

体 育

体育科「器械・器具を使つての運動遊び」の授業づくり

1 体育科教育に求められるもの

体育科・保健体育科については、その課題を踏まえ、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現することを重視し改善を図る。（中略）学校段階の接続及び発達の段階に応じて指導内容を整理し、明確に示すことで体系化を図る。

[中央教育審議会答申 平成20年1月17日]

学校における体育・健康に関する指導は、児童の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通じて適切に行うものとする。特に学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導及び心身の健康の保持増進に関する指導については、体育科の時間はもとより、家庭科、特別活動などにおいてもそれぞれの特質に応じて適切に行うよう努めることとする。また、それらの指導を通して、家庭や地域社会との連携を図りながら、日常生活において適切な体育・健康に関する活動の実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力のある生活を送るための基礎が培われるよう配慮しなければならない。

[小学校学習指導要領第1章総則 第1の3]

【体育科の目標】

心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。

【体育科の課題】

- 運動する子供とそうでない子供の二極化
- 深刻な体力低下傾向
- 運動に親しむ資質や能力が十分でない

【体育科の内容の改訂】

- 指導内容の明確化、体系化
- 体力の向上を重視
- 運動の取り上げ方の弾力化
- 各運動領域の内容の構成

2 発達の段階を踏まえた指導

	低学年
発達の特徴	○思考と活動の未分化 ・「動くこと」と「考えること」が同時に進む ・様々な運動遊びの経験から、運動への肯定的な態度や多様な動きを身に付ける
学習指導	①やさしい運動遊びを通して運動の楽しさを十分に味わわせる ②進んで自分たちの活動の仕方やルールを工夫することができるようにする ③運動を楽しく行う中で体の基本的な動きや各種の運動の基礎となる動きを身に付ける

【教師用指導資料 小学校体育(運動領域)まるわかりハンドブック 文部科学省 H23.7.7】

3 「器械・器具を使つての運動遊び」の授業づくり

(1) 学習の目的を明確にし、運動量を確保する

- 身に付けさせたい力の明確化
- 体力の向上と、汗をかく爽快感

(2) 易しい運動遊びである

- 安全・安心である 「安全なくして教育なし」
 - ・運動の場や動線 ・服装や頭髪 ・学習規律 ・器械器具の点検や使い方 ・指導者の位置 等
- 運動の特性を味わわせ、子どもの運動欲求を充足する
「運動したい」という欲求を満足させ、楽しく運動遊びに取り組む
- 活動の中で、進んで活動の場や仕方などを工夫できる
- 系統性を踏まえた動き（技）である

(3) 器械運動の基礎となる動きや「感覚」が身に付く

- 基礎となる動きとは
 - ・支持 ・ぶら下がり ・振動 ・手足での移動 ・逆さ姿勢 ・回転 等
- 「感覚」を身に付ける（例：マット運動系）
 - ・腕支持感覚 ・バランス感覚 ・体を投げ出す感覚 ・回転感覚 ・逆さ感覚
 - ◆順次接触 ◆回転加速 ◆緊張と解放
- 活動（動き方の工夫）の中で、課題の解決を図る
 - ・多様な動き方や遊び方をイメージできる図
 - ・集団でできる遊び
 - ・創意工夫した動きの評価

(4) 友達と関わりながら学習が進められる

- コミュニケーション能力を育成する
- 自己肯定感や自己有用感を醸成する（先生や友達から認められる。自分はある）
- 豊かな心を育成する（励ましの声、よさに着目する）

(5) 個に応じた指導をすすめる

- 指導と評価の一体化
- 学習活動に即した評価規準の作成
- 「妥当性」と「信頼性」を高める評価

(6) 「技能」「態度」「思考・判断」をバランスよく育む

- 器械・器具の使い方や置き方、場の安全に気を付ける
- きまりを守らせる
- 準備や片付けを友達と一緒にする
- 運動遊びの行い方を知り、楽しく遊ぶことができる場や遊び方を選ぶ
- 友達のよい動きを見付ける

【参考文献・資料】

- ・「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善について(答申)」(中央教育審議会 H20.1.17)
- ・小学校学習指導要領解説 体育編(文部科学省 H20.9)
- ・評価規準の作成、方法等の工夫改善のための参考資料【小学校 体育】(国立教育政策研究所 H23.11)
- ・適正で信頼される評価の推進に向けて(東京都教育庁指導部 H24.3)
- ・子どもの体力向上のための取組ハンドブック(文部科学省 H24.3)
- ・教師用指導資料 小学校体育(運動領域)まるわかりハンドブック(文部科学省 H23.7.7)