第65回全国学校体育大会新潟大会　2026年11月12日（木）

シンポジウム「次期学習指導要領を踏まえた、これからの体育・保健体育の学習」

１２年間を見通した 運動やスポーツを通した学習

細川 江利子（埼玉大学学術院　教育学部）

「体育WG取りまとめ（案）※会議後修正」より　　現状の課題①

社会や学校の状況等を踏まえた課題（12年間の系統性に関するものを抜粋）

●幼児期からの発達の段階を踏まえた系統的な指導と評価の在り方について
運動に苦手意識を持つ児童生徒を含めた多様性の包摂の観点も踏まえ、
指導内容が過度に高度なものとなっていないか
評価は適切なものとなっているか
学校における運動やスポーツに関する学びの本質的な意義や価値を踏まえ整理する必要がある。　(p.3)

・体育の授業は、**全ての児童生徒が運動やスポーツの多様な楽しみ方を味わう機会を保障**するとともに、人と関わりながら自分らしく健康で生き生きとした人生を送る基盤づくりに貢献する、知・徳・体のバランスを支える不可欠な学びの場である。
・ 身体を媒介に協働的に学ぶ特徴を有し、認知的能力のみならず、身体面や社会面、情意面に関わる資質・能力の育成にも力を発揮する強みがある。
・社会の様々な場面でAIの活用が進むなど、人間の活動に変容がある昨今、運動やスポーツについて、自身の身体を通して学ぶ中で、人とともに楽しさや喜びを味わうことができる意義に触れたり、自身の状況等に応じた価値を見出したりすることは、自己理解の深化につながることに加え、身体を使いこなして能動的に人生を舵取りしながら生き抜く、人間ならではの力を育む上でも大きな意味を持つ。
・授業において皆で楽しめるルールを考えること等の活動を通して、共生社会の創り手を育成することに大きく貢献する。　(p.4)

「体育WG取りまとめ（案）※会議後修正」より

現状の課題②

●（現行学習指導要領では）

体育の学習は、小１から高３までの12年間を４年ごとで区切り、それぞれ、

小１～４　「各種の運動の基礎を培う時期」、

小５～中２「多くの領域の学習を経験する時期」、

中３～高３「卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わることができるようにする時期」

と整理されているが、

この整理も含めた学習の系統性について、**幼児期からの接続を含む児童生徒の発達の段階を踏まえて改めて整理する必要がある。**

(p.3)

「体育WG取りまとめ（案）※会議後修正」より

本質的な意義を踏まえた改善の方向性

●発達の段階や自身の状況等を踏まえつつ、**全ての児童生徒**が**安心して**運動やスポーツに取り組み、その**良さや楽しさを豊かに味わう**ことのできる学習を通して、

自らの生涯におい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ことのできる資質・能力を育成することにつなげられるよう、

発達の段階を踏まえた学習の在り方について改めて検討した上で、**目標及び内容の系統性を見直し**、全ての教師に分かりやすく示す。

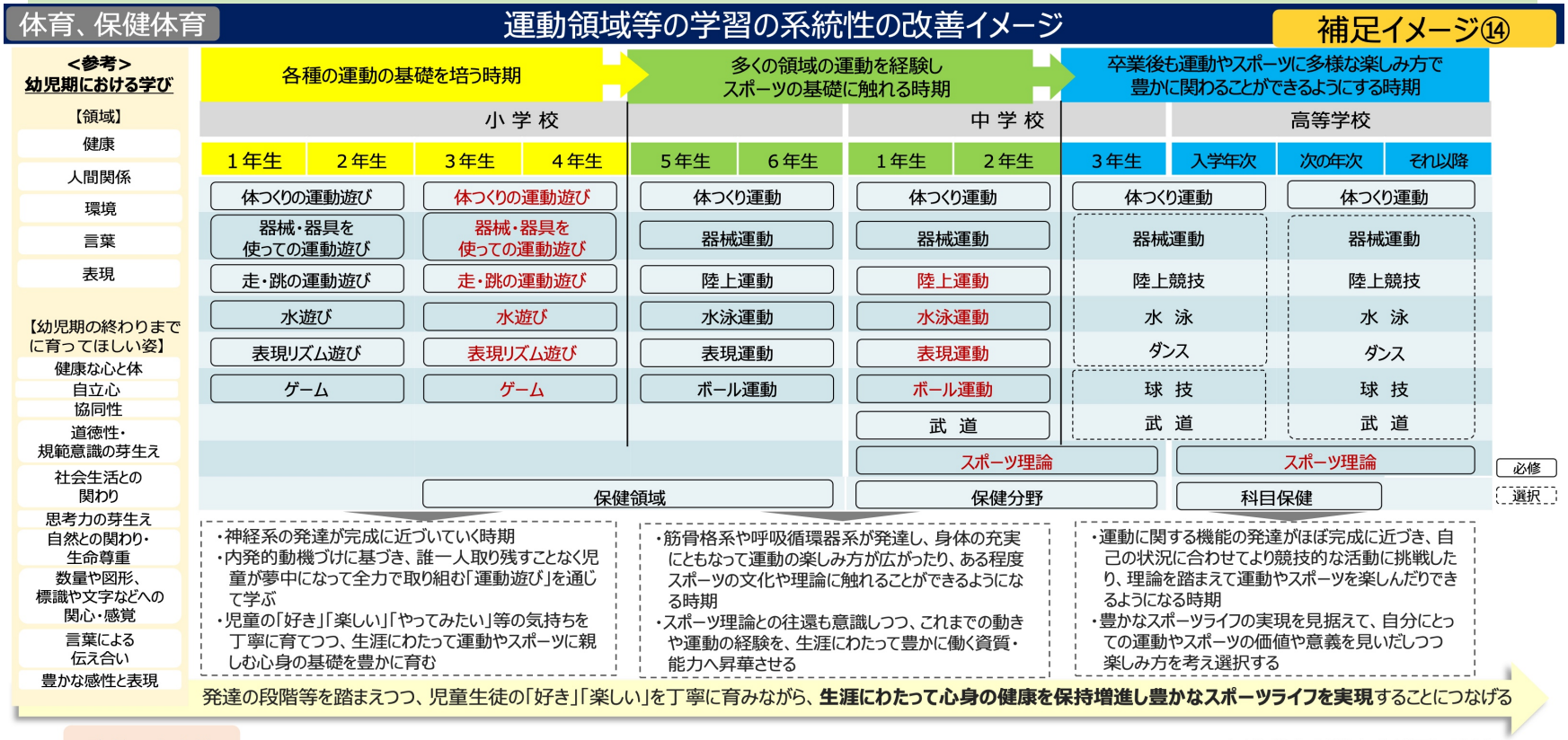
●体育の学習の特徴の一つである態度に関する指導と評価の在り方について、児童生徒の本質的な理解を一層充実させる方向で整理する。

●これらの改善は、児童生徒の**「好き」や「楽しい」を豊かに引き出し、そうした前向きな動機付けと、主体的・対話的で深い学びとの好循環に一層つなげる**改善の方向性といえる。

(p.4)

「体育WG取りまとめ（案）※会議後修正」より

運動領域等の学習の系統性の改善イメージ



改善の方向性

※ 具体的な指導内容は更に検討

○ 発達の段階を踏まえ、引き続き大きく４年ごとのまとまりで捉える（同時に、子供の発達はなめらかで連続的であることにも留意）

○ 体育科・保健体育科は体力の向上を直接の目的とするものではないことを踏まえ、発育発達の特徴を捉えつつ、バランスの良い資質・能力の育成を図ることに十分留意が必要

【各段階における趣旨（イメージ）】

小１～４：「運動遊び」を通して全ての児童の「好き」「楽しい」「やってみたい」等の気持ちを丁寧に育て、運動やスポーツに親しむ心身の基礎を豊かに育む

小５～中２：運動技能も含めた子供たちの状況等が一層多様化し、いわゆる「運動嫌い」という認識が発生しやすい段階ということを踏まえ、ルール等を簡易なものとした「運動」を通した学びを基本として整理し、全ての児童生徒が安心して楽しく運動に取り組むことができる機会を一層保障する

中３～高３：「運動やスポーツを主体的に選択すること（自己選択）」「生涯スポーツの多様な楽しみ方に触れること（社会との接続）」「豊かな生涯の実現に向けた自分にとっての運動やスポーツの楽しみ方を考えること（豊かなスポーツライフの設計・実現との関わり）」を基本的な考え方として、卒業後も運動やスポーツを多様に楽しむ資質・能力を育成

「体育WG取りまとめ（案）※会議後修正」より

運動領域等の学習の系統性の改善イメージ

● **全ての児童生徒が安心して**運動やスポーツに取り組み、その**良さや楽しさを豊かに味わう**ことができる学習を通して、

「発達の段階等を踏まえつつ、児童生徒の**「好き」「楽しい」を丁寧に育みながら**、
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ことにつなげる」

● 発達の段階を踏まえ、引き続き大きく4年ごとのまとまりで捉え、以下のように再整理。

小１～４　：幼児教育段階との接続を踏まえた「各種の運動の基礎を培う時期」

小５～中２：「多くの領域の運動を経験しスポーツの基礎に触れる時期」

中３～高３：「卒業後も運動やスポーツに多様な楽しみ方で豊かに関わることができるようにする時期」

同時に、**子供の発達はなめらかで連続的である**ことにも留意する。

（学校段階が変わった際にも求める技能の水準が急に高くなるといったこと等がないように。）

● 発育発達の特徴を捉えつつ、**バランスの良い資質・能力の育成**を図ることに十分留意が必要。

（体力の向上を直接の目的としたり、技能偏重に陥ったりしないように。）

(p.6, 26)

各段階における趣旨（イメージ）と内容　①

小１～４：幼児教育段階との接続を踏まえた「各種の運動の基礎を培う時期」

「**運動遊び**」を通して全ての児童の「好き」「楽しい」「やってみたい」等の気持ちを丁寧に育て、運動やスポーツに親しむ心身の基礎を豊かに育む

●「**運動遊び**」とは、いわゆるやらされではなく、

・児童の**自己決定**や**自身の可能性の実現・能力の向上**に向けて、

・**教師による指導の意図性**を有しつつ
「遊び」の要素を取り入れた活動を計画し、

・**全ての児童が「やってみたい」と内発的に動機づけられて夢中になって全力で**運動に取り組む活動を想定。

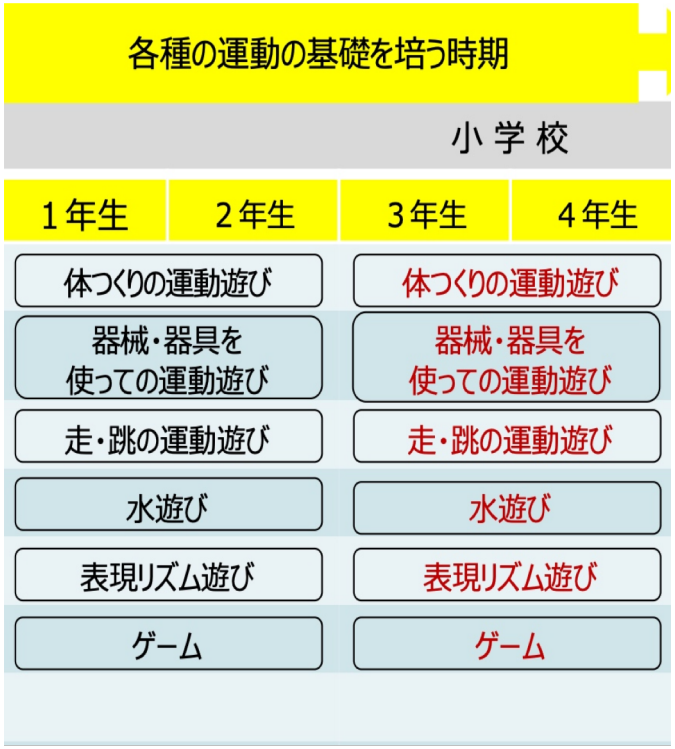
▼

各種の運動の基礎として生涯にわたって重要である**様々な「動き」の習得**や、体を動かすことや運動に対する**前向きな気持ちの増加**等

▼

小５以降の学習になめらかに接続するだけでなく、
生涯にわたって運動やスポーツと豊かに関わっていくことにも大きく寄与することを期待。

(p.8, 26)



各段階における趣旨（イメージ）と内容　②

小５～中２：「多くの領域の運動を経験しスポーツの基礎に触れる時期」

運動技能も含めた子供たちの状況等が一層多様化し、いわゆる「運動嫌い」という認識が発生しやすい段階ということを踏まえ、**ルール等を簡易なものとした「運動」**を通した学びを基本として整理し、全ての児童生徒が安心して楽しく運動に取り組むことができる機会を一層保障する

●この時期の子供たちは、

・筋骨格系や呼吸循環器系が発達し、身体の充実にともなって**運動の楽しみ方が広がったり、ある程度スポーツの文化や理論に触れることができるようになる。**

▼

・**スポーツ理論との往還**も意識しつつ、これまでの動きや運動の経験を、**生涯にわたって豊かに働く資質・能力へ昇華**させる。

●**ルール等を簡易なものとした「運動」**

を通した学びを基本に整理とは、

・単に**技能の水準を下げるということではなく**、

・**「好き」「楽しい」を丁寧に**育みながら、

生涯にわたって豊かに働く資質・能力の育成へつなげていくという趣旨である。　(p.8, 26)



各段階における趣旨（イメージ）と内容　③

中３～高 入学年次の次の年次以降：　＜生徒の興味・関心等を踏まえた選択制＞

「卒業後も運動やスポーツに多様な楽しみ方で豊かに関わることができるようにする時期」

「運動やスポーツを**主体的に選択**すること（**自己選択**）」
「生涯スポーツの**多様な楽しみ方**に触れること（**社会との接続**）」
「豊かな生涯の実現に向けた**自分にとっての運動やスポーツの楽しみ方**を考えること
（**豊かなスポーツライフの設計・実現との関わり**）」
この３つを基本的な考え方として、卒業後も運動やスポーツを**多様に楽しむ資質・能力を育成する**

●この時期の子供たちは、

・運動に関する機能の発達がほぼ完成に近づき、自己の状況に合わせて**より競技的な活動に挑戦したり、理論を踏まえて運動やスポーツを楽しんだり**できるようになる。

▼

・豊かなスポーツライフの実現を見据えて、**自分にとっての運動やスポーツの価値や意義を見いだしつつ楽しみ方を考え選択する。**

(p.8, 26)

●運動やスポーツの「**多様な楽しみ方**」とは、

「する」「みる」「支える」「知る」「集う」「つながる」等によりその楽しさ等を享受することまでをも含むものと整理。　(p.5)



改善イメージに基づくこれからの体育授業
ー表現運動系及びダンス領域を例としてー

● **領域で扱う３つのダンスの内容と特性**

○自由に踊る創造的な学習　**表現系ダンス**（イメージになりきって自由に踊る＝表現する楽しさ）

リズム系ダンス（リズムに乗って自由に踊る＝リズムに乗る楽しさ）

再現して踊る定型の学習　**フォークダンス**（踊りを共有して人と交流して踊る

＝共に踊り一体感を得られる楽しさ）

＊舞踊文化の歴史の中で形成されてきた、既存のジャンルのダンスの習得ではなく、
踊るという行為に根源的に備わる特性（楽しさや魅力）を味わわせるところに特徴がある。
＝「特定の種目等に係る力（競技力）を育てることを目的とするもの」ではない。

○イメージを捉えた表現や踊りを通し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し、特に、**一人一人の違いや良さを認め合うこと（共生）**を大切にした運動である。

よくある質問

振付ではなく、なぜ自由なのか？　振付のあるダンスは、覚えてみんなで踊れば楽しい。でも苦手な子供にとっては？

覚える、揃える、間違えないようにすることに気がとられ、できない動きがあると、踊ることを楽しめない。

心身でなりきって踊る楽しさ、全身でリズムに乗る楽しさという、踊りの本来の楽しさを感じられない。

→自由であれば、誰もがまずは自分のできる動きで楽しみ、その動きをより上手くなるようにしたり、新しい動きを覚えたりすることを、得意不得意、障害の有無等に関わらず、自分の課題にできる。

そして、共に踊る仲間の個性（良さ）を生かして、一緒に活動することができる。⇨ 共生、多様性の包摂の実現へ

（決まったゴールがないからこそ！）

小１～４：幼児教育段階との接続を踏まえた「各種の運動の基礎を培う時期」
表現リズム遊び（低学年のはじめの段階）の例　①

この時期の子供達の特性と指導のねらい

何にでも変身することができ、表現というよりも変身してなりきることに面白さを感じる。

リズムに乗る面白さを全身で感じて楽しむことができる。

男女をあまり意識することなく一緒に遊ぶことができる。

→色々な友達と関わって踊る楽しさを十分味わわせ、多様な身体感覚やコミュニケーションの基礎を身につけさせたい。

＊「いろいろなものに変身したい」「リズムに乗るのが楽しい」という内発的動機づけに結びつくように。

教師の指導のポイント

●子供たちが、どう踊ったらいいのかわからない、動きが浮かばないといった不安な気持ちにならず、**安心して取り組めるよう**、学習の初めに、**教師が共に踊ったり、言葉がけをしたりして子供たちをリード**し、その時間に体験させたい表現や動きの例をみんなで一緒に踊る学習を十分に行う。

●表現遊び、リズム遊びそれぞれの運動遊びの**特性を味わうのに必要な技能を身に付けさせる**ことがこの時期でも大切。

例　・「うさぎさんになってみよう！」　立ったまま、頭の上で両手を耳のような形にする。（形の真似をしているだけ。）

・「うさぎさん、何してる？」「えさを食べてる？」「お友達と遊んでる？」「大変！逃げろ！素早く逃げないと捕まっちゃうよ！」（いろいろな様子を大げさな動きで表現する基礎を身につけて、我を忘れてなりきることの楽しさを味わう。）

小１～４：幼児教育段階との接続を踏まえた「各種の運動の基礎を培う時期」
表現リズム遊び（低学年のはじめの段階）の例　②

● 表現遊び「どうぶつランド」とリズム遊びを組み合わせた単元構成&授業例

<table>
<tr><td colspan="3">軽快なリズムに乗って踊ったり、動物のいろいろな様子や特徴を捉えた動きで即興的に踊ったりする。</td><td>まとめ</td></tr>
<tr><td colspan="3">1 ～ 5</td><td>6</td></tr>
<tr><td colspan="4">1　心と体をほぐす（幼稚園等でも親しんだ遊びをとり入れて）　・トントントン何の音　・猛獣狩りに行こうよ　・じゃんけんジェンカ
2　本時のめあてを確認する</td></tr>
<tr><td colspan="4">3　リズム遊び
〇教師のリードで、軽快なリズムの音楽に乗って自由に踊る。
〇教師と踊った動きや自分の動きで、友達と踊って楽しむ（動きをまねし合って、動きを続けて、気に入った動きをつないで等）。</td></tr>
<tr><td colspan="4">4　表現遊び</td></tr>
<tr><td>動物</td><td>昆虫</td><td>海の生き物</td><td rowspan="2">これまで踊った中で面白かった動物等の様子や動きをみんなで一緒に踊る。</td></tr>
<tr><td colspan="3">〇特徴の異なる動物を取り上げ、教師のリードで、色々な様子や特徴を捉えて即興的に踊る。
〇友達と2~3人組で、取り上げた動物の中から好きな動物を選んで、即興的に踊ったり、簡単な話にして続けて踊ったりする。</td></tr>
<tr><td colspan="4">5　心と体を整える　　6　学習のまとめをする。</td></tr>
</table>

工夫のポイント

- 集中力が続くよう、リズム遊びと表現遊びを1時間の中に組み合わせる。
- ウォームアップに保育園や幼稚園でも楽しんだ遊びを取り入れる。
- 前半にリズム遊びで楽しく踊り、心と体を十分解放させて、後半の表現遊びにスムーズにつなげる。
- 子供たちの身近な、興味関心のある題材を取り上げる。
- 教師がリードし、その時間に体験させたい動きや表現の例をみんなで一緒に踊り、十分味わわせることをまず大切にする。
- 慣れてきたら、友達同士で自由な表現へ。

小５～中２：「多くの領域の運動を経験しスポーツの基礎に触れる時期」
表現系ダンスの例　①

指導のねらい

● 表現系ダンスの基礎として、小４までに学んだ**踊る**楽しさに加えて、表したいイメージを捉えて**動きを工夫して表現**し、**見せ合う**楽しさを味わわせたい。
● 農耕民族は豊作の、狩猟民族は狩で獲物を得た喜びを踊り、村に死者が出れば弔いの踊りを踊ったように、人々はさまざまな感情を身体で表現し、共に踊ることで他者と共感・交流（コミュニケーション）してきた。このようにダンスは民族ごとの生活習慣や心情が反映されていることや、さまざまな文化の影響を受けて発展してきたこと。そして、現在では伝承されている民族的な踊りの他、みんなで集い楽しむ社交的なダンスや、芸術としてのダンスなど、私たちのまわりにはさまざまなダンスがあり、世代や人種及び障害の有無等を超えて世界の人々に親しまれていることなどにも触れ、**ダンスの由来や文化**について理解できるようにする。
（生涯スポーツとしてのダンスにも結びつくように。）

教師の指導のポイント

運動嫌いや、うまく踊れない、恥ずかしいといった思いを持ち消極的になってしまう子供もいるため、以下の点を心がけて**丁寧に**指導したい。

●**心と体を解放する導入の工夫**。
●小１～４での学習に引き続き、**まずは教師がリード**して、**安心して**取り組めるようにする。
● 【単元前半】では、イメージを捉えてすぐに動きにかえて**表現することに慣れる**よう、**毎時間異なるテーマで「踊るー創るー見る」**活動を繰り返し、即興的に表現し踊る力を身に付ける。
踊る：教師のリードで、特徴的なイメージや動きでの表現を体験し、動き（技能）のポイントを確認する。
創る：**ひと流れの動き**（表したいイメージをひと息で踊れるようなまとまり感のある動き）に工夫する。
見る：工夫した動きを見せ合い、コメントを伝え合う
（よかったところを中心に。見る力を高め、踊り創る力へ。）
【単元後半】では、前半に身につけた即興表現力を生かし、**ひとまとまりの動き**（はじめーなかーおわりの構成を工夫した動き）の工夫、発表を行う。
●「みんな違って　みんないい。」「ダンスの正解は１つではない。だから自分の思うままに踊ってみよう」と、**表現系ダンスは自由**であるという特性を伝えると共に、教師は子供たちの動きや思いを**肯定的な態度**で見つめ、活動中に良いところを具体的に褒めるようにする。
●子供たち同士が一人ひとりの動きや表現を**認め合える学級の雰囲気づくり**をする。

小５～中２：「多くの領域の運動を経験しスポーツの基礎に触れる時期」
表現系ダンスの例　②

●中１　多様なテーマからの創作ダンスの単元構成&授業例

多様なテーマから表したいイメージを捉え、変化のあるひと流れの動きで即興的に踊る					表したいイメージを変化と起伏のあるひとまとまりの動きで表現して踊る
オリエンテーション	身近な生活や日常動作 「スポーツいろいろ」	対極の動きの連続 「走る―止まる」	ものを使う 「新聞紙」	多様な感じ 「激しい感じ」	
1	2～5				6～8
○創作ダンスの特性を知る ○学習の見通しを持つ ○教師のリードで、いくつか即興的に踊る。	○心と体をほぐす　○本時の課題を確認する ○教師のリードで、毎時間のテーマからイメージを膨らませ、特徴的な動きをいくつか即興的に踊る。【踊る】 ・本時の動き（技能）のポイントを確認する。 ○友達とグループになり、表したいイメージを捉え、変化のあるひと流れの動きにして踊る。【創る】 ○見せ合いをして、感想を伝え合う。【見る】 ・タイトルを発表してから。 ・本時の動き（技能）のポイントや、表したいイメージをどのように表現していたかという観点で、良かったところを中心に。アドバイスも１つ。				○既習のテーマの中から、同じテーマを選んだ仲間でグループになる。 ○選んだテーマからイメージを捉え、変化と起伏のある「はじめ―なか―おわり」のひとまとまりの動きで表現する。 ・動きを工夫する ・感じを込めて踊れるようにする ○見せ合いをして、感想を伝え合う。 ○課題を確認して手直しをする。 ○発表会をする。
○学習のまとめをする					○学習のまとめ・単元のまとめをする

工夫のポイント

- **単元前半**には、毎時間異なるテーマでひと流れの動きでの表現を繰り返し、イメージを捉えて即興的に踊る力を十分身につける。グループ分けは３人くらいの少人数ではじめ、できるだけ毎回違う友達と組む。
- 自分の好き/得意な、あるいは「もっとやりたい」テーマや表現を見つけられるようにする。
- **単元後半**は、固定グループで、前半で身につけた力や思いを生かし、「はじめ―なか―おわり」という構成を持つひとまとまりの動きの創作に取り組む。
- **学習のまとめ**では、「グループによって表したいイメージや表現の仕方が違って面白い。それぞれに良さ（個性）がある、これが創作ダンスの楽しさや魅力（特性）である」ことに気づかせる。

中３～高 入学年次の次の年次以降：　＜生徒の興味・関心等を踏まえた選択制＞
「卒業後も運動やスポーツに多様な楽しみ方で豊かに関わることができるようにする時期」
ダンス領域の例

●高校　入学年次の次の年次以降　三つのダンスから選択して取り組む単元構成例

単元前半	1	2・3	4・5	6・7
	オリエンテーション	《共通の学習》		
		現代的なリズムのダンス ロック、ヒップホップ	創作ダンス 多様なテーマから	フォークダンス 日本の民踊、外国の踊り

単元後半Ⅰ	8	9~13	14	15
	ダンスの選択 グループづくり	《グループごとに計画的に練習》	グループごとに、踊り込み、音楽・簡単な衣装等の確認。 合同発表・交流会の進め方の打ち合わせ、役割分担、準備。	合同発表・交流会
		創作ダンスを選択したグループ		
		表したいイメージを決め、簡単な作品を創作して踊る		
		現代的なリズムのダンスを選択したグループ		
		選んだリズムや音楽の特徴を捉え、オリジナルダンスを工夫して踊る		
		フォークダンスを選択したグループ		
		踊ってみたい踊りを選び、踊り方を調べて練習して踊る		

単元後半Ⅱ	16（まとめ）
	合同発表・交流会とそれまでの学習を振り返る 生徒一人ひとりが、自分のこれからのダンスの多様な楽しみ方を見出せるようにする（高校最後の学習）

＊年齢や性別、障害の有無等を問わず生涯スポーツとしてダンスを共に楽しむ人々の様子の映像を紹介したり、（可能ならば）地域の団体と交流を持ったりする機会（共に踊る、行事の開催を手伝う・参加する等）を設ける。
＜社会との接続＞

工夫のポイント

- **単元前半の共通の学習**では技能の向上よりも、３つのダンスそれぞれの特性や学習の進め方・良い動きのポイント等を確認させ、生徒が自分の深めたいダンスを選択できるようにする。

＜自己選択＞

- **単元後半のグループ活動**では生徒が主体的に学習を進めることを目指すが、教師は全体や各グループの活動の状況をしっかり把握し、活動の進め方や表現や踊りに対する助言等をしっかり行い、生徒が主体的な学習をさらに深めていけるよう支援する。

- **高校最後の単元では、まとめとして**、自分に適したダンスの楽しみ方を考える時間を持つ。

＜豊かなスポーツライフの設計・実現との関わり＞

最後に　系統性の改善イメージを踏まえたこれからの授業づくりに向けて

基本的に大事なこと

・多様性の包摂を踏まえ、誰一人取り残すことなく、安心して取り組める授業を！

多様な子供たちを前に、わからない・難しい・できない・やらない　ではなく、
まずは目の前にいる子供（たち）に何ができるかを考えるところから。
共に過ごし、活動することが共生への第一歩。そこから生まれることを大切にしたい。
（知らないことが１番の壁。幼少時から共に活動することが当たり前になるように。）
一人一人の好き・得意の発見へ。得意な児童生徒を伸ばすことも忘れずに。

・ 全ての領域（種目）について、発達段階に応じた良い授業を！

必修の８年間に、各領域（種目）の特性（楽しさや魅力）を十分に味わえるように。
子供たちから、良い出会いの機会を奪わないように。

・選択制では、生徒一人一人が学びたい領域（種目）に取り組めるように計画を！

選択するのは学校ではなく、子供たち。＜自己選択＞
技能の向上よりも、卒業後生涯にわたってどのように運動・スポーツを楽しんでいけるのかをイメージできるように。　＜社会との接続、豊かなスポーツライフの設計・実現との関わり＞

最後に　系統性の改善イメージを踏まえたこれからの授業づくりに向けて

教師の意識を変えていく

・同じ規準での「できる・できない」や競争（勝ち負け）にこだわりすぎず、
一人一人の「できる」ことからスタート、そこから「新たに(より良く）できる」を目指す授業に。
結果（だけ）ではなく、プロセスにある運動の楽しさや喜びを味わわせる、それに気づかせたい。

・一人一人の良さ（個性）や思いを知り、認める。（教師の思い込みを無くす。）
例：みんなボール運動・球技は好き。持久走は嫌い。男子はダイナミック、女子は繊細な表現が得意。

・どんなに工夫した授業を行なっても、意識が変わらなければ、教師の一言で授業は壊れるので注意したい。
例：跳び箱運動の、自分の課題にあった技を工夫された場を選んで練習させる場面
「〇〇跳びができない人は、△△でもいいよ」。

**＊＊教師の「目」には、指導し評価する「力」「センス（感性）」だけでなく、
一人一人を見守る暖かい「眼差し」といった意味をも内包するのだということを忘れずに
指導していきたい。**

一人一人が輝く世界が広がっていくことを願って

参考資料・文献　中央教育審議会　体育・保健体育、健康、安全WG 取りまとめ（案）　＊会議後修正
文部科学省　小学校・中学校・高等学校「学習指導要領解説　体育・保健体育編」
文部科学省　「学校体育実技指導資料 第9集 表現運動系及びダンス指導の手引き」