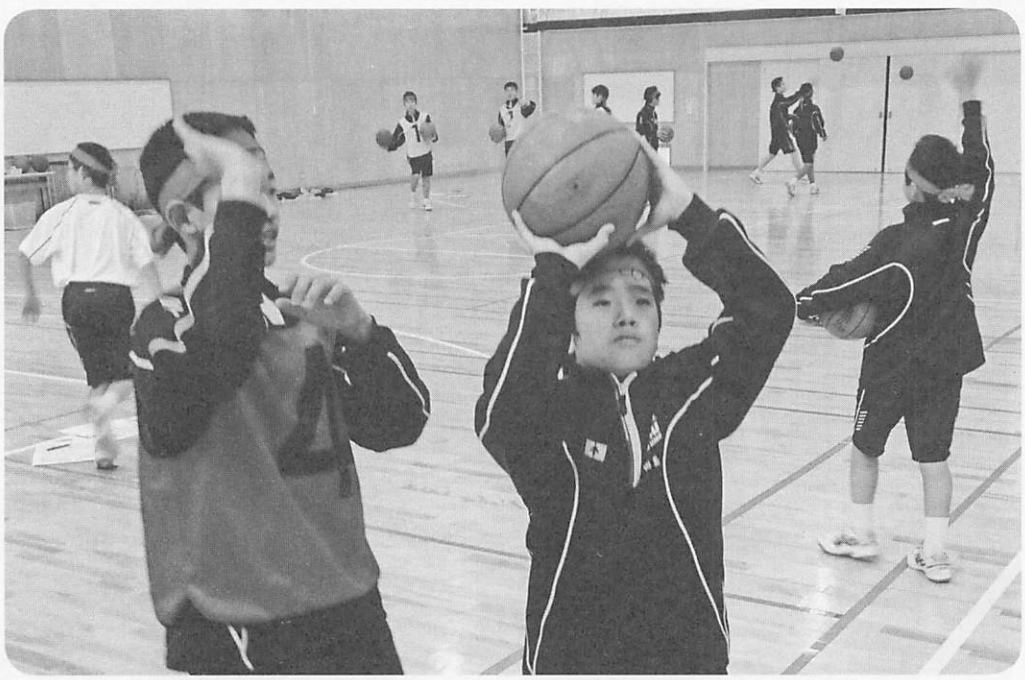
保健体育科

教科領域研究テーマ

【豊かなスポーツライフの実現に向けて
主体的に運動実践できる力の育成】



保健体育科

豊かなスポーツライフの実現に向けて主体的に運動実践できる力の育成

実　践　者　坪内　道広，古澤　龍也
愛媛大学研究パートナー　糸岡　夕里，日野　克博

第１章　はじめに

変化の著しい社会に必要とされる「生きる力」を育むために，保健体育科では，「持続可能な社会を支える資質・能力」として，自分の考えを表現し相手に伝える力と，課題達成に向けて粘り強くチャレンジし続ける力を育成していきたいと考えた。そのためには「基礎的・基本的な知識・技能の習得」と「思考力・判断力・表現力等の育成」のための指導の充実をバランスよく図ることが大切である。特に，思考力・判断力・表現力等の育成にあたっては，言語活動を充実させることが大切である。保健体育の授業における言語活動は，生徒の思考力・判断力・表現力を育成し，技能の向上に結び付いていく。技能が向上し運動に対する自信（運動有能感）を高めることができれば，運動に対しての内発的な動機付けを促し，その結果，主体的に運動・スポーツに取り組むようになると考え，１年次研究につづき，次の二点を中心に研究・実践を進めることとした。

(1)　運動有能感の変容についての検証

単元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，その結果を分析する。**（資料１）**

運動に関するアンケート

愛媛大学教育学部附属中学校保健体育研究室

年　　組　　番　　氏名

☆　運動をする(体を動かす)ことについてたずねます。１～１２のそれぞれの質問について、自分にあてはまると思う番号に○を付けてください。このアンケートはあなたの成績とは全く関係ありません。

5…「よくあてはまる」
4…「あてはまる」
3…「どちらでもない」
2…「あまりあてはまらない」
1…「まったくあてはまらない」

1.運動能力が優れていると思う。	5	4	3	2	1
2.だいたいの運動は上手にできる。	5	4	3	2	1
3.練習をすれば、必ず技術や記録は伸びると思う。	5	4	3	2	1
4.努力さえすれば、たいていの運動は上手にできると思う。	5	4	3	2	1
5.運動(練習)をしているとき、先生が励ましたり応援したりしてくれる。	5	4	3	2	1
6.運動(練習)をしているとき、友達が励ましたり応援したりしてくれる。	5	4	3	2	1
7.一緒に運動(練習)をしようと誘ってくれる友達がいる。	5	4	3	2	1
8.運動の上手な模範として、よく選ばれる。	5	4	3	2	1
9.一緒に運動(練習)をする友達がいる。	5	4	3	2	1
10.運動について自信をもっている。	5	4	3	2	1
11.少し難しい課題でも、努力すればできると思う。	5	4	3	2	1
12.できない運動でも、あきらめないで練習をすれば、できるようになると思う。	5	4	3	2	1

◇「身体的有能さの認知」(1・2・8・10)　◇「統制感」(3・4・11・12)　◇「受容感」(5・6・7・9)

資料１　運動有能感測定尺度（質問紙）

運動有能感は,「身体的有能さの認知」,「統制感」,「受容感」の３因子から構成されている。「身体的有能さの認知」とは，自己の運動能力・技能に対する肯定的な認知であり，「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。「統制感」とは，自己の努力や練習によって運動がどの程度できるようになるかという見通しであり,「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。「受容感」とは，運動場面で教師や仲間から自分が受け入れられているという認知であり，「みんなに受け入れられている」という自信である。(表１)

表１　運動有能感の構造とその定義

運動有能感	身体的有能さの認知	「自分は運動ができる」という自信
	統　制　感	「努力すれば，練習すればできるようになる」という自信
	受　容　感	「教師や仲間から受け入れられている」という自信

(2)「きょうどう」の学び合い，高め合いの場の設定

生徒が，これまでに身に付けた「論理的に思考し表現する力」を発揮しながら課題を解決し，自分やチームの目標を達成するための効果的な学習形態や学習資料を工夫する。

第２章　研究の実際

研究（その１）

運動有能感を高める保健体育学習の創造
―「球技（ゴール型：ハンドボール)」の実践より―

（実践者）坪内　道広

１　研究テーマ設定の理由

保健体育科で最も大切なことは「すべての生徒が運動や健康に対する自信を高めること」である。前研究主題での研究の中で，生徒が運動に対する自信を高めることができれば，内発的に動機付けられた取組をするようになることが明らかになった。内発的動機付けに関してデシ(1980)は,「内発的に動機付けられた行動とは，有能で自己決定的であることを感知したいという人の欲求によって動機付けられた行動」であるとし,「有能さと自己決定」の重要性を示している。つまり,「有能さ（自信）を高めることが，内発的動機付けを高める」ということを示している。これを基に,岡澤ら（1996）は,運動場面において内発的に動機付けられるためには「運動有能感」が重要であるとしている。保健体育の授業において，運動有能感を高めるという視点で授業づくりを行うことが，主体的に運動実践できる力の育成につながると考え，本研究テーマを設定した。

２　研究の内容及び方法

本年次は，１年次に引き続き，次の視点から研究テーマの具現化に迫ることとした。

(1)　運動有能感の変容についての検証

本単元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，高め合いの場の効果的な設定

保健体育科では,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。この力を発揮させるために,「お互いの考えを伝え合う」場面を重視したチーム活動を通して，技能を習得し向上させるための意見を出し合い，思考力・判断力が必要とされるような学習の場を増やしていく。そして個々の力の高まりが集団の力の高ま

りにつながるような学習形態や学習資料を工夫する。

3　研究の実際

(1)　生徒の実態

本研究の対象である１年生男子80名に，運動・スポーツに関する事前の意識調査を実施した。運動有能感から見た生徒の実態は,「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」の得点の平均は20点中12.05点,「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」の得点の平均は20点中12.94点,「みんなに受け入れられている」という自信である「受容感」の得点の平均は20点中11.62点と，どの因子もやや低い数値を示した。また，運動やスポーツが「好き」・「やや好き」と回答した生徒は全体の90％であり，全体的に意欲的に授業に取り組もうとする姿勢が伺えた。その反面，運動に対して「自信がもてない」と回答した生徒は全体の36％であり，これらの生徒には運動の中での成功体験や達成感を味わわせる体験を多くさせることで,少しずつ自信を持たせていく必要があると考えた。さらに,ハンドボールをこれまでの体育の授業で経験したことがある生徒は全体の16％，スポーツ少年団等の社会体育で経験したことがある生徒は全体の４％であり，ほとんどの生徒が今回が初めての経験であった。また,「ハンドボールに興味がある」と回答した生徒は全体の98％であり,生徒の関心は高かった。

(2)　論理的に思考し表現する力を高めるための工夫

表１　第１学年　球技（ゴール型：ハンドボール）の単元の主な流れ

1	2	3・4・5・6・7	8・9	10・11・12
○オリエンテーション ○基本的なボール操作	○ゲーム方法の確認 ○試しのゲーム（簡易ルール） ○ＶＴＲ撮影〈Before〉	○基本的な技能の練習，習得 ○攻撃パターン（戦術）の練習 • ポストプレイ • サイド攻撃 • 速攻攻撃 ○試しのミニゲーム 技能の習得 → 活用	○チームの特徴や課題に応じた戦術の選択，改善	○リーグ戦 ※チームの作戦を生かしたゲーム ○パフォーマンス課題 振り返り → 修正 ○ＶＴＲ撮影〈After〉

本単元（全12時間）の主な流れを，**表１**に示す。

ハンドボールの特性のひとつに，スピードとチームプレイがあげられる。ルールが比較的簡単で，歩数の制限もバスケットボールが２歩に対して，ハンドボールは１歩＋３歩と，かなり自由である。またボールも小さく,簡単に取り扱えるので必然的にスピードが出る。本単元ではスピードを生かした戦術を習得し，チームの特徴を生かしながら仲間と連携した動きでゲームができるようになることを単元のを中心において展開していくことにした。

単元の前半では，基本的な技能の習得を目指した学習活動を展開していった。ボール操作やシュートを中心に，ゲームを行う上で必要となる基本的な技能を身に付ける練習を反復して行った。また，ほとんどの生徒が本単元で初めてハンドボールを経験するという実態から,「ポストプレイ」,「サイド攻撃」,「速攻攻撃」など，ハンドボールの戦術で比較的実践しやすい戦術の基本パターンを提示し，チームで連携した動きがイメージしやすいようにした。そして，ミニゲームを通して習得段階の確認と,単元の後半に繋げるためのチームの特徴や課題の発見の場とした。

単元の後半では，これまでに習得した戦術の中から，チームの特徴を生かすことができるような戦術を選択し，そこからチームの課題に応じて改善して，それをゲームの中で発揮できるような学習活動を展開していった。

また，単元全体を通して「お互いの考えを伝え合う」場面を大切にした。練習やゲームの前後に「チームミーティング」の時間を設定し，目的や内容の確認，ゲームを振り返って戦術の改善点などを意見交換し合う場を設けた。ゲーム場面では，ＩＣＴ機器を活用して視覚的にフィードバックを行うことにより，課題解決のためのより詳しいポイントを見つけ出す手がかりとした。そして，その映像資料をもとに自分の考えを分かりやすく伝えさせた。



チームミーティング①
（目的や内容の確認）



チームミーティング②
（コートを利用して戦術の改善）

⑶　授業の実際

ア　指導の実際

㋐　単元名　球技（ゴール型：ハンドボール）

㋑　「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】 ○ハンドボールに積極的に取り組み，フェアなプレイを心がけようとするとともに，分担した役割を果たそうとしたり，作戦などについての話合いに参加しようとしたりする。また，健康・安全に気を配ることができる。 ○チームの特徴や課題を生かすことができるような戦術を選択し，よりよく攻防するための方法を工夫することができる。また，考えたことをわかりやすく伝えることができる。 ○基本的な技能を身に付け，チーム内で役割を分担し，仲間と連携した動きで組織的な攻防を展開することができる。 ○ハンドボールの特性や成り立ち，基本的な技術や戦術の具体的な行い方や活用方法を理解できる。
【本質的な問い】 ゲームの中で相手チームより多く得点するためにはどうすれば良いか。
【永続的な理解】 相手チームより多く得点するためには，パスやキャッチ，シュートなどの基本的な技能を身に付け，相手や味方の動きを捉えながらプレイし，マークされていない味方へ正確にパスしたり，マークをかわしてシュートしたりすること，またボールを持たないときは，シュートをねらって空間に走り込んだり，空間を作り出したりすることが大切である。また，チームの課題解決に向けて，練習方法や作戦などを話し合う場面では，仲間の意見を聞くだけでなく自分の意見も積極的に述べるなど，お互いの考えを伝え合うことが大切である。
【生徒は次のことができるようになる】 ○ゲームをするために必要な基本的な技能を身に付けることができる。 ○ゲームの中でのボール操作やボールを持たないときの動きを理解し，身に付けることができる。 ○チームの特徴や課題を生かすことができるような戦術や作戦を工夫し，仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。 ○課題解決に向けて考えたことを分かりやすく伝えることができる。
第２段階：評価のための証拠

【パフォーマンス課題】 ○総当たりのリーグ戦を行います。これまでに学習したことを生かして，チーム内で連携してゲームを行ってください。ゲームの後はポイントシートを記入してください。	
【他の根拠】 作戦シート　　コメントメモシート　　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　基本的なボール操作（パス・シュート）の練習
2	ゲーム方法の確認・簡易ルールでの試しのゲーム（ＶＴＲ撮影）
３～７	基本的な技能の練習，習得 攻撃パターンの練習（ポストプレイ・サイド攻撃・速攻攻撃） ミニゲーム
８・９	チームの特徴や課題に応じた戦術の選択，改善
10～12	総当たりリーグ戦（パフォーマンス課題）〈ＶＴＲ撮影〉 学習のまとめ

イ　生徒の学びの実際

本単元の終末（第10次）で取り組ませたパフォーマンス課題での成果を，**資料１**に示したルーブリックに従って評価した。その結果，「技能」の観点ではＡ評価が30名，Ｂ評価が43名，Ｃ評価が７名であった。「思考･判断」の観点ではＡ評価が14名，Ｂ評価が58名，Ｃ評価が８名であった。「知識・理解」の観点ではＡ評価が33名，Ｂ評価が40名，Ｃ評価が７名であった。「技能」の観点においてＣ評価となった７名の生徒は，他の２観点においてもＣ評価となっており，基本的な技術や戦術の具体的な行い方が理解できていないため，ゲームの中で活用できなかったり，チーム内での話し合いの中でうまく説明したりすることができなかったと考えられる。これらの生徒への支援として，第11次・第12次の導入場面で，ゲームを行う上でのキーワード（視点）を全体で振り返った後にチームミーティングを行わせた。また，授業の振り返り場面においても，同様に行った。



戦術「速攻攻撃」の練習

評価	A	B	C
技能	①ゴール方向に守備者がいない位置でシュートできる。 ②得点しやすい空間にいる味方にパスを出すことができる。 ③ゴール前の空いている場所に動くことができる。	○Ａ評価の①，②のいずれかの動作ができている。または③の動作ができている。	○Ａ評価の①，②，③のいずれの動作もできていない。
思考 判断	①チームの特徴や課題を生かすことができるような戦術を選択し，その理由を説明できる。 ②連携した動きで攻防を展開するために必要なことを説明できる。	○Ａ評価の①，②のいずれかについて説明できている。	○Ａ評価の①，②のどちらも説明できていない。
知識 理解	○基本的な技術や戦術の具体的な行い方や活用方法を具体的に説明できる。	○Ａ評価の観点について説明している。	○Ａ評価の観点について説明できていない。

資料１　本単元のパフォーマンス課題のルーブリック

ウ　考察

(1)　運動有能感の変容についての検証

本単元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３つの因子である「身体的有能さの認知」「統制感」「受容感」，および「運動有能感合計」の得点をそれぞれ算出し，それを上位群と下位群に分けてｔ検定を行った。

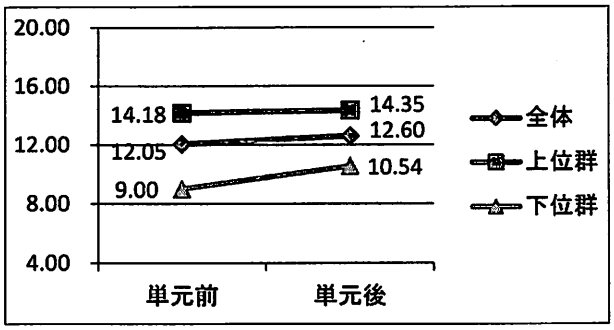


図１　身体的有能さの認知

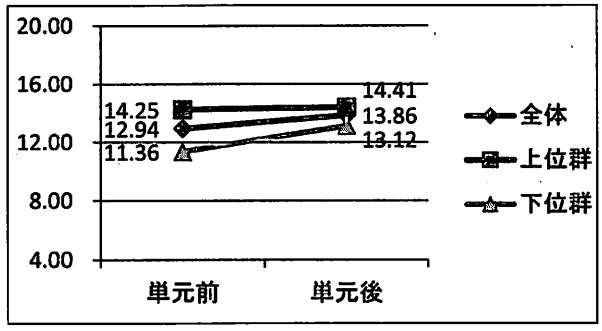


図２　統制感

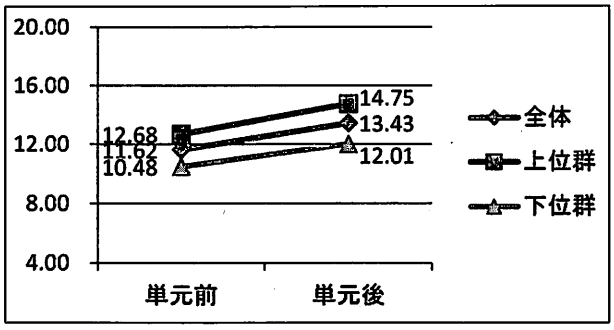


図３　受容感

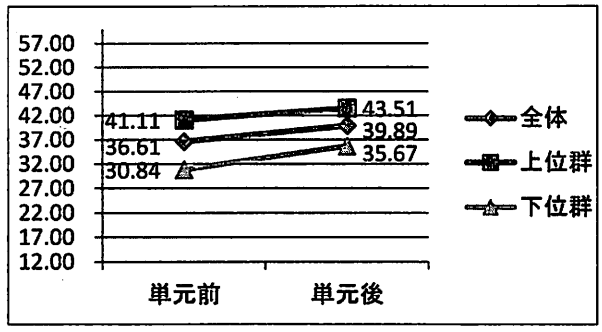


図４　運動有能感合計

「身体的有能さの認知」（**図１**）の得点は，集団全体と上位群では有意な高まりは見られなかったが，下位群において，５％水準で有意な高まりが見られた。運動技能に関して自信の低い生徒は，これまでの学習経験から自己評価が低く，苦手意識を強く持っていると考えられる。本単元では，単元全体を通してチームで活動する時間を多く設けた。チームの力を高めるために，チームで教え合いながら個々の技能を高めていったことが，下位群の生徒の「身体的有能さの認知」の得点を有意に高めることにつながったと考えられる。

「統制感」（**図２**）の得点は，集団全体と上位群では有意な高まりは見られなかったが，下位群において，５％水準で有意な高まりが見られた。前述のように，練習やゲームを通して，チームで教え合いながら個々の技能を高めていく活動を通して，できなかったことも次第にできるようになっていったと考えられる。また，ゲームの中で役割分担し，技能の高い生徒がうまくパスを出したり，もらったパスをシュートにつなげたりして，全員が活躍できる場をつくり出していったことが下位群の生徒の「統制感」の得点を有意に高めることにつながったと考えられる。

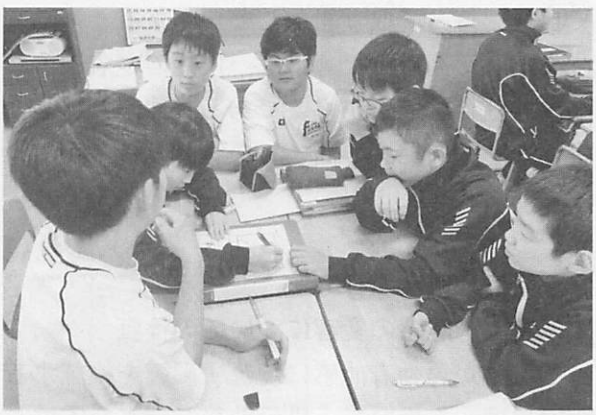
「受容感」（**図３**）の得点は，集団全体，上位群，下位群全てにおいて，１％水準で有意な高まりが見られた。受容感の得点の高い生徒は，これまでの運動経験の中で，まわりから誉められることや，認められることが多く，逆に得点の低い生徒は，まわりから誉められることや，認められることが少なかったと考えられる。チーム活動の中で，練習やゲームの前後に「チームミーティング」の時間を確保し，目的や内容，役割の確認，ゲームを振り返って戦術の改善点などを意見交換し合う活動は，生徒のチームへの所属感を高めていったと考えられる。その中で仲間とアドバイスし合ったり，仲間の良い動きを認め合ったりしながら学習活動を進めていったことが集団全体の「受容感」の得点を有意に高めることにつながったと考えられる。

「運動有能感全体」（**図４**）の得点は，集団全体では，５％水準で，上位群と下位群では，１％水準で有意な高まりが見られた。単元を通して他の３つの因子の得点が効果的に高まった結果として，「運動有能感全体」も高まったと考えられる。下位群に属していた生徒の中から，保健体育の授業の他に，学校生活の中における運動場面で，積極的に挑戦していこうとする姿を伺うことができた。そのきっかけは，ゲームの中で仲間からパスをもらい，シュートを決めることがで

きた喜びと自信からであった。これは，運動を主体的に実践していこうとする姿の第一歩であるといえる。このような生徒の姿が一人でも多く見られるよう，「運動有能感」の３因子をバランス良く高めていく授業を構築する必要がある。

⑵ 「きょうどう」の学び合い，高め合いの場の効果的な設定

授業の中では，練習やゲームの前後に「チームミーティング」の時間を設定し，「お互いの考えを伝え合う」場面を大切にした。目的や内容の確認，ゲームを振り返って戦術の改善点などを意見交換し合う場である。これまでの実践の反省から，論点が整理できないまま相手に自分の考えや意見を伝えようとすると，上手く伝えることができなかったり，思考の広がりと深まりが十分でなかったりすることがあった。そこで昨年から，意見交換をする時の共通理解として「いつ・どこで・誰が・何を・どのように行えばよいか」を基本に，論点を整理して論理的に表現させることで「きょうどう」の精神を発揮する学び合いの質を高めようとしている。その際に「コメントメモシート」を活用して，気が付いたことをメモすることで，自分の考えを整理しやすくした。そして，アドバイスするときには，各自がメモした内容を整理してから具体的に伝えさせた。これらの学習資料を用いて小集団(チーム)で学習活動を行うことで，多様な考えを出し合うことができ，さらにそれらの意見を整理し，相手にわかりやすく伝えるためにどうすればよいかという思考を促すことにつながった。そしてチームみんなで課題を達成していこうという雰囲気をつくることができた。



チームミーティング③
（戦術シートの作成）

４ 成果（○）と課題（●）

○運動有能感の３因子の得点が効果的に高まった結果として，「運動有能感全体」も高まった。今後も３因子をバランス良く高めていくような授業を構築する必要がある。

○「チームミーティング」の時間を設定し，「お互いの考えを伝え合う」場面を大切にしたことや「コメントメモシート」を活用して，小集団（チーム）で学習活動を行ったことは，多様な考えを出し合うことができ，さらにそれらの意見を整理し，相手にわかりやすく伝えるためにどうすればよいかという思考を促すことにつながった。

●パフォーマンス課題について，「技能」の観点においてＣ評価となった７名の生徒は，他の２観点においてもＣ評価となっており，基本的な技術や戦術の具体的な行い方が理解できていないため，ゲームの中で活用できなかったり，チーム内での話し合いの中でうまく説明したりすることができなかったと考えられる。

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

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

岡澤　祥訓（1998）「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　PP69-71　大修館書店

岡澤　祥訓（1998）「体育・スポーツにおける『内発的動機付け』と『運動有能感』との関係　体育科教育第46巻第10号　PP47-49　大修館書店

研究（その２）

運動有能感を高める保健体育学習の創造

―「球技（ゴール型：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とよいのかなど，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

(ア) 単元名 球技(ゴール型)バスケットボール

(イ)「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】 ①４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。

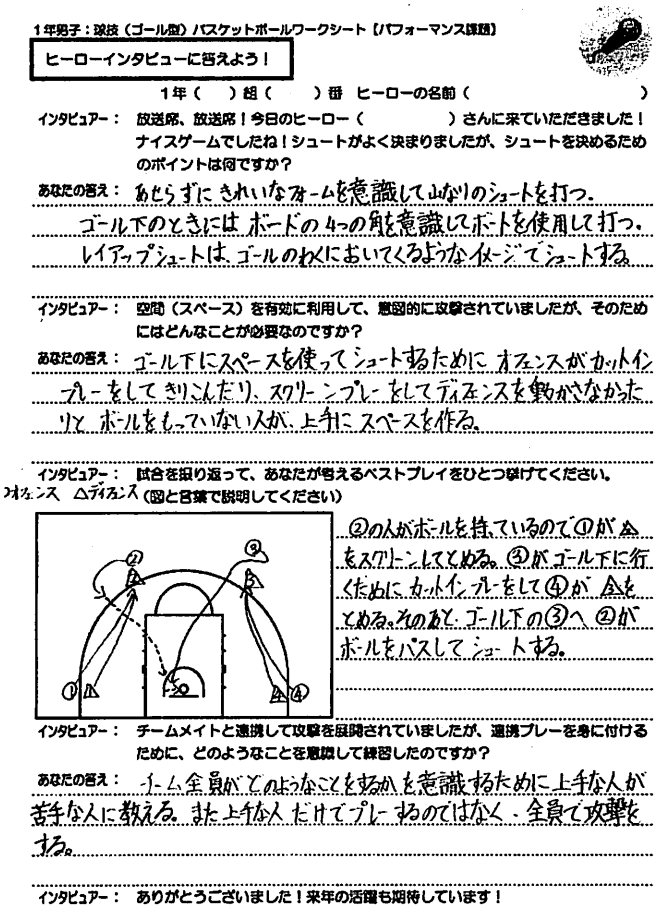
(エ) **ねらい**　　戦術の利点を明確にし，チームの特徴を生かすための戦術を選ぶことができる。

(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ぼう。 ・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（　　）

インタビュアー：　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ですか？

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

インタビュアー：　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りこんだり、スクリーンプレーをしてディフェンスを動かなかったりとボールをもっていない人が、上手にスペースを作る。

インタビュアー：　試合を振り返って、あなたが考えるベストプレイ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Aをスクリーンしてあける。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Aをあける。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。

インタビュアー：　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。また上手な人だけでプレーするのではなく、全員で攻撃をする。

インタビュアー：　ありがとうございました！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。

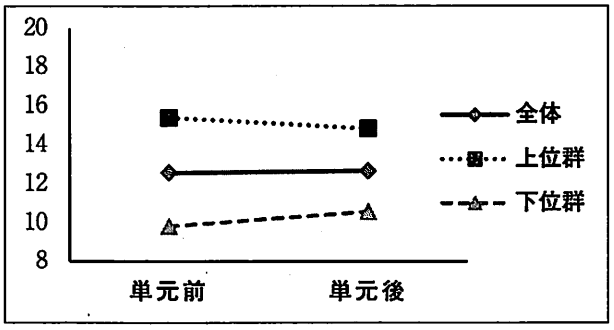


図１　身体的有能さの認知

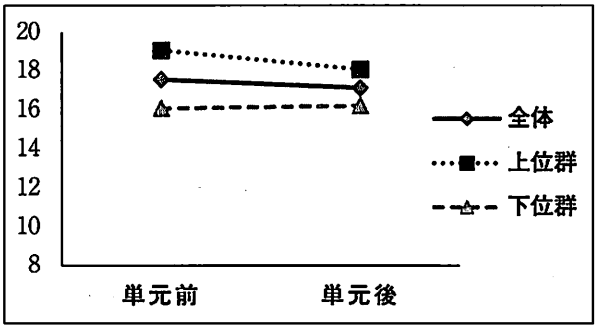


図２　統制感

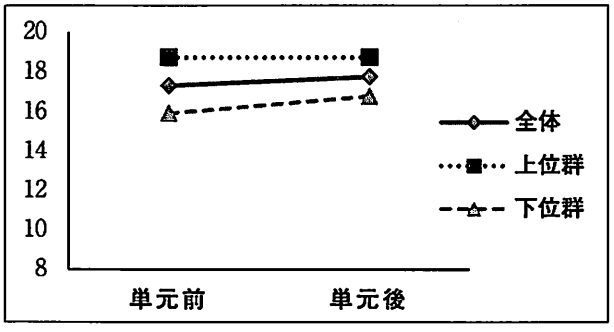


図３　受容感

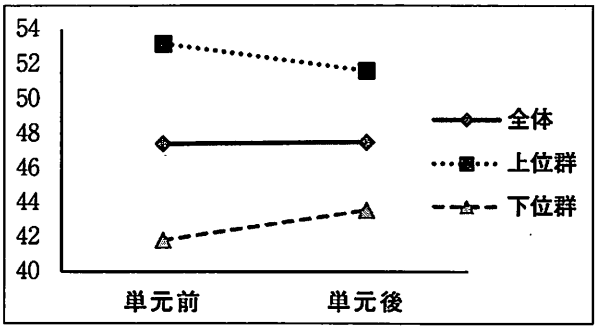


図４　運動有能感合計

「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（**図１**）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。「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（**図２**）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。「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（**図３**）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ＳＴに関わってもらう中で受容感が向上していったと考えられる。運動有能感合計（**図４**）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。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ＳＴ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。

⑵ 「きょうどう」の学び合いの場の効果的な設定について

ＳＴ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。ＳＴ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
ＳＴ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ＰＣを見ながら，なんとなく戦術を選んでいる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，互いの意見を論理的に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（●）

○ＳＴ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うかがえる。

●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ＰＤＣＡ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

第３章　おわりに

保健体育科の研究テーマ「豊かなスポーツライフの実現に向けて主体的に運動実践できる力の育成」のもと，２年次研究の本年度は，球技（ゴール型：ハンドボール・バスケットボール）の領域で研究・実践を行った。研究の内容は１年次に引き続き，①運動有能感の変容についての検証，②「きょうどう」の学び合い，高め合いの場の効果的な設定，の二点を中心に進めていった。１年次研究の課題として，①では上位群の生徒の運動有能感を有意に高めていくような授業づくりの必要性があげられた。また，②では指摘すべきポイントや，課題解決のためのアドバイスなどが頭の中ではイメージできていても，それを言葉に表し，相手に伝える力がまだまだ不十分であり，明確な根拠をもって課題を指摘したり，課題解決のためのアドバイスをしたりすることができていなかったことがあげられた。これらの課題を踏まえながら本年度の研究を進めていった。また，評価については，１年次に引き続きパフォーマンス課題やルーブリックによる評価を取り入れ，昨年度作成したものに修正を加え，資質・能力が育っているかを効果的に見取るための評価の在り方を考えた。

(1)　運動有能感の変容についての検証

単元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３つの因子である「身体的有能さの認知」「統制感」「受容感」，および「運動有能感合計」の得点をそれぞれ算出し，それを上位群と下位群に分けてｔ検定を行った。

研究（その１）では，運動有能感の３因子の得点が効果的に高まった結果として，「運動有能感全体」が高まった。今後も３因子をバランス良く高めていくような授業を構築していかなければならないと感じた。

研究（その２）では，下位群の運動有能感は緩やかではあるが上昇した。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うかがえた。また上位群の生徒の運動有能感を高めるための方策として，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，戦術を身に付ける学習を設けた。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。

１年次からの課題であった，上位群の生徒の運動有能感の高まりについては，ポイントが低下したり，有意な高まりが見られなかったりした因子があり，本年度も課題を残した。

(2)　「きょうどう」の学び合い，高め合いの場の効果的な設定

研究（その１）では，「チームミーティング」の時間を設定し，「お互いの考えを伝え合う」場面を大切にしたことや「コメントメモシート」を活用して，小集団（チーム）で学習活動を行ったことは，多様な考えを出し合うことができ，さらにそれらの意見を整理し，相手にわかりやすく伝えるためにどうすればよいかという思考を促すことにつながった。

研究（その２）では，ＳＴ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。

運動有能感を高め，主体的に運動実践できる力を育成するためには，限られた授業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」という前向きな姿勢にさせる必要がある。そのためには，授業の中での言語活動をさらに充実させ，生徒の思考力・判断力・表現力を育成することで，技能の向上につなげていかなければならない。今後さらに，学校全体で取り組んでいる「問答ゲーム」等の言語技術教育を取り入れた学習活動を展開しながら，「論理的に思考し表現する力」を育成するような授業を構築していきたい。