

■体育の目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その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・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) その特性に応じた各種の運動の行い方及び身近な生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。
- (2) 運動や健康についての自己の課題を見付け、その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。
- (3) 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、楽しく明るい生活を営む態度を養う。

■体育の特質に応じた見方・考え方

「体育の見方・考え方」は、運動やスポーツは特性に応じた楽しみや喜びがあることと体力の向上につながっていることに着目するとともに、「すること」だけでなく「みること」、「支えること」、「知ること」など、自己の適性に応じて、運動やスポーツとの多様な関わり方について考えることを意図しています。

「保健の見方・考え方」は、特に身近な生活における課題や情報を、保健領域で学習する病気の予防やけがの手当ての原則及び、健康で安全な生活についての概念等に着目して捉え、病気にかかったり、けがをしたりするリスクの軽減や心身の健康の保持増進と関連付けることを意図しています。

■高知県が目指す授業づくりのコンセプト

○体育における「学びを変える」授業づくりとは

資質・能力の三つの柱の関係性を重視した学習過程を工夫することです。そのためには、運動や健康についての興味や関心を高め、運動や健康等に関する課題を見付け、粘り強く意欲的に課題の解決に取り組むとともに、自らの学習活動を振り返りつつ、課題を修正したり、新たに設定したりして、仲間と共に思考を深め、よりよく課題を解決し、次の学びにつなげるといった学習過程を通して、「知識及び技能」に偏ることなく、「思考力・判断力・表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」と相互に関連させて高めることが重要です。

○体育における「学びをつなげる」授業づくりとは

系統性を踏まえた指導内容の一層の充実を図ることです。そのためには、各種の運動の基礎を培う時期、多くの領域の学習を経験する時期といった発達の段階のまとまりを踏まえ、幼児期段階と小学校との接続、小学校から中学校へへの見通しを重視し、指導内容の系統性を改めて整理し、各領域における指導内容の重点化を図ることが大切です。

○体育における「学びを高める」授業づくりとは

体育や保健の見方・考え方を働かせながら、主体的・対話的で深い学びの過程を相互に関連させることです。そのためには、指導方法を工夫して必要な知識及び技能の習得を図りながら、子供たちの思考を深めるために発言を促したり、気付いていない視点を提示したりするなど、学びに必要な指導のあり方を追究し、必要な学習環境を積極的に設定していくことが大切です。

■体育の特質に応じて、効果的な学習展開ができるように配慮すべき内容

○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

個々の児童の運動経験や技能に応じた指導の工夫を図ることで、すべての児童が運動の楽しさや喜びを味わいながら、自ら課題を解決する学習につながります。

○スポーツの意義や価値等に触れることのできる指導等

各種の運動を通して、フェアプレイを大切にする、最後まで粘り強く取り組む、気持ちのよい挨拶をする、仲間と協力する、勝敗を受け入れる、仲間の考えや取組を理解する等、スポーツの意義や価値等に触れることができるようにします。

○言語活動を充実させた指導等

筋道を立てて練習や作戦について話し合うことや、身近な健康の保持増進について話し合うことなど、コミュニケーション能力や論理的な思考力の育成を促すための言語活動を積極的に行うようにします。

資質・能力を身に付けるための課題解決的活動例

三つの柱の資質・能力

学びに向かう力、人間性等

運動遊びに進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、場の安全に気を付けたりする態度。

知識及び運動

多様な動きをつくる運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、基本的な体の動き（体のバランスをとる動き、体を移動する動き、用具を操作する動き、力試しの動き）を身に付けること。

思考力、判断力、表現力等

多様な動きをつくる遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えること。

《体育において資質・能力の育成をより一層高める配慮事項》

▶運動が苦手な子供や運動に意欲的でない子供への指導の工夫

 体を動かすことを好まない児童

教室から友達と手をつないで体育館や運動場に移動するなど、授業前から友達と関わりながら自然に運動遊びに加わるようにする。

 友達と関わり合うことに意欲的になれない児童

ペアやグループで調子を合わせて動くことで気持ちも弾んでくることが実感できる運動遊びを紹介したり、意欲が感じられる児童のつぶやきや動きを取り上げて共感したりする等の配慮をする。

▶スポーツの意義や価値等に触れることのできる指導の工夫

- ・友達を応援する姿
- ・友達と仲よく運動する姿
- ・用具の準備や後片付けを責任をもって行う姿
- ・運動の苦手な友達や意欲的でない友達に配慮した行動や言葉かけをする姿

運動の特性

低学年の体づくりの運動遊びは、「体ほぐしの運動遊び」及び「多様な動きをつくる運動遊び」で構成され、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、伸び伸びと体を動かしながら、様々な基本的な体の動きを身に付けることを主なねらいとする運動遊び。

単元を通して解決する課題例

楽しく！なかよく！いろいろな動きにチャレンジしよう！！

【解決する課題例】

*1年生で行った運動遊びを思い出し、友達と一緒に簡単な運動をやってみよう。

【解決する課題例】

*もっと楽しい遊び方にするには、どのような工夫をすればいいだろう。

【解決する課題例】

*これまで行ってきた運動遊びで、できない動きやもっと上手になりたい動きをやってみよう。

学習活動例

●1年生で行った「体のバランスをとる動き」「体を移動する動き」「用具を操作する動き」「力試しの動き」を思い出しながら、友達と楽しく遊ぶ。

●「体のバランスをとる動き」「体を移動する動き」「用具を操作する動き」「力試しの動き」の工夫した動きを知り、取り組む。

●これまでの活動の中から、もっと楽しみたい遊び方を選んだり、友達のよい動きを試したりして取り組む。

【知識及び運動】

誰もが楽しく多様な動きをつくる運動遊びに取り組めるように、運動遊びの行い方を言ったり、実際に運動したりする力。

【知識及び運動】

誰もが楽しく多様な動きをつくる運動遊びに取り組めるように、運動遊びの行い方を言ったり、実際に運動したりする力。

【思考力・判断力・表現力等】

多様な動きをつくる運動遊びを楽しく行うために、遊び方を選んだりよい動きを見付けたりして、考えたことを友達に伝える力。

【学びに向かう力・人間性等】

多様な動きをつくる運動遊びを楽しく行うために、運動に進んで取り組むとともに、順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、用具の準備や後片付けを友達と一緒に言ったり、場や用具の安全に気を付けたりする態度。

見方・考え方を働かせる子供の姿の例

【すること】 ・既習の運動遊びをもとに、自分なりに動きを工夫したり友達の動きの真似をしたりしながら、バランス・移動・用具操作・力試しの運動遊びの楽しさを味わっている。	【みること】 ・運動遊びを楽しく行うために、自分の動きに生かすための手本となるよい動きを観察している姿。	【支えること】 ・友達の動きを伝えたり、友達への称賛や励まし等の声かけを行ったり、活動中の自分の役割（準備や後片付け等）を果たしたりしている姿。	【知ること】 ・運動遊びを楽しく行うための運動の行い方について、教師の助言や掲示物、友達の動きから知識を得ている姿。
--	---	---	---

見方・考え方を鍛える教師の手立ての例

【するために】 ・多様な動きをつくるためのいろいろな場で運動遊びを行ったり、児童同士で遊び方を選んだり工夫したりして楽しむ時間を十分確保する。	【みるために】 ・「誰の動きがかっこいいかな」といった、遊び方を工夫している友達の動きに着目できるような問いかけを行う。	【支えるために】 ・児童が友達を支えている姿を教師が見取ったり、他の児童から引き出したりして価値付けし、そのよさを学級全体に広げる。	【知るために】 ・既習の運動遊びや真似をしたくなるようなよい動きを紹介したり、方向や人数、回数、用具といった工夫の視点を示したりする。
--	---	---	--

主な資質・能力の系統

【幼児期：「健康」領域】
 ◇明るく伸び伸びと行動し、充実感を味わう。
 ◇自分の体を十分に動かし、進んで運動しようとする。
 ◇健康、安全な生活に必要な習慣や態度を身に付け、見通しをもって行動する。

知・技
思・判・表
学・人・間性

本単元

【中学年：体づくり運動（多様な動きをつくる運動）】

多様な動きをつくる運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、基本的な動き（体のバランスをとる動き、体を移動する動き、用具を操作する動き、力試しの動き、それらを組み合わせること）を身に付けること。

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こと。

多様な動きをつくる運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりする態度。

【高学年：体づくり運動（体の動きを高める運動）】

体の動きを高める運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、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動きを行い、それらの動きを高めること。

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こと。

体の動きを高める運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりする態度。

【中学校第1・2学年：体づくり運動（体の動きを高める運動）】

体の動きを高める運動を通して、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し、目的に適した運動（ねらいに応じての体の柔らかさ、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）を身に付け、それらを組み合わせること。

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こと。

体づくり運動に積極的に取り組むとともに、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、話合いに参加しようとするなど、健康・安全に気を配ることなどの態度。

三つの柱の資質・能力

学びに向かう力、人間性等

運動に進んで取り組み、規則を守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりする態度。

知識及び運動




ゴール型ゲームの楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、基本的なボール操作とボールを持たないときの動きによって、易しいゲームをすること。




思考力、判断力、表現力等

規則を工夫したり、ゴール型ゲームに応じた簡単な作戦を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝えること。

《体育において資質・能力の育成をより一層高める配慮事項》



▶運動が苦手な子供や運動に意欲的でない子供への指導の工夫

パスを出したり、シュートをしたりすることが苦手な子供
 ボールを保持する条件を易しくするとともに、ボールを保持した際に周囲の状況が確認できるように言葉がけを工夫する。


ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間に移動することが苦手な子供
 守る者の位置を見るように言葉がけを工夫する。


▶スポーツの意義や価値等に触れることのできる指導の工夫

- ・チームを応援する姿
- ・フェアプレイ、ボール運動の苦手な友達に配慮した行動や言葉かけをする姿
- ・友達の考えを受け入れて取り組む姿

 積極的に取り上げて価値付けし、学級全体に広げていく。


主な資質・能力の系統

【幼児期：「健康」領域】
 ◇明るく伸び伸びと行動し、充実感を味わう。
 ◇自分の体を十分に動かして、進んで運動しようとする。
 ◇健康、安全な生活に必要な習慣や態度を身に付け、見通しをもって行動する。

知・技
 思・判・表
 学・人・性

【低学年：ゲーム（ボールゲーム）】
ボールゲームの楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、簡単なボール操作と攻めや守りの動きによって、易しいゲームをすること。
簡単な規則を工夫したり、攻め方を選んだりするとともに、考えたことを友達に伝えること。
ボールゲームに進んで取り組み、規則を守り誰とでも仲良く運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりする態度。

本単元

【高学年：ボール運動（ゴール型）】
ゴール型の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、ボール操作とボールを持たないときの動きによって簡易化されたゲームをすること。
ルールを工夫したり、自己やチームの特徴に応じた作戦を選んだりするとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。
ゴール型の運動に積極的に取り組み、ルールを守り助け合って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりする態度。

【中学校第1・2学年：球技（ゴール型）】
勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防をすること。
攻防などの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こと。
球技に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする、仲間の学習を援助しようとする、健康・安全に気を配ることなどの態度。

資質・能力を身に付けるための課題解決的活動例

運動の特性 中学年のゴール型ゲームは、主として規則を工夫したり作戦を立てたりして、集団対集団で友達と力を合わせて競い合ったりする楽しさや喜びに触れることができる運動。

単元を通して解決する課題例 相手チームと競い合いながら友達と協力してゴール型ゲームを楽しく行うにはどうすればいいだろう？

【解決する課題例①】

* 試しのゲームでうまくできたことやうまくできなかったことは何だろう。

【解決する課題例②】

* みんなが楽しくゲームに参加するには、どのように規則を工夫すればいいだろう。

【解決する課題例③】

* 相手チームから得点するには、どのような作戦を選べばいいだろう。

学習活動例	● 試しのゲームを通して、ゴール型ゲームの行い方を知る。	● 規則を工夫して易しいゴール型ゲームに取り組む。	● 簡単な作戦を選んで易しいゴール型ゲームを工夫して取り組む。
-------	------------------------------	---------------------------	---------------------------------

【知識及び運動】

・誰もが楽しくゲームに参加できるように、ゴール型ゲームの行い方を説明したり、実際に運動したりする力。

【知識及び運動】

・誰もが楽しくゲームに参加できるように、ゴール型ゲームの行い方を説明したり、実際に運動したりするとともに、基本的なボールの操作とボールを持たないときの動きによって易しいゲームをする力。

【思考力・判断力・表現力等】

・ゴール型ゲームを楽しく行うために、規則を工夫し、考えたことを友達に伝える力。

【思考力・判断力・表現力等】

・ゴール型ゲームを楽しく行うために、簡単な作戦を選び、考えたことを友達に伝える力。

【学びに向かう力・人間性等】

・ゴール型ゲームを楽しく行うために、運動に進んで取り組むとともに、規則を守り誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりする態度。

見方・考え方を働かせる子供の姿の例

【すること】	【みること】	【支えること】	【知ること】
・誰もが楽しくゲームに参加できる規則の工夫やゴール型ゲームに応じた簡単な作戦の選択を通して、試行錯誤を重ねながら、友達と力を合わせて競い合う楽しさや喜びに触れることができるゲームを行っている姿。	・ゲームを楽しく行うために友達の応援をしたり、自分の動きを生かすために手本となるチームのよい動きを観察したりしている姿。	・友達の動きを伝えたり、友達への称賛や励まし等の声かけを行ったり、ゲーム中の自分の役割（準備や後片付け、係活動等）を果たしている姿。	・楽しくゲームを行うための規則やゴール型ゲームに応じた簡単な作戦について、教師の説明や助言、友達の発言から知識を得ている姿。

見方・考え方を鍛える教師の手立ての例

【するために】	【みるために】	【支えるために】	【知るために】
・規則を工夫したりチームで作戦を選んだりしてゲームを行う時間や、チームの課題解決に向けて練習する時間を十分確保する。	・友達の取組を応援する姿を称賛し、価値付けて学級全体に広げたり、手本となるチームのよさを見つけることができる場を設定したりする。	・友達を支える姿を教師が見取ったり、他の児童から引き出したりして価値付けし、そのよさを学級全体に広げる。	・基になる規則や簡単な作戦を紹介したり、チームの課題を解決する方法を話し合う時間や練習の場を設定したり、解決に行き詰まっているチームに助言したりする。

資質・能力を身に付けるための課題解決的活動例

三つの柱の資質・能力

学びに向かう力、人間性等

運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりする態度。

知識及び技能


ハードル走の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、ハードルをリズムカルに走り越えること。


思考力、判断力、表現力等


自己の能力に適した課題の解決の仕方、競争や記録への挑戦の仕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こと。


《体育において資質・能力の育成をより一層高める配慮事項》

▶運動が苦手な子供や運動に意欲的ではない子供への指導の工夫

 走り越えることに対する恐怖心により、運動に意欲的でない児童

 ハードルの板を折りたたんだ新聞紙のような柔らかい素材にする等、ハードルにぶつかっても痛みが軽減されるような工夫をする。

 走り越える時に体のバランスをとることが苦手な児童

 1歩ハードルや短いインターバルでの3歩ハードル走で、体を大きく素早く動かしながら走り越える場を設定する。

▶スポーツの意義や価値等に触れることのできる指導の工夫
以下のような姿が見られた際に、よい姿として学級全体に広げていく。

- 自分の走力に応じた目標を立て、動きの課題解決を図りながら粘り強く挑戦する姿。
- スタートや計測などの係を協力して行う姿。

運動の特性

高学年のハードル走は、リズムカルにハードルを走り越えて、記録に挑戦したり、相手と競走したりする楽しさや喜びを味わうことができる運動である。

単元を通して解決する課題例

ハードルをリズムカルに走り越え、記録に挑戦したり、仲間と競い合ったりしながらハードル走を楽しもう。

【解決する課題例①】

*ハードル走を試しに行い、動きのポイントを知り、自分の課題を見付けよう。

【解決する課題例②】

*ハードルをリズムカルに走り越えるために、練習を選んで行おう。

【解決する課題例③】

*できるようになったことを生かして、競い合いを楽しみながらハードル走を行おう。

学習活動例	●ハードル走の行い方を知り、課題を見付ける。	●自己の課題に応じた場を選び、リズムカルにハードルを走り越える。	●学んだ知識を活用し、選んだ方法等で目標記録への挑戦や仲間との競走を行う。	
	【知識及び技能】 誰もが楽しくハードル走に取り組めるように、運動の行い方を言ったり、実際に運動したりする力。	【知識及び技能】 誰もが楽しくハードル走に取り組めるように、運動の行い方を言ったり、実際に運動したりしているとともに、ハードルをリズムカルに走り越える力。	【知識及び技能】 ハードル走を楽しもうために、自己の能力に適した競走や記録への挑戦の仕方を工夫し、考えたことを他者に伝える力。	
	【思考力・判断力・表現力等】 ハードル走を楽しもうために、自己の能力に適した課題の解決の仕方を工夫し、考えたことを他者に伝える力。	【思考力・判断力・表現力等】 ハードル走を楽しもうために、自己の能力に適した競走や記録への挑戦の仕方を工夫し、考えたことを他者に伝える力。	【思考力・判断力・表現力等】 ハードル走を楽しもうために、自己の能力に適した競走や記録への挑戦の仕方を工夫し、考えたことを他者に伝える力。	
	【学びに向かう力・人間性等】 ハードル走を楽しもうために、運動に積極的に取り組むとともに、規則を守り助け合って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりする態度。			
	見方・考え方を働かせる子供の姿の例			
	【すること】 • ハードルをリズムカルに走り越える動きを身に付け、その動きを楽しむ姿。 • 自己の能力に適した記録への挑戦や仲間と競走する楽しさや喜びを味わっている姿。	【みること】 • ハードル走の手本となる動きを観察している姿。 • 最後まで真っ直ぐ走れているか、仲間の動きを見ている姿。	【支えること】 • ねらいとする動きができていないか仲間へ動きを伝えていく姿。 • ハードルが決められた向きに並んでいるか確かめている姿。	【知ること】 • リズムカルにハードルを走り越えるための運動の行い方や課題解決の方法について、教師や友達から知識を得ている姿。
	見方・考え方を鍛える教師の手立ての例			
	【するために】 • 課題を解決するためのポイントを明らかにし、実態に応じ、解決に向けて段階的な練習の場をつくる。 • 自己の課題解決に向けて練習する時間や、自己の能力に適した記録への挑戦や競走を行う時間、活動を振り返る時間を十分確保する。	【みるために】 • ハードルをリズムカルに走り越える姿を、単元の始めに映像や実際の動きで示す。 • 動きを比べるために、具体的な動きの視点を示し、問う。	【支えるために】 • 助言によって解決したことを実感できるように、達成の理由を問う。 • スタートの合図や計測等の役割を分担して練習しているグループの様子を紹介し、価値付ける。	【知るために】 • 課題解決に行き詰まっている児童に助言する。 • 動きを身に付けている児童に問いかけ、取組のよさや動きのコツ等を他の児童に紹介する。

主な資質・能力の系統

【幼児期：「健康」領域】

- ◇明るく伸び伸びと行動し、充実感を味わう。
- ◇自分の体を十分に動かし、進んで運動しようとする。
- ◇健康、安全な生活に必要な習慣や態度を身に付け、見通しをもって行動する。

【低学年：走・跳の運動遊び（走の運動遊び）】

知・技	走の運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、いろいろな方向に走ったり、低い障害物を走り越えたりすること。
思・判・表	走ったり跳んだりする簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えること。
学び・人間性	運動遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とでも仲良く運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場や用具の安全に気を付けたりする態度。

【中学年：走・跳の運動（小型ハードル走）】

知・技	小型ハードル走の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、小型ハードルを調子よく走り越えること。
思・判・表	自己の能力に適した課題を見付け、動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えること。
学び・人間性	運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲良く運動をしたり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりする態度。

本単元

【中学校第1・2学年：陸上競技（ハードル走）】

知・技	ハードル走について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、リズムカルな走りから滑らかにハードルを越すこと。
思・判・表	動きなどの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、自己の考えたことを他者に伝えること。
学び・人間性	陸上競技に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとすること、分担された役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、健康・安全に気を配ることなどの態度。