

第7節 保 健 体 育

1 改訂の趣旨及び要点

- (1) 資質・能力の三つの柱（「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とされている。
- (2) 発達の段階のまとまりを考慮し、系統性を踏まえた指導内容の一層の充実を図るとともに、保健分野との一層の関連を図ることとされている。
- (3) 体力や技能の程度、年齢や性別及び障がい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できるように指導内容の充実を図ることとされている。
（共生の視点を重視）
- (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・能力の三つの柱について、内容の一層の明確化を図ることとされている。
- (5) 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することとされている。

2 目標及び内容

(1) 目 標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、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つけるようにする。
- 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。

(2) 内 容

ア 体育分野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」及び「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。

イ 保健分野は「健康な生活と疾病の予防」、「心身の機能の発達と心の健康」、「傷害の防止」及び「健康と環境」の四つの内容で構成されている。

3 指導計画の作成と内容の取扱い

- (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。

ア 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。また、合理的な解決のための活動の充実を図ること。

イ 障がいのある生徒などについては、学習活動の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。

ウ 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。

(2) 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。

ア 保健分野の授業時数は、3学年間で48単位時間程度を配当すること。

保健分野の授業時数は、3学年間を通して適切に配当し、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。

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。

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。

イ 体力や技能の程度、性別や障がい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。

ウ 言語活動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じて、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。

エ 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。

オ 体育分野におけるスポーツとの多様な関わり方、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。

カ 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。

キ 日常生活における体育・健康に関する活動の適切かつ継続的な実践、保健体育科の指導計画は、単に1教科としての観点からだけでなく、特別活動のほか、総合的な学習の時間や運動部の活動なども含めた学校教育活動全体との関連を十分考慮して作成することが必要である。

ク 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に留意すること。

4 移行措置の内容

(1) 平成31年度の第1学年

ア 体育理論：現行学習指導要領の内容に加えて、新学習指導要領(1)ア(ウ)「運動やスポーツの楽しみ方」を加えることとされている。

イ 保健分野：現行学習指導要領の内容に、現行学習指導要領(4)ア「健康の成り立ちと疾病の発生要因」、イの「食事・運動・休養及び睡眠の調和のとれた生活の継続」の部分の規定に係る事項を加えることとされている。

(2) 平成 32 年度の第 1 学年

ア 体育理論：上記①の内容を加え、現行学習指導要領「運動やスポーツの学び方」は省略するとされている。

(3) 平成 32 年度の第 2 学年

ア 保健分野：現行学習指導要領（3）「傷害の防止」及び、現行学習指導要領（4）イの「生活習慣の乱れと生活習慣病などとのつながり」の部分の規定に係る事項、（4）ウ「喫煙・飲酒・薬物乱用と健康」を指導することとされている。

※現行学習指導要領（2）「健康と環境」は省略するとされている。

5 移行措置期間中の留意事項

- (1) 新中学校学習指導要領による場合には、その内容に応じて適切な教材を用いるとともに、所要の時数を確保して指導が行われるようにすることとされている。
- (2) 平成 32 年度の指導に当たっては翌年度を見通した適切な指導計画を作成して指導し、平成 33 年度の指導に当たっては、前年度における指導内容を踏まえて適切な指導計画を作成して指導する必要があることに十分に留意し、新中学校学習指導要領に円滑に移行できるようにすることとされている。

6 特に配慮すべき事項

(1) 授業時数の配当

〈年間標準時数〉

各学年 105 単位時間 計 315 時間

〈各分野に当てる授業時数〉

体育分野 267 単位時間程度、保健分野 48 単位時間程度→各学年 16 時間

〈保健分野の学年別授業時数〉

3 年間を通して適切に配当するとともに、生徒の興味・関心や意欲などを高めながら効果的に学習を進めるため、学習時間を継続的又は集中的に設定することとされている。

※各学年およそ均等な時間を配当できるようにされている。「健康な生活と疾病予防」を第 1 学年から第 3 学年で、「心身の機能の発達と心の健康」を第 1 学年で、「傷害の防止」を第 2 学年で、「健康と環境」を第 3 学年で指導することとされている。

〈体育分野の各領域への授業時数〉

「体づくり運動」は各学年で 7 単位時間以上、「体育理論」は各学年で 3 単位時間以上配当すること。「器械運動」から「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。カリキュラム・マネジメントの視点、及び主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善の視点を踏まえ、体育分野で育成を目指す資質・能力を効果的に育成することができるよう、3 年間を見通した年間計画の作成が極めて重要となる。生徒の実態に応じて解説の「例示」を取り上げる際には、単元のまとまりごとに更に重点化を図るなど、指導事項を効果的に振り分けるなどの工夫も考えられるようにすることとされている。

参考 中学校保健体育の内容及び取扱い等

〔体育分野〕

領域及び領域の内容	1年	2年	内容の取扱い	領域及び領域の内容	3年	内容の取扱い
【A 体づくり運動】	必修	必修	ア、イ必修 (各学年7単位時間以上)	【A 体づくり運動】	必修	ア、イ必修 (7単位時間以上)
ア 体ほぐしの運動				ア 体ほぐしの運動		
イ 体力を高める運動				イ 体力を高める運動		
【B 器械運動】	必修	2年間でアを含む②選択	2年間でア及びイのそれぞれから選択	【B 器械運動】	B、C、D、Gから①以上選択	ア～エから選択
ア マット運動				ア マット運動		
イ 鉄棒運動				イ 鉄棒運動		
ウ 平均台運動				ウ 平均台運動		
エ 跳び箱運動				エ 跳び箱運動		
【C 陸上競技】	必修	2年間でア及びイのそれぞれから選択	2年間でア又はイを含む②選択	【C 陸上競技】	B、C、D、Gから①以上選択	ア及びイのそれぞれから選択
ア 短距離走・リレー、長距離走又はハードル走				ア 短距離走・リレー、長距離走又はハードル走		
イ 走り幅跳び又は走り高跳び	イ 走り幅跳び又は走り高跳び					
【D 水泳】	必修	2年間でア又はイを含む②選択	2年間でア～ウのすべてを選択	【D 水泳】	E、Fから①以上選択	ア～オから選択
ア クロール				ア クロール		
イ 平泳ぎ				イ 平泳ぎ		
ウ 背泳ぎ				ウ 背泳ぎ		
エ バタフライ				エ バタフライ		
	オ 複数の泳法で泳ぐ又はリレー					
【E 球技】	必修	2年間でア～ウのすべてを選択	2年間でア～ウから①選択	【E 球技】	E、Fから①以上選択	ア～ウから②選択
ア ゴール型				ア ゴール型		
イ ネット型				イ ネット型		
ウ ベースボール型	ウ ベースボール型					
【F 武道】	必修	2年間でア～ウから①選択	2年間でア～ウから選択	【F 武道】	B、C、D、Gから①以上選択	ア～ウから①選択
ア 柔道				ア 柔道		
イ 剣道				イ 剣道		
ウ 相撲	ウ 相撲					
【G ダンス】	必修	2年間でア～ウから選択	2年間でア～ウから選択	【G ダンス】	B、C、D、Gから①以上選択	ア～ウから選択
ア 創作ダンス				ア 創作ダンス		
イ フォークダンス				イ フォークダンス		
ウ 現代的なリズムのダンス	ウ 現代的なリズムのダンス					
【H 体育理論】	必修	必修	(1)第1学年必修 (2)第2学年必修 (各学年3単位時間以上)	【H 体育理論】	必修	(1)第3学年必修(3単位時間以上)
(1)運動やスポーツの多様性				(1)文化としてのスポーツの意義		
(2)運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全						

〔保健分野〕

内容	1年	2年	3年	内容の取扱い
(1)心身の機能の発達と心の健康	必修	必修	必修	(1)は1年次で必修 (2)、(3)は2年次で必修 (4)は3年次で必修
(2)健康と環境				
(3)傷害の防止				
(4)健康な生活と疾病の予防				