

保健領域(小学校)の学習について

～学習指導要領実施状況調査と横浜市の取組から考える～



横浜市立南台小学校 柏原 奈保

日々の子どもたちの様子

●保健領域の学習が自分ごとになっていない

- ・ 日常の生活や行動と関連付けて考えるまでの学習になっていないところが多い。
- ・ 学習したことを日常の場面で活用しきれていない子が多い。

●子どもたちの状況が変化している

- ・ 人とのコミュニケーションに課題や不安を抱える子どもが増えてきている。不登校や登校渋りなど心の不安定さ。
- ・ スクリーンタイムの増加。運動の二極化が顕著。

学習指導要領実施状況調査の結果から（抜粋）

【令和４年度 小学校学習指導要領実施状況調査 体育（保健領域）】

２．学習指導要領実施状況調査から明らかとなった成果と課題

- 「知識及び技能」の習得の観点から、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は、相当数の児童ができている設問があるが、日常生活において認識しにくい内容については、課題があると考えられる設問がある。
- 「思考力、判断力、表現力等」の育成の観点から、保健の授業で学んだ内容を分類・選択することについては相当数の児童ができている設問がある一方、健康の原則や概念と具体的な生活・行動とを結び付けて考えることについては、課題があると考えられる設問がある。

学習指導要領実施状況調査の結果から（抜粋）

【相当数の児童ができている（通過率がおおむね80%以上）もの】

「健康・安全に関する基礎的な内容」に関する問題例

体育（保健領域） 第3学年（1）健康な生活
毎日を健康に生活するために大切なことを整理する問題のうち、室内環境の換気について問う問題

このような問題から、健康を保持増進するために生活環境を整えることについて、定期的に換気することの必要性に関する知識の習得状況を測る。

(3) 健康によい環境を整えることについての説明として、最も適切なものはどれですか。次の1から4の中から1つ選び、その番号を□の中に書きましょう。

- 1 ほこりやにおいなどで部屋の空気が汚れていなければ、空気の入れかえはしなくてもよい
- 2 冷房中は、部屋の空気を入れかえる回数を減らし、エネルギーを節約するとよい
- 3 部屋の中の空気が汚れているかどうか分からなくても、時間を決めて空気の入れかえをするとよい
- 4 暖房中は、部屋の温度を一定に保つために、空気を入れかえる回数は少なくしたほうがよい

3

(7)

【通過率 93.9%】

「授業で学んだ内容を分類・選択すること」に関する問題例

体育（保健領域） 第5学年（2）けがの防止
自転車転倒事故の発生の原因を問う問題

○交通事故を予防するための原則や概念について習得した知識を活用し、交通事故の事例から具体的な事故の発生の原因となったことを「人の行動」と「まわりの環境」に分類・選択する問題
このような問題から、危険の予測や回避の方法に関する「思考力、判断力、表現力等」の育成状況を測る。

この前、友達のももかさんと2人で、自転車に乗って遊びに出かけたときのことなのですが…。
ももかさんと遊びに行くのをとても楽しみにしていたので、うれしくて1 スピードを出しすぎてしまいました。すると、2 「止まれ」の標識があったのでブレーキをかけました。そうしたら、ちょうど3 地面に水たまりがあって、4 タイヤがスリップしてバランスをくずして転んでしまいました。



(2) 交通事故や身の回りの危険などは、人の行動や、まわりの環境が関わり合って起こります。
さくらさんは、この前自転車で転んでしまったことを、グループのみんなに話しました。その内容を読んで、転とう事故のおもな原因となった「人の行動」、「まわりの環境」に当てはまるものを、下線部1から4の中からそれぞれ1つずつ選び、その番号を□の中に書きましょう。

人の行動

1

(27)

まわりの環境

3

(28)

人の行動 【通過率 93.1%】
まわりの環境 【通過率 90.7%】

- ・健康によい生活を送るための睡眠の仕方を理解すること
- ・心はいろいろな生活経験等を通して年齢に伴い発達することを理解すること
- ・健康に関わる要因（十分な睡眠、部屋の明るさの調節）を、主体の要因と周囲の環境の要因に分類すること
- ・不安や悩みへの対処（運動・音楽、原因を考え対処）について、適切かどうかを判断し、理由を選択すること
- ・周囲の状況を見極め、犯罪にあいやすい点を考え、表現すること
- ・生活行動が主な要因となって起こる病気の原因を考え選択すること
- ・けがの手当として、傷口を清潔にすることや、患部を冷やすことについて理解すること
- など

学習指導要領実施状況調査の結果から（抜粋）

【課題があると考えられる（通過率がおおむね60%未満）もの】

「日常生活において認識しにくい内容」に関する問題例

体育（保健領域） 第6学年（3）病気の予防

「地域の様々な活動」が行われている場所を問う問題

○地域における保健に関わる様々な活動を示し、それらの活動が行われている場所を記述する問題
このような問題から、地域で行われている保健に関わる様々な活動について「知識」の習得状況を図る。

ひろしさんが病気の予防について教科書で調べていると、地域では人々の健康を守るために、次のような活動を行っていることを見つけました。

【正答例】

保健所、保健センター

【通過率 40.8%】

1 予防接種 2 赤ちゃんの健康診断 3 健康教室



4 健康診断や検査 5 電話での健康相談 6 健康に関するお知らせ



病院のほかに、上のイラストの活動を行っているところはどこでしょうか。□の中に当てはまる言葉を書きましょう。

「健康の原則や概念と具体的な生活・行動とを結び付けて思考・判断し、表現する力の育成」に関する問題例

体育（保健領域） 第5学年（1）心の健康

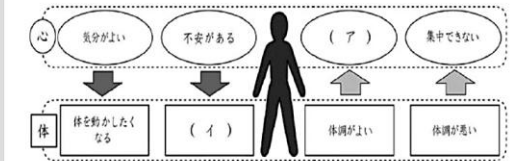
「心と体の密接な関係」について、「体から心への影響」と「心から体への影響」を問う問題

○心と体の密接な関係に関する原則や概念について習得した知識を基に、「体から心への影響」の具体例、「心から体への影響」の具体例を選択する問題
このような問題から、心と体の関係に関する原則や概念と具体的な影響の関連について「思考力、判断力、表現力等」の育成状況を測る。

ア【通過率 59.4%】

イ【通過率 39.1%】

(2) ゆうこさんは、心と体の関係について調べた結果を、下の図のようにまとめました。次の①、②の問題に答えましょう。



① ゆうこさんのまとめた上の図について、(ア)と(イ)にはどんな言葉が入りますか。次の1から4の中からそれぞれ1つずつ選び、その番号を□の中に入力しましょう。

- 1 やる気が出る
- 2 体が軽い
- 3 やる気が出ない
- 4 おなかが痛くなる

ア (19) イ (20)

- ・健康に関わる要因(ハンカチや衣服などの清潔を保つこと)を、主体の要因と周囲の環境の要因に分類すること
 - ・1日の生活の仕方について、見付けた課題を解決するための方法を考え、表現すること
 - ・不安や悩みへの対処（先生や友達へ相談すること）について、適切かどうかを判断し、理由を選択すること
 - ・道路を横断する際の安全確認として危険を予測すること
 - ・体の発育・発達によい運動とその具体的な運動例を選択すること
 - ・鼻出血の手当ての正しい行い方を理解すること
 - ・生活習慣病を予防するための適切な運動を考え、その理由を表現すること
- など 5

調査結果から考えられる成果と課題

- ・身近な生活における健康・安全に関する基礎的な内容、授業で学んだ内容を分類・選択する力は、概ね身についていると考えられる。
- ・保健の学習で得た健康の原則や概念と、具体的な生活・行動とを結びつけて考えることに課題がある。
- ・健康課題を発見する力は身についているが、知識を活用して、課題の解決に向けて思考・判断し、表現する力が十分に身についていない様子が見える。
- ・日常生活で認識しにくい内容については、理解を深めるための指導の工夫の必要がある。

これまでの取組から考えられる成果と課題

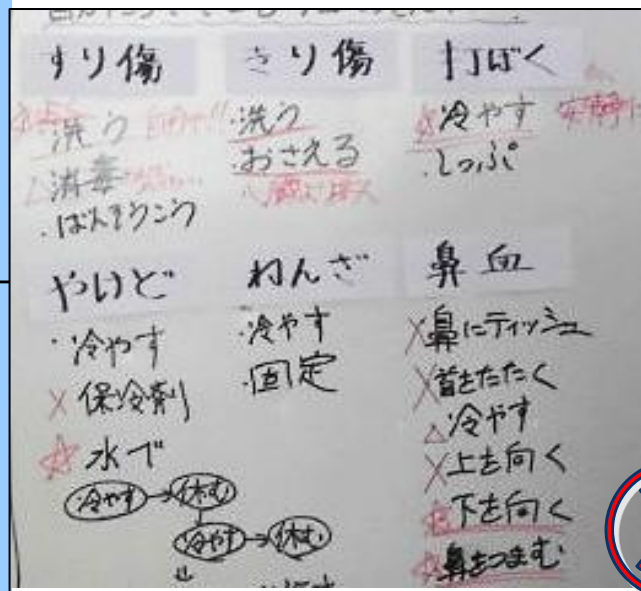
●横浜市の様子から

- ・自らの健康課題の発見を促し、学習への見通しがもてるように工夫する授業が増えている。
- ・身近な生活や自分の状況を振り返りながら、学習展開をする授業が増えている。
- ・教科書の資料のみの学習など、子どもたちが学習内容を身近なこと、自分ごととして学べていない様子が見られる。
- ・課題を発見し、課題の解決を通して、自らの健康について思考・判断し、表現する学習が不十分な状況が見られる。
- ・学習のまとめや振り返りなど、自らの生活への活かし方や健康課題を意識するような終末になっていないため、学習が日常の場面で活用しきれていない状況が伺える。
- ・指導内容をもらすことなく指導することに追われてしまう傾向もある。

改善に向けて

○具体物を用いた教材や身近な資料、身近な人の話、実習などで理解を深める。

- ・視覚的で実感を伴った理解を助ける教材
- ・地域や学校の現状を示した写真やグラフなどの資料
- ・教員や家族、上級生の体験談
- ・けがの手当ての模擬実習 ①



○具体的な生活経験と授業で学んだことを結び付けたり、比較したりして理解する。

- ・日常的に行っている不安や悩みへの対処の仕方の想起や比較 ②
- ・知っているけがの手当てと正しい手当ての比較 ③

2

学習課題

心の健康②

心と体はどのように関係しているのだろうか。

これまでの経験をふりかえって心と体の関係について考えよう。

1 心の様子によって体には、どんな変化が起こりますか。

心の様子

→

体の変化

① 不安なとき、心配なとき

心の様子

→

体の変化

② うれしいとき、楽しいとき

心の様子

→

体の変化

③ () とき

心の様子

→

体の変化

2 体の様子によって心には、どんな変化が起こりますか。

心の様子

←

体の調子がよいとき

心の様子

←

体の調子がよくないとき
(ね不足、空腹、発熱、けが など)

＜横浜市立小学校体育研究会「体育5・6年」より＞

改善に向けて

○自分や身近なことから課題を見つけ、解決に向けて考え、具体的に表現する。

- ・課題や発問の工夫
- ・校内や地域の地図、WEB上の資料からけがや事故の防止を考える ④
- ・生活を「健康な生活」の視点で見直す

○学習が自らの生活や行動にいきるよう、単元や毎時の学習の振り返り、まとめを大切にする。

- ・学習カードや展開の工夫 ⑤

○自分の考えや取組を広げたり、深めたりできる学習活動の工夫をする。

- ・ICTの活用 ⑥
- ・視点を明確にしたグループやペアでの意見交換、話し合い

写真



どんな危険が予測されるか

- ・車道だから車が来た時にぶつかってしまう
- ・信号がないから渡って、車にぶつかってしまうかもしれない

どのように行動するとよいか

- ・右左よくみる
- ・手を上げて渡る
- ・車が来ないか確認す

最も怪我しそうな場所の写真



危険の予測（どんな危険があるか）

（ぶつかるとしたら）全く見えな
いからおもいきりぶつかるかも
しれない。

安全な行動（どう行動するとよいか）

右側通行をしてしっかり
確認してからいけば、い
いはず！

4

6

学習課題

心の健康③

不安や悩みがあるときは、どうすればよいのだろうか。

みんなはどんなことに悩んでいるのでしょうか。

不安や悩みは
だれもが経験
することです。



不安や悩みがあったとき、あなたはどうしますか。

体ほくしの運動や深呼吸などをみんなでやってみましょう。

感想

まとめ

ふり回り（思ったこと・感じたこと・これからの生活につなげたいこと など）

単元のふり回り（学習して思ったこと・感じたこと・もっと知りたいこと・疑問に思ったこと など）

まとめ

- 社会の変化に伴う子どもの変容をとらえた「内容」「資質・能力」への改善
- 指導者が理解しやすい「資質・能力」の示し方の工夫
- 子どもたちが課題を発見し、考え、解決に向かう学習過程への充実につながるような指導事例の提示
- 一人ひとりの学びを大切にした子どもに委ねる授業の指導事例の提示
- 「主体的・対話的で深い学び」の実装