

中学校体育授業における生徒の関係性づくり ：快適な感情享受に着目して

Building Enhance Student Relationships in Junior High School Physical Education Classes ：Focusing on the Enjoyment of Pleasant Feelings

古川 冬真*・益川 満治**
Toma KOGAWA*・Mitsuharu MASUKAWA**

要 旨

本研究の目的は、中学生を対象に陸上競技領域「ハードル走」において、ジグソー学習による生徒間の教え合いを重視し、生徒間の関係性を高めることを意図した授業実践を行い、快感情享受の観点から検証することであった。その結果、各授業前後において高揚感の上昇が認められ、単元前後において、「体育適応感尺度」の「連帯志向」が上昇した生徒が5名、低下した生徒が1名認められ、適応類型の変化が認められた。これらは、教え合いを重視したことで生徒同士が支え合う等の関わり合いが増え関係性が向上し、授業や生徒間の雰囲気に影響した可能性が示唆された。一方で、クラス替えをして間もないことや目標の違い等が要因となり、「連帯志向」が低下した生徒に対して、教員からの声掛けの工夫等の対応や授業準備を行う必要がある。このような授業実践を行うことで生徒の現在や将来の豊かなスポーツライフ実現へ繋がる可能性がある。

キーワード：体育授業、高揚感、体育適応感、ジグソー学習

1. 緒言

中学校学習指導要領（保健体育編）¹⁾では、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成することが目標として掲げられ、小学校²⁾、高等学校³⁾も同様に明記されている。それらは、小学校・中学校・高等学校（以下、小・中・高）の体育授業を通じ、生涯にわたりスポーツや運動を継続できる資質・能力を育むことが求められている。小・中学生を対象に体育授業に対する嫌悪感を調査した結果、小学校低・中・高学年、中学校と学年が上がるにつれ嫌悪感が高まり、運動・スポーツ及び体育嫌が増える可能性が報告されている⁴⁾。これらから第二次成長期に当たる中学校段階では、心も身体も大きく成長する時期であるため、その時期の体育授業の在り方が生徒の運動習慣の獲得に大きく影響

する。

しかし、大学生の運動習慣には、過去の体育授業が影響し、小・中・高の体育授業の中で、高揚感の享受を繰り返し経験することで現在の運動習慣に影響を与えている可能性が報告されている⁵⁾。また、早い時期からの運動実施およびそれに伴う快感情享受の経験が、運動を定期的・継続的に実践していくための重要な要因になることが指摘されていること⁶⁾からも、小・中・高の体育授業の中で快感情享受を行うことで、将来の運動習慣に繋がる可能性が考えられる。

澤（2017）は、体育授業において、感情変化として高揚感を高める授業アプローチを行っている。それは、教師や受講者同士の関わりが多い授業によって、お互いを尊重し合える学習集団になることや教師と受講者、受講者同士の関わりや学びあいを多く取り入れた社会的相互作用の多い授業づくりによって、体育を

* 弘前大学大学院教育学研究科
Graduate School of Education, Hirosaki University

** 弘前大学教育学部保健体育講座
Department of Physical Education, Faculty of Education, Hirosaki University

楽しいと感じることができると述べている⁷⁾。また、一過性の体育授業において、高揚感を繰り返し高めることで、長期的な肯定的感情や自己効力感^{註1)}に影響を与えること⁸⁾、自己効力感が運動習慣の獲得に影響すること⁹⁾が報告されていることから、中学校体育授業において、生徒同士の関わり合いを増やすなかで高揚感のような快感情享受を行うことが可能となり、またそれらを繰り返し経験することで資質・能力へと波及していくことが考えられる。

一方で佐々木(2003)は、中学生を対象に体育授業に対する適応の状態を把握するための体育適応感尺度を開発している。この尺度は、生徒が体育授業における友達(仲間)との対人関係の適応状態を示す「連帯志向」因子と教師や学習内容に対して適応している状態を示す「体育適応」因子から構成されている¹⁰⁾。体育適応感を高めるためには、体育に対する好意度を高めること¹¹⁾や体育に対する自己効力感を高めること¹²⁾が有効であり、努力に価値を置き、生徒一人ひとりの運動技能の熟達を重視する体育授業を展開することによって、授業に対する好意度を高め、結果として体育適応感の向上が期待できると考えられている。

これらを踏まえて考えると、生徒同士の関係性を高めることを意図した体育授業を行うことで、快感情享受に繋がりそれらがやがて自己効力感の維持・増進となり運動習慣の獲得へと波及していくことが予想される。そこで本研究では、体育授業において、生徒の関係性づくりを意図した授業実践を行い、快感情享受の観点から検証することを目的とした。

2. 方法

(1) 対象及び時期

2023年5月から6月にかけて、弘前市内にある弘前市立A中学校第2学年3クラス合同の半数35名(男子17名・女子18名)を対象に全6時間で陸上競技領域:「ハードル走」を行った。なお、本研究における授業実践は、実習校との関係から、第1・4回を実習協力校の担当教員が行い、それ以外の4時間を教職大学院実習生である筆者が行った。

(2) 関係性づくりを意図した授業実践内容

本授業では、生徒同士の関係性向上を目指しジグソー学習¹³⁾の「ジグソー法」モデルを用いて授業を構成した。ジグソー法とは、教育目標を達成するために協力する対人技能を発達させて学級・ホームルーム体制を構築し、さらにより楽しく互いを尊重する姿勢

を向上させるねらいがあり、1つの明確な問いについて、学習者同士が協力し合い、調べ学習や教え合いを通じて学習を進めていくものである。1時はオリエンテーションとハードルに慣れることを目的とし、ミニハードル、高さを低くしたハードル、少し高さのあるハードルの3種類を自分で選んで挑戦させた。2時では、1人1本タイム測定を行い、50m走との差を見て現状を把握させた。3時では、ハードル走の主な技術をアプローチ・インターバル、ハードリングの2つに分け、各班にそれぞれの技術について調べるメンバーを決めさせて調べ学習を行い、残りの時間を使って実践を行った。4時では、前時のふりかえりとやってみての改善を話し合い、タイム測定を行った。5時は、調べ学習等で学んだことを、相互に教え合う時間とした。6時では、タイム測定を行い、これまでの成果かを比較できるようにして、学びの成果を確かめられるように設定した。授業実践の概要を表1に示す(巻末に掲載)。

(3) 検証内容

①体育授業における快感情享受について

本研究では、体育授業における快感情享受について、荒井ら¹⁴⁾のWaseda Affect Scale of Exercise and Durable Active(以下、WASEDAとする)を用い検証を行った。WASEDAは、「否定的感情」、「高揚感」、「落ち着き感」の3因子4項目、全12項目で構成されており、回答は「かなり感じる」(5点)から「全く感じない」(1点)の自己評定による5件法で回答させるものである。なお本検証では、「高揚感」因子4項目を毎回の授業時に、開始時(集合時)及び終了時(まとめ・解散前)に調査を行った。なお、「高揚感」の調査は、筆者が担当した授業時にのみ調査を行った。

②生徒の関係性の検証

体育授業における生徒同士の関係性を検討するため、佐々木(2003)の「体育適応感尺度」を用いた¹⁰⁾。この尺度は、「連帯志向」(8項目)と「体育適応」(6項目)の2つの下位尺度から構成され、「連帯志向」には、「体育の時間はできるだけ友だちと活動するようにしている」、「励まし合ったり教え合ったりする友だちがいる」といった内容が含まれ、体育授業内の友人(仲間)との対人関係に対する適応感について、「体育適応」には、「体育の授業に満足している」、「体育の先生に対しては親しみを感じる」といった内

容が含まれ、体育授業の学習内容や教師との関わりに対する適応感について調査する尺度である。回答は、「とてもそう思う」（5点）から「全くそう思わない」（1点）の5件法で回答させるものであり、それぞれの合計得点から生徒を適応状態別に「連帯型」「マイペース型」「遊び型」「脱連帯型」の4タイプに分類できる。図1に4タイプの類型を示す。なお、この調査は第1回目授業開始時（単元前）と第6回目授業終了時（単元後）に調査を行った。

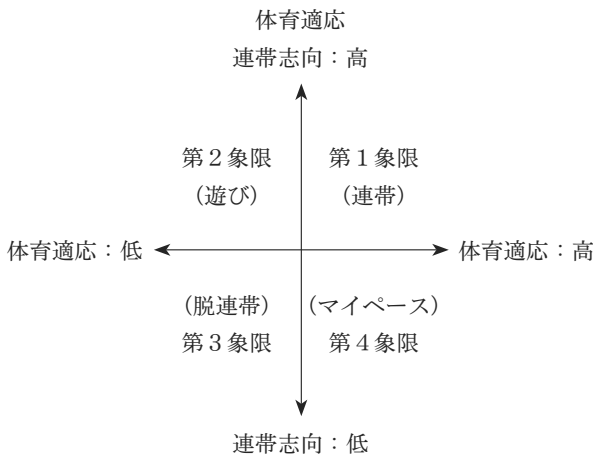


図1 体育授業に対する適応の類型（佐々木，2003より抜粋）

(4) 統計処理及び倫理的配慮

量的データの検討として、高揚感については、授業前後の平均得点を、対応のあるt検定を用いて検討した。体育適応感尺度では、「連帯志向」「体育適応」それぞれの合計得点を算出し平均値を基準として4タイプに分類した。統計処理については、IBM SPSS Statistics 18を使用し、すべての統計的検定における有意水準は5%未満とした。

倫理的配慮として、調査対象校は筆者が所属する教職大学院の実習協力校であり、事前に調査の目的を説明し承諾を得た上で行った。

3. 結果

(1) 授業開始時及び終了時の「高揚感」得点の変化

4回の授業開始時及び授業終了時の「高揚感」の平均得点について、t検定を用いて検討を行ったところ、有意な関係が認められた ($t=-14.21, df=3, P=0.00$)。

表2 授業前後の高揚感得点

	授業開始時		授業終了時	
	平均	SD	平均	SD
2回目	14.5	5.57	16.3	4.24
3回目	16.7	4.30	18.4	2.08
5回目	16.3	4.12	17.6	3.17
6回目	15.7	4.61	17.2	3.35
Ave	15.79	4.650	17.37	3.210

(2) 「体育適応感」の推移

単元前における「体育適応感」得点について、2つの因子得点から本研究対象者を4タイプに分類した。本授業実践前の生徒の適応状態を4タイプに分けたところ、「連帯型」11名、「遊び型」3名、「マイペース型」4名、「脱連帯型」8名であった。単元後では、「連帯型」14名、「遊び型」4名、「マイペース型」2名、「脱連帯型」6名へと変化が見られた。変化の見た生徒を見ていくと、「マイペース型」から「連帯型」への移行が3名、「遊び型」から「連帯型」への移行が1名、「脱連帯型」から「遊び型」への移行が2名、「連帯型」から「マイペース型」への移行が1名であった。

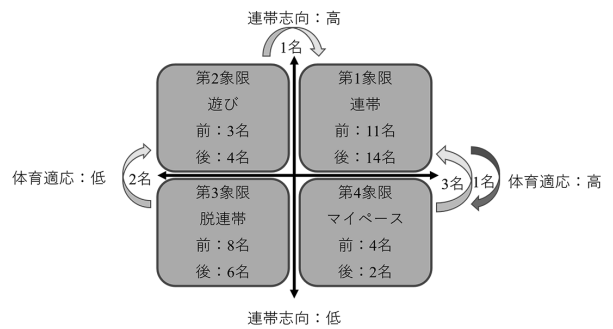


図2 授業実践前後の類型の変化

4. 考察

本授業実践ではジグソー学習による生徒相互での教え合いを意図した授業実践を行った。その中で教え合いを重ねることで、お互いの気持ちを思いやる声掛けができるようになったり、教え方もジェスチャーや実際に演示しながら伝えようとする姿も見受けられた。また、上手にできる生徒が、上手くできない生徒や体育を苦手とする生徒にできるようになってもらいたいと声掛けをするなど、生徒同士の関係性に変化が見られた。澤⁷⁾が述べているように、高揚感の上昇には、生徒同士が認め合える学習集団づくりが必要であり、

本授業実践においても同様に、生徒同士にそれぞれの課題や挑戦を認め、励まし合う、支え合うことで、体育の楽しさへと繋がりとなり高揚感を高めた可能性がある。

単元前の適応類型を見ていくと、「連帯志向」が高い生徒が14名、低い生徒が12名と授業を受けていた生徒の約半数ずつに分かれる結果となった。生徒の属性として、昨年まで新型コロナウイルスの影響もあり、生徒たちは十分なペア・班学習を行うことができていなかったことが、「連帯志向」の低さに影響した可能性がある。また、「体育適応」の低い生徒も見受けられた。この設問には、先生に対する項目もあり、本授業実践では筆者でもある大学院生が授業を担当したことが影響した可能性がある。しかし、他の項目には、体育授業が将来に役に立つ等の項目もあり、体育の目標でもある資質・能力にも通じると考えられることから、今後慎重に見ていく必要が考えられる。

単元前後での適応類型の移行を見ていくと、「マイペース型」から「連帯型」への移行が3名、「脱連帯型」から「遊び型」への移行が2名、計5名の生徒が「連帯志向」を向上させており、本授業実践において、生徒間の関係性づくりが成功していると言えるのではないだろうか。これは、ジグソー学習を用いることで、教え合い・支え合いに焦点化でき、生徒同士の関わり合いが増加することで信頼関係の構築が促進した可能性がある。しかし、「連帯型」から「マイペース」に移行する生徒も見られた。これは、本授業実践において、ペアでの学習を中心に行ったが、クラス替えが行われてから間もないことや互いの目標が違うこと等が影響し「連帯志向」の評価を下げた可能性もある。このような生徒に対し教員からの声掛けや生徒同士の関係性を深める手立てを用意する等の対応や授業準備を行う必要性がある。

本授業実践は、体育授業において、生徒の関係性づくりを意図した授業実践を行い、快感情享受の観点から検証することであった。古川ら⁵⁾は、大学生を対象に過去の体育授業における高揚感享受と運動セルフ・エフィカシー（以下、運動SE）^{注2)}の関連を検討し、小・中・高の体育授業において高揚感享受の経験が運動SEに影響し、現在の運動習慣へも波及することを明らかとしている。このことから、本授業実践において関係性づくりを意図した授業を行うことで、高揚感を上昇させ、それらが運動SEやこれからの運動習慣にも影響を与える可能性があり、また、高揚感の上昇が運動SEを介し体育適応感へも影響を及

ぼした可能性がある。体育授業において生徒に高揚感を享受するためには、お互いを認め合える学習集団を形成する土台づくりが重要となる。本授業実践では、「陸上競技」領域を題材としたが、他の領域においても生徒の関係性づくりを意図した授業実践を行うことで、継続的かつ系統的に生徒の関係性を向上させ、その授業の中で快感情享受を繰り返し経験することで、運動SEや体育適応感へも影響を与える可能性がある。それらが、心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現する資質・能力へと繋がると信じている。

5. まとめ

本授業実践は、中学校第2学年を対象に陸上競技「ハードル走」において、ジグソー学習による生徒間の教え合いを重視し生徒間の関係性を高めることを意図した授業を行った。その結果、各授業前後の高揚感の上昇が認められ、単元前後において、「体育適応感尺度」の「連帯志向」が上昇した生徒が5名、低下した生徒が1名認められた。これらは、教え合いを重視したことで、生徒同士が支え合う等の関わり合いが増え関係性が向上し、生徒間の雰囲気に影響した可能性がある。このような授業実践を行うことで、生徒の現在や将来の豊かなスポーツライフ実現へ繋がる可能性がある。これからは、一人でも多くの生徒が体育の楽しさを感じられるような授業づくりの検討が重要である。

注1) 自己効力感：社会的認知理論の構成要素、「ある結果を生み出すために必要な行動をどの程度うまく行うことができるのかという個人の確信の程度」と考えられ、セルフ・エフィカシーとも言われる¹⁵⁾。

注2) 運動セルフ・エフィカシー：個人が定期的に運動を行う場合、多様に異なる障害や状況におかれても、逆戻りすることなくその運動を継続して行うことのできる見込み感やどのくらいの頻度でやれるか、どのくらい続けられるか、楽しくやれるかなどについての自信のこと¹⁶⁾。

6. 謝辞

本研究に協力いただいた弘前市立A中学校教職員の皆様、第2学年の生徒諸君に感謝を表します。

7. 文献

- 1) 文部科学省 (2017) 中学校学習指導要領解説 保健体育編. 東山書房, 京都.
- 2) 文部科学省 (2017) 小学校学習指導要領解説 保健体育編. 東洋館出版, 東京.
- 3) 文部科学省 (2018) 高等学校学習指導要領解説 保健体育編. 東山書房, 京都.
- 4) 大坪健太・春日晃章・濱口あずさ・古田真太郎・南輝良々 (2020) 女子児童・生徒の運動・スポーツおよび体育授業に対する嫌悪感の加齢変化. 教育医学, 65 (3) : 211-216.
- 5) 古川冬馬・益川満治 (2022) 大学生の運動習慣に与える運動セルフ・エフィカシーの影響—過去の体育授業における高揚感の享受との関連—. 弘前大学教育学部紀要, 128 : 45-50.
- 6) 内田英二・永田瑞穂・神林勲・武田秀勝 (2009) 運動習慣の有無が青年期女子学生の運動能力および生活行動に及ぼす影響, 大正大学研究紀要, 94 : 1-8.
- 7) 澤聡美 (2017) 楽しい体育授業の満足度に影響する要因. 富山大学人間発達科学部紀要, 11 (3) : 31-37.
- 8) 荒井弘和 (2010) 大学体育授業に伴う一過性の感情が長期的な感情および運動セルフ・エフィカシーにもたらす効果, 体育学研究, 55 : 55-62.
- 9) 岡浩一郎 (2003) 中年者における運動行動の変容段階と運動セルフ・エフィカシーの関係, 日本公衆衛生雑誌, 50 : 208-215.
- 10) 佐々木万丈 (2003) 体育の授業に対する適応：中学生の場合. 体育学研究, 48 (2) : 153-167.
- 11) 當山貴弘・中須賀巧・杉山佳生 (2022) 中学生の体育授業に対する好意度と体育適応感との関係：回避的態度を媒介としたモデルの検討. 体育学研究, 67, 687-697.
- 12) 須崎康臣・杉山佳生 (2016) 自己効力感および自己調整学習方略が大学生の体育適応感に及ぼす影響. 体育学研究, 61 (1) : 91-102.
- 13) 石井悦夫 (2020) ジグソーメソッドによる保健体育科の授業づくり. 神奈川大学心理・教育研究論集, 47 : 255-270.
- 14) 荒井弘和・竹中晃二・岡浩一郎 (2003) 一過性運動に用いる感情尺度の尺度の開発と運動時における感情の検討. 健康心理学研究, 16 (1) : 1-10.
- 15) Bandura, A. (1977) Self-efficacy : toward a unifying theory of behavior change. Psychological Review, 84 : 191-215.
- 16) 杉原 隆 (1997) 中高年者の運動参加に関与する心理的要因, 体育の科学, 47 : 688-692.

(2023. 9. 1 受理)

表 1 授業実践の概要

時	ねらい	題材	授業の流れ
1	ハードルに慣れよう。	オリエンテーション	ガイダンス
			動画視聴
2	現在地を把握しよう。	現状把握	ハードルを体験
			班決め
3	自己のタイムを少しでも早くするには①	調べ学習、練習①	準備運動
			タイム測定（動画撮影）
4	自己のタイムを少しでも早くするには②	調べ学習、練習②	グループで課題への調べ学習
			各グループでの実践練習
5	調べたこと、身に付けたことを教え合おう。	教え合い活動①	前時の確認、共有
			練習
6	変化を実感しよう。	記録会	タイム測定
			準備運動
6	まとめ	記録会	各班で教え合い
			練習
			記録会
			ふりかえり