体育・保健体育の授業アイデア・中学校

「なぜ守る？」から始める、みんなのルール会議

ルールの目的を言葉にし、審判と記録も体験。データを見て、全員が楽しめるルールに作り変えます。

中2　1単位時間（50分）　球技（ゴール型）・運動との関わり方・する・みる・支える

次期学習指導要領とのつながり



運動との関わり方　運動やスポーツの多様な楽しみ方　共生

審議まとめが示す方向性をふまえると、これまで「学びに向かう力」に位置付けていた公正・協力・責任・参画・共生などは、「なぜそうするのか」に関わる知識と、実際の行い方に関わる技能に着目して「運動との関わり方」として整理し直されます。形だけの指導や態度だけを見る評価にならないようにするためです。また、運動やスポーツの楽しみ方は「する」だけでなく「みる」「支える」

「知る」「集う」「つながる」などを含む「多様な楽しみ方」として捉えられ、皆で楽しめるルールを考える活動は共生社会の創り手を育てる学習として期待されています。この授業は、ルールの目的を理解し、役割を交代しながら、記録をもとにルールを工夫する1時間です。 P266 P267 P268 P269 P273 P274 資料P204

ねらい

ゲームのルールが何のためにあるかを理解して説明し、審判や記録の行い方を身に付けるとともに、記録をもとに全員が楽しめるルールを考えて提案する。

準備するもの

- 前時までのゴール型ゲーム（例：簡易化したバスケットボール）の場とボール
- ルールカード（「体の接触禁止」「ボールを持って3歩以上歩かない」「チーム全員がボールに触れたら得点2倍」など）
- 記録用紙または端末（誰が何回ボールに触れたかを記録する表）
- 審判の合図（笛・手の合図）の一覧

手順

① **先生が前時のゲームで起きた場面（個人が特定されない形でまとめたもの）を示し、「このルールは何のためにあるのかな？」と問いかけます。** 5分

② **チームでルールカード1枚ずつについて「目的」を書き出します（例：接触禁止はけがを防ぎ、技能の差があっても安心してプレーするため）。先生は、ルールが公正さや安全、全員の参加を守るためにあることを整理します。** 8分

© 原田英語.com 次期学習指導要領ナビ（https://www.haradaeigo.com/jikigakushushido/）｜授業アイデア：「なぜ守る？」から始める、みんなのルール会議｜研修・校内での印刷・配布OK（連絡不要）

③ **ゲームを行います（1試合5分を2試合）。チームの中で「プレーする」「記録する（誰がボールに触れたか）」「審判をする」の役割を交代し、本時は一人が審判か記録のどちらか一方を必ず担当します（もう一方の役割は次時に担当するよう、ローテーション表で管理します）。審判は、事前に確認した合図とコールで判定します。** 15分

④ **ルール会議をします。記録を見て、ボールに触れた回数の偏りや、誰も触れていない時間に注目し、全員が楽しめるルールを1つ修正・提案します（例：シュートは3人以上がパスをつないでから）。提案にはそのルールの目的も書きます。** 10分

⑤ **各チームの提案から学級で1つ選び、修正したルールで1試合行います。** 8分

⑥ **振り返りシートに、ルールの目的を1つ選んで自分の言葉で説明し、今日「みる」「支える」の役割で気付いたことを書きます。** 4分

評価（見取り）のポイント

運動との関わり方は、ルールの目的を自分の言葉で説明できるか（知識）と、本時に担当した役割（審判または記録）を正しく行えるか（技能。もう一方は次時に見取る）で見取り、「まじめにやっていたか」といった態度だけで評価しないようにします。
思考・判断・表現は、記録をもとに偏りに気付き、目的に合ったルールを提案しているかを会議の様子とシートで見ます。

うまくいくコツ・アレンジ

- 前時の場面を取り上げるときは、誰のプレーか分からないようにまとめ、責める雰囲気にしないようにします。

- 記録は「触れた回数」など簡単なものにすると、ゲームの中でも無理なく取れます。
- 体の接触を禁止し、ゲームの前にボールの空気圧や周りの障害物を確認します。暑い時期は休憩と水分補給の時間をとります。

アレンジ

- ネット型（例：ソフトバレーボール）で、「3回で返す」などのルールの目的を考え、ラリーが続くルールを工夫する活動にできます。
- 中3以降では、地域のスポーツ大会の運営や観戦のしかたを調べ、「支える」「みる」楽しみ方を考える学習につなげられます。

ほかのアイデア

※ 次期学習指導要領は告示前です。審議まとめ（2026年10月5日）の方向性をふまえた原田英語.comのオリジナルのアイデアです。