

高等学校体育

科学の高度な進展や社会の変化の中で、こどもたちが持続可能な社会の担い手として、多様性を原動力に新たな価値を創造できるように成長することが期待される。

こどもの成長の可能性を引き出せるように、教育の進化も求められている。

【学校教育に求められること】

- 子供たちが変化に積極的に向き合い、他者と協働して課題を解決していくこと
- 様々な情報を見極め、知識の概念的な理解を実現し情報を再構築するなどして新たな価値につなげること
- 複雑な状況変化の中で目的を再構築することができるようになること

など

高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説 保健体育編 第1章 総説

さて、平成30年3月に告示された高等学校学習指導要領が年次進行で実施され4年目を迎えた。各学校におかれては、改めて学習指導要領の趣旨を確認していただきたい。

【学習指導要領の基本的な考え方】

- 社会に開かれた教育課程を重視する
- 確かな学力を育成する
- 豊かな心や健やかな体を育成する

授業では、自主的・主体的に学習することや、仲間と対話し協力して課題を解決する学習を重視しつつ、体育科、保健体育科で育成を目指す3つの資質・能力を確実に身に付けられるよう、学習指導の工夫が必要である。

■ 保健体育科の目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画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継続するための資質・能力を育成することを目指す。

特に体育の授業では、【生涯にわたる豊かなスポーツライフの継続】、【自己の状況に応じた体力の向上】を図るための工夫をされたい。

また、「スポーツを通じた共生社会の実現」に向けて【する、みる、支える、知る】といった多様な運動の楽しみ方を社会で実現できるよう指導の充実・改善を図っていただきたい。

子供たちが運動好きになり、自らめあてをもって進ん運動し、仲間と学び、喜びあふれる保健体育の授業となるよう一層研鑽に励んでいただきたい。

そして、人間の活動の源であり「生きる力」の重要な要素である体力が学習の結果としてより

一層向上することが望ましい。

事故防止等については、徹底した取組が重要であり、安心安全のもとに体育的活動ができるよう留意されたい。

令和6年度の取組について振り返る。

令和6年度の課題

1 学習指導要領の趣旨に基づく指導と評価の充実

- ・男女共習の効果的な学習内容の充実
 - ・ICTを効果的に活用した授業の工夫
 - ・体育と保健の関連を図った指導の充実
- ### 2 運動やスポーツをすることが好きな生徒の育成に向けた取組の工夫

1 学習指導要領の趣旨に基づく指導と評価の充実

成 果

(1)「体育に関する調査」（全日・定通）

- 年間指導計画を作成している。
全日 134校 (100%) | 定通 26校 (100%)
- 学習指導要領に基づく評価規準を作成済、もしくは令和6年度内に作成予定である。
全日 134校 (100%) | 定通 26校 (100%)
- 科目体育における領域選択を実施済、もしくは実施に向けて検討している。
全日 132校 (98.5%) | 定通 25校 (96.2%)
- 男女共習を入学年次の全ての領域で実施済、もしくは一部の領域で実施している。
全日 109校 (90.8%) | 定通 21校 (87.5%)
- 全学年で男女共習を実施していない。
全日 4校 (3.3%) | 定通 0校 (0.0%)

(2)「体育地区研究協議会」

【実施報告】

	会場校名	領域の内容	工夫
東部	三郷	ハンドボール	男女共習・ICTの活用
	越谷北	創作ダンス	ICTの活用
	幸手桜	バスケットボール	男女共習・ICTの活用
西部	志木	ハンドボール	男女共習・ICTの活用
	川越西	ソフトテニス	ICTの活用
	入間向陽	バレーボール	ICTの活用
南部	坂戸西	ハンドボール	ICTの活用
	浦和西	バレーボール	ICTの活用
	川口	バスケットボール	男女共習
	大宮武蔵野	ソフトボール	学習カード
北部	上尾橘	ハンドボール	学習カード
	深谷第一	ハンドボール	ICTの活用
	吹上秋桜	タグラグビー	男女共習・ICTの活用

- 3つの資質・能力の育成に向けた「指導と評価の計画」の立案と実践。
- 男女共習の効果的な学習内容の工夫。
- ICTの有効活用。

課題

(1) 学習計画の充実

- 3年間の見通しをもった領域選択及び男女共習を原則とした年間指導計画の作成。
- 小学校・中学校との系統性を踏まえた授業内容の工夫と改善。

(2) 生徒が意欲的に取り組む授業づくり

- 体育と保健の関連を図った内容の充実。
- 男女共習の効果的な学習内容の充実。
- 様々な領域におけるICTを効果的に活用した指導の工夫。

2 運動やスポーツをすることが好きな生徒の育成に向けた取組の工夫

成果

各種研修の開催

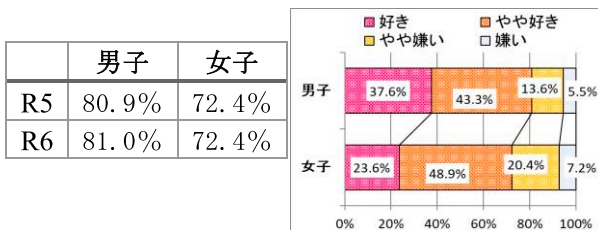
研修会	開催方法
第1回体育主任会	オンデマンド
高等学校教育課程研究協議会	参集(4地区)
高等学校体育地区研究協議会	参集(13校)
第2回体育主任会	オンデマンド
高等学校保健体育研究協議会	オンライン

○学習指導要領の趣旨に則った、運動好きな生徒を育成するための授業改善・及び工夫について

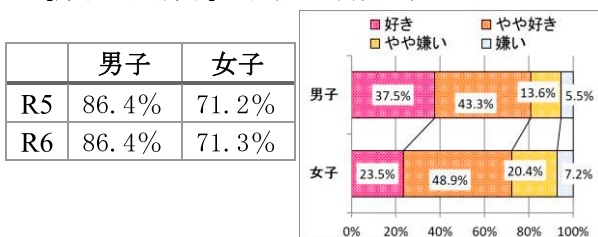
現状

運動・スポーツ好意度調査

(1)体育の授業が【好き・やや好き】と回答した高校2年生



(2)運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることが【好き・やや好き】と回答した高校2年生



課題

- (1) 生徒の実態に応じた学習指導内容の工夫
- (2) 領域の選択制による興味のある運動に触れる機会の充実。

令和6年度の課題以外取組結果

1 体力の向上に向けた取組の工夫

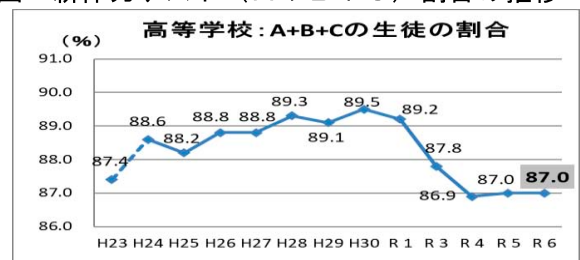
成果

令和6年度「新体力テスト」(全日制)

○総合評価A+B+C 87.0% (目標値: 90%)

現状

図 新体力テスト(A+B+C)割合の推移



2 体育的活動時の事故防止

現状

※R4年度比

- R5負傷申請件数 11,852件 (1,044件増)
- R5体育的活動中(□囲み部分)の負傷申請件数割合 84.2% (2.6ポイント減)

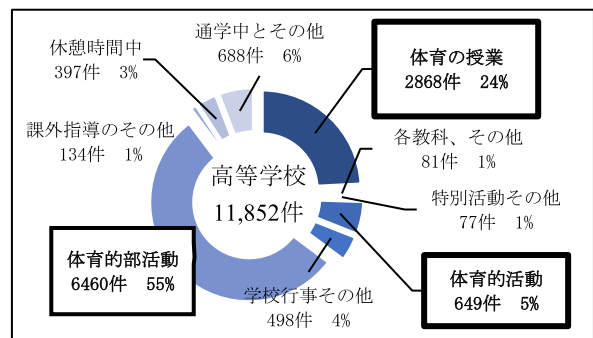


図 R5負傷の場合別災害申請件数の割合

課題

(1) 体育的活動時の事故防止の徹底

- 施設・用具等の安全点検や生徒の健康状態の把握等、事故発生の事前防止を徹底する。
- AEDの使用をはじめ、事故が発生した際の適切かつ迅速な対応に備える。

令和7年度の課題

- 1 学習指導要領の趣旨に基づく指導と評価の充実
- 2 体育活動時の事故防止の徹底

令和7年度の課題と努力事項

課 題

- 1 学習指導要領の趣旨に基づく指導と評価の充実
- 2 体育活動時の事故防止の徹底

平成30年3月に告示された高等学校学習指導要領が年次進行で実施され4年目を迎えた。

令和7年度の課題に対しては、引き続き学習指導要領の趣旨に基づく指導と評価の充実に向けて取り組むことが重要である。

特に、様々な領域における、特色ある男女共習の実践を期待したい。また、ICTの効果的な活用については、学校間の連携を密にして、埼玉県全体で推進していけるよう日頃の研修に努めていただきたい。

各校の保健体育の授業におかれては、学校教育の改善すべき事項とその解決にむけた学習指導要領改訂の要点を確認し、現行の学習指導要領の趣旨に基づいた指導となるよう見直しをお願いしたい。

ここでは、現行の学習指導要領の改訂について再確認していく。

現行の学習指導要領への改訂にあたり、中央教育審議会の答申では、新しい時代にふさわしい学習指導要領の在り方について、下記の6項目において学校教育の改善・充実の実現を目指すことが求められた。

■改善すべき事項

①「何ができるようになるか」(育成を目指す資質・能力)
②「何を学ぶか」(教科等を学ぶ意義と、教科等間・学校段階間のつながりを踏まえた教育課程の編成)
③「どのように学ぶか」(各教科等の指導計画の作成と実施、学習・指導の改善・充実)
④「子供一人一人の発達をどのように支援するか」(子供の発達を踏まえた指導)
⑤「何が身に付いたか」(学習評価の充実)
⑥「実施するために何が必要か」(学習指導要領等の理念を実現するために必要な方策)

この答申をもとに作成された現行の学習指導要領の実施に向けて、次の8つの要点が示された。

■学習指導要領改訂の要点

- ① 三つの資質・能力の育成を重視した目標及び内容の構造の見直し
- ② カリキュラム・マネジメントの実現
- ③ 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善
- ④ 系統性を踏まえた指導内容の一層の充実
- ⑤ 共生の視点を踏まえた指導の充実
- ⑥ 指導内容の一層の明確化
- ⑦ 保健における技能に関する内容の充実
- ⑧ 体育と保健の一層の関連を図った内容等の改善

高等学校学習指導要領解説 P9

ここで、学習指導要領改訂の各要点について確認する。

- ① 三つの資質・能力の育成を重視した目標及び内容の構造の見直し

保健体育の目標及び内容の構造の見直しについては、中央教育審議会答申の趣旨を踏まえて、下記の方針によって改訂が行われた。

体育	「体育」においては、育成を目指す資質・能力を明確にし、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質・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」の育成を重視し、目標及び内容の構造の見直しを図ること。
保健	「保健」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。

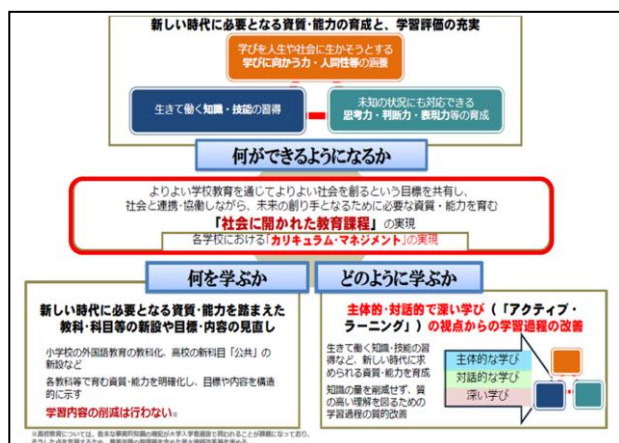
「生涯にわたる豊かなスポーツライフの継続」と「生涯にわたる健康の保持増進」については、特に重点を置いたキーワードとして御留意いただきたい。

- ② カリキュラム・マネジメントの実現

現行の学習指導要領の全体構造には、その中心に【社会に開かれた教育課程】の実現とある。

子供たちが、よりよい学校教育を通じて、よりよい社会を創るという目標を共有し、社会と連携・協働しながら、未来の創り手となるために必要

な資質・能力を育むことができるようカリキュラム・マネジメントの実現をお願いしたい。



各学校が設定する学校教育目標を実現するために、「カリキュラム・マネジメント」の実現には以下の点をおさえて取組んでいただきたい。

- ・学習指導要領に基づいた指導計画の作成 (Plan)
- ・指導計画を踏まえた教育の実施 (Do)
- ・生徒の学習状況や指導計画等の評価 (Check)
- ・授業や指導計画等を改善 (Action)

全ての指導者が、学習指導要領の趣旨をしっかりと理解することが重要である。

③ 主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善

「主体的・対話的で深い学び」の実現については、「深い学び」の視点に関して、各教科等の学びの「見方・考え方」が深まりの鍵となる。

特に、各教科等の特質に応じた物事を捉える視点や考え方である「見方・考え方」を、習得・活用・探究という学びの過程の中で働かせることを通じて、より質の高い深い学びにつなげることが重要である。

指導の際には、生徒が学ぶことに興味や関心を持ち、自己のキャリア形成の方向性と関連付けながら、見通しを持って粘り強く取り組み、自己の学習活動を振り返って次につなげる「主体的な学び」が実現できているか、また、生徒同士の協働、教職員や地域の人との対話、先哲の考え方を手掛かりに思考すること等を通じ、自己の考えを広げ深める「対話的な学び」が実現できているかがポイントとなる。

さらに、習得・活用・探究という学びの過程の中で、各教科等の特質に応じた「見方・考え方」を働かせながら、知識を相互に関連付けてより深く理解したり、情報を精査して考えを形成したり、

問題を見いだして解決策を考えたり、思いや考えを基に創造したりすることに向かう「深い学び」が実現できているか、工夫と改善が重要である。

保健体育科においても、授業改善を行うことにより、育成を目指す資質・能力を育んだり、体育や保健の見方・考え方を更に豊かなものにしたりにすることにつなげることが大切である。

④ 系統性を踏まえた指導内容の一層の充実

学習指導要領では、小学校から高等学校までの12年間の体育・保健体育の学習指導内容を系統性や発達の段階を踏まえて体系化している。

この発達の段階のまとまりを踏まえた指導内容の系統性を改めて確認し、指導内容を明確にするとともに一層の充実を図ることが大切である。

高等学校では、「卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わることができるようにする時期」として、各領域の選択や男女共習を原則としている。

各学校の生徒の実態を鑑みて育成する生徒のゴール像をイメージするとともに、社会に開かれた教育課程の実現に向けて着実に取り組んでいただきたい。

また、保健体育の授業では、学習指導を通して生徒の3つの資質・能力をバランスよく育成し、運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続できるよう、活動に学びがあることが重要である。

保健体育の目標及び内容の構造については、改めて確認をお願いしたい。

【保健体育の目標】

柱書

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画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継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

知識及び技能

各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。

思考力、判断力、表現力等

運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画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

生涯にわたって継続し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、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

特に「知識及び技能」の習得に偏った学習とならないよう協働的な学びの場の工夫も大切である。

⑤ 共生の視点を踏まえた指導の充実

共生の視点については、男女共習について、その意義と実施の考え方を教員が十分に理解し、生徒に説明した上で、原則男女共習で実施することが必要である。(詳細については特集を参照)

⑥ 指導内容の一層の明確化

現行の学習指導要領では、「生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続すること」を重視している。豊かなスポーツライフを実現するためには、資質・能力の育成には、三つの柱ごとの指導内容を明確にし、バランスよく育成することが必要不可欠である。

学習指導要領の趣旨に基づいた学習指導を行うためには、科目の目標や指導内容はもとより学習指導要領解説「第3章 各科目にわたる指導計画の作成と内容の取扱い」に基づいた指導計画を作成することが必要である。

特に、年間指導計画の作成においては、3年間の見通しをもった学習計画を作成するとともに、領域選択や共生の視点を踏まえた学習となるよう確実な理解と工夫が必要である。

<年間指導計画作成のポイント>

- ① 1単位あたり 35 単位時間とする。2単位の学年は 70 単位時間、3単位の学年は 105 単位時間で計画する。(1 単位時間 50 分の場合)
- ② 共生社会実現の観点から、原則男女分けずに表記する。
- ③ 「A 体づくり運動」及び「H 体育理論」は、全ての学年で実施する。
 - ・「A 体づくり運動」
2単位の学年で 7 単位時間以上、3単位の学年で 10 単位時間程度配当する。
 - ・「H 体育理論」
単位数に関係なく各年次 6 単位時間以上配当する。
- ③ その他の領域は、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。
 - ・入学年次
「B 器械運動」、「C 陸上競技」、「D 水泳」及び「G ダンス」から 1 領域以上、「E 球技」及び「F 武道」から 1 領域以上を選択して履修することができるようにする。

「E 球技」の運動については、2つの型を選択して履修することができるようにする。

・その次の年次以降

「B 器械運動」、「C 陸上競技」、「D 水泳」、「E 球技」、「F 武道」及び「G ダンス」から 2 領域以上を選択して履修することができるようにする。

科目の履修については、生徒が未履修とならないよう着実に実施されたい。

⑦ 保健における技能に関する内容の充実

保健における改訂の要点では、個人及び社会生活における健康課題を解決することを重視する観点から、現代的な健康課題の解決に関わる内容、ライフステージにおける健康の保持増進や回復に関わる内容、人々の健康を支える環境づくりに関する内容及び心肺蘇生法等の応急手当の技能に関する内容等を充実すること、とされている。

具体的には、「安全な社会生活」における応急手当の単元で、応急手当や心肺蘇生法の実技を通して学習することが示されている。また、体育における「水泳」においても関連を図り、指導の効果を高めるよう配慮するものとして示されている。

施設や設備、教具の準備状況にもよるが、各校で特色ある工夫に取り組まされたい。

⑧ 体育と保健の一層の関連を図った内容等の改善

体育と保健との一層の関連については、保健体育の目標にある「生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを継続する」観点から、一層の関連を図った改善が求められている。

学習指導要領解説では、『現代社会と健康』の「生活習慣病などの予防と回復」及び『健康を支える環境づくり』の「保健・医療制度及び地域の保健・医療機関」については、健康とスポーツの関連について取り扱うものと示されている。

また、年間指導計画の作成や指導内容の充実においても、下記のとおり体育と保健の連携を図ることの重要性を示している。

(5) 「体育」と「保健」で示された内容については、相互の関連が図られるよう、それぞれの内容を適切に指導した上で、学習成果の関連が実感できるよう留意すること。

高等学校学習指導要領（平成 30 年告示）解説 保健体育編

P228

これは、年間計画の作成や指導内容の充実に当たって、科目体育と科目保健の連携を図った指導の重要性を示したものである。

（中略）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継続する資質・能力の育成を重視する観点から、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にすることが求められる。

高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説 保健体育編
P228

なお『高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説 保健体育編』では、体育と保健の関連を図る工夫について例をあげているので参考とされたい。

・体育の「A 体づくり運動」のA「**体ほぐしの運動**」では具体的な運動の観点から、保健の(1)「現代社会と健康」のA(オ)「**精神疾患の予防と回復**」では精神疾患への対処の観点から、それぞれ取り上げているので、この点を十分考慮して関連のある指導を工夫する。

・体育の「D 水泳」の事故防止に関する心得では具体的な態度の観点から、保健の(2)「安全な社会」のA(イ)「**応急手当**」では応急手当の適切な対処の観点から、それぞれ取り上げているので、この点を十分考慮して関連のある指導を工夫する。

・体育の「H 体育理論」の2「**運動やスポーツの効果的な学習の仕方**」では健康の保持増進を図るための方法等の観点から、保健の(1)「現代社会と健康」では生活習慣病などの予防と回復の観点から日常生活にスポーツを計画的に取り入れることの重要性について、それぞれ取り上げているので、この点を十分考慮して関連のある指導を工夫する。

・体育の「A 体づくり運動」から「G ダンス」の(3)学びに向かう力、人間性等の「**健康・安全**」では運動実践の場面での行動の観点から、保健の(4)「健康を支える環境づくり」では地域の保健・医療機関の活用の観点から、それぞれ取り上げているので、この点を十分考慮して関連のある指導を工夫する。

・教科内におけるカリキュラム・マネジメントを実現する観点から、体育と保健の関連する事項を取り上げる際、指導する時期を適切に設定した年間指導計画を作成する。

保健体育の授業では、健康と関連付けた学習指導を行うとともに、体育の目標における「生涯にわたって豊かなスポーツライフの継続」や「自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力の育成」の実現に向けた工夫をお願いしたい。

課題

学習指導要領の趣旨に基づいた 学習評価の充実

学習指導要領の趣旨に基づいた学習評価においては、観点別学習状況評価をもって着実に実施されたい。生徒の学びの成果を多面的に評価するために、以下のことを参考としていただきたい。

【評価の視点】

- ・知識と技能の定着度
- ・思考力、判断力、表現力の向上度
- ・学びに向かう姿勢や態度

【評価方法の多様化】

- ・パフォーマンス評価やプロジェクト評価など、実際の場面での能力を測る評価方法を採用する。
- ・形成的評価を充実させ、生徒の成長過程を継続的に把握する。

課題

体育的活動時の事故防止の徹底

県では、毎年度当初「体育的活動時における事故防止について」、「体育授業・運動部活動における事故防止の5則」、及び「水泳等の事故防止について」等を通知し、事故防止の徹底を図っている。

各学校においては、これらの通知をもとに、全校を挙げての事故防止の徹底及び迅速かつ適切な初期対応を行うことが重要である。

特に首から上の負傷については、たとえ外傷がなくとも、救急搬送を念頭に置き、迅速に対応することが求められる。

また、各主要都市の年間猛暑日の日数が過去最多になるなど、2024年は2年連続で記録的な猛暑となった。熱中症対策については、県教育委員会が作成した県立学校版「熱中症対策ガイドライン」等を参考に、自校の「危機管理マニュアル（熱中症に係る内容）」等を適切に改訂するなど、改めて事故防止の徹底をお願いする。

なお、年間指導計画を立てる際には、各季節の気候に適した領域や活動を設定することが重要である。