

## ○ 保健体育科の内容及び内容の取扱いはどのように改訂されたのか。

### 1 内容はどのように改訂されたのか。

#### (1) 体育分野

##### ア 指導内容の体系化

生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けて、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（小1～小4）、多くの領域の学習を経験する時期（小5～中2）、卒業後に少なくとも一つの運動やスポーツを継続することができるようにする時期（中3～高3）といった発達の段階のまとまりを踏まえ、目標と同様に、第1学年及び第2学年と第3学年に分けて示した。

具体的には、従前においては、第1学年で、「武道」又は「ダンス」のいずれかを選択とし、それ以外の領域を必修としていたことを改め、小学校高学年との接続を踏まえ、多くの領域の学習を十分させた上で、その学習体験をもとに自ら探求したい運動を選択できるようにするため、第1学年及び第2学年で、すべての領域を履修させるとともに、選択の開始時期を第3学年とする。

##### ※ 参考

小 学 校		中 学 校		高 等 学 校
1 ～ 4年	5・6年	1・2年	3年	1 ～ 3年次
<u>・ 各種の運動の基礎を培う時期</u>  <b>【基礎的学習】</b> ・ 多様な身体感覚 ・ 易しい運動遊びやゲーム	<u>・ 多くの領域の学習を経験する時期</u>  <b>【選択学習への準備】</b> ・ 本格的なスポーツの習得			<u>・ 卒業後に少なくとも一つの運動やスポーツを継続することができるようにする時期</u>  <b>【選択学習】</b> ・ マイスportsの獲得 ・ 多様な楽しみ方の実践

##### イ 指導内容の明確化

「体育理論」を除く運動に関する領域を、(1)技能（「体づくり運動」は運動）、(2)態度及び(3)知識、思考・判断に整理・統合して示すとともに、発達の段階を踏まえ、それぞれの指導内容を明確に示した。

※参考例 **中学校3学年 水泳（背泳ぎ）**  
 ・ リカバリーでは、肘を伸ばし、肩を支点にまっすぐ肩の延長線上に小指側から入水すること。

##### ウ 領域の取上げ方の弾力化

指導内容の確実な定着を図ることができるよう、第1学年及び第2学年においては、「体づくり運動」及び「体育理論」を除く領域は、いずれかの学年で取り上げ指導することもできる。

## エ 領域名称及び領域構成

「体育に関する知識」については、高等学校への接続を考慮しつつ、指導すべき知識の明確化を図り、体づくり運動をはじめ、各領域の「(3)知識、思考・判断」との内容の整理及び精選を図り単元を構成した。これらを踏まえて、「体育に関する知識」を「体育理論」と改めた。

## (2) 保健分野

### ア 内容の構成

主として個人生活における健康・安全に関する事項を、自らの健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力などの資質や能力を育成する観点を重視する。

### イ 内容の改訂

中学校における基礎的事項を明確にするとともに、生活習慣の乱れやストレスなどが健康に影響することを学ぶことができるよう、健康の概念や課題などの内容を明確に示すとともに、新たに、二次災害によって生じる傷害に関する内容、医薬品に関する内容を取り扱う。

## 2 各分野の内容の取扱いはどのように改訂されたのか。

### (1) 体育分野

#### ア 体づくり運動

「体づくり運動」については、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、学校の教育活動全体や実生活で生かすことができるよう、「体力を高める運動」において、運動を「組み合わせて運動の計画に取り組むこと」を内容として新たに示した。さらに、指導内容の定着がより一層図られるよう授業時数を各学年で7単位時間以上を配当することを示した。

#### イ 器械運動

従前どおり、「マット運動」、「鉄棒運動」、「平均台運動」、「跳び箱運動」の4種目で構成しているが、第1学年及び第2学年においては、新たに「マット運動」を含む二を選択して履修することを示した。

#### ウ 陸上競技

従前どおり、投てき種目を除く競走種目及び跳躍種目で構成し、競走種目及び跳躍種目の中からそれぞれ選択して履修できるようにすることを示した。

## エ 水泳

従前示していた、「クロール」、「平泳ぎ」、「背泳」に「バタフライ」を新たに加え、第1学年及び第2学年においては、「クロール」又は「平泳ぎ」を含む二を選択して履修できるようにすることを示した。

第3学年において、これまで身につけた泳法を活用して行う「複数の泳法で泳ぐこと、又はリレーをすること」を新たに示した。

また、スタートの指導については、安全への配慮から、すべての泳法について水中からのスタートを扱うようにするとともに、水泳の指導に当たっては、保健分野の「応急手当」との関連を図ることを示した。

## オ 球技

従前、「バスケットボール又はハンドボール」、「サッカー」、「バレーボール」、「テニス、卓球又はバドミントン」、「ソフトボール」で示していた内容を、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育成する観点から、攻防を展開する際に共通して見られるボール操作などに関する動きとボールを持たないときの動きについての学習課題に着目し、その特性や魅力に応じて、相手コートに侵入して攻防を楽しむ「ゴール型」、ネットをはさんで攻防を楽しむ「ネット型」、攻守を交代して攻防を楽しむ「ベースボール型」に分類して示した。第1学年及び第2学年においては、これらの型のすべてを履修させる。また、取り扱う種目については、従前の種目を取り上げること、「ベースボール型」の実施に当たり十分な広さの運動場の確保が難しい場合は、指導方法を工夫して行うことを示した。

## カ 武道

従前どおり、「柔道」、「剣道」、「相撲」の中から選択して履修できるようにすることとした。

また、「内容の取扱い」に武道場などの確保が難しい場合は、指導方法を工夫して行うとともに、学習段階や個人差を踏まえ、段階的な指導を行うなど安全の確保に十分留意することを示した。

## キ ダンス

従前どおり、「創作ダンス」、「フォークダンス」、「現代的なリズムのダンス」の中から選択して履修できるようにすることとした。

## ク 体育理論

基礎的な知識は、意欲、思考力、運動の技能などの源となるものであり、確実な定着を図ることが重要であることから、各領域に共通する内容や、まとまりで学習することが効果的な内容に精選するとともに、高等学校への接続を考慮して単元を構成した。内容については、従前の「体育に関する知識」において、(1)運動の特性と学び方及び(2)体ほぐし・体力の意義と運動の効果で構成していたことを改め、(1)運動やスポーツの多様性、(2)運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全及び(3)文化としてのスポーツの意義で構成することとした。

また、各領域との関連で指導することが効果的な各領域の特性や成り立ち、技術の名称や行い方などの知識については、各領域の「(3)知識、思考・判断」に示すこととし、知識と技能を

相互に関連させて学習させることにより、知識の重要性を一層実感できるように配慮した。

そのため、引き続きすべての学年で履修させることを示すとともに、指導内容の定着が一層図られるよう授業時数を各学年で3単位時間以上配当することを示した。

## ケ 体力の向上との関連

体力の向上については、「体づくり運動」、「体育理論」の指導内容を明確にし、一層の充実が図られるよう改善した。また、その他の領域においても、それぞれの運動の特性や魅力に触れるために必要となる体力を生徒自らが高められるよう留意することとし、第1学年及び第2学年では、「関連して高まる体力」、第3学年では「体力の高め方」を内容の「(3)知識、思考・判断」に示した。

※ 体育分野の領域及び内容の取扱いは下表を参照

### < 体育分野の領域及び内容の取扱い >

\* ○印は必修

領域	内容	領域の取扱い			内容の取扱い
		1	2	3	
A 体づくり運動	ア 体ほぐしの運動 イ 体力を高める運動 体の柔らかさ、巧みな動き 力強い動き、動きを持続する能力	○	○	○	全学年 ア、イ必修 各学年で7単位時間以上 1・2年…イの運動については動きを持続する能力を高める運動に重点を置くことができる。
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	○			1・2年…アを含む②選択 3年…ア～エの中から選択
C 陸上競技	ア 短距離走・リレー、長距離走及びハードル走 イ 走り幅跳び及び走り高跳び	○	B C	D G	ア及びイのそれぞれから選択
D 水泳	ア クロール イ 平泳ぎ ウ 背泳ぎ エ バタフライ オ 複数の泳法又はリレー（3年）	○	① 以上 選択		1・2年…ア～エの中からア及びイのいずれかを含む②選択 3年…ア～オの中から選択
E 球技	ア ゴール型（バスケットボール、ハンドボール、サッカー） イ ネット型（バレーボール、卓球、テニス、バドミントン） ウ ベースボール型（ソフトボール）	○	E F から ① 以上 選択		1・2年…ア～ウ必修 3年…ア～ウから②選択
F 武道	ア 柔道 イ 剣道 ウ 相撲	○			ア～ウから①選択
G ダンス	ア 創作ダンス イ フォークダンス ウ 現代的なリズムダンス	○			ア～ウから選択
H 体育理論	(1) 運動やスポーツの多様性 (2) 運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全 (3) 文化としてのスポーツの意義	○	○	○	(1) …1年 (2) …2年 (3) …3年 } 各学年で3単位時間以上

## (2) 保健分野

### ア 心身の機能の発達と心の健康

内容を明確化し、具体的には、発育・発達に伴う身体の器官の発育と機能の発達を呼吸器、循環器を中心に取り上げるとともに、発達の時期やその程度には個人差があること、また、思春期には生殖機能が成熟し、成熟に伴う変化に対応した適切な行動が必要となることなどについて取り扱う。

### イ 健康と環境

指導内容を明確に示す観点から、身体の適応能力を超えた環境は健康に影響を及ぼすことがあること、飲料水や空気を衛生的に保つには基準に適合するように管理する必要があること、廃棄物は衛生的に処理する必要があることなどを示した。

### ウ 傷害の防止

災害安全の観点から、二次災害によって生じる傷害を明確に示した。また、新たに応急手当には心肺蘇生法等があることを示した。また、引き続き、水泳など体育分野の指導との関連を図った指導を行う。

### エ 健康な生活と疾病の予防

指導内容の系統性及び明確に示す視点から、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こと、また、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ことを示した。喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する内容については、人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があることを示した。

また、医薬品は正しく使用することを示すとともに、個人の健康は、健康を保持増進するための社会的な取組と密接なかかわりがあることについて示した。