



学研・教科の研究

体育・保健体育 ジャーナル

2022.8
第17号
Gakken

第3期スポーツ基本計画からみる、 学校体育・運動部活動への期待	松田雅彦	1
答えのない問いに臨むスポーツクリエイション	萩原拓也	4
ICT実践レシピ Vol.3		6
NEW 体育・保健体育と日常をつなぐ 保健室ギャラリー		7
with Sports 益子 直美 一般社団法人 監督が怒ってはいけない大会 代表理事		8

体育・保健体育に関する情報や、授業のヒントなどをお届けしてきた『小学校体育ジャーナル』、『中学校保健体育ジャーナル』は、合本となり『体育・保健体育ジャーナル』として生まれ変わりました。小学校、中学校の枠組みを越えて、系統性を踏まえた指導が重視されている今日に対応し、これまでよりもさらに充実した内容で、指導や子供たちの学びに役立つ情報をお届けしてまいります。

第3期スポーツ基本計画からみる、 学校体育・運動部活動への期待

大阪教育大学附属高等学校平野校舎教諭 ● まつだ まさひこ 松田 雅彦

1 第3期スポーツ基本計画の概要

令和4(2022)年3月25日に策定された第3期スポーツ基本計画では、生涯スポーツ社会の創造に向けて新たな3つの視点が示されました。それは①既存の仕組みにとらわれずスポーツを「つくる／はぐくむ」ことで②さまざまな立場・状況の人が「あつまり」、「ともに」スポーツを楽しみ、「つながり」を感じるようになり、みんなを大切に作る包摂的な社会を実現するため③スポーツに「誰もがアクセス」できる場づくりが必要である、と大要をまとめることができます。これらに加えて、今回のスポーツ基本計画の特徴は、「『スポーツ』は、『する』『みる』『ささえる』という様々な形での『自発的な』参画を通して、『楽しさ』や『喜び』を感じることに本質を持つもの」として定義し、「スポーツそのものが有する価値」を享受するこ

とで「スポーツが社会活性化等に寄与する価値」が実現できるという目的と手段の関係がしっかりと整理されていることだと考えます。このことはスポーツ基本計画のおわりにおいて「時代を経ても変わることがない『スポーツ』の本質に必ず留意した上で、取組・施策について検討し、また評価することが必要である」と結ばれていることから読み取ることができます。

2 スポーツを学び・楽しみ続ける資質・能力の育成とその環境づくり～学校への期待～

第3期のスポーツ基本計画を学校に引き寄せてみると、「スポーツを学び・楽しみ続ける資質・能力の育成」と「継続的にスポーツを学び・楽しめる環境の整備」の2つが学校に期待されているといえます。

(1) **スポーツを学び・楽しみ続ける資質・能力を育成するポイント**



スポーツを学び・楽しみ続ける資質・能力を育むには「全ての子供が面白いと感じる学習の場の創造」と「スポーツを学び・楽しむための課題解決力の育成」が必要です。そのためには、これまでのように教師が提示した共通の学習課題を同時に学習するスタイル（コンテンツベース）から子供自らが発見・設定した課題の解決に向かう学習スタイル（コンピテンシーベース）へと学習構造を転換しなければなりません。コンテンツベースの学習構造では、例えば教師が提示した「30分間足をつかずに泳ぐ」という共通課題にフィットした子供は面白いけれど、それ以外の子供は不安や退屈を感じるようになります（図1）。これは、子供の能力や学習ペースに合わせることなく共通課題をベースに学習が整えられていることから「スポーツに人を合わせる」構造といえます。

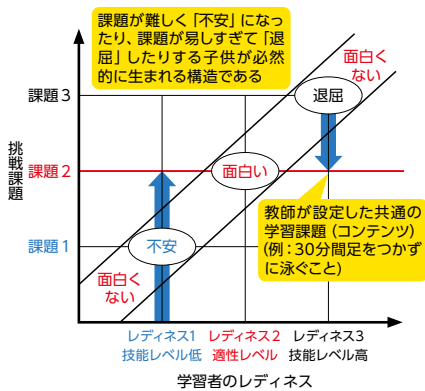


図1 コンテンツベースの学習構造

一方、コンピテンシーベースの学習構造では、それぞれの子供の力量に応じて個別最適化された学習が可能となります（図2）。これは「人にスポーツを合わせる」スタイルであり、常に「スポーツを楽しむ体験」と「スポーツを楽しむための課題解決力の育成」がセットとして準備されています。コンテンツ（知識・技能）のばらつきはあるものの、それぞれの子供にフィットした課題を自分で設定することで学びの文

脈・意味が生まれます。このような学びの積み重ねが主体的に学習に向かう態度を育むのです。

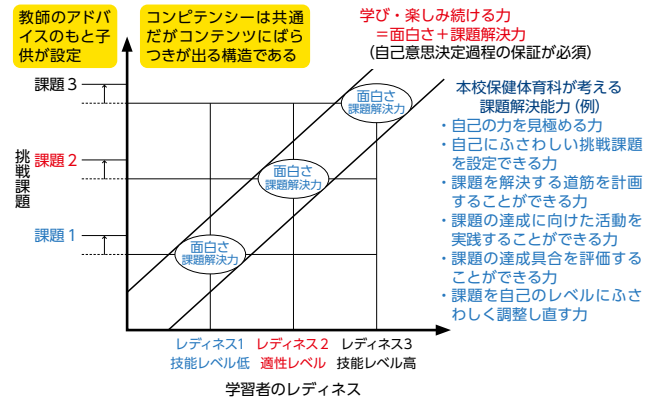


図2 コンピテンシーベースの学習構造

本校では、課題解決学習としての体育授業（コンピテンシーベースの学習）を下の表1のような流れで進めています。

まず、ねらい1において今の力に見合ったゲームをたくさん経験させて問題意識を持たせます。次に、ねらい2では個人やチームの問題点をKJ法*で洗い出して具体的な課題として整理し（写真1）、ロジックツリーを活用して課題の解決方法を導き出します。子供たちは、それらをベースにして自チームの作戦と練習計画を立案します。さらに、ねらい3以降は、管理されたクラウドにアップされた毎時間のゲームビデオを授業時間外にチェックしてゲーム分析し、次時の作戦と練習計画を作成します（反転学習）。

このような体育授業で身に付けた課題解決力は、部活動の自律的活動につながります。授業で培ったICTや課題解決のノウハウを部活動で活用することで、専門的指導者がいなくても自分たちで目標を持って計画的に部活動を運営することができるのです。

スポーツ基本計画で示されたスポーツをつくり／はぐくみ、誰もがスポーツにアクセスできる環境をつくるためには、小学校・中学校・高等学校の体育授業・

表1 課題解決学習としての体育授業（サッカー）の単元計画表

時間	1~4	5~8	9~14	15~23
単元のねらいと流れ	ねらい1 今の力量に見合ったルールやゲームの仕方に慣れながら、総当たり戦でサッカーのゲームを楽しむ	ねらい2 KJ法を用いてチームや個人の課題を整理し、ロジックツリーを活用して解決方法を導き出す	ねらい3 チームの課題分析結果を生かしながら、対抗戦でサッカーのゲームを楽しむ	ねらい4 高まった力にふさわしいルールで、相手にあわせて作戦を立てながら総当たり戦でサッカーのゲームを楽しむ
活動の内容	1チーム5人でのゲーム	KJ法とロジックツリーを活用した学習（教室での活動）	1チーム8人で対戦は6対6でのゲーム 全ての試合結果を管理されたクラウドにあげて、次の授業時間までにゲーム分析と活動計画を作成させる（反転学習）	

*アイデアを書き出し、グループ化して整理する方法



写真1 個人やチームの問題点を書き出し、整理する

部活動・スポーツイベントを通じた課題解決力育成カリキュラムの構築が不可欠だと考えます。

(2) スポーツを学び・楽しみ続けることができる環境づくり

スポーツを学び・楽しみ続ける資質・能力の育成に加えて学校に期待されていることは、スポーツを学び・楽しみ続けるための環境づくりです。これまで体育授業（プログラムサービス）で楽しんだスポーツを定期的に楽しめるように、運動部活動（クラブサービス）が学校の中に準備されていました。しかし、「運動部活動の地域移行に関する検討会議」において、令和5～7年度をめどに運動部活動を地域へと移行するという提言が示され、これまで帰宅することなく安価で気軽にスポーツを楽しんでいた環境に変化が生じます。提言の中では、運動部活動の地域移行に関するさまざまな提案が示されていますが、最も注目することは「全ての希望する子供」を対象としていることです。このことは、運動部活動の地域移行に関する対応の評価は「希望する全ての子供が参加できるか」が基準となることを示します。運動部活動の地域移行に関する課題には、専門的指導者の確保、現状の部活動の改革、受け皿組織の確保、平日の地域移行への対応、活動費用、対外試合のあり方などがありますが、われわれ学校現場ができることは、①専門的指導者がいなくてもリスク管理者だけで活動できる人材の育成（課題解決力の育成）、②現在行われている学校の運動部活動について「誰もが参加しやすい活動」「複数の活動を経験できる環境整備」「指導体制の見直し」等の視点から改革すること、③地域移行に関する受け皿団体の確保だと考えます。ここでは紙面の都合上、③に関する本校の活動を提案として示すことでまとめに代えたいと思います。

3

スクール・コミュニティクラブひらの倶楽部 ～学校内に地域部活動の受け皿組織をつくる～

今後、子供や教員が地域部活動として活動するには、学校内に受け皿組織をつくるか、外部の団体と学校が連携・協働するかの二択となります。その選択基準は、どちらがより安価でより多くの子供にスポーツや音楽・芸術を楽しむ場を提供できるかです。本校では、外部団体との連携をする場合、費用が高額になることや契約条件が合わなくなり撤退される可能性があることから前者を選択し、令和3年3月に「スクール・コミュニティクラブひらの倶楽部」を設立しました（図3）。現在は、一般社団法人化（令和5年度を予定）に向けて準備を進めています。

この組織の特徴は、生徒会を加盟団体としていることから、生徒代表が「理事」となり学校では解決しにくい問題をひらの倶楽部で解決できることです。また、ひらの倶楽部の活動を通して少しずつ地域へにじみ出すように活動を広げることで、現状の部活動を改革しながらゆっくりと地域移行できることも大きな特徴です。

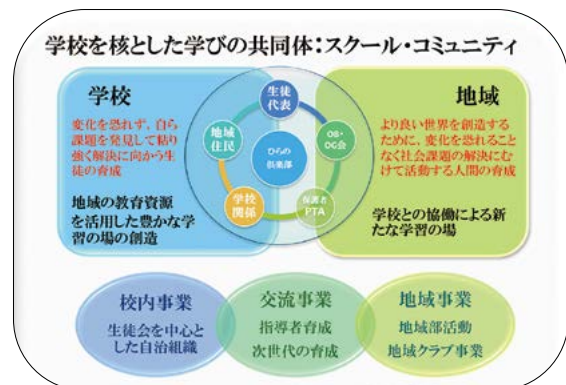


図3 スクール・コミュニティクラブひらの倶楽部の構造

部活動の地域移行に関しては、それぞれの地域の資源を有効活用して組織化することになるので、多様な対応策が出てくると思います。しかし、その対応策は、大人が考えた案を子供に押し付けるのではなく、中心的ステークホルダーである児童／生徒と大人と一緒に解決策を考えなければなりません。まずは、行政・教員・保護者・児童／生徒・地域住民が同じテーブルを囲んで話し合える場づくりが必要だと考えます。

答えのない問いに臨む スポーツクリエイション

世界ゆるスポーツ協会 事務局長 ● はぎわら たくや 萩原 拓也

「ゆるスポーツ」とは、私たち、一般社団法人世界ゆるスポーツ協会が開発するスポーツです。年齢・性別・運動能力・障害の有無にかかわらず楽しむことができるスポーツの総称を「ゆるスポーツ」と呼んでいます。

「スポーツ弱者を、世界からなくす」ことを目的に、これまでに100種類以上のスポーツを開発してきましたが、以前より私たちの行っている「スポーツをつくる」という取り組みは、それ自体が教育現場で生かせるものと考えていました。そのため、さまざまな年代に対して、教育という意味での「スポーツづくり」＝「スポーツクリエイション」を行ってきました。

「スポーツクリエイション」が なぜ教育に役立つのか

スポーツをつくる過程では、人やものなど、さまざまな事柄を深堀りし、新しい発想を生み出すという作業が必要です。それはスポーツクリエイションにおけるアウトプットが「答えのない問い」に対するものだからです。答えのない問いに対して、どのように向き合い、答えを出すか、またそれをどのように人に伝えるかを考える点にスポーツクリエイションの教育的価値があるといえます。

1 「目的」「コアとなる人・もの」 「スポーツコンセプト」を設定する

では、具体的にどのようにスポーツクリエイションを授業に取り入れているか説明します。

スポーツクリエイションの授業は基本的に5人程度のグループワークで行います。授業の時間数はゴールによって設定します。例えば、グループでアイデアを考えて発表するまでであれば2、3時間で、実際につくったスポーツをみんなでできるようにするのであれば2日以上は時間を使うことをおすすめします。

スポーツクリエイションで大事なことは目的設定です。まず、「このスポーツをつくることでどんな目的を達成するのか」を決めてください。例えば「このスポーツで運動

が得意な人も苦手な人も含めてクラス全員で遊べる」でもよいですし、「地元の町を知ってもらう」でも構いません。クラスで共通のものでも、グループごとに目的を変えてもよいと思います。

次に決めるのは、コアになる人やものです。これはなるべく具体的に考えましょう。例えば「運動が苦手なAさん」や、「地元の名産のスイカ」などです。特に人にフォーカスを当てるときには具体的なほうがよいです。その人が好きなものや嫌いなもの、得意なことや苦手なことに思いを巡らせたり、ヒアリングをしたりして、その人のためのスポーツをオーダーメイドで考えていきます。私たちはこの行い方を「マイノリティ・デザイン」と呼んでいます。



▲コアになる人やものを決めるためにアイデアを書き出す。

この後、「スポーツコンセプト」を決めていきます。スポーツコンセプトは、スポーツの概要を示す文章です。例えば既存のゆるスポーツでは「ベビーバスケットは、激しく動かすと泣いてしまうボールを優しくゆりかごに届けるバスケットボールです。」「トントンボイス相撲は、声で行うトントン相撲です。」という形になります。

学校で行う場合には、コアになる人やものと既存のスポーツとの組み合わせを考えるとつくりやすいです。スポーツは「サッカー」、「野球」、「ラグビー」、「バレーボール」、「鬼ごっこ」、「ボウリング」など何でもよいですが、つくりやすいのはルールが明確なチームスポーツです。先ほどの例で挙げると「サッカー」、「野球」、「ラグビー」が該当します。

組み合わせを考える際におすすめの方法は、コアになる



人、ものとして挙げたものと組み合わせたいスポーツを短冊に複数個書いた上で、それぞれから1枚ずつ取り、できた名前のスポーツを考えるとという方法です。例えば「スイカラグビー」とか「温泉サッカー」など、言葉を先につくってから考えると新しい発想が生まれます。

スポーツコンセプトは、ゆるスポーツづくりにおいて肝心です。単純にコアの人やもの、既存のスポーツを組み合わせるだけでなく、コアの人やものにはどんな特徴があるのかを考える必要があります。

2 ルールを決める

スポーツコンセプトができたら細かいルール設定をします。ここでのポイントは、身体を動かしながら行わないようにすることです。スポーツクリエイションにおいてはPDCAサイクルを回すことが大切です。よいPDCAサイクルで重要なのはPの部分、つまりプランです。「こんなルールにしたらどうなるか?」「コートはどれくらいの大きさだと楽しそうか?」などをグループで話し合いながら、まずは頭の中で思い描くことが重要です。また、ルールをつくる際には以下の3つのことを意識します。

- ・ハンディキャップを与えない（安易なハンディキャップは誰もがつまらなくなる）
- ・ルールを明確化する（例えば「危ないプレイ」ってどんなプレイ?）
- ・定義を明確化する（「ゴール前」ってどこのこと?）

こうした点に注意し、説明用のシートに記入していきます。その際に大切なことは言語化です。自分たちの頭の中にあることを明確に言葉でアウトプットすることは、とても難しいですし、学校というコミュニティにおいては、コンセンサス（=共通の認識）が確立しているため、あまり求められないかもしれません。ルールを言語化することによ



▲説明用のシートにルールを記入していく。

て、コンセンサスに頼らない説明・発表の練習をします。

3 発表

これらをまとめたら最後に発表をするようにしてください。発表時間は1、2分程度と決めて、その中でどのように発表するのかもグループで考えさせます。また、指導者側からのフィードバックは、今まで述べたような「深堀りができたか」、「PDCA、特にPができたか」、「言語化ができたか」の3つの観点で行うことが大切です。



▲グループごとに、考えたスポーツを発表する。

おわりに

過去にさまざまな学校でこのようなワークショップを行ってきましたが、子供たちは、最初はアイデアの幅を小さくしがちです。「子供は発想が無限」と言われることがありますが、最近の子供は、日々の生活の中で現実的なアイデアや実現できそうなものを手堅く選択するようになってきている気がします。そのようなときに、こちらから「それおもしろいと思う?」と聞くと、「ううん」と首を振ります。そういうときは、例えば「ボールって、別に丸くなくてもいいよね?」「サッカーだけど、手を使ってもいいんじゃないの?」などの問いを投げかけます。そうすると、子供たちの表情がパッと変わる瞬間があります。

私はアイデアのもとに疑問を持つことだと思っています。疑問を生み出すために必要なものが問いで、ワークショップの際は子供たちにいかに効果的な問いを出せるかを考えています。その問いに対して、私たちに明確な答えがなくてもよいのです。大事なことは指導者側も答えを探し続けることです。考え続けた結果、自分たちでしか出せない答えを見つけたときの喜びが得られる授業であってほしいと願っています。

GIGAスクール構想により児童生徒1人につき1台の端末が配備されたことを受けて、すぐに授業に取り入れられるおすすめのICT活用法をお聞きしました。



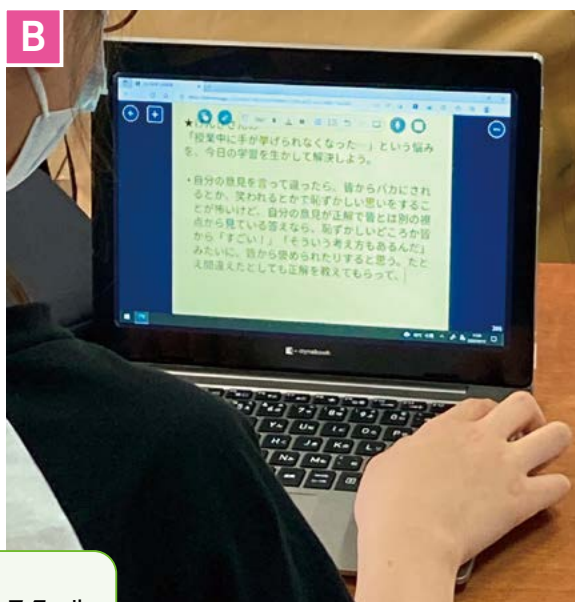
東京都杉並区立桃井第三小学校 石井 浩太 先生

話し合い、児童の意欲を高める学習

学年 5年

領域 保健

単元 心の健康「不安や悩みへの対処」



使用端末：dynabook K50
使用ソフト：ロイロノート・スクール

活用の手順

- ① 「Aさん(架空の人物)の悩み(親とよくけんかしてしまふ…など)を解決しよう」と児童に伝える。
- ② 心がどのようなことを通して発達してきたのか、班の友達と話し合い、事例をカードとして『ロイロノート』の提出箱に提出する。(班で1名)…写真 A
- ③ 提出されたカードを基に、全体で事例を共有する。
- ④ 各自、本時の学習を生かし、Aさんの悩みを解決するためのアドバイスを考え、カードを提出する。(1人1枚)…写真 B
- ⑤ 全体で共有する。

「心がどのようなことを通して発達してきたのか」という発問に対して、個人で思考するのは児童にとって難しいと考えたため、友達と一緒に考えて提出する、という形態をとりました。

一方、Aさんの悩みに対するアドバイスは、児童全員の理解度を把握する指標となるため、個人で提出させることとしました。

Point 友達のアドバイスを見たり聞いたりすることで、次時のAさんの新しい悩みに対してよりよいアドバイスをしよう、という意欲を高めます。

保健室の掲示物には、養護教諭の先生のアイディアが満載！教材や掲示物づくりのヒントにも！

小学校



▲磁石シート。身近なものは日によって交換しました。片側に移動させると、「みんなのもの！」と言いながら絵を真ん中に動かしていました。



兵庫県神戸市立松尾小学校
養護教諭
八木 泰子 先生

性の多様性についての授業のあと、自分を大切にすることを伝えるためにまとめました。

身近なものを中心に、男の子の物、女の子の物と区別があるのか、男女の役割が決まっているのか考えることができるように、磁石シートを掲示板に貼り、動かせるようにしました。

掲示板の前で、児童が意見を出し合っている姿が見られました。

関連⇒保健「体の発育・発達」

中学校



新潟県十日町市立水沢中学校
養護教諭
小坂井 佑子 先生

近年、SNSでのトラブルの相談を受けることが多くなったことから、SNSの使い方について考える掲示物を作成しました。

LINE編では、同じ言葉でも相手によって受け止め方が違うことを考える機会になるような事例を取り上げました。

Twitter編では、アカウントの問題点を考えさせる掲示にしました。①～④（写真右下）をめくると問題点の詳細を確認できます。

生徒は「SNSでも心配りが大事だね。」と友達同士で話題にし、自身のSNSの使い方を振り返っていました。

関連⇒保健「心身の機能の発達と心の健康」





益子 直美さん | 一般社団法人 監督が怒ってはいけない大会 代表理事

子供たちが楽しく、のびのびとプレイすることを目的とした小学生のバレーボール大会がある。サブタイトルは「監督が怒ってはいけない大会」——。このユニークかつインパクトのある名称には、ある願いが込められている。発案者で元バレーボール女子日本代表選手の益子直美さんに想いを聞いた。

取材・文／荒木 美晴

2015年に始まった「益子直美カップ小学生バレーボール大会」。第1回大会の開会式で、益子さんは参加チームにこう伝えた。「監督が怒ってはいけないというルールにします！」。子供たちが和気あいあいとプレイする一方で、「怒る以外の指導法がわからない」と困惑する指導者たち——。「監督には自分の指導の仕方を見直すきっかけにしてほしいんです」。スポーツ指導の在り方に一石を投じるこの大会に、いま各業界が関心を寄せている。



▲じゃんけん大会などのミニゲームも開かれる。

高圧的な指導が当たり前、という時代に現役生活を送った益子さん。ミスをした理由を聞かれる代わりに怒号と平手打ちが飛んでくる。選手は常に監督の顔色をうかがい、「怒られないプレイ」をすることが全てになった。最後は「自分はダメなんだ」と自己否定を繰り返した。辞めていく仲間を救えなかったという自責の念にも苦しんだ。それで成功したケースももちろんあるが、「私は好きだったバレーボールが大嫌いになった。今の子供たちにはそんな経験をさせたくないから」と、ルールに込めた想いを語る。

活動を始めて8年目。これまでの大会を通してわかったことは、「指導者の多くは怒っている自覚がない」ということだ。怒りながら「楽しめ！」と言う人や、怒る代わりに褒めることもなくなる人もいて、益子さんが話を聞きに行くと「そんなつもりはなかった」と、驚く人がほとんどだったそうだ。益子さんは、ヒアリングした指導者の一人に、「明日は絶対に怒らないと決めたのに、コートに立つと怒ってしまう。一種の依存症だったと思う」と、打ち明けられたことがあるという。「たしかに厳しくして強くなり、結果が出ると面白いけれど、だからといって子供たちを怒ってスッキリするという感覚は本当に危ない。ただ、その状況から抜け出せずに悩む人もいます。指導者のメンタルを整える環境づくりも、とても重要だと考えています」と付け加える。

実は、益子さんにも“指導者”としての苦い経験がある。第1回大会を開催した年の9月、千葉県大学のバレーボール部監督に就任した。当初は断ったが、「強くす

るより、人間力を成長させてほしい」と懇願され、引き受けた。基本を教えると、選手は自分たちで工夫し、純粋に競技を楽しんだ。ところが、6部リーグで低迷していたチームが3部リーグに上がると、大学側は方針を変えて強化に舵を切った。困惑しつつも、強くしてあげたいという気持ちが芽生えた益子さんが使った手段、それが「怒り」だった。その怒りのパワーは絶大で、チームは短期間で結果を出したが、選手からは笑顔が消え、試合中は相手チームではなく常にベンチを見て、答えをもらうようになった。思考が止まってしまったのだ。「あんなに嫌だった怒りを使い、選手の自主性や主体性を私が奪ってしまった」。自己嫌悪に陥り、ストレスで体調を崩した益子さん。ついには心臓発作を起こして入院し、監督も辞任を余儀なくされた。

病気を引き起こすほどの呪縛から解放されたい。そのヒントを得るため、褒め方やアンガーマネジメントについて学び始めた益子さん。視野が広がり、進むべき道が明確になったことで、ようやく積年の苦しみから解放されたという。「指導者の方々には、怒りからは卒業できるということを伝えたい。教壇に立つ学校の先生も同じで、一人で何十人も見ていると大変ですよ。でも、先生だって弱音を吐いていいと思うんです。そういう環境を一緒につくっていきたくいですね」と、言葉に力を込める。



▲閉会式では、スマイル賞などのユニークな賞も授与される。

今年、「監督が怒ってはいけない大会」から、小学生のリーグ戦「つながるリーグ」が誕生した。過度な勝利至上主義はNGというルールで、子供たちや指導者、保護者、チーム同士がつながり、全員でバレーボールを楽しむというものだ。「怒ってはいけない」を経験した参加者らの意識が、次はどう変わるのか。新たな試みに注目が集まる。

PROFILE ● ますこ なおみ

1966年生まれ、東京都出身。中学校でバレーボールを始め、共栄学園高校（東京都）では春の高校バレーに出場。高校3年で全日本代表に選出され、1992年の引退まで最前線で活躍した。現在は、タレントやキャスターなど幅広く活躍するほか、2021年4月に一般社団法人監督が怒ってはいけない大会を設立し、勝利至上主義からの脱却を目指す「益子直美カップ小学生バレーボール大会」や「つながるリーグ」を主催する。公益財団法人日本バレーボール協会理事。

学研・教科の研究

体育・保健体育ジャーナル

第17号

『小学校体育ジャーナル』（通巻104号）

『中学校保健体育ジャーナル』（通巻130号）

令和4（2022）年8月発行

発行人…甲原洋 編集人…梯ともみ 発行所…（株）学研教育みらい デザイン…宮塚真由美 表紙オビイラスト…丸山誠司 印刷所…（株）広済堂ネクスト

●お問い合わせは、「小中教育事業部」へ 〒141-8416 東京都品川区西五反田2-11-8 学研ビル 内容については▶TEL. 03-6431-1568（編集）

それ以外は▶TEL. 03-6431-1151（販売）

「学研 学校教育ネット」 <https://gakkokyoiku.gakken.co.jp/>

●「体育・保健体育ジャーナル」のPDF版および電子版は、WEBページから。

