

# 中学校・高等学校 保健科教育法

編著

植田誠治・杉崎弘周・今関豊一

石井里佳・大塚幹太・片岡千恵・木原慎介  
久保田美穂・久保元芳・佐見由紀子・徐 広孝  
長岡 知・物部博文・山田浩平・横嶋 剛  
渡部 基 共著



建帛社  
KENPAKUSHA

## ◆ はじめに ◆

「保健の見方・考え方」を身に付けておく必要性を、今ほど切実に感じたことがこれまであったでしょうか。この文章を書いている2022年は、2019年から始まった新型コロナウイルス感染症の世界的な拡大への対応が依然として続いています。この状況は、健康問題を地球的規模で考えることや、その克服に向けて幅広い連帯・連携が必要なこと、そして個人の行動様式の新たなあり方の模索といった多くの課題を我々に投げかけました。さらに、情報化が進んだ今日では、多くの情報が飛び交う中で、何が正しく、自分にとって何が必要で、それをどう取捨選択して自らの行動にいかすとよいのかといった課題にも直面しました。このようなことは感染症にとどまらず、生活習慣病や精神疾患、性的問題や安全にかかわる問題など、様々な健康問題に対しても生じています。

学校における保健の学習は、それを学ぶ者が生涯を通じて健康で豊かな生活を送るための基礎<sup>つちか</sup>を培うものです。保健の学習を通して、彼らが生涯を通じて健康で豊かな生活を送るに必要な「保健の見方・考え方」を深く身に付けてもらいたいと考えます。

2016年12月に示された中央教育審議会答申では、学校教育を通じて育む「生きる力」がより具体化され、①「何を理解しているか、何ができるか（生きて働く「知識・技能」の習得）」、②「理解していること・できることをどう使うか（未知の状況にも対応できる「思考力・判断力・表現力等」の育成）」、③「どのように社会・世界と関わり、よりよい人生を送るか（学びを人生や社会に生かそうとする「学びに向かう力・人間性等」の涵養）」という3つに整理されています。そして、保健の学習が中心となる保健教育（特別活動、総合的な学習の時間、関連する教科等で行われる保健教育を含む）で育成される「健康・安全・食に関する力」について、「様々な健康課題、自然災害や事件・事故等の危険性、健康・安全で安心な社会づくりの意義を理解し、健康で安全な生活や健全な食生活を実現するために必要な知識や技能を身に付けていること。（知識・技能）」、「自らの健康や食、安全の状況を適切に評価するとともに、必要な情報を収集し、健康で安全な生活や健全な食生活を実現するために何が必要かを考え、適切に意思決定し、行動するために必要な力を身に付けていること。（思考力・判断力・表現力等）」、「健康や食、安全に関する様々な課題に関心を持ち、主体的に、自他の健康で安全な生活や健全な食生活を実現しようとしたり、健康・安全で安心な社会づくりに貢献しようとしたりする態度を身に付けていること。（学びに向かう力、人間性等）」という資質・能力にまとめています。

そのような背景を踏まえて企画された本書は、中学校・高等学校教員免許「保健体育」ならびに「保健」の取得に必修となる「保健科教育法」の講義テキストです。「保健科教育法」を学ぶ学生はもちろん、中学校・高等学校で保健を担当する教師、さらには大学で「保健科教育法」を担当する大学教員をも視野に入れながら、質の高い保健の学習を展開する上で必要となる内容を凝縮してまとめています。本書を使用することを通して、学生、教師、大学教員それぞれがそれぞれに力量形成できるように配慮しています。

本書第1章では、このような資質・能力の解説、それに準じた中学校保健分野と高等学校科目保健の目標と指導計画の考え方とそれらの作成手順、そしてその資質・能力をどのように評

価していくとよいのかが解説されています。いわば第1章は、理論編です。第2章以降はそれに続く実践編となっています。ただし、第1章で書かれた内容を踏まえて、第2章、第3章、第4章が構成されていますので、第1章は最初に読むだけでなく、続く第2章、第3章、第4章を学ぶ際に、折に触れ確認されるとより理解が深まると思われま

す。第2章では、中学校での保健の学習について、第3章では、高等学校の保健の学習について、内容のまとまりごとに節が構成され、学習指導要領解説に示された内容が整理され、授業展開例、教材づくりの例や発問の例がその解説とともに示されています。節の最初には、その節で身に付けることのできる「ねらい」が示されています。その「ねらい」をふまえて、途中にある「◆やってみよう」や、いくつかの節の終わりにある「振り返り」などに取り組むことによって、授業づくりの実践力を培ってください。また、特に指導にあたって留意することがあるものについては、「特設」での解説も参考にさせていただきたい。

第4章では、保健の学習指導案作成と講義内や演習授業で行われる模擬授業の手順が、具体例とともに丁寧に解説されています。ここでも「ねらい」と振り返りの問いが用意されています。実際に学習指導案を作成し、模擬授業を経験することは、それまで学んだことを具現化するものとなり、それは教育実習での実践、そして実際に教師になっての実践につながります。

本書の執筆は、保健の授業研究を推進する新進気鋭の方々をお願いをしました。中学校・高等学校の保健の学習は、かつてのものとは大きく異なり進化を続けています。ぜひ読者の皆様には、本書を活用いただきそれぞれの力量形成の一助としていただければ幸いです。

最後になりましたが、本書の企画・編集にあたって、多大なるご尽力をいただきました建帛社の方々に厚くお礼申し上げます。

2022年3月

編著者： 植田誠治・杉崎弘周・今関豊一

# 目 次

## 第1章 保健の学習の目標・評価

<b>第1節</b> 保健の学習と資質・能力，健康に関する指導の関連	1
1. 保健の学習の資質・能力	1
(1) 育成を目指す資質・能力	1
(2) 知識及び技能の習得	2
(3) 思考力，判断力，表現力等の育成	2
(4) 学びに向かう力，人間性等の涵養	3
(5) 資質・能力を育成する学びの過程	3
2. 健康に関する指導の関連	4
(1) 体育・健康に関する指導	4
(2) カリキュラム・マネジメントの推進	4
<b>第2節</b> 保健の学習目標と指導計画	5
1. 育成すべき資質・能力	5
2. 学習指導要領における保健体育の目標	6
3. 学習指導要領における保健の目標	7
4. 保健の学習目標と指導計画	8
5. 保健の指導計画の考え方	9
(1) 単元名	9
(2) 単元の目標	9
(3) 単元の評価規準	9
(4) 指導と評価の計画	10
<b>第3節</b> 保健の学習指導と評価	11
1. 学習評価の意義と必要性	11
2. 何を評価していくのか	11
3. いつ，どこで評価していくのか	13
4. どのように評価するのか	14
(1) 評価規準を設定する	14
(2) 評価の方法	15

5. 学習評価のプロセス .....	16
6. 指導と評価の一体化 .....	17

## 第2章 中学校の保健の学習

<b>第1節 健康な生活と疾病の予防</b> .....	19
1. 学習指導要領の内容 .....	19
2. 授業展開の例 .....	20
(1) 生活習慣と健康 .....	20
(2) 生活習慣病などの予防 .....	22
(3) 感染症の予防 .....	24
<b>第2節 心身の機能の発達と心の健康</b> .....	27
1. 学習指導要領の内容 .....	27
2. 授業展開の例 .....	27
(1) 生殖にかかわる機能の成熟 .....	27
(2) 欲求やストレスへの対処と心の健康 .....	30
<b>第3節 傷害の防止</b> .....	35
1. 学習指導要領の内容 .....	35
2. 授業展開の例 .....	35
(1) 交通事故や自然災害などによる傷害の発生要因 .....	35
(2) 自然災害による傷害の防止 .....	38
(3) 応急手当の実際 .....	40
<b>第4節 健康と環境</b> .....	43
1. 学習指導要領の内容 .....	43
2. 授業づくりの実際 .....	43
(1) 気温の変化に対する適応能力とその限界 .....	43
(2) 「飲料水の衛生的管理」の授業づくり .....	46
3. まとめ .....	49

## 第3章 高等学校の保健の学習

<b>第1節</b>	<b>現代社会と健康① 健康の考え方</b>	51
1.	学習指導要領（解説）の内容	51
2.	授業展開の例	52
	(1) 国民の健康課題	52
	(2) 健康の考え方と成り立ち	54
	(3) 健康の保持増進のための適切な意思決定や行動選択と環境づくり	56
<b>第2節</b>	<b>現代社会と健康② 現代の感染症とその予防</b>	59
1.	学習指導要領（解説）の内容	59
2.	授業展開の例	59
	(1) 感染症の発生や流行の特徴	59
	(2) 感染症の予防と対策	61
	(3) エイズ及び性感染症の原因と予防	64
3.	特設：本内容の指導にあたっての留意点	66
	(1) 人権への配慮	66
	(2) 教科等横断的な視点での指導	66
<b>第3節</b>	<b>現代社会と健康③ 生活習慣病などの予防と回復</b>	67
1.	学習指導要領（解説）の内容	67
2.	授業展開の例	68
	(1) 生活習慣病などの予防と早期発見	68
	(2) がんの種類・原因と治療・回復	70
	(3) 生活習慣病などの予防と回復にかかわる社会的な対策	73
3.	特設：本内容の指導にあたって留意点	74
	(1) 配慮が必要な事項	74
	(2) 教科等横断的な視点での指導	74
<b>第4節</b>	<b>現代社会と健康④ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康</b>	75
1.	学習指導要領（解説）の内容	75
2.	授業展開の例	76
	(1) 喫煙と健康	76
	(2) 飲酒と健康	77

(3) 薬物乱用と健康 .....	80
3. 特設：本内容の指導にあたっての留意点 .....	82
<b>第5節 現代社会と健康⑤ 精神疾患の予防と健康</b> .....	83
1. 学習指導要領（解説）の内容 .....	83
2. 授業展開の例 .....	84
(1) 精神疾患の特徴 .....	84
(2) 精神疾患への対処 .....	87
3. 特設：本内容の指導にあたっての留意点 .....	90
<b>第6節 安全な社会生活① 安全な社会づくり</b> .....	91
1. 学習指導要領（解説）の内容 .....	91
2. 授業展開の例 .....	92
(1) 事故の現状と発生要因 .....	92
(2) 交通事故の防止 .....	93
(3) 安全な社会の形成 .....	96
3. 安全にかかわる理論と発問例 .....	97
<b>第7節 安全な社会生活② 応急手当</b> .....	99
1. 学習指導要領（解説）の内容 .....	99
2. 授業展開の例 .....	99
(1) 応急手当の意義 .....	99
(2) 心肺蘇生法 .....	102
(3) 日常的な応急手当 .....	104
3. 補足 .....	106
(1) 応急手当の「知識・技能」の評価をどうするか、どう生かすか .....	106
(2) 応急手当を実践できるようになるためのカリキュラム・マネジメント .....	106
<b>第8節 生涯を通じる健康</b> .....	107
1. 学習指導要領（解説）の内容 .....	107
2. 授業展開の例 .....	108
(1) 結婚生活と健康 .....	108
(2) 働く人の健康の保持増進 .....	111

<b>第9節</b> 健康を支える環境づくり	115
1. 学習指導要領（解説）の内容	115
2. 授業展開の例	116
(1) 健康を支える環境づくりの特徴	116
3. まとめ	122

## 第4章 学習指導案作成と模擬授業

<b>第1節</b> 指導案を作成しよう	123
1. 保健の指導案を作成しよう	123
(1) 本時指導案の作成について	123
(2) 「能力にかかる動詞」について	127
(3) 作成する指導案の内容・方法・教材を選定する	127
<b>第2節</b> 模擬授業を計画し実施しよう	129
(1) 役割を演じること	129
(2) 模擬授業の情報の取り方, 評価	130
付録：参考資料リンク集	131
索引	132



# 第 1 章

## 保健の学習の目標・評価

### 第 1 節 保健の学習と資質・能力，健康に関する指導の関連

#### 1. 保健の学習と資質・能力

##### (1) 育成を目指す資質・能力

2016（平成 28）年 12 月に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」（以下，答申という）が取りまとめられ，2017（平成 29）年 3 月に中学校の新しい学習指導要領が告示された。移行期間を経て中学校は 2021（令和 3）年度から全面实施となり，高等学校においても 2018（平成 30）年 3 月に告示され，2022（令和 4）年度から年次進行で全面实施となった。これからの教育課程やその基準となる学習指導要領等には，学校教育を通じて育む「生きる力」とは何かを資質・能力として明確にし，教科等を学ぶ意義を大切にしつつ教科等横断的な視点で育てていくこと，社会とのつながりや各学校の特色づくり，子どもたち一人一人の豊かな学びの実現に向けた教育改善の軸としての役割が期待されている。

答申では，「生きる力」をより具体化し，教育課程全体を通して育成を目指す資質・能力を，ア「何を理解しているか，何ができるか（生きて働く「知識・技能」の習得）」，イ「理解していること・できることをどう使うか（未知の状況にも対応できる「思考力・判断力・表現力等」の育成）」，ウ「どのように社会・世界と関わり，よりよい人生を送るか（学びを人生や社会に生かそうとする「学びに向かう力・人間性等」の涵養<sup>かんよう</sup>）」の 3 つの柱に整理された<sup>1)</sup>。

学習指導要領においては，各教科等の指導をとおして育成する資質・能力を明確にすることの重要性を示すとともに，各教科等の目標や内容を，資質・能力の観点から再整理して示している。これは各教科等の指導にあたって，指導のねらいを明確にするための手掛かりとして学習指導要領の活用を促したものである。

日常の指導における創意工夫のために「何のために学ぶのか」という学習の意義を，我が国の学校教育の様々な実践の蓄積を踏まえて，この学習指導要領において育成を目指す資質・能力として明示している。これらの資質・能力の 3 つの柱は，学習の過程を通して相互に関係し合いながら育成されるものであることに留意が必要である。生徒は新しい知識や技能を得て，それらの知識や技能を活用して思考することとおして，知識や技能をより確かなものとして習得するとともに，思考力，判断力，表現力等を養い，新たな学びに向かったり，学びを人生や社会に生かそうとしたりする力を高めていくことができる。

各教科等の指導を通して育成してきた資質・能力を 3 つの柱で再整理し，明確に示すことにより，経験年数の短い教師であっても，各教科等の指導をとおして

## 第 2 章

# 中学校の保健の学習

## 第 1 節 健康な生活と疾病の予防

### 【ねらい】

- (1) 健康な生活と疾病の予防について説明できる。
- (2) 健康な生活と疾病の予防に関する思考・判断について、具体例をあげて説明できる。
- (3) 健康な生活と疾病の予防に関する学習方法について、授業展開を例にあげて説明できる。

### 1. 学習指導要領の内容

- (ア) 健康は、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。また、疾病は、主体の要因と環境の要因が関わり合って発生すること。  
※第 1 学年にて取り扱う。
- (イ) 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。  
※第 1 学年にて取り扱う。
- (ウ) 生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、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。  
※第 2 学年にて取り扱う。
- (エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があること。  
※第 2 学年にて取り扱う。
- (オ) 感染症は、病原体が主な要因となって発生すること。また、感染症の多くは、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できること。  
※第 3 学年にて取り扱う。
- (カ) 健康の保持増進や疾病の予防のためには、個人や社会の取組が重要であり、保健・医療機関を有効に利用することが必要であること。また、医薬品は、正しく使用すること。  
※第 3 学年にて取り扱う。

## 2. 授業展開の例

### (1) 生活習慣と健康

#### 1) 内容の説明

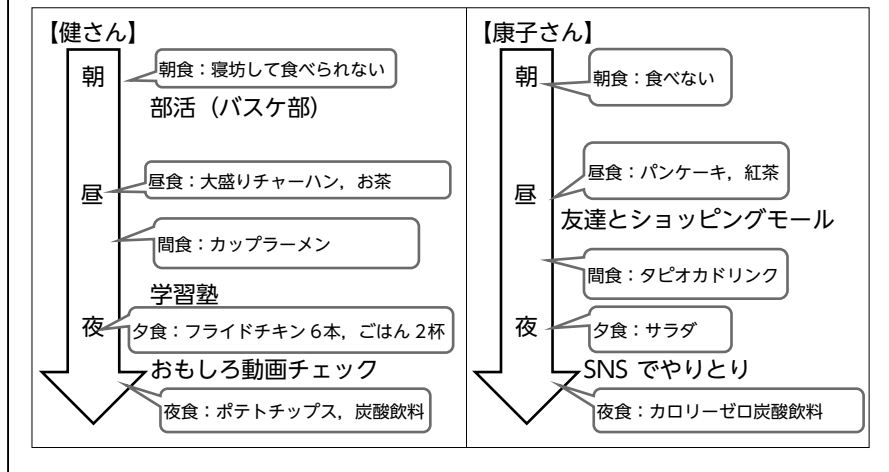
(イ) 生活習慣と健康<sup>1)</sup>では、健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があることを理解できるようにすることが求められている。そのうちの、④食生活と健康<sup>1)</sup>では、食事には健康な身体をつくるとともに、運動などによって消費されたエネルギーを補給する役割があることと、健康を保持増進するためには、毎日適切な時間に食事をすること、年齢や運動量等に応じて栄養素のバランスや食事の量などに配慮することが必要であることを理解できるようにすることを目指す。

本内容は、第1学年に扱うため、小学校生活から劇的に変化しただであろう中学校生活に円滑に適応しながら健康を保持増進していくためにも、上記の内容を個人の生活に即して理解を深められるようにする。

#### 2) 教材と展開例

**発問：**健さん、康子さんは、休日に次のような食生活を送っています。①食生活にどんな問題がありますか。このままだと、②どんな健康への悪影響(障害<sup>\*1)</sup>)が起こりますか。そうならないようにするために、③食生活をどのように改善すればよいでしょうか。

**学習形態：**個人→グループ→全体



\*1 ここでは、健康への悪影響の部分障害と捉え用いる。

表 2-1-1 栄養素の不足やとり過ぎによる障害の例

不足による 障害の例	たんぱく質	カルシウム
	体力の低下, 筋肉量の減少	骨や歯の発育不良, 骨粗鬆症
	鉄	ビタミン A
	貧血, 息切れ, 疲れやすくなる	視力低下, 皮膚病, 抵抗力低下
とり過ぎによる 障害の例	脂 肪	ナトリウム (食塩)
	肥満, 動脈硬化, 大腸がん	高血圧

### <予想される生徒の反応>

#### 【健さんについて】

##### ・生徒 A

①脂肪や塩分をとり過ぎている。このままだと, ②肥満や動脈硬化, 高血圧, 大腸がんになる。そうならないようにするために, ③朝食を食べること, 食事にもっと野菜を取り入れ, 脂肪や塩分を減らすようにする。

##### ・生徒 B

①脂肪をとり過ぎている。このままだと, ②肥満や動脈硬化, 高血圧になる。そうならないようにするために, ③脂の多いものばかり食べないで, 魚や野菜など和食メニューを食べるようにする。

#### 【康子さんについて】

##### ・生徒 C

①成長期に必要な, たんぱく質, カルシウム, 鉄などといった栄養素が足りていない。このままだと, ②体力も低下, 筋肉量も減少, 骨や歯の発育が悪く, 貧血や疲れやすく, 息切れしやすくなる。そうならないようにするために, ③たんぱく質, カルシウム, 鉄も含んだ栄養バランスの良い食事を3食とるようにする。

##### ・生徒 D ←「努力を要する」状況 (C) と判断される生徒<sup>\*2</sup>

①栄養バランスが偏っている。このままだと, ②倒れてしまう。そうならないようにするために, ③栄養バランスが整った食事をとるようにする。

### 3) 授業解説

授業の前半で, 食事には, 健康な身体をつくること, 運動などによって消費されたエネルギーを補給する役割があることと, 健康を保持増進するためには, 毎日適切な時間に食事をする事, 年齢や運動量等に応じて栄養素のバランスや食事の量などに見合った食事をとることの必要性について理解できるようにすることを目指している。

本教材では, 表 2-1-1 に示した本時で学んだ知識を根拠として, ①食生活の問題点, ②健康への悪影響 (障害), ③改善方法を考えられるようにする。この学びをもとに, まとめの活動として①②③の視点で自分自身の食生活を振り返ることで, 学んだ知識を個人の実生活でも生かすことができるようにする。

\*2 観点別学習状況の評価とは, 学校における児童生徒の学習状況を, 複数の観点から, それぞれの観点ごとに分析する評価のことである。中学校学習指導要領等に示す各教科の目標に照らして, その実現状況を観点ごとに評価し記入する。その際, 「十分満足できる」状況と判断されるものを A, 「おおむね満足できる」状況と判断されるものを B, 「努力を要する」状況と判断されるものを C のように区別して評価を記入する。どのような評価資料 (生徒の反応やノート, ワークシート, 作品等) をもとに, 「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) への手立て等を考えたりする<sup>2)3)</sup>。

# 第 3 章

## 高等学校の保健の学習

### 第 1 節 現代社会と健康① 健康の考え方

#### 【ねらい】

- (1) 健康水準の向上や疾病構造の変化による国民の健康課題の変化について説明できる。
- (2) 健康について、身体的側面、精神的側面、社会的側面など多面的に考察しながら、思考・判断する学習方法について、具体例をあげて説明できる。
- (3) 健康は、様々な要因の影響を受けながら、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること、また健康の保持増進には、ヘルスプロモーションの考え方に基づく個人の意思決定や行動選択とそれを支援する環境づくりがかかわることについての授業展開を説明できる。

#### 1. 学習指導要領（解説）の内容……………

##### (1) 健康の考え方

###### ㊦ 国民の健康課題

- 国民の健康課題について、我が国の死亡率、受療率、平均寿命、健康寿命など各種の指標や疾病構造の変化を通して理解すること。
- 健康課題には、がん、生活習慣病、感染症、精神疾患及び少子高齢社会におけるものがあること。
- 健康水準、及び疾病構造の変化には、科学技術の発達、及び生活様式や労働形態を含む社会の状況がかかわっていること。

###### ㊧ 健康の考え方と成り立ち

- 健康水準の向上、疾病構造の変化に伴い、個人や集団の健康についての考え方も変化してきていること。その際、疾病や症状の有無を重視する考え方や、生活の質や生きがいを重視する考え方などを例として理解すること。
- 健康の成り立ちには、免疫、遺伝、生活行動などの主体要因と、自然、経済、文化、保健・医療サービスなどの環境要因が互いに影響し合いながら、かかわっていること。

###### ㊨ 健康の保持増進のための適切な意思決定や行動選択と環境づくり

- 健康の保持増進には、ヘルスプロモーションの考え方に基づく、適切な意思決定や行動選択と健康的な環境づくりが重要であること。
- 適切な意思決定や行動選択には、個人の知識、価値観、心理状態、及び人間関係などを含む社会環境が関連していること。
- 健康を保持増進するための環境には、自然環境、及び政策や制度、地域活動などの様々な社会環境があること。

## 2 授業展開の例

### (1) 国民の健康課題

#### 1) 内容の説明

我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康課題や健康の考え方が変化するとともに、様々な健康への対策、健康増進の在り方が求められている。そのためには、私たちの健康のすがた（＝健康水準\*1）を正しく捉えることが必要である。

現在の私たちの健康のすがたは、理想的な状況なのだろうか。それとも課題があるのだろうか。この単元では国民の健康課題について各種の指標や疾病構造の変化をとおして理解を深め、科学技術の発達や生活様式、労働形態など社会経済状況がかかわっていることへの理解を深めることがねらいである。

#### 2) 教材と展開例

##### 例1：主な死因別にみた死亡率の年次推移

**発問：**図3-1-1は、我が国の主な死因別にみた死亡率の年次推移を示したグラフです。日本の健康課題の特徴やその背景・要因について考えられることをあげてみましょう。

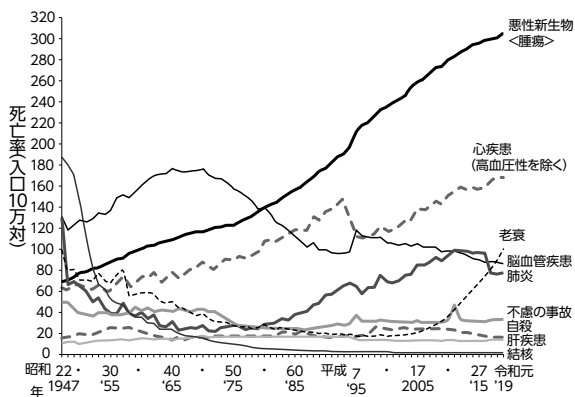


図3-1-1 主な死因別にみた死亡率(人口10万対)の年次推移<sup>1)</sup>

#### <解説>

グラフの読み取りは、授業では比較的多く使われる発問教材である。発問をする際には、生徒にこの発問から何をつかませたいのかという、出題意図を明確にしなければならない。「問.あなたならこのグラフから生徒に何をつかませたいと考えるだろうか」。例1の発問では「健康課題の特徴、背景・要因を見つける」と意図を設定した。

#### <学習方法・手順>

教材の効果を十分に引き出し、生徒が出題意図(何を)をつかめるようするためには、学習方法(どのように)を検討することが大切である。例えば

個人、ペア、グループワークなど、その他の学習方法も検討する。その際には、生徒やクラスの実態を把握し、活動を設定する必要がある。また、予定した活動に至らなかった場合の支援の手立て\*2についても検討しておく。教材展開例ではグループワークを取り入れ、実践してみると、生徒から次のような意見が出ることが予想される。

\*1 健康水準：集団の健康状態をはかるものさしを健康指標といい、これではかかれた健康の程度を健康水準という。

\*2 支援の手立て：グループでの話し合いがうまく進められていない場合、話し合いの見通しがもてるように、何について話し合うのかなどの「めあて」を事前に確認する。活動内容を視覚的に示し、グループ内の役割を具体的に決める。

【予想される生徒の回答】

グラフの特徴	背景・要因について
<ul style="list-style-type: none"> <li>・悪性新生物が急激に増加している。</li> <li>・老衰が3位に入ってきた。</li> <li>・上位は生活習慣病が占めている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・現代の人々は運動不足の人が多いため。</li> <li>・高齢者の増加が影響している。</li> <li>・食生活の変化も影響しているのでは。</li> <li>・働き過ぎが問題では。</li> </ul>

例2：平均寿命と健康寿命の推移

発問：図3-1-2は、我が国の「平均寿命と健康寿命の推移」を示したグラフです。健康寿命と平均寿命の差にはどんな理由が考えられるでしょうか。

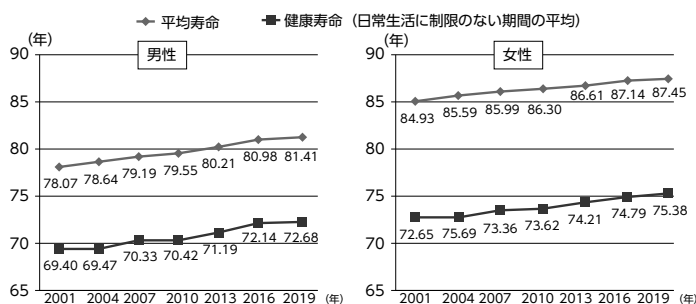


図3-1-2 平均寿命と健康寿命の推移<sup>2)</sup>

<学習方法・手順>

教材をどの授業展開場面（いつ）に位置付けるかは、授業における生徒の思考の流れを促すことになる。ドラマチックな授業になるよう、発問を十分に検討する必要がある。前述した例1は本時の導入教材として検討できる。例2では平均寿命や健康寿命<sup>\*3</sup>についての知識理解を深めた後、展開教材として検討できる。グループワークに主体的に参加させる手立てとして、まず、個人で考え、自分なりの意見をもってグループワークに参加させ、教員は評価活動<sup>\*4</sup>を行う。

【予想される生徒の回答】

- ・長生きはよいことだと思うけど、健康で長く暮らすためには医療制度や福祉に問題があるのでは。
- ・若い時からの健康習慣や意識に差があるから。

3) 授業解説

例示した教材は、グラフの読み取りをさせるものである。例えば、例1では、疾病構造の変化の特徴をつかみ、背景を考察し、現代の健康問題についての理解を深めるねらいがある。グラフを読むポイントとしては、「全体として傾向をつかむ」、「特異点（目立つところ・他と違うところ）に着目する」ことである。生徒がここで、「この差はなぜ?」「なぜ悪性新生物が年々増加しているのだろうか?」と疑問をもつことができるかが教材の鍵となる。

\*3 健康寿命：「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」と定義されている。

\*4 グループワークをとおして、仲間と意見交換して考察を深める展開となることから、ワークシートの記載内容や活動の取組状況や発表場面を観察するなど、「思考・判断・表現」の観点について見取ることができる。

# 第 4 章

## 学習指導案作成と模擬授業

### 第 1 節 指導案を作成しよう

#### 【ねらい】

- (1) 保健の学習指導案作成の仕方を説明することができる。
- (2) 学習指導に入れる思考・判断について、具体例をあげて説明することができる。
- (3) 学習指導に入れる指導方法について、展開の仕方を例にあげて説明することができる。

#### 1. 保健の指導案を作成しよう

##### (1) 本時指導案の作成について

資料 1 は、学習指導案\*1（保健）の例である。資料中に示した①～⑯の丸数字は、項目名の説明と対応している。また、単元の評価規準で、アンダーライン「\_\_\_\_\_」を付した箇所は保健の学習で身に付ける能力にかかる動詞\*2である。

\*1 学習指導案は、様式が地域や学校によって工夫されたものが用いられている。実際に行う授業の実施計画と捉えれば共通のものがある。本書では、基本的事項のみの解説としている。

#### <資料 1：学習指導案（保健）の例>

##### ①○○学校保健体育科 保健の学習指導案

②○年○月○日（○）○校時（○時○分～○時○分）

③第○学年○・○・○組 ○名（男子○名・女子○名）

授業の展開：○時間目／○時間、場所：○○○○

④担当教諭 ○○○○

⑤ 1. 単元名 ○○○○（本時：○○○○）

⑥ 2. 単元の目標（評価の観点を踏まえて記述する）

⑦ 3. 単元の評価規準

\*2 能力にかかる動詞は、「知識・技能」で「理解する」「言う」「書く」、 「思考・判断・表現」で「整理する」「関連付ける」「選択する」「考える」など、主体的に学習に取り組む態度で「自主的に取り組む」をあげている。

「表現」は「話し合う」「記述する」「伝え合う」があるが、活動の意味を考慮してここではアンダーラインを付していない。

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
(例) ① ○○（主部＋述部）○○について、 <u>理解したことを言ったり書いたりしている。</u> ② ○○（主部＋述部）○○について、 <u>理解したことを言ったり書いたりしている。</u>	(例) ① ○○（項目名）○○について、原則や概念を基に整理したり、個人生活と関連付けたりして、 <u>自他の課題を発見するとともに、習得した知識を活用し、○○するための方法を選択している。</u> ② ○○（項目名）○○について、…方法を考え、他者と話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて伝え合っている。	(例) ・○○（項目名）○○について、課題の解決に向けての学習に <u>自主的に取り組もうとしている。</u>