

6 保健体育・体育（専門）

○ 保健体育

(1) 改訂のねらい

- ア 心と体を一体として捉え、生涯にわたる心身の健康の保持増進や豊かなスポーツライフの継続を重視した。
- イ 体力や技能の程度、年齢や性別及び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社会で実践できるように内容を改善した。
- ウ 「する・みる・支える」に「知る」を加え、スポーツとの多様な関わり方や、オリンピック・パラリンピックに関する指導を通して、スポーツの意義や価値等に触れることができるように内容を改善した。
- エ 現代的な健康課題の解決に関わる内容や、一次予防のみならず二次予防、三次予防に関する内容を改善するとともに、健康を支える環境づくりに関する内容を充実させた。

(2) 科目編成

- ア 科目編成と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 ）
保 健 （ 2 ）

- イ 「体育」、「保健」は、全ての生徒に履修させる科目であり、「体育」及び「保健」を必修科目として履修させる単位数は、上記の標準単位数を原則として下ってはならない。
- ウ 「体育」の標準単位数を引き続き7～8単位と幅をもって示したのは、各学校の特色に応じて、それぞれ適切な教育課程を編成することができるように配慮したものである。修業年限に応じて各年次に単位数を均分して配当し、計画的、継続的に履修させることによって指導の効果を上げる必要がある。
- エ 「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。

(3) 科目の内容

- ア 体育

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
A 体づくり運動 ア 体ほぐしの運動 イ 実生活に生かす運動の計画	必修	必修	必修	ア、イ必修（各年次7～10単位時間程度）
B 器械運動 ア マット運動 イ 鉄棒運動 ウ 平均台運動 エ 跳び箱運動				ア～エから選択

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	
C 陸上競技 ア 短距離走・リレー・ 長距離走・ハードル走 イ 走り幅跳び・走り高 跳び・三段跳び ウ 砲丸投げ・やり投げ	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	
D 水泳 ア クロール 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				ア～オから 選択	
E 球技 ア ゴール型 イ ネット型 ウ ベースボール型				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
F 武道 ア 柔道 イ 剣道					ア又はイのい ずれか選択
G ダンス ア 創作ダンス イ フォークダンス ウ 現代的なリズムのダ ンス	B, C, D, Gか ら①以上 選択		ア～ウから 選択		
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 (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	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)	

イ 保健

内 容	入学年次	その次の年次	それ以降の年次	内容の取扱
(1) 現代社会と健康	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				

(4) Q & A

Q 1 教育課程編成及び年間指導計画作成のポイントは何か。

学校や地域の実態，中学校との関連，生徒の特性等を十分に考慮し，卒業までの見通しを立てた上で，内容の決定，各内容に当てる授業時数，単元の構成及び配列等を的確に定めた指導計画を作成する。指導計画の作成に当たっては，以下のことを考慮して作成する。

- 1 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等して配分するものとする。
- 2 「A 体づくり運動」については，各年次で7単位時間～10単位時間程度を配当する。（2単位の学年については7単位時間以上，3単位の学年については10単位時間を目安として配当することを想定している。）
- 3 「H 体育理論」については，各年次で6単位時間以上を配当する。
- 4 「B 器械運動」から「G ダンス」までの領域に対する授業時間の配当については，その内容の習熟を図ることができるよう考慮する。

「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。

Q 2 球技は，ゴール型，ネット型，ベースボール型として示されているが，学校や地域の実態に応じて，その他の運動種目についても履修させることができるか。

取り扱う運動種目は，ゴール型については，バスケットボール，ハンドボール，サッカー，ラグビーの中から，ネット型については，バレーボール，卓球，テニス，バドミントンの中から，ベースボール型については，ソフトボールを適宜取り上げる。学校や地域の実態に応じて，その他の運動についても履修させることができるとしているが，原則として，内容の取扱いに示された各型及び運動種目に加えて履修させることとし，学校や地域の特別の事情がある場合には，替えて履修させることもできる。

Q 3 「体育理論」の内容の取扱いについて，留意すべきポイントは何か。

「体育理論」は，各年次において，全ての生徒に履修させるとともに，授業時数を各年次で6単位時間以上を配当する。各年次6単位時間以上としたのは，主体的・対話的で深い学びの

実現に向けて事例などを用いたディスカッションや課題学習などを各学校の実態に応じて取り入れることができるように配慮した。これらの点を十分考慮して指導計画を作成する。

Q 4 保健体育科において、言語活動の充実をどのように図ればいか。

「体育」においては、知的活動（論理や思考）だけではなく、コミュニケーションや感性・情緒の基盤でもあることも踏まえ、体を動かしながら相手や仲間の動きの修正を伝えること、ともに学ぶ仲間の感情に配慮したコミュニケーションを図ること、称賛すべき所作やマナーなどに敬意を払い自身が感じた思いを伝えることなど、運動やスポーツを行う際の言語活動を踏まえた指導の充実が重要である。また、共生の視点で練習や運営等の方法を見直すなどの互いに話し合う活動などを通して協働的な関係を育むことも重要である。

「保健」においては、健康に関わる概念や原則を基に、個人及び社会生活における課題を発見したり、学習したことと自他の生活やそれを支える環境づくりとを比較したり、課題解決に向けての方法を考えたり、適切な解決方法の選択について話し合ったりする機会を確保することが重要である。

Q 5 保健体育科の目標は、道德教育とどのように関連しているか。

保健体育科では、様々な運動の経験を通して、粘り強くやり遂げる、ルールを守る、集団に参加し協力する、自己の責任を果たす、一人一人の違いを大切にするとといった態度が養われる。また、健康・安全についての理解は、健康の大切さを知り、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善することにつながるものである。

Q 6 情報機器の活用に関して配慮事項は何か。

体育においては、学習に必要な情報の収集やデータの管理・分析、課題の発見や解決方法の選択などにおけるICTの活用が考えられる。保健においては、健康情報の収集、健康課題の発見や解決方法の選択における情報通信ネットワーク等の活用などが考えられる。運動の実践では、補助的手段として活用するとともに、効果的なソフトやプログラムの活用を図るなど、活動そのものの低下を招かないよう留意する。また、情報機器の使用と健康との関わりについて取り扱うことにも配慮する。

Q 7 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べきポイントは何か。

生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力の育成に向けては、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツとの多様な関わり方を状況に応じて選択し、卒業後も継続して実践することができるようにすることが重要である。体力や技能の程度及び性別の違い等にかかわらず、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。その際、心身ともに発達が著しい時期であることを踏まえ、運動種目によってはペアやグループの編成時に配慮したり、健康・安全に関する指導の充実を図ったりするなど、指導方法の工夫を図る。

Q 8 義務教育段階との接続を重視した指導についての留意点は何か。

入学年次においては、高等学校段階の学習に円滑に接続できるよう中学校第3学年と同様の「内容の取扱い」を示し、義務教育段階での学習内容の確実な定着を図ることを重視している。各年次の単元計画を検討する際に、学習経験の違いなどの生徒の実態を把握するための機会や、それまでの学習内容を復習する機会を一定時間確保した上で必履修科目の内容を学習させたり、関連する中学校の内容を適宜取り入れた指導をしたりするなどの工夫をする。

「保健」では、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に内容を明確化しており、義務教育段階の学習内容が定着していることが前提として必要となるものであることから、生徒の実態等を踏まえ、関連する中学校の内容を適宜取り入れ、復習した上で指導する。

Q 9 障害のある生徒などへの指導で留意すべき点は何か。

保健体育科の目標や内容を踏まえ、指導内容の変更や学習活動の代替を安易に行うことがないよう留意するとともに、生徒の学習負担や心理面にも配慮する。特に、実技を伴うことから、全ての生徒に対する健康・安全の確保に細心の配慮が必要である。そのため、生徒の障害に起因する困難さに応じて、複数教員による指導や個別指導を行うなどの配慮をすることが大切である。

指導に当たっては、生徒の障害の種類と程度を家庭、専門医等と連絡を密にしながら的確に把握し、生徒の健康・安全の確保に十分留意するとともに、個別の課題設定をして生活上の困難を克服するために学習に配慮したり、教材、練習やゲーム及び試合や発表の仕方等を検討し、障害の有無にかかわらず、参加可能な学習の機会を設けたりするなどの生徒の実態に応じたきめ細やかな指導に配慮する。

「保健」においても、新たにストレスへの対処や心肺蘇生法などの技能の内容が示されたことから、それらの実技指導については運動に関する領域の指導と同様の配慮をする。

Q 10 武道の新たに示されたポイントは何か。

「武道」については、従前どおり、「柔道」又は「剣道」のいずれかを選択して履修できるようにする。内容の取扱いに、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、「柔道、剣道、相撲、空手道、なぎなた、弓道、合気道、少林寺拳法、銃剣道などを通して、我が国固有の伝統と文化により一層触れることができるようにすること」を新たに示すとともに、学校や地域の実態に応じて、従前から示されている相撲、なぎなた、弓道に加えて、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ことを新たに示した。

○体育（専門）

(1) 改訂のねらい

ア 体育科で求められる資質・能力を踏まえ、「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」（資質・能力の三つの柱）の育成を重視し、体育科及び各科目の目標と内容の構造の見直しを図ること。

イ 「する、みる、支える、知る」などのスポーツの多様な楽しみ方を実践する資質・能力の育成を重視する観点から内容の充実を図ること

ウ 生涯を通してスポーツの推進及び発展に寄与する資質・能力の育成を重視する観点から内容の充実を図ること。

(2) 科目編成

ア 科目編成と標準単位数は次のとおりである。

科 目	(標準単位数)
スポーツ概論	(3～6)
スポーツⅠ(採点競技及び測定競技)	(2～16)
スポーツⅡ(球技)	(2～16)
スポーツⅢ(武道及び諸外国の対人的競技等)	(2～16)
スポーツⅣ(ダンス)	(2～16)
スポーツⅤ(野外の運動)	(3～6)
スポーツⅥ(体づくり運動)	(3～6)
スポーツ総合演習	(3～6)

イ 全ての生徒が履修すべき科目については、「スポーツ概論」、「スポーツⅤ」、「スポーツⅥ」、「スポーツ総合演習」である。

(3) 科目の内容

科目及び内容	入学年次	その次の年次	それ以降の年次	内容の取扱い
【スポーツ概論】 (1) スポーツの文化的特性や現代におけるスポーツの発展 (2) 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 (4) スポーツの多様な指導法と健康・安全 (5) スポーツの企画と運営	必修	必修	必修	(1)～(5) 必修
【スポーツⅠ】 (1) 採点競技への多様な関わり方 (2) 測定競技への多様な関わり方	スポーツⅠ，Ⅱ，Ⅲ，Ⅳから①以上選択	スポーツⅠ，Ⅱ，Ⅲ，Ⅳから①以上選択	スポーツⅠ，Ⅱ，Ⅲ，Ⅳから①以上選択	(1) 又は (2) を選択
【スポーツⅡ】 (1) ゴール型球技への多様な関わり方 (2) ネット型球技への多様な関わり方 (3) ベースボール型球技への多様な関わり方 (4) ターゲット型球技への多様な関わり方				(1)～(4) から①以上選択
【スポーツⅢ】 (1) 武道への多様な関わり方 (2) 諸外国の対人的競技への多様な関わり方				(1) 又は (2) を選択

科目及び内容	入学年次	その次の年次	それ以降の年次	内容の取扱い
【スポーツⅣ】 (1) 創造型ダンスへの多様な関わり方 (2) 伝承型ダンスへの多様な関わり方				(1) 又は (2) を選択
【スポーツⅤ】 (1) 自然体験型の野外の運動への多様な関わり方 (2) 競技型の野外の運動への多様な関わり方	必修	必修	必修	(1) 又は (2) を選択
【スポーツⅥ】 (1) 体づくり運動への多様な関わり方 (2) 目的に応じた心身の気付きや交流を深めるための運動の仕方 (3) ライフステージ及びライフスタイルに応じた体操や運動の計画の立て方	必修	必修	必修	(1)は入学年次、(2)及び(3)はその次の年次以降
【スポーツ総合演習】 (1) スポーツの多様な理論や実践に関する課題研究 (2) スポーツの多様な指導や企画と運営に関する課題研究 (3) スポーツを通した多様な社会参画に関する課題研究	必修	必修	必修	(1)～(3)から①以上を選択

(4) Q & A

Q 1 体育科における内容構成及び内容は、どのように改善されたのか。

各科目の内容構成は、「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」の資質・能力の三つの柱に沿って示された。また、「スポーツⅠ」から「スポーツⅣ」の内容に「多様な関わり方」を新たに示し、スポーツの楽しみ方を実践する資質・能力やスポーツの推進及び発展に寄与する資質・能力の育成を目指すとともに、スポーツを通した共生社会の実現に寄与する視点が重視された。

Q 2 スポーツ概論の目標や内容は、どのように改善されたか。

スポーツ概論の目標においては、育成する資質・能力について、従前、「生涯を通してスポーツの振興発展に寄与する資質や能力」としていたものを、「生涯を通してスポーツの推進及び発展に寄与する資質・能力」に改善された。なお、次の指導項目は全て扱う必要があることから、3年間を見通した指導計画を立案する。

改訂後	改訂前
(1) スポーツの文化的特性や現代における スポーツの発展 (2) 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 (4) スポーツの多様な指導法と健康・安全 (5) スポーツの企画と運営	(1) スポーツの歴史・文化的特性と現代的 特徴 (2) 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 (4) スポーツの指導法と安全 (5) スポーツの運営及び管理

Q 3 解説の「スポーツ総合演習」の内容の取り扱いで、「学外の認定資格等の取得と関連付けるなど、より専門的かつ実践的な知識及び技術の習得が図られるようにすること」とあるが、資格取得に向けた取組を内容として取り扱ってよいのか。
また、「学外の認定資格等」とは具体的にどのようなものか。

「スポーツ総合演習」などで、従前どおり地域社会との連携を図り、学外の認定資格等の取得と関連付けるなど、より専門的かつ実践的な知識及び技術の習得が図られるようにする。

具体的な学外の認定資格としては、協会の審判員資格、段級位資格、救命救急等の資格などを想定しているが、高等学校段階にある専門教育としての単位認定の妥当性について各学校で基準等を設ける必要がある。資格取得が全てになってしまうことなく、効果的な学習成果が得られるよう関係団体や大学などとの連携を図るとともに、学内での事前指導や事後指導の充実に取り組むことが大切である。また、地域等における体験的活動については、生徒の健康・安全への配慮及び生徒の過失等への対応が求められるとともに、生徒の負担が過重とならないよう十分配慮する。