

## 学位論文（要約版）

大学体育におけるスポーツの技能向上を目指した実技授業の教育的価値と学修効果に関する研究  
—器械運動（トランポリン）の授業に着目して—

筑波大学大学院人間総合科学研究科（3年制博士課程）

大学体育スポーツ高度化共同専攻3年次

金谷 麻理子

### ■背景および目的

わが国の大学教育における教養科目としての体育（以下、大学体育と言う）は1949年新制大学発足時に必修科目として導入された。その後、大学体育は、1991年の大学設置基準の大綱化によって必修という枠組みは撤廃されたが、大学における専門分野の学修と卒業後の社会生活を支える基礎的な科目として、継続的に実施されてきた。また、近年では、「健康・体力・安全」、「スポーツ文化の継承と発展」、「人格の完成・人間成長」（小林ほか、2015）が主な大学体育の教育目標として掲げられている。これらの教育目標は、「心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的、計画的な実践を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる」（文部科学省、2009）という高等学校の保健体育科の教育目標ともほぼ一致しており、大学体育の教育目標は初等教育および中等教育における保健体育科の教育目標に現実として酷似していることが見て取れる。

一方、大学体育には、一定期間ごとに外部団体から見直し論が生じてきたという歴史があり（杉山ほか、2001）、現在でも少子高齢化という社会問題や、それに伴う大学改革などの影響から、いつまたそのような議論が生じるかわからないという状況にもある。また、当然のことながら、高等教育機関と初等・中等教育機関ではそもそもの目的が異なるため、大学体育が高等学校までの保健体育とは差別化が図られるべきである。実際、高校の保健体育の学習内容は学習指導要領に則って決められているのに対して、大学体育は大学設置基準の範囲内で各大学の理念や教育方針にしたがってその内容が決定されている。さらに、大学体育は高校の保健体育に比べて授業時間数が少ないこと（通常半期で15回程度）が特徴として挙げられる。そのため、大学体育では結果的に、限られた時間内で、高等教育機関における教養科目としての教育目標の達成が各大学の理念にもとづいて目

指されることになる。また、近年では、わが国の大学教育のあり方や若者の特性に応じて、従来の大学体育の枠組みを拡大して、初年次教育（木内ほか、2009）や社会性の育成（山本、2013）、メンタルヘルスの向上（橋本、2012）などを教育目標に掲げる試み、あるいは他分野の教員と共同して外国語と体育を組み合わせるといった新たな試み（森田ほか、2016）が実施され、大学体育の新しい価値を創造する提案が相次いでいる。つまり、大学体育は、その重要性は広く認識され、継続的に実施されてきたが、一方で、時代の状況に合わせて柔軟に対応しながら、教育目標の多様化を通してその存在を維持してきたとすることができる。そして、このことは同時に、その存在意義の危うさをも意味しており、特に1991年以降は全廃など深刻な状況は回避されつつも、全国的に大学体育の授業開講数は減少の傾向が認められて、依然としていつ大学体育の「不要論」が再燃してもおかしくない状況にある（梶田ほか、2018）。

そこで、本論では、大学体育の教育的価値の向上を目指し、大学における教養科目の中核となる学修内容の提案とそれに基づく授業実践による学修効果を明らかにすることを目的とする。そのため、本論では以下の2つの研究課題を設定した。最初に、教科としての体育の教育的価値の本質について検討し、大学体育における学修内容として何を根幹にすえるべきか考究する。そして、その結果を踏まえて、実際の大学体育の実技授業（トランポリンを教材とする授業）における学修効果について検証する。最後に、理論的な考察と実践的な考察から得られた知見に基づいて、さらなる大学体育の教育的価値の向上を念頭に置き、大学体育授業の改善に向けた提案を行う。

#### 【研究課題1】

体育における運動学習の教育的価値を検討することによって、大学体育において中核となる学修内容を提案すること。

#### 【研究課題2】

大学体育における運動の自己観察を伴う意識的な運動学習の学修効果について、スポーツの技能向上を目指した授業の事例に基づいて明らかにすること。

### ■方法

#### 【研究課題1】

大学体育の目標がスポーツ活動に共通する運動学習そのものに内在している教育価値の追求にあることを論証するために、スポーツ運動学における人間の運動学習の特徴と運動の形成位相（図1）に着目して、運動学習の方法と運動経験、そして運動観察能力の関係について考察し、体育におけ

る運動学習が人間関係構築のためのコミュニケーション能力の基礎づくりに貢献する可能性について検討した。

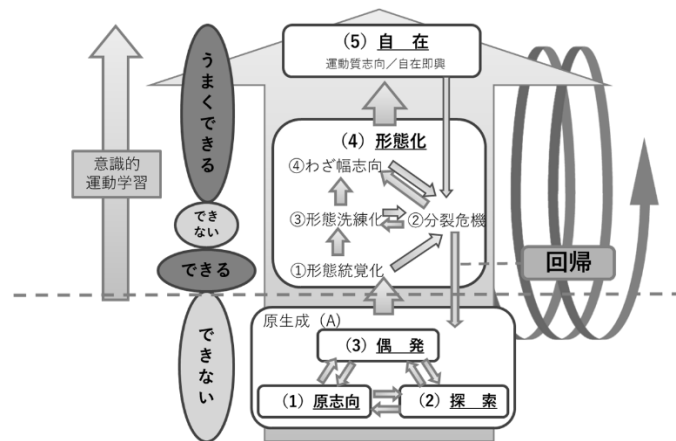


図1 運動の形成位相 ※金子(2002)を参考に筆者が作図

## 【研究課題2】

大学体育におけるスポーツの技能向上を目指した授業における学修効果を明らかにすることを目的として、器械運動(トランポリン)の授業を事例として検証した。

この事例は、2018年4月～12月に開講した筑波大学共通科目「体育」における応用体育「器械運動」の授業であり、実際のトランポリンの実技は14回であった。この事例において、指導者は受講生の技能レベルに応じた練習段階を設定するとともに、自己観察を伴う意識的な運動学習を促すために、運動の学習理論に関する小講義や自己観察および他者観察を促す声かけ、毎回の授業終了時にはその日取り組んだ練習課題についての自己観察内容の記録させることなどを行った。分析対象者は、単位取得者30名のうち、研究への同意や考察資料の提出状況等から24名を選出した。分析のために収集された資料は、受講生自身のスポーツ歴等に関する資料(資料①)、毎回の授業において受講生がその日重点的に取り組んだ練習課題に関する自己観察内容の記録(資料②)、学修成果の自己認識に関するアンケート(資料③)、トランポリンの練習試技の映像(資料④)であった。

そして、これらの資料に基づいて次の3つの分析を行った。

- 分析① 各受講生の運動課題と意識的な運動学習の達成状況
- 分析② 各グループにおける学修成果の特徴(分析①の結果から、分析対象者を4つのグループに分類)
- 分析③ 分析対象者1名における学修過程の様相(分析①の結果から、受講生の中で最も運動経験が少ないと思われた対象者を選出。)

## ■結果および考察

本論では、まず体育における運動学習に着目した場合の大学体育における教育的価値が検討された。その結果、大学体育では、スポーツにおける運動の意識的な学習を通して「身体の動ける可能性」(身体性)を高めることによって、学習者に「自己－身体－世界関係」の変容を通して新たな世界経験を獲得させることが可能になること、また、これによって人間関係の構築に不可欠な身体的コミュニケーション能力を獲得させることできる可能性があるということが明らかになった。

次に、この結果に基づいて、大学体育におけるトランポリンの技能向上を主な目的とした授業を事例とし、意識的な運動学習の実践可能性と受講生における学修効果および学修過程の特徴について検討した。その結果、ほとんどの分析対象者が運動課題を達成し、トランポリンの技能を高めることができた。そして、ここでの学修活動を通して、運動の形成位相と運動観察の体験を認識できたことが確認され、また受講生同士がトランポリンでの運動感覚を共有し、その体験にもとづいて運動共感もできていたことが伺えた。このことは本事例において実践された学修活動が、すでに基礎的な技能を有し、運動の学習理論を理解できる大学生に対して有効であるという可能性が示唆された。

最後に、これまでの結果を踏まえて、大学体育において他種目を教材とする際にも活用可能な、学修プログラムの構築のためのポイントと授業モデルが提示された。

## ■結論

以上の考察の結果から、大学体育において中核となる学修内容は、スポーツの技能向上を目指した意識的な運動学習であり、この学修活動を通して受講生は当該スポーツ種目の技能を向上させることができるとともに、ここで養われる運動観察能力によって身体を通じた共感能力も高められる可能性があるということが明らかになった。また、より効果的な授業を展開するためには、指導者自身の運動経験と意識的な運動学習の体験にもとづく、受講生自身が自発的に取り組むことができる学修プログラムを設定することが重要であると考えられる。

## 文献

- 橋本公雄（2012）体育実技授業における心理社会的要因を媒介変数としたメンタルヘルス改善・向上効果のモデル構築. 大学体育学, 9 : 57-67.
- 梶田和宏・木内敦詞・長谷川悦示・朴京眞・川戸湧也・中川昭（2018）わが国の大学における教養体育の開講状況に関する悉皆調査研究. 体育学研究, 63 : 885-902.
- 金子明友（2002）わざの伝承. 明和出版.
- 木内敦詞・荒井弘和・浦井良太郎・中村友浩（2009）行動科学に基づく体育プログラムが大学新入生の身体活動関連変数に及ぼす効果：Project FYPE. 体育学研究, 54 : 145-159.
- 小林勝法・木内敦詞・嵯峨寿（2015）大学教養体育の理念と現状（教養体育 FD プログラム）.  
<https://www.youtube.com/watch?v=cSI0L0jaciY>（参照日：2018. 9. 20）
- 文部科学省（2009）高等学校学習指導要領解説保健体育編体育編. 文部科学省.
- 森田啓・引原有輝・若林斉・金田晃一・西林賢武（2016）学士課程教育における大学体育：その可能性と再定義. 体育学研究, 61:217-227.
- 杉山進・小林勝法・奈良雅之（2001）大学体育の現状と課題. 体育・スポーツ哲学研究, 23-2 : 1-15.
- 山本泰明（2013）外国語大学における教養教育としての授業：「スポーツ健康科学」の役割. 関西外国語大学研究論集, 97:339-350.