

高等学校保健体育科における「体育理論」を運動領域に活用した授業づくり

教育学研究科 教育実践創成専攻 教科領域実践開発コース 中等教科教育分野 亀岡 茜

1. 問題の所在と研究目的

(1)問題の所在

現在の子どもの状況について、運動する子どもとそうでない子どもの二極化と子どもの体力低下が報告されている。その報告を受けて、中央教育審議会では「体育科、保健体育科」における「見方・考え方」について、生涯にわたるスポーツライフを実現する観点を踏まえ、「運動やスポーツの価値や特性に着目して、楽しさや喜びとともに体力の向上に果たす役割の視点から捉え、自己の適性等に応じた『する・見る・支える・知る』の多様なかわり方と関連付けること」とした。平成30年度告示高等学校学習指導要領では『『する・見る・支える・知る』といった生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現していく資質・能力の育成に向けて、運動やスポーツの価値や文化的意義等を学ぶ体育理論の充実が必要である』と示している。また、体育理論については「豊かなスポーツライフに実現に向けた知識を身につけるための学習をする場である」と明記されており、体育理論は生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現するために極めて重要な領域であることが考えられる。

しかし、村瀬ら(2016)は「体育授業の現場で『する』スポーツを重視していると示唆しており、『見る』『支える』『知る』の部分は実技の中でも体験することができ、理論として行う必要性を感じないということが、現場の本音としてあるのかもしれない」と報告している。また、吉田(2016)は「体育理論は『雨降り体育』として、あるいは各単元の、例えばオリエンテーションの一コマとして実践されるレベルの扱いであり、決して系統立てて行われていたとは言えない状況である」と述べており、以上を踏まえ、

校・高等学校での「体育理論」の実施率は低いことが考えられる。

(2)研究目的

本研究を通して、「体育理論」を運動領域に活用した学習指導の工夫を検討し、「する」楽しさや喜びを中心に、「見る・支える・知る」楽しさや喜びを学びの過程に合わせて味わうことができる授業を検討することを目的とする。

2. 研究方法

本研究では、1年生の選択体育(バスケットボール)の授業実践を通して、「体育理論」を運動領域に活用した授業づくりについて考察した。

(1)実習校と実習期間

実習校：山梨県内J公立高等学校

実習期間：2020年6月～12月

(2)授業実践

対象生徒：第1学年バスケットボール選択者
(117名：男50名、女67名)

日時：2020年11月30日～12月11日

(全6時間)

単元：バスケットボール

(3)データ収集の方法

- ①参与観察
- ②アンケート(事前・事後)
- ③授業実践

(4)具体的な手立て

- ①「体育理論」に関する先行研究
- ②参与観察
- ③事前アンケート
- ④実習校(1年生)での授業実践
- ⑤事後アンケート

3. 事前アンケート

(1)調査内容・調査対象

授業実践の参考とするため、生徒の体育の授業や「体育理論」について事前アンケートを実施した。調査対象者は第1学年のバスケットボール選択者117名(男50名、女67名)である。アンケートの項目については下記の表2に示す。

表2 事前アンケートの調査内容

質問	調査内容
1	体育の授業は得意ですか？
2	バスケットボールは得意ですか？
3	体育の授業に必要なだと思う内容にチェックをつけてください。
4	中学校の時、体育理論の授業を受けたことはありますか？
5	「受けた」と回答した方に質問です。その授業がどのような内容であったか、印象的な言葉など覚えている範囲で教えてください。
6	スポーツへのかかわり方には「する」「見る」「支える」「知る」など多様なかかわり方があります。現在、あなたはこの4つの中でどのかかわり方が一番多いですか？

(2)調査結果

①「体育の授業等に関する質問」結果

質問1.体育の授業は得意ですか？

項目	回答数(割合)
得意	26(22%)
やや得意	36(31%)
どちらでもない	34(29%)
やや苦手	14(12%)
苦手	7(6%)

質問2.バスケットボールは得意ですか？

項目	回答数(割合)
得意	15(13%)
やや得意	26(22%)
どちらでもない	39(33%)
やや苦手	20(17%)
苦手	17(15%)

質問3.体育の授業に必要なと思う内容にチェックをつけてください。(複数回答有り)

項目	回答数(割合)
技の練習	93(15.5%)
試合	83(13.9%)
競技のルールやマナー	93(15.5%)
作戦を考える	73(12.2%)

体の使い方、動きのコツ	88(14.7%)
スポーツの歴史	24(4.01%)
スポーツの安全な行い方	69(11.5%)
準備運動・整理運動	76(12.7%)

体育の授業が「得意またはやや得意」と回答した生徒が全体で53%という割合であったのに対して、バスケットボールが「得意またはやや得意」と回答した生徒が全体で35%と低い割合であった。

また、質問3では筆者が体育理論の内容とも関係するものを交えながら、体育の授業で必要だと考えられるものを8つ用意し、複数回答してもらった。結果として、「技の練習」・「競技のルールやマナー」を選択した回答数が一番多く、次いで「体の使い方、動きのコツ」、「試合」という順番となった。体育理論の内容でもある「スポーツの歴史」は最も回答数が少なく、体育の授業には必要でないと思っている生徒が多くいることが分かった。これは体育の中で歴史を勉強することが実技活動に直接つながらないと考えている生徒が多くいることが考えられる。

②『体育理論』に関する質問」結果

質問4.中学校の時、体育理論の授業を受けたことはありますか？

項目	回答数(割合)
受けた	22(19%)
受けていない	24(20%)
分からない(覚えていない)	71(61%)

質問5.「受けた」と回答した方に質問です。その授業がどのような内容であったか、印象的な言葉など覚えている範囲で教えてください。

- ・スポーツの大切さや歴史を学んだ。ほかにも文化やルールも学んだ。
- ・紙に教科書の文字を写したり、先生の口から歴史について説明を受けたりした。
- ・オリンピックの歴史・柔道の歴史
- ・スポーツをすることでどのような影響が体にあるか
- ・スポーツの楽しさの特色やコツなど教科書を使って行った。
- ・運動をすると心のストレス発散につながる。

中学校の時に体育理論の授業を受けていない、または分からない(覚えていない)と回答した生徒が 81%を占めており、中学校現場における「体育理論」の実施率が低いことが明らかとなった。しかし、その一方で、質問 5 で「受けた」と回答した 19%の生徒に授業内容や印象的な言葉等を自由記述で回答してもらくと、中学校で学習する「体育理論」の内容を回答している生徒が 2 割ほど見られ、単元として「体育理論」を行っているかどうかは不明であるが、学校によって「体育理論」を実施しており、学習内容が理解できている生徒も 2 割ほどいることが明らかとなった。

③「運動・スポーツへのかかわり方に関する質問」結果

質問 6. 運動・スポーツへのかかわり方には「する」「見る」「支える」「知る」など多様なかかわり方があります。現在、あなたはこの 4 つの中でどのかかわり方が一番多いですか？

項目	回答数(割合)
する	67(57%)
見る	31(27%)
支える	8(7%)
知る	11(9%)

質問 6 では、かかわり方として「する」を選択した割合が半分以上を占める結果となった。

事前アンケートの結果から、生徒の実態は以下のようにまとめられる。

- ・ 体育の授業が得意だと感じる生徒が半数いた。
- ・ 中学校期に「体育理論」を受けていない、または分からない(覚えていない)と回答した生徒が 8 割を占めていた。
- ・ 体育の授業には「技の練習」や「競技のルールやマナー」が必要であると回答した生徒が多くいた。
- ・ 体育の授業に「スポーツの歴史」は必要であると回答した生徒は少なかった。
- ・ 運動・スポーツへのかかわり方「する」「見る」「支える」「知る」の 4 つの中で、「する」というかかわり方を選んだ生徒が多かった。

4. 授業実践の概要

本研究では、2020 年 11 月～12 月に山梨県内公立高等学校の第 1 学年のバスケットボール選択者 119 名(男 52 名、女 67 名)の生徒に対して授業実践を行った。

(1)事前アンケートを踏まえた単元指導計画

週 3 時間(2 時間続きと 1 時間のみ)の授業であるため、下記の表 1 に示す単元指導計画で授業実践を行った。今回は「体育理論」を運動領域に活用した授業づくりということで、毎回の授業の始めの 10 分～15 分で「体育理論」のモジュール学習を取り入れた。

表 1 単元計画(全 6 時間)

時	学習活動
1	<ul style="list-style-type: none"> ・ オリエンテーション, 研究の説明 ・ 体育理論① ・ バスケットボールの歴史・ルールの変容① ・ 9 対 9
2	<ul style="list-style-type: none"> ・ ルール説明 ・ 基本技術の習得 ・ ボールハンドリング ・ ドリブル ・ レイアップシュート
3	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体育理論② ・ 運動やスポーツにはどのようなかかわり方があある？ ・ レイアップシュート
4	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体育理論③ ・ バスケットボールの歴史・ルールの変容② ・ ジャンプシュート ・ ゲーム
5	<ul style="list-style-type: none"> ・ ゲームの続き ・ セットシュート
6	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体育理論④ ・ 3 回分の振り返り・まとめ ・ ゲーム ・ ハーフコート 2 対 1, 3 対 3

5. 実践結果

今回、担当した時間が単元の最初の時間からということもあり、実技の部分では基本技術の習得を中心に授業を展開した。

〔1 時間目〕

単元の最初の授業ということで、授業の進め方や研究の説明などについてオリエンテーションを行った後、体育理論の1回目としてバスケットボールの歴史・ルールの変容①を行った。

体育理論の授業展開として、たまたま体育館の倉庫にあったピーチバスケットとサッカーボールを使って行われていたことからバスケットボールと名付けられたという歴史から、教員側がランドリーボックスを体育館の2階に紐を括り付けて昔のバスケットゴールに見立てたもの(図1)を使ってバスケット部の生徒に軽く試合を行ってもらい、他の生徒はその試合を観察する授業展開を行った。その後、バスケットボールの歴史とルールの変容についてプリントを活用して理解させた。



図1 昔のバスケットゴールに見立てたもの

実習校の体育の授業は、本時の学習目標と授業の流れの確認が終わると早速実技という流れが基本的な授業展開であるため、今回の授業実践で15分程度の座学でのモジュール学習に戸惑いを感じている生徒も多く見受けられた。しかし、バスケットボールの歴史について理解している生徒がほとんどいなかったため、最初に行った昔のゴールでの試合の様子や歴史について話をしていく中で、生徒たちも興味を持って話を聞いている場面が多く見られた。体育理論①で使用した授業プリントについては図2に示す。

体育理論①(月 日)

～バスケットボールの歴史とルールの変容①～

1. バスケットボールのはじまり

海外でスポーツが出来ない冬の時期に、体育館でできるスポーツないかなあ？

1890年頃、アメリカではフットボールやバスケットボールといった屋外の競技がメジャーであった。オフシーズンの冬に、何が体育館でできるスポーツはないかとジェームズ・ネイスミスが考案したスポーツ。



バスケットボールの語源は？
ピーチバスケット+サッカーボール
たまたま体育館の倉庫にあった「桃を入れるカゴ」と「サッカーボール」を使って行われていた。



2. バスケットボールのルールの変容

	昔	現在
得点	・1ゴール()点 ・相手の連続3回のファウルで1点	・1ゴール2点 ・3ポイントの外は3点 ・フリースローは1点
人数	・()人 対 ()人 ※人数制限が無かった当時、50人対50人の試合が行われたことも…!!	・()人 対 ()人
ボールの移動	・()のみ!!	・パス ・ドリブル

図2 体育理論①で使用した授業プリント

実技の展開としては、体育理論①でルールの変容について学習したことを活用して、実際に昔の人数(1チーム9名)、ボールの移動(パスのみ)というルールのもと、9対9のゲームを行った。ほとんどの生徒たちが1チーム9人での試合を行うことが初めてであったため、戸惑いながらもボールをもらうためにはどのようにするのいいのか、試行錯誤しながら動いている様子が見られた。

〔2 時間目〕

事前アンケートにルールが難しいとの意見があったため、必要最低限のルール説明を行った後、ボールに慣れるという学習目標のもと、基本的な個人技能を習得するための練習としてボールハンドリング・パス・シュートを行った。最初に教師側が説明を行った後、実践する展開を行ったが、生徒たちもお互いの動きを見ながらアドバイス等を行う場面が多く見られた。

〔3 時間目〕

体育理論の2回目として、運動やスポーツの多様なかわり方について理解するという学習目標のもと、文化としてのスポーツ「する」「見る」「支える」「知る」を行った。体育理論

の授業展開としては、運動やスポーツには「する」を中心に「見る」「支える」「知る」という多様なかかわり方があることについてよりイメージできるように写真をホワイトボードに提示しながらプリントを活用して理解を深めた。(図3)その際、体育の授業での「する」以外のかかわり方(例:「見る」→応援する・上手い人の動きを観察する,「支える」→ゲームの審判を行う,「知る」→ルールや歴史を知る)等の説明を交えることで、学んだことをこれからの授業で活かせることができるような授業展開の工夫を行った。その後、「する」「見る」「支える」「知る」という多様なかかわり方があることを理解した上で、生徒一人ひとりの運動・スポーツへのかかわり方にはどのようなものがあるのかプリントの表にまとめた。最後に、「運動やスポーツには『する』だけでなく、『見る』『支える』『知る』といった多様なかかわり方があり、自分に合うかかわり方を選択しながら運動やスポーツを楽しもう」というまとめを行った。



図3 体育理論を学習している場面

実技の展開としては、レイアップシュートを高めるという学習目標のもと、ウォーミングアップとして準備体操とドリブルリレーを行った後、レイアップシュートの打ち方の説明を行った。前回の授業後の学習ノートから、レイアップシュートのステップや踏み切るタイミングについて分からないという意見が多く見受けられたため、ドリブル無しで1, 2のシュート→ワンドリブルからの1, 2のシュートというように、段階を踏みながらの授業展開を行った。1コートにリングが三か所あるため、均等に分かれるよう指示をしたが、その際に経験者もできるだけ均等に分かれてもらうことで、運動・スポーツへのかかわり方の「見る」の部分

に当たる「上手い人の動きを観察する」ことや、「支える」の部分に当たる「教え合う」という活動も見受けられ、体育理論で学んだことを早速活用しようとする様子が見られた。

〔4時間目〕

体育理論の3回目として、バスケットボールの歴史・ルールの変容②を行った。バスケットボールの歴史・ルールの変容①で学習した、昔のバスケットゴールはランニングギャラリーにかごをつけて行っていたことを考えたときに、どのような問題点が考えられるか生徒に発問を投げかけながらバックボードが誕生した理由、バックボードが透明になった理由について周りと相談しながら考えさせる活動を取り入れた。生徒同士で積極的に意見交流をしながら考えている様子が見られた。また、生徒の興味関心を引き出すために、バスケットボールが考案された当時～現在までのユニフォームについて実際の写真を見せながら紹介を行った。最後にバスケットボールの歴史・ルールの変容①・②を通して、「スポーツの技術やルールは用具や用品、施設の改良などによって変わり続けていること、メディアの発達などが大きく影響を与えている。スポーツをよりよく発展していくためには、現在のスポーツがどのような理由でどのように変化していったかを知ることが大切である」というまとめを行った。

実技の展開としては、ジャンプシュートを習得するという学習目標のもと、ウォーミングアップとして準備体操とオールコート2メンを行った後、ジャンプシュートの打ち方の説明を行い、シュート練習、ゴール下30秒シュート、ゲームという流れで展開した。1時間目から基本技術の習得を中心とした授業展開がほとんどであったため、ここでゲームを導入することで生徒も今まで練習してきたレイアップシュートやジャンプシュート等に積極的に挑戦する場面も多く見られた。また、全員にボールを回すことをルールとすることで、生徒たちも積極的にパスを回す場面も多く見られた。

〔5時間目〕

前時のゲームの続きを行った後、セットシュ

ートを習得するという学習目標のもと、セットシュートの打ち方の説明を行った後、フリースロー、セルフミートシュートという流れで展開した。3時間目以降、経験者がコツ等を教えていたり、運動が苦手な生徒から経験者にアドバイスを聞きに行く場面が多く見られ、生徒たちも「する」以外のかかわり方を積極的に行っていた。

〔6時間目〕

体育理論の4回目として、全3回分の振り返りとまとめについてプリントを活用しながら行った。使用した授業プリントについては下記の図4に示す。

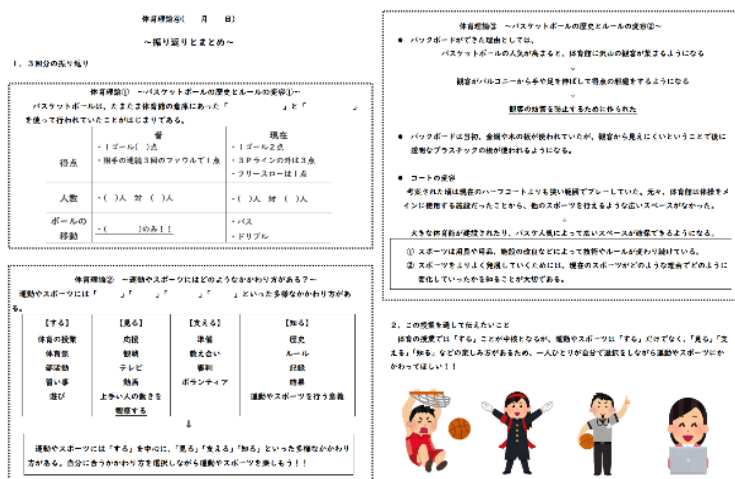


図4 体育理論④で使用した授業プリント

ここでは、1時間ずつ振り返りながらまとめを行っていったが、最後にこの授業を通して伝えたいこととして、体育の授業では「する」ことが中核となるが、運動やスポーツは「する」だけでなく、「見る」「支える」「知る」などの楽しみ方があるため、一人ひとりが自分で選択しながら運動やスポーツにかかわってほしいということを体育理論の全体のまとめとした。

実技の展開としては、空いているところでボールをもらうという学習目標のもと、ウォーミングアップとして準備運動とオールコート3メンを行った後、ハーフコート2対1を行った。ハーフコート2対1では、ノーマークでパスをもらってシュートを打つこと、シュートはできるだけゴール下から打つように指示を出

した。生徒たちもノーマークでボールがもらえるように積極的に動きながらパスをもらう場面や、声を出してパスをもらう場面も見られた。

6. 事後アンケート

授業実践の終了後、授業に関してアンケートを実施した。アンケートの項目については下記の表2に示す。また、回答方法は質問1～5が選択回答+自由記述、質問6は選択回答となっている。

表2 事後アンケートの調査内容

質問	調査内容
1	今回の授業を受けて楽しかったですか？
2	印象に残った授業内容は何ですか？
3	授業を受ける前と受けた後ではあなた自身に変化はありましたか？
4	授業を受けて、今後どのように活かしたいと思いますか？
5	授業を受けて思ったこと、感じたことを教えてください。
6	体育理論②で運動やスポーツには「する」「見る」「支える」「知る」といった多様なかかわり方があると学習しました。この授業を受けて、あなたはこれからどのかかわり方を行っていきたいですか？

(1) 調査結果

①「授業実践に関する質問」結果

質問 1. 今回の授業を受けて楽しかったですか？

項目	回答数(割合)
楽しかった	78(66%)
あまり変わらなかった	25(21%)
楽しくなかった	16(13%)

質問1では、66%の生徒が楽しかったと回答した。しかし、21%の生徒があまり変わらなかった、13%の生徒が楽しくなかったと回答した結果となった。あまり変わらなかったという項目に関しては、今回「体育理論」を運動領域に活用した授業を行ったということで、今まで受けてきた体育の授業と比べてどうだったのかという意味となっている。

特に「楽しくなかった」と回答した生徒の自

由記述を見てみると、「運動する時間が減った」「体育なので体を動かしたかった」というような実技の時間を増やしてほしいという意見が多く、「体育理論」を実施するとなると、体を動かすことが好きな生徒には、今回のように「体育理論」を運動領域の中で行うことに対して大きな抵抗があったことが予想される。

質問 2. 印象に残った授業内容は何ですか？(複数回答在り)

項目	回答数(割合)
バスケットボールの歴史とルールの変容①	88(67%)
文化としてのスポーツ「する」「見る」「支える」「知る」	15(11%)
バスケットボールの歴史とルールの変容②	29(22%)

質問 2 では、バスケットボールの歴史・ルールの変容①が 67%と一番多い結果となった。これは、バスケットボールのはじまりや語源について興味を持ってくれた生徒が多かったことが予想される。

質問 3. 授業を受ける前と受けた後ではあなた自身に変化はありましたか？

項目	回答数(割合)
変化があった	99(83%)
変化がなかった	20(17%)

質問 3 では、83%の生徒が変化があったと回答した。事前アンケートより、体育の授業で必要であると考えられるものの中で「スポーツの歴史」が一番回答数が少なかったが、今回「変化があった」と回答した生徒の自由記述を見てみると、「歴史を知ることによって、バスケットボールに興味を持つことができた」「スポーツの歴史について調べてみたいと思った」というような、歴史について肯定的な意見が最も多かった。

質問 4. 授業を受けて、今後どのように活かしたいと思いますか？

・スポーツのかかわり方で「見る」もかかわりの一つだと学んだので、おばあちゃんになって体を動かさなくても見てかかわりたい。
・今後運動やスポーツをするときにはまず「知る」ということから始めてみようと思った。

質問 4 では、運動・スポーツへのかかわり方の中でも、「する」以外の「見る」「知る」といったかかわり方を活用していきたいという意見も多く見られた。

質問 5. 授業を受けて思ったこと、感じたことを教えてください。

・私は体育のバスケは苦手だったけど、この授業をきっかけに「する」以外にも体育で関われるんだと思った。
・今まではゲーム中心の授業だったけど、体育理論によって歴史に興味を持つことができた。
・体育理論の時間が長かった。

質問 5 では、今回授業を受けてみて、「体育理論」について肯定的な意見が多くあったが、否定的な意見もいくつか見られた。

②「運動・スポーツへのかかわり方に関する質問」結果

質問 6. 体育理論②で運動やスポーツには「する」「見る」「支える」「知る」といった多様なかかわり方があると学習しました。この授業を受けて、あなたはこれからどのかかわり方を行っていきたくですか？

項目	回答数(割合)
する	49(41%)
見る	43(36%)
支える	11(9%)
知る	16(14%)

質問 6 では、「する」と回答した生徒が 41%と一番多く、続いて、「見る」と回答した生徒が 36%と 2 番目に多い結果であった。

7. 成果と課題

まだまだ体育＝体を動かす「する」スポーツであるという認識が多い中、今回の授業実践で「見る」「支える」「知る」といった多様なかかわり方があるという考え方を周知させることや、「体育理論」の学習経験を増加させるきっかけ作りになったのではないかと考える。運動・スポーツへのかかわり方について事前・事後アンケートの比較からも、「する」以外の「見る」「支える」「知る」の割合が高くなったことか

ら、生徒たちが自分に合ったかかわり方を選択できるようになっていることも明らかとなった。(図5)

	事前	事後
する	57%	41%
見る	27%	36%
支える	7%	9%
知る	9%	14%

図5 運動・スポーツへのかかわり方について事前・事後アンケート結果より

一方、本研究における課題として以下の3点が考えられる。

- ①「体育理論」を今回行った単元であるバスケットボールに活かすことができた授業展開であったかどうか
- ②理論よりも実践が好きな生徒への配慮
- ③体育理論の学習経験の乏しさ

①に関しては、筆者である授業者自身が「体育理論」と運動領域を上手く連結できていないことが考えられる。これについては「体育理論」についての認識をさらに深めることや、単元計画の見直しを行っていききたい。

②に関しては、より「体育理論」を学ぶ楽しさを伝えることができるような、「体育理論」を自然に学べるような授業展開の工夫を考えていきたい。

③に関して、先行研究・事前アンケート等を踏まえて、まだまだ現場では「体育理論」が軽視されている現状にあることが伺える。単元としての実施はもちろんのこと、今回のようなモジュール学習での継続実施を行うことで、生徒が実際の生活や生涯スポーツに「体育理論」の学習内容を活かすことができるようにしていきたい。

8. 参考文献

- ・香西康希, 米谷正造, 中川麻衣子(2019), 学校体育における「体育理論」の実態に関する研究
- ・黒澤寛己(2017), 学校における「体育理論」の基礎的研究
- ・文部科学省『平成30年度告示高等学校学習指導要領解説保健体育編』pp8
- ・村瀬浩二, 流川鎌語, 三世拓也(2016), 体育理論の実施状況と実施内容に関する考察
- ・中川直之(2021)『【完全保存版】バスケットボールの歴史を徹底解説! バスケの起源や現在のルールに至るまでを解説』2021年1月27日, <https://xn--r8jzxd0gob9c9ayd5474bghwf.com/history/>(2021年1月30日閲覧)
- ・佐藤豊, 友添秀則(2011), 「楽しい体育理論の授業をつくろう」大修館書店
- ・三井陽介, 沖永淳子, 黒岡孝信, 堀田景子(2015), 高校「球技(ハンドボール)の体育理論・言語活動を取り入れた授業
- ・中村平, 笹尾心太(2017), 高等学校における体育理論授業の実態に関する調査報告: 女子体育大生と一般女子大生との比較
- ・吉田文久(2016), 『学校体育における「体育理論」の新たな位置づけとその授業づくり(その1)―「文化としてのスポーツ」の学びを位置づける授業の構想に向けて―』日本福祉大学子ども発達学論集第8号, p1-2