

保 健 体 育

1 中学校保健体育科はどのようなことに重点を置いて改善されるのか。

- (1) 体育分野においては、学校教育法に示す資質・能力の育成を明確にするため、「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を求めている。
- (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考慮し、各領域で身につけさせたい具体的な内容の系統性を踏まえた指導内容の一層の充実を図るとともに、保健分野との一層の関連を図った指導の充実を図ることを求めている。
- (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共有することができるよう、指導内容の充実を図ること。その際、共生の視点を重視して改善を図ることを求めている。
- (4) 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重視し、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を求めている。
- (5) 保健分野においては、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を求めている。
- (6) 心の健康や疾病の予防に関する健康問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ことを求めている。
- (7) 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することを求めている。

2 中学校保健体育科の目標は、どのように変わるのか。

(1) 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。

(2) 改善について

今回改訂した保健体育科の目標は、義務教育段階で育成を目指す資質・能力を踏まえつつ、引き続き、体育と保健を一層関連させていく考え方を強調している。

3 学年の目標は、どのように変わるのか。

(1) 目標改善の視点

保健体育科の各学年の目標については、現行と同様に第1学年及び第2学年、第3学年に分けて示している。保健体育科の目標を踏まえ、「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」の三つの柱で整理した。

【体育分野】

〔第1学年及び第2学年〕

- (1) 運動の合理的な実践を通して,運動の楽しさや喜びを味わい,運動を豊かに実践することができるようにするため,運動,体力の必要性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) 運動についての自己の課題を発見し,合理的な解決に向けて思考し判断するとともに,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,自己の役割を果たす,一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに,健康・安全に留意し,自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。

〔第3学年〕

- (1) 運動の合理的な実践を通して,運動の楽しさや喜びを味わい,生涯にわたって運動を豊かに実践することができるようにするため,運動,体力の必要性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) 運動についての自己や仲間の課題を発見し,合理的な解決に向けて思考し判断するとともに,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,生涯にわたって運動に親しむ態度を養う。

【保健分野】

- (1) 個人生活における健康や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) 健康についての自他の課題を発見し,よりよい解決に向けて思考し判断するとともに,他者に伝える力を養う。
- (3) 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し,明るく豊かな生活を営む態度を養う。

4 内容は,どのように変わるのか

【体育分野】

(1) 内容構成の改善

体育分野の内容構成については,「知識及び技能(『体づくり運動』は知識及び運動),「思考力,判断力,表現力等」「学びに向かう力,人間性等」の内容構成とした。体育分野においては,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している。

(2) 内容及び内容の取扱いの改善

ア 資質・能力の三つの柱を踏まえた内容構造の見直し

体育分野においては,「学びに向かう力,人間性等」に対応した,公正,協力,責任,参画,共生及び健康・安全の具体的な指導内容を示した。

イ 12年間の系統性を踏まえた指導内容の見直し

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,多くの領域から学習を経験する時期,卒業後も運動やスポーツに多彩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,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 運動やスポーツとの多様な関わり方を重視した内容及び内容の取扱いの充実

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した。また，生徒が選択して履修できるようにすることや，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を楽しむことができるようにすることを示すとともに，生徒の困難さに応じた配慮の例を示した。

エ 指導内容の一層の明確化

(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，全ての指導内容で示した。

オ 体づくり運動

第1学年及び第2学年では「手軽な運動を行い，心と体との関係や心身の状態に気付き，仲間と積極的に関わり合うこと」，第3学年では，「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」を内容として示した。従前の「体力を高める運動」として示していたものを，第1学年及び第2学年で「体の動きを高める運動」，第3学年で「実生活に生かす運動の計画」として新たに示した。

カ 陸上競技

バトンの受渡しの指導内容を新たに示した。

キ 水泳

第3学年で「複数の泳法で泳ぐこと，又はリレーすること」を加えて示し，「内容の取扱い」に「学校や地域の実態に応じて，安全を確保するための泳ぎを加えて履修させることができること」を新たに示し，全ての泳法について水中からのスタートを扱うこととした。

ク 武道

「内容の取扱い」に，「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ふ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なぎなたに加えて，空手道，弓道，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。

ケ 体育理論

第1学年で指導していた「(1)ウ運動やスポーツの学び方」の内容を第2学年で指導する内容に整理するとともに，第1学年において「ア(ウ)運動やスポーツの多様な楽しみ方」を新たに示し，(1)運動やスポーツの多様性，(2)運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方，(3)文化としてのスポーツの意義で構成することとした。

コ 運動やスポーツの多様な楽しみ方の学習の充実

特別な配慮を要する生徒への手立て，共生の視点に基づく各領域における指導の充実，男女共習の推進などについて，「学びに向かう力，人間性等」の指導内容及び「指導計画の作成と内容の取扱い」に新たに示した。

なお，「器械運動」，「球技」，「ダンス」，「体力向上との関連」，「スキー・スケートや水辺活動など（野外活動）」，「能率的で安全な集団としての行動の仕方（集団行動）」については，従前どおりである。

【保健分野】

(1) 資質・能力の育成に向けた内容構造の見直し

保健分野については、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」に対応した、「健康な生活と疾病の予防」、「心身の機能の発達と心の健康」、「傷害の防止」、及び「健康と環境」の四つの内容で構成した。

(2) 内容の改訂

ア 健康な生活と疾病の予防

生活習慣病などの予防でがんを取り扱うことを示した。

イ 心身の機能の発達と心の健康

新たにストレスへの対処についての技能の内容を示した。また、新たに、心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することを示した。

ウ 傷害の防止

心肺蘇生法などの応急手当の技能の内容を明確に示し、新たに、障害の予防について、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を示した。

エ 健康と環境

健康情報を適切に選択し、新たに、健康と環境に関する情報から課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することを新たに示した。

5 指導計画の作成と内容の取扱いで特に配慮すべきことは何か。

(1) 指導計画の作成における配慮事項

ア 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善

指導計画の作成に当たり、生徒の主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を推進することとし、効果的な学習が展開できるように配慮すべき内容を新たに示した。

イ 年間授業時数

従前どおり各学年105時間とする。

ウ 障害のある生徒への指導

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大切であることを示した。なお、学習活動を行う場合に生じる困難さが異なることに留意し、個々の生徒の困難さに応じた指導方法等の工夫例を新たに示した。

エ 道徳科などとの関連

従前どおり適切に指導する必要があることを示した。

(2) 内容の取扱いにおける配慮事項

ア 体力や技能の程度、性別や障害の有無等を越えて運動やスポーツを楽しむための指導の充実

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、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にすることが重要であることを、新たに示した。

イ 「言語活動の充実」，「情報活用能力の育成」，「体験活動の充実」，「個に応じた指導の充実」，「学校における体育・健康に関する指導との関連」

従前，総則に示されていたものを保健体育科でも示した。

ウ 体育分野と保健分野の関連を図った指導の充実

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の重要性を改めて示すとともに，体育分野と保健分野の関連を図る工夫の例を新たに示した。

○ カリキュラム・マネジメントの充実

・ 3年間の見通しをもった年間指導計画の作成

体育・健康に関する指導につながる健康安全，体育的行事との関連について見通しをもつなど，「カリキュラム・マネジメント」の視点から計画を立てる。

・ 生徒の現状に基づいた計画の作成・実施・評価・改善

体育分野においては，中学校第1学年及び第2学年においては全ての領域を学ぶこととなるため，2年間の見通しをもって，効率的で効果的な指導と評価の計画を作成することが必要である。第3学年においては，生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎を培う観点から，複数教員配置校においては，生徒が選択して学習できるよう配慮することや，単数教員配置校においては，生徒の希望ができる限り可能となる教育課程編成の工夫が求められる。保健分野においては，体育分野との関連はもちろん，健康に関する指導に関わる教科等や個別指導との連携を図るなどの教育課程編成の工夫が求められる。

その際，生徒の実情，教員数，施設の要件等を踏まえた無理のない計画に基づく実施とその評価及び計画の改善を一体のものとして推進することが大切である。

・ 地域の人的・物的資源等の活用

活用可能な地域等の人的・物的資源等との関連を図り，指導の充実につなげることが大切である。

6 移行措置への対応はどうか。

(1) 現行学習指導要領の特例の内容

(1) 令和元年度及び令和2年度の第1学年の保健体育の指導に当たっては，次のア及びイのとおりとする。

ア 現行中学校学習指導要領第2章第7節第2の2 H(1) に規定する事項に，新中学校学習指導要領第2章第7節第2の2 H(1) ア(ウ) に規定する事項を加えるものとする。

イ 現行中学校学習指導要領第2章第7節第2の3(1)の規定にかかわらず，現行中学校学習指導要領第2章第7節第2の2(1)アからエまで，2(4)ア及びイのうち「健康の保持増進には，年齢，生活環境等に応じた食事，運動，休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要がある」の部分の規定に係る事項を指導するものとする。

(2) 令和2年度の第1学年の保健体育の指導に当たっては，現行中学校学習指導要領第2章第7節第2の(2)クの規定にかかわらず，現行中学校学習指導要領第2章第7節第2の2 H(1) ウに規定する事項は省略するものとする。

- (3) 令和2年度の第2学年の保健体育の指導に当たっては、現行中学校学習指導要領第2章第7節第2の3(1)の規定にかかわらず、現行中学校学習指導要領第2章第7節第2の2(3)アからエまで、2(4)イのうち「食事の量や質の偏り、運動不足、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れは、生活習慣病などの要因となる」の部分の規定に係る事項及び2(4)ウに規定する事項を指導するものとする。

(2) 移行期間中における学習指導についての通知内容等

ア 各教科等の特例の概要等

現行学習指導要領に定める内容の一部を、指導学年を前倒して実施し、新学習指導要領の一部を追加または適用することとした。それに応じて現行学習指導要領に定める一部を省略する又は適用しないこととした。

イ 学習指導上の留意事項

- (㉞) 中学校特例告示により追加又は省略することとした内容（学年間で移行した内容を含む）について、十分留意した指導計画を作成すること。特に、移行期間中に追加して指導すべきとされている新学校学習指導要領の内容については、新学習指導要領の規定により、適切な指導が行われるようにすること。
- (㉟) 移行期間中に新学習指導要領によることができるかとされている教科において、実際に新学習指導要領による場合は、その内容に応じて適切な教材を用いるとともに、所要の時数を確保して指導が行われるようにすること。
- (㊱) 現行学習指導要領及び新学習指導要領において目標及び内容を2学年又は3学年まとめて示している教科については、特に、令和2年度の指導に当たっては、翌年度を見通した適切な指導計画を作成して指導し、令和3年度の指導に当たっては、前年度における指導内容を踏まえて適切な指導計画を作成して指導する必要があることに十分に留意し、新学習指導要領に円滑に移行できるようにする。

(3) 移行措置期間の主な取扱い

ア 概要

対象事項	移行措置の内容	理由	想定される授業時数	教材の対応
運動やスポーツの学び方	第1学年の体育分野では「運動やスポーツの学び方」を省略する。	新学習指導要領では第1学年から第2学年に指導する学年を変更したため。	約1時間	-
運動やスポーツの楽しみ方	第1学年の体育分野に「運動やスポーツの楽しみ方」を追加する。	新学習指導要領の第3学年の内容「文化としてのスポーツの意義」を指導するため。	約2時間	-
主体と環境、調和の取れた生活	第1学年の保健分野では「主体と環境」「調和の取れた生活」を扱う。	新学習指導要領では第3学年から第1学年に指導する内容を変更したため。	約4時間 ※1	第1学年で供給される教科書
生活習慣病、薬物乱用など	第2学年の保健分野では「生活習慣病」「薬物乱用など」を取り扱う。	新学習指導要領では第3学年から第2学年に指導する内容を変更したため。	約8時間 ※2	第1学年で供給される教科書

※1 保健領域は、3学年間で48時間と規定。改訂では学年別には以下のように変化。

第1学年 12 → 16 第2学年 16 → 16 第3学年 20 → 16

※2 「健康と環境」(約8時間)を第3学年に移行。

イ 各年度の取扱い

令和2年度	
中2	
☆	生活習慣病
☆	薬物乱用など
★	健康と環境
中1	
☆	主体と環境
☆	調和のとれた生活
☆	運動やスポーツの多様な楽しみ方
★	運動やスポーツの学び方

☆追加する事項

★省略する事項

7 評価規準はどのように作成するのか。

評価規準の作成に当たっては、各教科等の学習指導要領の目標の規定を踏まえ、観点別学習状況の評価の対象とするものについて整理した「評価の観点及びその趣旨」を作成する。(平成31年3月29日付初等中等教育局長通知「30文科初第1845号」別紙4参照)また、同様に学年(又は分野)の目標を踏まえて「学年(又は分野)の観点の趣旨」を作成する。

(保健体育科) 中学校学習指導要領P115参照

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
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。	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。	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。



(保健体育科)「評価の観点及びその趣旨」

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
運動の合理的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに実践するための理論について理解しているとともに, 運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。また, 個人生活における健康・安全について科学的に理解しているとともに, 基本的な技能を身に付けている。	自己や仲間の課題を発見し, 合理的な解決に向けて, 課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた組み合わせ方を工夫しているとともに, それらを他者に伝えている。また, 個人生活における健康に関する課題を発見し, その解決を目指して科学的に思考し判断しているとともに, それらを他者に伝えている。	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう, 運動の合理的な実践に主体的に取り組もうとしている。また, 健康を大切に, 自他の健康の保持増進や回復についての学習に主体的に取り組もうとしている。

(1) 「内容のまとまりごとの評価規準」を作成する。

ア 体育科における「内容のまとまり」と「評価の観点」との関係を確認する。

イ 【観点ごとのポイント】を踏まえ, 「内容のまとまりごとの評価規準」を作成する。

※ 「内容のまとまり」とは, 「知識及び技能」, 「思考力, 判断力, 表現力等」のことであり, 各教科等の学習指導要領解説の「第3 指導計画の作成と内容の取扱い」における「内容や時間のまとまり」と同義ではない。

(2) 「内容のまとまりごとの評価規準」を作成する際の【観点ごとのポイント】

ア 「知識・技能」のポイント

- ・ 学習指導要領の(1)の文章中, 「知識」について該当する箇所は「競技の特性や成り立ち, (略)について理解する」の部分であり, 「技能」について該当する箇所は, 各型(領域の内容)の技能の指導内容を示した「ア, イ, ウ」の部分である。

- ・ 「知識」については, 学習指導要領の(1)で育成を目指す資質・能力に該当する指導内容について, その文末を「～について理解している」として, 評価規準を作成する。

- ・ 「技能」については, 学習指導要領の(1)で育成を目指す資質・能力に該当する各型(領域の内容)の技能の指導内容について, その文末を「～できる」として, 評価規準を作成する。

イ 「思考・判断・表現」のポイント

学習指導要領の(2)で育成を目指す資質・能力に該当する指導内容について, その文末を「～課題を発見し, ～を工夫するとともに, ～を他者に伝えている」として, 評価規準を作成する。

ウ 「主体的に学習に取り組む態度」のポイント

学習指導要領の(3)で育成を目指す資質・能力に該当する指導内容について, その文末を「～している」として, 評価規準を作成する。