

# 令和5年度学校体育必携



令和5年4月  
宮崎県教育委員会



## はじめに

スポーツ振興課では今年度、「体育・保健体育の授業の充実」、「学校における体力づくりの推進」及び「運動部活動の適切な運営」を取組の柱として掲げ、学校をはじめ各関係団体等と連携しながら、各事業に取り組んでまいりました。

まず、「体育・保健体育の授業の充実」では、体育振興指導教員等や小学校体育専科教員を配置し、授業や研修の実施により、児童や先生方の資質能力の向上に取り組みました。また、武道の競技団体等の指導者を学校体育実技サポーターとして中学校に派遣し、我が国の伝統文化である武道の授業充実を図りました。さらに、日向・東臼杵地区で開催された第63回宮崎県学校体育研究発表大会では、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため人数を制限しての開催となりましたが、小・中・高・特別支援の12年間の系統性を踏まえたつながりのある学習を、球技ゴール型の授業を通して発信しました。

次に、「学校における体力づくりの推進」では、各学校の体力課題にもとづき作成した体力向上プランの実践や体力づくり優良校の表彰、さらには県の課題のひとつである「持久力」の向上につながる研修会の実施などに取り組みました。しかしながら、令和元年度以降、熱中症や新型コロナウイルス感染症等の影響に伴う児童生徒の総運動時間の減少や、肥満である児童生徒の増加、スマートフォン・タブレット等のスクリーンタイム増加などの生活習慣の変化等により、連続して児童生徒の体力合計点の低下が見られております。今後は、これまでの取組に加え、学校における体育・スポーツ活動で得た知識や技能等を通して、日常生活の中で主体的に身体を動かすことや規則正しい生活を実践できる児童生徒の育成が急務であると考えております。

最後に、「運動部活動の適切な運営」では、令和2年度より、宮崎県部活動推進プロジェクトを立ち上げ、「生徒にとって望ましい持続可能な部活動」と「学校の働き方改革」の両立を目指し、その改善に向けて取り組んでいるところです。今年度も「合同部活動の拡大」や「参加する大会数の上限の目安等の設定」など具体的な方策について協議を進めてまいりました。今後も、宮崎県部活動推進プロジェクトを推進するとともに、令和5年度以降の「公立中学校における休日の部活動の地域移行」に向けて、各市町村教育委員会や関係団体等と協議を進め、地域の実態に応じた取組を進めていきたいと考えております。

本年度も、皆様の御理解と御協力により、学校体育必携をまとめることができました。本誌が各方面で広く活用され、更なる学校体育の充実に役立つことを祈念しております。

令和5年3月

宮崎県教育庁スポーツ振興課長 押川 幸廣

# 宮崎県教育基本方針

本県は、教育基本法にうたわれている人間尊重の精神を基調として、

あらゆる教育の場を通じ、

「たくましいからだ 豊かな心 すぐれた知性」を育む教育を推進します。

さらに、郷土を愛し新たな時代を切り拓いていく気概と広い視野を持ち、

地域や社会の発展に主体的に参画するとともに、夢や希望を抱き生涯にわた

って自己実現を図れる、心身ともに調和のとれた人間の育成をめざします。

|   |                                          |    |
|---|------------------------------------------|----|
| 1 | 宮崎県教育振興基本計画（令和元年策定）                      | 1  |
| 2 | 本県学校体育における施策と課題                          | 2  |
| 3 | 本県学校体育の重点事項                              | 4  |
| 4 | 令和5年度第64回宮崎県学校体育研究発表大会<br>串間・日南地区大会研究計画  | 5  |
| 5 | 学習指導計画作成上の留意点（学習指導案作成例）                  |    |
|   | ・ 体づくり運動（小学校体育科）                         | 8  |
|   | ・ 体づくり運動（中学校体育）                          | 14 |
|   | ・ 球技ゴール型（中学校体育）                          | 20 |
|   | ・ 保健（中学校）                                | 27 |
|   | ・ 体づくり運動（高等学校体育）                         | 33 |
|   | ・ 球技ゴール型（高等学校体育）                         | 39 |
|   | ・ 保健（高等学校）                               | 46 |
| 6 | 運動部活動について                                |    |
|   | （1）部活動の教育的意義について                         | 49 |
|   | （2）運動部活動の適切な運営について                       | 51 |
|   | （3）宮崎県運動部活動の活動時間及び休養日設定等に関する方針           | 52 |
|   | （4）令和4年度「部活動に関する調査報告（概要）」                | 58 |
| 7 | 令和5年度学校体育関係諸事業概要                         |    |
|   | （1）行事予定                                  | 59 |
|   | （2）スポーツ指導センター研修一覧表                       | 63 |
| 8 | 令和4年度学校体育に関する諸調査概要                       |    |
|   | （1）学校行事等に関する調査（一校一運動、立腰指導、運動会等）          | 64 |
|   | （2）授業実施状況等に関する調査（投の運動、陣地を取り合うゲーム、武道、ダンス） | 65 |
| 9 | 体育関係主要通知等                                | 66 |

# 1 宮崎県教育振興基本計画(令和元年度策定) ※令和元年度から令和4年度まで

## (1) 計画のスローガン

未来を切り拓く 心豊かでたくましい 宮崎の人づくり

## (2) 学校体育に関する基本目標

目標4 文化やスポーツに親しむ社会づくりの推進

## (3) 学校体育に係る施策

15 スポーツの推進 ③ 学校体育の推進

## (4) 学校体育に関する取組

### (③ 学校体育の推進)

幼児期からの体力づくりを推進し、学校における体力向上対策の充実に取り組むとともに、家庭や地域等と連携しながら、子どもたちが自分で弁当を作る「みやざき弁当の日」の取組や食に関する指導の充実、子どもたちの様々な健康問題に対応した相談体制づくりや健康教育の改善・充実に推進します。

### 取組3-1 体育・保健体育の授業の充実

- 各学校での体育・保健体育の授業を充実させるため、小学校体育専科教員の配置や授業への専門的な指導者の派遣、指導力向上のための研修会、授業研究会を行うなどの取組を推進します。

### 取組3-2 学校における体力づくりの推進

- 児童生徒の更なる体力の向上を図るため、各学校における体力向上プランの計画的・継続的な実践や体力づくり優良校の表彰など、継続的な取組を推進します。

### 取組3-3 運動部活動の適切な運営

- 効率的で効果的な運動部活動の運営を図るため、「宮崎県運動部活動の活動時間及び休養日設定等に関する方針」の周知や、指導者等に対する研修会の実施などに取り組めます。

### 取組3-4 食育・健康教育の推進

- 学校における食に関する指導の充実を図るために、児童生徒自らが作った弁当を持参する「みやざき弁当の日」の取組を推進します。
- 児童生徒の心身の健康課題への対応の充実を図るために、関係機関との連携を図りながら、学校への支援に取り組めます。

## (5) 学校体育に係る推進目標

|                                            |                     |
|--------------------------------------------|---------------------|
| ○ 全国体力・運動能力、生活習慣等調査において、平均値が全国平均以上の調査項目の割合 | 80.0%<br>(R4:67.6%) |
| ○ 国民体育大会(国民スポーツ大会)の総合成績(都道府県)の順位           | 20位台<br>(R4:32位)    |

## 2 本県学校体育における施策と課題

### (1) 施 策(令和4年度実績)

#### ア 授業改善

- (ア) 第63回宮崎県学校体育研究発表大会日向・東臼杵大会(規模を縮小しての開催204名)
- (イ) 体育振興指導教員等の配置(小学校2名、中学校12名、高校11名)と小学校への派遣(22名を32校へ)
- (ウ) 小学校体育専科教員の配置(3名)と近隣校への派遣(3校)
- (エ) 学校体育実技サポーターの派遣  
(12名の指導者を中学校6校へ派遣)
  - ※ 剣道3校、空手道2校、なぎなた2校、相撲2校、柔道1校、弓道1校  
少林寺拳法1校(武道複数選択による実施)

#### イ 体力向上

- (ア) 宮崎県体力・運動能力、生活習慣等調査(公立小・中・高の全児童生徒)
- (イ) 体力向上プランの作成、実施(立腰指導、一校一運動、家庭地域との連携、幼保・小・中・高連携を含む)
- (ウ) 体力向上対策会議の開催と報告書・事例集の作成
- (エ) 体力づくり優良校の表彰
- (オ) 小体連 各地区スポーツ大会・教室等(児童19,526名、指導者1,710名参加)
  - ・ 水泳競技 9地区で10(大会・記録会)
  - ・ 陸上競技 12地区で15(大会・記録会・教室)
  - ・ 複数競技 延岡地区(陸上、サッカー、ラグビー、野球、生涯スポーツ)

#### ウ 運動部活動

- (ア) 「宮崎県運動部活動の活動時間及び休養日設定等に関する方針」の推進
- (イ) 部活動指導員の配置 公立中学校 16市町の47校に64名を配置  
県立学校 32校に32名配置

#### エ その他

- (ア) 体育・保健体育担当責任者会議  
(小学校、中学校、県立学校 オンライン開催)
- (イ) 研修(スポーツ指導センター)

(2) 課 題(令和5年度に向けて)

ア 授業改善

(ア) 新学習指導要領への移行と指導と評価の一体化

- ・小学校:完全実施
- ・中学校:完全実施
- ・高等学校:令和4年度から年次進行実施

(イ) 小学校における指導力の向上

(ウ) ICT機器の有効な活用

イ 体力向上

(ア) 体力向上プランに基づいた各学校の取組の推進

(イ) コロナ禍等の影響による体力低下に対する体育・スポーツ活動の確保

(ウ) 県の課題である握力、投力、持久力に加え、発育発達段階に応じた年代別課題に対する取組

ウ 運動部活動

(ア) 効率的・効果的な部活動運営

(イ) 地域移行に向けた県の方針策定

(ウ) 部活動指導員の配置拡充

エ その他

(ア) 事故防止

(イ) コンプライアンスの遵守

【参考 令和4年度の実績等】

○ 体育振興指導教員等配置校(25名)

|               |                                                                                                                 |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 小学校<br>(2名)   | 宮崎市立生目台東小学校、宮崎市立宮崎東小学校                                                                                          |
| 中学校<br>(12名)  | 宮崎市立宮崎西中学校3名、宮崎市立大宮中学校、宮崎市立赤江中学校<br>宮崎市立大淀中学校、日南市立吾田中学校、都城市立五十市中学校<br>小林市立小林中学校、西都市立妻中学校、延岡市立東海中学校<br>日向市立富島中学校 |
| 高等学校<br>(11名) | 宮崎南高等学校4名、宮崎工業高等学校、小林高等学校、宮崎商業高等学<br>校、都城農業高等学校、日南高等学校、高鍋高等学校、日向高等学校                                            |

○ 小学校体育専科教員配置校

|                             |
|-----------------------------|
| 日南市立吾田小学校、小林市立南小学校、延岡市立南小学校 |
|-----------------------------|

### 3 本県学校体育の重点事項

- (1) 体育・保健体育の授業の充実
  - ア 指導力の向上
    - ・ 県学校体育研究発表大会及び研修会等への参加
    - ・ 小学校、中学校への指導者派遣事業の活用
  - イ 新学習指導要領にもとづく授業の充実(小学校・中学校・高等学校)
  - ウ 系統的な学習に向けた研究充実
- (2) 学校における体力づくりの推進
  - ア 体力向上プランに基づいた各学校の取組の推進
  - イ ICTを活用した体力向上の取組の推進
  - ウ 県全体の課題への取組の推進(握力・ボール投げ・シャトルラン)
    - ・ コロナ禍等による体力低下に対する日常的な体育・スポーツ活動の充実
    - ・ 発達段階に応じた体力課題の設定
- (3) 運動部活動の適切な運営
  - ア 生徒にとって望ましい持続可能な部活動と働き方改革との両立
    - (ア) 合同部活動の拡大
    - (イ) 県教育委員会主催大会や運営方法の見直し・参加できる大会数の目安の提示
    - (ウ) 部活動指導員の活用等
    - (エ) 人材バンクの在り方
  - イ 休日における部活動の段階的な地域移行  
令和5年度以降の地域移行に向けた県の方針の策定
- (4) 安全対策と事故防止について
  - ア 児童生徒の健康状態の把握
    - ・ 学校医、養護教諭、保護者等との連携
  - イ 体育施設設備の安全点検・安全確保
    - ・ プールの安全点検(防護柵、排水口のふた、浄化装置等)事故防止
    - ・ 定期的な安全点検や整理整頓の徹底
  - ウ 授業の実施にあたって
    - ・ 熱中症予防(気温・湿度等の確認)。活動の際は、「熱中症予防運動指針」(公益財団法人日本スポーツ協会)等を参考に、万全の安全対策を講じること
    - ・ 感染症対策の実施
    - ・ 組体操を実施する場合の安全対策と段階的指導
  - エ 事故発生時の対応
    - ・ 事故対応マニュアルによる連絡体制及び救急体制の確認、実施
  - オ 研修等の実施
    - ・ 心肺蘇生法やAEDの使用方法等を含む応急手当に関する指導及び職員研修
- (5) コンプライアンスの遵守等
  - 体罰、パワハラ、セクハラ、金銭の不正な取扱、飲酒運転等の根絶



# 令和5年度 第64回宮崎県学校体育研究発表大会串間・日南地区大会 研究計画

## 1 宮崎県の研究主題（R5～7年度）

|                                                                     |  |
|---------------------------------------------------------------------|--|
| <b>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し、継続するための資質・能力を育む体育科・保健体育科学習</b> |  |
| <b>副 題（R5年度）</b>                                                    |  |
| <b>児童・生徒一人一人の思考力、判断力、表現力等を養う授業の創造と展開</b>                            |  |

## 2 部会別研究主題

| 部会名      | 主 題                                                                                                |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 小学校部会    | 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・能力を育む体育科学習<br>～児童一人一人の思考力・判断力・表現力等を養う授業の創造と展開～             |
| 中学校部会    | 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・能力を育む保健体育科学習<br>～生徒一人一人の思考力・判断力・表現力等を養う授業の創造と展開～           |
| 高等学校部会   | 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し継続するための資質・能力を育む保健体育科学習<br>～生徒一人一人の思考力・判断力・表現力等を養う授業の創造と展開～        |
| 特別支援学校部会 | 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し継続するための資質・能力を育む体育科・保健体育科学習<br>～児童・生徒一人一人の思考力・判断力・表現力等を養う授業の創造と展開～ |

## 3 主題の設定理由

### (1) 新学習指導要領の趣旨

新学習指導要領の改訂では、「生きる力」について「①何を理解しているか、何ができるか（生きて働く『知識・技能』の習得）」、「②理解していること、できることをどう使うか（未知の状況にも対応できる『思考力・判断力・表現力等』の育成）」、「③どのように社会・世界と関わり、よりよい人生を送るか（学びを人生や社会に生かそうとする『学びに向かう力・人間性等』の涵養）」の3つの柱に整理され、育成を目指す資質・能力を明確化した。

その中で、体育科・保健体育科の基本的な考え方としては、心と体を一体としてとらえ、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・能力を育成することを重視する観点から、運動や健康に関する課題を発見し、その解決を図る主体的・協働的な学習活動を通して、体育や保健の見方・考え方を働かせた「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」の3つの資質・能力を育成することを目標として示している。

その達成のために、学習過程については、これまでの自己の運動や健康についての課題の解決に向け、積極的・自主的・主体的に学習することや、仲間と対話し協力して課題を解決する学習等を引き続き重視するとともに、3つの資質・能力を確実に身につけるために、その関係性を重視した学習過程を工夫する必要があるとしている。

また、指導内容については、育成を目指す資質・能力の3つの柱に沿って示すこととし、体育及び保健において小学校、中学校、高等学校を通じて系統性がある指導ができるよう示す必要があるともしている。

さらには、運動やスポーツとの多様な関わり方を重視する観点から、体力や技能の程度、年齢や性別及び障がいの有無にも関わらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有し、卒業後も社会で実践することができるよう、共生の視点を重視して改善を図ることとしている。

## (2) 宮崎県学校体育研究会が進める研究

本県では、小学校・中学校・高等学校・特別支援学校における１２年間の体育科・保健体育科学習を通して、学習内容の確実な定着を目指し、校種の接続及び発達の段階に応じた指導方法・評価の工夫を行い、豊かなスポーツライフの実現に向けた児童・生徒を育てるための具体的な実践を行っている。

そこで、令和５～７年度は「ボール運動系ネット型」及び「球技ネット型」の領域において研究を深め、小中高特による「つながりのある学習」の一層の充実を図ることを目指す。

『つながりのある学習』における、“つながり”は、単に教材や領域種目を揃えることによるつながりではなく、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の１２年間を見通し、発達の段階に応じて系統化・明確化された学習内容を、「どのように学ばせるのか」について学校段階等間の接続の中で計画的、かつ継続的に行うことにより、学習内容の定着を図っていくことを目的としている。

## (3) 研究を進めるにあたって

小中高特の「つながりのある学習」を展開する中で、体育科・保健体育科が育成を目指す３つの資質・能力を児童・生徒が身に付けるために、以下の基本方針により研究を進めることとする。

### ① 系統性を踏まえた指導内容の一層の充実、指導と評価の一体化

- ・ 発達の段階のまとまりを考慮し、各領域で身に付けさせたい具体的な内容の系統性を踏まえた指導内容の一層の充実を図る。
- ・ 指導の改善及び児童生徒の学習意欲の向上を図るとともに、個別最適な学びを実現するために、指導と評価の一体化を図る。

### ② 「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業づくり

- ・ 課題解決のための言語活動の充実や情報活用能力の育成、体験を伴う活動の充実などにより学習活動の質の向上を目指す。

### ③ 共生の視点に立った指導内容の充実

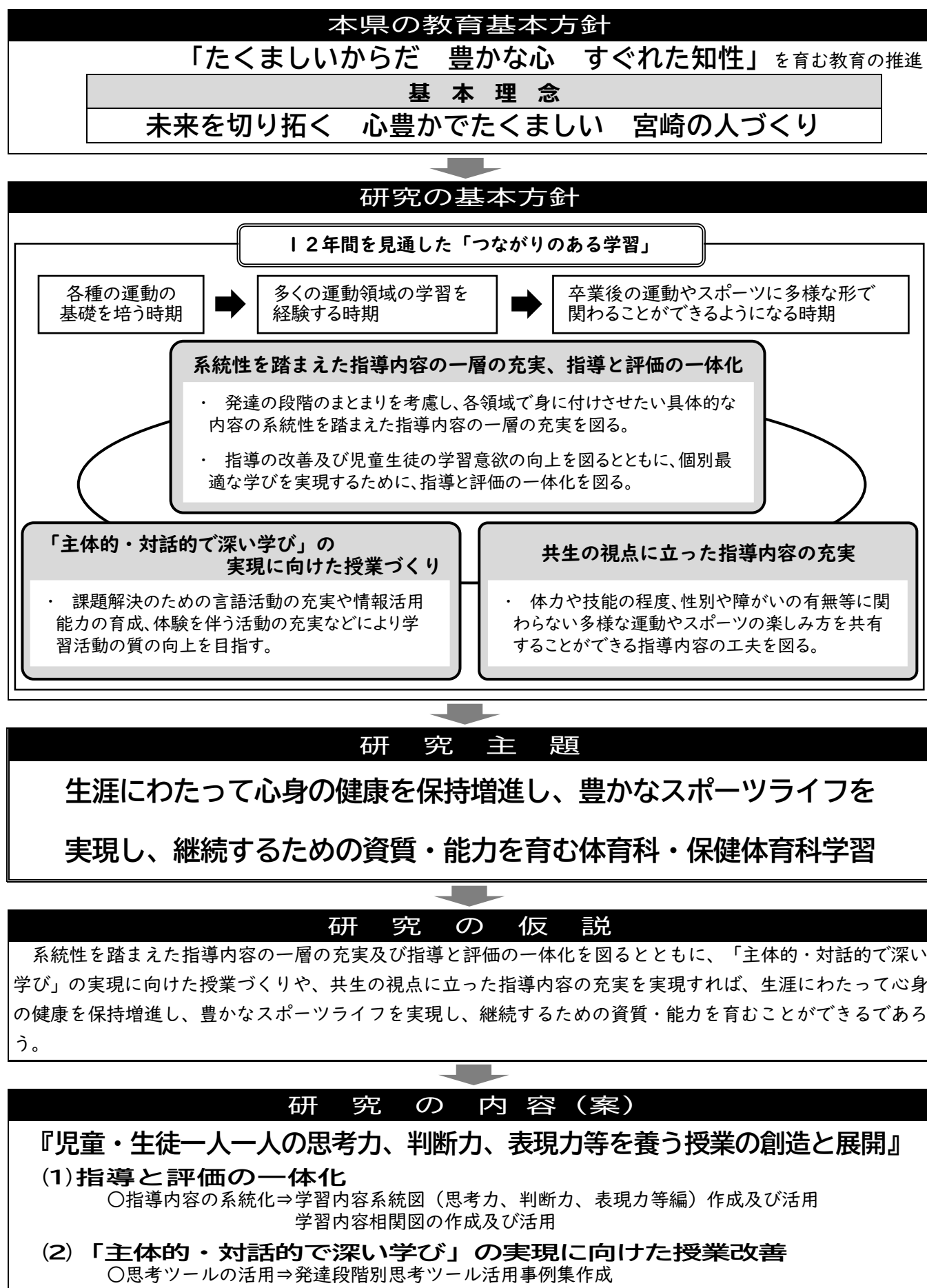
- ・ 体力や技能の程度、性別や障がいの有無に関わらない多様な運動やスポーツの楽しみ方を仲間と共有することができる指導内容の工夫を図る。

また、主題を「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し、継続するための資質・能力を育む体育科・保健体育科学習」と設定し、体育や保健の見方・考え方を働かせて課題を発見し、その解決を図る主体的・協働的な学習活動を通して、「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」を育成することを目標とし、多角的な視点での研究を進めることとする。

## (4) 研究の仮説

系統性を踏まえた指導内容の一層の充実及び指導と評価の一体化を図るとともに、「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業づくりや、共生の視点に立った指導内容の充実を実現すれば、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し、継続するための資質・能力を育むことができるであろう。

#### 4 研究の概要（研究構想図）



## 学習指導要領に対応した学習指導計画作成上の留意点（学習指導案作成例）

小学校 運動領域 体育

※令和2年度九州学体研の指導案をもとに作成 学校体育研究会 HP にもアップ済み

第6学年2組 体育科学習指導案

※視認性を高めるため、書体（UD フォント等）、大きさを工夫する。

令和 年 月 日（ ） 校時  
第 6 学 年 2 組（○名）  
場 所 ○ ○ 小 体 育 館  
指 導 者 ○ ○ ○ ○

※学習指導要領解説体育編（以下解説）の目標（P116～117「知識及び技能」：P121「思考力、判断力、表現力等」：P122「学びに向かう力、人間性等」）に当たる。語尾を「～することができるようにする。」に変えて表記する。

### 1 単元名 体づくり運動（体の動きを高める運動）

※「領域名」（解説 P24）「内容（型や種目等）」

### 2 単元の目標（第5学年及び第6学年の2学年分）

(1) 体づくり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、体を動かす心地よさを味わったり、体の動きを高めたりすることができるようにする。

ア 体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体の関係に気付いたり、仲間と関わり合ったりすることができるようにする。

イ 体の動きを高める運動では、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運動をすることができるようにする。（知識及び運動）

(2) 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ができるようにする。（思考力、判断力、表現力等）

(3) 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ことができるようにする。（学びに向かう力、人間性等）

※体づくり運動のみ運動他は技能

※体育科の目標  
解説 P17～23

※5・6年の目標  
解説 P112～116

※学習指導要領の目標や内容（育成を目指す資質・能力）を示す際に、「知識・技能」という表記は間違いである。  
各資質・能力の区切りは「・」ではなく「、」で表記する。  
・ 知識及び技能（体づくり運動だけは知識及び運動）  
・ 思考力、判断力、表現力等  
・ 学びに向かう力、人間性等

### 3 運動の一般的特性

高学年の体づくり運動は、「体ほぐしの運動」及び「体の動きを高める運動」で構成され、運動の楽しさや喜びを味わうとともに、中学年までに身に付けた体の基本的な動きを基に、体の様々な動きを高めるための運動である。

高学年では、手軽な運動を行うことを通して自己や仲間の心と体との関係に気付いたり、仲間と関わり合ったりするとともに、低学年・中学年で多様な動きをつくる運動（遊び）を踏まえ、体の動きを高める運動の行い方を理解し、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て中学校での体づくり運動の学習につなげていくことが求められる。

※その領域や内容の運動の特性について明記する。  
「体づくり運動」であれば、解説 P116 A 体づくり運動 1～8 行目  
解説 P25～26 4 各領域の内容（1）運動領域の内容 ア 体づくり運動系

※この色は知識及び技能関連

※思考力、判断力、表現力等

※学びに向かう力、人間性等

#### 4 児童の実態

##### (1) 運動に触れる楽しさの体験状況

例

本学級では、  
一方で、  
これまでの体育科での学習を通しては、  
一方で、

※本学級の児童の実態、体育科の授業における状況、これまでの運動経験及び日常的な運動活動について明記する。

※これまでの学習（他教科等含む）において、指導内容がどの程度身に付いているのか、また、本単元に関する運動の体験状況（体育学習、少年団活動等）について明記する。

##### (2) 「知識及び運動」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」の習得状況

「知識及び運動」に関しては、

※主語は児童

※体づくり運動のため、  
運動 他は技能

※知識及び技能  
解説 P20～21  
※系統表  
解説 P174

「思考力、判断力、表現力等」に関しては、

※思考力、判断力、表現力等  
解説 P21～22  
※系統表  
解説 P182～183

「学びに向かう力、人間性等」に関しては、

※学びに向かう力、人間性等  
解説 P22～23  
※系統表  
解説 P184～185

※新体力テストのデータから単元とかかわる体力や学校として伸ばしたい体力の状況について明記する。

##### (3) 体力の状況

|    | 男子 |   |   |   |   | 女子 |   |   |   |   |
|----|----|---|---|---|---|----|---|---|---|---|
| 段階 | A  | B | C | D | E | A  | B | C | D | E |
| 人数 | 人  | 人 | 人 | 人 | 人 | 人  | 人 | 人 | 人 | 人 |
| %  | %  | % | % | % | % | %  | % | % | % | % |

体力テストにおいては、※体力の状況の概要について特徴が分かるように説明する。

総合評価の割合は、男女総合でA・B段階が〇%、C段階が〇%、D・E段階が〇%という結果であった。  
〇〇平均より

男子は、 女子は、  
DE 児童は、  
男女ともに、

※体力向上に向けた具体的な取組（各学校における体力向上プラン参照）についても明記する。

テスト項目「立ち幅跳び」、「〇〇〇〇〇」において、  
授業や昼休みの様子から

※体力の向上については、  
解説 P7③ウ

※体力の向上を目指しとは、  
解説 P22～

※体力は～  
解説 P170～

※「4 児童の実態」を踏まえて、教師がどのような内容に重点を置き、指導していくかを具体的に明記する。  
その際に、単元の目標を具現化するため、教師の意図的・計画的な指導が明記されなければならない。

## 5 学習を進めるに当たって

本単元では、

単元を構成するに当たっては、

単元のはじめのオリエンテーションでは、

単元前半では、

単元後半では、

単元の終わりには、〇〇大会を

単元を通して、

「見方・考え方」を働かせる学習過程を工夫することにより、

授業前半の〇〇では、

授業後半の〇〇では、

その過程で、〇〇できるようにしていきたい。

学習カードは

そのために、

また、単元を通してタブレット端末を効果的に活用していきたい。

本時において、

はじめの段階では、ペア活動（体の柔らかさや力強い動きを高めるための運動）を音楽に合わせて～

なかの段階ではまず、「〇〇するためには、どうすればよいか」とねらいを確認する。

まとめの段階では、「〇〇するためには、〇〇すればよい」と学習のまとめをする。

カリキュラム・マネジメントの視点から、事前に保健における「心の健康」や「けがの防止」（第5学年）の学習を振り返ったり、「病気の予防」（第6学年）の学習を進めたりしておく。

それにより、児童が「体づくり運動」を学習する意義をより一層理解し、スムーズな導入につながるようにしたい。

道徳科においても事前に「あきらめない心」や「相手を理解する心」などについて学習することで、学習中における自己や他者との関わり方の工夫につながり、体育科及び道徳科相互に学習効果が高まることを期待する。

単元途中や単元後も同様に、保健学習の「病気の予防」をはじめ、道徳や特別活動においても体づくり運動の単元を振り返りながら学習活動を進めることで、教科等横断的な学びが実現するよう指導を進めていきたい。

カリキュラム・マネジメントについて明記する。  
（学校行事：運動会等含む）※解説 P4④～ P8② P14㊦

### 学習指導要領解説：総則編

- ①P236～237 【心身の健康の保持増進に関する教育】  
（現代的な諸課題に関する教科等横断的な教育内容）
- ②P240～241 【食に関する教育】
- ③P244～245 【防災を含む安全に関する教育】も参照すること。

※主語は教師

※体づくり運動  
解説 P11(エ)  
P116～

※全てこのとおりに記載するのではなく、児童の実態が〇〇で、単元の目標は▲▲であるから、学習を進めるに当たってはこうしたいという内容を中心に記載する。

※「見方・考え方」を働かせる学習過程を工夫する  
解説 P18～19

※主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善  
解説 P14～15

※研究の視点や  
本時に該当する部分は  
書体を変えたり、  
太字にしたり、  
アンダーラインを引くなどして  
分かりやすくする。

※主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を進めるに当たり、  
解説 P161～162 P18～19

※課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して～ 解説 P9

※課題を見付け、その解決に向けた学習過程とは～ 解説 P19

例



※この色は「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」（以下参考資料）関連

※保健で知識しかない単元でも評価の観点の全て「知識・技能」となる。

※「力」「等」はなく、区切りは「・」である。  
「思考・判断・表現」

## 6 単元の評価規準

※参考資料 P27～31

|        | 知識・技能                                                                                                                                                                                                                                   | 思考・判断・表現                                                                                       | 主体的に学習に取り組む態度                                                                        |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 内容のまとめ | <p>次の運動の行い方を理解しているとともに、体を動かす心地よさを味わったり、体の動きを高めたりしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体の関係に気付いたり、仲間と関わり合ったりしている。</li> <li>・体の動きを高める運動では、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運動をしている。</li> </ul> | <p>自己の体の状態や体力に応じて、運動の行い方を工夫しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p>                                  | <p>運動に積極的に取り組もうとし、約束を守り助け合って運動をしようとしていたり、仲間の考えや取組を認めようとしていたり、場や用具の安全に気を配ったりしている。</p> |
| ①知識    | <p>①体力の必要性や体の動きを高めるための運動の行い方について、言ったり書いたり<u>している。</u></p>                                                                                                                                                                               | <p>①自己の体力の状況を知ったり、体の様々な動きを試したりすることを通して、体の動きを高めるためにどのような運動に取り組むとよいか、自己の課題を見付けている。②思考・判断（本時）</p> | <p>①体の動きを高める運動に積極的に取り組もうとしている。①愛好的態度</p>                                             |
| ②技能    | <p>②長なわを用いて回旋の仕方や跳びリズム、人数などを変えているいろいろな跳び方をしたり、なわ跳びをしながらボールを操作したりすること<u>ができる。</u></p>                                                                                                                                                    | <p>②ICT 機器を活用して動き方を確認し、どのようなポイントを意識して運動を行うと動きが高まるのかを見付け、それを生かした運動を工夫<u>している。</u></p>           | <p>②運動を行う際の約束を守り、仲間と助け合<u>おうとしている。</u>②公正・協力</p>                                     |
| ③技能    | <p>③人や長なわの動きに合わせ、用具をコントロールしながら投げ、捕る、回す、転がすなどの操作をすること<u>ができる。</u></p>                                                                                                                                                                    | <p>③グループで工夫した長なわ跳びをしながらボールを投げたり捕ったりする運動の行い方を他のグループの仲間に例示して見せたり、言葉で伝えたり<u>している。</u></p>         | <p>③運動を行う場の設定や用具の片付けなどで、分担された役割を果た<u>そうとしている。</u>③責任・参画</p>                          |
|        | <p>※本時に該当する部分は、<b>囲んだり、書体を変えたり、太字に</b>したりして分かりやすくする。</p>                                                                                                                                                                                | <p>④運動の行い方について仲間の気付きや考え、取組の良さを認め<u>ようとしている。</u>④共生</p>                                         | <p>④運動の行い方について仲間の気付きや考え、取組の良さを認め<u>ようとしている。</u>④共生</p>                               |
|        | <p>※「知識」と「技能」に分けて設定<br/>解説 P117～119</p>                                                                                                                                                                                                 | <p>※「思考・判断」と「表現」に分けて設定<br/>解説 P121, 122</p>                                                    | <p>※低学年の評価内容に「共生」は示されていない。</p>                                                       |
|        | <p>※語尾「～できる」(技能)</p>                                                                                                                                                                                                                    | <p>③表現</p>                                                                                     | <p>⑤運動の場の危険物を取り除くとともに、用具の使い方や周囲の安全に気を配<u>っている。</u>⑤健康・安全</p>                         |
|        |                                                                                                                                                                                                                                         | <p>※「愛好的態度」、「公正・協力」、「責任・参画」、「共生」、「健康・安全」に分けて設定<br/>解説 P122、P10 ウ(ア)</p>                        | <p>※低学年の評価内容に「共生」は示されていない。</p>                                                       |
|        |                                                                                                                                                                                                                                         | <p>※語尾「～している」(知識、思考・判断・表現、主体的に学習に取り組む態度の「健康・安全」)</p>                                           | <p>※語尾「～しようとしている」(主体的に学習に取り組む態度の「健康・安全」以外)</p>                                       |

- ・単元計画のうち、いつ、どの場面で、何をどのように見取るかの計画を立てる。
- ・指導計画の下に評価の計画を重ね合わせ、指導と評価の計画を作成する。
- ・1時間につき1～2程度の評価観点にするなど、評価をするにあたり無理のない計画を立てる。参考資料 P52、56、59、63、67

※本時は罫線を太くする。

## 7 指導と評価の計画(7時間)

| 時間                  |                                                                                   | 1                                                                      | 2                                                                                  | 3                                                                     | 4                                                                | 5                                                          | 6(本時)                                                          | 7                                                                                               |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 指導内容                | 知                                                                                 |                                                                        | ②技能<br>(長なわを用いた動き)                                                                 | ①知識<br>(体の動きを高めるための運動の行い方)                                            | ③技能<br>(人や物の変化に対応した動き)                                           |                                                            |                                                                |                                                                                                 |
|                     | 思                                                                                 |                                                                        |                                                                                    |                                                                       |                                                                  | ①思考・判断<br>(自己や仲間の課題発見)                                     | ②思考・判断<br>(課題に応じた取り組み方の工夫)                                     | ③表現<br>(仲間に伝える力)                                                                                |
|                     | 態                                                                                 | ⑤健康・安全<br>(場や用具の安全)                                                    | ③責任・参画<br>(仲間との認め合い)                                                               | ②公正・協力<br>(準備や片付け)                                                    | ①愛好的<br>(積極的な取組)                                                 | ④共生<br>(仲間との助け合い)                                          |                                                                |                                                                                                 |
| ※集合・整列 解説 P167(8)   |                                                                                   | 1 集合、整列、挨拶、健康観察<br>2 主運動につながる準備運動                                      |                                                                                    |                                                                       |                                                                  |                                                            |                                                                |                                                                                                 |
| 学習過程                | 10分                                                                               | 3 単元の学習内容確認                                                            | 3 ペアでの運動<br>○ 課題となる運動 ※「ひなたプログラム」(事例集)から選択<br>※音楽に合わせて                             |                                                                       |                                                                  |                                                            |                                                                |                                                                                                 |
|                     | 10分                                                                               | 4 本時のねらいの確認【課題発見・解決策の創造】<br>「○○するためには、どうすればよいだろうか」<br>※学びに向かう力、人間性等の内容 |                                                                                    |                                                                       |                                                                  |                                                            |                                                                |                                                                                                 |
|                     |                                                                                   | 場や用具の安全                                                                | 仲間との認め合い                                                                           | 準備や片付け                                                                | 積極的な取組                                                           | 仲間との助け合い                                                   |                                                                |                                                                                                 |
|                     |                                                                                   | 5 全員で共通の運動<br>○ 移動しながら長なわ                                              |                                                                                    |                                                                       |                                                                  |                                                            |                                                                |                                                                                                 |
|                     | 15分                                                                               | 6 グループで試しの運動<br><br><長なわ><br>○ 長なわを使っているような運動<br>○ 運動の工夫の仕方についての確認     | 6 グループで工夫した運動<br><br><長なわ><br>○ 片足ジャンプ<br>○ 回転ジャンプ<br>○ 背中合わせジャンプ                  | 6 グループで工夫した運動<br><br><長なわ+ラバリング><br>○ 棒バラン<br>○ 輪投げキャッチ<br>○ 2人3脚ジャンプ | 6 グループで工夫した運動<br><br><長なわ+フープやボール><br>○ 輪跳び<br>○ ボール渡し<br>○ 背中挟み | 6 グループで工夫した運動<br><br><長なわ+用具><br>○ ICT機器を活用して、動きについての課題を発見 | 6 グループで工夫した運動<br><br><長なわ+用具><br>○ ICT機器を活用して、動きを高めるためのポイントを確認 | 6 グループで工夫した運動<br><br><長なわ+用具><br>○ 工夫した動きとそのポイントを表現<br><br>7 本時のまとめ(学習カードの記入、振り返り、成果の確認、単元のまとめ) |
| 10分                 | 7 本時のまとめ(学習カードの記入、振り返り、成果及び次時の課題の確認)<br>【課題解決】「○○するためには、○○すればよい」<br>8 整理運動、片付け、挨拶 |                                                                        |                                                                                    |                                                                       |                                                                  |                                                            |                                                                |                                                                                                 |
| 評価の重点               | 知                                                                                 |                                                                        | ②技能<br>【観察】                                                                        | ①知識<br>【カード】                                                          | ③技能<br>【ICT】                                                     |                                                            |                                                                |                                                                                                 |
|                     | 思                                                                                 |                                                                        | ※特に低学年においては、ICTやカードの記述等により評価することが難しいため、観察による評価になりがちだが、授業の中で2観点以上を評価する場合は、工夫が必要である。 |                                                                       |                                                                  | ①思考・判断<br>【カード・ICT】                                        | ②思考・判断<br>【カード・ICT】                                            | ③表現<br>【カード・ICT】                                                                                |
|                     | 態                                                                                 | ⑤健康・安全<br>【観察】                                                         | ③責任・参画<br>【観察・カード】                                                                 | ②公正・協力<br>【観察】                                                        | ①愛好的<br>【観察・カード】                                                 | ④共生<br>【観察】                                                |                                                                |                                                                                                 |
| 準備物                 |                                                                                   | 長なわ、棒、ラバリング、フープ、ボール、タンバリン、タブレット端末、プロジェクター                              |                                                                                    |                                                                       |                                                                  |                                                            |                                                                |                                                                                                 |
| カリ・マネ               |                                                                                   | 保健領域：けがの防止(第5学年)、心の健康(第5学年)、病気の予防(第6学年)<br>道徳科：「あきらめない心」「相手を理解する心」     |                                                                                    |                                                                       |                                                                  |                                                            |                                                                |                                                                                                 |
| ※評価方法<br>参考資料 P9、54 |                                                                                   | ※保健との関連<br>解説 P160(9) P163(3)                                          |                                                                                    |                                                                       | ※道徳科との関連<br>解説 P166～167 P224～231                                 |                                                            | ※ICT<br>解説 P167(3)                                             |                                                                                                 |

※単元終了後、総括的な評価へ参考資料 P57

※ある児童において、単元の前半に評価の機会を設定した項目においてBまたはCであったものを、単元の終盤までにAまたはBとなるよう指導の充実を図ることが本来の評価の在り方である。単元の前半に評価したことをもってその観点の評価を確定することには留意が必要である。指導したことがどの程度身に付いているかを評価することは、単元の途中や終盤等において指導方針の修正を図るうえで極めて重要である。つまり、単元の目標を踏まえて評価規準を作成し、評価の観点を明確にしたうえで指導に当たることにより、指導内容が一層明確になると考えることができる。参考資料 P57



## 8 本時の学習(6/7時間)

※6 評価規準：思考・判断②との整合性を図る。  
本時の目標の語尾は「できるようにする」。

※目標なので  
思考力、判断力、表現力等

### (1) 本時の目標

- ICT 機器を活用して動き方を確認し、どのようなポイントを意識して運動を行うと動きが高まるの  
かを見付け、それを生かした運動を工夫することができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)

### (2) 本時の評価項目

- ICT 機器を活用して動き方を確認し、どのようなポイントを意識して運動を行うと動きが高まるの  
かを見付け、それを生かした運動を工夫している。(思考・判断・表現)

※6  
思判②  
と同文

※本時の目標(学習内容)を実現するために、どのよう  
に学習活動を仕組んでいくのかを具体的に明記する。  
7 指導と評価の計画：第6時との整合性を図る。

※評価項目なので  
思考・判断・表現

## 9 学習指導過程

| 段階        | 学習内容及び学習活動                                                                                                                                                  | 指導上の留意点                                                                                                                                                                                                | ○：評価項目<br>(評価方法)<br>【Aの例】                                                                                                                                                                | 「努力を要する」状況と判断される児童<br>への手立て                                                           |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| はじめ<br>10 | 1 集合、整列、挨拶、健康観察<br>2 主運動につながる準備運動<br>3 ペアでの運動<br>・ 体の柔らかさや力強い動きを高めるための運動<br>・ 音楽に合わせた運動<br>4 本時の <u>ねらい</u> の確認                                             | ・ ひなたプログラム(事例集)から選ばせることで、個人の課題解決となる運動に取り組めるようにする。                                                                                                                                                      | ※本時の目標(学習内容)を実現するために、どのような指導を行うかを教師の立場から明記する。<br>「どうやってそれをするのか」「なぜそれをするのか」「そうするとどうなるのか」等を明記する。                                                                                           |                                                                                       |
| なか<br>25  | 5 全員で共通の運動<br>・ 移動しながら長なわ<br>6 グループで工夫した運動<br>・ 長なわと用具の組み合わせ<br>・ ICT 機器を活用して動きを高めるためのポイントを確認<br>・ 確認したことを生かして、動き方を工夫<br>・ 思考と試行の往還<br>※「ねらい」と「まとめ」が一致すること。 | ・ 前時までの課題解決を振り返らせることで、動きをさらに工夫しようという挑戦意欲を高めることができるようにする。<br>・ ICT 機器を活用して動きをスローモーション等で確認させることで、動きを高めるための条件や負荷を工夫することができるようにする。<br>・ 状況に応じ、活動を止め、発問をしたり、児童同士で気づきを交流させたりして、思考と試行を往還させることで、課題を解決できるようにする。 | ※評価する学習活動と横並びとなるようにする。評価項目をそのまま明記する。<br>○ ICT 機器を活用して動き方を確認し、どのようなポイントを意識して運動を行うと動きが高まるの<br>かを見付け、それを生かした運動を工夫している。<br>(観察・カード・ICT)<br>【Aの例】<br>個人やグループの課題を踏まえ、試行錯誤しながらよりよい課題解決に取り組んでいる。 | ※B評価<br>6②・8(2)<br>と同文<br>友達のよい動きを見付けることや、条件を変えることについて教師が具体例を挙げて考えさせる。<br>※C評価児童への手立て |
| まとめ<br>10 | 7 本時の <u>まとめ</u><br>(学習カードの記入、振り返り、成果及び次時の課題の確認)<br>動きを高めるためには、○○すればよい。<br>8 整理運動、片付け、挨拶                                                                    | ・ 課題解決を通して、良かった言葉かけや工夫した条件などを絵や図、文にまとめ、発表させることで、動きを高めるためのポイントに気づき、学びを自覚することができるようにする。                                                                                                                  | ※A評価<br>「十分満足できる姿の設定例」<br>参考資料 P55                                                                                                                                                       | ※評価方法<br>参考資料 P54 参照<br>AとCの児童だけチェックする。チェックがつかない児童はBである。                              |

※音楽  
解説  
P159(1)

※評価項目が知識・技能であれば、解説 P119 参照 運動が苦手な児童への配慮の例  
主体的に学習に取り組む態度であれば、解説 P122、123 参照 運動に意欲的でない児童への配慮の例

## 学習指導計画作成上の留意点（学習指導案作成例）

中学校 保健体育  
(体づくり運動)

※令和2年度九州学体研の指導案をもとに作成 学校体育研究会 HP にもアップ済み

### 第1学年 保健体育科学習指導案

※中学校学習指導要領解説 保健体育編・・・以下「解説」とする

※「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 中学校保健体育・・・以下「参考資料」とする

※視認性を高めるため、書体（UD フォント等）、大きさを工夫する。

令和 年 月 日 ( ) 校時  
第 学年 組(男子〇〇名・女子△△名)  
場 所 〇〇中 学 校 体 育 館  
指 導 者 〇 〇 〇 〇

※「領域名」（解説 P43）「体育」の領域及び領域の内容

#### 1 単元名 体づくり運動(体の動きを高める運動)

※解説の目標（P44「知識及び技能」：P49「思考力、判断力、表現力等」：P50「学びに向かう力、人間性等」）を転記する。その際、語尾を「～することができるようにする。」に変えて表記する。

#### 2 単元の目標

※第1学年及び第2学年の目標を全て記述した上で、本単元で指導・評価しない部分については ( ) で示す。

(1) 次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、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、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができるようにする。

ア 体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体との関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わり合うこと。

イ 体の動きを高める運動では、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運動を行うとともに、それらを組み合わせること。

※体づくり運動のみ運動他は技能（知識及び運動）

(2) (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ができるようにする。

(思考力、判断力、表現力等)

(3) 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、ことなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。

(学びに向かう力、人間性等)

※学習指導要領の目標や内容（育成を目指す資質・能力）を示す際は、表記に注意すること。

各資質・能力の区切りは「・」ではなく「、」である。

- ・ 知識→技能 → 知識及び技能（体づくり運動だけは知識及び運動）
- ・ 思考→判断→表現 → 思考力、判断力、表現力等
- ・ 主体的に学習に取り組む態度 → 学びに向かう力、人間性等

#### 3 運動の一般的特性

体づくり運動は、体ほぐしの運動と体の動きを高める運動及び実生活に生かす運動の計画で構成され、自他の心と体に向き合って、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、心と体をほぐしたり、体の動きを高める方法を学んだりすることができる領域である。小学校では、体づくり運動で学んだことを授業以外でも行うことをねらいとした学習をしている。中学校では、これらの学習を受けて、より具体的なねらいをもった運動を行い、学校の教育活動全体や実生活で生かすことが求められる。

※その領域や内容の運動の特性について明記する。

第1学年及び第2学年の「体づくり運動」であれば、解説 P 44 を参考とする。

#### 4 生徒の実態

(1) 運動に触れる楽しさの体験状況

本学級では、～

一方で、～

※生徒の実態、体育の授業における状況、これまでの運動経験及び日常的な運動活動について明記する。

(2) 「知識及び運動」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」の習得状況

「知識及び運動」に関しては、

※本単元は、体づくり運動のため、運動 **他は技能**

※これまでの学習（他教科等含む）において、指導内容がどの程度身に付いているのか、また、本単元に関するこれまでの学習の体験状況について明記する。

※主語は生徒

「思考力、判断力、表現力等」に関しては、～

※知識及び技能  
解説 P44～49  
※系統表 解説 P250～251

「学びに向かう力、人間性等」に関しては、～

※思考力、判断力、表現力等  
解説 P49～50  
※系統表 解説 P256～257

(3) 体力の状況

※新体力テストのデータから単元とかかわる体力や学校として伸ばしたい体力の状況について明記する。

※学びに向かう力、人間性等  
解説 P50～51  
※系統表 解説 P258～259

|       | 男子 |   |   |   |   | 女子 |   |   |   |   |
|-------|----|---|---|---|---|----|---|---|---|---|
| 段階    | A  | B | C | D | E | A  | B | C | D | E |
| 人数(人) |    |   |   |   |   |    |   |   |   |   |
| 割合(%) |    |   |   |   |   |    |   |   |   |   |

体力テストにおいては、

総合評価の割合は、A・B 段階が〇〇%、C 段階が〇〇%、D・E 段階が〇〇%という結果であった。

〇〇平均より

男子は、 女子は、

DE 生徒は、

男女ともに、

テスト項目「立ち幅跳び」、「〇〇〇〇〇」において、

授業や昼休みの様子から

※体力向上に向けた具体的な取組（各学校における体力向上プラン参照）についても明記する。

#### 5 学習を進めるに当たって

※主語は教師

※上記の生徒の実態から、教師がどのような内容に**重点**を置き、指導していくかを**具体的に明記**する。その際に、単元の**目標を具現化**するため、教師の**意図的・計画的な指導**が明記されなければならない。**重要な箇所である。**

本単元では、

単元を構成するに当たっては、

単元のはじめのオリエンテーションでは、

単元前半では、

単元後半では、

単元の終わりには、〇〇大会を

単元を通して、

※「見方・考え方」を働かせる学習過程を工夫する。解説 P24～23

「見方・考え方」を働かせる学習過程を工夫することにより、

学習カードは

そのために、

また、単元を通してタブレット端末を効果的に活用していきたい。

本時において、

※主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善の工夫  
解説 P3～

カリキュラム・マネジメントについて明記する。(学校行事：体育大会等  
含む)  
※解説 P5、P22～23

カリキュラム・マネジメントの視点から、「保健」との関連を図った指導を充実する観点から、「保健」における精神疾患の予防と回復などの内容との関連を図り、教科等横断的な学びが実現するよう指導を進めていきたい。

※評価の観点については、「知識及び技能(運動)」→「知識・技能」、「思考力・判断力・表現力等」→「思考・判断・表現」、「学びに向かう力、人間性等」→「主体的に学習に取り組む態度」となる。この評価の観点は、全ての運動領域や保健領域においても同じである。

※技能を評価する領域の場合は、「全ての単元の評価規準」及び「単元の評価規準」において、「知識・技能」の欄に中央部分に……を縦に引き、分割して記載する。 参考資料 P56

## 6 単元の評価規準(●第1学年・第2学年 ◎第1・2学年共通)

|                                         | 知識・技能                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 思考・判断・表現                                                                                                                                                                                                                                                               | 主体的に学習に取り組む態度                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 「内容のまとめ」ごとに学習指導要領の内容の例示の文末を変え、そのまま転記する。 | <p>◎体づくりをほぐす運動は、<u>評価の観点の「知識・技能」の標記は、体づくり運動でも同じである。</u></p> <p>◎体づくりをほぐす運動は、<u>地よさを味わう意義があることについて、言ったり書き出したりしている。</u></p> <p>◎体づくり運動の意義には、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意義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>・「体ほぐしの運動」には、「心と体の関係や心身の状態に気付く」、「仲間と積極的に関わり合う」というねらいに応じた行い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>・体の動きを高めるには、安全で合理的に高める行い方があることを言ったり書き出したりしている。</p> <p>◎体の動きを高めるには、適切な強度、時間、回数、頻度などを考慮して組み合わせる方法があることについて、学習した具体例を挙げている。</p> <p>◎運動の組合せ方には、効率のよい組合せとバランスのよい組合せ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>◎体ほぐしの運動で、「心と体の関係や心身の状態に気付く」、「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を選んでいる。</p> <p>・体の動きを高めるために、自己の課題に応じた運動を選んでいる。</p> <p>●学習した安全上の留意点を、他の学習場面に当てはめ、仲間に伝えている。</p> <p>●仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめ、仲間との関わり方を見付けている。</p> <p>◎体力の程度や性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための運動を見付け、仲間に伝えている。</p> | <p>◎体づくりの運動の学習に積極的に取り組もうとしている。</p> <p>●仲間の補助をしたり助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。</p> <p>・一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとしている。</p> <p>◎ねらいに応じた行い方などについての話合いに参加しようとしている。</p> <p>◎健康・安全に留意している。</p> |

※「体づくり運動」については、「技能」の評価規準は設定していない。  
【理由】 体ほぐしの運動は、技能の習得・向上をねらいとするものでないこと、体の動きを高める運動は、ねらいに応じて運動を行うとともにそれらを組み合わせることが主な目的であること、実生活に生かす運動の計画は、運動の計画を立てて取り組むことが主な目的となるため。



|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                  |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>単 元 の 評 価 規 準</p> | <p>① 体づくり運動の意義には、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意義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>② 体づくり運動の意義には、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意義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 体の動きを高めるには、適切な強度、時間、回数、頻度などを考慮して組み合わせる方法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>④ 運動の組合せ方には、効率のよい組合せとバランスのよい組合せ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>※本時に該当する部分は囲んだり、書体を変えたりして分かりやすくする。</p> <p>② 仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめ、仲間との関わり方を見付けている。</p> <p>③ 体力の程度や性別等の違いを踏まえて、仲間とともに楽しむための運動を見付け、仲間に伝えている。</p> | <p>① 体づくりの運動の学習に積極的に取り組もうとしている。</p> <p>② 仲間の補助をしたり助言したりして、仲間の学習を援助しようとしている。</p> <p>③ ねらいに応じた行い方などについての話合いに参加しようとしている。</p> <p>④ 健康・安全に留意している。</p> |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

※例示の文末の変換について

「知識」・・・①「～について、言ったり書き出したりしている」、②「～について、学習した具体例を挙げている」となる。

①は一般的に認知された科学的な知識を内容とするものであり、各学校や教師の指導により大きな相違はないものに用いる。

②は学校や生徒の実態に合わせて、指導する教師により取り扱われる内容に相違が予想されるものに用いる。

「技能」・・・「～ができる」

「思考・判断・表現」・・・「～している」

「主体的に学習に取り組む態度」・・・「～しようとしている」

ただし、健康・安全に関する例示については、意欲を持つことにとどまらず実践することが求められているものであることから「～に留意している」もしくは「～を確保している」となる。

- ・単元計画のうち、いつ、どの場面で、何をどのように見取るかの計画を立てる。
- ・指導計画の下に評価の計画を重ね合わせ、指導と評価の計画を作成する。
- ・1時間につき1～2程度の評価観点にするなど、評価をするにあたり無理のない計画を立てる。

※本時は罫線を太くする。

## 7 指導と評価の計画(7時間)

| 時間    | 1                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 4 (本時)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 5                                                                                                                                                                                           | 6                                                                                                                                             | 7                                                                                                                                                                                |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 指導内容  | ①体づくり運動の意義(体ほぐしの運動)                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | ②体づくり運動の意義(体の動きを高める運動)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                             | ④バランスのよい組み合わせ                                                                                                                                 | ③強度・時間・回数・頻度                                                                                                                                                                     |
| 思・判・表 |                                                                                                                                                                                                                                                                    | ①安全上の留意点を仲間伝えていく。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | ②仲間との関わり方を見付けていく。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ③仲間とともに楽しむための運動を見付け、伝えていく。                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                  |
| 学・人   | ①積極的に取り組む                                                                                                                                                                                                                                                          | ④健康・安全                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | ②仲間の援助                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                             | ③ねらいに応じた行い方                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                  |
| 学習活動  | 1 挨拶・出欠確認・健康観察<br>2 オリエンテーション<br>○学習のねらいを確認する。<br><br>学習の進め方を知り、学習の見通しを把握する。<br><br>・授業のルール確認<br><br>3 体づくり運動の意義についての説明を聞く。<br>・体力テストのチャート化<br><br>4 体ほぐしの運動をする。<br>・ストレッチ(一人・ペア)<br>・ボールを使ったラジオ体操に取り組み。<br>・音楽に合わせてペアで運動(前半部分のみ)<br><br>5 振り返り・片付け・学習カードの活用について確認 | 1 挨拶・出欠確認・健康観察<br>2 学習用具の準備<br><br>ねらい1<br>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、それぞれ安全で合理的に高めることのできる適切な運動の行い方があることを理解する。<br><br>3 学習のねらい、流れを確認する。<br><br>安全に注意しながら、たくさんの運動を体験しよう。<br><br>4 安全上の留意点について全体で確認する。<br><br>5 体ほぐしの運動をする。<br>・ラジオ体操第2<br>・音楽に合わせてペアで運動(前半部分のみ)<br><br>6 動画を見ながら様々な体の動きを高める運動を体験する。<br>・じゃんけん開脚<br>・スタンドアップ<br>・フープくぐり<br>・ボール転がし<br>・ボールキャッチ<br>・ラダーじゃんけん | 1 挨拶・出欠確認・健康観察<br>2 体ほぐしの運動(ラジオ体操第2、音楽に合わせてペアで運動)<br><br>ねらい1<br>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、それぞれ安全で合理的に高めることのできる適切な運動の行い方があることを理解する。<br><br>3 学習のねらい、流れを確認する。<br><br>仲間と協力しながら、たくさんの運動を体験しよう。<br><br>4 体の動きを高める運動をする。<br>・全員で同じ運動を行う。<br><br>5 動画を見ながら様々な運動を体験する。<br>・トラベラー<br>・長なわパス<br>・連続ジャンプ<br>・人間ミラー<br>・ボールをよけろ(上体そらし)<br>・ボールをよけろ(ブリッジ) | 1 挨拶・出欠確認・健康観察<br>2 体ほぐしの運動(ラジオ体操第2、音楽に合わせてペアで運動)<br><br>ねらい1<br>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、それぞれ安全で合理的に高めることのできる適切な運動の行い方があることを理解する。<br><br>3 学習のねらい、流れを確認する。<br><br>グループの仲間と協力して、運動のねらいについて考えよう。<br><br>4 話し合いの方法についての説明を聞く。<br><br>5 運動のねらいを考える。<br>・動画を見ながら、これまで自分たちが取り組んできた運動のねらいについてグループで考える。<br>A 体の柔らかさ<br>・じゃんけん開脚<br>・人間ミラー<br>B 巧みな動き<br>・ラダーじゃんけん<br>C 力強い動き<br>・連続ジャンプ<br>D 動きを持続する能力<br>・長なわパス<br>・トラベラー<br><br>6 グループで出た意見を発表する。 | 3 学習のねらい、流れを確認する。<br><br>バランスよく体力を高めることのできる運動を見付けよう。<br><br>4 バランスよく体力を高めることのできる運動を考える。<br>・運動例の資料を参考にして、高めたい体力の運動をグループで作成する。<br>・ねらいを実現するためにお互いにアドバイスし合いながら話し合いを行う。<br><br>5 作成した運動の実践を行う。 | 3 学習のねらい、流れを確認する。<br><br>ねらいに応じた運動の行い方について話し合おう。<br><br>4 作成した運動を他のグループとお互いに見合っアドバイスする。<br><br>5 アドバイスをもとに、運動の改善を話し合う。<br><br>6 作成した運動の実践を行う。 | 3 学習のねらい、流れを確認する。<br><br>体の動きを高めるための適切な運動の組み合わせについて考えよう。<br><br>4 体の動きを高める運動の実践発表会<br>①開会の言葉<br>②実施上の注意<br>③発表会<br>④アドバイスタイム<br>⑤先生からの言葉<br>⑥閉会の言葉<br><br>5 「体づくり運動」の学習について振り返る。 |
| 評価    | ①                                                                                                                                                                                                                                                                  | ①                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | ②                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ②                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ③                                                                                                                                                                                           | ④                                                                                                                                             | ③                                                                                                                                                                                |
| 準備物   | 学習カード<br>新体力テストの結果                                                                                                                                                                                                                                                 | 学習カード<br>BGM<br>タイマー<br>タブレット端末                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 学習カード<br>BGM<br>タイマー<br>タブレット端末                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 学習カード<br>BGM<br>タイマー<br>タブレット端末                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 学習カード<br>BGM<br>タイマー<br>タブレット端末                                                                                                                                                             | 学習カード<br>BGM<br>タイマー<br>タブレット端末                                                                                                               | 学習カード<br>BGM<br>タイマー<br>タブレット端末                                                                                                                                                  |
| カリ・マネ | 欲求やストレスへの対処と心の健康                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 身体機能の発達                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                  |

※指導内容と評価の整合性を図る。指導していないことを評価しない。

※体づくり運動でも評価の観点は「知・技」

※単元終了時に、総括的な評価へ参考資料 P58

※単元の前半に評価の機会を設定した項目においてBまたはCであったものを、単元の終盤までにAまたはBとなるよう指導の充実を図ることが本来の評価の在り方である。単元の前半に評価したことをもってその観点の評価を確定することには留意が必要である。指導したことがどの程度身に付いているかを評価することは、単元の途中や終盤等において指導方針の修正を図るうえで極めて重要である。つまり、単元の目標を踏まえて評価規準を作成し、評価の観点を明確にしたうえで指導に当たることにより、指導内容が一層明確になる。参考資料 P60



※6 評価規準：思考・判断②との整合性を図る。  
本時の目標の語尾は「できるようにする」。

※目標なので  
思考力、判断力、表現力等

## 8 本時の学習(4/7時間)

### (1) 本時の目標

- 仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめ、仲間との関わり方を見付けることができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)

### (2) 本時の学習評価

- 仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめ、仲間との関わり方を見付けている。(思考・判断・表現)

※6  
思判②  
と同文

※本時の目標(学習内容)を実現するために、どのように学習活動を仕組んでいくのかを具体的に明記する。

7 指導と評価の計画：本時との整合性を図る。

※評価項目なので  
思考・判断・表現

## 9 学習指導過程

| 段階         | 学習内容及び学習活動                                                                                                                                                                                                                                                           | 指導上の留意点                                                                                                                                                                                                                                                 | ○：評価項目<br>(評価方法)<br>【Aの例】                                                                                                       | 「努力を要する状況」と判断される生徒への手立て                                                         |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| はじめ<br>10分 | 1 あいさつ、出欠確認、健康観察、脈拍測定を行う。<br>2 体ほぐしの運動を行う。<br>・ボールを使ったラジオ体操<br>・ペアで音楽に合わせて運動<br>3 学習のねらい、学習の流れを確認する。                                                                                                                                                                 | ○ タイマーを用意し、個人で脈拍測定ができるようにする。<br>○ 心と体をほぐし、本時の活動につなげることができよう、声をかける。                                                                                                                                                                                      | ※本時の目標(学習内容)を実現するために、どのような指導を行うかを教師の立場から明記する。「どうやってそれをするのか」「なぜそれをするのか」「そうするとどうなるのか」等を明記する。                                      |                                                                                 |
|            | グループの仲間と協力して、運動のねらいについて考えよう。                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                 |                                                                                 |
| なか<br>35分  | 4 話し合いの方法について説明を聞く。<br>・個人の意見を発表する。<br>・理由を伝え合う。<br>・動画を見ながら体験する。<br>・グループで意見をまとめる。<br>5 これまでの学習で体験してきた運動をグループで確認し、ねらいごとに仕分けする。<br>A 体の柔らかさ<br>・じゃんけん開脚<br>・人間ミラー<br>B 巧みな動き<br>・ラダーじゃんけん<br>C 力強い動き<br>・連続ジャンプ<br>D 動きを持続する能力<br>・長なわパス<br>・トラベラー<br>6 グループごとに発表する。 | ○ 運動のねらいを体感しながら考えられるように、実際に体を動かしながら話し合い活動を行うように指示する。<br>○ 目で見ながら意見交換ができるように、運動名のカードを作成し、仕分けをさせる。<br>○ 運動のねらいが4つに限定されないように、意図的な声かけを行う。<br>○ 安全に留意しながら活動できるように、用具管理などを適時指導する。<br>○ 仲間との関わり方を見付けられるように、自己評価をさせる。<br>○ より多様な意見を聞くことができるように、話し合い活動の内容を発表させる。 | ※評価する学習活動と横並びとなるようにする。評価項目をそのまま明記する。<br>○ 仲間と話し合う場面で、提示された参加の仕方に当てはめ、仲間との関わり方を見付けている。(観察・学習カード)<br>【Aの例】<br>仲間との関わり方を適切に見付けている。 | ※B評価<br>6②・8(2)<br>と同文<br>実際に運動を行ったり、学習カードに記載したりする際に個別に助言する。<br>※C評価<br>生徒への手立て |
| まとめ<br>5分  | ※「ねらい」と「まとめ」が一致すること<br>7 本時の学習の記録及び振り返りをする。<br>同じ運動でも、方法や強度・時間・回数によって、運動のねらいが変わる<br>8 本時のまとめと挨拶をする。                                                                                                                                                                  | ○ 適切な仲間との関わり方について発表させる。<br>○ 次時の学習の意欲を高めるために、生徒の良かった点を称賛し、気付いた点を話す。                                                                                                                                                                                     | ※A評価<br>「十分満足できる姿の設定例」<br>参考資料 P59                                                                                              | ※評価方法<br>参考資料<br>P59～61 参照<br>AとCの生徒をチェックする。チェックがつかない生徒はBである。                   |

## 学習指導計画作成上の留意点（学習指導案作成例）

中学校 保健体育  
(球技)

※令和4年度県学体研の指導案をもとに作成（一部修正）  
学校体育研究会 HP にもアップ済み

### 第3学年 体育科学学習指導案

※視認性を高めるため、書体（UD フォント等）、大きさを工夫する。

令和 年 月 日 ( ) 校時  
第 学年 組(男子〇〇名・女子△△名)  
場 所 〇〇 中 学 校 体 育 館  
指 導 者 〇 〇 〇 〇

※「領域名」（解説 P43）「体育」の領域及び領域の内容

#### 1 単元名 球技（ゴール型：サッカー）

※中学校学習指導要領解説 保健体育編（以下解説）の目標（P131「知識及び技能」：P135「思考力、判断力、表現力等」：P137「学びに向かう力、人間性等」）を転記する。その際、語尾を「～**することができるようにする。**」に変えて表記する。

※第3学年の目標を全て記述した上で、本単元で指導・評価しない部分については ( ) で示す。（他領域で学習したり、高校で学習することを想定したりするため。）

#### 2 単元の目標

- (1) 次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開**することができるようにする。**（知識及び技能）
  - ・ ゴール型では、安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすること。
- (2) 攻防などの自己やチームの課題を発見し、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**ことができるようにする。**（思考力、判断力、表現力等）
- (3) 球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、**(互いに助け合い教え合おうとすることなどや、健康・安全を確保すること) ができるようにする。**（学びに向かう力、人間性等）

※学習指導要領の**目標や内容（育成を目指す資質・能力）を示す際は、表記に注意すること。**

各資質・能力の区切りは「・」ではなく「、」である。

- ・ ~~知識~~→~~技能~~ → **知識及び技能**（体づくり運動だけは知識及び**運動**）
- ・ ~~思考~~→~~判断~~→~~表現~~ → **思考力、判断力、表現力等**
- ・ **主体的に学習に取り組む態度** → **学びに向かう力、人間性等**

#### 3 運動の一般的特性

球技は、ゴール型、ネット型及びベースボール型などから構成され、個人やチームの能力に応じた作戦を立て、集団対集団、個人対個人で勝敗を競うことに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。小学校では、「ゲーム」と「ボール運動」で簡易化されたゲームでルールを工夫したり、チームの特徴に応じた作戦を立てたりして攻防を展開できるようにすることをねらいとした学習に取り組んでいる。中学校では、これらの学習を受けて、基本的な技能や仲間と連携した動きを発展させて、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにすることが求められる。

※その領域や内容の運動の特性について明記する。  
「球技」であれば、解説 P121 を参考とする。

#### 4 生徒の実態

- (1) 運動に触れる楽しさの体験状況  
本学級では、～  
一方で、～

※生徒の実態、体育の授業における状況、これまでの運動経験及び日常的な運動活動について明記する。

- (2) 「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」の習得状況  
「知識及び技能」に関しては、

※本単元は、体づくり運動のため、運動 **他は技能**

※これまでの学習（他教科等含む）において、指導内容がどの程度身に付いているのか、また、本単元に関するこれまでの学習の体験状況について明記する。

※主語は生徒

「思考力、判断力、表現力等」に関しては、～

「学びに向かう力、人間性等」に関しては、～

※知識及び技能

解説 P130～132

※系統表 解説 P252～253

※思考力、判断力、表現力等

解説 P134～136

※系統表 解説 P256～257

- (3) 体力の状況

※新体力テストのデータから単元とかかわる体力や学校として伸ばしたい体力の状況について明記する。

※学びに向かう力、人間性等

解説 P136～137

※系統表 解説 P258～259

|       | 男子 |   |   |   |   | 女子 |   |   |   |   |
|-------|----|---|---|---|---|----|---|---|---|---|
| 段階    | A  | B | C | D | E | A  | B | C | D | E |
| 人数(人) |    |   |   |   |   |    |   |   |   |   |
| 割合(%) |    |   |   |   |   |    |   |   |   |   |

体力テストにおいては、

総合評価の割合は、A・B 段階が〇〇%、C 段階が〇〇%、D・E 段階が〇〇%という結果であった。

〇〇平均より

男子は、 女子は、

DE 生徒は、

男女ともに、

テスト項目「立ち幅跳び」、「〇〇〇〇〇」において、

授業や昼休みの様子から

※体力向上に向けた具体的な取組（各学校における体力向上プラン参照）についても明記する。

#### 5 学習を進めるに当たって

※主語は教師

※上記の生徒の実態から、教師がどのような内容に重点を置き、指導していくかを具体的に明記する。その際に、単元の目標を具現化するため、教師の意図的・計画的な指導が明記されなければならない。重要な箇所である。

本単元では、

単元を構成するに当たっては、

単元のはじめのオリエンテーションでは、

単元前半では、

単元後半では、

単元の終わりには、〇〇大会を

単元を通して、

※「見方・考え方」を働かせる学習過程を工夫する。解説 P24～23

「見方・考え方」を働かせる学習過程を工夫することにより、

学習カードは

そのために、

※主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善の工夫  
解説 P3～

また、単元を通してタブレット端末を効果的に活用していきたい。

本時において、

**カリキュラム・マネジメント**について明記する。(学校行事：体育大会等含む)  
※解説 P5、P22～23

**カリキュラム・マネジメント**の視点から、「保健」との関連を図った指導を充実する観点から、「保健」における精神疾患の予防と回復などの内容との関連を図り、**教科等横断的な学びが実現**するよう指導を進めていきたい。

※評価の観点については、「知識及び技能（運動）」→「**知識・技能**」、「~~思考力、判断力、表現力等~~」→「**思考・判断・表現**」、「~~学びに向かう力、人間性等~~」→「**主体的に学習に取り組む態度**」となる。この評価の観点は、**全ての運動領域や保健領域においても同じである。**

※**技能を評価する領域の場合は、「全ての単元の評価規準」及び「単元の評価規準」において、「知識・技能」の欄に中央部分に……を縦に引き、分割して記載する。** 参考資料 P56

## 6 単元の評価規準（●は、本単元の「単元の評価基準」を示している。）

|            | 知識・技能                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 思考・判断・表現                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 主体的に学習に取り組む態度                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 全ての単元の評価規準 | <p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●球技の各型の各種目において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、<b>学習した具体例を挙げている。</b></li> <li>・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、<b>学習した具体例を挙げている。</b></li> <li>・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、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について、<b>学習した具体例を挙げている。</b></li> <li>●練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、<b>言ったり書き出したりしている。</b></li> </ul> <p>○技能</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ゴールの枠内にシュートをコントロールすることができる。</li> <li>●味方が操作しやすいパスを送ることができる。</li> <li>●守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすることができる。</li> <li>●ゴール前に広い空間を作り出すために、守備者を引きつけてゴールから離れることができる。</li> <li>●パスを出した後に次のパスを受ける動きをすることができる。</li> <li>・ボール保持者が進行できる空間を作り出すために、進行方向から離れることができる。</li> <li>・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ることができる。</li> <li>●ゴール前の空いている場所をカバーすることができる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>●選択した運動について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。</li> <li>・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。</li> <li>・選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。</li> <li>・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。</li> <li>●ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。</li> <li>・チームで分担した役割に関する成果や改善すべきポイントについて、自己の活動を振り返っている。</li> <li>・作戦などの話合いの場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。</li> <li>・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。</li> <li>●球技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>●球技の学習に自主的に取り組もうとしている。</li> <li>●相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。</li> <li>・作戦などについての話合いに貢献しようとしている。</li> <li>●一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。</li> <li>・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。</li> <li>・健康・安全を確保している。</li> </ul> |



|         |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                   |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 単元の評価規準 | ①球技の各型の各種目において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。<br>②練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 | ①味方が操作しやすいパスを送ることができる。<br>②守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすることができる。<br>③ゴール前に広い空間を作り出すために、守備者を引きつけてゴールから離れることができる。<br>④パスを出した後、に次のパスを受ける動きをすることができる。<br>⑤ゴール前の空いている場所をカバーすることができる。 | ①選択した運動について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。<br>②ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。<br>③球技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 | ①球技の学習に自主的に取り組もうとしている。<br>②相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。<br>③一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|

※本時に該当する部分は囲んだり、書体を変えたりして分かりやすくする。

※「全ての単元の評価規準」には、「内容のまとまり」ごとに学習指導要領の**内容の例示の文末**を変え、**そのまま転記**する。

※「単元の評価規準」には、「**全ての単元の評価規準**」から、本単元の指導事項に対応した評価規準を**選択し、設定**する。

※例示の**文末の変換**について

「知識」・・・①「～について、言ったり書き出したりしている」、②「～について、学習した具体例を挙げている」となる。

①は一般的に認知された科学的な知識を内容とするものであり、各学校や教師の指導により大きな相違はないものに用いる。

②は学校や生徒の実態に合わせて、指導する教師により取り扱われる内容に相違が予想されるものに用いる。

「技能」・・・「～ができる」

「思考・判断・表現」・・・「～している」

「主体的に学習に取り組む態度」・・・「～しようとしている」

ただし、健康・安全に関する例示については、意欲を持つことにとどまらず実践することが求められているものであることから「～に留意している」もしくは「～を確保している」となる。



- ・単元計画のうち、いつ、どの場面で、何をどのように見取るかの計画を立てる。
- ・指導計画の下に評価の計画を重ね合わせ、指導と評価の計画を作成する。
- ・1時間につき1～2程度の評価観点にするなど、評価をするにあたり無理のない計画を立てる。

## 7 指導と評価の計画（12時間）

※本時は罫線を太くする。

| 時間    |       | 1                                                     | 2                                        | 3                                      | 4                                           | 5                                                      | 6(本時)                       |
|-------|-------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-----------------------------|
| 指導内容  | 知     | ①技術の名称                                                | ①技術のポイント                                 |                                        |                                             | ①技術のポイント                                               |                             |
|       | 技     |                                                       | ①シュート                                    | ②ボールキープ                                |                                             |                                                        | ④パスを出した後の動き                 |
|       | 思・判・表 |                                                       |                                          |                                        |                                             |                                                        |                             |
|       | 学・人   | ①愛好的態度<br>(※健康・安全)                                    |                                          | ③共生                                    | ②公正                                         |                                                        |                             |
| 学習の流れ | 0     | 1 挨拶・出欠<br>確認・健康<br>観察                                | 1 挨拶・出欠<br>確認・健康<br>観察                   | 1 挨拶・出欠<br>確認・健康<br>観察                 | 1 挨拶・出欠<br>確認・健康<br>観察                      | 1 挨拶・出欠<br>確認・健康<br>観察                                 | 1 挨拶・出欠<br>確認・健康<br>観察      |
|       |       | ねらい1 ボール操作を身に付けよう                                     |                                          |                                        |                                             | ねらい2 空間を作りだす動きを身に付けよう                                  |                             |
|       |       | 2 オリエンテーション                                           | 2 本時の学習内容の確認                             | 2 本時の学習内容の確認                           | 2 本時の学習内容の確認                                | 2 本時の学習内容の確認                                           | 2 本時の学習内容の確認                |
|       |       | 3 ウォームアップドリル                                          | 3 ウォームアップドリル                             | 3 ウォームアップドリル                           | 3 ウォームアップドリル                                | 3 ウォームアップドリル                                           | 3 ウォームアップドリル                |
|       | 10    | 4 ボール慣れ<br>5 ドリル練習<br>(2人組)<br>・インサイドキック              | 4 ボール慣れ<br>5 ドリル練習<br>(2人組)<br>・インサイドキック | 4 ボール慣れ<br>5 ドリル練習<br>(2人組)<br>・トラップング | 4 ドリル練習<br>(2人組)<br>・インサイドキック<br>・インステップキック | 4 ドリル練習<br>(2人組)<br>5 2対1+1                            | 4 ドリル練習<br>(2人組)<br>5 2対1+1 |
|       |       | 6 ドリル練習<br>(2人組)<br>・インサイドキック<br>・インステップキック<br>・ヘディング | 6 2対1シュート                                | 6 2対1シュート                              | 5 1対1シュート<br>6 2対1シュート                      | 6 動画撮影                                                 | 6 動画撮影<br>(分析を含む)           |
|       | 20    |                                                       |                                          |                                        |                                             | 7 話し合い活動                                               | 7 2対2                       |
|       | 30    |                                                       |                                          |                                        |                                             | 8 知識の確認                                                |                             |
|       | 40    | 7 片付け<br>8 本時の振り返り、次時の確認                              | 7 片付け<br>8 本時の振り返り、次時の確認                 | 7 片付け<br>8 本時の振り返り、次時の確認               | 7 片付け<br>8 本時の振り返り、次時の確認                    | 9 片付け<br>10 本時の振り返り、次時の確認                              | 8 片付け<br>9 本時の振り返り、次時の確認    |
|       | 50    |                                                       |                                          |                                        |                                             |                                                        |                             |
| 評価    | 知     | ①                                                     | ①                                        |                                        |                                             | ①                                                      |                             |
|       | 技     |                                                       |                                          | ①                                      | ②                                           |                                                        | (④)                         |
|       | 思・判・表 |                                                       |                                          |                                        |                                             |                                                        |                             |
|       | 学・態   |                                                       |                                          |                                        |                                             | ③                                                      |                             |
| 準備物   |       | 学習カード・ボール・P C                                         | 学習カード・ボール・P C                            | 学習カード・ボール・P C                          | 学習カード・ボール・P C                               | 学習カード・ボール・P C・コーチングシート                                 | 学習カード・ボール・P C・コーチングシート      |
| カリ・マネ | 体育理論  |                                                       |                                          | 文化的働き                                  | 社会性                                         | カリキュラム・マネジメントについて、「体育理論」、「保健」、「他教科(道徳も含む)」の3つに分けて記載する。 |                             |
|       | 保健    | 傷害の防止                                                 |                                          |                                        |                                             |                                                        |                             |
|       | 他教科   |                                                       |                                          | 相互理解、寛容                                | 公正・公平、社会正義                                  |                                                        |                             |

| 時間    |       | 7                            | 8                            | 9                            | 10                           | 11                           | 12                           |
|-------|-------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| 指導内容  | 知     | ②運動観察                        |                              |                              |                              |                              |                              |
|       | 技     |                              | ⑤ゴール前のカバー                    | ③空間を作りだす                     |                              |                              |                              |
|       | 思・判・表 |                              |                              | ①動きの比較                       | ③多様な関わり方                     | ②マナーや行為                      |                              |
|       | 学・人   |                              |                              |                              |                              |                              |                              |
| 学習の流れ | 0     | 1 挨拶・出欠確認・健康観察               | 1 挨拶・出欠確認・健康観察               | 1 挨拶・出欠確認・健康観察               | 1 挨拶・出欠確認・健康観察               | 1 挨拶・出欠確認・健康観察               | 1 挨拶・出欠確認・健康観察               |
|       |       | ねらい2 空間を作りだす動きを身に付けよう        |                              |                              |                              |                              |                              |
|       |       | 2 本時の学習内容の確認<br>3 ウォームアップドリル | 2 本時の学習内容の確認<br>3 ウォームアップドリル | 2 本時の学習内容の確認<br>3 ウォームアップドリル | 2 本時の学習内容の確認<br>3 ウォームアップドリル | 2 本時の学習内容の確認<br>3 ウォームアップドリル | 2 本時の学習内容の確認<br>3 ウォームアップドリル |
|       | 10    | 4 ドリル練習(2人組)                 | 4 ドリル練習(2人組)                 | 4 ドリル練習(2人組)                 | 4 課題解決のための練習(グループ練習)         | 4 課題解決のための練習(グループ練習)         | 4 課題解決のための練習(グループ練習)         |
|       | 20    | 5 2対2                        | 5 チャレンジ&カバー                  | 5 チャレンジ&カバー                  | 5 リーグ戦                       | 5 リーグ戦                       | 5 リーグ戦                       |
|       | 30    | 6 マークの三原則の確認<br>7 チャレンジ&カバー  | 6 ラインゲーム①(キャッチ)              | 6 ラインゲーム②(キック)               | 6 動画撮影                       | 6 動画撮影                       | 6 動画撮影                       |
|       | 40    | 8 片付け<br>9 本時の振り返り、次時の確認     | 7 片付け<br>8 本時の振り返り、次時の確認     | 7 片付け<br>8 本時の振り返り、次時の確認     | 7 片付け<br>8 本時の振り返り、次時の確認     | 7 片付け<br>8 本時の振り返り、次時の確認     | 7 片付け<br>8 本時の振り返り、次時の確認     |
|       | 50    |                              |                              |                              |                              |                              |                              |
| 評価    | 知     | ②                            |                              |                              |                              |                              | 総括的な評価                       |
|       | 技     | ④                            | (⑤)                          | ⑤                            | ③                            |                              |                              |
|       | 思・判・表 |                              |                              | ①                            | ③                            | ②                            |                              |
|       | 態度    |                              | ①                            |                              |                              | ②                            |                              |
| 準備物   |       | 学習カード・ボール・P C                | 学習カード・ボール・P C                | 学習カード・ボール・P C                | 学習カード・ボール・P C                | 学習カード・ボール・P C                | 学習カード・ボール・P C                |
| カリ・マネ | 体育理論  |                              |                              |                              | 多様な関わり方                      |                              |                              |
|       | 保健    |                              |                              |                              |                              |                              |                              |
|       | 他教科   |                              |                              |                              |                              | 規則の尊重                        |                              |

※単元終了時に、総括的な評価へ  
参考資料 P58

※単元の前半に評価の機会を設定した項目においてBまたはCであったものを、単元の終盤までにAまたはBとなるよう指導の充実を図ることが本来の評価の在り方である。単元の前半に評価したことをもってその観点の評価を確定することには留意が必要である。指導したことがどの程度身に付いているかを評価することは、単元の途中や終盤等において指導方針の修正を図るうえで極めて重要である。つまり、単元の目標を踏まえて評価規準を作成し、評価の観点を明確にしたうえで指導に当たることにより、指導内容が一層明確になる。 参考資料 P60

## 8 本時の学習（6／12時間）

### （1） 本時の目標

- パスを出した後に次のパスを受ける動きができるようにする。

### （2） 本時の評価項目

- パスを出した後に次のパスを受ける動きができる。

※6  
技能④  
と同文

※本時の目標（学習内容）を実現するために、どのように学習活動を仕組んでいくのかを具体的に明記する。

7 指導と評価の計画：本時との整合性を図る。

※目標なので  
知識及び技能

（知識及び技能）

（知識・技能）

※評価項目なので  
知識・技能

## 9 学習指導過程

| 段階         | 学習内容及び学習活動                                                                                                                                                                                                                           | 指導上の留意点                                                                                                                                                                                                           | ○：評価項目<br>（評価方法）<br>【A・B・Cの例】                                                                                                                       | 「努力を要する」<br>状況と判断される<br>生徒への手立て                                                                       |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| はじめ<br>10分 | 1 集合、挨拶、健康観察、体操を行う。<br><br>2 ドリル練習（2人組）を行う。<br>・ パス練習<br>・ ボールタッチ<br><br>3 本時のねらいを確認する。                                                                                                                                              | ○ 安全に運動できるように健康状態を確認する。<br><br>○ ドリル練習は、強さ、方向、タイミングを意識するよう助言する。<br><br>○ 前時を振り返り、3つの動きのポイントについて説明し、ホワイトボードに掲示する。                                                                                                  |                                                                                                                                                     |                                                                                                       |
|            | ゲームの中でパスを出した後に、次のパスをもらう動きを身に付けよう。                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                     |                                                                                                       |
| なか<br>30分  | 4 2対1+1（ゲームⅠ）を行う。<br>・ 2人1組をつくる。<br>・ 2対1+1に参加していない人は、撮影、コーチングを行う。<br><br>《選択する動き》<br>・ ワンツー<br>・ オーバーラップ<br>・ ドリブルスイッチ<br><br>《動きの選択のポイント》<br>・ ボール保持者の体の向き<br>・ ボール保持者の位置<br>・ 守備者の位置<br><br>5 2対1+1の分析を行う。<br><br>6 2対2（ゲームⅡ）を行う。 | ○ パスを出した後の次のパスをもらう動きができるように、ボール保持者の体の向きや位置、守備者の位置で判断するよう助言する。<br><br>○ パスを受けるように、パスを受けた時にパスを返すよう助言する。<br><br>※A評価<br>「十分満足できる姿の設定例」<br>参考資料 P59<br><br>※評価方法<br>参考資料 P59～61 参照<br>AとCの生徒をチェックする。チェックがつかない生徒はBである。 | ○ パスを出した後に、次のパスを受ける動きができる。（観察）<br>【Aの例】<br>パスを出した後に、次のパスを受ける動きが繰り返してできる。<br>【Bの例】<br>パスを出した後に、次のパスを受ける動きができる。<br>【Cの例】<br>パスを出した後に、その場でパスをもらうとしている。 | ○ パスを出した後、ボール保持者の体の向きや位置を見るように、適宜個別に助言する。<br>○ 撮影された動画やコーチングシートを活用しながら助言する。<br><br>※B評価<br>6④・8(2)と同文 |
| まとめ<br>10分 | 7 本時の振り返りを行う。<br>・ 自分の動きを振り返る。<br>・ パスを出した後の動きのポイントを確認する。<br><br>《動きの選択のポイント》<br>・ ボール保持者の体の向き<br>・ ボール保持者の位置<br>・ 守備者の位置<br><br>8 挨拶を行う。                                                                                            | ○ 身に付けた動きが、今後のゲーム等に生かすことができるよう動きのポイントを確認する。<br><br>※「ねらい」と「まとめ」が一致すること                                                                                                                                            |                                                                                                                                                     |                                                                                                       |

※評価する学習活動と横並びとなるようにする。評価項目をそのまま明記する。

※A評価  
「十分満足できる姿の設定例」  
参考資料 P59

※評価方法  
参考資料 P59～61 参照  
AとCの生徒をチェックする。チェックがつかない生徒はBである。

### 【2対1+1】



たて26m よこ12m  
(たて：5・8・8・5m)

ゾーンAからゴールに向けて2名で攻撃する。

- ゾーンAとDに守備者は入れない。
- ゾーンBの守備者はゾーンB以外に入れられない。
- ゾーンCの守備者はゾーンC以外に入れられない。

## 学習指導計画作成上の留意点（学習指導案作成例）

中学校 保健体育  
(保健)

第3学年 保健体育科学習指導案

※中学校学習指導要領解説 保健体育編・・・以下「解説」とする

※「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 中学校保健体育・・・以下「参考資料」とする

※視認性を高めるため、書体（UD フォント等）、大きさを工夫する。（ここでは「BIZ UD 明朝 Medium」を使用している）

令和 年 月 日 ( ) 校時  
第 学年 組 (男子 名・女子 名)  
場所 中学校 年 組 教室  
指導者 ○ ○ ○ ○

※「中学校保健分野の単元設定例」（参考資料 P47）を参照し、単元とするとよい。

### 1 単元名 健康と環境

※参考資料の事例5～8（P82、90、94、98）を参照する。

※単元「心の健康」及び「傷害の防止」では、(知識及び技能)とする。

### 2 単元の目標

- (1) 身体对环境に対する適応能力・至適範囲、飲料水や空気の衛生的管理、生活に伴う廃棄物の衛生的管理などの健康と環境について、理解することができるようにする。（知識）
- (2) 健康と環境に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりすることなどに関連付けて解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを伝え合うことができるようにする。（思考力、判断力、表現力等）
- (3) 健康と環境について健康の保持増進や回復についての学習に自主的に取り組もうとすることができるようにする。（学びに向かう力人間性等）

### 3 単元について

※教材観は、解説の四角囲み（学習指導要領の内容）、解説の四角囲み下の文章を参照する。（例：解説 p222～223）

#### (1) 教材観

本単元は、「中学生学習指導要領 保健体育編」の「保健分野（4）健康と環境」である。本単元の内容は、「(4) 健康と環境について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。(ア) 健康と環境について理解を深めること。(イ) 健康と環境に関する情報から課題を発見し、その課題に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること。」とある。このため、主として身体に直接関わりのある環境を取り上げ、人間の身体は、環境の変化に対してある程度まで適応する生理的な機能を有すること、また、身体の適応能力を超えた環境は生命や健康に影響を及ぼすことがあること、さらに、飲料水や空気を衛生的に保ったり、生活によって生じた廃棄物は、衛生的に処理したりする必要があることなどの知識と健康と環境に関する課題を解決するための思考力、判断力、表現力等を中心として構成されている。

#### (2) 生徒観

※「知識（及び技能）」については、小学校の学習状況（解説の四角囲み下の文章を参考としたり【例：解説 p223】、アンケート調査したりする）などについて表記する。

※「思考力・判断力・表現力等」については、これまでの学習において、「課題発見」、「思考・判断」、「表現」について、どのように学習し、思考力・判断力・表現力等を身に付けているかを表記する。

「課題発見」…保健に関わる原則や概念を基に整理したり、個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見すること。

「思考・判断」…習得した知識などを自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして、健康の保持増進などをする方法を見いだすこと。

習得した知識などを自他の生活と比較したり、活用・応用したりして、健康の保持増進などをする方法を選択すること。

「表現」…課題の解決方法などとそれを選択した理由などを、他者と話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて伝え合うこと。



(3) 学習を進めるにあたって

※主語は教師

※上記の生徒の実態から、教師がどのような内容に重点を置き、指導していくかを具体的に明記する。その際に、単元の目標を具現化するため、教師の意図的・計画的な指導が明記されなければならない。重要な箇所である。

本単元では、  
単元を構成するに当たっては、

本時においては、

※ 指導に当たっては、生徒の内容への興味・関心を高めたり、思考を深めたりする発問を工夫すること、自他の日常生活に関連が深い教材・教具を活用すること、事例などを用いたディスカッション、ブレインストーミング、心肺蘇生法などの実習、実験、課題学習などを取り入れること、また、必要に応じてコンピュータ等を活用すること、学校や地域の実情に応じて、保健・医療機関等の参画を推進すること、必要に応じて養護教諭や栄養教諭、学校栄養職員などとの連携・協力を推進することなど、多様な指導方法の工夫を行うよう配慮する。

※参考資料 P48～49、及び事例 5～8 (P82、90、94、98) を参照する。

4 単元の評価規準

|         | 知識・技能                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 思考・判断・表現                                                                                                                                                                                                                      | 主体的に学習に取り組む態度                                    |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| 単元の評価規準 | <p>① 身体には、環境の変化に対応した調節機能があり、一定の範囲内では環境の変化に適応する能力があること、また、体温を一定に保つ身体の適応能力には限界があること、その限界を超えると健康に重大な影響が見られることから、気象情報の適切な利用が有効的であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>② 温度、湿度、気流の温熱条件には、人間が活動しやすい至適範囲があること、温熱条件の至適範囲は、体温を容易に一定に保つことができる範囲であること、その範囲は、学習や作業などの種類により異なることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>③ 水は、人間の生命の維持や健康な生活と密接な関わりがあり重要な役割を果たしていること、飲料水の水質については一定の基準が設けられており、水道施設を設けて衛生的な水を確保していること、飲料水としての適否は科学的方法によって検査し、管理されていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>④ 室内の二酸化炭素は、人体の呼吸作用や物質の燃焼により増加すること、そのため、室内の空気が汚れてきているという指標となること、定期的な換気は室内の二酸化炭素の濃度を衛生的に管理できること、空気中の一酸化炭素は、主に物質の不完全燃焼によって発生し、吸入すると一酸化炭素中毒を容易に起こし、人体に有害であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>⑤ 人間の生活に伴って生じたし尿やごみなどの廃棄物はその種類に即して自然環境を汚染しないように衛生的に処理されなければならないことについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> | <p>① 健康と環境に関わる原則や概念を基に、収集した情報を整理したり、習得した知識を個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見し、課題解決に取り組み、健康を保持増進する方法を選択している。</p> <p>② 健康と環境について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして、疾病等のリスクを軽減し、健康を保持増進する方法を選択し、他者と話し合ったり、ワークシートなどに記述したりして、筋道を立てて伝え合っている。</p> | <p>① 健康と環境について、課題の解決に向けた学習活動に自主的に取り組もうとしている。</p> |



※主な学習内容を解説の「知識（及び技能）の内容」及び「思考力・判断力・表現力等の例示」を参照し、できる限り記載する。  
（「～を理解できるようにする」と「～に触れるようにする」を区別すること。）

## 5 指導と評価の計画

| 時間          | 1 校時                                                                                                                                                                                                                                                                | 2 校時                                                                                                                                                                                                                                                           | 3 校時                                                                                                                                                                                                                                                             | 4 校時                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 主な学習内容・学習活動 | 環境の変化と<br>適応能力                                                                                                                                                                                                                                                      | 活動に適した環境                                                                                                                                                                                                                                                       | 室内の空気の条件                                                                                                                                                                                                                                                         | 水の役割と<br>飲料水の確保                                                                                                                                                                                                                                                         |
|             | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 身体には、環境の変化に対応した調節機能があり、一定の範囲内では環境の変化に適応する能力があること。</li> <li>○ 体温を一定に保つ身体の適応能力には限界があること、その限界を超えると健康に重大な影響が見られることから、気象情報の適切な利用が有効的であること。</li> </ul>                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 温度、湿度、気流の温熱条件には、人間が活動しやすい至適範囲があること。</li> <li>○ 温熱条件の至適範囲は、体温を容易に一定に保つことができる範囲であること。</li> <li>○ 明るさについては、視作業を行う際には、物がよく見え、目が疲労しにくい至適範囲があること、その範囲は、学習や作業などの種類により異なること。</li> </ul>                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 室内の二酸化炭素は、人体の呼吸作用や物質の燃焼により増加すること、そのため、室内の空気が汚れてきているという指標となること。</li> <li>○ 定期的な換気は室内の二酸化炭素の濃度を衛生的に管理できること。</li> <li>○ 空気中の一酸化炭素は、主に物質の不完全燃焼によって発生し、吸入すると一酸化炭素中毒を容易に起こし、人体に有害であること。</li> </ul>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 水は、人間の生命の維持や健康な生活と密接な関わりがあり重要な役割を果たしていること。</li> <li>○ 飲料水の水質については一定の基準が設けられており、水道施設を設けて衛生的な水を確保していること。</li> <li>○ 飲料水としての適否は科学的方法によって検査し、管理されていること。</li> </ul>                                                                 |
| 主な学習内容・学習活動 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1 人の体温の変化を予想する。</li> <li>2 なぜ人の体温は変わらないのか考えさせる。</li> <li>3 本時のねらいを確認する。</li> <li>4 暑いときと寒いときの体の反応について理解する。</li> <li>5 体には適応能力があることを理解する。</li> <li>6 適応能力の限界について、知りたいことを調べる。<br/>【KWL】</li> <li>7 本時のまとめ、次時の確認をする。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1 本時のねらいを確認する。</li> <li>2 暑さ・寒さの感じ方や至適温度について理解する。</li> <li>3 学校や家庭で明るい方がよい場所を考えて、並びかえる。<br/>【ピラミッドチャート】</li> <li>4 明るさを調節する必要があるのはなぜかを理解する。</li> <li>5 学んだことをもとに考える。<br/>【Yチャート】</li> <li>6 本時のまとめ、次時の確認をする。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1 本時のねらいを確認する。</li> <li>2 もし～ならどうなるか予想して理由も考える。<br/>【キャンディーチャート】</li> <li>3 二酸化炭素による影響について理解する。</li> <li>4 一酸化炭素による影響について理解する。</li> <li>5 換気の必要性について理解する。</li> <li>6 学んだことをもとに考える。</li> <li>7 本時のまとめ、次時の確認をする。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1 水について自分が知っている知識を確認する。<br/>【ウェビング】</li> <li>2 本時のねらいを確認する。</li> <li>3 水の役割について理解する。</li> <li>4 飲料水がどのように確保されているか理解する。</li> <li>5 学んだことを自分の言葉でまとめる。<br/>【ウェビング】</li> <li>6 学んだことを活用して考える。</li> <li>7 本時のまとめ、次時の確認をする。</li> </ol> |
| 評価機会・評価方法   |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 知           | ①ワークシート<br>タブレット                                                                                                                                                                                                                                                    | ②ワークシート<br>タブレット                                                                                                                                                                                                                                               | ④ワークシート                                                                                                                                                                                                                                                          | ③ワークシート<br>タブレット                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 思           |                                                                                                                                                                                                                                                                     | ①タブレット                                                                                                                                                                                                                                                         | ①タブレット                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 態           | ①観察                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                  | ①観察                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 関連する項目      |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 道徳科との関連     | 『海とストロー』                                                                                                                                                                                                                                                            | ※「主体的に学習に取り組む態度」については、単元全体で評価していくため「破線」で区切っている。ここでは、診断的評価 → 形成的評価 → 総括的評価としている。                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                         |

※本時は罫線を太くする。

| 時間          | 5校時                                                                                                                    | 6校時                                                                                                                                                                                                                                     | 7校時                                                                                                                                                                                                                 | 8校時（本時）                                                                                                                                                                                       |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 主な学習内容・学習活動 | 生活排水の処理                                                                                                                | ごみの処理                                                                                                                                                                                                                                   | 環境の保全                                                                                                                                                                                                               | 環境の保全                                                                                                                                                                                         |
|             | ○ 人間の生活に伴って生じたし尿やごみなどの廃棄物はその種類に即して自然環境を汚染しないように衛生的に処理しなければならないこと。                                                      | ○ 人間の生活によって生じた廃棄物は、環境の保全に十分に配慮し、環境を汚染しないように衛生的に処理する必要があること。                                                                                                                                                                             | ○ 健康と環境に関わる原則や概念を基に、収集した情報を整理したり、習得した知識を個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見する。                                                                                                                                                   | ○ 健康と環境について、習得した知識を課題解決に役立てたりして、疾病等のリスクを軽減し、健康を保持増進する方法を選択し、他者と話し合ったり、ワークシートなどに記述したりして、筋道を立てて伝え合う。                                                                                            |
|             | 1 なぜ写真のようになったのか考える。<br>2 本時のねらいを確認する。<br>3 し尿生活排水の処理について理解する。<br>4 水の汚染を防ぐための工夫や方法を考える。<br>【座標軸】<br>5 本時のまとめ、次時の確認をする。 | 1 本時のねらいを確認する。<br>2 ゴミの分別の仕方を考える。<br>3 どんごみ問題があるか調べる。<br>【くまでチャート】<br>4 3Rについて調べる。<br>5 3Rについて自分の優先順位を考える。<br>【ピラミッドチャート】<br>6 ゴミ問題を解決する企画を考える。<br>【キャンディーチャート】<br>7 プロジェクトチームで企画を仕上げ全体で提案する。<br>8 3Rの理想の取り組みを知る。<br>9 本時のまとめ、次時の確認をする。 | 1 日本で起こった公害とその原因について知っていることをあげる。<br>2 本時のねらいを確認する。<br>3 環境汚染の健康への影響とその対策について理解する。<br>4 近年の環境問題について調べる。<br>【フィッシュボーン】<br>5 調べたことを班の仲間とまとめる。<br>6 班でまとめたことを新たなグループで発表する。<br>7 環境を守るための取組について知る。<br>8 本時のまとめ、次時の確認をする。 | 1 前時の確認をする。<br>2 本時の目標を確認する。<br>3 環境汚染問題を解決するためにできることを考える。<br>【くらげチャート】<br>4 班で自分の考えたことを発表する。<br>5 企業の環境汚染問題の対策について知る。<br>6 もし○○ならばどんな対策を企画するかを班で考える。<br>7 班で仕上げた企画を提案する。<br>8 本時・本単元のまとめをする。 |
| 評価機会・評価方法   |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                               |
| 知           | ⑤ワークシート<br>タブレット                                                                                                       | ⑤ワークシート<br>タブレット                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                               |
| 思           | ②タブレット                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                         | ①タブレット                                                                                                                                                                                                              | ②タブレット<br>観察                                                                                                                                                                                  |
| 態           |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                         | ①観察                                                                                                                                                                                                                 | (①タブレット)                                                                                                                                                                                      |
| 関連する項目      |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                               |
| 道徳科との関連     |                                                                                                                        | 『海とストロー』                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                               |

※体育分野や他教科（特別活動も含む）との関連を表記する。

## 6 本時の学習

### (1) 本時の目標

- 環境汚染問題について、習得した知識を活用して課題解決の方法を考えたり、他者と話し合ったりすることで、よりよい解決策を導き出し、筋道を立てて伝え合うことができるようにする。  
(思考力、判断力、表現力等)

### (2) 本時の学習評価

- 環境汚染問題について、習得した知識を活用して課題解決の方法を考えたり、他者と話し合ったりすることで、よりよい解決策を導き出し、筋道を立てて伝え合っている。  
(思考・判断・表現)

## 7 学習指導過程 (8/8)

| 段階  | 学習内容及び学習活動                                                                                                                                           | 指導上の留意点                                       | ○：評価項目<br>(評価方法)<br>【Aの例】                                           | 努力を要する状況と判断される生徒への手立て                 |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| 導入  | 1 本時の目標を確認する。                                                                                                                                        | ・ 科学的な根拠や具体例を挙げるように助言する。                      |                                                                     |                                       |
|     | ○ これまで習得した知識を活用して、環境問題の解決策について考え、筋道を立てて伝え合いながらよりよい方法を導き出そう。<br>本時のミッション<br>【プロジェクトチームの仲間と環境問題を解決するための最善策を考えよ！】                                       |                                               |                                                                     |                                       |
|     | 2 企業や国、個人の環境汚染問題の対策について知る。                                                                                                                           | ・ 環境省や企業、個人の環境問題対策について紹介する。                   | ※本時の学習内容に対する目標に加え、本時の課題があってもよい。                                     |                                       |
| 展開  | 3 環境問題を解決するためにどんなことができるか考える。                                                                                                                         | ・ 自分が気になった環境汚染問題の解決策を、今まで学んだ知識を活用してアイデアを出させる。 | 思考・判断・表現<br>(タブレット)<br>【Aの例】<br>習得した知識を活用し、科学的な根拠を示して課題解決の方法を考えている。 | これまで調べたことや学んだことを見返し、生徒が思考しやすいように支援する。 |
|     | 4 自分の考えたことを班員に伝える。(動画撮影)                                                                                                                             | 自分のアイデアを班員に送り、筋道を立てて説明させる。                    | 思考・判断・表現<br>(観察)<br>【Aの例】                                           | 話形のスタイルを参考にさせて筋道を立てて伝え合えるように支援する。     |
|     | 5 班で、環境問題を解決するためにどんな対策をしていくことが最もよいか考える。                                                                                                              | ・ 班員の意見を基に、企業、国、個人の解決策などについて、考えをまとめたり深めたりさせる。 | 課題の解決に向けて、具体例を挙げて他者と話し合ったり、筋道を立てて伝え合ったりしている。                        |                                       |
|     | 6 班で考え抜いた対策を提案する。                                                                                                                                    | ・ 自分たちの提案を誰でも発表できるようにさせ、全員に責任を持たせる。           |                                                                     |                                       |
| まとめ | 7 本時・本単元のまとめを行う。<br>・ 自己評価<br>・ 本単元のまとめ                                                                                                              | ・ 今後、環境問題解決に向けてどのように取り組んでいく必要があるかまとめさせる。      | ※「ねらい」と「まとめ」が一致すること                                                 |                                       |
|     | ①習得した知識を活用できたか。 ②よりよい解決策を導き出せたか。 ③筋道を立てて伝え合うことができたか。 ④科学的な根拠を示せたか。 ⑤具体例を挙げることができたか。<br>【まとめ】<br>未来の地球のために自分にできることはたくさんある。日常生活の中で一人一人が実践していくことが大切である。 |                                               |                                                                     |                                       |

※写真でもよい。

## 8 板書計画



※タブレットを使用した授業でも、できる限り板書を行い、本時の学習内容が一目でわかるようにすることが望ましい。その際、効率的に授業を展開するために、掲示物にするとよい。



## 学習指導計画作成上の留意点（学習指導案作成例）

高等学校 科目「体育」：体づくり運動

### 第1学年 体育学習指導案

※視認性を高めるため、書体（UD フォント等）、大きさを工夫する。

※この色は学習指導要領解説体育編関連

※留意事項

令和 年 月 日（ ） 校時  
第1学年 組（〇〇名）  
場 所 〇〇高校体育館  
指導者 職〇〇・氏名〇〇〇〇

※学習指導要領解説体育編（以下解説）の目標（P42「知識及び技能」、P45「思考力、判断力、表現力等」、P46「学びに向かう力、人間性等」）に当たる。語尾を「～することができるようにする。」に変えて表記する。

#### 1 単元名 体づくり運動（実生活に生かす運動の計画）

※「領域名」（解説 P41）「体育」の領域及び領域の内容

#### 2 単元の目標

（1） 体づくり運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むことができるようにする。（知識及び運動）

ア 体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気づき、仲間と自主的に関わり合うことができるようにする。

イ 実生活に生かす運動の計画では、ねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立て取り組むことができるようにする。

※体づくり運動のみ運動他は技能

（2） 自己や仲間の課題を発見し、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ができるようにする。（思考力、判断力、表現力等）

（3） 体づくり運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする、話し合いに貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。（学びに向かう力、人間性等）

※保健体育科の目標（解説 P21） ※科目「体育」の目標（解説 P29～30）

#### 3 運動の一般的特性

体づくり運動は、体ほぐしの運動と実生活に生かす運動の計画で構成され、自他の心と体に向き合って、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、心と体をほぐしたり、体の動きを高める方法を学んだりすることができる領域である。

高等学校では、これまでの学習を踏まえて「体を動かす楽しさや心地よさを味わい、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てること」などが求められる。

したがって入学年次では、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むことができるようにすることが求められる。

※その領域や内容の運動の特性について明記する。

「体づくり運動」であれば、解説 P42 A 体づくり運動〔入学年次〕から抜粋



※この色は知識及び技能関連

※思考力、判断力、表現力等

※学びに向かう力、人間性等

#### 4 生徒の実態

- (1) 運動に触れる楽しさの体験状況  
本学級では、

※生徒の実態、体育の授業における状況、これまでの運動経験及び日常的な運動活動について明記する。

これまでの、保健体育の授業や部活動において

※これまでの学習（他教科等含む）において、指導内容がどの程度身に付いているのか、また、本単元に関するこれまでの運動の体験状況について明記する。

- (2) 「知識及び運動」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」の習得状況  
「知識及び運動」に関しては、

※主語は生徒

※体づくり運動のため、運動。  
他は技能

※知識及び技能  
解説 P42～45  
※系統表  
解説 P314～315

「思考力、判断力、表現力等」に関しては、

※思考力、判断力、表現力等  
解説 P45～46  
※系統表  
解説 P316～321

「学びに向かう力、人間性等」に関しては

※学びに向かう力、人間性等  
解説 P46～47  
※系統表  
解説 P322～323

※新体力テストのデータから単元とかかわる体力や学校として伸ばしたい体力の状況について明記する。

#### (3) 体力の状況

|    | 男子 |   |   |   |   | 女子 |   |   |   |   |
|----|----|---|---|---|---|----|---|---|---|---|
| 段階 | A  | B | C | D | E | A  | B | C | D | E |
| 人数 | 人  | 人 | 人 | 人 | 人 | 人  | 人 | 人 | 人 | 人 |
| %  | %  | % | % | % | % | %  | % | % | % | % |

体力テストにおいては、

総合評価の割合は、A・B 段階が〇〇%、C 段階が〇〇%、D・E 段階が〇〇%という結果であった。

〇〇平均より

男子は、 女子は、

DE 生徒は、

男女ともに、

テスト項目「〇〇」において、

部活動の加入状況等から、等

※体力向上に向けた具体的な取組  
(各学校における体力向上プラン参照)  
についても明記する。

※体力の向上については、  
解説 P8～

※体力の向上を目指しとは、  
解説 P25～

※体力の測定について  
解説 P219～

※上記の児童の実態から、教師がどのような内容に重点を置き、指導していくかを具体的に明記する。  
その際に、単元の目標を具現化するため、教師の意図的・計画的な指導が明記する。

## 5 学習を進めるに当たって

※主語は教師

本単元では、

単元を構成するに当たっては、

単元のはじめのオリエンテーションでは、

単元前半では、

単元後半では、

単元の終わりには、〇〇大会を

単元を通して、

「見方・考え方」を働かせる学習過程を工夫することにより、

※体づくり運動  
解説 P14(カ)  
P33～

※「見方・考え方」を働かせる学習過程を工夫する  
解説 P22～23

※主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善  
解説 P18

授業前半の〇〇では、

授業後半の〇〇では、

その過程で、〇〇できるようにしていきたい。

学習カードは

そのために、

また、単元を通してタブレット端末を効果的に活用していきたい。

※研究の視点や  
本時に該当する部分は  
書体を変えたり、  
太字にしたり、  
アンダーラインを引くなどして  
分かりやすくする。

※主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を進めるに当たり、解説 P217～218・P18

本時において、

はじめの段階では、ペア活動（体の柔らかさや力強い動きを高めるための運動）を音楽に合わせて～

※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～ 解説 P11

※課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程とは～ 解説 P23

なかの段階ではまず、「〇〇するためには、どうすればよいか」とねらいを確認する。

まとめの段階では、「〇〇するためには、〇〇すればよい」と学習のまとめをする。

カリキュラム・マネジメントの視点から、「保健」との関連を図った指導を充実する観点から、「保健」における精神疾患の予防と回復などの内容との関連を図り、教科等横断的な学びが実現するよう指導を進めていきたい。

カリキュラム・マネジメントについて明記する。（学校行事：運動会等含む）

※解説 P4 (4)・P9②・P13・P14 カ

学習評価については「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」高等学校 保健体育を参考とする。

6 単元の評価規準（○中学第3学年 ●高校入学年次 ◎共通）

|                     | 知識・技能                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 思考・判断・表現                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 主体的に学習に取り組む態度                                                                                                                                                               |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 全ての単元の評価規準<br>基準は誤り | <p>○定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることを言ったり書き出したりしている。</p> <p>◎運動を安全に行うには、関節の負荷がかかりすぎないようにすることや軽い運動から始めるなど、徐々に筋肉を温めてから行うことを言ったり書き出したりしている。</p> <p>●運動を計画して行う際は、どのようなねらいをもつ運動か、偏りがないか、自分に合っているかなどの運動の原則があることを言ったり書き出したりしている。</p> <p>●実生活で運動を継続するには、行いやすいこと、無理のない計画であることなどが大切であることを学習した具体例を挙げている。</p> <p>＊「体づくり運動」の体ほぐしの運動は、技能の習得・向上をねらいとするものでないこと、実生活にいかす運動の計画は、運動の計画を立てることが主な目的となることから、「技能」の評価規準は設定していない。</p> | <p>●ねらいや体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた強度、時間、回数、頻度を設定している。</p> <p>◎健康や安全を確保するために、体力や体調に応じた運動の計画等について振り返っている。</p> <p>●課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。</p> <p>○体力の程度や性別等の違いに配慮して、仲間とともに体づくり運動を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。</p> <p>●体づくり運動の学習成果を踏まえて、実生活で継続しやすい運動例や運動の組み合わせの例を見付けている。</p> | <p>●体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>○仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。</p> <p>●一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。</p> <p>●自己や仲間の課題解決に向けた話し合いに貢献しようとしている。</p> <p>○健康・安全を確保している。</p> |
| 単元の評価規準             | <p>①運動を安全に行うには、関節の負荷がかかりすぎないようにすることや軽い運動から始めるなど、徐々に筋肉を温めてから行うことを言ったり書き出したりしている。</p> <p>②運動を計画して行う際は、どのようなねらいをもつ運動か、偏りがないか、自分に合っているかなどの運動の原則があることを言ったり書き出したりしている。</p> <p>③実生活で運動を継続するには、行いやすいこと、無理のない計画であることなどが大切であることを言ったり書き出したりしている。</p>                                                                                                                                                                                  | <p>①ねらいや体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた強度、時間、回数、頻度を設定している。</p> <p>②健康や安全を確保するために、体力や体調に応じた運動の計画等について振り返っている。</p> <p>③課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。</p> <p>④体づくり運動の学習成果を踏まえて、実生活で継続しやすい運動例や運動の組み合わせの例を見付けている。</p>                                                                  | <p>①体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>②一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。</p> <p>③自己や仲間の課題解決に向けた話し合いに貢献しようとしている。</p> <p>③本時を囲む</p>                                                 |

評価規準は、学習指導要領解説の例示から語尾を変えて作成する。

※語尾  
「～できる」(技能)

※語尾  
「～している」(知識・思考・判断・表現、主体的に学習に取り組む態度の「健康・安全」)

※語尾  
「～しようとしている」(主体的に学習に取り組む態度の「健康・安全」はしている。)

単元の学習計画及び評価計画については「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」中学校 保健体育の P53 を参考とする。

## 7 単元の学習計画及び評価計画

| 時間              |    | 1                                                                                                        | 2                                                                                               | 3         | 4                                                                                                          | 5            | 6                                                                                                                                                                                                                                                     | 7 | ⑧本時                                                                                                                                                | 9              | 10                                                                 |
|-----------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------|
| 指導内容<br>(学習の重点) | 知  | ①体の構造                                                                                                    |                                                                                                 |           | ②運動の原則                                                                                                     |              |                                                                                                                                                                                                                                                       |   |                                                                                                                                                    | ③実績活で運動を継続する方法 |                                                                    |
|                 | 思  |                                                                                                          |                                                                                                 | ①課題の応じた設定 |                                                                                                            | ②体力や体調に応じた設定 | ④運動の組合せ                                                                                                                                                                                                                                               |   | ③他者に伝える力                                                                                                                                           |                |                                                                    |
|                 | 学  | ①自主性                                                                                                     | ②一人一人の違い                                                                                        |           |                                                                                                            | ③話し合いに貢献する   |                                                                                                                                                                                                                                                       |   |                                                                                                                                                    |                |                                                                    |
| 学習活動            | 0  | 【オリエンテーション】<br>○学習のねらいを確認する。<br>○学習の進め方を知り、見通しを持たせる。<br>○学習のルールを確認する。<br>○知識に関する学習①<br>・既習の確認<br>・体づくり運動 | 体ほぐしの運動①<br><br>○リズムジャンプ①<br>・ペアもしくはグループでの活動<br>・ペアストレッチや緊張を解いて脱力したりする運動<br>・仲間と動きを合わせたり、対応する運動 |           | 座学<br>○知識に関する学習<br><br>・運動を軽視する意義<br>・体の構造<br>・運動の原則<br>・運動の計画を立てる。<br>・宮崎県高等学校体育研究会作成の体づくり(運動実践事例集)を活用する。 |              | 体ほぐしの運動②<br><br>○リズムジャンプ②<br><br>○ボールを使った運動<br>・音楽に合わせてペアで運動<br>・効率の良い組み合わせ<br>・感じたことを互いに伝えあう                                                                                                                                                         |   | 体ほぐしの運動③<br><br>○リズムジャンプ③<br>発展的な内容を仲間と考え、実践する。<br><br>○実生活に取り入れることを目指し、グループごとにこれまで学んだ体ほぐしの運動を組み合わせて実践する。<br><br>○感じたことを互いに伝え合う。                   |                | 実生活に生かす運動の計画③<br><br>発表会②<br><br>○コース別に発表会を実施。相互評価を行う。             |
|                 | 10 |                                                                                                          | 実生活に生かす運動の計画<br>①<br>調和のとれた体力の向上<br><br>○ねらいに応じた運動を行う(中1・2 復習)                                  |           | 実生活に生かす運動の計画<br>①<br>調和のとれた体力の向上<br><br>○ねらいに応じた運動を行う(中1・2 復習)                                             |              | 実生活に生かす運動の計画③<br>○自己の体力、健康、生活習慣を分析する。<br>○ねらいの選択(コース)<br>・健康<br>・運動<br>○ねらいに応じた運動を計画する。<br>○計画した運動をグループの仲間と協力して実践する。<br>○計画した運動を修正する。(PDCA)                                                                                                           |   | 実生活に生かす運動の計画③<br>○ルーブリック評価の確認<br>○運動計画の修正<br>・タブレット端末を活用して運動計画の修正・見直し<br>・運動計画を見直すための新たな考え方や方法を他者にわかりやすく伝える。<br>・さらなる課題解決に向けて修正を終えた他のグループと相互学習をする。 |                | 発表会①<br><br>○コース別に発表会を実施。相互評価を行う。<br><br>○相互評価をフィードバックし、学習のまとめを行う。 |
|                 | 20 | 体ほぐしの運動①<br>○ペアもしくはグループでの活動<br>・ペアストレッチや緊張を解いて脱力したりする運動<br>・仲間と動きを合わせたり、対応したりする運動<br>・仲間と協力して課題に挑戦する運動   | 実生活に生かす運動の計画<br>①<br>体の柔らかさを高める運動<br>・巧みな動きを高める運動<br>・力強い動きを高める運動<br>・動きを継続する能力を高める運動           |           | 実生活に生かす運動の計画<br>①<br>調和のとれた体力の向上<br><br>○ねらいに応じた運動を行う(中1・2 復習)                                             |              | 健康に生活するための体力の向上を図る運動の計画と実践<br>運動不足の解消や体調維持のために、食事や睡眠などの生活習慣の改善も含め、休憩時間や家庭などで日常的に行うことができるよう効率のよい組み合わせやバランスのよい組み合わせで運動の計画を立てて取り組むこと。<br><br>運動を行うための体力の向上を図る運動の計画と実践<br>調和のとれた体力の向上を図ったり選択した運動やスポーツの場面で必要とされる体の動きを高めたりするために、効率のよい組み合わせで運動の計画を立てて取り組むこと。 |   | 実生活に生かす運動の計画③<br>修正<br>・タブレット端末を活用して運動計画の修正・見直し<br>・運動計画を見直すための新たな考え方や方法を他者にわかりやすく伝える。<br>・さらなる課題解決に向けて修正を終えた他のグループと相互学習をする。                       |                | 知識の確認<br>・運動を継続する意義<br>・体の構造<br>・運動の原則など                           |
|                 | 30 |                                                                                                          | 実生活に生かす運動の計画<br>①<br>調和のとれた体力の向上<br><br>○ねらいに応じた運動を行う(中1・2 復習)                                  |           | 実生活に生かす運動の計画<br>①<br>調和のとれた体力の向上<br><br>○ねらいに応じた運動を行う(中1・2 復習)                                             |              | 健康に生活するための体力の向上を図る運動の計画と実践<br>運動不足の解消や体調維持のために、食事や睡眠などの生活習慣の改善も含め、休憩時間や家庭などで日常的に行うことができるよう効率のよい組み合わせやバランスのよい組み合わせで運動の計画を立てて取り組むこと。<br><br>運動を行うための体力の向上を図る運動の計画と実践<br>調和のとれた体力の向上を図ったり選択した運動やスポーツの場面で必要とされる体の動きを高めたりするために、効率のよい組み合わせで運動の計画を立てて取り組むこと。 |   | 実生活に生かす運動の計画③<br>修正<br>・タブレット端末を活用して運動計画の修正・見直し<br>・運動計画を見直すための新たな考え方や方法を他者にわかりやすく伝える。<br>・さらなる課題解決に向けて修正を終えた他のグループと相互学習をする。                       |                | 知識の確認<br>・運動を継続する意義<br>・体の構造<br>・運動の原則など                           |
|                 | 35 | 体ほぐしの運動①<br>○ペアもしくはグループでの活動<br>・ペアストレッチや緊張を解いて脱力したりする運動<br>・仲間と動きを合わせたり、対応したりする運動<br>・仲間と協力して課題に挑戦する運動   | 実生活に生かす運動の計画<br>①<br>体の柔らかさを高める運動<br>・巧みな動きを高める運動<br>・力強い動きを高める運動<br>・動きを継続する能力を高める運動           |           | 実生活に生かす運動の計画<br>①<br>調和のとれた体力の向上<br><br>○ねらいに応じた運動を行う(中1・2 復習)                                             |              | 健康に生活するための体力の向上を図る運動の計画と実践<br>運動不足の解消や体調維持のために、食事や睡眠などの生活習慣の改善も含め、休憩時間や家庭などで日常的に行うことができるよう効率のよい組み合わせやバランスのよい組み合わせで運動の計画を立てて取り組むこと。<br><br>運動を行うための体力の向上を図る運動の計画と実践<br>調和のとれた体力の向上を図ったり選択した運動やスポーツの場面で必要とされる体の動きを高めたりするために、効率のよい組み合わせで運動の計画を立てて取り組むこと。 |   | 実生活に生かす運動の計画③<br>修正<br>・タブレット端末を活用して運動計画の修正・見直し<br>・運動計画を見直すための新たな考え方や方法を他者にわかりやすく伝える。<br>・さらなる課題解決に向けて修正を終えた他のグループと相互学習をする。                       |                | 知識の確認<br>・運動を継続する意義<br>・体の構造<br>・運動の原則など                           |
|                 | 45 |                                                                                                          | 実生活に生かす運動の計画<br>①<br>体の柔らかさを高める運動<br>・巧みな動きを高める運動<br>・力強い動きを高める運動<br>・動きを継続する能力を高める運動           |           | 実生活に生かす運動の計画<br>①<br>調和のとれた体力の向上<br><br>○ねらいに応じた運動を行う(中1・2 復習)                                             |              | 健康に生活するための体力の向上を図る運動の計画と実践<br>運動不足の解消や体調維持のために、食事や睡眠などの生活習慣の改善も含め、休憩時間や家庭などで日常的に行うことができるよう効率のよい組み合わせやバランスのよい組み合わせで運動の計画を立てて取り組むこと。<br><br>運動を行うための体力の向上を図る運動の計画と実践<br>調和のとれた体力の向上を図ったり選択した運動やスポーツの場面で必要とされる体の動きを高めたりするために、効率のよい組み合わせで運動の計画を立てて取り組むこと。 |   | 実生活に生かす運動の計画③<br>修正<br>・タブレット端末を活用して運動計画の修正・見直し<br>・運動計画を見直すための新たな考え方や方法を他者にわかりやすく伝える。<br>・さらなる課題解決に向けて修正を終えた他のグループと相互学習をする。                       |                | 知識の確認<br>・運動を継続する意義<br>・体の構造<br>・運動の原則など                           |
|                 | 50 | 体ほぐしの運動①<br>○ペアもしくはグループでの活動<br>・ペアストレッチや緊張を解いて脱力したりする運動<br>・仲間と動きを合わせたり、対応したりする運動<br>・仲間と協力して課題に挑戦する運動   | 実生活に生かす運動の計画<br>①<br>体の柔らかさを高める運動<br>・巧みな動きを高める運動<br>・力強い動きを高める運動<br>・動きを継続する能力を高める運動           |           | 実生活に生かす運動の計画<br>①<br>調和のとれた体力の向上<br><br>○ねらいに応じた運動を行う(中1・2 復習)                                             |              | 健康に生活するための体力の向上を図る運動の計画と実践<br>運動不足の解消や体調維持のために、食事や睡眠などの生活習慣の改善も含め、休憩時間や家庭などで日常的に行うことができるよう効率のよい組み合わせやバランスのよい組み合わせで運動の計画を立てて取り組むこと。<br><br>運動を行うための体力の向上を図る運動の計画と実践<br>調和のとれた体力の向上を図ったり選択した運動やスポーツの場面で必要とされる体の動きを高めたりするために、効率のよい組み合わせで運動の計画を立てて取り組むこと。 |   | 実生活に生かす運動の計画③<br>修正<br>・タブレット端末を活用して運動計画の修正・見直し<br>・運動計画を見直すための新たな考え方や方法を他者にわかりやすく伝える。<br>・さらなる課題解決に向けて修正を終えた他のグループと相互学習をする。                       |                | 知識の確認<br>・運動を継続する意義<br>・体の構造<br>・運動の原則など                           |
|                 | 55 |                                                                                                          | ○本時の振り返り    ○次時の確認    ○用具や場の片づけ    ○整列・挨拶                                                       |           |                                                                                                            |              |                                                                                                                                                                                                                                                       |   |                                                                                                                                                    |                |                                                                    |
| 評価              | 知  | ①                                                                                                        |                                                                                                 |           | ②                                                                                                          |              |                                                                                                                                                                                                                                                       |   |                                                                                                                                                    | ③              | 総括的評価                                                              |
|                 | 思  |                                                                                                          |                                                                                                 | ①         |                                                                                                            | ②            | ④                                                                                                                                                                                                                                                     |   | ③                                                                                                                                                  |                |                                                                    |
|                 | 学  |                                                                                                          |                                                                                                 |           |                                                                                                            | ②            |                                                                                                                                                                                                                                                       | ③ |                                                                                                                                                    | ①              |                                                                    |
| 体育理論            |    | 人間にとって「動く」とは何か                                                                                           |                                                                                                 |           |                                                                                                            |              |                                                                                                                                                                                                                                                       |   |                                                                                                                                                    |                |                                                                    |
| 保健              |    | 運動・休養と健康生活習慣病とその予防                                                                                       | 心身の相関とストレス                                                                                      |           | 食事と健康運動・休養と健康ストレスへの対処                                                                                      |              |                                                                                                                                                                                                                                                       |   |                                                                                                                                                    | 自己実現           |                                                                    |

※6 評価規準：思考・判断③との整合性を図る。

本時の目標の語尾は「できるようにする」。

※目標なので

思考力、判断力、表現力等

## 8 本時の学習(8/10時間)

### (1) 本時の目標

- 課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に見えることができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)

### (2) 本時の評価項目

- 課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に見えるようとしている

※6  
思判③  
と同文

※本時の目標(学習内容)を実現するために、どのように学習活動を仕組んでいくのかを具体的に明記する。

7 指導と評価の計画：第8時(本時)との整合性を図る。

※評価項目なので

思考・判断・表現

## 9 学習指導過程

| 段階                                                                       | 学習内容及び学習                                                                                                                                                                                                                                                                              | 指導上の留意点                                                                                                                                                                                                                                   | ○：評価項目<br>(評価方法)<br>【Aの例】                                                                                                                                                        | 「努力を要する」状況と判断される生徒<br>への手立て                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| はじめ<br>5分                                                                | 1 集合、整列、挨拶、健康観察                                                                                                                                                                                                                                                                       | ・自分たちで作成したプログラムから選択させることで、個人の課題解決となる運動に取り組めるようにする。                                                                                                                                                                                        | ※本時の目標（学習内容）を実現するために、どのような指導を行うかを教師の立場から明記する。「どうやってそれをするのか」「なぜそれをするのか」「そうするとどうなるのか」等を明記する。                                                                                       |                                                                                                                                       |
|                                                                          | 2 本時のねらい、学習の流れを確認する。                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                       |
| 運動計画を完成させるために、習得した知識を基に仲間と話し合いながら合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えることができるように工夫しよう！ |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                       |
| なか<br>40分                                                                | 3 体ほぐしの運動をする<br>・ストレッチを行う<br>・リズムジャンプを行う<br>発展的な内容を仲間と考え、実践する。<br><br>4 実生活に生かす運動の計画を行う。<br>・評価の確認をする。<br><br>・前時までの進捗状況を確認し、各グループでの新たな課題を見付ける。<br><br>・タブレット端末を活用し情報収集や実際に撮影しながら多面的に修正・見直しを行う。<br>・動画・運動計画を他のグループと見せ合い、アドバイスをもらい情報収集し、グループの運動計画を修正し、まとめる。<br>・グループ内での振り返りと次時の課題を確認する | ・音楽に合わせて心が弾む雰囲気を持たせる。<br>・仲間と協力して課題達成に取り組ませる。<br><br>・ループリックを活用して評価項目を再確認させ、指導と評価の一体化を図る。<br>・回数や強度、運動の選択が適切かを確認させながら取り組ませる。<br><br>・タブレット端末を活用して修正、見直しを行わせる。<br>・巡視しながら課題に沿った計画が立てられているか、どの部分が高まっているのか等の問いかけを行う。<br>・現状を整理し、今後の見通しを持たせる。 | ※B評価<br>6③・8(2)<br>と同文<br><br>○課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている<br>(観察)<br><br>【Aの例】<br>合意形成するために仲間の意見を否定せずスムーズな関わり方を見付け、分かりやすく仲間に伝えている。<br><br>※A評価<br>「十分満足できる」 | ○グループ活動に関わり課題の見つけ方や仲間への伝え方を助言する。また、生徒が話しやすい雰囲気を作るようにする。<br><br>【Cの例】<br>話し合いに関わることをできない。仲間に伝えることができない。<br><br>※C評価<br>「努力を要する」生徒への手立て |
| まとめ<br>5分                                                                | 5 本時の振り返り<br>※「ねらい」と「まとめ」が一致すること。<br><br>○○するためには<br>○○すればよい<br><br>6 健康状態の確認<br>挨拶、解散                                                                                                                                                                                                | ・本時の内容の振り返りを行う。<br>・次時の確認                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                       |



高等学校 科目「体育」：球技（ゴール型）

第3学年 体育学習指導案

※視認性を高めるため、書体（UD フォント等）、大きさを工夫する。

令和〇年〇月〇日〇曜日〇校時  
第3学年〇組（〇名）  
場所 〇〇〇〇高等学校体育館  
指導者 職 〇〇・氏名 〇〇 〇〇

※この色は学習指導要領解説体育編関連

※留意事項

※学習指導要領解説体育編（以下解説）の目標（P122「知識及び技能」、P127「思考力、判断力、表現力等」、P128「学びに向かう力、人間性等」）に当たる。語尾を「～することができるようにする。」に変えて表記する。

1 単元名 球技（ゴール型：バスケットボール）

※「領域名」（解説 P41）「体育」の領域及び領域の内容 種目

2 単元の目標

- (1) 次の運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。

ア ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入等から攻防をすることができるようにする。（知識及び技能）

- (2) 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができるようにする。（思考力、判断力、表現力等）

- (3) 球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。

（学びに向かう力、人間性）

※保健体育科の目標（解説 P21） ※科目「体育」の目標（解説 P29～30）

3 運動の一般的特性

球技は、ゴール型、ネット型及びベースボール型などから構成され、個人やチームの能力に応じた作戦を立て、集団対集団、個人対個人で勝敗を競うことに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

入学年次の次の年次（その次の年次）以降の球技では、多様な楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方などを理解するとともに、仲間と連携しゲームを展開すること、生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題に取り組み、考えたことを他者に伝えること及び球技に主体的に取り組むとともに、公正、協力、責任、参画、共生などの意欲を育み、健康・安全を確保することができるようにする。

なお、球技の多様な楽しさや喜びを味わうこととは、勝敗を競ったりすることを通して得られる楽しさや喜びに加えて、体力や技能の程度等にかかわらず、「する、みる、支える、知る」などのスポーツの多様な楽しさや喜びを味わうことである。

指導に際しては、「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」の内容をバランスよく学習させ、自己に適したスポーツとの多様な関わり方を考える機会を充実することで、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指すことが大切である。

※その領域や内容の運動の特性について明記する。

「球技」であれば、解説 P114 E 球技〔入学年次〕、P121〔入学年次の次の年次以降〕 から抜粋

※この色は知識及び技能関連

※思考力、判断力、表現力等

※学びに向かう力、人間性等

#### 4 生徒の実態

- (1) 運動に触れる楽しさの体験状況  
本学級では、

※生徒の実態、体育の授業における状況、  
これまでの運動経験及び日常的な運動活動  
について明記する。

これまでの、保健体育の授業や部活動において

※これまでの学習（他教科等含む）において、指導内容がどの程度身に付いているのか、  
また、本単元に関するこれまでの運動の体験状況について明記する。

- (2) 「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」の習得状況  
「知識及び技能」に関しては、

※主語は生徒

※知識及び技能  
解説 P122～127  
※系統表  
解説 P132～134

「思考力、判断力、表現力等」に関しては、

※思考力、判断力、表現力等  
解説 P127～128  
※系統表  
解説 P320～321

「学びに向かう力、人間性等」に関しては、

※学びに向かう力、人間性等  
解説 P128～130  
※系統表  
解説 P322～323

※新体力テストのデータから単元とかかわる体力や学校として伸ばしたい体力の状況について明記する。

#### (3) 体力の状況

|    | 男子 |   |   |   |   | 女子 |   |   |   |   |
|----|----|---|---|---|---|----|---|---|---|---|
| 段階 | A  | B | C | D | E | A  | B | C | D | E |
| 人数 | 人  | 人 | 人 | 人 | 人 | 人  | 人 | 人 | 人 | 人 |
| %  | %  | % | % | % | % | %  | % | % | % | % |

体力テストにおいて、総合評価の割合は、A・B段階が〇〇%、C段階が〇〇%、D・E段階が〇〇%という結果であった。

全国平均と比較して、  
男子は、

※体力向上に向けた具体的な取組  
(各学校における体力向上プラン参照)  
についても明記する。

※体力の向上については、  
解説 P8～

女子は、

※体力の向上を目指しとは、  
解説 P25～

県平均と比較して、  
男子は、

※体力の測定について  
解説 P219～

女子は、

男女ともに、

個別には、テスト項目「〇〇」において、

部活動の加入状況等から、等

※上記の児童の実態から、教師がどのような内容に重点を置き、指導していくかを具体的に明記する。  
その際に、単元の目標を具現化するため、教師の意図的・計画的な指導が明記する。

5 学習を進めるに当たって

本単元では、

教師は、

単元を構成するに当たっては、

単元のはじめのオリエンテーションでは、

単元の前半（中盤、後半）では、

単元の終わりに、〇〇大会を実施し、

「見方・考え方」を働かされる学習過程を工夫することにより、

※主語は教師

※球技  
解説 P15(コ 球技)  
P33～P41

※「見方・考え方」を働かせる学習過程を工夫する 解説 P22～23

※主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善  
解説 P18 ア(ア)

授業前半の〇〇では、

授業後半の〇〇では、

その過程で、〇〇できるようにしていきたい。

学習カードは

そのために、

また、単元を通してタブレット端末を効果的に活用していきたい。

※研究の視点や  
本時に該当する部分は  
書体を変えたり、  
太字にしたり、  
アンダーラインを引くなどして  
分かりやすくする。

※主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を進めるに当たり、解説 P217～218・P18

本時において、

はじめの段階では、ペア活動(体の柔らかさや力強い動きを高めるための運動)を音楽に合わせて～

※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～ 解説 P11

※課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程とは～ 解説 P23

なかの段階ではまず、「〇〇するためには、どうすればよいか」とねらいを確認する。

まとめの段階では、「〇〇するためには、〇〇すればよい」と学習のまとめをする。

カリキュラム・マネジメントの視点から、「保健」との関連を図った指導を充実する観点から、「保健」における精神疾患の予防と回復などの内容との関連を図り、教科等横断的な学びが実現するよう指導を進めていきたい。

カリキュラム・マネジメントについて明記する。(学校行事：運動会等含む)

※解説 P4 (4)・P9②・P13・P14 カ

6 単元の評価規準

|              | 知識・技能                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 思考・判断・表現                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 主体的に取り組む態度                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 「全ての単元の評価規準」 | <p>○知識</p> <p>・球技では、各型の各種目の局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることについて、<b>学習した具体例を挙げている。</b></p> <p>・球技の型や種目によって必要な体力要素があり、その型や種目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、<b>言ったり書き出したりしている。</b></p> <p>○課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通した学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、<b>言ったり書き出したりしている。</b></p> <p>○競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、<b>学習した具体例を挙げている。</b></p> | <p>○技能</p> <p>・防御をかわして相手陣地やゴールにボールを運ぶことができる。</p> <p>・味方が作り出した空間にパスを送ることができる。</p> <p>・空いた空間に向かってボールをコントロールして運ぶことができる。</p> <p>・守備者とボールの間に自分の体を入れて、味方と相手の動きを見ながらボールをキープすることができる。</p> <p>・隊形を整えるためにボールを他の空間へ動かすことができる。</p> <p>・自陣から相手陣地の侵入しやすい場所に移動することができる。</p> <p>・シュートやトライをしたり、パスを受けたりするために味方が作り出した空間に移動することができる。</p> <p>・侵入する空間を作り出すために、チームの作戦に応じた移動や動きをすることができる。</p> <p>・得点を取るためのフォーメーションやセットプレイなどのチームの役割に応じた動きをすることができる。</p> <p>○チームの作戦に応じた守備位置に移動し、相手のボールを奪うための動きをすることができる。</p> <p>○味方が抜かれた際に、攻撃者を止めるためのカバーの動きをすることができる。</p> <p>○一定のエリアから得点しにくい空間に相手や相手のボールを追い出す守備の動きをすることができる。</p> <p>※ネット型、ベースボール型は省略。</p> | <p>・選択した運動について、チームや自己の動きを分析して、良い点や修正点を指摘<b>している。</b></p> <p>・課題解決の過程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見<b>している。</b></p> <p>・チームや自己の課題を解決するための練習の計画を立て<b>ている。</b></p> <p>・練習やゲームの場面で、チームや自己の危険を回避するための活動の仕方を提案<b>している。</b></p> <p>・練習やゲームを行う場面で、チームや自己の活動を振り返り、よりよいマナーや行為について提案<b>している。</b></p> <p>・チームでの学習で、状況に応じてチームや自己の役割を提案<b>している。</b></p> <p>◎チームでの話し合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けて<b>いる。</b></p> <p>○体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに球技を楽しむための調整の仕方を見付けて<b>いる。</b></p> <p>○球技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けて<b>いる。</b></p> | <p>・球技の学習に主体的に取り組もう<b>としている。</b></p> <p>・フェアなプレイを大切にしよう<b>としている。</b></p> <p>・作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しよう<b>としている。</b></p> <p>・一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしよう<b>としている。</b></p> <p>○仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おう<b>としている。</b></p> <p>◎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<b>している。</b></p> |
|              | 「単元の評価規準」                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <p>①課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通した学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、<b>言ったり書き出したりしている。</b></p> <p>②競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、<b>学習した具体例を挙げている。</b></p> <p>③<b>本時を囲む</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <p>①チームの作戦に応じた守備位置に移動し、相手のボールを奪うための動きをすることができる。</p> <p>②味方が抜かれた際に、攻撃者を止めるためのカバーの動きをすることができる。</p> <p>③一定のエリアから得点しにくい空間に相手や相手のボールを追い出す守備の動きをすることができる。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p>①チームでの話し合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けて<b>いる。</b></p> <p>②体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに球技を楽しむための調整の仕方を見付けて<b>いる。</b></p> <p>③球技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けて<b>いる。</b></p>                                                               |

※語尾

「～できる」(技能)

※語尾

「～している」(知識、思考・判断・表現、主体的に学習に取り組む態度の「健康・安全」)

※語尾

「～しようとしている」(主体的に学習に取り組む態度の「健康・安全」は**している。**)

単元の学習計画及び評価計画については「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」  
中学校 保健体育の P53 を参考とする。

7 単元の指導と評価の計画（1～7／15時間）

| 時間    |          | 1                                                | 2                                                       | 3                                  | 4                | 5               | 6                 | 7                                 |
|-------|----------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------|-----------------|-------------------|-----------------------------------|
| 指導内容  | 知        | ①目標、課題設定、練習法の選択等                                 |                                                         |                                    |                  |                 |                   | ②全員が楽しむためのルール等の調整の仕方など            |
|       | 技        |                                                  |                                                         |                                    | ①相手のボールを奪うための動き等 | ②攻撃者を止めるカバーの動き等 | ③相手ボールを追いつく守備の動き等 |                                   |
|       | 思        |                                                  |                                                         |                                    |                  |                 |                   |                                   |
|       | 学        |                                                  | ①仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合う等                              | ②危険予測する、回避行動をとるなど、健康・安全を確保         |                  |                 |                   |                                   |
| 学習の流れ | 0        | 健康観察・本時のねらいの確認・準備運動                              |                                                         |                                    |                  |                 |                   |                                   |
|       | 5        | オリエンテーション                                        | ボール操作<br>・シュート<br>・パス<br>・キャッチ<br>・ドリブル 等               | ボール操作の反復練習Ⅰ<br>・シュート、パス、ドリブル等      |                  |                 |                   | 課題発見のためのゲーム<br>・4対4               |
|       | 10       |                                                  |                                                         | 課題発見のためのゲーム<br>・1対1（45°から）<br>・2対2 |                  |                 |                   |                                   |
|       | 15       |                                                  |                                                         |                                    |                  |                 |                   |                                   |
|       | 20       |                                                  |                                                         |                                    |                  |                 |                   |                                   |
|       | 25       | ボール慣れゲーム<br>（ボール操作）                              | 簡易ゲーム<br>（ゲームに入る前）<br>・パスゲーム<br>・シュートゲーム<br>・3オン3のゲーム 等 | 課題解決のためのゲーム<br>・2対1<br>・3対2        |                  |                 |                   | 簡易ゲームⅠ<br>・全員が楽しむためのルールをつくるためのゲーム |
|       | 30       |                                                  |                                                         |                                    |                  |                 |                   |                                   |
|       | 35       |                                                  |                                                         |                                    |                  |                 |                   |                                   |
|       | 40       |                                                  |                                                         |                                    |                  |                 |                   |                                   |
|       | 45<br>50 | 7 整理運動・学習の振り返り・次時の確認                             |                                                         |                                    |                  |                 |                   |                                   |
| 評価の機会 | 知        | ①                                                |                                                         |                                    |                  |                 |                   | ②                                 |
|       | 技        |                                                  |                                                         |                                    | (①)              | (②)             | (③)               |                                   |
|       | 思        |                                                  |                                                         |                                    |                  |                 |                   |                                   |
|       | 態        |                                                  |                                                         | ①                                  |                  |                 |                   |                                   |
| 準備物   |          | バスケットボール、カラーコーン、デジタイマー、タブレット端末、プロジェクター           |                                                         |                                    |                  |                 |                   |                                   |
| カリ・マネ |          | 科目「保健」 (1)現代社会と健康 (2)生活習慣病などの予防と回復 (3)精神疾患の予防と回復 |                                                         |                                    |                  |                 |                   |                                   |



7 単元の指導と評価の計画（8～15／15時間）

| 8                             | 9                            | 10                        | 11                                                                             | 12                                                       | 13                | 14                  | 15                         |
|-------------------------------|------------------------------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------|---------------------|----------------------------|
|                               |                              |                           | (①)ゲームを通し学習成果の確認、新たな目標の設定                                                      |                                                          |                   |                     |                            |
|                               |                              |                           |                                                                                | (①)相手のボールを奪うための動き等                                       | (②)攻撃者を止めるカパーの動き等 | (③)相手ボールを追い出す守備の動き等 |                            |
| ①合意形成、調整の仕方を見付け、他者に伝えること等     | ②仲間と楽しむ調整の仕方を見付け、他者に伝えること等   | ③運動を楽しむ関わり方を見付け、他者に伝えること等 |                                                                                |                                                          |                   |                     |                            |
|                               |                              |                           |                                                                                |                                                          |                   |                     | (①)仲間の課題を指摘する、互いに助け合い高め合う等 |
|                               |                              |                           |                                                                                |                                                          |                   |                     |                            |
| ボール操作の反復練習Ⅱ<br>・シュート、パス、ドリブル等 |                              |                           |                                                                                |                                                          |                   |                     |                            |
| 課題発見のためのゲーム<br>・4対4           | 簡易ゲームⅡ<br>・全員が楽しむためのルールでのゲーム |                           | リーグ戦Ⅰ<br>・前時までの学習を踏まえ、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等で、自分たちでリーグ戦を開催する。 | リーグ戦Ⅱ<br>・リーグ戦Ⅰを踏まえ、課題を解決し、全員が楽しむための更に改善したルールでリーグ戦を開催する。 |                   |                     | まとめのゲーム・リーグ戦のまとめ           |
| 簡易ゲームⅠ                        |                              |                           |                                                                                |                                                          |                   |                     |                            |
|                               |                              |                           |                                                                                |                                                          |                   |                     | 単元のまとめ                     |
|                               |                              |                           |                                                                                |                                                          |                   |                     |                            |
|                               |                              |                           | (①)                                                                            |                                                          |                   |                     | 総括的な評価                     |
|                               |                              |                           |                                                                                | ①                                                        | ②                 | ③                   |                            |
| ①                             | ②                            | ③                         |                                                                                |                                                          |                   |                     |                            |
| ②                             |                              |                           |                                                                                |                                                          |                   |                     |                            |
|                               |                              |                           |                                                                                |                                                          |                   |                     |                            |
| ②安全な社会生活 (イ)応急手当              |                              |                           |                                                                                |                                                          |                   |                     |                            |

# 8 本時の学習（7／15時間）

※6 評価規準：知識②との整合性を図る。  
本時の目標の語尾は「できるようにする」。

※目標なので  
知識及び技能

## (1) 本時の目標

- 競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることを理解することができるようにする。（知識及び技能）

## (2) 本時の評価項目

- 競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、学習した具体例を挙げている。（知識・技能）

※6  
知識②  
と同文

※本時の目標（学習内容）を実現するために、どのように学習活動を仕組んでいくのかを具体的に明記する。  
7 指導と評価の計画：第7時（本時）との整合性を図る。

※評価項目なので  
知識・技能

# 9 学習指導過程

| 段階  | 時間                         | 学習内容及び<br>学習活動                                                                      | 指導上の留意点                                                                                         | ○：評価項目<br>(評価方法)【Aの例】                                                                                                                        | 「努力を要する」状況と判断<br>される生徒への手立て                                                       |
|-----|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| はじめ | 0<br>5                     | 1 用具や場の準備<br>2 集合、整列、挨拶<br>3 健康観察<br>4 準備運動                                         | ・ひなたプログラム等から、個人の課題解決となる行動を選ぶようにする。                                                              | ※本時の目標（学習内容）を実現するために、どのような指導を行うかを教師の立場から明記する。「どうやってそれをするのか」「なぜそれをするのか」「そうするとどうなるのか」等を明記する。                                                   |                                                                                   |
| なか  | 10                         | 5 本時のねらいの確認                                                                         |                                                                                                 |                                                                                                                                              |                                                                                   |
|     |                            | (1)競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方を理解しよう。<br>(2)全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることを理解しよう。    |                                                                                                 |                                                                                                                                              |                                                                                   |
|     | 15                         | ・最後のリーグ戦に向けた<br>① ゲームのルール作り<br>② 試合方式の決定<br>③ 運営の仕方、役割分担の確認                         | ・ゲームのルール、リーグ戦などの試合方式、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方を理解できるように説明する。<br>・全員が楽しむためのルール等の調整の仕方があることを理解できるように説明する。 | ○競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、学習した具体例を挙げている。(観察・学習カード)<br>【Aの例】<br>クラスの状況を踏まえ全員が楽しむための運営の仕方、ルール等の具体例を挙げている。 | ○ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などについて、具体的な例を示しながら、クラスにあったものを考えさせる。 |
|     | 20                         | ※B評価<br>6②・8(2)<br>と同文                                                              |                                                                                                 |                                                                                                                                              |                                                                                   |
|     | 25<br>30<br>35<br>40<br>45 | 6 ボール操作の反復練習。<br>7 課題発見のためのゲーム（4対4）<br>8 簡易ゲームⅠ<br>・全員が楽しむためのルール等を工夫する              | ・シュート、パス、ドリブル等の動作を練習する。<br>・決めたルールに沿ってゲームを行う。<br>・ルールに支障があれば調整し全員が楽しむためのルールを決める。                |                                                                                                                                              |                                                                                   |
| まとめ | 50                         | 9 本時のまとめ<br>・学習カードへの記入<br>・発表等                                                      | 課題解決を通して、良かったルール等のポイントを確認する。                                                                    | ※A評価<br>「十分満足できる」                                                                                                                            | ※C評価<br>「努力を要する」<br>生徒への手立て                                                       |
|     |                            | (1)競技会には、○○のようなゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方がある。<br>(2)全員が楽しむためには、○○のようにルール等を工夫する必要がある。 |                                                                                                 |                                                                                                                                              |                                                                                   |
|     |                            | 10 整理運動、片付け<br>※「ねらい」と「まとめ」<br>が一致すること。                                             | ・次時の課題解決に向けての意欲向上を図る。                                                                           |                                                                                                                                              |                                                                                   |

## 学習指導計画作成上の留意点（学習指導案作成例）

高等学校 科目「保健」

第2学年 保健体育科学習指導案

※高等学校学習指導要領解説 保健体育編・・・以下「解説」とする

※「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 高等学校保健体育・・・以下「参考資料」とする

※視認性を高めるため、書体（UD フォント等）、大きさを工夫する。（ここでは「BIZ UD 明朝 Medium」を使用している）

令和 年 月 日（ ） 校時  
第 学年 組  
場所 ○○高等学校 年 組教室  
指導者 ○ ○ ○ ○

※「高等学校科目保健の単元設定例」（参考資料 P52）を参照し、単元とするとよい。

1 単元名 「生涯を通じる健康」（労働と健康）

※参考資料の事例6～9（P107、114、119、125）を参照する。

※単元「応急手当」では、（知識及び技能）とする。

2 単元の目標

（1） 労働災害と健康や働く人の健康の保持増進について、理解することができるようにする。

（知識）

（2） 労働と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明できるようにする。

（思考力、判断力、表現力等）

（3） 労働災害と健康、働く人の健康の保持増進について、自他の健康の保持増進や回復、それを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。

（学びに向かう力、人間性等）

3 単元について

※教材観は、解説の四角囲み（学習指導要領の内容）、解説の四角囲み下の文章を参照する。（例：解説 p207）

（1） 教材観

本単元は、「高等学校学習指導要領 保健体育編」の「科目保健 （3）生涯を通じる健康」である。本単元の内容は、「（3）生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。（ア）生涯を通じる健康について理解を深めること。（イ）生涯を通じる健康に関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現すること。」とある。このため、思春期、結婚生活、加齢の各段階において、健康、行動、生活などに課題や特徴があること、また労働の形態や環境の変化に伴った健康及び安全の課題があること、それらを踏まえ、自他の健康管理、安全管理及び環境づくりを行う必要があること、労働に関わる社会資源などを適切に活用することなどを中心に構成されている。

（2） 生徒観

※ 「知識（及び技能）」については、生徒の学習状況（解説の四角囲み下の文章を参考とした）り【例：解説 p207】、アンケート調査したりする）などについて表記する。

※ 「思考力・判断力・表現力等」については、これまでの学習において、「課題発見」、「思考・判断」、「表現」について、どのように学習し、思考力・判断力・表現力等を身に付けているかを表記する。

(3) 学習を進めるにあたって

※主語は教師

※上記の教材観や生徒の実態から、教師がどのような内容に重点を置き、指導していくかを具体的に明記する。その際に、単元の目標を具現化するため、教師の意図的・計画的な指導が明記されなければならない。重要な箇所である。

本単元では、  
単元を構成するにあたっては、  
本時においては、

※ 指導にあたっては、生徒の内容への興味・関心を高めたり、思考を深めたりする発問を工夫すること、自他の日常生活に関連が深い教材・教具を活用すること、事例などを用いたディスカッション、ブレインストーミング、心肺蘇生法などの実習、実験、課題学習などを取り入れること、また、必要に応じてコンピュータ等を活用すること、学校や地域の実情に応じて、保健・医療機関等の参画を推進すること、必要に応じて養護教諭や栄養教諭、学校栄養職員などとの連携・協力を推進することなど、多様な指導方法の工夫を行うよう配慮する。

※参考資料 P53～55、及び事例6～9 (P107、114、119、125) を参照する。

4 単元の評価規準

|         | 知識・技能                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 思考・判断・表現                                                                                                                                                                                           | 主体的に学習に取り組む態度                                                |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 単元の評価規準 | <p>①労働による傷害や職業病などの労働災害は、作業形態や作業環境の変化に伴い質や量が変わってきたこと、また、労働災害を防止するには、作業形態や作業環境の改善、長時間労働をはじめとする過重労働の防止を含む健康管理と安全管理が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>②働く人の健康の保持増進は、職場の健康管理や安全管理とともに、心身両面にわたる総合的、積極的な対策の推進が図られることで成り立つこと、労働と健康に関する法律等が制定された背景や趣旨について、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>③働く人の日常生活においては、積極的に余暇を活用するなどして生活の質の向上を図ることなどで健康の保持増進を図っていくことが重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> | <p>①労働災害と健康について、情報を整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見するとともに、個人の取組と社会的対策を整理して、労働災害を防止するための方策を選択している。</p> <p>②働く人の健康の保持増進のための職場の取組について、課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ワークシートに記述したりして、筋道を立てて説明している。</p> | <p>①労働災害と健康・働く人の健康の保持増進について、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組もうとしている。</p> |

※本時は罫線を太くする。

※主な学習内容を解説の「知識（及び技能）の内容」及び「思考力・判断力・表現力等の例示」を参照し、できる限り記載する。  
（「～を理解できるようにする」と「～に触れるようにする」を区別すること。）

5 指導と評価の計画

| 時間           | 1 校時                                                                                                                                                                      | 2 校時（本時）                                                                                                                                                                                  | 3 校時                                                                                                                                                                                  | 4 校時                                                                                                                                                          |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 主な学習内容・学習活動  | 労働災害と健康①                                                                                                                                                                  | 労働災害と健康②                                                                                                                                                                                  | 働く人の健康の保持増進①                                                                                                                                                                          | 働く人の健康の保持増進②                                                                                                                                                  |
|              | ○労働による傷害や職業病などの労働災害は、作業形態や作業環境の変化に伴い質や量が変化してきたこと。                                                                                                                         | ○労働災害を防止するには、作業形態や作業環境の改善、長時間労働をはじめとする過重労働の防止を含む健康管理と安全管理が必要であること。                                                                                                                        | ○働く人の健康の保持増進は、職場の健康管理や安全管理とともに、心身両面にわたる総合的、積極的な対策の推進が図られることで成り立つこと。                                                                                                                   | ○働く人の日常生活においては、積極的に余暇を活用するなどして生活の質の向上を図ることなどで健康の保持増進を図っていくことが重要であること。                                                                                         |
| 主な学習内容・学習活動  | 1 「働くことの意味」、「理想の仕事」について考える。<br>2 産業構造、働き方などのように変化をしてきたか、資料をもとに整理する。<br>3 産業構造、働き方の変化に伴い、健康面でどのような変化が現れたかを、資料をもとに整理する。<br>4 資料から得た内容を伝え、成果を共有する。<br>5 働き方と労働災害の変化についてまとめる。 | 1 工事現場の安全管理を考える。<br>2 労働災害を防ぐために、安全管理と健康管理についてどのようなことが必要か、個人で事例を挙げたり、グループで整理したりする。<br>3 ワークショップ形式で、発表したり、他のグループと意見交換したりする。<br>4 他のグループの意見を参考に自分のグループの考えを深める。<br>5 労働災害を防止するための方策についてまとめる。 | 1 前時を振り返る。<br>2 働く人の健康状態を把握するための対策（一般健康診断と特殊健康診断）及び職場における健康増進活動について整理する。<br>3 メンタルヘルスケアについて、実施したチェックに基づき、適切な措置や助言について整理する。<br>4 ワーク・ライフ・バランスについて整理する。<br>5 働く人の健康の保持増進のための対策についてまとめる。 | 1 前時を振り返る。<br>2 余暇の活用とワーク・ライフ・バランスについて考える。<br>3 習得した知識をもとにディスカッション（ディベート）を行う。<br>2 名×4 チーム×5 会場<br>4 討議内容、主な論点と判定結果を伝え、成果を共有する。<br>5 生活の質の向上と健康の保持増進についてまとめる。 |
| 評価機会・評価方法    |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                               |
| 知            | ①ワークシート                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                           | ②観察<br>ワークシート                                                                                                                                                                         | ③観察<br>ワークシート                                                                                                                                                 |
| 思            |                                                                                                                                                                           | ①観察<br>ワークシート                                                                                                                                                                             | ②観察<br>ワークシート                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                               |
| 態            |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                       | ①観察                                                                                                                                                           |
| 関連する項目       |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                               |
| 科目体育や他教科との関連 |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                           | ※「主体的に学習に取り組む態度」については、単元全体で評価していくため「破線」で区切っている。ここでは、診断的評価 → 形成的評価 → 総括的評価としている。                                                                                                       |                                                                                                                                                               |

※体育分野や他教科（特別活動も含む）との関連を表記する。



## 6 本時の学習

### (1) 本時の目標

- 労働災害と健康について、情報を整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見するとともに、個人の取組と社会的対策を整理して、労働災害を防止するための方策を選択できるようにする。(思考力、判断力、表現力等)

### (2) 本時の学習評価

- 労働災害と健康について、情報を整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見するとともに、個人の取組と社会的対策を整理して、労働災害を防止するための方策を選択している。(思考・判断・表現)

## 7 学習指導過程 (2/4)

                     : ねらい                         : 発問・指示など

| 段階  | 学習内容及び学習活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | ○指導上の留意点 ◆評価                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 導入  | 1 工事現場の安全管理について考える。<br>・工事現場の写真から安全面に関するスローガンを掲げていることに着目する。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ○本時の学習内容に興味・関心をもたせる。                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|     | <span style="border: 1px dashed black; padding: 5px;">工事現場や作業現場で、どのような安全標識やスローガンを見たことがありますか。</span><br>・グループで意見を出し合う。                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 展開  | 2 本時の学習のねらいを確認する。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ○本時は、労働災害を防止するには、何が必要なのかを考える授業であることを伝える。                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|     | <span style="border: 1px solid black; padding: 5px;">労働災害を防止するための方策について、さまざまな観点から考えよう。</span>                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|     | 3 労働災害の防止について考える。<br><span style="border: 1px dashed black; padding: 5px;">ワークシートのイラストを見て、「潜んでいる危険」、「予想される事故・健康障害」、「改善の方法」を考えよう。</span><br>・危険を予測するための資料(イラスト)を用い、災害のリスクの低減策を考える。<br>・個人で事例を挙げ、付箋に書く。<br>・グループごとに書いた付箋を模造紙に貼り、似たような意見を整理し、タイトルをつける。<br>・グループの意見を発表できるようにまとめる。<br>・発表者以外は、他のグループの発表を聞き、意見交換する。全員が発表できるようにする。(1グループ4人程度)<br>・元のグループに戻り、他のグループの意見を参考に、自分のグループの対策を深める。 | ○思考を活発にさせるために、「高さ」「安定性」「手すりの有無」などの「状態」、障害が発生しそうな作業の仕方などの「行動」、他人の動きや風など、外からの「影響」に着目するよう促す。<br>○できるだけ多く付箋に書くようにさせる。<br>○ファシリテーター役を決めさせ、意見を聞いたりまとめたりさせる。<br>○他のグループの発表と比較し、新たな発見に着目させ、対策を深めさせる。<br>◆思考・判断・表現(観察)<br>労働災害と健康について、情報を整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見するとともに、個人の取組と社会的対策を整理して、労働災害を防止するための方策を選択している。 |
| まとめ | 4 労働災害を防止するための対策についてまとめる。<br>・労働災害を防止するための安全管理及び健康管理についての教師のまとめを聞き、本時の学習内容を整理する。<br>5 次時の予告を聞き、学習の見通しをもつ。                                                                                                                                                                                                                                                                          | ◆思考・判断・表現(ワークシート)<br>労働災害と健康について、情報を整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見するとともに、個人の取組と社会的対策を整理して、労働災害を防止するための方策を選択している。                                                                                                                                                                                             |

※「主な学習内容・学習活動」の中では、1、2・・・で生徒の学習活動について示す。  
また、実際の生徒の詳細な活動について「・」で示す。  
※「○指導上の留意点 ◆評価」について、指導したり評価したりする場面に示す。

## 6 運動部活動について

### (1) 部活動の教育的意義について

#### ア 部活動とは

学校の部活動は、学校が設置するものであり、学校の教育活動の一環として位置付けられ、生徒の健全育成に大きな役割を果たしています。部活動の歴史は古く、明治時代の学校制度発足から今日に至るまでその歴史を刻んできました。

長い歴史の中で、多くの人が部活動により、生涯の友を得たり、社会経験を積んだりしており、人間形成や健全育成においても、多大な貢献をしてきました。また、これまで我が国の文化・スポーツ等の基盤を支え、世界に誇る人材を輩出したり、人々に夢や希望を与えたりしてきました。

#### イ 学校教育活動における部活動の位置付け

学校の教育活動は、学習指導要領に示された各教科、道徳、総合的な学習の時間及び特別活動等で定められた「教育課程」の内容と、学校が計画する休み時間や登下校、放課後の課外活動等の「教育課程外」の内容で構成されています。

部活動は、教育課程外に学校が計画し、教育課程内の活動との関連を図りながら実施される教育活動です。

| 学校の教育活動                       |                           |
|-------------------------------|---------------------------|
| 教育課程                          | 教育課程外                     |
| 学習指導要領に基づく領域                  | 学校が計画する領域                 |
| ◆ 各教科、道徳、総合的な学習の時間<br>及び特別活動等 | ◆ 放課後の課外活動<br>◆ 休み時間、登下校等 |

#### ウ 学習指導要領における位置付け【総則とのかかわり】

部活動の指導及び運営等に当たっては、中学校学習指導要領第1章総則第5の1ウ（高等学校学習指導要領第1章総則第6款の1ウ）に示された部活動の意義と留意点を踏まえて行うことが重要です。

《中学校 学習指導要領 第1章 総則 第5の1ウ》 平成29年3月  
《高等学校 学習指導要領 第1章 総則 第6款の1ウ》 平成30年3月

#### 第5 学校運営上の留意事項

##### 1 教育課程の改善と学校評価，教育課程外の活動との連携等

ウ 教育課程外の学校教育活動と教育課程の関連が図られるように留意するものとする。特に、生徒の自主的，自発的な参加により行われる部活動については、スポーツや文化，科学等に親しませ，学習意欲の向上や責任感，連帯感の涵養等，学校教育が目指す資質・能力の育成に資するものであり，学校教育の一環として，教育課程との関連が図られるよう留意すること。その際，学校や地域の実態に応じ，地域の人々の協力，社会教育施設や社会教育関係団体等の各種団体との連携などの運営上の工夫を行い，持続可能な運営体制が整えられるようにするものとする。

また、中学校学習指導要領解説（保健体育編 平成 29 年 7 月）には、部活動の意義と留意点等を次のように示すとともに、「運動部の活動」についても解説しています。

#### 【意義】

スポーツや文化及び科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養、互いに協力し合って友情を深めるといった好ましい人間関係の形成等に資するものである。

#### 【留意点】

部活動は、教育課程において学習したことなども踏まえ、自らの適性や興味・関心等をより深く追求していく機会であることから、第 2 章以下に示す各教科等の目標及び内容との関連にも配慮しつつ、生徒自身が教育課程において学習する内容について改めてその大切さを認識するように促すなど、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるようにすること。

#### 【配慮事項】

一定規模の地域単位で運営を支える体制を構築していくことが長期的には不可欠であることから、設置者等と連携しながら、学校や地域の実態に応じ、教員の勤務負担軽減の観点も考慮しつつ、部活動指導員等のスポーツや文化及び科学等にわたる指導者や地域の人々の協力、体育館や公民館などの社会教育施設や地域のスポーツクラブといった社会教育関係団体等の各種団体との連携などの運営の工夫を行うこと。

各学校が部活動を実施するに当たっては、本項を踏まえ、生徒が参加しやすいように実施形態などを工夫するとともに、生徒の生活全体を見渡して休養日や部活動時間を適切に設定するなど生徒のバランスのとれた生活や成長に配慮することが必要です。

### エ 運動部活動の学校教育における位置付け、意義、役割等

**運動部活動は、スポーツの技能等の向上のみならず、生徒の生きる力の育成、豊かな学校生活の実現に意義を有するものとなることが望まれます。**

○ 学校教育の一環として行われる運動部活動は、スポーツに興味と関心をもつ同好の生徒が、より高い水準の技能や記録に挑戦する中で、生徒に下記のような様々な意義や効果をもたらすものと考えられます。

- スポーツの楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。
- 体力向上や健康の増進につながる。
- 保健体育科等の教育課程内の指導で身に付けたものを発展、充実させたり、活用させたりするとともに、運動部活動の成果を学校の教育活動全体で生かす機会となる。
- 自主性、協調性、責任感、連帯感などを育成する。
- 自己の力の確認、努力による達成感、充実感をもたらす。
- 互いに競い、励まし、協力する中で友情を深めるとともに、学級や学年を離れて仲間や指導者と密接に触れ合うことにより学級内とは異なる人間関係の育成につながる。

「運動部活動でのガイドライン（平成 25 年 5 月 文部科学省）」抜粋

## (2) 運動部活動の適切な運営について

運動部活動は学校教育の一環として、その管理の下に行われ、学校が計画的に実施するものです。各学校の実態に応じた指導体制を確立するとともに、効果的、計画的な指導に向けて各部を機能的に活動させるよう努めることが大切です。下の「運動部活動の指導・運営チェック表」を参考に自校の状況をチェックしましょう。

### 運動部活動での指導の充実のために必要と考えられる7つの事項

#### ① 顧問の教員だけに運営、指導を任せるのではなく、学校組織全体で運動部活動の目標、指導の在り方を考えましょう

- ・学校組織全体での運営や指導の目標、方針の作成と共有
- ・保護者等への目標、計画等の説明と理解

check

#### ② 各学校、運動部活動ごとに適切な指導体制を整えましょう

- ・外部指導者等の協力確保、連携
- ・外部指導者等の協力を得る場合の校内体制の整備

#### ③ 活動における指導の目標や内容を明確にした計画を策定しましょう

- ・生徒のニーズや意見の把握とそれらを反映させた目標等の設定、計画の作成
- ・年間を通したバランスのとれた活動への配慮
- ・年間の活動の振り返りと次年度への反映

#### ④ 適切な指導方法、コミュニケーションの充実等により、生徒の意欲や自主的、自発的な活動を促しましょう

- ・科学的裏付け等生徒への説明と理解に基づく指導の実施
- ・生徒が主体的に自立して取り組む力の育成
- ・生徒の心理面を考慮した肯定的な指導
- ・生徒の状況の細かい把握、適切なフォローを加えた指導
- ・指導者と生徒の信頼関係づくり
- ・上級生と下級生、生徒間の人間関係形成、リーダー育成等の集団づくり
- ・事故防止、安全確保に注意した指導

#### ⑤ 肉体的、精神的な負荷や厳しい指導と体罰等の許されない指導とをしっかりと区別しましょう

- ・学校、指導者、生徒、保護者の間での相互の理解と体罰の禁止

#### ⑥ 最新の研究成果等を踏まえた科学的な指導内容、方法を積極的に取り入れましょう

- ・科学的な指導内容、方法の積極的な取り入れ
- ・学校内外での指導力向上のための研修、研究

#### ⑦ 多様な面で指導力を発揮できるよう、継続的に資質能力の向上を図りましょう

- ・校長等の管理職の理解
- ・運動部活動のマネジメント力その他多様な指導力の習得

【参考・引用：運動部活動での指導のガイドライン（平成25年5月 文部科学省）】

### (3) 宮崎県運動部活動の活動時間及び休養日設定等に関する方針(平成30年10月)

#### **本方針策定の趣旨等**

学校の運動部活動は、スポーツに興味・関心のある同好の生徒が参加し、各運動部の責任者（以下、「運動部顧問」という。）の指導の下、学校教育の一環として行われ、本県のスポーツ振興と競技力向上を大きく支えてきた。

また、体力や技能の向上を図る目的以外にも、異年齢との交流の中で、生徒同士や生徒と教師等との好ましい人間関係の構築を図ったり、学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の涵養に資するなど、生徒の多様な学びの場として、教育的意義が大きい。

しかしながら、今日においては、社会・経済の変化等により、教育等に関わる課題が複雑化・多様化し、学校や教師だけでは解決することができない課題が増えている。とりわけ、少子化が進展する中、運動部活動においては、従前と同様の運営体制では維持は難しくなっており、学校や地域によっては存続の危機にある。

将来においても、本県の生徒が生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育む基盤として、運動部活動を持続可能なものとするためには、各自のニーズに応じた運動・スポーツを行うことができるよう、速やかに、運動部活動の在り方に関し、抜本的な改革に取り組む必要がある。

宮崎県運動部活動の活動時間及び休養日設定等に関する方針（以下、「県の方針」という。）は、義務教育である中学校（義務教育学校後期課程、中等教育学校前期課程、特別支援学校中学部を含む。以下同じ。）段階の運動部活動を主な対象とし、生徒にとって望ましいスポーツ環境を構築するとともに教員の負担軽減を図るという観点に立ち、運動部活動が以下の点を重視して、地域、学校、競技種目等に応じた多様な形で最適に実施されることを目指す。

- ・ 知・徳・体のバランスのとれた「生きる力」を育む、「日本型学校教育」の意義を踏まえ、生徒がスポーツを楽しむことで運動習慣の確立等を図り、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・能力の育成を図るとともに、バランスのとれた心身の成長と学校生活を送ることができるようにすること
- ・ 生徒の自主的、自発的な参加により行われ、学校教育の一環として教育課程との関連を図り、合理的でかつ効率的・効果的に取り組むこと
- ・ 学校全体として運動部活動の指導・運営に係る体制を構築すること

市町村教育委員会や学校法人等の学校の設置者及び学校は、県の方針に則り、持続可能な運動部活動の在り方について検討し、速やかに改革に取り組む。県においては、学校の設置者が行う改革に必要な支援等に取り組む。



県の方針の基本的な考え方は、学校の種類や学校の設置者の違いに関わらず該当するものであることから、高等学校段階の運動部活動についても県の方針を原則として適用し、速やかに改革に取り組む。その際、高等学校段階では、各学校において中学校教育の基礎の上に多様な教育が行われている点に留意する。

県は、県の方針に基づく運動部活動の状況把握のために、定期的にフォローアップを行う。

## **1 適切な運営のための体制整備**

### **(1) 運動部活動の方針の策定等**

ア 市町村教育委員会や学校法人等の学校の設置者は、国のガイドラインに則り、県の方針を参考に、「設置する学校に係る運動部活動の方針」（以下、「設置者の方針」という。）を策定する。

イ 校長は、学校の設置者による設置者の方針に則り、毎年度、「学校の運動部活動に係る活動方針」を策定する。運動部顧問は、年間の活動計画（活動日、休養日及び参加予定大会日程等）並びに毎月の活動計画及び活動実績（活動日時・場所、休養日及び大会参加日等）を作成し、校長に提出する。

ウ 校長は、上記イの活動方針及び活動計画等を学校のホームページへの掲載等により公表する。

エ 学校の設置者は、上記イに関し、各学校において運動部活動の活動方針・計画の策定等が効率的に行えるよう、簡素で活用しやすい様式の作成等を行う。なお、このことについて、県は、必要に応じて学校の設置者の支援を行う。

### **(2) 指導・運営に係る体制の構築**

ア 校長は、生徒や教師の数、部活動指導員の配置状況を踏まえ、指導内容の充実、生徒の安全の確保、教師の長時間勤務の解消等の観点から円滑に運動部活動を実施できるよう、適正な数の運動部を設置する。

イ 学校の設置者は、各学校の生徒や教師の数、部活動指導員の配置状況や校務分担の実態等を踏まえ、部活動指導員を積極的に任用し、学校に配置する。

なお、部活動指導員の任用・配置に当たっては、学校教育について理解し、適

切な指導を行うために、部活動の位置付け、教育的意義、生徒の発達の段階に応じた科学的な指導、安全の確保や事故発生後の対応を適切に行うこと、生徒の人格を傷つける言動や、体罰は、いかなる場合も許されないこと、服務（校長の監督を受けることや生徒、保護者等の信頼を損ねるような行為の禁止等）を遵守すること等に関し、任用前及び任用後の定期において研修を行う。

ウ 校長は、運動部顧問の決定に当たっては、校務全体の効率的・効果的な実施に鑑み、教師の他の校務分掌や、部活動指導員の配置状況を勘案した上で行うなど、適切な校務分掌となるよう留意するとともに、学校全体としての適切な指導、運営及び管理に係る体制の構築を図る。

エ 校長は、毎月の活動計画及び活動実績の確認等により、各運動部の活動内容を把握し、生徒が安全にスポーツ活動を行い、教師の負担が過度とならないよう、適宜、指導・是正を行う。

オ 県及び学校の設置者は、運動部顧問を対象とするスポーツ指導に係る知識及び実技の質の向上並びに学校の管理職を対象とする運動部活動の適切な運営に係る実効性の確保を図るための研修等の取組を行う。

カ 県、学校の設置者及び校長は、教師の運動部活動への関与について、「学校における働き方改革に関する緊急対策（平成29年12月26日文部科学大臣決定）」及び「学校における働き方改革に関する緊急対策の策定並びに学校における業務改善及び勤務時間管理等に係る取組の徹底について（平成30年2月9日付け29文科初第1437号）」を踏まえ、法令に則り、業務改善及び勤務時間管理等を行う。

## **2 合理的でかつ効率的・効果的な活動の推進のための取組**

ア 校長及び運動部顧問は、運動部活動の実施に当たっては、文部科学省が平成25年5月に作成した「運動部活動での指導のガイドライン」に則り、生徒の心身の健康管理（スポーツ障害・外傷の予防やバランスのとれた学校生活への配慮等を含む）、事故防止（活動場所における施設・設備の点検や活動における安全対策等）及び体罰・ハラスメントの根絶を徹底する。県及び学校の設置者は、学校におけるこれらの取組が徹底されるよう、学校保健安全法等も踏まえ、適宜、支援及び指導・是正を行う。

イ 運動部顧問は、スポーツ医・科学の見地からは、トレーニング効果を得るため

に休養を適切に取ることが必要であること、また、過度の練習がスポーツ障害・外傷のリスクを高め、必ずしも体力・運動能力の向上につながらないこと等を正しく理解するとともに、生徒の体力の向上や、生涯を通じてスポーツに親しむ基礎を培うことができるよう、生徒とコミュニケーションを十分に図り、生徒がバーンアウトすることなく、技能や記録の向上等それぞれの目標を達成できるよう、競技種目の特性等を踏まえた科学的トレーニングの積極的な導入等により、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られる指導を行う。

また、専門的知見を有する保健体育担当の教師や養護教諭等と連携・協力し、発達の個人差や女子の成長期における体と心の状態等に関する正しい知識を得た上で指導を行う。

ウ 運動部顧問は、中央競技団体が作成する「運動部活動における合理的でかつ効率的・効果的な活動のための指導手引」を活用して、ア及びイに基づく指導を行う。

### **3 適切な休養日等の設定**

ア 運動部活動における休養日及び活動時間については、成長期にある生徒が、運動、食事、休養及び睡眠のバランスのとれた生活を送ることができるよう、スポーツ医・科学の観点からのジュニア期におけるスポーツ活動時間に関する研究も踏まえ、以下を基準とする。

#### ① 学期中の休養日の設定

週当たり2日以上 of 休養日を設ける。(平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日(以下「週末」という。)は少なくとも1日以上を休養日とする。第3日曜日は「家庭の日」の趣旨を踏まえ、原則として部活動を実施しないこととする。週末及び家庭の日に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。)

#### ② 長期休業中の休養日の設定

学期中の休養日の設定に準じた扱いを行う。また、生徒が十分な休養を取ることができるとともに、運動部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある程度長期の休養期間(オフシーズン)を設ける。

#### ③ 1日の活動時間

長くとも平日は2時間程度、学校の休業日(学期中の週末を含む)は3時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。

- ・ 県の競技力に関する指定校（競技力強化指定校、競技力向上推進校、拠点校）の指定部においても、原則、３ア①～③の基準に沿った活動とするよう努めることとする。ただし、指定校の趣旨を踏まえて、運用の工夫ができるものとする。その際、計画的に休養日及び活動時間を設定すること。
- ・ 高等学校の特色づくり等で、学校独自で強化部等を設置する場合も、原則、３ア①～③の基準に沿った活動とするよう努めることとする。ただし、校長の責任のもと、運用の工夫ができるものとする。その際、計画的に休養日及び活動時間を設定すること。

イ 学校の設置者は、１（１）に掲げる設置者の方針の策定に当たっては、国のガイドラインの「適切な休養日等の設定」を踏まえるとともに、県の方針を参考に、休養日及び活動時間等を設定し、明記する。また、下記ウに関し、適宜、支援及び指導・是正を行う。

ウ 校長は、１（１）に掲げる「学校の運動部活動に係る活動方針」の策定に当たっては、３ア①～③の基準を踏まえるとともに、設置者の方針の基準に則り、各運動部の休養日及び活動時間等を設定し、公表する。また、各運動部の活動内容を把握し、適宜、指導・是正を行う等、その運用を徹底する。

エ なお、休養日及び活動時間等の設定については、地域や学校の実態を踏まえた工夫として、定期試験前後の一定期間等、運動部共通、学校全体、市町村共通の部活動休養日を設けることや、週間、月間、年間単位での活動頻度・時間の目安を定めることも考えられる。

オ 活動の際は、熱中症事故の防止の観点から、「熱中症予防運動指針」（公益財団法人日本スポーツ協会）等を参考に、万全の安全対策を講じること。

## **４ 生徒のニーズを踏まえたスポーツ環境の整備**

### **（１）生徒のニーズを踏まえた運動部の設置**

ア 校長は、より多くの生徒の運動機会の創出が図られるよう、季節ごとに異なるスポーツを行う活動、競技志向でなくレクリエーション志向で行う活動、体力づくりを目的とした活動等、生徒の多様なニーズに応じた活動を行うことができる運動部の設置について検討する。

イ 県は、少子化に伴い、単一の学校では特定の競技の運動部を設けることができない場合には、生徒のスポーツ活動の機会が損なわれることがないように、学校体育関係団体と連携し、複数校の生徒が拠点校の運動部活動に参加する等、合同部活動等の取組の工夫改善に努める。

## **(2) 地域との連携等**

ア 県、学校の設置者及び校長は、生徒のスポーツ環境の充実の観点から、学校や地域の実態に応じて、地域のスポーツ団体との連携、保護者の理解と協力、民間事業者の活用等による学校と地域が共に子どもを育てるという視点に立った、学校と地域が協働・融合した形での地域におけるスポーツ環境整備を進める。

イ 県及び学校の設置者等が実施する部活動指導員の任用・配置や、運動部顧問等に対する研修等、スポーツ指導者の質の向上に関する取組について、関係機関及び関係団体等との協力体制の充実に努める。

ウ 県及び市町村教育委員会は、学校管理下ではない社会教育に位置付けられる活動については、各種保険への加入や、学校の負担が増加しないこと等に留意しつつ、生徒がスポーツに親しめる場所が確保できるよう、学校体育施設開放事業を推進する。

エ 県、学校の設置者及び校長は、学校と地域・保護者が共に子どもの健全な成長のための教育、スポーツ環境の充実を支援するパートナーという考え方の下で、こうした取組を推進することについて、保護者の理解と協力を促す。

## **5 学校単位で参加する大会等の見直し**

ア 県中学校体育連盟及び学校の設置者は、学校の運動部が参加する大会・試合の全体像を把握し、週末等が開催される様々な大会・試合に参加することが、生徒や運動部顧問の過度な負担とならないよう、大会等の統廃合等を主催者に要請するとともに、各学校の運動部が参加する大会数の上限の目安等について検討する。

イ 校長は、生徒の教育上の意義や、生徒や運動部顧問の負担が過度とならないことを考慮して、参加する大会等を精査する。

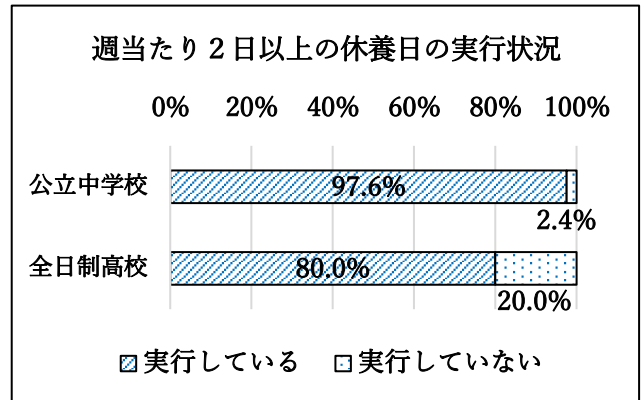
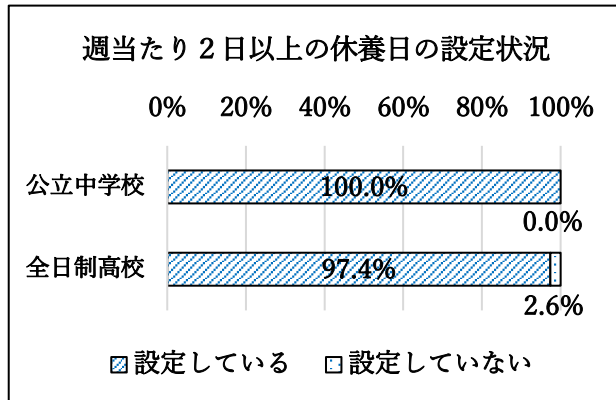


#### (4) 令和4年度「部活動に関する調査報告（概要）」

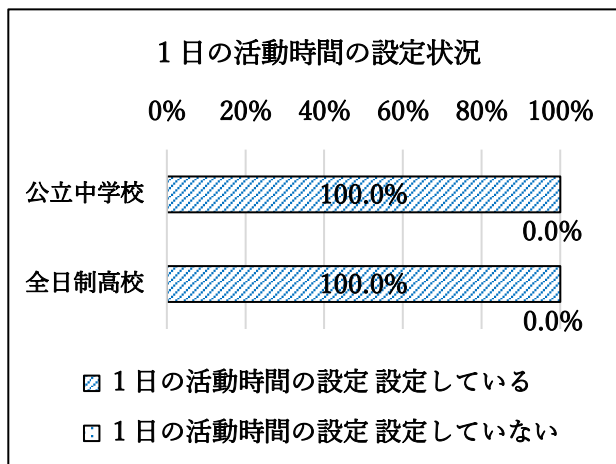
県教育委員会が調査した「学校の部活動（運動部・文化部）に係る活動方針」（令和4年8月）及び「令和4年度部活動運営上の現状と課題」（令和4年9月）に関する調査結果については、以下のとおりです。

なお、調査対象校数は、公立中学校等126校（市町村立中学校120校、市町村立義務教育学校3校、県立中学校2校、中等教育学校前期課程校1校）、県立高等学校（全日制課程）35校となっています。

#### ■ 週当たり2日以上の休養日設定及び実行状況について

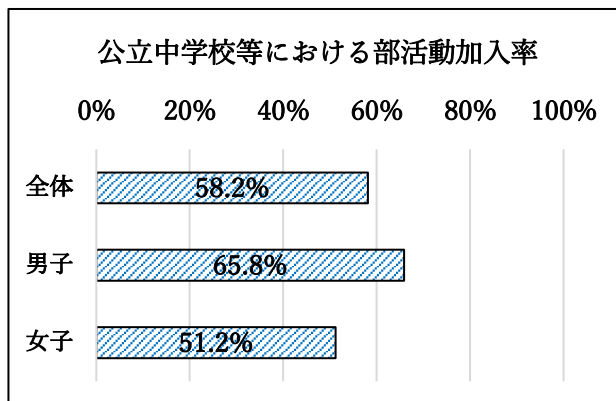


#### ■ 1日の活動時間設定状況について

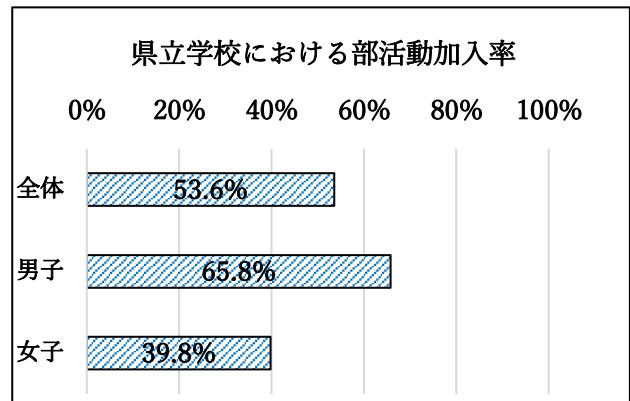


#### ■ 運動部活動加入率について

##### ア 公立中学校等の状況



##### イ 県立高等学校の状況



## 7 令和5年度学校体育関連諸事業概要

### (1) 行事予定

令和5年3月現在

| 4月 |   |                     | 5月 |                                       |  | 6月 |                   |  |
|----|---|---------------------|----|---------------------------------------|--|----|-------------------|--|
| 1  | 土 |                     | 月  |                                       |  | 木  |                   |  |
| 2  | 日 |                     | 火  |                                       |  | 金  | 小体連第1回理事会・専門部会    |  |
| 3  | 月 |                     | 水  | 憲法記念日                                 |  | 土  |                   |  |
| 4  | 火 |                     | 木  | みどりの日                                 |  | 日  | 県定時制通信体育大会        |  |
| 5  | 水 |                     | 金  | こどもの日                                 |  | 月  |                   |  |
| 6  | 木 |                     | 土  |                                       |  | 火  | 高体連第2回教科研究委員会     |  |
| 7  | 金 |                     | 日  |                                       |  | 水  | 高体連第3回総体実行委員会     |  |
| 8  | 土 |                     | 月  | 中体連第1回研究部会                            |  | 木  |                   |  |
| 9  | 日 |                     | 火  | 中体連第1回理事会                             |  | 金  |                   |  |
| 10 | 月 |                     | 水  | 西部地区体育・保健体育指導力向上研修(京都府)～12日           |  | 土  |                   |  |
| 11 | 火 |                     | 木  | 高体連第2回総体実行委員会                         |  | 日  |                   |  |
| 12 | 水 | 高体連第1回専門委員長会・競技委員会  | 金  | 第1回中高合同専門委員長会<br>小体連第1回評議員会・小体専科連絡協議会 |  | 月  |                   |  |
| 13 | 木 | 高体連第1回常任理事会、理事会     | 土  | MRT高校招待野球(～14日)                       |  | 火  | 高体連第1回調査研究委員会     |  |
| 14 | 金 | 県学体研第1回理事長・研究部長会    | 日  |                                       |  | 水  |                   |  |
| 15 | 土 |                     | 月  | 中体連第1回競技力向上検討委員会<br>運動部活動外部指導者研修会     |  | 木  | 高体連第2回競技委員会       |  |
| 16 | 日 |                     | 火  | 県学体研第1回理事会・推薦委員会                      |  | 金  |                   |  |
| 17 | 月 | 高体連第1回総体実行委員会       | 水  |                                       |  | 土  | 九州高校総体県開催(柔道)～18日 |  |
| 18 | 火 | 高体連第1回教科研究委員会       | 木  | 高体連第2回理事会                             |  | 日  |                   |  |
| 19 | 水 | 第1回県立学校保健体育担当教科責任者会 | 金  | 体育振興指導教員研修会兼派遣事業打合せ                   |  | 月  |                   |  |
| 20 | 木 | 中学校体育担当責任者会         | 土  |                                       |  | 火  |                   |  |
| 21 | 金 | 中体連第1回評議員会          | 日  | 運動部活動外部指導者研修会(指導センター)                 |  | 水  |                   |  |
| 22 | 土 |                     | 月  | 第1回部活動の在り方・地域移行に関する実務者会議              |  | 木  | 中体連第1回競技専門部会      |  |
| 23 | 日 |                     | 火  | 第1回県学体研実行委員会・研究部会(串間)                 |  | 金  |                   |  |
| 24 | 月 |                     | 水  |                                       |  | 土  |                   |  |
| 25 | 火 | 小学校体育担当責任者会         | 木  | 中体連九州大会第1回実行委員会                       |  | 日  |                   |  |
| 26 | 水 |                     | 金  |                                       |  | 月  |                   |  |
| 27 | 木 | 安全運転研修会             | 土  | 第50回県高校総体(～29日)                       |  | 火  | 中体連第2回研究部会        |  |
| 28 | 金 | 県学体研開催地区準備委員会(串間)   | 日  |                                       |  | 水  |                   |  |
| 29 | 土 | 昭和の日                | 月  | 第1回部活動の地域移行に関する検討委員会                  |  | 木  | 県学体研準備委員会(小林)     |  |
| 30 | 日 |                     | 火  |                                       |  | 金  |                   |  |
| 31 | ／ |                     | 水  |                                       |  | ／  |                   |  |

| 7月 |   |                                           | 8月 |                                 |  | 9月 |                                  |  |
|----|---|-------------------------------------------|----|---------------------------------|--|----|----------------------------------|--|
| 1  | 土 | 九州高校総体本県開催(フェンシング)～2日                     | 火  |                                 |  | 金  |                                  |  |
| 2  | 日 |                                           | 水  |                                 |  | 土  |                                  |  |
| 3  | 月 | 中体連九州大会第2回実行委員会                           | 木  | 九州中体連大会本県開催(野球)～6日              |  | 日  |                                  |  |
| 4  | 火 |                                           | 金  |                                 |  | 月  | 中体連第2回理事会                        |  |
| 5  | 水 |                                           | 土  |                                 |  | 火  |                                  |  |
| 6  | 木 | 全国総体出場監督会議                                | 日  | 全国高等学校野球選手権開会式                  |  | 水  |                                  |  |
| 7  | 金 | 中体連九州・全国大会説明会                             | 月  | 九州中体連大会本県開催(バドミントン)～9日          |  | 木  | 高体連第3回教科研究委員会                    |  |
| 8  | 土 | 全国高校野球選手権大会宮崎大会<br>宮崎県中学校総合体育大会           | 火  |                                 |  | 金  |                                  |  |
| 9  | 日 |                                           | 水  |                                 |  | 土  |                                  |  |
| 10 | 月 |                                           | 木  |                                 |  | 日  |                                  |  |
| 11 | 火 |                                           | 金  | 山の日                             |  | 月  |                                  |  |
| 12 | 水 |                                           | 土  |                                 |  | 火  | 高体連第2回調査研究委員会                    |  |
| 13 | 木 |                                           | 日  |                                 |  | 水  |                                  |  |
| 14 | 金 | 第2回県研究部会(日南市)<br>宮崎県中学校総合体育大会(～16日)       | 月  |                                 |  | 木  | 中体連第2回競技力向上検討委員会                 |  |
| 15 | 土 |                                           | 火  |                                 |  | 金  |                                  |  |
| 16 | 日 |                                           | 水  |                                 |  | 土  |                                  |  |
| 17 | 月 | 海の日                                       | 木  | 全国中学校総合体育大会(～26日)<br>中体連第3回研究部会 |  | 日  |                                  |  |
| 18 | 火 |                                           | 金  | 中体連第3回研究部会<br>小体連第2回理事会・専門部会    |  | 月  | 敬老の日                             |  |
| 19 | 水 |                                           | 土  |                                 |  | 火  |                                  |  |
| 20 | 木 |                                           | 日  |                                 |  | 水  |                                  |  |
| 21 | 金 |                                           | 月  |                                 |  | 木  |                                  |  |
| 22 | 土 | 宮崎県中学校総合体育大会(～24日)<br>全国高校総体開会式(北海道)～8/21 | 火  |                                 |  | 金  | 県学体研第2回実行・第4回県研究部会<br>県中体連大会(水泳) |  |
| 23 | 日 |                                           | 水  | 第3回県研究部会・開催地区打合せ(串間)            |  | 土  | 秋分の日                             |  |
| 24 | 月 |                                           | 木  |                                 |  | 日  |                                  |  |
| 25 | 火 |                                           | 金  | 第2回県学体研地区準備委員会(小林)              |  | 月  |                                  |  |
| 26 | 水 |                                           | 土  |                                 |  | 火  |                                  |  |
| 27 | 木 |                                           | 日  |                                 |  | 水  |                                  |  |
| 28 | 金 |                                           | 月  |                                 |  | 木  |                                  |  |
| 29 | 土 | 全国高校野球選手権大会宮崎県大会決勝                        | 火  | 第2回部活動の地域移行に関する検討委員会            |  | 金  | 県中学校秋季体育大会(水泳)                   |  |
| 30 | 日 |                                           | 水  |                                 |  | 土  |                                  |  |
| 31 | 月 |                                           | 木  |                                 |  | ／  |                                  |  |

| 10月 |   |                                 | 11月 |                               |   | 12月                |  |  |
|-----|---|---------------------------------|-----|-------------------------------|---|--------------------|--|--|
| 1   | 日 |                                 | 水   | 全国学体研(山形)                     | 金 | 九州中学校駅伝競走大会(熊本)～2日 |  |  |
| 2   | 月 |                                 | 木   | 全国学体研(山形)                     | 土 |                    |  |  |
| 3   | 火 | 県中学校駅伝競走大会実行委員会                 | 金   | 文化の日                          | 日 |                    |  |  |
| 4   | 水 |                                 | 土   | 県中学校秋季体育大会(～6日)               | 月 |                    |  |  |
| 5   | 木 |                                 | 日   |                               | 火 | 県学体研第3回準備委員会(小林)   |  |  |
| 6   | 金 | 県学体研事前研究会(小学校)                  | 月   |                               | 水 |                    |  |  |
| 7   | 土 |                                 | 火   |                               | 木 |                    |  |  |
| 8   | 日 |                                 | 水   |                               | 金 | 中体連第3回競技力向上検討委員会   |  |  |
| 9   | 月 | スポーツの日                          | 木   | 第2回部活動の在り方・地域移行に関する実務者会議      | 土 |                    |  |  |
| 10  | 火 | 県学体研事前研究会(中学校)                  | 金   |                               | 日 |                    |  |  |
| 11  | 水 | 県学体研事前研究会(特別支援学校)               | 土   |                               | 月 |                    |  |  |
| 12  | 木 | 県学体研事前研究会(高等学校)                 | 日   |                               | 火 | 県学体研第4回実行委員会(串間)   |  |  |
| 13  | 金 |                                 | 月   | 県中学校駅伝競走大会                    | 水 |                    |  |  |
| 14  | 土 |                                 | 火   | 高体連第3回調査研究委員会                 | 木 |                    |  |  |
| 15  | 日 |                                 | 水   | 高体連第3回競技委員会                   | 金 | 第3回体力向上推進委員会       |  |  |
| 16  | 月 | 中体連第2回競技専門部会                    | 木   | 第1回体力向上推進委員会                  | 土 |                    |  |  |
| 17  | 火 | 第3回部活動の地域移行に関する検討委員会            | 金   | 九州地区学体研発表大会(大分県)              | 日 |                    |  |  |
| 18  | 水 |                                 | 土   | 全九州高校駅伝(長崎)                   | 月 |                    |  |  |
| 19  | 木 |                                 | 日   |                               | 火 |                    |  |  |
| 20  | 金 |                                 | 月   |                               | 水 |                    |  |  |
| 21  | 土 | 県中学校秋季体育大会                      | 火   |                               | 木 |                    |  |  |
| 22  | 日 |                                 | 水   | 高体連第2回専門委員長会                  | 金 |                    |  |  |
| 23  | 月 |                                 | 木   | 勤労感謝の日                        | 土 | 全国高校駅伝開会式(京都)～24日  |  |  |
| 24  | 火 |                                 | 金   | 高体連第2回常任理事会<br>中体連理事・競技専門部合同会 | 日 |                    |  |  |
| 25  | 水 |                                 | 土   |                               | 月 |                    |  |  |
| 26  | 木 | 県学体研第3回実行委員会(串間)<br>第4回研究部会(串間) | 日   |                               | 火 |                    |  |  |
| 27  | 金 | 県学体研大会串間・日南地区大会<br>第4回教科研究委員会   | 月   |                               | 水 | 全国高校ラグビー大会(東大阪)    |  |  |
| 28  | 土 | 県高校駅伝開会式<br>県中学校秋季体育大会(～30日)    | 火   | 第2回県学体研準備委員会(小林)              | 木 |                    |  |  |
| 29  | 日 | 県高校駅伝                           | 水   |                               | 金 |                    |  |  |
| 30  | 月 | 第1回体力向上対策会議                     | 木   | 第2回体力向上推進委員会<br>運動部活動顧問研修会    | 土 |                    |  |  |
| 31  | 火 |                                 | ／   |                               | 日 |                    |  |  |

| 1月 |   |                                        | 2月 |                                   |  | 3月 |      |  |
|----|---|----------------------------------------|----|-----------------------------------|--|----|------|--|
| 1  | 月 | 元日                                     | 木  |                                   |  | 金  |      |  |
| 2  | 火 |                                        | 金  | 中体連第2回評議員会                        |  | 土  |      |  |
| 3  | 水 |                                        | 土  |                                   |  | 日  |      |  |
| 4  | 木 |                                        | 日  |                                   |  | 月  |      |  |
| 5  | 金 |                                        | 月  |                                   |  | 火  |      |  |
| 6  | 土 |                                        | 火  |                                   |  | 水  |      |  |
| 7  | 日 |                                        | 水  |                                   |  | 木  |      |  |
| 8  | 月 | 成人の日                                   | 木  |                                   |  | 金  |      |  |
| 9  | 火 |                                        | 金  | 第2回中・高合同競技専門委員長会                  |  | 土  |      |  |
| 10 | 水 |                                        | 土  |                                   |  | 日  |      |  |
| 11 | 木 | 中体連第5回研究部会                             | 日  | 建国記念の日                            |  | 月  |      |  |
| 12 | 金 |                                        | 月  | 振替休日                              |  | 火  |      |  |
| 13 | 土 |                                        | 火  | 高体連第4回調査研究委員会                     |  | 水  |      |  |
| 14 | 日 |                                        | 水  | 高体連研究協議会・スポーツ賞表彰式                 |  | 木  |      |  |
| 15 | 月 | 中体連第3回理事会                              | 木  | 体力づくり優良校表彰式                       |  | 金  |      |  |
| 16 | 火 | 部活動の在り方に関する検討委員会                       | 金  | 高体連第3回理事会<br>小体連第2回評議員会・小体専科連絡協議会 |  | 土  |      |  |
| 17 | 水 |                                        | 土  |                                   |  | 日  |      |  |
| 18 | 木 | 全国高体連研究大会(鳥取)～19日<br>日本中体連研究大会(京都)～19日 | 日  |                                   |  | 月  |      |  |
| 19 | 金 |                                        | 月  | 九州中学校体育大会準備委員会                    |  | 火  |      |  |
| 20 | 土 |                                        | 火  | 県学体研第2回理事会                        |  | 水  | 春分の日 |  |
| 21 | 日 |                                        | 水  |                                   |  | 木  |      |  |
| 22 | 月 |                                        | 木  | 令和7年度開催全国中体連大会準備会                 |  | 金  |      |  |
| 23 | 火 | 第2回県立学校保健体育担当教科責任者会                    | 金  | 天皇誕生日                             |  | 土  |      |  |
| 24 | 水 | 高体連第5回教科研究委員会                          | 土  |                                   |  | 日  |      |  |
| 25 | 木 | 第2回体力向上対策会議                            | 日  |                                   |  | 月  |      |  |
| 26 | 金 |                                        | 月  |                                   |  | 火  |      |  |
| 27 | 土 | 部活動シンポジウム                              | 火  |                                   |  | 水  |      |  |
| 28 | 日 |                                        | 水  |                                   |  | 木  |      |  |
| 29 | 月 | 県学体研第2回理事長・研究部長会                       | 木  |                                   |  | 金  |      |  |
| 30 | 火 |                                        | ／  |                                   |  | 土  |      |  |
| 31 | 水 | 県学体研第3回県準備委員会(小林)                      | ／  |                                   |  | 日  |      |  |

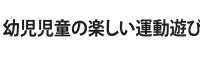


# 令和5年度 スポーツ指導センター研修一覧表



## 体育・保健体育指導に関する研修

## 電子申請システムによる申込みです！

| No. | 講座名                                                                               | 期日        | 会場                       | 対象                         | 内容             | 講師                    | 申込コード・申込開始日                                                                                     |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------|----------------------------|----------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1   |  | 5月11日(木)  | スイミングフィットネスフィットピア(都城市)   | 幼稚園等の運動指導、体育・保健体育指導に関わる教員等 | 講義<br>実技       | スイミングクラブインストラクター      |  3月17日(金)    |
|     |                                                                                   | 5月16日(火)  | フィットネスクラブターザン(延岡市)       |                            |                |                       |                                                                                                 |
|     |                                                                                   | 5月23日(火)  | A B Cスポーツクラブ(宮崎市)        |                            |                |                       |                                                                                                 |
| 2   |  | 8月22日(火)  | 早水公園体育文化センター(都城市)        | 幼稚園等の運動指導、体育・保健体育指導に関わる教員等 | 参観<br>講義<br>実技 | 澤井雅志氏<br>(日本体育大学兼任講師) | 7月11日(火)     |
|     |                                                                                   | 8月23日(水)  | 新宮崎県体育館(延岡市)             |                            |                |                       |                                                                                                 |
|     |                                                                                   | 8月24日(木)  | ひなた武道館                   |                            |                |                       |                                                                                                 |
| 3   | 中学校・高等学校保健体育地区別講習会(陸上競技)                                                          | 7月6日(木)   | 延岡市民体育館                  | 体育・保健体育指導に関わる教員等           | 講義<br>協議<br>実技 | 体育・保健体育指導力向上研修受講者     |  5月29日(月)    |
|     |                                                                                   | 7月7日(金)   | ひなた武道館                   |                            |                |                       |                                                                                                 |
| 4   |  | 7月25日(火)  | 宮崎市立生目台東小学校              | 体育・保健体育指導に関わる教員等           | 講義<br>協議<br>実技 | 小学校体育指導者養成講習会受講者      | 6月13日(火)     |
|     |                                                                                   | 7月26日(水)  | 西都市立妻北小学校                |                            |                |                       |                                                                                                 |
|     |                                                                                   | 7月26日(水)  | 小林市立小林小学校                |                            |                |                       |                                                                                                 |
|     |                                                                                   | 7月28日(金)  | 日南市立吾田小学校                |                            |                |                       |                                                                                                 |
|     |                                                                                   | 7月28日(金)  | 都城市立明和小学校                |                            |                |                       |                                                                                                 |
|     |                                                                                   | 7月28日(金)  | 日向市立日知屋東小学校              |                            |                |                       |                                                                                                 |
|     |                                                                                   | 8月4日(金)   | 延岡市立東小学校                 |                            |                |                       |                                                                                                 |
| 5   | 小学校体育セミナー(水泳運動系)                                                                  | 6月8日(木)   | ひなた武道館・ひなた宮崎県総合運動公園屋内プール | 体育・保健体育指導に関わる教員等           | 講義<br>協議<br>実技 | 体育・保健体育指導力向上研修受講者     |  4月27日(木)    |
|     | 小学校体育セミナー(タグラグビー・フライングフットボール)                                                     | 9月26日(火)  | 早水公園体育文化センター(都城市)        | 体育・保健体育指導に関わる教員等           | 講義<br>協議<br>実技 | 体育振興指導教員等             | 8月15日(火)    |
|     | 幼児・小学校体育セミナー(幼児児童の運動遊び)                                                           | 10月31日(火) | ひなた武道館                   | 幼稚園等の運動指導、体育・保健体育指導に関わる教員等 | 講義<br>協議<br>実技 | 体育・保健体育指導力向上研修受講者     |  9月19日(火)  |
|     | 小学校体育セミナー(ボール運動系)                                                                 | 11月24日(金) | ひなた武道館                   | 体育・保健体育指導に関わる教員等           | 講義<br>協議<br>実技 | 体育・保健体育指導力向上研修受講者     | 10月11日(水)  |
|     | 中・高保健体育セミナー(保健・水泳)                                                                | 6月16日(金)  | ひなた宮崎県総合運動公園合宿所・屋内プール    | 体育・保健体育指導に関わる教員等           | 講義<br>協議<br>実技 | 体育・保健体育指導力向上研修受講者     |  5月2日(火)   |
|     | 中・高保健体育セミナー(武道:柔道)                                                                | 11月9日(木)  | ひなた武道館                   | 体育・保健体育指導に関わる教員等           | 講義<br>協議<br>実技 | 体育・保健体育指導力向上研修受講者     | 9月25日(月)   |
| 6   | 表現運動系・ダンス指導者講習会                                                                   | 12月14日(木) | ひなた武道館                   | 体育・保健体育指導に関わる教員等           | 実技<br>演習       | ダンス専門家<br>大学教授等       |  11月1日(水)  |

## 運動部活動・スポーツ指導に関する研修

| No. | 講座名                            | 期日                   | 会場                                          | 対象                                                       | 内容       | 講師                  | 申込コード・申込開始日                                                                                     |
|-----|--------------------------------|----------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1   | 運動部活動外部指導者研修会                  | 5月21日(日)             | 宮崎県教育研修センター<br>オンライン                        | 運動部活動外部指導者                                               | 講義       | 公認アスレティックトレーナー      |  4月11日(火)  |
| 2   | 第1回スポーツ指導者セミナー                 | 6月29日(木)             | ひなた武道館                                      | 運動部活動指導に関わる教員等<br>スポーツ指導者                                | 講演       | 優れた指導実績をもつ指導者       | 5月17日(水)   |
| 3   | 総合型地域スポーツクラブマネジメントセミナー         | 9月16日(土)<br>9月17日(日) | ひなた武道館                                      | 地域スポーツクラブ等<br>スポーツ団体関係者<br>公認アシスタントマネージャー<br>単位取得を希望される方 | 講義       | 大学教授・<br>クラブマネージャー等 | ※申込用紙による<br>8月2日(水)                                                                             |
| 4   | 宮崎県地域スポーツ推進研修会                 | 10月19日(木)            | ひなた武道館                                      | 行政、学校、<br>地域スポーツ団体<br>関係者等                               | 講演       | 大学教授等               |  9月5日(火)   |
| 5   | 運動部活動顧問研修会(ソフトテニス、サッカー、ハンドボール) | 11月30日(木)            | ひなた宮崎県総合運動公園<br>テニスコート、木の花ドーム<br>体育館、ひなた武道館 | 運動部活動指導に関わる教員等                                           | 講義<br>実技 | 優れた指導実績をもつ<br>県内指導者 | 10月17日(火)  |
| 6   | 第2回スポーツ指導者セミナー                 | 2月15日(木)             | ひなた武道館                                      | 運動部活動指導に関わる教員等<br>スポーツ指導者                                | 講演       | 優れた指導実績をもつ指導者       |  1月5日(金)   |

## 宮崎県教育庁スポーツ指導センター

〒889-2151 宮崎県宮崎市大字熊野1443-12  
TEL/0985-58-0096 FAX/0985-58-0097  
HP <https://www.miyazaki-sports-shido-center.jp/>



デジタル教材  
動画集

※スポーツ指導センターホームページよりデジタル教材が視聴できます。トップページの「デジタル教材動画集」より御覧ください。

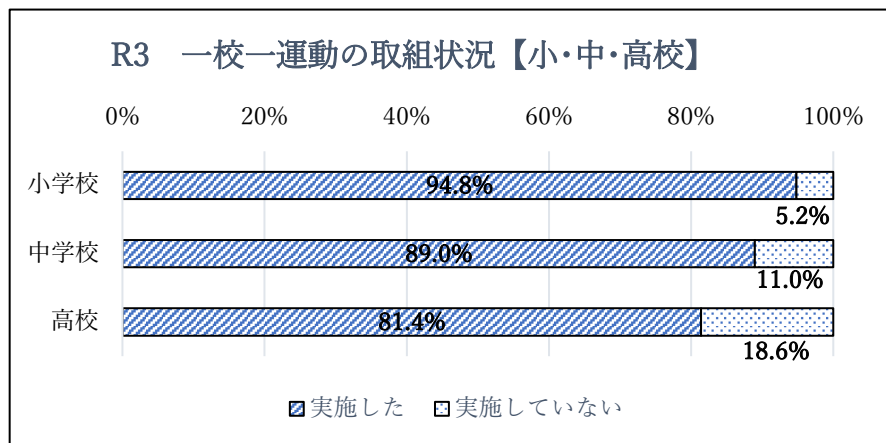
ID: SSC パスワード: 2023

## 8 令和4年度 学校体育に関する諸調査概要

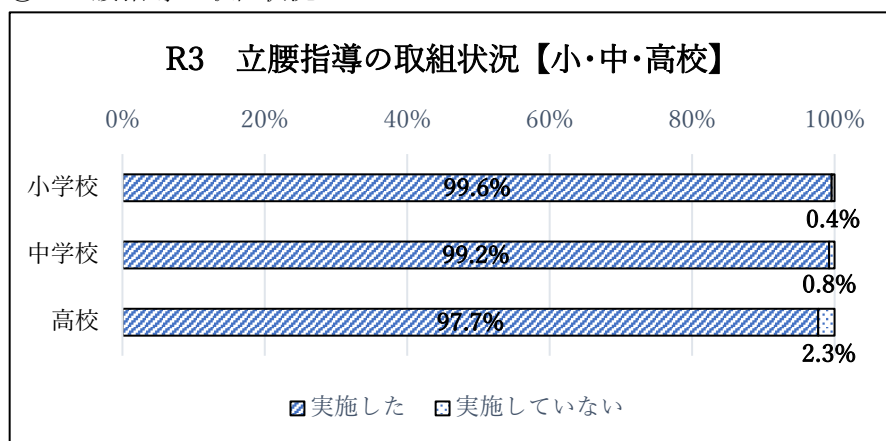
令和4年度に各学校に調査した学校行事及び授業実施状況等に関する調査の結果は、以下のとおりです。

### (1) 学校行事等に関する調査（令和3年度の実施状況）

#### ① 一校一運動の取組状況

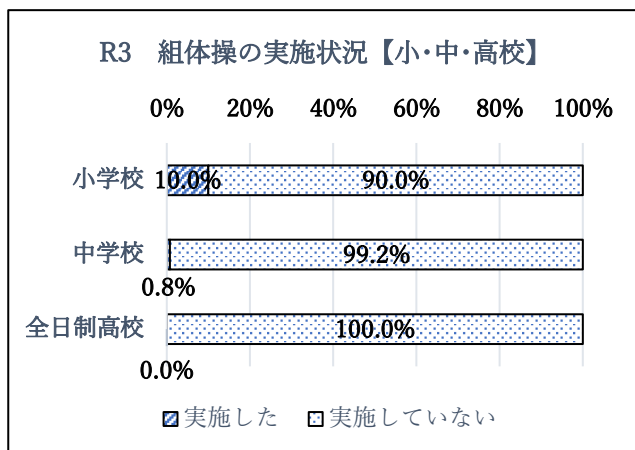


#### ② 立腰指導の取組状況

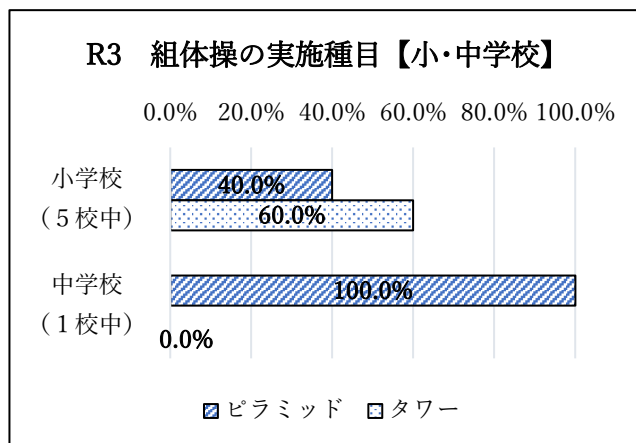


#### ③ 運動会（体育大会）における組体操の取組（令和3年度の実施状況）

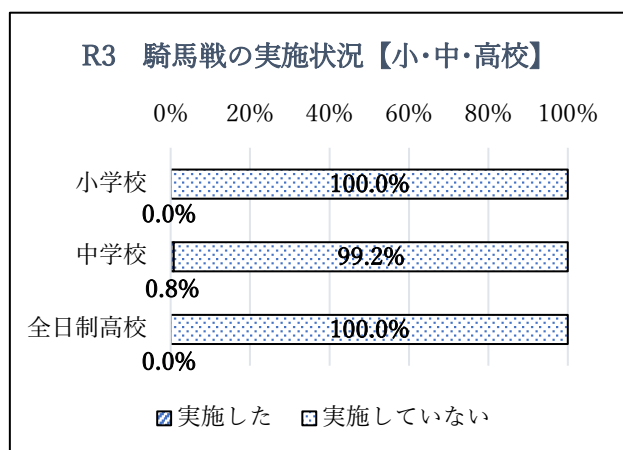
##### ア 実施状況



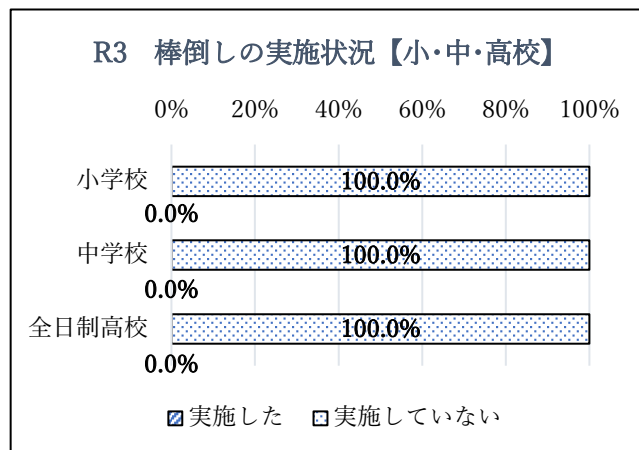
##### イ 実施した学校の実施種目（小・中学校のみ）



④ 運動会（体育大会）における騎馬戦の実施状況

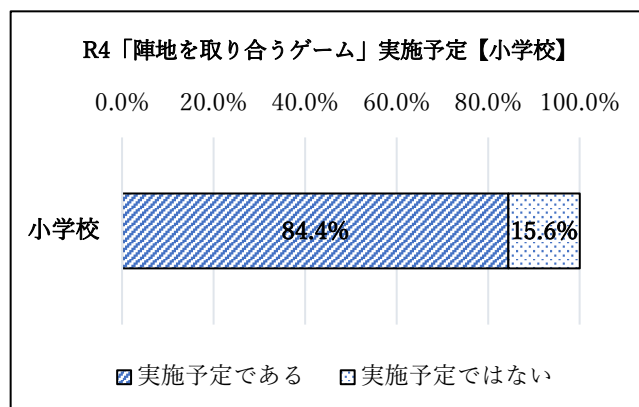
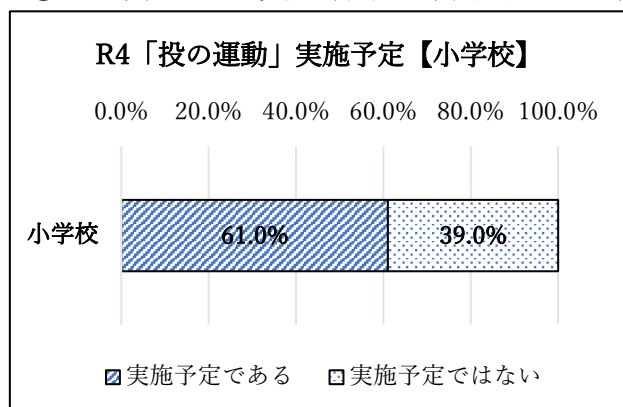


⑤ 運動会（体育大会）における棒倒しの実施状況

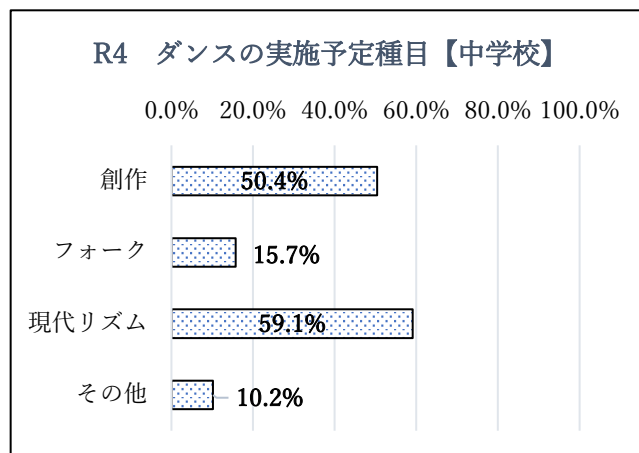
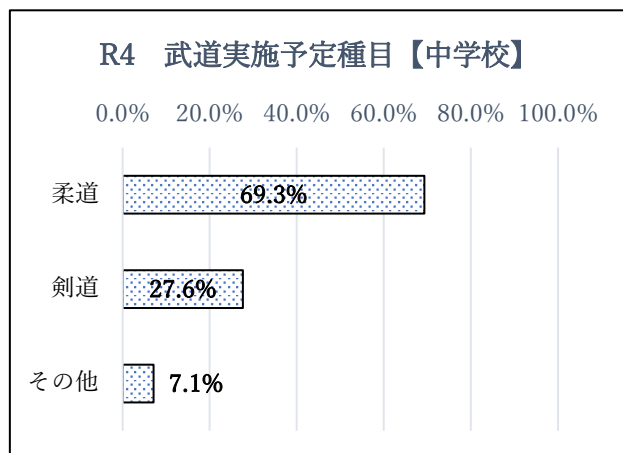


(2) 授業実施状況等に関する調査

① 小学校の実施状況（令和4年度の実施予定）



② 中学校の実施状況（令和4年度の実施予定種目）



## 9 体育関係主要通知等

3-0550-2248

令和 4年 4月 1日

各市町村教育委員会教育長 殿

各県立学校長 殿

宮崎県教育委員会教育長

### 児童生徒の体育活動における事故防止について(通知)

このことについては、かねてから管理と指導の適正を図るよう関係者の特別の御配慮をお願いしているところですが、学校管理下における体育活動等での児童生徒の事故が依然として発生しております。

つきましては、下記事項に十分留意の上、事故防止の徹底を図るよう指導をお願いします。

#### 記

#### 1 教科体育、体育的活動、運動部活動及び健康安全・体育的行事における指導

- (1) 上記の体育活動の指導を行う場合は、学校においてあらかじめ児童生徒一人一人の発達の段階・健康状態・運動能力及び体力等の実態を考慮して、指導計画・指導組織について十分な検討を加えるとともに、実施に当たっては、児童生徒の掌握に努め、活動の状況等を記録するなどして万全を期すること。

なお、児童生徒の体育活動に支障のある既往症及び心臓疾患や腎臓疾患などの疾病異常の有無についても熟知し、それに基づいて、学校医・保護者等と密接な連携を図りながら適切な指導を行うこと。

特に、新入学児童生徒については、就学時健康診断票、あるいは進学の際に小・中・義務教育学校から送付された健康診断票等により、健康状態を的確に把握しておくこと。

- (2) 事故発生の際の連絡及び救急体制を確立し、常時全職員の指導体制を明確に認識させておくこと。

さらに、AEDの使用法も含む心肺蘇生法等の職員研修を実施するとともに、危機管理体制を整備し、全職員に徹底させておくこと。生徒に対しても、心肺蘇生法等の応急手当について、保健教育を通して理解を深めさせること。その際、実際にAEDやAEDトレーナー（AEDデモ器）等の器具を用いた学習に努めること。

なお、AEDについては、電極パッドやバッテリーの交換時期について点検を実施すること。

- (3) 近年、熱中症が多発している現状を踏まえ、開催時期について十分配慮すること。

また、紫外線を無防備のまま長時間直接受けることは避けるようにしたり、落雷の発生しやすい気象条件下では、その場に応じた的確な判断のもとに、活動を中止・中断し、安全な場所へ避難したりするなどの適切な対応ができるよう指導の徹底を図ること。

さらに、指導者は児童生徒の健康観察等を十分行うとともに、日頃から児童生徒が自ら健康状態を把握し、指導者に対して意思表示できる能力や態度の育成に努めるとともに、事前に段階的な指導を行うなど、安全面に十分配慮すること。

- (4) 予測される危険性の事前確認や用具・練習場などの安全確認を行い、安全な活動を確保するためのルールやきまり等が確実に励行されるよう指導を徹底すること。
- (5) 児童生徒に役員・審判を担当させる場合は、事前に安全管理についての指導を徹底しておくこと。
- (6) 放課後等に活動を行う場合は、活動計画（時間、場所、内容、方法）を立案し、効率的かつ適正な指導を行うこと。
- (7) 運動部活動については、各学校が作成した「部活動の方針」に基づいた休養日を設定するとともに、学校の教育活動として十分な指導計画・指導組織のもとで効率的かつ適正な指導を行うこと。

指導に当たっては、部活動の意義と留意点を確認するとともに、心理的な不安を解消する場の設定や、生徒が顧問以外の職員にも相談しやすい環境づくりに努めること。

なお、全職員の共通理解のもと、学校全体の組織的な連携がとれているか点検するとともに、保護者等を含めて部活動の在り方について確認する機会を設けること。

- (8) 新型コロナウイルス感染症対策については、全職員で共通理解した上で適切に対応すること。

#### 2 体育施設設備の安全管理と効果的な活用

- (1) 体育施設設備の安全管理に当たっては、全職員による管理組織を確立し、計画的に定期及び日常の安全点検を行い、補修や改善等を施すなど安全確保に万全を期すること。
- (2) 体育授業や運動部活動の開始時には、必ず周囲の危険箇所の安全確認を徹底し、適切な対応を図るよう、全職員へ周知すること。
- (3) プールの管理に当たっては、防護さく、排水溝及び排環水口のふた並びに浄化装置等について常に安全点検と整備を行い、特に、プール使用中には絶対に排水を行わないなど事故防止に万全を期すること。

#### 3 対外運動競技参加についての指導

- (1) 対外運動競技会等への参加に当たっては、本人の意思・健康状態・体力などについて十分留意し、

保護者との連携を密にするとともに、状況によっては競技に参加させない等の措置をとること。

なお、参加日程等については、児童生徒の心身の発達の段階からみて、無理のないよう配慮すること。

#### [参 考]

- ①「学校における運動会・体育大会等の実施について」

(令和3年8月20日付け

0550-1616 教育長通知)

- ②「水泳等の事故防止について」

(令和2年5月22日付け

0550-1224 教育長通知)

- ③「児童生徒の長距離走、持久走実施時における事故防止について」

(令和3年10月1日付け

0550-1734 教育長通知)

- ④「組体操による事故の防止について」

(平成28年3月29日付け

0550-2133 教育長依頼)

- ⑤「ハンドボール等のゴールの転倒による事故防止等について」

(平成29年1月17日付け

0550-2016 スポーツ振興課長通知)

- ⑥「運動部活動中でのハンマー投げによる死亡事故について」

(平成29年12月28日付け

0550-1895 スポーツ振興課長通知)

- ⑦「運動部活動の指導管理の徹底について」

(平成30年7月2日付け

0550-1391 教育長通知)

- ⑧「宮崎県運動部活動の活動時間及び休養日設定等に関する方針の策定及び運動部活動の適切な運営等に係る取組の徹底について」

(平成30年10月1日付け

0550-1701 教育長通知)

0550-1556

令和4年9月1日

各市町村教育委員会教育長 殿

各県立学校長 殿

スポーツ振興課長

### 学校における運動会・体育大会等の実施について(通知)

各学校における運動会・体育大会等については、学習指導要領「総則」第1の3の趣旨が十分に生かされるよう実施いただいているところですが、さらに下記事項に留意の上、指導の徹底が図られるよう御配慮をよろしくお願いします。

#### 記

※ 随時更新される文部科学省からの新型コロナウイルス感染症関連のQ&A等を踏まえた対応をすること。

- 1 運動会・体育大会等は、学校行事の一環として実施するものであることから、その教育的な意義を踏まえ、児童生徒の健康安全に特に留意した上で、学校の創意工夫を生かした教育活動となるよう配慮すること。
- 2 計画・立案に当たっては、学習指導要領「総則」第1の3及び特別活動の趣旨を踏まえ、年間の教育計画との関連性を十分考慮するとともに、日常の体育学習の成果が発揮できるよう配慮すること。
- 3 内容や種目の決定に当たっては、教育的価値、児童生徒の発達の段階、教科学習との関連及び運動の特性等に十分配慮するとともに、全ての児童生徒にその意義を理解させ、楽しく積極的に参加できるようにすること。

特に、危険を伴うような内容・種目については、事前に段階的指導を行うなど安全面に十分配慮し、事故防止に万全を期すること。

組体操の実施に当たっては、ねらいを明確にし、全教職員で共通理解を図るとともに、児童生徒の状況を正確に把握し、活動内容や指導計画を適時適切に見直したり、確実に安全な状態で実施できないと判断される技の実施は見合わせたりすること。

また、徒競走等の組み分けに当たっては、児童生徒数や発達の段階などを考慮して、児童生徒が切磋



琢磨し、積極的に参加できるよう、その方法について十分に検討をすること。

- 4 児童生徒の健康管理の徹底を図るため、日常の健康状態を十分に観察し、必要に応じて臨時の健康診断や健康相談等を行い、個々の児童生徒の健康状態を的確に把握しておくこと。

特に、注意を要する児童生徒については、学校医の指導のもと適切に対応するとともに、体力や運動能力に応じた運動等が実践できる活動の場を設けるなどの配慮をすること。

なお、体育の授業等では、必要に応じて帽子を着用させたり、テントや木陰を利用したりするなど、長時間にわたり紫外線を直接受けることのないよう配慮すること。

また、こまめな水分・塩分補給を行うなど熱中症予防についての指導を徹底し、熱中症の疑いのある症状が見られた場合には、早期に水分・塩分補給、体温の冷却、病院への搬送等、適切な応急処置を行うこと。

- 5 基本的な感染対策として、「三つの密」の回避、人と人との距離の確保、マスクの適切な着用、手洗い等の手指衛生などを徹底すること。

マスクの着用については、熱中症のリスクが高まるおそれがあることから、熱中症対策を優先し、児童生徒に対してマスクを外すよう指導するとともに、保護者等に対しても理解・協力を求めること。ただし、十分な身体的距離（2m以上を目安）がとれない状況で、十分な呼吸ができなくなるリスクや熱中症になるリスクがない場合には、マスクを着用するなど適切に指導すること。

- 6 緊急時に備え、AEDの使用方法も含む心肺蘇生法等の職員研修を実施するとともに、危機管理体制を整備し、全職員に徹底させておくこと。AEDについては、電極パッドやバッテリーの交換時期について点検を実施すること。

また、生徒に対しても、心肺蘇生法等の応急手当について保健教育を通して理解を深めさせること。その際、実際にAEDやAEDトレーナー（AEDデモ器）等の器具を用いた学習に努めること。

- 7 落雷の発生しやすい気象条件下において指導する場合には、その場に応じた的確な状況判断のもとに、安全な場所へ避難するなどの適切な対応ができるように配慮すること。

- 8 計画・準備・実施及び反省の各過程において、児童生徒の能力を十分考慮し、過重な責任や負担をかけることのないよう配慮すること。

なお、放課後等における自主的な活動についても、学校生活の節度と規律が乱れることのないよう事前に指導すること。

- 9 練習や大会の開始前には、必ず周囲の危険箇所の安全確認を徹底し、適切な対応を図ること。

特に、施設・用具については、あらかじめ安全点検を行い、不備な箇所は早急に整備し、終了後においても、これらの適切な整理・保管を行うなど、安全管理に万全を期すること。

- 10 行事期間中及び終了後は、特に解放的になり、児童生徒の生活が乱れやすくなるので、規則正しい生活行動がとれるよう指導の充実を図ること。

- 11 児童生徒の指導に当たっては、全職員の共通理解に基づき一貫した指導が行われるよう努めるとともに、児童生徒間の暴力行為や教師による体罰等の不祥事が発生することがないよう特に配慮すること。

(参考)

「児童生徒の体育活動における事故防止について」

(令和4年4月1日付け)

3-0550-2248 教育長通知

「熱中症事故の防止について」

(令和4年6月2日付け)

0550-1336 スポーツ振興課長依頼

「学校における熱中症対策ガイドライン（宮崎県版）について」

(令和4年6月16日付け)

0550-1366 スポーツ振興課長依頼

「組体操等による事故の防止について」

(平成28年3月29日付け)

0550-2133 教育長通知

「ハンドボール等のゴールの転倒による事故防止等について」

(平成29年1月17日付け)

0550-2016 スポーツ振興課長通知

「運動部活動中でのハンマー投げによる死亡事故について」

(平成29年12月28日付け)

0550-1895 スポーツ振興課長依頼

各市町村教育委員会教育長 殿  
各県立学校長 殿

宮崎県教育委員会教育長

## 水泳等の事故防止について(通知)

幼児・児童・生徒の水泳等の事故防止につきまして、かねてから御指導をいただいているところですが、下記事項について再度御留意いただきますとともに、本文書の写しを貴管下の各園長・学校長に配付し、周知徹底を図っていただきますようお願いいたします。

### 記

#### 1 水泳指導について

※ 「今年度における学校の水泳授業の取扱いについて」令和2年5月22日付けスポーツ庁事務連絡を踏まえた対応をすること。

- (1) 水泳指導に当たっては、事前に、幼児・児童・生徒の健康状態を的確に把握すること。なお、授業中は、常に生徒を観察し、異常が見受けられる場合には直ちに水泳を中止し、医師の診断を受けさせるなどの措置をとること。

また、水泳前後の手洗い、うがい、シャワーの使用、洗眼などに留意し、プール熱（咽頭結膜熱）などの感染症対策にも十分配慮すること。

- (2) 学習指導要領等を十分理解し、幼児・児童・生徒の発達の段階や水泳能力等に応じた指導方法を工夫すること。特に、スタートの指導について、小・中学校及び高等学校入学年次では、水中からのスタートのみを指導し、授業での飛び込みによるスタート指導は行わないこと。高等学校入学年次の次の年次以降においては、安全を十分に確保した上で、学校や生徒の実態に応じて段階的な指導を行うことができること。

さらに、各学校の実態に応じて、着衣のまま水に落ちた場合の対処の仕方を取り扱うなど、安全対策への積極的な指導を行うこと。

また、中学校においては、「保健分野」の応急手当と関連を図り指導すること。高等学校においては、科目「保健」の応急手当と関連を図り指導すること。

- (3) 幼児・児童・生徒相互の安全に対する意識を高めるため、パディシステムを必ず採用するとともに、集合、整列、人員点呼、非常の際の合図等を確実にできるように指導すること。また、監視

可能な見学生には、笛を持たせること。

- (4) プール内には、必ず救命ブイなどの救命用具を備えておくこと。

- (5) 溺水者、けが人、病人が出るなどの非常の場合に備えて、AEDの使用法も含む心肺蘇生法等の職員研修を実施するとともに、危機管理体制を整備し、全職員に徹底させておくこと。また、医師や保護者等への連絡、輸送など職員の役割分担を確認しておくこと。

AEDについては、電極パッドやバッテリーの交換時期について点検を実施すること。

また、中学校・高等学校（中学部・高等部）においては、生徒に対しても、心肺蘇生法等の応急手当について保健教育指導を通して理解を深めさせること。その際、実際にAEDやAEDトレーナー（AEDデモ器）等の器具を用いた学習に努めること。

万一事故が発生した場合には、組織的な連携のもと迅速かつ的確に対応すること。

- (6) 集団で水泳を行う場合には、引率者や指導者の責任分担を明確にして、指導・監督が周知されるようにすること。また、班の編成に当たっては、引率者の指導・監督が全員に行き届く程度の人数に編成すること。

- (7) 落雷の発生しやすい気象条件下において指導する場合には、その場に応じた的確な状況判断のもとに、安全な場所へ避難するなどの適切な対応ができるように配慮すること。

- (8) 見学生のために、ロンブルテント等により直射日光を避けるなどの配慮をすること。

#### 2 プールの管理について

- (1) プールの衛生管理に十分気を付けること。また、プール日誌を備え付け、使用時間、気温、水温、残留塩素濃度、水素イオン濃度（PH）、授業における幼児・児童・生徒の活動状況などを記録すること。

- (2) プール排（環）水口に吸い込まれる事故を防止するため、「プールの安全標準指針」に基づき、排（環）水口の安全確認を厳重にすること。

- (3) プールの使用に当たっては、幼児・児童・生徒に使用規則及び注意事項を周知し、厳守させること。特に、放課後等については、指導管理体制を確立し、万全を期して使用させること。

(4) 放課後や土・日曜日、祝日等の管理は、幼児・児童・生徒のプールへの出入りが自由にできないよう金網や施錠の点検を厳重にすること。

(5) 次の資料を参照の上、プールの管理に万全を期すること。

### 3 学校外での遊泳について

(1) 幼児・児童・生徒の発達の段階に応じて、水泳に関する事故の危険を予見し、自ら回避できるように指導すること。

特に、遊泳禁止区域及び危険箇所での死亡事故が多く発生していることから、遊泳禁止区域等では絶対に泳がないように指導すること。なお、許可地区であっても、水流（潮流）、水深、周りの状況等を十分掌握して泳ぐように指導すること。

また、落雷の発生しやすい気象条件下において、その場に応じた的確な状況判断のもとに、安全な場所へ避難するなどの適切な対応ができるように指導すること。

(2) 幼児・児童・生徒が個人やグループで水泳や水遊びに出かけるときには、保護者や水泳の熟練者と同行するよう指導すること。また、事前に行き先、帰宅の予定時刻、同行者等を家族に知らせることを習慣付けるように指導すること。

(3) このような指導内容等について、PTA活動等を通じて家庭や地域に広く知らせることにより、水難事故防止に対する協力が得られるよう努めること。

(4) 市町村が河川・海等の場所を定めて水泳場とする場合は、次のことに留意すること。

① 水泳場の選定に当たっては、保健所その他の関係諸機関の協力を得て、農薬、油、工場廃液、その他浮遊物等による水の汚染状況、水底の状況、水流（潮流）などを必ず事前に調査して適切な場所を選定すること。

② 水泳場は標識等で表示し、十分な監視体制をとること。

③ 事故発生時の救急体制についての具体的な行動マニュアルを作成し、水泳場監視員に徹底させること。

④ 水泳場には、ロープ付きの浮き輪、竹竿、担架（代用可）、保温用の毛布類等を準備しておくこと。

⑤ 医療機関、教育機関、地域の防災機関等相互の連携を常に密にしておくこと。

⑥ 天候状況に注意して増水等を把握するなど、自然気象や環境の変化に十分留意すること。

#### \*関係通知

○「児童生徒の体育活動における事故防止について」

令和2年4月1日付け 0550-1076  
県教育長通知

○「水泳等の事故防止等について」

令和2年4月28日付け

2ス庁第68号 スポーツ庁次長通知

○「今年度における学校の水泳授業の取扱いについて」

令和2年5月22日付け スポーツ庁事務連絡

#### \*関係資料

○「学校における水泳プールの保健衛生管理」

平成28年度改訂（公財）日本学校保健会

○「学校環境衛生管理マニュアル」（平成30年度改訂版）第2章第4水泳プールに係る学校環境衛生基準

平成31年3月 文部科学省

○「プールの安全標準指針」

平成19年3月 文部科学省・国土交通省

○「学校における水泳事故防止必携（新訂二版）」

平成18年6月

独立行政法人日本スポーツ振興センター

○「学校体育実技指導資料第4集水泳指導の手引き（三訂版）」

平成26年3月 文部科学省

○「学校における体育活動中の事故防止のための映像資料」

平成26年3月 文部科学省

0550-1638

令和4年10月14日

各市町村教育委員会教育長 殿

各県立学校長 殿

宮崎県教育委員会教育長

### 児童生徒の長距離走、持久走実施時における事故防止について(通知)

児童生徒の長距離走、持久走実施時における事故防止につきましては、かねてより御指導をいただいておりますが、事故の発生を未然に防止するために、下記事項に十分留意の上、指導の徹底が図られるよう御配意をお願いいたします。

#### 記

※ 随時更新される文部科学省からの新型コロナウイルス感染症関連のQ&Aや衛生管理マニュアル「学校の新しい生活様式」等を踏まえた対応をすること。

- 1 健康診断、日常の健康観察及び学校生活管理指導表等の資料を活用することにより、要観察・要注意・管理を要する等の児童生徒を的確に把握するとともに、健康相談を行うなど、学校医等の助言を十分参考にすること。
- 2 運動の負荷(強さ・速さ・走行距離・持続時間等)と児童生徒の体力・発達の段階の両面を考慮した適切な指導を行うこと。
- 3 実施前後に準備運動及び整理運動を行うことはもとより、脈拍を測定するなど、児童生徒自身に心肺機能の状態を把握させるとともに、指導者も児童生徒の実態を記録にとどめるなど、一人一人の心身の状況を把握しておくこと。
- 4 指導者は、児童生徒の身体の異常等について、症状の軽重にかかわらず、長距離走、持久走の事前に必ず確認し、適切な指導を行うこと。
- 5 学校における事故発生の際の連絡及び救急体制を確立し、常時全職員の指導体制を明確にしておくこと。
- 6 緊急時に備え、AEDの使用法も含む心肺蘇生法等の職員研修を実施するとともに、危機管理体制を整備し、全職員に徹底させておくこと。なお、AEDについては、電極パッドやバッテリーの交換時期について点検を実施すること。

また、中学校においては、生徒に対しても、心肺

蘇生法等の応急手当について保健教育を通して理解を深めさせること。その際、実際にAEDやAEDトレーナー(AEDデモ器)等の器具を用いた学習に努めること。

- 7 業前・業間・放課後などにおける自主的な練習についても、自己の能力に応じた無理のない練習計画を立てるなど、児童生徒に自らの健康・安全に目を向けさせる指導を行うこと。
- 8 感染症の流行時に行事が計画されている場合は、期日変更等の適切な対策を講じること。
- 9 道路を使用する場合は、所轄警察署等関係機関と事前に十分な打合せを行い、安全管理に必要な指導者を確保するなど、交通事故の防止についても十分に留意すること。

- 10 基本的な感染対策として、「三つの密」の回避、人と人との距離の確保、マスクの適切な着用、手洗い等の手指衛生などを徹底すること。

マスクの着用については、活動中には必要ないが、気温が高い場合等には、特に熱中症のリスクが高まるおそれがあることが想定されることから、児童生徒に対してマスクを外すよう適切に指導すること。ただし、十分な身体的距離(2m以上を目安)がとれない状況で、十分な呼吸ができなくなるリスクや熱中症になるリスクがない場合には、マスクを着用するなど適切に指導すること。

#### (参考)

「児童生徒の体育活動における事故防止について」

(令和4年4月1日付け)

3-0550-2248 教育長通知

「学校における運動会・体育大会等の実施について」

(令和4年9月1日付け)

0550-1556 スポーツ振興課長通知

「熱中症事故の防止について」

(令和4年6月2日付け)

0550-1336 スポーツ振興課長(依頼)

「学校における熱中症対策ガイドライン(宮崎県版)について」

(令和4年6月16日付け)

0550-1366 スポーツ振興課長(依頼)

「『生きる力』をはぐくむ学校での安全教育」

(文部科学省 平成31年3月)

「学校における体育活動中の事故防止について(報告書)」

(文部科学省 平成24年7月)

「学校における体育活動中の事故防止のための映像資料」

(文部科学省 平成26年3月)

【一部抜粋】

0760-1137

令和4年 7月 5日

各市町村教育委員会教育長 殿

各県立学校長 殿

宮崎県教育委員会教育長

**令和4年度 夏季休業に向けての学校管理及び教職員の  
服務並びに児童生徒の指導について**

**4 体育・健康・安全指導について**

**(1) 体育活動について**

- 適切な運動、調和のとれた食事、十分な休養・睡眠の習慣化を図るとともに、特に、運動の実践については、体力の向上に視点を置いた計画的・継続的な取組について指導を行うこと。
- 涼しい時間帯での活動やこまめな水分・塩分補給など熱中症の予防に努めるとともに、紫外線を無防備のまま長時間直接受けることは避けるよう指導すること。  
落雷の発生しやすい気象条件下において、その場に応じた的確な状況判断のもとに、安全な場所へ避難したりするなどの適切な対応ができるように指導すること。  
併せて、安全な活動を確保するためのルールやきまり等が確実に守られるよう指導を徹底すること。
- 運動部活動については、各学校が作成した「部活動の方針」に基づいた休養日を設定するとともに、学校の教育活動として十分な指導計画・指導組織のもとで効率的かつ適正な指導を行うこと。  
指導に当たっては、意義と留意点を確認するとともに、悩みなどを話し合う場の設定や、生徒が顧問以外の職員にも相談しやすい環境づくりに努めること。  
全職員の共通理解のもと、学校全体の組織的な連携がとれているか点検するとともに、保護者等を含めて部活動の在り方について確認する機会を設けること。
- 体育施設・設備、用具などの安全確認や予測される危険性の事前確認を行うこと。  
活動の開始時には、必ず周囲の危険箇所の安全確認を徹底し、適切な対応を図るよう、全職員に周知すること。
- 部活動（大会、引率、合宿、練習試合等）の引率者について、適切な体制となるよう十分配慮するとともに、適正な部活動指導が行われるよう部活動顧問への指導を徹底すること。

**(2) 健康・安全指導について**

- 健康管理に十分留意するとともに、健康診断の結果、治療等を要する児童生徒については、特にこの期間を利用して治療を行うよう指導すること。
- 基本的な感染対策として、「三つの密」の回避、人と人との距離の確保、マスクの適切な着用、手洗い等の手指衛生、換気などを徹底すること。
- マスクの着用については、夏季においては、特に熱中症のリスクが高まるおそれがあることから、熱中症対策を優先し、児童生徒に対してマスクを外すよう指導するとともに、保護者等に対しても理解・協力を求めること。ただし、十分な身体的距離（2m以上を目安）がとれない状況で、十分な呼吸ができなくなるリスクや熱中症になるリスクがない場合には、マスクを着用するなど適切に指導すること。
- 花火遊びは、やけどや火災等の事故の原因になりやすいので、危険防止について適切な指導を行うこと。
- 児童生徒に危険予測能力、危険回避能力の育成を図る安全教育の充実に努めること。
- 例年、海浜や河川、用水路等において、重大な水難事故が発生していることから、水難事故等の防止について具体例を提示しながら、指導の充実・徹底を図ること。
- 校区内の危険箇所の具体的な実態把握と徹底した安全点検を行うとともに、関係機関等と連携した児童生徒の安全確保に努めること。
- 校内に設置している遊具や運動施設等の安全管理に当たっては、全職員による管理組織を確立し、計画的に定期及び日常の安全点検を行い、補修や改善等を施すなど安全確保に万全を期すこと。



【一部抜粋】 0760 - 1283  
令和4年12月13日

各市町村教育委員会教育長 殿  
各県立学校長 殿

宮崎県教育委員会教育長

### 令和4年度冬季休業に向けての学校管理及び教職員の服務並びに児童生徒の指導について

#### 4 体育・健康・安全指導・部活動について

- (1) 適切な運動、調和のとれた食事、十分な休養・睡眠の健康三原則の習慣化を図るとともに、特に、運動の実践については、体力の向上に視点を置いた計画的・継続的な取組について指導を行うこと。
- (2) 部活動については、各学校が作成した「部活動の方針」に基づいた休養日を設定するとともに、学校の教育活動として十分な指導計画・指導組織のもとで効率的かつ適正な指導を行うこと。
  - 指導に当たっては、部活動の意義と留意点を確認するとともに、悩みなどを話し合う場の設定や、生徒が顧問以外の職員にも相談しやすい環境づくりに努めること。
  - 全職員の共通理解のもと、学校全体の組織的な連携がとれているか点検するとともに、保護者等を含めて部活動の在り方について確認する機会を設けること。
  - 事故発生の際の救急処置の対応や連絡体制及び救急体制を確立し、全職員の指導体制を明確に認識させておくこと。
  - 体育施設・設備、用具などの安全確認や予測される危険性の事前確認を行うこと。  
運動部活動の開始時には、必ず周囲の危険箇所の安全確認を徹底し、適切な対応を図るよう、全職員に周知すること。
  - 週2回以上は休養日を設定すること、また、第3日曜日の「家庭の日」は原則として部活動を実施しないこと等を通じて、部活動の適切な運営を図ること。（平日1日以上は休養日は、学校全体のリフレッシュデイを充てるなどし、週末（土・日曜日）の休養日は、1日以上設定すること）
  - 部活動（大会、引率、合宿、練習試合等）の引率者について、適切な体制となるよう十分配慮するとともに、適正な部活動指導が行われるよう部活動顧問等への指導を徹底すること。
- (3) 新型コロナウイルス・インフルエンザ・麻疹等の感染症の予防・対応については、手洗い、マスクの着用、咳エチケットの励行、症状が出た場合の外出の自粛、早期受診、早期治療等の指導を徹底するとともに予防接種についてもふれること。

【一部抜粋】 0760 - 1341  
令和5年2月27日

各市町村教育委員会教育長 殿  
各県立学校長 殿

宮崎県教育委員会教育長

### 令和4年度 学年末及び春季休業期間中に向けての学校管理と教職員の服務並びに児童生徒の指導について

#### 4 体育・健康・安全指導・部活動について

- (1) 児童生徒の発達の段階を考慮して健康的な生活習慣の大切さを理解させ、食事・睡眠・運動などのバランスのとれた生活を送ることができるよう家庭や地域、関係機関との連携を密に図ること。
- (2) 部活動（体育・スポーツ活動も含む）の指導については、教職員の異動時期でもあるので、活動計画に基づき、監督者などがつくようにするなど、学校全体で児童生徒の安全に配慮すること。特に、予測される危険性についての事前確認や用具・練習場などの安全確認を行うこと。併せて、安全な活動を確保するためのルールやきまりなどが確実に励行されるよう指導を徹底すること。  
また、各部活動の目標達成を目指すとともに、互いに協力し合って好ましい人間関係を育てるよう適切な指導を行うこと。
  - 事故発生の際の救急処置の対応や連絡体制及び救急体制を確立し、全職員の指導体制を明確に認識させておくこと。
  - 体育・文化施設、設備、用具などの安全管理に当たっては、全職員による管理組織を確立し、計画的に定期及び日常の安全点検を行い、補修や改善等を施すなど安全確保に万全を期すること。  
また、部活動の開始時には、必ず周囲の危険箇所の安全確認を徹底し、適切な対応を図るよう、全職員に周知すること。
  - 週2回以上は休養日を設定すること。また、第3日曜日の「家庭の日」は原則として部活動を実施しないこと等を通じて、部活動の適切な運営を図ること。（平日1日以上は休養日は、学校全体のリフレッシュデイを充てるなどし、週末（土・日曜日）の休養日は、1日以上設定すること）

- 部活動（大会、引率、合宿、練習試合等）  
の引率者について、適切な体制となるよう十分配慮するとともに、適正な部活動指導が行われるよう部活動顧問等への指導を徹底すること。
- (3) 新型コロナウイルス・インフルエンザ・麻しん等の感染症の予防・対応については、手洗い、マスクの着用、咳エチケットの励行、症状が出た場合の外出の自粛、早期受診、早期治療等の指導を徹底するとともに予防接種についても触れること。