



中学校	保健体育	全学年
-----	------	-----

主体的な学びにつながる「GROWモデル」を用いた学習活動

【GROWモデルとは・・・？】

対話を通して相手を目標達成へと導く **コーチングの手法**です。

「Goal:目標設定」「Reality:現状把握」「Options:選択肢の創出」「Will:意思決定」の対話の過程の頭文字をとってGROWと呼ばれています。

Point!



コーチングは、相手の思っていることや考えていることを引き出し、力を存分に発揮できるようにすることがポイントです。

相手の意見を尊重する対話が大切!

【GROWモデルを用いた学習活動】

Goal

その日の授業で達成したい目標を設定する

今日、頑張りたいことは何?

上手くできたことは何?

困っていることはどんなこと?

GoalとRealityの
差を分析する

Reality

練習やゲームから目標に対しての現状把握を行う

この練習にする!
この作戦が良い!

Will

自ら決定して取り組む

Options

練習方法や、作戦等を考える

どんな練習方法がいいと思う?
どこのポジションがいい?
どんな作戦がいいと思う?



生徒がGROWモデルのプロセスに沿った対話を行うことで、互いにコーチングが行えるようになります。

【GROWモデルのプロセスを用いた学習活動の工夫】

◆学習カード

(球技:ゴール型 バasketボールにおける実践例)

◇自己が分担する連携プレイについて、頑張りたいことを書きましょう。

自己が分担する 連携プレイ	
G	

授業の冒頭に
目標を記入

W:意思決定

◇発揮したいプレイに応じた練習を選びましょう。

解決のための 選択肢	シュート 練習	はじめの位置	シュートの位置	種類	守備者
		インサイド	インサイド	セットシュート	なし
		ミドルレンジ	ミドルレンジ	ジャンプシュート	
		アウトサイド	アウトサイド	ワンドリシュート	あり
				ランニングシュート	
	シュート 以外	パス	リバウンド	ボールキープ (ピボット・ドリブル)	その他

目標に対して
行いたい練習
を選択

W:意思決定

◎ゲームの振り返り

①自己が分担した連携プレイについて、成果や課題を書きましょう。

自己が分担する 連携プレイの 現状	
R	

授業の振り返り
で現状を記入

W:意思決定

Point! 各プロセスについて、書くことで個人の意思を持てるようにします。
学習カードに書いたことをもとにチームでの対話を行います。

◆生徒同士の運動観察

ゲームの記録

ゲーム記録用紙		チームカラー【 】					
名前	1試合目	2試合目	3試合目	4試合目	5試合目	6試合目	7試合目
なまえ	△○		○	△		△○	

動画の撮影・視聴



記録を積み重ねることで、以前の自分と比較しながら、他者との対話を通して現状把握を行います。

G・R・Oの各プロセスについて意思決定(**W**)することで、
主体的な学びにつながります。

※詳細は、総合教育センターwebサイト、長期研究員 研究報告(R6)をご覧ください。