

# 保健体育教員養成課程における「体づくり運動」の授業実践

篠田 知之 (岐阜協立大学経営学部)

キーワード: 学習指導要領, 理解度, 授業内容, 模擬指導

## 1. はじめに

体づくり運動は平成 10 年に告示された学習指導要領により学校体育に導入された領域である。児童・生徒の体力運動能力が低下傾向にあること、運動習慣を持つものと持たないものの二極化傾向がみられていること、運動習慣のないものでは日常的な動作がぎこちないこと、スポーツや運動遊びで仲間とのかかわりがうまくできないといった体と心の問題などを理由として、それまでに行われていた体操から改められたものである(鈴木, 2022)。体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、体の基本的な動きを身に付けたり、体力を高めたりすることを目標としており(南・池田, 2018)、従来の体操領域と同様に体力向上を直接的なねらいとした「体力を高める運動」に加えて、技能向上や体力向上を目的としない「体への気付き」、「体の調整」、「仲間との関わり」などを目標とした「体ほぐしの運動」の内容も導入された(檜皮, 2019)。導入当初は小学校 5 年から高等学校 3 年までの 8 年間で学習するものとされた(鈴木, 2022)。

平成 20 年度の学習指導要領の改訂では、運動習慣の二極化現象や生活習慣の乱れの低年齢化などに対応するために小学校低学年から必修領域として位置づけられた(文部科学省, 2013)。この時期は、体力の向上をねらいとする運動を行うことが難しいことから、小学校高学年以上で行われている「体力を高める運動」ではなく、基本的な動きを身につけるための「多様な動きをつくる運動(遊び)」によって構成された(南・池田, 2018)。また中学校 3 年および高等学校においては、日常的に取り組みする運動例を取り上げるなど指導方法の工夫を図ることが新たに示された(文部科学省, 2013)。

さらに直近の平成 29, 30 年の改訂では、教育方法・学習評価の改善が中心であり、教育内容に関してはあまり変化がなかった(南・池田, 2018)。体づくり運動に関連したものでは「体力を高める運動」について小学校高学年から中学校 2 年までが「体の動きを高める運動」へ、中学校 3 年から高等学校では「実生活に生かす運動の計画」へ改称され、「体力」という言葉が用いられなくなった(文部科学省, 2017; 2018)。

これまでの体づくり運動に関する研究では、小学校や中学校における実践報告が多い(佐々木, 2022; 今ほか, 2022; 小澤ほか, 2021; 岩永ほか, 2016)。例えば、佐々木(2022)は小学校高学年を対象に音楽に合わせて楽しく体を動かすリズム体操を体づくり運動として取り入れた効果について検証し、児童に高い関心をもって取り組ませることができたと報告している。また小澤ほか(2021)では小学校低学年の体づくりの運動遊びにおいて伝承遊びを用いた授業を行い、基礎的な動きを身につけると同時に運動技能水準の低い児童においても身体活動量を確保することに有効であったことを報告している。

実践上の課題を報告した研究も多くある(青木・河村, 2008; 南・池田, 2018; 長野ほか, 2021; 白石ほか, 2021; 鈴木, 2022)。他の領域の準備運動としてストレッチを行うことを体づくり運動としていたり(青木・河村, 2008)、体づくり運動の時間を集団行動や自校体操の習得、スポーツテストの計測に充てたりしている学校も多いことが指摘されている(長野ほか, 2021)。また、体づくり運動領域には球技や器械運動などの他の領域とは違い固有の運動がないため、実施する際に 1 時間持たせることが難しく、単独単元と

して扱いにくいとの意見もある(南・池田, 2018). 白石ほか(2021)は中学校及び高等学校の体づくり運動の実践上の課題についてレビューを行い、体づくり運動の特性について教師の理解の乏しさに関する課題が学校現場において多く見られることを明らかにし、体づくり運動の実践内容を改善していくためには、これから教師となる大学生に向けて教員養成課程での体づくり運動の教育が重要になることを指摘している。鈴木(2022)も同様に、保健体育科の教職課程を履修する学生が教育実習に出向いたり、教員として採用されたりした際に体づくり運動の授業ができるよう、大学で体づくり運動を充実した授業にする必要があると述べている。

岐阜協立大学においても、スポーツ実習科目として体づくり運動が開講されており、中学校・高等学校保健体育教員免許取得のためには単位取得が必須とされている。上述のように、小中高等学校の体づくり運動の実践現場での問題を解決するためには、大学教員養成課程における体づくり運動の教育が重要であることから、本学で行われている授業実践内容について成果と課題を検証し、今後の教員養成課程における体づくり運動の授業のあり方を検討することを本研究の目的とした。

## 2. 方法

### (1) 対象授業

岐阜協立大学において2022年度前期に開講された体づくり運動の授業を分析の対象とした。対象授業の受講者は28名(4年生14名, 3年生11名, 2年生3名)であった。この授業は教職課程を履修していない一般学生も受講できるが、教職課程履修者は2年次から4年次の間に単位取得が必須とされていることから、例年教職課程履修者の受講割合が高い。対象とした2022年度の授業においては28名中21名が教職課程の学生であった。授業の担当者は中学校・高等学校保健体育一種免許を有する大学専任教員であり、体づくり運動の担当は3年目であった。

### (2) 授業概要

対象授業の全15回の授業内容を表1に示した。対象とした体づくり運動の授業は教職課程履修者が多いことから、将来教員になった際に自分自身で体づくり運動の授業を適切に実施できるための指導能力養成を目標として、担当教員の指示に従って運動するだけでなく、運動の目的を理解したうえで受講生自身が適切な運動を考案し、模擬指導を行うという形態で毎回の授業を進行した。

### (3) 分析項目

初回および最終回の授業時に課したレポートの内容を分析した。初回授業時のレポートでは、これまでの体づくり運動でどのようなことを行ってきたかを把握するために小中高等学校で行ってきた体づくり運動について質問した。また、これまでの学習経験をもとに学生自身が体づくり運動をどのようにとらえているかを知るために体づくり運動とはどのような運動で、なぜそれを行う必要があるのか(体づくり運動に対するイメージ)について自分の考えを書かせた。最終回授業時のレポートでは、児童・生徒に体づくり運動を指導する際に意欲的に取り組ませるためにどのような工夫が必要かを考えさせた。これは先行研究における小中高等学校での報告(清田, 2020; 本田, 2014)や、大学の体づくり運動の授業で意欲的に取り組むことが難しいという学生の感想から、より意欲的に体づくり運動に取り組ませる方法が必要だと考えたからである。最後には授業全体を振り返り、授業の感想も含めて体づくり運動の授業で学んだことを今後どのように活かすのかについて考えさせた。

表1 体づくり運動の授業内容

	テーマ	内容
第1回	ガイダンス	授業内容の説明、体づくり運動の意義について説明
第2回	新体力テスト実施と評価	新体力テストの測定方法、道具の準備
第3回	新体力テスト実施と評価	新体力テストの実施
第4回	柔軟性を高める運動	「柔軟性」に影響する要因についての確認 下半身を中心とした体ほぐしの運動
第5回	柔軟性を高める運動	上半身を中心とした体ほぐしの運動 体ほぐしの運動の実践(学生自身で運動を考え、相互に指導実践)
第6回	敏捷性を高める運動	「敏捷性」に影響する要因についての確認 敏捷性を高める運動の紹介
第7回	敏捷性を高める運動	敏捷性を高める運動の実践(学生自身で運動を考え、相互に指導実践)
第8回	調整力を高める運動	「調整力」に影響する要因についての確認 調整力を高める運動の紹介(道具なし)
第9回	調整力を高める運動	調整力を高める運動の実践(道具なし、学生自身で運動を考え、相互に指導実践)
第10回	調整力を高める運動	調整力を高める運動の紹介(ボール、フープ等)
第11回	調整力を高める運動	調整力を高める運動の実践(学生自身で運動を考え、相互に指導実践)
第12回	持久力を高める運動	「持久力」に影響する要因についての確認 持久力を高める運動の紹介
第13回	筋力を高める運動	「筋力」に影響する要因についての確認 筋力を高める運動の紹介
第14回	運動計画の作成と実践	これまでに取り上げた運動をもとに、学生自身で総合的な運動を考え、相互に指導実践
第15回	まとめ	授業のまとめ、体力の重要性についての説明、レポート課題

### 3. 結果

小中高等学校の体づくり運動で行ってき  
た内容について表2に示した。主な回答は  
ストレッチ、筋トレ、縄跳び、持久走、ラジ  
オ体操などであった。体づくり運動をマッ  
ト運動や跳び箱、鉄棒などの器械運動と混  
同している例も多く見られた(28名中7  
名)。また、集団行動やウォーミングアップ  
としてしかやっていないという回答もみら  
れた。

初回の授業で質問した体づくり運動に対

表2 小・中・高等学校で行った体づくり運動の内容

内容	人数
ストレッチ(柔軟体操)	10
筋トレ(腕立て伏せ、腹筋、背筋、体幹など)	9
縄跳び	8
持久走	8
ラジオ体操	6
器械運動系(マット運動、跳び箱、鉄棒など)	7
体力テスト	2
ウォーミングアップ	2
団体行動	1
わからない	1
思い出せない	2

表3 学生が考える体づくり運動のイメージの例

学年	教職課程履修の有無	回答内容
4年生	教職	「体づくり運動」とは、身体を動かしたりほぐしたりする運動で、心身の健康を守るために行う必要があると思う。また、自分の身体の動かし方を知ったり、運動することの楽しさや喜びを知るためにも行う必要があると思う。
4年生	教職	運動能力関係なく誰でも簡単に運動に取り組み、基礎的な体力を身に付ける運動。生涯にわたってスポーツ(運動)を続けていくために簡単な運動方法を知るため。
4年生	教職	健康の保持・増進を図るため、運動に興味を持たせる。楽しいと感じさせるため 技能の習得。
4年生	なし	基礎体力づくりで健康につなげる。運動習慣を身に着けるために色々な競技を体験して、自分に合ったものを見つける。
3年生	教職	体づくり運動は全身を使う運動のことで、自分の身体の状態の把握、体の動かし方を学ぶために行う必要がある。
3年生	教職	体力、筋力、バランス、柔軟を鍛える運動を行い、心と体の成長を高めていくこと。
3年生	教職	体づくり運動は、自分が健康に生活できるための体をつくる物である。
3年生	なし	体づくり運動は自分の身体の動きや動ける範囲を理解することや動ける範囲を伸ばしていくこと。体をほぐしたりもできる。けが予防にもつながり、健康をよくすると思う。
2年生	なし	実技にはいる前の体をほぐしたり、体をあたためる運動 持久力やケガの予防、心肺機能を高めること。

表4 「体づくり運動」を指導する際に意欲的に取り組ませるための工夫の例

学年	教職課程履修の有無	回答内容
4年生	教職	まず児童・生徒に今のうちに体力を高めておくことの重要性について理解させる。積極的に取り組むために、共通の課題設定をし全員が目標をもって取り組むことができるようにする。児童・生徒のやる気や楽しさを引き出すことができるよう、運動レベルを工夫したりペアやチームで行ったりする。体力を高めることだけではなく、体をこれからも動かしたい、また自分でもやってみたいと思うような内容にする。例えば、ゲーム感覚のようなものや、リラックスできるようなものを目指す。
4年生	教職	ただ目的に沿ってやるだけでは無く遊び心を加えたり個人個人で目標を決めて行う。また、運動が嫌いでもあったり、苦手な子には初歩的や簡単なことから少しでも多くの成功体験を味わって貰う。
4年生	教職	運動の好き嫌いに関係無くまずは楽しむことを大前提に取り組んでもらう。指導、支援する側は、対象の実態を素早く掴み、適した支援をする。一つでも多くの成功体験ができるよう、簡単なレベルから徐々に上げてくスムーズステップを意識しながら取り組み、授業だったら、なぜ成功したのか、あるいは上手くできなかったのかを考えさせる機会を与えて、学びを深めさせる。
4年生	教職	ゲーム感覚で楽しい内容にする 同じことを繰り返すのではなく毎日少しずつ変化をつける 短時間でできる運動を選ぶ 最初は簡単なことからレベルを上げていく 教員が場を盛り上げる できていることは褒めて、できないことは何ができてなくてどうすればいいのかポイントをしばって伝えてあげる その運動を行うことによってどういう効果があるのかを教える
4年生	教職	まずは球技や競技ではなく、レクリエーションスポーツを体験させる。自由にボールを使ったり仲間と一緒に走ったりする事で、勝ち負けではなく、仲間と運動する楽しさを身につかせようと思う。一人一人の能力に応じた指導法や声かけを 教師が行うことで「あってるんだ」「私もできる」と感じてせる事ができると思う。子どもを褒めたり笑顔でポジティブな声かけをして運動嫌いの子どもを減らしたいと考える。
4年生	なし	体づくり運動に積極的に取り組ませる為には成長を実感させること、成長過程を楽しんでもらうことの2つが重要だと思うので、単元やシーズンの最初と最後で測りたいものと同じ種目に統一して測定する。その間の成長過程では最初に測定した種目が伸びる要因となるものを練習メニューの中に子ども達が楽しめるようなメニューにして取り入れる
3年生	教職	競争をする、競争意識があれば最大限の力を発揮して周りに負けないように全力で取り組む ポイント、トレーニングの効果を説明して取り組ませる。消極的な子ども達は体づくり運動が自分には必要ないと思っているからだと思う。これからの生活や人生でのトレーニング、体力はこの場面で必要になるということを伝えれば一人一人が大切さを理解して積極的に取り組むようになると思う。
2年生	教職	運動が好きではない子に対しては、ゲーム性を取り入れることで楽しく参加できるのではないかなど考える。楽しくできるようなことをすれば運動に参加してくれると思うし、体力を高めることができるのではないかと考える。

するイメージについて、学生の回答例を表3に示した。教職課程の受講生では、「心身の健康」や「生涯にわたってスポーツを続ける」など学習指導要領と関連した言葉が多く見られた。

最終回の授業で質問した体づくり運動を指導する際に意欲的に取り組ませるための工夫について、学生の回答例を表4に示した。「個人で目標を決める」「ゲーム形式で楽しめるようにする」「スモールステップで成功体験を得られるようにする」「仲間と運動する楽しさを経験させる」などの回答が見られた。

表5に授業の感想および今後への活かし方について示した。「実際に指導するのは緊張したが、声の出し方や人の動かし方の勉強になった」や「自分自身で考える時間、他人の意見を聞いたり、共有したりする時間が多かったのでより深く学ぶことができた」などの感想が見られた。

#### 4. 考察

本研究では、本学で行われている体づくり運動の実践内容について成果と課題を検証し、今後の教員養成課程における体づくり運動の授業のあり方を検討することを目的とした。

小中高等学校の体づくり運動で行ってきた内容として受講生の主な回答は、ストレッチ、筋トレ、縄跳び、持久力、ラジオ体操などであった(表2)。一方、マット運動や跳び箱、鉄棒などと回答している例も見られ、体づくり運動を器械運動と混同して理解している学生も存在した(28名中7名)。また、集団行動

表5 授業の感想および今後への活かし方

学年	教職課程履修の有無	回答内容
4年生	教職	この授業では単に体づくり運動を行うのではなく、今、若者の運動離れが進んでいる中で、どうすれば運動を行うようになるか、といった生涯スポーツにつながる部分もあり、私自身も生涯においてスポーツにかかわっていきたく思っているため、授業で学んだことを活用して私もスポーツとともに歩んでいきたい。
4年生	教職	自分自身で考える時間、他人の意見を聞いたり、共有する時間が多かったのでより深く学ぶことが出来、楽しく学ぶことが出来ました。
4年生	なし	講義で学んだことから、より実践的な指導をしてもらえたと思っている。また、自分の考えた練習方法をみんなの前で披露するというのが、緊張したがこれもまた良い経験になった。
4年生	教職	この授業では考える場面が多く、今4年生であり授業がない中で、これまでの復習にもなった。個人的にはボールとかをつかったトレーニングがとても楽しかった。発表の時とかは緊張したけど、人前で話す訓練になって良かった。
4年生	教職	自分で調べて、その後全員の前で発表するということは今まで体育の授業ではあまりやったことがなくて、緊張した。普段からの運動や適度なトレーニングが必要だと思えた。
3年生	教職	実技の講義だが、頭を使うということがけっこう多かった。自分でトレーニングを考えてそれを模擬指導したのがとても楽しかった。模擬指導をしたり受けたりして自分と比べ良の所を盗めたりすることができたのでとてもよかった。
3年生	教職	学生の前に立って発表することがあったが、楽しく身体を動かしながら受けれたのがとてもよかったと思う。また、学生の前に立って発表することにより、全体を見て行動する力を身に付けることができたのではないかと考える。
3年生	なし	授業中に自分で考えた運動を教えるなどの内容があって、教員にはならないが指導者になった時を想定して、実際にできたので 今後に活かしていきたい。
3年生	なし	自分で考えた内容があるか分からない中で発表したりしてとても緊張した。運動自体は嫌いではないが柔軟性や苦手な運動もあったのでどこが足りないかが分かったのでも良かった。
2年生	なし	自分は教員を目指しているわけではないけど、体育の先生みたいに自分で調べたことをみんなの前で自分が実践して教える側でやれて新鮮な体験ができたし色々な人と交流でき一緒に運動を楽しくできて良かった。でもやっぱり人前で発表するのが苦手だからこれをきっかけに発表する機会があったらがんばって発表して堂々とした人になれるようにしたい。



やウォーミングアップとしてしかやっていないという回答も見られた。先行研究において、学生の体づくり運動の認識が低いことが報告されている。檜皮 (2013) は大学の体づくり運動の授業の受講者に対して、事前アンケートとして体づくり運動という名称を聞いたことがあるか質問したところ、聞いたことがある学生は118名中46名(39%)であったことを報告している。鈴木 (2018) も同様の質問を行っており、体づくり運動という名称を聞いたことがある学生がわずか22%であり、時代が進んでいるにもかかわらず、さらに認知度が低かったことを示している。本研究における器械運動と混同したような回答も、認識の低さを示すものと考えられる。鈴木 (2018) においても、中学校・高等学校で行ってきた体づくり運動について振り返ったアンケートの結果に「マット運動」という回答があり、体づくり運動の内容が正しく認識されていないことを報告している。「集団行動」や「ウォーミングアップのみ」しかやっていないとの回答から、体づくり運動の実施が不十分な学校がいまだに存在していることも分かる。しかし、これはただ単に受講生自身が中学校や高等学校での体づくり運動の内容を覚えていなかったり、体づくり運動だと理解せずに様々な運動を行っていたりする場合も含まれることに注意が必要である。青木・河村 (2008) も、大学の体づくり運動の受講者に対して高校での体づくり運動の経験を質問したところ、体づくり運動だと認識して運動を経験したものは男子で6.9%、女子で11.3%と低い割合を示したものの、「体操」や「フィットネス」など本来の運動領域に属さない回答を含めると男子で68.3%、女子で60.8%まで増加したことを報告している。本研究の受講生においても小中高等学校において体づくり運動としてより多くの運動を経験してきたにも関わらず、その内容を忘れてしまっていた可能性がある。

初回の授業において、小中高での学習経験をもとに学生自身が体づくり運動をどのようにとらえているかを知るために「体づくり運動とはどのような運動で、なぜそれを行う必要があるのか(体づくり運動に対するイメージ)」について自分の考えを書かせた(表3)。その結果、小中高等学校学習指導要領の体づくり運動の目標や内容に記載されている言葉がみられた。受講生は完全ではないもののある程度体づくり運動というものを理解していると考えられる。特に教職課程の上級生において理解の程度が高い傾向にあった。一方で教職課程を履修していない学生では「実技に入る前の体をあたためる運動」と答えるなど体づくり運動の内容を十分理解していない様子も見られた。これらのことから、体づくり運動の意義については高等学校までの学びを覚えているわけではなく、大学入学後に教員採用試験に向けての学習過程などにおいて学んだ可能性が考えられる。体づくり運動の意義についての理解度が高い傾向にあったという結果は、上述の認知度の低さと矛盾する結果であるが、これは体づくり運動の目的についての知識はあるものの、具体的な運動と結び付けて理解ができていないことを示すものであると考えられる。平成10年の導入から20年以上が経過し、体づくり運動に関する研究会等による知識の蓄積、実際の授業による経験の蓄積も多く行われるようになり、体づくり運動に対する教員の理解は深まりつつある。しかし一方で、準備運動としてのみ取り扱ったり、集団行動やスポーツテストの練習で置き換えたりしているとの報告もいまだにみられる。将来児童・生徒に体育を教える立場となる教員養成課程の学生には、体づくり運動の意義などを確実に理解させる必要がある。白石ほか (2021) は、保健体育科教員養成課程において体系的な教育を提供するためには、まずは学習指導要領の理解が必要であることを指摘している。鈴木 (2018) の中で紹介されている大学での体づくり運動の授業では、初回到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ている。本学の授業においてもガイダンス時に体づくり運動がどのような領域であるか簡単に説明を行っているが、学習指導要領に基づいてより深く学習させる必要がある。

今回の大学での体づくり運動の授業内容は表1に示した通りである。授業担当者は体力トレーニングを専門とする教員であったため、体力要素ごとに、どのような能力か、影響する要因には何があるかなどについて説明し、各体力要素を高めるトレーニングにはどのような運動があるかを紹介しながら授業を進行

した。実際の授業内容を見ると、「調整力」に4回分の時間を割いているため、これを短縮して「筋力」や「持久力」、「運動計画の作成と実践」に多くの時間を配分する必要があるかもしれない。「調整力」に関しては受講生の知識や運動の経験が少なかつたため、影響する要因の説明や運動の紹介に多くの時間を必要とした。それらを踏まえて学生自身に運動内容を考えさせたため、さらに多くの時間数が必要となってしまった。先行研究によると、「調整力」に関して現職教員の知識、運動の経験が不足していることから、小中高等学校の授業においても十分に取上げられていない可能性がある(青木, 2008)。それに対して今回の授業において「調整力」に多くの時間を取って受講生に経験させることができたことは、実際に教員になった場合に役立つと考えられる。しかし限られた15回の授業回数の中で教育を行わなければならないため、適切な時間配分については今後検討していく必要がある。

小中高等学校の体づくり運動において組立体操を行っているところがある。大学においても体づくり運動のシラバスを見ると組立体操を取り入れているところがある。組立体操は小中高等学校の学習指導要領には直接指導内容としては記載されていない。近年、組立体操の巨大ピラミッドなどの危険性が指摘され、組立体操に取り組む学校は減ってきている。しかし学校の伝統として現在も組立体操を継続しているところもある。姿勢維持のためのバランス能力や筋力などの体力を高めるために組立体操には有効な面もある。組立体操の危険性を理解し、安全な組立体操を考えるためには、大学の体づくり運動の授業において学ばせるべきかもしれない。また、集団行動についても、学習指導要領そのものには記載されていないが、中学校学習指導要領解説(2017)では「能率的で安全な集団としての行動の仕方(集団行動)を各領域において適切に行うこと」とされている。実際、中学・高等学校の体育の授業において集団行動は年度の最初に行われることが多い。集団行動についても組立体操と同様に大学において体づくり運動以外には学ぶ科目がないことから、教員に必要な知識として体づくり運動の授業内での取り扱いを検討する必要がある。

小中高の学校現場における体づくり運動の課題として、児童・生徒に意欲的に取り組ませるのが難しいということが挙げられている(鈴木, 2022)。清田(2020)は体づくり運動の内容の曖昧さについて指摘し、「児童・生徒の学習意欲が長続きせず、単元のまとまりとしての位置付けが難しい」と述べている。本田(2014)は、小学校の「多様な動きをつくる運動(遊び)」に対応するために文部科学省が発行したパンフレットで取り上げられている内容を指示・号令によって繰り返すだけでは、子どもの学習意欲を喚起できなかったことを報告している。これらの理由として、体づくり運動では他の領域の様に固有の運動形式やルールが決まっているわけではないことが影響していると考えられる(南・池田, 2018)。また、運動の種類が多岐にわたるため、一つの運動を継続することが少なく、数値として記録の向上が確認しにくいことも意欲の低下につながっているかもしれない。

本研究では、15回の体づくり運動の授業を受講した後で、児童・生徒に取り組ませる際の工夫点について考えさせた。「簡単なことから段階的に難しくしていく」、「ゲーム形式で楽しめる内容にする」などの運動内容に関する回答に加え、「教員が場を盛り上げる」や「子どもをほめたり笑顔でポジティブな声かけをしたりする」といった指導する教員自身の態度に関する回答も見られた。学生の回答の中には「競争」の要素を取り入れると意欲的になるという意見も見られた。学習指導要領には「測定値の向上のために過度な競争をあおったりすることのないよう留意する」との記述がある(文部科学省, 2018)。先行研究において、競争を行うことが児童生徒間の優劣をつけることにつながり、体育嫌いにつながる事が指摘されている(松井ほか, 2021)。そのため、体育が嫌いであったりあまり得意ではなかったりする児童・生徒に対して運動に親しむきっかけを与える役割を持つ体づくり運動において、競争の要素を強調しすぎると、かえって運動嫌いの児童・生徒を増やしてしまう危険性もある。一方でR・カイヨワの遊びの理論(プレイ論)から考えると、競争は楽しみにつながることもある(尾島・杉本, 2019)。以上のことから、競争

を取り入れる場合には、同じくらいの運動能力の児童・生徒でグループを作りその中で競争させるなど、メリットを最大化しデメリットを最小化する工夫が必要である。すべての活動において競争させないことよりも競争を経験させたいと、努力することによって負け続けていた児童・生徒が時々なら勝つこともあるといった経験をするところから、運動能力の低い児童・生徒であっても運動に対する意欲が生まれてくる可能性もある。「体力を高めることの重要性を伝える」という意見も複数の受講生が挙げていた。小中学校の児童・生徒では、体力の重要性を伝えたからと言ってそれがすぐに運動への意欲につながることはないかもしれないが、体力の重要性について繰り返し伝えていくことで、知識として定着し、将来成人しからの運動の習慣化につながる可能性がある。

本研究で対象とした大学での体づくり運動の授業の特徴は、学生が教師役となり実際に指導する時間を多く取り入れたことである。最終回の感想において、「学生の前に立って発表することにより、全体を見て行動する力を身に付けることができた」や「自分自身で考える時間、他人の意見を聞いたり、共有したりする時間が多かったのでより深く学ぶことができた」などの記述がみられ、教員となるための指導力養成の目的は、ある程度達成できたのではないかと考える。楊ほか(2022)は、教員に必要な指導力の養成には模擬授業等で実際に指導を経験することが重要であることを示しており、指導を繰り返すことでこの能力を高めていくことができるとしている。将来教員になるならならいかかわらず、人前で発表したり人を動かすために指示を出したりする能力は社会人に共通して求められる能力でもあることから、この実践は今後も継続するべきだと考える。

## 5. まとめ

本研究では、本学で行われている「体づくり運動」の実践内容について成果と課題を検証した。その結果、以下の成果と課題が明らかとなった。

- 1) 本研究の対象授業の受講者の体づくり運動に対する理解度は、先行研究で示されているものよりも高い傾向にあった。これは小中高等学校において学んだ内容を覚えているわけではなく、大学入学後に教員採用試験に向けての学習過程などにおいて学んだ可能性が考えられる。一方で学習指導要領に関する理解は不足している部分があることから、初回の授業における学習指導要領の説明を充実させる必要がある。
- 2) 体力要素に分けて影響する要因や高める運動を検討する授業は、運動の目的と手段を一致させることができる点で有効であると考えられる。組立体操や集団行動については、学習指導要領に明記されているわけではないが、中学校・高等学校の体育の授業に組み込まれることも多いことから、大学の教員養成課程においても学習の機会を設定する必要がある。
- 3) 将来教員となる学生に対して、指導力の養成を目的とした模擬指導の時間は有効であったと考えられる。

## 参考文献・引用文献

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, 5: 1-6.



- 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 : 97-111.
- 檜皮貴子 (2019) 体づくり運動の実施状況調査と現場での活用を目指した運動教材の検討：新潟県中越地区の体育主任を対象に. 新潟大学教育学部研究紀要 人文・社会科学編, 11 (2) : 209-215.
- 本田敬 (2014) 授業づくりでつまずくところとその克服に向けて. 体育科教育, 62 (11) : 22-25.
- 岩永智子, 野田義勝, 堤公一 (2016) 体づくり運動の評価における一考察：中学校第1学年「体づくり運動」を通して. 佐賀大学教育実践研究, 33 : 479-486.
- 今竜一, 村上孔輔, 竹花樹菜, 山本理人 (2022) 中学校の体づくり運動領域における学習内容としての「エアロビック」の有用性 ―グループ学習を用いた授業実践における質的データから―. 北海道教育大学紀要 教育科学編, 72 (2) : 393-408.
- 南貴大, 池田拓人 (2018) 学校体育における体づくり運動の実践的位置づけに関する研究：学習指導要領改訂を通して. 和歌山大学教育学部紀要. 教育科学, 68 (2) : 157-163
- 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―. 東洋館出版社.
- 文部科学省 (2017) 中学校学習指導要領 (平成29年告示) 解説保健体育編. 東山書房.
- 文部科学省 (2018) 高等学校学習指導要領 (平成30年告示) 解説保健体育編. 東山書房.
- 長野康平, 篠原俊明, 中村和彦 (2021) 小学校教員の体づくり運動領域における指導実態と意識：所属研究部と教職歴による検討. スポーツ教育学研究, 41 (2) : 49-66.
- 尾島祥, 杉本厚夫 (2019) 小学校体育授業における遊びの要素の機能の変化に関する研究. 人間健康研究科論集, 2 : 43-58.
- 小澤哲也, 金沢翔一, 長野康平, 浅川孝太, 中村和彦 (2021) 伝承遊びを教材とした多様な動きをつくる運動遊びの授業実践：出現した基本的な動きと身体活動量による検討. 体育学研究, 66 : 533-549.
- 佐々木浩 (2022) 小学校高学年におけるリズム体操に関する実践的研究：体づくり運動領域の定型教材としての可能性の検討. 初等教育論集, 23 : 65-79.
- 清田美紀 (2020) 体づくり運動の論点. 体育科教育, 68 (5) : 18-21.
- 白石智也, 松本佑介, 藤島廉 (2021) 研究レビューから導出する中学校及び高等学校での「体づくり運動」の課題：保健体育科教員養成課程における教育の質向上に向けた一考察. 人間健康学研究, 4 : 1-11.
- 鈴木一成 (2022) 体づくり運動の授業化の課題とその改善案―「運動技能」から「学習技能」へ―. 愛知教育大学教職キャリアセンター紀要, 7 : 175-180.
- 鈴木慶子 (2018) 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. 駿河台大学教職論集, 3 : 15-29.

