

令和 4 年度 教科の重点目標・実践事項

《保健体育》（重点目標・実践事項）

1 重点目標

- (1)心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的、計画的な実践を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。
- (2)個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、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を育てる。

2 実践事項

(1)体 育

- ア 運動の合理的、計画的な実践に対して主体的に取り組ませるとともに、健康・安全について関心を持たせ、意欲的に取り組ませる。
- イ 自己や仲間の課題に応じた運動の取り組み方や体力を高めるための運動計画を立てさせ、課題解決に向けて考え、判断させる。
- ウ 運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けさせる。

(2)保 健

- ア 自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることに関心をもたせ、学習活動に対して意欲的に取り組ませる。
- イ 健康を保持増進するための課題解決を目指して、総合的に考え、判断させる。
- ウ 自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくための基礎的な事項を理解させる。

