

中学校体育授業における疾走能力向上のための 短距離走の学習指導プログラムの開発

スポーツ文化研究領域

5011A038-6 鈴木 康介

研究指導教員：吉永 武史 准教授

【問題の所在】

2008(平成20)年に学習指導要領が改訂され、中学校では2012(平成24)年から完全実施となった。この改訂では、わが国の子どもたちの学力状況を踏まえ、基礎的・基本的な知識・技能の習得を一層図ることなどが基本方針として示された。また、保健体育科にあっても、社会に対するアカウンタビリティに伝える必要性から、子どもたちに最低限身につけさせるべき能力についての論議がなされ、今回の改訂では、指導内容の明確化・体系化が図られた。しかし、これまでの短距離走の授業においては、走り方に関する技術指導が不十分であったことや、そのために運動嫌いの生徒を生みだしてきた可能性が指摘されてきた。しかし、こうした状況は、「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てる」ことを目標に掲げ、基礎的・基本的な知識・技能の習得を一層図ろうとするこれからの体育授業においては、その改善が急がれる重要な課題であると考えられる。

【本研究の目的】

本研究では、これまで技術指導が不十分であったことや、運動嫌いを生みだしてきた可能性があることなどの指摘がなされてきた、短距離走の授業の問題を解消したうえで、2012(平成24)年から完全実施されている新学習指導要領に記載された指導内容を、成果として生徒に確実に習得させ得る学習指導プログラムを作成し、その有効性について検証することを目的とする。

【各章の概要】

○第1章

第1章では、これまでの体育授業において、短距離走の走り方に関する技術指導が不十分なものになってきた背景、およびその指導の必要性を検討した。さらに、新学習指導要領に記載された短距離走の技術内容を、先行研究から具体的に明らかにしたうえで、その質的評価基準を作成した。

その結果、走り方に関する技術指導が不十分であった背景には、人間にとって走運動が自然に身につくものであるために指導に困難性が生じることや、技術指導の必要性が軽視される状況を生じさせていたことが考えられた。しかし、特に短距離走の授業で技術指導が十分に行われないと、運動有能感を低下させて、運動嫌いの生徒を生みだす可能性があることが示唆された。そのため、基礎的な技能の習得を一層はかることを目指す今後の体育にあっては、短距離走の技術指導を充実させる必要があると考えられた。

また、具体的に指導すべき技術内容について競技者や非競技者の疾走動作の特徴に関する先行研究を検討した結果、「効率のよい疾走動作」について、下肢動作は「接地中の膝関節や足関節の屈曲伸展を抑え、素早いシザース動作を行なうことで接地直前の脚の振り戻し速度を高くし、脚全体の後方スウィング速度を高めるような疾走動作」、上肢動作は「肘の屈曲が十分保持され、前後に大きく振られる腕振り」であると解釈された。そして、この「効率のよい疾走動作」の習得状況を適切に評価し得る、3 カテゴリー7 動作項目からなる質的評価基準を作成した。

○第2章

第2章では、第1章での検討内容を踏まえ、具体的に体育授業で適用する学習指導プログラムの作成を行なった。まず、学習指導プログラムの中心となる教材づくりにおいて、「内容的視点」として「主観と客観のズレ」に配慮する必要性があると考えられた。そして、「方法的視点」としては、学習者の能力差を前提としながらも、その可能性を最大限発揮させ、統一的な目標に向けて学習を方向付ける「統一と分化の原理」を適用することが有効であると考えられた。

また、学習指導プログラムの構成においては、「習得」「活用」「探究」のそれぞれの学習活動をプログラム内に位置付けることなどを基本的視点とした。そこで、作成した各教材を「A：習得型教材」「B：活用型教材」「C：探究型教材」「D：ゲーム教材」の4つに分類した上で、それぞれを有機的に関連させながら学習指導プログラムの全体像を構成した(図1)。また、その具体的な教材配列などを検討し、学習指導プログラムを作成した。

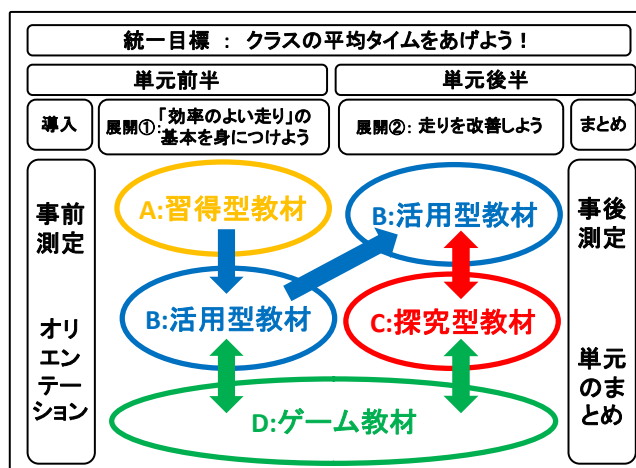


図1. 学習指導プログラムの概略図

○第3章

第3章では、第2章で作成した学習指導プログラムを適用した実験授業によって、その有効性について検証した。

検証の手順として、まず第2章で作成した学習指導プログラムを適用した検証授業①を行ない、その結果からプログラムの修正点を抽出したう

えで、修正プログラムを作成した。そして、修正プログラムを検証授業②によって適用し、再度有効性の検証を行なった。

1年生を対象とした検証授業①では、生徒の50m走タイムの向上、および疾走動作の改善が認められたものの、その効果は十分なものではなく、上肢動作に関しては一部で得点の低下も認められた。また、形成的授業評価、診断・総括的授業評価の結果も低いものとなった。

これらのことより、学習成果をより確実に保障するための修正点として、教材に工夫を加えることや、学習意欲の喚起、ビデオカメラを使用した課題解決学習の確実な実施、対象学年の見直しなどが抽出されたため、それらを反映させた修正プログラムを作成した。

2年生を対象とし、修正プログラムを適用した検証授業②では、50m走タイムの向上、および疾走動作の改善が認められた。また、形成的授業評価の結果も非常に高く、診断・総括的授業評価もプログラム適用後に全ての因子で評価が高くなった。

このことより、修正した学習指導プログラムは、生徒の疾走能力の向上に対してその有効性が認められるものであり、また体育授業としても十分に生徒に受け入れられるものであったと考えられた。しかし、なお疾走動作の改善については、プログラムに修正の余地が残されたことや、生徒の運動有能感に対しては十分な成果をあげられなかったことが、さらなる課題としてあげられた。

○結章

結章では、第1章から第3章までを総括し、本研究で作成し、修正した学習指導プログラムは、本研究の目的に対してその有効性が認められるものであったことを確認した。

また、今後の課題としてはプログラムの修正と検証授業を繰り返すことで、さらに有効性を高めていくことや、質的評価基準の妥当性の検証、および運動有能感を高める方策の検討、そしてプログラムの汎用性を高めていくことがあげられた。