

滑る運動プログラムの開発と意識調査

田尻 優真 (200511898、体操方法論)

指導教員：長谷川 聖修、遠藤 卓郎、本谷 聡

キーワード： 二極化、転ぶ、滑車、教材

【目的】

筆者は、学習指導要領上で指摘されている体育授業に対する生徒の学習意欲の二極化に着目した。運動に消極的な群の者は危機回避能力の習得が不十分であり、それを身につけるためには多様性に富んだ動きの経験を積む必要がある。中でも「滑る」運動形態は、バランスを取りながら移動し、用具を操作し、力を試すことが可能である。これは楽しさの反面、必ず「転ぶ」という危険が伴う。そのため、多様性に富んだ動きの中でも危機回避能力習得のために最も経験すべき運動形態であると考えられる。

本研究の目的は、一般大学生を対象に、「滑る」運動プログラムを試作し、指導後にアンケートを用いて意識調査をすることにより、「滑る」運動プログラムにおける指導上の留意点と基礎的な知見を明らかにすることとした。

【方法】

T 大学一般大学生 43 名(男子 5 名、女子 38 名)を対象として、T 大学の総合体育館 3 階体操場において 3 回の調査を実施した。各回において、滑車を用い、一人で滑るプログラム、二人で滑るプログラム(写真 1)、三人以上で滑るプログラムを指導し、プログラムの指導後に質問紙へ内省についての記入をさせた。

本研究では、各プログラムに対する興味度・恐怖度・達成度について 5 段階で内省評価する質問紙を用いた。また、事後調査として「滑る」に対するイメージの変化についてと、実際に中学校・高等学校の体育授業で「滑る」運動プログラムを扱ったとすれば生徒の意欲を引き出せるかについて、自由に記述させた。

【結果と考察】

1. 一人で滑るプログラムは、初めて滑る用具特性に触れたことから類縁的課題を前段階としたため、全員が達成度、興味度ともに高い傾向を示した。
2. 二人で滑るプログラムは、滑車上で組むことで重心が高くなるため、24%が怖いと感じたが、前段階として体幹を締める感覚を養い、滑車上で土台が安定するよう配慮したため、約 8 割が興味度、達成度ともに高い傾向を示した。

3. 三人以上で滑るプログラムは、坂を用いて全員が協力する課題を設定したため、約 9 割が興味度、達成度ともに高い傾向を示した。

4. 「滑る」に対するイメージの変化において、プログラム体験前は多くの者が「滑る＝転ぶ」というマイナスイメージを抱いていた。しかし、プログラム体験後には転び慣れて滑ることだけでなく転ぶことも楽しい遊びとなり、全ての者のイメージをプラスにすることができた。

5. 実際に中学校・高等学校の体育授業で「滑る」運動プログラムを扱ったとすれば、生徒の意欲は増すと全員が回答した。その理由の中には「誰もが遊び感覚でできるから」が 17 件、「運動プログラムそのものが楽しいものだから」が 10 件認められた。

【結論】

各プログラムに対する内省調査において、高い興味度と達成度が認められた要因は、滑車を用いた滑る運動は、運動に対して積極的でない学生でも、少ない力で大きく進むことができるため簡単に動くことができたことによると考える。つまり効率よく運動ができることから、一般的な体育教材として十分活用できる可能性が示唆された。

また、滑る運動プログラムは、安全に多様に転ぶことを指導上の留意点とすれば、学習指導要領上で二極化傾向の改善策の一つとして指摘されている「積極的に運動に親しむ資質や能力の育成」という目標の実現に少なからず貢献できると思われる。



写真 1 二人で滑るプログラム(馬車操作)の様子