

# 「共生を基盤とした体育の授業づくり」

## Q & A

Q  
&  
A

※この Q&A は、令和5年2月17日（金）に行われました、令和4年度  
福岡県体育・スポーツ研修報告会シンポジウムにおいて、参加者から  
いただいた質問に対して、シンポジストの回答を整理したものです。

# 「共生を基盤とした体育の授業づくり」調査研究事業報告・シンポジウム

コーディネーター  
福岡教育大学  
教授 本多 壮太郎



シンポジスト  
日本女子体育大学  
教授 高橋 修一



シンポジスト  
横浜国立大学  
教授 梅澤 秋久



シンポジスト  
大野城市立御笠の森小学校  
教諭 藤原 大輔

シンポジスト  
飯塚市立筑穂中学校  
教諭 石川 亜沙美

シンポジスト  
福岡県立三潴高等学校  
主幹教諭 小松原 麻衣子



シンポジウムの様子

## 「共生を基盤とした体育の授業づくり」について

### Q1

「共生を基盤とした体育の授業づくり」で実践を行う際に一番気をつけたことは何ですか？

(藤原先生)

A. 様々な違いを受け入れ合いながらみんなで楽しむことができる授業づくりを心がけました。

- ・教材づくり : 運動が苦手な児童が運動を楽しむことができるための教材化
- ・ルールづくり : 技能差にかかわらず運動が得意な児童もそうでない児童も対等に運動を楽しむためのルールづくり
- ・伝え合う場や方法 : 運動に対する自分の考えを互いに伝え合い、認め合うための場や方法

(石川先生)

A. この授業を通してどうなってほしいか、何を身に付けてほしいのかという教師の思いや願いを生徒に理解してもらうことです。

(小松原先生)

A. 「誰とやっても楽しい」「自分が上達している」を実感させることです。

### Q2

知識や経験もなく、思考する力もあまりないような児童生徒が、最も適したルールを選択できるようにするためには、どのような手立て、工夫がありますか？

(梅澤教授)

A. アダプテーション・ルールを教師側からいくつか準備しておくことで、状況に応じて、児童生徒は選択(=判断力の発揮)することができます。話し合いの時間も短くなり、運動学習時間が長くなります。

また、その際に「白紙のルールカード」を作っておくことが重要です。教師が準備したルールだけでは、公正が担保できないと思われたら、自分たちで「0→1」の思考を回し始めるでしょう。このような工夫のプロセスで、「思考・判断・表現」は評価できるのです。

## Q3

共生の視点を踏まえた授業において、評価（特に知識・技能）はどのように行っていくのがよいのでしょうか。

（梅澤教授）

A. 「思考・判断・表現」の評価は、Q2で述べた通りです。

「知識・技能」は、体育では、スポーツや健康の本質に迫る、すなわちスポーツや健康という学びの対象にかかる視座を高めてくれるものです。ともすると、生徒も教師も、評定づけという評価に縛られがちですが、「成績動機付け」に至らないように注意しなければなりません。成績のためのみモチベーションを上げる生徒は、「成績」という縛りがなくなると学び（体育ではスポーツ等）から逃避を始めるからです。

評定に至るまでの学習評価は次のようなサイクルになります。まずは、主体的な学びなので、評価者も生徒が主体、まさに自己の学びを調整していく「学習と評価の一体化」が中核になります。その後、その到達度をアセスメントし、評定づけをしていくという構造になります。教師は、生徒中心の学習評価を専門職として、メタ認知し、さらに、学びをアップデートさせるという「学びと指導と評価の一体化」を実践する必要があります。つまり、評定のための評価ではなく、学びアップのための評価（生徒の振り返り、教師の指導評価）を繰り返す中で、結果的に「知識も技能も身に付いていた！」という状況にもっていくのが理想です。

## Q4

体育の授業で、とにかく一人でやってしまう児童生徒、よい意味で一生懸命すぎる児童生徒に対して、どんな声をかけたらよいのでしょうか？

（藤原先生）

A. 「一人で一生懸命に活動に取り組み、頑張ることも大切なこと。でも、その頑張りをチームやクラスの仲間と分かち合いながら活動に取り組んだりゲームをしたりすることで運動の『する』楽しさはどうなるかな？」等、その子のことを否定するのではなく、もっと運動をよりよく楽しむための手段として、周りに目を向けさせてそのことを考えることができるような声をかけます。

（石川先生）

A. 社会に出た時に、自分一人では変えられないものもあるので、「周囲を巻き込むことの大切さ」を伝え、理解させた上で、学習に取り組むように声をかけます。

（小松原先生）

A. 「(周りの人に)してもらおうことでもっとうまくいく」「協力することでさらにおもしろくなる」ように学習活動の手立てを工夫し、その生徒の成果を認めてあげる声をかけます。

## Q5

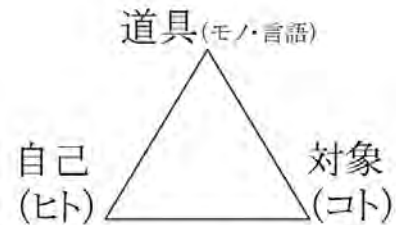
アフォーダンス理論（モノがヒトに働きかけ、それにより動作や感情が生まれる）について、道具の工夫が大きな効果をもたらすことはわかるのですが、道具を工夫するポイントは何ですか？

（梅澤教授）

A. まずは、共生的な道具（スマイルボールやウレタン跳び箱等）で、全ての学習者の「怖い、痛い」を排除しましょう。よほど競技力が高い生徒以外は、スマイルボールやウレタン跳び箱等にしっかり飛びついてくれるはずです。

一方で、超越指向が芽生えてくると、柔らかい、軽いモノは、強い力の操作には合っていない点に気付くはずです。例えば、バレーボールでソフトバレーボールを使用すると、ねらったところにボールを打ち落としにくいのが典型例です。跳び箱も、柔らかいと第二空中が小さくなってしまい「めまい（イリンクス）」を存分に味わえなくなってしまいます。結果的に、フォーマルな道具がよいという生徒も出てきますが、全体を一律一斉に公式球、木製跳び箱にする必要はありません。

合理的配慮としての道具の選択権を学習者が有していることが大切です。



活動システム論の上部の三角形

引用：体育における「学び合い」の理論と実践 梅澤秋久

## Q6

共生の視点は、協働的な学びとつながると思いましたが、それならば個別最適な学びが一体的になると考えます。

体育における個別最適な学びのポイントは何ですか？

（梅澤教授）

A. 平等と公正の違いを児童生徒に伝えましょう。

例えば、コロナ禍、一律に一人10万円支給されました。これが平等です。

一方、納税は国民の義務ですが、所得税は年収によって税率が変わります。たくさん給料をもらっている人は税率が高いですし、所得が低い人は税率も低いです。これが公正です。

このような公正の思想をアダプテーション・ルールづくりにも活用できると、個別最適な（公正な）ルールづくりになるでしょう。体育におけるポイントは、能力の高い児童生徒もそうでない児童生徒も「運動の機能的特性（そのスポーツの本質的な面白さ）」をしっかり味わえることです。

Q7

幼少の頃からのインクルーシブな関わり合いのデザインについて、詳しく知りたいです。

(梅澤教授)

A. まずは、分離ではなく包摂（共生）の状況を多く創ることでしょう。小さい子たちは「違い」には気付きますが、悪気はありません。その関わり合いを「つなぐ」教師行動が必要不可欠です。

多様性（Diversity：ダイバーシティ）の存在は当然である点を体現できるのは、「ともに」関わり合う必然が不可避です。加えて、画一的平等（Equality）ではなく、公正（Equity）のために一人ひとりに応じた合理的配慮が必要な点を体験させ、子供たちが進んで合理的な配慮（アダプテーション・ルールの創造もしかり）を実行できるように支援していくことで、真の共生（Inclusion）になると思われます。このような考え方は、D&Iをアップデートさせ、D、E&Iといいます。まさしく、アダプテーション・ゲームの実践はこれにあたります。

Q & A

Q8

中学校で、男女共習の授業を進めたいのですが、難しい状況です。何かよい方法はありませんか？

(高橋教授)

A. まずは中学校第1学年から、学年進行で始めてみましょう。

これまで、初めて男女共習の授業を行った先生方からお話を聞く機会がありましたが、共通しておっしゃっていたのが、「教師が思うほど、生徒は違和感なく活動している」「男女共習を実施する前は、できない理由を探していた」ということです。

<参考資料>

**体育科授業における男女共習について**  
～豊かなスポーツライフを継続するために～

も覚えておきましょう 「豊かなスポーツライフを継続できている人は・・・」  
チームのライフスタイルに応じて、運動やスポーツを楽しんでいます。そして、そこには、性別や年齢の違い、障がいの有無に関係なく、スポーツの多様な楽しみ方を実践している姿が見られます。

豊かなスポーツライフを継続するためには？  
運動やスポーツの継続的な楽しみ方を日々で実践することが求められています。

多様な楽しみ方とは？  
 みんなでバレーボールをすること  
 一人でジョギングをすること  
 新種の試合を企画すること  
 大規模大会のボランティアをすること  
 スポーツの歴史を学ぶこと など

「やる」「みる」「知る」

豊かなスポーツライフを継続するためには、体育科授業の役割は重要ですよ！  
そこで、全国の学習指導要領にも明記され、豊かなスポーツライフを継続するために学習者「教を共習」について考えてみましょう！

**男女共習について**

男女共習を行っている理由	継続へのポイント	実践してよむ学習の成果
<ul style="list-style-type: none"> <li>共通の目標を設定し、達成感を味わうことができる。</li> <li>性別や年齢の違いを乗り越え、仲間と協力して課題を解決できる。</li> <li>多様な楽しみ方を体験し、スポーツの楽しさを再発見できる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>共通の目標を設定し、達成感を味わうことができる。</li> <li>性別や年齢の違いを乗り越え、仲間と協力して課題を解決できる。</li> <li>多様な楽しみ方を体験し、スポーツの楽しさを再発見できる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>性別や年齢の違いを乗り越え、仲間と協力して課題を解決できる。</li> <li>多様な楽しみ方を体験し、スポーツの楽しさを再発見できる。</li> <li>共通の目標を設定し、達成感を味わうことができる。</li> </ul>

**具体的には・・・**

項目	具体的な実践方法
用具	性別や年齢の違いを乗り越え、仲間と協力して課題を解決できる。
ルール	性別や年齢の違いを乗り越え、仲間と協力して課題を解決できる。
評価	性別や年齢の違いを乗り越え、仲間と協力して課題を解決できる。

「キーワード」  
「台座形成」  
「ルールの工夫」  
「みんなが楽しく」

さあ、男女共習で授業を実施しましょう！



福岡県体育研究所ホームページからダウンロードできます。

Q9

共生を基盤とした体育の授業づくりを、小学校、中学校、高等学校と連携して実践していくためのポイントはありますか？  
また、何から連携していけばよいでしょうか？

(本多教授)

A. まずは、それぞれの校種での6年間あるいは3年間の系統的な実践の蓄積をもっと図っていくことが大切だと思います。それができあがっていくにつれ今度は、校種間のつながりや連携を意識した取り組みを進めていけばいいのではないのでしょうか。

連携する際は、まず、小6と中1、中3と高1といったような2年間のまとまりでの単元構造図を、小・中及び中・高の先生方（必要に応じて研究者や指導主事の先生方から指導や支援を受けながら）が協働して作成することが大切であると考えます。

運動領域等	各種の運動の基礎を培う時期				多くの領域の学習を経験する時期				卒業後も運動やスポーツに多様な形で関わるができるようにする時期			
	小学校				中学校				高等学校			
	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	1年生	2年生	3年生	入学年次	次の年次	それ以降
体つくりの運動遊び			体つくり運動		体つくり運動		体つくり運動		体つくり運動		体つくり運動	
器械・器具を使った運動遊び			器械運動		器械運動		器械運動		器械運動		器械運動	
走・跳の運動遊び			走・跳の運動		陸上運動		陸上競技		陸上競技		陸上競技	
水遊び			水泳運動		水泳運動		水泳		水泳		水泳	
表現リズム遊び			表現運動		表現運動		ダンス		ダンス		ダンス	
ゲーム			ゲーム		ボール運動		球技		球技		球技	
							武道		武道		武道	
保健領域等							体育理論		体育理論		体育理論	
年間授業時数等	102時間	105時間	105時間	105時間	90時間	90時間	105時間	105時間	105時間	体育 3年間で7~8単位 保健 1単位 保健 1単位		

引用：新学習指導要領改訂のポイントと学習評価（高等学校保健体育科） 独立行政法人教職員機構

(高橋教授)

A. 高橋健夫先生は著書の中で「仲間と関わりながら活動する場面の多い体育授業では、意図的に学習者が関わり、集団的達成をすることで、互いの関係をより肯定的にしていく契機をつくることができる。」「肯定的な人間関係を構築できる体育授業は、教室や学校生活の人間関係の向上に波及効果を持つと同時に、その肯定的な人間関係が、さらに良質な体育授業へと相互に結び付いていく。」と記されています。

また、授業のユニバーサルデザイン化モデル（授業のユニバーサルデザイン研究会）では「クラス内の理解促進」がベースになると示しています。

それぞれの校種の学習指導要領に例示が示されていますので、その例示をどのように具体化するかを考えていくことが重要であると思います。

Q  
&  
A

(梅澤教授)

A. 共生は、多様な学習者を対象にするので、実は学校種が違ってても、やることは大きくは変わらないと判断しています。

例えば、大人でも逆上がりできない人、泳げない人がいることを考えれば、校種が上になるほど格差が拡大する点に留意する必要があると思われます。運動やスポーツが「嫌い」「やりたくない」等と豊かなスポーツライフから離れ始めている生徒の割合も高まり始めるのではないのでしょうか。

低学年のうちから共生の理念に基づき、合理的配慮のある（公正な）運動場を多く設定すれば、上位学年、学校種での体育的な活動への前向き度が高まると思います。

以前は、「小学校のうちに〇〇をできるようにさせておいてくれ」のように、体系化された技能の習得を中心に連携した場面もあると推察しますが、これからは「小学校のうちに多様で（Diversity）公正な（Equity）包摂（Inclusion）＝「D、E&I」を経験させておいてください」といった連携になっていくとよいと思われま



Q10

体育やスポーツの捉え方や楽しみ方の多様性が重要だと感じています。

では、指導者の意識を変えるにはどうしたらよいでしょうか？

(本多教授)

- A. 教師の授業づくりの考え方や実践の改善への志向性が変わったり、高まったりする大きな要因には、子供の変容を目の当たりにしたり、実感したりすることであることが明らかになっています。周囲の教師の意識を変えたいと願う教師が、自らの実践による子供たちの変容を、周囲の教師に見てもらおうようにしてください。そこで授業改善への興味や関心、意欲を感じてもらえれば、次はその教員への支援を惜しみなくしてあげてください。教師の志向性の変容や高まりのもう一つの大きな要因は、その人本人が授業研究に取り組み、その成果を実感することです。

(高橋教授)

- A. 中学校1年生の体育理論の解説でも示されていますが、運動やスポーツの捉え方が、「競技としてのスポーツから、誰もが生涯にわたって楽しむことができるスポーツ」へと変容してきています。指導される先生方が運動やスポーツの捉え方を変換していくことが重要であると思います。

(梅澤教授)

- A. 指導者の意識を変えることは、かなり難儀です。しかしながら、現在、まげを結んでいる人、黒電話を使用している人が街にいないように、社会のムーブメントをつくるのが重要だと思われます。共生は社会の理念ゆえに、子供たちの学びの姿、やわらかな関係を、先導モデルたる先生方のクラスで創り上げていき、実践としてのムーブメントを紡ぎ上げるしかないように思います。

## Q11

最近、生徒の体力低下が気になります。体力向上の観点から、活動量が  
必要だと理解していますが、思考を働かせて対話的な授業も必要だと思  
います。いかがでしょうか？

(高橋教授)

A. 新体力テストの結果をどのように活用するかは、重要な視点です。

結果の向上のみを目指して、毎時間の授業で腕立てや腹筋を行えば、数字は上が  
ると思いますが、運動嫌いを誘発することにも直結してしまいます。全体の結果を  
上昇させるためには、ほとんど運動をしていない体力の低い層の児童生徒の底上げ  
が効果的だと思います。

体育の授業で、ほとんど運動をしていない児童生徒の「もっとやってみたい」  
「今度は自分でやってみよう」という意欲を育むことが大切です。そのための方法  
として、「共生を基盤とした体育の授業づくり」を参考にしてみてください。

Q  
&  
A

## Q12

中学校や高等学校の保健体育の授業で、教材化がなかなか進んでいない  
と感じていますが、どうしてでしょうか？

(高橋教授)

A. 中学校・高等学校の保健体育科の教員は、専門教科担当として採用されているた  
め、どうしても専門的な指導になる傾向があると考えられます。

授業ではアスリートを育成しているわけではないということを再度確認して、そ  
れぞれの運動種目の特性を生かして楽しさや喜びを味わうことができる教材づくりに  
専門性を発揮していただきたいと思います。

例えば、下の図のように「素材」をそのまま提供すると、「嫌い」と感じる児童生  
徒がいるかもしれません。そこで、教師がその「専門性」を発揮して、「素材」を見  
児童生徒の実態に合わせて「調理」す  
ることで、すべての児童生徒が楽  
しく、学びやすい「教材」を提供す  
ることができます。



Q13

共生体育の実現には、体育の授業以外でも支持的風土、違いを認め合える集団づくりが必要だと思います。体育の授業以外に学級で取り組んだことはありますか？

(藤原先生)

- A. 学級の支持的風土をつくるためには、まず、教師が子供たちの違いを認め、肯定的に子供たちをサポートしていく必要があると考えます。そこで、例えば発表をする場面で間違った回答をした児童に対して否定的な発言をするのではなく、その考え方のよさを認め、学級全体に広げる等、肯定的な言葉かけをすることを心がけています。また、帰りの会では、日直の児童に「今日のきらり」として、友だちのよさを伝え合う時間を設定しています。

Q14

小学生がルールの工夫を考えるのは、知識や経験が少ないため、難しいと思います。児童が考える際の支援として意識されていることはありますか？

(藤原先生)

- A. 本校では、発達の段階に応じて、規則やルールを工夫しながら運動（遊び）を行う授業を心がけています。  
例えば、ルールを工夫していく選択肢を子供たちに提示したり、ルールを工夫することのメリットやデメリットを一緒に考え、明確にしながら工夫するよさを伝えたりしています。

Q15

実践を行ったことで、児童にどんな変容がありましたか？

(藤原先生)

- A. 運動が苦手な児童が自分の考えを伝えようとする姿が見られるようになりました。また、一人一人が考えをチームに伝える時間を設定したことから、自己主張ばかりするのではなく、互いの意見を認めながら、折り合いをつけて、チームの作戦を立てる姿が見られるようになってきました。

Q16

集団種目では実践が多い「共生」ですが、個人種目である陸上競技において共生の視点を踏まえた授業づくりをしていくなかで、留意したこと及び難しかったことはありますか？

(石川先生)

- A. 個人の運動能力によって勝敗が決定しないように工夫しました。また、個人的運動を集団化する仕組みや教材研究に時間がかかりましたが、一度実践してみると、改善点が見つかり、他の領域にも汎用できると感じました。

Q17

グループを組ませる際の具体的なアイデアや手立てはありますか？  
また、単元の途中でグループを組み替えることはありましたか？

(石川先生)

- A. 学期や単元初めのオリエンテーションで、体育の授業を通して何を目標しているのか、どうなってほしいのかを説明しています。グルーピングする際に、生徒の人間関係など多少は配慮しますが、生徒の意見でグループを操作することはしません。
- また、単元初めに、グループで競うことを伝えているため、単元途中での組み替えはしていません。新体力テストの個人記録などをもとにグループを決め、生徒にはグループ構成の意図や記録を平等に分けたことを説明してから単元を始めています。

Q18

実践を行ったことで、生徒にどんな変容がありましたか？

(石川先生)

- A. 実践を通して『何事もまずはやってみよう』と考えるようになり、生徒たちも初めは男女混合で戸惑いもありましたが、次第に慣れ、今ではお互いの良い点に目を向けるようになり、日頃の声かけの内容も変わりました。

Q19

水泳の実践をされていましたが、どうしても水が怖いという生徒にはどのような手立てを工夫すればよろしいですか？

(小松原先生)

- A. まず、どのレベルの怖がり方をしているか、何が怖いか確認をします。
- 水に入れるのであれば、陸上で呼吸の練習をします。呼吸は、まずため息をつく(息を吐く)その後、息を吸って止めます。たくさん息を入れすぎると余計きついで気を付けてください。
- 息を止められるようになったら、水の中で壁を持ったまま同じことを水の中で繰り返します。鼻に水が入ることも嫌だと思うので、鼻をつまんで潜る練習や水中で立つ練習も同時に行います。3回程度繰り返すと慣れてきます。
- このように、水泳が苦手な生徒に教員が支援するためにも、ペア学習やグループ学習は有効でした。

Q20

集団種目では実践が多い「共生」ですが、個人種目である水泳において共生の視点を踏まえた授業づくりをしていくなかで、留意したこと及び難しかったことはありますか？

(小松原先生)

- A. 今回の実践では、生徒が上手になりたい泳法を選択したことや、水泳が得意な生徒とペアを組むことで、学習活動に特に難しかったところはありませんでした。教師が思っている以上に、生徒はお互い学習活動に取り組んでいました。
- 個人種目に対して「きつい」「球技よりおもしろくない」というイメージをもっている生徒もいるので、何度繰り返してもきつくなく、いつの間にか上達していることを常に目指しました。

Q21

ペアやグルーピングを組んでみて、授業の様子によって組み替えることなどはありましたか？また、組み替えることがあったのであれば、どの点でその必要があったのかを教えてください。

(小松原先生)

- A. 今回の実践では、組み替えることはありませんでした。それぞれに課題があってそれを明確にした上で、課題に応じた練習に取り組み、お互いの課題に対して今どうなっているか、良い点や修正点を指摘し合っていました。