



学校番号

保健体育科（体育・保健）学習指導案

学校名 福岡県立〇〇高等学校

指導者 職名 氏名

実施日時 令和〇〇年〇〇月〇〇日〇曜日〇時限

実施学級 第〇学年〇組〇〇名

実施場所 〇〇〇〇

1 単元名

科目「保健」の場合・・・内容のまとめり 「単元」

(例) (1) 現代社会と健康 「(ア) 健康の考え方」

内容のまとめり

単元

科目「体育」の場合・・・領域 「型、種目」または「種目」

(例) E 球技 「イ ネット型 バレーボール」

領域

型

種目

2 単元設定の理由

(1) 単元観

(ねらい、運動の特性、指導内容、教材の分析、教材の価値、指導内容の学年系統、学習指導要領の指導内容との関連等)

(2) 生徒観

(知識、興味・関心、学習内容・方法に関する経験や習熟度、アンケートや診断テストの活用等)

※否定だけにならないように生徒の良さと課題の両面から記述する。

(3) 指導観

(目指す生徒像、ねらいを達成するための単元全体を通す活動、各段階〔※導入・展開・終末〕における手立て、学習形態〔一斉、グループ、個別など〕、主体的・対話的で深い学びの視点、言語活動の充実や ICT の活用等)

※(例) 導入では～をねらうものである。そのため～の活動を行わせる。展開では～。まとめでは～。

3 単元指導目標（到達目標）

○【知識及び技能】

(例) (～を理解できるようにするとともに、～ができるようにする。)

○【思考力・判断力・表現力等】

(例) (～の課題を発見し、～を工夫するとともに、～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】

(例) (～に自主的(主体的)に取り組むとともに、～をしようとする事、～をしようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。)

4 単元の評価規準（例）

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度	
単 元 の 評 価 規 準	<p>○知識 保 健 ※学習指導要領解説各単元の記載内容参照</p> <p>体 育 ※学習指導要領解説〈例示〉参照（例示より抜粋）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・技(術)(など)の名称や行い方 ・体力の高め方 ・運動観察(課題解決)の方法 ・競技会(試合、交流や発表)の仕方(行い方) ・運動を継続するための方法 <p>【文末の表現】 ～について学習した具体例を挙げている。 ～について言ったり書き出したりしている。</p>	<p>○技能 保 健 ※学習指導要領解説の記載内容参照</p> <p>(2)「安全な社会生活」</p> <p>(イ) 応急手当</p> <p>① 日常的な応急手当</p> <p>② 心肺蘇生法 のみ該当</p> <p>体 育 ※学習指導要領解説〈例示〉参照</p> <p>※【E 球技】の場合、必ず「ボール操作(ボールや用具の操作・バット操作やボール操作)」と「ボールを持たないときの動き」の両方とも記載する</p> <p>【文末の表現】 ～できる。 【保健】～について言ったり書き出したりしているとともに、～できる。</p>	<p>保 健 ※学習指導要領解説〈例示〉参照</p> <p>体 育 ※学習指導要領解説〈例示〉参照</p> <p>※思考力・判断力・表現力等は「運動に関する」「体力、健康・安全に関する」「運動実践につながる態度に関する」「生涯スポーツの実践に関する」ものから、領域の特性に応じ、例を重点化して示している。</p> <p>【文末の表現】 ～している。</p>	<p>保 健 ※学習指導要領解説の記載内容参照</p> <p>体 育 ※学習指導要領解説〈例示〉参照</p> <ul style="list-style-type: none"> ・愛好的態度 ・公正 ・協力 ・責任 ・参画 ・共生 ・健康・安全 <p>【文末の表現】 ～しようとしている。 ※健康・安全は「～している。」</p>
	<p>評価規準は、その単元で育てたい資質・能力を焦点化し、それぞれ①～②～③～と記載する。 ※設定する数に制限はないが、年間を通してバランスよく指導・評価できるように留意する。</p>			

【3観点における指導のポイントと評価規準の設定例】

(科目「体育」E 球技 イ ネット型 バレーボール〔入学年次の次の年次以降：2年生〕を例として取り上げる)

○「知識及び技能」⇒評価の観点「知識・技能」

(ポイント) ※学習指導要領解説より
知識は、体の動かし方や用具の操作などの「具体的な知識」、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」で示されている。それらの知識の往還を図ることや体育理論との関連を図ることが重要である。また、知識を基に技能を身に付けたり、技能を身に付けることで知識の理解を深めるなど、知識と技能を関連させて学習できるようにすることが大切である。

例 示 (知識)：球技の型や種目によって必要な体力要素があり、その型や種目の技能に関連させながら体力を高めることができること。

↓
評価規準 (知識)：球技の型や種目によって必要な体力要素があり、その型や種目の技能に関連させながら体力を高めることができることについて、学習した具体例を挙げている。

例 示 (技能)：変化のあるサーブに対応して、面を合わせてレシーブすること。

↓
評価規準 (技能)：変化のあるサーブに対応して、面を合わせてレシーブすることができる。

○「思考力・判断力・表現力等」⇒評価の観点「思考・判断・表現」

(ポイント) ※学習指導要領解説より
指導に際しては、体の動かし方や協力の仕方などの「どのように」行うのかの具体的な知識だけではなく、原理や原則、意義などの「何のために」行うのかといった汎用的な知識を関連させて理解させた上で、学習場面に適用したり応用したりすることが大切である。

例 示：練習やゲームの場面で、チームや自己の危険を回避するための活動の仕方を提案すること。

↓
評価規準：練習やゲームの場面で、チームや自己の危険を回避するための活動の仕方を提案している。

○「学びに向かう力、人間性等」⇒評価の観点「主体的に学習に取り組む態度」

※人間性等については、「評定」には含まれないが、「個人内評価」として実施すること。

(ポイント) ※学習指導要領解説より
各領域において「愛好的態度」及び「健康・安全」は共通の事項とし、「公正」「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。指導に際しては、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、生徒自身の自主性や主体性を促していくことが大切である。

例 示：フェアなプレイを大切にしようとする事。

↓
評価規準：フェアなプレイを大切にしようとしている。

※学習指導要領解説に記載されている〈例示〉を参考に、学校や生徒の実態に応じた評価規準を作成していくことが重要となる。

5 単元の指導と評価の計画（全〇〇時間）

【科目「保健」の場合】

過程	ねらい・学習活動	評価方法			
		知・技	思・判・表	態	方法
第〇時	「ねらい」は枠囲みで記載 文末は「～できるようにする。」 (例) 喫煙や飲酒は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることを理解できるようにする。	①	①		(例) 【ワークシート】 【ワークシート】
第〇時～第〇時 (本時 〇/〇)	「学習活動」は主な学習活動について記載する。(例) ・～を基に、～について振り返る。 ・～について発表する。		②	①	【観察・ワークシート】 【ワークシート】
第〇時	・～についてワークシートにまとめる。 ・～について話し合う。	②		②	【観察・ワークシート】 【ワークシート】

【科目「体育」の場合】 (例) 入学年次の次の年次以降（2年生）バレーボール

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
学習過程	10	出席確認、健康・安全の確認、主運動につながる準備運動など											
	20	オリエンテーション 試しのゲーム	動きづくりの反復メニュー 既習技能の確認及び学び直し	（パラインピック種目体験） シッティングバレー体験	空間を作り出すなどの攻防				公式ルールに近づけたルールでのゲーム1		チームの課題に応じた練習		
	30		ボール操作（サブ、パス、スパイクなど）		チームや個人の課題に応じた教え合い (練習メニューの選択)		(練習メニューの計画)		チームの課題に応じた練習		公式ルールでのリーグ戦		
	40		簡易ルールでのゲーム①		簡易ルールでのゲーム② (ルールの選択)		(ルールの考案)		公式ルールに近づけたルールでのゲーム2 ※ゲーム1と同じルール				
	50		整理運動、振り返り										
指導	知技	①		②		③				④			総括的評価
	思・判・表		①			②	③		②		③		
	態			①	②				③				
評価	知技	①		②	①	③			③	④	②		
	思・判・表		①					②			③		
	態					①		②			③		

※「技能」の習得や「主体的に学習に取り組む態度」の育成については、一定の学習期間が必要となるので、指導後に一定の学習期間を設けてから評価する（-----▶）。「知識」「思考・判断・表現」については、指導から期間を置かず評価する（————▶）。

※「知識及技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」の3つの資質・能力をバランスよく育成していくことが重要。

6 本時

(1) 本時の指導目標 (単元の評価規準、単元の指導と評価の計画との整合性を図る)

※単元の指導目標に対応させて重点化し、1～2項目に絞り、具体的な生徒の行動の姿で記述する。

(例) ～できるようにする。(思考力・判断力・表現力等)

(2) 本時の手立て

※本時の指導目標を達成させるための手立てを具体的に記述する。

(例) ICTの活用、場の設定の工夫など

(3) 準備物

○教師

○生徒

(4) 学習の展開 (学習過程)

	学習内容・活動	指導上の留意点	時間 配当	学習 形態	評価規準 (評価方法)
導入	<ul style="list-style-type: none"> 生徒が主体となるように記述する 主な学習内容 (○) とその内容を学ぶための主な活動を記述する。 	教師の働きかけや支援、配慮事項等を、学習内容・学習活動に対応させて具体的に記述する。 (例) ～できるようにするために～する活動 (場) を設定する。			<ul style="list-style-type: none"> ○「本時の指導目標」「単元の評価規準」「単元の指導と評価の計画」との整合性を図る。 ○評価の方法についても記載する。 (例) ・様相観察 ・学習カードの記述など
展開	ねらい (例) ～できるようにする。 〈発問〉 本時のねらいにかかわる、授業の柱となる発問となるようにする。 (ポイント) ・学習のねらいを明確化すること ・十分な実態把握を行っておくこと ・生徒の考える意欲を高めること など			一斉・グループ・個別など	(表記例) 【知識・技能】 (知識) ～について学習した具体例を挙げている。 ～について言ったり書き出ししたりしている。 (技能) ～できる。 【保健については】 ～について言ったり書き出したりしていると同時に、～できる。 【思考・判断・表現】 ～している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ～しようとしている。 ※健康・安全は「～している。」
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 本時の学習の振り返り (学習カードの記入、自己評価など) 				

(5) 板書計画 (掲示物やプレゼンテーション資料を添付) ※保健は要記載