

運動への関わり方を広げることができる生徒を育てる保健体育科学習指導

－ 目的に応じた update sheet の活用を通して －

長期派遣研修員

福岡県立福岡魁誠高等学校

教諭

小松 陽子

I 主題設定の理由

1 社会の情勢・教育の動向から

中央教育審議会答申において、「急激に変化する時代の中で、我が国の学校教育には、一人一人の児童生徒が、自分の良さや可能性を認識するとともに、あらゆる他者を価値のある存在として尊重し、多様な人々と協働しながら様々な社会的変化を乗り越え、豊かな人生を切り開き持続可能な社会の創り手となることができるよう、その資質・能力を育成することが求められている。また、新型コロナウイルス感染症により一層先行き不透明となる中、私たち一人一人、そして社会全体が、答えのない問いにどう立ち向かうのかが問われている。目の前の事象から解決すべき課題を見だし、主体的に考え、多様な立場の者が協働的に議論し、納得解を生み出すことなど、まさに新学習指導要領で育成を目指す資質・能力が一層強く求められていると言えよう」と示された。このことは、自分を取り巻く周囲の者や環境とどのように関わりながら問題に立ち向かっていくのかが問われていると捉えた。

また、高等学校学習指導要領（平成 30 年告示）解説保健体育編体育編は、「（前略）超高齢社会の到来や、生活が便利になること等によって体を動かす機会の減少が予想される 21 世紀の社会において、生涯にわたり、運動やスポーツを『する』ことのみならず、『みる、支える、知る』などの運動やスポーツとの多様な関わり方を社会で実践するなど、『豊かなスポーツライフ』を送ることは大きな意義がある。」と示している。このことから「する、みる、支える、知る」という多様な関わり方は今後のスポーツを通じた共生社会の実現にも寄与するであろう。

しかし、運動やスポーツが苦手、体育の授業が楽しめないという生徒にとっては、その多様な関わり方を学習したり、味わう機会があったりしても楽しさや運動を行うという心地よさを感じることができにくく、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続することに繋げることは難しいのではないかと考えた。そこで、運動やスポーツを行うこと自体の楽しみ方や関わり方を広げることが多様な関わり方へつながるのではないかと考え、本主題を設定した。

2 本校生徒の実態調査から

本校 2 年生のバドミントン選択者 16 名に、運動やスポーツ、体育の授業に対する意識についてアンケート調査を行った。

アンケートの結果を見ると、「体育の授業が楽しいか」という質問に対して「よくあてはまる・ややあてはまる」と答えた生徒は 12 名、「あまりあてはまらない・ほとんどあてはまらない」と答えた生徒は 4 名いた。「体育の授業が楽しいか」という質問に対して「あまりあてはまらない・ほとんどあてはまらない」と答えた生徒に理由を尋ねると「足を引っ張っていると感じる」や「できない」、「成長できない」という答えが見られた。

一方で、「誰とでもコミュニケーションを取ろうとしますか」という質問に対して「よくあてはまる・ややあてはまる」と答えた生徒は 9 名、「あまりあてはまらない・ほとんどあてはまらない」と答えた生徒は 7 名いた。また、「失敗を恐れずにチャレンジしていますか」という質問に対して 8 名の生徒が、「あまり当てはまらない・ほとんどあてはまらない」と答えた。

以上の実態調査から、運動を「する」からこそ考えたり、成長したりする楽しさや、人との関わり方の良さに気付くことができているのではないかと考えた。「する、みる、支える、知る」という多様な関わり方につなげるためにも、全ての生徒が運動への関わり方を広げ、運動や体育の楽しさを味わい、豊かなスポーツライフを実現できるようにしたいと考えた。

3 これまでの実践から

これまでの自分の授業を振り返ると、技能の習得を重視した活動を行うことが多く、とにかく体を動かして活動時間を確保することに努めていた。また、授業の中で、生徒が主体的に活動できるように、グループ活動での教え合いや話し合いなどの活動を取り入れたり、生徒が思考・判断・表現する場を設定したりしてきた。しかし、何を話し合えば良いのか、何を思考・判断すれば良いのかがわかりにくく、教師の意図とは異なった発言や活動を行う生徒が多く、生徒の主体性や思考をうまく引き出すことができていなかった。また、教師として「生徒が楽しく授業に参加できるように」という願いは持っていたものの、精一杯体を動かしたり技能を身に付けたりという「する」という捉え方が強く、「体育の授業によってわかる」、「体育の授業だからこそ気付く」ことができる運動への関わり方などに対する視野が狭かった。

これらのことから、生徒が技能の出来映えを気にして、運動意欲がなくなってしまうように、それぞれの動きの良さを生かすように工夫することや、互いの良さを伝え合ったり、認め合ったりできるようにすること、自分なりの答えに向かってどう取り組んでいくのか、仲間とどう関わっていくかなどに気付くことが大切であると考えた。また、このような視点で運動を行っていけば、生徒が、運動への新たな関わり方を見付け、広げることができるのではないかと考えた。このことは、生涯にわたる豊かなスポーツライフの継続につながると考え、本主題を設定した。

Ⅱ 主題・副主題について

1 主題の意味

(1)「運動への関わり方」について

「運動への関わり方」とは、自分と運動の間で生じるものであり、運動に取り組む際の学び方や接し方のことである。

運動に取り組む際の「学び方」や「接し方」には、技能を身に付ける方法を学ぶことや、他者との関わり方や互いの良さを伝え合うこと、相手の気持ちを考えて話すことなどがある。

本研究では、「学び方」や「接し方」を、思考的側面と情意的側面から捉える。思考的側面は、自分の動きや考えを振り返ることや自己分析をしながら取り組むこと、課題を見付けたり課題解決の方法などを考えたりしながら取り組むことである。情意的側面は、他者との関わり方や互いの良さを伝え合うこと、相手の気持ちを考えて話すことなどがあり、仲間とともに運動の楽しさや喜びを味わいながら取り組むこと、運動の得意不得意は関係なく、それぞれの活動を尊重しながら取り組むことである。

体を動かし、技能を高めることだけでなく、運動への取り組み方を思考的側面と情意的側面から捉え「学び方」や「接し方」を広げることによって、生徒たちは、「する、みる、支える、知る」という多様な関わり方ができる豊かなスポーツライフの実践につながると考える。

(2)「運動への関わり方を広げることができる」について

「運動への関わり方を広げることができる」とは、技能習得のみならず、運動に取り組む際の自分の学び方や接し方を思考的側面、情意的側面から膨らませていくことである。

技能の習得や思考的側面、情意的側面から捉えた学び方や接し方は、現在求められている資質・能力と関連していると考えられる。思考的側面からは、技能を身に付ける方法、自分や仲間の考えや学びを生かす方法、身に付けた技能や考えなど学んできたことを発揮するための方法等について、確認しながら活動していくことが必要であると考えられる。情意的側面は、運動の得意不得意にかかわらず、自分や仲間の良さを認めること、運動を楽しむこと、感じたことを共有することが必要であると考えられる。

このように思考的側面と情意的側面に着目し、指導していくことで生徒たちの学び方や接し方を膨らませることができると考えた。

このように、運動への関わり方を広げることができる生徒の姿を次の2点から示す【表1】。

【表 1 運動への関わり方を広げることができる生徒】

思考的側面	自ら設定した目標に向かって技能を身に付けながら、課題を解決する方法や自分や仲間の動きを生かす方法を考えて運動に取り組むことができる生徒
情意的側面	自分や仲間の良さを認めること、運動の楽しさを味わうこと、積極的にコミュニケーションをとることなどを行いながら、運動に取り組むことができる生徒

2 副主題の意味

(1) 「update sheet」について

「update sheet」とは、生徒自身が、目標等を選択したり、学習を改善したりすることができるように、主に目標設定、PDCA サイクル活動、自己評価を行う学習プリントのことである。

保健体育科学習の指導において、技能を高めたり、考えたりする場面は多く設定されている。しかし、技能がどの程度身に付いたか、自分は何ができて何ができていないのかを考えるだけでは、何をどのように改善するかはわかりにくい。また、考えた内容や方法が見えなければ、良かったことや改善点を確認することは難しいと考える。そこで、本研究では、update sheet の種類を【表 2】のように分け、自分の状況や考えを可視化できるようにした。

【表 2 update sheet の種類】

A	目標設定	①個別に身に付けたい技能を選択、調整、設定する。 ②単元を通して、個別に目標を選択、調整、設定する。
B	PDCA サイクル活動	1 単位時間内で、PDCA サイクルを何度も行い、技能習得を目指したり、習得した技能を生かしたりする。
C	自己評価	個別に設定した目標の達成状況を振り返り、自己評価を行う。 ※この自己評価は、自己の学習を改善するためのものであり、教師が行う学習評価に直接結びつくものではない。

(2) 「目的に応じた update sheet の活用」について

「目的に応じた update sheet の活用」とは、段階ごとの学習活動のねらいに応じて学習プリント使い分けていくことである。

本研究では、単元を「身に付ける」「生かす」「発揮する」の 3 つの段階で構成し、段階ごとに update sheet を位置付け、活用していく【表 3】。

【表 3 update sheet の段階ごとの位置付け】

段階	身に付ける	生かす	発揮する
学習活動のねらい	基本的技能を身に付ける。	身に付ける段階で学習した基本的技能を生かす方法を考える。	これまで学んだ技能や考えを発揮する。
使用する update sheet の種類 【表 2】	A-①・B・C	A-②・B・C	A-②・C

Ⅲ 研究の目標

保健体育科学習において、運動への関わり方を広げることができる生徒を育てるために、目的に応じた update sheet の活用について有効性を究明する。

Ⅳ 研究の仮説

保健体育科学習において、次の２点を工夫すれば、運動への関わり方を広げることができる生徒を育てることができるであろう。

1. 目的に応じた update sheet の活用
2. 目的に応じた場の工夫

Ⅴ 研究の具体的構想

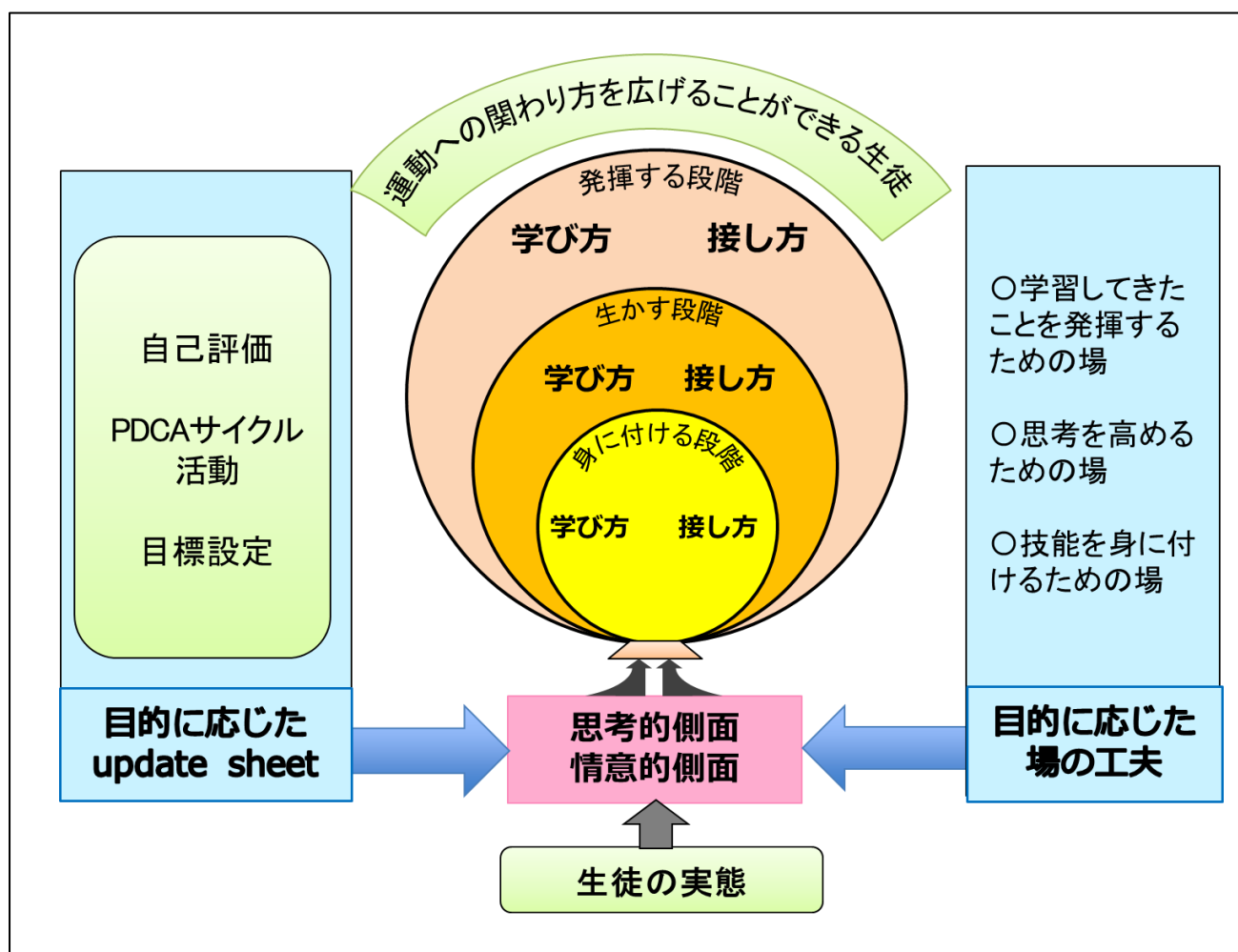
1 目的に応じた update sheet の活用

update sheet を段階ごとにそれぞれの目的に応じて活用していく。

2 目的に応じた場の工夫

- 技能を身に付けるための場
- 思考を高めるための場
- 学習してきたことを発揮するための場

3 研究構想図



4 仮説検証の方途

(1) 対象

福岡県立福岡魁誠高等学校 2年生（バドミントン選択者 16名）

(2) 期間

令和3年10月5日～11月22日

E 球技 イ ネット型「バドミントン」

(3) 検証内容と方法

検証の内容	検証の方法
目的に応じた update sheet の活用	・ update sheet の記述分析 ・ 様相観察 ・ アンケート
目的に応じた場の工夫	・ update sheet の記述分析 ・ 様相観察 ・ アンケート

VI 研究の実際と考察

1 【検証授業】全15時間（令和3年10月5日～11月22日）

(1) 単元名 E 球技 イ ネット型「バドミントン」

(2) 単元目標

知識及び技能	運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、状況に応じたシャトル操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができるようにする。
思考力、判断力、表現力等	生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができるようにする。
学びに向かう力、人間性等	球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする事、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。

(3) 概観計画

段階	身に付ける					生かす					発揮する						
時数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	指導の工夫	
学習の流れ	出席確認、健康・安全の確認、準備運動（主運動につながる運動）															単元構成 評価活動の位置付け	
	10	基本的技能を身に付ける (グループ別練習)					ダブルスの動きの学習					大会運営計画					[身に付ける段階] ・ 基本的技能を身に付ける。 [生かす段階] ・ 身に付けた技能を生かす方法を考える。 [発揮する段階] ・ これまで学習してきた技能や考えを発揮する。
	20	クリアー ドロップ ヘアピン ロブ サーブ					ダブルスの動きの学習 ・ フォーメーション ・ 空いたスペースをねらう					条件付きゲーム ・ ハーフコート(縦長、横長)					
	30	ボールとシャトルでラリー					ダブルスの動きの学習 ・ コート制限 ・ 打つ人制限 ・ 点数 (ダブルス)					条件付きゲーム ・ ハーフコート(縦長、横長)					大会 自分たちで大会を運営し、試合を行う。
	40	簡易ゲーム (ハーフコート1対1)					2対1ゲーム 2対2ゲーム					条件付きゲーム ・ コート制限 ・ 打つ人制限 ・ 点数 (ダブルス)					update sheet
50	振り返り・片付け															update sheet	
知識	①	①				①						②				update sheet	
技能						①							②			様相観察	
思・判・表							①	①	②			②③				update sheet、様相観察	
主体的								③	③	①	②③		①	②③		update sheet、様相観察	
評価	総括的評価																

知識	技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①球技では、各型の各種目の局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることを言ったり書き出したりしている。 ②競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることを言ったり、書き出したりしている。	①シャトルを相手側のコートの守備のいない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返すことができる。 ②相手の攻撃の変化に応じて、仲間とタイミングを合わせて守備位置を移動することができる。	①課題解決の過程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見している。 ②体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに球技を楽しむための調整の仕方を見付けている。 ③チームでの話し合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。	主体的に学習に取り組む態度 ①球技の学習に主体的に取り組もうとしている。 ②一人一人の違いに応じたブレインなどを大切にしようとしている。 ③作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。

(4) 授業の実際と考察

① 身に付ける段階（第1時～第6時）

生徒の姿	自分に合った目標を設定し、基本的技能を身に付けることができる生徒
活動	○個人の目標設定、選択、調整 ○個人の目標達成に向けたPDCAサイクル活動をグループごとに行う
具体的支援	①目的に応じた update sheet（目標設定、PDCA サイクル活動、自己評価） ②目的に応じた場の工夫（技能を身に付けるための場） （ショットの目安がわかる場、対戦相手の人数を変えた場）

（第1時）

まず、授業始めに行う準備運動の説明を行い、リズムに合わせて主運動につながる運動を行った【資料1】。この運動は、毎時間の始めに行い、バドミントンの基本ステップや股関節の動き、腕の振りを中心にした運動である。

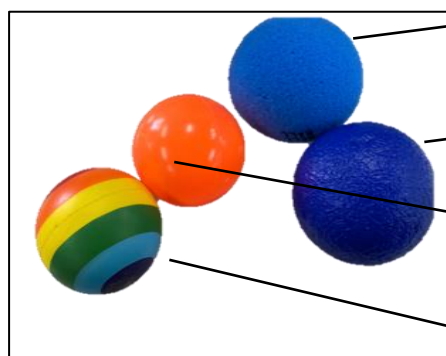
次に、シャトルの特性に気付かせるためにボールを使ってラリーをさせ【資料2】、ボールの速さや飛び方に注目させながら考えるよう指導した。【資料3-①】。

そして、シャトルを使ってラリーを行い、ボールを使ったラリーと何が違うかを確認させた。生徒は、「放物線の描き方が違う」「スピードが変化する」「シャトルはまっすぐ落ちてくる」などシャトルの特性に気付くことができた【資料3-②】。

最後に、シャトルの構造による緩急やフライトがある特性を生かしてショットを使い分けることがバドミントンの特性であることを説明し、次時の内容へ繋げた。



【資料1 主運動につながる運動】



【資料2 シャトルと比較するボール】

バッティング練習用スポンジボール
シャトルと同じ重さ（直径 70mm）

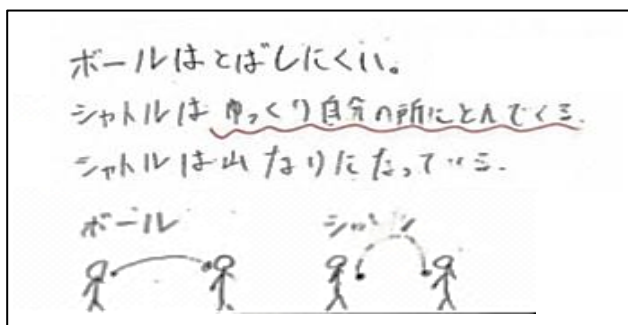
バッティング練習用ウレタンボール
（直径 70mm）

プラスチックボール（玩具、直径 50mm）

ビニールボール（玩具、直径 70mm）



【資料3-① ボールの飛び方を観察している様子】



【資料3-② 生徒の記述】

(第2時)

まず、前回の学習を振り返り、シャトルの特性を生かして様々なショットを身に付ける活動を行っていくことを説明した。様々なショットがある中でも空いたスペースに打つことができるようになる上で理解させたいショットとして5つ（サービス、クリアー、ドロップ、ヘアピン、ロブ）示し、どのようなショットであるかスライドを使って説明した【資料4】。

次に、そのショットはどのようなものか、自分はどの程度できるかということを確認させるために、グループごとに試しにショットを打つ活動を行い、update sheetを使って個別に目標設定を行うようにした【資料5】。5種類の中で何種類のショットができたかA評価にするか、A評価に設定したショットのうち、どれができたかB評価にするか、C評価にするかというように決めさせた。この目標については、個人のレベルや到達状況に応じて目標設定が適当なものになっているかを適宜確認し、目標を調整していくことを説明した。

最後に、技能を身に付ける場として各ショットの目安【資料6-①】がわかるようにし、個別に目標設定させた。

生徒たちは、球出し、球拾い、動画撮影などを分担し、協力しながら練習を行った【資料6-②】。練習を繰り返す中で、「この辺に出して」など具体的な指示を出しながら練習の効率を上げていた。交代しながらショットの練習を行い、練習するごとにPDCAサイクル活動のupdate sheetを使って評価させた【資料7-①③】。改善点は、動きのポイントが載っている資料やモデル動画を確認し【資料7-②④】、PDCAが1単位時間の中で何度も繰り返し行えるようにした。



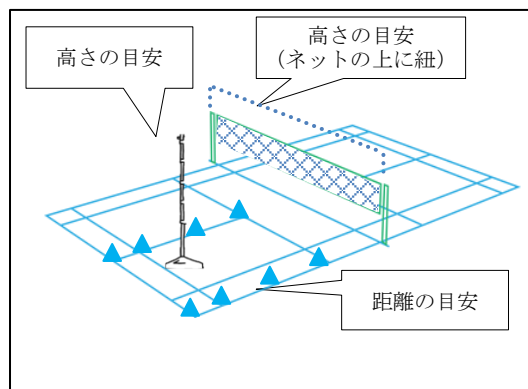
【資料4 ショットの説明】

オリジナル (10 月 11 日 現在)	
評価	ショット名
A	クリアー、ドロップ、サービス、ヘアピン、ロブ
B	クリアー、サービス、ロブ
C	サービス

オリジナル (月 日 現在)	
評価	ショット名
A	
B	
C	

技能の習得状況に応じて目標を調整した際に記入

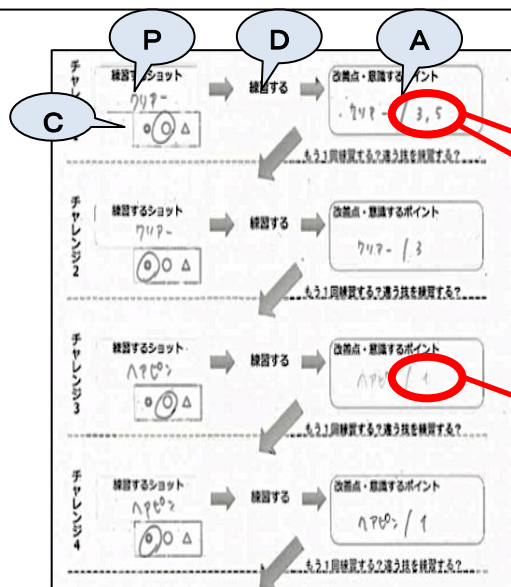
【資料5 個別の目標】



【資料6-① ショットの目安となる場】



【資料6-② ショットを練習している様子】



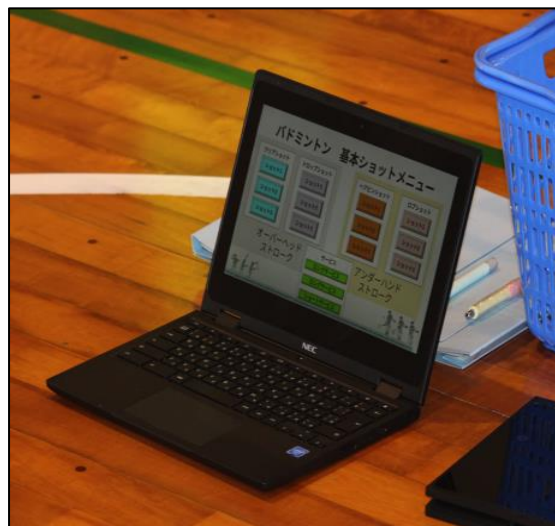
【資料 7-① update sheet の 記述】

Update ポイント		
あと少し 	まだまだ 	全然できない 
意識するポイントを確認しよう！		
クリアー	1. 落下地点より少し後ろに入る 2. 前に出ながら打つ 3. 打つ瞬間だけ力を入れる 4. ラケットは上方めがけてふる 5. 利き手側の足に一度体重を乗せてから前方に重心移動する 6. 体を半身にする（利き手側の足を下げる） 7. 左手を落ちてくるシャトルに向かって伸ばす ／落ちてくるシャトルの真下に入る 8. その他（	

【資料 7-② 動きのポイント】



【資料 7-③ 評価している様子】



【資料 7-④ モデル動画】

（第 3・4 時）

第 2 時でのグループごとに行った学習についての感想からうまくいくコツや、良かったところなどを生徒全員で共有し、どのようなポイントでショットの練習をすればいいか参考にさせた。そして、第 2 時同様の方法で PDCA サイクル活動の update sheet を使って、各自の目標達成に向けて練習を設定した。

生徒たちは、自分の技能習得状況を把握したり、自分なりのポイントを見付けたりすることができている記述を学習後の感想に書いていた【資料 8】。

ドロップの時に、足を少し後ろに引く。
動画を見て、足と足の動きをみれば、足を少し後ろに引く。
ヘビーを打つ時は、力の入れ方を意識した方が安定し、やみくもに打つのはダメだ。

【資料 8 授業後の生徒の記述】

最後に、第2時でupdate sheetを使って個別に設定していた目標と習得状況を確認させ、目標の設定が自分に適しているか振り返らせた。目標を設定するとき、A評価にするショットの数が多い傾向にあったが、練習を行っていくうちに自分のレベルがどの程度か気付き、自分の技能レベルと目標が合っていないことに気付いた生徒は、目標設定を調整していた【資料9-①②】。調整しながらレベルに合った目標を目指していくことで、達成感を少しずつ味わうことができるようにした。そして、自らの目標に対する評価を記入させた。

(第5時)

まず、意識するショットを明確にしながら習得状況を確認するために、ハーフコートでのミニゲームを行った。1試合ごとにupdate sheet【資料10-①】を使い、繰り返しショットの達成度を確認したことで、新しいショットに挑戦する生徒が増えてきた。

次に、空いたスペースを意識してショットを使えるようにするためにオールコートでシングルのゲームを行った。1試合ごとにupdate sheet【資料10-②】を使い、スペースに視点を置きながら繰り返し取り組ませた。生徒は、空いたスペースを見付けることが少しずつできるようになっていたが、空いたスペースに打ち分けるといことは難しいと感じているようであった。

最後に、次時の学習へつなげるためにダブルスのゲームを行い、シングルスとの違いや、やってみて気付いたことなどを記入させた。

オリジナル (10月 11日 現在)

評価	ショット名
A	713-107
B	713-107
C	107

オリジナル (10月 13日 現在)

評価	ショット名
A	713-107
B	713-107
C	107

【資料9-① 調整された目標】

見つけたスペースが苦手なから
(バックハンドで打てれば)

【資料9-② 目標を調整した生徒の記述】

試合1 (ハーフコート)	うまくいったショット	もう少しできそうだった ショット	チャレンジしたショット
ショット名	713-107	107	107
次はどうする?	107を上手に打てるようにする。		
試合2 (ハーフコート)	うまくいったショット	もう少しできそうだった ショット	チャレンジしたショット
ショット名	107	107	107
次はどうする?	107を上手に打てるようにする。		
試合3 (ハーフコート)	うまくいったショット	もう少しできそうだった ショット	チャレンジしたショット
ショット名	713-107	107	107
次はどうする?	107を上手に打てるようにする。		

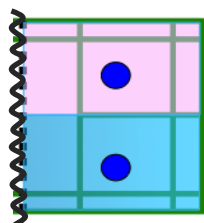
【資料10-① update sheet】

オールコート	項目	評価	次はどうする?
試合1	・空いたスペースを見つけることができた。 ・空いたスペースに打つことができた。 ・空いたスペースにねらったショットを打つことができた。	○ ○ △ ○ ○ △ ○ ○ △	あなたに 打つこと
試合2	・空いたスペースを見つけることができた。 ・空いたスペースに打つことができた。 ・空いたスペースにねらったショットを打つことができた。	○ ○ △ ○ ○ △ ○ ○ △	あなたに 打つこと
試合3	・空いたスペースを見つけることができた。 ・空いたスペースに打つことができた。 ・空いたスペースにねらったショットを打つことができた。	○ ○ △ ○ ○ △ ○ ○ △	
試合4	・空いたスペースを見つけることができた。 ・空いたスペースに打つことができた。 ・空いたスペースにねらったショットを打つことができた。	○ ○ △ ○ ○ △ ○ ○ △	
試合5	・空いたスペースを見つけることができた。 ・空いたスペースに打つことができた。 ・空いたスペースにねらったショットを打つことができた。	○ ○ △ ○ ○ △ ○ ○ △	

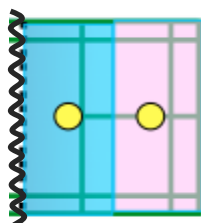
【資料10-② update sheet】

(第6時)

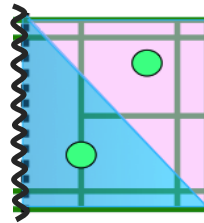
まず、ダブルスのフォーメーション（サイドバイサイド、トップアンドバック、ダイアゴナル）について学習し、スペースを意識した技能を身に付ける場として学習したフォーメーションを試しながら2対1のゲームを行った。2人の方は学習したフォーメーションを3つの中から1つ選び、役割分担させた【資料11-①②③】。



【資料11-① side by side】



【資料11-② top & back】



【資料11-③ diagonal】

【資料11 ダブルスのフォーメーション】

また、ゲームを行うごとに update sheet に記入させ、自分の動きを振り返ることができるようにした【資料12】。

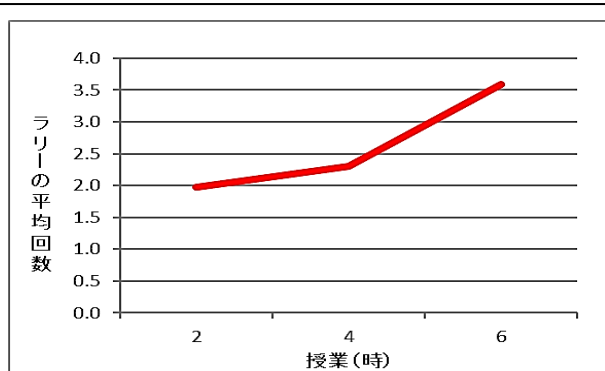
次に、2対2のダブルスのゲームを行い、学習したフォーメーションのメリットやデメリットについて考えさせた。仲間がいることで空いたスペースを見付けやすかったり、スペースを見付けにくいということに気付いたり、フォーメーションによって空いたスペースの違いがあることに気付くことができていた【資料13】。

SSは前と後3人が組むわけなので、相手がどのスペースと狙ってくるか考えることが大事。

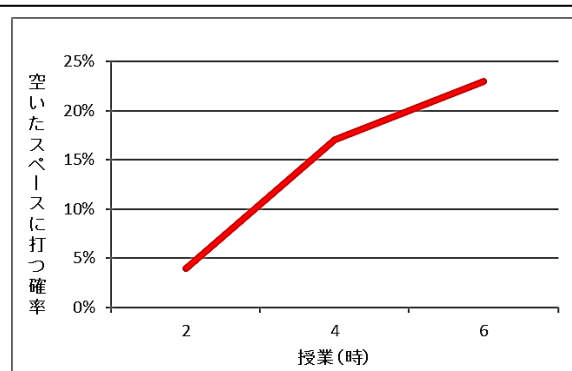
【資料13 生徒の記述】

2対1ゲーム <ペアの名前 (子) >				
フォーメーション (行ったフォーメーションに○をつける)		TB	SS	DG
試合 1	空いたスペースを見つけることができた	○	○	△
	空いたスペースに打つことができた	○	○	△
	空いたスペースにねらったショットを打つことができた	○	○	△
フォーメーション (行ったフォーメーションに○をつける)		TB	SS	DG
試合 2	空いたスペースを見つけることができた	○	○	△
	空いたスペースに打つことができた	○	○	△
	空いたスペースにねらったショットを打つことができた	○	○	△
フォーメーション (行ったフォーメーションに○をつける)		TB	SS	DG
試合 3	空いたスペースを見つけることができた	○	○	△
	空いたスペースに打つことができた	○	○	△
	空いたスペースにねらったショットを打つことができた	○	○	△
フォーメーション (行ったフォーメーションに○をつける)		TB	SS	DG
試合 4	空いたスペースを見つけることができた	○	○	△
	空いたスペースに打つことができた	○	○	△
	空いたスペースにねらったショットを打つことができた	○	○	△

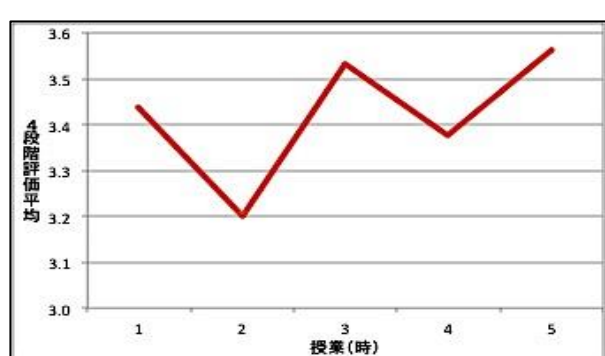
【資料12 update sheet の記述】



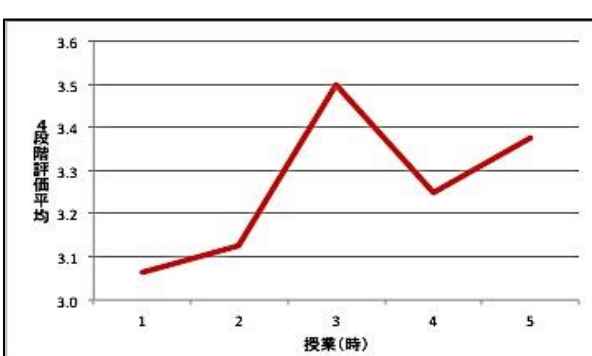
【図1 1得点あたりのラリーの平均回数の推移】



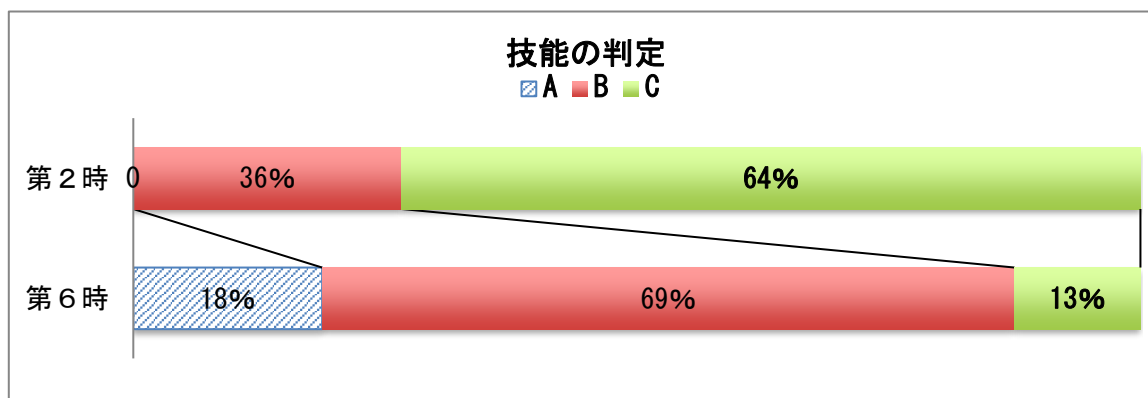
【図2 1試合の総打数のうち空いたスペースに打つ確率の推移】



【図3 今まででできなかったことができるようになった】
(授業振り返りアンケートの推移)



【図4 「あっわかった」「あっそうか」があった】
(授業振り返りアンケートの推移)



A	空いたスペースに何度も打つことができる。
B	空いたスペースに打つことができる。
C	空いたスペースに打つことができない。

【図5 教師による技能の判定】

考察

【図1】【図2】【図5】の結果から「身に付ける段階」の目指す生徒におおむね迫ることができたと考える。

1 目的に応じた update sheet の活用から

個別に設定した目標を状況に応じて調整させたので、生徒は、自分の状況に応じた目標が明確になり、技能習得のために意欲的に取り組むことができたと考える。また、1試合ごとにショットやスペースを意識した動きの状況を確認できたことで、改善点を明確にすることができたと考える。その根拠として、【図3】【図4】のような振り返りによる生徒の反応や学習中の記述【資料14-①】、学習後の感想【資料14-②】が見られたことからわかる。これらのように update sheet を活用していることがわかる記述が全員に見られた。

2 目的に応じた場の工夫から

ショットの目安がわかる場やスペースを見付けやすくするために対戦相手の人数を変えた場を設定したことで、基本的技能を身に付けることができたと考える。繰り返し練習を行ったことは、update sheet を使った自分の目標に応じたPDCAサイクル活動を行うことができたと考える。また、空いたスペースを見付けたり、空いたスペースに打ったりすることができているという感想【資料15-①】から、教師が意図する技能を身に付けることができており、自己評価の目安や自分の課題を十分に把握できていたと考える。

さらに、【図3】【図4】のように、形成的評価の質問に対して数値が高まったことは、動きのポイントやモデル動画を確認した後で個別の課題に応じた練習を行ったからだと考える。【資料15-②】のような生徒の学習後の感想からもわかる。

以上のことから、目的に応じた update sheet を活用したり、目的に応じた場の工夫を行ったりしたことは、「身に付ける段階」の目指す生徒に迫る上で有効であったと考える。

フリーを打つとまに前に空いたスペースで打ったこと。

ゲームの中で練習したことを覚えているのでショットを打つ。

【資料14-① 生徒の記述】

自分の打った場所、自分の場所を覚えておいて、次は、どうやって練習していいかわかるのかを覚えておくことができたし、練習する時も、前日のことを思い出して練習し、打つ時のコツを思い出しておけることができたと思う。

【資料14-② 生徒の記述】

2対1の時では空いたスペースで打つことが、自分の打った場所に入れ替えることができたので、自分の場所を思い出した。

【資料15-① 生徒の記述】

動きを覚えておくと足元の動きを思い出して打つことができた。

【資料15-② 生徒の記述】

② 生かす段階（第7時～第11時）

生徒の姿	これまでに身に付けてきた自分や仲間の技を生かす方法を考えることができる生徒
活動	○目標の選択、設定、自己評価、共有 ○ペアで技を生かす方法を考える PDCA サイクル活動
具体的支援	①目的に応じた update sheet（目標設定、PDCA サイクル活動、自己評価） ②目的に応じた場の工夫（思考を高める場） （エリアの制限、エリアの設定、縦長横長のコート、ダブルスのゲーム）

（第7時）

まず、身に付ける段階で特に大切だと感じたことや生徒それぞれが気付いたこと、できるようになりたいことといった目標を取り上げ、全員で共有した【資料 16-①】。共有した目標一覧から個人が単元終了時に達成したい目標を選択し、個人目標を update sheet に記入させた【資料 16-②】。

設定した目標を1単位時間で全て意識することは難しいため、毎時間、導入段階で update sheet を確認し、1単位時間の授業の中で意識する個人の目標を選択させ絞って取り組ませた。

内容	評価
空いたスペースを見つけて打ちたいショットを打つことができる。	A B C
空いたスペースに打つことができる。	A B C
いつシャトルが飛んできてもしっかり準備をすることができる。	A B C
ショットの目標を達成できている。	A B C
意図的に作り出したスペースに打つことができる。	A B C
仲間や自分に合ったフォーメーションを提案することができる。	A B C
相手のショットを予測して打ち返すことができる。	A B C
ペアでスペースの使い方を工夫することができる。	A B C
打ちたいショットを打つための方法を考えることができる。	A B C
自分やペアの課題を見つけることができる。	A B C
自分の課題に合った練習を考えることができる。	A B C
試合の作戦を考え、伝えることができる。	A B C
声かけができる。	A B C
楽しむことができる。	A B C
仲間をフォローすることができる。	A B C
協力することができる。	A B C
ペアでコミュニケーションをとることができる。	A B C
アドバイスをし合うことができる。	A B C

【資料 16-① 全体で共有した目標一覧】

個人目標	評価	評価
空いたスペースを見つけて打ちたいショットを打つことができる。	A B C	
空いたスペースに打つことができる。	A B C	
いつシャトルが飛んできてもしっかり準備をすることができる。	A B C	
ショットの目標を達成できている。	A B C	
意図的に作り出したスペースに打つことができる。	A B C	
仲間や自分に合ったフォーメーションを提案することができる。	A B C	
相手のショットを予測して打ち返すことができる。	A B C	
ペアでスペースの使い方を工夫することができる。	A B C	
打ちたいショットを打つための方法を考えることができる。	A B C	
自分やペアの課題を見つけることができる。	A B C	
自分の課題に合った練習を考えることができる。	A B C	
試合の作戦を考え、伝えることができる。	A B C	
声かけができる。	A B C	
楽しむことができる。	A B C	
仲間をフォローすることができる。	A B C	
協力することができる。	A B C	
ペアでコミュニケーションをとることができる。	A B C	
アドバイスをし合うことができる。	A B C	

【資料 16-② 個別に設定した目標・評価】

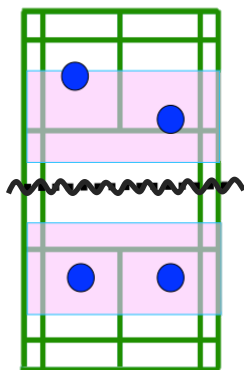
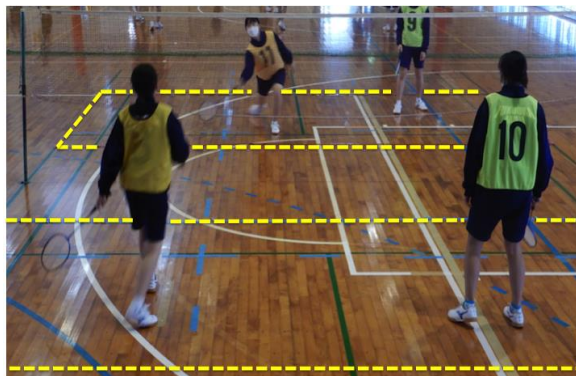
次に、動く範囲を広げたり、どちらが打つかははっきりわかるようにしたりするために「ペアで交互に打つ」という条件を付けたルールでダブルスのゲームを行った。このルールを取り入れることで、仲間を意識して動き、コミュニケーションを積極的にとり、どこにシャトルが飛んできてもしっかり準備をしたり、どっちが取りに行くか、声を掛け合ったりする姿が見られた。

最後に、条件ありで行った積極的な動きを、条件なしでもできるようにダブルスのゲームを行った。条件ありのルールで行ったことを生かしてゲームに取り組む生徒の姿が見られ、以前よりも声をかけたり、フォーメーションを確認したりしている生徒が増えてきた。

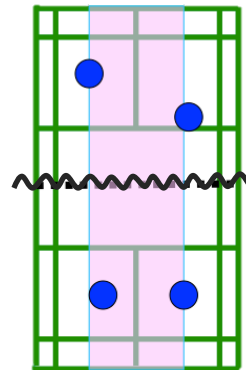
そして、導入段階で設定した自分の目標に対してどれくらい達成できたか振り返り、update sheet を使って自己評価し、生徒たちは自分の学習状況を確認していた【資料 16-②】。

(第8時)

空いたスペースにねらったショットを打つことができるようにするために、思考を高める場として、得点エリアを制限したダブルスのゲームを設定した。コートの中に縦長のエリアと横長のエリアを設け【資料 17-①②】、そのエリアで得点できるようにするにはどうしたら良いか考えさせた。生徒たちは試合ごとに作戦について update sheet に記入し、ペアで内容を共有しながら繰り返し取り組んだ【資料 18】。エリアが縦長の時でも、サイドバイサイドでポジションをとるペアが多かったが、トップアンドバックを取り入れるペアもあり、ペアでよく話し合っている姿が多く見られた。



【資料 17-① 横長のエリア】



【資料 17-② 縦長のエリア】

P

○	○
○	○
○	○
○	○

ポジション（図に書き込む、理由）
横にないから。

場所（どこを狙う？）
真ん中 → 左右 → 真ん中

タイミング（いつ狙う？）
相手のスペースにドロップをうつ

ペアの連携（それぞれどんな動きをする？）
ペアの一人が外に出た時、内に入る。

D (試合)

C

1回目	◎ ○ △	良かったところ 改善点	前後のかわりばらばらだった。 1回目より、あつたスペースに3ショット。
2回目	◎ ◎ △	良かったところ 改善点	

A

【資料 18 update sheet の記述】

(第9時)

ダブルスのゲームを通して、自分たちの技を生かして多く得点を取ることができるように、思考を高める場の設定として、100 cm×5 cm の移動可能なラインを 20 本使って得点エリアを作成させた【資料 19-①②】【資料 20-②】。自分たちで設定したエリアで得点することができると 3 点、その他のエリアで得点すると 1 点取ることができるというルールで行った。できるだけたくさん得点するためには、どこにエリアを設定すればいいか、得意なショットや得意なコースに打つためにはどのように動けばよいか考えさせた。1 試合ごとに update sheet 【資料 20-①】に考えた内容を書き、ペアで考えを共有すると同時に、スペースを意識したり、互いの動きを確認したりしながら PDCA サイクルを行っていた【資料 20-③】。自分たちが考えた作戦が成功したペアは多くの点を取ることができていた。



【資料 19-① 移動可能なライン】



【資料 19-② コートを作っている様子】

D (試合)

P

作戦 update sheet 2 ペア () ()

どうやってたくさん点を取る？(得意なこと、できることを生かす方法を考えよう)

①2人それぞれの得意なショットは何？どここのエリアに打つのが得意？できる動きは何？など

②相手コートのエリアを決めよう

③ペアの連携(それぞれどんな動きをしたら自分やペアのいいところを生かせる？)右のコートも活用してみよう！

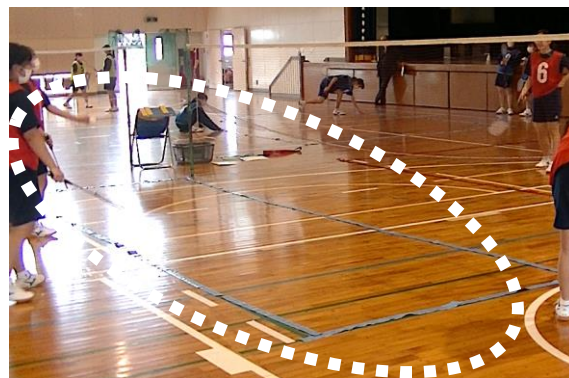
1回目 ① ② ③ 良かったところ 改善点 得点 8 点

2回目 ① ② ③ 良かったところ 改善点 得点 21 点

3回目 ① ② ③ 良かったところ 改善点 得点 9 点

4回目 ① ② ③ 良かったところ 改善点 得点 10 点

【資料 20-① update sheet の記述】



【資料 20-② 生徒が考えたエリア】



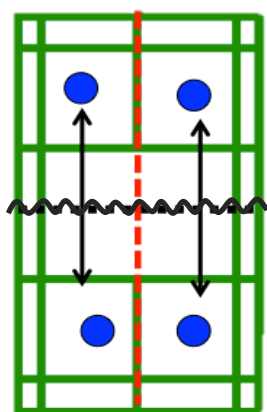
【資料 20-③ ペアで作戦を考えている様子】

(第10時)

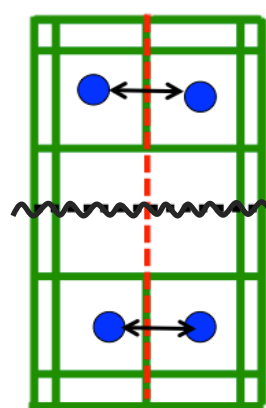
まず、これまでの学習でゲーム中に多く見られた動きを確認した。ショットを意識するあまり、ネット際の落下地点にすでに入っているのに、上から打たずにヘアピンで打とうとしたり、アンダーハンドで打とうとしたりする姿が多くあった。アンダーハンドで打つ生徒の中には、どこにシャトルが飛んできて手も平を下に向けて打つことが多く見られた。そこで、同じ状況を実際に教師がやって見せ、ネット際にシャトルが来た場合どうすれば良いかを考えさせた。生徒からは、「下から打つと高く上がるだけになってしまう。」「上から打ったら遠くに飛ばせる」など気付いたことがいくつか挙げられた。また、手の平を下に向けて打ってしまう生徒が多いことから、ラケットを使わずにシャトルでキャッチボールをさせ、手の平を上に向けるメリットに気付かせた。

次に、確認したことを意識して、視点を変えて空いたスペースに打つことができるようにするために、思考を高める場として縦長と横長のハーフコート【資料 21-①】【資料 21-②】でシングルのミニゲームを行った。縦長と横長では空いたスペースが変わり、ラケット操作に苦労している生徒もいたが、ラケットの向きを考えたり、強弱を工夫したりして打ち、前後、左右に打ち分けられるようになる生徒やネット際に来た時にどのように打つか意識して活動している生徒が多く見られた。

最後に、オールコートで1対1のゲームを行い、前後、左右の打ち分けを意識させて行うようにした。ハーフコートの試合を行った後に、オールコートの試合を行うことで、空いたスペースに打つことができている姿が多く見られるようになり、授業後の振り返りに、空いたスペースを見付けることができるようになった生徒の感想が見られた【資料 22】。



【資料 21-① 縦長のコートでラリー】



【資料 21-② 横長のコートでラリー】

今日のゲームはコートが縦長か横長か
決められていたから簡単にスペースが作れて楽しかった
です! 今後は普通のコートでのゲームの時もすぐに
スペースを見つけたらいいと思います。

【資料 22 授業後の生徒の記述】

(第 11 時)

これまで学習してきたことを生かすために 思考を高める場の設定として、ダブルスのゲームを行った。生徒は、これまで同様 1 試合ごとに update sheet 【資料 23】を使って PDCA サイクルを繰り返した。

それぞれの得意なショットを打つことができたり、これまで学習してきたショットや空いたスペースの打ち分けを意識したりして行っている姿が見られた。また、お互いの得意なショットを生かしてより多く点を取ることができるように声をかけ合ったり、話し合いを積極的に行ったりしている姿も見られ、授業後の感想に考えた作戦が成功した記述が見られた 【資料 24】。

作戦 update sheet 3 ペア () ()

○相手を前後、左右に動かして空いたスペースに打つにはどんな役割分担をしたらいい?

○真ん中とサイド(奥)を使う
○前後を上手に使う

新たな考えや気づいたことは書き加えていこう

1回目	◎ ○ △	良かったところ 改善点	声かけして、良かった(スペース)を打つ
2回目	◎ ○ △	良かったところ 改善点	前後を上手に使う(相手)を動かして、空いたスペースを打つ

【資料 23 update sheet の記述】

ペアの人に左右に動かして、間隙に自分がおとす
動きで、得点できた。

【資料 24 授業後の生徒の記述】

第7時 少し相手もミツつかいながら、おまわりてませしてした。

↓

第8時 私は、遠く打てないので、前後で打ち、ペアの子は、遠く打てるので、後ろで打ってもらう。いいコンビネーションができて、良かったと思う。

↓

第10時 ペアの子がペアピンをし、敵チームが前後に行き、打ったところから、私がフリーで遠くまで打った。

【資料 25 生徒の記述の変容】

考察

【資料 25】の生徒の変容から「生かす段階」の目指す生徒に迫ることができたと考える。また、自分や仲間の技を生かす方法を考えていることがわかる記述をしている生徒は 69%いた。

1 目的に応じた update sheet 活用から

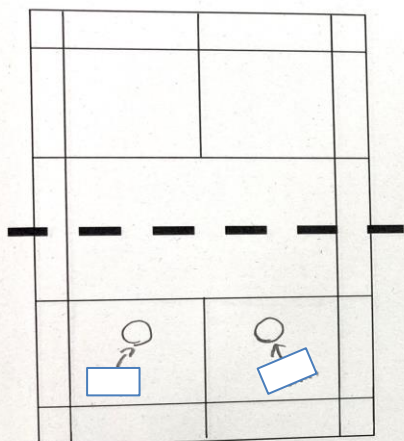
【資料 26】のように、目的に応じた update sheet を活用したことで、生徒は、ペアの攻撃方法を振り返り、次のゲームの攻撃につなげることができた。作戦を考える場を設定するだけではなく、試合ごとに空いたスペースやペアとの連携について確認しながら取り組んだことで、生徒は内容を共有し、互いの技を生かす方法を考えることにつながり、生かす段階の目指す生徒に迫る上で有効であったと考える。【資料 27】の生徒の記述をみても、作戦を立てるという活動を設定することだけでなく、考えを可視化することで、お互いの考えを整理することができ、活動しやすくなったことがわかる。

2 目的に応じた場の工夫から

縦長横長のハーフコートやエリアを工夫したゲーム（エリアの制限やエリアの設定）、ダブルスのゲームなどの場を工夫したことで、考える視点が明確になり技能を身に付け、自分や仲間の技を生かす方法を考えることができたと考える。【資料 28】のような生徒の記述を見ても、ゲーム前に計画したことを、ゲーム後に確認し合うことができている。また、確認し合ったことを次のゲームに生かすことができていることもわかる。

以上のことから、目的に応じた update sheet を活用したり、目的に応じた場の工夫を行ったりしたことは、「生かす段階」の目指す生徒に迫る上で有効であったと考える。

相手を前後、左右に動かして空いたスペースに打つにはどんな役割分担をしたらいい？



□ が相手を中心に集めて □ が相手の
スペースに打つ。

新たな考えや気づいたことは書き加えていこう

1回目	◎ ○ △	良かったところ 改善点	打った人がかたよっていただけ。
2回目	◎ ◎ △	良かったところ 改善点	連携が取れていた。

【資料 26 update sheet の記述】

口頭で話し合うだけよりも、話したことをまとめることによってお互いの
役割や、どんな感じにするのか分かりやすかった

【資料 27 授業の振り返り】

二人の発表なのでエリアも決めたが、試合として
うまくいかながたので、エリアを変えたうまくいった。

【資料 28 授業の振り返り】

③ 発揮する段階（第12時～第15時）

生徒の姿	自分の目標を達成し、これまでの学習を発揮することができる生徒
活 動	○目標調整、自己評価 ○これまでの学習を生かした大会運営計画、大会
具体的支援	①目的に応じた update sheet（目標設定、自己評価） ②目的に応じた場の工夫（これまでの学習を発揮する場） （大会運営の計画、実施）

（第12時）

まず、国際大会の試合の動画を見て大会運営をする上で、どんな役割があるか、どのように対戦相手や時間が決められているのかなど発問しながら全員で大会運営の内容を共有した。そして、どのような視点で大会運営を考えたり、ルールを考えたりするか確認を行った。大会運営については、動画を見ながら共有したことをヒントに計画するようにし、ルールについては、スマッシュ禁止、全員が全力を出し、全員が楽しめるようにすること、これまでの学習を生かすことなどの条件を挙げ、大会運営を計画する場を設定した。

次に、各グループに分かれて、ルールと運営全体の2つに分けたシートに記入するようにした【資料29】【資料30】。

グループによっては、自分たちが考えたルールが成り立つのか実践を通して確認し、うまくいかないところを修正しながらオリジナルのルールを作成することができていた。

大会運営について（時間配分、役割、流れ など）

- ・ゲーム 2分間 移動 1分
- ・3人審判、1人得点（時間係）
- ・前に、結果を書くものを用意して、次のゲームの結果を書く。
- ・1番早く得点を取ったペアを決める。

コート	審判	得点	2コート
A vs B	(E F)	C vs D	(G H)
E vs F	(A C)	G vs H	(B D)
A vs C	(E G)	B vs D	(F H)
E vs G	(A D)	F vs H	(B C)
A vs D	(E H)	B vs C	(F G)
E vs H	(A F)	F vs G	(D H)
A vs E	(B F)	D vs H	(C G)
B vs F	(A E)	C vs G	(D H)

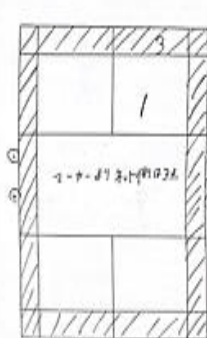
24分

ルールについて

ゲーム
① 2コート ② 3人 ③ 得点 1人

- ・運動部以外は入
- ① 1回 TB: 35
- ② 2回 SB: 30
- ③ 3回 DB: 25

1-4-87 2-1-1026



【資料29 グループで考えた内容の記述】



(第13時～第15時)

第12時で計画した大会を1時間1グループずつ行った。スムーズな運営ができるように、事前にルールや試合順などを記載した運営資料【資料31-①】を配布した。

まず、計画したグループの代表者がルールや運営内容を説明し、全員で共通理解を図った【資料31-②】。

青グループのupdate大会

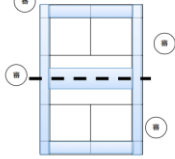
<全体について>

- 試合2分 移動1分
- 結果は勝ったペアが黒に書きこく
- 3人審判、1人得点(下図で確認)
- 得点王ペアを表彰する

<ルール>

- ダブルス(運動部同士は組まない)
- 2コート使用(真ん中は使わない)
- ポジションが決まっている。SS、TB、DGをじゃんけんで選び、じゃんけんに負けたペアは、相手と違うポジションにする。
- エリアによって得点が変わる。

は3点、その他は1点



<組み合わせ>

	1コート	審・得	2コート	審・得
1	A vs B	E・F	C vs D	G・H
2	E vs F	A・C	G vs H	B・D
3	A vs C	E・G	B vs D	F・H
4	E vs G	A・D	F vs H	B・C
5	A vs D	E・H	B vs C	F・G
6	E vs H	A・B	F vs G	D・H
7	A vs E	B・F	D vs H	C・G
8	B vs F	A・E	C vs G	D・H

ペア

A	
B	
C	
D	
E	
F	
G	
H	



【資料31-① 運営資料】
【資料31-② 大会の説明を行っている様子】

次に、実際に計画された通りに審判や得点係、運営に係わる役割を果たしたり、試合を行ったりした。各グループの運営内容については次に示す通りである【表4】。

【表4 各グループの大会内容】

大会順	グループ	運営内容	ルール
1	青	○1チーム4試合 ○試合時間2分 移動1分 ○結果は勝ったペアが記入 ○3人審判、1人得点 ○得点王を表彰する	○ダブルス ○フォーメーションを固定する じゃんけんに勝ったチームがフォーメーションを決め、負けたチームは相手と違うフォーメーションにする ○3点エリアと1点エリアがある
2	赤	○リーグ戦 ○試合時間3分 ○一番失点が少ないチームを表彰する	○スマッシュを打ったら、相手に1点 ○得点した方からサービス ○サービスはペアで交互に打つ ○サービスは指定されたエリア内に打つ
3	黄	○トーナメント(1ペア最低2試合) ○試合時間3分(間1分) ○審判2人、得点2人	○サービスは1回交代 ○サービスミスはやり直しOK ○サービスは対角に打つ ○コートのはらはダブルスのサービスコート のエンドライン ○同点の場合は、どちらか1点取るまで行う

生徒は配布された運営資料を確認しながら、スムーズな運営に協力して取り組んでいた【資料 32】。また、大会を重ねていくたびに、空いたスペースを巡るラリーが白熱する様子が増えてきた。また、ラリーだけでなく、点数やエリアの制限などといったルールの工夫があることで、見ている人も楽しめていた。「他の大会はどんな大会になるかワクワクする」という生徒の感想からも、次の大会への期待が高まっていたことがわかる。1つの大会を終えると、次の大会に向けて自分たちが考えた運営内容を考え直したり、見直したりして、より全員が楽しめる大会を目指す姿が見られた。さらに試合中、ゲーム中の生徒も審判や観戦している生徒も声かけやハイタッチ、拍手などをする姿が多く見られ【資料 33】、大会への取り組み方についての記述が多く見られた【資料 34】。

最後に表彰式を行い、運営側の生徒たちは、手作りの賞状を授与していた。



【資料 32 運営資料を確認している様子】



【資料 33 得点しハイタッチで喜んでいる様子】

他のチームの人にも「いいね。」とかの声かけをして
いる人が多かったのが良かったです。と思いました。

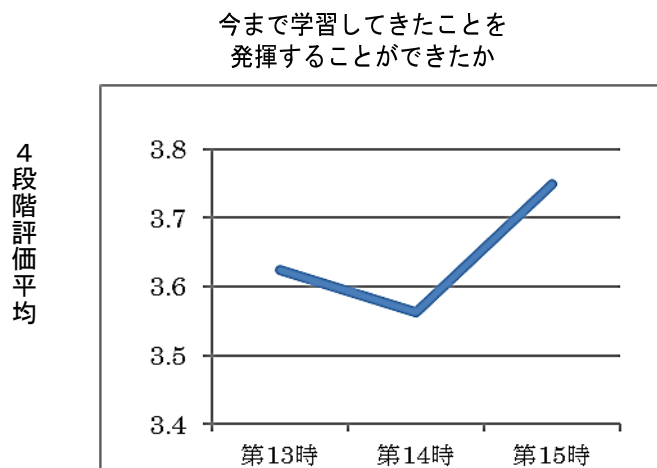
【資料 34 授業後の生徒の記述】

運営については、初めての経験という生徒が多く、運営する難しさを感じていたが、「みんなが楽しそうにしている様子が見られて嬉しかった」「みんなにたくさん協力してもらえたからうまくいった」など、運営しなければ感じるできないことを味わうことができていた。

単元のまとめとして、個人で設定した目標を振り返らせ、設定した全ての項目に対して、総合的に評価を出し、評価の具体的な内容を書かせた【資料 35】。

内容	具体的な内容	評価
空いたスペースを見つけて打ちたいショットを打つことができる。	スペースをうまく使って打ちたいショットを打てる。	A B C
空いたスペースに打つことができる。	空いたスペースを見つけて打つことができる。	A B C
いつシャトルが飛んできてもいいように準備をすることができる。	次のことを考える。準備ができていない。	A B C
		A B C
仲間や自分に合ったフォーメーションを提案することができる。	いろいろなフォーメーションを自分に合わせて考える。	A B C
相手のショットを予測して打ち返すことができる。	相手のショットを予測して返すことができる。	A B C
打ちたいショットを打つための方法を考えることができる。	試合の中で考える。準備ができていない。	A B C
		A B C
声かけができる。(どんな声かけ?)	お互いに声をかけ合える。	A B C
楽しむことができる。(何を楽しむ?)	試合を楽しめる。試合の中で楽しむ。	A B C
協力することができる。	協力して試合を楽しむことができる。	A B C
		A B C

【資料 35 個別の目標に対する自己評価】



【図6 生徒の授業後のアンケートの推移】

考察

【図6】の結果から「発揮する段階」の目指す生徒におおむね迫ることができたと考ええる。

1 目的に応じた update sheet の活用から

第7時から第15時を通して、毎時間導入段階で update sheet を使って、個人の目標を選択、設定させ、終末の段階で振り返らせたことで次への目標につなげることができた。【資料 36】は生徒が設定した目標や自己評価の変容である。初めはC評価をつけている項目も回数を重ねるうちに評価が上がり、新たな目標を設定したり、具体的な内容を変化させたりしていることが分かる。

2 目的に応じた場の工夫から

大会運営の計画、実施を行う場を工夫したことで身に付けた技能や考え学んできたことを発揮するための方法を考えることができたと考ええる。【資料 37】の生徒の記述からも全員がこれまでの学習を生かし、楽しむことができるようにという思いをもって、計画を立てたことがわかる。また、大会を経験することで、他のグループの考えの良さに気付くことや、これまで身に付けてきた技能や考えが、どれだけ発揮できているか確認することができたと考ええる。

さらに、これまでの学習を発揮できるようなルールや運営を考えたり、試合でこれまで学習してきた技やフォーメーションを発揮したりする様子がよく見られた。このことは生徒の記述からもわかる【資料 38-①】。

加えて、【資料 38-②】のような生徒の記述から今までできていなかったことができるようになったと感じているということがわかる。

以上のことから、目的に応じた update sheet を活用したり、これまでの学習を発揮するという目的に応じた場の工夫を行ったりしたことは、「発揮する段階」の目指す生徒に迫る上で有効であったと考ええる。

内容	具体的な内容	評価	今日	内容	具体的な内容 (どんな? 何ができたら A?)	評価
空いたスペースに打つことができる。	相手が打つてきたのかわからない位置に打つ	(A) B C		空いたスペースに打つことができる。	相手の動きを予測して打つ	(A) B C
いつシャトルが飛んできてもしいように準備をすることができる。	ちゃんと打つ	A (B) C		いつシャトルが飛んできてもしいように準備をすることができる。	相手の動きを予測して打つ	A B (C)
		A B C				A B C
相手のショットを予測して打ち返すことができる。	相手の動きを予測して打つ	A (B) C		相手のショットを予測して打ち返すことができる。	相手の動きを予測して打つ	A (B) C
		A B C				A B C
		A B C				A B C
楽しむことができる。(何を楽しむ?)	相手のコミュニケーションを楽しむ	(A) B C		楽しむことができる。(何を楽しむ?)	相手のコミュニケーションを楽しむ	A B C
	相手の動きを楽しむ	A B C			相手の動きを楽しむ	A B C
		A B C				(A) B C

【資料 36 生徒の update sheet（自己評価・目標設定）の変容】

みんなができるだけ楽
になるにはどうしたら
いいかを意識した。
みんなに平等に点か
い入る方法を考えた。

全員が参加することやできることと
update してまたことを仕かせる
おなな・るを音読した。

皆 μ 平等に試合 μ
で μ するようにする。 ϵ 。
平等に μ 試合 μ に μ
 μ するようにする。 ϵ 。

【資料 37 生徒の記述】

2分という短い時間でも練習で試合したので、たいぶ つかれました
毎試合ホッケーと変に試合をしたので、いつまでかは遠くへ行かなくていいです。

【資料 38-① 生徒の記述】

あつと同一人とかいひてはなして 沢山のひとが加つてゐるやうに 行つてゐる、
今更"声かけ"をしてゐるやうに 自然に 声かけをせうに
行つてゐる

【資料 38-② 生徒の記述】

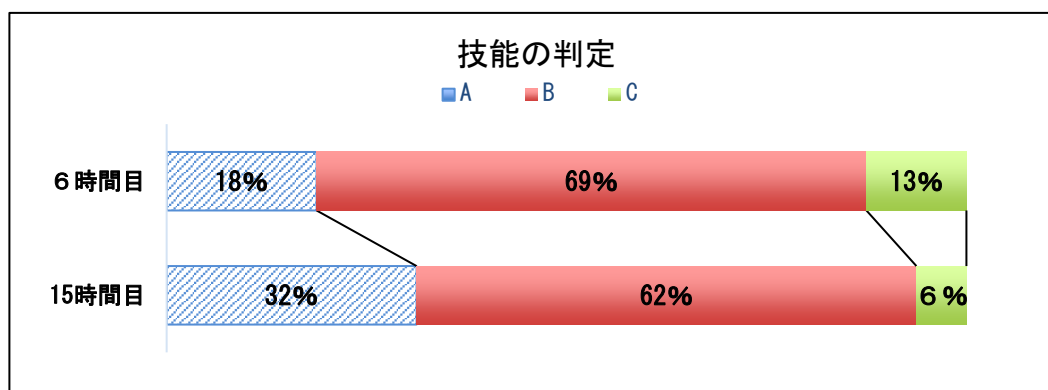
2 単元全体の考察

(1) 目的に応じた update sheet の活用について

① 思考的側面から

目的に応じた update sheet の活用により、思考的側面という観点からみる「運動への関わり方を広げることができる生徒」に迫ることができたと考える。【図 7】は教師による技能の判定であり、A 評価の生徒が 32%、B 評価の生徒が 62%、C 評価の生徒が 6% となった。技能が身に付いた生徒の記述からも目的に応じた update sheet を活用していたことがわかる【資料 39-①②】。このように技能を身に付けることができたのは、update sheet に自分で目標を設定したり、PDCA サイクルを繰り返して行ったりしたからであると考えられる。【資料 39-①②】のように update sheet を活用して技能を身に付けることができたことがわかる文章を記述している生徒は 87% だった。

また、思考力が高まったと感じている生徒は 87% いた【図 8】。【資料 40】のような生徒の記述からも目的に応じた update sheet を活用し、様々な視点から考えることができたからだと考えられる。さらに、【図 9】からペアや仲間の動きを大切にしながら活動している生徒は 100% であった。これらのことから、生徒の記述【資料 40】からみてもペアの良さを生かそうと考えたり、考えを記述したりすることに効果があったことがわかる。



A	空いたスペースに何度も打つことができる。
B	空いたスペースに打つことができる。
C	空いたスペースに打つことができない。

【図 7 教師による技能の判定】

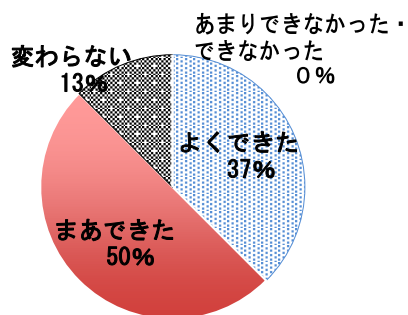
何ができて、何ができないのかが目で見えるようになり、次の課題で、
できないものも目標にする。

【資料 39-① 技能が C 評価から B 評価へ伸びた生徒で update sheet を活用した生徒の記述】

あんなに目標を達成しにくいことはなかった。授業のやり方や工夫のやり方をも身に付けて、
その試合で発揮できるように頑張りたい。

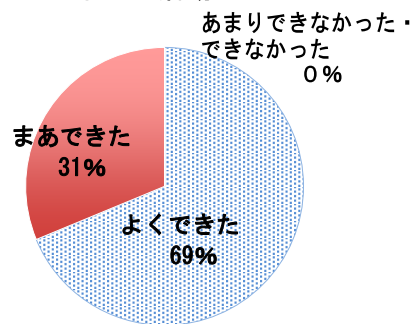
【資料 39-② 技能が B 評価から A 評価へ伸びた生徒で update sheet を活用した生徒の記述】

単元はじめと比べて
思考力を高めることができた



【図8 単元はじめとの比較】

ペアや仲間の動きを大切に
しながら活動できた



【図9 ペアや仲間の動きを大切にしながら活動できた】

話しあ、たこと整理したり、へアの人、の良、所を、書、くこと、で、
次、同じへアに、な、る、と、き、相、手、の、チ、ム、に、き、つ、と、き、の、立、ち、ま、わ、り、を、書、き、し、て、
あ、ら、で、き、た、と、思、う、

や、ろ、の、人、と、組、ん、で、り、し、た、の、で、自、分、も、技、を、生、か、せ、る、お、う、に、ま、た、
や、ろ、の、人、の、技、を、生、か、せ、る、お、う、に、ボ、ツ、ツ、ヨ、ン、は、じ、と、を、変、え、て、み、て、お、か、し、て、
点、を、取、る、の、め、に、ど、ん、ど、ん、と、す、け、は、り、い、い、の、が、あ、る、こ、と、が、あ、る、お、う、に、な、っ、た、。

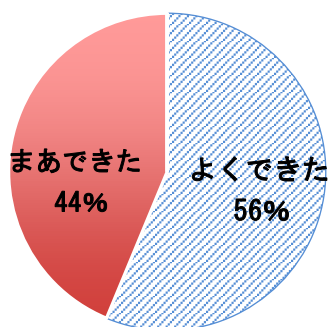
【資料40 生徒の記述】

② 情意的側面から

目的に応じた update sheet の活用により、情意的側面という観点からみる「運動への関わり方を広げることができる生徒」に迫ることができたと思う。【図10】は「単元はじめと比べて仲間のことを認めることができるようになったと思うか」という質問に対する回答である。できるようになった生徒は100%であった。これは、【資料41】のような記述からもわかるように、それぞれが目的に応じた update sheet を使って、目標を立てることや作戦を立てることで成長していることがわかったり、お互いの考えを共有したりできたからだ考える。

バドミントンを選択した生徒たちは、どちらかというとおとなしく自分から声を掛けたり、盛り上げたりすることが、授業始めの頃は、ほとんどなかったが、活動の中で声を掛けてみようとしていたり、目標を意識してチャレンジしたりしている姿がよく見られた。【資料42】は、授業への取り組み方が変わったと感じる生徒の記述である。このことから、運動への新たな関わり方を見付けることができていると言える。このような記述をしている生徒は69%いた。

単元はじめと比べて仲間を認めることができるようになったと思うか



【図 10 単元はじめと比べて仲間を認めることができるようになったと思うか】

みんなと一緒で 作戦や 目標を
立てるから 試合も 楽しめ
や、それだからいいなって 思いました

【資料 41 生徒の記述】

ペアとの声かけなどでうまくいったかどうかより明確になって
自信を持ちはじめたから。

今までの体育はただゲームを楽しくしてただけだったけど、
バドミントンでは常に自分が決めた目標を意識するようになったから。
楽しみなから成長できた。

今までの体育は先生に言われたことをやればいい的な感じがあったけど今は自分で
考え、おぼえはこうしたいほうが いいんじゃないかと、自分から学ぶところを持ちか
えるようになった。

【資料 42 生徒の記述】

(2) 目的に応じた場の工夫

① 思考的側面から

目的に応じた場を工夫することによって、思考的側面という観点からみる「運動への関わり方を広げることができる生徒」に迫ることができたと考える。ショットの目安がわかり、技能に合う練習方法や打つ場所を確認でき、PDCA サイクルを生かした update sheet の活用や自己分析しながら目標を調整することにつなげることができたと考える。また、【資料 43】の生徒の記述からも目的に応じた場の工夫によって、自分がどこまでシャトルを飛ばすことができているか、空いたスペースはどこか見付けることができ、技能を身に付ける方法を学ぶことができたことがわかる。

さらに、エリアの制限や人数を変えた場を設定することによって、攻撃方法やどうすれば打ちたいエリアに打つことができるかなどの作戦を考え update sheet を使って PDCA サイクルを行い、思考を深めることができたと考え。【資料 44】のような生徒の記述からもわかる。

以上のことから、目的に応じた場を工夫することは、何度も update sheet を活用し、自分や仲間の動きを生かす方法を考えて、運動に取り組むことができる生徒に迫る上で有効であった。

高く遠くにとばす技能も update できた。

7月の練習で半分くらいは球も （2リフト） とばせることができた。

【資料 43 生徒の記述】

今までの体育の授業は、ふりがえったりしなかったから、特に何も考えずに取り組んでいたけど、バドミントンの授業では自分をふりがえる時間があったので、考えながら取り組めたと思います。

自分の目標を達成するための練習の仕方やコートづくりを思いつきやすかったです。

【資料 44 生徒の記述】

② 情意的側面から

目的に応じた場を工夫することによって、情意的側面という観点からみる「運動への関わり方を広げることができる生徒」に迫ることができたと考える。技能を身に付ける場、思考を高める場、学習してきたことを発揮することができる場があることで、PDCA サイクルを生かした update sheet の活用につながり、「もう少しでできそう」ということがわかり、あきらめずに繰り返し行うことができた。また、場を工夫して技を生かすための方法を考えることで、PDCA サイクルを生かした update sheet の活用につながり、【資料 45】の生徒の記述からもコミュニケーションが増え、互いの良いプレイは何かを考えることで良さを認めることができた。さらに、これまでの学習を発揮する場を設定したことで、仲間の良さを生かすためのルールを考えたり、楽しむ方法を考えたりすることができ、気づきや自己評価の具体についての update sheet の活用につながり、互いの良さを認めることができた。と考える。

以上のことから、目的に応じた場の工夫を行うことは、視点を明確にして update sheet を活用することができ、自分や仲間の良さを認めたり、運動の楽しさを味わったり、コミュニケーションをとったりして運動に取り組むことができる生徒に迫る上で有効であったと考える。

相手の話をちゃんと聞くのと、フットワーク・ジャンプが UP したと思います。

作戦を立てる時とか、あまりしゃべらない人とのフットワーク・ジャンプが増え、将来も役立っていると思います。

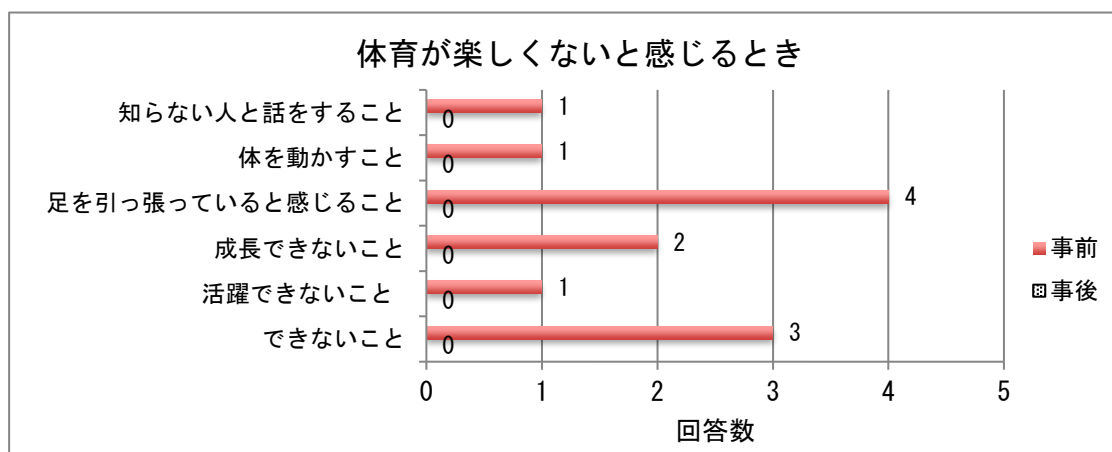
A の人と作戦を立てるときに、お互いの得意なショットを言い合ったり、コートのあるところかなどを話して、コミュニケーションが少し身についたと思います。

【資料 45 生徒の記述】

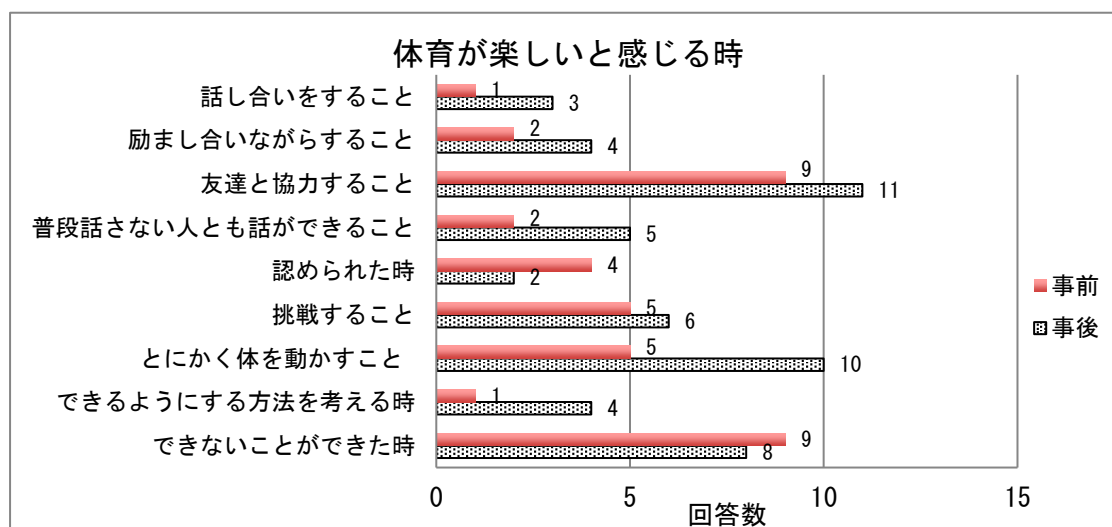
(3) 事前・事後アンケートの結果より

事前アンケートでは、「体育の授業が楽しくない」と答えた生徒は4名いた。その理由として、「足を引っ張っていると感じる」「できない」という回答が多くあった【図11】。

事後アンケートでは、「体育の授業が楽しくない」と答えた生徒はおらず、全員が「楽しい」と回答していた。「楽しい」と感じる理由として、事前の回答数より増え、「話し合うこと」「方法を考えてこと」などの思考的側面、「励まし合いながらすること」「協力すること」「普段話さない人とも話ができること」などの情意的側面での回答が増えたことから、運動への関わり方が広がったことがわかる【図12】。

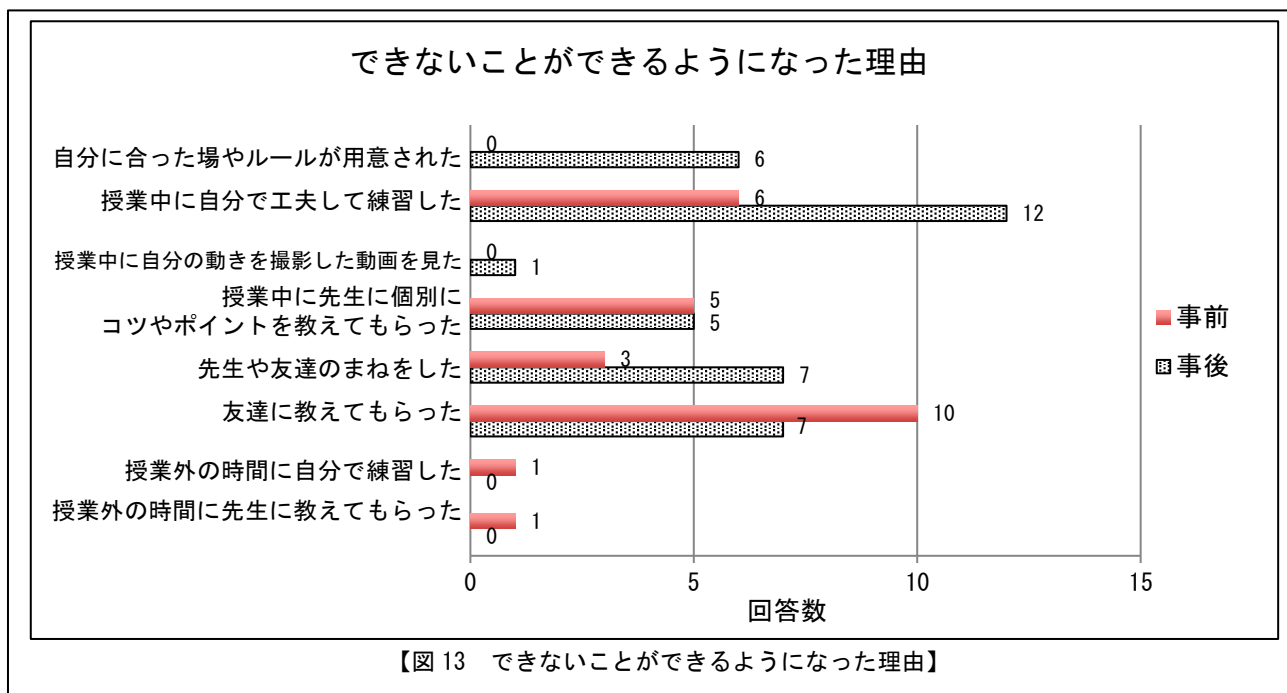


【図11 体育が楽しくないと感じる時の回答（複数回答可）】



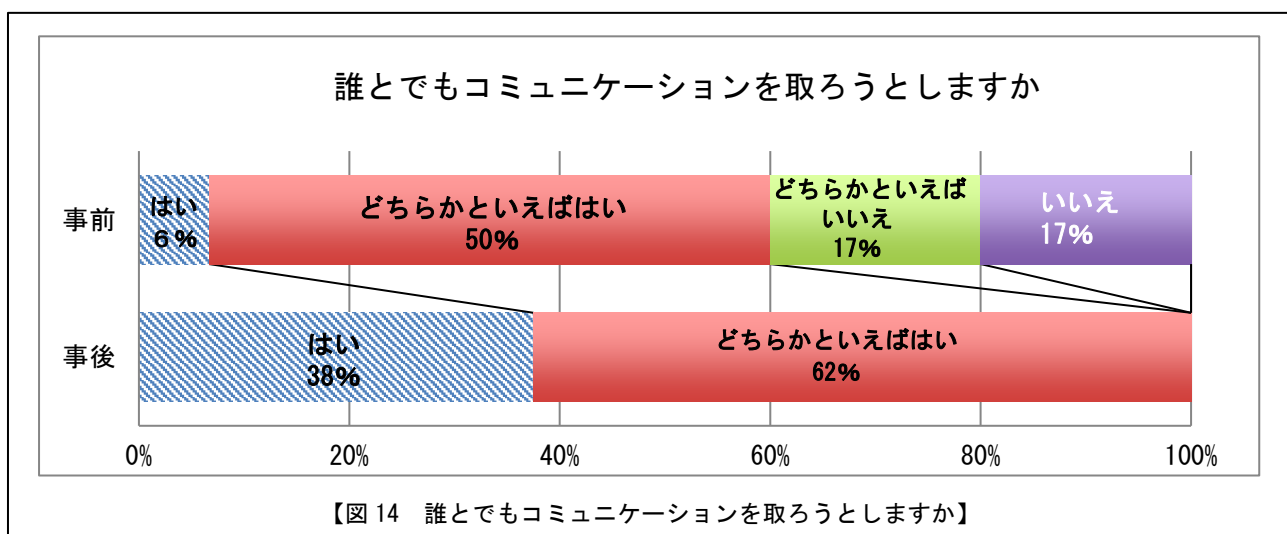
【図12 体育が楽しいと感じる時の回答（複数回答可）】

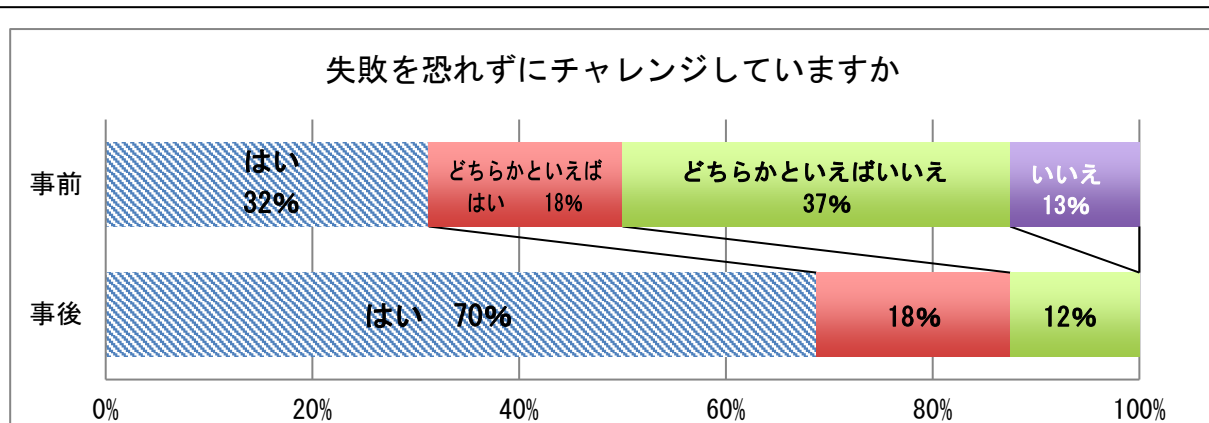
また、【図 13】の「できなかったことができるようになった理由」のアンケート結果において、場の工夫や自分で工夫してできるようになったなどの項目が増えていることから思考的側面の学び方が高まっていると考えられる。



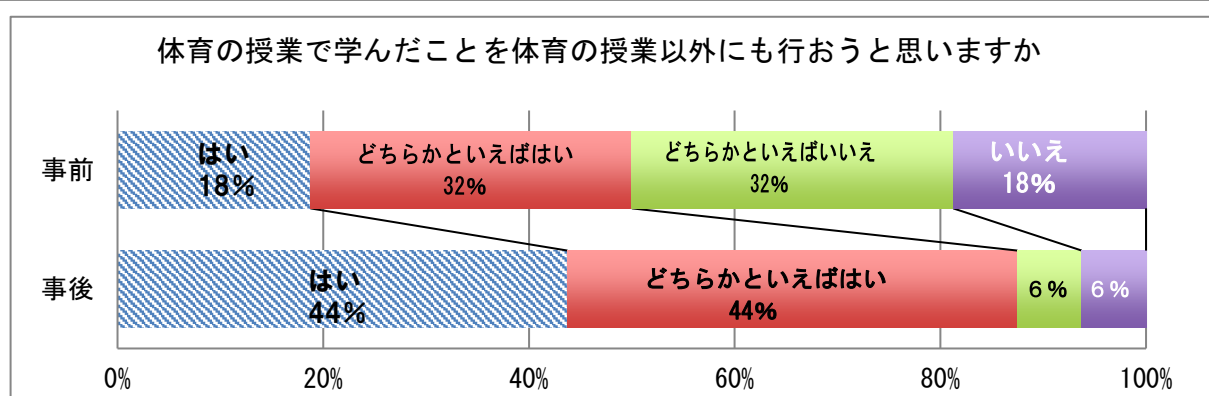
さらに、「誰とでもコミュニケーションを取ろうとする」という質問に対して、100%の生徒が「はい・どちらかといえばはい」と答えた【図 14】。また、「失敗を恐れずにチャレンジしているか」という質問に対して「はい・どちらかといえばはい」と答えた生徒は、事前は50%であったが、事後では88%と大幅に増えた【図 15】。さらに、「体育の授業で学んだことを体育の授業以外にも行おうと思えますか」という質問に対して、「はい・どちらかといえばはい」と答えた生徒は事前では50%であったが、事後は88%と増えており【図 16】、授業後の記述に、「目標には終わりが無い」「部活動や勉強にも生かしたい」「日常生活にも生かせる」と書いている生徒がいた【資料 46】。

以上のアンケート結果から目的に応じた update sheet の活用は、運動への関わり方を広げることができる生徒を育てることができたと考える。





【図 15 失敗を恐れずにチャレンジしていますか】



【図 16 体育の授業で学んだことを体育の授業以外にも行おうと思いますか】

授業の中で目標設定をして、その目標に向かって頑張ったので、
 これからの部活やテスト勉強に活かせるなと思えた。
目標には、終わりがないって気付けるようになった。

【資料 46 授業後の生徒の記述】

VII 研究のまとめ

1 成果

- 目的に応じた update sheet を活用したことにより、考えながら活動したり、振り返りながら行ったりする思考的側面を高め、また、あきらめずに取り組んだり、積極的にコミュニケーションをとる情意的側面を高めることができ、運動への関わり方を広げることができる生徒を育てることができた。
- 目的に応じた場の工夫を行ったことにより、視点が明確になり、繰り返し自分を振り返りながら活動する思考的側面を高め、また、自分や仲間の良さを認めたり、楽しんで行ったりする情意的側面を高めることができ、運動への関わり方を広げることができる生徒を育てることができた。

2 課題

- 生徒が運動への関わり方をさらに広げることができるようにするために、「する、みる、支える、知る」といった多様な関わり方についても update sheet の内容を検討するとともに、集団競技など他の運動領域においても実践し、汎用できるように update する必要がある。
- より個別最適な学びに近づけていくために、個人の課題に応じた場の工夫を update していく必要がある。

引用・参考文献

- ・ 高等学校学習指導要領（平成 30 年告示）解説 保健体育 体育編
文部科学省 東山書房 2019
- ・ 中学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 保健体育編 文部科学省 東山書房 2018
- ・ 小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 体育編 文部科学省 東洋館出版社 2018
- ・ 「令和の日本型学校教育」の構築を目指して～全ての子供たちの可能性を引き出す、
個別最適な学びと、協働的な学びの実践～（答申） 中央教育審議会 2021
- ・ 「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考指導 高等学校 保健体育
国立教育政策研究所教育課程研究センター 2021
- ・ 体育授業を観察評価する 授業改善のためのオーセンティック・アセスメント
高橋健夫 編著 明和出版 2003
- ・ 体育における「学びの共同体」の実践と研究 岡野昇・佐藤学 編著 大修館書店 2015
- ・ 体育における「学び合い」の理論と実践 梅澤秋久 著 大修館書店 2016
- ・ 真正の「共生体育」をつくる 梅澤秋久・苫野一徳 編著 大修館書店 2020
- ・ 体育科教育学入門〔三訂版〕 岡出美則・友添秀則・岩田靖 編著 大修館書店 2021
- ・ 「知・徳・体」を育む学校体育・スポーツの力 本村清人 著 大修館書店 2016
- ・ 自己評価のすすめ「自立」に向けた「自信」を育てる 安彦忠彦 著 図書文化 2021
- ・ 体育独自の“かかわり”とは何か 体育科教育第 66 巻第 11 号
石垣健二 大修館書店 2018
- ・ 三層構造で成り立つ体育の主体的な学び 体育科教育第 67 巻第 12 号
鈴木一成 大修館書店 2019
- ・ 新しい学習評価の手順 体育科教育第 69 巻第 7 号 高田彬成 大修館書店 2020
- ・ 体育における「変革的形成的評価」への挑戦 体育科教育第 69 巻第 7 号
久保明広・田中孝・草津晃平・松本大輔 大修館書店 2021
- ・ 体育授業の心理学 市村操一・阪田尚彦・賀川昌明・松田泰定 編 大修館書店 2002
- ・ 目でみるバドミントンの技術とトレーニング 廣田彰・飯野佳孝 著 大修館書店 1994
- ・ ステップアップ高校スポーツ 2020
高橋健夫・品田龍吉・小澤治夫・友添秀則 編著 大修館書店 2020
- ・ ワンダフルスポーツ 2021－2023 佐藤豊 編著者代表 新学社 2021
- ・ 平成 30 年版 学習指導要領改訂のポイント 佐藤豊 編著 明治図書 2019
- ・ 学校体育用語辞典 松田岩男・宇土正彦 編 大修館書店 1988
- ・ 学校体育授業事典 阪田尚彦・高橋健夫・細江文利 編著 大修館書店 1995

おわりに

今回、福岡県体育研究所で、長期派遣研修員として研修の機会を与えていただき、一生経験することができない貴重な経験をさせていただきました。また、たくさんの気づきを与えていただきました。ここで一年間研修できたという素敵なご縁に感謝しています。

論文を書くのは大学の卒業論文以来でした。初めての会議で、指導主事の先生方がおっしゃっている意味が理解できない、何を質問されているのかわからない、過去の報告書を読んでもわからない、自分が何をしたいのかもわからない、そのようなスタートでした。こだわりは強いがすぐにブレてしまい、研究構想を何度も書いてはやり直し、報告書もぎりぎりまで主題・副主題の決断に悩みました。

研究を進めていくうちに、これまでの指導の在り方、教師としての未熟さに改めて気付くことができました。検証授業を終えた今、「保健体育ってやっぱり素敵な教科だな」と生徒から教えられた気がします。生徒のためと思って研究を行ってきましたが、今回の研究の主題も今思えば、自分の資質・能力を高めるために設定した気がします。

なんとか形になり、報告書を作り上げることができたのは、所員の方々をはじめ、家族や学校の先生方、アクション福岡関係の方々などたくさんの人たちの支えがあったからです。特に指導主事の先生方は、時間を惜しまず丁寧なご指導で一緒になって考えてくださいました。本当にありがとうございました。

研究は難しかったですが、学ぶことが楽しい、今はもっと学びたい、論理的でわかりやすい文章を書けるようになりたいという意欲や、もっと理解して研究をしたかったという未練があります。今後は、自分の経験や思い込みばかりで進める授業ではなく、「未来を生きる生徒のため」に、生徒の笑顔がはじけるような授業ができるように、学び続けていこうと思います。

体育研究所ではたくさんの出会いがありました。この研修がなければ、小・中学校の先生方と授業づくりについて話をすることはなかったと思います。先生方との話から授業の準備や仕掛け、問いの大切さなど学ぶことがたくさんありました。また、体育の授業においても小・中とのつながりを大切にするということにも気付くことができました。さらに、専門研修を通して大学等の著名な先生方との出会いもあり、様々な専門的な話を聞く中で、学びを深めることができました。

そして、何より、同じ研究を進める仲間である小・中の長期派遣研修員との出会いです。二人がいなければ私は最後までやり遂げられませんでした。たくさん助けてもらい、励ましてもらったこと、些細なことでも笑い合ったり語り合ったりしたこと、尊敬・信頼できる二人と一緒に研究に取り組めた時間はかけがえのない私の宝物となりました。

最後に教師としてどんなことにも意図や根拠、こだわりをもって授業に取り組み、どんなときも素直で謙虚な気持ちを持ち、学び続け、一期一会を大切にしていきたいと思っています。

改めて、この貴重な研修の機会を与えていただきました福岡県教育委員会に厚くお礼申し上げます。並びに、本研修を進めるにあたって、ご指導いただきました教育庁教育振興部体育スポーツ健康課、高校教育課、福岡県体育研究所の中野所長はじめ、所員の皆様に改めて深く感謝申し上げます。

また、研究をバックアップしていただきました、福岡県立福岡魁誠高等学校本園校長をはじめ、旭副校長、藤野教頭、保健体育科の先生方、教職員の皆様、何より笑顔で一生懸命取り組んでいたバドミントン選択者の2年生16名に心よりお礼申し上げます。本当にありがとうございました。

今後とも、より一層のご指導、ご鞭撻を賜りますよう、心からお願い申し上げます。

令和4年2月10日

長期派遣研修員 小松 陽子（福岡県立福岡魁誠高等学校）