

保 健 体 育

I 改訂の要点

「保健体育編」

保健体育科については、次の方針によって改訂を行った。

- ① 「体育」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継続する資質・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踏まえ、指導内容の系統性を改めて整理し、各領域で身に付けさせたい指導内容の一層の充実を図ること。
 - 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卒業後も社会で実践することができるよう、共生の視点を重視して指導内容の充実を図ること。
 - ④ 生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続することを重視し、小学校、中学校及び高等学校を見通した指導内容の体系化を図る観点から資質・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」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 個人及び社会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、現代的な健康課題の解決に関わる内容、ライフステージにおける健康の保持増進や回復に関わる内容、人々の健康を支える環境づくりに関する内容及び心肺蘇生法等の応急手当の技能に関する内容等を充実すること。
 - ⑦ 「体育」と一層の関連を図る観点から、心身の健康の保持増進や回復とスポーツとの関連等の内容等について改善すること。
 - ⑧ 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継続する観点から、「体育」と「保健」の一層の関連を図った指導等の改善を図ること。
- 保健体育科の目標、内容及び内容の取扱い等の改訂の要点は、次のとおりである。

1 教科の目標

教科の目標は、高等学校教育における保健体育科の果たすべき役割を総括的に示すとともに、小学校、中学校及び高等学校の教科の一貫性を踏まえ、高等学校としての重点や基本的な指導の方向を示したものである。

今回改訂した保健体育科の目標は、育成を目指す資質・能力を踏まえつつ、引き続き、体育と保健を関連させていく考え方を強調したものである。

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社会生活における健康・安全について理解するとともに、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や社会の課題を発見し、合理的、計画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目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

2 教科の内容

(1) 保健体育科の科目及び内容構成

保健体育科に属する科目は、「体育」及び「保健」の2科目である。

「体育」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」、「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。

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」、「ダンス」の七つの領域については、(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。

また、知識に関する領域である「体育理論」については、(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の内容のまとまりごとに、「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」を内容として示すとともに、(ア)、(イ)、(ウ)、(エ)に具体的な指導内容を示している。

「保健」は、「現代社会と健康」、「安全な社会生活」、「生涯を通じる健康」及び「健康を支える環境づくり」の四つの項目で構成されており、内容のまとまりごとに、「ア 知識及び技能」、「イ 思考力、判断力、表現力等」を内容として示すとともに、(ア)、(イ)、(ウ)、(エ)、(オ)に具体的な指導内容を示している。

(2) 標準単位数

保健体育科に属する科目の標準単位数は、次のとおりである。

科目	標準単位数
体育	7～8単位
保健	2単位

3 各科目の目標及び内容

「体育」

(1) 体育の目標

体育の目標は、保健体育科の目標を受け、これを「体育」としての立場から具体化したものであり、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、特に中学校第3学年との接続を重視し、高等学校における体育の学習指導の方向を示したものである。

体育の見方・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、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。
- (2) 生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画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、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

この目標は、義務教育を基礎とした高等学校段階における、「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」の育成を目指す資質・能力を示したものであるが、生徒が運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わうとともに、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続することを目指したものである。

(2) 体育の内容

体育の内容は、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、「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」であり、知識に関する領域は、「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、(1)、(2)、(3) に内容のまとま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、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（野外の運動）を加えて指導するとともに、レスリングについても履修させることができるものとしている。

なお、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。

* 「体育」の内容及び内容の取扱い・「保健」の内容及び内容の取扱い（次頁掲載）

「体育」の領域及び内容の取扱い

領域及び領域の内容	内容の取扱い						
	入学年次	その次の年次	それ以降の年次	各領域の取扱い			
A 体づくり運動	必修	必修	必修	ア、イ 必修(各年次7～10単位時間程度)			
ア 体ほぐしの運動							
イ 実生活に生かす運動の計画							
B 器械運動	B, C, D, Gから①以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	ア～エから選択			
ア マット運動							
イ 鉄棒運動							
ウ 平均台運動							
エ 跳び箱運動							
C 陸上競技				B, C, D, Gから①以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	ア～ウに示す運動から選択
ア 短距離走・リレー, 長距離走, ハードル走							
イ 走り幅跳び, 走り高跳び, 三段跳び							
ウ 砲丸投げ, やり投げ							
D 水泳				B, C, D, E, F, Gから②以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	ア～オから選択
ア クロール							
イ 平泳ぎ							
ウ 背泳ぎ							
エ バタフライ							
オ 複数の泳法で長く泳ぐ又はリレー							
E 球技	E, Fから①以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	入学年次では, ア～ウから②選択その次の年次以降では, ア～ウから選択			
ア ゴール型							
イ ネット型							
ウ ベースボール型							
F 武道	E, Fから①以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	ア又はイのいずれか選択			
ア 柔道							
イ 剣道							
G ダンス	B, C, D, Gから①以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	ア～ウから選択			
ア 創作ダンス							
イ フォークダンス							
ウ 現代的なリズムのダンス							
H 体育理論	必修	必修	必修	(1)は入学年次, (2)はその次の年次, (3)はそれ以降の年次で必修(各年次6単位時間以上)			
(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							

第2章 保健体育科の目標及び内容

「保健」の内容及び内容の取扱い

内容	入学年次	その次の年次	それ以降の年次	内容の取扱い
(1) 現代社会と健康	必修			(1)～(4)を入学年次及びその次の年次
(2) 安全な社会生活				
(3) 生涯を通じる健康				
(4) 健康を支える環境づくり				

(3) 内容及び内容の取扱いの改善

「体育」

ア 資質・能力の三つの柱を踏まえた内容構造の見直し

「体育」については、「体育」において育成を目指す資質・能力を明確にするとともに、豊かなスポーツライフを継続する資質・能力を育成する観点から、運動に関する「知識及び技能」（中学校段階以降の知識では、運動の技能につながる知識のみならず、運動の成り立ちや多様な楽しみ方につながる知識等も含む）、運動課題等の発見・解決のための「思考力、判断力、表現力等」、主体的に学習に取り組む態度等の「学びに向かう力、人間性等」に対応した内容を示すこととした。その際、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すとともに、卒業後においても運動の習慣化や運動やスポーツへの多様な関わり方につなげ、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、高等学校を通じた系統性を踏まえて、引き続き指導内容の体系化を図ることを重視した。

なお、「体育」においては、「学びに向かう力、人間性等」の内容は、生涯にわたる豊かなスポーツライフの継続に向けた体育学習に関わる態度に対応した、公正、協力、責任、参画、共生及び健康・安全の具体的な指導内容を示すとともに、それらの学習を通して、スポーツの価値を実感するとともに、楽しさや喜びを深く味わうことに主体的に取り組む態度を醸成することとした。

イ 12年間の系統性を踏まえた指導内容の見直し

3年間の見直しをもった年間指導計画の作成及び指導計画の実施、評価、改善等を重視した「カリキュラム・マネジメント」を実現する観点及び「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、小学校から高等学校までの12年間を見通して、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ことができるようにする時期といった発達の段階のまとまりを踏まえ、系統性を踏まえた指導内容の見直しを図るとともに指導内容の重点化を図ることとした。

具体的には、中学校第3学年との接続を重視し、指導内容の系統性を改めて整理して示すとともに、各領域における(2)思考力、判断力、表現力等及び(3)学びに向かう力、人間性等の指導内容の重点化を図ることとしたものである。

ウ 運動やスポーツとの多様な関わり方を重視した内容及び内容の取扱いの充実

豊かなスポーツライフを継続していくためには、運動の技能を高めていくことのみならず、体力や技能の程度、性別や障害の有無、目的等の違いを越えて、運動やスポーツの多様な楽しみ方を社会で実践することが求められる。そのため、新たに共生の視点を踏まえて指導内容を示すこととした。

また、「内容の取扱い」及び「指導計画と内容の取扱い」に、生徒が選択して履修できるようにすること、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を楽しむことができるよう男女共習を原則とすることを示すとともに、生徒の困難さに応じた配慮の例を示した。

エ 指導内容の一層の明確化

指導と評価の一体化を一層推進する観点から、(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、人間性等の指導内容を一層明確にするため、解説において、従前、技能及び思考・判断で示していた例示を、全ての指導内容で示すこととした。

オ 学び直しの充実

高等学校においては、社会で生きていくために必要となる力を共通して身に付ける「共通性の確保」の観点と、一人一人の生徒の進路に応じた多様な可能性を伸ばす「多様性への対応」の観点を軸としつつ、育成を目指す資質・能力を明確にし、それらを育んでいくことが大切である。

特に、共通性の確保の観点からは、義務教育段階での学習内容の確実な定着を図ることが、高等学校保健体育科で育成を目指す資質・能力を身に付ける視点からも重要である。そのため、入学年次においては、引き続き中学校第3学年の内容を取り上げ、解説において、入学年次とその次の年次以降の学習のねらいや内容をそれぞれ具体的に示すこととした。

(中略)

セ 体力の向上との関連

体力の向上については、「体づくり運動」、「体育理論」の指導内容を一部見直し、カリキュラム・マネジメントの視点から保健及び体育・健康に関する指導等との一層の充実が図られるよう改善した。また、その他の領域においても、それぞれの運動の特性や魅力に触れるために必要となる体力を生徒自らが高められるよう留意することとし、「体力の高め方」を内容の「(1) 知識及び技能」に示した。

(後略)

(4) 各科目にわたる指導計画の作成と内容の取扱いの改善

ア 指導計画作成上の配慮事項

(ア) 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善

保健体育科の指導計画の作成に当たり、生徒の主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を推進することとし、保健体育科の特質に応じて、効果的な学習が展開できるように配慮すべき内容を新たに示した。

(イ) 学校における体育・健康に関する指導との関連

指導計画の作成に当たっては、第1章総則第1款2(3)に示す「健やかな体」の趣旨を生かし、特別活動、運動部の活動などとの関連を図り、日常生活における体育・健康に関する活動が適切かつ継続的に実践できるよう留意することとした。

(ウ) 授業時数等の配当

- ・ 「体育」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ものとする事とした。
- ・ 内容の「A体づくり運動」に対する授業時数については、各年次で7～10 単位時間程度を、内容の「H体育理論」に対する授業時数については、各年次で6 単位時間以上を配当することとした。
- ・ 「体育」の内容の「B器械運動」から「Gダンス」までの領域の授業時数は、その内容の習熟を図ることができるよう考慮して配当することとした。
- ・ 「保健」は、従前どおり、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とした。

(エ) 中学校との関連

学校や生徒の実態等に応じて義務教育段階の学習内容の確実な定着を図る観点から、中学校保健体育科との関連に留意することを示した。

これは、従前、総則に示されていたものを保健体育科でも示したものである。

(オ) 障害のある生徒への指導

障害のある生徒などについては、学習活動を行う場合に生じる困難さに応じた指導内容や指導方法の工夫を計画的、組織的に行うことが大切であることを示した。

これは、従前、総則に示されていたものを保健体育科でも示したものである。

なお、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方法等の工夫例を新たに示すこととした。

イ 内容の取扱いに当たっての配慮事項

(ア) 言語活動

保健体育科の指導において、その特質に応じて、言語活動について適切に指導する必要があることを示した。

これは、従前、総則に示されていたものを保健体育科でも示したものである。

(イ) 情報機器の活用等に関する配慮事項

保健体育科において、各分野の特質を踏まえ、情報モラル等にも配慮した上で、必要に応じて、コンピュータや情報通信ネットワークなどを適切に活用し、学習の効果を高めるよう配慮することを従前どおり示した。

(ウ) 運動やスポーツの多様な楽しみ方

生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質・能力の育成に向けて、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社会で実践できるようにすることが重要であることを新たに示した。

(エ) 体験活動

保健体育科において、その特質に応じた体験活動を重視し、地域・家庭と連携しつつ体系的・継続的に実施できるよう工夫することを示した。

これは、従前、総則に示されていたものを保健体育科でも示したものである。

(オ) 「体育」と「保健」の関連

保健体育科においては、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継続する資質・能力の育成を重視する観点から、健康な生活と運動やスポーツとの関わりを深く理解したり、心と体が密接につながっていることを実感したりできるようにすることの重要性を改めて示すとともに、体育と保健の関連を図る工夫の例を新たに示した。

なお、今回の改訂においては、第1章総則第1款5において、「カリキュラム・マネジメント」の充実が示されたことから、次の点に留意することが大切である。

○カリキュラム・マネジメントの充実

各学校においては、子供たちの姿や地域の実情を踏まえて、各学校が設定する学校教育目標を実現するために、学習指導要領等に基づき教育課程を編成し、それを実施・評価し改善していく「カリキュラム・マネジメント」の充実が求められている。

保健体育科においても、同様に「カリキュラム・マネジメント」の考え方に基づいた学習指導を充実させることが大切である。

・3年間の見通しをもった年間指導計画の作成

教育課程においては、各学校が主体的に編成することが大切である。その際、「指導計画の作成と内容の取扱い」を踏まえて、3年間の見通しをもった年間指導計画を作成することとなるが、作成に当たっては、「体育」及び「保健」の指導内容の関連を踏まえること、体育・健康に関する指導につながる健康安全、体育的行事等との関連について見通しをもつなど、保健体育科を中心とした「カリキュラム・マネジメント」の視点から計画を立てることが大切である。

その際、教科で学習する内容の確実な定着を図ることが重要であり、教科外の学習との区分を明確にした計画の立案に留意することも大切である。

・生徒の現状に基づいた計画の作成、実施、評価、改善

年間指導計画で担当した单元ごとの指導計画を作成する際、資質・能力の三つの柱の具体的な指導内容を計画的に配当し、学習指導要領の趣旨を踏まえた指導を充実することが大切である。その際、生徒の実情、教員数、施設の要件等を踏まえた無理のない計画に基づく実施とその評価及び計画の改善を一体のものとして推進することが、教科における「カリキュラム・マネジメント」として大切である。

・地域の人的・物的資源等の活用

生徒の主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善の推進に向けて、必要に応じて、地域の人的・物的資源等の活用を検討することも大切である。特に、障害のある生徒などへの支援や実生活へのつながりを充実する観点から、活用可能な地域等の人的・物的資源等との連携を図り、指導の充実につなげることが学校と社会をつなぐ「カリキュラム・マネジメント」として大切である。

発達段階を踏まえた指導内容の体系化

就学前（幼児期）から多様な運動遊びを推進	← 系統性 →								
	小学校			中学校		高等学校			
	1, 2年	3, 4年	5, 6年	1, 2年	3年	入学 年次	次の 年次	それ 以降	
	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			卒業後に少なくとも一つの運動やスポーツを継続することができるようにする時期		
体づくり運動			体づくり運動			体づくり運動			豊かなスポーツライフ
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	器械運動		
走・跳の運動遊び	走・跳の運動	陸上運動	陸上運動	陸上運動	陸上運動	陸上運動	陸上運動		
水遊び	浮く・泳ぐ運動	水泳	水泳	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	ダンス		
ゲーム	ゲーム	ボール運動	球技	球技	球技	球技	球技		
			武道	武道	武道	武道	武道		
			体育理論		体育理論				
	保健領域		保健分野		科目保健				
<ul style="list-style-type: none"> ・ 高校入学年次においては、「器械運動」、「陸上競技」、「水泳」及び「ダンス」の中から一つ以上を、「球技」及び「武道」の中から一つ以上をそれぞれ選択して履修 ・ その次の年次以降においては、「器械運動」から「ダンス」までの中から二つ以上を選択して履修 									

幼児期運動指針の策定
文部科学省 H24.3

「幼児期運動指針の策定 文部科学省 H24.3」

4 各科目の目標及び内容「保健」

(1) 保健の目標

保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を次のとおり育成する。

- (1) 個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。
- (2) 健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。
- (3) 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

保健では、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) の個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにするには、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。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とその活用について、個人だけでなく社会生活について総合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) の健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、目的や状況に応じて他者に伝える力を養うとは、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や社会の課題を発見し、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、中学校での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、判断し、それらを、筋道を立てて他者に表現できるようにするという考え方を生かすことを目指している。また、自我の確立に加えて社会的な事象に対する興味・関心が広がり、自ら考え判断する能力なども身に付きつつあるという発達の段階を考慮し、個人及び社会生活における健康・安全に関する内容について科学的に思考・判断し、総合的に捉えるとともに、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) の生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養うとは、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。自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもち、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) 保健の内容

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。したがって、健康を保持増進するためには、一人一人が健康に関して深い認識をもち、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることを理解できるようにする必要がある。

また、個人の行動選択やそれを支える社会環境づくりなどが大切であるというヘルスプロモーションの考え方に基づいて現代社会の様々な健康課題に関して理解するとともに、その解決に向けて思考・判断・表現できるようにする必要がある。

このため、本内容は、我が国において現代の健康課題がみられること、健康の考え方が変化してきていること、健康の保持増進には健康に関する個人の適切な意思決定や行動選択及び環境づくりが関わること、感染症の発生や流行には時代や地域によって違いが見られ、それに対応した対策が必要であること、生活習慣病などの予防と回復には調和のとれた生活の実践とともに疾病の早期発見、治療及び社会的な対策が必要であること、喫煙、飲酒、薬物乱用などは健康や社会に大きな影響を与えることから、個人への働きかけや社会環境への対策が必要であること、精神疾患の早期発見や罹り患後の対策が必要であることなどを中心として構成している。

* 「体育」の内容及び内容の取扱い・「保健」の内容及び内容の取扱い（次頁掲載）

*新旧比較表

【現行】	【新】
(1) 現代社会と健康	(1) 現代社会と健康
ア 健康の考え方	(ア)健康の考え方
イ 健康の保持増進と疾病の予防	(イ)現代の感染症とその予防
ウ 精神の健康	(ウ)生活習慣病などの予防と回復
エ 交通安全	(エ)喫煙、飲酒、薬物乱用と健康
オ 応急手当	(オ)精神疾患の予防と回復
(2) 生涯を通じる健康	(2) 安全な社会生活
ア 生涯の各段階における健康	(ア)安全な社会づくり
イ 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関	(イ)応急手当
ウ 様々な保健活動や対策	(3) 生涯を通じる健康
(3) 社会生活と健康	(ア)生涯の各段階における健康
ア 環境と健康	(イ)労働と健康
イ 環境と食品の保健	(4) 健康を支える環境づくり
ウ 労働と健康	(ア)環境と健康
	(イ)食品と健康
	(ウ)保健・医療制度及び地域の保健・医療機関
	(エ)様々な保健活動や社会的対策
	(オ)健康に関する環境づくりと社会参加

「体育」の領域及び内容の取扱い

領域及び領域の内容	内容の取扱い								
	入学年次	その次の年次	それ以降の年次	各領域の取扱い					
A 体づくり運動	必修	必修	必修	ア, イ 必修(各年次7~10単位時間程度)					
ア 体ほぐしの運動									
イ 実生活に生かす運動の計画									
B 器械運動	B, C, D, Gから①以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	ア~エから選択					
ア マット運動									
イ 鉄棒運動									
ウ 平均台運動									
エ 跳び箱運動									
C 陸上競技				B, C, D, Gから①以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	ア~ウに示す運動から選択		
ア 短距離走・リレー, 長距離走, ハードル走									
イ 走り幅跳び, 走り高跳び, 三段跳び									
ウ 砲丸投げ, やり投げ									
D 水泳				B, C, D, E, F, Gから②以上選択			B, C, D, E, F, Gから②以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	ア~オから選択
ア クロール									
イ 平泳ぎ									
ウ 背泳ぎ									
エ バタフライ									
オ 複数の泳法で長く泳ぐ又はリレー									
E 球技	E, Fから①以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	入学年次では, ア~ウから②選択その次の年次以降では, ア~ウから選択					
ア ゴール型									
イ ネット型									
ウ ベースボール型									
F 武道	E, Fから①以上選択			B, C, D, E, F, Gから②以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	ア又はイのいずれか選択			
ア 柔道									
イ 剣道									
G ダンス	B, C, D, Gから①以上選択					B, C, D, E, F, Gから②以上選択	B, C, D, E, F, Gから②以上選択	ア~ウから選択	
ア 創作ダンス									
イ フォークダンス									
ウ 現代的なリズムのダンス									
H 体育理論	必修							必修	必修
(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									

第2章 保健体育科の目標及び内容

「保健」の内容及び内容の取扱い

内容	入学年次	その次の年次	それ以降の年次	内容の取扱い
(1) 現代社会と健康	必修			(1)~(4)を入学年次及びその次の年次
(2) 安全な社会生活				
(3) 生涯を通じる健康				
(4) 健康を支える環境づくり				

(3) 内容及び内容の取扱いの改善

「保健」

ア 「保健」の内容

「保健」の内容については、個人及び社会生活における健康・安全に関する理解を通して健康についての総合的な認識を深め、保健の見方・考え方を働かせ、生涯を通じて自他や社会の健康に関する課題を解決していくための資質や能力の育成を図ることに重点を置き、小学校、中学校の内容を踏まえた系統性のある指導ができるよう、次のような改訂を行った。

また、指導に当たっては、心と体を一体的に捉えるとともに、「保健」と「体育」の内容を密接に関連付けて取り扱うよう配慮するものとした。

イ 内容の構成

内容のまとめりについては、個人及び社会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、従前の「現代社会と健康」、「生涯を通じる健康」及び「社会生活と健康」の3項目を「現代社会と健康」、「安全な社会生活」、「生涯を通じる健康」及び「健康を支える環境づくり」の4項目とした。内容については、個人及び社会生活に関する事項を正しく理解し、思考・判断・表現できるようにするため、他教科及び小学校、中学校の内容との関連を考慮して高等学校における基礎的事項を明確にした。

具体的には、個人及び社会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、精神疾患やがんを含めた生活習慣病などの現代的な健康課題の解決に関わる内容、応急手当の技能を含めた安全な社会生活に関する内容、ライフステージにおける健康の保持増進や回復に関わる内容及び人々の健康を支える環境づくりに関する内容等を充実した。その際、心身の健康の保持増進の実践力を育成するため、単なる暗記や知識理解にとどまらず、自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもてるようにし、健康に関する課題を解決する学習活動を取り入れるなど、保健の資質や能力が育成されるよう指導方法の工夫を行うとともに、適切な意思決定や行動選択及び健康を支える環境づくりが必要であることを示した。

(4) 各科目にわたる指導計画の作成と内容の取扱いの改善（再掲）

ア 指導計画作成上の配慮事項

(ア) 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善

保健体育科の指導計画の作成に当たり、生徒の主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を推進することとし、保健体育科の特質に応じて、効果的な学習が展開できるように配慮すべき内容を新たに示した。

(イ) 学校における体育・健康に関する指導との関連

指導計画の作成に当たっては、第1章総則第1款2(3)に示す「健やかな体」の趣旨を生かし、特別活動、運動部の活動などとの関連を図り、日常生活における体育・健康に関する活動が適切かつ継続的に実践できるよう留意することとした。

(ウ) 授業時数等の配当

- ・ 「体育」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ものとする事とした。
- ・ 内容の「A体づくり運動」に対する授業時数については、各年次で7～10 単位時間程度を、内容の「H体育理論」に対する授業時数については、各年次で6 単位時間以上を配当することとした。
- ・ 「体育」の内容の「B器械運動」から「Gダンス」までの領域の授業時数は、その内容の習熟を図ることができるよう考慮して配当することとした。
- ・ 「保健」は、従前どおり、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とした。

(エ) 中学校との関連

学校や生徒の実態等に応じて義務教育段階の学習内容の確実な定着を図る観点から、中学校保健体育科との関連に留意することを示した。

これは、従前、総則に示されていたものを保健体育科でも示したものである。

(オ) 障害のある生徒への指導

障害のある生徒などについては、学習活動を行う場合に生じる困難さに応じた指導内容や指導方法の工夫を計画的、組織的に行うことが大切であることを示した。

これは、従前、総則に示されていたものを保健体育科でも示したものである。

なお、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方法等の工夫例を新たに示すこととした。

イ 内容の取扱いに当たっての配慮事項

(ア) 言語活動

保健体育科の指導において、その特質に応じて、言語活動について適切に指導する必要があることを示した。

これは、従前、総則に示されていたものを保健体育科でも示したものである。

(イ) 情報機器の活用等に関する配慮事項

保健体育科において、各分野の特質を踏まえ、情報モラル等にも配慮した上で、必要に応じて、コンピュータや情報通信ネットワークなどを適切に活用し、学習の効果を高めるよう配慮することを従前どおり示した。

(ウ) 運動やスポーツの多様な楽しみ方

生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質・能力の育成に向けて、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社会で実践できるようにすることが重要であることを新たに示した。

(エ) 体験活動

保健体育科において、その特質に応じた体験活動を重視し、地域・家庭と連携しつつ体系的・継続的に実施できるよう工夫することを示した。

これは、従前、総則に示されていたものを保健体育科でも示したものである。

(オ) 「体育」と「保健」の関連

保健体育科においては、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継続する資質・能力の育成を重視する観点から、健康な生活と運動やスポーツとの関わりを深く理解したり、心と体が密接につながっていることを実感したりできるようにすることの重要性を改めて示すとともに、体育と保健の関連を図る工夫の例を新たに示した。

なお、今回の改訂においては、第1章総則第1款5において、「カリキュラム・マネジメント」の充実が示されたことから、次の点に留意することが大切である。

○カリキュラム・マネジメントの充実

各学校においては、子供たちの姿や地域の実情を踏まえて、各学校が設定する学校教育目標を実現するために、学習指導要領等に基づき教育課程を編成し、それを実施・評価し改善していく「カリキュラム・マネジメント」の充実が求められている。

保健体育科においても、同様に「カリキュラム・マネジメント」の考え方に基づいた学習指導を充実させることが大切である。

・3年間の見通しをもった年間指導計画の作成

教育課程においては、各学校が主体的に編成することが大切である。その際、「指導計画の作成と内容の取扱い」を踏まえて、3年間の見通しをもった年間指導計画を作成することとなるが、作成に当たっては、「体育」及び「保健」の指導内容の関連を踏まえること、体育・健康に関する指導につながる健康安全、体育的行事等との関連について見通しをもつなど、保健体育科を中心とした「カリキュラム・マネジメント」の視点から計画を立てることが大切である。

その際、教科で学習する内容の確実な定着を図ることが重要であり、教科外の学習との区分を明確にした計画の立案に留意することも大切である。

・生徒の現状に基づいた計画の作成、実施、評価、改善

年間指導計画で配当した单元ごとの指導計画を作成する際、資質・能力の三つの柱の具体的な指導内容を計画的に配当し、学習指導要領の趣旨を踏まえた指導を充実することが大切である。

その際、生徒の実情、教員数、施設の要件等を踏まえた無理のない計画に基づく実施とその評価及び計画の改善を一体のものとして推進することが、教科における「カリキュラム・マネジメント」として大切である。

- ・地域の人的・物的資源等の活用

生徒の主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善の推進に向けて、必要に応じて、地域の人的・物的資源等の活用を検討することも大切である。特に、障害のある生徒などへの支援や実生活へのつながりを充実する観点から、活用可能な地域等の人的・物的資源等との連携を図り、指導の充実につなげることが学校と社会をつなぐ「カリキュラム・マネジメント」として大切である。

Ⅱ 改訂の要点

「体育編」

(1) 目標の改善

専門学科「体育」の目標については、学校教育法第30条2項の規定を一層明確化するため、資質・能力の三つの柱を踏まえて示すこととした。具体的には、スポーツへの多様な関わり方についての理解と実践及び生涯を通してスポーツの推進及び発展に寄与する資質・能力を身に付けることを重視したものである。また、これらの資質・能力の育成を通して、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ことが大切であることを示した。

また、従前、スポーツの「振興発展」としていたものを、スポーツの「推進及び発展」とした。このことは、従前の高度な技能の習得を中心として社会におけるスポーツを牽引していくことばかりでなく、体育の見方・考え方を働かせ、「する、みる、支える、知る」などのスポーツへの多様な関わり方を自ら実践することを通して、社会における人々の生涯を通じたスポーツの諸課題を発見し、主体的、合理的、計画的な解決に向けて共に関わろうとする意味を強調したものである。

(2) 科目の目標、内容構成及び内容等の改善

ア 目標の改善

各科目の目標については、専門学科「体育」の目標と同様、学校教育法の規定を一層明確化するため、包括的な柱書の目標を示した上で、「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・能力の三つの柱に応じた目標を示すこととした。

イ 内容構成及び内容等の改善

今回の改訂では、「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、資質・能力の三つの柱に整理すること、体育科、保健体育科においては、12年間の系統性を踏まえた指導内容の見直し、運動やスポーツとの多様な関わり方を重視した内容の充実及び指導内容の一層の明確化などを共通の視点として改善が図られている。

専門学科「体育」においても、これらの基本的な方向性を踏まえ、各科目の内容等の改善を図ることとした。

具体的には、各科目の内容構成については、「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」の資質・能力の三つの柱に沿って示した。

また、「スポーツⅠ」から「スポーツⅥ」の内容に「多様な関わり方」を新たに示し、スポーツの楽しみ方を実践する資質・能力やスポーツの推進及び発展に寄与する資質・能力の育成を目指すとともに、スポーツを通じた共生社会の実現に寄与する視点を重視した。

ウ 「する、みる、支える、知る」などのスポーツの多様な楽しみ方を実践する資質・能力の育成の重視

生涯を通してスポーツの推進及び発展に寄与する資質・能力の育成に当たっては、高度な知識及び技能の習得を目指すだけでなく、スポーツの多様な価値や関わり方を主体的に受け入れ、自らのスポーツへの関わり方を豊かにすることが求められることから、各科目の解説において、「する、みる、支える、知る」などのスポーツの多様な楽しみ方を実践する資質・能力の育成に向けた指導事項を、資質・能力の三つの柱に沿って示すこととした。

エ 生涯を通してスポーツの推進及び発展に寄与する資質・能力の育成の重視

各科目の目標において、従前、「生涯を通してスポーツの振興発展に寄与する資質や能力」を育てることとしていたものを、「生涯を通してスポーツの推進及び発展に寄与する資質・能力」を育成することを示すとともに、各科目の解説において、生涯を通してスポーツの推進及び発展に寄与する資質・能力の育成に向けた指導事項を、資質・能力の三つの柱に沿って示すこととした。

今回の改訂では、学校で学ぶことと社会との接続を意識し、一人一人の社会的・職業的自立に向けて必要な基盤となる資質・能力を育み、キャリア発達を促すキャリア教育の視点も重視されてい

る。また、専門学科「体育」においても、卒業後の進路は多様化しており、体育系の大学等への進路に加えて、様々な進路の選択が見られる。さらに、スポーツの推進及び発展は、競技等のスポーツの実践者やスポーツ指導者の育成のみならず、「する、みる、支える、知る」といった多様な視点からスポーツの価値や意義が認められ、より多くの国民がスポーツの推進及び発展を支持することによって図られるものである。

(3) 各科目にわたる指導計画の作成と内容の取扱いの改善

ア 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善

体育科の指導計画の作成に当たり、生徒の主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を推進することとし、体育科の特質に応じて、効果的な学習が展開できるように配慮すべき内容を新たに示した。

イ 障害のある生徒などへの指導

障害のある生徒などについては、学習活動を行う場合に生じる困難さに応じた指導内容や指導方法の工夫を計画的、組織的に行うことが大切であることを示した。

*専門学科「体育」の科目構成及び内容と内容の取扱い（次頁掲載）

専門学科「体育」の科目構成及び内容と内容の取扱い

科目及び内容	内容の取扱い			
	入学年次	その次の年次	その以降の年次	各科目
【スポーツ概論】 (1) スポーツの文化的特性や現代におけるスポーツの発展 (2) 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 (4) スポーツの多様な指導法と健康・安全 (5) スポーツの企画と運営	必修	必修	必修	(1)～(5)必修
【スポーツⅠ】 (1) 採点競技への多様な関わり方 (2) 測定競技への多様な関わり方	スポーツⅠ,Ⅱ,Ⅲ,Ⅳから①以上選択	スポーツⅠ,Ⅱ,Ⅲ,Ⅳから①以上選択	スポーツⅠ,Ⅱ,Ⅲ,Ⅳから①以上選択	(1)又は(2)を選択
【スポーツⅡ】 (1) ゴール型球技への多様な関わり方 (2) ネット型球技への多様な関わり方 (3) ベースボール型球技への多様な関わり方 (4) ターゲット型球技への多様な関わり方				(1)～(4)から①以上選択
【スポーツⅢ】 (1) 武道への多様な関わり方 (2) 諸外国の対人的競技への多様な関わり方				(1)又は(2)を選択
【スポーツⅣ】 (1) 創造型ダンスへの多様な関わり方 (2) 伝承型ダンスへの多様な関わり方				(1)又は(2)を選択
【スポーツⅤ】 (1) 自然体験型の野外の運動への多様な関わり方 (2) 競技型の野外の運動への多様な関わり方				必修
【スポーツⅥ】 (1) 体づくり運動への多様な関わり方 (2) 目的に応じた心身の気付きや交流を深めるための運動の仕方 (3) ライフステージ及びライフスタイルに応じた体操や運動の計画の立て方	必修	必修	必修	(1)は入学年次(2)及び(3)はその次の年次以降
【スポーツ総合演習】 (1) スポーツの多様な理論や実践に関する課題研究 (2) スポーツの多様な指導や企画と運営に関する課題研究 (3) スポーツを通じた多様な社会参画に関する課題研究	必修	必修	必修	(1)～(3)から①以上選択