

## 運動・スポーツにおける技能差に配慮した授業づくり

著者	松原 悠馬
雑誌名	教育実践高度化専攻成果報告書抄録集
巻	6
ページ	61-66
発行年	2016-03
出版者	静岡大学大学院教育学研究科教育実践高度化専攻
URL	<a href="http://doi.org/10.14945/00009557">http://doi.org/10.14945/00009557</a>

# 運動・スポーツにおける技能差に配慮した授業づくり

松原 悠馬

## Designing Lessons Based on Differences in Sports Skills

Yuma MATSUBARA

### 1 問題の所在

日本の体育は、高度経済成長期に発展した産業社会を背景に主体的な運動への参加が問題となり、運動学習を生涯スポーツに結びつくように楽しさを学ばせる、あるいは楽しく学習させる「楽しい体育」という方向へと変わった。昭和52年以降の学習指導要領には、運動の楽しさを目標に取り入れられており、現在の保健体育は「生涯スポーツ」の実現が目標とされている。また文部科学省は、「明るく活力ある社会を形成していく上で、国民のだれもが、いつでも、どこでも、いつまでもスポーツに親しむことができる生涯スポーツ社会の実現は、我が国の重要な課題です。」

(文部科学白書)と明言している。生徒が保健体育の授業において、楽しいと感じる経験をもとに意欲的に取り組んでいくことが重要である。バンデュラ(1981)の自己効力感の理論では「動機づけは、大部分本人に認知された自己効力感の結果」であり、行動は認知に媒介されるとした。つまり課題に対し、いつ・どのようにして・どれくらいで効果的に解決できるという判断を過去の経験に基づき、次の行動を決めるということである。これには一定の行動が一定の結果に結びつくという自分に対する期待(結果期待)や、自分はそれを遂行できるという期待(効力期待)が働き、学習者が「できそうだ」という見通しをもてること、あるいは「できた」という実感を得られることで学習に対する意欲が生まれる。運動・スポーツが得意でなくても「できた」あるいは「できそうだ」という見通しを持てることで、生涯にわたって運動に親しむ態度を養うことができる。またチクセントミハイ(2001)は、「ある対象に惹かれてその行為自体に集中し、時間を忘れ、行為の対象そのものに惹かれて楽しさを感じ、行為に没入していくと、フロー状態に至る」といい、この「フロー状態」を体験する「フロー経験」が教育、特に学習意欲の向上や学習の継続性の点において、重要な役割を果たす可能性があることが示唆されている。フロー状態とは行動を統制できる挑戦の機会が提供され、フィードバックを得られる環境において、活動自体が楽しく没頭できる状態である。目標を明確にすること、他のことを意識せずに集中出来る環境を整えること、学習者が自分で学習を進めていると感じることができること、即時にフィードバックを受けられることができること、探索的行動が行える活動を取り入れることが必要となると考える。これらの活動を取り入れ、生徒がフロー状態を経験できる授業づくりをしていく。

しかし、その一方授業場面では高木(1983)が、「技能が関与する共通の課題遂行場面において上位群は中心的役割を果たすとともに積極的であり、下位群とは対照的傾向を示している。」と明らかにしたように、生徒の運動技能差により取り組む姿勢に大きな差があり、意欲的な姿勢を引き出すためには、技能差に応じた配慮が必要である。

以上を踏まえ、「フロー理論をもとに生徒の実態に合わせた学習課題の設定」「メタ認知を促しできたを実感させる学習活動」「楽しさを感じることでできる仲間と協働した学習」を実践していくために技能差に応じた配慮を行い、楽しさを感じ意欲づけのできる授業を実践していく。

## 2 研究の方法

### (1) 研究の目的

授業実践1においては個人種目を取り扱う。種目特有の魅力を伝えることに加え、仲間と協働しながら個人の課題に挑戦しクロードスキルの習得を図ることで仲間とともに学ぶことの楽しさを追究していく。また同時に自己の授業における課題を明確に捉えることを目標に行う。

授業実践2においては集団競技を取り扱う。苦手な生徒が集団の中で活躍するために、運動・スポーツが苦手な生徒と得意な生徒が、学び合いの中で互いを尊重し合い、相互作用の生まれる授業形態や手立てを探っていく。また授業実践1で明らかになった自己の課題を改善していく。

### (2) 研究の計画

筆者は平成26年(度)10月から平成27年(度)12月までの約1年に渡り、週2回程度の実習に入り、指導教員U教諭の指導を受けつつアクション・リサーチに取り組む。単元構想づくりはU教諭・大学教授の指導を受けつつ進めていく。また実践に関しては、T1を筆者が務め、T2をU教諭というティームティーチングでの指導形態で行っていく。

- ・期間：実習期間 平成26年(度)10月～平成27年(度)12月
- ・授業実践1：平成27年(度)7月～8月 ・授業実践2：平成27年(度)10月～12月

## 3 授業実践1・個人種目「ハードル走」

### (1) 実践の目的と手立て

授業実践1は、「技能差に配慮し、集団全体で統一した学習課題ではなく個人の課題に応じ取り組むことで、意欲的に活動できるようにすること」を目的とした。

表 3-1：実践1の手立てとねらい

手立て	ねらい
①ハードル走の歴史や特有の動き（柔軟運動）を取り入れる	ハードル走特有の楽しさを感じることや動きを理解することで新しいハードル走のイメージや捉え方を広げる。
②歩幅測定	自己の身体的な特徴を客観的に捉えることで、運動・スポーツに対する新たな視点を養う。また集団全体の能力に合わせたインターバルの距離を設定するため。
③能力差を考慮し、4つのコースを作る	個人能力差を考慮し自分にあったコースで挑戦することができるようにする。
④自己基準タイムを活用した技能の評価	運動が嫌い・苦手な生徒も他人と比較せず、自己の成長に効力感を得ながら意欲的に活動できるようにする。
⑤iPadによる撮影機能等を活用した支援	iPadで得られた情報からアドバイスの視点を見つけることにより、得意な子が教えるという一方向の関係性を改善すること。またアドバイスをし合える関係が生まれる環境づくりをする。
⑥ハードルリレー	グループでの目的・目標を持たせることで、グループ活動の意味を感じ取り、仲間に協力的な関わり方ができるようにする。

生徒の実態より、運動能力の二極化による関心・意欲の低い生徒を改善していきたいと考えた。集団での活動を通し人間関係を築く中で、技能の習得や記録の向上を実感し、運動・スポーツの楽しさを感じることができるようになることを目指す。そのための手立てとして表3-1の6つの手立てを計画した。

## (2) 結果と考察

《成果》

- ①関心が高まり、意欲的な生徒が増えた。
- ②技能向上のための支援として iPad の活用は効果的であった。
- ③技能差により「楽しさ」の違いがある傾向が明らかになった。

個人の課題を改善するためにグループ活動としながらも個々の練習を行うこと、自己基準タイムから算出する得点による技能評価をすることにより、他人と比較することなく自己の成長に向けて取り組むことができる生徒が増えた。その結果ハードル走に対する関心は高まり、特に運動が苦手である生徒が、意欲的に活動する様子が見られた。また iPad を活用したことで、自己の運動の様子を観察でき、思考を深めたことで技能向上へつながった。iPad の活用は効果的な支援であったと考える。右の図に示すように授業後のアンケート調査では、技能差による「楽しさ」の違いが明らかになった。

《課題》

- ①具体的な場面を想定した単元構想
- ②時間を考慮した授業進行
- ③効果的な支援の工夫

授業を進行するにあたり、活動の説明や移動等にかかる時間を想定できなかったことで、計画通りに進行できず 50 分という授業時間内で活動を終えることができないことがしばしばあった。計画通り実践できず、手立て⑥は実践できずに終わってしまった。具体的な場面を想定した単元構想と、授業進行に課題が残った。また iPad による支援は効果的であった一方、iPad で撮影するだけで授業を終えてしまう生徒も見られた。「いつ」「どのように」といった必要な場面を限った活用などの工夫が必要であったため、活用の仕方に課題があった。

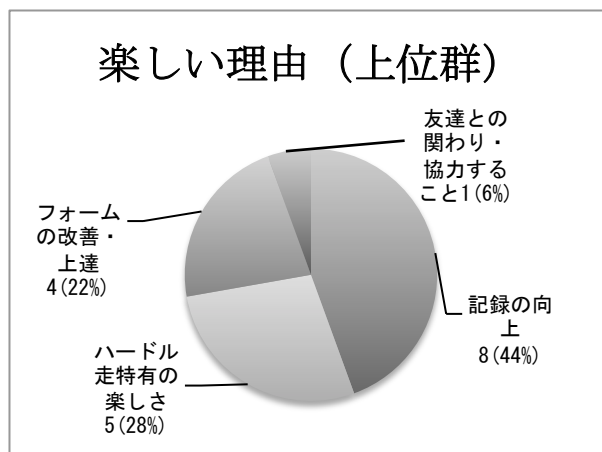


図 3-1 : 上位群

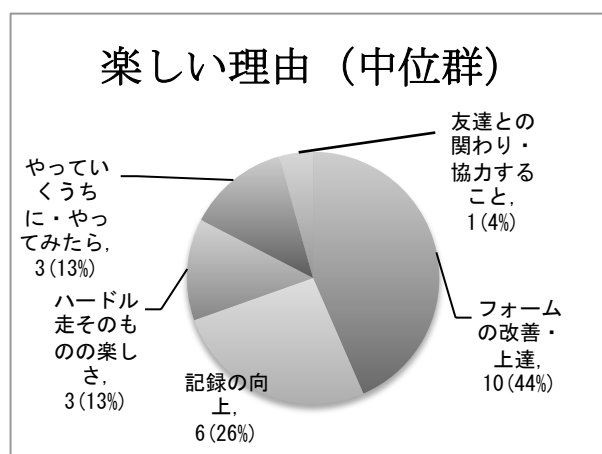


図 3-2 : 中位群

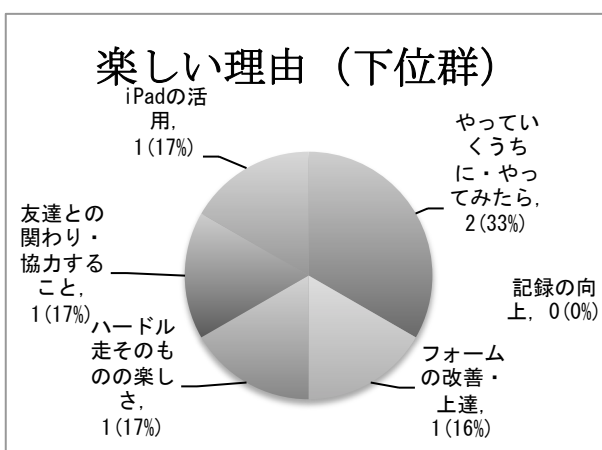


図 3-3 : 下位群

## 4 授業実践2・集団スポーツ「バレーボール」

### (1) 実践のねらいと手立て

表 4-1：実践2の手立てとねらい

手立て	ねらい
①生徒の関心のある課題から取り組む。	関心がある難しい課題に挑戦することで、意欲的に取り組めるようにする。またその過程にある課題に気づけるようにする。
②毎時間学習課題を書かせる。	学習課題を理解した上で活動に取り組ませるために、書くことで意識できるようにする。
③活動のルーチン化	ウォーミングアップから基礎技能練習までの活動をルーチン化し、生徒主体で時間短縮を行えるようにする。
④生徒への問いかけによる進行	授業の進行やルールの設定など授業の転換期に生徒に選択肢を与え、進めていくことで、活動の理解を深めるとともに生徒が授業を作るという意識を持たせる。
⑤課題選択学習	技能段階により「楽しさ」は異なる。それぞれが楽しく学びながら技能を高めることができるよう練習の場やルールを変え、選択し学べる環境を作る。

授業実践2は、「授業の目標を達成するために、技能に配慮した練習の場を設定するなどして誰もが楽しく意欲的に取り組むことができるようにすること」を目的とした。

授業実践1の課題とアンケート調査で分かった生徒の実態より、集団で取り組むことの楽しさを感じられる活動にすること、スパイクを打つことができるよう、目標を「3段攻撃ができるようになる」と設定し取り組んでいくこと、学習課題を理解出来る手立てを考える、あるいは説明をわかりやすくすることを考えた。そのための手立てとして、表4-1の5つの手立てを計画した。

### (2) 結果と考察

#### 《成果》

- ①課題選択学習により、多くの生徒が楽しさを感じながら練習することができた。
- ②楽しさを感じることで意欲的になり、積極的なプレーが増えた。
- ③ルーチン化したことで授業をスムーズに進めることができた。
- ④生徒に選択肢を与える問いかけによる進行で、生徒の意思を反映した授業づくりができた。

授業実践1の課題①は活動の切り替わりなどを考え、無理のない活動を考えることができた。また課題②に対しても、ルーチン化や問いかけによる進行により改善することができた。しかしながら説明が必要な場面では、どうしても時間をかけてしまい予定通りに進められないことがあったため、重要な場面の説明は原稿を作るなど、自己の力量を考えた工夫を考えていきたい。課題③は課題選択学習に取り組んだことで、技能差に応じた練習環境を設定し、効果的な技能指導を行うことができたと考える。またiPadの活用は、授業者が撮影し映像を提供することで、生徒の活動量を減らすことなく場面ごとに支援を行えた。

## 《課題》

- ①課題選択学習後の課題が、技能高の生徒にとっては物足りない学習になってしまった。
- ②単元始めの課題設定に無理があった。
- ③学習課題を書かせるだけの活動になってしまった。
- ④すべての生徒が納得出来るルール設定が必要であった。
- ⑤技能差に対する異なる配慮が検討できなかった。

課題選択学習は、ある程度の効果を確認することができた一方、その後の活動の学習課題に課題が残った。課題の難易度が下がることのないような発展を考える必要があった。また学習課題を記入する際の時間や説明の仕方に課題があり、手立ての効果があまり見られなかった。技能差に配慮した手立ては、主にルール設定や環境の工夫であったが、使用するボールや施設・設備の工夫での検討ができなかった。技能差に対する配慮の仕方には、異なる支援の仕方があるのではないかという課題が残った。

## 5 本研究のまとめ

### (1) 実践の成果と課題

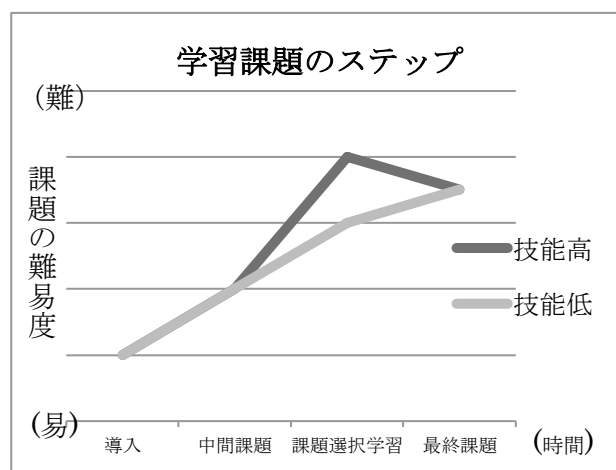


図 4-1：学習課題のステップ

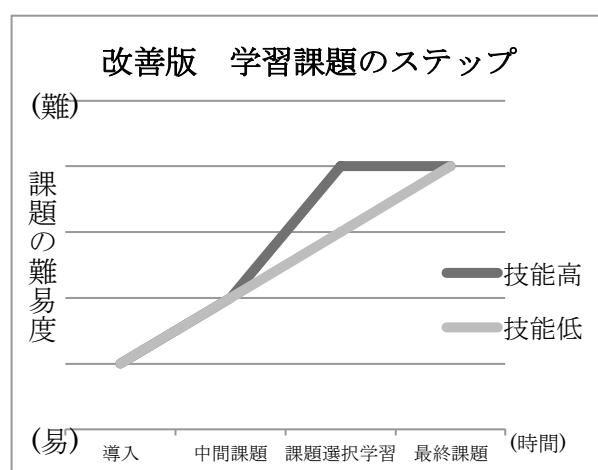


図 4-2：学習課題のステップの改善

授業実践1では、個人の課題をグループで追求していく活動を通し、生徒が「できた」を実感することができた。「できた」を実感することで「ハードル走」の魅力に気づき、楽しいと感じる生徒が増えた。また、好きにはなれなかった生徒もコースの設定を変え、個人の力量にあった環境を選択できることで不安を感じずに取り組むことができ、否定的な感想は見られなかった。さらに技能差により楽しいと感じる場面には異なる傾向があることがわかった。

授業実践2では、授業実践1で、技能差により楽しさを感じる場面が異なる傾向が明らかになったことを踏まえ、課題選択学習に取り組んだ。その結果、課題の難易度が高い「うさぎさんコート」では技能の高い生徒は思い切りのいいプレーが増え、課題の難易度の低い「かめさんコート」では技能の低い生徒は、挑戦しようとする積極的な姿勢が見られるようになる・リーダーが

生まれるなど、それぞれの学習環境で取り組んだことによる効果が見られた。また運動・スポーツが苦手な生徒と得意な生徒が同じ活動をすることで、苦手な生徒は自己効力感・自己肯定感を感じることができなく、また得意な生徒は苦手な生徒を気遣い、思い切ったプレーなどを制限されると考える。

2つの実践を通し、技能差に配慮した授業の工夫が、生徒に「できた」を実感させ、授業や各スポーツを楽しみ、意欲的に活動する姿を引き出すことができた。しかし授業実践2の課題選択学習後の試合では、「うさぎさんコート」で活動していた生徒から不満が出た。第9・10次の試合ルールは「うさぎさんコート」と「かめさんコート」のルールの折衷案ルールで行ったことで、「うさぎさんコート」で活動していた生徒にとって易しい課題となり、物足りない活動となってしまったことが原因である。本実践のように課題の難易度が低くなることがないよう、課題のレベルを技能高の生徒に合わせるができるように、図4-2のように課題の設定を段階的に発展することで改善できるのではないかと考える。

#### 《成果》

- ・技能差により異なる楽しさをそれぞれが追求できる環境が意欲的な授業参加を促す。

#### 《課題》

- ・課題の難易度を技能の向上に応じて適切に設定すること。

## (2) 授業者としての成長

本アクション・リサーチは筆者の教育者としての成長も一つの目的とし、PDCAサイクルを実践した。筆者は単元を通した授業に取り組むのは初めてであり、課題を見つけることが授業実践1の目的でもあった。

授業実践1では、授業時間を管理の管理という課題が残った。授業構想が適切な時間配分ではなかったこと、具体的な場面を想定した計画ではなかったことなどが影響した。さらに説明を伝える場面において、上手く伝わらないため時間をかけすぎてしまうことも、活動の時間を確保できない要因となっていたことから、実践2に向けた課題となった。また別に授業時間50分を全て使えるのが授業でなく、移動や準備といった授業の主活動とは異なる要素が学校教育にはあることを理解することができた。それは時間の問題だけでなく、生徒指導の部分でも感じた。教科の学習だけでなく、生活についてまで指導する必要があるといった授業の複雑さを実感できた。

授業実践2では授業実践1の課題に対して取り組み、時間の管理という面では、活動をルーチン化することで能動的な活動を促し、時間の短縮を図れた。また説明に時間をかけ過ぎてしまうことについては、生徒の話を聞く姿勢を改善するのではなく、ルールの設定などに場面において生徒への問いかけを行い、活動の理解を促すことで改善を図れた。

実践から成果と自己の課題を振り返り、改善策を考え実践するといったPDCAサイクルを行うことは、生涯学び続けるための基礎となる。また指導教員や大学教授の指導を参考に、自分の目指す教育活動を模索するという経験は、人により異なる様々な教育を感じ、自己の教育観を豊かにすることにつながる。本アクション・リサーチで得た経験と学びを今後の教員活動に生かしていきたい。