

学習指導要領の趣旨に 基づいた授業づくり



本講義の内容について

- 1 新学習指導要領について
- 2 陸上競技について
- 3 学習評価について



現行学習指導要領の成果と課題

【成果】

「生涯にわたって健康を保持増進し，豊かなスポーツライフを実現すること」を重視

体育と保健との一層の関連

指導内容の明確化・体系化

指導と評価の充実

- 運動が好きな児童生徒の割合が高まった。
- 体力の低下傾向に歯止めが掛かった。
- 「する，みる，支える」のスポーツとの多様な関わりの必要性や公正，責任，健康・安全等，態度の内容が身に付いている。
- 子供たちの健康の大切さへの認識や健康安全に関する基礎的な内容が身に付いている。



現行学習指導要領の成果と課題

【課題】



- ▲ 習得した知識や技能を活用して課題解決することに課題がある。
- ▲ 学習したことを相手に分かりやすく伝えることなどに課題がある。
- ▲ 運動する子供とそうでない子供の二極化傾向が見られる。
- ▲ 子供の体力については、低下傾向に歯止めが掛かっているものの、体力水準が高かった昭和60年頃と比較すると、依然として低い状況が見られる。
- ▲ 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である。



新学習指導要領で「何が変わるのか」

【保健体育科の究極の目標】 ➡ 変わらない!

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・能力を育成する。

【保健体育科の授業】 ➡ 基本的には変わらない!!

これまでも心と体を一体としてとらえ、自己の運動や健康についての課題の解決に向け、積極的・自主的・主体的に学習することや、仲間と対話し協力して課題を解決する学習等を重視してきた。これらを引き続き重視する・・・
(中学校新学習指導要領解説保健体育編P7)

では、何が変わるの？

- 課題解決学習の重視・一層の充実
(主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善)
- カリキュラム・マネジメントの視点からの指導計画作成
- 共生の視点を踏まえた授業の改善

中学校保健体育科の主な改善事項

- ◇ 小学校から高等学校までの12年間を見通し，発達の段階を踏まえて，**指導内容を一層明確化・重点化**
- ◇ **体育分野と保健分野との一層の関連を図る指導**に配慮することを新たに明示
- 体育分野
 - ・ 体力や技能の程度，年齢や性別及び障害の有無に関わらず，運動やスポーツの楽しみ方を共有できるよう，**共生の視点を踏まえて**内容を改善
 - ・ 「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
 - ・ 「武道」において，学校や地域の**実態に応じて種目が選択できる**よう内容を弾力化
 - ・ 「体育理論」及び該当する領域の知識において，**パラリンピックについて新たに明示**
- 保健分野
 - ・ ストレスへの対処や心肺蘇生法等の応急手当を取りあげ，個人生活における健康・安全に関する**基本的な技能を身に付けるよう指導**することを明示
 - ・ 自他の健康に関心をもてるようにし，**課題を解決する学習活動**を取り入れるなど指導方法を工夫

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」

器械運動

陸上競技

水泳

球技

武道

ダンス

《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

追加・変更なし

バトンの受渡しの指導内容を追加

「学校の実態に応じて、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

追加・変更なし

なぎなたに加え、空手道、弓道、合気道、少林寺拳法、銃剣道なども、学校や地域の実態に応じて履修させることができると明記

追加・変更なし

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」

保健体育科の目標

新学習指導要領

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旨とする。

(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。

→ 知識及び技能

(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。

→ 思考力，判断力，表現力等

(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。

→ 学びに向かう力，人間性等

保健体育科における見方・考え方

体育の見方・考え方

「運動やスポーツを、その価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに、体力の向上に果たす役割の視点から捉え、自己の適性等に応じた『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方と関連付けること」

価値

「公正，協力，責任，参画，共生，健康・安全」等

運動や
スポーツ

特性

運動のもつ
魅力や楽しさ

楽しさや喜びを味わう

役 割

体力の向上につながる

関連付ける

自己の適性等に応じた多様な関わり方



「する」



「みる」



「支える」



「知る」

見方・考え方を働かせる学習過程（体育の例）

「どのように学ぶか」

易しい運動から取り組む

自己の思いや願い，体力や技能に応じて，目標をもつ

目標に向けた運動課題とその解決方法を知る

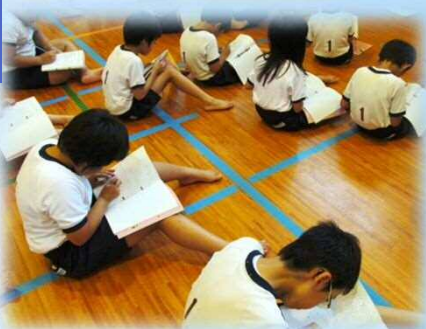
自己の能力やチームの特徴に応じて課題を選び，課題解決のための活動を決める

決めた運動に取り組む

成果を確認し，振り返る

次の課題に向けて取り組む

実生活や実社会で生かす



体育における学習過程のイメージ（知識及び技能）

知識 及び 技能

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。

・楽しい ・やってみたい
・もっとうまくなりたい

思い
願い

・勝ちたい ・もっと知りたい
・どうしたらできるかな



運動の行い方を理解し、今できる力で取り組む

知識を活用し、選択した方法等で運動に取り組む

運動の実践により、成果を確認する

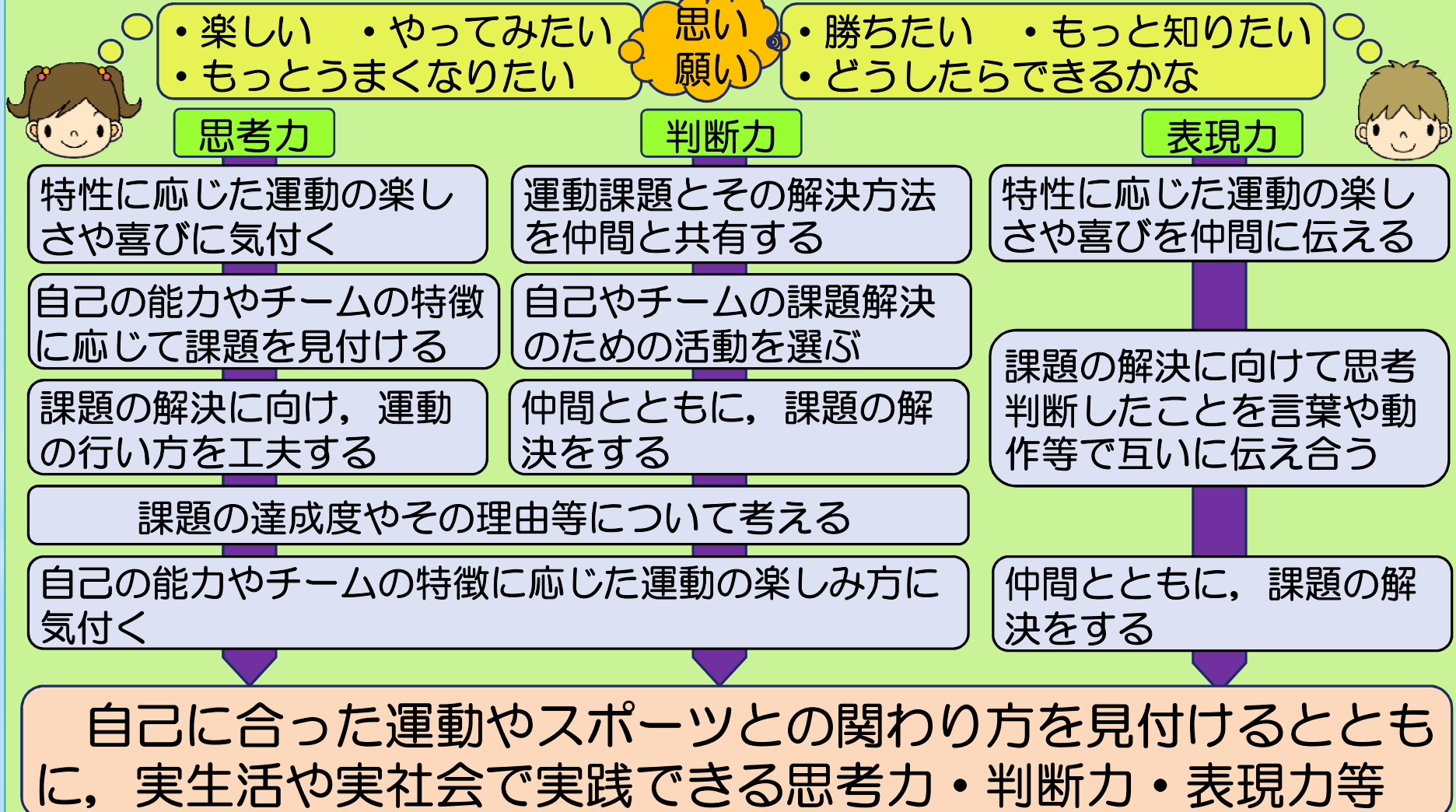
運動やスポーツの楽しさ
や喜びを味わうことができ
る知識及び技能



体育における学習過程のイメージ（思考力，判断力，表現力等）

思考力，判断力，表現力等

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。



体育における学習過程のイメージ（学びに向かう力，人間性等）

学びに向かう力・人間性等

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。

• 楽しい ・ やってみたい
• もっとうまくなりたい

思い
願い

• 勝ちたい ・ もっと知りたい
• どうしたらできるかな



積極的・自主的・主体的に運動に取り組む

勝敗などを素直に受け止める

ルールやマナーを大切にする

互いのよさを認め合おうとする

仲間と協力して取り組む

自己の責任を果たす

話合いに参加する

粘り強く取り組む

多様性に気付く（認識する，尊重する）

運動を安全に行う

自己や仲間の健康・安全を確保する

運動やスポーツの継続に
つながる態度



体育の内容構成及び取扱い

校種	小学校			中学校		高等学校	
学年	第1・2学年	第3・4学年	第5・6学年	第1・2学年	第3学年	入学 年次	その次の年次 以降
領域の 履修	(必修) 体づくりの運動遊び 器械・器具を使ったの運動遊び 走・跳の運動遊び 水遊び ゲーム 表現リズム遊び	(必修) 体づくり運動 器械運動 走・跳の運動 水泳運動 ゲーム 表現運動	(必修) 体づくり運動 器械運動 陸上運動 水泳運動 ボール運動 表現運動	(必修) 体づくり運動 器械運動 陸上競技 水泳 球技 武道 ダンス 体育理論	(必修) 体づくり運動 体育理論	(必修) 体づくり運動 体育理論	(必修) 体づくり運動 体育理論
					(選択) 器械運動 陸上競技 水泳 ダンス 1以上選択	(選択) 器械運動 陸上競技 水泳 球技 武道 ダンス	(選択) 器械運動 陸上競技 水泳 球技 武道 ダンス
領域 及び 内容の 取扱い	(必修) 走の運動遊び 跳の運動遊び	(必修) かけっこ・リレー 小型ハードル 幅跳び 高跳び	(必修) 短距離走・リレー ハードル走 走り幅跳び 走り高跳び	(必修) ア 短距離走・ リレー, 長距離走又は ハードル走 イ 走り幅跳び 又は 走り高跳び	(選択) ア 短距離走・ リレー, 長距離走又は ハードル走 イ 走り幅跳び 又は 走り高跳び	(選択) ア 短距離走・ リレー, 長距離走又は ハードル走 イ 走り幅跳び 又は 走り高跳び	(選択) ア 短距離走・ リレー, 長距離走又は ハードル走 イ 走り幅跳び 又は 走り高跳び
	全て	全て	全て	2年間でア及びイ のそれぞれの中 から選択	ア及びイのそれ ぞれの中から選 択	ア及びイのそれ ぞれの中から選 択	ア及びイのそれ ぞれの中から選 択

「陸上競技」領域の具体的な指導内容（知識及び技能）

陸上運動・陸上競技の動きの例(P101)

	小学校5・6年	中学校1・2年	中学校3年
短距離走・リレー	<ul style="list-style-type: none"> スタンディングスタートから、素早く走り始める 体を軽く前傾させて全力で走る テークオーバーゾーン内で、減速の少ないバトンの受渡しをする 	<ul style="list-style-type: none"> クラウチングスタートから徐々に上体を起こしていき加速すること 自己に合ったピッチとストライドで速く走ること リレーでは、次走者がスタートするタイミングやバトンを受け渡すタイミングを合わせるこ 	<ul style="list-style-type: none"> スタートダッシュでは地面を力強くキックして、徐々に上体を起こしていき加速すること 後半でスピードが著しく低下しないよう、力みのないリズムカルな動きで走ること リレーでは、次走者はスタートを切った後スムーズに加速して、スピードを十分に高めること
長距離走		<ul style="list-style-type: none"> 腕に余分な力を入れないで、リラックスして走ること 自己に合ったピッチとストライドで、上下動の少ない動きで走ること ペースを一定にして走ること 	<ul style="list-style-type: none"> リズムカルに腕を振り、力みのないフォームで軽快に走ること 呼吸を楽にしたり、走りのリズムを作ったりする呼吸法を取り入れて走ること 自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ること

指導内容の確実な定着を図るために



- 学習指導要領に示された指導内容を十分に理解する。
- 生徒の発達の段階や実態を把握する。
 - ※ 高いレベルの能力（「知識及び技能」，「思考力，判断力，表現力等」，「学びに向かう力，人間性等」）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も理解する。

学習評価の役割

〈学習評価の役割〉

陸上競技の学習評価

→ 教師が学習（1単位時間及び1単元）の終了時に技術の習得状況やできばえをチェックするだけではない！

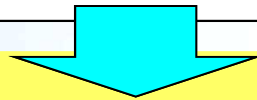
- 生徒一人一人が意欲をもって陸上競技の学習に取り組み、自ら考えたり工夫したりしながら課題を解決していけるように支援するためのもの。
- 教師自身が指導計画や指導方法、教材、学習活動を振り返り、次の指導を改善するための手がかりを得るためのもの。

- ◎ 生徒のための評価
- ◎ 学校や教員が進める教育自体の評価

指導と評価は表裏一体

指導と評価の一体化①

- 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・・・何秒で走れたか。何cm跳べたか。

質的な面・・・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。)

指導と評価の一体化②

〈指導と評価の一体化〉



指導内容の明確化

児童生徒に身に付けさせたいことは何か？

「評価のための評価」に陥らないようにしましょう。

指導の改善

身に付かなければ、どのように改善するのか？

PLAN (計画)
計画の立案
〈計画の見直し〉

ACTION (改善)
指導内容・
方法の改善

DO (実践)
学習指導
〈新たな指導〉

CHECK (評価)
学習前・学習中
・学習後の評価

指導の結果，身に付けさせたいことが身に付いたか？

到達度の把握

そのことに向けてどのように授業を仕組み、指導するのか？

指導法の工夫

評価の観点

現行学習指導要領

目標に準拠した評価の観点
(4つの観点)

関心・意欲・態度

思考・判断

技能

知識・理解

新学習指導要領

目標に準拠した評価の観点
(三つの観点)

知識・技能

思考・判断・表現

主体的に学習に
取り組む態度

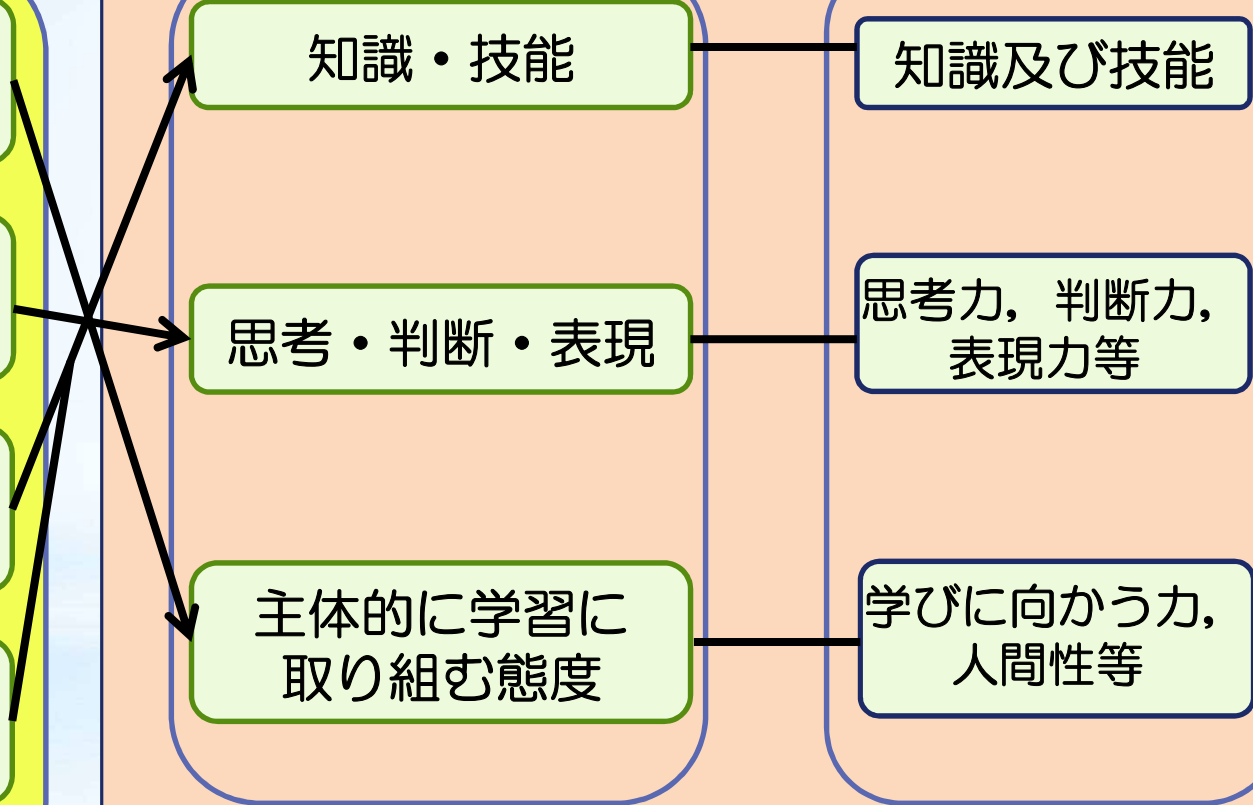
新学習指導要領

育成を目指す
資質・能力

知識及び技能

思考力, 判断力,
表現力等

学びに向かう力,
人間性等



評価規準の作成

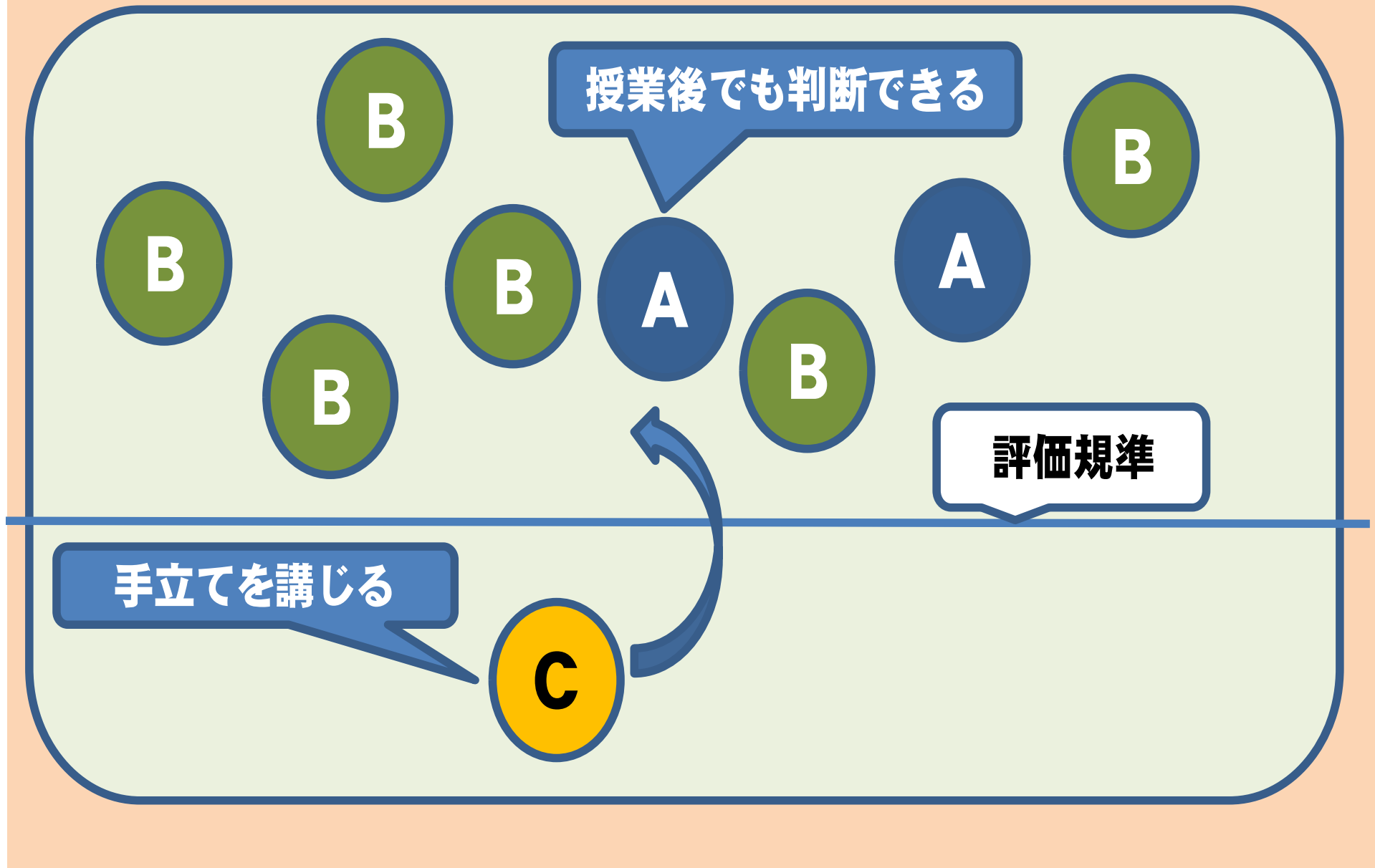
現行学習指導要領：中学校第2学年（C：陸上競技）

観点	運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能	運動についての知識・理解
学習活動に即した評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ① 陸上競技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ② 勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 ③ 分担した役割を果たそうとしている。 ④ 仲間の学習を援助しようとしている。 ⑤ 健康・安全に留意している。 	<ul style="list-style-type: none"> ① 技術を身に付けるため運動の行い方のポイントを見付けている。 ② 課題に応じた練習方法を選んでいる。 ③ 仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を見付けている。 ④ 学習した安全上の留意点を他の練習や競争場面に当てはめている。 	<ul style="list-style-type: none"> ① 短距離走・リレーでは、滑らかな動きで速く走ることができる。 ② 長距離走では、ペースを守り一定の距離を走ることができる。 ③ ハードル走では、リズムカルな走りから滑らかにハードルを越すことができる。 <p>※ 走り幅跳び、走り高跳びの例は省略。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ① 陸上競技の特性や成り立ちについて、学習した具体例を挙げている。 ② 技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ③ 陸上競技に関連して高まる体力について、学習した具体例を挙げている。

評価規準の作成



学習評価の考え方



指導と評価の計画の作成

中学校第2学年 (C：陸上競技) の例

時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9
主な学習のねらい・学習活動	1 オリエンテーション <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">学習の進め方を知り、学習の見通しを持つ。</div> 2 試しの測定 3 振り返り・片付け	1 用具や場の準備, 準備運動 2 学習課題の確認 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">互いに助け合い高め合って課題解決に取り組もう。</div> 3 技能習得に向けた課題別練習 4 課題解決についての話し合い 5 学習ノートを用いて学習状況を確認 6 練習や記録の測定 7 振り返り・片付け			1 用具や場の準備, 準備運動 2 学習課題の確認 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">競技会を自分たちで企画・運営し、自分にあつた陸上競技を楽しもう。</div> 3 練習や記録の測定 4 競技会の準備と運営 5 振り返り・片付け				
主体的に学習に取り組む態度	①観		③観			④観		②観	
思考・判断・表現	①力		②力		③力		③観	④力	
知識・技能		①観・力		②力	①観				①観

観…観察, 力…学習カード

指導と評価の計画

- 1 **「技能」**， **「主体的に学習に取り組む態度」**
 - 教師の**観察による評価**が中心となる。
 - 指導後**一定の期間を設け**適切な時期に評価する。
- 2 **「知識」**， **「思考力，判断力，表現力等」**
 - **学習カード・ノートの記載内容**を評価材料にする。
 - 発言や呟き，行動等，教師の**観察による評価**を併用する。
 - 指導後，**間をあげずに評価機会**を設定する。
- 3 観察により学習状況を評価する場合，可能なものは**複数回の評価機会**を設定する。
- 4 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。

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。



参考資料・引用文献

【文部科学省】

『小学校学習指導要領（平成29年告示）解説』

（平成29年7月）

『中学校学習指導要領（平成29年告示）解説』

（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）

【文部科学省 国立教育政策研究所】

『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』

（中学校 平成23年11月）