

## 第6節 保健体育

### 第1 保健体育科の基本事項

#### 1 改訂の趣旨

平成28年12月の中央教育審議会答申において示された、平成21年改訂の学習指導要領の成果と課題を踏まえ、改訂の基本的な考え方は次のとおりである。

ア 小学校、中学校及び高等学校を通じて、「心と体を一体としてとらえ、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・理解』、『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標として示す。」とした。

イ 「心と体を一体としてとらえ、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引き続き重視するとともに、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必要がある。」とした。

ウ 「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必要がある。」とした。

#### 2 改訂の要点

次の方針によって改訂を行った。

- ① 「体育」においては、育成を目指す資質・能力を明確にし、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質・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」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。
- 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踏まえ、指導内容の系統性を改めて整理し、各領域で身に付けさせたい指導内容の一層の充実を図ること。
- 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卒業後も社会で実践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

こと。

- ④ 生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続することを重視し、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観点から資質・能力の三つの柱ごとの指導内容の一層の明確化を図ること。
- ⑤ 「保健」においては、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、内容に改善すること。
- ⑥ 個人及び社会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、現代的な健康課題の解決に関わる内容、ライフステージにおける健康の保持増進や回復に関わる内容、人々の健康を支える環境づくりに関する内容及び心肺蘇生法等の応急手当の技能に関する内容等を充実すること。
- ⑦ 「体育」と一層の関連を図る観点から、心身の健康の保持増進や回復とスポーツとの関連等の内容等について改善すること。
- ⑧ 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継続する観点から、「体育」と「保健」の一層の関連を図った指導等の改善を図ること。

#### (1) 目標の改善

各教科等に共通した目標の示し方が求められ、柱書と資質・能力の三つの柱に整理し、改善が図られた。

#### (2) 内容構成の改善

「体育」の内容構成については、従前、(1)技能（「体づくり運動」は運動）、(2)態度、(3)知識、思考・判断としていたものを、(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、人間性等とした。

また、「保健」については、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」の内容構成とした。

なお、各教科等の内容については、内容のまとまりごとに、生徒が身に付けることが期待される資質・能力の三つの柱に沿って示すこととしているが、特に「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」においては、豊かなスポーツライフを継続することを重視し、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。

### (3) 指導計画の作成と内容の取扱いの改善

#### ア 指導計画作成上の配慮事項

- ・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。
- ・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。
- ・授業時数等を適切に配当する。
- ・中学校保健体育科との関連に留意する。
- ・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。

#### イ 内容の取扱いに当たっての配慮事項

- ・保健体育科の指導において、その特質に応じて、言語活動について適切に指導すること。
- ・必要に応じて、コンピュータや情報通信ネットワークなどを適切に活用し、学習の効果を高めること。
- ・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社会で実践できるようにすること。
- ・保健体育科の特質に応じた体験活動を重視し、地域・家庭と連携しつつ体系的・継続的に実施できるよう工夫すること。
- ・健康な生活と運動やスポーツとの関わりを深く理解したり、心と体が密接につながっていることを実感したりできるようにすること。

#### ○ カリキュラム・マネジメントの充実

各学校においては、子供たちの姿や地域の実情を踏まえて、各学校が設定する学校教育目標を実現するために、学習指導要領等に基づき教育課程を編成し、それを実施・評価し改善していく「カリキュラム・マネジメント」の充実が求められている。

保健体育科においても、同様に「カリキュラム・マネジメント」の考え方に基づいた学習指導を充実させることが大切である。

- ・3年間の見通しをもった年間指導計画の作成
- ・生徒の現状に基づいた計画の作成、実施、評価、改善
- ・地域の人的・物的資源等の活用

### 3 保健体育科の目標及び科目編成

#### (1) 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・能力を次のとおり育成することを旨とする。

- (1) 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。
- (2) 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。
- (3) 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。

この目標を達成するためには、引き続き、心と体をより一体としてとらえ、体育と保健を一層関連させて指導することが重要である。

また、資質・能力の三つの柱で示された保健体育科の目標である(1)から(3)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」が相互に密接に関連していることが示されている。

目標で示されている、体育の見方・考え方については、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」、保健の見方・考え方については、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」であると考えられる。

#### (2) 科目及び内容構成と履修

保健体育科に属する科目は、「体育」及び「保健」の2科目である。

科目及び内容構成は次表のとおりである。

保健体育科	
「体育」	「保健」
体づくり運動 (1)(2)(3)	現代社会と健康 アイ
器械運動 (1)(2)(3)	
陸上競技 (1)(2)(3)	安全な社会生活 アイ
水泳 (1)(2)(3)	
球技 (1)(2)(3)	生涯を通じる健康 アイ
武道 (1)(2)(3)	
ダンス(1)(2)(3)	健康を支える環境づくり アイ
体育理論 アイウ	

### (3) 標準単位数

保健体育科に属する科目の標準単位数は、次のとおりである。

科目	標準単位数
体育	7～8単位
保健	2単位

「体育」については、標準単位数が7～8単位とされており、各学校の特色に応じて、卒業までに7又は8単位を配当することとされている。7単位未満に単位数を減じて配当することはできない。

### (4) 履修学年

「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。

「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。

## 第2 各科目の概要

### 2 各科目の目標と内容及び内容の取扱い

#### 「体育」

##### (1) 性格

「体育」において、小学校から高等学校までの12年間の一貫した教育課程の中で、全ての児童生徒が学習する教科・科目としての最終段階の役割を担うこととなる。この最終段階では、合理的な運動の行い方や体力の高め方などの知識の重要性を認識させ、動きの獲得や技ができる喜びなどの各領域特有の特性や魅力を深く味わうとともに、公正、協力、責任、参画、共生などの社会的態度を養い、スポーツの文化的価値などに対する理解を深め、現在及び将来の実生活や実社会で計画的、継続的に運動やスポーツを実践するための資質・能力を育む指導の充実が求められる。

##### (2) 目標

体育の見方・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、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

(1) 運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。

(2) 生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを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、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

##### (3) 内容及び内容の取扱い

体育の内容は、運動に関する領域及び知識に関する領域で構成されている。

領域に変更はなかった。

※「体育」の領域及び内容の取扱い (p.106 表1) 参照

##### (4) 主な変更点

#### A 体づくり運動

従前「体力を高める運動」として示していたものを、体力の必要性を認識し、日常的に継続して高める能力の向上が重要であることから、「実生活に生かす運動の計画」とした。

#### C 陸上競技

バトンの受渡しの指導内容を新たに示した。

#### D 水泳

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こと、入学年次の次の年次以降は、安全を十分に確保した上で、学校や生徒の実態に応じて段階的な指導を行うことができることとした。この場合においても、学校や生徒の実態に応じて取扱いを検討し、安全を十分に確保できる場合に限る。

#### F 武道

空手道、合気道、少林寺拳法、銃剣道などについても履修させることができる。

#### H 体育理論

従前の構成にある「(1)スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴」を「(1)スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展」とした。

#### ○ 体力の向上との関連

カリキュラム・マネジメントの視点から保健及び体育・健康に関する指導等との一層の充実が図られるよう改善した。

#### 「保健」

##### (1) 性格

「保健」は、健康・安全に関する基礎的・基本的な内容を生徒が体系的に学習することにより、健康課題

を認識し、これを科学的に思考・判断し、適切に対処できるようにすることをねらいとしており、生涯を通じて健康で安全な生活を送るための基礎を培うものである。

したがって、「保健」の指導に当たっては、健康課題を解決する学習活動を重視して、思考力、判断力、表現力等を育成していくとともに、「保健」で身に付けた知識及び技能を生かすことができるように健康に関する関心や意欲を高めることが重要である。

(2) 目標

保健の見方・考え方を働かせて、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を次のとおり育成する。

(1) 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とともに、技能を身に付けるようにする。

(2) 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、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。

(3) 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

(3) 内容及び内容の取扱い

保健の内容のまとめりについては、従前の3項目を4項目に変更した。

※「保健」の内容及び内容の取扱い (p.106 表2) 参照

従前	改訂
(1) 現代社会と健康	(1) 現代社会と健康
(2) 生涯を通じる健康	(2) 安全な社会生活
(3) 社会生活と健康	(3) 生涯を通じる健康
	(4) 健康を支える環境づくり

(4) 主な変更点

(1) 現代社会と健康  
現代における健康課題とその予防及び対策について内容を整理し充実した。

国民の健康課題や健康の考え方を充実して示すとともに、現代の感染症とその予防、生活習慣病などの予防と回復、喫煙、飲酒、薬物乱用と健康について項目を立てて充実することとした。特に生活習慣病などの予防と回復にがんを取り上げるとともに、精神と健康の内容を改善し、精神疾患の予防と回復の内容を新しく示し、より現代

における健康課題に対応することとした。

(2) 安全な社会生活  
小学校、中学校の系統性及び安全に関する指導を重視する観点から、新たに示すこととした。  
交通安全と応急手当に関する内容を重視するとともに、高等学校の個人及び社会生活に関する健康・安全を重視する観点から、交通安全を含めた安全な社会づくりを明確にした。また、心肺蘇生法等の応急手当についての技能の内容を明確にした。

(3) 生涯を通じる健康  
生涯にわたる健康の保持増進のためには、生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理と環境づくりが重要であることを示した。

(4) 健康を支える環境づくり  
すべての人が健康に生きていくためには、個人が健康的な行動を選択するとともに、環境と健康、食品の安全性の確保のための環境づくりや保健・医療機関等の社会環境の活用を推進していくことが必要であるという考え方を重視し、内容を整理し明確にした。  
保健・医療制度及び地域・医療機関などの適切な活用、我が国や世界において様々な保健活動や対策などが行われていることについての内容を、ここに位置付けた。さらに、健康に関する環境づくりと社会参加に関する内容を新たに位置付けた。

**第3 各科目にわたる指導計画の作成と内容の取扱い**

**1 指導計画の作成上の配慮事項**

(1) 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善  
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られるようにするためには、埼玉県におけるこれまでの優れた教育実践の蓄積も生かしながら、学習の質を一層高める授業改善に取り組むことが大切である。特に、本県で平成22年から取り組んでいる協調学習は、「主体的・対話的で深い学び」を実現する上で有効な「学び」の一つである。  
指導計画の作成に当たっては、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や社会の課題を発見し、その合理的、計画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。

「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善に当たっては、「知識及び技能が習得されるようにすること」、「思考力、判断力、表現力等を育成すること」、「学びに向かう力、人間性を涵養すること」が偏りなく実現されるよう、単元や題材などの内容や時間のまとまりを見通し、生徒の学びに有効な場面やタイミングを見極めながら、継続的に授業改善に取り組むことが重要である。例えば、体育の単元の導入に当たり、各領域固有の技能や動き等を身に付けやすくするために知識構成型ジグソー法による協調学習を実践することも考えられる。

## (2) 各科目における配慮事項

### 「体育」

#### ア 体育・健康に関する指導との関連

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、運動部の活動などを含めた学校教育活動全体との有機的な関連を図り、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮すること。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。

#### イ 授業時数等の配当

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こと。なお、内容の「A体づくり運動」に対する授業時数については、各年次で7～10単位時間程度を、内容の「H体育理論」に対する授業時数については、各年次で6単位時間以上を配当するとともに、内容の「B器械運動」から「Gダンス」までの領域に対する授業時数の配当については、その内容の習熟を図ることができるよう考慮すること。

### 「保健」

#### ア 学校における体育・健康に関する指導との関連

特に、特別活動、総合的な探究の時間及び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とした。とりわけ、心の健康、感染症、薬物乱用、生活習慣病など深刻化している生徒の心身の健康課題に適切に対応するために、学校における食育の推進、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導との関連を図り、学校の全体計画を作成し、家庭や地域社会と連携しながら、計画的、継続的に指導を進める必要がある。

#### イ 保健体育科の目標との関連

保健体育科の目標は、「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継続することを目指すものである。「保健」としては、自らの役割を十分果たすとともに、保健体育科の目標達成のために適切に機能するように、年間指導計画を作成する必要がある。

#### ウ 「保健」の標準単位数と履修学年

標準単位数は2単位とし、年間指導計画については、課程の種別にかかわらず、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よう作成しなければならない。

#### エ 指導内容の構成

指導計画作成に当たっては、4項目の指導内容をもとに作成すべきであるが、必ずしも指導の順序や内容の区分・独立を示しているものではなく、学校や生徒の実態に即し、弾力的に取り扱うこと。

## 2 内容の取扱いに当たっての配慮事項

### (1) 言語活動

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ったり身振りや身体を使って動きの修正を図ったりする活動や、個人及び社会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、主体的な学習活動の充実を図ること。

### (2) 情報機器の活用等に関する配慮事項

各科目の指導に当たっては、その特質を踏まえ、必要に応じて、コンピュータや情報通信ネットワークなどを適切に活用し、学習の効果を高めるよう配慮すること。

### (3) 運動の多様な楽しみ方

体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動の多様な楽しみ方を社会で実践することができるよう留意すること。

### (4) 体験活動

「体育」におけるスポーツとの多様な関わり方や「保健」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) 「体育」と「保健」の関連

「体育」と「保健」で示された内容については、相互の関連が図られるよう、それぞれの内容を適切に指導した上で、学習成果の関連が実感できるよう留意すること。

「体育」の領域及び内容の取扱い

(表1)

領域及び領域の内容		内容の取扱い			
		入学年次	その次の年次	それ以降の年次	各領域の取扱い
A 体づくり運動	ア 体ほぐしの運動	必修	必修	必修	ア、イ 必修 (各年次7～10 単位時間程度)
	イ 実生活に生かす運動の計画				
B 器械運動	ア マット運動	B, C, D, G から①以上選択	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～エから選択
	イ 鉄棒運動				
	ウ 平均台運動				
	エ 跳び箱運動				
C 陸上競技	ア 短距離・リレー・長距離走・ハードル走	B, C, D, G から①以上選択	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～ウに示す運動から選択
	イ 走り幅跳び・走り高跳び・三段跳び				
	ウ 砲丸投げ・やり投げ				
D 水泳	ア クロール	E, Fから①以上選択	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
	イ 平泳ぎ				
	ウ 背泳ぎ				
	エ バタフライ				
	オ 複数の泳法で長く泳ぐ又はリレー				
E 球技	ア ゴール型	E, Fから①以上選択	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	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
	イ ネット型				
	ウ ベースボール型				
F 武道	ア 柔道	E, Fから①以上選択	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	ア又はイのいずれか選択
	イ 剣道				
G ダンス	ア 創作ダンス	B, C, D, G から①以上選択	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～ウから選択
	イ フォークダンス				
	ウ 現代的なリズムのダンス				
H 体育理論	(1) スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展	必修	必修	必修	(1)は入学年次, (2)はその次の年次, (3)はそれ以降の年次で必修 (各年次6 単位時間以上)
	(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				

- ・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、学校や地域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。
- ・指導に当たっては、内容の「B器械運動」から「Gダンス」までの領域については、それぞれの運動の特性に触れるために必要な体力を生徒自ら高めるように留意するものとする。また、内容の「B器械運動」から「F武道」までの領域及び運動については、必要に応じて審判の仕方についても指導するものとする。また、「F武道」については、我が国固有の伝統と文化により一層触れさせるため、中学校の学習の基礎の上に、より深められる機会を確保するよう配慮するものとする。
- ・自然との関わりが深いスキー、スケートや水辺活動などの指導については、学校や地域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。また、レスリングについても履修させることができるものとする。
- ・集合、整頓、列の増減、方向変換などの行動の仕方を身に付け、能率的で安全な集団としての行動ができるようにするための指導については、内容の「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」の内容及び内容の取扱い

(表2)

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
(1) 現代社会と健康	必修	必修	/	(1)～(4)を入学年次及びその次の年次
(2) 安全な社会生活				
(3) 生涯を通じる健康				
(4) 健康を支える環境づくり				

- ・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こと。
- ・指導に際しては、自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもてるようにし、健康に関する課題を解決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。
- ・指導に当たっては、生徒の内容への興味・関心を高めたり、思考を深めたりする発問を工夫すること、自他の健康やそれを支える環境づくりと日常生活との関連が深い教材・教具を活用すること、ディスカッション、ブレインストーミング、ロールプレイング(役割演技法)、心肺蘇生法などの実習、実験、課題学習などを取り入れること、また、学校や地域の実情に応じて、保健・医療機関等の参画を推進すること、必要に応じて養護教諭や栄養教諭などとの連携・協力を推進することなど、多様な指導方法の工夫を行うよう配慮することを示した。

体育の領域及び指導内容

(表3)

領域		知識・技能の内容 (「体づくり運動」は知識及び運動, 「体育理論」は知識)	思考力, 判断力, 表現力等	学びに向かう力, 人間性等
A 体づくり運動	入学年次	<p>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, 運動を継続する意義, 体の構造, 運動の原則などを理解するとともに, 健康の保持増進や体力の向上を目指し, 目的に適した運動の計画を立て取り組むこと。</p> <p>ア 体ほぐしの運動では, 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。</p> <p>イ 実生活に生かす運動の計画では, ねらいに応じて, 健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立て取り組むこと。</p>	<p>自己や仲間の課題を発見し, 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。</p>	<p>体づくり運動に自主的に取り組むとともに, 互いに助け合い教え合おうとすること, 一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする, 話合いに貢献しようとするなどや, 健康・安全を確保すること。</p>
	入学年次の次の年次以降	<p>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, 体づくり運動の行い方, 体力の構成要素, 実生活への取り入れ方などを理解するとともに, 自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て, 実生活に役立てること。</p> <p>ア ほぐしの運動では, 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, 仲間と主体的に関わり合うこと。</p> <p>イ 実生活に生かす運動の計画では, 自己のねらいに応じて, 健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立て取り組むこと。</p>	<p>生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し, 合理的, 計画的な解決に向けて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。</p>	<p>体づくり運動に主体的に取り組むとともに, 互いに助け合い高め合おうとすること, 一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする, 合意形成に貢献しようとするなどや, 健康・安全を確保すること。</p>
B	入学年次	<p>次の運動について, 技ができる楽しさや喜びを味わい, 技の名称や行い方, 運動観察の方法, 体力の高め方などを理解するとともに, 自己に適した技で演技すること。</p> <p>ア マット運動では, 回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと, 条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技すること。</p> <p>イ 鉄棒運動では, 支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと, 条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技すること。</p> <p>ウ 平均台運動では, 体操系やバランス系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと, 条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技すること。</p> <p>エ 跳び箱運動では, 繰り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと, 条件を変えた技や発展技を行うこと。</p>	<p>技などの自己や仲間の課題を発見し, 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, 自己の考えたことを他者に伝えること。</p>	<p>器械運動に自主的に取り組むとともに, よい演技を讃えようとする, 互いに助け合い教え合おうとすること, 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや, 健康・安全を確保すること。</p>
器械運動	入学年次の次の年次以降	<p>次の運動について, 技がよりよくできたり自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい, 技の名称や行い方, 体力の高め方, 課題解決の方法, 発表の仕方などを理解するとともに, 自己に適した技で演技すること。</p> <p>ア マット運動では, 回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと, 条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技すること。</p> <p>イ 鉄棒運動では, 支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと, 条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技すること。</p> <p>ウ 平均台運動では, 体操系やバランス系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと, 条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技すること。</p> <p>エ 跳び箱運動では, 繰り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと, 条件を変えた技や発展技を行うこと。</p>	<p>生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し, 合理的, 計画的な解決に向けて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。</p>	<p>器械運動に主体的に取り組むとともに, よい演技を讃えようとする, 互いに助け合い高め合おうとすること, 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや, 健康・安全を確保すること。</p>

	入学年次	<p>次の運動について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けること。</p> <p>ア 短距離走・リレーでは、中間走へのつなぎを滑らかにして速く走ることやバトンの受渡しで次走者のスピードを十分高めること、長距離走では、自己に適したペースを維持して走ること、ハードル走では、スピードを維持した走りからハードルを低く越すこと。</p> <p>イ 走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から力強く踏み切って跳ぶこと、走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切り滑らかな空間動作で跳ぶこと。</p>	動きなどの自己や仲間の課題を発見し、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、自己の考えたことを他者に伝えること。	陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保すること。	
C	陸上競技	入学年次の次の年次以降	<p>次の運動について、記録の向上や競争及び自己や仲間の課題を解決するなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けること。</p> <p>ア 短距離走・リレーでは、中間走の高いスピードを維持して速く走ることやバトンの受渡しで次走者と前走者の距離を長くすること、長距離走では、ペースの変化に対応して走ること、ハードル走では、スピードを維持した走りからハードルを低くリズムカルに越すこと。</p> <p>イ 走り幅跳びでは、スピードに乗った助走と力強い踏み切りから着地までの動きを滑らかにして跳ぶこと、走り高跳びでは、スピードのあるリズムカルな助走から力強く踏み切り、滑らかな空間動作で跳ぶこと、三段跳びでは、短い助走からリズムカルに連続して跳ぶこと。</p> <p>ウ 砲丸投げでは、立ち投げなどから砲丸を突き出して投げる、やり投げでは、短い助走からやりを前方にまっすぐ投げること。</p>	生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて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。	陸上競技に主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保すること。
	入学年次	<p>次の運動について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、効率的に泳ぐこと。</p> <p>ア クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。</p> <p>イ 平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。</p> <p>ウ 背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐこと。</p> <p>エ バタフライでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐこと。</p> <p>オ 複数の泳法で泳ぐこと、又はリレーをすること。</p>	泳法などの自己や仲間の課題を発見し、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、自己の考えたことを他者に伝えること。	水泳に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保すること。	
D	水泳	入学年次の次の年次以降	<p>次の運動について、記録の向上や競争及び自己や仲間の課題を解決するなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、自己に適した泳法の効率を高めて泳ぐこと。</p> <p>ア クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。</p> <p>イ 平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。</p> <p>ウ 背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。</p> <p>エ バタフライでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。</p> <p>オ 複数の泳法で長く泳ぐこと、又はリレーをすること。</p>	生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて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。	水泳に主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保すること。



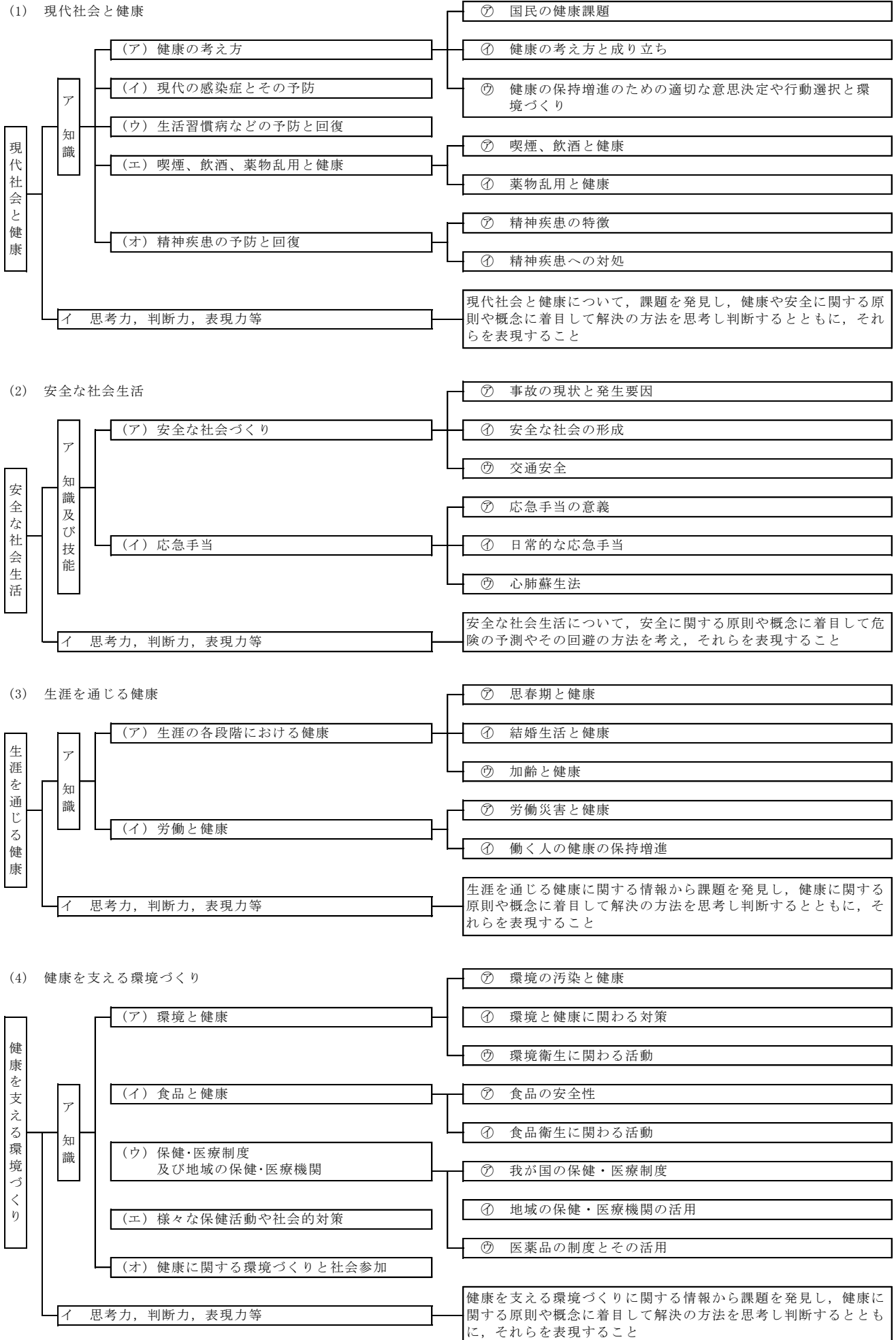
E	球技	入学年次	<p>次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開すること。</p> <p>ア ゴール型では、安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすること。</p> <p>イ ネット型では、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をすること。</p> <p>ウ ベースボール型では、安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などによって攻防をすること。</p>	<p>攻防などの自己やチームの課題を発見し、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。</p>	<p>球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、作戦などについての話し合いに貢献しようとする事、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする事、互いに助け合い教え合おうとする事などや、健康・安全を確保すること。</p>
		入学年次の次の年次以降	<p>次の運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開すること。</p> <p>ア ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすること。</p> <p>イ ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすること。</p> <p>ウ ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすること。</p>	<p>生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えること。</p>	<p>球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、合意形成に貢献しようとする事、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする事、互いに助け合い高め合おうとする事などや、健康・安全を確保すること。</p>
F	武道	入学年次	<p>次の運動について、技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開すること。</p> <p>ア 柔道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防をすること。</p> <p>イ 剣道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技を用いて、相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの攻防をすること。</p>	<p>攻防などの自己や仲間の課題を発見し、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、自己の考えたことを他者に伝えること。</p>	<p>武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとする事、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする事などや、健康・安全を確保すること。</p>
		入学年次の次の年次以降	<p>次の運動について、勝敗を競ったり自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、課題解決の方法、試合の仕方などを理解するとともに、得意技などを用いた攻防を展開すること。</p> <p>ア 柔道では、相手の動きの変化に応じた基本動作から、得意技や連絡技・変化技を用いて、素早く相手を崩して投げたり、抑えたり、返したりするなどの攻防をすること。</p> <p>イ 剣道では、相手の動きの変化に応じた基本動作から、得意技を用いて、相手の構えを崩し、素早くしかけたり応じたりするなどの攻防をすること。</p>	<p>生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて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。</p>	<p>武道に主体的に取り組むとともに、相手を尊重し、礼法などの伝統的な行動の仕方を大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする事、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする事などや、健康・安全を確保すること。</p>

G	入学年次	<p>次の運動について、感じを込めて踊ったり、みんなで自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、交流や発表の仕方、運動観察の方法、体力の高め方などを理解するとともに、イメージを深めた表現や踊りを通じた交流や発表をすること。</p> <p>ア 創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、緩急強弱のある動きや空間の使い方に変化を付けて即興的に表現したり、簡単な作品にまとめたりして踊ること。</p> <p>イ フォークダンスでは、日本の民踊や外国の踊りから、それらの踊り方の特徴を捉え、音楽に合わせて特徴的なステップや動きと組み方で踊ること。</p> <p>ウ 現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ること。</p>	<p>表現などの自己や仲間の課題を発見し、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。</p>	<p>ダンスに自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、作品や発表などの話合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保すること。</p>
ダンス	入学年次の次の年次以降	<p>次の運動について、感じを込めて踊ったり仲間と自由に踊ったり、自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、ダンスの名称や用語、文化的背景と表現の仕方、交流や発表の仕方、課題解決の方法、体力の高め方などを理解するとともに、それぞれ特有の表現や踊りを身に付けて交流や発表をすること。</p> <p>ア 創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、対極の動きや空間の使い方に変化を付けて即興的に表現したり、イメージを強調した作品にまとめたりして踊ること。</p> <p>イ フォークダンスでは、日本の民踊や外国の踊りから、それらの踊り方の特徴を強調して、音楽に合わせて多様なステップや動きと組み方で仲間と対応して踊ること。</p> <p>ウ 現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊ること。</p>	<p>生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて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。</p>	<p>ダンスに主体的に取り組むとともに、互いに共感し高め合おうとすること、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保すること。</p>
H 体育理論	入学年次	<p>1 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展</p> <p>ア スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解すること。</p> <p>(ア) スポーツは、人類の歴史とともに始まり、その理念が時代に応じて多様に変容してきていること。また、我が国から世界に普及し、発展しているスポーツがあること。</p> <p>(イ) 現代のスポーツは、オリンピックやパラリンピック等の国際大会を通して、国際親善や世界平和に大きな役割を果たし、共生社会の実現にも寄与していること。また、ドーピングは、フェアプレイの精神に反するなど、能力の限界に挑戦するスポーツの文化的価値を失わせること。</p> <p>(ウ) 現代のスポーツは、経済的な波及効果があり、スポーツ産業が経済の中で大きな影響を及ぼしていること。また、スポーツの経済的な波及効果が高まるにつれ、スポーツの高潔さなどが一層求められること。</p> <p>(エ) スポーツを行う際は、スポーツが環境や社会にもたらす影響を考慮し、多様性への理解や持続可能な社会の実現に寄与する責任ある行動が求められること。</p>	<p>イ スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について、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、他者に伝えること。</p>	<p>ウ スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取り組むこと。</p>

	次の年次	<p>2 運動やスポーツの効果的な学習の仕方</p> <p>ア 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解すること。</p> <p>(ア) 運動やスポーツの技能と体力は、相互に関連していること。また、期待する成果に応じた技能や体力の高め方があること。さらに、過度な負荷や長期的な酷使は、けがや疾病の原因となる可能性があること。</p> <p>(イ) 運動やスポーツの技術は、学習を通して技能として発揮されるようになること。また、技術の種類に応じた学習の仕方があること。現代のスポーツの技術や戦術、ルールは、用具の改良やメディアの発達に伴い変わり続けていること。</p> <p>(ウ) 運動やスポーツの技能の上達過程にはいくつかの段階があり、その学習の段階に応じた練習方法や運動観察の方法、課題の設定方法などがあること。また、これらの獲得には、一定の期間がかかること。</p> <p>(エ) 運動やスポーツを行う際は、気象条件の変化など様々な危険を予見し、回避することが求められること。</p>	<p>イ 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、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、他者に伝えること。</p>	<p>ウ 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に主体的に取り組むこと。</p>
	それ以降の年次	<p>3 豊かなスポーツライフの設計の仕方</p> <p>ア 豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解すること。</p> <p>(ア) スポーツは、各ライフステージにおける身体的、心理的、社会的特徴に応じた多様な楽しみ方があること。また、その楽しみ方は、個人のスポーツに対する欲求などによっても変化すること。</p> <p>(イ) 生涯にわたってスポーツを継続するためには、ライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方を見付けること、仕事と生活の調和を図ること、運動の機会を生み出す工夫をすることなどが必要であること。</p> <p>(ウ) スポーツの推進は、様々な施策や組織、人々の支援や参画によって支えられていること。</p> <p>(エ) 人生に潤いをもたらす貴重な文化的資源として、スポーツを未来に継承するためには、スポーツの可能性と問題点を踏まえて適切な「する、みる、支える、知る」などの関わりが求められること。</p>	<p>イ 豊かなスポーツライフの設計の仕方について、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、他者に伝えること。</p>	<p>ウ 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に主体的に取り組むこと。</p>

「保健」内容の構成

(表4)



「保健」の内容と内容の取扱い、イ 思考力、判断力、表現力等の<例示> (表5)

項目	内容	内容の取扱い、イ 思考力、判断力、表現力等の<例示>
<p>(1) 現代社会と健康</p>	<p>現代社会と健康について、自他や社会の課題を発見し、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。</p> <p>ア 現代社会と健康について理解を深めること。</p> <p>(ア) 健康の考え方 国民の健康課題や健康の考え方は、国民の健康水準の向上や疾病構造の変化に伴って変わってきていること。また、健康は、様々な要因の影響を受けながら、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。 健康の保持増進には、ヘルスプロモーションの考え方を踏まえた個人の適切な意思決定や行動選択及び環境づくりが関わること。</p> <p>(イ) 現代の感染症とその予防 感染症の発生や流行には、時代や地域によって違いがみられること。その予防には、個人の取組及び社会的な対策を行う必要があること。</p> <p>(ウ) 生活習慣病などの予防と回復 健康の保持増進と生活習慣病などの予防と回復には、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践や疾病の早期発見、及び社会的な対策が必要であること。</p> <p>(エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 喫煙と飲酒は、生活習慣病などの要因になること。また、薬物乱用は、心身の健康や社会に深刻な影響を与えることから行ってはならないこと。それらの対策には、個人や社会環境への対策が必要であること。</p> <p>(オ) 精神疾患の予防と回復 精神疾患の予防と回復には、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践するとともに、心身の不調に気付くことが重要であること。 また、疾病の早期発見及び社会的な対策が必要であること。</p> <p>イ 現代社会と健康について、課題を発見し、健康や安全に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現すること。</p>	<p>(1) 内容の(1)のアの(ウ)については、食育の観点を踏まえつつ、健康的な生活習慣の形成に結び付くよう配慮するものとする。また、(1)のアの(イ)については、がんについても取り扱うものとする。</p> <p>(2) 内容の(1)のアの(ウ)については、健康とスポーツの関連について取り扱うものとする。</p> <p>(3) 内容の(1)のアの(エ)については、疾病との関連、社会への影響などについて総合的に取り扱い、薬物については、麻薬、覚醒剤、大麻等を取り扱うものとする。</p> <p>(4) 内容の(1)のアの(オ)については、脳の機能、神経系及び内分泌系の機能について必要に応じ関連付けて扱う程度とする。また、「体育」の「A体づくり運動」における体ほぐしの運動との関連を図るよう配慮するものとする。</p> <p>(5) 指導に際しては、自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもてるようにし、健康に関する課題を解決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。</p> <p>イ 思考力、判断力、表現力等の&lt;例示&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>現代社会と健康における事象や情報などについて、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見すること。</li> <li>国民の健康課題について、我が国の健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し、生活の質の向上に向けた課題解決の方法をヘルスプロモーションの考え方を踏まえて整理すること。</li> <li>感染症の発生や流行には時代や地域によって違いがみられることについて、事例を通して整理し、感染のリスクを軽減するための個人の取組及び社会的な対策に応用すること。</li> <li>生活習慣病などの予防と回復について、習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し、リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取組や社会的な対策を整理すること。</li> <li>喫煙、飲酒、薬物乱用の防止について、我が国のこれまでの取組を個人への働きかけと社会環境への対策の面から分析したり、諸外国と比較したりして、防止策を評価すること。</li> <li>精神疾患の予防と回復について、習得した知識を基に、心身の健康を保ち、不調に早く気付くために必要な個人の取組や社会的な対策を整理すること。</li> <li>現代社会と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明すること。</li> </ul>
<p>(2) 安全な社会生活</p>	<p>安全な社会生活について、自他や社会の課題を発見し、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。</p> <p>ア 安全な社会生活について理解を深めるとともに、応急手当を適切にすること。</p> <p>(ア) 安全な社会づくり 安全な社会づくりには、環境の整備とそれに応じた個人の取組が必要であること。また、交通事故を防止するには、車両の特性の理解、安全な運転や歩行など適切な行動、自他の生命を尊重する態度、交通環境の整備が関わること。 交通事故には補償をはじめとした責任が生じること。</p> <p>(イ) 応急手当 適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を軽減できること。応急手当には、正しい手順や方法があること。また、応急手当は、傷害や疾病によって身体が時間の経過とともに損なわれていく場合があることから、速やかに行う必要があること。 心肺蘇生法などの応急手当を適切に行うこと。</p> <p>イ 安全な社会生活について、安全に関する原則や概念に着目して危険の予測やその回避の方法を考え、それらを表現すること。</p>	<p>(1) 内容の(2)のアの(ア)については、犯罪や自然災害などによる傷害の防止についても、必要に応じ関連付けて扱うよう配慮するものとする。また、交通安全については、二輪車や自動車を中心に上げるものとする。</p> <p>(2) 内容の(2)のアの(イ)については、実習を行うものとし、呼吸器系及び循環器系の機能については、必要に応じ関連付けて扱う程度とする。また、効果的な指導を行うため、「体育」の「D水泳」などとの関連を図るよう配慮するものとする。</p> <p>(3) 指導に際しては、自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもてるようにし、健康に関する課題を解決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。</p> <p>イ 思考力、判断力、表現力等の&lt;例示&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>安全な社会生活における事象や情報などについて、安全に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見すること。</li> <li>安全な社会づくりについて、様々な事故や災害の事例から、安全に関する情報を整理し、環境の整備に応用すること。</li> <li>交通安全について、習得した知識を基に、事故につながる危険を予測し回避するための自他や社会の取組を評価すること。</li> <li>応急手当について、習得した知識や技能を事故や災害で生じる傷害や疾病に関連付けて、悪化防止のための適切な方法に応用すること。</li> <li>安全な社会生活について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明すること。</li> </ul>

<p>(3) 生涯を通じる健康</p>	<p>生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、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。</p> <p>ア 生涯を通じる健康について理解を深めること。</p> <p>(ア) 生涯の各段階における健康 生涯を通じる健康の保持増進や回復には、生涯の各段階の健康課題に応じた自己の健康管理及び環境づくりが関わっていること。</p> <p>(イ) 労働と健康 労働災害の防止には、労働環境の変化に起因する傷害や職業病などを踏まえた適切な健康管理及び安全管理をすることが必要であること。</p> <p>イ 生涯を通じる健康に関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現すること。</p>	<p>(1) 内容の(3)のアの(ア)については、思春期と健康、結婚生活と健康及び加齢と健康を取り扱うものとする。また、生殖に関する機能については、必要に応じ関連付けて扱う程度とする。責任感を涵養することや異性を尊重する態度が必要であること、及び性に関する情報等への適切な対処についても扱うよう配慮するものとする。</p> <p>(2) 指導に際しては、自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもてるようにし、健康に関する課題を解決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。</p> <p>イ 思考力、判断力、表現力等の&lt;例示&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>生涯を通じる健康における事象や情報などについて、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見すること。</li> <li>思春期と健康について、習得した知識を基に、心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために、性に関わる情報を適切に整理すること。</li> <li>結婚生活と健康について、習得した知識を基に、結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて、保健・医療サービスの活用方法を整理すること。</li> <li>加齢と健康について、習得した知識を基に、中高年期の疾病や事故のリスク軽減のための個人の取組と社会的対策を評価すること。</li> <li>労働災害と健康について、習得した知識を基に、労働災害の防止に向けて、個人の取組と社会的対策を整理すること。</li> <li>働く人の健康の保持増進について、習得した知識を基に、生活の質の向上を図ることと関連付けて、課題解決の方法に応用すること。</li> <li>生涯を通じる健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明すること。</li> </ul>
<p>(4) 健康を支える環境づくり</p>	<p>健康を支える環境づくりについて、自他や社会の課題を発見し、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。</p> <p>ア 健康を支える環境づくりについて理解を深めること。</p> <p>(ア) 環境と健康 人間の生活や産業活動は、自然環境を汚染し健康に影響を及ぼすことがあること。それらを防ぐには、汚染の防止及び改善の対策をとる必要があること。また、環境衛生活動は、学校や地域の環境を健康に適したものとすよう基準が設定され、それに基づき行われていること。</p> <p>(イ) 食品と健康 食品の安全性を確保することは健康を保持増進する上で重要であること。また、食品衛生活動は、食品の安全性を確保するよう基準が設定され、それに基づき行われていること。</p> <p>(ウ) 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関 生涯を通じて健康を保持増進するには、保健・医療制度や地域の保健所、保健センター、医療機関などを適切に活用することが必要であること。 また、医薬品は、有効性及び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。</p> <p>(エ) 様々な保健活動や社会的対策 我が国や世界では、健康課題に対応して様々な保健活動や社会的対策などが行われていること。</p> <p>(オ) 健康に関する環境づくりと社会参加 自他の健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方を生かした、健康に関する環境づくりが重要であり、それに積極的に参加していくことが必要であること。また、それらを実現するには、適切な健康情報の活用が有効であること。</p> <p>イ 健康を支える環境づくりに関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現すること。</p>	<p>(1) 内容の(4)のアの(ア)については、廃棄物の処理と健康についても触れるものとする。</p> <p>(2) 内容の(4)のアの(イ)については、食育の観点から踏まえつつ、健康的な生活習慣の形成に結び付くよう配慮するものとする。</p> <p>(3) 内容の(4)のアの(ウ)については、健康とスポーツの関連について取り扱うものとする。</p> <p>(4) 指導に際しては、自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもてるようにし、健康に関する課題を解決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。</p> <p>イ 思考力、判断力、表現力等の&lt;例示&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>健康を支える環境づくりにおける事象や情報などについて、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見すること。</li> <li>人間の生活や産業活動などによって引き起こされる自然環境汚染について、事例を通して整理し、疾病等のリスクを軽減するために、環境汚染の防止や改善の方策に応用すること。</li> <li>食品の安全性と食品衛生に関わる活動について、習得した知識を自他の日常生活に適用して、健康被害の防止と健康を保持増進するための計画を立てること。</li> <li>医薬品の制度とその活用について、医薬品には承認制度があり、販売に規制が設けられていることと関連付けながら、生活の質の向上のために利用の仕方を整理すること。</li> <li>地域の保健・医療機関やスポーツ施設の活用の仕方について、関連した情報を整理し、生活の質の向上に向けた課題解決に応用すること。</li> <li>ヘルスプロモーションの考え方に基づいた、健康に関する環境づくりに積極的に参加していくために、適切な情報を選択・収集して、分析・評価し計画を立てること。</li> <li>健康を支える環境づくりについて、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明すること。</li> </ul>