日文教育資料

No. 02

心動いたことを表現し、教科を越えて語り合う

MOVE

テーマ

スポーツ・運動



日文のWebサイト

日文 🔍

美術 × 社会 × 数学 × 道徳

※本冊子掲載二次元コードのリンク先コンテンツは予告なく変更または削除する場合があります。本資料は、一般社団法人教科書協会「教科書発行者行動規範」に則り、配布を許可されているものです。

心が動く、その先へ。
日本文教出版

はじめに

日本文教出版の志（Purpose）は、「心が動く、その先へ。」です。

これには、「『心の動き』から生まれる一つひとつの考えや表現を尊重し、それを共有したり認め合うことで一人ひとりの世界が広がっていく。そんな学びが循環する社会を実現したい」という想いが込められています。

そして、こうした社会の実現に向けた取り組みの一つとして、「先生方が生活の中で心動いたことについて表現をする。そして、それを贈り合うことで互いの世界が広がっていく」、そんな体験を全国の先生方にお届けできないかと考え、『MOVE』を創刊いたしました。

本書がみなさまにとって、「世界が広がる、そして、次の『やってみたい』が湧いてくる」きっかけとなれれば幸いです。

心が動く、その先へ。

これが好き。なんでだろう？ もっと、知りたい。
心が動く、瞬間。それは、「学び」のはじまり。

感じ、考え、想像し、表してみる。
そこから生まれる、一つひとつが、あなただけのもの。

それを贈り合ったら、うれしくなる。
心が満ちて、次の「やってみたい」が湧いてくる。
ほかの誰かと混ざり合ったら、ちがう景色が見えてくる。

そんな学びが、
あなたの、みんなの世界を耕していく。

私たちは、学びのはじまりを大切にし、
その先に広がる一人ひとりの未来をともに育みたい。

心が動く、そのそばで。

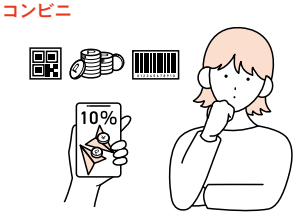
MOVEの構成

『MOVE』は、「いろいろな教科の先生方が、同じものをそれぞれの視点から眺めたときに感じたこと、考えたことを表現する。そして、表現したものを互いに贈り合い、語り合う」という機関誌です。具体的には以下の２つのコーナーで構成されています。

1 心が動く、考える、表す。

いろいろな教科の先生方が、同じものをそれぞれの視点から眺めたときに感じたこと、考えたことについて執筆するコーナー。

例）コンビニ



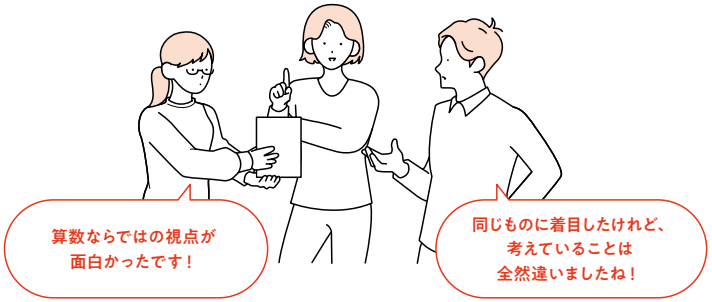
ポイント還元って
本当にお得なのかな？



形と色にあふれてる！
子どもたちならどう並べるだろう？

2 贈り合う、混ざり合う。

「心が動く、考える、表す。」コーナーを執筆した先生方の座談会。互いの原稿を読んで感じたことや考えたことについて語り合う。



算数ならではの視点が
面白かったです！

同じものに着目したけれど、
考えていることは
全然違いましたね！

No. 02

テーマ スポーツ・運動

体育や部活動の中で触れる機会の多いスポーツや運動。人によっては、習い事や趣味として、あるいは健康のために行うことも多いかもしれません。そんなスポーツや運動を各教科の視点から眺めてみたら、どんなことを感じたり、考えたりするでしょうか。

Contents

04　テーマ：スポーツ・運動

06　心が動く、考える、表す。

美術　アップデートされたみたいだ……！

社会　地域に多いものに注目して走ってみたら……？

数学　分かりやすく伝えるにはどうしたらいいんだろう？

道徳　彼らと過ごした放課後のひとときは――

14　贈り合う、混ざり合う。

座談会　高田真輝×小林伸彦×大黒洋平×佐藤晶子

デザイン　株式会社木元省美堂

美術

心が動く、考える、表す。

アップデートされたみたいだ……！

先生方に、各教科の視点から「スポーツや運動」を眺めたときに感じたことや考えたことについて語っていただきます。

旅先で走ることでしか得られない体験

私は、年に数回の旅をしています。もはやそれを自分に課しているかのごとくです。「先生」と呼ばれる仕事は、子どもたち一人ひとりに寄り添うためにも、多様な価値観を受容する力が求められると考えます。だからこそ私は、自分から意識的に外に出て、新しいヒトやモノ、コトに触れることで、自分の今の置かれている状況や価値観を俯瞰（ふかん）するようにしています。

国内外を問わず、旅先で私は、朝や夜にジョギングをしています。旅先で走ることでしか感じられないもの、得られない体験があるからです。

まず感じるのは、その土地の空気です。一定の速さと歩幅で走っていると心臓と肺がしっかりと動き、呼吸が深くなっていきます。この深い呼吸と全身で受ける風によって、その土地でしか感じられない匂いや温度、湿度などをビュンビュンと感じます。

次に景色です。走り続けていると余計なことを考える余裕がなくなるため、感覚が研ぎ澄まされ、景色に敏感になる気がします。一定のスピードで目に飛び込んでくるさまざまな情報は、実に刺激的です。文化や歴史、環境などさまざまなイメージが混ざり合い、大量の情報が一気に押し寄せます。美術の授業では、作品や自然の造形などに対して自分が抱いた「○○みたい」といったイメージがどのような形や色彩などから来るのかを考えますが、それは同時に自分がこれまで見てきたものがどのような形や色彩などによって構成されていたのかを再認識し、自分が世界をどう捉えていたかを俯瞰することにもつながります。つまり、ジョギングをしながら駆け巡るイメージを造形的な見方で捉え処理することは、短時間で一気に世界や自分自身に対する解像度を上げるようなものなのです。

そのため、旅先でのジョギングを終えると、自分自身が大きくアップデートされたような感じになり、心地よい爽快感を得ることができます。そしてこの爽快感が私をまた次の旅へといざなうのです。


①


②

①朝焼けの八ヶ岳
②台湾、北投の夕立後のランニングを済ませて宿に向かう足元にいたかたつむり
ジョギングが終わるとその場所の景色を写真に収めます。その一枚の写真からたくさんの感覚的な思い出がよみがえってくるのです。

大黒　洋平
文京区立第九中学校 主任教諭

何度か応募している東京マラソン。友人は一回でチャンスを得たが、一向にチャンスが……。



社会

心が動く、考える、表す。

地域に多いものに注目して走ってみたら……？



地理の学習でマラソンも楽しく！！

私はスポーツが好きで、今はマラソンに高い関心があります。マラソンは始めて３年ほどですが、健康のために走り始めたこともあり、実を言うと最初はあまり楽しくありませんでした。しかし、社会科の視点を意識して走るようにしてみたところ、どんどん好きになっていったのです。

とある日の練習の際、ふと地理的分野のＣ「(1) 地域調査の手法」、「(4) 地域の在り方」を思い浮かべたことがありました。この中項目では、あらかじめ生徒に、防災や人口の偏在、産業の変容、交通の発達などの視点を与えたうえで調査テーマを設定させ、その後、野外調査をさせるという展開をしていくことが多いです。しかし、私は「生徒に自分なりの視点で主体的に地域的特色を見出してほしい」という思いから、授業を「『地域に多いものは何か』を意識しながら行う野外調査」から始めたことがありました。

そこで、私も生徒と同じように、マラソンの練習の中で地域に多いものに注目しながら走ってみることにしました。すると、「薬局が多い（地域の医療ニーズが高いのだなあ……）」「個人経営の古い写真屋さんが多い（神社の近くで七五三やお宮参りの参拝客が、昔は多かったのだろうなあ……）」など、普段何気なく見ていた景色の見方が変わり、つらいはずの練習が楽しくなっていきました。「なぜ多いのだろう」「いつごろから増えてきたのだろう。それとともに少なくなったものもあるのだろうか」と考えながら練習するようになりました。

レースも同様です。当日は休日にもかかわらず、たくさんの地元の方々が応援をしてくれます。その人たちの笑顔を見ながら、この地域でどのような産業に携わり、生活しているのか、そこには何かしらの課題があるはずで、どのように向き合っているのかを想像しながら走ることがあります。





応援への感謝の気持ちとともに、その地域の幸せと発展を願いながら走るようになりました。

このような意識を続けていると、地域の自然環境や社会（産業）構造などを理解し、現状の課題や地域にある多様な資源を再認識する力が養われるとともに、環境保全や災害への備え、地域振興の可能性も考えられるようになります。また、地域の人々とのつながりも内面から育まれていきます。そのような意味で、社会科の視点を持ってスポーツに取り組むことは、未来の持続可能な社会づくりに向けた実践的な資質・能力を身に付けることにもつながっていくと考えています。

小林　伸彦
東海村立東海中学校 教頭

イチロー選手、大迫傑選手など、哲学的な考え方をするスポーツ選手が好きです。



数学

心が動く、考える、表す。

分かりやすく伝えるには どうしたらいいんだろう？

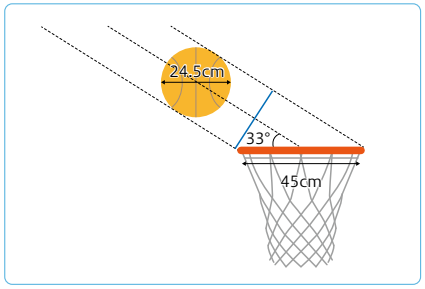


スポーツは意外と理論的

中学校の部活動や地域でのクラブ活動では、中学生になってからそのスポーツを始める生徒が多くいます。

私はバスケットボール部の顧問をしていますが、顧問になったばかりのころは、未経験の子どもたちになかなか思うように自分の指導が伝わらなかったことを今でも覚えています。バスケットボールの経験がある私と経験がない子どもたちとでは、感覚に差異があったのです。

そこで、感覚的に説明するのではなく、数学の知識を使って理論的に説明してみることにしました。中学１年生に教えるのですから、もちろん放物線の詳しい話などはしませんが、基本のシュートフォームを教えたうえで、例えば、シュートを打つ腕はどの角度で伸ばし、ボールはどの角度から落ちればリングに入りやすいのかを図や実物を用いて説明しました。この話で劇的にシュートが入るようになった、ということはありませんが、



ボールから見たリングのサイズ（青線部分）がボールのサイズ以上となるのは、入射角度が 33° 以上のとき。また、研究によって入射角度は 45° のときに最もゴールの確率が高くなることが示されている。

確実に子どもたちは自分で理想のフォームやシュートの軌道を想像できるようになったと感じています。

スポーツを上達させるには自分の理想を描き、それを実現するために仮説と実験を繰り返していくことが大切だと思います。しかし、未経験の子どもは、自分の理想を描くこと自体難しいことが少なくありません。だからこそ、理想の形を描けるようになる手助けとして、数学の知識を使って理論的に説明するというのは、有効な指導法の一つではないかと思っています。

ここまでは、バスケットボールの話をしましたが、ほかのスポーツでも数学の知識が活用できます。例えば、テニスのサーブで、どの高さから打てばネットすれすれでサービスライン上に打つことができるのかを相似や関数を使って計算する、円周角の定理を用いてサッカーのシュートレンジを考察する、などです。

そして、今やどのスポーツでも数学を駆使した「スポーツアナリティクス」が不可欠となっています。これは選手のプレイデータを分析し、今後の改善につなげるための手法です。例えばバスケットボールでも、エリアごとのシュート率やシチュエーションごとのミスの割合など、多種多様なデータが分析に活用されています。

このように、スポーツは意外と理論的なものなのかもしれません。

高田　真輝
墨田区立本所中学校 教諭

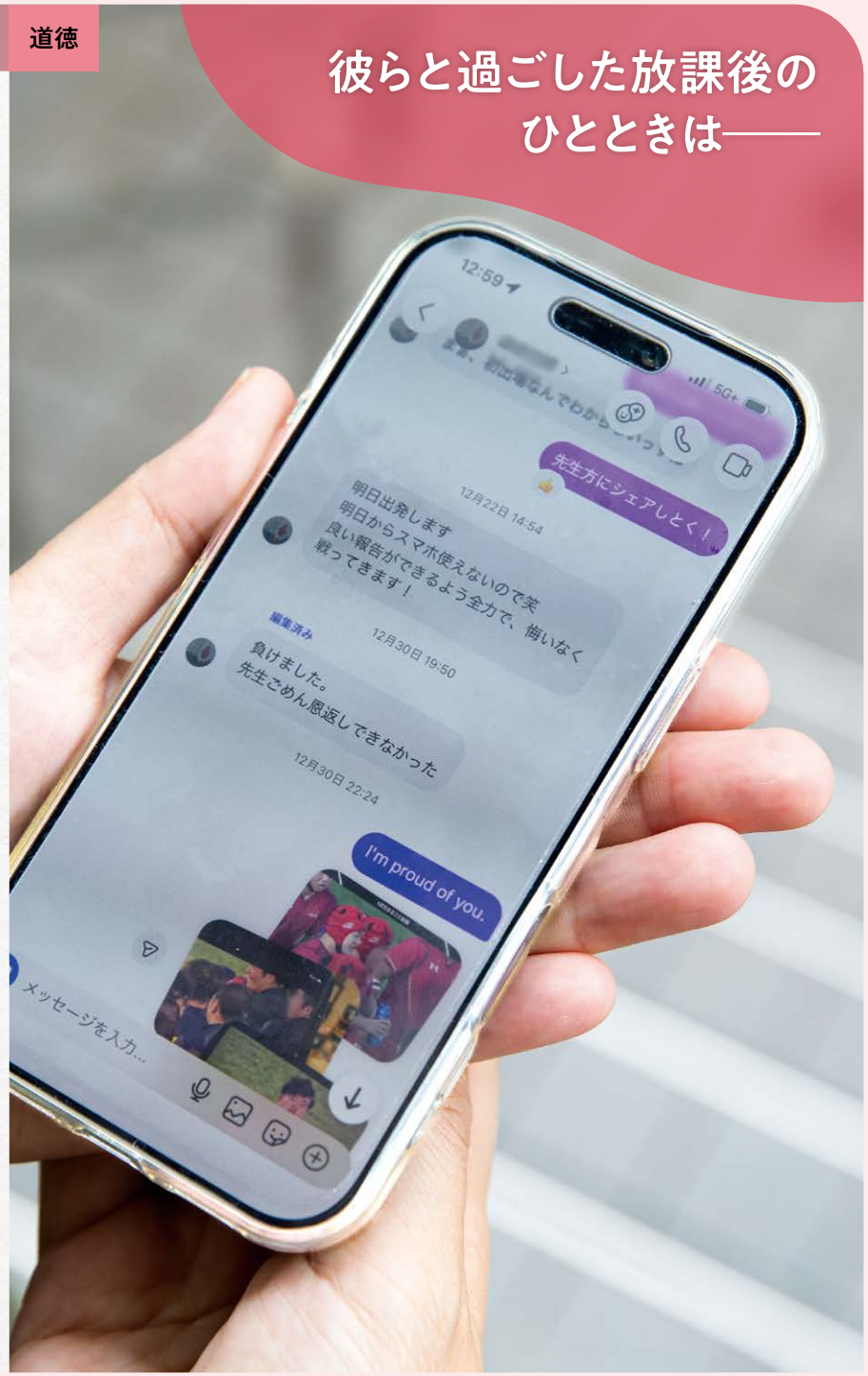
学生時代はバスケ部で感覚派でした。調べれば理論が出る今の時代がうらやましい……。



道徳

心が動く、考える、表す。

彼らと過ごした放課後のひとときは――



夕暮れのグラウンドから続く道徳

12月30日、かつて共に学年を組んでいた先生方とのLINEグループがにわかに騒がしくなりました。画面には写真とともに、涙や感動のスタンプが飛び交います。年末の雑踏の中、私は立ち尽くしました。ふと、LINEとは別の通知に気付き、慌てて開くと――

「負けました。先生、ごめんなさい。恩返しできなかった。」

都内でも珍しくラグビー部がある本校。グラウンドには毎夕、熱いコールやスクラムのぶつかり合う音が響きます。3年前、ラグビーに青春を託し、泥にまみれて中学校生活を過ごした生徒たちは、それぞれの進路を選び、夢の舞台「花園」へと羽ばたいていきました。



スポーツが好きかと問われたら、私は少し言葉を濁してしまいます。学生時代、スポーツに打ち込んだ記憶のない私にとって、生徒たちの背中はあまりにまぶしく、放課後はよくペンを止めて彼らを眺めています。気付けば、横に一人、もう一人。同僚の先生だったり、先に部活を終えた生徒だったり。この時間が、掛けがえのないひとときです。

私にとって道徳の時間は、「語らいの時間」。この放課後のひとときは、まさに授業外延長戦の道徳の時間です。

「なんで俺じゃなかったのかな。何が足りなかったのかな」

かつて、冒頭の彼は、選ばれなかった悔しさを、ラグビーのことなど何も分からない私にそう吐露しました。それでもその足でグラウンドに向かい、大声でチームメイトを鼓舞するその姿は、「克己・強い意志」の体現でした。その姿を、私のとなりで見守るクラスメイトは、テニス部の人間関係の中で本音で話し合うことができない、「相互理解」のもどかしさをぽつぽつと語ります。揺れ動く思春期の心が、ひとしずくとなりこぼれることもあります。

「どんなあなたもすばらしいよ」

そう言葉を向けるのではなく、夕日の中で汗を流す仲間たちの姿を共に目で追いながら、私も小さくつぶやきます。

誰も“専門”ではない道徳。授業準備に追われ、あとになって「あの発問ではなかったかもしれない」と不完全燃焼を感じることもあります。だからこそ、生の道徳を大切にしたいのです。絶対に譲れないのは、予定調和にだけはしないこと。誰かのもどかしさは誰かの問いとなり、誰かの葛藤は誰かの支えになる。その往還こそが、「よりよく生きる」ことを考える時間だと思うのです。

かつての大切な仲間であり、最高のライバルだったラグビー部の彼らは、別々の強豪校を選び、ついに花園の舞台で激突しました。試合後、何倍も大きくなった肩を互いに抱き合い、涙にくれる彼ら。3年の時を経て、私たち旧学年団にも特別な景色を見せてくれた彼らに、心から、「ありがとう」。

佐藤　晶子
北区立王子桜中学校 主任教諭

この春フランクフルトから帰国。ブンデスリーガ、町の人々のサッカー熱に触れてきました。



座談会

贈り合う、混ざり合う。

「スポーツ・運動」をテーマとしたお互いの文章を読んで
感じたこと、 考えたことについて語り合います。



数学 高田真輝 × 社会 小林伸彦 × 美術 大黒洋平 × 道徳 佐藤晶子

イメージと身体感覚

── ほかの先生方の文章を読んでみて、いかがでしたでしょうか。

小林：高田先生の文章（p.10-11）を読ませていただいて、データなどの明確な根拠をもとにボールの投げ方を説明してもらえると分かりやすいし、子どもたちもすごくやる気が出るのではないかと思いました。

高田：そうですね。でも、その次に、頭では理解できても自分の体をうまく扱えないという問題が出てくるんです。例えば、「腕は 47 度で伸ばすよ」と伝えてもうまくできない。イメージと現実の体の動かし方に乖離（かいり）があるんですね。なので、そこは少しずつ修正してその乖離をなくしていく必要がある。イメージと体の動かし方がジャストフィットしたとき、ようやく自分のシュートフォームが確立されるんです。

大黒：美術にも似たところがあって、自分の身体をしっかり扱えないと線も思い通りに描けません。ちょっとした力の加減や、描画材の微妙な角度の違いで線の表情は大きく変わってきます。でも、近年は、夏は暑くて外で運動ができなかったり、公園の遊具が少なくなったりしているせいなのか、そうした自分の身体を調整する感覚的なものがだんだん失われてきている気がします。



イメージと体の動き



力の加減、角度で変わる表現

自分で体を動かし、感じること

佐藤：「体を調整する感覚」とは少し違うのですが、私も子どもたちの「自分の体を動かして、さまざまなことを感じる体験」が少なくなっているのではないかと感じています。私は専門が国語で、授業で「鏡」「制服」「青」「自分」などのテーマを設けて詩を書かせることがあるのですが、子どもたちはなかなか書けないんです。なので、例えば、ブランコに乗ってみたり、タンポポの綿毛を吹いてみたりするなど、一度外に出て実際に何かを体験してみるよう、子どもたちに働きかけるんです。そうやって自分で体を動かして、においや空気を肌で感じると、言葉に実感がこもり、ぐっと表現に深みが出てくるんですよね。

小林：大黒先生の文章（p.6-7）でも、においや空気を感じることについて書かれていましたね。やはり美術でも、そうしたものを実際に自分の体で感じる経験というのは、表現に生きてくるんでしょうか。

大黒：とても大切ですね。例えば、風の感じとか空の色合いというのは、地域や時間によっても大きく変わってきます。そういったことはやはり実際にその場所に行って感じないと気が付けないですし、体験しているとおのずとそれが作品の色味やタッチなどに表れてきます。





実際に体験してにおいや空気を肌で感じる



そのときの思いや感動を、
言葉や絵、彫刻などに残すことで
自分を見つめることになるし、
記憶にも残っていく。

―― 美術 大黒



スポーツでの体験から得られるもの

――ここまでは身体感覚と学びについてお話しいただきましたが、スポーツをする中で、チームのメンバーと協力したり、誰かと競い合ったりするからこそ得られる体験、そこからつながる学びというものはありますでしょうか。

佐藤：スポーツでの経験って子どもたちをすごく成長させますよね。それこそ体育祭はとても貴重な機会だと思っていて。私自身もそうでしたが、一部の生徒にとって、体育祭は嫌で仕方ないものかもしれません。「自分はうまくできない」という恥ずかしさだけでなく、クラス対抗リレーであれば「自分のせいで順位が落ちてしまうかもしれない」という不安とも向き合わなくてはいけません。でも、運動部ではない子にとって、そういうプレッシャーと闘う機会は１年の中で体育祭くらいしかないんですよね。だからこそ、結果はどうであれ、体育祭が終わったときに本人の中に生まれる思いは、ほかの活動では得られないものになると思います。「悔しい」「うれしい」「悲しい」って、言葉にすると簡単ですが、日常生活では意外とそこまで気持ちが動きません。でも、体育祭では、自分でも制御できないくらい心が動くんですよね。また、仮に負けてしまったとしても、追い求めた優勝とは違う何かを必ず得ることができると思うんです。だからこそ、それを道徳の学習につなげて「体育祭を通して得られたものは何か」について考えていくこともできますし、国語の作文につなげていくこともできます。実際に国語の作文は、体育祭について内面を掘り下げて書かせると、宝物のような作品ができあがってきます。

思いや感動を表現に残すことの意義

大黒：美術でも体育祭や運動部の最後の大会のあとなどは表現が深くなるなと感じます。あと、国語や美術の時間に、そのときの思いや感動を言葉や絵、彫刻などに残すようにしておくのもいいかもしれませんね。体育祭や大会当日の出来事は一瞬であっても、そこで感じたこと、考えたことを表現しようとすると、もう一度そのときのことを思い出したり、別の記憶と結び付けたりする必要があり、時間がかかります。でも、だからこそ、改めて深く自分を見つめることにもなるし、記憶にも残っていきます。



仮に負けてしまったとしても、
優勝とは違う何かを必ず得る
ことができると思うんです。

―― 道徳 佐藤



佐藤：分かります。それに、そうやって時間をかけて残したものって、何年経っても当時の記憶や思いを鮮明によみがえらせてくれるものになりますよね。

小林：お話を伺っていて、そういえば、小学校で勤務していたときに読んだ子どもたちの運動会の作文はすごく思いの伝わってくるものだったなと思い出しました。スポーツって心が動く瞬間がたくさんあるのでしょうね。だからこそ、その心が動いた記憶とか経験を教科の学習にもつなげていけるのだと思います。こんなにも心が動く経験ができて、しかもそれをみんなで共有したり、共感し合ったりできるというのは、スポーツの大きな魅力ですね。

“公正”なスポーツを考える

――社会科ではスポーツでの体験が教科の学びに生きてくることはありますか。

小林：公民の学習には特に生きてくると思います。中学３年生になると公民の学習で、みんなで何かを決める際の判断基準となる「公正」という考え方を学びます。例えば、この「公正」という考え方を踏まえて、「みんなが楽しめるスポーツを考える」という活動をすることは面白いと思います。「果たして、全員が同じルールのもとでプレーすることがどの立場の人にとってもよいことなのか」、道具を使う競技であれば、「どのような道具なら経済的な負担が少なく、誰でも準備しやすいのか」といったことを考えます。スポーツをしている子どもたちは、自分自身のプレー経験をもとに考えることができますし、逆に何らかの理由であまりスポーツに触れていない子どもは、スポーツに参加しにくい人の立場に立って意見を言うことができるのではないかと思います。



子どもたちが自分で自分の
生き方を決められるようにすることが
学校教育だと思う。

―― 社会 小林



学年に応じてデータを
分析する際の切り口を考えると、
学びが深まると思います。

―― 数学 髙田





地元のスポーツ大会を題材にした学習

――「スポーツ」を切り口に教科を横断した取り組みをするとしたら、どのようなものが考えられますでしょうか。

小林：例えば、各地域ですでに開催されているスポーツ大会を題材にして、「本当にその大会は地域にとって必要なのか」「より発展させるにはどうしたらよいのか」を考えることも面白いのではないかと思います。社会科だけでこうした課題に取り組むと、どうしても明確な根拠がないまま「人がたくさん来て地域が活性化するからいい大会だ」という結論になりがちなんです。そこで、例えば数学のデータ分析と関連させて、実際の参加人数に基づく経済効果を算出できると、根拠のある意見をもとに「現在の大会は本当に必要なのか」ということについて、より深い議論ができるようになるのではないかと思います。

髙田：面白そうですね。小林先生が挙げてくださった切り口以外にも、例えば、その地域の昼と夜の人口の変化や一日の気温の変化などをもとに「現在大会を行っている時期や時間帯が本当に妥当なのか」を考えるというのもよいと思いました。数学では、データの活用は全学年で扱います。なので、各学年に応じて分析の切り口を考えるといいかもしれないですね。

デザインの理解が深まる

小林：数学とコラボをするといろいろな切り口から検討していけそうですね。もし検討の結果、より多くの人に参加してもらう必要があるとなったときは、例えば美術で「どのように情報を発信していけばよいのか」について考えるという活動もできそうかなと思うのですが、どうでしょうか。

大黒：いいですね。それに、社会科とコラボすることによって「デザイン」というものに対する理解をより深めていけるかもしれないと思いました。「デザイン」というと「モノ」というイメージが強いですが、人がよりよく生きるために考えられたものすべてが「デザイン」なんですよね。実際、グッドデザイン賞も近年はモノだけではなく、取り組みや、廃棄のことまで考えた仕組み全体なども評価するようになっています。美術の授業だけだとこうしたことは理解しづらいかもしれません。しかし、「多くの人にスポーツ大会に参加してもらうにはどうするか」といった共通の課題を教科横断的に考えることで、人を集めるためのポスターを考えることから、どのような境遇の人でも参加できるスポーツ大会のあり方を考えることまで、すべてが「デザイン」なのだということを理解しやすくなるのではないかと思いましたね。

自分の生き方を考える力を育む

――道徳ではどういった切り口で授業ができそうでしょうか。

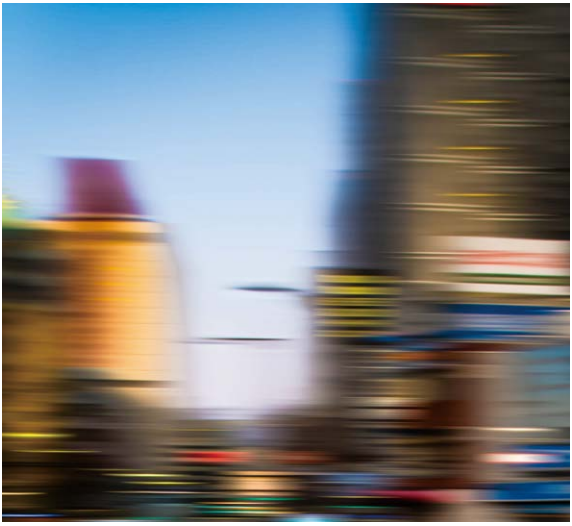
佐藤：スポーツ大会などのイベントでは、検討を進めていく中で壁にぶつかったり、うまくいかずに挫折したりするような場面がしばしば出てくるのではないかと思います。そうしたときに、自分はどのようにその出来事と向き合うのかを考えることは、道徳の時間に扱えるのではないかと思います。

小林：「どう挫折に向き合うのか」ひいては「自分はどう生きていくのか」を考えることは道徳に限らず、どの教科でも大切なことですよね。学校教育というのは、最終的には生徒が自分で自分の生き方を決められるようにすることを目指すものだと思うんです。そういう意味でも、どの子にとっても自分事として考えやすく、どの教科の学びの入り口にもなるスポーツは、「自分は将来どう生きていきたいか」を考えるきっかけにもなるよい教材だなと、今回皆さんのお話を聞いていて思いましたね。

大黒、髙田、佐藤：そうですね。

――ありがとうございました。









MOVE No. 02

日文教育資料
令和 8 年（2026 年）10 月 30 日発行

編集・発行人　佐々木 秀樹

日本文教出版株式会社
〒558-0041 大阪市住吉区南住吉 4-7-5
TEL : 06-6692-1261
FAX : 06-6606-5171

本書の無断転載・複製を禁じます。

CD3600140020

日本文教出版株式会社
https://www.nichibun-g.co.jp/

大阪本社　〒558-0041 大阪市住吉区南住吉 4-7-5
TEL:06-6692-1261　FAX:06-6606-5171

東京本社　〒165-0026 東京都中野区新井 1-2-16
TEL:03-3389-4611　FAX:03-3389-4618

九州支社　〒810-0022 福岡市中央区薬院 3-11-14
TEL:092-531-7696　FAX:092-521-3938

東海支社　〒461-0004 名古屋市東区葵 1-13-18-7F-B
TEL:052-979-7260　FAX:052-979-7261

北海道出張所　〒001-0909 札幌市北区新琴似 9-12-1-1
TEL:011-764-1201　FAX:011-764-0690