

# 体育・保健体育科の指導における ICTの活用について

# 概要

- 1 . 学習指導要領及び解説
- 2 . 効果的な活用例
- 3 . 1人1台による学習等の効果

運動領域(小), 体育分野(中), 科目体育(高) 「体育」と表記  
保健領域(小), 保健分野(中), 科目保健(高) 「保健」と表記



# 1. 学習指導要領及び解説

2. 効果的な活用例

3. 1人1台による学習等の効果

## 学習指導要領及び解説(中学校)

(3)第2の内容の指導に当たっては、コンピュータや情報通信ネットワークなどの情報手段を積極的に活用して、各分野の特質に応じた学習活動を行うよう工夫すること。

[中学校学習指導要領(平成29年告示) 保健体育]

例えば、体育分野においては、学習に必要な情報の収集やデータの管理・分析、課題の発見や解決方法の選択などにおけるICTの活用が考えられる。また、保健分野においては、健康情報の収集、健康課題の発見や解決方法の選択における情報通信ネットワーク等の活用などが考えられる。

なお、運動の実践では、補助的手段として活用するとともに、効果的なソフトやプログラムの活用を図るなど、**活動そのものの低下を招かないよう留意することが大切**である。

また、情報機器の使用と健康との関わりについて取り扱うことにも配慮することが大切である。

[中学校学習指導要領(平成29年告示)解説 保健体育編]



1. 学習指導要領及び解説

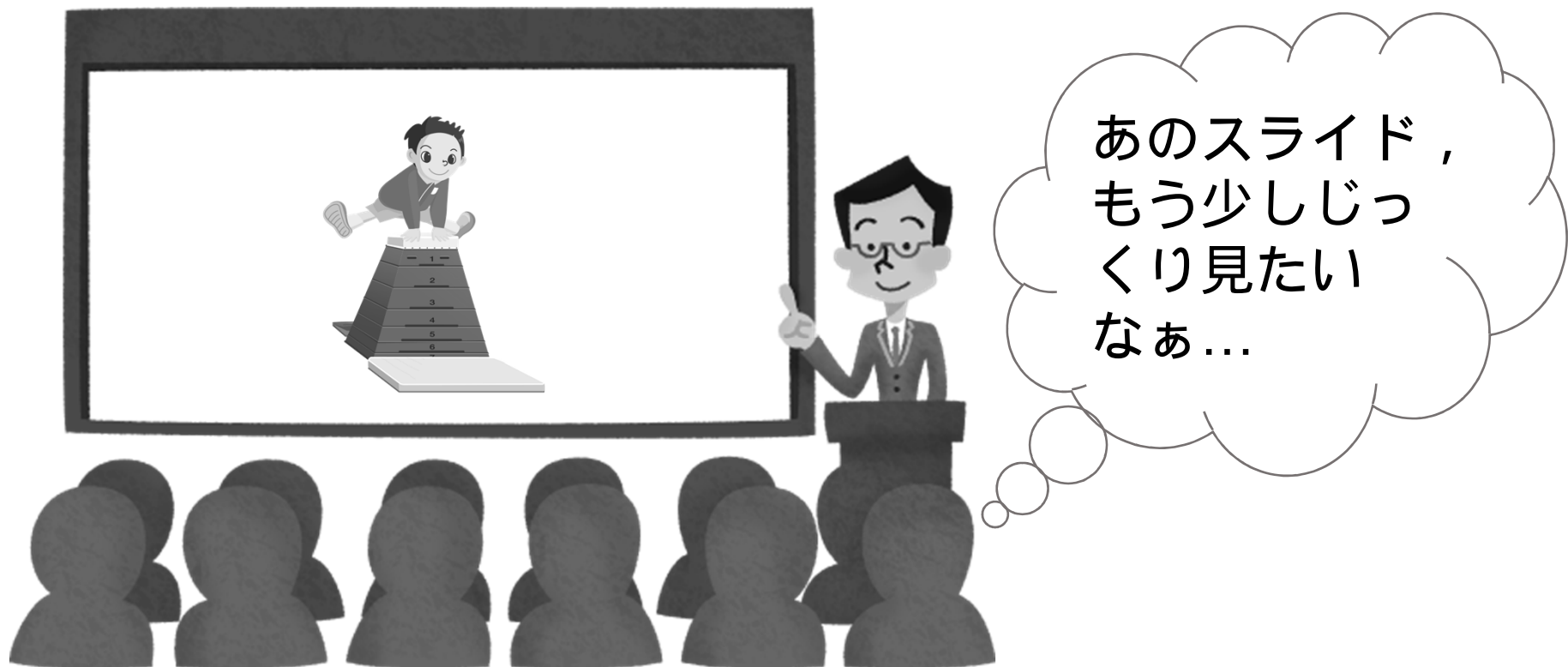
## 2. 効果的な活用例

(体育5, 保健2)

3. 1人1台による学習等の効果

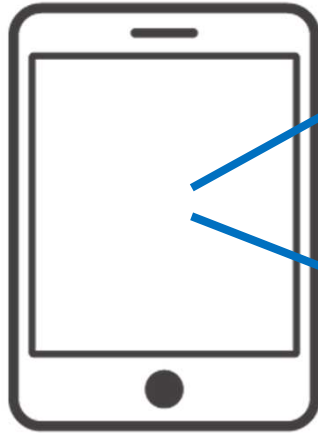
# 知識の習得

跳び箱運動の技の行い方について、一斉に視聴



これまで児童・生徒は、技の行い方について、その時間内に理解することが求められた。

# 知識の習得 1人1台になると...



技ごとの動画を視聴



技の行い方について、見たい動きを必要に応じて繰り返し視聴

個に応じた学びが可能になる。

# 技能の習得

学習の様子を1台のタブレットで視聴



自分の動きを  
確認したいな  
...

これまでは自分の動きをじっくりと見るのが難しかった。

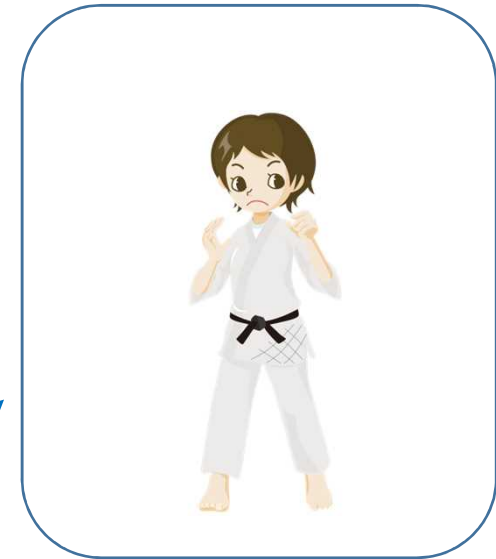
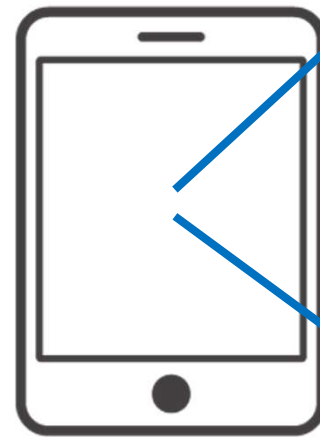


# 技能の習得

1人1台になると...

自分が確認したい場面  
を繰り返し確認

授業で学習した動きの  
ポイントと自分の動きを  
比較し、できている点  
や修正点を確認



自分の動きを即座に確認することができる。

# 技能の習得

逆上がりに挑戦している状況を撮影して確認



前の動きを  
確認したいな...

これまでは、前時の自分の動きを確認することは少なかった。

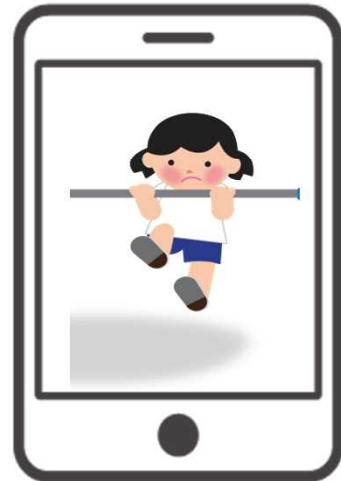
# 技能の習得

1人1台になると...

毎時間の動き  
を撮影



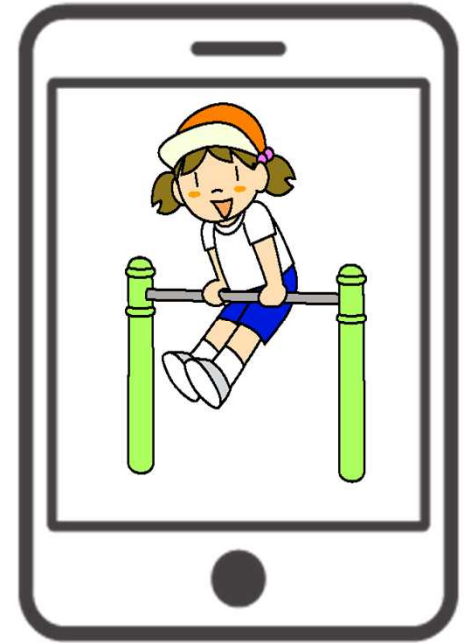
動きの変容を  
確認



前々時



前時



本時

動きを比較することにより、自己変容を確認  
することができる。

# 思考力, 判断力, 表現力等の育成

ゲームの映像を全員で視聴しながら, 次のゲームに向けて作戦を考え, 交流する。



あっ！そこ，  
スローで観た  
いんだけど...

これまでは限られた時間内に, チーム全員で同一画面の動きを確認していた。

# 思考力, 判断力, 表現力等の育成

## 1人1台になると...

各自の視点で, ゲームの  
撮影動画を見返す。

各自が次のゲームに向けて  
の作戦を考える。

各自が考えた作戦をもち  
よって, チームで交流する。

次のゲームに向けて作戦を考え, 交流



自分の考えを深めて対話をすることができる。

# 学びに向かう力, 人間性等の涵養

毎時間, 学習カードに手書きで記録を記入

新記録を出したいな。  
ところで, 去年の記録は  
何cmだったかな...



これまでは, 過去の50m走のタイムや走り高跳びの記録をその場で調べることは難しかった。

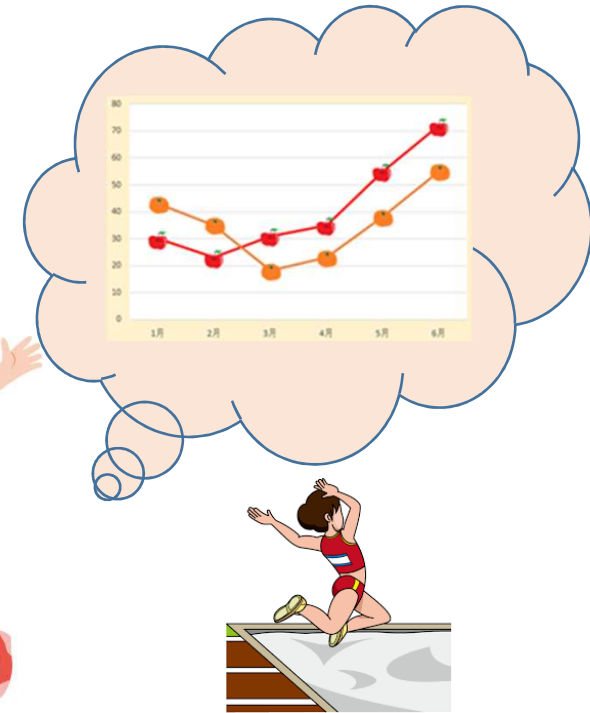


# 学びに向かう力, 人間性等の涵養

1人1台になると...

過去の自分の記録  
や全国の平均値を  
検索

記録の伸びの実感



その場で, 過去の自分の記録や全国の  
平均値等との比較ができる。

# 知識及び技能の習得

## 心肺蘇生法の学習

手順をもう  
一度、確認  
したいな...



これまでは、一斉指導や動画視聴などにより、  
理解を深めることを図った。



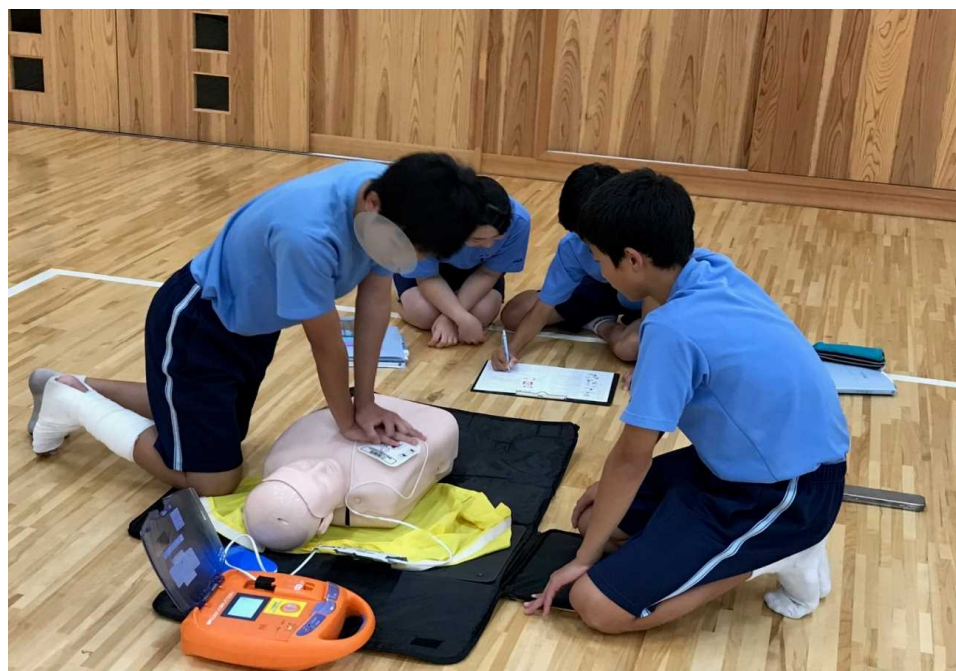
# 知識及び技能の習得

1人1台になると...

手順を動画で再確認

撮影した自分の取組  
動画を視聴

修正点を意識して、  
再度実施

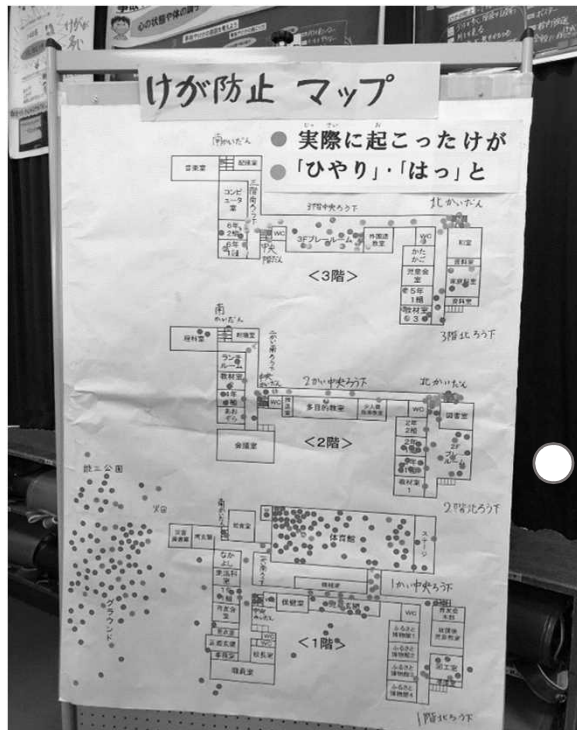


自分の取組動画を確認しながら、試行錯誤することにより一層、理解が深まり、技能の向上を図ることが期待できる。

# 思考力, 判断力, 表現力等の育成

「けがの防止」の学習

校内の危険箇所を考え, その対策について話し合う。



実際に確かめて  
いないので,  
これだけでは,  
解決方法が思い  
浮かばないな...

これまでは教師が用意した危険個所の写真を基に, クラス  
全員やグループで課題発見や課題解決の方策を話し合った。

# 思考力, 判断力, 表現力等の育成

1人1台になると...

各自の視点で,  
危険箇所を撮影



各自が対策を立案



グループで交流



各自が自分の判断で危険箇所を撮影し, 友達が撮影したものと比較したり, それぞれの対策を考えたりするなどして思考を深めることができる。



1. 学習指導要領及び解説

2. 効果的な活用例

3. **1人1台**による  
学習等の効果

活用例 1 (体育)

## 知識の習得

跳び箱運動の技の行い方について、一斉に視聴



これまで児童・生徒は、技の行い方について、その時間内に理解することが求められた。

活用例 4 (体育)

## 思考力、判断力、表現力等の育成

ゲームの映像を全員で視聴しながら、次のゲームに向けて作戦を考え、交流する。



これまでは限られた時間内に、チーム全員で同一画面の動きを確認していた。

# 複数に1台では...

活用例 5 (体育)

## 学びに向かう力、人間性等の涵養

毎時間、学習カードに手書きで記録を記入



これまでは、過去の50m走のタイムや走り高跳びの記録をその場で調べることは難しかった。

活用例 6 (保健)

## 知識及び技能の習得

心肺蘇生法の学習



これまでは、一斉指導や動画視聴などにより、理解を深めることを図った。



繰り返し視聴  
個に応じた  
学び



即座の確認  
自己変容の  
気付き  
・ 意欲の高まり



1人1台では...

学習内容とその効果  
の積み重ねの確認  
意欲的・積極的な  
態度の涵養



授業以外の場で  
の活用  
学びの広がり



# 手書きの記録

ONE TEAM! ~仲間とのきずなで学習を深めよう! ~

名前( )

仲間とのきずなで学習を深めていくために大切な「グッド・コミュニケーション」についてまとめよう

① 助けをしたり 練習相手になって 助け合い  
 ② いいところをたくさん見つけて 言葉かけ  
 ③ ほかの手・あく手・ハイタッチ → ほめ合い

この子のグッド・コミュニケーションは  
 いいところをたくさん見つけて  
 深めて楽しい体育の学習に  
 いきまわす!

友達に、どんな言葉かけや働きかけをしたか、振り返ってみよう

チームで練習をする時に、さんや、くんはパス練習をし  
 うと声かけていかにやりました。さんが、前よりパスを  
 上にあげてつなげやすくなったので、「おめでとう」と声かけました。  
 みんなで声かけながら練習して、楽しかったです。

いい声かけができて、おめでとう!

体つくり運動の学習を振り返って

チャレンジ・タイムの中で、友達にどんな言葉かけや働きかけをしたかな?

「らんらんランニング」で、くんが、うしろをふって、いいパスで  
 走っていたので、いいパスと声かけをしました。  
 みんなが走り終わったときに、合言葉を言ってハイタッチを  
 しようと言いました。みんなが、達成してくれてうれしかったです。

+2 アイデア! みんなのいいところを  
 たくさん見つけて、おめでとう!

水泳運動の学習を振り返って

友達とどんな助け合いができたかな? 意識したグッド・コミュニケーションは何かかな?

ボードをもて息づきの練習を手伝った。  
 あみり足になっていないか、見てアドバイスをした。  
 走っていることを聞いて、助けてあげるように走った。  
 友達の息を聞いて、助け合えておめでとう! ほめ合えて  
 泳ぎが上達しているね...

学習のあしあと

日時	内容	どんなことに気を付けたか、書いてください!
5/9	リレー	走る順番を決めずに、勝手に決めないように声をかけた。
5/13	リレー	いいところをたくさん見つけて、みんなのいいところをたくさん見つけて、おめでとう!

# 記録のデータ化

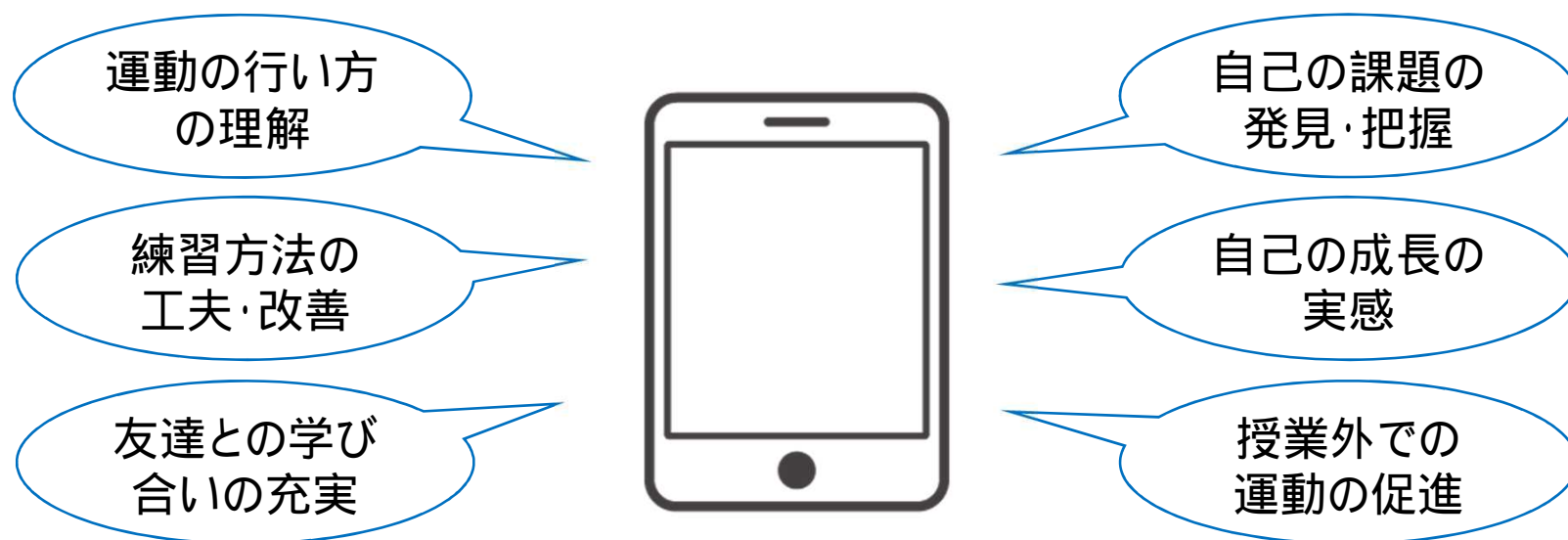


- ・個のつまずきの速やかな把握
- ・つまずきに応じた指導・支援

# 授業改善

# 課題とICT活用による解決方策

- \* 運動する子供とそうでない子供の二極化傾向
- \* 運動時間の減少にともなう体力の低下
- \* 健康課題を発見し、主体的に課題解決に取り組む学習が不十分



- \* 苦手だった運動ができるようになり、運動が好きになる。
- \* 運動することへの意欲が高まり、積極的に運動するようになる。
- \* 自己の健康課題に主体的に取り組むようになる。





心身の健康の保持増進

豊かなスポーツライフ

体育・保健体育科

1人1台による  
ICTの活用と効果