

本資料は、一般社団法人教科書協会「教科書発行者行動規範」に則り、配布が認められているものです。

令和4年度

高等学校 保健体育

# 大修館書店 「現代高等保健体育」701 教科書の構成と内容

## ●保健編 1単元 現代社会と健康

この教科書の構成	ページ	学習指導要領	学習内容	配当時間	この教科書の工夫
1. 健康の考え方と成り立ち	6～7	内容(1)ア(ア), イ	1 健康についての多様な考え方 2 健康の成り立ちとその要因	3	・健康のさまざまなとらえ方をイラストを踏まえてわかりやすく示している。 ・健康を成り立たせている要因の内容を整理して学習しやすくなるように工夫している。
2. 私たちの健康のすがた	8～9	内容(1)ア(ア), イ	1 わが国における健康水準の向上 2 わが国における健康問題の変化		・わが国の健康水準の変化とその背景について、グラフをもとに理解できるように示している。 ・わが国の現在の健康問題について具体例を紹介して理解できるように工夫している。
●健康のとらえ方の歴史を振り返ってみよう	10				・健康についての多様な考え方に関連させ、現代に至るまでの健康のとらえ方の変遷をわかりやすく示している。
●生きることと病気について考えてみよう	11				・生きがいを重視した生き方について考えるきっかけとなるよう、事例を紹介している。
3. 生活習慣病の予防と回復	12～13	内容(1)ア(ウ), イ, 内容の取扱い(1)(2)	1 生活習慣病とその種類 2 予防から回復まで	9	・代表的な生活習慣病について、症状などを具体的に紹介して理解できるように工夫している。 ・生活習慣病の一次予防、二次予防について例をあげて説明できるように示している。
4. がんの原因と予防	14～15	内容(1)ア(ウ), イ, 内容の取扱い(1)(2)	1 がんとその種類 2 がんの予防		・おもながんについて、種類とリスク要因、リスクを軽減する要因などを具体的に紹介して理解できるように工夫している。 ・がんの一次予防、二次予防について例をあげて説明できるように示している。
5. がんの治療と回復	16～17	内容(1)ア(ウ), イ, 内容の取扱い(1)(2)	1 がんの治療と緩和ケア 2 がんとともに生きる社会づくり		・がんの治療の3つの柱を紹介することで、おもながんの治療法について理解できるように工夫している。 ・具体的な事例を紹介することで、がんの社会的な対策などを理解できるように工夫している。
●がんの克服をめざして～がん治療最前線～	18				・生徒の興味が高まるよう、現在研究が進められている最新の治療法について扱っている。
●がんとともに生きる人々を支える取り組み	19				・がんとともに生きる人々を支える取り組みについて紹介することで、がんとの共生が可能であることを理解できるように工夫している。
6. 運動と健康	20～21	内容(1)ア(ウ), イ, 内容の取扱い(1)(2)	1 健康からみた運動の意義 2 健康により運動のしかた		・運動不足がもたらす健康問題を具体的に紹介することで、健康と運動の関係がわかりやすくなるように工夫している。 ・目的に応じた健康的な運動のしかたについて、具体例を紹介することで理解しやすくなるように工夫している。
7. 食事と健康	22～23	内容(1)ア(ウ), イ, 内容の取扱い(1)(2)	1 健康的な食生活の意義 2 健康により食事のとり方		・栄養素の摂取基準と健康問題の例を示すことで、食事と健康の関係について理解できるように工夫している。 ・健康的な食事のとり方を理解するきっかけとして「3・1・2弁当法」を紹介している。
8. 休養・睡眠と健康	24～25	内容(1)ア(ウ), イ, 内容の取扱い(1)(2)	1 健康からみた休養の意義 2 健康からみた睡眠の意義		・睡眠の重要性を理解することができるように睡眠時間と死亡率の関係のグラフを紹介している。 ・健康により睡眠のための工夫を紹介し、高校生が日常生活の中で取り入れやすくなるように工夫している。
●自分の身体活動量を調べてみよう	26				・身体活動量についての考え方を示すことで、実生活と関連させて理解できるように工夫している。
●BMIから自分の肥満度を調べてみよう	27			・適切な食事をとることの重要性を認識できるよう、自分の体型のとらえ方やBMIの計算方法について紹介している。	
9. 喫煙と健康	28～29	内容(1)ア(イ), イ, 内容の取扱い(3)	1 喫煙の影響 2 喫煙への対策	・喫煙の影響について資料を提示することで、喫煙者やその周囲の人に起こる害について理解できるように工夫している。	

10. 飲酒と健康	30～31	内容(1)ア(1),イ,内容の取扱い(3)	1 飲酒の影響 2 飲酒への対策	4	・喫煙対策について、個人と社会に分けて説明することで理解が深まるようにしている。 ・血液中のアルコール濃度と酩酊の度合いの資料を提示することで、飲酒による健康影響をわかりやすく示している。 ・飲酒による健康問題への対策について、個人と社会に分けて説明することで理解が深まるようにしている。
11. 薬物乱用と健康	32～33	内容(1)ア(1),イ,内容の取扱い(3)	1 薬物乱用の影響 2 薬物乱用の要因と対策		・おもな乱用薬物とその健康影響を示すことで、薬物乱用が心身の健康や社会に及ぼす影響について理解が深まるようにしている。 ・薬物乱用防止のための対策例について、個人と社会に分けて説明することで理解が深まるようにしている。 ・実生活において「批判的思考」を活用できるよう、具体例を示している。 ・実生活において「ロールプレイング」を活用できるよう、具体例を示している。
●酒の広告について考えてみよう	34				
●薬物乱用への誘いに対処してみよう	35				
12. 精神疾患の特徴	36～37	内容(1)ア(1),イ,内容の取扱い(4)	1 精神疾患の要因と種類 2 精神保健の今日的課題	4	・図や表を通して、精神疾患の要因や症状を理解できるように工夫している。 ・現代社会における精神疾患の課題をさまざまな例をもとに理解できるようにしている。
13. 精神疾患の予防	38～39	内容(1)ア(1),イ,内容の取扱い(4)	1 日常生活における精神疾患の予防 2 精神疾患の早期発見・早期治療		・ストレスへの対処について図解でわかりやすく示している。 ・精神疾患の早期発見・早期治療の重要性について資料をもとに理解できるように工夫している。
14. 精神疾患からの回復	40～41	内容(1)ア(1),イ,内容の取扱い(4)	1 専門家による支援と治療 2 社会環境の整備		・精神疾患の治療について、資料や事例を使ってわかりやすく示している。
●ストレスや不安に対処しよう	42				・ストレスや不安に適切に対処できるよう、具体的な方法を示している。
●うつ病からの回復をたどってみよう	43				・当事者の事例を示すことで、精神疾患からの回復について理解しやすいように工夫している。
15. 現代の感染症	44～45	内容(1)ア(1),イ	1 感染症とは 2 さまざまな感染症	4	・おもな感染症の種類、症状、感染経路などをわかりやすく示している。 ・コラムを通じて、感染症が身近なものであることを理解できるように工夫している。
16. 感染症の予防	46～47	内容(1)ア(1),イ	1 感染症予防の3原則 2 現代の感染症対策		・感染症予防の3つの対策を図解でわかりやすく示している。 ・感染症への対策について、個人と社会に分けて説明することで理解が深まるようにしている。
17. 性感染症・エイズとその予防	48～49	内容(1)ア(1),イ	1 性感染症・エイズとは 2 性感染症・エイズの予防		・おもな性感染症の種類、症状と特徴などをわかりやすく示している。 ・性感染症の予防と対策について、個人と社会に分けて説明することで理解が深まるようにしている。
●新たなインフルエンザを警戒しよう	50				・過去の感染症について扱うことで、新たな感染症に対する考え方について理解が深まるようにしている。 ・「課題探求型学習」について理解し活用できるよう工夫している。
●新たな脅威～薬剤耐性菌～	51				・薬剤耐性菌について扱うことで、感染症の今日的課題についての理解が深まるように工夫している。
18. 健康に関する意思決定・行動選択	52～53	内容(1)ア(1),イ	1 意思決定・行動選択とそれに影響を与える要因 2 適切な意思決定・行動選択を実現する工夫	3	・意思決定・行動選択に影響を与える要因について、個人と社会に分けて説明することで理解が深まるようにしている。 ・適切な意思決定・行動選択を実現する工夫について具体的な例を多く紹介して理解できるようにしている。
19. 健康に関する環境づくり	54～55	内容(1)ア(1),イ	1 健康を保持増進するための環境 2 ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくり		・社会環境の健康への影響について、豊富な資料から理解できるように工夫している。 ・ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくりの特徴について理解が深まるようにしている。
●イッキ飲みを防ごう	56				・飲酒に関する課題について、生徒が正しい判断ができるよう工夫している。
●望ましくない習慣をやめる作戦を考えよう	57				・適切な意思決定・行動選択ができるよう、具体例を示している。
●暮らしているだけで健康になる環境を考えよう	58				・実生活において「ブレインストーミング」を活用できるように工夫している。 ・健康に関する環境づくりについて理解が深まるよう、身近な例を示している。

## ●保健編 2 単元 安全な社会生活

この教科書の構成	ページ	学習指導要領	学習内容	配当時数	この教科書の工夫
1. 事故の現状と発生要因	60～ 61	内容(2)ア(ア),イ, 内容の取扱い(5)	1 事故とその被害 2 事故の発生に関連する要因	4	・事故の実態がグラフから理解できるようにしている。 ・事故の発生要因について、人的要因、環境要因に分けて説明することで理解が深まるようにしている。
2. 安全な社会の形成	62～ 63	内容(2)ア(ア),イ, 内容の取扱い(5)	1 自他の安全を確保する行動 2 安全を確保する社会の取り組み		・安全のために必要な個人の行動について理解できるように示している。 ・安全を確保するために必要な環境整備について例をあげて理解できるように示している。
3. 交通における安全	64～ 65	内容(2)ア(ア),イ, 内容の取扱い(5)	1 交通事故防止のための取り組み 2 交通事故と運転者の責任		・自動車の安全性を高める対策の例を図を用いてわかりやすく示している。 ・交通事故における責任を3つに分けてわかりやすく理解できるように示している。
●時間の流れにそった防災・避難計画をつくろう	66				・災害時に適切な危険回避行動ができるよう、備えについての考え方や具体的な方法について示している。
●犯罪から身を守ろう	67				・犯罪から自分の身を守るための考え方を身につけることができるよう工夫している。
4. 応急手当の意義とその基本	68～ 69	内容(2)ア(イ),イ, 内容の取扱い(6)	1 応急手当の意義 2 応急手当の手順	4	・応急手当の意義について、事例をもちいて理解できるように工夫している。 ・応急手当の手順や確認・観察ポイントをわかりやすく示している。
5. 日常的な応急手当	70～ 71	内容(2)ア(イ),イ, 内容の取扱い(6)	1 けがに応じた応急手当 2 熱中症の応急手当		・日常的なけがや熱中症の応急手当の手順や方法が理解できるように工夫している。 ・実際に、けがや熱中症の応急手当ができるようにフローチャートを示すなど工夫している。
6. 心肺蘇生法	72～ 73	内容(2)ア(イ),イ, 内容の取扱い(6)	1 心肺蘇生法の意義と方法		・心肺蘇生法の方法と手順が理解できるように図を豊富に掲載している。
●心肺蘇生法を実習しよう	74				・心肺蘇生法を正しく行うことができるよう、手順やポイントについて示している。

## ●保健編 3 単元 生涯を通じる健康

この教科書の構成	ページ	学習指導要領	学習内容	配当時数	この教科書の工夫
1. ライフステージと健康	76～ 77	内容(3)ア(ア),イ, 内容の取扱い(7)	1 ライフステージと死亡や病気 2 各ライフステージにおける健康課題とその支援	11	・ライフステージと健康について理解できるように、0～79歳のおもな死因の死亡率のグラフを示している。 ・各ライフステージにおける健康課題について図解で理解できるように工夫している。
2. 思春期と健康	78～ 79	内容(3)ア(ア),イ, 内容の取扱い(7)	1 思春期の体と健康 2 思春期の心と健康		・思春期における体の変化を、女性、男性に分けて理解できるように工夫している。 ・思春期の心と健康について、起こりやすい問題行動を図示するなど理解しやすくしている。
3. 性意識と性行動の選択	80～ 81	内容(3)ア(ア),イ, 内容の取扱い(7)	1 性意識とその尊重 2 性に関する情報と性行動		・性意識の男女差について、グラフや具体例を示すことで理解できるようにしている。 ・性情報が性行動の選択に影響を及ぼすことが理解できるようにしている。
4. 妊娠・出産と健康	82～ 83	内容(3)ア(ア),イ, 内容の取扱い(7)	1 受精・妊娠・出産 2 母子保健サービスの活用		・排卵から着床まで、妊娠中の胎児と母体の変化を図解でわかりやすく示している。 ・妊娠・出産時に活用できる母子保健サービスについて、イラストで理解できるようにしている。
5. 避妊法と人工妊娠中絶	84～ 85	内容(3)ア(ア),イ, 内容の取扱い(7)	1 家族計画の意義と避妊法 2 人工妊娠中絶		・避妊法の具体的な例としてコンドームと低用量ピルについて説明している。 ・人工妊娠中絶について理解できるように示している。
●性教育について考えてみよう	86				・性教育のあり方について生徒自身が考えることができるよう工夫している。 ・「課題発見型学習」について理解し活用できるよう工夫している。
●それは本当に正しい避妊法ですか	87				・避妊法について正しく理解できるように工夫している。
6. 結婚生活と健康	88～ 89	内容(3)ア(ア),イ, 内容の取扱い(7)	1 結婚生活の基盤となる心身の発達 2 結婚生活と家族の健康		・結婚生活と心身の発達について理解できるように示している。 ・DVや児童虐待についても触れている。
7. 中高年期と健康	90～ 91	内容(3)ア(ア),イ, 内容の取扱い(7)	1 加齢による変化と健康 2 高齢者の健康を支える取り組み		・資料として老化現象を紹介し、加齢に伴う心身の変化について理解できるようにしている。 ・保健・医療・福祉の連携の例を図示するなど、高齢化社会に必要な社会的取り組みについてわかりやすく示している。
8. 働くことと健康	92～ 93	内容(3)ア(イ), イ	1 働くことと健康のかかわり 2 働き方と健康問題の変化		・働くことと健康のかかわりを、生きがい、自己実現、ストレス、ワーク・ライフ・バランスなどの観点から説明している。 ・働き方の多様化による健康問題の変化を図解でわかりやすく示している。

9. 労働災害と健康	94～ 95	内容(3)ア(イ), イ	1 労働災害とその要因 2 労働災害の防止	5	・労働災害には、様々な種類があることを示している。 ・労働災害を防止するためには、安全管理と健康管理が必要であることをわかりやすく示している。
10. 健康的な職業生活	96～ 97	内容(3)ア(イ), イ	1 職場における取り組み 2 仕事と生活の調和		・職場がおこなう健康に関する取り組みとして、健康増進活動、メンタルヘルスケア、ハラスメント対策などがあることを示している。 ・仕事と生活の調和の重要性をわかりやすく示している。
●仕事を健康の視点から考えてみよう	98				・仕事について健康の視点から考えることができるよう、様々な取り組みを紹介している。

### ●保健編 4 単元 健康を支える環境づくり

この教科書の構成	ページ	学習指導要領	学習内容	配当時数	この教科書の工夫
1. 大気汚染と健康	100 ～ 101	内容(4)ア(ア),イ, 内容の取扱い(8)	1 大気汚染の原因と健康影響 2 大気にかかわる地球規模の問題	6	・おもな大気汚染物質と健康への影響を資料として示している。 ・大気にかかわる地球規模の問題として、地球温暖化、酸性雨、オゾン層の破壊などを取り上げ、わかりやすく説明している。
2. 水質汚濁、土壌汚染と健康	102 ～ 103	内容(4)ア(ア),イ, 内容の取扱い(8)	1 水質汚濁とその健康影響 2 土壌汚染とその健康影響 3 大気汚染、水質汚濁、土壌汚染のかかわり		・おもな水質汚濁物質と健康への影響について理解できるようにわかりやすく示している。 ・身のまわりの放射線被曝の健康影響について図解でわかりやすく示している。
3. 環境と健康にかかわる対策	104 ～ 105	内容(4)ア(ア),イ, 内容の取扱い(8)	1 環境汚染の防止とその対策 2 産業廃棄物の処理と健康		・環境の保全に関するおもな施策について、環境基準、排出規制、環境の監視・測定、公害防止計画という観点から示している。 ・産業廃棄物の処理について、その健康影響に関連させてわかりやすく示している。
4. ごみの処理と上下水道の整備	106 ～ 107	内容(4)ア(ア),イ, 内容の取扱い(8)	1 ごみの処理の現状 2 安全で良質な水の確保		・循環型社会のすがたを図解で示し、社会全体でめざすべき取り組みをわかりやすく示している。 ・安全で良質な水を確保するためのしくみを図解でわかりやすく示している。
●過去の公害を振り返ってみよう	108				・過去の公害について示すことで、大気汚染や水質汚濁、土壌汚染についてより深く理解できるようにしている。
●海洋プラスチックごみについて考えてみよう	109				・ごみ処理の現状を深く理解するきっかけとなるよう、海洋プラスチックごみについて示している。
5. 食品の安全性	110 ～ 111	内容(4)ア(イ),イ, 内容の取扱い(1)	1 食品の安全性と健康 2 食品の安全性に関する今日的課題	4	・食品健康被害の事例を紹介するなど、食品の安全性と健康のかかわりについてわかりやすく示している。 ・食品の安全性に関する今日的課題であるアレルギーについて図解で示している。
6. 食品衛生にかかわる活動	112 ～ 113	内容(4)ア(イ),イ, 内容の取扱い(1)	1 食品の安全性の確保 2 食品の安全と私たちの役割		・食品の安全性を確保するための行政や製造者の役割について理解できるように示している。 ・食品の安全性を確保するためには、消費者としての個人の役割の大切さを示している。
●健康食品などの広告を分析してみよう	114				・食品情報を正しく活用できるよう工夫している。
●栄養素や食品のブームについて考えてみよう	115				・消費者として適切な行動について考えることができるよう、具体例を示している。
7. 保健サービスとその活用	116 ～ 117	内容(4)ア(ウ),イ, 内容の取扱い(2)	1 保健行政の役割 2 保健サービスの活用	5	・生涯を通じた健康管理のための4つの保健行政とその例を図解でわかりやすく示している。 ・保健サービスの活用の例として、健康情報の提供と活用について図解でわかりやすく示している。
8. 医療サービスとその活用	118～ 119	内容(4)ア(ウ),イ, 内容の取扱い(2)	1 医療の供給と医療保険 2 医療機関と医療サービスの活用		・わが国の医療保険のしくみを図解でわかりやすく示している。 ・さまざまな医療機関の役割が理解できるように工夫している。
9. 医療品の制度とその活用	120～ 121	内容(4)ア(ウ),イ, 内容の取扱い(2)	1 医薬品の種類と使用法 2 医薬品の副作用と安全性を守る取り組み		・医薬品の正しい使用法について、資料を使ってわかりやすく示している。 ・医薬品の副作用と安全性を守る取り組みについて理解が深まるようにしている。
●医療機関のかかり方について考えてみよう	122				・医療機関のかかり方について適切な行動をとることができるよう、様々なケースを示している。
●サリドマイド薬害に学ぶ	123				・薬害について理解を深めることができるよう、過去の事例を示している。
10. さまざまな保健活動や社会的対策	124～	内容(4)ア(イ),	1 健康を支える保健活動と社会的対策		1

	125	イ	2 保健活動や社会的対策への住民の理解		・保健活動や社会的対策に対して住民の理解が大切であることを示している。
11. 健康に関する環境づくりと社会参加	126～ 127	内容(4)ア(ウ)、イ、 内容の取扱い(2)	1 健康と環境づくり 2 環境づくりへの社会参加と情報の活用	3	・健康の保持増進のための健康づくりについて、ヘルスプロモーションの考え方に関連して示している。 ・環境づくりへの主体的な参加が自他の健康づくりにつながることを示している。
●あなたは健康情報を正しく判断していますか	128				・健康情報を正しく活用することができるよう、その扱い方を考えられるような工夫をしている。
●健康政策を考えてみよう	129				・健康対策や制度について考えを深めることができるよう工夫している。

### ●体育編 1 単元 スポーツの発祥と発展

この教科書の構成	ページ	学習指導要領	学習内容	配当時数	この教科書の工夫
1. スポーツの始まりと変遷	136～ 137	体育理論(1)ア(ウ)、イ、ウ	1 スポーツの始まりと発展 2 近代スポーツから国際スポーツへ	1	・スポーツがどのように始まったのかを、様々な視点から理解が深まるようにしている。 ・なぜスポーツが世界中に広まったのかを、近代スポーツから国際スポーツへという観点からわかりやすく示している。
●世界の民族スポーツについて調べてみよう	138～ 139				・国際スポーツだけでなく、ある地域や民族のなかで長く受け継がれているスポーツがあることを具体的に示し、スポーツ文化の多様性をわかりやすく示している。
2. 文化としてのスポーツ	140～ 141	体育理論(1)ア(ウ)、イ、ウ	1 スポーツを文化としてとらえること 2 スポーツ文化への多様なかわり方と変容	1	・スポーツの文化的内容について、図解でわかりやすく示している。 ・スポーツには様々なかわり方があることを豊富な資料から示している。
●日本生まれのスポーツ	142				・日本生まれのスポーツがあり、海外へ広まったものもあることを示している。
●競技スポーツにおける競争の意味	143				・一流選手の言葉をヒントに、「競争すること」をどのように受け止めているのかを学ぶことができる。
3. オリンピックとパラリンピックの意義	144～ 145	体育理論(1)ア(イ)、イ、ウ	1 オリンピックの意義 2 パラリンピックの意義	1	・オリンピック、オリンピックムーブメント、オリンピックの価値について内容を整理し、学習しやすくなるように工夫している。 ・パラリンピックの意義について、資料もふまえてわかりやすく示している。
4. スポーツが経済に及ぼす効果	148～ 149	体育理論(1)ア(ウ)、イ、ウ	1 スポーツと経済 2 スポーツ産業の拡大	1	・スポーツがもたらす経済効果について具体例を紹介しながらわかりやすく示している。 ・スポーツ産業の広がりを図解でわかりやすく示している。
5. スポーツの高潔さとドーピング	150～ 151	体育理論(1)ア(イ)(ウ)、イ、ウ	1 スポーツの高潔さを守ること 2 スポーツにおけるドーピング	1	・スポーツの高潔さを脅かす要因として、商業主義、勝利至上主義、ドーピング、八百長など具体的な例をあげながら示している。 ・スポーツの世界からドーピングをなくす必要があることをわかりやすく示している。
●スポーツの価値について考えてみよう	152				・スポーツが本来もっている価値について改めて見直し、さらに理解が深まるようにしている。
●なぜドーピングは許されないのか	153				・ドーピングが倫理的に許されない理由について、さらに理解が深まるようにしている。
6. スポーツと環境	154～ 155	体育理論(1)ア(イ)、イ、ウ	1 スポーツと環境問題 2 これからのスポーツと環境保護	1	・スポーツにおける環境問題の具体例を紹介し、理解が深まるようにしている。 ・スポーツにおける環境保護の大切さを示している。

### ●体育編 2 単元 運動・スポーツの学び方

この教科書の構成	ページ	学習指導要領	学習内容	配当時数	この教科書の工夫
1. スポーツにおける技能と体力	158～ 159	体育理論(2)ア(ウ)、イ、ウ	1 運動・スポーツにおける技能と体力の関係 2 練習とトレーニングの原理と原則	1	・運動・スポーツにおける技能と体力の関係について理解が深まる豊富な資料を掲載している。 ・練習とトレーニングの原理と原則を簡潔にわかりやすく示している。
2. スポーツにおける技術と戦術	160～ 161	体育理論(2)ア(イ)、イ、ウ	1 技術と技能の違い 2 技能の型に応じた練習 3 戦術・作戦・戦略 4 用具の改良やメディアの発達による技術や戦術の変化		1
●スポーツルールはなぜ変わるのか考えてみよう	162			・技術や道具・用具の進歩によって、スポーツのルールが変化してきたことがわかりやすく示されている。	
●スポーツとメディアの関係性	163			・メディアからの影響によってスポーツのルールが変更されてきたことをわかりやすく示している。	

3. 技能の上達過程と練習	164 ～ 165	体育理論(2)ア (ウ), イ, ウ	1 技能の上達過程 2 効果的な練習法	1	・技能の上達過程をテニスのフォアハンドストロークを例に図解でわかりやすく示している。 ・効果的な練習方法についてフィードバックなどを取り上げて理解できるように示している。
●球技における戦術の特徴を比較してみよう	166				・ゴール型競技, ネット型競技, ベースボール型競技の戦術の特徴をわかりやすく示している。
●ゲームにおける戦術的判断	167				・バスケットボールの3対2のゲームを例に, 攻撃側の数的優位を生かした戦術的判断を図を用いてわかりやすく示している。
4. 効果的な動きのメカニズム	168 ～ 169	体育理論(2)ア (ア), イ, ウ	1 動きの開始と持続 2 動きのコントロール	1	・体の動きはどのようなしくみで開始されているか, 詳しく示している。 ・知覚, 記憶, 予測にもとづいて動きをコントロールすることを図解でわかりやすく示している。
5. 体力トレーニング	172 ～ 175	体育理論(2)ア (ア), イ, ウ	1 体力トレーニングを支える基礎理論 2 体力トレーニングの進め方 3 筋力トレーニング 4 持久力トレーニング 5 調整力・柔軟性のトレーニング	1	・トレーニングの進め方をわかりやすく図解で示している。 ・筋力, 持久力, 調整力, 柔軟性を高める具体的な方法を豊富な資料を使ってわかりやすく示している。
6. 運動やスポーツでの安全の確保	176～ 177	体育理論(2)ア(ア) (イ), イ, ウ	1 運動・スポーツで起こるけがや事故 2 運動・スポーツでのけがや事故の予防	1	・運動・スポーツで起こるけがの例を豊富に紹介し, 理解が深まるようにしている。 ・運動・スポーツでのけがを予防するために役立つ資料を豊富に掲載している。 ・スポーツにはケガをする危険性があることを具体的に示している。
●スポーツによるさまざまなリスクを考えてみよう	178				・スポーツで起こるケガについて具体的に示している。
●スポーツ外傷・障害とその原因	179				・健康づくりのための運動をどのように考えればよいのかをわかりやすく示している。
●健康づくりのために運動を実践してみよう	180				

### ●体育編 3単元 豊かなスポーツライフの設計

この教科書の構成	ページ	学習指導要領	学習内容	配当時数	この教科書の工夫
1. 生涯スポーツの見方・考え方	182 ～ 183	体育理論(3)ア (ア), イ, ウ	1 社会の変化とスポーツの役割 2 ライフステージに対応したスポーツの楽しみ方	2	・社会の変化に伴ってスポーツの役割がどのように変化したのか理解できるように示している。 ・ライフステージ別にみたスポーツの楽しみ方の例を図解でわかりやすく示している。
2. ライフスタイルに応じたスポーツ	186 ～ 187	体育理論(3)ア (イ), イ, ウ	1 いろいろなスポーツライフスタイル 2 豊かなスポーツライフの設計	2	・「する」にかかわるスポーツライフについて, いろいろなタイプがあることを理解できるように示している。 ・現在の自分のスポーツライフの諸条件を整理できるように, 例を図解でわかりやすく示している。 ・身近な人のスポーツライフを実際に調べてみることで, 自分のスポーツライフを見直すヒントを得られるようにしている。
●身のまわりの人のスポーツライフを調べてみよう	188				・自分のスポーツライフを具体的に考えることで, 自分の人生におけるスポーツの楽しみ方について深めることができるようにしている。
●自分でスポーツライフを設計してみよう	189				
3. スポーツを推進する取り組み	190～ 191	体育理論(3)ア (ウ), イ, ウ	1 日本のスポーツ推進の歩み 2 地域とスポーツクラブ	1	・国内でスポーツを推進してきたこれまでの取り組みをわかりやすく示している。 ・地域が支えるスポーツ推進について図解でわかりやすく示している。
4. 豊かなスポーツライフの創造	194～ 195	体育理論(3)ア (イ), イ, ウ	1 日本のスポーツライフの特徴 2 豊かなスポーツライフの創造のために	1	・スポーツライフについて「これまで」と「これから」に分けてわかりやすく示している。 ・豊かなスポーツライフを想像していくための課題について理解が深まるようにしている。
			合計	88	