

保 健 体 育 科

1 保健体育科でねらうもの

学習指導要領の目標

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。

この目標は、「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」を育成することを目指すとともに，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ことを目指すものである。体育や保健の見方・考え方とは，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」であると考えられる。

2 指導要領改訂の趣旨及び要点

(1) 保健体育科改訂の趣旨

① 改訂の基本的な考え方

ア 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実現する資質・能力を育成することを重視する観点から，運動や健康に関する課題を発見し，その解決を図る主体的・協働的な学習活動を通して，『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』を育成することを目指す。

イ 体育科，保健体育科における学習過程については，これまでも心と体を一体として捉え，自己の運動や健康についての課題の解決に向け，積極的・自主的・主体的に学習することや，仲間と対話し協力して課題を解決する学習等を重視してきた。これらを引き続き重視するとともに，保健体育科で育成を目指す『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する。

ウ 体育については，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し，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，高等学校を通じて系統性のある指導ができるように示す。保健においては，健康な生活と疾病の予防，心身の発育・発達と心の健康，健康と環境，傷害の防止，社会生活と健康等の保健の基礎的な内容について，小学校，中学校，高等学校を通じて系統性のある指導ができるように示す。

② 改善の具体的事項

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の改善

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。

(㍑) 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、年齢や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。

(㍒) 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。

(㍓) 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。

(㍔) 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。」としている。

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、ストレス対処や心肺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。」としている。

(2) 内容及び内容の取扱いの改善

ア 体育については、体育分野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実現する資質・能力を育成する観点から、運動に関する「知識及び技能」，運動課題の発見・解決等のための「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。

イ 3年間の見通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、小学校段階との接続及び高等学校への見通しを重視し、系統性を踏まえた指導内容の見直しを図ることとした。

ウ 豊かなスポーツライフの実現を重視し、スポーツとの多様な関わり方を楽しむことができるようにする観点から、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ことができるよう、共生の視点を踏まえて指導内容を示すこととした。

エ 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、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。