

スポーツ庁委託事業

(令和6年度令和の日本型学校体育構築支援事業)

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

ま え が き

日頃から関係の皆様には、安心・安全な教育環境を整え、児童生徒の学びの保障と心身の健康の保持のために御尽力をいただいておりますことに、心より感謝を申し上げます。

さて、京都府教育委員会では、第2期京都府教育振興プランにおいて、「健やかな身体の育成」を推進方策に掲げ、すべての子どもが体を動かす習慣を身に付け、運動・スポーツの楽しさを味わうとともに、教員が各校種間の系統性や幼小連携を意識した授業改善等を図れるよう各種事業を進めており、健やかな心身をはぐくむ教育に取り組んでおります。

今年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果によりますと、体力合計点において、本府の中学校男子は上昇し、小学校男女・中学校女子は低下となりました。特に小学校での低下の要因として、生活習慣を確立する小学校の低学年・中学年の時期が、コロナ禍と重なった年代でもあり、様々な活動や運動制限、スマートフォンやゲームなどに触れる時間が増えた生活習慣が、そのまま高学年まで影響を残しているということが推察されています。改善のためには、日頃から運動・スポーツをすることの大切さを伝え、興味・関心を高めるとともに、生活習慣の改善と良好な運動習慣の確立に向けた取組の実施が必要です。

令和6年度も、多様な武道に触れることにより、日本固有の文化や武道の伝統的な考え方や、武道に対する興味・関心を高めるための実践研究を行う「武道授業推進実践モデル校」を、府内中学校において3校指定し、研究していただきました。各モデル校でのICT活用による武道授業の改善を図ったり、男女共習での学びを通じた共生の視点を深めたりする取組は、他の領域にも通じる指導モデルの構築につながりました。

また、府内小学校、中学校の計10校を「体育指導力向上指定校」に指定し、運動嫌いをつくりたくない授業改善をテーマとした、体育授業でのICTの効果的な活用の実践研究を行っていただきました。研究の成果として、運動が苦手（嫌い）な児童生徒が、ICTの活用により、「できた、わかった」と感じる割合が向上するとともに、「運動やスポーツが好き」の割合も向上するなど、体力向上の礎となる意識や行動の変容につながりました。

本報告書に、各モデル校及び指定校の研究実践をまとめましたので、府内各校において、多様な武道の広がりや体力向上に係る課題解決の参考資料として御活用いただくようお願いいたします。そして、こうした取組を通じて児童生徒が運動することや多様なスポーツに触れることの楽しさや喜びを経験することで、「よし、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）を培うとともに、自ら進んで運動・スポーツに親しみ、体力・運動能力の更なる向上が図られることを期待しています。

令和7年3月

京都府教育庁指導部保健体育課長

目 次

第1章 「武道授業推進実践モデル校」－各モデル校の取組－

- 京都府立洛北高等学校附属中学校 1
〔全学年 柔道、なぎなた（男女共習）〕
- 宇治市立北宇治中学校 3
〔第1学年 柔道、合気道（男女共習）〕
- 京丹後市立丹後中学校 5
〔第1・2学年 柔道、合気道（男女共習）〕

第2章 「体育指導力向上指定校」－各指定校の取組－

小学校

- 長岡京市立長岡第五小学校 7
〔器械運動（マット運動）〕
- 八幡市立有都小学校 9
〔陸上運動（ハードル走）〕
- 京丹波町立下山小学校 11
〔器械運動（マット運動）〕
- 福知山市立上豊富小学校 13
〔ボール運動（バスケットボール）〕
- 京丹後市立橘小学校 15
〔表現運動〕

中学校

- 長岡京市立長岡中学校 17
〔球技（バスケットボール）〕
- 京田辺市立田辺中学校 19
〔器械運動（跳び箱運動）〕
- 京丹波町立蒲生野中学校 21
〔球技（バスケットボール）〕
- 福知山市立三和中学校 23
〔球技（タグラグビー）〕
- 京丹後市立久美浜中学校 25
〔器械運動（マット運動）〕

第3章 「体育授業におけるICTの効果的な活用について」

- 活用事例 27

第4章 「体力向上推進プロジェクト」

- 体力向上推進プロジェクト 31
- スタンダードを活用しましょう 33

第1章

「武道授業推進実践モデル校」

－各モデル校の取組－

京都府立洛北高等学校附属中学校

..... 柔道・なぎなた

●実践研究のねらい

- 日本の伝統的な文化や考え方を知ること、相手を尊重する態度の育成を目指す。
- 実践したことがあるスポーツを増やし、豊かなスポーツライフに繋げることを目指す。
- 対話的な授業を通して他者を認めるだけでなく、自分自身を認める雰囲気作りを目指す。
- 外部機関と連携し、安全かつ高度な技術の習得を目指す。

●多様な武道の指導モデル 第1～3学年（6学級 236名）

種目	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	柔道		☆柔道	柔道				☆なぎなた		柔道		
学習の流れ	(共) 礼法 柔道着・ 畳の設置	(共) 受け身	☆ 授業協力者 による授業	(別) 受け身 固め技	(別) 受け身 固め技から の逃れ方	(別) 受け身 崩し	☆ (共) 準備運動 概要説明等		(別) 受け身 固め技のみ の試合			
	(別) 基本動作	(別) 受け身 固め技	(別) 固め技 立ち技から の受け身	(別) 受け身 固め技 投げ技			(共) 基本動作 足さばき 基本打ち	(共) リズム なぎなた	(別) 受け身 固め技 投げ技			
	(共) 受け身	(共) 固め技	(共) 固め技 立ち技から の受け身	(共) 受け身 固め技 投げ技					(共) 受け身 固め技 投げ技			

●指導の工夫

- ICTを使用し、動きについて自己分析及び、他者分析を行う。
- 初期と終期でそれぞれの動画を見比べ、成果点や課題点、達成度を振り返る。
- 対話的な授業を行う雰囲気作りや、生徒同士で教え合う雰囲気作りの徹底。
- 怪我を防ぐための注意点を考える機会を設ける。

●授業の様子



【本袈裟固めの解き方】

取は、本袈裟固めをかける。受が取との距離を空け、うつ伏せになろうとしている。



【横四方固めの解き方】

取は、横四方固めをかける。受は右手で左足を持ち、外側に返る。



【講師の先生から直接指導】

実際に技を掛けられ、圧倒的な強さを感じている。初めてのことに、好奇心がとまらない。



【八相の構え】

初めてなぎなたを持ち、八相の構えを習った。



【打突 ～面打ち～】

八相の構えから面を打つ。

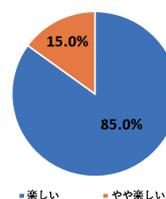
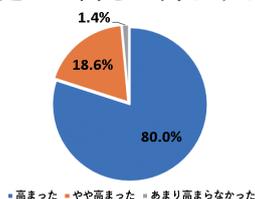


【リズムなぎなた】

教わった足さばきや構え、打突を使って、リズムに合わせてなぎなたを行う。

●生徒の取組み方や意識の変容、感想など

1. 多様な武道（※2種目以上または、柔道、剣道、相撲以外の武道）を学習したことで、武道への関心は高まりましたか。
2. 多様な武道を学習したことで、伝統的な考え方や行動の仕方への理解は深まりましたか。
3. 多様な武道を学習する授業は楽しいですか。



- 1人1本のなぎなたを使用することができ、長い時間なぎなたに触れることができた。またなぎなたの歴史の講習もあり、伝統に触れることが出来た。
- なぎなたの打突の見本を見てから、実際に自分も体験し「自分でも出来ている！」と感じ、面白かった。
- 最初はやりたい種目ではなかったから楽しめるか不安だったけど、リズムなぎなたや、形を経験し、なぎなたについての新しい知識が増え、楽しかった。
- 体験を通して、自分でなぎなたのことを調べたり、習えるところはないか探した。

●成果

- 全学年授業は種目によって共習で実施しているため、共習への苦手意識は少なく、差があることにも理解している声かけがよく見られた。
- 専門性が高く、より深い学びに繋げることが出来た。
- 専門の講師からの的確な指導や、レベルの高い指導に向上心を持ち、武道に強く興味を持つ生徒がたくさんいた。
- 豊かなスポーツライフに繋げるために、武道の授業を楽しみにしている生徒も多くいる。
- 生徒だけでなく、中高の体育科教員や他教科の中学高校の教員も熱心に参加し、生徒と同じように活動していた。
- 通年で武道を行うことにより、先輩から後輩へどのようなことを実施したかなど、体験談や感想の交流が盛んに行われるようになった。

●課題

- 武道推進モデル校での生徒の学びが、単発で終わってしまっているため、体育理論や保健と絡め、もう少し深く話すカリキュラムを作成すべきだった。
- 武道推進モデル校を通しての振り返りやまとめの実施が十分満足のいくものではなかった。

●実践研究のねらい

- 武道の伝統的な考え方を理解し、相手を尊重して練習や試合が出来るようになることを目指す。
- 通常の授業では経験することのできない種目に触れ、わが国固有の文化を知る機会とする。
- 専門的な知識を持った外部指導者の指導を通して、安全かつ高度な技術の習得を目指す。

●多様な武道の指導モデル 第1学年（4学級161名）

種目	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	柔道					合気道	柔道		
学習の流れ	柔道着の着方	基本動作	基本動作組み方	基本動作	★授業協力者による授業	★授業協力者による授業	基本動作	基本動作	振り返りテスト
	礼儀作法		受け身	受け身	膝立ちでの受け身	基本動作受け身			
	受け身	固め技		固め技・逃げ方	固め技・逃げ方	前回りさばき	入り身投げ 四方投げ 二教	膝立ちでの崩し練習	
			体落とし						
まとめ、振り返り									

●指導の工夫

- 相手のことを思いやる気持ちや尊重する姿勢を育むべく、挨拶や礼儀作法などの指導を行う。
- 柔道の受け身、固め技、投げ技を実施するにあたり、安全に練習するためのポイントをしっかりと理解させる。
- 合気道の受け身、模範演技、投げ技や押さえ技を経験することで、柔道との共通点や相違点を理解し、安全に実践する方法を考えさせる。
- タブレットを活用し、生徒同士で撮影をさせ、対話的な授業を行う。
- 振り返りのために、タブレットを活用する。(Forms)

●授業の様子



【タブレットを活用して互いの撮影】
前回り受け身の撮影をし、アドバイスをしあった。



【講師の先生による足さばきの講習】
前回りさばきを学び、体落としと大腰を実践した。



【講師の先生による投げ技の講習】

相半身片手取りからの入り身投げと四方投げを習い、実践した。その他にも二教などの固め技も教わった。

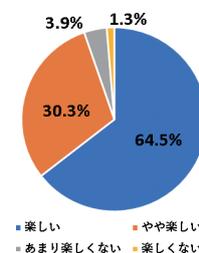
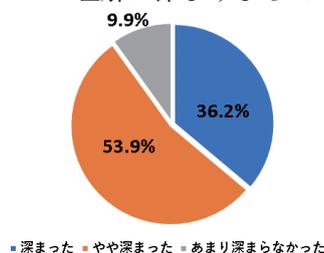
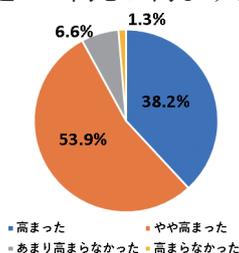


【合気道の歴史について学ぶ】

合気道には試合がないことや、国境を越えて多くの国で行われていることを学んだ。

●生徒の取組み方や意識の変容、感想など

1. 多様な武道（※2種目以上または、柔道、剣道、相撲以外の武道）を学習したことで、武道への関心は高まりましたか。
2. 多様な武道を学習したことで、伝統的な考え方や行動の仕方への理解は深まりましたか。
3. 多様な武道を学習する授業は楽しいですか。



【柔道・合気道を通して学んだこと】生徒の感想より

- 「自他共栄」という言葉があるように、自分だけが上手くなるような練習ではなく、相手のことを思いやっけて互いにうまくいくことが大切だと学びました。
- 武道は、自分一人で行うことはできないため、他の人と支え合って練習していくことが大切なのだ気付くことができました。
- 「武道は礼で始まり礼で終わる」などという、人として大切な事も学びました。
- 武道で学んだ、「他人を思いやっけて競技をすること」という精神を自分がやっているスポーツでも活かしていきたいと思った。

●成果

- 専門性の高い指導で、知識を深めることができた。
- 授業で指導するよりも高度な技や、専門的な技で生徒の興味・関心を引くことができた。
- 専門的な指導を通して、武道に興味を持つ生徒を増やすことができた。
- 技術の習得だけでなく、国際的な武道の立ち位置や、歴史・文化についても深く学ぶことができた。

●課題

- 畳が常設されていない為、準備や片付けに時間を要し、練習時間の確保が不十分になる場合がある。
- 学級編制上、人数が多く、十分な広さが確保できていない為、練習に工夫が必要だった。
- 振り返りにタブレットを活用したが、実施前にもForms等を活用してアンケートをとることで変容がわかるよう工夫することができればよかった。
- 柔道・合気道以外の武道についても、歴史や文化について学ぶ機会があればよかった。

●実践研究のねらい

- 効果的な指導の具体的方策について検証する。
- 生徒の武道に対する関心の高まりを目指す。
- 授業協力者の専門的な指導方法を学び、教員の指導力向上を目指す。

●多様な武道の指導モデル 第1、2学年（学級19名・31名）

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
種目		柔道		合気道		柔道					
学習の流れ	オリエンテーション	あいさつ、健康観察、本時のねらいの確認、用具の確認、準備運動									
		基本動作の学習		合気道について		基本動作と受け身の学習			学習のまとめ 技能テスト	単元テスト	
		受け身の学習		受け身の学習		固め技の学習					
		対人的技能の学習		投げ技の学習							
		学習の振り返り、あいさつ、片付け									

●指導の工夫

【安全に活動できる環境整備】

- 畳に隙間ができないように、滑り止めシートで固定し、畳のずれを防止する。
- 設備や用具の点検を行う。

【安全指導について】

- 毎時間、爪の点検を行う。
- 毎時間、黙想を行い、心を静めてから実技に入る。
- ウォーミングアップで、準備体操、トレーニング、簡単なマット運動を行う。
- 毎時間、安全な受け身を習得するために繰り返し受け身練習を行う。
- 各学年や技能に応じた、段階的指導を行う。
- ペアワークでは、体格差を考慮し、ペアを決める。

【1年生】

柔道・合気道の体験で、講師の方に様々な視点や技術をご指導いただいたので、ペア・グループワークの機会を増やし、学習したことを言葉と体でアウトプットした。

【2年生】

柔道・合気道の体験で、相手の重心の崩し方についてご指導いただいたので、柔道の授業の中で、相手の重心を崩すミニゲームなどを通じて、崩しの感覚を養った。

●授業の様子



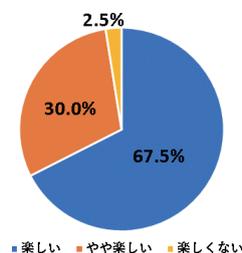
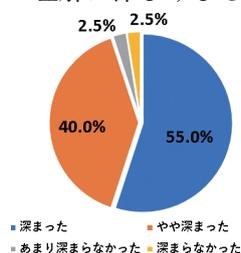
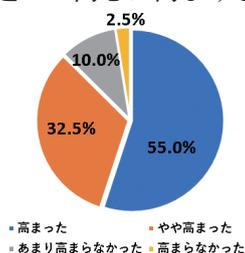
【合気道】
技を体感している様子



【柔道】
受け身の形を修正している様子

●生徒の取組み方や意識の変容、感想など

1. 多様な武道（※2種目以上または、柔道、剣道、相撲以外の武道）を学習したことで、武道への関心は高まりましたか。
2. 多様な武道を学習したことで、伝統的な考え方や行動の仕方への理解は深まりましたか。
3. 多様な武道を学習する授業は楽しいですか。



【生徒の感想・様子より】

- 柔道と合気道を学ぶことで、武道への関心と楽しみを持つことができた。
- 「次から合気道をしましょう」という生徒が多くいた。
- 同じ武道でも技術の似ている部分と違いにそれぞれ気づくことができた。
- 合気道の技のかけ方について、講師の方に積極的に聞きに行く姿が見られた。

●成果

- 今年度、初めての武道体験だったが、新たな武道に触れることで、生徒たちも楽しいと感じることができ、興味・関心が高まった。
- 専門的な知識や指導方法、指導の視点など生徒が主体的に学ぶことができる仕掛けを見ることができた。
- 授業の展開や指導方法にメリハリがあり、生徒が意欲を持って主体的に取り組むことができた。
- 伝統的な武道の礼法に触れることで、相手を尊重する態度の育成につながった。

●課題

- 全体指導だけでなく、個別最適な指導の具体的方策をたてる。
- 教員の武道への関心の高まりを目指す。
→合気道講師の方に「先生たちの武道への関心が高まるのが1番大切」というお言葉を頂いたため。
- 武道授業の中で、ICTの効果的活用についての検証が必要である。
- 体験授業の時間内で振り返りの時間をじっくりとることができなかつたため、時間数を増やすことも考えていく。

第2章

「体育指導力向上指定校」

－各指定校の取組－

小学校

●実践研究のねらい

- 学習指導要領の趣旨を踏まえた、ICTの活用による、運動が苦手（嫌い）な児童・生徒への効果的な指導方法の開発及び体力・運動能力や運動・スポーツに対する意識の向上に向けた取組の実施を図るとともに、その実践成果を府内全域に広めるための普及活動を行う。

●具体的な活用方法

- 個々の子どもに応じた、よりきめ細やかな指導方法の開発・実践（実態に応じた指導方法の開発等）
- 知識・技能の定着を助けるデジタルドリル（見本動画の視聴等）

●指導の工夫

- ① ICTを活用することで、児童が自分自身の動きを客観視することができた。また技の記録をタブレットで提出することで、交流や振り返りに使用することができた。評価の際も、授業時間外でも進捗を確認することができ、効率化を図ることができた。
- ② 手本の動画と同じ画角で撮影するようにした。また、グループを作り、実技に取り組む児童、支援する児童、撮影する児童に分かれて活動することでアドバイスを受けながら取り組めるように工夫した。
- ③ 事前にICTの使い方をオリエンテーションとして行うことで、円滑なタブレット操作で活動することができた。また、前半に単元の目標と運動の行い方を確認することで、活動時間を多く確保することができた。

●授業の様子



【手本と自分の動きを見比べる】

タブレットで撮影してもらい、1つの画面で動きを見比べる。

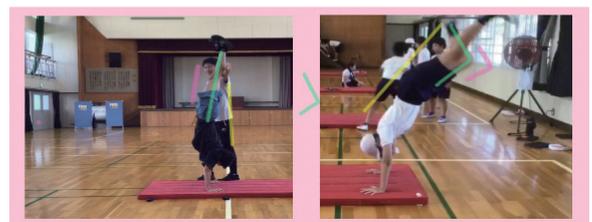
マット運動分析 種目『倒立』

分析してわかったこと

- ・脚が曲がってしまっている。
- ・左脚が上がりきっていない。
- ・体全体が斜めっている。

次回から気をつけること

- ・脚が曲がらないように真っ直ぐにする。
為に練習する。
- ・普段は右脚から上げていたが、左脚から上げるようにする。
- ・体が上がるようにするため変えてもらいながら出来るようにする。

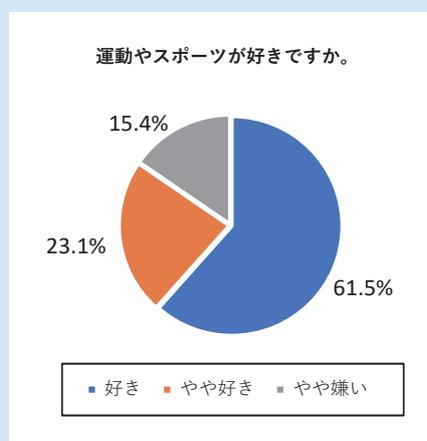
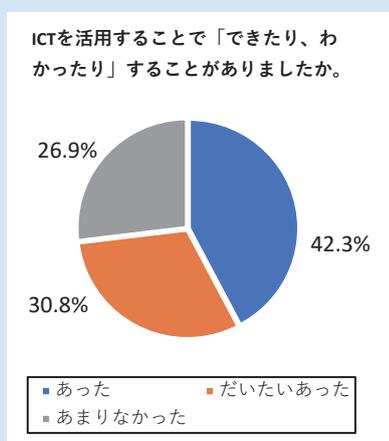


【手本との違いを分析する】

画像に線を書き込み、姿勢や動きを分析して次回の授業で気をつけることを書き込む。

●児童生徒の資質・能力の育成状況、取組み方や意識の変容など

- 『ICTを活用することで「できたり、わかったり」することがありましたか。』という児童アンケートでは、約73%の児童が「あった」や「だいたいあった」と回答している。その結果から、ICTを活用することで児童の意欲を高めることができたと考える。しかし、約27%の児童は「あまりなかった」と回答している。『自分ができていない姿を見たくない』と話をする児童もいた。このことから、本単元を苦手とする児童でも前向きに取り組めるようにするために、場の設定や運動に取り組む方法を改善していく必要がある。
- 『運動やスポーツが好きですか。』という児童アンケートでは、単元開始前に「嫌い」と回答した児童が、単元終了後に「やや嫌い」と回答していた。ICTを活用し自身の動きを分析することで、課題解決への道筋を明確にすることができる。様々な単元で活用していくことで、ICTが運動に対する嫌悪感を払拭する手立ての一つになり得るのではないかと考える。



●成果

- タブレット端末を使用することで、模擬動画と比較しながら自身の動きを客観的に確認することができた。課題が明確になるため、技の習熟度を上げようと意欲的に取り組む児童の姿が多く見られた。

●課題

- 成果に反して、自身のできない姿が明確になることもあり、そこから意欲の低下につながる児童もいた。そこで、グループ活動の仲間同士で教え合う活動だけでなく、映像を基にした個別指導を取り入れた授業も展開していきたい。

●実践研究のねらい

- 学習指導要領の趣旨を踏まえた、ICTの活用による、運動が苦手（嫌い）な児童・生徒への効果的な指導方法の開発及び体力・運動能力や運動・スポーツに対する意識の向上に向けた取組の実施を図るとともに、その実践成果を府内全域に広めるための普及活動を行う。

●具体的な活用方法

- 個々の子どもに応じた、よりきめ細やかな指導方法の開発・実践（実態に応じた指導方法の開発等）
- 知識・技能の定着を助けるデジタルドリル（見本動画の視聴等）

●指導の工夫

- ① 1回目の授業で、映像からポイントを見つけさせ、自分たちで言語化するところからスタートした。「小型ハードル走」と「ハードル走」の押さえるべきポイントに分けて、「小型ハードル走」のポイントからめあてを立てて進めることができた。
- ② 複数のタブレットで様々な角度から動きを記録。自分だけでなく、同じグループで練習をしているメンバーの課題を共有し、言語化したり自分の動作の参考にしたりすることで、通常よりも学びが多くなるような環境づくりを意識した。遅延アプリだと個人での確認が中心となってしまうため、使用せず、標準アプリのカメラ機能のみを使用した。
- ③ 動画として記録することで、授業ごとの変容をつかみ、次の練習や次時での練習に活かすことができた。また、動画をそのまま評価の材料とすることができた。個々の課題を動画から客観的に判断し、アドバイスなどに用いることができた。

●授業の様子



【動き（ハードリング中心）を確認】

一人ひとり課題が違うので、たくさんの気づきを共有することができ、個々のパフォーマンス、そして全体の向上につながった。

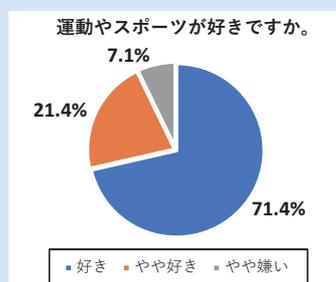
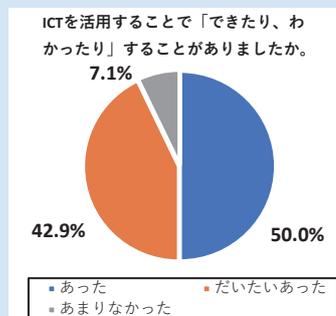


【動き（ハードリング中心）の撮影】

授業ごと、またそれぞれの課題からグループごとに、どの視点（正面、真横、斜め方向など）で撮影すべきか考えさせた。（写真は斜め後ろ）

●児童生徒の資質・能力の育成状況、取組み方や意識の変容など

- 全員が取り組むことができた（撮られることが苦手な児童は、授業者が直接アドバイス）。マット運動や跳び箱運動では、授業者のみが撮影し、その場でフィードバックの形をとっていた。今回は、タブレットを4～6台使用したことで、グループごとに、自分の課題解決と他者の課題解決に目を向けることができた。跳んでいる最中は夢中で他者の走りまでは関心が及ばないが、動画チェックの時間にはグループ間で差はあるものの、できているポイントを中心に褒め合うことができた。
- 『ICTを活用することで「できたり、わかったり」することがありましたか』というアンケートでは、約93%の児童が「あった・だいたいあった」と回答している（残りの7%は、欠席により授業に参加できなかった児童）。自分の成長を周囲や授業者の言葉がけだけではなく、動画という客観的な視点で確認しながら進めることができた点が要因だと考えられる。また、毎時間の振り返りから、運動に対して苦手なイメージを持つ児童の学習意欲が高いまま、学びを終えることができたと思われる。運動量も確保でき、相乗的な効果も含めて、非常に効果的だったと言える。
- 「運動やスポーツが好きですか」というアンケートでは、約93%の児童が「好き・やや好き。」と回答している（前回調査は約86%）。授業ではグループ活動を中心に、休み時間や放課後は様々な友達と関わりながら、運動することの楽しさを味わうことができている。3学期は、球技を中心に、チーム内で作戦を考えるなど、それぞれの役割でチームプレーを意識できるかなど楽しみである。



●成果

- 単元の最初に、世界の舞台で活躍するハードル選手の動きを動画で観察したことで、スタートからゴールまで高学年の「ハードル走」で意識すべきポイントまでいろいろな視点をもつことができた。たくさんのポイントを扱うのは大変だったが、苦手な児童も含めて自分達の技術の向上や記録への挑戦に向かう雰囲気が自然と出来上がり、その方向で授業を進めた。予定していたためあてから変更したり、自分達の跳ぶ様子からアドバイスし合ったり、授業者から直接アドバイスしたりと柔軟に進めることができた。
- 映像をただ見るだけでなく、大事なポイントを理解したり、言語化したりすることが大切であることを児童らは実感することができた。体育の授業も他教科と同様、頭を使う学びであることも改めて理解できたと思われる。

●課題

- 個々にクリアすべき課題が違ってくるので、ある程度は、振り返り（今回は紙ベースで実施）で把握することはできるが、28人という少ない人数でも分析に時間がかかり、少し大変であると感じた。毎回の動画チェックは収穫もたくさんあったが時間の確保が大変であった。
- 運動量を確保しつつ動画を観る時間も確保するために、敢えて準備物を減らした。マーカーなどのよりよく跳ぶための様々な工夫は2・3時間目のみ使用し、それ以降はフレキハードルのみにしたことが、計画としてよかったかどうか検討が必要。
- 映像を見て、次に自分が何をすべきか、同じグループのメンバーにどういったアドバイスをするかなど児童間で大きな差が生じた。グループによっては、授業者が中心となって話し合いに入り込む必要が生じた。

●実践研究のねらい

- 学習指導要領の趣旨を踏まえた、ICTの活用による、運動が苦手（嫌い）な児童・生徒への効果的な指導方法の開発及び体力・運動能力や運動・スポーツに対する意識の向上に向けた取組の実施を図るとともに、その実践成果を府内全域に広めるための普及活動を行う。

●具体的な活用方法

- 個々の子どもに応じた、よりきめ細やかな指導方法の開発・実践（実態に応じた指導方法の開発等）
- 知識・技能の定着を助けるデジタルドリル（見本動画の視聴等）

●指導の工夫

- ① 授業の前半から動画や写真を撮影し残しておくことで、自分がどのようにできるようになったのか、どんなことに注意しながら技を行ったのかななどを、振り返ることができた。また、その動画等を評価の資料とすることができ、効率化を図ることができた。
- ② 自分の課題とする技のポイントに応じて撮影する方向や位置などを考えさせ、全体で発表することで、方向や位置の重要性について共有することができた。
- ③ タブレットで自分の動画を撮影することで、技ができていないところや、できていないポイントを確認することができ、その後の授業の課題を明確にすることができた。そうすることで、授業の見通しを持ち、主体的に学習を進めることができたと考えている。
また、ペアで教え合うことを通して技の行い方やポイントを確認することができ、思考力を深めるとともに、技能の習得につながったと考えている。

●授業の様子



【動きの撮影】

動画を撮影し、自分の動きをみることで、技の流れや動きなどを確認することができた。



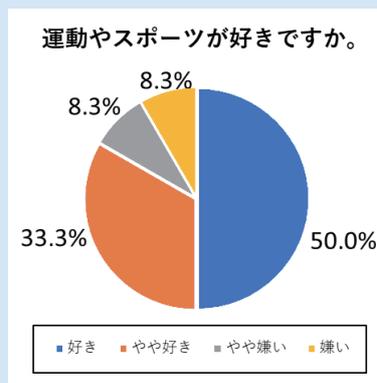
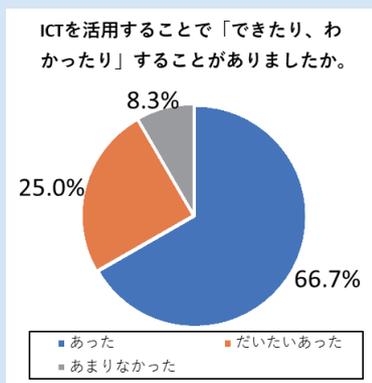
【ペアで撮影し、改善点を探す】

ペアでお互いの動きを撮影し、技のポイントとなる動きや改善点を探すことができた。見つけたポイントを次の課題として学習につなげることができた。



●児童生徒の資質・能力の育成状況、取組み方や意識の変容など

- タブレット端末を活用することで、体育が得意な児童はもちろんのこと、そうでない児童も意欲的に撮影し、自分の課題について見つけ出すことができた。
また、自分の動きのどこを改善すればよいのかなどを交流することで、技の行い方のポイントを確認し、目標を明確化することができた。
- 自分の動きを撮影することで、うまくできるようになるためには、何が必要なかを考えることができた。その考えを、他の技や他の単元のポイントとして考えることができた。
- 「ICTを活用して、できるようになったか」の質問では、約92%の児童が肯定的な回答となった。言葉の説明だけでは伝わらない部分が、動画で撮影することで視覚化され、「わかる・できる」につながったと考えている。
- 「運動やスポーツが好きか」の質問では、約88%の児童が肯定的な回答であった。しかし、「好きな運動やスポーツがあるか」の質問では、100%の児童が肯定的な回答となったことから、スポーツをすることに対して、若干苦手意識がある児童がいる。「する・みる・ささえる・しる」の観点から、体育に前向きに取り組めるよう改善していきたい。



●成果

- タブレット端末で撮影し、自分の動きをとらえることで次の目標を明確化することができた。
- 動画を見ながら交流することで、技のポイントを知識として定着させることができた。
- 知識として得たことや技のポイントなどを、次の学習にもつなげることができ、体の動かし方や巧みさの向上を図ることができた。

●課題

- 「技ができる・できない」にこだわってしまうことで、体育や運動嫌いにつながることから、どこまでできるようになったのかを大切に、スモールステップな展開を心がけていきたい。
- ペア学習をするときには、「できる児童とそうでない児童」をペアにするのではなく、技の行い方が知識として「わかっているかそうでないか」でペアリングすることが大切であると感じた。

●実践研究のねらい

- 学習指導要領の趣旨を踏まえた、ICTの活用による、運動が苦手（嫌い）な児童・生徒への効果的な指導方法の開発及び体力・運動能力や運動・スポーツに対する意識の向上に向けた取組の実施を図るとともに、その実践成果を府内全域に広めるための普及活動を行う。

●具体的な活用方法

- 個々の子どもに応じた、よりきめ細やかな指導方法の開発・実践（実態に応じた指導方法の開発等）
- 知識・技能の定着を助けるデジタルドリル（見本動画の視聴等）

●指導の工夫

- ① ICTを活用し、チームの話し合いや振り返りを録音することにより評価の資料として活用することができた。また、ワークシートに記入できなくても、自分の言葉で話そうとしている様子が見られることもあり、より細かく評価することができるようになった。
- ② 児童が進んで取り組むことができるように、活動の内容や注意点を大きなスクリーンに提示した。また、パスやシュートの手本を動画やスロー再生で示したりした。そうすることで、児童は提示されたものを確認しながら、進んで活動することができた。運動量が確保されるだけでなく、主体的に活動することにつながった。
- ③ 見通しをもって学習できるように、学習計画を共有し、毎時間学習のゴールを確認した。また動きのスキルを身に付けるだけでなく、ゲームの中で使える場面を増やすことができるように、実際のゲームの中で動きを活用している動画を提示した。ゲームや練習の中で、動画の動きを真似て動いたり、児童同士で動き方をアドバイスしたりすることが増えた。

●授業の様子



【話し合いを録音する】

ロイロノートの録音機能を使って話し合いを録音し、その日の提出箱に提出している。

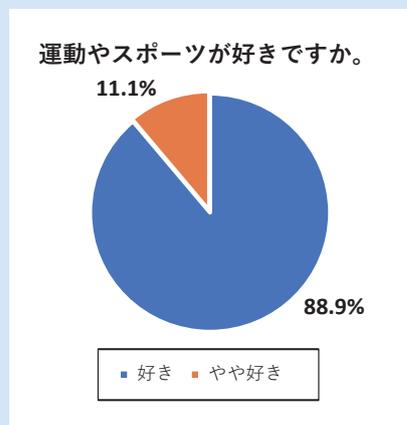
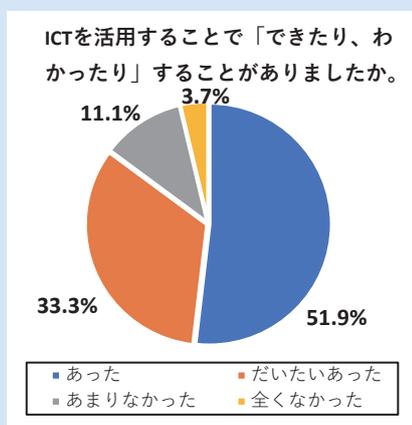


【単元全体・授業の流れを提示する】

単元の流れや活動のポイント等をいつでも見られるようにモニターに提示しておく。

●児童生徒の資質・能力の育成状況、取組み方や意識の変容など

- ボール運動が苦手な児童も、タブレット端末で手本の動画を確認することでイメージをもちながら練習に取り組むことができた。また、グループで関わりながら学習に取り組むことで、お互いにアドバイスを送り合ったり、小さな成功も共に喜び合ったりすることができ、児童同士の関わりを深めるとともに、一人一人の自己肯定感の向上につながった。
- 『ICTを活用することで「できたり、わかったり」することがありましたか。』という児童アンケートでは、約85%の児童が「あった」と回答している。特に運動が苦手な児童が「できた・わかった」と感じるが多かった。自分の動きを確認したり、手本の動きを見たりすることが学習意欲の向上や動きの理解につながったと考えられる。今後の単元においても、今回の単元での成果を生かし、ICTを有効活用していきたい。
- 『運動やスポーツが好きですか。』という児童アンケートでは、全ての児童が「好き・やや好き」と回答した。その中でも、授業前に行ったアンケートよりも「好き」と答える児童が増加した。アンケート以外の場面でも「体育の授業が楽しみです。」と児童から聞くことが多く、楽しく体育の授業に取り組んでいたことがうかがえた。今後も様々な動きを身に付けたり、友達と関わりながら学んだりすることが楽しいと感じられるように、授業づくりに取り組んでいきたい。



●成果

- タブレット端末で手本の動画を示すことにより、試合ではどのような場面で使うパスなのかを理解して練習に取り組める児童が多かった。
- 作戦ボードを使用することで、動き方のイメージをもって試合に臨んだり、振り返りに生かしたりする児童が増えた。
- 自分たちで学習課題を設定したり、ルールを考えたりすることで、見通しをもって学習に取り組む、意欲的に活動できる児童が多く見られた。

●課題

- 試合を動画撮影し、振り返りに活用することは児童の実態とは合わず、難しく感じた。特に相手の動きや位置が流動的なもの、動ける場が広いもの（バスケットボール等）は難しかった。逆にマット運動や陸上運動など個人の動きを確認し、改善に生かすことには効果が得やすいと感じた。
- ICTの活用については、授業の場面に応じて有効に活用するということが大切だと感じた。今回は全員で確認する動きや学習内容を瞬時に共有することができた。授業の際に指導の負担を減らしたり、児童に見通しを持たせたりすることに限定し、運動量を確保するために活用していきたい。

●実践研究のねらい

- 学習指導要領の趣旨を踏まえた、ICTの活用による、運動が苦手（嫌い）な児童・生徒への効果的な指導方法の開発及び体力・運動能力や運動・スポーツに対する意識の向上に向けた取組の実施を図るとともに、その実践成果を府内全域に広めるための普及活動を行う。

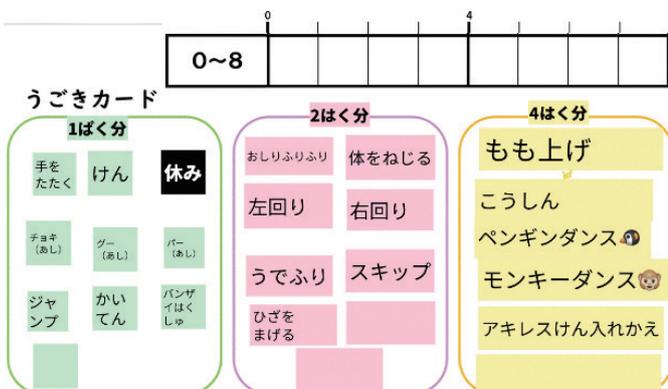
●具体的な活用方法

- 個々の子どもに応じた、よりきめ細やかな指導方法の開発・実践（実態に応じた指導方法の開発等）
- 知識・技能の定着を助けるデジタルドリル（見本動画の視聴等）

●指導の工夫

- ① 自分や友達の動きを見合うことでよりよい動きや工夫について思考・判断を促すことにつながられるようにした。また、ダンスの様子について動画で複数回撮影したり、同じ形式で振り返りを行ったりすることで、評価資料を多角的に蓄積することができるようにした。
- ② ICT活用の方法や目的について、児童と話し合い、学習のツールとして主体的に活用する意識を高めるように努めた。また、各グループで確認するために、確認用のモニターを用意するとともに、撮影した動画を共有する方法について確認し、誰かのタブレットではなく、1人1人が自分のタブレットを使って活動の様子を確認できるようにした。
- ③ 表現運動において、単元前半に基本的な動きの習得を行った。基礎基本の動きの組み合わせを自分で考え、自分で考えた動きを持ち寄ってグループで組み合わせる活動を行った。それぞれが意図をもって動きを考え、意見を出し合うことでグループ活動の充実につながられるようにした。

●授業の様子



【振り付けを考えるための支援】

8拍分の振り付けを考えられるよう「うごきカード」から選択できるようにした。

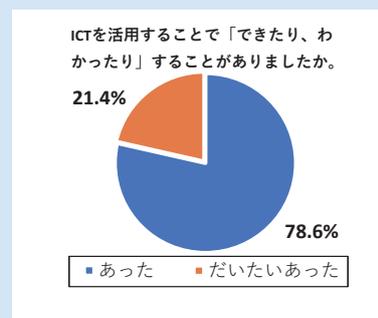
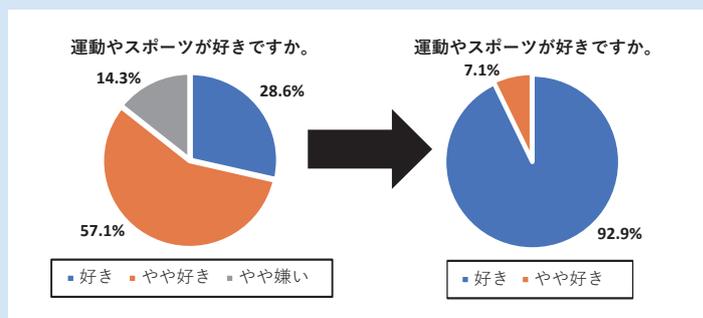


【動画の活用】

自分たちの動画を見ながら練習することを繰り返し、客観的に見ることで修正につなげる。

●児童生徒の資質・能力の育成状況、取組み方や意識の変容など

- 初めは恥ずかしがっている様子も見られたが、「人に発表する」という単元のゴールを明確にすることと自分を客観的に見る機会を増やせたことで「どんな工夫ができるか」と積極的に取り組むことができるようになった。
- 『運動やスポーツが好きですか』という児童アンケートについては、1学期に実施した時と比較すると「嫌い」と回答した割合はなくなり、全員が「好き」という回答になった。自分の体の動きの変容を確かめたり、友達と関わり合いながら一緒に体を動かしたりする経験を通して、体を動かしたいという思いが高まったと感じている。工夫する楽しさや達成感を得られたことが大きな要因となったのではないかと考える。
運動量や運動強度を求め中でも、協働的な学びや個人内の成長を認識させる過程を大切にしていき、授業改善を重ねていきたい。
- 『ICTを活用することで「できたり、わかったり」することがありましたか』という児童アンケートでは、全ての児童が「あった」「だいたいあった」と答えている。本単元において、それぞれの活動場面でICT活用の方法を確認したことがより効果的な学びにつながったと考えられる。「動きや様子を客観的に捉えられる」「情報の共有が行いやすい」などの点が本単元では利点として明らかになったので、別の単元においても利点を生かしながら、体育授業での効果的な活用について考えていきたい。



●成果

- 1人1台のタブレット端末を使用することで、使いたい教具（音楽再生、録画、見本資料等）の代替となり、学習活動の充実につなげることができた。
- ICTを活用することで、部分で考えたり、組み合わせたりする過程において、思考を整理しやすくなり、どの児童も最後まで活動に向かいやすくなった。
- 客観的に動きを見る機会を通して、動きへの関心を高めることにつながった。特に自分の動きについて、よさや課題を受け止めやすくなり、自ら活動することにつながった。
- 指導方法を工夫する経験を通して、指導者自身が体育指導への不安を解消することにつながった。

●課題

- 単元の中でどうしても思考場面が中心となり、運動量が確保できない展開になってしまうことがある。単元全体を通してどのくらいの運動量を確保するのかという、大きな枠組みで考えていく必要がある。
- 基礎的な動きを身に付けていないと、ICT等学習方法を工夫しても、資質や能力の育成が行いにくい。そのため、単元を通してドリル的な時間をつくる必要もある。
- 修正点を明らかにすることはできるが、修正の視点や改善案を考える力は不十分であり、改善の視点を明らかにするための支援の手立てを充実させる必要がある。

中学校

●実践研究のねらい

- 学習指導要領の趣旨を踏まえた、ICTの活用による、運動が苦手（嫌い）な児童・生徒への効果的な指導方法の開発及び体力・運動能力や運動・スポーツに対する意識の向上に向けた取組の実施を図るとともに、その実践成果を府内全域に広めるための普及活動を行う。

●具体的な活用方法

- 個々の子どもに応じた、よりきめ細やかな指導方法の開発・実践（実態に応じた指導方法の開発等）
- 知識・技能の定着を助けるデジタルドリル（見本動画の視聴等）

●指導の工夫

- ① ICTを活用し、コート全体を俯瞰的に見ることで自分の動きだけでなく、チーム全体の動きや空きスペース、効果的なパスやシュートなどの戦術をチームミーティングで共有することができ、振り返りレポートを評価の参考とすることができた。
- ② 平面ではなく、台やステージを活用し角度をつけて撮影を行うことで、コート全体を捉えやすくした。また、動画をロイロノートで再生することにより、静止画面に動線などを書き込むことができ、改善点などを共有しやすくした。
- ③ 「ミーティングを行うための2分間ゲーム」と「ミーティングを生かすための5分間ゲーム」を行うことで、学びの定着が図れた。

●授業の様子



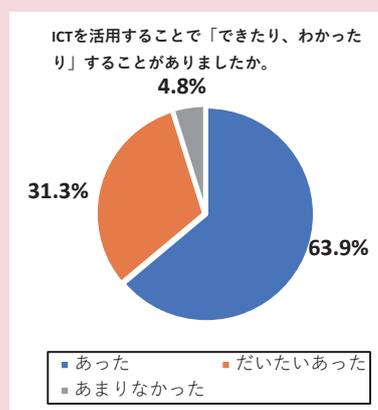
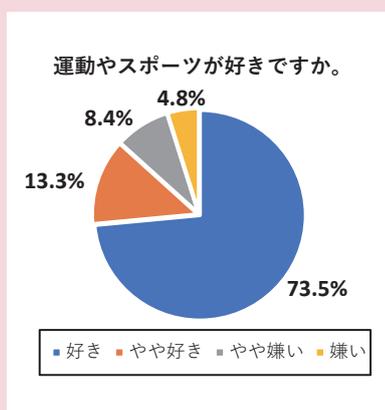
【試合後のミーティング①】
2分間ゲーム後、「本日のテーマ」について動画を確認し、次の試合への改善を行う。



【試合後のミーティング②】
2分間ゲーム後、自分たちの戦術や全体の動きを確認し、次の試合の戦術や動きを考える。

●児童生徒の資質・能力の育成状況、取組み方や意識の変容など

- お手本などの動画ではなく、実際に自分たちが行った動画を用いたことで、より具体的に考えることができた。ミーティングテーマを設定して行ったので、主体的で対話的で深い学びにつながる姿が見られた。
- 『運動やスポーツが好きですか。』という児童生徒アンケートでは、「好き・やや好き」と回答した割合は4月当初と比較してほぼ横ばいであるが、90%近くの生徒が肯定的な回答を行っている。しかしながら、「嫌い」と回答している生徒が一定数いることから、授業の工夫や課題設定の工夫、到達目標の設定など「嫌いながらも楽しめた」という思いを持たせられるような授業改善が引き続き必要ではないかと考えられる。
- 『ICTを活用することで「できたり、わかったり」することがありましたか。』という児童生徒アンケートでは、95%の児童生徒が「あった」と回答している。「全くなかった」と回答している生徒が0であることから非常に有効な手立てであることが伺える。
今後の単元においても、単元の特性を考慮した上で活用方法について工夫していきたい。



●成果

- 全体の様子を映像で客観的に振り返ることで、個人的な技能ではない戦術的な動きの理解と実践につながった。
- 特に経験が浅かったり、どのように動いていいかがイメージできていない生徒にとって具体的な支援ができた。
- チーム（グループ）でゲームの戦術に関して共通理解を図ることができた。

●課題

- 動画を観ながらのミーティングでは、学年の習熟度合いによって、「テーマ設定」を簡単にして、全員が意見を言えるものにすべきであった。
- 撮影場所がもう少し上方から撮れるとより良いので、一層の工夫が求められる。

●実践研究のねらい

- 学習指導要領の趣旨を踏まえた、ICTの活用による、運動が苦手（嫌い）な児童・生徒への効果的な指導方法の開発及び体力・運動能力や運動・スポーツに対する意識の向上に向けた取組の実施を図るとともに、その実践成果を府内全域に広めるための普及活動を行う。

●具体的な活用方法

- 個々の子どもに応じた、よりきめ細やかな指導方法の開発・実践（実態に応じた指導方法の開発等）
- 知識・技能の定着を助けるデジタルドリル（見本動画の視聴等）

●指導の工夫

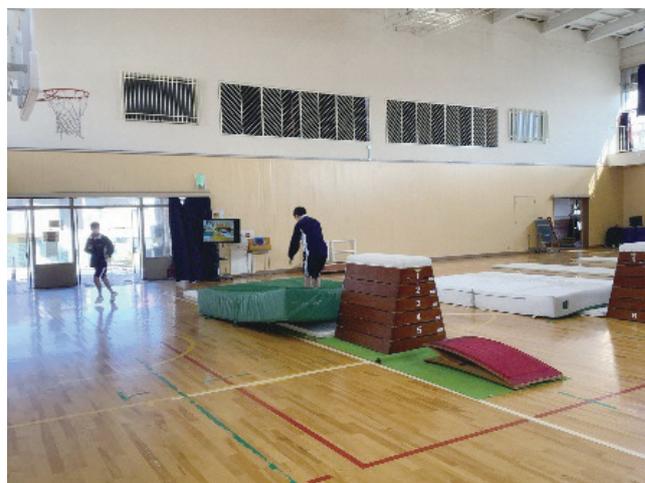
- ① 授業の振り返りを行う際に、試技映像を視聴させ、次回に向けての改善点等を明確にさせた。
- ② タブレット端末の遅延再生ソフトを活用し、4～5箇所の試技場を撮影した。また、撮影した動画は大型モニターに映し出し、跳び箱を跳んだ後に、自分のフォームをすぐに確認できるようにした。
- ③ 単元の最初に生徒に対して、跳び箱に対する意識の調査を実施した。多くの生徒が苦手意識を持つ跳び方については、段階を踏んで練習できるように工夫した。

●授業の様子



【遅延再生ソフトで確認する】

タブレットの遅延再生ソフトを活用し、跳び箱を跳んだあとに自分自身のフォームを確認している。また友達からのアドバイスを聞いている。

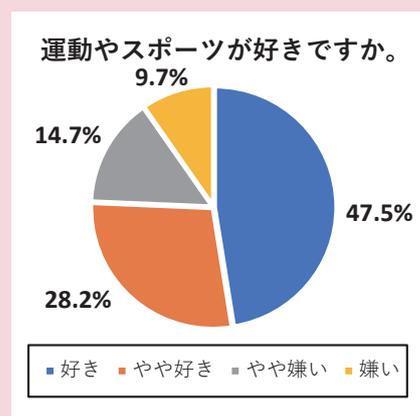
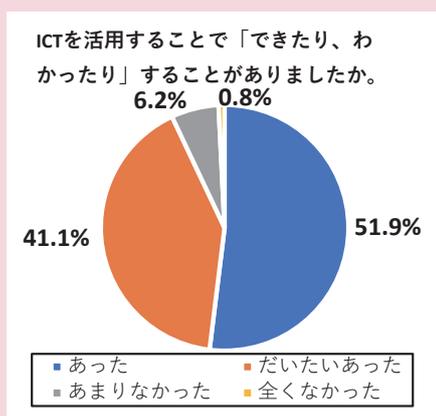


【跳び箱の跳び方を確認する】

跳んだ後、すぐに確認できるように跳び箱の正面に大型モニターを設置して、跳び方を確認している。

●児童生徒の資質・能力の育成状況、取組み方や意識の変容など

- 『ICTを活用することで「できたり、わかったり」することがありましたか。』という生徒アンケートでは、93%の生徒が「あった」、「だいたいあった」と回答している。今回のアンケート結果をもとに、違う単元でもICTを積極的に活用していきたい。また7%の生徒が「あまりなかった」、「全くなかった」と回答していることから支援の必要な生徒には、指導者からの声掛けや、グループを設定することで積極的に活動に参加できるようにさせる必要がある。
- 『運動やスポーツが好きですか。』という生徒アンケートでは、8割近い生徒が「好き」、「やや好き」と回答している。跳び箱の単元の最初に「跳び箱は好きですか？嫌いですか？」というアンケートも取った。その結果、単元の最初は「嫌い」と答えた生徒も実技を行う中で、跳び箱を跳ぶことができ、単元後のアンケートを通して、「嫌い」から多くの生徒が「好き」とアンケートを答えていた。苦手意識を持っていた生徒が跳べたことによって、スポーツの楽しさに触れることができたのではないかと考える。また、2割近くの生徒が「嫌い」、「やや嫌い」と回答した。運動苦手な生徒には、どの単元でもスモールステップを踏ませることで、達成感を継続して体験させるような単元計画を考えていく必要がある。



●成果

- タブレット端末で自己の動きを撮影することで、客観的に見ることができ、技能改善につながった。
- 互いに撮影することで、ペアでのアドバイスをする場面が多く見られた。

●課題

- 撮影を何度もすることで、運動量が落ち、実技にあまり時間をとれない生徒もいた。
- 運動が苦手な生徒の中には、撮影に消極的な面も見られた。
- 動画を見ても改善点に気付けない生徒がいたため、撮影した動画のポイントを指導者から個別に指示する必要があった。

●実践研究のねらい

- 学習指導要領の趣旨を踏まえた、ICTの活用による、運動が苦手（嫌い）な児童・生徒への効果的な指導方法の開発及び体力・運動能力や運動・スポーツに対する意識の向上に向けた取組の実施を図るとともに、その実践成果を府内全域に広めるための普及活動を行う。

●具体的な活用方法

- 個々の子どもに応じた、よりきめ細やかな指導方法の開発・実践（実態に応じた指導方法の開発等）
- 知識・技能の定着を助けるデジタルドリル（見本動画の視聴等）

●指導の工夫

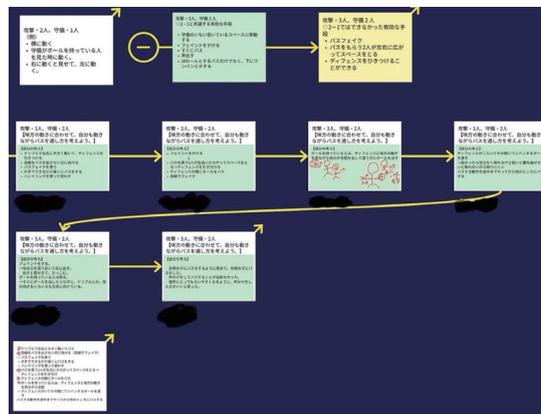
- ① 授業のめあてと振り返りを一つのワークシートデータで提示することにより、生徒がめあてに即した内容の振り返りをして提出することができた。ICTで入力することで読みやすく、評価する上で時間短縮につながった。また、すぐにフィードバックすることで振り返り内容の質も向上した。実技テストなどを動画で記録することで評価の視点がぶれることなく行えた。活動の様子も振り返ることができ、様々な視点で評価の参考となる資料を見ることができた。
- ② 自分の考えや動画をロイロノートに整理し、話し合いには共有ノートを使用することで、意見集約や合意に時間をかけることがなく、話し合い活動が活発化し主体的に学ぼうとしている生徒が増えた。また、教師が生徒の活動を客観的に観察できるため、良い意見の抽出や課題に即した内容の授業を展開していくことに繋がった。
- ③ 単元計画を生徒と共有することで、毎授業のポイントを理解し単元を通して技術面や攻防面など技能の向上に繋がった。また、理解の促進ができたことで、意欲的・主体的に学ぶきっかけとなった。

●授業の様子



【上からの映像】

ギャラリーからの動画をモニターに繋ぎ、すぐに動きや空間などを確認する。

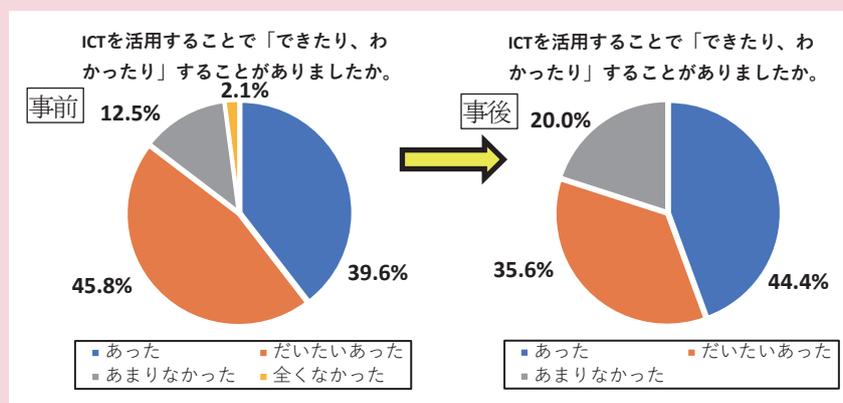
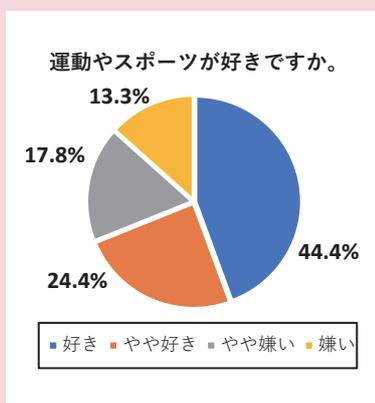


【グループ活動の軌跡】

個人の考えを共有して、実践しながら考えをまとめている。（全員が個人のタブレットで入力可能）

●児童生徒の資質・能力の育成状況、取組み方や意識の変容など

- 個々の技能の向上だけでなく、グループでICTを活用して主体的に対話を行う必然性のある活動を設定した。活動を通して、個々の考えをもとに実践を行いながら、思考力・判断力・表現力の育成を図り課題の改善・解決をしていく力を身につけさせるように取り組んだ。
- 『運動やスポーツが好きですか。』という生徒アンケートでは、約70%の生徒が「好き」、「やや好き」と回答している。特に男子生徒においては、運動を得意としていない生徒も前向きな回答をしていた。単元を問わずに前向きに取り組む生徒が多いので、積極的に教え合ったり、話し合い活動を自主的に行っていることが理由であると推測する。
- 『ICTを活用することで「できたり、わかったり」することがありましたか。』という生徒アンケートでは、事前のアンケートと比べて「全くなかった」という回答をする生徒がいなくなった。ICTを活用して動画の撮影、めあてと振り返りを一つにしたワークシートなど記録や思考を整理するツールとして主に使用していることやデータ上で入力・保存することで見やすくきれいに編集しやすいことから、肯定的に捉えている生徒が多数を占めていると考えられる。ただ、全員にとって有効な手段として活用できるよう研究をさらに進めていきたい。



●成果

- 球技において、自分の動きを上から見ることで、動作や空間の認識が効率的に身についた。
- 自分の動きを客観的に見ることと見る視点を焦点化したことによって、イメージと動きが一致した。特に、運動を苦手とする生徒には、より有効であった。
- ICTを使って意見交流をしたことで、様々な考えを全ての生徒が知ることができた。また、自分の意見と比べられたことで、考えを深めることができた。
- 見学生徒が客観的にグループを観察しICTで交流することによって動きの改善を図れたことから、見学生徒も授業に参加させやすい活動内容になった。

●課題

- 運動が苦手な生徒が自己有用感を感じられる活動内容をより検討する必要がある。
- 活動と確認の作業が同時に行えないので、運動量の確保が難しい。
- 使用する機器が増えたことで、活動内容や状況の把握など配慮する点が多くなり、生徒の安全の確保が必要である。
- 教師側のICTに関する技能の差によって、活用の差が生まれてしまう。

●実践研究のねらい

- 学習指導要領の趣旨を踏まえた、ICTの活用による、運動が苦手（嫌い）な児童・生徒への効果的な指導方法の開発及び体力・運動能力や運動・スポーツに対する意識の向上に向けた取組の実施を図るとともに、その実践成果を府内全域に広めるための普及活動を行う。

●具体的な活用方法

- 個々の子どもに応じた、よりきめ細やかな指導方法の開発・実践（実態に応じた指導方法の開発等）
- 知識・技能の定着を助けるデジタルドリル（見本動画の視聴等）

●指導の工夫

- ① 毎時間の試合の動画や、学習カード、グループのよさや課題、練習計画や作戦の立案、振り返りなどをポートフォリオとしてまとめることで、生徒自らの変容を客観的に確認できるようにした。また、評価の参考とすることができ、効率化を図ることができた。
- ② タグラグビーは、攻守の展開が速く、平面で撮影すると全体の動きが見えにくいことから、撮影方法を工夫して行った。撮影した動画は、生徒がすぐに確認できるようにタブレットにリンクを送信させるようにした。
- ③ タグラグビーオフィシャルウェブサイトの動画を活用したり、技能習得の時間を十分に確保したりすることで、種目の特性やルール、ボール操作、ラン技能やパス技能などの動きを理解させた。また、動画を活用した振り返りでは、自他のよさや課題を発見することにつながり、撮影した動画を記録として残すことで、練習計画や作戦を考える場面において思考を深め、仲間との対話を促すきっかけとなった。

●授業の様子



【試合後の気付きや振り返り】

自分たちで立案した作戦を使ったゲームでの振り返りを発表している。

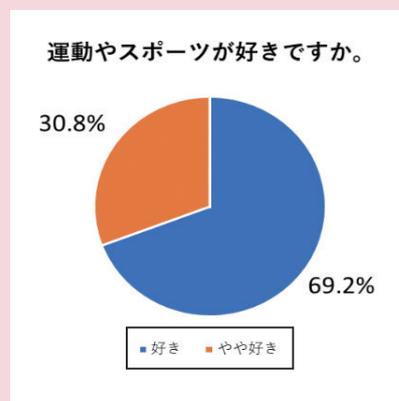
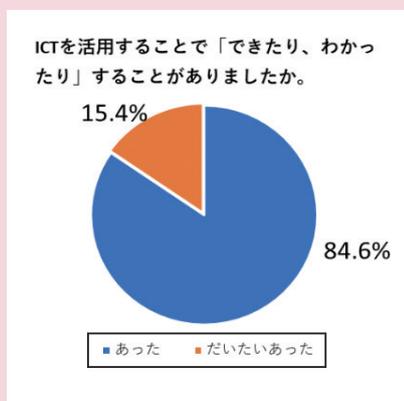


【作戦・戦術の立案】

ロイロノートの共有ノートで意見をまとめ、撮影した動画の動きを見ながら作戦や戦術を考えている。

●児童生徒の資質・能力の育成状況、取組み方や意識の変容など

- 『ICTを活用することで「できたり、わかったり」することがありましたか。』という質問に対しては、全ての生徒が「あった・だいたいあった」と回答している。活用方法としては、主に動画撮影や手本動画の視聴、作戦や戦術の立案、練習計画、ワークシートに代わる授業の振り返り、自己評価の記録などである。動画撮影では、すぐに動きを確認できることや、何度も繰り返し動きを確認できることから、自分の課題を明確にすることができる。また、焦点を絞って動き方や体の動かし方のポイントを確認できることで、仲間に具体的なアドバイスをすることができ、作戦や戦術を考案する上でも、とても有効に活用できると感じる。
- 『運動やスポーツが好きですか。』という質問には、全ての生徒が「好き・やや好き」と回答している。運動をすることが得意ではなくても、体を動かすことは楽しいと感じている生徒が多い。その理由として、仲間と協力して取り組んだり、活発な話し合いの中で、課題を解決していく楽しさや達成感を味わったりすることができているからではないかと考える。



●成果

- タブレット端末で自己やチームの動きを撮影することで、動きをすぐに確認でき、よさや課題を見付け出すことで、技能習得や改善につなげることができた。
- タブレット端末で撮影した動画を分析する協働的な活動を通して、生徒同士が活発に話し合い、思考を深めながら課題を解決しようと粘り強く取り組む姿が見られた。
- タブレット端末で撮影した動画を参考にして、練習計画や作戦・戦術を考えることができた。また、自身やチームの変容について気付いたことをまとめたり発表したりすることができた。

●課題

- 撮影動画を見ても、何をどのように改善したらよいかについて気付けない生徒もいたので、どこを中心に見るのか丁寧に指示をする必要がある。
- タブレット端末を活用することで、話し合いが充実する反面、実際のゲーム等の活動時間が減ってしまうため、バランスを考えながら活用する。
- 複数の動画を同時比較できるアプリが生徒の端末にインストールされていると、現状との比較がよりスピーディーにでき、分かりやすくなる。

●実践研究のねらい

- 学習指導要領の趣旨を踏まえた、ICTの活用による、運動が苦手（嫌い）な児童・生徒への効果的な指導方法の開発及び体力・運動能力や運動・スポーツに対する意識の向上に向けた取組の実施を図るとともに、その実践成果を府内全域に広めるための普及活動を行う。

●具体的な活用方法

- 個々の子どもに応じた、よりきめ細やかな指導方法の開発・実践（実態に応じた指導方法の開発等）
- 知識・技能の定着を助けるデジタルドリル（見本動画の視聴等）

●指導の工夫

- ① ICTを活用することで、感覚的に動いていた部分が、撮影された実際の映像を見ることで客観的な視点からフィードバックすることができ、より多くの気づきや技能習得のヒントとすることができた。また、映像を記録として残すことで、評価の参考とすることができ、効率化を図ることができた。
- ② ICTで動画を撮影させる際には、どの位置から撮影することが効果的であるかをグループで考えさせるなど、場の設定について試行錯誤した。
- ③ 各技のポイントとなることや観察する視点を全体で確認したり、手本となる教材を映像として繰り返し見ることで、その後の学習の中で、的確なアドバイスをすることができるようにした。

●授業の様子



【効果的な撮影角度を試行錯誤】

個々の課題の改善に対して、どの位置からの撮影が効果的であるかを考えながら撮影している。

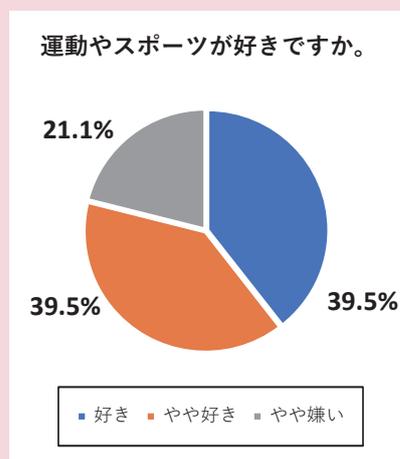
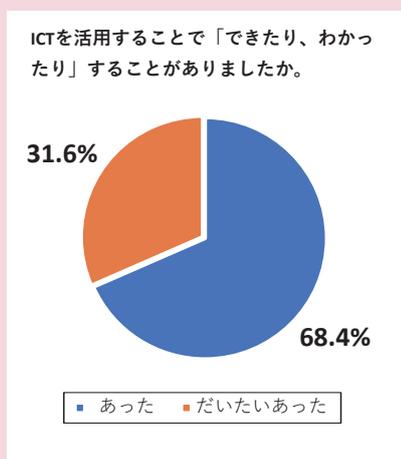


【仲間の試技へアドバイス】

仲間の試技をグループで観ながら、相互にアドバイスをしている。

●児童生徒の資質・能力の育成状況、取組み方や意識の変容など

- 動画を撮影したり、されたり、分析したりと、ICTの活用により、運動の得意・不得意に限らず、生徒一人ひとりに授業の中で役割分担や活躍の場があったことは、意欲的な態度で授業に参加することにつながった。また自己の記録に挑戦したりすることで達成感を持つことができた。
- 『ICTを活用することで「できたり、わかったり」することがありましたか。』という生徒アンケートでは、「あった」「だいたいあった」の回答が100%だった。特に今回の「マット運動」の授業においては、自分や仲間の試技を、場面を区切りながら客観的な視点で観察ができ、技能習得と改善に効果的だった。今後更に、他の種目においても活用方法を工夫していきたい。
- 『運動やスポーツが好きですか。』という生徒アンケートで、「好き」「やや好き」と回答した生徒が約80%であった。一方で約20%の生徒が「やや嫌い」と回答した。前回の調査では、「嫌い」と回答した生徒がわずかにあったが今回調査では0%であったことから、少しずつではあるが肯定的な傾向にある。このことから、体を動かすことに苦手意識を持っている生徒も一部にいるが、多くの生徒は前向きな気持ちで運動に親しんでいる。



●成果

- ICTの活用で、自己のイメージと実際の動きを見比べたり、手本と見比べたりすることで、多くの気づきがあり、技能習得と改善につなげることができた。
- 相互に指摘し合い、練習方法を工夫する場面も多く見られた。振り返りでは、「仲間の動きを観ることで、他者へアドバイスをする力がついたことが成長点だ」と振り返る生徒がいた。
- 動画記録を残す等、実技テスト等の形態を工夫できた。生徒自身が納得し、動画を提出させることで、成果を的確に評価できた。

●課題

- 屋外での授業では、ICTの活用については、Wi-Fiの接続状況や安全面の確保など現段階では、環境面での課題が多い。すべての種目で効果的に活用するのは難しい。
- 撮影動画を観て、自己や仲間の課題に気づくことはできるものの、もともと運動が苦手な生徒へ技能習得の達成感を持たせたり、意欲を持続させたりするための工夫が必要である。

第3章

「体育授業におけるICTの 効果的な活用について」

体育授業におけるICTの効果的な活用について

【体育授業におけるICT活用の現状】

①『体育・保健体育授業のICTを使った学習で「できたり、わかったりすることがある」割合』

		小学5年生				中学2年生							
		男子		女子		男子		女子					
		全国	京都府	全国	京都府	全国	京都府	全国	京都府				
いつもある・ だいたいある	(%)	57.2	↑ 66.0	-	58.2	↑ 67.7	↑	66.8	↑ 75.5	↑	63.4	↑ 71.8	↑
	R 5	55.5	66.0	57.2	67.3	55.8	63.1	54.7	64.9				

※矢印は前年度比、赤字は全国値を上回っている。

※全国体力・運動能力、運動習慣等調査「児童生徒質問調査」から

全国値を大きく上回っており、各校で実態に応じて効果的に活用している成果である。引き続き実態に応じた授業の工夫改善が必要である。

【ICT活用のよさ】

- ①再現性：何度も繰り返し見ることができる。
- ②保存性：保存し評価等に活用できる。
- ③即時性：すぐに振り返ることができる。
- ④柔軟性：動画の拡大・停止・スロー・遅延再生等ができる。



【期待される効果】

- 意欲の向上や学習の見通しを持つことができる。
- 動きのイメージが具体化できる。
- 技や動きの局面を理解することができる。
- 自分の課題を確かめることができる。
- 視覚的な確認や教え合いに効果的である。
- 主体的、対話的で深い学びの充実につながる。

【ICT活用の課題】

- ①教員の活用能力に差が生じる。
- ②ICTを活用している目的が定まらない使い方をしている。
- ③適切な運動量の確保が必要である。
- ④ハード面（数や環境整備）・ソフト面（模範映像の充実）の充実が求められる。
- ⑤ICT活用研修の充実が求められる。

【留意点】

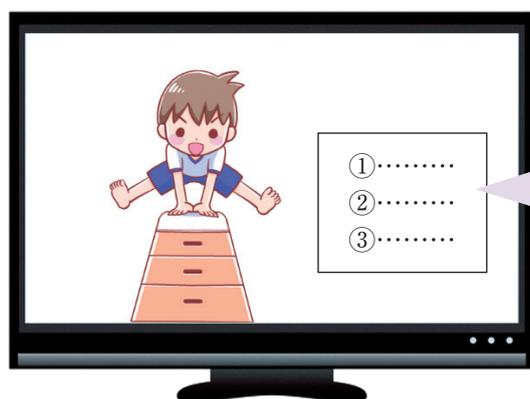
- ①活用の目的を明確にする。
 - ・ただ撮って見るだけでなく、見る視点をどこに当てるのか、はっきり示しましょう。（手や足の位置、仲間の動き等）
- ②児童生徒の動線を決める。
 - ・授業の流れを止めないため、また安全に配慮する上で、児童生徒の動線を決めておきましょう。
- ③事前に動作テストを行う。
 - ・活用する前には、実際の場所でどの場面で活用するか、どのような操作を児童生徒にさせるのかのテストをおきましょう。
- ④役割分担をする。
 - ・試技する人、撮る人、アドバイスする人等役割を明確にしましょう。

活用例 ①

手本の動きを提示する

技の行い方やポイントを動画で見せることで時間短縮を図り、活動時間を確保することができます。

また、タブレット端末に手本動画を入れておくと、見たいタイミングで手本の動画を見ることができます。



技のポイントを書いておくことで、知識の習得につながります。

活用例 ②

自分の動きを撮ってポイントを確認する

ペアやグループで撮る方法と、三脚に固定して遅延再生で確認する方法があります。ペアやグループの場合は、見る視点や役割分担を明確にしておくことが大切です。何気なく撮って見るだけの目的のない活用にならないよう注意しましょう。

三脚に固定する場合は、遅延時間の設定、児童生徒の動線を明確に指示しておきましょう。

手本となる動画と自分の動きを見比べることもできます。



手を着く位置はどこかな。

活用例 ③

プロジェクターで投影する

体育館の壁や大型スクリーンに映像やタイマーを投影し、遠くからでも見えるようにすることで、次に何をするのか見通しを持たせることができます。

また、同時に音楽を流し、その切り替わりで次の学習場面の合図とすることで、自主的に行動できるようにもなります。



(例) 音楽を切り替える

♪ ♪ ♪
ゲーム ♪ 作戦会議 ♪ コートチェンジ

活用例 ④

動きの作戦を立てる

自分たちのゲームでの動きを撮影し、チームで次の作戦を考えることで、思考を深め、仲間との対話を促すことができます。

次のゲームに向けて作戦を考え、交流



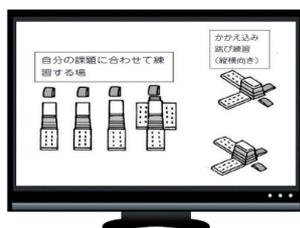
1人1人のタブレット端末で、発表アプリを活用し、文字や絵図を用いて、交流するのもいいね。

活用例 ⑤

場の準備、用具の配置図を提示する

場の準備は、素早く安全に行うことが重要です。

大型スクリーンに配置図を提示することで、児童生徒が準備や片づけを自分から進んで、安全にスムーズに行うことができるようになります。そうすることで、活動時間を十分に確保することにつながります。

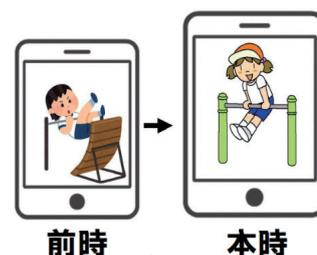


活用例 ⑥

学びの変容を記録する

授業毎時間の記録を保存し、その動きを比較することで自己変容を確認することができます。

また、どうやったら技ができるようになったのか、など思考させる材料にもなり、評価に反映させることができます。



どうやったらできるようになったのか学習カードに書いてみましょう。

活用例 ⑦

家庭においても学習コンテンツを活用する

体育授業や家庭学習で活用できるコンテンツを効果的に活用することで、自宅での運動機会の創出を図ることができます。

必要に応じて、以下のコンテンツを活用してください。

◇家庭でも実施が可能と考えられる学習活動について（スポーツ庁ホームページ）

○家庭での体育、保健体育の学習コンテンツ参考例(小学校体育、中学校及び高等学校保健体育)

◇学習コンテンツ（京都府教育委員会保健体育課ホームページ）

○主に中学校・高等学校向け

- ・京都トレーニングセンター「10分サーキットトレーニング」高校生向け
- ・運動取組チェックシート

○主に小学校向け

- ・まゆまる体操（ユーチューブ編・ゆっくりバージョン・解説編）
- ・京都トレーニングセンター「いっしょに体をうごかそう！」小・中学生向け
- ・運動取組カード
- ・京都トレーニングセンター「スマチャレ」シリーズ1・2



◇指導の参考となるコンテンツ

- 児童生徒の1人1台のICT端末を活用した体育・保健体育授業の事例集（スポ庁HP）
- 小学校体育（運動領域）指導の手引 ～楽しく身に付く体育の授業～（スポ庁HP）
- 小学校体育の動画資料 ～器械・器具を使っの運動遊び、器械運動～（スポ庁HP）
- 体育指導力向上研究事例報告書（府教委保健体育課学校体育係HP）

【参考資料】

- ・「体育・保健体育科の指導におけるICTの活用について」文部科学省（2020）
- ・「体育授業のICT活用アイデア56」明治図書出版（2020）
- ・「体育の「主体的・対話的で深い学び」を支えるICTの利活用」創文企画（2019）

第4章

「体力向上推進プロジェクト」



体力向上推進プロジェクト



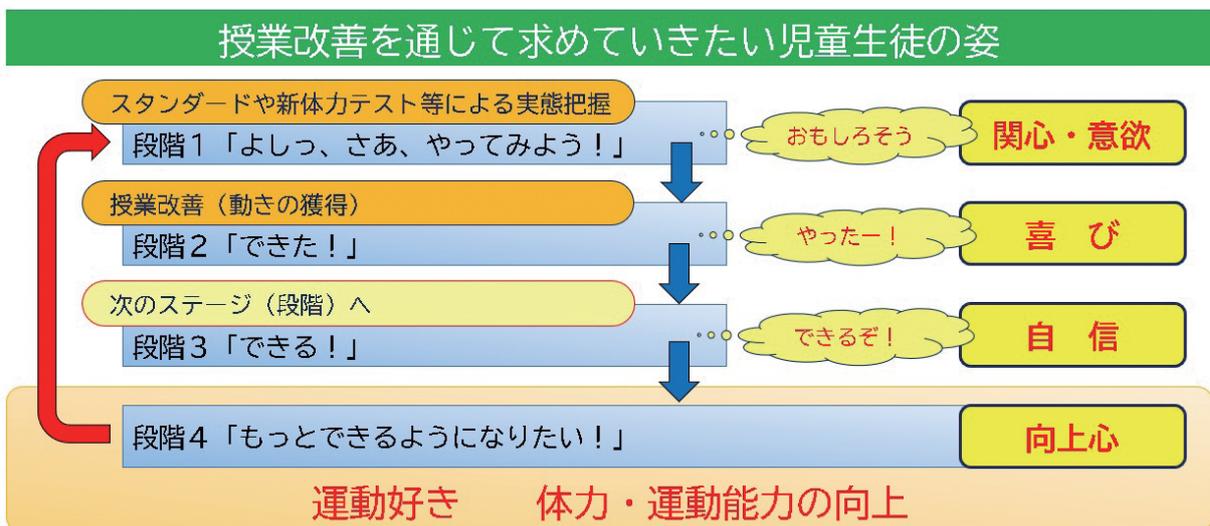
本府が推進している「体力向上推進プロジェクト」は、体力・運動能力に関する課題解決に向けて、各校で実施した新体力テストの結果や「京の子ども元気なからだスタンダード」等の活用から、自校の児童生徒の体力・運動能力等について学年別・男女別に把握、分析して、これまでの取組内容の見直しや改善を図り、一人一人の実態に応じた各校独自の取組を計画・実践することを目的としています。

① 自校の現状把握 〈Plan〉

- 新体力テストの実施と結果の考察（小・中・高）
- 「体力・運動能力向上に関わる年間指導計画」の作成
- 「京の子ども元気なからだスタンダード・スタンダードPLUS+」の実施と結果の考察（小）
- 体育科・保健体育科年間指導計画の確認（小・中・高）

② 運動習慣化の取組 〈Do〉

- 体育授業での「生涯にわたって運動に親しむための資質や能力」の育成



- 体育授業以外の時間の手立て（小学校での休み時間の運動時間設定、保護者への働きかけ・地域との連携、運動部活動への積極的な参加奨励等）

③ 1年間の取組の成果と分析、次年度への課題の明確化（=取組の改善）〈Check・Action〉

[具体的な実施方法]

①自校の現状把握〈Plan〉

- 新体力テストの種目別平均を全国平均値と比較し、傾向を把握・分析する。(小・中・高)
- 現状分析に基づき「体力・運動能力向上に関わる年間指導計画」を作成する。
- 小学校においては「京の子ども元気なからだスタンダード・スタンダードPLUS⁺」の測定を実施し、その結果から学校・学年等に共通した課題とされる(身に付いていない)動作スキルを把握する。
- 体育科・保健体育科年間指導計画の確認(全ての学年における「体づくり運動」領域の実施、発達の段階のまとめ、指導内容の系統的なつながり等)と児童生徒の実態に基づいた単元計画を作成する。

②運動習慣化の取組〈Do〉

- 小学校においては、「京の子ども元気なからだスタンダード・スタンダードPLUS⁺」を「体づくり運動」領域の「多様な動きをつくる運動」等で活用し、その充実を図る。
- 中学校においては、各学年7単位時間以上の「体づくり運動」や他の領域を通じて、自己の健康や体力の状況に応じて体力を高めるとともに、実生活で生かすことができるよう、指導方法の工夫を図る。
- 高等学校においては、各学年次7～10単位時間程度の「体づくり運動」領域や他の領域を通じて卒業後も継続可能な手軽な運動の計画を立て、定期的に計画を見直して取り組むことができるなどの実践力の育成と、新体力テストの自校の傾向を踏まえた具体的な体力向上の計画を推進する。
- 体育授業以外の時間(特別活動・業間等)を活用した取組を実践するなど、学校独自の取組や地域等と連携した取組を推進する。

③1年間の取組の成果と分析、次年度への課題(=取組の改善)

〈Check・Action〉

- 児童生徒自らが体力・運動能力の伸長が実感できるよう、新体力テストやスタンダード等の再測定を実施する。
- 取組の成果と分析により、次年度の「体力・運動能力向上に関わる年間指導計画」や体育授業の指導内容等について見直し、改善を図る。
(※小・中学校は義務教育学校を含む。)



「京の子ども元気なからだスタンダード」は測定することがねらいではありません。



自校（学級）の子どもたちが、どのような動きが身に付いていないのか、どのポイントでつまづいているのかといった現状を確認する手立てのひとつです。



現状の把握・分析から、自校の課題をつかみ、学校全体で目標設定をしましょう。



「体力向上推進プロジェクト」

（小学校バージョン）

各校でのPDCAサイクルに基づく体力向上に係る具体的な指導計画の作成

Plan

自校の体力結果等の現状把握・分析

→スタンダード等を実施し、自校の学年別、男女別に課題を明確化する。学校目標や年間指導計画を設定する。

Do

運動習慣化に向けた取組

→学校や地域の特性、児童の実態に応じた取組を実施する。スタンダード等を「体づくり運動」領域などで活用する。

Check

1年間の取組の成果と分析

→新体力テストやスタンダード等の再測定を実施して、取組の成果と分析をおこなう。

Action

次年度への課題（＝取組の改善）

→取組や年間指導計画の改善・見直しを実施して次年度への新たな課題の発見・把握をする。

6年間を見通した年間指導計画

「スタンダード・スタンダードPLUS⁺」を活用した年間指導計画例

体育科において、6年間を見通した系統性のある年間指導計画の作成が、重視されています。2学年を1つのまとまりとして計画を立てることで、指導内容が明確化されます。設定した目標を達成できるよう、単元計画を立てましょう。

（単元計画は、2年間のまとまりで立てるようにしましょう。）

- 本書や「体力づくり指導の手引き The First Step 授業実践事例及び展開例 Ver.2」（平成22年1月）を参考にして、「体づくり運動」領域を中心に「動きづくり」に取り組んでみましょう。



- スタンダードを地域、家庭で活用しましょう。学校からの発信によって、地域、家庭での活用を促し、相互に連携して子どもたちの「元気なからだ」づくりを目指しましょう。



スタンダード①



スタンダード②



スタンダード③



スタンダード+

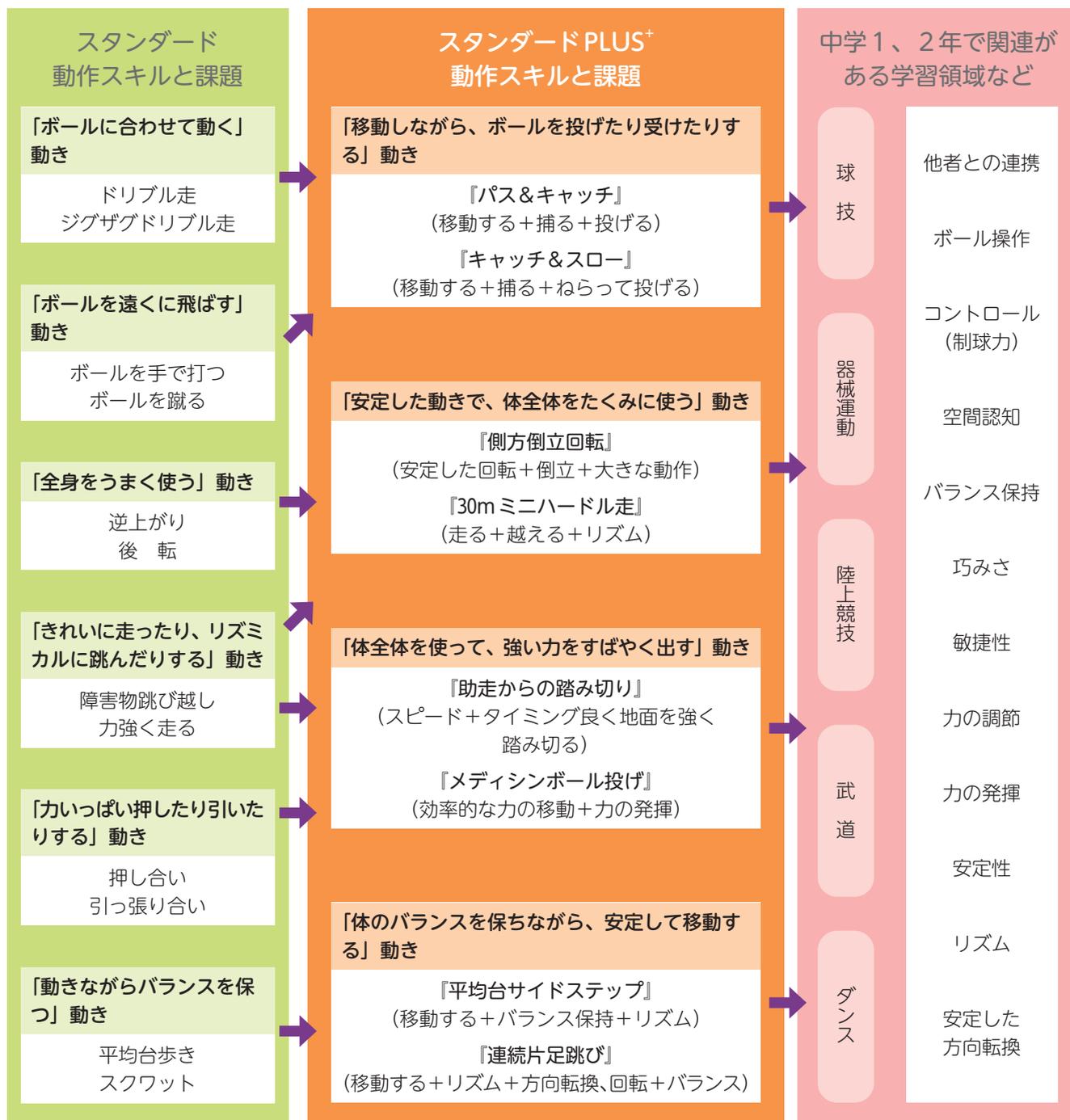
URL : <https://www.kyoto-be.ne.jp/hotai/cms/?p=101>

【スタンダードPLUS⁺に関連する動きの系統性】

〔小学校3、4年生〕

〔小学校5、6年生〕

〔中学生〕



中学生との接続も視野に入れた複合的な動作スキルの獲得

このスタンダードPLUS⁺は、子どもたちの発達段階や小、中学校の学習内容の系統性を踏まえ、高学年段階における複数の動きを同時に連動して行う動作スキルの獲得状況を把握することをねらいとしています。指標となる複合的動作項目（8動作課題）は、中学校の体育等で求められる、より専門的な運動に必要な様々な動作に対して、円滑に対応できるよう工夫されています。スタンダードからスタンダードPLUS⁺へと継続して活用することで、「○○ができる」から「○○しながら○○ができる」という発展する動作課題の獲得状況の把握に役立ててください。

令和6年度「授業力向上推進委員会」

◎代表

氏名	所属等
◎藤野 貴之	京都府教育庁指導部保健体育課学校体育係 総括指導主事兼係長
小松崎 敏	国立大学法人京都教育大学 教授
小山 宏之	国立大学法人京都教育大学 准教授
岡田 雄樹	国立大学法人京都教育大学 講師
古川 博史	京都府柔道連盟 副会長兼理事長
平野 嘉彦	京都府柔道連盟 常任理事
塩尻 忠臣	京都府合気道連盟
越智 泰造	京都府合気道連盟
波多野 明美	京都なぎなた連盟
安部 俊之	京都府教育庁指導部保健体育課学校体育係 指導主事
貫井 みさき	
竹田 享洋	

令和6年度「協力機関」

教育局	乙訓教育局	山城教育局	南丹教育局	中丹教育局	丹後教育局
教育委員会	長岡京市教育委員会 京田辺市教育委員会 京丹後市教育委員会	宇治市教育委員会 京丹波町教育委員会	八幡市教育委員会 福知山市教育委員会		
地域スポーツ団体	京都府柔道連盟	京都府合気道連盟	京都なぎなた連盟		

令和6年度「武道授業推進実践モデル校」

府立洛北高等学校附属中学校	宇治市立北宇治中学校	京丹後市立丹後中学校
---------------	------------	------------

令和6年度「体育指導力向上指定校」

長岡京市立長岡第五小学校	長岡京市立長岡中学校
八幡市立有都小学校	京田辺市立田辺中学校
京丹波町立下山小学校	京丹波町立蒲生野中学校
福知山市立上豊富小学校	福知山市立三和中学校
京丹後市立橘小学校	京丹後市立久美浜中学校

令和6年度「体育指導力向上指定校検討会議」

○第1回 【期 日】 令和6年8月19日（月） 【参加者】 令和6年度「体育指導力向上指定校」関係者及び指導主事等 【内 容】 ①講義及び実技（京都教育大学 准教授 小山 宏之 氏） ②研究協議
○第2回 【期 日】（小学校部会）令和7年2月4日（火）、（中学校部会）令和7年2月7日（金） 【参加者】 令和6年度「体育指導力向上指定校」関係者及び指導主事等 【内 容】 ①講義（小学校部会）京都教育大学 准教授 小山 宏之 氏 （中学校部会）京都教育大学 講 師 岡田 雄樹 氏 ②パネルディスカッション ※指定校以外の教員には、オンラインにより配信

令和6年度
体育指導力向上研究事例報告書

発行／令和7年3月

発行者／京都府教育委員会

編集／京都府教育庁指導部保健体育課