

児童の体力向上をエビデンスベースとした体づくり運動授業プログラムの開発

—身体活動量と児童の運動有用感の関係から—

川村幸久*

抄録

本研究の目的は、小学校体育科授業において、体力向上をエビデンスベースとした体づくり運動授業プログラムの開発、有効性検証を行い、体育授業の中で直接的な体力向上を目指す指導の一助とすることである。

ここでは、特に運動に対する二極化傾向が著しく見られる高学年児童の体力と運動に対する肯定的意識の変容(運動有用感の高まり)に焦点を絞り、体の動きを高める運動、体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動の授業実践を行い、その指導効果を検証した。

本指導計画の指導効果を検証するため、指導計画実施前(Pre-test)と指導計画実施後(Post-test)に運動有能感測定と、スポーツ庁「新体力テスト実施要項」に記載されている8種目のうち「長座体前屈」「反復横跳び」「上体起こし」「立ち幅跳び」の4種目、日本スポーツ協会「運動適正テスト」に掲載されている5種目のうち「時間往復走」の測定を行い、その結果から学級内を体力下位群・中位群・上位群に分けて分析した。

記録分析の結果、運動有能感については「受容感」において有意な差が認められた。体力測定については、すべての項目において有意な高まりが見られた。

これらの結果から本授業プログラムは、児童の身体活動量とエビデンスベースとした授業である前提のもと、直接的な児童の体力向上にも寄与するものであると言える。生涯にわたる豊かなスポーツライフ及び健康の保持増進の基礎を培う児童期において、有効な体育授業の一つであることが示唆された。

キーワード：小学校体育授業、体づくり運動

* 大阪教育大学大学院 修士課程 〒582-8582 大阪府柏原市旭ヶ丘 4-698-1

Development of body-building exercise lesson program based on evidence base on child's physical fitness improvement

—From the relationship between physical activity amount and exercise usefulness of the child—

Yukihisa Kawamura *

Abstract

The purpose of this research is to develop guidance to aim for direct physical strength improvement in physical education class by developing and validating the body making exercise lesson program with evidence base on physical strength improvement in elementary school physical education department class. Focus on the change in the positive consciousness to physical strength and exercise of high school students who have remarkable polarization tendency to exercise. We exercised to improve movement of the body, softness of the body and skillful movements, and verified the teaching effect.

In order to verify the guidance effect of this guidance plan, exercise competence measurements were conducted before implementation of instruction plan and after guidance plan implementation. Of the eight events listed in the Sports Agency 's New Physical Fitness Test Implementation Guidelines, the four types of "long seat front bending", "repetitive lateral jump", "upper body raising", "standing width jump", the Japan Sports Association "exercise fitness test" "Time round trip" out of the 5 events listed in the report was carried out, and within the class was divided into the physical strength lower group, the middle group, the upper group, and it analyzed it.

As a result of the record analysis, there was a significant difference in "feeling of acceptance" about exercise competence feeling. For physical fitness measurement, significant increase was observed in all items.

From these results, it can be said that this lesson program contributes directly to the physical strength improvement of the child based on the physical activity amount of the child and the premise that it is an evidence-based lesson. It was suggested that it is one of the effective physical education lessons in the childhood which cultivates the foundation of rich life span life and health maintenance.

Key Words : Elementary school physical education lesson、 Body building motion

* Graduate school, Osaka Kyoiku University. 4-698-1, Asahigaoka, Kashihara, Osaka, 582-8582

1. はじめに

スポーツ庁から公表された「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果をみると、児童の体力・運動能力の低下傾向には歯止めがかかっているものの、体力水準の高かった 1985 年頃と比べると依然として低い状況にある。その背景には、生活習慣の変化や遊び時間・空間・仲間の減少等、児童を取り巻く環境の変化が大きく影響していると考えられる。これまで児童は、普段の生活の中で「鬼ごっこ」「缶蹴り」「木登り」等の遊びの経験を通して、知らず知らずの間に様々な動きを身に付けてきた。しかし現在の児童の多くは、村瀬ら(2007)や國本(2003)が言うように、テレビ・コンピューター・スマートフォン・タブレット端末を使った室内での一人遊びが多くなり、様々な運動経験の不足、友達と一緒に体を動かして遊ぶ機会が減少傾向にある。そのため、これまで普段の生活や遊びの中で身に付けてきた動きや友達と一緒に運動をすることのよさを実感していない児童が増えており、学校教育全般(特に体育科)の担う役割は今後も一層大きくなると考えられる。このような現状を改善する一助として、体育授業の中で、児童の運動に対する肯定的意識(運動有用感)を高めることが必要ではないかと考える。そして児童に「体育の授業で、友達と一緒に体を動かすことが楽しい」「休み時間や放課後にもっと体を動かしたい」という内発的動機付けによる心的エネルギーを獲得させることが必要であると考えられる。

2. 目的

本研究の目的は、小学校体育科授業において、体力向上をエビデンスベースとした体づくり運動授業プログラムの開発、有効性検証を行い、体育授業の中で直接的な体力向上を目指す指導の一助とすることである。ここでは、特に運動に対する二極化傾向が著しく見られる高学年児童の体力と運動に対する肯定的意識の変容(運動有用感の高まり)に焦点を絞り、体の動きを高める運動、体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動の授業実践を実施した。

本研究での運動有用感とは、友達や学級全体との運動に関わる関係の中で、自分の存在を価値あるものとして受け止める感覚として運動有能感と捉え、岡澤ら(1996)が作成した運動有能感測定尺度を用いて運動有能感を測定することとした。この尺度は、児童の運動に対する「身体的有能さの認知」「統制感」「受容感」を測ることができる。なお、ここで扱う縄を使った体の動きを高める運動は、「①一人一人の体力に応じた運

動ができる②仲間と関わり合って学習を進めることができる③授業外の時間でも行いやすい④狭いスペースでも行いやすい」という特性があり、上記の課題解決に適した教材であると考えられる。

3. 方法

3. 1. 検証授業の実施

2018年9月、O県下公立小学校第5学年1学級(34名)を対象に、単元7時間の体づくり運動の検証授業を実施した。検証授業の単元目標を表1、指導計画を表2に示した。授業は筆者らが計画し、学級担任とのチームティーチングによって体育館で実施した。

表1 検証授業の単元目標

知識及び運動
ねらいに応じて、体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、体力を高めることができるようにする。
思考力、判断力、表現力等
自己の体の状態や体力に応じて、運動の行い方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを友達に伝えることができるようにする。
主体的に学習に取り組む態度
運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取り組みを認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

『はじめ』の段階では、まず5月に実施した新体力テストの結果を基にオリエンテーションを行い「4つの体力要素(体の柔らかさ、巧みさ、力強さ、動きを継続させる能力)があること」「普段の生活で生かすことができる場面があること」「それぞれの体力要素には特有の高め方があること」を伝え、体力を高めることの必要性を実感できるようにした。次に、学習の進め方や取り上げる運動を紹介して単元全体の見通しを持たせるようにした。その際、自分の心や体の状態・体力に応じて、学習を進めていくことを抑えた。今後の学習に対して、興味・関心・意欲を持って取り組むことができるように、体の柔らかさ及び巧みな動きを高めるための動き(図1)を試して授業を終えた。

図1 縄1本での入り方・抜け方の例

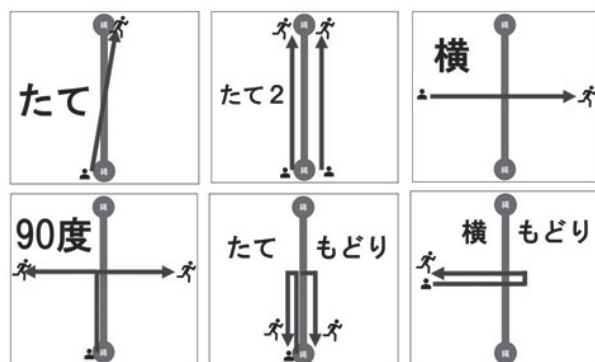


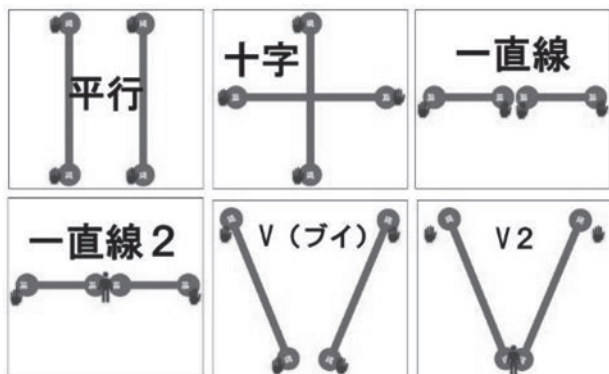
表2 単元計画

過程 時数	はじめ		なか				まとめ
	1	2	3	4	5	6	7
運動の学習	1. 体力について知る。 ・「体力」について知り、自己の体力の特性をつかみ、学習の進め方を理解する。	1. 準備運動をする。	1. 準備運動をする。	1. 準備運動をする。	1. 準備運動をする。	1. 準備運動をする。	1. 準備運動をする。
	2. 巧みな動きとまらかさについて理解する。	2. 縄を使った体ほぐしの運動をする。 (エンジョイタイム)	2. 縄を使った体ほぐしの運動をする。 (エンジョイタイム)	2. 縄を使った体ほぐしの運動をする。 (エンジョイタイム)	2. 縄を使った体ほぐしの運動をする。 (エンジョイタイム)	2. 縄を使った体ほぐしの運動をする。 (エンジョイタイム)	2. 学習のねらいや方法を知り、学習の見直しをもつ。
	3. 学習の見直しを理解する。 ・単元計画、運動の特性、学習のめあて等を理解。 ・本時のめあてを確認する。	3. 学習のねらいや方法を知り、学習の見直しをもつ。	3. 学習のねらいや方法を知り、学習の見直しをもつ。	3. 学習のねらいや方法を知り、学習の見直しをもつ。	3. 学習のねらいや方法を知り、学習の見直しをもつ。	3. 学習のねらいや方法を知り、学習の見直しをもつ。	3. 体の動きを高める運動(エンジョイタイム) 【発表する技を確認しよう】 ・パフォーマンス発表会で紹介する技を練習する。
	4. 準備運動をする。	4. 体の動きを高める運動(巧みな動きを高める運動)をする。	4. 体の動きを高める運動(巧みな動きを高める運動)をする。	4. 体の動きを高める運動(巧みな動きを高める運動)をする。	4. 体の動きを高める運動(巧みな動きを高める運動)をする。	4. 体の動きを高める運動(巧みな動きを高める運動)をする。	4. (シンキングタイム)【パフォーマンス発表会をしよう】 ・創作した技を発表する。 ・グループ同士、相互評価する。 ・メッセージカードを記入する。
	5. 巧みな動きを高めるための運動を試す。 (エンジョイタイム) 縄を使った運動 ・回し手のポイントを知る。 ・腕の振り方 ・縄こわった時の対応 等 ・跳び手のポイントを知る。 ・入るタイミング ・跳ぶリズム 等	4-1.シンキングタイム ・「跳び手、回し手、グループ全員が楽しむために」をもとに技を創作しよう。 (縄1本)	4-1.シンキングタイム ・様々な縄の回し方に取り組もう。(縄2本)	4-1.シンキングタイム ・「跳び手、回し手、グループ全員が楽しむために」をもとに技を創作しよう。 (縄2本)	4-1.シンキングタイム ・「跳び手、回し手、グループ全員が楽しむために」をもとに技を創作しよう。 (縄2本)	4-1.シンキングタイム ・「跳び手、回し手、グループ全員が楽しむために」をもとに技を創作しよう。 (縄3本)	5. (リエンジョイタイム)【もつともっと楽しもう!】 ・他のグループの技に挑戦する。
	6. 体のまらかさを高めるための運動を試す。 ・柔軟運動 ・一人ストレッチ	4-2.リエンジョイタイム ・創作した技に取り組もう。 (縄1本)	4-2.リエンジョイタイム ・自分の試してみたい縄の回し方に取り組もう。 (縄2本)	4-2.リエンジョイタイム ・創作した技に取り組もう。 (縄2本)	4-2.リエンジョイタイム ・創作した技に取り組もう。 (縄2本)	4-2.リエンジョイタイム ・創作した技に取り組もう。 (縄3本)	6. 体の動きを高める運動(まらかさを高める運動)をする。
	7. 次級段階の学習の見直しを立てる。 ・自分が高めた「体力」について考える。 ・挑戦してみた「縄を使った運動」について考える。	5. 体の動きを高める運動(まらかさを高める運動)をする。	5. 体の動きを高める運動(まらかさを高める運動)をする。	5. 体の動きを高める運動(まらかさを高める運動)をする。	5. 体の動きを高める運動(まらかさを高める運動)をする。	5. 体の動きを高める運動(まらかさを高める運動)をする。	7. 学習を振り返る。 ・学習カードに記入する。
	8. 学習を振り返る。 ・学習カードに記入する。	6. 学習を振り返る。 ・学習カードに記入する。	6. 学習を振り返る。 ・学習カードに記入する。	6. 学習を振り返る。 ・学習カードに記入する。	6. 学習を振り返る。 ・学習カードに記入する。	6. 学習を振り返る。 ・学習カードに記入する。	8. 整理運動をする。
	9. 整理運動をする。	7. 整理運動をする。	7. 整理運動をする。	7. 整理運動をする。	7. 整理運動をする。	7. 整理運動をする。	

『なか』の段階では、まず始めに心と体の関係に気付いたり、体の調子を整えたり、仲間と交流したりすることをねらいとしてエンジョイタイム(縄を使った体ほぐしの運動)を行った。次に「跳び手、回し手、グループのみんなが楽しくできる」をテーマにシンキングタイムとしてグループで縄を使ったオリジナルの運動を創作する活動を行った。グループの編成にあたっては、児童の実態や個人の課題を踏まえて編成し、1グループ7.8名とした。

毎時間の学習の後半には、リエンジョイタイムとして創作した運動にグループで再度取り組む時間を設定した。単調な運動の繰り返しにならないように、予め人数や回数、距離や時間、姿勢や縄に出入りする方向等の条件を設定して取り組ませるように留意した。また、児童の意欲を持続させるために、数値化した記録の伸びだけではなく、「楽にできた」「スムーズにできた」「思っていたより簡単にできた」といった体感も大切に授業を実施した。縄の本数については、時間が進むにつれて2本(図2)、3本と増やすようにし、縄の回し方については基になる回し方を試した後、教室や体育館に例示した。

図2 縄2本での回し方の例



『まとめ』の段階では、今まで取り組んできたことをいかしてパフォーマンス発表会を行った。パフォーマンス発表会では、他のグループの創作した技を見て楽しむとともに、メッセージカードを用意し、友達のよい動きや頑張りについて書いて伝えることができるようにした。発表を交流し合った後は、他のグループが創作した技から興味を持った技をいくつか選んで挑戦する時間を設けた。学習のまとめは、これまでの学習を振り返って伸びや成長を実感できるようにするとともに、体力の向上に向けて、自分にあった高め方を考えること、生活の中に取り入れて実践してみること、具体的な場面や新たな目標を発表し合うようにした。

3. 2. データの収集と分析

3. 2. 1. 授業場面による観察評価調査

本検証授業が一定の児童の身体活動量を確保することができているかを調べるために、高橋ら(1994)が作成した授業場面の期間記録法を用いて各授業場面に費やされた時間的割合を算出し、分析した。この観察法はあらかじめ授業場面を「マネジメント」「学習指導」「認知学習」「運動学習」の4つに区分し、時系列に観察記録し、配当された時間量と頻度を算出する方法である。ここでは、「はじめ・なか・まとめ」の全時間の平均値において「運動学習場面が50%以上」「マネジメントが20%以下」にすることが、児童の一定の身体活動量を確保できていることを示す指標とした。

3. 2. 2. 形成的授業評価調査

授業が一定の質を確保できており、協働的に学び合う学習集団であるという前提で、本検証授業を行うこ

とができているのかを確認するために、それぞれの授業について児童がどのように感じたのかを調べることとした。その際に高橋ら(1994)が作成した形成的授業評価を実施した。この調査票にある4観点9項目を問うことで、その授業の水準を明確に捉えることができる。ここでは、「はじめ・なか・まとめ」において総合評価得点を算出し、分析した。

3. 2. 3. 仲間づくり調査

本検証授業が、単に体力向上のみを目的に個のトレーニングを行うのではなく、児童の協働学習の基で行うことができているのかを確認するために、小松崎ら(2003)が作成した仲間づくり調査を実施した。この調査は、児童が授業をどのように評価したのかを、集団活動に焦点化して調査するもので、授業が示す集団活動の成果を調べることができる。

3. 2. 4. 体力測定

児童の体力の変容から、本授業プログラムの指導効果を検証するため、単元実施前(Pre-test)と単元実施後(Post-test)に記録測定を行った。スポーツ庁「新体力テスト実施要項」に記載されている8種目のうち「長座体前屈」「反復横跳び」「上体おこし」「立ち幅跳び」の4種目、日本スポーツ協会「運動適正テスト」に掲載されている5種目のうち「時間往復走」の1種目を実施した。結果を得点化し、その合計から学級内を体力下位群・中位群・上位群に分けて分析することとした。

3. 2. 5. 運動有能感調査

児童の運動有能感を調べるために、岡澤ら(1994)が作成した「運動有能感測定尺度」を用いた。単元実施前と単元実施後に教室で調査票を配付し、回答させた。データの処理については、「運動有能感測定尺度」の各設問の回答に対して、「よくあてはまる」に5点、「ややあてはまる」に4点、「どちらかともいえない」に3点、「あまりあてはまらない」に2点、「まったくあてはまらない」に1点を付与して平均を算出した。

3. 3. 統計処理

体力測定、運動有能感調査の結果については、Microsoft Excelによる単純集計の後、実験前後の数量データの比較にWilcoxonの符号付き順位検定を利用した。結果の分析は、統計処理ソフトウェアIBM SPSS Statistics 22を利用し、有意水準は5%とした。

4. 結果及び考察

4. 1. 授業場面による観察評価調査

表3は、各授業場面の期間記録の分析結果を示したものである。体育授業の各授業場面の平均割合は、学習指導13.5%、認知学習13.6%、運動学習59.4%、マネジメント13.5%であった。この割合は、高橋ら(1994)が言う「運動学習50%以上」「マネジメント20%以下」であることから、本単元において、児童の一定の身体活動量を確保できた授業であったと言える。

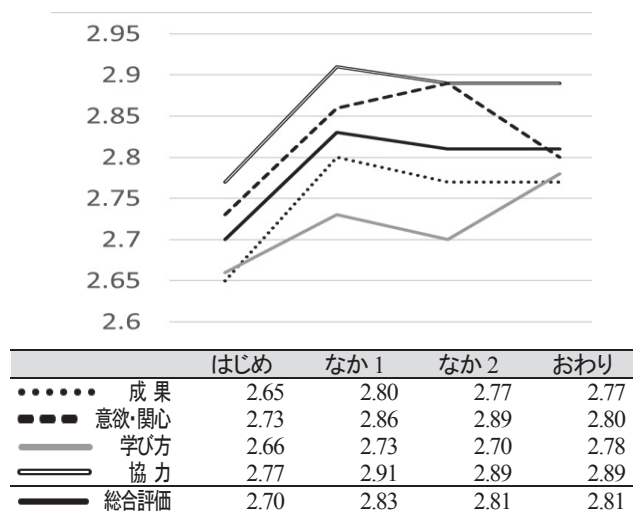
表3 各授業場面の期間記録 数値:分(%)

	はじめ	なか	おわり	平均
学習指導	460(16.3)	300(10.4)	400(13.7)	1160(13.5)
認知学習	340(12.1)	400(13.9)	430(14.8)	1170(13.6)
運動学習	1610(57.1)	1810(62.9)	1700(58.4)	5120(59.4)
マネジメント	410(14.5)	370(12.8)	380(13.1)	1160(13.5)
合計	2820(100)	2880(100)	2910(100)	8610(100)

4. 2. 形成的授業評価調査

図3・表4は、形成的授業評価の総合評価得点及び各因子得点の推移である。本単元ではすべての項目・全時間区分において2.65以上で推移した。2.76以上で推移した。高橋ら(1995)が言うように、形成的授業評価の診断基準において、総合評価得点は、2.58以上が5段階評価の「4」であることから、本単元において、一定の質を確保できている授業であったと言える。

図3表4 形成的授業評価の得点推移(学級平均値)

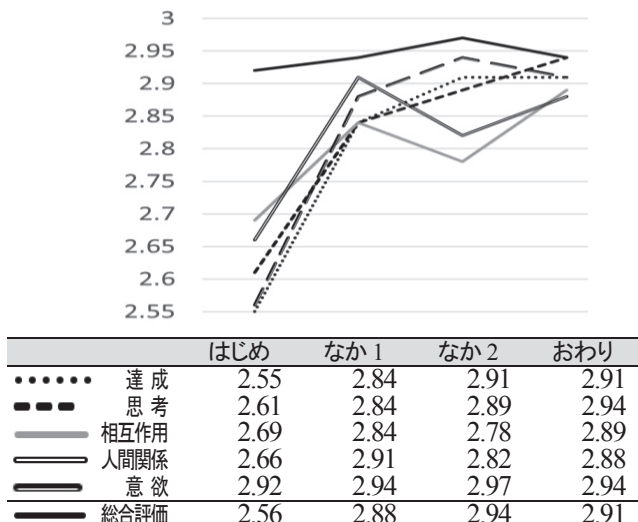


4. 3. 仲間づくり調査

以下の図4、表5は、本単元で実施した「仲間づくり調査票」について、学級全体の平均値の推移である。横軸は授業の経過(はじめ・なか1・なか2・おわり)を、縦軸は3件法による平均値をしめしている。平均値は、選択肢の「はい」に3点、「どちらでもない」に2点、「いいえ」に1点を割り当てて算出した。小

松崎ら(2003)によると、「少なくとも 2.5 以上の平均得点を獲得していることが授業成果の目安と判断される」ことから、本単元ではすべての項目・全時間区分の中で 2.5 点を上回っており、「仲間づくり」について、ある程度の成果が見られたと判断できる。

図 4.表 5 仲間づくり調査の得点推移(学級平均値)



4. 4. 体力測定

表 6 は体力測定の指導計画実施前(Pre-test)と指導計画実施後(Post-test)の結果である。分析の結果、学級全体では「長座体前屈」「時間往復走」「上体おこし」「立ち幅跳び」において 1%水準で有意な差が見られた。「反復横跳び」においては 5%水準で有意な差が見られた。

体力テスト下位群では、すべての測定項目において 1%水準で有意な差が見られた。中位群では、「時間往復走」「立ち幅跳び」において 5%水準で有意な差が見られた。上位群では、「上体おこし」において 1%水準で有意な差が見られた。

本授業プログラムは、長縄を使った全身運動を行ったため、時間往復走のみならず、今回実施したすべての体力テスト項目を向上させる要素の一つであることがいえる。その効果が下位群に顕著に見られた。

4. 5. 運動有能感調査

表 7 は運動有能感調査の指導計画実施前と指導計画実施後の数値を比較したものである。分析の結果、「身体的有能さの認知」・「統制感」については、下位群・中位群・上位群・全体と得点は上昇しているものの単元前後では有意な差が認められなかった。一方、「受容感」については、下位群において単元前後で比較した結果、「(9)一緒に運動する友達がいます」の項目において、5%水準で有意な差がみられた。また「(5)運動

表 6 体力測定の Pre-test と Post-test 間の比較

	種目	Mean (Pre)	Mean (Post)	漸近有意確率(両側)	
下位群	長座体前屈	31.9	33.8	0.001	**
	反復横跳び	38.4	42.5	0.002	**
	時間往復走	33.3	36.7	0.002	**
	上体おこし	15.7	19.2	0.002	**
	立ち幅跳び	129.0	136.5	0.007	**
中位群	長座体前屈	31.7	33.7	0.011	
	反復横跳び	45.9	44.8	0.624	
	時間往復走	36.7	39.2	0.011	*
	上体おこし	19.2	19.9	0.437	
	立ち幅跳び	145.1	148.6	0.041	*
上位群	長座体前屈	35.5	36.8	0.014	
	反復横跳び	49.3	50.3	0.281	
	時間往復走	40.5	40.7	0.670	
	上体おこし	22.3	25.8	0.005	**
	立ち幅跳び	160.0	160.0	0.666	
全体	長座体前屈	33.1	34.7	0.000	**
	反復横跳び	44.3	45.8	0.038	*
	時間往復走	36.8	38.8	0.000	**
	上体おこし	19.0	21.6	0.000	**
	立ち幅跳び	144.3	148.0	0.004	**

表 5 運動有能感の指導計画実施前後の比較

	【身体的有能さの認知】							
	1	2	8	10				
下位群	0.157	0.414	0.096	0.480				
中位群	1.000	0.317	0.564	0.480				
上位群	0.180	0.705	0.180	0.096				
全体	0.059	0.808	0.090	0.333				
【統制感】								
	3	4	11	12				
下位群	0.317	0.317	0.480	0.317				
中位群	0.180	0.083	0.157	1.000				
上位群	0.014	0.655	0.705	0.564				
全体	0.005	0.083	0.218	1.000				
【受容感】								
	5	6	7	9				
下位群	0.008	**	0.157	0.007	**	0.033	*	
中位群	0.083		0.014	*	0.034	*	0.025	*
上位群	1.000		0.157		0.783		0.096	
全体	0.004	**	0.003	**	0.004	**	0.001	**

をしている時、先生が励ましたり応援してくれます」
 「(7)一緒に運動しようと誘ってくれる友達がいます」
 の項目において、1%水準で有意な差がみられた。中位群については、「(7)一緒に運動しようと誘ってくれる友達がいます」「(9)一緒に運動する友達がいます」の項目において、5%水準で有意な差がみられた。全体で見ると、「(5)運動をしている時、先生が励ましたり応援してくれます」「(6)運動している時、友達が励ましたり応援してくれます」「(7)一緒に運動しようと誘ってくれる友達がいます」「(9)一緒に運動する友達がいます」の項目において、1%水準で有意な差がみられた。

これらの結果から、本単元には身体的有能さの認知、統制感、受容感の 3つの視点それぞれにアプローチする要因が含まれており、特に受容感を高める授業づく

りの視点から有効な教材であると考えられる。また、運動有能感を高めることは、生涯体育・スポーツの実践者を育成する上で重要であることから、縄を使った体づくり運動の教材を扱うことに価値があると考えられる。

5. まとめ

本研究は、小学校体育科授業において、体力向上をエビデンスベースとした体づくり運動授業プログラムの開発を行い、体育授業の中で直接的な体力向上を目指す指導の一助とすることである。授業プログラムの有効性を検証するために、様々な視点から授業分析を実施した。結果は、次の通りである。

○授業場面による観察評価調査においては、「はじめ・なか・まとめ」の全時間区分において、運動学習が50%を確保することができており、マネジメントは20%以下であったことから、子供達の一定の身体活動量を確保できている授業であったと言える。

○形成的授業評価調査においては、すべての項目・単元時数の中において2.65以上で推移した。形成的授業評価の診断基準において、総合評価得点は、2.58以上が5段階評価の「4」であることから、本単元において、児童の一定の身体活動量を確保できた授業であったと言える。

○仲間づくり調査においては、すべての項目・単元時数の中において、授業成果の目安と判断される2.5以上の平均得点を上回っていたことから、「仲間づくり」について、一定の成果が見られたと判断できる。

○体力テストにおいては、学級全体では「長座体前屈」「時間往復走」「上体おこし」「立ち幅跳び」において1%水準で有意な差が見られた。「反復横跳び」においては5%水準で有意な差が見られた(特に下位群においては、すべての測定項目において1%水準で有意な差が見られた)ことから、本授業プログラムは、今回実施したすべての体力テスト項目を向上させる要素の一つであることが言える。

○運動有能感においては、「身体的有能さの認知」「統制感」においては、学級全体をはじめ体力測定結果「下位群・中位群・上位群」において有意な差が見られなかった。しかし、「受容感」においては、学級全体ではすべての質問項目において1%水準で有意な差が見られたことから、本授業プログラムは、児童の運動有能感を高揚させる要素の一つであることが言える。

以上の結果より、本授業プログラムは、児童の身体活動量とエビデンスベースとした授業である前提のもと、児童相互の協働学習により仲間・学級づくりを促

進させ、直接的な児童の体力向上にも寄与するものであったと言える。生涯にわたる豊かなスポーツライフ及び健康の保持増進の基礎を培う児童期において、有効な体育授業の一つであることが示唆された。

本実践は、第5学年で実践したものであり、今後は、他学年についても、発達段階に配慮した単元設定や取り上げる運動教材の選定等の検討を踏まえた上で、体育科年間指導計画を見直し、児童の体力向上や運動有能感高揚をエビデンスベースとした授業プログラムをさらに検討する必要があると考える。

【参考文献】

深見英一郎・高橋健夫・日野克博・吉野聡(1997)体育授業における有効なフィードバック行動に関する検討。体育学研究, 第42(3):167-179.

長谷川悦示・高橋健夫・浦井孝夫・松本富子(1995)小学校体育授業の形成的評価票及び診断基準作成の試み。スポーツ教育学研究, 第14(2):91-101

村瀬浩二・落合優(2007)子どもの遊びを取り巻く環境とその促進要因:世代間を比較して。体育学研究, 第52:187-200

國本桂史(2003)子どもが熱中する遊び。子どもと発達発達, 第1(3):157-160

高橋健夫・長谷川悦示・刈谷三郎(1994)体育授業の「形成的評価法」作成の試み:子どもの授業評価の構造に着目して。体育学研究, 第39(1):29-37

高橋健夫(2003)体育授業を観察評価する。明和出版, 12-19, 27-30, 36-39, 158-171

高橋健夫・岡出美則・友添秀則・岩田靖(2010)体育科教育学入門。大修館書店, 82-88, 98-103, 110-116, 149-156, 257-262

この研究は笹川スポーツ研究助成を受けて実施したものです。

 笹川スポーツ財団
SASAKAWA SPORTS FOUNDATION