

高等学校体育

平成30年3月に告示された高等学校学習指導要領が年次進行で実施され5年目を迎え、中央教育審議会では、次期学習指導要領の改訂へ向けた議論が始まった。各学校におかれては、改めて現行の学習指導要領の趣旨を確認し着実に実施していただきたい。

【学習指導要領の基本的な考え方】

- 社会に開かれた教育課程を重視する
- 確かな学力を育成する
- 豊かな心や健やかな体を育成する

■ 保健体育科の目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、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・能力を育成することを目指す。

特に体育の授業では、【生涯にわたる豊かなスポーツライフの継続】、【自己の状況に応じた体力の向上】を図るための工夫をされたい。

また、「スポーツを通じた共生社会の実現」に向けて【する、みる、支える、知る】といった多様な運動の楽しみ方を社会で実現できるよう指導の充実・改善を図っていただきたい。

加えて、子供たちが運動好きになり、自らめあてをもって進んで運動し、仲間と学び、喜びあふれる保健体育の授業となるよう一層研鑽に励んでいただき、その結果、人間の活動の源であり「生きる力」の重要な要素である体力が学習の結果としてより一層向上することが望ましい。

事故防止等については、徹底した取組が重要であり、安心安全のもとに体育的活動ができるよう引き続き留意されたい。

令和7年度の課題

- 1 学習指導要領の趣旨に基づく指導と評価の充実
- 2 体育的活動時の事故防止の徹底

1 学習指導要領の趣旨に基づく指導と評価の充実

成果

(1) 「体育に関する調査」(全日・定通)

- 年間指導計画を作成している。
全日 134校 (100%) | 定通 26 課程 (100%)
- 学習指導要領に基づく評価規準を作成済、もしくは令和7年度内に作成予定である。
全日 134校 (100%) | 定通 26 課程 (100%)
- 科目体育における領域選択を実施済、もしくは実施に向けて検討している。
全日 129校 (96.3%) | 定通 25 課程 (96.2%)
- 男女共習を入学年次の全ての領域で実施済、もしくは一部の領域で実施している。
全日 113校 (95.7%) | 定通 22 校 (84.6%)
- 全学年で男女共習を実施していない。
全日 3校 (2.2%) | 定通 2 校 (7.7%)

(2) 体育地区研究協議会

【実施報告】

	会場校名	領域の内容	工夫
東部	越谷南	テニス	ICTの活用
	春日部東	サッカー	男女共習・ICTの活用
	久喜	バレーボール	学習カード・ICTの活用
西部	朝霞西	バスケットボール	ICTの活用
	川越初雁	ソフトボール	学習カード
	芸術総合	サッカー	男女共習
南部	松山女子	タグラグビー	学習カード
	浦和第一女子	バレーボール	学習カード
	鳩ヶ谷	サッカー	男女共習
	いずみ	マット運動	男女共習・ICTの活用
北部	伊奈学園総合	マット運動	ICTの活用
	深谷商業	バスケットボール	学習カード
	熊谷工業	バスケットボール	男女共習・学習カード

- 3つの資質・能力の育成に向けた「指導と評価の計画」の立案と実践。
- 男女共習の効果的な学習内容の工夫。
- ICTの有効活用。

(3) 各種研修会の開催

研修会	開催方法
第1回体育主任会	オンデマンド
高等学校教育課程研究協議会	オンデマンド
高等学校体育地区研究協議会	参集(13校)
第2回体育主任会	オンデマンド
高等学校保健体育研究協議会	オンライン

- 学習指導要領の趣旨に則った、運動好きな生徒を育成するための授業改善・及び工夫について

課題

(1)学習計画の充実

- 3年間の見直しをもった領域選択及び男女共習を原則とした年間指導計画の作成。
- 小学校・中学校との系統性を踏まえた授業内容の工夫と改善。

(2)生徒が意欲的に取り組む授業づくり

- 男女共習の効果的な学習内容の充実。
- 様々な領域におけるICTを効果的に活用した指導の工夫。

2 体育的活動時の事故防止の徹底

現状

※R6年度比

- R6負傷申請件数 10,844件 (1,008件減)
- R6体育的活動中 (□囲み部分) の負傷申請件数割合 85.0% (0.8ポイント増)

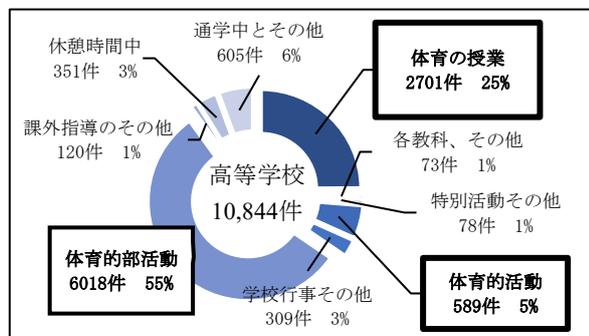


図1 R6負傷の場合別災害申請件数の割合

(1)「体育に関する調査」(全日・定通)

- 危機管理マニュアルを体育教官室等に常備している。

全日 122校 (91%) 定通 24課程 (92.3%)

- 危機管理マニュアルの内容について教科内で共通理解を図っている。

全日 125校 (93.2%) 定通 25課程 (96.1%)

- 移動式体育器具について移動時は必ず固定する。

全日 134校 (100%) 定通 26課程 (100%)

課題

(1) 体育的活動時の事故防止の徹底

- 施設・用具等の安全点検や生徒の健康状態の把握等、事故発生の事前防止を徹底する。
- AEDの使用をはじめ、事故が発生した際の適切かつ迅速な対応に備える。

令和7年度の課題以外の取組結果

1 運動スポーツの好意度調査

運動・スポーツ好意度調査

(1)体育の授業が【好き・やや好き】と回答した高校2年生



図2

(2)運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることが【好き・やや好き】と回答した高校2年生

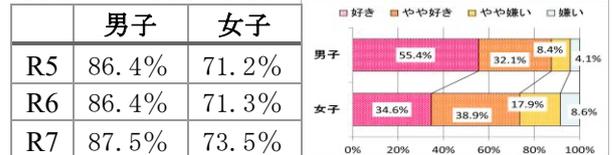


図3

現状 令和7年度調査では、男女ともに体育授業への好意度が向上し、運動することに対する好意的な態度も高まっている。

課題 体育の授業と運動やスポーツをすることへの好意度を比較すると、女子では運動やスポーツをすることが嫌い・やや嫌いと回答した生徒の中にも体育の授業は好き・やや好きと回答する傾向が見られる。一方、男子では運動することが好き・やや好きと回答した生徒の中にも体育の授業を嫌い・やや嫌いと回答する生徒が一定数見られる。

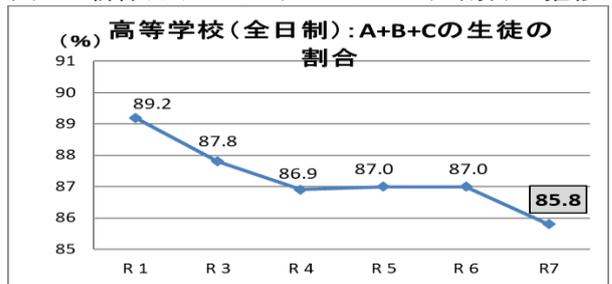
2 体力の向上に向けた取組の工夫

令和7年度「新体力テスト」(全日制)

○総合評価A+B+C 85.8% (目標値:90%)

現状

図4 新体力テスト(A+B+C)割合の推移



課題

生徒が体育の授業を楽しみと実感できる授業を展開する中で、結果として体力の向上が図られるような取組の充実が求められる。

令和8年度の課題

- 1 学習指導要領の趣旨に基づく指導と評価の充実
- 2 運動やスポーツをすることが好きな生徒の育成及び体力向上に向けた取組の工夫
- 3 体育的活動時の事故防止の徹底

令和8年度の課題と努力事項

課題

1 学習指導要領の趣旨に基づく指導と評価の充実

平成30年3月に告示された高等学校学習指導要領が年次進行で実施され5年目を迎えた。

令和8年度の課題に対しては、引き続き学習指導要領の趣旨に基づく指導と評価の充実に向けて取り組むことが重要である。

令和6年12月25日の中央教育審議会諮問（以下諮問）において、次期学習指導要領改訂へ向け文部科学省としての現状認識、問題意識が示された。各校におかれては、諮問内容の確認及び各学校の課題について、現行の学習指導要領の趣旨に基づいた保健体育の授業づくりを改めて見直していただきたい。

【諮問より抜粋】顕在化している課題

- 1 学ぶ意義を見いだせず、主体的に学びに向かうことができていない子供が多くなっている
- 2 現行学習指導要領の理念や趣旨の浸透は道半ば
- 3 GIGAスクール構想による1人1台端末やクラウド環境等のデジタル学習基盤の効果的な活用は緒に就いたばかり

そのためには、以下の5つの観点の理解が重要になってくる。

① 体育の学習を通して何を育てるのか。

どうしたら生徒が主体的に学びに向かうことができるかという事を考えることは非常に大事なことだが、まずは教員が体育の学習を通して何を育てるのかを明確にすることが重要である。体育の学習を通して「生徒にこんな力を身に付けてほしい」といった、育成を目指す資質・能力について教員が正しく理解し、生徒と共通理解を図ることで生徒が体育を学習する意義や価値を見出すことにつながると考えられる。そのために、学習指導要領の目標や内容を正しく理解した上で授業を実践することが重要となる。

【保健体育の目標】

柱書

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。

知識及び技能

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。

思考力、判断力、表現力等

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。

学びに向かう力、人間性等

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。

（高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説 保健体育編・体育編）（以下解説）

目標で示されている、育成を目指す資質・能力を踏まえたうえで生徒の学習する意義や価値を生み出す手立てとして、生徒が運動・スポーツの持つ意義や価値を理解できるようにすることが重要である。そのためには、体育理論で学習した内容と各領域の学習を関連付けて指導することなどが考えられる。また、ICTを効果的に活用するなどして生徒の興味関心を高める指導の工夫も求められる。また、生徒が主体的に学びに向かうことができるようにするためには、生徒が学習の元になる知識をしっかりと理解できるようにすることや学習の見通しを持つことができるようにすることが重要である。例えば、生徒一人一人が適切な課題を発見したり、解決方法を選択したりするための知識がなければ意欲的に取り組むことは難しいと考えられる。また、学習の見通しを持つことができなければどのように取り組んだら良いか戸惑ってしまう可能性がある。学習の見通しを立てたり、学習したことを振り返ったりして自身の学びの変容を自覚できる場面を設定することにより、生徒が主体的に学習に取り組むことにつながる。

そして、運動の楽しさや喜びを味わうことのできる授業づくりも重要である。

運動の楽しさや喜びを深く味わいとは、技能を身に付けたり、作戦を立てたり、作品をまとめたりするなどの学習を通して、仲間と適切な関係を築き、課題の解決を目指して取り組むことにより、一過性の楽しさにとどまらず、その運動のもつ特性や魅力に深く触れることを示している。

（例）球技

球技は、ゴール型、ネット型及びベースボール型などから構成され、個人やチームの能力に

応じた作戦を立て、集団対集団、個人対個人で勝敗を競うことに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。(解説 P.30)

科目体育の目標では、運動の楽しさや喜びを深く味わって運動を豊かに継続することが示されている。生徒たちが主体的に学びに向かうことができるようにするためにも、それぞれの運動の特性を踏まえた授業を行うことが重要である。

学習指導要領解説の各領域の冒頭部分に記載されている内容を確認し、その運動の持つ特性や魅力に深く触れることのできる授業を行うことが重要である。例えば球技は個人やチームの能力に応じた作戦を立て、勝敗を競うことに楽しさや喜びを味わうことのできる運動であり、このような楽しさや喜びを味わうことのできる授業づくりが求められる。生徒が主体的に学びに向かうことができるよう、それぞれの運動の特性を踏まえた楽しさや喜びを味わう事のできる授業づくりが大切である。

② 多様性を包摂し、可能性を開花させる教育の実現

現行の学習指導要領では、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関わらず、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、共生の視点を重視して指導内容の充実を図る事を改訂の要点で示している。(解説 P.13) そのため、性別の違い等に関わらず仲間とともに学ぶ体験は、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた重要な学習の機会であることから、原則として男女共習で学習を行うことが求められている。(解説 P.226)

本県においては、多くの学校が男女共習に取り組んでいるが、数校においてはまだ取り組めていない状況である。できることから確実に取り組み、豊かなスポーツライフの実現・継続へつなげていただきたい。

また、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必要である。学習指導要領解説に記載されている配慮の例などを参考に一人一人の生徒の状態や発達の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。

③ 概念としての知識の習得や深い意味理解

諮問では、習得した知識を現実の事象と関連付けて理解する事や、概念としての知識の習得や深い意味理解をすることに課題があるとされている。

学習指導要領解説では、知識の習得に際し、体の動かし方や用具の操作方法などの具体的な知識を理解するにとどまらず、運動の実践及び生涯スポーツに繋がる概念や法則などの汎用的な知識等の定着を図ることが重要であると示している。(解説 P. 8)

また、身体の動かし方や協力の仕方などの「どのように」行うのかといった具体的な知識だけでなく、その運動を支える原理や原則、意義などの「何のために」行うのかといった汎用的な知識を関連させて理解させた上で、学習場面に適用したり応用したりすることが大切であると示している。(解説 P. 36)

加えて、自分の考えを持ち根拠をもって明確に説明することにも課題があるとされている。

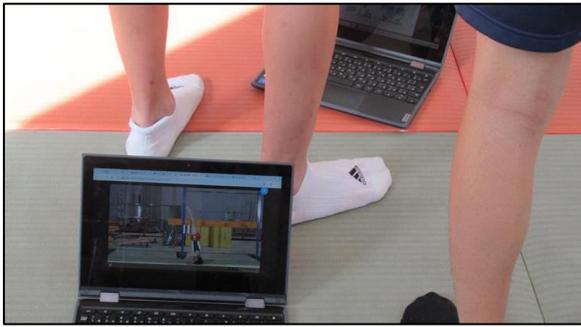
科目体育の目標では自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養うことを示しており、このことについて、学習指導要領解説では思考し判断したことを、根拠を示したり他者に配慮したりしながら、言葉や文章および動作などで表したり、他者にわかりやすく伝えたりすることとしている。

(解説 P. 31)

そのため、授業においては生徒が思考したり判断したりした内容について根拠を示して表出できるように場面を設定したり、学習カードにアドバイスの内容を考えた理由や根拠を記述できるように工夫したりすることなどが考えられる。

④ デジタルの力でリアルな学びを支える

体育の授業においても、ICT機器の活用は非常に有効である。主な効果としては、生徒一人一人のペースや理解度に合わせた指導の個別化・学習の個性化、双方向のやり取りによる授業の質の向上、情報活用能力の育成、成績管理や教材準備の効率化による教員の負担軽減、グループで情報収集・整理・共有し協働活動の促進等様々である。体育地区研究協議会においても、多くの学校がICTを使用した授業実践を発表している。今後も、ICTの活用が深い学びにつながっているか、資質・能力の育成に効果的か、活動そのものの低下を招かないかということに留意しながら、積極的に実践をされたい。



⑤ 主体的に学習に取り組む態度の評価について

諮問の中でも、学習評価の在り方が主な審議事項に示されている。

そこで改めて、「主体的に学習に取り組む態度」の評価の考え方について取り上げる。

「主体的に学習に取り組む態度」の評価については、

(1) 知識及び技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力等を身に付けたりすることに向けた粘り強い取組を行おうとする側面と、

(2) (1) の粘り強い取組を行う中で、自らの学習を調整しようとする側面、という二つの側面を評価することが求められる。

ここでの評価は、生徒の学習の調整が「適切に行われているか」を必ずしも判断するものではなく、学習の調整が知識及び技能の習得などに結び付いていない場合には、教師が学習の進め方を適切に指導することが求められる。

具体的な評価の方法としては、ノートやレポート等における記述、授業中の発言、教師による行動観察や生徒による自己評価や相互評価等の状況を、教師が評価を行う際に考慮する材料の一つとして用いることなどが考えられる。

各学校においては、評価について見直しを行っていただきたい。

「主体的に学習に取り組む態度」の評価 3. 各教科の学習評価

「主体的に学習に取り組む態度」の評価のイメージ

○「主体的に学習に取り組む態度」の評価については、①知識及び技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力等を身に付けたりすることに向けた粘り強い取組を行おうとする側面と、②①の粘り強い取組を行う中で、自らの学習を調整しようとする側面、という二つの側面から評価することが求められる。

○これら①②の姿は実際の教科等の学びの中では別々ではなく相互に関わり合いながら立ち現れるものと考えられる。例えば、自らの学習を全く調整しよとせず粘り強く取り組み続ける姿や、粘り強さが全くない中で自らの学習を調整する姿は一般的ではない。

「主体的に学習に取り組む態度」については、①知識及び技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力等を身に付けたりすることに向けた粘り強い取組の中で、②自らの学習を調整しようとしているかどうかを含めて評価する。

「主体的に学習に取り組む態度」の評価 3. 各教科の学習評価

●「自らの学習を調整しようとする側面」について

自らの学習状況を振り返って把握し、学習の進め方について試行錯誤する(微調整を繰り返す)などの意思的な側面

指導において次のような工夫も大切

- 生徒が自らの理解状況を振り返ることができるような発問を工夫したり指示したりする
- 内容のまとまりの中で、話し合ったり他の生徒との協働を通じて自らの考えを相対化するような場面を設ける

◎ここでの評価は、生徒の学習の調整が「適切に行われているか」を必ずしも判断するものではない。学習の調整が適切に行われていない場合には、教師の指導が求められる。

参考 「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料

高等学校 保健体育

課題

2 運動やスポーツをすることが好きな生徒の育成及び体力向上に向けた取組の工夫

体力は、人間の活動の源であり、健康の維持のほか意欲や気力といった精神面の充実に大きく関わっており、「生きる力」の重要な要素である。

埼玉県の「体力テストの5段階絶対評価で上位3ランク(A+B+C)の児童生徒の割合」の結果を見ると、コロナ禍で低下して以降伸び悩んでいる傾向にある。小学校、中学校の結果に関しても同様である。

また、運動・スポーツの好意度調査に目を向けてみると、体育の授業が好き・やや好きと回答する生徒や、運動やスポーツをすることが好き・やや好きと回答した生徒の割合は、今年度はやや増加したものの、小学校、中学校、高等学校と年齢が上がるにつれて低下している。

この結果から、高等学校において生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続していく資質・能力が育成されていると考えることは難しく、この状態が続くと、今後も新体力テストの結果の低下

「主体的に学習に取り組む態度」の評価 3. 各教科の学習評価

「学びに向かう力、人間性等」

個人内評価(生徒一人一人のよい点や可能性、進歩の状況について評価するもの)等を通じて見取る。

※ 特に「感性や思いやり」など生徒一人一人のよい点や可能性、進歩の状況などについては、積極的に評価し生徒に伝えることが重要。

知識及び技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力等を身に付けたりすることに向けた粘り強い取組の中で、自らの学習を調整しようとしているかどうかを含めて評価する。

「主体的に学習に取り組む態度」として観点別学習状況の評価を通じて見取ることができる部分

「学びに向かう力、人間性等」には、⑦主体的に学習に取り組む態度として観点別学習状況の評価を通じて見取ることができる部分と、④観点別学習状況の評価や評定にはなじまない部分がある。

は続いていく事が予想できる。

今後、埼玉県の子生の体力の向上を図るためには、自主性、主体性の育成が重要になってくる。その鍵となるのが運動やスポーツをすることが好きな生徒、そして体育の授業が好きな生徒の育成である。

ねらいのないトレーニング的な授業や目標タイムを切るまで走り続けるような授業では、自主性や主体性を育成するのは困難である。

学習指導要領解説には、「体を動かす楽しさや心地よさを味わわせるとともに、健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識させ、学習した結果としてより一層体力の向上を図ることができるようにする」と示されている。また、各領域における体力の高め方として、種目の特性ごとに高まる体力要素を示しつつ、「技術と関連させた補助運動や部分練習を取り入れ、繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることを（知識として）理解できるようにする」と示されている。

つまり、体育の授業は、体力を高めることが目的ではなく、体力は学習の結果として獲得できる力ということを十分理解した上で、取り組むことが重要である。

また、体力の状況は様々であるため、生徒それぞれが一人一人の違いに応じた「できる」「楽しい」を実感できる目標及び運動計画の設計・実践が重要である。そのためには、体力プロフィールシートを活用したりICT機器を効果的に活用したりすることで個人の課題を可視化すること、個別最適な学びになるように授業内容を工夫することが必要である。

その結果、生徒は体力の必要性を理解しながら、意欲的に取り組むことができ、「運動やスポーツが好き」「体育の授業が好き」ということに繋がる。さらには、生徒自身が自己の課題に応じて主体的に自ら体力を高めるという好循環を生みだせるよう、授業改善を図ることが必要である。

課題

3 体育的活動時の事故防止の徹底

県では、毎年度当初「体育的活動時における事故防止について」、「体育授業・運動部活動における事故防止の5則」、及び「水泳等の事故防止について」等を通知し、事故防止の徹底を図っている。

各学校においては、これらの通知をもとに、全

教職員での事故防止の徹底及び迅速かつ適切な初期対応を行うことが重要である。

特に首から上の負傷については、たとえ外傷がなくても、救急搬送を念頭に置き、迅速に対応することが求められる。

令和7年度は、体育的活動時に4件のAEDの使用があった、各学校においては改めて危機管理マニュアルの確認及び周知をされたい。

また、各主要都市の年間猛暑日の日数が過去最多になるなど、令和7年は令和6年に続き3年連続で記録的な猛暑となった。熱中症対策については、県立学校版「熱中症対策ガイドライン」等を参考に、自校の「危機管理マニュアル（熱中症に係る内容）」等を適切に改訂するなど、改めて事故防止の徹底をされたい。

なお、年間指導計画を立てる際には、各季節の気候に適した領域や活動を設定することが重要である。例えば、暑熱環境下での長距離走を避けるなど、季節や気温に応じて種目や運動強度を適切に見直すことが必要である。

【熱中症予防の原則】

- ① 環境条件を把握し、それに応じた運動、水分補給を行うこと
- ② 暑さに徐々に慣らしていくこと
- ③ 個人の条件に配慮すること
- ④ 服装に気を付けること
- ⑤ 具合が悪くなった場合には早めに運動を中止し、必要な処置をすること