

大学生における体づくり運動に関する意識と授業の実態について

Awareness and Actual State Classes Concerning Physical Fitness (Karada-tsukuri Exercise) among University Students

鈴木 幸光*・沖田 祐蔵*・益川 満治**・渡邊 陵由***

Yukimitsu SUZUKI*・Yuzo OKITA*・Mitsuharu MASUKAWA**・Takayuki WATANABE***

要 旨

教職課程の大学生を対象に体づくり運動に関する意識と実態調査を行った。その結果、約3人に2人が小・中学校の授業で、約3人に1人が高等学校の授業で実施したと回答した。大学入学前からその名称を知っていた学生は、約3人に2人の割合であった。実施内容で最も多かった回答は「ストレッチ」であった。教員による例示については、実際に模範を示すことが最も多く、資料を活用する際はタブレットで動画資料を使うという答えが多かった。また「道具を使う」「仲間と行う」「遊び感覚・ゲーム感覚で行う」という内容を児童生徒が「楽しい」と感じる傾向がみられた。体づくり運動の印象については「楽しい」の回答が最も多かった。長距離、ストレッチ等を実施したと回答があった学生の中には「きつい」「つまらない」といった回答がみられた。また、体づくり運動の授業を将来うまく行えるかについては、不安に感じている学生が多いという傾向が明らかになった。

キーワード：体づくり運動，大学生，体育授業

1. 緒言

「体づくり運動」は、平成10年（1998）に学習指導要領の保健体育科において「体操」の領域に変わって導入された領域である。その背景には、児童・生徒の体力低下と、運動習慣を持つ者と持たない者の二極化の傾向がみられていたことが挙げられている。また、他者とうまく関わるができないこと、幼児期・児童期に十分に運動遊びを経験していないことが挙げられている¹⁾。このことから、児童・生徒の体力向上と、心と体が互いに影響し合っていることを理解させることを目的に「体づくり運動」の実施がはじまった。

平成20年（2008）に学習指導要領が改訂され、各年代の実施内容やねらいが見直された。また、生活習慣の乱れが小学校低学年にも見られるとの指摘があったことなどから、小学1年生から高校3年生まですべて

の児童・生徒が対象となり、必修で実施されることとなった²⁾。

新しい領域としてスタートしてから25年以上が経過した、「体づくり運動」領域に関する児童・生徒の意識や授業実施の実態についての検討がいくつか行われている。三本木ら³⁾は、体づくり運動の各分野で取り入れる運動について系統性や発展性をもって相互の関係性を示す必要性を指摘している。長野ら⁴⁾は、「体づくり運動」領域の授業づくりにおいて、現職教員が「効果的な場づくり」「単元に関する知識」等に苦慮し、「効果的な実践例の紹介」「実技中心の研究会の情報・紹介」などを要望していることを報告している。つまり、「体づくり運動」領域の授業においては、系統性及び発展性を踏まえ、現場の先生が授業づくりを行う上での資料の作成が重要である。

また、鈴木⁵⁾は、大学生を対象に授業経験や認識に

* 特定非営利活動法人日本Gボール協会
Specified Nonprofit Corporation Japan G-ball Association

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

*** 八戸学院大学健康医療学部
Faculty of Health and Medical Care, Hachinohe Gakuin University

ついて調査を行い、学校現場ではなかなか実施されていないこと、行ったとしてもそのねらいや目的が伝わっていないことを指摘している。これらを踏まえて考えると、小学校教員免許及び中学校・高等学校保健体育免許を取得希望の学生が所属する教員養成課程においても、同様の結果が想定される。また、これからの「体づくり運動」領域を担うであろう大学生にとって、教員養成課程で行う「体づくり運動」領域の授業は重要であり、また、系統性及び発展性を踏まえた授業づくりを楽しむことは極めて重要である。

そこで本研究では、大学生を対象に、「体づくり運動」領域に関する意識や授業実施状況の実態について把握することを目的とする。このことで、今後の「体づくり運動」領域における、授業づくりや指導方法検討のための基礎資料と成り得ると考えられる。

2. 方法

1) 調査時期・対象及び詳細

青森県にある2つの大学に所属する教職課程の学生を対象に Google フォームを利用して Web 上でアンケート調査を実施した。調査は2024年5月から6月にかけて行い、53名の回答を得た。回答者内訳は、男子23名、女子30名であった(図1)。学年は1年生が1名、2年生が40名、3年生が10名、4年生が2名であった(図2)。出身学校の所在地については、表1に示し、取得を希望する教員免許状種については、表2に示した。

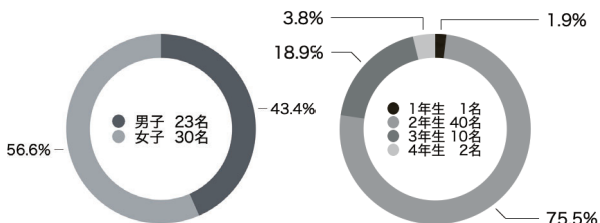


図1 回答者の性別

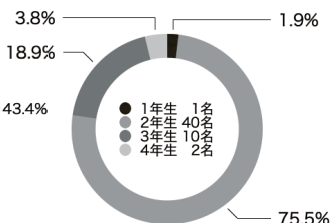


図2 回答者の学年

表1 回答者の出身学校の所在地

	青森県	岩手県	秋田県	北海道	その他の県
小学校	38名	5名	2名	2名	6名
中学校	38名	5名	2名	2名	6名
高等学校	37名	5名	2名	2名	7名

表2 回答者が取得を希望する教員免許状種

取得希望免許状	人数	割合
小学校教諭	33名 (男子10, 女子23)	62.3%
中学校・高校教諭 (保健体育)	15名 (男子11, 女子4)	28.3%
その他	5名 (男子3, 女子2)	9.4%

2) 調査内容

調査は、質問項目の前に、図3に示した「体づくり運動」領域の説明文を用いて、本領域を行っている意義を確認した。また、文部科学省が公式サイトに掲載している、小学校の「体づくり運動」領域の参考URL⁶⁻⁹⁾を掲載し、本領域について過去の授業を含め、振り返りを行うよう求めた。その後、表3に示した、各質問項目の回答を求めた。

「体づくり運動」「体づくりの運動遊び」の領域 (以下、体づくり運動) についてお聞きします

体づくり運動は、体ほぐしの運動と体の動きを高める運動とで構成され、自分や仲間の心と体の状態に気がついたり、仲間と関わり合うことで体を動かす楽しさや心地よさを味わい、また体の柔らかさや巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めたりすることができる領域です。

※ 小学校の「体づくり運動」の参考URL (文部科学省 公式サイト)

- ・低学年 (第1学年及び第2学年) 体ほぐしの運動・多様な動きをつくる運動遊び
- ・中学年 (第3学年及び第4学年) 体ほぐしの運動・多様な動きをつくる運動
- ・高学年 (第5学年及び第6学年) 体ほぐしの運動
- ・高学年 (第5学年及び第6学年) 体の動きを高める運動

図3 体づくり運動の説明と文部科学省の参考URL

表3 質問項目

	体づくり運動についてお聞きします
1-1	小学校の時に授業で行いましたか?
1-2	中学校の時に授業で行いましたか?
1-3	高等学校のときに授業で行いましたか?
1-4	この領域が「得意」ですか?
1-5	この領域が「好き」ですか?
1-6	この領域の授業を行う際、うまく授業を行えそうですか?
2	大学に入学する前に「体づくり運動」または「体づくり」という名称を聞いたことがありますか?
3	「体づくり運動」を授業で行ったと回答した方にお聞きします。その具体的な内容を覚えている範囲で教えてください。
4	「体づくり運動」を授業で行ったと回答した方にお聞きします。その行った中で一番楽しかった内容を教えてください。
5	「体づくり運動」を授業で行ったと回答した方にお聞きします。先生はどのような例示をしてくれましたか? (複数回答可)
6	「体づくり運動」を授業で行ったと回答した方にお聞きします。「体づくり運動」に対してどのような印象をもっているか、あなたの率直な意見を教えてください。(例: 楽しい運動, つまらない運動, 難しい運動 など)
	全員にお聞きします。
7	小学校・中学校・高等学校の体育授業において、以下の中で実施したことがある運動に ✓ を入れてください。(複数回答可)

3) 分析及び倫理的配慮

本調査の選択回答で得られたデータの分析については、回答後に自動的に作成される Google フォームのグラフとスプレッドシートを使用した。記述回答で得られたデータの分析については、ユーザーローカルの AI テキストマイニングツール (<https://textmining.userlocal.jp/>) を利用し、単語出現頻度順 (スコア順 + 頻度順) で解析を行った。なお、解析する際は、文章中の単語の数や単語の種類が機械的に認識されることから、同じ単語が不要に増えすぎないように、また回答の意味が別の意味で分類されないよう注意し、固有名詞と除外する語の設定、および単語ごとに区切るなどの対応をしてから分析を行った。

また、倫理的配慮として対象者には、事前に研究の

内容や目的、調査への参加・不参加は自由意志であることを口頭で説明し、承諾を Web 上で得て行った。

3. 結果および考察

1) 小・中・高等学校での実施経験について

質問1-1, 1-2, 1-3の結果は、図4の通りである。「体づくり運動」を授業で行ったという回答は、小学校が35名(66.0%)、中学校が33名(62.3%)、高等学校は20名(37.7%)であった。「いいえ」の回答は、小学校が3名(5.7%)、中学校が5名(9.4%)、高等学校が15名(28.3%)という結果だった。つまり、約3人に2人の学生が、小学校と中学校の授業で実施経験があり、高等学校の授業では約3人に1人の割合であった。

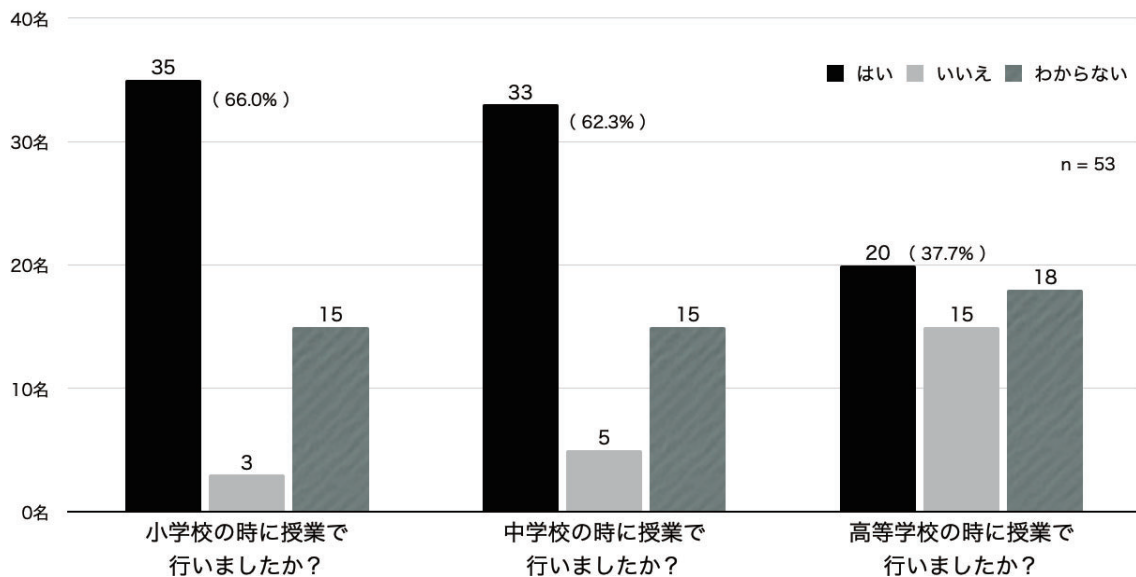


図4 「体づくり運動」を授業で行った経験についての回答結果

表4 「体づくり運動」を授業で行った経験についての分類別結果

小学校のみ 「はい」	中学校のみ 「はい」	高等学校のみ 「はい」	小・中学校のみ 「はい」	すべて 「はい」	すべて 「いいえ」	すべて 「わからない」	「わからない」と 「いいえ」の混在
5名	2名	1名	11名	19名	3名	9名	3名
9.4%	3.8%	1.9%	20.8%	35.8%	5.7%	17.0%	5.7%

← 実施経験があると回答した学生の割合：71.7% (計38名) →

すべての回答をさらに分類し、表4にまとめた。最も多かった回答は、すべて「はい」の19名(35.8%)であった。3人に1人は、高等学校までずっと経験していたという結果となった。1つ以上の学校で「はい」の回答は、合計で38名(71.7%)となり、10人に7人の割合であった。すべて「いいえ」は、3名(5.7%)であった。

檜皮¹⁰⁾が大学生を対象にした調査では、体づくり運動を中学校で実施したという回答が22%、高等学校で実施したという回答が13%であったと報告している。また、鈴木¹¹⁾が大学生を対象にした調査では、体づくり運動を中学校で行ったという回答が7%、高等学校で行ったが11%、両方で行ったが13%と報告している。このことから、本調査においては、それらの調査結果と比較すると、中学校と高等学校のいずれも実施経験があると回答した者の割合が高いことがわかる。特に、中学校での実施経験の割合には、顕著な差があった。

2)「得意か」「好きか」「うまく授業で行えそうか」

質問1-4, 1-5, 1-6の回答結果を男女別にまとめた(図5, 6)。まず、体づくり運動の領域について、得意か、好きかの質問では、男子は「得意である」と答えた者が10名(43.5%)と最も多かったものの、「好き」と答えた者は7名(30%)に減っていた。女子は、「得意ではない」と答えた者が多かったが、「好き」と答えた者が一番多い結果であった。このことから、男子は、好きというわけではないが「得意」、女子の方は、得意というわけではないが「好き」と思っている学生が一部で存在すると推察できる。

体づくり運動の授業を将来うまく行えそうかの質問について、「はい」と答えた学生は、男子が4名(17%)、女子が6名(20%)であった。このことから、将来授業を行うことに不安を感じている学生は、男女ともに非常に多いということが明らかとなった。

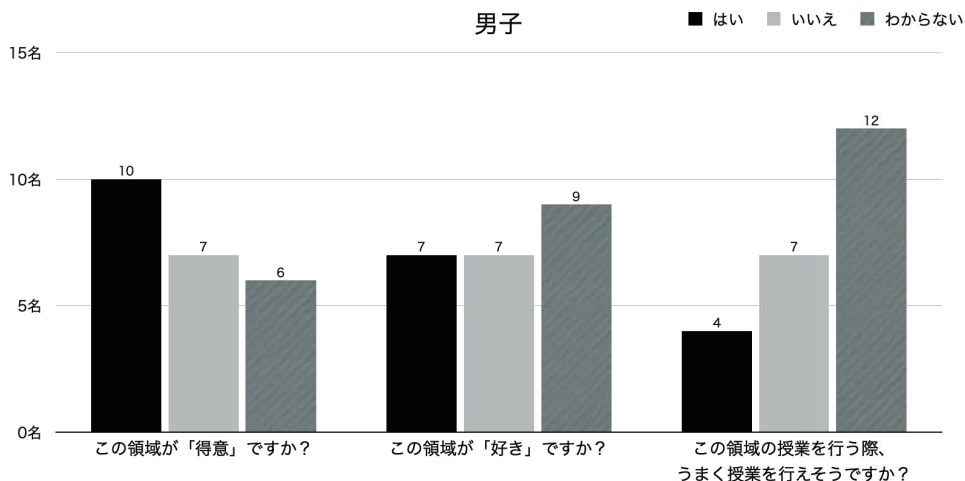


図5 体づくり運動が「得意か」「好きか」「うまく授業で行えそうか」の回答結果(男子)

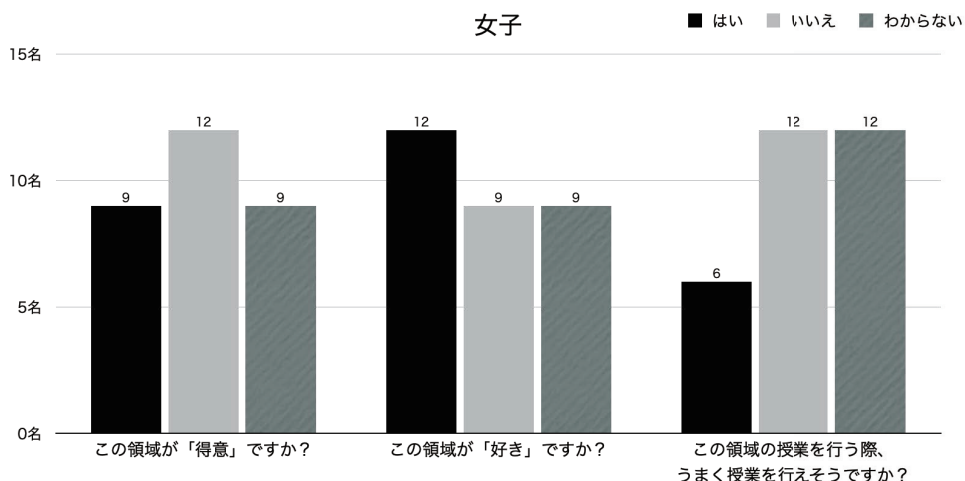


図6 体づくり運動が「得意か」「好きか」「うまく授業で行えそうか」の回答結果(女子)

次に、取得希望免許毎にみると、得意ですかの質問では、小学校教員免許希望者は、いずれの回答も11名であった。中・高教員免許（保健体育）希望者は、「はい（得意）」が最も多い結果であった（表5）。好きですかの質問では、小学校教員免許希望者は、中・高教員免許希望者と比べ、「はい（好き）」の回答が多いものの、「いいえ」と「わからない」が6割を占めていた。中・高教員免許希望者は、「いいえ」と「わからない」が7割を超えていた（表6）。この領域の授業をうまく行えそうかという質問では、いずれも「いいえ」「わからない」の回答が多く、特に中・高教員免許希望者に自信のなさがうかがえた（表7）。

表5 この領域が「得意」ですか

取得希望免許	はい	いいえ	わからない
小学校教諭	33.3% (11名)	33.3% (11名)	33.3% (11名)
中高・保健体育	46.7% (7名)	33.3% (5名)	20.0% (3名)

表6 この領域が「好き」ですか

取得希望免許	はい	いいえ	わからない
小学校教諭	39.4% (13名)	21.2% (7名)	39.4% (13名)
中高・保健体育	26.7% (4名)	46.7% (7名)	26.7% (4名)

表7 この領域の授業をうまく行えそうですか

取得希望免許	はい	いいえ	わからない
小学校教諭	24.2% (8名)	33.3% (11名)	42.4% (14名)
中高・保健体育	13.3% (2名)	40.0% (6名)	46.7% (7名)

3) 「体づくり運動」の名称の認知度

質問2の回答結果は、図7の通りである。大学の入学前に「体づくり運動」または「体づくり」という名称を聞いたことがあると答えた学生は、36名（67.9%）であった。3人に2人は以前から知っていたということになる。檜皮¹⁰⁾は、スポーツを学ぶ大学生を対象に行った調査において、「体づくり運動」の名称を認識していた大学生は、39%だったと報告しており、鈴木⁵⁾が大学生を対象として実施した調査においては、22%に留まったことを報告している。そのことから、今回の認知度の結果（67.9%）は、かなり高い数値を示したといえる。

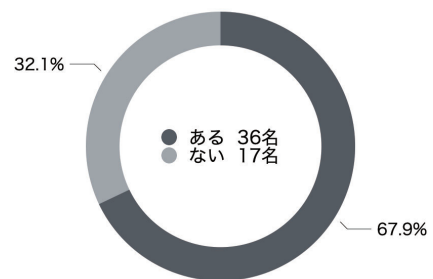


図7 大学に入学する前に「体づくり運動」または「体づくり」の名称を聞いたことがありますか？

4) 体づくり運動を授業で行った「具体的な内容」

質問3についての回答結果と、テキストマイニングで解析したテキストを表8に示した。回答内容は、原文のまま記載した。なお、回答の中に「柔道」という回答があり、学生の一部は、他領域と混同していたことが明らかになった。その回答1件と、「覚えていない」という回答1件は除外した。

テキストマイニングを行った結果を図8に示した。体づくり運動の授業で最も多かった単語は、「ストレッチ」で、次に、「鬼ごっこ」、「柔軟」、「なわとび」であった。また、「ペア」、「グループ」、「組む」、「一緒」という単語も散見されたことから、複数人で行う内容がよく実施されていたことが推察された。

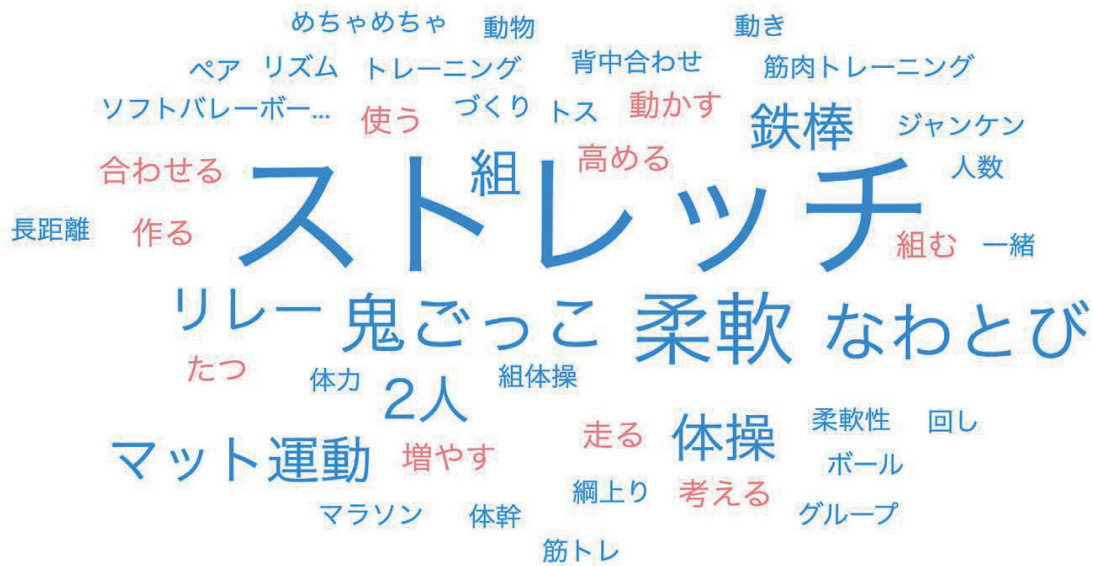


図8 体づくり運動の授業で経験した際の「具体的な内容」

表8 体づくり運動の授業で経験した「具体的な内容」とテキストマイニングで解析したテキストの一覧

回答	解析したテキスト	性別
柔軟	柔軟	女子
マット運動	マット運動	女子
背中合わせで一緒にたつ、人数	背中合わせで一緒にたつ	女子
増やしたりした	人数増やし	女子
ストレッチ	ストレッチ	女子
柔軟体操	柔軟体操	女子
体を作る運動や体力づくり	体を作る運動、 体力づくり	女子
マット運動	マット運動	女子
なわとび、ストレッチ	なわとび、ストレッチ	女子
ペアを組んでストレッチを行ったり、リズムに合わせて体を動かしたりした	ペアを組んでストレッチ、 リズムに合わせて体を動かした	女子
鬼ごっこ、ストレッチ	鬼ごっこ、 ストレッチ	女子
ソフトバレーボールを使ってスリレーをした	ソフトバレーボールを使ってスリレー	女子
なわとび、ストレッチ	なわとび、ストレッチ	女子
柔軟性を高める運動をグループで考えて行った	柔軟性を高める運動をグループで考えて行った	男子

回答	解析したテキスト	性別
体でジャンケンや2人1組でストレッチ、マラソンなど	体でジャンケン、 2人組ストレッチ、 マラソン	男子
二人一組で行う、ストレッチのよなもの	2人組で行うストレッチ	男子
柔軟	柔軟	男子
体操やストレッチ、体幹トレーニングを行った	体操、ストレッチ、 体幹トレーニング	男子
柔軟、動物の動きの再現	柔軟、動物の動き	男子
めちやめちや走る、筋トレ、綱上り	めちやめちや走る 筋トレ、綱上り	男子
長距離	長距離	男子
組体操、鉄棒	組体操、鉄棒	男子
鉄棒	鉄棒	男子
筋肉トレーニングや鬼ごっこのようなゲーム	筋肉トレーニング、 鬼ごっこ	男子
なわとびを授業の前半で音楽を流しながらいつもやっていた	なわとび	男子
鬼ごっこ ボール回しリレー	鬼ごっこ ボール回しリレー	男子

5) 体づくり運動の授業で「一番楽しかった内容」

質問4についての回答結果と、テキストマイニングで解析したテキストを表9に示した。回答内容は、原文のまま記載した。「覚えていない」の回答4件と、「なし」1件の回答は除外した。

テキストマイニングを行った結果を図9に示した。この中で多かった単語は、「ボール」、「縄跳び」、「ペア」であり、男女ともに多く見受けられた。また、「リレー」、「ゲーム」など、意味合いが似ているものがいくつか見られた。単語を組み合わせたもので目立った回答は、「ボール運び」、「ボールリレー」、「ボール回し」、「ボールを使ったゲーム」というワードであった。このことから、「道具を用いる」、「仲間と一緒に行う」、「遊び感覚・ゲーム感覚（競い合い）で行う」といった内容を、児童・生徒が「楽しい」と感じる傾向があると言える。なお、実施経験の回答が多かった「ストレッチ」は、女子に1件のみみられ、男子の方には、「トレーニング」の回答が2件みられた。そのうち2件には「ペアで」の言葉が付けられている。

表9 体づくり運動の経験で「一番楽しかった内容」とテキストマイニングで解析したテキストの一覧

回答	解析したテキスト	性別
動物の動きを真似する	動物の真似	女子
1列になって上と下から次の人にボールを渡すボール運び	1列で上と下へボールを渡す	女子
ペアでやる運動	ペアで運動	女子
なわとび	縄跳び	女子
ボールを使った体を動かすゲーム	ボールを使ったゲーム	女子
ペアでのストレッチが楽しかった	ペアでのストレッチ	女子
マット運動	マット運動	女子
鬼ごっこ	鬼ごっこ	女子
マラソンと縄跳び	マラソン, 縄跳び	男子
バランスボールリレー	バランスボールリレー	男子
綱上り	綱上り	男子
鉄棒	鉄棒	男子
縄跳びが楽しかった	縄跳び	男子
ペアでする筋肉トレーニング	ペアで筋肉トレーニング	男子
しっぽ取りは面白かった	しっぽ取り	男子
ボール回しリレー	ボール回しリレー	男子
体幹トレーニング	体幹トレーニング	男子

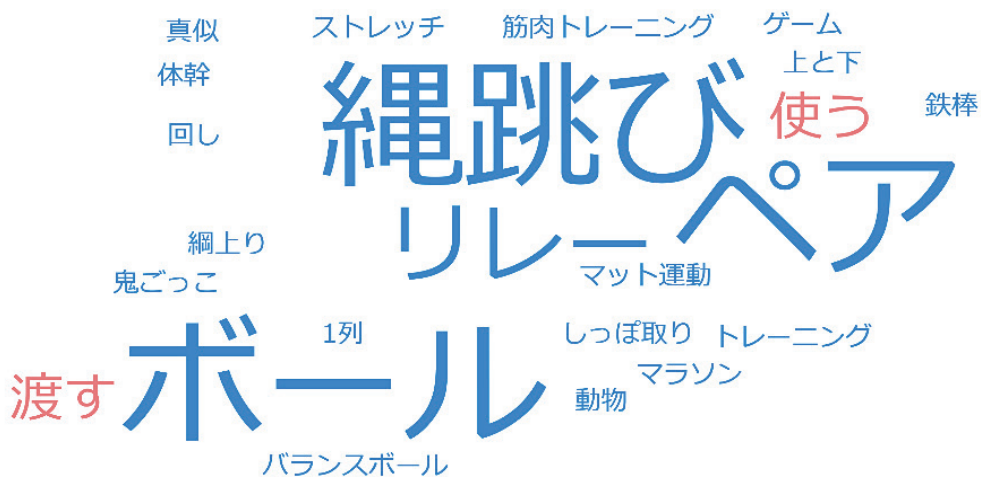


図9 体づくり運動の経験で「一番楽しかった内容」

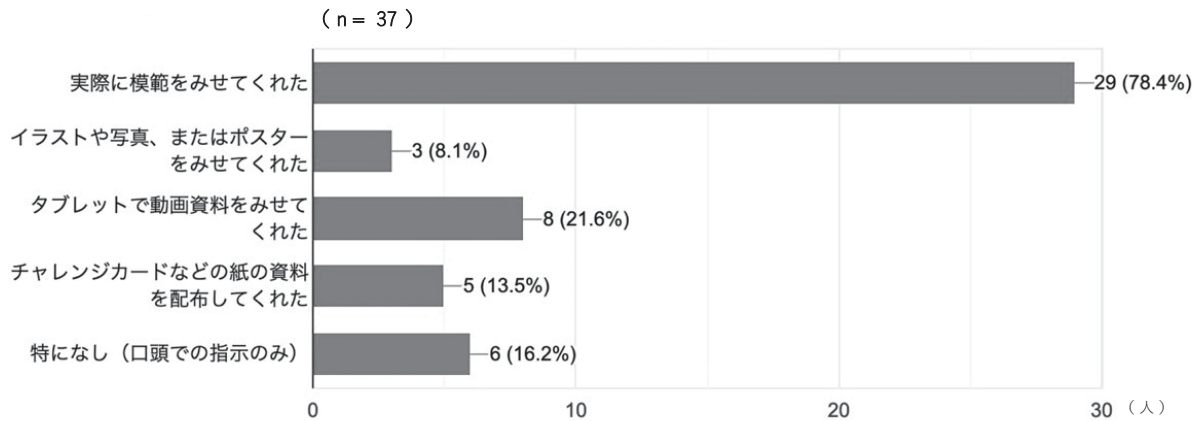


図10 体づくり運動の授業で教員が行った「例示」（複数回答）

6) 体づくり運動の授業における先生の「例示」

小・中・高等学校における体づくり運動の授業において、教員が行った例示についての回答結果を図10に示した。その中で、1番多かった回答は、「実際に模範をみせてくれた」の29名（78.4%）であった。2番目は、「タブレットで動画資料をみせてくれた」の8名（21.6%）で、最も少なかった回答は「イラストや写真、またはポスターをみせてくれた」の3名（8.1%）であった。また、例示を複数回答した者は、11名みられた。このことから、本研究においては、体づくり運動の授業の現場では、教員が実際に模範を示しながら進めていることが最も多く、活用する資料としては、ポスターなどのペーパー類よりも、タブレット等を用いて動画資料を使用するケースが多いことが明らかとなった。

7) 体づくり運動に対しての「印象」

質問6についての回答をテキストマイニングした結果を図11に示した。「体づくり運動」に対してどのような印象をもっているのか、学生に率直な意見を求めたこの質問では、「楽しい」の回答が最も多かった。また、「気持ちいい」、「面白い」といった、ポジティブな印象や、「きつい」、「つまらない」、「飽きる」、「物足りない」といったネガティブな印象もみられた。中には「唯一」という単語に、「簡単」と「難しい」、「単調」と「複雑」などの対義のものもみられ、本領域が学生にとって様々に捉えられているかを如実に示していた。回答と解析したテキストを表10に示した。回答は原文のまま記載した。質問3において、明らかに他の領域である「柔道」と答えていた学生の本質問についての回答も、同様に除外した。

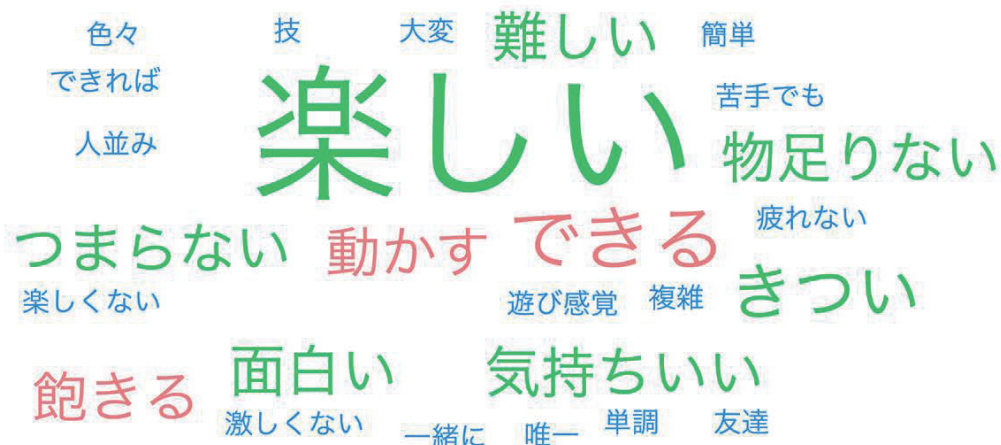


図11 体づくり運動に対しての「印象」

表10に示した通り、体づくり運動に対する「印象」の回答を3つに分類した。ポジティブな印象は「○」、ネガティブな印象は「▲」、どちらにも分類できないものは「－」とした。集計の結果、ポジティブな印象の回答は13件（50.0%）、ネガティブな印象の回答は7件（26.9%）となり、全体としてポジティブな印象の回答が上回った。

表10 体づくり運動に対しての「印象」の全回答とテキストマイニングで解析したテキストの一覧

回答	解析したテキスト	印象	性別
楽しい運動	楽しい	○	女子
友達と一緒に遊び感覚でできる楽しい運動	友達と一緒に遊び感覚でできる、楽しい	○	女子
楽しい運動	楽しい	○	女子
楽しく、運動が苦手でもできる楽しい運動	楽しい、苦手でもできる	○	女子
楽しい	楽しい	○	女子
楽しい運動	楽しい	○	女子
みんなが簡単にかつ楽しく運動しているイメージです	みんなが簡単に楽しく	○	女子
楽しい運動	楽しい	○	男子
楽しい	楽しい	○	男子
唯一人並みにできる運動なので楽しい	唯一、人並みにできる、楽しい	○	男子
楽しかった	楽しい	○	男子
やってみると面白い運動	面白い	○	男子
楽しい運動	楽しい	○	男子
大変な運動	大変	▲	女子
きつい運動	きつい	▲	男子
つまらない運動	つまらない	▲	男子
物足りない運動	物足りない	▲	男子
単調になってしまい飽きがち	単調で飽きる	▲	男子
楽しくない運動	楽しくない	▲	男子
難しい 複雑	難しい、複雑	▲	男子
他のスポーツをやるよりは疲れない	疲れない	－	女子
技ができれば楽しい	技ができれば	－	女子
激しく動かない運動	激しくない	－	女子
体を色々動かす	体を色々動かす	－	男子
できる人はできる運動	人による	－	男子
きつい、きもちい	きつい、気持ちいい	－	男子

さらに、「きつい」、「つまらない」、「飽きる」などのネガティブな印象の回答を抽出し、その回答を行った学生について授業で実施した具体的な内容は何だっ

たのかを検討するため、質問3の記述回答を確認した。回答には、「長距離」、「ストレッチ・柔軟」、「なわとびを跳び続ける」といった、体づくり運動領域の中の、『体の動きを高める運動』の種類（動きを持続する能力を高めるための運動や柔らかさを高める動きなど）の内容がみられた（表11）。

表11 体づくり運動に「ネガティブな印象」を持つ学生の回答

印象	小・中・高で具体的に実施した内容	性別
大変	体を作る運動や体づくり	女子
きつい	長距離	男子
つまらない	二人一組で行う、ストレッチのようなもの	男子
物足りない	柔軟、動物の動きの再現	男子
単調で飽きる	なわとびを授業の前半で音楽を流しながらいつもやっていた	男子

8) 「体育授業」において実施経験がある運動内容

本調査の回答者全員に対して、「体育授業」の中で実施経験があるものを選択形式（複数回答）で質問した。選択項目は、体づくり運動の領域として実施される可能性がある運動内容を中心とした。なお、「Gボール」については、檜皮⁹⁾による先行研究において「体づくり運動」の授業で実施した運動内容の中で最も学生からの評価が高かったため、選択項目に追加した。

集計の結果、実施率が高かった内容は、「準備運動」「音楽を使った体操」、「ストレッチ」、「なわとび」、「鬼ごっこ系の遊び」、「持久走」であった（図12）。

実施率が低かった内容は、「トレーニング」、「整理体操」、「Gボール」であった。「トレーニング」は、『体の動きを高める運動』の4種類の運動の1つ（力強い動きを高めるための運動）であるが、他の3つの運動（体の柔らかさを高めるための運動、巧みな動きを高めるための運動、動きを持続する能力を高めるための運動）と比べると、実施率が低いことが明らかとなった。また、「準備運動」の実施率が96.2%と高い割合であったことに対し、「整理体操」の方は35.8%とかなり低い割合であった。「準備運動」は授業のルーティンとして行われている可能性が高いが、「整理体操」は、授業の中で実施する時間が足りない等の理由で削減または排除されていることが推察できる。「Gボール」は選択項目の中で最も低い実施率であった。その理由としては、Gボールを用いた運動の実施経験や指導経験がなく、指導に自信が持てない教員が多いこと、体育備品としてボールを所持していない学校が多いことなどが挙げられるであろう。

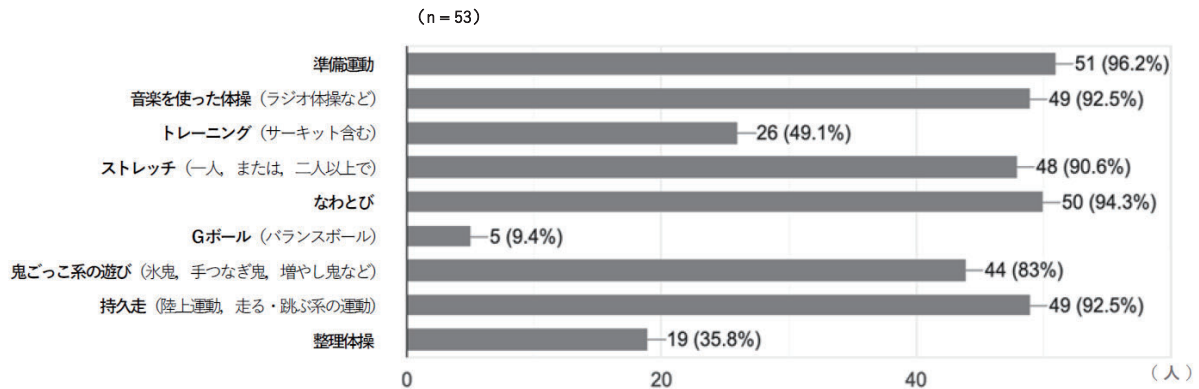


図12 「体育授業」で実施経験がある運動内容 (複数回答)

5. まとめ

本研究では、大学生を対象に、「体づくり運動」領域に関する意識や授業実施状況の実態について把握し、今後の「体づくり運動」領域における、授業づくりや指導方法検討のための基礎資料を得ることを目的とした。Web 上で行ったアンケート調査の結果を以下にまとめた。

- 約3人に2人の学生が、小学校と中学校の授業で実施経験があると回答し、高等学校の授業では約3人に1人が実施したと回答した。
- 約3人に2人の学生が、大学入学前からその名称を知っていたと回答した。
- この領域について、男子は「得意」と回答する者が多く、女子は「好き」と回答する者が多かった。全体の回答結果から、男子の方は、好きというわけではないが「得意」、女子の方は、得意というわけではないが「好き」と感じている学生が一部で存在すると推察できた。
- 体づくり運動の授業を将来うまく行えるかについては、不安に感じている学生が男女ともに多かった。
- 体づくり運動の授業で実施した内容については、「ストレッチ」の回答が最も多かった。また、一部の学生は他の領域と混同して認識していることが確認された。
- 体づくり運動の授業での例示については、教員が実際に模範を示すことが最も多く、資料を活用する場合は、タブレットで動画資料を見せることが多かった。
- 体づくり運動の授業で一番楽しかった内容についての回答では、「ボール」「縄跳び」「ペア

「リレー」の単語が目立っていたことから、「道具を用いる」「仲間と一緒にやる」「遊び感覚・ゲーム感覚 (競い合い) でやる」という内容を見学・生徒は「楽しい」と感じる傾向があるといえる。

- 体づくり運動の印象については、「楽しい」の回答が最も多く、特に女子にそういったポジティブな印象の回答がみられた。
- この領域に対して、「きつい」「つまらない」「飽きる」などのネガティブな印象を持っていた学生は、「長距離」「ストレッチ」「なわとびを跳び続ける」といった体の動きを高める運動内容 (動きを持続する能力を高めるための運動や柔らかさを高める動きなど) を経験していたことが確認された。
- 体育授業において実施率が高かった内容は、「準備運動」「音楽を使った体操」「ストレッチ」「なわとび」「鬼ごっこ系の遊び」「持久走」であった。実施率が低かった内容は「トレーニング」「整理体操」「Gボール」であった。

6. 謝辞

本研究にご協力いただいた、青森県内にある2大学学生の皆様に御礼申し上げます。

7. 文献

- 1) 文部科学省：体づくり運動 (学校体育実技指導資料第7集), 東洋館出版社, 2000.
- 2) 文部科学省：体づくり運動 授業の考え方と進め方 (学校体育実技指導資料第7集) 改訂版, 東洋館出版社, 2013.
- 3) 三本木温, 渡邊陵由, 工藤祐太郎, 高嶋渉, 嶋崎

- 綾乃：学校体育における「体づくり運動」の現状について．産業文化研究，25：45-52，2016.
- 4) 長野康平，篠原俊明，中村和彦：小学校教員の体づくり運動領域における指導実態と意識：所属研究部と教職歴による検討．スポーツ教育学研究，41（2）：49-66，2021.
 - 5) 鈴木慶子：保健体育教職課程を設置する大学における体づくり運動の授業研究：大学生の体づくり運動に対する意識．駿河台大学教職論集，3：15-29，2018.
 - 6) 文部科学省：小学校低学年（第1学年，第2学年）体づくり運動（体ほぐしの運動・多様な動きをつくる運動遊び）（参照日：2024年5月20日）
https://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/afieldfile/2011/07/06/1306084_02.pdf
 - 7) 文部科学省：小学校中学年（第3学年，第4学年）体づくり運動（体ほぐしの運動・多様な動きをつくる運動）（参照日：2024年5月20日）
https://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/afieldfile/2011/07/06/1308039_02.pdf
 - 8) 文部科学省：小学校高学年（第5学年，第6学年）体づくり運動（体ほぐしの運動）（参照日：2024年5月20日）
https://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/afieldfile/2011/07/06/1308040_02.pdf
 - 9) 文部科学省：小学校高学年（第5学年，第6学年）体づくり運動（体力を高める運動）（参照日：2024年5月20日）
https://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/afieldfile/2011/07/06/1308040_03.pdf
 - 10) 檜皮貴子：大学生における「体づくり運動」の実施経験と意識調査：駿河台大学の学生を対象として．駿河台大学論叢，46：97-111，2013.
 - 11) 鈴木慶子，三宅良輔：中学校の体づくり運動における運動種別型の授業内容の提案．体操研究，16：1-14，2022.

(2024. 9. 2 受理)