

# 保健体育

## 【保健体育の見方・考え方】

体育：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、自己の適性等に応じた「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：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。

## 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善

### 体育 小学校

#### 1 運動領域と保健領域の関連を図った指導計画

- 各運動領域の内容と、心の健康と運動、病気の予防などの保健領域の内容と関連付けて学習することによって、児童が運動と健康が密接に関連していることを意識できるよう指導します。
- 運動と健康の関連を理解できるよう、運動領域の各領域と保健領域の指導内容の関連を図った指導計画を作成します。

#### 2 運動のポイントや課題に応じた練習方法の提示

- 児童が課題解決の方法を見通すことができるよう、運動の行い方のポイントや課題に応じた練習方法を示します。
- 必要な知識及び技能の習得を図り、思考を深めるために発言を促したり、気付いていない視点を提示したりします。
- 全ての児童が、楽しく、安心して運動に取り組み、体力の向上につながるよう、特に、運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童への指導に配慮します。

#### 3 豊かなスポーツライフを実現する資質・能力の育成

- 児童が学習の成果を確かめ、次時への意欲をもつことができるよう、自己の学びを振り返らせます。
- 自己の学びを可視化できるよう、学習カードを活用して課題を確認したり、次時への意欲を高めます。
- 活動を楽しみ、できた喜びを実感できるよう、ゲーム的要素を取り入れた内容やルールを設定します。

### 保健体育 中学校

#### 1 体育分野と保健分野の関連を図った指導計画

- 単元を通して、運動の楽しさや喜びを味わえるよう基本的な運動の技能や知識を確実に身に付け、自他の運動の課題を解決する学習をバランスよく位置付けます。
- 健康な生活と運動やスポーツとの関わりを深く理解したり、心と体が密接につながっていることを実感したりできるよう、体育分野と保健分野の関連を図った指導計画を作成します。

#### 2 課題を発見し、解決の見通しをもつ活動の位置付け

- 運動やスポーツとの多様な関わり方や健康についての課題を明確にし、課題解決の過程を生徒と共有します。
- 運動の行い方や健康・安全の確保の仕方などの解決方法を考え、適切な方法を選択するなど、よりよい解決に向けて判断する活動を位置付けます。
- 生徒の意欲を高めることができるよう運動のポイントや協力することの意義などをまとめ、自身の学びを振り返る活動を位置付けます。

#### 3 豊かなスポーツライフを実現する資質・能力の育成

- 体力や技能の程度、性別や障がいの有無等にかかわらず、運動の多様な楽しみ方を共有することができるようにするため、原則として男女共習で学習するようにします。
- 全国体力・運動能力、運動習慣等調査などを用いて、生徒の体力や健康状態を的確に把握し、計画的・継続的に指導するようにします。

## 指導の一層の充実に向けて

- 自己や仲間の課題について、思考し判断したことを、言葉や文章、動作で表し、仲間や教師に理由を添えて伝えるなど、他者に伝える学習活動を位置付けましょう。
- 生徒の体力向上に向けて、「体づくり運動」において、第1学年及び第2学年では「体の動きを高める運動」、第3学年では「実生活に生かす運動の計画」を指導計画に位置付けましょう。
- オリンピック・パラリンピックに関する指導として、各運動領域の学習活動において、ルール・マナーの遵守やフェアプレイの大切さなど、スポーツの意義や価値について触れるようにしましょう。