

生涯にわたり主体的に運動・スポーツに親しむ資質・能力の育成

～ピックルボールの学習における「多様な関わり方」と「対話的な学び」の工夫を通して～

1. 主題設定の理由

中学校学習指導要領解説保健体育編では、小学校の体育科及び高等学校の保健体育科との関連で、中学校の重点や基本的な指導の方向として「体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、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ための資質・能力」の育成を示している。また、男女共習についても中学校及び高等学校の学習指導要領解説では、「原則として男女共習で学習を行うことが求められている」と示されている。

ピックルボールは、性別や年齢を問わず楽しむことができ、コミュニケーション能力育つスポーツである。このような現状を踏まえて、保健体育科では「生涯にわたり主体的に運動・スポーツに親しむ資質・能力の育成」を目指すことが重要だと考え、本主題を設定した。

2. 研究の仮説

(1) 多様な関わり方による「居場所」の保障
運動・スポーツを「する」「みる」「支える」「知る」「集う」「つながる」の6つの要素を取り入れた学習活動を意図的・計画的に行うことで、すべての生徒が自己の特性に応じた役割を見つけることができ、自己有用感や充実感を味わうことができるだろう。

(2) 知識構成型ジグソー法による「主体性・出番」の保障

単元を通して「知識構成型ジグソー法」を活用した対話的な学びを展開することにより、生徒一人一人が自身の役割（エキスパート）に責任をもって仲間と関わるができるため、互いのよさを認め合いながら、主体的にゲームの課題解決に参画することができるだろう。

3. 研究内容（授業実践）

本校では、全ての学年、男女共習で保健体育の授業を実施している。本単元である「ピックルボール」は令和8年1月から全学年で学習を始めた。第1学年（シングルスゲーム）第2、3学年（シングルスゲーム、ダブルスゲーム）を実施した。

本年度は、第3年（シングルスゲーム）において、多様な関わり方による学習活動を意図的・計画的に行った。さらに、知識構成型ジグソー法を用いることで、生徒一人一人が自身の役割（エキスパート）に責任をもって仲間と関わるができるようにした。

4. 結論

- ・ それぞれの立場でピックルボールの学習に取り組むことができた。特にジグソー活動では、責任をもって生活班のメンバーにポイントを伝えることができた。
- ・ ピックルボールを通して、様々な人とつながりをもつことができた。また、ピックルボールを体験したことがない人に教えるという経験をもできたことで、運動・スポーツとの多様な関わり方に近づくことができた。

1 研究主題

生涯にわたり主体的に運動・スポーツに親しむ資質・能力の育成
～ピックルボールの学習における「多様な関わり方」と「対話的な学び」の工夫を通して～

2 研究主題について

(1) 今日の課題から

中学校学習指導要領解説保健体育編では、小学校の体育科及び高等学校の保健体育科との関連で、中学校の重点や基本的な指導の方向として「体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、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ための資質・能力」の育成を示している。

また、男女共習についても中学校及び高等学校の学習指導要領解説では、「原則として男女共習で学習を行うことが求められている」と示されている。また、体育における男女共習の意義は、「体力や技能の程度及び性別の違いや障害の有無等にかかわらず、仲間とともに学ぶ体験や運動の多様な楽しみを共有することは、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた重要な学習の機会である」とも示されている。

本校は、単学級であり保健体育科教師も一人であるため、授業は男女共習で行っている。そのため、男女共習のメリットを最大限に生かした指導計画、単元計画を一から見直す必要がある。小学校では、男女共習で進めてきているので、第1学年については何ら問題なく授業が進められるが、学年が進むにつれて、男女の成長や発達違いや思春期に差し掛かると性差の問題も生じてくるので、身体の接触を伴う種目の扱いは難しくなる。本校の運動部活動は、陸上競技部・ソフトテニス部・剣道部・野球部の4つの部活動で活動をしているが、どの部活動も男女の区別なくほぼ同様の練習メニューで活動しているため、男女共習には大きな抵抗はない。

ピックルボールは、性別や年齢を問わず楽しむことができ、コミュニケーション能力が育つスポーツである。このような現状を踏まえて、保健体育科では「生涯にわたり主体的に運動・スポーツに親しむ資質・能力の育成」を目指すことが重要だと考え、本主題を設定した。

(2) 学校教育目標から

本校では、「将来に向かって本気で取り組む、豊かさと強さと思いやりをもった生徒の育成－保護者・地域と共に歩む、学校経営の実践を通して－」を学校教育目標としている。また、校訓として「高めよ知性」「広げよ友愛」「鍛えよ心と体」を定めている。

(3) 生徒の実態から

運動の二極化傾向が見られるが、年2回実施している授業アンケートを見ると「体育の授業に対して」楽しいと感じている生徒が多い。しかし、単元によって前向きに運動に取り組めないこともあるのが現状である。また、栗源地区は1小1中ということもあり、小さい頃からの人間関係が固定されている。そのため、生徒指導面での課題もある。それらを踏まえ

て、多様な関わり方を意図的・計画的に取り入れることで、より良い人間関係作りを構築していきたい。

3 研究のねらい

生涯にわたり主体的に運動・スポーツに親しむ資質・能力の育成をするため、ピックルボールの学習における「多様な関わり方」と「対話的な学び」について、授業実践を通して明らかにする。

4 研究仮説

(1) 多様な関わり方による「居場所」の保障

運動・スポーツを「する」「みる」「支える」「知る」「集う」「つながる」の6つの要素を取り入れた学習活動を意図的・計画的に行うことで、すべての生徒が自己の特性に応じた役割を見つけることができ、自己有用感や充実感を味わうことができるだろう。

(2) 知識構成型ジグソー法による「主体性・出番」の保障

単元を通して「知識構成型ジグソー法」を活用した対話的な学びを展開することにより、生徒一人一人が自身の役割（エキスパート）に責任をもって仲間と関わることができるため、互いのよさを認め合いながら、主体的にゲームの課題解決に参画することができるだろう。

5 研究内容

(1) 実態調査

(2) 体育分野における「ピックルボール」

(3) 理論研究

ア 体育理論における「スポーツ・運動の多様な関わり方」

イ 「知識構成型ジグソー法」

(4) 授業研究

授業による仮説の検証

令和8年度 第3学年 ネット型「ピックルボール」

6 研究の実際

(1) 体育分野における「ピックルボール」

ア 「ピックルボール」という競技を「知る」（資料編を参照）

イ 練習方法を「知る」「する」

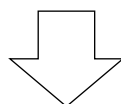
(2) 理論研究

ア 体育理論における「スポーツ・運動の多様な関わり方」について

現行の学習指導要領においては、体育理論に係る解説において以下のように示されている。運動・スポーツには、「する」「みる」「支える」及び「知る」などの多様な関わり方があること、体を動かす楽しさ、運動やスポーツの特性や魅力に応じた楽しさ、人々と協働する楽しさなどを味わう多様な楽しみ方があると示されている。

要素	スポーツ・運動の多様な関わり方
「する」	運動・スポーツを直接参加して行う。
「みる」	スポーツのテレビ中継や競技場などでの観戦を通し、そこで繰り広げられる選手たちのすばらしいプレイや勝敗をめぐる激戦を楽しみ、大きな感動を得ることができる。
「支える」	競技やスポーツ大会などには、それを支える人々がいる。スポーツ大会では、大会を運営する関係者に加え、会場の整備や案内、障がい者支援などを行うボランティアの力がなくてはならない。
「知る」	新聞や書物、インターネットなどから、いろいろな運動・スポーツの歴史や選手の情報、試合結果を調べる。
※「集う」	スポーツを通して、人々が集まる。
※「つながる」	スポーツを通して、年齢、性別などを問わず様々な人々とつながる。

※改正スポーツ基本法において示された。スポーツを通じて人々が「集い」「つながる」ことによって、スポーツが地域や経済の活性化、社会課題の解決、持続可能な社会の実現に寄与する価値への期待が高まっていることを背景に、基本理念の改正が行われた。



上記の要素を受け、本校の保健体育科では、以下のようなスポーツ・運動の多様な関わり方について整理した。

要素	スポーツ・運動の多様な関わり方
「する」	運動・スポーツを直接参加して行う。
「みる」	級友のよい動きを見て参考にしたり、ゲームを見たりする。
「支える」	ゲーム時に審判をしたり、動きを動画撮影したりする。また、アドバイスをする。(級友に教える)
「知る」	スポーツの歴史やルール、道具の名称を知る。また、級友のよい動きを見て、動きのポイントを知る。
※「集う」	スポーツを通して、人々が集まる。(地域の方、保護者)
※「つながる」	スポーツを通して、年齢、性別などを問わず様々な人々とつながる。 (地域の方、保護者、先生方、異学年の生徒)

イ 「知識構成型ジグソー法」について（資料編を参照）

「知識構成型ジグソー法」は、認知科学者の三宅なほみ氏が考案した学習手法である。ある問いに対し複数の視点から書かれた資料をグループに分かれて読み、その後、他のグループの人と共有し合うプロセスを経て、理解を深める。教師から児童生徒へ知識を一方的に教え込む従来の形ではなく、児童生徒同士が対話を通じて知識を深める協働学習を通して、真の知識が生徒に定着することをめざしている。このプロセスの中で、知識の表現方法、活用方法も学び。

7 検証授業

(1) 令和8年度 第3学年の実践

ネット型 「ピックルボール」

ア 多様な関わり方による「居場所」の保障

ピックルボールを通して、級友や保護者とのつながりができた。(図1・図2) さらに令和7年度には、サイパンの中学生との交流で、現2年学年の生徒がサイパンの生徒と一緒にピックルボールを楽しむことができた。(図3) それぞれの交流を通して、ピックルボールの楽しさを広めることができた。また、特別支援学級の生徒も一緒になってピックルボールを楽しむことができた。(図4)



【図1 PTA 授業参観(パドル操作)】【図2 PTA 授業参観(保護者対決)】【図3 サイパンの中学生と交流】

※ 授業参観では、保護者にピックルボールを体験してもらった。(事前に学級だよりで呼びかけた。) 自分の子からピックルボールについて、教えてもらい練習したり、ゲームで対戦したりした。また、感想も記入していただいた。

【保護者の感想から】

- 初めてピックルボールを体験して楽しかったです。子どもとなかなか運動をする機会がなかったのでいい思い出になりました。
- 子ども達、みんな楽しそうでした。見ていただけでしたが参加したら良かったと思いました。
- 見ていると難しいそうに思いましたが、意外と簡単でラリーを続けることができました。我が子だけではなく、幼少時から知っている他の子の成長も間近で感じることができ有意義な時間でした。

イ 知識構成型ジグソー法による「主体性・出番」の保障

(ア) 【学習課題】

学習課題を提示し、生活班(5～6人)でサーブ・レシーブどの活動をするか役割を決めた。ビブスの色で(サーブ・レシーブ)役割を分けたことで、それぞれの役割に責任をもってエキスパート活動に取り組められるようにした。(図1)



【図1 学習課題を確認】

(イ) 【エキスパート活動】

担当ごとに集まり、サーブ・レシーブの打ち方のポイントを整理したり、実際にポイントを意識して打ったりした。

(図2)



【図2 エキスパート活動】

(ウ) 【ジグソー活動】

エキスパート活動で得た知識・技能を生活班のメンバーに伝え、実際に教え合いながら技能の向上を目指すことができた。(図3)



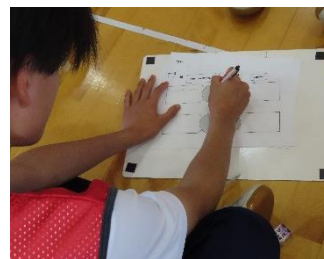
【図3 ジグソー活動】

(エ) 【クロストーク】

生徒がゲームで共有したことを生かせるように、生活班で思考ツールのキャンディーチャートを用いて打ち方のポイントを整理し全体で共有した。(図4・5・6) ゲームを「見る」(見ている)生徒は、級友にアドバイスをしたり応援したりと「支える」役目もあることを確認もしたことで、ゲーム中の役割が明確になった。



【図4 キャンディーチャート①】



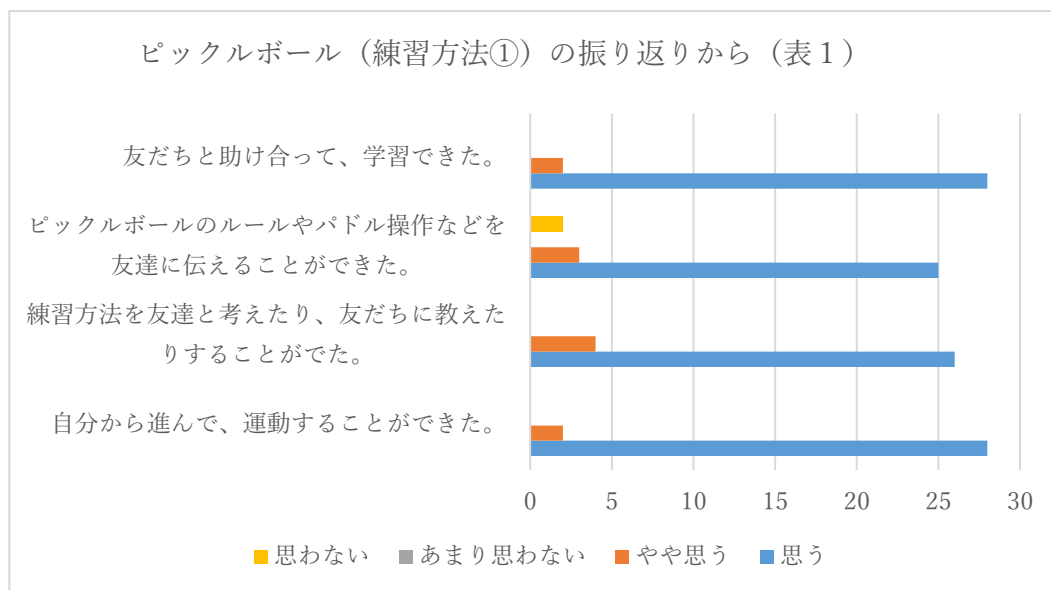
【図5 キャンディーチャート②】



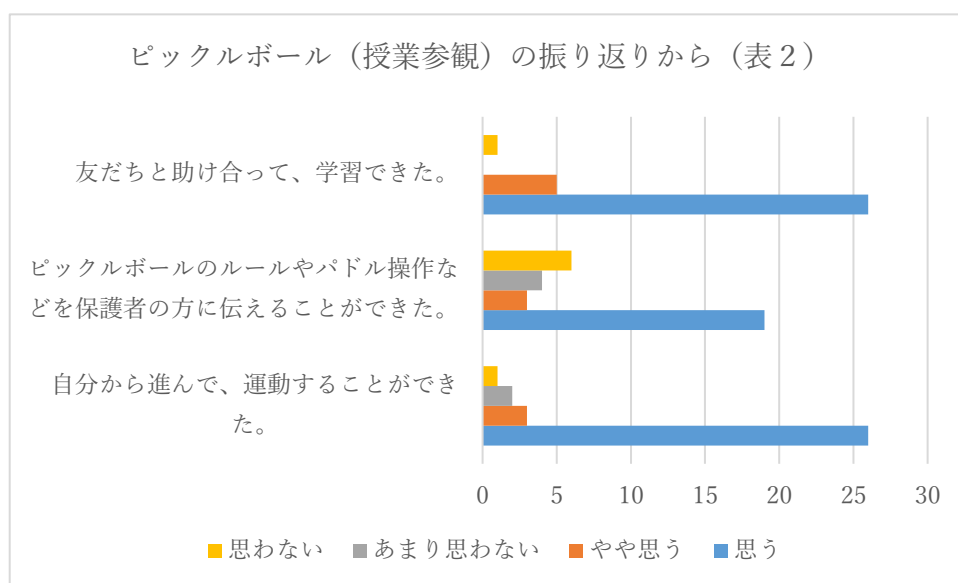
【図6 クロストーク】

8 結果と考察

ピックルボール（練習方法①）の振り返りから（表 1）



ピックルボール（授業参観）の振り返りから（表 2）



【考察】

表 1・2 の「自分から進んで、運動することができた。」結果から、多くの生徒が主体的に運動に取り組んでいることが言える。また、「友だちと助け合って、学習できた。」も同様なことが言える。表 2 の「ピックルボールのルールやパドル操作などを保護者の方に伝えることができた。」については、保護者の参加人数が少ないこともあったが「支える」ことができた。

【結果】

ピックルボールの学習に肯定的であり、運動・スポーツに親しんでいこうとする意識が高まった。また、ジグソー法を用いて意図的に交流する機会を設けていくことで、学級の仲間とのコミュニケーションが図れ、技能の習得にもつながっていくのではないかと推測できる。

【単元を通して生徒の振り返り】

- みんなで協力して授業を進められた。教えたり教わったりしてみんなで上達できた。
- 最初はボールを返すので精一杯だったけれど、サーブやフォアハンド・バックハンドを覚えたことで、相手を左右に揺さぶることができるようになった。ゲームで練習したことを生かせたり、ボレーのタイミングが分かってきたりと楽しかった。

9 成果と課題

【成果】

- それぞれの立場でピククルボールの学習に取り組めることができた。特にジグソー活動を取り入れ、役割を明確にすることで、責任をもってグループ（生活班）メンバーにポイントを伝えることができた。
- ピククルボールを通して、様々な人とつながりをもつことができた。また、ピククルボールを体験したことがない人に教えるという経験ができたことで、「支える」「集う」「つながる」等のスポーツ・運動の多様な関わり方に近づくことができた。

【課題】

- エキスパート活動では、提示する情報を準備したり、タブレット上にピククルボール選手のサーブに打ち方やレシーブの打ち方といった、攻め方や守り方を例示したりする必要がある。（前時までの動画をためておく。）
- 自分の動きを視覚的（映像）に振り返ることができるようにするために、エキスパート活動やジグソー活動での ICT の効果的な活用を行う。
- 授業を通しての役割分担の明確化（6つの要素）例えば、ゲーム中の役割分担「する」「みる」「支える」を意図的に取り組めるようにする。
- 単元を通しての振り返りや毎時間の振り返りを数値化し変容をみとることができるようにするために、振り返りシートの内容を検討する必要がある。