

共に学び共に育つ 体育授業の実現に 向けた調査研究 - 高等学校2校の実践事例 -



1 共に学び共に育つ体育授業

神奈川県では、共生社会の実現に向けて、すべての子どもが同じ場で共に学び、共に育つ環境づくりを目指し、高等学校においてインクルーシブ教育実践推進校を増やしているほか、様々な課題を抱えた子どもたち一人ひとりのニーズに適切に対応していくことを根幹に据えた「支援教育」に力を入れています。このような背景から、体育の授業において、すべての子どもが共に学び共に育つ授業を実現させるために、どのような授業実践をしていくことが必要かという課題意識から、本資料を作成しました。

本資料では、県立高等学校 2 校において実践した授業を基に、共に学び共に育つ体育授業の二つの事例を掲載します。

2 授業づくりの考え方

アダプテッド

スポーツを、公式ルール等の既存の行い方でしばらず、障がいや体力・技能などが一人ひとり異なっている、すべての子どもが楽しむことができる行い方に変えていく（変更・修正・追加・低減）考え方です。

もの	人	ルール
使いやすい道具を用意する サイズ、重さ、材質、数に変更を加える 例 ボールを大きく柔らかいものにする	障がいについて学び合う 能力や関係性に応じたチーム編成や支援員の配置をする 例 プレーヤーに対し、指示役を配置する	分かる方法で課題を示す 特別ルール、個別化を設定する 例 ボードや絵カード、見本で視覚的に示す 例 特定の選手の得点は倍にする

インクルージョン・スペクトラム・モデル

アダプテッドの考え方を中心として、全員で一緒に活動するだけでなく、個別に課題に取り組む活動やいくつかのグループに分かれて行う活動等、学習の目標や内容、子どもの状況等により、活動の仕方を選んだり、組み合わせた行いする考え方です。

オープン Open（一般的方法）	モディファイド Modified（微修正）
特にアダプテッドすることなく全員が参加できる方法で全員が一緒に行う活動です。ウォームアップやクールダウン、体ほくしの運動等では、自分たちに合ったレベルや動き方を見付けることができるため、障がいの有無にかかわらず全員が楽しむことができます。	全員が参加できるように変更を加える方法です。空間、課題、用具、人等を活用して、全員が同じ教材の中で、異なった能力に応じた支援とチャレンジの機会を提供します。このような変更を行うことで、公正にプレイすることができます。
パラレル Parallel（並行指導）	セパレート Separate（個別対応）
能力やスキルに応じてグループを分ける方法です。運動能力に従ってグループ化し、各グループで同じ活動内容を実施して、各グループに適した技能レベルで行います。従って、同じ活動の二つ以上のバージョンを作成する必要があります。	子どもの状況等に応じて課題等を個別に用意する方法です。グループへの参加を容易にするために、個人が一時的に特定の運動技能に取り組めます。また、障がいの内容等から要求される課題が困難な場合は代わりの課題を設定して実施します。

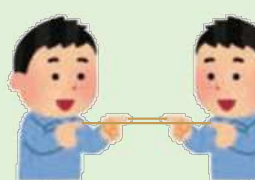
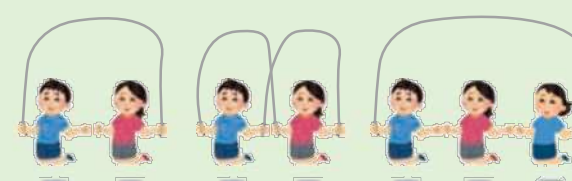
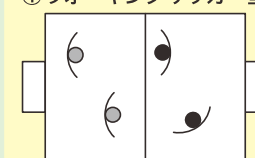
参考：松原 豊 2021「インクルーシブ体育について（解説）」

本資料の二つの掲載事例は単元内の活動を「Open」「Modified」「Parallel」「Separate」のいずれかに設定することで、障がいの有無にかかわらず、共に学び共に育つ体育授業の実現を目指しています。

日常の体育授業の工夫として行っていることもあるよね。

神奈川県立総合教育センター
イメージキャラクター
グッタ

3 インクルージョン・スペクトラム・モデルの活動例

	体づくり運動	球技 ゴール型 サッカー
Open 一般的方法	割りばしシンクロ 二人組・複数人・大人数 隣同士の人と割り箸を人差し指で挟んで持ち、様々な動きを入れた活動をする ①グループで円を作り、割り箸を挟んで持ち上げる ②グループで割り箸を挟んだまま、座る、立つ、移動する ③グループで割り箸を挟んだまま、二人の間を潜ったり、またいだりする  	ウォームアップ 一定のエリアの中で自由に動きながら、教師の出した指示に応じて動いたり活動を変えたりする ジョギング→サイドステップ→バックステップ→ジャンプ→すれ違った人とハイタッチ→同じ色のビブスを着た人で集まる→目が合った人と手でボールをパス交換→違う色のビブスを着た人と手でパス交換 など 
Modified 微修正	グループ縄跳び 自他の体力の程度に応じた跳び方によって人数や道具を変更したり、選択した跳び方を調整したりして行う ①二人1本跳び ②二人2本跳び ③三人1本跳び  長さの異なる縄を用意して、各グループのねらいに合わせた活動をする	スモールゲーム ゴールの大きさ、ボールの種類、コートの変更等をして行う ①小ゴール（ゴールを倒した状態） ②3号球（小さくて重いボール）  3号球(重量5号球) 5号球(一般用) 4号球(小学生用) ゴールを低くし、小さくて重いボールに変更することで、ボールが空中に浮く機会を減らし、ボールコントロールを行いやすくなり、恐怖心を軽減したりする
Parallel 並行指導	動きを持続する能力を高める運動 自己のねらいに応じた場を選択して行う ①エアロビクス ②バランスボールを使用したサーキットトレーニング   ・運動強度を低、中、高と設定して、その日のねらいや体調から選択する ・平地で道具を使わず行える ・バランスボールジャンプとシャドーボクシングの組み合わせで行う ・平地で道具を使って行える *三つ目の選択肢として、階段昇降運動も用意している	バリエーションサッカー それぞれの技能の程度に応じてルール設定されたコートを選んで行う ①ウォーキングサッカー型 ②グリッドサッカー型   ・歩きながらサッカーを行う ・接触プレイはなし ・GKなし ・スピードが遅くなる分、ボールコントロールや判断がしやすい ・接触プレイはなし ・GKなし ・フリーゾーンに相手DFは入れないので、有効に活用することで落ち着いてプレイできる *三つ目の選択肢として、フットサル型も用意している
Separate 個別対応	大縄跳び（8の字連続ジャンプ） 全体活動に参加することを容易にするために、個別の課題を設定して行う ①回っている縄を潜り抜ける活動 ②縄を回す活動   縄を跳ぶことが困難な場合、代替活動として行う 最初は個人で縄を回す練習を行いその後グループ活動に参加する	パスをワンタッチシュート 動いているボールにタイミングを合わせてシュートすることが困難な場合、個別の課題を設定して行う 動いているボールを蹴るのが困難 ①静止したボールに走り込みシュート ②少し回転を加えたボールに走り込みシュート   子どもの状況に応じて、全体活動への参加を容易にするための課題を用意する

4 仲間とのコミュニケーションを大切にしながら学ぶテニスの授業

4人一組のチーム活動において、「話し合いカード」や「作戦カード」を活用し、一人ひとりの特性を理解・共有して、課題練習のメニューを決めたり、ゲームの作戦を話し合ったりしました。どちらのカードも、話し合い活動が苦手な生徒でも、話し合いに参加しやすいように工夫し、誰もが考えを伝え合って運動に取り組むことができる単元を計画しました。

時 間		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
		一人ひとりの違いを理解し、ゲームを楽しもう							チームで攻防を楽しむための作戦を考え、ゲームを楽しもう						
学 習 過 程	0	健康観察、本時の学習内容の確認、準備運動													
	10	オリエンテーション <													

Open

単元の序盤では、一人ひとりの違いに気付けるように、Open の活動を多く取り入れました。その際、生徒が学習課題や動作のポイントを視覚的に捉えやすいように、ホワイトボードやフラットマーカー等、用具の活用方法を工夫しました。

ホワイトボードの活用



フラットマーカーの活用



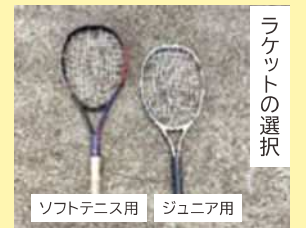
Parallel

単元の中盤以降は、個人の強みや課題をチームで共有し、課題練習や展開練習、作戦に応じた練習を選んで活動を行いました。その際に活用した「話し合いカード」と「作戦カード」は、どちらも選択式の項目を設けることで、コミュニケーションに困難さのある生徒も意見を伝えられるように工夫しました。

生徒 A	生徒 B	生徒 C	生徒 D
話し合いカード	話し合いカード	話し合いカード	話し合いカード
作戦カード	作戦カード	作戦カード	作戦カード

Modified

Open や Parallel の活動を通して身に付けた力を発揮するために、各時間で様々なゲームを行いました。ゲームの際には、個人やチームの実態に応じて、ラケットやボールなどの用具を選択したり、配点方法やサーブの位置などのルールを調整したりすることで、誰もがゲームの勝敗を競う楽しさや喜びを味わえるように工夫しました。



※本表は、生徒の学習活動を主として掲載しています。単元の目標、指導と評価の計画、評価規準等の詳細については、令和6年度研究報告に掲載しています。



5 誰もが一緒にできるテニスの授業

テニスは、ネットを挟んでラケットを使ってボールを打ち合い、ボールを相手コート内に落とし、ツーバウンドするまでに返球できなければ得点となる競技です。そのため、ラケットやボール操作が難しく、移動範囲が広いコートでは、特に運動が苦手な生徒や車いすを使用する生徒などにとって、テニスの特性を味わうことが難しくなってしまいます。そこで、

時 間		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
		ねらいに応じて、個々が用具や行い方を選択してテニスを楽しもう						チームで攻防を楽しむための方法を考え、ゲームを楽しもう						
学 習 過 程	0	健康観察、本時の学習内容の確認、準備運動、自己の課題確認						健康観察、本時の学習内容の確認、準備運動、チームの課題確認						
	10	オリエンテーション 健康観察	活動1 ペアラリー		活動1 個々の課題練習① ●ストローク練習(1本打ち)		活動1 試しのゲーム① ●ハンドテニス		活動1 チームの課題練習①		活動1 チームの課題練習②			
	20				ボールを打つには、 自分は、どの方法が打ちやすいか 活動方法を選ぼう！ Parallel ボールを打つ方法を選択		攻防を味わう 難しい用具は 手でゲームに ために 使わず 挑戦！ Modified ハンドテニス の行い方を選択 2対2: 車いすの使用時 はコート の大きさを変更		チームの課題に応じて用具やルールなどを選んで実践 どんなルールなら、 みんなが楽しめるかな？ チームごとに ルールが違っていいよ！		ラケットを二つ使えばいいんじゃない？			
	30		活動2 ペアラリー ●20回連続		活動2 個々の課題練習② ●キャッチ&バウンド ストローク練習		活動2 試しのゲーム① ●3対3のゲーム		活動2 簡易ゲーム①		活動2 簡易ゲーム②			
	40		Modified 個々に応じて用具を選択 ラケット ボール ラケット操作のやり易さは一人ひとり 違うから、用具は選んで使ってね！		①自分でボールを落とす ②真下にボールを弾ませてもらう ③斜め前からバウンドの ボールを投げてもらう		ボールの受け方を 選択 ラケットに当てる 体や車いすに当てる ボールを打ち返すのは 難しいよね～。 ラケット、体や車いすに 当てたら OK にしよう！		チームで用具やルールなどを変更して、ゲームを実践 ラケット二つ使ってもいい？ あと、車いすの場合は、 キャッチありで、バウンドの回数も 2回までにしてほしいな。		相手に応じて用具や ルールなどを変更 戦術に応じて 用具やルールなどを変更 対戦相手やコートの状況によって、 ルールや用具などの変更が必要だね！			
50	健康観察、本時の振り返り(学習カード記入)、次時の確認													

Open

ほとんど変更を加えることなく誰もが参加

車いすの特性を理解するために全員が車いすに乗ったり、複数の用具を試したりして、車いすやラケットの操作、ボールの弾み方を理解する活動を取り入れました。

Modified

誰もが同じ活動をするために行い方を選択

「20回連続ラリー達成」のために、用具を選択できるようにしました。
5時間目以降は、「試しのゲーム」「簡易ゲーム」等、活動の行い方を変更し、全員が同じ活動ができるように、コートの日さや参加の人数など、微調整を行いました。

Parallel

個々やチームの能力に応じて活動場所や方法を変更

3・4時間目は、「ボールを打つ」課題に応じて、個々の能力に応じて、活動方法を選択できるようにしました。
7時間以降は、チームの課題練習や作戦に応じた練習を選び、試しのゲームや簡易ゲームに向けた練習をチームで選択できるようにしました。

調整のためのヒント	
【もの】	テニスラケット、ボールの種類
【人】	ゲームの参加人数
【ルール】	コートの日さ、バウンドの回数、得点方法 など
(チームの望がゲームを楽しむための調整方法) ※各試合変更してもよい。	
【もの】	ラケットの硬さ、ボールの重さ、バウンドの回数
【人】	3人、4人、5人
【ルール】	バウンドの回数、バウンドの回数、バウンドの回数

※本表は、生徒の学習活動を主として掲載しています。
単元の目標、指導と評価の計画、評価規準等の詳細については、令和6年度研究報告に掲載しています。

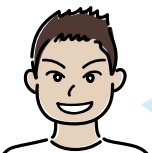


6 授業に取り組んだ生徒の意見・感想



生徒 A

できることを共有することは、自分にとっても相手にとっても利点があると思いました。一人ひとりの違いがあるとたくさんの情報などを伝えることができるので、違いがあることはすごく大事だと思いました。



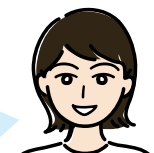
生徒 C

チームで用具やルール等を調整しながら取り組むことで、全員がよりよい方法で楽しみながら試合をすることができました。

いろんな人と組んでプレイすることにより、自分のことを多面的に見てもらうことができました。また、お互いに苦手な部分を質問しあうことで個人の技能向上につながりました。



生徒 B



生徒 D

話し合いカードを活用したことにより、コミュニケーションが増え、自分では気付かなかった自分のよいところなどが知ることができ、とても役立ちました。

7 授業を実践した教師の意見・感想



教師 A

どういう行い方をすればテニスに取り組むことができるか、どのように指導方法、ルールなどを工夫すれば、誰もがテニスの楽しさを感じることができるか考え、実践することが重要だと感じました。

共生社会の実現に向けて、体育の授業においても共生の視点を持たなければならないことは分かっていますが、なかなか実践できませんでした。今回の授業での子ども達の姿から、教師も学び、意識を変えなければならないと思いました。



教師 B

研究体制

実践研究校

神奈川県立足柄高等学校

神奈川県立座間総合高等学校

調査研究推進委員会

神奈川県立総合教育センター 体育指導センター

神奈川県立総合教育センター 教育支援部 学校教育支援課

神奈川県教育委員会 指導部 保健体育課

神奈川県教育委員会 インクルーシブ教育推進課

研究アドバイザー

東海大学 体育学部 教授

内田 匡輔

東海大学 児童教育学部 特任講師

綿引 清勝

東海大学 体育学部 特任講師

村井 梨沙子

各種お問合せ

本県では、県内の学校や団体に対し、パラスポーツ関係の用具や体力測定等の用具の貸出しを行っています。借用方法をご確認の上、お気軽にご連絡ください。

問 合 せ 先	県立スポーツセンター 健康・パラスポーツ課
貸 出 期 間	原則1週間程度



物品貸出し



本資料の内容や情報等に対する御意見・御質問については下記連絡先までお問合せください。

神奈川県立総合教育センター 体育指導センター 指導研究課 TEL:0466(81)2572



お問合せ先



本資料の無断転載、複製を禁じます。ただし、学校の様々な活動で使用することを目的とする場合に限っては、コピー、送信、配布等のあらゆる非営利目的の利用が可能です。その他の目的による複製、転載、引用等にはスポーツ庁の承認手続きが必要です。

本資料の詳細版や令和5年度の報告書は下記HPに掲載しております

<https://www.pen-kanagawa.ed.jp/edu-ctr/kenkyu/taiikukenkyu.html>

