

中学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 保健体育編

第 1 章 総説

2 保健体育科改訂の趣旨及び要点

ウ 内容及び内容の取扱いの改善

〔保健分野〕

(ア) 資質・能力の育成に向けた内容構造の見直し保健については、「保健の見方・考え方」を働かせて、保健に関する資質・能力を育成する観点から、健康に関する「知識及び技能」、健康に関する課題の発見・解決等のための「思考力、判断力、表現力等」に対応した内容を示すこととした。その際、従前の内容を踏まえて「健康な生活と疾病の予防」「心身の機能の発達と心の健康」、「傷害の防止」及び「健康と環境」の四つの内容で構成した。

(イ) 内容の改訂

個人生活における健康に関する課題を解決することを重視する観点から、従前から示されていた中学校における基礎的な知識、ストレス対処や心肺蘇生法等の技能に関する内容、及び健康に関わる事象や健康情報から自他の健康に関する課題を発見し、よりよい解決に向けて取り組む思考力、判断力、表現力等の内容を示すこととした。その際、従前の内容を踏まえるとともに、個人生活における健康に関する課題を解決することを重視する観点から配列を見直し、「健康な生活と疾病の予防」、「心身の機能の発達と心の健康」、「傷害防止」及び「健康と環境」の四つの内容で構成した。

また、小学校及び高等学校の「保健」の内容を踏まえた系統性ある指導ができるよう、次のような改訂を行った。

㊦ 健康な生活と疾病の予防

「健康な生活と疾病の予防」については、個人生活における健康に関する課題を解決することを重視する観点から、内容を学年ごとに配当する

こととした。その際、現代的な健康に関する課題への対応及び指導内容の系統性の視点から、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、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を示し、生活習慣病などの予防でがんを取り扱うことを示した。

また、「健康な生活と疾病の予防」についての思考力、判断力、表現力等を育成する視点から、新たに、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を示した。

① 心身の機能の発達と心の健康

「心身の機能の発達と心の健康」については、従前の内容の理解を深めることにするとともに、新たに、ストレスへの対処についての技能の内容を示した。また、心身の機能の発達と心の健康についての思考力、判断力、表現力等を育成する視点から、新たに、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を示した。

また、保健分野と体育分野の相互の関連を図るため、引き続き、「A体づくり運動」など体育分野の指導との関連を図った指導を行うものとした。

② 傷害の防止

「傷害の防止」については、従前の内容に加えて、心肺蘇生法などの応急手当の技能の内容を明確に示した。また、傷害の防止についての思考力、判断力、表現力等を育成する視点から、新たに、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を示

した。

また、保健分野と体育分野の相互の関連を図るため、引き続き、水泳など体育分野の指導との関連を図った指導を行うものとした。

⑤ 健康と環境

「健康と環境」については、従前の内容の理解を深めることにするとともに、健康情報を適切に選択し、健康と環境についての思考力、判断力、表現力等を育成する視点から、新たに、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を示した。