

# 第二部

科目「体育」の課題

科目「保健」の課題

令和6年度高等学校教育課程研究員

愛知県立津島東高等学校

荻久保吉隆

愛知県立犬山高等学校

小塚 英晃

# 科目「体育」の課題

○系統性と内容を踏まえた指導

○教育課程の編成

○指導計画の作成

○共生の視点を重視した指導

# 系統性と内容を踏まえた指導

- ◆ 体育科・保健体育科では、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・能力を育成
- ◆ 小学校から高等学校までの12年間の系統性、発達の段階を踏まえて、4年ごとのまとまりで指導内容を体系化
- ◆ 小学校から高等学校まで、体育科・保健体育科の授業を1週間で3時間程度実施

	各種の運動の基礎を培う時期				多くの領域の学習を経験する時期				卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わるようにする時期			
	小学校				中学校				高等学校			
	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	1年生	2年生	3年生	入学年次	次の年次	それ以降
運 動 領 域 等	体つくりの運動遊び		体つくり運動		体つくり運動		体つくり運動		体つくり運動		体つくり運動	
	器械・器具を使った運動遊び		器械運動		器械運動		器械運動		器械運動		器械運動	
	走・跳の運動遊び		走・跳の運動		陸上運動		陸上競技		陸上競技		陸上競技	
	水遊び		水泳運動		水泳運動		水泳		水泳		水泳	
	表現リズム遊び		表現運動		表現運動		ダンス		ダンス		ダンス	
	ゲーム		ゲーム		ボール運動		球技		球技		球技	
							武道		武道		武道	
									体育理論		体育理論	
保 健 領 域 等	保 健				保 健				保 健			
年間授業 時数等	102時間	105時間	105時間	105時間	90時間	90時間	105時間	105時間	105時間	体育 3年間で7~8単位 保健 1単位 保健 1単位		

必修

選択

# 系統性と内容を踏まえた指導

## 体育科・保健体育科の目標「柱書」

### 【小学校】

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その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。

### 【中学校】

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。

### 【高等学校】

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。

# 系統性と内容を踏まえた指導

## 体育科・保健体育科指導内容の体系化

技能 (球技：ゴール型)	小学校第5学年 及び第6学年	中学校第1学年 及び第2学年	中学校第3学年 高等学校入学年次
	ボール操作とボールを持たないときの動き	ボール操作と空間に走り込むなどの動き	安定したボール操作と空間を作り出すなどの動き
思考力，判断力， 表現力等 (器械運動)	小学校第5学年 及び第6学年	中学校第1学年 及び第2学年	中学校第3学年 高等学校入学年次
	観察し合って見付けたことやわかったことを伝える	課題や出来栄を伝える	合理的な動きと比較して成果や改善すべきポイントを伝える
学びに向かう力， 人間性等 (球技：公正)	小学校第5学年 及び第6学年	中学校第1学年 及び第2学年	中学校第3学年 高等学校入学年次
	ルールを守り助け合って運動する	フェアなプレイを守ろうとする	フェアなプレイを大切にしようとする

# 教育課程の編成(標準単位数)

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おり、各年次継続して履修できるようにするとともに、各年次になるべく均分して配当することとしている。

このため、各年次の単位数は、各学校の判断によって各年次に2～3単位を配当することとなるが、学校や生徒の実態等に応じ、標準単位数を7単位とするのか8単位とするのかについては、各学校における教育課程編成の方針を踏まえつつ十分に検討する必要がある。

高等学校学習指導要領解説 保健体育編 P222

ポイント

2単位・2単位・3単位の場合、どの学年を3単位とするか。

# 教育課程の編成(学校設定科目)

保健体育科に関する「学校設定科目」を設定する場合は、義務教育の成果を発展・拡充させることをねらいとするなど、高等学校教育の目標及びその水準の維持等にふさわしいものとなるように定める必要がある。

高等学校学習指導要領解説 保健体育編 P234

## ポイント

- ・高等学校教育としての水準が確保されているか。
- ・保健体育科の目標に基づいた内容か。
- ・標準単位数を越えて配当するか「学校設定科目」とするか。

# 指導計画の作成(体づくり運動, 体育理論)

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、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こととし、指導内容の確実な定着が図られるようにしている。

高等学校学習指導要領解説 保健体育編 P220

## ポイント

- ・体づくり : 2単位の学年は7単位時間以上  
3単位の学年は10単位時間程度
- ・体育理論 : 各年次6単位時間以上



# 指導計画の作成(学習機会の確保)

入学年次では中学校第3学年との接続を重視して、選択のまとまりの中から選択した領域について自主的に取り組むことができるようにし、その次の年次以降では、全ての領域から選択し、(中略)

このため、**希望する生徒に対して、各領域の学習機会が確保**されるよう年間指導計画を工夫することが大切である。

高等学校学習指導要領解説 保健体育編 P188

ポイント

学習機会が確保されているか。(器械運動、水泳、武道)

# 指導計画の作成(種目数,授業時数)

その際、生徒が履修できる運動種目等の数については、特に制限を設けていないが、その領域配当する授業時数との関連から指導内容の習熟を図ることのできる範囲にとどめるとともに、生徒の体力や技能の程度に応じた指導の充実に配慮した上で、生徒が選択できるようにすることが大切である。

高等学校学習指導要領解説 保健体育編 P194

体づくり運動及び体育理論以外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ものとする」と示している。

高等学校学習指導要領解説 保健体育編 P220

# 共生の視点を重視した指導

豊かなスポーツライフを継続していくためには、運動の技能を高めていくことのみならず、体力や技能の程度、性別や障害の有無、目的等の違いを越えて、運動やスポーツの多様な楽しみ方を社会で実践することが求められる。そのため、新たに共生の視点を踏まえて指導内容を示すこととした。

# 共生の視点を重視した指導

## 男女共習について

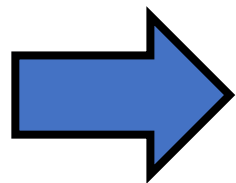
体力や技能の程度及び性別の違い等にかかわらず、仲間とともに学ぶ体験は、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた重要な学習の機会であることから、**原則として男女共習で学習を行うことが求められる。**

# 共生の視点を重視した指導

～男女共習をどのように考えるか～

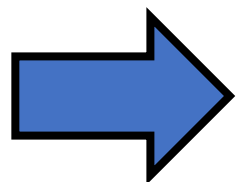
## 男女共習できないと考える理由

- ・男子が物足りないと感じる
- ・体力や技能に差があって指導が難しい



性別による違いではなく、個による違い

- ・接触のある活動ができない



グループ編成の配慮、接触のない活動で共習

# 共生の視点を重視した指導

障害の有無等にかかわらず，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とともに，スポーツを通じた**共生社会の実現**につながる**重要な学習の機会**であることから，（中略）指導の充実を図ることが大切である。

# 共生の視点を重視した指導

意義の理解

- ・男女共習が求められる理由
- ・体育で育成する資質・能力

できることは何か考える

生徒の状況，種目特性，活動場面，健康・安全

できることをやってみる

事前指導（仕込み），雰囲気作り

より深い学びとなる活動を考える

生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現するための学習活動

生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現

# 科目「体育」の課題

○系統性と内容を踏まえた指導

○教育課程の編成

○指導計画の作成

○共生の視点を重視した指導



# 科目「保健」の課題

○成果と課題

○何を学ぶか

○体系を踏まえた指導

○どのように学ぶか

○体育との一層の関連を図った指導

# 科目「保健」の課題

## －従前の学習指導要領の成果と課題－

### 〔成果〕

子供たちの健康の大切さへの認識や健康・安全に関する基礎的な内容が身に付いている。

### 〔課題〕

                  を発見し、主体的に                  に取り組む学習が不十分であり、社会の変化に伴う新たな健康課題に対応した教育が必要。

# 科目「保健」の課題

—科目「保健」の課題を解決するために—

課題の解決が困難なものが多くなる中、  
「課題」が何かをしっかりと捉えることが重要

〔課題〕

健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組む学習が不十分であり、社会の変化に伴う新たな健康課題に対応した教育が必要。

課題解決につなげることができる授業改善が重要

がん，精神疾患，感染症，性，防災・防犯 ...etc

# 科目「保健」の課題

— 高等学校学習指導要領実施状況調査（平成27年度） —



「保健の学習をすれば、ふだん  
の生活や社会に出て**役立つ**」

44.5%

83.2%

「保健の学習が**好きだ**」

# 科目「保健」の課題

－何を学ぶか－

## 学習指導要領の改訂



何を学ぶか



新しい時代に必要となる資質・能力  
を踏まえた目標・内容の見直し

学習内容

学習内容の明確化

- (1)知識及び技能
- (2)思考力, 判断力, 表現力等
- (3)学びに向かう力, 人間性等

\* (3)は体育のみ

# 科目「保健」の課題

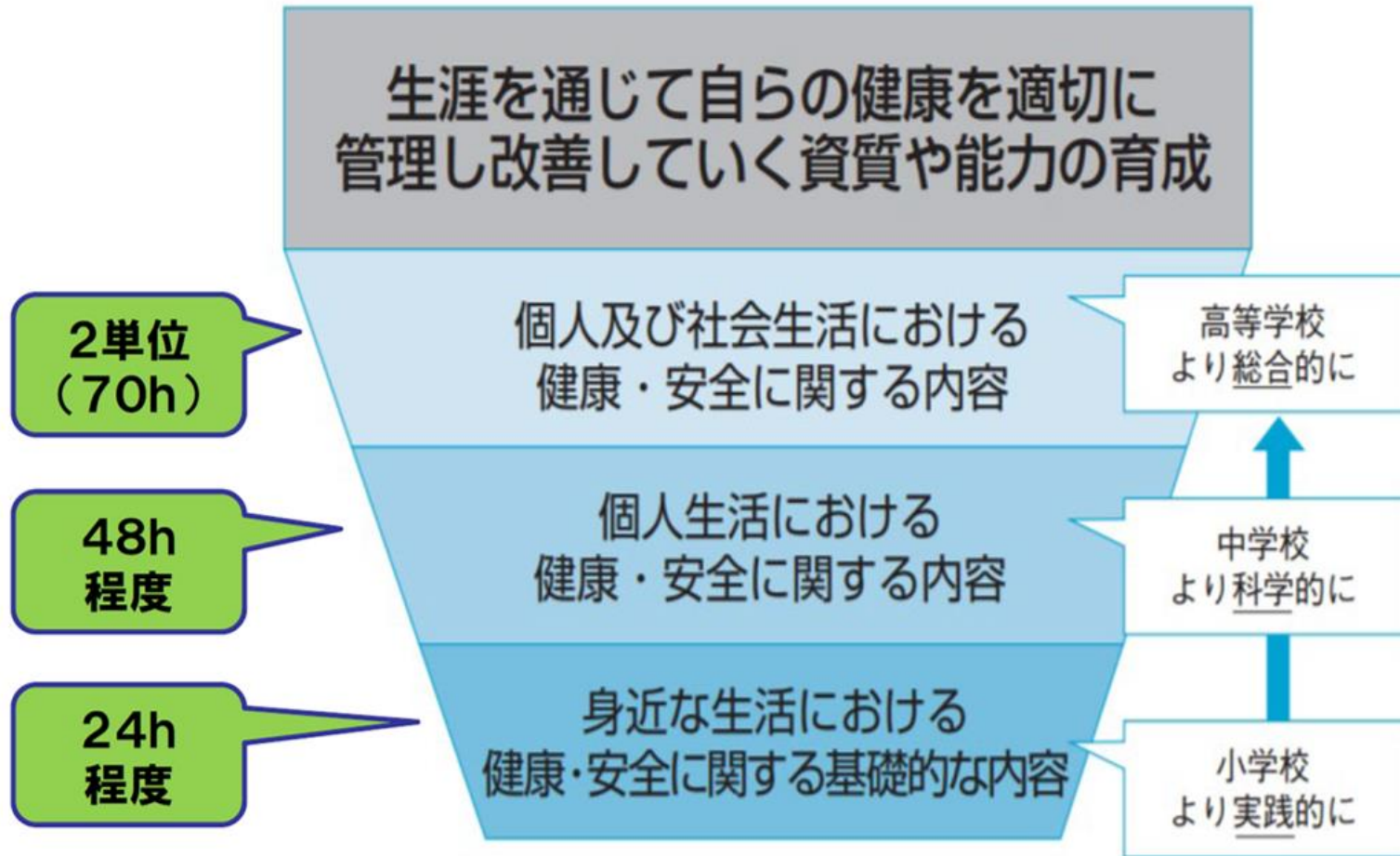
－何を学ぶか（科目「保健」の目標）－

保健の見方・考え方を働かせ、合理的、計画的な解決に向か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や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。

# 科目「保健」の課題

— 体育科・保健体育科における保健学習の体系 —





# 科目「保健」の課題

## — 小学校・中学校・高等学校 内容項目一覧（保健） —

### 【小学校】

《第3学年及び第4学年》8時間程度

**(1) 健康な生活**

- (ア) 健康な生活
- (イ) 1日の生活の仕方
- (ウ) 身の回りの環境

**(2) 体の発育・発達**

- (ア) 体の発育・発達
- (イ) 思春期の体の変化
- (ウ) 体をよりよく発育・発達させるための生活

《第5学年及び第6学年》16時間程度

**(1) 心の健康**

- (ア) 心の発達
- (イ) 心と体との密接な関係
- (ウ) 不安や悩みへの対処

**(2) けがの防止**

- (ア) 交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがとその防止
- (イ) けがの手当

**(3) 病気の予防**

- (ア) 病気の起こり方
- (イ) 病原体が主な要因となって起こる病気の予防
- (ウ) 生活行動が主な要因となって起こる病気の予防
- (エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康
- (オ) 地域の様々な保健活動の取組

### 【中学校】

《第1～3学年》全学年で48時間程度

**(1) 健康な生活と疾病の予防** 《第1～3学年》

- (ア) 健康の成り立ちと疾病の発生要因
- (イ) 生活習慣と健康
- (ウ) 生活習慣病などの予防
- (エ) 喫煙・飲酒・薬物乱用と健康
- (オ) 感染症の予防
- (カ) 個人の健康を守る社会の取組

**(2) 心身の機能の発達と心の健康** 《第1学年》

- (ア) 身体機能の発達
- (イ) 生殖にかかわる機能の成熟
- (ウ) 精神機能の発達と自己形成
- (エ) 欲求やストレスへの対処と心の健康

**(3) 傷害の防止** 《第2学年》

- (ア) 交通事故や自然災害などによる傷害の発生要因
- (イ) 交通事故などによる傷害の防止
- (ウ) 自然災害による傷害の防止
- (エ) 応急手当の意義と実際

**(4) 健康と環境** 《第3学年》

- (ア) 身体的环境に対する適応能力・至適範囲
- (イ) 飲料水や空気の衛生的管理
- (ウ) 生活に伴う廃棄物の衛生的管理

### 【高等学校】

《入学年次及び次の年次》2単位

**(1) 現代社会と健康**

- (ア) 健康の考え方
- (イ) 現代の感染症とその予防
- (ウ) 生活習慣病などの予防と回復
- (エ) 喫煙・飲酒・薬物乱用と健康
- (オ) 精神疾患の予防と回復

**(2) 安全な社会生活**

- (ア) 安全な社会づくり
- (イ) 応急手当

**(3) 生涯を通じる健康**

- (ア) 生涯の各段階における健康
  - ⑦ 思春期と健康
  - ⑧ 結婚生活と健康
  - ⑨ 加齢と健康
- (イ) 労働と健康

**(4) 健康を支える環境づくり**

- (ア) 環境と健康
- (イ) 食品と健康
- (ウ) 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関
- (エ) 様々な保健活動や社会的対策
- (オ) 健康に関する環境づくりと社会参加



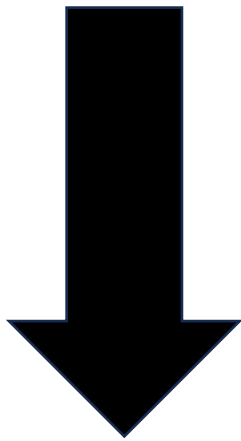
# 科目「保健」の課題

—どのように学ぶか—

## 学習指導要領の改訂



### どのように学ぶか



○主体的・対話的で深い学びの視点から  
授業内容の改善

- ・生きて働く知識・技能の習得など、新しい時代に求められる資質能力を育成
- ・知識の量を削減せず、質の高い理解を図るための学習過程の質的改善

### 指導の工夫

# 科目「保健」の課題

— どのように学ぶか（主体的・対話的で深い学びの実現について） —

「主体的・対話的で深い学び」の視点に立った授業改善を行うことで、学校教育における質の高い学びを実現し、学習内容を深く理解し、資質・能力を身に付け、生涯にわたって能動的(アクティブ)に学び続けるようにする。

## 【主体的な学び】の視点

学ぶことに興味や関心を持ち、自己のキャリア形成の方向性と関連付けながら、見通しを持って粘り強く取り組み、自己の学習活動を振り返って次につなげる「**主体的な学び**」が実現できているか。



学びを人生や社会に  
生かそうとする  
学びに向かう力・  
人間性等の涵養

生きて働く  
知識・技能の  
習得

未知の状況にも  
対応できる  
思考力・判断力・表現力  
等の育成



主体的な学び  
対話的な学び  
深い学び



## 【対話的な学び】の視点

子供同士の協働、教職員や地域の人との対話、先哲の考え方を手掛かりに考えること等を通じ、自己の考えを広げ深める「**対話的な学び**」が実現できているか。



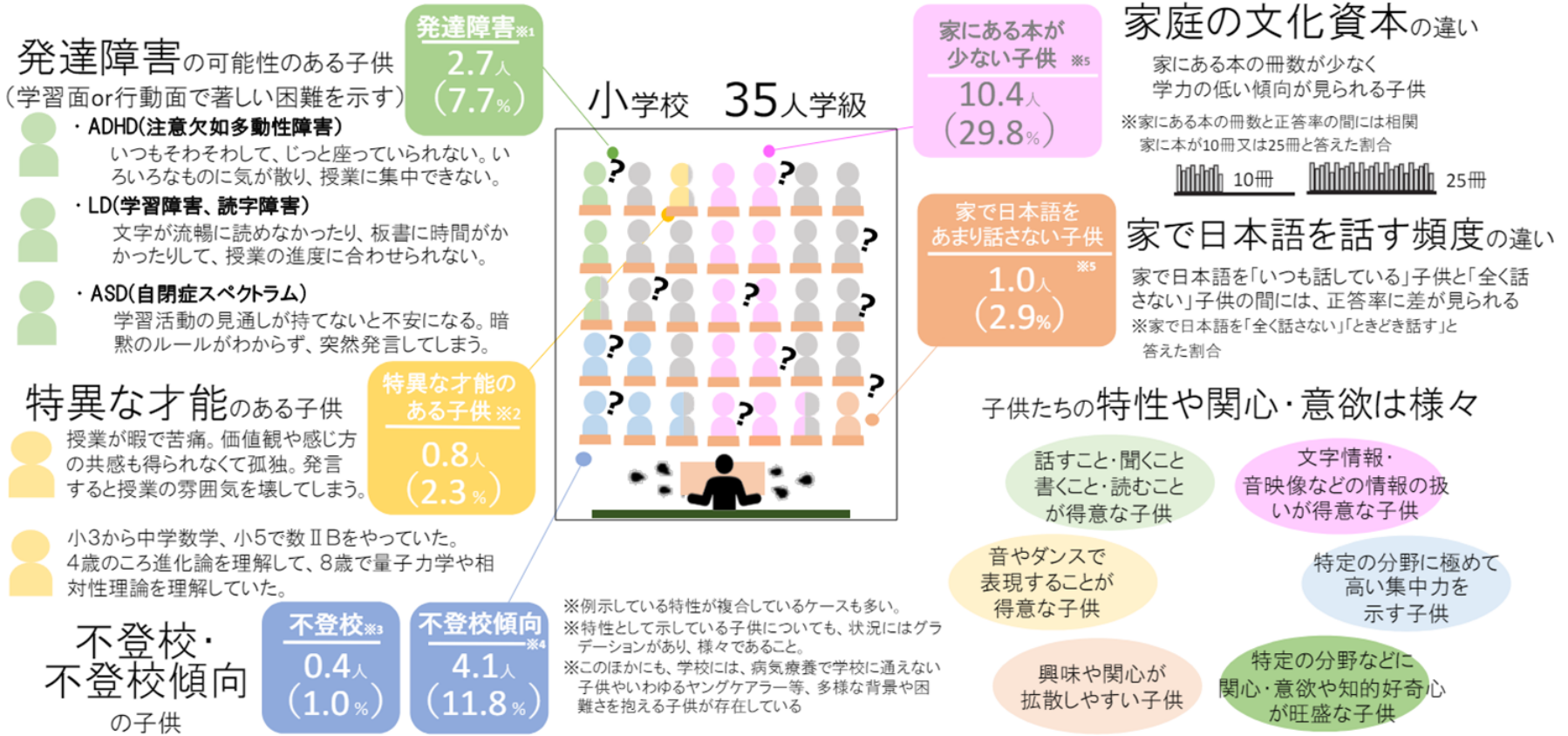
## 【深い学び】の視点

習得・活用・探究という学びの過程の中で、各教科等の特質に応じた「**見方・考え方**」を働かせながら、知識を相互に関連付けてより深く理解したり、情報を精査して考えを形成したり、問題を見いだして解決策を考えたり、思いや考えを基に創造したりすることに向かう「**深い学び**」が実現できているか。

# 科目「保健」の課題

## 一どのように学ぶか（社会構造と子供たちを取り巻く環境の変化）一

すべての子供たちの可能性を最大限引き出す教育が求められている中、教室には、発達障害や特異な才能、家で日本語を話す頻度が少ない子供、家庭の文化資本の差による学力差等、学級には様々な特性を持つ子供が存在し、これらの特性が複合しているケースもある。同学年による同年齢の集団は、同調圧力が働きやすく、学校に馴染めず苦しむ子供も一定数存在し、不登校・不登校傾向の子供は年々増加の一途をたどっている。さらには、一斉授業スタイルでは、一定の学力層に焦点を当てざるを得ず、結果として、いわゆる「浮きこぼれ」「落ちこぼれ」双方を救えていない現状。また、困難を抱えていても、一見困難に直面しているように見えず見過ごされてしまう場合がある。このように、子供たちが多様化する中で、教師一人による紙ベースの一斉授業スタイルは限界にきている。



【出典】※1 通常の学級に在籍する発達障害の可能性のある特別な教育的支援を必要とする児童生徒に関する調査結果 平成24年12月 (文部科学省) 「2.7人(7.7%)」の数字は、ADHD、LD、ASDの内訳を示したのではない。  
 発達障害の記載は、日野公三著『発達障害の子どもの進路と多様な可能性』(WAVE出版、2018年)を参考に内閣府で作成。  
 ※2 日本には定義がないため、IQ130以上を仮定し、知能指数のベルカーブの正規分布を元に算出。子供の吹き出しは、文部科学省 特定分野に特異な才能のある児童生徒に対する学校における指導・支援の在り方等に関する有識者会議アンケートを参考に編集。  
 ※3 不登校 年間に連続又は断続して30日以上欠席 (令和2年度 児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査(文部科学省))  
 ※4 不登校傾向 年間欠席数30日未満、部分登校、保健室登校、「基本的には教室で過ごし、皆と同じことをしているが、心の中では学校に通いたくない・学校が辛い・嫌だと感じている」場合など含む (不登校傾向にある子どもの実態調査 (日本財団))  
 ※5 令和3年度 全国学力・学習状況調査 児童質問紙、生徒質問紙結果より内閣府において作成。全国平均値等を1クラスに仮に見立てた場合のイメージ図。実際には偏在等は生じている可能性が有る旨留意。  
 児童生徒質問紙内容: あなたの家には、およそどれくらいの本がありますか。(家にある本の冊数は、家庭の社会的経済的背景を表す代替指標の1つ)  
 児童生徒質問紙内容: あなたは、家でどれくらい日本語を話しますか。(家で日本語を話す頻度の状況を確認するための質問事項)



# 科目「保健」の課題

## －「体育」との一層の関連を図った指導－

(5) 「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「A 体づくり運動」のア「体ほぐしの運動」では具体的な運動の視点から、保健の(1)「現代社会と健康」のア(オ)「精神疾患の予防と回復」では精神疾患への対処の視点から、それぞれ取り上げているので、この点を十分考慮して関連のある指導を工夫する。
- ・ 体育の「D 水泳」の事故防止に関する心得では具体的な態度の視点から、保健の(2)「安全な社会」のア(イ)「応急手当」では応急手当の適切な対処の視点から、それぞれ取り上げているので、この点を十分考慮して関連のある指導を工夫する。
- ・ 体育の「H 体育理論」の2「運動やスポーツの効果的な学習の仕方」では健康の保持増進を図るための方法等の視点から、保健の(1)「現代社会と健康」では生活習慣病などの予防と回復の視点から日常生活にスポーツを計画的に取り入れることの重要性について、それぞれ取り上げているので、この点を十分考慮して関連のある指導を工夫する。

# 科目「保健」の課題

## －「体育」との一層の関連を図った指導－

- ・ 教科内におけるカリキュラム・マネジメントを実現する観点から、体育と保健の関連する事項を取り上げる際、指導する時期を適切に設定した年間指導計画を作成する。

\* 高等学校学習指導要領解説（平成30年告示）保健体育編 体育編 P228から抜粋