

学研・教科の研究

体育・保健体育ジャーナル

第 31 号
2026

Gakken



連載 体育・保健体育の授業で、どうする？ 探究学習

第4回「する・みる・支える・知る」へ誘う探究学習

久保賢太郎（玉川大学講師）

連載 体育・保健体育と日常をつなぐ 保健室ギャラリー 第14回

連載 WITH SPORTS 吉藤 オリイさん（ロボットコミュニケーター）

体育・保健体育の授業で、どうする？ 探究学習

第4回 (全4回) 「する・みる・支える・知る」へ誘う探究学習

*第1回～第3回は、p.8の二次元コードの遷移先からご覧いただけます。

玉川大学講師 久保賢太郎

1 実社会の問題発見・解決能力 へと接続する教科学習へ

令和7年9月、次期学習指導要領に向けた基本的な方針となる論点整理が中央教育審議会教育課程特別企画部会より示されました(中央教育審議会, 2025)。この論点整理には、次期学習指導要領に向けた基盤となる考え方として、①「主体的・対話的で深い学び」の実装(Excellence)、②多様性の包摂(Equity)、③実現可能性の確保(Feasibility)の3点が明記されています。中でも、次期学習指導要領の「第一の方向性とすべき」とされているのが「主体的・対話的で深い学び」の実装です。その背景にあるのは、知識の「概念としての習得」や「深い意味理解」の重要性です。ここから、次期学習指導要領においては、教科学習をいかにして「深い学び」に変えていけるかが極めて重要になると考えてよいでしょう。本連載で取り上げてきた探究学習やそれに関連する諸概念、具体的な実践も、まさにこの「深い学び」の実装に密接に結びついています。

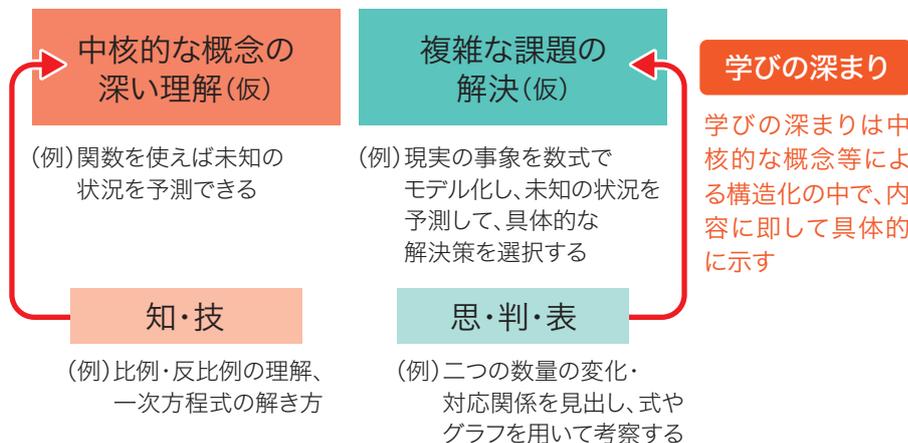
こうした方向性は、教科学習を「教科・学校の枠に留めておく」のではなく、実社会における問題発見・解決

能力に生きる学びに変えていくことを私たちに要求します。実際、文部科学大臣諮問(文部科学省, 2024)によれば、日本の児童・生徒の課題として「習得した知識を現実の事象と関連付けて理解すること」が挙げられています。また、先に示した論点整理においても「他の学習や生活場面でも活用できるような、生きて働く『確かな知識』」(中央教育審議会, 2025)の習得が目指されています。さらに、各教科の内容における知識及び技能と、思考・判断・表現の改善イメージ(図1, 文部科学省, 2025)からは、教科の枠組みの中で中核的な概念の深い理解と実社会における複雑な課題解決の接続を目指して動き始めていることがうかがえます。

2-1 誰もが楽しめるゲームをデザインする： 中学校3年ゴール型の実践から

そこで、はじめにご紹介するのが、東京学芸大学附属竹早中学校の斎藤貴博教諭による中学校3年「ハンドボール」の実践です。対象となった3年生は、1・2年生とハンドボールを学んできた生徒たち。しかし、個々人の

運動能力や経験の違いによって、技能や戦術的知識を高めるだけでは埋められない差がどうしても生じてしまいます。男女共習が難しいと感じるのなら、これが一つの要因ではないでしょうか。そこで斎藤先生は、ハンドボールを「運ぶことができるか」「(相手を)かわすことができる



(中央教育審議会(2025)論点整理, 教育課程企画特別部会, を基に作成)

図1 各教科の内容における知識及び技能と、思考・判断・表現の改善イメージ

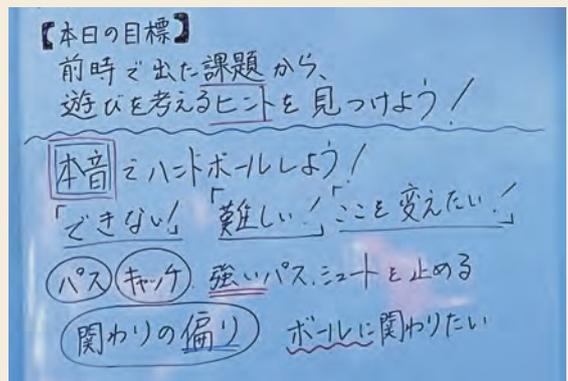
かーできないか」「シュートを打つことができるかーできないか」という【3つの局面における攻防の遊びである】と定義することを試みました。これにより、運動技能や運動経験、性別といった違いを包摂し、誰もが「攻防の世界に遊べる(夢中になれる)環境づくり」を単元の中心に据えたのでした。

単元の前半は、正規のルールでハンドボールを行い、自分たちが先に示した3つの局面における攻防の世界で遊んでいるかどうかを振り返っていきます。次第に生徒から目指す姿と現状との葛藤に関する意見が聞かれるようになりました。例えば、ある生徒は「〇〇君が投げるボールは取れないし、キーパーをやっても怖い。強く投げられる人は利き手と逆で投げるとかしてほしい」と語ります。また別の生徒からは、「ドリブルをありにしまうと、バスケット部だけがボールを運べる。もっと“全員で”『運ぶことができるかーできないか』ができるように、パスだけのゲームがいいのではないか」といった意見が聞かれました。これらは「運動技能差を調整し、イーブンコンディションをつくる」ことで、「運べるかー運べないか」の世界を保障しよう、という意見です。

単元の中盤になると、さらにゲーム構造に着目した意見が聞かれるようになりました。例えば「かわすことができるかーできないか」の機会を保障するために、「ゴールの周辺に複数のコーンを立て、そのコーンに当てると〇点、ゴールに入ったら〇点」といったゲームにする、という提案です。ゴール前の守りが固かったとしても、「コーンに当てても点数が入る」可能性が広がることで、ゴール前で素早くパスを回し、相手ディフェンスを「かわそうとする」プレイが多くみられるようになるのではないかと、この考えからでした。実際、このルールによりパス回しが多くなるとともに「何とかしてディフェンスをかわそう」とする意欲が

各チームに芽生えていました。また、コートを狭くしたり、人数を調整したりするという意見も聞かれました。ボールゲームは、有効空間を有効時間内に活用するゲームです。ゆえに、空間の広さや人数はゲームの質に決定的に影響します。競技スポーツとしての「ハンドボール」を所与(疑うことなく受け入れる確実な知識や事実)のものとするのではなく、対戦相手や自分たちの状況に応じて調整し、3つの局面の攻防を楽しめるように試行錯誤する生徒の姿がみられました。

「アダプテッド・スポーツ」やいわゆる「ゆるスポーツ」、AR/VRといったテクノロジーを活用したスポーツなど、スポーツ文化は多様な広がりを見せています。既存の競技スポーツでは難しくできない人も、環境をデザインすることで、ハラハラ・ドキドキの世界に没頭することができる。いわば「スポーツに人を合わせる」から「人にスポーツを合わせる」ことによる、スポーツ文化のイノベーションであるといってもよいでしょう。本稿で紹介した生徒も、集まる仲間一人一人がスポーツの世界に夢中になれる環境をつくる、スポーツ文化のデザイナーとして学んでいたのかもしれませんが。互惠性や多様性を尊重し、利己的ではなく利他的に、みんなが面白いことができる環境をデザインする。しかし、ゴール型ゲームの中核的な概念は外さない。まさしく、実社会の問題の解決に密接につながる、新しい中学校体育のあり方の一つといえるのではないのでしょうか。



単元の中盤では、出てきた課題を基にみんなが楽しめるようなゲームの工夫を生徒が考える。攻防の世界で遊べる(夢中になれる)環境になるよう、教師からもヒントを提示する。

ゲームの案を、生徒自身がクラスメートにプレゼンした。彼が提案したのは、攻撃側は積極的なパスを、守備側はパスカットを意識できるようなゲーム案。みんなの興味を引くように、ゲーム名にも工夫を凝らしている。

2-2

研究者のようにスポーツを「みる」： 小学校6年の実践から

筆者の前任校、東京学芸大学附属世田谷小学校では、児童が、興味関心に応じて自らテーマを決め、探究的な学習を進める「Laboratory」の時間があります。そこで筆者が担当したサッカー少年のA君の学びを紹介します。A君のポジションはフォワードで、「得点力を向上させたい」というのが彼の課題・関心でした。よって「トッププレイヤーの得点を取るためのスキルについて調べて身に付ける」を探究テーマにしようとしていました。しかし、それでは探究が進みません。なぜならば、矛盾や葛藤にあたるギャップが、彼の語りの中から見られなかったからです。それでは、単なる「調べ学習」で終わってしまいます。そこで筆者は、A君に以下のように問いかけました。筆者「テクニックがあるとされているのに活躍できない選手もいれば、そんなにうまくないって言われていても点をどんどん決める選手もいるでしょ？」

A君はきょんとした顔でこう言います。「まあ、たしかに。」
筆者「だとしたら、点が取れるかどうか、スキルがあるかどうかの問題なのかな？」

A君はしばらく考えて呟きます。「最低限は必要だと思うけど……。」

筆者「わかりやすく言えば、うまくても活躍できない選手もいれば、へただけど点を取る選手もいるわけだよ？ここに、矛盾があると思わない？」

A君「たしかに……。ってことは、ただ単にうまくなればいってわけじゃないのか？」

筆者「ご名答。この矛盾を埋める鍵を探すんだよ。」

するとA君は、ストライカーの動画を次々と見始めました。さらに、調べていくうちに、「点取り屋」と呼ばれる人たち全員が、必ずしも稀代のテクニシャンであったというわけではない、ということにも気づき始めました。そして、ある1人の選手の動画を見せながら、私にこう伝えました。A君「先生、わかったよ。スキルが高いかどうか以前に、そのスキルを発揮できる状況をつくっているかどうかが重要なんだ。」

筆者「なるほど。それって、どんな動きなの？」

A君は「それはね」と言うと、嬉しそうにニコニコしながら、名探偵みたいに言いました。「ディフェンダーが自分を見ていないときの動きの違いなんだよ。」

続けてA君は、「この選手のボールを持っていないときの

動きを全部調べて分類して、割合を出してみるわ！ そうすると、スキルを発揮できる状況の作り方がわかるかもしれない！」と言って、ディフェンダーの目を逃れてスキルを発揮する「点取り屋の技」を探索し、分類・整理していきました。

この探究学習が終わったあと、A君はこんなことを言いました。「先生、今までとサッカーの見方が全然違うわ！今までは、単にメッシはうまい、ネイマールはすごいとかだったけど、どうやってスキルを発揮できる状況をつくっているのか、という視点で見ると、今までよりもずっと面白い。」

さらに、「自分の試合でもやってみているのね。何だか今までよりもフリーでパスがもらえる状況が増えている気がする！……まあ、パスが来ないんだけどね！」そう言って笑うと、「それもまた探究するわ。」と言いながら、卒業していったのでした。

3

探究学習のこれから： 開かれた「スポーツ」に向けて

本稿では、実社会への接続を射程に収めた探究学習の実際を2-1, 2-2でご紹介しました。前者は、多様性の包摂(Equity)やスポーツを「支える・知る」につながる実践であるといえ、後者は個の興味関心に応じた探究学習や「総合的な学習の時間」、スポーツを「みる・知る」につながる実践でありました。この連載の1回目でも論じましたが、まず、探究的な学習を成立させる鍵は「できそうで一できない」「AなのにBである」といった矛盾や葛藤との出会いです。これを、もう少し教育的にパラフレーズすると、〈初期状態と目標状態の間のギャップ(ズレや矛盾、葛藤)〉であるといえるでしょう。このギャップを解消する過程で、他者の気づきや先人の知恵(教科書的な事項を含む)などを必要とし、それらを活用しながら試行錯誤することで「深い理解」「概念的理解」へとつながります。それはすなわち、初期状態からの「自己更新」です。

探究学習を通して、「深い理解」に至り、「自己更新」がなされることで、「世界の見え方」が変わる。すると、それまで当たり前で過ごしていた世界の中に、また新たな問題や課題が見えてくる。そのために「新しい私」には何ができるのか。世界のEquityやwell-beingに向けて、何

かできることはないか。またそこで、新しいギャップに出会い、絶えず探究が続いていく。次期学習指導要領では、教科学習はこうした方向に向かってほしいと、私は願っています。ぜひ、皆様のご実践から学ばせていただき、一緒に新しい教科学習のあり方を考えていけると嬉しく思います。本連載にお付き合いいただき、ありがとうございました。またどこかでお会いしましょう。

●引用・参考文献

- 中央教育審議会(2025)論点整理. 教育課程企画特別部会.
https://www.mext.go.jp/content/20250925-mxt_kyoiku_02-000045057_01.pdf
- 文部科学省(2024)初等中等教育における教育課程の基準等の在り方について(諮問).
https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/mext_00003.html
- 文部科学省(2025)体育科・保健体育科における見方・考え方、学びに向かう力・人間性等について. 体育・保健体育、健康、安全ワーキンググループ第3回資料2.
https://www.mext.go.jp/content/20251110-mxt_kyoiku_02-000045707_000120.pdf

連載を終えて～編集部がお聞きしました!

編集部 4回の連載を終えて、感想はいかがですか。

久保 子どもが夢中になって考えている姿や条件を示すのに、探究的な学習と、先生方が実践されてきた体育の授業とを組み合わせで発展させ、高めていきたいという思いがありました。どちらか、ということではないように心掛けていましたが、ちょっとわかりにくい箇所もあったのではと反省もあります。

連載でも触れましたが、学習ということ自体が探究だと思っています。子どもにとって世界の見え方が変わるとか、「あ、こういうことなんだ」って腑に落ちるといときは、探究的な学びが発生していると思うのです。これからの授業づくりの鍵になっていくと考えられるので、それをどのように体育の先生方に読んでいただくか、試行錯誤しながら書き進めてきました。

編集部 今回の終盤で「現場の先生方と一緒に新しい教科学習のあり方を考えていきたい」と結んでいます。

久保 二つの思いがあります。まず一つは、子どもたちの資質・能力を育む学校教育の主役は先生たちであるべきだという思いです。私が行っている研究のエッセンスを基に、先生方から「こんな授業してみたんですけどどうですか」というやり取りをしながら、私自身も学ばせていただきたいです。

もう一つは、これからの探究的な授業は、地域の

特性や、先生と児童・生徒との関係といったさまざまなリソースの中で、「原理原則をもとにこんなふう授業をデザインしてみたんです」というオリジナリティが、主役である先生たちに保障されてほしいという強い思いです。それを私は一緒に学んでいきたい、見せていただきたいです。

編集部 実際に探究的な授業を始めてみようというときのポイントはありますか。

久保 連載第2回のボールゲームのように、ダイナミックな単元を組むなどは、「うちの学校ではできない」と感じることもあると思います。そのときは、先生ご自身の持っている裁量の中で、少しでもいいからエッセンスを入れていくのはいかがでしょうか。例えばある先生は、「1時間の中で、ある課題を与えて『10分間考えてごらん』って言ったら、この時間を生徒がすごく面白がったんです」とおっしゃっていました。そういう積み重ねで先生が手応えを感じたり、「ああ、授業を作るって面白いな。」と感じたりしていけると思うのです。

できる範囲で少しずつやっていく。教えるところは教えていいと思うんです。それで最後の2時間は、学習してきたことを使って、ちょっと先生がひねった課題を出してみる。できるところからやっていくのがまず大事だと思います。

編集部 ありがとうございました。

Gakken『デジタル版中学体育実技』新機能 「課題解決サポートアプリ」のご紹介



ここ数年、デジタル版の副読本を使用する学校・自治体が増えてきています。紙の本に比べて動画の再生が容易で、音声読み上げなどの学習者支援機能も充実しています。

Gakken『デジタル版中学体育実技』2026年度版では、「課題解決サポートアプリ」を新規で実装予定です(2026年度はバスケットボールなど数種目)。自分やチームの課題に関する質問に答えていくと、該当するページの紙面画像や動画など、おすすめの学習コンテンツが表示されるので、それを参考に学習を進められます。

現場の先生からの「課題解決学習に使えて、体を動かす時間の確保ができるものがほしい」といった声に答えて開発したものです。開発中のサンプルを、右の二次元コードからお試しく下さい。



課題
アプリ



開発中のサンプルはこちら
から(バスケットボール)

アプリの画面はこのように進みます

例として、バスケットボールを見てみましょう。

- ここでは、「自分の課題」を選びました。

質問に答えながら、自分に適した課題解決を探る
- 解決したい課題が並びます。「シュートを決めたい!」を選択しました。
- シュートに関連する紙面、コーナー、デジタルコンテンツが表示されます。該当するものをクリックします。

該当のページ画像や動画を確認して学習が進められます。前の画面に戻ることもできます。



▲中には瞳孔となる黒色の画用紙を貼り、蒸し器本体は茶色の油性マジックで色付けしました。まつ毛は、インパクトを与えるために極太モールを使用しています。



富山県入善町立
ひばり野小学校
養護教諭
むらなか みさと
村中 美智 先生

掲示物づくりのモットーは、「見て・触って・体感！」。
目の模型は蒸し器を材料に作りました。

全校児童が給食時に必ず通る保健室前。学級での保健指導は、時間確保がなかなか難しいため、掲示物を通して児童に「今、知ってほしいこと」を発信しています。目の模型を初めて作ったのは、学生時代の教育実習中のことでした。保健室前にしばらく飾らせてもらったところ、「触ってみたい」と、目の模型が子供たちに大ウケ！ そのときのワクワクが忘れられず、今の掲示物づくりにも生かされています。

●関連⇒保健「健康な生活」「病気の予防」

体育・保健体育と日常をつなぐ

保健室ギャラリー 第14回

保健室の掲示物には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！

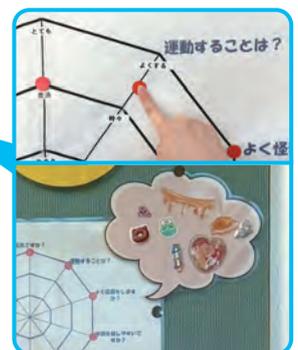
生徒参加型で楽しみながら取り組める生活リズムの「見える化」と「自己理解」を目指しました。

長期休業明けは生活リズムが乱れがちなので、自分の生活を見直すきっかけにしてほしいと思います。全ての項目について実際にマグネットを動かせるようにしました。自分でチャートを作れるため、今の生活バランスを視覚的に把握することができます。また、5つの「型」の中から、自分の結果を選び、シールを貼れるようにしたので、「あなたは〇〇型だね！」「私も一緒！」など友達と楽しみながらチャートを動かしている姿が見られました。

●関連⇒保健「健康な生活と病気の予防」



宮城県仙台市立
根白石中学校
養護教諭
こんの なつき
金野 捺希 先生

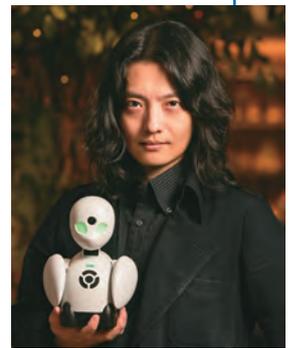


▲項目を自分で動かしたり(上)、自分の結果に近いチャートに好きなシールを貼ったりする(下)ことで、生徒が楽しみながら自分の生活リズムを確認できるよう工夫しました。

「スポーツと生きる人」から、スポーツの今とこれからを知る

吉藤 オリイさん

ロボットコミュニケーター



Profile ● よしふじ おりい

1987年、奈良県生まれ。小学5年から中学3年まで不登校を経験する。工業高校時代に電動車いすの新機構の発明に携わり、科学コンテストなどで評価を受ける。自身が療養中に感じた孤独を原点に、高専で人工知能を学び、早稲田大学在学中に対孤独用分身ロボット「OriHime」を開発。2012年に「株式会社オリイ研究所」を設立し、現在はALSなどの患者向け意思伝達装置の開発や、分身ロボットカフェの運営にも取り組んでいる。

環境や身体的な制限で移動が難しい人が、離れた場所に存在し、人とつながることを可能にする分身ロボット「OriHime」。学校や職場などでの活用に加え、スポーツの現場でも参加型体験やリモート応援を実現し、スポーツが身体能力の競争に留まらず「社会参加の場」となり得ることを示した。そのOriHimeの開発秘話や可能性について、吉藤オリイさんに話を聞いた。（取材・文／荒木美晴）

昨年9月の世界陸上や11月のデフリンピックで、分身ロボット「OriHime」が活躍した。競技場から遠く離れた病院や福祉施設にいる子供たちが遠隔でOriHimeを操縦して競技参加したり、リモート観戦や交流を行ったりした。AIロボットではなく、誰でも簡単に操作できるのが特長だ。

開発の根底には、吉藤さんの「孤独をなくしたい」という一貫した強い想いがあった。吉藤さん自身、病弱で学校に通えない時期が長かった経

験から、「もうひとつの身体」があれば孤独を解消できるのではと考えるようになり、工業高校では車いす、高専では人工知能、大学ではロボットの研究に取り組んだ。そのなかで、AIだけでは人とのつながりは生まれないと気づき、「人が社会に参加するための分身」を作ることを目指し、大学3年のときに資金も指導者もないまま一人で大学非公認の「オリイ研究室」を立ち上げた。奨学金や生活費を研究費に充て、廃材を使いながら開発を続け、約1年3か月で第1号となるヒト型ロボットが誕生。その後、高さ20cmほどの雪だるまのような形をしたものへと改良した。

課題は「使ってくれる人を見つけること」だったが、大学の複数のコンテストで優勝したことで医療機関とつながりができ、病院の協力と倫理審査を経て入院中の子供にOriHimeを貸与し、約3週間にわたって家庭とつなぐ実証実験を実施。その結果、家族と一緒に過ごす感覚が生まれ、本人や保護者か

ら高い満足度が得られたという。吉藤さんはこの経験から、「理由なくいい居場所、存在感、社会参加の実感を生み出すことこそが重要だ」と気づき、研究の方向性がより明確になった」と振り返る。

開発構想から約2年半で実用化されたOriHimeは、店舗や企業の受付業務や高齢者施設での交流、飲食店での接客など、幅広い場面で活用が進んでいる。近年は、自宅や病院などから遠隔参加できるリモートスポーツ大会も人気だ。医薬品メーカーと連携した大会では、難病



画像提供：パイオジェンジャパン株式会社

「パイオジェンカップリモートスポーツ大会」のようす。OriHimeは遠隔操作されていて、ベッドの上からでもスポーツが楽しめる

や寝たきりの子供たちが指先や視線で操作してボッチャやサッカーに挑戦し、チームプレイを通して一体感を味わっている。参加者は回を重ねるごとに増え、「スポーツは自分には関係ないと思っていた人たちが、『面白い！』と感じてくれるのがうれしい」と吉藤さん。将来は、視線操作による会話や介護など、さらに広がる可能性にも期待を寄せている。

分身ロボットOriHimeを活用し、特別支援学校の生徒や若者向けのインターシップ、教育現場への出前授業などの取り組みも行っている。吉藤さんは、「今の子供たちは自分のスマホでどんな知識も得られる。だからこそ教育現場で大事なものは、知識だけでなく新しい体験の機会を作り、与えてあげることではないか」と話し、「テクノロジーを通して、車いすの人や寝たきりの人、人前に立つことが難しい人たちが、多様な社会を生きる力が養える。そのきっかけのひとつとしてOriHimeを活用してもらえたら」と語る。

学研・教科の研究 **体育・保健体育ジャーナル 第31号** 令和8(2026)年2月発行

『小学校体育ジャーナル』(通巻117号) 『中学校保健体育ジャーナル』(通巻143号)

●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
TEL.03-6431-1151

●「体育・保健体育ジャーナル」のPDF版は、WEBページから
学研 学校教育ネット
<https://gakkokyoiku.gakken.co.jp/>



発行人 竹重純二
編集人 木村昌弘
発行所 株式会社Gakken
デザイン 西田美千子
表紙イラスト ミヤザキ
印刷所 株式会社広済堂ネクスト

