

教育実践報告

生涯にわたって運動に親しみ、豊かな生活を送る力の育成

―球技における「共生」の視点に着目した授業実践―

河井 京介

(静岡大学教育学部附属島田中学校)

Familiarity with exercise and cultivating the ability to lead a prosperous life for a lifetime

Creating Classes focusing on the perspective of symbiosis in a ball game

Kyosuke KAWAI

要旨

静岡大学教育学部附属島田中学校の保健体育科では、「運動を愛好し、健康な身体づくりに取り組む生徒」を育てたい生徒像とし、主体的に運動する態度の育成をめざし、授業改善を重ねている。近年、体力の低下傾向に歯止めが掛かっているが、苦手意識をもっている生徒が少なくない。保健体育科の教員として、苦手な生徒にも体を動かすことの素晴らしさを味わってほしい。そこで本研究は、「共生」の視点に着目した授業づくりを行った。相手を思いやり、互いに楽しもうとする環境づくりをすることで、保健体育科の目標である「生涯にわたって運動に親しみ、豊かな生活を送る力の育成」に有効であると考えた。

1 はじめに

運動やスポーツは「する・みる・支える・知る」といった多様な関わり方ができ、それらに触れることで生活が豊かになる。保健体育の授業においては、主に「する」ことが多くなる。誰もが授業を通して、体を動かす楽しさを知り、生涯にわたって運動に親しんでほしい。しかし、授業の中で苦手意識をもっている生徒が過去の失敗経験等から「なるべく自分は関わらないようにしよう」という思いで積極的に活動できないケースが多い。これでは誰もが運動に親しむ力を身につけることができない。平成29年に改訂された学習指導要領には新たに「共生」という言葉が入った。

学習指導要領（文部科学省, 2018）には、「運動やスポーツとの多様な関わり方を重視する観点から、体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるよう指導内容の充実を図ること。その際、共生の視点を重視して改善を図ること」と示されている。「共生」とは、他者との差異や異質を認め合い、かつ他者との対立・緊張関係を維持しながら、社会的に平等で調和的に生きていく豊かな関係を創出することである。また、「共生体育」とは、「文化としてのスポーツを学び合う中で、健康で豊かなスポーツライフを送るという〈自由〉に拓かれ、全ての学習者の〈自由の相互承認〉の感度を育む体育のこと」（梅沢, 2020）である。中学校のクラスには性別の差、運動が得意・苦手など、いろいろな生徒がいる。このようなことを生徒が受け入れ、運動の楽しさを全員で共有してほしいと考え、本研究テーマを設定した。また、「共生」を意識した授業を行うことで、思いやりの心を育成し、それが他の生活にも良い影響を与えるのではないかと考える。

2 題材について

「生涯にわたって運動に親しむ」ことや「共生」をめざす手立てとして、いくつかのことを実践した。

I アダプテーションゲームの実施

アダプテーションゲームとは、「勝利の不確定」を保持するために対戦相手に応じて、ルールを調整（adaptation）するゲームのことをいう（梅沢, 2020）。短時間の試合を行い、負けた方は自チームが有利になる、もしくは相手が不利になるようなルールを両チームで議論して、再度試合を行うというものである。ここで大切なことが2つある。1つ目は、両チームの相互理解のもと、ルールが調整されていくことである。自分のチームが有利になることばかりを優先させてルールを決めてしまつては共生とは言えない。どちらが勝つか分からず、互いに力を最大限発揮できるようなルールを相互理解のもと設定していくことが必要である。2つ目は、競技の特性を失わないことである。例えば、ゴール型の種目で「全員パスを回してからシュート」というルールを付け加えてしまうとゴール型特有のスピード感が失われてしまう。また、ネット型でラリーが終わりにくいルールを付け加えてしまうとネット型特有の空いた場所をめぐる攻撃をしても得点につながらず、相手のミスを待つばかりになってしまう。そのため、競技の特性を失わないことも重要な要素の一つである。

「上手にプレーができない」や「（ペアやチームに）貢献できない」という思いをもつ生徒がいても、アダプテーションゲームによって、「できない」が「できた」に変わったり、チームに貢献できたりすることで運動の楽しさを味わうことができると考えられる。そし

て、全員で楽しもうとすることがスポーツの良さであり、体育の授業での「共生の心の育成」につながると考えられる。（図1）

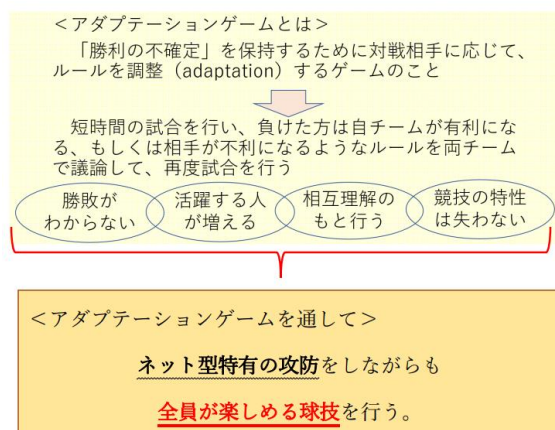


図1 アダプテーションゲームの説明

II ニュースポーツの実践

本研究では、ニュースポーツを授業に取り入れた。体育の実技書にはそれぞれの領域の代表的な種目の内容が書かれているが、スポーツは数えきれないほどあり、現在も新たなスポーツが生まれている。ニュースポーツと呼ばれるものの多くは、「誰もが楽しめる」といった観点で作られているものが多い。また、誰もが経験のないスポーツを行うことで、生徒全員が同じラインからのスタートとなる。これらのことから「共生体育」に適していると考え、実施した。本研究の実践授業では、「ファミリーバドミントン」と「プレルボール」の実践を行った。

ファミリーバドミントンは、「各チーム3名がコートに入り、2回以内で相手コートに返す」、「ラケットのシャフトが短いため、手のひらで打つ感覚でボールを打てる」、「スポンジボールにバドミントンの羽根をつけているため、スピードが抑えられ、初心者でもラリーが続く」、「下向けにボールを打つこと（スマッシュ等）が禁止されている」という点で多くの人が親しみやすいスポーツである。また、バレーボールのようにボールをつなぐことができるため、作戦の立て方も重要になってくる。このように、用具が扱いやすいことや仲間と多くの関わりが必要になることから、体育の授業にも最適であると考えられる。

プレルボールは、西ドイツで考案された生涯スポーツで、高さ約40cmのネットで隔てられた2つのコートで行うゲームである。味方にパスをしたり、相手コートに返球したりする際、ボールを地面に打ちつけるようにしてワンバウンドさせるところにゲームの特徴がある。ボールを床に落下させてはいけないバレーボールに比べると、プレルボールはパス回しやラリーを続けることが比較的容易なので、ゲーム移行がスムーズ

にでき、ネット型に不慣れな生徒も参加しやすいと考えられる。

プレルボールはバレーボールを行うための前段階で扱う種目として用いることがある。小学校の授業として取り入れられることが多いが、本研究で授業実践した学級では経験したことがある生徒は1名であった。よって、初めて経験する生徒も多く、得意・不得意といった先入観がなく、新鮮な気持ちで学習に入ることができるという点でも、教材として価値があると考えられる。

III チーム編成の工夫

本研究のチーム編成は全て教室の席で決めた。他教科の授業でも行っている小集団活動（4人組）でチームを組んで授業を実施した。本校の保健体育の授業では、チーム（グループ）編成の時は教室の席で決めている。球技のゴール型やネット型、またはダンスなどの少人数（6人以下）のチームを組む時は、基本的に教室内の生活班（6人班）や小集団活動を行う際に組んでいる班（4人班）を利用している。生活班や小集団の班の仲間が普段の生活で一番身近にいる存在であり、話し合いや何かを行う時はこの組織で行うことが多い。同様に体育でも、チーム編成を班で行うことにより、他教科では班員に教えてもらったことがある生徒も体育になれば教える側になることができたり、仲間の新たな一面を知ることができたりするなど、体育の授業が今後の生活に生きてくると考えたからである。

時には、授業で行っている競技の経験者が偏ってしまうことがある。そのような時は、生徒たちに「他のチームと試合を行い、勝とうと努力はするが勝敗が全てではない。試合を通じて、何ができるようになったか。どれだけチームとして成長することができたかが大切」ということを伝えている。「共生体育」を実現する上で、身近な班でチーム編成を行うことは大切ではないかと考える。

3 授業実践

（1）「ファミリーバドミントン」の授業実践

実践場所：静岡大学教育学部附属島田中学校

実践日時：令和3年1月～2月

対象生徒：第2学年3学級 計108名

（男子50名 女子58名）

①授業の概要

「ファミリーバドミントン」の授業で「アダプテーションゲーム」を用いた授業を行った。

他の授業でも行っている小集団活動のグループ（4人）でチームを組んだ。ファミリーバドミントンは1チーム3人のため、ローテーションをする際、順番で1人ずつ休みの生徒を設けることとした。試合は1試合4分とし、時間内に多く得点を取ったチームが勝利とした。

表1 ファミリーバドミントンのルール

【ファミリーバドミントンの試合中のルール】	
1	サービスは必ず下から打ちます。(ボールが腰より下)
2	サービスする人は後衛の右側の人です。
3	サーブは相手コートに向かって左側でサービスラインを超えなければなりません。
4	サーブを受ける人は後衛の右側の人だけです。
5	サーブの時、踏み出した足は床から離さないでサーブする。
6	ボールがネットに触れても正しい位置に入ればセーフです。
7	相手チームからサーブ権が移ってきた時は、時計回りに一つ位置を変えます。 〔ローテーション〕(後衛の右側にきた人がサーブする。)
8	後衛の人は、サービスラインより前で打つこと(プレー)は出来ません。
9	前衛の人は、コート内を自由に動けます。(オールコート)
10	ボールは2回以内で相手コートへ返す。(ボールに触れるのは一人1回です。)
11	ボールは必ずネットを越えること。
12	打ち合っている内に(ラリー) ボールを打った瞬間、打点よりボールが下がった時はアウトになります。
13	チェンジコートは各セットが終了の時にに行います。 ただし、3セット目は一方のチームが8点になった時にに行います。
《反 則》(相手チームに1点)	
1	フットフォルト === サーブの時、踏み出した足が床から離れた時。
2	サービスが腰から下で打たれなかった時。
3	サービスする順番が違った時。(1回目注意)
4	ラインクロス===サーバーがラインを踏んでサービスした時。後衛がサービスラインを超えてボールを打った時。
5	オーバーネット === ラケットがネットを越えて相手コート内に入った時。
6	タッチネット === ラケット及び体がネットに触れた時。
7	ドリブル === 一人で連続してボールを打った時。
8	ホールディング === ボールをラケットに乗せて運んだ時。
9	オーバータイムス===ボールの返球が3回以上になった時。(返球は2回以内)
10	相手コート内に体の一部が入った時。
11	ラケットでボールが打たれなかった時。

② 単元計画

単元計画は表2の通りである。

表2 単元計画

時	授業内容
第1時	○ファミリーバドミントンを知ろう ・ファミリーバドミントンの基本用語や技術、ルールを理解する。 ・ラケットやシャトルを实际使ってみる。
第2時	○サーブとハイクリアーを覚えよう ・サーブを練習し、どうしたら確実にサーブを入れることができるかを考える。 ・ハイクリアーの練習をし、どうしたら遠くまでシャトルを飛ばすことができるかを考える。
第3時	○ローテーションを理解し、ゲームをやってみよう ・実際にゲームをやってみることでローテーションの回り方やタイミングを理解する。
第4時	○自分やチームの課題を見つけよう ・「定位置」と「連携」に着目して、個や集団の課題に気づき、チームメイトに伝える。
第5時	○チームの組織力を高めよう ・チームで共有する「約束事」をできる限り考え、仲間に伝えたり、実践してみたりする。

第6時	○アダプテーションルールを考えよう ・アダプテーションルールを考え、他者に提案することができる。
第7時 ～ 第9時	○アダプテーションルールを実践してみよう ・前時までに考えたルールを実践したり、前時に実践してみたルールを修正して実践したりすることで、よりよいアダプテーションルールを考えることができる。

③単元目標

- 球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。(知識及び技能)
- ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって、空いた場所をめぐる攻防をすることができる。(知識及び技能)
- 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。(思考力・判断力・表現力等)
- 積極的に取り組むとともに、フェアなプレーを守ろうとしたり、作戦などについて話し合いに参加しようとしたりする。(学びに向かう力、人間性)
- 一人一人の違いに応じたプレーなどを認めようとしたり、仲間の学習を援助しようとしたりしている。また、健康・安全に気を配っている。(学びに向かう力、人間性等)

④授業展開と生徒反応

第1時に「ファミリーバドミントン」という競技を知ることから始まった。既習事項として、レクリエーション程度ではあるが、バドミントンのラケットやシャトルに触れる活動はしていた。そのため、ファミリーバドミントンのラケットやシャトルを扱う際にも抵抗なく入ることができた。ラケットのシャフトが短いため、全生徒がラケットにシャトルを当てることができた。

第2時ではサーブとハイクリアーの練習を行った。ネット型において、サーブが入らなければ試合をすることができない。また、ハイクリアーを上手に打てなければ、ネット型で学習させたい「空いた場所をめぐる攻防」ができない。よって、授業で最低限必要な技能を身につけた。

第3時～第5時はゲーム中心の授業を行った。ファミリーバドミントンはローテーションがあるため、事前に学習し、実際に試合をしながら動きを確認した。繰り返しゲームをしていく中で、より良いポジションについて話したり、チームの課題が出てきたりしたの

で、それについて話し合った。また、チームで共有する「約束事」を決めるなど、作戦を考えることでチームの力を高めた。

第6時では、アダプテーションゲームのルールを考えた。第3時～第5時で試合をした際に、「このようなルールがあったら全員が楽しめる」と感じたルールについて話し合った。(図2)

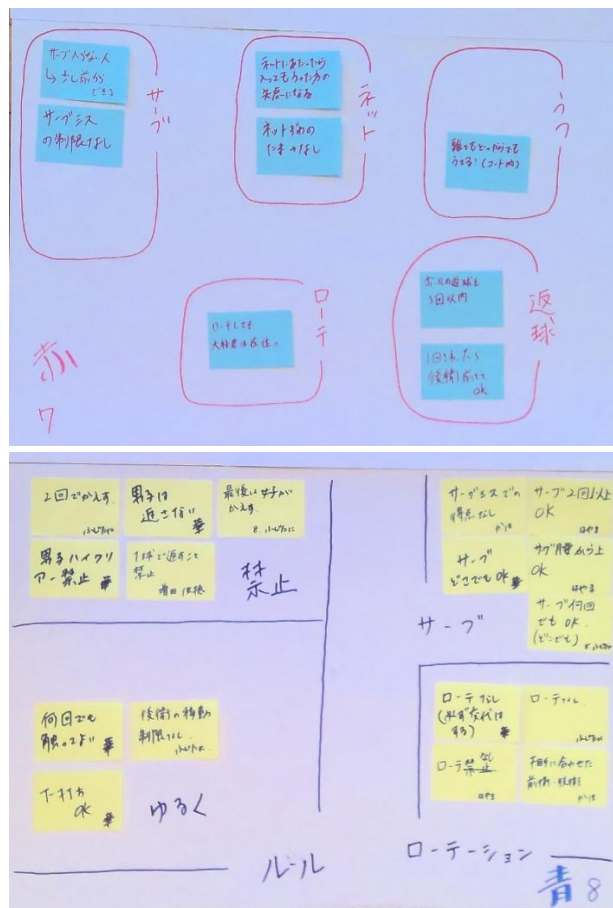


図2 生徒が考えたアダプテーションルール
生徒は、以下のようなルールが考えた

表3 生徒が考えたアダプテーションルール

サーブ	- 不安定な生徒のために、サービスラインから前でのサーブを許可する。 - サーブミスをして良い回数を設ける。 - サーブはどこに打っても良い。 - 連続得点をしたら、サービスの生徒を交代する 等
ローテーション	ローテーションを行わない。(交代は必ず行う) 等
ルール	- 下に打つショットを許可する。 3回以上つないで返球しても良い。 - 男子の返球禁止。 - 後衛の移動制限をなくす。 等

第7時～第9時で実際に考えてみたルールを加えてアダプテーションゲームを行った。

9つのチームを3つのグループに分け、毎時間同じ

チームと総当たり戦を行った。1試合4分の試合を行い、結果や活動内容を振り返り、より全員が楽しみ、試合に参加するためにはどんなルールの工夫が必要かを話し合った。その内容を次時の授業で実践し、試合終了後に振り返るという流れを行った。



図3 ルールを考えている様子

一例ではあるが、各グループが話し合ったアダプテーションルールの振り返りは下の表の通りである。

表4 アダプテーションルールを振り返って

<アダプテーションルール>	
サーブをどこに向けて打っても良い (本来は後衛の右側の人に打つ)	
<良い点> - サーブが不安定な生徒も入れることができる。 - サーブの失点が減った。	<改善点> サーブを打てる範囲が広いので、攻撃的なサーブが打つことができる。



<振り返りを経て>	
サーブが苦手な生徒のみ、このルールを適用した方が良いのではないかな。	

<アダプテーションルール>	
ラリーが往復する度、得点が1点増える (例: 10回ラリーした後に得点 → 3点)	
<良い点> ラリーをするようになり、たくさんの生徒が関われる。	<改善点> 1回の得点が多くなり、点差が開いてしまうことがある。



<振り返りを経て>	
- 全員が楽しめると感じる生徒が多い。 - 点差が開いてしまうことがあるが、逆転の要素があるので、良いのではないかな。	

＜アダプテーションルール＞	
下向きに打っても良い	
＜良い点＞ ・ルールがわかりやすくなった。 ・スピード感が増した。	＜改善点＞ ・スマッシュに対応できない生徒がいる。 ・プレーする生徒が限られてしまう。



＜振り返りを経て＞
・女子のみ「スマッシュあり」にするのが面白いのではないかな。

男女混合でチームスポーツを行うと、男子のみがプレーしてしまうようなケースも少なくない。ただ、「共生」という意識をもって授業に取り組むことで「全員で楽しむ」ということや「苦手な生徒へ配慮をしよう」ということができるようになり、チーム全員で協力してプレーしようという姿が見られた。

アダプテーションゲームは相手によって状況が違いため、どのグループも共通して適応できるルールはない。よって、正解はないが、だからこそ、みんなで話し合っ最適切な環境を整えようとするのは大切なのではないか。それをする中で、技能を高めたりチームの作戦を考えたりする中で、全員が笑顔でプレーをすることができた。

（２）「プレルボール」の授業実践

実践場所：静岡大学教育学部附属島田中学校

実践日時：令和３年１１月～１２月

対象生徒：第１学年３学級 計 108 名

（男子 55 名 女子 53 名）

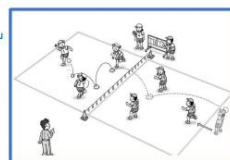
①授業の概要

「プレルボール」の授業で「アダプテーションゲーム」を用いた授業を行った。他の授業でも行っている小集団活動のグループでチームを組んだ。プレルボールは１チーム３人のため、順番で１人ずつ休みの生徒を設けることとした。試合は１試合４分とし、時間内に多く得点を取ったチームが勝利とした。バレーボールで使用するボールを授業で使った。

授業で行ったプレルボールのルールの詳細は下の表の通りである。

表５ 授業で行ったプレルボールのルール

プレルボール 《オリエンテーション》	
<u>立派な</u> プレルボールは、ドイツで考案されたスポーツで、高さ約 40 cm のロープで仕切られたコートに入った 2 チームの競技者が、互いにボールをバウンドさせて打ち合うハンドテニス的一种です。ボールが大きいので、誰でも簡単にでき、プレーヤーの年齢や身体的条件に合わせて、のんびりしたゲームにも激しい運動にもなるので、楽しく健康づくりができます。 （年齢や対象に応じて楽しく工夫ができるスポーツである） ☆ゲームの進め方（通常のルールと変えている部分があります） (1) 1 チーム 3 人の 2 チームがネットをはさみ、自陣内でバウンドして 3 回目のバウンドパスで相手のコートに打ち返す。（チームメイトは小集団。3 人がプレー、1 人は休みとなる） (2) 規定の打数で打ち返せない時や、相手コートの外に出た時、自チームがプレーしたボールがネットに触れた場合、または、反則をしてしまったら相手チームに得点が与えられる。 (3) 打ち方は、こぶしまたは前腕（合意があれば平手でもよい）で打ち、必ず自陣内にバウンドさせた後に相手コートに入るようにする。 ☆附属島田中ルール（通常のルールと変えている部分があります） (1) 試合は決められた時間で多く点を取った方が勝ちとする。 試合終了の合図があったときにラリーが続いていた場合はそのラリーまで有効とする。 (2) サーブ権は、最初はじゃんけんなどで決定する。以後は得点した側に与えられる。 (3) サーブはコート中央から相手コート中央に向かって優しく投げ入れる。 その時、意図的に回転をかけたり相手を取りにくくしたりするようなボールを投げない。 サーブ権は、ゲーム開始前に決めておく。 (4) どちらが得点したか関係なく、点数が決まる度に両チームともローテーションを行う。 (5) 3 回のバウンドパスは、それぞれ別のプレーヤーが行う。 (6) パスは 1 回や 2 回で返さず、常に 3 回目まで相手コートに返さなければならない。 (7) 3 回目のパスで相手コートに打ち込む時も、必ず自陣内でワンバウンドさせてから相手コートに入れなければならない。 (8) サーブ及び相手から打ち込まれたボールだけは、自陣内にバウンドする前にプレーしても、バウンドした後にプレーしても良い。 (9) 平手打ちが可能な場合でも、ボールを下から持ち上げると、ホールディングで反則となる。（ボールに触れる時間が短くなることを意識）	
最終的にはプレルボールで「アダプテーションゲーム」を行います。授業を通して「共生」の心を学ぼう！！ ※アダプテーションゲームとは・・・ 短時間の試合を行う。その勝敗に応じて、負けチームが有利になるルールや勝ちチームが不利になるルールを付け加えて、勝敗がわからないようにして、再度試合を行う。	



② 単元計画

単元計画は表 6 の通りである。

表 6 単元計画

時	授業内容
第 1 時	○プレルボールを知ろう ・プレルボールの基本用語や技術、ルールを理解する。 ・プレルボールの基本動作を行ってみる。
第 2 時	○ゲームをやってみよう ・実際にゲームを行うことでルールを理解する。 ・ゲームを行いながら、チームの課題に気づくことができる。
第 3 時	○最適なプレーを見つけよう ・ドリルゲームを通して、相手に返球するための技能を高める。 ・タスクゲームを通して、効率的な返球の仕方を考え、仲間に伝えたり、実践してみたりする。
第 4 時	○自分たちの試合を客観的に見てみよう ・試合の様子を録画し、客観的に見ることによって、気づいた作戦や課題の改善方法を仲間に伝えることができる。
第 5 時	○チームの組織力を高めよう ・チームで共有する「約束事」をできる限り考え、仲間に伝えたり、実践してみたりする。

第6時	○アダプテーションゲームを理解しよう ・アダプテーションゲームを理解し、ルールの調整としてどのような案があるか考え、他者に伝える。
第7時～第9時	○アダプテーションルールを実践してみよう ・前時までに考えたルールを実践したり、前時に実践してみたルールを修正して実践したりすることで、よりよいアダプテーションルールを考えることができる。

③単元目標

○球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。
(知識及び技能)

○ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって、空いた場所をめぐる攻防をすることができる。
(知識及び技能)

○攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。

(思考力・判断力・表現力等)

○積極的に取り組むとともに、フェアなプレーを守ろうとしたり、作戦などについて話し合いに参加しようとしたりする。

(学びに向かう力、人間性)

○一人一人の違いに応じたプレーなどを認めようとしたり、仲間の学習を援助しようとしたりしている。
また、健康・安全に気を配っている。

(学びに向かう力、人間性等)

④授業展開と生徒反応

第1時に「プレルボール」という競技を知ることから始まった。試合を行っている動画を見せ、ルールを説明しながら、学習をした。その後、実際にチームごとにプレーを行った。片手でバウンドして相手にパスをするという動作は中学生にとっては難しくない動作なので、すぐに慣れることができた。

第2時～第3時は基本技能を高めることや、タスクゲームを行いながら、ネット型で学習させたい「空いた場所をめぐる攻防」ができるための技能を高めることを行った。

第4時～第5時はゲーム中心の授業を行った。また、繰り返しゲームをしていく中で、より良いポジションについて話したり、チームの課題が出てきたりしたので、それについて話し合った。また、チームで共有する「約束事」を決めるなど、作戦を考えることでチームの力を高めた。

第6時では、アダプテーションゲームを理解し、実際に自分たちが行う際にどんなルールがあれば、全員がより楽しむことができるかを考えた。生徒が考えた

ルールは下の表の通りである。

表7 生徒が考えたアダプテーションルール

みんなが考えたアダプテーションルール	
方法①：勝った方のプレーが難しくなるルール ・利き手はダメ ・アタックはバーを使う。 ・アタックでコート3分の1より奥に返す ・ライン上はアウトにする ・こぶしでやる ・コートを1mくらい減らす ・4本の指だけでプレー ・〇〇さんは〇番目にボールを触ってはいけない ・この順番でボールを触らなければならない ・全員利き手の反対でやる	・勝っているチームのコートを広くする ・返ってきたボールをノーバウンドで取る ・アタッカーの役割の人がアタックしてはいけない ・ネットの2m以内でアタックしてはいけない ・声かけ禁止 ・3回目は〇〇さんしか触ってはいけない ・返球は女子のみ
方法②：負けた方が有利になるルール ・サーブはどこを打っても良い ・ネットインあり ・1回だけ2バウンドOK ・4回までOK ・両手で持ち上げても良い ・アタックでサーブを打っても良い ・サーブはずっと負けたチームから行う	・点を決めたら2点になる ・ボールをつかんでも良い ・アタックの時、ワンバウンドさせないで返しても良い ・〇〇さんは両手OK ・〇〇さんは上に上げて良い ・3回～5回まで触っても良い
方法③：点差がついたら特別ルールが適用される ・〇点差ついたら、同点になるまで特別ルール ・3点差ついたら、負けている方は1回の得点が2点になる ・〇点差ついたら、負けている方がサーブを行う。	・〇点差ついたら、勝っている方のコートを広くする。 ・〇点差ついたら、利き手ではない方を使う。 ・3点差ついたら、〇〇さんは3本目触れない。

第7時～第9時で実際に考えてみたルールを加えてアダプテーションゲームを行った。

試合の流れは、4分間の試合をし、試合の結果からアダプテーションルールを考え、再度試合を行う。そして、最後に振り返るという流れで構成した。(図4)

9チームあるので、1回の授業で2～3試合行い、全チームと一度は試合ができるようにした。

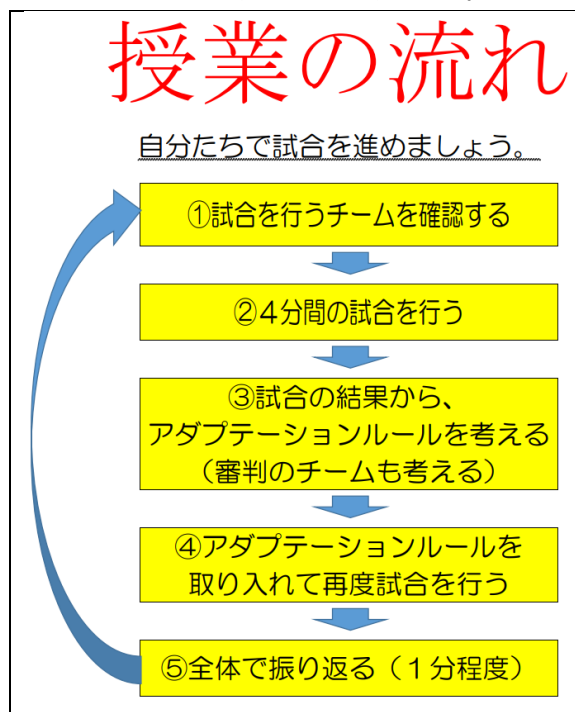


図4 アダプテーションゲームの授業の流れ

1つのグループのアダプテーションゲームは下の図のようになった。

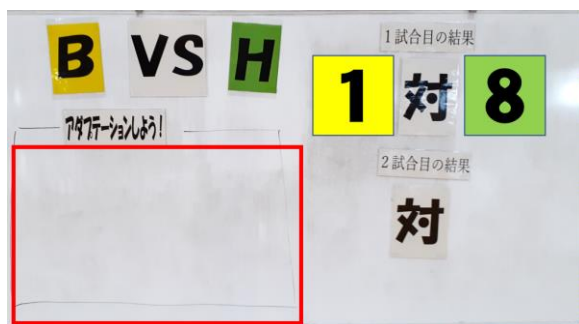


図5 BチームとHチームの取り組みの様子①

1回目の試合はBチームが1点、Hチームが8点となり7点差でHチームが勝利した。

この後の話し合い活動は次の通りである。

Hチームがいつも同じ生徒が3回目の返球する作戦を行っていた。その生徒の返球が強く対応が難しかったため、負けたBチームはその生徒の攻撃を禁止するというアダプテーションルールを考えた。それにHチームも承諾した。

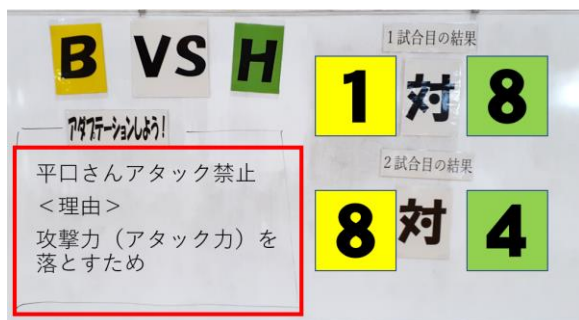


図6 BチームとHチームの取り組みの様子②

ルールを調整し、再度試合を行ったらBチームが8点、Hチームが4点でBチームが勝利した。1回目の試合では勝っていたHチームが負けてしまった。ただ、いつもと違う形で攻撃をしなければならないということにより、試合中のコミュニケーションが増えたり、1点を取った時の喜びが大きくなったりして、全員でゲームを楽しむことができた。

プレルボールは比較的高い技能を必要とする種目ではない。また、3回で返球をする際に必ず全員が1回ずつプレーしなければいけないというルールがある。よって、「全員が関わる」という点で非常に良い教材と考えられる。

4 おわりに(考察と課題)

本研究では、①アダプテーションゲームの実施、②ニュースポーツの実施、③チーム編成の工夫の3点を手立てに、共生の視点から生涯にわたって運動に親しみ、豊かな生活を送る力の育成を目指した。

①アダプテーションゲームの実施

本研究で行った授業の単元目標として、「一人一人の違いに応じたプレーなどを認めようとしたり、仲間の学習を援助しようとしたりしている」という文言を

入れた。体育の授業は、勝利至上主義ではない。チームに一人、秀でた技能をもった生徒がいて、その生徒だけで得点を取り続け試合に勝ったとしても、そのチームが得たものは少ないだろう。体育の授業は、チームの仲間とどのように協力してチームの力を高めていくかが大切である。例え、負けてしまった試合でもチームで成長を感じられる内容であれば価値のある時間になる。

しかし、互いに思いやりの気持ちをもっていても技能の低い生徒にとっては失敗をしてしまうことへの恐怖心は拭えない。そこで、アダプテーションゲームによって誰もが楽しめるルールに変えることで安心してプレーすることができる。

また、教師側としてもアダプテーションゲームは価値のある授業と言える。今回のネット型の種目で言えば、単元目標に「ボールや用具の操作」という文言がある。通常ルールで行うと「知識及び技能」の評価でCを付けざるを得ない生徒もアダプテーションゲームでルールを工夫したからこそ見ることでできた良い技能がある。また、プレルボールにおいてもルールを調整したからこそ、攻撃を打つ場面を見ることができた生徒もいた。生徒側は、「できない」から「できる」に変わったことや、今までにない形でチームに貢献できたこともあり、とても嬉しい表情を見せる場面が多かった。指導する教師側としても、運動を楽しんでいる面でも評価の面でも良かったと言える。

実践の授業では、ルールを調整することが中心の活動になってしまったことが課題に挙げられる。ただ、アダプテーションゲームの意義を知り、他の種目で生かすことができる土台をつくったことが良かった。

よって、共生の視点から考える授業づくりにおいて、アダプテーションゲームは大変有効であったと言える。

②ニュースポーツの実践

学校体育において、運動が苦手な生徒に対しての配慮はこれまでもたくさんされている。例えば、Mikasa社で販売されている「スマイルボール」がその一つと言える。バレーボールやサッカーボールなど、重さや体に当たると痛い等の理由でスポーツから敬遠してしまう子どもたちにとってはこれがあるとマイナスのイメージをもたずにプレーすることができる。

同様に、ニュースポーツも共生の視点から考えると有効であると感じた。生涯スポーツの観点からルール等を作られている競技が多く、誰にでも親しみやすいのが特徴である。実際に体育の授業で取り入れてみると「できない」と悩んでしまう生徒が少なかった。だからこそ、誰もが安心してプレーができる。運動量が少なくなる傾向があるのが課題ではあるが、生徒に体を動かすことの魅力を伝えるには効果的であると感じた。

③チーム編成の工夫

本校では、本研究以外の授業でもグループ分けを生活班（6人）または小集団活動の班（4人）で行っている。普段から、多くコミュニケーションを取っている仲間だからこそ、初めてのゲームの時にも声をかけ合うことができる。

保健体育の授業において、基本技能を身につけている時に教師側が全員の技能をチェックし、平等になるように分けるような授業もやり方の一つとしてある。ただ、共生の視点から考えても、いつも身近にいる仲間と支えあうことや高め合うことで絆が深まる。それが他の学校生活で生かされることができれば、より価値のある体育の授業になると言える。

ただ、各グループの技能差が生まれてしまうことは否めない。そこで大切なのは教師の声掛けである。「勝ち負けではなく、チームとして何ができるようになったか。授業を通して、どんなところが成長したか。それが大切である」ということを伝え続け、生徒に意識させ続けたい。

「共生体育」を実現させるために、生徒が誰とチームを組んでも楽しく体を動かすことができる土台をつくることは必要である。

本研究では「共生」に着目した授業づくりとして、アダプテーションゲームを使った授業を行った。性別の差、運動が得意・苦手など、いろいろな生徒がいる。このようなことを生徒が受け入れ、運動の楽しさを全員で共有することが現代の体育には必要ではないかと考える。

今後も、体育の目標である生涯にわたって健康を保持・増進し、豊かなスポーツライフを実現するために、より有効な手立てを検証していきたい。

参考文献

- 1) 文部科学省（2018）『中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 保健体育編』 学校図書
- 2) 梅沢秋久・苫野一徳（2020）『真正の「共生体育」をつくる』 大修館書店