

JFA小学校体育サポート研修会 IN 長門 2025.7.23(水)



令和7年（2025年）7月23日（水）長門市立油谷小学校体育館において、本研修会が油谷小学校の夏休みの校内研修の1つとして実施されました。指導者として、公益財団法人 日本サッカー協会 JFA コーチ（一般社団法人 佐賀県サッカー協会副会長） 中西 順也 様をお招きし、サッカーのみならず、主運動につながる体ほぐしの運動から体づくり運動（遊び）、そして、ゲームやボール運動へとつながる実技を行い、体育科の授業づくりについてご指導いただきました。夏休みに入っただけでしたが、11名の先生方の参加がありました。暑い中にもかかわらず、先生方の熱心な取組に敬服しました。

まず、油谷小学校の西村校長先生から挨拶と講師の紹介がありました。その後、すぐに子どもへの接し方（集合のさせ方）や言葉がけなどの留意点について説明がありました。そして、ウォーミングアップ（動きづくり）として、気分を盛り上げたり、人間関係づくりを含めた運動遊びをしたり、主運動へのきっかけとなったりするような運動（体ほぐしの運動から体づくり運動など）を行ったりしました。参加者も自然と笑顔になり、次第に体も心もほぐれてきました。

次に、参加者一人一人が、新聞紙を丸めビニル袋に入れた手作りの「My ボール」を作製しました。その後、作製した手作りのボールや JFA から学校にいただいた柔らかいスポンジのサッカーボール、ドッジボールなどを使い、簡単な動きや遊び（活動1、活動2）、そしてゲームへと発展するような流れで動きづくりやゲーム、ボール運動の具体的な実技を体験していききました。

最後に、中西先生による講話があり、いただいた「新・サッカー指導の教科書」の内容を中心に、その考え方や内容について説明がありました。授業の基本的な考え方である「構想は逆算 実施は積み上げ」に基づき、45分の授業構成や単元全体の構成を学ぶことができました。その中で「効率的な場づくり」「ルールの工夫」「どの子どもも楽しめる」「技能差の克服」「たくさん動く」ことなどのキーワードを大切に、教材の工夫や場の設定の意味についても説明を受けることで、より楽しい授業づくりについての理解が進みました。特に、子どもの視点で授業を構成し、子どもの実態に応じてルールや場づくりなどを工夫・改善していく必要性について話をされました。

これまでの本事業は、体育主任を中心に実施することが多かったのですが、今回の研修は、昨年の平川小学校に続き、学校の校内研修として実施されましたので、校内の多くの先生方が参加され内容や系統性について全校で共有ができました。実技も講話も熱心に行われ、サッカーの授業づくりだけでなく、体育科の授業づくり全てに通じる考え方や内容を共有して学ぶことができた貴重な研修会となりました。

（次頁に研修の具体的な活動の様子を紹介する。）

研修会の具体的な様子



ウォーミングアップ(アイスブレイク)

ウォーミングアップは、ボールを使わずに、ゲームをするメンバーのアイスブレイクを兼ねて行った。「じゃんけん」や「手押し相撲」、など、互いの人間関係を培うような運動を取り入れ、緊張感をほぐす内容が数多く含まれていた。次第に参加者の笑顔が増えていった。



ウォーミングアップ(ほぐしの運動)

ウォーミングアップ(ほぐしの運動)は、Myボールや柔らかいスポンジボールなどを使って、恐怖心を取り除きながら、個人や集団でボールになれる運動遊びを中心に活動した。

低学年や運動の苦手な子どももいることを意識した内容が多く取り込まれていた。



集団でのボールを使った運動遊び

ここでは、集団での動きづくりが身に付くような「川渡り」をベースに活動が展開された。その中で、最初に作った新聞紙のボールやソフトサッカーボールなどを使って、ルールや場の工夫などにより、ボール(サッカー)ゲームの基本となる動きづくりやスペースの見つけ方などが楽しく身に付くような内容になっていた。

最後には技能差や個人差を改善するためのルールや場を工夫したゴール型のミニゲームも行った。



授業づくりについての講義

最後に、サッカーを中心とした授業づくりについての講義を行った。ボールを使ったほぐしの運動遊びや鬼遊びから集団での運動遊び、さらにボール運動へと発展していく過程の授業づくりについて講義があった。子どもの実態に応じたルールや場の工夫などについても具体的な授業の事例を上げながら話をされ、実際の授業ですぐに活用できるような内容が多くあった。