

## 第9節 体育

### 1 改訂のポイント

#### (1) 体育科の改訂の趣旨（小学校・中学校・高等学校を通じた基本方針）

- 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ことを重視する。
- 心と体をより一体としてとらえ、引き続き保健と体育を関連させて指導する。
- 学習したことを実生活、実社会において生かすことを重視し、学校段階の接続及び発達の段階に応じて指導内容を整理し、明確に示すことで体系化を図る。

#### (2) 体育科の目標

心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。

#### (3) 改訂の要点

#### ★ 運動領域 ★

##### ア 指導内容の体系化

- 児童生徒の発達の段階のまとまりを考慮（指導内容の系統化）

小学校	中学校	高等学校
小学校第1学年～小学校第4学年	小学校第5学年～中学校第2学年	中学校第3学年～高等学校第3学年
様々な基本的な動きを身に付ける時期	多くの領域の運動を体験する時期	少なくとも一つの運動を選び継続することができるようにする時期

- 児童生徒の発達の段階を踏まえた領域の再構成
  - ⇒ 運動領域を6領域で構成
  - ⇒ 現行「基本の運動」の「内容」と示していたものを「領域」に変更

##### イ 指導内容の明確化

- 各運動領域において指導内容を整理し、当該学年で身に付けさせたい具体的内容を示す。

##### ウ 体づくり運動の充実

- 小学校第1学年から高等学校の全ての学年において指導する。
- 他の領域において扱われにくい様々な体の基本的な動きを培う運動として示す。
- 学習したことを家庭などで生かすことができるよう指導の在り方を改善する。  
 ※ 他の領域でも結果として体力が高まるよう指導を改善する。  
 （参考）中学校では配当時間数（7単位時間以上）を示す。

##### エ 運動の取上げ方の弾力化

- 指導内容の確実な定着を図ることができるよう運動の取上げ方を一層弾力化する。
- 低・中・高学年で各2年間のいずれかの学年で指導することも可能とする。  
 （小学校第1学年から中学校第2学年までは、「体づくり運動」「体育理論（中学校）」以外のすべての指導内容について、各2年間のいずれかの学年で指導可能とする。）
- 各学校の創意工夫を生かした指導計画が必要  
 （参考）中学校第3学年から高等学校においては、運動の特性や魅力に応じて選択のまとまりを見直す。

##### オ 知識に関する領域の改善

- （参考）中・高等学校においては、運動に関連させて教える知識と、体育理論で教える知識を整理・明確化し、体育理論については配当時間数（3単位時間以上）を示す。

#### ★ 保健領域 ★

##### ア 生涯にわたって自らの健康を適切に管理し改善していく資質や能力の育成

- 発達の段階を踏まえた保健学習の内容の体系化を図る。
- 健康の概念や課題を明確化する。

##### イ 保健学習を行わない低学年では、運動を通して健康の認識がもてるよう指導の在り方を改善

- 「力一杯動く運動は、体をじょうぶにし、健康によいこと」など、各領域において行うことを、「内容の取扱い」で示す。

## 2 年間指導計画作成上の留意点

### (1) 領域構成と内容及び取扱等

#### <運動領域>

1年	2年	3年	4年	5年	6年
<b>【A 体づくり運動】</b>					
体ほぐしの運動	体ほぐしの運動	体ほぐしの運動	体ほぐしの運動	体ほぐしの運動	体ほぐしの運動
多様な動きをつくる運動遊び	多様な動きをつくる運動遊び	多様な動きをつくる運動	多様な動きをつくる運動	体力を高める運動	体力を高める運動
※運動の二極化や体力低下に対応するために、低・中学年においても「体づくり運動」を規定 ※多様な動きをつくる運動（遊び）とは、他の領域において扱われにくい様々な体の基本的な動き					
<b>【B 器械・器具を使つての運動遊び】</b>			<b>【B 器械運動】</b>		
固定施設を使った運動遊び					
マットを使った運動遊び		マット運動	マット運動		
鉄棒を使った運動遊び		鉄棒運動	鉄棒運動		
跳び箱を使った運動遊び		跳び箱運動	跳び箱運動		
※発達の段階を考慮し、第3学年から「器械運動」を規定					
<b>【C 走・長の運動遊び】</b>		<b>【C 走・長の運動】</b>		<b>【C 陸上運動】</b>	
走の運動遊び		かけっこ・リレー		短距離走・リレー	
		小型ハードル走		ハードル走	
跳の運動遊び		幅跳び		走り幅跳び	
		高跳び		走り高跳び	
※系統性を重視し、運動内容を整理 ※かけ足は「体づくり運動」へ					
<b>【D 水遊び】</b>		<b>【D 浮く・泳ぐ運動】</b>		<b>【D 水泳】</b>	
水に慣れる遊び		浮く運動		クロール	
浮く・もぐる遊び		泳ぐ運動		平泳ぎ	
※呼吸を含めた基本的な技能を中学年で確実に習得させ、第5学年からの「水泳」につなげる ※安全面の配慮から「水中からのスタートを指導する」ことを示す					
<b>【E ゲーム】</b>			<b>【E ボール運動】</b>		
ボールゲーム 鬼遊び		ゴール型ゲーム		ゴール型	
		ネット型ゲーム		ネット型	
		ベースボール型ゲーム		ベースボール型	
※攻守の特徴（類似性・異質性）や「型」に共通する動きや技能を系統的に身に付ける視点から種目を整理（ボールを持たないときの動きに着目するなど）					
<b>【F 表現リズム遊び】</b>		<b>【F 表現運動】</b>			
表現遊び		表現		表現	
リズム遊び (フォークダンスを含む)		リズムダンス		(加えてリズムダンス)	
		(加えてフォークダンス)		フォークダンス	
※系統性を重視して内容を整理し、加えて指導できる内容を「内容の取扱い」に記載（ただし、低学年は簡単なフォークダンスを含めて指導できると示す）					

## &lt;保健領域&gt;

1年	2年	3年	4年	5年	6年
★低学年では運動領域との関連を踏まえ、健康と運動の関わりなど、運動領域の運動を通して健康の認識が持てるよう指導の在り方を改善		毎日の生活と健康  (8時間程度)	育ちゆく体とわたし  (16時間程度)	心の健康 けがの防止  (16時間程度)	病気の予防

★内容の取扱いに「各運動領域の内容については、運動と健康がかかわっていることの具体的な考えが持てるよう指導すること。」と示され、各領域において「体は、活発に運動をしたり、長く運動をしたりすると、汗が出たり、心臓の鼓動や呼吸が速くなったりすること。」「力一杯動く運動は、体をじょうぶにし、健康によいこと。」などを行うことが示されている。

※基礎的な内容の重視と健康な生活を送る資質や能力の基礎を培う観点から内容を追加

追加内容

- 「毎日の生活と健康」…健康の状態のとらえ方として主体の要因と環境の要因
- 「けがの防止」…身の回りの生活の危険が原因となって起こるけが
- 「病気の予防」…地域での保健にかかわる様々な活動

※中学年の「思春期の体の変化」の指導に当たっては、発達の段階を踏まえること、学校全体で共通理解を図ること、保護者の理解を得ることなどに配慮することが大切であると示されている。

## (2) 年間指導計画作成の配慮事項

ア 地域や学校の実態を考慮するとともに、個々の児童の運動経験や技能の程度などに応じた指導や児童自らが運動の課題の解決を目指す活動を行えるよう工夫すること。

イ 一部の領域の指導に偏ることのないよう授業時数を配当すること。(全部の領域の指導がバランスよく行われるようにするとともに、領域別の授業時数の配当は、ある程度の幅を持って考えてよい。)

ウ 「保健」に配当する授業時数は、第3・4学年の2学年間で8単位時間程度、第5・6学年の2学年間で16時間程度とする。(「程度」としたのは、「体ほぐしの運動」と「心の健康」など、運動領域と保健領域との密接な関連を持たせて指導する配慮が必要なため。)

エ 中学年及び高学年の内容の「G 保健」については、効果的な学習が行われるよう適切な時期に、ある程度まとまった時間を配当すること。(効果的に学習を進めるため、学習時間を継続的または集中的に設定することが望ましい。)

オ 第1章総則の第1の2及び第3章道徳の第1に示す道徳の目標に基づき、道徳の時間などとの関連を考慮しながら、第3章道徳の第2に示す内容について、体育科の特質に応じて適切な指導をすること。(具体的には、集団で行うゲームなどを通して、粘り強くやり遂げる、決まりを守る、集団に参加し協力すると言った態度を養うことなどがあげられる。)

※平成21年度より第1学年102時間、第2学年105時間に、平成23年度より第3・4学年は105時間に授業時数が増加。第5・6学年は現行と同様90時間で実施。

## (3) 総則との関連

○総則第1の3「学校における体育・保健に関する指導」について

「児童の発達の段階を考慮」「食育の推進」「安全に関する指導」が新たに加わり、学校の教育活動全体をとおして行うことにより、一層充実を図ることができる。(現行と同様に記載)

### 3 Q & A

Q1 今回の改訂により、言語に関する能力の育成が重視されていますが、体育科においては、どのように進めていけばよいですか。

平成20年1月17日の中央教育審議会答申に「体を動かすことが、身体能力を身に付けるとともに、情緒面や知的な発達を促し、集団的活動や身体表現などを通じて、コミュニケーション能力を育成することや、筋道を立てて練習や作戦を考え、改善の方法などを互いに話し合う活動などを通じて、論理的思考をはぐくむことにも資する。」と明示されています。このことが、言語活動の充実と関連が深く、言語化することで、知識として整理できることも大切です。体育科においては、これまでも「めあての設定・振り返り」「作戦づくり・ルール工夫」「教え合い」などで、言語活動を重視してきているので、これまで行ってきた学習方法を踏まえて取り組むことが大切です。

Q2 現行の「基本の運動」と「体づくり運動」の「多様な動きをつくる運動（遊び）」の違いは何ですか。

今回の改訂では、基礎的な身体能力を身に付け、運動を豊かに実践していくための基礎を培う観点から、発達の段階に応じた指導内容の明確化・体系化を図っています。特に「基本の運動」については、高学年への系統性が見えにくいものとなっていたことから、現行で「内容」としていたものを「領域」として示されています。一方、「体づくり運動」では、他の領域において扱われにくい様々な体の基本的な動きを培う運動として、低学年では「多様な動きをつくる運動遊び」、中学年では「多様な動きをつくる運動」と示し、現行の「基本の運動」の内容として示されていた「力試しの運動（遊び）」及び「用具を操作する運動（遊び）」が含まれています。

Q3 「体づくり運動」の「多様な動きをつくる運動（遊び）」では、解説書において4つの運動（遊び）が示されていますが、毎学年4つの運動（遊び）を取り扱った方がよいですか。

「多様な動きをつくる運動（遊び）」は、体の基本的な動きを総合的に身に付けることをねらいとしているので、毎学年すべての運動（遊び）が経験できる計画を立てることが理想です。また、解説書の例示で示されている動きは、あくまでも例ですので、必ずそのすべてを2年間で行わなければならないというものではありません。例示の運動を行ったり、児童の実態に合わせて動きを工夫したりして、意図的、総合的に動きが身に付くように行うことが大切です。

Q4 「体づくり運動」の「多様な動きをつくる運動（遊び）」では、例えば、5分程度のいわゆる帯単元として実施してもよいですか。

子どもたちの発達の段階や学校の実態に応じて、帯（組み合わせ）単元で実施することは、継続的に運動できるというメリットがありますが、すべてを5分程度の短い時間で帯単元として実施することは、場を工夫したり、よい動きを見つけたり、自分の動きに取り入れたりするなどの活動を行う場合、指導と評価の一体化の観点から、よりよい効果が期待できないと考えられます。

このことから、準備運動ではなく、学習として成立（運動、態度、思考・判断）させることが条件となりますので、指導内容と時間のバランスを考慮した指導計画を立てることが必要です。

Q5 ゲーム及びボール運動の型にあてはまれば、どんな運動種目でも扱ってよいですか。

高学年では、「内容の取扱い」において、主として例えばゴール型では「バスケットボール」、「サッカー」を取り扱うようになっています。中学年ではその点について示されておきませんが、まずは施設や道具が整っていることや指導の在り方など、これまで実践を積み上げてきた運動種目から取り組んでほしいと考えます。なお、新しい種目を取り入れる場合には、子どもの発達の段階や学校の実態に応じて「何を身に付けさせたいのか」、「指導内容及び評価計画が明確になっているか」、「安全を踏まえた環境は整っているか」、「中学校との接続を踏まえ、少なくとも4年間を見通して指導できるか」などを確認したうえで進めていくことが大切です。