



1 改訂の趣旨及び要点

改訂の基本的な考え方

今回の改訂では、次の考え方を踏まえて、改善・充実が図られました。

- ・主体的・協動的な学習活動を通して課題を解決する学習などを引き続き重視し、体育科で育成を目指す資質・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。
- ・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する。

目標の構成の改善

体育科で育成を目指す資質・能力（下線部）を三つの柱で整理しています。

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。

知識・技能の習得

(1) その特性に応じた各種の運動の行い方及び身近な生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。

思考力・判断力・表現力等の育成

(2) 運動や健康についての自己の課題を見付け、その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。

学びに向かう力・人間性等の涵養

(3) 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、楽しく明るい生活を営む態度を養う。

内容の構成の改善

体育科の内容の構成は次のように変更されています。

現行学習指導要領

学年	1・2	3・4	5・6
領域	体づくり運動		
	器械・器具を使った運動遊び	器械運動	
	走・跳の運動遊び	走・跳の運動	陸上運動
	水遊び	浮く・泳ぐ運動	水泳
	ゲーム		ボール運動
	表現リズム遊び	表現運動	
		保健	

新学習指導要領

学年	1・2	3・4	5・6
領域	体づくりの運動遊び	体づくり運動	
	器械・器具を使った運動遊び	器械運動	
	走・跳の運動遊び	走・跳の運動	
	水遊び	水泳	運動
	ゲーム		ボール運動
	表現リズム遊び	表現運動	
		保健	

【例】第3学年
(2)けがの防止

ア けがの防止に関する次の事項を理解するとともに、けがなどの簡単な手当をすること

イ けがを防止するために、危険の予測や回避の方法を考え、それらを表現すること

運動領域については、各内容項目の(1)が「知識及び技能」、(2)が「思考力・判断力・表現力等」、(3)が「学びに向かう力・人間性等」に関する内容構成としています。

保健領域については、アが「知識及び技能」、イが「思考力・判断力・表現力等」に関する内容構成としています。「学びに向かう力・人間性等」については、目標に示しています。

学習内容の改善・充実

主に、次のような改善・充実が図られました。

○系統性を踏まえた指導内容の一層の充実

幼稚園並びに中学校との見通しを重視し、指導内容の系統性が改めて整理された。

- ・小学校1・2年時における「体づくりの運動遊び」の実施
- ・小学校3・4年時における「水泳運動」の実施

○「運動が苦手な児童への配慮の例」の明記

各内容項目の「知識及び技能」に、運動が苦手な児童への配慮の例が明記された。

2 小学校体育科における授業づくりのポイント

Point 1 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善をしましょう。

体育科で「主体的・対話的で深い学び」を実現させるためには、「課題を解決する学習」の中で、「体育や保健の見方・考え方」を働かせながら、育成を目指す資質・能力を育成することが求められます。

〈主体的な学びの視点〉

- ・授業の導入では学習の見通しをもたせるために、課題をどう解決していくかを考える時間を確保する。
- ・学習を振り返る場面では、課題解決の過程を振り返るとともに、新たな課題を設定するようにする。

〈対話的な学びの視点〉

- ・仲間同士で約束を守ったり、互いに場や用具の安全に気を配ったりする。
- ・仲間の動きを観察した結果を伝え合い、よりよい動きについて考えるようにする。
- ・互いの考えを比較して、共通点や相違点について話し合う場面を設定する。

〈深い学びの視点〉

- ・自分の運動や健康についての課題を見だし、解決に向けて試行錯誤を重ねながら、思考を深め、よりよく解決する学習過程（Point 3 参照）を単元の中に設定する。

Point 2 「体育や保健の見方・考え方」を理解し、授業づくりに生かしましょう。

小学校体育科における「体育や保健の見方・考え方」について、「体育の見方・考え方」と「保健の見方・考え方」に分けて示されています。このような「見方・考え方」が学習過程の中で働くようにするのが重要です。

小学校における「体育の見方・考え方」

運動やスポーツが、楽しさや喜びを味わうことや体力の向上につながっていることに着目するとともに、「すること」だけでなく、「みること」「支えること」「知ること」など、自己の適性などに応じて、運動やスポーツとの多様な関わり方について考えること。

小学校における「保健の見方・考え方」

身近な生活における課題や情報を、保健領域で学習する病気の予防やけがの手当ての原則及び、健康で安全な生活についての概念などに着目して捉え、病気にかかったり、けがをしたりするリスクの軽減や心身の健康の保持促進と関係付けること。

Point 3 「課題の解決に向けた学習過程」を単元の中に位置付けましょう。

授業づくりの際に、次に示す「課題の解決に向けた学習過程」を単元の中に設定しましょう。

課題の解決に向けた学習過程

- 運動や健康に関する課題を見いだす。
- 課題解決に向けて、思考、判断する。

- 友達と観察した結果を伝え合う。
- よりよい課題解決の方法について考え、解決する。

- 学習活動を振り返り、次の学びにつなげる。

活動の具体例（第5学年及び第6学年 ボール運動【ネット型】）

- ・自分の動きについて、手本のポイントと見比べながら、課題を明確にする。
- ・自分たちが楽しくゲームができるような決まり（コートの方々の設定、プレイする範囲の制限、得点の方法等）などを考える。

- ・自分や友達が行っていた動きの工夫を、動作や言葉、絵図、ICT機器を用いて記録した動画などを使って、他者に伝える。
- ・チームで話し合っ作戦を選んだり、チームの特徴を踏まえて作戦を決定したりする。

- ・運動のポイント、仲間の動きのよさなどの学習の記録を学習カードに書いたり、発表したりする。



1 改訂の趣旨及び要点

改訂の基本的な考え方

今回の改訂では、次の考え方を踏まえて、改善・充実が図られました。

- ・主体的・協働的な学習活動を通して、課題を解決する学習などを引き続き重視し、保健体育科で育成を目指す資質・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。
- ・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する。

目標の構成の改善

保健体育科で育成を目指す資質・能力（下線部）を三つの柱で整理しています。

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。

知識・技能の習得

(1) 各種の運動の特性に応じた技能など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。

思考力・判断力・表現力等の育成

(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。

学びに向かう力・人間性等の涵養

(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。

内容の構成の改善

保健体育科の内容の構成は次のように改善されています。

現行学習指導要領

〔体育分野〕	〔保健分野〕
A 体づくり運動 B 器械運動 C 陸上競技 D 水泳 E 球技 F 武道 G ダンス	(1) 心身の機能の発達と心の健康 (2) 健康と環境 (3) 傷害の防止 (4) 健康な生活と疾病の予防
H 体育理論	

新学習指導要領

〔体育分野〕	〔保健分野〕
A 体づくり運動 B 器械運動 C 陸上競技 D 水泳 E 球技 F 武道 G ダンス	(1) 健康な生活と疾病の予防 (2) 心身の機能の発達と心の健康 (3) 傷害の防止 (4) 健康と環境
H 体育理論	

【例】第2学年(3)
ア 傷害の防止について理解を深めるとともに、応急手当をすること

イ 傷害の防止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

※個人生活における健康に関する課題を解決することを重視する観点から配列を見直した。

体育分野については、各内容項目の(1)が「知識及び技能」、(2)が「思考力・判断力・表現力等」、(3)が「学びに向かう力・人間性等」に関する内容構成としています。

保健分野については、アが「知識及び技能」、イが「思考力・判断力・表現力等」に関する内容構成としています。「学びに向かう力、人間性等」については、目標に示しています。

学習内容の改善・充実

主に、次のような学習内容の改善・充実が図られました。

○指導内容の系統性を踏まえた指導内容の体系化

- ・体育分野では、学校段階の接続及び発達の段階のまとまりに応じた指導内容の体系化の観点から、「第1学年及び第2学年」と「第3学年」に分けて指導内容を示している。

○運動やスポーツとの多様な関わり方を重視した内容の充実

- ・生徒が内容を選択して履修できるようにすることや生徒の困難さ（体力や技能の程度、性別や障害の有無など）に応じた配慮の例を示している。
- ・スポーツやオリンピック・パラリンピックの意義や価値等の理解につながるように内容を改善している。

2 中学校保健体育科における授業づくりのポイント

Point 1 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善をしましょう。

中学校保健体育科では、自分だけでなく他者の課題について、多様な解決方法の中から適切な方法を選択・決定します。また、運動に関わる一般原則や事故の防止等の科学的な知識を活用する合理的な解決に向けた学習を行います。その中で、「体育や保健の見方・考え方」を働かせながら、育成を目指す資質・能力を育成することが求められます。

〈主体的な学びの視点〉

- ・授業の導入では課題解決の見通しをもたせるために、自分や他者の課題を発見し、どのように解決していくと合理的に解決できるかを考える時間を確保する。
- ・学習を振り返る場面では、課題解決の過程を振り返るとともに、自他の課題を修正したり新たな課題を設定したりするようにする。

〈対話的な学びの視点〉

- ・互いの考えを比較し、共通点や相違点について話し合う場面を設定する。
- ・実技書や映像資料から手本となるポイントや留意点を調べ、自分や他者のよりよい動きについて考えるようにする。

〈深い学びの視点〉

- ・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試行錯誤や対話を重ねながら、思考を深め、よりよく解決する学習過程（Point 3 参照）を単元の中に設定する。

Point 2 「体育や保健の見方・考え方」を理解し、授業づくりに生かしましょう。

保健体育科における「体育や保健の見方・考え方」について、「体育の見方・考え方」と「保健の見方・考え方」に分けて示されています。

「体育の見方・考え方」

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」

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、疾病など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係付けること。

Point 3 「自他の課題の合理的な解決に向けた学習過程」を単元の中に位置付けましょう。

授業づくりの際には、自分や他者の課題を合理的に解決する学習を単元の中に設定しましょう。

自分や他者の課題の合理的な解決に向けた学習過程

- 運動や健康に関する自分や他者の課題を発見する。
- 合理的な解決に向けて、思考、判断する。

- 仲間とともに、運動の一般原則や科学的な知識を活用する。
- 多様な解決方法の中から適切な方法を選択・決定する。

- 学習活動を振り返り、次の学びにつなげる

活動の具体例 (第3学年 器械運動【マット運動】)

- ・自分や他者の技や演技などを比較し、動きの課題を明確にする。
- ・課題について、手本となる資料を活用して改善点を考える。

- ・手本となる資料を活用して、仲間の課題や出来栄を分かりやすく伝える。
- ・よりよい技を行うために、合理的な動き方のポイントを踏まえた練習方法を選択する。

- ・学習活動について、自己評価や相互評価を行う。
- ・運動のポイントや改善点などの学習の記録を学習カードに書いたり、発表したりする。