

教育課程部会 体育・保健体育、健康、安全ワーキンググループ（第6回）

2026年1月16日

デジタル学習基盤や新たな知見等を活用した体育授業等について

ハイパフォーマンス知見を 学校体育へ

～すべての子どもに「自分を理解する力」を～

株式会社Es.relier 宇山 賢

本日お伝えしたいこと

- 01 ハイパフォーマンススポーツの「学びの構造」は、学校体育の目標と本質的に同じ
- 02 その知見は「すべての子ども」に還元できる
- 03 実証実験を通じて、次期学習指導要領への具体的な示唆を提示



私の原点

🔄 「体育コンプレックス」から「次世代への貢献」へ

STEP 1

体育への強いコンプレックス

かけっこ1番なし・体カテストも見せたくない…
幼少期は「できない自分」に直面する体育が苦手。
マイナースポーツだからこそ踏み込めた。



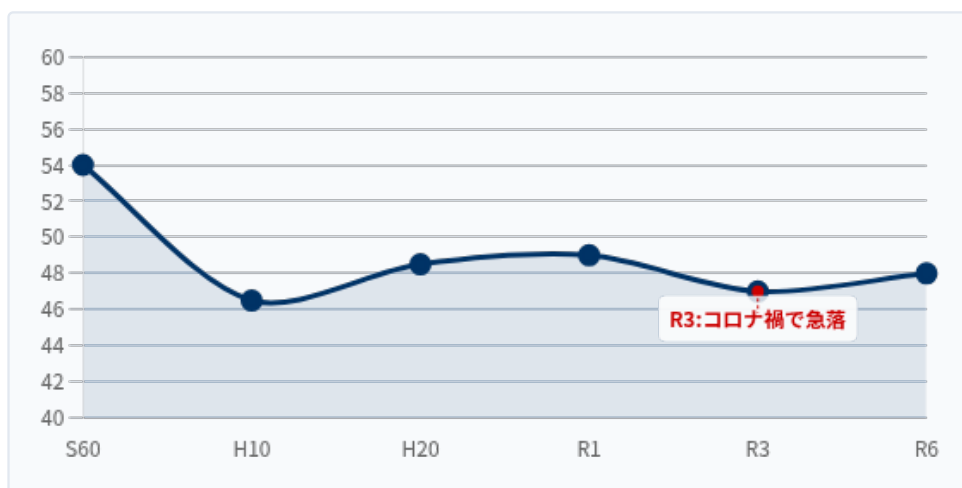
STEP 2

伝えたい使命感

いろんな運動遊びや競技に触れ、
成功体験や運動の楽しさ、大切さを知ってもらいたい。
すべての子どもに「自分を理解する喜び」を届けたい。

学校体育の現状と課題(体力・運動習慣)

1 体力合計点の推移

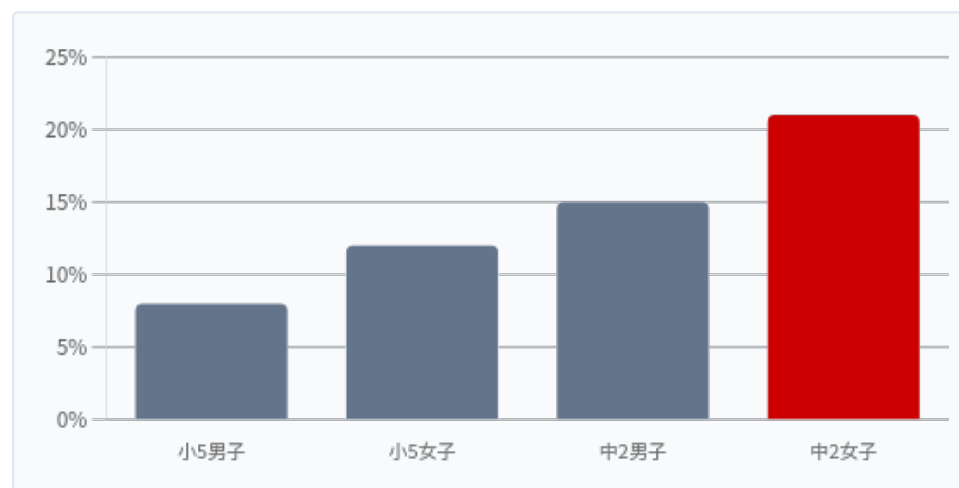


直近10年(H27-R6)は横ばい・低下傾向

令和3年のコロナ禍で急落し、その後は緩やかな回復。
S60年代水準と比較すると依然低い。

出典: スポーツ庁「令和6年度 体力・運動能力調査の結果について(概要)」(令和7年10月12日公表)
https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/houdou/2023/jsa_00005.htm

2 運動が「嫌い・やや嫌い」の割合



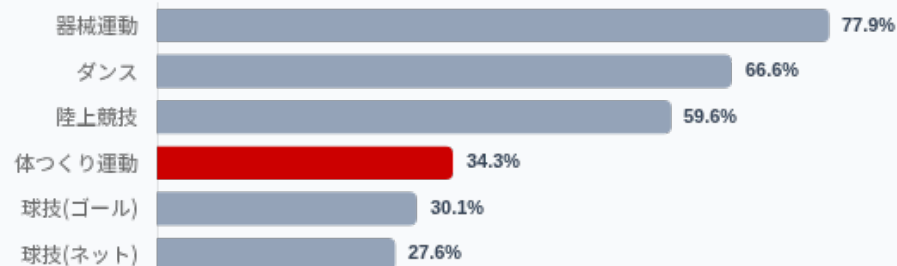
中2女子で21%(約2割)が「嫌い」

運動する子としない子の二極化が進行。
小5から中2にかけて嫌いな生徒が増加傾向。

出典: スポーツ庁「令和6年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果」
https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922_00013.html

体育授業におけるICT活用の実態

領域別 ICT活用経験 (TOP5 + 体づくり)



ICT活用の取組状況



体育・保健体育授業でのICT活用は「有効」である **97.8%**



「授業で活用可能な
アプリケーションソフトの開発提供が必要」

93.4%

(そう思う + ややそう思う)

→ ICT活用を想定した
授業のパッケージを提供することは
現場の支援に繋がるのではないか。

出典：スポーツ庁「体育・保健体育授業におけるICT活用の実態と課題」
(2021年10-11月調査、n=7,552)

※2021年時点の調査結果であり、現在のGIGAスクール構想進展後の数値とは異なる可能性があります

教育分野へ自身のキャリアを接続

重要視している3つの方向性



Excellence
卓越性

主体的・対話的で深い学びの実現



Equity
公正性

多様性の包摂(すべての子どもへ)



Feasibility
実現可能性

教師の負担軽減・実施しやすさ

「技能偏重」 → 「考える体育」「振り返る体育」へ

私のキャリアと知見の展開

1

原点

体育苦手意識
↓
フェンシングとの出会い

2

選手時代の学び

アナリストのサポートで
客観的視野・データ活用を習得
パフォーマンス向上

3

知見の一般化

専門学校講師
企業研修での実践

4

教育への翻訳

出前授業の実施
「学びの構造」の抽出

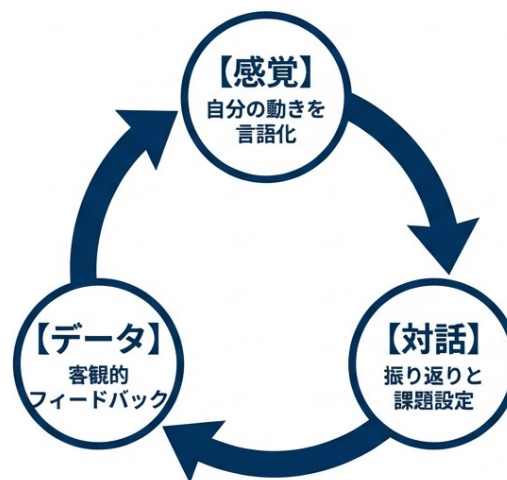
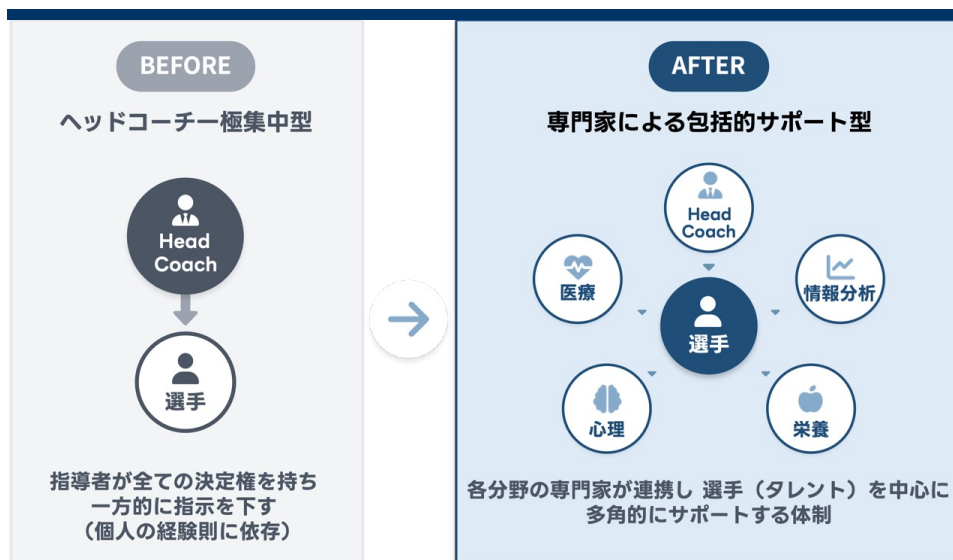
5

学校体育へ

カリキュラム化
実証研究の実施

ハイパフォーマンスの学びの構造

ハイパフォーマンスサポート事業による選手の包括的サポート



学習指導要領の3つの柱



できる/できないではなく変化・工夫・考え方を改善し成長する
これは学校体育が本来目指してきた姿

要素①アナリスト知見の伝承と展開

選手時代、アナリストの客観的な分析により成長を実感。
その知見の大切さを次世代へ伝える活動を展開。

1 次世代育成(専門学校)

アナリスト志望の学生に対し、
ハイパフォーマンススポーツにおける「分析の視点」や
「フィードバックスキル」を直接指導。
データを活用した競技力向上の基礎を教育。



専門人材育成

2 企業研修(データ人材育成)

データサイエンティストを育成・派遣する企業において、
スポーツデータを題材とした研修を実施。
予測不可能なデータを扱う思考力を養い、
社会的なデータ人材不足解消に貢献。



他分野への応用

A 今後の展開構想

● 要素の確立(2つの柱)

要素①: アナリスト知見の一般化
要素②: デジタル技術を活用したフェンシング競技の体験

● 学びの融合プロセス

初めての競技を体験
↓
客観的データによる分析・改善
↓
ICT活用機会へ

□ 学校向けパッケージ化

学校現場に合わせたモデルを開発し、体育・情報(数学)の
教科横断的な実践として展開。

2つの要素を組み合わせ、
学校現場に最適なパッケージを実証へ

要素②実証実験：概要と結果

自 授業概要

対象:横浜の小学校 3年生 89名

時期:2025年3月(座学1 + 実技2)計3コマ

領域:体づくり運動

スマートフェンシングの特徴



© DNP大日本印刷

デジタル技術 : Bluetoothで剣をペアリング、即時判定

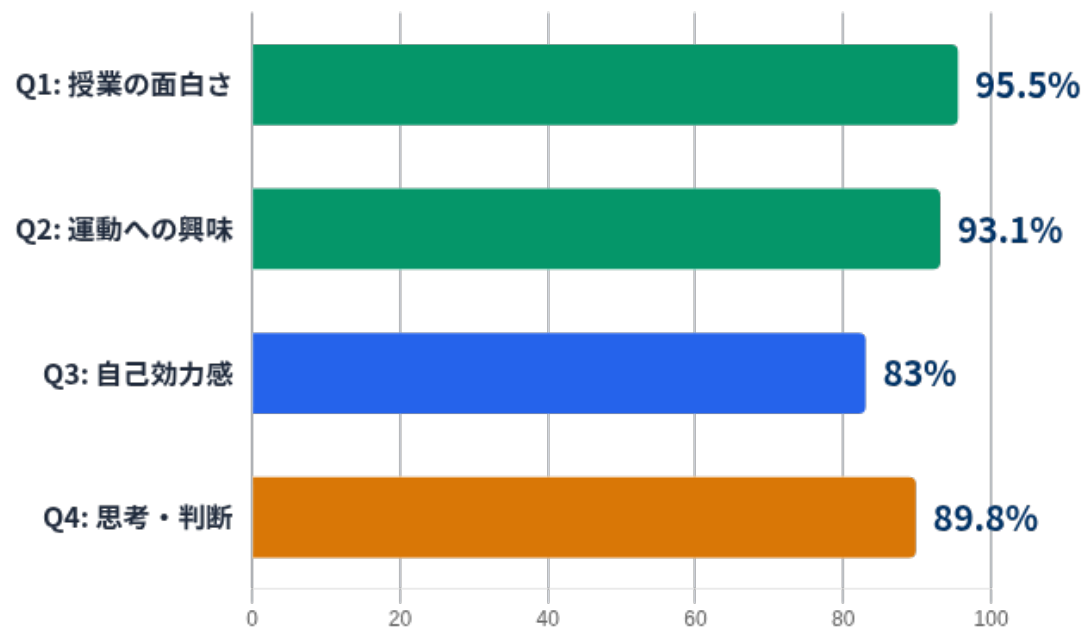
成功体験の拡張 : アプリ上の音・色演出でポイント可視化

公平性と理解 : 誰が見てもポイントが分かりやすい

見るスポーツ : 状況が明確で自然な応援が生まれやすい

安全性 : 柔らかい剣・防具で誰でも安全に体験

実証結果:各指標で高い肯定的評価 (n=89)



- Q1 2回スマートフェンシングをしてみて授業はおもしろかったですか。 **学びに向かう力**
- Q2 今回の授業を通して、運動することにもっと興味をもつようになりましたか。 **学びに向かう力**
- Q3 自分にもフェンシングはできそうと思いましたか。 **知識・技能(自己効力感)**
- Q4 相手の事を考えながら動くことが大切だと感じましたか。 **思考・判断・表現**

※5段階評価「思う」「とても思う」の合計割合

教育的価値と実現可能性

🗨️ 現場で見た”児童の気づき”

質問: スマートフェンシングをやってみて、強い人はどんな人だと思いますか。(自由記述)

スポーツマンシップを守る人

攻めと守りが強い人

動きが素早い人

相手の剣をよく見ている人

相手の動きをよく見て攻撃できる人

判断力がある人



プレー後の”握手”



用具着脱のサポート

👤 教師の負担軽減・実現性

担当教員の声: 「実施はとても簡単だった」
「座学を外部が担当することで負担も軽かった」

展開の方向性: 実施マニュアル整備, 座学用映像教材作成
評価方法のパッケージ化

♥️ 大切にしたい価値

- ★ 道具を大切にする心・ルールの意味
- ★ 礼儀作法(リスペクト)の実践

期待される効果

多様な運動体験 → 成功体験 → 自己理解の深化

スマートフェンシング × インクルーシブ実践

👤 すべての子どもが参加できる設計へ

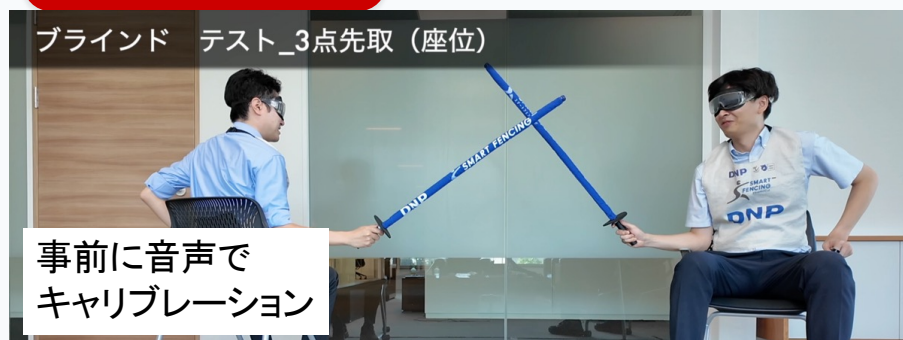
立位



座位 (車椅子)



ブラインド (視覚制限下)



デフ (聴覚制限下)



教育現場への示唆

- 1 Excellence: 個の可能性を最大化する視点**
「できる/できない」の二元論を超え、個々の「変化」と「工夫」を評価軸とすることで、全ての子ども卓越性を引き出す可能性を示唆。
- 2 資質・能力の三つの柱との整合性**
知識・技能に加え、「思考・判断・表現」「学びに向かう力」を一体的に育むアプローチの形を例示していく。
- 3 ICT活用による「主体的・対話的で深い学び」の支援**
データに基づく客観的な振り返りは、児童のメタ認知を促し、自律的な学習者を育むための有効なツールとなり得る。
- 4 Feasibility: 持続可能な指導体制への提案**
専門知見のパッケージ化や外部連携は、教員の負担を考慮しつつ、質の高い体育授業を実現する現実的なアプローチとなる。
- 5 Equity: インクルーシブな学習環境の構築**
デジタル技術の活用により、身体的制限・ジェンダー等関わらず誰もが等しく挑戦し、成功体験を得られる公正な学習設計への示唆。

まとめ

ハイパフォーマンス知見をすべての子どもの学びへ還元。
自分を理解する力は、一生涯の財産になる。(自己理解→自己調整能力に接続)
勝ち負けだけではなく、模索や工夫、成長の部分が重要である。

🏠 学習指導要領の体現と現場目線での展開

- Excellence(卓越性)
ICT活用、分析・思考による「個の可能性」の最大化
- Equity(公正性)
デジタル活用によるインクルーシブな環境整備
- Feasibility(実現可能性)
ツールパッケージ化による教師の負担軽減

▶▶ 学校現場での展開

ICT活用を含めた授業パッケージの一般化

誰でも実施可能なモデルカリキュラムの提供

教科横断的实践へ

体育×情報(数学)の連携によるデータ活用スキルの育成

地域・社会との連携深化

外部人材を活用した学びの充実

ご清聴ありがとうございました