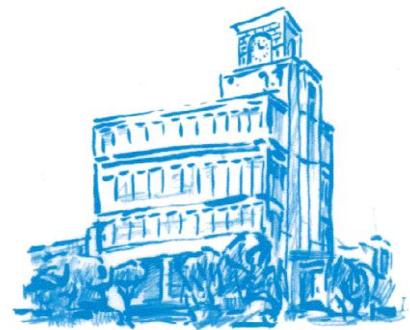


## 豊かなスポーツライフの実現に向けて

伊丹市立総合教育センター

所長 永嶺 香織

東京2020オリンピック・パラリンピックの開催については様々な意見がありましたが、努力を積み重ねてきた選手の戦いに多くの感動と勇気をもらいました。子どもたちもスポーツの良さや醍醐味を味わうことができたのではないかと思います。



さて、今月は運動をテーマに取り上げます。学習指導要領における保健体育科のねらいは、「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」です。そのためには、「知識・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つの柱を踏まえた学習活動を行わなくてはなりません。

令和元年度の「全国体力運動能力・運動習慣等調査」では、運動やスポーツを行って楽しいと感じる活動や運動が苦手な子どもが運動を好きになり、意欲的に取り組むようになる授業について分析しています。

それはどのような時か。「勝ったとき」「記録が伸びたとき」「上手にできたとき」「できなかったことができるようになったとき」等です。また、運動が苦手な子どもが運動やスポーツを楽しんでいるのは、「授業での助け合いや話し合い等」を行っているときです。授業でICTを活用することも有効です。

得意・不得意、体力や技能の程度、障害の有無等に関わらず、まずは、子どもたちが多様な運動やスポーツを楽しみ、学習への意欲を高めることは他教科でも同様です。

新型コロナウイルス感染症の影響により、密集や近距離で組み合ったり接触したりする運動などの活動には細心の注意や工夫が必要ですが、多様な学習活動を取り入れ、「運動の楽しさを味わっているか」という視点で授業をふり返り、3つの柱を重視した活動を実践してください。

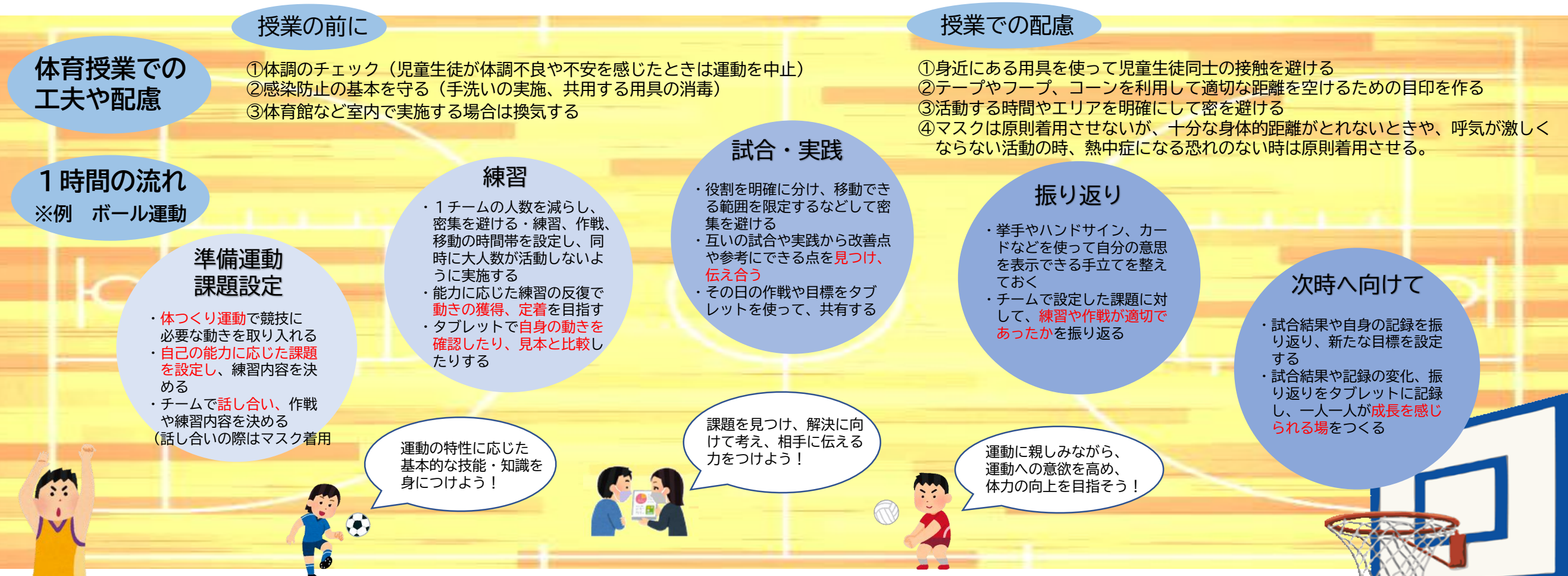
# 「主体的・対話的で深い学び」の実現～体育授業編～

『知識・技能』『思考力・判断力・表現力等』『学びに向かう力・人間性等』の育成に向けた**内容改善**の具体的事項

・全ての児童が、**楽しく、安心して運動に取り組む**ことができるようにし、その結果として体力の向上につながる指導等の在り方について改善を図る。その際、特に、運動が苦手な児童や**運動に意欲的でない児童への指導**等の在り方について配慮する。  
 ・体力の向上については、心身ともに成長の著しい時期であることを踏まえ、「体づくり運動」の学習を通して、**体を動かす楽しさや心地よさを味わい、様々な基本的な体の動きを身に付ける**ようにするとともに、健康や体力の状況に応じて**体力を高める必要性を認識**できるようにする。

〈学習指導要領（小学校体育・中学校保健体育）より抜粋〉

しかし現在、新型コロナウイルス感染症拡大により、学校現場や家庭で児童生徒が運動できる場や方法が制限されています。また体育授業そのものへの不安が懸念されています。今回は感染症対策を踏まえた**体育授業での工夫や配慮**と、体力作りだけでなく授業で身につけたい体の動きに応じて実施できる**体づくり運動**を紹介します。



## 体づくり運動の例

活動	タッチコーン	かえるの足うち	綱引き	8の字走	ラダー	動作まねっこ
ねらい	敏捷性を高める	支持能力を高める	体全体を使って力を発揮する	体幹の安定性を高める	巧緻性を高める	体全体の動きを協調する
内容	コーンやボールを数m間隔で設置し、サイドステップで順番にタッチする	マットの上で倒立し、両足を床から離して打つ	二人で向き合いタオルやミニ綱引きを引っ張り合う	8の字にひかれた線の上を制限時間内で走る	ラダーの上を決められたステップで進む	教師や前にいる児童生徒と同じポーズをとる
発達段階に応じた工夫	コーンの数や高さ、間隔を変える	足を打つ高さや回数を変える	足を開く、中腰、片足立ちなど姿勢を変えて行う	線の太さを変えたり、途中で走る方向を変えたりする	ステップの種類を増やす	動作を複雑にしたり、前進しながら行ったりする

参考：兵庫県教育委員会 体育保健課 学校体育班 動画サイト  
 : スポーツ庁HP 「コロナ禍における体育、保健体育の教師用指導資料」



# 体育×ICT活用

1人1台のタブレットが配布され、学校や家庭の様々な場面で活用されるようになりました。体育の授業でも場面にに応じて活用することで「新しい学びのスタイル」「新しい指導のスタイル」を生み出すことができます。今回はそんな体育授業でのICT活用が満載の一冊を紹介します。

## マネジメント×ICT

- ・アプリを活用したチーム分け
- ・安全指導をストーリー化
- ・デジタル教科書で振り返り 等

## 思考力×ICT

- ・学んだことを使って実況中継
- ・10秒間で振り返りを記録
- ・話し合い活動を評価し、話し合いを磨く 等

## 運動量×ICT

- ・視覚化してすばやく場づくり
- ・PowerPointでルール説明
- ・めあての見える化でモチベーションアップ 等

## 判断力×ICT

- ・動画からイメージと現実とのギャップを判断
- ・おうちの人と体育で学んだことを評価する 等

## 技能×ICT

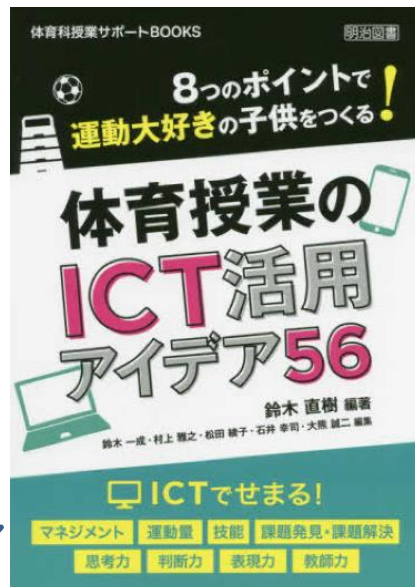
- ・ビッグデータを使った学習
- ・遅延再生装置を使って動きを素早く確認
- ・仲間と動きを共有 等

## 表現力×ICT

- ・見本動画と見比べて、友達の動きを伝え合う
- ・チームで動画を共有して一人ひとりのよさを伝え合う 等

## 課題発見・課題解決×ICT

- ・「データ持久走」で自分のペースを見つける
- ・タブレットで伝えあいながら課題解決 等



## 教師力×ICT

- ・ネットサーフィンで様々な情報を集める
- ・オンラインを活用した対話型授業参観 等

カリキュラムセンターには他にもたくさんの実践に役立つ本を置いています



発行 伊丹市立総合教育センター  
所在地 〒664-0898  
伊丹市千僧1丁目1番  
TEL 072-780-2480  
FAX 072-780-2482  
開館日 月・火・木・金 : 9:00~21:00  
水・土 : 9:00~17:00  
休館日 日曜・祝日、年末・年始

総合教育センターHP  
<http://www.itami.ed.jp/>

### <教育相談>

電話 072-772-6171 (電話相談)  
072-780-2484 (来所相談)

お子様に関する様々な悩みや課題、問題等の相談に応じています。

(来所・電話相談)  
月・火・木・金 : 9:00~18:00  
水・土 : 9:00~17:00

こまったことがあったらすぐ相談

兵庫県教育委員会  
ひょうごっ子SNS悩み相談  
LINEを使って利用できます

