

第1学年 保健体育科 学習指導案 単元名 「運動やスポーツの多様性」	日 時 令和7年10月9日（木） 第5校時 学 年 第1学年 4名（女子4名） 指導者 山本 凌真
---	--

1 単元について

（1）単元観

本単元は、中学校学習指導要領（平成29年告示）解説保健体育編（平成30年）体育編Ⅱ体育理論（1）運動やスポーツの多様性を受けて設定する。

運動やスポーツが多様であることについて、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 運動やスポーツが多様であることについて理解すること。

（ア）運動やスポーツは、体を動かしたり健康を維持したりするなどの必要性及び競い合うことや課題を達成することなどの楽しさから生みだされ発展してきたこと。

（イ）運動やスポーツには、行うこと、見ること、支えること及び知ることなどの多様な関わり方があること。

（ウ）世代や機会に応じて、生涯にわたって運動やスポーツを楽しむためには、自己に適した多様な楽しみ方を見付けたり、工夫したりすることが大切であること。

イ 運動やスポーツが多様であることについて、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えること。

ウ 運動やスポーツが多様であることについての学習に積極的に取り組むこと。

現在、世界には200を超えるスポーツが存在するといわれている。「スポーツ（sport）」の語源は、ラテン語の「deportare」に由来し、「気晴らし、遊び」といった意味である。スポーツの定義は様々存在するが、先哲の研究者たちや国際スポーツ体育協議会（ICSPE）が共通して唱えているのは「遊戯・プレイ」、「競争」といった言葉である。しかし、今日私たちが「スポーツ」と聞いて想像するものの多くは、「人と競争する」もしくは「身体を鍛える」ものである場合が多い。

近年では、「ゆるスポーツ」や「アダプテッドスポーツ」、「ニュースポーツ」等、新たなスポーツをつくりだす活動が盛んである。また、コンピュータゲームをスポーツとして捉える「eスポーツ」も人気を博しており、スポーツとして捉えるのかどうか議論されることもしばしばある。これらの新たなスポーツは、今までと違う視点でスポーツを捉え、誰とでもスポーツを楽しむこと、ライフステージや個人の特性に応じてスポーツを選択し、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現する一役を担うことが期待されるものである。

本単元では、「スポーツ」の概念を捉え直し、新たな視点から「スポーツ」を考えることで、運動やスポーツに対する愛好的態度や、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たい。

（2）生徒観

本学級は女子4名で、運動やスポーツを好きな生徒が多い傾向がある。授業でも、コミュニケーションを取りながら意欲的に取り組む姿が見られる。一方で、知識・技能の定着度や思考の深まりには個人差が大きく、運動やスポーツにおいて得意な種目には積極的に取り組むが、苦手な種目に対して粘り強く取り組む力は弱い傾向がある。

表1・2は令和7年9月に、第1学年を対象に実施した教科アンケートの結果を示したものである。

表1 アンケートの結果

質問項目	肯定的回答	否定的回答
保健体育の勉強は好きですか。	100.0%	0.0%
保健体育の授業は大切だと思いますか。	100.0%	0.0%
保健体育を学習すれば、普段の生活や社会に出て役立つと思いますか。	100.0%	0.0%
あなたは、運動やスポーツが好きですか。	100.0%	0.0%
あなたは、運動やスポーツが得意ですか。	66.7%	33.3%

表2 アンケートの結果

質問項目	回答内容
あなたは、運動やスポーツにはどのような楽しさがあると思いますか。	・みんなと仲が深まる ・みんなとコミュニケーションがとれて楽しむことができる ・どんな楽しさがあるかわからない

表3 アンケートの結果

質問項目		スポーツだと思う割合
次のもののうちスポーツだと思うものを選択しなさい。	スキー、スノーボード	66.7%
	サーフィン	66.7%
	ヨット	0.0%
	釣り	0.0%
	狩り（ハンティング）	33.3%
	サイクリング	0.0%
	ゴルフ	100.0%
	アーチェリー	33.3%
	弓道	100.0%
	ダーツ	0.0%
	ボウリング	100.0%
	競馬	0.0%
	囲碁、将棋	0.0%
	チェス	0.0%
	トランプ	0.0%
	空手	66.7%
	柔道	100.0%
	剣道	66.7%
	すもう	66.7%
	バスケットボール	100.0%
	バレーボール	66.7%
	ダンス	100.0%
	エアロビクス	0.0%
	ランニング	100.0%
	筋トレ	100.0%
	ヨガ	66.7%
	スケートボード	66.7%
	フライングディスク	33.3%
	鬼ごっこ	66.7%
	ドッジボール	66.7%
	e スポーツ（コンピュータゲーム）	0.0%
	キックベース	66.7%

表1より、第1学年女子の生徒は保健体育の学習に対して、肯定的に捉えている生徒が多く、保健体育の学習が有意義であることを認識している生徒がほとんどであるといえる。また、表2より、学校の授業でおこなう種目や身体活動を伴う種目はスポーツであると認識している生徒が多いのに対し、囲碁、将棋等の「マインドスポーツ」と呼ばれる種目、釣りやeスポーツはスポーツであると認識している生徒がいなかったことが明らかになった。

(3)指導観

本校の研究テーマは『「思考力・判断力・表現力を高める指導の在り方」～対話によって学びを深める授業づくりを通して～』である。指導にあたっては、スポーツの語源をもとに、運動やスポーツに対する概念を捉え直し、深化させることで、生徒が「スポーツとは何か」「自分はスポーツとどのように関わっていくのか」等の問いに対する自分なりの答えを、生涯にわたって考えていくことができるようにしたい。そのためには、まず、運動やスポーツに対する認識のギャップを感じさせ、主体的に学習に取り組む契機とさせたい。そして、自己や他者との対話、議論を通して運動やスポーツに対する思考を深めさせ、再度「スポーツとは何か」「スポーツに必要な要素とは何か」について考えさせる。また、その中で運動やスポーツの多様性について触れることで、運動やスポーツに対する概念だけでなく、多様な関わり方や楽しみ方も同時に学ぶことができるようにしたい。単元の最初と最後にアンケートを実施することで、生徒自身が学習内容の深化を実感できているかを評価したいと考えている。

これらの活動を通して、保健体育科の目標である「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」を育成することにつながるような単元にしていきたい。

2 単元の目標

- 運動やスポーツが多様であることについて理解している。
- 運動やスポーツが多様であることについて、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができる。
- 運動やスポーツが多様であることについての学習に積極的に取り組んでいる。

<単元の評価規準>

ア 知識・技能	イ 思考・判断・表現	ウ 主体的に学習に取り組む態度
①運動やスポーツは、体を動かしたり、健康を維持したりするなどの必要性及び競い合うことや課題を達成することなどの楽しさから生みだされ発展してきたことを理解している。 ②運動やスポーツには、行うこと、見ること、支えること及び知ることなどの多様な関わり方があることを理解している。 ③世代や機会に応じて、生涯にわたって運動やスポーツを楽しむためには、自己に適した多様な楽しみ方を見付けたり、工夫したりすることが大切であることを理解している。	①運動やスポーツが多様であることについて、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し、判断するとともに、他者に伝えている。	①運動やスポーツが多様であることについての学習に積極的に取り組もうとしている。

3 単元計画 全4時間（本時1時間目）

（1）指導と評価の計画

時	学 習 内 容	評 価				
		知	思	主	評価規準	評価方法
1 本 時	運動やスポーツの多様性 ○（事前にアンケートを実施する。） ○運動やスポーツの必要性和楽しさ ・「スポーツ」とは何かを考える。（本時） ・スポーツの目的について考える。 ・運動やスポーツがどのように生みだされ、発展してきたかを理解する。 ・再度、自分にとって「スポーツ」とは何かを考える。 （2）	○	○		ア① 運動やスポーツは、体を動かしたり、健康を維持したりするなどの必要性及び競い合うことや課題を達成することなどの楽しさから生みだされ発展してきたことを理解している。 イ① 運動やスポーツが多様であることについて、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し、判断するとともに、他者に伝えている。	ワークシート 行動観察
2	運動やスポーツの多様性 ○運動やスポーツへの多様な関わり方 ・運動やスポーツには、行うこと、見ること、支えること及び知ることなどの多様な関わり方があることを理解する。 ・現時点で、自分が運動やスポーツとどのように関わっていきたいかを考える。	○		◎	ア② 運動やスポーツには、行うこと、見ること、支えること及び知ることなどの多様な関わり方があることを理解している。 ウ① 運動やスポーツが多様であることについての学習に積極的に取り組もうとしている。	行動観察 ワークシート
3	運動やスポーツの多様性 ○運動やスポーツの多様な楽しみ方 ・「ゆるスポーツ」「アダプテッドスポーツ」「ニュースポーツ」等について調べることを通して、運動やスポーツの多様な楽しみ方について理解する。 ・目的や年齢、性や障害の有無等の違いを超えて運動やスポーツを楽しむためには、何が必要かを考える。 ○再度、アンケートを実施し、スポーツの概念や、自分が現時点でスポーツとどのように関わっていきたいかを考える。	◎			ア③ 世代や機会に応じて、生涯にわたって運動やスポーツを楽しむためには、自己に適した多様な楽しみ方を見付けたり、工夫したりすることが大切であることを理解している。	行動観察 ワークシート

4 本時の学習

(1) 本時の目標

○「スポーツ」に必要な要素を考えることができる。

(2) 本時の評価規準

○自己や他者との対話を通して、スポーツに必要な要素を考えることができる。

【イ 思考力・判断力・表現力】

(3) 本時のめざす生徒の姿（評価基準）

評価基準		生徒の姿	基準達成のための手立て
A	・スポーツの定義について、スポーツに必要な要素を複数考え、多様性に気づくことができる。	スポーツの定義についてスポーツの効果や役割を踏まえながら複数の要素を考えることができる。	保健や体づくり運動といった既習事項でのスポーツの効果や役割について思い出させる。
B	・スポーツの定義について、スポーツに必要な要素を考えることができる。	スポーツの定義について対話を通して複数の要素を考えることができる。	生徒の発言・実体験を基に指導・助言をする。
C	「B」を満たしていない。	「B」を満たしていない。	

(4) 準備物

教科書、ワークシート、タブレット、パソコン、電子黒板

(5) 学習の展開

学習活動	指導上の留意事項（◇） （◆「努力を要する」状況と判断した生徒への手立て）	評価規準[観点] （評価方法）
[今後の授業の確認] 1 「これな〜んだ？」クイズ [めあて（学習課題）の提示] 2 本時のめあてを確認する。 スポーツに必要な要素は何だろう？ 3 [個人思考1] 提示されたものからスポーツだと思うもの、スポーツではないと思うものを分ける。 自分がスポーツだと思うものを分類する。「ロイロノート」	○モニターにスポーツ（バスケットボール、陸上、野球）の画像を映し、意図的指名をする。 ○「この3つの共通点は何？」 〈予想される反応〉 「スポーツ」「運動」「体を動かす」 ○「スポーツ（sport）」の文字を板書する。 ○普段から身近にあるスポーツについて考えさせ、「スポーツとは何か」問いかける。 ◆本時のめあてをワークシートに記入させる。 ○「ゆるスポーツ」や「アダプテッドスポーツ」など、生徒がわからない身体活動については説明を行う。 ○迷ったら直観でも構わないと伝えるが、なぜそうしたかという予想を立てさせておく。	

【予想される生徒のスポーツだと思う理由】 「人と競う」「身体を動かす、身体が鍛えられる」「ルールがある」「プロがある」「オリンピック種目である」「体育でやる」「メディアでスポーツとして取り上げられている」 4 [集団思考] さまざまな種目・活動の中から、スポーツの定義を考えながら<u>スポーツだと思うもの</u>、<u>スポーツではないと思うもの</u>を分ける。「ロイロノート」（グループ活動） 【予想される生徒の反応】 〈予想される反応〉 ・日頃体育の授業や部活動等でおこなう種目はスポーツだと考える。 ・囲碁、将棋やチェス、トランプ、e スポーツ、おにごっこ等の遊戯性、娯楽性の高い種目はスポーツだと思わない。 ・登山、ヨガ等の競争性が低い種目はスポーツだと思わない。 ・ペアでの話し合いを通して自己の視点と他者の視点が違うこと、その違いによってスポーツに対する捉え方が違うことを感じる。 ペアでまとめた意見を発表する 〈予想される反応〉 視点によって分け方が違ってくることを、スポーツに必要な要素は複数考えられることを知る。 5 マインドスポーツやアダブテットスポーツ、ゆるスポーツが何のためにあるのか、どんな楽しさがあるのかを考える。 6 [まとめ・振り返り] 振り返りを記入する まとめ・次回の確認	○分類したものをもとにスポーツに必要な要素を考えてロイロノートに入力させる。 ○どちらか分からない、意見が割れた場合は必ずしもどちらかに分けてなくても良いことを伝える。 ◇教科アンケートをもとに、予め決めておいたペアに分かれさせ、机を移動させる。 ◆スポーツに必要な要素（視点）が出てこない場合は、スポーツだと思う種目に共通してある性質を考えさせる。 ◆各ペアをまわり、なぜその分け方になったのかを聞く。気になる点があれば切り返しの発問をする。 ○各ペアで、どのような分け方になったか、何を視点に分けたかを発表させる。（発表する班は時間を考慮して調整する） ○スポーツ基本法におけるスポーツの捉え方を紹介する。 ○どんな人にとって、どのように楽しいのかを考えさせ、ワークシートに記入させる。 ○現時点で自分が考える「スポーツ」に必要な要素（視点）、今日の振り返りをワークシートに記入させる。	イ 自己や他者との対話を通して、スポーツに必要な要素を考えることができる。（行動観察・ロイロノート）
---	--	---

(6) 板書計画

本時のめあて スポーツに必要な要素とは何だろう？	
本時の流れ	発問 1
	生徒の意見
	発問 2
	生徒の意見

【パワーポイント】 発問，視覚的支援 【ロイロノート】 ①各ペアのスポーツだと思うものとそうでないものの分類 ②スポーツに必要なだと思う要素等を視覚的に示す
--

電子黒板