

保健体育科：コロナ禍の3年間を振り返って

—高校3年生のコメントからみえるもの—

筑波大学附属高等学校保健体育科

中塚義実、鮫島康太、征矢範子、松本英樹、羽石南、天羽礼

※本報告は、第72回高等学校教育研究大会（2022年12月10日 筑波大学附属高等学校主催）の保健体育科分科会で取り上げた内容を、当日の議論とともに再構成し、研究資料として提示するものである。

はじめに

2020年初頭に始まる新型コロナのパンデミックは3年目を迎え、今年度の研究大会もオンラインでの開催となった。2020年4月に入学したいまの高校3年生は、3年間を丸ごとコロナ禍で過ごしたことになる。

保健体育科では2020年度の研究大会で「コロナ禍でみえる保健体育科のすがた—“いのち”にかかわる教科として」と題してコロナ禍初年度に考え、取り組んだことを報告した。取り組み事例としての「朝体操」については全体会で報告した。生徒のコメントはアンケート調査や日々接する中で得たものを盛り込んだが、いずれも教師目線の記録である。

今回は、「高校3年生のコメントからみえるもの」という副題を掲げ、コロナ禍の3年間を振り返ることにした。今回のテーマ設定の意図として、第72回研究大会保体科分科会参加者に事前に示したのは次の3点である。

1) 今回がコロナ禍の学校体育を取り上げるラストチャンスである（としたい）

次年度以降はふたたび対面で実施したい。コロナ禍を振り返るラストチャンスである。

2) コロナ禍で考え、実践してきたことは、保健体育科の意義や価値を考えるうえで重要。共有しておきたい。

また、さまざまな制限の中で行われた（または中止や延期となった）学校行事や部活動、あるいは始業前や昼休み、放課後の自由時間の重要性など、授業以外の学校生活からみえることも取り上げたい。

3) コロナとともに3年間を過ごしたいまの高校3年生の意識を把握しておきたい

生徒たちはコロナ禍で何を得て、失ったと感じているのか。教師側の観察も含め、参加者と意見交換したい。

これらを通して学校体育の意義・意味を考え、After コロナへ向けて何を為すべきかを考察したいと考える。

I. コロナ禍における学校生活（2020～2022年度）

1. 1年次（2020年度）

1) 保健体育科からのメッセージ（補足資料）

右は年度初めの年間計画である。例年通り1, 2年次は男女別必修、3月次は男女共習選択実技を計画していた。しかし3月からの一斉休校は年度が改まっても継続し、全ての教育活動の見直しが求められた。

先行きはまったく見えない中、まずは「保健体育科からのメッセージ」を発信した。並行して、ステイホームを余儀なくされた生徒たちの現状把握に努め、心身の健康のために「朝体操」をはじめた。「保健体育は“いのち”を扱う教科です」との自覚はこのころ生まれた。

コロナ禍で改めて確認された、教科の本質と言える部分である。

アンケートに記された「1年男子」のコメントからは、メッセージへの感謝が述べられている。当時の1年生が、いまの3年生である。

| 月 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 |
|--|------|------|------|--------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----|------|----|
| 第1期 10～11 第2期 種目15～16 + 水泳3 第3期 5～7+水泳3 第4期 15 第5期 14 第6期 14 | | | | | | | | | | | | |
| 1年 | 12男子 | 3 | 軟島 | 柔道 | 軟島 | スポ大 水泳 | 陸上 | 征矢 | バスケ | 今西 | サッカー | 中塚 |
| | 12女子 | 3 | 中塚 | サッカー | 中塚 | | 体操 | 中塚 | ハンド | 征矢 | バスケ | 今西 |
| | 34男子 | 3 | 今西 | バスケ | 今西 | | 柔道 | 軟島 | 中塚 | 陸上 | 征矢 | |
| | 34女子 | 3 | 中塚 | サッカー | 中塚 | | ハンド | 松本 | 体操 | 軟島 | バスケ | 今西 |
| | 56男子 | 3 | 今西 | バスケ | 今西 | | 柔道 | 軟島 | サッカー | 中塚 | 陸上 | 征矢 |
| | 56女子 | 3 | 中塚 | サッカー | 中塚 | | ハンド | 松本 | 体操 | 軟島 | バスケ | 今西 |
| 第1期 第2期 種目15～17 + 水泳3 第3期 3～5+水泳2 第4期 12～14 第5期 13～14 | | | | | | | | | | | | |
| 2年 | 12男子 | 2 | 松本 | バレー | 松本 | スポ大 水泳 | 柔道 | 軟島 | ラグビー | 松本 | | |
| | 12女子 | 2 | 征矢 | 陸上 | 征矢 | | ダンス | 征矢 | バレー | 中塚 | | |
| | 34男子 | 2 | 軟島 | 柔道 | 軟島 | | バレー | 今西 | ラグビー | 松本 | | |
| | 34女子 | 2 | 征矢 | 陸上 | 征矢 | | ダンス | 征矢 | バレー | 中塚 | | |
| | 56男子 | 2 | 松本 | バレー | 松本 | | ラグビー | 松本 | 柔道 | 軟島 | | |
| | 56女子 | 2 | 征矢 | 陸上 | 征矢 | | ダンス | 今西 | バレー | 松本 | | |
| 第1期 第2期前半 第2期後半 第3期 第4期前半 第4期後半 | | | | | | | | | | | | |
| 3年 | 145組 | 3 | 軟島 | バスケ | バスケ | スポ大 水泳 | 軟島 | 軟島 | | | | |
| | 3 | 松本 | テニス | バドミントン | 松本 | | 未履修教材から選択 | 今西 | 未履修教材から選択 | 今西 | | |
| | 3 | 中塚 | サッカー | サッカー | 中塚 | | 未履修教材から選択 | 中塚 | 未履修教材から選択 | 中塚 | | |
| | 3 | 征矢 | バレー | バレー | 今西 | | 未履修教材から選択 | 征矢 | 未履修教材から選択 | 征矢 | | |
| | 3 | 今西 | バスケ | バスケ | 今西 | | 未履修教材から選択 | 中塚 | 未履修教材から選択 | 軟島 | | |
| | 3 | 松本 | テニス | バドミントン | 松本 | | 未履修教材から選択 | 今西 | 未履修教材から選択 | 今西 | | |
| 236組 | 3 | 征矢 | バレー | バレー | 征矢 | 未履修教材から選択 | 征矢 | 未履修教材から選択 | 征矢 | | | |
| 3 | 軟島 | サッカー | サッカー | 軟島 | 未履修教材から選択 | 松本 | 未履修教材から選択 | 松本 | | | | |

保健体育科からのメッセージ

緊急事態宣言が発令されました。新型コロナウイルスが伝播を繰り返しています。私たちの日常生活は失われ、休校期間も延長されました。先の見えない不安な中での2020年度のスタートです。
その後、皆さんは「いのち」を扱う教科として、その立場から、皆さんにメッセージをお届けします。課題も用意しました。動画とともにぜひご覧ください。

4月11日にこのメッセージを生徒向けに配信（動画付き）。ここに我々の“思い”が込められています。すべてはここからスタートしました！

「まだ高校に行ったこともない中、先生から初めてメッセージをいただけてとても心強かったのを今でも覚えている。自分は自粛期間も十分に楽しめたと思うが、そのきっかけがこの文章だったので本当に感謝するべきだと思っています」
【1年男子】

- 社会の一員としての自覚を持ち、責任を持って行動してください。ほんの少しの断絶により、多くの人に感染が拡大する様子が伝えられています。政府や自治体、学校からの要請を、他人ごとでなく自分ごととして受け止め、実践してください。忠告力を働かせてください。もしかするとあなたは（私）も、感染してないだけで、すでに新型コロナウイルスに感染しているかもしれない。あなたの（私の）ほんの少しの断絶によって、あなたより（私より）抵抗力のない人に感染が広がるかもしれません。そうならないよう、いますべきことに全力で、誠意をもって取り組んでください。
- 運動・栄養・休養のサイクルを確立し、自分自身の健康を保持・増進してください。ヒトとしての生活は、運動・栄養・休養のサイクルで構成されています。日々の学習も、趣味の活動も、すべてこのトライアングルの中で展開されます。この時期、運動の量と質が低下しているのではないかと心配しています。保健科から課題を出しますのでしっかり取り組んでください。栄養と休養についても、この機会に改めて、意識を高めようと考えてみてはどうでしょうか。自分だけでなく家族のQOL（Quality of Life）向上に、あなたも貢献すべきです。自己健康管理のQCシートが有効です。活用してください。
- この機会に学んでください。テレビやネットのニュースでは、未知のウイルスとそれの対策についての情報があふれています。「いのち」を扱う教科として、この機会に学んでほしいことがたくさんあります。「感染症」や「心身相関」について学習スライドと課題を用意しましたので取り組んでください。始まったオリンピック・パラリンピックをはじめ、スポーツやライブなどのさまざまなイベントが中止になっています。選手やアーティストの職業だけでなく、どれだけ多くの人々がかわり、さまざまな人々の生活はどうなっているのかについても学び、考えてください。
- “遊び心”を持ってポジティブに取り組んでみましょう。保健体育科が主に扱うスポーツという文化はそもそも“遊び”です。「生きる」だけでなく「楽しむ」が、よりよく生きるには不可欠なものだと、私たちは考えます。スポーツやアート、音楽やダンスの原点には“遊び”があります。困難な時期ですが、“遊び心”を忘れずに、ポジティブに取り組んでいきましょう！

2) 朝体操から分散登校へ

休校期間中、生徒が「夜型・運動不足・スマホ依存」に陥っていることが、調査やオンライン面談等で明らかになった。そこで「生活習慣の確立」と「運動のきっかけ」の観点から、平日の朝の15分間、「朝体操」を実施することにした。1年生にとってはまだ会ったことのないクラスメートと、画面上であるが、顔を合わせる機会である。「仲間との交流」の場として機能していたことが調査からうかがえる。

6月1日から、学年ごとの分散登校が始まった。その際、ホームルームとともに重視されたのが体育実技である。体育の重要性を教員全体で共有できたことは重要である。

分散登校期の体育実技について、全校生徒を対象とする調査を2020年7月31日～8月7日に実施した。722名中659名から回答があった(回収率90%)。

休校期間中に「運動の必要性を自覚」した生徒は9割を超える(「かなりそう思う」と「ややそう思う」の合

5/29朝体操の様子(3年生)

- ・「生活習慣の確立」「運動のきっかけ」の必要性から4/22より開始
- ・平日の朝8:30～8:45(5/11までは9:15開始)に学年ごとに実施。教員参加もOK
- ・保体科教員が日替わりで担当(ライブ体操と動画を組み合わせ)
- ・「保体科の授業」というよりも「総則体育」と理解
- ・生徒は任意参加。「必修にすべき」の声もあったが...

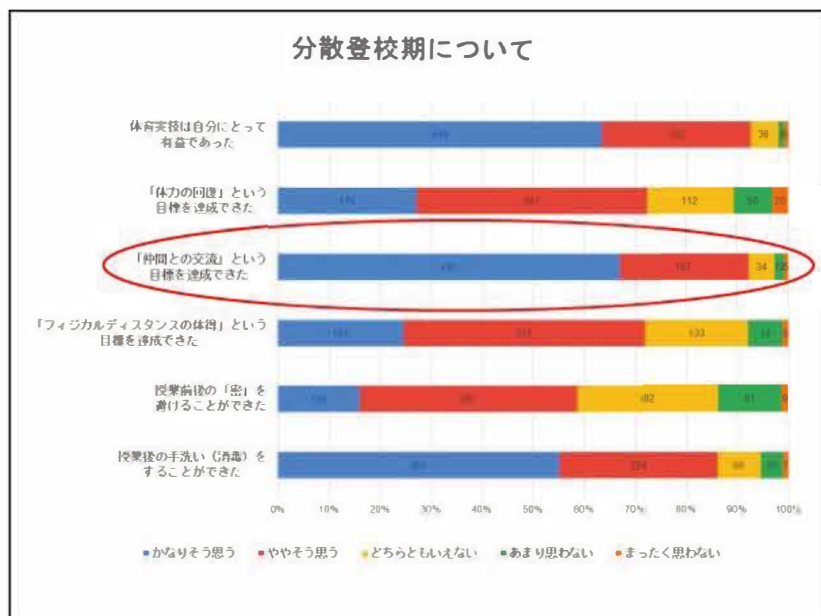
分散登校へ向けて

| | 1組 | 2組 | 3組 | 4組 | 5組 | 6組 |
|-------|-----------------------|-----------------------|------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|
| 13:10 | 健康チェック(前庭) | | | | | |
| 13:20 | 健康チェック(前庭) | | | | | |
| 13:30 | 健康チェック(前庭) | | | | | |
| 13:40 | 更衣 | | 更衣 | | 更衣 | |
| 13:50 | <体育> コート面 雨天大アリ | <HR> 地理教室 | <体育> グラウンド 雨天大アリ | <HR> 被服教室 | <体育> グラウンド 雨天小アリ | <HR> 武道館 |
| 14:00 | | | | | | |
| 14:10 | | | | | | |
| 14:20 | 更衣と移動 | 前庭で待機 | 更衣と移動 | 前庭で待機 | 更衣と移動 | 前庭で待機 |
| 14:30 | | | | | | |
| 14:40 | 前庭で待機 | | 前庭で待機 | | 前庭で待機 | |
| 14:50 | | | | | | |
| 15:00 | <HR> 地理教室 | <体育> コート面 雨天大アリ | <HR> 被服教室 | <体育> グラウンド 雨天大アリ | <HR> 武道館 | <体育> グラウンド 雨天小アリ |
| 15:10 | | | | | | |
| 15:20 | | | | | | |
| 15:30 | | 更衣 | | 更衣 | | 更衣 |
| 15:40 | 完全下校 | | | | | |

「分散A」
6/1(月)1年生
6/2(火)2年生
6/3(水)3年生
6/4(木)1年生

「健康・体力の回復」「仲間づくり」の観点から**体育を重視!**

最初の体育実技は「“フィジカルディスタンス”を体感する!」がねらい



計)。「朝体操」については6割以上の生徒が有効に活用し、とくに1年生にとって顕著である(PT報告「朝体操」参照)。2020年度前期の体育実技はクラスごとに男女共習で「体づくり運動」に取り組むものであったが、「仲間との交流」の面で生徒が体育の意義を強く感じているのが印象的であった。

3) 全校生徒一斉登校の再開

1年次の夏休み明けから3学年が学校にそろそろようになった。そこで後期からは体づくり運動だけでなく、体育で本来取り組むべきスポーツ教育に取り組めるよう、年間計画を修正した。1,2年次の必修単元は、授業時数は例年の3分の2程度となるが、3年次の選択実技とあわせて取り組むことにした。

2021年1月から再び緊急事態宣言が発出され、本校でも一時的に分散登校に戻ることになった。1年次は再度授業を組み替えて対応することとなり、次年度の年間計画策定にも影響が及んだ。

いまの3年生が1年生のころの体育実技は、試行錯誤の連続であった。

| 月 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8~9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 |
|--|---------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 第I コロナ期(休校) 第II コロナ期(段階的登校) 第III期 後期 | | | | | | | | | | | |
| 15~6h+9h ~5/31 10~11h 8~9h 10~11h×2 3h+2h×4項目 | | | | | | | | | | | |
| 1年 | 1.2男子 3 | 単元準備15分 (4/22~5/29) ※PDACシートの活用 (5/11~5/29) | 1 トリ 2 トリ 3 トリ 4 トリ 5 トリ 6 トリ | 1 水泳 2 水泳 3 水泳 4 水泳 5 水泳 6 水泳 | 1 体 2 体 3 体 4 体 5 体 6 体 | 1 サ 2 サ 3 サ 4 サ 5 サ 6 サ | 1 柔 2 柔 3 柔 4 柔 5 柔 6 柔 | 1 陸 2 陸 3 陸 4 陸 5 陸 6 陸 | 1 バ 2 バ 3 バ 4 バ 5 バ 6 バ | 1 球 2 球 3 球 4 球 5 球 6 球 | 1 球 2 球 3 球 4 球 5 球 6 球 |
| | 1.2女子 3 | | | | | | | | | | |
| | 3.4男子 3 | | | | | | | | | | |
| | 3.4女子 3 | | | | | | | | | | |
| | 5.6男子 3 | | | | | | | | | | |
| | 5.6女子 3 | | | | | | | | | | |
| ※1月からは運動中もマスク着用、手洗い・うがいのさらなる徹底！ ※1/13から再び分散Bとなり、以下のとおり修正した。 ・1年生は、ラグビー・テニス・フライングディスク・バレーボールの4種目×3時間 ・2年生は、引き続きラグビー・柔道・バレーボールを非接触で実施 | | | | | | | | | | | |

| |
|--|
| ◆体育実技 1) 休校期間(3~5月末)ー「朝体操」実施 2) 分散登校(6~7月)ー体育の重視 ・心身の健康と体力向上のための「体ほぐし」と水泳 3) 全員での対面授業(8月末~10月)ー自主・自律・自由の実践 ・できることを少しずつ広げるー「正しく恐れる」 ・新体力テストとスポーツ大会準備 4) 後期から年間計画に沿った授業(10月~3月)ースポーツ教育へ ・授業時数は半減だが、1年次に学ぶべき内容に取り組む ・1月から再び分散登校。1年生は接触のない競技 |
| ◆学校行事・部活動 ・蓼科生活(HR合宿)は中止 ・スポーツ大会は学年別で半日開催。桐陰祭はオンラインで開催 ・部活動への入部は7月。大会等はほぼ中止 ◆自由時間(朝・昼・放課後)ー自由を奪われる ・昼休みは「熟食」のみ。朝と放課後に制限付きで委員会活動 ・自由な遊びを構築できない |

4) 学校行事と部活動・委員会活動の様子

入学式をはじめ、多くの行事が実施できない1年間であった。蓼科生活(1年夏のホームルーム合宿)は可能性すら見えない状況であり、6月によく登校できる状況下で部活動

への加入も遅れた。例年は6月第一土曜日に行われる対学習院総合定期戦は早々に中止が決定され、高体連・高文連等、部活動の多くの大会が中止となった。

校内行事はさまざまな工夫が施された。クラス対抗の球技大会である「スポーツ大会」では実施種目を変更し、バレーボール、ドッジボール、アルティメットを、学年ごとに登校して半日で行う形で実施した。桐陰祭はオンラインで実施し、多くのメディアが取り上げた。

コロナ禍で「何ができるか」を考え、実践した生徒たちはすばらしい。しかしながら、これらの準備を進めるための委員会活動を行う時間は限られ、話し合い自体がオンラインで進められることが多かった。校内での自由時間はほぼない状態であった。

2. 2～3年次（2021～22年度）

2年次（2021年度）の学校生活は、制限付きではあるが一斉休校はなく、授業はほぼ計画通り進めることができた。部活動もおおむね元通り活動ができるようになった。

世間では東京オリンピック・パラリンピックの動向が注目されていたが、学校行事はその時々状況に応じて対応せざるを得なかった。

例年は1年次で実施される蓼科生活を、現3年生は2年次の夏に再挑戦すべく準備を進めていた。しかし緊急事態宣言の再発令を受けて直前で中止となり、生徒も教師もショックは大きかった。11月末の沖縄修学旅行は万全の態勢で臨み、3年間で唯一の宿泊行事として大きな成果を上げることができた。スポーツ大会は前年度同様、学年ごとの半日開催。イベントはできないが学年全体で開閉会式ができた。桐陰祭はオンラインとリアルを併用する形で実施。外来者は受け入れられな

2021年度(高校2年次)－自由時間はなし

◆体育実技

- ・年間計画に沿った授業。ただし45分授業で5分前解散
- ・コロナ対策をしながらほぼすべてのことが実施できた

◆学校行事・部活動

- ・蓼科生活は直前で中止。11月の修学旅行は実施。唯一の宿泊行事
- ・スポーツ大会は学年別で半日開催。桐陰祭はオンラインと対面の併用
- ・部活動はほぼフルに展開。ただし制限付き

◆登下校

- ・朝は8:40から登校。手洗い後に校舎へ(手洗い点検あり)。
- ・9:20にSHRで健康観察。9:30から45分授業×6時間。17:10下校(用のない生徒は速やかに下校)

◆自由時間(朝・昼・放課後)

- ・事前届け出制により8:20から朝活動可。
- ・ただし委員会のみ(部活動の朝練等は不可)
- ・昼休みは30分間の黙食のみ。委員会・部活動は不可
- ・放課後は委員会、部活動が条件付きで認められるが、用のない生徒は下校。15:10～17:00部活動可。

2022年度(高校3年次)－自由時間ができて…

◆体育実技

- ・年間計画に沿った50分授業
- ・コロナ対策をしながらほぼすべてのことが実施できた

◆学校行事・部活動

- ・桐陰祭は外部者を受け入れて対面で開催。
- ・スポーツ大会は全校生徒で開催。イベントも実施できた!
- ・部活動はほぼフル稼働。ただし加入数は減少傾向に…

◆登下校

- ・朝は7:40から登校。手洗い後に校舎へ(手洗い点検なし)。
- ・8:30にSHRで健康観察(3年生は登校時刻が異なる)。
- ・8:40から50分授業×6時間。17:40下校(用のない生徒は速やかに下校)

◆自由時間(朝と昼と放課後)

- ・登校後は委員会、部活動の自主練習が自由にできる。
- ・ただし夏まではマスク義務あり(教員見回り)
- ・昼休みは12:30～12:50が黙食。その後は自由に活動できる(教員見回り)
- ・放課後は委員会、部活動が条件付きで認められるが、用のない生徒は下校。15:10～17:30部活動可。

かったが、3 学年そろって閉会式（会場間をオンラインでつなぐ）をやり切った。

引き続きコロナ禍で「何ができるか」を考え、実行してきた生徒たちであるが、委員会や生徒会活動の進め方にはコロナ禍の2 年間で大きなブレーキとなり、「新たな様式」を探るにはまだ時間がかかる様子であった。

いまの高校3 年生が、2 年次末に書いた「体育理論を振り返って」のコメントを、本人の許可を得たうえで転載する。コロナ禍での入学当初から休校期間中の思い、そして2 年次末の時点での思いが率直に述べられている。

【参考】2 年生男子「体育理論を振り返って」（2022 年3 月）

改めてコロナ禍が始まったばかりの入学当時を思い出した。世界中の人々が予想にもしていなかった事態が突然起こり、高校1 年生だった我々は入学したばかりなのに家に籠る結果となった。急なことだったので長期間家で過ごす実感がなかなか湧かず、運動や勉強の計画を立てることなく何週間か過ごした。

そんな中、自粛生活にも嫌気がさしてきた頃、体育の先生方が朝の体操を始めて下さり、体を動かすのは勿論のこと、早寝早起き、忘れていた健康を保つための生活の重要性に気づかされ、自分を立て直すことが出来た。また、同じく体育の先生方からの手紙を読み、社会の一員としての自覚を持つこと、運動・栄養・休養のサイクルを確立し、自分自身の健康を保つこと、遊び心を持つこと、そしてこの機会だからこそ多くのことを学ぶこと。これらを自分の中で何回も見つめ直した。筑波大学附属高等学校はこの時点で、学校に直接行っていない、先生にも会っていないにもかかわらず、我々に多くの学びを与え、正しい生き方への道を作ってくれた。自分が絶望した世界に直面した時、それを元の輝きを放つ希望の世界へ戻そうとするのではなく、その絶望した世界という環境に、いかに適応していくか、その世界が変わらなくともいかに自分を変えていくのか、教えてくれた。我々もただ教えられるという受け身を取っただけでなく、それを自らの意識に変え、日々に更なる運動を取り入れる、計画を立てる等、応用することが出来た。

私はコロナ禍に直面したことによって、これらのことを考え、確立することが出来たが、もし直面してなかったらと考えると、おそらく意識は芽生えてなかっただろう。日々の注意力のなさを実感した。またいつ新たな脅威が発生して、今より更に酷い状態になるかは誰にもわからないが、もしものことを想定して日々過ごしていかななくてはならないことには変わらない。今までの二年間で学んだことを無駄にしないよう、継続していく。

3 年次（2022 年度）は登下校時刻も平常に近づき、年間を通して計画通り授業を進めることができた。部活動もほぼ元の状態に戻りつつある。

学校行事は、院戦で3校そろっての合同閉会式が行われ、スポーツ大会でも全校生徒参加の「イベント」が復活した。桐陰祭では外来者を受け入れられるようになり、対面をベースに行うことができた。いずれも制限付きではあるが、元の姿に戻りつつある。

そして何より、3年時になってようやく自由時間が得られるようになった。始業前、昼休みの後半（前半は黙食）に、広い体育施設を自由に使って遊ぶ生徒のすがたを久しぶりに見ることができた。ほぼ元の学校生活に戻った。

注) 2023年1月からは、放課後の部活動以外の居残りも認められるようになった。

今年の3年生が、1年次からどのように体育実技が展開されてきたのかをまとめた。

1年次はコロナ禍により何度も計画が修正された。その影響は2年次まで及び、第1期に、本来は1年次に履修すべき単元を置くことになった。また通常は1年次にサッカー、2年次にラグビーを置くのだが、1年次のサッカーが途中で終わったクラスが大半だったので、2年次に「フットボール」単元を置き、サッカーとラグビーを並行して行うこととした。

3年次は予定通り進めることができた。

2022年度 3年生 (131回生) 2020～2022年度 (1～3年次) の体育実技

| 月 | | 4 | 5 | 6 | 7 | 8-9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 | |
|-------------------------|------------------|---------------------------------|----|---------------------------|--------|------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|--------|--------------|-------------|----|--|
| 2020年度 (授業時数) | | 第I=コロナ期(休校) (5~6h)+(9h)~5/30 | | 第II=コロナ期(段階的登校) 10~11h | | 第III期 8~9h | | 後期 10~13h×2 3h+3h×4曜日 | | | | | |
| 1年 | 1.2男子 3 | 水泳実習15分 (4/22~5/20) | | 1 柔道 | 水泳 | 1 | 柔道 | 陸上 | バスケ | 球技導入単元 | 柔道 | | |
| | 1.2女子 3 | B:PDACシートの活用 (5/11~5/20) | | 2 水泳 | 水泳 | 2 | サッカー | 体操 | ハンド | ラグビー | バスケ | | |
| | 3.4男子 3 | | | 3 中体 | 球技 | 3 | バスケ | 柔道 | 柔道 | サッカー | サッカー | 中体 | |
| | 3.4女子 3 | | | 4 中体 | 球技 | 4 | サッカー | ハンド | 柔道 | 体操 | サッカー | 中体 | |
| | 5.6男子 3 | | | 5 中体 | 球技 | 5 | バスケ | 柔道 | 柔道 | ハンド | 4種目もローテーション | 中体 | |
| | 5.6女子 3 | | | 6 中体 | 球技 | 6 | サッカー | ハンド | 柔道 | 体操 | サッカー | 中体 | |
| 2021年度 (授業時数) | | 第1期 7~9 | | 第2期 曜日14~15+水泳3 | | 第3期 3~4+水泳2 | | 第4期 13~15 | | 第5期 14~16 | | | |
| 2年 | 1.2男子 2 | 柔道 | 中体 | バレー | 中体 | スポーツ大会 (学年別・土日) 水泳 | バスケ | 中体 | フットボール | 中体 | | | |
| | 1.2女子 2 | バスケ | 中体 | 陸上 | 中体 | | ダンス | 中体 | バレー | 中体 | | | |
| | 3.4男子 2 | 陸上 | 中体 | 柔道 | 中体 | | バレー | 中体 | フットボール | 中体 | | | |
| | 3.4女子 2 | バスケ | 中体 | 陸上 | 中体 | | ダンス | 中体 | バレー | 中体 | | | |
| | 5.6男子 2 | 陸上 | 中体 | バレー | 中体 | | 柔道 | 中体 | フットボール | 中体 | | | |
| | 5.6女子 2 | バレー | 中体 | 陸上 | 中体 | | ダンス | 中体 | バスケ | 中体 | | | |
| 2022年度 (授業時数) | | 第1期 8 | | 第2期前半 12・13+水泳2 | | 第3期 6+水泳2 | | 第4期前半 10 | | 第4期後半 10 | | | |
| 3年 | 126組 345組 | 体 ほ ぐ し + 測 定 | 中体 | バスケ | バスケ | 中体 | スポーツ大会 (全校生徒・2日間) 水泳 | バドミントン | 中体 | バドミントン | 柔道 | | |
| | | | 中体 | バレー | バレー | 中体 | | 卓球 | 中体 | 卓球 | 中体 | | |
| | | | 中体 | サッカー | サッカー | 中体 | | フットボール | 中体 | フットボール | 中体 | | |
| | | | 中体 | テニス | バドミントン | 中体 | | アウトドア | 中体 | アルティメット | 中体 | | |
| | | | 中体 | バスケ | バスケ | 中体 | | バドミントン | 中体 | バドミントン | 中体 | | |
| | | | 中体 | バレー | バレー | 中体 | | 卓球 | 中体 | 卓球 | 中体 | | |
| 中体 | テニス | バドミントン | 中体 | フットボール | 中体 | フットボール | 中体 | | | | | | |
| 中体 | サッカー | サッカー | 中体 | モルック & ボンヤ | 中体 | アルティメット | 中体 | | | | | | |

II. 本校におけるコロナ対策の推移と状況

3年間のコロナ対策を振り返ると、はじめは何もわからず、政府や自治体の方針に従うだけであった。そのうち学校関係だけでなく競技団体がガイドラインを示すようになり、体育実技を進めるうえでの参考になった。校内のコロナ対策は「拡大総務部会」が中心になって進めた。

生徒たちは示された方針を受け入れ、概ね守られた。本校の元教員が学校訪問に訪れ、昼休みの黙食風景を見て「この学校もこうなったのか」と感慨深げに語っていたのが印象的であった。

3年間で学級閉鎖や部活動ごとの活動停止は何件かあったが、学校全体の休校措置は初年度のみであった。本校のコロナ対策は概ね成功したと言えるだろう。

コロナ対策

◆2020年度(1年次)

- ・手洗いをしてから校舎へ入る(教師の監督つき)
- ・毎朝SHRで健康観察

<分散登校期>

- ・下校後は机と椅子を消毒/ボール・ラケットは毎回消毒

<夏休み以降>

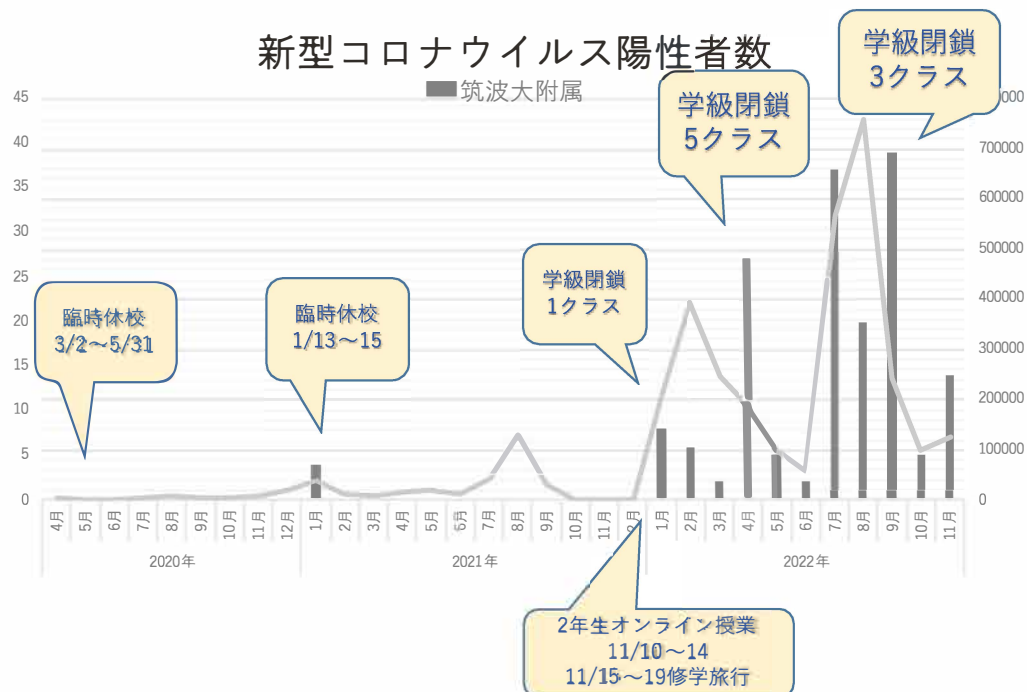
- ・使用した用具ではなく、手洗い・うがいを徹底

◆2021年度(2年次)

- ・手洗いをしてから校舎へ入る(教師の監督つき)
- ・毎朝SHRで健康観察

◆2022年度(3年次)

- ・朝は7:40から登校。手洗い後に校舎へ(手洗い点検なし)。
- ・8:30にSHRで健康観察(3年生は登校時刻が異なる)。
- 8:40から50分授業×6時間。
- 17:40下校(用のない生徒は速やかに下校)



Ⅲ. 高校3年生のコメントとアンケート調査

10月24日～11月10日まで、高校3年生243名にGoogleフォームで質問紙調査を実施した。ちょうどスポーツ大会が終わり、後期の選択実技が始まるころである。

調査開始にあたり、事前に以下の文書を配信した。調査の予告編である。

最終的には214名より回答が得られた（回収率88.1%）。

3年生各位

2022.10.21.配信

【予告編】 コロナ禍の学校体育・学校生活に関する調査

筑波大学附属高校保健体育科

3学年そろってのスポーツ大会が3年ぶりに開催されました。一人ひとりの笑顔と涙、クラスごとの団結と交流、学校中の盛り上がり…。桐陰祭とともに、3年ぶりに全校生徒が集まり開催できたことに喜びを感じているのは、皆さんだけでなく、私たち保健体育科教師も同じです。

多くの制限の中での高校生活もあと半年で終わろうとしています。コロナに振り回された悔しさはあるでしょうが、さまざまな工夫をしながらできることに精いっぱい取り組んだ3年間は、これからの社会を生きるうえでとても大切なものを獲得した期間だったのではないのでしょうか。皆さんが各単元のまとめ等を書いてくれたことを通して、また2年半のあゆみを横でみながら、そう感じています。

貴重な経験を積まれた皆さんに、標記アンケートへの協力をお願いします。10月24日(月)に3年保健体育科のクラスルームにアップします。10月中に全員必ず提出してください。得られたデータは統計的に処理し12月10日の研究大会で発表するとともに、今後の保健体育科教育の方向性を探るための資料として活用します。

この文書は、1年次からの取り組みを振り返る予告編です。事前に目を通し、考えておいてください。

【目的】

コロナ禍の学校体育・学校生活がどのようなものだったのかを高校3年生に自己評価してもらい、学校体育のあり方を検証する資料を得る。

【内容】

1. 学校体育（授業・行事・部活動等）を中心に高校3年間を振り返る
 - 1) 休校期間中
 - 2) 体育実技
 - 3) スポーツ大会
 - 4) 宿泊行事
 - 5) 部活動
 - 6) 始業前・昼休み・放課後
2. コロナ禍の3年間で得たものと失ったもの（自由記述）

【参考資料】 略

「コロナ禍の学校体育・学校生活に関する調査」結果

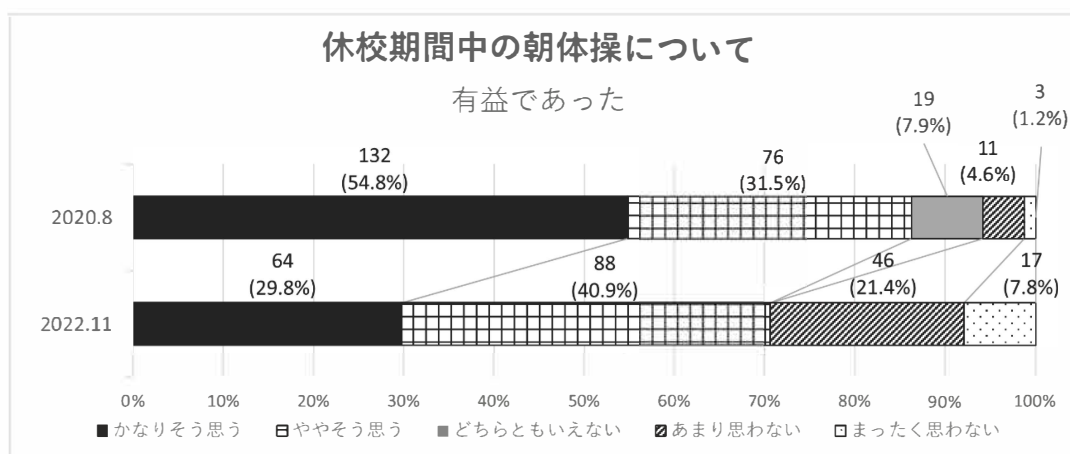
対象：筑波大学附属高等学校3年生 215名（回答率87.7%）

方法：Google フォーム

期間：令和4（2022）年10月24日～11月4日

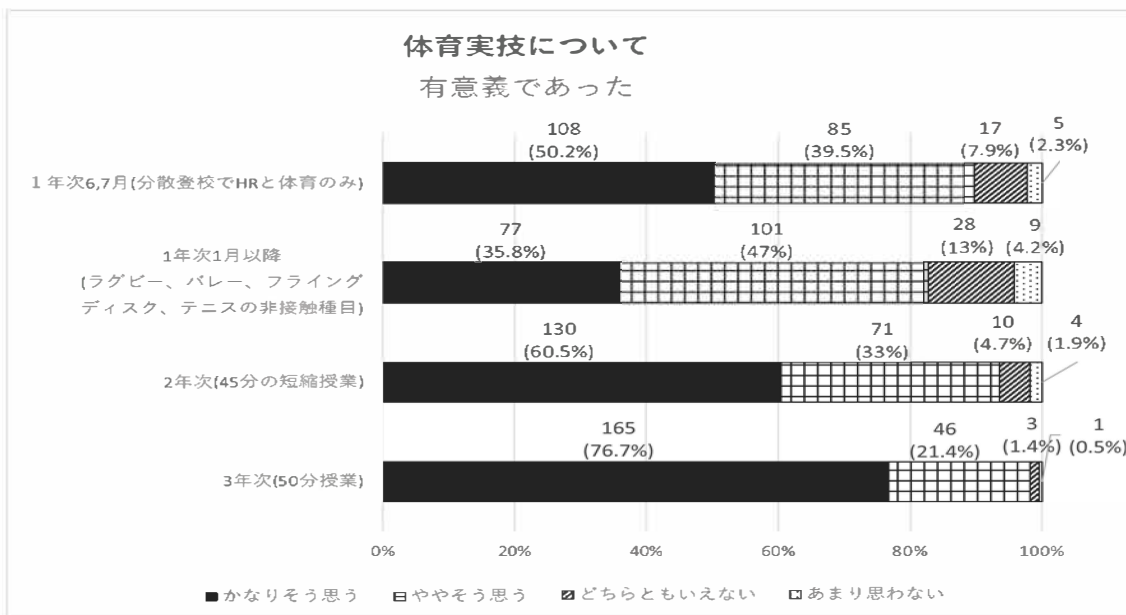
1. 学校体育（授業・行事・部活動等）を中心に高校3年間を振り返る

1) 休校期間中



「朝体操は有益であったか」という質問に対し、「かなりそう思う」「ややそう思う」と回答した生徒は、2020年の同調査と比較して全体的に減少していた。実施直後の2020年度のインパクトが薄れたからだろうか。

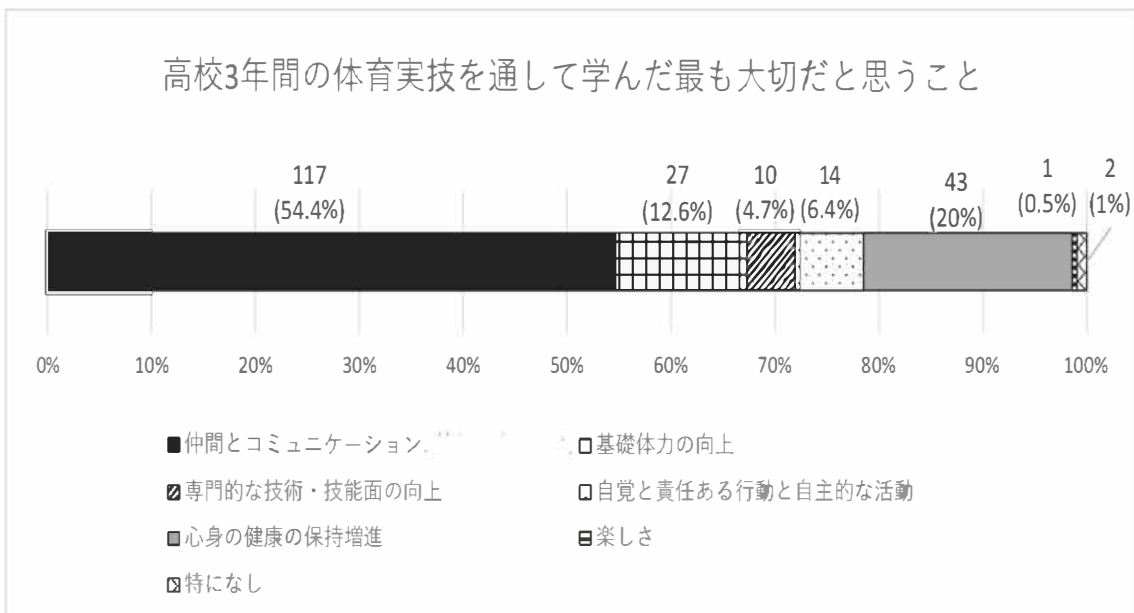
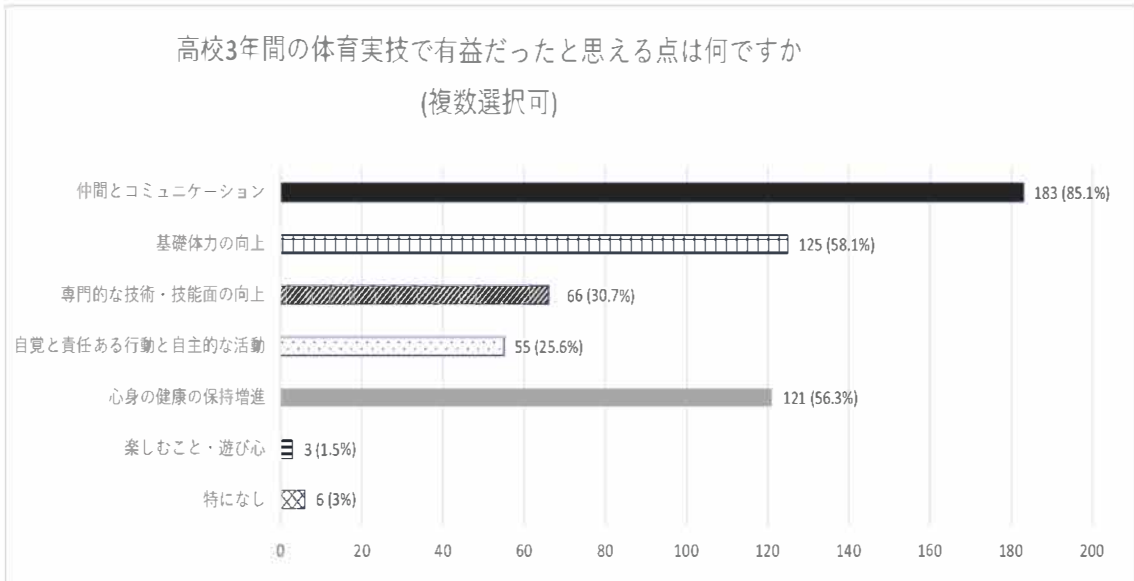
2) 体育実技



体育実技が「有意義であった」と答えた生徒の割合は非常に高い。その傾向は学年が上がる

るにつれ高まり、「かなり」「やや」を含めると、最終的には9割以上の生徒が有意義だったと答えている。

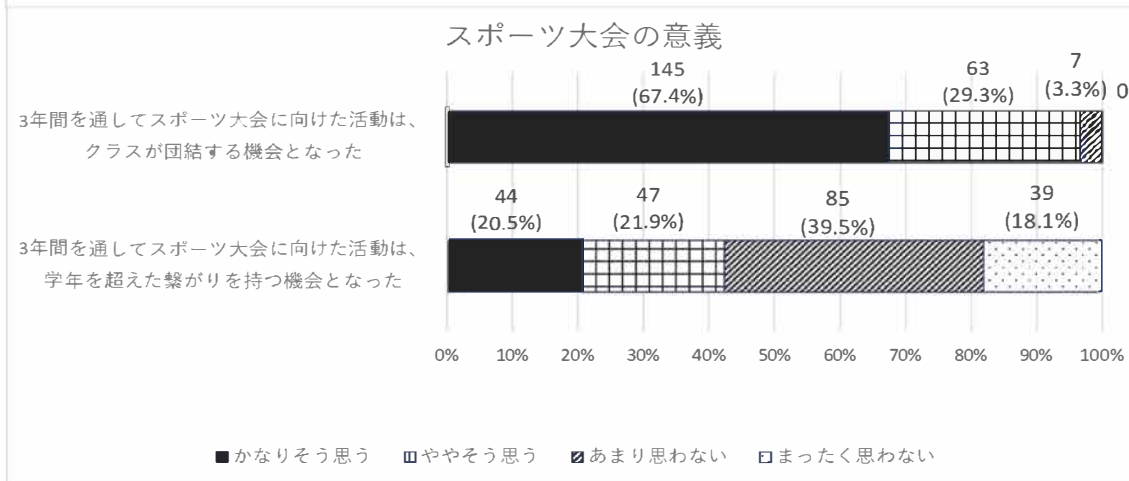
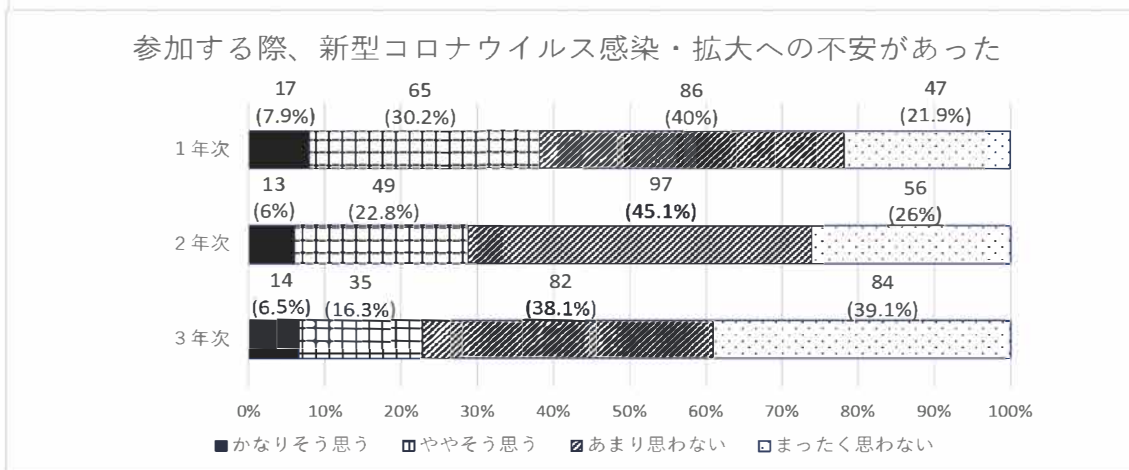
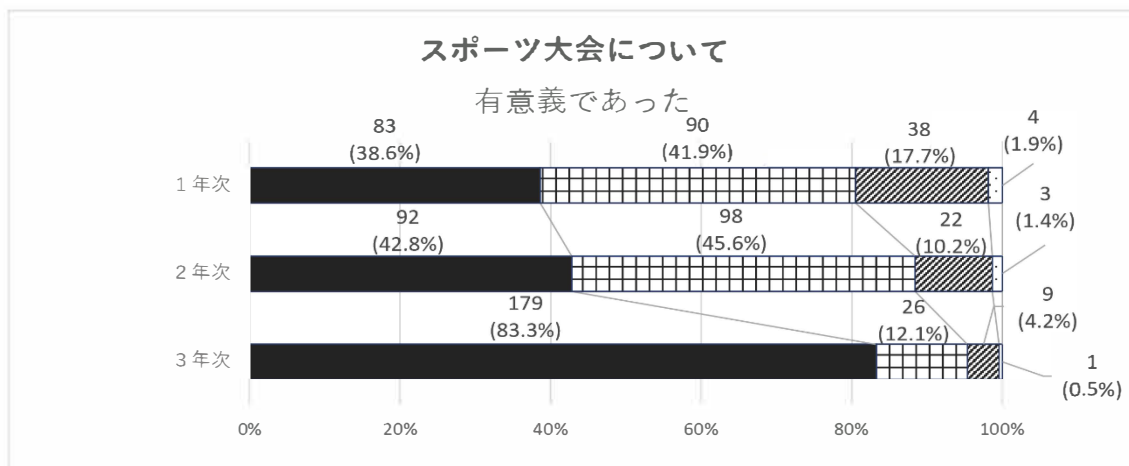
有益だったと思える点については、85%の生徒が「仲間とのコミュニケーション」を挙げている（複数回答可）。また体育で学んだ「最も大切」なことも、仲間とのコミュニケーションを挙げた生徒が半数を超えている。この傾向は2020年度の調査結果とも一致している。体育の授業は生徒たちにとって、仲間とコミュニケーションを図る欠かせない時間であったことがうかがえる。



3) スポーツ大会

スポーツ大会は有意義であったかという質問には、80%以上の生徒が「かなりそう思う」、「ややそう思う」と回答した。この傾向は学年が上がるにつれて高まり、3年次は95.4%が

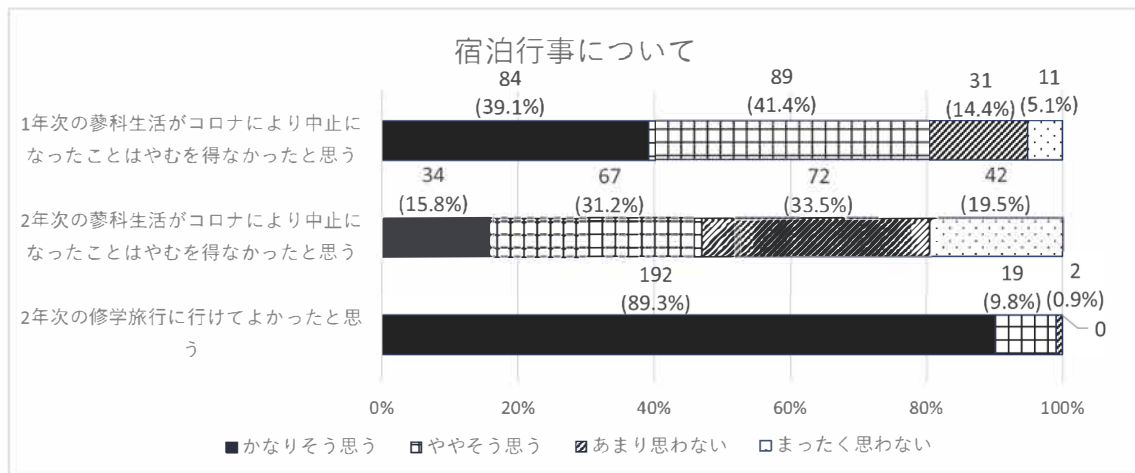
「有意義であった」と回答した。コロナの制限が徐々に緩和され、最終的には3学年全体でイベントができた2022年度のスポーツ大会が、いまの高校3年生にとってたいへん有意義であったことがうかがえる。



4) 宿泊行事

蓼科生活に関して、1年次の中止は約8割の生徒が「やむを得なかった」と答えたが、2年次の中止については半分以上の生徒が不満を抱いていることがわかる。また、2年次の修

学旅行に「行けてよかった」と思う生徒は、「かなり」「やや」を含めると 99.1%でほぼすべての生徒が修学旅行に行けてよかったと回答した。



「宿泊行事の実施有無にコロナが与えた影響についてどのように思いますか」についての自由記述の回答のうち主なものを以下に示す（○は肯定的。●は否定的）。

○普段の学校行事をより楽しもうと思うことができた

○行事ができることのありがたさや大変さを、例年よりも感じる事ができた

○楽しみにしていた蓼科生活が何度も中止になり、悲しかったが、例年とは形式が異なっていたと言えども行くことが出来た修学旅行は楽しむことが出来、宿泊行事の貴重さ、重要さを再確認することができ、結果的には良かったかと思う。

●安全を守るためには中止も必要だったが、貴重な友人たちとの宿泊行事ならではの交流がなくなってしまう、とても残念だった。

●やむを得ないことはわかっていましたが、悲しかった。

●コロナに憤りを感じた

5) 部活動

「部活動に所属している人は、コロナ禍で制限された中、3年間の活動で学んだことや気づいたことを記述してください（部活動名も記載）」に対する回答は以下のとおりである。

（○は肯定的。●は否定的）

○仲間と試行錯誤しながら取り組むこと、自分との向き合い方、そしてそれらを学ばせてくれるサッカーというものの偉大さを学ぶことができました。 そのように考えると、あんまりコロナは関係なかったかなと思います。（サッカー）

○大会や試合が中止になり、自分たちのモチベーションとなる目標を見つけにくくなってしまったが、その中で部活内での自分の役割や、改めて自分の泳ぎを見直す機会を作ることが出来た。（水泳）

○主将を務めたが、従来出来ていたことが出来ないということがこんなにも心細いことだ

とはと驚いた。先輩も OBOG も誰も答えを持っていないので、自分で考えて指示を出すしかなかった。しかし、そのおかげで部内の雰囲気や一人一人のことを考えながら運営をカスタマイズしたので、ある意味柔軟な動きがしやすかったかなと思う。じっとしているだけでは何も始まらないので何か動かしたいなら自分から行動して発言すること。(弓道)

○コミュニケーションは言葉だけで済ませるものではなく顔をみて初めてうまく成立するものだということも学べた。(バレーボール)

○今できることは何か、どうすれば活動の幅を広げられるかについて考えることができた。(陸上)

○見てくれる方がいて、発表の場があって成り立つ部活なので、正直不完全燃焼なことも多い。しかし、コロナ禍以前よりも感謝の気持ちをしっかり持って舞台に望めるようになったとも思う。何よりみんなと部活に励むことが出来て、未だに感染者が多い状況下であるにもかかわらず院戦をもって引退できたことが本当に幸せだったと思う。(ダンス)

○演奏の練習は部屋を分けるなどしてできたが、発表の場において観客がいない中演奏することが思ったより虚しく、もっと多くの人に聞いてほしいと感じた。そのため、音楽は聴いてくれる人がいて成り立つということを実感した。またコロナ禍を考慮しながらも開催できた春公演では、コロナ禍での行事運営について学べる点が多くあった。(オーケストラ)

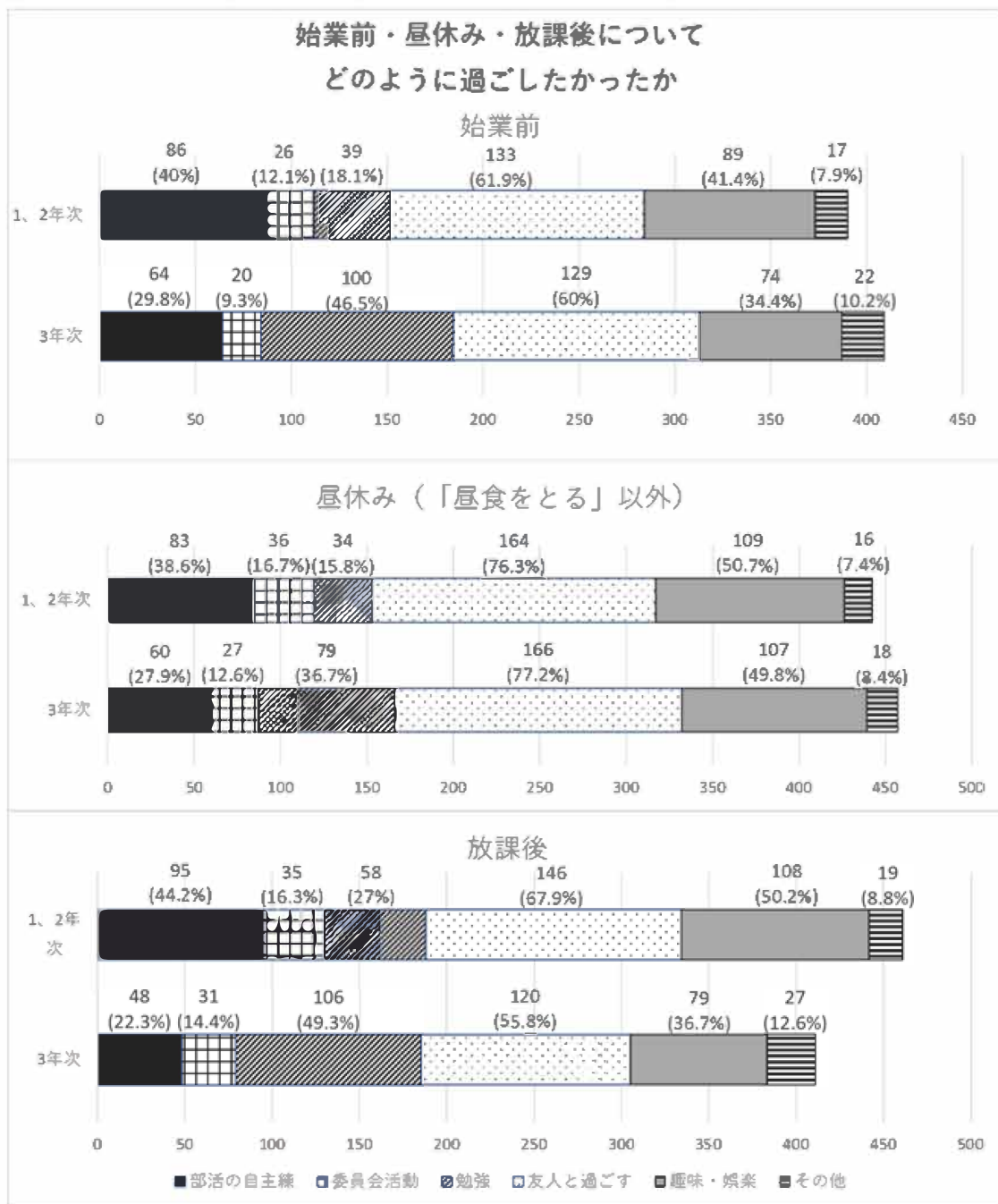
●周りの表情が分かりづらくて、話がお互いに通じているのかが感じ取るのが難しかった。(ダンス)

●試合がなくなるなかでどのように共通の目標を設定していくのかは難しかった。

6) 始業前・昼休み・放課後

IIで述べたように、コロナ禍の3年間、学校生活における生徒の自由時間は、さまざまな制限がかけられた。始業前、昼休み、放課後について、「どのように過ごしたかったか」を尋ねた結果をまとめた(複数回答可)。

1, 2年次、3年次とも、過半数の生徒が「友人と過ごす」ことを挙げていた。逆に言うと、友人を過ごす時間が奪われたことを物語っている。



2. コロナ禍の3年間で得たものと失ったもの

自由記述の回答で典型的なものを示す。(○は肯定的。●は否定的。△は皮肉的)

1) 得たもの

- 日常への感謝
- 当たり前のことを当たり前に行える有難さへの気づきを得た。
- 当たり前だと思っていた学校生活の尊さを実感しました。

○毎日会えることが当たり前でないということ、他人を思いやる生活、コロナ禍でも工夫して行事はできるということ

○パソコンへの慣れ、友達との仲の深さ

○オンラインに対する知識

○自分で過ごす時間は増えた。また、zoom やオンライン活動の技術も、コロナが無ければこれほど早期に習得されなかつただろう。

○自由な時間

○団体行動、クラスでの話し合いなどが無くなり、同調圧力を感じずに三年間過ごせた。そのため、一人で行動したり、友達に流されずに自分の思うように行動することへの恐怖を克服できた。

○1 から創り上げる力。

○自由が制限されている中で、工夫すること。

○「コロナだからできないや」と言わず、「今できることを見つける」ことを学校生活を通して習慣化できたと思う。これは将来社会に出たときにも役立つことだと思う。

○感染症の蔓延によって様々な不利益を被ったとはいえ、この学校で過ごした 3 年間は最高としか形容できないものだったと思います。確かにコロナ禍でなければ得られていたであろうものは数多くあるかもしれませんが、今、同じクラスの皆と教室で一緒に笑っているこの時間を得られただけで十分すぎる 3 年間でした。

○何かにつけてコロナが付きまとった 3 年間ではありましたが、そんな状況下でも出会えた仲間達やみんなと一緒に過ごした時間が私の高校 3 年間で得たものです。厳しい状況下で過ごしたからこそ、コロナがなかった世界線よりも強固な絆ができたのではないかと思います。

○一緒に苦労を共にした一体感

○限られた状況でどれだけ楽しめるか模索する力や、より大切に貴重になった行事や対面での関わりの大切さを学んだ。

△柔軟な考えです。直前に行事が中止になることが多かったため、柔軟な発想で行事に取り組めるようになりました。

△諦める大切さと幾度の逆境に負けない心強さ

△理不尽でも現実を受け入れて工夫して新たなものを生み出す行動力

●コロナ禍であったことによって得たものは特にない (12 件の同回答)

2) 失ったもの

○僕は何も失っていませんむしろ多くのことを得ました (13 件同回答あり)

●1,2 年のときは部活と授業以外の時間にほとんど自由時間がなく、遊べなかつたし人間関係も広がらなかつた。

●クラスメイトと仲を深めるタイミング。1、2年生の頃から、もっと行事や打ち上げなどができていれば、仲を深められたと思う。

●放課後の思い出。放課後も友達とパンなど食べて喋りながら過ごせると思っていた。

●私たちの学年は3年目にしてはじめてできたという学校行事がほとんどだったので、本来の行事の楽しさを味わってしまった今、この楽しさを2年前からクラスメイトと共有できたらどんなに良かったらう、と思う。

●スポ大も桐蔭祭も3年生で行ったものが楽しすぎて本当はこれがあと2回ずつあったと思うと悔しい

●一番は、本来学校で顔を合わせて過ごせるはずだった時間だと思う。2年の11月頃から今まで、コロナ禍での制限が緩和されてきて本来の高校生活と同じぐらいの日常や行事を経験することが出来た。それは物凄く有難いことだし、それを与えてくれた先生達には感謝しかないが、この1年が楽しすぎて、もしコロナがなかったからこれをあと2回も経験することができたのかと思うとやるせない気持ちでいっぱいである。

●多すぎて書ききれませんが、入学式はじめ、多くの行事が奪われたのは大きいです。これまでの高校生でいう「普通の高校生活」が送れなかったように思います。しかし、人間というのは怖いもので、今ではいい思い出が記憶の大半を占めています。「普通の高校生活」は過ごすことができなかつたけれど、新しい形態に対応し、その中で最大限楽しもうとしたこと自体が貴重なことだったのかもしれない。

●高校一年生に友達と過ごす時間

●1年生での初対面のときのコミュニケーションはコロナ禍でなければちゃんと対面して直接できたと思うと、その方がもっとコミュニケーション取りやすかつたと思う。1年生の大事な時間を失われました。

●本来得るべきものがどのようなものだったのかわからないです。少なくとも友人や部活の仲間と過ごす大事な時間は失ったと思います。

●体力が衰えた

議論のために

1. 今回がコロナ禍の学校体育を取り上げるラストチャンス

2. コロナ禍で考え、実践してきたことは、保健体育科の意義や価値を考えるうえで重要。共有しておきたい

⇒ 保体科の意義や価値はどこにあるか？

3. コロナとともに3年間を過ごしたい今の高校3年生の意識を把握しておきたい

⇒ とくに、「得たもの」と「失ったもの」は何か？
これからどうするか？

教師側の視点で—「この3年間」と「今後」

1) 歴史的な転換点であった

・リニューアルのチャンス

・「不易」と「流行」—何を残し、改めるか

2) これからの学校のすがたを考える好機である

進む学校離れ(部活動加入率/塾・予備校への依存)/学校と地域の連携

3) 再認識できた“遊び”経験の重要性

Ⅲ. 第72回研究大会での意見交換

12月10日の第72回研究大会の教科分科会で上記報告をし、参加者と意見交換した。

こちらから「議論のために」としてスライドを提示し、高校3年生のアンケート調査および日ごろから生徒と接する中で感じられることを自由に述べる場であった。

教科分科会の前半では鮫島による柔道の公開授業についての意見交換があり、その中で、「コロナ禍で生徒の自由な発言ができにくくなっていること」や、「コロナ禍だけでなく、“群れ遊び”を経験できていない世代に共通する意識がコロナ禍で促進した可能性」への言及があり、後半の議論に引き継がれた。以下のやり取りである。

中塚義実：(前略)ところで「表現の中身」の話がここまで多く出てきたが、私はサッカーの授業を受け持ちながら、「表現のタイミング」…これが大事だと思っている。例えば、いまやっているオンラインのミーティングも、本当は発言をしたいのだけれど、指名されれば話をするよ、とか…リモートが中心になってからそういう習慣が定着してしまっているのかな、と思っている。(中略)話し合う時間をどのタイミングで確保するのか、あるいは、確保しなくてもきっちり話し合える生徒をどのように育てるのか、ということを、今回の参加者には若い学生さんたちもいるので、ぜひご意見、感想等をいただければと思います。

参加者 A (学生)：いまの中塚先生のお話を聞いて、確かに指名されれば話をすることは準備しているけれど、なかなか自分から手を挙げて話をするところまでの自信はない、というのはその通りで、グサッときました。「リモートでその習慣がついている」という中塚先生の考察は、その通り当てはまっていると思いました。このような習慣への対応を考えるのは…難しい。少し匿名性を持たせて発言する機会を作ってみるのはどうでしょうか。先日、「ニコ生」の配信のように、自分の意見を文字に打って画面に映し出す方法を取り入れている授業がありました。この授業は、生徒のメンバーは変わらず、毎回教員が入れ替わって授業をする形の講座ですが、他の教員には発言しない学生たちが、ニコ生方式だと画面内で発言していて、そのような方法もあるのだと感じた場面がありました。でも、私はその方式でも発言できなかったもので、やはり難しいです。

分科会では、高校・大学の現職教員から、コロナ禍で感じられた生徒・学生の印象が述べられた。また学生や大学院生からも、高校生同様、貴重な3年間をコロナに奪われたことで「失ったもの」と、コロナだからこそ「得たもの」が語られた。

発言者の了解を得たうえで、分科会記録として当日の意見交換を残しておきたい。

本校の教員・元教員は発言者名を示した。ほかの発言者も、紀要掲載にあたり内容確認をいただいた。

征矢範子：私はこの3年生の担任長をしています。生徒たちは高校3年間のすごく大切な時期をコロナによって奪われ、したいことができなかったという悔しい思いがあります。保体科教員として、教育者として、生徒に何をしてあげられたかと振り返ることはすごく大切だと思います。いつまでもコロナ、コロナと言っている訳にはいきません。この3

年間を踏まえて、私たちはどのように変化し、何を残していくのかという思いがあり、今回のテーマ設定となっています。この会では皆さんからも知恵を頂きながら、さらに良い授業を、よい学校生活を、生徒に送らせてあげられるようにしていきたいと考えます。いまの中塚の発表に対して、ご意見、ご質問等があればお願いしたいと思います。

福地修也(非常勤講師) :今年度から筑波大学附属高校で仕事をさせていただいていますが、現3年生がこのような過程を経ていまを迎えているということを改めて知りました。10月に開催されたスポーツ大会を思い起こすと、相当な思いがあって取り組んでいたのだと感じています。

「遊び」に関して取り上げさせてください。今の生徒たちは、私も含めてですが、遊びが下手だという話を中塚先生や鮫島先生とした記憶があります。自由な発想などができなくなっているような気がします。その原因は何なのか考えてみると、1つはコロナの影響で「このような場所で遊んではダメだ」と制限が掛けられた中で過ごしていたことがあり、生徒からすると注意されるのであれば、もう何もしないでおこう、という発想に至っているのではないかと考えられます。

これに近いこととして、先ほどから話題に挙がっていますが「自由に発言できない」ことがあります。私自身も自分から発言をするのが苦手なところがあり、今も修行中です。自分で発言することに対して、何か注意されるのではないかという感覚を抱いているところがあります。今の生徒たちも、何か言うのと逆に言い返されることを怖れているところがあると感じています。教師として生徒と関わっていく身としては、教員側として間違いを恐れずに発言すること、また、生徒が自由に発言できるような環境をこちらからどんどん作っていく必要があると感じています。

征矢 : 発言をするとそれに突っ込まれるとか、怒られるとか、そういう部分があるのかもしれませんが、しかしそれが自分にとっての学びとなり、成長につながることもあると思います。怖れずに、どんどん発言してもらえればと思います。厳しく突っ込むことはありませんので。

中塚 : エピソードを1つ紹介させてください。今年の修学旅行で起きたことです。私は11月1日からクラス担任を代行していて、先日、沖縄の修学旅行に一緒に行きました。11月27日が初日です。この日は、サッカーW杯の日本対コスタリカの重要な試合がある日で19時キックオフでした。夕食のスタートも19時です。修学旅行委員会が基本的なルールを設定しますが「部屋移動禁止」としおりに書いてありました。しおりの読み合わせをクラスの生徒とするときに、「本当にこのルールを守れるのか？」と尋ねました。「W杯ともなれば、普通はみんなまで応援するんじゃないの？」と重ねて聞きました。修学旅行委員会が決めたことに対して、誰も何も言わないまま修学旅行の前々週になり、そこで中塚から突っ込み

を入れられたということです。生徒たちはうやむやにして突破しようと思っていたのでしょうか。改めて生徒たちに、「このルールが出てきた理由を確認しないと納得できないのでは？」と尋ねたら、1週間後に「コロナだから部屋移動をしないようにということです」との説明が委員からありました。やっと理由を理解するところまでたどり着きました。「そういうことらしいけど、それなら守れるか？ 守れるからルールとして明記されているのだな」と、部屋移動なしを確認し、約束しました。しかし守れませんでした。

いま「修学旅行の振り返り」を書かせています。「どうせ言っても自分たちの意見は受け入れられないだろうと思ったから言わなかった」とか「私たちは意見を言わない習慣がついている」など、反省文にはいろんなことがたくさん書かれます。「このようなことではいけないと思った」とのコメントもあります。

こちらから働きかけないと、あいまいなまま放置して逃げる習慣が、いまの生徒にはあります。「ではどうするか」と、もう一段突っ込まないといけないと思います。高校3年生は選挙権を持つ年齢です。社会の担い手として、しっかりと発言してもらわなければなりません。自覚を持たせる上でも、体育、行事、部活動などすべてを含め、こちらから働きかけていけないといけないと強く感じています。

征矢:最近の高校生、最近の若者という話の流れになりつつあります。そのことでも良いし、コロナ禍の中で体育の意義・価値を考え直した時に、どのようなことに気づいたかなど、様々なご意見をいただければと思います。

宮崎明世(筑波大学):大学生も話し合いが下手です。コロナに関わらずだと思います。例えば大学で模擬授業をしますが、各授業のフィードバックの時間になっても、誰も何も言いません。指名されると自分の意見は言うのですが、出た1つの意見に対して「それはこうだから、ああだから」という積み重ねた議論になりません。私が附属高校に勤めていたころも、例えば「リレーのメンバーを相談して決めなさい」と言った時に、「わかりました」と生徒は言いますが、「ほんとうにわかっている？ 相談というのは、意見を順番に言うことではなくて、だからどうするのかというところまでお互いに意見を言い合うんだよ。本当にわかった？」というところまで指導しないと言い合いになりません。そういう部分が、今の大学生をみてもあると思います。体育専門学群生には体育・スポーツに対する考え方については積極的にコミットして行ってほしいのですが、なぜか全く生産的な議論になりません。仕方がないのでパートごとに少人数で話し合い、最後に授業者が前に出て、言われたことや自分の思ったことを言う。そしてそれに対して何かありませんか、という流れを自分たちで進めてほしいのですが…。何回か同じことをしていく大体わかるので自分たちでできるだろうと思っても、またこちらから言わないと進まない。これはいったいつ頃からでしょうか…小学生のころからこうなのでしょう。

日本人は「質問ありませんか」と聞かれても質問しないタイプが多いと言われていました。外国の方はすぐにハイハイと、大したことのない質問でもします。子どもの頃から「何か発言すると言いつ返されてしまうのではないか、周囲に何か思われるのではないか」というのは私にもあります。みんなにもあると思いますが、いつから発言しなくなるのでしょうか。もっと小さい頃から議論や、そのような練習が必要なのではないかと思っています。ただ、筑波大附属小・中・高の生徒は、比較的発言する方だと思います。それでも、附属学校でも発言が出ないというのは、コロナのような状況になってしまってより話せなくなってしまったのではと思っています。大学生などもまさにこの通りです。

いま大学3年生の担任をしています。中塚先生のお話にあった高校生は、この3年間で区切ることができます。しかし大学は4年間あって、コロナ前を知っていた学年は現4年生しかいません。その学年が今年卒業するので、大会などを集団運営したことがない学年・学生ばかりになってしまいます。来年度はどうなっていくのだろうと心配しているところです。また、コロナの3年間を経験してきた大学3年生は、1年次の夏休みごろまで筑波に来ることすらできなかった学生たちもいて、コミュニケーションも取れませんでした。同じクラスの仲間の顔もわからない学生もいます。部活のメンバーだけで集まって固まっているのが、例年よりも更に強い感じがします。今年から対面授業を、大学の方でも積極的にするようになってきました。大講義室の授業ではないところから対面が増えてきたのですが、教室がどこにあるのか、3年生でもわかっていません。心配しています。

雑感も含めて話をしました。いったいいつから…。日本人の教育という意味で、ちょっと大きな話であると思いますが、ぜひ、何かお考えがあればお願いします。

征矢：小学生のころは発言をすると褒められるので、恐れずに、どんどん手を挙げて発言をしていたと思いますが、中学校くらいになると、何か言われたらとか、怒られるんじゃないとか、周りを気にし始めます。自我が芽生えて、そういう時期を経て、高校生・大学と続いて…。そういう日本の独特の流れがあるのかもしれないですね。

貴志泉（大阪教育大学）：私の大学でも3年生というのは特別と言われていて、部活動以外ではグループになりません。90人程度の体育系の学生がいますが、互いの顔もわかっていません。昨日の授業では、同じクラスの学生の名前を間違えて呼ぶ学生がいました。3年間同じで、しかも目立つリーダー格の学生なのに間違えられています。この3年生は、コミュニケーションが取れない学年だと言われていました。目立つ学生ですら名前を覚えられていないのなら、いったい誰に話しかければこのクラスは動くのか、と問うてしまいます。みんなバラバラです。グループを作る時には、すぐに部活動内で集まってしまいます。そのグループを解くと、話をしなくなります。このような状況で困っています。他にも宮崎先生と同じことが起こっていて、来年はどうなるのだろうと心配しています。

もう一点。中学生、高校生となって周囲の目が気になってくる時に、やはり日本人は小グループを大切にするので、その中での自分の評価が気になって、みんな話をしなくなるのだと思います。しかし話ができる学生も中にはいて、そのような学生がカギになればいいと思っています。筑波大附属にいた時はそのような人材がいました。附属を離れていまの大学生の中に入ると、いったい誰が話をリードしてくれるのだろう、話し始めてくれるのだろうとすごく気になり、指名しています。悲しい現実です。

征矢：遊びとかコミュニケーションとか、コロナの前からそのような課題が出てきていたのかもしれませんが、コロナでより拍車がかかって…ということかもしれません。

参加者 A (学生)：私は大学3年生です。大学の先生からも「この学年はすごく大人しいね」と言われています。「例年なら、自由に飲み物を飲んだり、授業中に立ち上がって話し合ったりする学生がいるのに、この学年は高校生のように静かに座って話をするのを待っている状態で、すごく珍しい」と言われて、そうなんだ…と思ったことがあります。私は陸上部に所属していて、飲み会などもなかった状態から、自分が先輩になってそのような会を開いていかなければならない。合宿とかもです。そういう、自分たちにとっては新しい行事を、先輩たちから聞いたことだけで実際するとなった時に、必要ないと思うことはどんどん省いていって、実施しようとしている最中です。

先ほど中塚先生が挙げてくださった「得たものと、失ったものは何か」という問いがありましたが、得たものは、オンラインなど、どんどん効率的な手段が出てきて、それを活用しなければならぬ状態になったので、活用できるようになりました。その反面、効率というところが重視されて、このようにオンラインで授業も受けられたりして、オンとオフの切り替えが難しくなって、より精神的にしんどい状態にも陥りやすくなりました。ヨーロッパの人たちならオンとオフが切り替えられているけど、日本人ではさらに切り替えにくい状態になってしまったなと思っています。

発言しにくい状態があるのは、発言が評価されてしまうと思うからです。例えばこの場であれば、まったく考えられていないな、浅いなと思われてしまうんじゃないか、というところであると思いました。そして、なぜもっと発言をしないのかと考えた時に、陸上部の話になりますが、陸上部内で意見が異なった時に、私もこのままでは良くないので意見を言おうと思いましたが、ある動画を見ました。その動画では、「いいひと戦略」をした方が世の中は生きやすい。他人に文句を言わずに、他人と流れや話を合わせていける人の方がこれから生きていきやすい、と言っている人がいました。そういう生き方をする方が社会に出た時に、何事もなく進めるというか、オンライン授業だったら、先生が画面の向こうから発言してくださいと言っても、発言せずにじっとしていたら、少し胸は痛みますが、時間は過ぎて行っ

て授業は終わる状況があります。このような感じで、発言しない状況になっているのかなと思いました。

征矢：すごく良いお話をしていただきました。今のように、自分の状況のことを考えて発言していただけると、私たちもとても勉強になります。

参加者 B（院生）：中塚先生のお話の中で、「遊び」という言葉が出てきますが、私も筑波大附属高に授業見学に行った時に、昼休みとかも運動をしているのが印象的でした。進学校と言われるような学校ではそのような学校は少なく、昼休みは教科書をみているような学校が多いと思います。筑波大附の良さとして、遊びの重要性とか、スポーツを文化として捉えていて、保護者の影響もあるのかも知れませんが、そのようなところが筑波大附の良いところだと思いました。遊びをするにあたって、それなりの技能が必要なのではないかと思います。遊びにつなげるための体育の授業っていうのを先生たちはどのように工夫されているのか、伺いたいと思いました。

発表ができない生徒や学生が多いということに対してですが、オープンエンドな質問には私も答えにくいと思っています。また、評価されることについては、先ほどの方も話をしていましたが、オンラインだと空気感などがわからなくて、やりにくいのかなと思っています。私の小学校時代は、面白い子どもでいたかったので、変な質問をしたり変な意見を言ったりする側の子どもので、よく表に出ていました。いま非常勤講師として働いていますが、そのような子どもが少なくて大人びています。小学校で流行っている言葉も「それってあなたの感想ですよ」など、ひろゆきさんの言葉が流行っていると聞きました。そのように大人びているところがあるので、専門的な知識を少しだけ言葉で教えてあげたりすると、生徒も喜んで使ったりすることがあると思います。専門的な技能や専門的な知識があると、少し発言しやすくなると思います。評価の観点なども提示してあげると、生徒が面白がって使ったり、そのような視点をみて、ちょっと大人っぽい意見を言えているような感じで発表してくれることもあるので、そういうところも大切なのかなと思いました。

私は、効率的とか生産性がないことの方が好きで、それが楽しいところがあると思います。そういった重要性を教えていけるような教員でいたいと思います。非常勤講師としてあと少ししか関わることができませんが、そのようなことを生徒に教えていけるといいなと考えています。

征矢：確かに専門的な知識を教えると発表しやすくなるかもしれないですね。筑附の生徒も、ちょっと難しいことを知ると、周囲に言いたくなったり他人に伝えなくなったりします。そのように刺激してあげると口から言葉が出てくるかもしれないですね。

松本英樹：遊び心という話がありましたが、遊び心を引き出すために、教材を創る時のポイントとして、最近は、純粋に楽しいと感じられるようなシンプルな教材・授業をつくりたいと思っています。体育では、できることの楽しさを味わわせることが大切だと言われますが、コロナ禍ということもあって、「できないことの楽しさ」を大切に考えています。私はアウトドアが専門なので、例えば、火おこしなどを生徒に挑戦させてみると、できないことを生徒はすごく楽しんでいるように見えます。簡単にできると楽しくなくて、できないから次もやりたい、できないからさらに挑戦したい…が積み重なっていきます。その辺りの仕掛けとか、「できなくもいいんだ」という、できない面白さ、できないことを大切にする意識を教えるところにこだわっています。3年生の選択授業ではそのあたりの教材を工夫して、楽しんでくれたのではないかと考えています。遊び心につなげる体育、発言しにくいという話を聞いていてこのように思いました。

別の話もさせてください。私はこのコロナの3年間を今の3年生と一緒に過ごしてきました。赴任して3年目なので今の3年生には結構な思い入れがあります。「得たもの」や「失ったもの」という話がありましたが、本校の生徒たちは「圧倒的に得ている」と考えています。得ていない学校の方が多くて、本校とは比べることができないくらい他の学校では失っていることが多いのだろうな、と考えています。本校の生徒たちは、すごく幸せな生徒たちだと思っています。そして、他の学校に比べて圧倒的に体育科の教員が…私はここに入れてもらいましたが、ものすごく毎日会議をして、苦しい思いをしてやってきたなあ、と振り返っています。コロナ初年度の2020年度に水泳授業を実施すること1つとっても、かなり細部にわたり会議をして、授業実施を守ってきたという部分があります。水泳授業をやり抜き通したと思っています。いまだに教員会議などで色々な先生方とやりあっています。スポーツ大会などを全校で実施することでも、いろいろな部分においても議論してやりあって、体育科の教員で協力しながら、なんとか進めてきている部分があります。このような本校の部分は紹介しておきたいと思いました。

ただ、得たものと失ったものを考えたとして、将来的に今の3年生にどのような影響が出てくるのかはわかりません。しかし私たち教員側としては、もうそろそろコロナだから、コロナ世代だから、というのは言い訳にならないのだろうなと思っています。今までの発言で、生徒や学生の話がでてきていますが、まさに目の前にいる子たちに、何か火をつけるような、仕掛けるような教え方、工夫を考えていかなければならないと思っています。保健の授業や、体育でもバレーボール、アウトドア、これからラグビーなども担当しますが、生徒たちの発言を引き出すような授業方法について、私自身が学ばなければならないことはたくさんあると思っています。その時のキーワードが、「シンプルでわかりやすく、純粋に楽しい教材」です。できる・できないを楽しませる、を意識した教材を考えながら授業づくりをしていければと思っています。

征矢:できる・できない、確かにそうですね。ちょっと難しいとか、ちょっとできないとか、そのさじ加減で楽しさは変わってくると思うので、高校生に刺激を与えるには、大切なポイントだと改めて思いました。

参加者 C (院生) :私も最近の若者なので、こちら側からなぜ発言しにくいのかについて考えてみました。先ほどの方も言っていました、評価されることが気になっているのではないかと思います。この発言をすると変な雰囲気になるかもと思って言わなかったり、発言をして何か言われる・叩かれるくらいなら、いいアイデアを思いついても言わない方が自分としては楽だ、という思いがあって発言しにくいのかな、と私の感覚では思っています。

体育の意義を考えた時に、他の教科に比べると、答えはあるが、そこにたどり着く道筋がたくさんあるように思っています。先生方はいろいろと実践されていますが、まず体育の中で自分の意見を発表する場をたくさん設けてあげるのがいいと思います。それと、発言することに対してはみんな肯定的であり、明確な間違いというのはほとんどないと思うので、その発言を認めてもらえるような場を体育でたくさん確保することが大切なのかなと思います。体育は、自分の意見を発言できない生徒たちの助けになると考えています。

征矢:評価されるというのは、私は若者の側ではありませんが、変な雰囲気になったらどうしようとか、私もすごく思います。誰でもそう思うのではないのでしょうか。今のご意見に、確かにその通りだと共感できたのではないのでしょうか。ただ、その中でも歳をとると少し凶々しくなるのか、「それでも発言した方がよい」という部分が出てきます。もしかすると、成長とともに変わっていくのかもしれないし、コロナ世代という言葉で胡麻化せずに将来的に長い目でみて、発言をしたり、意見を言うようになっていってくれるといいな、と今の発言を聞いていて思いました。

参加者 D (院生) :私は他大学から筑波大学の大学院に進学してきました。まわりの学生は筑波大学から積み上げて来ています。発言しづらいということについて、筑波大附高の生徒にもあると思うのですが、附属中学校から進学してきていたりすると、そのようなところで学生や生徒同士で評価している部分があるのでないか。その部分で発言しづらいことにつながっているのではないかと考えてしまいます。私のゼミでは、宮崎先生が教育学部で学んだ経験とかを話して指名していただきます。実際の附属高校の体育授業の中で、先生方からどのような声かけがあるのかはわかりませんが、附属以外の中学校での学習経験などを取り上げて指名してもらえたら、生徒も自分に活躍の場面を与えられていると感じて、この集団の中で受け入れられているという感覚が得られて、発言が楽になるのではないかと思います。

参加者 E (院生) : 松本さんに質問です。コロナ禍で水泳授業を実施するためにたくさんの方の会議をして、授業改善なども繰り返されていると思います。例えば、今日も土曜日で、時間をつくるのはなかなか大変なことだと思うのですが、そのように思えるようになったきっかけ、子どもたちにより良い教育をするためにどのようにすればよいのかと深く考えるようになったきっかけがあれば教えてください。

松本 : 私はアウトドア、野外教育出身なので、大学生のころから小さな子どもたちをキャンプなどに連れて行ったりしていました。いまもアウトドアの授業をしています。体育の授業もそうですが、いろいろなことを工夫して実践するのは面倒です。学校の外に生徒を連れて行ってチャレンジさせるのも面倒だし、何か問題が起こったらどうしようと思うこともあります。やんちゃな子たちがいる時には特に思います。しかしやってみて、成功を少しずつ味わうと、それがたまらなく楽しいのです。その時に脳内で何が出ているのかはわかりませんが。次も、もうちょっと何かしてみようと思います。そして、やっぱり面倒で嫌だと思いますが、けど何かしてみると成功と失敗があり、どちらにせよ面白いし、そのような中で生徒と話をするのが楽しいのです。何か新たな取り組みをしようとした労力は、生徒に伝わります。そして生徒と親しくなって、普段見ることができない生徒の表情が見れて…こういうのを味わいたくて教員をやっているんだよな～、と思ったりします。それがくせになって、ちょっとずつ、他の学校ではできないことを“うちの学校でなら”、と考えて、努力しているのだと思います。少しずつ積み上げていくことが大切だと思っています。

参加者 E (院生) : ありがとうございます。授業をしてみてもなかなか上手いかず、指導案を作っても改善点・問題点がたくさん出て、どのようなところに教員の楽しさがあるのかわからなくなってきたので、貴重なご意見をありがとうございます。

松本 : 簡単なことからチャレンジして、難しいことを考え過ぎないように、授業をしてみてください。

征矢 : ベテランの先生方はみなさん感じていると思うのですが、大成功した授業なんて、おそらくないですね。授業の改善については、私も毎回の授業でああしたいこうしたいと欲求は生まれてくるので、大学院生の立場で授業を受け持つ場合であればなおさらだと思います。どんどん改善してください。よりよい教育というのは、生徒たちのために何ができるかと考えはじめるところからはじまり、止まらなくなり、その繰り返しだと思います。そのような想いを持って取り組んでもらえれば、よい生徒が育つと思います。ぜひ今後も頑張ってください。大切な質問をありがとうございます。

宮崎：時間が来ているようですが、もう少しだけ発言させてください。附属高校はこの3年間で、体育科の中や学校全体ですごく話し合いが為されました。まず最初に「保健体育科は“いのち”に関わる教科である」と学校全体に言い、それを共有してもらっています。もちろん賛成される教員ばかりではないと思います。ただ、教員の中でも「朝体操」に参加するポジティブな方もおられました。

午前中の情報交換会では「総合的な探求」のグループに参加しました。これまでやってきたSGHの流れもありますが、オンラインへの対応においても中心になる教員がいて、有事の際にすごい勢いでプロジェクトチームを作ることができています。「教員の質」と簡単に言ってしまうと失礼になるかもしれませんが、附属は違うんだなと感じました。私は私立の教員と授業グループを組んでいて、研修会や検討会を開いています。そこで話を聞くと、「なるべく余計なことをしたくない。だからオンラインの話も全く回ってこないし、課題を配ってコロナが終わるのを待つ」ような感じが、コロナのはじめのころはあったようです。しかし、どうもコロナが長引きそうで対策が必要となったとき、All or Nothingみたいな、すべて止めるか全部元に戻すかといった学校が多いのに気づきます。附属高校が取り組んでいたような、分散登校にもA・B・Cとパターン分けするような、コロナの状況をみながら制限を段階的に解除したり、コロナがひどくなったら制限を戻すようなことができていない学校がかなりあると思いました。ある私立高校では、一人1台デバイスの体制がまだまだ整っておらず取り残されているような話も聞きます。教科内で話し合うにはかなりの労力があるし、面倒だし時間も取られます。動けないことが現実なのでしょう。だから、附属高校の先生方がよく話し合われて、みなさんと一緒に動いているのはすごいことだと、この3年間を見ていてすごく思いました。

公立・私立、問わず、他の学校でもこのように対応してきた学校があると思いますが、大勢の教員がいて、それぞれ違う考えの人たちが多くいる中で、有事の際に集団で対応するというのは、すごく難しいことだと思いました。

もう一点。ニューノーマルとよく言いますが、コロナのこの3年間でなかったことにはできません。プラスになるものとして、例えばオンラインが普及して便利になったことが挙げられます。小さな用事が入っていて遠隔地の研究大会に参加できない場合も、オンライン会議だと参加できます。このようにプラスのこともあります。

スポーツの意義・価値ということでは、先ほど中塚先生が話されましたが、みんなが外出できなかったロックダウン時に、体育・スポーツの大切さを感じたと思います。身体的・精神的・社会的な面において。それが、コロナが落ち着いて普通に戻ってくると忘れてしまうというのがもったいないと思います。便利になったところは残しつつ、その時に感じたものをいかにこの後につなげていくか、ということがすごく大切だと思いました。

いっぱい話をしてしまいました。オンラインの難しさは、一人ずつしか区切って話せないことですよね…。

征矢：最後にまとめていただきました。本日のテーマで取り上げた高校3年生は、私が担任として3年間持ち上がった学年なので、思い入れがあります。いろいろなことを我慢させてやってきました。世の中の風潮をみても、ようやく生徒たちも解放されて、やっと普通の高校生活に戻ってきたなと感じています。少しやんちゃをするようにもなってきて、それが高校生らしいとも思います。やっと普通のことを、少しずつですが味わうことができるようになり、卒業していくのだなあと、安堵感もあります。3年前を思い起こすと、生徒は家に籠って全く外に出ないので、「歩くことすら久しぶりです」という生徒もいました。やはり体育が重要だったのだとあの時に思ったことを、今後も生徒たちには忘れずにいてほしいと思います。私たちも改めて体育の意義を、これから入学する生徒たちにも伝えていかなければならないと思いました。

予定していた時間を過ぎてしまいました。本日は、お忙しい中、筑波大学附属高校の研究大会にご参加いただきまして、本当にありがとうございます。貴重なご意見を頂戴し、私たちもこれから益々、もっともっと勉強していかなければならないという気持ちになりました。これをきっかけに、また来年以降もぜひご参加いただき、学校教育について一緒に考えていければと思います。若い学生・大学院生のみなさんもたくさん参加してくださり、こちらから発言をお願いした部分もありましたが、貴重なご意見をありがとうございました。私たちにも勉強になりました。

以上で、研究大会を終了させていただきます。どうも有難うございました。

おわりにー「With コロナ」から「After コロナ」へ

新型コロナウイルス感染症は、2023年5月8日に季節性インフルエンザと同じ「5類」へ移行する方針である。3月13日からはマスク着用の判断が個人に委ねられる。「With コロナ」から「After コロナ」へ徐々に向かいつつある。

いまの「3年生」すなわち小3、中3、高3、大3、および社会人3年目の方々はみな、新生活の3年間をコロナとともに過ごした年代である。3年間で得たものと失ったものを直視し、次につなげてほしい。

我々の日々の実践も、この3年間が大きく見直すこととなった。「議論のために」に示した論点は、「After コロナ」へ向けての視点でもある。改めて提示して本稿を終えたい。

- 1) 歴史的な転換点であった
 - ・リニューアルのチャンス
 - ・「不易」と「流行」－何を残し、改めるか
- 2) これからの学校のすがたを考える好機である
 - 進む学校離れ（部活動加入率／塾・予備校への依存）／学校と地域の連携
- 3) 再認識できた“遊び”経験の重要性

【参考文献】

- ・ コロナ禍でみえる保健体育科のすがたー “いのち” にかかわる教科として
筑波大学附属高等学校研究紀要 第 62 巻 2021 年 3 月
- ・ 新型コロナウイルス感染症に対する筑波大学附属高等学校の取り組みー 「朝体操」 について
筑波大学附属高等学校研究紀要 第 63 巻 2022 年 3 月

補足資料

2020.4.11

全校生徒各位

保健体育科からのメッセージ

緊急事態宣言が発令されました。新型コロナウイルスが猛威を振っています。私たちの日常生活は失われ、休校期間も延長されました。先の見えない不安な中での 2020 年度のスタートです。その後、皆さんは、何を思い、どのように過ごしているでしょう。保健体育科は “いのち” を扱う教科です。その立場から、皆さんにメッセージをお届けします。課題も用意しました。動画とともになかみを確認し、さっそく取り組んでください。

- 1. 社会の一員としての自覚を持ち、責任を持って行動してください**

ほんの少しの油断により、多くの人に感染症が拡大する様子が伝えられています。政府や自治体、学校からの要請を、他人ごとでなく自分ごととして受け止め、実践してください。想像力を働かせてください。もしかするとあなたは（私は）、発症していないだけで、すでに新型コロナウイルスに感染しているかもしれません。あなたの（私の）ほんの少しの油断によって、あなたより（私より）抵抗力のない人に感染が広がるかもしれません。そうならないよう、いますべきことに全力で、誠意をもって取り組んでください。
- 2. 運動・栄養・休養のサイクルを確立し、自分自身の健康を保持・増進してください**

ヒトとしての生活は、運動・栄養・休養のサイクルで構成されています。日々の学習も、趣味の活動も、すべてこのトライアングルの中で展開されます。この時期、運動の量と質が低下しているのではないかと心配しています。保体科から課題を出しますのでしっかり取り組んでください。栄養と休養についても、この機会に改めて、家族ぐるみで見直してみてもはどうでしょうか。自分だけでなく家族の QOL (Quality of Life) 向上に、あなたも貢献すべきです。自己観察用の QC シートが有効です。活用してください。
- 3. この機会に学んでください**

テレビやネットのニュースでは、未知のウイルスとその対策についての情報があふれています。“いのち” を扱う教科として、この機会に学んでほしいことがたくさんあります。「感染症」や「心身相関」について学習スライドと課題を用意しましたので取り組んでください。延期になったオリンピック・パラリンピックをはじめ、スポーツやライブなどのさまざまなイベントが中止になっています。選手やアーティストの視点だけでなく、どれだけ多くの人々がかかわり、ささえる人々の生活はどうなっているのかについても学び、考えてください。
- 4. “遊び心” を持ってポジティブに取り組みましょう**

保健体育科が主に扱うスポーツという文化はそもそも “遊び” です。「生きる」だけでなくてもよいが、「よりよく生きる」には不可欠なものだと、私たちは考えます。スポーツやアート、音楽やダンスの原点には “遊び” があります。困難な時期ですが、“遊び心” を忘れずに、ポジティブに取り組んでいきましょう！

筑波大学附属高等学校保健体育科