

小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 体育編

第 1 章 総説

2 体育科改訂の趣旨及び要点 *主に保健領域

(1) 体育科改訂の趣旨

② 改訂の基本的な考え方

ウ 「体育科，保健体育科の指導内容については、『知識・技能』、『思考力・判断力・表現力等』、『学びに向かう力・人間性等』の育成を目指す資質・能力の三つの柱に沿って示す」とするとともに，保健においては，「健康な生活と疾病の予防，心身の発育・発達と心の健康，健康と環境，傷害の防止，社会生活と健康等の保健の基礎的な内容について，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示す必要がある。」としている。

③ 改善の具体的事項

イ 保健領域においては，「身近な生活における健康・安全についての基礎的・基本的な『知識・技能』、『思考力・判断力・表現力等』、『学びに向かう力・人間性等』の育成を重視する観点から，内容等の改善を図る。その際，自己の健康の保持増進や回復等に関する内容を明確化するとともに，『技能』に関連して，心の健康，けがの防止の内容の改善を図る。また，運動領域との一層の関連を図った内容等について改善を図る。」としている。

(2) 体育科改訂の要点

⑤ 保健領域においては，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。

⑥ 自己の健康の保持増進や回復等に関する内容を明確化し、「技能」に関連して心の健康、けがの防止の内容の改善を図るとともに、運動領域との一層の関連を図った内容等について改善すること。

体育科の目標、内容及び内容の取扱い等の改訂の要点は、次のとおりである。

ア 目標の改善

次のように改善を図った。「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。

- (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。
- (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。」

また、体育や保健の見方・考え方を働かせることを通して、「体育科、保健体育科においては、各種の運動がもたらす体の健康への効果はもとより、心の健康も運動と密接に関連している。」ことを実感できるようにし、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・能力を育むことが大切であることを強調したものである。

なお、「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」については、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して相互に関連させて高めることが重要である。

さらに、体育科、保健体育科においては、生涯にわたって運動

に親しむこと、健康の保持増進及び体力の向上についての「学びに向かう力、人間性等」を相互に密接に関連させて育成する中で、現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた楽しく明るいものにすることが大切であることを示した。

イ 内容構成の改善

また、保健領域については、「保健については、『保健の見方・考え方』を働かせて、資質・能力の三つの柱を育成する観点から、健康に関する『知識・技能』、健康課題の発見・解決のための『思考力・判断力・表現力等』、主体的に健康の保持増進や回復に取り組む態度等の『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。その際、健康な生活と疾病の予防、心身の発育・発達と心の健康、健康と環境、傷害の防止、社会生活と健康等の保健の基礎的な内容について、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示す必要がある。」としていることを踏まえ、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」の内容構成とした。

なお、各教科等の内容については、指導事項のまとめりに、児童が身に付けることが期待される資質・能力を三つの柱に沿って示すこととしているが、特に「学びに向かう力、人間性等」については、目標において全体としてまとめて示し、指導事項のまとめりに内容を示さないことを基本としている。

ウ 内容及び内容の取扱いの改善

(ア) 資質・能力の育成に向けた内容構造の整理

(イ) 保健領域

保健領域については、第3学年・第4学年では、「健康な生活」及び「体の発育・発達」の知識と思考力、判断力、表現力等の指導内容を明確にし、内容を構成した。

また、第5学年・第6学年では、「心の健康」、「けがの防止」の知識及び技能、「病気の予防」の知識と、それぞれの思考力、判断力、表現力等の指導内容を明確にし、内容を構成した。なお、運動領域との関連を重視する視点から、「健康な生活」、「体の発育・発達」、「病気の予防」については、運動に関する内容を充実して示すこととした。

「保健の見方・考え方」とは、疾病や傷害を防止するとともに、生活の質や生きがいを重視した健康に関する観点を踏まえ「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、疾病等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連付けること」であると考えられる。小学校においては、特に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の原則及び、健康で安全な生活についての概念等に着目して捉え、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増進と関連付けることを意図している。

特に、「見方・考え方」については、中央教育審議会答申において、「『見方・考え方』には教科等ごとの特質があり、各教科等を学ぶ本質的な意義の中核をなすものとして、教科等の教育と社会をつなぐもの」、「『見方・考え方』は、新しい知識及び技能を既に持っている知識及び技能と結び付けながら社会の中で生きて働くものとして習得したり、思考力・判断力・表現力を豊かなものとしたり、社会や世界にどのように関わるかの視座を形成したりするために重要なもの」としている。

保健領域においては、社会の変化に伴う現代的な健康に関する課題の出現や、情報化社会の進展により様々な健康情報の入

手が容易になるなど、環境が大きく変化している中で、児童が生涯にわたって正しい健康情報を選択したり、健康に関する課題を適切に解決したりすることが求められる。その際、保健に関わる原則や概念を根拠としたり活用したりして、疾病等のリスクの軽減や生活の質の向上、さらには健康を支える環境づくりを目指して、情報選択や課題解決に主体的に取り組むことができるようにすることが必要であることを示したものである。

このような見方・考え方を働かせることができるような学習過程を工夫することが求められる。

保健領域においては、社会の変化に伴う現代的な健康に関する課題の出現や、情報化社会の進展により様々な健康情報の入手が容易になるなど、環境が大きく変化している中で、児童が生涯にわたって正しい健康情報を選択したり、健康に関する課題を適切に解決したりすることが求められる。その際、保健に関わる原則や概念を根拠としたり活用したりして、疾病等のリスクの軽減や生活の質の向上、さらには健康を支える環境づくりを目指して、情報選択や課題解決に主体的に取り組むことができるようにすることが必要であることを示したものである。

このような見方・考え方を働かせることができるような学習過程を工夫することが求められる。

課題を見付け、その解決に向けた学習過程とは、運動や健康についての興味や 関心を高め、運動や健康等に関する課題を見付け、粘り強く意欲的に課題の解決に取り組むとともに、自らの学習活動を振り返りつつ、課題を修正したり、新たに設定したりして、仲間と共に思考を深め、よりよく課題を解決し、次の学びにつなげることができるようにすることを示してい

る。課題を見付け、その解決に向けて取り組む学習過程においては、自分や仲間が直面する課題を比較、分類、整理することや、複数の解決方法を試し、その妥当性を評価し、他者との対話を通して、よりよい解決策を見いだしていく主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善の推進が期待される。心と体を一体として捉えとは、児童の心身ともに健全な発達を促すためには、心と体を一体として捉えた指導が重要であり、心と体の発達の状態を踏まえ、運動による心と体への効果、健康、特に心の健康が運動と密接に関連していることなどを理解することの大切さを示したものである。そのためには、「心の健康」で学んだことと「体ほぐしの運動(遊び)」など具体的な活動を通して、心と体が深く関わっていることを体験できるように指導することが必要である。

身近な生活における健康について理解するとは、主として第3学年及び第4学年、第5学年及び第6学年の保健領域に関連したねらいを示すものである。具体的には、健康な生活、体の発育・発達、心の健康、けがの防止及び病気の予防についての基礎的・基本的な内容を実践的に理解することである。また、これらの理解は、単に知識を記憶としてとどめるだけではなく、児童が、身近な生活における学習課題を見付け、それを解決する過程を通して、健康に関する課題解決に役立つ保健領域の主要な概念を習得することを目指したものである。

他者に伝えるとは、自己の課題について、思考し判断したことを、言葉や文章及び動作などで表したり、仲間や教師などに理由を添えて伝えたりすることを示している。

(3) の「学びに向かう力、人間性等」は、主体的に学習に取り組む態度も含めた学びに向かう力や、自己の感情や行動を統

制する能力，自らの思考の過程等を客観的に捉える力など，いわゆる「メタ認知」に関するもの（学びに向かう力）と，多様性を尊重する態度や互いのよさを生かして協働する力，持続可能な社会づくりに向けた態度，リーダーシップやチームワーク，感性，優しさや思いやりなど（人間性等）から構成されている。

健康の保持増進とは，自己の健康の大切さを認識し，健康の保持増進や回復等に主体的に取り組み，健康で豊かな生活を営む態度の育成を重視する観点から，自己の健康に関心をもち，自己の健康に関する取組のよさを認める，自己の健康の保持増進や回復等のために主体的，協働的に活動する等の態度を育成する「学びに向かう力，人間性等」の資質や能力の基礎を育成することを示したものである。

3 教科の内容

体育科の内容は，運動領域と保健領域から構成されている。

(2) 保健領域

保健領域については，身近な生活における健康・安全に関する基礎的な内容を重視し，健康な生活を送る資質や能力の基礎を培う観点から，小学校においては，これまでの内容を踏まえて，「健康な生活」，「体の発育・発達」，「心の健康」，「けがの防止」及び「病気の予防」の五つの内容とした。

(2) 保健領域の内容

保健領域の内容とねらいは，次のとおりである。

ア 健康な生活

健康な生活については，健康の大切さを認識するとともに，家庭や学校における毎日の生活に関心をもち，健康によい生活を

続けることについて課題を見付け、それらの解決を目指して基礎的な知識を習得したり、解決の方法を考え、それを表現したりできるようにすることがねらいである。

このため、本内容は、健康の状態は、主体の要因や周囲の環境の要因が関わっていること、健康に過ごすには、1日の生活の仕方が深く関わっていること、生活環境を整えることが必要であることなどの知識と健康な生活についての思考力、判断力、表現力等を中心として構成している。

イ 体の発育・発達

体の発育・発達については、年齢に伴う変化及び個人差、思春期の体の変化などについて課題を見付け、それらの解決を目指して基礎的な知識を習得したり、解決の方法を考え、それを表現したりできるようにすることがねらいである。

このため、本内容は、体は年齢に伴って変化すること、思春期になると体に変化が起ること、体をよりよく発育・発達させるには、適切な運動、食事、休養及び睡眠が必要であることなどの知識と体の発育・発達についての思考力、判断力、表現力等を中心として構成している。

ウ 心の健康

心の健康については、心は年齢とともに発達すること及び心と体には密接な関係があることについて理解できるようにすること及び、不安や悩みへの対処について課題を見付け、それらの解決を目指して知識及び技能を習得したり、解決の方法を考え、判断するとともに、それらを表現したりできるようにすることがねらいである。

このため、本内容は、心はいろいろな生活経験を通して年齢に伴って発達すること、また、心と体とは密接に関係しているこ

と、さらに、不安や悩みへの対処にはいろいろな方法があることなどの知識及び不安や悩みへの対処の技能と、心の健康についての思考力、判断力、表現力等を中心として構成している。

エ けがの防止

けがの防止については、けがが発生する原因や防止の方法について課題を見付け、それらの解決を目指して知識及び技能を習得したり、解決の方法を考え、判断するとともに、それらを表現したりできるようにすることをねらいとしている。

このため、本内容は、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などを取り上げ、けがの起こり方とその防止、さらには、けがの手当を速やかに行う必要があることなどの知識及び簡単なけがの手当の技能と、けがの防止についての思考力、判断力、表現力等を中心として構成している。

オ 病気の予防

病気の予防については、病気の発生要因や予防の方法、喫煙、飲酒、薬物乱用が健康に与える影響などについて課題を見付け、それらの解決を目指して知識を習得したり、解決の方法を考え、判断するとともにそれらを表現したりできるようにすることがねらいである。

このため、本内容は、主として病原体が主な要因となって起こる病気と生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体を体の中に入れないことや病原体に対する体の抵抗力を高めること及び望ましい生活習慣を身に付けることが必要であること、喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、健康を損なう原因となること、地域において保健に関わる様々な活動が行われていることなどの知識と病気の予防についての思考力、判断力、表現力等を中心として構成している。