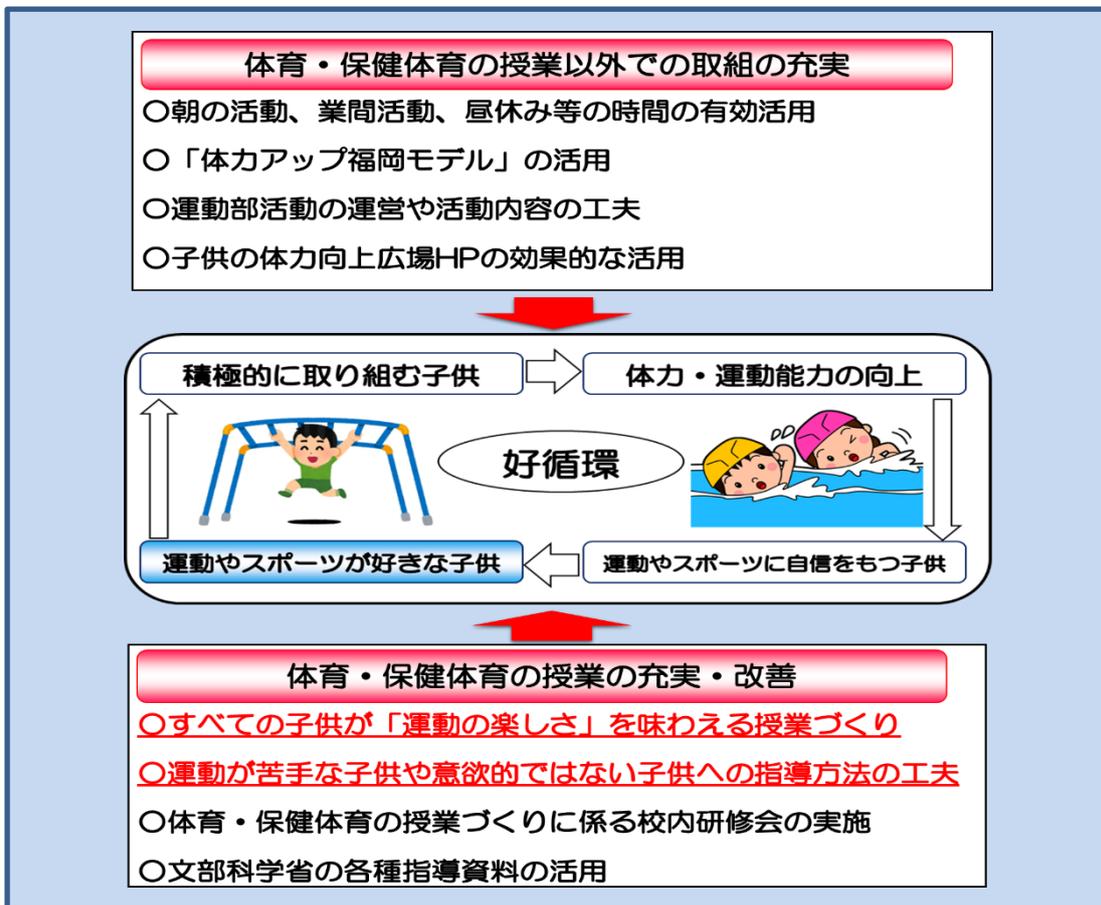


全ての子どもを運動好きにする体育の授業づくりリーフレット

福岡県は、全ての子どもが、楽しく、安心して運動に取り組みな
がら、運動の楽しさや喜びを味わうための「知識及び技能」、
「思考力・判断力・表現力等」、「学びに向かう力・人間性等」
を確実に身に付け、「運動やスポーツが好きなお子」になるこ
とができるような体育科・保健体育科の「授業」を目指します。

その際、特に、「運動やスポーツが苦手なお子」や「運動やス
ポーツに意欲的でないお子」への指導等の在り方について配
慮することがポイントとなります。このことは、全ての子どもに対す
る有効な指導になると考えます。



図：福岡県が目指す体力向上に向けた取組と好循環のイメージ】

★全ての子どもが「**楽しさ**」を実感している授業

★全ての子どもが進んで体を動かす「**運動量**」のある授業

楽しさ

目標

バランスよく

運動量

安全

★全ての子どもが「**目標**」を自分で決めている授業

★全ての子どもの「**安全**」が保証されている授業

上に示した「**楽しさ**」「**目標**」「**運動量**」「**安全**」の1つも欠けることなく、偏りなく、バランスのよい体育科・保健体育科の授業を目指しましょう！

体育科・保健体育科の授業づくりの「4つのポイント」(目標・仲間との協力・振り返り・場やルール工夫)が、具体的にイメージできるように以下に例を示しました。他の参考資料についても紹介していますので、体育科・保健体育科の授業の一層の充実を目指して、本リーフレットと合わせて活用してください。

1 単位時間の展開 〈例〉

	学習活動 (例)	指導上の留意点
はじめ	1 めあてをつくる「目標設定の活動」 やりたい!	○主運動につながる準備運動を工夫する(補強運動ではなく)。 ○子供の思いや願いを取り出す。
なか	2 仲間と共に課題解決に取り組む「挑む活動」 課題が解決できた! 楽しさが増した!	○個の課題に応じた場づくり ○ルール(規則)の工夫 ○意味のある運動(質的)を十分(量的)に保証する。 ○教え合いや話し合いが活性化するようにグループ編成を工夫する。
おわり	3 学習の成果を「振り返る活動」 やってよかった! もっとやりたい!	○用具の片付けを迅速に安全に行わせる(安全の手引きを参照)

はじめ

1 めあてをつくる「目標設定の活動」について

キーワードは…

自己決定 必要感
個に応じた 易しい



○目標設定活動の【例】

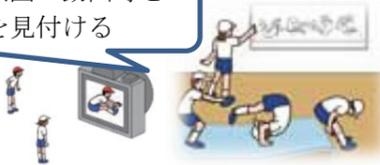
試しにやってみる 思いや願いを話す

易しい運動を試行し、どんなところが楽しかったか、どうするともっと楽しくなるのか話し合う



比べる

そのために必要な、写真・絵図・動画等と自分の動きを比べて、課題を見付ける



めあてをつくる

解決の見通しをもち、自己のめあてを自己決定する(発表・ノート記入など)



本時のめあて【例】

みんなが楽しめるハラハラドキドキのゲームになるように、規則(フリーシュートゾーン的位置)を考えよう。



運動嫌にする

やらないように注意!

- ・教師が一方向的に強制的に与えた目標
- ・子供はやりたくないことを嫌々やらされている
- ・長時間の集団行動や補強運動
- ・導入の時間が長い



おわり

3 学習の成果を「振り返る活動」について

キーワードは…

成就感 次につなげる



○振り返る活動の【例】

話し合う

学習の成果について、一人で、チームで、全体で振り返る



成果を発表する



成果を生かしてみんなでやってみる



本時の振り返りやまとめがない(計画がない)

頑張りをいっぱい褒めましょう!

なか

2 仲間と共に課題解決に取り組む「挑む活動」について

キーワードは…

助け合い 話し合い
明確な視点 運動量



○挑む活動の【例】

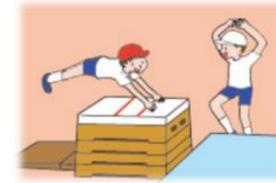


課題を解決するための視点を明確にして、仲間と助け合って運動を行う

やってみる

話し合う

視点にそって、互いにアドバイスをし合ったり、チームで話し合ったりする



★拍手やハイタッチをする等、笑顔・声・汗いっぱいの主活動にしましょう!



やらないように注意!

運動嫌にする

- ・視点をもてず、解決に向かわず、一人で同じことを繰り返している子供を放置している
- ・主運動に取り組む時間が短い



個の課題に応じた場づくり
ルール(規則)の工夫

については、次のページへ



教材（「場づくり」や「ルール（規則）の工夫」）について

全ての子どもが、各運動のもつ特有の楽しさを味わうことができるように！



○集団【ボール運動系（ネット型）の例】

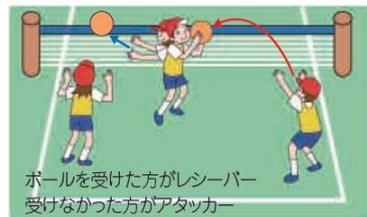
誰もが楽しくゲームに参加できていますか？

ボールは、
軽くて柔らかい
50～100グラム



ネットの
高さは、
少し高め
(理由)ラリーが続く、触球数も増える

人数は3人(毎回ローテーション)、
1人1回、
3回で返球、
1回目キャッチ可、
サーブは下から
(理由)ラリーが続く、必ず触球できる



4人チームのローテーション例



○個人【陸上運動系（走り幅跳び）の例】

体力や技能の程度にかかわらず記録への挑戦や仲間との競争を楽しむことができますか？

競争の仕方は、
・「目標記録との差」や「伸び」を得点化
・チーム合計点による対抗戦

一人一人の課題に応じた練習の場が用意されていますか？

リズムカルな助走



力強い踏み切り



空中姿勢

ゴムをへそで通過させる



両足で着地
台の上から



○授業づくりの工夫について、動画で少しだけご紹介します！（QRコードから動画をご覧ください）



体づくり運動



器械運動（マット）



陸上競技（ハードル）



水泳運動



球技（ネット型）



武道（柔道）



表現運動（ダンス）

※福岡県体育研究所やスポーツ庁のHPにも、授業づくりの参考資料や参考動画が掲載されています。

<https://www.taiikukenkyusho.ed.jp/custom1.html>

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop04/1371875.htm