

中学校体育

令和3年度から全面実施となった学習指導要領では、各教科等の目標及び内容が、育成を目指す資質・能力の三つの柱に沿って整理された。

中学校保健体育科においては、体育分野、保健分野を通じて、それらをバランスよく育むことが求められている。

授業の実践に当たっては、教材・教具やルール、学習形態を工夫し、運動の特性や魅力に触れる楽しさや喜びを全ての生徒に味わわせることが大切である。そのためには指導内容の明確化や指導と評価の一体化を図り、各単位時間のつながりを意識した学習過程を組み立て、授業の充実を図っていく。

そして、「学習規律を確立させ、力いっぱい運動し、思いっきり汗をかく『楽しい』体育授業」を展開し、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現できる生徒の育成を図ることが重要である。

令和4年度の課題

- 1 学習指導要領の趣旨を踏まえた指導計画及び評価計画の活用・改善と学習指導の充実
- 2 総合的な体力向上を目指した、組織的な取組の工夫
- 3 体育的活動時の事故防止の更なる徹底

1 学習指導について

成果

- (1)令和4年度「中学校体育に関する調査」から
- 学習指導要領に基づいた「内容のまとめりとごとの評価規準」の作成状況 356校 (100%)
- (2)「令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査質問紙」(中2男女)から
- 保健体育の授業では、進んで学習に参加している。
男子 47.7%(全国 47.2%) 女子 41.7%(全国 37.9%)
 - 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」することがいつもある。
男子 28.6%(全国 26.5%) 女子 24.9%(全国 20.9%)
- (3)令和4年度中学校体育授業研究会等から
- 学習指導案の「指導と評価の計画」の作成により、単元全体の流れと1単位時間の学習過程が明確となり、身に付けさせたい内容がイメージできる計画が見られた。
 - ICTを効果的に活用し、より主体的な学びの実現に向けた授業が見られた。

現状

「令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」から【体力合計点及び生徒質問紙】

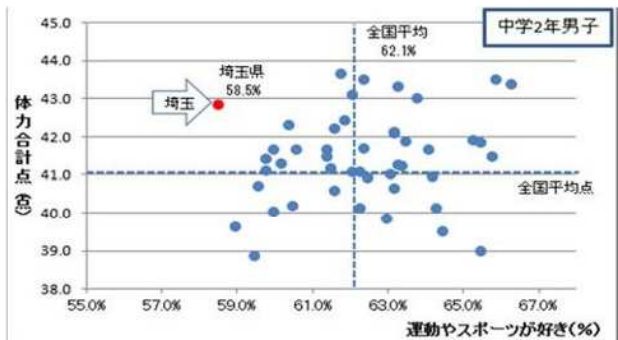


図1 体力合計点と運動・スポーツ好意度の関係(男子)

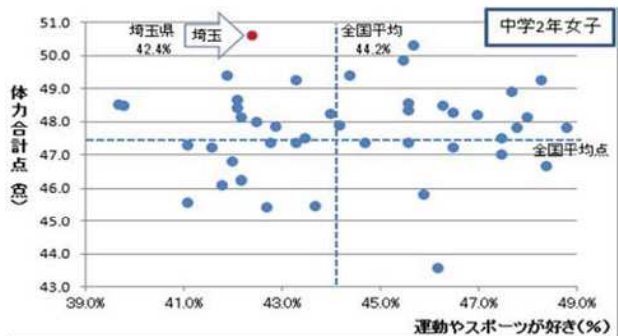


図2 体力合計点と運動・スポーツ好意度の関係(女子)

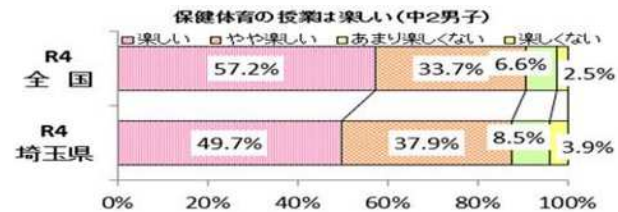


図3 授業が楽しいと感じている生徒の割合(男子)

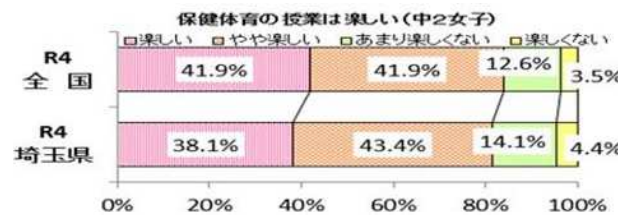


図4 授業が楽しいと感じている生徒の割合(女子)

課題

- (1)指導内容の明確化と学習評価の工夫改善
 - 教師が自らの指導のねらいに応じて授業での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を確立する。
- (2)資質・能力をバランスよく育成する指導の充実
 - 一単位時間のねらいを明確に示すとともに、ねらいの達成に迫る学習活動や、振り返りとまとめのつながりを意識した授業を展開する。
 - 更なるICTの効果的な活用。
- (3)運動やスポーツとの多様な関わり方と関連付けた「楽しい」体育授業の視点(図1~4)

2 生徒の体力等について

成果

- (1)「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」(中2男女)から【※全国公立・さいたま市含む】
 ○本県生徒の体力は、全国の平均値と比較して高い水準を維持(図5)
- (2)「全国体力・運動能力、運動習慣等調査質問紙」(中2男女)から【※全国公立・さいたま市含む】
 ○新体力テストの結果などを基に体力の向上について、自分なりの目標を立てている。
 男子 74.3%(全国 69.4%) 女子 72.3%(全国 65.7%)

現状

- (1)「令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」から

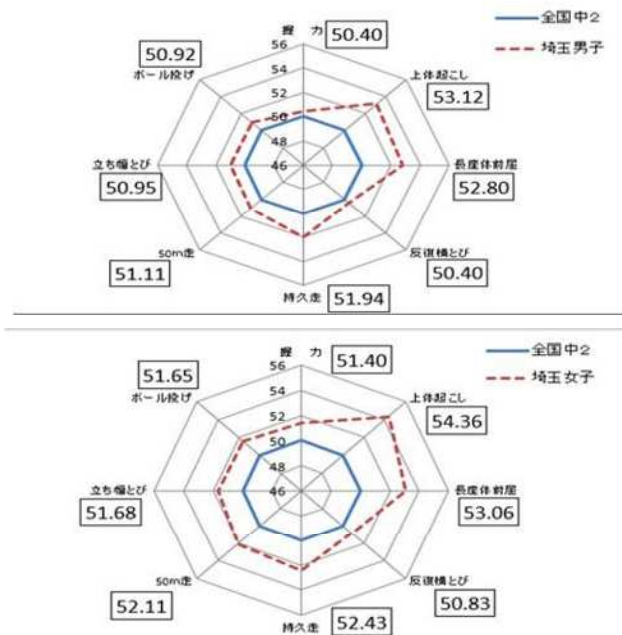


図5 R4全国平均値とR4県平均値との体力の比較
 (2)「令和4年度新体力テスト」から(図6)

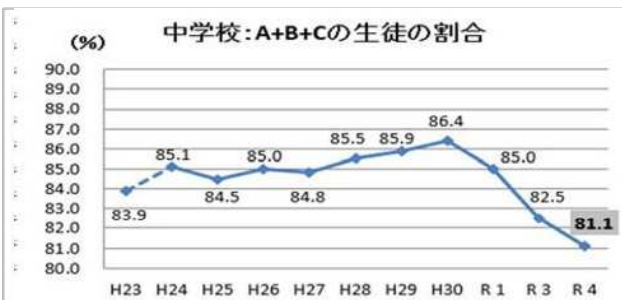


図6 新体力テスト総合評価 A+B+C の生徒の割合

課題

- 総合的な体力向上を目指した、組織的な取組の工夫
- ・全国の平均値との比較から見ると前年度との比較においては下回る結果となった。そのため、より一層の充実した取組が必要である。
 - ・生徒一人一人に必要な感を持たせ、主体的に取り組める内容を学校全体で工夫することで、引き続き総合的な体力の向上を図る。

3 体育的活動時の事故について

現状

- 令和3年度学校管理下の負傷発生件数(図7、図8)
- 学校管理下における負傷申請件数
 R2 11,307件 → R3 13,549件(2,242件増)
 - 体育的活動中の負傷申請件数
 R2 9,164件 → R3 10,932件(1,768件増)
 - 学校管理下における体育活動中の負傷発生割合
 R2 81.0% → R3 80.7% (0.3p減)
 - 学校管理下における体育的部活動中の負傷発生割合
 R2 42.2% → R3 42.2% (増減なし)

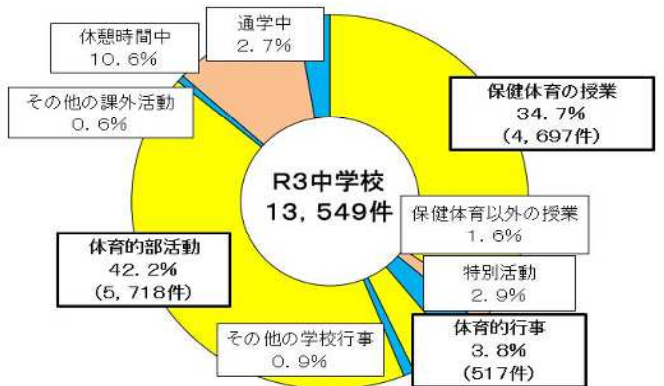


図7 負傷の場合別災害申請件数の割合 (R3)
 「独立行政法人日本スポーツ振興センター資料」から

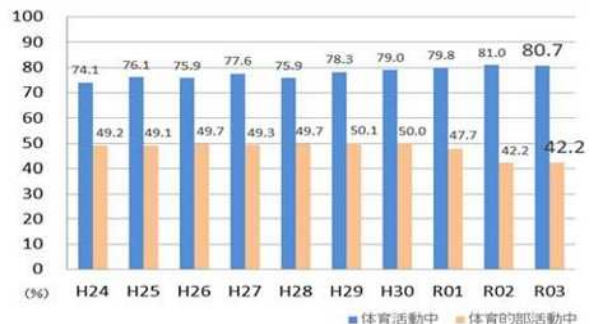


図8 負傷発生件数に占める体育的活動時及び体育的部活動中の割合 (R3)

課題

- 体育的活動時の事故防止の更なる徹底
- ・学校における負傷発生件数の80.7%が体育活動中に発生している。県の通知等をもとに、事故防止について更なる徹底を図る。
 - ・事故の未然防止策と発生時の適切な初期対応及び役割分担を明確にしたマニュアルの共通理解を図るなど、危機管理体制を確立する。

令和5年度の課題

- 1 学習指導要領の趣旨を踏まえた指導計画及び評価計画の活用・改善と学習指導の充実
- 2 総合的な体力向上を目指した、組織的な取組の工夫
- 3 体育的活動時の事故防止の更なる徹底

令和5年度の課題と努力事項

課題 1

学習指導要領の趣旨を踏まえた指導計画及び評価計画の活用・改善と学習指導の充実

1 指導計画作成の留意点

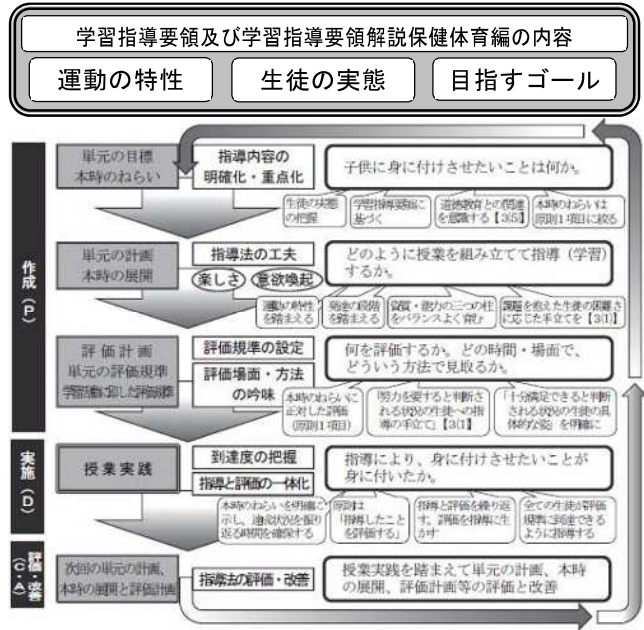
保健体育科の目標を達成するためには、地域や学校の実態、生徒の心身の発達の段階や特性等を十分考慮し、中学校の3学年間を見通した上で目標や内容を的確に定め、調和のとれた具体的な指導計画を作成することが大切である。

2 PDCAサイクルを確立したカリキュラム・マネジメントの視点

保健体育科の目標を達成し、運動好きな生徒を育成するためには、学習指導要領等に基づき、どのように単元及び1単位時間の計画を作成・実施・評価・改善し、次に向けて改善していくかという、PDCAサイクルを確立したカリキュラム・マネジメントの視点が重要である。

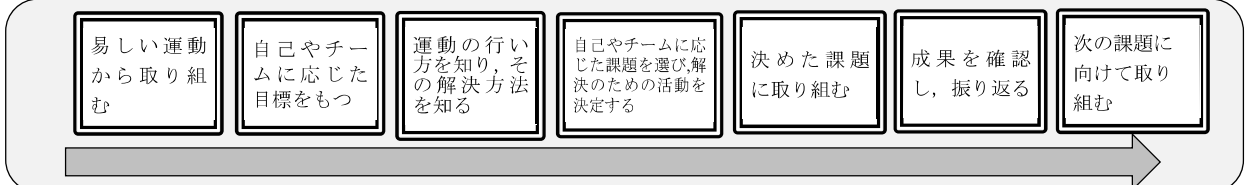
3 単元計画(指導と評価の計画)作成のポイント

【運動好きな児童生徒育成のための単元計画作成に向けたリーフレットの活用】(中学校版)



埼玉県中学校教育課程編成要領 P123 を参考にした PDCA サイクルのイメージ図

リーフレット 1 ページ目	リーフレット 2 ページ目	リーフレット 3 ページ目
<p>○単元を計画する前に必ず確認しておくべきことが記載されている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動の特性や魅力とは？ ・授業する生徒達の実態は？ ・この領域で目指す学習のゴール像は？ ・体育授業で運動好きな生徒を育成していく手立ては？ 	<p>○単元を計画していく時のポイントが記載されている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・単元前半(出会う)場面のポイント ・単元中盤(知って・考えて・高め合う)場面のポイント ・単元後半(振り返る)場面のポイント ・三つの資質・能力をバランスよく配置するためのポイント 	<p>○単元計画(指導と評価の計画)例が、P2「単元計画作成のポイント」とリンクさせながら記載されている。</p> <p>運動好きな児童生徒育成のためのリーフレット R4.3 埼玉県教育委員会</p>



【単元における学びのプロセス例】※中央教育審議会答申別添資料 12-3「運動領域における学習過程のイメージ」より抜粋

学びや伸びを積み重ねる指導計画の工夫

単元の前半では、運動の特性や魅力に触れる楽しさや喜びが味わえるよう、全員で行える易しい運動に取り組んだり、既習内容の確かめとなる運動や、試しのゲームを行う。

運動の行い方や運動・安全の確保の仕方などの科学的知識を基に運動の技能を身に付けることで、その理解を一層深めるなど、知識と技能を関連させて学習できるようにする。

単元を通して一人一人が「楽しさ」を味わえたり、「伸び」を実感したりしながら資質・能力を育むことができるよう工夫する。

1 単位時間の授業のみで学習を完結するのではなく目指すゴール像へ向けて、単元を通してつながりをもたせ、それを生徒が感じることができるようにする。

4 指導と評価の一体化

指導と評価の一体化についての基本的な考え方

(1) 指導する事項を明確にする

生徒の実態を踏まえつつ、学習指導要領の趣旨等に基づき、本単元で指導する内容を明確にする。各学年の指導内容及び指導方法の在り方について、各学校で十分に吟味して指導する。

(2) 評価の観点と評価方法を明確にする

指導内容を明確にしたうえで、評価の観点を設定するとともに評価方法を整理する。各時間において指導したことを全て評価することに留意する必要はなく、重点的に指導し評価する事項を明確化し、設定した評価方法に基づき適切に評価する。

(3) 評価する機会を設定する

指導する事項のうち、いつ、何を、どのように評価するのかを計画する。計画的に指導したうえで、適切に評価することが求められる。その際、評価のための指導に陥ることのないよう留意する。評価が先にあるのではなく、まず指導があり、生徒の学習の過程や結果の状況と評価基準とを重ね合わせながら、適切に評価する。また、指導したことをその時間内に評価するのではなく、引き続き指導する観点から、敢えて指導と評価の時間をずらすことも考えられる。さらに、単元の前半に設定する評価については、その結果をもって単元全体の評価とするのではなく、単元後半につなげる指導のための評価という観点を踏まえ、必要に応じて単元終了時まで指導と評価を繰り返すことが大切である。

【指導と評価の計画(例)(8時間扱い) 本時は○印 6/8時】

時間	1	2	3	4	5	⑥	7	8	
ねらい	※ 単元の明確なゴール像(目標や内容「何を学ぶか」、資質・能力「何ができるようになるか」など)を明確にした上で、各時間のねらいを設定し、記入する。								
指導内容	※ 各時間のねらいに沿った指導内容や、単元のゴール像に向けて各時間で必要となる指導内容について記入する。								
学習過程	0分 オリエンテーション 例 1・・・ 2・・・ 3学習の進め方の確認 4基本的な既習技の確認 5・・・	例 ※ この通し番号と、「本時の学習と指導」の(3)展開における「学習活動・内容」で示す通し番号を一致させる。		1 集合、整列、挨拶、健康観察 2 前時の振り返り 3 準備運動 4 学習の場づくり、用具の準備 5 感覚づくりの運動 6 本時のねらいや学習内容等の確認 7 練習 8 練習の成果の確認(記録会、発表会、ゲーム等) 9 自己評価、相互評価 10 整理運動、片付け 11 学習の振り返りとまとめ 12 整列、健康観察、挨拶				※ 授業で教えるべきことを明記する。 ・技能だけでなく、他の指導内容についても明記する。 ・「共通に学ばせること」(生徒に教えること)と「自主的・主体的に学ぶこと」(生徒に委ね、考えさせること)を明確にする。	
50分									
評価計画	知・技	①			②③		④		
思・判・表	態	①	「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」を、単元を通してバランスよく評価する。						
方法	観察・カード	観察・カード						観察・カード	
場面	3, 4, 9	7, 8, 9						3, 4, 9	

1 単位時間の指導計画作成のポイント

【導入】

- ① 本時のねらいの明確化
- ② 主運動を意識した「感覚づくり」運動の重視



【展開】

- ③ 思考を促す発問の工夫
- ④ 豊富な運動量の確保
- ⑤ 「学び合い」(対話的な学び)の充実
- ⑥ ICTの効果的な活用
- ⑦ 指導と評価の一体化



【整理】

- ⑧ 「振り返り」と「まとめ」の重視

5 ICTの効果的な活用

保健体育科におけるICTの効果的な活用場面

- ① 生徒の学習に対する興味・関心を高める場面
- ② 生徒一人一人が課題を明確に把握する場面
- ③ 動きを撮影した画像を基に、グループでの話し合いを活性化させる場面
- ④ 学習の成果を確認し、評価の資料とする場面
- ⑤ 情報の収集や表現をする場面

「教育の情報化に関する手引き - 追補版 - (令和2年6月)」より抜粋

知識及び技能の習得の場面

技ごとの動画を繰り返し視聴したり、スローで再生したりする。

知識の理解が深まる。

AEDの使用手順を動画で再確認する。

撮影した自分の取組動画を視聴する。

修正点を意識して、再度実施することで、技能が確実に習得される。

思考力、判断力、表現力等の育成の場面

各自の視点で、ゲームの撮影動画を確認することで、チームの特徴に応じた作戦を考える。

各自で考えたチームの特徴に応じた作戦をチーム内で話し合う。

思考力、判断力、表現力等の育成が促進される。

学びに向かう力、人間性等の涵養の場面
過去の自分の記録や動きを確認する。

自己の変容を確認する。

愛好的な態度の涵養につながる。

6 豊かなスポーツライフの実現に向けた運動やスポーツの多様な楽しみ方

学習指導要領の内容の取扱いの配慮事項に、「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」と明記されており、共生の視点を重視して改善を図ることが重要である。

(1) 男女共習について

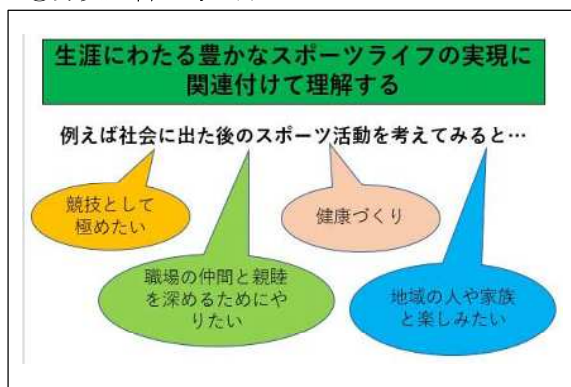
体力や技能の程度及び性別の違い等にかかわらず、仲間とともに学ぶ体験は、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた重要な学習の機会であることから、原則として男女共習で学習を行うことが求められる。

① 埼玉県における男女共習の現状

令和4年度「中学校体育に関する調査」から
○ 選択授業の実施 授業形態 調査対象 356校

全て男女共習	一部男女別習	一部男女共習
43.8%	50.6%	5.6%

② 男女共習の考え方



保健体育科の目標では「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」とされており、生涯スポーツの視点を持ち、授業を展開していくことが大切である。

男女が一緒にスポーツを学ぶことで、生徒個人の能力や、可能性を伸ばすだけでなく、他者とのより良い関係を構築し、生活していく力が育成できる。体育授業における男女共習は、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に関連付けて理解することが大切である。

例えば、男子にも女子にも体力の高い生徒、低い生徒はいる。運動が得意な生徒、苦手な生徒もいる。男女の違いということではなく、生徒一人一人の違いを「個性」と捉え、豊かなスポーツライフの実現に関連付けながら、体育における学びについて考えることが重要である。

③ 男女共習授業の実践に向けて



- ・ グループ学習の中で、補助や組み合うことはできなくても、アドバイスをし合うことは可能であり、違った視点からの気づきや発見も得られやすい。
- ・ 体格差による接触プレイでの怪我や事故など安全面について留意し、実態に応じた教材・教具、ルール、場、グループ編成などの工夫が必要である。

(2) 障害のある生徒などへの指導について

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。

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、スポーツを通じた共生社会の実現につながる重要な学習の機会である。

保健体育科においては、実技を伴うことから、全ての生徒に対する健康・安全の確保に細心の注意が必要である。そのため、生徒の障害に起因する困難さに応じて、複数教員による指導や個別指導を行うなどの配慮をすることが大切である。

指導に際しては、中学校学習指導要領解説保健体育編 234 ページ、235 ページに、学校や地域の実態に応じた配慮の例が示されている。

7 資料の活用

県立総合教育センター
学校体育コミュニケーションサイト
<https://ecsweb.center.spec.ed.jp/J001/>



< 計画作成及び学習指導の改善に関する資料 >

- ・ 中学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説
平成 29 年 7 月 文部科学省
- ・ 「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 令和 2 年 3 月 国立教育政策研究所
- ・ 埼玉県中学校教育課程編成要領
平成 30 年 3 月 埼玉県教育委員会
- ・ 埼玉県中学校教育課程指導・評価資料
令和 3 年 3 月 埼玉県教育委員会
- ・ 埼玉県中学校教育課程実践事例
令和 4 年 3 月 埼玉県教育委員会

課題2

総合的な体力向上を目指した、組織的な取組の工夫

○学校の教育活動全体を通じた組織的な取組

令和4・5年度埼玉県体力課題解決研究指定校の越谷市立武蔵野中学校では、研究主題を「生きる力を培うねばり強い生徒の育成」、副題を「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資質・能力の育成」とし、研究主題の具現化に向けて、授業部会、健康増進部会、調査研究部会の三つの部会をつくり、全校を上げて取り組んでいる。

以下に令和4年度の取組の一部を紹介する。

(1) 9年間の系統性を捉えた指導計画の作成

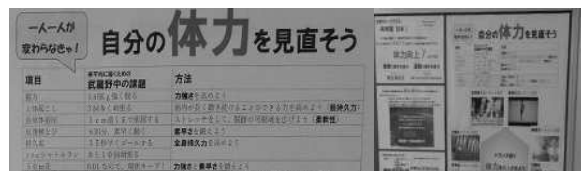
越谷市児童・生徒体力向上推進委員会及び大間野小学校と連携し、意図的で計画的な学習指導の展開を図るため、単元配列表の見直しを行った。

(2) 健康教育の計画的な実施の充実

全校生徒を対象に、「コロナ禍の生活と健康アンケート（食・睡眠・休養・運動）」を実施。コロナ禍の生活習慣と体力との関係を調査し、教職員、生徒保護者と結果を共有し、学校全体で健康教育の充実に努めた。

(3) 自己肯定感を高める新体力テスト結果の掲示

自校の全体結果や、生徒の上位者の成績を掲示した。また、新体力テストの結果を踏まえ、個々の課題に応じたトレーニングを「体づくり運動」に取り入れた。



新体力テストの課題を克服する取組と方法を明記

【研究の成果（令和4年度）】

- ・小中連携により、教員が系統性や目指す動きを意識したことで、小学校で実施した授業内容の重複や、9年間の目指す動きのゴールをイメージしながら授業を行えた。
- ・体力向上委員会に3部会を設置したことにより保健体育科だけでなく学校全体で取組を行っていく意識が高まった。

各学校においても、体力課題解決研究指定校の実践を参考に、体力向上を記録の向上のみで捉えるのではなく、生徒一人一人が「何のために体力を高めるのか」を科学的に理解し、自ら体力を高めようとする意欲を醸成できるよう、組織的な取組を推進していただきたい。

課題3

体育的活動時の事故防止の更なる徹底

県教育委員会では、毎年度当初「体育的活動時における事故防止について」、「体育授業・運動部活動における事故防止の5則」、「運動会・体育祭等の体育的行事における事故防止について」及び「水泳等の事故防止について」等を通知し、事故防止の徹底を図っている。

各学校においては、これらの通知をもとに、全校を挙げての事故防止の更なる徹底及び迅速かつ適切な初期対応を行うことが重要である。

【留意事項】

- 児童生徒の実態に即した種目の選定
- 十分な練習時間の確保と計画的な指導の実施
- 危険発生時の予測と安全確保の徹底
- 生徒の健康状態の把握と、活動前・活動中・活動後の健康観察の徹底
- 感染症予防対策の徹底
- 緊急対応マニュアルの作成と検証
- 事故発生時の迅速かつ適切な対応とAEDの設置及び携行
- AEDの使用方法の確認と定期点検
- 事故発生時の適切な対応とAEDの使用

「運動会・体育祭等の体育的行事における事故防止について（通知）」（令和4年4月27日付 教保体第216号）から抜粋

また、近年は猛暑・酷暑を記録する日数が増え、生徒が熱中症の疑いで救急搬送されるという事案も多く発生しており、重大事故につながるケースもある。

令和4年度においても、熱中症事故の防止については、万全を期した対応が求められる。

【留意事項】

- 熱中症の発生が予見される環境下で活動する場合には、気象庁の情報や環境省の熱中症予防情報サイトの暑さ指数等の情報に十分留意し、気温・湿度等の環境条件に配慮した教育活動を実施すること。
- 熱中症警戒アラート発令時や、最高気温が35度以上の予報が出された場合には、活動の中止、延期、見直しを検討し、児童生徒の安全確保を最優先とすること。
- 熱中症は、気温にかかわらず発生する傾向があるため、長時間に及ぶ活動や激しい活動を避けること。また、屋外のみならず屋内においても発生する可能性があるため、換気を十分行うなどの屋内環境の整備に努めること。
- 体育の授業においては、マスクの着用は必要ないこと。

「体育的活動時の熱中症事故の防止について（通知）」（令和3年8月18日付 教保体第861号）から抜粋