

(6) 保健体育

1 設置科目及び履修要件 (カッコ内は標準単位数)



2 教科の目標

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

⇒ **ここがポイント!**

「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」の三つの柱を踏まえ、豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を育成。

- 「知識・技能」「思考力・判断力・表現力等」
⇒ 「課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して」相互に関連させて高めること。
- 「学びに向かう力・人間性等」
⇒ 生涯にわたって継続して運動に親しむこと、健康の保持増進及び体力の向上を図ることを関連させて育成する中で、現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにする。

3 各科目の内容 (主な変更点等)

体育	【 体づくり運動 】 名称の変更「体力を高める運動」⇒「実生活に生かす運動の計画」
	【 陸上競技 】 バトンの受渡しの指導内容を追加。
	【 水泳 】 水中からのスタート、ターンを取り上げることと明記。 入学年次の次の年次以降は、安全を十分に確保した上で学校や生徒の実態に応じて段階的な指導を行うことが可能。
	【 武道 】 学校や地域の実態に応じて、相撲、空手道、なぎなた、弓道、合気道、少林寺拳法、銃剣道についても履修させることが可能。
	【 体育理論 】 構成の変更 (1) スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展 (2) 運動やスポーツの効果的な学習の仕方 (3) 豊かなスポーツライフの設計の仕方 「パラリンピック」を追加。「する、みる、支える」に「知る」を追加。
保健	従前の3つの内容を、4つの内容で再構成 「現代社会と健康」「安全な社会生活」「生涯を通じる健康」「健康を支える環境づくり」
	【 現代社会と健康 】 生活習慣病などの予防と回復に、がんの内容を追加。 精神疾患の予防と回復の内容を追加。 「交通安全」、「応急手当」 ⇒ 【 安全な社会生活 】に移動。
	【 安全な社会生活 】 心肺蘇生法等の応急手当についての技能の内容を明確化。
	【 生涯を通じる健康 】 保健・医療制度及び保健活動に関する内容 ⇒ 【 健康を支える健康づくり 】に移動。
	【 健康を支える健康づくり 】 健康に関する環境づくりと社会参加に関する内容を新たに位置付け。

4 各科目の履修に関する配慮事項

- 「体育」については、各年次継続して履修できるようにし、各年次の単位数はなるべく均分して配当すること。
- 「体づくり運動」の授業時数は、各年次で7～10単位時間程度を配当すること。
- 「体育理論」の授業時数は、各年次で6単位時間以上を配当すること。
- 「保健」については、原則として入学年次及びその次の年次の2か年にわたり履修させること。

5 指導内容の体系化

校種	小学校	中学校	高等学校
学年	小学校第1学年～第4学年	小学校第5学年～中学校第2学年	中学校第3学年～高等学校第3学年
体育	様々な基本的な動きを身に付ける時期	多くの領域の運動を体験する時期	少なくとも一つの運動を選び継続することができるようにする時期
保健	身近な生活における健康・安全に関する基礎的な内容	個人生活における健康・安全に関する内容	個人生活及び社会生活における健康・安全に関する内容

6 新学習指導要領の趣旨や内容に対応した授業の創造

「何ができるようになるか」～保健体育科において育成をめざす資質・能力～

知識・技能	<ul style="list-style-type: none"> ・ 各種の運動の特性に応じた技能等 ・ 個人及び社会生活における健康・安全についての理解
思考力・判断力・表現力等	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取組方を工夫できる思考力・判断力・表現力
学びに向かう力・人間性等	<ul style="list-style-type: none"> ・ 生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上をめざし、明るく豊かで活力ある生活を営む態度

「何を学ぶか」～保健体育科において重視する学習内容・学習活動～

「体育や保健の見方・考え方を働かせる」ことを通して、「各種の運動がもたらす体の健康への効果はもとより、心の健康も運動と密接に関連している」ことを実感させ、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を育む。

学習活動の充実に当たっては、

- ① 言語活動を一層充実させる。
 - ② 情報機器などを適切に活用し、学習の効果を高める。
 - ③ 運動やスポーツの多様な楽しみ方を実践できるようにする。
 - ④ 体験活動を重視する。
- 等の活動を重視する。

「どのように学ぶか」～主体的・対話的で深い学びの実現をめざして～

必要な知識及び技能の習得を図りながら、生徒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ことなどで「深い学び」の実現が期待できる。

【課題発見・解決の学びのプロセス例】

