

## 体育・保健体育科の指導におけるICTの活用について

□保健体育課

### はじめに

体育科の授業においては、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ます。体育科におけるICTの活用については、**教科及び領域の特性として、運動場や体育館等で手軽に用いることができること、操作等に時間を要しないこと、短時間で繰り返し活用できること等に留意することが重要です。ICTを使うことが目的ではなく、特質に応じた学習活動が求められます。**

### 効果的な活用例

#### (1) 自分の動きを確かめる場面

自分の動きを写真や動画で撮影し再生することにより、技能面における自己の課題を見付けたり、課題解決の仕方を選んだりする際の資料となります。撮影と再生を繰り返すことにより、技能の向上の程度を具体的に捉えることが期待できる。器械運動系や陸上運動系などは、動きの局面をスローや静止画で繰り返し振り返ることが学習にとって効果的なため、領域の特性に留意した活用が期待できます。

#### (2) 仲間の動きの画像をもとにアドバイスをする場面

仲間同士の見合いや教え合いをもとに、対話的な学びの充実を図る観点から、デジタルカメラやタブレット型の学習者用コンピュータによる撮影は、その場で画像を示しながら動き等を指摘できるため、効果的な活用が期待できます。

#### (3) グループの動きが撮影された画像をもとに、思考し判断し表現する場面

ボール運動系のゲームや表現運動系の発表などを撮影すると、集団で活動した後、個の動きや仲間との連携等を画像で振り返ることができるため、仲間の動きを指摘し合ったり、新たな動き方を相談し合ったりするための資料となり、効果的な活用が期待できます。

#### (4) 模範となる動きを画像で確かめ、技能のさらなる習得に生かす場面

教師による示範がなくても、模範となる動きのポイント等を画像資料として示すことは、一連の動きを繰り返し見たり、動きの局面を静止して確かめたりすることができるため、学習への効果が期待できます。

#### (5) 画像の蓄積により、学習の成果を確認したり評価の資料としたりする場面

学習中に児童や教師が撮影した画像等は、次時の学習課題を設定するための資料となることが期待できる。また、学習の進行に応じて時系列に画像を整理し、子供の学びの過程を振り返ることにより、多角的な評価や指導改善のための資料となることも期待できます。

#### (6) アンケート機能を活用し、他者の多様な考えを共有し、思考し判断し表現する場面

不安や悩みへの対処や病気の予防などにおいて、

友達の多様な考えを瞬時に確認できることから、活発な対話が促され、深い学びへとつながることが期待できます。

- (7) **自分の活動量等のデータを客観的に評価する場面**  
運動、食事、休養及び睡眠などの学習において、歩数や心拍数など運動のデータを早く正確に確認できるため、そのデータを活用した活発な対話が促されることから、自己の生活を振り返る際に効果的な活用が期待できます。

### ICT活用による児童・生徒の期待できる姿

#### 【課題】

- ・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。

ICTの効果的な活用により

#### 【期待できる姿】

- ★ 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、積極的に運動することが容易になる。
- ★ 自己の健康課題に主体的に取り組むようになる。

### 学習指導要領及び解説より(中学校)

中学校学習指導要領及び解説では、以下のように示し、各教科等で活用の意義とその必要性を説明しています。

(3)情報活用能力の育成を図るため、各学校において、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活用するために必要な環境を整え、これらを適切に活用した学習活動の充実を図ること。〔中学校学習指導要領(平成29年告示)保健体育〕

(略) **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〕

#### 【参考資料】

○児童生徒の1人1台のICT端末を活用した体育・保健体育授業の事例集  
〔文部科学省：令和4年3月〕

