

新学習指導要領を踏まえて

体育科・保健体育科では、「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成」、「健康の保持増進」、「体力の向上」の3つの具体的な目標が相互に密接な関連をもち、重要なねらいとなっています。これを踏まえた授業改善のポイントとして、次の点を重視しましょう。

- ① 運動の楽しさや喜び
- ② 指導内容の明確化
- ③ 課題解決型の授業
- ④ 運動量の確保

「学び合いの充実」と「学びの習慣づくりの充実」のために

- 運動領域(分野)では、集団で行う運動はもとより、個人で行う運動であっても態度や思考・判断の学習内容として学び合う姿が示されています。したがって、練習方法や作戦を考えたり、成果を振り返ったりして話し合うなどの言語活動の充実が重要となります。
- 保健領域(分野)では、健康・安全に関する知識を活用する学習活動を充実させることが重要となります。
- 体育・健康に関する指導は、家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活での適切な運動の実践を促すことが重要です。そのことによって、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われます。

授業改善のポイント

【① 運動の楽しさや喜び】

心身の発達の特性に合った適切な運動の実践により、すべての児童生徒に運動の楽しさや喜びを味わわせる授業づくり

例えば、小学校の場合、低・中学年の児童であれば、体を動かすことそのもの楽しさを感じます。高学年では、それに加えて、自分の課題をもち、意図的に練習をし、その成果として勝ったり上達したりしたときに楽しさを感じるようになります。

【② 指導内容の明確化】

運動を通して、技能、態度、(知識)思考・判断の内容をバランスよく身に付けさせる授業づくり

2つの視点

- ・何を身に付けるのか(学習指導要領解説の分析)
- ・どのように身に付けるのか

例えば、リレーを教材としたときは、走り方やバトンプスの技能を身に付け、協力して練習や競走をしたり、試合結果や判定を受け入れたりして態度の内容を身に付けていきます。そして、練習方法や競走の仕方を工夫していく中で、思考・判断の内容も身に付けていきます。

思考・判断の内容を身に付けるには、必要な情報を示し、子どもが試行錯誤できる時間を確保することが必要です。

【③ 課題解決型の授業】

児童生徒の能力・適性、興味・関心等に応じて、自ら考えたり工夫したりしながら運動の課題を解決する授業づくり

発達段階に応じて系統性を考慮しながら思考・判断に関する指導内容の充実を図ることが大切です。

- 小学校→「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にする」
- 中学校1・2年→「基礎的な知識や技能を活用して、学習課題への取り組み方を工夫できるようにする」
- 中学校3年→「これまで学習した知識や技能を活用して、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする」

<言語活動が充実した授業>

話し合う場はたっぷりあるが話し合うことがなくなり時間をもて余したり、「教え合っ」と言われても何を教えてよいか分からず、形式的な教え合いにとどまったりしている場合があります。その原因は、思考やコミュニケーションのための前提となる情報の不足が考えられます。そこで、次の点について日々の授業を振り返り、言語活動の充実を図っていくことが大切です。

- 児童生徒が話し合いに必要な適切な情報の獲得が行われているか
- 体育としての情報の活用の仕方の指導ができているか

<実生活で生かす>

運動する子どもとそうでない子どもの二極化の傾向や、子どもの体力の低下傾向が依然深刻な問題となっていることから、「体づくり運動」が小学校低学年から示されました。

学校で学んだ多種多様な動きの経験を家庭で保護者と共に行ったり、運動することでストレスの軽減に生かしたり、日常生活での実践につながるよう働きかけましょう。

【④ 運動量の確保】

現在、県北域内では遊びや運動の「場」や「時間」の制限によって、児童生徒の運動量が減少しており、体力の低下が懸念されています。

そこで、授業においては次の点に留意して運動量を確保しましょう。

- ① 自校化した運動身体づくりプログラムの効率的な実施(特に小学校)
 - ・ 短いテンポで次々と実施し、終わったときに息が弾んでいるぐらいの負荷がよい。(リズム太鼓を効果的に使用する)
 - ・ 学校や学級の実態に応じて内容や回数、強度などを工夫したり、主運動につながる動きを取り入れたりして実施する。(自校化)
 - ② 主運動(身に付けさせたい具体的な内容)の適切な指導
 - ③ 場の設定の工夫や効率的な話し合いによる運動時間の確保
- ※ 複数学級の合同体育では、場の安全に留意しながら、話し合う時間と運動する時間を交換する、見る活動と動く活動をずらすなどの工夫も有効です。