

保健体育教職課程を設置する大学における体づくり運動の授業研究 ～大学生の体づくり運動に対する意識～

鈴木 慶子

1. 緒言

平成 29 年 3 月 31 日に学校教育法施行規則が改正され、幼稚園教育要領、小学校学習指導要領、中学校指導要領が公示された。平成 20 年改訂の現行の中学校・高等学校の学習指導要領（文部科学省，2008；文部科学省，2009；文部科学省，2013）では、体づくり運動の内容として、体ほぐしの運動と体力を高める運動が位置づいている。その中でも体力を高める運動は体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高める動きの 4 つのねらいをもった運動で構成されている。特に中学校では、生徒が健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識し、学校の教育活動全体や実生活で生かすことができるよう、体力を高める運動において、運動を「組み合わせる運動の計画に取り組むこと」が示されていた。高等学校ではそれをさらに発展させ、「内容の取り扱い」に「日常的に取り組める運動例を組み合わせることに重点を置くなど指導方法の工夫を図ること」が示されていた。平成 29 年に改訂された今回の学習指導要領の体づくり運動領域においては、生涯を通じたスポーツ活動や健康づくりを志向した内容や方向性は継承されつつも、いくらかの改変がみられる。例えば、中学校 1, 2 年生の「体力を高める運動」は「体の動きを高める運動」となり、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というねらいは継承されたものの、「組み合わせる運動の計画に取り組むこと」は中学校 3 年に移行された。

しかし、現場で体づくり運動を指導する教員たちの戸惑いや混乱は拭いきれていないのではない。実際に、体づくり運動においてはいくらかの課題が指摘されている。鈴木（2011）は「その実態を見ると、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」と記しており、体づくり運動の本来のねらいとはかけ離れた現場の実態が浮かび上がる。また、そもそも現在の体づくり運動の前身の体操時代においても、板垣（1990）は「一般の人たちには、体操はいろいろな意見に分かれ、派閥があつて、それぞれ極端なことをいうので、理解しにくい、意見がばらばらで統一されていないので、曖昧である、理屈が多く、何を目的にしているかよく解らない、などの印象を与える」と述べており、体操から体づくり運動に変わって 20 年経っても体づくり運動の授業の現状に大きな変化はみられない。また鈴木（2016）は「体づくり運動の研究をめぐっても課題がみられる」とし、授業に関わる実証的な研究の不足を指摘している。このように体づくり運動については、指導する内容や方法において依然として課題が存在する。

実際に檜皮（2013）は、大学で体づくり運動の講義を受講しているスポーツ領域を専攻する大学生を対象に、中学校・高等学校における体づくり運動の実施状況と実技授業前における領域に対する理解の現状を調査した。事前のアンケートにおいて体づくり運動という言葉が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。このことから檜皮は、体づくり運動の知名度が低い要因として中学校・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を示唆している。

そこで本研究の目的は、S 大学における体づくり運動の授業において、体づくり運動の経験

や認識を事前に調査した上で、大学の体づくり運動の授業における形成的授業評価とアンケート調査を行い大学生の意識を明らかにし、体づくり運動の発展に向けた議論の一助にすることとする。

2. 研究方法

(1) 授業実施期日・対象授業

2017年4月14日から7月28日にかけて、S大学の体づくり運動の授業2クラスを対象に行った。受講学生はAクラスが33名、Bクラスが31名だった。授業は大学教員歴3年の女性教員によって実施された。

(2) 倫理面への配慮

本研究は駿河台大学倫理委員会の承認を得て、実施した（承認番号28駿研倫1-1号）。

(3) 授業目標について

本研究で対象としたS大学の「スポーツ実技I（体づくり運動）」の2017年度のシラバスをみると、まずサブタイトルが、『体づくり運動』を指導できるようになる』となっている。さらにシラバス上の到達目標を、『体づくり運動』の様々な運動方法を体験し、指導することのできる教育者を目指します。実技を通して『体づくり運動』の学習内容である『体ほぐしの運動』と『体力を高める運動』の理解を深めます。授業の最終段階ではねらいに応じた体操の作品づくりにも取り組み、『体づくり運動』の指導法を習得し、指導における問題解決能力を育みます。また、ペアワークやグループワークにおいて互いに協力をし合うことで協調性を高めていくことをねらいます』と掲げている。

(4) 授業経過について

授業は全部で14回となり、実際の授業は表1、表2のように進化した。

まず1時間目では、授業の概要や受講上の注意点を学生に伝えるオリエンテーションを行った。その後、現行の学習指導要領と平成29年3月31日に公示された新学習指導要領を参考にしながら、体づくり運動の概要を取り扱う講義を行った。授業の後半では、仲間との交流、体への気づきを目的とした体ほぐしの運動として、柔らかさを高めるための組体操（日本体育大学体操研究室、2017）としたペア運動を行った。

2時間目には、まず体ほぐしの運動を取り上げた。2人1組のペアになって行うバランス崩し（木下ら、2014）遊びや、グループで列になって先頭の真似をしながら進むまねっこウォーキング（池田ら、2000）などの体ほぐし運動を行った。授業の後半では、荒木ら（2013）が考案したラヴェンダー体操というリズム体操を取り扱った。ラヴェンダー体操は、音楽に合わせて行うリズム体操である。後藤（2009）によると、「リズム体操はそれぞれの運動が持つリズムを重視し、特に筋の緊張と解緊張がリズムカルに交替するとともに、運動が途切れることなく流れるように連続することをねらいとした体操である」としている。

3時間目には、Gボールを取り扱った。まず、体操の種類の一つである手具体操について説明を行った。荒木（2013）によると手具体操とは「手に持って扱える道具を利用して行う体操」で、その特徴を、「1. 手具の特性により動きの可能性が広がる。2. 器用さが身につく。3. 運動に興味がわく。4. 運動強度が高くなる。」とされている。手具体操を、3時間目から複数回にわたって行うため、手具体操の授業の初回である3時間目に説明を行った。中尾（2009）は、「Gボールは『不安定』『転がる』『柔らかな支持面』『弾性』などの特徴を持っている」とし、

「この特徴を生かし、様々な運動を行うことで、体力や動きを向上させることができる」と述べている。また中尾はその中で、「G ボールを使つての集団による活動は、技能の個人差を吸収し、技能的に遅れている児童でも十分に活動の楽しさを味わうことができる」とも述べている。このことから G ボールを使つた運動は、児童・生徒間で技能差が生まれづらいことや、「G ボールはできなくても転んでも楽しい」というような G ボールが持つ独特の楽しさが存在することが考えられる。

4 時間目は、始めにフラフープを使つた体ほぐしの運動を行った。グループをつくり、一つのフラフープの中にできるだけ多くの人が入れるか競ったり (名古屋市体育研究会, 2011), 円になり手をつないだまま一箇所にフラフープを通していかに早くフラフープを一周できるかを競ったりした。また、フラフープとボールを使つた宝取りゲーム (関西体育授業研究会, 2017) も行った。授業の後半では、ラヴェンダー体操の練習及び発表会を行った。

5 時間目にはボールを使つた運動に取り組んだ。始めに、手具体操の概要について再度説明を行なった。高橋ら (2009) は「ボールを使つた運動を『体づくり運動』の1つの領域に位置づけることができる」とし、準備運動においても「①体の柔らかさを高める運動や、②筋力を高める運動が利用できるほか、主運動のボール運動に関連した調整力を高める『ボールを使つた運動』を提供するとよい」とボールを使つた運動を体づくり運動で行うことを推奨している。

6 時間目の始めは、集団行動の行動様式の一部を取り上げた。鈴木 (2011) は体づくり運動の実態について「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」と述べており、年度はじめの集団行動を習得する時間を体づくり運動の時間としている学校が数多く存在することが考えられる。本授業では、はじめに導入として映像を観賞し、集団行動に取り組む意義を指導した後に、集団行動のいくつかの行動様式に取り組んだ。授業の導入で観賞した映像は、2014 年 1 月 12 日にテレビ朝日で放送された「集団行動 2 時間 SPECIAL」という番組で、12 分間に編集したものを使用した。日本体育大学の集団行動に密着したドキュメンタリー番組で、年に数回放送されている番組である。基本的な行動様式である列の増減や、行進の交差の部分を中心に編集したものを流した。本授業では、「休め、気をつけ、前へならえ」などの基本的な動作や、「番号」「列の増減」「列の交差」を取り扱った。「番号」と「列の増減」に関しては、「3 の番号・3 列変換」「2 の番号・4 列変換」などを、文部省 (1993) の体育 (保健体育) における集団行動指導の手引 (改訂版) の列の増減に則って行った。

表 1 1 時間目から 6 時間目までの授業経過

授業時数	1	2	3	4	5	6	7
導入	オリエンテーション	体ほぐしの運動の概要	G ボールの概要	フラフープを使つた体ほぐしの運動	手具体操について	集団行動の映像鑑賞	組体操の概要
	体づくり運動の位置づけとその意義	仲間との交流を目的としたペア運動	G ボールに関する映像鑑賞		ボール体操	集団行動の基本的な行動様式	組体操 (ペアエクササイズ)
展開	ペア運動	徒手運動	G ボール	ラヴェンダー体操	ボール運動	ボール運動	
	グループ運動	ラヴェンダー体操				ボール体操	
	風船リフティング						

表2 7時間目から14時間目までの授業経過

授業時数	8	9	10	11	12	13	14
導入	組立体操の概要	組立体操の概要	縄跳びの映像鑑賞	体づくり運動の概要	体操の指導法について 高知やさい体操	高知やさい体操指導の練習	まとめ
	展開	組立体操準備の運動・二人組の技・三人組の技)	組立体操前時の復習)				2人縄跳び
			音楽に合わせた組立体操	長縄	高知やさい体操の練習	高知やさい体操指導の練習	体づくり運動に関する筆記試験

7, 8, 9 時間目では組体操・組立体操を取り扱った。まず7時間目の始めに組体操と組立体操の違いを、映像を用いながら説明した。その後ペアを組み、体の柔らかさを高める運動や巧みな動きを高める運動、そして力強さを高める運動を行った。7時間目の最後には、曲に合わせた組体操(ペア運動)を行った。そして8時間目の導入では前時で扱った組体操との違いを、体操教本(日本体育大学体操研究室, 2013)を用いながら学習した。また次に、動画サイト「YouTube」に投稿された2015年に大阪市内の中学校で行われた体育祭の組体操の演目で行った巨大なピラミッドが崩れ落ちる様子の映像を観た。スポーツ庁(2016)によれば、平成23年から26年度の間組体操(組立体操)による負傷者数は年間8,000件以上とされている。荒木(2017)は、自身が教鞭をとる日本体育大学において「中学高校の保健体育の教員免許を取得する男子学生に組立体操を必ず指導している」といい、その理由を「教師になり、運動会で組立体操を指導する際には必ず自らの経験が必要になるからだ」としている。また長谷川(2016)は、そもそも文部科学省が作成する学校体育実技指導資料第7集(2013)において「中学1, 2年生向けの『バランスを取る運動』として運動会でもよく演技される組体操・組立体操が示されている」と指摘し、「いわゆる一連の運動として構成される協力運動群は、明らかに組体操・組立体操の内容」と述べている。しかしながら長谷川は其中で、「こうした運動が教育現場でしっかりと取り組まれているかと問われれば、その実態は厳しい」としている。組体操・組立体操を取り扱った授業の中で、授業者はこのような現状を学生に教授しつつ、普段から友人同士でペアやグループになって行う力強い動きを高めるための組体操・組立体操や巧みな動きを高めるための組体操・組立体操を行う大切さを述べた。組立体操の映像を観た後には、荒木ら(2013)が考案する組体操の演技を参考に、音楽に乗せて6つの技に取り組んだ。

10時間目は縄を使った運動を取り扱った。まず鹿児島実業高校新体操部の縄跳びの映像を鑑賞した。それから、2人ペアの縄跳び運動に取り組んだ。それからグループに分かれて長縄跳び(通り抜けや八の字飛び)、ダブルダッチに取り組んだ。最後に全員での零の字での人数跳び(平川, 2008)に取り組んだ。

11時間目からは体操の指導法について取り扱った。11時間目の導入は体づくり運動の概要についての講義を行った。新旧学習指導要領における体づくり運動の変遷や実際の学校現場で行われている体づくり運動の授業映像の鑑賞、高知やさい体操(高知県農業振興部 産地・流通

支援課, 2009) の習得をした。12 時間目から 14 時間目にかけても高知やさい体操とその指導法について取り扱い, 体づくり運動の授業を受講した学生はリズム体操の指導法を習得することを目的に授業に取り組んだ。そして 14 時間目に学生は, 全授業においての自身の振り返りを行うために省察のレポートを作成した。



図1 体ほぐしの運動(鬼遊び)の一例



図2 組立体操に取り組む様子1



図3 組立体操に取り組む様子2



図4 集団行動の一例



図5 組運動の一例



図6 組立運動の課題の一例（ひこうき）



図7 Gボールに取り組む様子



図8 ペア運動の一例

3. 分析方法

(1) 体づくり運動に関する事前アンケート

檜皮 (2013) のアンケートを参考に、体づくり運動に関するアンケートを作成した。『体づくり運動』という名称を聞いたことがありますか」「体づくり運動を中学校および高等学校の体育で行いましたか」などの質問を並べた。このアンケート調査はAクラス、Bクラス共に1時間目のオリエンテーション前に記入する時間を設けて行った。

(2) 形成的授業評価

生徒の心情から授業の成果をうかがうために、毎時間終了後に高橋ら (1994) が開発した形成的授業評価票を用いて授業評価を実施した。これは「成果」「関心・意欲」「学び方」「仲間」の4次元からなる授業評価で、生徒が授業を振り返って主観的に評価するものであるが、数多くの研究授業から、授業に対する生徒の心情を理解するために有効な評価法であることが明らかにされている (高橋, 2011)。測定の結果は、「はい」を3点、「どちらでもない」を2点、「いいえ」を1点に換算して集計し、そこで得られた平均点を算出するとともに評価基準に照らして評価した。なお、AクラスBクラス共に授業内容は毎時間同じだったため、形成的授業評価は2クラスを合算して行うこととした。また、まとめと省察レポートの作成、再試験を行った14回目の授業については形成的授業評価を行わなかった。

(3) 体づくり運動に関する事後アンケートと省察のレポート

「体ほぐしの運動を指導することとなった場合、あなたが指導できそうな運動はなんですか」「体力を高める運動を指導することとなった場合、あなたが指導できそうな運動はなんですか」などといった質問項目が記載された体づくり運動に関するアンケートや、体づくり運動の授業に関する省察が記入できるレポートを用意した。この事後アンケートと省察のレポートは最終授業の14回目において行った。

4. 結果と考察

以下では、本研究事例における結果と考察を示す。

(1) 体づくり運動に関する事前アンケート

まず、図9のように『体づくり運動』という名称を聞いたことがありますか」という質問に対して、「はい」と回答した学生は22%で、檜皮 (2013) が実施したアンケートで「はい」と回答した学生が39%いたことと比べると、低い数値を記録することとなった。

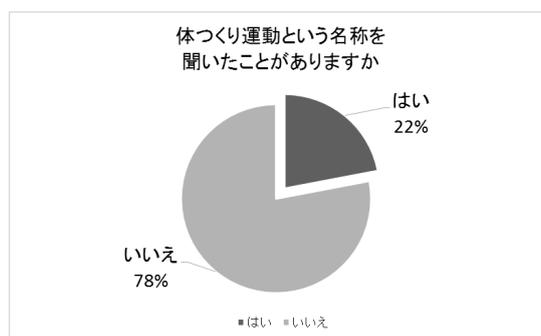


図9 体づくり運動の認知度に関する質問結果

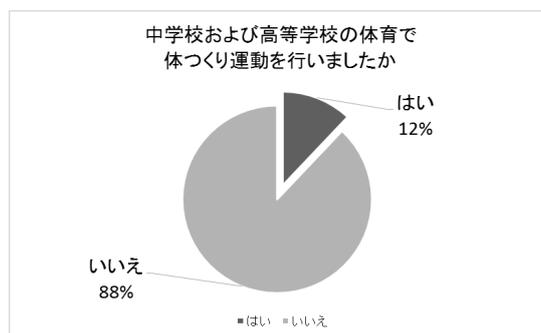


図10 体づくり運動の経験の有無に関する質問結果

また図10のように、「中学校および高等学校の体育で体づくり運動を行いましたか」との質問に「はい」と答えた学生は12%と、こちらも低い数値を出した。これらの結果から、体づくり運動が公示されてから20年ほど経つ現在も、学校現場ではなかなか実施されていないことが浮き彫りとなった。また、学生が気づかない間に準備運動後の補強運動等として行われたり、単元として取り上げずに帯状で行われたりする可能性がある。

表3 体づくり運動を受講経験のある学生が体づくり運動で行った学習内容

中学校・高等学校での体づくり運動の内容を教えてください。

体操, ジョギング
縄跳びやったりトランポリンをやったりした
集団行動
マット運動
自分たちで今日なにをやるかを決めてそれを実行する
無記述

そして、「体づくり運動を中学校および高等学校の体育で行いましたか」という質問に対して「はい」と回答した学生6名に、「その内容を教えてください」との質問をしたところ、表3のような回答が得た。体づくり運動の経験がある学生の回答をみると、「体操, ジョギング」や「縄跳びやったりトランポリンをやったりした」など、ねらいや目的、時数は不明なもの体づくり運動として行ったのであろう回答が2つほど見受けられた。一方で、「集団行動」「マット運動」「自分たちで今日なにをやるかを決めてそれを実行する」という回答と無記述が、1つずつ見受けられた。「自分たちで今日なにをやるかを決めてそれを実行する」という回答に関しては、何の運動を行ったのかこの回答では読み取れないので、体づくり運動の意図に沿った

運動が行われたかが不明である。しかし体づくり運動の経験があるという認識を持った学生6名の中に、「マット運動」や「集団行動」が体づくり運動であると認識している学生が2名存在しており、体づくり運動を行ったとしても、そのねらいや目的は児童・生徒に伝わっていない可能性があることが考えられる。

また、表4は『体づくり運動』と聞いてどのような運動をイメージしますか」という質問に関する自由記述の結果を集計したものである。「体（筋肉）をほぐしながら運動する」「楽しい運動」などといった体ほぐしの運動の気づき・調整・交流などのねらいに沿ったものは比較的少なく、「トレーニング（筋力トレーニングを含む）」、「柔軟運動（ストレッチ）」、「ジョギング、持久走」といった体力を高める運動に当てはまるような記述が多かった。

表4 体づくり運動を受講経験のない学生の体づくり運動のイメージに関する回答結果

項目	記述数
体操 (ラジオ体操を含む)	12
トレーニング (筋力トレーニングを含む)	9
運動の基礎づくり	8
体をつくる (怪我をしない体づくり, 健康づくり)	8
マット・トランポリンを使った器械運動	7
柔軟運動 (ストレッチ)	7
体を動かす	6
全身を使った運動	3
ヨガ	2
ジョギング, 持久走	2
体 (筋肉) をほぐしながら運動する	2
あまり難しくない運動 (運動部にとって軽いやつ)	2
楽しい運動	1
室内で行う運動	1
バランスボールを使う運動	1
肉体改造 (パーソナルトレーニングのようなもの)	1
小さい子がやる運動	1
エアロビクス	1
運動をする前の準備運動	1
大縄跳び	1

(2) 形成的授業評価

授業の形成的授業評価の結果は図11のとおりである。

①成果の次元について

成果の次元は、オリエンテーションを行った1時間目が他の時間に比べると低く推移した。高橋ら(2003)によって作成された形成的授業評価の診断基準に照らし合わせると、成果の次元の2.54という数値は5段階評価の4となる。本研究の全授業の中では低い数値であるが、オリエンテーションの授業回と考えるとやや高い評価であることが推察される。1時間目は事前のアンケートやオリエンテーション、実技の活動も風船を使った簡単な運動だったため、数値が他の次元に比べると低くなったと考えられる。

また、Gボールを行った5時間目や組立体操を行った8,9時間目、長縄を行った10時間目は特に高い数値を出した。これらの授業回については、多くの運動量を確保したことがこのような数値につながったとみられる。

②意欲・関心の次元について

意欲・関心の数値は全体的に非常に高い数字で推移した。高橋ら（2003）は、意欲・関心の次元について、「運動欲求の充足度を評価するものである」とし、「子どもの体育授業に対する総合的評価に対して最も強い規定力をもつのはこの次元で、体育授業の成否を決定づける要因であるといっても過言ではない」と述べている。このことから、体づくり運動の単元を通して学生の運動欲求は大いに満たすことができたものとみられる。1時間目から高い値を示しているため、天井効果が働いたことも考えられる。特に高い数値を出したのは組立体操を取り扱った8、9回目で、その値は2.98と2.99であった。学生が省察レポートに書いたコメントをみると、「組立体操はコツがわかった瞬間に急にできるようになったのが楽しかった」などと記入しているものがあり、組立体操また意欲・関心の数値は、オリエンテーションを行った初回から数値が非常に高かった。その理由として、今まで体づくり運動を経験したことがない学生が体づくり運動がどのようなものかわからずに受講し始めたところ、風船を使ったグループで行うリフティングのような楽しい運動が続いたためだと考えられる。

また、縄を使った運動を取り扱った9回目には、2.95という数値を出した。授業の最後には受講者全員で長縄の課題に取り組み、授業時間内で達成することが出来たためこのような高い数値が出たとみられる。

③学び方の次元について

学び方の数値は初回の数値が2.68と比較的低く、5段階評価である診断基準で4となった。「自分から進んで、学習できましたか」「自分のめあてにむかって、何回も練習できましたか」という質問から構成されるこの項目は、学習の自発性や学習の合理性を問うものである（高橋ら、2003）。体づくり運動は、技能的な成果や何かができるようになることが目的ではなく、自己の努力や技術及び記録の向上のための練習に取り組む学習ではないため、本研究を行う前は、授業の初回では学び方の数値はなかなか数値が伸びないことを予想した。しかし診断基準に照らし合わせると、初回と2回目の授業は5段階評価の4となり、初回の授業から課題を適切に設定し、自発的な学習を行うことができたことが推察できる。

また、それ以降12回の全ての授業は5段階評価の5となった。特に数値が高かった5回目の授業はボール運動を行った回で、学生たちは授業の最後に2人組でのボール運動の課題に取り組んだ。そのボール運動の課題をクリアするのに苦労した学生も見受けられたため、学習の自発性が上がり、課題へよく取り組む学生が多かったことがこの数値となった理由とみられる。

④協力の次元について

協力の次元の数値については、授業回によって異なる結果となった。まず、2回目と4回目の授業に着目してみると、2回目が2.59、4回目は2.58と、5段階評価である診断基準の3という結果となった。これらの授業回は主にラヴェンダー体操というリズム体操を取り扱った回であり、1人で課題に取り組む場面が多かったためこのような結果になったことが考えられる。また、指導法の練習を多く行った12回目の授業は5段階評価の4という結果となった。この回についても自己で課題に取り組み、指導法の練習を行う場面が多かったことが、数値が上がりきらなかった原因とみられる。

協力の数値が高かった授業として、特に組体操・組立体操の授業が挙げられる。数値が特に高かったのは8回目の授業で、2.98を記録した。この授業回は組立体操を取り扱った最初

の授業回である。組立体操は、ペアの相手の協力をなくしては成り立たず、お互いに協力することが必要である。「協力してコツを見つけられたことが嬉しい」という学生の意見も挙げられた。

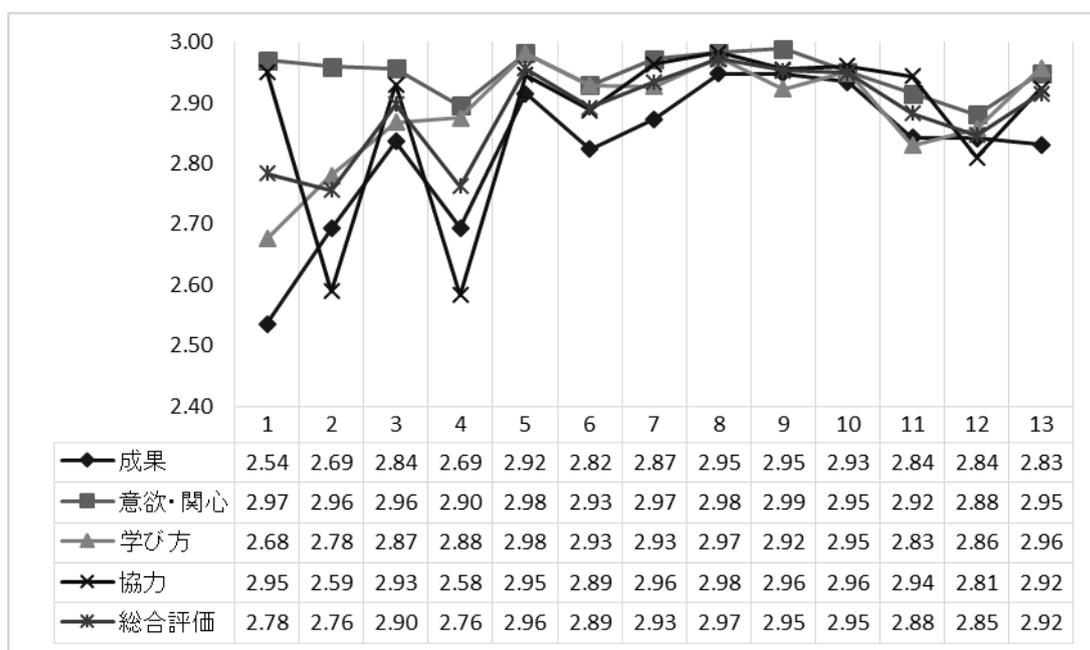


図 11 形成的授業評価の記録

(3) 体づくり運動に関する事後アンケートと省察のレポート

全 14 回の授業の最後に、学生は事後アンケートと省察のレポートに記述を行った。「体づくり運動は楽しかったですか」という質問と「体づくり運動の授業に積極的に取り組みましたか」という質問に対する回答結果は図 12 と図 13 のとおりである。

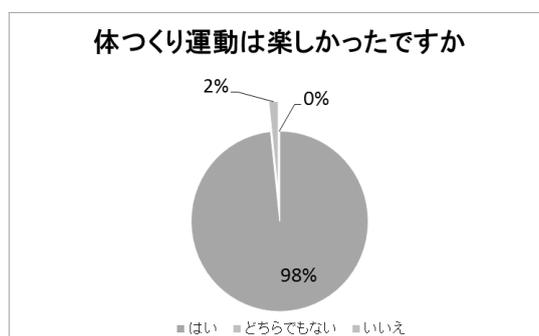


図 12 質問「体づくり運動は楽しかったですか」に対する回答結果

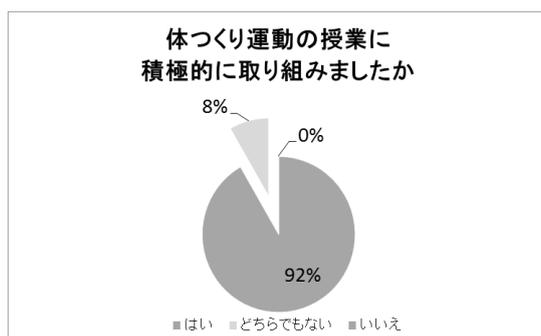


図 13 質問「体づくり運動の授業に積極的に取り組みましたか」に対する回答結果

「体づくり運動は楽しかったですか」という質問には98%が「はい」と回答する結果となった。「はい」と回答した理由を書く欄には「雰囲気がよく、楽しく授業を受けられたから」「長縄やGボールなど、みんなで動くことが楽しかった」「今までやってきた体育にはなかったことをやった」などといった記入があった。また、「どちらでもない」と回答した学生が2%存在したがその理由として「怪我をしていたので思いきり授業に参加できなかった」との記述があった。「いいえ」と答えた学生は0%という結果になり、体づくり運動の授業全体を通して学生は楽しく取り組んでいたことがわかった。また「体づくり運動の授業に積極的に取り組みましたか」という質問に、「はい」と答えた学生は92%、「どちらでもない」と答えた学生は8%、「いいえ」と答えた学生は0%という結果になった。「はい」と答えた学生の理由を書く欄には「教職の経験につながると思ったから」「人に指導することは今後役に立つと思ったから」「休まずに出席した」などといった記入があった。また、「どちらでもない」と答えた学生の理由を書く欄には「(体育館が)暑かったから」「多く欠席してしまったから」「恥ずかしいと感じて消極的になってしまった時があった」「怪我していたから」などといった記入があった。

さらに、複数回答を可とした「楽しかったものを選んでください」という質問の回答結果を表5のようにまとめた。長縄の選択率が52%、次に高知やさい体操が45%まで昇った。過半数を超えたのは長縄のみとなった。形成的授業評価の総合が高かったのは組立体操を行った8回目なので、授業の評価と取り扱った運動の評価には少しばかり差異がみられた。

表 5 質問「楽しかったものを選んでください」の回答結果

長縄	52%
高知やさい体操	45%
ボール運動	43%
Gボール	38%
ラヴェンダー体操	32%
組体操	28%
体ほぐしの運動	25%
組立体操	23%
短縄	13%
指導法	10%
講義	3%

また、「あなたが指導できそうな体ほぐしの運動をあげてください」「あなたが指導できそう

な体力を高める運動をあげてください」という質問を複数回答可としての調査し、その回答数を表6のようにまとめた。檜皮(2013)は「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」と示しているが、本研究でも学生が楽しかったと回答した長縄は指導できそうな運動として多く挙げられていた。また本研究では、体ほぐしの運動と体力を高める運動で分けて学生に指導できそうな運動を調査した。そのため、同じ運動でも学生によって、体ほぐしの運動で取り扱う運動か体力を高める運動で取り扱う運動か、捉え方が違うことが表れた。指導できそうな体ほぐしの運動の「その他」としては、「ヨガ」、「風船リフティング」、「鬼遊び」、「徒手体操」、「体の柔らかさを高めるリンボーダンス」などの記述があった。そして、指導できそうな体力を高める運動のその他には、「持久走」、「ブラジル体操」、「ラダー」、「メディシンボールを使った運動」、「サーキットトレーニング」などの記述がみられた。

表6 質問「指導できそうな運動をあげてください」の回答結果

指導できそうな体ほぐしの運動	計	指導できそうな体力を高める運動	計
組体操	24	ボール運動	27
長縄	15	組立体操	23
ラジオ体操	15	長縄	18
ボール運動	10	組体操	17
柔軟運動・ストレッチ	8	柔軟運動・ストレッチ	14
高知やさい体操	5	Gボール	13
ラヴェンダー体操	5	ラヴェンダー体操	12
Gボール	4	短縄	12
短縄	4	高知やさい体操	10
組立体操	1	ラジオ体操	3
その他	20	筋力トレーニング	2
		その他	9

5. まとめ

本研究では、S大学における体づくり運動の授業において、体づくり運動の経験や認識を事前に調査し、実際に大学で行われる体づくり運動の授業の形成的授業評価とアンケート調査をもとに大学生の意識を明らかにし、体づくり運動の発展に向けた議論の一助にすることを目的とした。その結果は以下のとおりとなった。

まず、体づくり運動に関する事前アンケート『体づくり運動』という名称を聞いたことがありますか」という質問に対して、「はい」と回答した学生は22%で、低い数値を記録した。また、「中学校および高等学校の体育で体づくり運動を行いましたか」との質問に「はい」と答えた学生は12%と、こちらも低い数値を出した。これらの結果から、体づくり運動が公示されてから20年ほど経つ現在も、学校現場ではなかなか実施されていないことが浮き彫りとなった。そして、体づくり運動を行ったとしてもそのねらいや目的は児童・生徒に伝わっていない可能性があることが考えられた。

形成的授業評価の結果は、意欲・関心の数値がオリエンテーションを行った初回から非常に高い数字で推移した。このことから、体づくり運動の単位を通して学生の運動欲求は大いに満たすことができたものとみられる。特に高い数値を出したのは組立体操を取り扱った8、9回目で、その値は2.98と2.99であった。また学び方の次元について、本研究を行う前は、授業の初回では学び方の数値はなかなか数値が伸びないことを予想した。なぜなら体づくり運動は、

技能的な成果や何かができるようになることが目的ではなく、自己の努力や技術及び記録の向上のための練習に取り組む学習ではないからだ。しかし診断基準に照らし合わせると、初回と2回目の授業は5段階評価の4となり、また、それ以降12回の全ての授業は5段階評価の5となったため、初回の授業から課題を適切に設定し、自発的な学習を行うことができたことが推察できる。

全14回の授業の最後に行った事後アンケートのレポートに記述を行った「体づくり運動は楽しかったですか」という質問に98%が「はい」と回答する結果となった。「はい」と回答した理由を書く欄には「雰囲気がよく、楽しく授業を受けられたから」「長縄やGボールなど、みんなで動くことが楽しかった」「今までやってきた体育にはなかったことをやった」などといった記入があった。さらに、複数回答を可とした「楽しかったものを選んでください」という質問では、長縄の選択率が52%、次に高知やさい体操が45%で、過半数を超えたのは長縄の1つのみとなった。形式的授業評価の総合が高かったのは組立体操を行った8回目なので、授業の評価と取り扱った運動の評価には少しばかり差異がみられた。

以上の点が、本研究から示唆されたことである。

研究上の課題として、実証的な研究の数をさらに増やすことが挙げられる。文部科学省より指導の方法や運動例が書かれているリーフレット等が示されているものの、未だに体づくり運動の指導に積極的な教員は僅かなようだ。板垣(1990)は体づくり運動が前身の体操だった頃から「体育系の大学や教員養成系の大学においても、体操のとらえ方が一定していなかったり、偏った内容になっている状態のように推察される」と指摘しており、この課題は恒常化している。そのため、引き続き体づくり運動の実証的な研究を積み重ねなければならない。

<引用・参考文献>

青木和浩・河村剛光(2008)「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—。体操研究第5巻,pp.1-6.

荒木達雄(2013)体操教本。図書出版。

後藤洋子(2009)リズム体操—弾みのヴァリエーション。高橋健夫・小澤治夫・松本格之祐・長谷川聖修編著,新学習指導要領準拠 新しい体づくり運動の授業づくり。大修館書店,pp.74-77.

長谷川聖修(2016)組体操・組立体操と体づくり運動との連携を図る。体育科教育64(8)。pp.54-56.

平川譲(2008)〈小学校体育〉写真でわかる運動と指導のポイント なわとび。株式会社大修館書店,pp.74-75.

檜皮貴子(2013)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。駿河台大学論叢(46)。pp.97-111.

池田延行(2000)すぐ使える体ほぐしの運動136選。明治図書,p.64,p.112,p.138,p.152,p.155,p.156.

板垣了平(1990)体操論。株式会社アイオーエム,p.15,p.33.

関西体育授業研究会(2017)導入5分が授業を決める!「準備運動」絶対成功の指導BOOK。明治図書出版株式会社,p.121.

木下光正・眞榮里耕太(2014)小学生の動きづくり・体づくりの教科書。株式会社ベースボー

- ル・マガジン社,pp.16-17,p.79.
- 高知県 農業振興部 産地・流通支援課 (2009) 高知やさい体操ダウンロード. <http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/160701/h21-kochiyasaitaiso.html>, (参照日 平成 29 年 1 月 28 日).
- 文部科学省 (2013) 学校体育実技指導資料第 7 集 体づくり運動—授業の考え方と進め方— (改訂版). 東山書房: 東京. pp.2-74.
- 文部科学省 (2008) 中学校学習指導要領解説 保健体育編. 東山書房: 京都,p.9,pp.29-34.
- 文部科学省 (2009) 高等学校学習指導要領解説 保健体育編・体育編. 東山書房: 京都,p7,pp23-29.
- 文部科学省 (2017) 中学校学習指導要領解説保健体育編. http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/_icsFiles/afieldfile/2017/07/25/1387018_8_1.pdf, (参照日 平成 29 年 12 月 30 日).
- 文部省 (1993) 学校体育実技指導資料第 5 集体育 (保健体育) における集団行動指導の手引き (改訂版).
- 名古屋市体育研究会 (2011) すぐ使える! 「体づくり運動」活動例集. 明治図書,pp.13-39.
- 中尾龍也 (2009) チャレン G ボール. 高橋健夫・小澤治夫・松本格之祐・長谷川聖修編著,新学習指導要領準拠 新しい体づくり運動の授業づくり. 大修館書店,pp.74-77.
- 日本体育大学体操研究室 (荒木達雄・三宅良輔・伊藤由美子) (2017) 安全で楽しい組立体操をつくる. 体育科教育 [別冊] 第 65 巻第 5 号. pp.20-21,pp.70-79.
- 小澤治夫 (2011) 体ほぐしの「体力を高める運動」. 高橋健夫・岡出美則・友添秀則・岩田靖編著,新版体育科教育学入門. 大修館書店,p.154.
- スポーツ庁 (2016) 組体操等による事故の防止について. <http://www.pref.nara.jp/secure/156465/%E3%80%90%E5%88%A5%E6%B7%BB%E5%86%99%E3%81%97%E3%80%91%E3%82%B9%E3%83%9D%E3%83%BC%E3%83%84%E5%BA%81%E4%BA%8B%E5%8B%99%E9%80%A3%E7%B5%A1.pdf>, (参照日 平成 29 年 12 月 31 日).
- 鈴木秀人 (2011) 体づくり運動と子どもをめぐる今日的課題. 体育科教育 59(1). pp.10-11.
- 鈴木慶子・松平昭二・岡田雄樹・近藤智靖 (2016) 中学校体育における体づくり運動の体力を高める運動に焦点を当てた授業に関する事例的研究. 体育科教育学研究 32(1). pp.21-32.
- 高橋健夫 (1994) 体育の授業を創る. 大修館書店,pp.235-242.
- 高橋健夫・長谷川悦示・刈谷三郎 (1994) 体育授業の「形成的授業評価法」作成の試み. 体育学研究 39(1). pp.29-37.
- 高橋健夫・末永祐介 (2009) ボールを使って遊ぼう. 高橋健夫・小澤治夫・松本格之祐・長谷川聖修編著,新学習指導要領準拠 新しい体づくり運動の授業づくり. 大修館書店,pp.74-77.
- 高橋健夫 (2003) 体育授業を観察評価する. 大修館書店: 東京.
- TOSS ランド (2012) 風船を使った体ほぐしのネタ 100. http://www.tos-land.net/teaching_plan/contents/2487, (参照日 平成 29 年 12 月 30 日).