

「試合をしたい人？」と聞くと全員の手があがりました！

— 保健体育 球技、ネット型「バドミントン」 —

大阪精神医療センター分教室

1 はじめに

本分教室に在籍している生徒は、児童精神科に入院しており、治療を受けながら登校している。分教室へは、個々の状態に合わせて登校しており、転入当初は学習に対する抵抗が強い生徒が多く、教員との信頼関係を築きながら安心感を得ることで、学習に取り組もうとする気持ちが高まり安定し登校できるようになっている。現在、保健体育の授業を通して、人間関係の形成や健康の保持が課題となる生徒が多く、適宜言葉がけや休憩を行いながら授業を進めていく必要がある。授業進行やルール理解にも、丁寧な説明が必要とし言葉だけでなく教員が手本を示すことやホワイトボードやコーン、マーカーなどを使用している。

本稿では中学部の体育で実施したバドミンントンの授業について報告する。

バドミントンでは、瞬発力やラケットでシャトルを上手にコントロールする能力も必要になるが、対戦相手との強い接触プレーはなく、競技の安全性や個人にあわせた運動量の確保ができるので、本校の生徒の課題である、健康の保持にも適している。

また、シングルスでは対戦相手にも敬意を払い、相手を挑発したり不快感を与えたりしないプレーを行いつつ、お互いを高め合うことを目標とする。ダブルスでは、チームメイト同士声を掛け合い、お互い自信を高めたり、前向きな言葉をかけてパートナーを鼓舞したりと、人間関係の形成にも適している。

よって、バドミントンを通して競技として勝敗をつけるより、ルールの遵守、個人の役割を果たす、コミュニケーションを取る、適度な運動量の確保などをめざしたい。

2 バドミンントンの指導内容

(1) 基本的知識、技能編 (1~3 時間)

バドミンントンの基本的な知識と技能を中心に行い、今後の土台になる部分を養う。生徒はシャトルを打ち合うという競技ということはわかっているが、サービスを打つエリアや自分の得点によってサービスを打つ場所が変わることは知らなかった。ラケットの握り方は、テニスのようにウエスタンで持つ生徒が多かったが、バドミントンでは、その持ち方だとバックハンドで打ち返すのが難しくなる。バックハンドでの打ち返しが困難になるということは、相手から低めに打たれたシャトルをレシーブするのも困難になるということになるので、正しい持ち方を推奨した。持ち方に慣れるまで時間が少し要するので、自由に持つ時と正しく持つ時の時間を言葉かけし、正しく持つ時間を長くなるように促した。シャトルリフティングを行う際にバックハンドで打つことにもチャレンジするように促すとラケットの握り方を正しく持つ生徒が増えた。

I 実践報告

目標	活動内容	指導のポイント・工夫・配慮
<ul style="list-style-type: none"> ・バドミントンコート の広さを知る。 ・ラケットにシャトル を当てる。 ・ラケットの握り方を 知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・シングルス、ダブルス、 サブコートの説明 をする。 ・シャトルリフティング を行い、ストリングス エリア（ラケットの真 ん中）にシャトルが当 たるよう練習する。 ・正しい握り方を知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・コートのライン上にコーンを置き、コ ートの広さを視覚化する。 ・床とラケットが水平になるように維持す ることで、シャトルは真上に上がり、続 けやすくなることを説明する。 ・バックハンドで打つ際は、ラケットを握 る手の親指を立てて手首を返すイメージ で打つよう説明と手本を示す。 ・正しく握ることで、バックハンドやレシ ーブが打ち易くなることを説明する。

(2) サービス編（4～6 時間）

サービスをきちんと相手コートに入れられるようになることを目指し、繰り返し練習を行った。相手コートにサービスが入ようになった生徒には、対戦相手を想定して、相手の前に打つのか、相手の後ろに打つのか駆け引きをしながら打つ練習も行った。相手の前に打つ際は球が上がり過ぎると、相手にネット際で叩かれ失点する確率が高くなるので、球が上がり過ぎないように力加減を調節するように指導した。

目標	活動内容	指導のポイント・工夫・配慮
<ul style="list-style-type: none"> ・サービスを打つ場所 を知る。 ・サービスの練習をす る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・サービスを相手コート の対角のサービスエ リアに打つ。 ・相手コートのサービス エリアに入るように 打つ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・サービスエリアがわかるようにミニコー ン等で視覚支援する。 ・ヒットの瞬間だけ力を入れる。スイング の始まりと終わりは力を抜くように言葉 がける。

(3) ラリー編（7～10 時間）

この時間から打ち合うことを中心に授業を展開した。生徒も打ち合いのようなオープンスキルが中心になることで、サービスのようなクローズドスキルの反復練習よりも楽しみが増したようで、とても意欲的に取り組む姿勢が見られた。ラリーを行う際もサービスからスタートすることで、それまでやっていた反復練習も活かされ自然とどこに打つのか狙いを持って取り組むことができていた。

目標	活動内容	指導のポイント・工夫・配慮
<ul style="list-style-type: none"> ・クリアーの打ち方を 練習する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手コート奥や遠くに 飛ばすことを意識し て、クリアーを打つ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・半身の構えから肘を一気に上げて打ち込 む。打ち込む際は、重心を前方へ持って いくことで遠くへ飛ばすことができるこ とを説明し、手本を示す。 ・遠くへ飛ばすことが難しい生徒は肘を上

I 実践報告

<ul style="list-style-type: none"> ・プッシュの打ち方を練習する。 ・ラリーをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手の前に落とすことを意識して、プッシュを打つ。 ・2人1組で打ち合う。クリアーやプッシュを織り交ぜて行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手のレシーブが甘くなったり、相手のシャトルが高く上がった時に、そのシャトルを手前に落とす為に、顔の前で打つことを意識する。ラケットを持っている手と同側の足を同時に出し、ラケットの振り幅を小さくスイングし押し出すように打つことを意識する。 ・打つコースを狙い、前後左右に相手を動かされるよう打ち合いを行う。 ・コースを狙うことが難しい生徒は、飛んできたシャトルを相手に向かって打ち返すことを意識して行う。
---	--	---

(4)ゲーム編 (11～12 時間)

ゲームを中心に行い、生徒同士や対教員の対戦を設定した。今まで練習してきたものをゲームの中で出せるようにすることを目指し授業展開を行った。生徒によっては、ネットをなしにしたり、コートを狭くする調整をしたり、生徒に適した環境設定を行うことで、主体的に参加できるようになった。最後の授業では「試合をしたい人」と生徒に聞くと全員が手を挙げるなど、普段からは想像できない積極性を見ることができた。

目標	活動内容	指導のポイント・工夫・配慮
<ul style="list-style-type: none"> ・ゲームをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・簡易ルールでゲームを行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・サービスは対角のサービスエリアに打つ、相手コートの奥にクリアーを打つ、手前に打ちたい時はプッシュを使うなど、授業で行ってきたことを振り返り、ゲームに臨む。 ・生徒によってはネットなしやコートの広さを調整し、個人にあった課題でゲームを行う。

3 まとめ

授業後の生徒の変容として、生徒同士のダブルスでは、気が合う者同士なら気兼ねなくコミュニケーションを取れていたが、失敗が続くとどのような言葉がけが良いのか語彙に悩むことが多くなっていった。その際は、教員とダブルスを組み、失敗が続いた時でも諦めずに前向きな姿勢を保てるような言葉がけを教員から学ぶことで、生徒同士のペアを組んでも適切な言葉がけができるようになり、バドミントンの失敗で人間関係が崩れるようなことはなく、より具体的な戦術や作戦の話に展開するなど、生徒同士の前向きな会話が増えた。授業初回は、シャトルをラケットにうまく当てることができなかつたり、狙ったところに打つことができなかつたりしていたが、少しずつできるようになることを経験・実感できたことで、運動を楽しむ姿が見られるようになった。また、授業で行ったバドミントンを体育の時間以外でもやりたいと生徒自らが教員に伝え、クラブ活動でバドミント

I 実践報告

ン部に入部する生徒も増えた。クラブ活動は、試合を中心に行うため、ラリーに必要な技術習得のために、体育での基本練習に積極的に取り組む姿も見られた。さらに、以前は、新しいこと、初めてのことにチャレンジできなかった生徒の言動にも変化があった。

今回の実践報告は中学部の体育を中心に報告したが、小学部の体育の授業でもバドミントンを行った。中学部とは、目標やねらいを変えて設定しているが、特性が全く異なるため、同じ競技でも反応が違うところも本分教室の面白みでもあると感じた。小学部の児童は、とにかく負けず嫌いの児童が多く、対教員との試合でも、負けたくない一心で挑んで来る。2 学期終盤にゲーム中心の授業内容になると、とにかく悔しがる声をよく聞くことになった。対教員で試合をすることにし、教員も手を抜かずにやると、最初は負けたことに腹を立てる児童は多かったが、何人も負けていくと、自分は何点取ったという話になり、点数があまり取れなかった児童は、「次の時間もう 1 回、先生とやりたい」と訴えてくる。次の時間に試合をすると前の試合では使ってこなかったプッシュやクリアーを使い、意識して揺さぶってくる作戦を使ったり、ヘアピン（ネット際に落とす打ち方）を教員が使うとそれを真似して、即興でヘアピン使ったりとみるみる上達していくのがわかった。勝つことの成功体験も必要だと思うが、真剣になって必死に取り組むことが成功体験の意味をより意味のあるものにするのだと体感した。