令和6年度

青森県中学校教育課程研究集会

【保健体育科部会】

むつ市立田名部中学校
傳 法　勇

保健体育科にかかわる主題

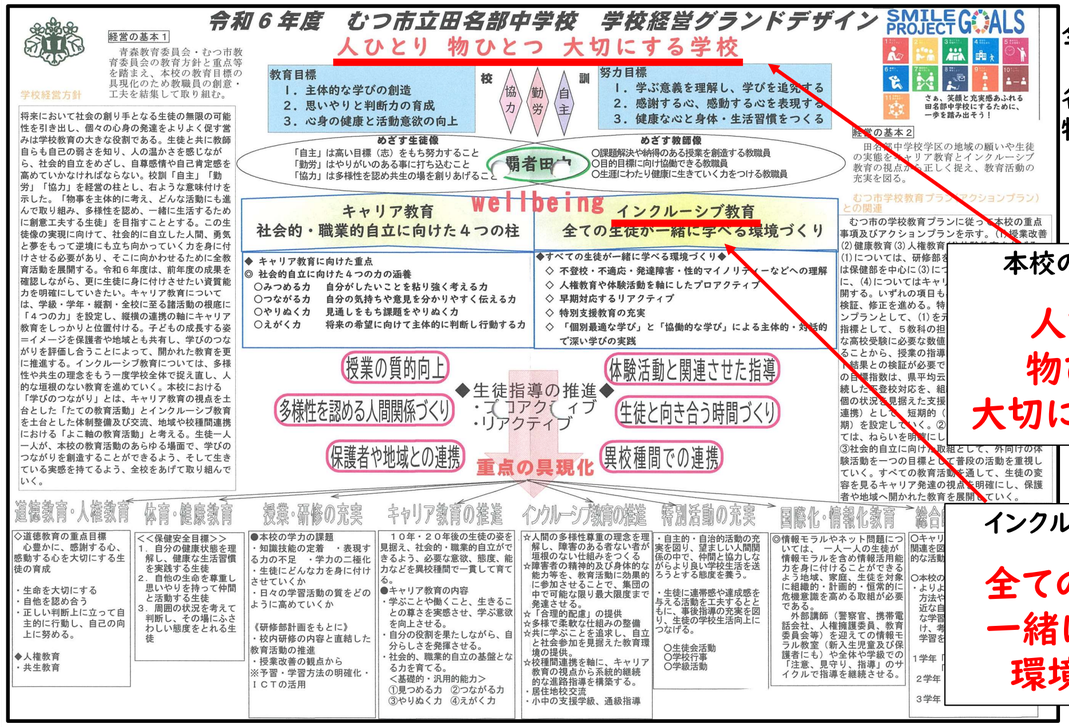
生徒一人一人が、体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して「深い学び」へ向かうための学習指導と学習評価の工夫・改善

発表の流れ

1　授業の概要について

2　授業の様子について

3　評価の実際について



全校生徒
589名
各学年　6学級
特別支援6学級
合計24学級

本校の経営方針

人ひとり
物ひとつ
大切にする学校

インクルーシブ教育

全ての生徒が
一緒に学べる
環境づくり

1　授業の概要について

単元名　陸上競技（走り高跳び）

〈単元の目標〉

（1）　陸上競技について、記録の向上や競争の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、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができるようにする。
イ　走り高跳びでは、リズミカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶことができるようにする。　【知識及び技能】

（2）　動きなどの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。
【思考力、判断力、表現力等】

（3）　陸上競技に積極的に取り組むとともに、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとすることなどや、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】

1　授業の概要について

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
知識 ①走り高跳びにおいて用いられる技術の名称や、動きのポイントを、言ったり書き出したりしている。	技能 ①リズミカルな助走から力強い踏み切りに移ることができる。 ②脚と腕のタイミングを合わせて踏み切り、大きなはさみ動作で跳ぶことができる。	①自己の課題に応じて、動きの習得に適した練習方法を選んでいる。 ②提示された動きのポイントやつまづきの事例を参考に、仲間の課題や出来栄えを伝えている。	①走り高跳びの学習に積極的に取り組もうとしている。 ②用具等の準備や後片付けなどの、分担した役割を果たそうとしている。 ③一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする。

1　授業の概要について

学習の流れ

授業について

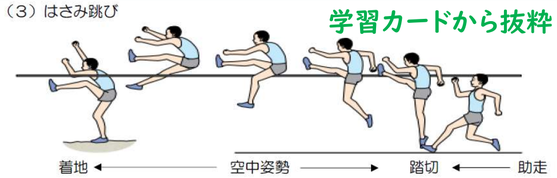
本校は2時間続きの体育を基本として時間割が組まれています。

	時	1　2	3　4	5　6	7　8	
学習の流れ	0 10 20 30 40 50	オリエンテーション 準備運動 用具準備 跳躍練習 はさみ跳びの跳び方 用具片付け 振り返り	健康観察・準備運動・用具準備 本時のねらいの確認 跳躍練習 ポイント確認 1助走 2踏み切り 3空中動作	課題練習 跳躍をペアで撮影し合い教え合う	跳躍練習 記録会 跳躍をペアで撮影しもっともよい動画を提出する。	
評価	知・技	知①	技①		技②	総括的な評価
	思		思①	思②		
	態	態②		態③	態①	

2　授業の様子について

オリエンテーション

（3）はさみ跳び　　学習カードから抜粋



助走	①踏み切りが、左足の場合は右、右足の場合は左から助走を始める。 ②助走の歩数は、（　　）歩程度で奇数歩となる。 ③マット（バー）に対し、斜め（　　）度の角度で直線的に助走する。 ④助走はリズミカルに走り、踏み切り３歩前からテンポを速くする。
踏み切り	⑤踏み切りは、かかとから力強く踏み切り、足先は着地の方向に向ける。 ⑥（　　）で体を引き上げ、振り上げ足は膝を伸ばしたまま高く速く上げる。
空中姿勢	⑦踏み切り足のひざがあごにつくくらい振り上げる。 ⑧バーをクリアしたら振り上げ足を振り戻す。 ⑨踏みきり足を振り上げて、バーをクリアする。
着地	⑩振り上げ足→踏み切り足の順にでマットに安全に着地する。

動きのポイント、目指す学びの姿、安全に関する内容等

	時	1　2	3　4	5　6	7　8
学習の流れ	0 10 20 30 40 50	オリエンテーション 準備運動 用具準備 跳躍練習 はさみ跳びの跳び方 用具片付け 振り返り	健康観察・準備運動・用具準備 本時のねらいの確認 跳躍練習 ポイント確認 1助走 2踏み切り 3空中動作	課題練習 跳躍をペアで撮影し合い教え合う	跳躍練習 記録会 跳躍をペアで撮影しもっともよい動画を提出する。

３　自分の目標記録を決めよう！　　学習カードから抜粋

走り高跳びの記録には、身長や走能力（50m走タイム）などがたいへん影響してきます。そこであなたのデータから、次の２つの方法で走り高跳びの目標記録を算出し、自分にあった目標記録を設定しよう。

あなたのデータ	身　長	cm	50mのタイム	秒

走り高跳びの目標記録 ＝（0.5 × 身長）－（10×50m走タイム）＋120

あなたの目標記録	

※授業では、実際に跳んだ記録と目標記録との差による得点表を作り、評価します。

得点	目標記録との差	得点	目標記録との差
1	−21cm以下	6	0cm〜4cm
2	−20cm〜−16cm	7	5cm〜9cm
3	−15cm〜−11cm	8	10cm〜14cm
4	−10cm〜−6cm	9	15cm〜19cm
5	−5cm〜−1cm	10	20cm以上

目標の設定→関心・意欲の向上

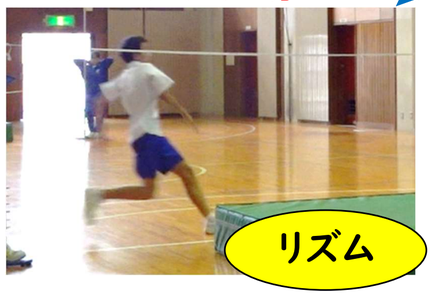
2　授業の様子について

跳躍練習　ポイント確認

	時	1　2	3　4	5　6	7　8
学習の流れ	0	オリエンテーション	健康観察・準備運動・用具準備 本時のねらいの確認		
	10				
	20	準備運動 用具準備	跳躍練習 ポイント確認 1助走 2踏み切り 3空中動作	課題練習 跳躍をペアで撮影し合い教え合う	跳躍練習
	30				記録会 跳躍をペアで撮影しもっともよい動画を提出する。
	40	跳躍練習 はさみ跳びの跳び方			
	50	用具片付け 振り返り			

ポイント①　助走

踏み切り直前の3歩の
リズム「タ・タ・タン!」



ポイント②　踏み切り

高く跳ぶための
「腕・肩の振り上げ」

ポイント③　空中動作

「脚の振り上げ・振り降ろし」

2　授業の様子について

跳躍練習　「ペア学習」教え合い

	時	1　2	3　4	5　6	7　8
学習の流れ	0	オリエンテーション	健康観察・準備運動・用具準備 本時のねらいの確認		
	10				
	20	準備運動 用具準備	跳躍練習 ポイント確認 1助走 2踏み切り 3空中動作	課題練習 跳躍をペアで撮影し合い教え合う	跳躍練習
	30				記録会 跳躍をペアで撮影しもっともよい動画を提出する。
	40	跳躍練習 はさみ跳びの跳び方			
	50	用具片付け 振り返り			

相手の跳躍を見てアドバイス

アドバイスのポイントは
① 助走
② 踏み切り
③ 空中動作

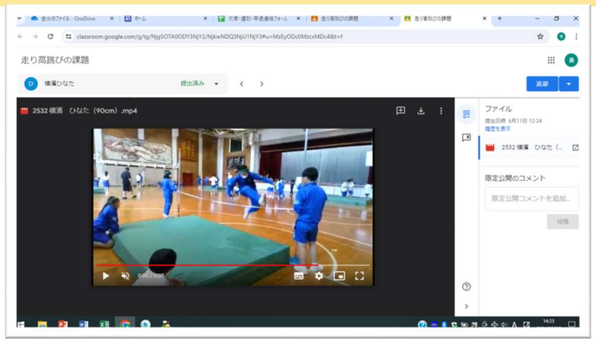
相手の跳躍を撮影してアドバイス

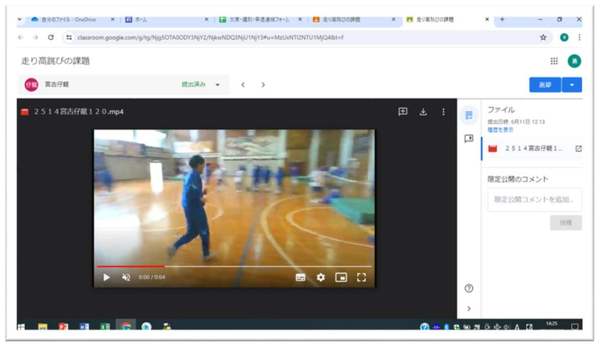
友達にアドバイスしたり、されたりしながら、
頑張って跳ぼうとできてよかったです。
生徒の学習ノートより　ok!

2　授業の様子について

記録会　ペアで動画を撮影し提出

	時	1　2	3　4	5　6	7　8
学習の流れ	0	オリエンテーション	健康観察・準備運動・用具準備 本時のねらいの確認		
	10				
	20	準備運動 用具準備	跳躍練習 ポイント確認 1助走 2踏み切り 3空中動作	課題練習 跳躍をペアで撮影し合い教え合う	跳躍練習
	30				記録会 跳躍をペアで撮影しもっともよい動画を提出する。
	40	跳躍練習 はさみ跳びの跳び方			
	50	用具片付け 振り返り			





目標は129cmだったけど、最大120cmまでしかとべなかった。でも、リズムをいしきして助走できたので、もし次あったら、そこをいしきするのが大切だと思った。good!
生徒の学習ノートより

思っていたよりむずかしかった。
うでとかの工夫をするのが大切だと思った。
生徒の学習ノートより

3　評価の実際について

評価について

- 生徒の学習改善につながるものにしていくこと
- 教師の指導改善につながるものにしていくこと
- 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

引用　「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　文部科学省国立教育政策研究所

3　評価の実際について

	時	1　2	3　4	5　6	7　8
学習の流れ	0	オリエンテーション	健康観察・準備運動・用具準備 本時のねらいの確認		
	10				
	20	準備運動 用具準備	跳躍練習 ポイント確認 1助走 2踏み切り 3空中動作	課題練習 跳躍をペアで撮影し合い教え合う	跳躍練習
	30				記録会 跳躍をペアで撮影しもっともよい動画を提出する。
	40	跳躍練習 はさみ跳びの跳び方			
	50	用具片付け 振り返り			
評価	知・技	知①	技①		技（
	思		思①	思②	
	態	態②		態③	態（

総括的な評価

☆目指す学びの姿の提示
個々の目標設定

☆「指導に生かす評価」の継続

⇒一人一人に応じた支援
教師の指導改善

☆記録に残す評価
総括的な評価

3　評価の実際について

7・8時間目【技能②】

十分満足(A)　……　脚と腕のタイミングを合わせて力強く踏み切り、大きなはさみ動作で跳び、安全な着地まで、スムーズな一連の動きでバーを跳んでいる。

おおむね満足(B)…　脚と腕のタイミングを合わせて踏み切り、大きなはさみ動作で跳んでいる。(※「助走・踏み切り・空中動作」のポイントを理解した動きの実践)

3つのポイントは理解しているが、観察や動画を確認したところ、実践できていないところがあったため(B)評価

生徒A

頑張ったことは、助走、踏み切り、空中姿勢、着地のポイントを意識して取り組みました。工夫したことは、飛ぶときの力でもしっかりふったところと、助走のリズミカルに走ったけど踏み切りの数前からテンポを速くするところはできたところとできなかったところがあった。

3　評価の実際について

5・6時間目【思考・判断・表現②】

十分満足(A)　……　学習した3つの動きのポイントを基に相手の跳び方の課題を見付け、具体的な改善ポイント等を交えて伝えている。

おおむね満足(B)…　学習した3つの動きのポイントを基に相手の跳び方の課題を見付け、伝えている。

3つのポイントを踏まえ友達にアドバイスをしていたが、具体的に何を伝えたかわからなかった。

どんなアドバイスをした？

生徒B

友達にアドバイスしたり、されたりしながら、頑張って跳ぼうとできてよかったです。
Ok!

・助走のリズム
・腕を振る勢い
・脚の振り上げ
・膝を伸ばす

3　評価の実際について

1・2時間目【主体的に学習に取り組む態度②】

十分満足(A)　……　用具の準備や後片付け、練習の補助等の役割を自分から気付き、進んで果たそうとする。

おおむね満足(B)…　用具の準備や後片付け、練習の補助等の分担した役割を果たそうとする。

活動の様子

これまでの体育学習の経験
↓
体育の学習を
支えようとする生徒の姿

〈考えられる役割〉＊期待する生徒の姿

○用具の準備・後片付け
○支柱をおさえる
○マットをおさえる
○計測の補助
○安全確認

認める
称　賛

■評価する際に悩んだこと

○準備物が少ない
→全員が手伝えない
→見ているだけの生徒

○動画撮影に関する課題
→自分の運動に夢中になりアドバイスが疎かに
→期待した撮影ができていない

3　評価の実際について

評価のための補助簿

学びの状況の把握（個々の生徒、全体の傾向）

走高跳　評価のための補助簿

	観点									
	知①	技①		技②		思①	思②		態①	態②
	5/16	5/30	6/6	6/6	6/6	5/23	5/30	5/30	6/6	5/16
	学習ｶｰﾄﾞ	観察	動画提出	観察	学習ｶｰﾄﾞ	観察	観察	学習ｶｰﾄﾞ	観察	観察
生徒 1	A	A	A	A	○130cm	A	B	B	A	A
生徒 2	A	A	A	A	×130cm	A	A	B	A	B
生徒 3	A	A	B	A	○135cm	A	B	B	B	A
生徒 4	A	A	A	A	○130cm	B	B	B	A	B
生徒 5	欠	B	B	A	○110cm	A	A	A	B	欠
生徒 6	A	B	欠	欠	×90cm※	B	A	A	欠	A
生徒 7	A	B	B	B	○120cm	B	B	A	B	A

○努力を要する生徒への手立て

○「評定」の根拠

実践を振り返って　～成果と課題～

〈成果〉

○「高く跳ぶこと」に主眼を置きつつ、資料にもとづいて「個人内目標」を設定することで、自己の課題を解決するために主体的に取り組む姿が見られた。

○「動作のポイント」を繰り返し示すことで、自己の課題を解決するための着眼点を明確にできた。仲間の課題や出来栄えを伝えるうえでも有効であった。

○他人のアドバイスを参考にする場面や、自分の動作を動画で振り返る場面を設けることで、自己を客観視するようになり、「深い学び」につながった。

実践を振り返って　～成果と課題～

〈課題〉

▲ICT（参考動画等）の有効活用

▲授業の効率化（跳躍の場面をより多くする工夫）

▲振り返りをうまく書くことができない生徒への手立て

▲安全確保と一人一人に応じた支援のバランス

おわりに

むつ市立田名部中学校の経営方針

人ひとり　物ひとつ　大切にする学校

生徒一人一人の成長のため、今後も日々努力していきたいと思います。

ご清聴ありがとうございました。

令和６年度

青森県中学校教育課程研究集会

【保健体育科部会　指導助言】

下北教育事務所
指導主事　佐藤和也

本研究集会の主題の再確認「保健体育科にかかわる主題」

生徒一人一人が、体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して「深い学び」へ向かうための学習指導と学習評価の工夫・改善

◇ 指導・助言の流れ

1　発表者の実践ポイント
2　保健体育科の授業の充実に向けて

1　発表者の実践ポイント　～授業づくりで常に立ち返るところは…～

「保健体育科の目標」　（学習指導要領解説　保健体育編　P24）

体育や保健の見方・考え方を働かせ，課題を発見し，合理的な解決に向けた学習過程を通して，心と体を一体として捉え，生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

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

（※下線等は、指導助言担当者が加筆）

保健体育科は「技能」教科ではなく、「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・能力を育成する教科である。　⇨　保健体育科が教科として求められていること（教科の価値）

1　発表者の実践ポイント　～主題にある保健体育科の「見方・考え方」から～

「見方・考え方」（学習指導要領解説 保健体育編 P25　※体育分野のみ掲載）

生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現する観点を踏まえ、「運動やスポーツを、その価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす役割の視点から捉え、自己の適性等に応じた『する・みる・支える・知る』の多様な関わり方と関連付けること」

「見方・考え方」を整理すると、

運動やスポーツには「する」だけでなく、「みる・支える・知る」の関わり方がある

⇩

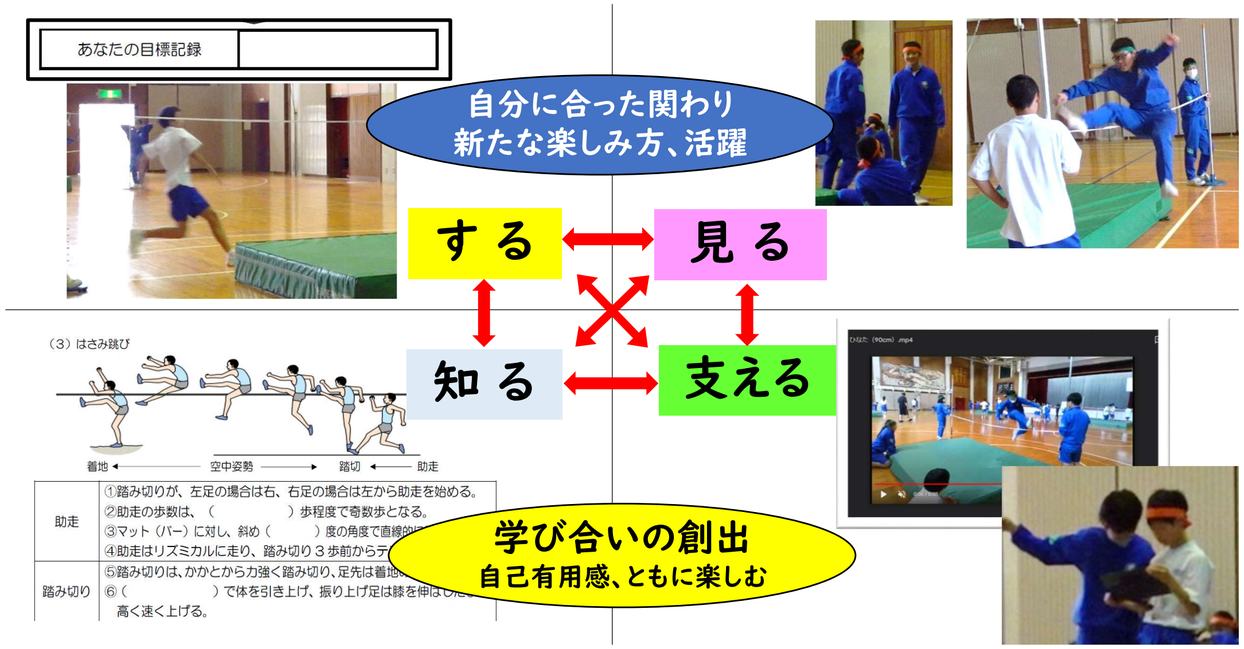
自己の適性等に応じた多様な関わり方を見いだすことができるようになることが体育分野での学習と社会をつなぐ上で重要

⇩

生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現

背景に、
・運動の二極化傾向
・様々な人々と協働し自分の生き方を育むこ
　との重要性
・体力や技能の程度、障害の有無等

1　発表者の実践ポイント　～「する・みる・支える・知る」の関わり方～



1　発表者の実践ポイント　～単元の構想、目標の設定～

〈単元の構想〉

○保健体育科の目標
○体育の「見方・考え方」

○生徒の実態
○前単元までの学習状況

☆単元の目標　☆単元の評価規準　☆指導と評価の計画

単元名　陸上競技（走り高跳び）

〈単元の目標〉

（1）　陸上競技について、記録の向上や競争の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、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができるようにする。
イ　走り高跳びでは、リズミカルな助走から力強く踏み切って大きな動作で跳ぶことができるようにする。　【知識及び技能】

（2）　動きなどの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。　【思考力、判断力、表現力等】

（3）　陸上競技に積極的に取り組むとともに、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとすることなどや、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】

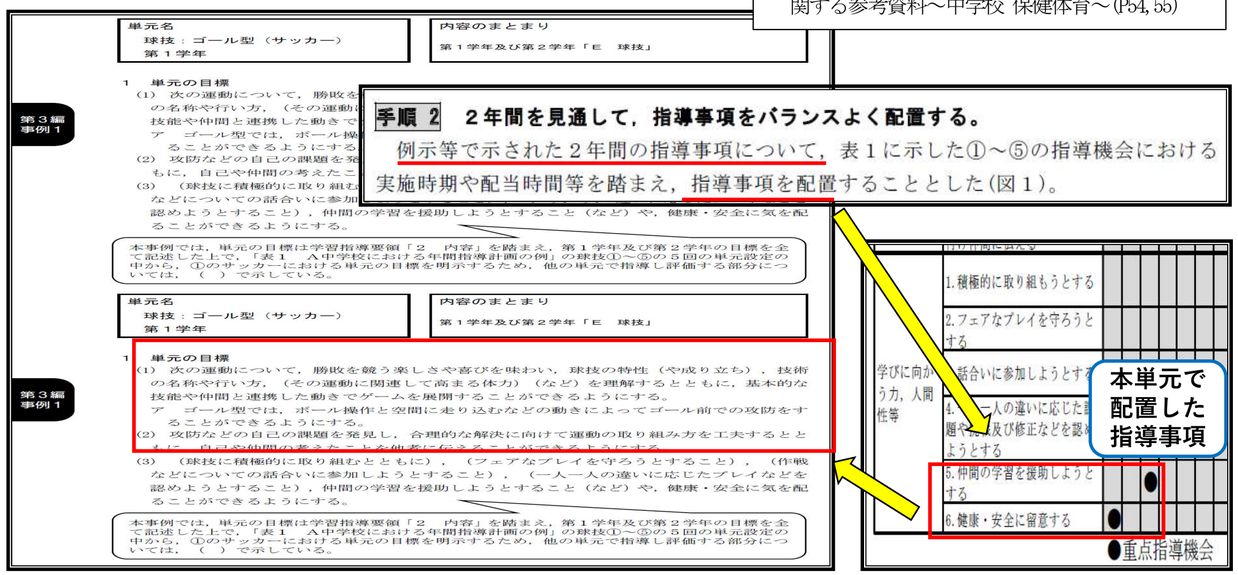
年間指導計画、年間の指導と評価の計画を確認し、単元の目標を設定。（本単元の指導事項と関連）

「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～(P41)

1　発表者の実践ポイント　～単元の目標の設定（補足）～

（補足）単元の目標と指導事項の関連

「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～(P54, 55)



1　発表者の実践ポイント　～単元の評価規準～

☆単元の目標　☆単元の評価規準　☆指導と評価の計画

☆「例示」をもとに評価規準を設定（「指導と評価の一体化」のための参考資料 P43）

例示に関して ⇒　指導と評価の一体化を一層推進する観点から、（一部省略）例示をすべての指導内容で示すこととした。

（学習指導要領解説　保健体育編　P15）

単元の評価規準（実践発表より）

知識・技能		思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
知識 ①走り高跳びにおいて用いられる技術の名称や、動きのポイントを、言ったり書き出したりしている。	技能 ①リズミカルな助走から力強い踏み切りに移ることができる。 ②脚と腕のタイミングを合わせて踏み切り、大きなはさみ動作で跳ぶことができる。	①自己の課題に応じて、動きの習得に適した練習方法を選んでいる。 ②提示された動きのポイントやつまづきの事例を参考に、仲間の課題や出来栄えを伝えている。	①走り高跳びの学習に積極的に取り組もうとしている。 ②用具等の準備や後片付けなどの、分担した役割を果たそうとしている。 ③一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする。

評価規準から３つの観点の関連がわかる。

☆３つの観点を関連付けた効果的な指導

1　発表者の実践ポイント　～学びの姿をより具体化する～

☆「十分満足できる状況(A)」「おおむね満足で状況(B)」の具体的な想定

7・8時間目【技能②】

十分満足(A)　……　脚と腕のタイミングを合わせて力強く踏み切り、大きなはさみ動作で跳び、安全な着地まで、スムーズな一連の動きでバーを跳んでいる。

おおむね満足(B)…　脚と腕のタイミングを合わせて踏み切り、大きなはさみ動作で跳んでいる。(※「助走・踏み切り・空中動作」のポイントを理解した動きの実践)

5・6時間目【思考・判断・表現②】

十分満足(A)　……　学習した３つの動きのポイントを基に相手の跳び方の課題を見付け、具体的な改善ポイント等を交えて伝えている。

おおむね満足(B)…　学習した３つの動きのポイントを基に相手の跳び方の課題を見付け、伝えている。

1・2時間目【主体的に学習に取り組む態度②】

十分満足(A)　……　用具の準備
分から気付き

おおむね満足(B)…　用具の準備
役割を果たそ

○指導内容の一層の明確化

○何を問いかけ、称賛するのか

○努力を要する状況への手立て

「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～(P41)

3
「指導と評価の計画」を作成する

○　1，2を踏まえ，評価場面や評価方法等を計画する。
○　どのような評価資料（生徒の反応やノート，ワークシート，作品等）を基に，「おおむね満足できる」状況（B）と評価するかを考えたり，「努力を要する」状況（C）への手立て等を考えたりする。

1　発表者の実践ポイント　～指導の充実につながるポイント～

☆単元の目標　☆単元の評価規準　☆指導と評価の計画

オリエンテーション

☆目指す学びの姿の提示
個々の目標設定

☆「指導に生かす評価」の継続
⇒一人一人に応じた支援
教師の指導改善

☆記録に残す評価
総括的な評価

	時	1 2	3 4	5 6	7 8	
学習の流れ	0	オリエンテーション	健康観察・準備運動・用具準備 本時のねらいの確認			
	10					
	20	準備運動 用具準備	跳躍練習 ポイント確認 1助走 2踏み切り 3空中動作	課題練習 跳躍をペアで撮影し合い教え合う	跳躍練習	
	30				記録会 跳躍をペアで撮影しもっともよい動画を提出する。	
	40	跳躍練習 はさみ跳びの跳び方				
	50	用具片付け 振り返り				
評価	知・技	知①	技①		技②	総括的な評価
	思		思①	思②		
	態	態②		態③	態①	

走り高跳びの記録には、身長や走能力（50m走タイム）などがたいへん影響してきます。そこであなたのデータから、次の2つの方法で走り高跳びの目標記録を算出し、自分にあった目標記録を設定しよう。

あなたのデータ	身長	cm	50mのタイム	秒

走り高跳びの目標記録＝（0.5×身長）－（10×50m走タイム）＋120

あなたの目標記録	

目標の設定

学び方の提示

指導すること
学びの自立
委ねること

○オリエンテーションの充実
・動きのポイント
・目標の設定
・どのように学びを進めていくのか
（学び方、ICTの活用）
・安全のポイント等

☆単元のゴールイメージをもてることで、生徒は主体的に学んでいく。

1　発表者の実践ポイント　～指導の充実につながるポイント（続き）～

○「指導に生かす評価」の充実、継続
⇒何を「問いかけ、称賛」するのか
⇒一人一人に必要な手立ては　等

○指導改善に努める
⇒単元の目標につながる学習であったか
⇒生徒は主体的に学んでいたか、支援は十分であったか　等

走高跳　評価のための補助簿

観点										
知①	技①		技②		思①	思②		態①	態②	
5/16	5/30	6/6	6/6	6/6	5/23	5/30	5/30	6/6	5/16	
学習カード	観察	動画提出	観察	学習カード	観察	観察	学習カード	観察	観察	
A	A	A	A	○130cm	A	B	B	A	A	
A	A	A	A	×130cm	A	A	B	A	B	
A	A	B	A	○135cm	A	B	B	B	A	
A	A	A	A	○130cm	B	B	B	A	B	
欠	B	B	A	○110cm	A	A	A	B	欠	

保健体育科の授業づくりに真剣に向き合う

多くの成果、課題が生じるのは、授業改善に努めている証

2　保健体育科の授業の充実に向けて　～運動の特性や魅力～

第１学年及び第２学年「目標」　◇知識及び技能

（１）「運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、～」

それぞれの運動が有する特性や魅力に応じて、運動することそのものを楽しんだり、その運動の特性や魅力に触れたりすることが大事であることを示したものである。

(解説　保健体育編　P85)

C　陸上競技

[第１学年及び第２学年]

陸上競技は，「走る」，「跳ぶ」及び「投げる」などの運動で構成され，記録に挑戦したり，相手と競争したりする楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

B　器械運動　(解説　保健体育編　P63)

[第１学年及び第２学年]

器械運動は，マット運動，鉄棒運動，平均台運動及び跳び箱運動で構成され，器械の特性に応じて多くの「技」がある。これらの技に挑戦し，その技ができる楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

★各運動により有する特性や魅力は異なる

例　器械運動は技に挑戦し、できることを楽しむ。でも陸上競技は、、、。

2　保健体育科の授業の充実に向けて　～「知識」の評価について～

学習指導要領 解説 保健体育編

具体的な知識と汎用的な知識の往還 ＋ 方法的な知識

【技(技能)に関連した知識の整理の例】

	汎用的な知識	具体的な知識	方法的な知識
	運動を支える原理，原則，意義 「何のために」行うのか	運動の行い方のポイント・コツ 「どのように」行うのか	課題解決の仕方，運動観察の仕方 「どんな方法で」行うのか（改善できるのか）
ほん転技群	・順次接触すること ・突き放すため ・回転力を高めるため ・起き上がりやすくするため	・おへそを見る ・あごを引く など ・タイミングよくする ・大きく足を振り上げる ・手と足の距離を近づける など	・ゆりかご ・腕立て倒立ゆりかご ・大きなゆりかごからのブリッジ ・段差の利用　など

上手にできないのは、ここが問題かな…

この練習をしたら、きっとできるよ！

○知識の捉え方が広がる。
（「分かる」のレベルアップ）

○生徒同士のアドバイスが具体的になり、学び合いが充実する。

◎「できる」につながる。

「分かる」と「できる」も往還

「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～(P64)

2　保健体育科の授業の充実に向けて　～体育学習で「共生」を学ぶ～

学習指導要領 解説 保健体育編　P236 「内容の取り扱い」

（1）体力や技能の程度，性別や障害の有無等にかかわらず，運動の多様な楽しみ方を共有することができるよう留意すること。

インクルーシブ教育
全ての生徒が一緒に学べる環境づくり

生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力の育成に向けては，体力や技能の程度，性別や障害の有無等にかかわらず，運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるようにすることが重要である。

体力や技能の程度及び性別の違い等にかかわらず，仲間とともに学ぶ体験は，生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた重要な学習の機会であることから，原則として男女共習で学習を行うことが求められる。その際，心身ともに発達が著しい時期であることを踏まえ，運動種目によってはペアやグループの編成時に配慮したり，健康・安全に関する指導の充実を図ったりするなど，指導方法の工夫を図ることが大切である。

また，**障害の有無等にかかわらず**，仲間とともに学ぶ体験は，生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現とともに，**スポーツを通した共生社会の実現**につながる重要な学習の機会であることから，本解説第３章の１の１（3）に示された内容等を参考に，指導の充実を図ることが大切である。

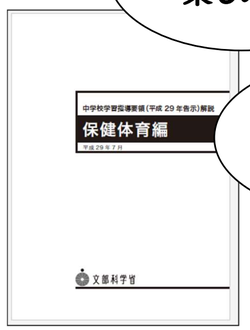
「保健体育の授業で、何を学んだ？」

運動する楽しさ、喜び

技の種類、技術、作戦

運動をみる楽しみ方

挑戦する心



支え合うこと

？

体力、健康の大切さ

御視聴　ありがとうございました。