

# 主体的な動きを引き出すポートボールの授業デザイン

境内エミ\*・日置健児朗\*・田中晶子\*・大石康晴\*\*・坂下玲子\*\*

Lesson Plan and design of port ball to bring out subjective movement

Emi SAKAEUCHI, Kenjiro HIOKI, Akiko TANAKA, Yasuharu OISHI and Reiko SAKASHITA

## 1. はじめに（問題や目的等）

本校の中学部における保健体育の授業は週に3回で活動時間は30分間である。朝の会の後の時間に設定されており、体を動かすことにより1日の調子を整える意味もある。通常はラジオ体操とランニングを中心に実施し、時期によっては水泳やボール蹴り等の運動にも取り組んできた。これまでさまざまな個人的な動きを行ってきたが、チームスポーツの経験は少ない。授業中は、運動が得意な生徒もそうでない生徒も真面目に取り組み、自分なりに動きを理解して体を動かすなど意欲的に活動することができている。ボールを使った運動に関しては、ボールを見ていなかったり、体の使い方がぎこちなかったりしてスムーズな動作が難しい様子も見られる。

これまで、本校の体育・保健体育科では各学部それぞれが計画を立て、取り組んできた。研究を進めるにあたって、体育・保健体育科の系統性について小・中・高各学部の担当者が話し合いを重ね、「本校における保健体育科の重点項目」（表1）を作成し、それぞれが将来の豊かなスポーツライフの実現を目指し、系統性をもって授業に取り組むことになった。平成29年度に取り組む種目は、小学部はボール運動、中学部はポートボール、高等部はバスケットボールとした。

次期学習指導要領等に向けたこれまでの審議のまとめ（文部科学省，2016）（以下、審議のまとめ）では、保健体育科の課題の1つとして「習得した知識や技能を活用して課題解決することや学習したことをわかりやすく伝えること」が挙げられている。また、学習指導要領（文部科学省，2017）（以下、新学習指導要領）では「豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成を目指し、オリンピック・パラリンピックとも関連させ、する・知る・みる・応援するなどの多様な関わり方について取り扱うこととしている。このようなスポーツへの多様な

関わり方は、自分が考えたことや運動したことを言葉で表現できるようになる過程や考えたように動くなどの思考と運動の関係へも効果的だと考える。以上のような内容を踏まえて取り組んだ実践について報告する。

## 2. 取組の概要

### 1) 単元の目標

本単元を始める前に、生徒がポートボールでどのような動きをするのかを把握するために、ポートボールのゲームを行った。初めて取り組む生徒がほとんどであり、攻める方向がわからなかったり、シュートまでたどり着けずにボールをコートの外に出してしまったりする様子が見られた。

表1 本校における保健体育科の重点項目

豊かなスポーツライフの実現		
高等部	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の好きな運動を選んで実践できる</li> <li>様々な種目への取組(選ぶ)</li> <li>チームで作戦会議・仲間との協力、共感</li> <li>体力の向上(筋力)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>生活に必要な健康・安全に関する事柄を理解し、将来の生活を豊かにする態度の育成</li> <li>保健</li> </ul>
中学部	<ul style="list-style-type: none"> <li>運動の経験を広げる</li> <li>ルールのある運動</li> <li>自分の身体・動きへの気づき・相手を意識した取組</li> <li>体力の向上(持久力)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>思春期における健全な心身の育成</li> <li>保健</li> </ul>
小学部	<ul style="list-style-type: none"> <li>運動の楽しさ、喜びを感じ「好き」になる</li> <li>動きの基礎、基本(走る、跳ぶ、投げる、物の操作)</li> <li>友だちと一緒に</li> <li>体力の向上(調整力)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康や身体の変化に関心をもつ</li> <li>生活科</li> </ul>

生徒たちが、ポートボールを通して、自分の体や動きへの理解を深め、個人的技能と集団的技能が向上し、達成感や自信・悔しさなど様々な感情の表出ができるようになることで、主体的な動きを引き出すことをねらい、具体的な単元の目標を次のように立てた。

- ① 基本的なボール操作や相手の動きに応じた攻防を展開することができる。【知識・技能】
- ② 自分で考えたり、友だちや教師の意見や動きを参考にして、運動することができる。【思考・判断・表現】
- ③ 友だちと協力して活動に取り組み、勝敗を競う楽しさや喜びを味わうことができる。【主体的に学習に取り組む態度】

\* 熊本大学教育学部附属特別支援学校

\*\* 熊本大学大学院教育学研究科

さらに、保健体育科では、今回のようなチームスポーツの場合、一つの目標に向かってみんなで協力し、励ましあったりする場面を多く設定できることから、他の教科に比べ「他者へ意識を向け、多様性を尊重しつつ、互いのよさを生かして協働する習慣や態度」を育むことができると考えた。

## 2) 指導計画

本単元は、12時間目のポートボール大会に向けて、毎日の学習に取り組むという構成である。学習単元は全12回の3次構成にした。(表2)

第1次では、ポートボールの基本となるパスやドリブル、シュート、守りなど一人一人の①基礎的な動きの習得に取り組んだ。

第2次では、ウォーミングアップからチームで行うことで②仲間を意識し協力できるようにした。また、ハーフコートでのゲームを行うことで③攻めと守りのイメージをもつことができるようにした。

第3次のポートボール大会と前時までに行ったミニゲームは、ルールの簡易化により、全員がボールに触れたりシュートしたりすることで、④試合を楽しむことができるようにした。

表2 学習指導計画

次	題材	学習活動	時間	評価方法
1	攻め・守りの技を身に付けよう	ドリブル, パス, シュート, フェイント, 守り	1~4	行動観察
		ミニゲーム	5	
2	チームで練習しよう	チームで攻める, 作戦会議	6・7	行動観察
		ミニゲーム	8	
		ハーフコートゲーム	9・10・11	
3	ポートボール大会をしよう	ポートボール大会	12	行動観察

単元全体を通し、⑤ワクワクし、うれしい・悔しい等の⑥さまざまな感情を感じたり言葉で表現できるような学習内容の設定を行った。学習では毎回課題を提示することで⑦思考や工夫を促し、イメージしたように体を動かす過程を大事にした。共同研究者である熊本大学大学院教育学研究科保健体育科教育の大石康晴先生・坂下玲子先生からの助言を授業改善に生かしながら毎日の授業に取り組んだ。

## 3) 授業における工夫点

### ①基礎的な動きの習得 (図1・2)

授業の構成は、「課題の提示・思考・実践・活用」という流れにした。課題は、「今日のがんばりポイ



図1 ドリブルの「焦点化」

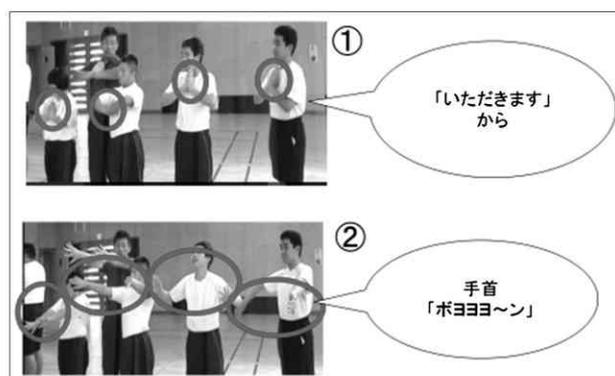


図2 チェストパスの「言語化」

ント」として具体的に生徒たちに投げかけた。例えばドリブルの手の動かし方を習得するために、「どっちのドリブルをしたい？」と生徒たちに投げかけ、ボールを手の平でパンパン音が鳴るように叩くドリブルと、ボールの動きに合わせて手首を柔らかく動かしボールが手にくっついているように見えるドリブルを見比べるようにした。手首を「焦点化」して見ることで、生徒たちの思考を助け、考えやすいようにした。

次に、姿見で自分の手元を「焦点化」して見ながらドリブルをしたり、難しい生徒には手の動きに合わせて教師がボールを動かしドリブルのイメージをもてるようにする等の手立てを行った。その後、ドリブルシュートをする活用場面を設定していくといった授業の流れを進めていった。

「焦点化」に加え、必要に応じて「言語化」も行った。チェストパスの手の動きを指導する場面では、両手を合わせて「いただきます」の姿勢からパスを押し出す際の両手の動きに合わせて「手首ポヨヨ〜ン」という言葉を添えて「言語化」し、手首の動きに「焦点化」した。

### ②仲間を意識し協力する

チームは赤・白・青の3チームとした。1チーム6人(3人×2)編成で、同じ色のチームを応援できるようにした。3人のメンバーは、戦力の均等性

や相性等を考慮し、生徒同士の力が十分発揮し合えるようなチーム構成にした。

③攻めと守りのイメージをもつ (図3)

コート内の空いているスペースに気づくために「空いているスペースはどこ？」という課題を出し、ホワイトボードにコートを描き、マグネットを人に見立て、視覚的にコート内の様子を生徒たちに示して思考を促し、攻めや守りのイメージづくりを行った。その後、実際にコート上で動き、イメージを具体化するようにした。

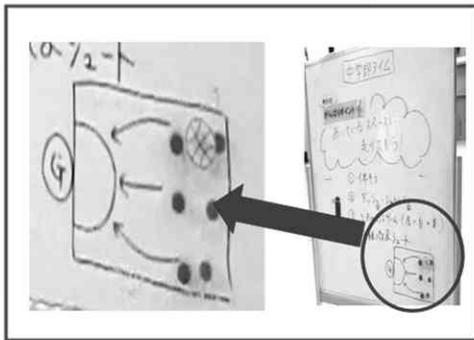


図3 攻めのイメージを示したホワイトボード

④試合を楽しむ (図4)

ルールの工夫では、攻めと守りが分かりやすいように、攻防が替わるときには一旦笛で動きを止め、攻める方向を確認するようにした。ゴールのカゴは大きなものにし、ゴールマンは教師が担当することでたくさんの得点が入るようにする等の工夫を行った。また、定期的にミニゲームを設定することで、試合の見通しをもち、ポートボール大会を楽しみにし毎日の授業に取り組むことができるようにした。



図4 ゴールにシュートを決める様子

⑤ワクワクするために

授業では、生徒が「ワクワクする」ことを目指した。まずは授業の流れを一定にし、ホワイトボードにスケジュールを提示して見通しがもてるようにした。さらに「今日のがんばりポイント (表3・4)」を1つ生徒たちに伝え、意識する動きを押さえた。

ホワイトボードを活用して視覚化することで、教師が話す時間を短縮し、運動量の確保もねらった。次に、授業始めの準備運動や簡単なゲームでは、生徒が動きながら自分で動きを工夫したりゲーム感覚で楽しめる内容を盛り込み、生徒が楽しんで運動できるようにした。

表3 ホワイトボードに示した内容

「今日のがんばりポイント」 ① 準備運動・簡単なゲーム ② 課題の提示・思考・実践 ③ 振り返り・称賛 「ナイスプレイ・ナイス応援」	授業の流れ
--	-------

表4 「今日のがんばりポイント」の例

「ドリブルの手をやわらかく使おう」 「とおせんぼゲームでうまく抜けてシュートしよう」 「ボールをとられないようにドリブルしよう」 「パスをしよう。ドリブルをしよう」 「ドリブルとパスで敵を抜こう」 「空いているところに走ってボールをもらおう」 『「ハイ!」と言ってボールをもらおう』 「パスとドリブルをしてシュートを決めよう」
--

準備運動では「タオル体操」や「とおせんぼゲーム」「ドリブルおにごっこ」など生徒が「ワクワク」しそうな運動を取り入れた。「タオル体操」は、遊びの要素を含み、生徒たちが楽しんで体を動かせることから準備運動として取り入れることにした。タオルを持って前方へ大きく回したり、タオルを上に向けて手を叩いてキャッチしたりする、2人組で背を向け合って足を大きく広げ、足の下に敷いたタオルを笛の合図で早く取った方が勝ち等、楽しんでできる動きを取り入れた。(図5)



図5 タオル体操の様子

「とおせんぼゲーム」は、ボールを持った生徒が3人の「とおせんぼ」をフェイント等しながら交わして抜き、ゴールマンのかごにシュートを決める

ゲームである。生徒が「とおせんぼ」して守りの動きもゲーム感覚で体得できるようにした。(図6)

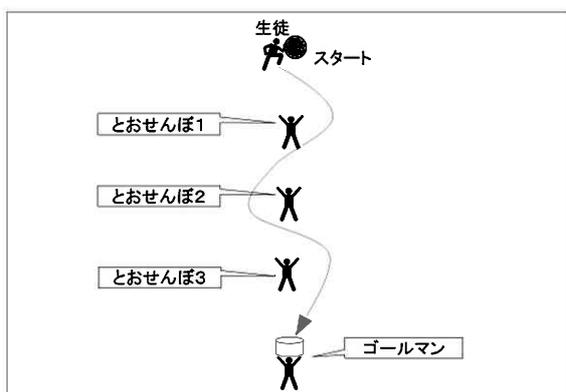


図6 とおせんぼゲーム

「ドリブルおにごっこ」は、生徒が2チームに分かれ、一方のチームがボールを取られないようにドリブルしながら移動し、もう一方のチームがボールを追いかけるといったゲームである。生徒ができる範囲のドリブルでよいというルールにし、楽しめるようにした。時間は生徒の様子を見ながら調整していき、ゲーム時間は2分間に設定した。

振り返り・称賛の場面である「ナイスプレイ」「ナイス応援」の発表では、毎回1人ずつ選び、みんなの前で称賛を行って達成感や満足感を味わえるようにした。(図7)

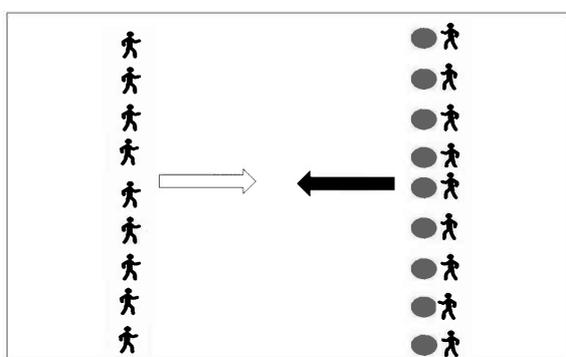


図7 ドリブルおにごっこ

⑥さまざまな感情を感じたり言葉で表現する

⑤試合を楽しんだり⑥ワクワクしたりできるような活動を多く取り入れ、うれしい・悔しい等さまざまな感情を引き出せるようにした。また、喜怒哀楽の感情に優劣はなく、運動中に感じたさまざまな感情を表出することができるように安心して運動できる場や雰囲気づくりを行った。活動の中で、体のどこの部分を使ったかやどのように動いたのかを質問し、動きを言葉で表現する場面を作るようにした。

⑦思考や工夫を促し、イメージしたように体を動かす(図8)

「課題の提示・思考・実践」という学習の展開の



図8 ビデオで振り返る様子

中に、「イメージして動く」という流れを仕組んだ。授業時間に加え、授業前の朝の会の中で、前日の授業のVTRを振り返り、友だちのよい動きに気づいたり、動きのポイントに注目して思考し、イメージを膨らませたりするようにした。その後、すぐにイメージしたことを実際の動きの中で実践していった。

### 3. 学習の実際

#### 1) タオル体操(第1~11時)

タオル体操では、片手でタオルを持って大きく回す(前方・後方)、頭の上で大きく回す、2人組で向かい合いあって両手でタオルを持ち、一緒に回転する等の運動に取り組んだ。タオルを使用したことで、肩回りを意識して動かせるようになった。また、2人組で取り組んだことで、相手の動きにも意識を向けて運動することができた。回転する際には、両腕を大きく挙げ、肩回りの可動域の広がりが見られるようになった。タオルを持つとすぐに前や後ろに回すようになったり、タオルを回す際には膝を曲げて、全身でリズムカルに回すようになったが、見本と逆の手で回してしまう生徒もいた。タオルを上に向けて手を叩いてキャッチする運動では、タオルを小さく丸めて高く投げ、できるだけたくさん手を叩いてキャッチしたり、背中でキャッチする等の、生徒たち自ら動きを工夫して楽しむ姿が見られた。(図9)



図9 「タオル体操」の回転の様子

## 2) ドリブルの「焦点化」(第3時)

ドリブルの「焦点化」では、ボールの動きに合わせた手の動かし方を意識させるための手立てを行った。生徒がドリブルをするのに合わせて、教師が「すうっと」という言葉と手を添えてボールを動かしバウンドの様子を再現し、ボールが上がってくる場所に合わせて生徒が手を引き上げるといったコツをつかめるようにした。何度か繰り返行くと、生徒たちは、バウンドして跳ね上がるボールに合わせて手を柔らかく引き上げ、また押し出すという動きができるようになった。自ら姿見を見て、手の動きや腰の高さを意識してドリブル練習に励む様子も見られた。片手でのドリブルが難しい生徒には、両手でボールを床に強くバウンドさせてキャッチするという動きに変えて行った。

## 3) ボールを取られないようにドリブルしよう (第4, 7時)

「ボールをとられないようにドリブルしよう」という「今日のがんばりポイント」を設定し、ドリブルおにごっこを行った。時間いっぱいドリブルで逃げ回り、敵からボールを取られなかった生徒をみんなの前で紹介し、どのようにしたのか尋ねた。すると実際にドリブルをしながら、「よける」や「にげる」といった発言が見られた。思考して動くことや、動きを言葉で表現することができていた。

教育実習に来ていた大学生と行ったドリブルおにごっこでは、ボールを持って逃げたり、少し前へボールをふわっと飛ばし走って追いかけて逃げたりするなど「ボールを取られたくない」という強い気持ちや自分なりに思考し工夫する姿が見られた。

## 4) とおせんぼゲーム(第8時)

とおせんぼゲームでは、初めのころは「とおせんぼ」の教師の前をゆっくりとしたスピードで右から通り過ぎていくことが多かったが、次第に友だちのよい動きや教師の手本を見たり、運動を繰り返したりする中で、自分なりに思考し、スピードの緩急をつけたり、フェイントをしたりするようになり、「とおせんぼ」の動きをよく見て抜くことができる生徒もいた。ほとんどの生徒が「とおせんぼ」の動きができるようになったが、「とおせんぼ」という行為の理解にはつながらず、左右に動いているだけで防御できずに、相手が右に行っても、自分は左に動いて簡単に抜かれてしまう生徒もいた。

## 5) 空間認知(第10時)

3対3では、事前にホワイトボードを使って「空いているスペース」を視覚的に確認し、実際にゲームに取り組んだ。スタート位置で、敵である教師がぴったりと生徒をマークすることで、生徒は敵の背

後のスペースが空いていることに気づきダッシュで走り込む様子が多く見られた。また、敵の手がじゃまなので、チェストパスではなく自然とバウンドパスをする生徒もいた。

## 6) 「ナイスプレイ」「ナイス応援」(第1~12時)

学習終わりの「ナイスプレイ」「ナイス応援」の発表では、選ばれた生徒が前に出て、笑顔でみんなの前に立った。(図10)発表前は、多くの生徒たちの表情から「選ばれるかもしれない」という期待感が感じられた。それぞれの特に良かったところを紹介することで、生徒たちは誇らしげな表情をしていた。単元期間内に全員が前で称賛されるように、教師が意識して生徒の様子を観察していたことで、全員がみんなからの拍手をもらうことができた。



図10 「ナイスプレイ」「ナイス応援」で見られた笑顔

## 7) ポートボール大会(第12時)

単元最後のポートボール大会では、みんながボールに注目できるようになり、攻める方向や攻防がわかる(守るときに手を挙げてじゃまする)ようになった。攻めるチームの生徒は、ボールをもらうときに声をかけ合ったりボールを持ったらシュートを狙う等の姿が見られた。シュートに関しては、かなり遠い場所からロングシュートを打ち、決まるとガッツポーズをする生徒もみられた。また、自分でシュートを決めやすい位置に気づき、攻めになると、毎回走ってその位置に行き、「ハイ!」と言って両手を挙げ、ボールをもらう生徒もいた。また、ドリブルをして移動する姿や、ボールを持っていないときに敵を抜いて空いているスペースへ走りこんだり、チームメイトにパスをするよう声をかけたりするなど、練習したことを活用しようとする姿が見られた。(図11)

単元全体を通して、タオル体操やおせんぼゲーム、ドリブルおにごっこでは、楽しみながら運動し、自ら動きを工夫する姿が見られた。また、日に日に生徒たちが積極的に取り組むようになったので、授業自体に大変活気があった。それぞれの生徒が自分のペースで主体的に運動に取り組み、次の活動へ移



図11 ポートボール大会の様子

る場面でもダッシュで移動するようになった。ポートボール大会終了後、生徒たちに感想を尋ねてみた。「ボール運動は苦手だったけど、面白くなった。またやってみたい」や「試合が楽しかった」という感想が聞かれた。

#### 4. 成果と課題

本実践の成果として、以下のことが挙げられる。

##### 【知識及び技能】

- ドリブルやパスの動きがよくなり、攻防がわかるようになった。
- 単元直後に実施した新体力テストの「ハンドボール投げ」では、18人中10人の記録に伸びが見られた。

##### 【思考力、判断力、表現力等】

- 体の動かし方やボールの扱い方を意識し（自らや友達を見て・友達の意見を取り入れて）動きを工夫するようになった。

##### 【主体的に学習に取り組む態度】

- 仲間と勝利を目指す、悔しがるといった仲間意識の高まりが見られた。
- 楽しんで運動に取り組む姿、活気があった。

今回の実践では、生徒が見通しを持ち、安心して活動できる雰囲気づくりを行い、学習活動では、ワクワクするようなものや感情を揺さぶるような活動を準備した。このような内面へのアプローチを工夫する取組が主体的な動きを引き出したと考える。

また、動きを「焦点化」して見ることや「言語化」して伝えることで、仲間のよい動きを見て模倣したり、朝の会の中でVTRを見て振り返ったりして、動きのイメージづくりを行った。自分の動きやまわりとの対話を通して思考する過程を、繰り返し取り入れた。

この、内面へのアプローチと動きのイメージづくりが、大会当日のゲームで、自分でゴールを決めやすい位置を考え、素早く移動するといった、自分で

課題を見つけて試行錯誤し、よりよく解決するという姿につながった。練習したことを生かし、自分なりに思考してゲームで活用できたことは、本単元で目指していた自分で習得・活用・探求する主体的な生徒の姿である。この主体的な姿が次の学習や他の学習の基盤となり、その生徒の学び方につながっていくと考える。(図12)

今回「する・知る・みる・応援する」の視点で取り組んだことも、思考を促し、見て動きをイメージすることの一助となった。今回の取組では、思考や言語化する姿が多く見られ、審議のまとめ（文部科学省、2016）で課題として挙げられていた「習得した知識や技能を活用して課題解決する」姿が数多く見られた。チームの仲間を「応援する」場面も多く設定したことから、今後はさらに「オリンピック・パラリンピック」等の競技にも関心を広げてきたいと考える。

課題としては、「集団の中の個への対応」「目標の立て方」「授業時間が短い」との3点が挙げられる。

「集団の中の個への対応」については、今回も行っただけでは、さらに全体で指導する場面と実態に応じたグループ別活動や個別活動を取り入れることで改善できると考える。

「目標の立て方」については、育成したい力を明確にすることでより具体的な目標が立てられると考える。

「授業時間が短い」ことについては、時期や単元によってまとめどりをするなど、次年度への対応策についても挙げる事ができた。

#### 5. おわりに

ポートボールの単元の取組を通して、目標を達成できたかを自分で振り返る力等の深い学びにつながったと考える。

その姿が1月に10日間の単元「マラソン大会をがんばろう」の取組で見ることができた。20分間で、できるだけ長い距離を走ることを目標に取り組んだ。この単元では、一人一人が自分の力を発揮して精一杯走る姿が見られ、自分で立てた目標を18人中15人が達成することができた。

2日間走った後、生徒が自分で目標を設定し（20分間で走る周数）、毎回自分で記録表をつけて振り返るようにした。また、記録をとり、記録が競えそうな「ライバルの友だち」を教師が伝え、意識して走るように働きかけた。これらの目標達成に向けて頑張るような内面へのアプローチが、主体的に走る姿を引き出した。また、「腕をふる」「顔を上げる」

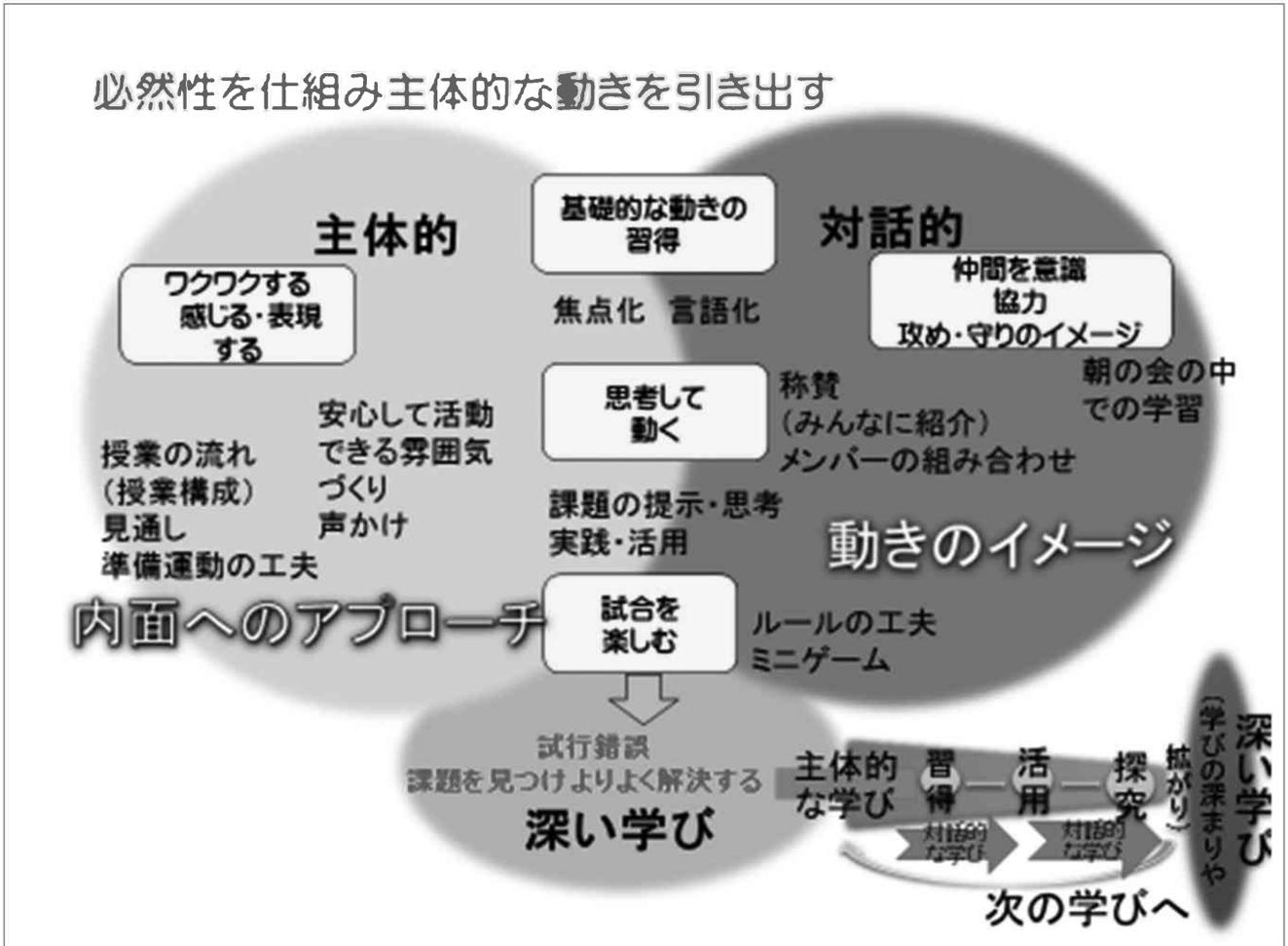


図12 「効果的な授業づくり」モデル

「足を大きく出す」「呼吸法」「残り5分であとひとふんばり」等の具体的な動きや、「ライバルを意識して走る」（負けないように、抜かれないようにというスピードへの意識）等の動きのイメージづくりが、自分やまわりとの対話を通して思考する過程を助けたと考える。

このような取組が、ポートボールの取組から続く

学びの深まりであると考え。

#### 引用文献

- ：文部科学省（2016）【次期学習指導要領等に向けたこれまでの審議のまとめ】
- ：文部科学省（2017）【新学習指導要領】