

# 中学校 学習指導要領の改訂及び 新教育課程編成・実施のポイント (保健体育)

平成29年12月  
大分県教育委員会

1

## 第1章 総説

### 1 改訂の経緯及び基本方針(全教科等共通) [HP版解説:P.1~5]

#### (1) 改訂の経緯 [HP版解説:P.1~2]

グローバル化の進展

人工知能(AI)の進化

予測が困難な時代に

#### これからの時代に求められる資質・能力 ~学校教育に求められること~

- 様々な変化に向き合い、他者と協働して課題を解決していくこと
- 様々な情報を見極め知識の概念的な理解を実現し情報を再構成するなどして新たな価値につなげていくこと
- 複雑な状況の変化の中で目的を再構築することができるようにすること

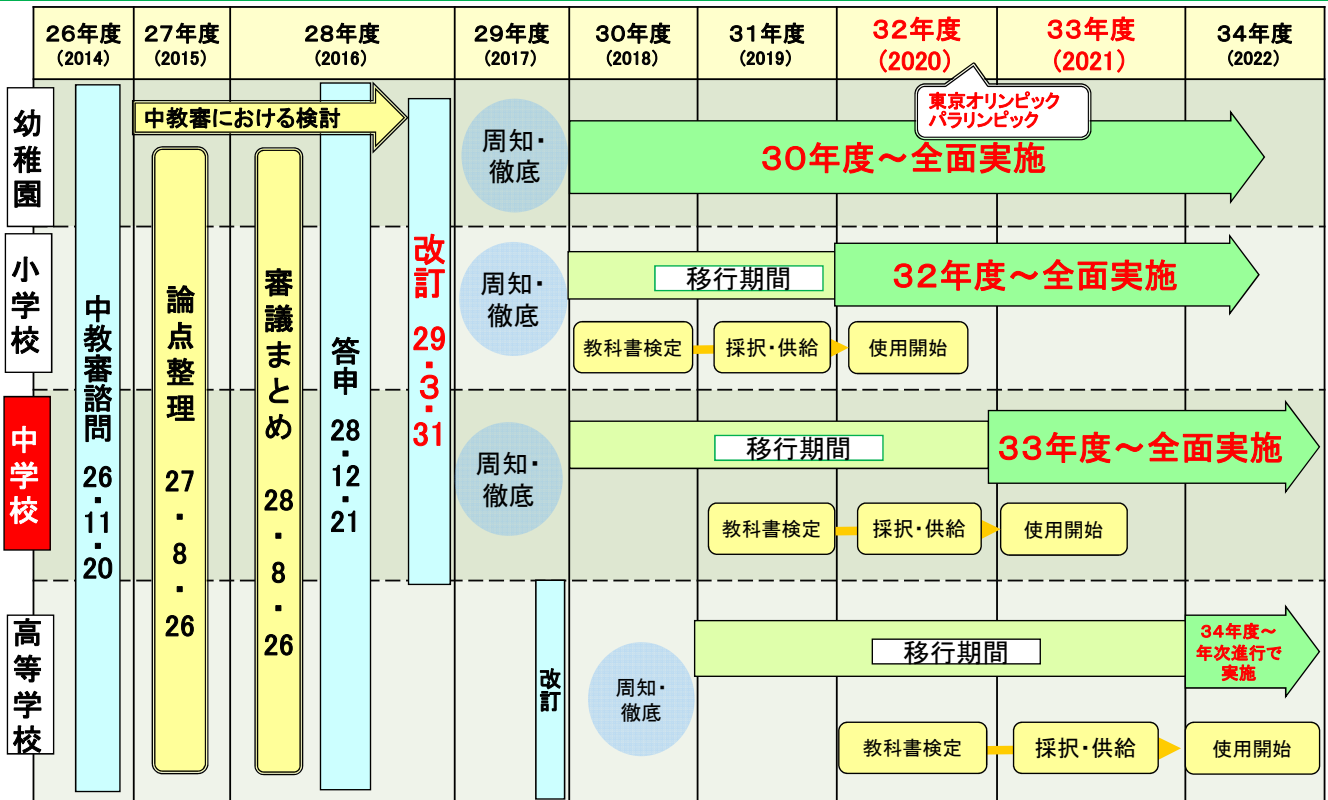
#### 中央教育審議会答申

目標を学校と社会が共有し、連携・協働しながら、新しい時代に求められる資質・能力を子供たちに育む「社会に開かれた教育課程」の実現を目指し、学習指導要領等が、学校、家庭、地域の関係者が幅広く共有し活用できる「学びの地図」としての役割を果たすことができるよう、次の6点にわたって学習指導要領の枠組みを改善するとともに、各学校において教育課程を軸に学校教育の改善・充実の好循環を生み出す「カリキュラム・マネジメント」の実現を目指す。

- ① 「何ができるようになるか」 (育成を目指す資質・能力)
- ② 「何を学ぶか」 (教科を学ぶ意義と、教科等間・学校段階間のつながりを踏まえた教育課程の編成)
- ③ 「どのように学ぶか」 (各教科等の指導計画の作成と実施、学習・指導の改善・充実)
- ④ 「子供一人一人の発達をどのように支援するか」 (子供の発達を踏まえた指導)
- ⑤ 「何が身に付いたか」 (学習評価の充実)
- ⑥ 「実施するために何が必要か」 (学習指導要領の理念を実現するために必要な方策)

2

# 【参考】新学習指導要領改訂に関するスケジュール



特別支援学校学習指導要領(幼稚部及び小学部・中学部)についても、平成29年4月28日に改訂告示を公示。特別支援学校学習指導要領(高等部)についても、高等学校学習指導要領と一体的に改訂を進める。

3

## 第1章 総説

### 1 改訂の経緯及び基本方針 [HP版解説:P.1~5]

#### (2) 改訂の基本方針 [HP版解説:P.2~5]

##### ① 今回の改訂の基本的な考え方 (一部抜粋) [HP版解説:P.2~3]

- ア 「社会に開かれた教育課程」を重視
- イ 知識及び技能の習得と思考力、判断力、表現力等の育成のバランスを重視
- ウ 道德教育の充実や体験活動の重視、**体育・健康に関する指導の充実**→豊かな心や健やかな体を育成

##### ② 育成を目指す資質・能力の明確化 [HP版解説:P.3]

知・徳・体「生きる力の育成」

中央教育審議会答申より

中央教育審議会においては、「生きる力」をより具体化し、教育課程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)

の三つの柱に整理するとともに、各教科等の目標や内容についても、この三つの柱に基づく再整理を図るよう提言がなされた。

○知・徳・体にわたる「生きる力」を子供たちに育むために「何のために学ぶのか」という各教科等を学ぶ意義を共有しながら、授業の創意工夫や教科書等の教材の改善を引き出ししていくことができるようにするため、全ての教科等の目標及び内容を三つの柱で再整理した。

4

## 1 改訂の経緯及び基本方針 [HP版解説:P.1~5]

## (2) 改訂の基本方針 [HP版解説:P.2~5]

## ③「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 [HP版解説:P.3~4]

子供たちが、学習内容を人生や社会の在り方と結び付けて深く理解し、これからの時代に求められる資質・能力を身に付け、生涯にわたって能動的に学び続けることができるようにするためには、我が国の優れた教育実践に見られる普遍的な視点である「**主体的・対話的で深い学び**」の実現に向けた授業改善（アクティブ・ラーニングの視点に立った授業改善）を推進することが求められる。（以下省略）

その際、以下の**6点に留意して取り組む**ことが重要である。（一部省略）

- イ 児童生徒に目指す資質・能力を育むために「**主体的な学び**」、「**対話的な学び**」、「**深い学び**」の視点で、**授業改善を進めるもの**であること。
- ウ 各教科等において通常行われている**学習活動**（言語活動、観察・実験、問題解決的な学習など）の**質を向上させることを主眼とするもの**であること。
- エ **単元や題材など内容や時間のまとまりの中で**、学習を見通し振り返る場面をどこに設定するか、グループなどで対話する場面をどこに設定するか、児童生徒が考える場面と教員が教える場面をどのように組み立てるかを考え、**実現を図っていくもの**であること。
- オ 深い学びの鍵として「**見方・考え方を働かせる**」ことが重要になること。各教科等の「**見方・考え**方」は、「どのような視点で物事を捉え、どのような考え方で思考していくのか」という**その教科等**ならではの物事を捉える視点や考え方である。各教科等を学ぶ本質的な意義の中核をなすものであり、教科等の学習と社会をつなぐものであることから、児童生徒が学習や人生において「**見方・考え**方」を自在に働かせることができるようにすることこそ、教師の専門性が発揮されることが求められること。
- カ **基礎的・基本的な知識及び技能の習得**に課題がある場合には、その確実な習得を図ることを重視すること。

5

## 1 改訂の経緯及び基本方針 [HP版解説:P.1~5]

## (2) 改訂の基本方針 [HP版解説:P.2~5]

## ④各学校におけるカリキュラム・マネジメントの推進 [HP版解説:P.4~5]

各学校においては、教科等の目標や内容を見通し、特に学習の基盤となる資質・能力（言語能力、情報活用能力、問題発見・解決能力等）や現代的な諸課題に対応して求められる資質・能力の育成のためには、**教科等横断的な学習を充実することや、「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善を、単元や題材など内容や時間のまとまりを見通して行う**ことが求められる。これらの取組の実現のためには、学校全体として、児童生徒や学校、地域の実態を適切に把握し、教育内容や時間の配分、必要な人的・物的体制の確保、教育課程の実施状況に基づく改善などを通して、**教育活動の質を向上させ、学習効果の最大化を図るカリキュラム・マネジメントに努めることが求められる。**

- ・教育の目的や目標の実現に必要な教育の内容等を**教科等横断的な視点**で組み立てていくこと
- ・教育課程の実施状況を**評価してその改善を図っていく**こと
- ・教育課程の実施に必要な**人的又は物的な体制を確保**するとともにその改善を図っていくことなどを通して、教育課程に基づき**組織的かつ計画的に各学校の教育活動の質の向上を図っていく**こと

## ⑤教育内容の主な改善事項 [HP版解説:P.5]

言語能力の確実な育成、理数教育の充実、伝統や文化に関する教育の充実、体験活動の充実、外国語教育の充実などについて総則や各教科等において、その特質に応じて内容やその取扱いの充実を図った。

6

## 【参考】 学習指導要領改訂の方向性

新しい時代に必要となる資質・能力の育成と、学習評価の充実

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

生きて働く知識・技能の習得

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

何ができるようになるか

よりよい学校教育を通じてよりよい社会を創るという目標を共有し、  
社会と連携・協働しながら、未来の創り手となるために必要な資質・能力を育む

「**社会に開かれた教育課程**」の実現

各学校における「**カリキュラム・マネジメント**」の実現

何を学ぶか

どのように学ぶか

新しい時代に必要となる資質・能力を踏まえた  
教科・科目等の新設や目標・内容の見直し

小学校の外国語教育の教科化，高校の新科目「公共  
(仮称)」の新設など

各教科等で育む資質・能力を明確化し，目標や内容を  
構造的に示す

**学習内容の削減は行わない**※

主体的・対話的で深い学び（「**アクティブ・  
ラーニング**」）の視点からの学習過程の改善

生きて働く知識・技能の習  
得など，新しい時代に求め  
られる資質・能力を育成

知識の量を削減せず，質の  
高い理解を図るための学習  
過程の質的改善

主体的な学び

対話的な学び

深い学び

## 【参考】 観点別学習状況の評価について

- 学習評価には、児童生徒の学習状況を検証し、結果の面から教育水準の維持向上を保障する機能。
- 各教科においては、学習指導要領等の目標に照らして設定した観点ごとに学習状況の評価と評定を行う「目標に準拠した評価」として実施。  
→きめの細かい学習指導の充実と児童生徒一人一人の学習内容の確実な定着を目指す。

### 学力の3つの要素と評価の観点との整理

【現行】

学習評価の  
4 観点

関心・意欲・態度

思考・判断・表現

技能

知識・理解

【以下の3観点到に沿っ  
た整理を検討】

学力の3要素  
(学校教育法)  
(学習指導要領)

知識及び技能

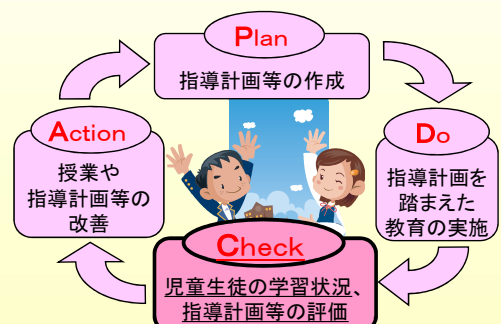
思考力・判断力  
・表現力等

主体的に学習に  
取り組む態度

### 学習指導と学習評価のPDCAサイクル

- 学習評価を通じて、学習指導の在り方を見直すことや個に応じた指導の充実を図ること、学校における教育活動を組織として改善することが重要。

指導と評価の一体化



## ポイント1

### 1 改訂の概要

#### 2 改訂の趣旨及び要点

- ・ 体育科，保健体育科の成果と課題，そこから求められる改善の方向性を示している

HP版解説：P.6～23

#### (1) 改訂の趣旨 [HP版解説：P. 6～9]

中央教育審議会答申より

##### ① 平成20年度改訂の学習指導要領の成果と課題 [HP版解説：P. 6]

- 運動やスポーツが好きな児童生徒の割合が高まった
- 体力の低下傾向に歯止めが掛かった
- 『する，みる，支える』のスポーツとの多様な関わりの必要性や公正，責任，健康・安全等，態度の内容が身に付いている
- 子供たちの健康の大切さの認識や健康・安全に関する基礎的な内容が身に付いている
- 習得した知識や技能を活用して課題解決すること
- 学習したことを相手に分かりやすく伝えること
- 運動する子供とそうでない子供の二極化傾向が見られる
- 子供の体力について，低下傾向には歯止めが掛かっているものの，体力水準が高かった昭和60年ごろと比較すると，依然として低い状況が見られる
- 健康課題を発見し，主体的に課題解決に取り組む学習が不十分であり，社会の変化に伴う新たな健康課題に対応した教育が必要

##### ② 改訂の基本的な考え方 [HP版解説：P. 6～7]

ア 三つの資質・能力を育成することを目標として示す

イ 三つの資質・能力を確実に身に付けるために，その関係性を重視した学習過程を工夫

ウ 小学校，中学校，高等学校を通じて系統性のある授業ができるように示す必要

9

前ページから  
続く

#### ③ 改善の具体的事項 [HP版解説：P. 7～8]

中央教育審議会答申より

ア 体育分野については，「生涯にわたって運動やスポーツに親しみ，スポーツとの多様な関わり方を場面に応じて選択し，実践することができるよう，『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』の育成を重視する観点から内容等を改善を図る。

また，保健分野との一層の関連を図った内容等について改善を図る。

(ア) 各領域で身に付けたい具体的な内容を，資質・能力の三つの柱に沿って明確に示す。特に，『思考力・判断力・表現力等』及び『学びに向かう力・人間性等』の内容の明確化を図る。また，体力や技能の程度，性別及び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共有することができるよう配慮する。

(イ) 体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに，健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識し，運動やスポーツの習慣化につなげる観点から，体づくり運動の内容等について改善を図る。

体づくり運動

(ウ) スポーツの意義や価値等の理解につながるよう，内容等について改善を図る。特に，東京オリンピック・パラリンピック競技大会がもたらす成果を次世代に引き継いでいく観点から，知識に関する領域において，オリンピック・パラリンピックの意義や価値等の内容等について改善を図る。

体育理論

(エ) グローバル化する社会の中で，我が国固有の伝統と文化への理解を深める観点から，日本固有の武道の考え方に触れることができるよう，内容等について一層の改善を図る。

武道

イ 保健分野については，「個人生活における健康・安全についての『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』」の育成を重視する観点から，内容等の改善を図る。その際，心の健康や疾病の予防に関する健康課題の解決に関わる内容，ストレス対処や心配蘇生法等の技能に関する内容等を充実する。

また，個人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，健康な生活と疾病の予防の内容を学年ごとに配当するとともに，体育分野との一層の関連を図った内容等について改善を図る。

従来は「体づくり運動」と「水泳」のみ → 「様々な場面で」

10

(2)改訂の要点 [HP版解説:P.10]

- ① 体育分野においては、学校教育法に示す資質・能力の育成を明確にするため、「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**
- 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考慮し、各領域で身に付けさせたい具体的な内容の系統性を踏まえた指導内容の一層の充実、保健分野との一層の関連**を図った指導の充実
- 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共有**するための指導内容の充実、**共生**の視点
- ④ 生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する基礎を培うことを重視し、**資質・能力の三つの柱ごとの指導内容の一層の明確化**
- ⑤ 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、内容を改善**（保健分野）
- ⑥ **心の健康や疾病の予防に関する健康課題の解決**に関わる内容、ストレス対処や心肺蘇生法等の**技能に関する内容等を充実**（保健分野）
- ⑦ 個人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、**健康な生活と疾病の予防の内容を学年ごとに配当、体育分野との一層の関連**を図った内容等について改善（保健分野）

【参考資料】改訂の要点②

発達段階のまとまりを考慮し、各領域で身に付けさせたい具体的な内容の系統性を踏まえた指導内容の一層の充実を図ること。

【参考】知識及び技能の指導

	小学校			中学校	
	低学年	中学年	高学年	1・2年	3年
知識	運動遊びの行い方を知る	運動の行い方を知る	運動の行い方を理解する	特性や成り立ち、技術の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解する	技術の名称や行い方、運動観察の方法、体力の高め方などを理解する
技能	動き	動きや技能	技能		

知識及び技能の習得や活用により、運動する楽しさや喜びが高まっていくことが重要

【参考資料】改訂の要点②

発達段階のまとまりを考慮し、各領域で身に付けさせたい具体的な内容の系統性を踏まえた指導内容の一層の充実を図ること。

【参考】思考力, 判断力, 表現力等の指導

	小学校			中学校	
	低学年	中学年	高学年	1・2年	3年
思考力 判断力	各種の運動遊びの行い方を工夫する	自己の課題を見付け、その解決のための活動を工夫する	自己やグループの課題を見付け、その解決のための活動を工夫する	自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて取り組み方を工夫する	自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて取り組み方を工夫する
表現力	考えたことを他者に伝える		自己や仲間の考えたことを他者に伝える		

思考力, 判断力, 表現力等の指導により, 楽しさや喜びをさらに味わえることができるように

【参考資料】改訂の要点②

発達段階のまとまりを考慮し、各領域で身に付けさせたい具体的な内容の系統性を踏まえた指導内容の一層の充実を図ること。

【参考】学びに向かう力, 人間性等の指導

	小学校			中学校	
	低学年	中学年	高学年	1・2年	3年
愛好的	進んで		積極的に		自主的に
公正	きまりを守る		約束を守る	公正に取り組む	
協力 責任	誰とでも仲よく		助け合う 役割を果たす	互いに協力する 自己の責任を果たす	
参画 共生		考えを認める	考えや取組を 認める	違いを認める	違いを大切に する
健康 安全	健康・安全に 留意	場や用具の安全に留意 健康・安全の大切さに気付く		健康・安全に 留意	健康・安全を 確保

これらの習得が楽しさや喜びにつながるように

(2)改訂の要点 [HP版解説:P.13~14]

「学びに向かう力、人間性等」について

「学びに向かう力、人間性等」については、目標において全体としてまとめて示し、内容のまとまりごとに指導内容を示さないことを基本としている。しかし、**体育分野**においては、豊かなスポーツライフを実現することを重視し、従前より「態度」を内容として示していることから、**内容のまとまりごと**に「学びに向かう力、人間性等」に対応した指導内容を示すこととした。

体育分野では

主に、学びに向かう力の指導内容を示している。

[HP版解説：P. 39]

指導するのは、「学びに向かう力」のみであり、態度としてこれを評価する。  
※人間性を評価するものではないこと。

(2) 改訂の要点 ウ 内容及び内容の取扱いの改善 [HP版解説：P.14]

【参考資料】(イ)12年間の系統性を踏まえた指導内容の見直し

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		卒業後も運動やスポーツに 多様な形で関わる事が できるようにする時期			
体つくりの運動 遊び	体づくり運動	体づくり運動		体づくり運動			
器械・器具を 使ったの運動 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
走・跳の運動 遊び	走・跳の運動	陸上運動	陸上競技	陸上競技	陸上競技		陸上競技
水遊び	<b>水泳運動</b>	<b>水泳運動</b>	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
ゲーム	ゲーム	ボール運動	球 技 武 道	球 技 武 道	球 技 武 道		球 技 武 道
			体育理論		体育理論		
保健領域			保健分野		科目保健		



これまで一文で示されていた目標を三つの柱で整理した。

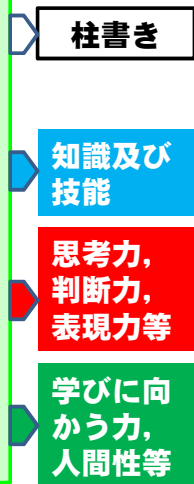
現行 目標

心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

新 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実現するための資質・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個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な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の課題を発見し、合理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、明るく豊かな生活を営む態度を養う。



ポイント2-①

前ページから  
続く

「体育の見方・考え方を働かせる」とは [HP版解説:P.25~26]

生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現する観点を踏まえ、「運動やスポーツを、その価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす役割の視点から捉え、自己の適性等に応じた『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方と関連付けること」

【実態】

- ・運動する子供とそうでない子供の二極化傾向
- ・様々な人々と協働し自らの生き方を育んでいくことの重要性

【求められること】

体力や技能の程度、年齢や性別、障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの特性や魅力を実感したり、運動やスポーツが多様な人々を結び付けたり豊かな人生を送ったりする上で重要であることを認識したりすること

【具体的な姿】

自己の適正等に応じた多様な関わり方を見いだすことができるようになること

「保健の見方・考え方を働かせる」とは [HP版解説:P.25~26]

疾病や傷害を防止するとともに、生活の質や生きがいを重視した健康に関する観点を踏まえ、「個人及び社会生活における課題や情報を、健康や安全に関する原則や概念に着目して捉え、疾病等のリスクの軽減や生活の質の向上、健康を支える環境づくりと関連付けること」

【課題】

- ・社会の変化に伴う現代的な健康に関する課題の出現
- ・情報化社会の進展により様々な健康情報の入手が容易になる

【求められること】

- ・生徒が生涯にわたって正しい健康情報を選択したり、健康に関する課題を適切に解決したりすること
- ・疾病等のリスクの軽減や生活の質の向上、さらには健康を支える環境づくりを目指して、情報選択や課題解決に主体的に取り組むことができるようにすること

体育分野		保健分野
第1学年及び第2学年	第3学年	
(1) 運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。	(1) 運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。	(1) 個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
(2) 運動についての自己の課題を発見し、合理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。	(2) 運動についての自己や仲間の課題を発見し、合理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。	(2) 健康についての自他の課題を発見し、よりよい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) 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、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。	(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、生涯にわたって運動に親しむ態度を養う。	(3) 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

A 体づくり運動 [第1学年及び第2学年]

[HP版解説：P.44]

**体づくり運動は**、体ほぐしの運動と体の動きを高める運動及び実生活に生かす運動の計画で構成され、自他の心と体に向き合って、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、心と体をほぐしたり、体の動きを高める方法を学んだりすることができる**領域である**。

領域の特性

**小学校では**、体づくり運動で学んだことを授業以外でも行うことをねらいとした学習をしている。  
**中学校では**、これらの学習を受けて、より具体的なねらいをもった運動を行い、学校の教育活動全体や実生活で生かすことが**求められる**。

小学校の学習を受け、中学校で求められるものが書かれている

**したがって、第1学年及び第2学年では**、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解するとともに、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができるようにする。その際、自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにすることが大切である。また、体づくり運動の学習に積極的に取り組み、仲間の学習を援助することや一人一人の違いに応じた動きなどを認めることなどに意欲をもち、健康や安全に気を配ることができるようにすることが大切である。

資質・能力の三つの柱に沿って具体が書かれている

なお、指導に際しては、知識の理解を基に運動を組み合わせたり、運動を組み合わせることで一層知識を深めたりするなど、**知識と運動を関連させて学習**させることや、「**知識及び運動**」、「**思考力、判断力、表現力等**」、「**学びに向かう力、人間性等**」の内容を**バランスよく学習**させるようにすることが大切である。

各領域共通

## A 体づくり運動 [第1学年及び第2学年]

### (1) 知識及び運動

体づくり運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

HP版解説：P. 44

(1) 次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法を理解し、目的に適した運動を身に付け、組み合わせること。

ア 体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体との関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わり合うこと。

イ 体の動きを高める運動では、ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行うとともに、それらを組み合わせること。

### (2) 思考力, 判断力, 表現力等

体づくり運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

HP版解説：P. 49

(2) 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。

### (3) 学びに向かう力, 人間性等

領域で育みやすい効果的な内容を重点化して示している

体づくり運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

HP版解説：P. 50

(3) 体づくり運動に積極的に取り組むとともに、仲間の学習を援助しようとする事、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする事、話し合いに参加しようとする事などや、健康・安全に気を配ること。

「共生」→全領域に加えた

従来なかった「態度」の例示が示されている

21

## A 体づくり運動

### ア 体ほぐしの運動

[HP版解説：P. 44・52]

#### (1) 知識及び運動 ※ (従前) 運動

##### 第1学年及び第2学年

「心と体の関係に気付き、体の調子を整え、仲間と交流するための手軽な運動や律動的な運動を行うこと」を改め、「手軽な運動を行い、心と体の関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わること」とした。

⇒「調整」を削除（「交流」に含めた）

⇒「手軽な運動」に「律動的な運動を」含めた

##### 第3学年

「心と体は互いに影響し変化することに気付き、体の状態に応じて体の調子を整え、仲間と積極的に交流するための手軽な運動や律動的な運動を行うこと」を改め、「手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と自主的に関わり合うこと」とした。

### イ 体の動きを高める運動 (第1学年及び第2学年)

[HP版解説：P. 44]

#### 実生活に生かす運動の計画 (第3学年)

※ (従前) 「体力を高める運動」

- ・引き続き、全ての学年で履修
- ・授業時数を各学年で7単位時間以上を配当
- ・体育分野と保健分野の相互の関連を図るため、引き続き、「ストレスへの対処」など保健分野の指導との関連を図った指導

22

## B 器械運動

○知識に加わった内容（第1学年及び第2学年） [HP版解説：P. 63～64]

・・・などの例には、発表会のねらいや行い方がある。学習の段階によって、発表会のねらいや行い方に違いがあることを理解できるようにする。例えば、初期の段階の発表会では、技能の状況や課題を確認し合うねらいがあり、後期の段階では学習の成果を認め合うねらいがあることを理解できるようにする。また、発表会の行い方では、技能の状況に応じて、補助をつけたり、易しい場を用いたりして行うことができることを理解できるようにする。

⇒発表会には、学習の段階に応じたねらいや行い方があること

・・・また、器械運動においては、難易度の高い技のみに興味をもつのではなく、基本的な技の出来映えを高めることも大切であることや、技の課題を解決するための合理的な動き方を理解して練習に取り組むことなどを、学習場面に応じて効果的に指導することが大切である。

⇒難しい技に挑戦しがちだが、質を高めることも大切

○知識に加わった内容（第3学年） [HP版解説：P. 74]

技の名称や行い方では、第1学年及び第2学年の学習を踏まえ、新たに学習する技や系、技群、グループの名称を理解できるようにする。また、技の行い方では、技の課題を解決するための合理的な動き方のポイントがあり、同じ系統（技群、グループ）の技には共通性があることを理解できるようにする。

⇒仲間へアドバイスをする際に役立つ

## C 陸上競技

(1) 知識及び技能(第1学年及び第2学年)指導内容 [HP版解説：P. 85]

	現行	新学習指導要領
リレー	記載なし	バトンの受け渡しでタイミングを合せること
長距離走	ペースを守り一定の距離を走ること	ペースを守って走ること
ハードル	インターバルを3～5歩	インターバルを3又は5歩

(1) 知識及び技能(第3学年)指導内容 [HP版解説：P. 92]

	現行	新学習指導要領
リレー	記載なし	バトンの受け渡しで次走者のスピードを十分高めること

長距離走において「自己に適したペースを維持して走るとは、目標タイムを達成するペース配分を自己の技能・体力の程度に合わせて設定し、そのペースに応じたスピードを維持して走ることである。指導に際しては、走る距離は1,000～3,000m程度を目安とするが、生徒の体力や技能の程度や気候等の状況に応じて弾力的に扱うようにする。[HP版解説：P. 94]

## D 水泳

### (1) 知識及び技能(第1学年及び第2学年)指導内容 [HP版解説 : P. 104]

	現行	新学習指導要領
プル	手の動き	手のかき
キック	足の動き	足のけり
クロールのプル	S字	S字や I 字

HP版解説 : P. 108

[第1学年及び第2学年] (3) 学びに向かう力、人間性等  
水泳の事故防止に関する心得とは、体の調子を確認してから泳ぐ、プールなど水泳場での注意事項を守って泳ぐ、**水深が浅い場所での飛び込みは行わない**などの健康・安全の心得を示している。

### ○内容の取扱い

HP版解説 : P. 118

- ・学校や地域の実態に応じて、**安全を確保するための泳ぎを加えて履修**させることができる。
- ・泳法との関連において水中からのスタート及びターンを取り上げる。
- ・水泳の指導については、適切な水泳場の確保が困難な場合はこれを扱わないことができるが、水泳の事故防止に関する心得については、必ず取り上げる。
- ・保健分野の応急手当との関連を図る。

25

## E 球技

### (1) 知識及び技能(第1学年及び第2学年及び第3学年)目標

(1) 次の運動について、・・・ゲームを展開すること。[HP版解説 : P. 121・130]

- |  |   |                         |
|--|---|-------------------------|
| ア ゴール型では、・・・ <b>攻防</b> をすること。<br>イ ネット型では、・・・ <b>攻防</b> をすること。<br>ウ ベースボール型では、・・・ <b>攻防</b> をすること。 | } | 現行は「 <b>攻防を展開すること</b> 」 |
|--|---|-------------------------|

### ○技能 ウ ベースボール型(第1学年及び第2学年)例示 [HP版解説 : P. 125～126]

- ・基本的なバット操作の例示「タイミングを合わせてボールを打ち返すこと」→**第3学年へ**
- ・走塁の例示 (現行) 「全力で走りながら、タイミングを合わせて塁を駆け抜けること。」  
→ (改訂) 「**スピードを落とさずに**、タイミングを合わせて塁を駆け抜けること。」
- ・ボール操作の例示「投げる腕を後方に引きながら**投げ手と反対側**の足を踏み出し、**体重を移動させながら**、大きな動作でねらった方向にボールを投げること。」※投げ方指導の保障

### ○技能 ウ ベースボール型(第3学年)例示 [HP版解説 : P. 134]

- ・連携した守備の例示「ポジションに応じて、ダブルプレイに備える動きをすること」→**削除**

### ○内容の取扱い

HP版解説 : P. 138

- ・「ベースボール型」は、十分な広さの運動場の確保が難しい場合は指導方法を工夫して行う。
- ・「ゴール型」はバスケットボール、ハンドボール、サッカーの中から、「ネット型」はバレーボール、卓球、テニス、バドミントンの中から、「ベースボール型」はソフトボールを適宜取り上げることとし、学校や地域の実態に応じて、**その他の運動(タグラグビーなど)**についても履修させることができるが、原則として内容の取扱いに示された各運動種目に**加えて履修**させることとし、学校や地域の特別の事情がある場合には、替えて履修させることもできることとする。

26

## F 武道

### (1) 知識及び技能(第1学年及び第2学年)目標 [HP版解説：P. 143]

- (1) 次の運動について、・・・**基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開すること。**  
 (現行) 基本動作や基本となる技ができるようにする。

### (1) 知識及び技能(3学年)目標 [HP版解説：P. 154]

- (1) 次の運動について、・・・**基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開すること。**  
 (現行) 得意技を身に付けることができるようにする。

### ○技能 ア 柔道(第1学年及び第2学年)指導内容 [HP版解説：P. 146]

指導に際しては、投げ技では、二人一組の対人で、崩し、体さばき、受け身を用いて、投げ技の基本となる技を扱うようにするとともに、膝車や支え釣り込み足などの支え技系、大外刈りなどの刈り技系、体落としや大腰などのまわし技系など系統別にまとめて扱うようにする。なお、大外刈りの指導に際しては、特に安全に留意し、受が安全に受け身を取れるようになるまで、膝をついた姿勢で技を受けるなど、段階的に指導するように配慮することとする。

小内刈り・大内狩り→3年生へ

段階的な指導

### ○内容の取扱い

HP版解説：P. 164

- ・従前どおり、「柔道」、「剣道」、及び「相撲」の中から選択して履修。
- ・我が国固有の伝統と文化への理解を深める観点から、日本固有の武道の考え方に触れることができるよう、「柔道、剣道、相撲、空手道、なぎなた、**弓道、合気道、少林寺拳法、銃剣道**などを通して、わが国固有の伝統と文化により一層触れることができるようにすること」を新たに示す。
- ・学校や地域の実態に応じて、従前から示されているなぎなたに加えて、**空手道、弓道、合気道、少林寺拳法、柔剣道**などについても履修させることができることを新たに示す。 27

## G ダンス

従前どおり、「創作ダンス」、「フォークダンス」及び「現代的なリズムのダンス」の中から選択して履修できる。 [HP版解説：P. 186]

## H 体育理論

従前、第1学年で指導していた「(1)ウ運動やスポーツの学び方」の内容を**第2学年で指導**する内容に整理。 [HP版解説：P. 193・198]

第1学年において「ア(ウ)**運動やスポーツの多様な楽しみ方**」を新たに示す。 [HP版解説：P. 191・198]

従前の「(1)運動やスポーツの多様性、(2)運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全、(3)文化としてのスポーツの意義」を一部改め、「(1)運動やスポーツの多様性、(2)運動やスポーツの**意義や効果と学び方や安全な行い方**、(3)文化としてのスポーツの意義」で構成。 [HP版解説：P. 189～198]

各領域との関連で指導することが効果的な各領域の特性や成り立ち、技術の名称や行い方などの知識については、各領域の「(1)知識及び技能」に示す。 [HP版解説：P. 198]

引き続き全ての学年で履修。従前どおり、授業時数を各学年で3単位時間以上配当すること。 [HP版解説：P. 198]

## 保健分野

保健分野では、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。

これまで一文で示されていた目標を三つの柱で整理した。[HP版解説：P. 206]

### 現行 目標

個人生活における健康・安全に関する理解を通して、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

### 新 目標

- (1) 個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
- (2) 健康についての自他の課題を発見し、よりよい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) 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

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

29

## ポイント5-①

### 改訂の要点⑦

HP版解説：P10

健康な生活と疾病の予防の内容を学年ごとに配当するとともに、体育分野との一層の関連を図った内容等に改善すること。

#### (1) 健康な生活と疾病の予防 [HP版解説：P. 226]

##### ア 知識

- |      |                                     |
|------|-------------------------------------|
| 第1学年 | (ア) 健康の成り立ちと疾病の発生要因<br>(イ) 生活習慣と健康  |
| 第2学年 | (ウ) 生活習慣病などの予防<br>(エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 |
| 第3学年 | (オ) 感染症の予防<br>(カ) 健康を守る社会の取組        |

##### イ 思考力、判断力、表現力等

- |      |                               |
|------|-------------------------------|
| 第1学年 | (1)のアの(ア)(イ)と(2)心身の機能の発達と心の健康 |
| 第2学年 | (1)のアの(ウ)(エ)と(3)傷害の防止         |
| 第3学年 | (1)のアの(オ)(カ)と(4)健康と環境         |
| 全学年  | (1)のイ                         |

## (1) 健康な生活と疾病の予防 [HP版解説 : P. 207]

## 内容

(1) 健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

## ア 健康な生活と疾病の予防について理解を深めること。

- (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。
- (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。
- (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。**※生活習慣病の予防でがんを取り扱う**
- (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。
- (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。
- (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。

**イ 健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること。**

31

## (1) 健康な生活と疾病の予防 ア 知識 [HP版解説 : P. 210～211]

(ア) 健康の成り立ちと疾病の発生要因

(イ) 生活習慣と健康

**運動との関連を強調**

## ア 運動と健康

運動には、身体の各器官の機能を刺激し、その発達を促すとともに、気分転換が図られるなど、精神的にもよい効果があることを理解できるようにする。また、健康を保持増進するためには、**年齢や生活環境等に応じて運動**を続けることが必要であることを理解できるようにする。

## イ 食生活と健康

食事には、健康な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を理解できるようにする**。また、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、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。

## ウ 休養及び睡眠と健康

休養及び睡眠は、心身の疲労を回復するために必要であること、**健康を保持増進するためには、年齢や生活環境等に応じて休養及び睡眠をとる必要があること**を理解できるようにする。

その際、**長時間の運動**、学習、作業などは、疲労をもたらし、その徴候は心身の状態の変化として現れること、これらは運動や学習などの量と質によって、また環境条件や個人によって現れ方に違いがあることについて取り上げ、適切な休養及び睡眠によって疲労を蓄積させないようにすることが大切であることに触れるようにする。

なお、必要に応じて、**コンピュータや情報ネットワークなどを長時間使用すること等**による疲労の現れ方や休憩の取り方など健康との関わりについても取り上げることに配慮するものとする。

## エ 調和のとれた生活

心身の健康は生活習慣と深く関わっており、健康を保持増進するためには、年齢、生活環境等に応じた適切な**運動**、**食事**、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けることが必要であることを理解できるようにする。

32



## (1)健康な生活と疾病の予防 ア 知識 [HP版解説：P.211～213]

## (ウ)生活習慣病などの予防

## ア 生活習慣病の予防

生活習慣病は、日常の生活習慣が要因となって起こる疾病であり、適切な対策を講ずることにより予防できることを、例えば、心臓病、脳血管疾患、歯周病などを適宜取り上げ理解できるようにする。

その際、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足、喫煙、過度の飲酒などの不適切な生活行動を若い年代から続けることによって、やせや肥満などを引き起こしたり、また、心臓や脳などの血管で**動脈硬化**が引き起こされたりすることや、歯肉に炎症等が起きたり歯を支える組織が損傷したりすることなど、様々な生活習慣病の**リスクが高まる**ことを理解できるようにする。

生活習慣病を予防するには、適度な運動を定期的に行うこと、毎日の食事における量や頻度、栄養素のバランスを整えること、喫煙や過度の飲酒をしないこと、口腔の衛生を保つことなどの生活習慣を身に付けることが有効であることを理解できるようにする。

## イ がんの予防

**がんは、異常な細胞であるがん細胞が増殖する疾病**であり、その要因には**不適切な生活習慣**をはじめ様々なものがあることを理解できるようにする。

また、がんの予防には、**生活習慣病の予防と同様に、適切な生活習慣を身に付けることなどが有効であることを理解できるようにする。**

なお、ア、イの内容と関連させて、**健康診断やがん検診などで早期に異常を発見できる**ことなどを取り上げ、**疾病の回復**についても触れるように配慮するものとする。

第2学年の内容

## (エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康

## (オ) 感染症の予防

第3学年の内容

## (カ) 健康を守る社会の取組

33

## (1)健康な生活と疾病の予防 イ 思考力、判断力、表現力等 [HP版解説：P.214]

健康な生活と疾病の予防に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりする視点から解決方法を考え**(思考力)**、適切な方法を選択し**(判断力)**、それらを伝え合うことができるようにする**(表現力)**。

## 〈例示〉

- 健康な生活と疾病の予防における事柄や情報などについて、保健に関わる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、**自他の課題を発見**すること。
- 健康の成り立ちと疾病の発生要因や、生活行動・生活習慣と健康について、習得した知識を自他の生活に**適用**したり、課題解決に役立てたりして、健康の保持増進をする方法を**見いだす**こと。
- 生活習慣病及びがんの予防や、喫煙、飲酒、薬物乱用と健康について、習得した知識を自他の生活と**比較**したり、**活用**したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康の保持増進をする方法を**選択**すること。
- 感染症の予防や健康を守る社会の取組について、習得した知識を自他の生活に**適用**したり、**応用**したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康を保持増進する方法を**選択**すること。
- 健康な生活と疾病の予防について、課題の解決方法とそれを選択した理由などを、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**伝え合う**こと。

新たに、健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて**思考し判断**するとともに、それらを**表現**することを示す。

34

心の健康や疾病の予防に関する健康問題の解決、**ストレス対処**や心肺蘇生法等の**技能**に関する内容等の充実を図ること。

## (2) 心身の機能の発達と心の健康 [HP版解説：P. 214～215・218・227]

(2) 心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるように指導する。

ア 心身の機能の発達と心の健康について理解を深めるとともに、**ストレスへの対処をすること。**

(エ) 精神と身体は、相互に影響を与え、関わっていること。欲求やストレスは、心身に影響を与えることがあること。また、心の健康を保つには、**欲求やストレスに適切に対処する**必要があること。

(解説) 欲求やストレスとその対処

ストレスへの対処には**ストレスの原因となる事柄に対処すること**、**ストレスの原因についての受け止め方を見直すこと**、友達や家族、教員、医師などの専門家などに話を聞いてもらったり、相談したりすること、コミュニケーションの方法を身に付けること、規則正しい生活をするなどいろいろな方法があり、それらの中からストレスの原因、自分や周囲の状況に応じた対処の仕方を選ぶことが大切であることを理解できるようにする。

また、**リラクゼーションの方法等を取り上げ、ストレスによる心身の負担を軽くするような対処の方法ができるようにする。**

- ・新たに、**ストレスへの対処についての技能の内容**を示す。
- ・新たに、心身の機能の発達と心の健康について、**課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それら表現**することを示す。
- ・保健分野と体育分野の相互の関連を図るため、引き続き、「A体づくり運動」など体育分野の指導との関連を図った指導を行うこと。

35

心の健康や疾病の予防に関する健康問題の解決、**ストレス対処**や**心肺蘇生法**等の**技能**に関する内容等の充実を図ること。

## (3) 傷害の防止 [HP版解説：P. 219・222・227]

現行

(3) 傷害の防止について理解を深めることができるようにする。

エ・・・また、応急手当には、心肺蘇生法等があること。

新

(3) 傷害の防止について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 傷害の防止について理解を深めるとともに、**応急手当をすること。**

(エ) 応急手当を適切に行うことによって、傷害の悪化を防止することができること。**また、心肺蘇生法などを行うこと。**

イ 傷害の防止について、危険の予測やその回避方法を考え、それら表現すること。

(解説) 応急手当の実際

胸骨圧迫、AED（自動体外式除細動器）使用などの心肺蘇生法、包帯法や止血法としての直接圧迫法などを取り上げ、実習を通して**応急手当ができるようにする。**

- ・**心肺蘇生法などの応急手当の技能の内容**を明確に示す。
- ・新たに、傷害の防止について、**危険の予測やその回避の方法を考え、それら表現**することを示す。
- ・保健分野と体育分野の相互の関連を図るため、引き続き、水泳など体育分野の指導との関連を図った指導を行うこと。

36

## ア 指導計画の作成における配慮事項

1 指導計画の作成に当たっては、次の事項に配慮するものとする。

(1) 単元など内容や時間のまとまりを見通して、その中で育む資質・能力の育成に向けて、生徒の主体的・対話的で深い学びの実現を図るようにすること。  
その際、体育や保健の見方・考え方を働かせながら、運動や健康についての自他の課題を発見し、その合理的な解決のための活動の充実を図ること。また、運動の楽しさや喜びを味わったり、健康の大切さを実感したりすることができるよう留意すること。

(2) 授業時数の配当については、次のとおり扱うこと。

ア 保健分野の授業時数は、**3学年間で48単位時間程度配当**すること。

イ 保健分野の授業時数は、3学年間を通じて適切に配当し、各学年において効果的な学習が行われるよう考慮して配当すること。

ウ 体育分野の授業時数は、各学年にわたって適切に配当すること。その際、体育分野の内容の「**A体づくり運動**」については、**各学年で7単位時間以上**を、「**H体育理論**」については、**各学年で3単位時間以上**を配当すること。

エ 体育分野の内容の「**B器械運動**」から「**Gダンス**」までの領域の授業時数は、それら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。

<年間標準授業時数>

保健体育の年間標準授業時数は、次のとおり。

第1学年 105 単位時間

第2学年 105 単位時間

第3学年 105 単位時間

計 315 単位時間

<各分野に当てる授業時数>

3学年間で各分野に当てる授業時数は、体育分野 267 単位時間程度、保健分野 48 単位時間程度を配当。

このうち、体育分野の授業時数は、各学年にわたって適切に配当すること。

## ポイント6-①

前ページから  
続く

1 指導計画の作成に当たっては、次の事項に配慮するものとする。

(3) 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。

障害者の権利に関する条約に掲げられたインクルーシブ教育システムの構築を目指し、生徒の自立と社会参加を一層推進していくためには、通常の学級、通級による指導、特別支援学級、特別支援学校において、生徒の十分な学びを確保し、一人一人の生徒の障害の状態や発達段階に応じた指導や支援を一層充実させていく必要がある。

特に、保健体育科においては、実技を伴うことから、全ての生徒に対する健康・安全の確保に細心の配慮が必要である。そのため、生徒の障害に起因する困難さに応じて、複数教員による指導や個別指導を行うなどの配慮をすることが大切である。また、個々の生徒の困難さに応じた指導内容や指導方法については、学校や地域の実態に応じて適切に設定することが大切である。

(4) 第1章総則の第1の2の(2)に示す道徳教育の目標に基づき、道徳科などとの関連を考慮しながら、第3章特別の教科道徳の第2に示す内容について、保健体育科の特質に応じて適切な指導をすること。

体育分野における様々な運動の経験を通して、粘り強くやり遂げる、ルールを守る、集団に参加し協力する、一人一人の違いを大切にするといった態度が養われる。また、健康・安全についての理解は、生活習慣の大切さを知り、自分の生活を見直すことにつながるものである。

次に、道徳教育の要としての道徳科の指導との関連を考慮する必要がある。保健体育科で扱った内容や教材の中で適切なものを、道徳科に活用することが効果的な場合もある。また、道徳科で取り上げたことに関係のある内容や教材を保健体育科で扱う場合には、道徳科における指導の成果を生かすように工夫することも考えられる。そのためにも、保健体育科の年間指導計画の作成などに際して、道徳教育の全体計画との関連、指導の内容及び時期等に配慮し、両者が相互に効果を高め合うようにすることが大切である。

イ 内容の取扱いにおける配慮事項

2 第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする。

- (1) 体力や技能の程度、性別や障害の有無等に関わらず、運動の多様な楽しみ方を共有することができるよう留意すること。（原則として男女共習で学習を行うことが求められる）
- (2) 言語能力を育成する言語活動を重視し、筋道を立てて練習や作戦について話し合う活動や、個人生活における健康の保持増進や回復について話し合う活動などを通して、コミュニケーション能力や論理的な思考力の育成を促し、自主的な学習活動の充実を図ること。
- (3) 第2の内容の指導に当たっては、コンピュータや情報通信ネットワークなどの情報手段を積極的に活用して、各分野の特質に応じた学習活動を行うよう工夫すること。
- (4) 体育分野におけるスポーツとの多様な関わり方や保健分野の指導については、具体的な体験を伴う学習の工夫を行うよう留意すること。
- (5) 生徒が学習内容を確実に身に付けることができるよう、学校や生徒の実態に応じ、学習内容の習熟の程度に応じた指導、個別指導との連携を踏まえた教師間の協力的な指導などを工夫改善し、個に応じた指導の充実が図られるよう留意すること。
- (6) 第1章総則の第1の2の(3)に示す学校における体育・健康に関する指導の趣旨を生かし、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。なお、体力の測定については、計画的に実施し、運動の指導及び体力の向上に活用するようにすること。
- (7) 体育分野と保健分野で示された内容については、相互の関連が図られるよう留意すること。  
(教科内におけるカリキュラム・マネジメントを実現する観点から、体育分野と保健分野の関連する事項を取り上げる際、指導する時期を適切に設定した年間指導計画を工夫する)

(3) 保健体育科における障害のある生徒への配慮の例

前ページから  
続く

		中学校
保健体育	困難	●見えにくさのため活動に制限がある場合
	留意	○不安を軽減したり安全に実施したりすることができるようにする。
	配慮例	・活動場所や動きを事前に確認する。 ・仲間同士で声を掛け合う方法を事前に決める。 ・音が出る用具を使用する。
	困難	●勝ち負けや記録にこだわり過ぎて、感情をコントロールすることが難しい場合
留意	○状況に応じて感情がコントロールできるようにする。	
配慮例	・事前に活動の見通しを立てる。 ・勝ったときや負けたとき等の感情の表し方について確認する。	
困難	●身体の動きに制約があり、活動に制限がある場合	
留意	○生徒の実情に応じて仲間と積極的に活動できるようにする。	
配慮例	・用具やルールの変更を行う。 ・用具やルールの変更について仲間と話し合う活動を行う。 ・必要に応じて補助用具の活用を図る。	
困難	●リズムやタイミングに合わせて動くことや複雑な動きをすること、ボールや用具の操作等が難しい場合	
留意	○動きを理解したり、自ら積極的に動いたりすることができるようにする。	
配慮例	・動きを視覚的又は言語情報に変更したり簡素化したりして提示する。 ・動かす体の部位を意識させる。 ・操作が易しい用具の使用や用具の大きさを工夫する。	

		中学校
保健 体育	困難	●試合や記録測定、発表などの状況の変化への対応が求められる学習活動への参加が難しい場合
	留意	○生徒の実情に応じて状況の変化に対応できるようにする。
	配慮	例 ・挑戦することを認め合う雰囲気づくりに配慮する。 ・ルールの弾力化や場面設定の簡略化を図る。
	困難	●日常生活とは異なる環境での活動が難しい場合
	留意	○不安を解消できるようにする。
	配慮	例 ・学習の順序や具体的な内容を段階的に説明する。
	困難	●対人関係への不安が強く、他者の体に直接触れることが難しい場合
	留意	○仲間とともに活動することができるようにする。
	配慮	例 ・ロープやタオルなどの補助用具を用いる。
困難	●自分の力をコントロールすることが難しい場合	
留意	○状況に応じて力のコントロールができるようにする。	
配慮	例 ・力の出し方を視覚化する。 ・力の入れ方を数値化する。	
困難	●グループでの準備や役割分担が難しい場合	
留意	○準備の必要性やチームで果たす役割の意味について理解することができるようにする。	
配慮	例 ・準備や役割分担の視覚的な明示をする。 ・生徒の実情に応じて取り組むことができる役割から段階的に取り組ませる。	
困難	●保健の学習で、実習などの学習活動に参加することが難しい場合	
留意	○実習の手順や方法が理解できるようにする。	
配慮	例 ・実習の手順や方法を視覚的に示す。 ・一つ一つの技能を個別に指導する。	

ポイント6-②

イ 内容の取扱いにおける配慮事項

2 第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする。

- (1) 体力や技能の程度、性別や障害の有無等に関わらず、運動の多様な楽しみ方を共有することができるよう留意すること。
- (2) 言語能力を育成する言語活動を重視し、筋道を立てて練習や作戦について話し合う活動や、個人生活における健康の保持増進や回復について話し合う活動などを通して、コミュニケーション能力や論理的な思考力の育成を促し、自主的な学習活動の充実を図ること。
- (3) 第2の内容の指導に当たっては、コンピュータや情報通信ネットワークなどの情報手段を積極的に活用して、各分野の特質に応じた学習活動を行うよう工夫すること。
- (4) 体育分野におけるスポーツとの多様な関わり方や保健分野の指導については、具体的な体験を伴う学習の工夫を行うよう留意すること。
- (5) 生徒が学習内容を確実に身に付けることができるよう、学校や生徒の実態に応じ、学習内容の習熟の程度に応じた指導、個別指導との連携を踏まえた教師間の協力的な指導などを工夫改善し、個に応じた指導の充実が図られるよう留意すること。
- (6) 第1章総則の第1の2の(3)に示す学校における体育・健康に関する指導の趣旨を生かし、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。なお、体力の測定については、計画的に実施し、運動の指導及び体力の向上に活用できるようにすること。
- (7) 体育分野と保健分野で示された内容については、相互の関連が図られるよう留意すること。

体育分野	保健分野
体ほぐしの運動	欲求やストレスへの対処と健康
水泳	応急手当
体育理論「運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方」	健康な生活と疾病の予防

8 保健体育

- (1) 平成31年度及び平成32年度の第1学年の保健体育の指導に当たっては、次のア及びイのとおりとする。
- ア 現行中学校学習指導要領第2章第7節第2〔体育分野第1学年及び第2学年〕の2H(1)に規定する事項に、新中学校学習指導要領第2章第7節第2〔体育分野第1学年及び第2学年〕の2H(1)ア(ウ)に規定する事項を加えるものとする。
  - イ 現行中学校学習指導要領第2章第7節第2〔保健分野〕の3(1)の規定にかかわらず、現行中学校学習指導要領第2章第7節第2〔保健分野〕の2(1)アからエまで、2(4)ア及びイのうち「健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要がある」の部分の規定に係る事項を指導するものとする。
- (2) 平成32年度の第1学年の保健体育の指導に当たっては、現行中学校学習指導要領第2章第7節第2〔体育分野第1学年及び第2学年〕の〔内容の取扱い〕(2)クの規定にかかわらず、現行中学校学習指導要領第2章第7節第2〔体育分野第1学年及び第2学年〕の2H(1)ウに規定する事項は省略するものとする。
- (3) 平成32年度の第2学年の保健体育の指導に当たっては、現行中学校学習指導要領第2章第7節第2〔保健分野〕の2(3)アからエまで、2(4)イのうち「食事の量や質の偏り、運動不足、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れは、生活習慣病などの要因となる」の部分の規定に係る事項及び2(4)ウに規定する事項を指導するものとする。

学習指導要領の改訂に伴う移行措置の概要(中学校保健体育科)

前ページから  
続く

ポイント

- ・平成31年度及び32年度の第1学年体育分野に「運動やスポーツの多様な楽しみ方」を追加し、「運動やスポーツの学び方」を省略する。【第2学年で指導】
- ・平成31年度及び平成32年度の第1学年保健分野に「主体と環境」及び「調和のとれた生活」を追加する。
- ・平成32年度の第2学年保健分野に「生活習慣病」及び「薬物乱用など」を追加する。

1 概要

対象事項	移行措置の内容	理由	想定される授業時数	教材の対応
運動やスポーツの学び方	第1学年の体育分野では「運動やスポーツの学び方」を省略する	新学習指導要領では第1学年から第2学年に指導する学年を変更したため	約1時間	—
運動やスポーツの多様な楽しみ方	第1学年の体育分野に「運動やスポーツの多様な楽しみ方」を追加する	新学習指導要領の第3学年の内容「文化としてのスポーツの意義」を指導するために必要	約1時間	—
主体と環境、調和のとれた生活	第1学年の保健分野では「主体と環境」「調和のとれた生活」を扱う	新学習指導要領では第3学年から第1学年に指導する学年を変更したため	約4時間 (※1)	第1学年で供給される教科書で対応
生活習慣病、薬物乱用など	第2学年の保健分野では「生活習慣病」、「薬物乱用など」を扱う	新学習指導要領では第3学年から第2学年に指導する学年を変更したため	約8時間 (※2)	第1学年で供給される教科書で対応

※1 保健領域は、3学年間で48時間と規定。改訂で学年別には以下ようになる。  
第1学年(12→16) 第2学年(16→16) 第3学年(20→16)

※2 「健康と環境」(約8時間)を第3学年に移行

2 各年度の取扱い

30年度	31年度	32年度 【小実施】	33年度 【中実施】	34年度 【高実施】
中3	高1	高2	高3	
中2	中3	高1	高2	高3
中1	中2	中3	高1	高2
小6	中1 ☆主体と環境 ☆調和のとれた生活 ☆運動やスポーツの多様な楽しみ方	中2 ☆生活習慣病 ☆薬物乱用など ★健康と環境	中3	高1:学年進行
小5	小6	中1 ☆主体と健康 ☆調和のとれた生活 ☆運動やスポーツの多様な楽しみ方 ★運動やスポーツの学び方	中2	中3
小4	小5	小6	中1 【中学校 全面実施】	中2

☆追加する事項

★省略する事項



## 新大分スタンダード

新大分スタンダードで  
主体的・対話的で深い学びを実現!

「学びに向かう力」と思考力・判断力・表現力を育成するワンランク上の授業

### 1 1時間完結型

「主体的な学び」を促す「めあて」「課題」「まとめ」「振り返り」

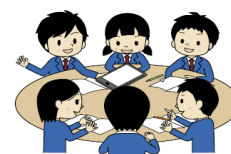
- \*学習の見通しをもたせ、意欲を高める「めあて」
- \*学びの成果を実感し、学んだことや意欲・問題意識等を次につなげる「振り返り」
- \*追究すべき事柄を明確にする「課題」、追究した結果を明確にする「まとめ」

### 2 板書の構造化

\*思考を整理したり促したりする板書、思考の過程を振り返ることができる板書

### 3 習熟の程度に応じた指導

- \*「具体的な評価規準」に基づく確かな見取り
- \*「努力を要する状況」の児童生徒に対する手立ての工夫



安心して学べる「学びに向かう学習集団」

### 4 生徒指導の3機能を意識した問題解決的な展開

主体的・対話的で深い学び（アクティブ・ラーニング）を創造する学習展開

各教科等の見方・考え方を働かせて展開する「課題設定⇒情報収集⇒整理分析⇒まとめ・発信・交流⇒振り返り・評価」等の学習過程の中で行われる

- \*知識の関連付け、問いの発見・解決、自己の考えの形成、思いや考えに基づく創造
- \*様々な人との対話・協働による自分の考えの深化・拡充

# 中学校体育 単元計画(例)【バレーボール・第2学年】

【単元のねらい】(第1学年及び第2学年の第2学年分) ※( )は第1学年で取り上げた内容

- (1) ボールの操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防を展開することができるようにする。(技能)
- (2) バレーボールに積極的に取り組むとともに、(フェアなプレイを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること) 作戦などについての話し合いに参加しようとするなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。(態度)
- (3) (バレーボールの特性や成り立ち、)技術の名称や行い方、(関連して高まる体力)などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。(知識、思考・判断)

