【保健体育科】

言語活動を取り入れた授業実践
～バレーボールの授業を通して～

岡　田　歩　美

はじめに

平成24年度から新学習指導要領が全面実施されており，平成15年に示された「生きる力」の理念を引き継ぎ，教育基本法の改正で「学力の３要素」が重要と追加されている。中央審議会答申（平成20年１月）では言語は知的活動（論理や思考）の基盤であるとともに，コミュニケーションや感性・情緒の基盤でもあり，豊かな心を育む上でも，言語に関する能力を高めていくことが重要であるとしている。

本学校園では平成18年度から幼小中一貫教育の研究に取り組んでおり，研究主題「豊かな社会生活を創造する幼小中一貫教育の追求－豊かな学びをつくる子どもの育成」をもとに，教科学習で一貫して育てていきたい思考力・判断力・表現力を明確にし，それらを育てる上で有効な生徒同士の学び合いについて研究を行ってきた。体育・保健体育科においても研究テーマを「運動の心地よさを味わわせ，表現する力を伸ばす体育・保健体育学習」として授業研究をおこなっている。その中で子どもたちの豊かな学びの姿を次のような姿と考えている。

○挑戦する意欲をもっている姿。（意欲・耐性）
○体を動かしたくなる，動くと気持ち良いと感じている姿。（情緒）
○身体を動かしている姿。（技能・体力）
○運動を習慣的に行っている姿。（活用）
○技能構造を追求し，考えている姿。（思考・知識）
○仲間とかかわっている姿。（協力）
○自分や仲間の姿を観察し，思ったことを言葉や身体をつかって説明している姿。
（思考・判断・表現）

これらのことを踏まえて，本研究では保健体育科の体育分野において，言語活動の充実を図っていきたい。そのためには，各運動場面で体を動かす機会を適切に確保し，相手や仲間のよい演技に賞賛を送る，互いのよい演技を認め合う，互いに教え合うなどのコミュニケーションを図る学習活動を充実する必要がある。

例えば，仲間の演技からよい動きを見つけペアやグループで伝え合ったり，ビデオなどの映像を通して自己や仲間の技術的な課題を共有したりすることなどである。

このように，主体的なグループ活動を中心とした言語活動を通して，新たな課題に自ら取り組もうとする意欲や，態度を育成するための言語活動の充実を意識した学習の展開を図る研究を行うことにした。

1　保健体育科における思考力・判断力・表現力とは

子どもたちの「やってみたい」という欲求の心は本来備わっている欲求の一つであり，この気持ちこそが課題を解決するために考えようとする力，まさに「思考力・判断力」であり，「できる・わかる」ために最も大切であることがこれまでの研究において実証された。そのときに生じる「思いや考え」を他者に伝える（表現力）ことで互いに高め合い分かり合える喜びを感じ，新たな学びへの意欲へつなげていくことができる。また，自発的な意欲が生まれると，運動が有する特性や魅力に触れるなかでさらなる動ける身体をもつことができるだろう。そして，その気持ちや感覚は残

り，生涯を通じて運動に親しみ，その結果として体力が向上し，人とのかかわりが深まるはずである。

2　研究にあたって

E球技［第１学年及び第２学年］の技能・態度・知識，思考・判断に関する学習指導要領解説の記載は次のとおりである。

［1技能］
（1）次の運動について，勝敗を競う楽しさを味わい，基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにする。
イ　ネット型では，ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防を展開すること。

（2）ネット型
第１学年及び第２学年では，ラリーを続けることを重視して，ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きなどによる空いた場所をめぐる攻防を展開できるようにする。

［2態度］
（2）球技に積極的に取り組むとともに，フェアなプレイを守ろうとすること，分担した役割を果たそうとすること，作戦などについての話合いに参加しようとすることなどや，健康・安全に気を配ることができるようにする。

［3知識，思考・判断］
（3）球技の特性や成り立ち，技術の名称や行い方，関連して高まる体力などを理解し，課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

まず，「基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにする」ことがあげられている。バレーボールがもつ楽しさとしては，ラリーが続くこと，スパイクやサーブ，ブロックがきまること，三段攻撃につなげること，仲間と声をかけ合うことなどがある。そのため，運動を楽しむためには，運動がもっている本質的な楽しさを理解させ，体験させることが必要である。重ねて，運動の特性を踏まえた上での技能の習得，技能のポイントやルールなどの知識理解などが不可欠である。

次に，「話し合いに参加しようとする」ことがあげられている。これはチームなどの課題解決に向けて，自らの考えを述べるなどの積極的な話し合いに参加しようとすることを示している。そのため，チームの作戦などについて意志決定をする際には，話し合いを通して，仲間の意見を聞くだけでなく自分の意見を述べるなど，それぞれの考えを伝え合うことが大切であることを理解し，取り組めるようにする。

3　研究のねらい

身に付けた知識や技能を活用して，言語活動に取り組むことは，バレーボールの授業の意欲向上において有効であるか考察する。

（1）研究の方法

研究対象　島根大学教育学部附属中学校　２年生　男子68名
期　　間　2013年１月～２月
研究方法

最初の授業のラリーゲームの技能とスキルチェックをもとに，各グループ相互の技能が均等になるように，５～６人のグループ分けをし，その際，身長の高い人がかたまらないように配慮した。そして，以下の**表１**に示すような学習計画で授業を行った。単元開始前，単元終了後には，バレーボールのゲームの中で大切だと思うことについてのアンケート調査を行い，記述内容の比較・検討を行った。

表１　学習計画

次	主な学習内容	時	具体的な学習内容
1	オリエンテーション 運動の特性や学習のねらい，計画を理解する。	1	・単元の特性や単元計画の説明 ・ＶＴＲの視聴 ・ラリーゲーム ・スキルチェック
2	生徒自身の技能の確認をする。	2	・試しのゲーム
3	基礎的・基本的な知識や技能を身に付け，今できる技能を使ってミニゲームを楽しむ。	3 ～ 6	・個人技能 パス（オーバーハンド・アンダーハンド），サーブ，アタック ・集団技能 対人パス，サーブレシーブ，ミニゲーム
4	知識や技能の活用 高まった技能でチームに応じた練習や作戦を工夫してゲームを楽しむ。	7 ～ 9	・集団技能 カバーリング，３段攻撃 ・ゲーム
5	メインのゲーム	10 ・ 11	・リーグ戦 ・スキルチェック
6	学習のまとめ	12	・単元のふりかえり

４　授業の実践

第１次のオリエンテーションでは，はじめにＶＴＲの視聴をした。そして，今後習得する技能のイメージをもたせ，学習のねらいと単元計画の説明をし，授業の見通しをもたせた。その後，４～５人のグループを作り，バドミントンのネットでソフトバレーのボールを使用してラリーゲームをした。バレーボールの導入として，ボールをつなげること，ボールを落とさないことを意識させるため，ネットを挟んで２対２，もしくは２対３に分かれネットを挟んで連続パスの回数を競わせた。この時，同じ人が連続してボールに触れないとこや，接触回数を定めないことをルールとした。最後にスキルチェック（直上オーバー・直上アンダー各30秒間の連続回数）を行った。

第２次は，生徒自身の技能の確認をするため，今もっている力で試しのゲームを行った。第１次のラリーゲームの技能とスキルチェック，身長を配慮しながら，５～６人のグループを12グループに分け，以下の**表２**に示すようなルールで試しのゲームを行った。

表２　試しのゲームの主なルール

・コート：正規の縦18m×横９m	・ネットの高さ：２m
・サーブ：アタックラインよりも後方で下からの投げ入れ	
・ローテーション：なし	
・接触回数：制限なし（連続して同じ人の接触はなし）	・勝敗の決め方：時間制（６分間）

第２次での試しのゲームの様子や授業後の生徒のふりかえりから，ボールに対する恐怖心をもっていることや技能の未熟さがあること，人と人との間にボールが落ちてしまうことが課題として挙がった。

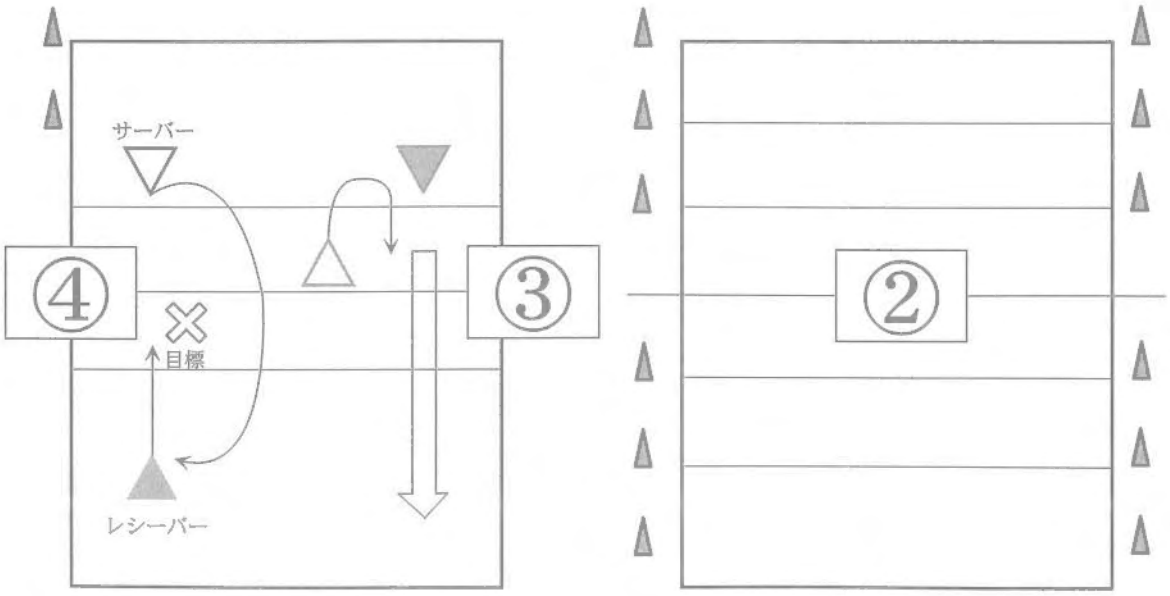
第３次では，毎時間授業の導入部分に，ボール操作に慣れるためにボールを使ったコーディネーショントレーニング（**表３**）を行った。後半部分では，パス・トス・アタック・サーブなどの個人的技能の向上を目的として，試合の局所を想定した場面設定やボールの接触回数を多くするために，４つの練習場所を設定し，ローテーションをしながらの練習（**表４**）に取り組むことにした。また，メインのゲームに近づけるために，条件を変えたミニゲーム（**表５**）を行った。

表３　ボールを使ったコーディネーション

①ボールを投げて背中キャッチ　→　背中から前に投げてキャッチ
②ボールを投げ上げ，ボールが落ちるまでに１回転してキャッチ　→　２回転・逆回り
③右手首・左手首の順でボールをはじいてキャッチ　→　右手首・左手首・頭・キャッチ
④２人組でボールをもって向かい合い，１人は相手に向かって下投げのパスを出し，もう１人はボールを転がして相手にパス
⑤２人組，ボール１個でキャッチボール
・左右片手投げ，両手投げ，両手ワンバウンド，ワンバウンドアタック，ノーバウンドアタック

表４
①～④を６分でローテーションをしながらグループで場面練習をする。

①　**オーバーハンドパス・アンダーハンドパス**（コート外の空いたスペースを使用）
Ⅰ　投げたボールをパスする
Ⅱ　ランニングパス



②

アンダーハンドサーブ・フローターサーブ（3mごとにコーンを設置）

Ⅰ　アタックラインからのサーブ練習
　→　膝立ちの状態で上半身のみの動きでサーブを打つ

Ⅱ　アタックラインから3m後ろのからのサーブ練習
　→　立った状態で上半身の動きと下半身の体重移動を使ってサーブを打つ

③

アタック

Ⅰ　ボールの打ち付け（上半身動作の確認），3歩助走の練習（ステップの確認）

Ⅱ　投げ上げからボールキャッチ

Ⅲ　投げ上げからのアタック

④

サーブレシーブ

Ⅰ　アタックラインより後方から投げ入れ，レシーバーはボールキャッチ

Ⅱ　落下地点に素早く移動　→　目標にレシーブ（サーバーはアンダーサーブ）

Ⅲ　サーブの飛距離を長くし，目標にレシーブする（コーンを設置）

表5　ミニゲームの主なルール

- コート：正規の縦18m×横9m
- ネットの高さ：2m
- サーブ：アンダーハンドサーブ（1本目失敗→2本目投げ入れ）
- ローテーション：前衛後衛の交代またはセッター固定で行っても良い
- 接触回数：5回まで（連続して同じ人の接触はなし）
- 勝敗の決め方：時間制（6分間）

4時間目のチームの話し合いでは課題として，パス・サーブ・アタックなどの基本的技能の未熟さに加えて，仲間との連携や声のかけ合いなども課題としてあがった。そこで5時間目では，どんなときに失点につながっているのかということをゲームの中で探すことにした。そこで，言葉だけのやり取りではなく，文字にして表現することで仲間と課題を共有させるため，ゲームをチームの一人がコートの外から観察し，ホワイトボードに記録することにした。以下は，生徒が記述をしたチームの観察記録の内容である。

生徒A

[よかった点]
- サーブが何本も決まっている
- 1本目を高く上げたほうがつながる
- ラリーが続いたとき盛り上がった

[失点につながる時]
- 人と人の間にボールが落ちる
- ネットの近くに上がったボール
- 誰が触るか分からないボールの時
- パスがコートの外に出る時
- ボールを見ているだけ

チームでの話し合いの後に，全体で改善点を考えた結果，「ボールが落ちないように積極的に動くこと」「声を出すこと」「全員でカバーし合ってボールをつなぐこと」が挙げられた。そこで，どんな声かけが有効なのかチームで話し合い，ホワイトボードにまとめた。

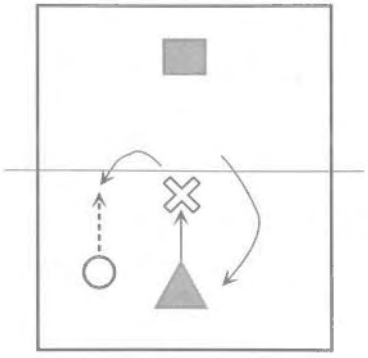
ここで生徒に気づいてほしかったことは，チーム内でのコミュニケーションの必要性である。コートを正確に6分割しても，状況が変化する中で自分の取るべきボールの範囲を正確に決めることは難しい。人と人との間にボールが落ちる理由として，ボールの落下地点に入ることの遅れや，思考に不安や迷いが生じていることが挙げられる。ボールの落下地点を予測して動くことや，ボール操作の不安は，これから練習の中で技能が向上することで自信をもたせることが課題である。また，コミュニケーション不足で迷いが生じている場合は，自分の意思表示の声や相手に任せる声かけが必要になってくる。状況が変化する中で，迷いが生じることは，ボールの反応速度を落としてしまうため，判断力に加えて必要な言葉を迷い無く発したい。そこで，状況に応じた声かけの言葉を具体的に挙げた。以下はこの日の生徒のふりかえりの内容である。

生徒B 話し合いでホワイトボードにどんな声が必要か出し合うと，思った以上にいろいろな声かけがあることが分かりました。お願いの声や名前を呼ぶこと以外にも，ジャッジの声や点を決めたときの喜ぶ声も意識して盛り上げていきたいです。
生徒C ボールに触ろうとしている人は，周りの状況が分からないので，他の5人がアウトの声や「○○さんにあげろ」などの声を出すことで得点につながったり，失点が減ったりすることが分かりました。また，声を掛けることでチームワークも高まると思うので，次の試合に生かしていきたいです。

生徒のふりかえりから，ボールに関わっている人とボールに関わっていない人の声かけの必要性について挙げられている。第3次の5・6時間目では，試合だけでなく練習場面のチーム内でのアドバイスや声かけの姿がみられるようになった。試合では声をかけ合う姿が多くなり，人と人とが見合って間にボールが落ちることが減った。また，ラインジャッジの声かけや，チームを盛り上げるような声かけをする姿がみられた。

第4次では，個人技能や声かけを生かしてチームの連携プレイである，3段攻撃（**表6**）やカバーリングの技能の向上をねらいとし授業を行った。また，毎時間のチームの課題と改善点をホワイトボードに書き，チームで共有した。

表6

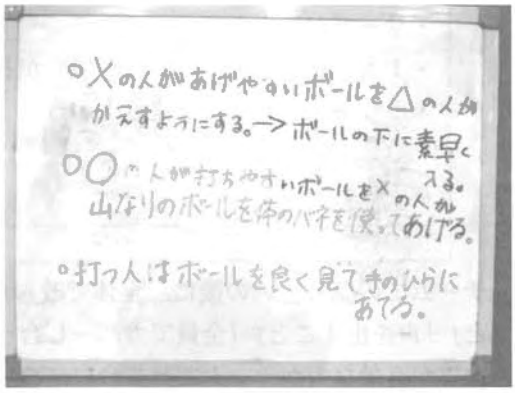


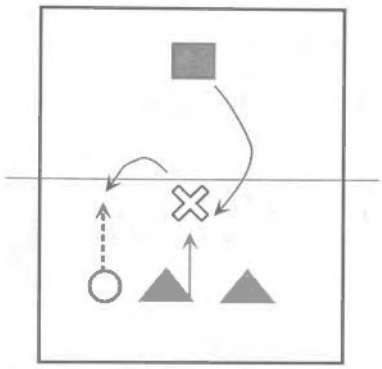
練習①

Ⅰ　ネット越しにボールを投げ入れる

Ⅱ　セッターがトスを上げる

Ⅲ　アタックをする





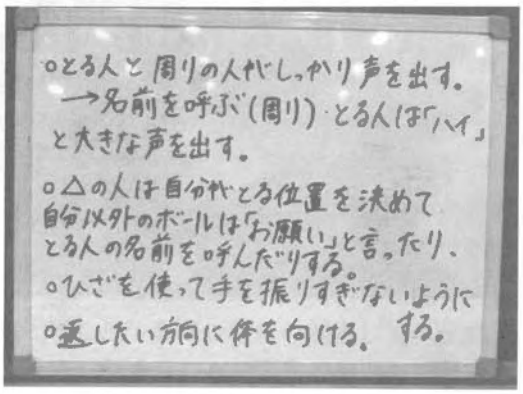
練習②

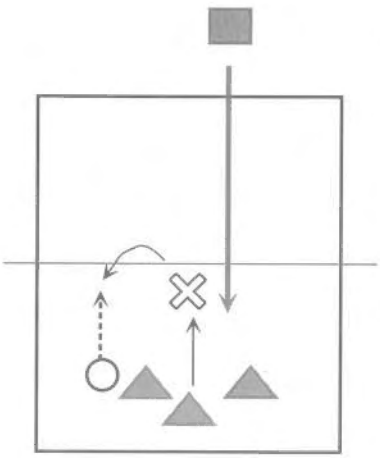
Ⅰ　ネット越しにレシーバー２人の間に投げ入れる

Ⅱ　声をかけてどちらかがレシーブをする（横の関係だけではなく縦の関係もあり）

Ⅱ　セッターがトスを上げる

Ⅲ　アタックをする





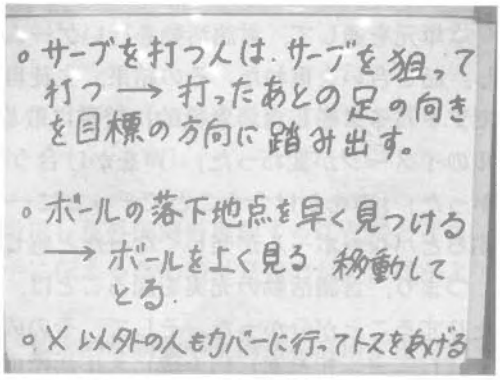
練習③

Ⅰ　サーブを打つ

Ⅱ　声を掛けてどちらかがレシーブをする（横の関係だけではなく縦の関係もあり）

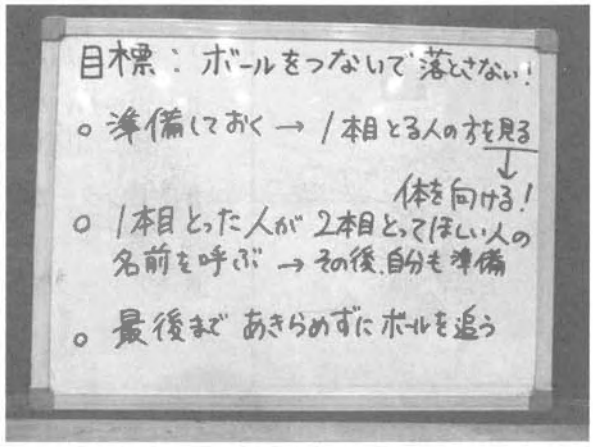
Ⅱ　セッターがトスを上げる

Ⅲ　アタックをする



３段攻撃では，最初は練習①のような単純な練習から，最後はサーブをレシーバーが声をかけ合ってレシーブするところまで発展させた。練習②，③では，レシーバーが横の並びだけでなく縦に並んで声をかけ合ってレシーブする練習も取り入れた。また，レシーブの際に周りの人もボールから目を離さないことやレシーブする人に体を向けることでミスが起きた場合いつでも反応できるようにする連携（カバーリング）も大事にした。その後，毎時間ゲームを行った。ゲーム後，各チームで「声かけについて」「３段攻撃について」「カバーリングについて」の３点についてふりかえりをさせた。ふりかえりの結果，特にカバーリングにおいて，レシーブミスでボールがコート外に飛んでいったときに，すばやくボールに反応し，周りが連携し相手コートにボールを返せる回数が増えてきた。

そして第５次では，単元のまとめとしてメインのゲームとスキルチェックを行った。メインのゲームでは，６チームの総当たりでリーグ戦を行った。また，スキルチェックの結果から単元の開始時よりも全体的にボール操作の技能の向上がみられた。



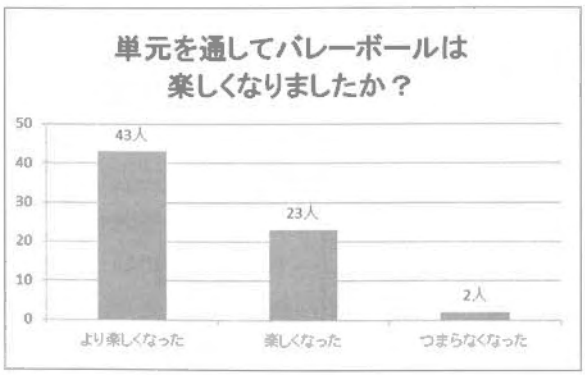
5　まとめ

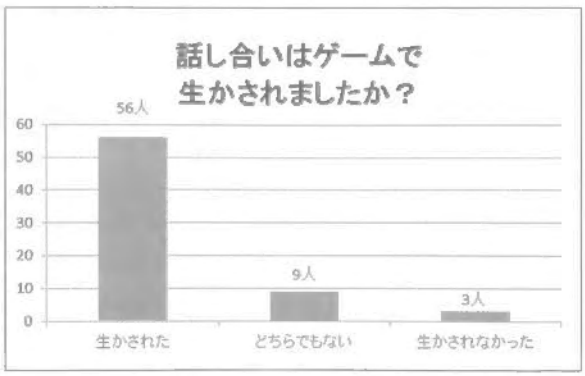
言語活動に取り組む授業のあり方を求めて，練習やゲームで声のかけ合いに重点を置いて授業を行った。毎時間のゲームの後に，チームで話し合いの場面を設け，個々の課題やチームの課題を明確化した。その課題として多く挙がったのは，技能が低いことやコミュニケーション不足などである。技能面については，ローテーション練習や３段攻撃練習に取り組む中で少しずつ改善し，スキルチェックでも上達がみられた。コミュニケーションに関しては，３段攻撃の場面でレシーバー２人の間にボールを投げ，声をかけなければならない状況をつくることで自然と声が出るようになった。

本単元を通して，言語活動を行いゲームに必要な声かけや技能の向上のための改善策を考え，実践し，話し合いを重ねた。その結果，生徒自身が自分の課題を自覚し，動きのコツをみつけ，チーム内でアドバイスをし合い意欲的に授業に取り組むことができた。生徒のふりかえりから，「バレーボールのイメージが変わった」「声をかけ合うことで単純なミスが減り，ゲームで勝てるようになり楽しかった」「声をかけ合うことでチームに一体感が生まれた」などのように，授業の開始前と後を比較するとバレーボールが楽しくなったと感じる生徒が増えたようである。（表７）

つまり，言語活動の充実を図ることは，助言活動により技能が向上したり，チームワークが高まったりすることが分かった。そして，その成果がゲームに現れたり生徒同士の会話が増えたりしたことでバレーボールが楽しいと感じる生徒が増えたという成果につながったのである。

（表７）





（おかだ　あゆみ　保健体育科　orange-pekoe@edu.shimane-u.ac.jp）