

高等学校保健体育科におけるラグビーの 授業実践に関する考察

氏名 峰松和夫（教育学研究科）、伊藤美鈴、川原愛菜、佐々木青葉
（教育学部）

背景

平成30年度改訂高等学校学習指導要領解説（保健体育編・体育編）（以下、学習指導要領）第1部第3章第2節3では、選択制の授業において、小学校から高等学校までの12年間を見通した発達の段階のまとまりを踏まえた選択の仕方について示されている¹。ここでは、生徒の主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善の推進につながる学習の機会であることを念頭に、義務教育段階の学習を基盤として、更に追求したい領域、課題を克服したい領域など生徒個々の意思を大切にしながら、生徒自らが領域および領域の内容を選択できるようにすることが大切とされている¹。球技の運動については、「ゴール型」、「ネット型」、「ベースボール型」が示されており、ゴール型については、バスケットボール、ハンドボール、サッカー、ラグビーの中から、ネット型については、バレーボール、卓球、テニス、バドミントンの中から、ベースボール型については、ソフトボールを適宜取り上げることとし、入学年次は三つの型から二つの型を、その次の年次以降は三つの型のなかから一つの型を選択して履修できるようにすることとされている¹。

小学校・中学校・高等学校の12年間を見通した学びの一貫性の観点から「ゴール型」の中にある「陣取り系」の授業実践を考えると、小学校および中学校で扱うタグラグビーと高等学校で扱うラグビーの接続を検討する必要がある^{2,3}。タグラグビーからラグビーにつながる学びでは、①攻防時に身体的接触があること、②ボールを展開するための基本的なパス・ランにキックの個人的技能が加わること、③スクラム・ラインアウト・モールなどの集団的スキルなどが加わってくる。学習指導要領では、生徒の主体的な意欲が育まれるように指導計画を工夫すること、安全を十分に確保すること、また体力や技能の程度、性別や障害の有無等にかかわらず、運動の多様な楽しみ方を社会で実践することができるように留意することが求められている¹。これらのことは、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力の育成に向けて、運動やスポーツとの多様な関わり方を状況に応じて選択し、卒業後も継続して実践する基盤となること、仲間とともに学ぶ体験も生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた重要な機会

であることから、原則として男女共習での学びが求められている¹。しかしながら、高等学校の体育授業においてラグビーを題材とした研究報告は数多く存在しない。

これらを踏まえ、本研究では、高等学校の体育授業でラグビーを実践する際に前述した①②③の学びのポイントを考慮したゲームを考案・実践し、ゲームの様相およびその差異の解析を行った。高等学校保健体育科におけるラグビーの授業実践を目指し小学校・中学校で学習するタグラグビーとの接続を踏まえ考察することを目的とした。

方法

1 対象者

N 大学教育学部に所属する3年生および4年生の男子8名、女子4名の計12名である。12名は大学の保健体育教科に関する専門教育科目として開講されたラグビーの授業を受講しているが、ラグビーの経験がある者はいない。

2 研究期間

2022年12月～2023年1月

3 研究方法

対象者は3つのグループに分かれて、学習指導要領を参考に、①攻防時の身体的接触、②パス・ラン・キックの個人的技能、③モールやスクラムなどの集団的技能の3点を組み込んだゲームを各グループで一つ考案した。その際、A:フィールドの広さ、B:プレイヤー数、C:ハーフタイムを含むゲーム時間、D:タックルの有無または緩和の方法、E:スクラムの有無または緩和の方法、F:ラインアウトの有無または代替の方法、G:ペナルティの種類とゲームの再開方法、H:コンバージョンキックの有無または代替の方法、I:レフリーの選出または交代の方法を中心に各グループでディスカッションを行い設定した。学習者はゲームの開発にあたり、タックル、パス、ラン、キック、スクラム、モールなどの個人および集団技能はこれまでの授業で習得済である。

4 評価シート

評価基準の作成、評価方法等の工夫改善のための参考資料(高等学校保健体育)を参考にして⁴、①運動への関心・意欲・態度(Q1:安全を確保したゲームとなっている、Q2:合意形成ができるゲームとなっている、Q3:自主的に取り組めるゲームとなっている、Q4:責任や役割を果たせるゲームとなっている、Q5:フェアプレイを大切にできるゲームとなっている)、②思考・判断(Q6:チームの目標や成果を検討し課題を見出せるゲームとなっている、Q7:安全を確保する

ために適切な練習方法を考案できるゲームとなっている、Q8：自己や相手チームの特徴を踏まえた作戦を立てられるゲームとなっている、Q9：仲間の技術的課題や有効な練習方法について互いに指摘できるゲームとなっている、Q10：ラグビーを継続して楽しむために自己に適した関わり方を見付けられるゲームとなっている)、③運動の技能(Q11：空間を作り出すなどの動きができるゲームとなっている、Q12：攻防を展開するための安定したボール操作ができるゲームとなっている)、④知識・理解(Q13：レフリーの方法について学べるゲームとなっている、Q14：技術の名称や行い方について学べるゲームとなっている、Q15：関連した体力の高め方について学べるゲームとなっている、Q16：課題解決の方法について理解したことを発言したり書き出したりできるゲームとなっている)の16の設問について、全くあてはまらない(1点)、あまりあてはまらはい(2点)、ややあてはまる(3点)、よくあてはまる(4点)で得点化し、各設問に自由記述ができるコメント欄を設けた。

5 統計・解析

評価シートの計16の設問結果について、データの正規性を Shapiro-Wilk 検定で確認した後、3つのゲーム間の有意差を Kruskal-Wallis test で確認した。統計学的有意水準は5%とした。

結果

1 ゲームの開発

各グループが開発したゲームの内容を表1に示す。

表1. 考案したゲームの内容

項目	ゲーム A	ゲーム B	ゲーム C
A:フィールドの広さ	縦：60m×横35m	縦：70m×横40m	縦：80m×横50m
B:プレイヤー数	10人 (5人/チーム×2チーム)	10人 (5人/チーム×2チーム)	10人 (5人/チーム×2チーム)
C:ゲーム時間 (ハーフタイム)	5分+5分 (3分)	6分+6分+6分 (3分)	7分+7分 (5分)
D:タックルの有無 (緩和の方法)	タオル (腰後部に1枚)	タグ (腰部左右に1枚ずつ)	タッチ (両手)
E:スクラムの有無 (緩和の方法)	なし	なし	あり (2人で組み男女別)
F:ラインアウトの有無 (代替の方法)	なし (タッチラインから相手側パス)	なし (タッチラインから相手側パス)	なし (タッチラインから相手側パス)
G:ペナルティの種類 (ゲームの再開方法)	全てのペナルティを採用 (相手側パスまたはキックで再開)	全てのペナルティを採用 (相手側パスまたはキックで再開)	全てのペナルティを採用 (相手側ボールのスクラムで再開)
H:コンバージョンキックの有無 (代替の方法)	なし	あり (ゴールポストではなくコーンを設置し高さの規定はなし)	あり (ゴールポストではなくコーンを設置し高さの規定はなし)
I:レフリーの人数 (選出または交代の方法)	1名 (教員)	計6名 (6分毎に2名づつ交代)	計2名 (交代なし)

考案した3つのゲームともプレイヤー10名（5人／チーム×2チーム）としていた。フィールドの広さは縦：60mから80m、横：35mから50m、ゲーム時間は10分から18分、タックルの有無と有の場合は緩和方法、レフリーの数と選出および交代の方法などは各チームで異なっていた。

2 ゲームの実践と評価

表2に評価シートを基にした3つのゲームの評価および統計学的結果を示す。運動への関心・意欲・態度では、Q1：安全を確保したゲームとなっているにおいて有意差が認められた（ $P < 0.001$ ）。運動の技能では、Q11：空間を作り出すなどの動きができるゲームとなっているにおいて有意差が認められた（ $P < 0.05$ ）。知識・理解では、Q13：レフリーの方法について学べるゲームとなっているにおいて有意差が認められた（ $P < 0.05$ ）。思考・判断の項目には3つのゲーム間に統計学的有意差は認められなかった。

表2. 各ゲームの評価

項目	質問番号	ゲーム A	ゲーム B	ゲーム C	P-value
運動への関心 ・意欲・態度	Q1	3.6 (3.2-4.0)	2.4 (2.1-2.7)	3.1 (2.7-3.5)	$P < 0.001$
	Q2	3.0 (2.7-3.3)	3.0 (2.6-3.4)	3.1 (2.7-3.5)	n. s
	Q3	3.0 (3.0-3.0)	2.9 (2.7-3.1)	3.3 (2.8-3.7)	n. s
	Q4	2.7 (2.4-3.1)	3.3 (3.0-3.5)	3.1 (2.6-3.6)	n. s
	Q5	3.4 (3.0-3.8)	3.1 (2.7-3.5)	3.4 (2.9-3.8)	n. s
思考・判断	Q6	2.6 (2.1-3.1)	3.2 (2.9-3.4)	3.1 (2.7-3.5)	n. s
	Q7	3.1 (2.6-3.6)	2.6 (2.2-3.0)	3.2 (2.7-3.7)	n. s
	Q8	3.0 (2.5-3.5)	3.4 (3.1-3.7)	3.5 (2.9-4.0)	n. s
	Q9	2.6 (2.2-3.0)	2.8 (2.4-3.1)	3.2 (2.7-3.7)	n. s
	Q10	3.0 (2.7-3.3)	2.7 (2.2-3.2)	3.2 (2.6-3.8)	n. s
運動の技能	Q11	2.7 (2.1-3.3)	3.5 (3.2-3.8)	3.6 (3.2-3.9)	$P < 0.05$
	Q12	3.0 (2.3-3.7)	3.1 (2.8-3.4)	3.5 (3.1-3.8)	n. s
知識・理解	Q13	2.1 (1.7-2.5)	3.1 (2.6-3.6)	2.4 (1.9-2.8)	$P < 0.05$
	Q14	2.4 (2.0-2.8)	2.8 (2.5-3.2)	2.8 (2.3-3.3)	n. s
	Q15	2.5 (2.1-2.9)	2.3 (1.9-2.8)	2.5 (1.9-3.0)	n. s
	Q16	2.7 (2.2-3.2)	2.9 (2.5-3.3)	2.7 (2.2-3.3)	n. s

考察

小学校学習指導要領体育編と中学校学習指導要領解説保健体育編で例示されているタグラグビーは、ドリブルやシュートを必要とせず、どの子どもも学習の初期段階から今できる力でゲームを楽しむことができる豊かな可能性があるとして示されている⁵。また、タグラグビーは、さまざまな戦術や局面の理解、チームのなかでの自分の動きの理解などが深まることにより、結果的にトライがとれるなどパフォーマンス向上につながりスポーツの楽しさを体感できるとされている⁶。タグラグビーとラグビーの最も大きな違いはタックル成立後のボール争奪（ブレイクダウン）にある⁷。本研究で開発したゲームにおいてタックルの取扱については各チームで異なっていた。小学校と中学校の学習指導要領に例示があるタグラグビーをもとにタグベルトとタグを使用したのはゲーム B であったが、実際のゲームでは「タグ自体が取りにくい」「(タグを取るために) ボール保持者へ接近しないといけない」「タグを取る際にボール保持者と衝突しそうになった」「同じチームのメンバーとボール保持者のタグを取りに行く際にはボール保持者に加えて同チームメンバーと衝突しそうになることがよくあった」と学習者が振り返っている。これらの理由からタグを用いたゲーム B の Q1 の安全面の点数は低値であったと考察する。一方、ゲーム A はタックルの代替としてタオルを使用していた。これについて学習者は安全性を高く評価しているもののタックル成立となる腰後部につけたタオル 1 枚を奪取する際のディフェンス側の動きについて指摘していた。腰後部のタオルに対してディフェンス側はボール保持者の横または背後からタオルを取る動きとなる。これは、ラグビーの多くの局面でみられる正面からの防御（タックル）ではないと指摘しており、代替案としてタックルはタッチのみとする、またはタオルとタッチの併用が出されていた。

運動の技能では、ゲーム A の評価が最も低値であった。ゲーム A については、学習者全員が「フィールドが狭い」と指摘していた。また、「空間ができにくい」「攻撃でキックを選択すればタッチラインまたはゴールラインを超えてしまう恐れがある」「攻撃の際のキックは控えた」「パスを受けてトップスピードにのるまでにトライとなってしまう」などの指摘も見受けられた。ラグビーのキックに関する研究はキックの動作分析的研究がほとんどであり、キックを用いた戦術やゲームへの導入に関する研究は少ないもののキックのなかでも特にロングキックは地域獲得につながることで、キックを使用せずに攻撃を継続した場合には地域獲得にはつながりにくいことがわかっている⁸。ラグビーのゲームにおいてキックは有効な攻撃または防御の手段となっており、実際本研究のゲームで見受けられたキックは、攻撃側がボールを展開していく過程で守備側がプレッシャーをかけ前に出てきた状況でディフェンスラインの頭上を越えて後方に蹴るオープンキック、守備側が地域獲得のために蹴るまたはスクラムやラックなどの戦術的ポイントの後方へ大きく蹴るロングキック、相手と間合いがあるところからポイント後

方へ高く蹴り上げ競いに行きボール（攻撃権）の再獲得を狙うハイパントであった。学習者はこれまで学んだ複数のキックから場面に応じたキックを選択し実践していた。学習者のこのような自主的な動きは、学習指導要領のカリキュラム・マネジメントの充実にある「生徒の主体的で深い学び」がゲームのなかで個人そして集団での動きとして表現されたものと考察する。

しかしながら、大学生対象の5人制ラグビー（計10名）では縦60m×横35mの広さはキックを用いたゲームでは十分とは言えず、プレイヤーの動き、チームの作戦、個人のパフォーマンスなどに影響を及ぼすことが明らかとなった。一方、評価が高かったチームBとチームCでは、「キックをひとつの戦術として用いることができた」「味方と敵のプレイヤー間に十分な空間があり走るコースを見つけ出すことができた」などと学習者は評価していた。これらのことから、パスとラン中心のラグビーゲームは縦60m×横35mでも実施可能であるが、その場合には互いのスペースを確保するためにプレイヤー数を5名より減らすなどゲームに工夫を加えることが必要である。ラグビーはプレイヤーの循環器系への負荷が大きいため、プレイヤー数を減らせば、一人当たりの活動量が増加してプレイヤーの循環器系への負荷はより高まることが予測される⁹。一方で、プレイヤー数を減らせば、一人あたりのボールを保持する機会は増え、ランニングプレーの生起数も増加することから、全身持久力、瞬発力、敏捷性などの行動体力の向上につながることもされている¹⁰。ラグビーの授業実践において、ゲーム時間・広さ・プレイヤー数のバランスは非常に重要と考察できる。ゲームAとBはゲーム間の時間を3分としていたが、「チーム内で十分な意見交換ができない」「弾んだ呼吸が十分整わないうちに次のゲームとなってしまう」などの学習者の声があった。このことから、チームとしてゲーム後の振り返りとともに心肺機能のリハビリも目的としたゲーム間の休息时间について本研究の結果からは5分以上確保することが求められよう。学習指導要領の内容の取扱いに当たっての配慮事項には、言語活動や情報機器の活用が求められている¹。その意味で、ゲーム間のチームでの振り返りは非常に重要であり、学習者のゲームをタブレットで撮影しゲーム間に見直す工夫も求められよう。

運動の技能における学習者の評価を総括すれば、パス・ランにキックを加えた5人制ラグビーでは、縦70～80m×横40～50m、前後半の2部制やⅠ・Ⅱ・Ⅲの3部制のゲームであってもゲーム時間は5分程度とする必要がある。Ⅰ・Ⅱ・Ⅲの3部制のラグビーゲームについて学習者は「ラグビーは前後半で行うスポーツであるが、3部制でも良い」「最初の休息时间（Ⅰ→Ⅱ）に最初（1ゲーム）の反省が行え、次の休息时间（Ⅱ→Ⅲ）に2ゲームを実践した結果を踏まえて最後のゲームプランを考えることができる」と振り返っていることから、ラグビーを学校体育で取り入れる際には素材であるラグビーが学習者に適合するように改編しながらゲーム内容を考案することが大切である。また、トライ後のコンバージョンキックについては、ゲームBとCでゴールの代わりにコーンを配置し高さ

を求めないコンバージョンキックによる得点方法を採用していた。学習者はゲーム考案の際、キックティーまたはドロップによりクロスバー（高さ3 m）上方を通過するキックの難しさをこれまでの授業から学んでいた。田中らは、ラグビー競技初心者におけるプレースキックの研究において、特にボールの蹴り足の股関節と膝関節に關与する等速性筋力とボールの球速、飛距離、角度が深く關連することを明らかにしている¹¹。ラグビーのプレースキック動作は、股関節外転と内転筋との關連が強いため、これまでラグビーに接することのなかった学習者にとってはキックそのものの難易度が高く、学習してもすぐにはボールの球速、飛距離、角度を生み出すことが難しい。そのため、ゲームBとCでは高さを求めないゴールポストに見立てたコーンを採用しその間を通過させるコンバージョンキックを学習者は採用したと考察するが、これは学習者がラグビーの特性を理解し主体的にラグビーに取り組もうとする思考力・判断力・表現力のひとつの現れとも受け取れる。教師側は学習者のさらなる技能向上と学びに必要な指導の在り方を追究するとともに学習者の状況を捉えて指導の改善を図ることが大切である。

知識・理解では、レフリーの方法について有意差が認められた。ゲームAは教員、ゲームBとCは学習者がレフリーを務めた。教員がレフリーを務めたゲームでは、「ホイッスルが吹かれてペナルティについて説明があるとペナルティの理由について理解が深まる」「ゲームに安心感がある」とする評価と「(学習者が)レフリーを務めないルールについて本当の理解ができない」との評価が見受けられた。学習者がレフリーを務めたゲームCよりゲームBの得点が高いことについては、「(学習者が)入替わりでレフリーを務めることで複数の学習者がルールを実践的に学べる」と学習者は評価していた。これは運動への関心・意欲・態度の評価において、「責任や役割を果たすゲームになっている」との一致と受け取ることができる。学習者がゲーム内でレフリーをすることとなれば学習者はルールやペナルティなどを事前にしっかり学習しておく必要がある。学習者がレフリーを務めることは、「する・みる・支える・知る」を基にしたラグビーへの多様な関わり方との關連付けが図れ、生徒の生涯にわたる豊かなスポーツライフ実現とラグビーの特性に着目した楽しさや喜びとともに体力や知識の向上を目指す工夫として取り入れることができるが¹、ペナルティの正しい理解とゲーム時の学習者のケガ防止のために教員は審判の審判としてゲームに参加することが求められよう。

本研究で考案した3つのゲームについて、広さやタックルの方法に改善点は見受けられながらも思考・判断においてはゲーム間に有意差は認められなかった。本研究で考案したゲームは男女共習であったが、「男子のスピードが速すぎてタグがとれないため男女別でゲームしたほうが良い」との提案が一部の学習者からはあった。今回考案・実践した3つのゲームにおいてはタックルが緩和されており学習者同士が密着するボディコンタクトはなかったものの学習者の運動への関心・意欲・態度の面からこの提案は考慮すべきものである。

今回行ったゲームはすべて学習者が考案したが、学習者の思考を深めるため、ゲームの進行に妨げとなるような場面や想定される問題などはゲームの考案段階で気付いていない視点としてゲーム実践前に教師側から学習者へ還元した。また、ラグビーで多くみられるケガおよびその対処法やタックルの方法については十分に理解を深め、ここで獲得した知識・技能は考案するゲームの安全性と保健の応急手当に関連する指導を徹底した。ラグビーは通常冬期に雨天でも行うが、学校体育でラグビーを実施する際には実施の時期や天候そして学習者の健康観察に十分気を付けて実施すれば体育と保健の学びをつなぐ教材としても期待できよう。

まとめ

本研究は、高等学校保健体育科におけるラグビーの授業実践を目指して小学校・中学校で学習するタグラグビーと高等学校のラグビーとの学習の接続について、考案した3つのゲームを実践・分析し考察することを目的とした。本研究では7人制ラグビーよりも少ない5人制での実践であったが、パス・ランにキックを加えた5人制ラグビーであっても、縦70～80m×横40～50mの広さは必要であり、ゲームは前後半の2部制ではなくⅠ・Ⅱ・Ⅲの3部制でも機能すること、ゲーム時間は5分程度として次のゲームまでの休息时间（前後半の2部制であればハーフタイム）は言語活動の充実と心肺機能のリカバリーの観点から十分確保することなどが示唆された。また、プレイヤーだけでなくレフリーも交代しながら学習者が行うことで、ラグビーの深い理解とコミュニケーション能力の向上が目指せ、体育や保健の見方・考え方を学ぶ機会になれることも示唆された。

参考文献

1. 文部科学省. 高等学校学習指導要領解説保健体育編・保健偏. 2018.
2. 文部科学省. 小学校学習指導要領（平成29年度告示）解説体育編. 2017.
3. 文部科学省. 中学校学習指導要領（平成29年度告示）解説保健体育編. 2017.
4. 国立教育政策研究所教育課程研究センター. 評価基準の作成 評価方法等の工夫改善のための参考資料（高等学校保健体育）. 2012.
5. 鈴木秀人. 派生的ボールゲームとしての「タグラグビー」に関する一考察—ラグビーフットボールとの相違点からの検討—. 体育科教育学研究, 28(2) : 1-14, 2012.
6. 籠池雄人. [体育・保健体育] タグラグビーにおける攻守の楽しさを実感できる学習過程の検討—子どもの動きと意識の変容を通して—. 教育実践研究, 29: 127-132, 2019.
7. 小松恒誠, 鈴木秀人, 児島里菜, 上野佳代ら. 中学校の体育授業におけるタグラグビーに関する研究. 東京学芸大学紀要 芸術・スポーツ科学系, 70 : 91-

98, 2018.

8. 廣瀬恒平, 田中大雄, 千葉剛, 嶋崎達也ら. ラグビーにおけるキック使用戦術に関する有効性の検証. 千葉体育学研究, 36 : 9-19, 2014.
9. 峰松和夫, 久保田もか. 生徒の体力と技能の向上を目指したラグビー授業－運動生理学データに基づく授業環境とゲーム内容の分析－, 長崎大学教育学部教育実践研究紀要, 18 : 121-127, 2019.
10. 早坂一成. 前期中等教育（中学校第1学年及び第2学年）におけるタグラグビーの指導法と普及に関する考察. 名古屋学院大学教職センター, 2 : 55-63, 2018.
11. 田中弘之, 宮浦壮志, 満石高士. ラグビーフットボール競技の初心者におけるプレースキックの飛距離を等速性筋力から考える. 鳴門教育大学紀要, 28 : 454-460, 2013.