

中学校保健体育

現行・新学習指導要領 新旧対照表

※この冊子は、平成29年（2017年）3月31日に
文部科学省が公示した学習指導要領、その他
関係資料をもとに作成しています。

〔保健体育〕

下線部は、対照する現行の内容との
主な変更箇所を示しています。

現行学習指導要領	新学習指導要領	備 考
<p>第1 目標</p> <p>心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。</p> <p>第2 各分野の目標及び内容 〔体育分野 第1学年及び第2学年〕</p> <p>1 目標</p> <p>(1) 運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに、知識や技能を身に付け、運動を豊かに実践することができるようにする。</p>	<p>第1 目標</p> <p>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。</p> <p>(1) 各種の運動の特性に応じた技能等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。</p> <p>(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。</p> <p>(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。</p> <p>第2 各学年の目標及び内容 〔体育分野 第1学年及び第2学年〕</p> <p>1 目標</p> <p>(1) 運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能</p>	<p>【変更】</p> <p>教科の目標の示し方が変更。</p> <p>前文と資質・能力の3つの観点（「知識及び技能」、<u>「思考力、判断力、表現力等」</u>、「学びに向かう力、人間性等」）に合わせ、それぞれの具体目標を記載。</p> <p>【変更】</p> <p>目標の示し方が変更。</p> <p>(1)「知識及び技能」、(2)「思考力、判断力、表現</p>

<p>(3) 運動における競争や協同の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たすなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を育てる。</p> <p>(2) 運動を適切に行うことによって、体力を高め、心身の調和的発達を図る。</p> <p>2 内容</p> <p>A 体づくり運動</p> <p>(1) 次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力を高め、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができるようにする。</p> <p>ア 体ほぐしの運動では、心と体の関係に気付き、体の調子を整え、仲間と交流するための手軽な運動や律動的な運動を行うこと。</p> <p>イ 体力を高める運動では、ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行うとともに、それらを組み合わせて運動の計画に取り組むこと。</p> <p>(3) 体づくり運動の意義と行い方、運動の計画の立て方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>(2) 体づくり運動に積極的に取り組むとともに、分担した役割</p>	<p>を身に付けるようにする。</p> <p>(2) 運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。</p> <p>(3) 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、<u>一人一人の違いを認めようとする</u>などの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。</p> <p>2 内容</p> <p>A 体づくり運動</p> <p>体づくり運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(1) 次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、<u>体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法を理解し、</u>目的に適した運動を身に付け、組み合わせること。</p> <p>ア 体ほぐしの運動では、<u>手軽な運動を行い、心と体との関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わり合うこと。</u></p> <p>イ <u>体の動きを</u>高める運動では、ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行うとともに、それらを<u>組み合わせること。</u></p> <p>(2) 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、<u>自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。</u></p> <p>(3) 体づくり運動に積極的に取り組むとともに、<u>仲間の学習</u></p>	<p>力等」, (3)「学びに向かう力、人間性等」で構成。</p> <p>【変更】 内容 A～G は、前文と(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」で構成。</p> <p>【変更】 (1)は、現行(1)と(3)の一部(理解する内容)が統合。</p> <p>【移行】 現行(3)の一部が(1)へ移行。</p>
---	---	--

現行学習指導要領	新学習指導要領	備 考
<p>を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。</p> <p>B 器械運動</p> <p>(1) 次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、その技がよりよくできるようにする。</p> <p>ア マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを組み合わせること。</p> <p>イ 鉄棒運動では、支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを組み合わせること。</p> <p>ウ 平均台運動では、体操系やバランス系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを組み合わせること。</p> <p>エ 跳び箱運動では、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと。</p> <p>(3) 器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>(2) 器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。</p>	<p>を援助しようとする、一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする、話合いに参加しようとするなどや、健康・安全に気を配ること。</p> <p>B 器械運動</p> <p>器械運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(1) 次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、<u>技をよりよく行うこと。</u></p> <p>ア マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせること。</p> <p>イ 鉄棒運動では、支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせること。</p> <p>ウ 平均台運動では、体操系やバランス系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせること。</p> <p>エ 跳び箱運動では、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと。</p> <p>(2) <u>技などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えること。</u></p> <p>(3) 器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、<u>仲間の学習を援助しようとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする</u>などや、健康・安全に気を配ること。</p>	<p>【変更】</p> <p>(1)は、現行(1)と(3)の一部(理解する内容)が統合。</p> <p>【変更】</p> <p>現行(3)の一部が(1)へ移行。</p>

C 陸上競技

(1) 次の運動について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができるようにする。

ア 短距離走・リレーでは、滑らかな動きで速く走ること、長距離走では、ペースを守り一定の距離を走ること、ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかにハードルを越すこと。

イ 走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶこと、走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶこと。

(3) 陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

(2) 陸上競技に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。

D 水泳

(1) 次の運動について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、泳法を身に付けることができるようにする。

ア クロールでは、手と足、呼吸のバランスをとり速く泳ぐこと。

イ 平泳ぎでは、手と足、呼吸のバランスをとり長く泳ぐこ

C 陸上競技

陸上競技について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

(1) 次の運動について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けること。

ア 短距離走・リレーでは、滑らかな動きで速く走ることやバトンの受渡してタイミングを合わせること、長距離走では、ペースを守って走ること、ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかにハードルを越すこと。

イ 走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶこと、走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶこと。

(2) 動きなどの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えること。

(3) 陸上競技に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとすることなどや、健康・安全に気を配ること。

D 水泳

水泳について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

(1) 次の運動について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、水泳の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、泳法を身に付けること。

ア クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐこと。

イ 平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く

【変更】

(1)は、現行(1)と(3)の一部(理解する内容)が統合。

【変更】

現行(3)の一部が(1)へ移行。

【変更】

(1)は、現行(1)と(3)の一部(理解する内容)が統合。

現行学習指導要領	新学習指導要領	備 考
<p>と。</p> <p>ウ 背泳ぎでは、手と足、呼吸のバランスをとり泳ぐこと。</p> <p>エ バタフライでは、手と足、呼吸のバランスをとり泳ぐこと。</p> <p>(3) 水泳の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>(2) 水泳に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすることなどや、水泳の事故防止に関する心得など健康・安全に気を配ることができるようにする。</p> <p>E 球技</p> <p>(1) 次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにする。</p> <p>ア ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防を展開すること。</p> <p>イ ネット型では、ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防を展開すること。</p> <p>ウ ベースボール型では、基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防を展開すること。</p> <p>(3) 球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工</p>	<p>泳ぐこと。</p> <p>ウ 背泳ぎでは、<u>手と足の動き</u>、呼吸のバランスをとり泳ぐこと。</p> <p>エ バタフライでは、<u>手と足の動き</u>、呼吸のバランスをとり泳ぐこと。</p> <p>(2) <u>泳法などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えること。</u></p> <p>(3) 水泳に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、<u>分担した役割を果たそうとすることなどや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配ること。</u></p> <p>E 球技</p> <p>球技について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(1) 次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、<u>球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開すること。</u></p> <p>ア ゴール型では、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での<u>攻防</u>をすること。</p> <p>イ ネット型では、ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる<u>攻防</u>をすること。</p> <p>ウ ベースボール型では、基本的なバット操作と走塁での<u>攻撃</u>、ボール操作と定位置での守備などによって<u>攻防</u>をすること。</p> <p>(2) <u>攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたこ</u></p>	<p>【変更】 現行(3)の一部が(1)へ移行。</p> <p>【変更】 (1)は、現行(1)と(3)の一部(理解する内容)が統合。</p> <p>【変更】 現行(3)の一部が(1)へ移行。</p>

夫できるようにする。

- (2) 球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとするなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。

F 武道

- (1) 次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにする。

ア 柔道では、相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの攻防を展開すること。

イ 剣道では、相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技を用いて、打ったり受けたりするなどの攻防を展開すること。

ウ 相撲では、相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技を用いて、押したり寄ったりするなどの攻防を展開すること。

- (3) 武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

- (2) 武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすることなどや、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることができるようにする。

とを他者に伝えること。

- (3) 球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとすること、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとすること、仲間の学習を援助しようとすることなどや、健康・安全に気を配ること。

F 武道

武道について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

- (1) 次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開すること。

ア 柔道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの簡易な攻防をすること。

イ 剣道では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、打ったり受けたりするなどの簡易な攻防をすること。

ウ 相撲では、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、押したり寄ったりするなどの簡易な攻防をすること。

- (2) 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えること。

- (3) 武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとすることなどや、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ること。

【変更】

(1)は、現行(1)と(3)の一部(理解する内容)が統合。

【変更】

現行(3)の一部が(1)へ移行。

現行学習指導要領	新学習指導要領	備 考
<p>G ダンス</p> <p>(1) 次の運動について、感じを込めて踊ったりみんなで踊ったりする楽しさや喜びを味わい、イメージをとらえた表現や踊りを通じた交流ができるようにする。</p> <p>ア 創作ダンスでは、多様なテーマから表したいイメージをとらえ、動きに変化を付けて即興的に表現したり、変化のあるひとまとまりの表現にしたりして踊ること。</p> <p>イ フォークダンスでは、踊り方の特徴をとらえ、音楽に合わせて特徴的なステップや動きで踊ること。</p> <p>ウ 現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ること。</p> <p>(3) ダンスの特性、踊りの由来と表現の仕方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>(2) ダンスに積極的に取り組むとともに、よさを認め合おうとすること、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。</p>	<p>G ダンス</p> <p>ダンスについて、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(1) 次の運動について、感じを込めて踊ったりみんなで踊ったりする楽しさや喜びを味わい、<u>ダンスの特性や由来、表現の仕方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、イメージを捉えた表現や踊りを通じた交流をすること。</u></p> <p>ア 創作ダンスでは、多様なテーマから表したいイメージを捉え、動きに変化を付けて即興的に表現したり、変化のあるひとまとまりの表現にしたりして踊ること。</p> <p>イ フォークダンスでは、<u>日本の民踊^{よう}や外国の踊りから、それらの踊り方の特徴を捉え、音楽に合わせて特徴的なステップや動きで踊ること。</u></p> <p>ウ 現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊ること。</p> <p>(2) <u>表現などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。</u></p> <p>(3) <u>ダンスに積極的に取り組むとともに、仲間の学習を援助しようとする、交流などの話合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとする</u>ことなどや、健康・安全に気を配ること。</p>	<p>【変更】</p> <p>(1)は、現行(1)と(3)の一部(理解する内容)が統合。</p> <p>【変更】</p> <p>現行(3)の一部が(1)へ移行。</p>
<p>H 体育理論</p> <p>(1) 運動やスポーツが多様であることについて理解できるようにする。</p>	<p>H 体育理論</p> <p>(1) 運動やスポーツが多様であることについて、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>ア 運動やスポーツが多様であることについて理解すること。</p>	<p>【変更】</p> <p>項目の示し方が変更。</p> <p>(1)(2)ごとに、前文とア「知識及び技能」、イ「思考力、判断力、表現力等」ウ「学びに向かう力、</p>

ア 運動やスポーツは、体を動かしたり、健康を維持したりするなどの必要性や、競技に応じた力を試すなどの楽しさから生みだされ発展してきたこと。

イ 運動やスポーツには、行うこと、見ること、支えることなどの多様なかかわり方があること。

(2) 運動やスポーツの意義や効果などについて理解できるようにする。

ア 運動やスポーツは、身体の発達やその機能の維持、体力の向上などの効果や自信の獲得、ストレスの解消などの心理的効果が期待できること。

イ 運動やスポーツは、ルールやマナーについて合意したり、適切な人間関係を築いたりするなどの社会性を高める効果が期待できること。

【Hの(1)ウ】

ウ 運動やスポーツには、特有の技術や戦術があり、その学び方には一定の方法があること。

ウ 運動やスポーツを行う際は、その特性や目的、発達の段階や体調などを踏まえて運動を選ぶなど、健康・安全に留

(ア) 運動やスポーツは、体を動かしたり健康を維持したりするなどの必要性及び競い合うことや課題を達成することなどの楽しさから生みだされ発展してきたこと。

(イ) 運動やスポーツには、行うこと、見ること、支えること及び知ることなどの多様な関わり方があること。

(ウ) 世代や機会に応じて、生涯にわたって運動やスポーツを楽しむためには、自己に適した多様な楽しみ方を見付けたり、工夫したりすることが大切であること。

イ 運動やスポーツが多様であることについて、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えること。

ウ 運動やスポーツが多様であることについての学習に積極的に取り組むこと。

(2) 運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について理解すること。

(ア) 運動やスポーツは、身体の発達やその機能の維持、体力の向上などの効果や自信の獲得、ストレスの解消などの心理的効果及びルールやマナーについて合意したり、適切な人間関係を築いたりするなどの社会性を高める効果が期待できること。

(イ) 運動やスポーツには、特有の技術があり、その学び方には、運動の課題を合理的に解決するための一定の方法があること。

(ウ) 運動やスポーツを行う際は、その特性や目的、発達の段階や体調などを踏まえて運動を選ぶなど、健康・安全

人間性等」で構成。

【新設】

生涯にわたって運動やスポーツを楽しむことについて新設。

【変更】

ア(ア)は、現行(2)ア「運動やスポーツの効果」とイ「運動やスポーツの社会性を高める効果」が統合。

【移行】

ア(イ)は、現行(1)ウ「運動やスポーツの学び方」が移行（第1学年→第2学年）。

現行学習指導要領	新学習指導要領	備 考
<p>意する必要があること。</p> <p>〔体育分野 第3学年〕</p> <p>1 目標</p> <p>(1) 運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わうとともに、知識や技能を高め、生涯にわたって運動を豊かに実践することができるようにする。</p> <p>(2) 運動を適切に行うことによって、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、心身の調和的発達を図る。</p> <p>(3) 運動における競争や協同の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画するなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しむ態度を育てる。</p> <p>2 内容</p> <p>A 体づくり運動</p> <p>(1) 次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進や体力の向上を図り、目的に適した運動</p>	<p>に留意する必要があること。</p> <p>イ 運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えること。</p> <p>ウ 運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方についての学習に積極的に取り組むこと。</p> <p>〔体育分野 第3学年〕</p> <p>1 目標</p> <p>(1) 運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性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。</p> <p>(2) 運動についての自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。</p> <p>(3) 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、<u>一人一人の違いを大切にしようとする</u>などの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しむ態度を養う。</p> <p>2 内容</p> <p>A 体づくり運動</p> <p>体づくり運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(1) 次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、<u>運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解</u></p>	<p>【変更】</p> <p>目標の示し方が変更。</p> <p>(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」で構成。</p> <p>【変更】</p> <p>内容A～Gは、前文と(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」で構成。</p> <p>【変更】</p> <p>(1)は、現行(1)と(3)の一部</p>

の計画を立て取り組むことができるようにする。

ア 体ほぐしの運動では、心と体は互いに影響し変化することに気付き、体の状態に応じて体の調子を整え、仲間と積極的に交流するための手軽な運動や律動的な運動を行うこと。

イ 体力を高める運動では、ねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立て取り組むこと。

(3) 運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

(2) 体づくり運動に自主的に取り組むとともに、体力の違いに配慮しようとする事、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。

B 器械運動

(1) 次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技で演技することができるようにする。

ア マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを構成し演技すること。

イ 鉄棒運動では、支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを構成し演技すること。

ウ 平均台運動では、体操系やバランス系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを構成し演技すること。

するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むこと。

ア 体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と自主的に関わり合うこと。

イ 実生活に生かす運動の計画では、ねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立て取り組むこと。

(2) 自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。

(3) 体づくり運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする事、話し合いに貢献しようとする事などや、健康・安全を確保すること。

B 器械運動

器械運動について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

(1) 次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、技の名称や行い方、運動観察の方法、体力の高め方などを理解するとともに、自己に適した技で演技すること。

ア マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技すること。

イ 鉄棒運動では、支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技すること。

ウ 平均台運動では、体操系やバランス系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技すること。

(理解する内容)が統合。

【変更】
現行(3)の一部が(1)へ移行。

【変更】
(1)は、現行(1)と(3)の一部(理解する内容)が統合。

現行学習指導要領	新学習指導要領	備 考
<p>エ 跳び箱運動では、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと。</p> <p>(3) 技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>(2) 器械運動に自主的に取り組むとともに、よい演技を<u>讀え</u>ようとする<u>こと</u>、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>エ 跳び箱運動では、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと。</p> <p>(2) <u>技などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えること。</u></p> <p>(3) 器械運動に自主的に取り組むとともに、よい演技を<u>讀え</u>ようとする<u>こと</u>、<u>互いに助け合い教え合おうとすること</u>、<u>一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする</u>ことなどや、健康・安全を確保すること。</p>	<p>【変更】 現行(3)の一部が(1)へ移行。</p>
<p>C 陸上競技</p> <p>(1) 次の運動について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。</p> <p>ア 短距離走・リレーでは、中間走へのつなぎを滑らかにするなどして速く走ること、長距離走では、自己に適したペースを維持して走ること、ハードル走では、スピードを維持した走りからハードルを低く越すこと。</p> <p>イ 走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から力強く踏み切って跳ぶこと、走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切り滑らかな空間動作で跳ぶこと。</p> <p>(3) 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>(2) 陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に</p>	<p>C 陸上競技</p> <p>陸上競技について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(1) 次の運動について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、<u>技術の名称や行い方</u>、<u>体力の高め方</u>、<u>運動観察の方法などを理解するとともに</u>、<u>各種目特有の技能を身に付けること</u>。</p> <p>ア 短距離走・リレーでは、中間走へのつなぎを滑らかにして速く走ることやバトンの<u>受渡</u>して次走者の<u>スピードを十分高めること</u>、長距離走では、自己に適したペースを維持して走ること、ハードル走では、スピードを維持した走りからハードルを低く越すこと。</p> <p>イ 走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から力強く踏み切って跳ぶこと、走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切り滑らかな空間動作で跳ぶこと。</p> <p>(2) <u>動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えること。</u></p> <p>(3) 陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に</p>	<p>【変更】 (1)は、現行(1)と(3)の一部(理解する内容)が統合。</p> <p>【変更】 現行(3)の一部が(1)へ移行。</p>

受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。

D 水泳

- (1) 次の運動について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、効率的に泳ぐことができるようにする。

ア クロールでは、手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。

イ 平泳ぎでは、手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。

ウ 背泳ぎでは、手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐこと。

エ バタフライでは、手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐこと。

オ 複数の泳法で泳ぐこと、又はリレーをすること。

- (3) 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

- (2) 水泳に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとすることなどや、水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保することができるようにする。

E 球技

- (1) 次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作

受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする事などや、健康・安全を確保すること。

D 水泳

水泳について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

- (1) 次の運動について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、効率的に泳ぐこと。

ア クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。

イ 平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。

ウ 背泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐこと。

エ バタフライでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐこと。

オ 複数の泳法で泳ぐこと、又はリレーをすること。

- (2) 泳法などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えること。

- (3) 水泳に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする事などや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保すること。

E 球技

球技について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

- (1) 次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技

【変更】

(1)は、現行(1)と(3)の一部(理解する内容)が統合。

【変更】

現行(3)の一部が(1)へ移行。

【変更】

現行学習指導要領	新学習指導要領	備 考
<p>戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにする。</p> <p>ア ゴール型では、安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防を展開すること。</p> <p>イ ネット型では、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防を展開すること。</p> <p>ウ ベースボール型では、安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作、連携した守備などによって攻防を展開すること。</p> <p>(3) 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>(2) 球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとすること、作戦などについての話し合いに貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p><u>術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開すること。</u></p> <p>ア ゴール型では、安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きによってゴール前への侵入などから<u>攻防をすること。</u></p> <p>イ ネット型では、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる<u>攻防をすること。</u></p> <p>ウ ベースボール型では、安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などによって<u>攻防をすること。</u></p> <p>(2) <u>攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。</u></p> <p>(3) 球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、<u>作戦などについての話し合いに貢献しようとする事、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする事、互いに助け合い教え合おうとする事</u>などや、健康・安全を確保すること。</p>	<p>(1)は、現行(1)と(3)の一部(理解する内容)が統合。</p> <p>【変更】 現行(3)の一部が(1)へ移行。</p>
<p>F 武道</p> <p>(1) 次の運動について、技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、得意技を身に付けることができるようにする。</p> <p>ア 柔道では、相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、得意技や連絡技を用いて、相手を崩して投げ</p>	<p>F 武道</p> <p>武道について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>(1) 次の運動について、技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、<u>伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開すること。</u></p> <p>ア 柔道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、<u>連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えた</u></p>	<p>【変更】 (1)は、現行(1)と(3)の一部(理解する内容)が統合。</p>

たり、抑えたりするなどの攻防を展開すること。

イ 剣道では、相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技や得意技を用いて、相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの攻防を展開すること。

ウ 相撲では、相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技や得意技を用いて、相手を崩し、投げたりひねったりするなどの攻防を展開すること。

(3) 伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

(2) 武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。

G ダンス

(1) 次の運動について、感じを込めて踊ったり、みんなで自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、イメージを深めた表現や踊りを通じた交流や発表ができるようにする。

ア 創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、個や群で、緩急強弱のある動きや空間の使い方に変化をつけて即興的に表現したり、簡単な作品にまとめたりして踊ること。

イ フォークダンスでは、踊り方の特徴をとらえ、音楽に合わせて特徴的なステップや動きと組み方で踊ること。

ウ 現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴をとらえ、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ること。

りするなどの攻防をすること。

イ 剣道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技を用いて、相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの攻防をすること。

ウ 相撲では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技を用いて、相手を崩し、投げたりいなしたりするなどの攻防をすること。

(2) 攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えること。

(3) 武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどや、健康・安全を確保すること。

G ダンス

ダンスについて、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

(1) 次の運動について、感じを込めて踊ったり、みんなで自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、交流や発表の仕方、運動観察の方法、体力の高め方などを理解するとともに、イメージを深めた表現や踊りを通じた交流や発表をすること。

ア 創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、緩急強弱のある動きや空間の使い方に変化を付けて即興的に表現したり、簡単な作品にまとめたりして踊ること。

イ フォークダンスでは、日本の民踊や外国の踊りから、それらの踊り方の特徴を捉え、音楽に合わせて特徴的なステップや動きと組み方で踊ること。

ウ 現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を捉え、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊ること。

【変更】

現行(3)の一部が(1)へ移行。

【変更】

(1)は、現行(1)と(3)の一部(理解する内容)が統合。

現行学習指導要領	新学習指導要領	備 考
<p>(3) ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、体力の高め方、交流や発表の仕方などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>(2) ダンスに自主的に取り組むとともに、互いの違いやよさを認め合おうとすること、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。</p> <p>H 体育理論</p> <p>(1) 文化としてのスポーツの意義について理解できるようにする。</p> <p>ア スポーツは文化的な生活を営み、よりよく生きていくために重要であること。</p> <p>イ オリンピックや国際的なスポーツ大会などは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていること。</p> <p>ウ スポーツは、民族や国、人種や性、障害の違いなどを超えて人々を結び付けていること。</p> <p>[内容の取扱い]</p> <p>(1) 内容の各領域については、次のとおり取り扱うものとする。</p>	<p>(2) <u>表現などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。</u></p> <p>(3) ダンスに自主的に取り組むとともに、<u>互いに助け合い教え合おうとすること、作品や発表などの話合いに貢献しようとする</u>こと、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保すること。</p> <p>H 体育理論</p> <p>(1) 文化としてのスポーツの意義について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>ア 文化としてのスポーツの意義について<u>理解すること。</u></p> <p>(ア) スポーツは、文化的な生活を営みよりよく生きていくために重要であること。</p> <p>(イ) オリンピックや<u>パラリンピック</u>及び国際的なスポーツ大会などは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていること。</p> <p>(ウ) スポーツは、民族や国、人種や性、障害の違いなどを超えて人々を結び付けていること。</p> <p>イ 文化としてのスポーツの意義について、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えること。</p> <p>ウ 文化としてのスポーツの意義についての学習に自主的に取り組むこと。</p> <p>[内容の取扱い]</p> <p>(1) 内容の各領域については、次のとおり取り扱うものとする。</p>	<p>【変更】 現行(3)の一部が(1)へ移行。</p> <p>【変更】 項目の示し方が変更。 (1)(2)ごとに、前文とア「知識及び技能」、イ「思考力、判断力、表現力等」ウ「学びに向かう力、人間性等」で構成。</p>

ア 第1学年及び第2学年においては、「A体づくり運動」から「H体育理論」までについては、すべての生徒に履修させること。その際、「A体づくり運動」及び「H体育理論」については、2学年にわたって履修させること。

イ 第3学年においては、「A体づくり運動」及び「H体育理論」については、すべての生徒に履修させること。「B器械運動」、「C陸上競技」、「D水泳」及び「Gダンス」についてはこれらの中から一以上を、「E球技」及び「F武道」についてはこれらの中から一以上をそれぞれ選択して履修できるようにすること。

(2) 内容の「A体づくり運動」から「H体育理論」までに示す事項については、次のとおり取り扱うものとする。

ア 「A体づくり運動」の(1)のアの運動については、「B器械運動」から「Gダンス」までにおいても関連を図って指導することができるとともに、心の健康など保健分野との関連を図ること。また、「A体づくり運動」の(1)のイの運動については、第1学年及び第2学年においては、動きを持続する能力を高めるための運動に重点を置いて指導することができるが、調和のとれた体力を高めることに留意すること。第3学年においては、日常的に取り組める運動例を取り上げるなど指導方法の工夫を図ること。

イ 「B器械運動」の(1)の運動については、第1学年及び第2学年においては、アからエまでの中からアを含む二を選択して履修できるようにすること。第3学年においては、アからエまでの中から選択して履修できるようにすること。

ウ 「C陸上競技」の(1)の運動については、ア及びイに示すそれぞれの運動の中から選択して履修できるようにすること。

エ 「D水泳」の(1)の運動については、第1学年及び第2学

ア 第1学年及び第2学年においては、「A体づくり運動」から「H体育理論」までについては、全ての生徒に履修させること。その際「A体づくり運動」及び「H体育理論」については、2学年間にわたって履修させること。

イ 第3学年においては、「A体づくり運動」及び「H体育理論」については、全ての生徒に履修させること。「B器械運動」、「C陸上競技」、「D水泳」及び「Gダンス」についてはいずれかから一以上を、「E球技」及び「F武道」についてはいずれか一以上をそれぞれ選択して履修できるようにすること。

(2) 内容の「A体づくり運動」から「H体育理論」までに示す事項については、次のとおり取り扱うものとする。

ア 「A体づくり運動」の(1)のアの運動については、「B器械運動」から「Gダンス」までにおいても関連を図って指導することができるとともに、心の健康など保健分野との関連を図って指導すること。また「A体づくり運動」の(1)のイの運動については、第1学年及び第2学年においては、動きを持続する能力を高めるための運動に重点を置いて指導することができるが、調和のとれた体力を高めることに留意すること。その際、音楽に合わせて運動をするなどの工夫を図ること。第3学年においては、日常的に取り組める運動例を取り上げるなど指導方法の工夫を図ること。

イ 「B器械運動」の(1)の運動については、第1学年及び第2学年においては、アからエまでの中からアを含む二を選択して履修できるようにすること。第3学年においては、アからエまでの中から選択して履修できるようにすること。

ウ 「C陸上競技」の(1)の運動については、ア及びイに示すそれぞれの運動の中から選択して履修できるようにすること。

エ 「D水泳」の(1)の運動については、第1学年及び第2学

現行学習指導要領	新学習指導要領	備 考
<p>年においては、アからエまでの中からア又はイのいずれかを含む二を選択して履修できるようにすること。第3学年においては、アからオまでの中から選択して履修できるようにすること。また、泳法との関連において水中からのスタート及びターンを取り上げること。なお、水泳の指導については、適切な水泳場の確保が困難な場合にはこれを扱わないことができるが、水泳の事故防止に関する心得については、必ず取り上げること。また、保健分野の応急手当との関連を図ること。</p> <p>オ 「E球技」の(1)の運動については、第1学年及び第2学年においては、アからウまでをすべての生徒に履修させること。第3学年においては、アからウまでの中から二を選択して履修できるようにすること。また、アについては、バスケットボール、ハンドボール、サッカーの中から、イについては、バレーボール、卓球、テニス、バドミントンの中から、ウについては、ソフトボールを適宜取り上げることとし、地域や学校の実態に応じて、その他の運動についても履修させることができること。なお、ウの実施に当たり、十分な広さの運動場の確保が難しい場合は指導方法を工夫して行うこと。</p> <p>カ 「F武道」の(1)の運動については、アからウまでの中から一を選択して履修できるようにすること。なお、地域や学校の実態に応じて、なぎなたなどのその他の武道についても履修させることができること。また、武道場などの確保が難しい場合は指導方法を工夫して行うとともに、学習段階や個人差を踏まえ、段階的な指導を行うなど安全の確保に十分留意すること。</p>	<p>年においては、アからエまでの中からア又はイのいずれかを含む二を選択して履修できるようにすること。第3学年においては、アからオまでの中から選択して履修できるようにすること。<u>なお、学校や地域の実態に応じて、安全を確保するための泳ぎを加えて履修させることができること。</u>また、泳法との関連において水中からのスタート及びターンを取り上げること。なお、水泳の指導については、適切な水泳場の確保が困難な場合にはこれを扱わないことができるが、水泳の事故防止に関する心得については、必ず取り上げること。また、保健分野の応急手当との関連を図ること。</p> <p>オ 「E球技」の(1)の運動については、第1学年及び第2学年においては、アからウまでを全ての生徒に履修させること。第3学年においては、アからウまでの中から二を選択して履修できるようにすること。また、アについては、バスケットボール、ハンドボール、サッカーの中から、イについては、バレーボール、卓球、テニス、バドミントンの中から、ウについては、ソフトボールを適宜取り上げることとし、<u>学校や地域の実態に応じて、その他の運動についても履修させることができること。</u>なお、ウの実施に当たり、十分な広さの運動場の確保が難しい場合は指導方法を工夫して行うこと。</p> <p>カ 「F武道」については<u>柔道、剣道、相撲、空手道、なぎなた、弓道、合気道、少林寺拳法、銃剣道などを通して、我が国固有の伝統と文化により一層触れることができるようにすること。</u>また、(1)の運動については、アからウまでの中から一を選択して履修できるようにすること。なお、<u>学校や地域の実態に応じて、空手道、なぎなた、弓道、合気道、少林寺拳法、銃剣道などについても履修させること</u></p>	

キ 「Gダンス」の(1)の運動については、アからウまでの中から選択して履修できるようにすること。なお、地域や学校の実態に応じて、その他のダンスについても履修させることができること。

ク 第1学年及び第2学年の内容の「H体育理論」については、(1)は第1学年、(2)は第2学年で取り上げること。

(3) 内容の「A体づくり運動」から「Gダンス」までの領域及び運動の選択並びにその指導に当たっては、地域や学校の実態及び生徒の特性等を考慮するものとする。その際、指導に当たっては、内容の「B器械運動」から「Gダンス」までの領域については、それぞれの運動の特性に触れるために必要な体力を生徒自ら高めるように留意するものとする。

(4) 自然とのかかわりの深いスキー、スケートや水辺活動などの指導については、地域や学校の実態に応じて積極的に行うことに留意するものとする。

(5) 集合、整頓、列の増減、方向変換などの行動の仕方を身に付け、能率的で安全な集団としての行動ができるようにするための指導については、内容の「A体づくり運動」から「Gダンス」までの領域において適切に行うものとする。

【保健分野】

1 目標

個人生活における健康・安全に関する理解を通して、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

ができること。また、武道場などの確保が難しい場合は指導方法を工夫して行うとともに、学習段階や個人差を踏まえ、段階的な指導を行うなど安全を十分に確保すること。

キ 「Gダンス」の(1)の運動については、アからウまでの中から選択して履修できるようにすること。なお、学校や地域の実態に応じて、その他のダンスについても履修させることができること。

ク 第1学年及び第2学年の内容の「H体育理論」については、(1)は第1学年、(2)は第2学年で取り上げること。

(3) 内容の「A体づくり運動」から「Gダンス」までの領域及び運動の選択並びにその指導に当たっては、学校や地域の実態及び生徒の特性等を考慮するものとする。また、第3学年の領域の選択に当たっては、安全を十分に確保した上で、生徒が自由に選択して履修することができるよう配慮すること。その際、指導に当たっては、内容の「B器械運動」から「Gダンス」までの領域については、それぞれの運動の特性に触れるために必要な体力を生徒自ら高めるように留意するものとする。

(4) 自然との関わりの深いスキー、スケートや水辺活動などの指導については、学校や地域の実態に応じて積極的に行うことに留意するものとする。

(5) 集合、整頓、列の増減、方向変換などの行動の仕方を身に付け、能率的で安全な集団としての行動ができるようにするための指導については、内容の「A体づくり運動」から「Gダンス」までの領域において適切に行うものとする。

【保健分野】

1 目標

(1) 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。
(2) 健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向け

【変更】

目標の示し方が変更。
(1)「知識及び技能」、(2)「思考力、判断力、表現

現行学習指導要領	新学習指導要領	備 考
<p>2 内容</p> <p>(4) 健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができるようにする。</p> <p>ア 健康は、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。また、疾病は、主体の要因と環境の要因がかかわり合って発生すること。</p> <p>イ 健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があること。また、食事の量や質の偏り、運動不足、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れは、生活習慣病などの要因となること。</p> <p>ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があること。</p> <p>エ 感染症は、病原体が主な要因となって発生すること。また、感染症の多くは、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できること。</p>	<p>て思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。</p> <p>(3) 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。</p> <p>2 内容</p> <p>(1) 健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>ア <u>健康な生活と疾病の予防について理解を深めること。</u></p> <p>(ア) 健康は、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。また、疾病は、主体の要因と環境の要因が関わり合って発生すること。</p> <p>(イ) 健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があること。</p> <p>(ウ) <u>生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。</u></p> <p>(エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があること。</p> <p>(オ) 感染症は、病原体が主な要因となって発生すること。また、感染症の多くは、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できること。</p>	<p>力等」, (3)「学びに向かう力, 人間性等」で構成。</p> <p>【変更】 項目の示し方が変更。 前文とア「知識及び技能」, イ「思考力, 判断力, 表現力等」で構成。</p> <p>【変更】 現行(4)イは, ア(イ)(ウ)に分割。 ア(カ)は, 現行(4)オ, カを統合。</p>

オ 健康の保持増進や疾病の予防には、保健・医療機関を有効に利用することがあること。また、医薬品は、正しく使用すること。

カ 個人の健康は、健康を保持増進するための社会の取組と密接なかわりがあること。

(1) 心身の機能の発達と心の健康について理解できるようにする。

ア 身体には、多くの器官が発育し、それに伴い、様々な機能が発達する時期があること。また、発育・発達の時期やその程度には、個人差があること。

イ 思春期には、内分泌の働きによって生殖にかかわる機能が成熟すること。また、成熟に伴う変化に対応した適切な行動が必要となること。

ウ 知的機能、情意機能、社会性などの精神機能は、生活経験などの影響を受けて発達すること。また、思春期においては、自己の認識が深まり、自己形成がなされること。

エ 精神と身体は、相互に影響を与え、かかわっていること。

欲求やストレスは、心身に影響を与えることがあること。また、心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処する必要があること。

(カ) 健康の保持増進や疾病の予防のためには、個人や社会の取組が重要であり、保健・医療機関を有効に利用することが必要であること。また、医薬品は、正しく使用すること。

イ 健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること。

(2) 心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 心身の機能の発達と心の健康について理解を深めるとともに、ストレスへの対処をすること。

(ア) 身体には、多くの器官が発育し、それに伴い、様々な機能が発達する時期があること。また、発育・発達の時期やその程度には、個人差があること。

(イ) 思春期には、内分泌の働きによって生殖に関わる機能が成熟すること。また、成熟に伴う変化に対応した適切な行動が必要となること。

(ウ) 知的機能、情意機能、社会性などの精神機能は、生活経験などの影響を受けて発達すること。また、思春期においては、自己の認識が深まり、自己形成がなされること。

(エ) 精神と身体は、相互に影響を与え、関わっていること。欲求やストレスは、心身に影響を与えることがあること。また、心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処する必要があること。

イ 心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること。

(3) 傷害の防止について、課題を発見し、その解決を目指した

現行学習指導要領	新学習指導要領	備 考
<p>(3) 傷害の防止について理解を深めることができるようにする。</p> <p>ア 交通事故や自然災害などによる傷害は、人的要因や環境要因などがかかわって発生すること。</p> <p>イ 交通事故などによる傷害の多くは、安全な行動、環境の改善によって防止できること。</p> <p>ウ 自然災害による傷害は、災害発生時だけでなく、二次災害によっても生じること。また、自然災害による傷害の多くは、災害に備えておくこと、安全に避難することによって防止できること。</p> <p>エ 応急手当を適切に行うことによって、傷害の悪化を防止することができること。また、応急手当には、心肺蘇生等があること。</p> <p>(2) 健康と環境について理解できるようにする。</p> <p>ア 身体には、環境に対してある程度まで適応能力があること。身体の適応能力を超えた環境は、健康に影響を及ぼすことがあること。また、快適で能率のよい生活を送るための温度、湿度や明るさには一定の範囲があること。</p> <p>イ 飲料水や空気は、健康と密接なかわりがあること。また、飲料水や空気を衛生的に保つには、基準に適合するよう管理する必要があること。</p>	<p>活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>ア 傷害の防止について<u>理解を深めるとともに、応急手当をすること。</u></p> <p>(ア) 交通事故や自然災害などによる傷害は、人的要因や環境要因などが関わって発生すること。</p> <p>(イ) 交通事故などによる傷害の多くは、安全な行動、環境の改善によって防止できること。</p> <p>(ウ) 自然災害による傷害は、災害発生時だけでなく、二次災害によっても生じること。また、自然災害による傷害の多くは、災害に備えておくこと、安全に避難することによって防止できること。</p> <p>(エ) 応急手当を適切に行うことによって、<u>傷害の悪化を防止することができること。また、心肺蘇生法などを行うこと。</u></p> <p>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。</p> <p>(4) 健康と環境について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p> <p>ア 健康と環境について<u>理解を深めること。</u></p> <p>(ア) 身体には、環境に対してある程度まで適応能力があること。身体の適応能力を超えた環境は、健康に影響を及ぼすことがあること。また、快適で能率のよい生活を送るための温度、湿度や明るさには一定の範囲があること。</p> <p>(イ) 飲料水や空気は、健康と密接な関わりがあること。また、飲料水や空気を衛生的に保つには、基準に適合するよう管理する必要があること。</p>	

ウ 人間の生活によって生じた廃棄物は、環境の保全に十分配慮し、環境を汚染しないように衛生的に処理する必要があること。

3 内容の取扱い

(1) 内容の(1)は第1学年、内容の(2)及び(3)は第2学年、内容の(4)は第3学年で取り扱うものとする。

(7) 内容の(4)のイについては、食育の観点も踏まえつつ健康的な生活習慣の形成に結び付くよう配慮するとともに、必要に応じて、コンピュータなどの情報機器の使用と健康とのかかわりについて取り扱うことも配慮するものとする。

(8) 内容の(4)のウについては、心身への急性影響及び依存性について取り扱うこと。また、薬物は、覚せい剤や大麻等を取り扱うものとする。

(9) 内容の(4)のエについては、後天性免疫不全症候群（エイズ）及び性感染症についても取り扱うものとする。

(2) 内容の(1)のアについては、呼吸器、循環器を中心に取り扱うものとする。

(3) 内容の(1)のイについては、妊娠や出産が可能となるような成熟が始まるという観点から、受精・妊娠までを取り扱うものとし、妊娠の経過は取り扱わないものとする。また、身体の機能の成熟とともに、性衝動が生じたり、異性への関心が

(ウ) 人間の生活によって生じた廃棄物は、環境の保全に十分配慮し、環境を汚染しないように衛生的に処理する必要があること。

イ 健康と環境に関する情報から課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること。

3 内容の取扱い

(1) 内容の(1)のアの(ア)及び(イ)は第1学年、(1)のアの(ウ)及び(エ)は第2学年、(1)のアの(オ)及び(カ)は第3学年で取り扱うものとし、(1)のイは全ての学年で取り扱うものとする。内容の(2)は第1学年、(3)は第2学年、(4)は第3学年で取り扱うものとする。

(2) 内容の(1)のアについては、健康の保持増進と疾病の予防に加えて、疾病の回復についても取り扱うものとする。

(3) 内容の(1)のアの(イ)及び(ウ)については、食育の観点も踏まえつつ健康的な生活習慣の形成に結び付くように配慮するとともに、必要に応じて、コンピュータなどの情報機器の使用と健康との関わりについて取り扱うことにも配慮するものとする。また、がんについても取り扱うものとする。

(4) 内容の(1)のアの(エ)については、心身への急性影響及び依存性について取り扱うこと。また、薬物は、覚醒剤や大麻等を取り扱うものとする。

(5) 内容の(1)のアの(オ)については、後天性免疫不全症候群（エイズ）及び性感染症についても取り扱うものとする。

(6) 内容の(2)のアの(ア)については、呼吸器、循環器を中心に取り扱うものとする。

(7) 内容の(2)のアの(イ)については、妊娠や出産が可能となるような成熟が始まるという観点から、受精・妊娠を取り扱うものとし、妊娠の経過は取り扱わないものとする。また、身体の機能の成熟とともに、性衝動が生じたり、異性への関心が

【変更】

現行第3学年「健康な生活と疾病の予防」を、第1～3学年に分けて扱うように変更。現行第2学年「健康と環境」を第3学年へ移行。

【新設】

疾病の回復の取扱いについて新設。

現行学習指導要領	新学習指導要領	備 考
<p>高まったりすることなどから、異性の尊重、情報への適切な対処や行動の選択が必要となることについて取り扱うものとする。</p> <p>(4) 内容の(1)のエについては、体育分野の内容の「A体づくり運動」の(1)のアの指導との関連を図って指導するものとする。</p> <p>(6) 内容の(3)のエについては、包帯法、止血法など傷害時の応急手当も取り扱い、実習を行うものとする。また、効果的な指導を行うため、水泳など体育分野の内容との関連を図るものとする。</p> <p>(5) 内容の(2)については、地域の実態に即して公害と健康との関係を取り扱うことも配慮するものとする。また、生態系については、取り扱わないものとする。</p> <p>(10) 保健分野の指導に際しては、知識を活用する学習活動を取り入れるなどの指導方法の工夫を行うものとする。</p>	<p>高まったりすることなどから、異性の尊重、情報への適切な対処や行動の選択が必要となることについて取り扱うものとする。</p> <p>(8) 内容の(2)のアの(エ)については、体育分野の内容の「A体づくり運動」の(1)のアの指導との関連を図って指導するものとする。</p> <p>(9) 内容の(3)のアの(エ)については、包帯法、止血法など傷害時の応急手当も取り扱い、実習を行うものとする。また、効果的な指導を行うため、水泳など体育分野の内容との関連を図るものとする。</p> <p>(10) 内容の(4)については、地域の実態に即して公害と健康との関係を取り扱うことにも配慮するものとする。また、生態系については、取り扱わないものとする。</p> <p>(11) 保健分野の指導に際しては、<u>自他の健康に関心をもてるようにし、健康に関する課題を解決する学習活動を取り入れる</u>などの指導方法の工夫を行うものとする。</p>	
<p>第3 指導計画の作成と内容の取扱い</p> <p>1 指導計画の作成に当たっては、次の事項に配慮するものとする。</p> <p>(1) 授業時数の配当については、次のとおり取り扱うこと。 ア 保健分野の授業時数は、3学年間で、48単位時間程度を</p>	<p>第3 指導計画の作成と内容の取扱い</p> <p>1 指導計画の作成に当たっては、次の事項に配慮するものとする。</p> <p>(1) 単元など内容や時間のまとまりを見通して、その中で育む資質・能力の育成に向けて、生徒の主体的・対話的で深い学びの実現を図るようにすること。その際、体育や保健の見方・考え方を働かせながら、運動や健康についての自他の課題を発見し、その合理的な解決のための活動の充実を図ること。また、運動の楽しさや喜びを味わったり、健康の大切さを実感したりすることができるよう留意すること。</p> <p>(2) 授業時数の配当については、次のとおり扱うこと。 ア 保健分野の授業時数は、3学年間で48単位時間程度配当</p>	<p>【新設】 主体的・対話的で深い学びの実現を図ることなどについて新設。</p>

配当すること。

エ 保健分野の授業時数は、3学年間を通して適切に配当し、各学年において効果的な学習が行われるよう適切な時期にある程度まとまった時間を配当すること。

イ 体育分野の授業時数は、各学年にわたって適切に配当すること。その際、体育分野の内容の「A体づくり運動」については、各学年で7単位時間以上を、「H体育理論」については、各学年で3単位時間以上を配当すること。

ウ 体育分野の内容の「B器械運動」から「Gダンス」までの領域の授業時数は、その内容の習熟を図ることができるよう考慮して配当すること。

(3) 第1章総則の第1の2に示す道德教育の目標に基づき、道德科などとの関連を考慮しながら、第3章特別の教科道德の第2に示す内容について、保健体育科の特質に応じて適切な指導をすること。

すること。

イ 保健分野の授業時数は、3学年間を通じて適切に配当し、各学年において効果的な学習が行われるよう考慮して配当すること。

ウ 体育分野の授業時数は、各学年にわたって適切に配当すること。その際、体育分野の内容の「A体づくり運動」については、各学年で7単位時間以上を、「H体育理論」については、各学年で3単位時間以上を配当すること。

エ 体育分野の内容の「B器械運動」から「Gダンス」までの領域の授業時数は、それらの内容の習熟を図ることができるよう考慮して配当すること。

(3) 障害のある生徒などについては、学習活動を行う場合に生じる困難さに応じた指導内容や指導方法の工夫を計画的、組織的に行うこと。

(4) 第1章総則の第1の2の(2)に示す道德教育の目標に基づき、道德科などとの関連を考慮しながら、第3章特別の教科道德の第2に示す内容について、保健体育科の特質に応じて適切な指導をすること。

2 第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする。

(1) 体力や技能の程度、性別や障害の有無等に関わらず、運動の多様な楽しみ方を共有することができるよう留意すること。

(2) 言語能力を育成する言語活動を重視し、筋道を立てて練習や作戦について話し合う活動や、個人生活における健康の保持増進や回復について話し合う活動などを通して、コミュニケーション能力や論理的な思考力の育成を促し、自主的な学習活動の充実を図ること。

(3) 第2の内容の指導に当たっては、コンピュータや情報通信ネットワークなどの情報手段を積極的に活用して、各分野の

【新設】

障害のある生徒の指導について新設。

【新設】

体力や技能の程度、性別や障害の有無等への配慮が新設。

【新設】

言語能力の育成について新設。

【新設】

情報活用能力の育成につ

現行学習指導要領	新学習指導要領	備 考
<p>(2) 第1章総則第1の3に示す学校における体育・健康に関する指導の趣旨を生かし、特別活動、運動部の活動などとの関連を図り、日常生活における体育・健康に関する活動が適切かつ継続的に実践できるよう留意すること。なお、体力の測定については、計画的に実施し、運動の指導及び体力の向上に活用するようにすること。</p>	<p>特質に応じた学習活動を行うよう工夫すること。</p> <p>(4) 体育分野におけるスポーツとの多様な関わり方や保健分野の指導については、具体的な体験を伴う学習の工夫を行うよう留意すること。</p> <p>(5) 生徒が学習内容を確実に身に付けることができるよう、学校や生徒の実態に応じ、学習内容の習熟の程度に応じた指導、個別指導との連携を踏まえた教師間の協力的な指導などを工夫改善し、個に応じた指導の充実が図られるよう留意すること。</p> <p>(6) 第1章総則の第1の2の(3)に示す学校における体育・健康に関する指導の趣旨を生かし、特別活動、運動部の活動などとの関連を図り、日常生活における体育・健康に関する活動が適切かつ継続的に実践できるよう留意すること。なお、体力の測定については、計画的に実施し、運動の指導及び体力の向上に活用するようにすること。</p> <p>(7) 体育分野と保健分野で示された内容については、相互の関連が図られるよう留意すること。</p>	<p>いて新設。</p> <p>【新設】 具体的な体験を伴う学習について新設。</p> <p>【新設】 個に応じた生徒の指導について新設。</p> <p>【新設】 体育分野と保健分野の相互の関連について新設。</p>

--	--	--

運動領域、体育分野の「知識及び技能」系統表①

(体づくり運動系は「知識及び運動」、体育理論は「知識」)

領域	小学校 第1学年及び第2学年	小学校 第3学年及び第4学年	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	領域
体づくり運動系	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動遊びの楽しさに触れる ○ 行い方を知る ○ 体を動かす心地よさを味わう ○ 基本的な動きを身に付ける ※ 体ほぐしの運動遊び <ul style="list-style-type: none"> ・心と体の変化に気付く ・みんなで関わり合う ※ 多様な動きをつくる運動遊び <ul style="list-style-type: none"> ・体のバランスをとる動き、体を移動する動き、用具を操作する動き、力試しの動きをする 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動の楽しさや喜びに触れる ○ 行い方を知る ○ 体を動かす心地よさを味わう ○ 基本的な動きを身に付ける ※ 体ほぐしの運動 <ul style="list-style-type: none"> ・心と体の変化に気付く ・みんなで関わり合う ※ 多様な動きをつくる運動 <ul style="list-style-type: none"> ・体のバランスをとる動き、体を移動する動き、用具を操作する動き、力試しの動きをする ・それらを組み合わせる 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動の楽しさや喜びを味わう ○ 行い方を理解する ○ 体を動かす心地よさを味わう ○ 体の動きを高めた りする ※ 体ほぐしの運動 <ul style="list-style-type: none"> ・心と体との関係に気付く ・仲間と関わり合う ※ 体の動きを高める運動 <ul style="list-style-type: none"> ・ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動をする 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 体を動かす楽しさや心地よさを味わう ○ 体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解する ○ 目的に適した運動を身に付け、組み合わせる ※ 体ほぐしの運動 <ul style="list-style-type: none"> ・心と体との関係や心身の状態に気付く ・仲間と積極的に関わり合う ※ 体の動きを高める運動 <ul style="list-style-type: none"> ・ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行う ・それらを組み合わせる 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 体を動かす楽しさや心地よさを味わう ○ 運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解する ○ 目的に適した運動の計画を立て取り組む ※ 体ほぐしの運動 <ul style="list-style-type: none"> ・心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付く ・仲間と自主的に関わり合う ※ 実生活に生かす運動の計画 <ul style="list-style-type: none"> ・ねらいに応じて、健康の保持増進や調和の取れた体力の向上を図るための運動の計画を立て取り組む 	体づくり運動

器械運動系	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動遊びの楽しさに触れる ○ 行い方を知る ○ 動きを身に付ける <ul style="list-style-type: none"> ※ 固定施設を使った運動遊び <ul style="list-style-type: none"> ・登り下りや懸垂移行、渡り歩きや跳び下りをする ※ マットを使った運動遊び <ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな方向への転がり、手で支えての体の保持や回転をする ※ 鉄棒を使った運動遊び <ul style="list-style-type: none"> ・支持しての揺れや上がり下り、ぶら下がりや易しい回転をする ※ 跳び箱を使った運動遊び <ul style="list-style-type: none"> ・跳び乗りや跳び下り、手を着いてのまたぎ乗りやまたぎ下りをする 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動の楽しさや喜びに触れる ○ 行い方を知る ○ 技を身に付ける <ul style="list-style-type: none"> ※ マット運動 <ul style="list-style-type: none"> ・回転系や巧技系の基本的な技をする ※ 鉄棒運動 <ul style="list-style-type: none"> ・では、支持系の基本的な技をする ※ 跳び箱運動 <ul style="list-style-type: none"> ・切り返し系や回転系の基本的な技をする 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動の楽しさや喜びを味わう ○ 行い方を理解する ○ 技を身に付ける <ul style="list-style-type: none"> ※ マット運動 <ul style="list-style-type: none"> ・回転系や巧技系の基本的な技を安定して行う ・発展技を行う ・それらを繰り返したり組み合わせたりする ※ 鉄棒運動 <ul style="list-style-type: none"> ・支持系の基本的な技を安定して行う ・発展技を行う ・それらを繰り返したり組み合わせたりする ※ 跳び箱運動 <ul style="list-style-type: none"> ・切り返し系や回転系の基本的な技を安定して行う ・発展技を行う 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 技ができる楽しさや喜びを味わう ○ 器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解する ○ 技をよりよく行う <ul style="list-style-type: none"> ※ マット運動 <ul style="list-style-type: none"> ・回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行う ・条件を変えた技や発展技を行う ・それらを組み合わせる ※ 鉄棒運動 <ul style="list-style-type: none"> ・支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに行う ・条件を変えた技や発展技を行う ・それらを組み合わせる ※ 平均台運動 <ul style="list-style-type: none"> ・体操系やバランス系の基本的な技を滑らかに行う ・条件を変えた技や発展技を行う ・それらを組み合わせる ※ 跳び箱運動 <ul style="list-style-type: none"> ・切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに行う ・条件を変えた技や発展技を行う 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 技ができる楽しさや喜びを味わう ○ 技の名称や行い方、運動観察の方法、体力の高め方などを理解する ○ 自己に適した技で演技する <ul style="list-style-type: none"> ※ マット運動 <ul style="list-style-type: none"> ・回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行う ・条件を変えた技や発展技を行う ・それらを構成し演技する ※ 鉄棒運動 <ul style="list-style-type: none"> ・支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに安定して行う ・条件を変えた技や発展技を行う ・それらを構成し演技する ※ 平均台運動 <ul style="list-style-type: none"> ・体操系やバランス系の基本的な技を滑らかに安定して行う ・条件を変えた技や発展技を行う ・それらを構成し演技する ※ 跳び箱運動 <ul style="list-style-type: none"> ・切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して行う ・条件を変えた技や発展技を行う 	器械運動
-------	---	--	--	--	--	------

運動領域、体育分野の「知識及び技能」系統表②

(体づくり運動系は「知識及び運動」、体育理論は「知識」)

	小学校 第1学年及び第2学年	小学校 第3学年及び第4学年	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	
陸上運動系	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動遊びの楽しさに触れる ○ 行い方を知る ○ 動きを身に付ける ※ 走の運動遊び <ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな方向に走ったり、低い障害物を走り越えたりする ※ 跳の運動遊び <ul style="list-style-type: none"> ・前方や上方に跳んだり、連続して跳んだりする 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動の楽しさや喜びに触れる ○ 行い方を知る ○ 動きを身に付ける ※ かけっこ・リレー <ul style="list-style-type: none"> ・調子よく走ったりバトンの受渡しをしたりする ※ 小型ハードル走 <ul style="list-style-type: none"> ・小型ハードルを調子よく走り越える ※ 幅跳び <ul style="list-style-type: none"> ・短い助走から踏み切って跳ぶ ※ 高跳び <ul style="list-style-type: none"> ・短い助走から踏み切って跳ぶ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動の楽しさや喜びを味わう ○ 行い方を理解する ○ 技能を身に付ける ※ 短距離走・リレー <ul style="list-style-type: none"> ・一定の距離を全力で走る ・滑らかなバトンの受渡しをする ※ ハードル走 <ul style="list-style-type: none"> ・ハードルをリズムミカルに走り越える ※ 走り幅跳び <ul style="list-style-type: none"> ・リズムミカルな助走から踏み切って跳ぶ ※ 走り高跳び <ul style="list-style-type: none"> ・リズムミカルな助走から踏み切って跳ぶ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わう ○ 陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解する ○ 基本的な動きや効率のよい動きを身に付ける ※ 短距離走・リレー <ul style="list-style-type: none"> ・滑らかな動きで速く走る ・バトンの受渡しでタイミングを合わせる ※ 長距離走 <ul style="list-style-type: none"> ・ペースを守って走る ※ ハードル走 <ul style="list-style-type: none"> ・リズムミカルな走りから滑らかにハードルを越す ※ 走り幅跳び <ul style="list-style-type: none"> ・スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶ ※ 走り高跳び <ul style="list-style-type: none"> ・リズムミカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わう ○ 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解する ○ 各種目特有の技能を身に付ける ※ 短距離走・リレー <ul style="list-style-type: none"> ・中間走へのつなぎを滑らかにして速く走る ・バトンの受渡しで次走者のスピードを十分高める ※ 長距離走 <ul style="list-style-type: none"> ・自己に適したペースを維持して走る ※ ハードル走 <ul style="list-style-type: none"> ・スピードを維持した走りからハードルを低く越す ※ 走り幅跳び <ul style="list-style-type: none"> ・スピードに乗った助走から力強く踏み切って跳ぶ ※ 走り高跳び <ul style="list-style-type: none"> ・リズムミカルな助走から力強く踏み切り滑らかな空間動作で跳ぶ 	陸上競技

水泳運動系	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動遊びの楽しさに触れる ○ 行い方を知る ○ 動きを身に付ける ※ 水の中を移動する運動遊び <ul style="list-style-type: none"> ・水につかって歩いたり走ったりする ※ もぐる・浮く運動遊び <ul style="list-style-type: none"> ・息を止めたり吐いたりしながら、水にもぐったり浮いたりする 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動の楽しさや喜びに触れる ○ 行い方を知る ○ 動きを身に付ける ※ 浮いて進む運動 <ul style="list-style-type: none"> ・け伸びや初歩的な泳ぎをする ※ もぐる・浮く運動 <ul style="list-style-type: none"> ・息を止めたり吐いたりしながら、いろいろなもぐり方や浮き方をする 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動の楽しさや喜びを味わう ○ 行い方を理解する ○ 技能を身に付ける ※ クロール <ul style="list-style-type: none"> ・手や足の動きに呼吸を合わせて続けて長く泳ぐ ※ 平泳ぎ <ul style="list-style-type: none"> ・手や足の動きに呼吸を合わせて続けて長く泳ぐ ※ 安全確保につながる運動 <ul style="list-style-type: none"> ・背浮きや浮き沈みをしながらかけて長く浮く 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わう ○ 水泳の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解する ○ 泳法を身に付ける ※ クロール <ul style="list-style-type: none"> ・手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐ ※ 平泳ぎ <ul style="list-style-type: none"> ・手と足の動き、呼吸のバランスをとり長く泳ぐ ※ 背泳ぎ <ul style="list-style-type: none"> ・手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐ ※ バタフライ <ul style="list-style-type: none"> ・手と足の動き、呼吸のバランスをとり泳ぐ 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わう ○ 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解する ○ 効率的に泳ぐ ※ クロール <ul style="list-style-type: none"> ・手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりする ※ 平泳ぎ <ul style="list-style-type: none"> ・手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりする ※ 背泳ぎ <ul style="list-style-type: none"> ・手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐ ※ バタフライ <ul style="list-style-type: none"> ・手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ぐ ※ 複数の泳法で泳ぐこと、又はリレーをすること 	水泳
-------	--	--	--	--	--	----

運動領域、体育分野の「知識及び技能」系統表③

(体づくり運動系は「知識及び運動」、体育理論は「知識」)

	小学校 第1学年及び第2学年	小学校 第3学年及び第4学年	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	
ボール運動系	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動遊びの楽しさに触れる ○ 行い方を知る ○ 易しいゲームをする ※ ボールゲーム <ul style="list-style-type: none"> ・簡単なボール操作と攻めや守りの動きによって、易しいゲームをする ※ 鬼遊び <ul style="list-style-type: none"> ・一定の区域で、逃げる、追いかける、陣地を取り合うなどをする 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動の楽しさや喜びに触れる ○ 行い方を知る ○ 易しいゲームをする ※ ゴール型ゲーム <ul style="list-style-type: none"> ・基本的なボール操作とボールを持たないときの動きによって、易しいゲームをする ※ ネット型ゲーム <ul style="list-style-type: none"> ・基本的なボール操作とボールを操作できる位置に体を移動する動きによって、易しいゲームをする ※ ベースボール型ゲーム <ul style="list-style-type: none"> ・蹴る、打つ、捕る、投げるなどのボール操作と得点をとったり防いだりする動きによって、易しいゲームをする 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動の楽しさや喜びを味わう ○ 行い方を理解する ○ 技能を身に付け、簡易化されたゲームをする ※ ゴール型 <ul style="list-style-type: none"> ・ボール操作とボールを持たないときの動きによって、簡易化されたゲームをする ※ ネット型 <ul style="list-style-type: none"> ・個人やチームによる攻撃と守備によって、簡易化されたゲームをする ※ ベースボール型 <ul style="list-style-type: none"> ・ボールを打つ攻撃と隊形をとった守備によって、簡易化されたゲームをする 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 勝敗を競う楽しさや喜びを味わう ○ 球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解する ○ 基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開する ※ ゴール型 <ul style="list-style-type: none"> ・ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防をする ※ ネット型 <ul style="list-style-type: none"> ・ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防をする ※ ベースボール型 <ul style="list-style-type: none"> ・基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防をする 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 勝敗を競う楽しさや喜びを味わう ○ 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解する ○ 作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開する ※ ゴール型 <ul style="list-style-type: none"> ・安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をする ※ ネット型 <ul style="list-style-type: none"> ・役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をする ※ ベースボール型 <ul style="list-style-type: none"> ・安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などによって攻防をする 	球技

<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">表現運動系</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動遊びの楽しさに触れる ○ 行い方を知る ○ 題材になりきったりリズムに乗ったりして踊る ※ 表現遊び <ul style="list-style-type: none"> ・身近な題材の特徴を捉え、全身で踊る ※ リズム遊び <ul style="list-style-type: none"> ・軽快なリズムに乗って踊る 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動の楽しさや喜びに触れる ○ 行い方を知る ○ 表したい感じを表現したりリズムに乗ったりして踊る ※ 表現 <ul style="list-style-type: none"> ・身近な生活などの題材からその主な特徴を捉え、表したい感じをひと流れの動きで踊る ※ リズムダンス <ul style="list-style-type: none"> ・軽快なリズムに乗って全身で踊る 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 運動の楽しさや喜びを味わう ○ 行い方を理解する ○ 表したい感じを表現したり踊りで交流したりする ※ 表現 <ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな題材からそれらの主な特徴を捉え、表したい感じをひと流れの動きで即興的に踊ったり、簡単なひとまとまりの動きにして踊ったりする ※ フォークダンス <ul style="list-style-type: none"> ・日本の民踊や外国の踊りから、それらの踊り方の特徴を捉え、音楽に合わせて簡単なステップや動きで踊る 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 感じを込めて踊ったりみんなで踊ったりする楽しさや喜びを味わう ○ ダンスの特性や由来、表現の仕方、その運動に関連して高まる体力などを理解する ○ イメージを捉えた表現や踊りを通じた交流をする ※ 創作ダンス <ul style="list-style-type: none"> ・多様なテーマから表したいイメージを捉え、動きに変化を付けて即興的に表現したり、変化のあるひとまとまりの表現にしたりして踊る ※ フォークダンス <ul style="list-style-type: none"> ・日本の民踊や外国の踊りから、それらの踊り方の特徴を捉え、音楽に合わせて特徴的なステップや動きで踊る ※ 現代的なリズムのダンス <ul style="list-style-type: none"> ・リズムの特徴を捉え、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って全身で踊る 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 感じを込めて踊ったり、みんなで自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わう ○ ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、交流や発表の仕方、運動観察の方法、体力の高め方などを理解する ○ イメージを深めた表現や踊りを通じた交流や発表をする ※ 創作ダンス <ul style="list-style-type: none"> ・表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、緩急強弱のある動きや空間の使い方に変化を付けて即興的に表現したり、簡単な作品にまとめたりして踊る ※ フォークダンス <ul style="list-style-type: none"> ・日本の民踊や外国の踊りから、それらの踊り方の特徴を捉え、音楽に合わせて特徴的なステップや動きと組み方で踊る ※ 現代的なリズムのダンス <ul style="list-style-type: none"> ・リズムの特徴を捉え、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊る 	<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">ダンス</p>
--	---	---	--	---	--	--

運動領域、体育分野の「知識及び技能」系統表④

(体づくり運動系は「知識及び運動」、体育理論は「知識」)

中学校 第1学年及び第2学年	中学校 第3学年	
<ul style="list-style-type: none"> ○ 技ができる楽しさや喜びを味わう ○ 武道の特性や成り立ち，伝統的な考え方，技の名称や行い方，その運動に関連して高まる体力などを理解する ○ 基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開する <ul style="list-style-type: none"> ※ 柔道 <ul style="list-style-type: none"> ・相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて，投げたり抑えたりするなどの簡易な攻防をする ※ 剣道 <ul style="list-style-type: none"> ・相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて，打ったり受けたりするなどの簡易な攻防をする ※ 相撲 <ul style="list-style-type: none"> ・相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて，押したり寄ったりするなどの簡易な攻防をする 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わう ○ 伝統的な考え方，技の名称や見取り稽古の仕方，体力の高め方などを理解する ○ 基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開する <ul style="list-style-type: none"> ※ 柔道 <ul style="list-style-type: none"> ・相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技，連絡技を用いて，相手を崩して投げたり，抑えたりするなどの攻防をする ※ 剣道 <ul style="list-style-type: none"> ・相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技を用いて，相手の構えを崩し，しかけたり応じたりするなどの攻防をする ※ 相撲 <ul style="list-style-type: none"> ・相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技を用いて，相手を崩し，投げたりいなしたりするなどの攻防をする 	武道

○ 運動やスポーツが多様であることについて理解する

- ※ 運動やスポーツは、体を動かしたり健康を維持したりするなどの必要性及び競い合うことや課題を達成することなどの楽しさから生みだされ発展してきたこと
- ※ 運動やスポーツには、行うこと、見ること、支えること及び知ることなどの多様な関わり方があること
- ※ 世代や機会に応じて、生涯にわたって運動やスポーツを楽しむためには、自己に適した多様な楽しみ方を見付けたり、工夫したりすることが大切であること

○ 運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について理解すること

- ※ 運動やスポーツは、身体の発達やその機能の維持、体力の向上などの効果や自信の獲得、ストレスの解消などの心理的効果及びルールやマナーについて合意したり、適切な人間関係を築いたりするなどの社会性を高める効果が期待できること
- ※ 運動やスポーツには、特有の技術があり、その学び方には、運動の課題を合理的に解決するための一定の方法があること
- ※ 運動やスポーツを行う際は、その特性や目的、発達の段階や体調などを踏まえて運動を選ぶなど、健康・安全に留意する必要があること

○ 文化としてのスポーツの意義について理解する

- ※ スポーツは、文化的な生活を営みよりよく生きていくために重要であること
- ※ オリンピックやパラリンピック及び国際的なスポーツ大会などは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていること
- ※ スポーツは、民族や国、人種や性、障害の違いなどを超えて人々を結び付けていること

(系統が見やすいよう、中学校の領域の順序を入れ替えている。)

運動領域、体育分野の「思考力、判断力、表現力等」系統表

小学校 第1学年及び第2学年	小学校 第3学年及び第4学年	小学校 第5学年及び第6学年
<p>体つくり運動系</p> <p>体をほぐしたり多様な動きをつくったりする遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝える</p>	<p>自己の課題を見付け、その解決のための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝える</p>	<p>自己の体の状態や体力に応じて、運動の行い方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える</p>
<p>器械運動系</p> <p>器械・器具を用いた簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝える</p>	<p>自己の能力に適した課題を見付け、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝える</p>	<p>自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える</p>
<p>陸上運動系</p> <p>走ったり跳んだりする簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝える</p>	<p>自己の能力に適した課題を見付け、動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝える</p>	<p>自己の能力に適した課題の解決の仕方、競争や記録への挑戦の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える</p>
<p>水泳運動系</p> <p>水の中を移動したり、もぐったり浮いたりする簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝える</p>	<p>自己の能力に適した課題を見付け、水の中の動きを身に付けるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝える</p>	<p>自己の能力に適した課題の解決の仕方や記録への挑戦の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える</p>
<p>ボール運動系</p> <p>簡単な規則を工夫したり、攻め方を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝える</p>	<p>規則を工夫したり、ゲームの型に応じた簡単な作戦を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝える</p>	<p>ルールを工夫したり、自己やチームの特徴に応じた作戦を選んだりするとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える</p>
<p>表現運動系</p> <p>身近な題材の特徴を捉えて踊ったり、軽快なリズムに乗って踊ったりする簡単な踊り方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝える</p>	<p>自己の能力に適した課題を見付け、題材やリズムの特徴を捉えた踊り方や交流の仕方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝える</p>	<p>自己やグループの課題の解決に向けて、表したい内容や踊りの特徴を捉えた練習や発表・交流の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える</p>

中学校 第1学年及び第2学年	中学校 第3学年	
<p>自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える</p>	<p>自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える</p>	<p>体づくり運動</p>
<p>技などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝える</p>	<p>技などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝える</p>	<p>器械運動</p>
<p>動きなどの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝える</p>	<p>動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝える</p>	<p>陸上競技</p>
<p>泳法などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝える</p>	<p>泳法などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝える</p>	<p>水泳</p>
<p>攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える</p>	<p>攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える</p>	<p>球技</p>
<p>表現などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える</p>	<p>表現などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える</p>	<p>ダンス</p>
<p>攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝える</p> <p>運動やスポーツが多様であることについて、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える</p>	<p>攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝える</p> <p>文化としてのスポーツの意義について、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える</p>	<p>武道</p>
<p>運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える</p>		

(系統が見やすいよう、中学校の領域の順序を入れ替えている。)

運動領域、体育分野の「学びに向かう力、人間性等」系統表

	小学校 第1学年及び第2学年	小学校 第3学年及び第4学年	小学校 第5学年及び第6学年
体づくり運動系	<ul style="list-style-type: none"> ・運動遊びに進入で取り組む ・きまりを守り誰とでも仲よく運動をする ・場の安全に気を付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に進入で取り組む ・きまりを守り誰とでも仲よく運動をする ・友達のを考えを認める ・場や用具の安全に気を付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に積極的に取り組む ・約束を守り助け合って運動をする ・仲間の考えや取組を認める ・場や用具の安全に気を配る
器械運動系	<ul style="list-style-type: none"> ・運動遊びに進入で取り組む ・順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をする ・場や器械・器具の安全に気を付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に進入で取り組む ・きまりを守り誰とでも仲よく運動をする ・友達のを考えを認める ・場や器械・器具の安全に気を付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に積極的に取り組む ・約束を守り助け合って運動をする ・仲間の考えや取組を認める ・場や器械・器具の安全に気を配る
陸上運動系	<ul style="list-style-type: none"> ・運動遊びに進入で取り組む ・順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をする ・勝敗を受け入れる ・場の安全に気を付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に進入で取り組む ・きまりを守り誰とでも仲よく運動をする ・勝敗を受け入れる ・友達のを考えを認める ・場や用具の安全に気を付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に積極的に取り組む ・約束を守り助け合って運動をする ・仲間の考えや取組を認める ・場や用具の安全に気を配る
水泳運動系	<ul style="list-style-type: none"> ・運動遊びに進入で取り組む ・順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をする ・水遊びの心得を守って安全に気を付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に進入で取り組む ・きまりを守り誰とでも仲よく運動をする ・友達のを考えを認める ・水泳運動の心得を守って安全に気を付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に積極的に取り組む ・約束を守り助け合って運動をする ・仲間の考えや取組を認める ・水泳運動の心得を守って安全に気を配る
ボール運動系	<ul style="list-style-type: none"> ・運動遊びに進入で取り組む ・規則を守り誰とでも仲よく運動をする ・勝敗を受け入れる ・場や用具の安全に気を付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に進入で取り組む ・規則を守り誰とでも仲よく運動をする ・勝敗を受け入れる ・友達のを考えを認める ・場や用具の安全に気を付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に積極的に取り組む ・ルールを守り助け合って運動をする ・勝敗を受け入れる ・仲間の考えや取組を認める ・場や用具の安全に気を配る
表現運動系	<ul style="list-style-type: none"> ・運動遊びに進入で取り組む ・誰とでも仲よく踊る ・場の安全に気を付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に進入で取り組む ・誰とでも仲よく踊る ・友達のを考えや考えを認める ・場の安全に気を付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に積極的に取り組む ・互いのよさを認め合い助け合って踊る ・場の安全に気を配る

中学校 第 1 学年及び第 2 学年		中学校 第 3 学年	
体つくり運動	<ul style="list-style-type: none"> ・体つくり運動に積極的に取り組み ・仲間の学習を援助しようとする ・一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする ・話し合いに参加しようとする ・健康・安全に気を配る 	<ul style="list-style-type: none"> ・体つくり運動に自主的に取り組み ・互いに助け合い教え合おうとする ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする ・話し合いに貢献しようとする ・健康・安全を確保する 	
器械運動	<ul style="list-style-type: none"> ・器械運動に積極的に取り組み ・よい演技を認めようとする ・仲間の学習を援助しようとする ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする ・健康・安全に気を配る 	<ul style="list-style-type: none"> ・器械運動に自主的に取り組み ・よい演技を讃えようとする ・互いに助け合い教え合おうとする ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする ・健康・安全を確保する 	
陸上競技	<ul style="list-style-type: none"> ・陸上競技に積極的に取り組み ・勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとする ・分担した役割を果たそうとする ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする ・健康・安全に気を配る 	<ul style="list-style-type: none"> ・陸上競技に自主的に取り組み ・勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする ・自己の責任を果たそうとする ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする ・健康・安全を確保する 	
水泳	<ul style="list-style-type: none"> ・水泳に積極的に取り組み ・勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとする ・分担した役割を果たそうとする ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする ・水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配る 	<ul style="list-style-type: none"> ・水泳に自主的に取り組み ・勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする ・自己の責任を果たそうとする ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする ・健康・安全を確保する 	
球技	<ul style="list-style-type: none"> ・球技に積極的に取り組み ・フェアなプレイを守ろうとする ・作戦などについての話し合いに参加しようとする ・一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする ・仲間の学習を援助しようとする ・健康・安全に気を配る 	<ul style="list-style-type: none"> ・球技に自主的に取り組み ・フェアなプレイを大切にしようとする ・作戦などについての話し合いに貢献しようとする ・一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする ・互いに助け合い教え合おうとする ・健康・安全を確保する 	
ダンス	<ul style="list-style-type: none"> ・ダンスに積極的に取り組み ・仲間の学習を援助しようとする ・交流などの話し合いに参加しようとする ・一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとする ・健康・安全に気を配る 	<ul style="list-style-type: none"> ・ダンスに自主的に取り組み ・互いに助け合い教え合おうとする ・作品や発表などの話し合いに貢献しようとする ・一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとする ・健康・安全を確保する 	
武道	<ul style="list-style-type: none"> ・武道に積極的に取り組み ・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとする ・分担した役割を果たそうとする ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする ・禁止技を用いないなど健康・安全に気を配る 	<ul style="list-style-type: none"> ・武道に自主的に取り組み ・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする ・自己の責任を果たそうとする ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする ・健康・安全を確保する 	
体育理論	<ul style="list-style-type: none"> ・運動やスポーツが多様であることについての学習に積極的に取り組み ・運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な方がいい方についての学習に積極的に取り組み 	<ul style="list-style-type: none"> ・文化としてのスポーツの意義についての学習に自主的に取り組み 	

(系統が見やすいよう、中学校の領域の順序を入れ替えている。)

保健領域、保健分野の「知識及び技能」系統表

小学校 第3学年	小学校 第4学年	小学校 第5学年	小学校 第6学年
<p>ア 健康な生活について理解すること。</p> <p>(ア) 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</p> <p>(イ) 運動, 食事, 休養及び睡眠の調和のとれた生活と体の清潔</p> <p>(ウ) 明るさの調節, 換気などの生活環境</p>	<p>ア 体の発育・発達について理解すること。</p> <p>(ア) 年齢に伴う体の変化と個人差</p> <p>(イ) 思春期の体の変化</p> <p>・体つきの変化</p> <p>・初経, 精通など</p> <p>・異性への関心の芽生え</p> <p>(ウ) 体をよりよく発育・発達させるための生活</p>	<p>ア 心の発達及び不安や悩みへの対処について理解するとともに, 簡単な対処をすること。</p> <p>(ア) 心の発達</p> <p>(イ) 心と体の密接な関係</p> <p>(ウ) 不安や悩みなどへの対処の知識及び技能</p>	<p>ア 病気予防について理解すること。</p> <p>(ア) 病気の起こり方</p> <p>(イ) 病原体が主な要因となつて起こる病気の予防</p> <p>・病原体が体に入るのを防ぐこと</p> <p>・病原体に対する体の抵抗力を高めること</p> <p>(ウ) 生活習慣病など生活行動が主な要因となつて起こる病気の予防</p> <p>・適切な運動, 栄養の偏りのない食事をとること</p> <p>・口腔の衛生を保つこと</p> <p>(エ) 喫煙, 飲酒, 薬物乱用と健康</p> <p>・健康を損なう原因</p> <p>(オ) 地域の保健に関わる様々な活動</p>
保健領域		<p>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。</p> <p>(ア) 交通事故や身の回りの生活の危険が原因となつて起こるけがの防止</p> <p>・周囲の危険に気付くこと</p> <p>・的確な判断の下に安全に行動すること</p> <p>・環境を安全に整えること</p> <p>(イ) けがなどの簡単な手当の知識及び技能</p>	

<p>中学校 第1学年</p>	<p>中学校 第2学年</p>	<p>中学校 第3学年</p>	
<p>ア 健康な生活と疾病の予防について理解を深めること。 (ア) 健康は、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。また、疾病は、主体の要因と環境の要因が関わり合って発生すること。 (イ) 年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活</p>	<p>ア 健康な生活と疾病の予防について理解を深めること。 (ウ) 生活習慣病などの予防 ・運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因 ・適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践 (エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 ・心身に様々な影響 ・健康を損なう原因 ・個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響</p>	<p>ア 健康な生活と疾病の予防について理解を深めること。 (オ) 感染症の予防 ・病原体が主な要因 ・発生源をなくすこと ・感染経路を遮断すること ・主体の抵抗力を高めること (カ) 健康の保持増進や疾病の予防のための個人や社会の取組 ・保健・医療機関の有効利用 ・医薬品の正しい使用</p>	<p>保健分野</p>
<p>ア 心身の機能の発達と心の健康について理解を深めるとともに、ストレスへの対処をすること。 (ア) 身体機能の発達と個人差 (イ) 生殖に関わる機能の成熟と適切な行動 (ウ) 精神機能の発達と自己形成 (エ) 欲求やストレスの心身への影響と欲求やストレスへの対処の知識及び技能</p>	<p>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。 (ア) 交通事故や自然災害などによる傷害は、人的要因や環境要因などが関わって発生すること。 (イ) 交通事故などによる傷害の防止 ・安全な行動 ・環境の改善 (ウ) 自然災害による傷害の防止 ・災害発生時と二次災害 ・災害に備えておくこと ・安全に避難すること (エ) 応急手当 ・傷害の悪化の防止 ・心肺蘇生法などの応急手当の知識及び技能</p>	<p>ア 健康と環境について理解を深めること。 (ア) 身体の適応能力とそれを超えた環境による健康に影響、快適で能率のよい生活を送る環境の範囲 (イ) 飲料水や空気と健康との関わり、飲料水や空気の衛生的管理 (ウ) 生活によって生じた廃棄物の衛生的な処理</p>	

保健領域、保健分野の「思考力、判断力、表現力等」系統表

	小学校 第3学年	小学校 第4学年	小学校 第5学年	小学校 第6学年
保健領域	イ 健康な生活について課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現すること。	イ 体がよりよく発育・発達するため、課題を見付けてその解決に向けて考え、それを表現すること。	イ 心の健康について、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、それらを表現すること。	イ 病気を予防するために、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、それらを表現すること。
			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。	

<p>中学校 第1学年</p>	<p>中学校 第2学年</p>	<p>中学校 第3学年</p>	<p>保健分野</p>
<p>イ 健康な生活と疾病の予防について, 課題を発見し, その解決に向けて思考し判断するとともに, それらを表現すること。</p>	<p>イ 健康な生活と疾病の予防について, 課題を発見し, その解決に向けて思考し判断するとともに, それらを表現すること。</p>	<p>イ 健康な生活と疾病の予防について, 課題を発見し, 判断するとともに, それらを表現すること。</p>	
<p>イ 心身の機能の発達と心の健康について, 課題を発見し, その解決に向けて思考し判断するとともに, それらを表現すること。</p>	<p>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。</p>	<p>イ 健康と環境に関する情報から課題を発見し, その解決に向けて思考し判断するとともに, それらを表現すること。</p>	