

小学校「体育科」における指導法に関する 基礎的研究

～これからの健康教育についての一考察～

石 沢 順 子
大 貫 麻 美
椎 橋 げんき

I. はじめに

身体活動量の低下や生活習慣病の増加などは世界的な問題であり、WHO（世界保健機関）により身体活動に関する世界行動計画や子どもの身体活動基準が策定されるなど、身体活動を促進する取り組みがなされている。また、現在、新型コロナウイルス感染症の世界的蔓延に対して、感染を予防しつつ新しい生活様式を模索するなど、新たな健康課題に立ち向かう力が求められている。

日本においても、子どもの体力・運動能力の低下および二極化、食習慣の乱れ等による肥満やアレルギー罹患率の増加など、子どもの健康を脅かす問題が散見されている。また、中央教育審議会答申（2016）では、体育科の課題として、習得した知識や技能を活用して課題解決することや、健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組む学習が不十分であり、社会の変化に伴う新たな健康課題に対応した教育が必要との指摘がなされている。

教育界全体に目を向けると、21世紀型スキルなど学習するコンテンツのみならず、育成を目指す資質・能力にまで目を向けた、いわゆるコンピテンス基盤型教育への改革が行われている。近年、日本でもこのような議論

が進められつつあり、平成29年改訂の学習指導要領では、教職課程全体を通して育成を目指す資質・能力が「知識および技能」「思考力、判断力、表現力等の育成」「学びに向かう力、人間性等」の三つの柱に整理された。

このような流れを受けて、鈴木（2019）は「コンピテンス基盤型生物教育のスケッチ例」の中で、生命科学領域で求められる8つのコンピテンシー（観察・実験遂行能力、活動持続力、情報発信力、ブレイクスルー力、チームワーク力、他者理解・自己理解、「生命」観、感性）を示している。筆者らはこれまでに、体育科の視点から近年低下傾向が続いている子どもの「投げる」能力の育成に着目し、幼児教育および小学校の体育科を中心とした教科横断型の学習プログラムの開発に向けた検討を行ってきた（石沢ら，2018；2019，椎橋ら，2019）。その中で、大貫ら（2019）においては、保育者・教育者をめざす学生を対象に「投げる」ことに関連した教育プログラムを実施し、鈴木（2019）が示したコンピテンシーを指標として分析を行ったところ、活動中にそれぞれのコンピテンシーが発揮されていたことが明らかになった。

本研究では、主に体育科の保健領域で扱われる健康教育に着目し、学習指導要領の改訂に合わせて、今後小学校で求められる健康教育に関する資料を整理する。そして、体育科を中心とした健康教育の指導法について考察する。

Ⅱ. 方法

小学校学習指導要領（平成29年告示）解説の総則および各教科編、文部科学省等が刊行またはホームページ等で公開している健康教育に関連する資料等を参照し、小学校において求められる健康教育の内容や留意点等を整理した。また、それらを基に、体育科を中心とした健康教育の指導法について検討した。

Ⅲ. 結果および考察

1. 健康教育に関する用語の整理

WHOによると、健康の定義は「肉体的、精神的及び社会的に完全に良好な状態であり、単に疾病または病弱の存在しないことではない」とされている。また、「健康教育は、個人や地域の健康を促進する知識の向上や生活技術の発展を含むヘルス・リテラシーの向上を意識的に取り入れた学びの機会であり、何らかのコミュニケーションを含むものである。さらに、健康を増進するために行動する動機づけや自信、自己効力感を育てることも含まれる」とされている（WHO, 1998）。ヘルス・リテラシーは健康教育の新しいキーワードとして注目されており、様々な解釈があるが、WHO (1998) では「良い健康状態を維持促進するために情報へアクセスし、理解し、活用する動機付けと能力を決定する認知的、社会的スキルを意味する」としている。このように、近年の健康教育では、本人の心身の状態を良好に保つだけでなく、地域社会の健康を保つためにも、必要な情報を活用し、主体的に健康を維持・増進する力を育てることが求められている。

一方、日本における健康教育の定義をみると、宮坂（2007）による「個人、家庭、家族、集団または地域が直面している健康問題を解決するにあたって、自ら必要な知識を獲得して、必要な意思決定ができるように、そして直面している問題に自ら積極的に取り組む実行力を身につけるように援助すること」というものが一般的である。健康教育は社会教育の中でも行われており、学校での健康教育を「学校健康教育」と表すこともある。学校健康教育の体系について、文部科学省の資料「改訂『生きる力』を育む小学校保健教育の手引（2019）」「『生きる力』をはぐくむ学校での安全教育（2019）」「栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育（2017）」の

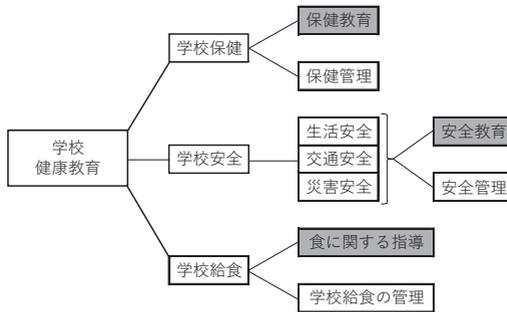


図1 学校健康教育の体系

文部科学省の資料「改訂『生きる力』を育む小学校保健教育の手引（2019）」『『生きる力』をはぐくむ学校での安全教育（2019）」『栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育（2017）』の記載をもとに作成。本研究では網掛け部分を「健康教育」とする。

記載を参考に筆者が整理したものを図1に示した。

これらの資料によると、学校健康教育の領域は「学校保健」「学校安全」「学校給食」の3つに分けられる。また、学校保健は体育や特別活動など学校の教育活動全体を通して行う「保健教育」と学校保健法に基づいて行われる健康診断、環境衛生などの「保健管理」とに分けられる。学校安全は、日常生活でおこる事件・事故を取り扱う「生活安全」、様々な交通場面の安全と事故防止を含む「交通安全」、地震・津波等の「災害安全」の3つの領域があり、活動として「安全教育」と「安全管理」がある。学校給食では、栄養教諭が中核となり、「食に関する指導」や「学校給食の管理」が行われている。

このように学校における健康教育は内容が多岐にわたるため、本研究では、「保健教育」「安全教育」「食に関する指導」など教科内及び教科外の学級活動や行事等で直接的に子どもに教育する活動を「健康教育」と捉えることとする（図1．網掛け部分）。

2. 小学校における健康教育の内容

小学校学習指導要領解説総則編（2017）の「小学校教育の基本と教育課程の役割」においては、「学校における体育・健康に関する指導」について「児童の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うことにより、健康で安全な生活と豊かなスポーツライフの実現を目指した教育の充実に努めること」が示されている。また、「特に、学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、体育科、家庭科及び特別活動の時間はもとより、各教科、道徳科、外国語活動及び総合的な学習の時間などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めること。また、それらの指導を通して、家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるよう配慮すること」と示されている。このように小学校における健康教育でも教科間連携や地域連携の必要性が重視されていることがうかがえる。

3. 小学校における健康教育の指導法と留意点等について

ここでは前述の内容を受けて、小学校において健康教育の中心となる体育科の内容を整理するとともに、教科間連携の視点から健康や安全に関連する指導内容や指導上の留意点等をまとめた。

1) 体育科の運動領域と保健領域の連携

体育科の目標において、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の三つの柱は次のように示されている。

- (1) 知識及び技能：その特性に応じた各種の運動の行い方及び身近な生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。
- (2) 思考力、判断力、表現力等：運動や健康についての自己の課題を見つけ、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- (3) 学びに向かう力、人間性等：運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、楽しく明るい生活を営む態度を養う。

体育科の領域と授業時数について、小学校学習指導要領解説体育編(2017)の記載をもとにまとめたものを表1に示した。体育科は運動領域と保健領域から構成され、運動領域は全学年で行われているのに対し、保健領域は第3学年から第6学年に組み込まれている。運動領域のうち、特に健康・安全に関連が深い内容として、各種運動の行い方や基本的な動きや技能を身につけること、進んで運動に取り組むこと、場や用具の安全に気を付けることなどが挙げられる。

保健領域の内容は「健康な生活」「体の発育・発達」「心の健康」「けがの防止」「病気の予防」の5つである。保健領域においては、今回の改訂に合わせて、各内容について「知識」または「知識及び技能」の習得、「思考力、判断力、表現力等」の育成について明示された。そこには、健康な生活や体の発育、病気の予防などについて理解すること（知識）、心の発達、けがの防止については理解と併せて簡単な対処をすること（知識及び技能）が含まれている。また、思考力・判断力・表現力等については、健康について各自の課題を見つけ、その解決に向けて思考し、判断するとともに表現することが挙げられている。

保健領域の授業時数は、第3・4学年では8単位時間程度、第5・6学年では16単位時間程度の合計24単位程度と限られている。そのため、より

充実した健康教育を行うための工夫として、運動領域や他の教科等と連携することが挙げられる。

運動領域と保健領域の連携については、小学校学習指導要領解説体育編（2017）の内容の取り扱いに示されている。例えば、第4学年における保健領域の「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」を理解した上で、運動領域の「体づくり運動」を行うなど、運動と健康の関係について具体的な考えをもてるように配慮することが大切とされている。

実際には、運動領域は第1学年から開始しているため、運動した時の体の変化や運動の効果について授業内で確認し、体育科以外の教科や日常生活の中でも、運動の効果を感じられる機会をつくることが望ましい。また、第4学年で「体の発育・発達」を学ぶ際には、第3学年までの運動領域の学びを取り入れることも有効であろう。

表1 小学校体育における領域と授業時数

学年	1	2	3	4	5	6
体育合計時数	102	105	105	105	90	90
うち保健領域時数			8程度		16程度	
領域			運動領域			
	体づくりの運動遊び		体づくり運動			
	器械・器具を使つての運動遊び		器械運動			
	走・跳の運動		走・跳の運動		陸上運動	
	水遊び		水泳運動			
	ゲーム				ボール運動	
	表現リズム遊び		表現運動			
	保健領域					
			健康な生活	体の発育・発達	心の健康けがの防止	病気の予防

小学校学習指導要領解説体育編（2017）の記載をもとに作成

2) 体育科以外の教科等との連携

小学校学習指導要領解説総則編（2017）の付録6では、教育課程の編成

に関する参考資料として「現代的な諸課題に関する教科等横断的な教育内容」の具体例が示されている。この中で、健康教育に関連するものは「心身の健康の保持増進に関する教育」「防災を含む安全に関する教育」「食に関する教育」の3つである。

体育科と他教科等の連携の手立てとするため、上記3つのテーマについて、関連する教科等として記載されている内容を抜粋し、学年と科目ごとに整理したものを表2から4に示した。また、それぞれの具体的な内容について以下にまとめた。

(1) 「心身の健康の保持増進に関する教育」について（表2）

心身の健康の保持増進に関する教育には、体育科の保健領域の5つの内容全てが含まれる。その他の教科との連携については、家庭科では「衣食住の生活」、理科では「人の体のつくりと運動」「動物の誕生」「人の体のつくりと働き」、生活科では「学校、家庭及び地域の生活」に関する内容、社会科では「人々の健康や生活環境を支える事業」「我が国の国土の自然環境と国民生活との関連」などが挙げられている。また、特別の教科道徳

表2 「心身の健康の保持増進に関する教育」の教科等横断的な教育内容

学年/ 教科等	総則	体育科 (保健領域)	家庭科	理科	社会科	生活科	特別の 教科道徳	総合的な 学習の時間	特別活動
1	学校における 体育・健康に 関する指導に ついて 教育過程の 改善と学校 評価等	健康な生活	衣食住の生活	人の体の つくりと運動	人々の健康や 生活環境を 支える事業	学校、家庭 及び地域の 生活	節度、節制 生命の尊さ	福祉・健康 などの 現代的な 諸課題に対応 する探究	学級活動 (日常生活 や学習への 適応と自己の 成長及び健康 安全) 児童会活動 (児童会の 組織づくりと 児童会活動の 計画や運営)
2									
3									
4									
5									
6									
		心の健康 けがの防止		動物の誕生	我が国の国土 の自然環境と国 民生活との関連			学校行事 (健康安全・ 体育的行事)	
		病気の予防		人の体の つくりと働き					

小学校学習指導要領解説総則編付録6「心身の健康の保持増進に関する教育」をもとに作成

では生活習慣や安全に関連する「節度・節制」、生命や自然に関係する「生命の尊さ」などとの関連も取り上げられている。特別活動では「学級活動」の中で「日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全」に関する内容として「基本的な生活習慣の形成」「食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成」などが挙げられ、「児童会活動」や「学校行事」なども含まれる。総合的な学習の時間では、探究課題の中に「福祉・健康」に関するテーマを取り入れるなどの連携が例示されている。

さらに、筆者らは「投げる」能力の向上を目指したプログラムの中で、投げるものをつくる活動において図画工作科と連携が可能なことを確認している（石沢ら、2019など）。このように、「心身の健康の保持増進に関する教育」において、体育科以外の教科等との様々な連携の可能性があることがうかがえた。

(2) 「食に関する教育」について（表3）

食に関する教育では、体育科の保健領域における「健康な生活」「体の発育・発達」「病気の予防」が取り上げられている。これらと連携した活

表3 「食に関する教育」の教科等横断的な教育内容

学年/教科等	総則	体育科 (保健領域)	家庭科	理科	社会科	生活科	特別の 教科道徳	総合的な 学習の時間	特別活動
1	学校における 体育・健康に 関する指導に ついて 教育過程の 改善と学校 評価等	健康な生活 体の発育・ 発達 病気の予防	衣食住の生活	植物の発芽・ 成長・結実 動物の誕生 人の体の つくりと運動	我が国の農業や 水産業における 食料生産	学校、家庭 及び 地域の生活	節度、節制 感謝 伝統と文化の 尊重、国や 郷土を愛する 態度 生命の尊さ	福祉・健康 などの 現代的な 諸課題に対応 する探究	学級活動 (日常生活 や学習への 適応と自己の 成長及び 健康安全) 学校行事 (健康安全・ 体育的行事・ 勤労生産・ 奉仕的行事)
2									
3									
4									
5									
6									

小学校学習指導要領解説総則編付録6「食に関する教育（現代的な諸課題に関する教科等横断的な教育内容）」をもとに作成

動が期待される内容として、家庭科では「衣食住の生活」の中で「食事の役割」「調理の基礎」「栄養を考えた食事」、理科では「人の体のつくりと運動」「植物の発芽、成長、結実」「動物の誕生」「人の体のつくりと働き」「生物と環境」などが扱われている。社会科では「我が国の農業や水産業における食料生産」について、生活科では「学校、家庭及び地域の生活」に関する内容が含まれている。特別の教科道徳では「節度、節制」「感謝」「伝統と文化の尊重、国や郷土を愛する態度」「生命の尊さ」との関連が挙げられている。特別活動では学級活動として「日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全」の中で「食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成」について、学校行事では「健康安全・体育的行事」「勤労生産・奉仕的行事」がある。総合的な学習の時間では、「福祉・健康」に関する探究課題が例示されている。

特に給食の時間は年間に約190日あることから、楽しく会食することや配膳、食事マナーなどの習得に加え、献立や産地、栄養など教科で学習したことの確認にも活用できる。日頃から食に興味・関心を持つという点でも有効であろう。給食の時間及び教科等における食に関する指導では、担任教諭と栄養教諭が連携することも重要である。

(3)「防災を含む安全に関する教育」について（表4）

防災を含む安全に関する教育は、体育科の保健領域では「けがの防止」が該当し、「けがなどの簡単な手当」についても学ぶ。運動領域では各種の運動をする際に「場や遊具の安全」に気を配ること、「水泳運動」においては「安全確保につながる運動」として背浮きや浮き沈みをしながら続けて長く泳ぐことなどが挙げられている。理科では「雨水の行方と地面の様子」「流れる水の働きと土地の変化」「天気の変化」「土地のつくりと変化」など自然災害につながる可能性のある内容が含まれている。社会科では「地

域の安全を守る働き」「人々の健康や生活環境を支える事業」「自然災害から人々を守る活動」「我が国の国土の自然環境と国民生活との関連」が挙げられ、「国や地方公共団体の政治」の中から選択して取り上げる内容に「自然災害からの復旧や復興」が含まれている。特別の教科道徳においては「節度、節制」「生命の尊さ」の中で安全や生命についての記載がある。生活科では「学校、家庭及び地域の生活」「身近な人々、社会及び自然と関わる活動」に関する内容について、家庭科では「衣食住の生活」の中の「調理の基礎」「快適な住まい方」について、図画工作科では「材料や用具、活動場所の安全な扱い方」についての記載がある。また、特別活動では「学級活動」の中で「日常の生活や学習への適応を自己の成長及び健康安全」について、「学校行事」では「健康安全・体育的行事」の中で「事件や事故、災害から身を守る安全な行動」について、総合的な学習の時間においては、探究課題の中に「環境」や「福祉・健康」「地域の人々の暮らし」などの記載がある。

事故やけがを防止するには、環境を整え、時間的、心理的にも余裕を持つことが重要となるため、日常生活の様々な場面で、児童が安全について

表4 「防災を含む安全に関する教育」の教科等横断的な教育内容

学年/教科等	総則	体育科 (運動領域)	体育科 (保健領域)	家庭科	理科	社会科	生活科	図画 工作科	特別の 教科道徳	総合的な 学習の時間	特別活動
1	学校における 体育・健康に 関する指導に ついて 教育課程の 改善と学校 評価等 道徳教育に 関する配慮 事項	各運動領域 (場や用具の 安全) ※全学年共通	/	/	/	/	学校、家庭 及び 地域の生活 身近な人々、 社会及び自然 と関わる活動	材料や用具、 活動場所の 安全な扱い方	節度、節制 生命の尊さ	環境、福祉・ 健康、 地域の人々の 暮らしなどの 現代的な 課題に 対応する探究	学級活動 (日常生活や 学習への 適応と自己の 成長及び 健康安全) 学校行事 (健康安全・ 体育的行事)
2							地域の安全を 守る働き				
3							人々の健康や生活環境 を支える事業、自然災 害から人々を守る活動				
4							雨水の行方と 地面の様子				
5							我が国の国土の 自然環境と国民 生活との関連				
6							国や地方公共 団体の政治				

小学校学習指導要領解説総則編付録6「防災を含む安全に関する教育（現代的な諸課題に関する教科等横断的な教育内容）」をもとに作成

意識する習慣を身につけることが望ましい。また、近年、地震や豪雨被害など自然災害が多く発生していることから、災害時の備えや対応についても定期的に確認する必要があるだろう。

以上のように、健康教育に関連する内容については、多くの教科等で連携の可能性が考えられることが明らかとなった。ただし、関連する教科等の該当学年が異なっているため、日常生活での意識づけや前年度までの学習を想起するような活動を取り入れるなど、年間での学びの接続（縦のつながり）と教科横断（横のつながり）の双方を意識したカリキュラム・マネジメントを構築する必要がある。

また、総則の参考資料において、健康教育に関連する主要なものとしては示されていない教科の中で、国語科については学んだことや考えたことを伝え合う活動、算数科については運動能力等の測定やグラフやデータの読み取りなどの「データの活用」との関連があることに留意する必要がある。音楽科および外国語活動・外国語の学習指導要領解説においては、健康教育に直接的に関わる内容は記載されていないが、表現活動などを通じた連携や健康や安全に関する話題を英語コミュニケーションで取り上げるなどの連携も考えられる。

3) 健康教育の関連資料の活用と指導方法

文部科学省のホームページには健康教育関連の資料が紹介されている。前述の「改訂『生きる力』を育む小学校保健教育の手引き」「『生きる力』を育む学校での安全教育」などでは、教科間連携の例や評価などについて詳しく学ぶことができる。また、小学生対象の資料の「『わたしの健康』小学生用」では、心の健康、病気の予防、たばこ・酒の害、シンナーの害について基本的な事項及び関連資料が掲載されており、保健領域の授業だけでなく道徳、特別活動、総合的な学習の時間などにおける補助資料とし

での活用も可能である。また、新1年生に配布されている「くいでまなぼう！たいせつないのちとあんぜん」は防犯、交通安全、防災について子どもにも分かりやすくまとめられている。

現在、大きな問題となっている新型コロナウイルス感染症の対策については、日本赤十字社などから「病気」としての感染症だけでなく、「不安」や「差別」を含む3つの感染対策の重要性が示されており、東京都教職員研修センターからは「新型コロナウイルス感染症に関連する偏見や差別意識の解消を図る指導資料（児童用教材）」が出されている。このような資料も活用しながら、正しい知識を基にした対策を進めることがヘルス・リテラシーの向上にもつながるだろう。さらに、近年、国連で定められたSDGs（Sustainable Development Goals：持続可能な開発目標）の「目標3 保健」では「あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を促進する」ことが示されている。この関連性を踏まえた内容を健康教育に取り入れることも現代的な課題への対応の一つと考えられる。

児童が主体的に参加できる具体的な方法については、小学校学習指導要領解説体育編（2017）において、実験や実習、ブレインストーミング、ロールプレイング、フィールドワーク、インターネットや図書、視聴覚教材の活用などが例として挙げられている。児童が関心を持てるように身近な事例を題材にしたり、実体験を伴う活動や分かりやすい資料を活用したりするなど指導方法を工夫しながら、健康教育を進めることが望ましいと考えられる。

IV. まとめと今後の展望

本研究では、小学校学習指導要領解説や文部科学省等の資料を参考に、これからの小学校における健康教育で求められる内容を整理し、体育科を中心とした健康教育の指導法について検討した。

その結果、主となる体育科保健領域の授業時数は限られているものの、体育科の保健領域と運動領域の連携や他教科等の連携を活用すれば、様々な形で健康教育の可能性があることがうかがえた。しかし、各教科での学習内容は配当学年が異なる場合もあるため、学年間・教科間でのカリキュラム・マネジメントが重要であることが明らかとなった。今後は本研究の知見を活かし、児童が自らの健康を保持・増進する際に必要なコンピテンスを基盤とした健康教育の開発を進めていく予定である。

付記

本研究においては共同研究チームによる協議を経て論文を執筆しているため、章ごとの分担執筆ではない。全体構成、体育科の取り組みに関する文献調査は石沢順子が担当し、教科間連携に関する内容の協議および考察は大貫麻美・椎橋げんきと共に全員で担当した。

注記：本研究は一部、科研費No.20K03258（研究代表：石沢順子）による助成を受けている。

引用文献

- 石沢順子・大貫麻美・椎橋げんき・宮下孝広（2018）「投げる」能力を育む教科横断型学習プログラムの開発に向けて―体育科・理科・図画工作科等を関連させる試み―，白百合女子大学 初等教育学科紀要『保育・教育の実践と研究』，3，1-9.
- 石沢順子・大貫麻美・椎橋げんき・宮下孝広（2019）「投げる」能力を育む教科横断型学習プログラムの開発に向けて（2）―初等教育学科における事例研究―，白百合女子大学 初等教育学科紀要『保育・教育の実践と研究』，4，1-9.
- 石沢順子・大貫麻美・椎橋げんき・宮下孝広（2019）「投げる」能力を育む教科横断型学習プログラムの開発に向けて（4）―地域連携活動における運動遊び実践の事例研究―，白百合女子大学研究紀要，55，199-216.
- 大貫麻美・石沢順子・椎橋げんき・宮下孝広（2019）私立女子大学における初等教育学科学生を対象とした生命科学教育についての実践的研究，白百合女子大学研究紀要，55，217-227.
- 椎橋げんき・大貫麻美・石沢順子・宮下孝広（2019）「投げる」能力を育む教科横断型学習プログラムの開発に向けて（3）―図画工作科の視点からの教材開発―，白百合女子大学 初等教育学科紀要『保育・教育の実践と研究』，4，37-43.
- 鈴木誠（2019）コンピテンス基盤型教育の動向と日本の理科教育への導入の可能性，理科教育学研究，60（2），235-250.

中央教育審議会（2016）幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び必要な方策等について（答申）

https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/_icsFiles/afieldfile/2017/01/10/1380902_0.pdf

文部科学省（2017）『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説体育編』

文部科学省（2017）『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説総則編』

文部科学省（2017）『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説国語編』

文部科学省（2017）『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説社会編』

文部科学省（2017）『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説算数編』

文部科学省（2017）『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説理科編』

文部科学省（2017）『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説生活編』

文部科学省（2017）『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説音楽編』

文部科学省（2017）『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説図画工作編』

文部科学省（2017）『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説家庭編』

文部科学省（2017）『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説外国語活動・外国語編』

文部科学省（2017）『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説特別の教科道徳編』

文部科学省（2017）『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説総合的な学習の時間編』

文部科学省（2017）『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説特別活動編』

文部科学省（2019）「わたしの健康」小学生用

文部科学省（2019）「生きる力」を育む小学校保健教育の手引き

文部科学省，栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育

https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/syokuiku/_icsFiles/afieldfile/2017/08/09/1385699_001.pdf（2020.9.18確認）

文部科学省，くいでまなぼう！たいせつないのちとあんぜん

https://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/anzen/_icsFiles/afieldfile/2019/02/22/1358581_01.pdf（2020.9.18確認）

東京都教職員研修センター，「新型コロナウイルス感染症に関連する偏見や差別意識の解消を図る指導資料（児童用教材）」

<http://www.kyoiku-kensyu.metro.tokyo.jp/08ojt/jinken/files/shido-shiry01.pdf>
（2020.9.21確認）

外務省国際協力局，持続可能な開発目標（SDGs）と日本の取組

https://www.mofa.go.jp/mofaj/gaiko/oda/sdgs/pdf/SDGs_pamphlet.pdf
（2020.9.23確認）

World Health Organization（1998）Health Promotion Glossary, 1-10.