

# 生徒のニーズに応じた 中学校特別支援学級の体づくり運動

— 「Ballschule(バルシューレ)」を参考にしたプログラムと「教員の支援」の工夫 —

令和7年度 神奈川県立総合教育センター  
長期研究員 田中 綾帆(葉山町立葉山中学校)

## 【研究の概要】

近年、特別支援教育の充実が求められており、保健体育においても生徒のニーズに応じた指導の重要性が増している。

本研究では、中学校特別支援学級の体づくり運動の授業において、ドイツで開発された運動プログラム「Ballschule(バルシューレ)」を参考にしたプログラムと「教員の支援」の工夫を行い、生徒の活動の様子やアンケートを通して、効果を検証した。その結果、「Ballschule(バルシューレ)」による運動プログラムは、大半の生徒が肯定的に捉え、生徒の活動への参加を促した点で効果があった。また、「教員の支援」の工夫では、生徒を褒める声掛けやこまめな体調確認といった支援は、生徒が安心し、人間関係の形成にも効果を確認することができた。これらを行う中で、自分のペースで取り組める活動や二人組やグループでの作戦会議、環境設定による工夫などは、コミュニケーションスキルの育成に効果があり、生徒のニーズに応じることができた。



学校教育目標 『自ら学び 考えて行動できる人』

校訓 ～自立・創造・しなやかな心～

【所属校の課題】

- ・教員の特別支援教育、発達障害に関する知識や理解について一層の向上が求められている。
- ・「交流」の側面に重点を置いており、個に応じた指導の充実に課題がある。



【特別支援学級の生徒にみられやすい困難さ】

- ▶状況が変化すると不安になりやすい。
- ▶衝動的な行動をしやすい。
- ▶集団行動が難しい。
- ▶体を動かすのが苦手。
- ▶交流級の授業に参加が難しい。
- ▶授業の話合い活動に苦痛を感じやすい。



学校

生徒のニーズに応じた中学校特別支援学級の体づくり運動

－「Ballschule (バルシューレ)」を参考にしたプログラムと「教員の支援」の工夫－

【特別支援学級の授業】

バルシューレ



(A) 戦術 (B) コーディネーション (C) 技術の三つの目標領域からなる  
148種類の運動プログラム

柔軟なプログラムの組み合わせや単独のプログラムの実施も可能で、  
課題に応じてプログラムを組み合わせることができる。



運動の中で子どもたちの潜在能力を引き出し、  
子どもたち自身で解決策を見出す状況を作る

【交流学級授業】



各教科

様々な教育活動



「教員の支援」の工夫



連続性のある多様な学びの場

## はじめに

過去20年間で義務教育段階の児童・生徒数は165万人減少する一方で、特別支援教育を受ける児童・生徒は増加しており、文部科学省は、「この20年間で約3.8倍。全児童生徒に占める割合は7.3%」（文部科学省2025 p. 2）であると報告している。

葉山町においても、特別支援学級に在籍する児童・生徒数が年々増加しており、必要な人材や教室の確保に課題が生じている（葉山町教育委員会 2025）。

文部科学省(2022)は、「特別支援学級及び通級による指導の適切な運用について」を通知し、「特別支援学級に在籍する児童生徒が、大半の時間を交流及び共同学習として通常の学級で学び、特別支援学級において障害の状態や特性及び心身の発達の段階等に応じた指導を十分に受けていない事例があること」（文部科学省 2022）を報告している。また、インクルーシブ教育システムの理念の構築においては、障がいのある子どもと障がいのない子どもが可能な限り同じ場でともに学ぶことを追求すると共に、一人ひとりの教育的ニーズに最も的確に答える指導を提供できるよう、多様で柔軟な仕組みを整備することが重要であり、「交流」の側面のみ重点を置いて交流及び共同学習を実施することは適切ではないと指摘している。所属校においても、「交流」に重点を置いているが、特別支援学級に在籍する生徒の多くは、状況が変化すると不安や衝動的な行動をしやすいこと、体を動かすのが苦手、交流級の授業や集団への参加が難しい、授業の話合い活動に苦痛を感じやすいといった困難を抱えている。そのため、安心して授業に参加できる学習環境の整備や楽しさを感じられる活動内容の工夫が課題となっている。

井崎他(2025)は、「一般に知的障害のある子どもは身体活動量が少なく、それにより運動技能の発達が遅れ、さらに運動機会が減少してしまう。また、『ごちんさ』『不器用さ』から運動技能の獲得が困難な児童・生徒も多くみられる」（井崎他 2025）ことを指摘している。また、村井他(2024)は、特別支援学校(知的障害)の体育授業の取組みの困難さに関する質問紙調査を実施した結果、「子どもの実態把握に関すること」、「子どもの指導内容の設定や支援に関すること」などに教員の困難さが大きいことを報告している。このような子どもの様子や教員の困難さは、特別支援学級においても同様であるといえる。

このような状況を踏まえ、生徒の実態を的確に把握し、指導内容や支援方法を適切に設定するための手立てが必要となる。そこで、児童・生徒の実態を自立活動の指導の項目で整理、関連付けて指導していくための参考資料として作成された「自立活動の指導のための早見表(例示)」（福島県特別支援教育センター

2020)を活用することで、生徒のニーズを的確に把握し、より適切な指導につなげることができると考える。

本研究で取り組む「体づくり運動」は、「自他の心と体に向き合って、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、心と体をほぐしたり、体の動きを高める方法を学んだりする」（文部科学省 2017）ことができる運動である。特別支援学級の「体づくり運動」の授業においても、生徒のニーズに応じた運動プログラムの設定や実施方法、教員の支援の工夫がより一層必要となるといえる。

そこで、本研究では、近年注目されている運動プログラムとして「Ballsschule(バルシューレ)」（ドイツ語、英訳: ball school)に着目した。これは、ドイツのハイデルベルク大学で創設された子どものためのボール運動教室であり、ボール遊びを通じて子どもの運動能力を育成するプログラムである（奥田 2017 pp. 1-2）。具体的には、指導者が用意したボールに子どもが自分のボールを当てたり、風船を落とさないように打ち上げたりするといったボール遊びの運動である。

大山他(2018)は、小学校特別支援学級の体づくり運動の授業において「バルシューレ」を実践し、発達障害児が取り組む意義や学校現場における実践可能性について検討した。調査の結果、「楽しむことを大切にし、ゲームの成否や児童の動作を指摘しない指導方針が、不器用な児童や失敗に抵抗感がある児童の積極的参加を促し、それによって日頃発現しない動作が引き出された」（大山他 2018）ことを報告している。

中学生を対象としたバルシューレの実践や学校現場における実践報告は少ないが、単独のプログラムの実施も可能であり、生徒のニーズに応じて柔軟にプログラムを組み合わせることができる点で、有効であると考えられる。

そこで本研究は、中学校特別支援学級の体づくり運動において、「バルシューレ」を参考にしたプログラムと「教員の支援」の工夫を通じて、生徒のニーズに応じた学習活動を実践することができるのではないかと考え、本主題を設定した。

## 研究の目的

中学校特別支援学級の体づくり運動において、「Ballsschule(バルシューレ)」を参考にしたプログラムと「教員の支援」の工夫を行い、生徒のニーズに応じた授業づくりの効果を検証することを目的とした。

## 研究の内容

### 1 理論の研究

#### (1) 特別支援教育について

特別支援教育は、「障害のある子供の自立や社会参加に向けた主体的な取組を支援するという視点に立ち、一人一人の教育的ニーズを把握し、その持てる力を高め、生活や学習上の困難を改善・克服するため、適切な指導や必要な支援を行うもの」（文部科学省2025 p. 1）である。

## (2) 特別支援学級について

特別支援学級は、小学校、中学校等において以下に示す障がいのある児童・生徒に対し、障がいによる学習上又は生活上の困難を克服するために設置される学級である。対象障害種は、知的障害者、肢体不自由者、病弱者及び身体虚弱者、弱視者、難聴者、言語障害者、自閉症者・情緒障害者と定められている。

## (3) 生徒のニーズについて

本研究では、生徒の個別の教育支援計画と担任との情報交換・共有を基にして、保健体育の授業に係る生徒の実態を把握した。その実態を、福島県特別支援教育センター(2020)が作成した「自立活動の指導のための早見表(例示)」を参考に整理し、生徒のニーズを見いだした。その中でも、「心理的な安定」、「人間関係の形成」、「コミュニケーション」の項目に関するニーズが多く挙げられ、本研究では、この三つの項目を重視して授業計画と工夫を行った。

## (4) Ballschule(バルシューレ)について

バルシューレは、風船や大小様々なボールを使った運動遊びなどがあり、「ボールを落とさずに運ぶ」や「目標物に向かってボールを投げる」などのゲーム形式の中で、ボール運動に必要な戦術、コーディネーション、技術を身に付け、作戦会議などを通して会話が生まれるのが特徴である。このように、バルシューレは、「ゲームで子どもが楽しみながら効果的にスキルを獲得することを目的」(奥田 2017 p. 3)にしている。科学に基礎づけられたコンセプト、特別にトレーニングされた指導者、変化のあるゲーム素材、多様な形式での提供があり、様々なボールを使って、様々な空間で、多様な運動経験やゲーム経験を積むことをモットーとしている。基本理念は、①多様な運動を経験すること、②子どもの発達に即したものであること、③楽しいものであること、④潜在的学習であることと示している(奥田 2017 pp. 10-15)。年齢や発達段階に応じて、段階的に難易度を調整することができるので、生徒の実態に合わせたボールの個数や種類を選ぶことができる。

本検証授業では、風船と数種類のボールを使用し、体づくり運動の目標である「心と体の関係や心身の状態に気付く」、「仲間と積極的に関わり合う」ことや体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動きを高めるといったねらいに応じたプログラムを選んだ。

## 2 研究の仮説

中学校特別支援学級の体づくり運動において、「Ballschule(バルシューレ)」を参考にしたプログラムを取り入れることと、「教員の支援」を工夫することによって、生徒のニーズに応じた効果的な授業づくりができるであろう。

## 3 検証授業

### (1) 検証授業の概要

【期間】令和7年10月21日(火)～10月31日(金)

【場所】葉山町立葉山中学校 武道場

【対象】特別支援学級 第1～3学年(9名)

【単元名】A 体づくり運動

【時数】4時間(50分授業)

【授業者】田中 綾帆(筆者)

### (2) 単元の概要

#### ア 単元の目標

##### 【知識及び運動】

体づくり運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解し、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができるようにする。

ア 体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体との関係や心身の状態に気付く、仲間と積極的に関わり合うことができるようにする。

イ 体の動きを高める運動では、ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行うとともに、それらを組み合わせることができるようにする。

##### 【思考力、判断力、表現力等】

自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。

##### 【学びに向かう力、人間性等】

体づくり運動に積極的に取り組むとともに、仲間の学習を援助しようとする、一人ひとりの違いに応じた動きなどを認めようとする、話し合いに参加しようとするなど、健康・安全に気を配ることができるようにする。

#### イ 単元の評価規準

知識・運動	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①体づくり運動の意義には、心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わう意義があることについて、言ったり書き出したりしている。(意義1)	①体ほぐしの運動で、「心と体の関係や心身の状態に気付く」、「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を選んでいる。(体の動かし方や行い方)	①体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとしている。(愛好的態度)
②体づくり運動の意義には、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動きを高める意義があることについて、言ったり書き出したりしている。(意義2)	②仲間とともに楽しむための運動の行い方を見付け、仲間に伝えている。(表現)	②一人ひとりの違いに応じた動きなどを認めようとしている。(共生)
		③健康・安全に留意している。(健康・安全)

(3) 指導と評価の計画

時間	1	2	3	4	
ねらい	学習のルールを理解し、体を動かす楽しさを味わい、仲間と協力してゲームを行う。		一人ひとりの違いに応じた動きを認め、ゲームを楽しむ。		
学習過程	0	1 挨拶、出席確認、健康観察 2 オリエンテーション ・ルール(学習カードに記載のルールの確認+考えさせる) ・単元の目標について 3 パルシューレ B1 風船+キャッチ 風船を打ち上げ、課題をしてから、キャッチする。 C3 風船+スティック 柔らかいスティックと風船を1個ずつ持ち風船を落とさないように打ち続ける。 ★水分補給 B13 二人組投げ上げキャッチ 二人一組になり、各自1個の風船を持つ。2~3m離れて立つ。二人が同時に風船を投げ上げ、素早く場所を入れ替わり相手のボールを床に落とさないでキャッチする。円になってみんなで実施する。 ★水分補給 A39 空飛ぶ風船 1個の風船をチーム内でショートタッチし、空中に放り上げ床に落とさないようにする。2個、3個と風船を増やす。	1 挨拶、出席確認、健康観察、ルールの再確認 2 本時の学習内容の確認 3 パルシューレ B13 二人組投げ上げキャッチ 前回の復習 C26 風船遊び チームで協力して風船を床に落とさずに打ち続ける。 ★水分補給 B20 ボール回し ボールを様々な身体部位の周りで回す。 B21 バランス 様々な身体部位の上でボールを落とさないようにバランスを取る。 ★水分補給 A12 UFOを追い出せ 2チームに分かれ、各自1~2個のボールを持つ。中央にバランスボールを1個置く。スタートの合図でバランスボールに自分のボールを当てて相手コート側に追い出す。 ※二人組作戦会議 A5 あてっこ(アレンジ) 2m~6mくらい先にコーンを置き、座った状態でコーンに向かってボールを投げ、コーンを倒す。倒したら自分でコーンを直す。ボールを自分で拾いに行く。	1 挨拶、出席確認、健康観察、ルールの再確認 2 本時の学習内容の確認 3 パルシューレ C22 背後ボールキャッチ 二人組で前後に立ち、前の人には足を開いて立つ。後ろにいる人がその足の間からボールを転がし、ボールを足で止める。 ※二人組作戦会議 ★水分補給 B4 宝探し 2チームに分かれ、一方のチームが並べたコーンの中にボールを隠す。ボールを1個見つけるたびにかごの中に投げ入れる。すべてのボールを入れ終えた時間を競う。 ※グループ作戦会議 A5 あてっこ 2チームに分かれ、中央にコーンを置く。一人1個以上のボールを準備し、コーンに向かってボールを投げ、相手コート側にコーンを倒す。 ※グループ作戦会議	1 挨拶、出席確認、健康観察、ルールの再確認 2 本時の学習内容の確認 3 パルシューレ B3 コーンボールキャッチ 二人組で転がしたボール(卓球、少し小さめのボール)をコーンでキャッチする。慣れてくれば、左右に転がしたり、軽くバウンドさせたりする。 ※二人組作戦会議 ★水分補給 C2 ダンプカー プレーヤーは二人一組になり、各組でスティックを持ち、その上にボールを乗せて運び、かごの中に入れる。これを連続して行う。 A12 UFOを追い出せ 2チームに分かれ、各自1~2個のボールを持つ。中央にバランスボールを1個置く。スタートの合図でバランスボールに自分のボールを当てて相手コート側に追い出す。 ※グループ作戦会議
	10				
	20				
	30				
	40				
50	4 本時の振り返り 次時への見通しをもつ 学習カードの記入 5 健康観察、挨拶	4 本時の振り返り 次時への見通しをもつ 学習カードの記入 5 健康観察、挨拶	4 本時の振り返り 次時への見通しをもつ 学習カードの記入 5 健康観察、挨拶	4 本時の振り返り 学習カードの記入 事後アンケート 5 健康観察、挨拶	
評価機会	時間	1	2	3	4
	知	①			②
	運				
	思		①	②	
態		③	①	②	

※体づくり運動の関連等、詳細については、「資料編」を参照

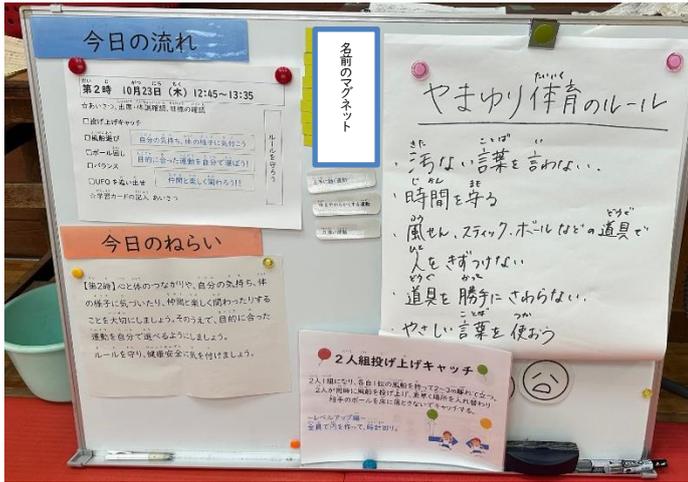
(4) 学習指導の工夫

表1には、生徒のニーズとバルシューレを参考にしたプログラムと教員の支援の工夫の例を示した。

表1 生徒のニーズとバルシューレを参考にしたプログラムと教員の支援の工夫の例

	生徒のニーズ	バルシューレを参考にしたプログラムと教員の支援の工夫の例
心理的な安定	<ul style="list-style-type: none"> <li>・集団行動が難しい。</li> <li>・気持ちのコントロールが苦手。</li> <li>・衝動的な行動をしやすい。</li> <li>・不安になる(急な予定やルールの変更、生徒同士のやりとりなど)。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・少人数で話しをする機会を多く取り入れ、徐々に人数を増やしていく(二人組作戦会議→グループ作戦会議)。【二人組投げ上げキャッチ】。</li> <li>・ペアやグループを組む際に、一人にならないような提案をする。</li> <li>・集合で集まれなくても、声が聞こえるところなら許可するなど、段階的な提案をする。</li> <li>・ルールを生徒と決める(表内図①)。</li> <li>・状況が変化する前に変更内容を生徒へ事前に伝える。</li> <li>・授業前後や水分補給のときに生徒の体調を確認する(予防)。</li> <li>・クールダウンスペース(表内図②)を確保する。</li> <li>・興奮したり、かんしゃくを起こしたりする行動に対し、その理由を分析することで、問題行動を起こさなくても済むように環境調整を行う。</li> </ul>
人間関係の形成	<ul style="list-style-type: none"> <li>・他者に関心が薄い、または、関心がない。</li> <li>・他者のことを気にしすぎてしまう。</li> <li>・教員や友達に不信感のある態度をとる(わざと攻撃的な発言をするなど)。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・名前を呼び、授業に参加したことを褒める。</li> <li>・褒める活動やアイデアを紹介する場面を多く取り入れる【バランス、ボール回し】。</li> <li>・仲間と協力したり、会話したりする場を設ける【宝さがし、バランス、UFOを追い出せ、ダンブカー】(表内図③④)。</li> <li>・攻撃的な発言、不規則発言に対しては、毅然とした態度で指導する。</li> <li>・生徒一人ひとりの活動を褒める。</li> <li>・その時々望ましいふるまい方を伝える。</li> </ul>
コミュニケーション	<ul style="list-style-type: none"> <li>・発表や伝える活動が苦手。</li> <li>・相手の話を受け入れることが難しい。</li> <li>・場面や状況にあったやり取りが苦手。</li> <li>・冗談がわからない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の考えたことを体で表現させる【バランス、ボール回し】。</li> <li>・生徒の考えを引き出す質問をする。答えるまで待つ。</li> <li>・筆談や個別にコミュニケーションをとる。</li> <li>・二人組やグループの活動を取り入れる際、教員が生徒同士の会話を繋げる。</li> <li>・教員が生徒に伝える際に、「I」メッセージを使う。</li> <li>・その時々望ましいふるまい方を伝える。</li> <li>・まぎらわしい表現をしない。</li> </ul>
健康の保持	<ul style="list-style-type: none"> <li>・睡眠の欠乏又は過眠。</li> <li>・失敗から、自分を否定的に捉えてしまう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体づくり運動とバルシューレを実践していくことで心と体の変化に気付かせる。</li> <li>・生徒一人ひとりの活動を褒める。</li> <li>・名前を呼び、授業に参加したことを褒める。</li> </ul>
環境の把握	<ul style="list-style-type: none"> <li>・複雑なルールがある活動が苦手。</li> <li>・ルールを理解、記憶するのが苦手。</li> <li>・複数の指示が苦手。</li> <li>・口頭指示が通りにくく、具体物がないと理解が難しい。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・風船などを使った難易度の低いプログラムを設定する。【風船キャッチ、風船+スティックなど】。</li> <li>・見本など視覚で提示する(表内図⑤⑥、⑦⑧)。</li> <li>・指示は一つずつ簡潔にする。</li> </ul>
身体の動き	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動が苦手、不器用(ボール操作、力加減など)。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バルシューレのプログラムを組み合わせる。</li> </ul>
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・すぐに飽きる。集中が続かない。</li> <li>・学校嫌い、無気力、不登校。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・事前に頑張る時間を決めたり、できる活動を確認したりする(活動内容の表づくり、頑張れるところまで、それぞれマグネットを貼り視覚化)。</li> <li>・楽しい授業(バルシューレのプログラムなど)の継続的な提供する。</li> <li>・教員との信頼関係づくりをする。</li> </ul>

図① 授業毎時間使用したホワイトボードと生徒と決めたルール



- 生徒と決めたルール
- ・汚い言葉を言わない
  - ・時間を守る
  - ・道具で人を傷つけない
  - ・道具を勝手に触らない
  - ・やさしい言葉を使おう

図② クールダウンスペースの設置と表示



図③④ バルシュレを参考にしたプログラムの説明

**宝探し**

2チームに分かれ、一方のチームはコーンを並べてその中にボールを隠し、もう一方のチームはその間見ないようにして待つ。合図があったら探すチームはコーンを一つずつ開け、ボールを見つけたらかごに入れる。先生にタッチしてから次のコーンを開ける。すべてのボールをかごに入れ終えるまでの時間を競う。

**バランス**

様々な身体部位の上でボールを落とさないようにバランスをとる。最初は手のひらなどで行う。

～レベルアップ編～  
指先など小さい部分でバランスを取る。

図⑤⑥ 授業について視覚的に説明する掲示

だい じ がつ にち きん  
**第4時 10月31日(金) 12:45～13:35**

☆あいさつ、出席・体調確認、目標の確認

□コーンボールキャッチ **上手に動こう。**

□ダンブカー **一人ひとり違った動きややり方があることに気付こう。**

□UFOを追い出せ **力強く投げよう。**

☆学習カード(単元のまとめ)の記入 アンケート あいさつ

【第4時】体つくりの運動には、体をやわらかくしたり、上手に動けるようになったり、力強く動けるようになる大切な意味があります。そのことを、自分の言葉で話したり、文章に書いたりできるようにしましょう。

一人ひとり違った動きややり方があることに気づいて、いいところを認めましょう。

図⑦⑧ バルシュレを参考にしたプログラム(ダンブカー)を視覚的に説明する様子



#### 4 検証方法

##### (1) 調査項目

##### ア 形成的授業評価

高橋(2003)は、「各時間の授業実践を形成的に評価し、当初の計画を修正したり、個々の児童生徒の学びの実態を把握することは、授業成果を高めるうえできわめて重要である」(高橋 2003)と述べ、形成的授業評価(表2)を作成した。形成的授業評価は9項目で構成されており「成果」、「意欲・関心」、「学び方」、「協力」の四つの次元に分類されている。

表2 形成的授業評価の質問

項目	質問
成果	深く心に残ることや感動することがありましたか。
	今までできなかったこと(運動や作戦)ができるようになりましたか。
	「あ、わかった!」とか「あ、そうか」と思ったことがありましたか。
意欲・関心	精一杯、全力を尽くして運動できましたか。
	楽しかったですか。
学び方	自分から進んで学習することができましたか。
	自分のめあてにむかって何回も練習できましたか。
協力	友だちと協力して、なかよく学習できましたか。
	友だちとお互いに教えたり、助けたりしましたか。

学習カードに毎時間記入できるようにし、各項目に対する回答は、「はい」、「どちらでもない」、「いいえ」の3件法で求めた。

##### イ 中学生用コミュニケーション基礎スキル尺度

東海林他(2012)は、意思伝達スキル、動揺対処スキル、他者理解スキル、自己他者モニタリングスキルといった対人状況全般における基礎的なスキルを測定する指標を作成した。この指標は、中学生を対象としており、所属校の生徒が抱えるニーズに近い質問項目であるため、本研究では、コミュニケーションの指標として「意思伝達スキル」、心理的な安定の指標として「動揺対処スキル」を用いることとした(表3)。

表3 中学生用コミュニケーション基礎スキル尺度の項目とその質問

項目	質問
意思伝達スキル	相手に自分の気持ちをきちんと伝えるのが得意です。
	気持ちをすなおに人に伝えます。
	感じていることをわかりやすく伝えます。
	気持ちをこぼして表現するのが得意です。
	相手に伝わるように思っていることを伝えます。
	感じていることを正直に人に伝えます。
	相手にきちんと伝わるように、自分の感じていることを話します。
	思っていることを表情で表現するのが得意です。
動揺対処スキル	気持ちが乱れているときにいつもどおり行動するのが苦手です。 <sup>※1</sup>
	気持ちが落ち着かないときに冷静に行動するのが苦手です。 <sup>※1</sup>
	気持ちが乱れているとき、じっとしているのが苦手です。 <sup>※1</sup>
	一度、気持ちが落ち着かなくなると、再び集中するのが苦手です。 <sup>※1</sup>
	興奮すると、どうしたらいいかわからなくなってしまいます。 <sup>※1</sup>
	思っていることが顔にあらわれやすいです。 <sup>※1</sup>
	気持ちをコントロールするのが得意です。
※1 逆転項目	

各項目に対する回答は、「はい」、「どちらでもないな

い」、「いいえ」の3件法で求めた。得られた回答は、「はい」1点、「どちらでもない」2点、「いいえ」3点として平均点を算出した。この中学生用コミュニケーション基礎スキル尺度は、逆転得点化された項目で構成されており、得点が低いほど各スキルが高いことを意味する。

##### ウ 運動有能感の受容感

岡沢他(1996)は、4項目ずつ「身体的有能さの認知」、「統制感」、「受容感」の3因子からなる運動有能感を測る尺度を作成した。本研究では、運動有能感の受容感(表4)が保健体育の授業における生徒同士の人間関係を評価するのに有効であると考え、人間関係の形成の指標とした。

表4 運動有能感の受容感の質問

項目	質問
受容感	運動をしている時、先生が励ましたり応援してくれます。
	運動をしている時、友達が励ましたり応援してくれます。
	一緒に運動をしようと誘ってくれる友達がいます。
	一緒に運動する友達がいます。

各項目に対する回答は、「よくあてはまる」、「ややあてはまる」、「どちらともいえない」、「あまりあてはまらない」、「まったくあてはまらない」の5件法で求めた。得られた回答は、「よくあてはまる」を5点、「ややあてはまる」を4点、「どちらともいえない」を3点、「あまりあてはまらない」を2点、「まったくあてはまらない」を1点とし平均点を算出した。

##### エ 映像



図1 ビデオカメラ配置

(定点カメラ、手持ちのアクションカメラ各1台)

授業の様子を図1のように撮影した。

クラウド型映像分析ソフト「Vosaic(ヴォザイク)」を用いて、生徒と教員の行動や発話を映像分析により検証した。Vosaicは、授業の動画を用いて、自由に分析項目を設定することができ、任意のイベント(できごと)の頻度や時間を分析することができる汎用性の高い映像分析・共有ソフトである。

##### オ 授業の振り返り

本研究の検証授業では、学習カードを使用した。授業前後に、心身の状態を確認し、表現する目的で「今

の気持ち」を三つの尺度から選択するようにした(図2)。



図2 学習カードで使用した気持ちを表現する教材

加えて、活動の振り返り(楽しかった活動、難しかった活動)と授業の中で、他の生徒の良かったところを記入するよう求めた。また事後アンケートにバルシューレの感想も求めた。

## (2) 検証の方法

本調査では、授業に参加した9名のデータを使用して、以下の2点を検討した。

1点目は、「バルシューレ」を参考にした体づくり運動を生徒がどのように捉えたかである。学習カードに毎時間記入された形成的授業評価を基に、回答を「はい」を3点、「どちらでもない」を2点、「いいえ」を1点として、次元ごとに平均点を算出し、先行研究(高橋 2003)を参考に5段階評価を行った。さらに、事後アンケートと映像から生徒の様子を観察した。

2点目は、生徒のニーズに応じた「教員の支援」の工夫とその効果である。

中学生用コミュニケーション基礎スキル尺度と運動有能感を測定するため、授業前に事前アンケート(実施日:8月29日(金))と授業後に事後アンケート(実施日:10月31日(金))を実施した。同一被験者群の授業前後の測定値の差を検証するため、Microsoft Excel 2019のデータ分析ツールを用いて、一対の標本による平均のt検定を実施した。なお、結果の有意水準についてはいずれの場合も危険率5%で判定した。

また、「教員の支援」の工夫やその影響については、映像から生徒の様子とともに観察による検証も行った。

なお、本アンケート調査と学習カードについては、生徒の実態に応じて、担任による質問項目の説明を受けながら回答を行った事例も含まれている。また、回

答時に感情のコントロールが困難となり、回答ができなかった生徒や、全設問に同一の回答を選択した生徒のデータも含まれているため、結果には一定の課題が認められる。したがって、集団としての結果に加えて、個々の回答傾向や映像等を併せて検証した。

## 5 結果

### (1) 「バルシューレ」を参考にした体づくり運動を生徒がどのように捉えたか

表5には、形成的授業評価の各項目の平均点とその評価を示した。評価が5であれば、大変評価の高かった授業と判定される。本検証授業では、評価が2以下となった項目があった。1時間目に比較して2時間目にすべての項目で高値を示したものの、3時間目では低下する様子も見られた。

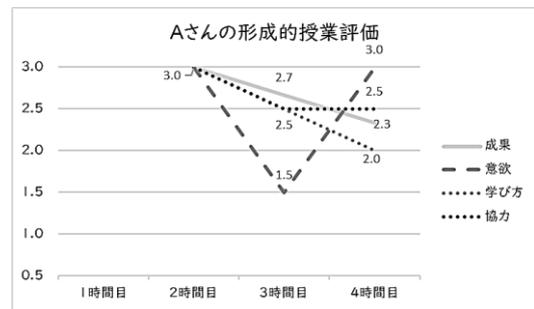


図3 Aさんの形成的授業評価の結果

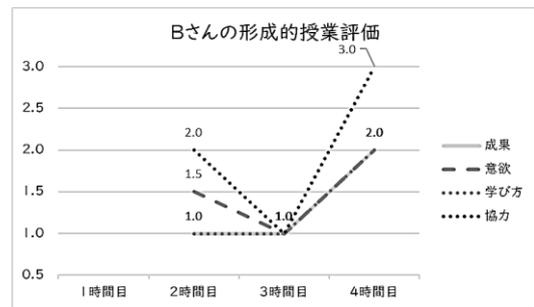


図4 Bさんの形成的授業評価の結果

図3、図4は、3時間目に顕著な変化が見られたAさんとBさんの形成的授業評価である。3時間目の「意欲」の項目が二人とも低い様子が確認できた。

表5 形成的授業評価の各質問と平均点

	1時間目 (n=5)	評価	2時間目 (n=6)	評価	3時間目 (n=5)	評価	4時間目 (n=7)	評価
深く心に残ることがや感動することがありましたか。	1.80	2	2.50	3	2.00	3	2.00	3
今までできなかったこと(運動や作戦)ができるようになりましたか。	2.20	2	2.50	3	2.20	2	2.29	3
「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか」と思ったことがありましたか。	2.00	1	2.50	2	2.20	2	2.29	3
成果	<b>2.00</b>	<b>2</b>	<b>2.50</b>	<b>4</b>	<b>2.13</b>	<b>2</b>	<b>2.19</b>	<b>3</b>
精一杯、全力を尽くして運動できましたか。	2.40	2	2.67	3	2.20	1	2.57	3
楽しかったですか。	2.40	2	2.83	3	2.00	1	2.29	1
意欲	<b>2.40</b>	<b>1</b>	<b>2.75</b>	<b>3</b>	<b>2.10</b>	<b>1</b>	<b>2.43</b>	<b>2</b>
自分から進んで学習することができましたか。	2.40	3	2.50	3	2.20	2	2.14	2
自分のためあてにむかって何回も練習できましたか。	2.40	3	2.50	3	2.20	2	2.00	1
学び方	<b>2.40</b>	<b>3</b>	<b>2.50</b>	<b>3</b>	<b>2.20</b>	<b>2</b>	<b>2.07</b>	<b>2</b>
友だちと協力して、なかよく学習できましたか。	2.60	3	3.00	5	2.60	3	2.43	2
友だちとお互いに教えたり、助けたりしましたか。	2.40	3	2.33	3	2.20	2	2.57	4
協力	<b>2.50</b>	<b>3</b>	<b>2.67</b>	<b>3</b>	<b>2.40</b>	<b>3</b>	<b>2.50</b>	<b>3</b>

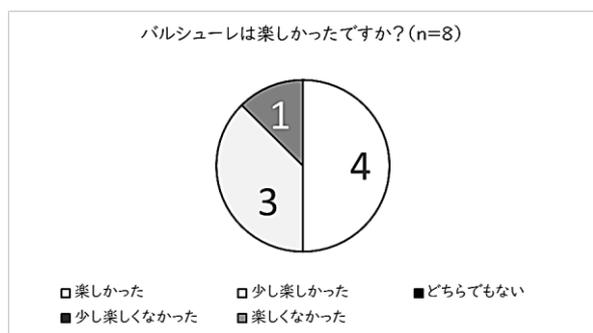


図5 「バルシューレは楽しかったですか？」の回答 ※図中の数字は人数を示す

一方、授業後のアンケートにおいて、図5が示すように、全ての生徒のうち一人を除き、バルシューレが「楽しい」、「やや楽しい」という回答であった。

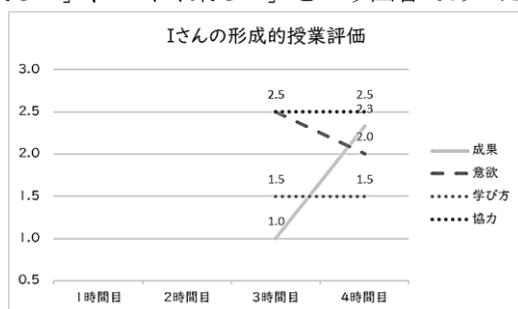


図6 Iさん形成的授業評価の結果

図6には、「バルシューレは楽しかったですか？」の質問に「楽しくなかった」と回答したIさんの形成的授業評価である。3時間目では、成果や学び方の項目が低い様子が確認できた。

表6は、映像から分析した各プログラムの生徒の参加状況と試技回数を示した。

BさんとCさんは、これまで交流級と特別支援学級の双方で、保健体育の授業に参加することが難しかった生徒である。しかし、参加状況と試技回数を見ると、4回の授業のうち、Bさんは3回授業に参加し、Cさんは2回授業に参加することができた。二人とも活動場所に来て、周囲の生徒の様子を観察したり、実際に教具を使いながら、武道場の端でできる活動に取り組んだりすることができた。

Eさんは、これまで体育の授業に来るものの、活動への参加が難しいことが多く見られた生徒である。本研究の検証授業では、表6に示すように、クールダウンスペースを活用しながら、多くのプログラムに参加し、活動することができた。

表6 プログラムと生徒の参加状況と試技回数

プログラム		A	B	C	D	E	F	G	H	I	
1時間目	1 風船キャッチ	欠席	欠席	欠席	21	14	22	30	45	欠席	
	2 風船スティック				45	クールダウン	43	50	46		
	3 投げ上げキャッチ				9	18	9	20	20		
	4 みんなで投げ上げキャッチ				6	クールダウン	6	6	6		
	5 空飛ぶ風船				20	クールダウン	27	27	25		
2時間目	1 二人組投げ上げキャッチ	22	見学&風船遊び	見学&風船遊び	欠席	21	25	見学&風船遊び	欠席	欠席	
	みんなで投げ上げキャッチ	9				6/クールダウン	9				
	空飛ぶ風船	58				クールダウン	67				
	2 ボール回し ※カウントなし	参加	参加	参加		参加	参加	参加			
	3 バランス ※カウントなし	参加	参加	参加		参加	参加	参加			
	4 UFOを追い出せ	39	見学	見学		クールダウン/9	34	51			
		あてっこ	11	12		11	7	11			14
3時間目	1 背後ボールキャッチ	19	参加 投げるのみ	欠席	18	12	14	29	欠席	12	
	2 宝探し ※カウントなし	参加	参加		参加	クールダウン	参加	参加		参加	29
	3 あてっこ	26	6		14	7	32	21			
4時間目	1 コーンボールキャッチ	23	武道場の端で参加		24	欠席	24	24	11	13	
	2 ダンプカー	9			8		8	7	7	9	
	3 UFOを追い出せ	15			14		17	20	18	19	

(2) 生徒のニーズに応じた「教員の支援」の工夫とその効果

ア 中学生用コミュニケーション基礎スキル尺度の意思伝達スキル

表7には、中学生用コミュニケーション基礎スキル尺度の意思伝達スキルの結果を示した。この表が示すように、検証授業前と検証授業後において、統計的に有意な変化は見られなかった。

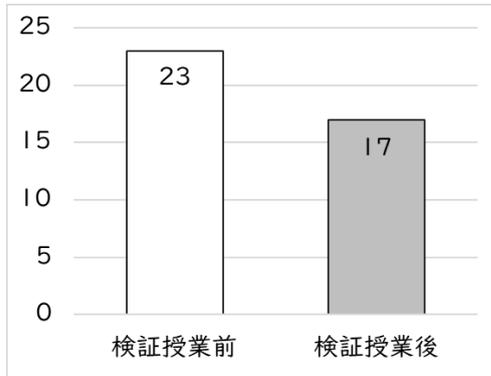


図7 Aさんの検証授業前後の意思伝達スキルの得点 ※図中の数字は得点を示す

表7 検証授業前後における意思伝達スキルの平均値と標準偏差

質問	検証授業前 <sup>ab</sup>	検証授業後 <sup>ab</sup>	t値 <sup>c</sup>
相手に自分の気持ちをきちんと伝えるのが得意です。	1.88 ± 0.99	2.38 ± 0.92	-1.871 N.S.
気持ちをすなおに人に伝えます。	1.75 ± 0.89	2.25 ± 0.89	-1.528 N.S.
気持ちをことばで表現するのが得意です。	2.00 ± 0.93	2.13 ± 0.99	-0.552 N.S.
相手に伝わるように思っていることを伝えます。	2.00 ± 0.76	2.00 ± 0.93	0.000 N.S.
感じていることを正直に人に伝えます。	1.75 ± 0.71	1.88 ± 0.83	-0.552 N.S.
相手にきちんと伝わるように、自分の感じていることを話します。	2.00 ± 0.76	1.88 ± 0.83	0.552 N.S.
思っていることを表情で表現するのが得意です。	2.13 ± 0.83	1.88 ± 0.83	1.000 N.S.
意思伝達スキル(コミュニケーション)	15.38 ± 5.93	16.38 ± 6.28	-0.734 N.S.

<sup>a</sup> n=8 <sup>b</sup> 表中の数値は、mean±S.D.を示す。 <sup>c</sup> 対応のあるt検定によるt値を示す。N.S.:Not Significant

表8 検証授業前後における動揺対処スキルの平均値と標準偏差

質問	検証授業前 <sup>ab</sup>	検証授業後 <sup>ab</sup>	t値 <sup>c</sup>
気持ちが乱れているときに、いつもどおり行動するのが苦手です。	2.75 ± 0.46	2.50 ± 0.76	1.528 N.S.
気持ちが落ち着かないときに、冷静に行動するのが苦手です。	2.50 ± 0.53	2.63 ± 0.52	-1.000 N.S.
気持ちが乱れているとき、じっとしているのが苦手です。	2.25 ± 0.71	2.00 ± 0.76	0.607 N.S.
一度、気持ちが落ち着かなくなると、再び集中するのが苦手です。	2.50 ± 0.53	2.50 ± 0.53	0.000 N.S.
興奮すると、どうしたらいいかわからなくなってしまいます。	2.00 ± 0.76	1.88 ± 0.83	0.424 N.S.
思っていることが顔に表れやすいです。	2.00 ± 0.76	2.38 ± 0.74	-1.000 N.S.
気持ちをコントロールするのが得意です。	2.50 ± 0.76	2.00 ± 0.93	1.871 N.S.
動揺対処スキル(心理的な安定)	16.50 ± 3.07	16.13 ± 2.90	0.600 N.S.

<sup>a</sup> n=8 <sup>b</sup> 表中の数値は、mean±S.D.を示す。 <sup>c</sup> 対応のあるt検定によるt値を示す。N.S.:Not Significant

表9 検証授業前後における受容感の平均値と標準偏差

質問	検証授業前 <sup>ab</sup>	検証授業後 <sup>ab</sup>	t値 <sup>c</sup>
運動をしている時、先生が励ましたり応援してくれます。	3.38 ± 1.30	3.88 ± 1.46	-0.764 N.S.
運動をしている時、友達が励ましたり応援してくれます。	4.13 ± 0.99	4.29 ± 0.92	-0.509 N.S.
一緒に運動をしようとして誘ってくれる友達がいます。	3.75 ± 1.39	3.71 ± 1.36	-1.000 N.S.
一緒に運動する友達がいます。	3.63 ± 1.30	4.00 ± 0.83	-0.935 N.S.
受容感	14.88 ± 3.00	16.25 ± 3.92	-1.308 N.S.

<sup>a</sup> n=8 <sup>b</sup> 表中の数値は、mean±S.D.を示す。 <sup>c</sup> 対応のあるt検定によるt値を示す。N.S.:Not Significant

図7には、Aさんの意思伝達スキルの得点を示した。Aさんは、困ったときに、自分から聞けず、自分の気持ちや意見を上手に伝えることが苦手な生徒であるが、検証授業の前後で意思伝達スキルが6点向上する様子が見られた。

イ コミュニケーション基礎スキル尺度の動揺対処スキル

表8には、中学生用コミュニケーション基礎スキル尺度の動揺対処スキルの結果を示した。この表が示すように、検証授業前と検証授業後において、統計的に有意な変化は見られなかった。個々の結果を見ても顕著な変化は見られなかった。

ウ 運動有能感の受容感

表9には、運動有能感の受容感の結果を示した。この表が示すように、検証授業前と検証授業後において、統計的に有意な変化は見られなかった。

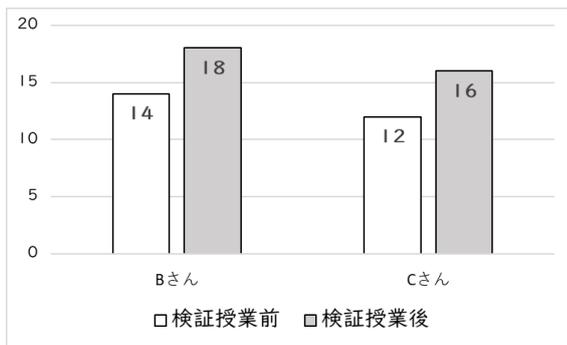


図8 BさんとCさんの検証授業前後の受容感  
※図中の数字は得点を示す

図8には、BさんとCさんの受容感の得点を示した。BさんとCさんの受容感の得点は、検証授業前と比較して検証授業後にそれぞれ4点増加したことが確認された。

## エ 映像

### (7) プログラムと生徒の様子

表10から表14には、アンケート結果の内容を補完するため各プログラムに対して特に変化のあった生徒の様子を示した。

表10は意思伝達スキルが上がったAさんとEさんの2時間目の「二人組投げ上げキャッチ」の様子を示した。

表10 プログラムと生徒の様子①

2時間目「二人組投げ上げキャッチ」	
教員	「二人でどういう合図で投げて、どういう風に場所を交換するか相談しましょう。」
Aさん	「近くで投げて、少しだけ高いところにして、早くすって走っていく」
Aさん	「せーの!っていったら投げて」
教員→E	「Eさんはなんて声かける?」
Aさん	「Cちゃん…」
Aさん	投げ上げた時「赤のとって!」
Aさん	再度投げ上げる時「ピンクピンク!!」

表11には、意思伝達スキルの上がったAさんの2時間目の「バランス」の様子を示した。寝転んで、足の裏にボールを乗せていたAさんをGさんが真似ようとしていた場面である。

表11 プログラムと生徒の様子②

2時間目「バランス」	
教員	「Aさんなんかポイントは?ポイント教えてあげて〜。」
Aさん	「曲げすぎない、あの〜伸ばしすぎない。あと〜あのかかど…真ん中のへこんでいるところ?かかどのところのちょっと近くのところ(に乗せるのが)がいい。」
Gさん	「できた、できたー!!」
T2	「お〜すごい。できた、できた。」
Gさん	「できたよー!先生先生先生」
支援員	「お、すごい!!!」

表12には、意思伝達スキルの上がったAさんの2時間目の「UFOを追い出せ」の作戦会議の様子を示した。

表12 プログラムと生徒の様子③

2時間目「UFOを追い出せ」	
----------------	--

Aさん	バランスボールを指さしながら、Eさんに「近くだったらちょっと下。遠いときは、上の方」と作戦を提案していた。
-----	-------------------------------------------------------

表13には、Bさんの3時間目の「宝探し」の様子を示した。検証授業前は、特別支援学級の体育の授業に参加できていなかったBさんが、活動場所に来て、「宝探し」を見学して、作戦も立てることができた。Dさんは、Bさん、Eさんに作戦を伝えていた。

表13 プログラムと生徒の様子④

3時間目「宝探し」	
教員	「グループで作戦会議しよう」
Bさん	「青いコーンから探したらよさそう。(グループには言えなかったが、支援員さんに自分の意思を伝えていた。)
Dさん	手前を指さして「このレーンが…、Bが行く。」 中央を指さして「こっちが…、自分。」 奥を指さして「こっちが…、Eが行く。」

表14には、4時間目の「ダンプカー」の様子を示した。3時間目の宝探しでは、グループ編成が上手いかず、トラブルもあった。「ダンプカー」では教員がペアを決めたが、ペアを変える際にIさんから、グループ分けの提案があり、どのペアも活動に前向きに参加できた。

表14 プログラムと注目すべき生徒の様子⑤

4時間目「ダンプカー」	
Iさん	「先生、グチョパーしよ。」
全員	問題なくグループ分けができて活動ができた。 3時間目にトラブルがあった生徒同士でもお互い話しながら活動することができた。

### (4) 教員の支援と生徒の変容

表15から表18には、映像の中で見られた教員の支援とそれによって促された生徒の行動変容を示した。

表15には、2時間目の「UFOを追い出せ」で作戦会議を促したところ、自分本位な作戦を立ててしまったGさんと進んで会話をすることが苦手なFさんに教員が支援した場面を示した。

表15 教員の支援と生徒の変容①

2時間目「UFOを追い出せ」	
教員	「二人で作戦会議してください。」
Gさん	「え、じゃあFさんがボール拾って、俺ぶん投げる。」
教員	「それでいいの?何が楽しいの?これ。種目的に。」
Gさん	「ん?」
教員	「投げるのが楽しいんでしょ?」
Gさん	「じゃあ、一緒に投げよう。」
教員	「ボールのどこ狙うといい?」
Gさん	「どこでもいいよ。別に。ボール狙えばいいじゃん。じゃあボール以外にどこ狙うの?」
教員	「どこ?ボールのどこを狙うといいの?」
Gさん	「え、中心。」
教員	「中心を狙うといいの?」
Gさん	「だからさ〜」
教員	「Fと相談して」
Gさん	(ボールの上部を指して)「ここはね、あたっても跳ね返るだけだからここ(真ん中を指さす)」
教員	「それをFさんに伝えて。」
Gさん	「真ん中」
教員	「Fさん聞いて。」
Gさん	「ど真ん中」

教員	「どこ狙うといいて言ってた？」
Fさん	指さす「ここ」
教員	「どこ？下？上？」
Gさん	「真ん中。」
Fさん	「真ん中？」
Gさん	「真ん中。真ん中、ぶっ飛ばす感じ。真ん中よりほんのちよっと上の(方)が飛ぶかも。」

表 16 には、2 時間目の「UFO を追い出せ」を「あてっこ」のプログラムに変えた場面を示した。B さんと C さんが参加できなかったため、片側からコーンにボールを当てる「あてっこ」のプログラムに変更した。

表 16 教員の支援と生徒の変容②

2時間目「あてっこ」	
B・Cさん	ボールをコーンに向かって投げることができた。
支援員	ボールを拾って二人に渡していた。

表 17 には、3 時間目の授業開始時の D さんの様子を示した。「どこまで頑張れるか」を D さんが進んで周りに聞き、教員が会話の間に入りながら、生徒同士の会話が見られた。

表 17 教員の支援と生徒の変容③

3時間目「授業の開始時」	
Dさん	「はい、G は？最後までいけそう？どのへん？」
Gさん	「たぶん…」 調子は良くなさそう
教員	「まず体調確認しよう」 カードを書くように促す。
Dさん	「A は？」
Aさん	「ぜ～んぶ行ける！」
Dさん	「ぜ～んぶ行ける。」マグネットを貼る。「えーっと～、えーっと、E は？」
Eさん	カードに体調を記入中
教員	「E は？」「どれ？」
Dさん	「最後まで？」
教員	記入が終わって今日の体調が良いにマルがついていた。「おお、元氣？」
Eさん	「元氣。」
教員	「元氣？それなら OK。まず 1 個？」
Eさん	「まず 1 個。」
Dさん	「まず 1 個。」わざと違うところにマグネット貼る。
Eさん	それを見て「わあ。そんなこと言わないよ、D くん。」

表 18 には、3 時間目のプログラム間の G さんの様子を示した。G さんは、棚の上に行ってしまったが、「あてっこ」が始まる前に教員が声を掛けたところ、参加しようとして起き上がった。

表 18 教員の支援と生徒の変容④

3時間目「プログラム間の休憩中」	
教員	「次、G さんの好きなやつだよ～」
Gさん	「あ。UFO？ あてっこ？」と起き上がる。

(ウ) 生徒のニーズが満たせなかった場面と生徒ニーズと今後考えられる対応例

映像の中で、生徒のつまづきが見られた場面や教員が適切な支援をできなかった場面を生徒のニーズが満たせなかった場面とした。また、その場面から生徒のニーズと今後考えられる対応例を担任との情報共有と福島県特別支援教育センター(2020)が作成した「自立活動の指導のための早見表(例示)」を参考に記

載した(表 19)。

表 19 生徒のニーズが満たせなかった場面と生徒のニーズと今後考えられる対応例

	生徒のニーズが満たせなかった場面	生徒のニーズと今後考えられる対応例
①	2時間目「UFO を追い出せ」で、敵チームでボールを投げていて周囲から「それだと敵になってしまふよ。」という発言に対し、「そんなつもりじゃなかったのに。」落ち込んでしまった生徒がいた。	意味をそのまま受け止めてしまう【人間関係の形成】。 →「自分のチームの方から投げよう」など良い行動を示す。
②	タイマーのホイッスルが鳴った時「うるさくて嫌だった」と気持ちが悪く落ち込んだ生徒がいた。※1時間目は平気だったが、その日の体調でも違う。	大きな音が出ると不安定になる【健康の保持】。 →音が鳴ることを事前に伝える。音が鳴らない設定にして声を掛ける。
③	プログラムの説明後、動かない、違った動きをする生徒がおり、教員の矯正のフィードバックが増えた。	説明が難しい【環境の把握】。 →見本を見せたり、プログラム開始直前か直後に個別に声を掛けたりする。
④	3時間目「背後ボールキャッチ」で、ボールより足幅が狭い生徒やボールをまっすぐ転がすことができない生徒もおり、試技回数が確保できなかった。	運動が苦手、距離感がわからない【身体の動き】【人間関係の形成】。 →ボール運動を通して、身に付けさせていく。
	背後ボールキャッチ 課題「腕立てをしてから、ボールを止める」 	
	腕立て中にボールに当たってしまう =距離感をつかむのが苦手	しっかり距離を置いて腕立てができています
⑤	3時間目「宝探し」で、自分の都合を優先してグループを決めてしまった生徒がいた。	→簡単なプログラムでは自由に組ませるもよいが、戦術が必要なプログラムなどは、意図に合わせて教員がグループを設定していく。
⑥	3時間目の「宝探し」で、コーンを開けたあとハイタッチをするときに、ハイタッチを拒否した生徒がいた。	人に対する不信感がある態度【人間関係の形成】。 →その都度、良い行動を教えている。
⑦	3時間目の「あてっこ」で、Bさんのために置いたコーンに逆側からボールを投げてしまった生徒がいた。	場面や状況の理解が難しい。【心理的な安定】。 →事前にBさん専用であることを伝えることが必要であった。
⑧	3時間目の学習カードで相手を傷つけるような記述を書いた生徒がいた。	相手への不信感【人間関係の形成】。 →他者への理解と感情のコントロール
⑨	すべてのアンケートに同じ回答を書く生徒がいた。	すぐ飽きる【身体の動き】。 人に対する不信感がある態度【人間関係の形成】。 →感情のコントロール
⑩	4時間目「ダンブカー」で、足を踏んでしまった。その場で謝った、謝っていないでお互いが納得しなかった。	やり取りが苦手【人間関係の形成】。相手の話を受け入れることが難しい【コミュニケーション】。 →その場その場で対応する。落ち着いてから話をする。

## オ 学習カード

### (7) 学習カードに記載された生徒の「今の気持ち」

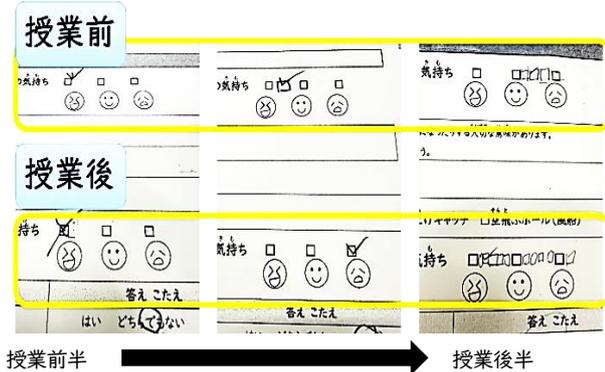


図9 Gさんの「今の気持ち」

図9にGさんの3時間分の学習カードの「今の気持ち」を示した。Gさんは、衝動的に行動することがあり、これまでの体育の授業では途中で教室に帰ってしまうこともあった生徒である。最初は「今の気持ち」にチェックをつけるだけであったが、授業が進むにつれ、悩みながら、「今日はこの間。」と尺度の間にチェックを付けたり、新しくチェックを付ける項目を作ったりするなど、自分の気持ちを自由に表現することができた。

他の生徒においても、毎時間記入することで自分の気持ちを前回と比べながら答える様子が確認できた。

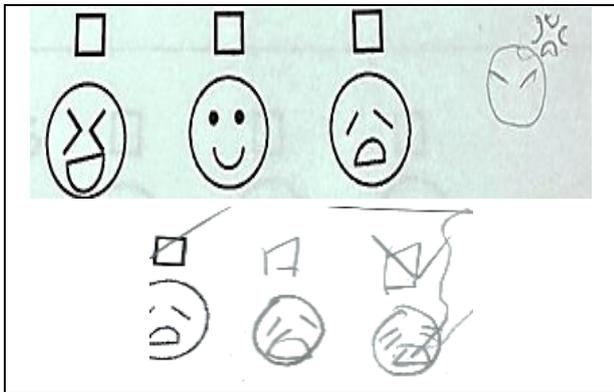


図10 学習カードの「今の気持ち」

図10のように、今の気持ちが一番右の尺度のときや、それよりもさらに落ち込んだ顔を作っている際は、クールダウンを必要とするときが多く、心身の状態を確認する目安となった。

### (4) 学習カードに記載された生徒の「活動の振り返り」

表20には、学習カードに記載された生徒の活動の振り返りを示した。

表20 プログラムと生徒の振り返り

プログラム	生徒の振り返り (補足)
ボール回し	足を伸ばすのが難しかった。
バランス	バランスが大変だった。
UFOを追 い出せ	ボールでUFO当てたから(楽しかった)。 遠ければ高く、近くだったら下に投げる(楽しかった作戦)。 投げて当てられなかった(から難しかった)。
背後ボール キャッチ	スピードのコントロールが少し難しかった。

宝探し	先にコーンをおいてボールを捕れた(から楽しかった)。 「こっち半分やるから、そっち半分やってね」(作戦)
あてっこ	楽しかった。 少し当てるのが難しかった。
その他	最初に準備して全クリアできたから(全部のプログラムが楽しかった)

表21には、学習カードに記載された生徒の「〇〇さんのよかったところ」を示した。

表21 学習カードに記載された生徒の「〇〇さんのよかったところ」

内容	〇〇さんのよかったところ
主体性に関する内容	自ら走ってきたのが偉かった(集合)。
	ちゃんとやった。
	残っているコーンに気付いて片づけていてよかった。 自分から行動できていた。
活動に関する内容	ダンプカーがすごかった。
	スピードのコントロールが良かった(背後ボールキャッチ)。 うまく当てられてすごかった(UFOを追い出せ)。 強かった(あてっこ)。
	仲間との関わりに関する内容

表22には、学習カードの他の記載事項を示した。

表22 学習カードの他の記載事項

	その他の記載事項
①	怖かった(あてっこでボールが飛んできた)。
②	ボールが足に当たって少し痛かった(「UFOを追い出せ」でボールが当たった)。
③	ごめんなさい(ルールを守れなかった)。
④	楽しい!!
⑤	次はもっと難しいスポーツをしたい。とくにバスケ。
⑥	風船のゲーム他もやりたい。

## 6 考察

### (1) 「バルシューレ」を参考にした体づくり運動を生徒がどのように捉えたか

「風船」を使ったプログラムや「バランス」や「ボール回し」といった簡単なプログラムは、自分のペースで取り組むことができ、体を動かすことが苦手な生徒も取り組みやすかったと推察できる(表6)。

「ダンプカー」は、相手に合わせて高さやスピード、置くボールの種類や数を調整する必要がある活動であり、相手の動きに気を配りながら一緒に取り組む姿が見られ、自然と仲間と協力することの大切さや楽しさを感じていたと考えられる。さらに、「宝探し」や「UFOを追い出せ」では、活動中に作戦会議の機会が設定され、「自分の意見を伝えやすい」と感じていたと推察できる。実際に、一部の生徒ではあるが、意思伝達スキルや受容感の向上がみられ、形成的授業評価における「協力」の項目も4時間を通して安定した水準を維持していた。

「ターゲットにボールを当てる」という明確な目標がある「UFOを追い出せ」や「あてっこ」は、ボールの軌道が読みにくく安全面での課題は残るものの、身体の揺れや激しい動きを求める傾向がある生徒にとっては、思い切り体を動かせる活動として受け止められていたと考えられる。また、このプログラムは正確性と力強い動きを求められる内容であり、生徒の挑戦意欲を高める要因にもなっていたといえる。

さらに、バルシューレについて多くの生徒が「楽しい」と回答したことから、運動が苦手な生徒や集団行動に不安を抱く生徒であっても、「自分でも参加できる」「無理なく取り組める」と感じていたと推察できる。このように、生徒はバルシューレのプログラムを、楽しさや挑戦感を味わいながら主体的に参加できる活動として捉えていたと考えられる。

しかしながら、3時間目の形成的授業評価が低い値を示したことから、その時間、生徒は活動の意図や進め方を十分に理解できず、「何をすればよいのか分からない」、「うまくできない」という戸惑いを抱いていたと考えられる。その背景には、ルールの伝え方や難易度の調整が不十分であったこと、さらに「宝探し」におけるグループ編成や不適切な行動への指導不足であったこと(表19 ⑤・⑥)が、生徒にとって活動への不安や見通しの持ちにくさにつながった可能性がある。特に「背後ボールキャッチ」では、説明が不十分であったため、生徒は、活動の目的や動き方を理解しきれず、教員からの矯正的なフィードバックが増えたことで、「できていない」と感じやすい状況が生まれていたと推察される。また、ボールとの距離感を取ることが難しい生徒には、活動自体が不安や負担として捉えられていた可能性もある(表19 ④)。

## (2) 生徒のニーズに応じた「教員の支援」の工夫とその効果

「名前を呼び、授業に参加したことを褒める」、「生徒一人ひとりの活動を積極的に褒める」、「事前に頑張る時間を決めたり、できる活動を確認したりする」といった教員の支援は、活動への不安や見通しの持ちにくさを軽減し、授業に参加が難しい生徒でも活動に取り組めたり、最後まで活動できたりするなど、生徒の参加意欲を引き出し、活動を通して人間関係の形成に効果があったと考えられる。コミュニケーションスキルの向上に関しては、「自分の考えたことを体で表現する」といった自分のペースで取り組める活動が、生徒のニーズに合った表現の機会となった。さらに、教員がそのアイデアを周囲に紹介したり、二人組やグループでの作戦会議を設定したりしたことは、生徒同士の対話を促し、安心して意見を共有できる環境づくりに寄与したといえる。

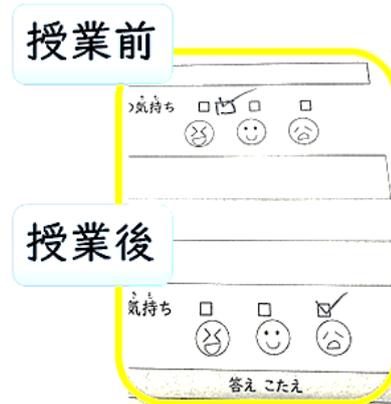


図11 Gさんの学習カードの「今の気持ち」

授業後のGさんの学習カード(図11)には感情面での大きな変化が記録されていた。表19①に示すように、活動の取り組み方を誤った際に周囲から受けた指摘が、Gさんの感情に影響を与えたと考えられる。このことは、何気ない言葉が心理的負担となり得る生徒がいることを踏まえ、個々の特性理解をより深める必要性を示している。一方で、Gさんが自身の気持ちを学習カードに表現できたことは、「自分の心の変化に気付く力」が育ちつつあることを示しており、学習カードの記録を通して、教員と気持ちを共有する機会が生まれた点は、生徒の心理的な安定を支える支援として有効に働いたといえる。

心理的な安定については、明確な成果を捉えることは難しかった。しかしながら、クールダウンスペースの活用やこまめな体調確認など、不安を感じやすい生徒への予防的支援を行ったことで、パニックや授業からの逸脱といった行動がほとんど見られなかった点は一定の効果と考えられる。

小田(2025)は、①学級における問題を発見すること、②児童間のつながりを形成すること、③児童が集団内で役割を果たすことで参入の契機をつくること、そして④適切な介入のタイミングを見極めることが、インクルーシブな学級を形成する上で教師に求められる役割であると指摘している。本研究で示した教員の支援の工夫は、インクルーシブ教育の理念に基づき、誰もが安心して学びに参加できる学級づくりに寄与するものであり、通常級においても積極的に取り入れるべき実践であるといえる。

以上のような教員の支援の工夫は、生徒が安心して活動に参加し、仲間と関わる経験を重ねることにつながった。また、本研究で取り組んだ「体づくり運動」は、「自他の心と体に向き合って、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、心と体をほぐしたり、体の動きを高める方法を学んだりする」ことを目標としており、特別支援学級の生徒のニーズに応じた運動プログラムの設定や実施方法、教員の支援が、その目標達成に一定の効果をもたらしたと考えられる。

## 7 今後の展望

「『令和の日本型学校教育』の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現～(答申)」では、障がいのある子供の自立と社会参加を見据え、「通常の学級、通級による指導、特別支援学級、特別支援学校といった、連続性のある多様な学びの場の一層の充実・整備」(中央教育審議会 2021)の必要性が述べられている。生徒のニーズに応じるためにも、多様な学びの場での授業の創造が求められる。

阿部他(2008)は、バルシューレは、一人の指導者が16人の子どもを指導する少人数制、1プログラム10分から15分のショートプログラム、体育館での実施という特性を持っているが、それらが適当でない場合は、「場やプログラムの工夫、及びTeam Teachingの実施などでそれは改善でき得ることであり、学校現場での実施も可能と考えられる」(阿部他 2008)と述べている。今回のような特別支援学級の生徒を対象にした実践のみならず、通常級の保健体育の授業においても実践することで、運動が苦手な生徒も安心して参加できると考えられる。その際、生徒のニーズを把握し、そのニーズに応じるための教員の支援の工夫を意図的に作ることも今後の課題である。

特別支援学級に在籍する生徒を対象としたアンケートには、信頼性といった点で課題が残るものの、今回のアンケート結果は、担任が保護者アンケートを基に作成した個別の教育支援計画に示された生徒の特徴と一致する部分もあり、生徒自身が自らの特性について一定の自己理解を有している様子が見られた。また、映像等の客観的指標と併せて活用することで、アンケート結果の信頼性を補完する可能性も窺えた。

### 研究のまとめ

本研究では、中学校特別支援学級の体づくり運動の授業において、ドイツで開発された運動プログラム「バルシューレ」を参考にしたプログラムと、生徒のニーズに応じた「教員の支援」の工夫を行い、生徒の活動の様子やアンケート結果を基に、その効果を検討した。

「バルシューレ」を導入した結果、多くの生徒が運動を「楽しい」と捉え、運動や集団での活動が苦手と感じる生徒やこれまで体育の授業に参加できていなかった生徒が、「自分でも参加できる」と感じながら取り組む姿が見られた点は、参加を促すうえで一定の効果があったといえる。

「教員の支援」の工夫として行った、生徒を褒める声掛けやこまめな体調確認といった配慮は、生徒の参加意欲を引き出し、活動を通して人間関係の形成に良い影響を与えたことが確認できた。さらに、自分のペースで取り組める活動の設定や二人組・グループでの作戦会議の機会の設定は、生徒が意見を共有しやすい環境を生み、コミュニケーションスキルの育成に効果があった。

加えて、クールダウンスペースの活用などの予防的支援や学習カードの体調確認などから、教員が生徒の感情の変化に気づき対話する場面が生まれ、生徒の心理的な安定が保たれた。

以上の取組により、限定的ではあるが、生徒のニーズに応じた支援が実現され、体づくり運動の目標である「心身の状態への気づき」や「仲間との関わり」に一定の効果が確認できた。

### おわりに

本研究に御協力いただいた葉山中学校の生徒たち、教職員及び支援員の皆様、さらには、本研究の実施に際して多大な御助言を賜わった日本体育大学の岡出美則教授に、この場を借りて深く感謝する。

### 【指導担当者】

清水 陽介<sup>1</sup> 竹谷 美優<sup>2</sup> 落合 浩一<sup>3</sup>

### 引用文献

- 中央教育審議会 2021 「『令和の日本型学校教育』の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す、個別最適な学びと、協働的な学びの実現～(答申)」 p. 59  
[https://www.mext.go.jp/content/20210126-mxt\\_syoto02-000012321\\_2-4.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20210126-mxt_syoto02-000012321_2-4.pdf) (2026年2月5日取得)
- 葉山町教育委員会 2025 「葉山町教育ビジョン」 p. 7  
<https://www.town.hayama.lg.jp/material/files/group/21/hayamakyouikuvision.pdf> (2026年2月5日取得)
- 福島県特別支援教育センター 2020 「すぐに調べられる、活用できる資料！小・中学校、高等学校におけるインクルーシブ教育システム推進のためのコーディネートハンドブック[2020年版]」 pp. 198-199  
<https://special-center.fcs.ed.jp/file/2130> (2025年12月22日取得)
- 文部科学省 2017 『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 p. 44
- 文部科学省 2022 「特別支援学級及び通級による指導の適切な運用について(通知)」 p. 2

---

1 指導主事 2 主事  
3 教育指導員

- [https://www.mext.go.jp/content/20220428-mxt\\_tokubetu01-100002908\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20220428-mxt_tokubetu01-100002908_1.pdf)
- 文部科学省 2025 「論点資料補足資料(障害のある子供に対する教育課程の充実に関する関係資料等)」  
[https://www.mext.go.jp/content/20250704-mext\\_kyoiku01-000043568\\_11.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20250704-mext_kyoiku01-000043568_11.pdf) (2025年11月26日取得)
- 阿部智・木村真知子・若吉浩二・石川元美・小畑治・高橋豪仁 2008 「Ballschuleプログラムが児童の運動能力に与える影響」(『奈良教育大学紀要』第57巻第1号 pp.169-179) p.178
- 井崎遼翔・村山拓 2025 「知的障害特別支援学校における体育, 運動指導に関する文献検討」(『東京学芸大学紀要総合教育科学系』第76巻 pp.109-122) p.109
- 大山祐太・奥田知靖 2018 「特別支援学級に在籍する発達障害児を対象とした『Ballschule(バルシューレ)』の実践」(日本体育学会第69回大会予稿集) p.282\_3
- 岡沢祥訓・北真佐美・諏訪祐一郎 1996 「運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究」(『スポーツ教育学研究』第16巻2号 pp.145-155)
- 奥田知靖 2017 『子どものボールゲーム指導プログラムバルシューレ～幼児から小学校低学年を対象に～』創文企画
- 小田純也 2025 「インクルーシブな学級を形成するための教師の役割—学級活動を活用した集団活動に困難を抱える児童の包摂に注目して—」(『日本特別活動学会紀要』第33号 pp.69-78)
- 東海林渉・安達知郎・高橋恵子・三船奈緒子 2012 「中学生用コミュニケーション基礎スキル尺度の作成」(『教育心理学研究』第60巻 pp.137-152)
- 高橋健夫 2003 『体育授業を観察評価する』明和出版 p.12
- 村井敬太郎・野井真吾 2024 「特別支援学校(知的障害)の体育授業の取り組みにおける教員の意識：困難さに焦点を当てて」(『日本幼少児健康教育学会誌』第10号 pp.13-27)

## 保健体育科単元指導計画

- 1 単 元 体づくり運動(体ほぐしの運動、体の動きを高める運動)
- 2 内容のまとめり A体づくり運動
- 3 対 象 葉山町立葉山中学校 特別支援学級(男子5名、女4子名、計9人)
- 4 期 間 令和7年10月21日(火)から10月31日(金)
- 5 場 所 武道場
- 6 単元の設定理由

### (1)生徒観

生徒は全体的に素直で、学校生活には前向きである。一方で、小学校から特別支援学級に在籍し、少人数の活動を主としてきたため、集団活動に慣れておらず、交流級に参加する学習など状況が変化すると不安感が強くなる。生徒によっては、衝動が抑えられず、突発的な行動をとったり、話合いや会話に参加できなかつたりする状況も見受けられる。また、小さい頃からの運動遊びや運動の経験が少なく、仲間とともに体を動かす機会が限られていたため、体育の授業に苦手意識を持つ生徒も少なくない。こうした状況を踏まえ、生徒の教育的ニーズに応じた心理的な安定を図ることや人間関係を形成すること、相手とのコミュニケーションの取り方を学習していくことが重要である。

### (2)単元観

体づくり運動は、「体ほぐしの運動」と「体の動きを高める運動」で構成され、自他の心と体に向き合っており、仲間とともに体を動かす楽しさや心地よさを味わい、心と体をほぐしたり、体の動きを高めたりする教材である。

### (3)指導観

バルシューレのボール運動遊びを取り入れた体づくり運動を行うことで、「できた」という経験を積み重ね、「運動は楽しい」という実感を持ち、運動に対する意欲を高めたい。

また、仲間とともに運動をする中で、協力しながら活動する場面や話合いの場面をつくることで、自己の状況を認識して相手と関わるなど、生徒の教育的ニーズに応じた心理的な安定や人間関係の形成、適切なコミュニケーションの取り方を身に付けることができるようにしたい。

## 7 単元の目標

### 【知識及び運動】

体づくり運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解し、(目的に適した運動を身に付け)、(組み合わせること)ができるようにする。

ア 体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体との関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わり合うことができるようにする。

イ 体の動きを高める運動では、ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、(動きを持続する能力)を高めるための運動を行うとともに、それらを組み合わせることができるようにする。

### 【思考力、判断力、表現力等】

自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。

### 【学びに向かう力、人間性等】

体づくり運動に積極的に取り組むとともに、(仲間の学習を援助しようとする)、一人ひとりの違いに

応じた動きなどを認めようとする、(話し合いに参加しようとする) (など) や、健康・安全に気を配ることができるようにする。

## 8 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>①体づくり運動の意義には、心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わう意義があることについて、言ったり書き出したりしている。(意義1)</p> <p>②体づくり運動の意義には、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動きの意義があることについて、言ったり書き出したりしている。(意義2)</p>	<p>①体ほぐしの運動で、「心と体の関係や心身の状態に気付く」、「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を選んでいる。(体の動かし方や行い方)</p> <p>②仲間とともに楽しむための運動の行い方を見付け、仲間に伝えている。(表現)</p>	<p>①体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとしている。(愛好的態度)</p> <p>②一人ひとりの違いに応じた動きなどを認めようとしている。(共生)</p> <p>③健康・安全に留意している。(健康・安全)</p>

### (1) 学習評価の実現状況を判断する目安

【第1時】知識・技能(知識)①：体づくり運動の意義には、心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わう意義があることについて、言ったり書き出したりしている。(意義1)(観察・学習カード)

十分満足	(A)	体づくり運動の意義について教員が伝えたことや自分の経験と関連した発言(記載)ができる。
おおむね満足できる	(B)	体づくり運動の意義について教員が伝えたことを理解できる。
努力を要する	(C)	体づくり運動の意義について教員が伝えたことについて、間違った解釈をしている。

【第2時】思考・判断・表現①：体ほぐしの運動で、「心と体の関係や心身の状態に気付く」、「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を選んでいる。(体の動かし方や行い方)(観察)

十分満足	(A)	「心と体の関係や心身の状態に気付く」、「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を適切に選ぶことができる。
おおむね満足できる	(B)	ねらいに応じた運動を選ぶことができる。
努力を要する	(C)	ねらいに応じた運動を選べない。

主体的に学習に取り組む態度③：健康・安全に留意している。(健康・安全)(観察・学習カード)

十分満足	(A)	安全上の留意点に配慮し、学習場面で行動したり、仲間にアドバイスしたりしようとしている。
おおむね満足できる	(B)	安全に留意し、自己や仲間がけがをしないよう行動している。
努力を要する	(C)	安全への留意が見られない。

【第3時】思考・判断・表現②：仲間とともに楽しむための運動の行い方を見付け、仲間に伝えている。(表現)(観察・学習カード)

十分満足	(A)	仲間とともに楽しむための運動の行い方を見付け、仲間に自分の考えを伝えたり、周りにも関わりを促したりすることができる。
おおむね満足できる	(B)	仲間とともに楽しむための運動の行い方を見付け、仲間に伝えている。
努力を要する	(C)	仲間に自分の考えを伝えたり、関わろうとしたりする行動が見られない。

主体的に学習に取り組む態度①：体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとしている。(愛好的態度)(観察・学習カード)

十分満足	(A)	授業でどんな運動でも主体的な姿勢や意欲の出現が見られる。
おおむね満足できる	(B)	声掛け等を通して主体的な姿勢や意欲が観察できる。
努力を要する	(C)	行動や記載から体的な姿勢や意欲が見られない。

【第4時】知識・技能(知識)②：体づくり運動の意義には、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動きを高める意義があることについて、言ったり書き出したりしている。(意義2)(学習カード)

十分満足	(A)	体づくり運動の意義について教員が伝えたことや自分の経験と関連した発言(記載)ができる。
おおむね満足できる	(B)	体づくり運動の意義について教員が伝えたことを理解できる。
努力を要する	(C)	体づくり運動の意義について教員が伝えたことについて、間違った解釈をしている。

主体的に学習に取り組む態度②：一人ひとりの違いに応じた動きなどを認めようとしている。(共生)(観察・学習カード)

十分満足	(A)	仲間の動きを認め、誰に対してもその態度が見られる。
おおむね満足できる	(B)	仲間の動きを認めようとし、主体的な姿勢や意欲が観察できる。
努力を要する	(C)	仲間の動きを認めようとする行動が見られない。

9 バルシューレの目標領域

戦術(A)	コーディネーション(B)	技術(C)
<p>・コート上の位置取り：コート上で、適切なタイミングで最良の位置をとることが問題となるような戦術的課題の設定(フリーになる動き/スペースの活用)。</p>	<p>・ボール感覚：ボールを巧みにコントロールするようなコーディネーション的課題の設定。</p>	<p>・ボール軌道の認識：飛んでくるボールの距離、方向、速度を先取りし、知覚することが問題となるような知覚系課題の設定。</p>
<p>・個人でのボールキープ：1対1の状況、すなわち一人の相手と対峙して、ボールキープを確実にいき、攻撃行動に導くことが問題となるような戦術的課題の設定。</p>	<p>・時間のプレッシャー：最小限の時間、または最大限のスピードで運動を実行することが問題となるようなコーディネーション的課題の設定。</p>	<p>・味方の位置と動きの認識：一人あるいは複数の味方の位置、走る方向ならびに速度を先取りし、知覚することが問題となるような知覚系課題の設定。</p>
<p>・協働的なボールキープ：味方と協働してボールキープを確実にいき、攻撃行動に導くことが問題となるような戦術的課題の設定。</p>	<p>・正確性のプレッシャー：できる限り正確に運動を実行することが問題となるようなコーディネーション的課題の設定。</p>	<p>・相手の位置と動きの認識：一人あるいは複数の相手の位置、走る方向ならびに速度を先取りし、知覚することが問題となるような知覚系課題の設定。</p>
<p>・個人での数的優位づくり：相手の妨害をかわし(時には簡単なフェイントを使って)、数的優位な状況をつくりだすことが問題となるような戦術的課題の設定。</p>	<p>・連続性のプレッシャー：次々と切り替わる運動を連続的に実行することが問題となるようなコーディネーション的課題の設定。</p>	<p>・ボールへのアプローチの決定：ボールにアプローチするために動かなければならない距離、方向、速度を先取りし、決定することが問題となるような知覚—運動系課題の設定。</p>
<p>・協働的な数的優位づくり：味方と協働して数的優位の状況をつくり出すことが問題となるような戦術的課題の設定。</p>	<p>・同時性のプレッシャー：多くの運動を同時に実行することが問題となるようなコーディネーション的課題の設定。</p>	<p>・着球点の決定：ボールに対する位置や距離、および最適なタイミング・場所を先取りし、着球点を決定することが問題となるような知覚—運動系課題の設定。</p>
<p>・ギャップとスペースの認識：パスや直接ゴールや得点につながる「突破」のチャンスを生じさせるオープンスペースを見つけることが問題となるような戦術的課題の設定。</p>	<p>・可変性のプレッシャー：変化する環境や状況の条件の中で運動を実行することが問題となるようなコーディネーション的課題の設定。</p>	<p>・ボールキープのコントロール：飛んでくるボールをキャッチ、キープし、操作することが問題となるような運動系課題の設定。</p>
<p>・スコアリングチャンスの活用：パスやシュート、あるいは目標ゾーンへの到達などのためのコート上のオープンスペースを、最適なポジション、最適なタイミングで活用することが問題となるような戦術的課題の設定。</p>	<p>・負荷のプレッシャー：身体的、体力的、または精神的負荷条件の下で運動を実行することが問題となるようなコーディネーション的課題の設定。</p>	<p>パスのコントロール：ボールを打ったり、蹴ったり、投げたりするとき、ボールの投射方向(角度)や力の入れ具合を調整することが問題となるような運動系課題の設定。</p>

10 指導と評価の計画

時間	1	2	3	4	
ねらい	学習のルールを理解し、体を動かす楽しさを味わい、仲間と協力してゲームを行う。		一人ひとりの違いに応じた動きを認め、ゲームを楽しむ。		
学習過程	0	1 挨拶、出席確認、健康観察 2 オリエンテーション ・ルール(学習カードに記載のルールの確認+考えさせる) ・単元の目標について	1 挨拶、出席確認、健康観察、ルールの再確認 2 本時の学習内容の確認 3 バルシューレ B13 二人組投げ上げキャッチ 前回の復習 C26 風船遊び チームで協力して風船を床に落とさずに打ち続ける。 ★水分補給 B20 ボール回し ボールを様々な身体部位の周りで回す。	1 挨拶、出席確認、健康観察、ルールの再確認 2 本時の学習内容の確認 3 バルシューレ C22 背後ボールキャッチ 二人組で前後に立ち、前の人には足を開いて立つ。後ろにいる人がその足の間からボールを転がし、ボールを足で止める。 ※二人組作戦会議 ★水分補給	1 挨拶、出席確認、健康観察、ルールの再確認 2 本時の学習内容の確認 3 バルシューレ B3 コーンボールキャッチ 二人組で転がしたボール(卓球、少し小さめのボール)をコーンでキャッチする。慣れてくれば、左右に転がしたり、軽くバウンドさせたりする。 ※二人組作戦会議 ★水分補給
	10	3 バルシューレ B1 風船+キャッチ 風船を打ち上げ、課題をしてから、キャッチする。 C3 風船+スティック 柔らかいスティックと風船を1個ずつ持ち風船を落とさないように打ち続ける。 ★水分補給 B13 二人組投げ上げキャッチ 二人一組になり、各自1個の風船を持つ。2~3m離れて立つ。二人が同時に風船を投げ上げ、素早く場所を入れ替わり相手のボールを床に落とさないうでキャッチする。円になってみんなで実施する。 ★水分補給	B21 バランス 様々な身体部位の上でボールを落とさないようにバランスを取る。 ★水分補給 A12 UFOを追い出せ 2チームに分かれ、各自1~2個のボールを持つ。中央にバランスボールを1個置く。スタートの合図でバランスボールに自分のボールを当てて相手コート側に追い出す。 ※二人組作戦会議	B4 宝探し 2チームに分かれ、一方のチームが並べたコーンの中にボールを隠す。ボールを1個見付けるたびにかごの中に投げ入れる。すべてのボールを入れ終えた時間を競う。 ※グループ作戦会議	C2 ダンプカー プレーヤーは二人一組になり、各組でスティックを持ち、その上にボールを乗せて運び、かごの中に入れる。これを連続して行う。
	20	B13 二人組投げ上げキャッチ 二人一組になり、各自1個の風船を持つ。2~3m離れて立つ。二人が同時に風船を投げ上げ、素早く場所を入れ替わり相手のボールを床に落とさないうでキャッチする。円になってみんなで実施する。 ★水分補給 A39 空飛ぶ風船 1個の風船をチーム内でショットタッチし、空中に放り上げて床に落とさないようにする。2個、3個と風船を増やす。	A5 あてっこ(アレンジ) 2m~6mくらい先にコーンを置き、座った状態でコーンに向かってボールを投げ、コーンを倒す。倒したら自分でコーンを直す。ボールを自分で拾いに行く。	A5 あてっこ 2チームに分かれ、中央にコーンを置く。一人1個以上のボールを準備し、コーンに向かってボールを投げ、相手コート側にコーンを倒す。 ※グループ作戦会議	A12 UFOを追い出せ 2チームに分かれ、各自1~2個のボールを持つ。中央にバランスボールを1個置く。スタートの合図でバランスボールに自分のボールを当てて相手コート側に追い出す。 ※グループ作戦会議
	30	4 本時の振り返り 次時への見通しをもつ 学習カードの記入	4 本時の振り返り 次時への見通しをもつ 学習カードの記入	4 本時の振り返り 次時への見通しをもつ 学習カードの記入	4 本時の振り返り 学習カードの記入 事後アンケート
	40	5 健康観察、挨拶	5 健康観察、挨拶	5 健康観察、挨拶	5 健康観察、挨拶
評価機会	時間	1	2	3	4
	知	①			②
	運				
	思		①	②	
態		③	①	②	

11 本時の展開(4時間扱いの1時間目)

①本時の目標

- (1) 体づくり運動の意義には、心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わう意義があることについて、言ったり書き出したりすることができるようにする。  
 (2) 体ほぐしの運動で、「心と体の関係や心身の状態に気付く」、「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を選ぶことができるようにする。  
 (3) 健康・安全に留意することができるようにする。

②本時の評価

知識・技能(知識)①：体づくり運動の意義には、心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わう意義があることについて、言ったり書き出したりしている。  
 (観察・学習カード)

③本時の展開

時間	学習内容・学習活動	教員の支援の工夫			その他の支援(環境、ルールの工夫) バルシューレの目標領域
		A 心理的な安定	B 人間関係の形成	C コミュニケーション	
導入 5分	1 挨拶、出席確認、健康観察をする。[A-①②、B-①] 2 オリエンテーション[A-③④、C-①] ・学習の約束について考える(掲示物)。 ・どこまで頑張れるか確認する。 ・単元の目標について確認する。 補助発問●運動部活動に入っている人は、なぜ入っているの? ●ストレッチするとどうなる? 本時の目標の確認:学習のルールを理解する。運動を楽しむ。	①生徒の出欠確認を行い、健康状態を把握する。 ②始まりを明確にする。 ③皆(自分も含め)が授業を楽しむためにルールを守ることを再確認させる。 クールダウンスペースの確認 ④どこまで頑張れるのかを本人に確認し事前に決める。【約束】	①名前を呼び、来てくれたことに拍手する。【教員の支援】	①困ったら誰かに頼ることも「自立」であることを伝える。	単元の目標について 体→疲れる、早く寝れる、健康、気持ちがいい、痛い。 心→楽しい、協力、達成感、自信、リラックス、会話。 ※みんな楽しんで遊ぶことが大事ということを再確認させる。  クールダウンスペースを確保する。
展開 25分	3 バルシューレ B1 風船+キャッチ 風船を打ち上げ、課題をしてからキャッチする。①投げる→キャッチ②蹴る→キャッチ③投げる→座る→キャッチ④ヘディング ⑤投げる→体タッチ→キャッチ	B1【活動内容の工夫】 風船を使うことで難易度を下げ、楽しく、授業への苦手感をなくす。 難しいことも自分のできる範囲で実施させる。	B1【教員の支援】 それぞれの工夫を褒める。 【グループ編成】二人組を自由に決めさせる。決まりそうにないところは教員がフォローする。	B1【グループ編成】【教員の支援】 ペアが決まらないときの気持ちを共有する。他人に興味を持つ。	B1 連続性のプレッシャー 道具(風船)の操作に慣れる。 バリエーションを増やしていく。 ★体ほぐし
	C3 風船+スティック 柔らかいスティックと風船を一個ずつ持ち風船を落とさないように打ち続ける。二人組でラリー B13 二人組投げ上げキャッチ(風船) 二人一組になり、各自1個の風船を持つ。2~3m離れて立つ。二人が同時に風船を投げ上げ、素早く場所を入れ替わり相手のボールを床に落とさないでキャッチする。※二人組作戦会議 ①3人~9人一組で円を作って回る。※グループ作戦会議	C3・B13【教員の支援】 失敗してもチャレンジしたことを褒める。	C3・B13【グループ編成】 様子を見て二人組の相手を変えられるようなら変える。	B13【グループ編成】 二人組に慣れてから複数人のグループでの作戦会議にする。 【場の工夫】 どれくらい投げ上げるのか、合言葉をどうするのか、作戦を決めさせる。	C3 着球点の決定 道具(スティック)の操作に慣れる。 B13 時間のプレッシャー、正確性のプレッシャー 二人組を変えることで今後のグループでの活動をスムーズにする。 ★巧みな動き
	水分補給	【場の工夫】体調(気分)確認			
	A39 空飛ぶ風船 スタートの合図で1個の風船をチーム内でショートタッチし、空中に放り上げ床に落とさないようにする。2個、3個と風船を増やす。		A39【約束、ルール、規律】 ゲーム開始、終了で挨拶をさせる。	A39【場の工夫】グループで予測、目標を決める〇分間で連続何回つなげることができるか?(予測を聞く)・回数目標を決めて、実践させる。(目標を聞く)	A39 位置取り、協働ボールキープ ★巧みな動き
10分 まとめ	4 本時の振り返り、次時への見通しをもつ。[A-⑤、C-②] ・学習カードを記入する。 5 健康観察、挨拶[A-⑥]	⑤自分で決めた目標に対して達成度を褒める。 ⑥終わりを明確にする。		②学習カードの記入を促す。【場の工夫】交流級での活動の練習としてカードの記入を行う。	

11 本時の展開（4時間扱いの2時間目）

①本時の目標

- (1) 体づくり運動の意義には、心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わう意義があることについて、言ったり書き出したりすることができるようにする。
- (2) 体ほぐしの運動で、「心と体の関係や心身の状態に気付く」、「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を選ぶことができるようにする。
- (3) 健康・安全に留意することができるようにする。

②本時の評価

思考・判断・表現①：体ほぐしの運動で、「心と体の関係や心身の状態に気付く」、「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を選んでいる。  
主体的に学習に取り組む態度③：健康・安全に留意している。

③本時の展開

時間	学習内容・学習活動	教員の支援の工夫			その他の留意点(環境、ルールの工夫) バルシューレの目標領域
		A 心理的な安定	B 人間関係の形成	C コミュニケーション	
導入 5分	1 挨拶、出席確認、健康観察をする。[A-①②、B-①] 2 本時のねらい、学習内容の確認、準備運動[A-③④、C-①] ・ルールの確認と追加事項がないか確認する。 ・どこまで頑張れるかを確認する。 本時の目標の確認: <b>運動を楽しむ。仲間と協力する。</b>	①生徒の出欠確認を行い、健康状態を把握する。 ②始まりを明確にする。 ③ルールを守ることを再確認させる。 ④どこまで頑張れるかを本人に確認し事前に決める。【約束】	①名前を呼び、来てくれたことに拍手する。【教員の支援】	①困ったら誰かに頼ることも「自立」であることを伝える。	クールダウンスペースを確保する。
展開 35分	3 バルシューレ 前回の復習 <b>B13 二人組投げ上げキャッチ (風船)</b>  <b>C26 風船遊び</b> チームで協力して風船を床に落とさずに打ち続ける。			<b>B13</b> 【場の工夫】 二人組→グループ どれくらい投げ上げるのか、合言葉をどうするのか、作戦を決めさせる。 <b>C26</b> 【場の工夫】 風船の数、目標時間を決めさせる。	<b>C26</b> アプローチの決定、味方の認識 コートは武道場の量の枠 最終的な風船の数は、チームの人数+1~2個が目安。 バリエーション: 目的地まで運ぶ、時間で区切る ★巧みな動き
	水分補給 <b>B20 ボール回し</b> ボールを様々な身体部位の周りで回す。歩きながらや走りながら同様に回す。	【場の工夫】体調(気分)確認	<b>B20</b> 【教員の支援】 どこで回すかを紹介して、褒める。	<b>B20</b> 【場の工夫】 どこの部分で回すかを考えさせる。	<b>B20</b> ボール感覚、正確性のプレッシャー 体づくり(柔軟な動き)を入れる。長座で体の周りを回す。 ★体の柔らかさ、巧みな動き
	<b>B21 バランス</b> 様々な身体部位の上でボールを落とさないようにバランスを取る。 最初は手のひらなどで行い、徐々に指先など小さい部分でバランスを取る。		<b>B21</b> 【教員の支援】 どこでバランスを取るかを紹介して、褒める。	<b>B21</b> 【場の工夫】 どこの部分でバランスを取らせるかを考えさせる。	<b>B21</b> ボール感覚、正確性のプレッシャー ・バランスを取る場所を各自決めさせる。 ★巧みな動き
	水分補給 <b>A12 UFO を追い出せ</b> 2チームに分かれ、各自1~2個のボールを持つ。中央にバランスボールを1個置く。スタートの合図で目標ボールに自分のボールを当てて相手コート側に追い出す。※グループ作戦会議 <b>A5 あてっこ(アレンジ)</b> 2m~6mくらい先にコーンを置き、座った状態でコーンに向かってボールを投げ、コーンを倒す。倒したら自分でコーンを直す。ボールを自分で拾いに行く。	【場の工夫】体調(気分)確認 <b>A12</b> 【場の工夫】 当たらない生徒が多いときは個人練習時間も設ける。  <b>A5</b> 【場の工夫】 ※「UFO を追い出せ」に参加できなかった生徒がいたので、あてっこをアレンジしたメニューを設けた。	<b>A12</b> 【約束、ルール、規律】 ゲーム開始、終了で挨拶をさせる。 当たらなくても責めない指導を事前しておく。	<b>A12</b> 【場の工夫】 役割分担やねらい方などの作戦を決めさせる。	<b>A12</b> スコアリングチャンス ★力強い動き
	4 本時の振り返り、次時への見通しをもつ。[A-⑤、C-②] ・学習カードを記入する。 5 健康観察、挨拶[A-⑥]	⑤自分で決めた目標に対して達成度を褒める。 ⑥終わりを明確にする。		②学習カードの記入を促す。【場の工夫】交流級での活動の練習としてカードの記入を行う。	

11 本時の展開(4時間扱いの3時間目)

①本時の目標

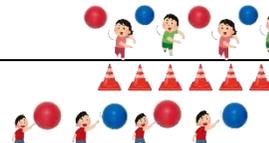
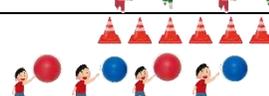
- (1)体づくり運動の意義には、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動きを高める意義があることについて、言ったり書き出したりできるようにする。
- (2)仲間とともに楽しむための運動の行い方を見付け、仲間伝えている。
- (3)体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとすることができるようにする。

②本時の評価

思考・判断・表現②：仲間とともに楽しむための運動の行い方を見付け、仲間伝えている。(表現)(観察・学習カード)

主体的に学習に取り組む態度①：体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとしている。(観察・学習カード)

③本時の展開

時間	学習内容・学習活動	教員の支援の工夫			その他の留意点(環境、ルールの工夫) バルシューレの目標領域
		A 心理的な安定	B 人間関係の形成	C コミュニケーション	
導入 5分	1 挨拶、出席確認、健康観察をする。[A-①②、B-①] 2 本時のねらい、学習内容の確認、準備運動[A-③④、C-①] ・ルールの確認と追加事項がないか確認する。 ・どこまで頑張れるかを確認する。 本時の目標の確認：一人ひとりの違いに応じた動きを認め、ゲームを楽しむ。	①生徒の出欠確認を行い、健康状態を把握する。 ②始まりを明確にする。 ③ルールを守ることを再確認させる。 ④どこまで頑張れるかを本人に確認し事前に決める。【約束】	①名前を呼び、来てくれたことに拍手する。【教員の支援】	①困ったら誰かに頼ることも「自立」であることを伝える。	クールダウンスペースを確保する。
展開 35分	<b>C22 背後ボールキャッチ</b> 二人組で前後に立ち、前の人は足を開いて立つ。後ろにいる人がその足の間からボールを転がし、ボールを足で止める。(上から投げて、1～2バウンドでキャッチする)※二人組作戦会議		<b>C22【教員の支援】</b> 相手に応じて転がすスピードを考える。	<b>C22【場の工夫】</b> 足で止める前にアクションを入れさせる。(→腕立て、トンネルなど見本を見せる)	<b>C22</b> アプローチの決定、キープのコントロール →相手に合わせ投げる加減を考える。
	<b>B4 宝探し</b> 2チームに分かれ、一方のチームが並べたコーンの中にボールを隠す。もう一方のチームは、ボールを隠すところを見ないようにする。ボールを1個見付けるたびに籠の中に投げ入れる。すべてのボールを入れ終えた時間を競う。※グループ作戦会議		<b>B4【場の工夫】</b> 見たコーン、見てないコーンについて声を掛け合いながら宝探しをするようにさせる。 コーンを開けたら、かごをもっている教員にハイタッチ(グーでもO)してから次のコーンを開けさせる。 【約束、ルール、規律】 ゲーム開始、終了で挨拶をさせる。	<b>B4【場の工夫】</b> ・どこに入れるか ・どこから探すかの作戦を決めさせる。	<b>B4</b> 時間のプレッシャー ・O分で何個見付けられるか。 OR O個見付けるのに何分かかかるか。  ※コーンの先端にボールをつめないようにする。
	水分補給	<b>【場の工夫】</b> 体調(気分)確認			
	<b>A5 あてっこ</b> 2チームに分かれ、中央にコーンを置く。一人1個以上のボールを準備し、コーンに向かってボールを投げ、相手コート側にコーンを倒す。※グループ作戦会議	<b>A5【場の工夫】</b> 当たらない生徒が多いときは個人練習時間も設ける。	<b>A5【約束、ルール、規律】</b> ゲーム開始、終了で挨拶をさせる。	<b>A5【場の工夫】</b> 役割分担やねらい方などの作戦を決めさせる。	<b>A5</b> スコアリングチャンス 体づくり(力強い動き)を入れる。 ★力強い動き 
10分 まとめ	4 本時の振り返り、次時への見通しをもつ。[A-⑤、C-②] ・学習カードを記入する。 5 健康観察、挨拶[A-⑥]	⑤自分で決めた目標に対して達成度を褒める。 ⑥終わりを明確にする。		②学習カードの記入を促す。【場の工夫】交流級での活動の練習としてカードの記入を行う。	

11 本時の展開（4時間扱いの4時間目）

①本時の目標

- (1) 体づくり運動の意義には、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動きを高める意義があることについて、言ったり書き出したりできるようにする。  
 (2) 体ほぐしの運動で、「心と体の関係や心身の状態に気付く」、「仲間と積極的に関わり合う」ことを踏まえてねらいに応じた運動を選ぶことができるようにする。  
 (3) 体づくり運動の学習に積極的に取り組もうとすることができるようにする。

②本時の評価

知識・技能(知識)②体づくり運動の意義には、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動きを高める意義があることについて、言ったり書き出したりしている。(学習カード)  
 主体的に学習に取り組む態度②：一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとしている。(観察・学習カード)

③本時の展開

時間	学習内容・学習活動	教員の支援の工夫			その他の留意点(環境、ルールの工夫) バルシューレの目標領域
		A 心理的な安定	B 人間関係の形成	C コミュニケーション	
導入 5分	1 挨拶、出席確認、健康観察をする。[A-①②、B-①] 2 本時のねらい、学習内容の確認、準備運動[A-③④、C-①] ・ルールの確認と追加事項がないか確認する。 ・どこまで頑張れるかを確認する。 本時の目標の確認：一人ひとりの違いに応じた動きを認め、ゲームを楽しむ。	①生徒の出席確認を行い、健康状態を把握する。 ②始まりを明確にする。 ③ルールを守ることを再確認させる。 ④どこまで頑張れるかを本人に確認し事前に決める。【約束】	①名前を呼び、来てくれたことに拍手する。【教員の支援】	①困ったら誰かに頼ることも「自立」であることを伝える。	クールダウンスペースを確保する。
展開 35分	3.バルシューレ B3 コーンボールキャッチ 二人組で投げたボール(卓球、少し小さめのボール)をコーンでキャッチする。慣れてくれば、左右に転がしたり、軽くバウンドさせたりする。 ※二人組作戦会議	B3【場の工夫】 使用するボールを選ばせる。 【教員の支援】 生徒の実態に応じてボールを提案する。	B3【教員の支援】 声を掛け合ってパスをさせる。	B3【場の工夫】 どんなパスをするか相談させる。	B3正確性のプレッシャー
	水分補給	【場の工夫】体調(気分)確認			
	C2 ダンプカー プレーヤーは二人一組になり、各組でスティックを持ち、その上にボールを乗せて運び、かごの中に入れる。これを連続して行う。※グループ作戦会議	C2【教員の支援】 落としてもいいということを事前に伝えておく。	C2【教員の支援】 息を合わせて運ぶことを伝える。	C2【場の工夫】 別のグループに受け渡すときにどうすればスムーズに渡せるのか作戦を決めさせる。	C2①二人で運ぶ ②背を向けて(柔軟)③パス ⑤いろんなボールで)
	水分補給	【場の工夫】体調(気分)確認			
	A12 UFOを追い出せ 2チームに分かれ、各自1~2個のボールを持つ。中央にバランスボールを1個置く。スタートの合図で目標ボールに自分のボールを当てて相手コート側に追い出す。※グループ作戦会議	A12【場の工夫】 当たらない生徒が多いときは個人練習時間も設ける。	A12【約束、ルール、規律】 ゲーム開始、終了で挨拶をさせる。 当たらなくても責めない指導を事前しておく。	A12【場の工夫】 役割分担やねらい方などの作戦を決めさせる。	A12スコアリングチャンス ★力強い動き
10 まとめ	4 本時・単元の振り返り。[A-⑤、C-②] ・学習カードを記入する。 5 健康観察、挨拶[A-⑥]	⑤自分で決めた目標に対して達成度を変める。 ⑥終わりを明確にする。		②学習カードの記入を促す。【場の工夫】交流級での活動の練習としてカードの記入を行う。	



がくしゅう もくひょう  
◎学習の目標

- ・運動の楽しさや気持ちよさを感じて、自分から進んで仲間と関わろう。
- ・自分や仲間の考えを、みんなに伝えよう。
- ・健康や安全に気をつけて、一人ひとり違った動きややり方があることを大切にしよう。

じぶん もくひょう  
◎自分の目標

がくしゅう ながれ  
◎学習の流れ

じかん 時間	がくしゅう ないよう よてい 学習の内容(予定)	がくしゅう もくひょう 学習の目標
1	<input type="checkbox"/> オリエンテーション <input type="checkbox"/> 風船+キャッチ <input type="checkbox"/> 風船+スティック <input type="checkbox"/> 二人組投げ上げキャッチ <input type="checkbox"/> 空飛ぶボール(風船)	体づくりの運動には、心と体をほぐし、気持ちよくなったり、楽しい気分になったりする大切な意味があります。そのことを、自分の言葉で話したり、文章に書いたりできるようにしましょう。
2	<input type="checkbox"/> 風船遊び <input type="checkbox"/> ボール回し <input type="checkbox"/> バランス <input type="checkbox"/> UFO を追い出せ	心と体のつながりや、自分の気持ち、体の様子に気づいたり、仲間と楽しく関わったりすることを大切にしましょう。そのうえで、目的に合った運動を自分で選べるようにしましょう。 ルールを守り、健康安全に気を付けましょう。
3	<input type="checkbox"/> 背後ボールキャッチ <input type="checkbox"/> 宝探し <input type="checkbox"/> あてっこ	仲間と一緒に楽しく運動するためのやり方を見つけて、みんなに教えられようようにしましょう。 体づくり運動の学習に、自分から進んで取り組みましょう。
4	<input type="checkbox"/> コーンボールキャッチ <input type="checkbox"/> ダンプカー <input type="checkbox"/> UFO を追い出せ	体づくりの運動には、体をやわらかくしたり、上手に動けるようになったり、力強く動けるようになる大切な意味があります。そのことを、自分の言葉で話したり、文章に書いたりできるようにしましょう。 一人ひとり違った動きややり方があることに気づいて、いいところを認めましょう。

ねん ぐみ ばん  
年 組 番

なまえ  
名前

■ ルールの確認

<p>(1) ルール</p> <p>① 田中先生が手を挙げたら集合の合図。</p> <p>② 運動場所を確保しよう!</p> <p>左右前後十分な広さがあるかの確認!</p> <p>③ 爪を短く切っておこう!</p> <p>④ 水分補給・休けいしよう!</p>	<p>(2) 困ったとき、イライラしたときは?</p> <p>① ひと呼吸しよう。</p> <p>② 近くの先生に相談しよう。</p> <p>③ クールダウンスペースへ行こう。</p> <p>物にも、人にも、暴言・暴力は絶対ダメ</p> <p>→ 守れないときは参加停止もある。</p>	<p>(3) 先生からのお願い</p> <p>① 思いっきり楽しもう。</p> <p>② 「私はこちら思う!」を話してみよう。</p> <p>③ みんなでほっとする環境を作ろう。</p> <p>(チャレンジには拍手、励ましあい)</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

< やまゆり 保健体育 「体づくり運動」 >

たんげんめい 単元名	ひょうか かんてん きじゆん 評価の観点 (B規準)	かくかんてん 各観点			ひょうか 評価	せんせい 先生から
		しゅたいてき 主体的	しはんひょう 思判表	ち 知		
からだ 体づくり	ルールやマナーを守って、健康や安全に気をつけて行動することができた。	●				
うんどう 運動	体づくり運動の学習に、自分から進んで取り組むことができた。	●				
	一人ひとり違った動きややり方があることに気づいて、いいところを認めようとしていた。	●				
	話し合いの中で、仲間とどう関わればよいかを見つけることができた。		●			
	話し合いに進んで参加して、自分や仲間の考えをほかの人に伝えることができた。		●			
	目的に合った運動を自分でえらぶことができた。		●			
	心と体がつながっていることや、自分の気持ちや体の様子に気づくことができた。			●		
	心と体をほぐして、体を動かす楽しさや気持ちよさを感じるこの大切さを、自分の言葉で話したり書いたりすることができた。			●		
	体をやわらかくしたり、上手に動いたり、力強く動けるようになるこの大切さを、自分の言葉で話したり書いたりすることができた。			●		
じこひょうか 自己評価	<p>AO (十分に満足できるもののうち、特に程度が高いと判断されるもの)</p> <p>A (十分に満足できると判断できるもの)</p> <p>B (おおむね満足できると判断されるもの)</p> <p>CO (努力を要すると判断されるもの)</p> <p>C (いっそうの努力を要すると判断されるもの)</p>					

「バルシューレ」とは?

・ドイツ発祥のボール運動プログラム

A戦術 B コーディネーション C技術 の3つがある



①授業で必要だと思いうルールを書いてみましょう。付けたし OK。

汚い言葉を使わず優しい声掛けをする。 時間を守る。 道具を勝手に触らない。使いたいときは先生に確認する。

道具で誰かを傷つけない。外には行かずクールダウンスペースに行く。

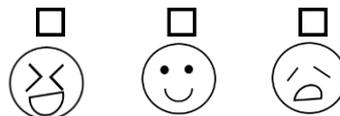
②運動をすると体と心はどんな変化が起こりますか？

体（からだ）	心（こころ）

③バルシューレの振り返り

プログラム	【満足度】				
	1楽しかった	2やや楽しかった	3どちらでもない	4やや楽しかった	5楽しかった
<input type="checkbox"/> 風船+キャッチ	☹	. 2 . 3 . 4 . 5	☺		
<input type="checkbox"/> 風船+スティック	☹	. 2 . 3 . 4 . 5	☺		
<input type="checkbox"/> 二人組投げ上げキャッチ	☹	. 2 . 3 . 4 . 5	☺		
<input type="checkbox"/> 空飛ぶボール(風船)	☹	. 2 . 3 . 4 . 5	☺		
<input type="checkbox"/> 風船遊び	☹	. 2 . 3 . 4 . 5	☺		
<input type="checkbox"/> ボール回し	☹	. 2 . 3 . 4 . 5	☺		
<input type="checkbox"/> バランス	☹	. 2 . 3 . 4 . 5	☺		
<input type="checkbox"/> UFO を追い出せ	☹	. 2 . 3 . 4 . 5	☺		
<input type="checkbox"/> 背後ボールキャッチ	☹	. 2 . 3 . 4 . 5	☺		
<input type="checkbox"/> 宝探し	☹	. 2 . 3 . 4 . 5	☺		
<input type="checkbox"/> あてっこ	☹	. 2 . 3 . 4 . 5	☺		
<input type="checkbox"/> コーンボールキャッチ	☹	. 2 . 3 . 4 . 5	☺		
<input type="checkbox"/> ダンプカー	☹	. 2 . 3 . 4 . 5	☺		

がくしゅう だいじ 10月21日(火) いま きも  
**<学習カード①>第1時 10月21日(火) 今の気持ち**



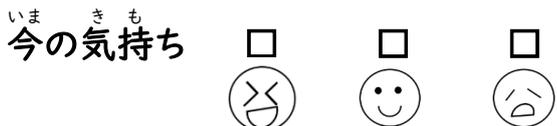
きょう もくひょう  
**今日の目標**

からだ うんどう こころ からだ きも たの きぶん たいせつ いみ  
 体つくりの運動には、心と体をほぐし、気持ちよくなったり、楽しい気分になったりする大切な意味があります。  
 そのことを、自分の言葉で話したり、文章に書いたりできるようにしましょう。

かつどうないよう  
**活動内容**

- 風船+キャッチ  風船+スティック  二人組投げ上げキャッチ  空飛ぶボール(風船)

かつどう ふ かえ  
**活動の振り返り①**



質問 しつもん	答え こたえ
①ふかくこころに残ることや感動することがありましたか。	はい どちらでもない いいえ
②今までできなかったこと(運動や作戦)ができるようになりましたか。	はい どちらでもない いいえ
③「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか」と思うことがありましたか。	はい どちらでもない いいえ
④精一杯、全力を尽くして運動することができましたか。	はい どちらでもない いいえ
⑤楽しかったですか。	はい どちらでもない いいえ
⑥自分から進んで学習することができましたか。	はい どちらでもない いいえ
⑦自分のめあてにむかって何回も練習できましたか。	はい どちらでもない いいえ
⑧友だちと協力して、なかよく学習できましたか	はい どちらでもない いいえ
⑨友だちとお互いに教えたり、助けたりしましたか。	はい どちらでもない いいえ

かつどう ふ かえ  
**活動の振り返り②**

質問 しつもん	答え こたえ
①楽しかった活動とその理由(動き、作戦など)を教えてください。	<input type="checkbox"/> 風船+キャッチ <input type="checkbox"/> 風船+スティック <input type="checkbox"/> 二人組投げ上げキャッチ <input type="checkbox"/> 空飛ぶボール
②難しかった活動とその理由(動き、作戦など)を教えてください。	<input type="checkbox"/> 風船+キャッチ <input type="checkbox"/> 風船+スティック <input type="checkbox"/> 二人組投げ上げキャッチ <input type="checkbox"/> 空飛ぶボール
③ <input type="text"/> さんのよかったところを教えてください。	
④伝えたいことがあれば…	

がくしゅう だいじ  
**<学習カード②>第2時**

10月23日(木)

いま きも  
 今の気持ち



きょう もくひょう  
**今日の目標**

からだ うんどう ころろ からだ じぶん きも からだ ようす き なかま たの かか  
 体をほぐす運動をするときは、心と体のつながりや、自分の気持ち・体の様子に気づいたり、仲間と楽しく関わったりすることを大切に  
 しましょう。そのうえで、もくてき あ うんどう じぶん たら  
 目的に合った運動を自分で選べるようにしましょう。ルールを守り、健康安全に気を付けましょう。

かつどう ないよう  
**活動内容**

ふうせんあそび  ボールまわし  バランス  UFOを追い出せ

かつどう ふい かい  
**活動の振り返り①**

いま きも  
 今の気持ち



質問 しつもん	答え こたえ
①ふかく心に残ることや感動することがありましたか。	はい どちらでもない いいえ
②今までできなかったこと(運動や作戦)ができるようになりましたか。	はい どちらでもない いいえ
③「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか」と思うことがありましたか。	はい どちらでもない いいえ
④精一杯、全力を尽くして運動することができましたか。	はい どちらでもない いいえ
⑤楽しかったですか。	はい どちらでもない いいえ
⑥自分から進んで学習することができましたか。	はい どちらでもない いいえ
⑦自分のめあてにむかって何回も練習できましたか。	はい どちらでもない いいえ
⑧友だちと協力して、なかよく学習できましたか	はい どちらでもない いいえ
⑨友だちとお互いに教えたり、助けたりしましたか。	はい どちらでもない いいえ

かつどう ふい かい  
**活動の振り返り②**

質問 しつもん	答え こたえ
①楽しかった活動と その理由(動き、作戦など) を教えてください。	ふうせんあそび <input type="checkbox"/> ボールまわし <input type="checkbox"/> バランス <input type="checkbox"/> UFOを追い出せ <input type="checkbox"/>
②難しかった活動と その理由(動き、作戦など) を教えてください。	ふうせんあそび <input type="checkbox"/> ボールまわし <input type="checkbox"/> バランス <input type="checkbox"/> UFOを追い出せ <input type="checkbox"/>
③ <input type="text"/> さんのよかった ところを教えてください。	
④伝えたいことがあれば…	

がくしゅう だい じ か  
 <学習カード③>第3時 10月28日(火)

いま きも  
 今の気持ち

きょう もくひょう  
 今日の日標



からだ うんどう からだ じょうず うご ちからづよ うご たいせつ いみ  
 体づくりの運動には、体をやわらかくしたり、上手に動けるようになったり、力強く動けるようになる大切な意味があります。  
 そのことを、自分の言葉で話したり、書いたりできるようにしましょう。

かつどう ないよう  
 活動内容

はいご たからさが  
 背後ボールキャッチ  宝探し  あてっこ

かつどう ふ かい  
 活動の振り返り①

いま きも  
 今の気持ち



質問 しまん	答え こたえ
①ふかく心に残ることや感動することがありましたか。	はい どちらでもない いいえ
②今までできなかったこと(運動や作戦)ができるようになりましたか。	はい どちらでもない いいえ
③「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか」と思うことがありましたか。	はい どちらでもない いいえ
④精一杯、全力を尽くして運動することができましたか。	はい どちらでもない いいえ
⑤楽しかったですか。	はい どちらでもない いいえ
⑥自分から進んで学習することができましたか。	はい どちらでもない いいえ
⑦自分のめあてにむかって何回も練習できましたか。	はい どちらでもない いいえ
⑧友だちと協力して、なかよく学習できましたか	はい どちらでもない いいえ
⑨友だちとお互いに教えたり、助けたりしましたか。	はい どちらでもない いいえ

かつどう ふ かい  
 活動の振り返り②

質問 しまん	答え こたえ
①楽しかった活動とその理由(動き、作戦など)を教えてください。	<input type="checkbox"/> 背後ボールキャッチ <input type="checkbox"/> 宝探し <input type="checkbox"/> あてっこ
②難しかった活動とその理由(動き、作戦など)を教えてください。	<input type="checkbox"/> 背後ボールキャッチ <input type="checkbox"/> 宝探し <input type="checkbox"/> あてっこ
③ <input type="text"/> さんのよかったところを教えてください。	
④伝えたいことがあれば…	

がくしゅう だい じ きん  
 <学習カード④>第4時 10月31日(金)

いま きも  
 今の気持ち

きょう もくひょう  
 今日の目標



なかま いっしょ たの うんどう かた み おし  
 仲間と一緒に楽しく運動するためのやり方を見つけて、みんなに教えられるようにしましょう。

かつどう ないよう  
 活動内容

コーンボールキャッチ  ダンプカー  UFO を追い出せ

かつどう ふ かえ  
 活動の振り返り①

いま きも  
 今の気持ち



質問 しまもん	答え こたえ
①ふかく心に残ることや感動することがありましたか。	はい どちらでもない いいえ
②今までできなかったこと(運動や作戦)ができるようになりましたか。	はい どちらでもない いいえ
③「あっ、わかった!」とか「あっ、そうか」と思うことがありましたか。	はい どちらでもない いいえ
④精一杯、全力を尽くして運動することができましたか。	はい どちらでもない いいえ
⑤楽しかったですか。	はい どちらでもない いいえ
⑥自分から進んで学習することができましたか。	はい どちらでもない いいえ
⑦自分のめあてにおかかって何回も練習できましたか。	はい どちらでもない いいえ
⑧友だちと協力して、なかよく学習できましたか	はい どちらでもない いいえ
⑨友だちとお互いに教えたり、助けたりしましたか。	はい どちらでもない いいえ

かつどう ふ かえ  
 活動の振り返り②

質問 しまもん	答え こたえ
①楽しかった活動とその理由(動き、作戦など)を教えてください。	<input type="checkbox"/> コーンボールキャッチ <input type="checkbox"/> ダンプカー <input type="checkbox"/> UFO を追い出せ②
②難しかった活動とその理由(動き、作戦など)を教えてください。	<input type="checkbox"/> コーンボールキャッチ <input type="checkbox"/> ダンプカー <input type="checkbox"/> UFO を追い出せ②
③ <input type="text"/> さんのよかったところを教えてください。	
④伝えたいことがあれば…	

## 授業に関するアンケート

今後の「やまゆり」の授業をよりよくするためにアンケートにご協力をお願いします。  
アンケートの回答が、成績にかかわったりすることはありません。思った通りに答えてください。

クラス	年 組	名 前	
-----	-----	-----	--

1. 学校は楽しい。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

2. 交流級は落ち着く場所である。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

3. 「やまゆり」は落ち着く場所である。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

4. 学校に行きたくないと思うことがある。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

5. 自分の居場所がないと感じることがある。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

6. 成績はいいほうだ。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

7. 授業が難しくついていけないことがある。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

8. 先生は自分の相談を聞いてくれる。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

9. 困ったときに頼れる先生がいる。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

10. 尊敬できる先生がいる。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

11. 今の自分に満足している。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

12. 自分には人に負けない得意分野がある。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

13. 自分でも人の役に立てることがあると思う。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

14. 自分はダメな人間だと思うことがある。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

15. 自分の性格で嫌だと思うことが多い。

<input type="checkbox"/> あてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> あてはまらない
--------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	----------------------------------

授業に関するアンケート

16. 相手に自分の気持ちをきちんと伝えるのが得意です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

17. 気持ちをすなおに人に伝えます。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

18. 感じていることをわかりやすく伝えます。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

19. 気持ちをことばで表現するのが得意です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

20. 相手に伝わるように思っていることを伝えます。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

21. 感じていることを正直に人に伝えます。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

22. 相手にきちんと伝わるように、自分の感じていることを話します。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

23. 思っていることを表情で表現するのが得意です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

24. 気持ちが乱れているときに、いつもどおり行動するのが苦手です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

25. 気持ちが落ち着かないときに、冷静に行動するのが苦手です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

26. 気持ちが乱れているときに、じっとしているのが苦手です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

27. 一度、気持ちが落ち着かなくなると、再び集中するのが苦手です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

28. 興奮すると、どうしたらいいかわからなくなってしまいます。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

29. 思っていることが顔に表れやすいです。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

30. 気持ちをコントロールするのが得意です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

## 授業に関するアンケート

31. 相手のさりげない行動から相手の伝えたいことがわかります。

<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> いいえ
-----------------------------	------------------------------------	------------------------------

32. 相手が何を考えているか、わかります。

<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> いいえ
-----------------------------	------------------------------------	------------------------------

33. 表情から相手の気持ちを想像するのが得意です。

<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> いいえ
-----------------------------	------------------------------------	------------------------------

34. ことばがなくても相手の伝えたいことがわかります。

<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> いいえ
-----------------------------	------------------------------------	------------------------------

35. そのときそのとき、自分が何を考えているのかに注意します。

<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> いいえ
-----------------------------	------------------------------------	------------------------------

36. そのときどきで、自分が何を感じているかを気にします。

<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> いいえ
-----------------------------	------------------------------------	------------------------------

37. その場その場で、自分がどんなことをしようとしているのかに気をつけます。

<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> いいえ
-----------------------------	------------------------------------	------------------------------

38. その場その場で、自分がどうしたいのかを考えます。

<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> いいえ
-----------------------------	------------------------------------	------------------------------

39. 相手の立場に立って考えます。

<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> いいえ
-----------------------------	------------------------------------	------------------------------

40. 体育の授業は好きです。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

41. 運動能力がすぐれていると思います。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

42. たいていの運動は上手にできます。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

43. 練習をすれば、必ず技術や記録は伸びると思います。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

44. 努力さえすれば、たいていの運動は上手にできると思います。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

45. 運動をしている時、先生が励ましていただきありがとうございます。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

授業に関するアンケート

46. 運動をしている時、友達が励ましたり応援してくれます。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

47. 一緒に運動をしようと誘ってくれる友達がいます。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

48. 運動の上手な見本として、よく選ばれます。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

49. 一緒に運動する友達がいます。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

50. 運動について自信をもっているほうです。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

51. 少し難しい運動でも、努力すればできると思います。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

52. できない運動でも、あきらめなくて練習すればできるようになると思います。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

53. 伝えておきたいこと(得意なこと、苦手なことなど)があれば書いてください。

## 授業に関するアンケート

今回の授業を振り返ってアンケートにご協力をお願いします。

アンケートの回答が、成績にかかわらずありません。思った通りに答えてください。

クラス	年 組	名 前	
-----	-----	-----	--

1. 相手に自分の気持ちをきちんと伝えるのが得意です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

2. 気持ちをすなおに人に伝えます。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

3. 感じていることをわかりやすく伝えます。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

4. 気持ちをこぶで表現するのが得意です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

5. 相手に伝わるように思っていることを伝えます。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

6. 感じていることを正直に人に伝えます。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

7. 相手にきちんと伝わるように、自分の感じていることを話します。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

8. 思っていることを表情で表現するのが得意です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

9. 気持ちが乱れているときにいつもどおり行動するのが苦手です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

10. 気持ちが落ち着かないときに冷静に行動するのが苦手です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

11. 気持ちが乱れているときに、じっとしているのが苦手です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

12. 一度、気持ちが落ち着かなくなると、再び集中するのが苦手です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

13. 興奮すると、どうしたらいいかわからなくなってしまいます。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

14. 思っていることが顔に表れやすいです。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

15. 気持ちをコントロールするのが得意です。

□はい	□どちらともいえない	□いいえ
-----	------------	------

授業に関するアンケート

16. 一緒に運動をしようと誘ってくれる友達があります。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

17. 一緒に運動する友達があります。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

18. 運動をしている時、友達が励ましたり応援してくれます。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

19. 運動をしている時、先生が励ましたり応援してくれます。

<input type="checkbox"/> よくあてはまる	<input type="checkbox"/> ややあてはまる	<input type="checkbox"/> どちらともいえない	<input type="checkbox"/> あまりあてはまらない	<input type="checkbox"/> まったくあてはまらない
----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------

20. 授業の感想を書いてください。

バルシューレは楽しかったですか？

(  楽しかった    少し楽しかった    どちらでもない    少し楽しなかった    楽しなかった )

また、やってみたいですか？

(  やってみたい    少しやってみたい    どちらでもない    少しやりたくない    やりたくない )

なぜ、参加してみようと思いましたか？

その他に感想があれば書いてください。