

# 体力向上に向けた 体育科・保健体育科の授業改善

ここでは、体力合計点と児童生徒質問紙調査及び学校質問紙調査の結果から、体力合計点と教師の手立ての関係や、教師の手立てと体育・保健体育授業に対する愛好的態度との関係、体力合計点が高い児童生徒や学校の体育・保健体育授業に関わる質問紙の回答状況などに注目した。令和4年度の分析と同様に、体育・保健体育授業において、授業の中でいつも「できた」、「わかった」と実感している児童生徒ほど、体力合計点が高い、進んで学習している、体育・保健体育以外の運動時間が長いなどの傾向にあった。ポイントは次のとおりである。

- Point 1 体育・保健体育授業における指導の手立ての工夫により、「できた」、「わかった」を実感している児童生徒ほど体力合計点が高い。
- Point 2 体育・保健体育授業における指導の手立ての工夫により、「できた」、「わかった」を実感している児童生徒ほど、体育・保健体育の授業において進んで学習している。
- Point 3 体育・保健体育授業における指導の手立ての工夫により、「できた」、「わかった」を実感している児童生徒ほど、体育・保健体育以外の運動時間が長い。

## (1) 体育・保健体育授業における教師の指導の手立てと児童生徒の「できた」、「わかった」の実感との関係 ※上位都府県の値は参考値

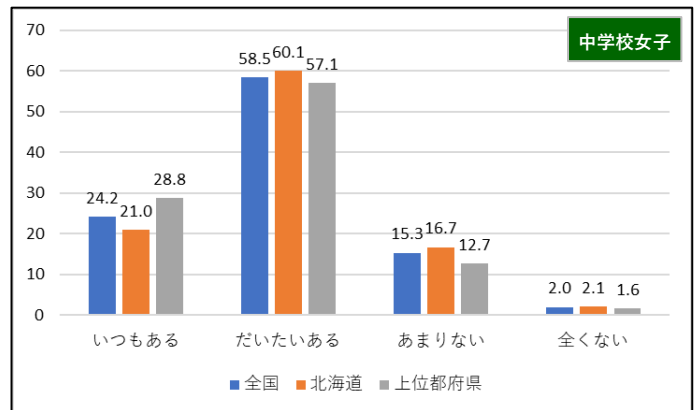
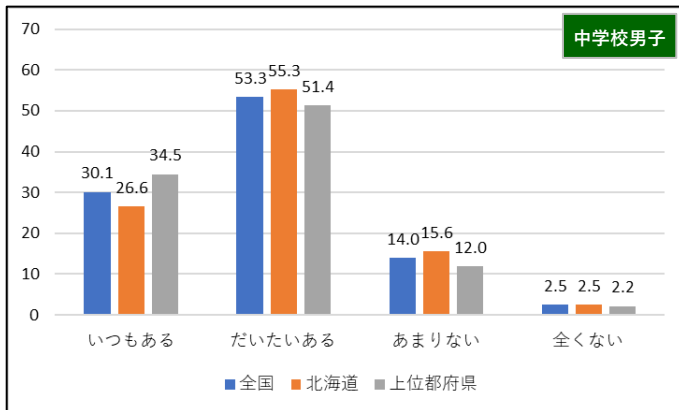
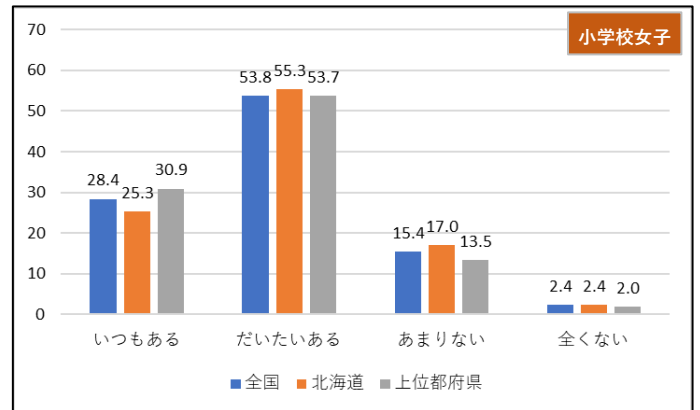
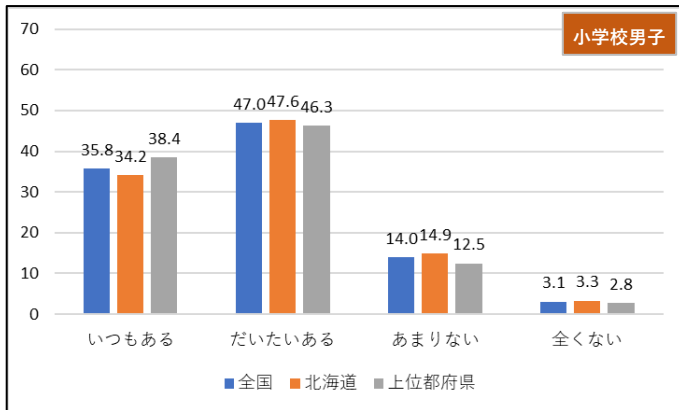
### ■ 児童生徒質問紙調査結果から見た本道の体育・保健体育授業の現状についての分析

- 授業中におけるICTの活用を除く、教師の手立てに関する全ての項目において、道内の児童生徒の70%以上が、その手立ての工夫により「できた」、「わかった」と肯定的な回答をしている。
- 中学校男女においては、授業でICTを活用することにより、「できた」、「わかった」を実感していると肯定的に回答している生徒の割合が、全国平均と比較して高い状況にある。(R4と同様)
- 小・中学校男女ともに、授業中のICTの活用成果の項目において、「ICTを活用していない」と回答している割合が、全国や上位都府県の平均よりも低い状況である(R4と同様)。
- 小・中学校ともに、授業を通して「できたり、わかったり」することが「いつもある」と回答している児童生徒の割合(中学校のICT活用を除く)は、全国平均より低く、体力合計点が上位の都府県の平均と比較すると、全国平均との差よりも更に差が開いている状況である(R4と同様)。

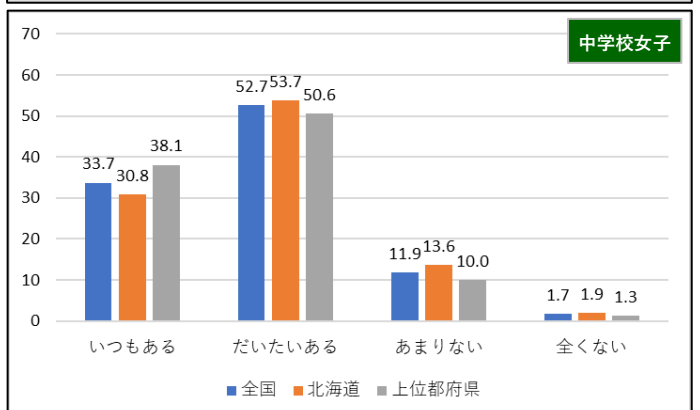
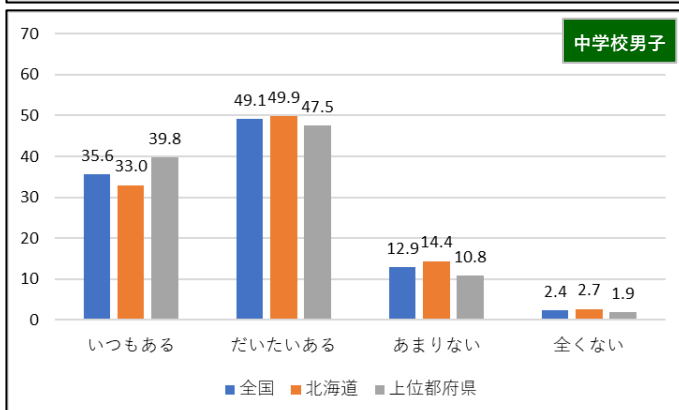
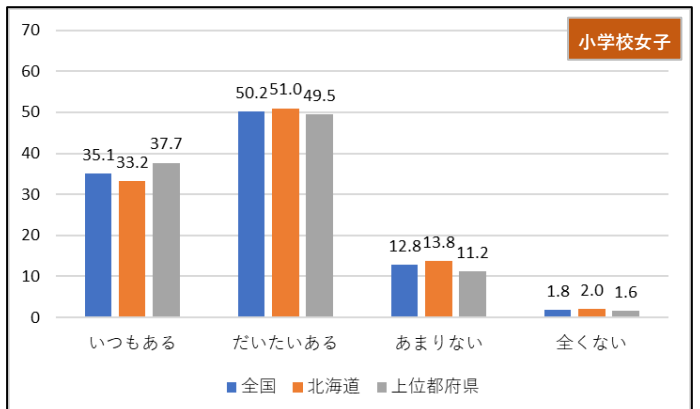
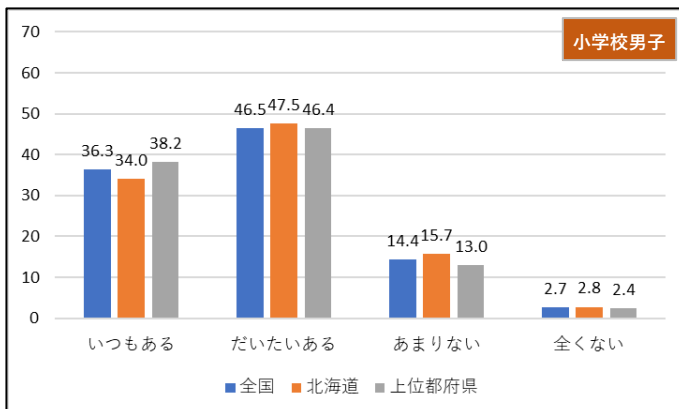
上位都府県においては、体育・保健体育授業における教師の指導の手立てと関連する児童生徒質問紙調査の各項目において、「できたり、わかったり」することが「いつもある」と回答している児童生徒の割合が高い結果となっていることから、体力の向上と児童生徒が「できた」、「わかった」を実感できる授業の実現には相関があると考えられる。

また、本道の体育・保健体育授業において、全国や上位都府県と比較して積極的にICTを活用している状況にあるものの、昨年度に引き続き、特に小学校においては、ICTの効果的な活用について、実践を深めていく必要がある。

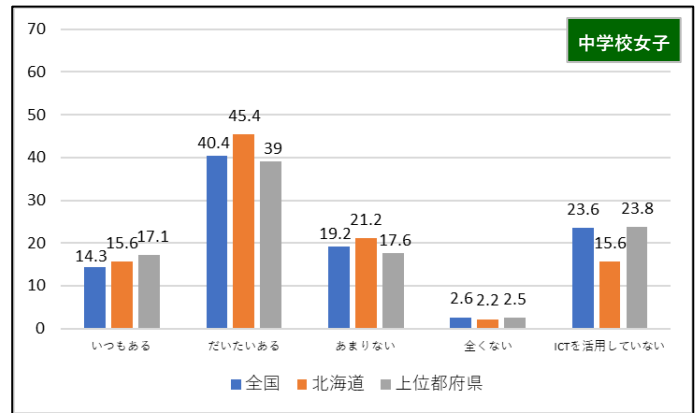
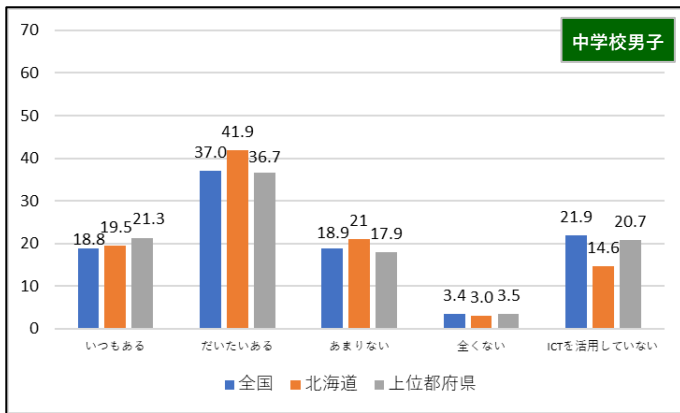
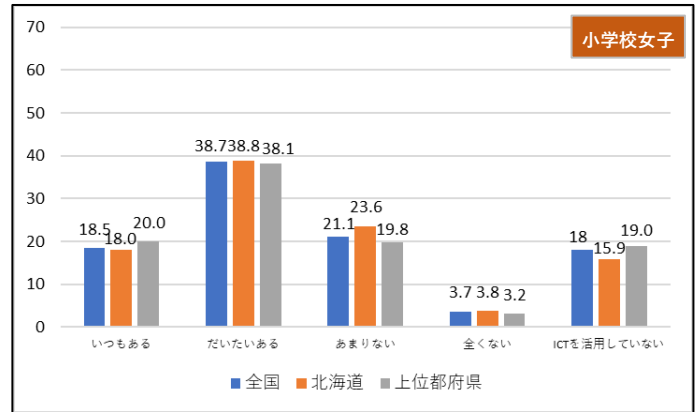
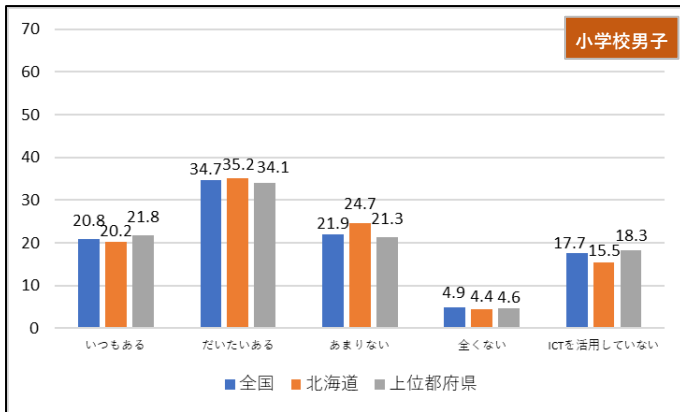
①「体育・保健体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」（全国及び上位都府県との比較）



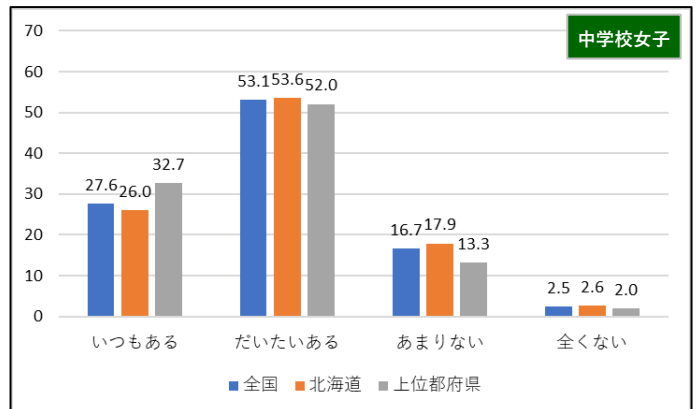
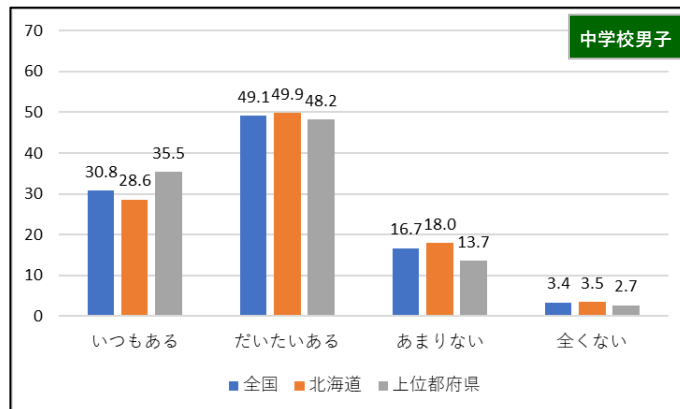
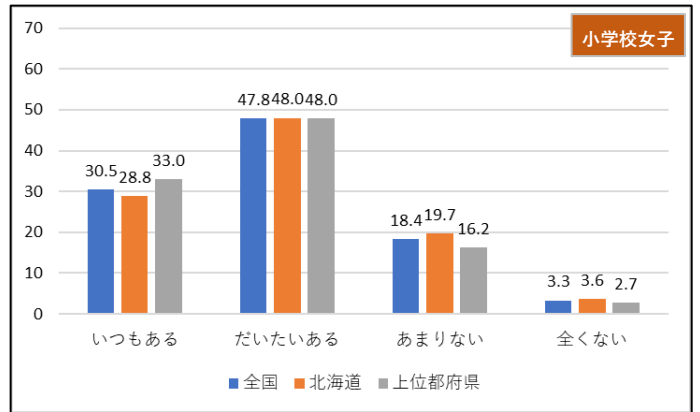
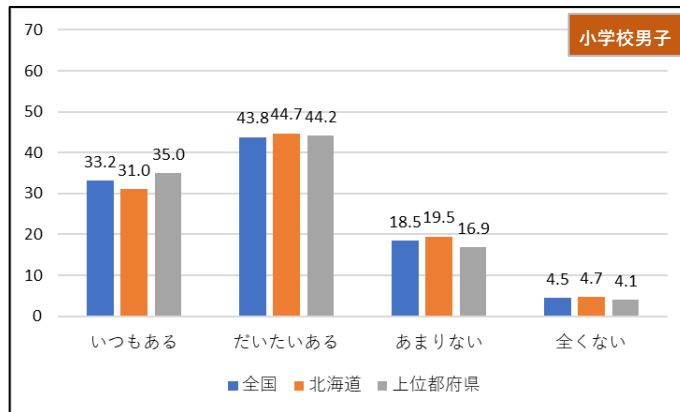
②「体育・保健体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、『できたり、わかったり』することがある」（全国及び上位都府県との比較）



③「体育・保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、『できたり、わかったり』することがある」(全国及び上位都府県との比較)



④「体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動があることで、『できたり、わかったり』することがある」(全国及び上位都府県との比較)



## (2) 児童生徒質問紙調査の体育・保健体育授業に関わる項目の回答と体力合計点の関係

### ■ 体育・保健体育授業に関わる項目の回答と体力合計点の関係についての分析

- 小学校男女においては、**全ての項目**において、「できたり、わかたり」することが「**いつもある、だいたいある**」と肯定的に回答している群（以下「肯定的回答群」という。）において、**体力合計点が全国平均を上回っている**（R4と同様）。
- 中学校男女においては、肯定的回答群において、**体力合計点が全国平均を下回っているもの、全道平均を上回っている**。

体育・保健体育授業において、教師の指導の手立てにより児童生徒が「できる」、「わかる」と実感できるようにすることは、体力向上につながっていると考えられる。

一方、中学校男女においては、昨年度と同様に全ての肯定的回答群において、全国平均を下回る結果であることから、「できた」、「わかった」を実感する保健体育授業の実現に向け、一層の質の向上を図っていく必要があると考えられる。

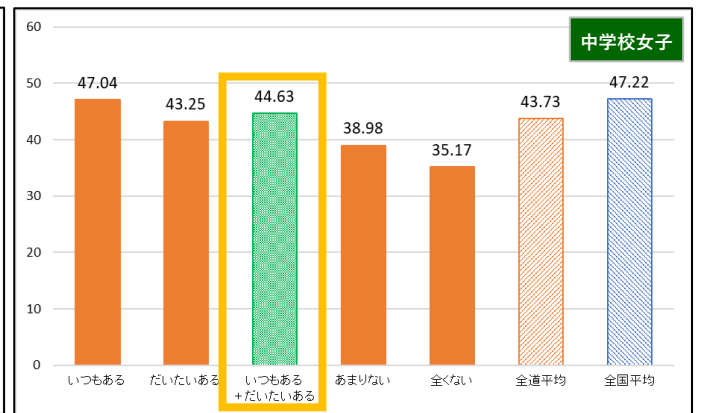
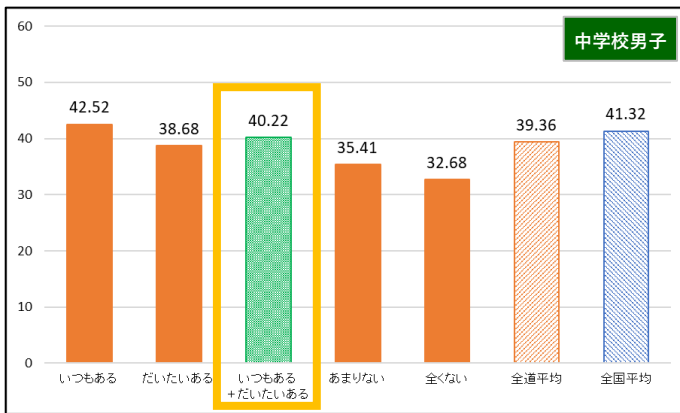
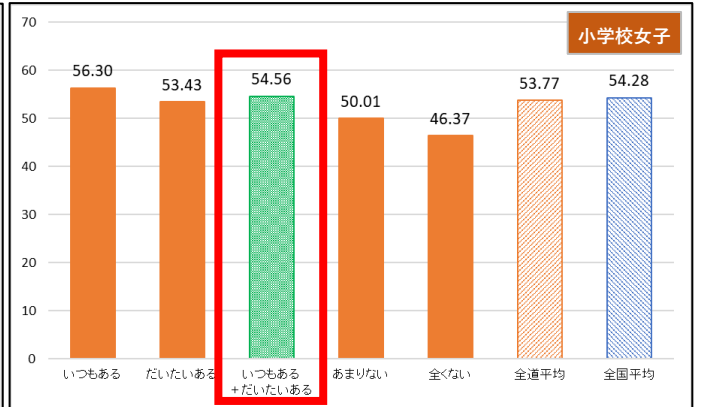
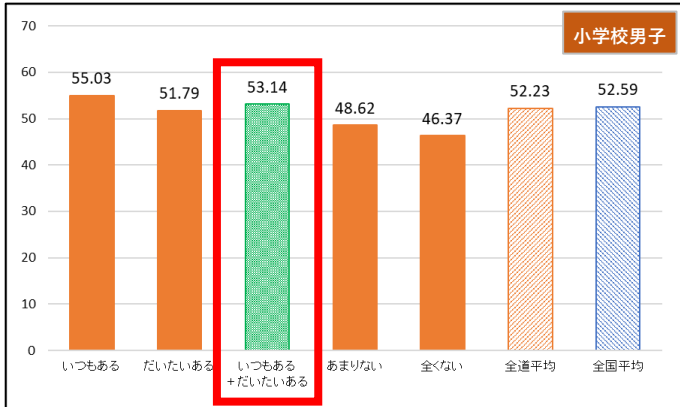
#### ① 「体育・保健体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、『できたり、わかたり』することがある」×「体力合計点」

※オレンジ：項目ごとの体力合計点 緑：肯定的回答群における体力合計点 青：体力合計点の全国平均



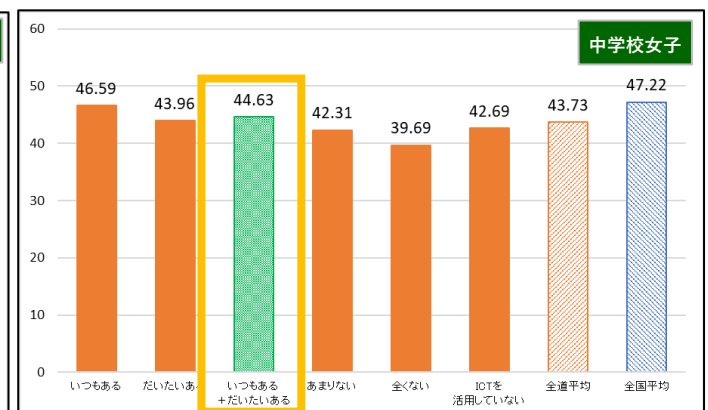
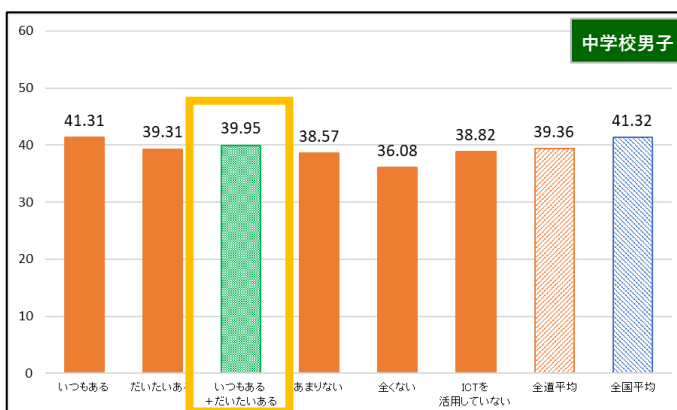
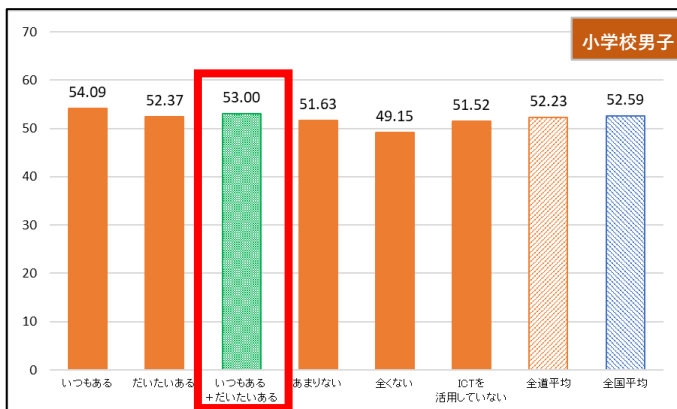
② 「体育・保健体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、『できたり、わかったり』することがある」×「体力合計点」

※オレンジ：項目ごとの体力合計点 緑：肯定的回答群における体力合計点 青：体力合計点の全国平均



③ 「体育・保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、『できたり、わかったり』することがある」×「体力合計点」

※オレンジ：項目ごとの体力合計点 緑：肯定的回答群における体力合計点 青：体力合計点の全国平均





④「体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動があることで、『できたり、わかったり』することがある」×「体力合計点」

※オレンジ：項目ごとの体力合計点 緑：肯定的回答群における体力合計点 青：体力合計点の全国平均



### 保健体育

保健体育科では、学習を通して3つの資質・能力をバランスよく育むことが課題です。そのため、学習指導要領の正しい理解に基づいた指導計画を構築すること、単元や題材など単元のまとまりを見通した単元の指導計画を作成すること、単元の目標や重点として取り扱う指導事項を踏まえてICTを活用することが大切です。

【目標の明確化や評価の充実のポイント】

単元を指導する際、能力を育成するためには、学習指導要領の目標や内容の正しい理解に基づいた指導計画を構築するとともに、単元の目標、単元ごとの学習指導要領を踏まえてICTを活用することが大切です。

【指導計画の改善のポイント】

単元や評価の計画を作成する際には、目標、学習活動、評価計画、評価方法の整合を図るとともに、児童の実態に応じて、適宜調整を加える必要があり、活用することが重要です。

【手立ての充実のポイント】

児童が安心して、安心して活動に取り組む、その結果として体力の向上につながる指導の在り方について考えることが大切です。

【習得した知識・技能を活用し、思考・判断・表現する力を育む計画の改善】

【ICT活用】

【ICT活用】

### 体育

体育科では、学習を通して3つの資質・能力をバランスよく育むことが課題です。そのため、学習指導要領の正しい理解に基づいた指導計画を構築すること、単元や題材など単元のまとまりを見通した単元の指導計画を作成すること、単元の目標や重点として取り扱う指導事項を踏まえてICTを活用することが大切です。

【目標の明確化や評価の充実のポイント】

単元を指導する際、能力を育成するためには、学習指導要領の目標や内容の正しい理解に基づいた指導計画を構築するとともに、単元の目標、単元ごとの学習指導要領を踏まえてICTを活用することが大切です。

【指導計画の改善のポイント】

単元や評価の計画を作成する際には、目標、学習活動、評価計画、評価方法の整合を図るとともに、児童の実態に応じて、適宜調整を加える必要があり、活用することが重要です。

【手立ての充実のポイント】

児童が安心して、安心して活動に取り組む、その結果として体力の向上につながる指導の在り方について考えることが大切です。

【習得した知識・技能を活用し、思考・判断・表現する力を育む計画の改善】

【ICT活用】

【ICT活用】

【令和5年度小・中学校教育課程改善の手引】（北海道教育委員会）

### (3) 児童生徒質問紙調査における体育・保健体育授業に関わる項目と体力合計点総合評価のクロス集計

#### ■ 体育・保健体育授業に関わる質問紙調査項目の回答と体力合計点総合評価の関係及び質問紙調査項目同士の関係についての分析

- 中学校男子の「ICTを使って学習することで『できたり、わかったり』することがある」を除く**全ての項目**で「できたり、わかったり」することが「いつもある」と回答している群において、**体力合計点総合評価A・B群の児童生徒の割合がC・D群を上回っている。**
- **小・中学校男女ともに、全ての項目**で「できたり、わかったり」することが「いつもある」と回答している群は、他の群と比較して体育・保健体育の授業が「楽しい」と回答している児童生徒の割合が最も高い（R4と同様）。  
その中でも、**小学校男女及び中学校男子**では、「**目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで『できたり、わかったり』することがある**」で、**中学校女子**では、「**体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動があること**」で『できたり、わかったり』することがある」で「いつもある」と回答している群において、体育・保健体育の授業が「楽しい」と回答している児童生徒の割合が最も高い。
- **小・中学校男女ともに、全ての項目**で「できたり、わかったり」することが「いつもある」と回答している群は、他の群と比較して「**1週間の総運動時間**」が「**420分以上**」である児童生徒の割合が最も高い（R4と同様）。
- **体力合計点T得点が50以上の学校と50以下の学校の児童生徒**における各項目の回答状況を比較すると、**小・中学校男女ともに、全ての項目**において、**T得点50以上の学校**のほうが「できたり、わかったり」することが「いつもある・だいたいある」と肯定的に回答している児童生徒の割合が高い（R4と同様）。

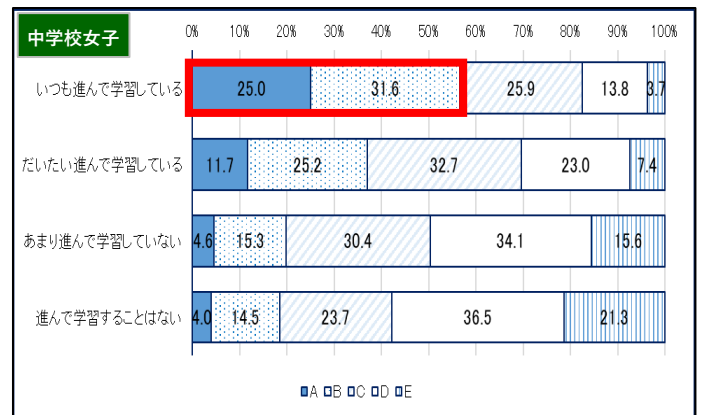
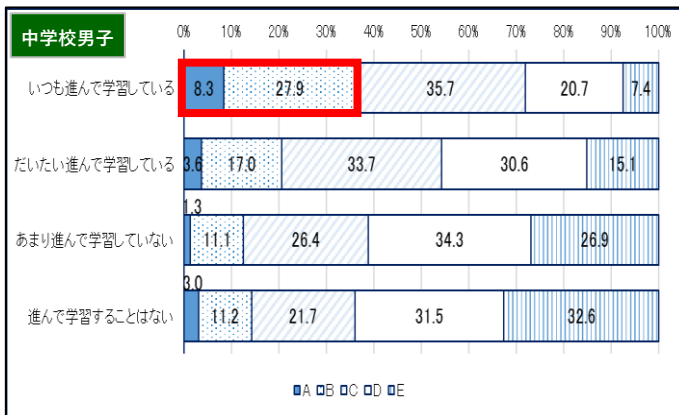
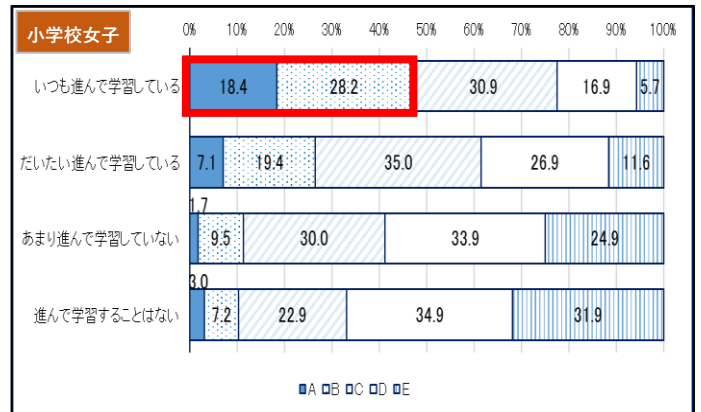
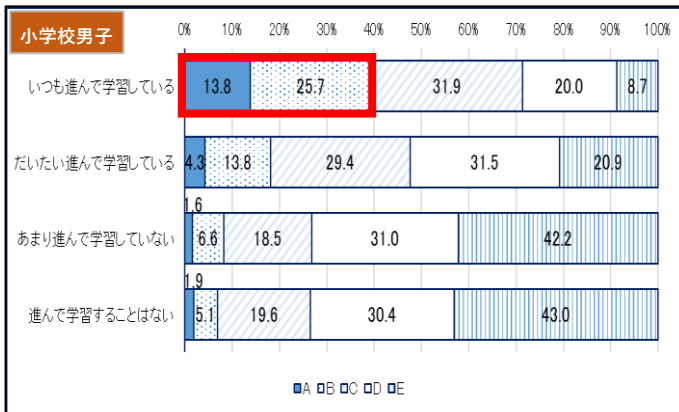
小・中学校男女ともに、体育・保健体育の授業において、「できた」「わかった」を実感している児童生徒ほど、体力合計点が高い結果であった。その中でも、児童生徒に「目標を意識させること」や「授業で学習したことを振り返ること」により、児童生徒が「できた」「わかった」をより実感している傾向にあった。

一方で、運動やスポーツが苦手な児童生徒にとっても、教師の手立てにより「できた」「わかった」を実感できるよう、授業改善を一層進める必要がある。

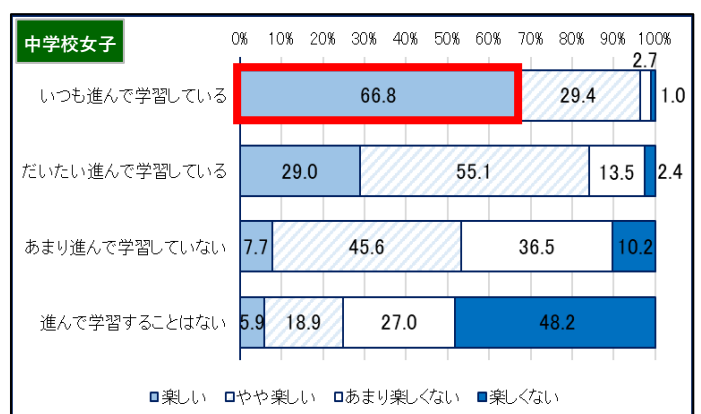
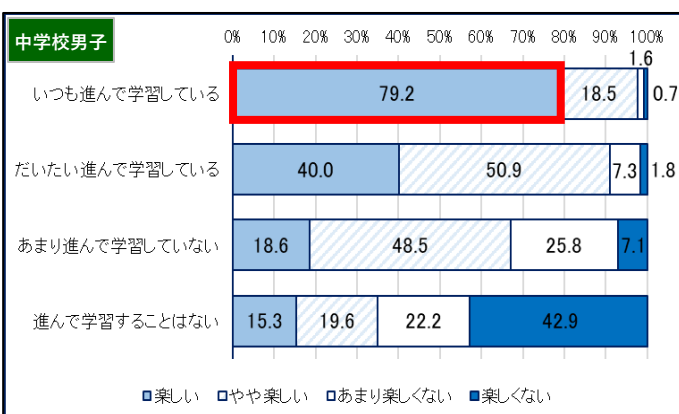
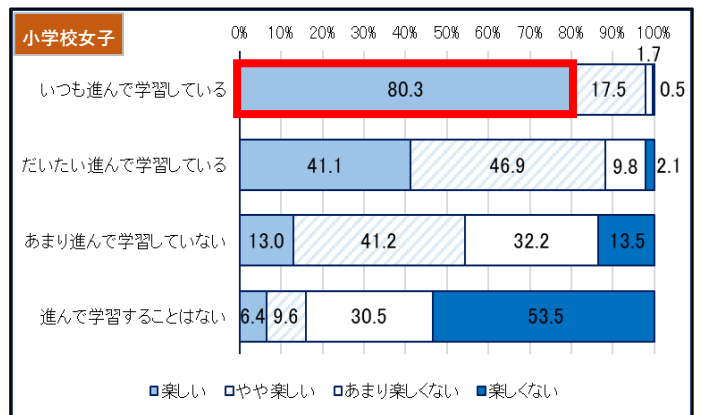
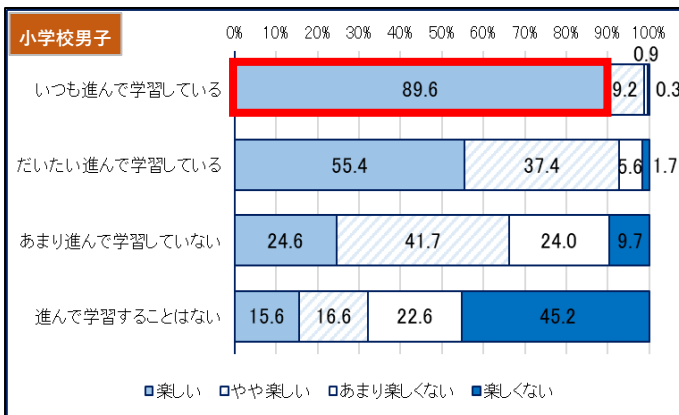
また、授業において、「できた」「わかった」を実感している児童生徒ほど、体育・保健体育の授業以外における1週間の総運動時間が長い傾向にあった。

## 【進んで体育・保健体育の学習に参加している×各項目のクロス集計】

### ①「体育・保健体育の授業では進んで学習に参加している」×「総合評価」

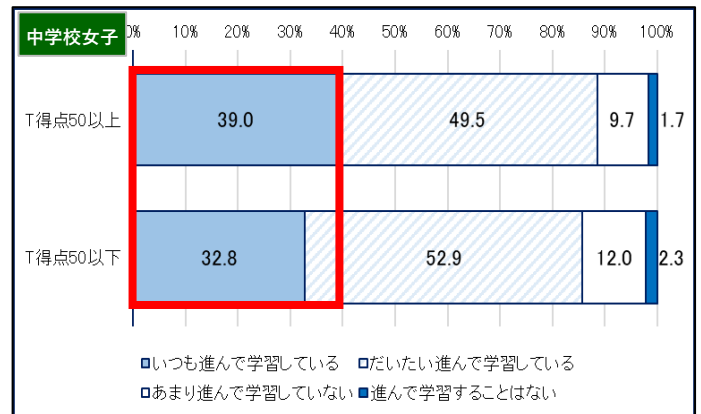
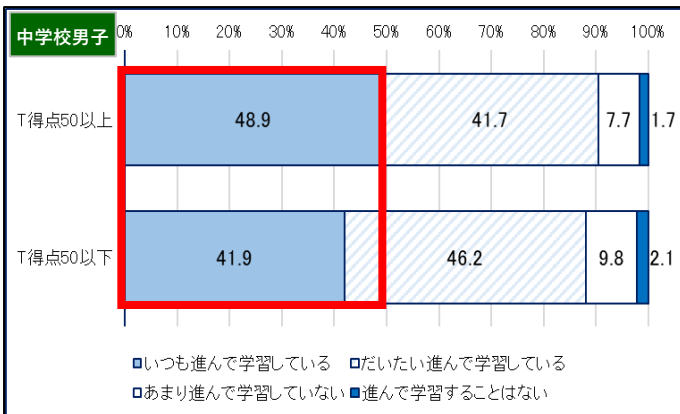
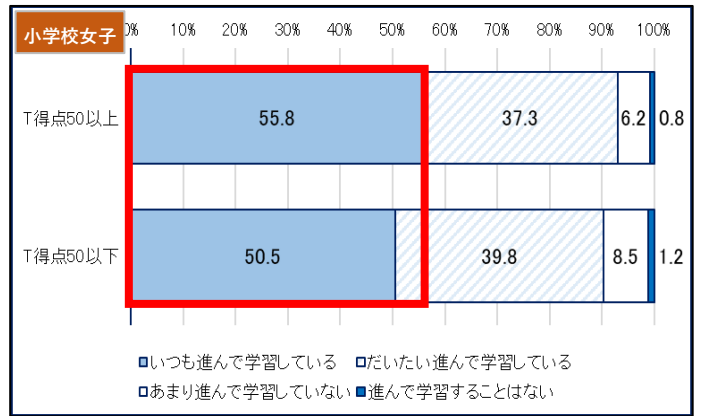
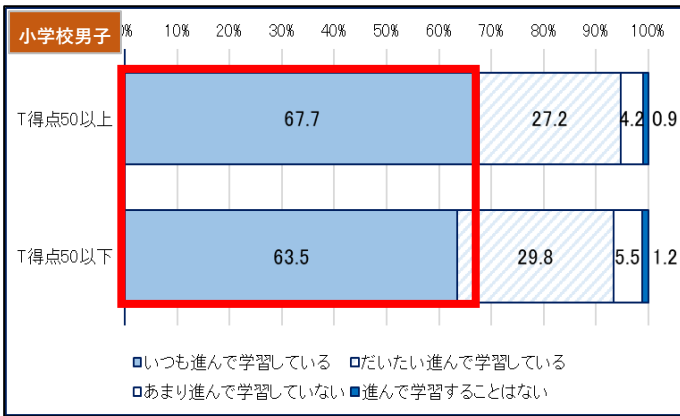


### ②「体育・保健体育の授業では進んで学習に参加している」×「体育・保健体育の授業は楽しい」



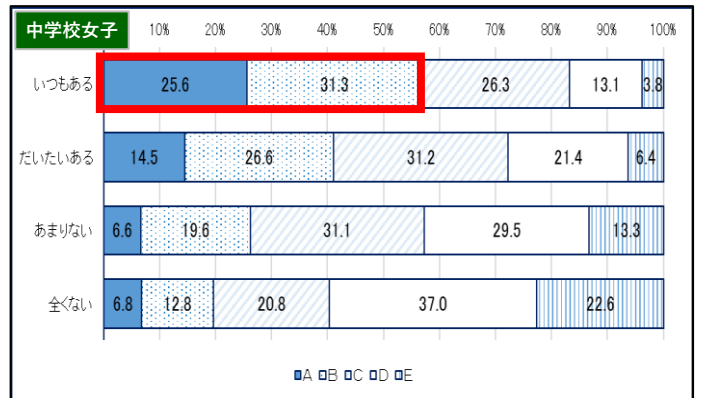
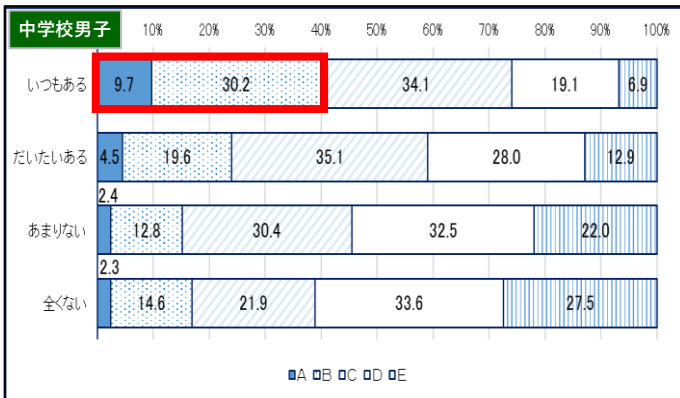
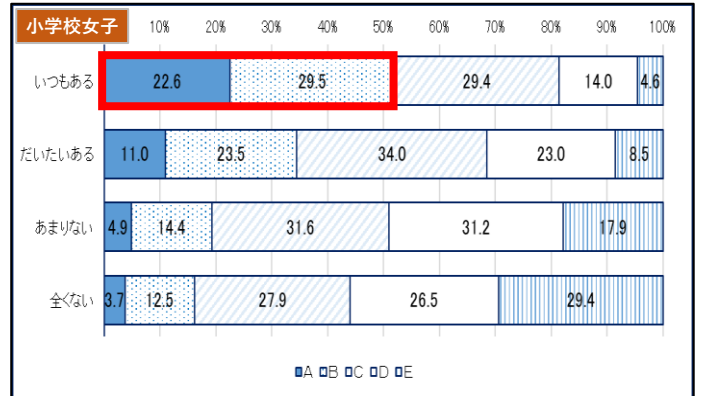
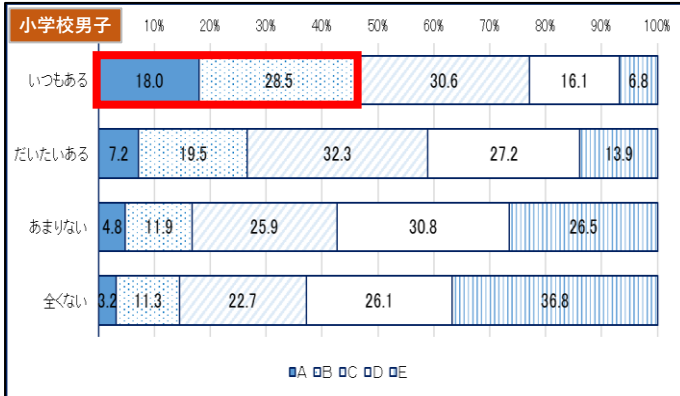


③ 「各学校の体力合計点（T得点）」 × 「体育・保健体育の授業では進んで学習に参加している」

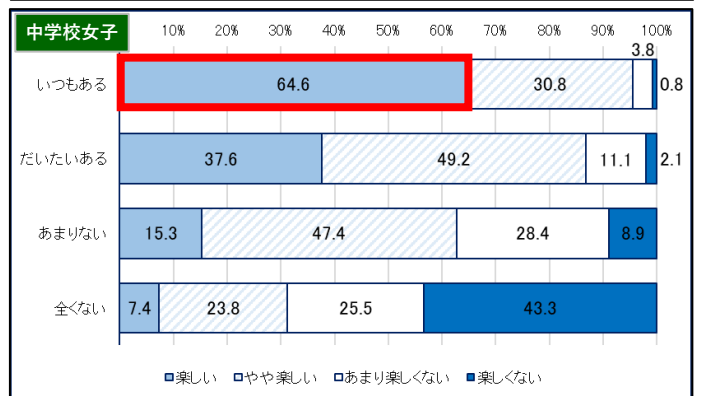
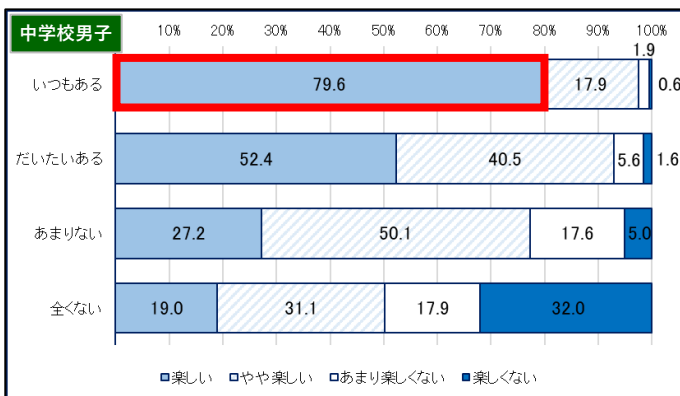
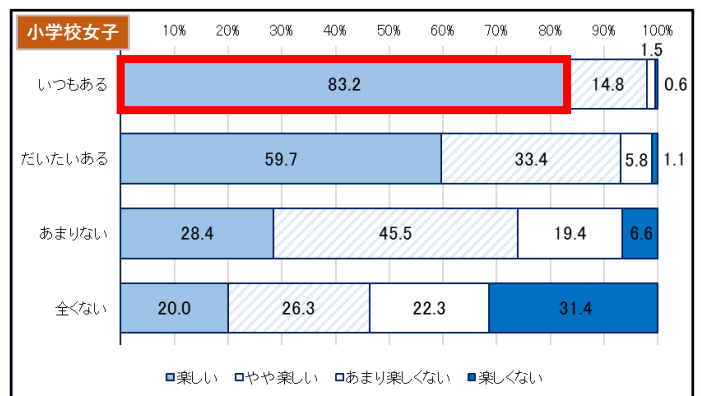
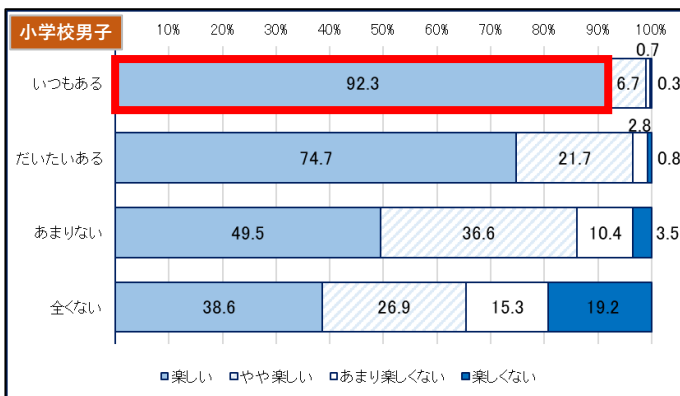


【目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで「できたり、わかったり」すること  
がある×各項目のクロス集計】

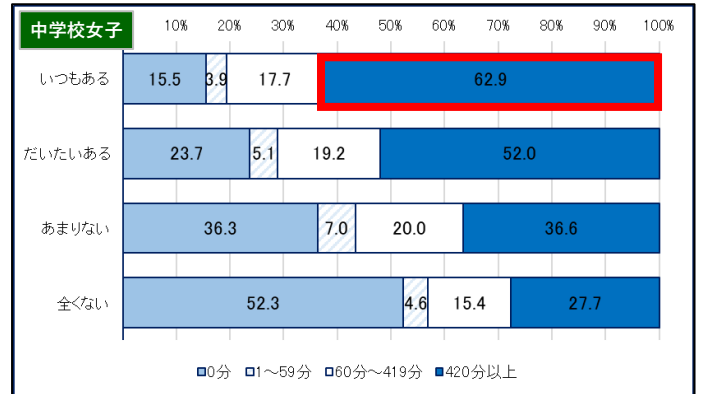
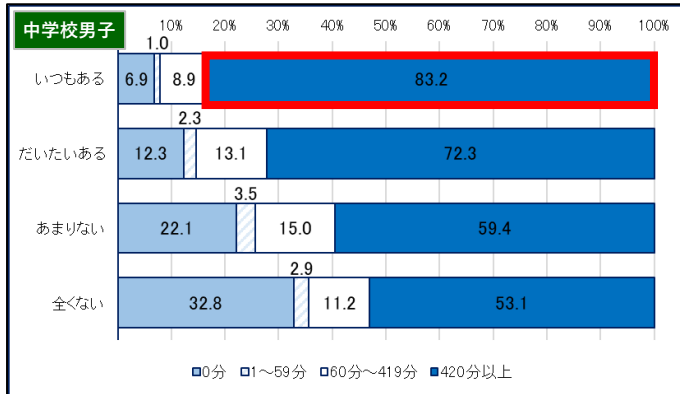
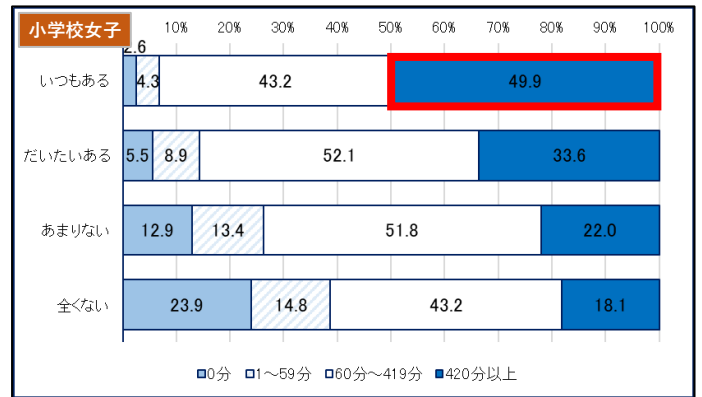
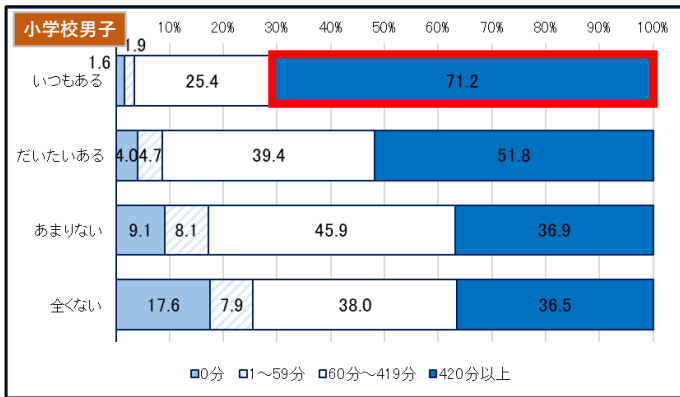
④「体育・保健体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」×「総合評価」



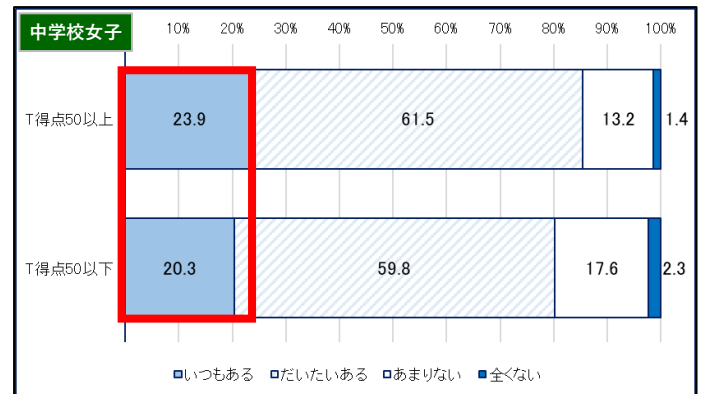
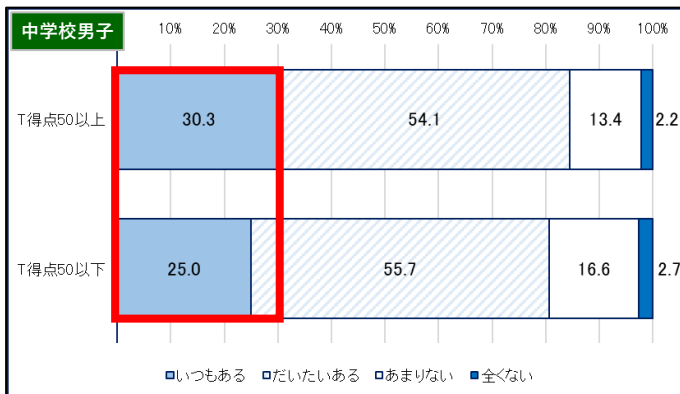
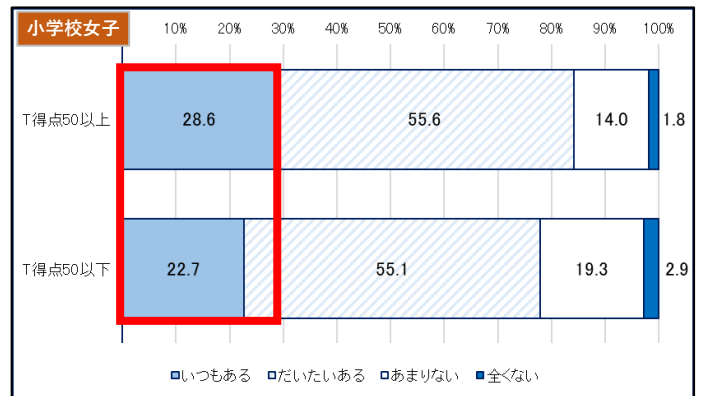
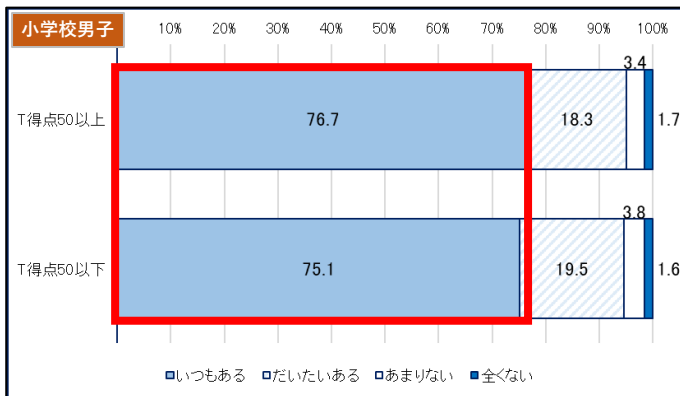
⑤「体育・保健体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」×「体育・保健体育の授業の授業は楽しい」



⑥ 「体育・保健体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」×「1週間の総運動時間」

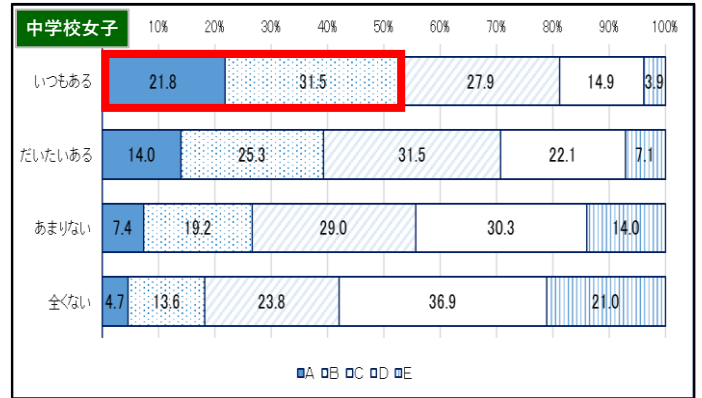
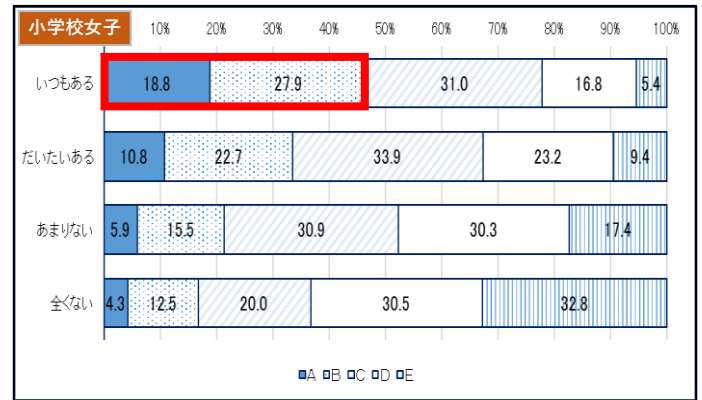


⑦ 「各学校の体力合計点（T得点）」×「目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」

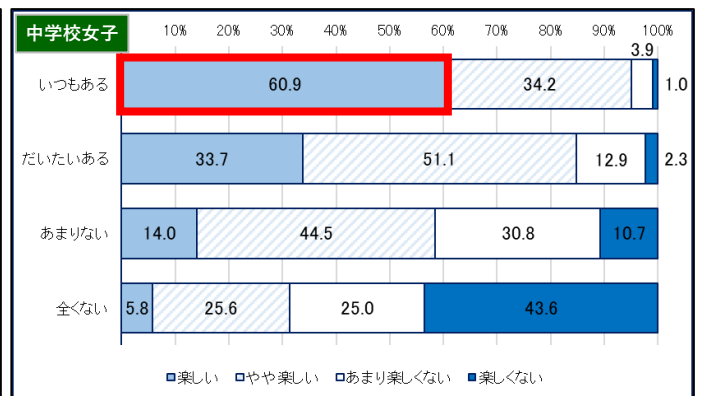
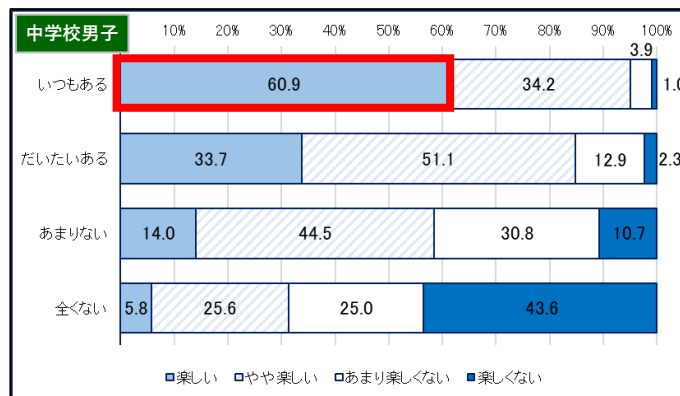
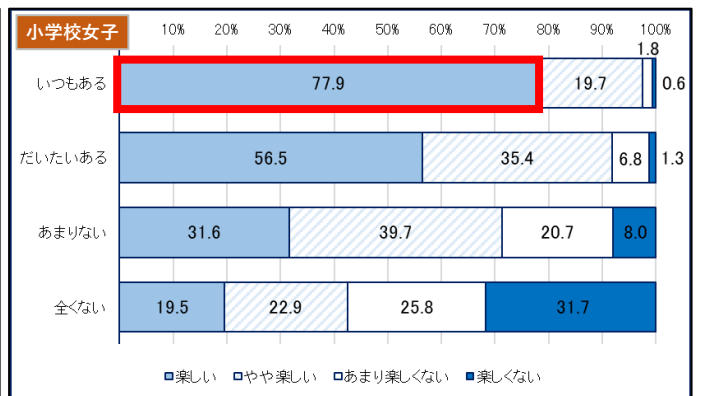
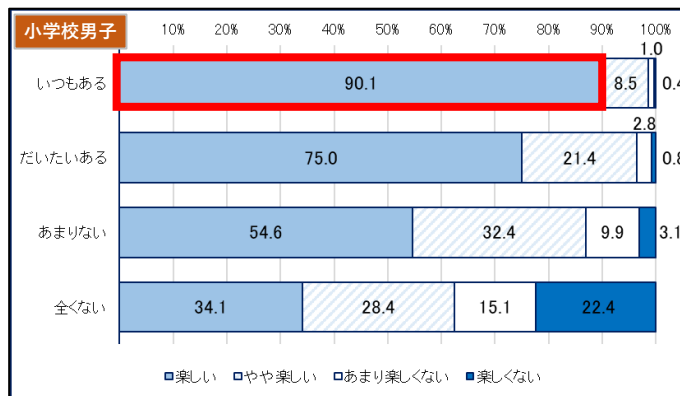


【友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで「できたり、わかったり」することがある×各項目のクロス集計】

⑧「友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで『できたり、わかったり』することがある」×「総合評価」

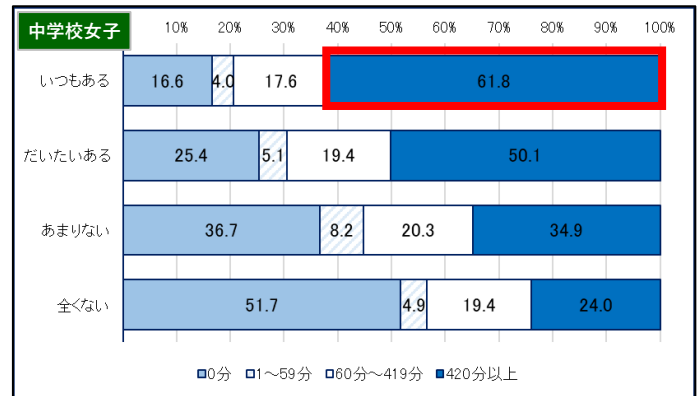
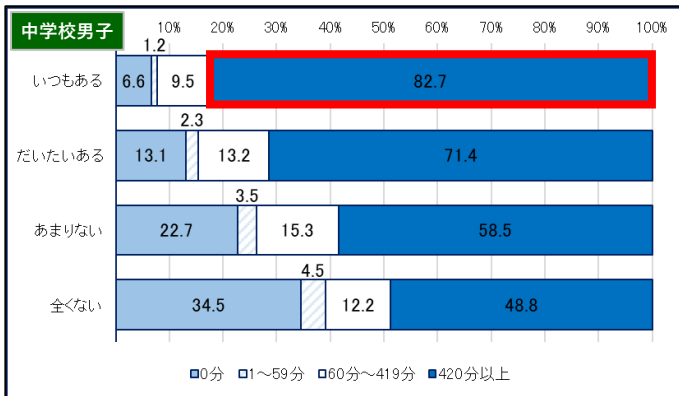
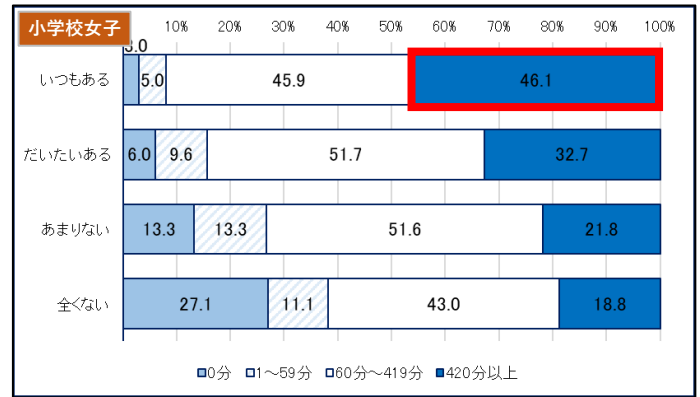
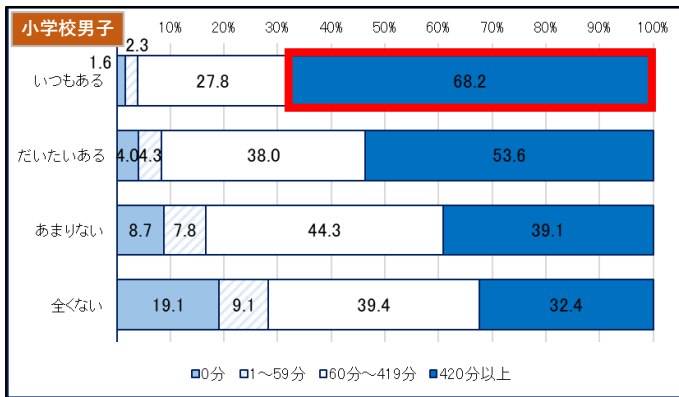


⑨「友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで『できたり、わかったり』することがある」×「体育・保健体育の授業の授業は楽しい」

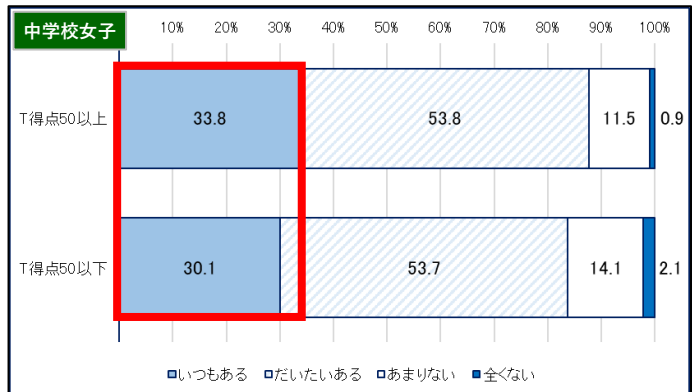
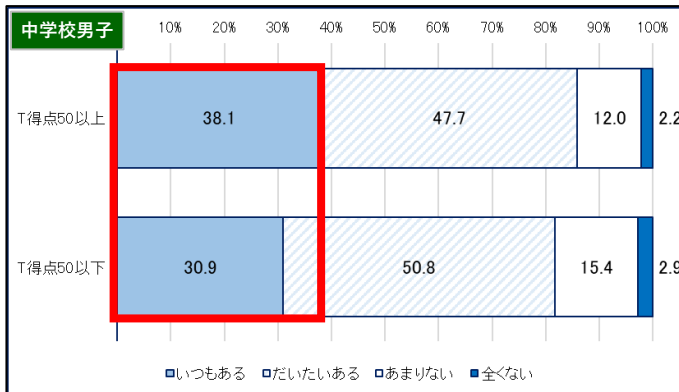
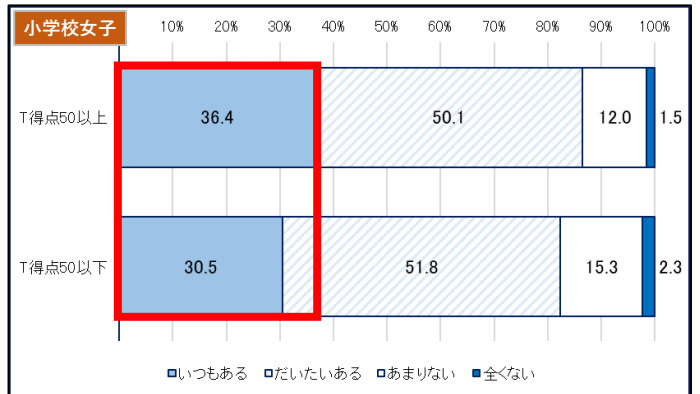
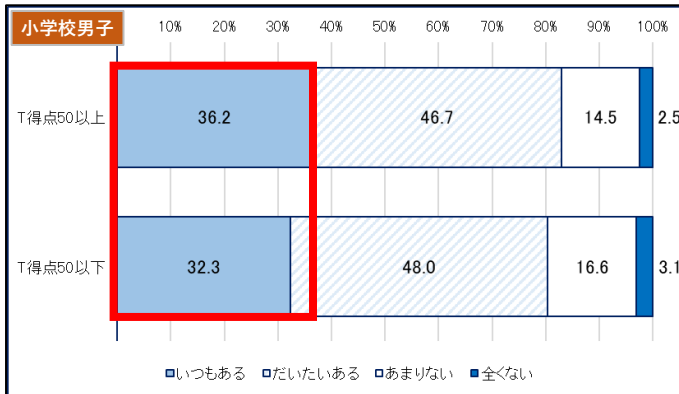




⑩「友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで『できたり、わかったり』することがある」  
×「1週間の総運動時間」

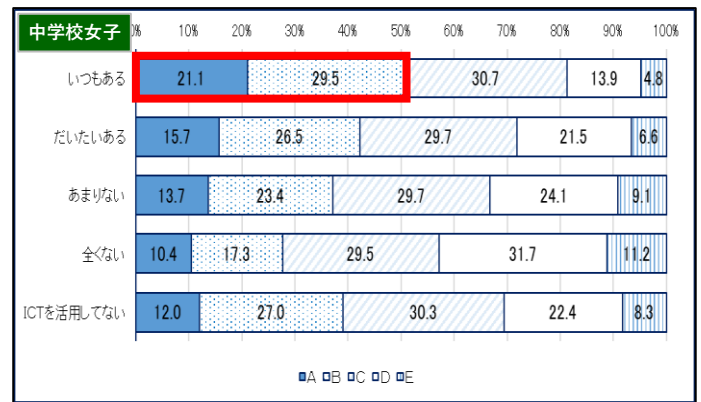
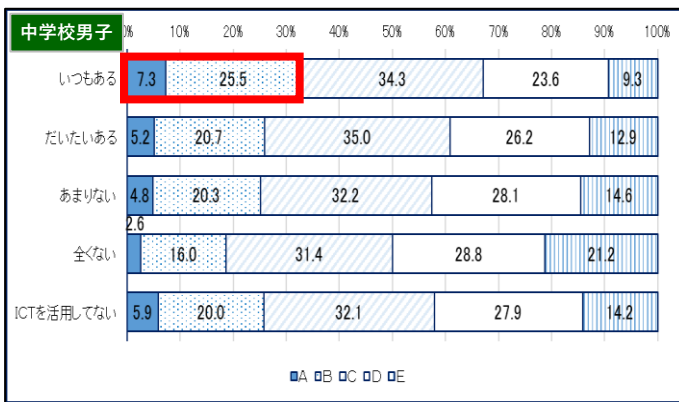
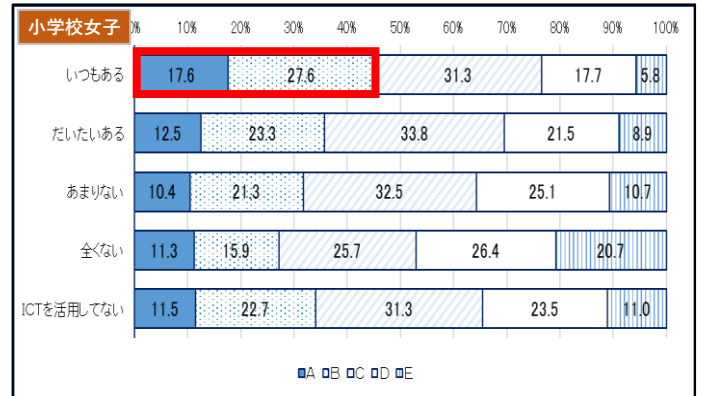
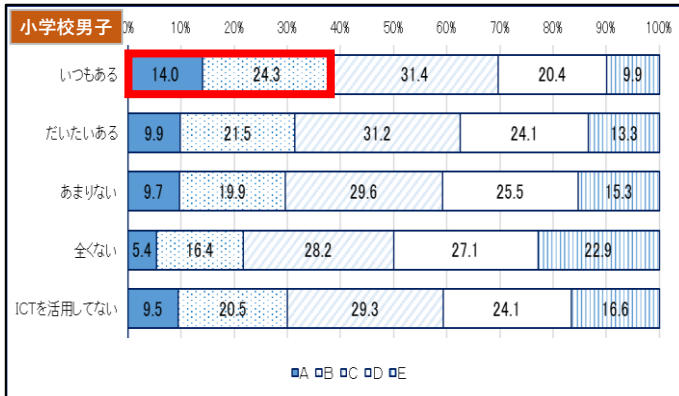


⑪「各学校の体力合計点（T得点）」×「友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで『できたり、わかったり』することがある」

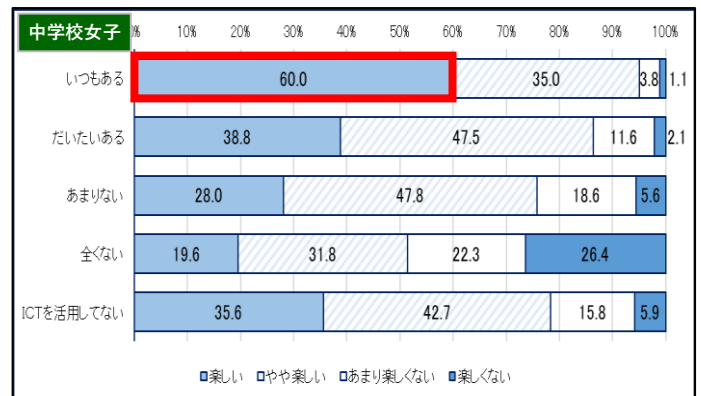
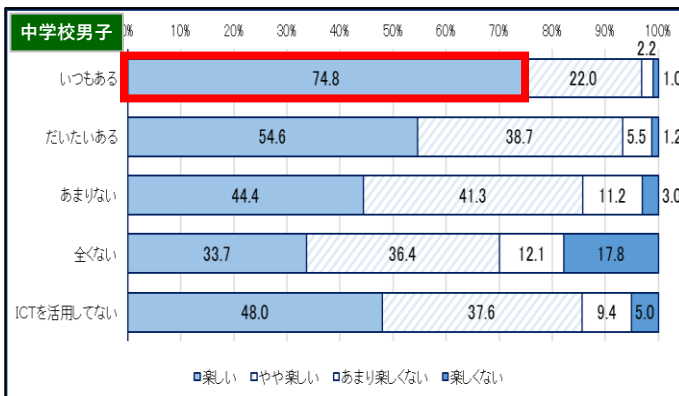
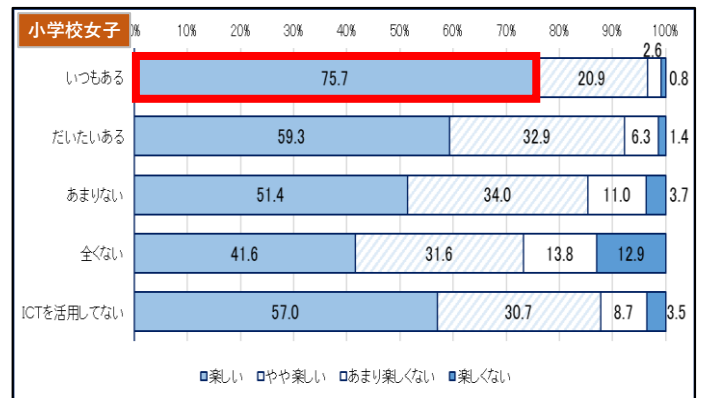
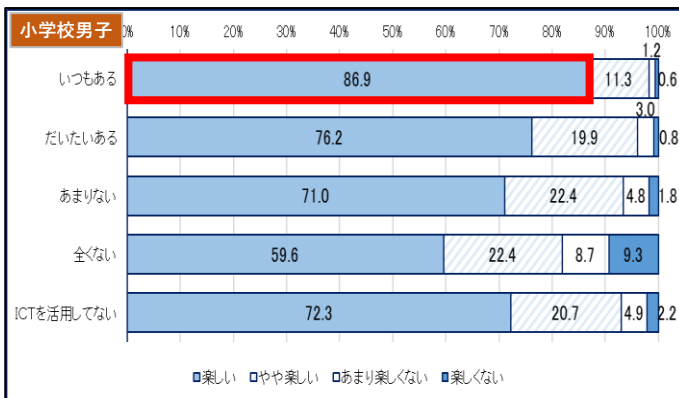


【ICTを使って学習することで「できたり、わかったり」することがある×各項目のクロス集計】

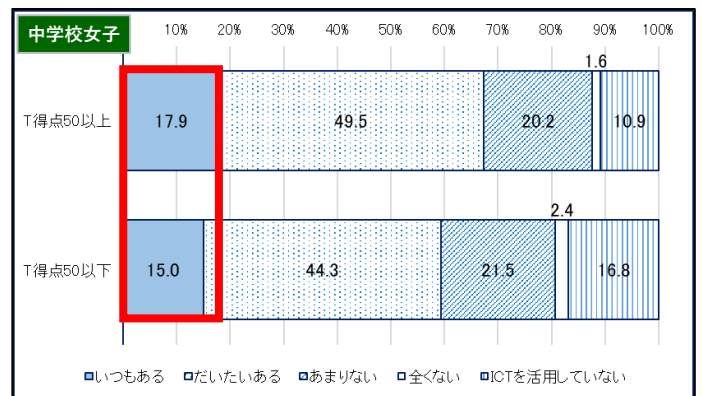
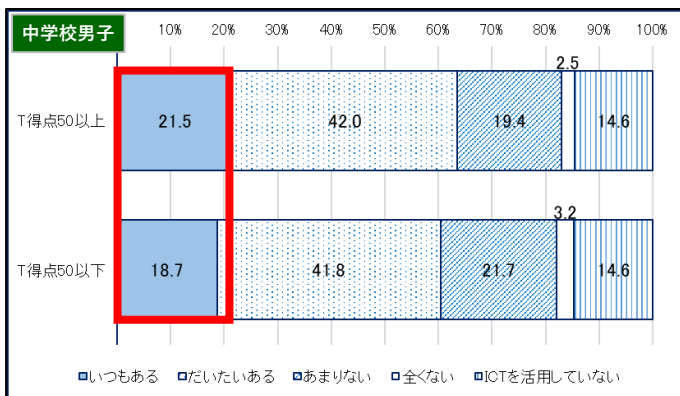
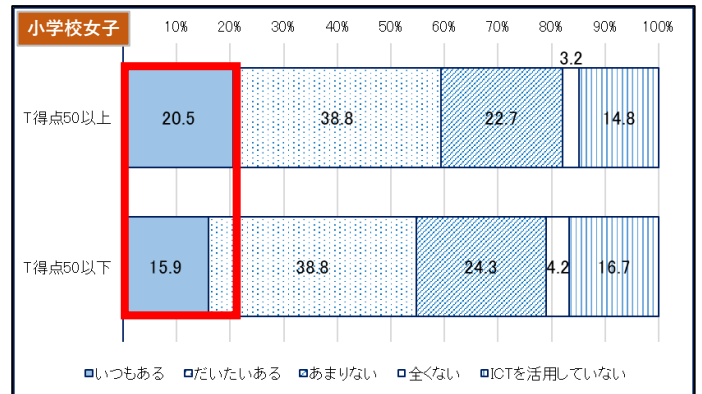
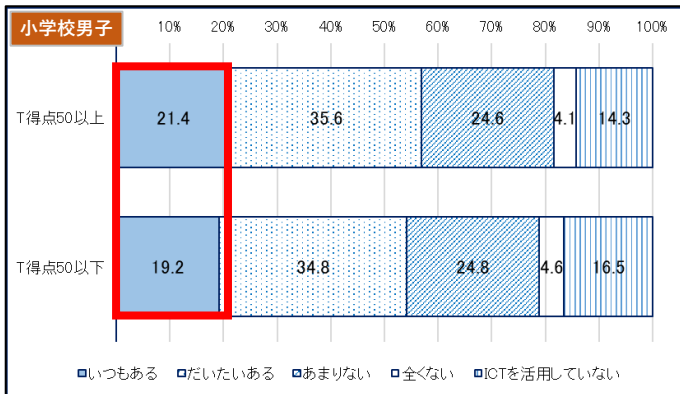
⑫「ICTを使って学習することで『できたり、わかったり』することがある」×「総合評価」



⑬「タブレットなどのICTを使って学習することで『できたり、わかったり』することがある」×「体育・保健体育の授業の授業は楽しい」

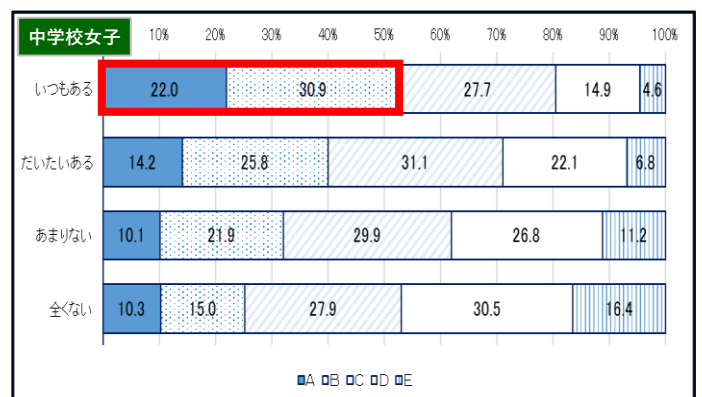
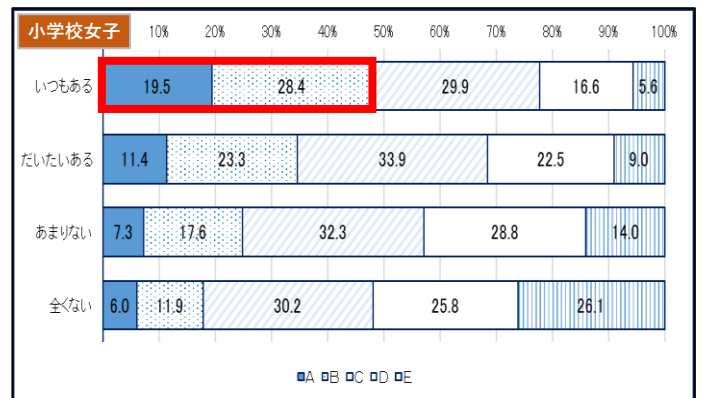


⑭「各学校の体力合計点（T得点）」×「タブレットなどのICTを使って学習することで『できたり、わかったり』することがある」

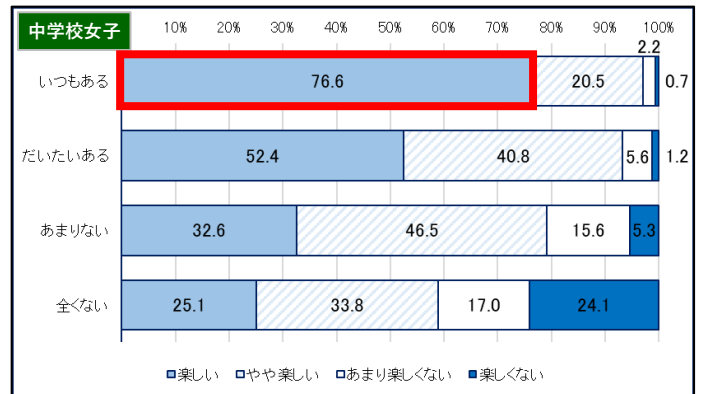
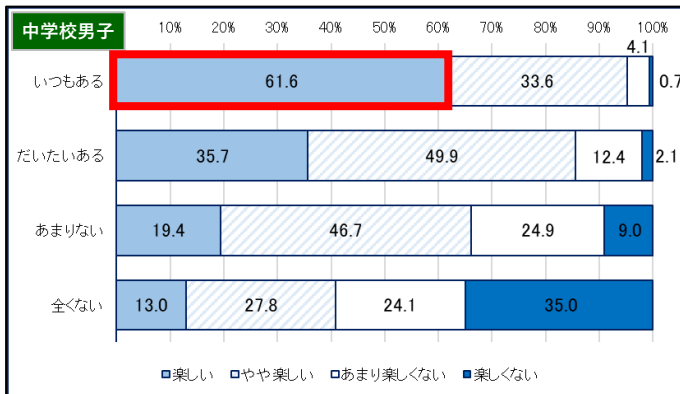
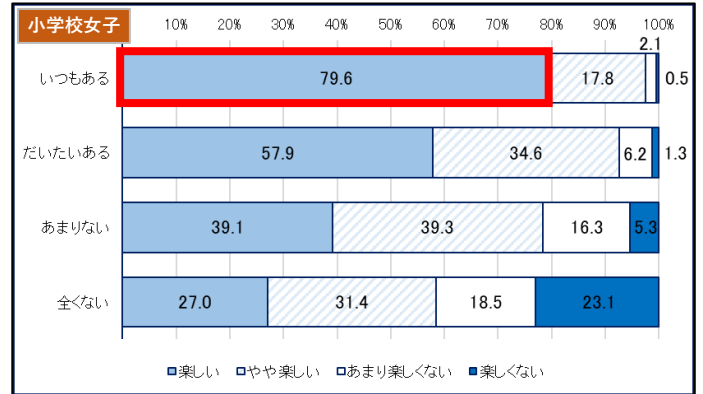
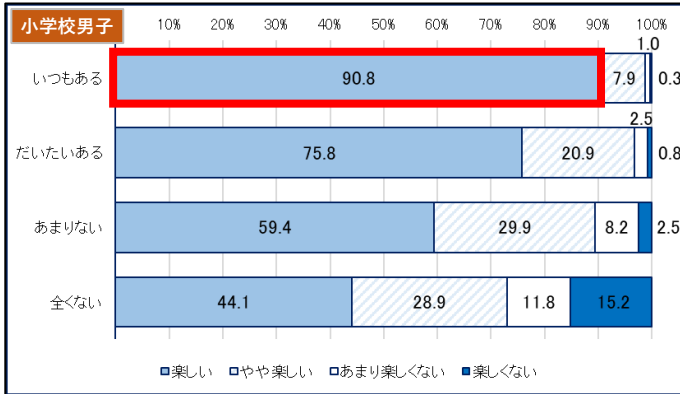


【体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動があることで「できたり、わかったり」することがある×各項目のクロス集計】

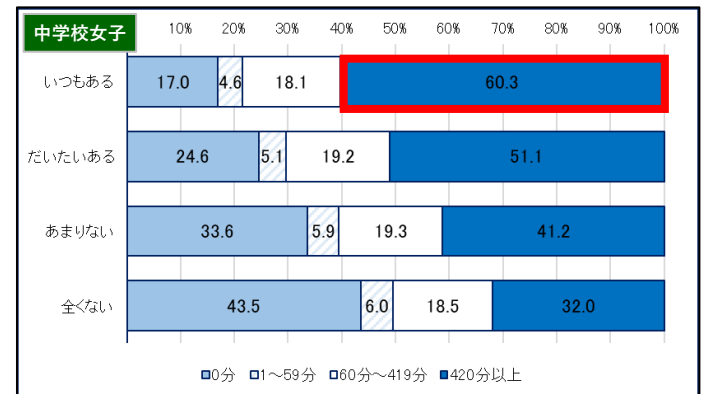
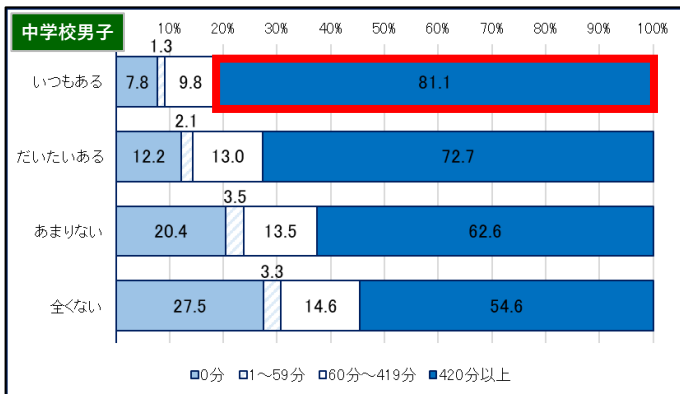
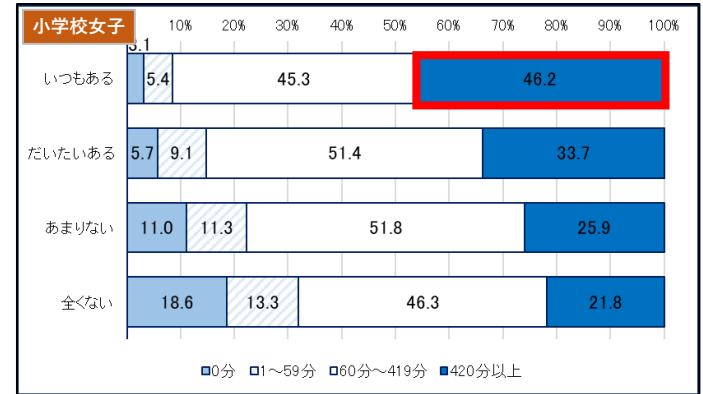
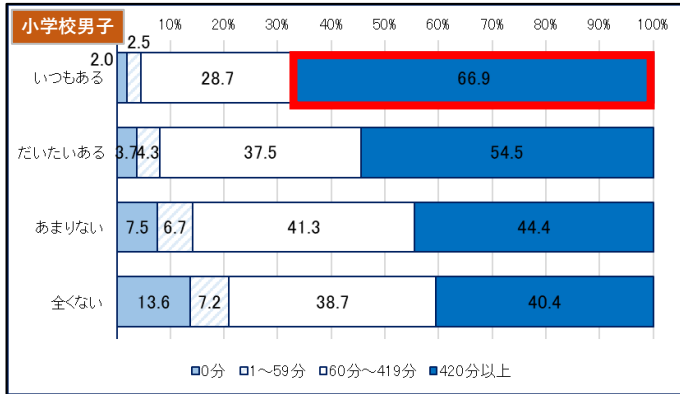
⑮「体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動があることで『できたり、わかったり』することがある」×「総合評価」



⑩ 「体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動があることで『できたり、わかったり』することがある」×「体育・保健体育の授業の授業は楽しい」

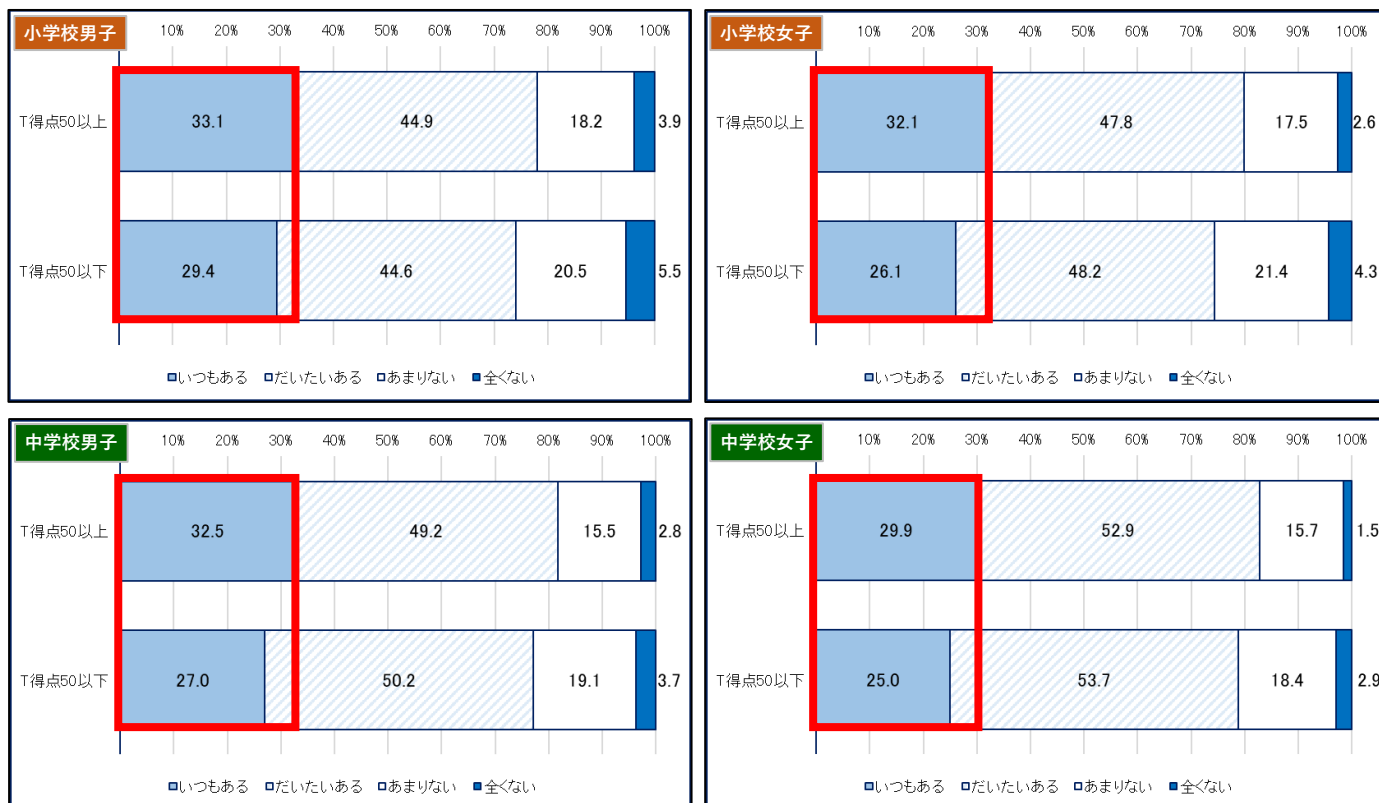


⑪ 「体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動があることで『できたり、わかったり』することがある」×「1週間の総運動時間」





⑱ 「各学校の体力合計点（T得点）」×「体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動があることで『できたり、わかったり』することがある」



(4) 児童生徒質問紙調査の体育・保健体育授業に対する愛好的態度の項目の分析

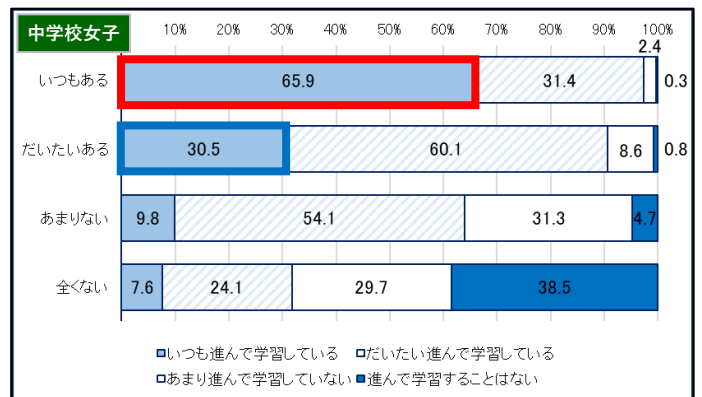
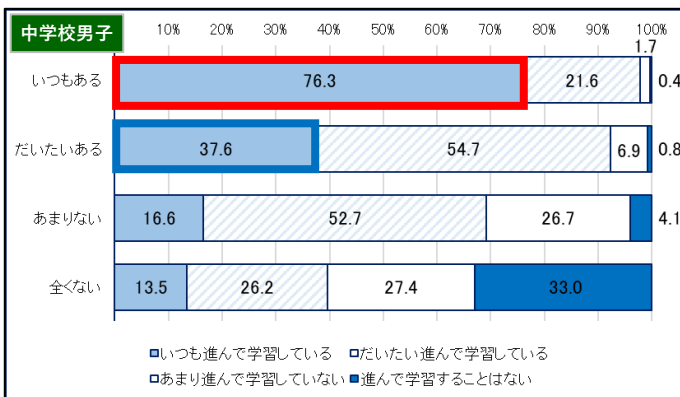
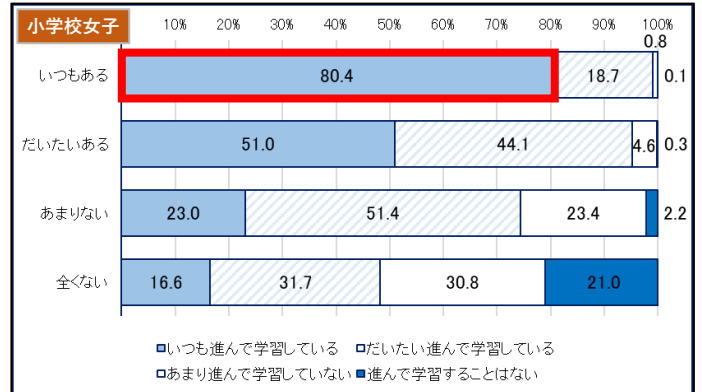
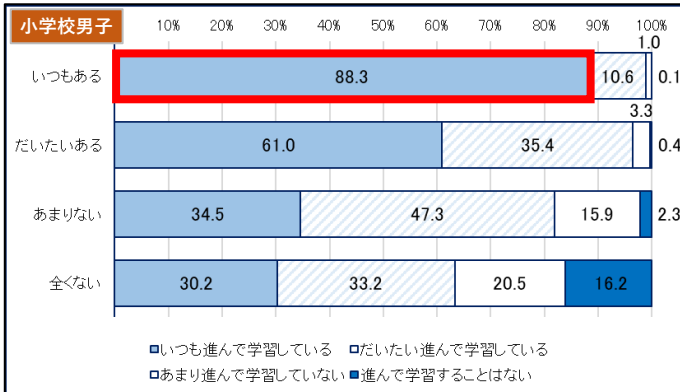
■ 愛好的態度の項目に関連する体育・保健体育授業の指導の手立てに関わる項目等のクロス集計

- 体育・保健体育授業の指導の手立ての工夫によって「できた」「わかった」ことが「いつもある」と回答した児童生徒の7割以上が「いつも進んで学習している」と回答している。
- 中学校男女において、体育・保健体育授業の手立ての工夫によって「できた」「わかった」ことが「だいたいある」と回答した生徒のうち、「いつも進んで学習している」と回答した生徒の割合は、男子が4割程度、女子が3割程度である。
- 「いつも進んで学習している」「だいたい進んで学習している」と回答した児童生徒において、体育・保健体育授業の指導の手立ての工夫によって「できた」「わかった」ことが「いつもある」と回答した児童生徒の割合をA層とE層で比較すると、A層の方が1.5倍以上多い。

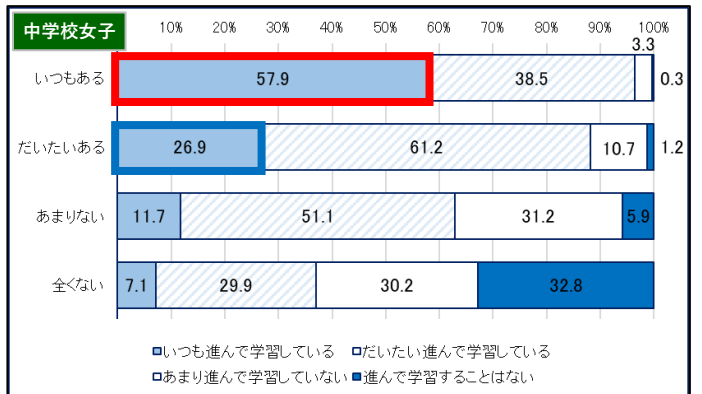
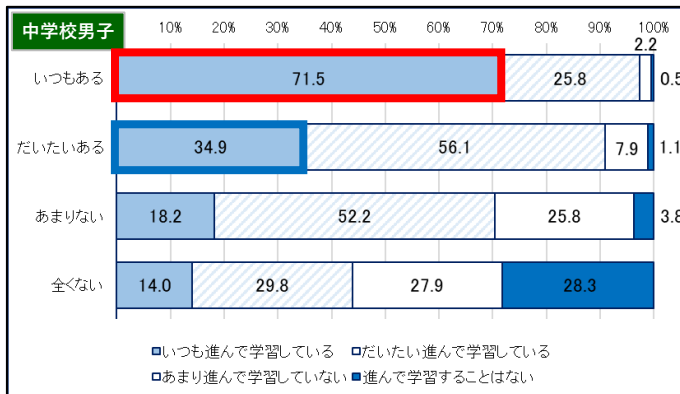
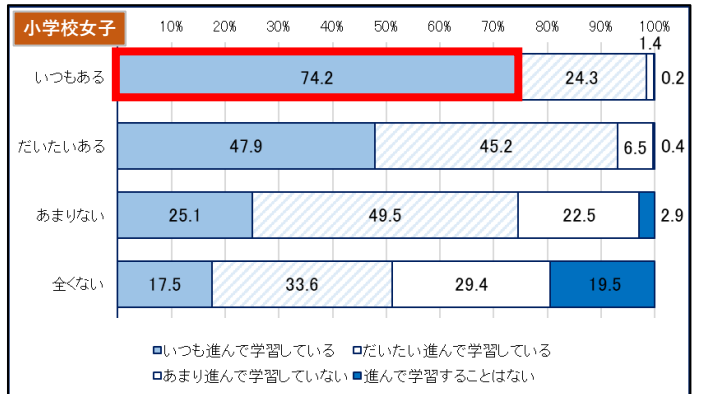
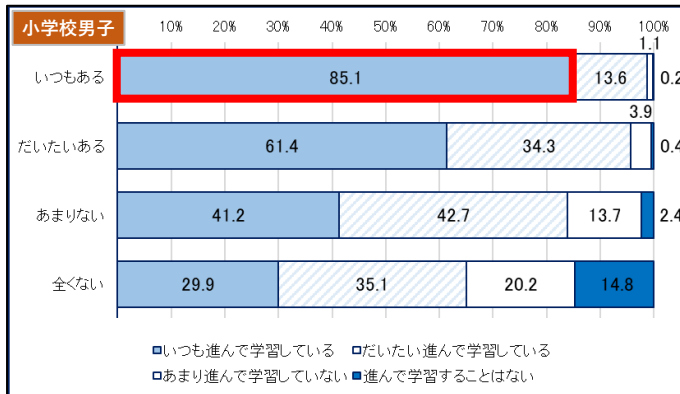
小・中学校男女ともに、教師の指導の手立てにより「できる」「わかる」体育・保健体育授業の実現が、授業に対する愛好的態度につながっていると考えられる。

一方、中学校男女においては、昨年度の結果と同様に教師の指導の手立てにより「できた」「わかった」ことが「だいたいある」と肯定的に回答していても、愛好的態度に十分つながっていない状況があること、小・中学校男女ともに、指導の手立てが授業に対して愛好的であるが運動が苦手な児童生徒への「できた」「わかった」につながっていないことから、教師の手立ての工夫の仕方について、一層の改善・充実を図る必要があると考えられる。

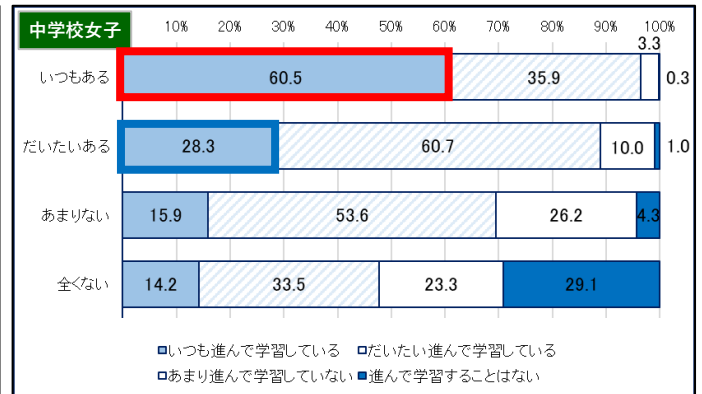
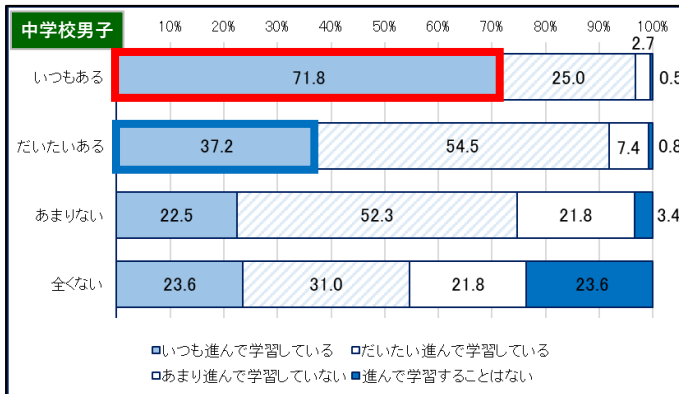
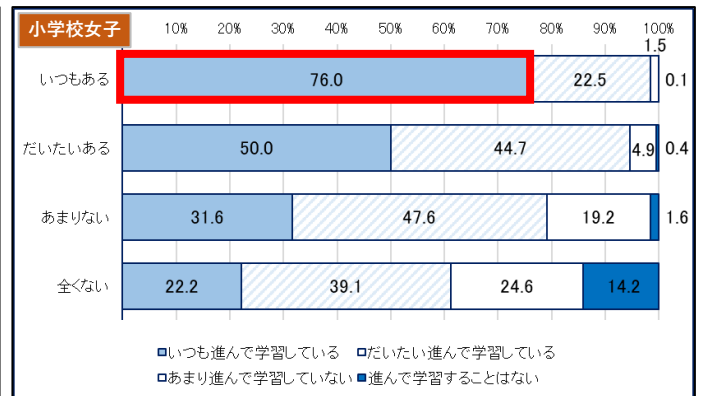
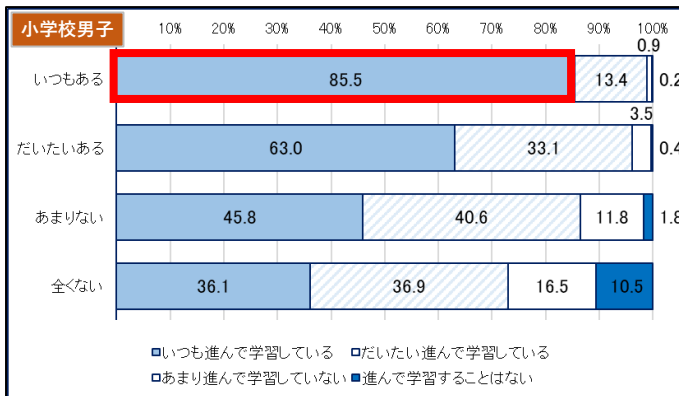
①「体育・保健体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」×「体育・保健体育の授業では進んで学習に参加している」



②「友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで『できたり、わかったり』することがある」×「体育・保健体育の授業では進んで学習に参加している」

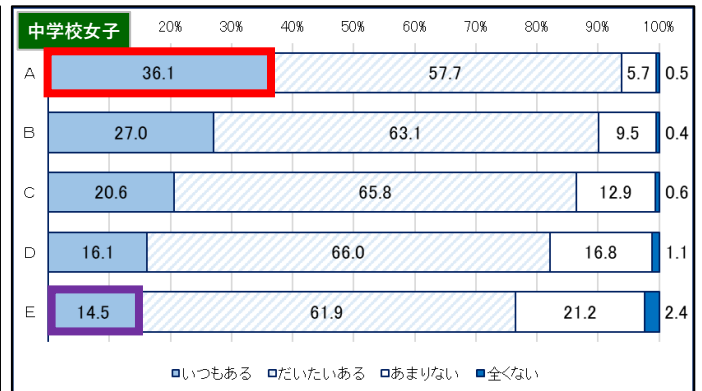
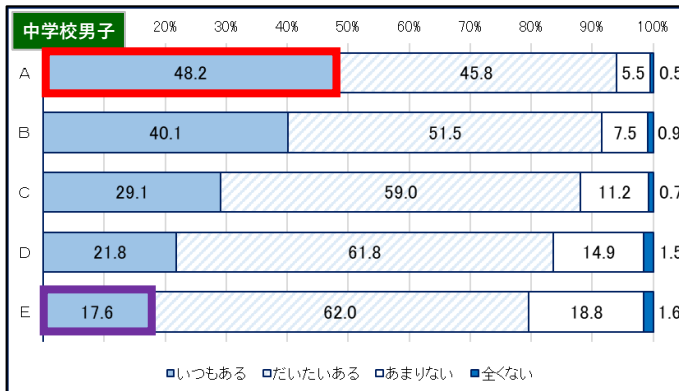
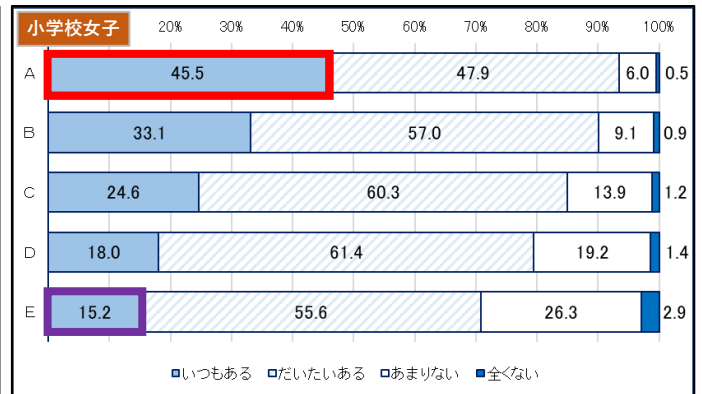
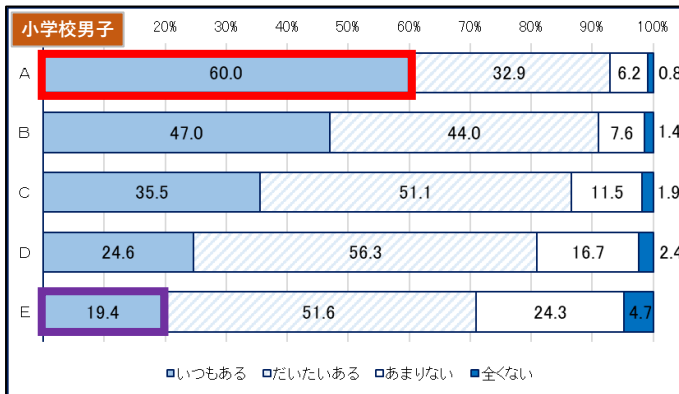


③「体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動があることで『できたり、わかったり』することがある」×「体育・保健体育の授業では進んで学習に参加している」



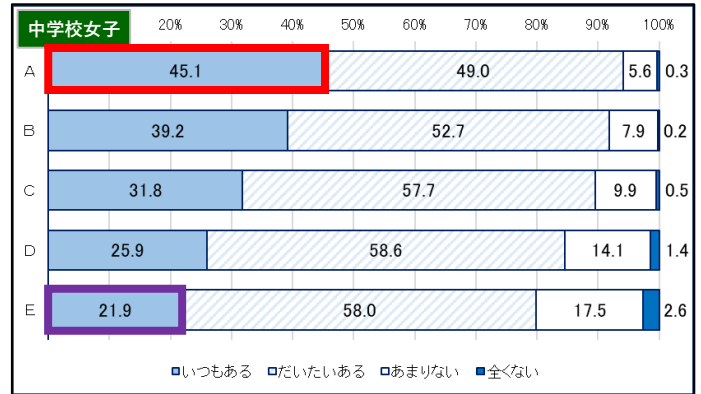
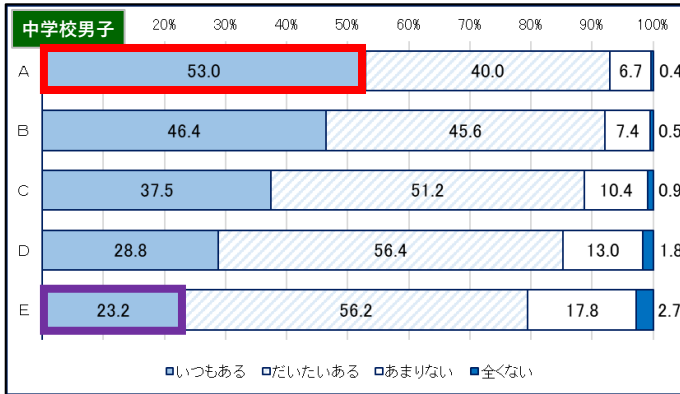
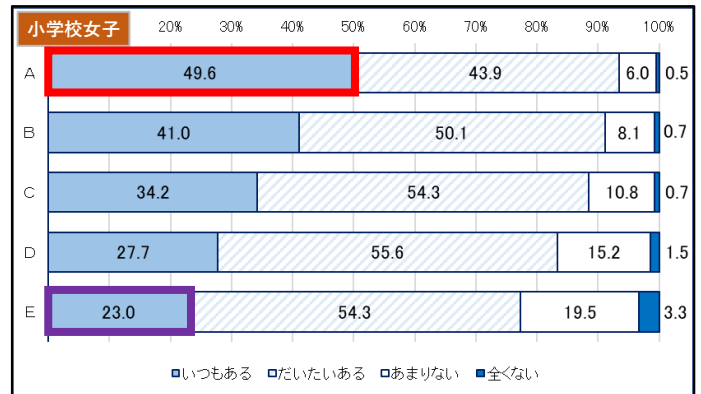
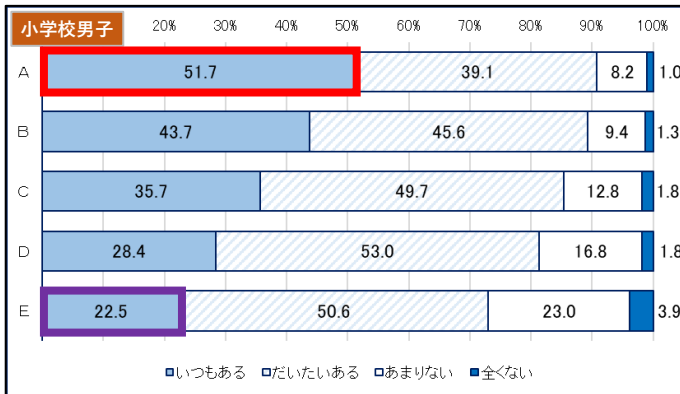
④総合評価×「体育・保健体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」

※「体育・保健体育の授業では進んで学習に参加している」の項目における肯定的回答のみ抽出



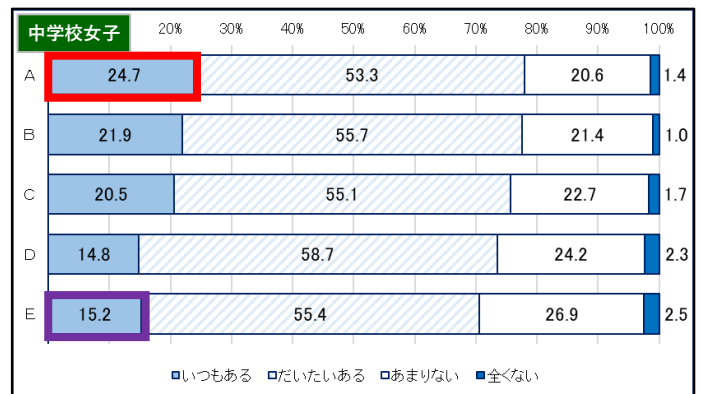
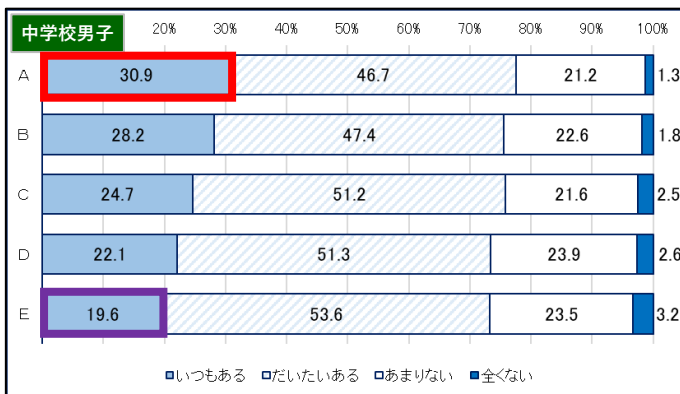
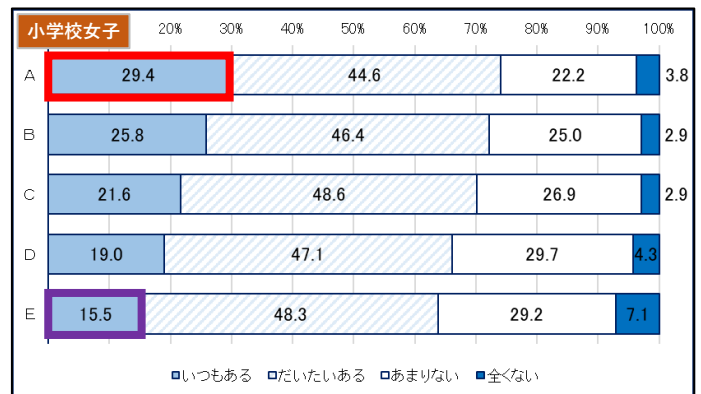
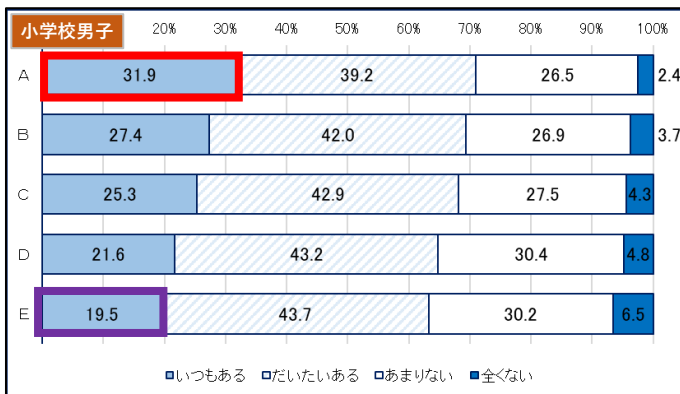
⑤総合評価×「友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで『できたり、わかったり』することがある」

※「体育・保健体育の授業では進んで学習に参加している」の項目における肯定的回答のみ抽出



⑥総合評価×「タブレットなどのICTを使って学習することで『できたり、わかったり』することがある（「ICTを活用していない」を除く）」

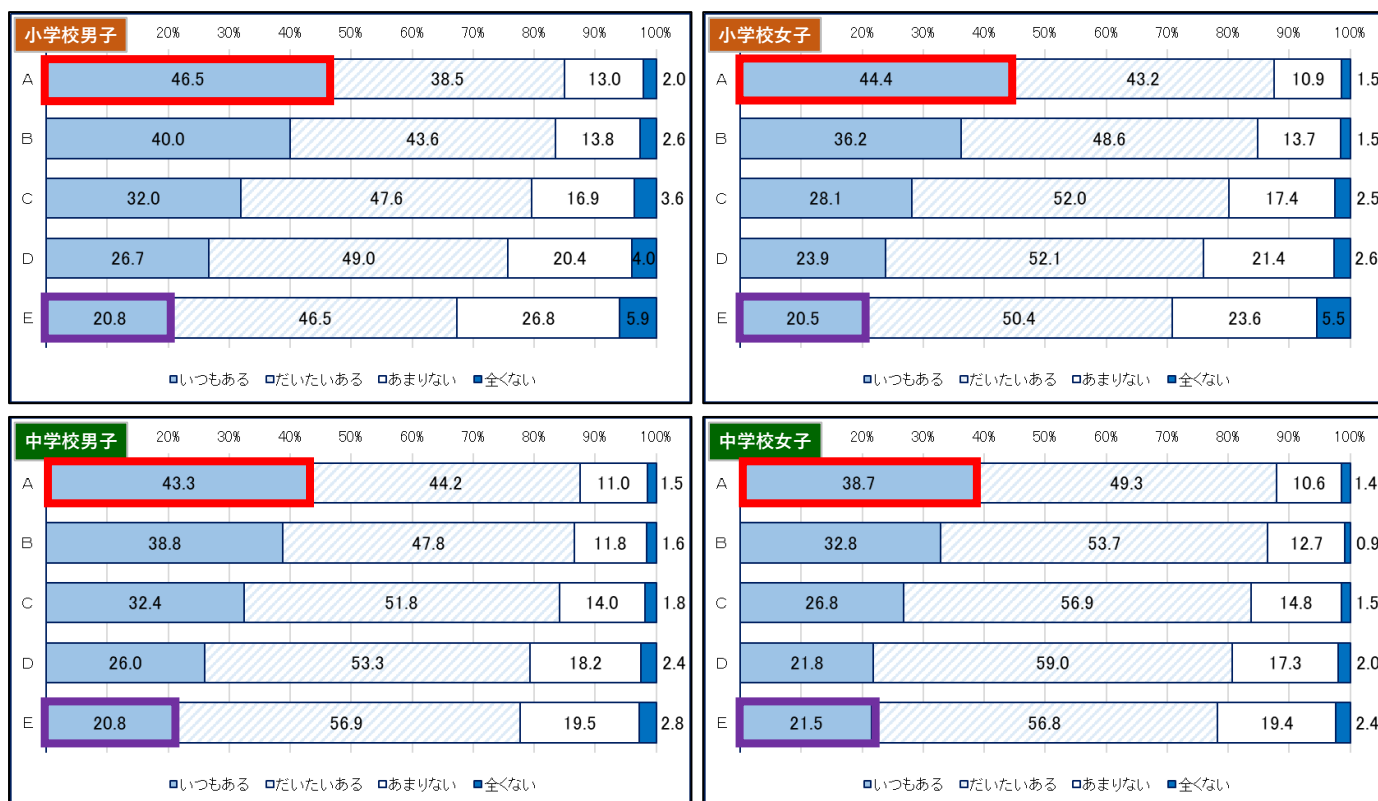
※「体育・保健体育の授業では進んで学習に参加している」の項目における肯定的回答のみ抽出





⑦総合評価×「体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動があること」で『できたり、わかったり』することがある」

※「体育・保健体育の授業では進んで学習に参加している」の項目における肯定的回答のみ抽出



## まとめ

令和4年度の調査における国の報告書では、「体育・保健体育の授業が楽しくなるためには、友達との交流機会の増加や個々の発達段階、発達ペースに見合った学習活動を取り入れることが有効であり、これらを通して、より多くの達成感や、それに伴う楽しさを感じる経験を積み重ねることが重要であること」が示唆されたところである。

体育・保健体育授業を通じて「自立した学習者」を育成するとともに、生涯にわたって健康を保持増進し、スポーツの多様な楽しみ方を社会で実践できるようにするには、運動が苦手な児童生徒が自己の成長や学びの深まりを実感することにより、成功体験を積み重ねることが重要である。

本分析結果においても、教師の指導の手立ての工夫が、「運動が苦手な児童生徒」の「できた」、「わかった」に十分つながっていないことが明らかとなったことから、児童生徒の発達の段階と運動の特性を踏まえ、目標や重点として取り扱う指導事項を設定するなど、「運動が苦手な児童生徒」が自己の変容に目を向けられるよう授業展開を工夫する必要がある。

その上で、「自立した学習者」を育成するため、体育・保健体育の授業では、例えば、単元の前半で児童生徒が確実に基礎的・基本的な知識及び技能を習得できるように指導の手立てや教材教具の工夫をするとともに、単元の後半において、それらの知識及び技能を活用して思考・判断・表現する場面を意図的・計画的に設定することなど、単元デザインの工夫が求められる。その際、自己や仲間の課題に応じた解決方法を自ら選択・実践できるよう「学習活動の複線化」を図ったり、友達と関わりながら意思決定する場面を設定したり、ICTを積極的に活用したりするなど、『授業観』の転換、つまり「学びの転換」を図る必要がある。

# 「令和6年度授業づくりに関する指導資料」 (令和6年(2024年)3月25日 北海道教育庁学校教育局義務教育課)

令和6年度  
授業づくりに関する  
指導資料(小学校)

令和6年度  
授業づくりに関する  
指導資料(中学校)

資質・能力の育成に向けた  
授業づくり

～「個別最適な学び」と「協働的な学び」の一体的な充実に向けて～

資質・能力の育成に向けた  
授業づくり

～「個別最適な学び」と「協働的な学び」の一体的な充実に向けて～

北海道教育庁学校教育局義務教育課

北海道教育庁学校教育局義務教育課



## 体育

体育科では、3つの資質・能力をバランスよく育成するため、学習指導要領解説体育編(以下、解説)等を参考に指導内容の明確化・重点化を図った単元計画等に基づき、**全ての児童が楽しく意欲的に取り組むことができる学習指導**を展開することが大切です。

### 体育科の授業づくりのポイント

- 解説に示されている「例示」等を参考にしながら、指導内容を明確化・重点化
- 児童自らが既習事項を活用し、課題を主体的・協働的に解決する場面を設定

### 解説の「例示」等を参考にした単元における指導内容の明確化・重点化

児童が確実に基礎的・基本的な知識及び技能を習得できるようにするためには、解説に示されている児童の発達段階と運動の特性を踏まえた具体的な指導内容や、**効果的な指導事項の具体例及び運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童への指導等の在り方**についての配慮の例示を参考にすることが重要です。

#### 第3学年及び第4学年「C 走・運動：跳躍び」

4. 本時のねらいの解説

【解説の例示】

- 短い助走からの高跳び
- 8～9歩程度の短い助走から踏み切り足を決めて上方に強く踏み切り、高く跳ぶこと
- 膝を柔らかく曲げて、足から着地すること

運動が苦手な児童への配慮の例

- ・ 踏み切り足が定まらず、強く上方へ跳ぶことが苦手な児童には、3歩など、短い助走による高跳びをしたり、「トントン・トントン」など、一定のリズムの助走からの高跳びを行ったりを設定するなどの配慮をする。

具体的な指導方法の工夫

大きな音を出すように踏み切り

膝が柔らかく

跳ぶリズムのかけ声をかける

ポイントを明確にした指導

### 既習事項を活用し、課題を主体的・協働的に解決する場面の設定

3つの資質・能力をバランスよく育成するためには、**成功体験を味わいながら、児童が自己の能力に適した運動の課題を見付けることができる(A)**よう支援することや、**友達と関わりながら意思決定する場面を意図的・計画的に設定する(B)**ことなど、単元デザインを工夫することが重要です。

評価基準に応じた学習活動の設定

【参考資料】  
令和3年度 小学校体育(運動領域)指導の手引  
(令和3年3月 北海道教育庁学校教育局義務教育課)

■知識・技能の定着に向けた指導のポイント

現状把握による自己課題の設定

解決方法の選択・実践

課題解決への推進

自己評価

■主体的な学習を成立させるための指導のポイント

課題解決に向けた流れを共有

自己の課題に応じた解決方法を自ら選択・実践

【参考資料】  
令和5年度 小学校体育(運動領域)指導の手引  
(令和5年3月 北海道教育庁学校教育局義務教育課)

## 保健体育

保健体育科では、**技能に偏ることなく**、3つの資質・能力をバランスよく育成するため、指導内容を明確化・重点化した単元計画等に基づき、**授業を実践することが大切です。**

### 保健体育科の授業づくりのポイント

- 学習指導要領解説保健体育編(以下、解説)に示されている「例示」等を参考にしながら、指導内容を明確化・重点化
- 生徒自らが既習事項を活用し、課題を主体的・協働的に解決する場面を設定

### 解説の「例示」等を参考にした単元における指導内容の明確化・重点化

生徒が確実に基礎的・基本的な知識及び技能を習得できるようにするためには、解説に示されている小・中・高等学校の系統性を踏まえ、**発達の段階に応じて示されている具体的な指導内容や各領域で重点化された取り上げることが効果的な指導事項の具体的な解説の「例示」**を参考にしながら、発達の段階等を考慮した指導事項や指導内容を設定することが大切です。(各領域に重点化されている指導事項の具体的な分類については、下記参考資料参照)

解説における指導上の具体的な視点や「例示」に即した指導内容の改善例

第2学年 「E 球技：ネット型 パレーボール」

【解説に記述のあるネット型指導における具体的な視点】

- 1・2年：正しい姿勢での攻撃を中心としたラリーの継続に意図してゲームを取り入れること。
- 第3学年：仲間と連携した「拾う、つなぐ、打つ」などの一連の流れで空いている場所を攻撃したり、空いている場所を作りだして攻撃したり、その攻撃に対応して守ることを中心に**自分のチームや相手チームの特徴を踏まえた対策を立てること**

【解説に記述のあるネット型指導における「技能」の「例示」の内容】

- 1・2年：プレイを開始するときは、各ポジションの定位置に戻ること。
- 第3学年：ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすること。
- 連続プレイのための基本的なフォームポジションに応じた位置に動くこと

【参考資料】  
中学校学習指導要領 保健体育科  
(平成30年12月 株式会社 法政大学  
教職員支援機構)

指導内容の改善の改善例

空いているコートへの攻撃を中心としたラリーをより効果的に行うために、定位置に戻る動きや攻撃に備えるなどのボールを持たない動きも取り入れる活動

発達の段階に応じた適切な指導事項を設定することや、運動が苦手な児童や意欲的でない児童への適切な課題設定等について、生徒の「できた」「わかった」という身体感につながる。

【参考資料】  
中学校学習指導要領 保健体育科  
P.124～132 参照

### 既習事項を活用し、課題を主体的・協働的に課題を解決する場面の設定

3つの資質・能力をバランスよく育成するためには、**生徒自らがこれまで学習した知識や技能を活用して解決方法を思考・判断・表現(A)**しながら、**自己や仲間が明確にした課題について主体的・協働的に解決していく場面を意図的・計画的に設定(B)**することなど、単元デザインを工夫することが大切です。

評価基準に応じた学習活動の設定

【参考資料】  
令和3年度 小学校体育(運動領域)指導の手引  
(令和3年3月 北海道教育庁学校教育局義務教育課)

■知識・技能の定着に向けた指導のポイント

現状把握による自己課題の設定

解決方法の選択・実践

課題解決への推進

自己評価

■主体的な学習を成立させるための指導のポイント

課題解決に向けた流れを共有

自己の課題に応じた解決方法を自ら選択・実践

【参考資料】  
令和5年度 小学校体育(運動領域)指導の手引  
(令和5年3月 北海道教育庁学校教育局義務教育課)

「小学校体育(運動領域)指導の手引 ～楽しく身に付く体育の授業～」(スポーツ庁)  
※詳細は、P82に掲載しています。