

【 指 導 編 】

3 体育科・保健体育科授業充実のために

【小学校】ゲーム・ボール運動

【小学校】体づくり運動

【中学校・高等学校】球技ーネット型

【中学校・高等学校】ダンス

【小学校】ゲーム・ボール運動

山口市立大内小学校 教諭 有田 敏広

I ゲーム領域、ボール運動領域(以下、「ボール運動系の領域」)の特性や魅力

ボール運動系は、勝敗を競い合う運動をしたいという欲求から成立した運動である。また、ボール運動系は、規則やルール、作戦を工夫して、集団対集団の攻防によって競争することに楽しさや喜びを味わうことができる点にその特性や魅力がある。

II 種目ベースから型ベースへ

現行の学習指導要領においては、低学年の「ゲーム」の内容は従前どおりとされた。中学年の「ゲーム」の内容は、これまでは「バスケットボール型ゲーム」、「サッカー型ゲーム」及び「ベースボール型ゲーム」で構成されていたが、**「ゴール型」、「ネット型」及び「ベースボール型」**から構成された。高学年の「ボール運動」の内容も同様に構成された。

→**攻守の特徴や「型」に共通する動きや技能**を系統的に運動の特性や魅力に応じて身に付ける。

(バスケットボールで身に付けた動きがサッカーに生かされる)

(鬼遊びで身に付けた動きが、バスケットボールやサッカーに生かされる) **「学習の転移」**

→**各型の攻防の楽しさや喜びが求められる。**

ゴール型	ネット型	ベースボール型
コート内で攻守が入り交じり、手や足などを使って攻防を組み立て、一定時間内に得点を競い合う。	ネットで区切られたコートの中で攻防を組み立て、一定の得点に早く達することを競い合う。	攻守を規則的に交代し合い、一定の回数内で得点を競い合う。

III 「ボール操作」及び「ボールを持たないときの動き」

ボール運動系の領域における技能は、「ボール操作」及び「ボールを持たないときの動き」が学習内容として位置づけられた。

ボール操作	ボールを持たないときの動き
<ul style="list-style-type: none">・ シュート、パス、キープ (ゴール型)・ サービス、パス、返球 (ネット型)・ 打球、捕球、送球 (ベースボール型) 攻防のためにボールを制御する技能	<ul style="list-style-type: none">・ 空間、ボールの落下点、目標 (区域や塁) などの目標に走り込む・ 味方をサポートする、相手プレーヤーをマークする ボール操作に至るための動きや守備にかかわる動きに関する技能

IV 学習指導要領(体育科)の改訂のポイント(4つのキーワード)

① 発達段階のまとまりを考慮

(小1～小4) (小5～中2) (中3～高3) の3つの時期に整理

② 指導内容の体系化(低・中学年と高学年は楽しさに違い)

低・中：基本的な動きに幅広く取り組む楽しさ

高：全ての領域の特性や魅力に触れる楽しさ

③ 指導内容の明確化(特に技能は楽しさや喜びを味わわせながら)

④ 基礎的な身体能力を身に付けることをねらい、特に体づくり運動を重視



V 年間指導計画の作成

上記のように、小学校から高等学校まで体系化が図られたことから、小学校段階においては、その型に応じた基本的な「技能」、「態度」、「思考・判断」の内容がバランスよく全ての児童に身に付くよう、適切な運動を選択し、6年間を見通した指導計画を設定することが大切である。

なお、運動の取り上げ方が一層弾力化され、低学年、中学年及び高学年に示されている「体づくり運動」以外のすべての内容について、2学年のいずれかの学年で取り上げ、指導することもできるようになったことを踏まえれば、いずれの内容をどの学年で、どの程度の時間をかけて、どのように扱うのかを年間計画として学校全体で検討し、適切に位置づけておくことが重要になる。

VI 学習指導過程の工夫

(教材ならびに教具の工夫)

易しいゲーム(中学年)	簡易化されたゲーム(高学年)
<p>運動の特性や魅力がわかりやすく、簡単なボール操作で行える、比較的少人数で行える、身体接触を避けるなど、中学年の児童が取り組みやすいように工夫したゲーム</p> <p>児童の実態に合い、運動の特性や魅力を損なわない、児童に寄り添ったゲーム</p>	<p>運動の特性や魅力がわかりやすく、ルールや形式が一般化されたゲームを高学年の児童の発達段階に応じて、プレイヤーの数、コート広さ、プレー上の制限(緩和)、ボールその他の運動施設や用具など、ゲームのルールや様式を修正し、学習課題を追求しやすいように工夫したゲーム</p> <p>中学年の「易しいゲーム」に比べると、スポーツに近づいたゲーム</p>

※すべての児童がゲーム・ボール運動の特性や魅力に触れ、楽しく進んで学習できる

VII 実技スタート！

(本日の実技メニュー 「型」「系統性」を意識して)

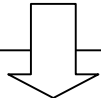
- ① ゲーム(鬼遊びなど) → ゴール型(フラッグフットボール)
- ② ゴール型(バスケットボール・サッカー)
- ③ ネット型(プレルボール)
- ④ ゲーム → ベースボール型(ティーボール)

① ゲーム(鬼遊びなど) → ゴール型(フラッグフットボール)

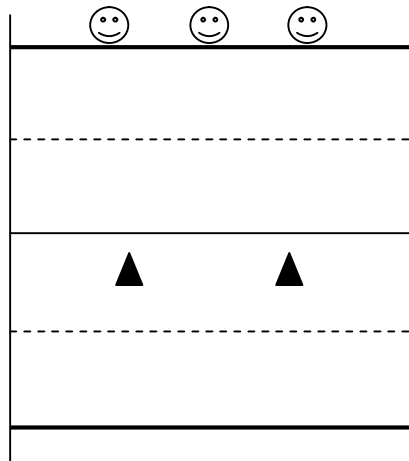
まずは、準備運動 隊列ジャンプで体も心もほぐしましょう！

一列に並んで「前・後・後・前・右・左・左・右」の順に跳ぶ。

- しっぽとりゲーム
手をつないで、互いのタグを取り合う。
- 子とり鬼
隊列ジャンプの隊形から1人鬼が前に出る。
鬼は、最後尾の子のタグを取る。
他の子は、最後尾の子のタグを取られないように動く。
- ジャンケンしっぽとり
2人が向かい合ってジャンケン。
「勝ち」タグを取られないように相手を交わして進む。
「負け」タグを取る



◎ 低学年 鬼遊び ボール運びゲーム・宝運びゲーム(3vs2)



→ 攻撃側スタートライン

→ 守備側スタートライン

→ ゴールライン

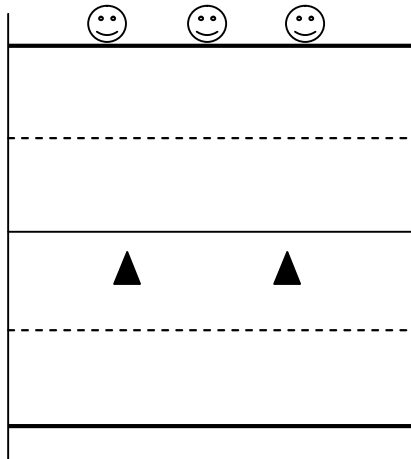


攻撃側がスタートラインより前に出たら、守備側も出ることができる。守備側が攻撃側のタグを取る。

<ルール>

- ※ 1人1個ボールを持ち、ボールを持った人がラインをこえたら得点(1点)
- ※ ボールを落としたり、守備側にタグを取られたりすると得点にならない。
- ※ 各チーム3回続けて攻撃。全員が必ず参加する。
- ※ プレー前に30秒の作戦タイム。

◎ 中学年 ゴール型ゲーム フラッグフットボールを基にした易しいゲーム

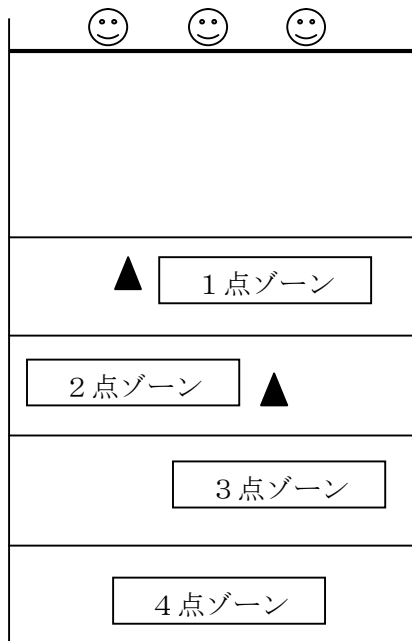


<ルール>

- ※ 3 v s 2 で行う。ボールはチーム 1 個。
- ※ 「Ready Go!」の合図でプレー開始。
- ※ ボールを持った子がゴールすると 5 点。ボールを持っていない子がゴールすると 1 点。
- ※ タグを捕られるか、ボールを落としたら攻撃終了。
- ※ 攻撃は 3 回続けて行う。

低学年では、1 人 1 個ボールを持たせ、相手をかわしたり、走り抜けたりして得点する楽しさをしっかり味わわせたい。ボールを 3 人で 1 個にすることで、「5 点をいかにしてとるか」でチームの協力が生まれる。3 人が連携することが得点のキーとなる。

◎ 高学年 ゴール型 フラッグフットボールを基にした簡易化されたゲーム



→ 攻撃側スタートライン

→ 守備側スタートライン

<ルール>

- ※ 3 v s 2 で行う。ボールはチーム 1 個。
- ※ 「Ready Go!」の合図でプレー開始。
- ※ ボールを持った人のみ得点が入る。
- ※ 前方へのパスは、スタートラインの手前から 1 回のみ。
- ※ タグを捕られるか、ボールを落としたら攻撃終了。
- ※ 攻撃は 3 回続けて行う。
- ※ 一度スタートラインを出たらもどってはいけない。
- ※ 7 秒以内にスタートラインを出なくてはならない。

<ポイント>

- ・ 「ボールを持って走れる」という技能面の易しさがあり、「作戦」にクローズアップできる
- ・ 「ボールを持たない人の動き」が鍵。学習カードを用意して、「ブロック」「おとり」「フェイク」など効果的に使えるようにしたい。
- ・ 作戦が上手くいったか、有効だったかを振り返ることが重要であり、学習カードを工夫しておくとうい。
- ・ 低学年では、仲間と協力して動くということはまだ難しい部分がある。まずは、自分がボールを持って、相手との関係の中でどう動くかをしっかり学習させたほうがよい。それが、中学年での易しいゲームへとつながる。

② ゴール型

◎ 高学年 バasketボール・サッカーを基にした簡易化されたゲーム

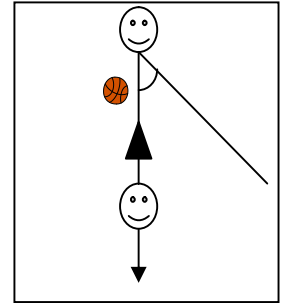
ここで考えたいことは、「ボールを持たないときの動き」をいかに身に付けさせるか？

→ボールを受けるための動き(サポートの動き)

「ボールを保持する人と自分の間に守備者を入れないように立つこと」

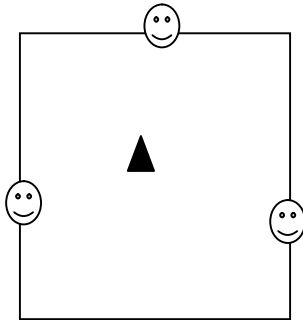
「得点しやすい場所に移動し、パスを受けてシュートなどすること」

キーワードは、「角度」と「距離」

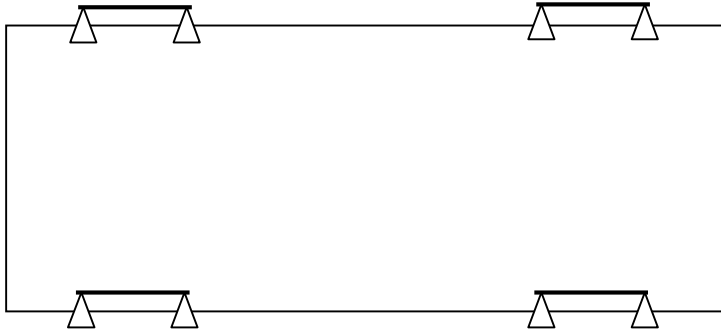


○ とりかご (サッカー) 3 v s 1 (ゴール1個)

または4 v s 2 (ゴール2個)



○ 4 v s 4 (ゴール2組)



ゲーム分析 (学習カード)

- ① サポートの動きをしたか？
- ② サポートの動きでパスがもらえたか？
- ③ シュートできたか？

③ ネット型

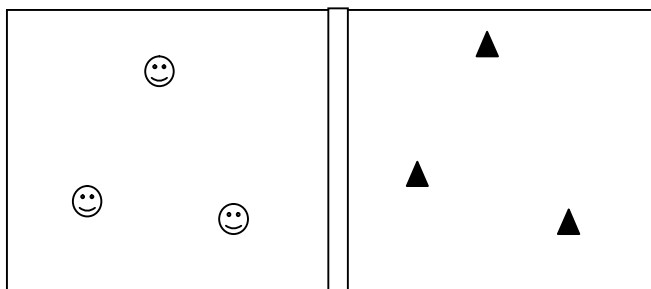
◎ 中学年 プレルボールを基にした易しいゲーム

バレーボールに似た室内球技で、「ボールを手で打ってバウンドさせ」、決められた回数で相手コートに返球する。バレーボールやテニスなど、「他のネット型のゲームに発展する教材」である。

・対面プレル

・三角形プレル

・プレルボールのゲーム(3vs3)



<ルール>

- ※ サーブは「どこからでも」「両手でふわっと投げ入れ」も OK
- ※ 返球は、相手チームから送られてきたボールを自陣のコート内にバウンドする前か、バウンドした後に味方にパスを送り、相手コートへ返す。
- ※ 必ず3人が1回ずつ触り、3回で返球するようにする。

※ キャッチパス・キャッチシュート・アタックシュートなど児童の実態や段階に応じて工夫するとよい。

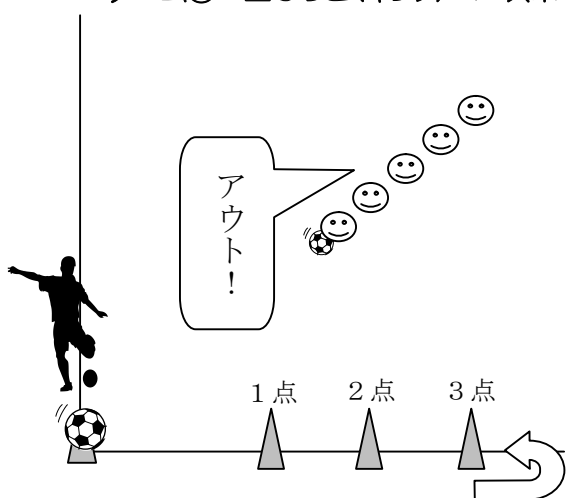
<ポイント>

- 技能的には易しいのでラリーが続きやすい。
- ボールを持たない動き「ボールの方向に体を向ける」「落下点にすばやく移動する」ことを意識させることが大切となる。→ソフトバレーボールへのつながり
- フォーメーション(横並び V字型 逆V字型)の工夫
- 技能が未熟の段階では、ドリルゲーム(対面プレル・三角形プレル)でボールを扱う時間を確保する。
- 児童の実態に応じてボールやネットを工夫(ネットの高さの目安40cm)

④ ゲーム → ベースボール型

◎ 低学年 ゲーム(ボールゲーム)ボールを蹴って行うベースボール

- ゲーム① 並びっこ(キック)ベースボール

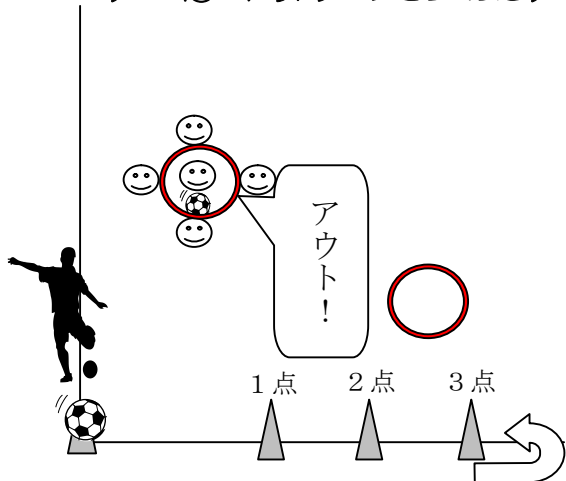


<ルール>

- ※ ホームに置かれたボールを蹴る。
- ※ 打者は、1点・2点・3点のいずれかのコーンを回りホームに戻る。
- ※ 守備は、ボールを捕った人の後ろに一直線に並び、「アウト!」と言って座る。
- ※ 守備が「アウト!」と言って座るまでに、打者がホームに戻ってくれば得点が入る。
- ※ 全員が蹴ったら攻守交替。

◎ 中学年 ベースボール型ゲーム キックベースを基にした易しいゲーム

- ゲーム② アウトゾーンをつくったゲーム(中学年)



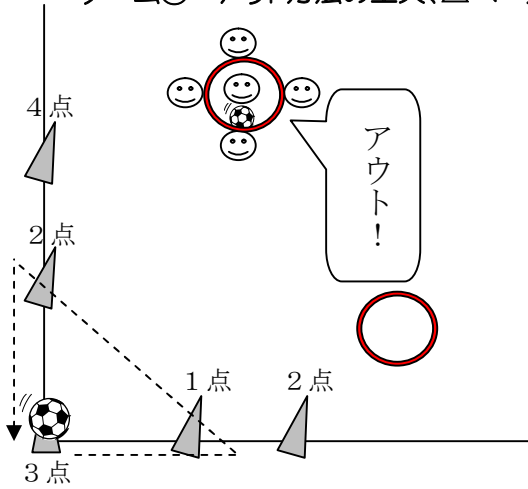
- ※ ゲーム①と基本的なルールは変わらない。
- ※ アウトゾーン(フープ)を2・3箇所作り、守備は、ボールを捕ったらいずれかのフープに全員が集まって「アウト」と言う。(ボールを持った人はフープ内。その他の人はフープを囲む。)



アウトゾーンがいわゆる「ベース」となり、「どこでアウトにするか」という状況判断が生まれる。



ゲーム③ アウト方法の工夫、△ベース、送球を取り入れたゲーム(中学年)



<守備のルール>

- ※ ボールをキャッチした人は、その場から必ずボールを送球しなければならない。
- ※ 残り的人たちは、ボールを受けとりフープに集まって「アウト」と言う。

<攻撃のルール>

- ※ 守備が「アウト」と言うまでに通過したベースで得点が決まる。
- ※ 「1点→2点→3点ルート」「得点2倍ルート」のどちらを通ってもよい。

(6点)

<ポイント>

- ・ ゲーム①は、いわゆる低学年で行う並びっこベースボール。ゲーム②③になると、守備の状況判断や工夫が必要であり、そこがまた楽しい。また、攻撃側にも、走塁の状況判断が加わってくる。
→児童の実態、技能の習熟に合わせて規則を工夫
- ・ 子どもたちには、守りの状況を見て、走塁の判断をすること。ボールの方向へすばやく移動することをしっかり学ばせたい。
→送球、捕球といったボール操作に至るための動き

◎ 高学年 ベースボール型 ティーボールを基にした簡易化されたゲーム

ティーボールとは、ベースボール型のゲームの一種で、打者が投手の投げたボールを打つのではなく、ホームベース付近に置かれたバッティングティーの上に置かれた、静止しているボールを打つことによってプレーが展開されるゲームである。

<攻撃に関する技術的課題>

「止まったボールや易しく投げられたボールを打ったり、走塁をしたりする。」

→「打つ(バッティング)」をしっかり学ばせることは大切

<守備に関する技術的課題>

「攻撃の進塁を阻止するために捕球したり、送球したりする。」

→「送球(投動作)」をしっかり学ばせることは大切

投能力の低下が指摘されている。投動作は、バレーボールのアタックやバドミントン、テニスなど、いろいろなスポーツに影響を与える。投動作は、しっかりと身につけさせておきたい。

投動作のポイント 「ボルト投げ！」

- ① 横向きになる
- ② 両手を大きく使う(非投げ手)
- ③ 股関節を屈曲させ、軸を後傾させる。



投動作のポイントを身につけさせる教材として

①「紙鉄砲」

より大きな音をならすためには、体重移動（並進運動）が必要であり、手首のスナップと合わせて、その体重移動を意識させやすい。（後ろにためた力を前にもっていく）

②「バウンドキャッチボール」

ボールを真下にたたきつける。紙鉄砲からボールの感覚へとつなげる。キャッチの練習もできる。

③「ふり返り投げ」

後ろ（地面）に置かれたボールを拾って投げる。

体が自然と後傾できる。

ペアでやってもよい。

バッティングのポイント

- ① 打席の立ち方(ティーの正面ではなく、やや後ろに立つ)
- ② 肩幅よりやや広いスタンス
- ③ 左足(右打ちの場合)を踏み込む(ステップ)
- ④ 並進運動(体重移動)→回転運動(腰の回転)

バッティングのポイントを身につけさせる教材として

① スイングゲーム（腰の回転）

フリスビーやドッジビーのディスクを投げる。（右打ちなら左手で）

② ボール運びゲーム（体重移動）

地面にボール（ライトドッジボール）を置いて、バットで打つ。（ゴルフのように）

③ バッティングゲーム

バッティングのポイントを意識しながら、

できるだけボールを遠くへ飛ばす。

コーチ役の子童が横からバッティングフォームなどを

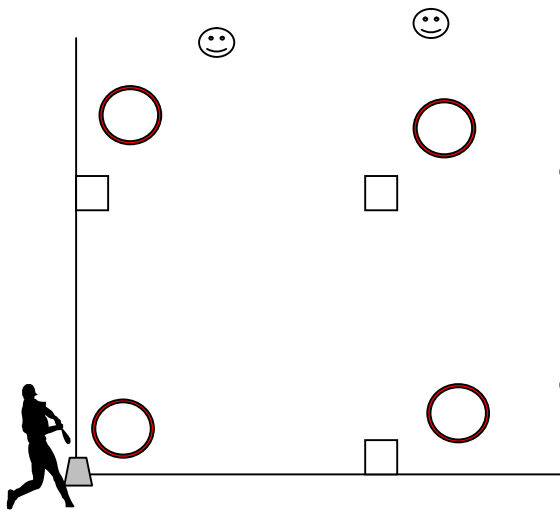
チェック（カード）し、アドバイスする。



打撃フォームのポイント

段階	ポイント	詳細
構え	バットの握り方	①バットが正しく握れているか。
	打席での立ち方	②立つ位置や方向は正しいか。
		③スタンスの幅は適切か。
ステップ	ステップ足の使い方	④自然な形でステップしているか。
	頭(重心の位置)	⑤軸を保ったままステップができているか。
	グリップの位置	⑥グリップの位置は適切か。
	膝の使い方	⑦膝の使い方は適切か。
スイング	体の回転の仕方	⑧腰をきちんと回せているか。
	バットスイング	⑨フォロースイングの軌道は適切か。
		⑩当てずにしっかり振っているか。
	両足の踏ん張り方	⑪足が地面から浮いたりしていないか。
頭(重心の位置)	⑫頭が前に突っ込んだりしていないか。	

・ ゲーム(高学年)



<場の設定>

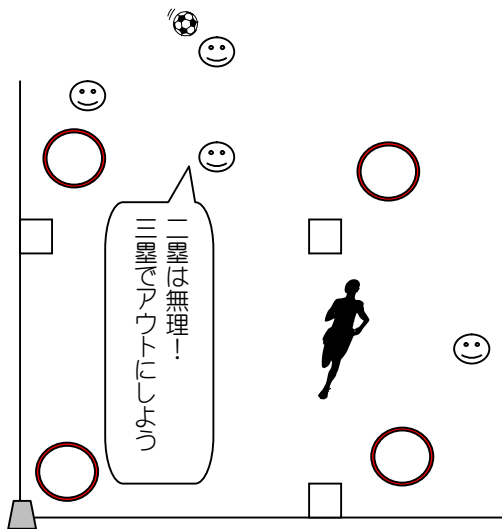
※ 打者用(走者)ベースと守備用ベース(アウトゾーン)を分けて設置する。分けて設置することで、打者と守備がぶつからないようにする。

<ルール>

※ 守備は、打者がそのベースを通過する前にアウトゾーンにボールを持った人を含めて2人が入るとアウトとなる。

※ 打者は、守備者がアウトゾーンに入る前に、ベースを通過すると得点となる。1ベースにつき1点(1周すると4点)。アウトになるまで何周でもできる。

※ 全員が打ったら攻守交替。



<ポイント>

- ・ 守備の状況判断(どこでアウトにするか)がおもしろい
 - 並びっこベースボールやキックベースボールの経験が生きる
- ・ ボールを持たないときの動き(カバーリング)
 - アウトゾーンへ先回りして得点を防ぐ
- ・ 声
- ・ 安全面への配慮！！
 - 打った後のバットに要注意。ティーの近くにバットゾーンを設け、必ずその中に入れるというルール。絶対に投げない。



小学校段階で、ボールを物で打つという経験は、ベースボール型でしかない。中学校(テニス、バドミントンなど)へのつながりを考え、しっかり経験させておきたい。

VIII おわりに

◎ 評価について

指導と評価の一体化(まず、指導ありき)

- ・ 指導内容（具体的に何を指導するのか？何を身につけさせたいのか）の明確化を図り、指導したことを評価しようとしていること。
- ・ 児童への支援、授業改善へとつながる評価。評価の内容を次の指導に生かしていること。
- ・ 自己評価、相互評価。児童の学習活動の中に自分たちの学習を振り返る活動が入っている。

【小学校】体づくり運動

山口県教育庁学校安全・体育課 指導主事 藤田 康伸

1 学習指導要領改訂のポイント

(1) 体育分野の課題（中央教育審議会答申 平成20年1月）

- 運動をする子どもとそうでない子どもの二極化傾向
- 子どもの体力の低下傾向が依然深刻
- 生涯にわたって運動に親しむ資質や能力が十分でない状況

(2) 体育科改善の基本方針のキーワード

- 運動が有する特性や魅力
- 基本的な身体能力や知識
- 発達の段階のまとめ
- 指導内容の整理と体系化

(3) 学習指導要領 体育科改訂の要点

① 指導内容を明確化し、体系化

- ・ 指導内容の系統性を踏まえ、7領域に整理
- ・ 各領域の指導内容を整理し、具体的な内容を明確化

② 体力の向上を重視

- ・ 各運動領域において適切な運動の経験をとおして、その結果として体力が高まるよう、指導の在り方を改善
- ・ 「体づくり運動」はすべての学年で指導

③ 運動の取り上げ方を弾力化

各運動領域で示された内容は2学年ごとのまとめの中で、いずれかの学年で取り上げ指導することもできること（「体づくり運動」を除く）

④ 各運動領域の内容は、以下の3点で構成

- ・ 技能（運動）
- ・ 態度
- ・ 思考・判断（小学校では知識を含める）

発達の段階を踏まえた指導内容の体系化



2 体づくり運動

(1) 体づくり運動とは

体づくり運動とは、心と体の関係に気付くこと、体の調子を整えること、仲間との交流をすることなどの体ほぐしをしたり、体力を高めたりするために行われる運動である。

(小学校学習指導要領解説 体育編 P13)

(2) 体力のとらえ方

体力は人間の活動の源であり、健康の維持や意欲・気力といった精神面にも大きく関わる生きる力を支える重要な要素である。

「運動するための体力」「健康に生活するための体力」→調和のとれた体力の育成をめざす

<体づくり運動の内容構成>

低学年	中学年	高学年
体づくり運動	体づくり運動	体づくり運動
体ほぐしの運動	体ほぐしの運動	体ほぐしの運動
多様な動きをつくる運動遊び (ア) 体のバランスをとる運動遊び (イ) 体を移動する運動遊び (ウ) 用具を操作する運動遊び (エ) 力試しの運動遊び	多様な動きをつくる運動 (ア) 体のバランスをとる運動 (イ) 体を移動する運動 (ウ) 用具を操作する運動 (エ) 力試しの運動 (オ) 基本的な動きを組み合わせる運動	体力を高める運動 (ア) 体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動 (イ) 力強い動き及び持続する能力を高めるための運動

(3) 各学年に応じた指導

① 低・中学年

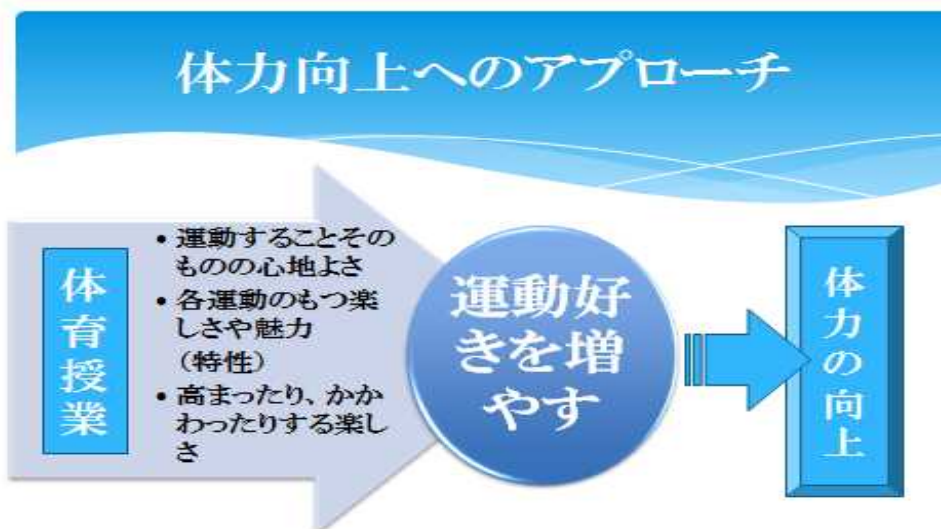
- ・ 体力を高めることを直接のねらいとすることは難しい
- ・ 様々な体の基本的な動きを培っておくことが重要
- ・ 体づくり運動では、他の領域で扱われにくい様々な体の基本的な動きを培う

楽しく運動しながら、体の基本的な動きを身につける。結果として体力が高まる。

② 高学年

- ・ 体力を高める運動は、直接体力を高めるために行う
- ・ 体の柔らかさ及び巧みな動きを高めることに重点を置いて指導する

児童がねらいをもって体力を高め、運動を組み合わせることができる。意図的に体力を高める。



(4) 指導計画作成のポイント

- ・ 2年間の計画を立てることが重要
- ・ 系統的、体系的な計画を立てることが重要
- ・ 指導と評価を一体化させることが重要

(5) 授業づくりのポイント

① 体ほぐしの運動

- 「気づき」「調整」「交流」3つのねらいにあった運動を取り上げる。(何をねらうか明らかにすること)
- ねらいに迫るための教師の言葉かけは具体的にすること。
- 小学校では、仲間との交流を中心に易しく楽しい運動を取り上げ、心地よさを体感していく中で他の2つのねらいに迫る。
- 技能の向上をめざすものではない。

② 多様な動きをつくる運動遊び(1・2年)

- 意図的に、体の基本的な動きを育む。
- 低学年では多様な動き経験させ、夢中になって楽しむうちに動きが身につくこと、「動きのレパートリーを増やす」ことを大切にする。
- 児童にとって魅力的でねらいに迫る動きを取り上げたり活動の場を設定したりする。
- やる気になる教師の言葉かけや動きのポイントやコツがつかめる教師の働きかけが大事である。

③ 多様な動きをつくる運動(3・4年)

- 「動きのレパートリーを増やすこと」に加え、「基本的な動きを組み合わせる運動」を取り入れ、低学年より運動がスムーズにできる等、「動きが高まること」も大切にする。
- 2つ以上の運動を同時に行うことや連続して行う等、動きを組み合わせる。
- やや難しい動きに挑戦してみる。
- できるようになる実感をもたせるための目標のめやす、教師の働きかけ方を工夫する。

④ 体力を高める運動(5・6年)

- 直接的に体力を高めることをねらいとする。
- 児童一人ひとりが体力を高めるためのねらいをもって運動することを大切にする。
- 学習のスタートで、体力を高める必要性をもたせるための手立ての重要である。
- 学習カードの活用等、「伸びた」「できた」めやすを示していく方法を工夫する。

3 指導と評価の一体化

- ・ 指導したことを評価
- ・ 評価したことを指導に生かすこと
- ・ おおむね満足できる状況を実現できるよう、努力を要する状況にある児童に対する手立てを工夫
- ・ 評価の重点を設定(1単位時間にどの観点の項目を重点に評価するか)
- ・ 評価規準による質的評価
ハードル走では、「リズムカルに走り越えているか」といった動きを評価

学習指導案「体づくり運動」

※「子どもの体力向上指導者養成研修」での課題、「体ほぐしの運動」中心で単元を構成

1 単元の見目標

- (1) 心と体の関係に気付いたり、体の調子を整えたり、仲間と交流したりするための手軽な運動や律動的な運動をする。(運動)
- (2) 運動に進んで取り組み、助け合って運動したり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。(態度)
- (3) 自己の体の状態や体力に応じて、運動の行い方を工夫できるようにする。(思考・判断)

2 内容のまとめりごとの評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動
運動に進んで取り組み、約束を守ったり、仲間と助け合って運動をしたり、運動をする場や用具の安全に気を配ろうとしたりしている。	自分の体の状態や体力に応じて、運動の行い方を工夫している。	体づくり運動について、運動のねらいにあった動作を身に付けている。

3 単元の評価規準

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動
<ul style="list-style-type: none"> ・体ほぐしの運動に進んで取り組もうとしている。 ・約束を守り、仲間と助け合って運動をしようとしている。 ・用具の準備や片付けで分担された役割を果たそうとしている。 ・運動する場を整備したり、用具の安全を保持したりすることに気を配ろうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・体ほぐしの運動のねらいを知るとともに、ねらいに応じた運動の行い方を選んでいる。 	<p><u>※できることを目的としないことから、記載なし。</u></p>

4 学習活動に即した評価規準

第5学年 体ほぐしの運動		
運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動
<ul style="list-style-type: none"> ①体を動かす楽しさや心地よさを味わう体ほぐしの運動に進んで取り組もうとしている。 ②用具の使い方や運動の行い方のきまりを守って、運動をしようとしている。 ③仲間と協力して用具の準備や後片付けをしようとしている。 ④場の危険物を取り除いたり、用具の安全に気を配ったりしている。 ⑤仲間に声をかけたり、運動の補助をしたりして、協力して運動をしようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ①運動をすると心が軽くなることや体の力を抜くとリラックスできることなど、心と体は関係し合っていることに気付いている。 ②体ほぐし運動のねらいには、気付き、調整、交流があることを知り、より楽しくなるよう、ねらいに応じた運動の行い方を選んでいる。 	<p><u>※できることを目的としないことから、記載なし。</u></p>



第6学年 体ほぐしの運動		
運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動
①体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができるよう、体ほぐしの運動に進んで取り組もうとしている。 ②用具の使い方や運動の行い方のきまりを守って、運動をしようとしている。 ③仲間と協力して用具の準備や後片付けをしようとしている。 ④場の危険物を取り除いたり、用具の安全に気を配ったりしている。 ⑤仲間に声をかけたり、運動の補助をしたりして、協力して運動をしようとしている。	①体を動かす楽しさや心地よさ、自他の心や体の状態に気を配っている。 ②体ほぐし運動のねらいには、気付き、調整、交流があることを理解し、自分たちの状態に合わせたねらいに応じた運動の行い方を選んでいる。	※できることを目的としないことから、記載なし。

5 指導と評価の計画

(1) 指導と評価の計画

小学校第5学年 体ほぐしの運動 (4時間)				
時間	主なねらい・学習活動	学習活動に即した評価規準		
		関心・意欲・態度	思考・判断	運動
1	1 オリエンテーション <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 体ほぐしの運動の学習内容を知り、互いの体の調子に気付く体ほぐしの運動を試す。 </div> <ul style="list-style-type: none"> ・何のために、どういう運動なのかの説明 ・学習の進め方の確認 	③仲間と協力して用具の準備や後片付けをしようとしている。 (観察)		
2	2 準備運動 <ul style="list-style-type: none"> ・簡単なストレッチ のばす、ひっぱる、おしあう 2 <ul style="list-style-type: none"> ・リズムにのった運動 じゃんけん、ジャンプ 	②用具の使い方や運動の行い方のきまりを守って、運動をしようとしている。 (観察)	①運動をする と心が軽くなることや体の力を抜くとリラックスできることなど、心と体は関係していることに気付いている。 (観察、学習カ	
	3 体ほぐしの運動 <ul style="list-style-type: none"> ・どんな運動をどのようにするのか体験 ・いろいろな歩き方 ・お互いに体を動かしてみる ・ボールや縄など用具を用いた運動 			
	4 整理運動 <ul style="list-style-type: none"> ・ペアでストレッチ 			

	5 まとめ ・次時のめあてと学習の確認		ード)	
3	1 本時のねらい <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">体ほぐしの運動の学習内容を理解し、いろいろな体ほぐしの運動の動きを確かめ、楽しく運動できる行い方を選んで運動する。</div> 2 準備運動 ・簡単なストレッチ ・リズムにのった運動 3 もっとやってみたい体ほぐしの運動 ・楽しかった運動 ・自分たちでアレンジした運動 4 リズムを合わせながら 2人から3人で、協力すると楽しさが増す 4 整理運動 ・ペアストレッチ 5 まとめをする ・自分の課題 ・次時の活動	④場の危険物を取り除いたり、用具の安全に気を配ったりしている。(観察) ①体を動かす楽しさや心地よさを味わう体ほぐしの運動に進んで取り組もうとしている。(観察)	②体ほぐし運動のねらいには、気付き、調整、交流があることを知り、より楽しくなるよう、ねらいに応じた運動の行い方を選んでいく。(観察)	

小学校第6学年 体ほぐしの運動 (4時間)

時間	主なねらい・学習活動	学習活動に即した評価規準		
		関心・意欲・態度	思考・判断	運動
1	1 オリエンテーション <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">いろいろな体ほぐしの運動をしたり、内容を工夫したりして楽しく運動をする。</div> ・学習の進め方の確認	③仲間と協力して用具の準備や後片付けをしようとしている。(観察)		
2	2 準備運動 3 体ほぐしの運動 ・「体の気付き」「体の調整」「仲間との交流」について確認	②用具の使い方や運動の行い方のきまりを守って、運動をしようとしている。	①体を動かす楽しさや心地よさ、自他の心や体の状態に気を配ってい	

	<ul style="list-style-type: none"> 人数や回数を変えて楽しくする工夫 	(観察)	る。(観察、学習カード)
	<p>4 整理運動</p> <p>5 まとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> 次時のめあてと学習の確認 		
3	<p>1 本時のねらい</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>体ほぐしの運動の学習内容を理解し、いろいろな体ほぐしの運動をねらいに応じた運動の行い方を選んで、楽しく運動する。</p> </div> <p>2 準備運動</p> <p>3 テーマを決めて選んだ体ほぐしの運動</p> <ul style="list-style-type: none"> 体を動かす心地よさコース 協力して挑戦コース みんなでリラックスコース 	<p>④場の危険物を取り除いたり、用具の安全に気を配ったりしている。(観察)</p> <p>①体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができるよう、体ほぐしの運動に進んで取り組もうとしている。(観察)</p> <p>②約束を守り、仲間と助け合って運動をしようとしている。(観察)</p>	<p>②体ほぐし運動のねらいには、気付き、調整、交流があることを理解し、自分たちの状態に合わせたねらいに応じた運動の行い方を選んでいく。(観察)</p>
4	<p>4 整理運動</p> <p>5 まとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分の課題 次時の活動 		

2 学年を見通した計画の流れ

学 年	5 年		6 年	
時 間	1・2	3・4	1・2 (5・6)	3・4 (7・8)
段 階	知る段階	選んで行う段階	工夫する段階	選んで行う段階
内 容	同一の運動	個人(グループで)が選択した運動	同一の運動	個人が選択した運動
	いろいろな体ほぐし運動を試す	楽しかった運動を選んでみる。(もっと楽しくするアイデア)	いろいろな体ほぐしの運動をし、もっと楽しくなるように運動を工夫する	気づき、調整、テーマを決めて運動をする
集 団	同じグループで	いろいろな人と	同じグループで	選択が同じ人と

(2) 本時の展開 (4 / 4時間) ※本時では、思考判断を主として評価する。

<p>本時の目標</p> <p>○お互いの体や動きに注意して、助け合って取り組めたか (態度)</p> <p>○体を動かす楽しさ、心地よさに気づき、楽しく運動をできる行い方を選べたか (思考・判断)</p>	
<p>主なねらい・学習活動</p>	<p>教師の働きかけ・評価 (☆)</p>
<p>1 本時のねらいを知る。</p>	<p>・どんな活動が楽しかったか思い出しながら、心地よさや気づきを大切にして、もっとやってみたい運動をやってみるよう意欲づける。</p>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>もっとやってみたいと思う 体ほぐしの運動を選んで もっと楽しく運動しよう</p> </div>	
<p>2 軽い準備運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・簡単なストレッチ ・リズムにのった運動 	<p>・グループごとにいい雰囲気づくりができているところや「声かけ」ができたところをほめる。</p>
<p>3 体ほぐしの運動を選んでする。</p> <p><経験済みの運動></p> <ul style="list-style-type: none"> ・風船ゲーム ・手つなぎおに ・小鳥おに ・大根ぬき ・いろいろなウォーキング 二人で グループで みんなで ・線の上鬼ごっこ 	<p>・もっと楽しくなるよう、アレンジをしてもよいことを伝えておく。</p> <p>・個人で選ぶことが難しい場合、グループで選び運動をする。できるなら、個人で選択する機会を設け、そこに集まった人だれとでも、運動が楽しめるように働きかける。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>☆体を動かす楽しさ、心地よさに気づき、楽しく運動できる行い方を選べたか 【思考判断】行動観察</p> </div>
<p>4 整理運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ペアストレッチ 	<p>・選択の理由ややってみての気づきなどを聞く機会をとる。「楽しさのアイデアを出した人は?」「みんなのために頑張っていた人は?」等</p>
<p>5 まとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の課題 ・今後の取組 	<p>・自分の課題と今後の生活の中でも生かせそうなものを確認し、授業の中だけで終わらないように配慮する。</p>

【中学校・高等学校】球技一ネット型

長門市立深川中学校 教諭 中島 秀之

「運動嫌い・体力低下」など喫緊の課題に対しての保健体育科授業の役割は大きく、運動好きな子どもを増やすためには、運動することの心地よさや運動能力が高まったり、人と関わったりする楽しさを感じられる魅力ある授業づくりをしなければならない。そのためには、指導内容の明確にし、系統性に留意しながら、指導と評価の一体化を図っていくことが重要である。

「指導と評価の一体化」を目指した授業づくり



<学習指導案>

中学校「バドミントン」

1 単元目標

- (1) 次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにする。
 - ・ ネット型では、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防を展開すること。
- (2) 球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすること、作戦などについての話し合いに貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。
- (3) 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

2 単元の評価規準（第3学年）

運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能	運動についての知識・理解
<ul style="list-style-type: none"> ・ 球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 ・ 分担した役割を守ろうとしている。 ・ 作戦などについての話し合いに参加しようとしている。 ・ 仲間の学習を援助しようとしている。 ・ 健康・安全に留意している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 用具の操作やボールを持たないときの動きなどの技術を身に付けるための運動の行い方のポイントを見付けている。 ・ 自己のチームの課題を見付けている。 ・ 提供された練習方法から自己やチームの課題に応じた練習方法を選んでいく。 ・ 球技を継続して楽しむための自己に適した関わり方を見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 空いた場所をめぐる攻防を展開するためのボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・ 試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。

3 指導と評価の計画（15時間）

時	ねらい・学習活動	関	思	技	知	評価方法
はじめ	ねらい ○学習内容の展開を見通し、学習の仕方を理解する。 ○バドミントンの特性やルール、基本用語を理解する。					観察 学習カード
2時間	<ul style="list-style-type: none"> ● 学習の重点 ● ・積極的に取り組む意義 ・分担した役割を果たす意義 ● ・ルールや基本用語の確認 					
1	1 活動Ⅰ オリエンテーションを通して、学習の進め方を知る。 ・学習のねらい、進め方、学習カードの使い方等について、学習資料を使って説明し、理解する。				①	
	2 活動Ⅱ 基本的なラケット操作を学習し、ラケット操作に慣れる。【スキルの確認】【パートナー決定】					
なか	ねらい ○仲間と共に練習して、基本技能を身に付け、ラリーを楽しむ。 ○自己の技能の課題を見付けよう。				①	観察 学習カード
6時間	<ul style="list-style-type: none"> ● 学習の重点 ● ・運動の行い方のポイントを見付けること ● ・仲間の学習を援助する意義 	①	①			
3	1 活動Ⅰ 基本的なラケット操作を身に付ける。 ・基本的なストロークの技能を身に付けるためのポイントを理解し、課題を見付け、仲間と協力して学習する。 (グリップ、ストローク、フットワーク、フライト)				①	
4	《フライト》・ハイクリア ・ドリブンクリア ・ドライブ ・プッシュ ・ヘアピン	②				
5	・ドロップとロブ ・スマッシュとレシーブ				②	
6	2 活動Ⅱ ラリーゲーム				③	
7	3 活動Ⅲ 試合の進め方、ルール、審判法を学ぶ。					
8						
まとめ	ねらい ○自らの課題を認識し、解決につながる練習方法を考えよう。 ○作戦を立てて、ゲームを楽しもう。 ○自己の技能の課題を見付けよう。					観察 学習カード
7時間	<ul style="list-style-type: none"> ● 学習の重点 ● ・互いに教え合う、連帯意識の意義 ・試合の行い方 ● ・練習方法の工夫 					
9		③	②		②	
10						
11	1 活動Ⅰ ダブルスの簡易ゲームを行い、ペアで課題を解決する練習を行う。					
12						
13	2 活動Ⅱ 2チーム対抗試合（ダブルス）を行う。健康・安全面に留意する。		③	④	②	
14						
15	3 活動Ⅲ 学習のまとめを行う。学習の成果を確認する。					

4 具体の指導内容及び学習活動に即した評価規準

観点	運動への 関心・意欲・態度	運動についての 思考・判断	運動の技能	運動についての 知識・理解
<p>入 学 年 次</p>	<p>指導内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バドミントン独自の楽しさや安全性、公平性が確保されること。 ・お互いを尊重する気持ちが、強くなること。 <p>↓</p> <p>① 分担した役割を果たそうとしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・仲間に自分の考えを伝え合い、アドバイスすることが大切であること。 <p>↓</p> <p>② 仲間と教え合いながら、協力的に練習に取り組もうとしている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自己の能力を高めること。 ・互いに協力し合って団結力を高め、気持ちよく活動すること。 <p>↓</p> <p>② ゲームに関心を持ち、技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わおうとしている。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・技術の名称や具体的な行い方や活用方法の提示。 <p>↓</p> <p>① 提供された練習方法や技能のポイントを理解し、実践している。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・技術の習得のための課題学習で学習カードを利用する場面の設定。 <p>↓</p> <p>② 毎時の学習成果をまとめることができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゲームの場面で学習した技術や自己の技能の特性を活用する場面の設定。 <p>↓</p> <p>③ 自分や相手の技能の程度を把握し、それに応じた作戦を立てることができる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・グリップの握り、腕のスイング、体の使い方。 <p>↓</p> <p>① オーバーヘッドストロークでハイクリア（高く、遠く）のフライトが打てる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グリップ、ステップ、ラケットの使い方、タイミングの取り方。 <p>↓</p> <p>② 高い打点でシャトルをとらえ、スマッシュできる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・相手の状況を見ながら、打ち分けることができる。 <p>↓</p> <p>③ 様々なストロークやフライトを的確に使い分けることができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・返球の前後のバランスや構え方。 <p>↓</p> <p>④ 相手に正対して構えることができる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ラケット操作ではストロークによって、グリップの握りが変わること。 ・フライトを打ち分けて、相手を前後、左右に揺さぶること。 ・ストロークでは、相手の状況を判断して空いた場所に打つこと。 ・ポジショニングでは、ボールを打ったり、受けたりした後、相手に正対すること。 <p>↓</p> <p>① バドミントンの特性や技能の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゲームのルールには、サービスやレシーブの位置と順序、ゲームの勝敗などがある。 ・審判の行い方には、ゲームの開始方法、進め方、得点の方法、コールの仕方があること。 <p>↓</p> <p>② 試合の行い方について学習した具体例を挙げている。</p>

5 本時の展開 [5 / 15 時間]

(1) 本時の目標

- ・仲間と共に練習して、基本技能を身に付け、ラリーを楽しむことができる。
- ・自己の技能の課題を見付けることができる。

(2) 本時の学習評価 (指導と評価の計画で評価規準を用いて学習状況を評価するもの)

- ・仲間と教え合いながら、協力的に練習に取り組もうとしている。(運動への関心・意欲・態度)
- ・バドミントンの特性や技能の名称や行い方について学習した具体例を挙げている。

(運動への知識・理解)

	学習内容・活動	評価方法及び評価規準
はじめ	1 集合、あいさつを学習委員を中心に協力して行う。 2 準備運動と用具の準備を行う。 (1) ランニング、ラジオ体操、補強運動 (2) 本時のねらいにつながる基本練習 ・ストロークの素振り	◎素振りのフォームをチェックし合い、アドバイスしようとしているか。【観察】
なか	3 本時のねらいと評価項目を確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> ・仲間と共に練習して、基本技能を身に付け、ラリーを楽しむことができる。 ・自己の技能の課題を見付けることができる。 </div> 4 2人組で基本的なフライトを組み合わせ、ストロークの練習を行う。 (1) 技術ポイントの説明を聞く。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> ・オーバーヘッドストロークの打点は、頭上の少し前方。ヘアピンの打点は目の高さより高い位置。バックはサムアップの握りで行う。 </div> (2) 2人組でストロークを打ち合う。 ①ハイクリア ②ドリブンクリア ③プッシュ ④ヘアピン ⑤ドロップショットとロビング ⑥サービスとスマッシュ フライト名を全員で復唱してから行い、覚えるようにする。	◎本時のねらいを理解させる。 「運動への関心・意欲・態度」 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 評価：ストローク練習の中で、教え合いや助言をしようとしている。 </div> 「運動への知識・理解」 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 評価：しっかり声を出して技術の名称を覚えようとしている。 </div>
か	5 オーバーヘッドストロークの打ち方を教え合う。 ・技能レベルの高い生徒 6 人をアドバイザーとして小グループを担当させ、学習課題の解決を図る。	◎【観察評価】を行う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 評価：仲間のアドバイスを課題解決に向け生かそうとしている。 </div>
	6 ラリーゲーム (グループの合計回数で競う) グループでお互いに助言し合うようにする。	◎【学習カード】から評価材料を得る。 ◎努力を要する状況の生徒への手だて ・個別に話をして仲間に助言することの価値を理解させる。
まとめ	7 本時のまとめを行う。 (1) 生徒同士で課題の確認を行い、本時の授業記録を学習カードにまとめる。 (2) 学習の成果や課題などのまとめを発表する。	◎【学習カード】から評価材料を得る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> 評価：ストローク技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 </div> ◎【学習カード】で評価を行う。

【中学校・高等学校】ダンス

山口県立厚狭高等学校 教諭 中垣 麻里

1 ダンスの特性や魅力について

①ダンスの特性

ダンスは、「創作ダンス」、「フォークダンス」、「現代的なリズムのダンス」で構成され、イメージをとらえた表現や踊りを通じた交流を通して仲間とのコミュニケーションを豊かにすることを重視する運動で、仲間とともに感じを込めて踊ったり、イメージをとらえて自己を表現したりすることに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

「創作ダンス」は、多様なテーマから表したいイメージをとらえ、動きに変化を付けて即興的に表現することや、変化のあるひとまとまりの表現ができるようにすることをねらいとしている。

「フォークダンス」は、踊り方の特徴をとらえ、音楽に合わせて特徴的なステップや動きと組み方で踊ることができるようにすることをねらいとしている。また、「フォークダンス」には、伝承されてきた日本の「民謡」や外国の「フォークダンス」があり、それぞれの踊りの特徴をとらえ、音楽に合わせてみんなで踊って交流して楽しむことができるようにすることが大切である。

「現代的なリズムのダンス」は、ロックやヒップホップなどの現代的なリズムの曲で踊るダンスを示しており、リズムの特徴をとらえ、変化のある動きを組み合わせ、リズムに乗って体幹部（重心部）を中心に全身で自由に弾んで踊ることをねらいとしている。

それぞれのダンス特有の特性と楽しさは表1の通りである。

表1 ダンスの特性と楽しさ

創作ダンス	フォークダンス	現代的なリズムのダンス
表したいイメージを即興的に表現したり、ひとまとまりの動き（簡単な作品）で表現したりするのが楽しい。	日本や外国の伝承された踊りを身につけて、仲間と一緒に踊って交流するのが楽しい。	ロックやヒップホップなどのリズムに乗って仲間とかがわり合って自由に踊るのが楽しい。

②ダンスの成り立ちと変遷

ダンスは、言葉が生まれる以前から存在した人類最古の文化といわれ、その発生から今日に至るまで、時代とともに変容しながら常に人間の生（生活）と深く関わって存在してきた文化である。そもそもダンスの語源には《生命の欲求：desire of life》という意味があるように、人々はさまざまな思いや欲求を体で語りかけ、生きる証として踊り、踊ることによって他者と共感・交流してきた。そして、今日、多種多様なダンスが年齢・性別・国境を越えて多くの人々に踊られ、ダンスが身近なものとなっている。このように、ダンス

は、時代を映し出す鏡であり、人間を映し出す鏡でもある。そして、ダンスは常に原始（原始的な体験）から始まり今の新しい自分を見つける「古くて新しい」文化であるといえる。

③指導のねらい

新しい学習指導要領では、「生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する基礎を培うことを重視し、運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに、発達の段階のまとまりを考慮し、小学校、中学校及び高等学校を見通した指導内容の体系化を図ること」とされた。校種を超えた接続と系統性が重視され、小学校から高等学校までの12年間の発達を、4・4・4のまとまりとして捉え、その発達段階ごとの内容を示している。これを踏まえ、ダンスでは、小学校での表現リズム遊び・表現運動から中学校・高等学校でのダンスへのつながりと発展を表2のように捉えている。

表2 表現運動・ダンスの内容構成と4・4・4のまとまりによる発展

* () は地域や学校の実態に応じて加えて指導できるものを表す。

小学校		中学校	高等学校
表現リズム遊び ・表現遊び ・リズム遊び (簡単なフォークダンスを含む)	表現運動 ・表現 ・リズムダンス (フォークダンス)	表現運動 ・表現 ・フォークダンス (リズムダンス)	ダンス ・創作ダンス ・フォークダンス ・現代的なリズムのダンス (その他のダンス)
小学校低・中学年	小学校高学年 中学校1・2年	中学校3年 高校3年間	
いろいろなリズムや表現の遊びを体験して、身体感覚やコミュニケーションの基礎を身に付け、踊りが好きになる段階	いろいろなダンスを体験して、それぞれのダンスの特性(楽しさや魅力)に触れる段階 …中学1・2年まで必修	好きなダンスを選び、時・場所 ・仲間に応じてダンスを再構成 ・創造してダンスを深める段階 …領域や内容を選択して 取り組む	

ダンス領域で指導すべき内容については、中学校1・2年、中学校3年・高等学校入学年次、高等学校その次の年次以降(2・3年次)の2学年ごとに、「技能」「態度」「知識、思考・判断」の3つの指導内容が示されている。(学習指導要領参照)

2 学習の評価について

①指導と評価の一体化

学習評価は、生徒が学習指導要領の目標に照らしてその実現状況を見ることで求められるものである。学習指導要領は、各学校において編成される教育課程の基準として、すべての生徒に対して指導すべき内容を示したものであり、指導の面から全国的な教育水準の維持向上を保障するものであるのに対し、学習評価は、生徒の学習状況を検証し、結果の面から教育水準の維持向上を保障する機能を有するものと言える。

すなわち、評価とは、生徒のための評価であると同時に、学校や教員が進める教育自体の評価であるとも言え、指導と評価は表裏一体をなすものである。

「ダンスで何を教えるのか?」「ダンスでどんな力を育てていくのか?」が、今日改めて問われているが、ダンスに限らず、保健体育科では、第一に指導内容を明確にすることが重要である。具体的にその単元で、その時間で何を指導するのかを明らかにすることで、評価内容も明確になる。

指導と評価の一体化をめざす授業においては、計画 (PLAN) — 実施 (DO) — 評価 (CHECK) — 改善 (ACTION) という PDCA サイクルによって、指導に生かす評価を充実させることが重要である。学習評価では、「おおむね満足できる状況 (B)」に達していない生徒への支援をすることが大切であるが、もしそのような生徒が多ければ、授業そのものを見直し改善する必要があるということである。

②観点別学習状況の評価

学習評価は、知識の量のみでとらえるのではなく、学習指導要領に示す基礎的・基本的な内容を確実に身に付けることはもとより、それにとどまることなく、自ら学び自ら考える力などを踏まえて評価することが求められる。このことから、ペーパーテスト、実技テストのみを重視し、一部の観点に偏した評価・評定が行われることのないように、観点別評価の観点（「運動への関心・意欲・態度」「運動についての思考・判断」「運動の技能」「運動についての知識・理解」）を踏まえ、各々にふさわしい多面的な評価方法の工夫が求められる。観点別の評価規準は、生徒達が自ら獲得し身に付けた資質や能力の質的な面、資質や能力の育成の実現状況の評価をめざす意味で用いられる。評価規準ごとに「おおむね満足できる」状況 (B) をもとに、「十分満足できる」状況 (A)、「努力を要する」状況 (C) を明らかにし、教員の経験年数等に左右されず共通の認識をもって評価に当たることができるようにするなどして、評価の妥当性と信頼性を高めることが重要である。