

令和3年度
学校体育のあしあと



新潟市教育委員会

新潟市の子ども



確かな学力



豊かな心



健やかな体

目次

(フォルダ No.)

表紙			01
巻頭言	学校支援課長	山田 哲哉	01
I 新潟市児童生徒の体力状況			
1 令和3年度児童生徒の体力等調査結果			02
2 体力向上にかかわる研修会等			03
○ 新潟市小学校体育指導者オンライン研修会	葛塚東小学校	熊野 昌彦	
○ 新潟市中学校保健体育指導者オンライン研修会	学校支援課	高見 潤	
○ 新潟市中学校柔道安全指導オンライン研修会	鳥屋野中学校	大坂 圭	
II 教育研究協議会の研究			
1 小学校教育研究協議会体育部の研究			04
○ 研究の概要	内野小学校	藤本 拓矢	
○ 1年 マットを使った運動遊び(前転がり)	亀田東小学校	千葉 広靖	
○ 4年 マット運動(補助倒立ブリッジ)	白山小学校	坂上 克也	
○ 6年 マット運動(補助倒立前転)	大形小学校	駒沢里衣子	
○ 2年 走・跳の運動遊び(ゴム跳びゲーム)	亀田西小学校	中島 勇二	
○ 3年 走・跳の運動(走り高跳び)	内野小学校	塩田健太郎	
○ 5年 走・跳の運動(走り高跳び)	巻北小学校	宮田 泰人	
○ 4年 ゲーム(キャッチバレーボール)	木山小学校	相澤 匡樹	
○ 6年 表現運動(激しい感じ)	万代長嶺小学校	岡崎 良子	
○ 6年 体づくり運動(ICT 端末活用)	東中野山小学校	小林 優介	
2 中学校教育研究協議会保健体育部の研究			05
○ 研究の概要	木戸中学校	阿部 健	
○ 第1分科会 2年 保健(健康な生活と疾病の予防)	濁川中学校	田中 治朗	
○ 第2分科会 1年 球技(ネット型)	白新中学校	堀 里也	
○ 第3分科会 3年 陸上競技(長距離走)	新津第五中学校	横土 謙	
○ 第4分科会 2年 球技(ベースボール型)	赤塚中学校	渡辺 友也	
III 各体育連盟の活動			06
1 小学校体育連盟の活動	沼垂小学校	竹松 譲	
2 中学校体育連盟の活動	小針中学校	藤田 淳	
IV 教育課程等に係る事項			07
1 年間指導計画 小学校 中学校			
2 評価に関する参考資料			

学校体育に関する総括と展望

新潟市教育委員会
学校支援課長 山田 哲哉

日頃より、各学校園において体育・保健体育や健康領域の指導、また、体力向上の取組に真摯にご対応いただき、感謝申し上げます。

未だ、新型コロナウイルス感染症は収まりを見せておらず、その影響で体育や保健体育については、様々な制限の中で教育活動を行わざるを得ない状況が続いています。今年度も体育・保健体育の授業で用具の共有や子どもたち同士のかかわりの場面等において先生方の頭を随分悩ませてきたことと推察いたします。

しかし、このような活動に制限のある状況にもかかわらず、2年ぶりに行われた全国体力運動能力、運動習慣等調査（体力テスト）では、調査対象である小学校5年生男女、中学校2年生男女それぞれの体力状況について、新潟市は全国的にも上位に位置する結果となりました。さらに、「運動することが好きだ」「自分にとって運動は大切なものだ」と感じている子どもの割合も全国平均値を上回っていることもわかりました。

これまでも、新潟市の児童生徒は、運動やスポーツへの意欲を実際に体を動かす機会に繋げ、自身の運動技能を高めてきていましたが、コロナ禍であってもしっかりと継続させていることがわかりました。これも、各学校での授業は勿論のこと、市小研や中教研、小中学校の体育連盟による日々の取組の成果であると感じております。

さて、今年度は、東京と北京でオリンピック・パラリンピックが行われたスポーツイヤーとなりました。日本の総メダル数は124個。児童生徒の多くは、画面越しに様々なスポーツに触れ、メダルの数以上のたくさんの感動を目の当たりにしたのではないのでしょうか。格上の相手や自分の限界に挑む姿を。一緒に競技に参加した仲間を支える姿を。そして、選手を応援する自分や家族の姿を。スポーツを「する」だけでなく、「見る」「支える」「知る」ことを通して、スポーツに大いに親しむ1年になったと思います。それと同時に、これまでの各校で取り組んできたオリパラ教育が大きな実を結んだ1年だったのではないかと感じています。新潟市の児童生徒には、令和4年度も体育・保健体育でたくさんの「充実感」を感じてほしいと願っています。

終わりに、「学校体育のあしあと」の発刊に当たり、寄稿いただいた皆様にお礼を申し上げますとともに、本冊子が政令市新潟の学校体育の充実・発展のために活用されることを願い、発刊の言葉といたします。

I 新潟市児童生徒の体力向上を図る取組

(1) 新潟市児童生徒の体力実態

1 新潟市児童生徒の体力状況

【令和3年度児童生徒の体力調査結果】 一小学校5年, 中学校2年の結果から一

令和3年度全国体力・運動能力, 運動習慣等調査について

新潟市教育委員会学校支援課

調査事項

(1) 実技調査

○握力, 上体起こし, 長座体前屈, 反復横跳び, シャトルラン,
50m走, 立ち幅跳び, ソフトボール投げ (中学校は, ハン
ドボール投げ) [8種目]



(2) 意識調査

○運動習慣, 生活習慣等に関する質問紙調査

新潟市調査結果概要

(1) 実技 (小学校5年生)

◇男子は8種目中6種目が全国平均より高い。50m走, ソフトボール投げは全
国平均より低い。

◇女子は全種目で全国平均を上回った。

◆経年変化で見ると, コロナ禍の影響等により, 男女とも全体的に一昨年度より
各種目の平均値が低下している。

(2) 実技 (中学校2年生)

◇男女とも全種目で全国平均を上回った。

◆経年変化で見ると, コロナ禍の影響等により, 男女とも全体的に一昨年度より
各種目の平均値が低下している。

(3) 質問紙調査

◇運動が好きな児童生徒は大勢いるが, 割合としては令和元年度より減っている。

・小学校5年……男子 91.9% (R1 94.1%), 女子 85.4% (R1 89.5%)

・中学校2年……男子 88.6% (R1 90.8%), 女子 76.1% (R1 80.3%)

◇朝食を毎日食べたり (市 84.8%, 全国 79.8%), 目標をもって体力テスト
に臨んだり (市 70.8%, 全国 66.2%) している児童生徒の割合が高い。

◇小中学校とも体育の授業で、多様な方法でICT端末を活用している。特に、中学校では、技能向上のために運動の仕方を工夫したりICT端末を活用したりする傾向が見られる。

- ・児童生徒の動きを撮影…………市 86.9%， 全国 79.8%
- ・ゲーム等の様子を撮影…………市 34.8%， 全国 27.0%
- ・以前に撮影した動きと比較…市 54.4%， 全国 47.0%

◆中学生女子の運動することに対してのモチベーションを高めることが課題として挙げられる。

新潟市の取組の実態

◇各校において、体力面での課題から体力向上の取組（体力ジャンプアップ）を設定し、実践している。

（実施例）

- ・体力テストの結果を分析し、自校の課題を焦点化。追実施して成果を確認する。
- ・校内で実技講習会を設定し、指導方法や授業マネジメントについて検討する。
- ・体育的行事や児童・生徒会活動とタイアップし、運動機会を増やす。
- ・健康増進・生活リズム改善のために、中学校区全校で共通した取組を行う。

◇体育指導者講習会、柔道指導安全指導講習会を行い、各校の体育主任や保健体育担当の教員に安全で効果的な指導法や理論を伝達している。

全国の調査結果から見える課題

◇全国の調査全体としては、令和元年度に比べ、小中男女とも低下。特に、上体起こし、反復横跳び、シャトルランにおいて、低下が見られる。

◇原因としては、「運動時間の減少」「スクリーンタイム（TV、スマホ、ゲーム等に充てる時間）の増加」「肥満傾向」「新型コロナウイルス感染症の影響」が想定される。

（新潟市は、全国平均と同等、または若干低い傾向が見られる。）



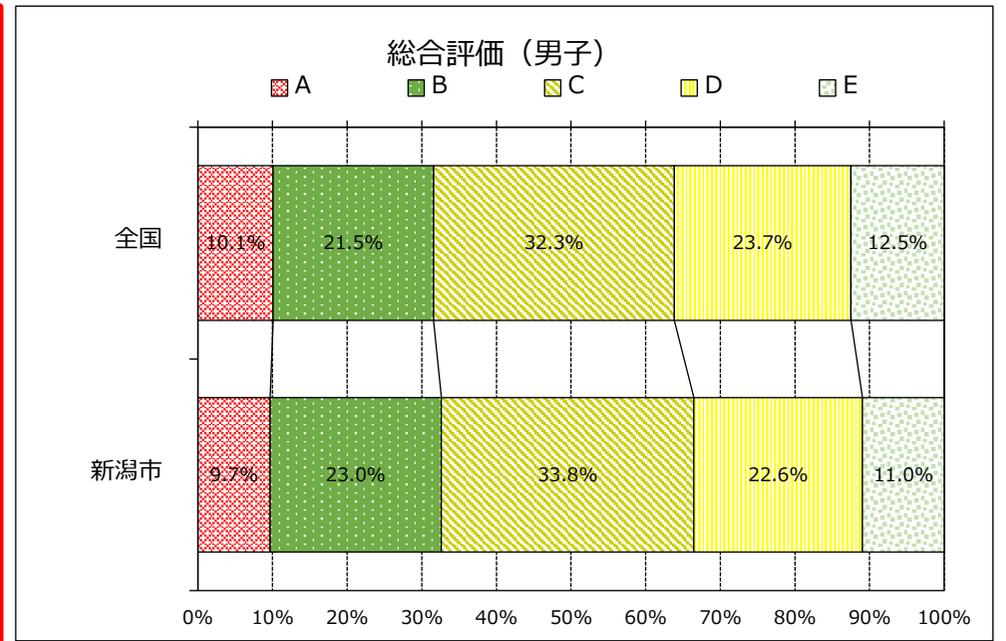
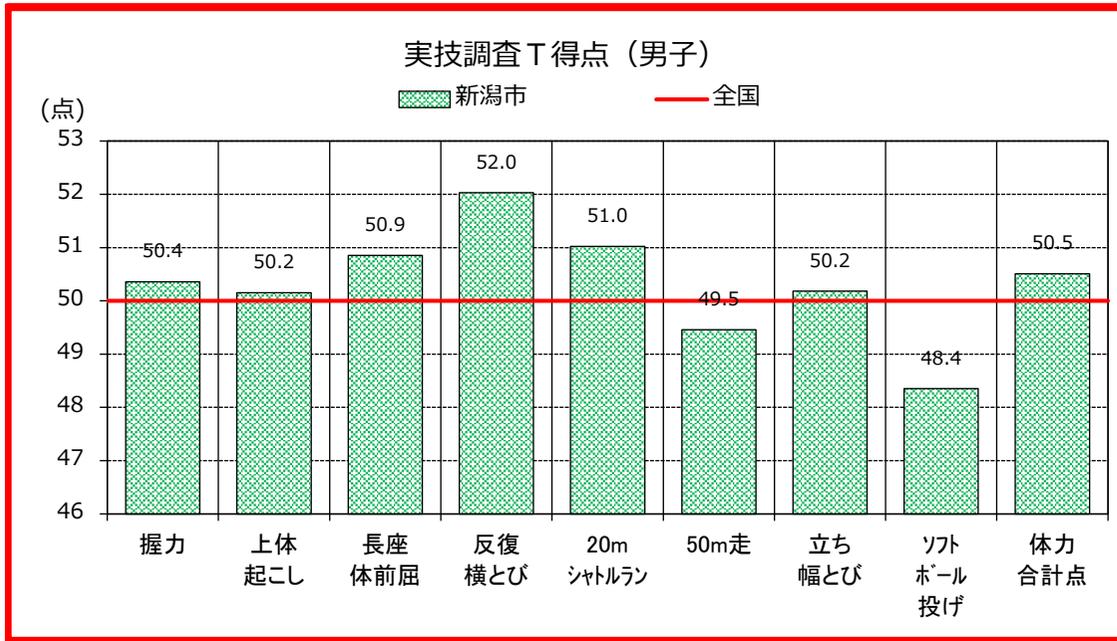
■実技集計

小学校 5年

小学校 5年男子	握力(kg)				上体起こし(回)				長座体前屈(cm)				反復横とび(点)			
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点
全国	509,213	16.22	3.89	50.0	458,289	18.90	5.95	50.0	505,324	33.48	8.72	50.0	499,186	40.35	8.38	50.0
新潟市	3,147	16.36	3.82	50.4	3,150	18.98	5.62	50.2	3,152	34.22	8.42	50.9	3,147	42.05	8.06	52.0

小学校 5年男子	20mシャトルラン(回)				50m走(秒)				立ち幅とび(cm)			
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点
全国	463,936	46.83	21.03	50.0	505,056	9.45	1.07	50.0	504,938	151.41	23.36	50.0
新潟市	3,128	48.98	20.96	51.0	3,148	9.51	1.06	49.5	3,139	151.83	22.87	50.2

小学校 5年男子	ソフトボール投げ(m)				体力合計点(点)				総合評価(%)					
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	A	B	C	D	E
全国	503,693	20.58	8.15	50.0	423,870	52.52	9.49	50.0	423,870	10.1%	21.5%	32.3%	23.7%	12.5%
新潟市	3,152	19.23	7.04	48.4	3,068	53.00	9.15	50.5	3,068	9.7%	23.0%	33.8%	22.6%	11.0%



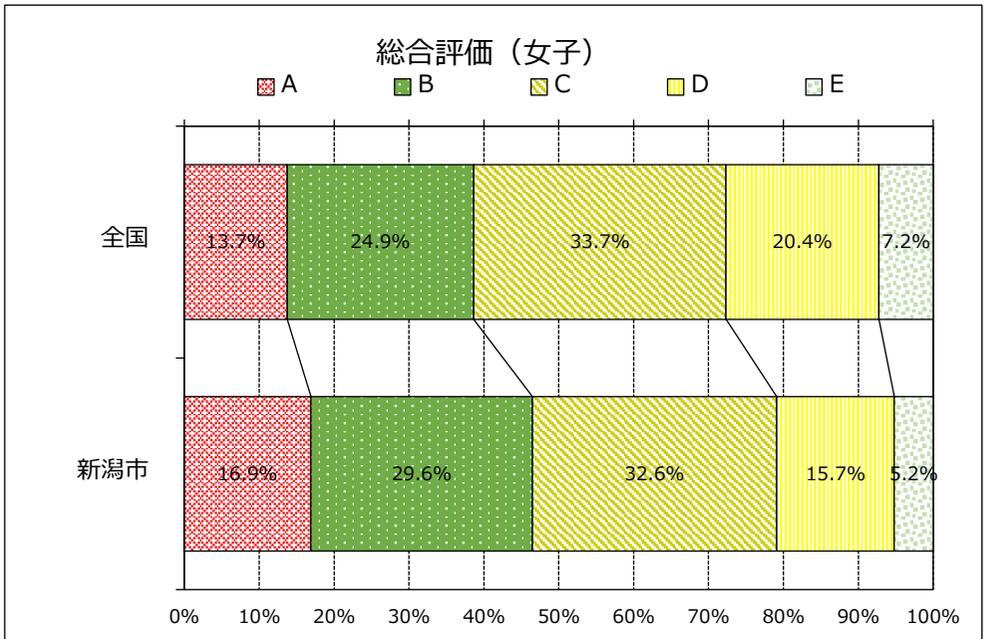
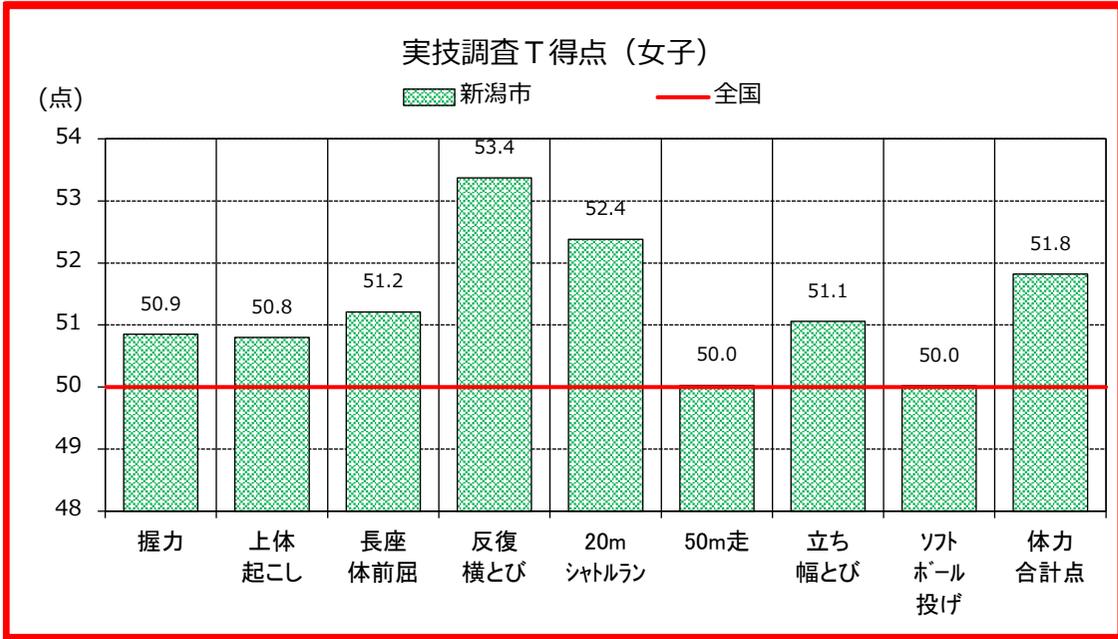
■実技集計

小学校 5年

小学校 5年女子	握力(kg)				上体起こし(回)				長座体前屈(cm)				反復横とび(点)			
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点
全国	486,943	16.09	3.87	50.0	437,989	18.08	5.27	50.0	483,576	37.90	8.93	50.0	477,002	38.72	7.54	50.0
新潟市	3,087	16.42	3.84	50.9	3,076	18.50	5.04	50.8	3,079	38.99	8.48	51.2	3,070	41.26	7.21	53.4

小学校 5年女子	20mシャトルラン(回)				50m走(秒)				立ち幅とび(cm)			
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点
全国	443,310	38.15	16.15	50.0	482,809	9.64	0.88	50.0	482,829	145.18	21.80	50.0
新潟市	3,061	41.99	16.31	52.4	3,072	9.64	0.89	50.0	3,065	147.49	21.54	51.1

小学校 5年女子	ソフトボール投げ(m)				体力合計点(点)				総合評価(%)					
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	A	B	C	D	E
全国	481,501	13.30	4.71	50.0	406,019	54.64	8.88	50.0	406,019	13.7%	24.9%	33.7%	20.4%	7.2%
新潟市	3,076	13.31	4.34	50.0	2,986	56.26	8.60	51.8	2,986	16.9%	29.6%	32.6%	15.7%	5.2%



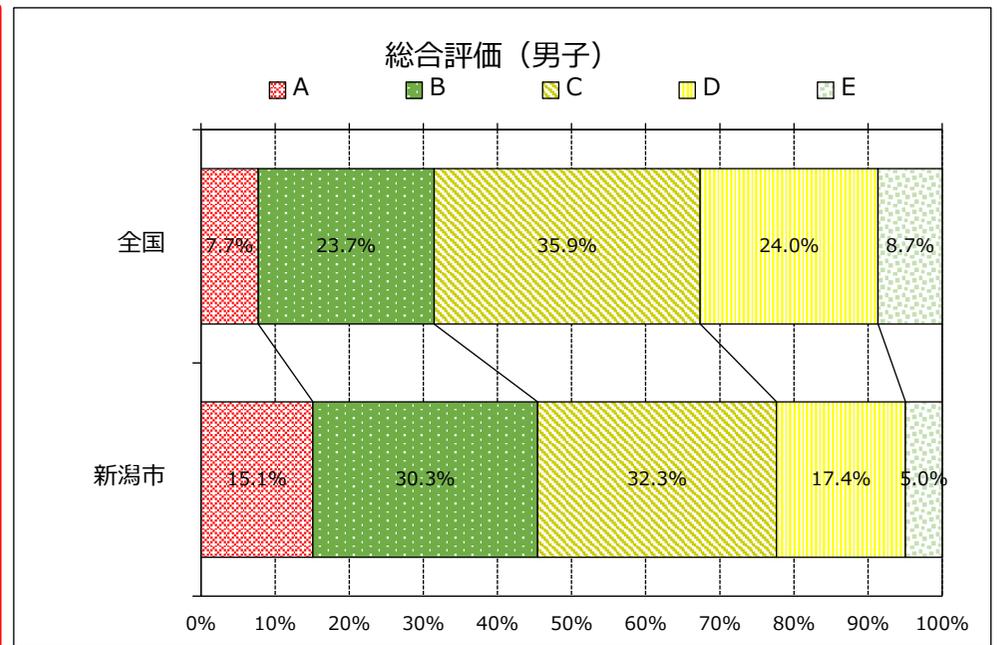
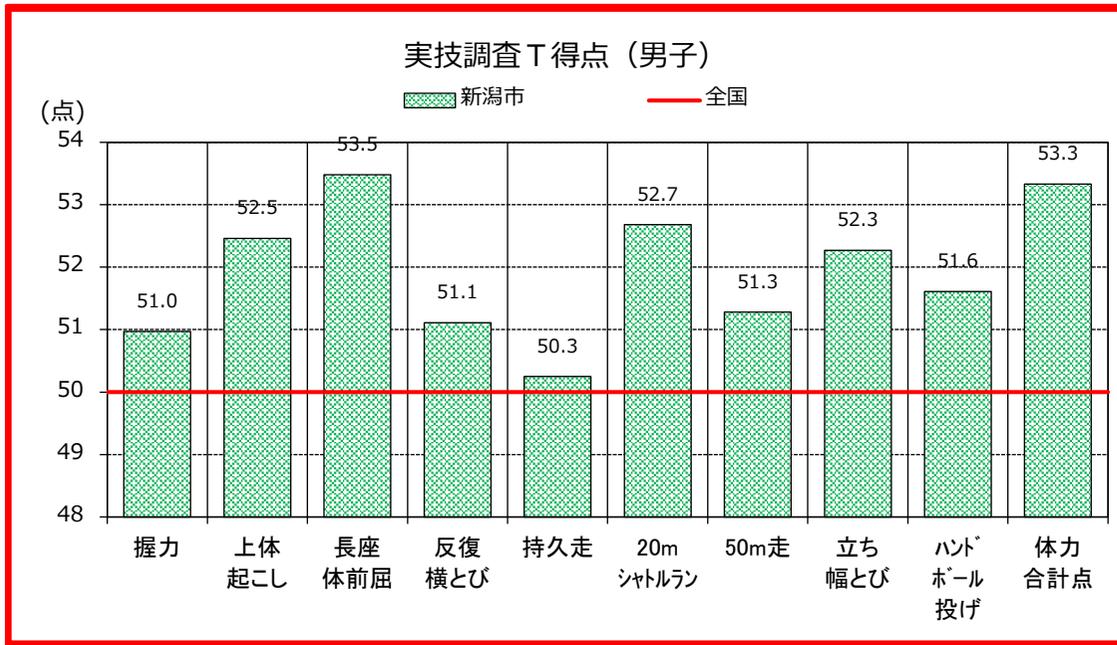
中学校 2年

■実技集計

中学校 2年男子	握力(kg)				上体起こし(回)				長座体前屈(cm)				反復横とび(点)			
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点
全国	461,775	28.80	7.20	50.0	453,317	25.99	6.19	50.0	458,575	43.67	10.87	50.0	455,330	51.19	8.47	50.0
新潟市	2,968	29.50	7.18	51.0	2,954	27.51	6.25	52.5	2,953	47.45	11.06	53.5	2,941	52.13	8.75	51.1

中学校 2年男子	持久走(秒)				20mシャトルラン(回)				50m走(秒)				立ち幅とび(cm)			
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点
全国	188,639	406.38	70.52	50.0	303,287	79.88	25.33	50.0	451,334	8.01	0.91	50.0	454,903	196.36	29.45	50.0
新潟市	130	404.62	62.98	50.3	2,922	86.66	24.78	52.7	2,891	7.90	0.87	51.3	2,945	203.04	29.05	52.3

中学校 2年男子	ハンドボール投げ(m)				体力合計点(点)				総合評価(%)					
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	A	B	C	D	E
全国	453,317	20.31	5.91	50.0	408,167	41.18	10.57	50.0	408,167	7.7%	23.7%	35.9%	24.0%	8.7%
新潟市	2,929	21.26	5.78	51.6	2,788	44.70	10.84	53.3	2,788	15.1%	30.3%	32.3%	17.4%	5.0%



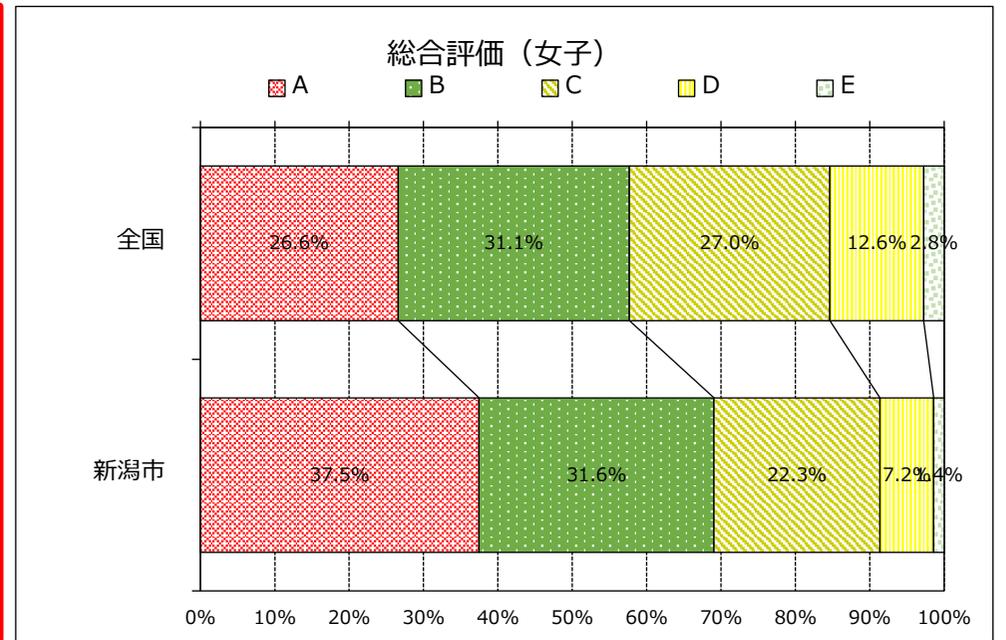
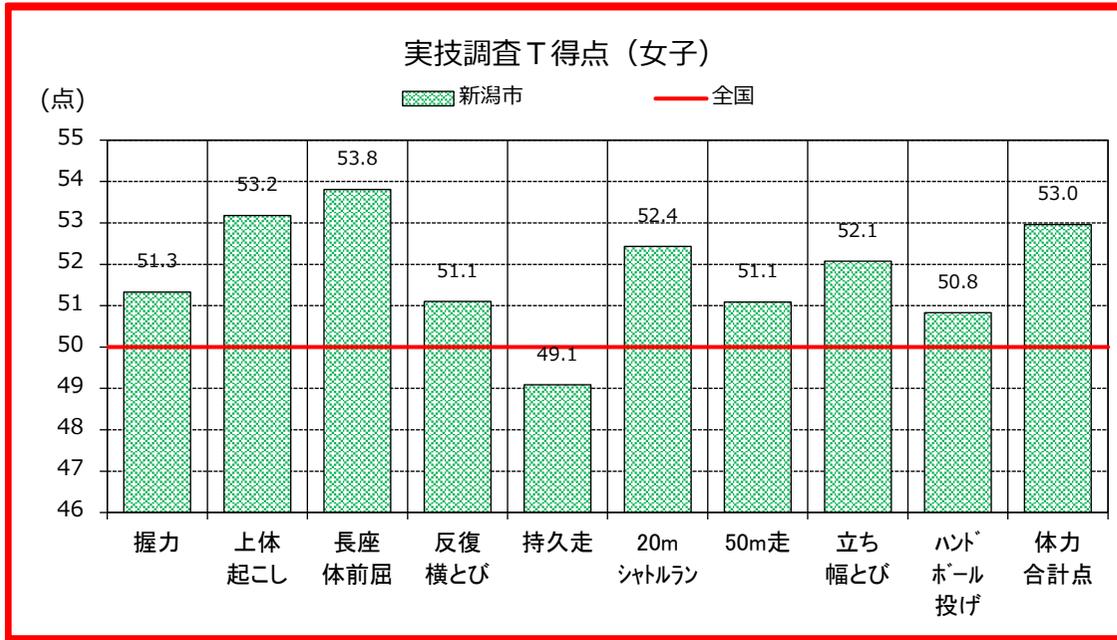
中学校 2年

■実技集計

中学校 2年女子	握力(kg)				上体起こし(回)				長座体前屈(cm)				反復横とび(点)			
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点
全国	436,620	23.43	4.66	50.0	428,623	22.32	5.82	50.0	434,492	46.20	10.19	50.0	431,133	46.25	7.00	50.0
新潟市	2,795	24.05	4.65	51.3	2,787	24.17	5.78	53.2	2,789	50.09	10.03	53.8	2,785	47.02	6.57	51.1

中学校 2年女子	持久走(秒)				20mシャトルラン(回)				50m走(秒)				立ち幅とび(cm)			
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点
全国	177,670	297.62	46.06	50.0	284,711	54.24	19.86	50.0	425,805	8.88	0.84	50.0	430,474	168.15	25.20	50.0
新潟市	114	301.80	58.04	49.1	2,729	59.05	19.65	52.4	2,724	8.78	0.78	51.1	2,781	173.37	24.33	52.1

中学校 2年女子	ハンドボール投げ(m)				体力合計点(点)				総合評価(%)					
	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	平均値	標準偏差	T得点	標本数	A	B	C	D	E
全国	430,102	12.72	4.20	50.0	386,691	48.56	11.35	50.0	386,691	26.6%	31.1%	27.0%	12.6%	2.8%
新潟市	2,781	13.07	4.02	50.8	2,627	51.91	11.09	53.0	2,627	37.5%	31.6%	22.3%	7.2%	1.4%



令和3年度 全国体力・運動能力,運動習慣等調査について

【児童・生徒質問紙】

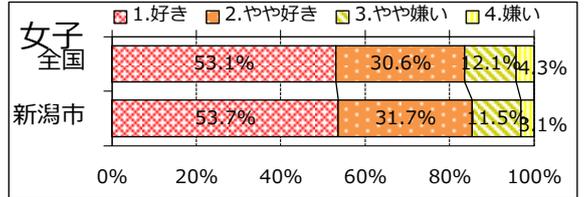
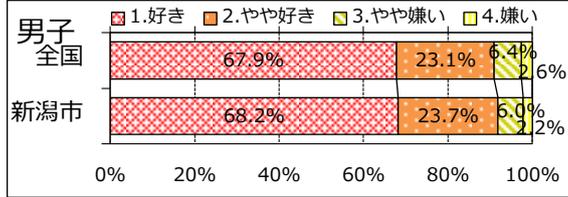
		Q1 運動が好き	Q5 朝食を毎日食べる	Q10 体育の授業は楽しい	Q14 体力・運動能力向上の目標を立てている	Q19-1 コロナ前と比較して運動時間が増えた	Q19-2 コロナ前と比較して運動時間が減った
小学校 5年男子	全国	91.0%	81.9%	93.8%	68.6%	29.2%	41.5%
	新潟市	91.9%	85.7%	93.1%	69.4%	33.2%	33.3%
小学校 5年女子	全国	83.7%	81.3%	89.2%	67.9%	28.3%	39.0%
	新潟市	85.4%	85.1%	89.5%	70.6%	31.1%	32.4%
中学校 2年男子	全国	87.3%	80.6%	89.9%	63.5%	31.3%	40.6%
	新潟市	88.6%	85.7%	88.8%	72.1%	36.3%	28.6%
中学校 2年女子	全国	75.4%	75.7%	83.1%	63.0%	26.8%	41.4%
	新潟市	76.1%	82.7%	80.2%	71.0%	30.1%	30.8%

【学校質問紙】

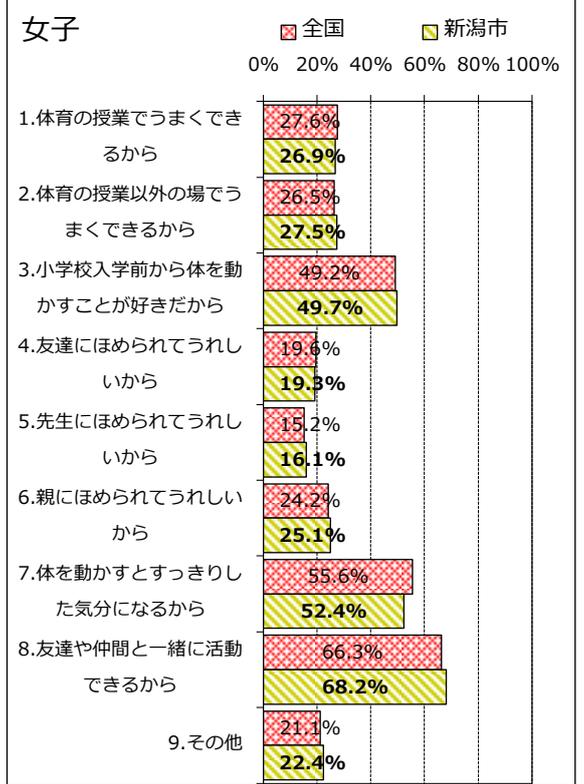
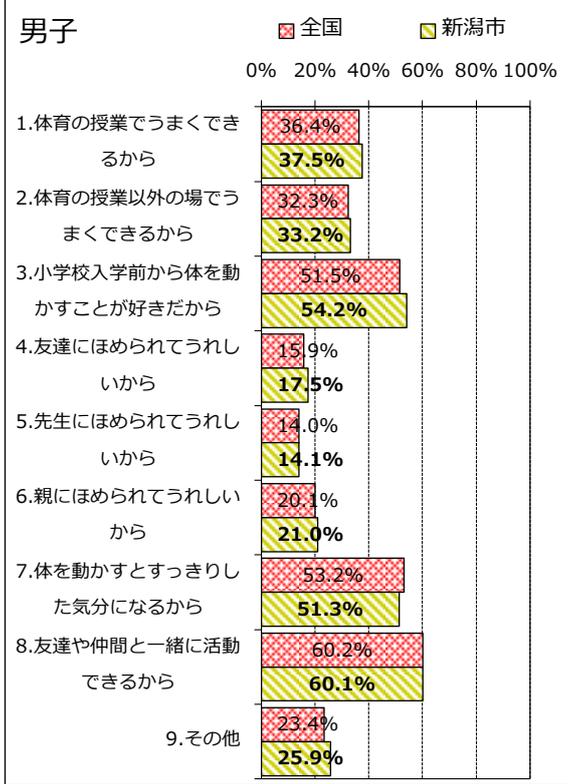
		Q3-3-1 体育授業以外（中休み）の体力向上に係る取組の実施	Q3-3-2 体育授業以外（昼休み）の体力向上に係る取組の実施	Q4 研修や研究会に参加し、体力・運動能力の向上に係る取組に反映させている	Q17-3 家庭に生活習慣改善のための資料を配布した	Q17-5 家庭に体力に関する調査の結果を連絡している	Q19 前年度、オリンピック・パラリンピック教育に係る取組を行った
小学校	全国	58.9%	43.2%	68.6%	40.4%	52.6%	51.5%
	新潟市	67.5%	80.5%	81.6%	75.7%	62.1%	75.7%
中学校	全国	1.7%	30.0%	65.2%	24.7%	31.3%	66.7%
	新潟市	3.7%	55.6%	66.7%	56.1%	57.9%	75.4%

質問 集計結果

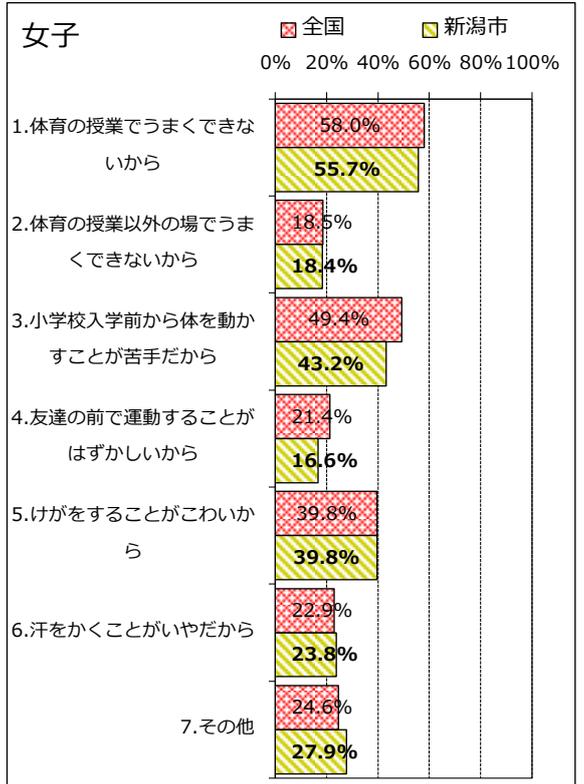
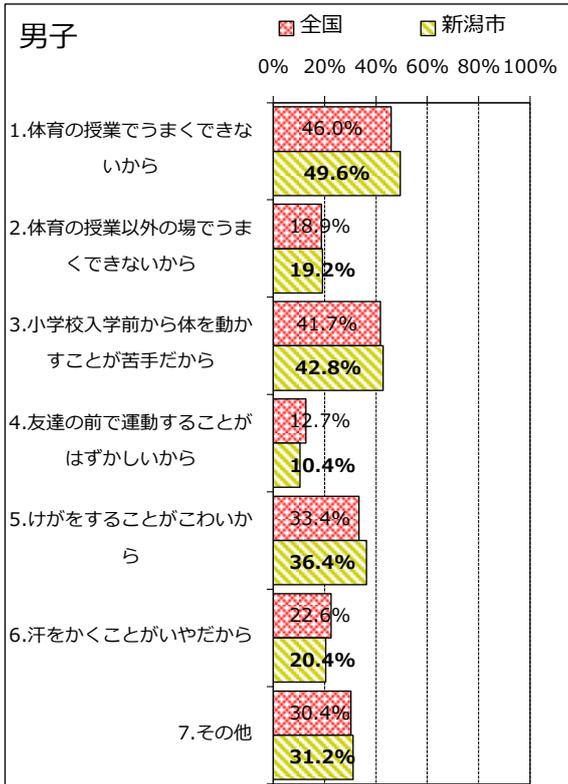
Q1.運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは好きですか。



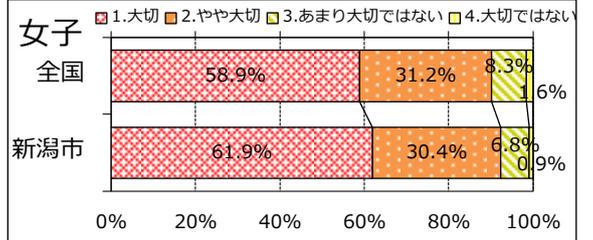
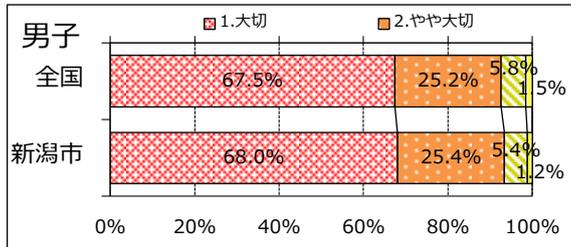
Q1-2.(Q1で「好き」または「やや好き」と回答した人)好きな理由は何ですか。当てはまるものをすべて選んでください。



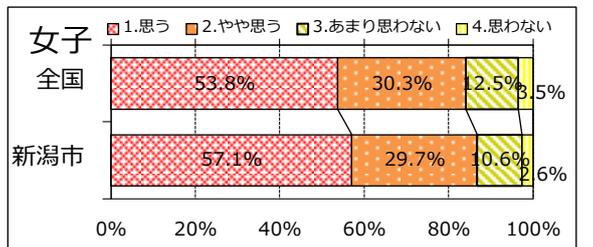
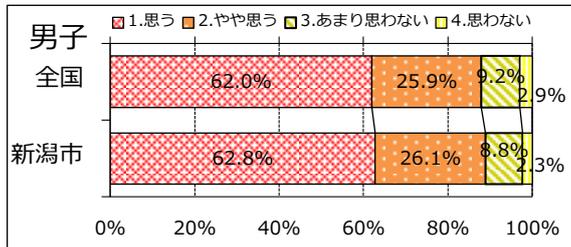
Q1-3.(Q1で「やや嫌い」または「嫌い」と回答した人)嫌いな理由は何ですか。当てはまるものをすべて選んでください。



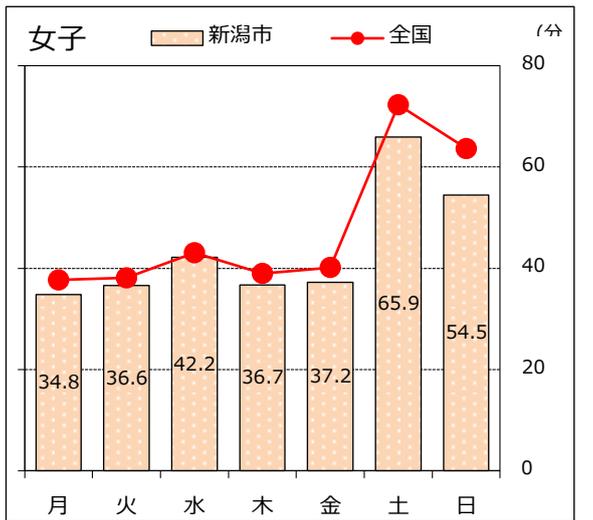
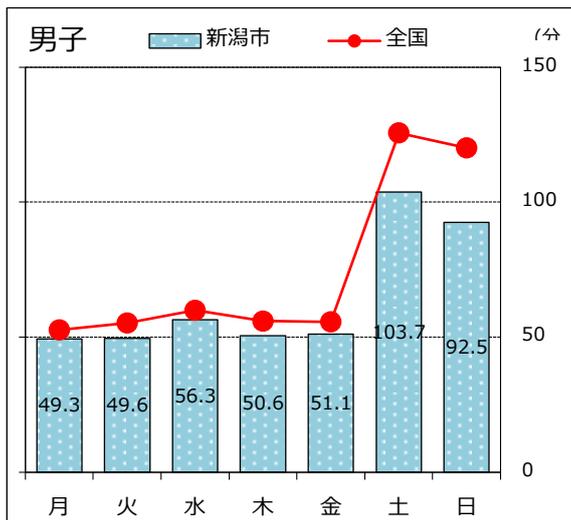
Q2.あなたにとって運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツは大切なものですか。



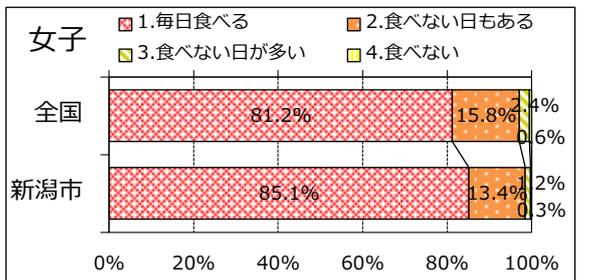
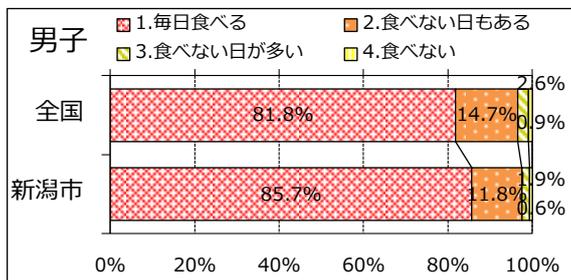
Q3.中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをする時間を持ちたいと思いますか。



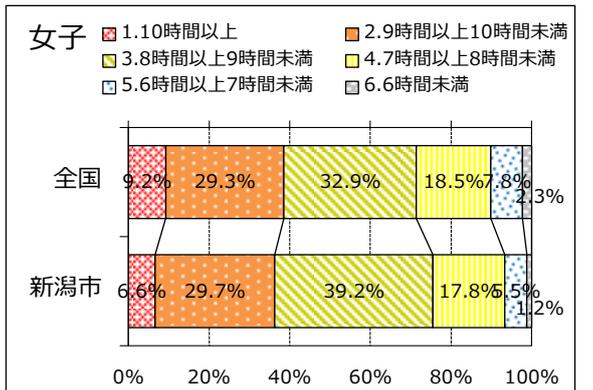
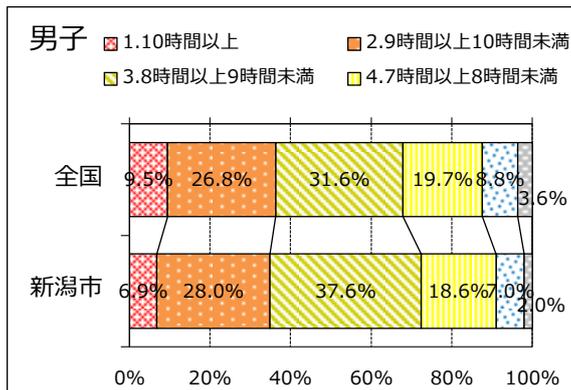
Q4.学校の体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツを合計で1日おおよどのくらいの時間していますか。



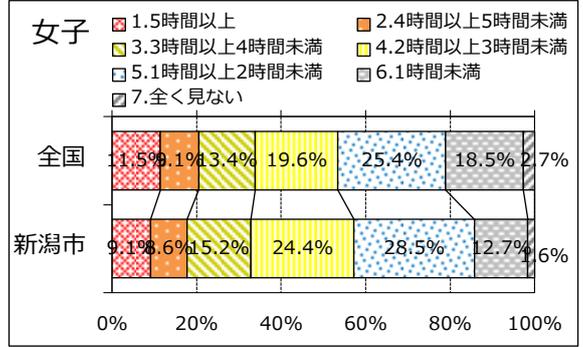
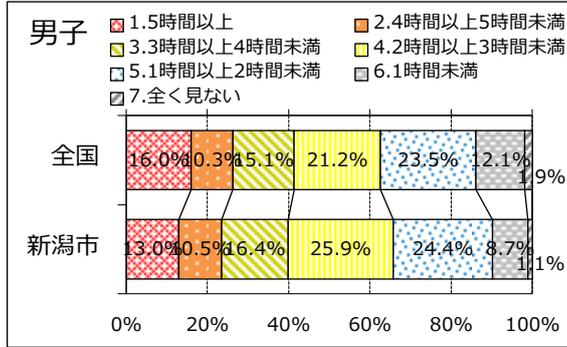
Q5.朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日もふくめます)



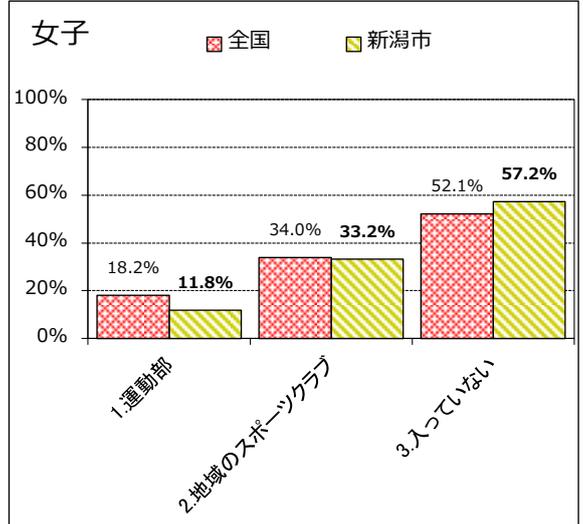
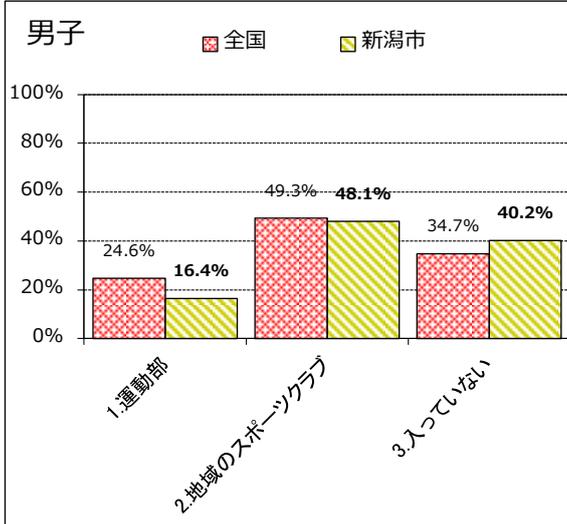
Q6.毎日どのくらい寝ていますか。



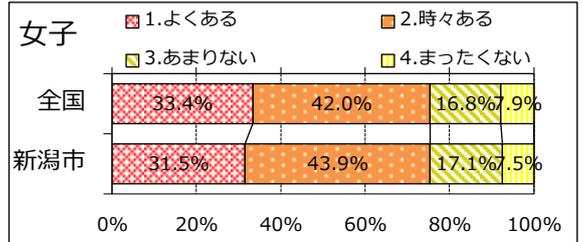
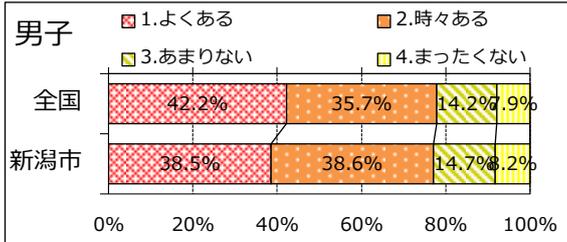
Q7.平日、学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



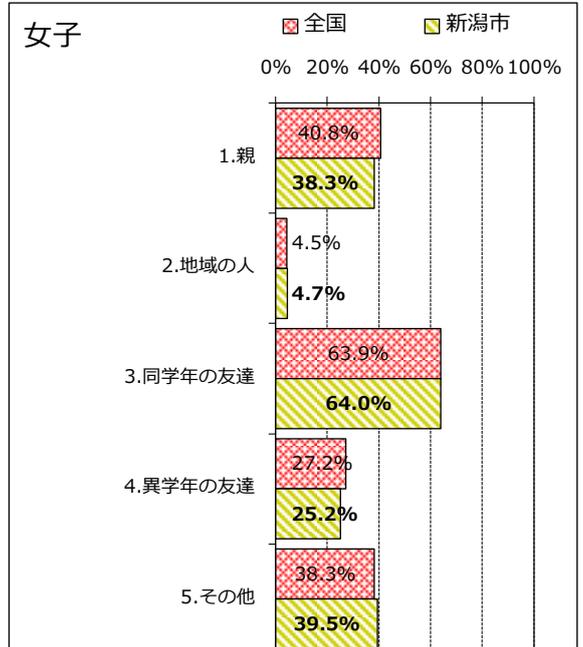
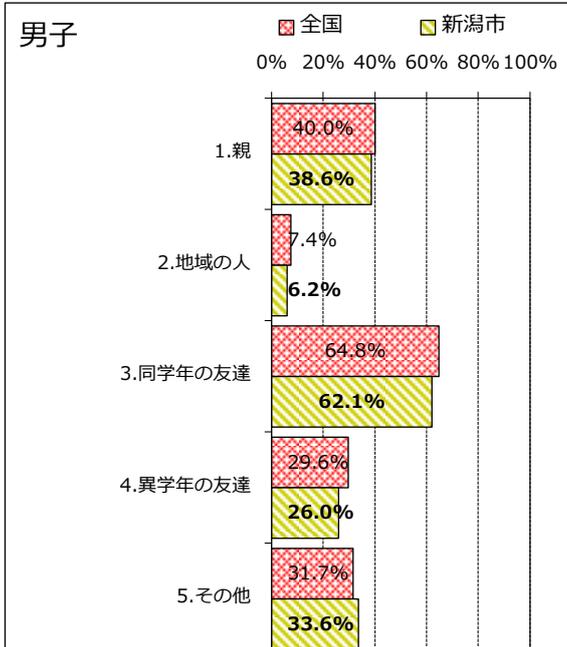
Q8.学校の運動部や地域のスポーツクラブ(スポーツ少年団や習い事)をふくみます)に入っていますか。



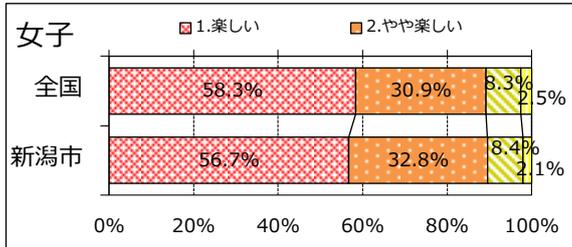
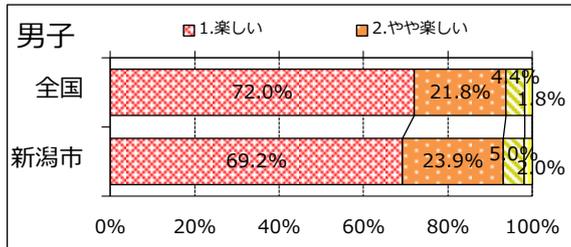
Q9.放課後や学校が休みの日に、運動部や地域のスポーツクラブ以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることがありますか。



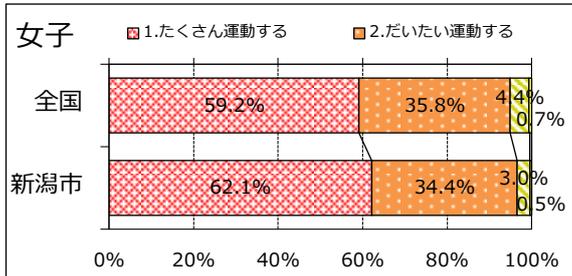
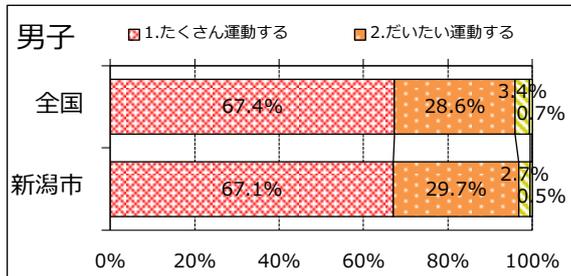
Q9-2.(Q9で「よくある」または「時々ある」と回答した人)誰と運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをしますか。



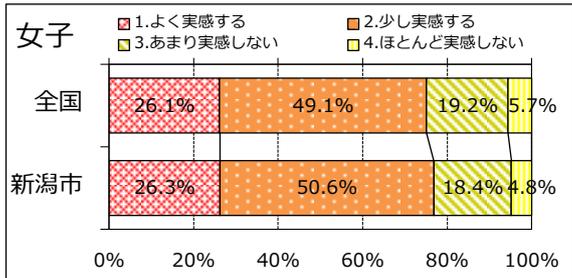
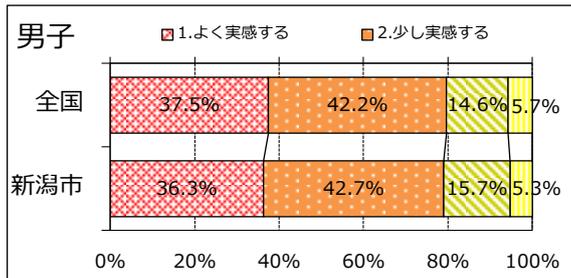
Q10.体育の授業は楽しいですか。



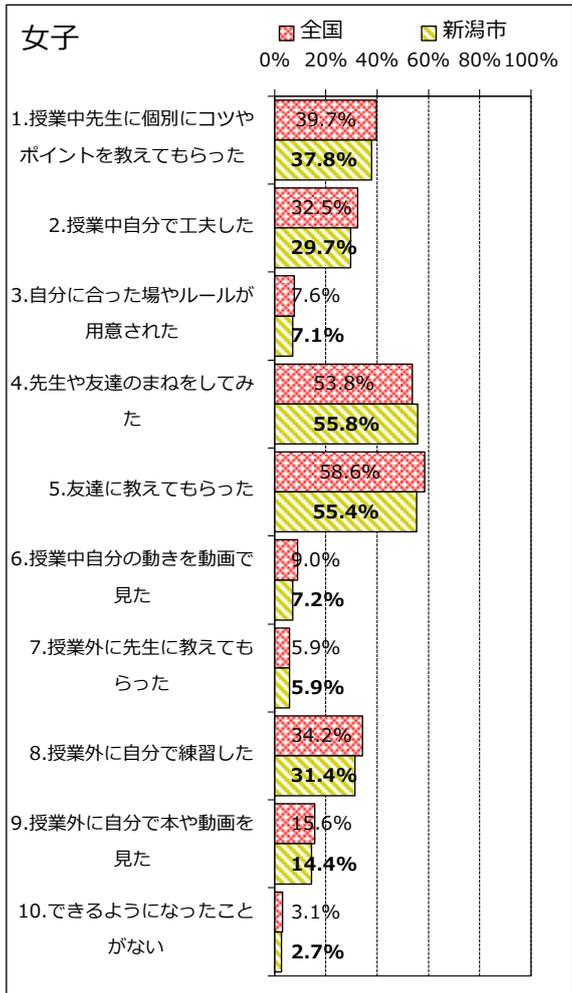
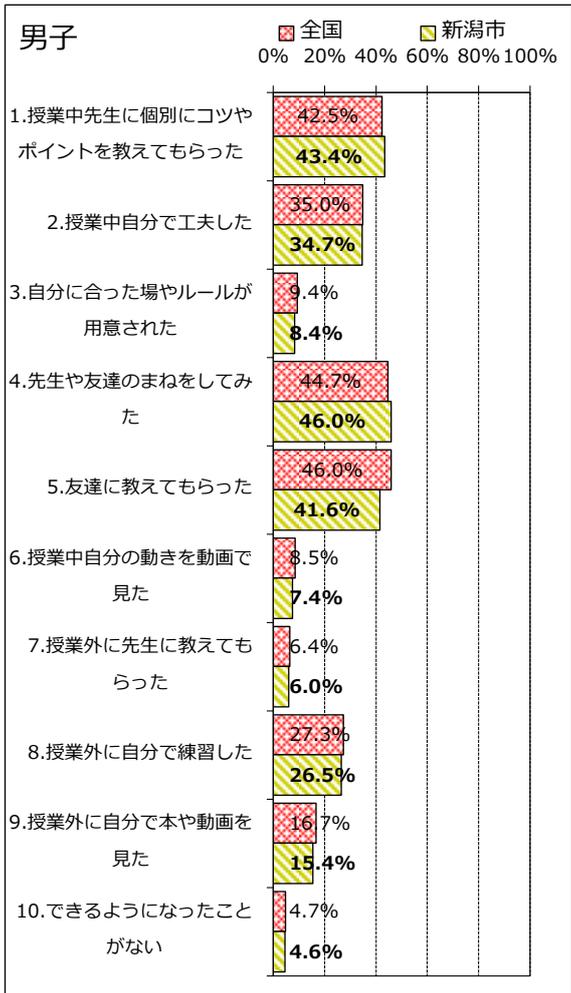
Q11.体育の授業では、たくさん運動しますか。



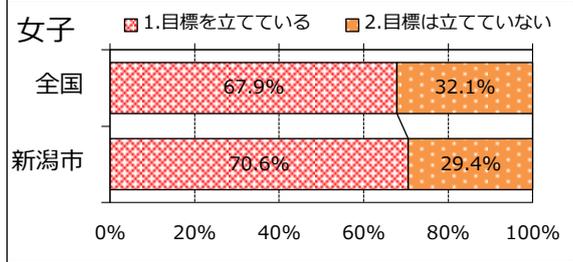
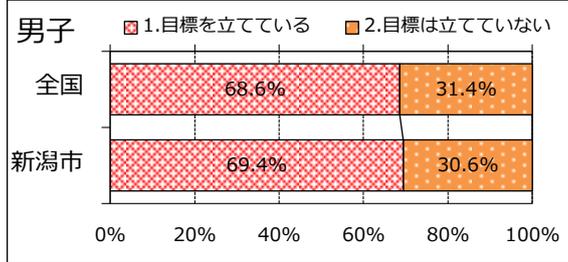
Q12.体育の授業で、自分の動きの質が向上していることを実感することがありますか。



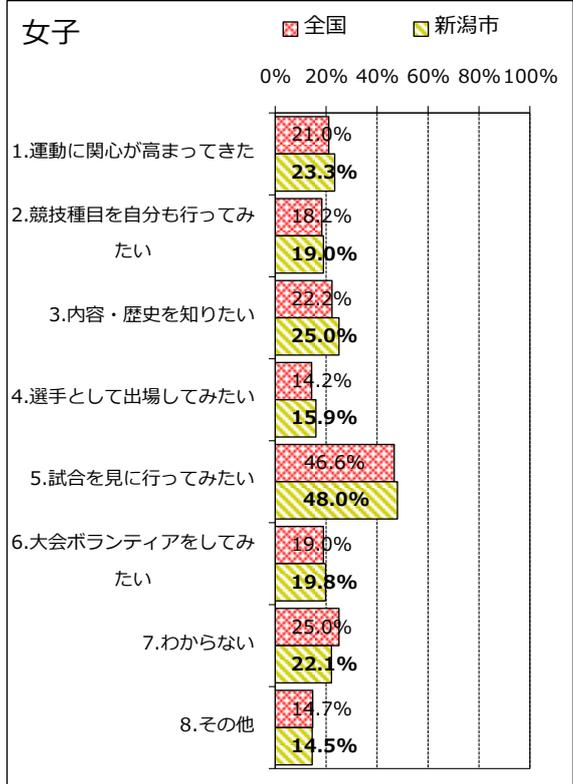
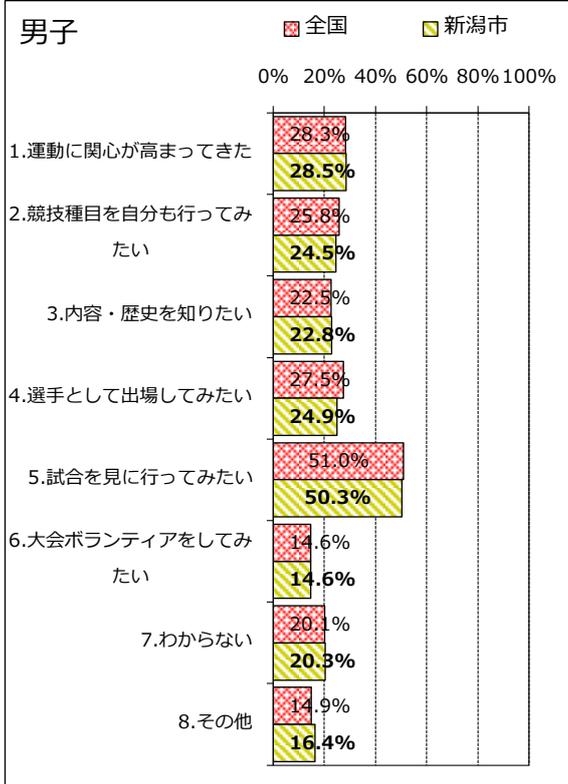
Q13.これまでの体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか。



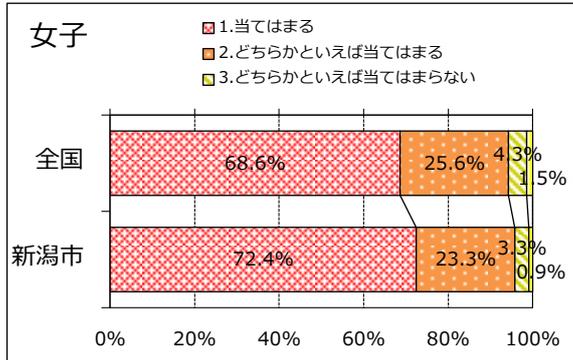
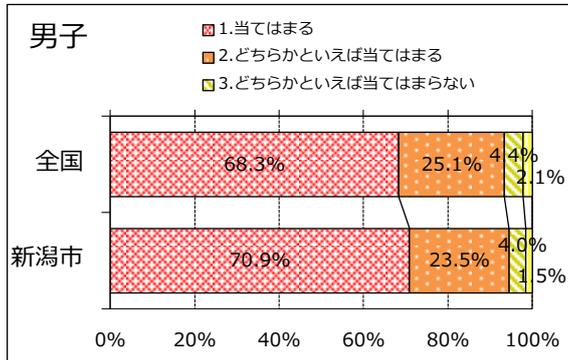
Q14.体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。



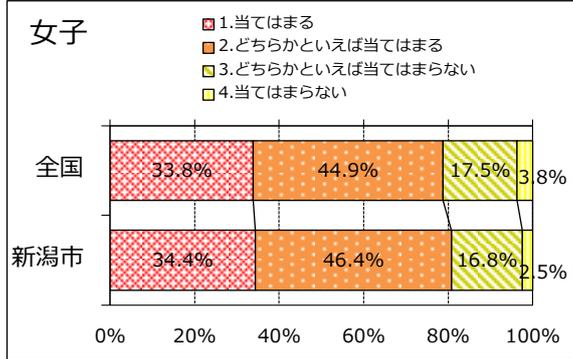
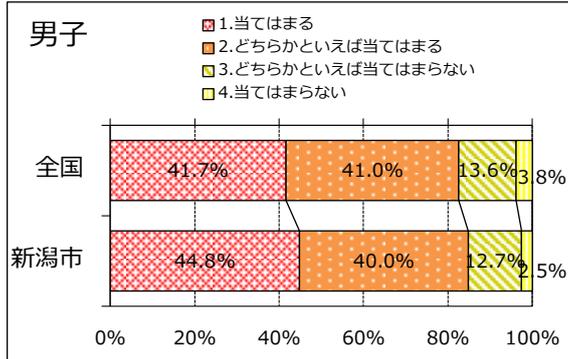
Q15.オリンピック・パラリンピック競技大会が日本でされますが、あなたの今の気持ちに当てはまるものをすべて選んでください。



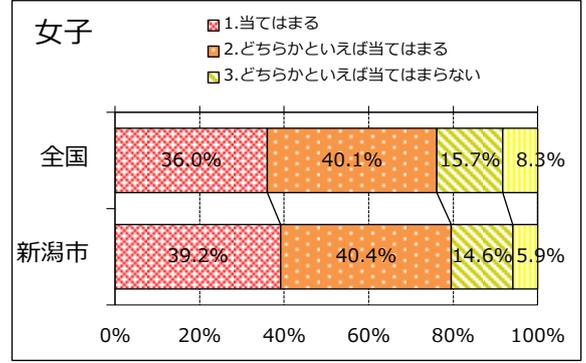
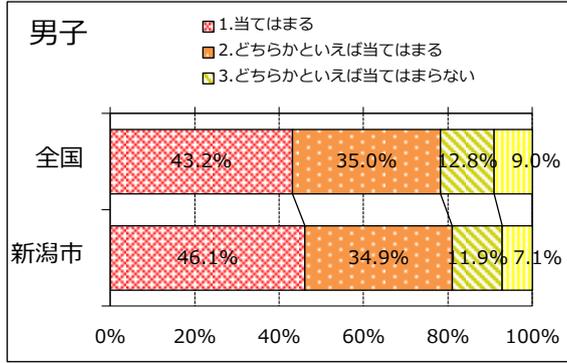
Q16.ものごとを最後までやりとげてうれしかったことがある。



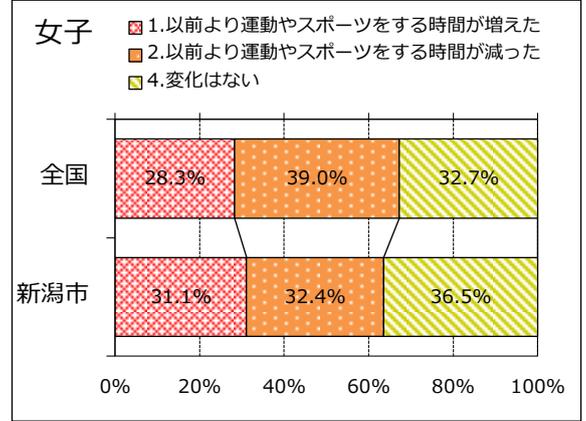
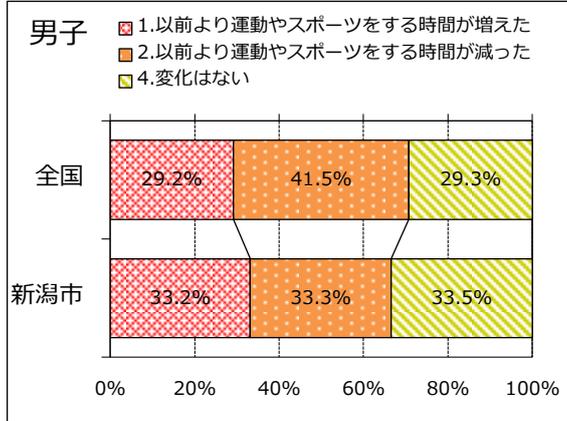
Q17.難しいことでも、失敗をおそれないでしよう戦している。



Q18.自分には、
良いところがある
と思う。

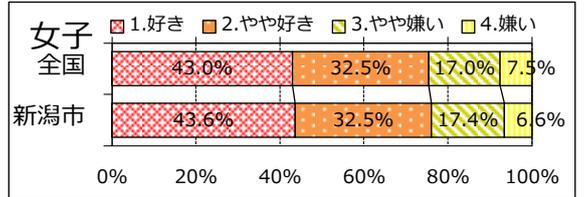
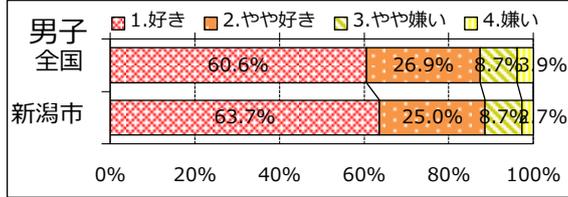


Q19.新型コロナ
ウイルス感染症
の影響前(令和2
年3月以前)と現
在とを比較し
て、あなたの運動
(体を動かす遊び
をふくむ)やス
ポーツへの取組
はどのように変化
しましたか。

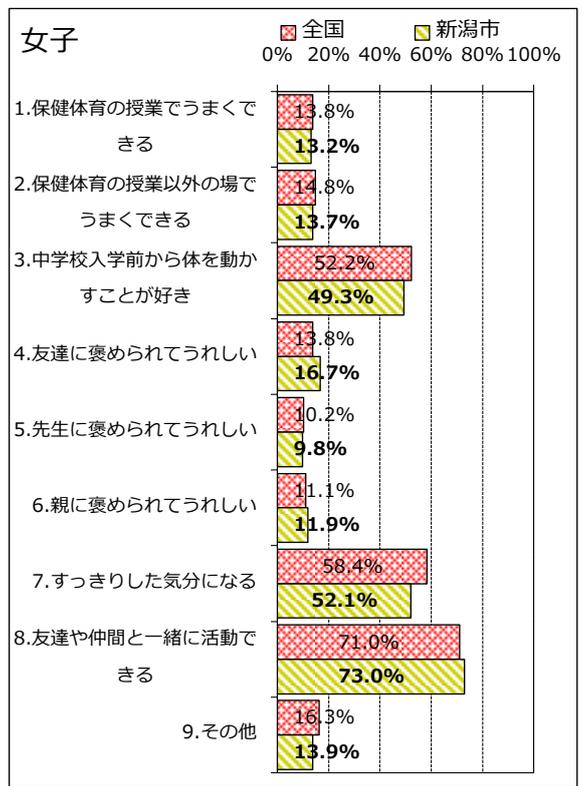
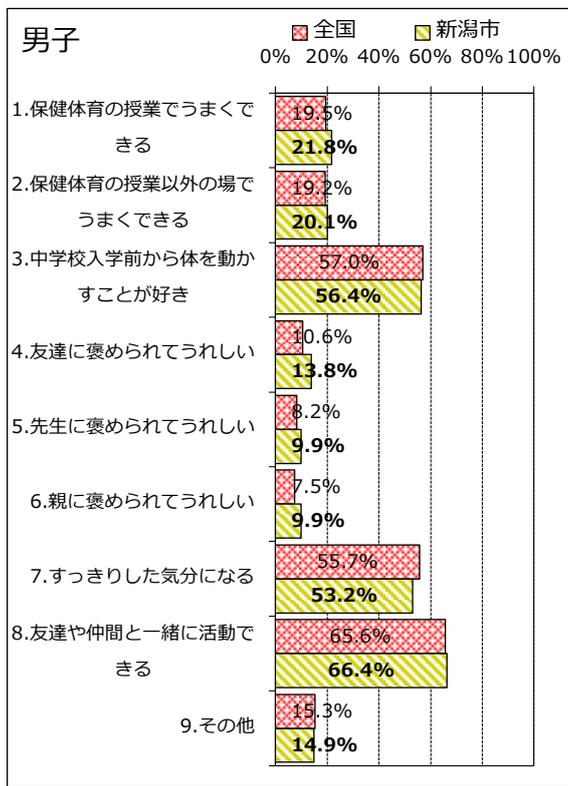


質問 集計結果

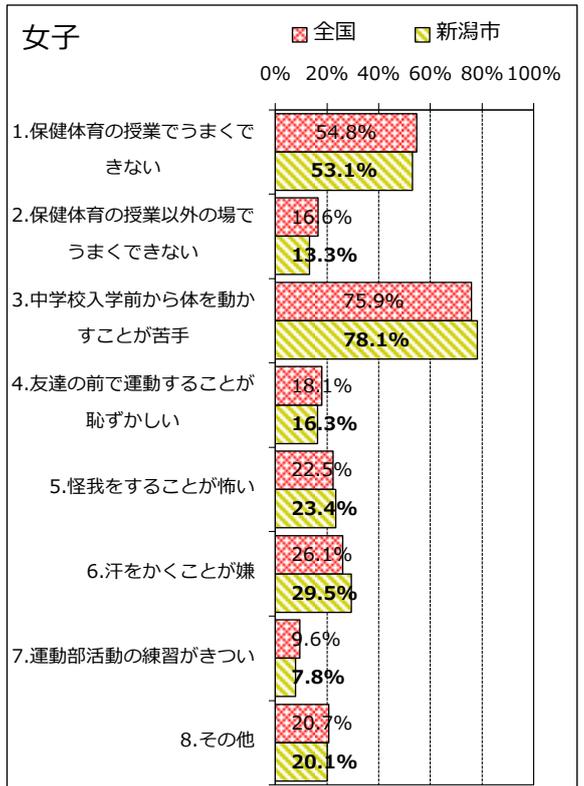
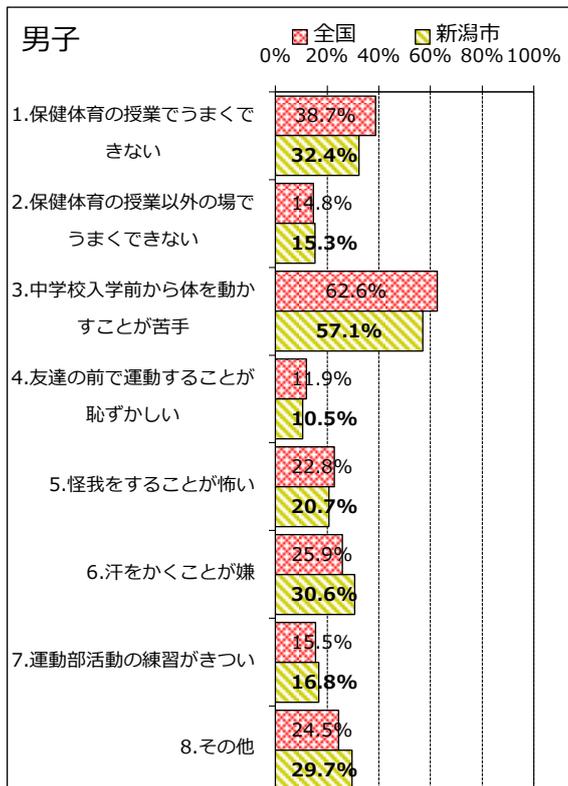
Q1.運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることは好きですか。



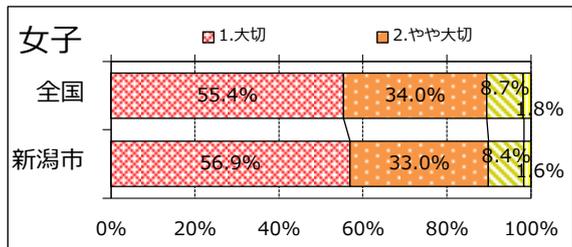
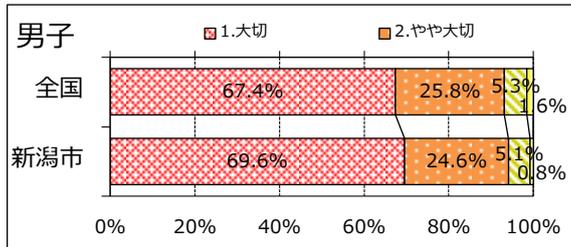
Q1-2.(Q1で「好き」または「やや好き」と回答した人)好きな理由は何ですか。当てはまるものをすべて選んでください。



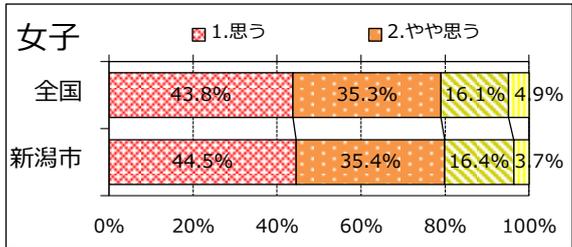
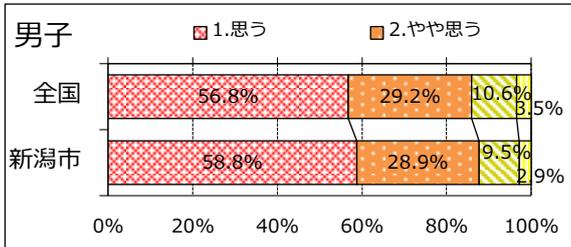
Q1-3.(Q1で「やや嫌い」または「嫌い」と回答した人)嫌いな理由は何ですか。当てはまるものをすべて選んでください。



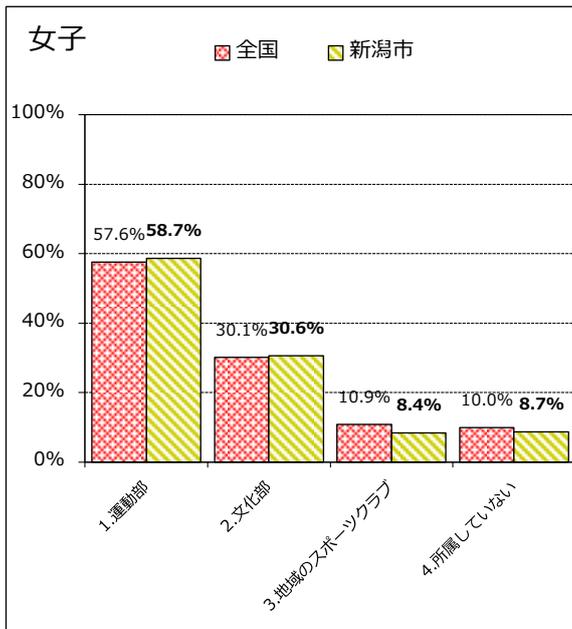
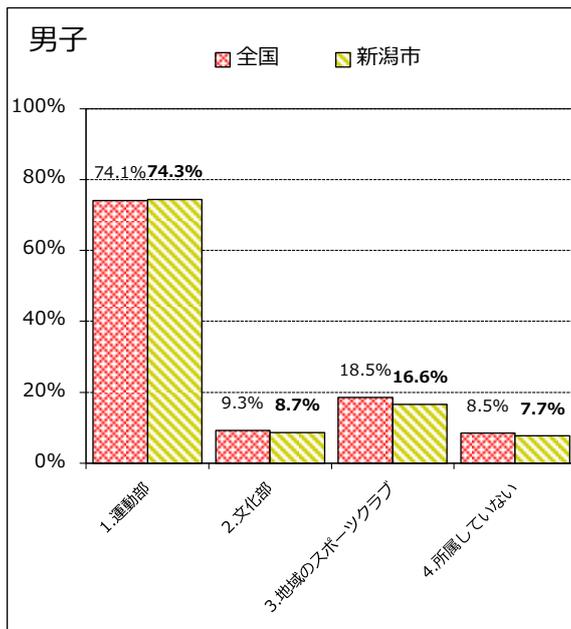
Q2.あなたにとって運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツは大切なものですか。



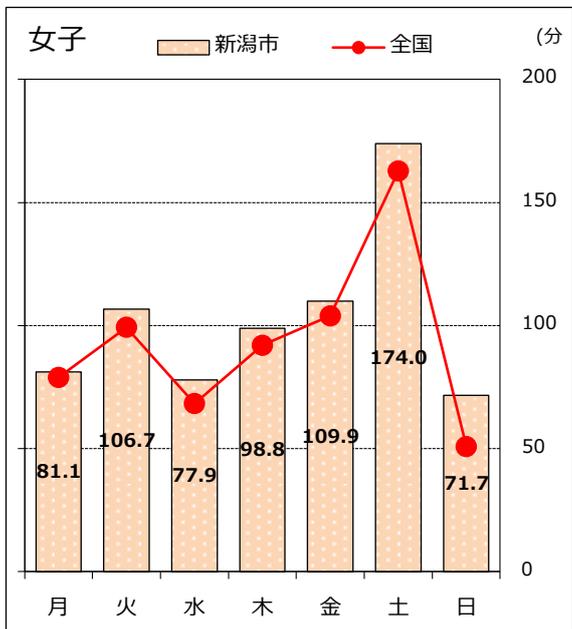
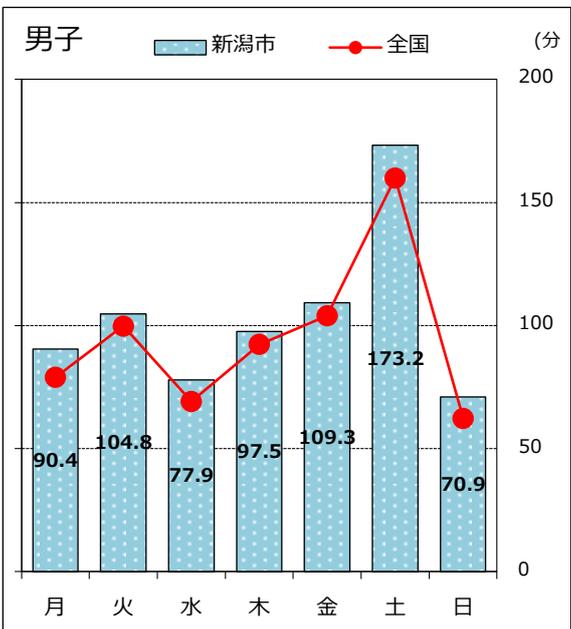
Q3.中学校を卒業した後、自主的に運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをする時間をもちたいと思いますか。



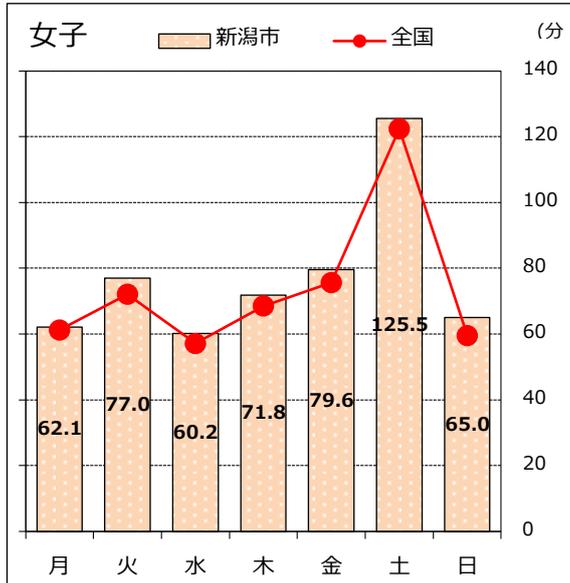
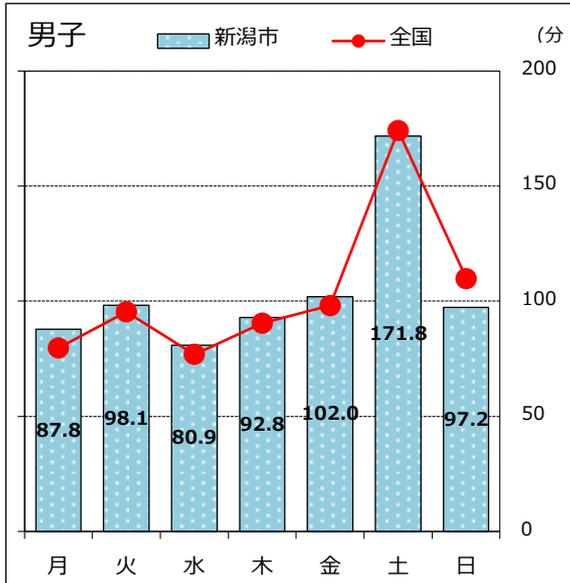
Q4.学校の部活動や地域のスポーツクラブに所属していますか。



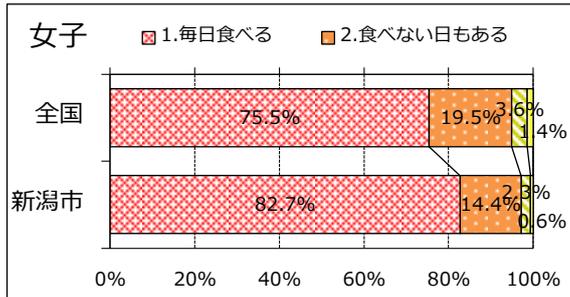
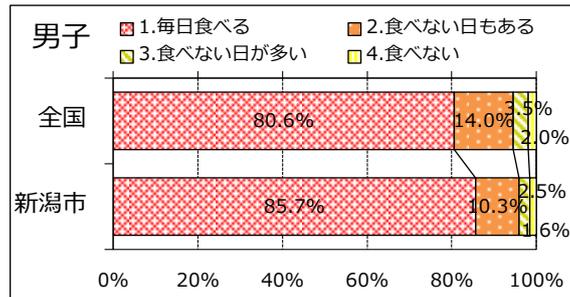
Q4-2.Q4で「運動部」と答えた人は、部活動で1日およそどのくらいの時間、運動していますか。



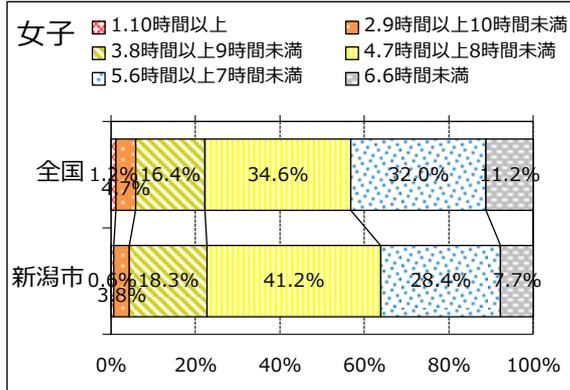
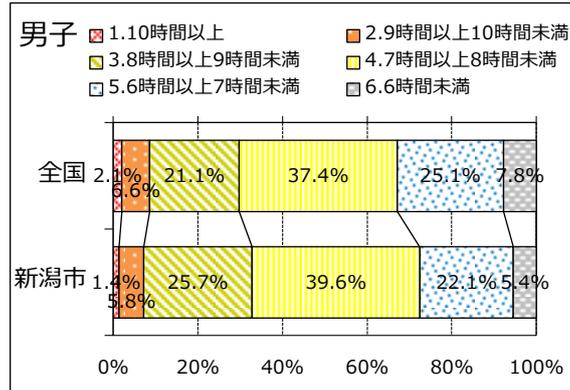
Q5.学校の保健体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツを合計で1日およそどのくらいの時間していますか。
(Q4-2で時間を書いた人は、その時間を含めて記入してください)



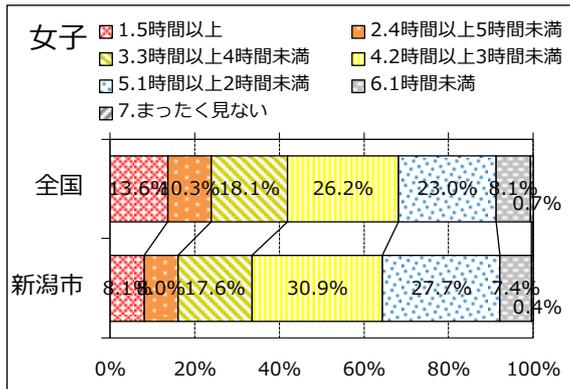
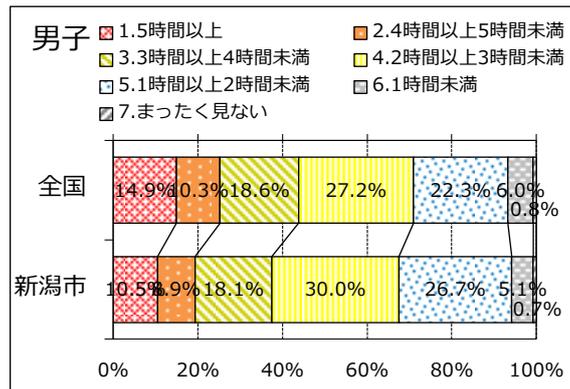
Q6.朝食は毎日食べますか。(学校が休みの日も含めます)



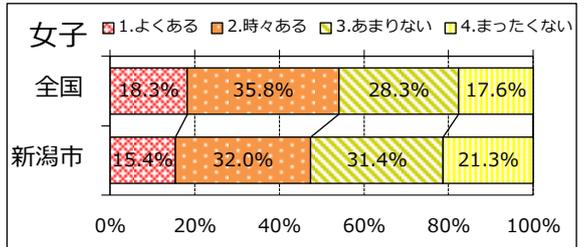
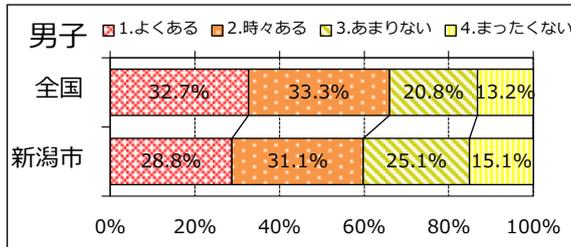
Q7.毎日どのくらい寝ていますか。



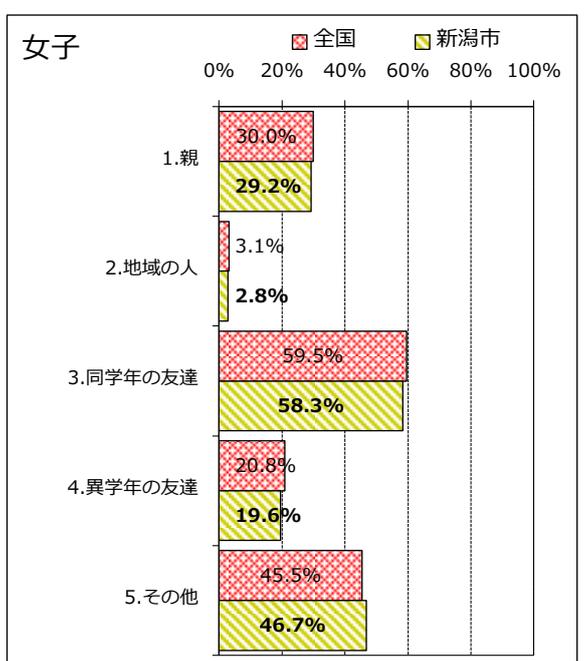
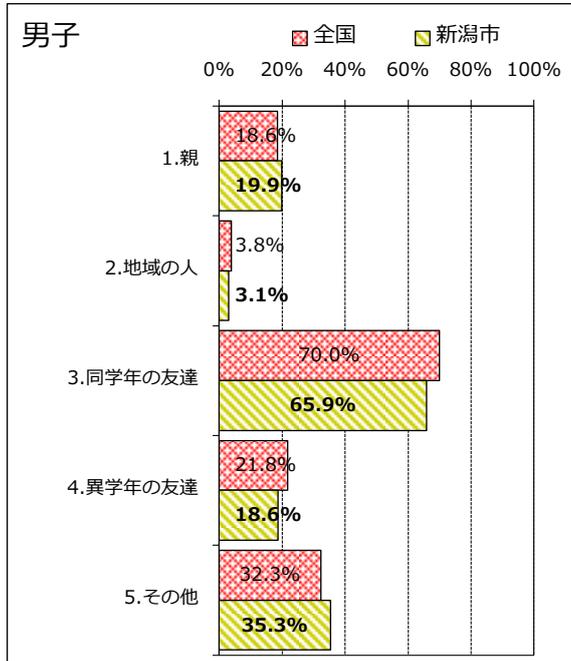
Q8.平日、学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。



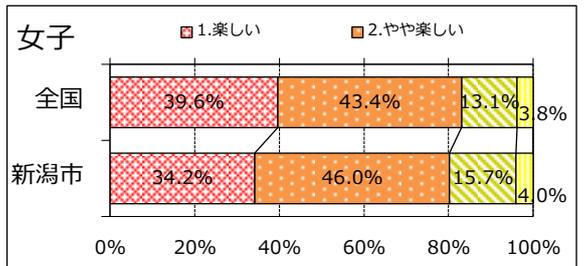
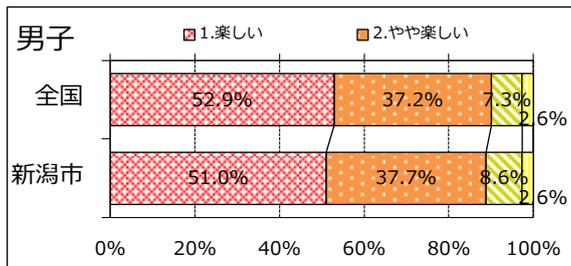
Q9.放課後や学校が休みの日に、運動部活動や地域のスポーツクラブ以外で、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをすることがありますか。



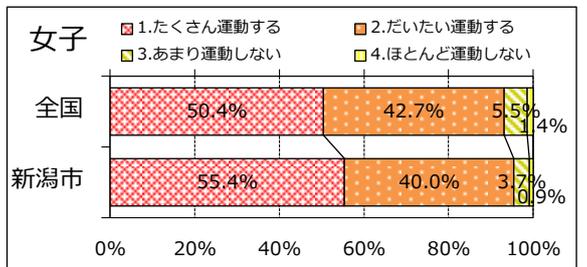
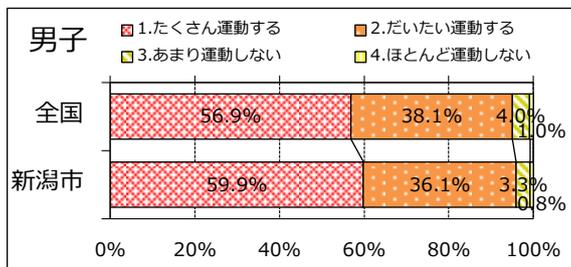
Q9-2.(質問9で「よくある」または「時々ある」と答えた人)誰と運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをしますか。



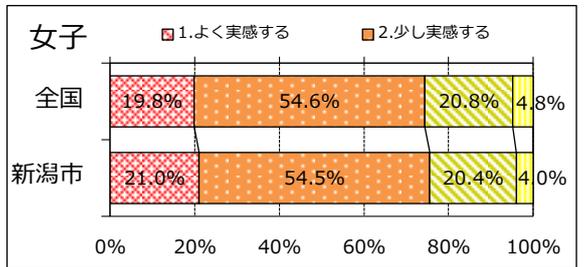
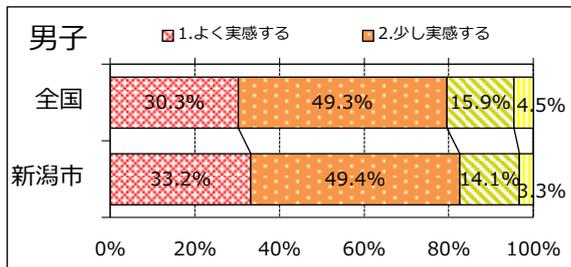
Q10.保健体育の授業は楽しいですか。



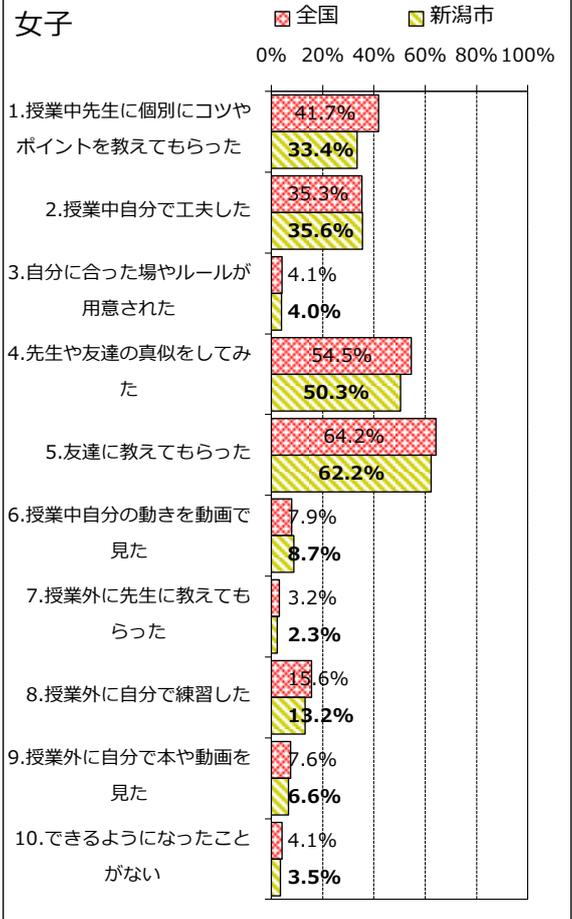
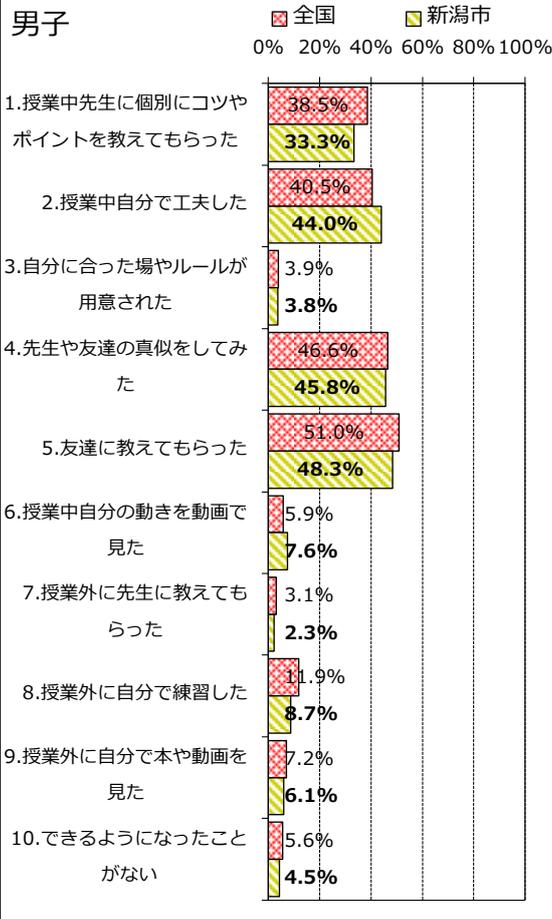
Q11.保健体育の授業では、たくさん運動しますか。(保健授業を除く)



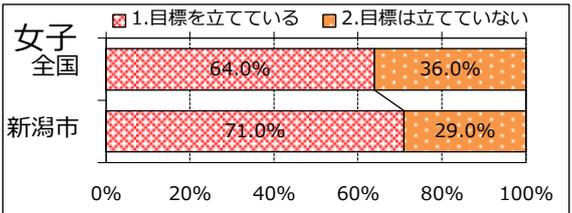
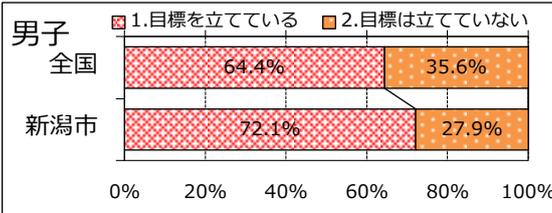
Q12.保健体育の授業で、自分の動きの質が向上していることを実感することができますか。(保健授業を除く)



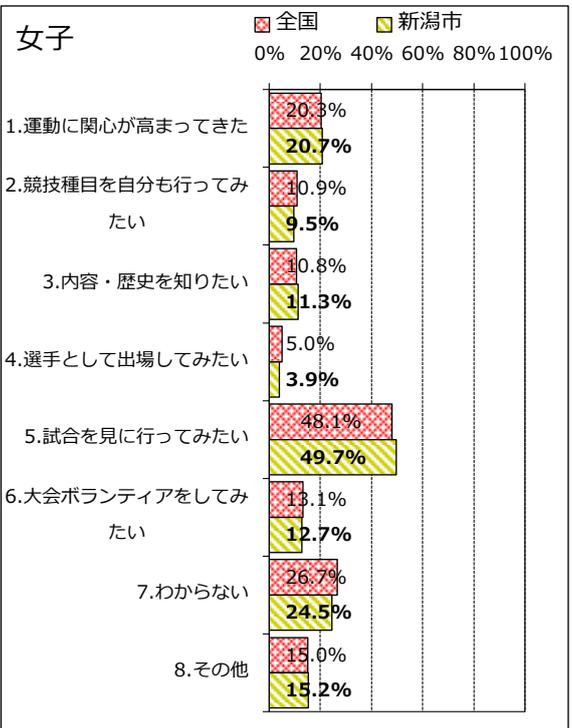
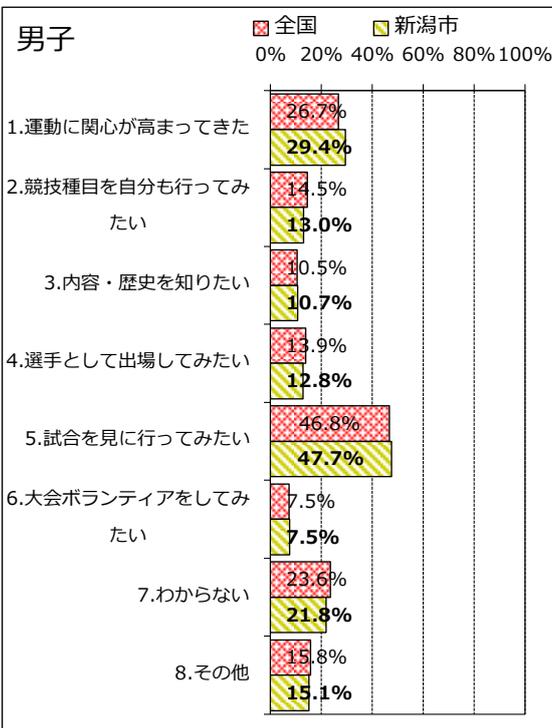
Q13.保健体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけ、理由はどのようなものがありましたか。当てはまるものを全て選んでください。



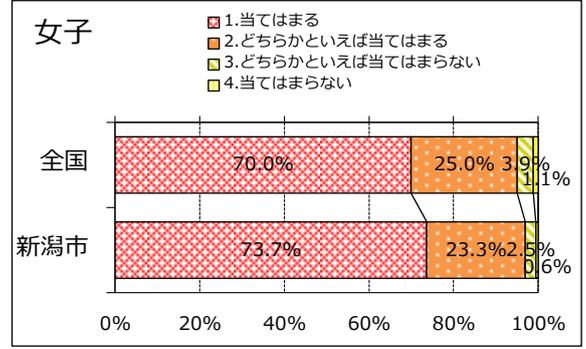
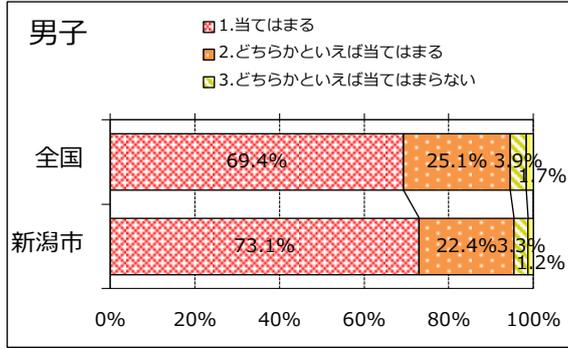
Q14.体力テストの結果などを基に体力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。



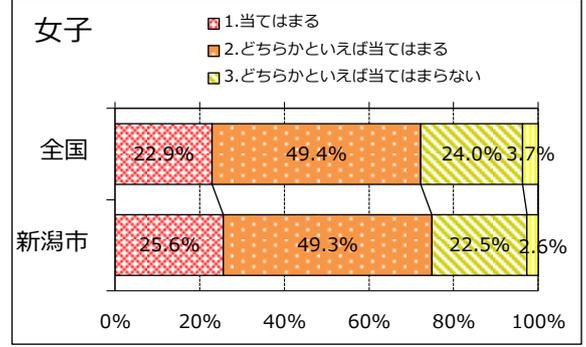
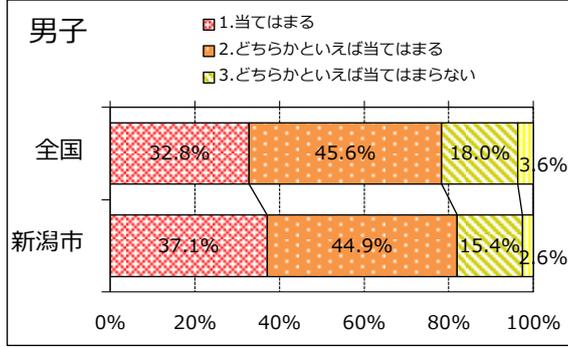
Q15.オリンピック・パラリンピック競技大会が日本で開催されますが、あなたの今の気持ちにあてはまるものをすべて選んでください。



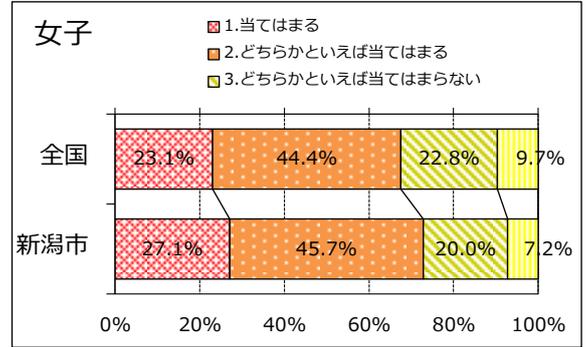
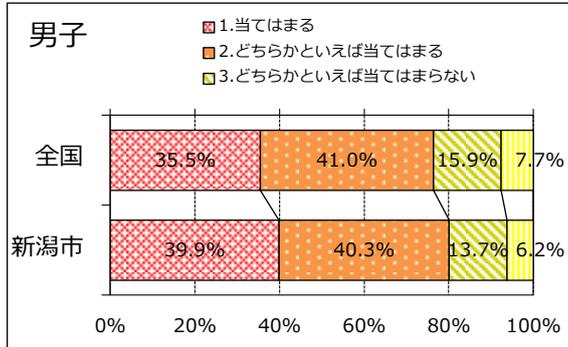
Q16.ものごとを最後までやり遂げてうれしかったことがある。



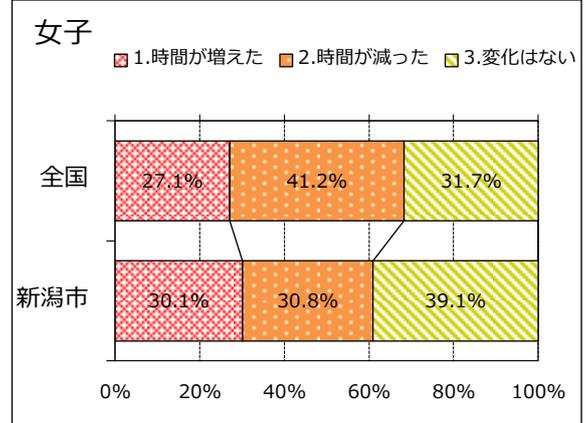
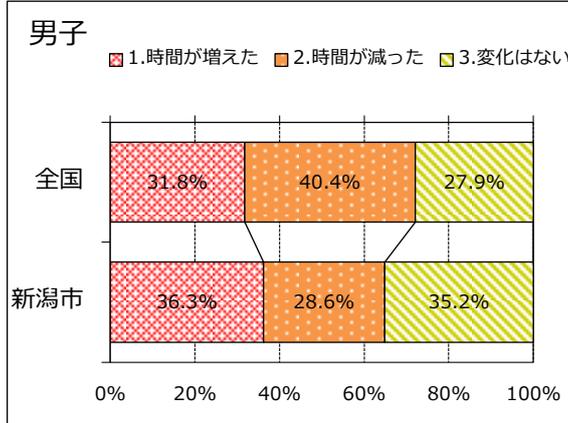
Q17.難しいことでも、失敗を恐れなくて挑戦している。



Q18.自分には、よいところがあると思う。



Q19.新型コロナウイルス感染症の影響前(令和2年3月以前)と現在とを比較して、あなたの運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツへの取組はどのように変化しましたか。



令和3年度 新潟県体力テスト結果概要

- 調査対象校（国立及び特別支援学校を除き、新潟市を含む全公立学校）
 小学校等 443校（義務教育学校前期課程を含む＝以下「小学校」）
 中学校等 231校（義務教育学校後期課程、中等教育学校前期課程を含む＝以下「中学校」）
 高等学校等 93校（中等教育学校後期課程を含む＝以下「高等学校」）
- 調査期間
 令和3年5月から7月

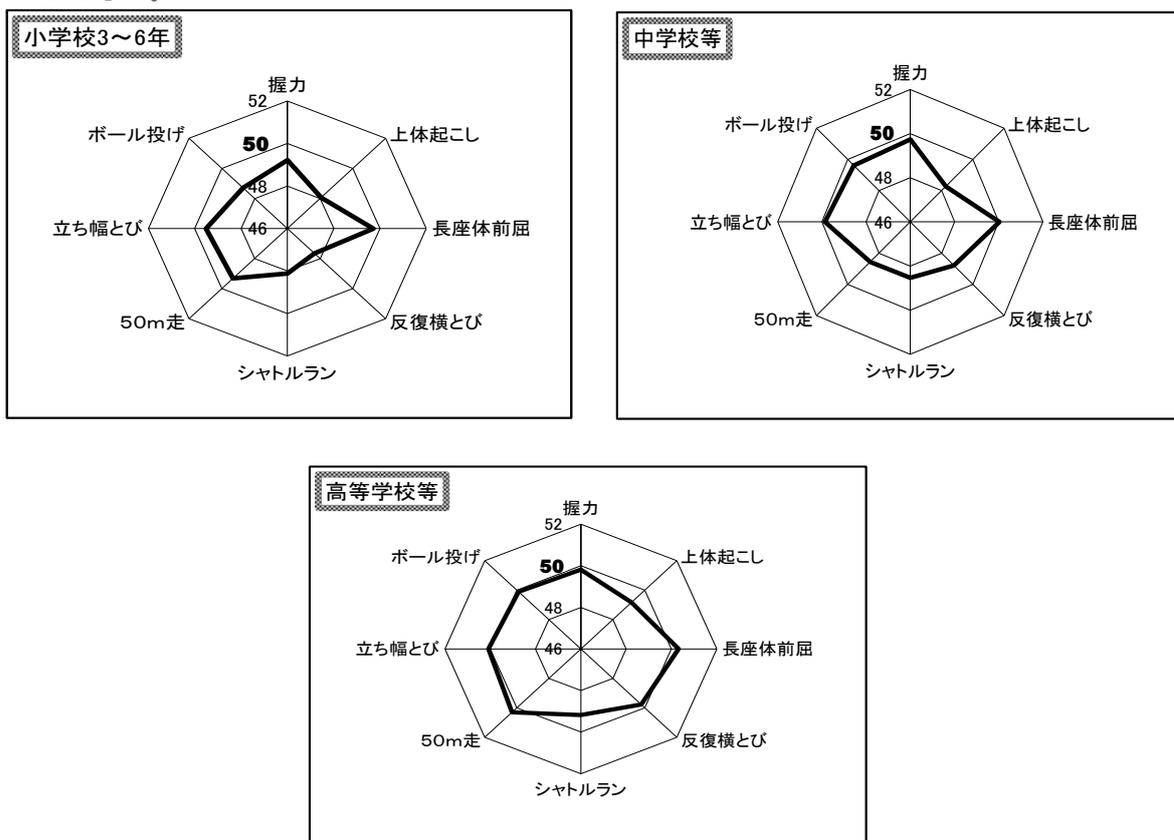
3 調査内容

小学校3年生以上、中学校、高等学校で8種目を指定して調査した

番号	1	2	3	4	5	6	7	8
項目	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20m シャトルラン	50m走	立ち幅とび	ボール投げ
要素	筋力	筋力 筋持久力	柔軟性	敏捷性	全身持久力	スピード	瞬発力	巧緻性 瞬発力

4 令和元年度の県平均値との比較（令和2年度は中止）

令和元年度の県平均値が「50」となるように統計処理をし、令和3年度の県平均値と比較したもの。

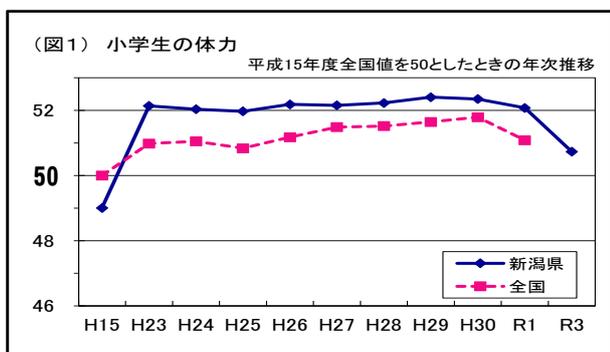


令和元年度との比較では、各学年男女×8種目中、小学校（3～6年生）で98.4%、中学校で81.2%、高等学校で57.8%の種目において下回った。中でも、上体起こし、20m シャトルランが、全校種において下降幅が大きかった。低下傾向の要因として、新型コロナウイルス感染症の様々な対応に伴う、児童生徒の運動機会の減少と運動内容の制約が影響したと考えられる。低下の傾向は、年齢が下がるにつれて顕著であった。

5 全国平均値を基準にした場合の体力の変化

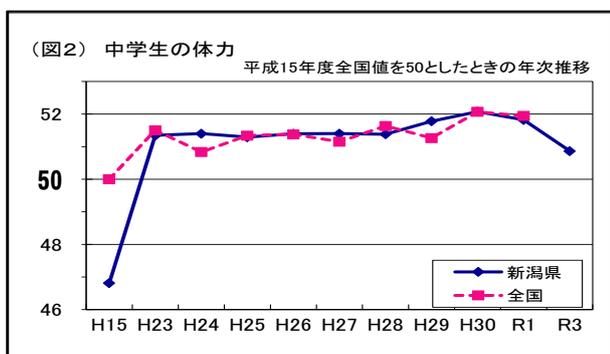
[グラフの説明]

県内の小・中・高等学校の全ての子どもを対象に、体力テストを開始した平成15年度の全国平均値が「50」となるように統計処理をし、平成15年度から令和元年度までの全国平均値と、令和3年度までの本県平均値の変化をグラフに表したもの。（令和2年度は全国・県ともに中止、令和3年度の全国平均値は未発表）



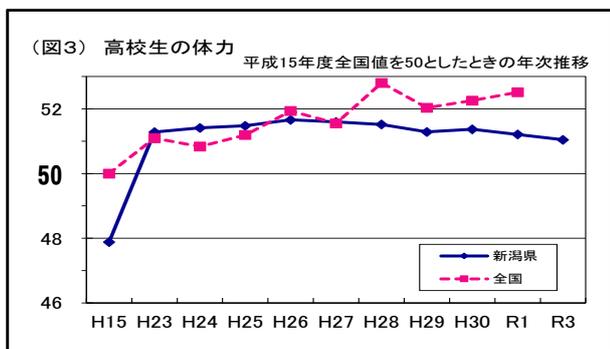
(図1) 小学生の体力・運動能力

- ・全国平均値は、平成25年度から30年度まで上昇が続いていたが、令和元年度は下降した。
- ・本県平均値は、平成18年度以降、令和元年度まで全国平均値を上回っているが、平成29年度をピークに下降傾向を示している。



(図2) 中学生の体力・運動能力

- ・全国平均値は、年度ごとに変動があり、令和元年度は前年度をわずかに下回った。
- ・本県平均値は、平成23年度以降、全国平均値とおおむね同じような値で推移しているが、平成30年度をピークに下降傾向を示している。



(図3) 高校生の体力・運動能力

- ・全国平均値は、年度ごとに変動が激しく、令和元年度は前年度をやや上回った。
- ・本県平均値は、平成26年度をピークにやや下降傾向にあるが、下降幅はさほど大きくなく、おおむね現状を維持している。

6 今後の取組

児童生徒の体力向上を促進するためには、日常的に運動に触れる機会をもち、運動やスポーツへの意識を高めていくことが重要である。そのためには、児童生徒に求められる資質・能力を育成することを目指した授業改善や、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことで運動習慣を定着させるような工夫が必要である。また、各学校の「1学校1取組」を柱に、児童生徒が運動やスポーツの特性や魅力を実感したり、ICT機器の活用も含めた「みる・支える・知る」といった多様な関わり方をきっかけとし、生涯を通じた豊かなスポーツライフにつなげたりすることが重要である。

コロナ禍から徐々に日常を取り戻していく中で、単年度での数値の上下にとらわれ過ぎることなく、中・長期的にこれらの取組を継続していくことが必要となる。

令和3年度 新潟県体力テスト 測定値一覧 (男子)

※ 令和元年度と令和3年度の県の測定値(令和2年度は中止)

区分	N:標本数 X:平均 SD:標準偏差	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横とび		20mシャトルラン 折り返し数		50m走		立ち幅跳び		ソフトボール投げ ハンドボール投げ		
		R1	R3	R1	R3	R1	R3	R1	R3	R1	R3	R1	R3	R1	R3	R1	R3	
小学校	6歳	N	5900	4857	5773	4609	6202	4955	5868	4784	5960	4843	8815	7558	6079	4817	8762	7537
		X	9.28	9.14	11.77	11.63	26.93	26.89	28.70	28.32	22.58	22.92	11.51	11.67	115.19	115.98	8.22	8.18
		SD	2.34	1.90	5.49	4.56	7.52	5.54	5.70	4.97	11.20	9.74	2.01	1.23	19.01	16.14	3.17	3.06
	7歳	N	6087	5120	5926	4872	6461	5295	6079	5148	6226	5115	8844	7902	6184	5081	8758	7909
		X	11.13	10.77	14.70	14.15	28.60	28.59	33.22	31.95	33.40	31.58	10.68	10.81	127.41	126.95	11.38	11.07
		SD	2.70	2.22	5.63	4.86	6.79	5.55	6.73	5.52	15.05	12.92	1.81	1.08	18.98	16.66	4.33	4.04
	8歳	N	9094	8524	9066	8482	9074	8518	9056	8506	9050	8477	9079	8509	9076	8504	9068	8506
		X	12.99	12.62	16.75	15.75	30.68	30.48	37.06	35.02	41.63	38.97	10.16	10.27	136.95	136.11	15.24	14.17
		SD	3.02	2.57	6.03	5.17	7.25	6.09	7.76	6.31	17.96	15.43	1.09	0.98	19.53	17.88	5.60	5.11
	9歳	N	9082	8815	9066	8740	9071	8774	9047	8762	9047	8734	9075	8773	9054	8767	9056	8758
		X	14.88	14.59	18.74	17.76	32.41	32.14	40.88	39.29	49.60	45.71	9.78	9.82	145.29	144.66	18.48	17.51
		SD	3.48	2.91	6.14	5.00	7.57	6.37	7.97	6.75	20.08	17.64	1.43	0.94	23.54	18.91	6.48	6.13
	10歳	N	9281	8991	9244	8932	9266	8971	9236	8960	9220	8912	9249	8980	9245	8952	9254	8974
		X	16.99	16.74	20.66	19.32	34.51	34.65	44.89	43.04	56.39	51.53	9.39	9.56	154.76	153.70	22.17	20.75
		SD	3.86	3.49	5.81	5.09	8.02	6.93	7.49	6.64	21.16	18.93	1.35	1.16	21.26	20.00	7.56	6.93
11歳	N	9351	8782	9330	8713	9337	8762	9319	8737	9314	8682	9338	8759	9329	8728	9319	8748	
	X	20.15	19.77	22.51	21.29	37.22	36.46	47.73	46.06	63.23	59.84	9.02	9.06	168.22	165.95	25.76	24.08	
	SD	4.91	4.51	5.89	5.22	7.26	7.29	7.59	6.61	22.45	20.42	1.29	0.92	26.51	21.93	8.89	8.20	
中学校	12歳	N	9125	8873	9104	8850	9098	8848	9082	8832	9009	8778	9050	8673	9085	8825	9065	8807
		X	24.34	24.57	24.60	23.99	42.78	42.47	49.11	48.42	72.63	70.30	8.57	8.64	185.00	186.65	18.14	17.94
		SD	6.44	6.02	6.31	5.58	10.83	9.85	8.07	7.56	23.44	22.31	1.49	1.01	7.50	27.44	5.12	5.01
	13歳	N	8678	8878	8657	8855	8653	8861	8628	8828	8572	8763	8579	8677	8634	8826	8613	8812
		X	29.80	29.90	27.96	27.28	46.40	47.12	52.69	52.22	87.42	85.10	7.94	8.10	203.03	203.82	21.33	21.37
		SD	7.34	6.94	6.27	5.71	10.83	9.78	8.05	7.64	24.53	22.85	0.88	1.56	8.30	26.34	5.60	5.53
14歳	N	9231	8754	9195	8724	9214	8725	9171	8689	9135	8624	9091	8583	9189	8695	9165	8684	
	X	34.72	34.55	30.40	29.29	49.92	50.18	55.35	54.50	93.86	90.56	7.55	7.61	215.58	216.49	24.16	24.00	
	SD	7.56	7.19	6.31	5.75	11.14	10.15	8.16	7.82	24.84	23.60	0.85	0.75	8.67	26.21	6.00	5.73	
高等学校	15歳	N	7083	6309	7069	6301	7071	6303	7059	6296	7035	6255	7037	6282	7065	6293	7063	6295
		X	36.69	36.52	28.73	27.71	47.95	47.86	55.51	54.75	87.75	85.13	7.54	7.53	218.77	219.11	23.29	23.13
		SD	7.11	7.19	5.89	5.58	11.00	10.95	7.39	7.00	23.34	21.70	0.67	0.68	26.15	26.15	5.59	5.64
	16歳	N	6746	6375	6731	6360	6743	6375	6731	6360	6712	6343	6707	6343	6731	6361	6726	6355
		X	38.92	38.72	30.53	29.73	49.01	48.73	56.85	56.41	93.14	90.74	7.40	7.39	225.41	224.55	24.78	24.46
		SD	7.39	7.19	6.04	5.53	11.20	10.63	7.12	6.94	25.03	22.18	0.72	0.68	24.88	25.73	5.73	5.69
	17歳	N	7284	6568	7271	6560	7280	6563	7270	6547	7256	6514	7256	6531	7279	6556	7273	6554
		X	40.52	40.19	31.60	30.99	50.03	50.30	57.27	57.02	92.28	89.77	7.33	7.30	226.13	226.86	25.61	25.10
		SD	7.71	7.16	6.20	5.83	11.10	11.17	7.46	6.80	25.74	22.31	0.68	0.61	26.71	26.65	6.06	5.79
18歳	N	54	57	54	57	53	56	53	57	50	52	52	58	54	54	54	58	
	X	40.26	38.74	21.91	22.49	39.38	42.64	44.40	47.77	53.44	48.58	8.25	8.38	195.11	197.13	21.39	19.76	
	SD	6.29	7.92	7.78	5.74	12.40	13.95	11.95	6.18	25.08	20.30	1.92	1.39	41.13	30.02	6.15	4.81	

令和 3 年度 新潟県体力テスト 測定値一覧 (女子)

※ 令和元年度と令和 3 年度の県の測定値 (令和2年度は中止)

区分	N : 標本数 X : 平均 S D : 標準偏差	握力		上体起こし		長座体前屈		反復横とび		20mシャトルラン 折り返し数		50m走		立ち幅跳び		ソフトボール投げ ハンドボール投げ		
		R1	R3	R1	R3	R1	R3	R1	R3	R1	R3	R1	R3	R1	R3	R1	R3	
小学校	6 歳	N	5669	4565	5528	4333	5953	4675	5612	4500	5741	4571	8426	7243	5834	4528	8397	7236
		X	8.71	8.65	11.57	11.62	29.30	29.38	27.91	27.76	19.09	19.40	11.71	11.95	109.77	110.95	5.75	5.73
		S D	2.21	1.77	5.66	4.20	6.61	5.44	5.07	4.07	8.50	7.30	1.75	1.11	17.11	14.48	2.27	1.82
	7 歳	N	5782	4970	5661	4712	6148	5108	5766	5008	5915	4981	8409	7514	5904	4925	8337	7516
		X	10.49	10.23	14.29	13.87	31.51	31.75	32.41	31.47	27.32	26.10	10.71	11.06	121.39	121.51	7.71	7.62
		S D	2.49	2.06	5.31	4.28	6.84	5.89	6.02	4.91	11.50	9.43	473.22	0.93	17.28	14.46	2.51	2.43
	8 歳	N	8759	8202	8751	8161	8755	8198	8748	8185	8745	8159	8752	8188	8754	8182	8743	8192
		X	12.23	11.93	16.12	15.26	34.15	33.91	35.95	33.97	33.42	31.53	10.43	10.51	130.65	130.52	9.91	9.56
		S D	2.78	2.37	5.38	4.44	7.33	6.16	6.98	5.78	13.51	11.31	1.10	0.81	18.04	15.74	3.53	3.04
	9 歳	N	8691	8265	8673	8211	8679	8246	8664	8209	8660	8210	8680	8235	8663	8221	8673	8226
		X	14.25	13.98	18.20	17.16	36.38	36.17	39.96	38.32	41.28	38.22	9.96	10.03	140.76	139.32	12.11	11.81
		S D	3.27	2.87	5.32	4.36	7.82	6.43	7.10	5.75	15.46	13.08	1.06	0.81	19.43	16.96	3.77	3.63
10 歳	N	8767	8590	8749	8518	8761	8568	8745	8555	8724	8525	8743	8578	8744	8547	8748	8562	
	X	16.66	16.51	19.81	18.81	39.17	39.15	43.45	42.10	48.03	44.27	9.57	9.61	149.56	149.21	14.19	13.93	
	S D	3.87	3.43	5.70	4.47	8.21	7.01	6.52	5.77	16.79	14.41	0.90	0.73	19.73	17.86	4.41	4.13	
11 歳	N	8811	8551	8786	8483	8804	8526	8774	8479	8756	8461	8776	8521	8782	8501	8775	8504	
	X	19.67	19.39	21.06	19.78	41.68	41.47	45.61	44.15	52.76	48.71	9.22	9.28	158.71	157.04	15.98	15.65	
	S D	4.31	3.75	5.25	4.50	8.41	7.32	6.46	5.74	17.60	15.38	0.83	0.74	20.97	18.98	5.00	4.86	
中学校	12 歳	N	8713	8315	8692	8280	8693	8304	8681	8267	8581	8177	8621	8099	8677	8257	8659	8241
		X	21.92	21.60	22.23	20.84	46.53	45.84	46.29	44.88	56.78	52.25	9.00	9.20	169.45	167.74	11.65	11.47
		S D	4.51	4.08	5.60	5.05	9.96	9.48	6.38	6.02	18.31	17.15	0.81	0.82	8.66	22.80	3.75	3.43
	13 歳	N	8490	8198	8466	8160	8472	8179	8439	8122	8371	8014	8376	7991	8444	8141	8440	8140
		X	24.33	24.10	25.03	23.71	49.40	49.23	48.12	47.16	61.20	58.25	8.76	8.89	175.44	173.22	13.26	13.02
		S D	4.68	4.31	6.19	5.30	10.24	9.19	6.57	5.82	19.41	17.94	1.22	0.75	9.28	22.14	4.33	3.83
14 歳	N	8694	8391	8649	8357	8674	8376	8615	8317	8514	8173	8499	8158	8634	8344	8646	8333	
	X	25.72	25.39	26.16	24.98	51.34	51.82	48.42	47.66	60.64	57.45	8.66	8.82	176.36	175.75	14.17	13.93	
	S D	4.68	4.40	6.16	5.40	10.24	9.26	6.75	6.12	19.75	17.50	0.79	0.72	9.53	22.43	4.26	3.96	
高等学校	15 歳	N	7053	6415	7038	6409	7051	6414	7037	6404	7023	6373	7021	6393	7042	6405	7046	6404
		X	25.66	25.43	23.73	23.19	48.83	49.16	48.47	48.26	54.35	53.53	8.91	8.88	174.01	173.78	13.38	13.30
		S D	5.05	4.50	5.80	5.41	10.20	10.17	6.07	5.55	16.92	14.38	0.78	0.77	22.95	22.56	4.04	3.73
	16 歳	N	7164	6547	7155	6541	7159	6544	7154	6529	7126	6519	7115	6521	7148	6531	7140	6537
		X	26.09	26.12	24.43	24.38	49.09	49.77	48.37	48.57	55.35	54.46	8.91	8.89	173.85	174.28	13.51	13.75
		S D	4.75	4.63	6.09	5.38	10.19	10.12	6.17	5.73	18.28	15.04	0.81	0.77	23.31	22.71	3.99	3.94
	17 歳	N	7494	6514	7480	6498	7495	6515	7469	6489	7441	6463	7436	6477	7474	6501	7470	6501
		X	26.41	26.51	25.00	24.97	49.87	50.87	47.98	48.33	54.44	53.04	8.95	8.90	171.78	172.69	13.69	13.93
		S D	4.87	4.74	6.23	5.64	10.28	9.91	6.25	6.05	18.54	14.36	0.83	0.82	26.30	23.22	4.17	3.91
	18 歳	N	28	42	26	42	28	41	26	42	27	38	22	35	27	41	26	43
		X	25.82	25.50	15.73	17.83	47.39	46.12	38.38	40.29	28.26	23.37	10.55	10.66	144.74	143.27	10.54	10.58
		S D	6.26	4.52	7.45	6.07	12.52	10.08	9.09	6.05	13.94	9.86	2.72	1.76	29.38	21.36	3.83	2.95

令和3年度 新潟県体カテスト 平均値一覧 (男子)

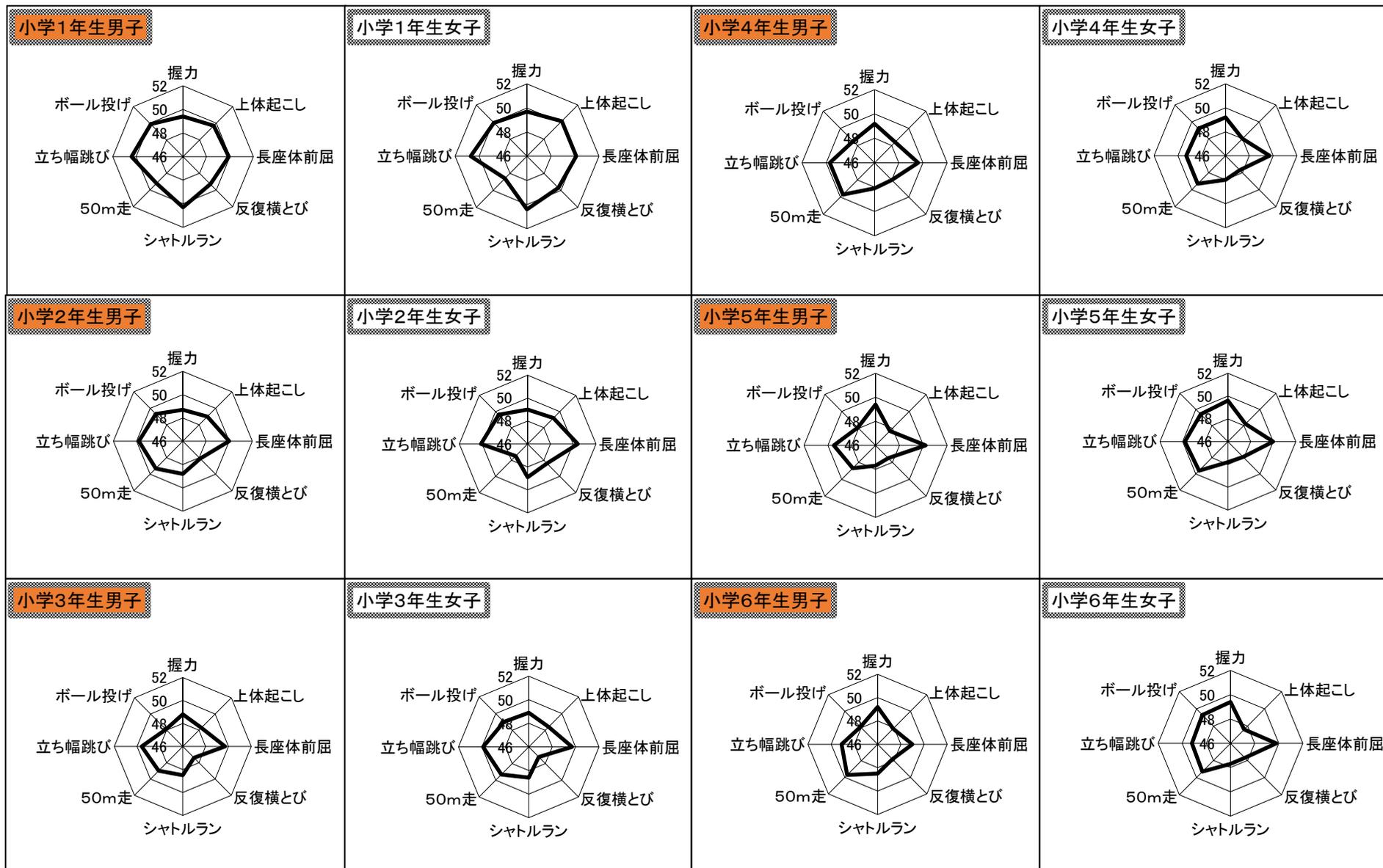
区分		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (回)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ボール投げ (m)
小学校	小1	9.14	11.63	26.89	28.32	22.92	11.67	115.98	8.18
	小2	10.77	14.15	28.59	31.95	31.58	10.81	126.95	11.07
	小3	12.62	15.75	30.48	35.02	38.97	10.27	136.11	14.17
	小4	14.59	17.76	32.14	39.29	45.71	9.82	144.66	17.51
	小5	16.74	19.32	34.65	43.04	51.53	9.56	153.70	20.75
	小6	19.77	21.29	36.46	46.06	59.84	9.06	165.95	24.08
中学校	中1	24.57	23.99	42.47	48.42	70.30	8.64	186.65	17.94
	中2	29.90	27.28	47.12	52.22	85.10	8.10	203.82	21.37
	中3	34.55	29.29	50.18	54.50	90.56	7.61	216.49	24.00
高等学校	高1	36.52	27.71	47.86	54.75	85.13	7.53	219.11	23.13
	高2	38.72	29.73	48.73	56.41	90.74	7.39	224.55	24.46
	高3	40.19	30.99	50.30	57.02	89.77	7.30	226.86	25.10
	高4	38.74	22.49	42.64	47.77	48.58	8.38	197.13	19.76

令和3年度 新潟県体カテスト 平均値一覧 (女子)

区分		握力 (kg)	上体起こし (回)	長座体前屈 (cm)	反復横とび (回)	20mシャトルラン (回)	50m走 (秒)	立ち幅跳び (cm)	ボール投げ (m)
小学校	小1	8.65	11.62	29.38	27.76	19.40	11.95	110.95	5.73
	小2	10.23	13.87	31.75	31.47	26.10	11.06	121.51	7.62
	小3	11.93	15.26	33.91	33.97	31.53	10.51	130.52	9.56
	小4	13.98	17.16	36.17	38.32	38.22	10.03	139.32	11.81
	小5	16.51	18.81	39.15	42.10	44.27	9.61	149.21	13.93
	小6	19.39	19.78	41.47	44.15	48.71	9.28	157.04	15.65
中学校	中1	21.60	20.84	45.84	44.88	52.25	9.20	167.74	11.47
	中2	24.10	23.71	49.23	47.16	58.25	8.89	173.22	13.02
	中3	25.39	24.98	51.82	47.66	57.45	8.82	175.75	13.93
高等学校	高1	25.43	23.19	49.16	48.26	53.53	8.88	173.78	13.30
	高2	26.12	24.38	49.77	48.57	54.46	8.89	174.28	13.75
	高3	26.51	24.97	50.87	48.33	53.04	8.90	172.69	13.93
	高4	25.50	17.83	46.12	40.29	23.37	10.66	143.27	10.58

令和3年度 新潟県体力テスト レーダーチャート

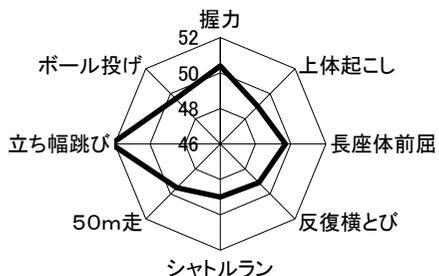
※ 令和元年度の県平均値を50として示したグラフ（小学校1・2年生は任意実施）



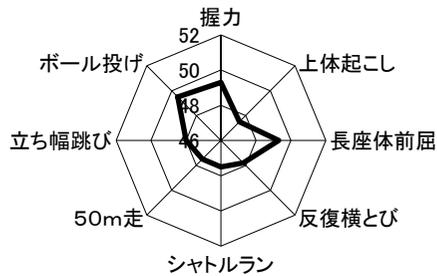
令和3年度 新潟県体力テスト レーダーチャート

※ 令和元年度の県平均値を50として示したグラフ

中学1年生男子



中学1年生女子



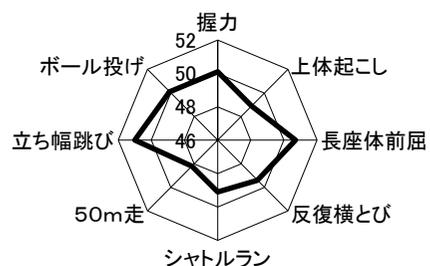
高校1年生男子



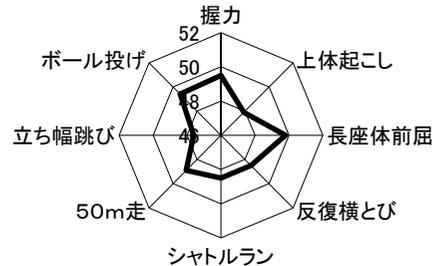
高校1年生女子



中学2年生男子



中学2年生女子



高校2年生男子



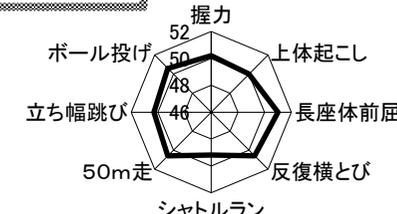
高校2年生女子



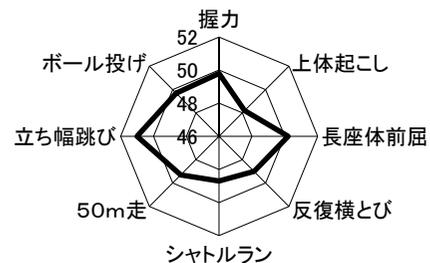
高校3年生男子



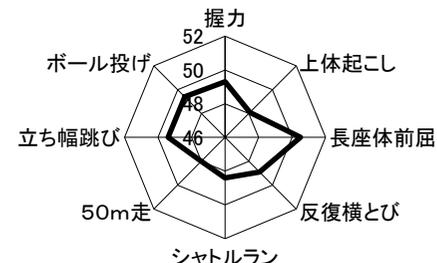
高校3年生女子



中学3年生男子



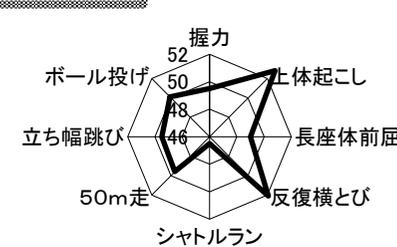
中学3年生女子



高校4年生男子



高校4年生女子



小学校

【新潟市】

性別	学年	地区名	握力実施者数	握力平均(kg)	握力平均(得点)	上体起こし実施者数	上体起こし平均(回)	上体起こし平均(得点)	長座体前屈実施者数	長座体前屈平均(cm)	長座体前屈平均(得点)	反復横とび実施者数	反復横とび平均(回)	反復横とび平均(得点)	シャトルラン実施者数	シャトルラン平均(回)	シャトルラン平均(得点)	50m走実施者数	50m走平均(秒)	50m走平均(得点)	立ち幅跳び実施者数	立ち幅跳び平均(cm)	立ち幅跳び平均(得点)	球技実施者数	球技平均(m)	球技平均(得点)	平均得点合計
1	1	新潟市立小学校	933	9.11	3.74	800	12.21	4.77	998	27.35	4.84	916	28.79	4.33	843	21.98	4.23	2780	11.63	3.43	913	115.99	3.51	2770	7.96	2.89	31.74
1	2	新潟市立小学校	998	10.98	4.51	865	14.59	5.61	1157	28.52	5.14	1065	32.69	5.29	918	30.36	5.10	2949	10.89	4.45	951	126.55	4.29	2966	11.07	3.91	38.30
1	3	新潟市立小学校	3079	12.63	5.16	3072	15.70	5.99	3079	30.33	5.58	3077	35.15	5.92	3057	37.99	5.85	3074	10.29	5.20	3072	134.63	4.93	3079	13.70	4.52	43.15
1	4	新潟市立小学校	3270	14.61	5.85	3252	17.77	6.73	3257	31.93	5.99	3248	39.51	6.98	3238	45.01	6.47	3255	9.80	5.97	3253	145.72	5.78	3246	17.30	5.31	49.08
1	5	新潟市立小学校	3207	16.59	6.50	3202	19.34	7.27	3203	34.37	6.53	3201	42.71	7.74	3177	50.36	6.92	3223	9.58	6.59	3199	153.38	6.39	3206	20.10	5.86	53.80
1	6	新潟市立小学校	3118	19.83	7.50	3094	21.69	7.98	3110	36.22	6.94	3097	45.72	8.34	3057	59.70	7.66	3109	9.06	7.40	3096	166.69	7.39	3102	24.29	6.61	59.82
2	1	新潟市立小学校	909	8.50	3.49	786	12.04	5.07	996	29.50	4.72	904	27.62	4.44	835	17.64	4.03	2766	11.96	3.34	896	109.30	3.55	2761	5.64	3.27	31.91
2	2	新潟市立小学校	1046	10.34	4.36	906	14.46	6.07	1191	31.58	5.26	1122	31.99	5.58	977	24.79	5.14	2854	11.06	4.45	1002	120.36	4.46	2864	7.48	4.24	39.57
2	3	新潟市立小学校	2919	11.99	5.10	2917	15.50	6.49	2919	33.56	5.72	2917	34.04	6.14	2906	30.57	5.91	2912	10.49	5.28	2923	129.90	5.24	2919	9.40	5.02	44.89
2	4	新潟市立小学校	3080	14.07	5.93	3059	17.36	7.26	3068	36.36	6.37	3048	38.23	7.22	3054	36.88	6.64	3072	10.01	6.08	3056	140.89	6.10	3058	11.86	5.89	51.49
2	5	新潟市立小学校	3134	16.54	6.79	3113	18.53	7.74	3123	39.16	6.96	3116	41.93	8.13	3103	42.82	7.24	3134	9.61	6.78	3110	148.52	6.80	3116	13.74	6.50	56.93
2	6	新潟市立小学校	3204	19.22	7.69	3179	19.56	8.07	3186	41.26	7.41	3154	43.42	8.47	3152	46.58	7.60	3190	9.31	7.35	3169	155.15	7.25	3174	15.67	6.99	60.84

【新潟県】

性別	学年	地区名	握力実施者数	握力平均(kg)	握力平均(得点)	上体起こし実施者数	上体起こし平均(回)	上体起こし平均(得点)	長座体前屈実施者数	長座体前屈平均(cm)	長座体前屈平均(得点)	反復横とび実施者数	反復横とび平均(回)	反復横とび平均(得点)	シャトルラン実施者数	シャトルラン平均(回)	シャトルラン平均(得点)	50m走実施者数	50m走平均(秒)	50m走平均(得点)	立ち幅跳び実施者数	立ち幅跳び平均(cm)	立ち幅跳び平均(得点)	球技実施者数	球技平均(m)	球技平均(得点)	平均得点合計
1	1	新潟県	4857	9.14	3.76	4609	11.63	4.58	4955	26.89	4.73	4784	28.32	4.20	4843	22.92	4.35	7558	11.67	3.35	4817	115.98	3.51	7537	8.18	2.95	31.42
1	2	新潟県	5120	10.77	4.44	4872	14.15	5.46	5295	28.59	5.18	5148	31.95	5.13	5115	31.58	5.23	7902	10.81	4.41	5081	126.95	4.34	7909	11.07	3.84	38.04
1	3	新潟県	8524	12.62	5.15	8482	15.75	6.01	8518	30.48	5.63	8506	35.02	5.88	8477	38.97	5.94	8509	10.27	5.19	8504	136.11	5.05	8506	14.17	4.62	43.47
1	4	新潟県	8815	14.59	5.84	8740	17.76	6.71	8774	32.14	6.06	8762	39.29	6.93	8734	45.71	6.51	8773	9.82	5.91	8767	144.66	5.71	8758	17.51	5.34	49.01
1	5	新潟県	8991	16.74	6.56	8932	19.32	7.24	8971	34.65	6.63	8960	43.04	7.79	8912	51.53	7.00	8980	9.56	6.53	8952	153.70	6.43	8974	20.75	5.97	54.15
1	6	新潟県	8782	19.77	7.49	8713	21.29	7.87	8762	36.46	7.05	8737	46.06	8.43	8682	59.84	7.65	8759	9.06	7.34	8728	165.95	7.35	8748	24.08	6.57	59.75
2	1	新潟県	4565	8.65	3.57	4333	11.62	4.86	4675	29.38	4.70	4500	27.76	4.48	4571	19.40	4.35	7243	11.95	3.30	4528	110.95	3.69	7236	5.73	3.28	32.24
2	2	新潟県	4970	10.23	4.32	4712	13.87	5.81	5108	31.75	5.27	5008	31.47	5.45	4981	26.10	5.33	7514	11.06	4.43	4925	121.51	4.54	7516	7.62	4.28	39.43
2	3	新潟県	8202	11.93	5.08	8161	15.26	6.38	8198	33.91	5.79	8185	33.97	6.12	8159	31.53	6.03	8188	10.51	5.24	8182	130.52	5.28	8192	9.56	5.08	45.00
2	4	新潟県	8265	13.98	5.89	8211	17.16	7.17	8246	36.17	6.33	8209	38.32	7.24	8210	38.22	6.77	8235	10.03	6.04	8221	139.32	5.97	8226	11.81	5.86	51.28
2	5	新潟県	8590	16.51	6.79	8518	18.81	7.80	8568	39.15	6.96	8555	42.10	8.15	8525	44.27	7.38	8578	9.61	6.79	8547	149.21	6.80	8562	13.93	6.54	57.22
2	6	新潟県	8551	19.39	7.74	8483	19.78	8.13	8526	41.47	7.44	8479	44.15	8.63	8461	48.71	7.81	8521	9.28	7.42	8501	157.04	7.40	8504	15.65	7.01	61.58

中学校

【新潟市】

性別	学年	地区名	握力実施者数	握力平均(kg)	握力平均(得点)	上体起こし実施者数	上体起こし平均(回)	上体起こし平均(得点)	長座体前屈実施者数	長座体前屈平均(cm)	長座体前屈平均(得点)	反復横とび実施者数	反復横とび平均(回)	反復横とび平均(得点)	シャトルラン実施者数	シャトルラン平均(回)	シャトルラン平均(得点)	50m走実施者数	50m走平均(秒)	50m走平均(得点)	立ち幅跳び実施者数	立ち幅跳び平均(cm)	立ち幅跳び平均(得点)	球技実施者数	球技平均(m)	球技平均(得点)	平均得点合計
1	1	新潟市立中学校	3131	24.90	3.00	3121	24.41	5.65	3120	42.93	5.49	3112	48.07	5.56	3097	69.98	5.08	3084	8.57	3.64	3111	186.66	3.72	3104	18.01	3.41	35.53
1	2	新潟市立中学校	3107	29.76	3.97	3099	27.40	6.71	3095	46.43	6.20	3084	52.27	6.65	3072	85.42	6.30	3075	7.91	5.02	3093	203.31	4.77	3079	21.35	4.49	44.10
1	3	新潟市立中学校	3006	34.47	4.94	2996	29.31	7.40	2997	50.00	6.90	2985	54.31	7.19	2966	89.68	6.66	2963	7.55	6.04	2984	216.45	5.72	2981	23.98	5.36	50.20
2	1	新潟市立中学校	2951	21.55	4.31	2938	20.83	6.77	2944	46.09	5.92	2929	44.46	6.63	2897	51.09	6.13	2886	9.11	5.48	2924	167.84	5.72	2919	11.48	4.04	45.01
2	2	新潟市立中学校	2953	24.17	5.30	2943	23.86	7.78	2947	49.67	6.71	2935	46.99	7.44	2886	58.38	6.85	2917	8.81	6.27	2939	172.85	6.12	2938	13.19	5.05	51.52
2	3	新潟市立中学校	2915	25.48	5.80	2903	25.33	8.22	2910	51.50	7.10	2890	47.94	7.74	2851	57.70	6.81	2860	8.72	6.51	2896	177.57	6.56	2902	14.18	5.59	54.32

【新潟県】

性別	学年	地区名	握力実施者数	握力平均(kg)	握力平均(得点)	上体起こし実施者数	上体起こし平均(回)	上体起こし平均(得点)	長座体前屈実施者数	長座体前屈平均(cm)	長座体前屈平均(得点)	反復横とび実施者数	反復横とび平均(回)	反復横とび平均(得点)	シャトルラン実施者数	シャトルラン平均(回)	シャトルラン平均(得点)	50m走実施者数	50m走平均(秒)	50m走平均(得点)	立ち幅跳び実施者数	立ち幅跳び平均(cm)	立ち幅跳び平均(得点)	球技実施者数	球技平均(m)	球技平均(得点)	平均得点合計
1	1	新潟県	8873	24.57	2.94	8850	23.99	5.51	8848	42.47	5.44	8832	48.42	5.65	8778	70.30	5.11	8673	8.64	3.67	8825	186.65	3.74	8807	17.94	3.39	35.46
1	2	新潟県	8878	29.90	4.00	8855	27.28	6.68	8861	47.12	6.34	8828	52.22	6.66	8763	85.10	6.30	8677	8.10	5.04	8826	203.82	4.83	8812	21.37	4.50	44.35
1	3	新潟県	8754	34.55	4.96	8724	29.29	7.38	8725	50.18	6.94	8689	54.50	7.26	8624	90.56	6.75	8583	7.61	6.09	8695	216.49	5.74	8684	24.00	5.37	50.48
2	1	新潟県	8315	21.60	4.34	8280	20.84	6.77	8304	45.84	5.88	8267	44.88	6.75	8177	52.25	6.26	8099	9.20	5.52	8257	167.74	5.67	8241	11.47	4.04	45.23
2	2	新潟県	8198	24.10	5.27	8160	23.71	7.71	8179	49.23	6.61	8122	47.16	7.48	8014	58.25	6.85	7991	8.89	6.31	8141	173.22	6.17	8140	13.02	4.94	51.35
2	3	新潟県	8391	25.39	5.76	8357	24.98	8.10	8376	51.82	7.16	8317	47.66	7.64	8173	57.45	6.81	8158	8.82	6.49	8344	175.75	6.41	8333	13.93	5.45	53.83

**(2) 体力向上にかかわる伝達講習
(体力向上指導者研修会)**

新潟市小学校体育指導者オンライン研修会について

< 体力向上にかかわる伝達講習（体力向上指導者研修会） >

葛塚東小学校 熊野昌彦

【伝達内容】

◇体力向上マネジメント指導者養成研修（主催：独立行政法人教職員機構 共催：文部科学省）

期日：令和2年12月15日（火）～12月17日（木）

講師：加藤 崇英 先生（茨城大学 教授）

石川 泰成 先生（埼玉大学 准教授）

春日 晃章 先生（岐阜大学 教授）

塩見 英樹 先生（文部科学省スポーツ庁政策課 教科調査官）

杉浦真紀子 先生（お茶の水女子大学附属幼稚園 教諭）

西田 鉄平 先生（京都市立下京雅小学校 主幹教諭）

◎体力向上マネジメント指導者養成研修にあたって

- ・ 本質を見失うことなく、「リ・デザイン」：30年後の学校・教室・授業，未来につながる「今」を意識して，改善し続ける。(図1)
- ・ 自分で確かめたり考えたりする姿勢が，指導者・子ども，どちらにも求められている。
- ・ 守破離：子どもたちが生きる未来を考えながら教育に取り組む。
- ・ 立志：相手の魂に火をつけ，全人格を導くための教育
- ・ 所属校・地域の体力向上を推進するリーダーの養成 「カスケード方式」として全国に普及している手法

Q1

30年後の授業・教室・学校はどうなっている
と思いますか？

20年後の授業・教室・学校

10年後の授業・教室・学校

5年後の授業・教室・学校

未来につながる「いま」

「本質」を見失うことなく「リ・デザイン」

図1 未来につながる「いま」

◎体力向上の必要性

- ・ 体力テスト結果：令和元年度，小学校男子過去最低
- ・ 全ての児童が、安心して楽しく夢中に取り組む → 「結果として」体力の向上
- ・ 発達段階に応じて，高める体力の重点化 → 高め方を理解し，家庭などでも生かす。
- ・ 体づくり運動系での取組
体ほぐしの運動：気付きと交流をねらい，運動好きにする。
体の動きを高める運動：結果等に見られる回数や記録ではなく，体の基本的な動きを高める。
- ・ 「楽しい時」×「苦手な子」から考える。苦手でも楽しいと思うのはどんな時か。

◎学校全体で取り組むマネジメントの在り方

- ・ マネジメントを通じて，先生方の協力を得る。 → 学習指導要領解説では，「学校教育全体を通じて適切に行う」と示される。
- ・ チーム学校として，教職員や学校内の多様な人材がそれぞれの専門性を生かして能力を発揮していく。
- ・ そのための「課題の明確化」：組織の存在意義・目標の確認 → ミッションの明確化
- ・ ミッションとは，使命・存在意義のこと 貢献対象（～に対して），方法（～することで），内容（～する）
- ・ 学校のミッションは学校教育目標
- ・ 子どもの変容に応じてミッションは変わる。だからこそミッション探索が必要となる。

- ・ ミッション探索とは、ニーズ（要求）とシーズ（提供可能）を把握し、何が求められていて、何を提供できるのか、それらを踏まえてやるべき使命・存在意義は何か確かめること。
- ・ ミッション探索にはSWOT分析（図2）が有効。
S : strength（強み）
W : weakness（弱み）
O : opportunity（機会）
T : threat（脅威）
 の4つに分類して分析する。
- ・ ミッションマネジメント生産性を高めるために、ヒト・モノ・カネ・時間（情報）といった要素をいかに効率よく無駄なく管理するか。



図2 SWOT分析の例

◎体力向上に関する指導者の役割

- ・ 体力テスト結果から走跳投全て落ちている → つまり、改善していない。
- ・ 幼稚園年長時の体力が小学校6年時まで影響する研究結果あり。
- ・ 体力面でだけでなく、認知機能・他教科での応用問題にも影響する体力向上
 → 「遊び込む」ことが無駄な動きを無くしていく、難しい課題にも「考え込む」ことにつながる。そのための運動遊びの工夫の必要性。
- ・ 文武両道のボトムアップが必要。→ そのための幼少期の「遊び込み」
 目安として、1日60分以上楽しく体を動かす（ややきつい運動強度以上の身体活動）

◎体力向上の取組事例

- ・ 幼稚園の事例
 まずは「安心」が優先、そのために「好きなもの」に取り組む。
 → それが可能になる「環境」①楽しそうと思わせる、②憧れを抱かせる、③思わずしてしまうを整えることが大切。

- ・ 小学校の事例
 「教え込み型」から「しみ込み型」への転換（図3）
 → 楽しさの要素（競争・達成・克服・運・真似・心地よさ）を取り入れ、遊びから学びへ心地よさを味わう取組

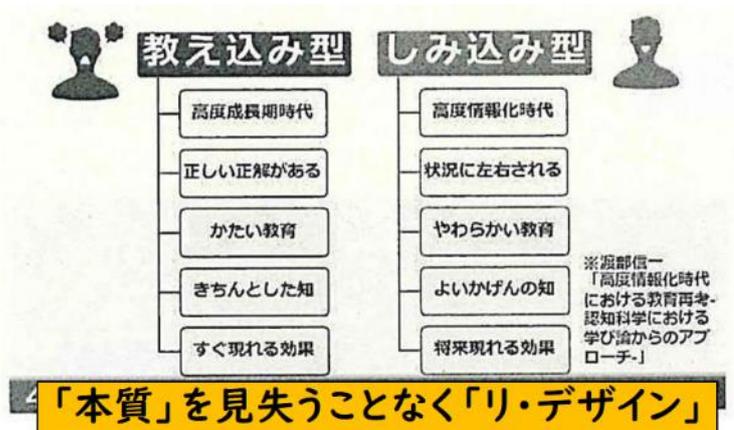


図3 教え込み型としみ込み型

新潟市中学校体育指導者オンライン研修会について

新潟市教育委員会学校支援課 高見 潤

【伝達内容】

- ◇体育・保健体育指導力向上研修【東部ブロック】（主催：スポーツ庁 共催：文部科学省）
期日：令和3年5月20日（木）
（新型コロナウイルス感染拡大防止の観点からオンラインによる講習会）
講義：Fコース 球技（中・高）－運動が得意でない、苦手な子への指導－
「運動の特性や魅力を踏まえた学習指導の在り方」
講師：谷藤 千香 先生（千葉大学 教授）

1 学習指導要領改訂のポイント

- ・ 保健体育の指導内容においては、生涯に渡って運動やスポーツに親しみ、スポーツとの多様な関わり方を状況に応じて選択し、実践することができるよう、『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』の三つの資質・能力に対応した内容が示されている。
- ・ 球技においても、体の動かし方や用具の操作方法などの具体的な知識の理解にとどまらず、運動の実践及び生涯スポーツに繋がる理念や法則などの汎用的な知識等の定着を図る。その際、動きの獲得を通して一層の知識の大切さを実感できるようにする。
- ・ 「保健」で学習する健康・安全の概念と「体育」で学習する健康・安全の留意点との関連を図り、知識を基盤とした学習の充実が必要である。
- ・ 運動技能の向上のみならず、体力や技能の程度、性別や障害の有無、目的等の違いを越えて、運動やスポーツの多様な楽しみ方を社会で実践することが求められるため、新たな共生の視点を踏まえた指導が求められる。

2 新学習指導要領における取扱いについて

- ・ 球技は、個人やチームの能力に応じた作戦を立て、集団対集団、個人対個人で勝敗を競い合うことに楽しさや喜びを味わうことができる。（図1）
- ① 攻防を展開する際に共通してみられるボール操作などに関する動きとボールを持たないときの動きについて着目させる。
- ② 「ゴール型」「ネット型」「ベースボール型」に分類される。
- ③ それぞれの運動が有する特性や魅力に触れ、校種の特徴や方に共通する動きや技能を系統的に身に付け、解決すべき課題の追究によって攻防の楽しさや喜びを味わうことができるようにする。

	中1、2	中3、高校入学年	その次の年以降
ゴール型	ボール操作 空間に走り込む動き ゴール前での攻防	安定したボール操作 空間を作り出す動き ゴール前への侵入から攻防	状況に応じたボール操作 空間を埋める動き 空間への侵入から攻防
ネット型	ボールや用具の操作 定位置に戻る動き 空いた場所をめぐる攻防	役割に応じたボール操作 安定した用具操作 連携した動き 空いた場所をめぐる攻防	状況に応じたボール操作 安定した用具操作 連携した動き 空間を作り出す攻防
ベース型	基本的なバット操作 走塁での攻撃 ボール操作 定位置での守備での攻防	安定したバット操作 走塁での攻撃 ボール操作 連携した守備での攻防	状況に応じたバット操作 走塁での攻撃 安定したボール操作 状況に応じた守備での攻防

図1：各学年における型ごとのねらい

- ・ ネット方について、中学校第1学年及び第2学年ではラリーを続けることを重視し、ボールや用具の操作と定位置に戻る等の動きによって空いた場所をめぐる攻防を展開できるようにする。(図2)
- ・ 中学校第3学年及び高等学校入学年では次では、ポジションの役割に応じたボールや用具の操作によって、仲間と連携した「拾う、つなぐ、打つ」等の一連の流れで攻撃を組み立て、相手側のコートの開いた場所をめぐる攻防を展開できるようにする。

中学校1、2年

- ・ ラリーを続けることを重視。
- ・ ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動き
- ・ 空いた場所をめぐる攻防を展開できるように。

!

○空いた場所への攻撃を中心としたラリーの継続についての学習課題

○プレーヤーの人数、コートの広さ、用具、プレイ上の制限を工夫したゲーム

○ボールや用具の操作とボールを持たない時の動きに着目させる

中学校3年

- ・ ポジションの役割に応じたボールや用具の操作
- ・ 仲間と連携した「拾う」「繋ぐ」「打つ」の一連の流れで攻撃を組み立て
- ・ 空いた場所をめぐる攻防を展開できるように。

!

○仲間と連携した動きで空いた場所、空いている場所を作り出して攻撃

○攻撃に対応して守り、自己のチームと相手のチームの特徴を踏まえた作戦を立て、ボールや用具の操作とボールを持たないときの動きに着目させる

図2：1,2学年と3学年の学習内容の変化

3 運動が苦手な生徒や運動に意欲的でない生徒への指導の工夫

- ・ 球技は、個人やチームの能力に応じた作戦を立て、集団対集団、個人対個人で勝敗を競い合うことに楽しさや喜びを味わうことができる。そのための活動をどう組むかが重要になる。
- ・ バドミントンの難しさは、速度変化の大きなシャトルと長い柄のラケットを使用することにある。これらの特性に慣れる必要がある。
- ・ 初心者は大きく変化するシャトルのフライトに目がついていかなかったり、ラケットを持って運動したりすることの不安が大きい。まずは、用具に慣れ、シャトルの運動に目を慣れさせ、シャトルを打ち上げるような遊びから入ることも検討する。
- ・ 打ち上げに慣れてきたら、いくつかのゲーム形態の変遷をそのまま追体験しながら楽しさを味わわせていく。

指導例1 シャトルリレー



シャトルの質感、コートの広さ

ラケットとシャトルを使ったリレー

指導例3 一人打ち上げ 遊び(片面)



ラケットの長さ感覚、シャトルの落下位置把握、操作

1～4人で一つのシャトルを打ち続ける遊び

指導例9 四人打ち上げ



状況判断、相談、ラケット操作

指導例10 チームラリー (続ける遊び→やっつける遊び)



落下地点、ラケット操作、チームワーク(上手な子がフォロー)

3人対3人で順に打ち合う

指導例11 技の練習(ドライブ→ラリーラリー)



技の名前、技巧性、回数を記録、伸びの実感

技能を生かしたドリルゲーム①

指導例11 技の練習(ヘアピン)



技の名前、技巧性

ドリルゲーム②

4 ICTの効果的な活用

- ・ 「主体的・対話的で深い学び」を促進するうえで、ICTを効果的に活用することが重要。
- ・ 自分や友達の動きを見直したり、ポイントやコツをまとめたりして、ポートフォリオとして自分の学びを振り返り、再確認することができる。

【伝達内容】

◇第10回 全国中学校（教科）柔道指導者研修会（主催：公益財団法人日本武道館 後援：スポーツ庁）
 期日：令和元年10月25日（金）～27日（日）
 （天候の影響で開催日を2日間に短縮して実施。今年度、オンラインで研修会を実施。）

【本研修にあたり…】

全国柔道指導者研修会は公益財団法人日本武道館の全面的な支援と全日本柔道連盟とが連携し合い、進めている授業づくりの研修会である。平成24年度から完全実施された中学校武道必修化の充実に向け、日本全国で柔道を指導する中学・高校・大学・実業団等の指導者を対象に伝達講習できる中核指導者を養成するとともに、各都道府県において柔道を専門としない中学校保健体育教員の授業力向上を目的として行われた。柔道のもつ教育的な価値の高さに焦点をあて、教育としての柔道、柔道をとおした人づくり、よき社会づくりのための貢献活動の一環として柔道指導者研修会が行われてきた。

今回、研修会でも推奨された動画の「安全で楽しい柔道授業ガイド」を視聴しながら、安全で楽しい授業づくりについて伝達した。

【本研修の内容】

①「令和元年度 安全で楽しい柔道授業ガイド（公益財団法人 全日本柔道連盟発行）」について

多くの中学校教員が活用し、参考にしてもらいたいガイドブックと動画である。中学校の教師が使用しやすいように精選し、編集したものであり、「柔道衣の扱い方」や「礼法」などの伝統的な考え方や「固め技」から「投げ技」等の専門的な指導内容まで広範囲にわたり、動画等を踏まえながらわかりやすく提示してある。



『公益財団法人 全日本柔道連盟ホームページ』

→ 『安全で楽しい柔道授業ガイド』を検索

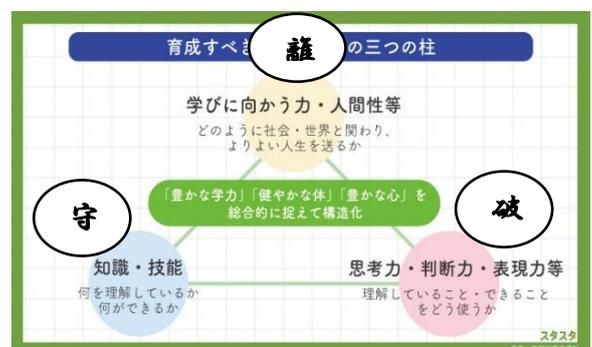
リンク先 <https://www.judo.or.jp/coach-referee/safety-guide/>

②「教育に生かす武道（柔道）の心」と「新学習指導要領や育成すべき資質・能力」とのつながり

学んだことから自分の力で新たな考えや発想を生み出す力を身に付ける。それらの考えは、武道の伝統的な学習段階である、「守破離」と重なる。そして、新学習指導要領はその考え方と一致している。主体的に学ぶことで理解し、活用できる（本当にわかる）ことが大切。知識の活用能力、考える力は小・中学校の時からしっかりと養わなければならない。そのような能力が求められる社会情勢の中、教育としての柔道では多くのメリットを甘受することができる。

【成長の三段階】 ～修行の原則「守・破・離」より～

- 師匠の教えを忠実に「守」る段階
基礎、基本となる知識・技能を教わる。
- 教わった基礎、基本を「破」る段階
身に付けた教えを参考に、自分で工夫して組み立て直し、応用、活用を図る。
- 師匠から「離」れ、生き方を探る段階
自分の新しい価値観を築き、社会に貢献し、よりよい人生を歩む態度を身に付ける。



③ オンライン伝達研修における「安全で楽しい柔道授業ガイド（公益財団法人 全日本柔道連盟）」の動画やガイドブックを用いての実践例紹介や本研修で学んだことの紹介（抜粋）

柔道着の扱い方・礼法などの学習

- ・視覚的な学習の利点
 - ①生徒 ⇒ 動画（模範）
 - 教師 ⇒ 支援（確認や評価ができる）
- ②一時停止機能で大切なポイントを解説 → 繰り返しチェック

受け身など基本技能の学習

- ・段階的な学習（姿勢の段階的变化）
 - ポイント確認→仰向け→長座
 - 蹲踞→立位→移動を伴って
- ・“陥りやすい欠点”の解説
 - +関連運動（ゲームの要素）で学習を深める

投げ技の学習

- ・ポイント学習【膝車】
 - 取の“崩し”に必要な「体さばき」「引き手の動き」などポイントが分かれているため、投げ技までの部分的な学習が可能である。
- ・受けの「受け方（受け身）」まで丁寧に解説【体落とし】
- ・陥りやすい欠点の解説でさらに学習を深める【大腰】
- ・蹲踞 → 中腰 → 立位 と段階的に投げ技を行う【大外刈り】
 - ※危険行為の解説（危険行為の確認 = 未然防止 = 安全指導）

固め技の学習

- ・『抑え技の3条件』のみを示し、あとは子ども同士で一度考えさせる。【導入】
- ・取のポイント解説（生徒→動画で視覚確認、教師→支援）
- ・受の応じ方の解説
- ・陥りやすい欠点の解説でさらに学習を深める。
- ・抑え技の自由練習（初歩の段階 = 攻防を行う = 全カゲーム）

柔道の特性・考え方の理解

- ・講道館柔道DVD「術から道へ（柔道の歴史）」
- ・嘉納治五郎 と 柔道
- ・柔道の精神（アニメ解説）
 - ～柔能制剛・精力善用・自他共栄～

柔道の授業づくりのポイント

～専門外の教員の授業づくりのキーポイント～

- ◆時間が足りない⇒教える技を厳選する。
 - ・教える技を厳選し、その中から生徒に“かけやすい技”を選ばせる。
- ◆技を教えられない⇒生徒に工夫させる。
 - ・技のポイントと安全面の留意点を示し、グループワーク等で生徒に工夫させる
 - ・既習技から自分のかけやすい技を選ばせ、それを得意技に発展させる。
- ◆楽しさを伝えられない。⇒攻防の場面を多くする。
 - ・初歩のゲーム的攻防から、得意技の攻防までの系統的な一連の攻防の流れを作る。

【終わりに】

全国中学校（教科）柔道指導者研修会は、柔道の専門家だけではなく、柔道の未経験者の保健体育教員も一緒になり、互いに研鑽し合うことで多くの気づきや学びが生まれる研修であった。この研修会での経験を市内の先生方に伝達することで、子どもたちにとって楽しい授業、柔道の技能取得を通じた体力の向上と意識の涵養を目指して、安全・安心な柔道授業が広がってほしいと考える。

各学校でも「安全で楽しい柔道授業ガイド」等を活用しながら、さらに充実した柔道授業を展開してほしい



Ⅱ 教育研究協議会の研究

(1) 小学校教育研究協議会の研究

1 研究主題 できて・わかり・動きを「つなぐ」体育授業を目指して（3年次）
～6年間の系統性を意識した授業づくり～

2 研究主題の設定の理由

3年次研究であるため、設定の理由は踏襲である。令和元年度、つまり、研究主題をはじめに設定した当時のものを抜粋して下記に示す。

市小研体育部が目指してきた子どもの姿は、【目指す動きが「できる」・自分の動きのポイントが「わかる」】であった。その子ども像を具現するために、「学びの道筋」を活用しながら2つの手だてを講じてきた。運動のポイントや自らの動きの状態が「わかる」ための手だて①。次にそのポイントや状態を自らの動きに反映・試行させ、動きを高めていくための手だて②。これらを本時レベルにおいて必ずセットにして構想（授業のパッケージ化）することにより、確実に動きの高まりを保障することが明らかになった。

（中略）しかし一方で、体育授業のカリマネは、それぞれの学校規模や職員集団の構成等によって千差万別であるため、成果として明らかになってきた【既習の知識・技能の積み上げ】が新潟市全児童に保障できるかと言えば・・・である。つまり、これまで他教科の会員だけではなく、（もしかしたら）体育部員の中にもあったであろう、『既習の知識・技能など揃うはずはない』『6年間を貫く体育授業づくりなど、教科書があるわけではないため難しい』『授業者によって扱う運動教材やアプローチの仕方がその都度違うため難しいのではないか』等、これまでもくすぶっていた疑問から脱却しきれていないのも事実である。

（中略）そこで、運動領域や運動教材ごとの『系統的に有効性のある既習の知識・技能』を精選した上で、その汎用性について検証していくことはいかがだろうか。つまり、運動領域や運動教材ごとの6年間を貫く学びを創造することである。これまでの学びの道筋（授業レベル→単元レベル）を、更に発展させ、『6年間の系統性を整理して指導内容を重点化した学びの道筋づくり』へ挑むことこそ、市小研体育部に課せられた命題なのではないか。これらを仮説検証型の研究として検証できれば、『新潟市体育授業ベーシック』的なオリジナル教科書を完成させられることが期待できる。つまり、新潟市のどの学校でも行われることになり、まさに先述した『既習の揃え・最低限身に付けさせなくてはならない知識技能の確実な習得』が可能になるのではないだろうか。これらのことから、今年度の研究主題を設定するに至ったのである。

今年度は、これまでの成果である「単元間における既習（動きや知識）の汎用性」をまとめた「学びの道筋（3本の矢：図1）」の実証研究（陸上運動系・ボール運動系ネット型については検証研究）が目的であった。本研究の根幹でもある、集団や指導者の違いに関係なく、同等以上の学びを保障できる「汎用的知識及び技能」を、学習者が主体的に獲得できる授業を追究する最終年度と捉えた。昨年度同様の授業研究体制をとるだけでなく、年度当初からスモールグループ、同一集団でのコミュニティーを形成し、遠隔ではあ

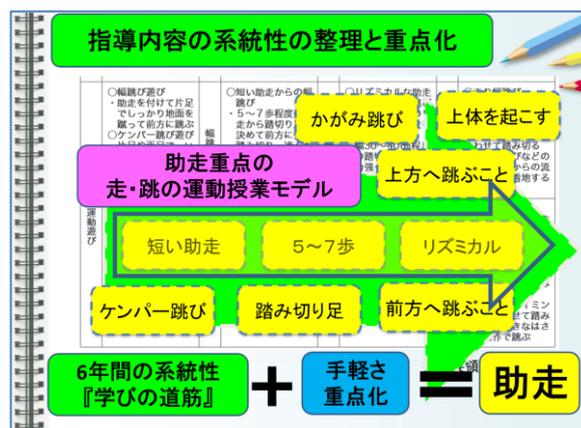


図1 学びの道筋のイメージ図

るが、質の高い対話的研修を組織することにより、今年度の目的達成を目指したものである。

公開授業は全て遠隔による実施のため、録画公開8本、生配信公開1本、計9本であった。昨年度同様『選べる体育部研修』と題し、主体的で対話的な活動を通して深い学びの創造を学習者同様教師も目指した。

3 研究の内容

(1) 今年度研究の重点課題

○ 6年間を貫く「系統的な学び」の整理と実証

○ 学習内容の「精選と重点化」による学びの道筋「再構成」

.....
昨年度までに明らかになった既習の知識及び技能を「生かす」ことをベースに、6年間の学びをどのようにつなげていくべきか、またその場合、絶対に外してはならない学習内容は何かについて、まとめて整理していくこととした。そのために、次の2点に重点を置いた授業づくりに取り組んだ。

◎ 「3本の矢」の実証と再構成

昨年度までの2年間で作成した6年間の学びの道筋「3本の矢」を、授業実践を通して更に検証・実証し、どの集団にも適応できるような「型づくり」への研究を発展させた。昨年度は3領域で研究を進めていたが、今年度は陸上運動も含めた、ボール運動・器械運動・表現運動の4領域に戻って行った。その結果、9本のオンライン授業公開を実施することができた。

① 6年間の学びの道筋「3本の矢」が完成に.....

3本の矢とは、6年間を見通した一つの授業構想モデルである。「最低限、身に付けさせておかなければならない知識及び技能は何か」をテーマに掲げ、授業実践を通して指導内容の整理と精選を進めてきた。今年度は、2年間スパンである3本の矢を、上・中・高学年部の接続期に焦点を当てながら、スムーズなコネクト（例：低学年のゴールで目指す姿が中学年のスタートと滑らかに接続しているかなど）を追究する。更に、この授業構想モデルは体育を専門としない教師も活用できなくては意味がないため、目指す姿の妥当性や構想の適切性等は、実際の学習者の姿で実証してきた。

② 指導内容の系統性を見直し再構成（新たな整理と重点化へ）

昨年度構想した系統的な（6年間を通して身に付けるべき）「動き」を、それぞれの発達段階において単元レベル・本時レベルで検討し、加除修正を加えながら録画公開授業で検証した。例えば、低学年のゴールの姿と中学年のスタートの姿が実際の学習者レベルでシームレスであったかどうか、構想したモデル（3本の矢：図2）通りに単元を流した場合、期待するゴールの姿まで確実に高められるかどうか（教師が誰であれ・学習者の技能レベルや思考レベルにばらつきがあっても）等、フレキシブルに再構成を試みた。

『得点をたくさん入れるための動き』								
★学年・時数	3学年① 4学年①	3学年② 4学年②	3学年③ 4学年③	3学年④ 4学年④	3学年⑤ 4学年⑤	3学年⑥ 4学年⑥	3学年⑦ 4学年⑦	3学年⑧ 4学年⑧
★主活動	基本的なボール操作や、得点を入れるための動きを身に付けるためのゲームをする。		ボールを持たないときの動きを身に付けるためのゲームをする。		楽しいゲームの行い方を知る。		楽しいゲームを行う。	
★つなげる知識・技能	○シュートをする ●ボールを持ったときにゴールに体を向ける。		○パスを出す		●ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間に移動する			
★活動内容	<p style="text-align: center;">ドルゲーム</p> <p style="text-align: center;">○基本的なボール操作を身に付ける ○得点を入れるための動きを身に付ける</p>				<p style="text-align: center;">よい動きの共有 → 作戦の選択</p> <p>○よい動きや工夫した動き、作戦を壁面に掲示する ○よい動きや工夫した動き、作戦を提示したり、示範したりする ○得点をたくさん入れている児童やチームの動きを紹介する ○得点がたくさん入っている作戦を紹介する ※チームの作戦（一人一人の役割や動き、ボールの動きなど）を選択・修正させる</p>			
	<p style="text-align: center;">メインゲームの規則の選択</p> <p>○攻めと守りの人数 ○得点の仕方 ○ゴールの形状や用具（大きさや個数、柔らかさなど） ○コート（広さや制限区域・陣地の設定など） ※誰も楽しくゲームに参加できる規則を選択させる</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p style="text-align: center;">友達と協力しながら得点する楽しさや喜びに触れることができる楽しいゲーム</p>				<p style="text-align: center;">メインゲーム（基本的なボール操作で行うことができ、児童が取り組みやすいように工夫した楽しいゲーム）</p>			
	6年間を貫く『学びの道筋』：ボール運動領域（ゴール型ゲーム）							

味方と協力しながら得点しやすい場所動く

図2 ボール運動中学年「3本の矢」

(2) 重点課題解決へのアプローチ

この研究は、どの学校でも・どの集団での・どの教師でも、ある一定のゴール（目指す子どもの姿像）が必要であるという、これまでの課題からきているものである。その解決アプローチとして、右図のように、いかに学習内容を整理し、精選し、重点化を図るかがカギとなり得る。誰が指導しても技能習得に大きな差が出過ぎないような「効果的な指導」をデザインしたのである（図3）。

更に、学習内容の定着度（既習事項だが技能習得の差が大きい等）を議論することを通して、6年間を通して身に付けさせる内容を重点化していく。そうすることで、ミニマムが明確化され、「これだけは外せない学習内容」を保障することが可能になると考えた。

例えば、器械運動領域マット運動について言えば、技の例示によってミニマムは示されているように一見思われる。しかし、学習者の知識及び技能には大きな差が生じているのが実際である。そのため、ただ技を分類するのではなく、技へのチャレンジに必要不可欠な「感覚や姿勢」に重点を置くことで、6年間を通して、継続的かつ効率的に学ばせるための道筋を示そうというものである。6年生までに「倒立前転」をできる子どもを育てたいとするならば、それまでに最低限身に付けさせなくてはならない「逆さ感覚」「支持感覚」「倒れ込み感覚」「支持から回転への姿勢転換感覚」等は、いつまでに？・どのような活動で？・どの程度（体の動きや姿勢等）まで？を明示する必要がある。そうすることで、教師誰もが「共通の指標」をもちながら、技能差が大きい学習者と対峙しても、担当する学年や発達段階が毎年違っても、やるべきことに迷いが生じず授業に臨むことができるはずである。



図3 倒立回転系「学びの道筋デザイン図」

更に、今年度は GIGA スクール構想に伴う、タブレット活用授業も必須となった。そのため、新たに領域別のワークグループを立ち上げ、7月の公開授業に至った。コロナ対応のため、参観授業ではなく、360度カメラ（参観者が自分の好きな視点を操作できる）による「オンライン生配信公開授業」を初めて試みた。また、東京学芸大学鈴木直樹准教授ら4名の大学教員によるリアルタイム解説付き、オンライン公開授業参観という形態にもした（写真1）。それは、目の前で起こっている授業や学習者の現象（動きや思考プロセス等）について、その捉えや解釈の違いを感じながら「客観的に授業を見る目」を養ったり、「自他の捉えや解釈を比較する分析力」を培ったりすることを目的としたからだ。コロナ禍によってこれまでと同じことができない、と諦めるのではなく、オンラインのよさを活用した「新たな価値の創造」を試みたといっってよいだろう。



写真1 GIGA 授業 東中野山小 小林教諭（7月）

(3) 研究の実際

7月の GIGA チームの公開授業を皮切りに、下記に示すよう、計9本の授業研究を実施できた。今年度もこれまで同様、選べる体育研修と題し、所属チーム（領域や学年部）を個人選択とした。より主体的な学びを促すためである。また、来年度の市小研全体発表まで長いスパンで自己選択領域に関わっていただき、質が高く、学びの深い「継続的でシームレスな研究」にしてほしいという願いもあった。

陸上運動系、器械運動系については、昨年度研究の実証（学年部間の滑らかな接続）、ボール・表現領域については検証研究とした。



器械運動系のテーマは「姿勢の安定」である。低学年では、逆さ感覚・支持感覚等を遊びの中で必ず経験させること。中学年では（来たる組み合わせ技を意識して）補助ありによる技の静止や安定した支持姿勢の獲得。高学年では（既習技能を習得した上で）、技と技を組み合わせるための「つなぐ動き」、更にその「局面におけるタイミングや感覚」を、自分のものにしたり没入して反復させたりする。このように6年間を通した学びを「3本の矢」と称し、新潟市体育授業ベーシック「学びの道筋」として検証した（写真2）



写真2 動きの汎用と発展（器械運動系）

千葉実践では、ジャングル探検という素敵な世界観において動物になりきらせた。動物の特徴を捉えた動き（3本の矢に示されている、身に付けさせたい動きとリンクしている）をサーキット的な場で楽しみながら、身体の動かし方やその変化に気付かせることができた。坂上実践では、仲間と補助し合いしながら「できる体験」を味わわせる。できたときの感じ方（視線や肩への荷重、逆さ感覚等）、つまり成功したときにしか味わえないものを、言葉ではなく身体を通して体験させる。そうすることで、器械運動領域のテーマである「姿勢の安定」を習得すると同時に、高学年の組み合わせ技（安定と崩しによる技の接続）へとつなげることができた（写真2）。テーマの「安定」と、対極にある「崩し」とをつなぐ重要性が明らかになった。駒沢実践では、中学年での補助倒立の安定から前転への「崩し」のタイミングや感覚の体得、そして身体表現が学習活動の中心にすることができた。これは、既習の知識や技能がある程度揃えることができたことで、技能教科には珍しい、共通学習課題による技能習得型の授業を実現することができた。



写真3 助走の汎用と発展（陸上跳躍系）

陸上運動系のテーマは「高く・遠くへ跳ぶための〇歩」である。強く高い踏み切りによって、誰もが気持ちよく跳躍できるための助走局面に着目した。低学年は、片足踏み切りによる利き脚の発見や助走への気付きを、遊びの中で楽しみながら顕在化させる。中学年では、強い踏み切りをするための3歩助走に焦点化し、最後の一步（踏み切り）にどうつなげていくか考えさせる。「遠くへ・高く跳ぶ」には踏み切りと助走を滑らかにつなげることに気付かせ、多角的に運動を捉えさせる。高学年では、斜めからのリズムカルな助走で、効果的かつ安全な跳び方を体得させ、記録に挑戦させる。これまでフレキシブルに修正してきた跳運動の学びを、陸上運動「3本の矢：学びの道筋」として検証した（写真3）。

中島実践では、跳び上がるための準備として、片足での踏み切りをゲーム感覚で体得できるグループワークを取り入れた。そうすることで、常に仲間の動きや考え方に触れる機会があるため、自然と自他の動きの差異を比較する。そうすることで、自分の身体の使い方や動かし方に気付く子どもが多く見られた。塩田実践では、更に高く

跳びたい欲求が、他の要素追究への原動力になっていた。助走の距離や歩数、リズム等に追究が波及し、それぞれの要素を滑らかにつなげたいと考え始めた。その結果、踏み切りまでの3歩にリズムやスピード等、何かしらの変化があることを見付け出し、口伴奏や仲間の掛け声等を活用しながら、繰り返し跳躍に挑む子どもたちが多く見られた。低学年で身に付けた高く跳ぶために必要な要素（片足での踏み切りや利き脚の選定等）を強く・速く・高く踏み切るための課題解決にきちんと活用していた。宮田実践では、低・中で身に付けた情報を集結させ、助走と踏み切りを「連結」させる必要があった。学習者はすかさず「斜めからのアプローチ」を考え出した。更に、ある程度の高さを越える必要があったため、更なる解決方法を模索していた。そこに中学年での口伴奏やリズム、高さがある分の助走距離伸ばし等、既習の知識及び技能、思考力等をフル回転させ、自ら学びを発展させ深めた姿が見られた。

4 成果と今後の課題

(1) 成果

- ① コロナ禍において、オンラインでも授業研究ができることが証明できた。また、生配信視聴やYouTubeによる授業録画視聴等、いろいろな手段があり、それぞれに成果と課題はあるが価値あるものにすることができた。
- ② タブレットの活用方法、運用方法においても、新たなワークグループを立ち上げたことで、会員一人一人の学びの場や活躍の場が広がることが分かり、とても価値あるものに発展させることができた。
- ③ 来年度の全体発表に向け、4領域において学びの道筋「3本の矢」を完成させることができた。また、体育部以外の一般会員の願いでもある、活用の手軽さを追究し、指導案や動画や静止画等を埋め込んだ「デジタル3本の矢」を新生することができた。

(2) 課題

制限が多い中ではあったが、無事に実証・検証研究をすることができた。これまで積み上げてきたもの（理論や手段）が、きちんと学習者に作用し、適切な働き掛けに対する一定の成果が得られたと捉えている。だが、大量な情報の整理や格納に課題が残っている。できる限り1枚もののデジタル資料にしたいと考えている。また、活用する教師レベルをもっと柔軟に、そして幅広く対応できるようにする必要がある。そのため、誰もが分かりやすいマニュアル的なものが必要である。「デジタル3本の矢～虎の巻～」作成も考えなくてはならないだろう。それらを一つ一つの課題を洗い出し、8月へ備える。

器械運動グループ授業実践

【単元名】 第1学年「ジャングル探検！」

(器械・器具を使つての運動遊び イ マットを使った運動遊び)

【授業者】 亀田東小 教諭 千葉 広靖

0 6年間の『学びの道筋』の構想

マット運動は「回転系（前転・後転・側方倒立回転等）」「巧技系（倒立等）」の2つに分けられる。2つの中で全てに共通するのが「姿勢の安定」と捉え、それを身に付けるために、「巧技系」を中心に組み込む。自分の体を支えやすい低学年から、巧技系を中心とした多様な姿勢を保つ運動を多く取り入れることで、腕支持・逆さ感覚をつかみ、姿勢を安定しやすくなる。この「姿勢の安定」が、回転系を含むマット運動の様々な技につながっていくと考える。

1 児童と単元の指導構想

逆立ちなどの逆さ姿勢になる運動や前転がりなどの運動を経験していない児童が多い。そのため、本単元ではジャングルの中を探検するという設定のもと、様々な地形を想定して動物の真似をして走ったり、姿勢を維持したりする活動を行うことで、腕支持感覚や体の締め感覚、逆さ感覚、回転感覚などの基礎感覚を身に付けさせていきたい。

本単元では、マットに背中や腹などをつけていろいろな方向に転がったり、手や背中で支えて逆立ちをしたり、体を反らせたりするなどの運動を行う。1年生という発達段階では、基礎感覚作りが重要であると考え。特に6年間の系統性を考え姿勢の安定した組み合わせ技の完成を目指すためには、腕支持感覚や体の締め感覚逆さ感覚、回転感覚を1年生の段階から着実に身に付けさせたい。そのため、本単元ではジャングルを探検する設定のもと、楽しみながら様々な経験ができるようにしていく。前半では、様々な動物や物になりきって運動をすることで、腕支持感覚や体の締め感覚、逆さ感覚、回転感覚をつかませていく。後半では、動物や物になりきって運動したことでつかんだ基礎感覚を生かして、壁登り逆立ちや前転がりを行っていく。終末では、単元で身に付けた動きを様々な地形に見立てた場で行っていく。

2 本時の実際（5／6時）

(1) 本時のねらい

体が丸まっている前転がりについて、様々な場に取り組むことを通して、アルマジロのような姿勢になって転がるためにあごを引くことや背中を丸めることがポイントだと気づき、そのポイントを意識して前転がりを行うことができる。

(2) 本時の構想

- ・体が丸まっている前転がりとは丸まっていない前転がりの写真の比較をすることで、アルマジロのように丸くなって転がるポイントを考えさせる。
- ・前転がりに取り組むことができる様々な場を設定し、ポイントを意識しながら楽しんで運動に取り組ませる。

(3) 展開

学習活動	働きかけと児童の反応	○留意点・◇評価
1 補助運動を行う。 (8分)	T1 ジャングルを探検しよう。 C1 ブリッジ、ゆりかご、くま歩き（ゆっくり、早く、片足）、あざらし歩き、手押し車（じゃんけんぼん）、丸太転がり、壁登り逆立ちを行う。	○腕支持感覚や体の締め感覚、逆さ感覚をつかむための補助運動を行う。
2 学習課題を設定する。	T2 前の時間に前転がりをしてみました。どうやってやったかな。 C2 前に転がる。	○前転がりのやり方を確認する。着手→足で地面を蹴る→頭を

<p>(3分)</p> <p>3 前転がりを試す。(8分)</p> <p>4 見付けたポイントを話し合う。(3分)</p>	<p>C3 頭から順番にマットに着く。 T3 みんなが目指すアルマジロのような前転がりをするには、どうしたらいいかな。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>学習課題 アルマジロのように丸くなって転がるには、どうしたらいいかな。</p> </div> <p>T4 様々なコースでポイントを見つけてみよう。 C4 お腹を見るといいかな。 C5 ダンゴムシみたいになるとうまくできそう。 T5 アルマジロのように丸くなって転がるために、見付けたポイントを教えてください。 C6 お腹を見るとできました。 T6 アルマジロのように丸くなって、うまく転がっている人がいました。2つの写真を見てみましょう。何が違いますか。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>【手立て①】体が丸まっている前転がりとは丸まっていない前転がりの写真の比較。</p> </div> <p>C7 頭の着いている場所が違う。 C8 お腹を見て回っている。</p>	<p>着く→背中→尻→両足。</p> <p>○アルマジロの写真を提示し、考えさせる。 ○様々な場で取り組ませる。 ○丸くなって転がるためのポイントを考えながら取り組ませる。</p> <p>○様々なポイントを見童から引き出す。 ○体の丸まりに着目させる。</p>
<p>5 様々な場で活動する。(15分)</p> <p>6 まとめる。(3分)</p>	<p>T7 みんなが見つけたポイントを生かしてアルマジロのように丸くなって転がってみましょう。グループでアルマジロのように丸くなって回れているかお互いに見合ひましょう。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>【手だて②】前転がりに取り組むことができる様々な場。</p> </div> <p>C9 ジグザグコースでお腹を見たら、うまくできたよ。 C10 坂道コースで頭の後ろを付けて転がったら、アルマジロになれた。 T8 どんなことに気を付けたらアルマジロになれたか教えてください。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>まとめ あごを首に近づける。お腹を見る。背中を丸くする。</p> </div>	<p>○見付けた様々なポイントを意識して行わせる。 ○場の使い方を確認する。 ○グループ毎に場をローテーションする。 ○アルマジロのように丸くなって転がることができていれば、児童同士で丸の合図で伝えさせる。 ◇アルマジロのような姿勢になって、前転がりをする事ができる。(実技)</p>
<p>7 振り返る。(5分)</p>	<p>T9 振り返りをしましょう。 C11 お腹を見て回るとアルマジロみたいに丸くなれることが分かった。いろいろなコースでうまく転がれた。楽しかった。</p>	<p>◇アルマジロのような姿勢になって転がるためのポイントに気付いている。(ワークシートの記述)</p>

【手だて②】様々な場については、右記の通りである。

3 成果

- 基礎感覚を掴ませて取り組むことで、お腹にあごを近づけたり、背中を丸めたりしながら前転がりをする児童が多く見られた。
- 様々な場を設定し、取り組ませることで運動に意欲的に取り組ませることができた。また、本時のねらいを達成した児童の割合は92%であった(図1)。

4 課題

- 安全性を考慮した場の設定が必要であった。
- アルマジロになって回ることができていたかを評価し合うポイントを明確にして取り組ませることで、アルマジロのように丸くなって転がることのできたという実感をもたせることが必要であった。

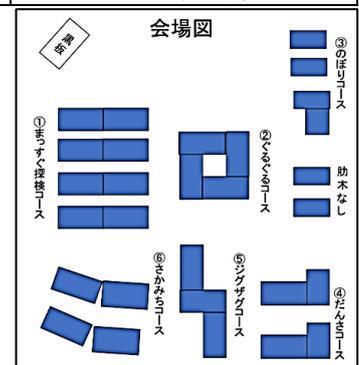


図1 アルマジロになるう

器械運動グループ授業実践

【単元名】 第4学年「マット運動 みんなでブリッジマスター」

【授業者】 白山小学校 教諭 坂上 克也

0 6年間を貫く「学びの道筋」について

マット運動は、「回転系（前転・後転・側方倒立回転等）」「巧技系（倒立等）」の2つに分けられる。2つの中で全てに共通するのが「姿勢の安定」と捉え、それを身に付けるために、「巧技系」を中心に取り組む。自分の体を支えやすい低学年から、巧技系を中心とした多様な姿勢を保つ運動を多く取り入れることで、腕支持・逆さ感覚をつかみ、姿勢を安定しやすくする。この「姿勢の安定」が、回転系を含むマット運動の様々な技につながっていくと考える。

1 児童と単元の指導構想

本学級の児童は第3学年までの既習として、低学年での運動遊び、前転、後転、壁に向かっての頭倒立、肋木でのよじ登り逆立ち、大の字回り（側転）を経験している。しかし、一人ひとりの技の習熟度を事前に確認すると、十分に技が身につけていない実態が見られた。児童との会話の中で、技の動き方については何となく理解しているが、技のポイントを意識せずにどのように体を動かすと技ができるようになるか具体的な知識が身につけていないように感じられた。

市小研体育部の「姿勢の安定」という『学びの道筋』には、安定という言葉が使われている。技を安定して行うためには、「何となく技ができてしまった」ではなく、「技のポイントを意識したら技ができた」という児童の姿になってほしいと考える。

本単元では、児童が技のポイントを意識しながら学ぶことをねらうために、単元を通して「着手」、「視線（アゴ）」、「着地」の3つの視点を基に指導を行っていく。3学年までの巧技系の既習から、足の振り上げや壁倒立で逆さ感覚を養い、その上で回転系の補助倒立ブリッジができる姿を目指す。補助倒立ブリッジは、前方へ回転運動をするときに背中を反らせることから「マットを見る（アゴを上げる）」点において、同じ回転系の技である前転や後転の「自分のへそを見る（アゴを引く）」点と異なることに注意する。補助倒立ブリッジの「着地」においては、「手の近くに両足を着く」ことでブリッジ姿勢の安定につなげる。

2 本時の実際（4／6時）

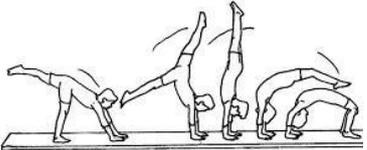
（1）本時のねらい

補助倒立ブリッジについて、目印を付けたマットを使い児童が技を確認しながら教え合う活動を通して、倒立姿勢からマットを見たまま体を反らせ、ブリッジの着地で手足を近づけることが分かり、補助をつけた足の振り上げからブリッジの姿勢になる一連の動きを身に付けることができる。

（2）本時の構想

本時では、単元を通して児童に意識させていた「着手」、「視線（アゴ）」、「着地」の視点から、「視線（アゴ）」、「着地」の2点に着目させながら取り組ませる。補助倒立ブリッジは、前方へ回転運動をするときに背中を反らせる（マットを見る。アゴを上げる。）点において、前転や後転（自分のへそを見る。アゴを引く。）と異なることを児童に意識させ、ラインを引いたマットを使い、「視線」と「着地」を意識しながら活動に取り組ませる。

（3）展開

学習内容 (時間)	主な教師の働きかけ 児童の反応	指導上の留意点 (○) 評価 (◇)
1. 場の設定 準備運動 (10分)	T1 今日は、みんなで「補助倒立ブリッジ」に挑戦します。 C1 補助倒立ブリッジってどんな技だろう。 C2 難しそうな技だけど、どうやったらできるのかな。	○倒立ブリッジを提示する。 
2. 学習課題 (2分)	課題：補助倒立ブリッジをするときには、どんなことに気をつけるとよいのだろうか。	○補助倒立ブリッジの「視線」、 「着地」を意識させる。 
3. 手立て① (5分)	T2 今日は2つ虫眼鏡で、技のポイントを探っていきましょう。 【手立て①】 手本となる児童の補助倒立ブリッジの試技から、マットを見たまま体を反らせることに気付かせる。また、ブリッジの姿勢から足を徐々に遠くにさせると、体を支えることが難しくなり不安定になることに気付かせる。	

<p>4. 試しの運動 (5分)</p>	<p>T3 まず、〇〇さんの試技をみんなで見ながら、「視線」の虫眼鏡で技のポイントを見つけてみましょう。 T4 次に、□□さんの試技をみんなで見ながら、「着地」の虫眼鏡で技のポイントを見つけてみましょう。 T5 では、「視線」と「着地」をそれぞれ確認しながら、グループごとに試しの運動をしましょう。</p>  <p>手本となる児童の試技を見ながら、運動のポイントを見つけている様子。</p>	<p>○手本となる児童を選び、教師の補助のもとで試技をさせる。 ○見る技のポイントを1つずつ全員で見えていく。 ○技の習熟度に応じた4人(5人)グループで、試しの運動を行わせる。 ○補助者は2名とする。 ○恐怖感がある児童のために、丸めた布団を用意しておく。 ○児童の気付きを全体で確認しながら、まとめる。 ○ブリッジ姿勢から足が遠くなると、体を支えることが大変になることを体感させる。</p>
<p>5. まとめ (2分)</p>	<p>T6 気付いたことをまとめましょう。</p> <p>まとめ：補助倒立ブリッジをするときには、①倒立から、手と手の間を見たまま体を反らせる。②ブリッジの着地は、手と足を近づける。</p>	
<p>6. 主運動 手立て② (13分)</p>	<p>T7 マットを見たまま体を反らせることと手の近くに両足を着地させることを意識しながら、目印を付けたマットの場でグループごとに運動してみましょう。</p> <p>【手立て②】 マットにラインを等間隔に引き、「視線」の目印、「着地」したときの足の位置が視覚的に分かるようにする。</p>  <p>目印のラインを手掛かりに、「視線」と「着地」を意識しながら主運動に取り組む様子。</p>	<p>○目印となるラインを20cm間隔でマットにテープではり、準備しておく。 ○目印をもとにポイントを意識させながら運動させる。 ○互いにアドバイスし合いながら練習させる。</p> <p>◇足の振り上げから安定したブリッジ姿勢までの一連の動きを補助付きの状態ですべてできている。(観察・記録)</p>
<p>7. 振り返り (8分)</p>	<p>T8 意識して取り組めたこと、自分の動きや友達の動きが変わったと思うことをロイロノートのカードに記入しましょう。</p>	<p>◇補助倒立ブリッジのポイントとしてまとめた、「マットを見たまま体を反らせる」、「ブリッジで手と足を近づける」を意識した振り返りを記述している。</p>

3 成果

- ・ 児童は、倒立ブリッジのイラスト図を見るだけでなく、手本となる児童の試技を見ることで、倒立姿勢からブリッジ姿勢になるまでマットを見続けることが分かり、意識することができていた。
- ・ 児童は試しの運動を通して、ブリッジ姿勢の状態ですを手から遠ざけると体を支えられなくなることが分かり、手と足を近づけた方がブリッジ姿勢を維持しやすいことを意識することができていた。
- ・ 児童の振り返りの記述から、本時のまとめとなる知識として、「マットを見続けること。」と「ブリッジ姿勢では手と足を近づけること。」の2点を理解することができていた。
- ・ 倒立姿勢が安定せず、ブリッジ姿勢になれない児童がいたことから、補助倒立ブリッジを指導する前提として、壁倒立や補助倒立などの倒立姿勢の安定が必要不可欠であることが分かった。

4 課題

- ・ 倒立姿勢の安定が必要不可欠であることが分かったことから、本時では着目させる視点としなかった「着手」についても、倒立姿勢を安定させる要素として意識をさせた方がよかった。

器械運動グループ授業実践

【単元名】 第6学年「マット運動（器械運動）補助倒立前転をマスターしよう」

【授業者】 大形小学校 教諭 駒沢 里衣子

0 6年間の『学びの道筋』（3本の矢）について

マット運動は、「回転系（前転・後転・側方倒立回転等）」「巧技系（倒立等）」の2つに分けられる。2つの中で全てに共通するのが「姿勢の安定」と捉え、それを身に付けるために、「巧技系」を中心に取り組む。自分の体を支えやすい低学年から、巧技系を中心とした姿勢を保つ多様な運動を多く取り入れることで、腕支持・逆さ感覚をつかませ、姿勢の安定につなげる。この「姿勢の安定」が回転系を含むマット運動の様々な技につながっていくと考える。

	低学年	中学年	高学年
主な活動	多様な姿勢を保つ動き	腕で体を支える動き	調整する動き
	逆さでの腕支持をする動き	逆さ感覚をつかむ動き 体の使い方を調整する動き	姿勢を安定させる動き 補助倒立を発展させる動き

1 児童と単元の指導構想

児童の実態を踏まえながら、巧技系から回転系へと技を発展させた学習に取り組む。学級の児童全員が、補助倒立ができるが、肘が曲がっていたり教師の補助が必要だったりする児童もいる。

本単元では、姿勢の安定した補助倒立から補助倒立前転へ技をつなげることで、既習の巧技系と回転系の技と技をつなげた組み合わせ技（例：補助倒立前転→側方倒立回転→伸膝後転）を完成させることを目指す姿とする。単元序盤は補助倒立姿勢の確認や倒立、既習の技（開脚前転、開脚後転、伸膝後転）などに取り組む。回転系の姿勢を安定させる動きの定着を図る。単元中盤から、補助倒立と前転を組み合わせる動きへと発展させる。既習の補助倒立の精度を高め、技をさらに高めていくという見通しをもたせ、「倒立姿勢から前方へ倒れこみ、アゴの引き付けと肘を曲げることをほぼ同時に行い、背中を丸めて膝を抱え込み前転につなげていく」というイメージを明確にする。単元終盤では、個の技能に合わせた組み合わせ技に取り組む、1つ1つの技やスムーズな技のつなぎなどの精度を高めていく。

2 本時の実際（2/7時間目）

（1）本時のねらい

補助倒立前転について、技のイメージをもたせる活動とグループでの教え合い活動を通して、補助倒立前転の動きのポイントが分かり、姿勢の安定した補助倒立前転をすることができる。

（2）本時の構想

- 補助倒立前転の技のイメージをもたせるために、教師が試技をしている動画を見て技のポイントとなりそうなことを考えさせる。
- 補助倒立からスムーズな前転へ動きをつなげるための動きのポイントを見つけるために、技がスムーズにできているものとできていないものを比較できる動画を見て考えさせる（図1）。
- 友達同士でアドバイスをしながらグループ活動に取り組ませる。



図1 ポイント探しの動画比較

(3) 展開

学習内容	教師の働きかけ・児童の反応	指導の留意点 (○) 評価 (◇)
1 準備運動 2 手立て①	T1 補助倒立から前転につながる技「補助倒立前転」に挑戦します。 【手立て①】 補助倒立前転の技のイメージをもたせ、ポイント（倒立姿勢から前方への倒れ込み、アゴの引き付け、肘の曲げをほぼ同時に行い、前転につながる動き）を確認させるために、教師が試技をしている動画を普通再生とスロー再生で見せる。	○技のイメージを持たせるために、教師が試技をしている動画を児童のタブレットに送りいつでも見られるようにする。
3 活動①	T2 補助倒立前転に挑戦してみましよう。ポイントは？	○体格差や習熟度に差が出ないグルーピングを教師が行う。
4 学習課題	C1 倒立から前転にいくときに、肘を曲げている。体を丸めている。 【学習課題】 補助倒立前転で、倒立から前転へと動きをつなげるための動きのポイントは何か。	○安全な補助の仕方を確認する。
5 手立て②	【手立て②】 姿勢の安定した補助倒立前転ができている動画と、倒立から背中をマットに打ち付けてしまいスムーズな前転ができていない動画を比較させながら見せ、補助倒立前転ができるためのポイント（「アドバイスポイント」）を考えさせ、グループごとにその人に合った「アドバイスポイント」の声掛けをさせながら活動させる。	○困り感を共有させ課題につなげる。
6 まとめ	C2 目線が三角形の頂点からへソになり肘をしっかりと曲げている。 C3 前に倒れ込みながら、アゴをぐっと引いて肘を曲げて、前転している。 【まとめ】 （補助）倒立から前へ倒れ込みながら、アゴを引き、肘を曲げ、背中を丸めて前転につなげる。	○事前に編集した比較動画（どちらも教師試技）を使用する。 ○児童の気付きにつながる発問や声掛けをしたり個別に必要な支援をしたりする。
7 活動②	T3 ポイントを意識して取り組みましよう。 T4 動画を撮影し合って、自分や友達の動きを確認しましよう。 T5 補助倒立前転をするために、どんなポイントを意識しましたか。 C4 前に体を倒すことと、アゴをぐっと引いて肘をしっかりと曲げたこと。	◇倒立姿勢から前方へ倒れ込み、アゴを引き肘を曲げ、目線を体の中心にもっていきながらスムーズな前転をする。
8 振り返り	T6 ロイロノートで振り返りをしましよう。（動画とコメントを提出する。）	

3 成果

- ・ 6年間の系統性を意識して単元を構成したことで、児童の目指す姿と指導内容が明確になり、補助倒立の姿勢から、アゴを引きしっかりと肘を曲げて前転へつなげていく(写真2)、姿勢の安定した技の完成を目指して指導を行うことができた。
- ・ 児童全員が、補助倒立ができる状態で授業に臨んだことで、多くの児童が同じ困り感をもつことができた。そのため、同じ課題を解決させるための活動に取り組むことができ、技能の向上や運動の楽しさを実感させることにつながった。



写真2 補助倒立の様子

4 課題

- ・ より詳細な実態把握と課題解決のための場の工夫を行うことで、個に応じた声掛けや支援ができるようになる。

陸上運動グループ授業実践

【単元名】 第2学年「走・跳の運動遊び ジャンピングランド」

【授業者】 亀田西小学校 教諭 中島 勇二

0 6年間を貫く「学びの道筋」について

低学年の跳の運動遊びから高学年の走り高跳びまでの指導において、高く跳ぶために【最後の〇歩】を重点化する動きとして指導する。

低学年の跳の運動遊びでは、跳のいろいろな動きの経験や上方に跳ぶゴム跳び遊びをする中で、【最後の1歩】に着目し、高く跳ぶためには助走をつけて片足で踏み切る必要があることを実感させる。中学年の高跳びでは、【最後の3歩】に着目し、踏み切り足を決定して、最後の3歩を「ト・ト・トン」のリズムで力強く踏み切ることができるようにする。高学年の走り高跳びでは、はさみ跳びの足の動かし方の習得に加え、【最後の5歩】に着目し、最後の3歩を生かす助走の仕方を考え、リズムカルな助走から踏み切ることができるようにする。

以上のような6年間の学びの道筋の中でリズムカルな助走からのはさみ跳びができるようになると考える。

1 児童と単元の指導構想

低学年の跳の運動遊びでは、「6年間を貫く『学びの道筋』について」に記載の通り、「助走をつけて片足で踏み切る」動きの習得を目指す。

単元を通して、「より遠く」や「より高く」跳ぶことの楽しさを十分に味わわせたい。ただし、限定された運動の練習量を増やすのではなく、跳の運動のもつ楽しさを十分に味わいながら運動遊びに没頭する中で、多様な跳の運動を経験し、中学年以降の幅跳びや高跳びにつながる動きの素地を養うことが重要であると考えます。

上記を踏まえ、単元を通して次の3点を念頭に置いて授業を行う。

- ①児童が易しい場での運動遊びから始められるようにしたり、場や運動の行い方を選択できるようにしたりすることで、技能差に関係なく運動遊びの楽しさを味わえるようにする。
- ②授業の初めに、指導者が示した様々な跳び方や様々な場で運動遊びを経験させることで、その後、児童が跳び方や場を工夫して主体的に運動遊びを楽しめるようにする。
- ③児童が「より遠く」「より高く」跳びたいと思えるような場や活動を仕組むことで、児童が目的意識をもって、「より遠く」「より高く」跳ぶための動きを追究できるようにする。

学習指導要領では、跳の運動遊びの内容として下記の通りに例示されている。

- 幅跳び遊び
 - ・ 助走を付けて片足でしっかり地面を蹴って前方に跳ぶこと。
- ケンパー跳び遊び
 - ・ 片足や両足で、いろいろな間隔に並べられた輪等を連続して前方に跳ぶこと。
- ゴム跳び遊び
 - ・ 助走を付けて片足でしっかり地面を蹴って上方に跳ぶこと。
 - ・ 片足や両足で連続して上方に跳ぶこと。

2 本時の実際 (6/6時)

(1) 本時のねらい

ゴム跳び遊びについて、助走の有無と踏切が両足か片足かに焦点化した試しの運動を行ったり、自分の目標に合わせた高さで記録更新を目指して跳んだりすることを通して、高く跳ぶには助走を付けて片足で踏み切って跳ぶとよいことが分かり、助走を付けて片足で踏み切って跳ぶ動きを身に付けることができる。

(2) 本時の手立て

手立て①【分かる】：助走の有無と踏切が両足か片足かに焦点化した試しの運動の実施

手立て②【できる】：自分の目標に合わせた高さで記録更新を目指して跳ぶ場と時間の設定

(3) 展開

学習内容 (時間)	主な教師の働きかけ 児童の反応	指導の留意点 (○) 評価 (◇)
1 様々な跳 び方で、ゴ ム跳び遊 びをする。 12分	①教師の示した跳び方で跳ぶ。 (1)両足連続跳び (2)片足連続跳び (ケンケン跳び) (3)正面から助走 (4)斜めから助走 ②「まねっこ跳びゲーム」を行う。 ・リーダー役が決めた跳び方を全員がまねして一人ずつ跳ぶ。 ・ゴムは斜めに張り、自分の挑戦したい高さで跳ぶ。 【跳び方の工夫例】 ・助走の位置(正面, 斜め, 近く, 遠く) ・体の向き(正面, 横, 後ろ, 回転する) ・ポーズ(両足を横に広げる, 前後に広げる, 両足を曲げる…)	○グループの人数を 3～4人で編成し、 ゴムを支柱に張るこ とで、待ち時間を少 なくして運動量を確 保する。 ○①の活動では、ゴ ム紐の高さは膝程度 の誰でも跳べる高さ に設定する。
2 課題把握 3分	T1 前回の振り返りには、「ゴム跳びゲームでもっと高く跳べるよ うになりたい。」と書いている人が多くいました。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">◎学習課題 高く跳ぶには、どのような跳び方や走り方がよ いのかな。</div>	○助走の有無、踏切 が両足か片足かを 選ぶワークシートを 使用することで、児 童の思考を焦点化し たり、短時間で課題 把握やまとめがで きるようにしたりす る。 ○「助走なし」を選 んだ児童がいない場 合は、試しの運動で 扱わない。 ○ゴムを斜めに張る ことで、個々の実態 に応じた高さで試 しの運動が行えるよ うにする。 ○失敗したら一つ 下の高さに移動し、 その高さで跳べて から、次の高さで跳 ぶようにさせる。
3 試しの運 動を行う。 10分	C1 助走を付けて跳ぶといいと思うよ。 C2 片足で踏み切るといいと思うよ。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">【手立て①】助走の有無と踏切が両足か片足かに焦点化し た試しの運動の実施</div>	
4 まとめ 3分	T2 どのように跳ぶと、高く跳ぶことができたかな。 C3 助走を付けたら、勢いがついて高く跳べたよ。 C4 片足で踏み切ったら、強く踏み切れて高く跳べたよ。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">□まとめ 高く跳ぶには、助走を付けて片足で踏み切って跳 ぶとよい。</div>	
5 自分の目 標に合わ せた場で 跳ぶ。 12分	【手立て②】自分の目標に合わせた高さで記録更新を目指し て跳ぶ場と時間の設定 T3 助走を付けて、片足で踏み切って高く跳ぼう。自分が跳びたい 高さの場所で跳ぼう。 C5 60 cmに挑戦しよう。 C6 80 cmに挑戦しよう。	
5 振り返り 5分	T4 振り返りをしましょう。 C7 助走をつけて片足で踏み切ると、勢いを生かして強く踏み切っ て、高く跳ぶことができた。	◇助走を付けて片足 で踏み切って高く跳 んでいる。 (行動観察)

3 成果

- ・助走の有無と踏切が両足か片足かに焦点化した試しの運動を行うことで、より高く跳ぶためには、助走をつけて、片足で踏み切って跳ぶことがよいことを実感させることができた。初めは両足で踏み切った方が高く跳べると予想したA児も、自分の目標に合わせて跳ぶ活動場面で力強く片足で踏み切って跳ぶ姿が見られた。(図1)



図1 片足で踏み切るA児

4 課題

- ・踏み切る前に減速したり、リズムが乱れたりして、助走の勢いを生かして力強く片足で踏み切ることが上手くできない児童がいた。踏み切る位置の迷いがあつたり、片足でリズムよく踏み切る経験が不足したりしていることが一因と考えられる。踏み切る位置の目安に印を付けたり、まずは短い助走から片足で踏み切らせたりすることで改善が図られるか検証したい。

陸上運動グループ授業実践

【単元名】 第3学年「走・跳の運動 走り高跳び」

【授業者】 内野小学校 教諭 塩田 健太郎

0 6年間の『学びの道筋』（3本の矢）について

低学年の跳の運動遊びから高学年の走り高跳びまでの指導において、高く跳ぶために【最後の0歩】を重点化する動きとして指導する。

低学年の跳の運動遊びでは、跳のいろいろな動きの経験や上方に跳ぶゴム跳びをする中で、【最後の1歩】に着目し、高く跳ぶためには助走をつけて片足で踏み切る必要があることを実感させる。中学年の高跳びでは、【最後の3歩】に着目し、踏切り足を決定して、最後の3歩を「ト・ト・トン」のリズムで力強く踏み切ることができるようにする。高学年の走り高跳びでは、はさみ跳びの足の動かし方の習得に加え、【最後の5歩】に着目し、最後の3歩を生かす助走の仕方を考え、リズムカルな助走から踏み切ることができるようにする。

以上のような6年間の学びの道筋の中でリズムカルな助走からはさみ跳びができるようになると思える。

1 児童と単元の指導構想

児童は、低学年で様々な跳び方をする中で、より高く、より遠く跳ぶためには、助走をして片足で踏み切るとよいことを学習している。3年生では、助走の【最後の3歩】に重点を置き、【最後の1歩】を生かす助走の仕方について考える。踏切り足を決定し、助走の勢いを高さに変えるために適した踏切り前の2歩の動きを考え、リズムを言語化することで、「ト・ト・トン」のリズムを用いて助走から上方向に踏み切ることができるように練習する。また、ゴム跳び・跳び箱跳び乗り・バスケットゴールネットタッチの3つの場を設定し、運動を楽しみながら高く跳ぶための助走の仕方を考えられるようにする。

本時は、3年生の2時間目で【最後の1歩】を生かす助走ができるようになるための時間となる。まず、前時まで踏切り足を決め、【最後の1歩】で力強く踏み切ることができるようになった児童に対して、「トーン・トーン・トン」と踏切り前の2歩の歩幅が大きくなっている助走や「トン・トン・トン」と走ってきたままのリズムの助走を見せ、どちらも上方向に跳べていないことに気付かせ、もっと上に跳ぶためにはどうすればよいかという課題意識をもたせたい。そして、試しの運動を通して、【最後の3歩】で「ト・ト・トン」とリズムアップするとよいという気付きを全体で共有する。それぞれの助走の勢いが踏切りによってどの向きの力に変わっているかを考えることで、適切な助走のリズムや【最後の3歩】の役割を捉えさせる。その後、3つの場で練習する時間を設け、グループでの口伴奏や動画撮影を行い、自分の助走のリズムを確認しながら運動する中で、適切なリズムでの【最後の3歩】を習得させたい。

2 本時の実際（2/3時間目）

（1）本時のねらい

高跳びの助走について、動画比較や口伴奏に合わせた助走の練習、動画による自分の動きの確認をすることを通して、最後の3歩を「ト・ト・トン」のリズムで助走すると勢いを生かして高く跳ぶことが分かり、「ト・ト・トン」のリズムで助走し、跳ぶことができる。

（2）本時の構想

- ・最後の3歩を不適切なリズムで助走をしている動画の視聴を行う。
- ・グループで口伴奏や動画撮影をしながら練習する場の設定を行う。



(3) 展開

学習内容 (時間)	主な教師の働きかけ (T⇒手立て①②実線枠) 児童の反応 (C⇒点線枠)	指導の留意点 (○) 評価 (◇)
1. 場づくり 準備運動 (5分) 2. 課題把握 (8分)	<p>T1 3つの場の準備の後、踏切り足を確認しながら跳んでみましょう。</p> <p>T2 バasketボールゴールネットタッチをしている動画を2種類見ましょう。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>【手だて①】最後の3歩を不適切なリズムで助走をしている動画の視聴</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <div style="width: 45%;"> <p>A①: 踏み切る前の助走のリズムが違うな。</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>B①: 「トーン・トーン・トン」のリズムだと、跳びにくそう。</p> </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>◎学習課題 最後の1歩で上へ高く跳ぶためには、どのようなリズムで助走をするとよいのだろうか。</p> </div>	<p>○グループで行動し、踏切り足を見合うようにする。</p> <p>○動画の助走で跳べてはいるが、どちらのリズムも助走の勢いが前方の力になって上へ高く跳べていないことに気付かせる。</p> <p>○助走のリズムを言語化し、跳躍の力の向きを矢印で示す。</p>
3. 試しの運動 (5分) 4. まとめ (5分) 5. 3つの場での練習 (17分)	<p>T3 どのようなリズムの助走だと上に跳べるようになるのかネットタッチの場で試してみましょう。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between; border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <div style="width: 45%;"> <p>A②: 踏み切る前の助走のリズムが速くなっていたよ。</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>B②: 最後の3歩が大切なんだね。</p> </div> </div> <p>T4 何人かの人に試して見付けた上に跳べるリズムの助走を見せてもらいましょう。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>□まとめ 最後の3歩を「ト・ト・トン」のリズムで助走するとよい。</p> </div> <p>T5 もっと高く跳べるように練習しましょう。ネットタッチ以外の場所でも「ト・ト・トン」を試しましょう。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>【手だて②】グループで口伴奏や動画撮影をしながら練習する場の設定</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <div style="width: 45%;"> <p>A③: 「ト・ト・トン」って言ってもらおうと動きやすいな。</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>B③: 動画を見たら、リズムができてると上に跳べたよ。</p> </div> </div>	<p>○全員Basketボールゴールネットタッチの場で行う。</p> <p>○動画の助走のリズムとの違いを考えさせる。</p> <p>○適切なリズムで助走すると動きがつかなくなったり、跳びやすくなったりすることを確認する。</p> <p>○3つの場をローテーションし、どの場でも上に高く跳ぶためには「ト・ト・トン」がよいことを実感させる。◇「ト・ト・トン」のリズムで助走ができている。(観察)</p>
6. 振り返り (5分)	<p>T6 今日の記録を測定し、振り返りカードを書きましょう。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between; border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <div style="width: 45%;"> <p>A④: 最後の3歩を「ト・ト・トン」のリズムにすると強く踏み切ることができた。</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>B④: 最後の3歩で「ト・ト・トン」のリズムで助走すると、高く跳べた。</p> </div> </div>	<p>◇最後の3歩を「ト・ト・トン」のリズムで助走する良さについて記述している。(学習カード)</p>

3 成果

- 助走のリズムを考える学習は初めてであったが、重点化する動きを設定し、単元を構成したことによって、既習の最後の1歩を生かして高く跳ぼうとする意識のもと、既習を生かす最後の3歩として助走のリズムを考えることができた。

4 課題

- 1時間で行うには学習内容が多く、助走のリズムが変化していることに気付く1時間と「ト・ト・トン」のリズムを習得する1時間に分ける必要がある。

陸上運動グループ授業実践

【単元名】 第5学年「走・跳の運動 走り高跳び」

【授業者】 巻北小学校 教諭 宮田 泰人

0 6年間を貫く「学びの道筋」について

低学年の跳の運動遊びから高学年の走り高跳びまでの指導において、高く跳ぶために【最後の0歩】を重点化する動きとして指導する。

低学年の跳の運動遊びでは、跳のいろいろな動きの経験や上方に跳ぶゴム跳びをする中で、【最後の1歩】に着目し、高く跳ぶためには助走をつけて片足で踏み切る必要があることを実感させる。中学年の高跳びでは、【最後の3歩】に着目し、踏切り足を決定して、最後の3歩を「ト・ト・トン」のリズムで力強く踏み切ることができるようにする。高学年の走り高跳びでは、はさみ跳びの足の動かし方の習得に加え、【最後の5歩】に着目し、最後の3歩を生かす助走の仕方を考え、リズムカルな助走から踏み切ることができるようにする。

以上のような6年間の学びの道筋の中でリズムカルな助走からののはさみ跳びができるようになると考える。

1 児童と単元の指導構想

本単元では、走り高跳びで一番重要であると考えられる踏切りの動作を含めた踏切りに至るまでの最後の5歩ができて分かるために単元を構成する。

児童は4年生までに、斜めから短い助走で踏切り動作を経験している。勢いを高さに変えるという既習を基に、助走距離を最後の5歩まで伸ばして、リズムカルな助走から高く跳ぶことを目指す。

そのために、1時間目は、既習の3歩助走からの踏切り動作と、はさみ跳びの着地動作の仕方に着目する。高く跳ぶために重要な踏切りと、安全面で重要な足からの着地を、はさみ跳びができている児童の動作を基に確認し、練習の中で気付くようにしたりポイントを分かるようにしたりする。

2時間目は、自分の踏切り足に合った助走方向や、はさみ跳びの空中動作の振り上げ足と踏切り足の動きを習得する。踏切り動作の後の踏切り足と振り上げ足のポイント動画を動画で見付けながら練習をする。

本時は、始めに大きく踏み出す2歩、次の細かく刻む2歩、最後の1歩である踏切りの役割が分かって、できるようになるための授業である。導入で、前時までに上手に跳んでいた児童の動画による助走のリズムの違いに着目させ、なぜ違いがあるのか疑問をもたせる。展開では、助走に口伴奏をつけてグループ全体でリズムを意識できるようにしたり、iPadのアプリ「リプレイカメラ」を使い、すぐに客観的に確認できるようにしたりする。その中で、始めに大きく踏み出す2歩はスピードを上げる役割で、次の細かく刻む2歩は勢いを高さに変える役割であることを理解できるようにする。まとめの後には、分かったことができるようにグループでの練習を行いリズムカルな5歩助走を習得できるようにしていく。



2 本時の実際（3／4時）

(1) 本時のねらい

走り高跳びの助走について、高く跳んでいる動画で比べたり、口伴奏をしながら自分や仲間の跳躍を確認したりすることを通して、始めの2歩で勢いをつけて、その後の2歩で上に踏み切るための調整をするとよいことがわかり、始めの2歩で勢いをつけて、その後の2歩で踏み切るための調整をして跳ぶことができる。

(2) 本時の構想

- ・課題を共有するための「トーントーントントン」のリズムの5歩助走の動画を見せる。
- ・リズムカルな助走を意識するための、児童同士で行う口伴奏を交えて練習を行う。
- ・自己の動きやリズムを確認するために、iPadアプリ「リプレイカメラ」で確認をする。

(3) 展開

学習内容 (時間)	主な教師の働きかけ (T⇒手立て①②実線枠) 児童の反応 (C⇒点線枠)	指導の留意点 (○) 評価 (◇)
1. 準備運動 ジャンプドリル (5分) 2. 課題をとらえる (5分)	T1 踏切りは棒が突っ張るように跳ぶんだっね。 T2 動画の違いは何でしょう。 【手立て①】 課題を共有するための5歩助走の動画 A①: 助走のリズムが終わりです。速くなったぞ。なぜリズムが変わるんだろう？ B①: こんなにリズムが違うのか。なんでリズムを変える必要があるのかな？	○ジャンプドリルは、テンポよく踏切りを意識しながら行う。 ○「トーントーントーン」のリズムの跳躍映像を見せ、違いに気づかせる。 ○既習の最後の1歩は、棒が突っ張るように体が一直線になることを押さえる。
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-bottom: 5px;">展開</div> 3. リズムについて考える。 (5分) 4. リズムのよさを見付ける。 (5分) 5. まとめる (5分) 6. 動きを高める (15分)	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">◎始めの2歩と次の2歩のリズムはなぜ違うのか？</div> T3 動画の助走にリズムの音を付けてみましょう。 A②: トーントーントーン。始めに勢いがついていて、高く跳べるのかな。 B②: トーントーントーン。後のリズムが速いと高く跳べるのかな。 T4 グループでリズムを試して跳びましょう。 【手立て②】 リズミカルな助走を意識するための口伴奏 A③: トーントーンで始めの勢いを生かして、トントントンで高く跳べたぞ。 B③: 最後にトーンだと、高く跳べないな。最後は速いリズムがいいな。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">□まとめ 始めの2歩で勢いによって、次の2歩で踏切りに合わせる。</div> T5 高く跳ぶためのリズムで、記録が伸ばせるように練習しましょう。 【手立て③】 自己の動きやリズムを確認するためのリプレイカメラ A④: 映像で見ると勢いが足りないな。トーントーンでもっと勢いをつけてみよう。 B④: 最後のトーンで棒が突っ張るようにして高く跳べたぞ。	○高く跳べる動作から、課題意識を高める。 ○音は、子どもの実態に合わせて決めていく。 ○助走開始位置や着地マットの位置は固定し、同じ条件で助走できるようにする。 ○グループで口伴奏をさせるようにする。 ○リプレイカメラでも自分の動作やリズムを確認できるようにする。 ○リズムよく跳ぶ児童に価値づけの声を掛ける。 ■リズミカルに助走して、高く跳ぶことができている。(観察) ○リズムが定着するように、練習させる。
7. 振り返る (5分)	T6 今日の授業を振り返りましょう。	■5歩助走のリズムのよさを記述している。(ノート)

3 成果

- ・口伴奏をしながら何度も試すことができる場を設けることにより、「わかる」と「できる」をつなげることができた。
- ・中学年において、はさみ跳びの素地ができていたことで、本時の課題であるリズミカルな助走に焦点化できた。

4 課題

- ・リプレイカメラで振り返るときに、明確な視点をもたせる必要があった。

ボール運動グループ授業実践

【単元名】 第4学年 「ゲーム キャッチバレーボール」

【授業者】 木山小学校 教諭 相澤 匡樹

0 6年間を貫く「学びの道筋」について

ボール運動領域の6年間を貫く『学びの道筋』（『3本の矢』）について、小学校学習指導要領解説 体育編を基に、「得点をたくさん入れるための動き」を身に付けさせることを6年間の共通のテーマとし、二年間ごとのゴールの姿に、以下のように設定した。

第1学年及び第2学年	第3学年及び第4学年	第5学年及び第6学年
「自分で」得点しやすい場所に動く。	「味方と協力しながら」得点しやすい場所を使う。	「味方と協力しながら」得点しやすい場所をつくる。

これまではゴール型ゲームを中心に実践し『3本の矢』の検証を行ってきた。ゴール型ゲームとネット型ゲームのそれぞれで必要となる、基本的なボール操作とボールを持たないときの動きは大きく異なるため、「シュートをする」や「ボール保持者と自分の間に守る者がいない空間に移動する」などの『ゴール型ゲームの3本の矢』に示されている具体的な知識・技能が、ネット型ゲームでも転移するかどうかを検証することはできない。

しかし、『3本の矢』に示されているゴールの姿については、取り扱う型に関係なく3つの型に共通している内容である。

そこで、本実践で目指すゴールの姿をこれまでと同じように設定し、『ゴール型ゲームの3本の矢』が『ネット型ゲームの3本の矢』として汎用可能かどうか、またそれを可能にするための修正点は何かを明らかにする。

1 児童と単元の指導構想

児童は第3学年で、プレルボールを基にした易しいゲームを行った。メインゲームでは、男女混合チームで3対3のオープンナンバーゲームを行い、ボールを正確に捕球することや送球することができない児童や、ほとんど動くことができない女子児童の姿が見られた。

そこで本単元では、「ボールをキャッチすることができる」、「パスの方がネット付近につなぎやすい」など、他の教材よりも必要となる技能が易しいと感じる「キャッチバレーボール」を取り扱う。

また、準備運動に1対1のキャッチゲームを行い、捕球する位置に移動したり、捕球のために手を出したりする感覚を養う（図1）。

「キャッチバレーボール」では、必要となる技能が易しいため、戦術的な気付きや作戦立案のアイデアを学習内容の中心とした（図2）。メインゲームでは、チームで考えた作戦に従って攻撃を実行し、作戦の振り返りで「攻撃側のプレイヤーの位置」に着目しながら上手くいったかどうかをフィードバックさせ、得点するために必要となる「攻撃側のプレイヤーの位置」を考え、作戦カードを蓄積していく（図3）。



図1 キャッチゲーム



図2 中心となる戦術学習

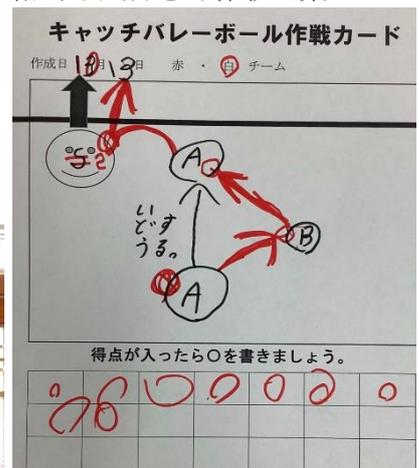


図3 配置を記録するカード

2 本時の実際（4／8時）

① 本時のねらい

前時に作成した作戦カードを基に、「攻撃側のプレイヤーの位置」を比較することを通して、返球する位置はネット付近がよいことを理解し、ネット付近に移動して返球したり、ボールをネット付近にいる味方にパスをしたりすることができる。

② 本時の手立て

手だて①：前時に作成した作戦カードの提示による「攻撃側のプレイヤーの位置」比較
 手だて②：「攻撃側のプレイヤーの位置」に着目させた作戦カード作り

③ 本時の展開と評価

学習内容 (時間)	主な教師の働きかけ 児童の反応	指導の留意 (○) 評価 (◇)
1 キャッチゲームを行う。(5分)	T1 キャッチゲームをします。ペアになりましょう。	○1分を4セット行う。
2 学習課題を確認する。(4分)	T2 前回、たくさん得点することができた作戦と得点することができなかった作戦で返球する人の位置に大きな違いがありました。返球する人の位置はどこからがよいか、予想してみましょう。 C1 ネットの近くからかな。 C2 パスをしてくれる人の近くかな。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">◎どこから返球すれば得点することができるか。</div>	○得点をするために返球する人の位置を焦点化して予想する。 ○ネット付近で返球する作戦カードとネットの遠くから返球する作戦カードを提示して比較させることで、得点するために必要となる「攻撃側のプレイヤーの位置」に気付かせる。
3 前時に作成した作戦カードの提示による「攻撃側のプレイヤーの位置」を比較する。(5分)	T3 前回の授業の作戦カードを確認します。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">【手だて①】前時に作成した作戦カードの提示による「攻撃側のプレイヤーの位置」の比較</div> T4 どうしてこの作戦は成功して、得点を入れることができたのかとどうしてこの作戦は失敗して、得点を入れることができなかったか予想してみましょう。今日は③の人の位置を見てみよう。	○得点をするために「攻撃側のプレイヤーの位置」に着目した作戦カードを作る。
4 作戦カードを作る。(5分)	T5 予想を基に作戦カードを作りましょう。作戦を試してみたいチームは試してもよいです。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">【手だて②】「攻撃側のプレイヤーの位置」に着目させた作戦カード作り</div>	◇ネット付近に移動して返球したり、ボールをネット付近にいる味方にパスをしたりすることができる。
5 メインゲームを1試合行う。(6分)	T6 整列してあいさつをしましょう。 T7 見ている人は、得点が入った作戦カードには○を、得点が入らなかったカードには×を書きましょう。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ネット付近から返球するとたくさん得点することができる。</div>	
6 まとめを行う。(3分)	T8 試合をしてみたので、今日のまとめをします。	
7 メインゲームを2試合行う。(14分)	T9 まとめを受けて試合をします。	
8 振り返りを行う。(3分)	T10 作戦の振り返りでは、どの作戦がうまくいったか相談しましょう。新しい作戦カードを作ってもよいです。 T11 授業の振り返りをしましょう。	

3 成果

- ・キャッチバレーボールにしたことで、時間的空間的な余裕が生まれ、攻撃側のプレイヤーの位置に着目した戦術学習が可能となった。そのため、ネット付近からの返球が増加し、ゴール型の3本の矢にもある、得点を生み出すための「動きの創造」へとつながった。
- ・メインゲームの動きに正対した動きのあるドリルゲームを組織したことで、返球や捕球のミスが減り、より戦術学習が成立しやすくなった。ボール操作の向上を単元に位置付けることに必要感があつたと考えられる。

4 課題

- ・中学年のネット型では「相手の位置」についての意識が中学年のゴール型よりも強く出ていた。それはゲーム特性からくるものと考えられるが、自陣でのミスが失点となるため、返球よりも仲間の位置への意識が強いと予想していた。しかしネット型において、教師が思うよりもずっと学習者は攻撃への意識が強いと推察できた。戦術的な気付きを向上させるアプローチを模索していきたい。

表現運動グループ授業実践

【単元名】 第6学年「表現運動 オリンピックスポーツを表そう」

【授業者】 万代長嶺小学校 教諭 岡崎 良子

1 児童と単元の指導構想

表現運動の学習について、児童は5年時にフォークダンスの学習を経験している程度で、表現の経験が少ない。決められた動きに合わせて体を動かす経験はあるが、自由に発想したり、イメージから動きを考えたりする経験は少ないといえる。

そこで、児童にとって身近で、イメージがもちやすいスポーツを題材に単元を構成することにした。2021年は東京オリンピックの開催もあり、児童のスポーツへの関心は高くなっている。さらに、これまでの実践を基に課題であった「群（集団）の動き」についても、スポーツの特徴的な動きや迫力を表すなかで、獲得できるよう、単元を構成する。

本単元ではメインの活動として、ラグビーの表現に取り組む。1・2時では、教師の動きを真似したり、スポーツの特徴的な動きを表したりすることを通して「変化と起伏のある動き」の獲得を目指す。3～5時では、ラグビーの動き（パス・スクラム・トライ）について、ひとまとまりの動きを作るために、3コマ漫画を作成しストーリーを作ったり、激しさが伝わるスポーツ漫画のイラストから、どんな動きができそうかを考えたりすることを通して、群の動き（交互に⇄順々に、合わせる⇄自由に、集まる⇄離れる）の獲得を目指す。6・7時では、勝敗や感情を表すために、教師の動きを真似したり、考えた動きのどの部分に感情を入れるかグループで考えたりすることを通して、指先や表情、視線も工夫して表現する姿を目指す。

2 本時の実際（4／7時）

(1) 本時のねらい

動きの激しさを表現することについて、スポーツ漫画のイラストからイメージをもたせたり、視点を絞って動きを確認させたりすることを通して、密集や分散等、集団による動きのよさに気づき、臨場感溢れるトライ場면을仲間と創作することができる。

(2) 本時の構想

- ・ 激しさを表すためには、離れる動きが必要であることを様々なスポーツでイメージさせる。
- ・ まとめを生かして激しさを表せているかどうかを撮影して自分たちの動きを確認させる。

(3) 展開

学習活動	教師の働き掛けと予想される児童生徒の反応	■評価・○留意点
導入 1 心と体のほぐしを行う。 (3分)	T1 エアスポーツをしましょう。お題カードを拾って動いてみよう。4つのくずしをできるだけたくさん取り入れて動いてみよう。 C1 スローモーションで動いてみよう。身体をねじるとさらに迫力が増すね。 T2 今日までパスの場面・スクラムの場面を表現してきましたね。今日はトライの場面です。どんなイメージかな。 C2 思いっきりトライするから激しい感じかな。	○楽しい雰囲気になるようにBGMを流しながら行う。 ○今までの学習で獲得した4つのくずしを掲示しておく。
2 学習課題の提示 (3分)	<学習課題> 激しさをみんなで見せるためにはどんな動きをするとよいか。	○児童から「激しさ」と出ない場合は、教師が優しい動きを見せて「これでいい？」と問い、気付かせる。

<p>展開</p> <p>3 イメージカードを使って激しさについて考える。(5分)</p> <p>4 試しの場① (7分)</p>	<p>【手立て①】 激しさを表すためには、離れる動きが必要であることを様々なスポーツでイメージさせる。</p> <p>T3 イメージカードを見てみよう。 C3 いろいろな激しさがあるね。 T4 では、トライではどう？ C4 「バーン！」って両手を広げてジャンプしてみるってどうかな。 T5 分かったことを生かしてトライの場面をグループで表してみよう。 T6 このグループはとても激しさが表れていました。どんな動きをしているかな。 C5 集まった後に、急に離れているね。</p>	<p>○イメージカードを見せる。 ○3コマ漫画用のイメージボードは単元を通して積み上げていく。 ○人の動きだけでなく、ものや様子、音の激しさにも気付かせる。 ○声は出さずに表現することを確認する。 ○ひと流れの動きを考え、表現する時間にする。本時は「密集・分散」がねらいなので、視点をしばって活動させる。</p>
<p>終末</p> <p>5 良い動きを全体で共有し、まとめる。(4分)</p> <p>6 試しの場② (10分)</p> <p>7 ペアグループで見合う。(10分)</p> <p>8 振り返りを書く。(3分)</p>	<p><まとめ> みんなで集まったり離れたりするとよい。</p> <p>T7 今日学習したことを生かして、グループでストーリーをアップデートさせましょう。 T8 ストーリーが出来たら、タブレットで撮影し、自分たちの動きを確認してみよう。</p> <p>【手立て②】 まとめを生かして激しさを表せているかどうかを撮影して自分たちの動きを確認させる。</p> <p>T9 ペアグループになってお互いの動きを見合しましょう。 T10 今日の振り返りを書きましょう。</p>	<p>○「集まって離れる」だけでなく、「離れてから集まること」についても全体で確認する。 ○はじめ→中→終わりのひとまとまりの動きを考え表現する時間にする。 ○群の動きを生かした様々な表現が出ることが考えられる。どの表現も良いところを見付け、価値付ける。 ○発表後、見ていたグループはよかったところを付箋に書いて伝える。</p>

3 成果

- ・ スポーツ漫画のイラストを用いることは、激しいイメージをもつために有効であった。スポーツ漫画は周りの様子(飛び散る砂や汗など)も分かりやすく表れていて、イメージがもちやすく、様々な表現につながった。児童は、スポーツ漫画から砂埃や汗に気付き、飛び散る動き(図1)で表現することができた。
- ・ 動きを撮影するときは、動画を見るとき視点(本時では激しさが表れているかどうか)を与えることで、動きが十分であるか、そうでないかを客観的に気付くことができた。



図1 トライに合わせて飛び散った後の様子

4 課題

- ・ 本時は群の動きの中でも「密集⇄分散」をねらって授業を実践したが、「飛び散る」イメージはもてたが、「集まる」まで意識が向かなかった。本単元はスポーツを題材に単元を構成した。「分散」だけでなく、「密集⇄分散」を繰り返す動きを児童から引き出すためには、繰り返すイメージがもちやすい題材(波の満ち引きなど)を設定するとよいことが分かった。

GIGA グループ授業実践

[単元名] 第6学年「体づくり運動」

[授業者] 東中野山小学校 教諭 小林 優介

0 はじめに

新潟市 GIGA スクール構想において、一人一台のタブレットが支給され、学びの道具の一つとしてその使い方を研究することが求められている。市小研（新潟市）でも各教科部会において指導方法について研究している。本実践は、授業のねらい達成のために一人一台のタブレットを用いて授業を行うことで、市小研会員からどのように使うべきかを考えるきっかけになることをねらいとしている。「ロイロノート」を使った実践はいくつかあるが他のアプリによる実践は少ないこと・ジャムボードは新潟市が支給しているタブレットからダウンロードできるアプリであることから、本実践は「ジャムボード」を活用する。

1 児童と単元の指導構想

本学級の児童は、男子 13 名、女子 14 名、計 27 名である。自己の体力について関心をもったり自己の体の状態について知りたいと感じたりしている児童は少ない。昨年度は体力テストを行えなかったため、自分の体力の状態についての理解が浅い。休み時間には、サッカーや鬼ごっこをする児童と教室で過ごす児童が半数ずつである。

本単元では、このような児童に、「①自己の状態を知ること」「②体力を高めることに必要感をもつこと」「③運動を工夫すること」をねらう。

2 本時の実際（2/3時間目）

（1）本時のねらい

体の各部位を柔らかくする運動について、友達が考えた運動を試し、自分に必要な運動を考えるを通して、自分に合った体を柔らかくするための運動の行い方を選ぶことができる。

（2）本時の構想

- ・教師が考えた運動を全体で試し、選ぶ時の視点を考える。
- ・自分が考えた運動を紹介する場面と、感想やアドバイスを伝える場面でジャムボードを活用する。

（3）展開

学習内容（時間）	T 主な教師の働きかけ C 児童の反応	指導上の留意点（○） 評価（◇）
1 教師が考えた運動を全体で試し、どのような視点を意識して運動を行えばよいか見通しをもつ。 (12分)	T1 体を柔らかくするために、みんなが考えた運動を試して、自分に合った運動を選びましょう。 C1 たくさんの運動の中から、どうやって選べばよいのだろう。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">◎体を柔らかくするために、自分に合った運動を選ぶにはどうしたらよいか。</div> T2 先生が考えた運動をみんなで試してみましよう。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">【手立て①】 教師が考えた運動を全体で試し、選ぶときの視点を考える。</div> C2 膝の裏がよく伸びています。 C3 下の足を地面に着けるともっと伸びると思います。	○足を伸ばし座り、片足にタオルをかけ、タオルを引っ張る運動を行う。 ○感想を問い、出てきたものを視点ごとに分類分けしながら板書する。 ○視点がでなかった場合、教師から例を示し、視点が出るように促す。

	<p>C4 私はももの裏が伸びています。(身体への気付き)</p> <p>C5 首を上げないようにした方がもっと伸びるな。</p> <p>C6 タオルを短くもつと難しくなって、もっと伸びます。 (場(用具)の工夫)</p> <p>C7 このような視点で運動を試せば自分に合った運動を選ぶことができそうぞ。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>まとめ 「どこが伸びているか」「場や用具、運動のしかたを工夫できるか」の視点で試してみると、自分に合った運動を見付けることができる。</p> </div>	<p>○まとめには、運動を試す時にどの視点が重要で合ったかを問い、どのように選べばよいかをまとめる。</p>
<p>2 友達が考えた運動を試し、感想やアドバイスをジャムボードに書き込む。(23分)</p>	<p>T3 先生が考えた運動で挙げたような視点を意識して、友達が考えた運動の仕方を試してみましよう。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>【手立て②】 ジャムボードの活用</p> </div> <p>C8 友達が考えた運動のやり方はジャムボードを見ながらやればできる。</p> <p>C9 私の課題は股関節だから、股関節の運動を考えた友達のものから試してみたい。</p> <p>C10 運動して感じたことやアドバイスを書き込もう</p> <p>C11 友達が考えた運動を、たくさん試すことができた。</p>	<p>○ジャムボードを見ながら運動→書き込みを繰り返す。</p> <p>○ネット環境やアプリに不具合が起きた場合、プリントアウトしたものに、紙の付箋を貼っていく。</p>
<p>3 たくさんの運動の中からマイベスト柔軟運動を選び、その理由を書く。(10分)</p>	<p>T4 体を柔らかくするために、自分に合った運動を見付けるための視点はどうでしたか？</p> <p>C12 どこが伸びているかを意識すると、自分の課題に合っているか確かめながら運動することができました。</p> <p>T5 友達が考えた運動を試してみても、自分に合った体を柔らかくする運動はどれでしたか？(ワークシートへ記入)</p> <p>C14 タオルを背中に回す運動を選びました。自己チェックで肩甲骨がかたかったので、肩甲骨の中から選びました。タオルを持つ場所を変えると難しさが変わるので、今より柔らかくなくても、難しくできるのでいいなと思いました。</p>	<p>◇自分に合った運動を選び、その理由を記述することができる。(振り返り)</p>

3 成果

- ・ ジャムボードを使うことで、友達の調べた運動を手軽に見ることができた。掲示物や実際に紹介し合う場合と比べ、時間が大幅に短縮できた。また、自分の課題としている部位が選べた。
- ・ 運動している横にタブレットを置きながらも安全に運動可能であった。



4 課題

- ・ ジャムボードを使うには、体育館に Wi-Fi 環境が必須であると同時に、25人までの使用制限があるため、複数のアカウントによるシートの作成が煩瑣である。

(2) 中学校教育研究協議会の研究

1 研究主題 「運動に親しみ、自ら学ぶ生徒の育成」
～学び合いを通して、わかってできる授業の創造～

2 研究内容

研究主題達成に向けた授業の視点をもとに、テーマ別研修を実施した。感染症予防対策により、部員の全員参加はできなかったが、指導者、顧問校長、授業者、幹事が中心となって公開授業および研究協議会を行い、実践をまとめた冊子を作成し部員に配布した。

公開授業については、新潟市立総合教育センターと連携し、「学び合い」に重点を置き、主体的に学ぶ生徒の育成を目指し取組を進めた。

(1) 一斉研修会

日 時 令和3年11月4日(木)

開催方法 ZOOMによるWEB会議形式

内 容 ①第9回新潟県中学校体育連盟研究大会

研究主題「豊かなスポーツライフの実現に向けた
運動部活動の在り方」

講師 一般財団法人 日本スポーツマンシップ協会
会長 中村 聡宏 様

②令和3年度市中教研保健体育部 活動報告

・今年度の活動について

・県中教研指定研究(2年次)報告

新潟市立山の下中学校 小野塚 徹 教諭

・ご指導

総合教育センター 指導主事 音田 和行 様

(2) 分科会

(1) 第一分科会(北・東区)

新潟市立濁川中学校 授業者: 田中 治朗 教諭、木村 志織 講師

保健分野 「健康な生活と疾病の予防(エ)喫煙、飲酒、薬物乱用と健康

(2) 第二分科会(中央・江南区)

新潟市立白新中学校 授業者: 堀 里也 教諭

球技 「ネット型: バドミントン・バレーボール」

(3) 第三分科会(秋葉・南区)

新潟市立新津第五中学校 授業者: 横土 謙 教諭

陸上競技 「長距離走」

(4) 第四分科会(西・西蒲区)

新潟市立赤塚中学校 授業者: 渡辺 友也 教諭

球技 「ソフトボール」

3 成果と今後の課題

本年度も新型コロナウイルス感染症のため、例年通りの研修を行うことはできず、市中教研の事業方針に沿ってできる範囲で研究を進めた。

一斉研修会では、ご講演から、これからの部活動の在り方や指導法について考えるよい機会となった。

また、授業公開では、参加者を幹事のみと限定した形で行った。各分科会とも、「学び合い」の場면을重視し、学び合いによる思考の深まり、技能の向上が図られており、生徒が主体的に授業に取り組む姿がみられるなど提案性の高い公開授業となった。iPadの活用については、さらに効果的な活用方法の研究や使用時間と運動量の確保について研究を積み重ねていく必要がある。

今後も、「学び合う」授業づくりを推進し、新しい体育授業の創造を試みたい。

令和3年度

「保健体育部」事業報告

月	日	事業名	会場	内容	参加者数
5	6	保健体育部総会 第1回幹事会	横越中学校	令和2年事業報告, 会計報告 令和3年事業計画, 予算案	16
8	26	第2回幹事会	横越中学校	分科会指導案検討 等	16
10	7	第3分科会	新津第五中学校	授業者: 横土 謙 教諭	7
		第4分科会	赤塚中学校	授業者: 渡辺 友也 教諭	6
10	21	第1分科会	濁川中学校	授業者: 田中 治朗 教諭 木村 志織 講師	6
		第2分科会	白新中学校	授業者: 堀 里也	6
11	4	一斉研修会 日 時 11月4日(木) 13:10~16:45 開催方法 ZOOMによるWEB会議形式 内 容 ①第9回新潟県中学校体育連盟研究大会 研究主題「豊かなスポーツライフの実現に向けた 運動部活動の在り方」 講師 一般財団法人 日本スポーツマンシップ協会 会長 中村 聡宏 様 ②令和3年度市中教研保健体育部 活動報告 ・今年度の活動について ・県中教研指定研究(2年次) 報告 新潟市立山の下中学校 小野塚 徹 教諭 ・ご指導 新潟市立総合教育センター 指導主事 音田 和行 様		149	
2	17	第3回幹事会	横越中学校	令和3年度事業反省 令和4年度事業計画立案 等	16

第一分科会授業実践

[単元名] 第2学年 「保健 健康な生活と疾病の予防 (イ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康」

[授業者] 濁川中学校 教諭 田中 治朗

1 生徒と単元の指導構想

小学校では、健康の大切さや健康によい生活、病気の起こり方や予防などについて学習している。本単元は、人間の健康は、主体と環境が関わり合って成り立つこと、健康を保持増進し、疾病を予防するためには、それに関わる要因に対する適切な対策があることについて理解させることが大切である。さらに、健康な生活と疾病の予防に対して課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現する力が必要とされる。そして、自他の健康に関心をもち、生涯を通じて健康の保持増進や回復に主体的に取り組む態度を身に付けていくことに繋げていくことが求められている。

そこで指導の構想として、健康の保持増進や生活習慣病などを予防するために、適切な運動、食事、休養及び睡眠が必要であることを捉えさせる。そして、生活行動と健康に関する内容として喫煙、飲酒、薬物乱用を取り上げ、生活行動が健康にどのような影響を及ぼすのかを理解させる。その時、自分事として捉えさせる課題を設定し、健康な生活と疾病の予防に関する課題を解決するための思考力、判断力、表現力等を中心として授業を構成していく。さらに、疾病は主体と環境の関わりにより発生するが、要因に対する適切な対策、例えば、主体に対する感染源への対策や環境に対する保健・医療機関の受診や医薬品を有効に利用することなどにより、疾病の予防や快復に繋がることを意識させ、社会的な取組が有効であることの知識をもたせる。

2 本時の実際 (3 / 6 時)

(1) 本時のねらい

喫煙行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となることを理解させる。また、喫煙者、非喫煙者の状況を踏まえ、互いによりよい生活を送るための提案をすることができるようにする。

(2) 本時の構想

本時では、喫煙による害について説明した後、喫煙者の人口推移のデータを提示する。健康への害があると分かっているのに、なぜ喫煙行為をする人がいるのかという疑問から問題意識をもたせる。

そして、タバコの健康被害だけでなく、喫煙者の喫煙理由も考えさせる。そうすることで、タバコの害というマイナス面だけに着目するのではなく、喫煙者がもつタバコへの心情にも目を向けさせ、なぜ喫煙行為が繰り返されるのかについて意識させる。その上で、喫煙者への禁煙に向けたアドバイスを考えさせることで、他者の立場も踏まえた喫煙の問題について考えさせる。

(3) 本時の展開

学習活動	働きかけと生徒の反応	評価・留意点
【導入】	T1 日本ではタバコが許されるのが成人からなのはなぜなのか？ C1 法律で決まっているから。 C2 健康に悪いから。	

<p>【展開】 2 喫煙と健康について説明</p> <p>・喫煙者の割合グラフの提示</p>	<p>T2 一酸化炭素・タール・ニコチンの健康影響について説明する。 C3 タバコに含まれる物質は、さまざま健康被害をもたらすんだな。 T3 喫煙者の割合グラフの提示。気づいたことは。 C4 健康被害があるのに、まだ喫煙者がいるのはなぜだろう。</p>	<p>○タバコの害と喫煙行為がある現状に気づかせ、疑問をもたせるようにする。</p>
<p>【学習課題】 健康に悪いのに、喫煙者（タバコを吸う人）が<u>いる</u>のはなぜだろう。</p>		
<p>3 調べ学習の視点提示。 交流学習 (1)個人 (2)班で交流 (3)全体まとめ</p> <p>4 喫煙と健康について補足説明（資料提示）</p>	<p>T4 喫煙者が良いと受け止めている理由をネットで調べてみよう。 C5 喫煙者の意見について調べ学習を進める。 ・ストレスの解消！ ・リラックス効果 ・コミュニケーション ・味・香り（嗜好）がよい T5 視点毎に調べた内容をTVで写し発表。 T6 ニコチンの健康影響について説明 T7 喫煙者と非喫煙者（受動喫煙） C6 非喫煙者への影響もあることを理解する。</p>	<p>◇教科書やタブレットで調べる。 ◇ロイロを用い、班で調べた内容を共有する。 ■課題の解決に向けて思考し他者の意見から考えを広げたり深めたりしている。 【思考・判断・表現】</p>
<p>【終末】 5 まとめ</p>		
<p>【まとめ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・たばこには、有害物質が多く含まれている。そのため、体への悪影響が大きい。さらに、喫煙者だけでなく周囲の人にも影響がある。 ・喫煙者は、喫煙することでリラックスやストレス軽減を感じている。⇒が、実際にはニコチンの影響により、逆にストレスが高まっている。 ・さらにニコチンには、依存性があり止めることが困難。 		
<p>6 振り返り</p>		
<p>【振り返り】 今、喫煙している人、これから喫煙をしようと考えている人に、タバコとの向き合い方についてアドバイスをメッセージという形で送ろう。</p>		
<p>・数名指名し、発表させる。</p>	<p>C7 タバコにはリラックス効果があるかもしれないけど依存性もあるし、健康への悪影響も大きいから喫煙はしない方がいいよ。急にやめられなくても本数を減らしたり、別なモノで代用したりしてリラックスする方法もあると思うよ。それから、受動喫煙もあるから周りの人のことも考えて行動して欲しいな。</p>	<p>■授業で得た知識を踏まえてアドバイス（表現）している。 【思考・判断・表現】</p>

3 【成果】

喫煙による害の説明後、喫煙者の人口推移のデータを提示したことは、健康への害があると分かっているのに、なぜ喫煙行為をする人がいるのかという疑問や問題意識の醸成さらに課題設定に効果的であった。また、疑問の視点をタバコの健康被害だけでなく、喫煙理由に向けさせたことで、非喫煙者である生徒も喫煙者目線で考えることができた。

4 【課題】

「主体的な学び」については、今後の課題として残った。例えば一定の知識をもっていると考えられる場合は、個人やグループ、または全体でマインドマップを作成することで情報を整理したりドリル形式で個人のレベルに応じて学習を進めていけるような工夫したりするなどし、主体性を高める工夫をしていきたい。

第二分科会授業実践（体育分野）

【単元名】 第1学年 「球技 バドミントン・バレーボール」

【授業者】 新潟市立白新中学校 教諭 堀 里也

1 生徒と単元の指導構想

（1）単元と生徒

当校では、ネット型の種目は、バドミントンとバレーボールを導入している。昨年度までは、1学年の冬にバレーボールに取り組み、2年生の冬にバドミントンを取り入れてきた。しかしながら、同じネット型の単元でありながら、生徒はその種目のみの技能習得にとどまり、ネット型共通の見方・考え方を働かすことが難しい状況であった。2年間を通じ、ネット型に共通する課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を組織するために、ネット型で共通している見方・考え方を働かせ、汎用性のある知識・技能を身につけながら、自らの学習活動を振り返りつつ、身についた技能やその課題について、仲間とともに、より合理的な解決に向けて思考し判断することで、次の学び（来年度2年時では、ネットを介した相手と空いたスペースをめぐる攻防）につながられる姿を期待したい。

バドミントンでラケットの中心面でシャトルを捉え、ネット越しに山なりに相手の正面にシャトルを打ちながら安定したラリーができる生徒は多い。前後左右に落ちるシャトルを打つことが難しいと感じる生徒もいる。

バレーボールで手や腕でボールの中心を捉え、直上トス10回以上続けることができる生徒は12名（34名中）である。5回未満の生徒は9名で、ボールを適切にコントロールしレシーブすることができない生徒も多い。

（2）指導の構想

【手だて1】 5人グループを編成し2タッチでラリーを続ける活動を組織する。

【手だて2】 自己や仲間のレシーブおよびパス技能の課題を見いだす活動を組織する。

【手だて3】 技能習得のための合理的な解決へ向けた練習を工夫する活動を組織する。

2 本時の実際（9時間目／全13時間）

（1）本時のねらい

ネットを介した相手と2タッチでラリーを続ける活動を通して、自己や仲間のレシーブおよびパス技能の課題を見だし、その技能習得のための合理的な解決へ向けた練習を工夫することができる。

（2）本時の構想

ネット型種目では、道具や手・腕を使いシャトルやボールを正確に当てることが基礎的な技能として不可欠である。初めてネットを介した相手とラリーする難しさを実感し、そこから生じる課題を明らかにしながら、課題解決へ向けた練習を工夫することを目指した。

ネット型で共通している見方・考え方を働かせ、汎用性のある知識・技能を身につけながら、自らの学習活動を振り返りつつ、身についた技能やその課題について、仲間とともに、より合理的な解決に向けて思考し判断することを目指した。

本時の学習では、ネットの高さを変えながら、最大2タッチのラリーが続けられるためには、どのようにすれば良いかを思考させることを通して、合理的な技能向上を目指すことを意図した。

(3) 展開

学習活動・内容	予想される生徒の反応 (S)	○授業者の働き掛け
①既習事項確認 (5分)	<p>発問 ネットなしのラリーとネットを介したラリーでは、難しさにどんな違いがあるだろうか？</p> <p>S: ネットがあると、相手に山なりの取りやすいパスが出しづらくなる。 S: レシーブする時に、前後左右の動きがむずかしくなるかな。</p>	<p>★「良いパスとはどんな返球か」をバドミントンでの既習事項から想起させる。 ○5人グループを組織し、2人でラリーを行い、残り3人は録画等のサポート指示</p>
②グループ活動 (10分)	<p>指示 ネットを介したラリーでネットの高さを変えながら、レシーブとパス動作を iPad で撮影しなさい。★ネットが高くなると難しくなることに着目させる</p> <p>S: 得意だからソフトバレーの高さでやろう。 S: ゴム紐ネットで肩の高さからやろう。 S: 横から撮影？正面？スローで撮影？</p>	<p>○3種類のネットの高さを準備する (UDL) 各自がどの高さに挑戦するか確認。 【ゴム紐ネット・バドミントン・ソフトバレー】</p>
③学習課題設定 (2分)	<p><学習課題> ネットを介した相手へ取りやすいボールを返球するには、どうしたら良いか？</p>	
④自力解決 (3分)	<p>指示 録画した映像から、各自で課題を確認し自分の課題を明らかにしなさい。</p> <p>S: 面で捉えてないとボールが横にそれる。 S: 高いネットになるとミスが多い。 S: 見本動画で見比べてみよう。</p>	<p>○見本動画と比較してみることを推奨し、見本と比較しての課題を明らかにする。</p>
⑤グループ検討 (10分)	<p>指示 各自の課題をグループで共有し、さらに改善するポイントがないか話し合いなさい。</p> <p>S: オーバーハンドとアンダーハンドの使い分けが難しいなあ。 S: 落下地点に移動すると上手くいくよ。</p>	<p>○「GOOD-MORE-NEXT」の思考フレームで話し合いを行わせる。</p>
⑥練習方法の検討と確認 (5分)	<p><まとめ> ボールの中心を腕や手の面で捉えたり、ボールを捉える位置への移動の工夫をしたりすると良い。</p>	
⑦課題解決練習 (10分)	<p>発問 そのために、どのような練習をすればよいだろうか？</p> <p>S: 手の準備を早くする練習をしよう。 S: 横にボールがそれた時の練習をしよう。</p>	<p>★今までの学習内容で、練習を工夫できないかを問う。</p>
⑧振り返り (5分)	<p>指示 グループで確認した練習方法で、より高いネットでラリーが続けられるように活動しなさい。</p> <p>S: 成功したら Good Support Action だね。</p>	<p>○練習の様子を動画で必ず撮影。できたら認め、できなかったら励ましあう態度を確認。</p>
⑧振り返り (5分)	<p>指示 今日の練習の成果をワークシートにまとめて映像付きで提出しなさい。</p> <p>S: 画像にコメントをつけてみよう。 S: 次は○○に挑戦してみよう。</p>	<p>○ICTでの振り返り。「Before-Action-After」の思考フレームで振り返りをさせる。</p>

生徒の姿 (評価)

(1) 評価方法

- ・学習カードの記述 (FT での話し合いで見いだした自己の課題や振り返りに記載した内容)

(2) 思考力・判断力・表現力

	評価規準
A	レシーブとパス技能について、ボールの中心を腕や手の面で捉えることや、ボールを捉える位置への移動の仕方等について自己の課題を複数の見方で明らかにし、その解決へ向けた練習方法を工夫することができた。
B	レシーブとパス技能について、ボールの中心を腕や手の面で捉えることや、ボールを捉える位置への移動の仕方等について自己の課題を明らかにし、その解決へ向けた練習方法を工夫することができた。

3 成果

- | | | |
|--|-------|-------|
| ①「バドミントンとバレーボールを組み合わせた単元構想は、生徒が身につけたい力を明確にするために有効だったか」 | 有効だった | 88.9% |
| ②「次への学びに生かすことができる振り返りとなっていたか」 | なっていた | 66.7% |
| ③「ねらいの達成につながる効果的な発問で生徒の思考を促せていたか」できた | | 55.6% |
| ④「ICTの使い方は適切だったか」 | 適切だった | 77.8% |

4 課題

(課題1) 2タッチでラリーを続ける活動

- ・1タッチで返そうとする技能が上位および下位の生徒それぞれに対する手立てが足りなかった。

(課題2) 自己や仲間のレシーブおよびパス技能の課題を見だし・・・

- ・レシーブとパス技能を区別して考えていない生徒に対し、課題を見いだす視点が足りなかった。

(課題3) 技能習得のための合理的な解決へ向けた練習を工夫することができる

- ・「合理的な解決とは」・・・自分の技能の課題が明らかとなっていることが最低条件である。
- ・「練習を工夫するとは」・・・動画を参考にすることは、上位生徒はできるであろうが、下位の生徒には困難である。課題別に応じた場を提供し、選択することが最初の段階。

その授業において「本時のねらい」が重要であることを改めて気づくことができた。**ねらいを読むだけで、授業構想や生徒のゴールの姿が見えるものでなければならないと学びを深めることができた。**

第三分科会授業実践

【単元名】第3学年「陸上競技 長距離走」

【授業者】新潟市立新津第五中学校 教諭 横土 謙

1 生徒と単元の指導構想

(1) 生徒の実態と単元

3年1組は29名（男子12名，女子17名）で構成され，意欲的に授業に取り組む生徒が多く，集団として一生懸命学習に取り組めるような雰囲気をつくり出せる生徒たちである。一方，運動能力に大きな差があり，長距離走の授業に苦手意識をもっている生徒も少なくない。そのため，思うように取り組むことができない仲間への声掛けやアドバイスなどの関わり合いの姿勢を大切にし，一人一人の記録向上とともに生徒相互の好ましい人間関係づくりも目指していく。長距離走は，長い距離を筋力，持久力などをもって速く走り，競争したり記録に挑戦したりする運動である。走法などの技能面だけでなく体力の増進，やり遂げる精神力などを育成することもできる。本題材では，自己に適したペースを維持して走りきることに焦点を絞り，ペースの目標（スモールゴール）を定め学習課題の追求を行っていく。現実的な目標の設定や目標タイム（ビッグゴール）から逆算して，ペースの目標を定められるような建設的な課題解決の方法を理解させながら，仲間との協調性，学習に向かう態度や思考力などを高めたい。

(2) 指導の構想

<手立て1> 自分の今の能力，または体力・筋力の必要性を考えたり知ったりする。

- ・試走から現時点での持久力を知るとともに，本単元を通しての技能の高まりを感じる基準とする。
- ・200mの3段階のペース走（50%/80%/100%）から，目標のゴールまで走りきることでできる体感的な負荷を考えるきっかけとする。

<手立て2> 仲間と協力しながら順序立てて課題を解決するはたらきかけを行う。

- ・試走やペース走の記録から，目標タイムを設定する。目標経過タイムを設定し，最終目標までのプランニングを行う過程について考えを深めさせる。
- ・ペアでの活動を通して，課題解決に向けた方策を互いに助言しながら試行錯誤する場面を設定する。

<手立て3> 視覚的な情報から意欲を高める。

- ・iPadを用いて，ペアで目標通過タイムを計測し合いながら自己に適した一定のペースで走ることが意識できるようにする。
- ・目標通過タイムを『Numbers (iPad アプリ)』で記録し，数値とグラフから自身の記録を振り返り，目標達成に向けたアプローチを行う。



iPad上で『時計』，『Numbers』のふたつのアプリを分割表示

2 本時の実際（3／6時）

(1) 本時のねらい

- ・ペース走の記録や，試走での記録などから自己に適するペースで目標タイム(ビッグゴール)に向けた目標通過タイム(スモールゴール)を設定することができる。【思考力，判断力，表現力】
- ・ペアの計測から，ペースを意識できるような助言をすることができる。【学びに向かう力，人間性】

(2) 本時の構想

本時では，『ペース』に着眼点を置き，1500m/1000mの目標タイムとその達成に向けた目標通過タイムについて考えを深め，順序立てて課題を解決していく態度の育成を図る。

(3) 展開

学習活動	教師の働きかけと生徒の反応	留意点・評価
1. W-up, あいさつ, 点呼(チャイム学習)	S1 ペアでランニング2周・準備運動を行う。 S2 集合, 整列, あいさつ, 点呼を行う。	○体調不良者, 適切なW-upが行われているか確認する。
2. 前時の振り返り	T1 「今までの学習からどのように目標タイムを決めますか？」 S3 「試走のタイムよりなんとなく10秒早く。」 S4 「ペース走で〇〇秒だったから・・・。」 S5 「どのくらいにしたらいいか見当が付かない。」 T2 「目標タイムをうまく立てられない人はペース走や試走を元にして立ててみましょう。」 S6 目標タイムを設定する。 T3 「目標達成に向けてどんなことが必要だと思いますか？」 S7 「うーん・・・。」 T4 「それでは今日はこんなことについてみんなで考えてみましょう。」	○生徒との対話から振り返りのワードが生まれるようにする。 ○WB(ホワイトボード)に掲示するなどして視覚的に提示する。 ○“フォーム”ではなく“ペース”に着目できるように学習課題を提示する。
3. 学習課題の提示	目標タイムを達成するためには, どのようなペースで走るとよいだろうか?	
4. 目標タイムと目標通過タイムの設定	T5 「ペースを乱して走ったりペース走(50%80%100%)をしたらしましたが, その記録をから, どういったペースでどのくらいのペースなら1500m, 1000mを走りきれますか？」 S8 「80%の〇〇秒ならいけるかも。」 S9 「1周おきに〇〇秒と△△秒にしてみよう。」 S10 「そういえば, ペースが極端に乱れる方が疲れたな。」 T6 「目標タイムと目標通過タイムをワークシートに記入し, iPadのNumbersにも目標通過タイムを入力しましょう。」 S11 計測の準備をする。	<p>■目標タイムと目標通過タイムを意識しながら設定している。</p> <p>■自己に適した(ほぼ)一定のペースで設定している。</p> <p>○iPadの操作が不得手な生徒への支援を行う。</p>
5. 計測	<計測>→2セット S12 Bはラップボタンを1周ごとに押し, 誤差をAに伝達。走り終わったらラップタイムをNumbersに入力しグラフを確認。交替し, Bが走る(Aが計測) T7 「Bは計測しながら『〇秒遅いよ!』『いいペース!』など相手の目標と通過タイムを見ながら助言をしましょう。」	<p style="text-align: center;">[評価基準]</p> <p>A…自己に適するある程度一定なペースで目標達成に向けた目標通過タイムが設定できた。</p> <p>B…目標達成に向けた目標通過タイムが設定できた。</p>
6. 計測結果の分析	T8 「目標通過タイムと実際の通過タイムのグラフを見比べたときに, 何か読み取れることはありますか？」 S13 「だいたい目標通過タイムと同じになった。」 S14 「周ごとにムラがあった。」	<p>A…計測中や記録を見て, 的確に助言や情報を伝えることができた。</p> <p>B…励ましの言葉を掛けることができた。</p>
7. まとめの提示	T9 「グラフで見るとわかりやすいかもしれませんね。それでは今日のまとめをします。」	○走る前に出た意見を振り返り, まとめの導入にする。
	目標タイムを達成するためには, ①自己に適した目標通過タイムを設定し, ②(ほぼ)一定のペースで走るとよい。	
8. 学習カード記入 あいさつ	T10 「本時を振り返って, 学習カードを記入しましょう。」 次回の授業の告知, 体調不良者の確認, あいさつ	■本時のねらいが文章で表現できる。

3 成果

- ①iPadで自分のペースを瞬時に視覚化し, 自己のペースのばらつき, ペースプランの差異に気付いた。
- ②リアルタイムでペアのペースを把握できることにより, 具体的な助言が見られ互いに思考を深めた。

4 課題

- ①ペースについてのシナリオをイメージし, 目標達成に向けてアプローチしていく。
- ②競技(競争)という視点から, 自己の体力に関心をもったり, 競技の特性や楽しさに触れたりしながら, 生涯にわたって運動に親しむことができるように展開していく。

第四分科会授業実践（体育分野）

【単元名】 第2学年 「球技 ベースボール型（ソフトボール）」

【授業者】 新潟市立赤塚中学校 教諭 渡辺 友也

1 生徒と単元の指導構想

（1）単元と生徒

ソフトボールは、ボールをバットやグローブで操作しながら、集団対集団での攻防を繰り返し、一定の回数内で得点を競い合うところに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。小さく速い動きのボールを処理したり、バット操作の技能は難しく、技能の習得に時間がかかる。また、責任の所在がはっきりしてしまうため、ミスを恐れ、動きが小さくなってしまふことがある。

この単元では、身につけた基本的な技能を使ってゲームの効果的な攻撃の仕方の検討を行う。「自分に合った打ち方やボールの当たり方」を考えさせることによって、意図的に得点を奪うことの楽しさを引き出したい。

生徒の実態としては、2年A組28名（男子16名、女子12名）で構成されている。4月からの体育授業においても、集団としてのまとまりがある。一方、集団として内向的で積極的に行動をすることが苦手な生徒が多く、自信をもって行動できるよう失敗や苦手なことにも挑戦し、周囲も応援する雰囲気を出せるように工夫する必要がある。

（2）指導の構想

手立て1 バッターのスイングやボールの当たる位置に動画撮影を通して気づき、改善する。

また、仲間が投手として投げるため相手が打ちやすい球のスピードや放物線を工夫する。

スイングやバットがボールのどの位置に当たると、どうゆう打球が飛ぶのかを掲示し、自分の技能に合ったやり方を見つけ、考えさせる。

仲間が打ちやすい球を追求し、それぞれの特徴に合わせて投球できるように考える。

手立て2 守備位置や投げる場所までの速さと正確性を考え、仲間と協力し、自分に合ったものを発見する。

それぞれの技能レベルを考え、特徴に合った守備位置や取ってから投げ、相手に届くまでの速さと正確さを追求させる。

※iPadを1人1台使用し、技能発揮するためのフォームやインパクトの瞬間、味方の投げるスピードや放物線を動画で撮影し、改善していく。仲間と共有することで、客観的に分析できるようにする。

2 本時の実際（6時間目／全8時間）

（1）本時のねらい

- ・試合における自分の役割を考え、自分に合った攻撃や守備ができるように挑戦する。
- ・味方の投球に対してどのように飛ばすかを考え、実践することができる。

（2）本時の構想

前回の動画を参考に他の意見も取り入れて、生徒の学習理解を深める。仲間と協力して打撃練習や守備練習を工夫する。4カ所に分かれて、細かい技術を習得させる。投手は味方が行うため、相手が打ちやすい球を投げるようにする。打撃と守備の練習のスペースを安全に行い、学習に参加できるようにする。

(3) 展開

学習内容・活動	教師の働きかけと生徒の反応	指導上の留意点と評価
1 集合、挨拶、挨拶をする。 (5分) 体ほぐしの運動をする。	S グラウンドを1周と各自ストレッチを行う。 S 1人1台iPadを持ち、挨拶、点呼を行う。	・怪我の防止や技能発揮の観点から適切に行われているか確認する。
2 本時のねらいを確認する。 (5分)	<学習課題> T 自分に合った攻撃でヒットを打つために何が必要だろうか？	
3 1班6人(人数に合わせて多少変更)で行い、10分間で1回りする。 (25分)	T 班で協力して25分間、修正・強化をしてみよう。前半10分、動画修正時間5分、後半10分とします。 S グループごとサポートしながら運動を実施する。	<評価規準> グループ内で協力して運動計画を見直している。
4 5分間で修正・強化を図る。	T 修正・強化した計画を実践してみよう。	B: 自分に合った攻撃や守備が強化・修正している。
5 動画や仲間のアドバイスから後半10分間で実践を行う。(5分)	S アドバイスを参考に実践を通して上達させる。 T 班ごとに改善が見られたポイントを発表しよう。	A: 味方に対して打ちやすい投球ができたり、狙った所に攻撃や守備をしている。
6 仲間と共有する。(5分)	S 他の班の意見も参考に次回いかしていく。 <まとめ>	Cへの手だて 少人数で活動している際に、個別に助言する。
7 学習の振り返り(5分)	T5 ヒット性の打球をするには、自分に合ったスイング、タイミングを身につけることが必要である。 S 学習を振り返り、学習カードに記入する。	<評価方法> 観察・学習カードの記述 ・自己評価が円滑に進められるように支援する。

3 成果

- ① 実施した授業中でも改善されて遠くに飛ばしたり、強い打球を打ったりすることができるようになったが、そのあとの授業でもiPadの動画を見返すことで、更なる上達が見られた。
- ② 少人数での打撃練習をすることで、話しやすい雰囲気であったり、打つ回数が増えたり、自分に合った打ち方を試すことができた。

4 課題

- ① 自分に合った打撃をポイントやイメージだけでなく、視点を明確に置いた方がより効果的であったと考えられる。
- ② 課題を見つける際に1つ前の動作が大事であるので、打つ場面も大切であるが、ボールの軌道やタイミングも意識することで、更に改善されることが予想される。

Ⅲ 小・中学校体育連盟の活動

(1) 小学校体育連盟の活動

[1] 新潟市小学校体育連盟の活動

1 第51回新潟市小学校陸上競技記録会

(1) 日時 [東地区大会] 令和3年7月27日(火) 8:10(開会式)~14:00

[西地区大会] 令和3年7月29日(木) 8:10(開会式)~14:00

(2) 会場 ビッグスワンスタジアム

(3) 過去3年間の参加校数及び出場選手数 *令和2年度は新型コロナウイルス感染拡大のため中止

年度	東地区大会						西地区大会					
	5年		6年		合計	参加校数	5年		6年		合計	参加校数
	男子	女子	男子	女子			男子	女子	男子	女子		
30	372	383	399	394	1548	54	357	352	367	360	1436	54
令和元	307	293	302	308	1210	53	273	270	267	267	1077	54
令和3	296	303	302	287	1188	52	255	229	255	232	971	55

(4) 第50回大会までの大会記録 < >内は20年度より導入した写真判定による大会記録

種目	性別	男 子		女 子	
		5年	6年	5年	6年
100m		13秒3 <13秒50>	12秒2 <12秒61>	14秒0 <14秒65>	13秒3 <14秒01>
200m		28秒6	27秒1	————	————
800m		————	————	2分35秒5 <2分33秒65>	2分29秒6 <2分28秒01>
1500m		4分59秒3 <4分55秒88>	4分52秒2 <4分47秒72>	————	————
80mH		13秒3 <13秒67>	12秒3 <12秒46>	13秒7 <14秒01>	13秒0 <13秒30>
走り幅跳び		4m43cm	5m23cm	4m18cm	4m45cm
走り高跳び		1m44cm	1m60cm	1m32cm	1m48cm
4×100mR		57秒4 <57秒66>	52秒4 <53秒89>	57秒2 <59秒45>	55秒5 <56秒38>

(5) リレー優勝チーム及び大会新記録者

	東地区大会		西地区大会	
	男 子	女 子	男 子	女 子
リレー優勝5年	亀田西小学校	鳥屋野小学校	西内野小学校	大野小学校
リレー優勝6年	上山小学校	上山小学校	大通小学校	小針小学校
大会新記録者	【5年女子】100m 大野小学校・白井 琴音 14秒61			

2 新潟市小学校体育実技講習会

	第 1 回	第 2 回
日 時	令和 3 年 6 月 1 7 日 (木)	令和 4 年 1 月 2 8 日 (月)
会 場	ビッグスワンスタジアム	新潟市立両川小学校
講 師	新潟市中学校体育連盟 渡邊 祐哉 教諭 (高志中等教育学校) 梅沢 怜史 教諭 (木戸中学校)	新潟市南区教育支援センター 指導主事 南 啓史 様
内 容	「短距離走・ハードル走」 小・中体連連携事業	「マット・跳び箱を使った運動遊び」
参加者数	4 5 名	3 7 名 (動画配信にて実施予定)

3 新潟市水泳競技記録会 ※令和 2 年度より休止

4 令和 4 年度 陸上競技記録会実施日

第 5 2 回 陸上競技記録会	西地区大会	東地区大会
	令和 4 年 7 月 2 6 日 (火)	令和 4 年 7 月 2 7 日 (水)
	予備日 2 8 日 (木) 2 9 日 (金)	
	於：新潟市陸上競技場 ※熱中症対策として、隣接の新潟市体育館も利用予定。	

5 まとめと来年度の方向

昨年度、新型コロナウイルス感染拡大に伴い、陸上競技記録会が中止となったことを受け、これまでの熱中症対策に加え、「コロナ感染対策チーム」を新設し、感染症対策や内容を熟慮した。待機場所で児童が密集状態になることが予想されるフィールド種目の休止、当日の来場者数の制限や体温チェックシートの提出、競技後の児童の手指消毒やマスク配付の実施等の感染防止対策を講じ、大会の新たな方向性を見出すことができた。加えて、新潟市教育委員会とも連携を取り合い熱中症対策、感染症対策を万全にし、2年ぶりとなる陸上記録会を実施した。その結果、大会中、そして大会後に体調を崩したり感染が疑われたりする事例は見られず、熱中症、感染症対策における大きな成果であったと考える。また、本記録会に参加した選手全員が大会に初めて参加した子どもたちである。1つの大会新記録が出たことも踏まえ、新潟市の子どもたちの達成感や運動に対する熱い思いを醸成することのできた意義のある大会となった。

体育実技講習会では、新潟市中学校体育連盟との連携事業である陸上競技指導について講習会を2年ぶりに開催することができた。今回は、市内中学校から2名の講師をお招きした。陸上運動の種目ごとに、感覚づくりや動きづくりについて、指導のポイントを分かりやすく教えていただき、専門性の高い指導に触れられる機会となった。多くの先生から参加いただき、今年度も大変好評であった。第2回の実技講習会は、感染拡大のため、予定通りには実施することができなかった。しかし、そういった中でもオンライン配信を視野に入れ、不測の事態に備えて柔軟に準備を進められたことが、今後の小体連事業の発展にとって大きく価値のあるものであったといえる。

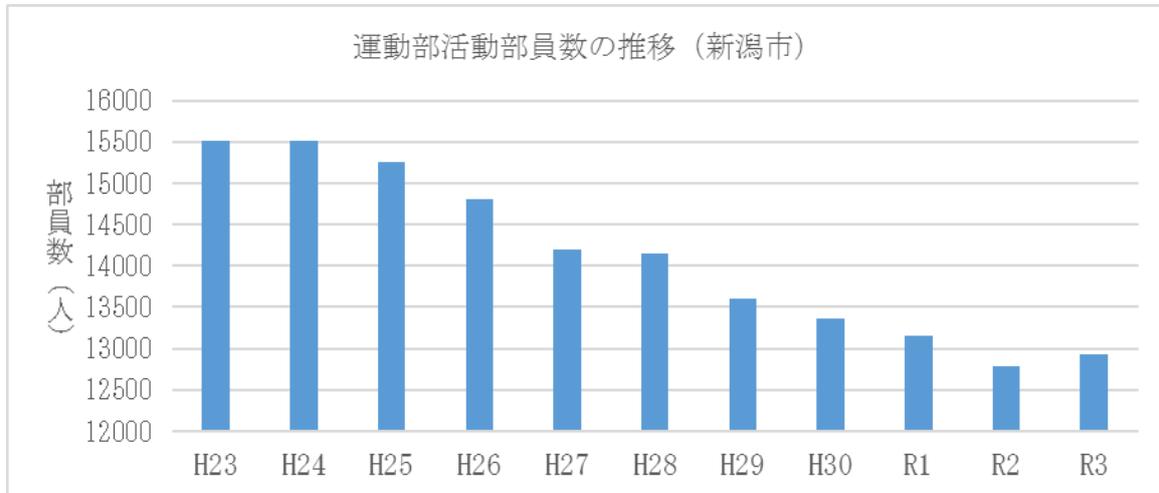
今後とも猛暑の中、さらにコロナ禍での小体連事業の実施が予想される。そこで、現在、次年度以降の事業における対策や内容について検討している。子どもたちや保護者、教職員の安全を最優先に、子どもたちの力を伸ばしていける小体連事業を目指していく。

(文責 新潟市小学校体育連盟事務局長 沼垂小学校 竹松 譲)

(2) 中学校体育連盟の活動

[2] 新潟市中学校体育連盟の活動

1 運動部活動部員数の推移



生徒数の減少とともに、運動部活動の部員数も減少（10年間で約2,600人）している。今年度、運動部活動に所属している生徒数は、12,937人で新潟市全体の生徒数の約64%にあたる。

2 各種競技大会

(1) 第62回 新潟市中学校体育大会

- ① 主催 新潟県中学校体育連盟 新潟市中学校体育連盟
- ② 期日 令和3年6月14日（月）・15日（火）・19日（土）
21日（月）・22日（火）・26日（土）
【競技によって開催日が異なるが、最大3日間開催】
- ③ 会場 新潟市体育施設・新潟市内中学校

(2) 第52回 新潟県中学校総合体育大会

- ① 主催 新潟県中学校体育連盟
- ② 期日 令和3年7月17日（土）・18日（日）・19日（月）
【サッカー・軟式野球のみ3日間開催】
令和3年7月24日（土）・25日（日）【水泳競技】
- ③ 会場 新潟県内の体育施設（新潟市開催は、3種目）

(3) 第42回 北信越中学校総合競技大会

- ① 主催 北信越中学校体育連盟 北信越各県中学校体育連盟
- ② 期日 令和3年8月3日（水）～5日（木）
- ③ 会場 富山県内各地

④ 入賞（3位以上）校・選手一覧

競技	種目	順位	氏名（学校名）
陸上	1年男子 100m	2	檜山 蒼生（山潟）
	男子 200m	2	圓山 倫生（新津第一）
		3	塩谷 友陽（関屋）
	男子 4×100mR	2	新津第一中 田中 勇斗・江見 幸大 高橋 拓兜・圓山 倫生
	男子走高跳	3	野内 優太郎（白根第一）
	男子走幅跳	2	須貝 優斗（東新潟）
	男子砲丸投	1	田村 凧（上山）
3年女子 100m	1	岩村 朋華（大形）	
	3	羽生 らには（宮浦）	
水泳	男子自由形 100m	3	堀内 光（東石山）
	男子自由形 200m		
	男子背泳ぎ 100m	1	長谷川 温大（大江山）
	男子バタフライ 100m	3	池正 勝（上山）
	男子個人メドレー200m	2	田中 捷太（東石山）
	男子個人メドレー400m		
	男子 4×100R	1	東石山中学校 田中 捷太・黒井 理来 坂爪 瀬七・堀内 光
	男子 4×100メドレーR	1	上山中学校 須田 大晴・三浦 暖都 池 正勝・遠田 陽也
女子自由形 200m	1	小俣 みなも（藤見）	
バスケットボール	男子	1	白新中学校
		3	新潟柳都中学校
	女子	1	新潟清心女子中学校
サッカー	男子	2	小針中学校
体操	男子個人	2	伊藤 幹太（黒埼）
新体操	団体	3	亀田中学校
バレーボール	女子	1	中之口中学校
ソフトテニス	男子団体	1	巻西中学校
バドミントン	男子シングルス	2	佐藤 和月（白根第一）
柔道	男子 90kg 超級	3	島田 慶次（葛塚）
	女子 70kg 超級	1	花木 実友（白根北）
剣道	男子団体	2	石山中学校
	男子個人	1	田畑 春樹（石山）
	女子個人	1	佐藤 愛海（小針）

(4) 令和3年度 全国中学校体育大会 夏季大会

- ① 主催 日本中学校体育連盟
- ② 期日 令和3年8月17日(火)～25日(水)
- ③ 会場 関東ブロック
- ④ 入賞校・選手一覧

競技	種目	順位	氏名 (学校名)
陸上	男子 200m	1	塩谷 友陽 (関屋)
	男子砲丸投	4	田村 凧 (上山)
水泳	男子 4×100mフリーR	2	東石山中学校
バスケットボール	男子	1	白新中学校
サッカー	男子	8強	小針中学校
柔道	女子 70kg 超級	3	花木 実友 (白根北)
剣道	男子個人	8強	田畑 春樹 (石山)
	女子個人	3	佐藤 愛海 (小針)

(5) 第62回 新潟市中学校新人大会

感染症拡大防止のため中止

(6) 第31回 新潟市中学校駅伝競走大会

- ① 主催 新潟県中学校体育連盟 新潟市中学校体育連盟 新潟市陸上競技協会
- ② 期日 令和3年10月14日(木)
- ③ 会場 デンカビッグスワンスタジアム発着特設駅伝コース
(新潟県スポーツ公園内園地)

(7) 第31回 新潟県中学校駅伝競走大会

- ① 主催 新潟県中学校体育連盟 新潟陸上競技協会
- ② 期日 令和3年11月5日(金)
- ③ 会場 小千谷市白山運動公園陸上競技場周辺特設コース

(8) 第65回 新潟県中学校スキー大会

- ① 主催 新潟県中学校体育連盟
- ② 期日 令和4年1月11日(火)～13日(木)
- ③ 会場 アルペン：松之山温泉スキー場

3 会議

(1) 第1回本部会・第1回事務局会【4月12日：市陸上競技場】

第1回常任理事会提出資料と会議の持ち方の検討

(2) 部活動顧問会【4月12日～14日・16日：市陸上競技場】 ※ 縮小開催

市中学校体育大会・新人大会、専門部事業についての検討

(3) 第1回常任理事会【4月21日：黒崎市民会館】

役員承認・前年度決算報告・当年度の予算案審議・市中学校体育大会要項審議等

(4) 市中学校体育大会準備会・市専門部長会【5月28日：黒崎市民会館】

市中学校体育大会運営の確認・会計事務の説明・県総体申込み手続き確認

(5) 市中学校新人大会準備会【7月9日：黒崎市民会館】

市中学校新人大会運営の確認・会計事務の説明

- (6) 第2回本部会【9月17日：市陸上競技場】
来年度の事業計画についての検討
- (7) 第3回本部会・第2回事務局会【1月28日：市陸上競技場】
第2回常任理事会提出資料と会議のもち方の検討
- (8) 第2回常任理事会【2月18日：黒埼市民会館】
来年度の事業計画等の確認

4 専門部事業（スポーツ活動）

専門部名	月/日	曜	会場	内容
バスケットボール	7/25 7/26	土 日	西川中	西地区1・2年生男子 試合形式による強化練習会
			高志中等	西地区1・2年生女子 試合形式による強化練習会
			藤見中	東地区1・2年生男子 試合形式による強化練習会
			亀田中	東地区1・2年生女子 試合形式による強化練習会
	12/11 12/12	土 日	西川中 関屋中 清心女子中 黒埼中	西地区1年生(男・女)練習会 トーナメント・リーグ戦試合
		土 日	光晴中 藤見中 亀田中 新津五中	東地区1年生(男・女)練習会 トーナメント・リーグ戦試合
サッカー	6/27	日	鳥屋野球技場	県大会出場決定戦
			潟東サルビアサッカー場	県大会出場決定戦
	10/9 10/10	土 日	太夫浜球技場	交流戦【西】
				交流戦【東】
	11/20 11/21	土 日	鳥屋野球技場	順位決定戦【西】
				順位決定戦【東】
3/5	土	鳥屋野球技場	順位決定戦	
3/13	日	鳥屋野球技場	順位決定戦	
軟式野球	中止			
新体操	5/23	日	上山中	新潟市大会に向けて、ルール講習・演技のアドバイス
バレーボール	5/16	日	中之口中 月潟中 山潟中 白南中 光晴中 木崎中 東石山中 山の下	新潟市中学校体育大会のシード 決定戦(東西女子)
	8/21	土	黒埼中 寄居中 巻西中 山潟中 月潟中 下山中 岡方中 東石山中 大江山中	新潟市中学校新人大会のシード 決定戦(男子、東西女子)

	10/31	日	下山中 山の下中 横越中	新人強化練習会（東女子）
	11/3	水 祝	中之口中 岩室中 月潟中 西川中	新人強化練習会（男子、西女子）
	2/11 【延期】	金 祝	男子の中学校（1会場）	1年生強化練習会 （男子）
	2/23 【延期】	水 祝	西地区の中学校（4会場） 東地区の中学校（4会場）	1年生強化練習会 （東西女子）
ソフトテニス	6～8月		新潟市庭球場 豊栄総体テニスコート 善久河川敷公園庭球場 濁川運動公園庭球場 白根カルチャーセンター 城山運動公園	各ブロック（区）別の講習会 強化練習
卓球	7/22	木 祝	新潟市体育館	中学校から卓球を始めた1年生 を対象とした技術講習会
	7/23	金 祝		
	8/6	金		
バドミントン	5/15	土	東西男子：小新中 東女子：新津第二中 西女子：宮浦中	市内大会に向けた、2・3年生を 主対象とした審判講習会と実技演習 前半：審判講習会 後半：交流戦（実技演習）
	11/3	水	東西男子：小新中 東女子：新津第二中 西女子：宮浦中	個人戦による交流戦
	3/19	土	西総合スポーツセンター	1年生大会（個人戦）
ソフトボール	5/1	土	みどりと森の運動公園	強化練習会
	5/8	土	東石山中学校	技術講習会
	6/5	土	下山中学校	技術講習会
	6/19	土	藤見中学校	技術講習会
	6/26	土	みどりと森の運動公園	技術講習会
	11/13 11/14	土 日	みどりと森の運動公園	技術講習会
	1/8 1/9	土 日	みどりと森の運動公園	技術講習会
柔道	11/20	土	鳥屋野体育館武道場	新潟第一高校監督による技術講 習会、高校生との合同練習会
剣道	5/15	土	東総合スポーツセンター	新ルールの伝達講習 初心者講習会 錬成試合

	7/31	土	鳥屋野総合体育館	新ルールの伝達講習 初心者講習会 錬成試合
	1/22 【延期】	土	秋葉区総合体育館	新ルールの審判講習 初心者向けの大会 錬成試合

※ は、中止もしくは延期の予定です。

5 研修（部活動指導者研修会）

	開催日・会場	内容	講師
第1回	8/27（金） 市陸上競技場	○ スポーツフォーラム （スポーツ傷害の防止と 成長期スポーツ選手の セルフチェック等）	新潟医療福祉大学 大森 豪 様 塙 晴雄 様 菊元 孝則 様 小林真里奈 様 熊崎 昌 様 大塚製薬 露木 亮 様
第2回	11/26（金） 市陸上競技場	○ 優秀指導者実践発表 ○ スポーツマンシップ教育の取組紹介	小針中学校 有坂 学 様 白新中学校 堀 里也 様

6 おわりに

いつも当連盟の諸事業に対し、温かくご支援いただいている市教育委員会・関係競技団体・各中学校の皆様には深く感謝申し上げます。

今年度は、新型コロナウイルス感染症の影響により、市中学校新人大会と専門部事業（スポーツ活動）の一部が中止となりました。

また、働き方改革の視点で事業を見直し、会議の回数削減を検討しました。来年度以降、会議回数の削減を実現するとともに、開催方法（リモート等）についても検討を重ねていきます。

なお、令和5年度から段階的に実施される休日の部活動の地域移行に向けて、専門部事業（スポーツ活動）の在り方を検討しました。心身の健康増進および健全育成に寄与することをねらいとし、活動を精選していきます。

新型コロナウイルスの感染が新たな局面を迎えており、予見が難しい状況となっております。生徒・教職員・大会関係者の健康面・安全面を最優先に考えた感染症対策を徹底した上で、『社会の流れに対応しつつ、部活動のよさを実感させながら、競技力の向上を図る』活動を続けてまいります。

IV 単元配当一覧・評価に関する参考資料

	4月	5月	6月	7月	8・9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1 体育	体づくり 体ほくしの運動(2) ゲーム 鬼遊び(3)	走・跳 かけっこ遊び(2) 投げ遊び(2) リレー遊び 体づくり いろいろな動きづくり(4)	器械・器具 跳び箱遊び(3) 表現リズム遊び	水遊び 水遊び(10)	体づくり いろいろな動きづくり(6) 器械/器具	ゲーム ボール蹴りゲーム(10)	ゲーム ボール投げゲーム(4) 器械・器具	ゲーム 走・跳 跳び遊び(6)	体づくり 器械・器具 マット遊び(8)	ゲーム 表現リズム遊び 表現遊び(7)	走・跳 走・跳 リレー遊び(3)
2 体育	体づくり 体ほくしの運動(3) ゲーム 鬼遊び(3)	表現リズム遊び リズム遊び(6) 体づくり いろいろな動きづくり(4)	器械/器具 鉄棒遊び(4) ゲーム	水遊び 水遊び(10)	走・跳 かけっこ遊び(2) 投げ遊び(2) リレー遊び(2) 器械/器具 鉄棒遊び(3)	走・跳 跳び遊び(6) 器械・器具 遊具遊び(3) 体づくり いろいろな動きづくり	走・跳 かけっこ遊び(3) 器械・器具	表現リズム遊び 表現遊び(5) 走・跳 リレー遊び(3)	体づくり 体ほくしの運動 器械・器具 マット遊び(7) 体づくり いろいろな動きづくり(3)	ゲーム ボール蹴りゲーム(10)	ゲーム 鬼遊び(3)
3 体育	体づくり 体ほくしの運動(3) 体づくり いろいろな動きづくり(4)	走・跳の運動 ゲーム ネット型ゲーム	走・跳の運動 ゲーム ネット型ゲーム 保健(4) けんこうな生活	水泳運動 水泳運動(10) 保健(4) けんこうな生活	体づくり いろいろな動きづくり(2) 走・跳の運動 器械運動 マット運動(6)	走・跳の運動 器械運動 鉄棒運動(5) ゲーム ネット型ゲーム	ゲーム ゴール型ゲーム タグラグビー(6) ゲーム ネット型ゲーム	表現運動 表現(6) 体づくり いろいろな動きづくり(4)	体づくり運動 表現運動 リズムダンス(4)	ゲーム ベースボール型ゲーム キャッチボール 器械運動 跳び箱運動(6)	ゲーム ゴール型ゲーム ラインサッカー(6)
4 体育	体づくり 体ほくしの運動(3) 走・跳の運動	体づくり いろいろな動きづくり(3) 走・跳の運動	ゲームネット型ゲーム ソフトバレーボール(8) 保健(4) 体の成長とわたし	水泳運動 水泳運動(10) 保健(4) 体の成長とわたし	走・跳の運動 体づくり いろいろな動きづくり	器械運動 ゲーム ベースボール型ゲーム	ゲーム ゴール型ゲーム セストボール(6) 走・跳の運動	器械運動 跳び箱運動(6) 体づくり運動	表現運動 表現(5) ゲームゴール型ゲーム	体づくり いろいろな動きづくり 表現運動 リズムダンス(4)	ゲーム ゴール型ゲーム ハンドボール(6)
5 体育	体づくり 体ほくしの運動(3) 体づくり いろいろな動きづくり(3)	陸上運動 投運動(1) 陸上運動 短距離・リレー(6) ボール運動 ネット型 ソフトバレーボール(10)	水泳運動 水泳運動(10) 保健 心の健康(3)	水泳運動 水泳運動(10) 保健 心の健康(3)	体づくり いろいろな動きづくり 器械運動	陸上運動 投運動(1) ボール運動 ベースボール型 ティーンボール(11)	表現運動 表現(6) 陸上運動 走り幅跳び(4) 保健 けがの防止(5)	表現運動 表現(6) 陸上運動 走り高跳び(5)	体づくり運動 表現運動	ボール運動 ゴール型(12) サッカー タグラグビー	
6 体育	体づくり 体ほくしの運動(3) 体づくり いろいろな動きづくり(3)	陸上運動 器械運動 鉄棒運動(7) 陸上運動 ハードル走(5)	水泳運動 水泳運動(10) 保健 病気の予防1(4)	水泳運動 水泳運動(10) ボール運動 ネット型 ソフトバレーボール(9)	体づくり いろいろな動きづくり(3) 陸上運動 投運動(1) ボール運動	陸上運動 投運動(1) ボール運動	器械運動 跳び箱運動(6) 陸上運動 走り高跳び(5)	表現運動 外国のフォークダンス(2) 表現(6)	ボール運動 表現運動	ボール運動 ゴール型(10) ハンドボール バスケットボール 保健 病気の予防(4)	

教科名	4月	5月	6月	7月	8・9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1 保健体育	体づくり運動	体育理論	球技 ネット型(8)		体づくり運動 (9)		保健 健康な生活と病気の予防(5)		保健 心身の発達と心の健康(11)		
		陸上競技-1 (7)	ダンス (9)	水泳 (9)	陸上競技-2	武道	器械運動 マット運動+ (鉄棒運動・平均台運動・跳び箱運動から1つ)(10)	体づくり運動 (3)	球技		
2 保健体育	体育理論 運動やスポーツの意義や効果(3)	陸上競技-1 (7)	ダンス	球技 ベースボール型 ソフトボール(8)	水泳 (9)	陸上競技-2	保健 健康な生活と病気の予防(7)		保健		
	体づくり運動 (2)						武道 (12)	器械運動 マット運動 +(鉄棒運動・平均台運動・跳び箱運動から1つ)(9)	体づくり運動 (3)	球技 ネット型(12)	
3 保健体育	体育理論 文化としてのスポーツの意義(3)		球技 ネット型(6)	選択2	体づくり運動 (4)		保健		保健		
	体づくり運動	選択1 陸上競技、器械運動から選択 (17)			選択3 陸上競技、ダンスから選択 (14)		選択4 球技、ベースボール型、武道から選択 (18)		球技		

V-2 評価に関する参考資料

文部科学省国立教育政策研究所教育課程研究センター編
「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

【 小学校体育 】

https://www.nier.go.jp/kaihatsu/pdf/hyouka/r020326_pri_taiku.pdf



【 中学校保健体育 】

https://www.nier.go.jp/kaihatsu/pdf/hyouka/r020326_mid_hokent.pdf

