

大学生における「体づくり運動」の実施経験と意識調査： 駿河台大学の学生を対象として

檜 皮 貴 子

I. はじめに

平成10年に改訂された学習指導要領の保健体育科において、「体操」領域の名称は、「体づくり運動」^{注1)}に変更された。具体的には、従来の「体操」領域の課題であった「体力を高める運動」と新たに設定された「体ほぐしの運動」の2つの軸で「体づくり運動」を実施することになった。「体ほぐしの運動」では、心と体を一体としてとらえることを重視し、生きる力の育成に向けてより具体化された運動の実施が目指された。

その後、平成20年度の学習指導要領改訂において、これまで小学校高学年から必修に位置付けられていた「体づくり運動」は、小学校低学年から必修領域として位置付けられ、発達の段階を踏まえた実施がなされることとなった。その背景として、運動する子とそうでない子の二極化傾向が進み、生活習慣の乱れが小学校低学年から見られることが挙げられ、「体づくり運動」領域の一層の充実が求められたためである。

現在、「体づくり運動」に名称変更されてから約15年が経過したが、その実践内容や単元としての取り扱いについては未だ多くの課題を抱えていると思われる。具体例として、鈴木（2011）は、「体づくり運動」の実施内容が本来の目的とは乖離している現状を批判して、「体づくり運動」の単元を「集団行動の訓練や自校体操の習得、スポーツテストの計測などに充ててきた学校も多い」¹⁰⁾と述べている。また、岡野ら（2010）の三重県の小学校教諭を対象とした調査では、教員の約8割が子どもの体力低下は重大な問題であると認識しているにもかかわらず、約4割の教員しか「体力を高める運動」を単元として実施していなかったことが報告されている。しかも、実施され指導内容は、ストレッチや準備・整理体操が最も多く、次いで持久走であった。このことから、「体づくり運動」における指導内容を吟味することが急務の課題と考える。

また、「体操」から「体づくり運動」に名称変更された平成10年以降の学習指導要領に基づいて教育を受けた大学生における「体づくり運動」の経験や理解度の把

握は、保健体育の教員を目指す学生の専門性を高める上で重要な観点と言える。そのため、保健体育科の教員養成校でもある駿河台大学現代文化学部スポーツ文化コースの学生を対象として、「体づくり運動」の実技授業前に本領域に関する実施経験の調査をすることでその現状を把握し、さらに授業後の本領域に対する意識調査を通して、今後の本学における「体づくり運動」のあり方について検討することを考えた。

Ⅱ. 研究目的

本研究は、駿河台大学現代文化学部スポーツ文化コースの学生を対象に、中学校・高等学校における「体づくり運動」の実施状況と大学の実技授業前における領域に対する理解の現状を調査するとともに、実技授業後における本領域の理解内容を明らかにすることで、駿河台大学における「体づくり運動」の授業内容の改善に向けた基礎的な資料を得ることを目的とした。

Ⅲ. 研究方法

大学における「体づくり運動」の実技受講前と受講後に「体づくり運動」領域に関するアンケート調査を行った。

1. アンケート対象者と実施日

スポーツ実技Ⅰ「体づくり運動」の受講生（駿河台大学現代文化学部現代文化学科スポーツ文化コース2年生）を対象に、授業実施前後にそれぞれアンケートを実施した。対象者には研究内容を口頭で説明し、参加の同意を得た。

授業前調査の実施日は、2010年9月24日、2011年9月30日、2012年4月13日、2012年9月28日であった。120名を対象とし、そのうち有効回答数は118名（98%）であった。

授業後調査の実施日は、2011年1月21日、2012年1月20日、2012年7月20日、2013年1月18日であった。129名を対象とし、そのうち有効回答数は129名（100%）であった。

2. アンケート内容

（1）授業前アンケート

年齢、性別、中学校および高等学校における学校の種別について

質問1：大学に入学する前に「体づくり運動」という名称を体育で聞いたことがありますか。

質問2：「体づくり運動」を中学校および高校の体育実技で行いましたか。

質問3：「行った」と回答した方は、その内容を教えてください。（自由記述）

（2）授業後アンケート

質問1：「体づくり運動」とは、どんなことを行う領域ですか。自由記述してください。

質問2：授業で行った内容で、何が一番おもしろかったですか。ひとつに○を付けてください。

- 1.ペアラジオ体操 2.Gボール 3.縄（短縄、長縄） 4.体操ボール
5.組体操 6.動きの創作

質問3：自分が「体づくり運動」の指導を行うとすれば、どの運動が出来そうですか。○をつけてください。（複数可）

- 1.ペアラジオ体操 2.Gボール 3.縄（短縄、長縄） 4.体操ボール
5.組体操 6.動きの創作

3. 授業内容について

スポーツ実技Ⅰ「体づくり運動」で行った授業内容を以下に示す（表1）。

表1 スポーツ実技Ⅰ「体づくり運動」の授業内容

| | 授業内容 | 内容の詳細 |
|-------|-------------------|--------------------------------|
| 第1回目 | オリエンテーション | 授業の説明、授業前アンケート |
| 第2回目 | 縄の運動（1） | 短縄を用いた運動（写真1） |
| 第3回目 | 縄の運動（2） | 長縄を用いた運動（写真2） |
| 第4回目 | 縄の運動（3） | リズム縄跳び |
| 第5回目 | ラジオ体操（1） | ラジオ体操第1、ペアラジオ体操（写真3） |
| 第6回目 | ラジオ体操（2） | ペアラジオ体操の発展 |
| 第7回目 | 組体操 | 二人組での組み立て体操（写真4） |
| 第8回目 | Gボール（1） | Gボールを用いた運動（一人、ペア）（写真5） |
| 第9回目 | Gボール（2） | Gボールを用いた運動（グループ） |
| 第10回目 | ボールの運動（1） | 体操ボールを用いた運動（投げる、つく） （写真6） |
| 第11回目 | ボールの運動（2） 輪の運動 | 体操ボールを用いた運動（複数のボール） 輪を用いた運動 |
| 第12回目 | 講義 | 「体づくり運動」に関する講義 |
| 第13回目 | 動きの創作 | グループに分かれて、オリジナルの動きを作る |
| 第14回目 | 動きの創作発表と指導 | オリジナルの動きを発表、指導する 授業後アンケート |



写真1 短縄を用いた運動



写真2 長縄を用いた運動



写真3 ペアラジオ体操



写真4 二人組での組み立て体操



写真5 Gボールを用いた運動



写真6 体操ボールを用いた運動

IV. 結果および考察

1. 授業前アンケートの結果

(1) 対象者について

授業前アンケートの対象者は、118名（男性97名、女性21名、 19.5 ± 1.1 歳）であ

った。中学校の種別は、公立校113名（96%）、私立校5名（4%）であった。高等学校の種別は、公立校71名（60%）、私立校47名（40%）であった。

（2）「体づくり運動」の認知度と実施率

質問1の「大学に入学する前に『体づくり運動』という名称を体育で聞いたことがありますか」に対して、「はい」と回答した者が46名（39%）、「いいえ」回答した者が72名（61%）となった（図1）。対象者における中学・高等学校の就学期には、既に「体づくり運動」が必修領域になっていたのにも関わらず、名称についての認知度は4割弱と低率傾向を示した。

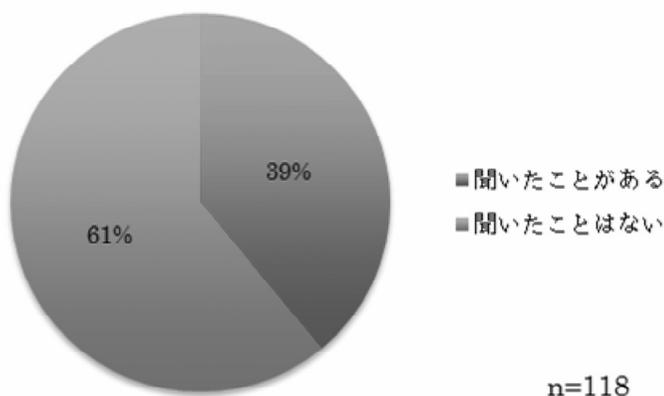


図1 大学生における「体づくり運動」の認知度

質問2の「『体づくり運動』を中学校および高校の体育実技で行いましたか」に対して、中学校で行ったことがあると回答した者は26名（22%）、行ったことがないと回答した者は92名（78%）であった（図2）。高等学校で行ったことがあると回答した者は15名（13%）、行ったことがない回答した者は102名（86%）であった（図3）。中学校または高等学校のどちらかにおいて「体づくり運動」を経験した者は31名（26%）となった。

このことより、本学のスポーツ文化コースの学生の多くは、中学・高等学校の体育実技において「体づくり運動」を経験していない傾向が明らかになった。また、中学校よりも高等学校においてその傾向がより明確となった。中でも、私立高校出身者47名中、「体づくり運動」を高等学校で経験した者は5名（11%）と顕著に少ないことが分かった。すなわち、「体づくり運動」の知名度が低い背景には、実際の教育現場において「体づくり運動」が実施されていない背景があると考えられた。青木ら（2003）は、「体づくり運動」の前身である「体操」領域の実施状況について

大学生を対象に調査しており,そこでは「高等学校での『体操』領域の経験割合は21.1%であり,本来必修であるべき『体操』領域の経験割合が極めて低率であった」¹⁾ことを明らかにしている。その実施率の低さは,名称変更後の現在においても改善されていないことが分かった。

他方,青木ら(2008)の大学生を対象とした「体づくり運動」の意識調査によると,「『体づくり運動』の認識はしていないものの,『体づくり運動』が実施されていた可能性が高かった者が多く存在した」²⁾と述べられている。そのため,本研究の対象者は「体づくり運動」という名称の認知度が低い傾向であったことから,実施されていても認識には至らなかったケースもあったと推察される。

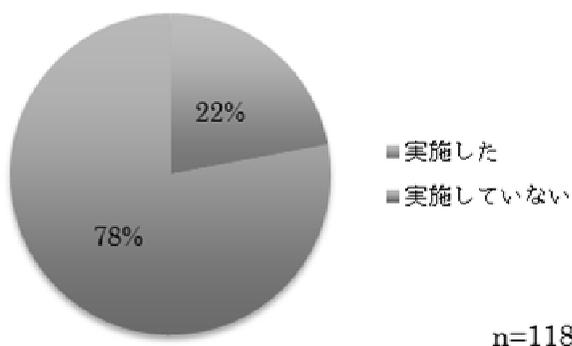


図2 中学校での「体づくり運動」実施率

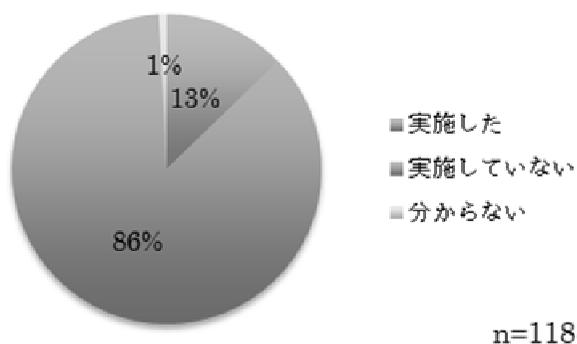


図3 高等学校での「体づくり運動」実施率

(3) 「体づくり運動」の実施内容

質問3の『行った』と回答した方は、その内容を教えてください』について、中学校または高等学校で「行った」と回答した31名の自由記述結果を表2に示す。回答数が多かったものから、「マット運動、跳び箱運動」15件(48%)、「ストレッチ」4件(13%)、「組体操」4件(13%)、「持久走」3件(10%)、「補強運動」3件(10%)等が挙げられた。

この結果より、鈴木(2011)が先行文献において実施の吟味がなされていないと指摘した「ストレッチ」や「集団行動」等を本学の学生も中学・高等学校で実施していたことが分かった。また、「マット運動、跳び箱運動」が挙げられたのは、「器械運動」領域と混同して捉えられているためと考えられる。このことについて青木ら(2003)は、「生徒は、体操競技(器械運動)・準備体操・整理体操等の用語が、かなり混乱した状態で『体操』として理解されている。また、教師の多くも『体操』と『器械運動』を区別して生徒に実施していない現状である」¹⁾と指摘している。つまり、生徒のみならず教師においても「体づくり運動」領域に対する認識不足があると推測され、そのことが領域の混同を生じさせていると考えられる。さらに、「体力を高める運動」が意識された「持久走」や「補強運動」、「体ほぐしの運動」が意識された「ストレッチ」等が回答に見受けられるものの、授業の主課題として取り上げられていない現状が伺われる。つまり、中学・高等学校の授業で実施された内容は、「体づくり運動」領域の目的が十分に反映されたものではなかったことが示された。

一方、「組体操」4名(13%)や「ラジオ体操」2名(6%)、「体操」2名(6%)等、「体づくり運動」で本来実施する内容も少数ではあるが見受けられた。しかし、挙げられた運動は、実施内容が単一的で創意工夫が必要とされるものであった。

表2 実施者の「体づくり運動」の内容

| | |
|--------------|-----|
| マット運動, 跳び箱運動 | 15件 |
| ストレッチ | 4件 |
| 組体操 | 4件 |
| 持久走 | 3件 |
| 補強運動 | 3件 |
| ラジオ体操 | 2件 |
| 集団行動 | 2件 |

| | |
|-------------|----|
| 縄跳び | 2件 |
| 体操 | 2件 |
| エアロビクス | 1件 |
| サーキットトレーニング | 1件 |
| フープ | 1件 |
| 自校体操 | 1件 |
| 覚えていない | 2件 |

以上、駿河台大学における「体づくり運動」の授業前アンケートの結果より、スポーツ文化コースの学生の7割以上が「体づくり運動」を中学・高等学校の体育実技で経験していなかったことが明らかとなった。また、経験した者においてもその内容は、器械運動との混同が見受けられたり、準備体操としての取り組みであったことが分かった。そのため、青木ら(2008)が「大学において、将来教員を目指す、学生に対して『体づくり運動』という名称への理解度を高める必要がある」²⁾と述べているように、大学での専門実技においては、体育科8領域の中における「体づくり運動」領域の意義やその実施内容について、具体的に教授することが重要であると考えられる。さらに、中学・高等学校で経験できなかった「体づくり運動」の実技を豊富に経験させると同時に、その技能習得と指導方法を段階的に身につけさせる実践が必要である。

2. 授業後アンケートの結果

(1) 「体づくり運動」の内容理解について

授業後アンケートにおける対象者は129名であった。

質問1の「『体づくり運動』とは、どんなことを行う領域ですか。自由に記述してください」に対する回答について、キーワード別に示す。最も多く得られたキーワードは「楽しむ」46名(36%)であった。その具体的な内容を表3に示す。「楽しむ」の内容には、「体を動かすことを楽しむ」や「体を動かし、運動の楽しさを感じる」、「道具を使い楽しむ」、「たくさんの動きを取り入れて、みんなで楽しみながら交流を深める」等が挙げられた。授業では、先ず動くことそのこと自体を楽しむ実践を目指したため、その意図が学生に伝わったものと思われる。

表3 「楽しむ」をキーワードとした回答例

| |
|-------------|
| 体を動かすことを楽しむ |
|-------------|

| |
|--------------------------------|
| 体を動かす楽しさを知る |
| 自由に楽しく体を動かす |
| 体を動かし、運動の楽しさを感じる |
| 無理なく楽しく出来る運動を実施する |
| 体操を創作したり、道具を使い楽しむ |
| 楽しく体を動かして、体で色々な動きに挑戦、発見できる |
| 気軽にみんなで楽しめる運動を行う |
| たくさんの動きを取り入れて、みんなで楽しみながら交流を深める |

次に多かったキーワードは、「様々な動きをする。体を動かす」で、32件（25%）となった。その具体的な回答を表4に示す。「色々な動きを知る」や「全身を使って行う」、「様々な道具を使い、体を動かす」等が挙げられた。学生の興味や実施への好奇心を考慮し、授業では様々な道具を用いた。そのため、「様々な動き」や「様々な道具」というキーワードに繋がったと考えられる。また、授業では段階的に動きの課題を設定し、一定の運動量の確保を意識したため、「とにかく体をたくさん動かす」等の回答が出たものと推測される。

表4 「様々な動きをする。体を動かす」をキーワードとした回答例

| |
|----------------------|
| 色々な動きを知る |
| 様々な動きを通じて体について学ぶ |
| 体と道具を使ってさまざまな動きをする |
| 全身を使って行う |
| とにかく体をたくさん動かす |
| 様々な道具を使い、体を動かす |
| 縄やボールを使って様々な動きをし、考える |

その他のキーワードとして、「道具を使う」10件（8%）、「コミュニケーション」7件（5%）、「体の基礎をつくる」7件（5%）、「体をほぐす」7件（5%）等が挙げられた。

以上より、学生の「体づくり運動」の内容に対する捉え方は様々ではあったが、「体づくり運動」領域の内容を具体的かつ柔軟に捉えられるようになったと思われる。

（2）授業で一番おもしろかった体操について

質問2の「授業で行った内容で、何が一番おもしろかったですか」について、多

い順から、「G ボール」61名（50%）、「ペアラジオ体操」17名（14%）、「体操ボール」15名（12%）、「縄」11名（8%）となった（図4）。G ボール運動への回答が半数を占め、高い評価を得た。弾力性と不安定性を特徴とする G ボールで運動することにより、学生が運動に対するおもしろさを感じ、運動課題にチャレンジしたい気持ちが引き出された結果と考えられる。この G ボール運動は、2008年に改訂された小学校学習指導要領解説・体育編に例示された運動でもあり、今後現場において実施方法の多様性が期待できる用具である。さらに、G ボールを筆頭に全体的に道具を用いた運動に興味を持った傾向が示された。このことは、対象者である大学生の多くは、ボールやラケットを用いる球技スポーツに慣れ親しんでいる背景があるためと考えられる。

また、徒手体操であるペアラジオ体操が2番目に多く挙げられた。親しみのあるラジオ体操が基本となっていることに加え、ペアで課題にチャレンジしたことによる達成感がおもしろさに繋がったものと推察する。

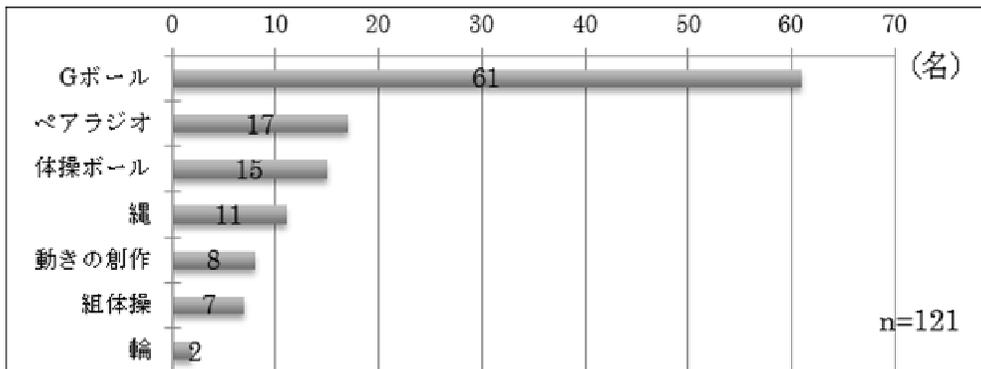


図4 授業で一番おもしろかった運動

(3) 学生自身が「体づくり運動」の授業で指導が出来るような内容について

質問3の「自分が『体づくり運動』の指導を行うとすれば、どの運動が出来そうですか（複数回答）」に対して、多い順から「G ボール」63件、「体操ボール」48件、「縄」34件となった（図5）。一番おもしろかった内容についての回答と同様に G ボールが多数を占める結果となった。自分がおもしろいと感じたものは、指導する場合に使い易いものと思われる。つまり、学生自身が楽しく体を動かす体験が、その後の指導内容にも影響すると考えられる。さらに、G ボールの他に挙げられたものは、体操ボールや縄であったことから、本学のスポーツ文化コースの学生は道具を使用した動きに興味関心があり、また得意な意識が強いことが分かる。そのため、

大学の授業においては先ず道具を使用した内容を多く体験させ、その内容について指導ができる能力を身につけさせることが、領域への理解を深める上で必要と考える。

また、「ペアラジオ体操」20件や「組体操」8件の結果より、道具を用いない体操には苦手意識を持つ学生がいることが分かる。しかしながら、徒手体操や組体操は、手具体操よりも実施の手軽さがあり、学校現場での指導を考えると学生が指導能力を身につけるべき内容と思われる。そのため、手具体操と同様に学生の興味関心を引くような実践内容の充実が今後の課題と考える。

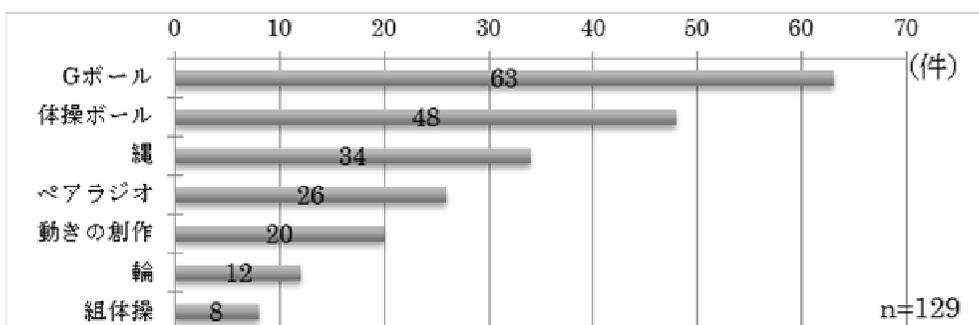


図5 学生自身が「体づくり運動」の授業で指導が出来るような運動（複数回答可）

V. 結論

本研究は、駿河台大学現代文化学部スポーツ文化コースの学生を対象に、中学校・高等学校における「体づくり運動」の実施状況と大学の実技授業前における領域に対する理解の現状を調査するとともに、実技授業後における本領域の理解内容を明らかにすることで、駿河台大学における「体づくり運動」の授業内容の改善に向けた基礎的な資料を得ることを目的とした。

その結果は以下の通りであった。

1. 「体づくり運動」授業前のアンケートで、「体づくり運動」という言葉を大学で学ぶ前に聞いたことがあると回答した学生は118名中46名（39%）であり、知名度の低い傾向が明らかになった。さらに、「体づくり運動」を中学校で行ったことがあると回答した学生は26名（22%）、高等学校で行ったことがあると回答した学生は15名（13%）に留まった。このことから、「体づくり運動」の知名度が低いのは、中学・高等学校の教育現場における体づくり運動の実施率の低さが要因であると考えられた。
2. 中学校または高等学校の体育実技で「体づくり運動」として指導された内容は、

「マット運動、跳び箱運動」15件(48%)が含まれていた。このことより、中高の授業内容は、本来「体づくり運動」の内容ではないものが含まれている傾向が明らかになった。そのため、今後の大学における「体づくり運動」では、その領域特性をより明確に示して、指導実践していくことが重要であると考えられた。

3. 「体づくり運動」授業後のアンケートで、「体づくり運動」の領域特性について「楽しむ」46件(36%)、「様々な動きをする。体を動かす。」32件(25%)、「道具を使う」10件(8%)、「コミュニケーション」7件(5%)、「体の基礎をつくる」7件(5%)、「体をほぐす」7件(5%)等が挙げられた。このことより、学生の領域への具体的な捉え方は様々ではあったが、「体づくり運動」領域の目的や実施内容について実技を通して理解を深めることができたと思われた。
4. 「体づくり運動」の実施内容で学生が最も興味を持った運動は、多いものから「G ボール」61名(50%)、「ペアラジオ体操」17名(14%)、「体操ボール」15名(12%)、「縄」11名(8%)となり、道具を使用した運動を好む傾向が示された。また、学生自身が指導できそうな運動については、多い順から「G ボール」63件、「体操ボール」48件、「縄」34件となった。指導内容として用具を扱う体操を選ぶ傾向は、学生が各種の球技スポーツを経験している背景が要因として考えられた。

本調査より、「体づくり運動」の実施は、中学・高等学校において依然として低調であることが分かった。また、実施されている内容については、単一的で創意工夫が必要であると考えられるものであった。「体づくり運動」は必修科目であるにも関わらず、現場においては、理解と認識不足から来る混乱が続いているものと思われる。その結果、大学進学後、初めて本領域に触れる学生が多数見受けられている実態が明らかになった。そのため、保健体育科の教員を目指す学生が「体づくり運動」の領域について大学で学びを深めることの重要性が確認できた。なぜなら、大学での本領域の豊富な経験は、「スポーツ教材では難しすぎて体育の場に大きなストレスを感じている子どもたちや活発に運動しない児童生徒に対してだけでなく、全ての子どもたちが運動の楽しさや体を動かすことの心地よさを体験する」⁹⁾(大塚, 2000)機会を生徒たちに与えられることに繋がるためである。そのため、本学における「体づくり運動」の専門実技においては、領域の意義や目的、具体的な実践方法、指導技術を段階的に身に付けさせることが重要であり、そのことが学生の本領域における理解に繋がるものと考えられる。

VI. 今後の課題

今回の実施した調査をもとに、駿河台大学におけるスポーツ実技 I 「体づくり運動」の実践内容について吟味・構築を進めるとともに、受講学生への調査を縦断的に実施し、「体づくり運動」領域における課題の把握に努めたい。

注

1) 「体づくり運動」における、中学校および高等学校の学習指導要領解説の内容を以下に示す。

中学校 第1学年・第2学年⁴⁾

「運動」

- (1) 次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力を高め、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができるようにする。
- ア 体ほぐし運動では、心と体の関係に気付き、体の調子を整え、仲間と交流するための手軽な運動や律動的な運動を行うこと。
 - イ 体力を高める運動では、ねらいに応じて、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行うとともに、それらを組み合わせて運動の計画に取り組むこと。

「態度」

- (2) 体づくり運動に積極的に取り組むとともに、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。

「知識，思考・判断」

- (3) 体づくり運動の意義と行い方、運動の計画の立て方などを理解し、課題に応じた運動の取り組みを工夫できるようにする。

中学校 第3学年⁴⁾

「運動」

- (1) 次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進や体力の向上を図り、目的に適した運動の計画を立て取り組むことができるようにする。
- ア 体ほぐしの運動では、心と体は互いに影響し変化することに気付き、体の状態に応じて体の調子を整え、仲間と積極的に交流するための手軽な運動や律動的な運動を行うこと。
 - イ 体力を高める運動では、ねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立て取り組むこと。

「態度」

- (2) 体づくり運動に自主的に取り組むとともに、体力の違いに配慮しようとする
こと、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保することが
できるようにする。

「知識, 思考・判断」

- (3) 運動を継続する意義, 体の構造, 運動の原則などを理解し, 自己の課題に応
じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

高等学校 第1学年・第2学年・第3学年⁵⁾

「運動」

- (1) 次の運動を通して, 体を動かす楽しさや心地よさを味わい, 健康の保持増進
や体力の向上を図り, 目的に適した運動の計画や自己の体力や生活に応じた
運動の計画を立て, 実生活に役立てることができるようにする。

ア 体ほぐしの運動では, 心と体は互いに影響し変化することに気付き, 体の状
態に応じて体の調子を整え, 仲間と積極的に交流するための手軽な運動や律
動的な運動を行うこと。

イ 体力を高める運動では, 自己のねらいに応じて, 健康の保持増進や調和のと
れた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立て取り組むこと。

「態度」

- (1) 体づくり運動に主体的に取り組むとともに, 体力などの違いに配慮しよう
とすること, 役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること, 合意
形成に貢献しようとするなどや, 健康・安全を確保することができるよ
うにする。

「知識, 思考・判断」

- (2) 体づくり運動の行い方, 体力の構成要素, 実生活への取り入れ方などを理解
し, 自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫でき
るようにする。

文献

- 1) 青木和浩, 飯塚浩史, 須田柳治「高等学校における『体づくり運動』に関する
一考察」(体操研究, 2003),
<<http://gym.tsukubauniv.jp/taisou/journal/01/01/index.htm>> (2012年3月21
日参照)
- 2) 青木和浩, 河村剛光「『体づくり運動』に関連する授業内容についての意識調査
-体育系大学生を対象として-」(体操研究, 2008),

- < <http://gym.tsukubauniv.jp/taisou/journal/07-1/index.htm> > (2012年3月21日参照)
- 3) 文部科学省『小学校学習指導要領解説・体育編』東洋館出版社, 2008, 42頁
- 4) 文部科学省『中学校学習指導要領解説・保健体育編』東山書房, 2008, 29-40頁
- 5) 文部科学省『高等学校学習指導要領解説・保健体育編』東山書房, 2009, 23-29頁
- 6) 文部科学省『新学習指導要領・生きる力』(2012)
< http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/youryou/index.htm > (2013年3月21日参照)
- 7) 文部科学省『学校体育実技指導資料第7集「体づくり運動」(改訂版)』(2012)
< http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/jyujitsu/1325499.htm > (2013年3月21日参照)
- 8) 岡野昇, 伊藤暢浩, 山本俊彦, 加納岳拓「小学校教師における『体力を高める運動』に関する意識調査」(三重大学教育学部附属教育実践総合センター紀要30, 2010), 83-88頁
- 9) 大塚隆「体操教材による『体ほぐしの運動』の実践—信頼関係形成の観点から—」(東海大学紀要体育学部第30号, 2000), 37-45頁
- 10) 鈴木秀人「体づくり運動と子どもをめぐる今日的課題」(『体育科教育』, 2011.1), 10-11頁