

スポーツ庁委託事業

(令和4年度令和の日本型学校体育構築支援事業)

令和4年度

体育指導力向上研究事例

報告書

ま え が き

本年度も、新型コロナウイルス感染症の影響により感染予防対策を講じながらの教育活動が継続しており、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。

今年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査における全国の体力合計点の平均値は、令和3年度調査に続き低下する結果となり、本府においてもその傾向は同様で、多くの項目が全国平均値を下回る結果となりました。しかし、体育授業等において制限がある中、運動機会を大切にし、活動することでコロナ禍以前の水準に戻りつつある項目もあることから、引き続き各校の実態に応じて、課題解決に向けた取組の実施をお願いしているところです。

こうした現状を踏まえ、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を目指しております。

令和4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等、武道に対する興味・関心を高めるための取組を実践していただく「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。各モデル校においてICT機器の効果的な活用もふまえながら、男女共習の学習を通じて、一人一人の違いを大切にしたり、参加する仲間の状況に応じて楽しむ方法を学んだりするなど、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、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、体育授業でのICT機器の効果的な活用に向けて実践研究を行っていただき、運動が苦手（嫌い）な児童生徒が、ICT機器の活用により「できた、わかった」と感じる割合が向上するなど、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実践研究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し、「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）を持って、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5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
〔第2学年 柔道（男女別習）、第2学年 なぎなた（男女共習）〕
- 城陽市立北城陽中学校 5
〔全学年 空手道（男女共習）、第1・2学年 合気道（男女共習）〕
- 宮津市立栗田中学校 9
〔第1・2学年 柔道（男女共習）、全学年 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

- 大山崎町立第二大山崎小学校 13
〔器械運動（第4学年マット運動）、ゲーム（第6学年ソフトボール）〕
- 宇治市立西小倉小学校 15
〔器械・器具を使つての運動遊び（第2学年マットを使った運動遊び）
ボール運動（第5学年ソフトバレーボール）〕
- 南丹市立美山小学校 17
〔陸上運動（第5学年ハードル走）、ゲーム（第5学年ティーボール）〕
- 舞鶴市立新舞鶴小学校 19
〔器械運動（第3学年マット運動）、ボール運動（第6学年フットビー）〕
- 京丹後市立大宮南小学校 21
〔ゲーム（第2学年的当てゲーム）、器械運動（第5学年マット運動）〕

中学校

- 向日市立寺戸中学校 23
〔器械運動（第2学年跳び箱運動）、武道（第2学年柔道）〕
- 八幡市立男山第二中学校 25
〔武道（第3学年柔道）、球技（第3学年バドミントン）〕
- 南丹市立美山中学校 27
〔球技（第1学年バスケットボール）、陸上競技（第2学年長距離走）〕
- 舞鶴市立青葉中学校 29
〔器械運動（第2学年跳び箱運動）、ダンス（第2学年現代的なリズムのダンス）〕
- 宮津市立宮津中学校 31
〔球技（第3学年ソフトボール）、体づくり運動（第3学年体力を高める運動）〕

第3章 「体育授業における ICT 機器の効果的な活用について」

- 活用事例 33

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 37
- スタンダードを活用しましょう 39

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

全校生徒数	239名
実践生徒数	第2学年 A・B組 男33名 女46名

ねらい

昨年度柔道を行っており、受け身や固め技の基礎的な技能は学習している。今年度は安全かつ高度な技術習得のために、実技指導において授業協力者を活用する。

日本の文化や伝統的な考え方を知ること、相手を尊重する態度を育成する。また対話的な授業を目指すことで、自分だけでなく他者を認める雰囲気を作る。

1 武道授業の実態

〔校内指導体制〕

- 男女別習での実施
- 男子は高校籍の教諭が担当し、女子は中学籍の教諭が担当している
- 畳は常設ではなく、授業ごとに生徒が畳を敷く

2 単元計画・授業内容

〔年間授業時数〕

【柔道】第2学年 10時間程度〈男女別習〉 【なぎなた】第2学年 2時間実施〈男女共習〉

種目	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	柔道					なぎなた	柔道			
学習の流れ	(別) 礼法 柔道衣の着方	(別) 基本動作	★授業協力者による授業	(別) 基本動作	(別) 基本動作	★授業協力者による授業	(別) 基本動作			
	(別) 基本動作	(別) 受け身	(共) 立ち技からの受け身	(別) 固め技	準備運動 礼法 足さばき 基本打突の学習	(別) 固め技	(別) 投げ技 足さばき 約束練習			
	(別) 受け身	(別) 固め技	(共) 固め技	(別) 固め技の解き方	リズムなぎなた実践	(別) 固め技の解き方				

※ (別)：男女別習 (共)：男女共習

〔授業形態〕

【柔道】

1・2学年は男女別習実施。
3時間目に授業協力者と担当教諭により実施。

【なぎなた】

連続2時間を男女共習の学年体育として実施。

〔授業協力者〕

【柔道】

- 氏名：平野 嘉彦
- 所属：京都府柔道連盟
- 授業協力者による授業補助
1時間 × 2講座 (2年生)

【なぎなた】

- 氏名：古川 訓子 岡崎 実歩
- 所属：京都なぎなた連盟
- 授業協力者による授業補助
1時間 × 2講座 (2年生)

〔柔道授業内容〕

- 体落としの受け身の取り方について
《めあて》
- 立位からの受け身を正しくとることができる

《本時の展開 (3/9)》

過程	主な学習活動	指導形態
導入	集合、整列、挨拶、黙想、本時の流れ、めあての確認、準備運動、基礎練習、礼法	一斉
展開	体落としの受け身の正しい取り方	一斉
まとめ	振り返り	ペア 一斉



〔なぎなた授業内容〕

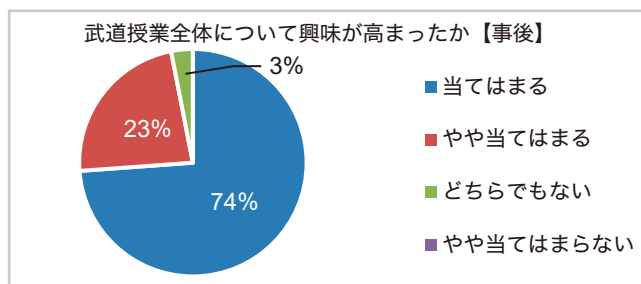
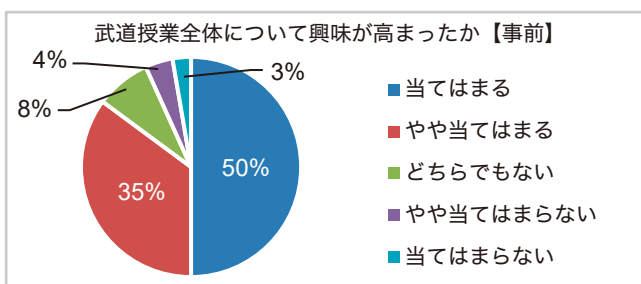
- なぎなたの説明、歴史、礼法、基本打突の仕方、リズムなぎなた

過程	主な学習活動	指導形態
導入	集合、整列、挨拶、本時の流れ なぎなたの歴史、なぎなたについて 試合の動画を視聴、模範演技、防具をつけての実演	一斉
展開	足さばき、打突	一斉
まとめ	振り返り	一斉



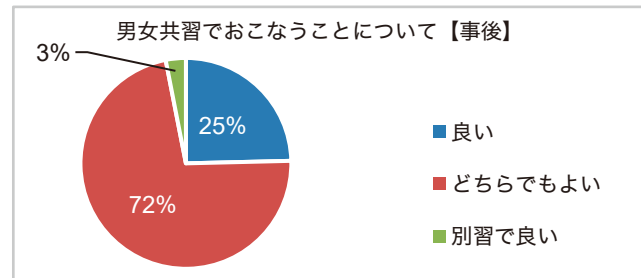
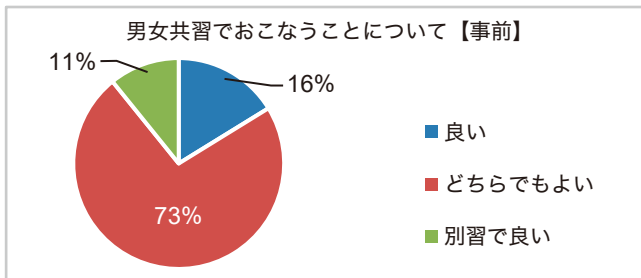
3 生徒の意識変容

- 多様な武道について



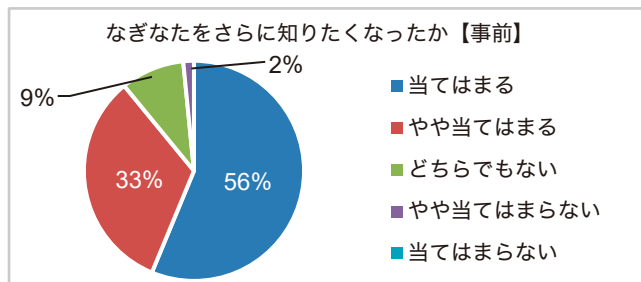
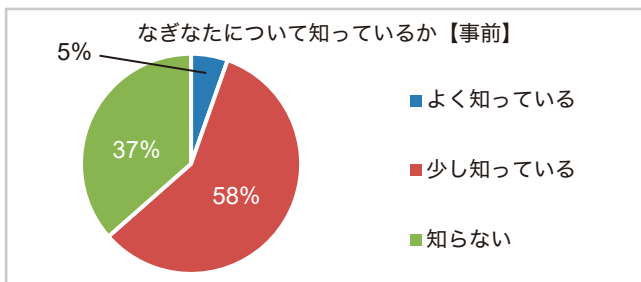
- ◆ 授業前でも武道授業に興味がある生徒は全体の80%を超え、高い関心があった。授業終了後は90%を超え、日本固有の伝統に触れるとともに、武道の楽しさを味わうことができた。

- 男女共習について



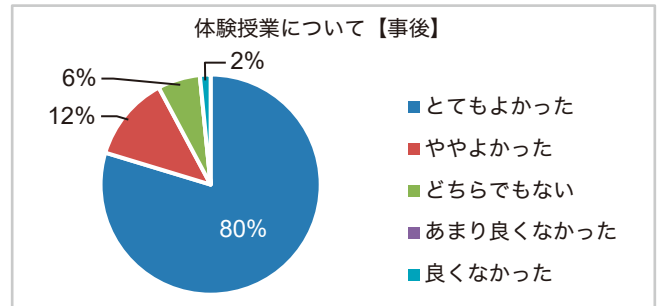
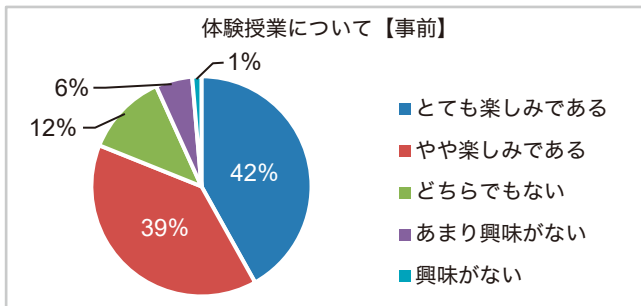
- ◆ 本校は男女共習の種目もあることから抵抗感は低い。授業前と授業後での「どちらでも良い」の割合はあまり変わっていないが、別習の方が良いと思っていた生徒が、「どちらでもよい」や、「良い」に変わった。

- 武道について



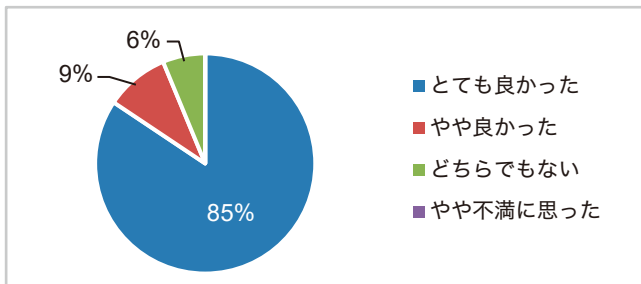
- ◆ 本校には弓道部があり部員を中心に知っている生徒が多くいたが、授業後より詳しく歴史や技術を調べる生徒が多くいた。また歴史の授業が好きな生徒もたくさんおり、他教科との関連をさせ学習につなげる様子が見られた。

● 体験授業について



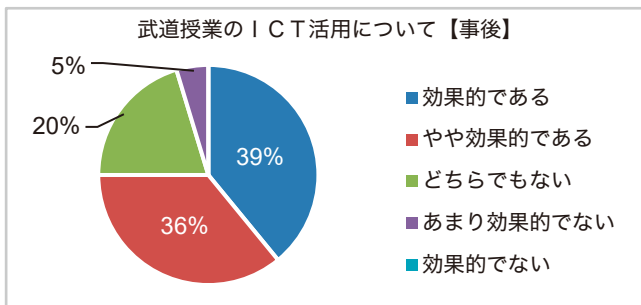
◆ 授業前はどのようなことをするのか不安な生徒もたくさんいたが、体験授業を通して多くの生徒が興味を深めている。

● 専門家（授業協力者）について



◆ 京都なぎなた連盟のから2名の講師の方にお世話になり、楽しくなぎなたを学ぶことができた。また、一人1本なぎなたを持つことができ、待ち時間も無く体験をすることができた。なぎなたを知らない生徒が多い中、初めに試合形式の練習を見ることで一気に生徒たちの興味を掴み、その後は積極的で、なおかつ意欲的に参加することができた。

● 武道授業におけるICT活用の効果について



◆ 普段の授業はタブレットを活用し、受け身や固め技の自己分析や他者分析に活用している。また大画面に遅延再生を流し、常に自分のフォームを意識しながら活動することができる環境を作っている。動画撮影をしての分析は当たり前になっているので、今後発展的な違った使い方をしていきたい。

4 多様な武道を実践したことによる成果と課題

（多様な武道を行った成果と課題）

● 生徒

【成果】 普段の種目では実施しないなぎなたを通して、武道の面白さや初めてのことを知るときの興味関心をくすぐられる感覚、他教科との関連に気づき学びを深めていく姿が見られた。体験授業が楽しいだけで終わるのではなく、礼法や対戦相手に対して敬意を払う姿勢など今後の種目や生活に役立てたいと感想に書いている生徒が多く見られた。

【課題】 冬に行ったため裸足での体験は辛かったとの意見もあった。ICTを使用した動画撮影やプレゼンテーションソフトだけでなく、今後発展的な授業展開が必要である。

● 教員

【成果】運動が苦手や嫌いと言っている生徒が笑顔で楽しく活動することができた。

【課題】男女別習で行っていたため時間を合わせるのが難しかった。

(男女共習での授業の成果と課題)

● 生徒

【成果】性差を認めながら活動を行い、楽しむことができた。

【課題】異性教師の接触がある指導に対して受け入れにくい生徒がいる。

● 教員

【成果】共習を行っていた種目もあるのであまり抵抗無く、活動することができた。

【課題】教師が接触に気を付ける必要があることを再認識できた。固め技や投げ技の異性生徒への指導の仕方や模範が難しい。

(授業協力者を活用した成果と課題)

● 生徒

【成果】柔道の授業協力者を活用し専門的な知識、技能を知り意欲的な授業になった。教科書には記載されていないような専門的な技能の内容に心躍らされていた。なぎなたはほぼ知識が無い状態から興味を引き出し、楽しく学ぶ機会をいただいた。

【課題】なぜ武道を学ぶ必要があるのかなど、事前に意図を知る必要がある。

● 教員

【成果】専門的な技能や知識を教科書よりも高いレベルで指導していただけることはありがたかった。また、普段授業を行っているだけでは気づけなかった新たな教育者としての視点を持つこともできた。「体育って楽しい」や「体育と他教科との繋がり」などの豊かなスポーツライフに繋がる新たな一歩目を踏み出すことができた。

【課題】生徒は落ち着き、意欲的なため、より充実した授業内容の組み立てなど細かい打ち合わせが必要である。

(武道授業におけるICT活用の効果)

● 生徒

【成果】動画を撮影し自己分析だけでなく他者分析も積極的に行うことができた。動画上にそれぞれの成果点や課題点などを記入することで過去と現在を簡単に比較することができ、データで残すことでいつでも確認することができる。技能テストの内容を撮影にすることで、ポイントを生徒が理解したうえで臨むことができる。撮影をスローモーションにすることで、より細部にまでこだわり分析をすることができた。大画面に遅延再生を行うことで、指導をしながら授業の流れを止めずに活動を続けることができた。

【課題】データを見返すことが少なくなってきた。

● 教員

【成果】それぞれの生徒に合った指導をすることができた。個別に授業では指導しきれなかった技能を動画で提出させることによって、動画上で助言することができた。スポーツの技能や知識を調べることを手間に感じることなく、自分の力で解決しようとする力がついた。

【課題】ネット環境が大事になってくるため、グラウンドなどでのネットを接続してのアプリなどは使用できない。データの管理が難しく、「データを無くした」や「データを消した」と言われると対応しにくい。情報モラルの学習が生徒だけでなく教師側にも必要である。ただ動画を撮影し、分析するだけではマンネリ化するため、今後新しい発展的な内容を検討しなければならない。

体験選択種目【合気道】

※選択必修種目以外

城陽市立北城陽中学校

全校生徒数	245名
実践生徒数	第1学年 3クラス 男 46名 女 46名 第2学年 3クラス 男 43名 女 48名

ねらい

新型コロナウイルス感染のリスクを減らしつつ、空手道を通じて伝統的な武道の考え方を学び、技の名称や行い方、基本動作等を理解し演武することができる。

グループで息を合わせて、基本動作を意識しながら基本形を演武することができる。

相手を尊重し、伝統的な行動様式を遵守しながら個々の役割を果たせる。また、安全に配慮した行動をとることができる。

1 武道授業の実態

〔校内指導体制〕

- 空手道を専門としている本校教員（社会科）がT1、体育科教員がT2・T3という指導体制で、授業を行っている。
- 空手道の授業は2年目になるが、昨年度は学年を限定して試験的に行った。今年度は全学年で実施。1、2年生はいずれも初めて空手道の授業に取り組んだ。

2 単元計画・授業内容

〔年間授業時数〕

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
種目	空手道							合気道			
学習の流れ	「授業協力者による授業」	○基本動作の学習 【一斉】 ・立ち方 ・突き ・蹴り ・基本形	○基本形の練習 【一斉】 ・形の流れを復習 【グループ】 ・チーム練習（3～4人組） ⇒タブレットで形の確認 タブレットで演技チェック				形の試合	試合形式の練習	試合	「授業協力者による授業」	
							・手解き ・受け身 ・相対 ・半身			・小手返し ・四方投げ ・隅落とし	

【空手道】全学年において男女共習で実施（授業協力者の活用は第1学年・第2学年で実施）

【合気道】第1学年、第2学年において男女共習で実施

〔授業形態〕

【空手道】8時間の授業時数充当し、男女共習による授業を実施した。

【合気道】連続2時間を、男女共習の学年体育として実施した。

(授業協力者)

【空手道】

- 氏名：谷本 加葉子
- 所属団体：京都府空手道連盟
- 授業協力者による授業補助：
1時間 × 6講座（1・2年生）

【合気道】

- 氏名：梅村 勝己（他4名）
- 所属団体：京都府合気道連盟
- 授業協力者による授業補助：
2時間 × 2講座（1・2年生）

(授業内容)

【空手道】

- 空手道で大事にして欲しいこと
- 空手道の基本動作



《本時の展開（1/8）》

過程	主な学習活動	指導形態
導入	・集合、整列、挨拶 ・本時の流れ、めあての確認	一斉
展開	・声の出し方（挨拶・発声） ・礼法 ・立ち方（結び立ち・平行立ち） ・受け方（下段・上段） ・突き方（正面） ・蹴り方（前蹴り）	一斉 一斉 & 個別
まとめ	・振り返り ・整列、健康観察 ・次時の確認	一斉



【合気道】

- 合気道とは
- 合気道の基本動作

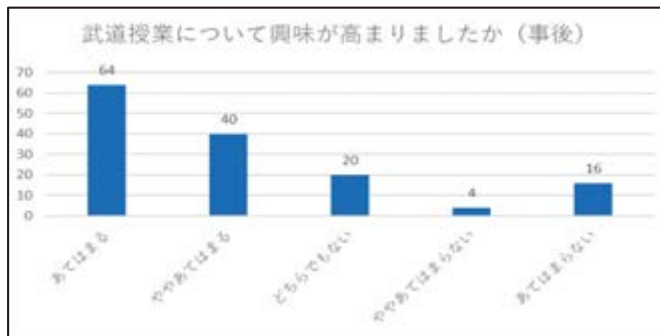
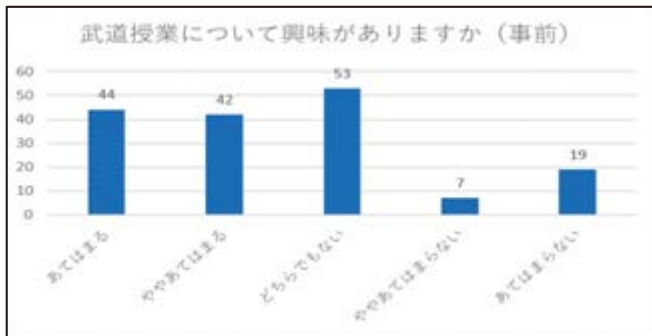
《本時の展開（1・2/2）》

過程	主な学習活動	指導形態
導入	・集合、整列、挨拶 ・本時の流れ、めあての確認 ・合気道とは	一斉
展開	・手解き ・受け身 ・相対（取りと受け） ・半身（構え） ・手首の鍛錬（動画視聴） ・小手返し ・四方投げ ・隅落とし	一斉 & 個別 グループ
まとめ	・振り返り ・整列、健康観察	一斉



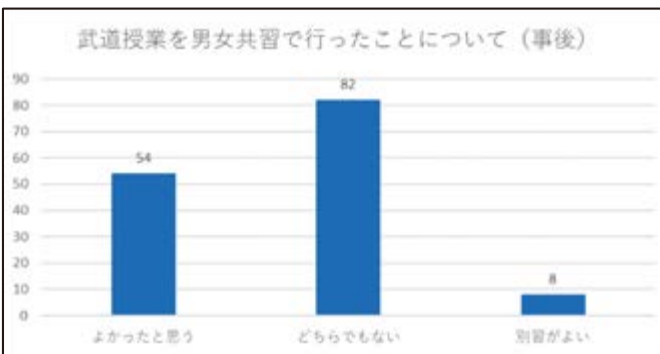
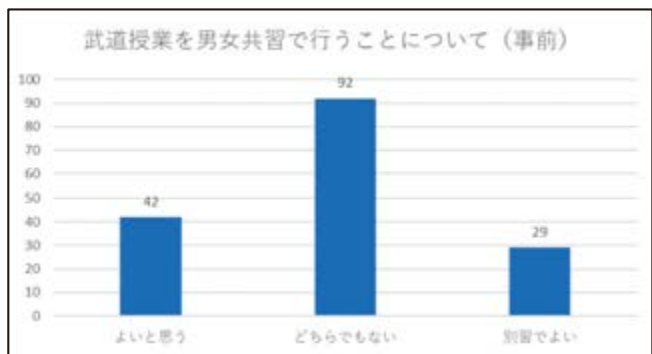
3 生徒の意識変容

●多様な武道について（授業前：興味、関心（期待感）→後：興味、関心（充実感・達成感））



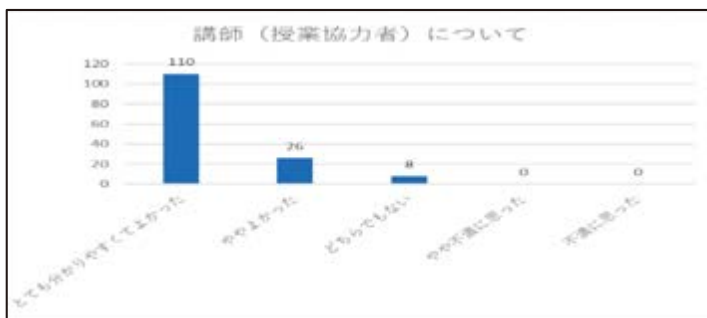
◆事前に「どちらでもない」と答えた生徒が多く、やったことがないので想像も膨らまない様子だったのが、実際に体験することによって、武道の素晴らしさや魅力に気付くことができたように思われる。

●男女共習について（授業前：意識（協力・安心・不安、相手の尊重）→後：意識（変化））



◆「別習で」と事前に答えた生徒の多くが、事後に「共習でよかった」と答えていた。実際にやってみることで、生徒自身が共習の良さに気付けたことが大きな成果と言える。

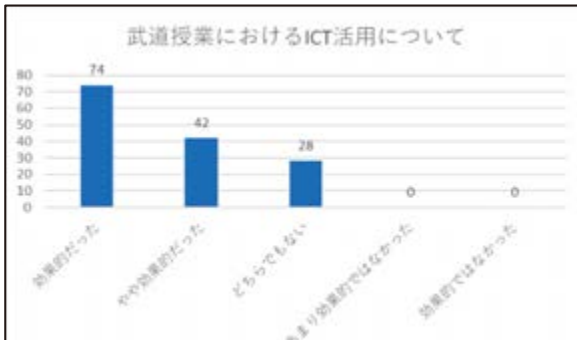
●専門家（授業協力者）について（授業後のみ：礼儀作法の理解、技術向上につながったか）



◆生徒にとっては新鮮で、とても意欲的に取り組んでいる様子だった。

◆礼儀や挨拶についての指導が端的で分かりやすかったので、自然と活気が溢れ、良い雰囲気の中で一つ一つの動きを向上させることができた。

●武道授業におけるICT活用の効果（授業後のみ：技能向上につながったかどうか）



◆手本となる動画を見て正しい動きを確認したり、自分たちの動きを撮影したりと、個人的技能の向上にタブレットは欠かせない、重要な役割を担っている。多くの生徒も必要性を実感している。



4 多様な武道を実践したことによる成果と課題

〔多様な武道を行った成果と課題〕

●生徒

多くの生徒は武道を体験する機会がないので、貴重な経験となった。授業の前と後で主に対人関係に関する変化（挨拶・作法・接し方）が見られたのが1番の成果である。

●教員

「教え方」も当然ながら、「考え方」についての学びが多かった。様々な武道を通じて何を生徒に教えていけば良いのか、大変勉強になった。

技術指導の不安が解消されたわけではなく、研修等は今後も継続して必要だと感じた。

〔男女共習での授業の成果と課題〕

●生徒

想像以上に生徒は抵抗を感じずに取り組むことがわかった。今後は能力差や体格差を考慮しながら、積極的に共習を進めていけば良いと感じた。

●教員

複数体制で指導ができるメリットは大きい。

〔授業協力者を活用した成果と課題〕

●生徒

「何をねらいとして活動するのか」がわかりやすく、専門的な視点から指導していただいたことは、短い時間ではあったが非常にためになる内容であった。

●教員

普段とは違う立場から指導される内容は、教員にとっても視野を広げるための有意義な時間であった。

〔武道授業におけるICT活用の効果〕

●生徒

個人的技能の上達において、非常に有効だと感じた。また、グループ学習で使用させることによって、生徒間を繋ぐコミュニケーションツールとしても有効活用できた。

●教員

自身に技能スキルがなくても、見本動画を活用することによって無理なく指導することができた。特に「クローズド・スキル」の指導において、タブレットは非常に有効である。

体験選択種目【合気道】

※選択必修種目以外

宮津市立栗田中学校

ねらい

全校生徒数	46名
実践生徒数	第1学年
	男5名 女7名
	第2学年
	男7名 女10名

教員の専門的な指導力向上のため、実技指導において授業協力者を活用する。

また、柔道以外の武道を体験することによって、特性や競技性を理解するとともに生徒の学習意欲向上につなげる。さらに、男女共習での授業において、生徒が自他の特性や課題を見つけ、相手を尊重したコミュニケーション力を身に付ける。

1 武道授業の実態

(校内指導体制)

- 柔道の基本動作の実技指導を中心に、安全面を最優先した授業を実施している。
- 全単元を男女共習で実施しており、武道は柔道を選択している。

2 単元計画・授業内容

(年間授業時数) (★印：授業協力者による授業)

第1学年

種目	1	2	3★	4	5	6	7	8	9	10	11 12★	
学習の流れ	柔道										合気道	
	導入(あいさつ、伝統的な行動の仕方、健康観察、本時の学習の見通し)											
	オリエンテーション	準備運動			準備運動、基本動作と受け身の練習						準備運動	
		基本動作の学習			固め技の学習	対人技能の学習(固め技)			学習対人技能の発展	まとめの学習	基本動作の練習	
		受け身の学習										
		対人的技能の学習(受け身)										
整理(本時の振り返り、次時の連絡、あいさつ)												

第2学年

種目	1	2	3	4★	5	6	7	8	9	10	11 12★	
学習の流れ	柔道										合気道	
	導入(あいさつ、伝統的な行動の仕方、健康観察、本時の学習の見通し)											
	オリエンテーション	準備運動			準備運動、基本動作と受け身の復習						準備運動	
		基本動作の復習			投げ技の学習(体落とし・大腰)	対人技能の学習(体落とし・大腰)			学習対人技能の発展	まとめの学習	基本動作の練習	
		受け身の復習										
		固め技の復習										
整理(本時の振り返り、次時の連絡、あいさつ)												

【柔道】全学年男女共習で実施(10時間)

【合気道】全学年男女共習で実施(2時間)

(授業形態)

【柔道】10時間のうち9時間を担当教員の指導、1時間を授業協力者の指導とした。

【合気道】2時間を授業協力者の指導とし、全学年男女共習で実施した。

(授業協力者)

【柔道】

- 氏名：平野 嘉彦
- 所属団体：京都府柔道連盟
- 授業協力者による授業補助

1時間 × 2講座(1・2年生)

【合気道】

- 氏名：塩尻 忠臣 他6名
- 所属団体：京都府合気道連盟
- 授業協力者による授業補助

2時間 × 1講座(1・2・3年生)

(柔道授業内容)

【1年生】

- 基本的な受け身
- 前回り受け身の仕方

《本時の展開（3/10）》

過程	主な学習活動	指導形態
導入	集合、整列、黙想、挨拶 本時の流れ、めあての確認	一斉
	準備運動	一斉
展開	後ろ受け身・横受け身の確認 前受け身の説明・練習 前回り受け身の説明・練習	一斉 一斉 一斉
まとめ	振り返り 整列、健康確認、次時の確認 黙想、挨拶	一斉

【2年生】

- 投げ技（体落とし）

《本時の展開（4/10）》

過程	主な学習活動	指導形態
導入	集合、整列、黙想、挨拶 本時の流れ、めあての確認	一斉
	準備運動	一斉
展開	受け身の確認（後ろ受け身・横受け身） 投げ技（体落とし）の説明・練習 タブレットで撮影、技のチェック	一斉 ペア
まとめ	振り返り 整列、健康確認、次時の確認 黙想、挨拶	一斉



(合気道授業内容)

- 礼法
- 基本動作の練習
- 技の演武
- 技の実習

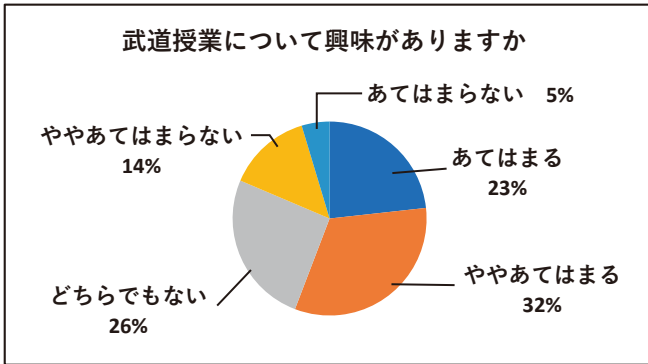


過程	主な学習活動	指導形態
導入	集合、整列、挨拶 本時の流れ、めあての確認 礼法 準備運動（合気体操）	一斉
展開	技の演武 基本動作の練習 技の実習 （隅落とし、四方投げ、小手返し）	一斉 一斉 ペア
まとめ	振り返り 整列、健康確認、挨拶	一斉

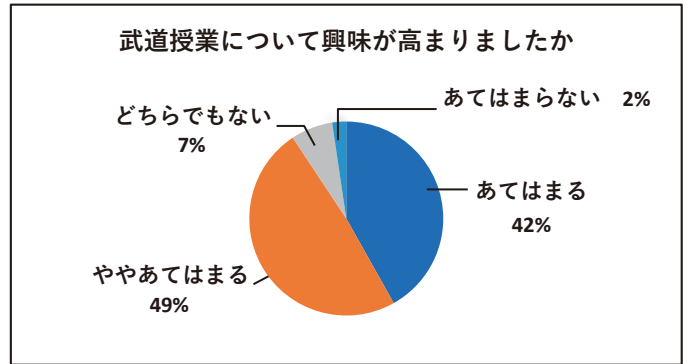
3 生徒の意識変容

- 多様な武道について〔授業前：興味、関心（期待感）→後：興味、関心（充実感・達成感）〕

《授業前》

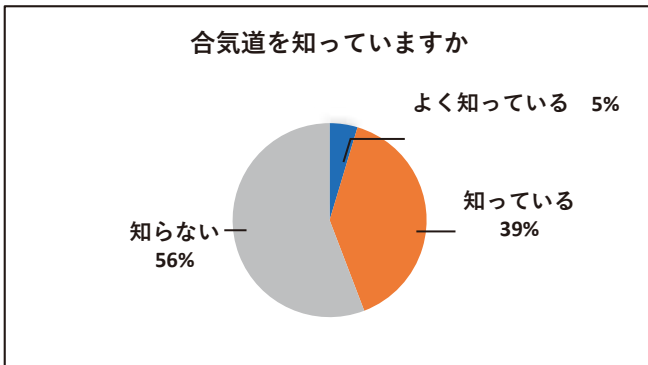


《授業後》

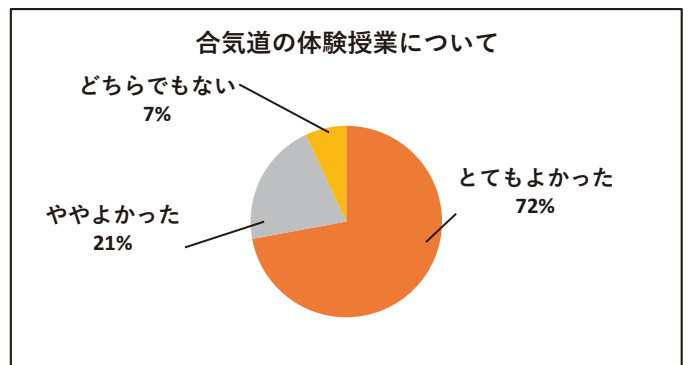


授業を通して、武道への関心を高めることができた。9割の生徒が、興味が高まったと回答しており、特に、3年生については3年間の授業協力者の指導により、さらに興味が高まった。

《授業前》



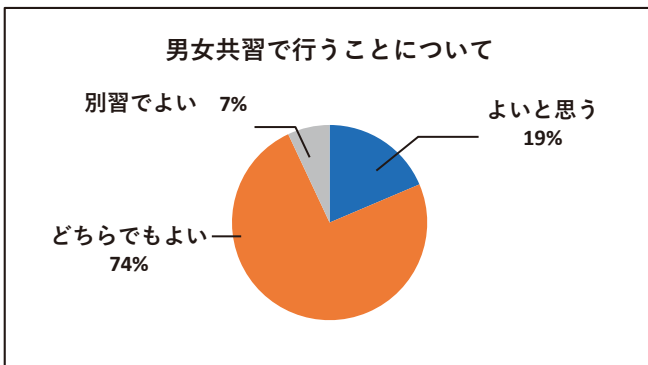
《授業後》



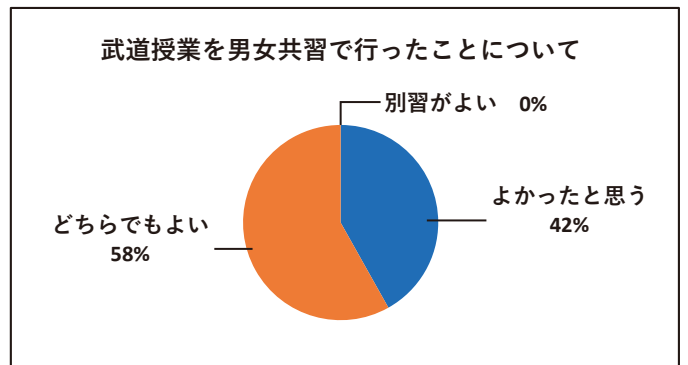
合気道を知らない生徒が半数以上いたが、体験授業後には、9割の生徒が「とてもよかった」「ややよかった」と答えており、合気道への興味が高まり、また理解が深まった。

- 男女共習について〔授業前：意識（協力・安心・不安、相手の尊重）→後：意識（変化）〕

《授業前》

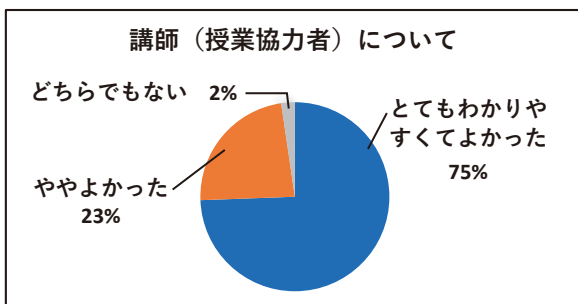


《授業後》



本校はすべての単元で、男女共習での授業を実施していることから、抵抗感を持っている生徒は少ない。

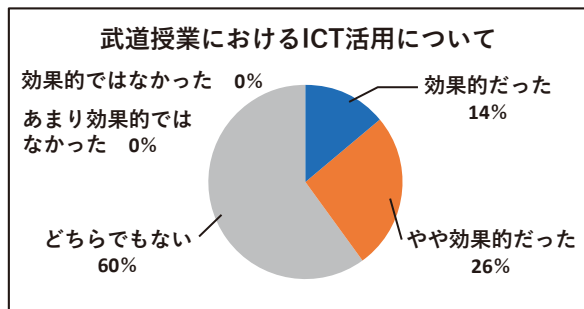
- 専門家（授業協力者）について〔授業後のみ：礼儀作法の理解、技術向上につながったか〕



専門的な技術指導を受けることで、確かな技術と知識を習得することができた。感想には、「もっと色々な技に挑戦したい」「武道についてもっと知りたい」など意欲的な意見も見られた。

武道の礼儀や人を思いやる心など、日常生活に生かしていきたいと考える生徒も見られた。

● 武道授業におけるICT活用の効果（授業後のみ：技能向上につながったかどうか）



「効果的ではなかった」と答えた生徒はいなかったが、6割の生徒が「どちらでもない」と答えている。柔道では、技術の模範動画の視聴することができたが、運動量の確保のため実技練習に時間を費やし、お互いの動きをタブレットに撮りためて検証する時間が少なかったことが、「どちらでもない」と答えた生徒が多くなった要因だと考えられる。

4 多様な武道を実践したことによる成果と課題

〔武道を行った成果と課題〕

● 生徒

- ・昨年度までの経験から、事前アンケートでは、新たな武道について触れる機会を楽しみにしている生徒が多かった。実際に体験してみるとほとんどの生徒が楽しかったと答えており、武道についての興味、関心を高めることができた。
- ・様々な武道に触れることで、日本固有の文化や武道に対する伝統的な考えを理解し、相手を尊重する態度の育成につながった。

● 教員

- ・教員も合気道を体験したことがなかったため、知識と技能の幅が広がる機会となった。
- ・授業を工夫、改善して武道にさらに興味を持たせられるように指導していくことや、事後指導を充実させ、体験したことが今後につながるようにしていく必要がある。

〔男女共習での授業の成果と課題〕

● 生徒

- ・学級の雰囲気大切にしてお互いにコミュニケーションを取り合いながら授業を行うことができた。

● 教員

- ・男子の力強い動作が模範になるなど、互いの動作を見て学ぶ場面が増えた。
- ・さらに互いに教え合う場面を増やし、交流する時間を大切にしていきたい。

〔授業協力者を活用した成果と課題〕

● 生徒

- ・専門的な技能と知識を学んだことで、意欲の向上につながった。
- ・限られた時間で、専門的な技能や動作を習得することは難しかった。

● 教員

- ・専門的な視点を生かした指導方法や段階的な指導方法を学ぶ貴重な機会となった。
- ・今回の学びを生かした授業が展開できるよう、更に研鑽を積む必要がある。

〔武道授業におけるICT活用の効果〕

● 生徒

- ・自身の動作を確認するために効果的であったが、比較をしての動作分析などを通して課題を見つける時間を十分に確保することができなかった。

● 教員

- ・動画視聴による指導は、経験の浅い教員にとっては、具体的な指導において効果的であった。今後は運動量の確保と併せ、ICTの計画的な活用を進めていく。

第2章

「体育指導力向上指定校」

－各指定校の取組－

小学校

大山崎町立第二大山崎小学校

〈実践①〉

器械運動 (マット運動)

- 1 対象 第4学年2組 24名
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 ポイントに気を付けて、側方倒立回転をすることができる。
- 4 本時の展開 (5/6)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備体操 ②用具準備 ③めあての確認	一斉 グループ 一斉
展開	④ポイント確認 ・側方倒立回転のポイントを書いた 掲示物で確認する。	一斉
	⑤ポイント練習 ・班でポイントを確認しながら練習 する。 ⑥選択練習 ・川跳び、ゴムまたぎ、ゴム蹴り、 連続技に分かれて練習する。	グループ 個別 グループ
まとめ	⑦振り返り ・めあてに対する振り返りを全体で 交流する。 ・グループで見つけた友達の成長を 発表する。 ⑧片付け	一斉

ICT活用場面の説明等



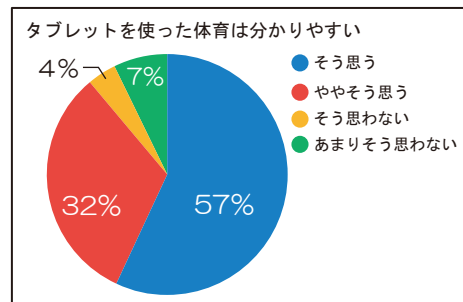
タイムシフトカメラ（遅延再生）を活用し、自分の動きを確認。



グループで見合って、お互いにアドバイスをし合い、動きの改善。

5 取組に関する評価

マット運動が好きな児童の割合		
	好き	好きでない
授業前	54%	46%
授業後	74%	26%



6 成果と課題 (○成果●課題)

- 遅延再生アプリで自分の動きをすぐに確認することで、課題に気付くことができた。
- タブレットを活用することで、児童同士でアドバイスをする姿が増え、動きの改善につなげることができた。
- 提示してある「動きのポイント」と、タブレット上の動きを見比べることで、ポイントを焦点化することができた。
- 遅延再生アプリは、すぐに動きを確認できる一方、保存できないので何を記録するのか明確にしたい。

大山崎町立第二大山崎小学校

〈実践②〉

ゲーム〔ベースボール型〕 (ソフトボール)

- 1 対象 第6学年1組 19名
- 2 場所 グラウンド
- 3 本時の目標 バットでボールを打った後、素早く走塁を行うことができる。また、ボールを捕球した後、素早く送球することができる。
- 4 本時の展開 (3/6)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備体操・5分間走 ②めあての確認	一斉 一斉
展開	③基本技の練習(ICT活用) ・バットでボールを打った後、すぐに一塁ベースへ走る練習 ・ボールを捕球した後、すぐに各ベースへ投げる練習	グループ
	④バッティングゲーム ・一人ずつ打席に立ち、打った後の動作を確認 ・守備では、ボールを捕球した後の動作を確認	グループ
まとめ	⑤振り返り	一斉

ICT活用場面の説明等



グループでバッティングの動作を撮影する。



教室でバッティングの動作を確認する。

5 取組に関する評価

質問内容	そう思う	ややそう思う	あまりそう 思わない	そう思わない
ベースボール型のゲームは好きか。	6→8	9→9	3→1	1→1
ICTを活用することで、投げる・捕る・打つ技能は向上したと思うか。	8→11	7→5	3→2	1→1

6 成果と課題 (○成果●課題)

- 撮影した自分の動きを教室で確認したことで、運動量の確保ができた。
- 動画を撮り動きの確認をしたことで、ボールを打ったらすぐに走ろうとする意識が向上した。
- 撮影した動画を他の児童が見られないよう、端末一台ずつに動画を配布したため、時間がかかった。
- グラウンドでICT機器を活用する場合、砂が機器に入らないよう配慮する必要があった。

宇治市立西小倉小学校

〈実践①〉

器械・器具を使つての運動遊び (マットを使った運動遊び)

- 1 対象 第2学年2組 23名
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 自分たちで上手くできているところや課題を見つけることができる。
- 4 本時の展開 (7/8)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備体操をする。	一斉
	②めあてをつかむ。 「うごきやタイミングを合わせてシンクロマットのれんしゅうをしよう。」	一斉
展開	③練習をする。 ・グループでシンクロ演技の練習をする。	グループ
	④録画をする。 ・シンクロ演技を録画し、できているところや課題点を見つける。	グループ
	⑤演技を改善する。	グループ
まとめ	⑥本時を振り返る。	一斉

ICT活用場面の説明等



前時までに撮影していたグループの動画を見て、注意すべき点を共通理解して練習に取り組む。

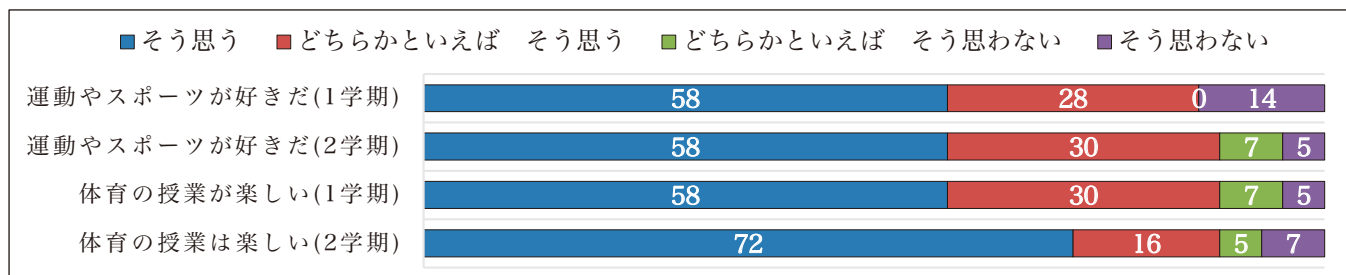


カメラ機能を使用し、グループで動きを合わせてできているか、動きがずれていないかを後から確かめる。



コマ送りにしたり、スロー再生にしたりして、動きをより詳しく動画を確認して、課題を見つける。

5 取組に関する評価



6 成果と課題 (○成果●課題)

- 撮影だけでなく、再生の方法についても状況に合わせて活用できるようになった。
- 共通の動画を友だちと確認することで、目標の達成に向けた話し合いがより活発になった。
- 膝や肘が伸びているか、足の位置はどこか等、注目させるべき部分が明確でないとならぬ効果的なのとはならない。
- 取組を通して、運動量の確保はもちろん必要だが、話し合い等を通して「思考・判断・表現」の力を高める時間も十分に確保していくことが必要である。

宇治市立西小倉小学校

〈実践②〉

ボール運動

(ソフトバレーボール)

- 1 対象 第5学年2組 25名
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 良いところや課題点を見つけ、チームの特徴に応じたポジショニングや、効果的な攻め方を選ぶことができる。
- 4 本時の展開 (7/8)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備体操をする。	一斉
	②ボールトレーニングをする。	一斉
	③めあてをつかむ。 「ボールをつなぐことを意識して、上手にゲームを進めよう。」	一斉
展開	④試しのゲームを行う。	グループ
	⑤動画を見る。 ・撮影した動画を見て、課題点を探り、作戦を練る。	グループ
	⑥作戦を意識してゲームを行う。	グループ
まとめ	⑦本時を振り返る。 ・課題に対してどのような作戦を立て、それがうまくいったのかを説明する。	一斉

ICT活用場面の説明等



試合の様子を俯瞰的に見ることができるように上部から撮影し、課題を明確にする。



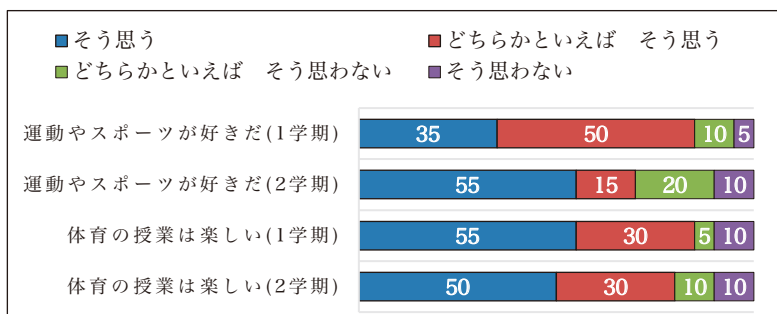
撮影した動画は学習支援アプリ等を介して、児童全員が見て、それぞれが課題を見つける。



タブレットの活用により、動画や写真とともに文章を記入することができるので、交流もしやすく、より具体的な振り返りとなる。

5 取組に関する評価

パス&キャッチ (スタンダードPLUS+) の割合				
	できている	なんとかできる	不十分	全くできない
取組前	17%	52%	22%	9%
取組後	43%	43%	13%	0%



6 成果と課題 (○成果●課題)

- 動いてパスやレシーブをする等、技能面では、向上が見られた。
- 俯瞰的に動画の撮影をすることにより、課題等を見つけやすく、より活発な話し合い活動となった。
- 運動や体育が好きではない、楽しくないと答えた児童が増えた。成功体験をさらに増やすような工夫が求められる。
- タブレット端末を扱う前に児童の学びに必要な情報とそうでない情報を精査した上で活動していく必要がある。

南丹市立美山小学校

〈実践①〉

陸上運動

(ハードル走)

- 1 対象 第5学年 31名
- 2 場所 グラウンド
- 3 本時の目標 リズムよくハードルを越えるためのポイントを確認する。
- 4 本時の展開 (4/8)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備体操 ②ウォームアップ ③めあての確認	一斉
展開	④ペアで練習 (ICT活用) ・踏み切り位置や抜き足、手の動きのポイントをお互いに確認する。 ・動画を見て、踏み切り位置や着地の位置を確認し修正する。	ペア
	⑤50m測定	一斉
まとめ	⑥振り返り めあてに対する振り返りを全体交流で行う。	一斉

ICT活用場面の説明等



ペア練習で、ハードルを越えるためのポイントとなる踏み切り位置や抜き足の姿勢などを動画で確認して、フォームやリズムを修正していった。

5 取組に関する評価

【ハードル走に関する意識について】

	好き (得意)	嫌い (苦手)
実践前	41%	59%
実践後	72%	28%

タイムが伸びた児童
—
72%

6 成果と課題 (○成果●課題)

- 自分の動きを撮影することで客観的に見ることができた。
- 上手にハードルを越える児童と見比べ、技術向上に向けて意欲的に取り組めた。
- 踏み切り位置や足の様子をお互いに言葉で説明し合うなど、児童同士コミュニケーションをとりながら活動できた。
- 屋外では画面が見にくい時もあり、場所を移動したり授業後に見返したりしたこともあった。
- 撮影と見返す時間を確保したため、運動する時間が減り、練習量が少なかった。

南丹市立美山小学校

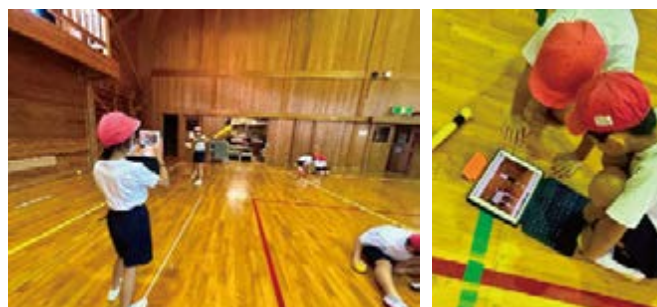
〈実践②〉

ゲーム(ベースボール型) (ティーボール)

- 1 対象 第5学年 31名
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 ティーに設置したボールを打ったり、投げたりして基本動作を確認する。
- 4 本時の展開 (2/8)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備体操 ②めあての確認	一斉
展開	③投げ方、打ち方の復習 「肘を上げ、腕を振って投げる」 「ボールの位置を見て、バットを斜めに振り下ろす」動作の確認をする。 ④ペア練習 (ICT活用) 「投げる」「打つ」の2つのグループに分かれて、お互いにポイントとなることができているか確認しながら練習する。 ・グループを交代して練習	一斉 グループ
まとめ	⑤振り返り めあてに対する振り返りを全体交流で行う。	一斉

ICT活用場面の説明等



タブレットで動画を撮影し、体の軸や視線、腰のひねりなどのバッティングのフォームの要素を互いに確認し、よりよい動作につながるようにした。



ペアの相手から自分の動作について、アドバイスをもらったり、できるようになってきたことを伝えてもらったりした。

5 取組に関する評価

【ハードル走に関する意識について】

	好き (得意)	嫌い (苦手)
実践前	48%	52%
実践後	83%	17%

6 成果と課題 (○成果●課題)

- お互いの動きを撮影し、見返すことで違いを発見し、よりよい動きへと変化させることができた。
- ポイントを押さえた動きでボールを遠くまで投げることができ、運動に対する自信へとつながった。
- 2つのグループが同時に練習したことで、気を付けるポイントが多くなりすぎて、ペアで見返す時に話し合いが進まないことがあった。
- 本時内でボールを打つ活動がなかったため、実際にティーにボールを置いて振る練習が必要だった。

舞鶴市立新舞鶴小学校

〈実践①〉

器械運動

(マット運動)

- 1 対象 第3学年3組 31名
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 壁倒立の習得に向けて、自分の課題に気付くことができる。
- 4 本時の展開 (3/5)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備運動 ②めあての確認 壁倒立のポイントを確認する。 ③マット慣れの運動	一斉
展開	④サーキットメニュー ・かえるの足打ち ・けんけん倒立 ・肋木倒立(壁登り倒立) ⑤課題別練習(ICT活用) ・手をしっかりと付けない児童 →かえるの足打ち ・足がしっかりと上がらない児童 →けんけん倒立 ・マットをしっかりと見られない児童 →肋木倒立	個別
まとめ	⑥振り返り	一斉

ICT活用場面の説明等



タブレットを固定し、遅延再生アプリを8秒に設定する。



自分の動きを見て、課題を把握する。
→課題別練習に取り組む。

5 取組に関する評価

〈ICTを活用した授業を通して〉

学習後の状況	できた	できなかった
壁倒立	20人	11人
壁登り倒立	29人	2人

6 成果と課題 (○成果●課題)

- タブレットの画像を通して自分の動きを確認でき、課題を見つけやすくなったため、児童の学習への意欲が向上した。
- タブレットを定位置に固定して設置することで、友達に撮ってもらったり、友達を撮ったりすることがなく、全員の運動量の確保ができた。
- 遅延再生アプリ以外のアプリを活用できなかったため、学習内容に応じたICTの活用について、工夫していきたい。

舞鶴市立新舞鶴小学校

〈実践②〉

ボール運動（ゴール型） （フットビー）

- 1 対象 第6学年2組 28名
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 得点を取るために、数的優位の状況を生み出す作戦を考え、ゲームに活かすことができる。
- 4 本時の展開 (7/8)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備運動	一斉
	②ゲームのルールの確認 (ICT活用)	
	③めあての確認 (ICT活用)	
展開	④ハーフコートでチーム練習 これまでの作戦を試す。	グループ
	⑤オールコートゲームの体験	
	⑥オールコートゲームの反省と、次に向けた作戦会議 (ICT活用)	
	⑦オールコートゲーム	
まとめ	⑧振り返り	一斉

ICT活用場面の説明等



めあて、ゲームのルールを確認する。



撮影したゲームの様子を見て、次戦の作戦に活かす。

5 取組に関する評価

質問内容	◎	○	△	×
得点チャンスを作るための作戦を考えたか。	5人→16人	13人→9人	7人→2人	3人→1人
「うまくいった」とチームで喜びを分かち合える瞬間があったか。	9人→12人	12人→10人	3人→5人	4人→1人

6 成果と課題 (○成果●課題)

- 他のチームの映像を繰り返し見ることで、新たな作戦を考えるきっかけができた。
→パスをもらうための動き、ボールを持たないときの動きを考えやすい、イメージしやすい。
- 児童の人数にもよるが、自分たちで動画を撮り、課題を見つけ、修正していけるとよい。

京丹後市立大宮南小学校

〈実践①〉

ゲーム〔ボールゲーム〕 (的当てゲーム)

- 1 対象 第2学年 12名
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 攻めや守りの動きを工夫し、ゲームを楽しむことができる。
- 4 本時の展開 (6/8)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備運動	一斉
	②めあての確認 ・ゲームでの投げ方、攻め方・守り方等について確認する。	一斉
展開	③ボール投げサーキット ○的当て・箱落とし・パスアンドキャッチ ・箱落としは遅延アプリでフォームを確認する。	グループ
	④的当てゲーム ・前回の動画から課題を確認し作戦を立てる。	グループ
	⑤動画による動きの確認 ・得点場面等を振り返る。	一斉
まとめ	⑥振り返り ・うまくいった場面や友達のよい動き等について発表する。 ・次時への改善点を整理し意欲につなげる。	一斉

ICT活用場面の説明等



遅延アプリを使い、自分の投げ方を繰り返し確認することで、投げ方の改善につながった。



撮影した動画によりゲームを振り返り、改善するポイントを共有することでどう動いたら良いのか考えることができた。



スコアボードアプリの活用で得点とタイマーを同時に表示することができ、より視覚的に捉えることができた。

5 取組に関する評価

質問内容 (取組前→取組後)	そう思う	ややそう思う	あまりそう思わない	そう思わない
運動やスポーツが好き	9→10	3→2	0→0	0→0
体育の授業が楽しい	8→10	4→2	0→0	0→0
ボールゲームが好き	4→8	1→2	3→2	4→0

6 成果と課題 (○成果●課題)

- 自分が投げている姿を客観的に見ることにより投げるポイントが確認でき、投げ方の改善につながった。
- 動画でゲームを振り返ることにより自分やチームの改善点がよくわかり、意欲向上につながった。
- 限られた時間の中で何を見せ、何に気付かせるか、指導者がねらいを明確にしておくことが重要である。

京丹後市立大宮南小学校

〈実践②〉

器械運動

(マット運動)

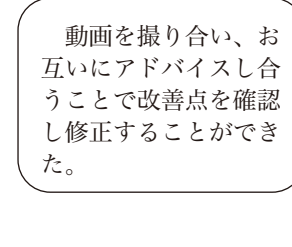
- 1 対象 第5学年 18名
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 技のポイントや改善点を確かめ合い、連続技につなげることができる。
- 4 本時の展開 (4/6)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備運動 ・基本的な技の安定につながる動きを繰り返す。	一斉 一斉
	②めあての確認 ・動画で技のポイントを整理し練習への見通しを持たせる。	
展開	③グループ練習 ・自分の姿を確認しながら基本的な技を繰り返し練習する。	グループ
	④ペア練習 ・自己課題を基に互いの気づきを交流し、連続技につなげる。	ペア
まとめ	⑤振り返り ・自分やペアの友達の変容等について発表する。 ・次時への改善点を整理し意欲につなげる。	一斉

ICT活用場面の説明等



見比べアプリを使い2人の技を見比べることで肘・膝の向きなどの確認ができ、ペンで書き込むことで大切にしたいポイントを整理することができた。



動画を撮り合い、お互いにアドバイスし合うことで改善点を確認し修正することができた。



遅延アプリを使い、自分の技を客観的に確認することで、次に気を付けるポイントを考え、意識しながら練習することができた。

5 取組に関する評価

質問内容 (取組前→取組後)	そう思う	ややそう思う	あまりそう思わない	そう思わない
運動やスポーツが好き	14→16	3→2	0→0	1→0
体育の授業が楽しい	17→18	1→0	0→0	0→0
マット運動が好き	9→10	7→8	2→0	0→0

6 成果と課題 (○成果●課題)

- 自分の技を客観的に捉えることで、自己課題の改善イメージに近づく練習ができ、効果的であった。
- 特に「見比べアプリ」は個別に比較、停止、スロー再生やポイントの書き込み等ができ、改善につながった。
- ICT活用により、児童の教え合いや相互評価が見られ、そのことが一人一人の意欲向上につながった。
- 「ICTの質の高い活用」につなげるためには、その効果を踏まえた上で、単元計画や1時間1時間の授業の中にICT活用場面を適切に計画することが重要である。

中学校

向日市立寺戸中学校

〈実践①〉

器械運動

(跳び箱運動)

- 1 対象 第2学年 男子86名
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標
 - ・空中姿勢を意識し、技が大きく見えるように意識する。
 - ・撮影した映像をもとに、仲間にしつかりとアドバイスをする。
- 4 本時の展開 (3/9)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備運動・柔軟・補強 ②本時の流れ、目標の確認	一斉
展開	③個人練習 ・切り返し系の技を練習する。 ④グループ練習 ・グループ内で撮影された映像を見て、本人へアドバイスをを行う。	一斉 グループ
まとめ	⑤振り返り ・本時の振り返り ・次回の授業内容の説明	一斉

ICT活用場面の説明等



5 取組に関する評価

〈運動やスポーツは好きか〉

	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
授業前	55.4%	33.8%	7.2%	3.6%
授業後	63.9%	27.9%	3.5%	4.7%

〈タブレットの活用が技能習得につながったと思うか〉

	とても思う	やや思う	あまり思わない	思わない
授業後	25.6%	52.3%	14.0%	8.1%

6 成果と課題 (○成果●課題)

- 自分の試技を客観的に見て、課題点を発見させることができた。
- 全ての生徒に、均等にタブレット利用の機会を設けられなかった。

向日市立寺戸中学校

〈実践②〉

武道

(柔道)

- 1 対象 第2学年 女子63名
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 ・動画で動きを確認し、正しい横受け身をとれるようにする。
- 4 本時の展開 (5/9)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備運動・柔軟・補強 ②本時の流れ、目標の確認	一斉
展開	③個人練習 ・横受け身の練習をする。 ④ペア練習 ・ペアで横受け身の動きを撮影し、映像を見て本人へアドバイスを行う。	一斉 ペア
まとめ	⑤振り返り ・本時の振り返り ・次回の授業内容の説明	一斉

ICT活用場面の説明等



5 取組に関する評価

〈運動やスポーツは好きか〉

	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
授業前	48.1%	28.8%	15.4%	7.7%
授業後	46.6%	32.8%	10.3%	10.3%

〈タブレットの活用が技能習得につながったと思うか〉

	とても思う	やや思う	あまり思わない	思わない
授業後	51.7%	41.4%	6.9%	0%

6 成果と課題 (○成果●課題)

- 自分の試技を客観的に見て、課題点を発見できた。
- 自分の課題点を見つけることはできたが、理想の横受け身のイメージがあまり持っていない生徒もおり、映像を元にして改善するところまでは至らなかった。
- 自分の試技と模範演技を見比べられるような仕組みを設ければ良かった。

八幡市立男山第二中学校

〈実践①〉

武道

(柔道)

- 1 対象 第3学年 150名 (男子86名 女子64名)
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 投げ技を選び、お手本解説動画を作成する。
- 4 本時の展開 (5・6/8)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備体操、補強運動、挨拶 ②本時のめあて確認	一斉
展開	③技の選択 ・タブレットで調べ、やってみたい技を選択する。	グループ
	④ペアで練習 ・解説動画を見ながら練習を行う。 ⑤動画を撮る。 ・ポイントや注意点を確認しながら撮影する。	ペア グループ
まとめ	⑥本時の振り返り ・振り返りを行い、次時の計画を確認させる。	一斉 グループ

ICT活用場面の説明等

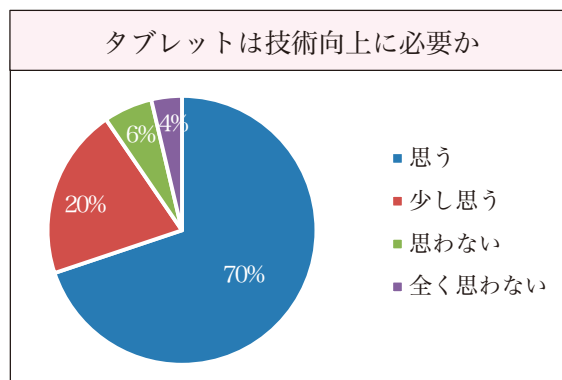
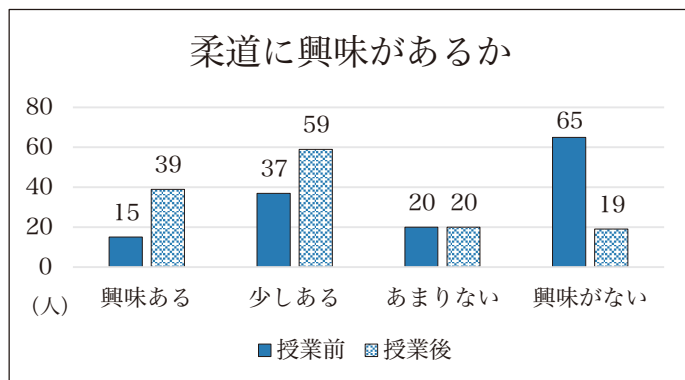
資料①：完成した動画を確認する。



資料②：動画を見ながら練習する。



5 取組に関する評価



6 成果と課題 (○成果●課題)

- 技をグループで探求し、動画を作成することで意欲向上に繋がった。
- タブレットで動画を見ることで、技術向上に繋がった。
- 動画を撮影や作成することで活動量が減った。

八幡市立男山第二中学校

〈実践②〉

球技〔ネット型〕

(バドミントン)

- 1 対象 第3学年 150名 (男子86名 女子64名)
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 力強いスマッシュを打てるようになる。
- 4 本時の展開 (6/10)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備体操、補強運動、挨拶 ②本時のめあて確認	一斉
展開	③ペアでラリーを行う。 ④ポイント説明 ⑤反復練習 ⑥動画撮影 ・タブレットで撮影し、最初(3/10)と比べて違いを分析する。	ペア 一斉 グループ
まとめ	⑦本時の振り返り ・上手な人の動画を全員で視聴し、自分との違いを振り返る。	一斉

ICT活用場面の説明等

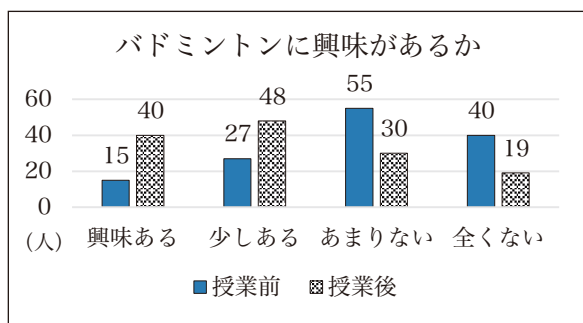
資料①：動画を見比べて、分析する。



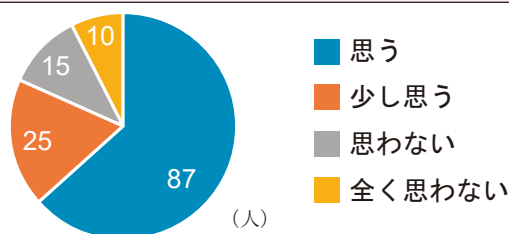
資料②：タブレットでフォームを撮影する。



5 取組に関する評価



タブレットを用いた授業は技術向上に繋がると思うか



6 成果と課題 (○成果●課題)

- 動画を撮影し、毎回見比べていくことで、技術向上に繋がった。
- アプリを使用し、スロー再生することで細かい改善点まで見つけ出すことができた。
- 教師の説明だけでなく、プロの動画を見ることで、技術向上に繋がった。
- 撮影する角度によって見えにくい部分もあり、撮影角度など撮り方の指導が必要である。

南丹市立美山中学校

〈実践①〉

球技〔ゴール型〕 (バスケットボール)

- 1 対象 第1学年A組 男女18名
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 フォームのポイントを意識して、セットシュートを打つことができる。
- 4 本時の展開 (4/9)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①ランニング・体操 ②めあての確認	一斉
展開	③フリースロー（学習前） ・学習前後で比較するためのフォームを撮影する。	グループ
	④ポイント（コツ）の確認	一斉
	⑤練習	個人
まとめ	⑥フリースロー（学習後） ・再度、撮影して「学習前後」や「ポイント（コツ）」と比較する。	グループ グループ
	⑦ふりかえり	一斉

ICT活用場面の説明等



【個人】遅延再生アプリでフォームを確認する。



【グループ】「自分や仲間のフォーム」と「ポイント」を見比べて、教え合う。

5 取組に関する評価

タブレットを使用して、シュートのポイントはわかりやすかったと思うか。



とてもわかりやすかった11人 / わかりやすかった7人 / わかりにくかった0人

6 成果と課題（○成果●課題）

- 自分のフォームを客観的にすぐに確認・比較できる。（Before/After、自分と見本など）
- グループでの教え合いが活発に行われた。
- 効果的な活用となるように、目的・方法・場面を明確にする必要がある。

南丹市立美山中学校

〈実践②〉

陸上競技

(長距離走)

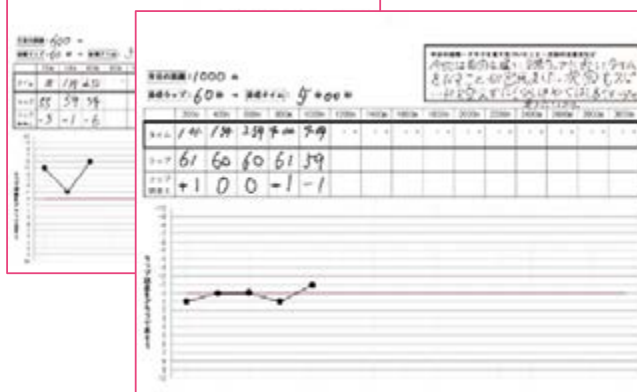
- 1 対象 第2学年A組 男女21名
- 2 場所 グラウンド・体育館
- 3 本時の目標 ラップタイムを意識して、一定の速度で走ることができる。
- 4 本時の展開 (3/8)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①ランニング・体操 ②めあての確認	一斉
展開	③前回の記録確認 ・グラフを確認して、本時のラップタイム・ペース配分などの目標を確認する。	個人
	④2000m計測 ⑤記録の記入 ・ラップタイムの計算 ・グラフの作成 ・次回の目標設定	ペア 個人
まとめ	⑥ふりかえり	一斉

ICT活用場面の説明等



【ペア】
タイムを記録する。



【記録表】 前回と比べて、安定して走っている。

5 取組に関する評価

長距離走でタブレットを使用することは…？



とてもよい12人 / よい9人 / どちらでもない・悪い0人

6 成果と課題 (○成果●課題)

- 自分の走りを可視化することで良かった点・課題を明確にでき、次回の目標を立てやすい。
- データの保存ができるので、記録の比較が手軽にできる。(今回 ⇄ 昨年・初回・前回など)
- グラウンドではWi-Fiが届かないため、手書きで記録をとる必要があり、二度手間である。

舞鶴市立青葉中学校

〈実践①〉

器械運動

(跳び箱運動)

- 1 対象 第2学年3組 女子18名
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 自分の技の出来栄を確認し、お手本と比べて改善しよう。
- 4 本時の展開 (4/6)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備運動、補強運動 ②本時の目標確認	一斉 一斉
展開	③個人の振り返り ・前時の自己の技を映像で振り返る。	個別
	④実践練習 ・ポイントを確認しながら実践を繰り返す。	一斉 ペア
	⑤動画撮影 ・本時の一番良い技を動画に収める。	ペア
まとめ	⑥本時の振り返り ・本時の映像をお手本動画と見比べ、もう一度丁寧に分析する。	個人 一斉

ICT活用場面の説明等



・自己の技を振り返る様子。



・互いに動画を撮り、技の出来栄を見る様子。

5 取組に関する評価（技能に関するアドバイスを他人にできるか、できないか）

	できる	どちらかと言え ばできる	どちらかと言え ばできない	できない
授業前	4%	36%	36%	24%
授業後	8%	37%	37%	18%

6 成果と課題（○成果●課題）

- 動画をスロー再生することで、技能改善に向けたアドバイスを見つけることができた。
- 自己の技を動画にすることで、感覚ではなく、客観的に動きを分析することができた。
- 練習段階で手軽に何度も撮影ができる分、1つの動画の重みが軽くなり、じっくり見る生徒が少なかった。

舞鶴市立青葉中学校

〈実践②〉

ダンス

(現代的なリズムのダンス)

- 1 対象 第2学年3組 女子18名
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 規定演技を大きく見せる方法を考えよう。
- 4 本時の展開 (4/7)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①準備運動、補強運動 ②本時の目標確認	一斉 一斉
展開	③前時の復習 ・カウントに合わせてながら規定演技を確認する。	一斉
	④グループ練習 ・間違えずに踊る練習 ・大きく見せる練習	グループ
	⑤大きく見せるコツの提示 ・アップとダウンの違いを大きく見せる。	一斉
まとめ	⑥動画の確認 ・グループの演技を動画で確認する。	グループ

ICT活用場面の説明等



・各グループで演技を撮影する様子



・自分の動きを確認する様子

5 取組に関する評価（技能に関するアドバイスを他人にできるかできないか）

	できる	どちらかと言え ばできる	どちらかと言え ばできない	できない
授業前	8%	34%	30%	28%
授業後	10%	45%	35%	10%

6 成果と課題（○成果●課題）

- 手本動画をスロー再生することで、規定演技をゆっくり且つ大きく踊る練習ができた。
- 動画に線を書き入れることで、技能のコツがより明確に視覚化することができた。
- 技能のアドバイスを言語化することが難しく、思考したことを相手に伝わるように表現できない場面が見られた。

宮津市立宮津中学校

〈実践①〉

球技

(ソフトボール)

- 1 対象 第3学年2組 28名
- 2 場所 グラウンド
- 3 本時の目標 正しい捕球動作と送球動作を身に付ける。
- 4 本時の展開 (2/8)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①出欠確認、健康確認 ②ランニング、体操、補強運動	一斉
展開	③キャッチボール ④ゴロ捕球、送球動作の説明 ⑤ゴロ捕球、送球動作の実践 【ソフトボール、野球経験者は指導補助】 【捕球や送球の技能が身に付きにくい生徒には、教師がタブレットで動作等を撮影して説明】 ⑥難しいゴロ捕球に挑戦	ペア 一斉 グループ
まとめ	⑦本時の振り返り 【気づきの交流】 ⑧次回の説明	グループ 一斉

ICT活用場面の説明等



【捕球・投球動作の撮影】



【捕球・投球動作の確認】

5 取組に関する評価

〈運動やスポーツが好きな割合の向上〉

	好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
授業前	6	7	9	6
授業後	8	9	8	3

〈保健体育の授業が楽しいと感じる割合の向上〉

	楽しい	やや楽しい	やや楽しくない	楽しくない
授業前	9	10	6	3
授業後	12	9	5	2

6 成果と課題 (○成果●課題)

- 捕球、送球動作が上手な生徒との動作比較によって、不得手としている生徒が課題を見つけ、意識することにつながった。
- タブレットでの映像確認によって、「捕れて楽しい」「狙った場所に投げることができて嬉しい」等の「できる喜び」の感想も見られた。
- 生徒個人のタブレット活用は一定できたものの、グループ等での活用が不足した。

宮津市立宮津中学校

〈実践②〉

体づくり運動

(体力を高める運動)

- 1 対象 第3学年1組 29名
- 2 場所 体育館
- 3 本時の目標 自分に適した運動方法を見つける。
- 4 本時の展開 (2/3)

過程	主な学習活動	指導形態
導入	①出欠確認、健康確認 ②体操、ストレッチ	一斉
展開	③本時の説明 ④事前に計画した運動方法の実践 ⑤運動した後に、心拍数を測定 ⑥タブレットに心拍数の記録を入力 【グループ内で、他生徒の運動している動画を撮影】	一斉 グループ
まとめ	⑦グループでの振り返り 【グループ内で実践した運動方法を動画や心拍数の記録を見ながら分析】 ⑧全体で振り返り ⑨次回の説明	グループ 一斉

ICT活用場面の説明等

【スクリーンを使った本時の説明】



【目的に適した運動実践】



【グループで振り返り】



5 取組に関する評価

〈保健体育の授業が今後の生活にいかされると感じる人の割合の向上〉

	いかされる	ややいかされる	ややいかされない	いかされない
授業前	12	10	5	2
授業後	15	11	3	0

6 成果と課題 (○成果●課題)

- タブレットを活用することで、生徒が自身の体力等を知ることができ、「体づくり運動」のねらいに沿った運動方法を計画実践することにつながった。
- 測定結果に基づく、ねらいに沿った運動方法が計画できない生徒も見られた。タブレットによる具体案を示してから実践する方法も考えられた。

第3章

「体育授業におけるICT機器 の効果的な活用について」

体育授業におけるICT機器の効果的な活用について

【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】

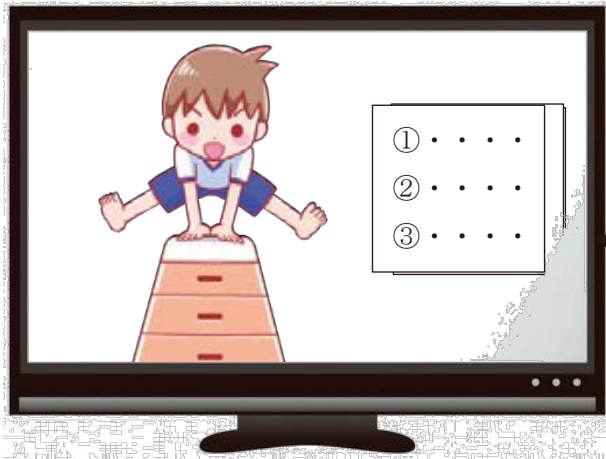
- ①活用の目的を明確にする。
 - ・ただ撮って見るだけではなく、見る視点をどこに当てるのか、はっきり示してあげましょう。(手や足の位置、仲間の動き等)
- ②児童生徒の動線を決める。
 - ・授業の流れを止めないため、また安全に配慮する上で、児童生徒の動線を決めておきましょう。
- ③事前に動作テストを行う。
 - ・活用する前には、実際の場所でどの場面で活用するか、どのような操作を見せられるのかのテストをしておきましょう。
- ④役割分担をする。
 - ・試技する人、撮る人、アドバイスする人等役割を明確にしましょう。

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。

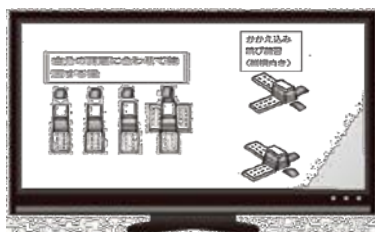
活用例⑤

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、どうすれば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。



どうすれば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）

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・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）
- ・まゆまる体操（ゆっくりバージョン）
- ・まゆまる体操（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さう！」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
- ・京都トレーニングセンター「スマチャレ」シリーズ2



【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



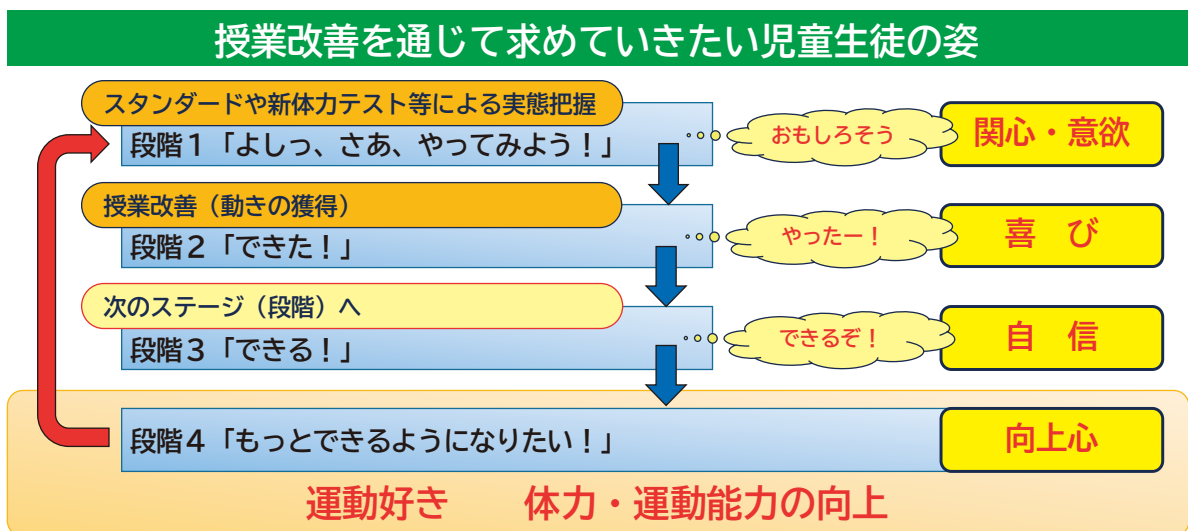
本府が推進している「体力向上推進プロジェクト」は、体力・運動能力に関する課題解決に向けて、各校で実施した新体力テストの結果や「京の子ども元気なからだスタンダード」等の活用から、自校の児童生徒の体力・運動能力等について学年別・男女別に把握、分析して、これまでの取組内容の見直しや改善を図り、一人一人の実態に応じた各校独自の取組を計画・実践することを目的としています。

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。

3 1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。)



スタンダードを活用しましょう!



「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

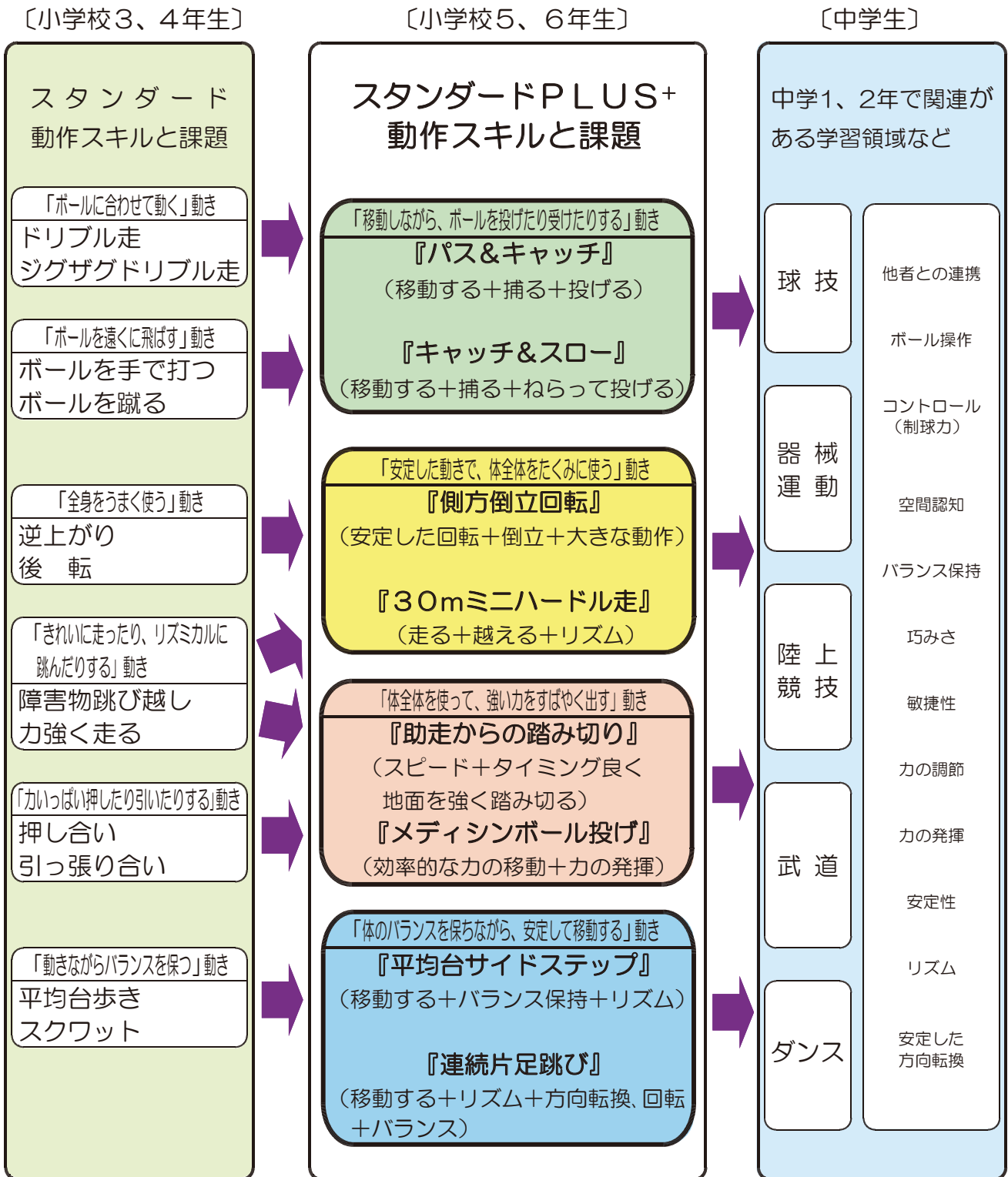
「スタンダード・スタンダードPLUS+」を活用した年間指導計画例

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PLUS+に関連する動きの系統性】



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+へと継続して活用し、「〇〇ができる」から「〇〇しながら〇〇ができる」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4年度「授業力向上推進委員会」 ◎代表

氏名	所属等
◎井上 哲	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 准教授
小山 宏之	国立大学法人京都教育大学 准教授
古川 博史	京都府柔道連盟 理事長
平野 嘉彦	京都府柔道連盟 常任理事
古川 訓子	京くなぎなた連盟
岡崎 実歩	京くなぎなた連盟
谷本 加葉子	京都府空手道連盟
梅村 勝己	京都府合気道連盟
塩尻 忠臣	京都府合気道連盟
木村 友幸	京都府教育庁指導部保健体育課学校体育係 指導主事
森川 喜宏	
貫井 みさき	

令和4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	大山崎町教育委員会 向日市教育委員会 宇治市教育委員会 八幡市教育委員会 城陽市教育委員会 南丹市教育委員会 舞鶴市教育委員会 宮津市教育委員会 京丹後市教育委員会
地域スポーツ団体	京都府柔道連盟 京くなぎなた連盟 京都府空手道連盟 京都府合気道連盟

令和4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	城陽市立北城陽中学校	宮津市立栗田中学校
---------------	------------	-----------

令和4年度「体育指導力向上指定校」

大山崎町立第二大山崎小学校	向日市立寺戸中学校
宇治市立西小倉小学校	八幡市立男山第二中学校
南丹市立美山小学校	南丹市立美山中学校
舞鶴市立新舞鶴小学校	舞鶴市立青葉中学校
京丹後市立大宮南小学校	宮津市立宮津中学校

令和4年度「体育指導力向上指定校検討会議」

○第1回 【期 日】 令和4年8月9日（火） 【参加者】 令和4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講演及び実技（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5年1月31日（火）、（中学校部会）令和5年2月2日（木） 【参加者】 令和4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講演（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 准教授 小松崎 敏 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4年度

体育指導力向上研究事例報告書

発行／令和5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