

## A 体育科・保健体育科における育成をめざす「資質・能力」

### 育成をめざす「資質・能力」

◎ **体育・保健体育の見方・考え方を働かせて、心と体を一体としてとらえ、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めざす**

- (1) 各種の運動の特性や魅力に応じた運動についての理解及び社会生活における健康についての理解を図るとともに、目的に応じた技能を身に付けるようにする
- (2) 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・判断し、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う
- (3) 生涯にわたって運動への多様な関わり方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

※ 別添12-1「体育科・保健体育科において育成を目指す資質・能力の整理」(別添資料P.66)及び別添12-2「体育科・保健体育科における教育のイメージ」(別添資料P.69)より作成  
(1) 知識・技能 (2) 思考力・判断力・表現力 (3) 学びに向かう力・人間性等

### 資質・能力を育成する学びの過程

体育科・保健体育科は、心と体を一体としてとらえ、自己の運動や健康についての課題の解決をめざし、積極的・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等を重視するとともに3つの資質・能力の関係性を重視した学習過程を工夫することが必要です。

体育では運動に関する興味や関心を高め技能の指導に偏ることなく「する・みる・支える」に「知る」が新たに加えられました。保健では、疾病等のリスクを減らしたり、生活の質を高めたりすることができるよう課題解決的な学習過程や、主体的・協働的な学習過程を工夫し充実させることが重要であると示されています。



### 各学校で考えてみましょう

- ▶ 別添12-1「体育科・保健体育科において育成を目指す資質・能力の整理」を読んで具体的な単元目標の設定をしてみましょう。

## B 体育科・保健体育科における「見方・考え方」

### 「見方・考え方」

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踏まえ、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現する資質・能力の育成や健康の保持増進のための実践力の育成及び体力の向上について考察することが重要です。

#### 【体育の見方・考え方】

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』の多様な関わりと関連付けること

#### 【保健の見方・考え方】

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

体育については、児童生徒の発達段階を踏まえて、学習したことを実生活や実社会に生かし、豊かなスポーツライフを継続することができるよう、保健については、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が小学校、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されています。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していく必要があります。

なお、学びの過程において困難さを感じる児童・生徒への対応も必要です。

◇ 指導の工夫、手立ての例については、こちらまで 

クリック



### 各学校で考えてみましょう

- ▶ 単元を通して、体育では「運動・スポーツをする、みる、支える、知る」、保健では「自他の健康課題に結び付ける」を促すような学習課題や学習活動を具体的に考えてみましょう（参考：別添12-3「保健・体育科に関する学習過程のイメージ」）。

# C 体育科・保健体育科における教育のイメージ

小学校、中学校、高等学校を通じた系統性のある学習が重要です。

