

12年間の系統性を踏まえた 球技ゴール型(サッカー)の授業

～体育・保健の授業等を通じた子どもの健康・体力づくりへの寄与に向けて～

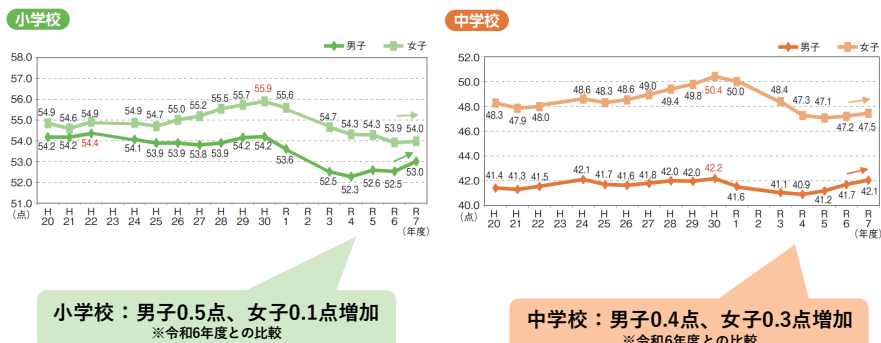
東海大学 体育学部体育学科
村井 梨沙子

概要

1. 子どもの現状
2. 運動習慣の形成
3. 協同的に学ぶ学習指導モデルの実践例の紹介
4. サッカー系の教材・教具の紹介

1. 子どもの現状

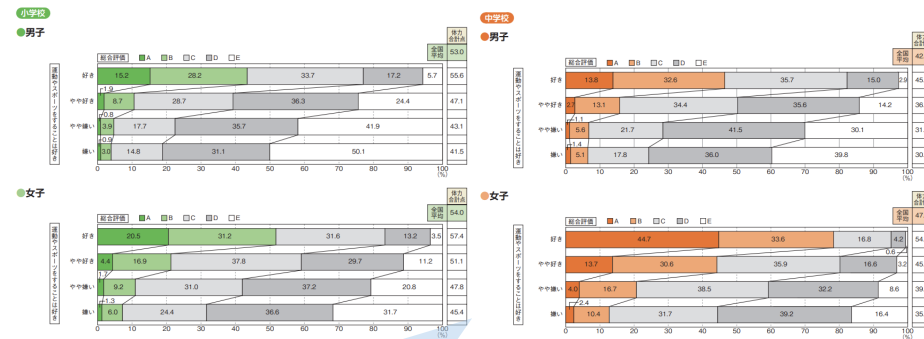
令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果



1. 子どもの現状

令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果

【図4】「運動やスポーツをすることは好き」×「総合評価と体力合計点」



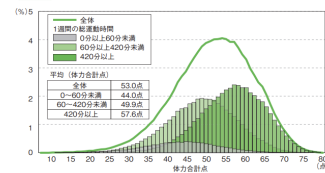
運動やスポーツは「好き」と回答した児童生徒ほど、体力合計点が高い
(「嫌い」と回答した児童生徒ほど、体力合計点低い)

1. 子どもの現状

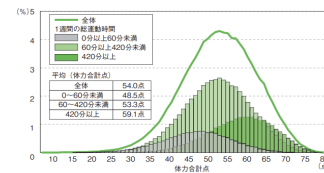
令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果

【図8】1週間の総運動時間と体力合計点との関連

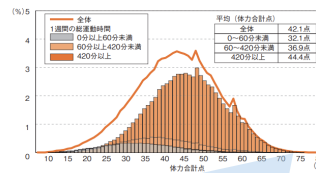
小学校 ●男子



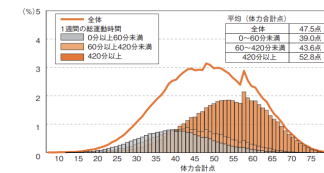
●女子



中学校 ●男子



●女子



体力合計点が高い児童生徒ほど、総運動時間は長い
→体力の維持・向上には、運動習慣の形成が重要

スポーツ庁 (2025) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 報告書

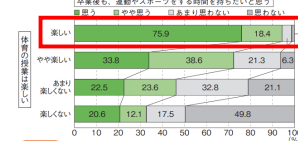
1. 子どもの現状

令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果

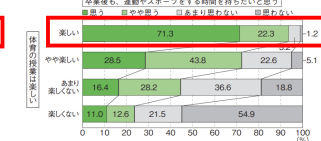
【図17】「体育・保健体育の授業は楽しい」×「卒業後も、運動やスポーツをする時間を持ちたいと思う」

小学校

●男子

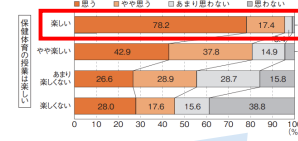


●女子

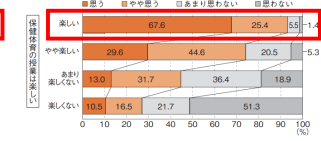


中学校

●男子



●女子



体育・保健体育の授業は、運動継続への意識に影響する
「楽しい」授業が、子どもの運動習慣の形成や体力向上に関係している

スポーツ庁 (2025) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 報告書

1. 子どもの現状

子どもの身体活動に関する2022年の交際調査Global Matrix 4.0の結果

- ・日本は総合評価が高い
- ・特に優れている点は、高い体力（主として全身持久力）⇒意外？
- ・活動的な運動手段・・・ほとんどの子どもが徒歩・自転車で通学
- ・長年にわたり学校制度をベースに取り組みられてきたことも国際的な視点から見たら、日本の長所（体力・運動能力の測定・運動習慣調査、学校での健康診断・身体測定、全国共通のカリキュラム、運動部活動、公立学校の配置など）



「日本の長所のうち、いくつかは、変わりゆく社会の中で「曲がり角」に差し掛かっている」



田中・渡辺 (2025) 「身体活動」からみる子どもの体力：日本型「体力重視」をグローバルに捉え直す、武藤芳照監修、南江堂。

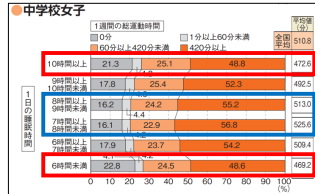
1. 子どもの現状



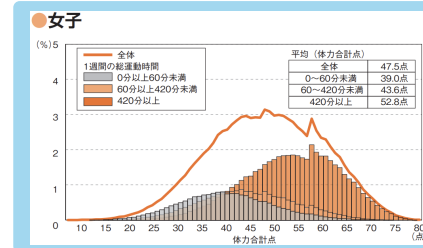
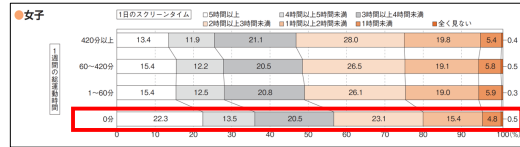
1. 子どもの現状

たくさん運動すれば眠くなり、スクリーンタイムや座位行動も減少

1週間の総運動時間 × 睡眠



1週間の総運動時間 × スクリーンタイム



1週間の総運動時間 × 体力

体力の維持向上のためには
運動習慣の形成が重要

睡眠 スクリーンタイム

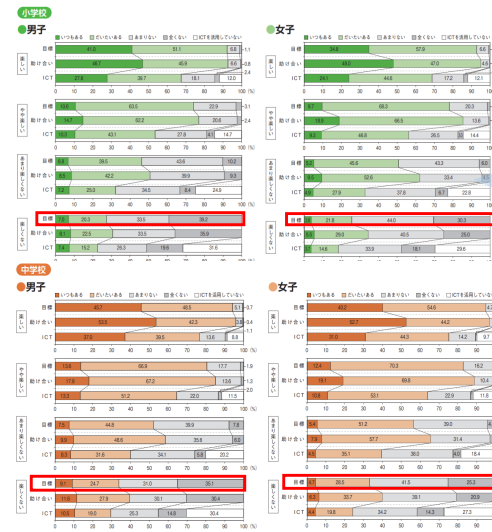
運動習慣を形成させるにはどうすれば良いのか？

スポーツ庁 (2025) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 報告書

1. 子どもの現状

令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果

[図19] 「体育・保健体育の授業は楽しい」×「目標を意識して学習することでできたり分かったりする、友達と助け合ったり教え合ったりして学習することでできたり分かったりする、ICTを使って学習することでできたり分かったりする」



「楽しくない」と感じている児童生徒は、「目標を意識して学習することで、できたり分かったりする」という回答が低い傾向

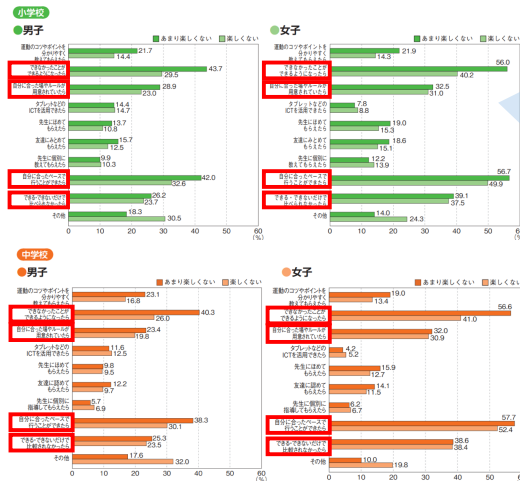
“個に応じた
目標・めあての設定”

スポーツ庁 (2025) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 報告書

1. 子どもの現状

令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 結果

[図18] 今後どのようなことがあれば、より体育・保健体育の授業が楽しくなると思うか



授業が「楽しくない」と思っている
児童生徒が望む授業

- ・できなかったことができるように
- ・自分に合った場やルール
- ・自分に合ったペースで
- ・できる・できないで比べられない

“個に応じた課題の設定”

スポーツ庁 (2025) 全国体力・運動能力、運動習慣等調査 報告書

2. 運動習慣の形成

運動志向性 —そもそも運動することの動機は何か？

運動志向性	例
① 充実志向	運動そのものが楽しい
② 訓練志向	自分の身体や能力を高めたい
③ 実用志向	運動が生活や将来に役立つ
④ 関係志向	周りの人との関係が理由
⑤ 自尊志向	認められたい・優れていたい
⑥ 報酬志向	ごほうびなどが理由

運動そのものに
価値を感じている

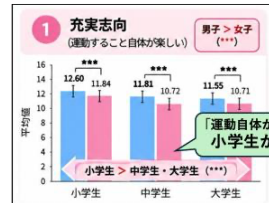
運動以外のものが
動機になる

個々に応じた運動の動機があり、様々な動機がある

上地ほか (2012) 青少年期における運動志向性と行動変容技法の関係、体育学研究, 57: 455-469.

2. 運動習慣の形成

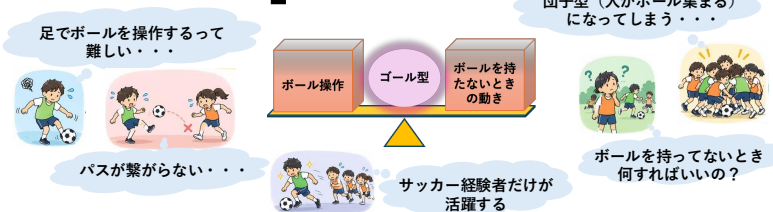
運動志向性 —そもそも運動することの動機は何か？



- ✓ 何かができるようになっていくことは楽しい！
- ✓ 運動すること自体が楽しい！
- ✓ いろいろな技術を身につけたい！

“教材・教具の工夫”

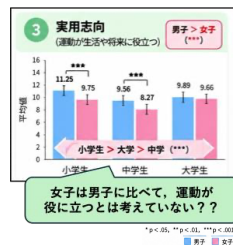
サッカーの難しさ



上地ほか (2012) 青少年期における運動志向性と行動変容技法の関係, 体育学研究, 57: 455-469.

2. 運動習慣の形成

運動志向性 —そもそも運動することの動機は何か？



- ✓ 運動で得た経験はいずれ仕事や生活の役に立つ
- ✓ 将来の仕事や生活に活かしたい
- ✓ 身体を鍛えると、生活場面で役に立つ

“保健 × 体育・体育理論”

第4期スポーツ基本計画の重点課題

- 「1. 国民のスポーツ実施促進にウェルビーイングの向上や経済成長等の実現への貢献」
- ・スポーツの実施によるウェルビーイングの向上
 - ・認知機能の低下、ストレスの軽減、メンタルヘルスの改善→労働力不足の解消・経済成長
 - ・高齢化の進展に伴う社会保障額の増加にも貢献し得る
 - ・障害の有無、言葉や言語の違いを超えて、人と人の繋がりを形成する

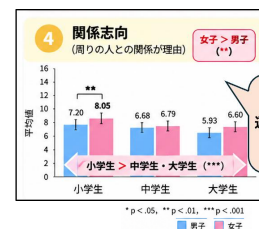
→スポーツの価値の更なる向上を目指す

第4期スポーツ基本計画の策定について 中間報告 (https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/shingi/001_index/toushin/1420653_00015.htm)

上地ほか (2012) 青少年期における運動志向性と行動変容技法の関係, 体育学研究, 57: 455-469.

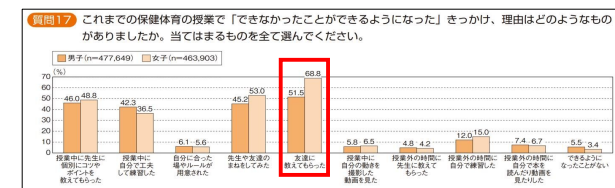
2. 運動習慣の形成

運動志向性 —そもそも運動することの動機は何か？



- ✓ みんながやるから当たり前と思って
- ✓ みんながすることをやらないとおかしいような気がして
- ✓ 周りの人がよく運動するので、それにつられて

“協同的に学ぶ場”



令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果

上地ほか (2012) 青少年期における運動志向性と行動変容技法の関係, 体育学研究, 57: 455-469.

2. 運動習慣の形成

「体育授業の学び方」「どうしたら楽しくなるか」「運動の動機」から見る、体育授業改善のためのヒント

“個に応じた目標・めあての設定”

“個に応じた課題の設定”

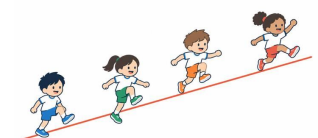
“協同的に学ぶ場”

“教材・教具の工夫”

“保健 × 体育・体育理論”

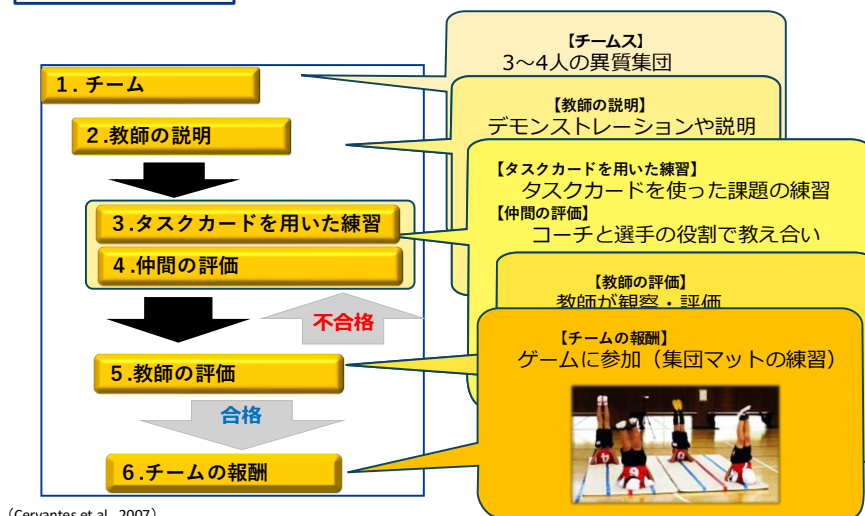
協同的に学ぶ学習指導モデルの実践例の紹介

サッカー系の教材・教具の紹介



3. 協同的に学ぶ学習指導モデルの実践例の紹介

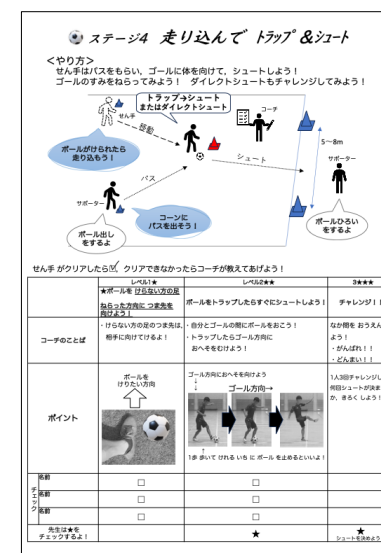
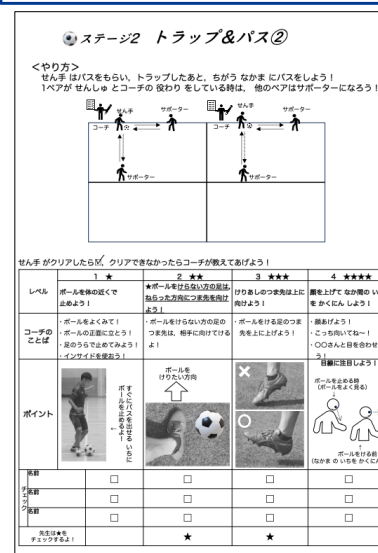
PACERの手続き



(Cervantes et al., 2007)

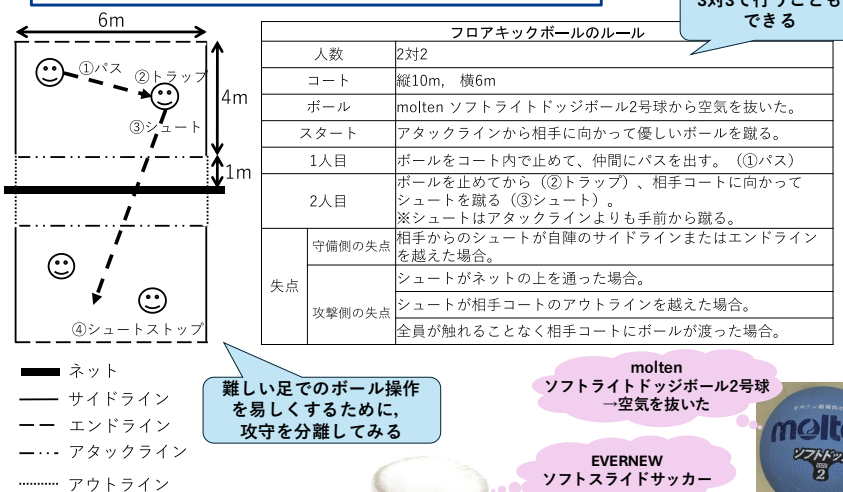
3. 協同的に学ぶ学習指導モデルの実践例の紹介

教え合いを助けるタスクカードの例



4. サッカー系の教材・教具の紹介

フロアキックボール（小学校低学年・中学年）



難しい足でのボール操作
を易くするために、
攻守を分離してみる

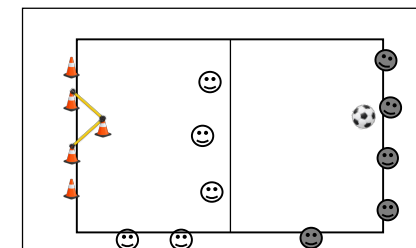
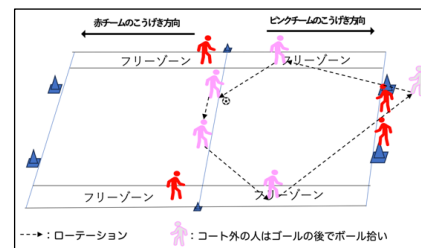
molten
ソフトライトドッジボール2号球
→空気を抜いた

EVERNEW
スライドサッカー



4. サッカー系の教材・教具の紹介

フリーゾーンの設置や一方向型のゲーム（小学校中・高学年・中学校）



フリーゾーン：落ち着いた状況下でボールを操作・判断できる

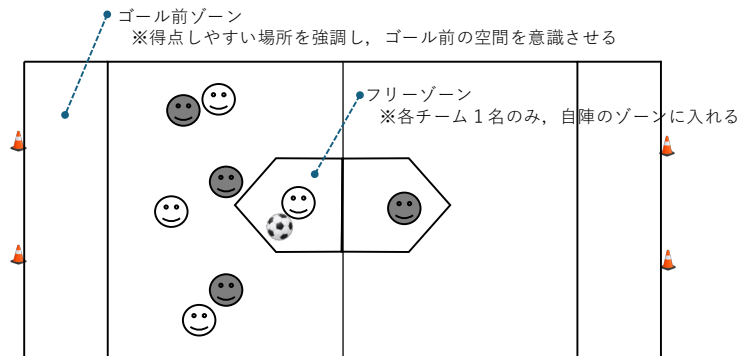
一方向：攻守の切り替わりがないことで、攻撃の戦術に関する理解がしやすい

アウトナンバー：4対3や4対2など、攻撃人数を増やすことで空いてるスペースを認識しやすい

ゴールの工夫：台形など、コート内にゴールが突き出ること、シュートの範囲（機会）が増える

4. サッカー系の教材・教具の紹介

フリーゾーンを設けた教材（小学校高学年・中学校）



- ・フリーゾーンの生徒は固定。攻撃時のみ参加可能。
- ・フリーゾーンからのシュート可。
- ・相手側のハーフコートに入ってから1度味方にパスをしないとシュートできない。
- ・「ゴール前ゾーン」で点を決めれば2点、ダイレクトシュートで決めれば3点

須甲（2021）ゴール型ゲームの教材づくり・授業づくり。体育科教育入門【三訂版】，岡出ほか編著，大衆館書店。

4. サッカー系の教材・教具の紹介

技能だけではないサッカーの価値を学ぶ

- ・大会の運営・企画（スポーツを支える）の方法を学ぶ
- ・作戦会議などを通して他者の意見に耳を傾けることを学ぶ
- ・フェアプレーを学ぶ
- ・仲間と協力することを学ぶ
- ・スポーツを通して性別や国籍，障害の有無を超えて，人々がつながることを学ぶ



経験の差や、技能差が多く表出されるからこそ、他では経験できない学びがある

4. サッカー系の教材・教具の紹介

技能だけではないサッカーの価値を学ぶ



ウォーキングフットボールとは、歩いて行うサッカーのことです。2011年7月にイングランドで行われた55歳以上の高齢者の健康のためのサッカーが原点とされています。日本サッカー協会では、サッカー未経験者でも、運動が苦手でも、障害があっても、怖がらずにプレーできるように「非接触(ボールを取りにいかない)」という日本独自のルールを導入しています。ルールを知ってウォーキングフットボールを楽しもう！



https://www.jfa.jp/grass_roots/walkingfootball/

ご清聴いただき
ありがとうございました。

村井梨沙子：r-murai@tokai.ac.jp

