

次期学習指導要領 1枚まとめ｜高校

保健体育 高校

身に付けたい「動き」と、運動の多様な楽しみ方を軸に

10秒でいうと 専門教科「体育」を「スポーツ」に改称。保健は健康・安全の「概念」と「原則」を軸に

高校は、中3から高3までの「卒業後も運動やスポーツに多様な楽しみ方で関わる時期」に含まれます。高2以上で示す技能は、今の中3～高1程度を基本とする方向です。専門教科の「体育」は「スポーツ」に名称を変える案です。保健は、個人と社会生活における健康・安全を総合的に学ぶ方向です。体育と保健の関連も一層大切にします。

1 技能の水準は高すぎないように

指導内容が積み上がりすぎないよう、高2以上で示す技能は、今の中3～高1程度を基本とする方向です。そのうえで、生徒の状況に応じて発展的な学習に取り組む余地も分かりやすく示すとされています。仲間とともに楽しさを十分に味わえるようにするねらいです。P272

授業では 高2のバレーボールで、技能を高めるだけでなく、チームで楽しめるルールや役割を生徒が考える、といった授業が考えられます。

2 選択制で、自分に合う楽しみ方を考える

中3からは、興味・関心に応じた選択制を続ける方向です。基本の考え方は3つです。運動やスポーツを主体的に選ぶこと（自己選択）と、生涯スポーツの多様な楽しみ方に触れることです。そして、自分にとっての楽しみ方を考えることです。P270

授業では 種目を選ぶ前に、卒業後に続けたい運動との関わり方を考え、選んだ理由を書いてから取り組む、といった授業が考えられます。

3 専門教科「体育」は「スポーツ」に

専門教科の「体育」は、性格をより正確に表すため「スポーツ」に名称を改める案です。「する」に偏りがちな指導を改め、「みる」「支える」「知る」を含めて学びます。スポーツを通じた社会課題の解決もふまえ、スポーツの推進を担う人を育てることを軸にする方向です。P265 P271

授業では 地域のスポーツ大会の運営を手伝い、観客や選手が過ごしやすくなる工夫を提案する、といった学習が考えられます。

4 保健は社会との関わりも含めて総合的に

高校の保健は、ライフステージや社会との関わりを意識し、総合的に学びを深める方向です。体育と保健の関連も大切にします。例として、体育「実生活に生かす運動の計画」と保健「健康に関する環境づくりと社会参加」をつなげることが挙げられています。P268 P271

授業では 自分の生活に合う運動計画を立て、続けやすい環境を地域の施設や制度から考えてまとめる、といった授業が考えられます。

ほかにも変わること（高校）

- 態度（公正・協力・責任など）は「運動との関わり方」として知識・技能で教える P268 P269 P274
- 各領域は2年間のまとまりで計画的に学ぶことを基本に P272 P61
- 求める技能の水準を下げすぎず高すぎず調整（高2以上は現行の中3～高1程度） P270 P272
- 保健は「概念」と「それに関わる原則」を軸に、演習的な学習で深める P267 P268 P271 P274
- 「体育理論」を「スポーツ理論」に名称変更する案 P270
- 体育と保健の関連づけと、重なる内容の見直し P271 P272
- 変化する健康課題・安全課題への対応と「生命（いのち）の安全教育」 P265 P271
- 水泳授業・暑さ対策など、授業の実施環境の見直し P273 P274

原田英語.com 次期学習指導要領ナビ｜https://www.haradaeigo.com/jikigakushushido/download/｜2026年11月4日 版

研修・会議・授業・保護者会での印刷・コピー・配布・投影はご自由にどうぞ。ご連絡は不要です。出典：審議まとめ（2026年10月5日）。告示前の方向性です。