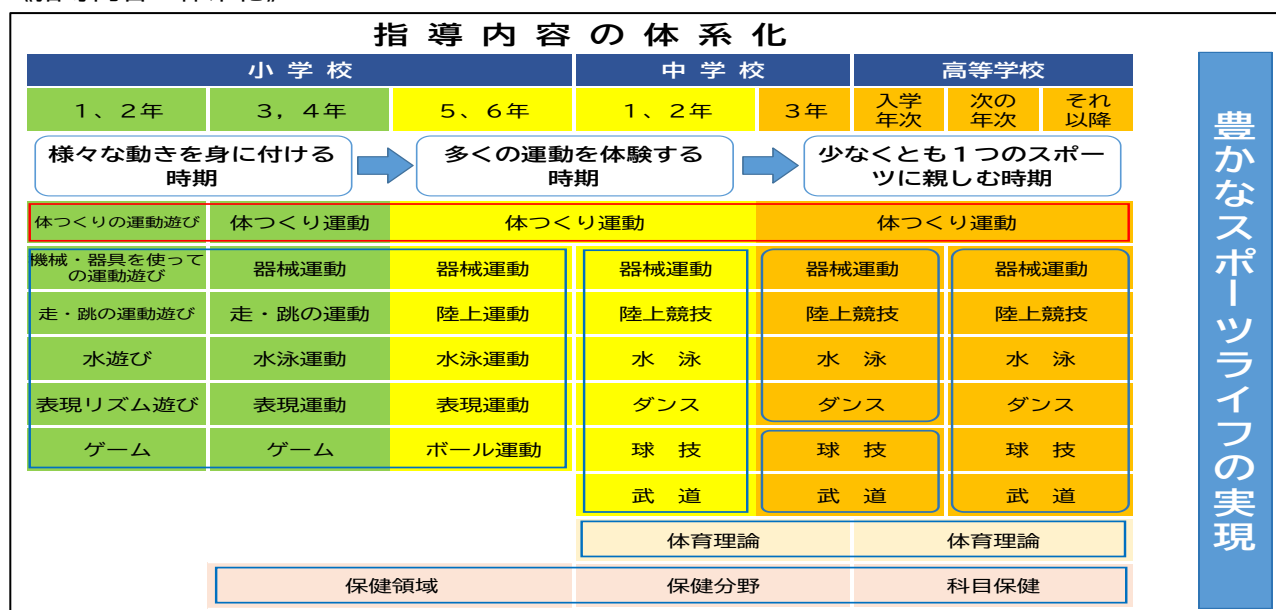
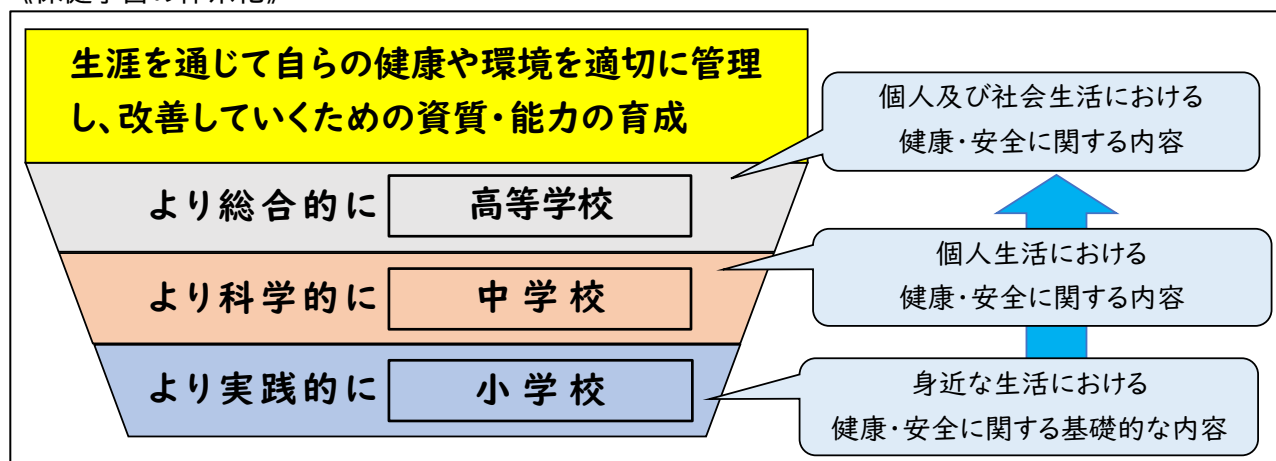


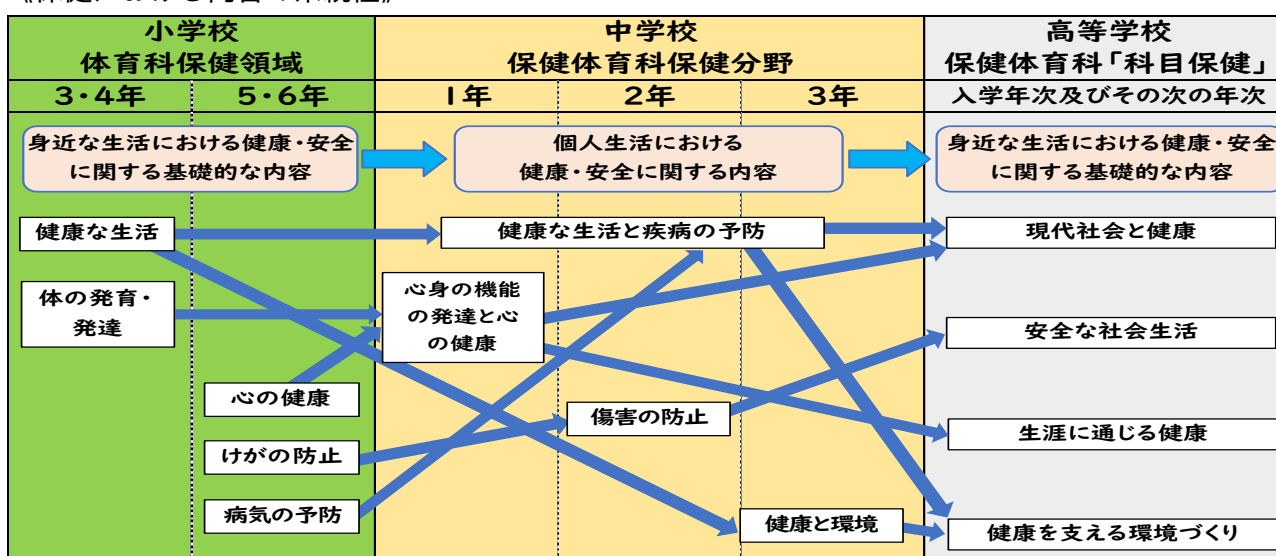
ウ 学習指導要領について  
《指導内容の体系化》



《保健学習の体系化》



《保健における内容の系統性》



## 《小学校》体育科の領域及び内容

| 1 年                        | 2 年                              | 3 年         | 4 年                        | 5 年   | 6 年 |
|----------------------------|----------------------------------|-------------|----------------------------|-------|-----|
| 【体づくりの運動遊び】                | 【体づくり運動】                         |             |                            |       |     |
| 体ほぐしの運動遊び                  | 体ほぐしの運動                          |             | 体ほぐしの運動                    |       |     |
| 多様な動きをつくる運動遊び              | 多様な動きをつくる運動                      |             | 体の動きを高める運動                 |       |     |
| 【器械・器具を使つての運動遊び】           | 【器械運動】                           |             |                            |       |     |
| 固定施設を使つた運動遊び               |                                  |             |                            |       |     |
| マットを使つた運動遊び                | マット運動                            |             | マット運動                      |       |     |
| 鉄棒を使つた運動遊び                 | 鉄棒運動                             |             | 鉄棒運動                       |       |     |
| 跳び箱を使つた運動遊び                | 跳び箱運動                            |             | 跳び箱運動                      |       |     |
| 【走・跳の運動遊び】                 | 【走・跳の運動】                         |             | 【陸上運動】                     |       |     |
| 走の運動遊び                     | かけっこ・リレー<br>小型ハードル走              |             | 短距離走・リレー<br>ハードル走          |       |     |
| 跳の運動遊び                     | 幅跳び<br>高跳び                       |             | 走り幅跳び<br>走り高跳び             |       |     |
| 【水遊び】                      | 【水泳運動】                           |             |                            |       |     |
| 水の中を移動する運動遊び<br>もぐる・浮く運動遊び | 浮いて進む運動<br>もぐる・浮く運動              |             | クロール<br>平泳ぎ<br>安全確保につながる運動 |       |     |
| 【ゲーム】                      |                                  |             | 【ボール運動】                    |       |     |
| ボールゲーム<br>鬼遊び              | ゴール型ゲーム<br>ネット型ゲーム<br>ベースボール型ゲーム |             | ゴール型<br>ネット型<br>ベースボール型    |       |     |
| 【表現リズム遊び】                  | 【表現運動】                           |             |                            |       |     |
| 表現遊び                       | 表現                               |             | 表現                         |       |     |
| リズム遊び                      | リズムダンス                           |             | フォークダンス                    |       |     |
|                            | 【保健】                             |             |                            |       |     |
|                            | 健康な生活                            | 体の<br>発育・発達 | 心の健康<br>けがの防止              | 病気の予防 |     |

# 《中学校》保健体育科の領域及び内容の取扱い等

## 〔体育分野〕

| 領域及び領域の内容                           | 1 年 | 2 年                             | 内容の取扱い                                         | 領域及び領域の内容                  | 3 年                            | 内容の取扱い                  |
|-------------------------------------|-----|---------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------|--------------------------------|-------------------------|
| 【A 体づくり運動】                          | 必修  | 必修                              | ア、イ必修<br>(各学年7単位<br>時間以上)                      | 【A 体づくり運動】                 | 必修                             | ア、イ必修<br>(7単位時間以上)      |
| ア 体ほぐしの運動                           |     |                                 |                                                | ア 体ほぐしの運動                  |                                |                         |
| イ 体の動きを高める運動                        |     |                                 |                                                | イ 実生活に生かす運動の計画             |                                |                         |
| 【B 器械運動】                            | 必修  | 2年間でアを<br>含む②選択                 |                                                | 【B 器械運動】                   | B、C、<br>D、G<br>から<br>①以上<br>選択 | ア～エから<br>選択             |
| ア マット運動                             |     |                                 |                                                | ア マット運動                    |                                |                         |
| イ 鉄棒運動                              |     |                                 |                                                | イ 鉄棒運動                     |                                |                         |
| ウ 平均台運動                             |     |                                 |                                                | ウ 平均台運動                    |                                |                         |
| エ 跳び箱運動                             |     |                                 |                                                | エ 跳び箱運動                    |                                |                         |
| 【C 陸上運動】                            | 必修  | 2年間でア及<br>びイのそれぞ<br>れの中から選<br>択 |                                                | 【C 陸上運動】                   | B、C、<br>D、G<br>から<br>①以上<br>選択 | ア及びイの<br>それぞれの中<br>から選択 |
| ア 短距離走・リレー、長距<br>離走又はハードル走          |     |                                 |                                                | ア 短距離走・リレー、長距<br>離走又はハードル走 |                                |                         |
| イ 走り幅跳び又は<br>走り高跳び                  |     |                                 |                                                | イ 走り幅跳び又は<br>走り高跳び         |                                |                         |
| 【D 水泳】                              | 必修  | 2年間で<br>ア又はイを<br>含む②選択          |                                                | 【D 水泳】                     | B、C、<br>D、G<br>から<br>①以上<br>選択 | ア～オから<br>選択             |
| ア クロール                              |     |                                 |                                                | ア クロール                     |                                |                         |
| イ 平泳ぎ                               |     |                                 |                                                | イ 平泳ぎ                      |                                |                         |
| ウ 背泳ぎ                               |     |                                 |                                                | ウ 背泳ぎ                      |                                |                         |
| エ バタフライ                             |     |                                 |                                                | エ バタフライ                    |                                |                         |
|                                     |     |                                 |                                                | オ 複数の泳法で及び又<br>はリレー        |                                |                         |
| 【E 球技】                              | 必修  | 2年間で<br>ア～ウの全て<br>を選択           |                                                | 【E 球技】                     | E、F<br>から<br>①以上<br>選択         | ア～ウから<br>②選択            |
| ア ゴール型                              |     |                                 |                                                | ア ゴール型                     |                                |                         |
| イ ネット型                              |     |                                 |                                                | イ ネット型                     |                                |                         |
| ウ ベースボール型                           |     |                                 |                                                | ウ ベースボール型                  |                                |                         |
| 【F 武道】                              | 必修  | 2年間で<br>ア～ウから<br>①選択            |                                                | 【F 武道】                     | E、F<br>から<br>①以上<br>選択         | ア～ウから<br>①選択            |
| ア 柔道                                |     |                                 |                                                | ア 柔道                       |                                |                         |
| イ 剣道                                |     |                                 |                                                | イ 剣道                       |                                |                         |
| ウ 相撲                                |     |                                 |                                                | ウ 相撲                       |                                |                         |
| 【G ダンス】                             | 必修  | 2年間でア～<br>ウから選択                 |                                                | 【G ダンス】                    | B、C、<br>D、G<br>から<br>①以上<br>選択 | ア～ウから<br>選択             |
| ア 創作ダンス                             |     |                                 |                                                | ア 創作ダンス                    |                                |                         |
| イ フォークダンス                           |     |                                 |                                                | イ フォークダンス                  |                                |                         |
| ウ 現代的なリズムのダンス                       |     |                                 |                                                | ウ 現代的なリズムのダンス              |                                |                         |
| 【H 体育理論】                            | 必修  | 必修                              | (1)第1学年必修<br>(2)第2学年必修<br><br>(各学年3単位<br>時間以上) | 【H 体育理論】                   | 必修                             | (1)必修<br>(3単位時間以上)      |
| (1)運動やスポーツの<br>多様性                  |     |                                 |                                                | (1)文化としての<br>スポーツの意義       |                                |                         |
| (2)運動やスポーツの<br>意義や効果と学び方<br>や安全な行い方 |     |                                 |                                                |                            |                                |                         |

## 〔保健分野〕

| 内 容                  | 1 年 | 2 年 | 3 年 | 内容の取扱い                                                                     |
|----------------------|-----|-----|-----|----------------------------------------------------------------------------|
| (1)健康な生活と疾病の予防       | 必修  | 必修  | 必修  | (1)は各学年で決められた<br>事項を必修<br>(2)は1年次、(3)は2年<br>次、(4)は3年次で必修<br>(3年間で48単位時間程度) |
| (2)心身の機能の発達と<br>心の健康 |     |     |     |                                                                            |
| (3)傷害の防止             |     |     |     |                                                                            |
| (4)健康と環境             |     |     |     |                                                                            |

## 《高等学校》保健体育科の領域及び内容の取扱い等

### 〔体育分野〕

| 領域及び内容                       | 1 年次                       | 内容の取扱い                   | 領域及び内容                                                | 2 年次<br>3 年次       | 内容の取扱い                                 |
|------------------------------|----------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------------------|
| 【A 体づくり運動】                   | 必修                         | (7～10単位<br>時間程度)         | 【A 体づくり運動】                                            | 必修                 | (各学年7～10単<br>位時間程度)                    |
| ア 体ほぐしの運動                    |                            |                          | ア 体ほぐしの運動                                             |                    |                                        |
| イ 実生活に生かす運動の計画               |                            |                          | イ 実生活に生かす運動の計画                                        |                    |                                        |
| 【B 器械運動】                     | B、C、<br>D、Gか<br>ら①以上<br>選択 | ア～エから選<br>択              | 【B 器械運動】                                              | B～Gか<br>ら②以上<br>選択 | ア～エから選<br>択                            |
| ア マット運動                      |                            |                          | ア マット運動                                               |                    |                                        |
| イ 鉄棒運動                       |                            |                          | イ 鉄棒運動                                                |                    |                                        |
| ウ 平均台運動                      |                            | ア～ウから選<br>択              | ウ 平均台運動                                               |                    | ア～ウから選<br>択                            |
| エ 跳び箱運動                      |                            |                          | エ 跳び箱運動                                               |                    |                                        |
| 【C 陸上競技】                     |                            |                          | 【C 陸上競技】                                              |                    |                                        |
| ア 競走                         |                            | ア～オから選<br>択              | ア 競走                                                  |                    | ア～オから選<br>択                            |
| イ 跳躍                         |                            |                          | イ 跳躍                                                  |                    |                                        |
| ウ 投てき                        |                            |                          | ウ 投てき                                                 |                    |                                        |
| 【D 水泳】                       |                            | ア～オから選<br>択              | 【D 水泳】                                                |                    | ア～オから選<br>択                            |
| ア クロール                       |                            |                          | ア クロール                                                |                    |                                        |
| イ 平泳ぎ                        |                            |                          | イ 平泳ぎ                                                 |                    |                                        |
| ウ 背泳ぎ                        |                            |                          | ウ 背泳ぎ                                                 |                    |                                        |
| エ バタフライ                      |                            |                          | エ バタフライ                                               |                    |                                        |
| オ 複数の泳法、リレー                  |                            |                          | オ 複数の泳法、リレー                                           |                    |                                        |
| 【E 球技】                       | E、Fか<br>ら①以上<br>選択         | ア～ウから<br>②選択             | 【E 球技】                                                |                    | ア～ウから<br>選択                            |
| ア ゴール型                       |                            |                          | ア ゴール型                                                |                    |                                        |
| イ ネット型                       |                            |                          | イ ネット型                                                |                    |                                        |
| ウ ベースボール型                    |                            | ア・イから選<br>択              | ウ ベースボール型                                             |                    | ア・イから選<br>択                            |
| 【F 武道】                       |                            |                          | 【F 武道】                                                |                    |                                        |
| ア 柔道                         |                            |                          | ア 柔道                                                  |                    |                                        |
| イ 剣道                         |                            |                          | イ 剣道                                                  |                    |                                        |
| 【G ダンス】                      | B、C、<br>D、Gか<br>ら①以上<br>選択 | ア～ウから選<br>択              | 【G ダンス】                                               |                    | ア～ウから<br>選択                            |
| ア 創作ダンス                      |                            |                          | ア 創作ダンス                                               |                    |                                        |
| イ フォークダンス                    |                            |                          | イ フォークダンス                                             |                    |                                        |
| ウ 現代的なリズムのダンス                |                            |                          | ウ 現代的なリズムのダンス                                         |                    |                                        |
| 【H 体育理論】                     | 必修                         | (1)は1年次<br>(6単位時間<br>以上) | 【H 体育理論】                                              | 必修                 | (2)は2年次<br>(3)は3年次<br>(各年次6単位<br>時間以上) |
| (1) スポーツの文化的特性<br>や現代スポーツの発展 |                            |                          | (2) 運動やスポーツの効<br>果的な学習の仕方<br>(3) 豊かなスポーツライ<br>フの設計の仕方 |                    |                                        |

### 〔保健分野〕

| 内容                                                            | 入学年次<br>その次の年次 | 内容の取扱い及び改訂のポイント                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| (1)現代社会と健康<br>(2)安全な社会生活<br>(3)生涯を通じる健康<br>(4)健康を支える環境<br>づくり | 必修             | 原則として入学年次及びその次の年次の2か年にわたり履修させる。内容の構成として従前の3項目から、「現代社会と健康」、「安全な社会生活」、「生涯を通じる健康」及び「健康を支える環境づくり」の4項目に変更。<br>「現代社会と健康」では精神疾患の予防と回復の内容を新しく示し、小学校、中学校の系統性及び安全に関する指導を重視する観点から、「安全な社会生活」を新たに設定。<br>「健康を支える環境づくり」には健康に関する環境づくりと社会参加に関する内容を新たに位置付けた。 |