

令和6年度

第65回

宮崎県学校体育研究発表大会

研究紀要



【期日】 令和6年10月29日(火)

【主催】 宮崎県学校体育研究会

■ 共 催

宮崎県教育委員会
小林市教育委員会

えびの市教育委員会

高原町教育委員会

■ 会 場

小 学 校 部 会
中 学 校 部 会
高 等 学 校 部 会
特 別 支 援 学 校 部 会

小林市(小 林 市 市 民 体 育 館)
小林市(〃)
小林市(県 立 小 林 高 等 学 校)
小林市(〃)

あいさつ

宮 崎 県 学 校 体 育 研 究 会
会 長 岩 切 正 義
(宮崎県立小林秀峰高等学校)

第65回宮崎県学校体育研究発表大会が、多数の御来賓や県内外からの指導助言をいただきます先生方をはじめ、多くの学校体育関係者の出席を賜り、小林・えびの・高原地区において開催できますことを心より感謝申し上げます。

本大会は1960年(昭和35年)に開催された、第1回宮崎県保健体育研究協議会を皮切りに今年度で65回目を数え、学習指導要領の変遷に対応すべく「不易流行」の精神を保ちながら、先人の情熱と努力により発展してきた大会であります。平成7年度からは、小・中・高等学校部会に加え特別支援学校部会が参加したことにより、「つながりのある学習」がさらに充実し、先進的な取組として県内外から高い評価を受け現在に至っております。このことは、学校体育研究会を中心に各地区研究部が継続的に研究を行うという、本県独自の組織体制に裏付けされた成果であると言えます。

さて、昨年度から研究主題を「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とともに、継続するための資質・能力を育む体育科・保健体育科学習」と設定し、ネット型運動領域の研究・実践を進めてきました。この研究成果として、多くの児童生徒が自他の体力の違いに応じて実践方法を工夫しながら、「卒業後もスポーツを生活の一部として継続していく」といったスポーツライフの実現を大いに期待しているところであります。

また、「児童生徒一人一人の思考力、判断力、表現力等を養う授業の創造と展開」という副題を設定しており、課題発見学習を通しての「個別最適な学び」や、様々なツールを利用した言語活動による「協働的な学び」を一体的に充実させ、これまで以上に「主体的・対話的で深い学び」の実現につなげていくことが重要であると考えております。

現在、教育目標の実現に向けて「指導と評価の一体化」、「『主体的・対話的で深い学び』の実現に向けた授業改善」、「共生の視点に立った指導内容の充実」の3つの内容を柱として鋭意研究を進めております。本研究発表大会が本県児童生徒の発達段階を踏まえた指導法の工夫や改善はもとより、各校種における体育科、保健体育科教育のより一層の発展に繋がれば幸いです。

今大会は1日のみの開催となりますが、皆様から忌憚のない意見をいただきながら、次年度開催される延岡・西臼杵地区大会へとつなげていきたいと考えております。

結びに、本大会を開催するにあたり多大な御理解と御協力を賜りました宮崎県教育委員会をはじめ、小林市・えびの市・高原町の各教育委員会、会場校並びに地区実行委員の先生方に対し厚くお礼申し上げます、あいさつといたします。

あいさつ

宮 崎 県 教 育 委 員 会

教 育 長 黒 木 淳 一 郎

第65回宮崎県学校体育研究発表大会が、小林・えびの・高原地区において盛大に開催されますことを、お喜び申し上げます。

本大会は、半世紀以上の歴史と伝統を誇る体育科・保健体育科の研究発表の場として、学校体育に関する学習指導法等の改善・充実を目的に、発展を遂げてこられました。これも、長年にわたり、小学校・中学校・高等学校及び特別支援学校の体育科・保健体育科の指導者が一体となって、12年間を見通した「つながりのある学習」の研究に対する真摯な取組のたまものであり、深く敬意を表する次第であります。

さて、現在、各学校におかれましては、主体的・対話的で深い学びの視点からの授業改善や、個別最適な学びと協働的な学びの実現のためのICTを活用した授業の充実などに取り組まれていることと思います。

本大会の開催を通して、体育・保健体育に携わる先生方が集い、公開授業や講演等を行うことは大変意義のあることであり、県教育委員会といたしましては、今後の学校体育の充実と教員の資質向上に寄与するものと期待しております。

参加者の皆様におかれましては、本大会で得られた成果や学びを各学校へ持ち帰り、児童生徒や地域の実態に応じた授業の改善・充実、更には各学校の課題解決や御自身の指導力向上につなげていただきますようお願い申し上げます。

結びに、本大会の開催に当たりまして、多大な御尽力を賜りました小林市、えびの市、高原町の各教育委員会の皆様、そして地区実行委員会並びに関係する方々に対し、深く感謝を申し上げます。まして、あいさつといたします。

あいさつ

小林市教育委員会

教育長 大山 和彦

県内各地の小・中・義務教育学校・県立学校の先生方をお迎えし、霧島連山と九州山地の山岳が連なる、緑豊かなここ小林市で、第65回宮崎県学校体育研究発表大会小林・えびの・高原地区大会が、盛大に開催されますことを心からお慶び申し上げます。また、本県の児童生徒の健やかな成長、体力向上を目指して、授業実践や教育活動に日々熱心に取り組んでおられます先生方や、宮崎県学校体育研究会に対し、心から敬意を表し、深く感謝申し上げます。

さて、本市におきましては、「健幸のまちづくり基本方針」を策定し、「歩きたくなる、出かけたくなる安心・安全なまちづくり」を基本施策に掲げ、「健幸」を中核に据えたまちづくりを推進しています。現在、子どもから高齢者まで市民の誰もがいつでも気軽に訪れ、健康づくりを行うことができるような拠点として、小林市総合運動公園を中心とした整備を進めており、市民一人一人が健康意識を高め、運動を始めとする生活習慣の向上をはかることができるよう、健康づくりに力を入れております。

本研究大会は、研究主題に「生涯にわたって心身の健康を保持し、豊かなスポーツライフを実現するとともに、継続するための資質・能力を育む体育科・保健体育科学習」副題に「児童生徒一人一人の思考力、判断力、表現力等を養う授業の創造と展開」を掲げられております。これは、本市の「健幸のまちづくり」にも関連する主題であることから、授業実践等の研究成果が広く発表され、協議が深まり、各学校から各家庭へと心身の健康への意識が高まっていくことを期待しております。また、子どもたちにおける心身の健康と体力の保持増進は、保健体育学習が握る重要な鍵でもあり、すべての子どもが生涯にわたって運動に親しみ、体力の維持・向上が図られるような生活習慣を身につけるためにも、その必要性と取組を持続させなければならいと考えます。参加された先生方におかれましては、本研究大会を通じて得られました成果を、各学校に持ち帰り、さらに実践を積み重ねていただきたいと願っています。

2027年には、48年ぶりとなる「第81回国民スポーツ大会、第26回全国障害者スポーツ大会」が、宮崎県内各地で開催され、ここ小林市でも、バレーボール・カヌー・体操(トランポリン)等の競技が実施されます。先生方が本研究会での学びの成果を各学校で実践され、そこで育った子どもたちがこれらの大会で活躍することも、楽しみにしております。

最後になりますが、本研究会の開催にあたり、多大な御尽力をいただきました皆様方に、深く感謝と敬意を表し、本研究大会の成功と学校体育研究会の益々の御発展、並びに御参加いただきました先生方の、一層の御活躍と御健勝を祈念し、あいさつといたします。

あいさつ

小林・えびの・高原地区実行委員会

会長 田 中 美 津 枝

(小林市立西小林中学校)

県内各地から多くの関係者をお迎えし、第65回宮崎県学校体育研究発表大会小林・えびの・高原地区大会を盛大に開催できますことに対し、心から感謝申し上げます。

本研究会は、小学校・中学校・高等学校・特別支援学校という校種の異なる学校が、共通の研究主題のもと、実践と研究を重ねるといふ他県にも類を見ない取組を毎年行っており、本県の体育科・保健体育科全体の根幹をなす大会であります。

そのような歴史と権威のある大会の取組を一步でも前に進めるために、令和5年度から令和7年度の本県の研究主題「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とともに、継続するための資質・能力を育む体育科・保健体育科学習～児童生徒一人一人の思考力、判断力、表現力等を養う授業の創造と展開～」のもと、本地区において全校種12年間のつながりを、発達段階に応じて系統化・明確化することを意識し、①系統性を踏まえた指導内容の一層の充実、指導と評価の一体化、②「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業づくり、③共生の視点に立った指導内容の充実の3つの視点で研究を進めて参りました。

国のGIGAスクール構想により、タブレット端末をはじめICTを効率的・効果的に使用した授業が全ての教科で実施されるようになってきておりますが、体育科・保健体育科の学習においても、さらに進化が進んでいるものと捉えております。また、中央教育審議会から示された「令和の日本型学校教育」の構築を目指して、各学校におかれましては、特色ある取組が進んでいる状況にあらうかと存じます。

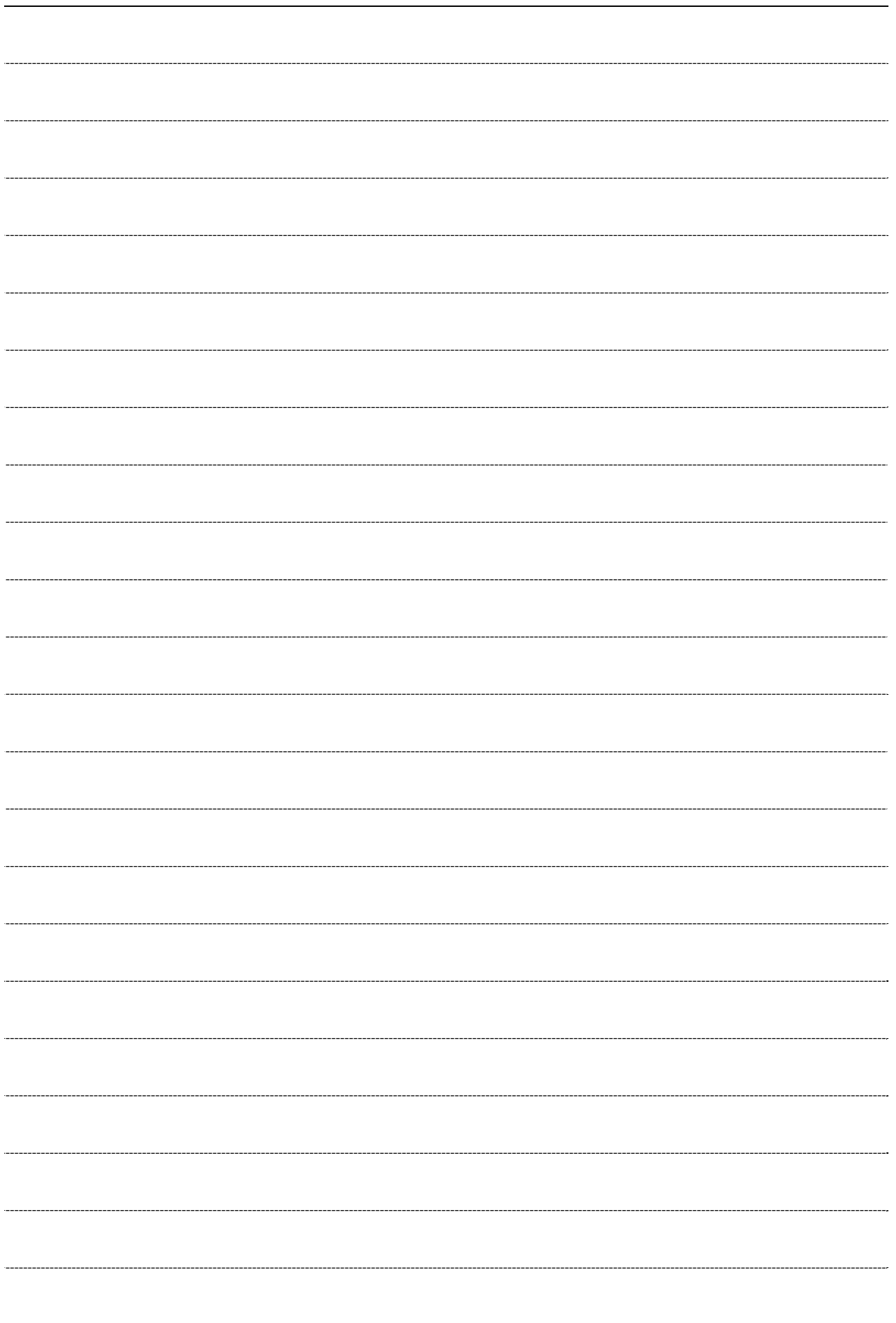
そのような中、今年度の発表は、各校種のネット型の授業を通して、これまでの研究の一端を発表させていただきます。まだまだ、研究の途中であり、課題も山積しております。今後の継続的な研究や、さらなる充実した取組へとつなげるためにも、ご参加いただきました皆様方より、忌憚のないご意見やご指導をいただければ幸いに存じます。

最後になりましたが、本研究大会を開催するにあたり、ご支援、ご指導を賜りました県教育委員会、小林市・えびの市・高原町教育委員会をはじめ、関係各位に心から感謝申し上げます。

大会紀要目次

宮 崎 県 学 校 体 育 研 究 会	会 長 あいさつ
宮 崎 県 教 育 委 員 会	教育長 あいさつ
小 林 市 教 育 委 員 会	教育長 あいさつ
小林・えびの・高原地区実行委員会	会 長 あいさつ

1	第 6 5 回宮崎県学校体育研究発表大会開催要項	1
2	講演・解説	6
3	つながりある研究	
	(1) 研究内容について(研究計画・研究の視点)	26
	(2) 「つながりのある学習」の授業指導案	
	①小 学 校 小林市立南小学校 第4学年	
	ボール運動「ネット型」(ソフトバレーボール)	39
	②中 学 校 小林市立西小林中学校 第2学年	
	球技「ネット型」(バレーボール)	49
	③高 等 学 校 宮崎県立小林高等学校 第1学年	
	球技「ネット型」(バレーボール)	57
	④特別支援学校 宮崎県立小林こすもす支援学校 高等部 第1・2・3学年	
	球技「ネット型」(バレーボール)	65
4	幼児教育の様子	
	真幸認定こども園(えびの市)	88
5	第 6 5 回宮崎県学校体育研究発表大会 大会役員	90
6	第 6 5 回宮崎県学校体育研究発表大会 県実行委員会委員	92



第65回宮崎県学校体育研究発表大会 小林・えびの・高原地区大会開催要項

1 目 的

学校体育に関する研究成果の発表と指導上の諸問題について研究協議を行い、学習指導法の改善・充実に努め、本県学校体育の進展を図る。

2 主 催

宮崎県学校体育研究会

3 共 催

宮崎県教育委員会 小林市教育委員会 えびの市教育委員会 高原町教育委員会

4 後 援

宮崎県市町村教育委員会連合会 宮崎県校長会 宮崎県県立学校長協会
宮崎県私立中学高等学校協会

5 主 管

第65回宮崎県学校体育研究発表大会実行委員会
小林市小学校体育連盟・えびの市小学校体育連盟・高原町小学校体育連盟
西諸地区中学校体育連盟
宮崎県高等学校体育連盟西諸支部
宮崎県特別支援学校教育研究会保健体育科代表者部会

6 期 日

令和6年10月29日（火）

7 参加対象

小学校・中学校・義務教育学校・高等学校・中等教育学校・特別支援学校の教員
教育委員会その他の関係機関・団体の学校体育関係者

8 会 場

小林市市民体育館及び県立小林高等学校

9 研究主題

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
実現するとともに、継続するための資質・能力を育む体育科・保健体育科学習
～児童生徒一人一人の思考力、判断力、表現力等を養う授業の創造と展開～

10 日 程

9:00		9:35		10:30		11:30		13:40		14:40		15:40		16:05	
8:45		9:10		9:25		10:20		11:20		12:30		14:30		15:30	
受付	開 会 行 事 (10分)	説 明 概 要 (15分)		公 小 開 学 授 校 業 (45分)		公 中 開 学 授 校 業 (50分)		講 演 ・ 解 説 (60分)	昼 食 ・ 休 憩 ・ 移 動 (70分)	公 特 開 別 授 支 業 援 (50分)		公 高 開 等 授 学 業 校 (50分)		指 つ 導 な 助 が 言 り (全体) (15分)	閉 会 行 事 (10分)
会場：小林市市民体育館										会場：県立小林高等学校					

※各校種の公開授業5分前に視点説明を行います。

11 内 容

① 研究概要説明

説 明	小 林 市 立 三 松 中 学 校	教 諭 岡 上 桂
-----	-------------------	-----------

② 講演

演 題	学習指導要領の趣旨を踏まえた体育、保健体育の授業づくり	
講 師	順天堂大学スポーツ健康科学部	教 授 関 伸 夫

③ 公開授業

種 別	学 年	単 元	発 表 者
小 学 校	第4学年	ボ ー ル 運 動 (ネット型：ソフトバレーボール)	小 林 市 立 南 小 学 校 教 諭 坪 田 啓 介
中 学 校	第2学年	球 技 (ネット型：バレーボール)	小 林 市 立 西 小 林 中 学 校 教 諭 信 時 大 輝
高 等 学 校	第1学年	球 技 (ネット型：バレーボール)	県 立 小 林 高 等 学 校 教 諭 福 元 哲 也
特別支援学校	高等部 第123学年	球 技 (ネット型：バレーボール)	県立小林こすもす支援学校 教 諭 山 口 智 佳


④ 指導助言者

全 体 (つながり)	宮崎大学大学院教育学研究科	教 授 三 輪 佳 見
小学校部会	南九州大学人間発達学部	教 授 宮 内 孝
中学校部会	宮 崎 大 学 教 育 学 部	教 授 日 高 正 博
高等学校部会	日 本 女 子 体 育 大 学	教 授 高 橋 修 一
特別支援学校部会	日 本 体 育 大 学 体 育 学 部	准教授 村 井 敬太郎

12 参加申し込み方法

10月8日(火)までに以下のアドレス、またはQRコードを利用して申し込むこと。

※大会役員・実行委員もそれぞれ申込みをして下さい。

https://forms.gle/FcYpuQP8vSzQfz2q9 QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です 申込期限 令和6年10月8日(火)	
--	---

【問い合わせ先】

宮崎県学校体育研究会事務局（高体連事務局内）

電話 0985-51-4109

13 その他

自家用車で来場の際は、下記の駐車場をご利用ください。

なお、駐車場には限りがありますので、ご来場の際は乗り合わせや公共交通機関の利用にご協力ください。

■小学校部会、中学校部会 参加者

※小林市市民体育館駐車場をご利用ください。



■高等学校部会、特別支援学校部会 参加者

※県立小林高等学校駐車場をご利用ください



[illegible]

講演・解説

演 題

「学習指導要領の趣旨を踏まえた体育、保健体育の授業づくり」

講 師

順天堂大学 スポーツ健康科学部

スポーツ健康科学研究科（大学院） 教授 関 伸 夫

略歴	<p>東京都立高等学校 教諭（保健体育科） 東京都教育庁 指導主事 文部科学省スポーツ・青少年局 生涯スポーツ課 調査係長 国立スポーツ科学センター 研究支援協力課長 文部科学省スポーツ・青少年局 スポーツ振興課 スポーツ指導専門官 スポーツ庁 健康スポーツ課 課長補佐 スポーツ庁 競技スポーツ課 課長補佐 スポーツ庁 政策課 教科調査官／国立教育政策研究所 教育課程調査官 令和6年4月より現職</p>
著書	<ul style="list-style-type: none"> ・「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料 中学校保健体育：国立教育政策研究所（令和2年3月） ・「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料 高等学校保健体育：国立教育政策研究所（令和3年8月）

学習指導要領の趣旨を踏まえた 体育授業について

順天堂大学 スポーツ健康科学部
教授 関 伸夫

1

本日の内容

1

学習指導要領の全体構造

2

体育、保健体育の指導内容

3

授業づくりの視点

2

本日の内容

1

学習指導要領の全体構造

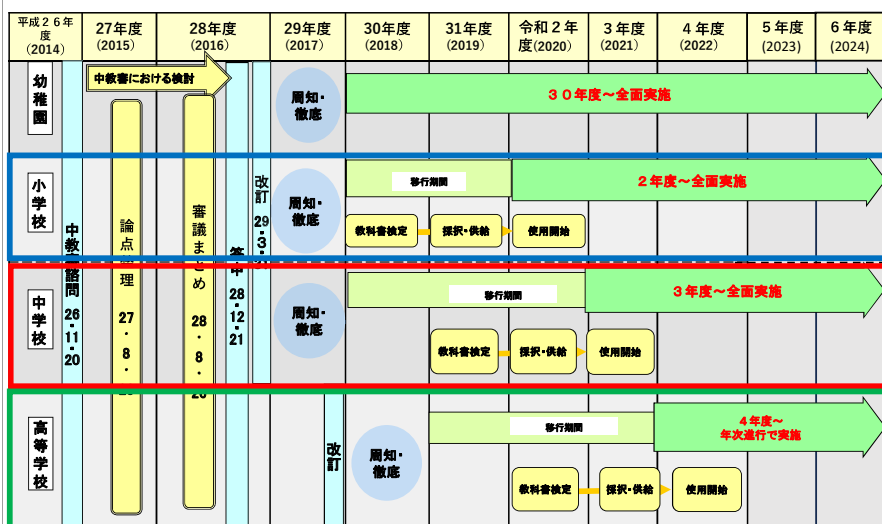
2

体育、保健体育の指導内容

3

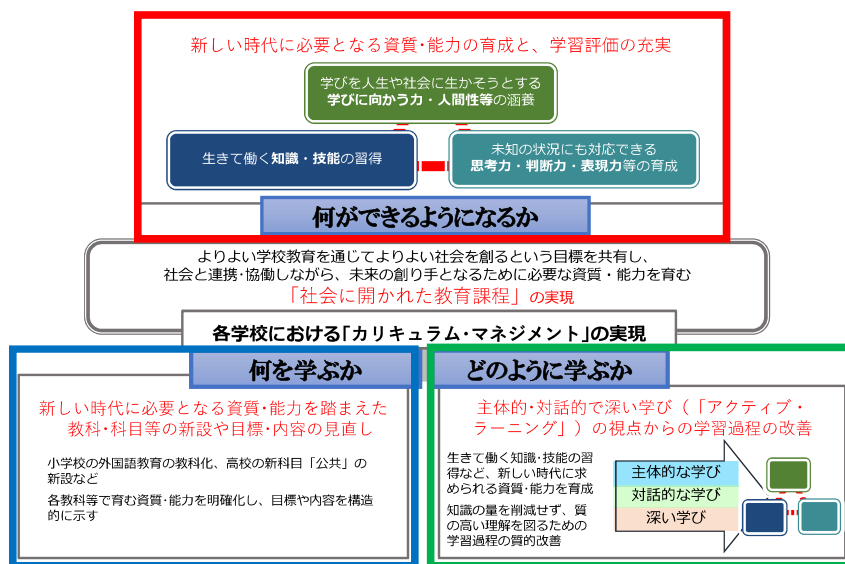
授業づくりの視点

学習指導要領改訂までの経緯



特別支援学校学習指導要領（幼稚園及び小学部・中学部）についても、平成29年4月28日に改訂告示を公示。
特別支援学校学習指導要領（高等部）についても、高等学校学習指導要領と一体的に改訂を進める。

学習指導要領の全体構造



体育科・保健体育科 指導内容の体系化

- ◆体育科・保健体育科では、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・能力を育成**
- ◆小学校から高等学校までの12年間の系統性、発達の段階を踏まえて、**4年ごとのまとまりで指導内容を体系化**
- ◆小学校から高等学校まで、**体育科・保健体育科の授業を1週間で3時間程度実施**

各種の運動の基礎を培う時期				多くの領域の学習を経験する時期				卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わるができるようになる時期				
運 動 領域等	小学校				中学校				高等学校			
	1 年生	2 年生	3 年生	4 年生	5 年生	6 年生	1 年生	2 年生	3 年生	入学年次	次の年次	それ以降
	体つくりの運動遊び		体つくり運動		体つくり運動		体つくり運動		体つくり運動		体つくり運動	
	器械・器具を使 っている運動遊び		器械運動		器械運動		器械運動		器械運動		器械運動	
	走・跳の運動遊び		走・跳の運動		陸上運動		陸上競技		陸上競技		陸上競技	
	水遊び		水泳運動		水泳運動		水 泳		水 泳		水 泳	
	表現リズム遊び		表現運動		表現運動		ダンス		ダンス		ダンス	
	ゲーム		ゲーム		ボール運動		球 技		球 技		球 技	
							武 道		武 道		武 道	
								体育理論		体育理論		
保 健 領域等				保 健		保 健		保 健		保 健		
年間授業 時数等	102時間	105時間	105時間	105時間	90時間	90時間	105時間	105時間	105時間	体育3年間で7～8単位 保健1単位 保健1単位		
必修				選択								

6

必修 選択

体育科・保健体育科 指導内容の体系化

技能 (球技：ゴール型)	中学校第1学年及び 第2学年	中学校第3学年 高等学校入学年次	高等学校入学年次 の次の年次以降
ボールを持たない ときの動き	空間に走り込むな どの動き	空間を作り出すな どの動き	空間を埋めるなど の動き
思考力、判断力、 表現力等	中学校第1学年及び 第2学年	中学校第3学年 高等学校入学年次	高等学校入学年次 の次の年次以降
体力や健康・安全	安全上の留意点を 他の学習場面に当 てはめ、伝える	体調や環境に応じ た適切な練習方法 等について振り返 る	危険を回避するた めの活動の仕方を 提案する
学びに向かう力、 人間性等	中学校第1学年及 び第2学年	中学校第3学年 高等学校入学年次	高等学校入学年次 の次の年次以降
参 画	話合いに参加し ようとする	話合いに貢献し ようとする	合意形成に貢献 しようとする

本日の内容

1

学習指導要領の全体構造

2

体育科、保健体育科の指導内容

3

授業づくりの視点

8

改めて考えてみてください

㊤ 体育、保健体育は何を教える教科か？

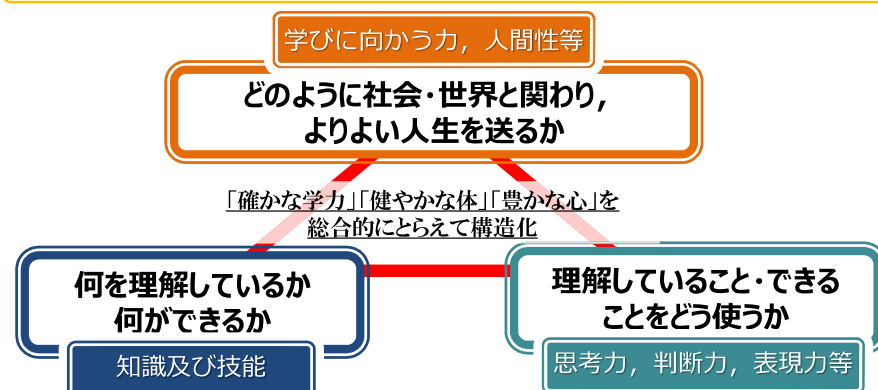


学校教育において必要とされる教科である
ために、我々がこのことを日頃からしっかり
考えて、授業を実践することが重要です。

9

育成を目指す資質・能力の三つの柱

学校教育法第30条第2項が定めるいわゆる学力の三要素（「基礎的な知識及び技能」「これらを活用して課題を解決するために思考力、判断力、表現力その他の能力」「主体的に学習に取り組む態度」）を議論の出発点としながら、学習する子供の視点に立ち、**育成を目指す資質・能力の要素を三つの柱で整理**。



【参考】学校教育法第30条第2項

生涯にわたり学習する基盤が培われるよう、**基礎的な知識及び技能**を習得させるとともに、**これらを活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力その他の能力**をはぐくみ、**主体的に学習に取り組む態度**を養うことに、特に意を用いなければならない。

10

育成を目指す三つの資質・能力の正しい理解

体育、保健体育の学習を通して、育成を目指す

- (1)「知識及び技能」とは？
- (2)「思考力、判断力、表現力等」とは？
- (3)「学びに向かう力、人間性等」とは？



学習指導要領における「目標」「内容」を正しく理解して授業を行い、児童生徒の資質・能力を育成することが重要。

学習指導要領に示されている【内容】

中学校第1学年及び第2学年 陸上競技【内容】

C 陸上競技

陸上競技について、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

- (1) 次の運動について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けること。

ア 短距離走・リレーでは、**知識及び技能**の受渡りでタイミングを合わせることを、長距離走では、ペースを守って走ること、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。

イ 走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から素早く踏み切って跳ぶこと、走り高跳びでは、リズムカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶこと。

- (2) 動きなどを見たり、課題を見たりして、課題を解決するために必要な動きや姿勢を身に付けること、自己の考えたことを他者に伝えること。

- (3) 陸上競技に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担し、協力し、共に楽しむこと、一人ひとりの違いに気づき、認めようとするなど、健康・安全に気を配ること。

中学校学習指導要領(平成29年告示)

体育、保健体育の学習を通して、育成を目指す (1)「知識及び技能」のポイント

知識（指導内容の明確化）

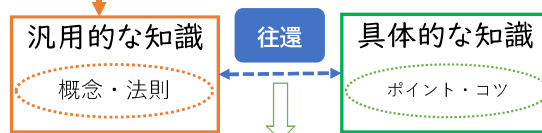
ア マット運動

回転系や巧技系の基本的な技とは、回転系の接転技群、はん転技群の基本的な技、巧技系の平均立ち技群の基本的な技を示している。

〈回転系の例示〉

- 接転技群（背中をマットに接して回転する）
- ・ 体をマットに順々に接触させて回転するための動き方や回転力を高めるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかにして回ること。

中学校学習指導要領(平成29年告示) 解説保健体育編



生きて働く「知識、技能」の習得

技能（指導内容の明確化）

指導に際しては、各領域の解説で示す「**例示**」等を参考にして、運動種目等の固有の技能や動き等を身に付けさせることが具体的なねらいとなる。

陸上競技 中学校[第1学年及び第2学年]

〈例示〉

- ・ 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と。

育成を目指す三つの資質・能力の正しい理解

体育、保健体育の学習を通して、育成を目指す

(2)「思考力,判断力,表現力等」のポイント

思考力,判断力,表現力等の系統性(指導内容の明確化)

	中学校1年・2年	中学校3年・高校入学年次	高校その次の年次以降
学習指導要領	自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己(や仲間)の考えたことを他者に伝えること	自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己(や仲間)の考えたことを他者に伝えること	生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること
体の動かし方や行い方	<ul style="list-style-type: none"> 課題や出来映えを伝える 自己の課題に応じて練習方法を選ぶ 	<ul style="list-style-type: none"> 合理的な動きと比較して成果や改善すべきポイントと理由を伝える 自己や仲間の課題や練習方法について伝える 	<ul style="list-style-type: none"> 動きを分析して良い点や修正点を指摘する 課題解決のための練習の計画を立てる 課題解決の過程を踏まえて新たな課題を発見する
体力や健康・安全	<ul style="list-style-type: none"> 安全上の留意点を他の学習場面に当てはめ、伝える 	<ul style="list-style-type: none"> 体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返る 運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶ 	<ul style="list-style-type: none"> 危険を回避するための活動の仕方を提案する
運動実践につながる態度	<ul style="list-style-type: none"> 最善を尽くす(伝統的な所作)などのよい取組を見付け、伝える 分担した役割に応じた活動の仕方を見付ける 提示された仕方に当てはめ、関わり方を見付ける 違いを踏まえて楽しむ方法を見付け、伝える 	<ul style="list-style-type: none"> よりよいマナーや行為(所作)について自己の活動を振り返る 分担した役割の成果などについて自己の活動を振り返る 合意形成するための関わり方を見付け、伝える 違いに配慮して楽しむ活動の方法や修正の仕方を見付ける 	<ul style="list-style-type: none"> よりよいルールやマナー(所作)について提案する 状況に応じて役割を提案する 合意を形成するための調整の仕方を見付ける 違いを踏まえて楽しむための調整の仕方を見付ける
生涯スポーツの設計		<ul style="list-style-type: none"> 運動を継続して楽しむための関わり方を見付ける 	<ul style="list-style-type: none"> 生涯にわたって楽しむための関わり方を見付ける

高等学校学習指導要領(平成30年告示)解説 保健体育・体育編

育成を目指す三つの資質・能力の正しい理解

体育、保健体育の学習を通して、育成を目指す

(3)「学びに向かう力,人間性等」のポイント

「学びに向かう力、人間性等」の指導内容

- 各教科等の内容については、内容のまとまりごとに、生徒が身に付けることが期待される資質・能力の三つの柱に沿って示すこととしているが、特に「学びに向かう力、人間性等」については、目標において全体としてまとめて示し、内容のまとまりごとに指導内容を示さないことを基本としている。しかし、**体育分野においては、豊かなスポーツライフを実現することを重視し、従前より「態度」を内容として示していることから、内容のまとまりごとに「学びに向かう力、人間性等」に対応した指導内容を示すこととした。**

(中学校学習指導要領(平成29年告示)解説 保健体育編)

- 学びに向かう力、人間性等については、各領域において**愛好的態度**及び**健康・安全**は共通事項とし、**公正、協力、責任、参画、共生**の中から、各領域で取り上げることが効果的な指導内容を重点化して示している。

(中学校学習指導要領(平成29年告示)解説 保健体育編)

学びに向かう力、人間性等の系統性(指導内容の明確化)

指導事項	中学校1年・2年	中学校3年・高校入学年次	高校その次の年次以降
ア 共通事項	積極的に取り組もうとする	自主的に取り組もうとする	主体的に取り組もうとする
イ 公正	勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとする	勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする	
	フェアなプレイを守ろうとする	フェアなプレイを大切にしようとする	
	相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとする	相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする	
ウ 協力・責任	よい演技を認めようとする	よい演技を讃えようとする	
	仲間の学習を援助しようとする	互いに助け合い教え合おうとする	互いに助け合い高め合おうとする
	分担した役割を果たそうとする	自己の責任を果たそうとする	役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする
エ 参画・共生	話合いに参加しようとする	話合いに貢献しようとする	合意形成に貢献しようとする
	一人一人の違いを認めようとする	一人一人の違いを大切にしようとする	
オ 健康・安全	健康・安全に気を配る	健康・安全を確保する	

高等学校学習指導要領(平成30年告示)解説 保健体育・体育編

本日の内容

1

学習指導要領の趣旨

2

保健体育の役割

3

授業づくりの視点

授業づくりの視点①

保健体育科の目標の達成に向けた授業づくり

授業づくりの視点②

共生の視点

授業づくりの視点③

指導と評価の一体化の実現

22

授業づくりの視点①

保健体育科の目標の達成に
向けた授業づくり～それぞれの運動が有する特性や魅力に応じて、
その楽しさや喜びを味わう～

23

体育科・保健体育科の目標「柱書」

【小学校】

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その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。

【中学校】

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。

【高等学校】

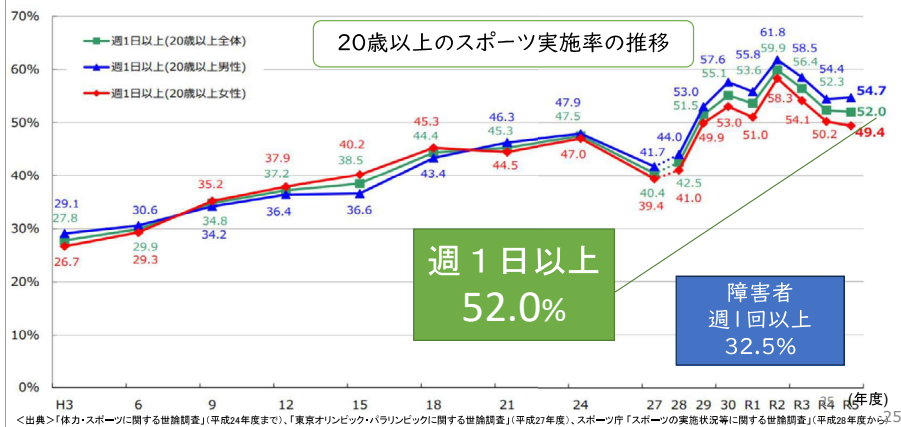
体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

24

保健体育科の目標の達成に向けた授業づくり

第3期スポーツ基本計画

- ・成人の週1回以上のスポーツ実施率： 70%（障害者は40%）になる
- ・成人の年1回以上のスポーツ実施率： 100%に近づく（障害者は70%程度）
- ・1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上実施し、1年以上継続している運動習慣者の割合の増加を目指す。



保健体育科の目標の達成に向けた授業づくり



保健体育科の目標の達成に向けた授業づくり

- (1) 運動の合理的な実践を通して、**運動の楽しさや喜びを味わい**、生涯にわたって運動を豊かに実践することができるようにするため…

中学校学習指導要領 保健体育〔体育分野〕〔第3学年〕目標(1)

それぞれの運動が有する特性や魅力に応じ
て、**運動することそのものを楽しんだり、その運動の特性や魅力に触れたりすることが大切である**ことを示したものである。

中学校学習指導要領(平成29年告示)解説保健体育編

保健体育科の目標の達成に向けた授業づくり

B 器械運動

【第1学年及び第2学年】

器械運動は、マット運動、鉄棒運動、平均台運動及び跳び箱運動で構成され、器械の特性に応じて多くの「技」がある。これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

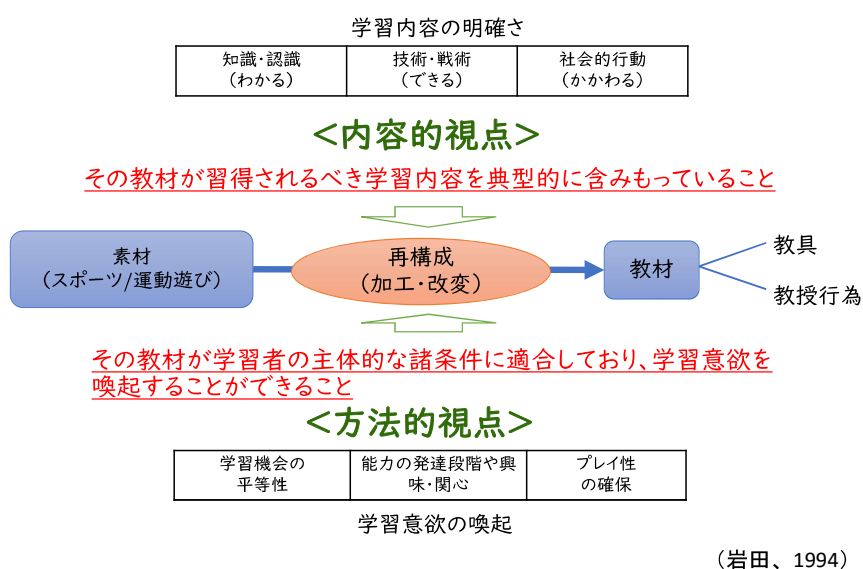
小学校では、技ができることや技を繰り返したり組み合わせたりすることを学習している。

中学校では、これらの学習を受けて、技がよりよきとや自己に適した技で演技することが求められる。

教師が各領域の機能的な特性を理解した上で、児童生徒が各領域の運動の楽しさや喜びを味わうことのできる授業（教材づくり）について試行錯誤することで、「運動は楽しい」そして「体育の授業は楽しい」という子供を育てることにつながる。

P63

教材づくりの基本的視点



授業づくりの視点②

共生の視点

内容及び内容の取扱いの改善

運動やスポーツとの多様な関わり方を重視した内容及び内容の取扱いの充実

豊かなスポーツライフの実現を重視し、スポーツとの多様な関わり方を楽しむことができるようにする観点から、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるよう、共生の視点を踏まえて指導内容を示すこととした。

また、「内容の取扱い」及び「指導計画の作成と内容の取扱い」に、生徒が選択して履修できるようにすることや、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず運動やスポーツを楽しむことができるようにすることを示すとともに、生徒の困難さに応じた配慮の例を示した。

中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保健体育編

共生の視点

第3 指導計画の作成と内容の取扱い

1 指導計画の作成に当たっては、次の事項に配慮するものとする

(3) 障害のある生徒などについては、学習活動を行う場合に生じる困難さに応じた指導内容や指導方法の工夫を計画的、組織的に行うこと。

2 第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする

(1) 体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動の多様な楽しみ方を共有することができるよう留意すること。

中学校学習指導要領 第2章 第7節 保健体育 第3 指導計画の作成と内容の取扱い

共生の視点

第3 指導計画の作成と内容の取扱い

1 指導計画の作成に当たっては、次の事項に配慮するものとする

(3) 障害のある生徒などについては、学習活動を行う場合に生じる困難さに応じた指導内容や指導方法の工夫を計画的、組織的に行うこと。



通常の学級においても、発達障害を含む障害のある生徒が在籍している可能性があることを前提に、全ての教科等において、一人一人の教育的ニーズに応じたきめ細かな指導や支援ができるよう、障害種別の指導の工夫のみならず、各教科等の学びの過程において考えられる困難さに対する指導の工夫の意図、手立てを明確にすることが重要である。

中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保健体育編

通常の学級に在籍する特別な教育的支援を必要とする児童生徒に関する調査結果

令和4年	小学校・中学校	高等学校 ^{※1}
学習面又は行動面で著しい困難を示す	8.8%	2.2%
学習面で著しい困難を示す	6.5%	1.3%
「聞く」又は「話す」に著しい困難を示す	2.5%	0.5%
「読む」又は「書く」に著しい困難を示す	3.5%	0.6%
「計算する」又は「推論する」に著しい困難を示す	3.4%	0.6%
行動面で著しい困難を示す	4.7%	1.4%
「不注意」又は「多動性－衝動性」の問題を著しく示す	4.0%	1.0%
「不注意」の問題を著しく示す	3.6%	0.9%
「多動性－衝動性」の問題を著しく示す	1.6%	0.2%
「対人関係やこだわり等」の問題を著しく示す	1.7%	0.5%
学習面と行動面ともに著しい困難を示す	2.3%	0.5%

文部科学省：通常の学級に在籍する特別な教育的支援を必要とする児童生徒に関する調査結果（令和4年12月）

学習活動を行う場合に生じる困難さに応じた指導内容や指導方法の工夫例

◎ リズムやタイミングに合わせて動くことや複雑な動きをすること、ボールや用具の操作等が難しい場合



◎ 動きを理解したり、自ら積極的に動いたりすることができるよう、動きを視覚的又は言語情報に変更したり簡素化したりして提示する、動かす体の部位を意識させる、操作が易しい用具の使用や用具の大きさを工夫したりするなどの配慮をする。

◇ 試合や記録測定、発表などの状況の変化への対応が求められる学習活動への参加が難しい場合



◇ 生徒の実情に応じて状況の変化に対応できるようにするために、挑戦することを認め合う雰囲気づくりに配慮したり、ルールの弾力化や場面設定の簡略化を図ったりするなどの配慮をする。

中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保健体育編

共生の視点

第3 指導計画の作成と内容の取扱い

1 指導計画の作成に当たっては、次の事項に配慮するものとする

(3) 障害のある生徒などについては、学習活動を行う場合に生じる困難さに応じた指導内容や指導方法の工夫を計画的、組織的に行うこと。

2 第2の内容の取扱いについては、次の事項に配慮するものとする

(1) 体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動の多様な楽しみ方を共有することができるよう留意すること。

中学校学習指導要領 第2章 第7節 保健体育 第3 指導計画の作成と内容の取扱い

共生の視点

体力や技能の程度及び性別の違い等にかかわらず、仲間とともに学ぶ体験は、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた重要な学習の機会であることから、**原則として男女共習**で学習を行うことが求められる。その際、心身ともに発達が著しい時期であることを踏まえ、運動種目によってはペアやグループの編成時に配慮したり、健康・安全に関する指導の充実を図ったりするなど、指導方法の工夫を図ることが大切である。

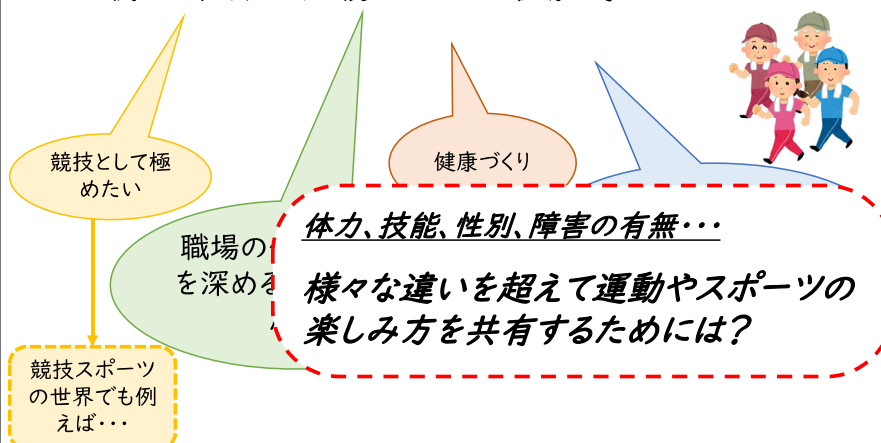
また、**障害の有無等にかかわらず、仲間とともに学ぶ体験は**、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現とともに、スポーツを通した**共生社会の実現につながる重要な学習の機会**であることから指導の充実を図ることが大切。

中学校学習指導要領（平成29年度告示）解説 保健体育編

男女共習をどのように考えるか

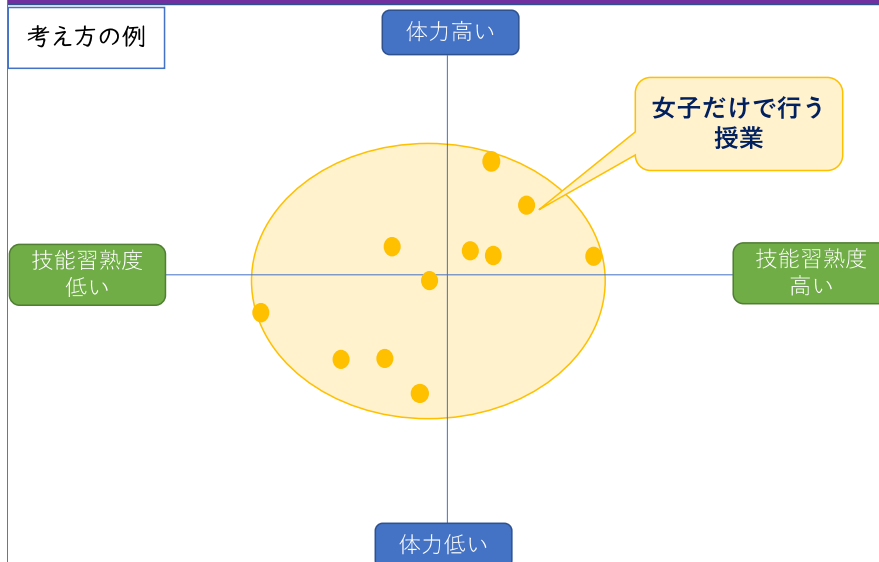
生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に関連付けて理解する

例えば社会に出た後のスポーツ活動を考えてみると…

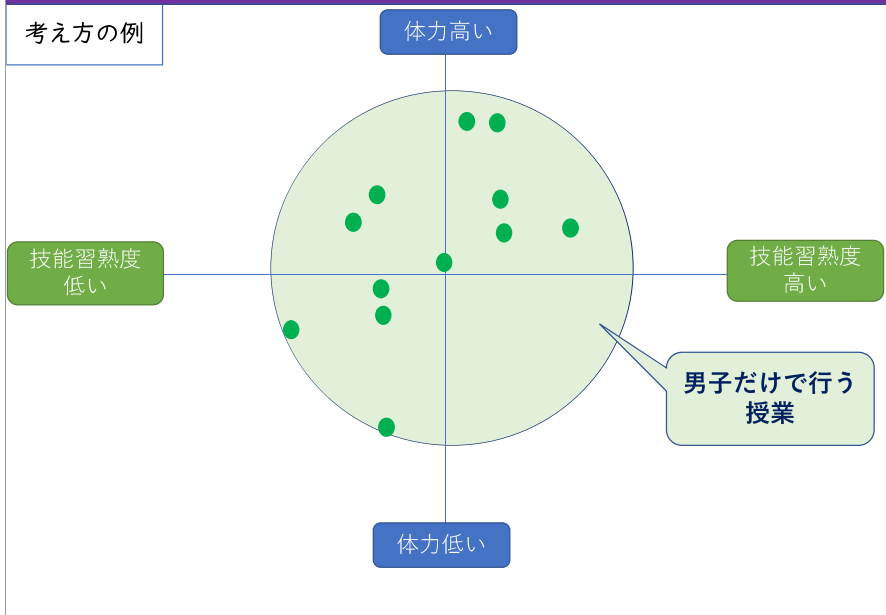


男女共習をどのように考えるか

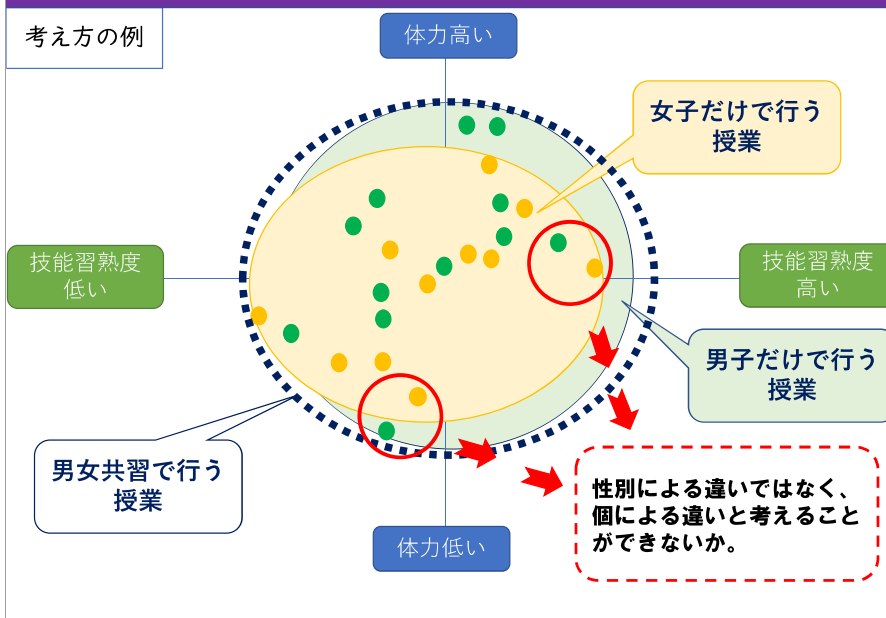
考え方の例



男女共習をどのように考えるか



男女共習をどのように考えるか



男女共習をどのように考えるか

男女共習を通して何を学ぶのか、
教師も生徒も考える

段階を踏んで、できることからスモールステップで

人には違いがあることに配慮し、よりよい環境づくりや
活動につなげようとすることに自主的に取り組もうとする

生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現

「共生」については、できない理由を探すのではなく、「何ができるか」「どのように工夫したらできるか」という視点で考えることが**学び**となります。

「共生」の意義や求められる背景などについて丁寧に説明をし、一步一步着実に進めることが重要です。

授業づくりの視点③

指導と評価の一体化の実現

- 指導と評価の計画の作成
- 学習カードの工夫
- 判断の目安の作成と共通理解

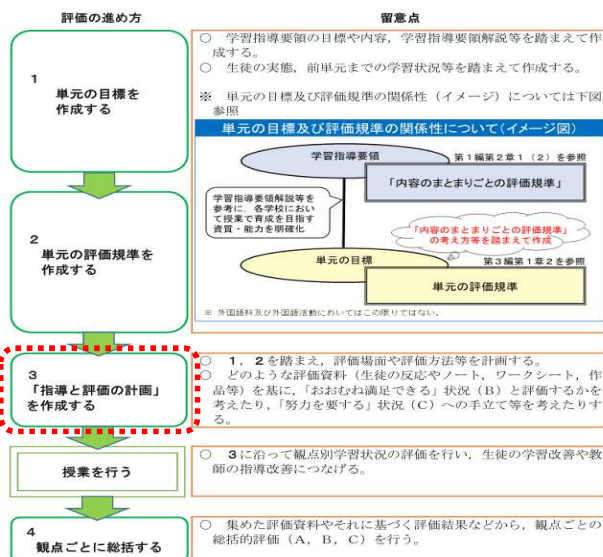
44

指導と評価の一体化の実現

- 指導と評価の計画の作成
- 学習カードの工夫
- 判断の目安の作成と共通理解

45

学習評価の進め方



「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料（国立教育政策研究所）

「指導と評価の計画」の作成

- ・資質・能力を偏りなく指導
 - ・指導と評価の一体化
- のためには「指導と評価の計画」の作成が極めて重要。

単元の目標

学習の流れ

評価機会

単元の評価規準

単元をデザインする力が問われる

国立教育政策研究所の参考資料



- 参考資料の構成
- ・総説（学習指導要領改訂の方針、学習評価の基本的な考え方 等）（第1編）
 - ・学習指導要領の規定から評価規準を作成する際の手順（第2編）
 - ・学習評価に関する事例（第3編）
- ※教科等ごとに作成

指導と評価の一体化の実現

○指導と評価の計画の作成

○学習カードの工夫

○判断の目安の作成と共通理解

49

学習カードの工夫〔思考・判断・表現〕

- ・身に付けることを目指す資質・能力の実現状況を把握する
 - ・生徒のつまづきを迅速に把握する
- 発問の工夫が重要

		見付ける際の視点を書きましょう	具体的に見付けたことを書きましょう
思・判・表	①テーマや特徴をとらえた表現の仕方を見付ける	10/16	
	②健康・安全を確保するための練習方法の振り返り	6/16	
	③一人一人の違いに配慮した活動の仕方を見付ける	9/16	<ul style="list-style-type: none"> ・それぞれの考えたことを否定するのではなく、なぜそうしたいのかを考える ・他者の立場から自身の行動や発言を振り返る ・作品作りで、空間をうまく使えていない課題があった。Aさんは、経験が豊富なので動きの苦手なBさんに基本の動きを教えていたけどBさんと一緒に行ったらありがとうと言われた
	④運動を継続して楽しむための関わり方を見付ける	15/16	

50

指導と評価の一体化の実現

○指導と評価の計画の作成

○学習カードの工夫

○判断の目安の作成と共通理解

51

判断の目安の作成と共通理解

「一人一人の違いに応じた表現や交流、発表の仕方などを大切にしようとしている」の

判断の目安と想定される様相

※中学校第3学年 ダンス

実現状況	判断の目安	想定される様相
「十分満足できる」状況(A)	○共生の意義を踏まえ、お互いの違いを生かそうとする。	・共生の視点から、他者が受け入れやすい動きを提示したり、自身が困難な動きに挑戦したりするなど、単元を通して共生の視点への定着が見られる。 ※取り入れようとする、生かそうとする、定着している。
	○共生の意義を踏まえ、お互いの違いに配慮しようとする。	・自身が実現困難な動きでも対応しようとする変化がみられる。 ・共生の意義及び自身の行動に対しての具体的記述が確認され、行動の表出が推察される。 ※気遣おうとする、尊重しようとする、建設的に考えようとする。
「おおむね満足できる」状況(B)	○共生の意義を理解し、お互いの違いを受け入れようとする。	・共感している様子は確認できないが、意義を理解し自己と他者の違いを受け入れている。 ・共生の意義は理解し、他者との違いを受け入れているが、単元の中では、消極的な姿勢も時折見られる。 ・他者の動きをまねるなどの動作に消極さがみられたが、教師の手立てや自身の振り返りや他者のアドバイスから後半の活動での思いを統制するなどして取り組む様子が確認される。 ※知識を規範に行動する、思いを統制する、受け入れる。
「努力を要する」状況(C)	○共生の意義やとるべき行動は理解しているが、理解に基づく行動が確認されない。	・共生の意義は理解しているが、自己の意見や感情の起伏が勝ってしまうなど、教師のアドバイスに対しても、消極的な姿が継続し、教師の働きかけに対しても、受け入れる発言や態度が見られない。 ※逃避する あきらめる 遠慮する
	○共生への意義やとるべき行動への理解が不十分で、受け入れようとする行動が見られない。	・共生への意義やとるべき行動への理解が不十分で、他者の意欲を低下させる発言や態度を取る。 ・教師が働きかけを行っても、他者の意欲を低下させる発言や行動が継続する。 ※嫌悪する 否定する 拒否する

評価規準

「評価規準」という用語については、先に述べたように、新しい学力観に立って子供たちが自ら獲得し身に付けた資質や能力の質的な面、すなわち、学習指導要領の目標に基づく幅のある資質や能力の育成の実現状況の評価を目指すという意味から用いたものです。

参考：文部省「小学校教育課程一般指導資料」（平成5年9月）

判断の目安と具体的な様相（考え方の例）

	判断の目安(A:十分満足できる状況)	具体的な様相(例)
知識	学習した内容をより深く(具体的に)理解している。	
技能	各種の技能を確実に身に付けている。	
思考・判断・表現	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて視点を明確にして思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことについて根拠を示すなどして他者に伝えている。	
主体的に学習に取り組む態度	①どのような場面でも学習に主体的に取り組もうとしている。 ②必要とされる場面ではいつでも公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするとともに、健康・安全を確保している。 ①:愛好的態度 ②:それ以外の態度	

指導と評価の一体化を図るためには、児童生徒一人一人の学習の成立を促すための評価という視点を一層重視することによって、教師が自らの指導のねらいに応じて授業中での児童生徒の学びを振り返り学習や指導の改善に生かしていくというサイクルが大切です。

55