

令和2年度 第59回九州地区学校体育研究発表大会 兼第61回宮崎県学校体育研究発表大会研究計画

1 宮崎県全体の研究主題

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
実現するための資質・能力を育む体育科・保健体育科学習
～主体的・対話的で深い学びの視点に立った授業の創造と展開～

本県の子供たちに、社会において自立的に生きるために必要な「生きる力」をバランスよく確実に育むことを目指し、体育・保健体育では、全ての学習の基盤となる力や、これからの社会や生活の在り方を踏まえ求められる資質・能力を育成していかなければならない。これからの社会や生活の在り方を踏まえ求められる資質・能力には、健康・安全・食に関する力、主権者としての行動する力、グローバル化の中で多様性を尊重しつつ、現在まで受け継がれてきた我が国固有の領土や歴史について理解し、伝統や文化を尊重し未来を描く力、地域や社会における産業の役割を理解し地域創生等に生かす力、自然環境や資源の有限性の中でよりよい社会をつくる力、2020年東京オリンピック・パラリンピックを契機に「心のバリアフリー」の推進の動向も踏まえ、多様性を尊重する態度の育成や障がいのある子供たちとの交流及び共同学習を重視し、豊かなスポーツライフを実現する力などが求められる。本県の体育・保健体育学習においてそれらの力を身に付けていくために、学校体育が果たすべきその役割を充分踏まえ、12年間の発達の段階に応じた、つながりのある学習の研究を進める。

2 宮崎県部会別研究主題

○ 小学校部会主題

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ための
資質・能力の基礎を育む体育科学習の在り方
～主体的・対話的で深い学びの視点に立った授業の創造と展開～

○ 中学校部会主題

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ための
資質・能力を育む保健体育科学習の在り方
～主体的・対話的で深い学びを実現する授業実践と改善～

○ 高等学校部会主題

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継続するための
資質・能力を育む保健体育科学習の在り方
～主体的・対話的で深い学びの視点に立った授業の創造と展開～

○ 特別支援教育部会主題

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ための
資質・能力を育む体育科・保健体育科学習の在り方
～主体的・対話的で深い学びの視点に立った授業の創造と展開～

3 研究主題の設定理由

(1) 新学習指導要領の趣旨

今回の改訂の基本的な考え方として、『①子供が未来社会を切り拓くための資質・能力を一層確実に育成する際に求められる資質・能力とは何かを社会と共有し、連携する「社会に開かれた教育課程」を重視する』『②知識の理解の質を更に高め、確かな学力を育成すること』『③体育・健康に関する指導の充実により、豊かな心や健やかな体を育成すること』などが挙げられる。

(2) 宮崎県の児童生徒の実態

令和元年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査では、小学校5年生男女、中学校2年生男女の体力合計点はそれぞれ全国平均を上回ったが、前年度に比べてすべての学年で低下する結果となった。特に、小学校5年生男子の落ち込みが大きく、種目別に見るとこれまでの課題であった「握力」、「ボール投げ」に加え、「シャトルラン」の低下が顕著であった。しかし、小学校5年生及び中学校2年生の男女ともに運動やスポーツが「好き」、「大好き」という愛好度の高さはこれまでに引き続き全国上位であった。

(3) 宮崎県学校体育研究会が進める研究

本県では、小学校・中学校・高等学校・特別支援学校における12年間の体育科・保健体育科学習を通して、学習内容の確実な定着を目指し、校種の接続及び発達の段階に応じた指導方法・評価の工夫を行い、豊かなスポーツライフの実現に向けた児童生徒を育てるための具体的な実践を行っている。そこで、平成29年度から令和2年度（九州学体研宮崎開催）までの4年間は、小中高12年間の必修領域である「体づくり運動」の研究を深め、小中高特における「つながりのある学習」の一層の充実を図ることを目指す。

『つながりのある学習』における、“つながり”は、単に教材や領域種目を揃えることによるつながりではなく、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の12年間を見通し、発達の段階に応じて系統化・明確化された学習内容を、「どのように学ばせるのか」について学校段階等間の接続の中で計画的、かつ継続的に行うことにより、学習内容の定着を図っていくことを目的としている。

(4) 研究を進めるにあたって

本県学校体育研究会においては、育成を目指す資質・能力の明確化、「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、体育科・保健体育科学習におけるカリキュラム・マネジメントの推進の3つを研究の基本方針とした。さらに、この3つを念頭に置き、体育科・保健体育科学習において、カリキュラム・マネジメントや指導方法の工夫を行い、主体的・対話的で深い学びを実現する授業を展開できれば、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・能力を育成することができるのではないかと考え、本主題を設定した。

4 研究の概要（研究構想図）

生きる力

たくましいからだ 豊かな心 すぐれた知性

めざす児童生徒像

『 未来を切り拓く 心豊かでたくましい 宮崎の児童生徒 』

研究の基本方針

- 育成を目指す資質・能力の明確化
- 「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
- 体育科・保健体育科学習におけるカリキュラム・マネジメントの推進

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ための資質・能力を育む体育科・保健体育科学習
～主体的・対話的で深い学びの視点に立った授業の創造と展開～

- 小 学 校 部 会 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ための資質・能力の基礎を育む体育科学習の在り方
- 中 学 校 部 会 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ための資質・能力を育む保健体育科学習の在り方
- 高 等 学 校 部 会 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継続するための資質・能力を育む保健体育科学習の在り方
- 特別支援教育部会主題：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ための資質・能力を育む体育科・保健体育科学習の在り方

研究の仮説

体育科・保健体育科学習において、カリキュラム・マネジメントや指導方法の工夫を行い、主体的・対話的で深い学びを実現する授業を展開できれば、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・能力を育成することができるであろう。

研究の内容

『主体的・対話的で深い学びを実現する授業の在り方』

- (1) カリキュラム・マネジメントの工夫
 - ① 体づくり運動における、保健分野・体育理論との関連性を明確にした単元計画の作成
- (2) 指導方法の工夫
 - ① 体づくり運動実践事例集、動画資料の計画的な活用
 - ② 思考力、判断力、表現力等を育成するための学習カードの工夫

5 研究の内容

【研究の方向性の整理】

本県では、平成29年度から本年度まで、4ヶ年間、「主体的・対話的で深い学びの視点に立った授業の創造と展開」というテーマで研究を継続して行ってきた。

新学習指導要領において、体育の見方・考え方として、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現・継続する観点を踏まえ、「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」としている。また、中教審答申では「今回の改訂が目指すのは、学習の内容と方法の両方を重視し、子供の学びの過程を質的に高めていくことである。単元や題材のまとまりの中で、子供たちが『何ができるようになるか』を明確にしながら、『何を学ぶか』という学習内容と、『どのように学ぶか』という学びの過程を組み立てていくことが重要になる。」とも述べている。そこで、本県では、平成29年度は、「主体的な学び」、平成30年度は、「対話的な学び」、令和元年度は、「深い学び」に着目して研究を行った。今年度は、これまでの研究に加え、カリキュラム・マネジメントの工夫を行い、豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力の育成が図れるように、研究の内容を以下の2点に整理して研究を進めた。

(1) カリキュラム・マネジメントの工夫

- ① 体づくり運動における、保健分野・体育理論との関連性を明確にした単元計画の作成

(2) 指導方法の工夫

- ① 体づくり運動実践事例集、動画資料の計画的な活用（体づくり運動ひなたプログラム）
- ② 思考力、判断力、表現力等を育成するための学習カードの工夫

(1) カリキュラム・マネジメントの工夫

- ① 主体的・対話的で深い学びにつながる「体づくり運動の単元計画構造図」の作成

昨年までの研究で作成した「12年間を通した運動経験と実践」をもとに、昨年度は、「12年間の体づくり運動の系統表」を作成し、小学校・中学校・高等学校、それに準じた特別支援学校の全ての学年の単元計画を作成した。今年度は、研究につながる方向性を整理し、各校種がつながりをもって研究が進められるように工夫した。そこで、12年間のつながりを明確にした研究になるように、研究内容の整理を行い、研究に系統性をもって取り組めるように一覧にまとめた。また、単元計画構造図に、カリキュラム・マネジメントの視点に沿って、保健分野・体育理論の内容を明記するとともに、学習指導案の、「学習を進めるにあたって」で具体的に明記した。（※学習指導案参照）

【研究内容と研究の方向性を整理した一覧】

研究内容及び研究の方向性と授業の視点

研究の内容

『主体的・対話的で深い学びを実現する授業の在り方』

(1) カリキュラム・マネジメントの工夫

① 体づくり運動における、保健分野・体育理論との関連性を明確にした単元計画の作成

(2) 指導方法の工夫

① 体づくり運動実践事例集、動画資料の計画的な活用【体づくり運動ひなたプログラム】

② 思考力、判断力、表現力等を育成するための学習カード

	該当学年と主な活動内容	カリ・マネの視点	資料活用の視点	学習カードの視点
小 学 校	【第6学年】(6/7時間目) ○運動の組み合わせを工夫し、動きを高める活動 ○運動の条件を与えることで、工夫するポイントを明確にする ○実践→反省→改善→実践のサイクルを繰り返しながら、動きを高める	○カリキュラム・マネジメントの視点に立った単元計画構造図の工夫 ※どのように工夫するかを明記	○運動実践事例集の活用(中学部と連携)	○学習カードの工夫 ※どのように工夫するかを明記 ○学習カードの活用 ※どのように活用するかを明記
中 学 校	【第1学年】(4/7時間目) ○体ほぐし運動(ボール・ペア) ○グループで運動要素の分類を行う協働的な活動 ○動画資料を活用して、運動のねらいを理解する。	○カリキュラム・マネジメントの視点に立った単元計画構造図の作成(保健分野・体育理論との関連性)	○ひなたプログラム運動実践事例集・動画資料の作成 ○単元全体を通した、運動実践事例集、動画資料の活用の工夫	○教師が思考力、判断力、表現力等を見取ることのできる学習カードの作成 ○生徒が思考力、判断力、表現力等を生かすことのできる学習カードの活用
高 等 学 校	【第1学年】(8/10時間目) ○生徒同士の協働的な言語活動 ○ICT等を活用した学習活動の充実 ○目的に適した運動の計画を作成するための正しい知識の定着 ○自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決策を見出す力の育成	○カリキュラム・マネジメントの視点に立った単元計画構造図の作成(運動に関する領域・体育理論・保健分野・他教科との関連性)	○運動実践事例集の活用 ○ICTを活用した資料活用	○生徒が思考力、判断力、表現力等を高めることのできる学習カードの作成
特別支援学校	【高等部第3学年】(14/15時間目) ○生活に応じた運動計画の作成 ○修正活動を行う中での協働的な活動 ○作成した運動計画の発表	○カリキュラム・マネジメントの視点に立った単元計画構造図の作成 ※どのように工夫するかを明記	○運動実践事例集・動画資料の作成 ○単元全体を通した、運動実践事例集、動画資料の活用の工夫	○教師が思考力、判断力、表現力等を見取ることのできる学習カードの工夫・活用

【小中高１２年間の体づくり運動の系統表】

体づくり運動系統表

	小学校			中学校		高校	
	1年・2年	3年・4年	5年・6年	1年・2年	3年	1年	2年・3年
知識 及び 技能	○運動遊びの楽しさに触れる ○行い方を知る ○体を動かす心地よさを味わう ○基本的な動きを身に付ける ※体ほぐしの運動遊び ・心と体の変化に気づく ・みんなで関わり合う ※多様な動きをつくる運動遊び ・体のバランスをとる動き、体を移動する動き、力試しの動きをする。	○運動の楽しさや喜びに触れる ○行い方を知る ○体を動かす心地よさを味わう ○基本的な動きを身に付ける ※体ほぐしの運動 ・心と体の変化に気づく ・みんなで関わり合う ※多様な動きをつくる運動 ・体のバランスをとる動き、用具を操作する動き、力試しの動きをする。 ・それらを組み合わせる	○運動の楽しさや喜びを味わう ○行い方を理解する ○体を動かす心地よさを味わう ○体の動きを高めたりする ※体ほぐし運動 ・心と体との関係に気づく ・仲間と関わり合う ※体の動きを高める運動 ・ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動をする	○体を動かす楽しさや心地よさを味わう ○体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解する ○目的に適した運動を身に付け、組み合わせる ※体ほぐしの運動 ・心と体との関係や心身の状態に気づく ・仲間と積極的に関わり合う ※体の動きを高める運動 ・ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行う ・それらを組み合わせる	○体を動かす楽しさや心地よさを味わう ○運動を持続する意義、体の構造、運動の原則などを理解する ○目的に適した運動の計画を立て取り組む ※体ほぐし運動 ・心と体は互いに影響し変化することや、心身の状態に気づく 心身の状態に気づく ・仲間と自主的に関わり合う ※実生活に生かす運動の計画 ・ねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立て取り組む	○体を動かす楽しさや心地よさを味わう ○運動えお継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解する ○目的に適した運動の計画を立て取り組む ※体ほぐし運動 ・心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気づく ・仲間と自主的に関わり合う ※実生活に生かす運動の計画 ・ねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立て取り組む	○体を動かす楽しさや心地よさを味わう ○体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解する ○自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てる ※体ほぐしの運動 ・心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気づく ・仲間と主体的に関わり合う ※実生活に生かす運動の計画 ・自己のねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立て取り組む
思考力 判断力 表現力等	体をほぐしたり多様な動きをつくったりする遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達につなげる	自己の課題を見付け、その解決のための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝える	自己の体の状態や体力に応じて、運動の行い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	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	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	生涯にわたって運動を費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	
学びに向かう力 人間性等	・運動に進んで取り組む ・きまりを守り誰とでも仲良く運動をする ・場の安全に気を付ける	・運動に進んで取り組む ・きまりを守り誰とでも仲良く運動をする ・友達のを認める ・場や用具の安全に気を付ける	・運動に積極的に取り組む ・約束を守り助け合って運動をする ・仲間の考えた取組を認める ・場や用具の安全に気を配る	・体づくり運動に積極的に取り組む ・仲間の学習を援助しようとする ・一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする ・話し合いに参加しようとする ・健康・安全に気を配る	・体づくり運動に自主的に取り組む ・互いに助け合い教え合おうとする ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする ・話し合いに貢献しようとする ・健康・安全を確保する	・体づくり運動に主体的に取り組む ・互いに助け合い高め合おうとする ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする ・合意形成に貢献しようとする ・健康・安全を確保する	

【小学校第6学年の単元計画構造図】（一部省略）

7 小学校 体づくり運動 単元の学習計画及び評価計画(第6学年)								
時間		1	2	3	4	5	6(本時)	7
指導内容	知		② 長なわを使用した動きの高め方	① 体の動きを高めるための運動の行い方	③ 人や物の変化に対応した動きの高め方			
	思					① 自己や仲間の課題発見	② 課題に応じた取り組み方の工夫	③ 他者に伝える力
	態	⑤ 場や用具の安全	④ 仲間との認め合い	③ 準備や片付け	① 積極的な取組	② 仲間との助け合い		
評価の重点	知		② 【観察・カード】	①【観察・カード】	③【観察・カード】			③【観察・カード】
	思					① 【観察・カード】	② 【観察・カード・(ICT)】	③【観察・カード】
	態	③ 【観察】	④ 【観察】(ICT)	③ 【観察】(ICT)	① 【観察】(ICT)	② 【観察】(ICT)		
準備物		長なわ		長なわ、棒、ラバーリング、フープ、ボール、タンバリン、タブレット端末				
保健分野		けがの防止(第5学年)、心の健康(第5学年)、病気の予防(第6学年)						

○ 小学校のカリキュラム・マネジメントの工夫

体づくり運動の単元の前に保健学習の「心の健康」や「けがの防止」、単元途中や単元後に、保健「病気の予防」の学習を進める。それにより、児童が体づくり運動を学習する意義をより一層理解し、スムーズな導入につながるようにしたい。特別の教科 道徳においても事前に「あきらめない心」や「相手を理解する心」などについて学習することで、学習中における自己や他者との関わり方の工夫につながり、体育科及び道徳科相互に効果が高まることを期待する。特別活動においても、児童同士のよい人間関係の構築の一助とし、体づくり運動の単元を振り返りながら学習活動を進めることにより、教科等横断的な学びが実現するよう指導を工夫した。

【中学校第 1 学年の単元計画構造図】（一部省略）

7 単元の学習計画及び評価計画								
時 間		1	2	3	④	5	6	7
指導 内容	知・運	①体づくり運動の意義					②バランスのよい組み合わせ	③強度・時間・回数・頻度
	思・判・表		①安全上の留意点		②提示された参加の仕方	③体力の程度や性別等の違い		
	学・人	①積極的に取り組む	④健康・安全	②仲間の援助			③ねらいに応じた行い方	
評 価	知・技	①					②	③
	思・判・表		①		②	③		
	態		①	④		②	②	③
準備物		学習カード 新体力テストの結果	学習カード BGM 実践事例集 タイマー	学習カード BGM 実践事例集 タイマー	学習カード BGM 実践事例集 タイマー	学習カード BGM 実践事例集 タイマー	学習カード BGM 実践事例集 タイマー	学習カード BGM 実践事例集 タイマー
保健分野		欲求やストレスへの対処と心の健康				身体機能の発達		
体育理論		運動やスポーツの必要性和楽しさ			スポーツの学び方			

○ 中学校のカリキュラム・マネジメントの工夫

保健分野・体育理論の関連を明確にし、単元の前、後、途中で教科等横断的な学習を行うことができるように計画を立てた。特に「心身の機能の発達と心の健康」（保健分野）と「運動やスポーツの多様性」（体育理論）で学習したことを、体づくり運動で生かせるようにし、今後学習する保健分野や体育理論分野の内容とも関連付けながら学習を進めていけるように工夫した。また、学習カードに、保健分野・体育理論で学んだ内容を取り入れ、関連性を学習する時間を設定することで、深い学びにつながるように工夫した。

【高等学校第 Ⅰ 学年の単元計画構造図】（一部省略）

単元の学習計画及び評価計画（高等学校第Ⅰ学年 体づくり運動）											
時間		1	2	3	4	5	6	7	⑧	9	10
指導 内容 (学 習の 重点)	知	①運動を継続 する意義	②体の構造		③運動の原則					④実生活で運 動を継続する 方法	
	思			①自己や仲間 の課題発見		②自己や仲間 の課題発見	③取り組み方 の工夫		④他者に伝え る力		
	学							②話合いに貢 献する。			
評 価	知	①	②		③					④	総括的評価
	思			①		②		③	④		
	学		①				②				
体育理論		人間にとって 「動く」とは 何か									
保健		運動・休養と健康 生活習慣病とその予防	心身の相関とス トレス		食事と健康 運動・休養と健康 ストレスへの対					自己実現	

○ 高等学校のカリキュラム・マネジメントの工夫

保健・体育理論を関連させるため、指導する時期を適切に設定した年間指導計画の工夫を行った。Ⅰ年次の体育理論の内容としては「体の動き」・「工夫された動き」の学習で体の構造について学ばせた。保健では、（ア）健康の考え方（ウ）生活習慣病などの予防と回復（オ）精神疾患の予防と回復を行い、運動の意義や体力の必要性、運動の種類と効果、調和のとれた生活の実践や疾病の予防、または、精神疾患への対応の重要性について理解したりした。体ほぐしの運動の「ねらいに応じた運動を計画する授業」と保健を関連させて学び、生徒の理解も深まることができるよう工夫した。

【特別支援学校高等部第3学年の単元計画構造図】（一部省略）

5 単元の学習計画及び評価計画

時間	1	2	3	4	5	6			
指導 内容	知		③【仲間との関わり】		③【仲間との関わり】				
	思	①【課題発見】		②【伝え合い】					
	主	①【さまり】				③【自主性】			
評価	知		③【学習カード】		③【観察】				
	思	①【観察】		②【観察】					
	主	①【観察】				③【学習カード】			
準備物	体育ファイル ホワイトボード・掲示物	体育ファイル・学習カード 体力テスト結果 ホワイトボード・掲示物	体育ファイル・学習カード① チーム健康観察簿 ホワイトボード・掲示物 自己評価ボード（Cグループ）	体育ファイル・学習カード② チーム健康観察簿 ホワイトボード・掲示物 自己評価ボード（Cグループ）	体育ファイル チーム健康観察簿 ホワイトボード・掲示物	体育ファイル・学習カード③ チーム健康観察簿 ホワイトボード・掲示物 自己評価ボード（Cグループ）			
保健分野			心身の機能の発達に関すること						
体育理論	運動やスポーツの多様性	効果と学び方		安全な行い方					
時間	7	8	9（事前）	10	11	12・13	14（本時）	15	
指導 内容	知	③【仲間との関わり】		①【体を動かす楽しさ】				②【運動の組み合わせ方】	
	思	①【課題発見】	②【伝え合い】				②【伝え合い】		
	主				③【自主性】	②【仲間との協力】			
評価	知	③【観察】		①【観察】				②【観察】	
	思	①【学習カード】	②【学習カード】				②【学習カード】		
	主				③【観察】	②【学習カード】			
準備物	・体育ファイル ・学習カード④ ・チーム健康観察簿 ・ホワイトボード・掲示物 自己評価ボード（Cグループ） ・BGM・タイマー	・体育ファイル ・学習カード ・チーム健康観察簿 ・ホワイトボード・掲示物 ・ひなたプログラム ・運動に必要な用具 ・BGM・タイマー	・体育ファイル ・学習カード ・チーム健康観察簿 ・ホワイトボード・掲示物 ・ひなたプログラム ・運動に必要な用具 ・BGM・タイマー	・体育ファイル ・学習カード ・チーム健康観察簿 ・ホワイトボード・掲示物 ・ひなたプログラム ・運動に必要な用具 ・BGM・タイマー	・体育ファイル ・学習カード ・チーム健康観察簿 ・ホワイトボード・掲示物 ・ひなたプログラム ・運動に必要な用具 ・BGM・タイマー	・体育ファイル ・学習カード ・チーム健康観察簿 ・ホワイトボード・掲示物 ・ひなたプログラム ・運動に必要な用具 ・BGM・タイマー	・体育ファイル ・学習カード ・チーム健康観察簿 ・ホワイトボード・掲示物 ・ひなたプログラム ・運動に必要な用具 ・BGM・タイマー	・体育ファイル ・学習カード ・チーム健康観察簿 ・ホワイトボード・掲示物 ・ひなたプログラム ・運動に必要な用具 ・BGM・タイマー	・体育ファイル ・学習カード⑩ ・チーム健康観察簿 ・ホワイトボード・掲示物 ・運動に必要な用具 ・BGM・タイマー
保健分野		けがや疾病の予防		心身の機能の発達に関すること				ストレスへの対処	
体育理論			安全な行い方			文化としてのスポーツの意義			

○ 特別支援学校のカリキュラム・マネジメントの工夫

文化としてのスポーツの意義や運動やスポーツへの関わり方、効果的な体力の高め方を体育理論で学習し、けがや疾病の予防と心身の機能の発達と健康、ストレスへの対処を保健分野で学習してきた。これらを本単元の単元計画構造図上に明記し、関連する内容と結び付けて考えさせ、効果的な学習になるように計画した。

(2) 主体的・対話的で深い学びにつながる指導方法の工夫

① 体づくり運動実践事例集（ひなたプログラム）、動画資料の計画的な活用

昨年度までの研究を生かし、今年度は体づくり運動実践事例集を「ひなたプログラム」と命名し、全校種、全学年が活用しやすい事例集を作成した。また、特別支援学校の内容も統合し、宮崎県全体のモデルとした。また、児童・生徒が運動のイメージをつかみ授業で活用しやすいように、「ひなたプログラム」を冊子資料としただけではなく、動画資料を作成し、冊子資料とリンクして活用できるように工夫した。それぞれの校種が、児童・生徒の発達段階や、授業の学習過程の中で、効果的に活用するように工夫し、その活用方法を学習指導案に明記した。

【ひなたプログラムメニュー表】

体づくり運動実践事例集メニュー一覧																			
体の柔らかさを 高めるための運動					力強い動きを 高めるための運動					巧みな動きを 高めるための運動					動きを持続する能力 を高めるための運動				
1	首横	21	じゃんけん開脚		1	ヒトデ歩き				1	コーンタッチ	21	スリッパ渡し		1	二人跳び			
2	首前	22	ボール渡し（前屈）		2	壁倒立歩き				2	ミニハードル	22	人間テーブル		2	長なわドリブル			
3	首前タオル	23	ボール渡し（後屈）		3	足上げ腹筋				3	ラダーステップ	特1	ボール運動		3	長なわバース			
4	肩前	24	ボール渡し（ひねり）		4	後方手押し車				4	引っ張りおこし	特2	ボールキャッチ		4	長なわ入れ替わり			
5	肩上	25	ボール渡し（足）		5	足上げ腹筋				5	シグナルラーニング	特3	ペットボトル筋トレ		5	トラベラー			
6	手首（手のひら上）	26	ボールをよける（上体そらし）		6	連続ジャンプ				6	フットワイパー	特4	新聞紙を使った運動		6	人数入れ替わり跳び			
7	手首（手のひら下）	27	ボールをよける（ブリッジ）		7	うつぶせレッグカール				7	手押し相撲	特5	おとしちゃだめよ		特1	連続左右ステップ			
8	アキレス腱	28	人間の知恵の輪		8	押し				8	馬跳びボール取り				特2	連続前後歩き			
9	腰（すね）	29	ボール転がし		9	石地藏				9	フープくぐり				特3	体幹			
10	足の指（前後）	30	ダイナミックストレッチ		10	無駄な抵抗				10	ヒューマンタワー				特4	連続背筋			
11	足の指（左右）	31	人間ミラー		11	引き上げ				11	スタンドアップ				特5	連続スクワット			
12	腹筋のばし	特1	タオストレッチ①		12	片足スクワット				12	背面ボールキャッチ								
13	肩のばし	特2	タオストレッチ②		13	二人鬼ごっこ				13	片足正面水平立ち								
14	腰ひねり	特3	腰ストレッチ		14	世界一周				14	マーカー取り								
15	股関節のばし	特4	前屈ストレッチ		15	とにかく引く				15	しゃべ取り								
16	太もも前（寝て）	特5	しこふみ&ランジ		16	新聞紙スクーター				16	ボール転がし								
17	太もも内側（座って）				17	ペットボトルキャッチボール				17	ラダーじゃんけん								
18	太もも内側（立って）				特1	ランジ				18	メトロノーム								
19	手つなぎ開脚	特4	つま先上げ		特2	スクワット				19	シグナルジャンプ								
20	手つなぎV字	特5	四足歩行ボール取り		特3	足上げ				20	ボールキャッチ								

【ひなたプログラム動画資料の抜粋】

力強い動きを高めるための運動

名称	10 無駄な抵抗	11 引き上げ	12 片足スクワット
実際の動き			
方法	○ 仰向けの状態の人を、ヘアの人がうつ伏せになるようにひっくり返す。 ○ うつ伏せの状態の人はひっくり返されないように耐える。	○ 膝を立てた状態で仰向けの人を、ヘアの人が上に引き上げる。	○ 片足立ちの状態から膝の曲げ伸ばしを行う。
留意点	○ うつ伏せの状態の人は、体を一直線にして耐えるようにして行う。 ○ 体の横側からひっくり返すようにして行う。	○ 引き上げる人は、足を大きく開き、握った手が離れないように留意する。 ○ 引き上げられる人も腰を浮かせ、膝から頭までが床と平行になるようにする。	○ 体格等を考慮し、生徒の実態に応じた回数を選択設定する。 ○ バランスを崩すことがないように背筋を伸ばして行うようにする。
効果	○ 上半身（背筋）を中心とした筋力アップが図られる。	○ 上半身（背筋・腹筋）を中心とした筋力アップが図られる。 ○ 重心を低くした姿勢が身に付く。	○ 下肢の筋力アップが図られる。 ○ バランス感覚が身に付く。

全ての動画を
作成し活用



力10「無駄な抵抗」.MOV



力11「引き上げ」①.MOV



力12「片足スクワット」②.MOV

○ 小学校の「ひなたプログラム」の活用の工夫

毎時間の導入で行う「ペアで自己の課題に取り組んでいく活動」では、「ひなたプログラム」を活用する。児童の実態に即して、教師がピックアップした運動例が提示された学習資料を配付する。その資料を参考に児童が自己の課題に応じた運動を選択して動きを高めることができるようにする。様々な運動例を提示し、児童が選択・実践することで主体的に運動に取り組めるようにしていきたい。単元の後半では、例示された運動において人数などの条件を実態に応じて変更しながら取り組んでいくことも考えられる。「ひなたプログラム」の活用により、動きを高めるといった目的の一致と自己の課題に応じて運動を選択できる主体的な学びの実現ができるように活用した。

○ 中学校の「ひなたプログラム」の活用の工夫

地区研究部で作成した動画資料をタブレット端末に保存し、生徒がいつでも授業で活用ができるようにした。特に体の動きを高めるための運動では、「ひなたプログラム」の動画資料集を活用しながら授業を進めていく。タブレット端末内の動画を見ながらグループで活動することによって、自己の課題や仲間との違いを考えながら取り組めるようにした。そして、仲間とともに運動を体験し、他者と意見交換することで、運動のねらいについての理解が深まるように活用した。

○ 高等学校の「ひなたプログラム」の活用の工夫

体ほぐし運動の2～3時間目に、中学校までの学習内容の定着を図るために、「ひなたプログラム」を活用し、体の動きを高める運動を中心に学び直しを行った。「ひなたプログラム」をICT機器に取り入れることで、生徒が、活動中すぐに、動きや留意点を確認することができるように工夫した。

また、生徒が「ひなたプログラム」の中から、体の柔らかさを高める運動・力強い動きを高める運動・巧みな動きを高める運動から各4種類、動きを持続する能力を高める運動から2種類を選択し、実際に個人やペアで活動しながら、学習プリントに①方法、②注意点、③どの部分が高まっているかを、図などを入れてまとめた。そして、調べた課題（柔・力・巧・持）の中から1つずつ選び動画撮影を行い、クラス全体で共有できる「ひなたプログラム」の「動画版」を作成するなどして活用した。

○ 特別支援学校の「ひなたプログラム」の活用の工夫

既存の「ひなたプログラム」をそのまま活用することが難しかった。そこで、本校の保健体育科研究班において特別支援学校の児童生徒が取り組みやすい運動内容を精選し、「特別支援学校版ひなたプログラム」の作成を行った。本プログラムは、運動強度を☆1～☆5の5段階に設定している（☆の数が多い程、負荷が大きい）。選択した4つの運動の☆の合計がAグループは☆12以上、Bグループは☆8以上、Cグループは☆4以上になるよう条件をつけることで、実態に合った運動の負荷を分かりやすくした。また、すべての運動を動画集にし、タブレット端末で生徒がすぐに確認できるようにした。カラー印刷で冊子にして、生徒の個人ファイルに保管し、活用した。

昨年度までの研究を通して、思考力・判断力・表現力等を育成する学習カードの作成を行った。本年度も、学習カードのモデルを活用し、児童・生徒の思考をまとめることができるように工夫した。基本的には、ねらいと自己評価の統一した学習カードを作成し、児童生徒の学習課題と教師の目標を一致できるようにした。また、児童生徒が深い学びにつながるように、学習カードの中に、必要な学習資料を提示したり、児童生徒が自分自身の思考をまとめたりすることができるようにした。そして、自分の考えを表現することで深い学びにつながるようにした。

令和元年度 月 日 曜日 3年 組 番 氏名 ()

●本誌のねらい

仲間と悪鬼を出し合い、バランスのよい組み合わせで

①

・ 体はくしの運動
・ 心が弾むような運動
・ 運動の組み合わせ

■林のゆく

気づいたこと・
感じたこと
をグループで伝
え合おう！！

本書のねらい・めあて

※ 單元計畫に於て、

19. 日本郵政公社の設立

① 前回の授業で、ねらいごと（柔軟性）「巧みな動き」「力強い動き」「動きを連続する能力」に集まって話し合い作成したものを、担当者はグループに展って説明（紹介）する。

説明の行い方

- 説明の順は、「柔軟性」「巧みな動き」「力強い動き」「動きを持続する能力」で行う。
- 担当者、必ず動きながら「行い方」「ポイント」「安全に動かす上で気をつけること」などをグループのメンバーに伝えること。
- グループのメンバーは、担当者の説明を聞きながら一緒にやってみる。
- 全ての説明を15分以内で行う。

② 健康体力コース、運動体力コースのねらいをふまえて、実生活に生かす運動の計画について話し合い、作成する。

「回数」
「強度」
「運動の選択」
が適切かどうかを確認しながら
作り組む

① 自分のコースとねらいを再確認しよう!!

[illegible]

②自分のコースのねらいをふまえた上で、仲間と意見を出し合いバラン
スのよい組み合わせで、実生活に生かす運動計画をつくろう

生徒の思考の整理
学習内容での学びをまと
めたり、整理したりする

③ コ、そのからいをもぎとて、修正してきよう

④ 其腹にやゝてきことうたゝはか考へよう

⑤ ケル、アで作成した製造計画を實踐しよう

[illegible]

いまだ弊の根深

グループの活動

みんなが楽しく帰る事ができましたか？

5.4.3.2.1

.....完成出来したか、
5・4・3・2・1

感想 (気づいたこと、理解したこと)

順正四郎の断髪

※ ※ ねらいにリンクした自由野郎や児童

（東京）びんまきよ（東京）

【小学校学習カードの例】

体づくり運動①

【体の柔らかさを高める運動・巧みな動きを高める運動】

めあて

名前:

動きの高まりは？

体の柔らかさ

巧みな動き

タイミン

バランス

力の入れ方 (強弱)

リズム

(一定の速さ、速い、おそい)

振り返り (図や表を使って、振り返りをレベルアップさせよう！)

【動きが高まったことや運動のポイントが友達に伝わるようにまとめよう】

・「△」を使って、振り返りをレベルアップさせよう！

・「△」を使うと、△△が動いた。

・「△」を使うと、△△が動いた。

・「△」を使うと、△△が動いた。

・「△」を使うと、△△が動いた。

場や用具の安全に気をつけて学習できた。

よくできた 4

できた 3

あまりできなかった 2

できなかった 1

体づくり運動⑥

【体の柔らかさを高める運動・巧みな動きを高める運動】

めあて

名前:

動きの高まりは？

体の柔らかさ

巧みな動き

タイミン

バランス

力の入れ方 (強弱)

リズム

(一定の速さ、速い、おそい)

振り返り (図や表を使って、振り返りをレベルアップさせよう！)

【動きが高まったことや運動のポイントが友達に伝わるようにまとめよう】

・「△」を使って、振り返りをレベルアップさせよう！

・「△」を使うと、△△が動いた。

・「△」を使うと、△△が動いた。

・「△」を使うと、△△が動いた。

・「△」を使うと、△△が動いた。

○ 小学校の学習カードの工夫

学習カードは単元を通して、感じたことや考えたことを言葉でまとめるだけでなく、自己の考えを深めたり友達のことを理解したりすることができるように工夫した。そのために、学習カードの中に自己評価として動きの高まりに関するリーダーチャートを用いることで、児童自身が動きの高まりを視覚的に実感できるようにする。また、リーダーチャートを根拠に図や絵を用いながら振り返りを記入することで、思考力、判断力、表現力等の高まりにもつなげた。さらに、学習カードでの振り返りにより自分の課題が明確化されていくことで、次時以降、自分から新たな動きを獲得してこうという意欲にもつなげることができるよう活用する。このような活動を通して、主体的・対話的で深い学びの充実につなげていけるように活用を工夫した。

【中学校学習カードの例】

1年()組()番 名前()

体づくり運動④

1 それぞれの運動には、ねらいがある。運動のねらいは、大きく4つに分けられる。

体の柔らかさを高めるための運動

各部位の関節を曲げたり、伸ばしたり、回したり、ひねったりして関節や腱を伸ばすことで、柔軟性を高めることができる。

巧みな動きを高めるための運動

「歩く・走る・跳ぶ・投げる」などの基本的な動きを高度化させたり、組み合わせたりして、リズムをカルにタイミングよく動いたり、力を調整してすばやく動いたりする能力を高めることをねらいとして行われる運動。

力強い動きを高めるための運動

日常生活やスポーツなどに必要な、力強い動きを高めることをねらいとした運動。

動きを持続する能力を高めるための運動

授業を体育内に取り入れながら、運動を一定の時間続けたり、一定の距離を走り続けたりすることによって、動きを持続する能力を向上させることをねらいとして行われる運動。

2 これまで体験してきた運動のねらいを考えよう。

体の柔らかさを
高めるための運動

巧みな動きを
高めるための運動

力強い動きを
高めるための運動

動きを持続する能力
を高めるための運動

A連続ジャンプ

B長なわバース

Cじゃんけん開脚

D人間ミラー

Eラダーじゃんけん

Fトラペラー

保健体育科学のレコード【体づくり運動編】

1年 組 番 名前

1

2

3

4

5

6

7

8

3 自分の考えを述べてみよう。(A～Fのアルファベットで振り分けてみよう。)

体の柔らかさ	巧みな動き
力強い動き	動きを持続する能力

A 連続ジャンプ

B 長なわバース

C じゃんけん開脚

D 人間ミラー

E ラダーじゃんけん

F トラペラー

4 グループで話し合いをしよう。

～話し合いの方法～

- ① 自分で考えた意見をそれぞれ発表する。
- ② グループ内で意見が分かれた場合は、理由を伝え合って全員で考える。
- ③ 動画をしながら実際にやってみることで、どのねらいが通しているかを体験する。
- ④ カードを動かしながら話し合いを進め、グループで1つの意見にまとめる。

5 自分たちの活動の振り返りをしよう。

他人の意見を聞いて自分の考えがどう変わったかなど、の考えを具体的に書いてみよう。

6 他のグループの意見を聞いて考えよう。

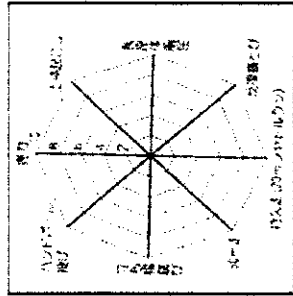
～メモ～

○ 中学校の学習カードの工夫

思考力、判断力、表現力等を育成するための手段として、単元全体の学習内容をまとめた学習カードを冊子にまとめて配布する。また、毎時間の振り返りを記入する学習カードも1枚配布し、この学習カード上に表現することで、単元終了時に思考の流れが見取りやすいようにしていきたい。また、単元全体の学びを明確にできるように、学びのレコードを活用する。各時間に学ぶべき内容を明確にし、その学びの継続性をもたせながら、学習内容の定着が図れるように工夫した。学習カードを活用しながら、自分の意見を述べたり、友達の意見を取り入れたりしながら自分自身の考えを深めることができるように活用していく。

My Physical fitness

項目	増力	上体 起こし	肩胛 骨前屈	右膝 屈曲	50m走	立ち幅 跳び	ハンドボ ール投げ	20m 走
記録								
点数								
県平均	381	290	499	570	74	223	260	911
(R1)	260	228	485	487	88	175	145	533



仲間へアドバイスをするポイント

1. 1990年12月20日，在北京市人民大会堂，江泽民总书记会见来京参加“九七”香港回归倒计时一周年座谈会的香港各界人士。

Case	Age	Sex	Duration of disease (years)	Site of origin	Pathological findings	Response to treatment	Survival (months)
1	65	M	10	Small intestine	Adenocarcinoma	Yes	12
2	72	F	5	Colon	Adenocarcinoma	Yes	18
3	68	M	8	Stomach	Adenocarcinoma	Yes	15
4	70	F	12	Rectum	Adenocarcinoma	Yes	20
5	63	M	7	Esophagus	Adenocarcinoma	Yes	14
6	75	F	9	Bladder	Squamous cell carcinoma	Yes	16
7	60	M	6	Prostate	Adenocarcinoma	Yes	22
8	71	F	11	Uterus	Endometrial carcinoma	Yes	19
9	66	M	4	Lung	Squamous cell carcinoma	Yes	17
10	73	F	13	Pancreas	Adenocarcinoma	Yes	13
11	69	M	10	Testis	Seminoma	Yes	24
12	74	F	8	Ovary	Epithelial carcinoma	Yes	21
13	62	M	7	Thyroid	Papillary carcinoma	Yes	23
14	76	F	14	Breast	Invasive ductal carcinoma	Yes	18
15	67	M	9	Salivary gland	Adenocarcinoma	Yes	16
16	70	F	11	Bladder	Squamous cell carcinoma	Yes	17
17	64	M	6	Prostate	Adenocarcinoma	Yes	25
18	72	F	12	Uterus	Endometrial carcinoma	Yes	20
19	61	M	5	Lung	Squamous cell carcinoma	Yes	19
20	75	F	13	Pancreas	Adenocarcinoma	Yes	14
21	68	M	8	Testis	Seminoma	Yes	26
22	71	F	10	Ovary	Epithelial carcinoma	Yes	22
23	63	M	7	Thyroid	Papillary carcinoma	Yes	24
24	74	F	14	Breast	Invasive ductal carcinoma	Yes	19
25	66	M	9	Salivary gland	Adenocarcinoma	Yes	17
26	70	F	11	Bladder	Squamous cell carcinoma	Yes	18
27	64	M	6	Prostate	Adenocarcinoma	Yes	27
28	72	F	12	Uterus	Endometrial carcinoma	Yes	21
29	61	M	5	Lung	Squamous cell carcinoma	Yes	20
30	75	F	13	Pancreas	Adenocarcinoma	Yes	15
31	68	M	8	Testis	Seminoma	Yes	28
32	71	F	10	Ovary	Epithelial carcinoma	Yes	23
33	63	M	7	Thyroid	Papillary carcinoma	Yes	25
34	74	F	14	Breast	Invasive ductal carcinoma	Yes	20
35	66	M	9	Salivary gland	Adenocarcinoma	Yes	18
36	70	F	11	Bladder	Squamous cell carcinoma	Yes	19
37	64	M	6	Prostate	Adenocarcinoma	Yes	29
38	72	F	12	Uterus	Endometrial carcinoma	Yes	22
39	61	M	5	Lung	Squamous cell carcinoma	Yes	21
40	75	F	13	Pancreas	Adenocarcinoma	Yes	16
41	68	M	8	Testis	Seminoma	Yes	30
42	71	F	10	Ovary	Epithelial carcinoma	Yes	24
43	63	M	7	Thyroid	Papillary carcinoma	Yes	26
44	74	F	14	Breast	Invasive ductal carcinoma	Yes	21
45	66	M	9	Salivary gland	Adenocarcinoma	Yes	19
46	70	F	11	Bladder	Squamous cell carcinoma	Yes	20
47	64	M	6	Prostate	Adenocarcinoma	Yes	31
48	72	F	12	Uterus	Endometrial carcinoma	Yes	23
49	61	M	5	Lung	Squamous cell carcinoma	Yes	22
50	75	F	13	Pancreas	Adenocarcinoma	Yes	17
51	68	M	8	Testis	Seminoma	Yes	32
52	71	F	10	Ovary	Epithelial carcinoma	Yes	25
53	63	M	7	Thyroid	Papillary carcinoma	Yes	27
54	74	F	14	Breast	Invasive ductal carcinoma	Yes	22
55	66	M	9	Salivary gland	Adenocarcinoma	Yes	20
56	70	F	11	Bladder	Squamous cell carcinoma	Yes	21
57	64	M	6	Prostate	Adenocarcinoma	Yes	33
58							

Table 1. *Salmonella* serotypes and phage types isolated from the 1997-1998 salmonellosis outbreak in the Netherlands

Salmonella serotype	Salmonella phage type	Number of cases
Senftenberg	1	1
Senftenberg	2	1
Senftenberg	3	1
Senftenberg	4	1
Senftenberg	5	1
Senftenberg	6	1
Senftenberg	7	1
Senftenberg	8	1
Senftenberg	9	1
Senftenberg	10	1
Senftenberg	11	1
Senftenberg	12	1
Senftenberg	13	1
Senftenberg	14	1
Senftenberg	15	1
Senftenberg	16	1
Senftenberg	17	1
Senftenberg	18	1
Senftenberg	19	1
Senftenberg	20	1
Senftenberg	21	1
Senftenberg	22	1
Senftenberg	23	1
Senftenberg	24	1
Senftenberg	25	1
Senftenberg	26	1
Senftenberg	27	1
Senftenberg	28	1
Senftenberg	29	1
Senftenberg	30	1
Senftenberg	31	1
Senftenberg	32	1
Senftenberg	33	1
Senftenberg	34	1
Senftenberg	35	1
Senftenberg	36	1
Senftenberg	37	1
Senftenberg	38	1
Senftenberg	39	1
Senftenberg	40	1
Senftenberg	41	1
Senftenberg	42	1
Senftenberg	43	1
Senftenberg	44	1
Senftenberg	45	1
Senftenberg	46	1
Senftenberg	47	1
Senftenberg	48	1
Senftenberg	49	1
Senftenberg	50	1
Senftenberg	51	1
Senftenberg	52	1
Senftenberg	53	1
Senftenberg	54	1
Senftenberg	55	1
Senftenberg	56	1
Senftenberg	57	1
Senftenberg	58	1
Senftenberg	59	1
Senftenberg	60	1
Senftenberg	61	1
Senftenberg	62	1
Senftenberg	63	1
Senftenberg	64	1
Senftenberg	65	1
Senftenberg	66	1
Senftenberg	67	1
Senftenberg	68	1
Senftenberg	69	1
Senftenberg	70	1
Senftenberg	71	1
Senftenberg	72	1
Senftenberg	73	1
Senftenberg	74	1
Senftenberg	75	1
Senftenberg	76	1
Senftenberg	77	1
Senftenberg	78	1
Senftenberg	79	1
Senftenberg	80	1
Senftenberg	81	1
Senftenberg	82	1
Senftenberg	83	1
Senftenberg	84	1
Senftenberg	85	1
Senftenberg	86	1
Senftenberg	87	1
Senftenberg	88	1
Senftenberg	89	1
Senftenberg	90	1
Senftenberg	91	1
Senftenberg	92	1
Senftenberg	93	1
Senftenberg	94	1
Senftenberg	95	1
Senftenberg	96	1
Senftenberg	97	1
Senftenberg	98	1
Senftenberg	99	1
Senftenberg	100	1

キークード

だったから

するといいいのでは？

1. The first part of the book is a collection of essays on the history of the book. It includes a chapter on the history of the book in the United States, a chapter on the history of the book in Europe, and a chapter on the history of the book in the rest of the world. The second part of the book is a collection of essays on the history of the book in the United States. It includes a chapter on the history of the book in the United States, a chapter on the history of the book in Europe, and a chapter on the history of the book in the rest of the world. The third part of the book is a collection of essays on the history of the book in the United States. It includes a chapter on the history of the book in the United States, a chapter on the history of the book in Europe, and a chapter on the history of the book in the rest of the world.

「目的(ア)を手段として、目的(B)を伝えた」

○ 高等学校の学習カードの工夫

学習カードについては、生徒個人に一冊配布し、いつでも振り返ることができるようにした。自分の感じたことや考えたことを細かく記入する欄を設けた。授業前半では、「体力テストの分析」や「体づくり運動の意義」、「体の構造」等の知識に関する学習が多いため、学習カードの前半部分については「知識」を問う内容を多く含んだカードを作成した。また、授業後半は、ねらいに応じた運動計画を作成し、グループの仲間と実践したり、運動計画を修正したりしながら発表会を実施するため、テーマに沿った動きを調べ、図やイラストを用いて説明し、発表ができるようになるように、思考力、判断力、表現力等を高めることができた。

