

わかる、できる喜びを分かち合う保健体育科の指導法

佐川町立佐川中学校 教諭 中内 康幸

1 はじめに

学級崩壊、不登校、自殺者の増加、少年による凶悪犯罪など、教育が抱える課題は多岐にわたり、荒れる子どもたちを新聞、テレビ等の報道機関が取り上げることも少なくない。「不登校による実態調査」¹⁾によれば、不登校のきっかけは、学校生活に関わるものが上位を占め、特に対人関係をめぐる問題が大きなウエイトを占めており、仲間と関わりが持てずに特定の間人関係しか築けない生徒は多い。体育授業においても他者との関わりに消極的な面が見られ、ペアやグループを組むことが難しくなっている。そのため、仲間とともに喜びを分かち合う機会も少なくなっており、仲間との関わりを深めることをねらいとした体育授業の必要性を感じる。ミデウラ²⁾は仲間づくりを「献身的で、情熱的で賞賛の言葉を与えたり、受け取ったりできるチームの一員になること (Team Building)」と述べているが、かつて子どもたちは遊び、特に運動遊びを通して自然に人間関係を築き、喜びを分かち合うなかで関わりを深め、仲間づくりを行っていたと考える。遊びの様変わり、特に体の触れ合う遊びの減少が、仲間との関わりを深める機会を奪っているのではないか。

野口³⁾は身体接触を人間関係の本質としてとらえ、「肌と肌が触れ合うことは、親子関係に限らず、すべての人間の根本の問題」とし、岡本⁴⁾は「心の触れ合いの一環としてスキンシップがあるのであり、肌を触れることは心を伝えるメッセージになる」と述べている。相澤⁵⁾は身体接触活動を「相手と身体接触を通して、直接コミュニケーションを図り、互いの信頼関係を高めていく活動」と定義している。本研究においては、体育授業における「身体接触をともなう運動」を「相手と身体接触を通して、直接コミュニケーションを図り、互いの関わりを深めていく身体運動」と捉え、授業実践を試みる。

現行の学習指導要領⁶⁾では「生きる力」の育成を基本とし、豊かな人間性とたくましい体をはぐくむための教育を改善することが提言され、保健体育科においても「心と体を一体としてとらえ」、生徒の心身ともに健全な発達を促すための指導が重要であることを強調している。その改訂の一つが「体ほぐしの運動」である。「体ほぐしの運動」とは、いろいろな手軽な運動や律動的な運動に取り組み、「体への気付き」、「体の調整」、「仲間との交流」をねらいとしている。さらに、技能的習熟を問題としておらず、仲間とともに楽しさを生み出していく過程に積極的に参加できる可能性が開かれており、仲間との関わりを深めることにおいても有効である。

そこで本研究では、中学校保健体育科の授業において身体接触をともなう運動を通して仲間との関わりを深めることをねらいとし、「体ほぐしの運動」の授業実践を行う。それにより、中学校保健体育科の今後の指導法の改善に寄与できるものとする。

2 研究目的

中学校保健体育科の授業において身体接触をともなう運動を通して仲間との関わりを深めることをねらいとし、「体ほぐしの運動」の授業実践を行う。実践によって明らかになった成果と課題をもとに、身体接触をともなう教材の開発を提示することを目的とする。

3 研究方法

(1) 文献研究

主として、体育科教育、身体接触、人間関係づくりに関する文献

(2) 授業研究

まず、1回目の授業実践(授業)では、先行研究を参考に単元計画を作成して、実践を行った。授業成果にどのような特徴があるか、組織的授業観察法⁷⁾及び学習カードの記述内容により分析した。そして、2回目の授業実践(授業)では、授業 で明らかになった課題を修正し、単元計画を作成して授業実践を行った。

表1 授業研究の対象・期間・内容

	授業 (2005年度)	授業 (2006年度)
対象	F 中学校第1学年 (全体 39名:男子 19名・女子 20名)	S 中学校第1学年 (全体 30名:男子 15名・女子 15名)
教材	体づくり運動(体ほぐしの運動) 1 単元 4 時間	体づくり運動(体ほぐしの運動) 1 単元 4 時間
期間	2005年 10・11月	2006年 5・6月
調査内容	1) 生徒による診断的・総括的授業評価 2) 生徒による形成的授業評価 3) 生徒による集团的・協力的活動評価 4) 生徒の学習カード記述分析	1) 生徒による学級集団意識調査 2) 生徒による形成的授業評価 3) 生徒による集团的・協力的活動評価 4) 授業場面の観察 5) 教師の相互作用行動 6) 生徒の学習カードの記述分析

授業 の単元計画と教材配列

ア 単元計画

単元計画は、「体ほぐしの運動」の授業づくり⁸⁾を参考に、表2のように作成した。

イ 教材配列

- (ア) 単元の目標に沿って、毎時間のテーマを設定し、教材の選択・構成と配列を考慮する。
- (イ) 先行研究⁹⁾による身体接触レベルを参考に、単元の進行にしたがって徐々に接触の度合いを高める。
- (ウ) 『体ほぐしの運動』の先行研究^{10) 11) 12)}をもとに、中学生が楽しく取り組み、協同的な活動を必要とする運動を考慮し、プロジェクト・アドベンチャー(Project Adventure)で行われている運動^{13) 14)}を参考に設定する。

表2 単元計画(授業)

1	2	3	4
ほぐし やってみよう 自分や相手の心や体の状態を知り、楽しみながらできる運動		ほぐし もっとやってみよう 互いに認め合い、仲間とともに力を合わせて取り組むことのできる運動	
『心とからだをほぐす』 ビート ジャンプ 数字合わせ ドラゴンボール 接着ウォーク	『相手を感じる』 カンフータッチ 指フェンシング 宝探し	『交流を深める』 ミラーストレッチ ミラーリード スタンドアップ アフリカ象を救え	『信頼関係を築く』 ペーパータグ フライングペーパー — トラスト・フォール ヤートサークル

授業 の単元計画と教材配列

ア 単元計画

単元計画は、授業 をもとに修正を加え、表3のように作成した。

イ 教材配列

- (ア) 男女の関わりを設定する。
- (イ) グループサイズを系統的に大きくしていく。
- (ウ) 活動的、協同的な運動を多く取り入れる。
- (エ) 1時間あたりの教材数を2から3に設定する。

表3 単元計画(授業)

1	2	3	4
ほぐし やってみよう リズムカルな運動を通じて、運動の心地よさを味わいながら課題を解決することができる運動		ほぐし もっとやってみよう グループで互いの体を支え、力を合わせ運動に取り組むことにより、集団で課題を解決することができる運動	
二人鬼 ビート 接着ウォーク	コントローラー 目・口・手	チキンベースボール スタンドアップ	バナナ鬼 ボール運び

4 研究結果と考察

(1) 生徒による形成的授業評価

毎時間終了後、長谷川ら⁷⁾によって作成された生徒による授業評価のアンケート調査(9項目・記名)を実施し、授業に関わって評価し、学習成果を調べた(資料1)。集計方法は、質問に対して「はい」「どちらでもない」「いいえ」とし、それぞれ3点、2点、1点として集計・処理した。

授業、ともに評価得点は高く推移している。その詳細をみると、授業の全体では、単元を通して『意欲・関心』、『協力』次元が高く、『成果』次元に関しては、単元の進行に従って向上している。1時間目と4時間目では『成果』(p<.001)、『学び方』(p<.01)次元に関して有意に向上している。授業において、全体では、単元を通して『意欲・関心』、『協力』次元が高く、『成果』次元に関しては、単元の進行に従って向上している。1時間目と4時間目では『成果』(p<.001)次元に関して有意に向上している。

授業と授業の形成的授業評価を比較してみると、各次元において、有意な差は見られなかったものの、『成果』、『意欲・関心』、『協力』次元は、授業が授業よりも高く評価されていた。また、『学び方』次元は、授業が授業よりも高く評価されていた。項目別に見ると、「感動の体験」(p<.001)項目が、授業が授業よりも有意に高かった。

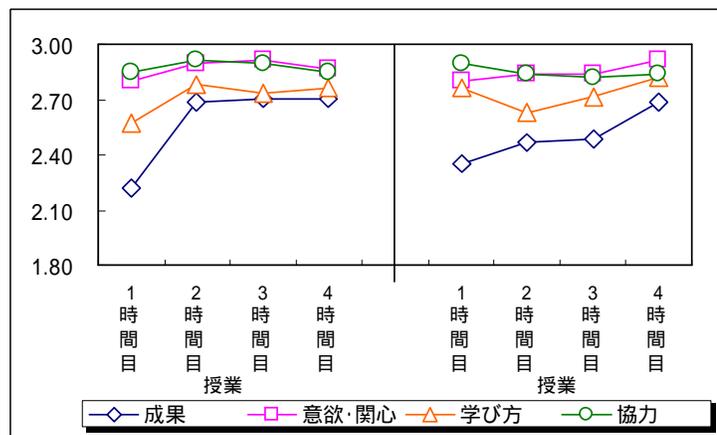


図1 形成的授業評価の推移

これらから、授業と授業は実施時期や生徒のレディネスなどに違いがあるにもかかわらず、どちらも生徒が協力的に学習に取り組み、単元の進行にしたがって感動の体験や技能の伸び、新しい発見といった成果につながると考えられる。授業では毎時間リズムカルで、やや活動的な運動を授業の初めに設定することによって、学習への意欲を高め、自由に相手を決めて運動に取り組むことで、生徒は積極的、協力的に学習に取り組むことができ、成果につながったと考えられる。授業では、教材数を精選し、活動的な運動や協同的な運動を多く取り入れ、系統的にグループサイズを移行させて取り組んだことで、自ら学習に取り組む姿勢やめあてをもって学習に取り組むなどの学び方の育成につながったと考えられる。

表4 形成的授業評価の比較

	授業 (n=120)			授業 (n=112)			t検定
	Mean	SD	評価	Mean	SD	評価	
1.感動の体験	2.56	0.59	4	2.21	0.72	3	4.077 ***
2.技能の伸び	2.51	0.62	3	2.69	0.57	4	-2.283
3.新しい発見	2.67	0.54	4	2.63	0.64	4	0.421
成果	2.58	0.48	4	2.51	0.51	4	1.054
4.精一杯の運動	2.82	0.43	4	2.83	0.50	4	-0.224
5.楽しさの体験	2.93	0.26	4	2.87	0.39	4	1.352
意欲・関心	2.87	0.30	4	2.85	0.40	4	0.492
6.自主的学習	2.79	0.41	5	2.80	0.44	5	-0.213
7.めあてをもった学習	2.63	0.52	4	2.65	0.56	4	-0.260
学び方	2.71	0.40	4	2.73	0.45	4	-0.269
8.なかよく学習	2.93	0.28	5	2.87	0.43	4	1.407
9.協力的学習	2.83	0.38	5	2.81	0.48	4	0.222
協力	2.88	0.27	5	2.84	0.40	4	0.884
総合評価	2.76	0.30	4	2.71	0.37	4	1.227

(* p < 0.05, ** p < 0.01, *** p < 0.001)

(2) 生徒による集団的・協力的活動評価

毎時間終了後、小松崎ら⁷⁾によって作成された仲間づくりの成果を評価する「児童の集団的・協力的活動を評価する形成的評価」を用い、生徒による授業評価のアンケート調査(10項目・記名)を実施し、授業に関わって評価し、学習成果を調べた(資料2)。集計方法は、質問に対して「はい」「どちらでもない」「いいえ」とし、それぞれ3点、2点、1点として集計・処理した。

授業、ともに集団的・協力的活動評価は高く推移している。詳細

を見ると、授業の全体では、単元を通して『活動への意欲次元が高く、3時間目において、評価の低下が見られるものの、1時間目と4時間目で、『活動への意欲』、『相互作用』、『達成』次元に関して有意に向上している。授業においては、全体では単元を通して『活動への意欲』、『達成』、『思考』次元が高い。授業と授業の集団的・協力的活動を比較してみると、各次元、総合評価において、有意な差は見られなかつたものの、『活動への意欲』、『相互作用』、『人間関係』次元、『総合評価』で授業が授業よりも高く評価されている。また、『達成』、『思考』次元で、授業が授業よりも

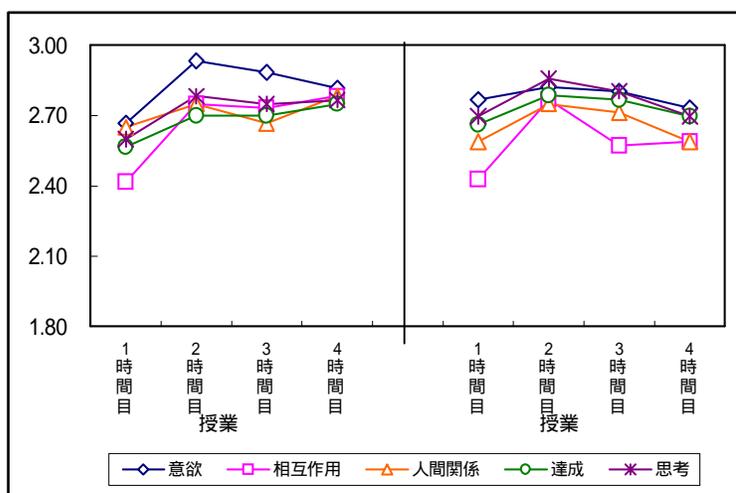


図2 集団的・協力的活動評価の推移

高く評価されていた。項目別に見ると、「ほめられ・励まし」($p<.001$)項目で授業 が授業 よりも有意に高かった。これらから、授業 と授業 では、どちらも生徒が仲間とともに意欲的に学習に取り組むことができたが、仲間との関わりにおいては、自由に相手を決めて運動に取り組むことや男女別で活動に取り組むことで、生徒が互いに関わり合い、人間関係を高めていくことができると考えられる。また、系統的にグループサイズを移行させ、活動的で、協同的な教材を設定することで、男女の活動においても意識することなく取り組むことができると考えられる。また、その結果、達成感や満足感を味わうことができ、他人の意見に耳を傾け、積極的に意見交換をすることができるようになると考えられる。しかし、3時間目以降の評価の低下は、身体接触をとともなう運動は少人数で親しい間の同性とできた関わりが、この段階ではまだ男女や班員など学級の誰とでも関わりを持てる状態ではなかったことを表しており、短期間では男女の関わりや人数を拡大して行うことの難しさを表している。

表5 集団的・協力的活動評価の比較

	授業 (n=120)		授業 (n=112)		t検定
	Mean	SD	Mean	SD	
1.楽しむ	2.88	0.32	2.87	0.39	0.368
2.もっとやってみよう	2.77	0.44	2.70	0.52	1.112
活動への意欲	2.83	0.33	2.78	0.42	0.883
3.補助・助言	2.68	0.53	2.73	0.52	-0.705
4.ほめられ・励まし	2.66	0.56	2.45	0.71	2.541 *
相互作用	2.67	0.47	2.59	0.57	1.192
5.支えられている	2.70	0.48	2.59	0.59	1.569
6.1つになる	2.73	0.48	2.73	0.52	-0.108
人間関係	2.71	0.43	2.66	0.50	0.846
7.解決する	2.63	0.53	2.75	0.49	-1.726
8.満足感	2.67	0.56	2.71	0.55	-0.534
達成	2.65	0.48	2.73	0.45	-1.271
9.意見に耳	2.75	0.47	2.80	0.44	-0.891
10.積極的に意見	2.70	0.50	2.72	0.56	-0.336
思考	2.73	0.41	2.76	0.41	-0.706
総合評価	2.72	0.36	2.70	0.41	0.243

(* $p < 0.05$. ** $p < 0.01$. *** $p < 0.001$)

(3) 実践授業の単元計画における成果と課題

授業 及び授業 について、形成的授業評価及び集団的活動評価から得られた成果と課題を明確にするために、体育の目標構造、情意目標（楽しむ）、認識目標（わかる）、技能目標（できる）、社会的行動目標（守る）に分けて表に整理した。

表6 実践授業の単元計画における成果と課題

	授業		授業	
	成果	課題	成果	課題
情意目標 (楽しむ)	・集団への活動に意欲的に取り組むことができる。			
認識目標 (わかる)	・めあてをもって学習に取り組むことができる。	・単元はじめにおいては、授業の趣旨を理解するためにオリエンテーションの工夫が必要である。	・自主的にめあてをもった学習に取り組むことができる。 ・仲間の意見に耳を傾けて、意見の交換をすることができる。	・単元はじめにおいては、授業の趣旨を理解するためにオリエンテーションの工夫が必要である。

技能目標 (できる)	・感動の体験、技能の伸び、新しい発見などが成果につながる。 ・課題を解決し、満足感を味わうことができる。		・感動の体験、技能の伸び、新しい発見などが成果につながる。 ・課題を解決し、満足感を味わうことができる。	
社会的行動目標 (守る)	・補助や助言、賞賛や励ましなどの相互支援を促すことができる。 ・協力して学習に取り組むことができる。			・仲間との関わりの中で、ほめられたり、励ましたりすることができる教材がさらに必要である。

身体接触をともなう運動を通して、仲間との関わりを深めるためには、人数や身体接触の度合いを考慮して、生徒の状態に応じた運動から徐々に取り組んでいくことが大切である。本研究においては、自由な二人組から取り組み、徐々に関わる相手や人数を変化させることによって、協力的に学習に取り組むことができ、このことは、仲間との関わり方の広がりを見せている。ただし、友だち間の補助や助言などの相互支援や賞賛や励ましたりするという点に関しては、体育授業だけでは十分な成果を上げるまでには至らなかった。それは、少人数や信頼できる仲間関係ではできた相互支援が、男女を交えた集団や学級集団全体では十分に機能することができたとはいえなかったからである。身体接触をともなう運動によって生徒間の関わりを深めるねらいで授業実践を行っても、週2時間から3時間の体育の授業の中だけでは、相互支援のできる集団を作ることには限界がある。男女や学級全体といった大きな集団でも相互支援ができる関係を構築するためには、体育の授業で取り組む活動はもちろん、学校の教育活動全体で取り組むことも必要であろう。学校の教育活動全体で、仲間との補助や助言、賞賛や励ましなどの相互支援を活動に取り入れることによって、体育授業において身体接触をともなう運動を通して、仲間との関わり合いをより深めることができると考える。それによって、わかる、できる喜びを分かち合うことができ、すべての生徒に満足感や達成感を味わわせることも充分可能となる。

5 まとめ

本研究は、他者との関わりを深める上で身体の触れ合いが有効であるとの視点から、中学校保健体育の授業において、仲間との関わりを深めることをねらいとして、身体接触をともなう運動による「体ほぐしの運動」の授業実践を行った。これらの実践のよって明らかになった成果と課題をもとに身体接触をともなう教材の開発を提示することを目的とした。

その結果、次の諸点が明らかになった。

- (1) 身体接触をともなう運動教材を通して行った授業は、「仲間との関わりを深めること」を中心として成果が高く有効である。

身体接触をともなう運動を通して、自主的に学習に取り組み、めあてをもって学習に取り組むことができる。

身体接触をともなう運動を通して、感動の体験、技能の伸び、新しい発見などの成果につながる。

- (2) 身体接触をともなう運動による「体ほぐしの運動」の単元試案を提示する。

表7 身体接触をともなう運動による「体ほぐしの運動」の単元計画（試案）

時間	ねらい	学習内容
1	オリエンテーション（学習内容の説明・単元計画の提示）	
2	ほぐし（やってみよう） ・多様な運動を通じて、自分	『心と体をほぐす』 学習の説明と内容の理解 活動 二人鬼 ビート 接着ウォーク ・振り返り
3	や相手の心や体の状態を知り、楽しみながら運動に取り組む。	『仲間を感じる』 学習の説明と内容の理解 活動 指フェンシング トラストフォール 目・口・手 ・振り返り
4	ほぐし（もっと楽しくやってみよう） ・互いに認め合い、仲間と	『仲間を支える』 学習の説明と内容の理解 活動 みんな鬼 スタンドアップ ミゼット ・振り返り
5	もに力を合わせて運動に取り組む。	『たくさんの仲間と動きを合わせる』 学習の説明と内容の理解 活動 バナナ鬼 風船運び ヤートサークル ・振り返り

以上のことから、身体接触をともなう運動を通して仲間との関わりを深めることをねらいとして行った授業は一定の有効性を見出すことができた。これらの結果は、混迷を深める教育現場の中学校保健体育科の今後の指導法の改善に寄与できるだけでなく、有用な示唆を与えるものと考えられる。

文献

- 1) 文部科学省(2001)不登校に関する実態調査（平成 5 年度不登校生徒追跡調査報告書）について，URL http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/13/09/010999.htm
- 2) ダニエル W・ミドゥラ他 / 高橋健夫訳(2000)：チャレンジ運動による仲間づくり，大修館書店
- 3) 野口三千三(1972) 原初生命体としての人間，三笠書房：p.151
- 4) 岡本雅子(2001) 心と身体をつなぐ試み，豊橋創造短期大学部研究紀要 第18号：p.95
- 5) 相澤顕(2001) 身体接触活動が生徒の他者受容の変化に及ぼす効果に関する一研究，上越教育大学大学院修士論文
- 6) 文部省(1998) 中学校学習指導要領解説 保健体育編，東山書房
- 7) 高橋健夫編(2003) 体育授業を観察評価する，明和出版：pp.8 - 48
- 8) 芹澤康子・五十嵐淳子(2003) 新しい課題に対応する中学校保健体育科の授業モデル1「体ほぐしの運動」編，明治図書，pp. 24 - 31
- 9) 前掲書 5)
- 10) 松本格之祐・山岡愛・高橋健夫(2002) 体育授業における仲間づくりの可能性を検討する - チャレンジ運動とボール運動の実践から - . 体育科教育 50(13): pp. 67 - 71 . 大修館
- 11) 中村恭之・岩田靖(2004) 小学校における「体ほぐしの運動」の授業実践 - 運動が得意な子どもについての事例的報告 - . 体育授業研究 7: pp. 1 - 9
- 12) 吉野聡・本田垂矢子・三田部勇・宇畑直樹(2004) 仲間との交流をねらいとした体ほぐしの運動の効果に関する研究 - 器械運動、ボール運動単元における効果との事例分析的な比較を通して - . 体育授業研究 7: pp. 1 - 11
- 13) プロジェクトアドベンチャージャパン(2005) グループのちからを生かす成長を支えるグループづくり，みくに出版
- 14) 諸澄敏之(2005) みんなのPA系ゲーム 243，杏林書院