

運動有能感を高める保健体育学習の創造

—「球技（バスケットボール）」の実践より—

（実践者）古澤 龍也

1 研究テーマ設定の理由

変化の著しい社会をたくましく生き抜くために、保健体育科においては、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現していく資質や能力を育成することが求められている。生涯にわたって運動やスポーツに親しむ基盤を作るためには、運動・スポーツに対して自信を持って取り組むことができる、運動有能感の高い生徒を育てる必要があると考える。運動有能感を高めるためには、技能の定着のみならず、そのために努力する姿勢や、仲間との豊かな関わり合いなどが必要である。仲間と関わりながら運動の本質的な楽しさを味わい、すべての生徒が運動有能感の高まりを感じることができる授業作りを目指したいと思い、本研究テーマを設定した。

2 研究の内容及び方法

(1) 運動有能感の変容についての検証

本実践が運動有能感に及ぼす影響を検証するために、岡澤ら（1996）の作成した「運動有能感測定尺度」を用いて、単元前後で調査を実施し分析する。

(2) 「きょうどう」の学び合いの場の効果的な設定

すべての生徒の基本的技能の習得や向上を図るために、スモールティーチャー学習（以下ST学習）を取り入れる。手本となる生徒やポイントやコツを伝えられる生徒を育て、スモールティーチャー（以下ST）として活動させることで、選ばれた生徒に「自分は技能が身に付いている」「周囲から認められている」という自信を付けさせることを目指す。また、チームの仲間をよりよい姿に近づけるための学び合いを展開し、運動が得意ではない生徒もチームの一員として身に付けた技能を発揮したり、与えられた役割を果たしたりできる授業を展開していきたい。

3 研究の実際

(1) 生徒の実態

運動有能感から見た生徒は、「自分は運動ができる」という運動技能に関する自信である「身体的有能さの認知」の平均が20点中12.57点と低い数値を示している。「努力すれば、練習すればできるようになる」という自信である「統制感」の平均は20点中17.54点と高く、どの運動領域（単元）においても技能向上を目指して、意欲的に授業に取り組んでいる。「みんなに受け入れられている」という自信である「受容感」も20点中17.32点と高く、これまでの実践においても、運動が苦手と感じている仲間に対してアドバイスをするなど、支持的雰囲気を作り出すことができている。ただ、いずれの項目においても上位群の数値は生徒の入学時に比べると低下しており、上位群の運動有能感をいかにして高めるかが課題と捉えている。本研究では、生徒が理想として掲げている「偶然ではなく意図的に得点を奪う」というゴール型球技の本質的な楽しさに迫るような授業を展開し、運動有能感を高めることを狙う。

(2) 論理的に思考し表現する力を高めるための工夫

論理的に思考し表現する力を「課題を解決するためのよりよい方法を思考し、必要な情報を伝え合う力」とした。これを発揮させるために以下の工夫をして指導する。

一つ目は、ICT機器の活用である。チームで連携した動きを練習する段階では、数パターンの戦術（フォーメーション）の動画を提示することで思考の方向性を示す。その動画を参考にして、どこに空間ができるか、どのタイミングで動くかよいのかなど、意図的に攻撃を展開するための方法について思考を整理させたい。また、タブレットPCを用いて動画を撮影させ、チームの動きの改善点を視覚的に理解させ改善方法を考えさせる。そして、その動画をもとに改善方法を分かりやすく伝えさせる。

二つ目は、身に付けた知識や技能をもとに、自分の考えを伝え合う場を設ける。戦術の利点を明確にしつつチームの特徴を生かすための戦術を選んだり、空間を作り出し、有効に活用するための具体的な動き方やタイミングなどを指摘し合ったりさせることで、意図的に攻撃を展開し、相手より多く得点するというゴール型球技の本質的な楽しさに迫らせたい。

(3) 授業の実際 (10/15 時間)

ア 指導の実際

(7) 単元名 球技(ゴール型)バスケットボール

(4) 「逆向き設計テンプレート」による単元計画

第1段階：求められている結果	
【単元目標】 ・基本的な技術を身に付けるためのポイントやコツ、チームの課題や特徴に応じた戦術を見付け、それらを仲間と伝え合い、よりよく攻防を展開する方法を探ることができる。 ・基本的なボール操作や空間に走り込むなどのボールを持たないときの動きを身に付け、仲間と連携した動きで意図的に攻防を展開することができる。	
【本質的な問い】 相手チームからより多く、より確実に得点するためにはどうすればよいか。	
【永続的な理解】 得点を奪うためには、シュート技能を身に付け、その精度を高める必要がある。そして正確なパス・ドリブルなどのボール操作や、ボールを持たない人が空間に走り込んだり、空間を作り出したりするなど、意図的にシュートチャンスを作ることで得点の可能性が上がる。また、意図的に攻撃をするためには、チームの仲間が互いの考えを伝え合う中でよりよい方法を探り、戦術を共有して、与えられた役割を果たしながら連携して動くことが大切である。	
【生徒は次のことができるようになる】 ・ゲームを展開する上で必要な基本的技能を身に付けることができる。 ・ボールを持たないときの動きの重要性を理解し、身に付けることができる。 ・チームで戦術を探りながら、意図的に攻撃することでゲームの楽しさを味わうことができる。	
第2段階：評価のための証拠	
【パフォーマンス課題】 ① 4対4のゲーム（ハーフコート）をします。試合をする上で意識することは、学習したことを生かして全員が連携して動くこと、そして相手に勝つこと、この二つです。チームの仲間と協力してゲームを展開してください。 ② ヒーローインタビューに答えよう！	
【他の根拠】 ・ワークシート（自己評価を含む） ・練習やゲームの様子の観察	
第3段階：学習計画	
1	オリエンテーション、ボールハンドリングなどボールに慣れるための運動
2	レディネスチェック（チーム分け）、二人組でのパス練習
3～5	基本的技能の習得に向けた練習（各種シュート練習）※ST学習
6	試しのゲーム①（4対4オールコート）
7・8	ボールを持たないときの動きを習得するための練習（カットインプレイ・スクリーンプレイ）※グループ別学習
9	試しのゲーム②（4対4ハーフコート）
10・11	スペースを有効に活用して攻撃をしよう（戦術学習）※ペアグループ別学習
12～14	リーグ戦をしよう（パフォーマンス課題①）
15	ヒーローインタビューに答えよう（パフォーマンス課題②）

(ウ)主 題 空間（スペース）を有効に活用して攻撃をしよう。

(エ)ねらい 戦術の利点を明確にし、チームの特徴を生かすための戦術を選ぶことができる。

(オ)展 開

学習活動（形態）	時間	○教師の働きかけ ・ 生徒の反応	○指導の工夫 ◇評価（方法）
1 ウォーミングアップをする。 （グループ）	10	○ペアチームでフットワーク・パス・シュートのウォーミングアップをしよう。	○けがをしないように、十分にウォーミングアップに取り組ませた。
2 本時の学習課題を確認する。 （一斉）	3	○前時の課題を確認しよう。 ・ 試しのゲーム①よりよくなった。 ・ 仲間と連携してシュートチャンスが作れなかった。 ・ いい状態でシュートが打てなかった。	○本時の学習課題の必要性を認識させるために、前時の生徒の振り返りをいくつか紹介した。
学習課題：空間（スペース）を有効に活用して攻撃しよう。			
3 チームの特徴に応じた戦術を選択する。 （グループ）	10	○提示された戦術（フォーメーション）の中からチームの特徴を生かせるものを選ぶ。 ・ 身長の高い仲間を有効に活用できるからこの戦術がいい。 ・ 一番シュート確率が高いゴール下でシュートが打てるからこの戦術がチームには合っている。 ・ ○○くんはパスが上手だからこのポジションがいい。	○タブレットPCで4パターンの戦術の動画を見させ、思考の方向性を示した。 ○仲間の理解や納得を引き出すために戦術の利点（メリット）や選んだ理由などの根拠を明確にして論理的に仲間に伝えさせた。 ◇戦術の利点を明確にし、チームの特徴を生かすための戦術を選ぶことができる。 （観察・自己評価）
4 選択した戦術を実践する。 （グループ）	20	○ペアチームでアドバイスをし合いながら動き方やタイミングなどを確認しよう。 ・ スクリーンを使うとここにスペースができるから、ここでミートして！ ・ おとりになるために本当にボールをもらうつもりで走ってきて！ ・ ○○くんがパスをもらったら自分が動き始めるんだな。	○手本の動画と比べたり、動き方やタイミングを確認させたりするために動画を撮影させた。 ○運動が得意でない生徒も連携した動き方が理解できるように、なぜこの動きが必要か、またどのような効果があるかについてチームの仲間に具体的に説明させた。
5 本時の振り返りをする。 （個人） ↓ （グループ）	7	○ねらいが達成できたかを振り返ろう。 ・ チームに合った戦術で攻めることができた。 ・ 意図的にチャンスを作り、シュートが打てた。	○次時の戦術をさらに高める活動につなげるために、課題や良かった点を振り返らせた。

イ 生徒の学びの実際

単元後のパフォーマンス課題として、「ヒーローインタビューに答えよう！」（資料１）を行った。これは本単元のまとめとして、授業で身に付けた知識に加えて、授業の中で各個人が考えたり、チームとして導き出したたりした思考の内容を見取るためのものである。内容は、シュートを確実に決めるためのポイント、スペースを有効に活用するために必要なことなど、一般的な技能のポイントだけでなく個人が見付けた「自分のコツ」についても書かせた。他にはチームの特徴を生かすことができた戦術（ベストプレー）、連携してプレーするためにどのようなことを意識して練習したかなどを、ヒーローインタビュー方式で答えるものである。その結果は、以下の表の通りとなった。C評価の生徒には、授業で押さえたキーワードとしてどんな言葉があったのかを振り返らせ、相手が理解できるようにまとめるよう助言した。

1年男子：球技（ゴール型）バスケットボールワークシート【パフォーマンス課題】

ヒーローインタビューに答えよう！

1年（ ）組（ ）番 ヒーローの名前（ ）

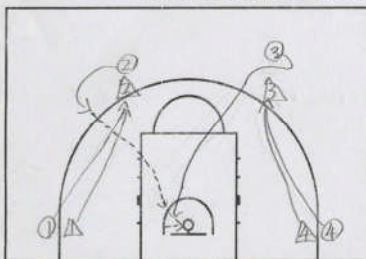
インタビュー： 放送席、放送席！今日のヒーロー（ ）さんに来ていただきました！
ナイスゲームでしたね！シュートがよく決まりましたが、シュートを決めるためのポイントは何かですか？

あなたの答え： あらずにきれいなフォームを意識して山梨のシュートを打つ。
ゴール下ときには ボードの4つの角を意識してボートを使用して打つ。
レイアップシュートは、ゴールのわきにおいてくるようなイメージでシュートする。

インタビュー： 空間（スペース）を有効に利用して、意図的に攻撃されていましたが、そのためにはどんなことが必要なのですか？

あなたの答え： ゴール下にスペースを使ってシュートするために オフェンスがカットインプレーをしてきこんだり、スクリーンプレーをしてディフェンスを動かしながら、ボールをもっていない人が、上側にスペースを作る。

インタビュー： 試合を振り返って、あなたが考えるベストプレーをひとつ挙げてください。
オフェンス △ディフェンス（図と言葉で説明してください）



②の人がボールを持っているので①が△をスクリーンしてとめる。③がゴール下に行くためにカットインプレーをして④が△をとめる。そのあと、ゴール下の③へ②がボールをパスしてシュートする。

インタビュー： チームメイトと連携して攻撃を展開されていましたが、連携プレーを身に付けるために、どのようなことを意識して練習したのですか？

あなたの答え： チーム全員がどのようなことをするかを意識するために上手な人が苦手な人に教える。また上手人だけでプレーするのはなく、全員で攻撃をする。

インタビュー： ありがとうございます！来年の活躍も期待しています！

資料１ パフォーマンス課題②
「ヒーローインタビューに答えよう！」の生徒作品

評価	A	B	C
思考 判断	①チームにあった戦術を図と言葉で分かりやすく説明することができる。 ②連携した動きを身に付けるために必要なことを書き出している。	A評価の①、②のいずれかについて説明したり、書き出したりすることができている。	A評価の①、②のどちらともできていない。
人数	18	60	0
知識 理解	シュートを決めるためのポイントやスペースを作ったり使ったりするために必要なことについて、ポイントを押さえ、具体的に相手に分かりやすく説明できる。	シュートを決めるためのポイントやスペースを作ったり使ったりするために必要なことについて説明している。	シュートを決めるためのポイントやスペースを作ったり使ったりするために必要なことについて説明できていない。
人数	22	55	1

本単元のパフォーマンス課題に係るルーブリック（上記の人数は、生徒78名の状況である。）

ウ 考察

(1) 運動有能感の変容について

本実践が運動有能感に及ぼす影響を検討するため、単元前後における運動有能感の測定結果を分析した。運動有能感の三つの因子である「身体的有能さの認知」「統制感」「受容感」及び「運動有能感合計」の得点をそれぞれに算出し、それを上位群と下位群に分けて t 検定を行った。

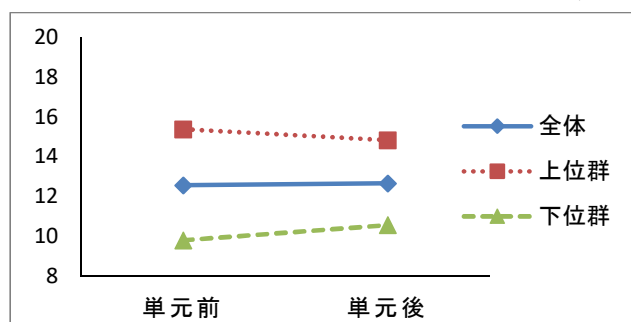


図1 身体的有能さの認知

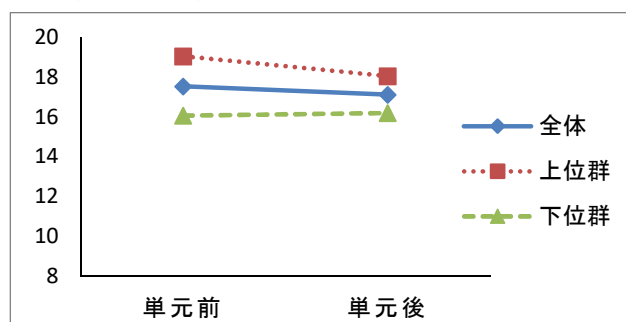


図2 統制感

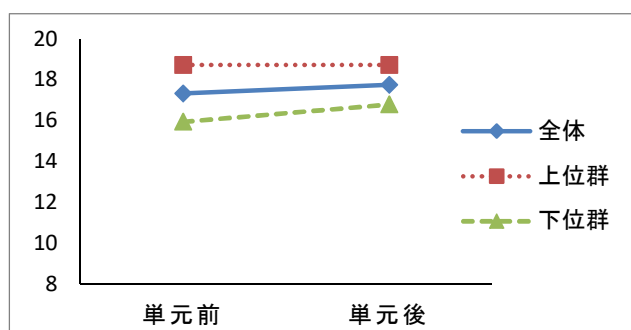


図3 受容感

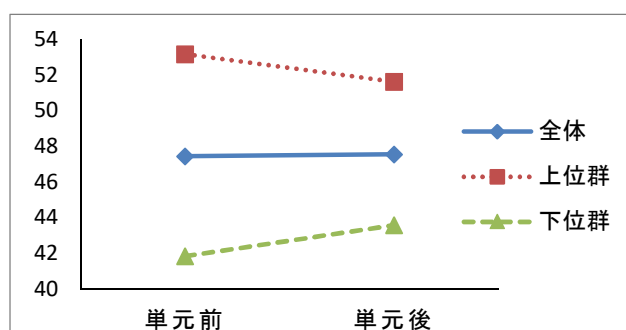


図4 運動有能感合計

「自分は運動ができる」という運動技能に関する自信である「身体的有能さの認知」の得点は、単元前後で、集団全体で 0.11 ポイント上昇、上位群で 0.55 ポイント下降、下位群で 0.76 ポイントの上昇が見られた。しかし、いずれの群においても有意な変化は見られなかった。上位群でのポイントの下降の原因は、戦術を身に付けるという課題が難しすぎたのではないかと推測できる。

(図1)「努力すれば、練習すればできるようになる」という自信である「統制感」の得点は、単元前後で、上位群において 1%水準で有意な変化が見られ、1.00 ポイント下降した。前述の通り、短い時間の中で戦術を身に付けることが難しく、何度やっても上手くいかないと感じる生徒が多かったのではないかと感じる。有意な変化は見られなかったが、全体では 0.43 ポイント下降、下位群では 0.13 ポイント上昇した。(図2)「みんなに受け入れられている」という自信である「受容感」の得点は、すべての群において有意な変化は見られなかった。集団全体では 0.43 ポイント、下位群では 0.85 ポイント上昇していたが、上位群では±0 で変化がなかった。下位群の生徒は S T に関わってもらった中で受容感が向上していったと考えられる。(図3) 運動有能感合計で見ると上位群において 5%水準で有意な変化が見られ、1.55 ポイント下降した。集団全体では 0.11 ポイント上昇、下位群では 1.74 ポイント上昇していたが、有意な変化は見られなかった。(図4) 総合的に見ると、有意な変化は認められないものの下位群ではすべての項目において単元後に数値の上昇が見られた。これは S T 学習を導入したことで、友人からのアドバイスをもらいながらできることが増えていったこと、繰り返し練習することでできるという実感を得られたこと、周囲が自分に教えてくれるという喜びを感じられたということがうかがえる。しかし、すべての項目において上位群の運動有能感を下げる結果となってしまった。

(2)「きょうどう」の学び合いの場の効果的な設定について

S T学習を取り入れ、基本的技能の習得に生かしたことは、下位群の生徒にとっては技能習得や運動有能感の向上に有益であったと考えられる。S Tに選ばれた生徒も、チームの仲間の技能を向上させるために細かく技能のポイントを説明したり、マンツーマンで指導に当たったりと意欲的に活動することができていた。しかし、本来ねらっていた上位群の運動有能感を高める方策としてはあまり効果的とは言えなかった。



シュート技能向上に向けて
S T学習をしている様子

また、論理的に思考し表現する力を高めるために、自分の意見を仲間に伝える場面を効果的に設定することを掲げたが、生徒の話合いの様子を見ているとタブレットP Cを見ながら、なんとなく戦術を選んでいくグループが多くみられた。チームの特徴や仲間の得意なプレーを生かすために、最もよい戦術を検討させる中で、互いの意見を論理付けて伝え合わせたいというねらいは達成できていなかった。ただ、戦術を選んだ後に各グループで練習する場面では、動き出すタイミングやどこに動けばいいのかなどの意見を出し合いながら取り組むことができていた。また、フォーメーションの練習をする際に一人一人に与えられた役割を果たしながら取り組むことができた。

4 成果(○)と課題(●)

- S T学習をする中で、教師が教える技能のポイントに加えて、生徒同士で「うまくできるためのコツ」を共有していたことが、技能の習得に有益であった。
- 下位群の運動有能感は緩やかではあるが上昇している。少しずつできることが増え、前向きに運動に取り組もうとする態度が育ってきている様子が見えてくる。
- 毎時間シュートドリルの結果を記録させ、各自の成長を「見える化」した。どの生徒も意欲的に取り組み、着実に技能レベルは上がっていたが、単元後の調査で有能感は下降した。
- 上位群の運動有能感を高めるための方策として、戦術を身に付ける学習を設けた。これは、ゲームの質が高くなれば、球技の本質的な楽しさに触れることができ、またその中で身に付けた技能を発揮することができれば運動有能感も高まるのではないかと考えたからである。しかし、1年生の段階で戦術学習をするのは少し難しすぎた。

今回の実践を通して、「運動有能感を高める」ことの難しさを改めて感じた。生徒が望んでいる授業（基本的技能を身に付けたい、レベルの高い試合がしてみたい）を展開できるように計画を立てても、結果的には不完全燃焼で終わってしまったり、オーバーワークになったりしていた。限られた時間の中でその運動やスポーツが持つ面白さや楽しさに触れ、「またやってみたい、もっとうまくなりたい」など前向きな姿勢になれるように工夫する必要があると感じた。今後もP D C Aサイクルを繰り返しながらよりよい授業作りを目指していきたい。

参考文献

- 岩田 靖（2012）「体育の教材を創る－運動の面白さに誘い込む授業づくりを求めて－」大修館書店
- 岡澤祥訓（1998）「体育科教育－運動有能感の構造とその測定方法－」体育科教育第46巻第8号 P69－P71 大修館書店
- 西岡加名恵（2008）『『逆向き設計』で確かな学力を保障する』明治図書