

令和 3 年度

鳴門教育大学 学校教育学部

小学校教育専修 体育科教育コース

中学校教育専修 保健体育科教育コース

卒業論文発表会



日時：令和 4 年 2 月 12 日(土)9:00～12:30

場所：オンライン開催



令和3年度 体育科・保健体育科卒業論文発表会

1. 日時: 令和3年2月12日(土)9:00～12:00

2. 場所: Teamsによるオンライン開催

3. 日程

(1)開会の辞 コース長 松井敦典先生

(2)口頭発表 一人15分(発表時間10分, 学生専用討議時間3分, 自由討議時間2分)

(3)閉会の辞 4年生担任 藤田雅文先生

発表者	指導教員	開始時間	論文題目
安藤 七海	南 隆尚	9:05	ビーチサンダルの運動パフォーマンスへの即時効果について
橋本 和樹	南 隆尚	9:20	立ち三段跳びからみた跳躍種目の競技特性
高橋 空海	田中 弘之	9:35	エビデンスから考証するマインドフルネス

休憩5分

大西 優里乃	松井 敦典	9:55	女子サッカー選手における2軸キックの研究
船木 克仁	松井 敦典	10:10	男子サッカー選手の目的に応じたヘディングの様態に関する研究
波光 明日海	藤田 雅文	10:25	大学生の運動生活とスポーツ価値意識・幸福感に関する研究 —鳴門教育大学学部生を対象として—
山本 百華	藤田 雅文	10:40	大学生のスポーツ行動(みる・支える)に関する研究 —鳴門教育大学学部生を対象として—

休憩5分

川口 裕	湯口 雅史	11:00	「攻防場面」でのICTの有効活用における一考察 ボール運動ゴール型に着目して
竹村 侑真	湯口 雅史	11:15	担任教師と実習生の言葉かけに関する質的研究
谷 優花子	湯口 雅史	11:30	体育授業における「体育嫌い」を生まないための手立て

ビーチサンダルの運動パフォーマンスへの即時効果について

学校教育教員養成課程

中学校教育専修保健体育科教育コース

安藤 七海

指導教員 南隆尚

【1. はじめに】

少年スポーツ選手における浮き足の増加(宮口, 2020), 扁平足や外反母趾などの足部形態異常を伴う患者の受診数の増加(厚生労働省, 2011) から足部形態に関する問題を抱える者は多い。

幼少期に鼻緒付き草履を用いると土踏まずの形成効果(宮口・出村, 2019), 中高齢に草履を用いると土踏まず形成・転倒予防の効果, 浮き足治療用の草履による足趾屈筋の筋活動量の増加(福山ら, 2005) の報告から鼻緒付きサンダルや草履は足部形態に効果的であることが明らかである。

しかしながら, 先行研究における実験期間は約2ヶ月～4ヶ月と長期的である。学校内にある様々な落下物や子ども同士で足を踏んでしまう可能性があるため, 学校現場での導入は児童生徒の安全面から難しいと考えられる。

保健体育や部活動の時間内でできるサンダルを着用した運動や導入方法を検証することが必要である。

そこで本実験では短時間のサンダルを着用した運動による運動パフォーマンスへの影響を検証することを目的としていた。

【2. 実験】

(1) 実験対象

の実験対象はN大学のハンドボール部, サッカー部, ラグビー部, 硬式野球部, 保健体育科に所属する男子学生32名である。また, 16名をA群, 16名をB群に任意で分けた。

(2) 方法

サンダル着用の影響を見るため, 準備運動とし

て, サンダルを着用し, スキップ, サイドステップ, 約30mのランニングの3種類を行った。比較のため, 同じ運動を体育館シューズを着用して行った。運動時間は約5分であった。

それぞれの運動後に十字ステップ, 立ち幅跳びを測定した。

測定手順は以下の通り。

(A群)

測1	サンダル	測2	体育館 シューズ	測3
----	------	----	-------------	----

(B群)

測1	体育館 シューズ	測2	サンダル	測3
----	-------------	----	------	----

図1 実験方法

(4) 統計解析

データは平均値±標準偏差で示した。データの分析にはMicrosoft® Excel® for Microsoft 365 MSO (バージョン2112ビルド16.0.14729.20224) 32ビットを用いた。各群の平均値の比較には, 対応のあるT検定を用いた。また, 本研究における統計的有意水準は5%とした。

【3. 結果と考察】

十字ステップではA群では測定1と測定2, 測定1と測定3で有意な差が認められた(図2)。一方B群ではすべて測定間において有意な差が認められた(図3)。しかしながら, 立ち幅跳びではA群の試技1, 試技2の平均とB群の試技1, 試技2の平均の間に有意な差が認められなかった(図4)。

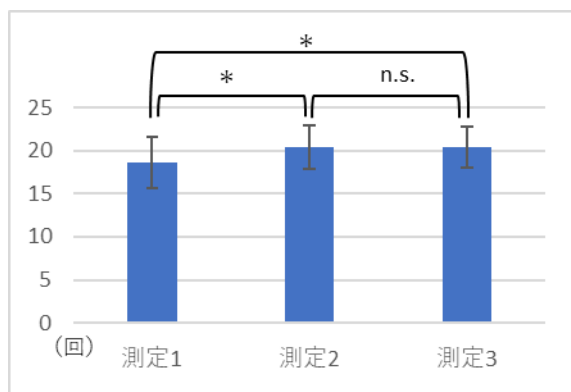


図 2 十字ステップの A 群の各測定の平均値との比較

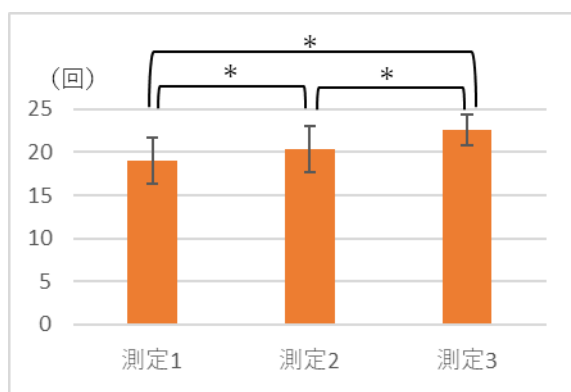


図 3 十字ステップの B 群の各測定の平均値との比較

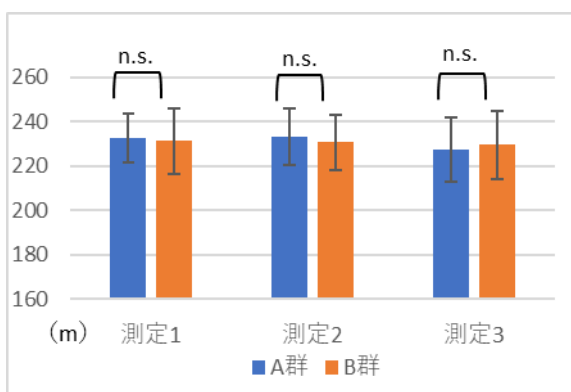


図 4 立幅跳（平均）の AB 間の各測定の平均値との比較

本実験結果から約 5 分程度のサンダルを着用した運動における即時効果として敏捷性が高まることが考えられる。これはサンダル着用時 1 趾と 2 趾でサンダルの鼻緒を挟み、つまむようにして運動を行うため、Toe Break（靴が曲がる位置）時に足趾で床を踏み込むようになり、下腿三頭筋や足趾屈筋の筋活動が増加し、これが敏捷性を高め、

十字ステップの記録向上に繋がっていると考えられる。B 群の結果に関して、すべての測定間において有意な差が認められたことから学習効果が影響していると考えられる。本実験で初めて十字ステップを行う被検者が多かったため、測定回数を重ねれば重ねるほど運動に慣れが生じ記録が向上したと考えられる。本実験前に練習時間を設けていたが、練習時間あるいは練習内容の設定が不十分であり、改善が必要であると考えられる。

一方、短時間のサンダルを着用した運動では跳躍力が向上することはないと考えられる。少年柔道選手が鼻緒のある草履サンダルを用いた実験¹⁾では立ち幅跳びの記録が向上し、草履サンダルの有用性が示唆されたことが報告されている(宮口, 2020)。このことから、サンダルを着用することで跳躍力が向上するが、5 分程度の着用時間では効果はみられない。そのため跳躍記録を伸ばすためには、5 分以上のサンダルの着用あるいは跳躍力を向上させるために必要な運動を行う必要があると考えられる。今後は本実験設定の課題を改善し、サンダル効果が最も早く見られる時間やサンダルを着用した運動方法について検証を行いたい。

【4. 参考引用文献】

- 1) 厚生労働省 (2011) 2011 年度患者調査
- 2) 宮口和義・出村慎一 (2013) 幼児の足裏形態および側圧中心への草履式鼻緒サンダル活用の効果, 発育発達研究第 61 号, 1-8
- 3) 宮口和義・山次俊介 (2019) 中高齢女性における草履式鼻緒サンダル着用の効果, 石川県立大学研究紀要, 69-76
- 4) 福山勝彦・小山内正博・関口由佳・上野詠子・根岸康至・矢作毅・二瓶隆一 (2005) 浮き趾治療用草履着用による歩行時の筋活動, 第 40 回日本理学療法学術大会抄録

立ち三段跳びからみた跳躍種目の競技特性

学校教育教員養成課程

指導教員 南 隆尚

小学校教育専修 体育科教育コース

氏名 橋本 和樹

【緒言】

跳躍動作は、種々のスポーツ場面において基本的かつ重要な役割を果たす運動様式である。その運動の主体は下肢の筋力発揮によって行われるものであるため、垂直跳びおよび立ち幅跳びは下肢の筋力の測定指標として広く用いられている。特に、立ち幅跳びについては、跳躍技術の習得や測定のための場の設定が比較的容易であることから、文部科学省による新体力テストの項目の1つとして、教育現場にも導入されている。

一方で、跳躍種目によっても跳躍の仕方が異なる。両足での跳躍か片足での跳躍か、上方向か前や横方向への跳躍などと競技によって有利に働く跳び方が異なるため、得意とする跳び方が異なることが示唆される。

そこで本研究は、立ち幅跳びと立ち三段跳びの記録から跳躍種目群と非跳躍種目群の比較を行い、跳躍種目群にみられる特徴について明らかにするとともに、各跳躍種目の競技特性を明らかにすることを目的とした。

【方法】

1 被験者

被験者は、N 大学男子バレーボール部（以下、バレー部）11 名、男子バスケットボール部（以下、バスケ部）9 名、男子ハンドボール部（以下、ハンド部）7 名、野球部 10 名、サッカー部 11 名の合計 48 名（年齢：20.5 歳 $\pm$ 1.5、身長：175.7cm $\pm$ 26、体重：66.0kg $\pm$ 31）とした。実験に先立ち、被験者に本研究の目的、方法および実験への参加に伴う危険性についての説明を口頭で行い、同意を得た被験者のみで記録の計測を行なった。また、バレー部、ハンド部、ハンド部を跳躍種目群、野球部とサッカー部を非跳躍種目群とした。

2 測定

（1）形態測定

身長、体重、ボールを蹴る足（利き足）、走幅跳で踏み切る足（踏切足）を測定した。

（2）立ち幅跳び

踏切位置から着地時の踵までの距離を計測した。試技は 1 回練習 2 回計測の合計 3 回行い、高記録を個人の記録とした。

（3）立ち三段跳び

① 踏切—非踏切足—非踏切足—着地

② 踏切—踏切足—踏切足—着地

③ 踏切—非踏切足—踏切足—着地

④ 踏切—踏み切足—非踏切足—着地

以上の 4 パターンの跳躍を行なった。試技は 1 回練習、2 回計測の合計 3 回行い、高記録を個人の記録とした。着地 1 歩目、2 歩目は①～④の決められた片足で着地を行い、次の動作へと踏み切る。全ての跳躍の踏切から着地時の踵までの距離を計測した。

3 分析方法

本実験で得られたデータは、NEC 社製パーソナルコンピュータに入力し、分析を行なった。分析に関しては、Microsoft Excel に入力し、統計処理を行なった。

【結果と考察】

跳躍種目群と非跳躍種目群の 2 つに分けた結果より、立ち幅跳びと立ち三段跳び③の 2 つに有意な差が認められた。跳躍種目では高く跳ぶことが試合を有利に進めることができる。バレー部、ハンド部、バスケ部において試合中踏切足での高い跳躍が多くみられる。一方で非跳躍種目群は、日常の部活動において『跳ぶ』という場面が少ない。そのため、跳躍種目群は踏切足での跳躍に慣

れていることや普段から多く跳躍しているため、連続跳躍を行うための技術が身に付いていることから立ち三段跳びの両群に差が出たことが考えられる（図1）。

立ち三段跳びの各跳躍距離からみた到達距離では、両足での踏切から1歩目までの距離に有意差がみられた。しかし、1歩目から2歩目までの到達距離に関しては立ち三段跳び①と立ち三段跳び②では有意差がみられたものの、立ち三段跳び③と立ち三段跳び④には有意差がみられなかった。また、跳躍種目群の立ち三段跳び①と②、立ち三段跳び③と④を比較すると立ち三段跳び②と④の記録が良いことから、踏切足での跳躍が非踏切足での跳躍に比べ、有意差は出ていないが大きく跳ぶことができていることが分かる。立ち三段跳びの③と④は足を入れ替えての踏切になるが、立ち三段跳び①と②の足を入れ替えない跳躍の方が両群高い記録が出ている。三段跳びの「ホップ・ステップ・ジャンプ」の中で足を踏み変えない理由の一つとして、同じ足での跳躍の方が足を入れ替える跳躍に比べ大きく跳躍できるという報告もある。

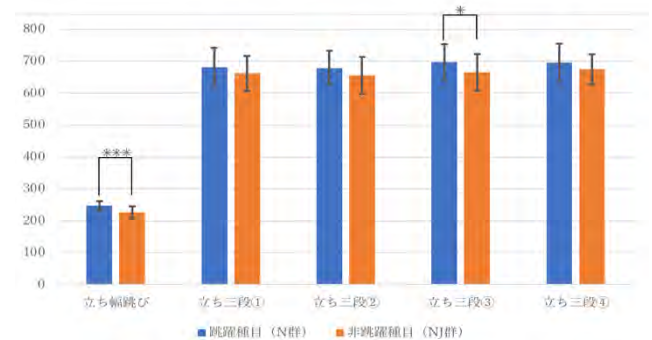
しかし、2歩目から着地を比べると足を踏みかえる立ち三段跳び③と④の方が高い記録である。足を入れ替えない跳躍であっても連続した跳躍場面では下肢筋力や体幹等が関係するため高い記録が出にくい可能性が示唆される。一方で、立ち三段跳び③では非跳躍種目群との間に有意差（ $p < 0.01$ ）がみられ、立ち三段跳び④では有意差（ $p < 0.1$ ）がみられた。立ち三段跳び③、④の全体の跳躍記録からみた2歩目から着地までの距離は45～46%であった。跳躍種目群の競技の特性として、バレーボールではスパイクジャンプでの跳躍、バスケットボールではレイアップやダンクシュートなどでの跳躍、ハンドボールではジャンプシュートなどでの跳躍と高く大きく跳ぶ動作が多いことから本実験の結果になったと推察される。つまり、跳躍種目群の競技特性が立ち三段跳びの

足を入れ替える立ち三段跳び③と④に表れたと推察される（図2）。

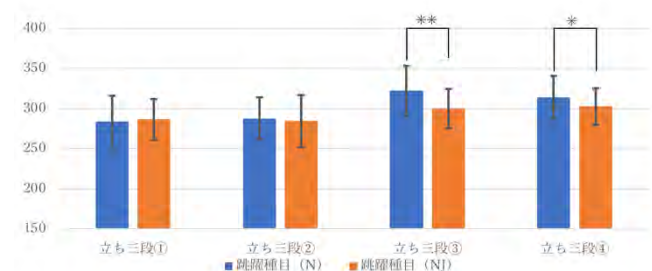
以上の結果から、立ち三段跳びからみた跳躍種目の競技特性として、踏切足での跳躍が高い記録になることや普段から跳躍に慣れている跳躍種目群が大きく遠くに跳ぶことができることが示唆された。

しかしながら、本実験において垂直跳びの計測を行わなかったため、跳躍種目の中での跳躍に関する種目特性があまり明らかにならなかった。

今後は、本研究の結果をもとに、垂直跳びや助走からの跳躍などを計測し、跳躍種目の中でもより細かな競技特性を検証することを継続課題として取り組みたい。



【図1】跳躍種目群と非跳躍種目群の各跳躍の平均



【図2】立ち三段跳びの各跳び方における
2歩目から着地までの到達距離の平均

エビデンスから考証するマインドフルネス

学校教育養成課程

小学校教育専修 体育科教育コース

高橋 空海

指導教員 田中 弘之

I 緒言

近年マインドフルネスが注目を集めている。無料検索エンジンである PubMed で mindfulness のキーワードを含む論文を検索すると、1980 年には 21 報、2000 年は 155 報であったのに対し、2019 年には 2406 報と約 20 年の間で 15 倍以上に増加している（図 1）。

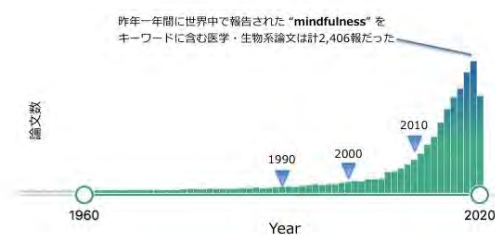


図 1 mindfulness を含む論文数の推移

また、心理療法にもマインドフルネスが組み込まれつつあり、マインドフルネス認知療法(MBCT)、アクセプタンス・コミットメント・セラピー(ACT)など、行動療法の第三の波と言われるセラピーは、マインドフルネスに重点を置いている。

しかし、日本での認知度は依然として低いままである。そこで本稿ではマインドフルネスが心身に及ぼす影響について考証し、日本における普及方法について考えたい。

II 方法

マインドフルネスに関する文献を渉猟し、

その有効性や日本での認知等が進まない原因を探り、普及するための方法を考える。

III 結果と考察

1. マインドフルネスとは

カバットジンの定義によれば「意図的に、今この瞬間に、価値判断をすることなく注意を向けること」である。注意を向ける対象としては、主に思考や感情、体内感覚、五感がある。マインドフルネスとは、考えるというプロセスではなく、気付くというプロセスであり、今という瞬間に自分が体験していることに注意を向け、その変化や現状に気付くことが必要である。日本においては、鎌倉時代以降広まりを見せた坐禅にマインドフルネスの概念を確認することができる。

2. マインドフルネスとストレス

情動を制御する際、脳内では、感情を作り出す扁桃体などの機能を前頭前野が調節するが、マインドフルネスは、前頭前野を活性化させ、否定的な感情になったときでも扁桃体の活動を比較的早く低下させることが判明している。Davidson, R. et al. の研究では、マインドフルネスにより、前頭前野を含む脳部位である左前頭葉の活動が有意に増加することが示された。また、Hölzel, B. et al. の研究において、マインドフルネスが扁

桃体の機能に直接作用する可能性も示唆されている。このような機能が、マインドフルネスがストレスを低下させる機序の一端を担っていると推察される。

3. マインドフルネスと鬱病

デフォルトモードネットワーク (DMN) は、意識的な活動をしていないときに働く脳回路であり、心がさまよっているときに働く回路といわれている。DMN は鬱病との関係性が示唆されており、鬱病患者に多く見られる否定的な思考の反芻は、DMN の過剰活動によるものと指摘されている。実際に、脳の活動を画像化する機能的磁気共鳴画像法 (fMRI) の研究をまとめたメタ分析では、鬱病の患者は DMN の活動量が大きいと結論づけている。10 年以上のマインドフルネス実践者を対象にした研究では、マインドフルネスを行っている間、DMN の活動が部分的に低下したと報告しており、DMN を介して鬱病の軽減に働く可能性が示唆される。Kuyken, W. は、長年にわたって薬物治療を受けている鬱病患者を対象に実験を行った結果、薬物治療を行った群とマインドフルネスを行った群とでは再発率に差はなかったと報告している。

4. マインドフルネスと慢性疼痛

慢性疼痛とは、「客観的、生理的に観察される病態から期待される程度とは著しく不相応な強い痛みが、長期間にわたって持続する病態」である。Kabat-Zinn, J. et. al. の慢性疼痛患者を対象した研究では、通常治療群では変化が表れなかったのに対し、マインドフルネス群では、痛みが 36%改善されたと報告している。

また、約 2 万件の研究をまとめたメタ分析において、マインドフルネスは、鬱、不安、慢性疼痛に対し、薬物治療と同じ水準の効果があると結論づけている。

5. 今後の展望

現在におけるマインドフルネスは、宗教的な要素を除いたものである。しかし、坐禅を目にする機会のある日本においては、マインドフルネスを宗教と混同してしまう場合が多いのではないかと考える。

日本におけるマインドフルネスの普及が進まない一方、平成 30 年告示の高等学校学習指導要領には「精神疾患の予防と回復」の項目が新たに設けられた。同解説には、ストレス緩和としてのリラクセーションの重要性が示されている。

このリラクセーションの方法として、マインドフルネスの実践が有効であると考ええる。また、5 分間のマインドフルネスでも、自己評価における集中力の向上やリラクセーション効果が報告されていることから、保健の授業に限らず、各授業の導入部分で実践することにより、学力の向上も期待される。しかし、実際に企図する場合には、科学的根拠を含めた説明を行い、正しい知識の習得の後に実践することが必要である。理解を伴わない強制的な実施は、マインドフルネスの誤った実践につながり、逆効果となる可能性がある。

また、子供に限らず社会全体の精神疾患患者の増加傾向が示されている。このような状況下において、飲酒や薬物乱用などの行為に走らず、自分の心と身体を癒す方法として、マインドフルネスが普及されることを願っている。

女子サッカー選手における 2 軸キックの研究

学校教育学部 学校教育教員養成課程

小学校教育専修 体育科教育コース

18757025 大西 優里乃

指導教員 松井 敦典

I. 緒言・目的

サッカーにおいてキック動作は、その競技特性を代表する主要な技術である。ゲーム中のシュート場面で最も使用頻度が高いキックはインステップキックである。

一般的に指導されるフォームは、軸足に体重を乗せたまま蹴る蹴り方である。最近注目されているのは、インパクト後に蹴り脚で着地する蹴り方である。この蹴り方は、蹴り脚に体重を乗せることが大切であるとインターネット上の動画サイトなどでは言われている。このインパクト後に蹴り脚で着地する蹴り方は、2 軸キックと呼ばれている。一般的に指導されるフォームは、1 軸キックと呼ばれている。

1 軸キックと 2 軸キックでは、2 軸キックの方が強いシュートを打つことができると言われており、ゲーム中のシュート場面で 2 軸キックを使うことができれば、ゴールにつながる確率が高くなると考えられる。

本研究では、徳島県の社会人女子サッカーチームに所属している選手を対象として、シュート場面を想定した 1 軸キックと 2 軸キックを比較し、2 軸キックの動作の特徴を明らかにすることとした。

II. 方法

1. 場所・対象

本実験は、鳴門教育大学陸上競技場において、

徳島県社会人女子サッカーチームに所属している選手 9 人を対象に行った。

2. 実験方法

2-1. 試技方法

1 軸キック、2 軸キックの練習を 3 本ずつ行った後、1 軸キック、2 軸キックの順で連続して試技を 2 本ずつ行った。

2-2. ビデオ撮影

ハイスピードカメラ（Panasonic 社製、DMC-FZH1）の設定は、解像度 1920×1080、ハイスピードモード（120fps）、マニュアルフォーカスモードに固定した。ハイスピードカメラ 2 台を用いて、被験者の左斜め前及び左斜め後の 2 点から撮影を行った。

3. 分析方法

撮影した映像をパーソナルコンピューター（DELL 社製、XPS 8700）に取り込み、ビデオ解析ソフトの Frame-DIAS6（DKH 社製）を用いて、DLT 法による三次元座標解析での分析処理を行った。

4. 統計処理

得られた値を、Office Excel2016（Microsoft 社製）に出力し、JMP11（SAS Institute Inc 社製）を用いて得られたデータの種類により分散分析と相関分析を行った。なお、検定の有意水準は 5%未満とした。

III. 結果と考察

(1) 2 種類の蹴り方の違い

1軸キックと2軸キックによる各指標の分散分析の結果から、重心挙上量において有意な差が認められた。これは、1軸キックより2軸キックの方が重心挙上量が大きくなったことを示している。この結果から、2軸キックは伸びあがりながらキックしていると考えられる。また、インパクト直前体傾角においても有意な差が認められた。これは、2軸キックの際、インパクト後に蹴り脚で着地するために、体勢が前のめりになることによるものであると考えられる。体を前に倒すことでシュートを抑える効果があると考察する。

(2) ボール速度を決定する要因について

ボールの威力を代表する数値としてボール速度と各指標との相関分析を行った。1軸キックと2軸キックの両方で蹴り脚速度と高い相関を示したことから、ボール速度は蹴り脚速度と高い正の相関関係にある（戸荻ら、1972）という先行研究を肯定する結果が得られた。また、2軸キックでは、重心速度とも相関を示したことから、2軸キックではインパクト後に軸足で踏みとどまらなくてよいと、助走速度を生かしたキックができていいると考えられる。

(3) 2種類のキックのそれぞれの相関

1軸キックで最も高い相関を示したのが、インパクト後股関節角度と重心挙上量であった。これは、股関節角度が大きくなるにつれ、重心が伸びあがっていることを表している。そこから、1軸キックは2軸キックと比べて足を振り上げていることにより、重心が伸びあがっていると考えられる。

2軸キックでは、インパクト時蹴り脚膝角度と蹴り脚速度、テイクバック時股関節角度で相関が認められた。これは、テイクバックを大きくするほどインパクト時の蹴り脚の膝が伸びていることを表しており、インパクト時の膝が伸びると蹴り脚速度が速くなることを表している。また、蹴り脚速度は、ボール速度と高い相関があるため、インパクト時蹴り脚膝角度及びテイクバック時股関

節角度もボール速度に影響を与えられられる。

(4) すべてのキックについて

すべてのキックでは、ボール速度と蹴り脚速度、重心速度で相関が認められた。このことから、1軸キックや2軸キック関係なくボール速度に蹴り脚速度と重心速度が関係していることが分かった。

IV. まとめ

- 1) 蹴り脚速度が速くなるにつれ、ボール初速は速くなる。
- 2) 蹴り脚速度を速くするためには、重心速度を速くすること、テイクバック時の股関節角度とインパクト時の蹴り脚の膝角度を大きくすることが必要である。
- 3) 2軸キックは1軸キックよりも重心挙上量が大きかったことから、2軸キックは伸びあがりながらキックしている。
- 4) 2軸キックは体傾角が前よりになり、シュートの軌道を低く抑える効果がある。

本研究では、データ数が少なかったため、1軸キックと2軸キックの比較でボール速度や蹴り脚速度などで有意な差が認められなかったが、平均値では2軸キックの方が速くなる傾向が見られたため、データ数を増やすことで統計的にも有意な差が認められると考えられる。

V. 引用・参考文献

- 1) 戸荻晴彦・浅見俊雄・菊池武道（1972）、サッカーのキネオロジー的研究（1）、体育学研究, 16(5), pp. 259-264
- 2) 来海郁(2015)、サッカーのインステップキックにおけるインパクト後に蹴り足で着地する蹴り方について, 千葉体育学研究, 37, pp35-37
- 3) 坂本慶子(2015)、女子サッカー選手におけるキック動作の特性, 体育学研究, 59(2), pp. 771-788

男子サッカー選手の目的に応じたヘディングの様態に関する研究

学校教育学部 学校教員養成課程

小学校教育専修 体育科コース

氏名 船木 克仁

指導教員 松井 敦典

I 緒言

サッカーは、いかに得点を奪い、得点を与えないかを競うスポーツである。得点を奪うためのシュートとして、またゴールを守るためのクリアとしてなど、様々な目的としてヘディングが使われるが、N大学サッカー部ではその技術が未熟なため、ヘディング技術の向上が課題となっている。

ヘディングの研究は、ジャンプヘディングの動作に関する研究（池田ら，1989）やトレーニングによるパフォーマンスの変化に関する研究（鈴木ら，2015）は行われているが、目的に応じたヘディング動作についての知見は明らかになっていない。そこで本研究では、落とし、クリア、シュートの3種類のヘディング動作の様態について比較、分析することによってサッカーゲームにおけるヘディングのパフォーマンスを向上させるための、目的に応じたより有効的なヘディングの要領を明らかにすることを目的とした。

II 方法

(1) 被験者

N大学サッカー部 13名

(2) 試技方法

被験者は芝生上に定められたポイントに左足のつま先が合うように立ち、スローワーは3m離れたコーンの横から一定の強さ、高さのボールを供給した。落とし、クリア、シ

ュートそれぞれの有効な試技を二回行った。試技のうち、落としに関しては目的距離(3m)にボールの落下点が近い試技、クリアに関しては飛距離の大きな試技、シュートに関してはヘディングしたボールの速度の速い試技を採用した。

(3) 測定方法

ビデオカメラの設定は、ハイスピードモード(120fps)、解像度1920×1080、マニュアルフォーカスに固定した。ビデオカメラは、被験者から見て左斜め後方、左斜め前方の2方向に三脚を用いて固定した。左斜め前方のカメラには被験者の正面からのヘディング動作が映るように撮影し、左斜め後方のカメラには被験者の側方からのヘディング動作が映るように撮影した。

(4) 分析方法

ハイスピードデジタルカメラのSDカードに記録されたMOV形式の映像ファイルを、パーソナルコンピュータ(DELTA社製XPS 8000)に取り込み、ビデオ解析ソフトのFlame-DIAS 6(DKH社製)を用いて、分析処理を行った。ボールと各身体部位のデジタルズを行い、三次元座標を算出した。

分析処理により算出された評価データをExcel 2016(Microsoft社製)で整理し、JMP(SAS Institute Inc社製)を用いて基礎統計量を算出するとともにデータの種類に応じて分散分析と相関検定を行った。なお、検定

の有意水準は5%未満に設定した。

Ⅲ 結果及び考察

(1) 反発係数について

反発係数において3種類のヘディング動作に有意な差が見られた。反発係数と頭頂速度に有意な相関があったため、頭部の衝突速度により使い分けされていることが考えられた。

(2) 膝角度と各項目の関係

3種類の試技において膝角度に有意な差が認められたが、膝角度と飛距離、反発係数、衝突速度の間には有意な相関は見られなかった。

(3) 打ち出し角と衝突速度の関係

落とし群において、打ち出し角と衝突速度の間に有意な相関が見られた。緩いヘディングは打ち出し角が大きくなる傾向が考えられる。

(4) 飛距離と最大体傾角の関係

3種類の試技のうちクリア群において最大体傾角に有意に大きな値が示された。しかし、その体傾角と飛距離との間には有意な相関は見られなかった。

(5) インパクト時体傾角と衝突後ボール速度Xの関係

シュート群において、インパクト時体傾角と衝突後ボール速度Xにおいて負の相関が見られた。

Ⅳ まとめ

ヘディング動作において、頭頂速度や膝角度、重心高を変化させることにより、目的に応じてヘディングを使い分けることができると考える。落としに関しては、打ち出し角つけ、衝突を緩くすることでボールの勢い

を吸収することができる。クリアに関しては、沈み込みの際に体を大きく傾け、頭部を高い速度でボールに当てることが重要である。シュートに関しては、体の後ろで頭部をボールに当てることで、より速いシュートを打つことができる。

Ⅴ 参考文献

- 1) 笹川スポーツ財団, スポーツライフ・データ(2018), [read://https://www.ssf.or.jp](https://www.ssf.or.jp) (参照日 2022年1月29日)
- 2) Bleacher Report Football, <https://www.facebook.com/BleacherReportFootball> (参照日 2022年1月29日)
- 3) Daniel F. Mackay, Emma R. Russell, Katy Stewart, John A. MacLean, Jill P. Pell, and William Stewart. Neurodegenerative Disease Mortality among Former Professional Soccer Players. *N Engl J Med*; 381:1801-1808 (2019)
- 4) 池田晃一, 松本光弘, 阿江通良, 森岡理右(1989), サッカーにおけるジャンプヘディングに関する研究, 片足ジャンプと両足ジャンプの動作の特性について, 日本体育学会大会第40大会号, 727.
- 5) 鈴木大地, 鎌田安久, 栗林徹, 澤村省逸, 清水将 (2015), 中学サッカー部員におけるヘディングトレーニングの効果, 岩手大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要, 14, 171-178.
- 6) 財団法人日本サッカー協会, 技術委員会, 医学委員会, JFA 育成年代でのヘディング習得のためのガイドライン (幼児期～U-15) (2021)

大学生の運動生活とスポーツ価値意識・幸福感に関する研究

－鳴門教育大学学部生を対象として－

学校教育学部 学校教育教員養成課程

小学校教育専修 体育科教育コース

指導教員 藤田 雅文

波光 明日海

I 緒 言

スポーツは子どもから高齢者までの心身に望ましい効果があり、スポーツを通じて人々は幸福で豊かな生活を営むことができると考えられている。スポーツ庁は、第2期スポーツ基本計画を2017年に策定し、2022年までに成人の週1回以上のスポーツ実施率を65%にするという数値目標を掲げている。しかし、本学の学生生活実態調査報告書では、その現況は明らかにされていない。そこで本研究では、本学学部生の運動生活（「する」スポーツ）の実態を明らかにすること、さらに、継続的に運動を実施している学生と実施していない学生のスポーツ価値意識と幸福感の差異等について分析することを目的とした。

II 方 法

1. 調査対象・方法

鳴門教育大学の学部生を対象として集合法による質問紙調査を行った。有効回答数は1年生103人、2年生69人、3年生57人、計229人であった。

2. 調査期間

令和3年7月下旬～8月上旬

3. 調査内容

主な質問項目は、以下の通りである。

- ① 現在の運動生活・運動頻度
- ② 小学・中学・高校時代の運動経験
- ③ スポーツ価値意識
- ④ 自身の幸福感

4. 統計処理

Windows10のMicrosoft Excel2016とjs-STARを用いて、単純集計、クロス集計、正確二項検定、カイ二乗検定を行った。

III 結 果

(1) 現在の運動生活

体育会運動部員(40.2%)が最も多く、次に、その他運動者(27.1%)と非運動者(26.6%)で、スポーツ系同好会員は少ない(13.5%)傾向がみられた。また、性別で比較すると、体育会運動部員(男56.0%：女25.9%)、非運動者(男13.8%：女38.8%)であり、男女間に5%水準の有意な差が認められた。

(2) 運動頻度

体育会運動部員は、週3日活動している者が最も多く(70.0%)、スポーツ系同好会員は、週2日活動している者が最も多かった(44.8%)。また、全体では、週1回以上運動している者が72.9%であり、スポーツ庁の目標値に達していることが分かった。

(3) 運動経験

現在何らかの運動をしている者は、小学校・中学校・高等学校時代にも90%以上の者が積極的に運動をしていたことが分かった。非運動者は、運動をしている者に比べて、小・中・高を通じて運動をしていなかった者が多く、特に、高等学校時代には41.0%の者が運動をしていなかったことが分かった。

(4) 運動実施・非実施の理由

運動者の運動実施理由は、「健康維持」(50.0%)や「体力向上」(36.9%)といった、健康・体力に関する理由で運動を実施していることが分かった。非運動者の運動をしない理由は、「機会がない」(39.3%), 「運動したいと思わない」(37.7%), 「ほかの遊びや趣味がある」(36.1%)が主たる理由であることが明らかになった。

(5) スポーツ価値意識

回答者全体では「健康維持」(82.1%) 「体力向上」(78.2%) 「ストレス解消」(47.6%)といった心身の健康・体力に対する効果を強く認識しており、「運動技術の向上」(61.6%) 「友人関係の構築」(51.1%)に対する効果も強く認識していることが分かった。また、体育会運動部員は「運動技術」(79.3%)に対する効果を他の類型者より有意に高く認識しており、非運動者は「自信・決断力」(16.4%), 「協調性」(23.0%)に対する効果を他の類型者より有意に低く認識していることが分かった。

(6) 幸福感

運動者は「全般的に見て」「同じ世代の人と比べて」幸せであると肯定する者の割合が高く(79.5%)(63.2%), 非運動者も肯定する者の割合は高かった(75.4%)(50.8%) が、運動者と比較すると肯定する者の割合は有意に低く、「どちらともいえない」と回答した者の割合(29.5%)(31.1%)が有意に高いことが分かった。

IV 総括

本研究の結果、鳴門教育大学の学部生の72.9%が、何らかの運動を週1回以上行っていることが分かった。また、スポーツ価値意識では、心身の健康・体力、運動技

術、友人関係に対する効果を強く認識していること、非運動者は、自信・決断力、協調性に対する効果を低く認識していることが分かった。さらに、自身の幸福感については、運動をしている者の方が、非運動者に比べて幸福感が高いと認識していることが分かった。

V 今後の課題

本研究は、鳴門教育大学の学部生のみを対象に調査を行ったため、1大学の事例的研究であると言える。今後は調査対象を拡大し、大学間、地域間、さらには、日本とアメリカの比較といった、国家間の差異も検討する必要があると考える。また、運動者は非運動者に比べて自身の幸福度が高いという結果についても、より詳細な調査が必要であると考えられる。

主要文献

- 1) 田中秀幸・窪田辰政・山本章・伊藤宏(2009) 大学生のスポーツに対する意識の研究：男子学生と女子学生の比較、静岡大学教育学部研究報告、教科教育学篇、41、219-227.
- 2) 望月拓実・柴田紘希・斎藤麗・菅谷美沙都・横山剛士・石井十郎・川崎登志喜・藤田雅文・中路恭平(2021) 大学生のスポーツライフの実態からみる生涯スポーツ普及に向けた課題の検討、体育・スポーツ経営学研究、34(1)、45-63.
- 3) 宍戸邦章・佐々木尚之(2011) 日本人の幸福感－階層的 APC Analysis による JGSS 累積データ 2000-2010 の分析－社会学評論、62(3)、336-355.

大学生のスポーツ行動（みる・支える）に関する研究

－鳴門教育大学学部生を対象として－

学校教育学部 学校教育教員養成課程

小学校教育専修 体育科教育コース

指導教員 藤田 雅文

山本 百華

I 緒言

日本における生涯スポーツの推進は、1961 年制定のスポーツ振興法を皮切りに、保健体育審議会答申による政策の実行や総合型地域スポーツクラブの設立・育成などによって展開されている。青年期以降のスポーツライフについては、運動不足がもたらす健康リスクへの対策や、医療費増大を懸念した運動習慣の重要性が指摘されている。そのため、いかにして青年期以降のスポーツライフを構築するかが多く検討されている（望月ら、2021）¹⁾。

本研究では、青年期のスポーツライフの構築の重要性を鑑みて、鳴門教育大学学部生のスポーツ行動（みる・支える）の実態を把握し、その特徴から導き出された課題を検討することを目的とする。

II 方法

1. 調査対象・方法

令和 3 年度に鳴門教育大学に在学している学部 1・2・3 年生を対象として、集合法による質問紙調査を行った。

2. 調査期間

令和 3 年 7 月下旬～同年 8 月上旬

3. 有効回答数

1 年 103 人、2 年 69 人、3 年 57 人、
計 229 人

4. 調査内容

(1) 属性

「性別」「学年」「現在の運動実施状況」

(2) スポーツを「みる」行動

① 大学入学後の「スポーツをみた頻度」

「よく」「時々」「ほとんど」「全く」

② スポーツをみた「媒体」

「テレビ」「スマートフォン・パソコン」

「試合会場で」「その他」

③ みたスポーツ競技・種目

(3) スポーツを「みる」行動の価値意識

本間・松岡²⁾の先行研究で作成された、
5 尺度 12 項目の調査票を用いた。

(4) スポーツボランティア

「経験の有無」「経験した内容」「経験のない理由」

(5) スポーツを「支える」行動の価値意識

望月・作野³⁾の先行研究で作成された、
7 尺度 30 項目の調査票を用いた。

III 結果と考察

(1) 運動頻度

回答者全体の運動頻度は、「週に 3～5 日程度」(37.1%) が最も多く、次に「ほとんど運動していない」(26.6%)、「週に 1～2 日程度」(23.1%) であり、「月に 1～3 日程度」(8.7%) と「週に 6 日以上」(4.4%) は少ないことが分かった。

(2) スポーツを「みる」行動

「よくみた」(32.8%)「ときどきみた」(35.8%)と回答した者が、合わせて7割弱であり、その他の回答より有意に多いことが分かった。また、運動頻度とスポーツを「みる」頻度の関係は、運動頻度が高い群とほとんど運動をしない群の両極において差があるという関係性であり、運動頻度とスポーツを「みる」頻度の間に正の相関関係があるとは言えない結果であった。

(3) スポーツを「みる」行動の価値意識

直接スポーツを観戦した場合の価値意識は、プレイヤーの高い「パフォーマンス」による驚きの体感、ドキドキ・ハラハラする試合展開や思いもよらない試合結果に終わるスポーツの試合の「ドラマ」性、応援しているチームの勝利に歓声を上げ、涙するような場面の「達成代理」に強い価値を感じていることが明らかとなった。

テレビやインターネットなどのメディアを通してスポーツを観戦した場合の価値意識も直接みる場合と同様の結果であったが、肯定する回答の割合は全体的にやや低くなっていた。

(4) スポーツを「支える」行動

大学入学後にスポーツボランティアの経験がある者(6.1%)は非常に少ない結果であった。スポーツボランティアの主な内容は、大会の運営補助や小学・中学・高校生に対するスポーツの指導であった。また、自分が卒業した学校でのボランティア活動も散見された。

スポーツボランティアの経験がない理由は、「行っ機会がない」(58.1%)が最も多

く、次に「行いたい活動がない」(48.0%)であった。新型コロナウイルス感染者拡大防止のため、多くのスポーツイベントが中止になった影響も考えられるが、スポーツボランティアをしたいと考えていても、本学学部生はその機会に恵まれていないことが分かった。

(5) スポーツを支える活動(スポーツボランティア)の価値意識

「強くそう思う」「そう思う」と肯定した回答者の割合の平均値を算出した結果、「社交」68.8%、「学習」66.3%、「キャリア」65.9%、「社会的義務」65.7%、「自己改革」64.1%、「能力・経験活用」62.2%、「地域奉仕」51.2%の順であり、本学学部生は、スポーツを支える活動(スポーツボランティア)の価値に対して肯定的に捉えていることが分かった。

引用文献

- 1) 望月拓実, 他 8 名 (2021) 大学生のスポーツライフの実態からみる生涯スポーツ普及に向けた課題の検討, 体育・スポーツ経営学研究, 34(1), 45-63.
- 2) 本間崇教・松岡宏高 (2017) 第 2 章みるスポーツの価値意識に関する研究, 木村和彦編, 平成 28 年度日本体育協会スポーツ医・科学研究報告 I, 新たなスポーツ価値意識の多面的な評価指標の開発ー第 3 報ー, 24-32
- 3) 望月拓実・作野誠一 (2017) 第 3 章ささえるスポーツの価値意識に関する研究, 木村和彦編, 平成 28 年度日本体育協会スポーツ医・科学研究報告 I, 新たなスポーツ価値意識の多面的な評価指標の開発ー第 3 報ー, 33-39

「攻防場面」での ICT の有効活用における一考察 ボール運動ゴール型に着目して

学校教育学部 学校教育教員養成課程
中学校教育専修 保健体育科コース
川口 裕

指導教員 湯口 雅史

1. 緒言

現在は、Society5.0 時代の到来により、学校教育も大きく変化している。GIGA スクール構想により、PC 端末は鉛筆やノートと並ぶ必要不可欠な道具となりつつあり、仕事や家庭など、社会のあらゆる場所において ICT の活用が日常のものと認識されるようになった。今日までの教育実践の蓄積の上に、最先端の ICT 教育を取り入れ、これまでの実践と ICT の双方のよさを合わせた活用をしていくことにより、これからの学校教育は劇的に変わるとされている。また、平成 29 年度告示の学習指導要領において「情報活用能力」は、学習の基盤となる資質・能力と位置づけ教科横断的にその育成を図ることとされており、あわせて、その育成のために必要な ICT 環境を整え、それらを適切に活用した学習活動の充実を図ることとされている。そのとりくみの参考となる「教育の情報化」の手引きによると、情報通信技術の時間的・空間的制約を超える、双方性を有する、カスタマイズを容易にするといった特徴を生かして教育の質を向上させるため、「①情報教育」「②教科における ICT 活用」「③校務の情報化」の 3 点を実現することが極めて重要であるとされている。

そこで注目したのが「②教科における ICT 活用」である。先行実践に、小学校体育の授業において ICT を活用した事例はあるものの映像を活用し、運動のポイントや自分の動きを視覚的に把握するといった活用方法が大半を占め、他の ICT 活用例については、あまり見当たらない。

筆者が受けてきた体育の授業やクラブチームでのサッカーにおいて、ICT を活用した経験はなく、作戦や戦術を練る際はホワイトボードを使用していた。そこで、ボール運動ゴール型領域「サッカー」の授業において、攻防を面白くするためのイメージツールとして ICT を活用することで、子どもの中では、興味を持って作戦を立てるののだろうかに興味を持った。

2. 研究の方法と実際

(1) 研究対象

徳島市 T 小学校 6 年 1 組の児童（男子 18 人 女子 14 人）

(2) データの分析と収集

① 収集方法

- ・児童が記述した振り返りシートを収集する。
- ・授業内での児童の発言の様子や筆者が児童に質問したことを記録する。

② 分析

- ・収集した質的データ（振り返りシート）をテキストデータ化する。
- ・KH Coder（フリーソフト）の共起ネットワーク、階層的クラスター分析を活用して解釈する。
- ・KWIC コンコーダンスを使用し、分析で解釈しきれなかった語や解釈が異なる語を、前後の語を抽出し、より正確な解釈をする。

3. 結果と考察

作戦ボードとしての活用のメリットとして、「全体的な動きのイメージのしやすさ」「作戦の共有のしやすさ」が考えられる。これは、分析ツールにおいて好意的発言の中心的な語として「行動」「イメージ」「使いやすい」「良い」が現れていたことから言える。このことから、味方や相手のフォーメーション、ボールを持たないときの動きの共有を作戦ボードアプリ内にあるアニメーションモードを活用して可視化することで、全体の動きや流れを理解することが容易になったのではないかと考える。

デメリットとしては、作戦ボード内ツールの機能の問題としてではなく、「タブレットの画面の見にくさ」等使用時の使い勝手の悪さが挙げられる。これは、分析ツールにおいて否定的発言での中心的な語として「日光」「見えない」が現れていたことから言える。このことから、タブレットやアプリの機能、作戦ボードとしての使用に問題はないが、天候が画面の見やすさに影響し、思うようにタブレッ

トを利用できなかったのではないかと考える。また、最終振り返りシートで作戦ボードの使用経験を問うてみたところ、「使用経験がある」と判断ができる記述の回答をしたのは32人中9人だった。このことから、作戦ボードを使用した授業経験や個々の作戦ボードに対する必要感の差によって、チームによつての活用頻度に差が生まれたのではないかと考える。

4. 結論

共起ネットワーク図と階層的クラスターの分析から、タブレットには作戦の立案やゲームの中での動きを説明するメリットがあり、学習教具として有効活用できる可能性があることが分かった。また、外でタブレット使用した授業を行う際は、タブレットの明るさ調節をし、児童がストレスなく有効活用できる可能性があることが分かった。また、今回は無料の範囲内でのアプリ利用であったため、立案された作戦はスクリーンショットや画面録画機能を使って保存する形となった。作戦を即時保存できれば、もっと楽に使うことができることが分かった。

作戦で作戦の立案はできていたものの、ゲームの中ではその作戦は形にならず遂行にまで至っていないように感じた。作戦ボード上での立案と実践練習が別々の学習となってしまうように相互に絡めあいながら進めていく必要がある。単元の見通しを持ち、学習教具としての価値や導入のタイミングを考えるなど、教材研究を通して、教師があらかじめ学んでおくようにしたい。

担任教師と実習生の言葉かけに関する質的研究

中学校教育専修

保健体育科教育コース

竹村 侑真

指導教員 湯口雅史 教授

1. 研究の動機

主免教育実習で、中学校3年生を対象として、「ハードル走」の授業を実践していく中で、生徒に学習活動の説明や活動時の言葉かけを行う際に、適切な言葉かけができずに生徒の活動が活性化しない場面が多々あった。筆者は、授業中に言葉かけの工夫を試みたが、考えがまとまりきらず、どのようにすればよいかわからないまま実習を終えてしまった。また筆者は小学校教諭を目指しており、担任が学級経営を行い、授業も担当するため担任と子どもとの密接な関係が必要である。

こうした実習での経験と筆者が希望する就職先での実態を踏まえ、体育授業において、担任と実習生の言葉かけの質的な違いにはどのようなものがあるかということに関心を持った。

2. 先行研究の探索

これまでの体育授業における担任と実習生の言動の比較に関しての先行研究は少なく、具体的にどのような言葉かけをしているのか質的研究は見当たらなかった。

高橋ら(1991)の研究により、教師の授業における指導行動を、マネジメント、直接指導、巡視、相互作用、の4つに大別し、これらを4大教師行動と名付けている。それぞれに効果的な教授技術が明らかにされ、子どもが評価する良い体育授業にみられる教

師行動の特徴は、①マネジメント行動が少ない、②学習の進め方に関する説明などの直接的指導が少ない、③発問、応答、フィードバック、補助等の相互作用が多い、④相互作用につながる積極的な巡視がみられる、⑤全体や集団のかかわりだけでなく個々の子どもへのかかわりが多い、とされた。

また岡沢ら(1990)は、間接的な教師の働きかけで児童の主体性を引き出そうとする『受容』型の教師のほうが直接的・権威的な教師の働きかけによって授業を展開しようとする『権威』型の教師と比較して、優位に高い評価を得ることが認められる

一方で江藤(2020)は授業の中で実習生は「発問に対する児童の回答を導き出さず、実習生がポイントを限定し、さらに授業の計画を進めることを意識していたと考えられる(中略)養成段階の学生は、指導方法を行うことを優先したり、児童の課題(つまりぎ)を理解・把握できない現状がある」と述べている。

3. 研究の実際

本研究では、同じ単元の体育授業について、担任と実習生がどのように子どもを見て、言葉かけをしているかを検討していく。そのために、指導側の言葉かけを詳細に記録し、先行研究で述べられている内容について実際の言葉かけについて検証していく。

(1) 研究方法

以下を対象に調査を実施した。調査に先立ち、本研究についての趣旨説明を行い、了

承を得た上で調査に臨んだ。

観察①

期間：令和3年11月4日～11月11日

対象：徳島市F小学校2年生

単元：「とびっこあそび」

観察②

期間：令和3年11月26日～11月29日

対象：徳島市F小学校6年生

単元：「コーンに進め！進ませないぞ！」

(2)データ収集方法

体育授業を第三者として観察し、授業者にマイクをつけていただき、児童への言葉かけを記録した。

(3)分析方法

四大教師行動「マネジメント・直接指導・巡視・相互作用」について言葉かけを分類し、特徴を洗い出したものを三名の学生で分析し、客観性を持たせた。

4. 結果及び考察

本研究の中で、体育授業における担任と実習生の言葉かけの違いには、「マネジメント場面を短縮する工夫」「学習の進め方に関する説明などの直接的指導」「より話し合い活動を活発にさせるための言葉かけ」「『励まし』の言葉を踏まえた相互作用的な言葉かけ」が考えられた。

実習生は授業計画通りに進めたいという意識の強さからか、マネジメントに関する言葉かけでは、子どもに繰り返し指示することが多い。それに対し担任のマネジメントに関する言葉かけは、一度の説明や指示で子どもを動かしており、それにより子どもは授業に集中したり、より思考を活性化させることができていた。

学習の進め方に関する説明等の直接指導

は、担任の方が次に行う活動に対して具体的に言葉かけを行っていた。それに対し実習生は説明が抽象的であった。このことにより、次の活動に対して意識する部分が明確になることで活動がより深まっていくものになるのではないかと考える。

話し合い活動を活発にさせるための言葉かけでは、実習生は子ども個々人に対して発問を行うことが多く話し合いが活性化するような言葉かけではなかった。それに対し担任は発問の中に、具体的な動きの説明を入れることや、学級全体に問いかける言葉かけをすることで話し合い活動や子供の思考を活性化しようとする意図を持った言葉かけの特徴が見られた。

励ましの言葉を踏まえた言葉かけでは、実習生は子どもが活動することに対して、指導案に記述している指導をしなければならない内容を優先することが多かった。それに対し担任は、褒めたり励ましたりする言葉かけが多く、このことにより子どもは、より意欲的に授業に取り組むことができていたと考える。

5. 終わりに

本研究から、担任と実習生の授業実践力の差として言葉かけについて考察してきたが、同じ意味のように聞こえる言葉かけでも、その後続く言葉や多少の言葉の違いで明らかに子どもに対して与える影響や印象が違ってくるものになると感じた。

今後、筆者が授業実践を行うにあたって、本研究で明らかになった、マネジメントや説明に関しての言葉かけ、子どもの学習意欲や話し合い活動を活発にするための言葉かけを試行錯誤しながら高めていきたいと考える。

体育授業における「体育嫌い」を生まないための手立て

学校教育教員養成課程

小学校教育専修 体育科教育コース

氏名 谷 優花子

指導教員 湯口 雅史

1 緒言

現代の小学生の体育に対する意識はというと、「一番好きな教科は体育である」と、12.9%の児童が選んでいる(2019 学研教育総合研究所調査)。しかし、子どもたちの中には、体育を苦手とし、嫌う児童が多くいるのも事実である。同調査でも 5.8%の子どもが「一番嫌いな教科は体育である」と選んでいる。筆者が経験したボランティアでの授業の指導補助や教育実習の中でも、体育を嫌がる子どもが何人か見うけられたのだが、体育が好きだった筆者にとっては、その子どもたちの気持ちを十分に理解してあげることができていなかったように思う。そこで、この体育嫌いについて、要因を明らかにするとともに、体育嫌いを生まないための手立てについて研究していくこととした。

2 研究方法

インターネットリサーチから得られた体育嫌いの要因のデータを元に、徳島県内の小学校に勤務する先生方が、授業を行う際に意識されていることや工夫等についてのインタビューを行い、インタビューデータを元に体育授業における「体育嫌い」を生まないための手立てについて KH Coder を用いて分析・考察することを目的とした。

(1) 体育嫌いの要因調査

①研究対象

SNS 上で「体育が嫌いである」という人達

②データの収集

- ・インターネットリサーチ

③分析

- ・カテゴリー分け

(2) インタビュー

①研究対象

徳島市内の小学校教員 6 名

- ・体育主任や体育を研究教科としている先生 5 名
- ・体育主任や体育を研究教科としていない先生 1 名

②データの収集

- ・半構造インタビュー

③分析

- ・KH Coder (フリーソフト) の共起ネットワーク

3 結果と考察

インターネットリサーチから得られた体育嫌い要因の分析では、「勝ち負け」や「できる」「できない」、「他者との比較」等の要因から体育嫌いが生まれたデータが数多く収集された。そこから、体育嫌いを生み出す 1 つの要因として、子どもが体育の授業の中で「できる」「できない」の世界に押し込められているのではないかと解釈した。それは、教師の体育に対する考え方からの言動や場の設定も、大いに影響していることが分かった。

現職の先生方へのインタビューを行い、

得られたテキストデータをテキスト化し、KH Coder を用いて分析した結果、「体育嫌い」を生まないために以下の手立てを取ることが大切であると考えた。

- ・観点別の評価方法や、評価する観点を子どもに示すこと
- ・「勝ち負けにこだわりさせすぎない」指導の徹底
- ・目の前の子どもの実態に合わせて、どのような学びをさせたいかによってチーム分けの方法を検討すること
- ・全ての子どもが同じ土俵に立てるようなルール工夫
- ・「やってみようかな」と挑戦したくなったり、成功体験を味わえたりするような場づくり
- ・運動の特性や動きのコツを理解し、個に応じた指導を行うこと
- ・運動が苦手な子どもに焦点を当てた授業づくり
- ・日頃から子どもの人間関係や言動に気をつけることで子ども一人一人が安心して学び、挑戦できる雰囲気・環境づくりを行うこと

4 終わりに

運動が苦手な子どもに対して、教師が指導者として配慮しなければならないことは、「子どもが体育を通して運動すること自体を嫌いにさせない」ということである。このことは運動が得意な子どもに対しても同じことが言える。教師が積極的にコミュニケーションをとることに加え、子どもが恥ずかしい思いやできない思いをすることがなく、成功体験などの良い経験をすることで自己有能感を高めることができる

授業であれば、子どもはきっと運動や体育の授業が嫌いになることはないはずである。教師は、常に学習中の子どもの動きに変化を見取り、「認める」「励ます」ことを意識しなければならない。また、そのために、いきなり難しい運動に挑戦させるのではなく、やさしい運動から自己の能力に応じて段階的に取り組ませることも大切だと考える。

また、2021 年に開催された東京オリンピック・パラリンピック競技大会を契機に、運動への関心を高め、「する、みる、支える、知る」などの多様なスポーツとの関わり方を楽しめるようにしていくことも求められている。つまり、単に「できる・できない」という結果を求めるような捉えではなく、運動に夢中になって取り組んでいる過程において、仲間とお互いに観察し合うこと、補助や話し合い、アドバイス等で支え合うこと等を通して課題を解決していくことが、運動の特性や魅力をより味わうことに繋がるのである。そして、そのような経験の積み重ねが生涯に渡って運動への関心を高め、運動に親しむ素地を形成していくと考える。

今回の研究では、複数の先生の共起ネットワーク図に共通して出現した語から体育嫌いを生まないための手立てについて考察したが、現場で先生方が実際に取っている手立ては今回の研究で取り上げたもの以外にも「めあての設定」や「チームでの活動」に関する手立て等数多くあると考えられる。今後は考察した手立てを活用し、実際に体育嫌いの子どもの数を減らし、運動好きや体育好きの子どもの数を増やすことができるように、現場の指導に生かしていきたい。