

# チームワークが高まり、 誰もが楽しむことができるバレーボール授業

— 共生の視点を重視し、仲間との関わり方について考える学習を通して —

井澤 祐貴<sup>1</sup>

バレーボールの楽しさは、集団での活動を通して、技能やチームワークを高めていくことにありと考える。本研究では、チームワークの高まりに着目し、平成 29 年告示の学習指導要領で新たに示された「共生」の視点を重視した発問や学習活動など、仲間との関わり方について考える学習を取り入れた。その結果、チームワークが高まり、誰もがバレーボールを楽しむことができた。

## はじめに

『中学校学習指導要領(平成 29 年告示)解説保健体育編』(以下、『解説』という)には、「運動やスポーツの多様な関わり方を重視する観点から、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるよう指導内容の充実を図ること。その際、共生の視点を重視して改善を図ること。」と改訂の方針が示されている(文部科学省 2018 p.10)。そして、「中学校学習指導要領(平成 29 年告示)」の〔体育分野第 1 学年及び第 2 学年〕における球技の内容(3)には、「一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとする」と新たに共生の視点が示され、このことについて『解説』には、「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ための工夫や調整が求められる場合があることなどを理解し、取り組めるようにする」(文部科学省 2018 p.128)ことが示されている。

これまでの筆者のバレーボールの授業実践を振り返ると、技能中心の指導で、運動が得意な生徒だけでゲームが展開されることが多く、運動が苦手な生徒は周囲に迷惑をかけないように遠慮してプレイしたり、話し合い活動等でも非常に消極的な姿が目立ったりするなど、生徒一人ひとりが持っている力を発揮し、仲間と関わりながら練習やゲームに取り組む活動が十分にできているとは言えず、誰もが楽しめるような工夫や調整が行われた授業ではなかったと捉えている。

岩田は、「運動の達成に向けて、仲間と息を合わせ、アイデアを交流し、支え合う」といった社会的行動、つまり他者との関わりが運動の楽しさを増幅させる重要な側面になる」、また、「運動の課題解決に向けたプロセスを仲間と共有していくことによってコミュニケーションを拡大させ、仲間相互の結びつきを強めていく」(岩田 2012 pp.6-7)と述べている。

これらのことから、誰もがバレーボールを楽しめるようにするには、技能の高まりを主に目指していたこれまでの筆者の授業実践に加えて、一人ひとりの違いを認めようとする意欲を育てるといった共生の視点を重視した指導をする必要があると考え、仲間と良質な関係を構築するかといった、仲間との関わり方について考える学習を通して、チームワークを高めることが重要であると考えた。

このための手立てとして、グリフィンらが提唱する、ゲームを行った後に、教師の発問と生徒の応答によって、何を練習すればよいのかを自覚させ、技術・戦術的な課題解決を図る戦術アプローチ(グリフィン他 1999 pp.14-15)の学習過程を活用し、「どうすれば仲間との関わりが深まるか」といった共生の視点を重視した発問や、一人ひとりの違いを認め、互いの良いところを見付けたりするなどの学習活動を通して、生徒がチームワークを高めるために必要なことは何かを考え、その意義や大切さを理解・共有し、仲間と良好な関係を構築することを企図した。

以上のことから、共生の視点を重視し、仲間との関わり方について考える学習を通して、チームワークが高まり、誰もがバレーボールの楽しさを味わうことができると考えた。また、本研究の成果と課題を報告することは、学習指導要領に新たに加わった「共生」を指導する今後の授業づくりに貢献できると考えた。

## 研究の目的

「中学校第 2 学年のバレーボールの授業において、共生の視点を重視し、仲間との関わり方について考える学習が、チームワークを高め、誰もが楽しむことに有効であるかを明らかにすること」を研究の目的とした。

1 横須賀市立常葉中学校 教諭

## 研究の内容

### 1 バレーボールの楽しさについて

体育の授業における楽しさについては、「運動の特性に触れることができたか」と、その運動のもつ特性から論じられることが多々ある。

杉山らは、バレーボールの機能的特性(生徒から見た運動のよさ)について、「バレーボールは、ボールを媒介として、集団対集団での攻防を繰り返しながら、点を取り合って勝敗を競い合うことが楽しい運動である。また、生徒一人ひとりがそれぞれのよさを生かして互いに教え合ったり、支え合ったりしながら自発的・自主的に学習を進めることや、技能や体力の向上に応じたゲームの質的な高まりに楽しさや喜びを味わうことができる運動である。さらに、チームワークの高まりによっては、ふだん以上の能力を発揮することができ、チームの課題を解決したり、ゲームに勝ったときなどにより大きな楽しさや喜びを味わうことができる」(杉山他 2001)と述べている。このことを踏まえ、本研究におけるバレーボールの楽しさを、チームワークや共生に関わるものとして、表1のように整理した。

表1 バレーボールの楽しさ

- |  |
|--|
| (1) チームでボールをつなぎ、ラリーを続けたり点を取り合うこと<br>(2) 生徒一人ひとりがそれぞれのよさを生かして互いに教え合ったり、支え合ったりしながら活動すること |
|--|

### 2 チームワークの高まりについて

大辞泉には、チームワークとは、「チームの成員が協力して行動するための、チーム内の団結や連係。また、そのような協力態勢。」(小学館 大辞泉編集部 2012)と記されている。

チームワークを高めるためには、従前からの「態度」の指導事項である協力や参画について指導することが大切だと考えられるが、よりチームワークを高めるためには、新たに示された、一人ひとりの違いを認め合うといった「共生」の視点を重視することが大変重要であると考え。「共生」の視点を重視することにより、積極的に仲間の学習を援助すること(協力)や、一人ひとりが進んで思いや考えを伝え合うこと(参画)が効果的に実践され、その結果、チームワークをより高めるものと考え。

このことから、本研究では、チームワークを高めるために、「共生」の視点を重視し、併せて協力、参画も指導することとした。

### 3 「共生の視点」について

諏訪らは、共生社会における人間形成について「相手の立場や心情に共感し、イメージでき、利害の対立等の困難さをなんとか克服し、その過程で自己成長・変革しつつ、持続可能な地球社会を構築し、発展させる資質・能力、技能をもった主体的行動力をもつ人間」(諏訪他 2020)と定義している。また『解説』の、学びに向かう力、人間性等の共生に関する事項として、第1学年及び第2学年においては「体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、人には違いがあることに気づき、その違いを可能性として捉え、互いを認めようとすることに積極的な意思をもつことが大切であること」(文部科学省 2018 p.40)と示されている。

これらのことから、本研究における「共生の視点」として、体力や技能の程度等にかかわらず、誰もが運動やスポーツを楽しむために、「人には違いがあることに気づき、違いを認め合い、相手の気持ちに共感したり、相手を思いやったりし、それらを行動や言葉掛けで表すこと」とした。

### 4 共生の視点を重視し、仲間との関わり方について考える学習について

『解説』では、前述のとおり、共生に関わる内容について「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ための工夫や調整が求められる場合があることなどを理解し、取り組めるようにする」(文部科学省 2018 p.128)と、誰もが楽しむためには、共生について、その意義を理解することだけではなく、取り組めるようにすることが重要であることが示されている。

また、小沢らは「発問とは、知識の習得以上の活用というレベルまで、児童生徒を導こうとする教師の働きかけであると捉えることができる。」(小沢他 2018)と述べている。このことから、チームワークを高めるためには、何が必要かを理解するだけではなく、行動や言葉掛けとして表すことができるようになるための発問が重要であると考えられる。

これらを踏まえ、チームワークを高め、誰もが楽しむために、前述のグリフィンらが提唱する戦術アプローチ(グリフィン他 1999)を活用し、共生の視点に基づいた発問を通して、仲間と関わる上で大切なことや、誰もがバレーボールを楽しむために大切なことなどを考え、話し合ったり、互いの違いを認め、良いところを伝え合ったりするなど、仲間との関わり方についての学習を通して、共生・協力・参画の必要性について、気づきを促し、それらを行動や言葉掛けとして表すことができるようになることを目指した。

## 5 研究の仮説

「第2学年球技：ネット型『バレーボール』において、共生の視点を重視し、仲間との関わり方について考える学習を通して、チームワークが高まり、誰もがバレーボールを楽しむことができるであろう」と仮説を設定し、検証することとした。

## 6 検証方法

授業前後のアンケート及び授業における生徒の記述内容の結果から、次に挙げる四つの視点で仮説を検証した。

- (1) 生徒は授業をどのように捉えたか
- (2) 生徒は共生の視点を重視し、仲間との関わり方について考える学習をどのように捉えたか
- (3) チームワークは高まったか
- (4) 誰もがバレーボールを楽しむことができたか

## 7 検証授業

### (1) 概要

【実施期間】	令和3年8月31日(火)～9月17日(金)
【対象】	横須賀市立常葉中学校 第2学年1クラス34名
【授業時数】	10時間
【単元名】	球技：ネット型「バレーボール」

### (2) 単元の概要

単元の概要は表2のとおりである。

表2 単元の概要

時間	概要	ゲーム
1	・発問①・② ・オリエンテーション	試しのゲーム
2	・発問③ ・チームワークルールの作成及び確認、修正	なし
3	・基本技能の習得	
4	・チームワークルールの確認 ・基本技能の練習	ラリーゲーム
5	・発問④ ・フォーメーションについての確認 ・課題解決の練習	
6	・課題解決の練習 ・発問⑤ ・認め合い活動	
7	・チームワークルールの確認 ・映像分析（パスをよりつなぐためには） ・課題解決の練習	なし
8	・チームワークルールの確認 ・課題解決の練習	メインゲーム
9	・チームワークルールの確認 ・発問⑥ ・課題解決の練習	
10	・チームワークルールの確認 ・発問⑦ ・誰もがゲームを楽しむための方針づくり	

※太字は、共生の視点を重視した発問や学習活動である。

※発問の詳細は、表4に示すとおりである。

なお、本研究におけるゲームのルールの概要は表3のとおりである。当初、単元を通して同じルールでゲームを行う予定であったが、ほとんどの生徒がバレーボールを行うのが初めてだったことや感染症対策のための短縮授業などにより、当初の計画ではラリーが続かずバレーボールの楽しさを生徒たちが十分味わうこ

とができなと考え、単元途中でルールを変更した。

表3 本研究におけるゲームのルール

試しのゲーム	ラリーゲーム	メインゲーム
・3人で3回で返球 ・3人のうち1人のみバウンド可 ・バウンド利用での得点は1点、バウンドなしでの得点は2点	・3人で3回で返球 ・3人全員バウンド可 ・返球したら1点	・触球回数制限なし（同じ人の連続触球可） ・3人全員バウンド可 ・返球したら得点 ・触球回数やバウンドの使用の有無で得点に差

### (3) 共生の視点を重視し、仲間との関わり方について考える学習指導の工夫

#### ア 発問

本研究では、チームワークを高め、誰もがバレーボールを楽しむためには、共生・協力・参画が必要であることに気づき、それらを行動や言葉掛けとして表すことができるようになることが重要であると考え、特に表4のような共生の視点を重視した発問を取り入れた。

表4 授業で実際に行った発問

	発問	ねらい
発問①	誰もがバレーボールを楽しむためには、何が大切ですか？	誰もが楽しむために、技能差等に配慮しながら、チームワークを高めることが重要であることに気付くこと
発問②	チームワークとは何ですか？	チームワークの要素には、「共生」「協力」「参画」があり、チームワークを高める上で、特に「共生」の視点が重要であることに気付くこと
発問③	チームワークを高めるためにどのような行動が大切ですか？	チームワークを高めるために、どのような行動をとることが大切かに気付くこと
発問④	得意不得意を踏まえて、どのようなフォーメーションだとボールがつながりやすいですか？	フォーメーションを考える際に、技能差を踏まえることが大切であることを理解すること
発問⑤	仲間の良いところはどこですか？	仲間の良いところを見つけて認め合い、共有すること
発問⑥	ゲーム中の声掛けで大切なことは何ですか？	仲間の良さや個性を理解した上での声掛けが大切であることを理解すること
発問⑦	誰もがゲームを楽しむために大切なことは何ですか？	誰もが楽しむために大切な行動等を共有し、実践すること

#### イ 学習活動

##### (ア) チームワークルールの作成・確認

1時間目の終わりと2時間目のはじめに、チームワークについて説明をし、その後、チームワークを高めるためにチームとして大切にすることを話し合い、全チームとも、共生に関わるものを1つと、協力や参画、もしくは、いずれにも分類されないものを1つ、それぞれ作成し、それを適宜確認させた。

##### (イ) 認め合い活動

6時間目に自分や仲間の良いところに気づき、互いを認め合うことができるよう、チームの仲間の良いところを個人カードに書いて伝え合う活動を行った。

##### (ウ) 誰もがゲームを楽しむための方針づくり

単元のまとめとして、10時間目に、誰もがゲームを楽しむためにはどのようなことを意識してプレイや行動をすることが大切かを話し合い、チームごとの方針を考えさせた。戦術などのプレイ面だけでなく、行動や言葉掛けも、技能の差等に配慮しながら実践していくことが大切であることを意識させた。

## 8 検証授業の結果と考察

### (1) 生徒は授業をどのように捉えたか

高橋らの作成した生徒による授業評価の、診断基準により5段階評価を出すことのできる「形成的授業評価法」(高橋他 2003)で分析を行った。これは、成果、意欲・関心、学び方、協力の4次元からなり、次元ごとに、はい(3点)、どちらでもない(2点)、いいえ(1点)として平均点を算出して活用した。

図1は、各次元ごとと「総合評価」の平均値の推移を示したものである。「総合評価」の診断基準では、評価5(平均値2.77以上)を「特に優れた授業」、評価4(平均値2.58以上)を「よい授業」と捉えることができると定義されている。図1では、「総合評価」の評価5と評価4の基準値を太線で示し、評価3のそれを細線で示した。

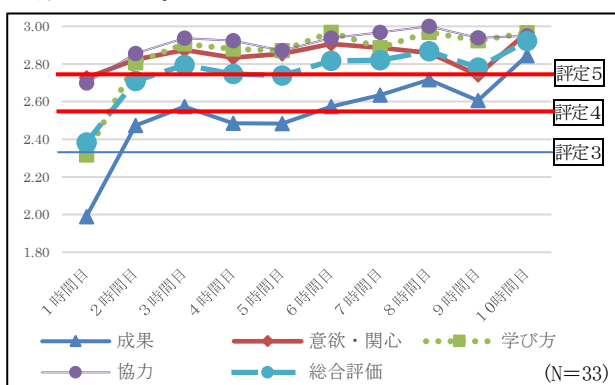


図1 形成的授業評価の推移

図1を見ると、「協力」の次元の評価は2時間目以降最高の「5」であった。これは、2時間目にチームワークルールを作り、それにより、チームで協力することを意識することができたからではないかと考えられる。「総合評価」の評価については、2時間目以降は「4」以上を示し、6時間目以降は毎時間「5」を示した。このことから、生徒は授業を肯定的に捉えたと判断できる。

### (2) 生徒は共生の視点を重視し、仲間との関わり方について考える学習をどのように捉えたか

図2は、事後アンケートの「発問や活動を通して、チームワークについて考える授業の流れは、チームワークを高めるうえで有効であったか」という質問(4件法)に対する回答割合である。

図3は、事後アンケートの「チームワークに関わる発問や活動を通して、『共生の意識をもつこと、協力すること、参画すること』の大切さに気付くことができたか」という質問(4件法)に対する回答割合である。



図2 「授業の流れは、チームワークを高めるうえで有効であったか」に対する回答割合

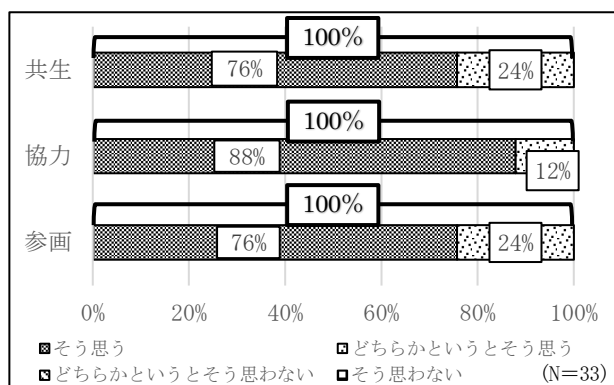


図3 「共生・協力・参画することの大切さに

気付くことができたか」に対する回答割合

図2を見ると、「そう思う」と「どちらかというと思う」を合わせた群(以下「そう思う群」という)の割合が100%を占めた。このことから、発問や活動を通じた授業の流れは、チームワークを高めるのに有効であったと考えられる。

図3を見ると、すべてにおいて「そう思う群」が100%を占めた。このことから、すべての生徒が、共生の視点を重視した、チームワークに関わる発問や活動を通して、共生・協力・参画の大切さに気付くことができたと考えられる。

図4は、事後アンケートの「チームワークを高めるうえで、『チームワークルール、認め合い活動、誰もがゲームを楽しむための方針づくり』は有効であったか」という質問(4件法)に対する回答割合である。

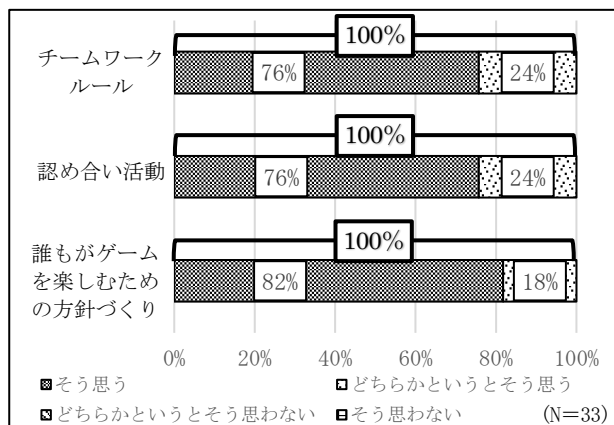


図4 「『チームワークルール、認め合い活動、誰もがゲームを楽しむための方針づくり』は有効であったか」に対する回答割合

いずれも、「そう思う群」の割合は100%であった。

回答理由として、「チームワークルール」については、声掛けやアドバイスが増えたこと、安心感を持って練習や話し合い活動に取り組めたことなどが書かれていた。「認め合い活動」については、モチベーションが上がり試合でも積極的に became こと、互いを信じてプレーすることにつながったこと、チームに貢献できていることに気付けたことなどが書かれていた。

「誰もがゲームを楽しむための方針づくり」については、技術や戦術など、ゲームをよりよく進めていく

ことに効果があったこと、メンバーとの関わり合いにも効果があったことなどが書かれていた。

以上のことから、共生の視点を重視し、仲間との関わり方について考える学習は、チームワークを高める上で有効に機能したと考えられ、すべての生徒が肯定的に捉えたと考えられる。

### (3) チームワークは高まったか

図5は、事後アンケートの、「チームワークは向上したと思うか」という質問（4件法）に対する回答割合である。

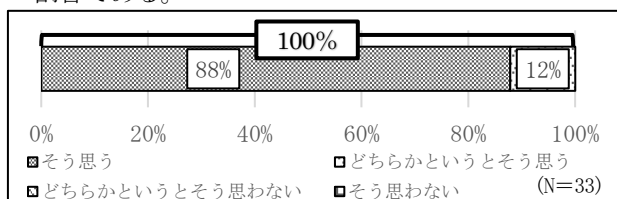


図5 「チームワークは向上したと思うか」に対する回答割合

図5を見ると、「そう思う群」の割合は100%であり、すべての生徒がチームワークの向上を実感している。

また、表5は「チームワークは向上したと思うか」の回答理由の記述（抜粋）である。なお、表の上段2名の生徒はバレーボールが得意な生徒、下段2名の生徒はバレーボールが苦手な生徒の記述である。

表5 「チームワークは向上したと思うか」の回答理由の記述（抜粋）

得意	生徒A：初めのころに比べて、声掛け、アドバイス、相手意識*などがとても高まったと思うからです。
意	生徒B：協力し課題を解決できるに至ったから。
苦	生徒C：誰も責めなかったり、たくさんポジティブな声掛けがあった。
手	生徒D：上手いかわなくても、お互い支え合って上手いと思ったらお互い褒め合ったり全力で喜ぶことができたから。

※生徒Aの記述にある「相手意識」とは、授業中に生徒から挙げた言葉であり、「相手の立場を意識したり考えたりすること」を意味している。

表5を見ると、共生の視点を重視したことにより、相手を意識した行動や仲間を責めないこと、互いを認めたり褒めたりということへの意識が高まったこと、また、課題を解決するために協力できたこと、互いに支え合うことやアドバイスが増えたことなどが書かれていた。

以上のことから、バレーボールの得意不得意にかかわらず、仲間との関わり方についての意識が行動として現れ、チームワークが高まったと考えられる。

### (4) 誰もがバレーボールを楽しむことができたか

図6は、事前アンケートの「バレーボールは楽しみか」、事後アンケートの「バレーボールは楽しかったか」という質問（4件法）に対する回答割合である。

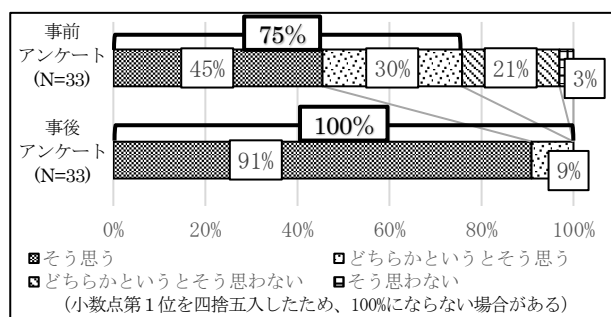


図6 「バレーボールは楽しみか（楽しかったか）」に対する回答割合の事前・事後の比較

図6を見ると、「そう思う群」の割合は、事前では75%だったのに対し、事後では100%と25ポイント上昇し、すべての生徒が肯定的な回答を示した。

その回答理由として、6割の生徒がチームワークや仲間との関わりに関する内容を記述していた。

また、「最初よりもラリーが続くようになったから」、「最初は上手くできなかったけど、今はちゃんとパスをつないで返すまでができるようになったから」、「上手いかわなくても励ましてくれるし、上手いと思ったら褒めてくれるから」、「仲間の声掛けがあったおかげで頑張ろうという気持ちなり、いつもより楽しむことができたから」などチームワークの高まりにより、バレーボールの楽しさ(p. 32 表1 参照)を味わうことができたこととされる記述も見られた。

以上のことから、共生の視点を重視し、仲間との関わり方について考える学習を通して、チームワークが高まり、誰もがバレーボールを楽しむことができたと考えられる。

## 研究のまとめ

### 1 成果と課題

#### (1) 共生の視点を重視することの有効性

本研究では、共生の視点を重視し、授業を行った。

共生の視点を重視することにより、生徒同士が支え合ったり、前向きな声を掛け合ったりするなど、チームワークを高めることに有効に機能した。

しかし、「声を出すのが苦手でありできなかった」と事後アンケートに記述した生徒もあり、様々な活動において声を出すことが苦手な生徒には、「共生」の必要性を理解していても、言葉掛けで表すことができないなどの課題があった。バレーボールが苦手な生徒への手立てだけでなく、声を出すことが苦手な生徒への配慮や手立ても必要であると考えられる。

## (2) 仲間との関わり方について考える学習の有効性

本研究は、仲間との関わり方について考える学習を取り入れ授業を行った。前述のとおり、「バレーボールは楽しかった」と回答した理由として、6割の生徒がチームワークや仲間との関わりについて記述した。

さらに、授業の振り返りでは「チームの人と捕りやすいパスをし合ったり、ゲームでは励まし合ったり応援して楽しかった」、「始めの頃は正直やりたくなかったけど、チームの人の声掛けやアドバイスのおかげで上達できたり、楽しむことができた」などの記述が見られ、仲間との関わりについて考える学習がバレーボールを楽しむことに有効に機能した。

## (3) 技能の向上について

本研究では、ルールの変更等があり、技能の向上について検証することができなかった。事後アンケートの技能の向上に関する質問には多くの生徒が向上を実感していると回答し、試合映像からも技能が向上している様子が伺えるが、共生の視点を重視したこととの関連性は、生徒の内面的な部分でもあるため、映像からだけでは検証が難しかった。しかし、バレーボールが苦手な生徒の毎時間の授業の振り返りからは、授業が進むにつれ、安心したり、意欲的になったり、最後は技能の向上を感じたといった内容の記述も見られ、共生の視点を重視することが技能の向上につながったとも推察される。これらの関連性については、今後の研究課題としたい。

## 2 授業づくりのポイントの提案

前述の研究の成果と課題を踏まえ、チームワークが高まり、誰もが楽しむことができるための授業づくりのポイントを表6のとおり提案する。

表6 授業づくりのポイント

- |  |
|--|
| (1) 発問とそれに伴う活動を取り入れること                       |
| ア 共生の視点を重視した発問や活動                            |
| イ 課題認識・共有、解決を目指すことができる発問や活動                  |
| ウ チームワークと技術・戦術の双方に関連するような発問や活動               |
| (2) 体力や技能の差等にかかわらず、誰もがゲームを楽しめるようなルールの工夫を行うこと |

## 3 今後の展望

今回の研究は、共生の視点を重視して授業を行った。共生の視点を重視することにより、生徒に安心感を与えること、誰もが楽しむことにつながることなどの成果があった。また、生徒の授業の感想に「相手の個性を知ることを学んだ」、「クラスがまとまった」といった記述があったように、互いを思いやり支え合って課題を解決するという経験を通して、授業の枠を

超えた人と人との繋がりを強めることなどの成果も得ることが確認できた。

しかし、「共生」について指導する際に、「運動が苦手な生徒に合わせて、得意な生徒が手加減をすること」と誤解を与えてしまわないように指導する難しさも感じた。

今後は、生徒たちが「共生」について理解しやすい工夫を行い、より一層、共生の視点を重視した授業づくり、生徒の人間関係づくりに励んでいきたい。

## おわりに

今回の研究は、筆者の「運動の得意不得意にかかわらず、誰もが楽しむことができる授業をするには、どうしたらよいか」という問いからスタートした。

この研究を通して、体育の指導は技能を向上させることと共に、仲間との関わりが楽しさを感じさせる重要な要素であること、さらには、ルールの工夫も楽しさを感じさせるために重要であることに改めて気付くことができた。今後も、この経験を生かし、より良い授業づくりに励んでいきたい。

最後に、本研究を進めるにあたり、御協力いただいた、横須賀市立常葉中学校の教職員をはじめ、研究に関わった全ての皆様方に深く感謝申し上げます、結びとす。

## 引用文献

- 小学館 大辞泉編集部 2012 『大辞泉第二版下巻』小学館 p. 2308
- 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
- 岩田靖 2012 『体育の教材を創る 運動の面白さに誘い込む授業づくりを求めて』 大修館書店 pp. 6-7
- 小沢一仁・重光由加 2018 「授業現場における質問と発問の違い―語用論と心理学の視点から―『東京工芸大学工学部紀要 Vol. 41 No. 2』」 p. 2
- 杉山重利・高橋健夫・園山和夫・細江文利・本村清人 2001 『新学習指導要領による中学校体育の授業下巻』 大修館書店 p. 26
- 諏訪哲郎・小堂十・丸茂哲雄・多田孝志 2020 『学校3.0×SDGs 時代を生き抜く教育への挑戦』 キーステージ21 p. 212

## 参考文献

- 高橋健夫、長谷川悦示、浦井孝夫 2003 「体育授業を形成的に評価する」高橋健夫編『体育授業を観察評価する』 明和出版 pp. 12-15
- リンダ・L・グリフィン他著 高橋健夫・岡出美則 監訳 1999 『ボール運動の指導プログラム』 大修館書店 pp. 6-14

本研究の詳細は、神奈川県立総合教育センターのウェブサイト(体育指導センターのページ)を御覧ください。
--