

保 健 体 育

1 科目構成

改 訂		現 行	
科 目 名	標 準 単 位 数	科 目 名	標 準 単 位 数
体 育	7～8	体 育	7～8
保 健	2	保 健	2

2 改訂の基本方針

- (1) 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ことを重視し、運動やスポーツの楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに、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。
- (2) 生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質や能力を育成する観点から、各領域において身に付けさせたい具体的な内容を明確に示す。
- (3) 体力の向上を重視し、健康や体力の状況に応じて自ら体力を高める方法を身に付けさせ、地域などの実社会で生かせるように「体づくり運動」の指導内容の改善を図るとともに、「体づくり運動」以外の領域においても、学習した結果としてより一層の体力の向上を図ることができるようにする。
- (4) 知識に関する領域の構成を見直し、各領域に共通する内容に精選するとともに、各領域との関連で指導することが効果的な内容については、各領域で取り上げるよう整理する。
- (5) 科目「保健」においては、個人生活及び社会生活における健康・安全に関する内容を重視し、指導内容を改善する。
- (6) ヘルスプロモーションの考え方を生かし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力などの資質や能力を育成する観点から、系統性のある指導ができるよう内容を明確にする。

3 改訂の内容

(1) 目標

保健体育科の目標は、次のとおり示されている。

心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的、計画的な実践を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する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、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。

この目標は、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り、今回の改訂では、教育基本法、学校教育法の

改訂を踏まえつつ、引き続き、体育と保健を関連させていくことを強調したものである。

すなわち、体育と保健の目標である「生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力の育成」、「健康の保持増進のための実践力の育成」及び「体力の向上」の三つの具体的な目標が相互に密接に関連していることを示すとともに、心と体をより一体としてとらえ、心身の調和的発達を図ることが、保健体育科の重要なねらいであることを明確にしたものである。

(2) 各科目

<体 育>

ア 目標

運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

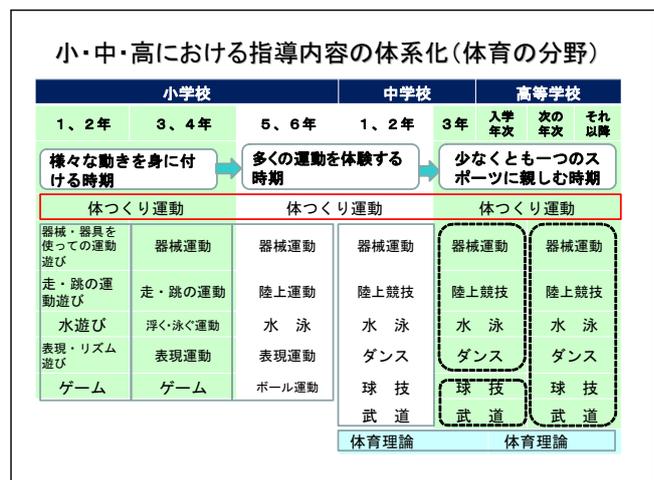
この目標は、義務教育を基礎とした高等学校段階において、生徒が運動の合理的かつ計画的な実践を通して、これまで学習した知識を深め、技能を高めることで、運動の楽しさや喜びを深く味わうことが体育の重要なねらいであることを示した上で、現在及び将来の自己の状況に応じて体力の向上及び健康の保持増進を図るとともに、社会的態度や愛好的態度をもつことによって、卒業後に少なくとも一つの運動が継続できるようにし、生涯にわたって豊かなスポーツライフの実現を図ることを目指したものである。

イ 内容の構成と取扱い

「体育」については、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けて、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といった発達の段階のまとまりを踏まえ、高等学校においては、

中学校第3学年との接続を重視するとともに、内容及び内容の取扱いにおいて学習指導要領の基準性を一層明確化し、生徒の主体的な学習の充実及び多様性を踏まえた指導の充実を図ることができるよう指導内容の体系化を図った。

内容の構成は、「体づくり運動」、「器械運動」、「陸上競技」、「水泳」、「球技」、「武道」、「ダンス」及び「体育理論」の8つの領域とし、「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7つの運動に関する領域



については、(1) 技能(「体づくり運動」は運動)、(2) 態度、(3) 知識、思考・判断が内容として示された。また、知識に関する領域については、「体育理論」において(1) スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、(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が内容として示された。

入学年次においては、中学校第3学年との接続を踏まえ、「体づくり運動」及び「体育理論」を履修させるとともに、それ以外の領域については「器械運動」、「陸上競技」、「水泳」、「ダンス」のまとまりと、「球技」、「武道」のまとまりの中からそれぞれ1領域以上を選択して履修することができることとされた。

また、その次の年次以降においては、それぞれの運動が有する特性や魅力に深く触れることができるよう「体づくり運動」及び「体育理論」を履修させるとともに、それ以外の領域については「器械運動」、「陸上競技」、「水泳」、「球技」、「武道」、「ダンス」の中から2領域以上を選択して履修することができることとされた。

【領域及び内容の取扱い】

改 訂				現 行											
領域及び領域の内容	入学年次	その次の年次	それ以降の年次	領域及び内容	入学年次	その次の年次	それ以降の年次	内容の取扱い							
A 体づくり運動	必修	必修	必修	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				A 体づくり運動											
イ 体力を高める運動				ア 体ほぐしの運動 イ 体力を高める運動											
B 器械運動	B、C、 D、Gから ①以上 選択			B 器械運動	B、C、 D、E、 F、Gから ③又は ④選 択	B、C、 D、E、 F、Gから ③又は ④選 択	B、C、 D、E、 F、Gから ②又は ④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				ア～ウに示 す運動から 選択					C 陸上競技	ア～ウから 選択					
ア 競走				ア 競走											
イ 跳躍				イ 跳躍											
ウ 投てき				ウ 投てき											
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	ア～オから 選択	D 水泳	その 際、F又は Gのい ずれか を含む	その 際、F又は Gのい ずれか を含む	その 際、F又は Gのい ずれか を含む	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 複数の泳法で長く泳ぐ又はリレー	オ 横泳ぎ														
E 球技	E、Fから ①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	E 球技	その 際、F又は Gのい ずれか を含む	その 際、F又は Gのい ずれか を含む	その 際、F又は Gのい ずれか を含む	ア～ケから ②選択							
ア ゴール型				ア バスケットボール											
イ ネット型				イ ハンドボール											
				ウ サッカー											
				エ ラグビー											
				オ バレーボール											
ウ ベースボール型				カ テニス											
F 武道				B、C、 D、Gから ①以上 選択						ア又はイの いずれか 選択	F 武道	その 際、F又は Gのい ずれか を含む	その 際、F又は Gのい ずれか を含む	その 際、F又は Gのい ずれか を含む	ア、イから ①選択
ア 柔道											ア 柔道				
イ 剣道											イ 剣道				
G ダンス	B、C、 D、Gから ①以上 選択		ア～ウから 選択	G ダンス	その 際、F又は Gのい ずれか を含む	その 際、F又は Gのい ずれか を含む	その 際、F又は Gのい ずれか を含む	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	必修	H 体育理論	必修	必修	必修	(1)、(2)、(3) 必修							
(1) スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴				(1) 社会の変化とスポーツ											
(2) 運動やスポーツの効果的な学習の仕方				(2) 運動技能の構造と運動の学び方											
(3) 豊かなスポーツライフの設計の仕方	(3) 体ほぐしの意義と体力の高め方														

[指導計画の作成と内容の取扱い]

- ・「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。
- ・内容の「B器械運動」から「Gダンス」までの領域及び運動については、地域や学校の実態及び生徒の特性や選択履修の状況等を踏まえるとともに、安全を十分に確保した上で、生徒が自由に選択して履修することができるよう配慮するものとする。
- ・自然とのかかわりの深いスキー、スケートや水辺活動などについては、従前どおり、地域や学校の実態に応じて積極的に行うことに留意するものとする。
- ・集合、整頓、列の増減、方向転換などの行動の仕方については、従前どおり、「A体づくり運動」から「Gダンス」までの領域において適切に行うものとする。
- ・筋道を立てて練習や作戦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、主体的な学習活動が充実するよう配慮するものとする。

<保 健>

ア 目標

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ようにし、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。

この目標は現行と同様であり、小学校、中学校との接続及び発達の段階に応じた指導内容の体系化の観点から、個人生活及び社会生活における健康・安全に関する内容を総合的に理解することを通して、ヘルスプロモーションの考え方を生かし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力などの資質や能力を培い、実践力を育成することを目指したものである。

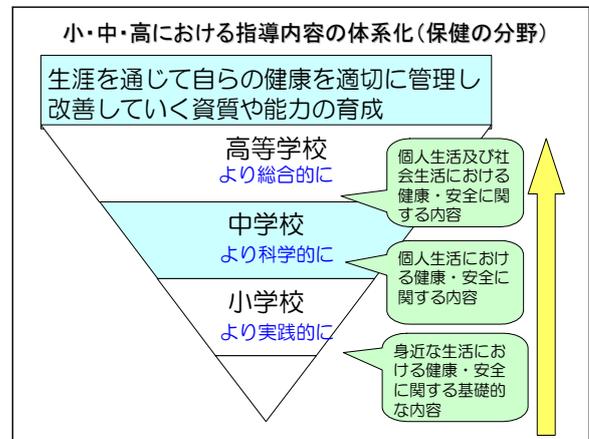
イ 内容の構成と取扱い

「保健」については、個人生活及び社会生活における健康・安全に関する内容の理解を通して健康についての総合的な認識を深め、ヘルスプロモーションの考え方を生かし、生涯を通じて自己の健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力など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改訂された。

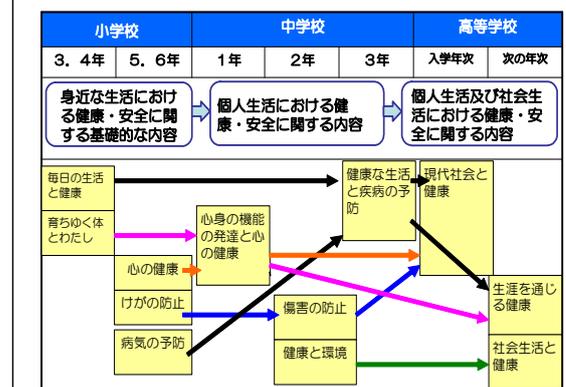
内容の構成は、従前の内容を踏まえて「現代社会と健康」、「生涯を通じる健康」及び「社会生活と健康」の3項目である。

また、内容については、個人生活及び社会生活に関する事項を正しく理解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が明確にされた。

具体的には、個人生活及び社会生活にお



小・中・高における内容のまとめについて(保健の分野)



ける健康・安全に関する内容を重視する観点から、健康の考え方に関する内容が明確にされるとともに、様々な保健活動や対策などについて内容の配列が再構成された。また、医薬品に関する内容が改善された。

指導に当たっては、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、知識を活用する学習活動を取り入れるなど思考力・判断力など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、適切な意志決定や行動選択及び環境づくりが必要であることが示された。

【現行及び改訂の内容】

現 行		改 訂
(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
(7) 国民の健康水準と疾病構造の変化	----->	(7) 国民の健康水準と疾病構造の変化
(4) 健康の考え方と成り立ち	----->	(4) 健康の考え方と成り立ち
(9) 健康に関わる意志決定と行動選択	----->	(9) 健康に関わる意志決定や行動選択
(1) 様々な保健活動や対策	----->	(1) 健康に関する環境づくり(新)
イ 健康の保持増進と疾病の予防		イ 健康の保持増進と疾病の予防
(7) 生活習慣病と日常生活行動	----->	(7) 生活習慣病と日常生活行動
(4) 喫煙、飲酒と健康	----->	(4) 喫煙、飲酒と健康
(9) 医薬品の正しい使用、薬物乱用と健康	----->	(9) 薬物乱用と健康
(1) 感染症とその予防	----->	(1) 感染症とその予防
ウ 精神の健康		ウ 精神の健康
(7) 欲求と適応機制	----->	(7) 欲求と適応機制
(4) 心身の相関	----->	(4) 心身の相関
(9) ストレスへの対処	----->	(9) ストレスへの対処
(1) 自己実現	----->	(1) 自己実現
エ 交通安全		エ 交通安全
(7) 交通事故の現状	----->	(7) 交通事故の現状
(4) 交通社会に必要な資質と責任	----->	(4) 交通社会に必要な資質と責任
(9) 安全な交通社会づくり	----->	(9) 安全な社会づくり
オ 応急手当		オ 応急手当
(7) 応急手当の意義	----->	(7) 応急手当の意義
(4) 日常的な応急手当	----->	(4) 日常的な応急手当
(9) 心肺蘇生法	----->	(9) 心肺蘇生法
(2) 生涯を通じる健康		(2) 生涯を通じる健康
ア 生涯の各段階における健康		ア 生涯の各段階における健康
(7) 思春期と健康	----->	(7) 思春期と健康
(4) 結婚生活と健康	----->	(4) 結婚生活と健康
(9) 加齢と健康	----->	(9) 加齢と健康
イ 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関		イ 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関
(7) 我が国の保健・医療制度	----->	(7) 我が国の保健・医療制度
(4) 地域の保健・医療機関の活用	----->	(4) 地域の保健・医療機関の活用
	----->	ウ 様々な保健活動や対策
(3) 社会生活と健康		(3) 社会生活と健康
ア 環境と健康		ア 環境と健康
(7) 環境の汚染と健康	----->	(7) 環境の汚染と健康
(4) 環境と健康の対策	----->	(4) 環境と健康にかかわる対策
イ 環境と食品の保健		イ 環境と食品の保健
(7) 環境保健にかかわる活動	----->	(7) 環境保健にかかわる活動
(4) 食品保健にかかわる活動	----->	(4) 食品保健にかかわる活動
(9) 健康の保持増進のための環境と食品の保健	----->	(9) 健康の保持増進のための環境と食品の保健
ウ 労働と健康		ウ 労働と健康
(7) 職業病や労働災害と健康	----->	(7) 労働災害と健康
(4) 働く人の健康の保持増進	----->	(4) 働く人の健康の保持増進

※ 矢印は、内容の対比を示している。実線は内容の構成または文言が変更になった部分である。

〔指導計画の作成と内容の取扱い〕

- ・「保健」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ものとする。
- ・指導に際しては、知識を活用する学習活動を取り入れるなどの指導方法の工夫を行うものとする。

4 質疑応答

問1 科目体育において、新学習指導要領における内容の「B器械運動」から「Gダンス」までの領域及び運動の選択に当たっては、どのようなことに留意すればよいか。

領域及び運動の選択に当たっては、「地域や学校の実態及び生徒の特性や選択履修の状況等を踏まえるとともに、安全を十分に確保した上で、生徒が自由に選択して履修することができるよう配慮するもの」とされている。

「地域や学校の実態」とは、地域の特色、学校の立地条件や気候条件、地域や学校の体育施設や用具等の実態、「生徒の特性や選択履修の状況等」とは、生徒の技能・体力の程度や運動経験、生徒の興味や関心並びに中学校の履修の状況のことを示している。また、「安全を十分に確保した上で」とは、運動種目等を選択するとき、生徒の希望に応じて複数の種目などを同時展開で実施する際には、安全管理上の視点から事故の防止を徹底するとともに、災害や事故発生時に速やかな指示ができる範囲で授業を展開する必要があることを示している。これらを踏まえつつ、各学校においては、内容として示されている領域については、生徒が自由に選択して履修できるよう配慮することが求められるものである。

このことから、生徒の主体的な意欲がはぐくまれるよう希望する生徒に対してすべての領域の選択機会が与えられるよう指導計画を工夫するとともに、領域の内容についても、安全を十分に確保した上で生徒が選択できるようにすることが大切である。

問2 体づくり運動の内容の取扱いはどうようになったか。

体づくり運動の領域は、各年次において、すべての生徒に履修させることとされている。また、授業時数については、2単位配当の年次においては7時間を、3単位配当の年次においては10時間を配当することとされている。

よって、これらの点を十分考慮して、体づくり運動に必要な知識の学習を計画的に配当するとともに、指導内容については、卒業までの見通しを立て指導計画を作成し段階的に指導することが大切である。

問3 科目保健において、医薬品に関する内容はどのように改善されたのか。

今回の改訂では、中学校学習指導要領において、医薬品の正しい使用についての内容が位置付けられたことを踏まえて、医薬品の承認制度や販売規制について新たに引き上げ、医薬品の適切な使用の必要性についての内容を充実した。また、従前「薬物乱用と健康」で取り扱っていたが、中学校からの系統性を踏まえ、「保健・医療制度及び地域の保健・医療機関」で取り扱うこととした。

医薬品に関する学習内容は、「医薬品は、有効性や安全性が審査されており、販売には制限があること。疾病からの回復や悪化の防止には、医薬品を正しく使用することが有効であること」とされており、これらを理解できるようにすることが必要である。