け身や、後ろ受け身をとることができる。 ③支え技系、まわし技系の基本となる技をかけて投げたり、相手の技に応じて受け身をとったりすることができる。 ④けさ固めや、横四方固めで相手を抑えたり、抑えられた状態から、相手を体側や頭方向に戻したりすることができる。										
	思	①提示された動きのポイントやつまづきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。 ②学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 ③練習の場面で、仲間の伝統的な所作等のよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。										
	態	①武道の学習に積極的に取り組もうとしている。 ②相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。 ③禁じ技を用いないなど健康・安全に留意している。										

5 本時の展開（例）（6時間目／10時間中）

(1) 本時の目標

ア けさ固めや、横四方固めで相手を抑えたり、抑えられた状態から、相手を体側や頭方向に返したりすることができる。

イ 提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。

(2) 準備物

学習カード、筆記用具、デジタルタイマー、ストップウォッチ

(3) 本時の展開

段階	●学習内容・活動（予想される児童の反応）	指導上の留意点（○指導 □支援・配慮 ◆評価規準）
導入 8分	<p>●柔道着に更衣後集合し、挨拶、健康観察を行う。</p> <p>●準備運動を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ランニング、ストレッチ・受け身 ・本時のねらいにつながる基本動作 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>①体（腰）をひねる ②体を開く ③体を横にかわす ④脇をしめる</p> </div> <p>●本時のねらいを確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>グループで協力して、相手の固め技から逃れたり、返したりする方法を見付けよう。</p> </div>	<p>○礼法を意識して大きな声で挨拶をさせる。</p> <p>○リーダーを中心に協力して行わせる。</p>
展開 8分 17分	<p>●「抑え込みの条件」を基にして、前時に学習したけさ固め、横四方固めの抑え方を確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>「抑え込みの条件」（提示）</p> <p>①相手を仰向けにする ②自分が相手の上でおおむね向かい合わせ ③相手から束縛を受けない</p> </div> <p>●グループで役割分担をして、抑えられた状態から逃れたり返したりするためのポイントを見付ける。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・予想される生徒の反応（けさ固め） <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・首の回りにスペースを作りうつぶせになる ・横に動いて足を絡める ・体を密着させて、ひっくり返す </div> <ul style="list-style-type: none"> ・予想される生徒の反応（横四方固め） <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・横にかわしながらうつぶせになる ・横に動いて足を絡める </div>	<p>○観察評価を行い、グループでの意見交換の様子などから、既習事項を生かして、固め技から逃げたり返したりするためのポイントを見つけているかどうかを判断する補助的な手がかりとする。</p> <p>□安全に行うための留意点を確認させる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・ふざけて取り組まない。 ・抑えられて苦しいときは「参った」をする。 ・苦しそうな時はすぐに止める。 ・練習時も相手を尊重し、礼から始め、礼で終える。 </div> <p>○抑え込みの様子を撮影した動画を用いて動きを振り返らせ、動きの良い点や課題をグループで共有させる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>役割分担の例（ローテーション順）</p> <p>A：「受」 B：タイマー（20秒間を計測する。） C：「取」 D：審判 E：動画撮影</p> </div> <p>□有効性に疑問があると思われる意見やアドバイスのについても尊重し、試行錯誤を繰り返させる中で修正できるように助言する。</p> <p>◆【思①】提示された動きのポイントや、つまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。（観察・学習カード）</p>

10分	●グループで見つけた固め技から逃れる・返すポイントを用いて簡易試合を行う。	○練習の成果を試すために、グループ対抗で行い、仲間からのアドバイスを受けられるようにする。 ◆【技④】 けさ固めや横四方固めで相手を抑えたり、抑えられた状態から、相手を体側や頭方向に戻したりすることができる。（観察）
まとめ 7分	●本時のまとめを行う。 ・整理運動を行う。 ・各グループが見つけた、簡易試合で実践した、固め技から逃げたり返したりするためのポイントを発表する。 ・教師の評価を聞く。	○学習ノートから評価材料を得る。 ・グループで協力して固め技から逃げたり返したりするために考えた練習を行う方法を評価材料とする。 ○礼法を意識して大きな声で挨拶をさせる。

(4) 学習カード(例)

1年（ ）組（ ）番 氏名（ ）	
☆固め技から逃れたり、返したりする方法を見付けよう。	
◎抑え込みの条件を確認しよう	
①	
②	
③	
◎上の条件を基にして、「抑え込みにならない」すなわち抑えられた状態から逃れたり返したりする方法を、グループで見付けよう。	
けさ固めから逃れよう！	
自分の考え	
グループの考え	
横四方固めから逃れよう！	
自分の考え	
グループの考え	
今日の反省	
次の時間の目標（投げ技）	

6 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

中学校では、小学校の学習を受けて、基本的な技能や仲間と連携した動きを発展させて、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにすることが求められる。

第1学年及び第2学年では、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、基本的なボールや用具、バット操作と仲間と連携した動きで攻防を展開できるようにする。

その際、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ができるようにすることが大切である。また、球技の学習に積極的に取り組み、作戦などについての話合いに参加することや一人一人の違いに応じたプレイなどを認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることができるようにすることが大切である。

第3学年では、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。

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ことが大切である。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ことが大切である。なお、指導に際しては、知識の理解を基に運動の技能を身に付けたり、運動の技能を身に付けることで一層知識を深めたりするなど、知識と技能に関連させて学習させることや、「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」の内容をバランスよく学習させるようにすることが大切である。

球技には集団対集団、個人対個人で攻防を展開し、勝敗を競う楽しさや喜びを味わえる特性がある。また、ゲームの行い方の特徴から、ゴール型、ネット型及びベースボール型があり、それぞれの型や運動種目によって主として高まる体力要素が異なる。知識の理解を基に運動の技能を身に付けたり、運動の技能を身に付けることで一層知識を深めたりするなど、知識と技能に関連させて学習させることや、「知識及び理解」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」の内容をバランスよく学習させるようにすることが大切である。

以上のことから、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。

- ・ 動きの獲得を通して一層知識の大切さを実感できるようにすることや知識を活用し課題を発見・解決するなどの「思考力、判断力、表現力等」を育む学習につながるよう、汎用性のある知識を精選した上で、知識を基盤とした学習の充実を図る。
- ・ 学習課題を追究しやすいようにプレイヤーの人数、コート広さ、用具、プレイ上の制限を工夫したゲームを取り入れ、ボール操作とボールを持たない動きやバット操作に着目させ学習に取り組ませる。
- ・ 習得した知識を用いて仲間に課題や出来映えを伝えるなど、生徒が習得した知識を基に解決が可能な課題の提示の仕方を工夫する。
- ・ 生徒自身が公正、協力、責任、参画、共生の意義や価値を認識し取り組もうとする意欲を高めることが求められることから、意義や価値の理解とその具体的な取り組み方を結び付けて指導する。

(3) 内容のまとめりごとの評価規準（第1学年及び第2学年 球技）

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 ・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について理解している。	○技能 ・ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防ができる。 ・ネット型では、ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防ができる。 ・ベースボール型では、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ができる。	・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ている。	・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などをしたり、健康・安全に気を配ったりしている。

(4) ボールや用具の操作とボールを持たないときの動きの例

ア ゴール型

	小学校5・6年	中学校1・2年	中学校3年
ボール操作	<ul style="list-style-type: none"> ・近くにいるフリーの味方へのパス ・相手に取られない位置でのドリブル ・得点しやすい場所への移動とパスを受けてからのシュート 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴール方向に守備者がいない位置でシュートをすること ・マークされていない味方にパスを出すこと ・得点しやすい空間にいる味方にパスを出すこと ・パスやドリブルなどでボールをキープすること 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすること ・味方が操作しやすいパスを送ること ・守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすること。
ボールを持たないときの動き	<ul style="list-style-type: none"> ・ボール保持者と自分の間に守備者が入らない位置への移動 ・得点しやすい場所への移動とパスを受けてからのシュート ・ボール保持者とゴールの間に体を入れた守備 	<ul style="list-style-type: none"> ・ボールとゴールが同時に見える場所に立つこと ・パスを受けるために、ゴール前の空いている場所に動くこと ・ボールを持っている相手をマークすること 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴール前に広い空間を作り出すために、守備者を引きつけてゴールから離れること ・パスを出した後に次のパスを受ける動きをすること ・ボール保持者が進行できる空間を作り出すために、進行方向から離れること ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ること ・ゴール前の空いている場所をカバーすること

イ ネット型

	小学校5・6年	中学校1・2年	中学校3年
ボールや用具の操作	<ul style="list-style-type: none"> ・自陣のコート（中央付近）から相手コートへのサービス ・味方が受けやすいようにボールをつなぐこと ・片手、両手、用具を使っての相手コートへの返球 	<ul style="list-style-type: none"> ・サービスでは、ボールやラケットの中心付近で捉えること ・ボールを返す方向にラケット面を向けて打つこと。 ・味方が操作しやすい位置にボールをつなぐこと ・相手側のコートの空いた場所にボールを返すこと ・テイクバックをとって肩より高い位置からボールを打ち込むこと 	<ul style="list-style-type: none"> ・サービスでは、ボールをねらった場所に打つこと ・ボールを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すこと ・攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にボールを上げること ・ネット付近でボールの侵入を防いだり、打ち返したりすること ・腕やラケットを強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むこと ・ポジションの役割に応じて、拾ったりつないだり打ち返したりすること
ボールを持たないときの動き	<ul style="list-style-type: none"> ・ボールの方向に体を向けることと、ボールの方向への移動 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手の打球に備えた準備姿勢をとること ・プレイを開始するときは、各ポジションの定位置に戻ることに ・ボールを打ったり受けたりした後、ボールや相手に正対すること 	<ul style="list-style-type: none"> ・ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすること ・連携プレイのための基本的なフォーメーションに応じた位置に動くこと

ウ ベースボール型

	小学校5・6年	中学校1・2年	中学校3年
バット操作やボール操作	<ul style="list-style-type: none"> ・止まったボール、易しいボールをフェアグラウンド内に打つこと ・打球方向への移動と捕球 ・捕球する相手に向かって、投げること 	<p>〈バット操作〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・投球の方向と平行に立ち、肩越しにバットを構えること ・地面と水平になるようにバットを振り抜くこと <p>〈ボール操作〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボールの正面に回り込んで、緩い打球を捕ること ・投げる腕を後方に引きながら投げ手と反対側の足を踏み出し、軸足から踏み込み足へ体重を移動させながら、大きな動作でねらった方向にボールを投げること ・守備位置から塁上へ移動して、味方からの送球を受けること 	<p>〈バット操作〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・身体の軸を安定させてバットを振りぬくこと ・タイミングを合わせてボールを打ち返すこと ・ねらった方向にボールを打ち返すこと <p>〈ボール操作〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・捕球場所へ最短距離で移動して、相手の打ったボールを捕ること ・ねらった方向へステップを踏みながら一連の動きでボールを投げる ・仲間の送球に対して塁上でタイミングよくボールを受けたり、中継したりすること
ボールを持たないときの動き	<ul style="list-style-type: none"> ・簡易化されたゲームにおける全力での塁間の走塁 ・打球方向への移動と捕球 ・守備の隊形をとって得点を与えないようにすること 	<p>〈走塁〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スピードを落とさずに、タイミングを合わせて塁を駆け抜けること ・打球の状況によって塁を進んだり戻ったりすること <p>〈連携した守備〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・決められた守備位置に繰り返し立ち、準備姿勢をとること ・各ポジションの役割に応じて、ベースカバーやバックアップの基本的な動きをすること 	<p>〈走塁〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スピードを落とさずに円を描くように塁間を走ること ・打球や守備の状況に応じた塁の回り方で、塁を進んだり戻ったりすること <p>〈連携した守備〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・味方からの送球を受けるために、走者の進む先の塁に動くこと ・打球や走者の位置に応じて、中継プレイに備える動きをすること

(5) 単元指導計画の例

1 単元名 バドミントン 第2学年 球技（ネット型）

2 単元の目標

- (1) 次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力等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ができるようにする。
イ ネット型では、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をすること。（知識及び技能）
- (2) 攻防等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ができるようにする。（思考力、判断力、表現力等）
- (3) フェアなプレイを守ろうとすること、作戦等についての話合いに参加しようとすることや、健康・安全に気を配ることができるようにする。（学びに向かう力、人間性等）

【ポイント】

単元の目標は学習指導要領「2 内容」を踏まえ、第1学年及び第2学年の目標を全て記述した上で、図1「年間指導計画の例」の球技①から⑤までの単元で指導し評価する部分について整理し、該当単元における単元の目標を設定する。

3 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
	知識	技能（ネット型）		
単元の評価規準	<p>①学校で行う球技は近代になって開発され、今日では、オリンピック・パラリンピック競技大会においても主要な競技として行われ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球技の各型の各種目において用いられる技術には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。</p> <p>③球技は、それぞれの型や運動種目によって主として高まる体力要素が異なることについて、学習した具体例を挙げている。</p>	<p>①シャトルを返す方向にラケット面を向けて打つことができる。</p> <p>②相手側のコートの中空いた場所にシャトルを返すことができる。</p> <p>③シャトルを打った後、ホームポジションに戻り、シャトルや相手に正対することができる。</p>	<p>①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。</p> <p>②練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。</p> <p>③仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。</p>	<p>①マナーを守ったり相手の健闘を認めたりして、フェアなプレイを守ろうとしている。</p> <p>②作戦等について話合いに参加しようとしている。</p> <p>③健康・安全に留意している。</p>

【ポイント】

第1学年及び第2学年の2学年間において、ゴール型、ネット型、ベースボール型の3つの型の球技の学習を通して、資質・能力を育成できるよう、2学年間の単元の配置の計画（図1）を立てる。その上で、指導事項の配置の計画（図2）を立案し、学習指導要領解説 例示を参考に作成した全ての評価規準から、該当単元において指導し評価する項目について内容を精選する。

図1 年間指導計画の例（第1学年及び第2学年 球技 抜粋）

月	4	5	6	7	9	10	11	12	1	2	3																												
週	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35				
第1学年																																							
第2学年																																							

図2 球技における2年間を見通した指導事項の配置の例

		①ゴール型 バスケットボール										②ネット型 バレーボール										③ネット型 バドミントン										④ベースボール型 ソフトボール										⑤ゴール型 サッカー									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8
知識	・球技の特性	●													●																																				
	・成り立ち																																																		
	・技術の名称や行い方	○	○		○										○	○	○									○	○	○	○	○	○	○																			
	・関連して高まる体力																																																		
技能	ゴール型	略	●		●	●																																													
	ネット型	・サーブでは、ボール やラケットの中心付近で 捉える																																																	
		・ボールを返す方向にラ ケット面を向けて打つ																																																	
		・味方が操作しやすい位 置にボールをつなぐ																																																	
・相手側のコートの子 空いた場所にボールを返す																																																			
・テイクバックをとって 肩より高い位置からボ ールを打ち込む																																																			
・相手の打球に備えた準 備姿勢をとる																																																			
・プレイング開始する ときは、各ポジションの 定位置に戻る																																																			
・ボールを打ったり受け たりした後、ボールや相 手に正対する																																																			
ベース ボール型	略																																																		
思考力、 判断力、 表現力等	・仲間の課題や出来映え を伝える																																																		
	・課題に応じた練習方法 を選ぶ																																																		
	・学習した安全上の留意 点を仲間に伝える																																																		
	・よい取り組みを見付 け、理由を添えて他者に 伝える																																																		
	・分担した役割に応じた 活動の仕方を見付ける																																																		
	・チームへの関わり方 を見付ける																																																		
学びに 向かう力、 人間性等	・仲間とともに楽しむた めの練習やゲームを行う 方法を見付け仲間に伝 える。																																																		
	・積極的に取り組もう とする																																																		
	・フェアなプレーを守 ろうとする																																																		
	・話合いに参加しよう とする																																																		
	・一人一人の違いに応 じた課題や挑戦及び修正 などを認めようとする																																																		
・仲間の学習を援助し ようとする	●																																																		
・健康・安全に留意す る	●																																																		

●重点指導機会

○複数回での指導機会

【学習指導要領解説 例示から作成した第1学年及び第2学年 球技（ネット型）における全ての評価規準】

知識・技能		思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
知識	技能（ネット型）		
<ul style="list-style-type: none"> ・球技には、集団対集団、個人対個人で攻防を展開し、勝敗を競う楽しさや喜びを味わえる特性があることについて、言ったり書き出したりしている。 ○学校で行う球技は近代になって開発され、今日では、オリンピック・パラリンピック競技大会においても主要な競技として行われていることについて、言ったり書き出したりしている。 ○球技の各型の各種目において用いられる技術には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・対戦相手との競争において、技能の程度に応じた作戦や戦術を選ぶことが有効であることについて、学習した具体例を挙げている。 ○球技は、それぞれの型や運動種目によって主として高まる体力要素が異なることについて、学習した具体例を挙げている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・サーブでは、ボールやラケットの中心付近で捉えることができる。 ○ボールを返す方向にラケット面を向けて打つことができる。 ・味方が操作しやすい位置にボールをつなぐことができる。 ○相手側のコートの空いた場所にボールを返すことができる。 ・テイクバックをとって肩より高い位置からボールを打ち込むことができる。 ・相手の打球に備えた準備姿勢をとることができる。 ○プレイを開始するときは、各ポジションの定位置に戻ることができる。 ○ボールを打ったり受けたりした後、ボールや相手に正対することができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。 ・提供された練習方法から、自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいる。 ・学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。 ○練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイ等のよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。 ○仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 ・仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめ、チームへの関わり方を見付けている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための練習やゲームを行う方法を見付け、仲間に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ○マナーを守ったり相手の健闘を認めたりして、フェアなプレイを守ろうとしている。 ○作戦等についての話し合いに参加しようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正等を認めようとしている。 ・練習の補助をしたり仲間に助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。 ○健康・安全に留意している。

「○」…該当単元で指導する内容

「・」…他の球技において指導する内容

4 指導と評価の計画											
単元の目標	知識及び技能	次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の成り立ち、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ができるようにする。 イ ネット型では、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をすること。									
	思考力、判断力、表現力等	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ができるようにする。									
	学びに向かう力、人間性等	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ことや、健康・安全に気を配ることができるようにする。									
時	1	2	3	4	5	6	7	8	授業づくりのポイント		
学習のねらい	オリエンテーション	〈ねらい1〉 基本技能を身に付ける。		〈ねらい2〉 相手や状況に応じた技能を高めながらゲームを楽しむ。		〈まとめのゲーム〉 ・対抗戦 ・作戦立案をする ・他チームの試合を観戦する			・三つの資質・能力の内容をバランスよく指導する。 ・動きの獲得を通して、知識の大切さを一層実感できるようにする。 ・空いた場所への攻撃を中心としたラリーの継続についての学習課題を追究しやすいように、プレイヤーの人数、コート広さ、用具、プレイ上の制限を工夫したゲームを取り入れる。 ・練習やゲームでは、即時に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。		
学習の流れ	0	・出欠確認、健康観察・準備運動								・空いた場所への攻撃を中心としたラリーの継続についての学習課題を追究しやすいように、プレイヤーの人数、コート広さ、用具、プレイ上の制限を工夫したゲームを取り入れる。 ・練習やゲームでは、即時に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。	
	10	・ルールやポジションの名称、役割		ウォーミングアップ (クリア, ドライブ, ロブ, ヘアピン シャトル・ラケット操作の反復練習)				組合せ、ルールの確認			
	20	・基本的なラケット操作		○試しの練習ゲーム		○課題の解決のための練習		○まとめのゲーム			
	30	・学習カードの使い方		・自分や仲間の課題をつかむ		・相手のコートの空いている場所に打ち込む ・前後・左右・強弱の打ち分け		・互いに審判や得点係をしながらダブルスで毎回ペアを変えながら行う			
	40	・整理運動		・本時の振り返り・次回の予告・ねらいの設定		・練習やゲームを振り返る		○学習のまとめ ・練習やゲームを振り返る ・仲間のよかった所などを挙げる			
50			・整理運動								
評価の機会	時	1	2	3	4	5	6	7	8	評価方法	
	知	① 学習カード		② 学習カード		③ 学習カード				総括的評価	学習カード
	技		① 観察		② 観察		③ 観察				観察
	思			① 学習カード・観察		② 学習カード・観察		③ 学習カード			学習カード、観察
態	③→ 観察			② 学習カード・観察				① 観察	学習カード、観察		
単元の評価規準	知	①学校で行う球技は近代になって開発され、今日では、オリンピック・パラリンピック競技大会においても主要な競技として行われていることについて、言ったり、書き出ししたりしている。 ②球技の各型の各種目において用いられる技術には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ③球技は、それぞれの型や運動種目によって主として高まる体力要素が異なることについて、学習した具体例を挙げている。									
	技	①シャトルを打ち返す方向にラケット面を向けて打つことができる。 ②相手側のコートの空いた場所にシャトルを打ち返すことができる。 ③シャトルを打った後、ホームポジションに戻り、シャトルや相手に正対することができる。									
	思	①提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。 ②練習やゲームの場面で、最善を尽くす、フェアなプレイなどのよい取組を見付け、理由を添えて他者に伝えている。 ③仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。									
	態	①マナーを守ったり相手の健闘を認めたりして、フェアなプレイを守ろうとしている。 ②作戦等についての話し合いに参加しようとしている。 ③健康・安全に留意している。									
【ポイント】											
<ul style="list-style-type: none"> ・ 単元計画のうち、いつ、どの場面で、何をどのように見取るかの計画を立てる。 ・ 指導計画の下に評価の計画を重ね合わせ、指導と評価の計画を作成する。 ・ 1時間につき1から2程度の評価観点にするなど、評価をするにあたり無理のない計画を立てる。また、観察による評価は可能な限り、1つに留める。 											

5 本時の展開（4時間目／8時間中）

(1) 本時のねらい

- ・ 相手側のコートに空いた場所にシャトルを打ち返すことができる。（技能）
- ・ 作戦等についての話し合いに参加しようとしている。（学びに向かう力，人間性等）

(2) 展開

	●学習内容・活動（予想される生徒の反応）	指導上の留意点（○指導 □支援・配慮 ◆評価規準）
導入 8分	<p>●場の準備をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コート・器具の準備 ・集合，整列，挨拶，健康観察 <p>●準備運動をする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 〈ラリードリル〉 リア，ドライブ，ロブ，ヘアピン </div> <p>●本時の課題を確認する。</p>	<p>○男女別2列縦隊に整列させ，体育係に点呼報告させる。</p> <p>○心も体もほぐれるように，お互いに声をかけながらラリードリルをさせる。</p>
ゲームでコートの前後に空いている場所をねらって打とう		
展開 20分	<p>●自分の課題の解決に向けて練習する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ペアでパターン練習を行い，課題を見付け，カードに記入する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 〈パターン練習の例〉 <ul style="list-style-type: none"> ・ドロップ・ヘアピン・ロブ ・クリア・ロブ⇄クリア・ドロップ </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ペアで互いの課題を共有し，課題に合った練習を選ぶためのアドバイスをし合う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 〈練習方法の例〉 <ul style="list-style-type: none"> ・前後フットワーク（シャドウ） ・前ノック（フォアのみ／バックのみ／交互） ・後ノック（フォアのみ／バックのみ／交互） ・前後ノック（フォアのみ／バックのみ／交互） ・ランダムノック </div> <ul style="list-style-type: none"> ・選択した練習方法で練習をする。 	<p>○練習方法を提示し，ペアで選択させる。</p> <p>○練習方法を選んだ理由と，ペアからのアドバイスを学習カードに記入させる。</p> <p>□ヘアピン，ドロップ等の操作技術だけではなく，ポジション等の操作以外の課題にも焦点をあてて考えさせる。</p> <p>◆【態②】課題を解決するための練習方法を選ぶことについての話し合いに参加しようとしている。（観察・学習カード）</p> <p>○ホームポジションに戻ることに意識を向けさせるために，コート中央に目印を付ける。</p> <p>○時間で試合を区切り，ペアの選んだ練習を一緒にを行い，練習中にもアドバイスをし合うようにさせる。</p>
15分	<p>●縦半面シングルスゲームを行う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 〈ゲームのルール〉 <ul style="list-style-type: none"> ・5点ゲームで行う。（6試合程度） ・縦半分のコートで行う。 ・スマッシュは使わない。 </div> <ul style="list-style-type: none"> ・対戦相手と良かった点や，改善点を具体的に伝え合う。 <div style="text-align: center; margin: 10px 0;"> </div>	<p>○事故防止のため，境界付近のシャトルは打たないように声をかける。</p> <p>○ゲーム後，学習カードを交換し，勝敗表に結果とともに，対戦相手へのアドバイスを記入させる</p> <p>□技能の習得状況に差があり，ゲームが楽しめない場合は，ネット付近，エンドライン付近にボーナスゾーンを設けるなど，コートやルールを工夫しハンディキャップマッチとする。</p> <p>◆【技②】相手側のコートに空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。（観察）</p>
まとめ 7分	<p>●本時の学習内容を振り返る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習カードに本時の振り返りを記入する。 ・挨拶，片付けをする。 	<p>○学習カードに記入した課題の中で克服できたものを「○」で囲むように指示する。</p> <p>○本時のゲーム内容や，対戦相手からのアドバイスを踏まえて，次時の目標をもたせる。</p>

(3) 学習カード

バドミントン学習カード(例)

今回のポイント

ホームポジションを意識しながら、相手のオープンコースをねらって攻撃しよう
ゲームを分析することで、自分の課題の発見しよう

- ・ホームポジションに素早く戻る
- ・オープンコースを狙って攻撃する

課題が解決できたら、○をつけよう	
課題	
① 課題解決のために選んだ練習	
課題	
② 課題解決のために選んだ練習	
課題	
③ 課題解決のために選んだ練習	

本日の勝敗表と課題

1	得点	対戦相手	得点
	対戦相手からのコメント		
2	得点	対戦相手	得点
	対戦相手からのコメント		
3	得点	対戦相手	得点
	対戦相手からのコメント		
4	得点	対戦相手	得点
	対戦相手からのコメント		
5	得点	対戦相手	得点
	対戦相手からのコメント		
6	得点	対戦相手	得点
	対戦相手からのコメント		

第3章 保健分野の学習指導

1 保健分野の目標

- (1) 個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
- (2) 健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- (3) 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

保健分野では、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)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。健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達の仕事、及び精神機能の発達や自己形成、欲求やストレスへの対処などの心の健康、傷害の発生要因とその防止及び応急手当並びに自然環境を中心とした環境と心身の健康との関わり、健康に適した快適な環境の維持と改善について、個人生活を中心として科学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基本的な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)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、小学校での身近な生活における健康・安全に関する基礎的な内容について思考、判断し、それらを表現することができるようにするという考え方を生かすとともに、抽象的な思考なども可能になるという発達の段階を踏まえて、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、判断するとともに、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)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の基礎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ようにすることを目指したものである。

2 保健分野の内容

内容については、「保健の見方・考え方」を働かせて、保健に関する資質・能力を育成する観点から、健康に関する「知識及び技能」、健康に関する課題の発見・解決等のための「思考力、判断力、表現力等」に対応した内容を示すこととした。その際、従前の内容を踏まえて以下の4つの内容で構成した。

- (1) 健康な生活と疾病の予防
- (2) 心身の機能の発達と心の健康
- (3) 傷害の防止
- (4) 健康と環境

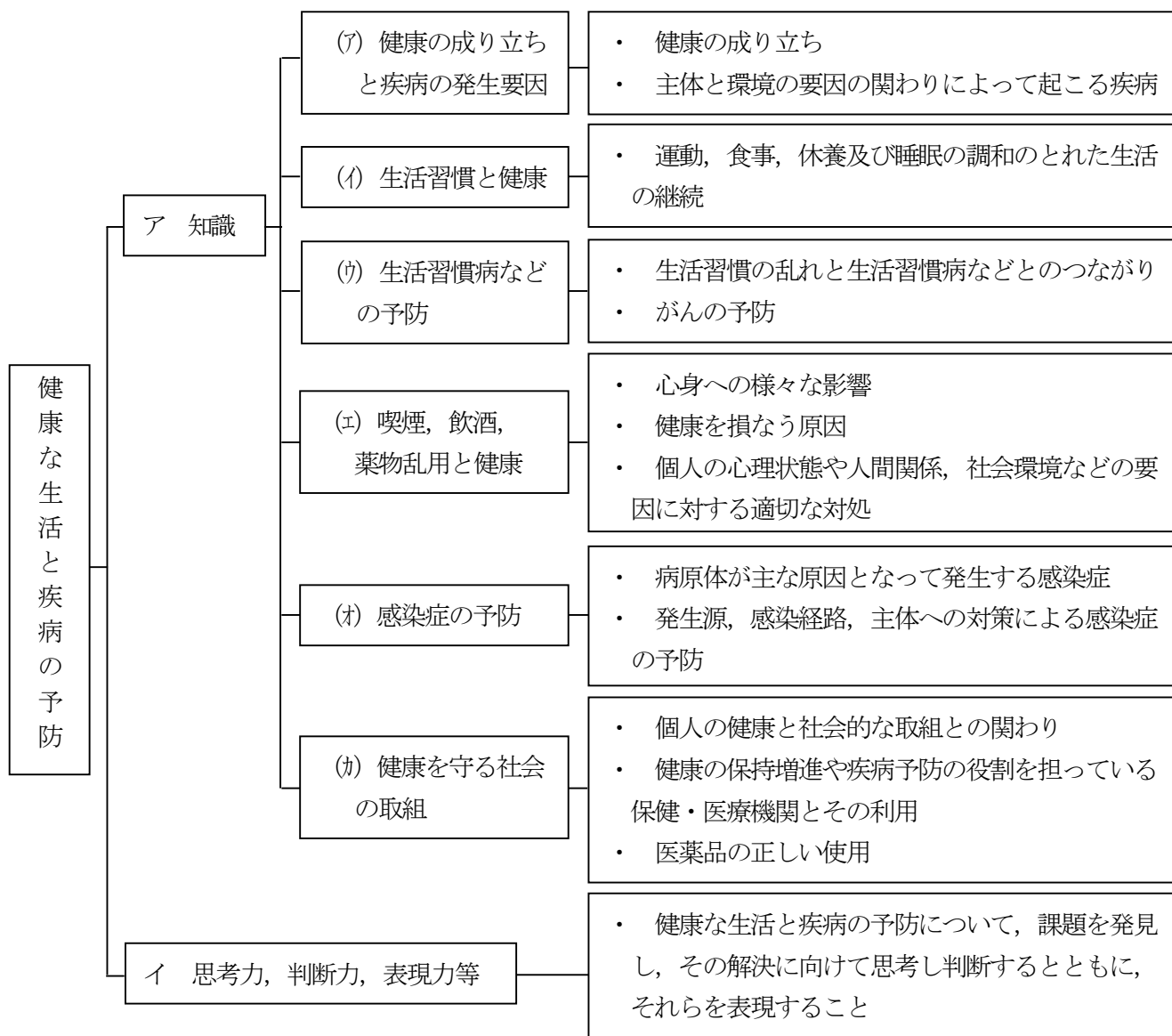
個人生活における健康に関する課題を解決することを重視する観点から、従前から示されていた中学校における基礎的な知識、ストレス対処や心肺蘇生法等の技能に関する内容、及び健康に関わる事象や健康情報から自他の健康に関する課題を発見し、よりよい解決に向けて取り組む思考力、判断力、表現力等の内容を示すこととした。その際、従前の内容を踏まえるとともに、個人生活における健康に関する課題を解決することを重視する観点から、配列を見直した。

また、小学校及び高等学校の「保健」の内容を踏まえた系統性ある指導ができるよう、次のような改訂を行った。

(1) 健康な生活と疾病の予防

ア 健康な生活と疾病の予防について、内容を学年ごとに配当することとした。その際、現代的な健康に関する課題への対応及び指導内容の系統性の視点から、健康の保持増進には年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があること、生活習慣病等は、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足等の生活習慣の乱れが主な要因となって起こること、また、生活習慣病の多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できることを示し、生活習慣病などの予防でがんを取り扱うことを示した。

イ 新たに、健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することを示した。

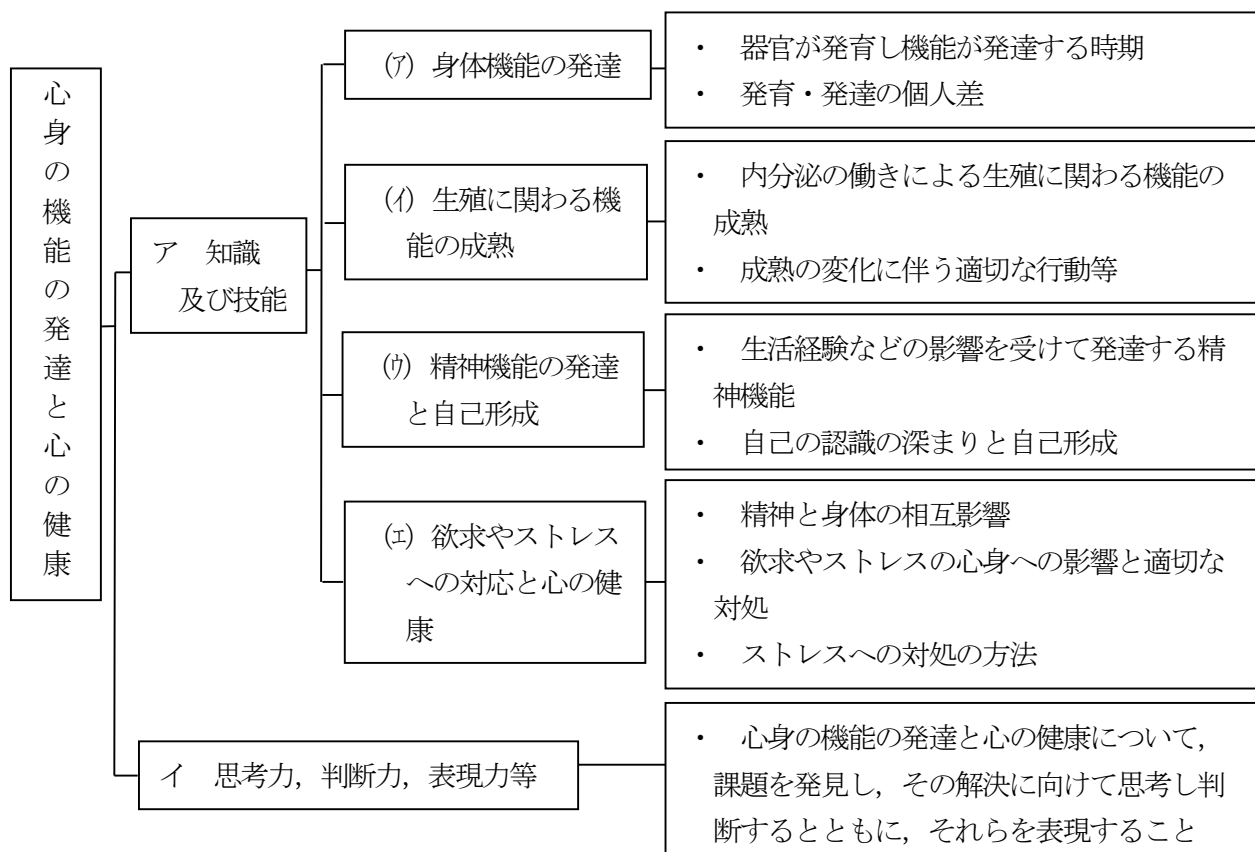


(2) 心身の機能の発達と心の健康

ア 「心身の機能の発達と心の健康」について、従前の内容の理解を深めるとともに、新たに、ストレスへの対処についての技能の内容を示した。

また、保健分野と体育分野の相互の関連を図るため、引き続き、「A体づくり運動」など体育分野の指導との関連を図った指導を行うものとした。

イ 新たに、心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することを示した。

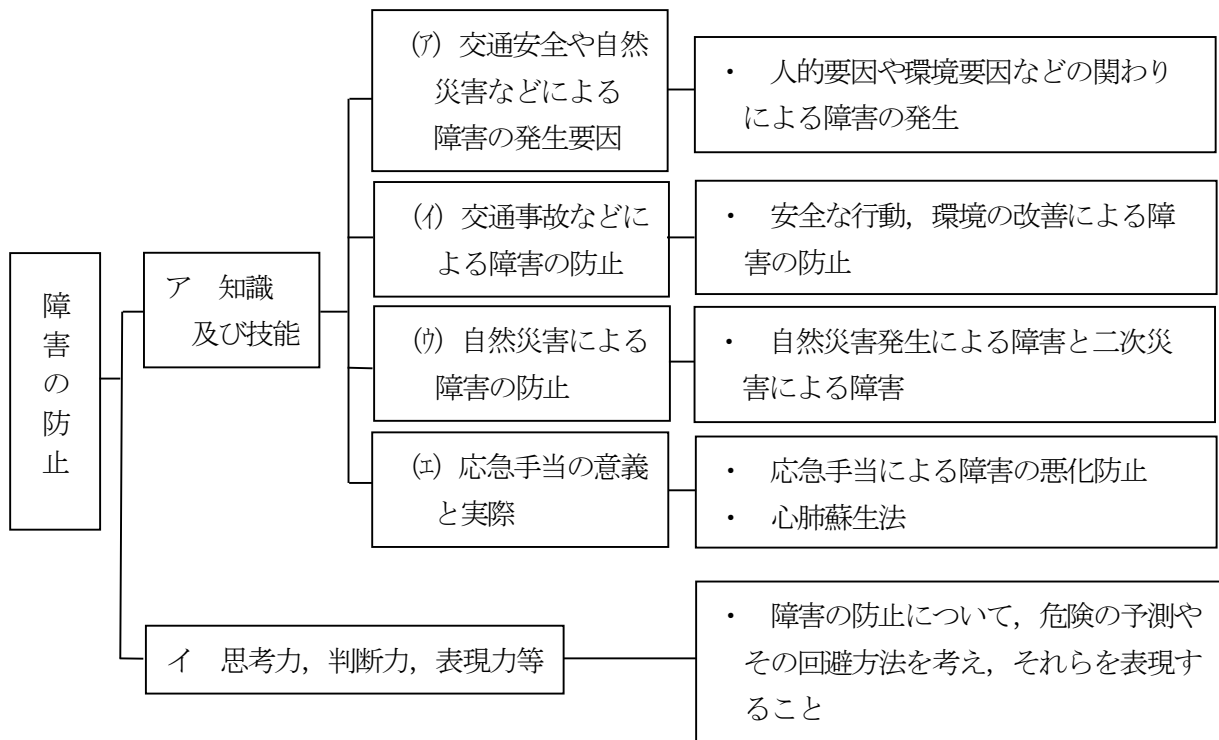


(3) 傷害の防止

ア 「傷害の防止」については、従前の内容に加えて、心肺蘇生法などの応急手当の技能の内容を明確に示した。

また、保健分野と体育分野の相互の関連を図るため、引き続き、水泳など体育分野の指導との関連を図った指導を行うものとした。

イ 新たに、傷害の防止について、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を示した。

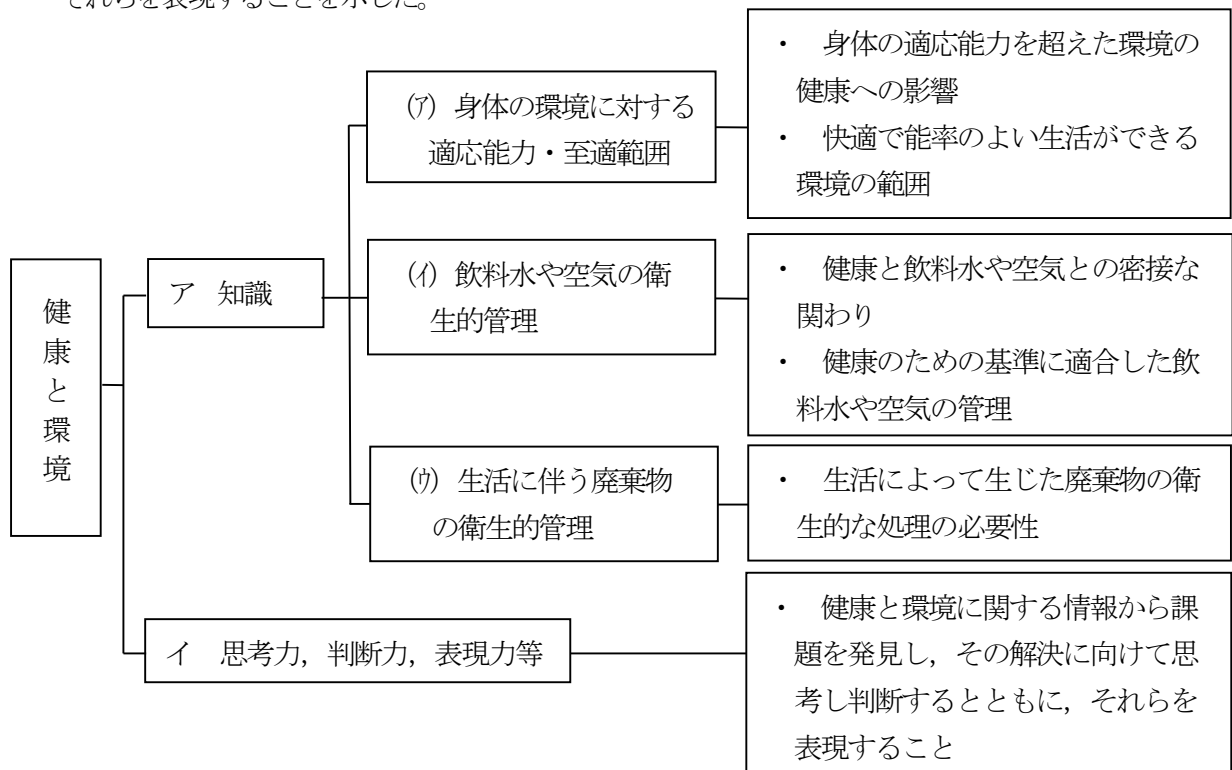


(4) 健康と環境

ア 「健康と環境」については、従前の内容の理解を深める。

また、保健分野と体育分野の相互の関連を図るため、引き続き、水泳など体育分野の指導との関連を図った指導を行うものとした。

イ 健康情報を適切に選択し、健康と環境についての思考力、判断力、表現力等を育成する視点から、新たに、健康と環境に関する情報から課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することを示した。



3 内容の取扱い

- (1) 「(1)健康な生活と疾病の予防」を第1学年から第3学年で、「(2)心身の機能の発達と心の健康」を第1学年で、「(3)傷害の防止」を第2学年で、「(4)健康と環境」を第3学年で取り扱うものとする。
- (2) 疾病等により患った場合でもその回復を目指したり、生活の質を高めたりすることが求められることから、これまでの健康の保持増進と疾病の予防に加えて、疾病からの回復についても関連付けて指導することに留意する。
- (3) 保健分野の指導に際しては、自分のもとより他者の健康に関心をもてるようにするとともに、健康に関する課題を解決する学習活動を積極的に行うことにより、資質・能力の三つの柱をバランスよく育成していくことに留意する。
- (4) 指導に当たっては、生徒の内容への興味・関心を高めたり、思考を深めたりする発問を工夫すること、自他の日常生活に関連が深い教材・教具を活用すること、事例等を用いたディスカッション、ブレインストーミング、心肺蘇生法などの実習、実験、課題学習などを取り入れること、また、必要に応じてコンピュータ等を活用すること、学校や地域の実情に応じて、保健・医療機関等の参画を推進すること、必要に応じて養護教諭や栄養教諭、学校栄養職員などとの連携・協力を推進することなど、多様な指導方法の工夫を行うよう配慮する。
- (5) 実習を取り入れる際には、応急手当の技能の習得だけでなく、その意義や手順など、該当する指導内容を理解できるようにすることに留意する。
- (6) 実験を取り入れるねらいは、実験の方法を習得することではない。内容について仮説を設定し、これを検証したり、解決したりするという実証的な問題解決を生徒が自ら行う活動を重視し、科学的な事実や法則といった指導内容を理解できるようにすることに主眼を置くことが大切である。

4 単元指導計画の例

(1) 単元指導計画の例

1 単元名 生活習慣病などの予防（健康な生活と疾病の予防 第2学年）

【ポイント】

「健康な生活と疾病の予防」については、3学年間にわたって内容が示されていることから、各学校において適切に単元を設定する必要がある。また本事例では(ウ)(エ)を分けて単元として計画しているが、一体として単元を設定することも考えられる。各学校において学習効果が上がる指導の工夫を行うこと。

学年	単元名の例	学習活動の例
第1学年	(ア) 健康の成り立ちと疾病の発生要因	<健康の成り立ち> <食生活と健康> <運動と健康> <休養・睡眠と健康>
	(イ) 生活習慣と健康	<生活習慣病の予防> <がんの予防>
第2学年	(ウ) 生活習慣病などの予防	<喫煙・飲酒と健康> <薬物乱用と健康> <喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ>
	(エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康	<感染症の原因> <感染症の予防> <性感染症とその予防> <エイズとその予防>
第3学年	(オ) 感染症の予防	<地域での保健・医療の取組> <医薬品の有効利用> <個人の健康を守る社会の取り組み>
	(カ) 健康を守る社会の取組	

2 単元の目標

- 生活習慣病、がんの予防について、理解できるようにする。（知識）
- 生活習慣病の予防、がんの予防に関わる事象や情報から自他の課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりすることなどと関連付けて解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを伝え合うことができるようにする。（思考力、判断力、表現力等）
- 生活習慣病、がんの予防について、自他の健康の保持増進や回復についての学習に自主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）

【ポイント】

単元の目標の(3)「学びに向かう力、人間性等」は、保健分野では、学習指導要領の内容に「学びに向かう力、人間性等」に関する内容が示されていないことから、保健分野の目標である「生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う」と示している部分や、改善等通知に示された学年・分野別の評価の観点の趣旨を参考にして作成する。

【中学校学習指導要領 第2章 第7節 保健体育 第2 各学年の目標及び内容〔保健分野〕 1目標】

(1)	(2)	(3)
個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。	健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。	生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

【改善等通知 別紙4 体育・保健体育(2)学年・分野別の評価の観点の趣旨<中学校保健体育> 保健分野】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、個人生活を中心として科学的に理解しているとともに、基本的な技能を身に付けている。	健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、個人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科学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。	健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、自他の健康の保持増進や回復についての学習に自主的に取り組もうとしている。

3 単元の評価規準（学習活動に即した評価規準）

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生活習慣病は、日常の生活習慣が要因となって起こる疾病であること、適切な対策を講ずることにより予防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がんの要因には、不適切な生活習慣をはじめ様々なものがあること、予防には、適切な生活習慣を身に付けることなどが有効であることについて、言ったり、書き出ししたりしている。</p>	<p>①生活習慣病及びがんの予防について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康を保持増進する方法を選択している。</p>	<p>①健康な生活と疾病の予防について、課題の解決に向けて自主的に取り組み、話し合いや意見交換などの学習活動において試行錯誤するなど自らの学習を調節しながら粘り強く学ぼうとしている。</p>

【ポイント】

「単元の評価規準」は単元の目標を踏まえるとともに、「知識・技能」や「思考・判断・表現」は学習指導要領解説保健体育編の内容、「主体的に学習に取り組む態度」については改善等通知の「評価の観点及びその趣旨」を参考にして、実際の学習活動をイメージして作成する。

4 指導と評価の計画例（第2学年 4時間）

時間	主な学習活動	評価規準			評価方法
		知	思	態	
1	<p>(ねらい) 生活習慣病の予防について健康に関する資料を見たり、自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組み、生活習慣病は適切な対策を講ずることにより予防できることや、不適切な生活行動を若い世代から続けることによって、様々なリスクが高まることについて理解することができるようにする。</p> <p>1 事前アンケートのチェック項目を基に、望ましい生活習慣について考える。</p> <p>2 生活習慣病について、課題の解決に向けてグループで話し合い、意識したり興味をもったりしたことを基に、自分たちの生活を振り返る。</p> <p>3 グループでの話し合いを基に全体で意見交換をする。</p> <p>4 生活習慣病は適切な対策を講ずることにより予防できることや、不適切な生活行動を若い世代から続けることによって様々な生活習慣病のリスクが高まることを知る。</p>	①		(①)	<p>【態①】 (学習活動1) (観察) で捉える。</p> <p>【知①】 (学習活動4) (観察・ワークシート) で捉える。</p>
2	<p>(ねらい) 生活習慣病などの予防や、生活習慣と健康について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等に掛かるリスクを軽減し健康を保持増進する方法を選択することができるようにする。</p> <p>1 前時の学習を振り返る。</p> <p>2 与えられた事例について考え、生活習慣が要因となって起こる様々な病気について考える。</p> <p>3 自分の生活や自分の家族の生活を振り返って改善点を挙げ、グループで発表する。</p> <p>4 本時の学習を振り返り、ワークシートにまとめ発表する。</p>		①		<p>【思①】 (学習活動3) (観察・ワークシート) で捉える。</p>

3 がんの予防 (本時)	<p>(ねらい) がんの予防について健康に関する資料や、文部科学省HP記載の「がん教育推進のための教材」を見て、学習活動に意欲的に取り組み、がんは異常な細胞であるがん細胞が増殖する疾病であり、その要因には生活習慣をはじめ様々なものがあることについて理解できるようにする。</p>	<p>1 がんに対するイメージを出し合う。 2 「がん教育推進のための教材」資料を基に、がんについて説明を聞く。 3 与えられた事例について考え、がんについて考える。</p>		①		【思①】 (学習活動3) (観察・ワークシート)で捉える。
		<p>4 本時を振り返り、要因には生活習慣をはじめ様々なものがあることを理解するとともに、予防には生活習慣病の予防と同様に、適切な生活習慣を身に付けることなどが有効であることを知る。</p>	②			【知②】 (学習活動4) (観察・ワークシート)で捉える。
4 生活習慣病などの予防	<p>(ねらい) 生活習慣などの予防について、課題の解決に向けて自主的に取り組もうとしている。</p>	<p>1 健康の保持増進や、生活習慣病やがんの予防について、前時の学習や自分の知識、経験を基に、それぞれの疾病の原因について書き出し、仲間の発表や教員の説明を聞き確かめる。 2 健康診断やがん検診などによる早期発見や疾病の回復について教師の説明を聞く。 3 本時を振り返り、生活習慣やがんの予防について適切な生活習慣を身に付けることが有効であるという視点に立ち、大切な人に宛ててメッセージを書く。</p>		①		【態①】 (学習活動3) (観察)で捉える。
<p>※「知」…知識・技能, 「思」…思考・判断・表現, 「態」…主体的に学習に取り組む態度</p>						
<p>【ポイント】 評価の重点としていない観点についても、教師の指導の改善や生徒の学習改善に生かすために、生徒の学習状況を確認することは重要である。 「主体的に学習に取り組む態度」の評価は、第1時に教師の指導改善につながる評価を行い、「努力を要する」状況と判断した生徒へは、手立てを講じて継続した指導を行い、第4時に記録に残す評価場面を設定し、課題を解決する学習活動に取り組む態度で変容を見取ることができるようにした。 また、本単元が4時間であることを踏まえ、「思考・判断・表現」の評価規準は、「課題発見」「課題解決」「表現」のうち、「課題解決」に重点化して第2時及び第3時に設定している。</p>						
<p>5 本時の展開 (3時間目／4時間中)</p> <p>(1) 本時の目標</p> <ul style="list-style-type: none"> がんの要因には、不適切な生活習慣をはじめ様々なものがあること、予防には適切な生活習慣を身に付けることなどが有効であることについて理解することができる。(知識) 生活習慣病及びがんの予防について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康の保持増進をする方法を選択しようとすることができる。(思考力, 判断力, 表現力等) <p>(2) 準備</p> <p>がんに関する提示資料 (がん教育推進のための教材 指導参考資料中学校・高等学校版), 生活習慣チェック表, がんリスクを半減させる5つの健康習慣の提示資料, ワークシート</p>						

(3) 本時の展開		
段階	●学習内容・活動	指導上の留意点 (○指導 □支援・配慮 ◆評価規準)
導入 5分	●がんについてのイメージについて話し合う。	○前時のワークシートから、前時の学習内容の振り返りを行い、本時のねらいを提示する。
展開 15分	●提示資料を基にがんの特徴や発生要因等について知る。	□不適切な生活習慣だけが、がんの原因ではないことに留意させる。
25分	がんについて正しく知り、がんのリスクを減らそう。	
	<ul style="list-style-type: none"> ・がんは異常な細胞が増殖する疾病であること ・がんの要因には不適切な生活習慣をはじめ様々なものがあること ・2人に1人が、がんになること ・日本人の死亡原因の第1位であること 	
	<p>●がんを予防する方法を考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の生活習慣を振り返り、がんを予防するためにどのような生活習慣を身に付けたらよいかを考える。 ・グループで、各自で考えた生活習慣について話し合い、発表し合う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・卒業後も運動する習慣をつける。 ・偏食や食べ過ぎ等がないようにする。 ・睡眠不足に気を付ける。 </div>	<p>○前時の生活習慣チェックシートを参考にして、自分の運動、食事、睡眠及び休養等の生活習慣を振り返り、気付いたことをワークシートにまとめさせる。</p> <p>○各自の考えを基にして、グループ内で意見交換をさせる。</p> <p>◆【思①】生活習慣病及びがんの予防について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康の保持増進をする方法を選択している。(観察・ワークシート)</p>
まとめ 5分	<p>●がんについて教師の説明を聞き、本時の振り返りをワークシートにまとめる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・がんリスクを半減させる5つの健康習慣について知り、喫煙、飲酒についての学習の見通しをもつ。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>がんリスクを半減させる5つの健康習慣 「禁煙する」「節酒する」 「食生活を見直す」「身体を動かす」 「適正体重を見直す」</p> </div>	<p>○健康診断やがん検診等で早期に異常を発見できることなどを取り上げ、疾病の回復についても触れ、がんは、治療ができない疾病ではないことを知らせる。</p> <p>◆【知②】がんの要因には、不適切な生活習慣をはじめ様々なものがあること、予防には、適切な生活習慣を身に付けることなどが有効であることについて、言ったり、書き出したりしている。(観察・ワークシート)</p>
<p>【ポイント】 「理解できるようにする」…授業の中で必ず取り扱い、指導する内容 「触れる」…必ずしも授業で取り扱わなければならない内容ではない。学習の効果を高めるため、必要に応じて扱う。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>① がんの予防 がんは、異常な細胞であるがん細胞が増殖する疾病であり、その要因には不適切な生活習慣をはじめ様々なものがあることを理解できるようにする。 また、がんの予防には、生活習慣病の予防と同様に、適切な生活習慣を身に付けることなどが有効であることを理解できるようにする。 なお、②、④の内容と関連させて、健康診断やがん検診などで早期に異常を発見できることなどを取り上げ、疾病の回復についても触れるように配慮するものとする。</p> </div> <p>【留意点】 がん教育の実施にあたり、生徒の中には自身が小児がん経験者であったり、身内のがんの経験者がいたりする場合も想定されるため、事前に情報収集を行い、場合によっては事前に知らせたり、相談したりするなどの配慮をする。また、がんの原因には、遺伝的な要素やウイルス等、生活習慣によらないものもあるため、「がんの患者は生活習慣が悪い」というような誤った理解がされるような指導とならないよう十分に留意する。</p>		

(2) 指導上の工夫 (ワークシート例)

がんについて正しく知って、 がんのリスクを減らそう。

() 年 () 組 () 番 氏名 ()

1 がんとはどんな病気でしょうか。

2 自分の生活習慣の問題点を書き出そう。

運動習慣
食習慣
睡眠及び休養

3 がんを予防するためのオリジナルの健康習慣を考えよう。

--

4 今日の授業でどんなことを学んだか振り返ろう。

--

1 評価の考え方

(1) 評価の目的と内容

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。学習評価及び指導要録に関する文部科学省初等中等教育局長通知（平成31年3月29日）において各教科の評価は、学習状況を分析的にとらえる「観点別学習状況の評価」が学習指導要領に定める目標に準拠した評価として実施することが明確にされている。

学習評価を行うに当たっては、生徒たち一人一人に学習指導要領の内容が確実に定着するよう、学習指導の改善につなげていくことが重要である。学習指導要領は教育課程の規準として、生徒に対して指導すべき内容を示したものであり、指導の面から全国的な教育水準の維持向上を保障するものである。そして、学習評価は生徒の学習状況を検証し、結果の面から教育水準の維持向上を保障する機能を有するものであるといえる。

保健体育においては、「生涯にわたって心身の健康を保持増進すること」「豊かなスポーツライフを実現するための資質や能力の育成」が重要なねらいとなっている。そのため、授業場面において、評価のための評価に陥ることなく、生徒が豊かなスポーツライフを実現させるための基礎を培う支援となりうるような評価にしていく工夫が求められる。

(2) 指導と評価の一体化

生徒のよい点や進歩の状況などを積極的に評価し、学習したことの意義や価値を実感できるようにすること、また、各教科等の目標の実現に向けた学習状況を把握する観点から、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ことが新しい学習指導要領で示されており、学習指導と学習評価の一体化をさらに進めていく必要がある。

(3) カリキュラム・マネジメントの一環としての指導と評価

日々の授業の下で生徒の学習状況を把握し、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、校務分掌を含めた組織運営等の改善に生かす中で、学校全体として組織的かつ計画的に教育活動の質の向上を図っている。「学習指導」と「学習評価」は学習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。

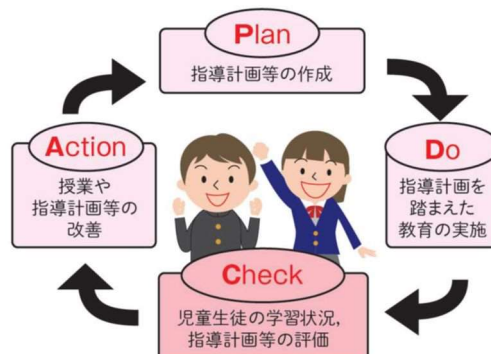


図4-1 カリキュラム・マネジメントの一環としての指導と評価

(4) 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し、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。新しい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。

(5) 目標に準拠した評価

目標に準拠した評価とは、何らかの目標や規準を評価規準とし、目標到達度あるいは規準満足度を評価する評価方法である。各評価段階にあらかじめ人数枠を設けることなく、個々の目標実現状況を評価することから、絶対評価とも言われる。

新しい学習指導要領は、次代を担う生徒に「生きる力」をはぐくむという理念を引き継いでいることを踏まえれば、現在行われている学習評価の在り方を基本的に維持しながら、その深化を図っていくことが重要である。したがって、きめ細かい学習指導の充実と生徒一人一人の学習内容の確実な定着を図るため、生徒の学習状況を分析的にとらえる観点別学習状況の評価と総合的にとらえる評定については、目標に準拠した評価として実施していくことが適当である。

(6) 観点別評価

目標及び内容を「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」の資質・能力の三つの柱で再整理した新しい学習指導要領の下での指導と評価の一体化を推進する観点から、観点別学習状況の評価の観点についても、これらの資質・能力に関わる「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観点に整理して示している。

新しい学習指導要領においても、「生きる力」を育むことが引き続き重要であることが明確にされ、学習指導要領の総則において、以下の3つの学力の要素を育成することが示されている。

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">【1】基礎的・基本的な知識・技能【2】知識・技能を活用して課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等【3】主体的に学習に取り組む態度 |
|--|

評価にあたっては設定した評価規準のそれぞれについてどの程度実現できているかをABCの3段階で評価することになる。この際、ABC全てについての評価規準を作成した上で評価を行うのではなく、評価規準に表されたものを「おおむね満足できる」状況（B）として捉え、それを踏まえてAとCを判断するというのが観点別学習状況の評価の基本的な考え方であることを留意する必要がある。

ア 「知識・技能」の評価について

「知識・技能」の評価は、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についても評価するものである。「知識・技能」におけるこのような考え方は従前の「知識」「技能」においても重視してきたものである。

例えば、球技においては、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等が挙げられる。また、ゴール型ではボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防をすること、ネット型では、ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防をすること、ベースボール型では、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等が挙げられる。

イ 「思考・判断・表現」の評価について

「思考・判断・表現」の評価は、保健体育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を評価するものである。

「思考・判断・表現」におけるこのような考え方は、従前の「思考・判断・表現」の観点においても重視してきたものである。

例えば、球技においては、攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けての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等が挙げられる。

ウ 「主体的に学習に取り組む態度」の評価について

「主体的に学習に取り組む態度」の評価は、単に継続的な行動や積極的な発言を行うなど、性格や行動面の傾向を評価するというのではなく、保健体育の「主体的に学習に取り組む態度」に係る観点の趣旨に照らして知識及び技能を習得したり、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ことが重要である。

従前の「関心・意欲・態度」の観点も各教科の学習内容に関心をもつことのみならず、よりよく学ぼうとする意欲をもって学習に取り組む態度を評価するという考え方に基づいたものであり、この点を「主体的に学習に取り組む態度」として改めて強調するものである。

例えば、球技においては、積極的に取り組むとともに、フェアプレイを守ろうとすること、作戦などについての話合いに参加しようとするなど、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとするなど、仲間の学習を援助しようとするなど、健康・安全に気を配ること等が挙げられる。

エ 評価の観点及びその趣旨

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣旨	運動の合理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実践するための理論について理解しているとともに、運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。また、個人生活における健康・安全について科学的に理解しているとともに基本的な技能を身に付けている。	自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて、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科学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。	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、運動の合理的な実践に自主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についての学習に自主的に取り組もうとしている。

オ 学年・分野別の評価の観点の趣旨

観点		知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
分野・学年				
体育分野	第1学年及び第2学年	各運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、伝統的な考え方、各領域に関連して高まる体力、健康・安全の留意点についての具体的な方法及び運動やスポーツの多様性、運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方についての考え方を理解するとともに、各領域の運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。	運動を豊かに実践するための自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて、課題に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、公正、協力、責任、共生などに対する意欲をもち、健康・安全に留意して、学習に積極的に取り組もうとしている。
	第3学年	選択した運動の技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法及び文化としてのスポーツの意義についての考え方を理解するとともに、選択した領域の運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。	生涯にわたって運動を豊かに実践するための自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて、課題に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画、共生などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている。
保健分野		健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、個人生活を中心として科学的に理解しているとともに、基本的な技能を身に付けている。	健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、個人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科学的に思考し判断していくとともに、それらを他者に伝えている。	健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、自他の健康の保持増進や回復についての学習に自主的に取り組もうとしている。

(7) 評価の時期

観点別学習状況の評価を円滑に実施するに当たっては、適切な評価時期を設定することや学習指導の目標に沿った学習評価を行うことが大切である。

授業改善のための評価は日常的に行われることが重要である。一方で、指導後の生徒の状況の評価する際には、単元等ある程度長い区切りの中で適切に設定した時期において「おおむね満足できる」状況等にあるかどうかを評価することが求められる。

したがって、単元や学習活動を通して、いつ、どこで、どのような評価を行うのかということを、学習指導計画を立てる段階で、あらかじめ明らかにしておくことが必要となる。

(8) 評価の方法

ア 絶対評価

あらかじめ設定された目標や規準をもとに、目標到達度や規準到達度を評価するものであり、集団における他人の成績とは関係なく評価される。学習指導要領が示す基礎的・基本的な内容を確実に身に付けることはもとより、「生きる力」がはぐくまれているかを捉える必要がある。そのため、生徒の学習の実現状況を学習指導要領の目標に照らして客観的に評価する絶対評価（目標に準拠した評価）が計画的に、適切になされることが重要である。

イ 個人内評価

観点別学習状況の評価や評定には示しきれない子どもたち一人一人のよい点や可能性、進歩の状況について評価するものである。生徒個々の学習に対する意欲や態度、進歩の状況を積極的に捉え、励ましたり、努力を支援したりする観点に立ち、生徒の進歩を促したり、努力を要する点を伝えたりすることに配慮していくことが必要である。

ウ 相対評価

学級・学年などの集団の中での相対的な位置付けに関する集団に準拠した評価である。これは、指導要領に示されている基礎・基本を着実に習得し、目標をどの程度達成しているかということ把握することには適さない。しかし、生徒が絶対評価や個人内評価とともに、集団における相対的な位置付けに関する情報を知ることは、自分の適性を知る手がかりにもなり、自分の目標を定めたり将来の進路を考えたりする上での情報として活用することができる。

エ 自己評価活動や相互評価の活用

生徒自身が学習に対する取組を振り返ることで、自己評価能力を高めていきたい。自己の取組を評価し、さらに自己の目標を定めて学習に取り組むという一連の活動は、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現させることにつながるものである。また、相互評価を活用することにより、自他を認め合い、よりよい人間関係を構築することにもつながるものである。これらの評価の相乗効果により、生徒の学習への意欲の喚起につながるようにする必要がある。

表 4-1 評価の時期と方法

評価の時期	評価の内容	評価の方法例
事前の評価 (診断的評価)	学習指導（授業）を行う前に実施し、指導を行う前の時点での生徒の技能面などのレディネスを評価する。この評価結果を踏まえて、単元の指導内容や指導方法を計画し、生徒にどのような手だてを講じて支援するのかについても計画し、指導の改善につなげるようにしておく。生徒にとっても、自分自身の興味・関心の度合いや今もっている力を知る手がかりとなる。	事前アンケート
指導過程の評価 (形成的評価)	学習指導の途中において実施し、それまでの指導内容を生徒がどの程度理解（習得）したかを評価する。1単位時間の授業場面における生徒の学習状況を把握したり、単元の途中において生徒の学習状況を把握したりして単元全体の目標と照らし合わせる。そして、生徒のつまづきを捉え、指導内容や学習の進度を修正したり、生徒自身の自己目標を修正させたりすることでフィードバックすることをねらいとする。	発言、つぶやき 行動観察 ポートフォリオ 学習ノート 自己評価 相互評価
事後の評価 (総括的評価)	学習活動が終了した時点で行い、生徒がどの程度の学習内容を身に付けたかという学習の成果や目標の達成状況を多面的、総括的に評価する。教師は指導方法の是非を検証し、教育計画の改善に生かすための手がかりとすることが必要となる。	ポートフォリオ 学習ノート スキルテスト ペーパーテスト

2 評価の手順

(1) 単元の目標の設定

- ・ 単元を通して、生徒にどのような力を身につけたいのか、単元が終了した時にどのような生徒の姿を期待するのかを明らかにするために、単元の目標を設定する。
- ・ 学習指導要領の目標や内容、学習指導要領解説等を踏まえて作成する。
- ・ 児童生徒の実態、前単元までの学習状況を踏まえて作成する。

(2) 単元の評価規準の作成

- ・ 単元の目標、学習指導計画をふまえ、単元の観点別評価目標を設定する。観点別評価目標を設定したら、評価のよりどころとなる評価規準を設定する。
- ・ 「おおむね満足できる」と判断するための規準（B）を決定し、「十分満足できる」と判断するための規準（A）を決定する。

(3) 指導と評価の計画の作成

- ・ 評価場面や評価方法等を計画する。
- ・ どのような評価の資料を基に、「おおむね満足できる」状況（B）と評価するかを考えたり、「努力を要する」状況（C）への手立てを考えたりする。

(4) 観点ごとの総括

- ・ 集まった評価の資料や、それに基づく評価結果などから、観点ごとの総括的評価（A, B, C）を行う。

(5) 評価から評定へのつながり

「評定」は簡潔で分かりやすい情報を提供するものとして、生徒の教科の学習状況を総括的に評価するものであり、教師同士の情報の共有や保護者等への説明のためにも有効であることから、5段階による評定はそのまま継続する。

【評価の総括と評定に結び付ける方法（例）】*前期に4つの単元を学習したとする。

①「評価補助簿」等を活用し、各単元における観点別の評価項目ごとに◎○△等の記号を使って、その到達度を判定する。

②各単元の観点別の評価として、学習活動における評価の結果（①）を、それぞれの観点ごとで、総括する。（例えば「a, b, c」の3段階）

*①の評価項目数が3つの場合を例にとると、「◎◎○」は「a」、「○△△」は「c」とするなどの判定基準をあらかじめ設定しておく必要がある。

③学期末等の評価として、観点ごとの評価結果（②）を4単元分合わせ、「A, B, C」の3段階で総括する。その際も、「a a a b」は「A」とするなどの総合判定基準が必要となる。

④3つの観点の評価結果（A, B, C）をまとめ、総括的に評定を算出する。

*基本的には、3観点を同じ重さで評定に結びつけることが望ましいが、教科の特性や学校の目指す生徒像から観点到傾斜をつける場合もある。

評定の算出においては、きめの細かい学習指導の充実と生徒一人一人の学習内容の確実な定着を図るために目標に準拠した評価を確実に実施すること、新しい学習指導要領の趣旨や改善事項に適切に対応すること、学校や設置者の創意工夫を一層生かしていくことが必要である。そのため、各学校においては、評定が進学等により活用されたり、保護者への説明責任を問われたりすることも踏まえ、総括的な学習状況をとらえる評定の決定方法を検討し、教師、生徒、保護者の信頼が得られるような評定となるよう、一層の工夫が求められる。

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

各学校における「体育・健康に関する指導」のねらいと内容については、学習指導要領第1章総則第1の2に、次のように示されている。

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、技術・家庭科及び特別活動の時間はもとより、各教科、道徳科及び総合的な学習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。

(1) 学校における食育の推進

ア 中教審答申において指摘された子どもたちの食生活に関する課題

食生活の改善や睡眠時間の確保といった生活習慣の確立は「生きる力」の基盤であり、その一義的な責任は家庭にある。しかしながら、家庭の教育力が低下する中で、近年、子どもたちに偏った栄養摂取、朝食欠食等の食生活の乱れや肥満傾向の増大などが見られ、食生活の乱れが生活習慣病を引きおこす一因であることも懸念されており、学校教育においても、子どもたちの生活や学習の基盤としての食に関する指導の充実に求められている。

イ 内容の基本的な考え方と取組

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、食物アレルギー等の健康課題がみられるほか、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。

- ・ 食育という概念を明確に位置付け、発達の段階を踏まえつつ、各学年を通して一貫した取組を推進する。
- ・ 保健体育科における望ましい生活習慣の育成や、技術・家庭科における食生活に関する指導、特別活動における給食の時間を中心とした指導など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。
- ・ 栄養教諭等の専門性を生かすなど教師間の連携に努める。
- ・ 家庭、地域と連携を図り、地域の産物を学校給食に使用するなどの創意工夫を行うしつつ、子どもたちが実際に食する学校給食の教育的効果を引き出す。

(2) 体力の向上に関する指導

ア 中教審答申において指摘された子供たちの体力に関する課題

子供の体力・運動能力は、昭和60年ごろから15年以上にわたり低下傾向が続いている。さらに、体力・運動能力が低い子供が増加しており、運動をよくする子供とほとんどしない子供の二極化傾向が見られる。また、体を上手にコントロールできない、あるいはリズムをとって体を動かすことができないといった、身体を操作する能力の低下も指摘されている。

男女ともに肥満傾向児の割合は増加しており、肥満に伴う高血圧や高脂血症などが危惧されている。このことは、将来の糖尿病や心臓病などの生活習慣病につながる恐れも有している。

子供の体力の低下は、将来的に国民全体の体力低下につながるだけでなく、子供が豊かな人間性や自ら学び自ら考える力といった「生きる力」を身に付ける上で悪影響を及ぼし、創造性、人間性豊かな人材の育成を妨げるなど、社会全体にとっても無視できない問題である。

イ 内容の基本的な考え方と取組

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関わっており、「生きる力」を支える重要な要素である。生徒の心身の調和的発達を図るためには、運動を通して体力を養うとともに、食育の推進を通して望ましい食習慣を身に付けるなど、健康的な生活習慣を形成することが必要である。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、運動会、遠足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。



- ・ 体育分野で学習する運動を継続することの意義や体力の高め方などに関する内容をもとに、自己体力の状況をとらえて、目的に適した運動の計画を立てて取り組む力を養う。
- ・ 地域や学校の実態及び新体力テストなどを用いて、生徒の体力や健康状態等を的確に把握し、それをもとに効果的に指導を進める。
- ・ 学校の実情にあった全体計画を作成し、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。
- ・ 体育・健康に関する指導は、保健体育科の時間だけではなく技術・家庭科などの関連の教科や道徳、特別活動のほか、総合的な学習の時間、運動部活動なども含めた学校の教育活動全体を通じて行い、体を動かす機会を積極的かつ定期的に提供する。
- ・ 「体づくり運動」の一層の充実を図るとともに、学校の教育活動全体や実生活で生かすことができるようにする。
- ・ 個に応じたきめ細かな指導のために、教員だけでなく、地域のスポーツ指導者や教員養成系・体育系の大学生などの外部指導者を教諭の補助者として活用する。

(3) 心身の健康の保持増進に関する指導

ア 中教審答申において指摘された子供たちの心身の健康に関する課題

学校教育における子供たちの豊かな心や健やかな体の育成について、社会の大きな変化の中で家庭や地域の教育力が低下したことを踏まえた対応が十分ではなかった。

豊かな心や健やかな体の育成に当たっては、学校、家庭及び地域の役割分担と連携が重要であり、特に、家庭教育の果たすべき役割は大きく、そのことは、社会がどのように変化してもいささかも変わりがない。しかし、家庭や地域の教育力が低下、生活習慣の確立が不十分、親や教師以外の地域の大人や異年齢の子供たちとの交流の場や自然体験の減少などが生じる中で、学校教育は、道徳教育や体育に関する指導を充実させるとともに、体験活動については学校教育の中でそのきっかけづくりを行い、家庭や地域との新たな連携へとつなげていく必要がある。

イ 内容の基本的な考え方と取組

心身の健康の保持増進に関する指導においては、情報化社会の進展により、様々な健康情報や性・薬物等に関する情報の入手が容易になっていることなどから、生徒が健康情報や性に関する情報等を正しく選択して、適切に行動できるようにするとともに、薬物乱用防止等の指導が一層重視されなければならない。なお、生徒が心身の成長発達に関して適切に理解し、行動できるようにする指導では、主に集団の場面で必要な指導や援助を行うガイダンスと、一人一人が抱える課題に個別に対応した指導を行うカウンセリングの双方の観点から、学校の教育活動全体で共通理解を図り、家庭の理解を得ることに配慮するとともに、関連する教科等において、発達の段階を考慮して指導することが重要である。



- ・ 心と体を一体としてとらえ、生徒が心身の成長発達と運動や健康・安全についての理解、運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てる。
- ・ 教科としての保健体育や特別活動、教育課程外の学校教育活動を相互に関連させながら、生徒の発達の段階を考慮して、豊かな心や健やかな体の育成に学校教育活動全体として効果的に取り組む。
- ・ 心身の健康の保持増進のための指導を効果的に行うためには、保健体育科担当の教員だけでなく、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、組織的・計画的に進めていく。
- ・ 保健分野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とらえて、目的に適した運動の計画を立てて取り組む力を養う。
- ・ 生活習慣の確立や日常的な運動の実践などについては、家庭教育の果たすべき役割が大きく、学校、家庭及び地域の役割分担と連携を進め、家庭の理解を得て地域ぐるみで取り組む。

2 教育課程実施上の配慮事項

(1) 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善

ア 基本的な考え方

単元など内容や時間のまとまりを見通して、その中で育む資質・能力の育成に向けて、生徒の主体的・対話的で深い学びの実現を図るようすること。その際、体育や保健の見方・考え方を働かせながら、運動や健康についての自他の課題を発見し、その合理的な解決のための活動の充実を図ること。また、運動の楽しさや喜びを味わったり、体育の大切さを実感したりすることができるよう留意すること。

イ 具体的な取組

- ・ 単元など内容や時間のまとまりの中で、主体的に学習に取り組めるよう学習の見通しを立てたり学習したことを振り返ったりして自身の学びや変容を自覚できる場面をどこに設定するか、対話によって自分の考えなどを広げたり深めたりする場面をどこに設定するか、学びの深まりを作り出すために、生徒が考える場面と教師が教える場面をどのように組み立てるかといった視点で授業改善を進めること。
- ・ 運動の楽しさや健康の意義などを発見し、運動や健康についての興味や関心を高め、課題の解決に向けて粘り強く自ら取り組み、学習を振り返るとともにそれを考察し、課題を修正したり新たな課題を設定したりするなどの主体的な学びを設定すること。
- ・ 運動や健康についての課題の解決に向けて、生徒が他者との対話を通して、自己の思考を広げ深め、課題の解決を目指して学習に取り組むなどの対話的な学びを促すこと。
- ・ 習得・活用・探究という学びの過程を通して、自他の運動や健康についての課題を発見し、解決に向けて試行錯誤を重ねながら、思考を深め、よりよく解決するなどの深い学びを促すこと。
- ・ 指導方法を工夫して必要な知識及び技能を指導しながら、子供たちの思考を深めるために発言や意見交換を促したり、気付いていない視点を提示したりするなど、学びに必要な指導の在り方を工夫し、必要な学習環境を積極的に整備していくこと。

(2) 生徒の発達を支える指導の充実

ア 基本的な考え方

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。

イ 具体的な取組

保健体育科に関連する教科、特別活動等において、発達の段階を踏まえ、心身の発育・発達と健康、性感染症等の予防などに関する知識を確実に身につけること、生命の尊重や自己及び他者の個性を尊重するとともに、相手を思いやり、望ましい人間関係を構築することなどを重視し、相互に関連づけて指導することが重要である。

体力や技能の程度及び性別の違い等に関わらず、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。心身の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に図ったりするなど、指導方法の工夫を図ることが大切である。

(3) 障害のある生徒の指導

ア 基本的な考え方

障害のある生徒などについては、特別支援学校等の助言又は援助を活用しつつ、個々の生徒の障害の状態等に応じた指導内容や指導方法の工夫を、組織的かつ計画的に行うこと。

個々の生徒によって、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、各教科に示している。

イ 具体的な取組

- ・ 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的確に把握し、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などを検討したりする。
- ・ 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。
- ・ 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ことが大切である。また、生徒の困難さに応じた指導内容や指導方法については、学校や地域の実態に応じて適切に設定することが大切である。

(4) 個に応じた指導

ア 基本的な考え方

生徒が学習内容を確実に身に付けることができるよう、学校や生徒の実態に応じ、学習内容の習熟の程度に応じた指導、個別指導との連携を踏まえた教師間の協力的な指導などを工夫改善し、個に応じた指導の充実が図られるよう留意すること。

イ 具体的な取組

- ・ 体育分野においては、個に応じた段階的な練習方法の例を示したり、個別学習やグループ別学習、繰り返し学習などの学習活動を取り入れたりするなどにより、生徒一人一人が学習内容を確実に身に付けることができるように配慮すること。
- ・ 保健分野においては、生徒の健康状態や発育・発達の状況を踏まえ、保健体育科担当の教師が行う保健の指導と保健室等の個別指導との連携・協力を推進し、学習内容を確実に身に付け、一人一人の発達や成長に資するよう留意すること。

第6章 特別活動

特別活動と保健体育の関連

これまでの特別活動の課題として、次のような問題点が挙げられた。

特別活動は「なすことによって学ぶ」ことを方法原理とし、各学校において特色ある取組が進められているが、各活動・学校行事において身に付けるべき資質・能力は何なのか、どのような学習過程を経ることにより資質・能力の向上につながるのかということが必ずしも意識されないまま指導が行われてきたという実態も見られる。特別活動が各教科等の学びの基盤となるという面もあり、教育課程全体における特別活動の役割や機能も明らかにする必要がある。

内容や指導のプロセスの構造的な整理が必ずしもなされておらず、各活動等の関係性や意義、役割の整理が十分でないまま実践が行われてきたという実態も見られる。

社会参画の意識の低さが課題となる中で、自治的能力を育むことがこれまで以上に求められていること、キャリア教育を学校教育全体で進めていく中で特別活動が果たす役割への期待が大きいこと、防災を含む安全教育や体験活動など、社会の変化や要請も視野に入れ、各教科等の学習と関連付けながら、特別活動において育成を目指す資質・能力を示す必要がある。

この課題を受け、学習指導要領第5章の第1「目標」で以下のような新たな目標が示された。

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発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、集団や社会における生活及び人間関係をよりよく形成するとともに、人間としての生き方についての考えを深め、自己実現を図ろうとする態度を養う。

この目標は、「人間関係形成」「社会参画」「自己実現」という三つの視点を手掛かりとしながら、資質・能力の三つの柱に沿って目標が整理されている。そして、「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発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」資質・能力の育成を目指すこととされている。また、この学習の過程は、これまでの特別活動の目標において「望ましい集団活動を通して」としてきたことを具体的に示したものとされている。

特別活動の扱う内容は、学級活動と生徒会活動、学校行事に分けられているが、どの内容についても保健体育とかわり深い。

学級活動では、心身ともに健康で安全な生活習慣が身に付くよう学級を単位として指導されるものであり、生徒会活動については、生徒が主体となって全校レクリエーション等の企画や運営を積極的に行い、保健体育にかかわりの深い委員会の活動にも関連してくる。また、学校行事との関連の深さはいうまでもなく、特に、「健康安全・体育的行事」と「旅行・集団的宿泊行事」との関連が強い。

(1) 学級活動

ア 目標

学級活動の目標は、学習指導要領第5章の第2の〔学級活動〕の1「目標」で次のように示されている。

学級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、学級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。

イ 内容

学級活動の内容については、学習指導要領第5章の第2の〔学級活動〕の2「内容」で次のように示されている。

1の資質・能力を育成するため、全ての学年において、次の各活動を通して、それぞれの活動の意義及び活動を行う上で必要となることについて理解し、主体的に考えて実践できるよう指導する。

(1) 学級や学校における生活づくりへの参画

ア 学級や学校における生活上の諸問題の解決

イ 学級内の組織づくりや役割の自覚

ウ 学校における多様な集団の生活の向上

(2) 日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全

ア 自他の個性の理解と尊重、よりよい人間関係の形成

イ 男女相互の理解と協力

ウ 思春期の不安や悩みの解決、性的な発達への対応

エ 心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成

オ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成

(3) 一人一人のキャリア形成と自己実現

ア 社会生活、職業生活との接続を踏まえた主体的な学習態度の形成と学校図書館等の活用

イ 社会参画意識の醸成や勤労観・職業観の形成

ウ 主体的な進路の選択と将来設計

中学校の学級活動は、それぞれの特質に応じて(1)、(2)、(3)の活動内容に分類され、活動内容においては、いずれの学年においても扱うものとして、複数の項目が示されている。生徒の実態や取り上げる題材に応じて内容間の関連や統合を図ることについても留意し、学級活動の個々の時間の充実はもとより、3学年間を見通して充実した学級活動が進められるよう年間計画を作成する必要がある。

ウ 保健体育との関連

保健体育との関連を考えたとき、主に保健分野において「(2) 日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全」の内容と関連があると考えられる。

特に、「イ 男女相互の理解と協力」「ウ 思春期の不安や悩みの解決、性的な発達への対応」「エ 心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成」の内容については、保健分野の学習と関連させながら授業を展開することが可能である。

学習指導要領解説特別活動編には、それぞれの具体的指導例について、次のように示されている。

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。

(2) 生徒会活動

(1) 日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全

イ 男女相互の理解と協力

男女相互について理解するとともに、共に協力し尊重し合い、充実した生活づくりに参画すること。

具体的には、男女相互の理解と協力、人間の尊重と男女の平等、男女共同参画社会と自分の生き方などの題材を設定し、アンケートやインタビューを基にしたり、新聞やテレビ等の資料を参考にしたりして、話し合うなど活動の工夫を行うことが考えられる。

また、社会科、保健体育科、技術・家庭科、道徳科などの学習とも関連させ、共に充実した学校生活を築くような主体的な意識や態度を育成するとともに、家庭や社会における男女相互の望ましい人間関係の在り方などについても、幅広く考えていくことが大切である。

ウ 思春期の不安や悩みの解決、性的な発達への対応

心や体に関する正しい理解を基に、適切な行動をとり、悩みや不安に向き合い乗り越えようとする。

具体的な活動の工夫として、自分が不安に感じること、悩みやその解決方法、身近な人の青年時代等の題材を設定し、生徒が自由に話し合ったり、先輩や身近な大人にインタビューして発表したり話し合ったりするなど様々な方法が考えられる。また、思春期の心と体の発育・発達、性情報への対応や性の逸脱行動に関すること、エイズや性感染症などの予防に関すること、友情と恋愛と結婚などについての題材を設定し、資料をもとにした話し合いや、専門家の講話を聞くといった活動が考えられる。なお、保健体育（保健分野）をはじめとした各教科、道徳科等の学習との関連、学級活動の他の活動との関連について学校全体で共通理解した上で、教育の内容や方法について保護者の理解を得ることが重要である。

エ 心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成

節度ある生活を送るなど現在及び生涯にわたって心身の健康を保持増進することや、事件や事故、災害等から身を守り安全に行動すること。

具体的な活動の工夫としては、心の健康や体力の向上に関すること、口腔の衛生、生活習慣病とその予防、食事・運動・休養の効用と余暇の活用、喫煙、飲酒、薬物乱用などの害に関すること、ストレスへの対処と自己管理などに関する題材を設定し、身近な視点からこれらの問題を考え意見を交換できるような話し合いや討論、実践力の育成につながるロールプレイングなどの方法を活用して展開していくことが考えられる。

また、防犯を含めた生活安全や自転車運転時の交通安全に関すること、種々の災害時の安全に関すること、生命の尊重に関すること、環境整備に関すること、インターネットの利用に伴う危険性や弊害などに関する題材を設定し、事故の発生状況や危険箇所の調査結果をもとにした話し合い、「ひやり、はっとした」といった体験に基づく感想や発表、安全マップの作成、実技を通じた学習、ロールプレイングなど様々な方法による活動が考えられる。

なお、心身の健康と安全に関わる指導は、学校教育全体を通じて行われる保健や安全に関する指導等との関連を図る必要があり、教職員の共通理解を図るとともに、保護者や地域の理解と協力を得ながら実施することも必要である。内容によっては、養護教諭や関係団体等の協力を得ながら指導することも大切である。

ア 目標

生徒会活動の目標は、学習指導要領第5章の第2の〔生徒会活動〕の1「目標」で次のように示されている。

生徒会活動は、全校の生徒をもって組織する生徒会において、学校における自分たちの生活の充実・発展や学校生活の改善・向上を目指すために、生徒の立場から自発的、自治的に行われる活動である。生徒会活動は学年、学級を越えて全ての生徒から構成される集団での活動であり、異年齢の生徒同士で協力したり、よりよく交流したり、協働して目標の実現をしたりしようとする活動である。

イ 内容

生徒会活動の内容は、学習指導要領第5章の第2の〔生徒会活動〕の2「内容」で次のように示されている。

1の資質・能力を育成するため、学校の全生徒をもって組織する生徒会において、次の各活動を通して、それぞれの活動の意義及び活動を行う上で必要となることについて理解し、主体的に考えて実践できるよう指導する。

(1) 生徒会の組織づくりと生徒会活動の計画や運営

生徒が主体的に組織をつくり、役割を分担し、計画を立て、学校生活の課題を見いだし解決するために話し合い、合意形成を図り実践すること。

(2) 学校行事への協力

学校行事の特質に応じて、生徒会の組織を活用して、計画の一部を担当したり、運営に主体的に協力したりすること。

(3) ボランティア活動などの社会参画

地域や社会の課題を見いだし、具体的な対策を考え、実践し、地域や社会に参画できるようにすること。

これらの活動内容は相互に関連し合っており、学級活動や学校行事などの活動内容とも深く関連している。その点を踏まえながら充実した生徒会活動を進めていき、よりよい学校生活や校風を築き、豊かな学校文化を創造することが大切である。

ウ 保健体育との関連

保健体育との関連を考えたとき、主に「(1) 生徒会の組織づくりと生徒会活動の計画や運営」「(2) 学校行事への協力」の内容とのかかわりが考えられる。

「(1) 生徒会の組織づくりと生徒会活動の計画や運営」の計画や運営の要点として、生徒が主体的に組織をつくり、役割を分担し、計画を立て、学校生活の課題を見いだし解決するために話し合い、合意形成を図り実践することと示されている。このような目標に向けて実践する過程で、自治的な活動に必要な資質・能力を育むとともに、生徒相互の心の交流を深め、よりよい人間関係を形成し、集団への所感や連帯感も育まれていくとされている。

「(2) 学校行事への協力」の計画や運営の要点として、学校行事の特質に応じて、生徒会の組織を活用して、計画の一部を担当したり、運営に主体的に協力したりすることと示されている。この内容は、日常の学習や経験を総合的に発揮し、その発展を図り、学校生活を豊かな実りあるものとするものであるとされている。

次に、体育大会の実施計画について例示する。

<指導計画>

① 目的

- ・ 体育大会の企画、運営を通して、生徒が主体的、創造的に取り組む態度を育てる。
- ・ 生徒、PTA、学区民、教職員とのふれあいを深める。
- ・ 日頃の学習の成果を発表し、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。

② 参加者……生徒、保護者、学区民、教職員

③ 期 日……9月中旬

※ 安全管理について

けがや体調不良者が発生した場合の対応について共通理解を図る。特に帽子着用の指導や日陰を作る工夫等、熱中症対策を確実に行う。

<事前指導>

5月 原案提案に向けて、体育部と生徒会担当で協議及び原案作成

6月 職員会議にて第一次案の提出及び協議（体育主任）

運営組織及び役割分担の決定

【職員関係】

- ・ 大会長……校長
- ・ 渉 外……教頭、事務職員
- ・ 全体計画、運営計画……体育部
- ・ 生徒会種目担当……生徒会担当
- ・ PTA 種目担当……各学年主任
- ・ 準 備……各委員会担当



【生徒関係】

※ 生徒会執行部、縦割りブロック代表、各委員会の委員長、学年代表で、実行委員会を組織する。

- ・ 種目の企画・運営……実行委員会
- ・ スローガンの決定……実行委員会
- ・ 各種目の準備……各委員会
- ・ 式典の運営……生徒会執行部

7月 体育大会へ向けての意識を高める活動（各種目の企画、準備等）

- ・ 学級ごとに体育大会の意義や目的について話し合い、クラス旗や応援グッズの作成案等について決定する。（学級）
- ・ 縦割りブロック内の顔合わせを行ったり、集団としての意識を高めるための活動を行ったりする。（縦割りブロック）
- ・ 生徒会種目やPTA種目の決定に向けた、協議をする。（実行委員会）
- ・ スローガンを発表するなど、体育大会への意欲向上を目指した啓発活動を行う。（実行委員会）
- ・ 各種目の準備をする。（各委員会）

8月 夏休みを利用して準備を進める

9月 選手決定、競技・式典・応援練習

- ・ 練習の実施に当たっては、生徒の自主性に任せながら、全職員共通理解のもとで生徒を支援し、運営を手助けする。

<事後指導>

- ・ 各学級・各委員会で、体育大会の反省を行い次の行事等に生かす。
- ・ 各反省の記録を集め、次年度に生かす。

(3) 学校行事

ア 目標

学校行事の目標は、学習指導要領第5章の第2の〔学校行事〕の1「目標」で次のように示されている。

全校又は学年の生徒で協力し、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旨とする。

学校行事は、全校又は学年という大きな集団を単位として、日常の学習や経験を総合的に発揮し、その発展を図る体験的な活動である。このような大きな集団を単位とした望ましい集団活動を通して、望ましい人間関係を形成し、集団への所属感や連帯感を深め、公共の精神を養い、協力してよりよい学校生活を築こうとする自主的、実践的な態度を育成することが学校行事の目標である。

イ 内容

学校行事の内容については、学習指導要領第5章の第2の〔学校行事〕の2「内容」で次のように示されている。

1の資質・能力を育成するため、全ての学年において、全校又は学年を単位として、次の各行事において、学校生活に秩序と変化を与え、学校生活の充実と発展に資する体験的な活動を行うことを通して、それぞれの学校行事の意義及び活動を行う上で必要となることについて理解し、主体的に考えて実践できるよう指導する。

- (1) 儀式的行事
- (2) 文化的行事
- (3) 健康安全・体育的行事
- (4) 旅行・集団宿泊的行事
- (5) 勤労生産・奉仕的行事

学校行事は、全校又は学年という大きな集団の中で、生徒の積極的な参加による体験的な活動を行うことによって、学校生活に秩序と変化を与え、全校及び学年集団への所属感や連帯感を深め、日常の学習の総合的な発展を図るとともに、学校生活の充実と発展に資する体験的な活動を行うものである。

この「体験的な活動」あるいは「学校生活に秩序と変化を与え」は、他の教育活動では容易に得られない教育的価値を実現する場としての学校行事の特質を述べたものである。これは、ともすると単調になりがちな学校生活に望ましい秩序と変化を与える学校行事を、年間を通して計画的に実施することによって、生徒の学校生活にリズムを与え、より生き生きとした生活を実現するのである。さらに、このような学校行事の体験を積み重ねることによって、「集団への所属感や連帯感を深め」「公共の精神を養い」「学校生活の充実と発展に資する」ことを期待しているのである。

この「集団への所属感や連帯感」「公共の精神」さらに「学校生活の充実と発展」は、学校行事だけで達成できるものではない。学校行事も他の教育活動と相まって中学校教育の目標の達成を目指すものである。したがって、学校行事が他の教育活動における学習なり、経験なりを総合的に取り入れ、その発展を図り、効果的に展開されるようにする必要がある。

ウ 健康安全・体育的行事のねらいと内容

健康安全・体育的行事は、学習指導要領第5章の第2で、次のように示されている。

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。

健康安全・体育的行事として健康診断、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・安全や学校給食に関する意識や実践意欲を高める行事、運動会（体育大会）、競技会、球技会等が考えられる。

これらの行事の中には、学校保健安全法や消防法の規定に従って実施されるものもあるが、いずれも学校教育の内容として取り上げる以上、それぞれのねらいを明らかにし、教育的な価値を十分に生かすように配慮することが大切である。

学習指導要領解説特別活動編には、実施上の留意点について次のように示されている。

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等について、学級活動、生徒会活動及び各教科、道徳等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、参加の心構え等について理解させ、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、体に疾病等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等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、自転車運転時などの交通規則を理解させ、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ようにすること。また、未成年者による喫煙及び飲酒や、薬物乱用等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られ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が大切である。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しておく必要がある。

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、教育的な価値を発揮するように努める必要がある。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配慮しなければならない。

オ 健康安全に関する行事と体育に関する行事はその趣旨から、それぞれ全ての学年において取り組むこと。

エ 旅行・集団宿泊的行事のねらいと内容

旅行・集団宿泊的行事について、学習指導要領第5章の第2で、次のように示されている。

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、集団生活の在り方や公衆道徳などについての望ましい体験を積むことができるようにすること。

旅行・集団宿泊的行事としては、遠足、修学旅行、移動教室、集団宿泊、野外活動等が考えられる。

学習指導要領解説特別活動編には、実施上の留意点について、次のように示されているため参考にするといよい。

- 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等の充実を図ること。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。また、生徒の入学から卒業までの間に宿泊を伴う行事を実施すること。
- 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、道徳科、総合的な学習の時間、学級活動等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等を工夫し、体験したことがより深まるような活動を工夫すること。
- ウ 学級活動等において、事前に、目的、日程、活動内容等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ておく。
- 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、十分に自然や文化等に触れられるよう配慮する。
- 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等に十分配慮し、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。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、高等学校等の遠足・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）等を参照すること。

オ 旅行・集団宿泊的行事の具体例

(7) 海での活動を中心とした野外学習

a 概要

(a) 研修期間 2泊3日

(b) 日程

1日目	学校発…研修施設着…入所式＝昼食＝砂の造形＝夕食＝星空観察＝就寝
2日目	朝の集い＝朝食＝カッター活動＝昼食＝海を選択活動＝キャンプファイヤー＝就寝
3日目	朝の集い＝朝食＝野外炊事＝退所式 研修施設発…学校着（解散）

b ねらい

- ・ 野外学習を通して、海に親しみ、自然の壮大さや厳しさを味わう。
- ・ 集団生活の在り方について考え、実践することを通して、自主的・自律的な態度や、よりよい人間関係を形成しようとする態度を育てる。

c 内容

ねらいを達成するために、次のような活動を取り入れる。

(a) 研修テーマの決定

各クラスの代表生徒が集まり，研修テーマや研修中の心得，持ち物の取り決め等について協議する。決定事項を学年全体に伝え，みんなで取り組む意識を高める。

(b) カッター活動

指導員による指導のもと，カッターの正しい漕ぎ方を身に付ける。大きな声を出しながら全力で漕ぎ，仲間と協力しながら最後までやり遂げることの素晴らしさを味わう。

(c) 海の選択活動

磯遊びやシーカヤック等，子どもたちの興味関心に応じた海の活動を複数用意し，選択して取り組む。それぞれの楽しみ方を通して海を感じ，自然について学ぶきっかけにする。

(d) 学年の集い

キャンプファイヤーや朝の集い等，実行委員が中心となって企画運営をする。多くの仲間と関わり合える内容になるよう工夫をする。

d 企画，実施上の留意点

(a) 生徒たちの自主的な活動を促すために，ルール等の取り決めは生徒の話し合いを中心に決定し，教師は必要に応じて適切な助言をする。

(b) 安全についての指導は，事前に徹底して行う。実施中は，みんなの協力できざまな問題を乗り越えることが学習だと考え，教師は必要以上にアドバイスをしないように心掛ける。

(イ) その他の野外学習の実施例と活動のねらい

a 登山

日常生活にはない自然を味わいながら，汗を流して自分の足で登頂することで，他のスポーツとは違った充実感を得る。また，手を差しのべたり声を掛け合ったりして，仲間と登る喜びを体感することで，協力や励まし合う心を育てる。

b ハイキング

四季折々の豊かな自然と触れ合うことで，精神的リフレッシュにつなげ，自然への理解を深め自然環境への意識を高める。また，仲間と語らうことで，仲間の再発見や仲間意識の高揚を図る。

c オリエンテーリング

決められたコースを，グループで協力しながら，定められたポストを探して課題解決を競う。未知の自然の中へ入っていくことで，自然に親しむ態度や社会性，判断力等を養うきっかけとする。

d キャンプ

複数名で，役割を分担し，協力してテントを設営する作業をしたり，宿泊したりする活動を通して，協調性や責任感を養う。

e スキー

インストラクターの指導のもと，技能レベルに合わせた班分けを行い，スキーの技術を習得する。雪山の壮大さを味わい，自然に親しむ態度を育む。

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

運動部活動は、体力や技能の向上を図る目的以外にも、異年齢との交流の中で、生徒同士や生徒と教師等との好ましい人間関係の構築を図ったり、学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の涵養に資したりするなど、生徒の多様な学びの場として大きな意義を有する活動である。また、生徒が自主的・自発的に展開していくことができるよう、個々の生徒の個性を把握し、理解し、その願いにこたえられるように務めていくことが求められている。

(2) 位置付けの変遷

平成10年までの指導要領の中には、「部活動」という言葉では直接的に表現されず、豊かなスポーツライフの実現と健康の保持増進、安全な生活のための基礎づくりを学校教育全体を通じて行っていく必要性を強調し、その中から部活動の担う大きさを位置付けてきた。平成20年1月の中央教育審議会答申においては、「教育課程に関連する事項として、学習指導要領に記述することが必要である。」と指摘がされた。また、平成27年12月の中央教育審議会答申では、「部活動も学校教育活動の一環であることから、生徒の『主体的・対話的で深い学び』を実現する視点が求められることを明確にする。これにより、部活動と教育課程との関連がより一層明確になると考えられる」と指摘がされた。部活動は、教育課程との関連により行われる学校教育の一環として明確に位置付けられており学校の教育活動としてますます重要視されている。

表 7-1 部活動の変遷

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(2008)	学校教育の一環として、教育課程との連携が図られるよう留意する
平成29年(2017) 3月告示	中学校学習指導要領第1章総則 第5 学校運営上の留意事項の1のウ「部活動については、(中略)学校教育の一環として、教育課程との連携が図られるよう留意すること。(抜粋)」 ●部活動の意義 学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養 ●持続可能な運営体制を整えるための、運営上の工夫 地域の人々の協力、社会教育施設・社会教育団体との連携等

2 運動部活動の意義、留意点

(1) 意義

中学校学習指導要領第1章総則第5の1のウでは次のように明記されている。

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するものとする。

生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動は、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、互いに協力し合って友情を深めるといった好ましい人間関係の形成等に資するものである。

部活動は、学校の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である。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ばかりでなく、多くの仲間との共同生活を通して社会性や公共心を育むことができる。また、部活動は生徒が自主的、自発的に活動を組織し、展開することに本質を有しており、部活動の指導者は、個々の生徒の個性を把握、理解し、その願いに応えられるよう努めていくことが求められている。そして、指導者等の指導のもと、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ふれあいの場であるとともに、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大変有意義な教育活動である。

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 | ○生涯スポーツの基礎づくり |
| ○好ましい人間関係の形成 | ○適性・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 等 |

(2) 留意点・配慮事項

留意点としては、部活動は、教育課程において学習したことなども踏まえ、自らの適性や興味・関心等をより深く追求していく機会であることから、中学校学習指導要領解説保健体育編第2章以下に示す教科の目標及び内容との関係にも配慮しつつ、生徒自身が教育課程において学習する内容について改めてその大切さを認識するように促すなど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に留意する。

また、学校や地域の実態に応じ、スポーツや文化、科学等におよぶ広い分野での指導者を地域の人々の協力、体育館や公民館などの社会教育団体等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も大切である。

各学校が部活動を実施するに当たっては、生徒が参加しやすいよう実施形態などを適切に工夫するとともに、休日や活動時間や休養を適切に設定するなど生徒のバランスの取れた生活や成長にも配慮する。

3 運営上の留意点

(1) 運営と指導の在り方

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には、運動部活動の意義及び位置付けを踏まえ、校長を中心とした責任体制のもと、学校全体で推進していくことが重要である。

ア 目標及び指導方針

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。

イ 運営体制

校務分掌の組織に顧問を位置付け、実態に応じて顧問会議、部活動主任等を設けるなど、部活動の組織化を図る。また、各学校の実態等を踏まえ、部活動指導員を積極的に用いる。

ウ 活動計画

運動部活動の目標及び指導方針に従い、各部活動ごとに年間を通じた活動計画を作成する。

エ 活動時間と休養

生徒にとって、バランスのとれた学校生活やスポーツ傷害を予防する観点などから、活動時間や練習日数、休養日の適切な設定を行う。

(2) 顧問の役割

ア 顧問は、運動部活動の目標や指導方針を踏まえ、全教職員と連携・協力し、活動計画に基づいた運営や指導を行う。

イ 顧問は、次の点に特に留意して指導を行う。

- (ア) 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る。
- (イ) 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。
- (ウ) 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。
- (エ) 行き過ぎた指導にならないように自己管理に努める。
- (オ) 運営や指導方法について、定期的に点検や分析を行い、指導力向上や改善に努める。
- (カ) 活動経費については、必要かつ最小限にとどめるとともに、適切な会計報告を行う。
- (キ) 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もった行動をとる。
- (ク) 顧問は、指導方針や活動計画を保護者に知らせ、共通理解のもと、連携した運営に努める。

運動部活動の顧問の主な役割

- 年間・月間指導計画の作成
- 部員の健康管理
- 部員の適性把握
- 部員の生活指導
- 部活動中の事故防止・安全対策
- 外部指導者・部活動指導員との連絡・調整
- 大会や試合の引率
- 大会主催者との連絡調整
- 予算の管理運営
- 顧問会議の出席
- 管理職等への、報告・連絡・相談
- 保護者との連絡・調整

それぞれの部活動の特性に応じた役割

○ 専門的な技術指導

「専門的な技術指導」を高めるためには、技術指導法の研修を行うとともに、スポーツ医・科学トレーニング法、スポーツ心理学等、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。

「専門的な技術指導」については、運営上の工夫を行い、地域の優れた指導者、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。

図 7-1 運動部活動指導における役割

(3) 運動部活動の組織づくり

部活動指導において、教師は一生懸命指導を行うが、個人の資質に頼っているのが実状である。より効果的に部活動を行うには、以下の点に留意したい。

- ・ 部活動においても、「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である。
- ・ 各学校における部活動実施上の課題を明確にし、生徒たちに最もふさわしい部活動の在り方を考えなければならない。
- ・ 点検の視点を工夫し、結果から《成果》《課題》を明確にして活動の見直しをする。
- ・ 職員会や顧問会、保護者会、生徒の声などから活動を振り返る。

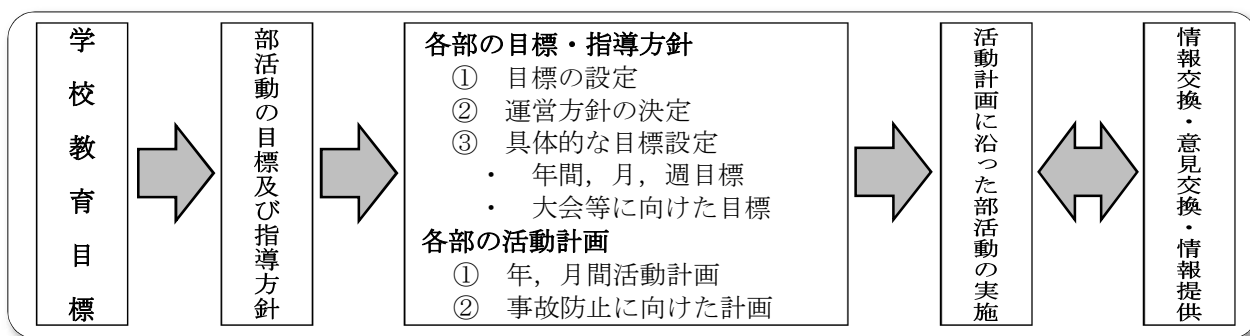


図 7-2 部活動運営

(4) 自主性と個性の尊重

部活動を指導するに当たって、生徒の人権や人格、自主性を尊重しなければならない。また、一人一人の心の動きも知っていないと適切な指導ができない。生徒の心理的な特徴に配慮した指導を心がける必要がある。生徒の状況を把握することは、学校生活全般においても重要なことである。部活動指導においても、生徒が部活動に何を求め、どのような心身の状況かを把握する必要がある。生徒の状況に応じて柔軟に対応することが顧問に求められる。次のようなことに心がけ、生徒の状況把握に努める。

生徒の状況把握をするために

- 生徒の活動前後の健康状態を確認する。
- 生徒とのコミュニケーションを大切にする。
- 生徒が発するシグナルを見逃さない。
- 部活動日誌等を活用して、活動の状況を把握する。個々の生徒との接触が難しい場合は、個人ノート等を活用する。

(5) 保護者との連絡・連携・調整

ア 保護者との連携

保護者が部活動に寄せる期待は大きい。また、部活動は学校教育の一環として行われており、教育活動や学校行事等と同様に、保護者の理解を得ることは当然である。活動に係る費用や、健康、栄養等の面での保護者の援助、協力は不可欠である。日ごろ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。顧問は部活動懇談会等の機会に、指導方針、活動内容、年間の計画、消耗品等の金銭に関することなどの説明をする。さらに、生徒の活動の様子を公開する、部活動見学会を催し、保護者の協力を得られるような機会とする。



【部活動懇談会の様子】

保護者との連携のために

- 年度当初には、活動方針や指導方針を文書により保護者説明会等で周知する。
- 保護者との連絡体制を整備する。
- 部活動に係る運営経費は誰が見ても納得できる目的・内容・効果等が勘案された支出でなければならない。校長の意思決定のもとに保護者から必要額を徴収し、預かったお金については決算報告まで行う必要がある。
- 保護者の経済的負担に配慮し、大会や試合、用具に係る費用等の精選を行い、必要性を説明した上で、保護者の同意を得る。
- 緊急時の連絡先等を確認し、保護者と連携して適切な対応ができるようにする。

イ 保護者会との関わり

保護者会等による部活動への援助は部活動の充実に有用なものであり、部活動指導の効果が上がることが期待できる。一方で、保護者会費の取り扱いによるトラブルが起きていることも事実であり、保護者会等との適正な関係に心がける。

保護者会との適正な関係のために

- 保護者会との適正な協力体制の確立に努める。
- 部活動において必要となる金品等は、保護者会で諮る。
- 保護者会費の徴収や執行は保護者会等に委ねる。（顧問が積極的に関わるとトラブルの原因となる。）
- 顧問は保護者会費の管理や執行、会計報告の適正な管理運営に向けて、必要に応じて助言する。

4 指導上の留意点

(1) 適切な活動時間等の設定とプロセスの重視

成長期にある生徒が、運動、食事、休養及び睡眠のバランスの取れた生活を送ることができるように、練習時間や練習日、休養日を適切に設定することが必要である。それによってスポーツ傷害や外傷、バーンアウト症候群を予防することにもつながる。

具体的な例として以下の点が挙げられる。

- ・ 学期中は、週当たり2日以上以上の休養日を設ける。（平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日（以下「週末」という。）は少なくとも1日以上を休養日とする。週末に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。）
- ・ 長期休業中の休養日の設定は学期中に準じた扱いを行う。
- ・ 1日の活動時間は、長くとも平日では2時間程度、学校休業日（学期中の週末を含む）は3時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。
- ・ 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。

(2) 傷害の防止と事故の対応

指導者として大切なことは、適正な目標のもと、しっかりとした活動計画を立て、安全面に十分配慮して指導することである。対応が間違っている場合は指導者側の責任が問われることがあるので十分に配慮する必要がある。

安全に活動するために

- 日常的に施設や用具の点検に努める。
- 保護者・担任・養護教諭等と連携を図り、生徒の健康状態を把握する。
- 熱中症予防のため、環境状況（気温・湿度）に注意し、十分な水分補給等に心掛ける。
- 大雨、落雷など自然災害等による事故防止に努める。

事故が起こったときのために

- 心配蘇生法やAED使用に関する研修を行う。
- 緊急時対応マニュアルが機能するように、訓練等を行う。

指導者（顧問）の法的責任

指導者には、生徒の生命・身体の安全を確保するために必要な指導及び監督をする注意義務がある。潜在的な危険を早く発見し、早く取り除く配慮、潜在的な危険を重なり合わないようにする配慮及び二次的な事故につながらないようにする配慮等が必要である。

- 安全を確保する義務（危険予見義務）
- 危険な結果を回避する義務（危険回避義務）

(3) 地域との連携，地域人材（外部指導者・部活動指導員）の活用

卒業生や地域の運動経験者，地域スポーツクラブ指導者等の学校外の指導者等の地域人材を活用し，生徒に専門性が高く，質の高い指導を提供する方法もある。

(4) 望まれる指導者像

生徒のやる気を育てるためには，生徒の努力を認めたり，成長を見付け認めたりするなど，生徒の自己肯定感を高め，自主的・自発的な活動ができるように指導することが大切である。

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，生徒の立場に立って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が大切である。

苦手なことも諦めず，こつこつと努力する姿がすばらしい！



「認めてもらえてよかった」
このまま頑張ろうという気になる。

腹が立ち，怒鳴り散らしてやった！
気合を入れるには当然のことだ！



「一生懸命やっているのに，どうして？」
自信がなくなる。

指導法の「引き出し」を増やそう！

指導の方法は，数多くある。指導者としてたくさんの指導の引き出しをもつことは大切である。身に付けた指導方法を，生徒一人一人に応じて，適切に使い分けることが，よりよい運動部活動につながっていくことになる。

（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
努力が報われたと肯定的
にとらえる。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
になる。

自信は成長の源！

（例）失敗は責めるので
はなく，なぜ失敗したか
の分析をさせよう！

失敗したことを指摘する
だけでなく，なぜでき
なかったのかを自分自身
で分析させることで，論
理的思考力が高まるとも
に自主性も育つ。

（例）具体的な指導を心
がけよう！

指導を行う際には，分
かりやすく伝えることが
大切である。そのために
「5W1H」(When, Who,
Why, Where, What, How)
を意識して指導すると情
報が伝わりやすくなる。

部活動のよい指導と適切な運営をするために

- 部活動の指導に当たっては，生徒の状況に応じた目標を設定するとともに無理のない計画を立案するように努めている。
- 部員の自主性を尊重した活動となるよう心がけている。
- 部員一人一人の技能や知識，体力，健康状態等を把握し，個々に応じた活動となるよう心がけている。
- 部員とのコミュニケーションを大切にしている。
- 部員の人権や人格を尊重した指導を心がけている。
- 部員のよいところを見つけ，積極的にほめるように心がけている。
- 結果だけではなく，過程も大切にしている。
- 部員がバランスのとれた生活を送れるよう休養日を適切に設けている。
- 顧問が会議等で活動に立ち会えない場合の緊急対応を部員に指導している。
- 練習環境に応じた安全指導（暑さ・寒さ対策や水分補給等）を行っている。
- 大会の申し合わせ事項や，会場におけるルール，マナーを部員に指導している。

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

「学校保健安全法」（平成21年4月1日施行）では、児童生徒等の安全の確保を図るため、施設及び設備の安全点検、児童生徒等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、職員の研修などについて、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。また、危険等発生時対処要領（危機管理マニュアル）を作成し、事故等により児童生徒等に危害が生じた場合、当該児童生徒等及び関係者の心身の健康の回復のため、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には、学校内のあらゆる施設・設備及び用具について、定期的に安全点検するとともに、生徒の多様な行動に対し、十分な安全性を確保し、安心感を与えられる指導計画を作成する必要がある。その中で、生徒が予測しにくい危険をあらかじめ除去して、事故が発生した場合においても被害が最小限になるよう、適切な安全指導と安全管理を徹底することが求められている。

(1) 学校管理下における事故の実態

愛知県内の中学校における、令和元年度に学校管理下で発生した事故の実態は、独立行政法人日本スポーツ振興センターの統計によると、以下のとおりである。

表8-1 場合別事故発生状況（令和元年度）

場合別内容	事故件数	発生率(%)	体育的活動 時の領域別
部 活 動	7,576	49.1	①球技 ②陸上 ③器械体操 ④武道
各 教 科 (保健体育)	4,787 (4,487)	31.0 (29.1)	体育的活動 時の種目別
休 憩 中	1,194	7.7	事故の発生 場 所 別
学 級 活 動	464	3.0	
通 学 中	578	3.8	校舎内 ①屋内運動場 ②教室 ③階段 校舎外 ①運動場・校庭 ②プール 学校外 ①体育館 ②運動場・競技場 ③道路
体 育 祭	267	1.7	負 傷 の 部 位 別
集团的宿泊学習	296	1.9	①手・手指部 ②足関節部 ③足・足指部 ④膝部 ⑤眼部
そ の 他	282	1.8	負傷・疾病 の 種 類 別
合 計	15,444	100	①骨折 ②挫傷・打撲 ③捻挫 ④靭帯損傷・断裂 ⑤挫創

場合別の事故発生状況によると、部活動や保健体育の授業中における事故が圧倒的に多い。特に、バスケットボール、バレーボール、サッカー、ハンドボール等、球技種目で事故が多く発生している。

(2) 事故発生の要因

ハインリッヒの法則では、1件の重い災害発生の背景には同種の軽い災害が29件、傷害事故には至らなかった同種の事故が300件存在するとしている。日常、学校管理下で起きている事故にも、ヒヤリ・ハッとした事例が多く潜んでいると考えられ、その事例から要因を探れば、事前に防止できた事故もかなり多くあると考えられる。事故発生の要因を探り、できる限り未然に事故を防がなければならない。

ア 生徒に関わる事故発生の主な要因

- (ア) 睡眠不足、食事をとっていない
- (イ) 気のゆるみ、ルール・マナーが守れない、過度の緊張
- (ウ) 準備運動不足、基礎体力不足、過度の練習

イ その他の事故発生の主な要因

- (ア) 施設や用具の管理・整備状況
- (イ) 過度の運動負荷
- (ウ) 気温・湿度や雷等の気象条件

2 学校安全の推進

(1) 安全教育（下図参照）

安全教育の目標は、安全な生活を実現するための知識や技能を身に付け、自ら考えて判断し行動する力をもつことや、主体的に自他の安全な生活を実現しようとしたり、安全で安心な社会づくりに貢献したりする態度を育成することである。

安全教育は、学校の教育活動全体を通じて行われるものであり、保健体育科、技術・家庭科及び特別活動の時間はもとより、各教科、道徳科及び総合的な学習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ものである。例えば、事故等の原因や防止の仕方、事故発生時の応急手当の方法に関する理解や、危険予測と回避の方法については、保健体育科において計画的に実施されることが重要であり、理科などの実験・実習や作業を伴う教科においては、事故防止の指導を徹底し、生徒に安全な行動の仕方を身に付ける必要がある。

また、特別活動における指導においては、実践的な集団活動を通して、各教科等で育成した資質・能力を総合的で汎用的な力に変え、実生活や実社会で活用できるようにすることが求められる。

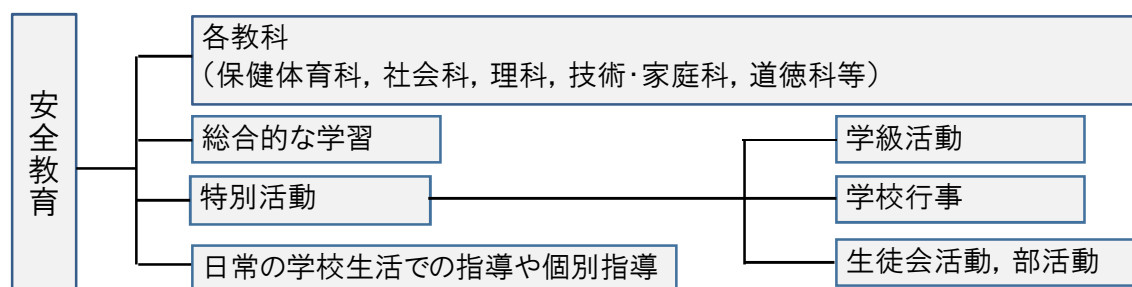


図 8-1 安全教育の構造

(2) 安全管理

安全管理は、事故の要因になる学校環境や生徒の学校生活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、事故や災害が生じた場合には、適切な応急手当や安全措置ができるような管理体制を確立するなど、生徒の安全を確保するための活動である。

これらは、教職員が中心となって行うものであるが、安全を考慮したうえで生徒にも参画させることは、安全教育の視点からも重要である。また、安全管理は、対人管理と対物管理に大別される。

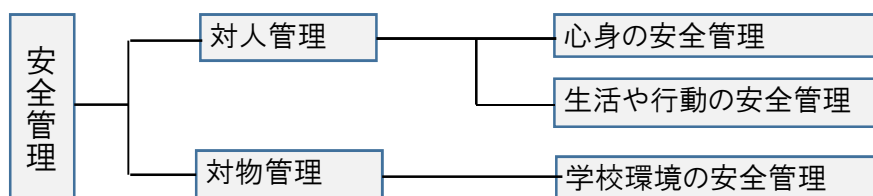


図 8-2 安全管理の構造

3 運動時の安全に関する指導

(1) 体育授業時における安全に関する指導

ア 指導の要点

(ア) 健康状態・身体状態等への安全に関する指導

心臓疾患等，健康面で留意を要する生徒について4月当初に掌握し，個々に対応策を講じる。また，授業の前後に体調の変化等がないか声を掛けるなど，健康観察を確実に実施し，体調不良時やけが発生時は，些細なことでも気になることは自己申告する習慣を身に付ける。

(イ) 天候への安全配慮

気温・湿度等，身体に対する影響を考慮し，熱中症等が心配される場合は，運動環境の指針となる暑さ指数（WBGT温度）を用いて，熱中症予防運動指針を参考にして運動量や，運動強度等を十分考慮する。また，屋外での授業では，雷の音が聞こえたら，ただちに屋内へ避難させるなど，天候の急変にも留意する。

(ウ) 授業のルール・マナーの確立

a 集団行動の徹底

話を集中して聞く，集合・移動時にきびきびと動くなど，よい緊張感をもち授業にのぞませる。

b 安全を確保するルールの確立

運動種目に応じて，予想されるけがへの対策を十分に練り，ルールの確立を図る。

(エ) 学習内容における安全指導

a 課題の発見・解決に向けた主体性・協働的な学びにおいても，安全に効率的に進めるために生徒の個人の能力差や運動の特性，個人の希望等を考慮した学習形態を工夫する。

b 生徒のねらいが高すぎたり，必要以上に高度な技術を追究したりすることがないように，指導に留意する。

イ 授業内容に関する注意点

(ア) 準備運動・整理運動の充実

(イ) 生徒の能力に応じた指導計画の作成

ウ 施設・用具に関する安全配慮

(ア) 施設・用具の安全点検と安全な使用法

a 運動施設は定期的に安全点検を行い，不具合があった場合は修理するなど適切に対応する。

b バレーボールの支柱やハンドボールゴール，跳び箱の運搬等，何人でどこを持ち，どのように運ぶのか，具体的に指示をする。

c 卓球台の開閉や，バレーボールやテニスのネット張り作業等，予想されるけがについて具体的に事例を挙げて説明するなどの事前指導を十分に行う。

d 雨上がりや，休み明けのグラウンド等，危険な状態でないか十分に確認をする。

(イ) 運動できる十分な場の確保

a できる限り余分な物を撤去する。

b 運動できる十分な場所を確保する。

(2) 運動部活動における安全に関する指導

ア 健康観察

(ア) 部活動前の健康観察チェックポイント

・寝不足でないか ・食事はとっているか ・けがはないか

・体温は平熱か ・心拍数や呼吸数は平常か

(イ) 部活動中の健康観察チェックポイント

・呼吸の乱れがないか ・発汗は異常でないか ・顔色は正常か

・足がもつれる，引きずるなど不自然な動きはないか

イ 水分補給と休憩

(ア) 水分補給のポイント

- a 部活動の前
のどの渇き，外的環境（温度・湿度等），練習内容に応じた水分補給を行う。
- b 部活動中
15～30分おきには水分補給を行う。（こまめに水分補給）
- c 水分補給について
のどが渇いた時ではすでに脱水症状が始まっているので，一度に多量に摂らず，こまめに水分補給を行う。（30分に180～200ml（コップ1杯程度）を目安に）
- d 経口補水液について
多量発汗時は，0.1～0.2%程度の食塩水（2リットルの水にペットボトルキャップ1杯程度の食塩）等，塩分や電解質が含まれるものをあわせて補給を行う。飲み物の温度は，5℃～15℃程度がよい。

(イ) 休憩

こまめに休憩をとり，集中力がきれないように考慮する。夏の炎天下では，熱中症も心配されるので15～30分に1度を目安に休憩をとる。暑い中続けて運動すると，トレーニングの質が落ち，体力を消耗する。また，WBGT温度（湿球黒球温度）を活動の指針として適用することが望ましい。

ウ 活動内容における安全配慮

(ア) 内在的危険の把握とその対処

部活動には，それぞれの種目で内在的危険がある。例えばサッカーであれば，至近距離から蹴ったボールが相手の目等に当たる危険性がある。それぞれの種目で，内在的危険をつかみ，それぞれ対処する必要がある。

(イ) 活動の質と量

生徒の能力と活動の量と質とを考え，無理がなく効率的な内容とする。

(ウ) 体罰の厳禁

学校教育法第11条では，「校長及び教員は，教育上必要があると認めるときは，監督庁の定めるところにより，学生，生徒及び児童に懲戒を加えることができる。ただし，体罰を加えることはできない。」として体罰を禁じている。無意味な正座や長時間のランニング等，あらゆる体罰は厳禁である。

(3) 体育的行事における安全に関する指導

ア 安全配慮義務，注意義務を十分に考慮した計画

安全配慮義務→生徒の生命や健康を危険から保護するよう配慮する義務

注意義務 →危険予見義務（危険を予見し，安全を確保する義務）

危険回避義務（危険を回避する義務）

(ア) 人に関する安全配慮

- a 健康観察を十分に行い，健康状態や心の状態をチェックする。
- b ルールに関する指導を徹底する。
- c 気温や湿度等が体に及ぼす影響を十分に考慮する。
- d 適度な休憩や給水をとる。

(イ) 施設用具に関する安全配慮

- a 用具の点検・管理を十分に行う。
- b 用具の安全な使用法を理解させる。

(ウ) 方法に関する安全配慮

- a 準備運動，練習，競技，整理運動等，無理のないプログラムを設定する。
- b 難易度や時間の考慮をする。（危険性の高いプログラムを組まない）
- c 登山・オリエンテーリング等，自然現象の影響を受けるスポーツは，ぬかるんで危険な場所がないか事前確認を行うとともに，雷の音が聞こえたら直ちに中止し建物等の中に入るなど，天候に配慮した柔軟な計画を立てる。

イ 適切で迅速な応急処置

(ア) 早い通報

心臓が停止している場合や、呼吸がない場合などの緊急事態では、すぐに救急車を要請し 病院へ搬送する。

(イ) AED（自動対外式除細動器）や経口補水液等の準備

万が一の場合を想定し、AEDの設置場所を確認しておく。また、経口補水液等を常備しておく。

(ウ) 熱中症の対応

a 意識障害の確認

b 衣類を緩め、寝かせる（ベルトを外したり、ジャージを脱がせたりするなど、衣服を緩めて汗を拭き、帽子を着用させる）

c 環境整備（直射日光が当たらず、風通しのよい場所で休ませる）

意識レベルが低下し、体温が高いときは、すぐに救急車を要請する。太い動脈血管がある首や脇の下、足の付け根を冷やし、風を送りながら体温を下げ、救急車の到着を待つ。

d 水分補給（0.1～0.2%程度の食塩水、スポーツドリンクなど）

(エ) アナフィラキシー・ショック（重度のアレルギー反応：食物、薬物、蜂刺されなど）

a 運動で誘発されるアナフィラキシーがあることを理解し、症状から可能性を疑った対応をする。

b その場で安静にし、立たせたり歩かせたりしない。

c アレルギーのもとを取り除く。（吐き出させたり、洗い流したりする）

d 処方されている薬やエピペンがあれば使用する。


e いびきのような呼吸音やぜいぜいする、咳込むなどの呼吸器症状があらわれたら、気道を確保し、救急車を要請する。

f 意識レベルの低下、顔面蒼白、冷や汗、嘔吐などの状態であれば、救急車を呼び、足を心臓より高く上げ寝かせる。

(4) 各運動種目における指導上の留意点

表 8-2 各運動種目と予想される事故ならびに指導上の留意点

運動種目	予想される事故	指導上の留意点
 <p>バスケットボール</p>	<ul style="list-style-type: none"> ボールのキャッチミスによる突き指等の事故 ボールやポジションの奪い合いによる相手との衝突事故 急激なストップや方向転換による事故 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動や補強運動の充実 パスキャッチ等，基本技能の習得と定着
 <p>バレーボール</p>	<ul style="list-style-type: none"> パス時の突き指等の事故 ブロック着地時の捻挫等の事故 ブロック時の突き指等の事故 支柱の取り付けや取り外しによる事故 無秩序なサーブ練習による事故 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動や補強運動の充実 オーバーハンドパスなど基本技能の習得と定着 器具の取り扱い上の注意事項の徹底 練習に応じた十分なスペースの確保
 <p>サッカー</p>	<ul style="list-style-type: none"> ボールやポジションの奪い合いによる相手との衝突事故 急激なストップや方向転換による事故 至近距離からけられたボールの衝突による事故 ゴールポストへの接触による事故 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動や補強運動の充実 無謀なスライディングやチャージの禁止 ゴールの固定と，運搬時における注意事項の徹底
 <p>ハンドボール</p>	<ul style="list-style-type: none"> ボールのキャッチミスによる突き指等の事故 急激なストップや方向変換による事故 ゴールの移動運搬時の事故 ゴールポストへの接触による事故 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動や補強運動の充実 パスキャッチなど基本技能の習得と定着 運搬時における注意事項の徹底
 <p>ソフトボール 野球</p>	<ul style="list-style-type: none"> イレギュラーボールによる事故 打者のバットによる事故 スライディングによる事故 捕球による事故 打球による事故 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動や補強運動の充実 キャッチボール等，基本技能の習得と定着 バットを持ったときの注意事項の徹底 防球ネットの設置等，安全な場作り

運動種目	予想される事故	指導上の留意点
テニス 	<ul style="list-style-type: none"> ボールが目当たるなどの事故 ラケットのスイングによる事故 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動や補強運動の充実 素振りなど基本技能の習得と定着 ラケットを持ったときの心得の徹底 ネット際のボールを拾うときの注意事項の徹底
マット運動 	<ul style="list-style-type: none"> 倒立等からの転倒による事故 能力に合っていない高度な技への挑戦による事故 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動や補強運動の充実 前転・倒立など基本技能の習得と定着 個の能力に応じた技への段階的な移行 練習に応じた十分なスペースの確保
跳び箱運動 	<ul style="list-style-type: none"> 無謀なチャレンジや恐怖心をもったときの事故 跳ぶ前の安全確認の怠りによる事故 バランスを崩した着地時の事故 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動や補強運動の充実 能力に応じた技や高さへの段階的移行 無理に止まらないなど安全な着地 安全確認の徹底
柔道 	<ul style="list-style-type: none"> 無理に技をかけたり、投げられないように踏ん張ったりしたときの転倒による事故 狭い場所での多人数の練習による衝突事故 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動や補強運動の充実 受け身など基本技能の習得と定着 巻き込み技の禁止 練習に応じた十分なスペースの確保
剣道 	<ul style="list-style-type: none"> 竹刀の破損による事故 すり足等による足の裏の損傷等の事故 正規の技以外の打突による事故 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動や補強運動の充実 素振り等、基本技能の習得と定着 竹刀の手入れ、管理の徹底
短距離走 	<ul style="list-style-type: none"> スタートダッシュ等、急激な動きだしなどによる事故 走路の整備不足による事故 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動や補強運動の充実 グラウンドなどの整備とグラウンド状況の把握
走り高跳び 	<ul style="list-style-type: none"> 着地の失敗による事故 安定感のないスタンドやマットのずれによる事故 踏切場所の整備不足による事故 	<ul style="list-style-type: none"> 準備運動や補強運動の充実 踏切や着地等、基本技能の習得と定着 器具の設置状況確認の徹底 グラウンドなどの整備

※ 上の表の運動種目は、独立行政法人日本スポーツ振興センター愛知支所の令和元年度資料より、事故数の多い順に表示

4 体育施設等の安全管理

生徒がいつでも伸び伸びと安心して運動ができるよう運動場、体育館等の施設・設備から授業で使用する消耗品に至るまで、安全管理のための具体的な安全点検実施計画を作成して適切な管理ができるように努めなければならない。そのためには定期的・計画的な安全点検の実施、必要に応じた危険防止の措置等、安全な環境の維持を図ることが大切である。

(1) 安全管理のねらい

学校における安全管理とは、事故の要因となる学校環境や生徒の学校生活における行動等の危険を早期に発見し、それらの危険を速やかに除去するとともに、万が一、事件・事故災害が発生した場合に備え、適切な応急手当や安全措置ができるように体制を確立して生徒の安全確保を図ることである。学校の施設・設備及び用具の管理については、学校保健安全法及び同法施行規則に定めるところにより、安全点検を計画的・組織的に実施しなければならない。安全点検のねらいは、生徒が快適な学校生活を送り、常に安全な状態で体育的活動ができるようにすることである。教師は多発する事故に対して危機感をもち、施設・設備に潜在している危険を早期に発見し、その除去に努めなければならない。

(2) 安全管理の種類と方法

ア 安全管理の種類

安全点検は、日常的、定期的、臨時的に次表のように行う。

表 8-3 安全点検の種類

安全点検の種類	時期・方法等	対象
日常の安全点検	毎授業日ごと	生徒が普段から学習活動や学校生活で使用している箇所
定期の安全点検	毎月 1 回以上 ・計画的に、また教職員全員が組織的に実施	生徒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、トイレ、手洗い場、給食室、屋上等
	毎学期 1 回以上 ・学校安全委員会等と連携し、計画的、組織的に実施	生徒が使用する施設・設備及び防犯・防災に関する設備等
臨時の安全点検	必要があるとき ・体育祭や文化祭等の行事の前後 ・暴風雨、地震、近隣での火災等が発生したとき ・危害を受ける恐れのある犯罪（侵入や放火等）等が近隣で発生したとき	必要に応じて点検項目を設定

イ 安全点検の方法

(ア) 外観点検：施設・設備等の適正な配置、損傷の有無、周辺の異常の有無、その他、主として外観から判別できる事項の確認

- 目視：ゆがみ、亀裂、摩耗、腐食、異物等の有無の点検
- 打音：ハンマー等で叩いて、損傷、はく離、腐食等の点検
- 振動：揺り動かし接合部位や地下部分の緩み、ぐらつき等の固定不良の有無の点検
- 負荷：ぶら下がる、押す、引く、ねじるなどの力を加え、耐力の状況を確認
- 作動：回転部分の油ぎれ、摩耗等による作動の偏りを点検

(イ) 作動点検：施設・設備等の機能について、簡単な操作により判別できる事項の点検

(ウ) 総合点検：施設・設備等の全部若しくは一部を作動させ、総合的な機能を種類に応じて確認

表 8-4 施設・設備別の点検箇所と着眼点

施設・設備	点検箇所と着眼点
体 育 館	・床板や壁面、電源設備等の破損の有無、体育施設や体育用具の破損の有無
運 動 場 等	・地面の勾配、凹凸の状態、排水の状態等の異常の有無 ・危険物（ガラス、石、くぎ等）の除去
遊 具、体育等の 固 定・移 動 施 設	・遊具、鉄棒、バックネット等の破損の有無 ・周囲の状態、設置状態（倒壊の危険性）、砂場・掲揚塔の状態の危険の有無 ・ゴールポスト等の固定状況の確認
運動用具等の倉庫	・用具室や倉庫の整理整頓状況、石灰等の保管状況の確認 ・常に施錠ができる状態になっているかの確認
プ ー ル	・浄化・消毒装置やシャワー等の設備の異常の有無 ・プール内の危険物や異物等の混入の有無 ・プールの排水口、プールサイドやプールの周囲の危険の有無
ブ ロ ッ ク 塀	・ブロック塀の破損の有無
校 舎 等 の 外 壁	・校舎等の外壁の亀裂、表面の浮き等から剥落・落下等の危険の有無
トイレ、手洗い場	・履物、タイル床、便器、窓枠、窓ガラス等の破損や危険の有無 ・出入口の扉、窓の開閉状況の異常や危険の有無 ・換気扇、水洗の破損や水漏れ等の危険の有無

(3) 安全管理の評価と改善

ア 安全管理の評価

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どうかを検討し、安全管理の実態を把握するとともに、より有効な安全管理のための改善策を明らかにするための評価を行うことが大切である。評価の観点は、生徒の生命や身体の安全を確保し、安心して生活できるという視点から、できるだけ具体的にしておくことが必要である。

表 8-5 安全管理の評価（例）

学校安全の評価項目	評価の観点
安 全 管 理 計 画	・学校環境の安全管理に関する計画は適切であったか。 ・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。 ・事件、事故災害の情報収集、連絡体制が整えられていたか。 ・計画が実行され、明確に記録されているか。
安全点検と事後措置	・安全点検の点検項目は適切であったか。 ・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。 ・安全点検は全教職員の共通理解のもとに実施されたか。
学校生活の安全管理	・生徒の安全に関わる行動の実態や事故発生状況が把握され、安全管理や安全指導に役立てられているか。 ・様々な教育活動の内容や方法で安全確保のきまりや約束を生徒が理解し、守って安全に活動しているか。 ・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。 ・生徒と日常的に関わり、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。 ・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。
事件・事故災害等 発生時の危機管理	・危険等発生時対処要領（対応マニュアル）が作成され、訓練等の実施等により、見直しが図られているか。 ・全教職員が応急手当の手順や技術を習得できるように配慮や研修が行われているか。 ・校内での救急、緊急連絡体制はできているか。 ・校外での学習等における救急、緊急連絡体制はできているか。 ・火災、地震、津波、火山活動、風水（雪）害等の発生に備えた被害防止対策は適切に立てられているか。 ・火災、地震、津波、火山活動、風水（雪）害等の発生に備えて、災害発生時の安全措置や教職員の役割が明確にされているか。

イ 安全点検の事後措置

安全点検の結果、施設・設備に不備があった場合には、事後措置を迅速かつ適切に行わなければならない。事故災害の要因を発見し、その除去に努めることが、生徒の安全な学校生活を保障することになる。不備や欠陥を発見した場合、安全点検表に、その不備や欠陥の状況を記録し、各点検責任者の点検結果を集約して事後措置の計画を立てる。結果を集約しておくことは、次回以降の安全点検を効果的に行うための重要な資料にも、また、安全指導の際の有効な資料にもなる。

(7) 点検者による事後措置

点検者により処理できるような危険物の除去、簡単な修理、または取り替え等は、自身で直ちに整備する。簡単に処理できない場合は、応急対策として「使用禁止」などの表示をするとともに、周知徹底を図る。安全点検表の事後措置欄に、どのような措置をしたかを日付とともに記録しておく。

(イ) 生徒による事後措置

生徒の使用する用具、体育施設等の修繕は、教師の指導によって事後措置の可能なものもある。生徒が安全点検や事後措置に参加することにより、自主的に身の回りや室内の整理・整頓への実践化と結びつくとともに、安全意識の高揚を図ることができる。

(ウ) 校内組織による事後措置

校内の組織（教師、PTA）で措置できる場合は、安全担当分掌で計画・立案（人員、予算、日程、手順など）して実施する。

(エ) 業者依頼による事後措置

体育施設・設備や固定遊具の腐食等、校内の組織で措置できないものについては、専門業者に依頼し、整備する。(イ)(ウ)(エ)の場合でも、記録を残すことが大切である。

5 熱中症の予防

(1) 熱中症とは

熱中症とは、熱に中る（あたる）という意味で、暑熱環境下で体内の水分や塩分（ナトリウムなど）の減少や血液の流れが滞るなどして、体温が上昇して重要な臓器が高温にさらされることにより発症する障害の総称である。高温環境下に長期間いたとき、あるいはいた後の体調不良はすべて熱中症の可能性がある。熱中症にはいくつかの病型があるが、重症な病型である熱射病を起こすと、適切な措置が遅れた場合、高体温から多臓器不全を併発し、死亡率が高くなる。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、それを実践することで防ぐことができ、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。熱中症は大きく熱失神、熱けいれん、熱疲労、熱射病の四つに分けることができる。

(2) 熱中症予防の原則

基本的に乾球温が35℃以上では、皮膚温より気温のほうが高くなるので、特別な場合以外は原則として運動は中止する。

ア 環境条件を把握し、それに応じた運動、水分補給を行うこと

暑い時期の運動はなるべく涼しい時間帯にようにし、休憩を頻繁に入れ、こまめに水分を補給する。WBGT等により環境温度の測定を行い、「熱中症予防運動指針」（表8-6）を参考に運動を行う。汗には塩分も含まれているため水分補給は0.1～0.2%程度の食塩水がよい。運動前後の体重を測定すると水分補給が適切であるかが分かる。体重の3%以上の水分が失われると体温調節に影響すると言われており、運動前後の体重減少が2%以内におさまるように水分補給を行うのがよい。激しい運動では休憩は30分に1回はとることが望ましい。熱中症の発生時刻としては、10時から16時の間に多くみられるが、暑い季節は、朝や夕方でも熱中症が発生することがある。また、運動種目にかかわらず、ランニングやダッシュの繰り返しにより多く発生しているため、特に注意が必要である。

イ 暑さに徐々に慣らしていくこと

熱中症は梅雨明けなど急に暑くなったときに多く発生する傾向がある。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、急に暑くなったときは運動を軽くして、1週間程度で徐々に慣らしていく必要がある。週間予報等の気象情報を活用して気温の変化を考慮した1週間の活動計画等を作成することも大事である。

また、けがや病気の後など、しばらく運動をしなかったとき、急に激しい運動をすると熱中症が発生することがあるので注意する。

ウ 個人の条件を考慮すること

運動前の体調のチェックや運動中の健康観察を行い、下痢、発熱、疲労など体調の悪い人は暑い中で無理に運動しない、させないようにする。また、肥満傾向の人、体力の低い人、暑さに慣れていない人は運動を軽減する。特に肥満傾向の人は熱中症になりやすいため、トレーニングの軽減、水分補給、休憩など十分な予防措置をとる必要がある。

エ 服装に気を付けること

服装は軽装とし、透湿性や通気性のよい素材にする。直射日光は帽子で防ぐようにする。

オ 具合が悪くなった場合には早めに運動を中止し、必要な処置をすること

表8-6 熱中症予防運動指針（日本スポーツ協会 2019）

気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31℃以上	運動は原則中止	特別な場合以外は運動を中止する。 特に、子どもの場合は中止すべき。
31～35℃	28～31℃	厳重警戒 (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・持久走は避ける。 10～20分おきに休憩をとり、水分・塩分の補給を行う。 暑さに弱い人※は運動を軽減または運動中止。
28～31℃	25～28℃	警戒 (積極的に休憩)	積極的に休憩をとり、水分・塩分補給をする。 激しい運動では30分おきくらいに休憩をとる。
24～28℃	21～25℃	注意 (積極的に水分補給)	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・塩分の補給を行う。
24℃未満	21℃未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分補給は必要である。 市民マラソン等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

(3) 熱中症を予防する指導上の留意点

学校の管理下における熱中症死亡事故は、ほとんどが体育・スポーツ活動によるもので、それほど高くない気温（25～30℃）でも湿度が高い場合に発生している。暑い中では、体力の消耗が激しく、トレーニングの質も低下し、効果も上がらない。熱中症予防のための運動方法、水分補給等を工夫することは、事故防止の観点だけでなく、効果的なトレーニングという点においても大変重要である。

ア 直射日光の下で、長時間にわたる運動やスポーツ、作業をさせることは避ける。

イ 屋外で運動やスポーツ、作業を行うときは、帽子をかぶらせ、できるだけ薄着にさせる。

ウ 屋内外にかかわらず、長時間の練習や作業は、こまめに水分（0.1～0.2%食塩水あるいはスポーツドリンク等）を補給し適宜休憩を入れる。また、終了後の水分補給も忘れず行う。

エ 常に健康観察を行い、児童生徒等の健康管理に留意する。

オ 児童生徒等の運動技能や体力の実態、疲労の状態等を常に把握するように努め、異常が見られたら、速やかに必要な措置をとる。

カ 児童生徒等が心身に不調を感じたら申し出て休むよう習慣付け、無理をさせないようにする。

キ 緊急時の対応のために校内対策チームを組織し、熱中症対策について教職員の共通理解を図り、応急手当の研修を実施したり、学校医、消防署、教育委員会、家庭等への連絡方法を明確にしたりして、救急体制を確立しておく。

(4) 熱中症で倒れた場合の対応

ア 異常が発生したら、涼しい場所に運び、衣服を緩めて寝かせ安静を保つ。

イ 次のような症状が見られる場合は、速やかに必要な手当や措置をとる。

(ア) 熱失神

炎天下にじっとしていたり、立ち上がったとき、運動後などに起こる。皮膚血管の拡張と下肢への血液貯留のために血圧が低下したり、脳血流が減少したりして起こるもので、めまいや失神（一過性の意識障害）などの症状がみられる。この場合には、足を高くして寝かせると通常はすぐに回復する。

(イ) 熱けいれん

大量に発汗があり、水のみを補給した場合に血液の塩分濃度が低下して起こるもので、筋の興奮性が亢進して、四肢や腹筋のけいれんと筋肉痛が起こる。この場合には、生理食塩水（0.9%食塩水＝1 Lの水に9 gの食塩水）等濃いめの食塩水の補給や点滴をする。

(ウ) 熱疲労

脱水によるもので、症状としては全身倦怠感、脱力感、めまい、吐き気、嘔吐、頭痛等が起こる。頻脈、顔面蒼白となるが、体温の上昇は顕著ではない。

この場合には、水分（0.2%の食塩水あるいはスポーツドリンク等）を補給する。顔面蒼白の場合には、足を高くして寝かせ、手足を末梢から中心部に向けてマッサージするのも効果的である。

(エ) 熱射病（重症）

体温調節が破綻し、高体温で種々の意識障害が起こる。足がもつれる・ふらつく・転倒する、突然座り込む・立ち上がれない、応答が鈍い、意識がもうろうとしている、言動が不自然などの意識障害がある場合には重症の熱射病を疑い、すぐに救急車を要請し、同時に応急手当を行う。救急車到着までの間、体に水をかけたり、濡れたタオルを当てて扇いだりするなど、積極的に体を冷やすと同時に、氷やアイスパックがあれば頸部、わきの下、足の付け根などの大きい血管を冷やす。できるだけ迅速に体温を下げることができれば、救命率は上がる。

ウ (ア)～(エ)のどの症状の場合においても、吐き気や嘔吐などで水分補給ができない場合は、救急車を要請して医療機関に運び、処置を受ける。また、回復した場合でも容体が急変することがあるので、運動を中止し、保護者に経過を説明してできるだけ医療機関に受診させるようにする。

6 落雷事故の防止

落雷は、身近に起こりうる災害の一つであり、落雷による事故は年間50件以上起きている。しかし、そのほとんどが注意すれば防げたものばかりであり、避雷対策を教職員一人一人が身に付け、児童生徒等にも徹底しておく必要がある。また、屋外で行う活動や野外活動などの学校行事に際しては、気象情報の収集に努める必要がある。

(1) 落雷事故の教訓

ア 落雷事故

1967年8月1日、長野県松本深志高校2年生の登山パーティーは、北アルプスの西穂高岳において教員引率による集団登山を行っていた。教諭5名を含む46名の一行は、12時45分頃に西穂高岳頂上（海拔2909m）を出発し、南西方向約2kmの西穂山荘に向かい下山の途についた。

13時40分頃、一行が西穂高岳独標（海拔2640m）にさしかかったとき天候が悪化し、大粒のひょうまじりの激しい雷雨となった。一行は西穂山荘方向に避難するため、一列縦隊で独標を越える道を急いでいたところ落雷に遭遇し、11名が死亡（雷撃死9名、墜落死2名）、14名が重軽傷（外傷、やけど、しびれ、聴力障害等）を負った。登山中のみならず、通常の落雷事故としても一度にこれほどの死者・負傷者が出た前例はなかったため、新聞各紙が一面で報じるなど大々的に報道され、全国に衝撃を与えた。学校登山の歴史に残る大惨事であり、世界の落雷事故記録中最大の惨事で、これより被害の大きい事故は起きていない。

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いると、放電により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、吹き飛ばされたりし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) 避雷の原則

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落ちる。ただ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。高いものほど落雷を引き寄せる効果が大きく、高さが同じならば、鉄塔も高い立木も、落雷を引き寄せる効果は同程度と考えられる。人体の場合二人並んでいると背の高い人に落雷する例が多くなるが、野球場、サッカーグラウンド、テニスコートなどにプレーヤーが散在すると、身長とはあまり関係なくなり、誰に落ちるか全く予測できない。

落雷に対しては、自動車、バス、列車、鉄筋コンクリートの建物の内部は安全である。ドアや窓がガラス、木等でできていても、全体的にしっかりとした導体（金属、カーボンなどの電気が流れやすい物体）で囲まれていると、落雷電流はこの導体を通して大地に流れ、内部は安全になる。本格的な木造建築の内部も普通の落雷に対しては安全である。しかし、テントやトタン屋根の仮小屋の中は、屋外と同様に雷の被害を受ける危険がある。

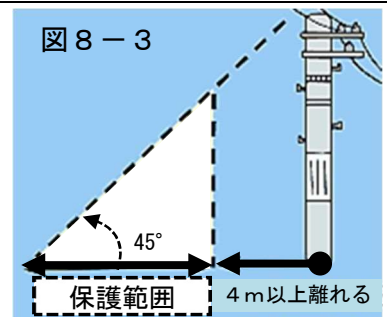
屋外では、橋の下、避雷針あるいは高い物体の保護範囲内は比較的安全だが、落雷を受ける確立はゼロにはならないので、できるだけ早く安全な空間に避難することが大切である。特に避雷針設備のない高い物体（例えば樹木）の近くでは、側撃を受ける可能性が高いため、直ちに4 m以上離れ、次いで安全な空間に避難する。

【落雷の予兆】

- モクモクと発達した一群の入道雲や頭上で急に発達した黒雲
- 突風や気温の低下、激しい雨
- 雷鳴
 - ・雷鳴はかすかでも危険信号
 - ・雷鳴が聞こえなくても突然落雷が発生する可能性がある
 - ・雷鳴が聞こえなくなっても、20分くらいは落雷の危険がある

児童生徒等の安全確保

- 校舎や体育館など屋内（蛍光灯や電気器具から1 m以上離れる）に避難・待機させる
- 屋内への避難が難しいときは、落雷を回避できる「保護範囲※」に速やかに避難させる
 - ・グラウンドなどでは中央付近が危険
 - ・広いキャンプ場では、テントの中はかえって危険
- 樹木の近くでは、側撃雷を受ける可能性が高いため、直ちに4 m以上離れ、その後、安全な空間に避難させる



※ 高さ4 m以上30 m以下の高い物体の頂上を45度以上の角度で見上げる範囲で、その物体から4 m以上離れた場所

(3) 落雷事故を未然に防ぐ指導上の留意点

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躊躇することなく計画の変更・中止等の適切な措置を講じなければならない。

ア 厚い黒雲が頭上に広がったら、雷雲の接近を意識する。雷雲の接近にともない、多くの場合は突風が吹くとともに気温が下がり、やがて激しい雨になる。しかし、突風や降雨より落雷が先に起こることがあるので、早目の避難が大切である。

イ 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、列車などの内部）に避難する。雷鳴が聞こえず雨も降っていないときに、突然落雷が発生することもあるので、雷鳴だけで雷の発生や接近を判断するのは危険である。

ウ 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付けていても、落雷を阻止する効果はない。

エ 落雷の危険がせまったときは、傘、バット、テニスラケット、ゴルフクラブなど長い物体はすべて手放して、自分自身はできるだけ姿勢を低くする。地面から人体が高く突き出ているほど、落雷を受けやすくなり、人体からさらに高く物体が突き出ると、金属、非金属にかかわらず一層落雷を受けやすくなる。

オ 雷雲が遠ざかり雷鳴が聞こえなくなっても、20分くらいはまだその雷雲から落雷の危険があるので、安全な場所で待機し、雷活動が止んで20分以上経過してから屋外に出る。また、一つの雷雲が去っても、次の雷雲が近づいてくる場合があるので、新しい雷雲の接近には常に注意する。屋根のない観客席も危険なので、安全な場所に避難する。

7 事故発生時の対応

学校現場で事故が発生した場合、居合わせた職員が速やかに適切な応急手当を行い、けがや病気の悪化を最小限にとどめることが大切である。応急手当には、呼吸や心臓が止まってしまったときの救命処置（心肺蘇生法とAEDの使用）とその他の傷病に対する応急手当とがあり、日頃から正しい応急手当の手順等について全職員が熟知しておく必要がある。

(1) 応急手当（救急法）

ア 内科的疾患の手当

(7) 頭痛

安静にする。手足のしびれ、けいれん、嘔吐がある場合は、医療機関に受診させる。

(イ) 呼吸が苦しいとき → 過呼吸症候群

腹式呼吸でゆっくりと深呼吸させる。不安を取り除くようサポートする。

(ウ) 脳貧血

風通しのよいところで、水平または足の方を高くして寝かせる。衣服をゆるめ、気道を確保できる体位で休ませる。意識が回復するまで飲食物は与えない。

(エ) 嘔吐、腹痛、下痢

顔を横向きにして吐き出させる。神経的要素が多いので、気分転換を図る。

(オ) 突然のけいれん

衣服を緩め、吐物を飲み込まないように顔を横にして寝かせる。倒れたときにけがをしていたら、処置する。頭を打っていないか確認する。発作中には奥歯の間に割り箸や手ぬぐいなどを入れない。

イ 外科的な傷害の手当

(7) 傷

流水できれいに洗い、清潔なガーゼや包帯で保護する。出血している場合は、出血部位を清潔なガーゼ等で、直接圧迫する。

(イ) 骨折・脱臼・捻挫

表 8-7 RICE処置

Rest (安静)	まずは、患部を安静にする。無理に動かさない。
Ice (冷やす)	氷、氷水、アイスパックなどの温度が下がるもので、最低15分から20分は冷やす。
Compression (圧迫)	患部をやや強めに包帯やテープなどで巻く。指先がしびれたり、白くなったりした場合は、やや弱める。
Elevation (高く上げる)	患部を心臓より高くして、腫れ、内出血、痛みを抑える。

(ウ) 鼻血

小鼻をしばらく押さえる。止まらない場合は、鼻を冷やす。

(エ) 歯のけが

抜けた歯、欠けた歯は、そのまま歯牙保存液、生理食塩水、牛乳または本人の舌下に入れ、歯科医院へ持参する。

(オ) 頭部打撲

転んだりボールが当たったりして気を失ったときは、動かさずに仰向けに寝かせる。腫れがあるときは患部を冷やす。意識障害がある場合には、救急車を呼ぶ。

(カ) やけど

できるだけ早くきれいな冷水で患部を冷やす（痛みを感じなくなるまで）。水疱ができていて、皮膚が損傷している場合は、清潔なガーゼ等で患部を覆う。

(2) 心停止への対応（心肺蘇生法とAED）

もし、心臓や呼吸が止まってしまった場合、応急手当はまさに1分1秒を争う。居合わせた人による迅速な119番通報、いち早い応急手当によって、救命できる可能性は高まる。

ア 胸骨圧迫

- (ア) 圧迫の位置を確認する。手のひらを重ねて、胸（乳頭と乳頭を結ぶ線）の真ん中に手の付け根を当てる。他方の手をその上に重ねる（図8-4）。小児の場合は片手で圧迫する。
- (イ) 両肘を伸ばしたまま、垂直に体重をかけて胸を真下に押し下げる（図8-5）。
- (ウ) 胸骨圧迫は、中学生・高校生で成人と同程度の体格であれば胸骨が5cmから6cm下がる程度の強さで圧迫する。小児の場合、胸の厚みの3分の1程度が圧迫の目安となる。（乳児の場合、2本の指で真ん中より少し下を圧迫する）
- (エ) 手を胸骨に置いたまま力を緩める。1分間に100～120回のペースで心臓マッサージを行う。

イ 気道の確保

- (ア) 片手を額に当て、もう一方の手の人差し指と中指の2本をあご先に当て、これを持ち上げ、空気の通り道を広げる（図8-6）。
- (イ) 頭を無理に後ろに反らせない。

ウ 人工呼吸法

- (ア) 気道確保をした状態で、頬を患者の口、鼻に近づけ、呼吸を確認する（図8-7）。呼吸がなければ額を押さえていた手をずらし、指で患者の鼻をつまむ。
- (イ) 救助者は、深く息を吸った後、自分の口を大きく開けて患者の口の回りにかぶせ、ゆっくりと2秒くらいかけて連続2回吹き込み、患者の胸が軽くふくらむまで息を吹き込む（図8-8）。

マウス・ツー・マウス用のマスクがあればそれを利用する。

- (ウ) 吹き込み後、鼻から指を離し、顔を患者の胸部側に向け、胸の動きと呼吸を確認する。
- (エ) 以後、5秒に1回の割合で息を吹き込む（小児で4秒に1回）。
- (オ) 自発呼吸ができない場合、救急隊に渡すまで行い続ける。

図 8-4

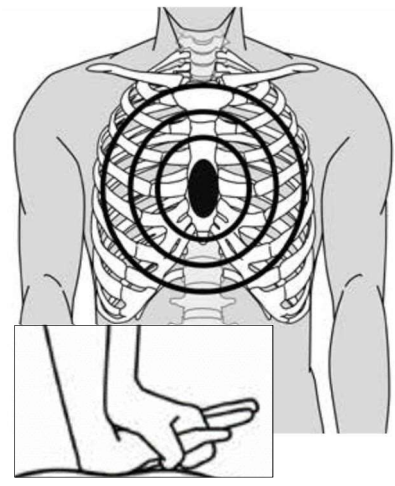


図 8-5



図 8-6



図 8-7



エ AED（自動体外式除細動器）

一般的に心臓突然死の多くは「心室細動」によるものと言われている。心室細動とは、心臓の筋肉がバラバラに興奮し小刻みに震える、いわば「けいれん」を起こしたような状態のことである。そのことにより脳や体に血液を送り出すことができないため、数分続くと死に至る致命的な不整脈の一つである。

病気や事故等で突然、心停止などが起こったときには、すぐに除細動を行うことが大切で、早ければ早いほど救命率が高くなる。AEDは音声メッセージに従うことにより、誰でも安全に使用することができる。

(ア) 電源を入れる

AEDを傷病者の頭の近くに置き、電源を入れる（ふたを開けると自動的に電源が入る機種もある）。

(イ) パットを貼る

傷病者の衣服を開き、2枚の電極パットを皮膚にしっかりと密着させる。

1枚を胸の右上、もう1枚を胸の左下側（乳頭の斜め下）に貼る（図8-9）。

(ウ) 心電図の解析

電源パットが皮膚にしっかりと貼られると、AEDは自動的に心電図の解析を始める。

「傷病者から離れてください」の音声メッセージに従い、周囲の人に離れるように伝える（図8-10）。

(エ) ボタンを押して除細動を行う

音声メッセージが流れたら、誰も傷病者に触れていないことをもう一度確認して、ショックボタンを押す。

「電気ショックは必要ありません」のメッセージが流れたら、ボタンを押さずに、心臓マッサージを再開する。

(オ) 救急車が到着するまで

電気ショックの後、すぐに心臓マッサージ30回、人工呼吸2回の組み合わせ（心肺蘇生法）を再開する。以後、2分おきにAEDは音声メッセージを繰り返す（図8-11）。

図 8-9



図 8-10

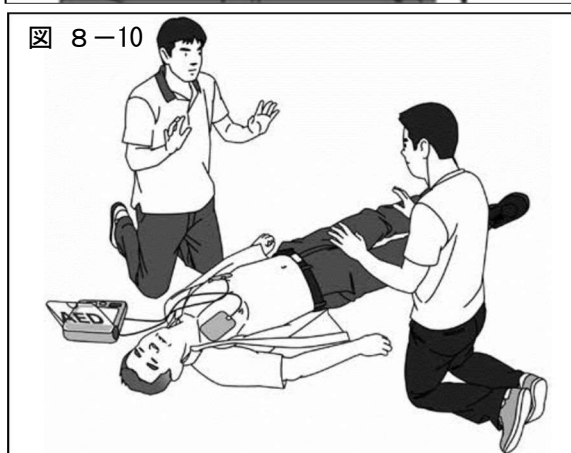
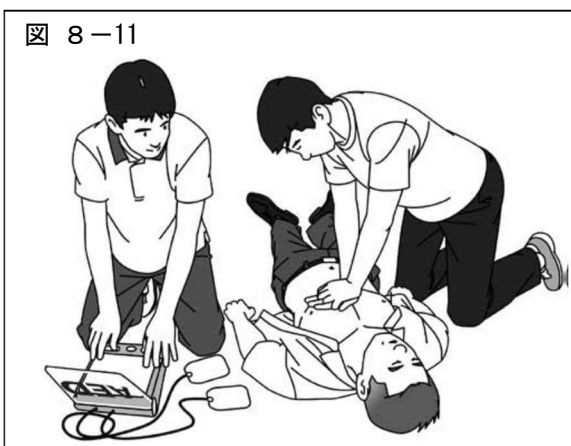


図 8-11



心肺蘇生とAEDの手順

- ◆強く、速く、絶え間ない胸骨圧迫を！
- ◆救急隊に引き継ぐまで、または子供に普段通りの呼吸や目的のある仕草が認められるまで心肺蘇生を続ける

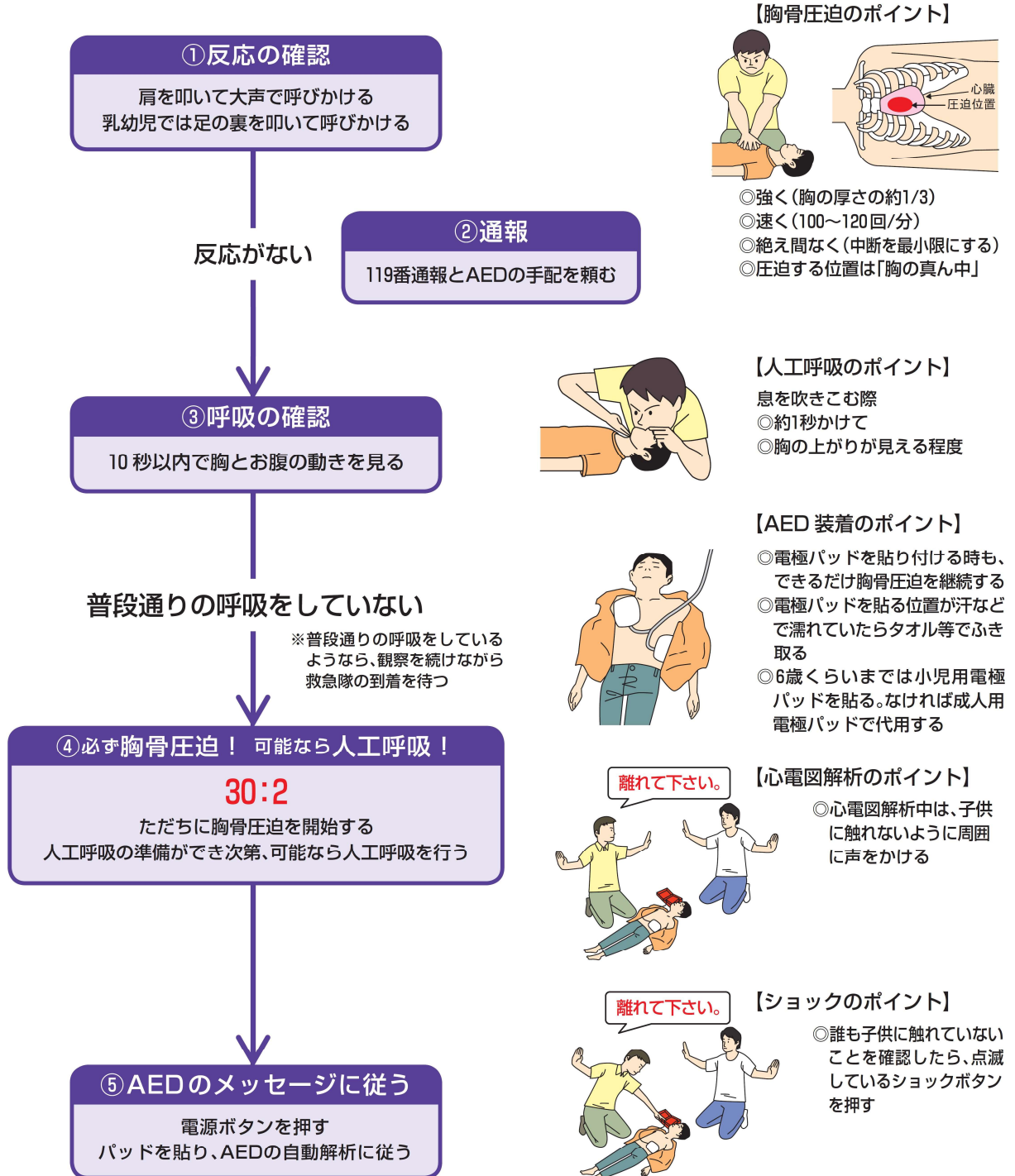


図8-12東京都：「食物アレルギー緊急時対応マニュアル」引用

オ 救急処置の主な変更点

平成27年10月に日本心肺蘇生協議会（JRC）から示された「JRC蘇生ガイドライン2015」をふまえ、これまでの救急処置からの変更点、重要点は以下の点があげられる。

- (ア) 胸骨圧迫の深さは、5 cmから6 cmにする。
- (イ) 1分間のリズムは、100回～120回／分とする。
- (ウ) 胸骨圧迫では、胸をしっかり元の位置に戻す。
- (エ) 胸骨圧迫の中断が10秒を超えないようにする。
- (オ) 呼吸が異常と感じた場合は心停止とみなして、ためらわず胸骨圧迫を行う。
- (カ) 救急車を手配するために119番通報をすると、消防の通信司令員から電話口で指示や指導が受けられるため、心停止かどうかの判断に迷ったり、胸骨圧迫の行い方等が分からなかったりした場合は、119番通報した際に電話を切らずに指示を仰ぐようにする。

(3) 学校の救急連絡体制

事故が発生した場合には、発見者が誰に通報し、第一報を受けた職員は、さらに、どのような経路で医師を迎えるかという筋道を確立しておく必要がある。また、事故が発生した後は、速やかに全職員によって事故分析を行い、安全の管理と指導の在り方を追求するとともに、今までの安全管理の内容や方法について反省し、同じ事故の再発を防ぐ対策を講ずることが必要である。

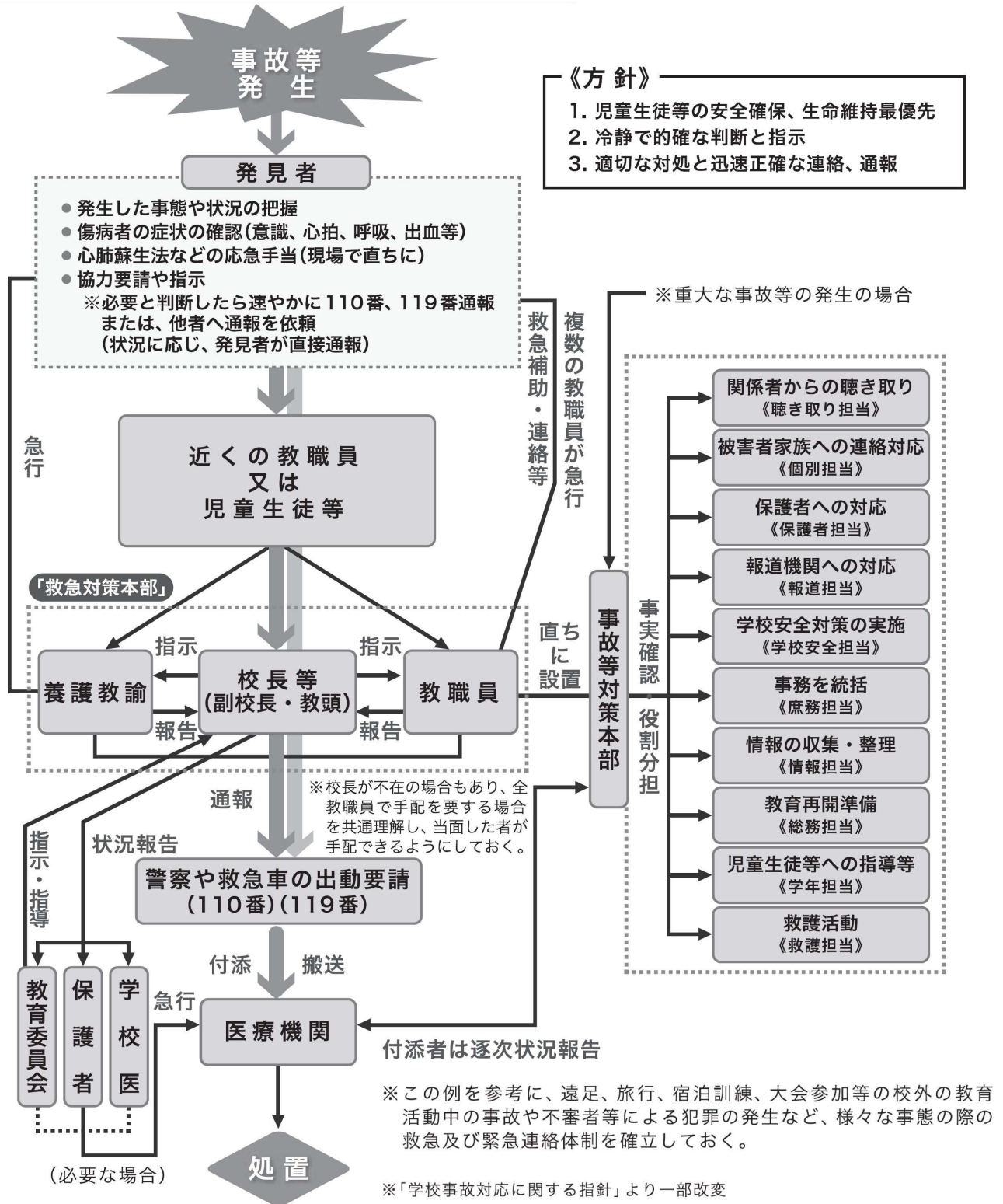


図 8 - 13 校内での事件・事故災害発生時の対処，救急及び緊急連絡体制の一例

8 学校事故のケーススタディ

(1) 運動中の事故事例

ア 中枢神経系突然死

小3女	体育	準備運動
-----	----	------

体育館での授業中、準備運動として7周のランニング、なわ跳び（前跳び、後ろ跳び各100回等）と腹筋運動を行った後、頭を押さえて痛みを訴えた。担任が「頭をぶつけたの」と尋ねたが児童は「どこもぶつけていません」と答えた。一緒に歩いて保健室に向かう途中、体育館入り口で倒れた。救急車を要請し、病院で治療を受けたが、翌日死亡した。

中2男	学校行事	持久走・長距離走
-----	------	----------

学級対抗駅伝大会で、本生徒はマラソン（1,650m）終了後、校庭に設置されたクラス応援席で休んでいたが、「疲れたから寝る」と伝えて仰向けになった。その後、他の生徒が声をかけたが返事がないので、すぐに教諭や養護教諭に連絡した。担架で保健室に運び、直ちに救急車で病院に搬送、治療を受けたが、数日後に死亡した。

イ 心臓系突然死

中1男	部活動	バスケットボール
-----	-----	----------

バスケットボール部の練習中、ターンダッシュの際に前のめりに倒れた。顧問は、意識と呼吸がないことを確認し、胸骨圧迫を行った。他の教諭が救急車を要請、病院に搬送し、救命処置を受けたが、同日死亡した。

中3男	保健体育	準備運動
-----	------	------

体育の授業中、体育館でランニングを10周した後、準備運動を行った。最後の馬跳びくぐりの後、本生徒はペアの男子に寄りかかり、その後2、3歩歩いた後、突然意識を失い床に倒れた。養護教諭が直ちにかけてつけたが、意識、呼吸、脈がなかったので、AEDを使用し、救急車で病院に搬送、救命処置と心拍再開後の集中治療を行ったが、同日死亡した。

ウ 溺死

小1女	水泳指導	水泳
-----	------	----

夏期休業中、低学年プール指導の際の自由の時間に、教諭が水面にうつ伏せで浮いている本児童を発見した。意識はなく、すぐに心臓マッサージ、人工呼吸、AEDを試みる。救急隊到着後、病院に搬送、集中治療室で治療を受けていたが、翌日死亡した。

小3男	体育	水泳
-----	----	----

泳力測定中、18メートル付近で泳ぎを止めたにも関わらず、立ち上がらずに体を斜めに傾け、片足でジャンプするように動き、頭は水面につき、手はバタバタと動かした。

すぐに本児童を助け上げ、プールサイドに運び、呼吸確認と気道確保を行い、タオルケットで体をくるみ保温した。この後、様子が変わったので救急車を要請した。呼吸が弱くなったので、人工呼吸・心臓マッサージを行った。救急車で病院に搬送したが、同日死亡した。

エ 精神・神経障害

小5女	体育	跳び箱運動
-----	----	-------

体育の授業中、跳び箱の基礎的な練習をしていた。2人1組での馬跳びで、着地の際バランスを崩し左肘から転倒した。

中2男	部活動	バレーボール
-----	-----	--------

部活動の対外練習試合を近くの総合体育館で行っていた。午後の練習試合になりコートに入り試合を行っていた。試合の最中に突然激しい頭痛が起き、すぐにメンバーチェンジをし、ベンチへ下がったが、問いかけに答えることなく視野が定まらず、意識がもうろうとなり、床に倒れ込んだ。

オ 視力・眼球運動障害

小4男	休憩時間	なわ跳び
-----	------	------

短なわ2本をつなぎ長なわ跳びの練習をクラスメイト数人としていた。回し手を交代するため、他の児童が本児童に持ち手を渡そうとしたところ、もう一方の回し手の児童がなわを揺らしたため、なわが跳ね上がり、なわ跳びの持ち手（プラスチック部分）が本児童の左眼に強打した。

中2女	保健体育	ソフトボール
-----	------	--------

授業中、校庭で男女別に分かれてソフトボールの練習をしていた。ボールをバットで打つ練習をしていたとき、友人がボールを打った後バットを手から放したとき、近くにいた本生徒の右眼にバットが当たった。

カ 歯牙障害

小6女	体育	その他
-----	----	-----

体育の時間、校庭で運動会の学年種目である棒引きの練習をしていた。味方に加勢しようと棒の斜め後方より駆け寄ったところ、他の児童が勢いよく棒を本児童の方向に引いてしまったため、棒の先端が本児童の上前歯に当たった。

中3男	保健体育	ダンス
-----	------	-----

創作ダンスの練習中、後ろから体を持ち上げられ、前にジャンプする動きをした後、着地に失敗した。その際、バランスを崩し床に倒れて、左顎を強打した。

キ 運動誘発性アナフィラキシー

小2	給食・昼休み
----	--------

4月から医師の指示でアレルゲン解除になったので、給食で牛乳を飲用した。昼休みにボール遊びをして、咳き込み、顔全体が腫れ、全身のかゆみがあったため、救急車を要請し、担任がエピペンを使用した。

中2	5限
----	----

小学生時に小麦摂取制限があったが中学生になり解除、管理不要になっていた。給食後、学級レクで10分間走り回った。教室に移動中、目のかゆみを訴え保健室へ行く。のどの違和感、咳、養護教諭が薬を飲ませたが目の浮腫が悪化したため、校長が救急車を要請し、養護教諭がエピペンを打った。

ク 熱中症

中1男	部活動	ハンドボール
-----	-----	--------

部活動中、運動場で準備運動としてランニングをしていた。35分間、走り終えたときにふらついたので、顧問が日陰に座らせ、休ませたが、寝転んでしまい、自力で給水できず、問いかけにも応えなくなった。すぐに氷で頸部や脇を冷やすなどの応急処置を行った。救急車を要請、入院したが翌日死亡した。

参考：独立行政法人日本スポーツ振興センター「学校事故事例検索データベース」

(2) 運動中の事故の判例

学校教育活動下において児童・生徒が負傷、死亡した場合、学校側はいろいろな法的責任を追及されることがある。その際、以下のような項目が、論点の中心となる。

- ・指導者に事故に対する過失があったか。
- ・事故を未然に防ぐ安全指導や点検がなされていたか。
- ・事故発生直後に適切な処置がとられていたか。
- ・事件事実の確認と証拠と収集保存に万全を期されていたか。

事故を未然に防ぐための手だてを講じることはもちろん、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 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、死亡

※ 横浜地裁川崎支部 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、5分間の給水休憩とり、約5kmのランニングを行った。スタートから約4km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、すでに野球場に着いていたため、当該生徒の異常に気付かなかった。部員の知らせを受け、顧問が119番通報をした。

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、横浜地裁川崎支部は、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、元顧問教諭に業務上過失致死傷を適用した。

イ 中学校で、体育の授業中に跳び箱から落下して第4頸椎を骨折し、3週間後に死亡

※ 東京高裁 平成14年12月 本人の過失4割

事故の経緯

体育の授業で、器械運動を行っていた。1時間の授業の中で、グループごとにマット、鉄棒、跳び箱の3種類の練習をローテーションで行い、当日はマットの採点があった。テストを受けない当該生徒らは、鉄棒や跳び箱の練習を行っていた。当日の跳び箱の高さは、8段で、この高さは初めてであった。当該生徒は、練習課題を終え、ふざけてプロレス技を真似た跳び方をしていった。1回目にムーンサルトを成功させ、周囲の生徒から賞賛の声が上がっていた。リクエストに応えるかたちで2回目、跳び箱の上に立ち、シューティングスタープレス（空中で、後方に1回転しながら落下）をして回転しきれず落下した。指導教諭はマット運動の採点中で見ていなかった。当該生徒は3週間後に死亡した。

裁 判

遺族が、授業中の安全指導に問題があったとして当該市を提訴した。東京高裁は、担当教諭の体育授業の実施方法について、安全配慮義務を怠ったとして、指導教諭の過失を認め、当該市に慰謝料等の支払を命じた。指導教諭の責任とともに当該生徒の過失も4割認め、両者の和解が成立した。

ウ 高校で、体育祭の練習中に「人間ピラミッド」の下敷きになり、全身麻痺の後遺症

※ 福岡地裁 平成6年12月 指導教諭に過失有り

事故の経緯

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ところ、6段目にかかったところで崩れ、最下段にいた当該生徒は他の生徒の下敷きになり、首の骨を折る重傷を負った。その後、車いす生活を余儀なくされ、身体障害者1級の認定を受けた。

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。福岡地裁は、「8段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、一気に実践の組立に入るなどの注意不足」として、指導教諭らの過失を認め、当該県に賠償命令をした。

エ 高校で、課外クラブ活動中の落雷により両下肢機能全廃などの後遺症

※ 最高裁 平成18年12月 指導教諭に過失有り

裁 判

一審、二審は、落雷事故の予見はできないとして、指導教諭の安全配慮義務違反を否定した。

最高裁は、「毎年5件は発生し、3人は死亡している」「事故当時（平成8年）の文献には、運動場において雷鳴が聞こえるときには遠くても直ちに屋内に避難すべきであるとの趣旨の記載が多く存在している」「本件試合の開始直前頃には黒く固まった暗雲が立ち込め、雷鳴が聞こえ、雲の間で放電が起きるのが目撃されている」ことなどから、教諭は落雷事故の危険が迫っていることを具体的に予見すべき注意義務を怠ったと判断した。

(3) 学校事故における教師の注意義務と留意点

事故が発生した場合、ケースごとに緊急度の高さや応急手当の内容は異なるが、関係者の冷静な判断と行動が望まれる。そこで、学校の事故が発生したときにどうするか、事前に対策を考えておく必要がある。そして、あらゆる傷病に対して、校長以下全教職員は、当然行わなければならないことを順序よく行うことが大切になってくる。そのためには、各学校で現職研修などにより、救急連絡体制の確認、応急手当の方法および手順などについて全教職員が熟知しておく必要がある。

ア 傷害の種類、大きさ、部位により保健室までの運搬方法を考える。出血がひどい場合には、応急手当をして保健室に運ぶ。負傷部位が頭部である場合は動かさないように留意する。

イ 校長等の指示を受けて、救急車の要請や医療機関への受診を行う。ただし、一刻を争う場合には、発見者が救急車を要請し、その後校長等に報告する。教職員は必ず負傷者に付き添い、一人にしてはいけない。

ウ 負傷者の家族に対し、誠意をもって事故処理にあたることが大切である。連絡の際、事故の概要・処置方法などについて説明する。

エ 重体な事故が発生した場合は、前記連絡体制のように関係者に報告するとともに、万全な対策を考える。特に、事故状況・応急手当などを克明に記録し、安全指導が適切であったかどうかの反省資料とする。また、市町村教育委員会に対して、すみやかに報告書を提出するとともに独立行政法人日本スポーツ振興センター名古屋給付課に対しても必要な手続きをとる。

参考：熊本県教育委員会「運動部活動指導の手引き－概要版－」

参考資料

1 学校体育 Q & A

Q 1 体育・保健体育科の授業時数はなぜ維持されたのか。

子供の体力が低下する中で、運動の楽しさや基本となる動きを重視した体育の授業の必要性が高まっている。また、小学校及び中学校の時期は、心身ともに成長の著しい時期であることから、前回の改定時に、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を培うことをねらい、授業時数を増加させている。

Q 2 体育分野の内容ごとの時間数の目安はあるか。

体づくり運動は、中学校においては、各学年7単位時間以上、体育理論は各学年3単位時間以上を配当する。それ以外の単元は、示された内容に必要な時間数を配当する。第3学年ではできるだけ単元ごとの時間数を大きく組めるように配慮する。

Q 3 運動の取り上げ方の弾力化について、具体的に説明してほしい。

小学校の第1学年及び第2学年、第3学年及び第4学年、第5学年及び第6学年、また、中学校の第1学年及び第2学年において、2学年間で、実態に応じてそれぞれバランスよく時数を配当することを基本とする上で、例えば1年生における実施時数を2年生に含めて実施できること。またその逆もあり得るということである。つまり、2年間で実施することが効果的か、大きな単元を組んで1年間で実施することが効果的かを判断するということである。

具体的には、中学校において武道を1年生で実施し、2年生でダンスを実施できることとなる。器械運動では、「2年間で ア(マット運動)を含む(2)を選択」となっているので、マット運動に加え鉄棒運動・平均台運動・跳び箱運動の中から1種目以上を選択させることとなる。この場合も、2年間でマット運動を含む2種類の種目を選択すればよいので、1年目にマット運動を選択し、2年目にそれ以外の1種目を選択すればよいことになる。

ただし、内容の取扱いで示しているのは指導の最低基準であり、発展的に学習させることに歯止めをかけるものではない。

Q 4 男女共習について、どのように考えていけばよいか。

男女を問わず全ての領域を履修することとなり、生涯スポーツに向けて多くの種目を体験させることとなった。領域選択がより生徒の希望に基準を置いた方法でなされるために、発育発達の状況、種目の特性を念頭に置き、それぞれの場面において工夫し、積極的に取り扱っていくべき手段の一つである。

Q 5 保健領域及び保健分野における技能の評価はどのように行えばよいのか。

小学校の保健領域、中学校の保健分野において技能について指導し、評価を行うことになった。しかしながら、保健領域・分野における技能は、知識の理解をより深めたり、知識をより定着させたりすることが目的となるため、知識が技能として表出しているものを見取ることとなる。したがって、技能の部分のみを取り出して技能の評価とするべきものではない。

例を挙げると、胸骨圧迫を行う際、体重が軽かったり、力がなかつたりすることで、十分な圧迫ができていないことを評価するのではなく、姿勢やリズム、圧迫する位置等や、胸骨圧迫が必要な状況の判断が知識を基にして満足できる程度行うことができるかを評価することになる。

Q 6 体づくり運動は、帯状の位置付けでよいのか

本運動前の5分程度に、年間を通して位置付けておくことをねらいとするものではない。体育の標準授業時数が維持されていることは、子供の体力向上が国民から期待されていることの現れである。体づくり運動の7時間という最低時間数は、まとまった時間の中で学習指導要領に示した内容を確実に実施することが想定されたものである。実施時期や位置付けの仕方については、高まりを実感させるために、年間を通して分散して位置付けるなどの工夫も考えられる。

Q 7 ボール運動や球技において、技能差に対応する指導の工夫をどうしたらよいか。

運動の得意な生徒ばかりが目立つようなルールでは傍観者を作ってしまう。全員の触球回数を増やすことができる、適度な制限で少しずつ難しくなるようなルールが望ましい。しかし、制限が強すぎたり複雑すぎたりするルールは児童生徒のやる気を削いでしまう。運動の苦手な児童生徒や運動量の少ない児童生徒が活躍でき、得意な児童生徒がチーム作りに喜びを見いだせるようなルールを工夫するとよい。

また、安全面の確保のために、誰もが安全に行うことができるルールの工夫も必要である。

- ボールを取り替えることでボールが操作しやすくなる。
 - ・ ソフトバレーボールを使ったサッカーの初期ゲーム
 - ・ バレーボールを使ったバスケットボール
- サッカーゴールをハードルサイズにすることで強いキックがなくなり恐怖心が少なくなる。
- 得意な者の触球回数に制限を加えることによって、周囲を動かせる技術を引き出す。
- バレーボールのワンバウンドゲームでは、苦手な児童生徒にも所属意識が芽生える。
- 分割式卓球台の一方を立てて壁にし、返球され易い状態を作ってラリー勝負をする。
- ソフトボールで、打った後、決められた場所にバットを置いてから走る。

Q 8 表現運動系・ダンスをやりたがらない児童生徒には、どのようにアプローチをしたらよいか。

動き方を何も指導されていない児童生徒はどうやればよいのかが分からない。また、心の準備もなく取り組ませようとしても子どもたちは自分を出すことができない。表現運動の雰囲気作りは大変重要である。そこで、短時間でできる体ほぐしの運動を、準備運動として継続的に取り入れていくとよい。日ごろから安心して自己表現できる仲間づくりをさせることが重要である。

また、そうせざるを得ないような状況を作ることも工夫の一つである。ゲーム的な活動になるが、「エスカレートじゃんけん」というものがある。最初は全員「バッタ」からスタートし、じゃんけんです勝つたびに高等動物に変身するものである。同じ動物同士でしかじゃんけんができないため、互いを認識するために体を大きく動かすようになる。上手に表現できた者を取り出し、その場で教師と対決させる。何より教師自身が恥ずかしながら、表現豊かに実演することを忘れてはならない。

Q 9 宗教上の問題で、実施できない運動がある児童生徒についての取扱いはどうすればよいか。（主に中学校）

武道は、健康や体力の向上等、心身の調和的発達を促すことができるものである。また、授業における武道は、闘争とは異なる学習内容の一種目であること、それを通じて我が国固有の伝統と文化に触れることも目的としていること等の教育的意義を根気強く伝えることが大切である。そうすることによって、着装・構え・素振り等の内容には参加できる場合がある。必要に応じて、見学方法やレポートの提出などの弾力的な履修方法を工夫することも必要である。ただし、観点別評価に当たっては、技能の評価が十分できないことをあらかじめ保護者にも伝えておく必要がある。

Q10 水泳運動系及び水泳の学習で単元（授業）の前に行う指導は何か。

単元開始2か月前には準備に向けての案内を出す。水着・水泳帽の形状はもちろん、ヘアピン・ゴーグル・タオル等の水泳の授業での使用規定を確認する。

身体的な理由で水に入れない、もしくは配慮が必要な生徒（コンタクトレンズ使用者・皮膚炎生徒等）の保護者とは十分連絡を取り、事情を聞くとともに学習の進め方について説明をする。もちろんプールに入ることができない疾病を持っていることが定期健康診断などから分かっている児童生徒には、担任・養護教諭と連携を取りながら治療を促す。

プール利用上の心得をプールサイドに来て初めて行っている場面を見かけるが、生命に関わる内容が多いので、天候等に影響されることなく集中して話が聞ける教室で行うのも一つの方法である。

Q11 体育・保健体育科における言語活動をどのようにとらえたらよいか。

体育の授業において、「なぜ」を中心に体の動きを具体的に考えることや、分かったことを言語化することは、知識の整理や学習内容の定着につながるため、これまでも「学び方」の一つとして重要視されてきたが、さらに教科の特性をふまえて研究を進めていく必要がある。ただし、指導内容の精選を図ったり、学習課題を明確にしたりすることにより、話合いの時間が長くなり過ぎたり、学習カードの記入時間が増大し過ぎたりすることがないようにしなければならない。

Q12 行事のための練習は体育・保健体育科の授業数として計上していいか。

学習成果の活用を年間指導計画に関連させて検討することは大切であるが、体育・保健体育科の授業時間には学習指導要領に示された内容を行う必要がある。

特に関連して行われることが多い組体操やダンスの練習については十分に検討することが必要である。組体操については、学習指導要領に示されていない。また、ダンスについても、行事での発表のための練習が、ダンス領域の目的に則したものとなるよう、単元計画を立案する必要がある。

体育大会の練習時間は、学校の成熟度を測るバロメーターである。「体育大会の時間を減らす」というのは大変なことである。それができるといことは、他のことがらがしっかりできているという証拠である。生徒指導、学級・学年経営などの学校教育活動全般の指導はもちろん、教科指導における約束作り、集団行動様式の定着、技術指導が成果を上げていけば、全体練習などの時間は精選できるはずである。

Q13 評価の観点はどう変わるか。

体育・保健体育科の「評価の観点」は、これまでの「関心・意欲・態度」「思考・判断・表現」「技能」「知識・理解」の4観点から、「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観点到整理された。

育成を目指す資質・能力をバランスよく高めることを踏まえ、各学校において観点ごとの比率を適切に設定する。

2 関係法規等

日本国憲法（抄）
改正教育基本法
旧教育基本法
学校教育法
学校保健安全法（平成27年6月）学校保健安全法施行規則
改正学校給食法（平成21年4月施行）
改正地方教育行政の組織及び運営に関する法律（抄）
社会教育法（抄）
人権教育及び人権啓発の推進に関する法律男女共同参画社会基本法
環境教育推進法
著作権法（抄）
青少年が安全に安心してインターネットを利用できる環境の整備等に関する法律（平成21年4月施行）

3 参考文献

中学校学習指導要領（平成29年告示） 文部科学省
中学校学習指導要領解説総則編（平成29年告示） 文部科学省
中学校学習指導要領解説保健体育編（平成29年告示） 文部科学省
中央教育審議会答申「チームとしての学校の在り方と今後の改善方策等について」（平成27年12月） 文部科学省
中央教育審議会答申「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」（平成28年12月） 文部科学省
中学校保健体育指導の手引き（平成23年3月） 愛知県教育委員会
学習評価の在り方ハンドブック（令和元年6月） 国立教育政策研究所
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（平成31年3月） 文部科学省初等中等教育局長通知
「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（評価基準の作成及び評価方法の工夫等）（令和2年3月） 国立教育政策研究所教育課程研究センター
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） スポーツ庁
運動部活動での指導のガイドライン（平成25年5月） 文部科学省
部活動指導ハンドブック（令和元年7月） 神奈川県教育委員会
運動部活動全体計画ハンドブック（平成26年3月） 高知県教育委員会
食に関する指導の手引－第二次改訂版－（平成31年3月） 文部科学省
熱中症環境保健マニュアル2018（平成30年3月） 環境省
熱中症を予防しよう（平成31年3月） 独立行政法人日本スポーツ振興センター学校安全部
雷から身を守るには－安全対策Q&A－（平成13年5月） 日本大気電気学会
あいちの学校安全マニュアル（平成29年11月） 愛知県教育委員会
安全指導の手引（三訂版） 愛知県教育委員会
改訂 生きる力を育む小学校保健教育の手引き（令和元年7月） 文部科学省
JRC蘇生ガイドライン2015（平成27年10月） 一般社団法人日本心肺蘇生協議会
学校の危機管理マニュアル作成の手引（平成30年2月） 文部科学省

4 作成委員名簿

稲沢市立治郎丸中学校	教諭	笥	勝吉
扶桑町立扶桑中学校	教諭	西浦	達郎
瀬戸市立水無瀬中学校	教諭	中川	真人
常滑市立青海中学校	教諭	村瀬	淳
弥富市立十四山中学校	教諭	加藤	雄二
刈谷市立依佐美中学校	教諭	中川	光生
豊田市立崇化館中学校	教諭	兼原	昌治
みよし市立三好丘中学校	教諭	深谷	健次
豊橋市立下地小学校	教諭	渡邊	孝知
田原市立泉中学校	教諭	西江	聡司
尾張教育事務所	指導主事	有馬	昌宏
西三河教育事務所	主査	山本	健一

(研究委員の所属名は令和元年度のもの)

中学校保健体育指導の手引

令和3年3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3-1-2

電話 (052) 954-6825