

# 令和6年度福岡県中学校体力向上指導者研修会

## 期待感・安心感・共感を実感できる 授業づくりの実際

福岡教育大学 教職大学院 本多壮太郎

R6.8.27(火) 於 岡垣サンリーアイ

本来の失敗が失敗ではない  
(安心して失敗できる)  
授業づくり

# ネット型ゲーム・ネット型の例

## 醍醐味

○落としたい⇔落とさせたくない

◎つながる楽しさ, つながる喜び



# バレーボール体操（体，心，関わり，知識，スキルのW-up）

|   |                                                                                                                                          |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| バ | バランス（5～6名のグループ）<br>片手でボールを持ち，それぞれのボールを合わせて支え合いながら，もう片方の手で片足を持ち上げて，ふともものストレッチ                                                             |
| レ | 連続タッチ（全員）<br>上記のグループのメンバー以外の10人と，ボールとボールでタッチをして戻ってくる                                                                                     |
| ー | 伸ばす（5～6名のグループ）<br>両手を伸ばしてボールを持ち，それぞボールを合わせて支え合いながら，アキレス腱や背中，太ももの裏側のストレッチ                                                                 |
| ボ | キャッチボール（ペア・3人1組のグループ）<br>様々な方法で，様々な角度からキャッチボール<br><br>例：右投げ，左投げ，両手投げ，頭上から，横から，下から，背後から，高く，転がして，バウンドさせて，etc,,,                            |
| ー |                                                                                                                                          |
| ル |                                                                                                                                          |
| た | 高く・たたく（5～6名のグループ）<br>円陣パス，どのような方法でも，1人が連続して触ってもいいので，ボールがバウンドしている限りパスを続ける<br><br>＊単元の流れに応じて，学習した技術（アンダーハンドパス，オーバーハンドパス，スパイク）を積極的に試すようにさせる |
| い | 移動（5～6名のグループ）<br>上記の円陣パスを体育館の端から端まで移動しながら行う                                                                                              |
| そ | 掃除機（各自）<br>深呼吸                                                                                                                           |
| う |                                                                                                                                          |



[https://drive.google.com/file/d/1M91ug6lNKSh8nqLlo0n6munsYpQkqiya/view?usp=drive\\_link](https://drive.google.com/file/d/1M91ug6lNKSh8nqLlo0n6munsYpQkqiya/view?usp=drive_link)

# ネットを挟んだ2つのチームはつなげる仲間(例:バレーボール)

- 何度でもバウンドOK(ボールが跳ね続けている限り),  
コートの外に出てもOK, 何回で返してもOK,  
1人が連続して触ってもOK
- 何度でもバウンドOK, コートの外に出てもOK,  
何回で返してもOK, **1人が連続して触っては×**  
(連続でなければ何度でも触ってよい)
- **バウンドは1回まで**(ワンバウンドを続けてつなげるの  
はOK), コートの外に出てもOK,  
何回で返してもOK, **1人が連続して触っては×**  
(連続でなければ何度でも触ってよい)
- **バウンドは1回まで**, コートの外に出てもOK,  
何回で返してもOK, **1人が触れるのは1回まで**

学習・練習した技術を安心して試せるように

学習・練習した技術を安心して  
試せる機会を保証できるように

- バウンドは1回まで、コートの外に出ては×，  
何回で返してもOK，1人が触れるのは1回まで
- バウンドは1回まで、コートの外に出ては×，  
3回以内に返球
- サーブから始めてみる
- スパイクを積極的に使ってみる（この場合の  
スパイクは，頭より手が高く上がり，強く打つこと）

「つなげ方」のレベルを  
選んだり，上げていったり

スパイク, ブロックを  
決めることができるかな  
だけでなく,

スパイク, ブロックが  
入ってもつなげることが  
できるかな

(という発想も大事)

## 授業改善の視点③



### 共感

仲間とともに運動する喜びを味わいながら、  
協働して運動に挑戦することができるように

## 目指す子供の姿③

### 共感 し合いながら、運動に挑戦する子供

友達と一緒に活動したら、  
運動がもっと楽しくなるんだな。  
友達の笑顔も見られて、  
嬉しいな。



友達にいいところを見付けて  
もらったから、嬉しかったな。  
もっとがんばりたいな。

## 共感を高めるために

- グループिंग(人間関係や技能差に配慮した活動班の編成)
- 集団づくり(子供同士が気持ちよく関わることのできる学習場面の設定)
- 掲示物(仲間とよりよく関わるための学び方の例示)
- 教師の声(自分や仲間のよさや伸びに気付かせる言葉かけ) など

# 雰囲気の良い授業

- 集団での協同的活動，集団的思考，称賛・励まし・助言などの相互作用，そして補助といった肯定的人間関係行動の頻度が高く，否定的な人間関係行動はほとんど生じていない。
- 学習活動に関わって，笑い，拍手，ガッツポーズ，ハイタッチ等々の個人や集団での肯定的情意行動が頻繁に見られる。

教師の相互作用が頻繁に営まれている。運動学習に関わって，個々人を対象にした教師の相互作用は子どもの運動学習を活性化したり，達成機会を多くする可能性が高いため，肯定的な雰囲気を高めるものと考えられる。

ボール運動の場合，**肯定的な人間関係行動や情意行動を儀式形式として位置づけ，意図的にこれらを表現させている。**

教師中心の一斉学習ではなく，ペア学習やグループ学習など集団が積極的に関われる学習形態が適用されている。また，そのような学習形態を導入するだけでなく，そこでの**肯定的な関わり方を徹底して指導している。**

試し合いに向かわせる  
授業づくり

「試合」  
は  
「試し合い」

「試す」こと  
を  
「試みる」

「試した」  
ことを  
「振り返る」

＋  
共生の  
視点

令和2・3・4年度

福岡県体育研究所  
調査研究報告書

## 共生を基盤とした体育の授業づくり

令和5年3月



Fukuoka Research Institute Of Physical Education



[www.taiikukenyusho.ed.jp/service.html](http://www.taiikukenyusho.ed.jp/service.html)



#90450087

対象とする学年を想定して  
ゲームの修正ルールを話し合い  
グループ同士で戦ってください

●用具の修正

(今回は, バレーボール or ソフトバレーボール)

●エリア(コート)の修正

(今回は規定のバレーボールコートで)

●ルールの修正

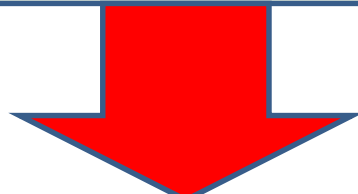
さて, どうしますか?

# 「バレーボールだから」 からの脱却ステージ

ついつい見送ってしまいます。

足を止めてしまいます。

慣れるまでに時間がかかります。



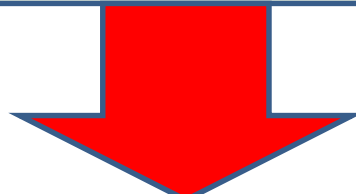


# クラス全体で 「つくる」ステージ

まずは全体で、どうしたらもっと  
**試しやすく**，つながりやすく，  
楽しめるか，提案・共有

# クラス全体で 「つくる」ステージ

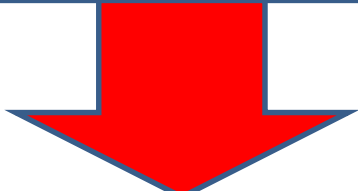
こちら時間もかかります（粘り強い学び）  
十分に試し合わないと思えません  
試行⇔思考するのが課題志向であり  
授業の方向性（教師の指向）です





対戦相手に応じて  
「つくり変える」ステージ

アダプテーションゲーム



## アダプテーションゲームの例（バレーボールの場合）

### ルールをチームや個に合わせて変えていく

こちらは1バウンド  
3回までOKで  
どう？

そっちは  
スパイクなしで  
どう？

●●さんは  
1バウンドなしで  
どう？

こちらはサーブを  
投げ入れようか？

そっちはネットに  
かかって落ちたボー  
ルはバウンドして  
拾っていいことに  
したら？

●●さんと●●さん  
は足を揃えて返球し  
ないといけないう  
ちにしようか？



50:50で誰もが熱く, 楽しく

注

アダプテーションゲームを  
導入しさえすれば、  
自然と共感し合い、  
共生の学びにつながる  
わけではありません。

# 中学校 第1学年 球技・ネット型 (バレーボール)

## 解説の表記 (共生)

一人一人の違いに応じたプレイを認めようとするとは、体力や技能の程度、性別や障害の有無等に応じて、自己の状況にあった実現可能な課題の設定や挑戦を認めようとしたり、練習の仕方やゲームの修正を認めようとしたりしようすることを示している。そのため、**運動やスポーツを行う際は、様々な違いを超えて、参加全員が楽しんだり達成感を味わったりするための工夫や調整が求められる場合があることを理解し、取り組めるようにする。**

## 概念知 (する意味)

体力や技能の程度、性別や障害の有無に応じて工夫や調整を行うことで、様々な違いを超えて、参加者全員が楽しんだり達成感を味わったりすることができる。

## 具体知 (何をするのか)

○一人一人の違いに応じて、仲間とともに楽しみ、試し合うための練習の方法を見付け、仲間に伝えること

○50:50で熱く、楽しくゲームが行えるようにするため、対戦チームや相手に応じた修正ルールを考えたり、試し合ったりすること

## 活動場面、内容、発問等の計画

(場面・内容)

1H (オリエンテーション) この授業では、どのようなゲームを行い、どのようなことを学ぶかを伝え、授業への見通しを持たせる。

4H (体育理論) 運動やスポーツの多様な楽しみ方) 生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現するためには、様々な違いを超えて運動やスポーツを楽しむことができる能力を高めておくことが有用であることを伝える。

5~8H (アダプテーションゲーム、チーム対抗試合) 工夫や調整を行うことで、参加者全員が楽しんだり、達成感を味わったりすることができることを伝える。

12H (チーム対抗試合) 運動やスポーツには、一緒に活動を行う仲間に応じた多様な楽しみ方があることを伝える。

発問

5H 全員 (一人一人) が安心して、楽しく、試し合えるようにするには、どのようなルール修正が有効かな

6・7H ルールの修正を考える際に大切なことは何かな?

8H ルールの工夫や調整を行うのはどうして大切なのかな?

12H これから仲間と運動やスポーツを行う際にどのようなことを心掛け、実践していきたいと思う?

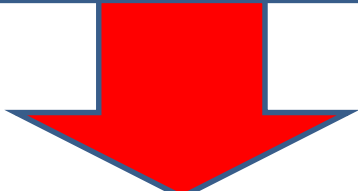


50:50で誰もが熱く, 楽しく

から

違いに応じた配慮の仕方がある  
様々な違いを超えてスポーツを  
楽しむ配慮をすることで, スポーツの  
よりよい環境づくりに貢献できる

ことへの生徒の実感と行動の発出に  
つなげる展開による深い学びへ



## 生徒の記述例

運動というのは、自分が楽しむことも大切ですが、それだけでなく、どうすれば周りも楽しいか、どうすればより良くなるかを考えることもすごく大切だと改めて感じました。

どうだった？（過去→現在）



だからどうする？（未来）

だから、次の授業では（でも）、  
次の単元では（でも）、昼休みには（でも）、  
部活動では（でも）、地域クラブでは（でも）

どうしたらいい？

# 中学校 球技の場合

**知識：試合の行い方には、簡易な試合におけるルール、審判及び運営の仕方があること**

(文部科学省, 2018, p.122)

**習得**

**思考力, 判断力, 表現力：体力や技能の程度, 性別等の違いを踏まえて(違いに配慮して), 仲間とともに楽しむための練習やゲームを行う方法を見付け, 仲間に伝えること(仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること**

(文部科学省, 2018, p.127, p.136)

**育成**

**学びに向かう力, 人間性等：一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを認めようとする(大切にしようとする)**

(文部科学省, 2018, p.129, p.137)

**涵養**

# 教科内カリキュラム・マネジメント（例）

## 体育理論 第1・2学年

### 知識（ウ）運動やスポーツの多様な楽しみ方

競技に応じた力を試す際には、ルールやマナーを守り、フェアに競うこと、世代や機会に応じてルールを工夫すること、勝敗にかかわらず健闘を称え合う等の行い方があることを理解できるようにする。

自然と楽しんだり、仲間と交流したり、感情を表現したりする際には、互いの違いやよさを肯定的に捉えて自己やグループの課題の達成を楽しむ等の仲間と協働して楽しむ行い方があることを理解できるようにする。

その際、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現するためには、目的や年齢、性の違いを超えて運動やスポーツを楽しむことができる能力を高めておくことが有用であること、運動やスポーツを継続しやすくするためには、自己が意欲的に取り組むことに加えて、仲間、空間及び時間を確保することが有効であることについても必要に応じて取り上げるようにする。

|      |    | 1                   | 2                             | 3           | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9                                  | 10             | 11 | 12 |
|------|----|---------------------|-------------------------------|-------------|---|---|---|---|---|------------------------------------|----------------|----|----|
| 学習過程 | 10 | オリエンテーション<br>試しのゲーム | 健康・安全の確認、主運動につながる準備運動など       |             |   |   |   |   |   |                                    |                |    |    |
|      | 20 |                     | 動きづくりの反復メニュー<br>既習技能の確認及び学び直し | アダプテーションゲーム |   |   |   |   |   | 公式ルールに近づけたルールでのゲーム1                | チームの課題に応じた練習   |    |    |
|      | 30 |                     | ボール操作（サーブ、パス、スパイクなど）          |             |   |   |   |   |   | チームの課題に応じた練習                       | 公式ルールに近づけたゲーム3 |    |    |
|      | 40 |                     | 簡易ルールでのゲーム①                   |             |   |   |   |   |   | 公式ルールに近づけたルールでのゲーム2<br>※ゲーム1と同じルール |                |    |    |
|      | 50 |                     |                               | 整理運動、振り返り   |   |   |   |   |   |                                    |                |    |    |

運動やスポーツの多様な楽しみ方

# 期待感, 安心感, 共感

(福岡県体力向上推進委員会, 2023, 令和4年度 第2回体育・保健体育授業検討部会資料 末崎智宏先生作成 を基に)

堂々と失敗できる  
何回も挑戦できる  
練習の場の設定や  
試し合い等の工夫

教師の指導・援助  
を個別に受けるこ  
とができる活動の  
場の設定

段階的に挑戦した  
り、自己の能力に  
応じて選択したり  
することができ  
活動の場の設定

子どもたちが自身の  
アイデアが活かさ  
れた活動の場の設  
定

自己存在感の感受

共感的な人間関係の育成

自己決定の場の提供

安全・安心な風土の醸成

# 一人一人がいきいき・のびのび活動する 体育授業を目指して

期待感

安心感

共感

## 参考文献

福岡県体育研究所(2023) 令和2・3・4年度 福岡県体育研究所調査研究報告書 共生を基盤とした体育の授業づくり, [www.taiikukenkyusho.ed.jp/service.html](http://www.taiikukenkyusho.ed.jp/service.html) (参照日2023/04/10)。

福岡県体力向上推進委員会 (2023) 令和4年度福岡県体力向上推進委員会 第2回体育・保健体育授業検討部会資料。

本多壮太郎 (2023) 効果的なみとりの工夫と具体例 「理解し, 取り組めるようにする」ための反転授業を取り入れた実践例, 佐藤豊 編著, 中学校保健体育「主体的な学習に取り組む態度」の学習評価完全ガイドブック, pp.39-44, 明治図書:東京。

文部科学省(2018) 中学校学習指導要領(平成29年告示)解説 保健体育編. 東山書房:京都。

文部科学省(2022) 生徒指導提要(改訂版), [https://www.mext.go.jp/content/20221206-mxt\\_jidou02-000024699-001.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20221206-mxt_jidou02-000024699-001.pdf), 参照日(2023/01/23)

佐藤豊 編著 (2023) 中学校保健体育「主体的な学習に取り組む態度」の学習評価完全ガイドブック, pp.39-44, 明治図書:東京。

高橋健夫(2003) 体育の授業を観察評価する, 高橋健夫編著, 体育の授業を観察評価する 授業改善のためのオーセンティック・アセスメント, 明和出版, 1-6。