

令和6年度 第65回宮崎県学校体育研究発表大会

講演『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』

順天堂大学スポーツ健康科学 教授 関 伸夫

【 体育科・保健体育科 指導内容の体系化 】

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											
全般的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				得意な運動やスポーツに専ら取り組むことができるようになる時期			
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	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	体つくり運動	体つくり運動
陸上競技	陸上競技	陸上競技	陸上競技	陸上競技	陸上競技	陸上競技	陸上競技	陸上競技	陸上競技	陸上競技	陸上競技
水泳	水泳	水泳	水泳	水泳	水泳	水泳	水泳	水泳	水泳	水泳	水泳
表現リズミ遊び	表現運動	表現運動	表現運動	表現運動	表現運動	ダンス	ダンス	ダンス	ダンス	ダンス	ダンス
ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム	ゲーム
保健体育				保健				保健			
年間授業時数				年間授業時数				年間授業時数			
105時間				105時間				105時間			
必修				必修				必修			

○ 平成29年度改訂によって、新しい時代に必要となる資質・能力を「何ができるようになるか」「何を学ぶか」「どのように学ぶか」に整理し、社会に開かれた教育課程を実現していくことが今回の大きなコンセプトとなっている。

○ 体育では、小学校入学から高等学校卒業までの12年間の指導内容を、4年ごとのまとまりで体系化している。

→ 小学校1年生～4年生：各種の運動の基礎を培う時期

小学校5年生～中学校2年生：多くの領域の学習を経験する時期

中学校3年生～高校卒業：卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わることができるようにする時期

○ 大事なことは、学校種ごとに切れているわけではないということ。

→ 小学校教員：中学校で何を学ぶのかを理解しながら指導を行う。

中学校教員：小学校で何を学んできて、高校でどんなことを学ぶのかを理解しながら指導を行う。

高等学校教員：接続している学校種の内容は少なくとも理解しておく必要がある。

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	話し合いに参加しようとする	話し合いに貢献しようとする	合意形成に貢献しようとする

○ 中学校・高校の球技：ゴール型を例に挙げると、「ボールを持たないときの動き」も中1・2年のまとまりでは、「空間に走りこむなどの動き」が示されている。次に中3・高1のまとまりでは「空間を作り出すなどの動き」そして、高2・高3では「空間を埋めるなどの動き」が明記されている。

→ このような体系を理解しておかなければ、小学校・中学校・高校で同じ指導をしてしまう恐れがある。

→ 技能に限らず「思考力、判断力、表現力等」や態度に関する「学びに向かう力、人間性等」でも同じことが言える。

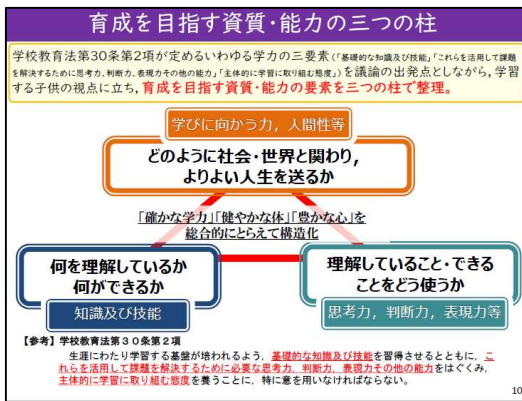
○ それぞれの発達の段階に応じて内容を体系化して理解することが極めて重要である。

【 体育科・保健体育科の指導内容(全体概要) 】

○ 「指導と評価の一体化」はよく耳にする言葉であるが、指導内容を理解しておかなければ、教える内容を間違い、それをもとに行った評価も間違えてしまう恐れがある。

→ 体育・保健体育は、何を教える教科であるかを考えておくことが大切である。

【 育成を目指す資質・能力の三つの柱 】



○ 学習指導要領(平成 29 年度改訂)によって、三つの資質・能力が全ての教科で再整理された。

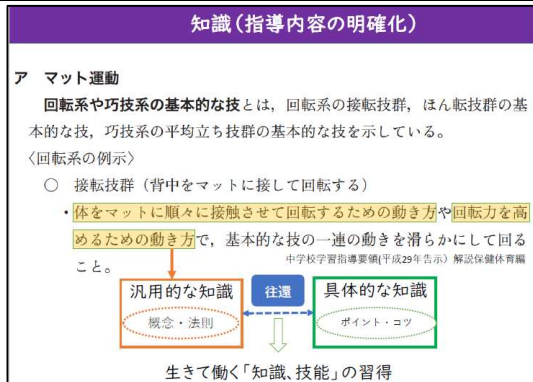
→ 技能だけ向上させていけば良いということではない。

→ 体育・保健体育の学習を通して育成を目指す「知識及び技能」とは何か。「思考力、判断力、表現力等」とは何か。「学びに向かう力、人間性等」とは何か。について答えられる必要がある。

→ 社会体育ではなく、学校体育で三つの資質・能力を身に付けさせていく必要がある。

○ 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である。

【 育成を目指す三つの資質・能力の正しい理解(知識編) 】



○ 中1・2のマット運動を例に挙げると、接点技群において、「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」を指導する。

→ 前転ができない生徒に対してのアドバイスで「勢いをつけよう」、「おへそを見て」と指導をすることは、汎用的な知識を教えたこととは異なる。

→ 「次の似た場面で、同じようにできるのか？」がポイントである。

○ 「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」【汎用的知識】が、「勢いをつける」や「おへそを見る」【具体的な知識】といったことに繋がる。

→ 汎用的な知識(概念・法則)と具体的な知識(ポイント・コツ)とを往還させて教えておくことで、違った種目や同じ動作が出てきた際にも、生きて働く知識や技能になっていく。

→ 学習指導要領に明記されている「～するため」とは、汎用的な知識の意味を含み、多く書かれている。

【 育成を目指す三つの資質・能力の正しい理解(思考力、判断力、表現力等編) 】

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)の考えたと他者に伝えること	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)の考えたと他者に伝えること	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と他者に伝えること
体の動かし方や行い方	・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	・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	・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 ・課題解決の過程を振り返って新たな課題を発見する
体力や健康・安全	・安全上の留意点や他の学習場面と当てはめ、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 ・運動に必要な準備運動や自己が取り組む運動運動を学ぶ	・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	・農書や図鑑(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 ・提案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	・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 ・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仕方を見付け、伝える ・運動を継続して楽しむための関わり方を見付ける	・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提案する ・違いを踏まえて楽しむための関わり方を見付ける ・生涯にわたって楽しむための関わり方を見付ける
生涯スポーツの設計			

○ 「思考力、判断力、表現力等」に関しては、4つのカテゴリーがあることを確認しておくといよい。

→ ① 体の動かし方や行い方

② 体力や健康・安全

③ 運動実践につながる態度

④ 生涯スポーツの設計(中3以降)

→ バランスよく教えることが必要である。

【 育成を目指す三つの資質・能力の正しい理解(学びに向かう力、人間性等編) 】

「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、内容のままとし、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とめて示し、内容のままとし、指導内容をお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、内容のままとし「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)

- 他の教科は、「目標」には示しているが、「内容」には具体的に示していない。

- 体育科(体育の運動領域と中学校の体育分野と高等学校の科目体育)にだけ「内容」が具体的にある。

- 従前から体育は態度を「内容」に入れていた経緯がある。

- ① 愛好的な態度 ② 健康・安全に関すること
③ 公正・協力・責任・参画・共生が指導内容である。

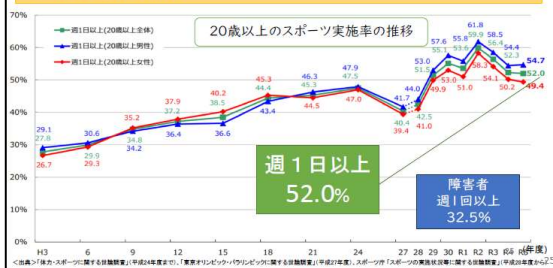
- 内容の体系化を意識しておくことが必要である。

【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

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

- (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なるため…

中学校學習指導要領 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

- 令和5年度スポーツ庁が実施した「スポーツ実施状況に関する世論調査」では、成人の週1回あたりのスポーツ実施率は52%である。(第3期スポーツ基本計画での政策目標では75%以上)

- 生涯スポーツを謳った学習指導要領で育っている我々からすると、多い数字とは言えない。

- 体育がもっと頑張らないといけないのではないかな。

- 令和5年度全国体力運動能力・運動習慣等調査のクラス集計の結果、「学校体育を楽しいと思わせることは、卒業した後の運動やスポーツに親しむ時間をもちたいと思うことに関連がある」ことが見えてきた。

- それぞれの運動が有する特性や魅力に応じて運動を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ている。

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、技がよりよきもの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。

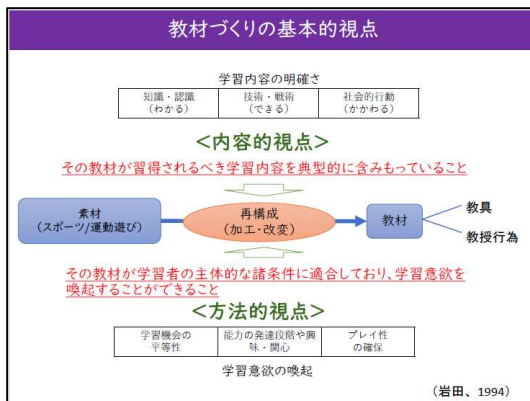
- 中1・2年生の器械運動を例に挙げると、「これらの技に挑戦し、その技ができる楽しさや喜びを味わうことができるようになる。」ことが明記されている。

- 「難しい技ができるように」とは明記されていない。

- 「難しい技ができる」と「基本的な技が洗練してできる」を
近い評価にできないか。

- 楽しいを伝える授業づくりが52%の実施率を上げる鍵となるのではないかと。

【教材づくりの基本的視点】



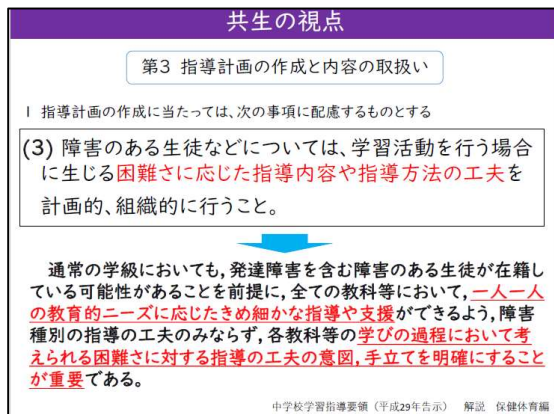
○ 「スポーツ」というのはあくまでも素材であり、そのものを教えるわけではない。

→ その素材を加工していくことで、それらが教材になっていく。

→ 専門の種目ほど危ないという自覚をもつべきである。

→ 楽しさをどう子どもたちに教えるのかといった視点からの教材づくりが非常に大切である。

【共生の視点】



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%

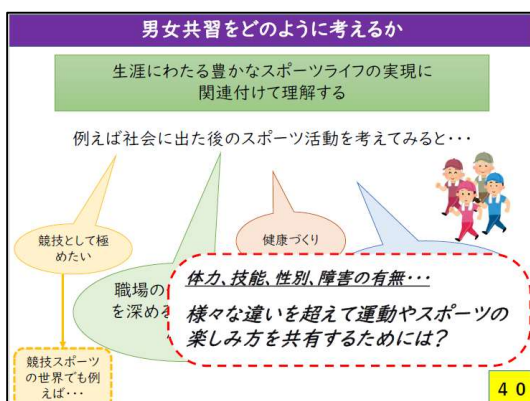
文部科学省：通常の学級に在籍する特別な教育的支援を必要とする児童生徒に関する調査結果（令和4年12月）

○ 中学校学習指導要領から抜粋して、体力や技能程度、性別や障害などに関わらず、運動やスポーツを楽しむことができるよう、「困難さに応じた指導内容や指導方法の工夫」を計画的・組織的に行うことが記述されている。また、「運動の多様な楽しみ方を共有することができる」ようにすることも記述されている。

○ 令和4年に発表された「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」から、知的発達に遅れはないものの学習面や行動面で著しい困難を示す児童生徒は、小・中では8.8%、高等学校では2.5%にも上る。

→ 8.8%という数値は、40人学級で4～5人、30人学級では3人ほどの人数となる。

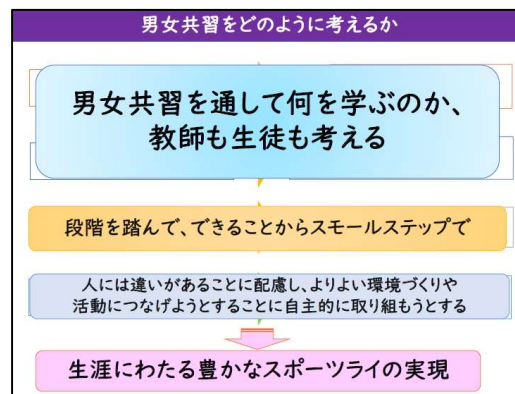
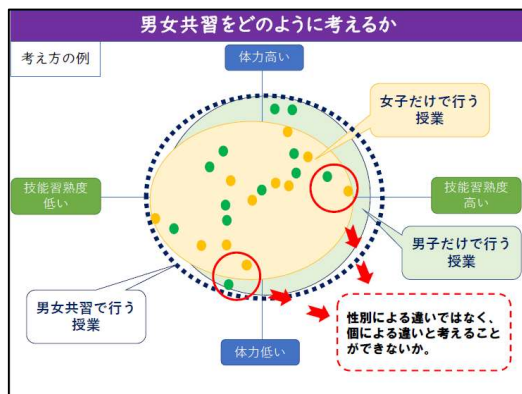
【男女共習をどのように考えるか】



○ 「男女共習」については、「生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現」に関連付けることが大事である。

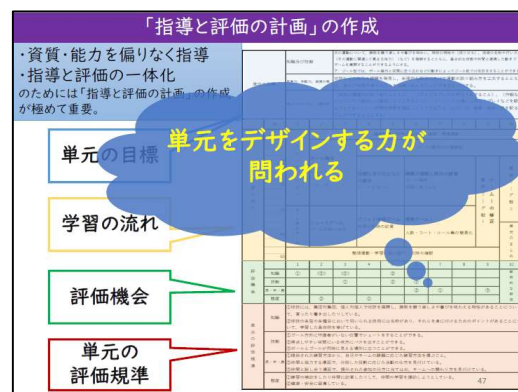
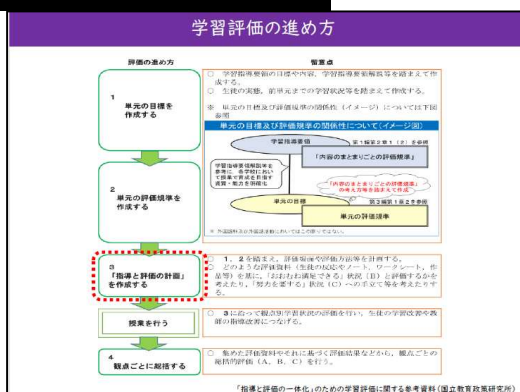
→ 社会に出た後のスポーツシーンにおいて、さまざまな違いを超えてスポーツをしていかななくてはならない。

→ オリンピック/パラリンピックの競技としても、10種目、11競技が男女混合・男女ミックスを取り入れている。



- 「男女共習」「男女別習」といえども、一人一人にスポットを当てることが前提である。
 - 男女一緒に行うことで運動技能の程度について少し幅が広がるだけである。
 - 性別ではなく、個に焦点を当てることが大切である。
 - 女子のみ特別ルールを採用することは、教員側が男女でバイアスをかけてしまっているのではないか。
- 「共生」について、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る。
 - みんなが楽しめるためには「接戦」というキーワードが大切である。

【指導と評価の計画の作成】



- 三つの資質・能力を偏りなく指導し、評価していくことが必要であり、「確認」できることが大切である。
 - 単元をデザインする力が問われている。どの学年で何を教えるかというマップを作り、単元の中に落とし込んで、重点的に取り扱うのかをしっかりとデザインしていくことが必要である。

【学習カードの工夫】

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 ・生徒のつまず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	・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
	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	・作品作りで、空間をうまく使っ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さんに基本的な動きを教えていけばとBさんと一緒に行ったらありがたと言われた

- 学習カードの役割は、児童生徒が学習をどのように思考して判断したのかを見取れることにある。
 - ポイントを見付けるための視点などを設定することが大切であり、それが児童生徒自身がつまずきを発見するための手立てとなる。
 - 学習カードに発問を組み込むことや、どのような発問にするのかは重要である。

【 判断の目安の作成と共通理解 】

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。	・共生の観点から、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、单元を通して共生の観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。
「おおむね満足できる」状況(B)	○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「実用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な記述が確認され、行動の表出が観察される。 ※配慮しようとする、尊重しようとする、建設的に考えようとする。
「おおむね満足できない」状況(C)	○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、单元の中では、消極的な姿勢も時々見られる。 ・他者の動きをまねるなどの動作に消極さがみられるが、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。 ※知識を積極的に行動する、思いを統制する、受け入れる。
「努力を要する」状況(D)	○共生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。 ※遠慮する、あきらめる、遠慮する。
	○共生への理解不足が見られ、他者の意欲を低下させる影響を及ぼしている。	・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。 ※遠慮する、否定する、拒否する。

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、自己や仲間と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	

- 評価の妥当性と信頼性を確保するためには、「判断の目安」の作成は必要不可欠である。
→ 教員側において、共通理解を図っておくことが何よりも大切である。
- 評価は「規準」である。質的な部分であり、一人一人の学習の成立を促すための評価である。
→ 学習や指導の改善に生かしていくサイクルを作っていくことが“指導と評価の一体化”である。

講演会の様子

