

第2章

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7年度 鳥取県の取組について

《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体力向上推進計画書からわかる各学校の取組
- 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8年度の子どもの体力及び教員の指導力向上 に係る取組

2・1 令和7年度 鳥取県の取組について

①令和7年度とっとり元気キッズ体力向上支援事業

目的

地域の人材を活用して体力向上に向けた取組をPDCAサイクルで実施する学校に対して、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児童生徒を増やしたり、教職員の指導力の向上を図ること等を目的とする。

令和7年度事業実施校

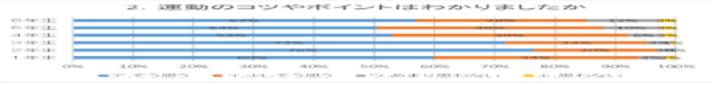
鳥取市立遷喬小学校、鳥取市立宝木小学校、鳥取市立面影小学校、鳥取市立湖山西小学校、倉吉市立久米小学校、琴浦町立赤碕小学校、琴浦町立船上小学校、米子市立和田小学校、伯耆町立岸本小学校

令和7年度事業協力団体

- ちゃれきんぐ株式会社
- フィットネス&スパZeroスポーツ
- 合同会社サウージ
- 鳥取県理学療法士会

【成果】

○児童にとっては技の習得のポイントやコツを理解することができた。

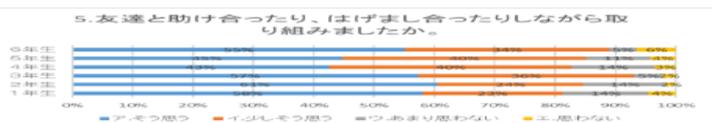


○教員にとっては、技を習得させるための指導のポイントやコツを理解することができた。



【課題】

●友達と助け合ったり、励まし合ったりしながら取り組む場面が少なかった。



②体力向上推進計画書からわかる各学校の取組

柔軟性向上の取組 (テスト項目：長座体前屈)			
小学校 (義務教育学校前期課程)	中学校 (義務教育学校後期課程)	高等学校	特別支援学校・まなびの森
77/117 (66.8%)	39/56 (69.6%)	20/24 (83.3%)	6/10 (60%)
<ul style="list-style-type: none"> ・ランニングエクササイズの実施 ・モーニングストレッチ ・毎月17日を柔軟の日として実施 ・遊びの王様ランキングの活用 ・体育の授業前に短時間実施を継続 ・ペアでのストレッチを継続実施 ・ストレッチ前後で前屈を行い効果を実感 ・学校独自の体操を考案(加茂っ子体操) ・動的ストレッチの継続実施 ・家庭での親子ストレッチ ・柔軟カードを配布し家庭でストレッチ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ペアワークによる柔軟運動 ・ランニングエクササイズの実施 ・静的、動的ストレッチの継続 ・準備運動で必ずストレッチ ・ウォーミングアップに効果的な柔軟 ・股関節のストレッチに重点をおく 	<ul style="list-style-type: none"> ・学校独自の体操を全校で実施(東高体操) ・ストレッチの継続 ・主運動につながる動的ストレッチ ・授業開始時にストレッチ ・授業中、一人でできるストレッチを必ず実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・猫背体操とランニングエクササイズ ・柔軟運動遊びや体操 ・定期的にストレッチ
全身持久力向上の取組 (テスト項目：20mシャトルラン)			
小学校 (義務教育学校前期課程)	中学校 (義務教育学校後期課程)	高等学校	特別支援学校・まなびの森
90/117 (76.9%)	39/56 (69.6%)	19/24 (79.2%)	7/10 (70%)
<ul style="list-style-type: none"> ・委員会による運営(RUNRUNタイム等) ・全校マラソン大会を通した取組 ・マラソン大会を複数回実施 ・朝、業間運動での5分間走の継続 ・がんばり(チャレンジ)カードの活用 ・毎週金曜日は「山下ロードの日」として継続して走る習慣 ・授業前の3分間走 ・縦割り班での対抗企画でマラソン ・全校駅伝大会の実施 ・遊びの王様ランキング「3分間20mリレー」の継続実施 ・町内マラソン大会への参加 ・クロスカントリーリレーを年5回実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・3分間走の実施 ・シャトルラン1.4m×10往復の計測 ・授業前の集団走+個人走 ・シャトルラントレーニング ・シャトルランリレー ・駅伝部に参加しやすい雰囲気作り ・マラソンカードを活用し努力や成長の可視化 ・3分間チャレンジ走(年間体育館400周目標設定) ・校内マラソン大会を複数開催 ・町内マラソン大会への参加 	<ul style="list-style-type: none"> ・5分間走 ・強歩大会に向けて持久力を向上させるトレーニングの実施 ・5分間走や縄跳びの実施 ・浦富健康マラソンへの参加 ・授業での持久走の実施 ・運動実施時間調査を月2回実施 ・○分間走の実施 ・BGMを活用した雰囲気づくり ・20mシャトルランテストを月1回実施する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・縄跳び ・ウォーキングやランニングの継続 ・シャトルラン記録会の継続実施
筋力・筋持久力向上の取組 (テスト項目：握力・上体起こし)			
小学校 (義務教育学校前期課程)	中学校 (義務教育学校後期課程)	高等学校	特別支援学校・まなびの森
36/117 (30.8%)	24/56 (42.9%)	10/24 (41.7%)	5/10 (50%)
<ul style="list-style-type: none"> ・グループ体操の実施 ・手押し車での筋力アップ ・「立腰」の継続実施 ・鉄棒や助木を活用した運動の実施 ・ぞうきんしぼり大会 ・体幹トレーニング ・サーキット運動の実施 ・基礎体力トレーニング 	<ul style="list-style-type: none"> ・腹筋、背筋運動のトレーニングの継続実施 ・体幹を強化するトレーニングの実施 ・補強トレーニングの継続実施 ・補強トレーニングをスピーディーに実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループトレーニング ・腹筋、背筋を鍛えるトレーニングの継続実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・バランスポールを使用したトレーニング ・腹筋が鍛えられるトレーニング ・体幹トレーニング
筋パワー、巧緻性の取組 (テスト項目：立ち幅跳び・ボール投げ)			
小学校 (義務教育学校前期課程)	中学校 (義務教育学校後期課程)	高等学校	特別支援学校・まなびの森
29/117 (24.8%)	11/56 (19.6%)	5/24 (20.8%)	1/10 (10%)
<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度との比較を明示し、意欲付け ・いつでも立ち幅跳びが測定できる場の設定(体育館にマットを常設) ・ボールに触れる機会を増やす ・授業前にシャドーピッチングを行う ・大谷グループの活用推進 ・投げる運動の経験の蓄積 ・各教室にノーバンクボールを配布し、休憩時間の活用促進 ・投げるコツやソフトボールに事前に触れる等、知識を得た上で測定する ・遊びの王様ランキング「遠投王シャトル投げ」の活用 	<ul style="list-style-type: none"> 立ち幅跳びが県平均と同等になること目標設定 ・ハンドボール投げで学校平均値が県平均値より1m以上増加すること目標設定 ・ジャバリックボール投げの取組を実施 ・投運動を目的としたトレーニングの実施 	<ul style="list-style-type: none"> ・特に女子生徒について筋パワー強化 ・各領域のアップで投げる動作を組み込む ・球技等実施種目との関連を図りながら強化 ・球技の授業前にキャッチボール 	<ul style="list-style-type: none"> ・巧緻性の向上に向けて昨年度より上回る目標の設定
体力向上につながる取組			
小学校 (義務教育学校前期課程)	中学校 (義務教育学校後期課程)	高等学校	特別支援学校・まなびの森
<ul style="list-style-type: none"> ・トップアスリートによる体力テスト実施方法動画を職員見習い研修の時間を設定 ・動画を活用し視覚的な支援を行う。 ・学級遊びでは運動系の遊びをすることを推奨する。 ・マラソンカード、縄跳びカード、記録達成カード等努力が可視化できるようにする。(記録の掲示等) ・メディア学習を定期的に実施し、夜9時以降にメディアを使用しない意識を高める。 ・PTA保健体育部と連携(家庭での運動促進) ・家庭でできる柔軟体操、ストレッチなどを紹介する。 ・地域のスポーツセンターや高校生とタイアップした取組 ・中学校区で「健康ウィーク」を行い、運動に関する内容を力を入れて取り組む。 ・ドッジボールコートを作り、遊ぶ環境を増やす。 ・マラソン大会を近隣の学校と合同で実施。 ・保健だより「体力向上コンテンツ二次元コード」等を掲載し、家庭での運動を促す。 ・系統性を意識した体育学習。 	<ul style="list-style-type: none"> ・養護教諭や保健委員会と連携 ・委員会活動による食育指導に取り組み、学校栄養職員による食育指導に努める。 ・養護教諭や栄養教諭等とのTTIによる保健体育及び学級活動の授業実践。 ・保健委員会と体育委員会におけるクラス別縄跳びプロジェクト ・外部指導者によるトレーニング及び講義や実技指導を実施。 ・ソフットの練習では3年生が2年生に、2年生が1年生に指導する場面を設定する。 ・体育分野、保健分野とも自分の考えを伝える機会を意識的に取り入れる。 ・昼休みの体育館開放。 ・生活習慣チェックを年4回実施。 ・タブレットを活用した動作分析 ・冬場に他部活との合同活動を行い、体力と意欲の向上を図る。 ・遊びの王様ランキングの活用。 ・ICTの効果的な活用。視覚支援。 ・指示を少なくし、生徒自身で考えて動ける環境づくり。 ・小学校とのマラソン交流を実施。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ICT機器の効果的な活用。手本となる動画を視聴。 ・担任と養護教諭、部活動顧問等との連携を図りながら指導し、生徒の生活習慣の安定、向上を図る。 ・BGMを活用した雰囲気づくり ・ゲームの行い方を生徒が考え、生徒同士で決定できる授業展開に努める。 ・男女共習での授業を実施し、種目選択が自由に行えるようにする。 ・コーディネーショントレーニングで楽しく体を動かす仕組みをつくる。 ・スポーツトレーナーからの指導。 	<ul style="list-style-type: none"> ・連絡帳や通信等で活動の様子を発信 ・オリエンテーションやアンケートを実施し、生徒の能力や経験値を把握。 ・障がい者スポーツ協会やCHAX、パラフット協会等の外部組織との連携 ・eスポーツやニューススポーツの積極的な活用。 ・外部講師を招いての学習。

～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）が考案したものです。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。

(1) 「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>



(2) 柔軟性向上に向けた新たなエクササイズについて

県理学療法士会に御協力いただき、『誰でも、どこでも、簡単に』をコンセプトにした新たなエクササイズ動画を作成中です。完成しましたらお知らせしますので御活用ください。

(3) 長座体前屈の向上が他の種目に及ぼす影響について

「令和7年度第2回鳥取県子どもの体力向上支援委員会のまとめ（P3）」にも記載しているとおり、体力向上支援委員会の有識者によるデータ分析によると、長座体前屈の数値が向上すると握力をはじめ、反復横跳びや立ち幅跳び等の数値が向上するという結果がみられました。

また、エクササイズに加え骨盤の向きや背筋を伸ばす姿勢を意識することを習慣づけることが、柔軟性の向上に効果的があるとのことですので、日々の姿勢について意識していきましょう。

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】

	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7
前期	155	260 (25)	350 (31)	255 (15)	312 (24)	279 (19)	196 (19)
前期体力王	32	35 (5)	38 (7)	17 (3)	78 (5)	115 (7)	119 (12)
後期体力王	37	40 (6)	98 (8)	11 (3)	19 (4)	59 (8)	88 (8)
ジャンプ王	232	139 (15)	69 (20)	73 (11)	131 (18)	69 (20)	83 (18)
後期	596	454 (32)	544 (46)	493 (34)	665 (41)	400 (39)	493 (38)
かけてかけてリレー王 (昨までは遠投シャトル投げ)	62	20 (6)	48 (6)	27 (5)	23 (5)	37 (4)	35 (5)
合計	1100	977 (94)	1166 (124)	915 (77)	1228 (97)	959 (97)	1014 (100)

※ジャンプ王:教育長杯 かけてかけてリレー:教育次長杯

※()内は団体・学校数

※体力テストの種目に類似した遊びを行う「体力王決定戦」を年間2回実施



ウェブサイトアドレス : <https://asobi2.com/>

QRコードはこちら→



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7年度実績】(今年度の実績及び予定)

実施日	派遣アスリート	派遣先	内容
5月16日(金)	西郷 智博 氏	鳥取市立富桑小学校	講演
8月21日(木)	岡本 直己 氏	倉吉市立東中学校	実技指導、講話等
9月10日(水)	西郷 智博 氏	鳥取市立富桑小学校	実技指導
9月20日(土)	藤井 亮汰 氏	KRCジュニア	実技指導、講話等
9月22日(月)	大部 由美 氏	琴浦町立聖郷小学校	サッカー体験、講演等
9月22日(月)	宇佐美 里香 氏	鳥取市立宝木小学校	演武披露、講演等
10月23日(木)	岡本 直己 氏	岩美町立岩美南小学校	実技指導、講話等
10月24日(金)	西郷 智博 氏	鳥取市立富桑小学校	実技指導
10月31日(金)	岡本 直己 氏	鳥取市立世紀小学校	実技指導、講演等
11月13日(木)	大部 由美 氏	八頭町立郡家西小学校	サッカー体験、講演
11月18日(火)	岡本 直己 氏	倉吉市立明倫小学校	講演
11月20日(木)	宇佐美 里香 氏	鳥取市立湖山西小学校	演武披露、講話等
11月25日(火)	藤井 亮汰 氏	倉吉市立上北条小学校	ハードル走の実技体験、講演等
12月 9日(火)	山中 歩里 氏	鳥取市立宮ノ下小学校	ダンス体験、講演等
1月 9日(金)	藤井 亮汰 氏	鳥取中央育英高等学校	講演
1月15日(木)	宇佐美 里香 氏	鳥取養護学校	演武披露、実技体験等
1月23日(金)	宇佐美 里香 氏	米子市立義方小学校	演武披露、実技体験等
2月 4日(水)	西郷 智博 氏	鳥取市立北中学校	講演
2月15日(日)	小泉 維吹 氏	湯梨浜町教育委員会	講演

令和7年度は7名のアスリートを、19回派遣しました。

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の生涯を通じた運動・スポーツへの主体的な参画の定着・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・スポーツへ関心を高め、運動習慣の定着と体力及び運動意欲の向上を図る。

実践校	派遣オリンピック・パラリンピアン	
鳥取市立米里小学校	武良 竜也 氏	水泳 (東京2020オリンピック男子200m平泳ぎ7位 等)
八頭町立八東小学校	池 透暢 氏	車いすラグビー (パリパラリンピック金メダル、日本代表キャプテン 等)
鳥取市立青谷中学校	狩野 美雪 氏	バレーボール (北京オリンピック出場、デフリンピック日本代表監督 等)



⑥ 水泳指導研修会

【目的】

水泳指導の基本知識や効果的な指導方法を学ぶとともに、水泳が苦手な児童生徒への手立て及び安心安全を確保した水泳指導について理解し、指導者としてのスキルアップを図る。

【対象】

令和5年度以降に小学校(義務教育学校前期課程含む)又は特別支援学校小学部に採用された者及び希望者※採用から3年間で必ず1回は受講する

【課題】

日時	場所	時間帯	参加人数
6月23日	鳥取産業体育館屋内プール	午前	17名
		午後	32名
6月30日	県営東山水泳場	午前	7名
		午後	45名

(動画QRコード)



アンケートの感想(一部抜粋)

- ・子どもの実態に合わせて使える技法が多くとても勉強になりました。
- ・担当している学年は6年生ですが、浮くこと、沈むことの基礎的な体の使い方、呼吸の仕方の指導が分かりました。座学よりも自分たちで体験したことにより、子供がどう思うかな、どう考えるかなと考えられました。
- ・工夫一つで、水や水泳学習に苦手意識をもつ児童・生徒は少なくなると感じました。実践できる所からしてみようと思います。
- ・顔つけができない児童への指導のsmallステップをしっかりと時間をとって教えていただけたのでとても参考になりました。高学年の学習しかしたことがないので、低学年の担任になった際に、今日の学びを実践したいと思います。

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7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	

中学校の武道授業においては、別途配布する実践事例報告集を参考にしてください。

※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。

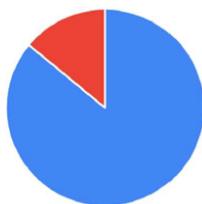
令和7年度体育・保健体育指導力向上研修(西部ブロック)

場所：香川県高松市

日時：令和7年5月21日(水)～23日(金)

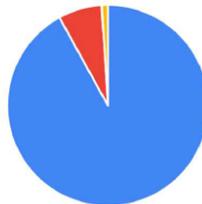
運動領域	対象	受講者(学校体育講習会講師)	講習日	参加人数
陸上運動系	小	秋田 大輔 教諭(河北小学校)	8月21日(木)	111名
水泳運動系	小	山本 海智 教諭(上道小学校)	7月24日(木)	33名
体づくり運動	中・高	山坂 明 教諭(鳥取大学附属中学校)	7月24日(木)	24名
武道(柔道)	中・高	安田 昌弘 教諭(南中学校)	7月25日(金)	19名
ダンス	中・高	西亀 剛史 教諭(岩美高等学校)	8月20日(水)	16名
保健	小・中・高	小林 祐介 教諭(鳥取大学附属小学校)	8月21日(木)	46名
幼児の運動遊び	保・幼	上田 のぞみ 主幹(小鴨保育園)	10月6日(月) 10月10日(金) 10月27日(月)	80名

1. 今回の講習会はいかがでしたか



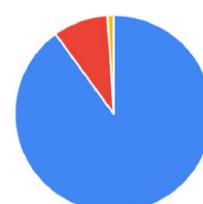
●満足 86% ●まあ満足 14%

2. 講習会で知識が広がったり、深まったりしましたか



●あった 7% ●まああった 7% ●あまりなかった 1%

3. 講習会の内容は、今後に生かせるものでしたか



●生かせる 86% ●まあ生かせる 14% ●あまり生かせない 0%

【令和7年度学校体育講習会における資料】

- データの格納場所
令和7年度学校体育講習会【資料】 (Google Classroom)
- クラスコード
2703kp12

1 コーステーマ

幼児期運動指針に基づいて、発達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つけることができるようにするための指導のあり方

2 講師

中京大学 スポーツ科学部 教授 中野 貴博 氏

横浜市教育委員会事務局教育育成課 主任指導主事 川田 いづみ 氏

3 研修内容

『幼稚園教育要領の趣旨を踏まえた運動遊び指導について』

・幼稚園教育要領における運動遊び

☆幼児期は、生涯にわたる人格形成を培う重要な時期。幼児の特性を踏まえて、環境を通して行うもの。幼児とともによりよい教育環境を私たちは創造するようにつとめることが大事である。→遊びを通して様々な運動遊びを取り入れていくことが大事。「試すこと」「意欲を引き出すこと」は運動遊びの中で出しやすく、大歓迎の場としてとらえていくと良い。

☆非認知スキルと認知スキルについて

非認知スキルの中には「やり抜く力」「前向きな行動」「自己効力感」「意欲」「リーダーシップ」「創造性」「好奇心」「社会性」「協調性」「コミュニケーション」「主体性」が含まれている。ここが『幼児期の終わりまでに育てたい10の姿』とよく似ている。この経験を幼児期のうちにしっかり積み重ねることで、学校に上がってからの認知能力スキルへとつながっていく。この力がないと、認知能力はついてこない。運動遊びの中で育てていくことで、小学校に行ってから運動、勉強に頑張れる子になっていく。

☆子どもたちの実態

登る、上を見るなどの動きが減ってきている。つい、危険なこと・・・と大人が経験させていないこともある。してほしい動きをしてくれない・・・とあきらめてしまうのではなく、提示の方法ややり方を工夫しながら様々な動きを遊びの中に複合的に取り入れていくことが大事。思わず動きたくなるような仕掛け作り（子どもが気がつけるよう）をしたり、片付けの中にゲーム性を持って一緒にしてみたり、意図したグループ分けやスモールステップなど様々な方法を試しながら工夫をしていくことが大事。それとともに、保護者への注意喚起も大事にしてほしい。例えば、運動の測定結果や運動している様子の発信など。

・幼児期の運動発達の特徴

☆幼児の体力について

持久力が備わっていくのは、小学校の高学年から。この時期に、持久力や筋力へ負荷をかける運動はあまり効果がない。だからといってこの時期にしなくていいわけではなく、経験はしておくべき。動かし方や使い方を知っておくことは大事。

☆体力の概念について

身体的要素、精神的要素の「行動体力」「防衛体力」がある。幼児に備えておくのは精神的要素の中の行動体力（意思、判断、意欲）、防衛体力（精神的ストレスへの抵抗力）。これをつけておくことで「頑張る力」も身についてくる。

☆ゴールデンエイジについて

3つのゴールデンエイジのステージに分かれていて、幼児期（3歳から8歳）は初めの「プレゴールデンエイジ」と言われる時期。神経発達が最も著しい時期で運動神経の基礎を培う最重要な時期。この時期が一番大事でここを経験していないと次のステージには進めない。だから、遊びの中で運動の経験をしていきましょう！遊ぶことが楽しいと思える中で多様な動きを引き出せるような環境設定をしていくことが大事。

・小学校教育との円滑な接続

☆幼児教育と小学校教育について

子どもにとって幼稚園、保育園→小学校に上がったときに隔たりがあってはいけない。幼保からは「子どもたちが幼児期にあそびを通してどのような学びを重ねているか。」を伝えること。学校は「幼児期の遊びを通して学びを踏まえてどのように教育活動を展開しているか。」の視点で連携していくことが大事。お互いの特徴を理解していくことが大事。幼児期の遊びの中で夢中になって試行錯誤する中で力がついていることを理解し、そこが小学校生活の基盤になっていることは大前提！決して幼児期は小学校の先取り教育ではないということをもう一度覚えておいてほしい。小学校では、今まで幼児期に積み重ねたことを生かして生活するという考えを大事にしてほしい。運動の段階については、一つ一つ上がっていくものなのでじっくりできる時間を大切にしながら共感・賞賛を大事にしてほしい。「やってみよう！」「やっ
たー！できた！」の経験を幼児期にしっかり経験しているので小学校でも特に低学年のうちはねらいとする動きを身につけることを成功体験の中から得られるようにしてほしい。夢中になって「もっとしたい！」を大事にした授業の工夫を！

『多様な動きの経験につながる環境設定と指導の工夫』

・体を使った遊びの楽しさを味わうとともに基本的な遊びの経験ができる指導のあり方

☆鬼ごっこ・ボール・縄・フープ・新聞紙を使った運動遊び [実技]

実際にやってみたアイスブレイク

アイスブレイクとは・・・

初めの準備運動のようなもの。「さー運動するからみんなで体操しますよ！」よりも、楽しみながらいろいろな体の動きを取り入れやすい。楽しみながら参加できるものが多い。また、周りの人とのコミュニケーションをとる場にもなる。

- ・一人で作りました
- ・言うこと一緒、すること一緒・言うこと逆、すること逆・言うこと一緒、すること逆・言うこと逆、すること一緒
- ・膝タッチ
- ・ヒトデ返し
- ・フープを使って
ケンパ、島渡り、手をつないでフープくぐり
- ・鬼ごっこ

4 幼稚園教育要領に基づいた指導と評価

・指導案の作成（グループワーク）、模擬保育

☆いろいろな職種の人でグループを作り、みんなで一つの模擬保育をする。

その中で幼児期の指導者は目当てとするものから長いスパンでのゴールを目指すこと。小学校の先生はその活動の中でめあてからのゴールの姿を見ているのがわかった。ここを埋めていくことが私たち指導者に求められるものだと感じる。

・模擬保育の振り返り、協議及び指導助言

お互いのいいところを理解し合いながら子どもたちにより良い環境で運動体験をできる場をつくることの大事さを確認する。

〈Bコース陸上運動系〉研修報告レポート

倉吉市立河北小学校 秋田 大輔

1 全体会

(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 網島 毅 氏

①学習指導要領改訂に向けた議論が開始

- ・多様性を包摂し、可能性を開花させる教育の必要性
- ・学習指導要領の理念や趣旨の浸透が道半ば
- ・デジタルを活用した効果的な学び

②体育・保健体育の目標達成に向けた授業づくり

- ・目標と育成を目指す資質・能力
- ・「主体的・対話的で深い学び」の視点からの授業改善
- ・運動が苦手な子供への配慮
- ・系統性を踏まえた指導
- ・課題発見、課題解決の学習過程を重視した指導

(2) 講義2 「障がいの有無に関わらず共に学ぶ体育・保健体育授業について」

文部科学省初等中等教育局視学官（併）特別支援教育課

特別支援教育調査官（肢体不自由教育担当） 菅野 和彦 氏

スポーツ庁政策課 教科調査官 塩見 英樹 氏

①共生の視点を踏まえた体育・保健体育授業

②インクルーシブ教育システムにおける合理的配慮の考え方

(3) 講義3 「事故防止について」

文部科学省総合教育政策局男女共同参画共生社会学習・安全課

安全教育調査官 木下 史子 氏

①学校における安全管理の考え方

②三段階の危機管理

- ・事前の危機管理
- ・発生時の危機管理
- ・事後の危機管理

2 分科会

(1) 講義・実技・演習1

「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①」

愛媛大学 教授 日野 克博 氏

堺市教育委員会事務局学校教育部保健体育課程担当課

指導主事 泰松 宏行 氏

コーステーマ

各種の運動を通して、運動が苦手な児童生徒を含む全ての児童生徒が、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するための資質・能力を身に付けることができる指導の在り方

- ・陸上運動の特性や魅力
 - ・準備運動、主運動につながる運動
 - ・陸上運動を適切に行うことにより、結果として図られる体力（各論）
- ② 運動が苦手な児童や意欲的でない児童等への指導の工夫
- ・具体的な目標（めあて）を設定する活動
 - ・児童に魅力ある教材や教具を工夫する活動
 - ・互いを認め合う雰囲気をつくる活動
- ③ ICT を効果的に活用した活動の例
- ・「主体的・対話的で深い学び」を促進する活動
 - ・ICT を活用して指導と評価の充実を図る活動
 - ・運動の日常化につながる指導の工夫
- ④ 障がいの有無にかかわらず共に学ぶための指導の工夫
- ・様々なパズルのピースがあることを意識する



(2) 講義・実技・演習 2, 3

- ①短距離走
- ・スピードアップ走
- ②ハードル走・小型ハードル走
- ・7のポーズ（抜き足の形）
 - ・シンクロハードル
 - ・エンドレスハードル
- ③短距離走・リレー
- ・ペーパーバトンパス
 - ・手つなぎ競争
 - ・ボールバトンパス
- ④投の運動
- ・タオル投げ
 - ・ナイロン袋

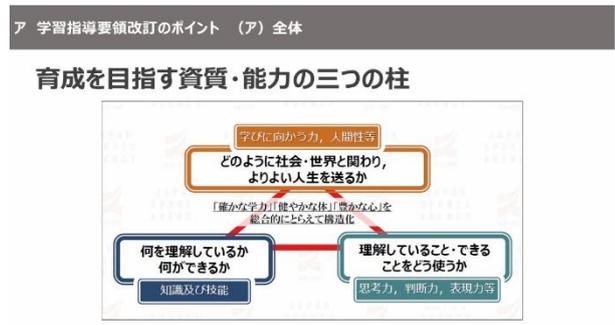
根・幹・枝 の視点にたった授業づくり

* 指導内容（幹…3つの視点）

- 😊 **姿勢・構え**
- 😊 **動き方**（手や足をどのように動かすか…操作）
- 😊 **リズム**（カの入れ具合とタイミング）

(3) 講義・実技・演習 4, 5

- ①指導と評価の計画
- ・1つの評価規準は1時間で評価すること
 - ・技能を評価しがちになるので、3つの柱のバランスを考える
 - ・実現したい姿を具体的に→評価しやすい
 - ・子どもの学習の道筋を考える→教師主導となりすぎないように
 - ・学習の評価（2か1）、積極的な教師の働きかけはたくさん行う
 - ・学習活動を促進する評価



〈Cコース水泳運動系〉研修報告レポート

境港市立上道小学校 教諭 山本 海智

1 全体会（講義 1～3）

(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 綱島 毅 氏

- ①学習指導要領改訂から、見えてきた課題と授業づくり
 - ・多様性を包摂し、可能性を開花させる教育の必要性
 - ・学習指導要領の理念や趣旨の浸透が道半ば
 - ・デジタルを活用した効果的な学び
- ②体育・保健体育の目標達成に向けた授業づくり
 - ・体育・保健学習を通して何を育てるのか常に考えておく
 - ・目標・内容を正しく理解して授業を実践し、生徒の資質・能力を確実に育成する
 - ・3の資質・能力をバランスよく育成するために、それぞれを関連付けて育成する

(2) 講義 2 「障がいの有無にかかわらず共に学ぶ体育・保健体育授業について」

文部科学省初等中等教育局視学官（併）特別支援教育課

特別支援教育調査官（肢体不自由教育担当）菅野 和彦 氏

スポーツ庁政策課 教科調査官 塩見 英樹 氏

- ①共生の視点を踏まえた体育・保健体育授業
 - ・誰も楽しく、安心して運動に取り組むことができる体育の授業
 - ・社会的障壁に対して、平等に配慮するのではなく、実態に応じて合理的配慮の提供も必要となり、環境の整備が変われば合理的配慮も変わる
- ②インクルーシブ教育システムにおける合理的配慮の考え方と実現に向けて
 - ・障がいのある子どもと障がいのない子どもが可能な限り共に過ごすための条件整備
 - ・一人一人の教育的ニーズに応じた連続性のある多様な学びの場の整備
- ③通常の学級における障がいのある児童生徒の指導と評価について
 - ・合理的な配慮をした上で指導し、評価する *評価基準は基本的に変わらない

(3) 講義 3 「事故防止について」

文部科学省総合教育政策局男女共同参画共生社会学習・安全課

安全教育調査官 木下 史子 氏

- ①三段階の危機管理
 - ・事前の危機管理 <1段階目> ⇒ リスクマネジメント
 - ・発生時の危機管理<2段階目> ⇒ クライシスマネジメント
 - ・事故の危機管理 <3段階目> ⇒ クライシスマネジメント
- ②安全管理
 - ・学校安全は、安全教育・安全管理・組織活動の3つで構成
 - ・安全管理には、対人管理と対物管理の2つが必要
 - 健康状態の確認、無理のない指導計画が重要（対人管理）
 - 教職員の負担を軽減しつつ、質の高い安全点検を実現する。（対物管理）
 - *点検の基準整理、日常的に使える点検表作成、専門家（外部人材）の活用
 - *過失の有無①予見可能性 ②結果回避可能性→過去の類似事故有無
- ③児童生徒等への熱中症防止に関する環境整備と指導
 - ・水分や塩分補給や休憩確保、救急体制の整備、空調設備を適切に活用、暑熱順化
 - ・服装、水分補給等の声掛け、運動後のクールダウン、保護者連携、教職員に報告
- ④段階的に発表する気象情報の利用と AED について
 - ・雷ナウキャストの活用
 - ・AEDは2台以上の設置が好ましい *ない場合は最寄りのどこにあるか把握

2 分科会 Cコース水泳運動系（講義・実技・演習）

東海大学体育学部体育学科 教授 大越 正大 氏
札幌市教育委員会学校教育部教育課程担当課 指導主事 河本 岳哉 氏

(1) 水泳運動系

①学習指導要領

- ・個別最適な学び→指導の個別化・・・一人一人に合わせた指導・教材
学習の個性化・・・子ども自身の学習が最適となるよう調整する
- ・協働的な学び →異なる考え方が組み合わさり、よりよい学びを生み出す
- ・主体的・対話的で深い学びにより、資質・能力の育成につながる

②指導の評価と一体化の実現に向けた指導

- ・児童生徒の学習改善につながるもの、教師の指導改善につながるもの
- 指導する事項を明確にする
→評価の観点と評価方法を明確にする

③運動習慣の確立につなげる指導の工夫（3つの視点）

- ・スポーツを「つくる、はぐくむ」
- ・スポーツで「あつまり、ともに、つながる」
- ・スポーツに「誰でもがアクセスできる」

④水泳運動系の特性

- ・多くの人に生涯スポーツとして親しまれている
 - ・系統性を大切にする *他校種とのつながり、4年間の区切り
 - ・安全面の配慮について
- 日常点検、緊急時マニュアル、安全指導・学習（バディシステム、健康チェック）
適する水深、児童生徒全員を視野、効率と安全の両立
- ・技能差があると好き嫌いにつながる

⑤水泳指導の心得

- ・日常生活での子どもが行くところの把握 *プール、海、湖沼、河川…
- ・場所に合わせてルールやきまりの確認と厳守
- ・体調管理 *前日から悪ければ入水しない

⑥より細やかなスモールステップによる指導

- ・恐怖心を除去、成功体験の積み重ねにより有能感を高める→次の意欲へとつながる
- ・水の特性の体験的理解が必要な理由は、非日常である→意図的学習が必要

(2) 指導の工夫

①「分かる（知識）」と「できる（技能）」で、「分かってできる」へ

- ・助言→理解可能な言葉、日常生活の動きと関連、具体的な身体部分を取り上げる
- ・動きのイメージ→オノマトペの活用

②意欲を高めるために

- ・適切な難易度、友達との触れ合いを通して楽しく交流（助言・補助）
- ・技能の伸びを実感（観察・助言）
- ・量と質の両方の確保→合理的な動きを取り入れた学習内容

③実技の例

- ・腰掛けばた足→寝そべってばた足→プールサイドに掴まってばた足【水慣れ・姿勢】
 - ・水中を円で歩く（反対周り）→顔に水かけ（口、頬、目、頭）→手で水をすくって吹く
 - 腕で大きなたらいを作って顔を洗う→ピンポン玉を吹いて進める
 - ボールを頭で突いて進める→正面から水掛け1回→後ろから水掛け【水の特性・慣れ】
 - ・友達に背負ってもらい進む→友達に背負ってもらい進む【頭は水中】
 - 友達に背負ってもらい進む（頭は水中・ばた足）→輪くぐり【水の特性・姿勢】
- *呼吸を伴うものは、多くやりすぎない→過呼吸にならないように制限

1 全体会

主催者あいさつ

スポーツ庁政策課 教科調査官 塩見 英樹 氏

・熱中症、ケガなどの事故防止についての考え ・言葉、態度などによる体罰についての考え

この二つは学校体育において必要不可欠な考えである。本研修においても大切なねらいである。

(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 綱島 毅 氏

本研修の目的

本研修では、学習指導要領を踏まえ、資質・能力等の育成に資するための授業づくりについて、講義、実技及び演習による研修を行い、教師の資質及び指導力の向上を研修を行い、教師の資質及び指導の向上を図る。

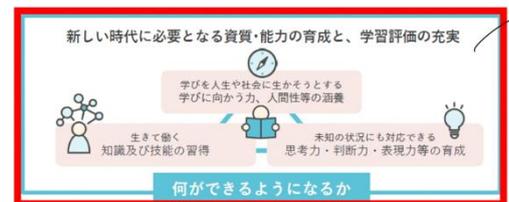
学習指導要領改訂に関する国の動向

R6年12月に中央教育審議会からの諮問が出ている現状。R8年にはそれに対する答申が出る予定。現在確定している変更事項はまだない。



体育・保健体育の目標の達成に向けた授業づくり

保健体育の学習を通して、子どもの何を育てるのかという視点を忘れてはいけない。学習指導要領に示されている右図の3つの柱である。教師は単元の中でこの3つの柱をバランスよく構成し授業をすることが求められる。バランスとは、単に項目ごとの評価



をする授業時間数だけを揃えるのではなく、何かと何かの要素を関連づけさせることも大切である。また保健体育の学習を通して、目指す子どもの姿としては小・中・高で細かな文言の違いはあるものの、「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」という大きな目標は共通事項である。この大きな目標を達成するためにそれぞれの種目の運動がもっている特性や楽しさに触れることが大切である。R6年にスポーツ庁が実施した「スポーツ実施率」の調査では、日頃から運動を行っていると感じた人は60%を少し超える程度であり、その中でどのような運動を行っているかの回答を見るとウォーキングやトレーニングなどの保健体育では扱わない領域の運動が高い回答率であった。このことから固有の技能を生徒に教えるだけでは豊かなスポーツライフには繋がりにくく、資質能力をバランスよく育み、「種目を教える」ではなく「種目で教える」ことが大切である。

授業改善を考えるとときに、主体的・対話的・深い学びになっているかの3つの要素をそれぞれを視点として考える。教師側がどんな課題を設定するかがとても重要である。また運動が苦手な生徒に対する支援の方法も工夫が必要である。場の設定や教具の工夫、ルールなどの工夫などその運動がもっている特性を損なうことがないように留意しながら行う。

(2) 講義2 「障がいの有無にかかわらず共に学ぶ体育・保健体育授業について」

文部科学省初等中等教育局視学官（併） 特別支援教育課特別支援教育調査官 菅野 和彦 氏

スポーツ庁政策課 教科調査官 塩見 英樹 氏

共生の視点を踏まえた保健体育授業ということで全ての生徒が、体力、技能、性別、障がいなどの違いを超えて楽しく、安心して運動に取り組むことができる体育の授業を目指す。生徒の違いを性別で分けるのではなく、個の違いとして捉え、段階を踏んで生徒たちに意義をしっかりと伝えながらスモールステップで行っていく。

(3) 講義3「事故防止について」

文部科学省総合教育政策局男女共同参画共生社会学習・安全課 安全教育調査官 木下 史子

学校安全教育の中で目指す姿として、①生徒が自ら適切に判断し、主体的に行動できるようになる。②死亡事故を限りなくゼロにすること。③傷害を伴う事故を減少させること。の3つが挙げられる。学校における怪我の多くは保体の授業や体育的活動の中で起きている。教師側には、事故が起こる前のリスクマネジメントと事故が起こった後のクライシスマネジメントの二つが求められる。安全管理には、対人管理と対物管理の二つの要素があり、熱中症や雷事故、施設管理上の事故を減らすために対策を講じる必要がある。

2 分科会

体づくり運動

環太平洋大学体育学部体育学科 准教授 清田 美紀 氏

埼玉県立熊谷西高等学校 教頭 関口 衛 氏

体づくり運動は小中高の12年間にわたって行われる必修種目である。その理由は、他種目では味わえない運動習慣を身につけていくための要素があること、誰でもとりかかりやすい手軽さ、歴史や背景などがなく目の前の生徒の実態によって可変が可能であること、人との関わりが生まれ、様々な気づきがあることなどの点が挙げられる。12年間必修であるからこそ、右図のように自分の校種を飛び越えた見通しを持って指導にあたるのが大切である。キーワードは「気づき」と「交流」。

体育科・保健体育科の学習指導要領												
校種	各種の運動の基礎を培う時期						多くの領域の学習を経験する時期			卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わることができるようにする時期		
	小学校						中学校			高等学校		
学年	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	1年生	2年生	3年生	1年生	2年生	3年生
領域	体づくりの運動遊び		体づくり運動		体づくり運動		体づくり運動			体づくり運動		体づくり運動
内容	体ほぐしの運動遊び		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		体の動きを高める運動		体の動きを高める運動			実生活に生かす運動の計画		実生活に生かす運動の計画
	動ける体の基盤						体力への理解			実生活への汎化		

〈実際に研修で行った体づくり運動〉

- ① 体ほぐしの運動→ペアストレッチ、円形ドリル、ラッシュアワー、布とボールを使ったパス&キャッチ
- ② 体の動きを高める運動
 - (体の柔らかさ) →ペアストレッチ
 - (巧みな動き) →ドラゴンボール、リズム動き
 - (力強い動き) →地藏倒し、丸太転がし、地球一周、スクワット、腕立て、腹筋
 - (動きを持続する) →複数の異なる運動を組み合わせ自分たちで1曲分の運動を考える

効率よく柔らかさと巧みな動きを高めることができる
10分間の運動メニューを作成して実践してみる。

※これらの運動は同じ動きでも、教師の声掛け、ちょっとした場の工夫で別のねらいの運動になる。

③ 実生活に生かす運動の計画

講師の先生から4人の生徒のロールモデルが提示され、それぞれの生徒になりきってグループで運動計画を立てる活動を行った。「ねらいは?」「いつ、どこで行うのか?」「運動の強度、時間、回数、期間は?」「偏りなくバランスよく立てた?」のポイントを意識した。体力の捉え方を運動を行うための体力だけでなく、健康に生活するための体力という捉え方も押さえることで、生徒のねらいが自分に合ったものになる。一番の課題は生徒が体づくり運動の意味、意義を理解することである。

〈評価規準を元にした単元計画の作成〉

- ① 単元の目標を確認する
- ② 「知識・運動」、「思考・判断・表現」、「態度」の3観点の評価規準を指導要領の例示から適切だと思うものを抜き出す。語尾をそれぞれの単元に適した言葉に変える。
- ③ 指導内容(単元の流れ)を考える。
- ④ 評価機会をどう設定していくかを定める。また評価方法も併せて考える。
- ⑤ 全体の流れを調整する。

以上のような流れで実際にグループで単元計画を作成した。様々なアイデアを得ることができた。

1 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」

スポーツ庁政策課 教科調査官 綱島 毅 氏

(1) 研修の目的

学習指導要領を踏まえ、これらの資質・能力等の育成に資するための授業づくりについて、講義、実技及び演習による研修を行い、教師の資質及び指導力の向上を図る。

(2) 学習指導要領改訂に関する国の動向について

改訂は約10年ごとに実施され、現在は平成29年に改訂された学習指導要領が令和3年度から全面実施になって5年目の時期である。今後は、令和6年12月25日の中央教育審議会諮問を受け、学習指導要領の改訂に向けた議論が始まっている。中教審による答申は、令和8年度中を想定しており、現時点で改訂内容として確定していることはない。

(3) 体育・保健体育の目標の達成に向けた授業づくり

「子どもの何を育てるのか」しっかりと考えて授業実践することが重要とされる。また、子どもたちを取り巻く環境は刻一刻と変化しており、学校教育法第30条第2項では、生涯にわたり学習する基盤が培われるよう、基礎的な知識及び技能を習得させるとともに、これらを活用して課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力その他の能力をはぐくみ、主体的に学習に取り組む態度を養うことに、特に意を用いなければならない、としている。具体的に、育成を目指す資質・能力の要素を三つの柱で整理すると、「学びに向かう力、人間性等」では、「どのように社会・世界と関わり、よりよい人生を送るか」、「知識及び技能」では、「何を理解しているか、何ができるか」、「思考力、判断力、表現力等」では、「理解していること・できることをどう使うか」と定めており、授業者は学習指導要領の「目標」「内容」を正しく理解して授業を実践し、生徒の資質能力を確実に育成することが求められている。各単元ごとの種目「を」教えるのではなく、種目「で」教えることが大切である。また、保健学習においては、小学校では「より実践的に」、中学校では「より科学的に」、高等学校では「より総合的に」、各年代の系統性を踏まえた指導が必要で、指導と評価の一体化では、国立教育政策研究所が出している参考資料をよく読み、指導内容の関連を図った単元をデザインする力が求められる。

【講義2】「障がいの有無にかかわらず共に学ぶ体育・保健体育授業について」

文部科学省初等中等教育局視学官(併)特別支援教育課

特別支援教育調査官(肢体不自由教育担当) 菅野和彦 氏

スポーツ庁政策課 教科調査官 塩見英樹 氏

(1) 共生の視点を踏まえた体育・保健体育授業

全ての児童生徒が、楽しく、安心して運動に取り組むことができる体育の授業のことである。学習指導要領には、『豊かなスポーツライフの実現を重視し、スポーツとの多様な関わり方を楽しむことができるようにする観点から、体力や技能の程度、性別や障がい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、共生の視点を踏まえて指導すること』として示されている。「何ができるのか」「どのように工夫したらできるか」という視点が大切で、一歩ずつ着実に進めることが重要である。

(2) インクルーシブ教育システムにおける合理的配慮の考え方

人間の多様性の尊重の強化、障がい者が精神的及び身体的な能力等を最大限度まで発達させ、自由な社会に効果的に参加することを可能とする目的のもと、障がいのある者と障がいのない者が共に学ぶ仕組みである。したがって、教師が一方向的に決めて行うのではなく、合理的配慮の提供に当たっては、建設的対話を通じて相互理解を深め、共に対処案を検討していくことが重要である。

【講義3】「事故防止について」

文部科学省総合教育政策局男女共同参画共生社会学習・安全課 安全教育調査官 木下史子 氏

学校安全教育では、①全ての児童生徒が自ら適切に判断し、主体的に行動できるよう安全に関する資質能力を身に付けること、②学校管理下における死亡事故の発生件数を限りなくゼロにすること、③学校管理下における負傷疾病の発生率を減少させること、の3つの姿を目指している。また、事故や災害を防止したり、被害を最小限に抑えるために、事前の危機管理として「リスクマネジメント」、事後の危機管理として「クライシスマネジメント」がある。事故発生時に、過去似たことが起きていれば「予見できた」こととして学校側が責任を問われることもあるため、全国の事例を数多く知れたこと、雷ナウキャストというアプリを知れたことは非常に有益であった。

2 分科会

Eコース 武道(柔道) 中・高

追手門学院大学 社会学部 教授 有山篤利 氏
群馬県教育委員会 健康体育課 指導主事 小山靖弘 氏

<柔道授業が部活動のダイジェスト版でよいのか>

受け身の練習⇒打ち込み⇒乱取り…等。部活動の簡単バージョン？

専門家にしかできない柔道授業⇒体育科教員が行う柔道授業へ。

なぜ今柔道を学ぶのか・柔道で何を学ぶのか(Why・What)

○急速に進むグローバル化への対応 … 日本文化という「ものさし」がなければ比較できない。

○人生100年時代に向けた学び … 武道はアンチエイジング。「柔よく剛を制す」動き。(多くのスポーツが足し算。今の自分に筋肉や練習量など、付け足して強くなるが、武道は「相手の動きを利用して」勝つ。引き算のスポーツである。)

○AI時代の武道の意義 … AIを使いこなすために必要なスキル＝問いを立てる能力。皮膚感覚から生まれる豊かな感性を磨くため。(例えば、組手の際、相手の皮膚に触れていれば、目を閉じていても、相手が押しているのか引いているのか分かる。)

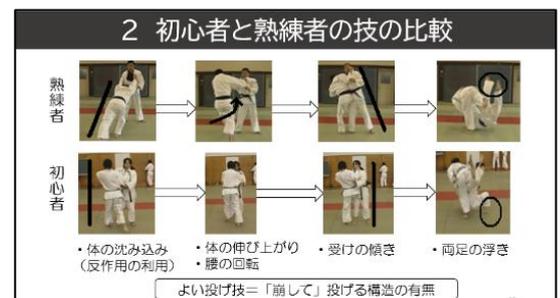
○多様性の時代の柔道学習 … 「競技力の向上」ではなく、「伝統的な動きの追求」を学びのゴールとする。

投げ技・攻防の動き

○投げ技は、相手を「崩して」倒す技である。 … 力任せに崩さず投げても柔道の投げ技ではない。従って評価のポイントは、「崩す動き」が身についているか。「投げたかどうか」では、結果の評価であり、競技スポーツとしての側面が強くなる。投げに至るまでのプロセスを見とる必要がある。したがって、指導し覚えるべきは「わざ」ではなく「崩し」である。

まとめ

これまで武道に対して抱いていた考え方が変わり、柔道授業に対してより多くの見方ができるようになったと感じた。



〈F コースダンス〉 研修報告レポート

鳥取県立岩美高等学校 西亀 剛史

1 全体会

(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 綱島 毅 氏

①学習指導要領改訂に関する国の動向

- ・学習指導要領の改訂に向けた議論が「キックオフ」(諮問)

→議論をフォローしながら、「先回り」して取り組んで行くことが重要。

②体育・保健体育の目標達成に向けた授業づくり (現行の学習指導要領の内容を確認)

- 「体育・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。日頃から、学習指導要領の「目標」「内容」を正しく理解して授業を実践し、生徒の資質・能力を確実に育成することが重要。

③「主体的・対話的で深い学び」の視点からの授業改善

- ・主体的な学びの姿

→興味や関心を高める・・・適切な課題設定ができていないか(実態に応じた課題設定)。

→粘り強く自ら取り組む・・・学習の見通し、目指すところを分かりやすく伝える。

→課題を修正、新たな課題を設定する・・・前回よりできるようになった(達成感)。

- ・対話的な学びの姿

→他者(書物等含む)との対話を通して、自己の思考を広げ深め、課題解決を目指す。

例) その考え方がいいね、私の考え方どう? どうやって説明すれば上手に伝わるかな

- ・深い学びの姿

→課題解決に向けて試行錯誤を繰り返しながら、思考を深め、よりよく解決している。

例) 先生が言っていたことはこういうことか、こんなやり方でもできるかも、

学習したことを普段の生活でもいかそう

(2) 講義2 「障がいの有無にかかわらず共に学ぶ体育・保健体育授業について」

文部科学省初等中等教育局視学官(併) 特別支援教育課

特別支援教育調査官(肢体不自由教育担当) 菅野 和彦 氏

スポーツ庁政策課 教科調査官 塩見 英樹 氏

①共生の視点を踏まえた体育・保健体育授業

→全ての生徒が、楽しく、安心して運動に取り組むことができる授業

※できない理由を探すのではなく「何ができるか」「どのような工夫したらできるか」という視点で考えることが学びとなる。

②インクルーシブ教育システムの実現に向けて

ア) 障がいのある子供と障がいのない子供が、可能な限り共に過ごすための条件整備

イ) 一人一人の教育的ニーズに応じた連続性のある多様な学びの場の整備

↓

上記を両輪とし、インクルーシブ教育システムの実現に向けて、特別支援教育を推進

※実践者、実施者としての自覚の必要性。

(2) 講義3

「事故防止について」

文部科学省総合教育政策局男女共同参画共生社会学習・安全課

安全教育調査官 木下 史子 氏

①安全管理について

教職員の負担を軽減しつつ質の高い安全点検を実現するために

→「学校における安全点検要領」を新たに作成

ア) 点検基準(観点・手法・頻度・不具合対応)を整理

- イ) 学校で日常的に使える点検表を作成
- ウ) 専門家(外部人材)の活用を整理
- ②段階的に発表する気象情報の利用 → 雷ナウキャスト(未然防止)
- ③熱中症を予防するための環境整備 → AEDについて
※設置場所(複数箇所)、仕組みの把握

2 分科会

「ダンス(中・高)」 鹿屋体育大学スポーツ人文・応用社会科学系教授 梶 ちか子 氏
茨城県教育庁学校教育部保健体育課 指導主事 照沼 祐治 氏

《コーステーマ》

各種の運動を通して、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・能力を身に付けることができる指導の在り方。

(1) 学校体育で取り扱うダンスの特性と重点的な内容

①【創作ダンス】→イメージになりきって自由に踊る。音がなくてもいい。

※音楽はバックミュージックが多い。

運動の特性・・・表したいイメージで自由に動き、工夫して踊りを表現。

主な技能の内容・・・大げさに表現「誇張」、変化をつけた「ひと流れの動き」、
「はじめーなかーおわり」の「ひとまとまりの動き」

②【現代的なリズムのダンス】→音楽に合わせて、リズムに乗って自由に踊る。

運動の特性・・・ロックやサンバ、ヒップホップなどのリズムに乗って自由に友達と関わって踊る。

主な技能の内容・・・音楽のリズムと動きの多様な関わり。相手との関わり方。

③【フォークダンス】→踊りを共有して人と交流して踊る。すでに振り付けあり。

運動の特性・・・日本や外国の伝承された踊りを身に付けてみんなで一緒に踊って交流する。

主な技能の内容・・・踊りの特徴や感じの違い。

(2) ダンスの指導にあたって(ポイントや考え方)

①できるところ、良いところを見つけよう ・人と比べない(マネOK)

②共生の視点 ・心の解放(その気にさせられるか、心ほぐし) ・系統性確認

③ダンサー育成ではない(先生自身のハードルを下げよう) ・アップの重要性

※学校体育のゴールは生涯スポーツである(競技スポーツではない)

〈Gコース保健〉研修報告レポート

鳥取大学附属小学校 小林 祐介

1 全体会

(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 綱島 毅 氏

① 体育・保健体育の目標の達成に向けた授業づくり

- ・小・中・高でめざすところは共通して、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・能力を育成すること
- ・「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つの資質能力を関連付けながら指導する。

② 運動が苦手な子供への配慮

- ・運動の特性を把握し、場の工夫や運動の工夫をすることで資質能力を身に付けられるようにする。

③ 系統性を踏まえた指導

- ・自分の学校種だけでなく、他校種の指導内容等も踏まえて指導する。

④ 指導と評価の一体化

- ・学習内容と評価規準、評価方法、評価機会の整合性はとれているのか確認する。

(2) 講義2 「障がいの有無にかかわらず共に学ぶ体育・保健体育授業について」

文部科学省初等中等教育局視学官 (併) 特別支援教育課特別支援教育調査官 菅野 和彦 氏
スポーツ庁政策課 教科調査官 塩見 英樹 氏

① 共生の視点を踏まえた体育・保健体育授業

- ・共生の視点を踏まえた体育の授業をすることにより、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体育の授業にしていく。
- ・男女共習の体育授業をしていくには、性別による違いではなく、個による違いとして捉えることが大切である。

② インクルーシブ教育システムにおける合理的配慮の考え方

- ・インクルーシブ教育システムとは

→障がいのある者と障がいのない者が共に学ぶ仕組み。※必要な合理的配慮の提供が必要。

- ・合理的配慮の例

→肢体不自由のある児童生徒等に対し、体育の授業の際に、上・下肢の機能に応じてボールの大きさや投げる距離を変えたり、走運動における走る距離を短くしたり、スポーツ用車椅子の使用を許可したりする。など

(3) 講義3 「事故防止について」

文部科学省総合教育政策局

男女共同参画共生社会学習・安全課 安全教育調査官 木下 史子 氏

① 児童生徒等の命を預かっているという自覚を再認識した学校の安全管理の徹底

② 学校における安全管理の考え方

→児童生徒等の安全を確保するための環境整備、学校全体が目標を共有し組織的に取り組む体制整備の双方で捉える。

③ 安全管理のために

→児童生徒等の健康状態の把握、安全点検の実施、気象情報の利用

2・2 令和8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。柔軟性向上が期待できる体操の制作及び普及・推進。
・生活習慣と体力との関係についてデータ分析をした結果を県内に周知する。
・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。

○運動習慣の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し、表彰状等の贈呈により、参加意欲の向上を図る。
・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
・タブレットを活用した記録の入力、個人記録表の改修などを行う。
・体育・保健体育への意欲及び運動への関心と体力との関係を調査・分析。

○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（本書）

(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：愛媛県松山市）への派遣

・幼児の運動遊び（幼） ・器械運動系（小） ・ボール運動系（小） ・水泳（中）
・武道（剣道）（中） ・陸上競技（高） ・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、教員とチ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。令和5年度以降、本県で小学校で採用になった者及び採用年度に小学部の担当となった者については、採用から3年間で1回は受講する。

(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。