

体育授業におけるプラスイメージを増やす授業実践

ーサッカーの技術向上に着目した教師の言葉がけと生徒同士の対話ー

教育学研究科 教育実践創成専攻 教育実践開発コース 中等教科教育分野 田中琉稀

1. 研究動機・目的

1-1. 研究動機

スポーツ庁が行った、令和5年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果(2023)では、体育以外の運動時間は減少傾向である。さらに細かくみていくと運動意識群の「運動やスポーツをすることが好き」「体育が楽しい」の割合が下がったという結果がでている。運動をする子どもとしない子どもの体力の二極化が明らかとなった。保健・体育では様々な場面で二極がみられる。(する⇔しない)(好き⇔嫌い)(得意⇔苦手)(楽しい⇔楽しくない)などがあげられる。

運動自体に好意的意識を持った生徒が少なく、なっている中で二極化問題を改善するために、体育の授業においてプラスイメージを持たせることが必要だと考える。

中学校保健体育の学習指導要領解説によると、体育分野の目標第1学年及び第2学年の一つに「運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。」と記載されている。第3学年に関しても「運動についての自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。」と記載されている。この二つの文章で「他者に伝える」という点に着目し、実際に行われているのか疑問を抱いた。実際に、令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣調査結果(2020)から体育の授業を楽しめないと感じている生徒は授業での話し合いが行われていないという結果が出た。

以上の事を踏まえ、筆者は生徒ができる事が増えるような言葉がけを行うとともに、生徒同士での話し合いやアドバイスが必要だと考える。したがって、運動に対して好意的意識を持つためには「話す」という行動が関係していると考え、今回の研究で検証していく。

1-2. 教師による言葉がけについて

蝦名ら(2018)では体育が苦手となる4つの要因をあげている。

(表1) 苦手となる要因

- | |
|--------------------|
| (1) 個人の態度や環境に関すること |
| (2) 教員に関すること |
| (3) 運動や体育への不満 |
| (4) 体育での経験 |

(表2) 生徒のタイプ別

- | |
|---------------|
| (1) 運動嫌いの体育好き |
| (2) 運動好きの体育嫌い |
| (3) 運動嫌いの体育好き |
| (4) 運動嫌いの体育嫌い |

今回の研究では(表2)の(2)と(4)の生徒に焦点を当て、それぞれ体育が嫌いな理由として、教師の指導・コミュニケーションの方法に不満を待っていることが研究で明らかになっている。

また、生徒の体育に対してプラスイメージを増やすためには、できることを増やすことが大切だ。そのためには、種目における技術向上に繋がる言葉がけが有効だと考える。

河村ら(2024)の研究では、技術習得に向けた教師の言葉がけとして7つに分類されている。(体内への転移・体内と外部の関係・外部への転移・比喻・擬音語・リズム・視線)その種目にあった言葉の伝え方を意識すると生徒の技術向上に繋がると報告されている。

1-3. 目的

これらを踏まえ、本研究の目的を以下のように定める。

「言葉がけ」や「対話」といった「話す」という行為が、体育に対するイメージ(プラスイメージ)に影響を与えるのかを明らかにする。最終的に以下二つを目的として今回の研究を行っている

く。

- ・「運動が好きだけど苦手な人」を減らす
- ・「体育が嫌いな人」を減らす

2. 研究方法

(1)実習校の概要

実習校：山梨県内公立中学校

対象者：中学1年生

対象単元：E 球技 ゴール型 サッカー

(2)調査方法

1 学年7クラス(事前 201 人・事後 189 人)に体育の授業・サッカーに関するアンケート(図1)(図2)を Google forms にて実施。

体育・サッカーに関するアンケート

「たくさんある」・・・4
「やや多くある」・・・3
「あまり多くはない」・・・2
「まったくない」・・・1

1. 体育(運動)している時、先生が助言やアドバイスをしてくれる・・・ 4 3 2 1

2. 体育(運動)している時、友人が助言やアドバイスをしてくれる・・・ 4 3 2 1

(2)体育の授業は 好き ・ 嫌い

上記を選択した理由

(3)体育の際にどのような言葉がけが嬉しいか(やる気になるか)

・
・
・

(4)サッカーの経験 はい ・ いいえ
現在、サッカー部やクラブチームに所属している。またスポーツ少年団に通っていた場合も「はい」を選択してください。
体育の授業・遊びでの経験は「いいえ」を選択してください。

(5)サッカーのイメージは 楽しい・楽しくない(嫌い)

上記を選択した理由

アンケートは以上となります。ご協力ありがとうございました。

(図1)事前アンケート

体育・サッカーに関する事後アンケート

「たくさんある」・・・4
「やや多くある」・・・3
「あまり多くはない」・・・2
「まったくない」・・・1

体育(運動)している時、先生が助言やアドバイスをしてくれた・・・ 4 3 2 1

体育(運動)している時、友人が助言やアドバイスをしてくれた・・・ 4 3 2 1

サッカーの授業を受けて、少しでも体育の授業に対する好意的意識が高まりましたか？
○嫌いだったのが好きになった ○嫌いだったのが少しだけ好きになった
○変わらない

サッカーの授業を受けてイメージは変化しましたか？一番当てはまるような項目にチェックしてください
○変わらない ○楽しくない(嫌い)→楽しい
○楽しくない(嫌い)→少しだけ楽しかった

サッカーの授業でどのような場面を楽しみましたか 複数回答可
1技術練習(パスやドリブル・空間に走る動き) □仲間と協力して取り組んだ
2チームメイト同士で声をかけたりアドバイスがあった □試合
3その他 □なし

1.サッカーの授業を受けた感想を具体的に記入してください

・
・
・

(図2)事後アンケート

事前アンケートで、体育の授業が嫌いを選択

した生徒の回答に着目し、その生徒が事前アンケートで回答した(3)体育の際にどのような言葉がけが嬉しいか(やる気になるか)(表3)で回答したセリフを授業に反映させる。また、なぜ体育が嫌いなのかを(表4)で示す。

(表3) 体育の際にどのような言葉がけが嬉しいか(やる気になるか)

- ・頑張って、大丈夫
- ・一緒にやろう
- ・失敗しても気にしないで
- ・何回かやればうまくなるよ
- ・間違ってもいいから
- ・やってみよう
- ・すごいね

といった、できないことに対してのアプローチの声掛けを現場の生徒が求めている。

(表4)体育が嫌いな理由

- ・みんなの足手まといになっちゃう
- ・苦手なスポーツが多いから
- ・暑い
- ・運動が苦手、一人になる
- ・準備体操前のトラック2周体育館だと4周が嫌だから
- ・試合やチームの活動があったときみんなと同じように動けない

河村ら(2024)の研究内で出た7つの種類の内、サッカーで有効的なセリフを筆者が考え、実査に授業内で活用した。以下一例(図3)

(図3)筆者が活用し、生徒の振り返りで記入さ

軸足をボールの横におこうね。	体内と外部への関係
インステップの時は、インサイドで蹴る時より軸足を1歩ボールから離れる場所においてみよう	体内と外部への関係
ボールとゴールを結ぶ線上に入ろう	体内と外部への関係
顔を上げて次のマーカーを見ながら	視線
ボールを蹴る時は足を板のように固めて、ボールの中心を押し出すように	比喻
トラップの時は足首を軟らかく。クッションにボールが当たるイメージで	比喻
ボールを赤ちゃんのように優しく、優しく触ってあげよう	比喻
つま先は相手に向けて	外部への転移
相手の背中が見える位置に走ってみよう	外部への転移
敵も仲間もない場所を見つけて走ってみよう	外部への転移
守備の人の視野からきえてきよう	外部への転移

れた一例

対象校は通常、2 クラス合同及び男女別で実施されていることが多いが、本研究では 2 クラス合同男女共修で行った。チーム分けに関して、8 ～9 人 1 グループで各グループに経験者が入るよう、研究者がチーム分けをおこなった。

今回は、生徒同士の対話にも焦点を当て、授業を行うごとにサッカー経験者に「仲間にアドバイスを送るように。」と伝え続けた。更に、経験がなくても気づいたことがあったら全

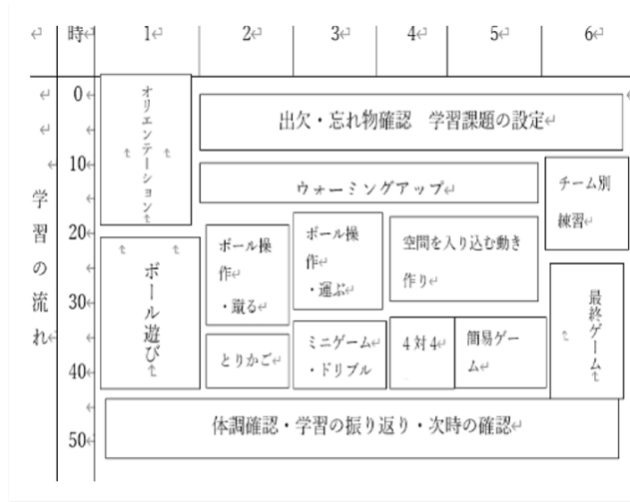


(図4)授業で用いた学習カード

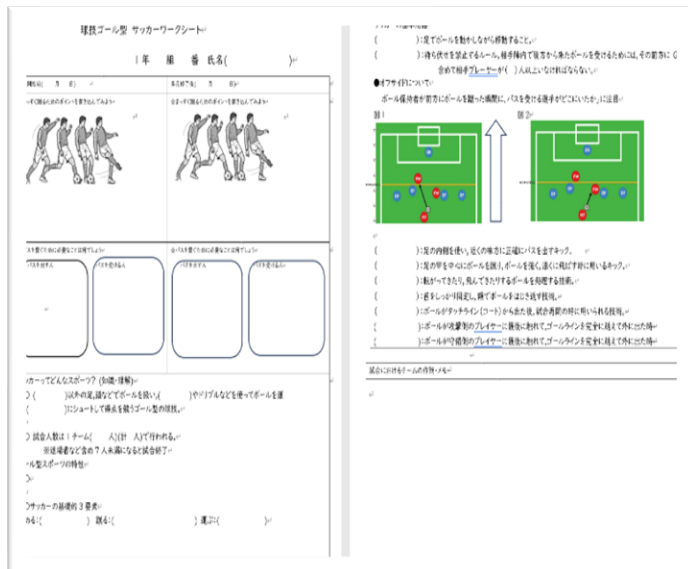
員で声をかけチームとして成長できるようにと
いった言葉がけを逐一おこなった。生徒がどの
ような言葉をかけていたのか、学習シートを用
いて授業ごとに把握した。(図4)

授業ごとに授業者がコメントを記入し、コミュニケーションを意識しながら授業時間以外でも助言を行った。

授業を行うにあたり、令和元年度全国運動体力・運動能力、運動習慣調査結果(2020)によると「できる事を増やすことが楽しさにも繋がる。」と述べられているので、授業構成も初心者が技術面でも取り組みやすい課題設定を意識して作成した。(図5)



(図 5)授業構成



(図 6)初回授業で使ったワークシート

初回授業では、ガイダンスを行いサッカーの基本的なルールから用語を説明し、知識を身に付ける授業内容に取り組んだ。(図6)

(表5)授業を行うにあたって意識した点

- ・難易度の設定をしっかりと行う
- ・生徒同士でアドバイスしあえるようなチーム編成(男女混合)
- ・教師による技術に関する具体的な説明(体内と外部の関係・外部への転移・比喩)
- ・アンケートで出た言葉を活用
- ・授業冒頭の説明の際に声掛けしあう事を伝える
- ・経験者は周りを輝かせるために

の6つを意識して授業に取り組んだ。

(3)分析の方法

事前アンケートで体育が嫌いを選択した生徒が、事後アンケートの際にどのような変容が見られたか。どの場面で楽しさを感じられたのかを把握した。

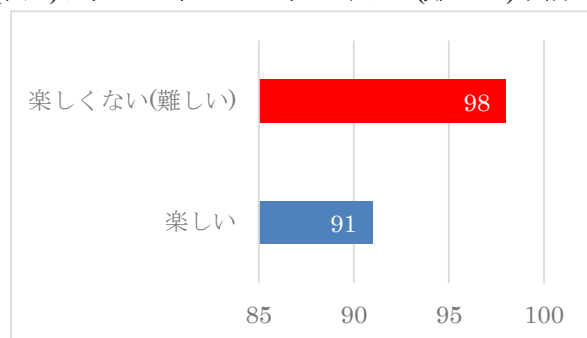
3-1 結果 授業で扱った種目(サッカー)の楽しさに関して

(表6)は事前アンケートで取った体育の授業におけるサッカーが楽しい・楽しくない(難しい)の割合である。(表7)は事前アンケートで楽しくない(難しい)を選択した生徒(98名)が事後アンケートで選択した項目の割合である。

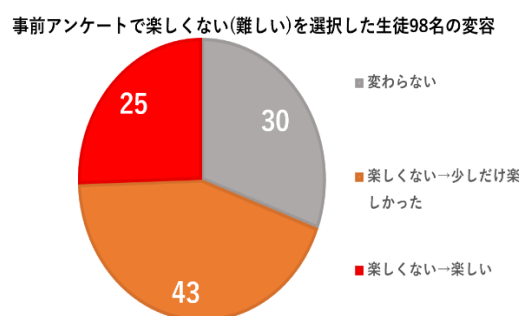
事前アンケートでは楽しいと回答した割合が48.1%に対し、事後アンケートでは84.1%へと大幅に増加した。

(表8)は事前のアンケートで楽しくない(難しい)を選択した生徒が少しだけ楽しかった・楽しいへ変化した68名の生徒が記入した理由を抜粋したものである。事前調査でマイナスイメージを持っていた生徒に対象を絞るため、逆の選択肢は生徒に投げかけなかった。

(表6)サッカー楽しい・楽しくない(難しい)事前



(表7)事前で「楽しくない」を選択した生徒の変容



(表8)変化した理由(抜粋)

「楽しくない(難しい)→少し楽しかった」

生徒 A

仲間と協力してシュートを決めることができた。

生徒 B

アドバイスのおかげで少しできるようになったから。

生徒 C

基礎を学べたので少し難しくないと感じた。

生徒 D

協力して楽しかった。

「楽しくない(難しい)→楽しい」

生徒 E

球技は苦手だからできないと思っていたが、仲間と協力したりして少しずつできるようになっていった。

生徒 F

できなかったことができるようになって少し楽しかったから。

生徒 G

サッカーは楽しくないと思っていたが、仲間と一緒に声をかけたりすることが楽しさに繋がった。

生徒 H

できない理由を考えたり、仲間や先生の言葉でできるようになった。

生徒 I

クラスメイトが声をかけてくれたから。

生徒 J

ルールや基礎技術の方法を教えてもらえたから。

(表8)において、サッカーを経験したことがない生徒は少なからず存在する。体育の授業で初めて取り組む生徒がいる中で、初めての種目であるうえ、足で操作するといった難しいイメージを持ちやすいサッカーにおいて、基礎の基礎から取り組むことはとても有効である。森下(2022)によると、「体育が嫌いな理由として劣等意識に関わるものがほとんどであるとされている。」とされている為、初めて取り組む生徒、そもそも運動が好きではない・苦手な生徒に寄り

添った授業展開作りが求められる。しかし、それだけでは経験者や運動が得意な生徒が飽きてしまうので更なる工夫が求められる。今回の授業では、

- ・逆足のみを使用する
- ・タッチ制限を設ける
- ・できない・わからない生徒に教える
- ・周りの生徒を輝かすために意識して動こう
- ・キャプテンとしてチームをまとめる

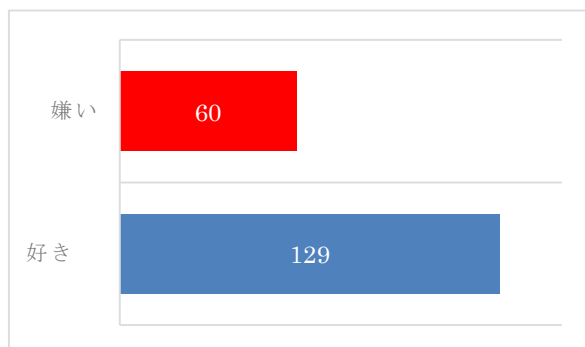
といった声掛けをおこなったことで、経験者だけが楽しい、反対に経験者が全く面白くないといった授業を防ぐことができたと考えられる。

3-2 体育の授業全体

(表 9)は事前にアンケートで取った体育の好き・嫌いの結果であり、(表 10)は事前アンケートで嫌いを選択した生徒(60 名)が事後アンケートで選択した項目の割合である。今回は、マイナスイメージからプラスイメージになった理由の研究なので、事後アンケートでは(変わらない・嫌い→少し好き・嫌い→好き)の3件法で回答を求めた。

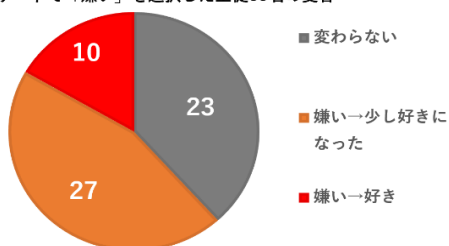
また、(表 11)で好意的意識が高まった理由を生徒の記述から抜粋する。

(表 9)体育の好き・嫌い(事前)



(表 10)事前で「嫌い」を選択した生徒の変容

事前アンケートで「嫌い」を選択した生徒60名の変容



(表 11)好意的意識が高まった理由

生徒 A

サッカーは球技の中でも、嫌いだったけど先生や友達がアドバイスをしてくれたから、少しだけ好きになった。

生徒 B

苦手なスポーツもあるけれど、先生や友人のアドバイスを聞いてできるようになり、体育が楽しくなってきたから。

生徒 C

アドバイスが的確で、少しずつうまくなったし声掛けがやる気になって楽しかった。

生徒 D

おもっていたより出来るが多かった。

生徒 F

友人のアドバイスでできるようになった時、楽しいなって思ったから。

生徒 G

できないことができるようになったから。

生徒 H

疲れも多いけれど、楽しいこともあったから

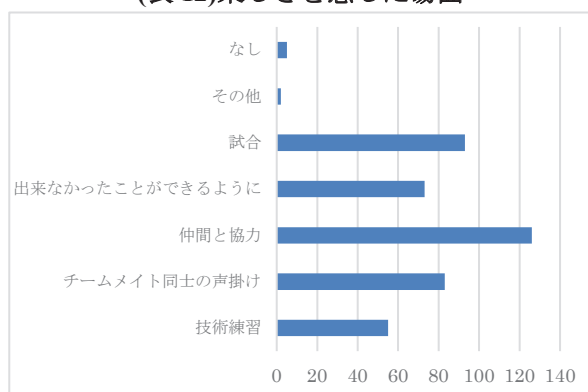
記述からも読み取れるように、ポジティブフィードバックや小さな成功体験・友人や教師との支援価値などが読み取れる。アドバイスが生徒にとって重要な役割を果たしていることがわかる。特に、アドバイスが「的確であるか」「前向きであるか」などパフォーマンスの向上や心の変化にも直結していると考えられる。技術的なアドバイスが上達に繋がり、自信をつけそれが「できる」という感覚に繋がり精神的な面での向上にもつながっていると考えられる。

また、体力的な負担を感じることもあったとしても、それを上回る楽しい事やためになるといった体験を経験する事で好意が高まるのだろう。好意は単なるアドバイスや励ましだけでなく、自分が成長している実感や達成感を得ることによって深まる。できる事が増えていく過程や喜び、他者からの支援を受けることで苦手意識が変わり最終的にポジティブな感情が芽生えてくる。

3-3 サッカー授業でどのような場面で楽しさを感じたか。

(表 12)では、どの場面で楽しさを感じたのかをまとめたものである。選択肢を与えそれについて複数回答可で選択してもらったものになる。「技術練習(パスやドリブル・空間に走る動き)」「チームメイト同士で声をかけ、アドバイスしあった。」「仲間と協力して取り組んだ。」「できなかったことが少しでもできるようになった。」「試合」「その他」「なし」の7択である。189人総選択数 437 件。その中で「仲間と協力して取り組んだ。」の割合が1番多く 126 件 66.7%。続いて「試合」93 件 49.2%。3 番目に「チームメイト同士で声をかけ、アドバイスしあった」83 件 43.9%「できなかったことができるようになった」73 件 38.6%「技術練習(パスやドリブル・空間に走る動き)」55 件 29.1%「なし」5 票「その他」が2 件となっている。

(表 12)楽しさを感じた場面



アンケートを細かく読んでいくと、上記で述べている事後アンケートで体育の授業で好意的意識が高まったと回答した37名の内33名が「チームメイト同士の声掛け・アドバイス」を選択している。「チームメイト同士の声掛け・アドバイス」を選択した83人の内33名が授業を行う前に体育が嫌いだった生徒である。意識が高まった生徒の89%がこの項目によって楽しさを感じていた。

また、「仲間と協力して取り組んだ」を選択した生徒が126票のうち30票が、事前アンケートでは体育に対し非好意的意識を持っていた生徒である。事後アンケートで、好意的意識を持った37名の内30名が「仲間と協力して取り組んだ」を選択した。意識が高まった生徒の81%がこの

項目を選んだ。

このことから「チームワーク」や「仲間からのサポート」が生徒の意識に与える影響は大きいのではないかと考えられる。最初は体育に対して消極的だった生徒たちが、仲間と一緒に協力し、励ましあいながら課題を克服することで、体育に対する意識が変わる。生徒たちが、他者との協力を通じてスポーツの魅力を発見・再発見し、苦手意識を乗り越えられるのではないかと考える。「声掛けや」「協力」を通じて得られる達成感や成長は、体育に対する好意的な意識を高める大きな要因であると分かった。仲間からの励ましや助け合いがあることで、体育がただ義務として行うではなく、ポジティブな経験を積み場として捉えることが意識の変化に必要なことなのではないか。

3-4 教師の声掛けと生徒間の声掛け

(表 13)では事前にアンケートで集計した、体育(運動)している時、励ましやアドバイスをくれるか否かを生徒たちはどのように感じているのかを4件法(4「良くあてはまる」3「やや当てはまる」2「あまり当てはまらない」1「まったく当てはまらない」)で回答してもらった結果である。図に表記されている数字は(選択人数,構成比)である。

(表 14)は、事後アンケートで筆者が授業中に励ましやアドバイスできたかを把握するための結果でもある。全クラスの全授業を指導できた訳ではないので、参考資料として活用させてもらう。

実数が違うので、正確な数値はわからないが事前事後であまり大きな差は見受けられなかった。対象校の先生方は、授業中よく生徒とコミュニケーションを取りながら行っていたので、自身が意識して取り組んだとはいえ、声掛けに関して大きな差がでなかったのではないだろうか。

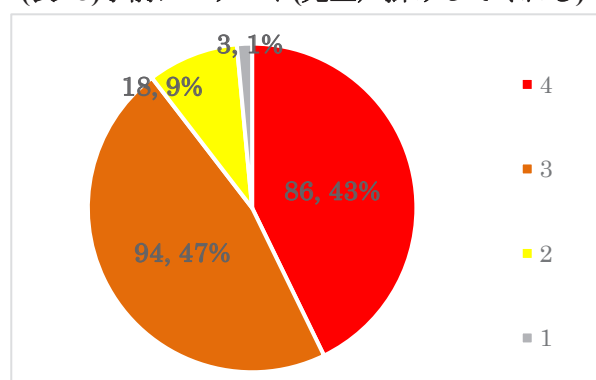
(表 15)は事前アンケートで取得した「体育(運動)している時、友人が励ましやアドバイスをくれる」という項目の結果を示したものである。

(表 16)は事後アンケートで取得した「体育(運動)している時、友人が励ましやアドバイスをく

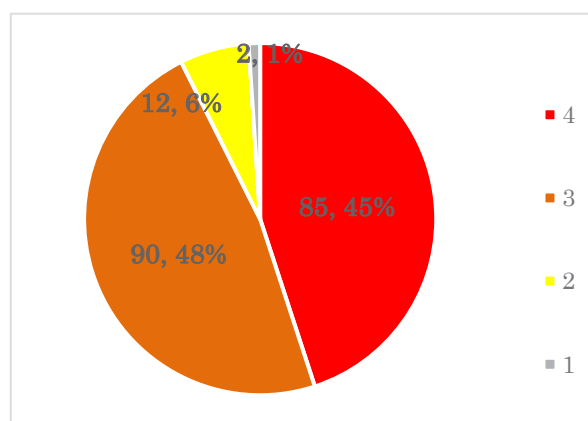
れる」という項目の結果を示したものである。

生徒間の声掛けに関しては、筆者自身が毎授業の冒頭に声を掛け合うよう伝え続けたので、生徒の意識に大きく影響したのではないかと。前述の3-1,3-2,3-3結果や生徒のコメントを見ている限り、生徒の中に声掛けの意識が大きく芽生えていたはずだ。実際に授業を行っている中でも、男女関係なく声をかけている場面や、経験者が動作や声掛けなど積極的にグループ内でコミュニケーションを取っていた様子が伺えた。

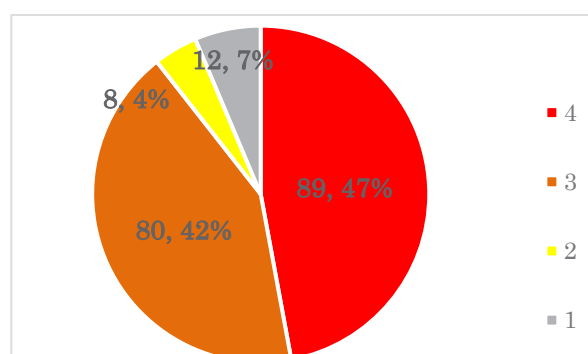
(表13)事前アンケート(先生声掛けしてくれる)



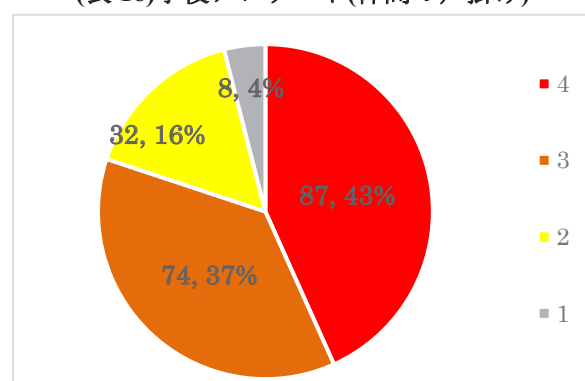
(表14)事後アンケート(先生声掛けしてくれる)



(表15)事前アンケート(仲間の声掛け)



(表16)事後アンケート(仲間の声掛け)



3-5 授業を受けた感想から読み取れること

(表17)取り組んだことのない種目や、運動や体育に苦手意識がある生徒は最初からマイナスなイメージを持ったまま授業に参加している。しかし、普段生活を共にしている仲間からの声掛けや、初歩的な内容を細かく取り組むことで苦手意識なども減少してくるのだろう。そしてそれが、小さな成功に繋がり、少しずつ楽しさや面白さといった感情に繋がってくるのだと考える。

(表17)授業を受けた感想

生徒A

難しいイメージは変わらないけど、授業を通して少しでも面白いと感ずることができた。

生徒B

足のどの部分を使って相手をかかわせばいいのかが難しかったけど試合や鳥かごでどうすればいいかを考え、行動できたので楽しかった。

生徒C

サッカーは1人でできないので友達と協力することで仲間との絆も深まったし サッカーが全くできない私でも先生や友達からコツを教えてもらい少しでもできるようになるのが技術も高められたので嬉しかったです。

生徒D

最初は嫌とかやりたくないという気持ちが強かったけど、授業するたびにだんだん楽しくなりサッカーをしたいという気持ちが徐々にできました。仲間と声を掛け合ったり励まし合ったりすることができよかったです。

4 本稿の総括

生徒に体育の楽しさを伝えるためには単元全体と本時の目標を踏まえて、その動作を具体的に説明する。その際は、河村ら(2024)の研究内で出た7つの種類の内、種目にあう言葉の伝え方を意識すると生徒の技術向上に繋がり、生徒も理解しやすいと明らかになった。

また、生徒間での声掛けは教師側から授業ごとに「どんな言葉がけをしてほしいのか」、「どんな事を考えてほしいのか」を伝えることで効果的な動きを見せてくれることが確認された。プラスイメージをうむために生徒間の声掛けが非常に有効であった。当たり前のように感じるが、生徒がのびのびと運動をすることができるように、取り組む内容や声掛けなどに意識をむけてあげることが大切である。中学校保健体育学習指導要領解説に記載されている体育目標の一つにある「他者に伝える力を養う」は生徒間だけでなく、教師とも取り組むことで楽しさや喜びそして豊かなスポーツライフの実現へと繋がっているのではないかな。

今回は男女共修で行うことにより、経験者の多い男子生徒からのアドバイスが多かった。男女別の際は生徒間でどんな言葉がけがでるのか。競技経験者が少ない種目に対して、教師の伝えかた、声掛け等をした側の気持ちなども考慮して次の研究へと繋げていきたい。

最後に、本研究の目的は体育や運動におけるプラスイメージ増やすことである。生涯スポーツや豊かなスポーツライフの実現等、これからの未来を担っていく子ども達のために教師を目指す者として、少しでも考えることができ良かったと考える。本研究を進めるにあたり、ご協力いただいた学校の校長先生をはじめご指導いただきました先生方・学生に感謝申し上げます。

5. 参考・引用文献

- ・スポーツ庁(令和5年度体力・運動能力調査の結果について)(2023)
- ・スポーツ庁(令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等報告書)(2019)
- ・文部科学省 中学校学習指導要領(平成29年

告示)解説 保健体育編(2017)

- ・森下純弘(2022)体育嫌い・運動嫌いに関する基礎的研究 - 脱ゆとり世代教育の場合 -, 流通科学大学論集 - 人間・社会・自然編 - 第35巻第1号, pp.1-13
- ・古田久(2018)運動嫌いと運動不振の関係, 日本教科教育学会誌, 第40巻第4号, pp.63-69
- ・蝦名, 高見(2018)中高生における運動および体育に対する好き嫌いの実態と要因の観点から「よい体育の授業」を検討する, 法政大学スポーツ健康学部, 法政大学スポーツ健康学研究, 9巻, pp.49-63
- ・岡沢ら(1996)運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究, スポーツ教育学研究, Vol.16、No2, pp.145-155
- ・河村ら(2024)技能習得に向けた教師の工夫された言葉がけの有効性に関する検討：高等学校の介入授業を通して, 体育学研究 No69, pp.463-480