

6 体育・健康安全に関する指導

(1) 学校体育・スポーツ

基本的な考え方

小学校学習指導要領総則には、「学校における体育・健康に関する指導を、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ことにより、健康で安全な生活と豊かなスポーツライフの実現を目指した教育の充実に努めること。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、家庭科及び特別活動の時間はもとより、各教科、道徳科、外国語活動及び総合的な学習の時間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。」と示されており、中学校、高等学校にも同様の内容が示されている。

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。

学校体育の基本方針

学校体育の基本方針は、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育てることである。

そのためには、児童生徒の個々の実態を把握した指導を基盤とし、体育的行事、運動部活動等との連携をはじめとする学校教育全体を通じて教科体育の充実に努めることが大切である。

京都府の取組

京都府教育委員会では、「体力向上推進プロジェクト」に基づく体力・運動能力の向上に係る取組を推進している。各学校においては、「新体力テスト」等の結果を活用し、児童生徒に自己の体力や運動能力について理解させるとともに、各学校の現状を的確に把握・分析し、学校教育活動における様々な機会を通じて体力・運動能力の向上を図ることが必要である。

特に小学校では「京の子ども元気なからだスタンダードPLUS+」（平成25年3月）及び「まゆまる体操」（平成29年3月）や「運動遊びガイドブック」（平成29年3月）を活用し、子どもたちの身に付けるべき基本的な身体動作からつまずきの改善を図り、運動習慣の確立及び体力・運動能力の向上に取り組むとともに、体育指導力向上に関する実技研修会の開催等により授業の工夫改善を図っている。

「京の子ども元気なからだスタンダードPLUS+」等を参考に実践してみよう。
保健体育課ホームページ（<https://www.kyoto-be.ne.jp/hotai/cms>）
からダウンロード可



〔「新体力テスト」と「京の子ども元気なからだスタンダード及びスタンダードPLUS+」の違い〕

	新体力テスト	スタンダード及びスタンダードPLUS+
ねらいや 特 色	①体力・運動能力の現状を明らかにする。 ・筋力、瞬発力、柔軟性、全身持久力などを知ることができる。 ②数値で表す。	①身体動作の獲得状況を明らかにする。 ・動作の出来ばえ、他者との連携の様子などを知ることができる。 ②数値では表せない。
対 象	小学校、中学校、高等学校	小学校3・4年生及び5・6年生

教科体育の指導に当たって

教科体育の指導においては、学習指導要領の趣旨を踏まえ、各校種における発達の段階を考慮した内容とするとともに、個々の教員によって指導や評価の内容に差が生じることのないよう、事前に適切な指導と評価の計画を作成する必要がある。

また、小学校学習指導要領解説体育編に示された「楽しく、安心して運動に取り組むことができるようにし、その結果として体力の向上につながる指導等の在り方について改善を図る。その際に、特に運動が苦手な児童や運動に意欲的でない児童への指導等の在り方について配慮する。」を踏まえ、児童生徒の「よしっ!」「さあ!」「やってみよう!」という楽しく前向きな気持ち（スポーツごころ）を持つ意識改善や行動変容が「体力向上の鍵」となるよう、全ての校種において授業改善に取り組むことが大切である。

併せて、誰もが運動に親しみ、進んで体を動かそうとする態度をはぐくむために、以下の点に留意することが大切である。

留意事項

○指導と評価の一体化（PDCAサイクル）

- ・到達目標を明確にした指導と評価計画を立案、実践する。

【P:計画、D:実行】

- ・具体的な評価規準に基づき評価する（状況把握）。

【C:評価】

- ・評価結果により現行計画を修正し、後の指導と評価の計画を改善する。

【A:改善】

→授業の改善に向けて、指導の過程における評価方法を工夫する。

○育成する能力や動きの明確化

- ・各教材の特性となる能力や動きを把握する。

→(例)「サッカー(教材)を通じて〇〇する能力(動き)を育成する。」

○評価の妥当性

○安全の確保

- ・起こりうる事象を予見し、人的要因と環境要因に対して適切な対策を講じ、事故防止に努める。

○準備運動・整理運動の確実な実施

- ・準備運動や整理運動は、児童生徒のけがや事故発生の予防につながるとともに、特に整理運動は、心身を落ちつかせ、次の授業へ向けた準備を整える意味があることから、毎時間確実に実施するように努める。

スポーツごころ

「スポーツごころ」とは、「感動」「楽しみ」「向上」「健康」「挑戦」「つながり」「公正」といった、人々の日々の生活の中での「よしっ!」「さあ!」「やってみよう!」という前向きで積極的な心のありようの総称である。京都府教育委員会では、「スポーツごころ」をテーマとしたスポーツ施策を総合的かつ計画的に推進している。

《参考資料》

- 「令和6年度体育指導力向上研究事例報告書」（京都府教育委員会 令和7年3月）
- 「第2期京都府スポーツ推進計画」（京都府教育委員会 令和6年3月）