

コミュニケーションを軸とした、思考力の育成

～「見通す力」を育む授業～

保健体育科 小林佐知江 森田祐介 菅原誉子

1. 主題設定の理由

体を動かすことは、生涯にわたって心身の健康には大切なことである。また仲間と運動し交流することによって、コミュニケーション能力を高めることができる。よって保健体育科の目標として「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成」「健康の保持増進のための実践力の育成」「体力の向上」の三つが挙げられている。反対に課題としては「運動する子どもとそうでない子どもの二極化」が挙げられている。これは運動の楽しさを十分に理解していないものと考えられる。

運動の楽しさとは、体を動かすことによって得られる爽快感を味わう「動く楽しさ」、仲間と協力して取り組む「交流する楽しさ」、できなかったことができるようになったり、勝敗がつく競技で勝ったりする「上達する楽しさ」、運動を行うにあたって、その運動、競技の特性を知る「わかる楽しさ」がある。その中の特に「上達する楽しさ」だけを子どもたちは運動の本質のようにとらえ、体を動かすことができるかどうか（何かの課題通り動くことができるかどうか）で、運動が楽しい・楽しくないかを子どもたちは判断し、その結果楽しいからする、楽しくないからしない、と判断しているように感じる。よって中学校の保健体育科の授業においては、他の3つの楽しさを子どもたちに伝えていく必要があると考える。

本校では、昨年までコミュニケーションを基盤とした「交流する楽しさ」を一番の目標として研究を行った。その結果、仲間と交流し、楽しむことによって、運動に対する興味づけができ、積極的に運動に関わるようになり、一定の成果を上げることができた。そこで本年度からは、昨年までの「交流する楽しさ」を踏まえて、「わかる楽しさ」に重点を置いて指導する。

「わかる楽しさ」とは、ある運動において「どのようにすれば上手にできるのか」「どのようにすれば記録が伸びるのか」「どのようにしたら勝てるのか」などの課題に対して思考し、その結果、または思考の途中に、その運動特有の動きやルールを知り、新たな発見、理解があったと感じることである。「どのように」の疑問から、その運動の本質を知ることができる。この「わかる楽しさ」を感じることで、知り得たものを元に「上達する楽しさ」、そして「動く楽しさ」へとつながり、また考えたり運動をするにあたっての「交流する楽しさ」へとつながる。そうすることにより「運動する子どもとそうでない子どもの二極化」及び、他の課題「運動への関心や自ら運動する意欲、各種の運動の楽しさや喜び、その基礎となる運動の技能や知識など、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成が十分に図られていない」も解決できるものと考えられる。

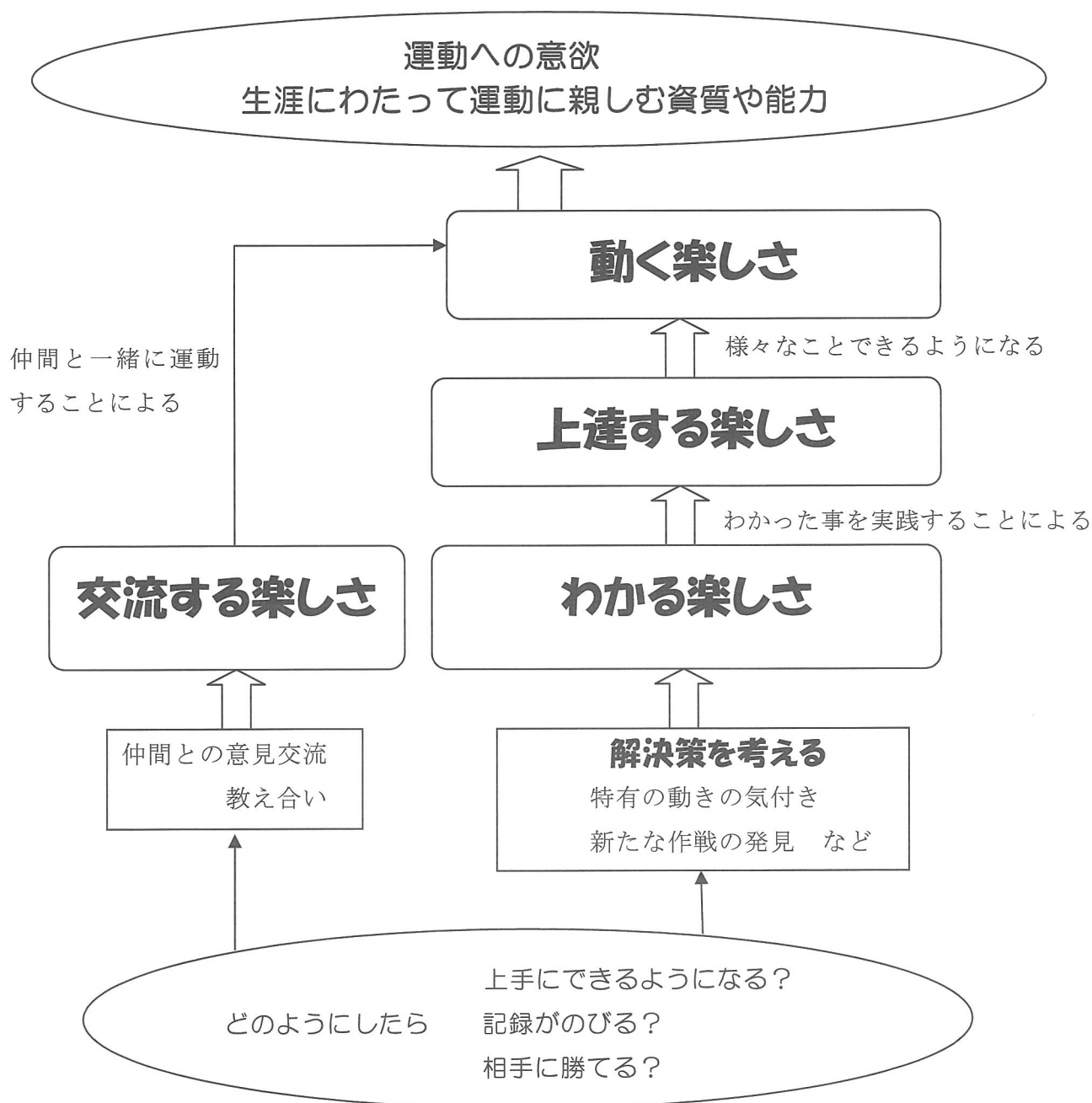
2. 実践の概要

先述したように、「わかる楽しさ」には思考力が必要となってくる。この思考する活動のなかでも、特に「見通す」ことに重点を置いた。見通す力とは、運動を行うに当たってただ適当に動くのではなく、集団競技であれば、どのように自分たちは動けば効率よくできるのか、どのように相手は動くのだろうか、などの作戦である。個人競技であれば、個人の動きを知り、課題を見付け、その課題解決をするにあって、このように動けば解決できるのではないかと推論することである。見

通したこと（「予測」）を元に「実施」し、その結果がどのようなものであったかを「検証」し、そしてまた新たな見通しへとつなげていく。この「予測」「実施」「検証」の3つのサイクルを用いて、見通す力（思考力）の育成に努める。今年度はこのサイクルを集団スポーツに対して実践をした。

授業においてはタブレット端末を用いて、チームの動きや個人の動きを記録し、それを元に予測し検証を行う。そうすることによって、自分たちの動きを客観的に見ることができ、次のサイクルへとつなげやすくなる。また思考的な面だけではなく、技能においても客観視することができ、個人技能の課題も見付けやすく、技能向上につながる。

また、「予測」「検証」をするにあたって、「交流する楽しさ」も取り入れた。「教え合い」や「伝え合い」を通じて、さらなる語彙や表現力を獲得し、自分や他者の感情や思いを受け止めることができるようになると考えられる。



4. 実践事例

簡易クリケット

～予測・実施・検証のサイクルを生かして～

1、対 象 第2学年

2、単元設定の理由

中学校学習指導要領保健体育編において、ベースボール型はソフトボールを適宜取り上げる事と明記されており、多くの学校で実施されている。しかしソフトボールの問題点として、打撃・守備・走塁時にランナーの有無やカウントなど様々な要因が重なるため、ルールを理解するのも困難であり、それに伴いプレーに集中しきれない部分がある。

その様な現状から「クリケット」に着目した。「クリケット」は、施設を360°使って攻撃ができ、守備機会の偏りが少なくなる。また、複雑な走塁判断やカウント設定も少なく、ルールが理解しやすい等の利点がある。ルールの簡易化を図りながら、多くの生徒が取り組みやすい状況を設定し「ゲーム展開に見通しを持たせ、効果的に得点を取り失点を防ぐ」事に喜びを体感させたいと考える。具体的には、チーム内で予測＝ゲームでの見通しをたてる、実施＝ゲーム、検証＝チームでの確認作業。このサイクルを繰り返し、課題練習において個人技能を高め、ゲームでは作戦を元に集団技能を高めることができる。

またタブレット端末を使用する事で思考活動の充実を図り、議論が生まれ、個人やチーム力が効率よく向上していく事が予想される。以上の事から、新たな発見・楽しさに触れ、その中で生徒はゲーム本来の喜びを味わい、予測・実施・検証のサイクルを繰り返すことにより、技能面だけでなく思考力も効果的に向上する事が考えられる。

3、単元の目標

- ・自己や仲間の安全に留意し、クリケットの楽しさや喜びを味わいながら、話し合いや練習、ゲームに積極的に取り組むことができる。
- ・個人やチームの課題解決を明確にし、効果的に得点できるか、失点を防げるか、ゲーム内での動きを考え工夫できるようにする。
- ・基本的なバット操作、守備動作、走塁方法を身につけ、ゲームを展開することができる。
- ・クリケットの特性や成り立ち、技術の名称や行い方を理解できる。

4、評価規準表

関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
クリケットの特性に触れ、楽しさや喜びを味わいながら、安全に留意し、積極的に練習やゲームに取り組もうとする。	課題解決のための練習方法を考えたり、ゲームでの作戦を立て、実行するために動きを工夫したりしている。	作戦を実行するために、ゲーム内で基本的技能を発揮することができる。	クリケットの特性やルール、審判方法を理解している。

5、指導計画（全10時間）

第1次	オリエンテーション	1時間
第2次	打撃・守備・走塁の基本練習	3時間
第3次	課題練習・ゲーム	3時間（本時3/3）
第4次	リーグ戦	3時間

6、本時

（1）目標

- ・安全に留意しながら、話し合いや練習、ゲームに積極的に取り組むことができる。
- ・予測段階でゲームでの動きをイメージし、意見交換を踏まえて有効な手段を考えることができる。
- ・基本的な打撃からの走塁、状況に応じた守備を瞬時に判断し、実行することができる。

（2）展開

学習過程	学習活動および内容	指導上の留意点	評価の観点
導入	1、集合・整列・挨拶・健康観察 2、各班準備運動		
展開	3、課題練習 課題解決のための練習を行う。 ※各チームで前時までのチームとしての課題を明確にし、それを改善するための練習を行う。 4、予測(ゲームでの見通しをたてる) 前時からの課題から得点方法や失点を防ぐ方法を考え、作戦を考えたものを確認する。 ※ワークシート2枚を用いて、前時からの課題からの予測（＝作戦、ゲームでの見通しをたてる）やオーダー表をチーム内で確認する。（別紙ワークシート参照） 5、実施（ゲーム） タブレット端末で録画しながら、作戦に基づいてゲームを行う。 ※各チーム2台タブレット端末を使用。1台は即時に効果を得るために使用（具体	・各チームで、前時までの課題を明確にし、解決のための練習をさせる。 ・各々の技能にあわせ、効果的に得点できる、または失点を防ぐ方法を考え、ゲームに見通しを持たせる。 ・作戦を元にゲームを展開させる。 ・ポイントをおさえて、録画作業を行わせる。	・積極的に練習に参加しているか。【関心・意欲・態度】 ・個人やチームの技能に適した作戦を立てているか。【思考・判断】 ・作戦に応じて、打撃・守備・走塁ができていないか。【技能】

<p>ま と め</p>	<p>的には強化指定選手が次打席までに映像で問題点を確認し、プレーイングマネージャーにアドバイスしてもらい、それを実行する) もう1台は集約的な効果を得るために使用する(予測を踏まえて、そのポイントを中心にゲームを撮影し、予測と実施の差を検証するために使用)</p> <p>6、検証(チームでの確認作業) タブレット端末を見ながら、検証を行う。 ※ワークシートを用いて、予測と実施の差を検証し、次時の課題を明確にする。 またオーダー表を用いて、チーム総得点を計算する。</p> <p>7、本時の振り返り ※明確に予測し検証出来ていた班の意見を発表し、全体で共有する。</p> <p>8、健康観察・挨拶</p>	<p>・ゲーム全体の動きを確認し、予測と実施内容の差を検証し、次時の課題を明確にする。</p>	<p>・検証結果から次時の課題を明確にできているか。[思考・判断]</p>
----------------------	--	---	---------------------------------------

【単元計画 全10時間】

時間数	内容	
1	オリエンテーション(クリケットの歴史・ルール・DVD視聴)	
	ルール習得項目	技能習得項目
2	キッククリケット1	基礎練習1(主にボウラーの練習)
3	キッククリケット2	基礎練習2(主に打撃練習)
4	フリスビークリケット	基礎練習3(主に守備練習と連携)
5	簡易クリケット1(タブレット端末を使用)	
6	簡易クリケット2(タブレット端末を使用)	
7	簡易クリケット3(タブレット端末を使用)	
8	リーグ戦・振り返り(タブレット端末を使用)	
9		
10		

オーダー表

()組 ()班

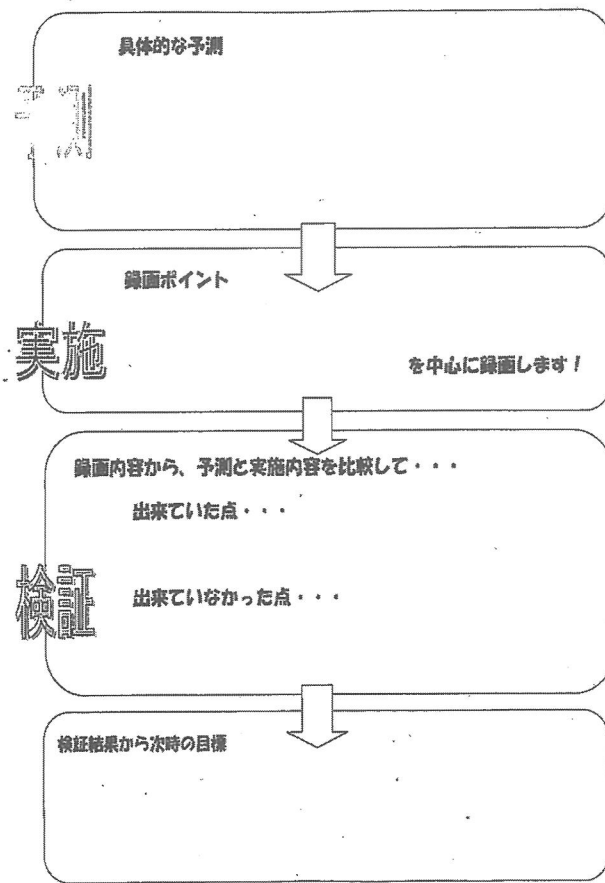
予測、実施、検証

()組 ()班

【役割一覧 5名】→本人プレー時交代わりには事をお断りする。

- ★プレーイングマネージャー兼撮影係（強化指定選手）（1名）
 - ・・・予測・検証時、中心となってまとめる。強化指定選手の撮影やアドバイスを行う。
- ★強化指定選手（1名）・・・撮影をしてもらい、次の打席までにプレーイングマネージャーからフォームに関するアドバイスしてもらう。
- ★撮影係（ゲーム）（1名）・・・予測の観点で、ゲーム時に必要なポイントを撮影。
- ★記録員（1名）・・・ワークシートに記入する。
- ★アンパイア（1名）・・・自チームが攻撃の時、審判をする。（ウイケット側）

打順	役割	名前	得点①	得点②	得点③	合計	チーム総得点
1							点
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							



【タブレット端末の使用方法和効果】

- ・ワークシートと共用することにより、効果的な学習活動に発展することができる。
- ①即時効果
 - 打撃後すぐに自身の動きを確認したり、仲間にアドバイスをしてもらう。
 - 次の打席に修正する事ができる、いわゆる本授業内での修正が可能になる。
- ②集約効果
 - 予測段階でのポイントを中心にゲームそのものを録画する。
 - チーム内での視覚的な振り返りや共有を行い、次時への課題を明確にする事が可能になる。

【簡易クリケットルール】（基本ルールをもとに）

- ・ボウラー(投手)はノーステップから投球。イニング交代。
- ・攻撃は2アウト交代または打者が5人打撃を完了した場合交代。
- ・打撃後は必ず走る。
- ・結果は関係なく打撃が完了すれば、次打者が打撃を行う。

【教具】

- クリケットキットを使用＝ボール(ゴム製)、バット等(プラスチック製)
- 安全面が保障される。

【ベースボール型4技能の問題点と、簡易クリケットを実施することによる改善点】

①「バット操作」

バットが細くて空振りが多く、打つ、あてることが困難。

→クリケット独自のバット(打球面が広い)を使用し、縦振りを行う事により空振りが減少し、技能が高まれば打球方向を操作できるようになる。

②「走塁」

○アウト○塁など、設定が複雑すぎて瞬時に判断しにくい。

→クリーズ(得点ゾーン)をペアで往復する事で得点化されるだけなので理解しやすい。

③「ボール操作」

グローブでボールを掴むという非日常の動作が困難。

→素手でキャッチする事により、両手捕球がしやすい。

④「守備」

守備機会の偏りが著しい。

→競技施設を360°使う事ができるので、フェールがなくなり守備範囲も広がるため守備機会の偏りが少なくなる。

オリエンテーションの感想・クリケットを体験して

☆本時のオリエンテーションで学んだことや、思った事を書きなさい。

<ul style="list-style-type: none"> ・140x160mの超巨大コートを使用 ・サ、カ、ホ、セ、バ、ド、の6月に競渡人が多い。 ・野球の原形である。 ・ホウリング、タフを見れば、競渡(野球)が攻撃、攻撃(野球)が守備にあたる ・試合が1イニングずつで、10アウトで攻守交替。1日で試合が終わるというところもある。 ・野球場のキャッチャーに代わるのが、クリケットでは守備の男である。 	<p>オリエンテーションは、競渡場の広さから、バ、ド、カ、ホ、セ、の6月に、人ひとりでプレイするのではなく、授業と同じように、簡単なルールでプレイする。これによって、多くの目的を達成していただきたいと思います。</p>
--	---

クリケットの授業をしてみても...

初めは、「クリケットは何?」というレベルでした。でも、クリケットに関するビデオや、バット・ボールを見て、「楽しい」と思いました。そして、最初の授業の時、実際にやってみると、全然バットにボールが当たらずということが多くありました。でも、そこから練習を重ねていくうちに、少しずつ打てるようになり、楽しくなっていました。練習だけでなく試合では、守備をするのがとても楽しいと感じるようになりました。クリケットは、打つ方向や戦略など色々なことを考えてやるスポーツだと強く思いました。これからもっとクリケットをしていきたいです!!

☆本時のオリエンテーションで学んだことや、思った事を書きなさい。

<ul style="list-style-type: none"> ・国際競渡場とは同じサイズのグラウンドで練習しているところもあり見かけた。 ・ワッカの次に多い競渡人口 ・野球の原型 ・テ、ホ、セ、バ、ド、の6月がある ・イ、カ、ホ、セ、バ、ド、の6月がある ・1イニング、10アウト交代 ・5日間におよぶ試合もある ・守備→バッター ・攻撃→キャッチャー ・国際試合で日本は勝ったことがない ・It's not cricket → アではない ・ピッチャー→バットを動かさない ・バッター→バットを動かす 	<p>競渡ポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボールをとるとき → 頭に当たらないように注意する → 大きく手を広げ、腕を振り、手をボールのちぎりにする → ボールを速くはじくように足は地面に力をつけて、道をさく ・ボールを投げる時 → コントロールしやすい <p>～思ったこと～</p> <p>クリケットというスポーツはあまり見たこともなく、難しいのだと思っていました。しかし、意外にもたくさんクリケットをしている人が多く驚きました。また、「スルテック」というので、スライカーなどちがって、チームワークが求められることができることがクリケットにはあることがわかりました。そして、まだ国際試合で勝っていないというので、もっとクリケットを広めたいなと思いました。実際にやるのが楽しみです。</p>
--	--

クリケットの授業をしてみても...

ぼくはクリケットというスポーツをほとんど知りませんでした。そしてやってみると野球と違って、初心者でも点が取れる時があってとても楽しかったです。クリケットは野球より誰でも親しみやすいので色々な人にぜひやってもらいたかったです。

この授業はiPadを使ってフォームを見ながらプレイした

ので、強化選手に選ばれた時には、自分の悪いワザや打ち方の特徴がはっきりと分かったので、ただひたすら練習したり、友達に教えてもらうよりも、実際に動きを見ながらプレイが、又スネージャーと打ち方を考え直す方が上達が早くなったと思いました。

また、各試合の全体の様子を記録することで、相手チームの選手一人一人の打つ方向や飛距離などを把握することができたことでより効果的に守備を置くことができずしてでも少ない点数でおさえることができたと思います。

そして、クリケットの大きな特徴である、360°どの方向にでも打つことができるというルールがあることで、攻撃の際は打つ方向を工夫する事によって守備の位置が動き、そこにできた空間にボールを飛ばすことができることと大きな得点につながる事が分かったし、守備の際は思ってもいなかった方向にボールが飛ばされてしまい、たくさん点をとられてしまうなど反省点が多かったので野球やソフトボールなどよりも楽しかったんじゃないかなと感じました。ボールを投げるのが得意でない人も、打つ事が得意でない人もみんな得点を入れることができるクリケットはやってよかったと思うし、これで終わってしゅうのが少しさみしいです。1年生にも二人が授業したんだよと言ったらともうらやましがられたので、またクリケットというスポーツを広めていきたいと思いました。

5. 成果と課題

ベースボール型を幅広く知り経験する良い機会になった。単元設定の理由で「打撃・守備・走塁時にランナーの有無やカウントなど様々な要因が重なるため、ルールを理解するのも困難であり、それに伴いプレーに集中しきれない部分がある。」と挙げたが、その部分に関してはクリケットを実施することにより、一定の改善が見られた。また生徒からは多くの前向きな意見や「またクリケットをしたい」という声も挙がり、今後はよりルールを精査し実施していきたいと考える。またタブレット端末を使用し、一定の即時効果・集約効果を得ることができていたと生徒の感想から読み取ることができた。また、体力差が技能差と直結していると感じられる場面もあった。文部科学省の調査で、子どもの体力・運動能力は1985年頃がピークで、2002年頃からは回復傾向にあるがピーク時にはまだまだ及んでいない。その様な現状も踏まえ、体育科としても授業を通して体力・運動能力の向上に努めたいと考える。