

大学体育におけるバドミントン授業の実践報告 — 「共生体育」をめざした授業の試み—

牧田浩幸¹⁾, 窪田辰政¹⁾

Practical Report on Badminton Lessons in University Physical Education -Attempting Inclusive Physical Education-

Hiroyuki MAKITA¹⁾, Tatsumasa KUBOTA¹⁾

I. はじめに

小学校から高等学校における体育の授業では、生徒個々がおもつ運動に対する興味関心や運動能力の差・性差を考慮しながら、様々な工夫がなされてきている。一斉授業においては、授業を進めるうえで対象となる運動レベルを定めて行うことが、自分のレベルと明らかに違うと感じることで、興味を失ったり消極的な学習態度をつくってしまうことがある。

授業者の都合からすると、技能レベルの高い生徒を対象に流れをつくるのが授業としてやりやすいので、運動の苦手な生徒は流れについていけず苦しみ、その結果運動嫌いをつくることにつながってしまう。

男女共修に関しても、性差によって生じる体力差や興味関心、知識の差は授業づくりを難しくすることが多く、なかなか定着することがなかった。このように、教育現場では難題が多い中で授業を行っているのが現状といえる。しか

しながら、学習指導要領においては、運動につながる態度において共生に関する指導内容を重視している。

今回、A 県立大学の2年生43名に対して身体運動科学の授業を担当するにあたり、学生の運動に対する意識を調べたところ、大半の学生が運動を得意であると認めておらず、運動嫌いであることをはっきりと主張する場合もあった。

これは、成育歴における運動に接する時間(多くの者が学校の体育授業)が、自分にとって有意義でない、あるいは劣等感を伴わざるを得ない時間であったということの意味する。ゆえに、体育に関する個人差は幅広く、特に運動を苦手とする女子が大半を占める集団において難しい問題が多く発生することが予想された。

このような学生達に対し、大学だからこそ学べる身体運動科学と感じられる授業を提供し、過去の体育授業へのマイナスイメージを払拭させたいと考えた。そして、運動に取り組むことの純粋な楽しさを感じとり、自分の成長を実感

1) 静岡県立大学

University of Shizuoka

する喜びに浸りながら、他の多くの仲間との結びつきで感じる幸せを味わえるような授業にしたいと願い、共生¹⁾の視点を踏まえた授業実践をめざすこととした。そして、生涯にわたって継続するスポーツライフをより豊かなものにするのができれば素晴らしいと考え実践を始めた。

II. 方法

1. 授業実践の概要

A 県立大学において開講されている実技科目「身体運動科学 B」を受講している 2 年生 43 名（男性 9 名、女性 34 名）を対象にバドミントンの実技授業を実施した。

対象者の特徴としては、運動に対する興味関心、自信度、能力など、大きな差があり、全体的にはこれまで苦手としてきた学生が多い。特に、バドミントンは中・高の体育で深く学習した経験のない学生がほとんどであり、戦術の基本となる様々なフライングの存在すらも未学習であり、知らなかった。

授業は、全 8 回（90 分）実施したが、前半は基礎的な打ち方の学習に多くの時間を割き、後になってフライングの種類とその打ち方について学習し、戦術を考えさせたところでまとめの試合ということとなった。

試合回数が多いのは、種目に要する時間数が 8 回という短いことと、技能的に低い学生が多くを占めているので、バドミントンの楽しさを味わわせるために最低限の技術を身につけさせたいと思ったからである。その他、特別に実施した内容は、

- (1) 回内運動と回外運動を基本技術の中に取り入れるため²⁾の反復練習を行い、自己流から脱却して応用の効く正しい打ち方を修得させるようにした。
- (2) 短い時間で次々にペアを変えていくストローク練習を行った。バドミントンの学習を行っている間に、全員とペアを組んでみることを目標に掲げた

- (3) 飛距離の計測をして、まずは遠くに打てることの大事さを意識づけさせ、自己や仲間の力を確認しながら成長を確かめさせた。数時間後に再度飛距離を計測し、自分の技術の高まりを実感できるようにさせた。
- (4) 動画撮影しながら自分の技術を客観的に観察したり、それによって自分で課題を発見したり、仲間にアドバイスする場をつくるようにした。
- (5) クリアー、ドライブ、ドロップ、ヘアピン、スマッシュなど、変化にとんだフライング（打ち方）³⁾を経験させ、どんな場面で、どんな目的で使えばいいのかを考えさせながら戦術づくりへの意識を高めさせた。
- (6) 仲間のゲームを観戦しながら、「良いところ探し」をし、お互いにカードに記述させた。伝え合うことでお互いが認め合う場面をつくった。
- (7) 最後のブロック別リーグ戦は、3 つの段階的な目標を示して自分で選択させ、それぞれが学習の締めくくりとしてふさわしいゲームができるようにさせた。また、目標別に同じような力の学生でブロックをつくり、お互いに目標を共有しながらゲームを楽しむようにさせた。各ブロック目標別の集まりとなるので、普段接する場面の少ない他学科の仲間とコミュニケーションがとり合える場になるよう配慮した。

最初の時間と、最終のリーグ戦が終わった時点で評価させた「バドミントン」という種目に対する主観的自信度を比較することで、指導全般にわたる効果について検討することとした。

2. 基本的な技能の習得

バドミントンの技能は、基本的にフォアハンドとバックハンド、サーブができれば試合を楽しむことができる。しかし、ただ飛んでくるシャトルを打ち返すだけに近い試合をやっている、バドミントンの本当の楽しさを味わうことはできないと考える。やはり、様々な変化に

富んだ打ち方をし、相手との駆け引きを楽しんだり、自分の戦術が成功した時の充実感をもてることこそが楽しさだと考える。したがって、まずは約13mのエンドライン間のクリアーを打てることから始める必要があると考えた。

バドミントンの打ち方としては、力任せに打てば遠くへ強い飛び方になるのではなく、ラケットヘッドの先端スピードが速ければ速いほどシャトルの飛行速度が速くなることを理解させ、そのために必要な技術である回内運動（フォアハンド）回外運動（バックハンド）³⁾を体で覚えさせることを行った。バドミントンを部活動で経験していた学生でさえも知らない技術であったが、3回の授業で様々な形で練習させ意識させたら、次第にシャトルの飛び方が変わり、ラケットが空を切る際に「シュッ」という音が聞けるようになった。

基礎的な動きがある程度できるようになったところで、シャトルに変化をつける様々なフライトを練習し、自分のできる技を主体的に増やしていくようにさせた。クリアーから始まり、ドライブ・ドロップ・ヘアピン・スマッシュなど次々に試しながら、ゲームで使えるように練習させた。そして、そのフライトがどんな場面で必要になるか、どんな結果をめざすものなのかを考えさせることで、自分なりの戦術を考えるための材料にすることができた。そして、ペアで行う打ち合いの中に、相手に向かって返すばかりでなく相手のいないところへ打ってみたり、相手を意図的に動かして自分を有利な態勢にすることなど発展させていった。

仲間のゲームの中での動きについても、お互いに関心を持ちながら観察するようにさせた。それぞれがゲーム終了時に仲間のカードに「良かったところ」を書いて認める場をつくるようにさせた。「心」「技」「体」と3つのカテゴリーに分けて良さを発見させ、技術的に高まっている仲間に対しても、一生懸命プレーする心であったり、粘り強く走り回るスタミナなどについて簡単に感想を記すようにさせた。

まとめとして、学生が最も求めている試合で締めくくった。6コートで運営する関係上、42人の学生を6つのグループに分けたが、明らかに能力差がある試合はお互いに意欲をなくすものなので、3つの目標設定から自分の目標を選び、その目標グループにエントリーするという形をとった。

目標1 これまで学習したバドミントンの技能や知識を生かし、できる限りの工夫をしながらゲームを楽しむことができる。

目標2 これまで学習したバドミントンの技能や知識を生かし、相手の動きに応じて戦術を工夫し、意図のあるプレーで競い合いながらゲームを楽しむことができる。

目標3 これまで学習したバドミントンの技能や知識を生かし、相手の動きに応じて戦術を工夫し、真剣勝負を行うことで、スピーディかつエネルギッシュなゲームを楽しむことができる。

以上、3つの目標から自分の目標を選択設定することで、自分の興味関心や能力の中で無理なく楽しく試合ができることをめざさせた。また、3学科のメンバーが学科関係なくリーグ戦を協力して運営することで、これまで以上にコミュニケーションをとり合う場を設定した。

3. ゲームルールおよび内容

ゲームについては、シングルスで行い、8点先取した方が勝ちとなる簡単なミニゲームで行った。

ルールは一般的なルールのもとで行い、特別ルールをつくるようなことはせず、既存のルールに則りながら行った。その理由としては、生涯スポーツとして考えた場合、場や集団を選ばずにバドミントンを楽しめたり、テレビで試合観戦ができるだけの知識を得た方が良いだろうと考えた。

4. 調査方法および調査項目

調査は、主観的自信度を10段階で答える質問紙調査とし、2022年4月中旬に事前調査、8回目の6月上旬の授業を終えた日に事後調査をそれぞれ実施した。調査の対象は身体運動科学Bを受講している学生43名とし、そのうち授業に参加し事前事後ともに回答した学生42名(男性9名)(女性33名)の回答から平均を求めて傾向をみることにした。

調査項目は、①飛んできたシャトルを、相手に正確に打ち返す自信はありますか。②飛んできたシャトルを、遠くへ打ったり近くへ打ったり変化をつけて打つことができますか。③相手の位置や体勢に応じて、コートを幅広く使って攻防ができますか。以上3項目について尋ねた。また、バドミントンに対する興味・関心がどの程度あるのかについても尋ねた。すべての調査項目で「1:全くない」～「10:とてもある」の10段階で回答を得た。

倫理的配慮としては、講義の冒頭で講義の効果を実測するため自記式質問紙調査の記入を求めること、匿名化した数量データ・質的記述加工済み写真のみを使用し個人を特定する情報を一切公表しないこと、自記式質問紙調査に記入・提出しなくても不利益を被らないことを説明し、同意を得た受講生から回答を得た。

Ⅲ. 結果

介入授業の結果、介入前後で対象者のバドミントン技術等に対する主観的自信度の向上が見られた。(表1)

また、授業終了後4カ月半経ってしまった10月下旬に行った調査では、この授業によって恩恵を受けた項目(川村ら, 2022)⁴⁾を答え

させたところ、

- 運動機会の確保
 - スポーツ技術の習得・向上
 - 精神的ストレスの緩和・リフレッシュ
 - 身体活動による楽しさ享受
- の4項目において半数以上の学生が認めた。

学生の書いた感想の中には、技術的な向上や、自分自身の上達していく過程に喜びを感じていた学生が多く、授業内容が学生たちの身体能力に対して適切であったといえる。そして、授業内で能力差を感じさせない個人技能の追及をしたり、学習目標別に能力の近い集団をつくって試合をしたことなどが、運動能力レベルに関わらず劣等感を感じず、自己肯定感をもって楽しむことができたと考えられる。

そして、そのような学習全般を通して、仲間との協力やコミュニケーションをとることの楽しさを味わい、どの学生も身体運動科学に対して意欲的に取り組むことができたと考えられる。

【感想の内容】

- 学生からの感想の内容から抜粋した。(文章は変えず、不自然な日本語を一部修正した)
- バドミントン授業全般を通じての学生の感想
- ・普段話さない人とも楽しくプレーすることが出来た。戦略を考えて得点できた時の楽しさを感じる事が出来た。
 - ・様々な種類のフライトを覚え、はじめよりも面白いゲームができるようになった。うまい人のゲームは音と速さが違って、見ていて興奮した。
 - ・バドミントンを楽しみながら上手になった。特に遠くへ打つこととスマッシュが上手になって嬉しかった。バドミントンがより好き

表1 授業前後のバドミントン技術および興味関心に対する主観的自信度の変化

調査項目①		調査項目②		調査項目③		興味・関心	
事前	事後	事前	事後	事前	事後	事前	事後
5.4	7.4	5	7.2	4.5	6.7	6.9	8.7

になった。

- ・ゲームとして打ち返す場所を工夫したり、相手の打ち返してくる場所も予測したりすることが出来るようになり、今まで以上にバドミントンを楽しんでできるようになって良かったです。
- ・授業を通してそれぞれの技がどのような技であるか、などを理解することが出来たと思う。工夫しながら、かつ楽しめたのがよかった。
- ・最初はスマッシュが打てなかったり遠くに飛ばなくなっていました。授業で練習することでスマッシュやプッシュが決まるようになり、ヘアピンやドロップでも攻めることができ楽しかったです。
- ・高校まではただシャトルを打ち返すだけだったが、回内運動を意識するようになり、前よりも遠くまで飛ばしたり、スピードを出したりできるようになって楽しかったです。高校の時クラスでリーグ戦をやって一番弱かった。最初バドミントンをやると聞いたときはすごく嫌だったのですが、友人と一緒に楽しみながら授業を受けられて良かったです。いい運動になったし、多くはないけどゲームで勝つので楽しむことが出来ました。
- ・最初はシャトルを打ち返すことすら難しい状況だったけれど、一つ一つの技を身につけたり繰り返し練習したりしたことで、試合でも打ち返せたり相手のいないところに打ち込んだりできた。バドミントンの楽しさを実感した。
- ・相手の動きを見て戦術を考えるのが、とても楽しかったです。試合をしてみて体力がかなり大事なスポーツだと感じたので、日々運動を大事にしたいです。
- ・久しぶりにバドミントンをして楽しかった。教えてほしいと言ってくれた子と仲良くなったりして、友達の輪が広がった。仲良くなった子も増えたので、その関係をこれからも大切にしていきたい。
- ・始めはできなかったことが段々できていくよ

うになるのが、とても楽しかったです。一番最後に今までやったことのない人たちと試合をすることが出来て楽しかった。

Ⅳ. 考察

まず、バドミントンの技能に対する主観的自信度が上がったこと、ゲーム内容がはっきりとレベルアップしていたことなどから、回内運動・回外運動を基礎としたラケット裁きを反復練習したことや、様々な変化をつけたフライトを練習したことが効果的だったと考えられる。また、ペアで練習し合ったり、グループでゲームを楽しみながら競い合ったことにより、教え合いや認め合いの機会が多くなり、互いが刺激し合う場面が増えたことで技能の高まりに大きく影響していったと推察される。

中学校、高等学校の体育で行われているゲーム主体のバドミントン学習は、その手軽さ故レクリエーション的な楽しさを味わえる。しかし、バドミントンの奥深さを知ることや、真の醍醐味を味わわせることは難しい。そのため、授業開始時の学生のほとんどが、「飛んできたシャトルを相手に打ち返す」ことが精いっぱい、打つことへの工夫などほとんど見られなかった。

しかし、感想にも多く書かれているように、この授業においては、様々な技術を習得していく自身の成長に喜びを感じるとともに、戦術を考えることの楽しさを味わうことにつながった。様々なフライト技術を駆使して攻防するバドミントンの醍醐味を、学生が味わうことができたと考える。

また、バドミントンの学習を通して多くの仲間とのコミュニケーションをとる場をあえて設定したことが、孤独に生きることが多い現代の学生にとって、とても良い時間になったと考える。いつも決まった相手とだけ組み合せて練習するのではなく、話したことのない仲間と練習しながら、自然に言葉をかけたり笑いあったりすることが、多くの学生にとって一週間に一度の

楽しみにもなっていた。学科間の交流が進む集団づくりを配慮したことで、学生の言葉を借りれば「バドミントンの授業がコミュニケーションツール」となり、自らコミュニケーションの輪を拡げようとする態度が養われた。

授業の流れで常に気を配っていたのは、すべての学生が楽しく生き生きと活動しているかどうかを確認していくことであった。多くの女子学生は、これまで運動が苦手な集団にいて、体育の授業が憂鬱であると感じていた。しかし、運動能力が高い学生は極めてまれではあるが存在し、実践的な活動を欲している。

そのような集団を同じ時間内同じ種目を指導していくのは極めて難しい。一斉授業的に統一した課題に向けて取り組む形態をとったり、能力や課題の違いを十分に考慮した授業形態にするなど工夫することで、全体が気持ちよく取り組んでいく形にできたことが、能力や性差に関係なく共生体育としてスムーズに進める要因となったと考える。

課題としては、技術指導に割く時間が多く、習熟度の低い学生に合わせて細かな技術練習を積み重ねたため、能力が高く試合をすぐにでもやりたい少数の学生にとっては物足りなかったことである。8回(90分)という時間は、指導者にとっては中途半端であり、あと2～3回授業ができたなら、十分に高まった技能でレベルの高い試合を経験させられたと考える。

全般的には、運動に苦手意識を持つ学生が多い集団が、一生懸命に汗を流しながら笑顔で声を掛け合う姿があふれる授業風景となった。

V. 結論および今後の課題

本研究では、「共生体育」をめざした授業を実践し、その効果を検討した。8時間の授業を終えて、学生のバドミントンに対する主観的自信度は大きく高まった。また、これまで知らなかった技術や戦術を学ぶことにより、より幅広い楽しさを味わわせることができた。生涯スポーツという観点から、学生たちにとってバド

ミントンがとても身近なスポーツとして生かされていくであろうと考えられる。

大学生にとって、体育の授業を受講できるという意味は、人生最後のスポーツへの挑戦にもなりうることであり、生涯スポーツとして自ら挑戦していこうとする意欲・態度を育成するためのとても大切な機会となりうる。そして、そのために必要な活動環境として、共生体育は、誰にもその機会を逃さず実践できる場として重要であると考ええる。

スポーツへの取り組みは、それぞれの学生にとって全く違った過去がある。中には、エリートとして活動し、大会にて優秀な成績を取めている者もいるが、多くの学生が体育活動を苦手な分野として認識しているのが現状であり、消極的な姿勢になりがちである。今回の授業実践では、そのような学生に焦点を当てて進めてきたが、すべての学生が満足したとも言い難い。しかし、今後もスポーツ体験を「楽しい」と感じさせることがとても大切であり、スポーツの真の魅力をどのように伝えるかを追及していくことが、授業者として大変重要なことであると考ええる。

謝辞

今回、A県立大学より非常勤講師としてお招きいただき、貴重な経験を積むことができました。記して感謝の意を表すとともに、今後も微力ながら自分の専門性をいかした大学授業に努めていきたいと考えております。

文献リスト

- 1) 【保健体育編 体育編】高等学校学習指導要領(平成30年告示)解説(mext.go.jp): https://www.mext.go.jp/content/1407073_07_1_2.pdf P21(2022年12月19日アクセス)
- 2) 強い球を打つ方法を解説!～初心者の方へ～ | バドミントンクラブ CROWN(wakayama-badminton-crown.club):

<https://wakayama-badminton-crown.club/177/>

- 3) 基本的なショットの種類 | バドミントン | J SPORTS【公式】: <https://www.jsports.co.jp/badminton/about/shot/>

- 4) 川村若菜, 窪田辰政: 大学生からみた大学体育授業の意義・価値—A 大学における受講理由 質問紙調査から—, 大学体育研究, 44, 73-78, 2022



写真1 様々なフライト ヘアピンラリーの練習



写真2 回内運動の練習
(フォアハンド)



写真3 回外運動の練習
(バックハンド)



写真4 協力してゲームを楽しむ



写真5 同じ目標をもった、異なる学科の仲間づくりにつながる