研究発表概要

小学校分科会：市原市立千種小学校

研究主題	発表者	司会者	助言者
体を動かす楽しさや喜びを味わい、運動やスポーツに自ら関わっていこうとする児童の育成 ～体育科の学習や教育活動全体における運動やスポーツとの多様な関わりを通して～	市原市立 千種小学校 教諭　中澤 智宏	市原市立 国分寺台小学校 教諭　宮坂 琢弥	東上総教育事務所 夷隅分室 指導主事 池田　大祐

中学校分科会：市原市立有秋中学校

研究主題	発表者	司会者	助言者
「豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成する体育学習の展開」 ～誰もが楽しめる運動を通して育む、豊かなスポーツライフの基盤づくり～	市原市立 五井中学校 教諭　小森 一生	市原市立 双葉中学校 校長　坂元 智宏	葛南教育事務所 指導主事 椎名 薫

高等学校分科会：千葉県立京葉高等学校

研究主題	発表者	司会者	助言者
地域に根ざした豊かなスポーツライフの育成	千葉県立 京葉高等学校 教諭　片岡 夕貴	県立 袖ヶ浦高等学校 教諭　服部　康隆	千葉県立 千葉北高等学校 教頭 末吉 文武

小学校

大会主題

「豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成する体育学習の展開」

研究主題

「体を動かす楽しさや喜びを味わい、運動やスポーツに自ら関わっていこうとする児童の育成」

～体育科の学習や教育活動全体における運動やスポーツとの多様な関わりを通して～

Ⅰ　研究の概要

1　主題設定の理由

（1）今日的な課題から

グローバル化や人工知能（AI）等の最先端技術の発展に付随した情報化、少子高齢化など社会は急激に変化している。これに伴い、21 世紀を生き抜くための力を育成するため、これからの学校は、基礎的・基本的な知識・技能の習得に加え、これらを活用して課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等の育成や学習意欲の向上、多様な人間関係を結んでいく力や習慣の育成等を重視する必要がある。

令和６年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果では、令和元年度調査以降続いていた各項目の低下傾向が緩やかになり、全体としては横ばいと捉える結果であった。しかしながら、児童の体力向上や運動習慣の定着に向けた取組は引き続き重要な課題となっている。「小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説　体育編」（以下、解説）では、体育科の目標は「体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成することを目指す。」と示されている。これに伴い、千葉県教育委員会は、令和７・８年度の学校体育研究大会の主題を「豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成する体育学習の展開」と定めた。

これらを踏まえると、急速に変化する社会の中で、豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成するには、体を動かす楽しさや喜びを実感させ、運動やスポーツに自ら関わっていこうとするための体育学習を推進していくことが必要である。

（2）学校教育目標の具現化から

学校教育目標として、「自ら考え　心豊かで　たくましい子の育成　～いつもにこにこ　がんばる子『やればできる！』～」を掲げている。児童が体育科の学習において、体を動かす楽しさや喜びを味わうことを通して、自分で決めためあてや目標に向かって粘り強く運動し、約束やきまりを守って活動させたい。また、『やればできる』を合言葉に様々な運動に挑戦させ、様々な人と運動でつながりながら、豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育んでいきたい。

（3）本校の実態から

本校が位置する市原市は、農業や工業が盛んな地域であり、これまでに多くのプロスポーツ選手を輩出してきた。沿岸部にはスタジアムや体育館、内陸部には多数のゴルフ場が整備されており、地域として運動に親しむ環境が非常に充実している。一方で、市全体として子どもの体力・運動能力は一部に改善が見られるものの、依然として課題が残る状況にあり、本校においても同様の傾向が見られる。

アンケート調査によると、休日にスポーツクラブや習い事で運動に取り組む児童は 70%以上と多い。しかし、休み時間の過ごし方は室内と屋外がほぼ同数であり、運動への意欲には二極化が見られた。また、グラウンドでの遊びはボール遊びや鬼ごっこに偏っており、コロナ禍による活動制限の影響から、遊びの種類を十分に知らない児童や新しい遊びへの関心が低い児童がいることも明らかになった。これらの実態から、児童が多様な遊びや運動に触れ、体を動かす楽しさを実感できる環境づくりの必要性が示唆される。

このような背景を踏まえ、本校では研究主題として、「体を動かす楽しさや喜びを味わい、運動やスポーツに自ら関わっていこうとする児童の育成」を掲げている。研究主題の実現に向け、育成すべき資質・能力を次のように整理した。

○　多様な運動経験を通して、体を動かす楽しさや喜びを味わうことができる力

○　日常生活の中で運動やスポーツに自ら関わろうとする意欲

これらの資質・能力には、仲間と喜びを分かち合う経験や、できたという成功体験を積み重ねること、運動の魅力を感じ取ることなど、児童の心が動く瞬間を大切にする視点も含まれている。こうした経験は、児童が運動に親しむうえで重要な役割を果たすものである。

体育学習においては、運動やスポーツとの関わり方として「する・みる・支える・知る」の観点を重視し、児童が多様な関わり方を経験できるようにする。また、発達段階に応じた「目指す姿」を明確化し、全職員が共通理解のもとで授業を展開できるよう、単元計画や授業モデルの整備を進める。さらに、仲間と協力したり、できた喜びを共有したりする場面を大切にし、児童が運動の魅力を実感できるような指導の工夫を図る。

研究主題には「教育活動全体」という視点が含まれている。そのため、体育の授業に限らず、休み時間、特別活動、異学年交流、学校行事など、学校生活全体を通して運動に触れる機会を充実させていく。仲間と喜びを共有し、感動を分かち合う経験は、児童の運動意欲を高め、豊かなスポーツライフの実現につながると考えられる。

以上のように、児童の実態を踏まえながら、体を動かす楽しさや喜びを中心に据え、学校全体で運動に親しむ環境を整えていくことで、研究主題の実現を目指していく。

2　研究の目的

体を動かす楽しさや喜びを味わうことができる体育学習の在り方と運動やスポーツに自ら関わっていこうとする環境の在り方を研究する。

3　研究の仮説

【仮説１】

発達段階ごとの運動やスポーツとの多様な関わり方を『見える化』し、体育学習に生かすことで、児童は体を動かす楽しさや喜びを味わえるだろう。

【仮説２】

運動を楽しむための知識を身に付けさせたり、環境を整えたりすれば、運動やスポーツに自ら関わろうとするだろう。

4　研究の方法

体育の授業において「仮説１」、教育活動全体を通して「仮説２」に対する手立てを講じた研究を行っていく。

【６月：２年１組、４年１組、６年２組、ちぐさ学級(特別支援知的学級)】

【11 月：２年２組、４年３組、６年４組、ちぐさ学級(特別支援知的学級)】

以下、（１）～（５）を実施・分析し、成果と課題から仮説に対する手立ての有効性について検証する。

（１）診断的・総括的授業評価

５、６年生の児童を対象に、単元開始前・終了後の２回調査を行う。「たのしむ（情意目標)」「できる（運動目標)」「まもる（社会的行動目標)」「まなぶ（認識目標)」の４因子とその総合計について分析し、比較をする。

（２）態度尺度

１～４年生の児童を対象に、単元開始前・終了後の２回調査を行う。「よろこぶ（運動の喜びや授業の満足感)」「評価する（体育授業に関する評価や価値観)」「価値（運動生活に関する価値観)」の３因子について分析し、単元前後の変容を比較する。

（３）運動有能感に関する調査

全学年の児童を対象に、単元開始前・終了後の２回調査を行う。運動有能感尺度を用いて、「身体的有能さの認知」「統制感」「受容感」の各因子及び総合得点について分析し、単元前後の変容を比較することで、体育授業が児童の運動有能感に及ぼす影響を検討する。

（４）ワークシート・掲示物の記述内容

全児童を対象に、毎時間の授業内で記述を行う。KH-coder を用いて、児童の記述内容について分析を行う。

（５）自作アンケート

全児童を対象に、年間２回調査を行う。運動やスポーツとの児童の関わり方について分析し、比較する。

Ⅱ　研究の実際

1　仮説１について

（１）多様な関わり方の「見える化」

①千種小オリジナル具体案

「する」「みる」「支える」「知る」の４つの観点について、児童の目指す具体の姿として、学校全体と発達段階（低・中・高学年）に応じたものを明示した。

４つの観点　千種小オリジナル具体案

	する	みる	支える	知る
千種小学校	個人や集団で体を動かしたり、できるようになったりすること	自分や他者の動きや様子を見たり、自分や友達の変化や成長を発見したりすること	お互いに考えたことを伝え合ったり、動きの補助や場の運営をしたりすること	運動の行い方や課題解決の仕方を知ること
低学年	・友達と運動をする。 ・新たな動きができるようになる。 ・記録の変化や勝敗を体験する。	・友達の動きのよさを見つける。	・友達の動きを褒める。 ・友達の頑張りを認める。	・運動遊びの行い方を知る。 ・課題解決に必要な動きを知る。
中学年	・いろいろな集団で運動をする。 ・新たな動きができるようになる。 ・記録の変化や勝敗を受け入れ、運動に親しむ。	・友達の動き、目指す動きのよさを見つける。 ・自分の動きと友達の動きの違いを見つける。	・友達のよさを認め合う。 ・友達の動きを教え合う。 ・相手の動きに応じて、補助をする。	・運動の行い方や技能のポイントを知る。 ・自分や友達の課題を知る。 ・動きを身につけるための過程や簡易的なゲームの方法を知る。 ・作戦や戦術を知る。
高学年	・個人や集団で運動やスポーツに親しむ。 ・新たな動きができるようになる。 ・記録の変化や勝敗から課題を見つけ、挑戦する。	・自分の動き、友達の動き、目指す動きのよさを見つける。 ・自分の動きと友達の動き、目指す動きとの違いを見つける。 ・自分や友達の動きの変化や成長を見つける。	・お互いのよさを認め合う。 ・お互いに動きを教え合う。 ・相手の課題に応じて、必要な補助をする。 ・運動やスポーツを安全に楽しめるように場を運営する。	・運動の行い方や課題解決の仕方を知る。 ・自分や友達の課題を知る。 ・技能を身につけるための過程や簡易的なゲームの方法を知る。 ・作戦や戦術を知る。

「する」（特別支援『コース遊び』）



「みる」（１年生『回旋リレー』）



「支える」（５年生『キャッチバレー』）

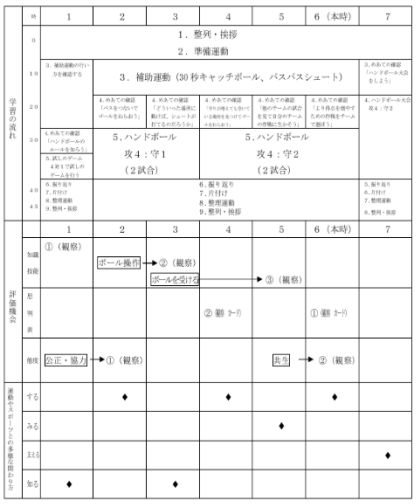


「知る」（４年生『高跳び』）

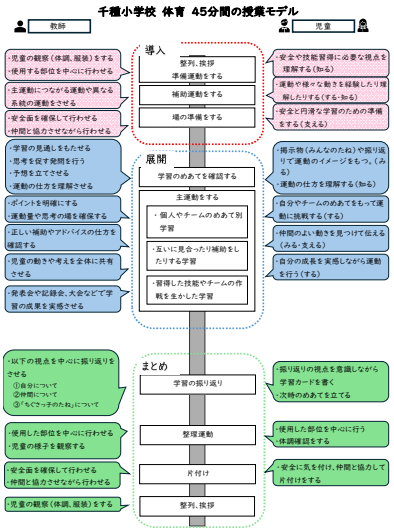


②指導案での「見える化」

・単元計画



・４５分間の授業の流れ

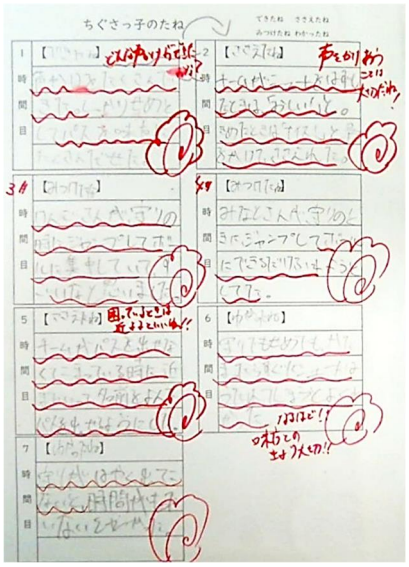


単元計画に「する」「みる」「支える」「知る」の観点項目を入れ、重視したいものを見てわかるようにした。

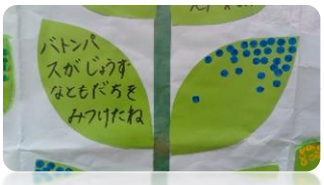
４５分間の授業モデルを設定し、誰もが安心して指導・学習できるようにした。

③振り返りの工夫

・ちぐさっ子のたね　　・みんなのたね







ちぐさっ子のたね
「できたね」
「みつけたね」
「ささえたね」
「わかったね」の４つの項目について記入する。

みんなのたね
学年に応じて自分で書いたり、書かれたものにシールを貼ったりした。

２　仮説２について

（１）知識を身に付けるための環境の整備





校舎内に、運動やスポーツに興味をもてるような資料を提示した。

（２）様々な人と運動を楽しめる機会の設定

①教室で楽しめるスポーツ用具の設置　　②児童主催のスポーツ交流会





③外部団体とのスポーツ交流（ゴルフ・サッカー等）





気軽にスポーツに親しめるように、用具を設置した。地域の特色を生かし、ゴルフやサッカーの体験を積極的に行った。

3　調査の結果

・態度尺度（２年生）

		項目	診断		総括		t検定	有意差
			Mean	SD	Mean	SD		
よろこび	Q1	体育をするよろこび	4.15	1.18	4.36	1.08	0.34	n.s.
	Q2	はりきる気持ち	4.36	1.13	4.70	0.73	0.06	+
	Q3	運動のそう快さ	4.17	1.17	4.13	1.18	0.84	n.s.
	Q4	深い感動	4.25	1.00	4.27	1.11	0.95	n.s.
	Q5	がんばる習慣	4.29	1.03	4.63	0.81	0.06	+
	Q6	学習のよろこび	4.41	0.98	4.57	1.00	0.38	n.s.
	Q7	挑戦する態度	4.39	0.97	4.57	0.86	0.30	n.s.
	Q8	体育科目の価値	4.54	0.79	4.52	1.00	0.88	n.s.
評価	Q9	仲間との協力	2.68	1.60	3.48	1.63	0.01	**
	Q10	授業の流れ	2.76	1.57	3.70	1.60	0.00	**
	Q11	体力づくり	3.03	1.58	3.16	1.62	0.68	n.s.
	Q12	授業の印象	2.93	1.62	3.68	1.54	0.01	*
	Q13	男女意識	2.93	1.52	3.41	1.66	0.11	n.s.
	Q14	みんなのよろこび	3.05	1.58	3.41	1.72	0.25	n.s.
	Q15	体育授業に対する好嫌	3.00	1.61	3.59	1.59	0.05	+
	Q16	体育授業に対する評価	3.17	1.60	3.13	1.65	0.88	n.s.

注）** p < .01, * p < .05, + p < .10（有意傾向）, n.s. = 有意差なし

・態度尺度（４年生）

		項目名	事前		事後		t検定	有意差
			Mean	SD	Mean	SD		
よろこび	Q1	授業時間の延長	4.38	1.19	4.26	1.19	0.61	n.s.
	Q2	授業時数の増加	4.32	1.18	4.21	1.23	0.57	n.s.
	Q3	体育に対する好嫌	3.71	1.25	3.95	1.32	0.94	n.s.
	Q4	運動に対する能動的な取り組み	3.21	1.62	2.57	1.55	0.01	**
	Q5	苦しみよりよろこび	3.89	1.40	3.86	1.51	0.96	n.s.
	Q6	運動による解放感	4.04	1.18	4.34	1.02	0.38	n.s.
	Q7	はりきる気持ち	4.18	1.15	4.24	1.00	0.76	n.s.
	Q8	運動に対する愛好的態度	3.86	1.22	4.10	1.07	0.69	n.s.
評価	Q9	精神力の育成	3.96	1.22	4.16	0.90	0.56	n.s.
	Q10	挑戦する態度	4.21	1.03	4.34	0.81	0.94	n.s.
	Q11	技能向上のよろこび	4.61	0.75	4.62	0.71	0.59	n.s.
	Q12	課題解決への意欲	3.71	1.19	4.05	1.20	0.88	n.s.
	Q13	仲間との活動	3.86	1.09	4.10	1.08	0.74	n.s.
	Q14	運動に対する愛好的態度育成	4.07	1.04	4.14	1.23	0.31	n.s.
	Q15	運動の爽快さ	4.18	1.18	4.16	1.12	0.76	n.s.
	Q16	運動の大切さ	4.68	0.57	4.81	0.43	0.66	n.s.
	Q17	仲間からの支援	4.25	0.98	4.48	0.91	0.92	n.s.
	Q18	自信の高まり	4.11	0.96	4.34	0.98	0.87	n.s.
価値	Q19	運動に対する好嫌	3.43	1.64	3.29	1.53	0.89	n.s.
	Q20	利己主義の抑制	3.36	1.32	2.74	1.30	0.09	+
	Q21	話し合い活動	2.82	1.40	2.88	1.22	0.58	n.s.
	Q22	体力づくり	4.46	0.84	4.62	0.82	0.98	n.s.
	Q23	みんなの活動	3.43	1.47	3.45	1.43	0.64	n.s.
	Q24	学習集団の育成	4.07	1.25	3.83	1.42	0.19	n.s.
	Q25	授業内容の難易度	2.71	1.26	2.76	1.36	0.92	n.s.
	Q26	体育の有用性	4.21	1.00	4.48	0.87	0.76	n.s.
	Q27	運動する意欲	3.43	1.62	3.60	1.64	0.61	n.s.

注）** p < .01, * p < .05, + p < .10（有意傾向）, n.s. = 有意差なし

・診断的・総括的授業評価（６年生）

	項目	診断			総括			t検定	有意差
		Mean	SD	評価	Mean	SD	評価		
Q11	楽しく勉強	2.77	0.52		2.75	0.38		0.08	+
Q7	丈夫な体	2.84	0.50		2.82	0.47		0.77	n.s.
Q2	心理的充足	2.63	0.64		2.82	0.43		0.01	*
Q13	精一杯の運動	2.79	0.45		2.89	0.38		0.81	n.s.
Q17	明るい雰囲気	2.71	0.52		2.82	0.36		0.08	+
	たのしむ	13.73	2.04	+	14.11	1.59	+		**
Q9	運動の有能感	2.21	0.82		2.21	0.84		1.00	n.s.
Q19	できる自信	2.48	0.73		2.68	0.60		0.03	*
Q15	いろんな運動の上達	2.71	0.52		2.79	0.45		0.29	n.s.
Q10	自発的運動	2.43	0.73		2.50	0.68		0.29	n.s.
Q6	授業前の気持ち	2.38	0.79		2.57	0.62		0.04	*
	できる	12.21	2.90	+	12.75	2.51	+		**
Q3	工夫して勉強	2.61	0.65		2.73	0.52		0.15	n.s.
Q5	めあてを持つ	2.79	0.41		2.84	0.41		0.41	n.s.
Q8	他人を参考	2.86	0.40		2.96	0.19		0.03	*
Q12	時間外練習	1.93	0.86		2.05	0.89		0.20	n.s.
Q16	友人・先生の励まし	2.98	0.13		2.84	0.37		0.01	*
	まなぶ	13.16	1.66	+	13.43	1.62	+		**
Q4	自分勝手	2.96	0.19		2.96	0.19		1.00	n.s.
Q20	ルールを守る	3.00	0.00		3.00	0.00		1.00	n.s.
Q1	先生の話を聞く	2.95	0.23		2.96	0.19		0.57	n.s.
Q18	約束ごとを守る	2.96	0.19		3.00	0.00		0.16	n.s.
Q14	勝負を認める	2.86	0.64		2.93	0.43		0.29	n.s.
	まもる	14.73	0.64	+	14.86	0.40	+		**
	総合評価	53.84	5.98	+	55.14	5.25	+		**

注）** p < .01, * p < .05, + p < .10（有意傾向）, n.s. = 有意差なし

２年生では、仲間との協力や学習意欲が向上し、運動に前向きに取り組む態度の育成がみられた。４年生では有意な変化はみられなかったものの、高い評価を維持しており、体育の価値認識が定着していたと考えられる。６年生では「たのしむ」「できる」「まなぶ」「まもる」の全因子と総合評価が向上し、主体的な学びの深化が示された。以上より、本実践は発達段階に応じて体育への肯定的態度や価値認識を高め、学校全体として主体的に学ぶ児童の育成に有効であったと考えられる。

・運動有能感に関する調査（２・４・６年生）

	分類	事前	事後	t検定	有意差
2年	身体的有能さの認知	12.8	12.8	0.79	n.s.
	統制感	13.3	13.3	0.95	n.s.
	受容感	13.0	13.3	0.43	n.s.
4年	身体的有能さの認知	14.4	14.3	0.65	n.s.
	統制感	18.0	18.2	0.73	n.s.
	受容感	17.6	17.6	0.96	n.s.
6年	身体的有能さの認知	12.8	13.1	0.24	n.s.
	統制感	17.5	17.8	0.32	n.s.
	受容感	18.2	18.5	0.17	n.s.

注）** p < .01, * p < .05, + p < .10（有意傾向）, n.s. = 有意差なし

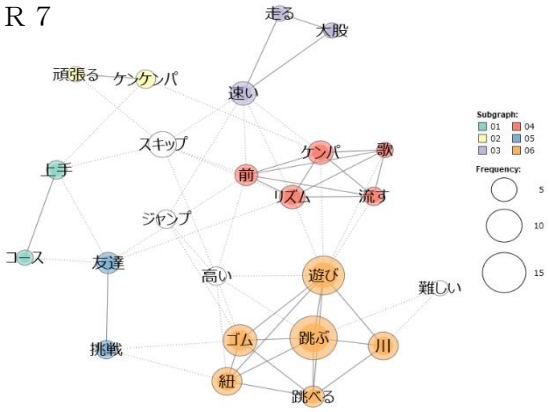
２・４・６年生ともに、身体的有能さの認知、統制感、受容感に有意な変化はみられなかった。しかし、いずれの因子も比較的高い水準を維持していることがわかり、どの学年においても運動に対する肯定的な自己認識や有能感が継続して育まれていたことが示唆された。

・KH-coder を用いた分析

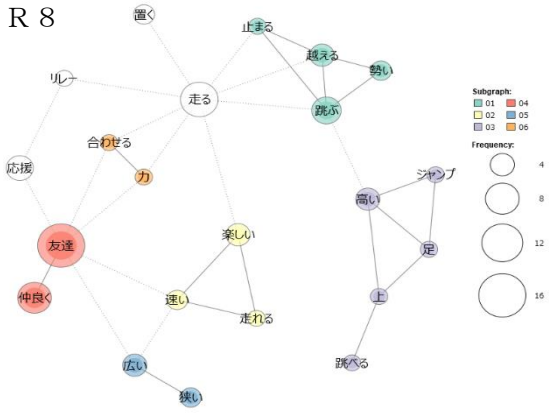
それぞれ、令和７年度および令和８年度に研究授業を実施した学級の児童を対象に行った。
学習カードに書かれた文章について、「KH-coder」を用いて分析した。

【２年生：できたね】

Ｒ７

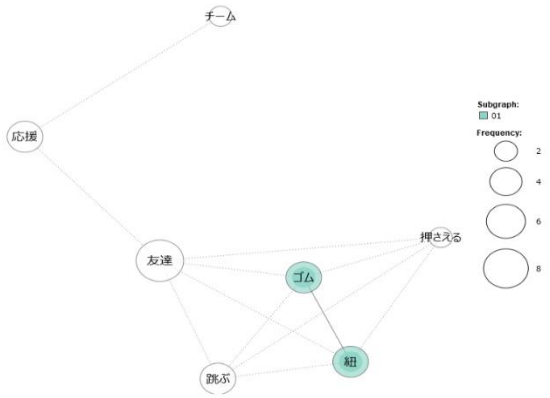


Ｒ８

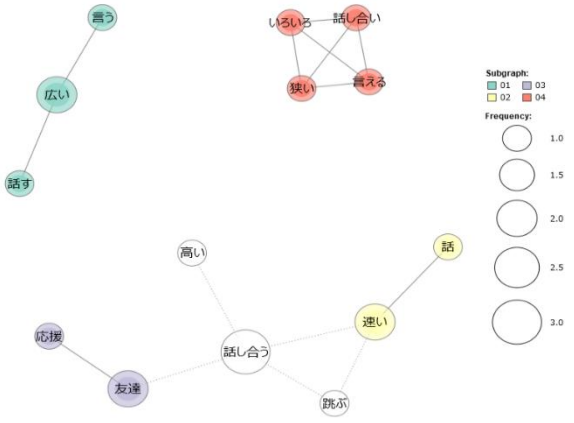


【２年生：ささえたね】

Ｒ７

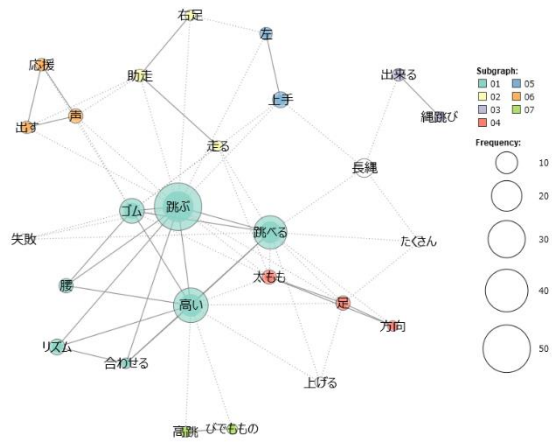


Ｒ８

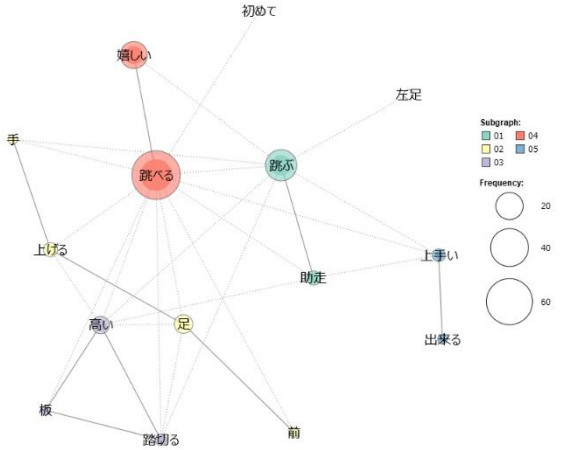


【４年生：できたね】

Ｒ７

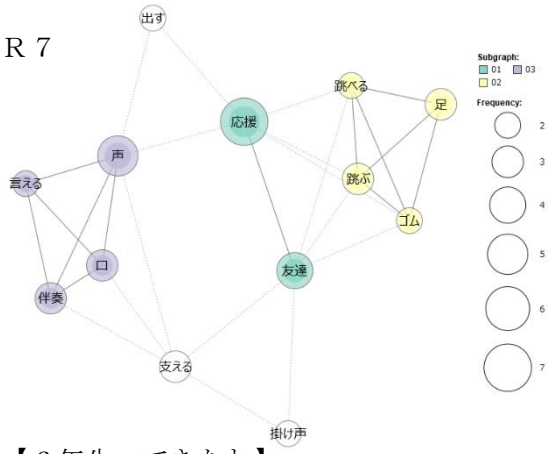


Ｒ８

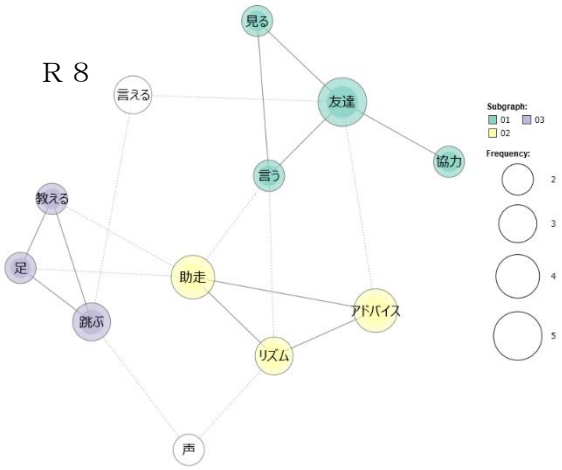


【４年生：ささえたね】

R７

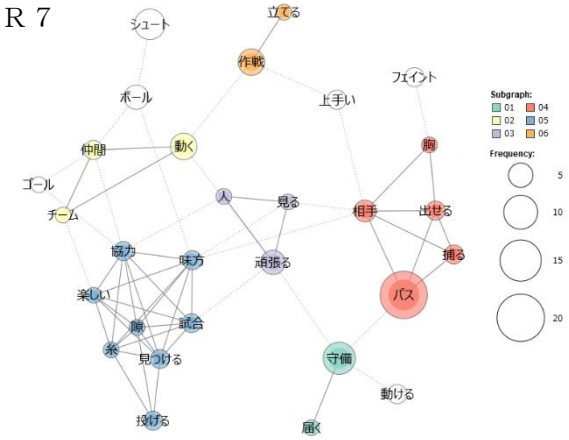


R８

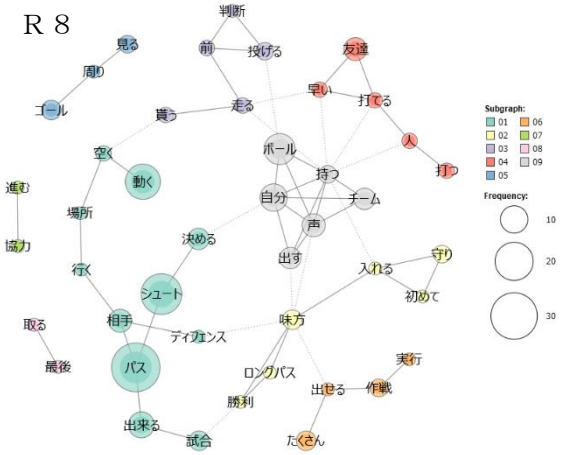


【６年生：できたね】

R７

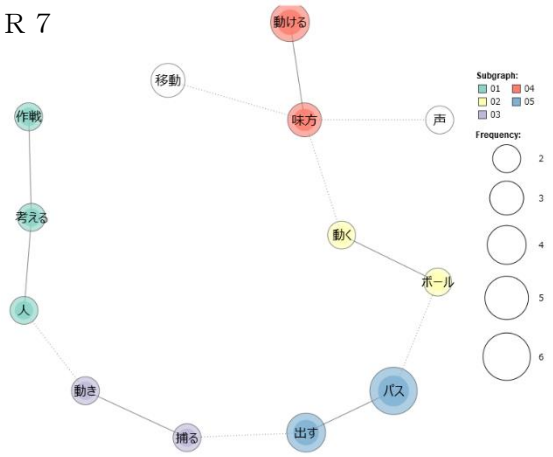


R８

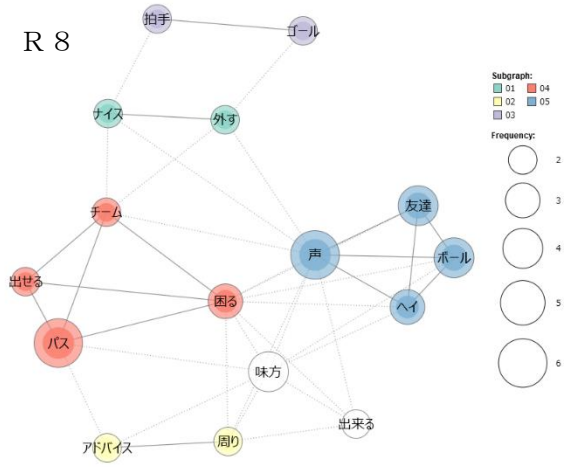


【６年生：ささえたね】

R７



R８



どの学年においても記述量・内容ともに充実していることがわかる。特に「する」楽しさを見出す『できたね』では、技能のポイントをとらえた内容の記述が多く見られた。さらに、運動を通して友達と関わる楽しさや課題解決に向けた取り組みについての記述も確認された。「支える」楽しさを見出す『ささえたね』では、運動の特性に合った記述が見られた。低中学年では、個人へのアドバイスや応援についての内容が多く見られたのに対し、高学年では、チームを意識したアドバイスや作戦を練るといった多様な視点からの関わりに気付き、行動できる児童が増えた様子がわかる。これは、体育学習において多様な関わり方を『見える化』し、具体的な指導を行ったことで、児童の気付きの充実につながったと考える。

Ⅲ　研究のまとめ

1　成果

○多様な関わり方の『見える化』による学習の理解と意欲の向上

「する・みる・支える・知る」を共通の学習観として教師側に明示し、それを踏まえて単元の特性に応じた授業の工夫（技能ポイントや見るポイントを明確にした掲示、場の色分け、など）を行ったことにより、児童の動きの理解や見通しが高まった。さらに、学習の中で児童自身がどのように取り組んでいくのかを把握しやすくなり、自分で課題を見つけて挑戦しようとする姿が増えた。

○多様な関わり方を『見える化』し、学習に生かしたことでの主体性の向上

「する・みる・支える・知る」を共通の視点として授業に組み込んだことで、運動やスポーツへの多様な関わり方に気付き、そのよさを実感できるようになった。体を動かす楽しさや達成感を味わい、意欲的に学ぼうとする姿が広く見られた。

○運動やスポーツに親しめる環境づくりによる、運動・スポーツの日常化

校内掲示や体験・交流の機会を充実させたことで、児童は運動やスポーツを「体育の学習」にとどめず、「健康」や「将来」なども含めた「日常」に結び付けて捉えるようになった。また運動やスポーツに自ら関わろうとする意識の広がりが見られた。

2　課題

●一人一人に応じた課題設定と、成功体験を生み出す授業づくり

一部の授業では、運動の難度が児童の実態に合わず、達成感や運動有能感を十分に高められない場面が見られた。運動の特性によるところもあるだろうが、誰もが取り組める課題設定や、段階的に成功を実感できる手立てを授業の中により明確に位置付けていく必要がある。

●関わりを学びの深まりにつなげる指導の工夫

助言や話合いが表面的に終わってしまう場面が一部に見られた。発達段階に応じた発問や言語化の支援を工夫し、関わりが思考の深まりにつながる授業設計を進めていく必要がある。

Ⅳ　引用・参考文献

・文部科学省（2018）「小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説　体育編」東洋館

・千葉県教育委員会（2026）「令和８年度学校体育要覧第 40 号」

・高橋健夫（2003）「体育授業を観察評価する」明和出版

・梅野圭史（1979）「体育科の授業に対する態度尺度作成の試み―小学校低学年児童について―」

・奥村基治（1988）「体育科の授業に対する態度尺度作成の試み～小学校中学年児童を対象にして～」

・樋口耕一（2020）「社会調査のための計量テキスト分析　―内容分析の継承と発展を目指して―
第 2 版」ナカニシヤ出版

中学校

大会主題「豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成する体育学習の展開」

研究主題「豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成する体育学習の展開」

～誰もが楽しめる運動を通して育む、豊かなスポーツライフの基盤づくり～

Ⅰ　研究の概要

1　主題設定の理由

市原市中学校保健体育部会は、市内の保健体育科教員の９割以上が所属し、研究発表や実技研修、授業研究等を通して、市内一体となって保健体育学習の充実に取り組んでいる。平成 22 年度に市原市で開催された千葉県学校体育研究大会においても市全体で研究に取り組み、成果を発表した。今大会に向けても、令和７年４月から市内の中学校が連携し、研究を進めている。

市内生徒の実態として、近年、運動習慣や体力の二極化、運動への苦手意識、日常的な運動機会の減少などが課題となっている。また、令和６年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査では、中学校女子の運動時間０分の割合が 17.0%となっており、運動習慣の二極化が依然として見られる。一方で、生徒が保健体育の授業を楽しいと感じる場面として、「できなかったことができるようになったとき」「友達と交流したり協力できたりしたとき」「体を動かしてすっきりした気分になったとき」が上位に挙げられている。また、千葉県学校体育要覧においても、生徒が自ら進んで運動に親しむことができるよう、運動機会の創出や運動習慣の形成を図ることの重要性が示されている。

中学校学習指導要領では、「生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力」の育成を目標としている。そのためには、運動やスポーツの楽しさや価値を実感しながら、「する」「みる」「支える」「知る」といった多様な関わり方を保障するとともに、体力や技能、性別、障害の有無にかかわらず、誰もが運動に親しむことのできる学習環境を整えることが重要である。

本研究では、市原市中学校保健体育部会として、「豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力」を、様々な運動やスポーツの特性、効果を理解し、運動の楽しさや達成感を味わい、仲間との関わりの中で運動への意欲を高めるとともに、身に付けた知識や技能を活用しながら、自ら運動に親しみ継続して取り組もうとする力であると捉えた。さらに、その力を、運動やスポーツを通して心身の健康の保持増進や豊かな生活の実現を目指すスポーツウェルネスの基盤となる資質・能力として位置付けた。

以上のことから、市原市中学校保健体育部会では、大会主題と同様に「豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成する体育学習の展開」を研究主題として設定した。また、運動の得意・不得意にかかわらず、すべての生徒が運動の楽しさや達成感、仲間との交流による喜びや心身の充実感を味わい、生涯を通して自分に合った関わり方でスポーツに親しむことができる基盤を育成することを目指し、「誰もが楽しめる運動を通して育む、豊かなスポーツライフの基盤づくり」を副題として設定した。

2　研究の目的

誰もが取り組みやすい運動の工夫を通して、情意面（意欲、楽しさ、人間関係の深まり）の充実と技能及び体力の向上を促すことで、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現・継続する資質・能力が育まれることを探求する。

3　研究の仮説

（１）仮説１　　**※市内共通アップとは準備運動から補助運動までのことで、市原市共通の取組として行う。**

市原市の体力の課題を分析し、課題に応じた５つの観点（①ウォーム、②スキル、③体力、④モチベーション、⑤コミュニケーション）による市内共通アップの工夫と、仲間との学び合いを通じた対話的な関わりを取り入れることで、運動の楽しさや達成感、人間関係の深まり、技能と体力の向上が図れるだろう。

（２）仮説２

誰もが取り組みやすい運動の工夫によって、運動への情意面が高まり、運動が習慣化することで、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現・継続するための力が育まれるだろう。

４　研究の方法

（１）研究主題に関する基礎研究

（２）検証授業の計画・実施

ア　期間　令和８年５月～６月（２年３組、３年１組)、10 月～11 月（２年１組、３年４組）

イ　対象　市原市立有秋中学校　第３学年　（単元名：バドミントン）

市原市立有秋中学校　第２学年　（単元名：マット運動）

（３）市内全体の取組

ア　期間：令和７年４月～令和８年 12 月

イ　対象：令和７年度市内１・２年生、令和８年度市内２・３年生

ウ　市内全中学校の生徒・保健体育科教員に配布する「保健体育科だより」を発行

エ　市内共通アップの実施

オ　豊かなスポーツライフを目指した授業展開

カ　体育の授業以外での運動機会の創出

（４）データ収集方法：市全体の事前・事後アンケート、市全体の新体力テスト結果

（５）データ分析方法：事前・事後アンケート→情意面・技能面の変容を数値から分析

市全体の新体力テストの結果→体力面の変容を数値から分析

有秋中学校技能テストの結果→技能面の変容を数値から分析

（６）検証授業及び市内共通の取組の結果と考察

Ⅱ　研究の実際

１　研究の柱について

仮説１、２を具現化するため、本研究では、豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力の育成を目指し、スポーツウェルネスの視点を重視した運動の取組を通して、４つの研究の柱を設定した。研究の柱 A～C は主に仮説１の検証に、研究の柱 D は主に仮説２の検証に位置付けている。これらの取組を通して、生徒の体力・技能の向上や情意面の変容を分析し、それらが豊かなスポーツライフの実現・継続にどのように結び付くのかを探求する。

A　精神的な充実（達成感、充実感、リフレッシュなど）

・技能向上や体力・記録の向上を実感できる。
・目標をもって意欲的に取り組める。
・楽しさや充実感を味わえる。
・心身のリフレッシュにつながる。

B　仲間とのつながり

・仲間との良好な関係づくり。
・仲間との協力や支援による学び合い。
・他者を認め合う関係づくり。
・スポーツを通した多様な関わり「する」「みる」「支える」「知る」。

C　個別・集団最適化

・自分の技能や体力、課題や目標に応じた内容を選択。
・自分や全体のレベルに応じて方法やルールを工夫。

D　運動機会の創出

・運動を身近に感じる環境づくり。
・学校生活全体での運動習慣の形成。
・生涯にわたるスポーツライフへの意識の向上。

２　仮説に対する手立て

（１）仮説１の手立て

ア　令和７年度市内全学年の新体力テスト結果分析と市原市重点４項目の設定

男女ともに全国平均を下回る種目が多く見られたことから、市原市中学校保健体育部会では、これまでの研究の過程や市内生徒の実態、市内 21 校で実践可能で、さらには「誰もが楽しめる運動」を通して豊かなスポーツライフの基盤を育成するという視点を総合的に踏まえ、市原市重点４項目を設定した。

表１　新体力テストの市原市平均と全国平均の比較

		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mｼｬﾄﾙﾗﾝ(回)	50m走(1/10秒)	立ち幅とび(cm)	ﾊﾝﾄﾞﾎﾞｰﾙ投げ(m)
1～3年男子	市平均	▼29.14	▼25.78	45.90	▼51.15	▼73.84	▼8.03	▼195.89	▼19.07
	全国平均	29.77	26.30	45.41	52.90	80.66	7.90	201.66	21.33
1～3年女子	市平均	▼23.18	▼21.76	47.41	▼45.74	▼48.51	▼8.91	▼166.93	▼11.90
	全国平均	23.68	22.13	46.40	47.08	51.98	8.84	171.45	13.00
1～3年男女	市平均	▼26.16	▼23.77	46.66	▼48.45	▼61.17	▼8.47	▼181.41	▼15.48
	全国平均	26.72	24.22	45.91	49.99	66.32	8.37	186.56	17.16

※市原市の結果は令和7年、全国の数値は令和5年の数値を比較

【市原市重点４項目】

①柔軟性（長座体前屈の向上）　②筋力（握力の向上）

③巧緻性（ハンドボール投げの向上）　④瞬発力（立ち幅とびの向上）

これら４項目の向上を図るとともに、生徒が運動の楽しさや達成感を味わいながら、豊かなスポーツライフの基盤となる資質・能力を育成できるよう、市内共通アップを考案した。市内共通アップは、誰もが取り組みやすく、仲間と関わりながら楽しめる運動を通して、次の５つの力の向上を目指している。

【市内共通アップ】

①ウォームアップ⇒体を温め、その後の活動に向けて筋肉や関節の動きを高める。

②スキルアップ⇒主運動につながる基礎的な技能や能力を高める。

③技能体力アップ⇒重点４項目（柔軟性・筋力・巧緻性・瞬発力）の向上を図るとともに、スポーツウェルネスの視点を踏まえ、運動やスポーツに親しむための基盤を育成する。

④ﾓﾁﾍﾞｰｼｮﾝｱｯﾌﾟ⇒楽しさや達成感、声掛け、音楽やゲーム性などを取り入れ運動への意欲を高める。

⑤ｺﾐｭﾆｹｰｼｮﾝｱｯﾌﾟ⇒仲間とのつながりを広げたり深めたりする。

イ　市内共通アップの取組（以降は「市内共通アップ」を「アップ」と記載する。）

「誰もが楽しめる運動」をキーワードに、市原市重点４項目の向上とスポーツウェルネスの視点を踏まえたアップを実施した。準備運動の工夫と仲間との学び合いを通した対話的な関わりを取り入れることで、運動の楽しさや達成感、人間関係の深まり、技能及び体力の向上につながると仮定し、各学校の実態に応じて内容を選択しながら実践を行った。

<table>
<tr><th colspan="3">市内共通アップ</th></tr>
<tr><td>柔軟性
の
向上</td><td colspan="2">高速スクワット
  </td></tr>
<tr><td>筋力
の
向上</td><td>グーパートレーニング
</td><td>握力・体幹トレーニング
</td></tr>
</table>

<table>
<tr><td>巧緻性
の
向上</td><td>肩甲骨エクササイズ
</td><td>遠投
</td></tr>
<tr><td>瞬発力
の
向上</td><td colspan="2">リズムジャンプトレーニング
 </td></tr>
</table>

ウ　研究の柱 ABC を取り入れた授業展開

本研究では、研究の柱 A（精神的な充実）、B（仲間とのつながり）、C（個別・集団最適化）を授業に取り入れ、市内 21 校の全単元で実践した。音楽や目標設定を活用して運動の楽しさや達成感を高めるとともに、学び合いや相互評価を通して仲間とのつながりを深めることを目指した。また、技能や体力、課題に応じて活動内容や用具を選択できる学習環境を整え、誰もが主体的に取り組み、成長を実感できる授業づくりを行った。研究の柱 ABC と関連付け授業を展開することで、運動の楽しさや仲間とのつながりを実感しながら技能や体力の向上を目指した。さらに「できた」という喜びや達成感を味わえるよう指導を行い、豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力の育成を図った。

A　精神的な充実（達成感、充実感、リフレッシュなど）

・音楽を流しての授業展開（バレーボール、ソフトボール、水泳、マット運動、長距離走）
・ハチマキや衣装小道具の着用、道具の工夫（リレー、ダンス、球技で柔らかいボール使用）
・挨拶、返事、応援、かけ声、褒め合い、拍手などの盛り上がりの場面を意図的に設定
・各自の課題に合わせた目標設定

目標設定

保健体育科　学習カード　単元名『インターバル走　　』
[redacted]年 [redacted]組 [redacted]番　班（男・女）氏名（[redacted]）

日　付	めあて(Plan)	成果(Do) → 課題(Check) → 解決策(Action)	評価	備考
第 1 回 1月14日 （水） 欠・見	スタートダッシュで出遅れず、精一杯走り、ラストスパートをかけよう。	最初、出遅れないスピードで走ることができた。中盤では、一生懸命走り、終盤は腕をしっかり手振って、ももを引き上げて、地面をしっかり蹴ってラストスパートをかけた。インターバルで強化したい。	Ⓐ・B・C	タイム 6.03 (6点)
第 2 回 1月19日 （月） 欠・見	5を目指す!	休まずに走りきることができた。しっかり腕を手振り、ストライドを意識して走った。けれど、1本目のペースが少し速かったので、1本目から15本目まで同じペースで走るようにしたい。	Ⓐ・B・C	15本
第 3 回	1本目から	1本目から15本目までスピードを出し過ぎず、	Ⓐ・	'

B　仲間とのつながり

・ペアやグループを規則的にローテーションし、様々な仲間との取組
・ペアやグループ活動が終わった時の挨拶・円陣・ハイタッチ・握手の導入
・男女でのグループ活動、相互評価
・技能バランスを考えたペアやグループ作り

共泳



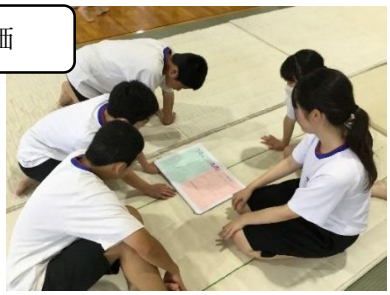
補助



男女グループでの円陣



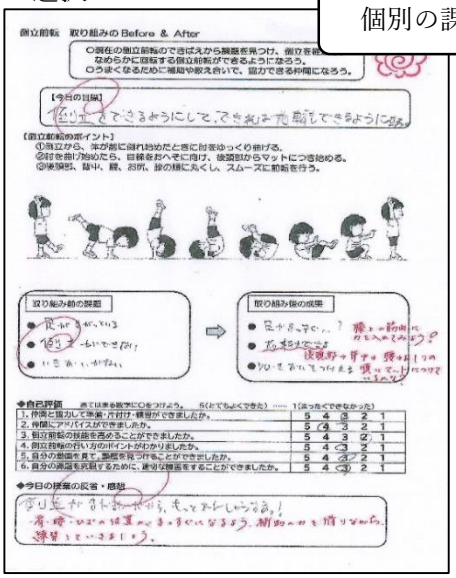
相互評価



C　個別・集団最適化

・個人やグループごとに目標を設定し、課題や活動メニューを選択
・同じメニューでレベルを複数設定し、選択
・教具の選択

個別の課題選択



握力・体幹トレーニングチャレンジ表

レベル	動きの内容	確認印
1	◆リズムに合わせて足の動きだけできる。	
2	◆リズムに合わせて体幹１の手の動きだけできる。	
3	◆リズムに合わせて体幹１～２の手の動きだけできる。	
4	◆リズムに合わせて体幹１～３の手の動きだけできる。	
5	◆リズムに合わせて体幹１～４の手の動きだけできる。（８カウント×２で腕立て顎付け２回）	
6	◆リズムに合わせて体幹１の手足両方の動きができる。	
7	◆リズムに合わせて体幹１～２の手足両方の動きができる。	
8	◆リズムに合わせて体幹１～３の手足両方の動きができる。	
9	◆リズムに合わせて体幹１～４の手足両方の動きができる。	
チャンピオン	◆リズムに合わせて体幹１～４の手足両方の動きが、２セット続けてできる。	

技能に合わせた道具の選択制（短い・軽い・柔らかい・遅い等の操作しやすい道具）





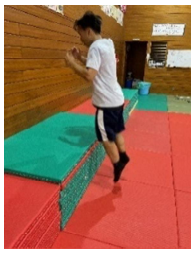
（２）仮説２の手立て

運動時間０分の生徒を減らし、運動時間の増加や様々な場面で運動に親しむ機会を充実させることは、豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力の育成において重要である。そこで、本研究では研究の柱 D（運動機会の創出）として、体育の授業だけでなく、学校生活や日常生活の中で誰もが気軽に取り組める運動を紹介・実践し、運動機会の創出を図った。各学校においては、生徒の実態や学校の実情に応じて取組内容を工夫しながら実践を行った。また、市内共通の保健体育科だよりを発行し、運動の特性と効果、各学校の取組、日常生活での実施方法などを紹介し、生徒の知識や意欲の向上を図った。

D　運動機会の創出

筋力の向上	ペットボトルトレーニング 	握力測定コーナーの設置 

<table>
<tr><td>巧緻性
の
向上</td><td colspan="2">
紙鉄砲の設置
</td></tr>
<tr><td>瞬発力
の
向上</td><td>垂直・立ち幅とびゾーンの設置

</td><td>リズムジャンプゾーンの設置
</td></tr>
<tr><td>総合的
な
向上</td><td>保健体育科だよりの発行
</td><td>昼休みの体育館グラウンド開放

</td></tr>
</table>

3　仮説の検証と考察

（1）仮説１の検証と考察

ア　体育学習における楽しさ及び仲間とのつながりに関するアンケート調査　※令和７年度と令和８年度の比較

図１「楽しさに関するアンケート調査」の「体育でのアップで楽しさを感じる場面」についての質問では、「たくさんある」と回答した生徒の割合が 27%から 40%へ増加した。また、「体育全体での楽しさ・達成感・リフレッシュ感」についての質問では、45%から 52%へ増加した。一方、図２の「仲間とのつながりに関する調査」においても、「体育でのアップで仲間との関係が広がったり深まったりした場面」についての質問では、「たくさんある」と回答した生徒の割合が 31%から 42%へ増加した。また、「体育全体で仲間との関係が広がったり深まったりした場面」についての質問では、44%から 52%へ増加した。

これらの結果から、研究の柱 A（精神的な充実）、B（仲間とのつながり）、C（個別・集団最適化）を取り入れた授業実践により、アップが運動の楽しさや仲間とのつながりを実感できる機会となったことがうかがえる。特に、アップにおける「楽しさ」と「仲間とのつながり」の向上が、主運動や体育学習全体へと波及し、生徒の運動に対する肯定的な意識や主体的に取り組もうとする意欲の向上につながったことが考えられる。

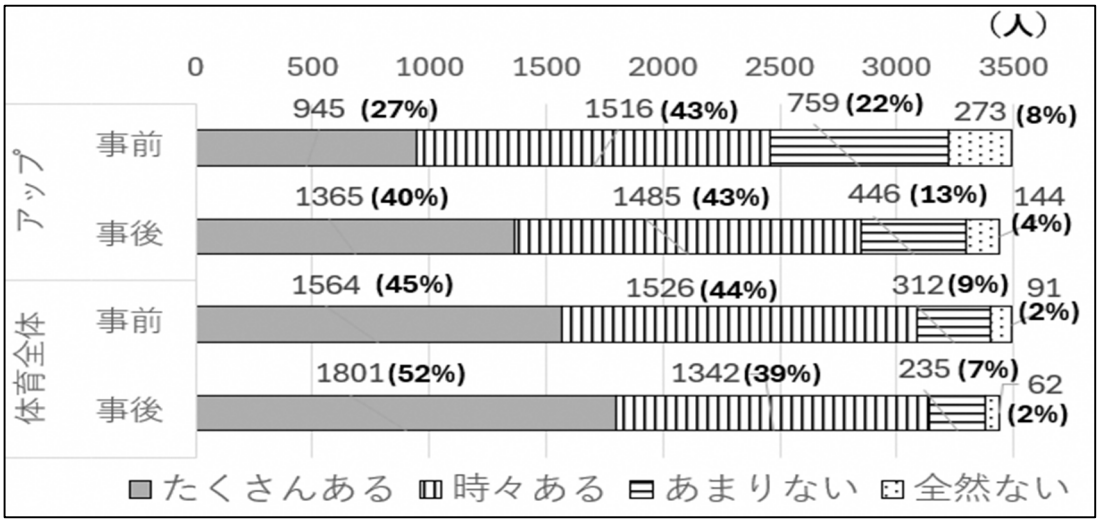


図１　楽しさに関するアンケート調査　※対象：約 3,500 人

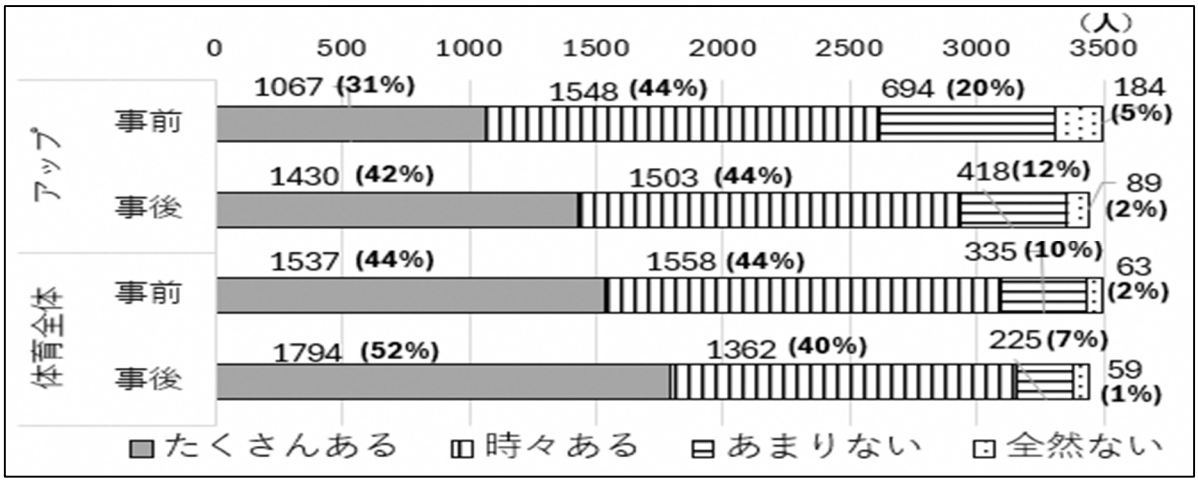


図２　仲間とのつながりに関する調査　※対象：約 3,500 人

イ　市原市重点４項目を通した体力向上に関する知識と効果の実感（表２～５）

※令和７年度（3,493 人）と令和８年度（実施者数）の比較

市原市重点４項目（長座体前屈、握力、ハンドボール投げ、立ち幅とび）について、「体力向上のためにどのような運動が有効か知っているか」を調査した結果、事前調査では「よく知っている」「少し知っている」と回答した生徒の割合は、長座体前屈 49%、握力 51%、ハンドボール投げ 46%、立ち幅とび 44%であり、多くの生徒が体力向上につながる運動について十分な知識をもっていない実態が見られた。一方、事後調査では、アップとして実践した各種トレーニングについて、「体力向上につながっていると感じる場面があった」と回答した生徒の割合が、長座体前屈 74%、握力 78%、ハンドボール投げ 77%、立ち幅とび 84%となった。これらの結果から、生徒は体育の授業や保健体育科だより等を通して体力向上に関する知識を深めるとともに、実際に運動に取り組むことで、その効果を実感できたと考えられる。また、体力を高める方法を知り、自ら実践する経験を積み重ねたことは、運動やスポーツとの関わり方を広げ、生涯にわたって主体的に運動やスポーツに親しむ態度の育成につながったものと考えられる。

表２　長座体前屈の向上に関する知識と高速スクワットの効果の実感

	よく知ってい	少し知ってい	あまり知らない	全く知らない
事前	588人	1116人	1245人	544人
	49%		51%	

	たくさんあった	時々あった	あまりなかった	全然なかった
事後	1100人	1444人	642人	254人
	74%		26%	

表３　握力の向上に関する知識とグーパートレーニング、握力体幹トレーニングの効果の実感

	よく知っている	少し知っている	あまり知らない	全く知らない
事前	664人	1129人	1203人	497人
	51%		49%	

	たくさんあった	時々あった	あまりなかった	全然なかった
事後	608人	874人	300人	110人
	78%		22%	

表４　投力の向上に関する知識と肩甲骨エクササイズ・遠投の効果の実感

	よく知っている	少し知っている	あまり知らない	全く知らない
事前	652人	930人	1351人	560人
	46%		54%	

	たくさんあった	時々あった	あまりなかった	全然なかった
事後	614人	922人	353人	121人
	77%		23%	

表５　立ち幅とびの向上に関する知識とリズムジャンプトレーニングの効果の実感

	よく知っている	少し知っている	あまり知らない	全く知らない
事前	582人	933人	1368人	610人
	44%		56%	

	たくさんあった	時々あった	あまりなかった	全然なかった
事後	1230人	1372人	375人	122人
	84%		16%	

ウ　新体力テスト結果の変容から見る体力の変化

表６では、令和７年度市平均と令和８年度市平均及び有秋中学校の結果を比較した。その結果、２年生・３年生ともに令和７年度の記録を上回る項目が多く見られた。特に、市原市重点４項目である握力、長座体前屈、立ち幅とび、ハンドボール投げでは、多くの学年で向上が見られた。一方で、２年女子及び３年男子では一部の項目で前年度を下回る結果も見られた。また、全国平均と比較すると下回る項目も残されており、今後も継続的な取組が必要である。

表７では、市における総合評価（A～E）の変容を分析した。その結果、男子ではいずれの学年においてもＡ評価（運動能力証）の割合が増加し、D・E 評価の割合が減少したことから、体力上位層の拡大と体力下位層の縮小が見られた。一方、女子ではA評価の割合は増加したものの、D・E 評価の割合も増加しており、体力下位層の改善は十分な成果を確認できなかった。

さらに、本研究では「豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力」の育成を主題としていることから、生徒の長期的な成長にも着目した。表８の成長値を分析したところ、市原市重点４項目を中心に、研究年度の成長値が通常年度と同程度、あるいはそれを上回る項目が多く見られた。特に、長座体前屈や立ち幅とびでは研究年度の成長値が通常年度を上回っている。成長値には発育発達や日常生活、部活動等の要因も含まれることから、本研究の取組のみによる成果と断定することはできないが、多くの項目で研究年度の成長値が通常年度と同程度以上の結果を示したことから、体力向上に一定の効果をもたらしたものと考えられる。

表６　新体力テスト平均値の比較（令和７、８年度市平均・令和８年度有秋中・令和６年度全国平均）　※対象：市内約 3,500 人

			R7市平均よりも上回っている項目			
	項　目	R7市平均	R8市平均	R8有秋中平均	R6全国平均	
2年男子	握　力（kg）	29.15	29.17	30.81	29.46	
	長座体前屈（cm）	46.62	46.85	51.39	45.21	△
	立ち幅とび（cm）	196.79	197.60	201.41	203.20	
	ﾊﾝﾄﾞﾎﾞｰﾙ投げ（m）	18.87	19.70	18.60	21.36	
	上体起こし（回）	25.94	26.03	27.92	26.72	
	反復横とび（点）	51.78	51.53	51.92	53.43	
	20m シャトルラン（回）	78.04	73.94	76.53	83.12	
	５０ｍ走（1/10 秒）	7.94	7.95	7.58	7.82	
2年女子	握　力（kg）	23.72	23.40	25.12	23.58	
	長座体前屈（cm）	49.14	48.65	52.88	46.46	△
	立ち幅とび（cm）	170.32	170.39	173.09	172.38	
	ﾊﾝﾄﾞﾎﾞｰﾙ投げ（m）	12.08	12.25	11.93	13.14	
	上体起こし（回）	22.03	22.12	25.81	22.07	△
	反復横とび（点）	46.33	46.96	49.33	47.05	
	20m シャトルラン（回）	50.32	51.41	51.44	54.17	
	５０ｍ走（1/10 秒）	8.87	8.80	8.52	8.80	
3年男子	握　力（kg）	34.51	33.71	35.53	34.41	
	長座体前屈（cm）	49.53	50.67	57.85	48.99	△
	立ち幅とび（cm）	211.69	212.75	217.93	216.97	
	ﾊﾝﾄﾞﾎﾞｰﾙ投げ（m）	21.68	21.96	19.93	23.96	
	上体起こし（回）	28.31	27.99	29.13	29.02	
	反復横とび（点）	54.26	54.67	57.38	56.57	
	20m シャトルラン（回）	83.66	81.81	86.30	90.60	
	５０ｍ走（1/10 秒）	7.48	7.60	7.36	7.47	
3年女子	握　力（kg）	24.60	24.99	25.88	25.29	
	長座体前屈（cm）	48.93	52.30	57.66	49.79	△
	立ち幅とび（cm）	167.94	171.60	184.59	176.79	
	ﾊﾝﾄﾞﾎﾞｰﾙ投げ（m）	12.94	13.61	13.33	14.38	
	上体起こし（回）	23.06	22.87	26.98	23.92	
	反復横とび（点）	46.30	47.54	49.25	48.80	
	20m シャトルラン（回）	49.76	49.66	57.00	56.06	
	５０ｍ走（1/10 秒）	8.70	8.75	8.48	8.66	

表７　市原市の新体力テスト総合評価 A～E の変容（令和７年度と令和８年度の比較）

	男子					女子				
	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E
R7.1年	6.0%	19.8%	31.0%	30.7%	12.4%	27.1%	27.4%	28.5%	14.5%	2.6%
R8.2年	13.6%	25.7%	31.4%	20.6%	8.7%	31.2%	25.8%	24.7%	13.9%	4.4%
変化割合	7.6%	5.9%	0.4%	-10.1%	-3.7%	4.1%	-1.6%	-3.8%	-0.5%	1.8%
R7.2年	14.2%	23.9%	31.3%	21.2%	9.3%	32.0%	27.0%	23.4%	13.4%	4.2%
R8.3年	25.4%	21.6%	29.6%	15.1%	8.2%	32.4%	23.5%	22.5%	16.0%	5.5%
変化割合	11.2%	-2.3%	-1.7%	-6.1%	-1.1%	0.4%	-3.4%	-0.9%	2.7%	1.3%

表８　令和８年度新体力テスト成長値の比較（全国平均３年間と市原市研究年度）

	項　目	通常年度成長値	研究年度成長値		項　目	通常年度成長値	研究年度成長値
2年男子	握力（kg）	5.46	5.41	2年女子	握力（kg）	2.14	2.19
	長座体前屈(cm)	4.06	5.28		長座体前屈(cm)	2.73	4.50
	立ち幅とび（cm）	17.87	18.42		立ち幅とび（cm）	5.33	7.87
	ﾊﾝﾄﾞﾎﾞｰﾙ投げ(m)	3.11	3.05		ﾊﾝﾄﾞﾎﾞｰﾙ投げ(m)	1.51	1.57
	上体起こし（回）	2.88	2.95		上体起こし（回）	1.87	1.93
	反復横とび（点）	3.26	4.13		反復横とび（点）	1.76	2.37
	20mｼｬﾄﾙﾗﾝ（回）	14.03	14.13		20mｼｬﾄﾙﾗﾝ（回）	5.19	5.95
	５０ｍ走(1/10秒)	-0.57	-0.72		５０ｍ走(1/10秒)	-0.23	-0.35
	体力合計点	8.50	8.98		体力合計点	5.10	6.40
3年男子	握力（kg）	4.29	4.56	3年女子	握力（kg）	1.22	1.27
	長座体前屈(cm)	4.17	4.05		長座体前屈(cm)	2.45	3.16
	立ち幅とび（cm）	13.47	15.96		立ち幅とび（cm）	2.45	1.28
	ﾊﾝﾄﾞﾎﾞｰﾙ投げ(m)	2.82	3.09		ﾊﾝﾄﾞﾎﾞｰﾙ投げ(m)	0.89	1.53
	上体起こし（回）	2.11	2.05		上体起こし（回）	1.14	0.84
	反復横とび（点）	2.91	2.90		反復横とび（点）	0.82	1.21
	20mｼｬﾄﾙﾗﾝ（回）	6.41	3.77		20mｼｬﾄﾙﾗﾝ（回）	-1.45	-0.66
	５０ｍ走(1/10秒)	-0.34	-0.33		５０ｍ走(1/10秒)	-0.04	-0.13
	体力合計点	6.54	6.37		体力合計点	2.27	3.34

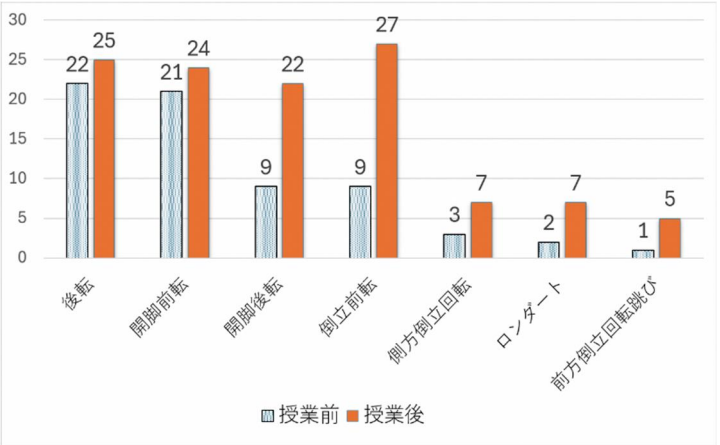
※通常年度の成長値とは、令和３年度から令和６年度までの全国平均における、１年間の平均的な伸びを表した値

※研究年度成長値とは、令和７年度から令和８年度までの本市の生徒における、１年間の平均的な伸びを表した値

エ　検証授業における技能の変容

【市原市立有秋中学校　第２学年３組　30 人（単元名：マット運動）】

図３の授業前後を比較すると、多くの技で達成人数・達成率の向上が見られた。特に、開脚後転（30%→73%）と倒立前転（30%→90%）では大幅な伸びが見られた。また、側方倒立回転、ロンダート、前方倒立回転跳びについては達成率の大幅な向上には至らなかったものの、達成者数は増加しており、技能向上の成果が見られた。



	事前	事後	伸び
後転	73%	83%	+10
開脚前転	70%	80%	+10
開脚後転	30%	73%	+43
倒立前転	30%	90%	+60
側方倒立回転	10%	23%	+13
ロンダート	7%	23%	+16
前方倒立回転跳び	3%	17%	+14

図３　有秋中２年マット運動の技能の変容（習得数と習得率）※対象人数 30 人

【市原市立有秋中学校　第３学年１組　32 人　（単元名：バドミントン)】

図４のラリー往復回数について、授業前後の平均値を比較するためｔ検定を行った。その結果、事前の平均値は 16.9 回、事後の平均値は 21.6 回であり、平均 4.7 回の向上しており、有意な差が認められた（p<.001)。分布に着目すると、10 往復未満の生徒は 12.5%から 6.3%へ減少し、21 往復以上の生徒は 25%から 37.5%へ増加した。

図５のサービスポイントゲームでは、授業実践前後の平均点を比較するためｔ検定を行った。その結果、平均得点は 18.75 点から 30.00 点へ 11.25 点向上しており、有意な差が認められた（p<.001)。分布に着目すると、25 点以上を獲得した生徒は 22%から 56%へ増加し、半数以上の生徒が高い得点を獲得できるようになった。０～10 点の生徒は 19%から 13%へ減少しており、技能が低い生徒も一定の改善が見られた。

図４、図５の結果から、ラリーを継続する技能とサービス技能の両面において有意な向上が認められたことから、本単元の学習はバドミントンに必要な基礎技能の向上に効果的であったと考えられる。

授業前	10往復未満	10～15往復	16～20往復	21往復以上
	4(12.5%)	8(25%)	12(37.5%)	8(25%)
	16.9往復			
授業後	10往復未満	10～15往復	16～20往復	21往復以上
	2(6.3%)	6(18.7%)	12(37.5%)	12(37.5%)
	21.6往復			

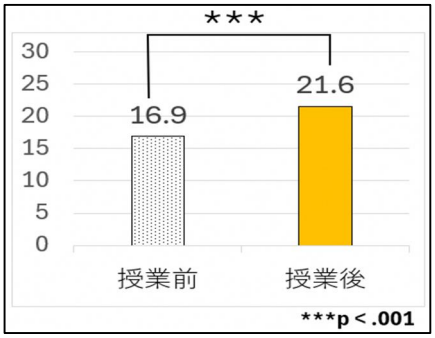


図４　有秋中３年バドミントンでのラリー往復回数と平均値の変容　※対象人数 32 人

授業前	0～10点	10～25点	25点以上
	6(19%)	19(59%)	7(22%)
	18.75点		
授業後	0～10点	10～25点	25点以上
	4(13%)	10(31%)	18(56%)
	30点		

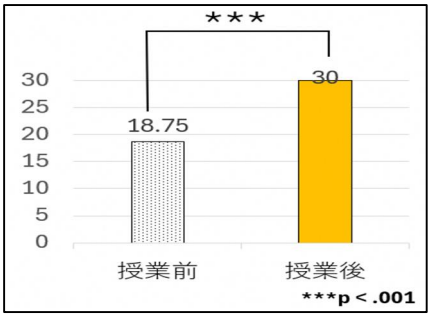


図５　有秋中３年バドミントンでのサービスポイントゲームの点数と平均値の変容　※対象人数 32 人

（２）仮説２の検証と考察

ア　日常生活における運動機会の変化について

表９では、体育及び部活動以外における運動機会の変化について調査した結果、「変わらない」と回答した割合も多かったが、平日・休日ともに運動する機会が「増えた」と回答した生徒が多く見られた。特に、「平日、放課後に個人や友人と遊びの中で」では 54%、「休日、個人や友人と遊びの中で」では 52%の生徒が「増えた」と回答しており、本研究の取組が運動に対する意識を高め、日常生活における運動習慣の形成を支える一助となったものと考えられる。

表９　体育及び部活動以外における運動機会の変化　※対象：市内約 3,500 人

		とても増えた	少し増えた	変わらない	少し減った	とても減った
平日	休み時間などの授業以外の時間	516人 (15%)	619人 (18%)	2202人 (64%)	34人 (1%)	69人 (2%)
	昼休み	413人 (12%)	447人 (13%)	2442人 (71%)	69人 (2%)	69人 (2%)
	放課後に個人や友人と遊びの中で	894人 (26%)	964人 (28%)	1410人 (41%)	103人 (3%)	69人 (2%)
	家庭の中で	619人 (18%)	894人 (26%)	1789人 (52%)	69人 (2%)	69人 (2%)
休日	個人や友人と遊びの中で	860人 (25%)	928人 (27%)	1514人 (44%)	69人 (2%)	69人 (2%)
	家庭の中で	619人 (18%)	860人 (25%)	1823人 (53%)	69人 (2%)	69人 (2%)

イ　豊かなスポーツライフにつながる運動・スポーツとの関わり方の変容

表 10 では、「日常生活で自ら運動機会を設けているか」という質問に対し、事前には「よくある」「時々ある」と回答した生徒の割合が 69%であった。一方、事後の「今後も身近な運動をやってみたいと思うか」という質問では、「よく思う」「少し思う」と回答した生徒の割合が 82%となった。このことから、生徒は体育の授業や保健体育科だよりで紹介された運動を通して、日常生活の中でも気軽に運動に取り組めることを実感し、今後も継続して取り組もうとする意欲が高まったと考えられる。

スポーツとの関わり方について調査した表 11 では、「自分の健康や体力づくりを目指したスポーツ」は 1,962 人から 2,272 人、「スポーツ観戦に行く、仲間の試合を見に行く」は 1,160 人から 1,579 人、「テレビやネットでスポーツ観戦をしている」は 1,316 人から 1,685 人、「応援しているチームや選手がいる」は 1,102 人から 1,437 人へ増加した。また、「仲間や家族のためにスポーツのサポートをしている」や「スポーツに関するボランティアをしている」なども増加しており、生徒のスポーツとの関わり方が「する」だけでなく、「みる」「支える」「知る」へと広がっていることが確認された。さらに、「関わっていない」と回答した生徒は 439 人から 363 人へ減少し、スポーツとの関わりのある合計回答数（複数回答可：延べ数）は 12,778 人から 13,772 人へ増加した。

以上のことから、本研究で実施した運動機会の創出や保健体育科だよりによる情報発信は、生徒が日常生活の中で主体的に運動やスポーツに親しむきっかけとなったと考えられる。また、スポーツとの多様な関わり方を知り、自ら実践しようとする意識の高まりは、運動やスポーツを生涯にわたって楽しみ続ける基盤となり、豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力の育成に寄与したものと考えられる。

表 10　日常生活における運動への意識の変容　※対象：市内約 3,500 人

	よくある	時々ある	あまりない	全くない
事前	1107人	1276人	748人	362人
	69%		31%	

	よく思う	少し思う	あまり思わない	全く思わない
事後	1205人	1603人	485人	147人
	82%		18%	

表 11　スポーツとの多様な関わり方に関する意識の変容　※対象：市内約 3,500 人（複数選択可）

	技能や成績の向上を目指したスポーツ	自分の健康や体力作りを目指したスポーツ	運動自体や仲間との交流を大切にしたスポーツ	仲間や家族のためにスポーツのサポートをしている
事前	1,958人	1,962人	1,615人	309人
事後	1,519人	2,272人	1,513人	528人
	仲間や家族のためにスポーツのアドバイスや補助をしている	審判をしている（しているときもある）	スポーツに関するボランティアをしている（していたことがある）	映像や記事などのスポーツ情報を発信している
事前	348人	822人	208人	146人
事後	411人	484人	255人	186人
	メディアから様々なスポーツや選手の活躍を知る	スポーツ観戦に行く、仲間の試合を見に行く	テレビやネットでスポーツ観戦をしている	応援しているチームや選手がいる
事前	751人	1,160人	1,316人	1,102人
事後	867人	1,579人	1,685人	1,437人
	スポーツのルールや戦術について自分で調べたり話したりする	運動の研究をしている	**関わっていない**	関わりのある合計
事前	858人	223人	**439人**	**12,778人**
事後	781人	255人	**363人**	**13,772人**

Ⅲ　研究のまとめ

1　研究としての成果と課題

（1）仮説１について

成果	「精神的な充実」「仲間とのつながり」「個別・集団最適化」「市内共通アップ」を重視した授業実践により、生徒の運動に対する肯定的な意識の向上が見られた。生徒の運動への意欲や主体的に取り組む姿勢が高まり、生涯にわたって運動に親しむ態度の育成につながった。運動の楽しさや達成感、人間関係の深まりが見られ、技能・体力の向上も認められた。
課題	男子の持久力や筋持久力、女子の体力下位層の改善には課題が見られた。また、全国平均を下回る種目もあることから、今後も市全体の連携のもと、継続した取組が必要である。今後は、授業外を含めた運動機会のさらなる充実を図るとともに、各学校の実態や課題に応じた取組を進め、全ての生徒が運動の楽しさを味わいながら技能・体力向上につながるよう、指導の工夫・改善を継続していく必要がある。

（2）仮説２について

成果	運動機会の創出や保健体育科だよりの発行、誰もが取り組みやすい運動の工夫により、生徒の運動やスポーツに対する意欲や関心の向上が見られた。また、「する」「みる」「支える」「知る」といった多様な関わり方への理解が深まり、日常生活の中で運動に親しもうとする態度の育成につながった。これらの取組は、豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力の育成に一定の成果を示した。
課題	運動やスポーツに対する意欲や関心の向上、多様な関わり方の広がりが見られた一方で、運動機会の変化では「変わらない」と回答した生徒が多く、日常生活における継続的な運動習慣の定着には課題が見られた。今後は、生徒の意識の向上を継続的な行動変容へとつなげ、生徒が生涯にわたって運動に親しむことができる環境づくりを推進し、豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力の育成につながる取組を継続していく必要がある。

2　市原市中学校保健体育部会全体の取組としての成果と課題

成果	市原市中学校保健体育部会全体で共通の視点をもって研究に取り組んだことで、それぞれの専門性を生かした授業実践ができた。そして各学校の授業の様子を動画共有したり、保健体育科だよりを発行したりすることで指導に関する知識・技能の向上が図られた。また、研究への共通理解のもとで協力して実践を進めることにより、市原市中学校保健体育部会としての連携やつながりを深めることができた。
課題	市内 21 校が共通の研究主題のもと、それぞれの実態に応じた実践を進めることができたが、各学校の施設や生徒の実態の違いにより、取組内容や実践状況には多少の差が見られた。今後は、各校の成果や実践事例の共有をさらに充実させ、市原市全体の保健体育学習のさらなる充実を図っていく。

【主な参考文献・研究論文】

千葉県教育委員会　学校体育要覧

スポーツ庁　令和６年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書

スポーツ庁　令和７年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書

文部科学省　中学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説　保健体育編

第一学習社　新体力テスト教師用解説書

大修館書店　柔軟の科学　著：マイケル J. オルター　監訳：山本利春

大修館書店　新しいマット運動の授業づくり　編著：高橋健夫、藤井喜一、松本格之祐、大貫耕一

大修館書店　新しいボールゲームの授業づくり　編著：高橋健夫、立木正、岡出美則、鈴木聡

体育授業を観察評価する授業改善のためのオーセンティック・アセスメント　編著：高橋健夫

体育教師のための心理学　編：ヴァンデン-オウェール・Y 等　訳：スポーツ社会心理学研究会

「児童の投運動学習効果に影響を及ぼす要因」　高本恵美、出井雄二、尾縣貢（2004）

高等学校

大会主題

「豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成する体育学習の展開」

研究主題

「地域に根ざした豊かなスポーツライフの育成」

Ⅰ　研究の概要

1　主題設定の理由

千葉県市原市は、市民一人一人が生涯を通じてスポーツに親しみ、健康でたくましい心身をつくることを目指す「スポーツ健康都市」を宣言している。本市の最大の特徴は、市内全域に広がる 33 か所の日本一の箇所数を誇るゴルフ場の存在である。これらの資源は、生徒が日常的に運動の楽しさを実感するための極めて貴重な教育財産である。

しかし、本校の生徒の実態に目を向けると、学年進行に伴う体力低下や運動習慣の二極化が顕著である。特に女子生徒において、3 年次の新体力テストの合計点が低下傾向にあり、部活動引退や進路選択の時期に運動から離れてしまう課題が浮き彫りとなっている。学校体育においては、単に運動技能を習得させる段階にとどまらず、生徒が将来にわたって運動を継続できるよう、地域社会と連携した「豊かなスポーツライフ」の土台を築くことが急務である。

本研究では、市原市の誇るゴルフやサッカーといった地域資源を「生きた教材」として授業に導入する。プロの指導や本物の施設に触れる体験は、生徒にとって学びを自分事として捉える強力な動機付けとなる。学校を卒業した後の人生においても、地域にある資源を自ら活用し、「する・みる・支える・知る」といった多様な関わり方でスポーツを一生の友とする資質・能力を育むことを目指している。

さらに、これらの活動を通じて豊かなスポーツライフの実現を推進する。具体的には、ICT を活用しながら自らの課題を客観的に分析し、より効率的な動きや練習方法を仲間と共に探究する活動を構成する。生徒が自ら問いを立て、他者との対話を通じて解決策を導き出すプロセスを重視することで、運動技能向上だけでなく、スポーツの持つ文化的・社会的価値を深く理解できるようにさせたい。

本主題「地域に根ざした豊かなスポーツライフの育成」を追究することは、生徒が地域社会の一員としての誇りを持ちながら、主体的に自己の健康や生活をデザインする力を養うことに繋がる。地域と共にある体育学習の質を充実させ、生涯にわたる運動習慣の実現を目指し、本主題を設定した。

２　研究の目的

本研究は、大会主題「豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成する体育学習の展開」および研究主題「地域に根ざした豊かなスポーツライフの育成」に基づき、日本一のゴルフ場数を誇る市原市独自の豊かな地域資源を高校体育の学習に導入することで、生徒が自ら学びを深め、生涯にわたって運動に親しむ資質・能力を育むことを目的とする。

３　研究の仮説

（１）地域資源の教材化による主体的・対話的で深い学びの実現

市原市が有するゴルフ場を「生きた教材」として活用し、実在の施設や地域指導者との関わりを学習に位置付ければ、生徒はスポーツを学校内の活動としてではなく、自らの生活や将来と結び付いた身近な文化として捉えることができるであろう。

さらに、ICT を活用した技能分析や仲間との協議活動を取り入れることで、生徒は自己の課題を主体的に発見し、課題解決に向けた練習方法や運動の楽しみ方を協働的に探究するようになる。その結果、「主体的・対話的で深い学び」が促進され、生涯にわたる運動実践の基盤となる資質・能力が育成されるであろう。

（２）地域との関わりを通した生涯スポーツ実践力の育成

地域スポーツ施設の活用方法を学び、地域指導者やスポーツ関係者との交流を経験することで、生徒は地域社会の中に卒業後もスポーツを継続できる具体的な環境が存在することを理解できるであろう。

また、スポーツを「する」だけでなく、「みる」「支える」「知る」といった多様な関わり方を経験することによって、自身の興味やライフステージに応じたスポーツとの関わり方を選択できるようになる。その結果、生徒は地域への愛着とスポーツへの親近感を高め、生涯にわたって主体的に豊かなスポーツライフを創造する実践力を身に付けることができるであろう。

なお、ゴルフにおいては市原市経済部観光振興課ゴルフの街推進室との連携により、近隣施設での打ちっぱなし体験を予定している。本物のゴルフボールを実際に練習場で打つことで、良い当たりとなったときの爽快感や、外から見るだけだった練習場の実際を知ることで、卒業後も「行ってみよう」となるきっかけとなることを期待している。

４　研究の方法

（１）対象および期間

対象：　千葉県立京葉高等学校　第３学年　Ｂ組

（２）地域資源を中核とした「主体的・対話的で深い学び」の授業実践

市原市の特色あるスポーツ資源を「生きた教材」として授業に導入し、単なる技能習得を超えた探究過程を構築する。

（３）実態把握のための調査・分析

研究の効果を客観的に検証するため、以下のデータを収集し分析する。

定性的評価（振り返りシートおよびアンケート）： 授業後の振り返り記述を「主体的・対話的で深い学び」の視点から分析し、スポーツに対する意識変容や地域社会への関心の高まりを抽出する。また、定期的に運動に対する意識アンケートを行い、比較分析する。

Ⅱ　研究の実際

１　豊かなスポーツライフの意識付け

本研究では、生徒が学校での学びを基盤とし、卒業後も自発的に運動を継続できる「生涯スポーツ」の実践力を養うことを保健体育教育の中核に据える。生涯スポーツとは、単に一つの種目を生涯にわたって継続することではなく、本来は学校体育における多角的なスポーツ実践の延長線上にあるべきものである。

こうした資質を育むためには、まず生徒自身がスポーツの多様な価値に気付き、学びを「自分事」として捉えるための意識付けが不可欠である。特に、学年進行に伴い運動習慣の二極化が進み、部活動引退や進路選択の時期にスポーツから離れてしまう実態がある中で、学校体育を「卒業で終わるもの」にせず、地域社会での豊かなスポーツライフへとつなげる架け橋として機能させる必要がある。

そこで、本研究の軸として、33 か所と日本一のゴルフ場を誇る市原市ならではの圧倒的な地域資源を「生きた教材」として授業に導入する。地域にある「本物」の施設やプロの視点に直接触れる体験は、生徒にとって強力な動機付けとなり、スポーツを「する」だけでなく「みる」「支える」「知る」といった多面的な関わり方を知る重要な契機となる。地域と共にある体育学習を通じて、生徒が自らのライフステージに応じた豊かなスポーツライフを主体的にデザインできる資質の育成を目指し、具体的な実践をする。

２　実際の活動及び授業の形態

実際の活動では、まず卒業後の豊かなスポーツライフを支える基盤を整えるため、市原市内の公共体育施設の利便性や利用条件について生徒自身が調査・把握する活動を展開した。市原市には、五井や姉崎などの各公民館にある体育室や、サンプラザ市原のフィットネスジム、ゼットエー武道場など、多様なスポーツ施設が充実していた。これらの施設が市民に日常的に提供されており、高校生や卒業後の社会人でも個人・グループで「借りられる」資源であることを実際に確認させた。これにより、スポーツを単なる学校での限定的な活動から、地域にある資源を自ら選択して活用する「生涯スポーツ」の営みへと意識の変容を促す。

次に、生涯スポーツの必要性を自分事として捉えさせるため、卒業後の運動習慣や運動継続の障壁についてのアンケート調査およびデータ分析を行った。本校の「新体力テスト学校平均一覧」等のデータを活用し、学年進行に伴う運動部への所属率の低下や、特に女

子生徒において合計点が低下する実態を生徒自身に客観的に可視化させた。あわせて「時間がない」「施設・場所がない」といった若年層のスポーツ実施の障壁を学び、部活動引退や卒業というライフステージの変化が運動習慣の中断に繋がりやすい課題を共有した。こうした実態把握を通じて、卒業後も自発的にスポーツに関わろうとする「する・みる・支える・知る」の多面的な視点を養うことを図った。

さらに、授業内においても、スポーツを「運営」していく資質を養うための学習過程を構築した。単に運動技能を習得するだけでなく、生徒自身が練習メニューを立案し、試合の審判や運営を分担して行う場面を意図的に設定した。これは、市原市が推進するスポーツを「支える」活動の視点とも合致するものであった。仲間と協力してルールを工夫したり、チームの課題を分析したりする対話的な探究活動を実践した。生徒が自ら問いを立てて活動を運営するプロセスを積み重ねたことで、将来どのような環境下においても、豊かなスポーツライフを実現していくための基礎的な資質を育んだ。

また、市原市経済部観光振興課ゴルフの街推進室の取組では、子どもや初心者への普及として、市内全小学校でのゴルフやスナッグゴルフの体験授業をはじめ、ジュニアゴルフスクールの開講や各種ジュニア大会の開催を通じた育成環境の整備を行っている。同時に、初心者が参入しやすいよう「手ぶら de ゴルフ」体験や練習場への市民限定無料レンタルクラブの設置、市民ゴルフフェスタなどを実施し、身近に体験できる機会を創出している。同推進室の取組の説明や、ゴルフ経験者の職員の方のレクチャーを受けたりする機会もあり、生徒たちのゴルフへの意欲は高まった。

３　目標及び地域施設の活用

サッカーについては、既習を生かし、仲間と無理なくボールを蹴り、ゲームを楽しむことを通して、卒業後もフットサルやプロの試合の観戦などでスポーツと広く長く付き合うきっかけをつくることを目標とする。また、運動が苦手な生徒も役割を見つけて活動に参加し、卒業後も公民館の体育室といった地域の施設を活用して体を動かそうとする意欲を持てるようにしていきたい。

ゴルフについては、日本一の箇所数を誇る市原市の身近な資源を活かし、気軽なスポーツとして体験することで、将来の趣味の選択肢に加えることを目指す。また、クラブを振ってボールを前に飛ばせることや、クラブの振り幅による打球の調整力等をみる。打ったボールを見て仲間と「次はもう少し優しく振ろう」などと工夫して練習に取り組めるようにしていきたい。最終的にはゴルフを難しい競技ではなく「市原に住んでいればいつでもできるスポーツ」として楽しみ、地域のゴルフ練習場といった具体的な資源に興味を持つことを前向きに評価していく。また、周囲の安全確認、ゴルフ場での基本的なマナーの理解を基準に据える。

Ⅲ　研究のまとめ

1　成果と課題

【生徒の意識の変容】

R8 年度の体育授業アンケートの結果に基づき、1 年前（R7 年度）に同様のアンケートを実施し、今回の実践を通じて数値が変化したことを示す比較結果を以下の通りまとめる。

（1）スポーツ・体育に対する意識の変化（数値比較）（図１）

地域資源（ゴルフ・サッカー等）を活用した「生涯スポーツ」の視点による授業改善の結果、各項目で 10〜15 ポイント程度の向上が見られたと分析する。

・「卒業後もスポーツに関わりたい（みる・支える等)」と回答した生徒

R7 年度：約 48%

R8 年度：約 65%

授業内での運営・審判（支える）の経験が、競技者以外の関わり方を提示し、意識の拡大を促したと考えられる。

・「卒業後も運動を続けたい」と回答した生徒

R7 年度：約 58%

R8 年度：約 70%

学校体育を「卒業で終わるもの」ではなく、地域の施設（五井・姉崎公民館等）を活用した「一生モノの運動」として意識付けした成果である。

・「体育が好き」と回答した生徒

R7 年度：約 68%

R8 年度：約 80%

これまでの技能習得中心の授業から、地域と連携した多様な関わり方を取り入れたことで、運動が苦手な生徒の肯定感が高まったと言える。

（2）地域資源への認識と行動の変容（図２）

・公共施設の利用経験と利便性の理解

R7 年度：施設の存在は知っているが、「借りる」という発想を持つ生徒は少数に留まっていた。

R8 年度：五井公民館や姉崎公民館、ゼットエー武道場など、具体的に「借りたことがある」または「借りられることを知っている」生徒が増加し、スポーツを地域の中で自らコーディネートする意識が芽生えている。

（３）体育の授業に求める価値観の転換

・「勝敗」から「豊かなスポーツライフ」へ

R7 年度では「種目の習熟」や「勝敗」を重視する声が一部に偏っていたが、R8 年度の結果では、「楽しさ」「仲間とのコミュニケーション」「リフレッシュ」を重視する声が広がっている。

特に、運動離れが懸念されていた 3 年生において、「仲間と協力できる」ことに価値を見出す傾向が強まったことが、体育の授業に対して肯定的な数値（約 80％の好意度）を支える要因となった。

（４）結論

本研究では、市原市が有するゴルフ場や公共スポーツ施設といった地域資源を体育学習に取り入れ、「地域に根ざした豊かなスポーツライフの育成」を目指した授業実践を行った。

その結果、「卒業後も運動を続けたい」「卒業後もスポーツに関わりたい」「体育が好き」と回答した生徒の割合が向上し、生徒のスポーツに対する意識に肯定的な変容が認められた。また、市内の公共施設の利用可能性への理解が深まり、生徒がスポーツを学校教育の枠を超えた生涯学習として捉え始めたことがうかがえた。

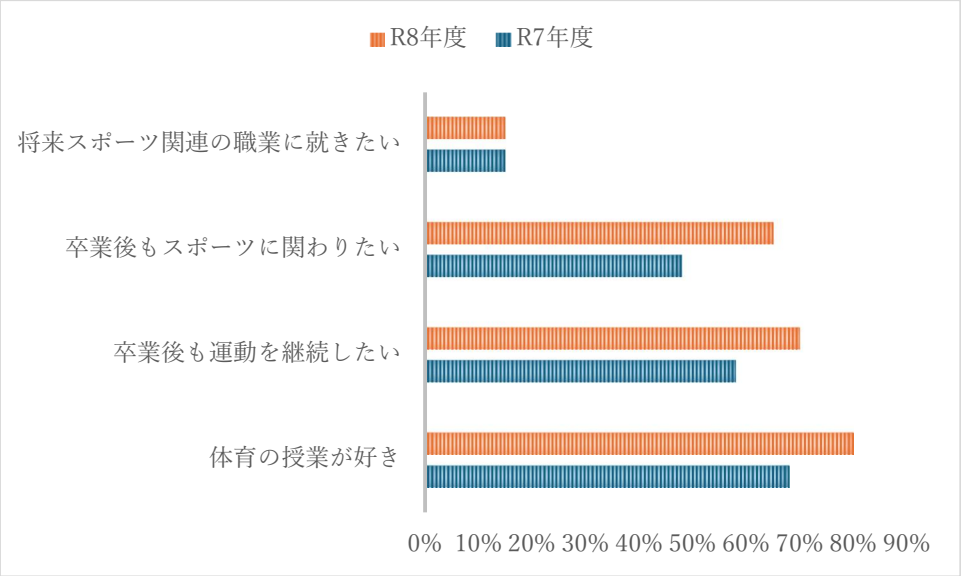
特に、市原市経済部観光振興課ゴルフの街推進室による講話やゴルフに関する学習を通して、生徒は地域に豊富に存在するゴルフ資源への理解を深めることができた。これまで身近でありながら接点の少なかった地域資源を認識し、卒業後のスポーツ実践の選択肢として捉えられるようになったことは大きな成果であった。また、授業の中で練習方法の工夫や運営・審判活動を行ったことにより、生徒自身が課題を発見し、仲間と協働して解決を図る姿が見られ、主体的・対話的で深い学びの実現につながったと考えられる。

一方で、本研究では市原市を代表する地域資源であるプロサッカークラブやサッカー関連施設との直接的な連携を実現するまでには至らなかった。地域資源をより効果的に教材化するためには、実際の競技施設の見学や地域指導者との交流、試合観戦などを通して、生徒がより実感をもって地域スポーツ文化に触れる機会を設定することが必要であると考えられる。

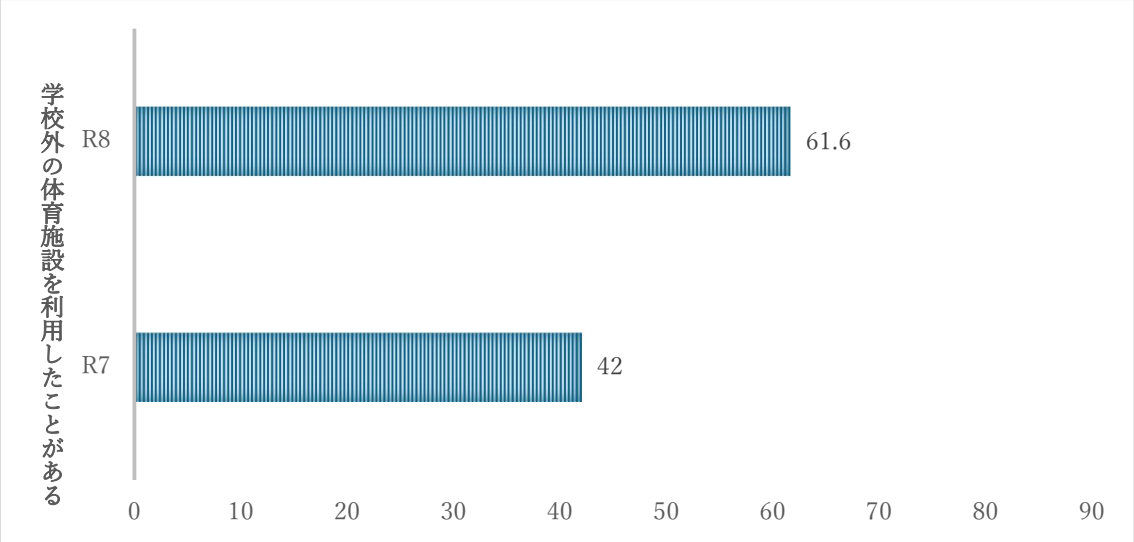
また、本研究で明らかになった成果の多くは意識調査によるものであり、卒業後の実際の運動継続まで検証することはできていない。

以上のことから、地域資源を活用した体育学習は、生徒が地域社会のスポーツ環境に目を向け、自らの将来の生活と結び付けてスポーツを考える契機となった。特に、地域施設の活用方法を知り、スポーツとの多様な関わり方を学ぶことは、生涯にわたってスポーツに親しもうとする資質・能力の育成に有効であることが示唆された。

【図１】スポーツ・体育に対する意識の変化



【図２】地域資源への認識と行動の変容



令和8年度学校体育研究大会実行委員・常任委員一覧≪備考の〇印は常任委員≫

No	選出区分	役職	氏　　名	所属	備考
1	千葉県教育委員会	課長	神澤　賢	教育庁教育振興部保健体育課	会長
2		副課長	近江　裕美子	教育庁教育振興部保健体育課	
3		主幹	右﨑　英志	教育庁教育振興部保健体育課	〇
4		指導主事	相澤　伸也	教育庁教育振興部保健体育課	〇
5		指導主事	加藤　智也	教育庁教育振興部保健体育課	〇
6		所長	寺村　有二	教育庁南房総教育事務所	
7		指導室長	根本　尚美	教育庁南房総教育事務所	
8		主席指導主事	小柴　卓也	教育庁南房総教育事務所	〇
9		指導主事	渡辺　俊雄	教育庁南房総教育事務所	〇
10		指導主事(安房分室)	田畑　祐輔	教育庁南房総教育事務所	〇
11		指導主事	三橋　隼人	教育庁南房総教育事務所	〇
12		指導主事	竹内　由香	教育庁南房総教育事務所	〇
13	開催地教育委員会	教育長	藤谷　誠	市原市教育委員会	副会長
14		指導課長	宮下　信一	市原市教育委員会	
15		課長補佐	海老原　亘	市原市教育委員会	〇
16		指導主事	門脇　年宏	市原市教育委員会	〇
17		指導主事	長谷川　洋平	市原市教育委員会	〇
18	千葉県 小中学校体育連盟	会長	佐藤　克巳	佐倉市立佐倉東中学校	副会長
20		事務局長	岩井　洵	千葉市立葛城中学校	〇
21	開催地運営委員会	小中体連市原支部 支部長	積田　剛幸	市原市立市原中学校長	〇
		市原市教育研究会 中学校保健体育部会部長	小森　一生	市原市立五井中学校	〇
22		市原市教育研究会 小学校体育部会推進委員	宮坂　琢弥	市原市立国分寺台小学校	〇
23	千葉県 教育研究会 体育部会	部会長	春日　淳	船橋市立葛飾中学校	副会長
24		事務長	山崎　智史	千葉市立若松小学校	〇
25	千葉県高等学校 教育研究会 保健体育部会	部会長	遠藤　英宏	千葉県立柏南高等学校	副会長
26		委員長	藤橋　洋輔	千葉県立磯辺高等学校	〇
27		第2地区主任	江渕　亜由美	千葉県立安房拓心高等学校	〇
28	千葉県高等学校 体育連盟	会長	岩波　永	千葉県立幕張総合高等学校	
29		事務局長	堤　誠太郎	千葉県立千葉女子高等学校	〇
30	分科会会場校	校長	関谷 聡	市原市立千種小学校長	〇
31		校長	國吉　浩二	市原市立有秋中学校長	〇
32		校長	島原　一紀	千葉県立京葉高等学校長	〇

千葉県学校体育研究大会開催状況

開催年度				開催地		分科会会場校			大会主題	講演・演題	全体会.講演講師	参加者		
回	年度	開催日	曜	出張所等(開催市町村)	全体会会場	小	中	高				一般	特別	計
	平元	※ 平成元年度全国学校体育研究大会(千葉県開催)のため順延												
28	平 2	11. 7	水	長生（茂原市）	茂原市立早野中学校	五郷	早野	茂原	生涯ｽﾎﾟｰﾂを目指す体育学習指導の推進	新学習指導要領へのさまざまな声に答える	文部省 体育官　杉山 重利	471	286	757
29	平 3	11.13	水	山武（松尾町）	松尾町立松尾中学校	松尾	松尾	松尾	生涯ｽﾎﾟｰﾂを目指す体育学習指導の推進	学習指導要領の変遷と今後の学校体育	東京学芸大学 教授　永島 惇正	535	230	765
30	平 4	11.13	金	安房（館山市）	館山市立第三中学校	館野	第三	安房	生涯ｽﾎﾟｰﾂ時代の学校体育の役割	ｽﾎﾟｰﾂの振興と今後の課題	文部省 専門員　久保 浩二	444	261	705
31	平 5	11.18	木	千葉（市原市）	市原市中央武道館	白幡	市原	市原緑	生涯ｽﾎﾟｰﾂ時代の学校体育の役割	生涯ｽﾎﾟｰﾂの振興と方策	上智大学 助教授　鈴木 守	506	348	854
32	平 6	11.17	木	千葉市	千葉市立稲毛高等学校	高浜第一	高洲第一	市立稲毛	新しい学力観に基づく学校体育のあり方	新しい学力観と学校体育	東京女子体育大学 教授 高島　稔	708	260	968
33	平 7	11.17	金	東葛飾(松戸市)	森のﾎｰﾙ21	八ケ崎	第六	松戸国際	新しい学力観に基づく学校体育の在り方	学校体育実践上の課題と対応策	文部省 教科調査官　本村 清人	554	249	803
34	平 8	11.15	金	君津(富津市)	富津市富津公民館	飯野	富津	天羽	21世紀をたくましく生きるための学校体育の追求	学校体育の未来像の追求	千葉大学 教授　廣橋 義敬	553	280	833
35	平 9	11.14	金	海匝(銚子市)	銚子市青少年文化会館	春日	第五	市立銚子	21世紀をたくましく生きるための学校体育の追求	ｽﾎﾟｰﾂから学ぶ	国際武道大学 教授　柏崎 克彦	432	252	706
36	平10	11. 1	火	印旛(佐倉市)	志津ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰ	青菅	井野	佐倉東	「生きる力」を育むための学校体育の在り方	教育課程審議会の答申とこれからの学校体育の動向	文部省 教科調査官　池田 延行	459	276	735
37	平11	11.17	水	夷隅(大原町)	大原町文化ｾﾝﾀｰ	大原	大原	大原	「生きる力」を育むための学校体育の在り方	新学習指導要領とこれからの学校体育の在り方	筑波大学 教授　高橋 健夫	438	229	667
38	平12	11. 1	金	船橋(市川市)	市川市文化会館	北方	福栄	行徳	「生きる力」を育む体育指導の推進	体ほぐしの考え方と実践	群馬大学 教授　松本 富子	439	265	704
39	平13	11.16	金	香取(多古町)	多古ｺﾐｭﾆﾃｨﾌﾟﾗｻﾞ	多古第一	多古	多古	「生きる力」を育む体育指導の推進	指導計画の作成と体育指導の改善	宮崎大学　教授　品田 龍吉	385	285	670
40	平14	11.15	金	長生(茂原市)	茂原市民会館	西	冨士見	長生	「生きる力」をはぐくむ体育学習の展開	評価の充実と体育学習の改善	筑波大学 助教授　岡出 美則	451	272	723
41	平15	11. 7	金	山武（東金市）	東金文化会館	鴇嶺	北	東金商業	「生きる力」をはぐくむ体育学習の展開	体力つくりと体育学習	東京学芸大学 教授　池田 延行	495	274	769
42	平16	11.12	金	南房総（鴨川市）	鴨川市市民会館	鴨川	鴨川	長狭	「健やかな体」をつくる体育指導の推進	児童生徒が主体的に取り組む指導と評価	鹿児島大学 教授　武隈 晃	306	251	557
43	平17	11.18	金	千葉市	千葉県文化会館	北貝塚	貝塚	千城台	「健やかな体」をつくる体育指導の推進	発育期に即した健康・体力の向上	東京大学大学院　教授　小林 寛道	409	258	667
44	平18	11. 1	金	葛南(八千代市)	千葉県立八千代高等学校	勝田台	勝田台	八千代	「健やかな体」をつくる体育指導の充実	発育発達期に応じた体力づくりとコーディネーショントレーニング	順天堂大学　助教授　東根 明人	415	249	664
45	平19	11. 9	金	東葛飾（柏市）	さわやか県民ﾌﾟﾗｻﾞ	十余二	田中	市立柏	「健やかな体」をつくる体育指導の充実	教育課程改善の方向と学校体育の課題	国政研教育課程セ　調査官　佐藤 豊	280	287	567
46	平20	11. 1	金	北総（八街市）	八街市立八街中学校	実住.交進	八街中央	八街	「健やかな体」をつくるための体育指導の展開	新学習指導要領とこれからの学校体育に期待したいいこと	順天堂大学　准教授　今関 豊一	310	281	591
47	平21	11.20	金	東上総（大多喜町）	大多喜町中央公民館	大多喜	大多喜	大多喜	「健やかな体」をつくるための体育指導の展開	新学習指導要領を踏まえた学習指導の展開	日本体育大学大学院　教授　高橋 健夫	263	214	477
48	平22	11.12	金	南房総(市原市)	市原市市民会館	国分寺台西	国分寺台	市原緑	活力ある児童生徒を育む体育学習の在り方	日常の体育の授業における体力向上策	国際武道大学　教授　鈴木 和弘	263	270	533
49	平23	11.11	金	葛南(習志野市)	習志野市立第一中学校	津田沼	第五	実籾	活力ある児童生徒を育む体育学習の在り方	活力ある児童生徒を育む体育学習のあり方 ～からだへの気づきを通して～	横浜国立大学 教授　高橋 和子	283	273	556
50	平24	11. 9	金	東葛飾(流山市)	流山市市民会館	鰭ヶ崎	南流山	流山南	活力ある児童生徒を育む体育学習の展開	元気がでる体育授業づくり ～子どもを育てる大人の役割～	東海大学 教授　小澤 治夫	272	312	584
51	平25	11. 8	金	北総(匝瑳市)	八日市場ドーム	平和	八日市場第一	匝瑳	活力ある児童生徒を育む体育学習の展開	学習指導要領の趣旨を踏まえた指導と評価	文部科学省　教科調査官　石川 泰成	302	247	549
52	平26	11.14	金	東上総(茂原市)	茂原市民会館	鶴枝	南	茂原樟陽	活力ある児童生徒を育む体育学習の推進	「あらためて体育の価値を考える」 ～学習指導要領の作成の背景から～」	日本体育大学　教授　白旗 和也	281	235	516
53	平27	11. 6	金	南房総(君津市)	君津市民文化ホール	坂田	周西	君津	活力ある児童生徒を育む体育学習の推進	「教える」から「学ぶ」コーチングへ	日本体育大学　准教授 伊藤 雅充	227	299	526
54	平28	11.18	金	葛南(浦安市)	浦安市立美浜中学校	東	浦安	浦安	自ら進んで運動に親しむ児童生徒を育む体育学習の在り方	資質、能力の育成を目指す、これからの体育学習 ～思考力の育成に焦点を当てた授業の模索～	国政研教育課程セ 基礎研究部長 今関 豊一	239	264	503
55	平29	11.17	金	東葛飾(鎌ケ谷市)	きらり鎌ケ谷市民会館	中部	鎌ケ谷	鎌ケ谷	自ら進んで運動に親しむ児童生徒を育む体育学習の在り方	新学習指導要領とよりよい体育の授業づくり	国士舘大学 教授　細越 淳二	252	245	497
56	平30	11.9	金	北総(香取市)	小見川市民ｾﾝﾀｰいぶき館	小見川中央	小見川	佐原	主体的・対話的で深い学びの実現に向けた体育学習の展開	新学習指導要領とこれからの授業	日本体育大学　教授　近藤 智靖	227	237	464
57	令元	11.8	金	東上総(大網白里市)	大網白里アリーナ	白里	大網	大網	主体的・対話的で深い学びの実現に向けた体育学習の展開	学習指導要領改訂の趣旨を踏まえたこれからの体育指導 ～主体的・対話的で深い学びの実現に向けて～	流通経済大学　教授　柴田 一浩	281	234	515
	令 2	11.6	金	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止										
58	令 3	11.19	金	千葉市	千葉市民会館	蘇我	打瀬	幕張総合	主体的・対話的で深い学びの実現に向けた体育学習の推進	主体的・対話的で深い学びの実現に向けた体育学習の実現に向けて	桐蔭横浜大学　教授　佐藤 豊			732
59	令 4	11.18	金	葛南（船橋市）	船橋アリーナ	七林	行田	船橋啓明	主体的・対話的で深い学びの実現に向けた体育学習の推進	主体的・対話的で深い学びの実現に向けた 授業改善について	帝京大学　教授　高田 彬成	133	229	362
60	令 5	11.10	金	東葛飾（松戸市）	森のﾎｰﾙ21	八ケ崎	常盤平	市立松戸	主体的・対話的で深い学びの実現に向けた体育学習の充実	主体的・対話的で深い学びとその評価 ～Well-beingな未来を見据えて～	横浜国立大学　教授　梅澤 秋久	355	303	658
61	令 6	11.8	金	北総(印西市)	印西市文化ホール	牧の原	滝野	印旛明誠	主体的・対話的で深い学びの実現に向けた体育学習の充実	未体育学習の充実に向けたスポーツ医科学の活用	国際武道大学　教授　笠原 政志	376	213	589
62	令 7	11.14	金	東上総(いすみ市)	岬ふれあい会館	太東	岬	大原	豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成する体育学習の展開	学習指導要領の趣旨を踏まえた授業づくり ～生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現・継続に向けて～	順天堂大学　教授　関 伸夫	363	156	519
63	令 8	11.20	金	南房総（市原市）	市原市市民会館	千種	有秋	京葉	豊かなスポーツライフを実現・継続するための資質・能力を育成する体育学習の展開	子どものこころとからだを育むアクティブ・チャイルド・プログラム ～その理念と可能性～	日本スポーツ協会　スポーツ科学研究室　室長　宮野 博			
64	令 9	11.5	金	葛南（市川市）	市川市文化会館（予定）	大和田	第八	市川工業	未定	未定	未定			
65	令10		金	東葛飾（柏市）	柏市民文化会館（予定）	柏第五	柏第二	東葛飾	未定	未定	未定			