

平成 25 年度教職大学院派遣研修研究報告書

派遣者番号	25K12	氏 名	升屋 友和
研究主題 —副主題—	子供の体力向上に資する指導の工夫 —コーディネーショントレーニング導入の成果と課題—		
所属校	目黒区立東山小学校	派遣先	東京学芸大学教職大学院

項 目	内 容
I 研究の目的	<p>子供の体力低下が叫ばれるようになって久しい。近年、メディアでもこのことを取り上げられるようになり、社会的に子供の体力に対する関心が高まっている。</p> <p>学校教育においても中央教育審議会答申「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善について」(2008)において「健やかな体の育成のための指導の充実」が示されたり、東京都教育委員会が策定した「東京都教育ビジョン(第3次)」(2013)において「体を鍛える」(取組の方向5)ことが示されたりしており、子供の体力向上に向けた取り組みは喫緊の課題となっている。</p> <p>現在、各学校においては教科体育と連携したランニングタイムの創設、長縄跳び大会の開催、鉄棒教室の実施等体力を高めることを目的とした取組が広く行われている。</p> <p>しかし、それらの多くは1960年代に行われていた業間体育を彷彿とさせるものや運動の楽しさを実感させて日常化につなげるといった運動量のみに期待する内容であるなど体力向上の取組は行き詰まりを見せているように思える。</p> <p>そこで本研究は、体力やそれを取り巻く状況、課題を整理し、これからの子供の体力向上に向けた取組に新たな方向性を見いだすことを目的とする。</p>
II 研究の方法	<p>1 基礎研究</p> <p>(1)体力の定義</p> <p>(2)体力の必要性</p> <p>(3)子供の体力の現状</p> <p>(4)子供の体力低下の原因</p> <p>(5)現在の子供の体力向上に向けた取組の問題点</p> <p>(6)これからの子供の体力向上に向けた取組の新たな方向性</p> <p>2 調査研究</p> <p>(1)コーディネーション理論</p> <p>(2)コーディネーショントレーニングの実践方法</p> <p>3 実践研究</p> <p>(1)プログラムの作成(JACOTの指導の下、作成)</p> <p>(2)検証授業の実施(都内公立小学校第3学年)</p> <p>(3)検証方法</p> <p>プログラムの実施群と未実施群を設定し、前後に東京都体力統一テストを両群に実施、その結果をt検定を用いて比較検討した。また、プログラム実施群においては、毎プログラム実施後にアンケートを4件法にて実施し、コーディネーショントレーニングに対する関心意欲の変容を明らかにした。</p> <p>4 考察</p>

<p>Ⅲ 研究の結果</p>	<p>【仮説の生成】</p> <p>これからの子供の体力向上に向けた取組の新たな方向性として、体力を心と体を統合した、「からだ」の総合的な力として包括的に捉えた指導が必要であると考え。そして、その指導においては、次の2点が重要な視座となる。</p> <p>①体力の各構成要素および各種運動を包括的に捉え、全体性の中に本質的で根源的な課題を見出すこと。</p> <p>②外遊びやスポーツの有効性を認識しつつも、過大評価することなく運動の多様性や独創性を引き出すような戦略をもつこと。</p> <p>このことに基づき、体力科学的、スポーツ科学的なコーディネーションから行動学的なコーディネーションとして展開されているコーディネーションの理論を活用した指導は、子供の体力向上に効果があるという仮説を生成した。</p> <p>【仮説の検証】</p> <p>小学校体育科第3学年体づくり運動全6時間において、コーディネーション理論をフレームワークとして実践研究・普及に努めている NPO 法人日本コーディネーショントレーニング協会 (JACOT) の指導のもとコーディネーショントレーニングのプログラムを作成し実施した。東京都体力統一テストの中から「反復横跳び」、「50m走」、「ソフトボール投げ」をプログラムの前後に実施し、その結果を統計処理した結果、プログラムを実施した学級の児童において反復横跳びの記録が優位に上昇していたことが明らかとなった。また、プログラムを実施した学級に毎時間、授業評価アンケートを4件法で実施したところ、全6時間中5時間において33人中、33名が「とても楽しい」と回答、残り1時間においても32名が「とても楽しい」1人が「まあ楽しい」と回答した。</p>
<p>Ⅳ 考察</p>	<p>本研究の結果から体育科において、小学校第3学年の児童が週2時間、全6時間のコーディネーショントレーニングに取り組んだ場合、反復横跳びの反復回数及びコーディネーショントレーニング自体への関心・意欲の向上という効果が明らかとなった。</p> <p>このことから、体力の各構成要素や各種運動を包括した全体性に着目し、運動の多様性や独創性を引き出す戦略を踏まえた指導としてコーディネーショントレーニングを学校教育に導入することは、これからの子供の体力向上に資する指導の工夫として大きな可能性を秘めていると考える。</p> <p>しかしながら、今回実施した体力テスト以外の測定項目、その他の体力要素の変容や、コーディネーショントレーニングを実施する時数、時間、場所、発達段階等を変えた場合の効果等、解明すべき数多くの疑問が残されている。</p> <p>今後、引き続きコーディネーショントレーニングの学校教育への導入方法を追究し、コーディネーショントレーニングのカリキュラム開発を進める必要があると考える。</p>