

子どもの体力及び教員の指導力向上に向けた取組

■ 2・1 令和5年度 鳥取県の取組

《子どもの体力向上推進プロジェクト事業》

- ①とっとり元気キッズ体力向上支援事業
- ②柔軟性の向上に向けた取組
- ③遊びの王様ランキング
- ④トップアスリート派遣事業
- ⑤トップアスリート（オリンピック・パラリンピアン）派遣事業

《学校体育充実事業》

- ⑥水泳指導研修会
- ⑦令和の日本型学校体育構築支援事業（武道指導等推進事業）
- ⑧学校体育講習会

体育・保健体育指導力向上研修 研修報告レポート

《その他》

■ 2・2 令和6年度の子どもの体力及び教員の指導力向上 に係る取組

①令和5年度とっとり元気キッズ体力向上支援事業

【趣旨】

体力向上に向けた取組をP D C Aサイクルで実施する学校及びその校区の園に地域の外部人材を派遣し、体育学習・運動機会の充実、運動習慣の定着を図ることで、運動好きな子を増やしたり、教職員の指導力の向上を図る。

令和5年度事業実施校

鳥取市立遷喬小学校、鳥取市立浜村小学校、鳥取市立面影小学校、
鳥取市立宝木小学校、鳥取市立湖山西小学校、
倉吉市立北谷小学校、琴浦町立赤碕小学校、琴浦町立船上小学校、
米子市立和田小学校

令和5年度事業協力団体

- ちやれきんぐ株式会社 ○フィットネス&スパZeroスポーツ
- 合同会社サウジ ○鳥取県理学療法士会
- 佐々木ターミー氏

【成果】

・外部人材による専門的な指導を受け、児童の技能の向上につながった。

・教職員は技の習得に向けたポイントや指導方法、効果的な声かけ等を学び指導力向上につながった。

【課題】

・授業協力者が主導で授業を行っている実施校もあり、体育授業として行う事業であり、教員主導で授業をすることを徹底していく必要がある。

・本事業を通して運動好きな児童が具体的ことのくらい増えているのか検証していく必要がある。



②柔軟性の向上に向けた取組

体力向上推進計画書において柔軟性の向上の取組を重点目標している学校

小学校・中学校・義務教育学校	高等学校	特別支援学校（ひまわり分校含む）
151校（89%）	23校（96%）	9校（100%）
<ul style="list-style-type: none"> ・モーニングストレッチ ・体力づくりカード（認定証授与） ・7の付く日は柔軟の日 ・毎週月曜日に体操の時間 ・親子ストレッチ ・ワンミニッツエクササイズを工夫 ・体育の時間に位置づけ ・動的、静的ストレッチ ・可動域を意識させる柔軟運動 ・ペアストレッチ ・授業の前後でストレッチ ・ダイナミックストレッチ ・座位ストレッチ ・業間運動で雨の日はストレッチ ・体やわらかカレンダー（委員会） ・3学期に測定会 ・年2回の長座体前屈測定 ・外部指導者によるストレッチ指導 ・柔軟王決定戦（委員会活動） 	<ul style="list-style-type: none"> ・エアロビクスと柔軟運動の実施 ・継続したストレッチ ・授業の前後でストレッチ ・单元ごとにストレッチの内容変更 ・主運動につながる動的ストレッチ ・一人のできる柔軟体操の実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・児童生徒の実態に合わせた取組 ・ワンミニッツエクササイズの継続

～柔軟性向上エクササイズ「ワンミニッツ・エクササイズ」普及・啓発～

「ワンミニッツ・エクササイズ」とは

児童生徒の柔軟性（長座体前屈）の向上を図るため、「いつでも」「どこでも」「簡単に」をコンセプトに小学生向けに佐分利育代氏（鳥取大学名誉教授）が考案したもので、運動時間が1分間程度ととても短く、始業前や業間休憩、または体育学習の準備運動の一つとしても取り組めるエクササイズ。

○「ワンミニッツ・エクササイズ」のポイント

- ・骨盤を動かす
- ・股関節を動かす
- ・脚の筋肉を伸ばす



※「ワンミニッツ・エクササイズ」の詳細については下記の動画・指導資料を参照のこと。

《動画》 → <https://www.pref.tottori.lg.jp/taiikuhoken/> 動画の二次元コードはこちら→

《指導資料》 → <https://www.pref.tottori.lg.jp/secure/1124858/siryou.pdf>



鳥取東高等学校柔道部が柔道部員の柔軟性を向上させるために考案した「柔道ビクス」を配信。

鳥取西高等学校新体操部による、正しい長座体前屈の測定方法動画を配信。



③遊びの王様ランキング

【目的】

・子どもの体力低下に対応するため、幼児、小・中学生、高校生が運動に親しむ機会を提供し、**遊びを通して運動習慣づくりの推進及び体力の向上**を図る。

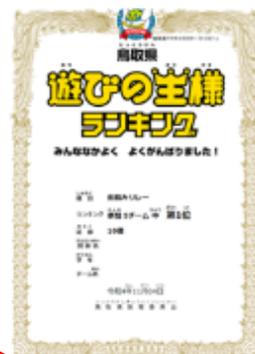
【参加チームの推移】

	R 1	R 2	R 3	R 4	R 5
前期	155	260(25)	350(31)	255(15)	312(24)
やわらか王 (R5から体力王)	32	35(5)	38(7)	17(3)	78(5)
体狭の鬼	48	29(5)	19(6)	39(6)	
バレー王	37	40(6)	98(8)	11(3)	19(4)
ジャンプ王	232	139(15)	69(20)	73(11)	131(18)
後期	596	454(32)	544(46)	493(34)	665(41)
シャトル投げ王	62	20(6)	48(6)	27(5)	22(5)
合計	1100	977(94)	1166(124)	915(77)	1228(97)

※ジャンプ王:教育長杯 シャトル投げ:教育次長杯

※()内は団体・学校数

※「やわらか王決定戦」から体力テストの種目に類似した遊びを行う「体力王決定戦」に変更



参加チームの合計
が過去最高となり
ました！

④トップアスリート派遣事業

【目的】

・鳥取県にゆかりのある日本を代表するトップアスリートが学校等を訪問し、**子どもたちに運動の楽しさや大切さを伝え、運動意欲の向上を図る**とともに、鳥取県から全国大会や世界大会で活躍できる可能性を実感し、**夢に向かって進もうとする児童生徒の意欲向上**を図る。

【令和5年度実績】

実施日	派遣アスリート	派遣先	内容
6月7日(水)	山中 歩里 氏	岩美町立岩美南小学校	実技指導、講話等
6月23日(金)	宇佐美 里香 氏	境港市立中浜小学校	演武披露、講話等
6月25日(日)	大部 由美 氏	倉吉市立北谷小学校	講演、サッカー体験等
6月29日(木)	西澤 真徳 氏	鳥取市立岩倉小学校	実技指導、講話等
9月4日(月)	宇佐美 里香 氏	鳥取市立湖山西小学校	演武披露、講話等
9月8日(金)	西郷 智博 氏	鳥取市立富桑小学校	相撲大会での実技指導等
9月22日(金)	西郷 智博 氏	鳥取市立富桑小学校	鳥取城北高校相撲稽古の見学、講話等
9月22日(金)	大部 由美 氏	八頭町立郡家西小学校	実技指導、講演等
10月26日(木)	大部 由美 氏	ちづ保育園	ミニゲーム体験等
10月31日(火)	宇佐美 里香 氏	湯梨浜町立東郷小学校	演武披露、講話等
11月9日(木)	宇佐美 里香 氏	倉吉市立明倫小学校	演武披露、講話等
11月18日(土)	宇佐美 里香 氏	鳥取城北高等学校	講演
11月27日(月)	宇佐美 里香 氏	八頭町立船岡小学校	演武披露、講話等
12月11日(月)	山中 歩里 氏	白兔養護学校	実技体験、発表会
2月18日(日)	大部 由美 氏	湯梨浜町生涯学習課	湯梨浜町体育協会表彰式での講演
2月26日(月)	宇佐美 里香 氏	鳥取市立米里小学校	実技、講演
2月27日(火)	西郷 智博 氏	鳥取市立富桑小学校	講演

⑤ トップアスリート(オリンピック・パラリンピアン)派遣事業

【目的】

オリンピック・パラリンピック教育を通して、フェアなプレイを大切にしたり、スポーツは民族や国、人種や性、障がいの違いなどを超えて人々を結びつけていることを知るとともに、児童生徒のスポーツの意義や価値等に対する理解・関心の向上、国民の幼少期から高齢期まで(学校教育を含む)の生涯を通じた運動・スポーツへの主体的な参画(「知る」、「する」、「見る」、「支える」)の定着・拡大を図る。

また、オリンピック・パラリンピアン等との出会いを通して、児童生徒が運動・スポーツへの関心を高め、運動習慣の改善と体力及び運動意欲の向上を図る。

【令和5年度実施校】

実践校	派遣オリンピック・パラリンピアン	
鳥取市立賀露小学校	網本 麻里 氏	車いすバスケットボール (北京パラリンピック4位、東京2020パラリンピック車いすバスケットボール女子キャプテン等)
鳥取西高等学校		
智頭町立智頭小学校	川内 優輝 氏	陸上競技(マラソン) (2018年ボストンマラソン優勝、2023マラソングランドチャンピオンシップ4位等)



⑥ 水泳指導研修会

【目的】

日本スポーツ協会公認水泳コーチから水泳指導の基本知識や安全かつ効果的な指導方法を学び、日々の授業や課外活動等の指導者としてのスキルアップを図る。

【成果】

小学校教員対象で水泳に苦手な児童への指導について特化したことで、参加者は明確な課題意識を持って取り組むことができた。

【課題】

水泳が苦手な児童生徒への指導方法について、多くの教員に実践を交えて指導していく必要があるが参加者が少ない。

※研修の様子を動画配信していますので御活用ください。

(動画QRコード)



【アンケート結果】

回答数13名

今回の研修会はいかがでしたか。

4 満足(13名)

研修会で知識が広がったり、深まったりしましたか。

4 あった(13名)

研修会の内容は、今後に生かせるものでしたか。

4 生かせる(13名)

感想、ご意見をお書きください。

・大変有意義な研修であった。特にコロナ禍で泳力をつけることができなかつた児童への支援として参考になった。早速自校でも伝達を行おうと思う。

・実際にやってみることが大事。大変よい研修となった。

・段階的な指導、人数が多い指導での効果的な学習の仕方など学べるものが多く、自校に還元していきたい。

・体感できて、フィードバック頂けてよかった。

・今回の研修で低学年や水が苦手な児童の指導の仕方を学ぶことができたので早速実践していきたい。

・今回の研修は水慣れを中心に、4泳法に至るまでの基礎となる動きを学ぶことができ、非常に学びの多い研修となった。低学年の先生にも学びを共有したい。

・明日からの水泳指導に活かせる内容ばかりで、スモールステップで少しずつ水に対する恐怖を取り除いていけるようにしていきたい。

・児童への補助の仕方などが具体的にわかって良かった。

・スモールステップで子どもが安心感をもって上達していくための方法を教えていただき、とても参考になった。

・今回はさまざまな段階の指導のポイントを教わり、とても勉強になった。

・研修内容を早速授業で行った。脱力の方法も試行錯誤しながら、少しずつできるようになってきた。小プールで試してみたところ、高さが低くうまくできているのか不安なところがあった。次の研修では、低学年の児童向けの研修があるとうれしい。

⑦令和の日本型学校体育構築支援事業 (武道指導等推進事業)

【目的】

複数の武道種目(柔道+合気道、剣道+なぎなた等)の授業に授業協力者を派遣し、保健体育科教員と協力して安全で質の高い授業を実践するとともに、保健体育科教員の指導力向上を図る。



【令和5年度実践校】

実践校	武道等名		
鳥取市立鹿野学園	剣道	なぎなた	
倉吉市立西中学校	剣道	空手道	ダンス
日野町立日野学園	剣道	空手道	

※本事業は、武道を2種目実施することで、各学校の実態に応じて、武道以外の体育分野の領域に外部講師を派遣することができる。

⑧学校体育講習会

【内容】

スポーツ庁主催の研修(講義・実技及び演習)を受講した教員等が、県内で学校体育講習会として伝達講習を行う。

令和5年度体育・保健体育指導力向上研修(西部ブロック)

場所：京都府京都市

日時：令和5年5月10日(水)～12日(金)

運動領域	対象	受講者(学校体育講習会講師)	講習日	参加人数
器械運動系	小	三原 隆介 教諭(福米西小学校)	8月22日(火)	71名
ボール運動系	小	秋山 大樹 教諭(小鴨小学校)	8月17日(木)	64名
陸上競技	中・高	小山 弘 教諭(鳥取湖陵高等学校)	8月23日(火)	17名
水泳	中・高	前田 敏和 教諭(国府中学校)	8月18日(金)	5名
武道(柔道)	中・高	妻由 愛 教諭(大栄中学校)	8月8日(火)	14名
保健	小・中・高	山口 弘美 教諭(溝口中学校)	8月22日(火)	35名
幼児の運動遊び	保・幼	松原 有哉 主任保育士 (ひえづこども園)	10月13日(金) 10月17日(火) 11月8日(水)	100名

＜A コース幼児の運動遊び＞ 研修報告レポート

公立認定こども園 ひえづこども園 主任保育士 松原 有哉

【コーステーマ】

幼児期運動指針に基づいて、発達の段階に即した幼児からの体を使った遊びを通して、運動遊びの楽しさを味わうとともに、適切に幼児期に育みたい基本的な動きを身に付けることができるようにするための指導の在り方

【分科会】「幼稚園教育要領を踏まえた運動遊びの在り方」明星大学 特任准教授 内田 裕子氏

熊本県教育庁県立学校教育局体育保健課 指導主事 富 幸子氏

1 幼稚園教育要領改訂のポイント

- ・幼児期の教育における見方・考え方を新たに示すとともに、計画的な環境の構成に関連して教材を工夫することを示した。
- ・領域「健康」における主な改訂点としては、「幼児期運動指針」（文部科学省, 2012）などを踏まえ、多様な動きを経験する中で、体の動きを調整することを「内容の取扱い」に位置付けた。
- ・これまで指導計画の作成に当たっての留意事項に示されていた安全に関する記述を、安全に関する指導の重要性の観点等から「内容の取扱い」に位置付けた。

2 体力の向上について

（1）幼児の体力について

- ・幼児期は、図1 スキャモンの発育曲線にも示されているように神経系型の発達の敏感期にあたり（6才で80%以上）神経系の活動（運動コントロール能力）を高める絶好の時期。また、図2に示された「敏捷性」「平衡性」「協応性」と深い運動コントロール能力（行動を調整する力）が躊躇に発達する時期。その意味では同じ動きを繰り返して「持久力」や「筋力」へ負担をかけるような動き（例えばマラソンのような運動指導）はこの時期にほとんど効果がないことを確認した。
- ・幼児期は、子どもの主体的な遊びを通して心と体が一緒に発達していくことが重要である。

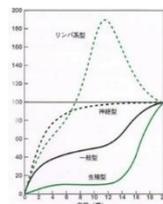


図1：スキャモン発育曲線



図2：体力の概念図（杉原,2014より）

（2）幼児期運動指針と多様な動き（幼児期運動指針のポイント）

多様な動きが経験できるように様々な遊びを取り入れること

①楽しく体を動かす時間を確保すること（毎日、合計60分以上）

②発達の特性に応じた遊びを提供すること

◆ 多様な動き～ 「多様」二つの意味

ア レポートリーの多様さ・・・いろいろな種類の動きという意味の多様さ

イ バリエーションの多様さ・・・ある基本的な動きに変化を加えた多様さ

（3）基本的な動きの習得に向けて

幼稚園、保育所などは基本的な動きを取り入れた身体活動を伴う遊びを実施するとともに、保護者や地域にその取組を発信する。「幼稚園・保育所・家庭・地域」が一体となって連携し、幼児期におもしろく、のめり込める運動遊びを日常化することが、将来、積極的に運動に取り組むことにつながる

と考えられる。

3 遊びとしての運動指導の方向性（自己決定的に行動する・有能さを追求する）

（1）子どもが自己決定的に運動するように指導する

子どもが自分のやりたい運動を自分のやりたいように自分の頭で考え工夫し挑戦し、もてる力を最大限に発揮して有能感が得られるようにすることが重要。

（2）有能感を形成するための3つのポイント

- ①成功体験を積む（○やり遂げること ×難しい課題）
- ②重要な他者からの肯定的評価（×他児との比較）他者からの賞賛をそのまま受け取る
- ③費やした努力の知覚（努力と能力が未分化＝一生懸命頑張れる自分を知覚）

4 運動が苦手な幼児や意欲的でない幼児への指導の工夫

- （1）できることからはじめ、できることの質を高めていく（発達に合ったもの、できることを楽しむ）
- （2）幼児が思わずやってみたくなる・動いてみたくなるような工夫（ごっこなどなりきることで楽しむ）
- （3）興味をもったこと・興味をもてそうなことで自信をもたせる

（そこから他の活動に興味の幅を広げる）

- （4）苦手な活動には間接的に活動に関わることでできる機会を設ける（見る、応援する、役割がある）

5 ICTの活用

- （1）イメージを広げる（図鑑ではわからない動きを観る）
- （2）運動の姿を振り返る（撮影した動画を観て、自身だけでなく他児の動きにも注目する）
- （3）音楽再生機器として利用する
- （4）子どもの様子を保護者へ伝えるツールとして利用する

6 運動の日常化につながる指導の工夫

- （1）園生活の中で身体を動かせるような工夫をする（例：廊下にケンパの印をつけてみる）
- （2）準備や片付け等を子どもと一緒にやる（誰かと協力することで動きに変化がでる）
- （3）日常生活の中で活動量を増やすためのポイントを保護者へ伝える（親子で遊ぶ機会につなげる）

7 幼稚園教育要領に基づいた指導と評価

（1）幼児期に育みたい資質・能力

5つの領域、幼児期の終わりまでに育ってほしい姿（幼児期全体の方向性）を元に、知識及び技能の基礎、思考力・判断力・表現力の基礎、学びに向かう力・人間性等を、遊びを通して総合的に育まれる

（2）指導計画、指導案等作成のポイント

幼児理解が出发点 何に面白さを感じているのか、人や物とどのような関係を結んでいるか。

（3）保育のプロセス

- ①幼児の姿からねらい、内容設定
- ②ねらい、内容に基づいて環境を構成（場や空間、物や人、身の回りの現象、十分な時間）
- ③活動を通して幼児が発達に必要な経験を得ていくような適切な援助
- ④幼児の発達の理解と教諭の指導の改善という両面から評価

（4）保育における評価・・・幼児の発達の理解と教諭の指導の改善

- ①指導を振り返りながら幼児理解を進める
- ②幼児一人一人のよさや可能性を把握し、指導の改善に生かす。
- ③他児との比較や一定の基準に対する達成度によって捉えるものではない。

<B コース器械運動系> 研修報告レポート

米子市立福米西小学校 三原 隆佑

1 講義「学習指導要領を踏まえた体育・保健体育授業の考え方」スポーツ庁 教科調査官 関 伸夫

(1) 学習指導要領の趣旨

- ・2020年代を通じて実現すべき「令和の日本型学校教育」の姿
 - ▶「個別最適な学び」「協働的な学び」それぞれの学びを一体的に充実し、「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善につなげる。
- ・「GIGA スクール構想」「令和の日本型学校教育」と学習指導要領
 - ▶変化を前向きに受け止め、社会や人生、生活を人間ならではの感性を働かせてより豊かなものにする。そのために、自分のよさや可能性を認識するとともに、あらゆる他者を価値ある存在として尊重し、多様な人々と協働しながら様々な社会的変化を乗り越え、豊かな人生を切り拓き、持続可能な社会の創り手となることができるようにする。

(2) 体育・保健体育の役割

- ・学校教育において必要とされる教科であるために
 - ▶中心は授業。生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成することが目標。

(3) 授業づくりの視点

- ・目標達成に向けた授業づくり
- ・育成を目指す資質・能力の三つの柱
 - ▶学びに向かう力、人間性等「どのように学ぶか」 知識及び技能「何ができるようになるか」 思考力、判断力、表現力等「何を学ぶか」
- ・「指導と評価の計画」の作成
 - ▶指導事項の確認と配置、具体的な場面での支援、学習カードの工夫、「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善。

2 講義「障がいの有無にかかわらず共に学ぶ体育について」筑波大学体育系 准教授 澤江 幸則

(1) スポーツをすることは人権

- ・合理的配慮
 - ▶障がいのある人がスポーツをすることは当たり前のこと

(2) 障がいのある子どもの体育の実態

- ・相互理解の不足
 - ▶関わり方の差でイメージが変わる。当事者を無視した善意の押し付けにならないように、多様性（ダイバーシティ）の感覚を高める。

(3) 障がいのある子どもと共に学ぶ体育実践とは

- ・インクルーシブ アダプテッド
 - ▶どうすれば共にできるのか、障がいのある人を巻き込んでいけるのか。
◎授業はそこにいない人（障がい）も前提で作っていく。

3 講義「学校の体育活動中の事故防止について」 学校安全教育研究所 主任研究員 長岡 佳孝

(1) 体育活動中の事故の現状

- ・スポーツ振興センターの災害給付状況は年間100万件以上
 - ▶事故が起こる→辞めてもいいのか
◎スポーツの価値は伝えたいし重要である。 危険を防止する。組織で対応する。
- ・学校の事故は“コピペ”事故
 - ▶学校では新しい事故が次々に発生しているのではなく、以前に起こったものである。

(2) 学校事故の対応

- ・事故防止のための環境整備
 - ▶マニュアルの作成、体を冷却する器具、熱中症スコアを計測できる器具、指導計画の作成

(3) 学校事故対応に関する指針

- ・上記に基づく詳細調査報告書の横断整理
 - ▶効果的な指導と安全な指導は繋がっている。

4 Bコース器械運動 島根県教育庁保健体育科 江角 貴人 日本大学 教授 水島 宏一

(1) 講義「学習指導要領を踏まえた各領域等における指導のあり方①」

- ・学習指導要領における取り扱いについて
 - ▶低・中・高の器械運動系で育成する資質・能力の系統性を意識
- ・体力向上について
 - ▶児童が夢中で活動に浸っている状態をいかに作るか。結果的に体力向上をねらう。
 - ▶体育の見方・考え方「する・みる・支える・知る」
- ・運動の行い方に関する知識
 - ▶運動の行い方に関する知識：運動技術
 - ◎その運動（技）を効果的に解決するための体の動かし方の情報→技のポイント等
 - ▶課題の解決の仕方に関する知識：指導技術
 - ◎技術を身につけるための練習の仕方の情報→場の工夫等

(2) 実技講習「学習指導要領を踏まえた各領域等における指導のあり方②③」

【マット運動】

- 準備運動：マットの周りを歩きながら動物歩き（くま・きりん・わに）
かえるの足うち「足がおしりより上にいかないように」
- 前転：ゆりかご→背支持倒立→手を離して
背支持倒立から起き上がり「立つときは椅子に座るように」
- 開脚前転：「手を巻き込んで勢いよく」
- 後転：「ありのおしりのように」「足はふりあげて勢いよく」
※後転はできないけど開脚後転はできる
 - ▶足を開く際に足が伸びる。結果振り上げて勢いがついている。
 - 「手は押すのではなく、横にずれないように支える。グーでするといい。」
- 倒立前転：丸太転がり→逆ゆりかご→壁倒立→補助倒立
- 側方倒立回転：かえるの足うち→跳び箱1段振り上げ→補助マット1枚振り上げ
→補助マットなし振り上げ→着手と着地で角度を開いていく

【跳び箱運動】

- 台上前転：つま先で踏み込み（腰を高くするため）
【補助マット2枚横→補助マット3枚縦→跳び箱1段】
補助の仕方→腕と腰を押さえる
- 開脚跳び：馬跳び→跳び箱
「着手は真上の場面では離れている。着地の前に手を叩こう」
- 閉脚跳び：セーフティマット+マット1枚で正座→跳び箱
補助の仕方→腕ともも裏で運ぶ

【鉄棒運動】

- 乗る：腕を伸ばしながら乗る
- 前回り降り：腰を折らずに着地は鉄棒より手前側
- 基本の活動：布団干し 豚の丸焼き だんごむし つばめ
- 前方支持回転：肘は横に広げる「ぞうさんのみみ」 頭が下に行ったら手首を返す
足は自転車を漕ぐ動き
- 後方支持回転：燕の腰の位置を鉄棒に固定
- 逆上がり：顎を引く（顎が上がると四肢は伸びる）
「真上のボールを見ながら、蹴りましょう」 踏み込みは鉄棒の真下か、少し前

(3) 講義「学習指導要領を踏まえた各領域等における指導のあり方④」

- ・指導と評価の具体（各グループごとに3つの観点から一つ選び、具体を考える）
 - ▶本グループでは「指導評価」「共生」「ICT」の視点を、思考力・判断力・表現力等の観点で具体を考えた。

5 講義「研修のまとめ」スポーツ庁政策課 教科調査官 塩見 英樹

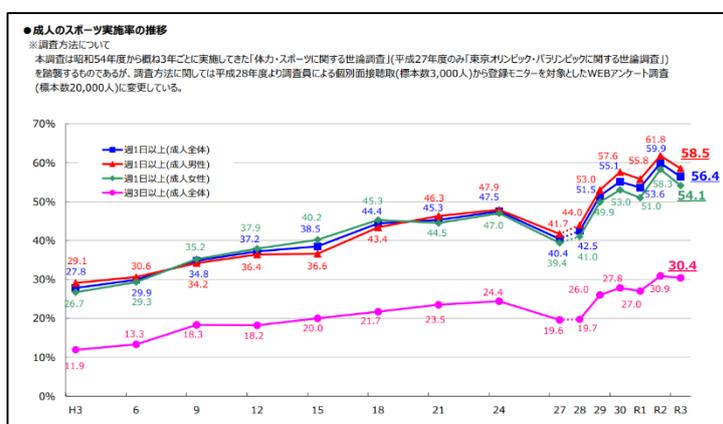
- ・3日間で学んだこと、本研修内容を各地域で伝達するにあたり、そのまま伝達をするのではなく、内容を踏まえつつ自分の言葉で伝えることができるようにすることが大切。

<C コースボール運動系>研修報告レポート

倉吉市立小鴨小学校 教諭 秋山大樹

1. はじめに

小学校学習指導要領（平成29年告示）体育編では、「生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現する」ことが目標とされている。また、「生涯にわたって」という言葉は、小学校学習指導要領（平成20年3月告示）体育編から記載されていた。成人のスポーツ実施率の推移を見ると昨年、週1日以上スポーツを行っていた人の割合は56.4%であった。割合は増えているが、平成20年から10%しか増えていないという見方もできる。先に述べた小学校学習指導要領体育編での目標が達成しているとは未だ言いにくい現状があるようだ。学校教育での体育の充実がこれからも求められる。私たちは、各運動の特性を味わいながら「運動を楽しむ」ことができ、運動が苦手な児童も「できる喜び」を体験できる授業づくりを行っていく必要がある。



【令和3年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」スポーツ庁】

2. 学習指導要領を踏まえたゲーム・ボール運動領域における指導の在り方

教材づくり

教材づくりは、体育の授業づくりの生命線である。よい教材とは、次の2点が含まれているものである。

- ①子どもたちに学んでもらいたい内容（教科内容）が明確に含まれている。【技能、態度、思考・判断】
- ②子どもたちの学習意欲を喚起するような工夫がなされている。【学習機会の確保、発達段階の考慮、プレイ性の確保】

学習指導要領では、これらの内容を組み込んだ易しいゲーム、簡易化されたゲームを授業づくりの中心に据え、ゲーム・ボール運動領域における指導にあたることが示されている。

「易しいゲーム」とは、簡単なボール操作で行える、比較的少人数で行える、身体接触を避けるなど、中学年の児童が取り組みやすいように工夫したゲームを指す。児童の実態に合わせてその運動の特性を損なわない、児童に寄り添ったゲームとすることができる。低学年のゲーム領域で学習した「ボールゲーム」を活かして、仲間とかかわり合いながら集団対集団で競い合うゲームの楽しさに触れることをねらいとしている。

「簡易化されたゲーム」とは、ルールや形式が一般化されたゲームを高学年の児童の発達の段階を踏まえ、プレーヤーの数、コート広さ、プレイ上の制限（緩和）、ボールその他の運動施設や用具など、ゲームのルール様式を修正し、学習課題を追求しやすいように工夫したゲームを指す。中学年の「易しいゲーム」に比べるとスポーツに近づいたゲームであり、ゲームの楽しさや喜びに触れ、チームの特徴に応じた作戦を立てて攻防を展開できるようにすることをねらいとしている。【「ゲーム及び運動」領域に関するQ&A - 文部科学省】

3. 実践を踏まえて

ネット型（プレルボール、ソフトバレー）

ネット型のゲームの課題は、相手側コートに空いている場所（＝スペース）にボール（あるいはシャトル）を送り込み、得点することを競い合うことである。解決方法として必要な技能は以下の通りである。

『ボール操作』

- ①（相手のコートに）入れる…サーブ
- ②受ける…レシーブ
- ③つなぐ…トス
- ④打ち返す…アタック

『ボールを持たないときの動き』

- ①（ボールの方に）体を向ける
- ②（ボールの）落下点に移動する
- ③（役割の）ポジションに戻る

これらの運動の特性を取り入れた易しいゲーム、簡易化されたゲームを考えていく。

（例）3人対3人、キャッチしてもよい、1回バウンドしてもよいなど。

（2）ゴール型（サッカー）

ゴール型ゲームの課題は、ゴール方向の空いている場所（＝スペース）にボールを運び込み、ゴールに向かってシュートを打つ、またはボールを持った状態でゴールラインを越え、得点することを競い合うことである。解決方法として必要な技能は以下の通りである。

『ボール操作』

- ①パス
- ②シュート
- ③ドリブル
- ④シュート

『ボールを持たないときの動き』

- ①サポート
- ②マーク
- ③カバー

これらの運動の特性を取り入れた易しいゲーム、簡易化されたゲームを考えていく。

（例）相手が入れないエリア、数的優位の状況の確保、ゴールを2つに増やすなど。

4. 指導と評価の一体化

指導と評価の計画を作成する際は以下の手順を進める。①学習指導要領の目標や内容をもとに単元の目標を作成→②単元の評価基準を作成→③「指導と評価の計画」を作成→④授業を行う→⑤観点毎に総括、評価。PDCA サイクルを念頭に置き、教師の指導改善及び児童の学習改善につながるものにしていく必要がある。

＜D コース陸上競技＞研修報告レポート

鳥取湖陵高等学校 教諭 小山 弘

講義 1：「学習指導要領を踏まえた体育・保健体育授業の考え方」

スポーツ庁政策課 教科調査官 関 伸夫

1. 学習指導要領の趣旨
2. 体育・保健体育の役割
3. 授業づくりの視点

講義 2：「障害の有無にかかわらず共に学ぶ体育について」

筑波大学体育系 准教授 澤江 幸則

1. スポーツをすることは人権
2. スポーツ実施の現状
3. 障害のある子どもの体育の実施
4. 障害のある子どもと共に学ぶ体育実践とは
5. 今後の課題

講義 3：「学校の体育活動中の事故防止について」

学校安全教育研究所 主任研究員 長岡 佳孝

1. 死亡障害にかかる災害共済給付状況
2. 「学校事故対応に関する指針」と再発防止策
3. 体育活動中の事故防止の基本的な考え方
4. けがの防止の学習と体育の学習

分科会【1日目】

コーステーマ

○陸上競技を通して、運動が苦手な生徒を含む全ての生徒が、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、運動を好きになり、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現（高等学校では継続）するための資質や能力を身に付けることができる指導の在り方

「新学習指導要領を踏まえた陸上競技における指導の在り方①」

埼玉大学教授 石川泰成

福井県教育庁保健体育課指導主事 松原 宏実

「運動の特性や魅力を踏まえた学習指導の在り方」

- ・学習指導要領における取り扱いについて
- ・体力の向上について
- ・運動の特性や魅力に迫る活動の例

分科会【2日目】

「コーステーマを踏まえた指導の工夫」

- ・運動が苦手な児童生徒や意欲的でない児童生徒への指導の工夫

○短距離走

- ・運動のリズム（必要な時に、必要な力を入れる）
→ピッチ（歩数）とスライド（歩幅）をリズムカルにコントロールする。

○リレー

- ・バトンパスの操作とタイミング
→2人が離れてバトンをパスする。（利得距離）
→2人が同調してスピードを高める。

○ハードル走

- ・運動の組み合わせ「走ってきて跳び、跳んで走り出す」ことをリズムカルに繰り返す
 - 「走+跳」(走りながら踏み切る)
 - 「跳+走」(着地したあとに走り出す)

○走り幅跳び・走り高跳び

- ・助走の勢いを生かして、踏み切って遠く／高く 跳ぶ
 - 「走る+跳ぶ」(踏み切りからの跳躍)
- ・ICT を効果的に活用した活動例
- ・運動の日常化につなげる指導の工夫

分科会【3日目】

「学習指導要領に基づいた指導と評価」

- ・指導と評価の計画を作成する際のポイント
 - ① 具体的な目標を設定する
 - ② 子供に魅力のある場の工夫
 - ③ 個人的運動の集団化
 - ④ 心理的不安を取り除く工夫
- ・指導と評価の計画の作成
 - 「対象（指導する内容）の喪失＝形式的な（活動あって学びなし）」
 - 知識（技能のポイントや練習方法）、学習する内容と学習活動
 - 技能⇒動き（タイムではない）
 - 学習内容⇒単元入りやすくなる
 - 学習活動⇒手立てをもっている（何を身につけているか）
 - 成果の確認
 - 単元目標の達成、毎時間のねらいに対して学習成果がわかりやすい方法で表しているか

分科会のまとめ

「講師としての研修の進め方」

- 教える側の立場に立つ
 - 「何をチョイスするのか」、「本質は何か」を明確にして伝える
- オートクライン
 - 「分泌された物質が分泌した細胞自身に作用すること」生物学用語
- 授業の中で「問う」
 - 生徒に声をかける、聞いてあげる。（教員側のせっかち）
- ・研修計画の作成

＜E コース水泳＞研修報告レポート

鳥取市立国府中学校 教諭 前田敏和

1 講義1「学習指導要領を踏まえた体育・保健体育授業の考え方」

スポーツ庁政策課 教科調査官 塩見 英樹

保健体育科では、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成するために、小・中・高の発達段階に合わせてカリキュラムが組まれている。そこで、学習指導要領を踏まえ、単元や授業において『何ができるようになるか』『何を学ぶか』『どのように学ぶか』を整理して指導することが重要。

＜令和の日本型学校教育の姿＞

指導の個別化：目標をすべての子どもが達成することを目指し異なる方法等で学習を進める。
学習の個性化：興味・関心等に応じた異なる目標に向けて、学習を深め、広げる。

個別最適な学び

個別最適な学びが孤立した学びに陥らないように、それぞれの学びを一体的に充実させる協働的な学びが異なる考えが組み合わさり、よりよい学びを生み出す。(主体的・対話的で深い学び)

＜体育・保健体育の役割＞

保健体育の学習を通して何を育てるのか⇒学校教育において必要とされる教科であるために、我々が日頃から考えて、授業を実践することが重要。

＜授業づくりの視点＞

○保健体育科の目標達成に向けた授業づくり

↳児童生徒が運動の楽しさ喜びを味わうための技能の習得や各種目の運動特性の理解を図ることが求められる。

○指導と評価計画の作成

↳資質・能力を偏りなく指導できるように単元をデザインする。指導と評価の一体化が求められる。

○「努力を要する」状況と判断される児童生徒などを想定した授業づくり

↳学習カードを活用して、生徒の状況や思考を整理する。ただ書かすのではなく発問の工夫が必要になってくる。

○主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善

↳目標や見通しを持たせたり振り返りをしたりする活動が主体的につながる。考えや意見を書き、伝えたり聞いたりする対話的な活動を工夫し、教師の発問により深い学びを実現する。

2 講義2「障がいの有無にかかわらず共に学ぶ体育・保健体育の授業について」

筑波大学 准教授 澤江 幸則

スポーツ基本法では、スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは、全ての人々の権利と記されている。スポーツをすることは人権であり、身体を動かすという人間の本源的な欲求に応え、精神的充足をもたらすもの。しかし、障がいのある子どもの体育の実態では、スポーツ価値の偏重(能力主義・勝利主義)や相互理解の不足が原因で健常者の中で運動したいと思わない人が7割程度いる。今後の課題としてインクルーシブとアダプテッド体育の実践が求められる。

3 講義3「学校の体育活動中の事故防止について」

学校安全教育研究所 主任研究員 長岡 佳孝

学校として子どもの生命を守るのは何よりも優先されるべきこと。事故の事例をいかした対策を考え、危険の防止と被害を最小限にする組織での対応が求められる。また、教職員が事故事例や安全管理の視点から事故防止に当たるにとどまらず、生涯を通じて安全な運動実践ができるよう、安全に関する資質・能力を育成することも重要である。保健体育科においても、保健の「事故や傷害の防止」や体育実技で事故につながる危険性を理解させるなど、保健と体育の学習のつながりを意識し、授業の充実を図ることが大事である。

4 水泳における実技指導

<水の物理的作用からみた水泳指導>

○泳ぐには、ア～ウのギャップを克服していく必要がある。

ア【**浮く**】 浮力との関連。沈むから浮く体験を通して、浮いてくる実感を持たせる。

※出来るだけ多くの身体部位を水の中に浸すことにより、より多くの浮力を得ることができる。

(アルキメデスの原理) ⇒ 『浮きたければ沈むこと』

【**実技**】 ビート板を使用し浮く体験、だるま浮き、伏し浮き、背浮き、プール底に沈む

イ【**進む**】 抗力との関連。姿勢やゆっくり動かす体験を通して、進んでいく実感を持たせる。

※陸上の運動と違い、水の抵抗に大きく影響を受ける。水の抵抗を減らし、水に力を加えて推進することができる。(加速理論の重要性) ⇒ 『よく進むには、ゆっくり正しく動かす』

【**実技**】 け伸び、浮き状態から補助を受けて進むペア活動、ゆっくりのバタ足

ウ【**呼吸をする**】 息を吸うには、しっかり吐くことの体験を通して、吸える実感を持たせる。

※陸上との違いに注意し『呼吸する』ことの学習が必須になる。⇒ 『何処で呼吸するか。どうやって呼吸をするのか、いつ呼吸をするのか』

【**実技**】 息を吸う・止める・吐くの、水中での呼吸法、浮力を利用した浮き沈みからの呼吸(平泳ぎの手の動作)、背泳ぎでの呼吸法

○『安定した呼吸の確保』を基にした水泳指導(呼吸⇒浮く⇒進む⇒泳法)

<技能の系統性を基にした水泳指導>

○動きづくりは感覚づくりで、正しく動かすためにはゆっくりとした動作で確認する。

クロール、背泳ぎ：**姿勢を維持しながら推進** **左右を交互に動かす泳法**

平泳ぎ、バタフライ：**浮き沈みをしながら推進** **左右を対称に動かす泳法**

○泳法の動きの類似性を考慮した指導

- ・左右の手足を交互に動かすクロールと背泳ぎ⇒ローリング動作が必須。
- ・左右対称に手足を動かす平泳ぎとバタフライ⇒上半身と下半身の調和が必須。
- ・クロールとバタフライはプル動作が類似。
- ・クロール、バタフライ、背泳ぎはキック動作が類似。

※クロールの技能向上が、背泳ぎやバタフライの基礎となる。

【**実技**】 ローリング動作(背浮きから伏し浮き姿勢)、平泳ぎ動作(水中で浮く沈むのリズムに合わせて動作)、ドルフィンキック(身体をうねるようにして浮き沈みのリズムで動作)
バタフライ(浮き沈みのリズムに合わせてプル)

5 演習(単元計画)

- (1) 各学年の単元目標を指導要領から確認する。
- (2) 3観点の単元の評価基準を指導要領から確認する。
- (3) 授業計画を立てて、単元をデザインする。
- (4) 授業計画と評価機会をバランスよく設定する。(指導と評価の一体化)

※児童生徒の記録ではなく、評価基準を基に指導した内容を評価する。

6 研修を終えて

本研修では、学習指導要領を踏まえ、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成するための授業づくりについて、講義、実技及び演習を行った。現在の教育情勢、児童生徒の特性理解など、保健体育科の教員として、改めて考えたり理解したりしながら学ぶことができた。特に分科会においては、種目の特性と科学的根拠に基づいた実技を通しての指導法や指導と評価の一体化をするための単元計画の作成方法など演習を通して学ぶことができた。今後、3日間の研修で学んだ、知識や指導法を学校現場で実践していきたい。

＜Fコース武道（柔道）＞研修報告レポート

北栄町立大栄中学校 妻由 愛

1 講義 「学習指導要領を踏まえた体育・保健体育授業の考え方」

スポーツ庁 教科調査官 関 伸夫

(1) 学習指導要領の趣旨

- ・「社会に開かれた教育課程」の実現 何ができるようになるか／何を学ぶか／どのように学ぶか
- ・「指導の個別化」「学習の個性化」
①個別最適な学び ②協働的な学び の行き来が必要

(2) 体育・保健体育の役割

- ・学校教育に必要な教科だと思われるために

(3) 授業づくりの視点

- ・体育科・保健体育科の目標の達成に向けた授業づくり
- ・指導と評価の計画の作成
- ・「努力を要する」状況と判断される児童生徒などを想定した授業づくり
- ・主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善

2 講義 「障害の有無にかかわらず共に学ぶ体育について」

筑波大学体育系 准教授 澤江 幸則

(1) スポーツをすることは人権

- ・障害がある人がスポーツをすることは当たり前のこと
- ・スポーツ(SPORT)とスポーツ(SPORTS)
- ・身体を動かすという人間の本源的な欲求に応え、精神的充実をもたらすもの

(2) 障害のある子どもの体育の実態

- ・体育は「見学するもの」？ ・スポーツ価値の偏重 ・相互理解の不足
- ・当事者を無視した善意の押し付けにならないように多様性(ダイバーシティ)の感覚を高める

(3) 障害のある子どもと共に学ぶ体育実践とは

- ・インクルーシブ:なんらかの不合理な理由で社会で排除されている人を包摂すること
- ・アダプテッド:スポーツが個々の何らかの特別なニーズに合わせて、修正や変更、付加などを行うこと
- 実践方法「用具」「集団・仲間」「フィールド」「システム」
- ・「PDCA サイクル」から「DCPAサイクル」へ* 実行してから問題を整理する

3 講義 「学校の体育活動中の事故防止について」

学校安全教育研究所 主任研究員 長岡 佳孝

(1) 体育活動を安全に→子供たちの生命を守る

- ・事件事例を事故防止に生かす
- ・自分事ととらえ、事故防止対策を考える
- ・事故情報を共有し、組織的に対応する
- ・学校で起こる事故は、コピペ事故だ＝同じような事故が繰り返されている

(2) 学校事故対応に関する指針

- ・事故発生直後の対応 ・初期対応時の対応 ・詳細調査の実施 ・再発防止策の策定・実施

4 Fコース武道（柔道）

(1) 学習指導要領を踏まえた柔道指導の在り方

- ・あらためて「指導と評価」とは？ ➡ 子供たちの学習の成果を的確に捉え、教員が指導の改善を図るためのもの 子供たち自身が自らの学びを振り返って次の学びに向かうことができるもの

(2) 学習評価の改善

- ・児童生徒の**学習改善**につながるものとしていくこと
- ・教師の**指導改善**につながるものとしていくこと
- ・これまで慣行として行われてきたことでも、**必要性・妥当性が認められないものは見直していくこと**

(3) 「共生」をとおした「学び」とは

- ・体力、技能、性別、障害の有無など様々な違いを超えて運動やスポーツの楽しみ方を共有
- ・「課題」をどのように解決するのかを考えることが「学び」であり、男女教習を通して何を学ぶのか

(4) 実技講習

① 基本動作 ※基本動作の前に「礼法(座礼、立礼)」「立ち方、座り方」

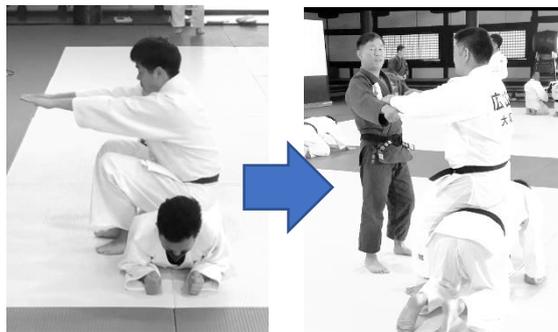
- ・姿勢と組み方(自然体、自護体、右組) ・進退動作(すり足→歩み足、継ぎ足)
- ・崩しと体さばき(八方向、前・後さばき、回り) ・受け身(後ろ、横、前回り)

② 基本となる技の習得

- 「固め技」:袈裟固め、横四方固め、上四方固め ※逃れ方の指導も含む
- 「立ち技」:膝車、体落とし、大腰

③ 安全に配慮した段階的指導

1	簡単な(易しい)動き→難しい動きへ	(易→難)
2	低い姿勢→高い姿勢へ	(低→高)
3	ゆっくりした動き→早い動きへ	(遅→早)
4	弱い動き→強い動きへ	(弱→遅)
5	止まった位置での動き→移動した動きへ	(静→動)
6	一人での動き→相対の動きへ	(個→相)
7	基本的な動き→応用した動きへ	(基→応)
8	単純な動き→複雑な動きへ	(単→複)



④ 効果的な教具の使用

- ・バランスボールを使用しての前回り受け身
- ・フラフープを使用しての受け身

(5) 課題1「指導と評価の計画」作成、課題2「共生の視点を踏まえた授業実践例」の作成

- ・観点別学習状況の評価の手順

① 学習指導要領の目標、内容を解説等を確認 3年間を見通した「年間指導計画」の作成

② 単元目標を作成する 単元をデザイン

③ 単元の評価基準を作成する

④ 指導と評価の計画を作成する

⑤ 授業を実施し、指導しながら観点別評価を行う

「知識」「思考・判断・表現」はその日に評価 「技能」「主体的に学習に取り組む態度」は育てて評価

⑥ 観点ごとに総括する 総括的に評価するため、評価の観点を設定しない

＜G コース保健＞研修報告レポート

伯耆町立溝口中学校 教諭 山口弘美

【全体会】

講義1「学習指導要領を踏まえた体育・保健体育授業の考え方」(スポーツ庁 教科調査官 関伸夫)

☆授業とは…例えるなら旅…子どもたちに終着点(目標)を先に提示し、どんな駅(流れ)を通っていくのか、通ってきたのか、最後に振り返られる道をつくって行ってほしい。

☆学校教育において必要とされる教科であるために「体育・保健体育の学習を通して何を育てるのか」を日頃からしっかり考えて、授業実践をすることが重要となる。

☆今までの学校教育の体育・保健体育を行ってきた結果、成人の週1回以上のスポーツ実施率は目標70%に対し52.3%。学習指導要領の目標の実現に向けての授業づくりが一層重要となる。

- ・「新しい時代に必要となる資質・能力の育成」に向けて①何ができるようになるのか(社会に開かれた教育課程の実現) ②何を学ぶのか③どのように学ぶのか(アクティブラーニング)
- ・「指導と評価の計画」の作成をする。指導事項(例示)から抜き出し、単元を全体的に見通し、どこで何を教えるのか配置する。(単元をデザインする)
- ・個別最適な学びと協働的な学びのそれぞれの学びを一体的に充実し「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善につなげる。
- ・参考資料の活用を積極的にすること。情報を収集する力を高め、日頃の授業づくりに役立ててほしい。

講義2「障害の有無にかかわらず共に学ぶ体育・保健体育授業について」(筑波大学准教授 澤江幸則)

☆スポーツをすることは人権であり、障害の有無に関わらず全ての人にスポーツをする権利が与えられるべきである。しかし障害のある子どもの実態は体育に参加できていない現状がある。多様性の感覚を高め、たくさん子どもをインクルーシブしながら、授業に取り込む工夫をしてほしい。

講義3「学校の体育活動中の事故防止について」(学校安全教育研究所 主任研究員 長岡佳孝)

☆学校での事故は「コピペ事故」と言われる。→なぜ繰り返されるのか→自身の学校に置き換えて対策を常に立てることが求められる。

- ・体育活動を安全に行うために危険を防止し、万が一の場合も被害を最小限にするための対処を事前に備えておくことが必要。事故防止に向けた学校全体の共通理解やマニュアル点検をしておくことも重要である。

【分科会】

「学習指導要領を踏まえた各領域等における指導の在り方」

保健テーマ：小・中・高等学校の系統性を踏まえた学習内容を理解するとともに、児童生徒自らが健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組む生涯にわたって心身の健康を保持増進するための資質・能力を身に付けることができる指導のあり方

1. 日程と内容

○1日目(講義・実技・演習1)

学習指導要領を踏まえた「保健」の考え方・進め方

- ・内容構成の改善
- ・保健に関する体系のイメージ

- ・保健における内容の系統性
- ・ICTの効果的な活用
- ・保健の指導と評価（指導と評価の計画を作成する際のポイント）

○2日目（講義・実技・演習2、3）

午前の部「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善①

- ・小学校体育科（保健領域）における指導の工夫
- ・中学校保健体育科（保健分野）における指導の工夫
- ・高等学校保健体育科（科目「保健」）における指導の工夫

午後の部「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善②

- ・指導と評価の計画及び本時案の実際
- ・指導の工夫（学習カード、ICT活用、外部講師活用など）
- ・プレ発表

○3日目（講義・実技・演習4）

研修の成果の発表及び協議

- ・作成した指導案等についての発表
- ・発表に対する協議
- ・講義・演習のまとめ

2. 演習の実際

○1 グループ3～4人のA～Gグループに分かれ、1つの単元を選択し、指導案の作成を行った。

- Aグループ「現代社会と健康：精神疾患の予防と回復」（高等学校指導案）
- Bグループ「現代社会と健康：生活習慣病などの予防と回復」（高等学校指導案）
- Cグループ「生涯を通じる健康：生涯の各段階における健康」（高等学校指導案）
- Dグループ「現代社会と健康：喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」（高等学校指導案）
- Eグループ「健康な生活と疾病の予防：感染症の予防」（中学校指導案）
- Fグループ「傷害の防止：交通事故などによる傷害の防止」（中学校指導案）
- Gグループ「心身の機能の発達と心の健康：精神機能の発達と自己形成」（中学校指導案）

3. 研修を終えて

子どもたちの学びを充実させるためには、①学習指導要領を踏まえた指導と評価づくり②「主体的で・対話的で深い学び」に向けた指導方法の工夫③授業改善に向けてPDCAサイクルが重要だと改めて感じた。また今回、小学校・中学校・高等学校の先生方が集まり、保健の領域の系統性を確認することで、各校種の保健の内容の体系イメージができ、把握しておくことの大切さも感じた。講義の中に先進国の中で日本の子どもたちは身体的な幸福度が38ヶ国中1位なのに対し、心の健康は37位ということ、ほとんどの子どもが保健体育の授業が「大切だ」と認識している一方で「好きだ」と答える生徒の割合がとても低い傾向にあることを知った。この度の研修を通して学んだ授業づくりの手法を生かし、「楽しい」「もっと学びたい」と思える授業実践に努めたい。また、研修の中で紹介があった文科省作成の保健授業に関する動画コンテンツ（指導案あり）や参考資料を有効に活用していきたいと思う。

2・2 令和6年度の子どもの体力及び教員の指導力向上に係る取組

1. 子どもの体力向上推進プロジェクト事業

(1) 児童生徒の体力向上支援事業

県内の学校等がP D C Aサイクルで体力向上に取り組むことができるように支援。

○体力向上推進計画の作成等（各学校）

・県や学校の体力・運動能力の課題を踏まえ、各校が推進計画を作成し、効果を適宜検証しながら継続的に体力向上の取組を実施する。体育主任連絡協議会等で活用。

○体力向上に向けた取組の実施

・柔軟性を高める取組の推進。柔軟性向上エクササイズ「ワンミニッツ・エクササイズ」の普及・推進。
・「全身持久力「筋持久力」の向上に向けた取組。
・スポーツ庁、日本スポーツ協会等が推奨している体力向上に係る動画コンテンツ等の紹介。

○運動習慣定着につながる運動遊びサイト「遊びの王様ランキング」の実施。

・多様な動きを継続して行うことができる遊びを対象種目に加える。
・期間限定大会を開催。
・保育園・幼稚園での活用を啓発する。

○体力・運動能力調査の実施、報告

・鳥取県体力・運動能力調査（県内公立学校悉皆調査）
・全国体力・運動能力、運動習慣等調査（小5、中2男女悉皆調査）
・体力・運動能力調査（小・中・高等学校抽出調査）
・体力・運動能力調査集計システム運用・保守・管理

○鳥取県子どもの体力向上支援委員会の開催

・有識者、幼保・小・中・高・特別支援学校の各教諭、養護教諭、P T A関係者で構成される委員会。県内の子どもたちの体力向上における問題や課題の解決策等について検討。

○体力づくり報告書「児童生徒の体力づくり」の作成・配布

(2) とっとり元気キッズ体力向上支援事業

体力向上推進計画を活用し、P D C Aサイクルで体力向上に取り組む学校及びその校区の園に対して、体育学習及び体力向上の取組に外部人材を活用するための謝金・旅費を県が負担し、外部人材の活用を促進。

(3) トップアスリート・（オリンピック・パラリンピアン）派遣事業

・県にゆかりのあるアスリートを派遣することにより、子どもたちの運動意欲の向上を促進。
・オリンピックやパラリンピアン等のアスリートと児童生徒が交流する場の設定。

2. 学校体育充実事業

(1) 中央研修（体育・保健体育指導力向上研修、会場：兵庫県神戸市）への派遣

・幼児の運動遊び（幼） ・体づくり運動系（小） ・表現運動系（小）
・器械運動（高） ・球技：ゴール型（中） ・武道（剣道）（中） ・保健（高）

(2) 体力向上指導者養成研修会（学校体育講習会）

・中央研修の成果を県内の先生方に伝達。

(3) 中学校における武道学習等への授業協力者派遣

・中学校の武道授業に授業協力者を派遣し、教員とティームティーチングで指導することにより、安全かつ、充実した武道の学習をめざす。
・武道学習における授業協力者の効果的な活用について検討する推進委員会の開催。

(4) 水泳指導研修会の実施

・教員が基本知識や安全かつ効果的な指導方法を学び、日々の授業や課外学習等の指導者としてのスキルアップをする目的で実施。研修センターの専門研修として位置付け実施する。

(5) 体育主任連絡協議会の実施

・公立小・中・義・高・特別支援学校の体育主任等が学校体育の充実、体力・運動能力の向上等について協議する。（オンライン開催の予定）