

# 保健体育(体育)

## 1 研究のテーマ

### (1) 研究テーマ

助け合い教え合うなどのグループ活動を通して主体性を育むバドミントンの授業  
～体ほぐしの運動と関連させて～

### (2) 研究のねらい

本研究は、生徒の「主体性を育む」ことを目指した。そのためにバドミントンの単元において、生徒へ単元が始まる前に事前アンケート調査を行い、バドミントンの理解度や授業への意欲等を把握した。加えて授業の導入では、体ほぐしの運動(仲間と協力して課題を解決するゲーム(以下、「課題解決ゲーム」とする))を取り入れ、生徒がグループ内で他のメンバーと助け合う、教え合う、協力するといった活動を通して「主体性」の育成を図り、展開でのバドミントンの学習においても、そのような姿が生徒から表出されることをねらった。

## 2 実践事例

### (1) 単元指導計画

ア 科目名：体育(入学年次)

イ 単元名：E 球技 ネット型(バドミントン)

ウ 単元の目標：

- ・勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、(体力の高め方)、(運動観察の方法)(など)を理解するとともに、作戦に応じた技能でゲームを展開することができるようにする。  
イ ネット型：バドミントンでは、役割に応じたシャトル操作や安定した用具の操作によって空いた場所をめぐる攻防をすることができるようにする。〔知識及び技能〕
- ・攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。〔思考力、判断力、表現力等〕
- ・球技に自主的に取り組むとともに、(フェアなプレイを大切にしようとする)、(作戦などについての話し合いに貢献しようとする)、(一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする)、(互いに助け合い教え合おうとする(など)や、(健康・安全を確保すること)ができるようにする。〔学びに向かう力、人間性等〕

エ 単元の評価規準

知識・技能		思考・判断・表現	主体的に 学習に取り組む態度
○知識 ①バドミントンにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。	○技能 ①サービスでは、シャトルをねらった場所に打つことができる。 ②シャトルを相手側のコートの中へ打ち返すことができる。	①バドミントンについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。	①バドミントンの学習に自主的に取り組もうとしている。 ②互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。

オ 単元の指導と評価の計画

時間		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
学習の流れ	0	オリエンテーション 体調管理、準備運動、前時の振り返り、本時のねらい 等									
	10	態：愛好的態度	課題解決ゲーム							団体戦（グループ練習を含む）	団体戦（グループ練習を含む）
	20	グループ分け	態：協力・責任								
	30	課題解決ゲーム	基本技能の習得（クリアー（アビン））	基本技能の習得（ドロップサーブ）	基本技能の復習	半面シングルスゲーム	グループ活動（相手を動かす①）	グループ活動（相手を動かす②）	グループ活動（課題練習）		
	40	ラケット慣れ等	知：技術の名称	技：わらった場所に打つ	振り返り	半面シングルスゲーム			態：協力・責任		
50	体調確認、整理運動、本時の振り返り、次時の確認										
評価機会	観点/時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	知識				①						
	技能							②		①	総括的な評価
	思考・判断・表現								①		
主体的に学習に取り組む態度			①						②		

評価の方法	
知識	学習カード(技能ポイントチェックシート)
技能	観察
思考・判断・表現	観察、学習カード
主体的に学習に取り組む態度	観察

カ 授業実践例（7時間目／10時間扱い）

本時の目標

- シャトルを相手側のコートに空いた場所やねらった場所に打ち返すことができるようにする。 [知識及び技能]
- 互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合うことができるようにする。 [学びに向かう力、人間性等]

本時の評価

知識・技能(技能)②：シャトルを相手側のコートに空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。

学習活動(指導上の留意点を含む) (○：生徒の学習等、●：教員の支援等)	評価の観点 (評価方法)
1 準備	
2 整列、挨拶、出席・体調確認	
3 本時の学習活動・ねらいを確認	
<p>&lt;本時のねらい&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>シャトルを相手側のコートに空いた場所やねらった場所に打ち返すことができるようにする。</li> <li>互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合うことができるようにする。</li> </ul>	

<p>4 準備運動</p> <p>5 体ほぐしの運動(課題解決ゲーム)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>&lt;シャトルを救え&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ内で役割分担をし、サーブを打つ人とサーブをキャッチする人の2つに分かれる。</li> <li>・前方のコートからサーブを打ち、シャトルを落とさずラケットでキャッチし、決められたかごに入れる。</li> <li>・制限時間内にキャッチできたシャトルの数を競う。</li> </ul> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>●グループでの話合いを観察し、活発に意見交換できるよう声かけをする。</li> <li>●他者の意見を受け入れ、よい雰囲気で行うよう促す。</li> </ul> <p>6 ウォーミングアップ</p> <p>○学習したショットの打ち方のポイントを意識しながら、グループに分かれてラリーを行う。</p>	
<p>7 グループでの課題練習～基本のショットの組合せ(相手コートの空いたスペースに打つ)～</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>&lt;クリアー→ドロップ→ヘアピン→ロブ&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・生徒(A)のサーブから始まり→生徒(B)クリアー→(A)ドロップ→(B)ヘアピン→(A)ロブを繰り返し、攻防を行う。</li> <li>・生徒(A)と生徒(B)で打てるショットが異なるため、時間で区切り役割を交代する。</li> </ul> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>●初めに見本を見せ、相手の位置に合わせてショットを選択するポイントを説明する。</li> <li>●グループ内での教え合いを促す発問、声かけを行う。</li> <li>○技能ポイントチェックシートを活用し、グループ内で相互評価を行う。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【「努力を要する」状況(C)の生徒への教員の支援】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ロブが上手く上がらない生徒に対し、相手のヘアピンをまずは相手コートに返球するよう助言する。</li> </ul> </div>	<p>技能②：シャトルを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。(観察)</p>
<p>8 簡易ゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ内で半面シングルのゲームを行う。</li> <li>●対戦相手やローテーションはグループで決めるよう指示をする。</li> <li>●ゲームをしていないグループ内の他の生徒は、技能ポイントチェックシートで他者の技能を観察、評価を行い、試合後にアドバイスをするよう指示をする。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【「努力を要する」状況(C)の生徒への支援】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ内で、「前が空いた」「後ろに打つ」など、どこにショットを打つべきか声かけを行うよう促し、空いているスペースや相手の動きへの意識を持たせ、打つように助言する。</li> </ul> </div>	<p>技能②：シャトルを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。(観察)</p>
<p>9 本時の振り返り・体調確認</p> <p>10 次時の内容の確認</p> <p>11 整理運動、整列、挨拶</p>	

研究実施校：神奈川県立厚木東高等学校(全日制)  
 実施日：令和4年11月21日(月)  
 授業担当者：竹内 大輔 教諭

(2) 主体的・対話的で深い学びの視点に基づく指導と評価のポイント

ア 主体性を育む環境づくり

①グループ活動の充実による関係性構築のための環境づくり

(ア)単元を通してのグループのメンバーを固定化

生徒の活発な言語活動を引き出すためには、生徒同士の関係づくりが非常に重要である。単元を通して同じグループで練習や試合等を経験することで、互いに助け合い、教え合う環境を構築できると考えた。また、リーダー性を持つ生徒、運動に対し不安を抱える生徒など、グループのメンバーに偏りが出ないように調整し、グループ活動を円滑に行うことができるだけでなく、生徒同士で協働して課題解決に向かうことができるよう工夫を行った。

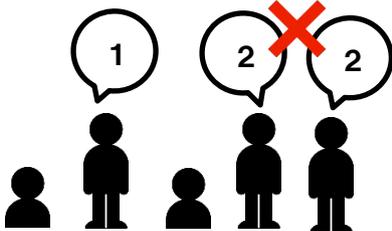
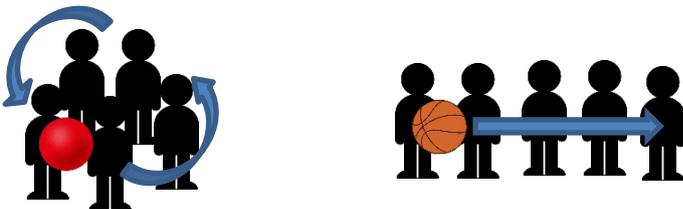
(イ)体ほぐしの運動(課題解決ゲーム)との関連

体づくり運動の内容の取扱いにおいて、「『器械運動』から『Gダンス』までの運動に関する領域においても関連を図って指導することができる」としている。その際、『体ほぐしの運動』としての学習と各運動の領域で行われる準備運動、補強運動、整理運動等との関連を図り、指導と評価ができるようにすること(高等学校学習指導要領(平成30年告示)解説保健体育編体育編 p.54)と示されており、本研究では、年間指導計画において体づくり運動を単元として設定していることに加え、バドミントンの単元においても体ほぐしの運動を設定した。

実際の授業では、グループで協力して課題を解決するだけではなく、他のグループと競争するといったゲーム性を取り入れ生徒が取り組みやすいように工夫を図った。それぞれの課題については、「課題解決のルールが簡単なこと」、「短時間で勝敗がつくこと」、「グループ内で作戦を立てることができること」といった三つのポイントを踏まえ学習活動を検討した。課題解決ゲーム(表1)を実施する前に、グループでの作戦会議を行う時間を設定し、「早く終わる」、「回数を多くする」等の共通の目標をもたせ、その目標が達成できるよう意見交換が活発に行われるようにした。

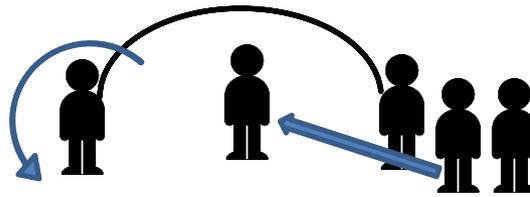
この課題解決ゲームを通して、生徒の言語活動を活発化させ、その後に意図的に助け合いや、教え合い、協力といった活動場面を設定した。グループが一つの目標に向かって意見交換することで、「もっとこうしたい」といった前向きな気持ちを引き出すなど、授業に主体的に取り組む意識が高められると考えた。

表1 課題解決ゲームの概要(1時間目から8時間目の内容)

課題解決ゲーム名	ルールとポイント
<p>1時間目 「空気読みゲーム」 (チーム内でのアイスブレイクも含む)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 数字を数えながら立ち上がる。</li> <li>・ 全員が立ったら続けて数字を数えながら座る。</li> <li>・ 同じ数字を複数名が同時に言った場合、最初からやり直す。</li> </ul> 
<p>2時間目 「ボール送りゲーム」</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 1つのボールをグループのメンバーで回していく。</li> <li>・ 必ず1人2回触球し、最後の人が触球するまでにかかった時間で勝敗を競う。</li> <li>・ グループの隊形、ボールの種類、触り方等を話し合い、どうしたら速く回るか工夫する。</li> </ul> 

3 時間目  
「8の字跳び」

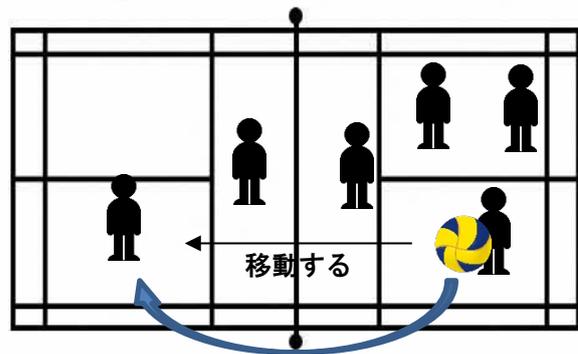
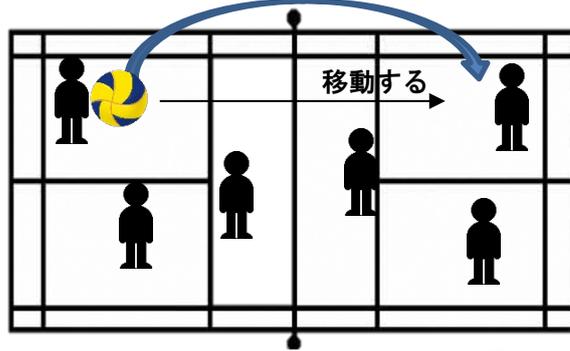
- ・制限時間内で、縄を跳んだ回数で勝敗を競う。
- ・縄の回し手、回す速度、跳ぶ順番等を話し合い、スムーズに跳ぶために工夫する。



4 時間目  
「ラリーで総入れ替え」

- ・グループ内で二つに分かれてネットを挟んで対面する。
- ・ボールを相手コートに返した人が相手コートに移動する。
- ・グループ内のメンバーが全員入れ替わった速さで勝敗を競う。

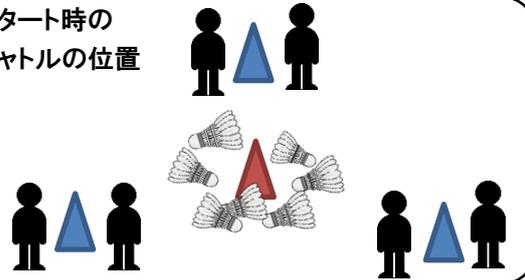
○ 3回以内で反対コートに返す  
○ 落としたり最初からやり直し



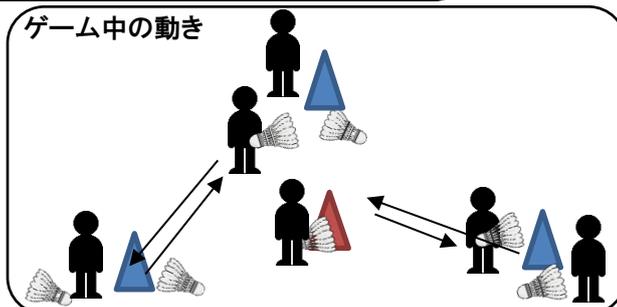
5 時間目  
「シャトル集めゲーム」

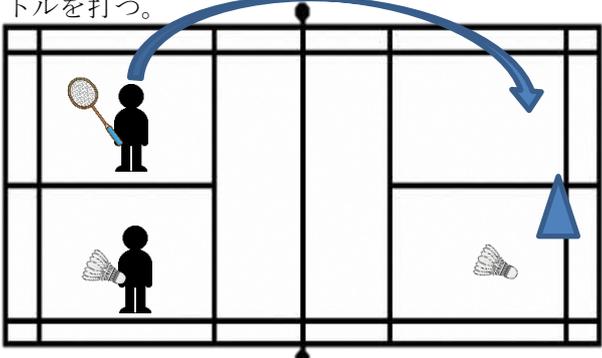
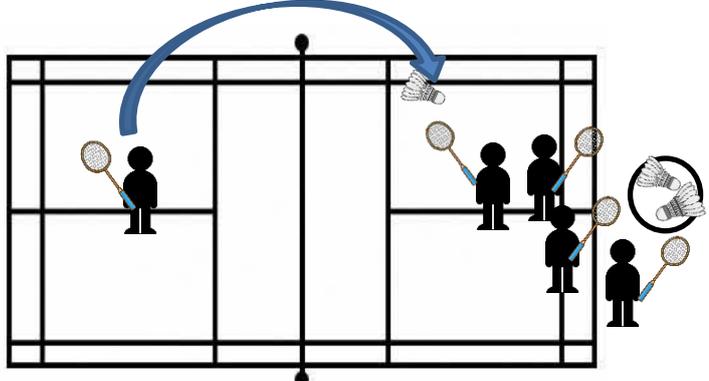
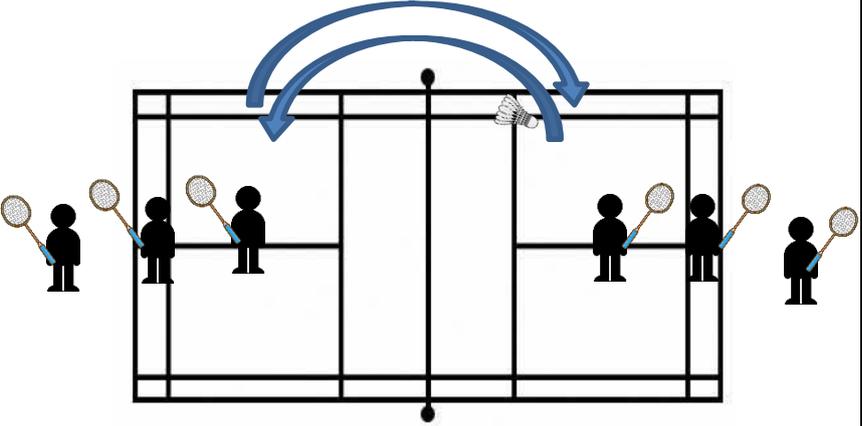
- ・グループの陣地にシャトルを集めてくるゲーム。
- ・制限時間内で、集めたシャトルの数で勝敗を競う。
- ・スタート時は真ん中にシャトルを集めて置き、真ん中からシャトルがなくなった場合は相手の陣地からシャトルを集める。

スタート時の  
シャトルの位置



ゲーム中の動き



<p>6 時間目 「ボッチャ風ゲーム」</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 目標物に向かってシャトルを投げるまたは打つ。</li> <li>・ シャトルと目標物との距離の近さで勝敗を競う。(グループで一番近いシャトルで勝負)</li> <li>・ グループの半分のメンバーはシャトルを投げ、残りの半分はラケットでシャトルを打つ。</li> </ul> 
<p>7 時間目 「シャトルを救え」</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 味方の打つサーブをラケットで落とさずキャッチする。</li> <li>・ キャッチしたシャトルは一か所に集めておき、制限時間内にキャッチできたシャトルの数で勝敗を競う。</li> <li>・ シャトルを打つ人、キャッチする人の数を工夫する。</li> </ul> 
<p>8 時間目 「バドミントンラリー」</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 制限時間内で、対面でラリーを行う。</li> <li>・ シャトルを打ったら列の1番後ろに並ぶ。</li> <li>・ ラリーが続いた最高回数または合計回数で勝敗を競う。</li> </ul> 

## ②ポイントの明確化による学習理解の環境づくり

### (ア) 技能ポイントチェックシート

ショットを打つ際に、どんなポイントに気を付ければよいかを明確にするために、技能ポイントを確認できるチェックシートを作成し、授業で活用した。同じグループ内の生徒同士で練習や試合の様子を観察し合い、チェックを付けることで、一人ひとりの課題が明確となり、グループ内で協力しながら課題解決に向かうことができると考えた。

#### (イ) 技能のポイントを見える化

技術の習得や技能の向上のための学習活動の際に、ショットで意識すべきポイントを掲示しておくことで、視覚的にポイント理解を深められる環境づくりを行った。生徒全員がポイントをすぐに見ることができることで、ショットの出来ばえや他者観察のポイントの共通性を図った。

### ③ 想像力・課題解決力を育む環境づくり

#### (ア) 生徒の考える力を育む発問

生徒が自ら課題の発見やその解決に主体的に取り組むことができるよう、考えさせるための発問の工夫を行った。また、助け合いや教え合いを深めるために何が必要か思考を促す発問を繰り返し行うことで、生徒同士の対話的な学びを実現させた。

#### (イ) 「他者観察」を踏まえた振り返り活動

自己の振り返りについては、技能ポイントチェックシートを活用して、自己の課題を見付けることをねらいとし、振り返りを行うこととした。自身の技能や動き方を客観視することは難しく、自己評価と実際とが違っている生徒も多い。そのため、同じグループ内の生徒からのアドバイスを基に自身の振り返りを行うことで、生徒の実態にあった課題を発見することができる考えた。

### イ R-PDCAサイクルを踏まえた学習過程における事前調査(R)の実施

生徒の実態を把握することを目的とし、Google フォームを活用した事前調査(R)を実施した。質問項目は「バドミントンの技能に関すること」、「グループ活動に関すること」、「バドミントンの授業に対する意識に関すること」、「グループ活動に対する意識に関すること」の4点について実態を把握し指導の際の参考とした。また、本研究のねらいにある、「グループ活動において主体性を育む」ために必要となる、言語活動を行いやすい環境づくりができるよう、アンケート結果を基に教員がグループ分けを行った。

さらに、単元終了後にGoogle フォームを活用した事後アンケートを行い、単元開始前と単元終了後とを比較し、技能面やグループ活動への意識に変化があったのかを見取ることとした。

## 3 結果と考察

研究を通して、生徒の課題にアプローチし、生徒の「主体性を育む」というねらいに合わせた授業を展開することができたと考える。

事前調査(R)では、バドミントンの技能に対する自己評価や、グループ活動に関する考え方など、生徒の意識について知ることができ、その結果を踏まえた授業づくりを行うことができた。特に技能面に対する質問の結果から、ハイクリアーやドロップなどの生徒の苦手なショットに対し丁寧にアプローチすることができ、要点を抑えた内容で授業を進めることに役立った。一方、グループ活動に関する質問では、「グループ活動で意見を言えるか」という質問に対し、「言える」と回答していた生徒が授業の中ではそれほど発言をしていないといった様子も見られ、教員と生徒とでの認識のずれがあることがわかった。

単元を通して行った(2～8時間)課題解決ゲームに関しては、生徒が前向きに取り組む様子が見られた。グループでの話し合いの場面では、始めは特定の生徒のみの発言が目立つグループが多かったが、回を重ねるごとにグループへの所属意識が増し、多くの生徒からの発言が見られるようになった。教員が指示を出さなくとも、自然とグループの中で司会進行役が生まれ、リーダーシップを発揮する生徒が出てくるようになった。また生徒からは「グループがだんだんまとまってきた」といった声も上がった。

グループ活動では、技能ポイントチェックシートの活用により、昨年の授業に比べ、半身で打つ生徒やスイング時に手首を使うことを意識している生徒が多く見られ、ポイントの意識化のための有効な手立てとなっていると感じた。しかし、グループ内でポイントを意識した声かけやアドバイスを行うことができた生徒は少数であり、技能面に不安のある生徒に対して、今後どのような手立てを行うことで自信をもって発言することができるのか、更なる研究が必要であると感じた。

## 4 まとめ

今回の研究では、「助け合ったり教え合ったりする」というねらいを明確にした単元指導計画を作成した。主体性の捉え方は人それぞれ違い、抽象的である。そのためねらいをさらに具体的にすることで、どのような資質・能力を身に付けさせたいのかが、教員と生徒の双方にとって明確となり、的確なアプローチができた。

体育では、今回の「課題解決ゲーム」のような体ほぐしやレクリエーションの要素を兼ねた活動を通し

て、コミュニケーションをとることに慣れていくことによって、体力や技能の程度、性別や障がいの有無等にかかわらず、どの単元においても助け合ったり、教え合ったりすることができるようになって感じた。

R-PDCAサイクルを踏まえた事前調査(R)は生徒の意識や考えなどを知ることができ、それを授業にいかすことができるため有効であると感じた。さらに研究の中で「グループ活動で意見を言える」ことへの認識が、教師と生徒とで違うことに気付いた。このような気付きからより適切なアプローチが行えるのだと感じた。また生徒は質問に答えることで自分の意識を確認することができ、必要であれば不安などを伝えることもできるので、単元における事前調査(R)は効果的であった。

今回の研究は、入学年次を対象に進めてきたが、次の年次以降においても主体的・対話的で深い学びの視点を踏まえ、将来を見据えた授業、単元を展開していく必要がある。卒業後、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続していくためには、生徒が、自分自身で主体的に活動に参加し、仲間を見付け、円滑なコミュニケーションをとっていく必要があり、保健体育科の担う役割は非常に重要なものであると感じている。この研究をきっかけに、今後更に研究が進み、生徒がより主体的に活動に参加するための多くのアイデアが生まれていくことを期待している。

### <参考資料1>生徒へのアンケート集計まとめ(小数第2位を四捨五入したため、100%とならない場合がある)

表2【事前】「中学生の頃バドミントンを授業で経験しましたか」の回答

	人数	割合
はい	17名	94.4%
いいえ	1名	5.6%
小計	18名	100.0%

表3【事前】「試合を行うために必要なルールを理解していますか」の回答

	人数	割合
はい	11名	61.1%
いいえ	7名	38.9%
小計	18名	100.0%

表4【事前】「バドミントンは好きですか」の回答

	人数	割合
とても好きである	6名	33.3%
好きである	9名	50.0%
どちらでもない	3名	16.7%
嫌いである	0名	0.0%
とても嫌いである	0名	0.0%
小計	18名	100.0%

表5【事前】「バドミントンの授業の意欲はどのくらいありますか」の回答

	人数	割合
とてもある	9名	50.0%
ある	6名	33.3%
どちらでもない	3名	16.7%
ない	0名	0.0%
まったくない	0名	0.0%
小計	18名	100.0%

表6【事前】「個人やペアで行う活動は好きですか」の回答

	人数	割合
とても好きである	4名	22.2%
好きである	9名	50.0%
どちらでもない	5名	27.8%
あまり好きでない	0名	0.0%
好きでない	0名	0.0%
小計	18名	100.0%

表7【事前】「グループで行う活動は好きですか」の回答

	人数	割合
とても好きである	4名	22.2%
好きである	8名	44.4%
どちらでもない	5名	27.8%
あまり好きでない	1名	5.6%
好きでない	0名	0.0%
小計	18名	100.0%

表8【事前】「グループ活動に不安がありますか」の回答

	人数	割合
全くない	6名	33.3%
あまりない	2名	11.1%
どちらでもない	6名	33.3%
少しある	3名	16.7%
とてもある	1名	5.6%
小計	18名	100.0%

表9【事前】「グループの中で自分の意見を言えますか」の回答

	人数	割合
できる	7名	38.9%
不安だができる	7名	38.9%
どちらでもない	2名	11.1%
あまりでない	2名	11.1%
できない	0名	0.0%
小計	18名	100.0%

表10【事前】「グループの活動で自分の役割を見つけられますか」の回答

	人数	割合
とてもできる	0名	0.0%
できる	10名	55.6%
どちらでもない	7名	38.9%
あまりできない	1名	5.6%
できない	0名	0.0%
小計	18名	100.1%

表11【事後】「事前アンケートは自分の状況を把握する上で良いものだと思いますか」の回答

	人数	割合
とても思う	6名	28.6%
思う	13名	61.9%
どちらでもない	0名	0.0%
あまり思わない	2名	9.5%
全く思わない	0名	0.0%
小計	21名	100.0%

表12【事後】「個人スキルの学習は効果的だと思いますか」の回答

	人数	割合
とても思う	10名	47.6%
思う	11名	52.4%
どちらでもない	0名	0.0%
あまり思わない	0名	0.0%
全く思わない	0名	0.0%
小計	21名	100.0%

表13【事後】「グループの学習は効果的だと思いますか」の回答

	人数	割合
とても思う	10名	47.6%
思う	9名	42.9%
どちらでもない	0名	0.0%
あまり思わない	2名	9.5%
全く思わない	0名	0.0%
小計	21名	100.0%

表14【事後】「グループの学習では、学習のねらいを意識して主体的に授業に参加できましたか」の回答

	人数	割合
とても思う	11名	52.4%
思う	9名	42.9%
どちらでもない	0名	0.0%
あまり思わない	1名	4.8%
全く思わない	0名	0.0%
小計	21名	100.1%

表15【事後】「自分の課題を見つけ、課題が解決するための工夫や取組みはできましたか」の回答

	人数	割合
とても思う	10名	47.6%
思う	10名	47.6%
どちらでもない	0名	0.0%
あまり思わない	1名	4.8%
全く思わない	0名	0.0%
小計	21名	100.0%

表16【事後】「チームの課題を見つけ、課題が解決するための工夫や取組みはできましたか」の回答

	人数	割合
とても思う	4名	19.0%
思う	12名	57.1%
どちらでもない	0名	0.0%
あまり思わない	4名	19.0%
全く思わない	0名	0.0%
無回答	1名	4.8%
小計	21名	99.9%

表17【事後】「自分の考えや思いをチームに伝える事ができましたか」の回答

	人数	割合
とても思う	5名	23.8%
思う	11名	52.4%
どちらでもない	0名	0.0%
あまり思わない	4名	19.0%
全く思わない	0名	0.0%
無回答	1名	4.8%
小計	21名	100.0%

表18「ハイクリアーはどのくらいできますか」の回答

	事前		事後		増減(事後-事前)
狙ったところ、狙った高さにショットを打てる	0名	0.0%	7名	33.3%	7名
狙ったところにショットを打てる	2名	11.1%	11名	52.4%	9名
狙った方向にショットを打てる	10名	55.6%	3名	14.3%	-7名
思ったようにショットを打てない	1名	5.6%	0名	0.0%	-1名
ハイクリアーがわからない	5名	27.8%	0名	0.0%	-5名
小計	18名	100.1%	21名	100.0%	

表19「ドロップはどのくらいできますか」の回答

	事前		事後		増減(事後-事前)
狙ったところ、狙った高さにショットを打てる	0名	0.0%	8名	38.1%	8名
狙ったところにショットを打てる	1名	5.6%	10名	47.6%	9名
狙った方向にショットを打てる	9名	50.0%	2名	9.5%	-7名
思ったようにショットを打てない	3名	16.7%	1名	4.8%	-2名
ドロップがわからない	5名	27.8%	0名	0.0%	-5名
小計	18名	100.1%	21名	100.0%	

表20「ヘアピンはどのくらいできますか」の回答

	事前		事後		増減(事後-事前)
狙ったところ、狙った高さにショットを打てる	1名	5.6%	12名	57.1%	11名
狙ったところにショットを打てる	2名	11.1%	6名	28.6%	4名
狙った方向にショットを打てる	9名	50.0%	2名	9.5%	-7名
思ったようにショットを打てない	3名	16.7%	1名	4.8%	-2名
ヘアピンがわからない	3名	16.7%	0名	0.0%	-3名
小計	18名	100.1%	21名	100.0%	

表21「サーブはどのくらいできますか」の回答

	事前		事後		増減(事後-事前)
狙ったところ(前後左右)サーブできる	2名	11.1%	12名	57.1%	10名
狙った方向(左右)にサーブできる	9名	50.0%	6名	28.6%	-3名
相手コートに入れることはできる	7名	38.9%	3名	14.3%	-4名
思ったようにサーブを打てない	0名	0.0%	0名	0.0%	0名
サーブがわからない	0名	0.0%	0名	0.0%	0名
小計	18名	100.0%	21名	100.0%	

## <参考資料2> 技能ポイントチェックシート

バドミントンショット  
技能ポイントチェックシート  
～すべてクリアして正しいショットを身に付けよう～



自分がポイントチェックする人  
組 名前 \_\_\_\_\_

自分のポイントチェックをしてくれる人  
組 名前 \_\_\_\_\_

年 組 番 名前 \_\_\_\_\_

- ・クリアー
  - 打つ時に体が打つ方向に対して半身(横向き)になっている
  - 肘をしっかり引くことができていない
  - シャトルを利き腕頭上の高いポイントでとらえることができていない
  - 手首を柔らかく使ってシャトルを打つことができていない
  - 打たれたシャトルは高く遠くに飛んでいる
  - 打ち終わった後、利き足が一步前に出ている(体重移動がしっかりできていない)
- ・ドロップ
  - 打つ時に体が打つ方向に対して半身(横向き)になっている
  - 肘をしっかり引くことができていない
  - シャトルを利き腕頭上の高いポイントでとらえることができていない
  - 打たれたシャトルは床と並行に、または下向きに打ち出されている
  - 相手コートの手前に落ちるように打っている
  - 打ち終わった後、利き足が一步前に出ている(体重移動がしっかりできていない)
- ・ロブ
  - ラケットを下から手首を柔らかく使いスイングできている
  - 概ね胸の前あたりでシャトルを打つことができていない
  - 利き足を踏み出しながら、または踏み出した後スイングできている
  - 打たれたシャトルは前方に高く打ち出されている
  - フォアハンド・バックハンドの使い分けをしながら打つことができていない
- ・ヘアピン
  - 概ね胸の前あたりでシャトルを打つことができていない
  - 利き足を踏み出しながら、または踏み出した後、打つことができていない
  - ラケットをあまり動かさずシャトルを打つことができていない
  - 打たれたシャトルはネットの白帯からあまり浮かずに相手のコート手前に打ち出されている
  - フォアハンド・バックハンドの使い分けをしながら打つことができていない