

高等学校における連続した体育の授業の考察

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 原田敏秀

1. 問題と目的

高等学校における体育の授業は一般的に着替えや移動、準備、片付けなどにかかる時間が多く、活動時間が短いと言われている。そのため、1時間の授業で基礎的練習から実践的練習までを行うのは難しいのが現状である。筆者が受けてきた体育の授業も基礎的練習のみで終わってしまう授業や実践的な試合形式ばかりの授業がほとんどである。

文部科学省より平成30年に告示された高等学校学習指導要領解説保健体育編によると、「豊かなスポーツライフを継続する資質・能力を育成する観点から、運動に関する『知識及び技能』（中学校段階以降の知識では、運動の技能につながる知識のみならず、運動の成り立ちや多様な楽しみ方につながる知識等も含む）、運動課題等の発見・解決のための『思考力、判断力、表現力等』、主体的に学習に取り組む態度等の『学びに向かう力、人間性等』に対応した内容を示すこととした。」(p.13)と述べられている。しかし、現状多くの高等学校で行われている1時間の体育の授業では新学習指導要領で示された資質・能力の3つの柱である「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」を生徒に育成することは難しいのではないだろうか。体育の授業である以上これらの資質・能力を身に付けさせるためには運動時間の確保が重要になる。シーデントップ(1988)が提唱した「体育授業場面の期間記録法」においては、体育の授業場面を「インストラクション場面」「マネジメント場面」「運動学習場面」「認知学習場面」の4つに区分している。さらに、この研究をもとに南島(2011)は、優れた体育授業について「単元内容やその取り扱い時間によって授業場面量が異なるが、運動学習場面50~60%以上と設定している。」と述べている。実習校の授業は55分授業であ

るため運動時間が60%確保できていた場合でも33分となる。指導内容にもよるだろうが33分の運動時間で生徒に伝えられることには限界がある。そこで、1時間の授業を2時間、3時間と増やすことにより、生徒の資質・能力を育成する上で十分な運動時間を確保することが可能になるのではないだろうか。

本研究においては、高等学校における体育の授業を連続して行うことでどのような指導が可能か、どのような効果が期待できるかを参与観察と授業実践をもとに検討する。また、アンケート調査とインタビュー調査を通して連続した体育の授業について考察することを目的とする。

2. 方法

- (1)実習校 山梨県内の公立高等学校
- (2)実習期間 2021年6月~12月
- (3)研究内容 ①参与観察・授業実践
②アンケート調査
③インタビュー調査

3. 結果と考察

(1)参与観察・授業実践

実習校では、2・3学年が午前2時間、1学年が午後3時間連続して体育の授業を行っていた(表1)。筆者は、毎週火曜日と水曜日、全学年4クラスの体育の授業の参与観察・授業実践を行った。

表1 実習校の1週間の体育の時間割

	月	火	水	木	金
1校時					
2校時	3-123	2-123	3-456	2-456	
3校時					
4校時					
5校時	1-16	1-23	1-45		
6校時					

実習前半は客観的に授業を観察させていただけたことにより、生徒への発問の仕方や解説の仕方、授業の進め方など多くのことを学ぶことができた(図1)。また、連続した体育の授業だからこそ1時間の体育の授業では時間的に難しい細かな基礎練習も丁寧にを行うことができていた。生徒は、基礎練習から応用的なゲーム形式の練習まで1回の体育で行うことができるため、1時間ずつの体育の授業よりコツを掴みやすかったと考えられる(表2)。



図1 実習前半の参与観察の様子

の大切さや十分な専門的知識の必要性、臨機応変な対応能力など体育教師としての力量が必要になると考えられる。また、1時間の体育の授業では全体に対する一斉指導に終始しがちだが、連続した体育の授業では全体に伝えるだけでなく、運動の技能レベルに応じて個人にも指導することが可能になる(図2)。一般的にサッカーのリフティング指導は、全員同時に決められた時間の中で練習する傾向があるが、活動時間が十分に確保できることによって個人に対しての指導が可能になった。



図2 実習後半の参与観察の様子

表2 タイムスケジュール例(サッカー)

時間	経過	活動
4校時	12:50~13:00	グラウンド1周、準備運動、補強運動
	13:00~13:05	挨拶、主席確認、本時の説明
	13:05~13:10	用具の準備、チーム分け
	13:10~13:15	ボールタッチ
	13:15~13:25	リフティング
	13:25~13:45	ドリブル練習
	13:45~13:55	休み時間
5校時	13:55~14:05	前時の復習
	14:05~14:10	コート準備
	14:10~14:30	シュート練習
	14:30~14:50	ゲーム
	14:50~15:05	休み時間
6校時	15:05~15:35	ゲーム
	15:35~15:40	片付け
	15:40~15:45	まとめ、健康観察、挨拶
	15:45~15:55	移動、着替え

実習後半は授業の中で指導に関わる機会を多くもらうことができ、技術的なアドバイスの仕方や運動が苦手な生徒に対しての声掛け、効率よく指示を伝える方法などより実践的な学びを得ることができた。しかし、連続した体育の授業は1時間の体育の授業に比べて想定していなかった現象が多く起こるため、授業準備

連続した体育の授業については、メリットとデメリットどちらも感じることができた。メリットとしては、準備や片付けの時間を削減できるため運動時間を十分に確保できること、個人的にアドバイスできるため生徒が自分の動きを修正しやすいこと、柔軟に時間配分ができることなどが挙げられる。デメリットとしては、1週間に1度しか授業がないため運動習慣が定着しにくいこと、1回の運動時間が長いため体力的に苦しいことなどが挙げられる。また、種目によって連続した体育の授業に適しているものと適さないものがある。今回調査対象としたソフトボール、サッカー、テニスでは教師側が適切に休憩を設けるなど配慮することである程度運動強度を調整することが可能である。しかし、長距離走など常に運動強度が高い活動を長時間行うことは、運動が得意な生徒と不得意な生徒が混在する体育の授業では非常に難しいと考えられる。

(2)アンケート調査

アンケート調査は実習校の全クラスの生徒を対象に行った(注:欠席者は除く)。単元前は1学年合計225人,2学年合計231人,3学年合計225人を対象に実施した。単元後は1学年合計232人,2学年合計211人,3学年合計204人を対象に実施した。内訳は表3,表4の通りである。方法については,実習中に行われた単元の開始前と終了後に授業の一部時間を頂き質問紙を用いて行った(図3,図4)。

表3 単元開始前の対象

学年\種目	ソフトボール	サッカー	テニス	合計
1学年	107人 (男子)	118人 (女子)	×	225人
2学年	99人 (男子)	91人 (女子)	41人 (男女)	231人
3学年	100人 (女子)	78人 (男子)	47人 (男女)	225人

表4 単元終了後の対象

学年\種目	ソフトボール	サッカー	テニス	合計
1学年	111人 (男子)	121人 (女子)	×	232人
2学年	85人 (男子)	77人 (女子)	49人 (男女)	211人
3学年	86人 (女子)	71人 (男子)	47人 (男女)	204人

連続した体育授業についてのアンケートご協力お願いします

本日はアンケートにご協力いただきありがとうございます。このアンケートは高等学校における連続した体育の授業デザインとその効果について研究を行うためのものです。正しい答えや間違えた答えというものはありません。自分が思った通りに答えてください。

Q1 あなたは体を動かすことが好きですか?

好き どちらかといえば好き どちらかといえば嫌い 嫌い

Q2 あなたは体育授業以外で30分以上の運動を1週間での程度行いますか? (部活動含む)

しない 週1回以上 週3回以上 週5回以上

Q3 あなたは(種目名)が好きですか?

好き どちらかといえば好き どちらかといえば嫌い 嫌い

Q4 この種目の連続した体育授業を行うことについてどのように思いますか?

良い どちらかといえば良い どちらかといえば良くない 良くない

Q5 Q4の回答はなぜですか?

Q6 この種目の連続した体育授業を行って技術は上達すると思いますか?

思う どちらかといえば思う どちらかといえば思わない 思わない

Q7 Q6の回答はなぜですか?

アンケートは以上です。どのように回答したか外部に漏れることは一切ありません。ご協力いただき、誠にありがとうございました。

山梨大学教職大学院 原田敏秀

図3 単元開始前の質問紙

連続した体育授業についてのアンケートご協力お願いします

本日はアンケートにご協力いただきありがとうございます。このアンケートは高等学校における連続した体育の授業デザインとその効果について研究を行うためのものです。正しい答えや間違えた答えというものはありません。自分が思った通りに答えてください。

Q1 あなたは体を動かすことが好きですか?

好き どちらかといえば好き どちらかといえば嫌い 嫌い

Q2 あなたは体育授業以外で30分以上の運動を1週間での程度行いますか? (部活動含む)

しない 週1回以上 週3回以上 週5回以上

Q3 あなたは(種目名)が好きですか?

好き どちらかといえば好き どちらかといえば嫌い 嫌い

Q4 この種目の連続した体育授業を行うことについてどのように思いますか?

良かった どちらかといえば良かった どちらかといえば良くなかった 良くなかった

Q5 Q4の回答はなぜですか?

Q6 この種目の連続した体育授業を行って技術は上達すると思いますか?

思う どちらかといえば思う どちらかといえば思わない 思わない

Q7 Q6の回答はなぜですか?

Q8 この種目の連続した体育授業を行って時間どのように感じましたか?

長い ちょうど良い 短い

Q9 連続した体育授業について何かあれば自由に記述してください。

アンケートは以上です。どのように回答したか外部に漏れることは一切ありません。ご協力いただき、誠にありがとうございました。

山梨大学教職大学院 原田敏秀

図4 単元終了後の質問紙

アンケート調査の結果については以下で示す。「あなたは体を動かすことが好きですか?」という質問に対しては,単元前と後どちらにおいても全学年で70%以上の生徒が「好き」または「どちらかといえば好き」と回答している。このことから実習校の生徒は運動に前向きな生徒が多いことが分かる。実際に体育の授業においても男女問わず活動に積極的に参加したり,一生懸命プレーしたりする生徒が多く見られた。運動が苦手な生徒も参加しやすい授業の雰囲気がこのような結果につながったと考えられる。(図5,図6)。

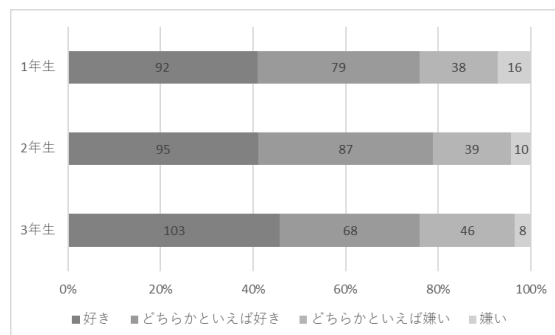


図5 単元前

あなたは体を動かすことが好きですか?

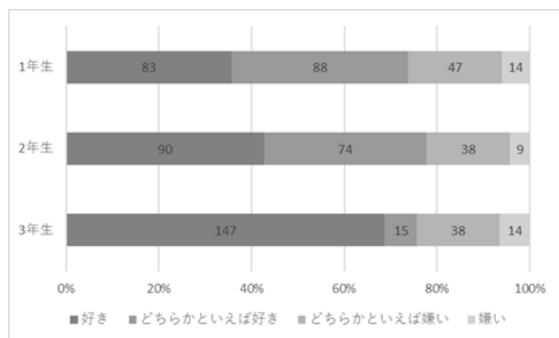


図6 単元後

あなたは体を動かすことが好きですか？

「あなたは体育以外で30分以上の運動を1週間でどの程度行いますか？」という質問に対しては、1・2年生は50%以上の生徒が「週3回以上」と回答している一方で、3年生は80%以上の生徒が「週1回以上」または「しない」と回答している。この結果は部活動の引退が大きく影響していると予想できる。3年生にとって体育の授業で運動時間を確保することは非常に重要である(図7, 図8)。

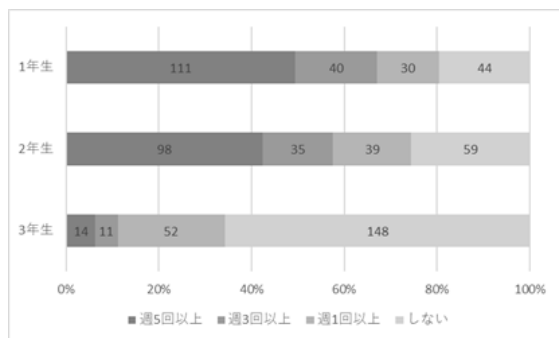


図7 単元前

あなたは体育以外で30分以上の運動を1週間でどの程度行いますか？

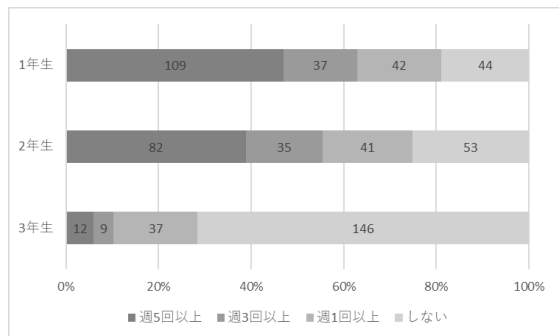


図8 単元後

あなたは体育以外で30分以上の運動を1週間でどの程度行いますか？

「あなたは(種目名)が好きですか？」という質問に対しては、単元前と後どちらも2・3年生で行ったテニスが選択種目ということもあり90%以上の生徒が「好き」または「どちらかといえば好き」と回答している。また、ソフトボールとサッカーにおいても全体的に「好き」または「どちらかといえば好き」と回答している生徒が増加傾向にある。生徒が授業を通してソフトボールやサッカーの楽しさを経験できたからだと考えられる(図9, 図10)。

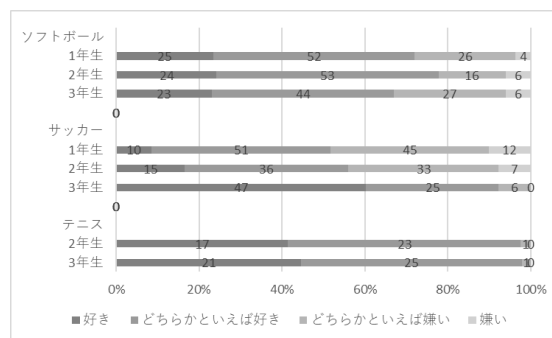


図9 単元前

あなたは(種目名)が好きですか？

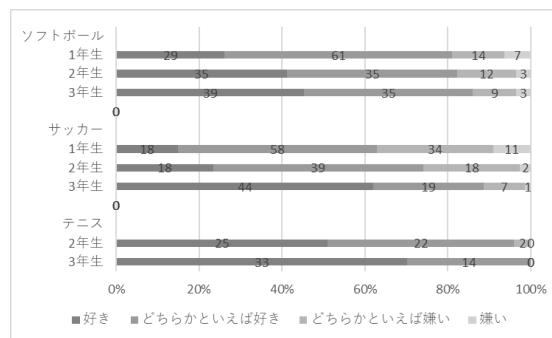


図10 単元後

あなたは(種目名)が好きですか？

「この種目の連続した体育授業を行うことについてどのように思いますか？」という質問に対しては、全体として単元前と後どちらも良い印象を持っている生徒がかなり多かった。しかし、少数ではあるが良いイメージを持たない生徒もいた。運動が苦手な生徒にとっては、連続した体育の授業は辛い時間が伸びてしまう。教師として運動が苦手な生徒でも楽しめるような授業を設計していくことが求められる。1年生の女子サッカーに注目すると、「好き」または「どちらかといえば好き」と回答した生徒の割

合が30%以上増加している。単元前は連続してサッカーを行うことに抵抗がある生徒が多かったが、単元後は実際の授業を通してイメージが変わったと考えられる。普段あまり運動を行わない生徒にとっては、授業の内容次第でその種目のイメージが大きく変化する。このような生徒に授業で行った種目に興味を持たせることができれば、生涯スポーツの観点においても望ましいことであると考えられる(図11, 図12)。

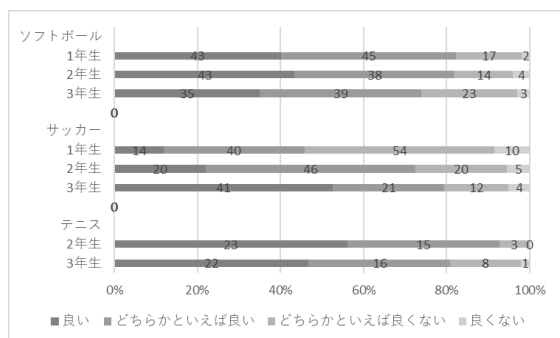


図11 単元前

この種目の連続した体育授業を行うことについてどのように思いますか？

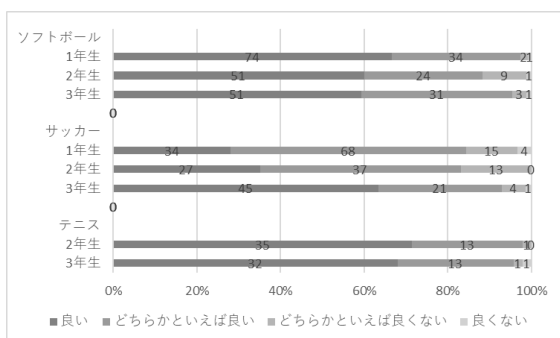


図12 単元後

この種目の連続した体育授業を行うことについてどのように思いますか？

「この種目の連続した体育授業を行って技能は上達すると思いますか？」という質問に対しては、どの種目も単元前と後どちらも「思う」または「どちらかといえば思う」と回答した生徒が多かった。部活動などの経験から技能が上達するためにはある程度まとまった時間が必要であると考えられる生徒が多いことが分かる。単元前と後で変化がないことから生徒がイメージした通り連続した体育の授業が技能の上達に効果的だったと考えられる(図13, 図14)。

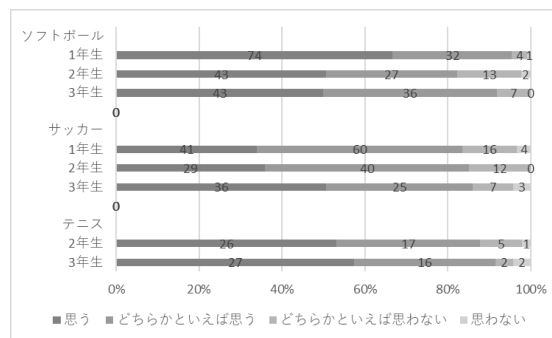


図13 単元前

この種目の連続した体育授業を行って技能は上達すると思いますか？

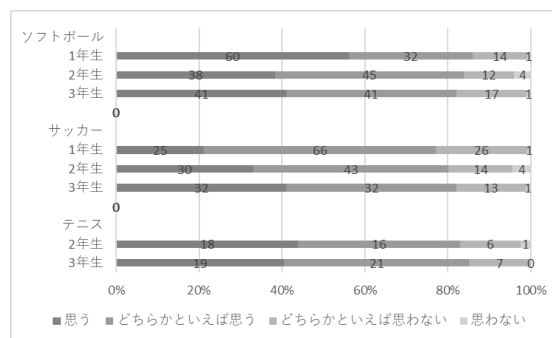


図14 単元後

この種目の連続した体育授業を行って技能は上達すると思いますか？

「この種目の連続した体育授業を行って時間はどのように感じましたか？」という質問に対しては、「ちょうどよい」と回答した生徒の割合が非常に高かった。連続した体育の授業のため「長い」と回答する生徒の割合が高いと予想していたが、授業の際に適度に休憩を取ることができていたため時間的な長さを感じる生徒が少なかったと考えられる(図15)。

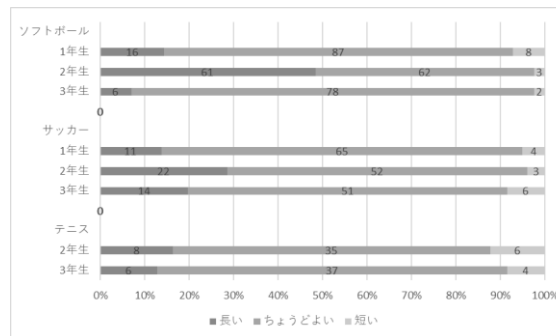


図15 単元後

この種目の連続した体育授業を行って時間はどのように感じましたか？

(3)インタビュー調査

インタビュー調査は、実習校の体育教師を対象に行った。方法については、授業後に授業を行った教師に対して非構造化インタビューを実施した。連続した体育の授業についてメリットは、運動時間を十分に確保できることで個人に対しても細かいアドバイスをすること、練習からゲームまでの授業の流れを作りやすいこと、生徒が1回の体育の中で自分の動きを修正しやすいこと、柔軟に時間配分ができることなどが挙げられた。デメリットは、1週間に1度しか体育がないため感覚を忘れてしまう生徒がいること、生徒への体力的な負担が大きく怪我や体調不良のリスクが高いこと、生徒の運動習慣が定着しにくいこと、雨天時の対応が難しいことなどが挙げられた。インタビューを聴く中で連続した体育の授業は教師側の負担もかなり大きいという声もあった。実習を行った時期はかなり暑い日が続いていたため、炎天下の屋外で連続して体育の授業を行うことは教師側の負担も大きいと感じた。

4. 成果と課題

連続した体育の授業という運動時間を十分に確保できる状況において、資質・能力の3つの柱である「知識及び理解」「思考力、判断力、表現力等」「学びに向かう力、人間性等」を育成するための明確な授業構成を見つけることはできなかったが、生徒が技能を習得していくために丁寧な基礎練習を行った上でゲーム形式のメニューを行うことで技能上達に有効であったと考える。アンケートの自由記述でも「基礎練習の時間にアドバイスされたことを試合の中で活かすことができた。」という意見や「1回の授業でたくさん活動できるためコツを掴むことができた。」という意見がとても多かった。このような意見が生徒から挙げられたことは1つの成果であると考えられる。

また、今回の調査を通して筆者が想像していたよりも連続した体育の授業に対して否定的な考えを持つ生徒が少なかった。時間的な部分も「ちょうどよい」と答えた生徒が全体の60%

以上を占めていた。生徒が飽きることなく活発に活動できる内容を考えることで時間的な問題は解決できると感じた。さらに、アンケートの自由記述から予想していなかった成果として「他クラスの生徒と仲良くなることができた。」というものが挙げられる。連続した体育の授業は、1つ1つの練習に十分時間を使うことができるため、生徒同士の教え合いによって交流を深める結果につながったと考えられる。また、ゲーム形式の内容が多くコミュニケーションを取る機会が増えたことも要因として考えられる。

今後は、体育教師の専門性をどのように授業に反映していくのか考えていく必要がある。今回の実習で行われた連続した体育の授業は、資質・能力の3つの柱を育成するために私が教材研究や授業設計したものではなく、実習校の体育教師がこれまでの経験を通して行った授業である。今回の成果を超えて連続した体育の授業の可能性を広げていくためには、これまでとは異なる方法や内容で意図的に授業構成をしていくことが求められると考える。そして、種目についても考えていかなければならない。今回の実習では、ソフトボール、サッカー、テニスという限られた種目のみ調査した。現場ではこれらの種目以外にも多くの種目を行っているかどうかは疑問である。より多くの種目で調査を行い、連続した体育の授業の有用性について検討していく必要があると考える。

5. 参考・引用文献

- ・高等学校学習指導要領（平成30年告示）
- ・高等学校学習指導要領（平成30年告示）
解説 保健体育編
- ・シーデントップ：高橋健夫ほか訳．体育の教授技術．大修館書店．1988．319-325
- ・南島 永衣子．体育教師について－体育教師の視点から－．びわこ成蹊スポーツ大学研究紀要．2011．8．165-166