

小学校における「体づくり運動」の状況

－ 教員の意識調査を通して －

深 谷 秀 次
早 川 健太郎
渡 部 琢 也

摘要：小学校における「体づくり運動」の指導について教員の意識調査を行った。その結果、教員は「体づくり運動」の重要性を認識しているが、ウォーミングアップや他の競技運動の補助的な内容として扱っていることが多く、単独の単元として実施している教員は半数に満たないことが分かった。その理由は「体づくり運動」についてのとらえ方が様々であるとともに、児童の関心意欲を持続させることが難しく、授業や単元を維持するに必要な運動についての知識や実践力に自信がないことが示された。こうしたことから「体づくり運動」の研修を多くの教員が望んでおり、「体づくり運動」についてより多くの教員が参加できる校内研修の実施が必要であること、児童の関心意欲の持続という観点からは、競争、克服、記録達成による目的化だけでなく、運動による心と体の開放とリフレッシュ、心身の健康の保持増進といったフィットネスの考えを児童の学習の目的として確立することが必要ではないかと考えた。

キーワード：体づくり運動 研修 児童の関心意欲の持続 フィットネス

I はじめに

平成 25 年度の「体力・運動能力調査」の結果を平成 26 年 10 月に文部科学省が発表した。「体力・運動能力調査」は、東京オリンピック・パラリンピック競技が開催された昭和 39 年度から国民の体力・運動能力の現状を明らかにするために小学生から高齢者までを対象に実施されている。平成 10 年度から「新体力テスト」となり、いくつかの種目が変更されているが、握力・反復横と

び・ボール投げ・50m 走は昭和 39 年から 50 年間にわたって行われてきている。

今回の「体力・運動能力調査」によれば、平成 25 年度の小学生（11 歳）の体力は、最も体力・運動能力が高かった昭和 60 年頃の水準と比較して反復横とびでは上回っているものの握力がやや下回っている。さらにボール投げでは著しい低下が見られ、最も高い水準にあった昭和 39 年頃と比較すると男子で 6m 程度低下している。同じく女子においても最も高い水準にあった平成元年ごろと比較して 2m 程度低下している。しかし、「新体力テスト」が実施された平成 10 年から今回の平成 25 年度までの 16 年間における「新体力テスト」合計点では緩やかではあるが向上傾向を示している。このことから近年では小学生の体力は全体として向上傾向にあるが、種目によっては向上しているものもあれば大きく低下しているものもあり、体力にアンバランスが見て取れる。

体育科の内容は運動領域と保健領域から構成されており、現行の小学校学習指導要領では「体づくり運動」は全ての学年での運動領域構成の一つとなっている。その背景には平成 20 年「小学校学習指導要領解説 体育編」で述べられているように「体力の低下傾向が深刻な問題となっていることや積極的に運動する子どもとそうでない子どもの二極化への指摘があること」がある。

「体づくり運動」は「体ほぐし運動」と「体力を高める運動」の 2 つの運動で構成され高学年で行われていたが、平成 20 年改訂では新たに低学年・中学年に「体づくり運動」を加え、その構成を「体ほぐし運動」と「多様な動きをつくる運動遊び」の 2 つの運動とした。さらに指導要領解説の中で「体づくり運動」について、「一層の充実が必要であることから、すべての学年において発達の段階に応じた指導内容を取り上げ指導するものとし、学習したことを家庭などで生かすことができるよう指導の在り方を改善する。また、「体づくり運動」以外の領域においても、学習した結果としてより一層の体力の向上を図ることができるよう指導の在り方を改善する」とし、より実社会で生かすことができるようにすることを求めた。このような中で愛知県教育委員会では体力向上運動プログラムを作成したり、教員を対象とした「体づくり運動」「運動量を確保する授業実践のあり方」など体育スポーツ実践講座を実施したりしてきている。

II 研究の目的

渡部は、愛知県教育委員会の「小学校低学年・中学年向け 多様な動きを作る運動（遊び）」や「平成 23・24 年度子どもの体力向上運動プログラム『活用事例集』[多様な動きを作る運動（遊び）]」の作成に著者として携わるとともに、「活用事例集を活かした『指導事例』」等を活用した『体づくり運動』の講習会の講師として教員の指導を直接に行ってきた。平成 26 年にはその講習内容についての検討を行い、「体育科教育における『体づくり運動』の現状について」（渡部、2014）、「体育科教育における『体づくり運動』授業の質向上のための講習会の効果についての検討」（渡部、2014）として発表し、専門家による講習会の効果が確認されるとともにより多くの教員を対象とした講習会の必要性が示唆された。本研究では、現行学習指導要領全面実施から 2 年を経過した小学校の「体づくり運動」の指導実態を教員の意識調査を通して把握し、その課題に迫ることを目的とした。

Ⅲ 方法

1. 対象

対象者は愛知県 A 市内において公立の小学校に勤務している教員であった。自記式調査票を 2013 年 6 月から配布し 2014 年 1 月までに回収した。本研究では、回答者の性別及び年齢について有効回答したものについて解析対象とした。

2. アンケートにおける質問項目

本研究における質問事項は学校区分（小学校・中学校・高校）・性別（男女）・年齢・専門教科（体育・それ以外）・専門種目と下記に示す『『体づくり運動』に関するアンケート調査』を行った。

1. 「体づくり運動」は重要であると考ええる。
2. 単独単元として「体づくり運動」を実施していますか？
3. 「体づくり運動」は単独の単元としてやりやすい。
4. 「体づくり運動」をウォーミングアップ等で実施していますか。
5. 「体づくり運動」をウォーミングアップ等で活用したいですか。
6. 「体づくり運動」は理解しやすい。わかりやすい。
7. 「体づくり運動」の講習会等に参加したことはありますか。
8. 「体づくり運動」の講習会があれば参加したいですか？
9. ご自分の「体づくり運動」に対する理解度及び実践力は 100 点満点で何点くらいでしょうか。
10. 上記の質問やそれ以外でもご意見等があればご記入ください。

質問項目の 2. 4. 5. 7. 8 については「はい」「いいえ」で回答し、さらに 2. では実施している運動の内容や取り組みにくい理由を記述で回答する項目を設けた。また 7. では参加した講習会名とその参考度を「大変そう思う」「そう思う」「あまり思わない」「全く思わない」とした。質問項目 1. 3. 6 については「大変そう思う」「そう思う」「あまり思わない」「全く思わない」とし、理由も記述回答できる項目を設けた。

3. 解析方法

まず「体づくり運動」に関するアンケート結果を項目別に各回答の割合を算出する。次にアンケート結果に性差がないかを χ^2 検定を実施し検討する。最後にアンケート結果に年代差がないかを χ^2 検定を実施し検討する。最後に明らかに誤字脱字があると思われるものを除き、記載された記述回答を記載する。解析は SPSS16 を使用して、有意水準は 5%、両側検定とした。尚、欠損値があるものについては解析から除外した。

IV 結果

1. 対象特性

本研究においてA市の小学校6校に配布した調査票は124名分であり、回収できた調査票は100名分である。有効回答が得られた回答数は83名分であり、回答者は男性が28名、女性が55名であった。年代別には20歳代が18名(21.7%)、30歳代が15名(18.1%)、40歳代が17名(20.5%)、50歳代が32名(38.6%)、60歳代が1名(1.2%)であった。

表1 性別、年代別回答者数

回答者性別	人数	%
男	28	33.73%
女	55	66.27%
回答者年代		
20代	18	21.69%
30代	15	18.07%
40代	17	20.48%
50代	32	38.55%
60代	1	1.20%

2. アンケートの回答と回答者の性差及び年代との関係

男性と女性での体力づくり運動に関するアンケート結果を、 χ^2 検定を用いて検定を行った結果すべてのアンケート項目で有意差は認められなかった。また、29歳以下を20歳代、30歳から39歳までを30歳代、40歳から49歳までを40歳代、50歳以上を50歳代とし、各年代別での体力づくり運動に関するアンケート結果において χ^2 検定を行った結果、すべてのアンケート項目で有意差は認められなかった。本研究におけるアンケートの回答には性差あるいは年代による偏りは見られなかった。

表2 アンケートの回答結果

質問項目	人数	%
1 「体づくり運動」は重要である		
大変そう思う	41	49.40%
そう思う	39	46.99%
あまり思わない	3	3.61%
全く思わない	0	0.00%
2. 単独の単元として「体づくり運動」を実施している		
はい	38	45.78%
いいえ	41	49.40%
未記入	4	4.82%
3. 「体づくり運動」は単独の単元としてやりやすい		
大変そう思う	1	1.20%

【論文】小学校における「体づくり運動」の状況

そう思う	12	14.46%
あまり思わない	62	74.70%
全く思わない	3	3.61%
未記入	5	6.02%
4. 「体づくり運動」をウォーミングアップ等で実施していますか		
はい	68	81.93%
いいえ	15	18.07%
5. 「体づくり運動」をウォーミングアップ等で活用したいですか		
はい	81	97.59%
いいえ	2	2.41%
6. 「体づくり運動」は理解しやすい。わかりやすい		
大変そう思う	6	7.23%
そう思う	40	48.19%
あまり思わない	18	33.73%
全く思わない	1	1.20%
未記入	8	9.64%
7. 「体づくり運動」の講習会等に参加したことがありますか		
はい	20	24.10%
いいえ	61	72.49%
未記入	2	2.41%
7. (追加) 「はい」と答えた方でその講習会は参考になりましたか		
大変そう思う	7	35.00%
そう思う	10	50.00%
あまり思わない	0	0.00%
全く思わない	0	0.00%
未記入	3	15.00%
8. 「体づくり運動」の講習会があれば参加したいか		
はい	68	81.93%.
いいえ	15	18.07%
9. ご自分の「体づくり運動」に対する理解度及び実践力は100点満点 中何点か		
20点以下	4	4.82%

21 点以上 40 点以下	17	20.48%
41 点以上 60 点以下	39	46.99%
61 点以上 80 点以下	5	18.07%
81 点以上	5	6.02%
未記入	3	3.61%
平均	53.38	
標準偏差	18.16	

3. 記述回答

質問 1. 2. 3. 6. 7. 10 における記述回答を項目の回答別に原文のまま記載した。

1. 「体づくり運動」は重要であると考え

○「大変そう思う」の理由

- ・運動をするための基礎だから。
- ・児童は多様な体の動かし方を気づかせるのには適切。
- ・体の基本的な使い方ができない子どもがたくさんいると思うから。
- ・サーキット。
- ・体がほぐされ主の運動内容に入りやすい。
- ・体の使い方を知らない子どもが多い（ボールの投げ方、走り方）。
- ・子どもの頃から、基礎的な運動能力や体力をつけることは、重要だと思います。
- ・体の健康が心の健康にもつながるから。
- ・子どもたちの体を動かす機会が減っている中、多様な動きを経験させたり体力をつけたりすることは重要だと思うから。
- ・体力低下が問題視されているから。
- ・体を動かす基本を繰り返し指導できる。
- ・どの運動についても、そのもとになる身体能力が大切だと思うから。
- ・幼児～小学生は基礎体力や柔軟性をつくれる時期だから。体幹を鍛えることは姿勢を保つことにもつながる、集中力もつく。
- ・外で遊ばない子供が多い、バランスが悪い子供が多いと感じる。
- ・運動能力が最近低下しているため。
- ・最近の子どもたちは、小さいころからあまり体を動かしていない子供が多いようで、うまく運動ができないように感じるから。
- ・筋力や持久力をつけないと一日の学校生活の中で姿勢の矯正がむずかしいを感ずます。
- ・将来的には大きな病気にもつながるため。
- ・日常生活の中で運動する機会が少なくなっている現代において、運動技能だけでなく遊びや

運動の中から学んだ人とかかわりがうまくいかない子どもたちが増えているため特にはないです。

- ・走るだけでもだめだし、投げるだけでもだめ。体全体の体幹をきたえることで運動能力が高まると思う。
- ・義務教育まで（中学で）の体力は一生ものだから。
- ・低学年の身体のやわらかい時に訓練すべきである。
- ・体力づくりは一生にかかわると思います。
- ・継続することが体力を増すので習慣化したいから。
- ・今の子はすぐ骨折やけがをするので。
- ・基礎が大切。
- ・運動をする前の基本となるため。

○「そう思う」の理由

- ・基礎体力の向上のため。
- ・基本的な身体能力に関係し、あらゆる運動につながるから。
- ・運動の基礎になるから。
- ・多様な動きを行うことで様々な種目にも役立つから。
- ・体の使い方。
- ・「体づくり」には体力（≒筋力、持久力等）、健康の増進、柔軟性の向上等、様々な意味が含まれていると思いますが、健康の増進は全ての年齢において、よりよく生きることに結びつくと思うからです。
- ・全ての運動の基礎となると思うから。
- ・重要だと思うから。

○「あまり思わない」の理由

- ・系統がよく分からない。「体づくり運動」だけが伸ばすことのできる力が不明確。

2. 単独単元として「体づくり運動」を実施している。

○「はい」の実施している内容

- ・2人1組でのストレッチなどの体ほぐしや幅とびなど。
- ・平均台等。
- ・主に教育課程にあるもの、手おし車、ほふく前進、帽子つかみ、背中合わせ。
- ・教育課程に沿って行っています。
- ・多様な動きを作る運動（のぼりぼうなど）。体のバランスをとる運動（片足水平立ちなど）。
- ・リズムに合わせて、スキップ、じゃんけん遊び、バランス、ジャンプ etc.

- ・学期初めに多様な動きを作る運動として「かけっこ」「幅とび」の合間におんぶ歩行、引き合い、登り棒、ボール投げ運動等を行っている。
- ・器具を出して、サーキットトレーニング。
- ・手おし車、馬跳び、反復横とび、シャトルラン、二人で組んで台とびこしなど。
- ・ストレッチ、ランニング、馬とび。
- ・腕の力をつける。アザラシなどの動き。
- ・時々。仲間とのふれ合いをさせるために。気づかせるために。
- ・ランニングやストレッチなどを組み合わせながら実施している。
- ・座る、立つなど基本的な動きを組み合わせた運動。
- ・風船を手で打ったり、足で打ったりする。二人組のうまとび。
- ・教育課程にあるとおりに実施している。
- ・「体づくり運動」の本にのっているもの。
- ・おにごっこ、なわとび、固定遊具を使った運動。
- ・男女分け隔てなく関われるような運動。学級運営の一環として。
- ・ストレッチ、馬とび、へいきん台をつかった運動、でこぼこマット等。
- ・なわとびの短なわ、長なわを課題を与え、取り組ませている。
- ・なわとび、持久走、川わたり、ねこねずみなど。
- ・愛日の教育課程にあるものや季節の行事を重ねた動きを取り入れている。
- ・フラフープを使ったジャンプ、ひねり。体ほぐし。力比べ。短なわ、大なわ。
- ・冬になわとび、持久走。
- ・持久走、なわ跳び。
- ・低→けんけんばのような運動や平均台（じゃんけん）など。高→ボールを使ったリレーや、二人組での運動など、巧緻性を鍛える動きなど。
- ・主運動に入る前に必要な身体の動きを取り入れた「体づくり」を実施している。Ex とび箱→犬歩きでの競走。
- ・なわとび。
- ・走る、竹馬、なわ跳びなど。
- ・できるだけ腕の力をつけようと体育館では腕を使った運動を取り入れている。
- ・学年はじめに時間をとり、ストレッチ中心、うまとび、とび箱などしっかり教えた。
- ・バランスをとる動きや、回転を入れた動き。

○「いいえ」の理由

- ・補助的に活用しています。時間が足りないからです。
- ・準備運動の一環として取り入れているため。
- ・何かの種目の準備運動として、少し激しく体を動かしたり、楽しみながら体を動かしたりす

【論文】小学校における「体づくり運動」の状況

るために取り入れているから。

- ・他の単元が十分に行えていないから。
- ・どうやれば上手に指導できるかわからないので。
- ・教育課程にある「体づくり運動」は取り組みますが、継続して取り組んでいる環境にはありません。
- ・具体的にどのようなことを行うとよいのかがよくわからないので準備運動として行っている。
- ・少しずつ（5分とか）で行うことはある。
- ・よくわからない。
- ・45分間、体づくりをすることは集中力が続かない。
- ・どういう運動が「体づくり運動」なのかわからない。
- ・「単独の単元」としては実施してない。準備運動等で代替する。
- ・1時間もやれるほどのネタを持っていない。
- ・持続的に行うためには毎時のメニューの方がよいのでは。
- ・学年クラスにあったもので楽しんでやれるものが見つけれられない。
- ・他の運動と合わせてやるものだと考えているから。
- ・単独の時間をとる時間がない。一時間やる内容ではない。
- ・それだけで1時間とることはあまりありません。他の種目とあわせて、準備運動の後にサーキットトレーニング等で取り入れる努力はしています。
- ・「体づくり運動」はその単元の動きづくりのウォーミングアップとしている。他の単元数におされて実施も難しい。
- ・1時間持たない。
- ・45分間体づくりだけをやるだけのノウハウが自分にはないので。
- ・競技すること（サッカー、バスケ、ハードル走など）がたくさんあるため
- ・時間確保がむずかしいため。
- ・適宜臨機応変にやっています。
- ・いろいろな種目にとりくまなければならない状況の中、単独ではとりにくい。
- ・中学校から来たばかりで資料や参考にするものがわからない。
- ・時間的にとれないことも、パターン化するまで悩む。
- ・継続して準備体操の部としている。
- ・単独の単元としての取り組み方がよくわからないから。
- ・時間不足。
- ・支援学級の児童たちを担当していて、児童の実態に合わせて、運動をすすめているので。
- ・各単元の導入として実施することはあるが、単元としてはどうかなと考えているので。

3. 「体づくり運動」は単元としてやりやすい。

○「そう思う」

- ・子供が集中して夢中になって行うことができる。
- ・単元でも様々な運動を取り入れれば十分にできる。
- ・準備運動的なものを教えやすい。

○「あまり思わない」

- ・準備（研究など）が他のものよりもとても必要となるから。
- ・子どもの関心の継続が難しい。
- ・どんなものがあるのか勉強不足だから、もっと具体的な運動を勉強すれば改善でされると思います。
- ・ウォーミングアップとして活用したい！
- ・低学年はいいが、高学年になると、飽きてしまう子どもがいる。
- ・単元としてではなく、どの単元にも盛り込まれているものだから。
- ・「体づくり運動」は授業の最初に行った方がやりやすいので。
- ・学年によって、単独で指導しづらい場合がある。
- ・長く継続することが大切だと思うから。
- ・少しずつ毎回やる方が、効果的だと思う。
- ・子どもはボール運動などに興味がいきがちだから。
- ・単独の単元として取り組むには、時間ごとの内容の振り分けが難しいため。
- ・続かない（単元として）。
- ・他と組み合わせた方がよいのではないか。
- ・「体づくり運動」の名称そのものが漠然としていて、つかみどころがないから。
- ・1時間できるだけのネタがありません。子どもをあきさせてしまいそうで・・・。
- ・1時間できるだけのネタがありません。子どもをあきさせてしまう。
- ・低学年だと単独単元でいいと思う。高学年だと他種目を組み合わせてもいいと思う。
- ・高学年は部活をしている児童が多く試合形式が好きだからウォーミングアップならよい。
- ・1時間ずっと「体づくり運動」をするのはつらいです。
- ・他の単元と組み合わせた方が、関連づけて行うことができるから。
- ・ある程度そう思いますが、多岐にわたる単元（～体育以外の例遠足等）で培っていくのがよいと思います。
- ・子どもたちの興味関心を持続させるには、まだまだ工夫が必要と思うので。

○「全く思わない」

- ・体づくりは体育の授業で単発でやるのではなく日常の学級経営の一つとして行うべきである。
- ・授業が単調になりがち、メリハリがつかない。

6. 「体づくり運動」は理解しやすい。わかりやすい。

○「大変そう思う」

- ・簡単な運動で、だれにでも取り組みやすいから。

○「そう思う」

- ・動きとしてはわかりやすい。
- ・体がほぐれ準備としては十分だと思うから。
- ・体の基本的な動きなので楽しく行っています。
- ・資料が多くある。
- ・簡単なゲーム等が多い。
- ・児童にも分かりやすい簡単なものが多いから。
- ・趣旨として理解できるだけ。体育の授業そのものが「体づくり運動」といえるであろう。
- ・基本だから。
- ・楽しく行うこととそのための方法、自分の課題を見つけることなど。目標が教える側、教わる側共々分かりやすいと思います。
- ・教える方はしっかりわかってやらせるが子どもたちは理解していない場合がある。
- ・いろいろな実践例があるから。

○「あまり思わない」

- ・どこの部位を動かしているのかを意識させながら行うのは理解がむずかしい。
- ・何を指して「体づくり運動」なのか。
- ・教育課程等を見ただけでは、どのような運動か、イメージしにくい方が多いと思うから。
- ・何かこれをやるといいといった例集があると便利。
- ・勉強不足なので。
- ・効果的に授業に取り入れられているかすごく心配です。
- ・メニューが知りたい。
- ・具体的なものが少ないように思います。

○「全く思わない」

- ・やることが競技などにはっきりと子どもたちがわからないから。

7. 「体づくり運動」の講習会等に参加したことがある。

○「はい」で参加した講習会名

- ・サーキット

- ・子どもの体力向上運動プログラム〔多様な動きを作る運動（遊び）〕講習会
- ・校内の研修（小学校）
- ・校内現職研修
- ・愛知県体育実技指導者講習会
- ・ねこちゃん体操
- ・低学年、多様な動きを作る運動
- ・学校内で行われた現職研修
- ・初任者研修の体育講座
- ・校内研修
- ・現職研修
- ・校内研修
- ・子どもの体力向上支援事業、講習会
- ・教育委員会の愛日地区の講習会

7（追加）参考になりましたか。

○「大変そう思う」の内容

- ・実際に体を動かして、おしえて頂きました。
- ・ボール運動、長なわとび、ダブルダッチ、ジャンケンシリーズなどの集団ゲーム。
- ・器械運動における体の使い方がよくわかった。
- ・ねこちゃん体操、ウォーミングアップの方法。

○「そう思う」の内容

- ・新聞をつかったゲーム。なかまと体を使ったゲーム。
- ・簡単なゲームを紹介する内容。フラフープの使い方等。
- ・昔のことなので忘れしました。

10. 上記の質問やそれ以外でもご意見等あればご記入ください。

- ・体ほぐしと混同してしまいました。ごめんなさい。

4. 「体づくり運動」に関する調査結果

「1. 『体づくり運動』は重要であると考える。」は、「大変そう思う」が最も多く 49.40%、次いで「そう思う」が 46.99%、「あまりそう思わない」が 3.61%であった。次に「2. 単独の単位として『体づくり運動』を実施していますか？」では、「はい」が 45.78%、「いいえ」が 49.40%であった。「3. 『体づくり運動』は単位としてやりやすい。」の質問では「あまり思わない」が最も多く 74.70%であり、次いで「そう思う」が 14.46%、であった。「4. 『体づくり運動』をウォー

ミングアップ等で実施していますか。」については、「はい」が81.93%、「いいえ」が18.07%であった。また、「5.『体づくり運動』をウォーミングアップ等で活用したいですか。」については「はい」が97.59%、「いいえ」が2.41%であった。「6.『体づくり運動』は理解しやすい。わかりやすい。」では「そう思う」が48.19%で最も多く、「あまり思わない」が33.73%で次に多かった。「7.『体づくり運動』の講習会等に参加したことがありますか。」では「はい」が24.10%、「いいえ」が72.49%であった。さらに参加したもののなかで講習会が参考になったかの質問では「そう思う」が50%、「大変そう思う」が35%であった。「8.『体づくり運動』の講習会があれば参加したいですか？」では「はい」が81.93%、「いいえ」が18.07%であった。「9.ご自分の『体づくり運動』に対する理解度及び実践力は100点満点で何点くらいでしょうか？」では平均点53.38点であった。

V 考察

1. 「体づくり運動」の実施状況

調査結果は、「体育科教育における『体づくり運動』の現状について」（渡部、2014）で示された傾向とほぼ同様の傾向を示した。A市の小学校においても「体づくり運動」の重要性はほとんど全ての教員が認識している。しかし、学習指導要領の改訂に伴い、「体づくり運動」は各学年において単元としてまとまった時間数を確保することが求められているが、単独の単元として実施している教員は半数に満たない状況である。一方で「体づくり運動」を授業のウォーミングアップとして実施している教員は82%ほどを占め、ウォーミングアップとして活用したいとする教員は98%近くに上る。これは、多くの教員が、「体づくり運動」を単独の単元として実施しにくいと感じている（78.3%）ことや、平成10年度改訂の学習指導要領により「体ほぐし運動」が学校体育に導入されたときのウォーミングアップ、クールダウンの運動として取り入れた経験を踏まえたものと思われる。調査対象A市の小学校において、調査時点で活用されていた愛日地方教育事務協議会編纂平成23年度版小学校教育課程によれば、体育の授業において「体づくり運動」と題する単元は各学年において2～7単元あり、相当の時間数が設定されている。記述回答によるとウォーミングアップとして普段から取り組んでいるため単元としてまとめて扱わなくてもよいという解釈や他の単元の指導に時間を要し時間不足で「体づくり運動」が指導できないという理由が目立つ。教員の意識の中では、他の運動や種目の指導が優先され「体づくり運動」はそれらの下位に位置付けられているようにも思われる。

2. 「体づくり運動」の単元としての扱い

「体づくり運動」を「単独の単元として実施しにくい」と考える理由として、児童が飽きてしまい関心や意欲が続かないこと、「体づくり運動」だけで45分間持たせる自信やノウハウがないことなどが多く挙げられている。

児童が意欲的に体育の授業に取り組むのは、サッカーやバスケットボール、ドッジボールなどの集団で勝敗を競う競技であることを教員は経験的に知っている。集団でのゲームは、チームの

編成から練習、作戦、試合、さらに振り返りによるステップアップと児童の主体的な取り組みが連続して続く。児童にとっても指導に当たる教員にとっても達成感のある単元である。また器械運動での技の習得や陸上競技、水泳等の記録の向上など、従来からの競争、克服、記録達成型の体育の授業においては、児童自身が目標を立てやすく意欲的に取り組む姿が見られる。しかし、「体づくり運動」では、ゲームの勝敗や技の習得、記録の達成などのように授業に取り組んだ結果を児童が明確に認知しがたい面がある。また数時間にわたる発展的追究的な課題設定の難しさを感じているように思う。年配の大人のように、運動で一汗かいて気持ちよかったとか、体操をして凝り固まった体がほぐれて気持ちがよかったとか、腕の可動範囲が広がって肩こりが減ったとか、足がよく上がって階段を快調に昇り降りできるようになったり躓くことが少なくなったりしたなどという運動の効果を、小学生の児童は感覚として持ちにくく授業の目標として成り立ち難さがあるのではなかろうか。

「体づくり運動」は「体ほぐしの運動」「多様な動きをつくる運動」高学年では「体力を高める運動」を通し、体を動かす楽しさや心地よさを味わうこと、様々な体の基本的な動きを培うこと、さらには、体力を高めるためのねらいをもった運動をすることが趣旨とされている。調査の記述内容においても各教員は、体の基本的な使い方や多様な体の動かし方ができるようにとか、体を動かさない子やバランスの悪い子がいるのを改善するためとか、運動を通して人との関わりをよくするためといった回答があり、趣旨は概ね理解されていると言える。一方で、「体づくり運動」は分りやすいとする教員は55.4%であり、未記入も含めて44.6%の教員は分りやすいとはしていない。指導する教員自身が十分な理解を持っていなければ、授業の目的を児童に示し得ないということにつながる。だから、趣旨は分かっている。取り組ませることも概ね分っている。だが、児童の活動の目標として何を示し何をもって達成感を味わわせるかが明確にできない。従って、45分間、或いは何時間も続ける単元の指導として「体づくり運動」のみで通すことはできないという判断になっているのではないだろうか。「体づくり運動」の単元を構築するに当たって、児童の関心意欲の観点から目的意識をどう持たせるか、体を動かし皆と共に運動する喜びをどう実感させ目的化するかが「体づくり運動」を単元として実施する際の課題として浮かび上がる。

児童の関心意欲の持続という観点からの「体づくり運動」の授業の展開は、既に様々紹介されていることではあるが、低学年での体ほぐしや多様な動きを作る運動で誰もが楽しめるゲーム、いわゆる「遊び」を用いること、じゃんけんやゲームの勝ち負けと組み合わせで別の運動（遊び）につなげて展開を図るなどといった工夫がある。また、年齢が上がるにしたがって、なわ跳びの技や回数、竹馬や一輪車、ボールの活用で難易度を高めるような克服達成型の要素を加える工夫もある。しかし、指導者は児童と同じ目標に立って技や回数、或いは「できた」「できない」を評価するのではなく、「体づくり運動」では体を動かす楽しさ、多様な動き、体の使い方、体力の向上などの視点でとらえ、そのことを目的化して児童にとらえさせていくことが大切と考える。

要するに小学校体育の授業でも競技運動にむけての体力運動能力の向上のほかに、フィットネスの考えをより明確にした授業の構築の必要性を指摘したい。体づくりの運動を指導する中で、

体を動かす楽しさや気持ちよさを言葉にして意識させたり記録を取ったりして、体の調子、健康の度合い、運動を通した人との関わりのよさを児童に感じ取らせ認知させることを確立しないと、「体づくり運動」での児童の目標設定や関心意欲の持続は難しく、単元としてまとまった授業の展開は困難なままとなり、ひいては日常の運動への親しみや主体的な取り組みにはつながらないのではないかと考える。まず、指導者である教員自身が体育の授業の価値を競技運動の競争、克服、達成による体力と技能の向上だけにとどめず、運動による心と体の解放とリフレッシュ、心身の健康の保持増進という価値を持ち、自信の体育の授業の中に位置づけ、児童にその価値をとらえさせていく取り組みが必要と考える。

3. 校内研修の必要性

「体づくり運動」の授業が今一つ進んでいない理由に、「体づくり運動」の講習会に参加した教員が24.1%であるという点も無視できない。これは「体育科教育における「体づくり運動」の現状について」（渡部、2014）の43.2%よりかなり低い。講習会に参加した教員で参考にならなかったという否定的な回答は無く、講習会に参加したいという教員は81.9%に上る。また、「体づくり運動」に対する理解度と実践についての自己採点が60点以上とする教員は27.7%に止まっている。教員は自身の「体づくり運動」の指導に対し謙虚であり、よりよい指導をしたいという意欲、向上心を持っていると言える。

「体づくり運動」ではどんな運動をすればよいか分からない、上手な指導の仕方が分からない、学年やクラスにあった運動が見つからない、1時間取り組ませる運動のネタがないなどの悩みが調査には書かれている。市販の体育の教科書やインターネットには多くの運動が紹介されており、それを参考にして授業を行っている教員もいるが、10種類近くの教科、領域の指導と学級経営、校務分掌遂行に明け暮れる小学校教員は、授業日における教材研究の時間が少なくならざるを得ないのが実際であろう。調査結果にあるように県の体育実技指導者講習会や市町教育委員会主催の講習会などで研修を受けた教員はいる。しかし、学校や地域で数名が参加といった講習会では受講人数に限りがあり、受講者による校内への環流にも限度があつてか現行指導要領全面実施2年を経過しても講習受講率は低い状態である。渡部が2013年に行った「体づくり運動」の講習会は2時間であり、受講者の満足度は高かった（渡部、2014）。「体づくり運動」に関する教員の悩みと教員の率直な研修参加への希望を考えると、実際に指導に当たる教員全員が参加できる長期休業中又は授業日の2時間を割いた校内研修の実施が最も有効であり望まれるところである。校内研修であれば、教科書やインターネットの図説や教育課程の文字からのイメージ化ではなく、実際に体を動かし、指導者の説明、指示、補助等の有り様を学ぶことができ、直接の質疑応答も可能である。ここで、さらに望みたいことは、「体づくり運動」の様々な種類や方法を伝授するだけでなく、「体づくり運動」の考え方、先に述べたフィットネスの視点を入れた運動のよさの実感のさせ方と目的化及び発達段階に応じた運動についても研修の内容とすることである。

4. 「体づくり運動」の検証と発展

「体づくり運動」は、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体の基本的な動きを培い、体力

の向上を図ることをねらうものであるが、授業で扱う運動が直接的ではないにしろ、指導の積み重ねの中で結果としてどういう効果につながったかを教員はとらえられていない。そのことが「体づくり運動」はつかみどころがないとか、単元の扱いはやめて毎時間少しずつ継続して行うのがよいとか、系統性が分からない或いは効果的に行えているか心配といった意見になっていると思われる。「体づくり運動」の実践により、心肺能力や柔軟性、持続力、動きの巧みさ、力の強さ、運動に親しむ態度、仲間との人間関係、体調のよさなどに効果があることを明らかに知れば、教員は自信と系統性を持った積極的な指導に向かうものと考えられる。また、効果が明確になれば、単元で扱うのがよいのか、単元で扱って日頃の体育でも継続的に行うのがよいのか、単元でまとめて扱うより日頃の継続の方がよいのかという考えやとらえ方の違いも整理され、体育の授業だけでなく実生活での運動やスポーツへの親しみへの取り組みも進むものと思われる。このことも課題として指摘しておきたい。

謝辞

本研究に際し、調査にご協力いただいた教員の皆さま及び関係諸機関に対し深く謝意を表します。

【参考文献】

- (1) 勝亦紘一：海外ではどのような実践が行われているのか？体育科教育、第57巻(5号) pp36-39 大修館書店 2009
- (2) 渡部琢也：体育科教育における「体づくり運動」の現状について、名古屋経営短期大学紀要 第55巻 2014
- (3) 渡部琢也：体育科教育における「体づくり運動」授業の質向上のための講習会の効果についての検討 子ども学研究論集 第6号 pp37-45 名古屋経営短期大学 子育て環境支援研究センター 2014
- (4) 文部科学省：小学校指導要領 2008
- (5) 文部科学省：小学校指導要領解説 体育編 2008
- (6) 愛知県教育委員会：小学校低学年・中学年向け 多様な動きを作る運動(遊び) 2011
- (7) 森勇示、渡部琢也ら：平成23・24年度子どもの体力向上運動プログラム「活用事例集」[多様な動きを作る運動(遊び)] 愛知県教育委員会 2013
- (8) 愛知県教育委員会：活用事例集を活かした「指導事例」 2013 はじめに
- (9) 愛日地方教育事務協議会：平成23年小学校教育課程

深谷秀次 (名古屋経営短期大学 教授)

早川健太郎 (名古屋経営短期大学 講師)

渡部琢也 (会津大学短期大学部 講師)