

BHSO  
19-032

## 運動部の生徒が互いに切磋琢磨し、 学習意欲や進路意識を高め合う「アスリートサポート」

### 高校 情報

基本情報：宇都宮短期大学附属高等学校、私立、共学、普通科・情報商業科・調理科・音楽科・生活教養科(女子のみ)  
規模：1学年約870名  
主な進路状況(既卒生含む)：国公立大 52人、うち東北大2人、筑波大2人、東京大1人、東京工業大1人、東京藝術大3人、一橋大1人  
(2019年度入試)

### 背景

#### 【文武両道の実現】

運動部の生徒は課外のより効率的な時間のマネジメントが求められる。文武両道の実現には、集中して学習することが必要。そうした姿勢を育めるよう、運動部の生徒同士が互いの頑張りを知り、刺激を受け合う機会を設けたい。

### 取り組み

#### 【アスリートサポート】

運動部に所属する1年生から希望者を募り、学習や進路について語り合うグループワークなどに定期的に取り組みせる特別活動。生徒に大切にしてほしい様々なテーマを設定し、年8回、基本的に放課後に1時間程度実施する「フレッシュマン研修」を実施している。

#### 【振り返りの重視】

自分が講演やグループワークで得たものや、感じた課題などを「Classi」に蓄積。研修で視野を広げさせるだけでなく、表現力も身につけさせる機会にしている。

### 成果

- ・互いの将来像を語り合うことで、自己理解と他者理解が深まった。
- ・様々な視点から物事を考え、表現を工夫しながら自分の考えを述べられるようになった。
- ・生徒間によりライバル意識が醸成された。
- ・教師間の連携が強化された。

### 今後に向けて

- ・今後も、運動部に所属する1年生の希望者を対象にアスリートサポートの活動を継続する。19年度のアスリートサポート生から意欲的な生徒数人を選抜し、20年度の『フレッシュマン研修』のファシリテーターとする。
- ・20年度からは、年5回、運動部の顧問に向けた研修を実施することも検討中である。

## I. 高校の紹介

1900(明治33)年に創立。創立者である須賀栄子氏が重視した「全人教育(人間形成の教育)」を建学の精神とする。83年に宇都宮短大附属中学校が開設された後は、同校との併設型中高一貫教育も行っている。現在は、普通科と4つの専門学科(生活教養・情報商業・調理・音楽)から成る。普通科は、中高一貫・特別選抜・特進・進学・応用文理の5コースを擁し、旧帝大を始めとする最難関国立大学に合格者を毎年多数送り出している。また、部活動も盛んで、男女サッカー部や男女ソフトテニス部、弓道部など、多くの運動部が県内外の大会で活躍中だ。

## II. 取り組みに至った背景

5つの学科から成る宇都宮短大附属高校は、4年制大学や短期大学などへの進学から就職まで、多様な進路を志す生徒が集まる学校だ。また、文武両道を尊ぶ伝統があり、どの学科でも部活動加入率が高い。運動部に加入している生徒を対象に毎年実施しているアンケート調査では、同校を志望した理由として「学習と部活動の両方に全力で取り組めると考えたから」と回答する生徒がめだつという。

そうした同校では、2019年度、運動部に所属する1年生から希望者を募り、学習や進路について語り合うグル

ープワークなどに定期的に取り組みさせる特別活動「アスリートサポート」を始めた。活動の企画者の1人で、男子サッカー部顧問の木村政治先生は、そのねらいを次のように述べる。

「運動部の生徒は練習が忙しく、部活動を行っていない生徒や文化部の生徒に比べると、机に向かえる時間が限られます。文武両道を実現するためには、コツコツと粘り強く学習したり、学習方法の効率化を図ったりすることが欠かせません。そうした姿勢をはぐくめるよう、運動部の生徒同士が互いの頑張りを知り、刺激を受け合う機会を設けたいと考えました」。

木村先生とともに「アスリートサポート」を立案した、男子サッカー部監督の岩崎陸先生は、慶應義塾大学体育会サッカー部のコーチや監督を務めた経歴を持つ。同大学体育会では、他の部活動との交流を活性化させたことで、学生一人ひとりが自己実現への意欲を高めていったという。

「競技が異なっても、自分の目標を達成しようとする思いは、アスリート全員に共通しています。そうした意識を共有する環境を整えたところ、生徒はさらなる高みをめざすようになりました。本校のアスリートにも、本当にやりたいことを見つけ、積極的に挑戦してほしいと考えています。そこで、様々な運動部の生徒と交流し、切磋琢磨できるようにしました」（岩崎先生）。

### Ⅲ. 取り組み内容

#### 教師がアスリートとしての経験を踏まえ、

#### 効率的な予習方法を生徒にアドバイス

19年度の「アスリートサポート」には、91人の生徒が参加している。その中軸に位置づけられる活動は、「成長期の食生活とスポーツのための栄養」「意思決定するためのコミュニケーションスキル」など、生徒に大切にしてほしい様々なテーマを設定し、年8回、基本的に放課後に1時間程度実施する「フレッシュマン研修」だ（第5回は、夏季休業中に2日間の合宿として実施）。

第1～4回では、知識や情報のインプットを重視し、同校の教員や外部講師による講演を中心に据えた。例えば、7月に設定された第4回では、英語科の佐藤理佳子先生が「運動部生のための時短英語学習法」について語った。

「私は、中学校・高校の6年間、剣道部に所属していました。練習で疲れ果てて帰宅する毎日でしたが、英語の教師になりたいという将来の目標があったため、英語の学習にも力を入れました。私は1学年の授業を担当していませんが、そうしたアスリートとしての経験を踏まえたアドバイスができればと思い、講義をすることにしました」（佐藤先生）。

佐藤先生が示したのは、自身が高校時代に実践していた「30分間でできる」効率的な予習方法だ。具体的には、まず、翌日の授業で扱う教科書の英文を一通り読む。次に、新出単語にマーカーを引き、その意味を調べて教科書に書き込んだり、文法や構文などに分からないところ

があれば、印をつけたりする。

「英語の学習の最重要ポイントは、自分が分からないところを予習で洗い出しておき、授業でそこを理解するというサイクルを確立することです。そうした予習であれば、必ずしも全訳をしなくてもよいため、短時間でできるでしょう。講演では、生徒には初見の英文を配布し、私が紹介した予習方法が実際に30分間でできることを体感させました」（佐藤先生）。

#### 自分が将来やりたいことを明確にし、

#### 生き生きと語り合う生徒たち

第5～7回では、生徒同士の交流を促進できるよう、クラスや部活動などが異なる生徒4～5人ずつで構成されたグループを編成し、グループによる話し合いに力を入れた。例えば、12月に実施された第7回では、「マインドセットを見直す」をテーマとし、生徒が生き方や自己実現について考えを深められるよう、2つのグループワークを行った（写真①）。1つめのワークでは、世界的に活躍する様々な日本人アスリートが小・中学生や高校生の頃に「将来の夢」を書いた作文を読み、感想を述べ合った。

「トップアスリートには、『年俸1億円以上のプロ野球選手になる』『プロサッカー選手として、ワールドカップに出場し、勝利に貢献する』など、子どもの頃から具体的な目標を持ち、それを実現すると宣言している人が少なくありません。そうした作文を通して、自分がめざすところを明確にし、自分の力を信じて頑張ることの大切さを改めて生徒に伝えたいと考えました」（岩崎先生）。

2つめのワークでは、生徒一人ひとりが、将来の目標や現在の自分の強み、課題、目標の実現に向けて2・3年次に取り組みたいことなどをワークシートに記入。その内容をグループ内で発表し、共有した。めだったのは、1つめのワークを踏まえ、自分が達成したいことを他者に伝わりやすい言葉にして述べる生徒だ。具体的には、男子ソフトテニス部の生徒は、「多くの人に応援してもらえるような魅力的なプレーができる選手になり、全国大会で優勝すること」を将来の目標とし、そこに至る過程として、2年次には「インターハイでのベスト8」、3年次には「インターハイでの優勝」をめざすと語った。また、弓道部の男子生徒は、めざす段位を5段と設定し、そのためには2・3年次に自分の射的の癖をどう直していく必要があるかを述べた。

「互いの将来像を語り合うことで、生徒は自己理解と他者理解の両方を深めていったと思います。他の生徒の将来設計に刺激を受け、より高く、より具体的な目標を設定し直す生徒もいました」（岩崎先生）。

2つのワークの中では、教師が全体に対して、目標設定や目標達成のプロセスを考える上で大事にしてほしいことなどを語りかける場面も多く設けられていた。その1つが、困難な状況に身を置いても、自分に何ができるのかを自問し、対策を立てていくことの重要性だ。例え

ば佐藤先生は、高校時代、剣道の県大会の試合で足の靭帯を損傷したことがあり、その経験から得た学びを次のように述べた。

「インターハイ県予選会団体メンバーに選ばれるのをあきらめざるを得なくなっていました。当初はあまりの悔しさから何も手につきませんでした。しばらくすると、足は動かさなくても、上半身のトレーニングはできることに気づきました。そして、トレーニングを実践する中で、上半身の課題を克服でき、技術の向上につながりました。思うようにいかないからといって落ち込んでいても、状況はよくなりません。『今の自分』にできる努力を粘り強く続けることの大切さを学びました」。

### 意欲的に学習している生徒を発表し、生徒間によいライバル意識を醸成

「フレッシュマン研修」での学びをより深めさせるために重視しているのが、振り返りだ。具体的には、自分が講演やグループワークで得たものや、感じた課題などを「Classi」(\*)に書かせている。当初は、「面白かった」といった感想にとどまる生徒も少なくなかったが、次第に記述内容が充実していったと、「Classi」担当である佐藤先生は話す。

「1つのテーマについて様々な視点から考察し、自分の考えを述べられる生徒が増えました。また、語りが豊かになり、表現を工夫するようにもなりました。『フレッシュマン研修』での様々な生徒との語り合いを通して、生徒は視野を広げるとともに、表現力を身につけていると感じます」。

「フレッシュマン研修」ではぐくまれた将来や進路についての意識をさらに高められるよう、年1回、「アスリートサポート」に参加する生徒(以下、アスリートサポート生)を対象とした進路指導も実施。同じクラスの生徒4~5人が1組になり、一人ひとりが将来の目標などを木村先生に発表する。

「1年次から進路への多様な見方や考え方を知り、自分は社会で何がしたいのか、しっかり考えることが大切です。そこで、クラスや部活動の枠を超えて交流する『フレッシュマン研修』に加え、クラスメートの進路意識を知る機会も設定しています」(木村先生)。

また、アスリートサポート生には、授業外の学習教材として、eラーニングで国語・数学・英語の問題や解説動画などを配信している。生徒が少しの空き時間にも効率よく学習できるよう支援するねらいがある。そして、毎回の「フレッシュマン研修」の冒頭では、eラーニングでの学習の成績が上位であったり、学習時間が長かったりする生徒を発表している。

「自分の頑張りが認められた生徒はうれしく、学習意欲をさらに高めています。また、eラーニングにしっかり取り組み、成績を伸ばす生徒を見ると、他の生徒は刺激を受け、『自分も頑張ろう』と思うようです。生徒間によいライバル意識が醸成されていると感じます」(木村先生)。

20年3月に実施する「フレッシュマン研修」の第8回(最終回)では、研修でのワークシートの記述や振り返りの内容、eラーニングでの学習成績などを総合的に評価し、優秀者を表彰することを予定している。

\*株式会社ベネッセホールディングスとソフトバンク株式会社の合弁会社である Classi 株式会社が提供する、学校教育でのICT活用を総合的に支援するサービス。

### 「アスリートサポート」への理解と協力を求め、運動部の顧問と対話を重ねた

「アスリートサポート」は放課後を中心とした特別活動であるため、実施にあたっては各運動部の顧問との合意形成が必要だった。そこで、木村先生や岩崎先生は顧問一人ひとりと対話を重ね、「運動部の生徒同士が学習や進路について語り合い、互いに切磋琢磨できる環境を整備することで、生徒の人間形成につなげたい」といった、「アスリートサポート」のねらいを丁寧に伝えた。そうした中、当初は戸惑っていた顧問もいたが、次第に全顧問が前向きになっていったという。

「本校の教師は、『生徒の多様な資質・能力を伸ばしたい』という思いを共有しています。だからこそ、『アスリートサポート』のねらいに共感してくれたのだと思います」(木村先生)。

## IV. 成果と展望

「アスリートサポート」の成果は生徒の姿に表れており、学習意欲や進路意識を高める生徒がめだつ(コラム)。

また、アスリートサポート生について、部活動の顧問や担任と語り合う機会が増え、生徒理解が深まったことも大きな成果だ。そうした中、教師間の連携も強化されているという(写真②)。20年度からは、年5回、運動部の顧問に向けた研修を実施することを検討中だ。外部講師によるプレゼンのコツや言語コミュニケーション、データサイエンスなどについての講演など、どの競技にも共通して求められる内容にしようとしている。

木村先生は、今後について次のように語る。

「『アスリートサポート』は、本校の伝統である『文武両道』の精神を継承し、発展させる活動です。今後も、運動部に所属する1年生の希望者を対象に継続していきたいと考えています。19年度のアスリートサポート生から意欲的な生徒に、20年度の『フレッシュマン研修』のファシリテーターを務めてもらう予定です」。

<コラム>

「アスリートサポート」で得られた成長実感

◎男子サッカー部 Nさん

クラスや部活動が異なり、よく知らない生徒と語り合える「フレッシュマン研修」は、私にとってコミュニケーション能力を鍛える絶好の機会です。自分の考えを適切に伝えるためには、他者が分かりやすい言葉を選んだり、補ったりすることがいかに大切かを実感しています。そうして意識的に話す中で、自分の考えが整理されることもしばしばです。親しい生徒同士で交流するだけでは、得られなかった気づきだと思います。

学習面では、アスリートとしての経験を持つ先生方からのアドバイスがとても役立っています。例えば、私は英語に課題を感じていたので、佐藤理佳子先生による予習方法の工夫はすぐに実践し、自分なりにアレンジしながら継続しています。

◎陸上部 Tさん（女子）

将来の目標を語り合った第7回のグループワークでは、なりたい自分像が明確になりました。それは、「自分の行動に責任を持てる人」です。

私は、以前から社会福祉士に憧れていたため、いったんは「将来の目標は、社会福祉士になることです」と発表したのですが、グループの生徒の多くは「〇〇ができる人」といった将来像を設定していました。それを見たことがきっかけで、私は考えを変えました。

単に社会福祉士の資格を取得するだけでは、支援を必要とする人たちの役に立てるかどうかは分かりません。社会福祉士として社会貢献をするためには、どのような資質・能力が必要かを考えていった結果、「自分の行動に責任を持つこと」が見えてきたのです。

<写真①>



<写真②>

