

## 中学校体育

中学校保健体育科においては、「体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、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・能力を育成する」ことを目指している。

学習指導要領の全面実施から中学校では今年で5年目を迎える。体育授業においても、運動の特性や魅力に触れる楽しさや喜びを全ての生徒に味わわせ「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善が進められている。

授業改善に向けては、指導内容の明確化や指導と評価の一体化を図り、各単位時間のつながりを意識した学習過程を組み立て、授業の充実を図っていく必要がある。

そして、「めあてをもって進んで運動、仲間と学ぶ、喜びあふれる体育・保健体育授業」を展開し、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現できる生徒の育成を図ることが重要である。

### 令和6年度の課題

- 1 学習指導要領の趣旨を踏まえた学習指導の充実
- 2 総合的な体力向上を目指した、組織的な取組の工夫
- 3 体育的活動時の事故防止の徹底

#### 1 学習指導要領の趣旨を踏まえた学習指導の充実

##### 成果

#### (1)令和6年度「中学校体育に関する調査」から

○保健体育科の指導計画等作成状況

体育・健康に関する「全体計画」、学習指導要領に対応した「年間指導計画」、学習指導要領に基づいた「内容のまとまりごとの評価規準」、「単元の評価規準」の作成状況 356校 (100%)

#### (2)「令和6年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査質問紙」(生徒質問紙)から

○保健体育の授業では進んで学習に参加しているか。

「いつも、だいたい進んで学習している」割合

中2男子 埼玉県 92.2% (全国公立 91.6%)

中2女子 埼玉県 91.1% (全国公立 89.0%)

○友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかたり」することが「いつも、だいたいある」割合

中2男子 埼玉県 90.5% (全国公立 89.4%)

中2女子 埼玉県 91.9% (全国公立 89.7%)

○学習したことを振り返ることで、「できたり、わかたり」することが「いつも、だいたいある」割合

中2男子 埼玉県 84.1% (全国公立 82.8%)

中2女子 埼玉県 85.4% (全国公立 82.1%)

#### (3)令和6年度中学校体育授業研究会等から

○教具やルール、学習形態を工夫し生徒の主体的な学びを引き出す授業が多く見られた。

○ICTを効果的に活用した授業や場面が多く見られた。

○各地区ともに参会者による研究協議が活発に行われ、短時間でも協議の柱に沿った、質の高い協議が行われていた。

##### 現状

「令和6年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」から

【体力合計点及び生徒質問紙】

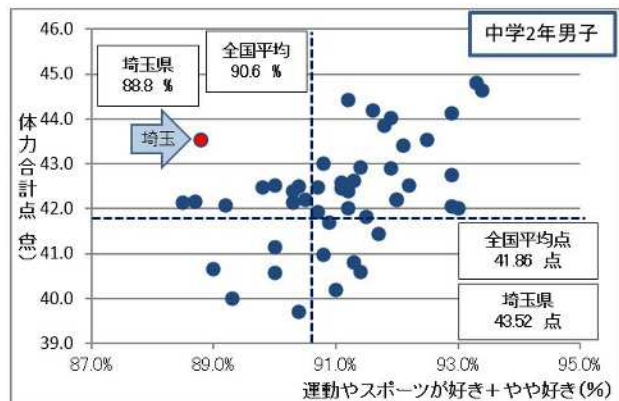


図1 体力合計点と運動・スポーツ好意度の関係 (男子)

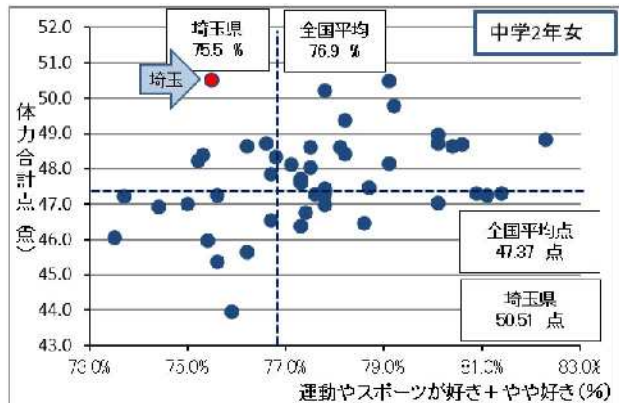


図2 体力合計点と運動・スポーツ好意度の関係 (女子)

##### 課題

#### (1)単元計画作成上の工夫改善

○全ての生徒が運動の特性や魅力に触れ、運動の楽しさや喜びを十分に味わうことができる単元計画の編成。

○指導内容をバランスよく配置し、生徒が学習意欲をもてるよう単元計画を編成。

#### (2)1単位時間の指導計画の充実

○「ねらい」、「学習活動」、「振り返りとまとめ」のつながりを意識した授業の展開。

○ICTを効果的に活用し、主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善。

(3)運動やスポーツとの多様な関わり方と関連付けた「楽しい」体育授業の視点 (図1, 図2)

## 2 総合的な体力向上を目指した、組織的な取組の工夫

### 成果

- (1)「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」(中2男女)から【※全国公立・さいたま市含む】  
 ○本県生徒の体力は、男女ともに、全国の平均値と比較してかなり高い水準を維持。(図3)  
 (2)「全国体力・運動能力、運動習慣等調査質問紙」(中2男女)から【※全国公立・さいたま市含む】  
 ○体力テストの結果などを基に体力の向上について、自分なりの目標を立てている。  
 男子 77.6%(全国 74.0%) 女子 73.1%(全国 67.6%)

### 現状

- (1)「令和6年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」から

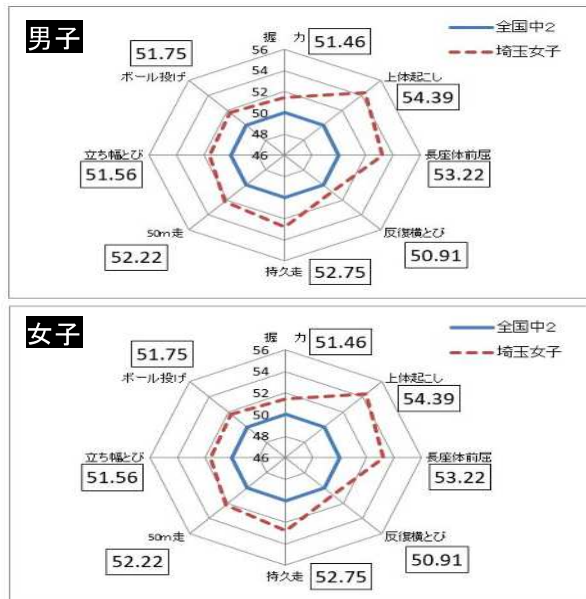


図3 R6 全国平均値と R5 県平均値との体力の比較  
 (2)「令和6年度新体力テスト」から

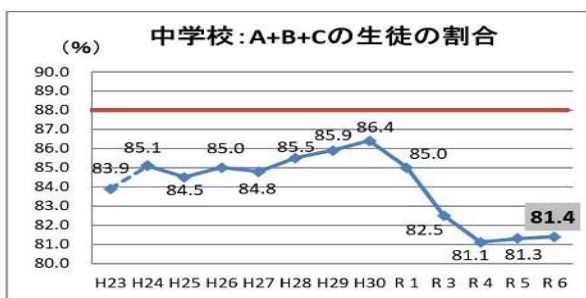


図4 新体力テスト総合評価 A+B+C の生徒の割合

### 課題

- 総合的な体力向上を目指した、組織的な取組の工夫  
 ・新体力テスト総合評価 A+B+C の生徒の割合を見ると前年度との比較において微増している。自校の体力課題を学校全体で把握し、更なる組織的な取組の工夫が大切である。(図4)  
 ・生徒一人一人に合った体力向上に向けた、目標や必要感を持たせ、主体的に取り組める内容を工夫することで、総合的な体力の向上を図る。

## 3 体育的活動時の事故防止の徹底

### 現状

令和5年度学校管理下の負傷発生件数(図5、図6)

- 学校管理下における負傷申請件数  
 R4 13,980件 → R5 14,587件 (607件増)  
 ○体育的活動中の負傷申請件数  
 R4 11,317件 → R5 11,564件 (247件増)  
 ○学校管理下における体育活動中の負傷発生割合  
 R4 81.0% → R5 79.2% (1.8p減)  
 ○学校管理下における体育的部活動中の負傷発生割合  
 R4 45.8% → R5 43.9% (1.9p減)

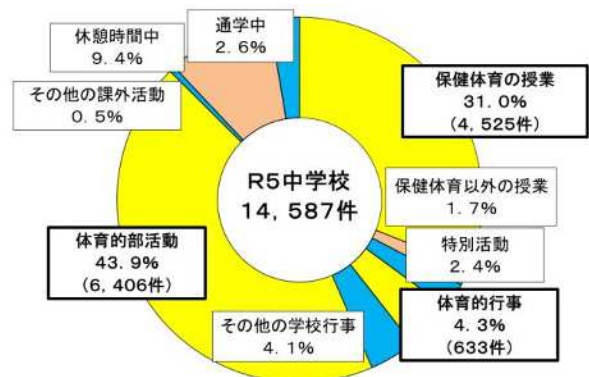


図5 負傷の場合別災害申請件数の割合 (R5)  
 「独立行政法人日本スポーツ振興センター資料」から

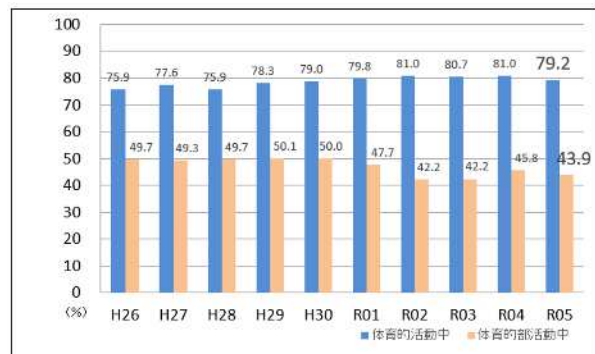


図6 負傷発生件数に占める体育的活動時及び体育的部活動中の割合 (R5)

### 課題

○体育的活動時の事故防止の徹底

- ・体育活動中及び体育的部活動中の負傷発生割合は減少しているものの、学校における負傷発生件数の79.2%が体育活動中に発生している。各学校においても引き続き、県の通知等をもとに、事故防止について徹底を図る。
- ・事故対応マニュアル、特に初期対応等の共通理解を図るなど、危機管理体制を確立する。

### 令和7年度の課題

- 1 学習指導要領の趣旨を踏まえた学習指導のさらなる充実
- 2 総合的な体力向上を目指した、組織的な取組の工夫
- 3 体育的活動時の事故防止の徹底

# 令和7年度の課題と努力事項

## 課題1

学習指導要領の趣旨を踏まえた学習指導のさらなる充実

### 1 指導計画作成の留意点

保健体育科の目標を達成するためには、学習指導を計画的に、しかも効率よく展開する必要があります。そのため、地域や学校の実態、生徒の心身の発達の段階や特性等を十分考慮し、中学校の3年間を見通した上で目標や内容を的確に定め、調和のとれた具体的な指導計画を作成することが大切である。

そして、保健体育科の目標を達成し、運動好きな生徒を育成するためには、学習指導要領等に基づき、どのように単元及び1単位時間の計画を作成・実施・評価・改善し、次に向けて改善していくかという、**PDCAサイクルを確立したカリキュラム・マネジメントの視点が重要**である。(二次元コード①)

### ★目指す授業像を追い求めた授業実践★

昨年度、埼玉県が目指す体育・保健体育授業のスローガンを15年ぶりに変更した。



今後、県内各地域の学校において、このテーマをもとにさらに運動好きな生徒の育成を目指していく。

二次元コード① 埼玉県中学校教育課程編成要領

### 2 単元計画(指導と評価の計画)作成のポイント

#### 【埼玉県運動好きな児童生徒育成検討委員会作成資料の活用】

これまで、中学校体育授業研究会や中学校保健体育研究協議会でもお知らせしてきたが、令和3年度から令和5年度までの3年計画で「運動好きな児童生徒育成検討委員会」を設置し、体育授業を通して、運動好きな児童生徒の育成を図ってきた。(二次元コード②)

「運動好きな児童生徒育成検討委員会」では、運動の特性や魅力に触れる楽しさや喜びを味わわせ、運動好きな児童生徒育成のため、単元計画を作成する考え方を示したリーフレット及びリーフレットの趣旨を踏まえた授業動画資料を作成した。(二次元コード③)

年度初め、学期初め、単元開始前等に単元計画を作成する上で、是非活用を図りたい。

リーフレット1ページ目	リーフレット2ページ目	リーフレット3ページ目
○単元を計画する前に必ず確認しておくことが記載されている。 ・運動の特性や魅力とは？ ・授業する生徒達の実態は？ ・この領域で目指す学習のゴール像は？ ・体育授業で運動好きな生徒を育成していく手立ては？	○単元を計画していく時のポイントが記載されている。 ・単元前半(出会い)場面のポイント ・単元中盤(知って・考えて・高め合い)場面のポイント ・単元後半(振り返る)場面のポイント ・三つの資質・能力をバランスよく配置するためのポイント	○単元計画(指導と評価の計画)例が、P2「単元計画作成のポイント」とリンクさせながら記載されている。  運動好きな児童生徒育成のためのリーフレット R1.3 埼玉県教育委員会



二次元コード② 運動好きな児童生徒育成検討委員会



二次元コード③ 全編動画

### 学びや伸びを積み重ねる指導計画の工夫

(二次元コード④)

単元の前半では、運動の特性や魅力に触れる楽しさや喜びが味わえるよう、全員で行える易しい運動に取り組んだり、既習内容の確かめとなる運動や、試しのゲームを行う。

運動の行い方や運動・安全の確保の仕方などの科学的知識を基に運動の技能を身に付けることで、その理解を一層深めるなど、知識と技能を関連させて学習できるようにする。

単元を通して一人一人が「楽しさ」を味わえたり、「伸び」を実感したりしながら資質・能力を育むことができるよう工夫する。

1単位時間の授業のみで学習を完結するのではなく目指すゴール像へ向けて、単元を通してつながりをもたせ、それを生徒が感じることができるようにする。



二次元コード④ 埼玉県中学校教育課程実践事例集 第7節 保健体育

### 3 喜びあふれる保健体育授業を目指して

体育授業における「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善について

体育授業では3つの資質・能力を偏りなく、バランスよく育み、豊かなスポーツライフを送る素地を育むことが大切である。

そのためには、子どもたちに何を学ばせるのか、何を身に付けさせるのかを、教員がしっかり理解し、学習内容や時間のまとまりを見通しながら単元計画を作成し、「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けて絶えず授業改善を行っていくということが重要である。

つまり「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善を考えることは、単元や題材など内容や時間のまとまりをどのように構成するかというデザインを考えることにつながる。

#### ○主体的な学び

学ぶことに興味や関心を持ち、自己のキャリア形成の方向性と関連付けながら、見通しを持って粘り強く取り組み、自己の学習活動を振り返って次につなげる「主体的な学び」が実現できているか。

授業改善の視点



主体的に学習に取り組めるよう学習の見通しを立てたり学習したことを振り返ったりして自身の学びや変容を自覚できる場面をどこに設定するか。

#### ○対話的な学び

子供同士の協働、教職員や地域の人との対話、先哲の考え方を手掛かりに考えること等を通じ、自己の考えを広げ深める「対話的な学び」が実現できているか。

授業改善の視点



対話によって自分の考えなどを広げたり深めたりする場面をどこに設定するか。

#### ○深い学び

習得・活用・探究という学びの過程の中で、各教科等の特質に応じた「見方・考え方」を働かせながら、知識を相互に関連付けてより深く理解したり、情報を精査して考えを形成したり、問題を見いだして解決策を考えたり、思いや考えを基に創造したりすることに向かう「深い学び」が実現できているか。

授業改善の視点



学びの深まりをつくり出すために、生徒が考える場面と教師が教える場面をどのように組み立てるか。

### 4 ICTの効果的な活用

ICTの活用により新学習指導要領を着実に実施し、学校教育の質の向上につなげるためには、カリキュラム・マネジメントを充実させつつ、各教科等において育成を目指す資質・能力等を把握した上で、特に「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた授業改善に生かしていくことが重要である。

その際、1人1台の端末環境を生かし、端末を日常的に活用することで、ICTの活用が特別なことではなく「当たり前」のこととなるようにするとともに、ICTにより現実の社会で行われているような方法で児童生徒も学ぶなど、学校教育を現代化することが必要である。児童生徒自身がICTを「文房具」として自由な発想で活用できるような環境を整え、授業をデザインすることが重要である。

「令和の日本型学校教育」の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現～(答申)では、学校教育の質の向上に向けたICTの活用について上記のように示されている。

#### ICTの効果的な活用場面

- ①生徒の学習に対する興味・関心を高める場面
- ②生徒一人一人が課題を明確に把握する場面
- ③動きを撮影した画像を基に、グループでの話し合いを活性化させる場面
- ④学習の成果を確認し、評価の資料とする場面
- ⑤情報の収集や表現をする場面

「教育の情報化に関する手引き - 追補版 - (令和2年6月)」より抜粋



#### ICT活用の留意点

- ・ICT機器の活用は目的ではなく、授業を効果的に進めたり、学びを深めたりするための手段である。
- ・育成すべき資質・能力を見据えた上で、ICTを活用する利点を踏まえ、活用する場面と活用しない場面を効果的に組み合わせる。
- ・生徒の撮影時には、授業のいつ撮影するのか、何回撮影するのか、どんな場面を撮影するのか教師と共通理解を図る。
- ・撮影するポイント、画像や映像を見合う時のポイントを知識として生徒同士に理解させ、その後の話し合いに活かす。  
※撮影する場面、見る場面を絞ることが重要

## 5 豊かなスポーツライフの実現に向けた運動やスポーツの多様な楽しみ方

共生の視点を重視した指導

共生

学習指導要領における新たな視点



中学校学習指導要領解説では、豊かなスポーツライフの実現を重視し、スポーツとの多様な関わり方を楽しむことができるようにする観点から、**体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるよう、共生の視点を踏まえて指導内容を示すこととされている。**

文部科学省が令和4年に行った「通常の学級に在籍する特別な教育的支援を必要とする児童生徒に関する調査」では、**学習面又は行動面で著しい困難を示す児童生徒の割合が小中学校では8.8%**であったという結果が報告されている。

体育の授業においても、生徒の障害に起因する困難さを感じている生徒も一定の割合で存在している。つまり、**障害のある生徒と一緒に体育の授業をすることを前提として、指導を考えなければならない。**

障害のある生徒などについては、学習活動を行う場合に生じる困難さに応じた指導内容や指導方法の工夫を計画的、組織的に行うこと。

通常の学級においても、発達障害を含む障害のある生徒が在籍している可能性があることを前提に、全ての教科等において、**一人一人の教育的ニーズに応じたきめ細かな指導や支援**ができるよう、障害種別の指導の工夫のみならず、各教科等の**学びの過程において考えられる困難さに対する指導の工夫の意図、手立てを明確にすることが重要である。**

具体的には、中学校学習指導要領解説保健体育編234、235ページに学校や地域の実態に応じた配慮の例が示されている。

**障害の有無等にかかわらず、仲間ととともに学ぶ体験は、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現とともに、スポーツを通じた共生社会の実現につながる重要な学習機会である**ことから指導の充実を図ることが大切である。

### 男女共習について

埼玉県における男女共習の現状

令和6年度「中学校体育に関する調査」から  
○選択制授業の実施 授業形態 調査対象356校

全て男女共習	一部男女別習	一部男女共習
48.6%	44.4%	7.0%

### 男女共習をどのように考えるか

- ▲男女共習を難しいと考える理由(例)
  - ・男子が物足りないと感じる…
  - ・体力や技能に差があって指導が難しい…

性別による違いではなく、個による違い

- ・接触のある活動ができない…

グループ編成の配慮、接触のない活動で共習

男女が共に学ぶ授業を、**生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた重要な学習の機会**と捉え、豊かなスポーツライフの実現と関連付けて理解する。



### 男女共習授業の充実にむけて

共に学ぶ授業を通して何を学ぶのか、教師も生徒も考える

段階を踏んで、できることから  
スモールステップで

生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現

## 6 資料の活用

県立総合教育センター  
学校体育コミュニケーションサイト  
<https://ecsweb.center.spec.ed.jp/J001/>



<計画作成及び学習指導の改善に関する資料>

- ・中学校学習指導要領(平成29年告示)解説  
平成29年7月 文部科学省
- ・埼玉県中学校教育課程編成要領  
平成30年3月 埼玉県教育委員会
- ・埼玉県中学校教育課程実践事例  
令和4年3月 埼玉県教育委員会
- ・教育の情報化に関する手引(追補版)  
令和2年6月 文部科学省

## 課題2

総合的な体力向上を目指した、組織的な取組の工夫

### ○学校の教育活動全体を通じた組織的な取組

令和5・6年度埼玉県体力課題解決研究指定校の熊谷市立妻沼西中学校では、研究主題を「**知徳体のバランスの取れた生徒の育成**」、副題を「自ら進んで体力を高める生徒の育成」とし、研究主題の具現化に向けて、授業研究部、基盤づくり部、調査研究部会の三つの部会をつくり、全校を上げて取り組んだ。

#### (1) 運動好きな生徒の育成

生徒の発達段階を踏まえて、段階的かつ計画的に指導を重ねることで、運動好きな生徒を増やし、体力向上への意欲を促進する指導方法の「工夫を行った」。

段階的な指導の例

**例①器械運動(マット運動)**

なぜできないのかを身体の発達段階から分析し、生徒がでる動きから取り組ませ、『できる』を積み上げていくための計画を立てる。

倒立前転  
補助倒立前転  
倒立  
壁倒立  
補助倒立  
よーい、ドン

(技レベルアップのための3ステップ)  
ステップ① 「よーいドン」では振り上げ足と蹴り上げ足が地面と直角、視線はへそ  
ステップ② 手の位置、目の位置=三角形  
ステップ③ てきた&怖さがなくなったら次の技できなかった→ステップ①から再チャレンジ

#### (2) 日常生活の中で、自然と体を動かす取組

体育の準備運動で取り入れている「めにしクス」を行事等で行ったり、体を動かしながら学習する「西中オリンピック」を行ったりして、思わず楽しく体を動かすことを促した。



### 【研究の成果】

・令和5年度(1年生)、令和6年度(2年生)の同じ生徒に行ったアンケートでは、質問項目「保健体育の授業は好きですか」について「好き」の生徒が約40%→約90%(50%増)に増加した。

各学校においても、**体力向上を記録の向上のみで捉えるのではなく**、生徒一人一人が「何のために体力を高めるのか」を科学的に理解し、自ら体力を高めようとする意欲の醸成を目指す。その際、保健体育の授業のみでなく、教科横断的な視点を持ち**教育活動全体を通じ、組織的な取組を推進していただきたい。**

## 課題3

体育的活動時の事故防止の徹底

県教育委員会では、毎年度当初「**体育的活動時における事故防止について**」、「**体育授業・運動部活動における事故防止の5則**」、及び「**水泳等の事故防止について**」等を通知し、事故防止の徹底を図っている。

各学校においては、これらの通知をもとに、全校を挙げての事故防止の徹底及び迅速かつ適切な初期対応を行うことが重要である。

**特に首から上の負傷については、たとえ外傷がなくても、救急搬送を念頭に置き、迅速に対応することが求められる。**

### 【体育授業・運動部活動における事故防止の5則】

- 1 児童生徒の実態に即した指導計画の作成
- 2 施設・設備・用具などの日々の安全点検の励行
- 3 活動開始前の健康観察の実施
- 4 活動中や活動後の声掛けと安全確認
- 5 事故発生時の迅速かつ適切な対応

「体育的活動時における事故防止について(通知)」  
(令和6年4月1日付 教保体第1号)から抜粋

また、近年は猛暑・酷暑を記録する日数が増え、生徒が熱中症の疑いで救急搬送されるという事案も多く発生しており、重大事故につながるケースもある。

### 【7月～9月におけるさいたま市の真夏日・猛暑日数】

真夏日数	74日	*参考	R5年度: 80日
	(30℃以上)		
猛暑日数	42日	*参考	R5年度: 33日
	(35℃以上)		

令和7年度においても、熱中症事故の防止については、万全を期した対応が求められる。

県教育委員会が作成した**県立学校版「熱中症対策ガイドライン」**(二次元コード⑤)等を参考に、自校の「危機管理マニュアル(熱中症に係る内容)」等を適切に改訂するようお願いしたい。



二次元コード⑥  
県立学校版「熱中症対策ガイドライン」

### 【熱中症予防の原則】

- ① 環境条件を把握し、それに応じた運動、水分補給を行うこと
- ② 暑さに徐々に慣らしていくこと
- ③ 個人の条件を考慮すること
- ④ 服装に気を付けること
- ⑤ 具合が悪くなった場合には早めに運動を中止し、必要な処置をすること

「県立学校版熱中症対策ガイドライン」から抜粋