

高等学校体育

平成30年告示の学習指導要領（以下「学習指導要領」という。）が年次進行で実施となり、2年目を迎える。それ以降の年次（3年次以降）の評価以外の指導等は、学習指導要領に基づいて行うよう留意することとなっている（令和4年度学校体育必携35ページ参照）。

学習指導要領の基本的な考え方は、①社会に開かれた教育課程を重視すること ②確かな学力を育成すること ③豊かな心や健やかな体を育成することである。そして、体育の目標は、「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、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成する」ことである。

また、「スポーツを通じた共生社会の実現」につながるよう、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、「する、みる、支える、知る」といった運動の多様な楽しみ方を社会で実践することができるよう指導の充実・改善を図ることが重要である。そして、人間の活動の源であり、「生きる力」の重要な要素である体力について、学習の結果としてより一層向上を図ることが大切である。

体育的活動時の事故防止等については、保健体育科教員として特に使命感を持って徹底することが重要である。併せて、コロナ禍において、引き続き、感染防止対策に留意しながら、教育活動を継続できるよう願います。

令和4年度の課題

- 1 新学習指導要領の趣旨を踏まえた指導と評価の充実
- 2 授業改善を踏まえた体力の向上
- 3 体育的活動時の事故防止及び新型コロナウイルス感染防止の徹底

1 学習指導について

成果

- (1) 「体育に関する調査」から（全日・定通）
- 年間指導計画を作成している。
全日136校（100%） 定通26校（100%）
 - 平成30年告示の学習指導要領に基づく評価規準を作成済、令和4年度内に作成予定である。
全日133校（97.8%） 定通26校（100%）
 - 科目体育における領域選択について、実施済

実施に向けて検討している。

- 全日135校（99.3%） 定通23校（88.5%）
- 男女共習について、入学年次の全ての領域で実施済、一部の領域で実施している。
全日113校（91.1%） 定通23校（95.8%）
- 全学年で男女共習を実施していない。
全日7校（5.6%） 定通1校（4.2%）

(2) 「体育地区研究協議会」から

- 三つの資質・能力の育成に向けた「指導と評価の計画」の立案がなされていた。
- 男女共習に向けた指導の工夫や、ICTの有効活用及び学習カードの工夫等が図られていた。
- コロナ禍における感染防止対策を講じた授業及び学校運営が行われていた。

現状

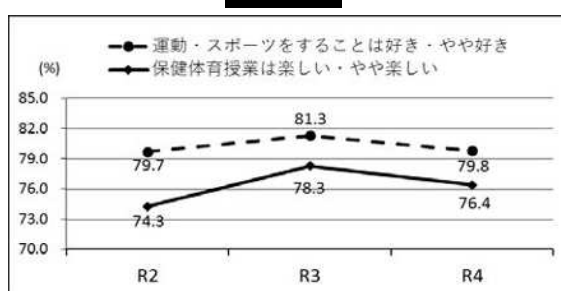


図1 運動・スポーツ好意度及び保健体育授業調査

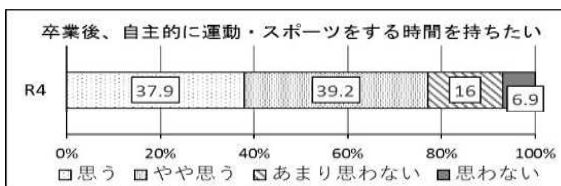


図2 運動・スポーツ好意度調査

課題

(1) 学習指導要領の趣旨を踏まえた学習計画の充実

- 3年間の見通しをもち、領域選択及び男女共習を反映した年間指導計画を作成する。
- 三つの資質・能力の指導内容を把握し、[入学年次]と[その次の年次以降]ごとの〈単元の評価規準〉を作成する。
- 指導の重点化を反映した「指導と評価の計画」を作成し、評価機会を明確にする。

(2) 生徒が意欲的に取り組む授業づくり

- 運動やスポーツとの多様な関わり方を踏まえた楽しい授業となるよう指導の工夫を図る。
- 単元や内容のまとまりの中で、「主体的・対話的で深い学び」につながる学習機会を設定する。
- カリキュラム・マネジメントの視点に基づいたPDCAサイクルを確立する。
- BYODを含むICTを有効活用し、学習カード等を工夫し、教員の業務改善を図る。

2 生徒の体力等について

成果

- (1) 令和4年度「新体力テスト」から(全日制)
 ○総合評価A+B+C 86.9%(目標値:90%)
 ○第3期埼玉県教育振興基本計画(R1~R5)指標①5段階絶対評価で目標を達成した学校の割合 38.2%(目標値:55.0%以上)
- (2) 「体育地区研究協議会」から
 ○各学校の実態を把握し、高める体力の要素に注目しながら、長期休業中も運動機会を確保し、継続的に取り組めるよう内容を工夫していた。
 ○ICTを有効活用し、仲間と関わり合いながら主体的に取り組めるよう指導方法を工夫していた。

現状

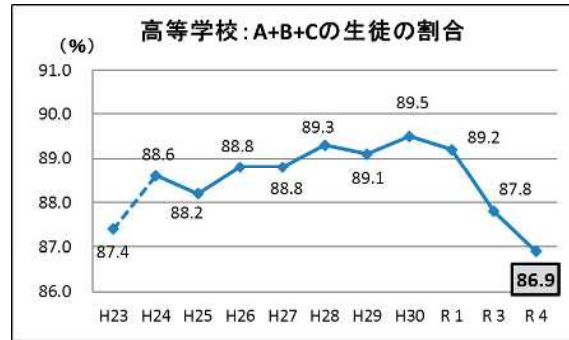


図3 新体力テスト(A+B+C)割合の推移

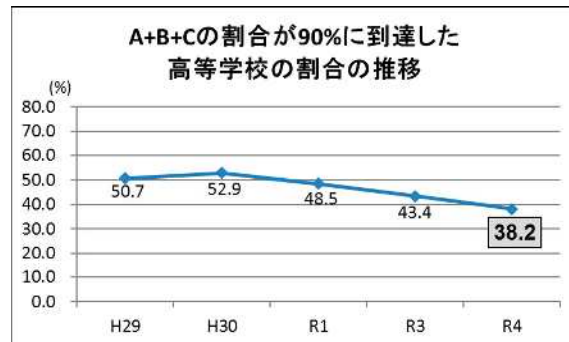


図4 第3期埼玉県教育振興基本計画の指標①

課題

- 主体的に体力を向上できる資質・能力の育成
- 「体づくり運動」の学習を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わわせるとともに、健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識できるようにする。
 - 体力プロフィールシート等を活用し、段階的な目標を設定するとともに、扱う領域において高まる体力要素を把握できるようにする。
 - ICTを効果的に活用しながら、仲間とともに運動の多様な楽しみ方を学べるようにする。

3 体育的活動時の事故の現状・課題及びコロナ禍における対応について

現状

※R2年度比

- R3負傷申請件数 10,265件(1,138件増)
- R3体育的活動中(□囲み部分)の負傷申請件数割合 87.0%(0.2p増)
- コロナ禍による体育的活動について、国及び県通知等に則った適切な対応が求められる。

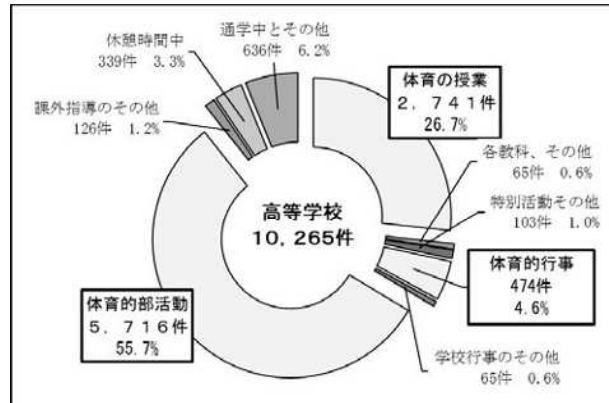


図5 R3負傷の場合別災害申請件数の割合

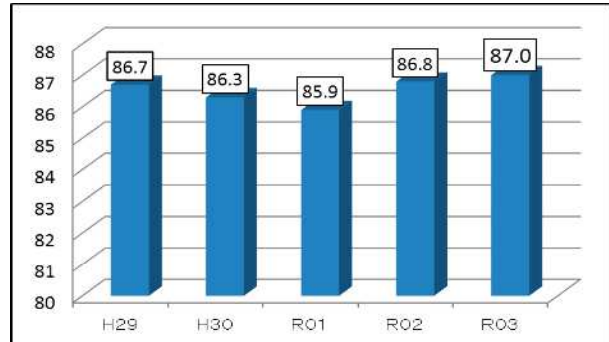


図6 R3負傷総数に占める体育的活動時の割合

課題

- (1) 体育的活動時の事故防止の徹底
- 施設・用具等の安全点検や生徒の健康状態の把握等、事故や怪我の防止を更に徹底すること。
 - AEDの使用を含め、事故が発生した際、適切かつ迅速な対応ができるようにしておくこと。
- (2) コロナ禍における適切な体育的活動の実施
- 国や県からの通知内容を着実に把握し、適切に対応すること。
 - 日々の健康観察や換気などの基本的な感染防止対策を継続していくこと。

令和5年度の課題

- 1 学習指導要領の趣旨に基づく学習指導の改善
- 2 体力向上に向けた取組の工夫
- 3 体育的活動時の事故防止の徹底及び新型コロナウイルス感染防止対策への留意

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に基づく学習指導の改善

学習指導要領が昨年度から年次進行で実施となり、その趣旨に基づいて行うことが求められている。着実に実施していくためには、科目の目標や指導内容はもとより、「第3款 各科目にわたる指導計画の作成と内容の取扱い」も十分に把握しておく必要がある。

また、本県体育課題の一つである「運動好きな児童生徒の育成」に向けて、引き続き、楽しい授業となるよう、より一層指導の工夫を図ることが重要である。

1 学習指導要領の全体構造の再確認



学習指導要領の全体構造の背景や意義については、改めて確認し着実に理解しておくことが大切である。

生徒がこれからの未来社会の創り手となっていく上で、必要な資質・能力を育成するためには、学校が社会等と接点を持ちつつ、多様な人々とつながりを保ちながら学ぶことができる**開かれた環境**となることが不可欠である。そして、学校が社会や地域とのつながりを意識し、「**社会の中の学校**」であるためには、学校教育の中核となる教育課程（学校教育の目的や目標を達成するための教育計画）もまた社会とのつながりを大切にする必要がある。

この「**社会に開かれた教育課程**」を実現するために、学習する生徒の視点に立ち、「何ができるようになるか」という観点から、育成を目指す資質・能力が三つの柱に整理され、その資質・能力を育成するために「何を学ぶか」という、必要な指導内容等が見直され、その内容を「どのように学ぶか」という生徒の具体的な学びの姿の視点が示された。

そして、各学校が設定する学校教育目標を実現するために、学習指導要領等に基づき教育課程を編成し（Plan）、それを実施（Do）・評価（Check）し、改善（Action）していく「カリキュラム・マネジメント」を実現することが重要である。

2 系統性のある「年間指導計画」の作成

体育における根幹となるPlanは、「年間指導計画」である。

学習指導要領では、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、4年ごとのまとまりで指導内容を体系化されている。高等学校では、「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」として、各領域の選択や男女共習を基本としている。各学校の実態に鑑み、育成する生徒のゴール像をイメージするとともに、社会に開かれた教育課程の実現に向けて、以下の〈年間指導計画作成ポイント〉を着実におさえながら作成していただきたい。

〈年間指導計画作成ポイント〉

- ① 1単位当たり35単位時間とする（1単位時間50分の場合）。2単位の学年は70単位時間、3単位の学年は105単位時間で計画する。
- ② 共生社会実現の観点から、原則男女分けずに表記し、領域A「体づくり運動」及びH「体育理論」は、全ての学年で実施する。
 - ・体づくり運動は、2単位の学年で7単位時間以上、3単位の学年で10単位時間程度相当する。
 - ・体育理論は、単位数関係なく各年次6単位時間以上相当する。
- ③ その他の領域は、安全を十分に確保した上で、生徒が自由に選択して履修することができるよう配慮する。
 - ・入学年次では、B「器械運動」・C「陸上競技」・D「水泳」・G「ダンス」から一つ以上、E「球技」・F「武道」から一つ以上選択できるようにする。また、Eのみの選択となる場合は、二つの型を履修とする。
 - ・その次の年次以降では、B～Gから二つ以上選択できるようにする。
- ④ 計画内容には、領域を記入し、単元を（ ）で示す。（例：球技（ゴール型）・武道（剣道）・ダンス（創作ダンス）から選択）
- ⑤ 領域選択の仕方や、学校の実態に応じて行えない領域や限定している領域がある場合は、留意事項として計画表外に記入する。

3 「指導と評価の計画」の充実と指導の工夫

実際の授業を工夫・改善し続けるためには、年間指導計画を基に作成する各単元の「指導と評価の計画」を充実させることである。詳細な作成の仕方や評価等については、「令和4年度学校体育必修第63号の〈特集〉」等を参照していただきたい。

運動好意度及び保健体育調査結果のグラフ

(24ページ図1)からも伺えるように、運動・スポーツの好意度と保健体育授業の楽しさは、比例する傾向にある。生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現やスポーツを通じた共生社会の実現を図るためには、一人でも多くの生徒が保健体育の授業は楽しいと感じられる指導を行うことである。

ここでは、2つの指導内容を基に、三つの資質・能力を関連させながら楽しく授業を行うポイントを紹介する。(下図参照)

【入学年次の次の年次以降における武道(剣道)】

(1) ICTの有効活用と学習カードの工夫

「伝統的な考え方」について、学習した「知識」を基に、仲間とともによりよい所作を提案し合い、行動や「態度」を身に付けていくことを計画している。1時間目を行うに当たっては、生徒の心を惹きつけることが重要である。

そこで、事前アンケートの際、QRコードを活用すると、生徒のイメージや考え、要望等を瞬時に集計することができる。そして、その内容を考慮しながら指導していくことで、生徒に安心感を与え意欲の向上にもつながる。教師からの安心感は、楽しさへの入り口と考える。



また、画像や文章だけにとどまらず動画等を活用したり、学習カードを発問形式に改善しデジタル化したりすることで、知識の定着が図りやすくなり、そのあとの指導も生徒にスムーズに浸透するものとする。さらに、教員の業務改善にもつなげることができる。

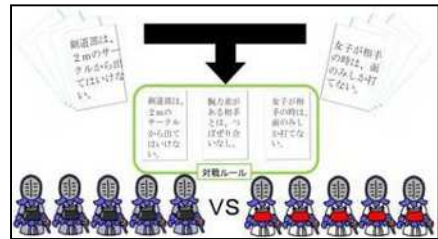


(2) 楽しいルールづくりの工夫

「共生」について、剣道を楽しむための調整の仕方を見付け合いながら、一人一人を大切にしようとする「態度」を身に付けていくことを計画している。

そこで、ルールを柔軟に捉え試合等を行う方法が考えられる。例えば、チームごとに考えたルールを手持ちのカードとして作成し、対戦相手(チーム)同士が「折り合い」を付けながら、決めたルールで試合(ゲーム)を行うことで、明るい雰囲気となり、相手への思いやりや配慮といった態度の醸成に近づくものとする。正式なルールで楽しく実践できるようにするためにも、一人一人を大切にしようとする態度の育成は重要である。

共生の視点による「男女共習」等は、決して上手な生徒が我慢したり、させたりすることではないということを教師も生徒も十分理解し、生徒が笑顔になれる授業、教師が笑顔である授業づくりに向けて、「小さじ一杯の工夫」をし続けていきたい。



時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	授業づくりのポイント	
学習の流れ	用具の準備と点検、健康観察、準備運動及び体力を高める運動(表録り含む)、本時の学習内容の確認(各者から1名時間短縮の準備運動は、各グループが指定された順番に行う。)																					
評価機会	知識	①		③																		学習カード・観察
	技能																					総括的な評価
単元の評価	知識																					観察・学習カード
	技能																					
評価	<p>①「伝統的な考え方」</p> <p>②「共生」</p>																					
単元の評価	<p>①伝統的な考え方とは、対戦相手は「道」を追求する大切な仲間であることについて、言ったり、書き出したりしている。</p> <p>②乱議では、各組目でいられる技の名称や用語があり、それぞれの技には、技の向上につながる重要な動きや用具の操作のポイント及び安全で合理的、計画的な練習の仕方があることについて、言ったり、書き出したりしている。</p> <p>③乱議の項目によって必要な体力要素があり、その技能に関連させながら体力を高めることができることについて、学習した具体例を挙げている。</p> <p>④相手を打つとして竹刀の先が上下に動いたとき、刺ができた小手を打つことができる。(出ばな小手)</p> <p>⑤相手が面を打つとき、竹刀ですり上げて面を打つことができる。(面すり上げ面)</p> <p>⑥相手が面を打つとき、膝をさばきながら竹刀で返け、手首を返して刺を打つことができる。(面返し刺)</p> <p>⑦相手を尊重するなどの伝統的な行動をする場面で、自己や仲間の活動を振り返り、よりよい所作について提案している。</p> <p>⑧力や技能の相違、性別等の違いを踏まえて、仲間とともに刺激を生かしたための調整の仕方を発見している。</p> <p>⑨練習や試合の場面で、自己や仲間の活動を振り返るための活動の仕方を提案している。</p> <p>⑩相手を尊重し、礼法などの伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。</p> <p>⑪一人一人の違いに応じた評価や観察を大切にしようとしている。</p> <p>⑫乱議の学習に主体的に取り組もうとしている。</p>																					

課題2

体力向上に向けた取組の工夫

コロナ禍となって、4年目となるが、25ページの新体力テストのグラフからもわかるように、生徒の体力は低下していることが伺える。これは、全国的な傾向であり、新型コロナウイルス感染症の影響が大きな要因と考えられる。校種別に見ると、高等学校においては、その低下傾向は緩やかであり、先生方の不断の献身的な取組の成果であると感謝する次第である。

他方、教師がコロナ禍以前の体力を取り戻そうと躍起になったり、コロナ禍以前のやり方を前例踏襲したりしている側面も伺える。ねらいのないトレーニング的な授業や目標タイムを切るまで走り続けるような授業では、自主性や主体性の育成は困難である。同時に、事故や怪我につながる危険性が高まる。課題3でも触れるが、学校管理下の負傷申請件数は増加傾向にあり、体育的活動時の割合は令和2年度以降高まっている。

たとえ、前述したような授業により体力が向上したとしても、それは一過性のものであり生徒自身の必要観が高まらなければ、体育の目標である「生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する」ための資質・能力の育成にはつながりにくい。

学習指導要領解説には、「体を動かす楽しさや心地よさを味わわせるとともに、健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識させ、学習した結果としてより一層の体力の向上を図ることができるようにする」とある。また、各領域における体力の高め方として、種目の特性ごとに高まる体力要素を示しつつ、「技術と関連させた補助運動や部分練習を取り入れ、繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることを（知識として）理解できるようにする」とある。

つまり、体育の授業は、体力を高めることが目的ではなく、学習の結果として獲得できる力ということを十分理解した上で、取り組むことが重要である。

どの生徒にも保障されている体育授業を工夫し続けることで、生徒は、体力の必要性を理解し、意欲的に取り組むことができ、自ずと高めることができるという好循環を生み出せるよう、引き続き、日々の授業改善等を図っていただきたい。

毎年、13地区で行う研究協議会の会場校には、授業改善等の視点を踏まえた体力向上に関する報告をいただいている。

各学校においては、令和4年度の地区研究協議会会場校における実践研究を参考にしながら、引き続き、実態に応じた体力の向上につながる取組をお願いする。

1 ICTを取り入れ主体的に課題解決する力を育む体育授業（県立児玉白楊高等学校）

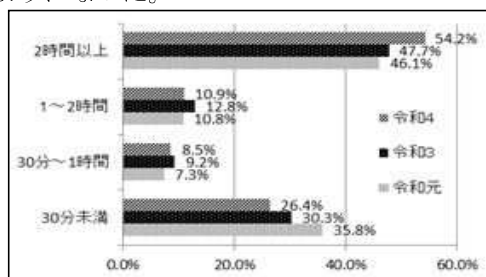
- **手法** 生徒のスマートフォンを活用し、自身の動きを撮影し合い、対話的な活動をする場面で目標とする動きと比較し、課題や解決策を見付け合い練習することを繰り返す。
- **成果** 普段声かけしても運動意欲が上がらない生徒が、積極的に取り組み仲間との対話や自身の動きの改善を図ろうとするようになった。主体的になり、結果的に体力の向上につながった。



学習前	動画を見ると、スペースをうまく活用できていなかった。予想より面白い動きをしていた。
学習後	(学習前の)動画とフォーメーションの例を比べて、改善したい部分の分かりやすかった。撮影した動画を比べると成長がわかりやすかった。

2 長期休業中の運動機会の確保（川越市立川越高等学校）

- **手法** 生徒自身が改善したい体力課題を設定し、提示された基本的な運動内容（腕立て・腹筋・背筋・スクワット・ランニング・ウォーキング・縄跳び・球技・その他）から選択して実施する。夏季休業期間を5期に分け、1期当たり2回の運動を行い、実施した内容と時間をGoogle classroom等で報告する。
- **成果** コロナ前の令和元年度より運動時間を確保しているとともに、多くの生徒にとって、課題の克服や運動の習慣化、継続化につながるようになった。



3 持久力向上を目指した主体的・対話的で深い学びの実践（県立熊谷商業高等学校）

- **手法** 記録を参考にチームをつくり、時間走を行うに当たり、チームで定めた目標に対して、「ビルドアップ走」・「インターバル走」・「ペース走」・「バッシュートラン」から走り方を選択して行う。
- **成果** チームの状況を踏まえ主体的にトレーニング方法を選択し、仲間とともに走ることで楽しみながら持久力を向上することができた。目標を明確にすることで、運動が苦手な生徒も仲間と励まし合いながら運動することに楽しさを感じられるようになった。

	2年次生（秒）	3年次生（秒）
令和2年度	283.36	284.86
令和3年度	283.18	284.45
令和4年度	281.70	282.33

（新体力テスト持久走の平均値の比較・女子）

課題3

体育的活動時の事故防止の徹底及び新型コロナウイルス感染防止対策への留意

毎年度当初、小・中・高共通して、「体育的活動時における事故防止について」及び「体育授業・運動部活動における事故防止の5則について」を通知しているが、学校管理下の負傷申請件数及び体育的活動時の負傷割合は高まっている。教育公務員として、防げる事故は未然に防ぐことを使命と捉え、更なる事故防止を徹底すること。また、事故が起こってしまった場合に備え、学校全体として**適切かつ迅速に対応できる体制づくり**が重要である。特に、事故発生時の保護者への丁寧な説明や管理職への速やかな「報告・連絡・相談」、事故後の教育活動を含む具体的な対応を適切に行うこと。

また、コロナ禍でも教育活動を継続できるよう、引き続き、国や県の通知等に則り感染防止対策に留意するとともに、生徒や保護者、地域等に対して、丁寧な対応をお願いしたい。

1 事故防止に向けた三つのポイント

1 安全管理の徹底

- 施設や用具等、日々の安全点検や正しい使用の仕方を着実に実施し、異常がある場合は速やかに適切な処置を施す。
- 体育的活動を実施する場合、健康診断結果の

確認や、必要に応じて学校医等の健康相談を実施する。

- 活動前後の健康観察を徹底し、常に生徒の健康状態を把握する。
- 活動中は、生徒への声かけを中心に、健康状態を把握する。
- AEDの取扱いや応急処置法について、全教職員が対処できるよう研修会等を行う。
- 気象情報を積極的に入手し留意する。特に、**気温が35℃以上の場合、原則活動を中止することや、落雷等の危険性が少しでもある場合は、躊躇なく活動を中止する。**
- 国や県からの通知内容を着実に確認し、適切に対応する。

2 安全教育の充実

- 施設・設備・用具等の安全に留意して運動する資質・能力の育成
- 生徒が自己の健康状態や体力を知り、状況に応じて運動実践できる能力の育成
- 危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保する資質・能力の育成
- 自己や仲間の健康を維持したり、安全を保持したりする資質・能力の育成

3 事故発生時の対応

- 各学校の危機管理マニュアルに基づく、事故発生時の初期対応及び全教職員の役割分担や手順の共通理解を徹底する。
- 一人で対応することがないよう、全教職員が迅速に対応できるようにしておく。

2 コロナ禍での体育的活動時の留意事項

体育的活動の際においても、健康観察や換気（エアロゾル対策）など基本的な感染防止対策の徹底を継続していくことが重要であり、感染症の流行状況に応じて適切な対応をする必要がある。

また、以下の留意事項を踏まえつつ、感染状況等に応じて、生徒が自発的に感染防止対策に取り組めるよう丁寧な指導を継続していくことが大切である。

留意事項

- 国や県の通知等を着実に把握し、状況に応じた適切な対応をすること。
- 普段と体調が異なる場合等は、参加を自粛させるなど生徒の健康に配慮すること。
- 屋内での活動時は、効果的な換気を実施すること。
- 運動時のマスク着用は不要とする。ただし、様々な事情によりマスクの着用を希望する生徒がいる場合には、強制しないとともに該当生徒の体調の変化に注意し、必要に応じ休憩を取らせる等配慮すること。