男女共習体育の実現に向けて

－アルティメットによる安全面と運動量の確保－

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　角田拓未

1.　研究背景と目的

近年の高等学校学習指導要領保健体育版解説によると、「体力や技能の程度及び性別の違い等にかかわらず, 仲間とともに学ぶ体験は, 生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた重要な学習の機会である」と記され、原則として男女共習で学習を行うことが求められている。さらに各領域においても、体力や技能の程度、性別の違いを越えて、仲間とともに（各種目）を楽しむための調整の仕方を見つけること、と全ての領域においてこのねらいが記されている。男女共習体育を行う上で、石塚らによると男女においては運動有能感や身体有能さの認知において影響を与えると報告している。男子においては、男女別習時と共習時の授業後を比較すると、別習時に比べ身体有能さの認知が向上し、統制感の低下傾向が見られた。具体的な生徒の意見として、「女子が何もしないので余計に動く」「運動能力が男女で不公平なので余計に動く」と回答している。女子よりも運動ができるという先入観により身体有能さの認知が向上した反面、女子の運動差をカバーすることを悲観している生徒も存在していた。

次に女子においては、別習時よりも運動有能感の維持傾向が見られた。具体的な生徒の意見として、「男子が得点をたくさん取ってくれたり、アドバイスを的確にくれた」「男子のボールも取れた」「男子の強いボールとかから取り方、投げ方を学べた」と回答しており、男子がいることで運動することの喜びや、競争の楽しさを感じ、運動の魅力を寛恕しているように捉えられる。最後に全体としては、別習時よりも身体的有能さの認知傾向が見られた。このようにいくつかの先行研究から、男女共習体育の必要性を述べている。しかし男女共習体育の現状としては、村上らによると、男女共習授業は、これまでにも多くの学校で実践されてきたが、中学校・高等学校においては、依然として男女別習型体育が行われているのが現状であると報告されている。男女共習型体育の実現が困難とされる要因について、山西らによると、下記を挙げている。

〇体力・能力差の問題が発生
〇運動種目の選択の必要性
〇安全性の問題
〇男女比率の問題
〇男子の技能向上の問題
〇チーム作りの必要性
〇個に応じた指導の必要性
〇授業形態の使い分け
〇女子の学習意欲の低下

実際に私の実習校の山梨県内公立高等学校では、必修体育において男女別習型授業を実施している。その理由として、H 高等学校は男子バレーボール、ラグビー、野球、ウエイトリフティングが県内トップレベルから全国レベルであるため、男女間における体格差が大きくなっている。そのため、怪我の危険性や、男子の運動量の確保が困難であるため、男女別習型授業を実施している。そこで私は、男女共習型授業を実現するため、アルティメットを活用した安全面と運動量の確保された授業を実践し、生徒自身が男女共習型体育に対して前向きに捉え、今後球技においてアルティメットが有効であると提案することを目的とする。

2.アルティメットについて

アルティメットとは、1968 年に高校生のジョエル・シルバーが考案し、アメリカ合衆国ニュージャージー州メイプルウッド市のコロンビア高校で最初のゲームが行われた 7 人制のチー

ムスポーツで、100m×37m のフィールドでフライングディスクを落とさずにパスをして運び、コート両端のエンドゾーン内でディスクをキャッチすれば得点となるスポーツである。世界大会では 15 点先取の得点制で勝敗を決定する。他の球技にはないディスクの飛行特性を操る技術や走力、持久力を必要とすることから「究極（Ultimate)」の名前が付けられた。ディスクの特性を利用した「華麗なパスワーク」、風によって浮いているディスクを飛びつきながら掴む「ダイビングキャッチ」、コートの端まで届く「ロングスロー」などのダイナミックなプレーが魅力のスポーツである。また、アルティメットは身体接触が禁止されており、フェアプレーを最重要視したセルフジャッジ制を導入していることが最大の特徴で、選手は競技者と審判の役割を同時に求められる。プレーに参加する選手はルールを熟知した上でプレーを進め、選手同士で意見の相違が発生した場合は自分の意見と相手の意見を考慮し、自分に有利、不利ではなく事実に忠実に判断をすることが求められる。

2012 年には大阪・堺市で「世界アルティメット＆ガッツ選手権大会」が開催され、ウィメン部門日本代表が優勝という結果を残している。また、2012 年度以降、中学校の学習指導要領にゴール型の球技として採用され、道具を操る能力や参加生徒全員の運動量確保、ルールとフェアプレー精神に従い自分たちで判断をして試合を進めるセルフジャッジなど数多くの観点から日本体育協会にも評価されている。実際に使用される公式ディスクは、直径 27 ㎝で、175g といった重さである。また、他球技に比べて特殊な点が、得点時にコートチェンジを必ず行う点や、ディスクが落下した場合相手チームからの再開になる点、そして制限時間は 100 分間か 17 点先取という試合を終えるパターンが 2 通りある所である。このようにアルティメットは球技において安全面と運動量が確保された個性的な種目である。

3.研究方法

（1）実習校と実習方法

実習校：山梨県内公立高等学校

実習期間：5 月~12 月（週 1~2 回）

授業実践：第 3 学年「基礎スポーツ」選択科目の保健体育の授業

（2）授業実践

①授業概要

対象：基礎スポーツ選択者（男子 19 名 女子 10 名 計 29 名）

日時：11 月 7 日~12 月 12 日（全 7 時間）

②授業計画

これまでアルティメットに触れる機会が無いため、ガイダンスによるアルティメットの説明や事前の質問紙調査から始め、基礎技術を習得し場面練習、試合形式へと少しずつ近づけていく授業計画とした。試合や場面練習に関しては、Excel の rand 関数を使用し、男女比関係なくチームを決める。安全面の配慮として、公式ルールにのっとり接触を一切禁止する。運動量の確保に向けては、アルティメットの競技自体に運動量が多い点に加え、セルフジャッジで試合運営ができる点を活用し一度に全員が活動できるよう、全チームが一度に試合が行えるような試合運営を行う。

表 1

授業計画		
時間	ねらい	主な内容
1	アルティメットの特徴と基礎技術を理解する	ガイダンス、質問紙（授業前）
2	ディスクを真っすぐに飛ばす	パスのポイント解説とパス練習
3	積極的にスペースにパスをする	スペースへのパス練習
4	味方の動きに合わせてパスをする	味方の動きに合わせたパス練習
5	スペースに走り込む	得点等の場面練習
6	得点する	試合実践、質問紙（授業後）
7		

（3）分析方法

①質問紙調査

授業実践の前後に行う。体育や男女共習型体育に関する意識や現状、怪我の有無について調査する。授業後には計７時間でのアルティメットや男女共習型体育を終えた感想や心情の変化について５件法や記述式で調査を行う。

表 2

質問項目（授業前）
①体育は楽しいか
②上記の理由
③普段の体育で運動量が確保できているか
④上記の理由
⑤体育の授業内で怪我をしたことがあるか
⑥はいと答えた人のみ怪我の詳細
⑦これまでに男女一緒に体育を行った種目を校種に詳細
⑧今後男女一緒に体育を行いたいか
⑨上記の理由
⑩男女一緒に体育を行う上で考えられる問題点

質問項目 1.3.8 に関しては「はい、どちらかというとはい、普通、どちらかというといいえ、いいえ」の 5 つから選択する 5 件法、他の項目に関しては記述にて回答する。

表 3

質問項目（授業後）
①アルティメットの授業は楽しかったか
②上記の理由
③今後も男女一緒に体育を行いたいか
④上記の理由
⑤今後男女で一緒に体育を行う上で考えられる問題点
⑥運動量は確保できたか
⑦上記の理由
⑧授業内で怪我はあったか　はい・いいえ
⑨はいと答えた人へ怪我の詳細

質問項目①.③.⑥に関しては「はい（5)、どちらかというとはい（4)、普通（3)、どちらかというといいえ（2)、いいえ（1)」の 5 つから選択する 5 件法、⑧に関しては「はい・いいえ」のどちらかを選択、他の項目に関しては記述にて回答する。

4.結果及び考察

（1）質問紙調査（授業前）

①体育は楽しいか

はい 13 名、どちらかというとはい 12 名、普通 3 名、いいえ 1 名との回答が確認された。具体的な理由に関しては、体を動かすことに関して肯定的な感情を有する生徒が多く見られた。いいえと回答された理由に関しては、中学校に比べて体を動かそうという意識が低くなり、だらけてきてしまう生徒が多く、否定的な感情を有していることが分かった。

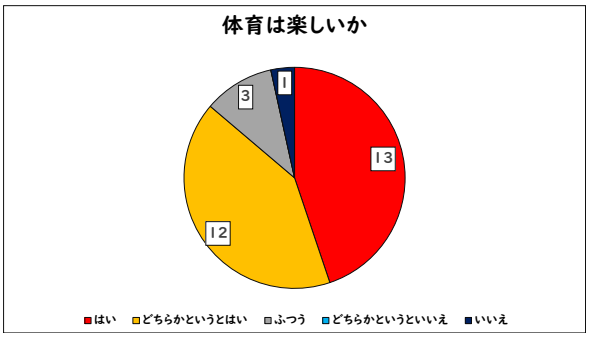

図 1

表 4

回答番号	回答理由
5	体を動かすのが勉強よりも良かったから
5	普通だった
5	体を動かすことが好きだから　皆で運動できて楽しいから
5	様々なスポーツを体験できたから
5	体を動かすのが好きだから　みんなでワイワイするのが好きだから
5	スポーツ・動くことが好きだから
5	体を動かすことが好きだから　机に座りたくない
5	勉強の授業に比べて自由度が高く、楽しかった
5	勉強より体を動かすことが好きだから
5	体を動かすことが好きだから　座って勉強しなくていいから　自由度が高いから
5	体を動かすことが好きだから
5	やったことのないスポーツや運動ができたから　体を動かすことが好きだから
5	動くことが好きだから　球技が得意だから
4	楽しかった。しかし満足できていない
4	マット運動が苦手だったが、他は好きだから
4	楽しいがルールを理解できないものもあったため
4	体育は基本的に好きだけど、競技によって楽しくないものがあった。雰囲気が盛り上がっていないと楽しくない
4	中高どちらも持久走以外は割と楽しかった　コミュニケーションがとれるから
4	競技や体を動かすことが好きなので、体育は好き。しかし持久走は嫌いなので4
4	嫌いな種目もあったけれど楽しかった
4	ずっと同じ競技をしていたり、退屈なのは楽しくない
4	普段しないスポーツに触れることができたから
4	体を動かすこと自体嫌いではないから
4	体を動かすことは嫌いではないから
4	強歩大会以外は楽しい　球技が楽しい
3	楽しいものもあればつまらないものもあった
3	普通だった
3	運動することは嫌いではないから
1	高校になるとだらけてくる人が多い　あまり楽しいと感じたものが無い

③普段の体育で運動量が確保できているか
はい 14 名、どちらかというとはい 11 名、普通 4 名との回答が確認された。具体的な理由に関しては、体育が好きであるという点もあり、普段の体育で積極的に体を動かしているという意見が多く確認された。

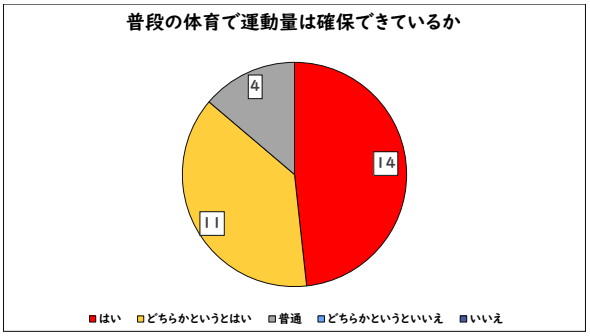

図 2

表 5

回答番号	回答理由
5	頑張って運動しているから
5	週に14回体育があるから
5	しっかり動けている
5	しっかり動けている
5	今バスケで動いているから　自分でも動いているから
5	毎日体育の授業があるから
5	週8時間で体育をやっていて、色々な運動をしている
5	毎日体育をとっているから
5	毎日体育で体を動かしているから
5	全力で体育をしているから
5	全力でやっているから
5	とにかく走り回って全力でスポーツをやっている
5	バレーやバスケを特に取り組んでいて試合などで運動量を確保できている
5	授業量が多いから満足に体を動かすことができる
4	部活と比べたら満足していないかんじがする　引退してから体力の衰えを感じる
4	週に14回あるから
4	週に14回体育があるから
4	選択の授業が多いので短時間でもある程度運動量は確保できている
4	体育の授業で結構身体を動かせていると思うから
4	あまり動かないときがあるから４
4	適度に汗をかいているから
4	よく動く授業もあればあまり動かない授業もあるから
4	1日に２～３時間体育の授業があるから
4	部活を引退して前より運動量は減ったが、週2で部活に参加して動いているから
4	終わった後暑いし、汗もでてくるから
3	ふつうにできている
3	普通の体育は足りているが、他の体育は運動をしないから
3	部活動より動かないから
3	終わった後の体が疲れている時と疲れていない時があるから

③体育の授業内で怪我をしたことがあるか
はいと回答した生徒は 7 名確認された。怪我の詳細に関しては、球技の授業内での発生が多く、接触による要因と、単独による要因が見られた。

表 6

性別	怪我の詳細
男	サッカーで足首の捻挫（蹴り合いで負けた）　ラグビーで肩の打撲
男	バレーボールで着地の際に右足首を捻挫
男	ラグビー部の人にステップをして抜こうとしたら足首をひねった
男	バスケやバレーで突き指をした
女	中学校の時、跳び箱から落ちて頭を打った　足首の捻挫
女	バスケで指を折った
女	小学校の跳び箱で小指骨折　中学のバスケで突き指

⑦これまでに男女一緒に体育を行った種目を校種に詳細
小学校は基本的に担任が全ての授業を行っている点や、小学校は中学校や高等学校のように領域で詳細に種目が分かれていない。そのため幅広い種目やゲーム形式を行っている可能性が高いため今回の調査では中学校での男女一緒に体育を行った種目に限定した。回答結果は、器械運動 2 名、陸上競技 11 名、水泳 10 名、球技 37 名、武道 0 名、ダンス 4 名という結果になった。球技が最も多く、球技をさらに詳細に分けると、ゴール型 16 名、ネット型 10 名、ベースボール型 11 名となった。ネット型とベースボール型は身体的接触がないため、今回の研究と関連した身体接触のあるゴール型をさらに細かく分析すると、バスケットボール 9 名、ハンドボール 4 名、サッカー3 名ということが分かった。サッカーに関しては身体的接触が特に考えられえる種目であるため、サッカーと回答した生徒に詳しく話を聞いた。その結果、学校自体の生徒数が少なく、男女一緒に行わないと体育が成立しないという状況であることが分かった。よって、中学校段階においても男女別習型体育が多く実施されているという現状が確認された。

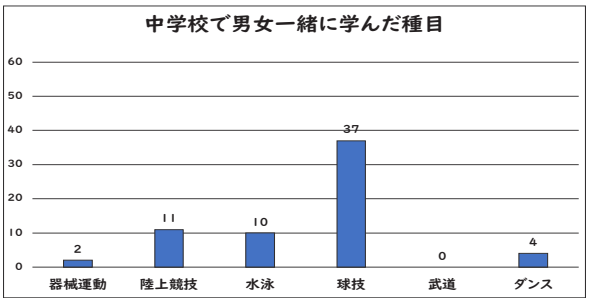

図３

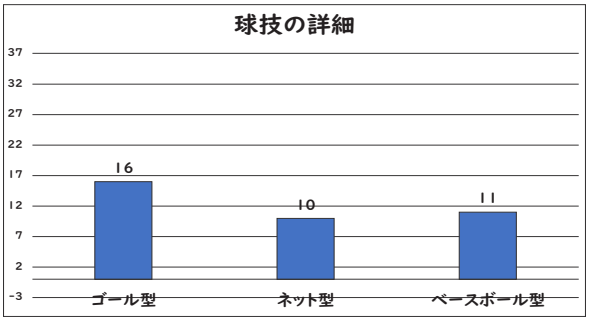

図４

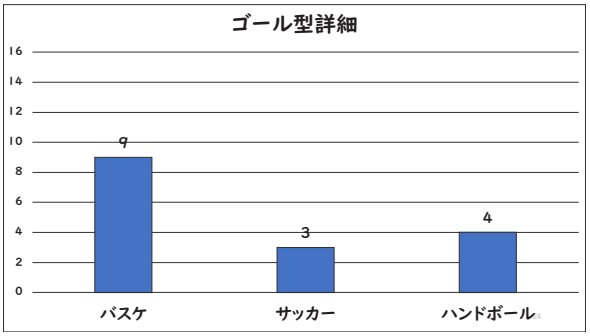

図５

⑧今後男女一緒に体育を行いたいか

全体としては、はい８名、どちらかというとはい３名、普通 15 名、どちらかというといいえ３名、いいえ１名との回答が確認された。これをさらに男女別に回答を分けた。男子においては、はい５名、普通 10 名、どちらかというといいえ１名、いいえ１名との回答が確認された。女子においては、はい３名、どちらかというとはい３名、普通４名、どちらかというといいえ１名との回答が確認された。この結果から、男子は男女共習型体育に対してあまり肯定的ではないということが分かった。反対に女子は男女共習型体育に対して肯定的であるということが分かった。男女ともに肯定的な理由としては、一緒に体育を行うことによる楽しさがあることや、社会の流れを考慮した点であるという意見が多く確認された。反対に男女ともに否定的な意見を持つ理由としては運動能力の差、男子だけでプレーを回す点、気を使ってしまうといった意見が見られた。

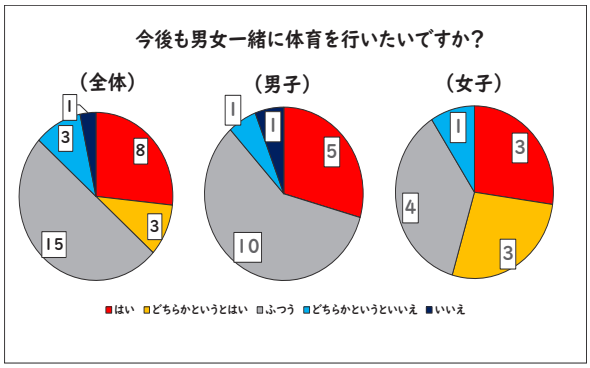

図６

表７

性別	選択番号	選択理由
男	5	男子だけだとつまらないから
男	5	女子と仲良くなれる
男	5	ジェンダーレス
男	5	男女の仲が深まる　身体の違いに気付ける
女	5	みんなでやると盛り上がるし楽しいから
女	5	みんなで仲良くなれるから
女	5	男女平等の世の中だから男女一緒にやっても良いと思う
男	5	一緒にやると楽しい
女	4	水泳は嫌だけど、男女分けるより混ぜた方が盛り上がる　チーム決めの時にめんどくさいからランダムで良い
女	4	多くの人と体育を行いたいから
女	4	大人数で楽しいから　協力する
男	3	力の差があるが楽しいので何とも言えない
男	3	どちらでもいい
男	3	やる気が出る仲が深まる
男	3	関わりを持てるから
男	3	体育を通じてコミュニケーションを取れるから
男	3	普通にスポーツをするだけなら男子だけでいいけど、それ以外だったら女子が一緒でもいいから
女	3	力に差があってついていけない
女	3	力の差があるから
男	3	差ができて全力でできない
男	3	全力を出せない
男	3	どちらでもいいと思うから
男	3	どっちでもいい体育ができればなんでもいい
男	3	力の差があって全力でできない
女	3	一緒にやっても楽しいけど、お互い気をつかうのが嫌だから
女	3	どっちでもいいけど、男女での力の差が大きいと思うから
男	2	気を使ってしまうから
女	2	どちらでもいいが、力の差などがあったり、男子は男子だけでプレーを回したりするので気まずくなるから
男	1	運動能力に差があって面白くない

⑩男女一緒に体育を行う上で考えられる問題点記述によって回答した。結果としては、力の差、体格差、遠慮、怪我のリスク等の意見が多く確認された。上記の先行研究で、力の差や体格差が男女共習体育を実現する上での課題点として挙げられていたが、生徒自身もそれを感じているということが分かった。

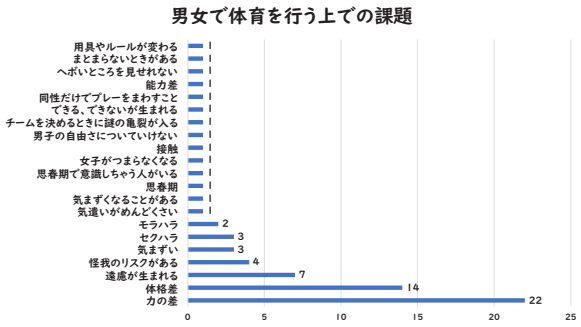

図 7

（2）質問紙調査（授業後）

①アルティメットの授業は楽しかったか

はい 7 名、どちらかというとはい 11 名、普通 7 名との回答が確認された。その理由としては、アルティメットという種目に対して魅力を感じた生徒が多かったが、その中で、みんなで行うことの楽しさについて 5 件の回答を確認することができた。

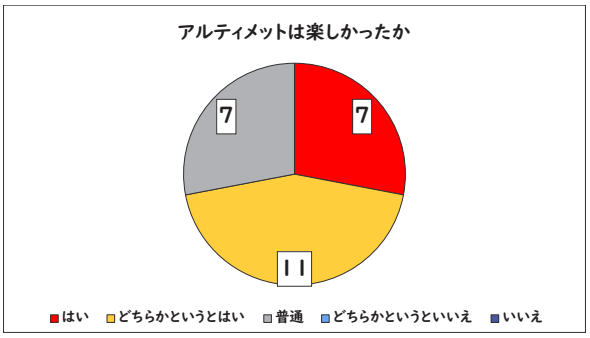

図 8

表 8

【アルティメットは楽しかったかに関する理由】

男	投げて走って楽しかった
男	知らないスポーツをしられたから
男	やったことが無かったスポーツに触れられたから
男	全員で楽しめたから。普段は行わないスポーツだから
男	今までやったことが無かったから
男	先生の授業が良かった
男	普段やらないスポーツをすることができた
女	試合が楽しかった
男	取れた時とうまく投げられた時が楽しかった。初めてやったから
女	初めてやる競技だったから
男	みんなとコミュニケーションをとりながら出来たから。色々な人と楽しめた
男	途中で抜きてしまった
男	楽しかった。いい運動ができた。またやりたい
男	寒いけど楽しかった
男	普段やることがないから
女	試合はめっちゃ楽しかった。投げ方が難しかった
女	チームで試合をするのが楽しかった。だんだん上達したから
男	投げることが楽しかった、チームの協力が楽しかった
男	普通に楽しかった
男	うまく投げられるようになったから
男	途中で抜きてしまった
男	上達した時もあったしうまくできない時もあった
女	楽しかった時もあれば楽しくない時もあったから
女	楽しかったけど、できないことが多かったから
女	投げ方とかじゃなくて、点を取る作戦とか、チームごとでやりたかった。けどゲームは楽しかった

⑤今後も男女一緒に体育を行いたいか

はい 9 名、どちらかというとはい 11 名、普通 5 名との回答が確認された。授業前と比較すると肯定的な意見が大幅に向上した。その理由として、みんなで体育をすることによる楽しさを感じることができたという意見が多く確認された。しかしその中にも力の差を感じたといった意見も数名見られた。

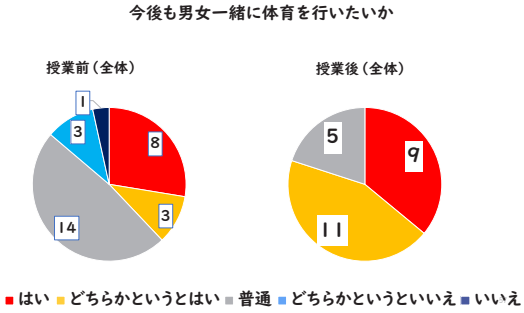

図 9

表 9

【今後も男女一緒に体育を行いたいかに関する理由】

男	スポーツは楽しい
男	みんなでやりたい
男	仲を深められる
男	あまり関わりのない人とも関われるから
男	女子にも出せるパスが必要になってきて、思いやりが身につけられるから
男	仲良くできた
男	交流大事
女	男女で差はあるけど大勢でやった方が楽しいから
男	楽しいから、普段体育を一緒にすることがないから
女	仲良くなれるしコミュニケーションが取れるいい時間だから
男	普通に楽しい
女	男女でやれた方が人数がいて楽しいから
男	色々な人とコミュニケーションをとりたい
男	どちらでもいい
男	楽しかった
男	みんなでやった方が面白い
男	楽しいから
女	仲が深まる、盛り上がるから
男	意外と協力できる
女	思い切りできるから。でも体力の差がある。難しい問題だと思うけど種目によると思った
男	手加減しないといけない時がある
男	大して変わらないから
男	少し遠慮してしまうから
女	女子だけでやった方が楽しいけど、男女の交流を深めるには混合の方が機会があっていいと思うから
女	男女でも楽しいけど男女で力の差がすごいから

③今後男女で一緒に体育を行う上で考えられる問題点

記述によって回答した。結果としては、授業前同様、力の差に関して回答している生徒が多く確認された。

表⑩

【今後男女で一緒に体育を行う上で考えられる問題点】

男	身体上の問題	男	身体能力の差
男	男女の差がある	男	力の差が違う
男	接触事故、力の差	男	力の差
男	スピード、体力、身体差	男	フィジカルの差
男	怪我など	男	力の差
男	力の差、フィールドの大きさ	女	力の差
男	体格	女	身体能力の差、事故
男	力の差	女	力の差、男子だけでやってしまうこと。気まずい
男	手加減してしまう 気を遣ってしまう	女	力の強さ
男	力の差	女	力の差がでる
男	身体能力の差	女	怪我
男	怪我	女	怪我など

⑥運動量は確保できたか

はい 8 名、どちらかというとはい 11 名、普通 5 名の回答が確認された。ほとんどの生徒が運動

量を確保することができていた。その理由としては、アルティメットの特徴であるコートの広さや、スペースを積極的に活用する点が影響していたと考えられる意見が多く見られた。

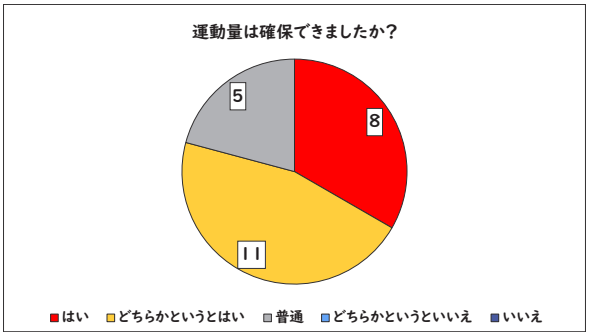

図 10

表⑪

【運動量は確保できましたか?に関する理由】

男	とても走り運動量が多かった
男	攻守の交代でよく動いた
男	守ったり攻めたりできた
男	点を取る上で走ることが大切だから
男	たくさん動いたから
男	疲れるから
男	走ったり投げたりして息が上がるから
男	動こうとすればたくさん確保できるスポーツだと思う
男	パス練習ではなかなか運動量が増えないが実戦では動けた
男	あったかくなれた
男	走れば確保できる
男	汗かいた
男	少し汗をかいたから
男	部活よりははるかに低いけどウォーミングアップにはいいと思うから
男	できる時とできない時があった
男	動いている時は動くが止まっている時は全く動かない
男	あまり走らないから
女	引退した後は動かないのでこれだったら走るし、上半身も動く
女	コートが広くてずっと走っていたから
女	走ったから、全身を使ったから
女	投げたりとりに走ったりできた
女	あまり走るタイミングがなかった。 継続して動いてなかった
女	寒すぎて動けなかった。ディスクが硬くてあんまりキャッチしたくなかった
女	走った時は確保できたけど、それ以外はできなかった

⑧授業内で怪我はあったか　はい・いいえ

はいと回答した生徒が 1 名確認された。怪我の詳細は、味方の少し前方にそれてしまったパスを無理にキャッチしようとした際に着地に失敗し、足を捻挫してしまった。怪我は発生してしまったが、今回の怪我の定義は身体的な接触による負傷としていたため、今回のケースは怪我の対象外とした。

（3）試合結果

7 時間の授業内で計 10 試合を行った。チームは男女比を問わず Excel によってランダムで選出した。チームは女子の人数をベースに表示している。男子の人数は、7 人制なので、7 －女子の人数で構成されている。また、4 チームをベースにチームを作成し、負け同士、勝ち同士が試合をするように回している。負け同士と勝ち同士で試合を組んだ理由として、あまりにも力の差が出てしまった場合、互いにモチベーションの低下に繋がり、授業への参加意欲に対して影響を与え、さらに運動量に対しても影響を与える可能性があるため実力が拮抗するような形式で試合を行った。全 10 試合を終え、全体的に大きく点差の離れた試合は②の 3-0 という 1 試合だけであった。他の試合は 1 点差や 2 点差、引き分けとなっている。その中で⑦の試合は女子が 4 名のチームに対して女子 0 名のチームが試合を行い、女子 4 名のチームが勝利することができた。このことから、アルティメットには男女関係なく試合に勝利することのできる球技であるということが分かった。

表 12

試合結果（7 人制）
①女子３名　vs　女子２名　２－１
②女子２名　vs　女子３名　３－０
③女子３名　vs　女子２名　１－１
④女子２名　vs　女子３名　２－０
⑤女子２名　vs　女子０名　０－２
⑥女子４名　vs　女子４名　１－１
⑦女子４名　vs　女子０名　２－１
⑧女子２名　vs　女子４名　２－１
⑨女子３名　vs　女子３名　２－１
⑩女子１名　vs　女子２名　２－１

5.まとめ及び今後の課題

授業前では体育に対して肯定的な生徒は多くいたが、男女共習型体育となると否定的な感情を有する生徒が確認された。その中でも特に男子が否定的な感情を有しているということが分かり、理由としては力の差や能力差などが多く挙げられている。授業の回答では、ほとんどの生徒が肯定的な感情を有しており、どちらかというといいえ、いいえと回答した生徒は見られなかった。また、アルティメットを楽しいと答えた生徒の理由の中にみんなで体を動かすことの楽しさについて触れている生徒が数名見られ、アルティメットを通して男女共習型体育の

楽しさに気付いている。

運動量に関して、回答者全員が普通以上と回答している。その理由に関しては、アルティメットの特徴でもあるコートの広さや、攻守の入れ替え、スペースを積極的に活用していくといった点から、運動量が確保できたという意見が多く確認された。

怪我の有無に関しては、1 名怪我人が出てしまったが、キャッチしようとした際の着地ミスである。今回の研究内で定義した怪我の内容は、接触によって起こったものとしている。よって今回の怪我は研究の対象外とした。試合に関しては、男女比があっても試合はそこまで点差が開くことはなく、場合によっては女子が多いチームが勝利することも可能である。また、授業内で女子が男子のパスをカットするシーンや、女子同士のパス交換による得点シーンも見られ、男女一緒に体育を行う中で、女子の活躍する場面も見られる。

今回の授業実践を終え、改善点はチーム戦術や場面練習のバリエーションが増やせなかったことだ。原因としては、球技ではあるがボールではなくディスクを使用するため、学校にそのような用具が無く、生徒がこれまでに触れる機会が無かった。そのため、基礎練習に時間が掛かってしまい、チーム戦術や場面練習の様々なパターンを生徒に体験させることができなかった。実際に生徒からも次回はチーム戦術に入りたいという意見を確認した。今後アルティメットを現場で実践していくためには、入学年次に基礎を身に付けさせ、次の年次とその次の年次からはチーム戦術や場面練習を増やしていくと、よりアルティメットの魅力や面白さを体感することができると感じた。安全面、運動量、力の差が男女共習型体育において課題として挙げられているが、この課題はアルティメットによって全て解決することができるということが今回の研究から分かった。よって球技選択において、アルティメットが有効であるということを提案していきたい。

6.参考文献

・「文部科学省高等学校学習指導要領（平成 30 年告示）解説 保健体育編」
・村上周一（2008）「中学校における体育授業の在り方に関する研究－男女別習・共習に注目して－」早稲田大学スポーツ科学研究科修士学位論文
・山西哲也（2010）「男女共習体育授業の実現と可能性の問題」中国四国教育学会教育学研究ジャーナル 6 61－68
・石塚諭，小松理那，鈴木剛「保健体育授業における男女共習化が生徒の学びに及ぼす影響」宇都宮大学教育学部研究紀要 第 70 号 別刷 2020 年 3 月
・WFDF アルティメット公式ルール 2021-2024 年版 日本語訳 ver.1.