

体育、保健体育

令和6年度 授業改善のポイント

- 1 体力の程度や運動に対する意識など、児童生徒の実態を把握し、身に付けさせたい三つの資質・能力を明確にして、単元の計画を立てる。
- 2 児童生徒が学習活動に見通しをもち、主体的に課題解決に取り組めるようにするために導入や展開を工夫する。
- 3 一人一人が課題の解決を実感できるまとめと、新たな課題発見や学習意欲の向上につながる振り返りを行い、学びの継続を意識した終末活動を積み重ねる。

遊びを通して、体を動かす楽しさを実感させる指導過程

【指導事例】「マットを使った運動遊び」（小学校低学年）

ポイント1 運動に対する意識や体力の状況など、児童生徒の実態を踏まえた単元の構想

単
元
構
想



新体力テストの結果
反復横とび 評価×
長座体前屈 評価××

体を動かすことが好きな児童が多い。反復横とびと長座体前屈の得点が低いから、準備運動では、主運動につながる動きのほかに、素早い動きと柔軟性を高める運動を、単元を通して取り入れた計画を立ててみよう。

重要 新体力テストの結果や学習状況調査等のアンケートなどを活用して児童生徒の実態を把握した上で、三つの資質・能力をバランスよく育成するため、学習内容の精選を図り適切な評価機会を設定した単元計画を構想します。

ポイント2 学習活動に見通しをもち、主体的に課題解決に向かうための導入・展開の工夫

導
入



最初に運動遊びの行い方を理解させる必要がある。手本動画やイラストを活用して、知識を習得させてみよう。各自が授業後の姿をイメージしやすいように、課題別の手本動画を用意しよう。

課題「体をどう動かせば、上手に転がれるかな？」

重要 運動に必要な知識を押さえた上で、運動を経験させます。振り返り等を活用して各自に課題を理解させ、活動の目的を伝えるなどして、学習活動に見通しをもたせます。

展
開



前転がりや後ろ転がりを動画で撮影して、転がっている時の体の様子や、頭と背中などの辺りがマットに着いているか、見るといいね。



前転がりのときに、何だか体がグニャッと曲がって真っ直ぐ転がっていないよ。おなかにグッと力を入れて回ってみたらどうかな。



動画でAさんと私の動きを比べてみました。おなかに力を入れながらクルッと転がると真っ直ぐ回れることが分かりました。

④「分かった」「できた」を実感させるために、体の動きを見たり、技の出来映えを友だちに伝えたりする活動を設定し、練習前と後の動きを比較させたり、運動を上手に行うポイントを話し合わせたりします。運動することが苦手な児童生徒も「みる」「知る」楽しさを実感できます。

ポイント3 新たな課題発見や次時への学習意欲を引き出す終末の学習活動の工夫

終
末



今日の授業を「できたこと」「新しく挑戦したこと」の二つについて振り返ってみましょう。

振り返りで示す視点は、「友だちから教えてもらったこと」「新しく見付かった課題」なども考えられます。



回り始めたときに、おなかにグッと力を入れたら真っ直ぐ前転がりができるようになって、うれしかったです。同じようにおなかに力を入れれば、後ろ転がりもできるのか試したいです。

重要 全体共有を図るときは、ねらいを達成した児童生徒の姿を紹介したり、工夫された活動を紹介して価値付けたりするなど、新たな課題発見や次時への学習意欲向上につながるようにします。

単元構想や指導に関する参考資料 ～指導計画の例や運動の実際を見ることができます～

文部科学省小学校体育
(運動領域) まるわかり
ハンドブック



文部科学省小学校低学年
(運動領域) YouTube



スポーツ庁小学校体育
(運動領域) 指導の手引

