1.保健の系統性(指導内容の体系化のイメージ)

第4回「体育・保健体育、健康、安全ワーキンググループ」
東海大学　森　良一

令和7年12月5日
体育・保健体育、健康、安全WG（第４回）
資料1－3

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の育成

より総合的に理解する

高等学校
個人及び社会生活における健康・安全に関する内容

入学年次，次の年次で2単位
(1)現代社会と健康
(2)安全な社会生活
(3)生涯を通じる健康
(4)健康を支える環境づくり

より科学的に理解する

中学校
個人生活における健康・安全に関する内容

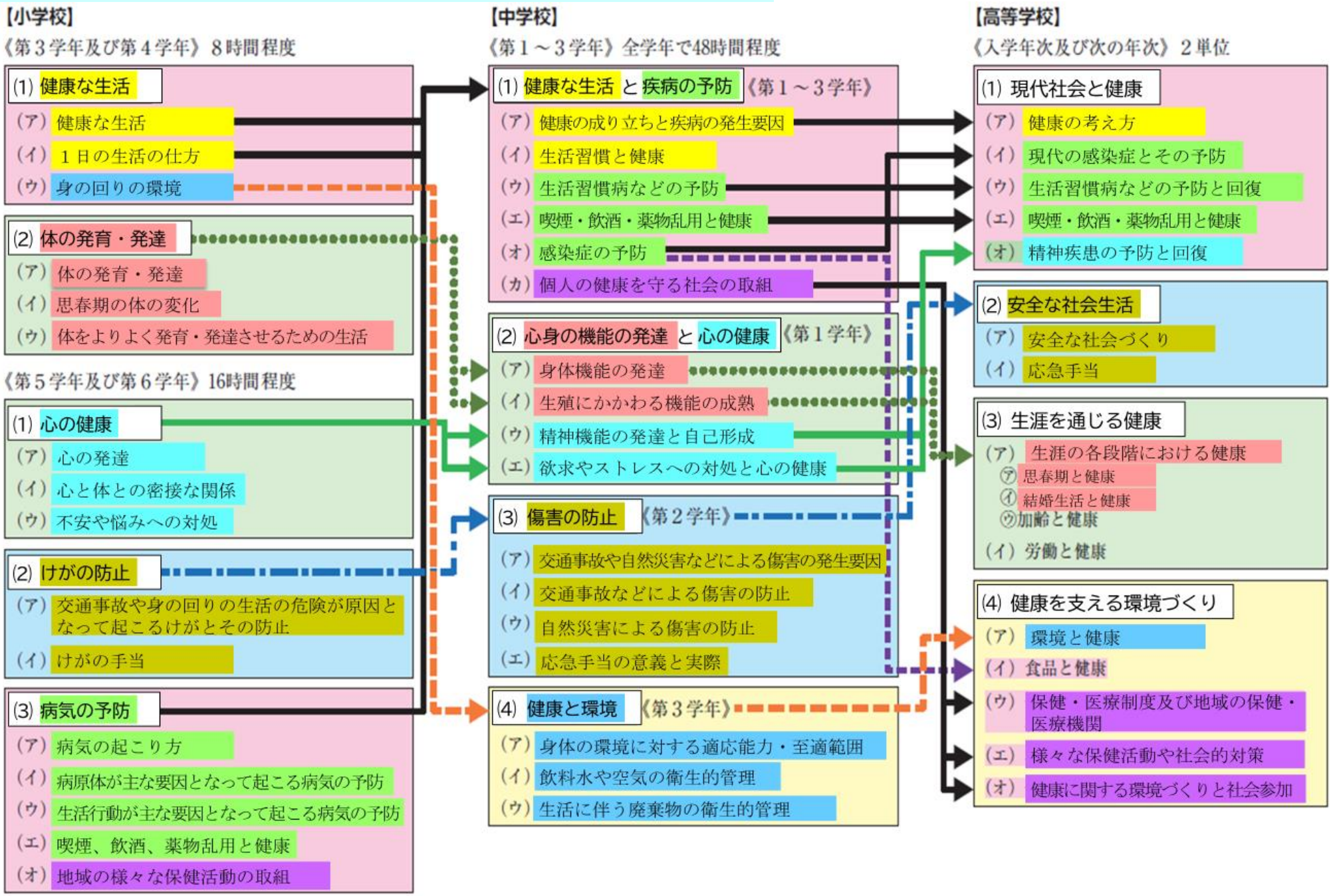
1～3年で48時間程度
(1)健康な生活と疾病の予防
(2)心身の機能の発達と心の健康
(3)傷害の防止(4)健康と環境

より実践的に理解する

小学校
身近な生活における健康・安全に関する基礎的な内容

3，4年　8時間程度
(1)健康な生活
(2)体の発育・発達
5，6年　16時間程度
(1)心の健康　(2)けがの防止
(3)病気の予防

小中高等学校　内容項目一覧(知識及び技能)



「高次の資質・能力」【知識及び技能に関する統合的な理解】の方向性

小学校

- 《第３、４学年》
- (1)健康な生活
- (2)体の発育・発達
- 《第5、6学年》
- (1)心の健康
- (2)けがの防止
- **交通安全、生活安全**
- **けがの手当**
- (3)病気の予防
- **病気の予防**
- **地域の様々な保健活動の取組**

中学校

- (1)健康な生活と疾病の予防
- **健康な生活(健康の概念を含む)**
- **疾病の予防**
- **→社会環境【(4)に移動?】**
- (2)心身の機能の発達と心の健康
- **心身の機能の発達**
- **心の健康**
- (3)傷害の防止
- **交通安全、災害安全**
- **応急手当**
- (4)健康と環境
- **自然環境等**

高等学校

- (1)現代社会と健康
- **健康の考え方(ヘルスプロモーションを含む)**
- **疾病の予防と回復**
- **→精神と健康【独立?】**
- (2)安全な社会生活
- **総合的な安全　・応急手当**
- (3)生涯を通じる健康
- **ライフコースに応じた健康**
- (4)健康を支える環境づくり
- **自然環境等　・社会環境**

2.現代的な課題の多様化・複雑化を踏まえた検討の方向性

①社会の変化に対応した内容の整理
②ライフコースに応じた健康課題の変化に対応

①社会の変化に対応した内容の整理

【高等学校】

(1) 現代社会と健康
(ｱ)　健康の考え方
(ｲ)　現代の感染症とその予防
(ｳ)　生活習慣病などの予防と回復
(ｴ)　喫煙・飲酒・薬物乱用と健康
(ｵ)　精神疾患の予防と回復

自殺、精神疾患など心の健康に関する課題が増加する中で、それにかかわる内容について整理する必要がある。例えば、依存症の扱いである。現在学習指導要領解説では、物質依存については「喫煙・飲酒・薬物乱用と健康」の内容の中に、行動嗜癖については「精神疾患の予防と回復」の内容の中にそれぞれ位置づいている。

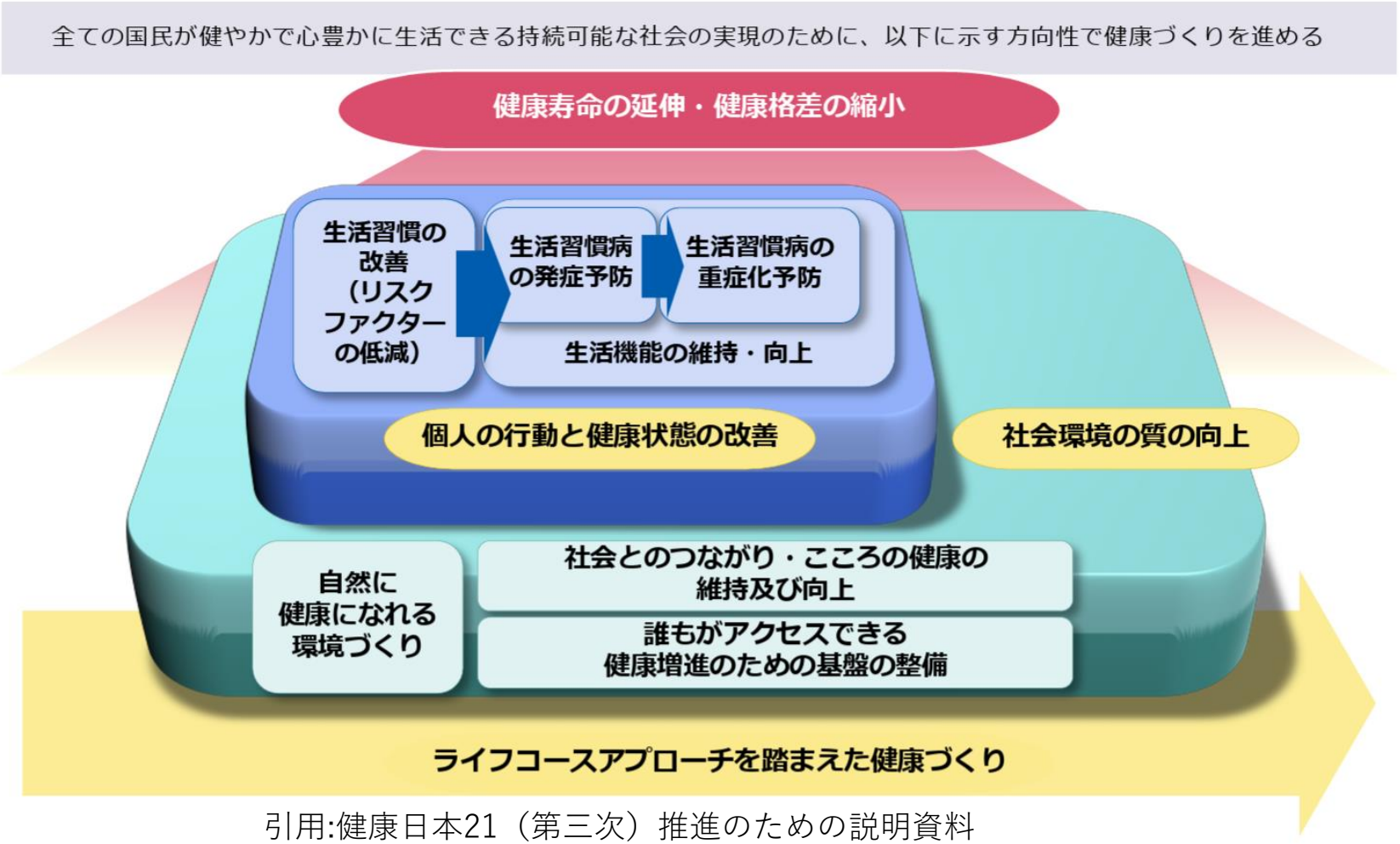
②ライフコースに応じた健康課題の変化に対応

胎児期から高齢期に至るまで人の生涯を経時的に捉えた健康づくり（ライフコースアプローチ）

ライフステージ（乳幼児期、青壮年期、高齢期等の人の生涯における各段階）

学習指導要領「生涯の各段階」（思春期、結婚生活、加齢）

図表２：健康日本 21（第三次）の概念図



引用:健康日本21（第三次）推進のための説明資料
https://www.mhlw.go.jp/content/001426890.pdf

3.授業改善につながる学習指導要領の在り方

①「知識及び技能」と「思考力、判断力、表現力等」との関連

②保健と体育との関連

①「知識及び技能」と「思考力、判断力、表現力等」の関連

現在

例1　習得した知識等を課題解決に役立てる

知識及び技能 → 思考力、判断力、表現力等

これから

例2　例1はもとより、深く考えたことによってより理解が深まる

知識及び技能 ⇔ 思考力、判断力、表現力等

②保健と体育の連携

○小学校学習指導要領及び解説

〔第３学年及び第４学年〕
３　内容の取扱い
(8)　各領域の各内容については，運動と健康が密接に関連していることについての具体的な考えがもてるよう指導すること。

保健で学ぶことと体育で学ぶことを関連させることで、どんな学びにつながるかを具体的に示す。

(8)は，保健領域の「健康な生活と運動」及び「体の発育・発達と適切な運動」について学習したことを，運動領域の各領域において関係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に考えをもてるよう指導することを示したものである。特に，保健領域の「体の発育・発達」については，児童が「運動については，生涯を通じて骨や筋肉などを丈夫にする効果が期待されること」の知識を習得したことを，運動領域の「A 体つくり運動」の「跳ぶ，はねるなどの動きで構成される運動」を通じて行うなど，運動と健康との関連について具体的な考えをもてるよう配慮することが大切である。

中学校、高等学校