

中学校体育

今回の学習指導要領の改訂では、教科の目標が、育成を目指す資質・能力の三つの柱（「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」）に沿って整理され、各教科等でのような資質・能力の育成を目指すのが明確となっている。

保健体育科においては、「各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付ける」こと、「運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う」こと、「生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う」ことが求められている。

各学校では、改定の趣旨等を理解し、確実に全面実施へ対応するとともに、引き続き、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に向けた取組をお願いする。

令和2年度の課題

- 1 新学習指導要領全面実施に向けた、遺漏のない計画的な準備
- 2 運動の特性や魅力に触れる楽しさや喜びを味わわせ、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成する授業の実践
- 3 総合的な体力向上を目指した、組織的な取組の工夫
- 4 体育的活動時の事故防止の徹底

1 学習指導の成果と課題

成果

- (1) 令和2年度「中学校体育に関する調査」から
 - 体育・健康に関する全体計画の作成状況
356校(100%)
 - 新学習指導要領に対応した年間指導計画の作成状況
R2に作成済 196校(55.1%)
R2中に作成 160校(44.9%)
[新型コロナウイルス感染症対策関係]
 - 指導計画を組み替えた 356校(100%)
 - 実施しない領域を設定した 204校(57.3%)
- (2) 令和2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時間の学習過程が明確になった。
 - 新学習指導要領に対応した指導計画を作成し、授業を実践した。

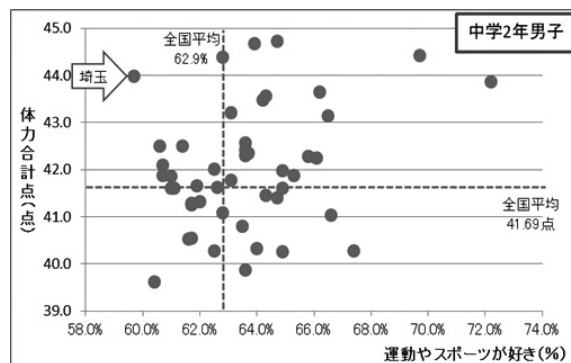


図1 体力合計点と運動・スポーツ好意度の関係
～全国体力・運動能力、運動習慣等調査質問紙(R1)から～

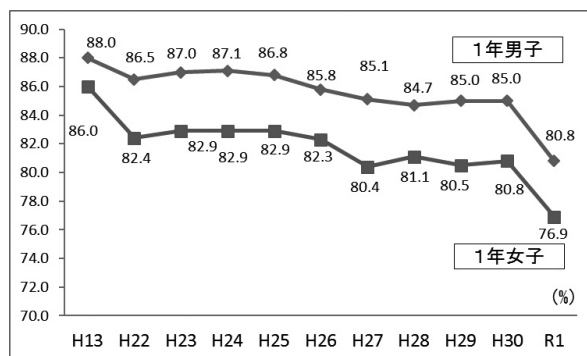


図2 クロールを25m以上泳げる生徒の割合
～埼玉県生徒の水泳能力に関する調査(R1)から～

課題

- (1) 指導計画・評価計画の活用・改善
 - 計画に基づく指導と評価を実施するとともに、学校や生徒の実態等を踏まえて改善を繰り返すことで、PDCA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て授業を展開する。
 - ICTを効果的に活用し、主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善につなげる。
- (3) 「学びの保障」のための教育活動の実施
 - 学習指導要領において指導する学年が規定されている内容で、前年度実施しなかった内容については、確実に実施する。

2 生徒の体力等の成果と課題

成果

- (1) 令和元年度「新体力テスト」(再掲)の結果から
 - 総合評価A+B+C(図3) 85.0%(1.4P減)
 - 第3期埼玉県教育振興基本計画(R1～R5)
 - ① 5段階絶対評価で目標を達成した学校の割合
53.2%(目標値:65.0%)
 - ② 8項目中5項目以上で目標を達成した生徒の割合
47.6%(目標値:54.0%)

(2) 令和元年度「全国体力・運動能力，運動習慣等調査質問紙」(中2男女) から

○ 1週間の総運動時間が60分未満の生徒(図4) 男子6.3%(全国7.1%) 女子18.8%(全国19.4%)

(3) 令和2年度「中学校体育に関する調査」から

○ 新体力テストを実施する(一部の種目を行わないことも含めて) 300校(84.2%)

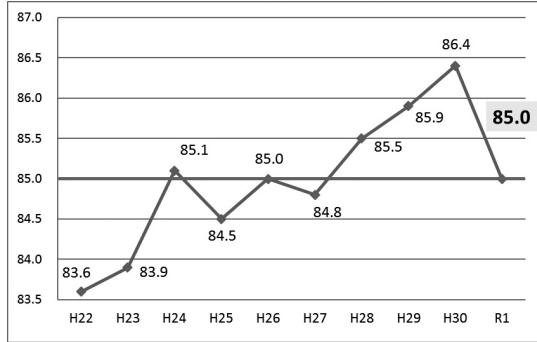


図3 新体力テスト総合評価A+B+Cの割合

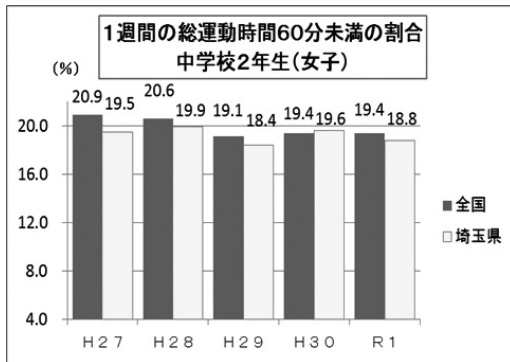


図4 1週間の総運動時間が60分未満の生徒の割合
～全国体力・運動能力，運動習慣等調査質問紙(R1)から～

課題

- 生徒の必要感と意欲を引き出す体力向上の取組
- ・ 新型コロナウイルス感染症の影響により，生徒の運動機会の減少と体力の低下は全ての学校の課題であり，一層の取組が重要である。
- ・ 生徒一人一人に必要感をもたせ，主体的に取り組める内容を学校全体で工夫し，体力の向上と同時に，意欲を喚起する。

3 体育的活動時の事故の現状と課題

現状

令和元年度学校管理下の負傷発生件数(図5, 図6)

- 学校管理下における負傷申請件数
H30 16,859件 → R1 16,615件(244件減)
- 体育的活動中の負傷申請件数
H30 13,323件 → R1 13,256件(67件減)
- 学校管理下における体育活動中の負傷発生割合
H30 79.0% → R1 79.8% (0.8p増)
- 学校管理下における体育的部活動中の負傷発生割合
H30 50.0% → R1 47.7% (2.3p減)

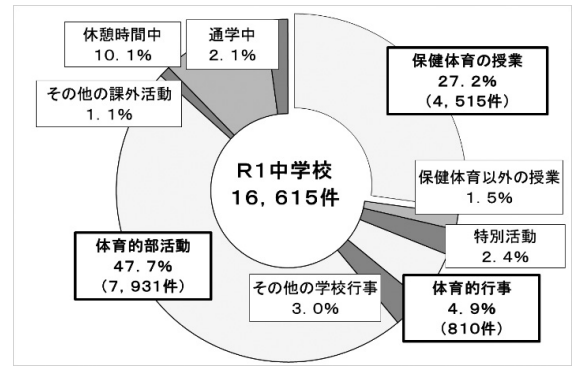


図5 負傷の場合別災害申請件数の割合 (R01)
「独立行政法人日本スポーツ振興センター資料」から

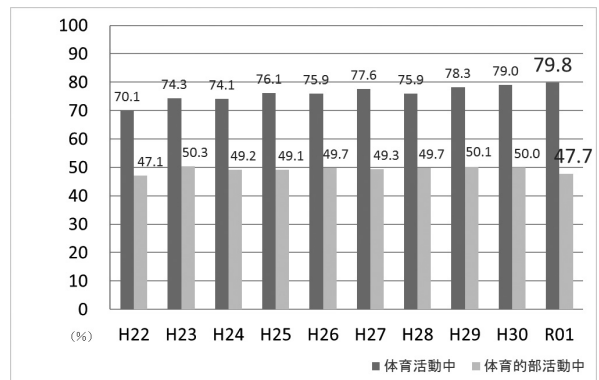


図6 負傷発生件数に占める体育的活動時及び体育的部活動中の割合 (R01)

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約8割が体育活動中に発生していることを踏まえ，事故防止について更なる徹底を図る。
- ・ 熱中症の発生が予見される場合は，的確な情報収集に努め，気温，湿度等の環境条件に配慮した教育活動を展開する。
- ・ 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。

以上のことから，本年度の課題を次のとおりとする。

令和3年度の課題

- 1 新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 生徒の必要感と意欲を引き出す組織的な体力向上の取組
- 3 体育的活動時の事故防止の更なる徹底

令和3年度の課題と努力事項

課題 1

新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 指導計画及び評価計画の活用・改善

計画の作成に当たっては、生徒が保健体育科の授業を通して学んだ「見方・考え方」を実生活や実社会で生かし、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ように、3年間を見通して作成することが重要である。

そのための留意点を以下に示す。

(1) 「体育や保健の見方・考え方」を働かせた指導

○体育の見方・考え方

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

○保健の見方・考え方

個人及び社会生活における課題や情報を、健康や安全に関する原則や概念に着目して捉え、疾病等のリスクの軽減や生活の質の向上、健康を支える環境づくりと関連付けること

- ・生徒の発達の段階に応じて、体育の見方・考え方を育むとともに、見方・考え方を働かせる場面を設定する。
- ・運動を楽しく行い、動きや技能が高まるとともに、体力の向上を実感できるような場面を意図的に設定する。
- ・運動についての生徒相互の見合いや教え合い、新たな知識の獲得が、楽しさや喜びにつながるようにするとともに、「運動はうまくなければ楽しめない」などの偏見やマイナスイメージを抱くことがないよう留意する。

(2) 指導事項の整理

右の表は、第1学年及び第2学年の「D 水泳」の指導事項を整理した例である。

各学校において、指導計画を作成する際には、単元の実施時期や配当時間等を踏まえて、2学年間を一つのまとまりとして捉え、解説に例示されている指導事項を整理し、「単元の目標」及び「単元の評価規準」を作成する際の参考にしていく。

【指導事項を整理する際の配慮事項】

- 各学校の実態を考慮して配置する。
(例示した学校の実態)
 - ・全学年で水泳を必修とする
 - ・第1学年では、クロールと平泳ぎを扱う
 - ・第2学年では、クロールと背泳ぎを扱う
 - ・バタフライと安全を確保するための泳ぎは扱わない など
- 例では水泳を取り上げたが、「C 陸上競技」や「E 球技」など1年間に複数種目取り扱う内容については、内容のまとまりごとに指導事項をバランスよく整理・配置する。

(3) 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、運動の特性に触れる楽しさが味わえるよう、生徒全員が初期段階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ったりする。
- ・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。

【参考】埼玉県中学校教育課程指導・評価資料 P156

		第1学年 (2クラス男女合同:教員3名)								第2学年 (2クラス男女合同:教員3名)								
		1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	
知識	①水泳の特性	●								●								
	②成り立ち																	
	③技術の名称や行い方		●										●					
	④働いて高まる体力							●										
技能	クロール	①キック		●									●					
		②プル																
		③組み合わせ			●									●				
	平泳ぎ	①キック				●												
		②プル																
		③組み合わせ					●											
背泳ぎ	①キック													●				
	②プル																	
	③組み合わせ																	
バタフライ	※実施に基づき履修しない																	
スタート	①クロール、平泳ぎ、バタフライ						●											
ターン	①平泳ぎ																	
思考・判断・表現	①出来映えを伝える					●												
	②練習方法を選ぶ							●										
	③留意点を伝える																	
	④役割に応じた活動の仕方を見付ける					●												
	⑤楽しむための方法を見付け、伝える																●	
主体的に学習に取り組む態度	①積極的に取り組もうとする							●										
	②ルールやマナーを守るようにする																	
	③分担した役割を果たそうとする																	
	④一人一人の適いに応じた課題や挑戦を認めようとする																	
	⑤健康・安全に留意する									●								

● 重点指導機会

2 資質・能力をバランスよく育成する指導の充実

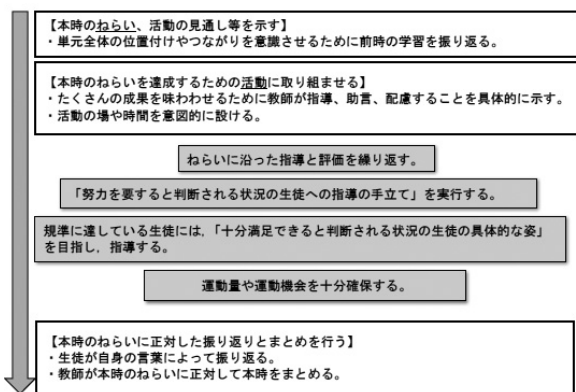
(1) 「知識」を活用した学習指導の充実

新たな学習指導要領では、育成を目指す資質・能力の一つを「知識及び技能」としており、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けては、知識に関する学習指導の更なる充実が重要となる。

指導の際には、「具体的な知識」と「汎用的な知識」を関連させて定着を図るとともに、「運動の行い方」や「健康・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たり、運動の技能を身に付けることで、その理解を一層深めたりするなど知識と技能を関連させて学習できるようにすることが大切である。

そのためには、指導計画に加えて、1時間の授業における「ねらい、活動、振り返り、まとめ」それぞれのつながりを意識した授業を展開し、生徒の資質・能力を育成するための工夫が求められる。

各学校においては、次頁の「学習指導の改善に向けたチェックポイント」等を活用し、バランスのよい資質・能力の育成に努めていただきたい。



【参考】埼玉県中学校教育課程指導・評価資料 P165

(2) ICTを活用した授業実践

新たな学習指導要領では、学校のICT環境整備とICTを活用した学習活動の充実が明記された。保健体育科の授業においても、活用の意義や留意点を踏まえた一層の活用をお願いしたい。

ICT活用の留意点

- ・ICT機器の活用は目的ではなく、授業を効果的に進めたり、学びを深めたりするための手段。
- ・5W1H（いつ、どこで、誰が、何を、どのように）を明確にする。
- ・運動量が著しく少なくならないようにする。
- ・ICTの特徴（例：動きを客観視すること）とアナログ（例：用具の感触や力の入れ具合を確かめること）の互いのよさを組み合わせる。

【具体的な活用場面】

- ① 知識の習得
運動の行い方について、全体で共有を図ったり、必要に応じて、見たい動きを各自で繰り返し視聴したりする。
- ② 技能の習得
・動きを繰り返し視聴することで、動きのポイントと自分の動きを比較する。
・毎時間の動きを記録して、変容を確認する。
- ③ 思考力、判断力、表現力等の育成
自分の動きやペア・チームの動きを互いに視聴し、課題解決に向けて意見交換する。



もっと引き手を上げた方がいいよ。

足の刈り方が弱いかな？

- ④ 学びに向かう力、人間性等の涵養
・学習を振り返る際の記録用紙として使用することで、記録の変容を実感する。
・過去の記録や全国平均値などの比較材料を蓄積し、活用する。

【参考】県立総合教育センター
義務教育指導課研修用資料サイト



<https://ecsweb.center.spec.ed.jp/gimushi/>

(3) 「学びの保障」のための教育活動の実施

臨時休業等の影響から、令和2年度に実施できなかった領域や指導時間を十分に確保できなかった領域については、2年間を見通した着実な実施が求められる。実施に当たっては、学習活動を重点化し、限られた授業時数の中で、指導すべき内容を効果的に指導するために、家庭学習との関連を図ることに留意されたい。

① 学習活動の重点化

生徒同士の関わり合いが特に重要な学習への動機付けや協働学習、学校でしかできない実習等に重点化する。

【参考】令和2年5月18日付け事務連絡「新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえた学校教育活動等の実施における『学びの保障』の方向性等について（通知）」
埼玉県教育局市町村支援部義務教育指導課

② 学習コンテンツの活用

家庭での学習コンテンツの一例として、スポーツ庁の参考例を以下に紹介する。

【参考】スポーツ庁「家庭での体育、保健体育の学習コンテンツ参考例」

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop04/list/jsa_00027.htm

学習指導の改善に向けた確認事項

1 単位時間の生徒の学びの流れが途絶えないように学習活動を展開していくことが重要となる。

本資料を活用し、個人や担当教員相互で「導入」－「展開」－「整理」の学習段階における改善点を確認していただきたい。

【導入】

① ねらいの明確化

- 本時は、生徒に何を身に付けさせるのかが明確になっているか。
- 本時のねらいを生徒に明確に示しているか。
- 生徒が、本時について単元全体での位置付けや前時からのつながりを意識できているか。
- 生徒が本時の見通しをもつことができているか。

ねらいの例：第2学年 球技(バレーボール)
「肩より高い位置からボールを打って相手コートへ返そう。」(知識及び技能)

※主体的な学びを引き出すために、生徒の活動に当てはめて本時のねらいを提示する。

② 感覚づくりの運動の重視

- 主運動につながる基礎的・基本的な運動を厳選しているか。
- 生徒が主運動とのつながりを理解し、目的意識や必要感を持ちながら取り組んでいるか。
- 運動量の確保、ケガの防止を考慮しながら、動きの習得に努めているか。

感覚づくりの運動の例：第1学年 武道(柔道)
投げ技につながる運動…けんけん、おんぶ など
固め技につながる運動…腹ばい前進、エビ など

【展開】

③ 思考を促す「発問」の工夫

- 本時のねらいに迫る発問により、生徒が自ら考え、動きを通して気付かせる活動と時間を保障しているか。

発問の例：第1学年 陸上競技(ハードル走)
「勢いを落とさずにハードルを越すためには、どこから踏み切るとよいですか。」

④ 豊富な運動学習場面(運動量)の確保

- 本時の計画において、生徒が主体的に運動に取り組める時間を多く確保しているか。
- 学習規律を確立し、学び方や役割行動を明確に示して、励行や賞賛を行っているか。
- 教師の全体(一斉)指導の回数を精選し、短く簡潔に分かりやすく指導しているか。

マネジメント(M)・・・総時間の20%以内
学習指導(I)・・・直接的指導(演示等)
認知的学習(A1)・・・話し合い、学習カード
運動学習(A2)・・・総時間の50%以上

⑤ 「学び合い」(対話的な学び)の充実

- 「学び合い」の目的を明確にしているか。
- 具体的な「学び合い」の姿を示し、丁寧に指導しているか。
- ICT機器や資料を使用する場合には、活用の仕方を具体的に示しているか。
- 気付いたことや考えたことを、言葉や動作、絵図、ICT機器を活用して仲間に伝える方法を指導しているか。

意図的に場面を作り出すことが大切である。

生徒から表出された内容を掲示したり、ICT機器を活用したりして共有するとよい。

⑥ 指導と評価の一体化

- 一貫して、ねらいに沿った指導と評価を繰り返しているか。
- 本時の評価規準を見取るための活動が、十分に設定されているか。
- 「努力を要すると判断される生徒への指導の手立て」を実行しているか。
- 規準に達している生徒には、「十分満足できると判断される状況の生徒の具体的な姿」を目指し、指導しているか。

指導と評価は別物ではなく、評価の結果によって後の指導を改善し、さらに新しい指導の成果を再度評価するという、指導に生かす評価を充実させることが重要である。

【整理】

⑦ 「振り返り」と「まとめ」の実施

- 生徒が、本時のねらいに沿って自己の学習活動を振り返る時間を確保しているか。
- 教師が、生徒の言葉を使うなどして本時のねらいに正対したまとめを行い、次時の意欲喚起につなげているか。

本時で学ぶべき内容について、ねらいに正対したキーワード等を用いてまとめる。

<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

課題 2

生徒の必要感と意欲を引き出す組織的な体力向上の取組

○ 学校の教育活動全体を通じた組織的な取組
平成31・令和2年度埼玉県体力課題解決研究指定校の三郷市立瑞穂中学校では、「たくましく生きる生徒の育成」を研究主題に、実践的な体力の育成とよりよい健康生活習慣の形成に努め、全教育活動を通して生徒の体力向上に取り組んだ。

以下に取組の一部を紹介する。

- (1) 実践的な体力の育成・向上
 - ・系統的な授業計画と授業環境の整備
 - ・新生活瑞穂モデル体育15ヶ条の策定
 - ・市消防本部と連携した着衣泳・救命講習
- (2) 思考力、表現力の形成
 - ・教科横断的な健康教育の実践
- (3) 健康増進と体力向上に係る生活環境の充実
 - ・豊かな体験活動の推進
 - オリパラ教室・あすチャレ！Schoolの開催
 - ・自己の体力課題に応じた運動の実践
 - 業前運動（毎週1回：ラジオ体操）の実施



【本校の実践から】

- ・令和2年度は、新型コロナウイルス感染症に伴う臨時休業の影響等から、本校においても生徒の運動機会の減少と体力の低下傾向が見られたが、生徒の運動に対する必要感や体育授業への好意度は確実に向上した。
- ・本校では、2年間における着実な研究実践により、生徒が自らの体力を意欲的に向上しようとする姿が学校全体に広がっている。

各学校においても、本校の実践を参考に、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」、「自分にはどんな体力が必要なのか」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願います。

なお、スポーツ庁が行う「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果（参考：H30報告書）では、学校全体で健康教育に取り組む学校は、生徒の体力に良い影響を与えていることが報告されている。引き続き、健康教育との関連を図った体力の向上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、事故防止の徹底を図るため、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」及び「運動会・体育祭等の健康安全、体育的行事における事故防止について」等を通知している。

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

- 児童生徒の事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
- 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・体育祭等の健康安全、体育的行事における事故防止について（通知）」（令和2年5月8日付 教保体第185号）から抜粋

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

令和3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・生徒の安全確保に万全の対策を講じること。
- 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。

「体育的活動時の熱中症事故の防止について（通知）」（令和2年8月17日付 教保体第621号）から抜粋