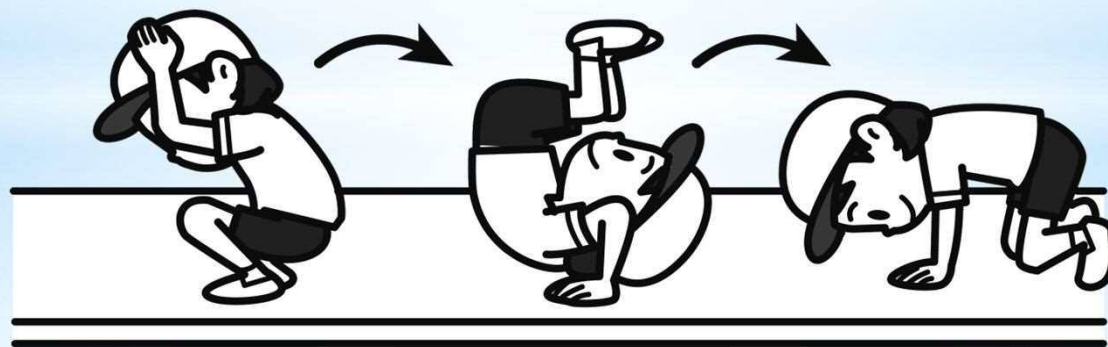


学習指導要領の趣旨に基づいた 体育の授業づくり

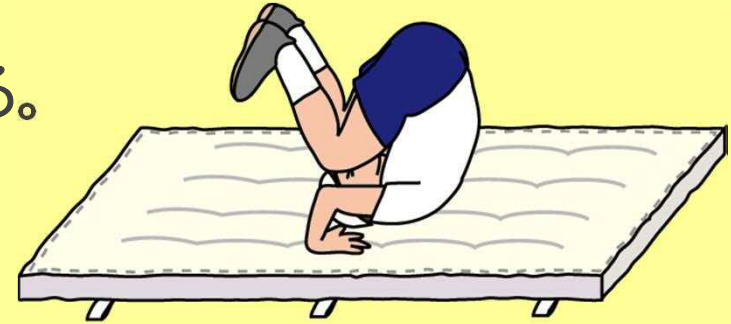


鹿児島県総合体育センター



児童生徒が器械運動を嫌いな（苦手な）理由は…

- 技に対する恐怖感がある。
- 失敗して痛い思いをしたことがある。
- 技が難しい。
- 技ができない。
- 技ができなかったときに友達に笑われる。



器械運動に関する教師の悩み・課題は…

- 個人差が大きい。
- 技能がなかなか上達しない。
- 技能面の系統性が分からない。
- 自分自身が苦手である。
- 子供たちへの指導がしにくい領域である。
- 苦手な子供たちへの指導法がよく分からない。
- 補助の仕方はどうすればよいのか分からない。

「器械運動系」領域の特性と学習

器械運動系 … マット運動, 鉄棒運動, 平均台運動, 跳び箱運動

器械運動の特性 (達成型)

技を身に付けたり, 技に挑戦したりするときに, 楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

器械運動で学習する技 → 日常ではあまり経験しない 非日常的な運動

- ・ 逆さになって回転
- ・ ぶら下がって回転
- ・ 手で支えて跳び越し
- ・ 手で支えて回転 など

※ 「できる」「できない」がはっきりしている。

すべての児童生徒が技を身に付ける喜びを味わうことができるような授業づくりを工夫する必要がある。

自己の技能の程度に応じた技を選ぶ。

基本的な動き・予備的な動きを身に付ける。

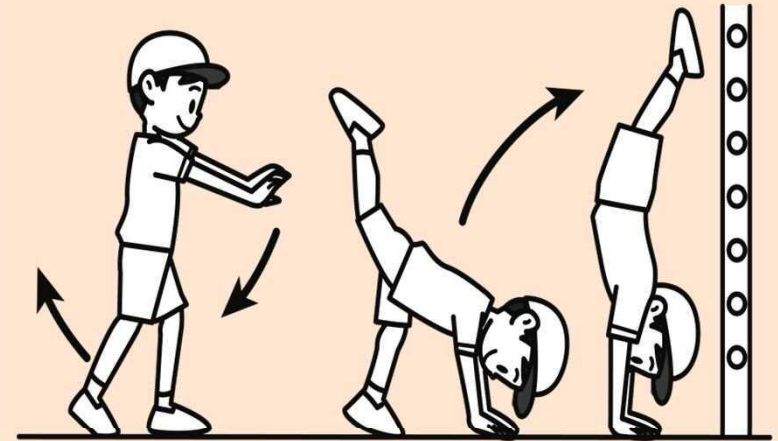
課題に応じた練習方法や場を選ぶ。

「器械運動系」領域の学習

器械運動で「技ができる」とは？

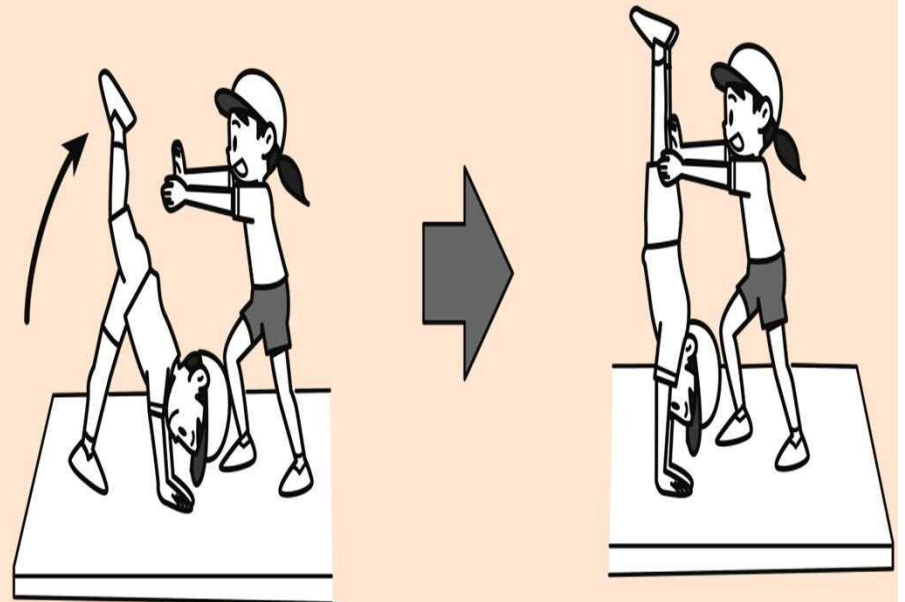
目標とする技が…

- ☆ できること
- ☆ よりよくできること
- ☆ 安定してできること
- ☆ 滑らかにできること



条件を変えた技や
発展技が…

- ☆ できること
- ☆ 組み合わせること
- ☆ 演技すること



「器械運動系」領域の指導内容



「中学校学習指導要領解説 保健体育編」から、器械運動系における指導内容の一部を示しました。

中学1・2年
マット運動

◎ 指導内容 → 児童生徒に身に付けさせたい内容



【技能】

回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと。それらを組み合わせること。

【知識、思考・判断】

特性や成り立ち、技の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

※ 小学校は「思考・判断」

【態度】

積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようになる。

「器械運動系」の系統（技能）

	小学校 低学年	小学校 中学年	小学校 高学年	中学校	高等学校
領域・技能の内容	器械・器具を使ったの運動遊び ・ 固定施設を使った運動遊び ・ マットを使った運動遊び ・ 鉄棒を使った運動遊び ・ 跳び箱を使った運動遊び	器械運動 ・ マット運動 ・ 鉄棒運動 ・ 跳び箱運動		器械運動 ・ マット運動 ・ 鉄棒運動 ・ 平均台運動 ・ 跳び箱運動	

【小学校低学年】

- 基本的な動きや基礎となる感覚を身に付ける。

いろいろな方向への転がり，支持やぶら下がり，跳び乗りや跳び下りなどに**楽しく**取り組む。

【小学校 中・高学年】

- 基本的な技を身に付け，安定して行う。
- 繰り返して行ったり，組み合わせたりする。

技に関連した運動（遊び）を取り入れたり，**易しい場や条件**のもとで**段階的に**取り組む。

【中学校】

- 技がよりよくできる。
- 自己に適した技で演技する。

動きが途切れずに続けてできること，姿勢や手の着き方を変えて行うこと，発展した技を行うことなどに取り組む。

【高等学校】

- 自己に適した技を高めて演技する。

動きの無駄をなくして**滑らかに安定して**行えるようにすることや前の技のおわりの動きの中に次の技のはじまりの動きを組み入れてつなぐことなどに重点を置き，演技を構成する。

「マット運動系」の系統（技能）

学 年	領域名	ね ら い
小学校第1学年 及び第2学年	マット を使った運動 遊び	マットに背中や腹などをつけて、いろいろな方向へ転がって <u>遊んだり</u> 、手や背中で支持しての逆立ちなどをして <u>遊んだり</u> する。
小学校第3学年 及び第4学年	マット 運動	<u>基本的な</u> 回転技や倒立技に取り組み、自己の能力に適した技ができるようにする。
小学校第5学年 及び第6学年	マット 運動	<ul style="list-style-type: none">基本的な回転技や倒立技に取り組み、自己の能力に適した技が<u>安定して</u>できるようにするとともに、<u>発展技</u>ができるようにすること。<u>できる技を繰り返したり、組み合わせたり</u>すること。
中学校第1学年 及び第2学年	マット 運動	回転系や巧技系の基本的な技を <u>滑らかに</u> 行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを組み合わせること。
中学校第3学年 ・高等学校入学 年次	マット 運動	回転系や巧技系の基本的な技を <u>滑らかに安定して</u> 行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを <u>構成し演技</u> すること。
高等学校その次 の年次以降	マット 運動	回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技、 <u>発展技を滑らかに</u> 行うこと、それらを構成し演技すること。

「マット運動系」の授業づくり

◎ 指導内容の確実な定着を図るために

- 学習指導要領及び同解説に示された指導内容を十分に理解する。
- 児童生徒の発達の段階や実態を把握する。
※ 高いレベルの能力（技能，思考・判断，関心・意欲・態度）を求めすぎない。
- 担当学年の指導内容を理解するだけでなく，前の学年や次の学年，更には，小学校と中学校，中学校と高等学校のつながりを理解する。
- 指導内容については，2学年のいずれかの学年で取り上げて指導することができるので，2年間を見通した指導計画を立てるようにする（小学校～中学校第2学年まで）。

「マット運動系」の授業づくり



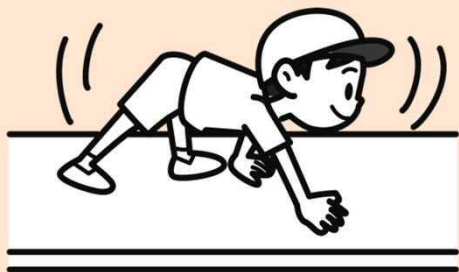
すべての児童生徒が運動の楽しさ
や喜びにふれることができる授業



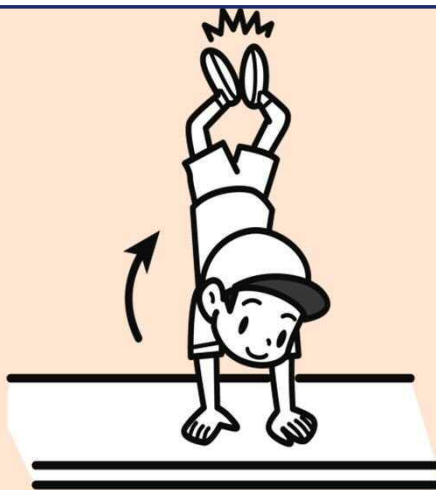
【感覚づくりの運動】



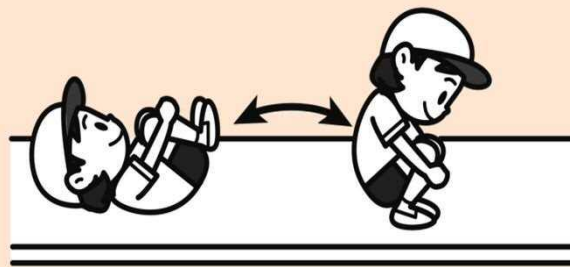
技につながる動きや易しい運動（運動遊び）を取り入れ、基礎となる感覚を身に付けさせたり、基本的な動きができるようにします。



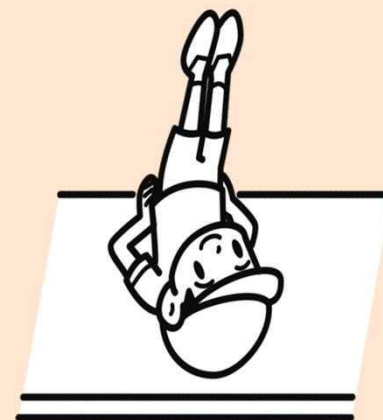
動物歩き



かえるの足打ち



ゆりかご



背支持倒立

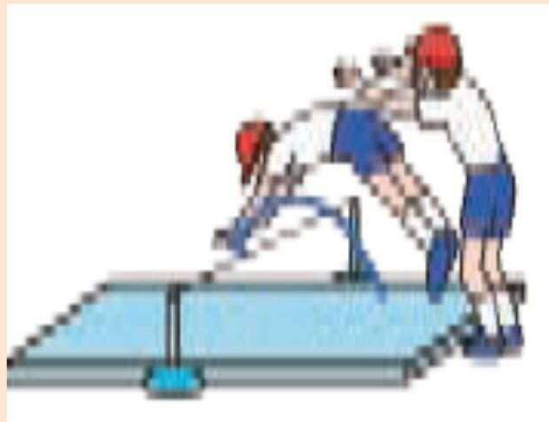
「マット運動系」の授業づくり

【運動の場の工夫】

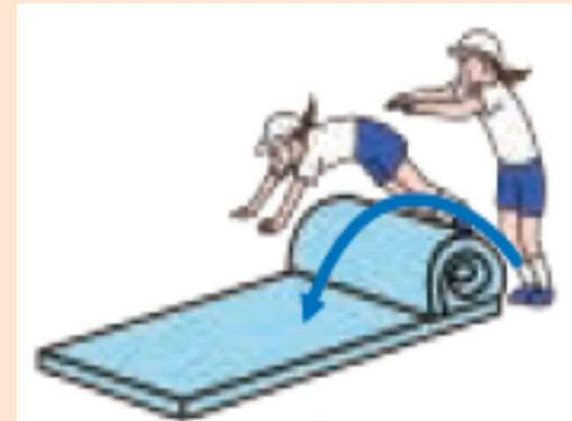
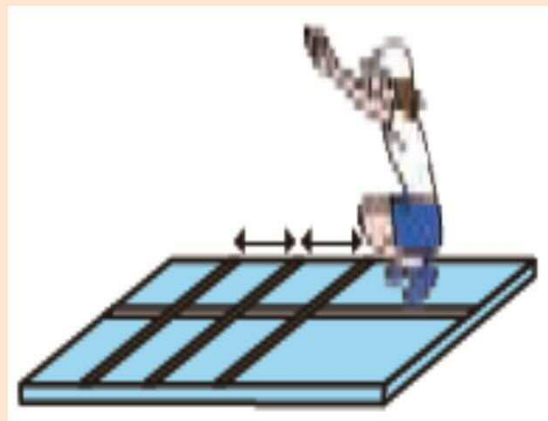
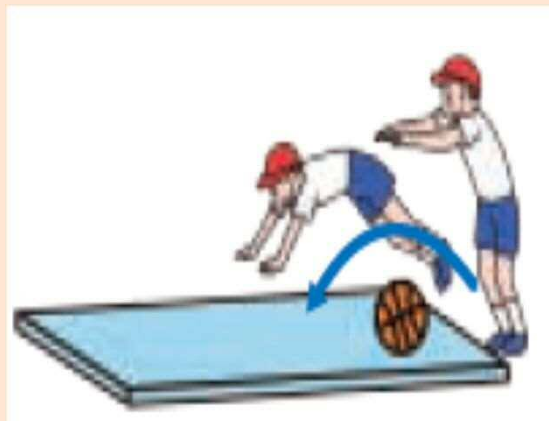
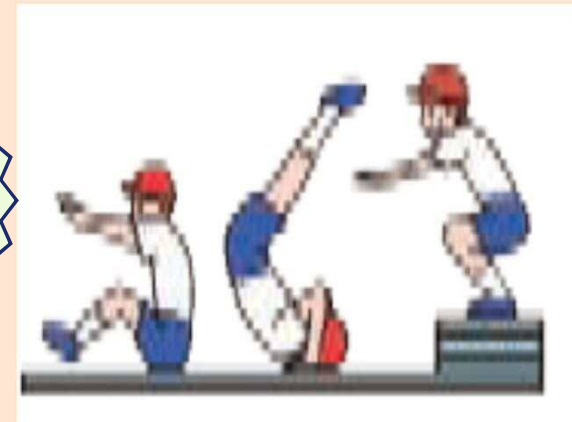


小学校高学年

児童が自己の能力に適した技を安定してできるようにしたり，その発展技に取り組んだり，技を繰り返したり，組み合わせたりできるように，自分の力に応じた練習の場や方法を選べるようにします。



「大きな前転」
「跳び前転」
ができるようになるために！



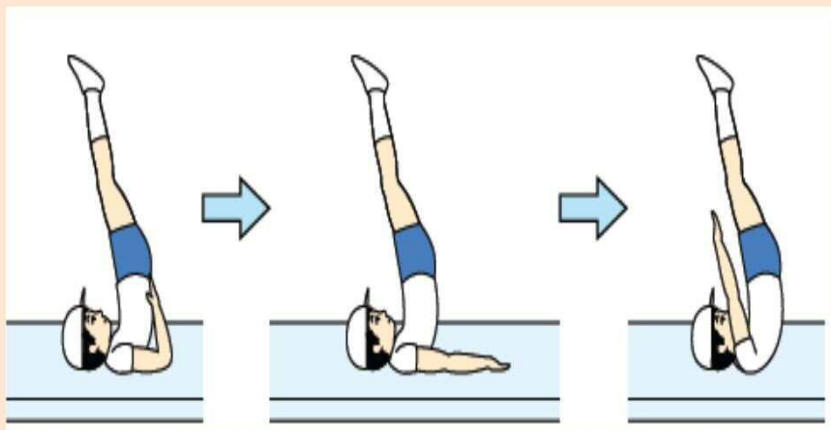
「マット運動系」の授業づくり

【段階的な指導】 例) 補助倒立・倒立

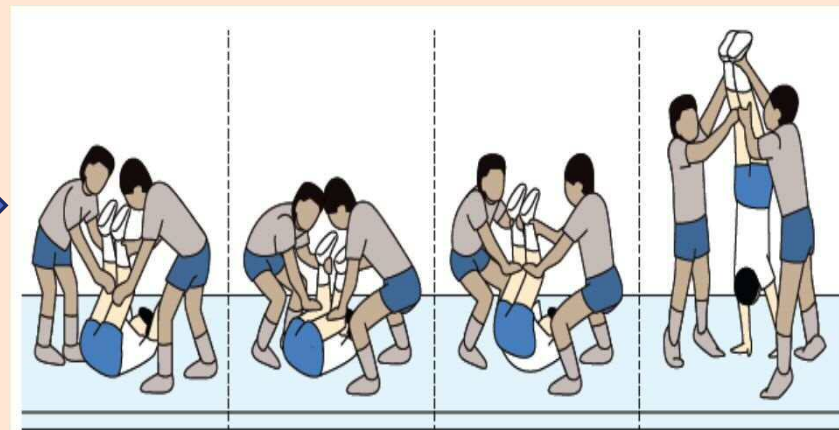


児童生徒が技の習得をしやすいように、技能の習得状況により、段階的な学習（スモールステップ）ができるようにします。

背支持倒立

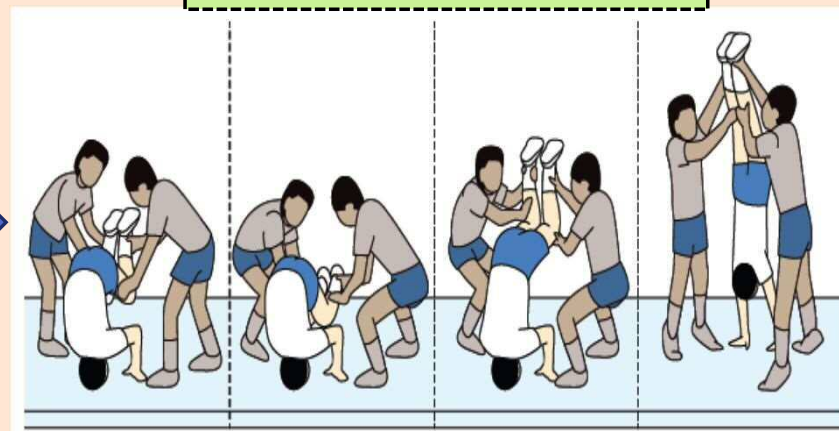
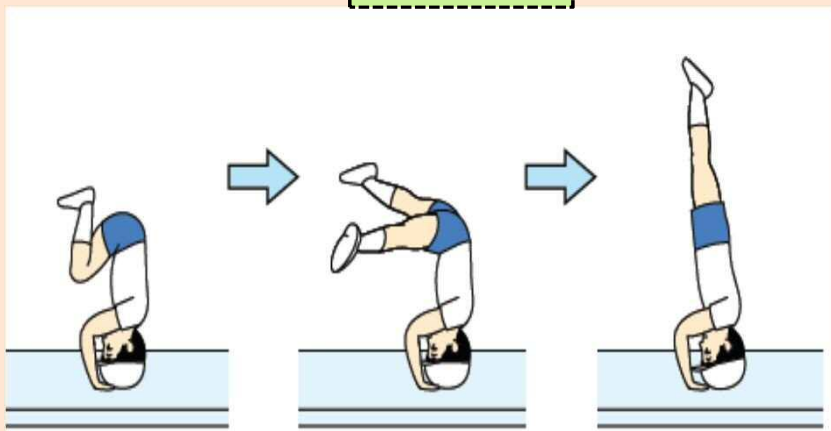


一人で



補助をしてもらって

頭倒立



「マット運動系」の授業づくり

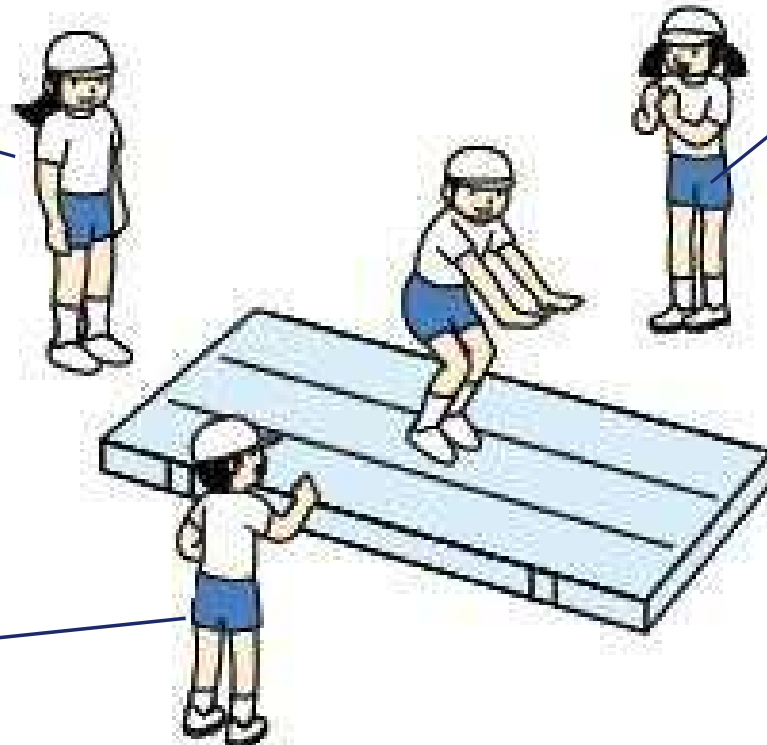
【効果的なグループ学習（学習形態）】



技の習得に向け、お互いが見合い、教え合いができるようにグループ学習を展開していきます。4人でグループを組み「運動に取り組むペア」と「アドバイスをするペア」に分かれ、数回取り組んだらペアごと入れ替わると運動する時間の無駄が少なくなります。

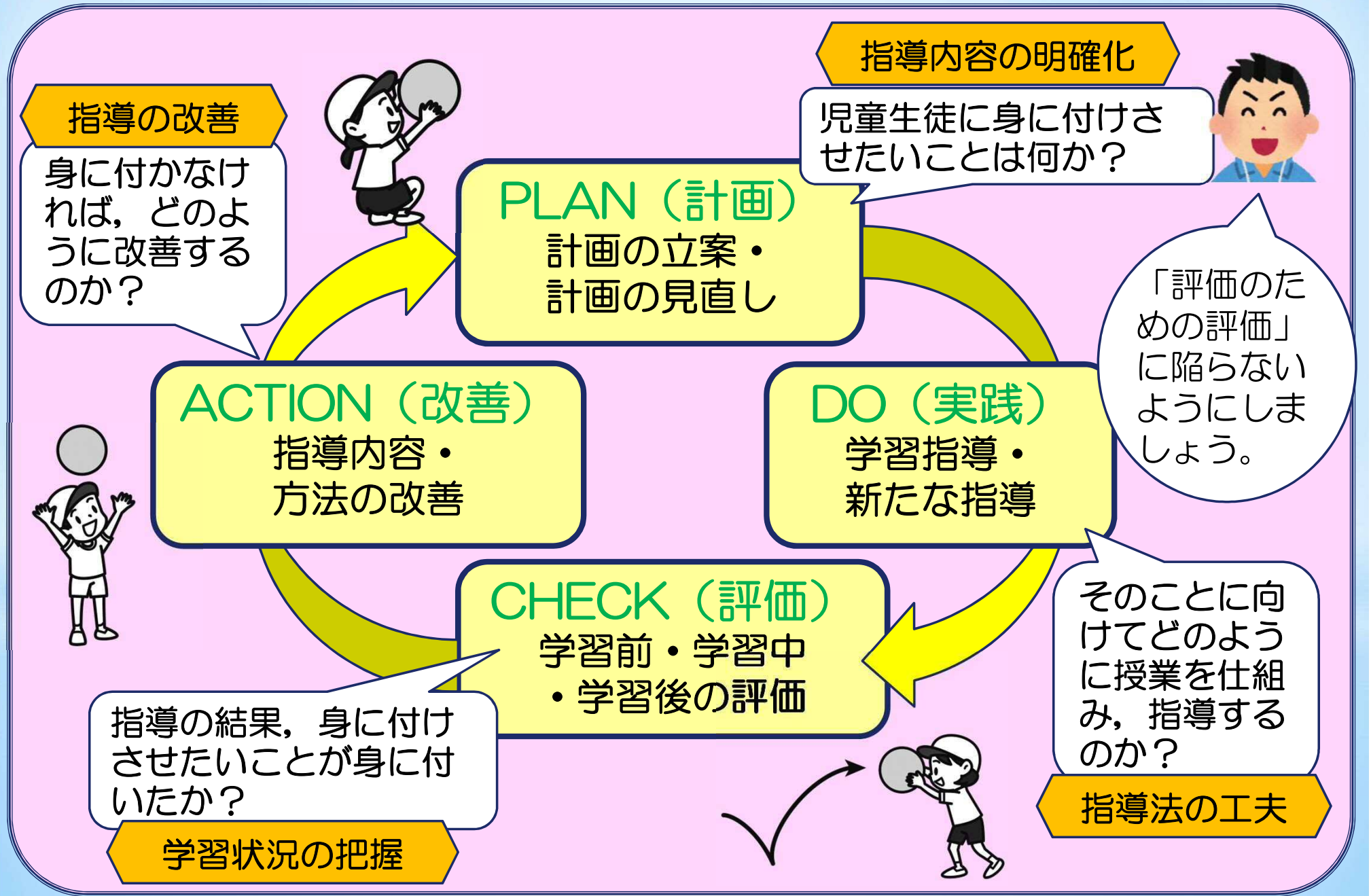
合図があったら、めあてを伝えてスタートする。

マットの横で技のできばえを見て、めあてが達成できているか確認をしたり、補助をしたりする。



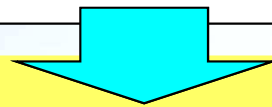
安全を確かめ、技に取り組む人に向かって合図を送ったり、アドバイスをしたりする。

学習評価の考え方（指導と評価の一体化）



指導と評価の一体化

- ① 指導したことを評価する。評価したことを指導に生かす。
- ② 効果的・効率的な評価のために「**指導と評価の計画**」を作成する。(評価項目の偏りはないか？評価機会は十分か？)
※効果的な評価：**学習指導の充実・学習内容の確実な定着**
※効率的な評価：**妥当性と信頼性**を確保
- ③ 評価規準による**質的評価**を行う。



量的な面・・・何回回れたか。何回成功したか。

質的な面・・・安定して回れるようになるために学習して身に付けた知識・技能を評価する。
(**動きの質の高まりを評価する。**)

「指導と評価の計画」

1 「運動への関心・意欲・態度」, 「運動の技能」

- 教師の観察による評価が中心
- 指導後一定の期間を設け適切な時期に評価機会

2 「運動についての思考・判断」, 「運動についての知識・理解」

- 学習カード・ノートに記載内容を評価材料に
- 指導後, 間をあげずに評価機会を設定

※ 観察により学習状況を評価する場合, 可能なものは複数回評価機会を設定

※ 観察により学習状況を評価する場合, 1 単位時間に複数の観点の評価機会を設定しない。

学習評価の考え方（評価方法についての留意点）

行動の観察

- 教師は、その授業における「児童生徒の具体的な姿」や「つまずきの例」をある程度想定しながら授業に臨む。
- 児童生徒のつぶやきや、ペアやグループでの教え合いでの言葉を聞き取る。
- 教師の発問（動きのポイントやこつなど）に対する児童生徒の発言や反応を観察する。

学習カードの活用

- 評価規準を基にした振り返りの項目や記述欄を設定し、児童生徒が自己評価できるようにする。
- 観察による評価で十分に観察ができなかった児童生徒に関しては、学習カードの記述内容から授業の様子を読み取る。

聞き取り

- 行動の観察や学習カードによる評価を補うために、直接児童生徒から聞き取る。

「努力を要する」状況の子供には、助言や補助などの適切な支援をしながらの聞き取りが効果的です。



新学習指導要領改訂の主な基本方針

1 今回の改訂の基本的な考え方
「社会に開かれた教育課程」の重視

2 育成を目指す資質・能力の明確化
「三つの柱」に整理

3 「主体的・対話的で深い学び」
の実現に向けた授業改善の推進

4 各学校における
「カリキュラム・マネジメント」の推進

育成を目指す三つの資質・能力

「学びに向かう力,
人間性等」

どのように社会・成果と関わり,
よりよい人生を送るか

何を理解しているか
何ができるか

「知識・技能」

理解していること・できる
ことをどう使うか

「思考力・判断力・
表現力等」

中学校 保健体育科の目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、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・能力を次のとおり育成することを目指す。

知識及び
技能（運動）

(1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。

思考力・判断力・
表現力等

(2) 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な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。

学びに向かう力、
人間性等

(3) 生涯にわたって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、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

中学校 保健体育科の改訂のポイント

【学習内容の改善・充実】

〈体育分野〉

- 「体づくり運動」において、運動やスポーツの習慣化につなげる観点から、ねらいに応じて実生活に生かす運動の計画を思考するなど、内容を改善。
- 地域や学校の実態に応じて、種目が選択できるよう「武道」の内容を弾力化。
- 「体育理論」において、パラリンピックの意義や価値について新たに内容に追加。

〈保健分野〉

- 生活習慣病などの予防を充実するとともに「がん」を新たに明示。
- ストレスの対処及び心肺蘇生法を技能として新たに明示。

【学習指導の改善・充実】

- 体力や技能の程度、年齢や性別及び障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの楽しみ方を共有できるよう配慮。
- 体育分野（運動領域）と保健分野（保健領域）との相互の関連が図られるよう内容等を改善。

体育分野の内容の改善点等 ①

《現行学習指導要領》

体づくり運動

1・2・3年「体力を高める運動」

《新学習指導要領》

1・2年「体の動きを高める運動」に変更
3年「実生活に生かす運動の計画」に変更

陸上競技

バトンの受渡しの指導内容を追加

水泳

「学校や地域の実態に応じて、安全を確保するための泳ぎを加えて履修させることができること」が追加

武道

「学校や地域の実態に応じて、従前から示されているなぎなたに加えて、空手道、弓道、合気道、少林寺拳法、銃剣道などについても履修させることができる」と明記

追加・変更なし

器械運動, 球技, ダンス

体育分野の内容の改善点等 ②

《現行学習指導要領》

体育理論

(各学年3単位時間以上)

- 1 運動やスポーツの多様性 (1年)
- 2 運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全 (2年)
- 3 文化としてのスポーツの意義 (3年)

《新学習指導要領》

体育理論

(各学年3単位時間以上)

- 1 運動やスポーツの多様性 (1年)
- 2 運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方 (2年)
- 3 文化としてのスポーツの意義 (3年)

《その他》

- 各学年の年間標準授業時数も現行の105時間と同じ。
- 必修や選択による内容の取扱いも現行と同じ。

《体力の向上との関連》

体育分野の各領域の「知識及び技能」に、体力向上に関する知識の内容が示された。(体づくり運動には示されていない。)

- 1・2年→「その運動に関連して高まる体力」
- 3年→「体力の高め方」

参考資料・引用文献

【文部科学省】

- 『小学校学習指導要領解説 体育編』 (平成20年8月)
- 『小学校学習指導要領解説 体育編』 (平成29年7月)
- 『中学校学習指導要領解説 保健体育編』 (平成20年9月)
- 『中学校学習指導要領解説 保健体育編』 (平成29年7月)
- 『高等学校学習指導要領解説 保健体育編・体育編』 (平成21年12月)
- 『小学校体育（運動領域）まるわかりハンドブック 低学年・中学年・高学年』
(平成23年3月)
- 『学校体育実技指導資料第10集「器械運動指導の手引」』 (平成27年3月)
- 『評価規準の作成，評価方法等の工夫改善のための参考資料』 (平成23年11月)
- 『新しい学習指導要領の考え方』
～中央教育審議会における議論から改訂そして実施へ～ (文部科学省HP)

平成29年度体育・保健体育指導力向上研修会資料（教職員支援機構）
(平成29年5月)