

小学校体育授業における身体活動量の現状と課題

－ 体育授業は活動的な時間となっているのか？ －

大坪 健太 (岐阜大学大学院)

1. 目的

本研究の目的は、小学校体育授業における身体活動量の現状および課題を運動強度の観点から明らかにすることであった。

2. 研究方法

1) 対象者

公立小学校に通う5年生児童28名とした。

2) 測定種目

走り幅跳び、ハードル走、表現、タグラグビー、ティーボール、ハードル走および運動会練習の7種目であった。

3) 身体活動量計測

加速度センサー付身体活動量計 (Lifecorder GS, SUZUKEN:以降 LC) を用いた。

4) 授業場面の観察記録

対象授業の授業風景をビデオカメラで撮影し、各授業場面においてどのような時間配分により授業が展開されていたのかを算出するために、体育授業場面の期間記録法¹⁾を用いた。

5) 統計解析

体育授業および運動学習場面における平均運動強度の個人差を明らかにするために、パートレット検定を適用し、有意な主効果が認められた場合には2条件間の等分散性の検定を用いた。種目間差を明らかにするため、運動学習場面における平均運動強度について対応のある一要因分散分析を適用し、有意な主効果が認められた場合には Bonferroni の多重比較検定を行った。また、測定種目に対する4つの授業場面の度数に差があるかどうかの検定には独立性の検定を適用し、有意な差が認められた場合は残差分析を行った。なお本研究における統計的有意水準はすべて5%未満とした。

3. 結果と考察

各種目における運動強度の個人差の大小は異なった。また、運動強度の種目間差が認められ、ハードル走における運動強度は他の5種目と比べ有意に高く、運動会練習における運動強度は他の種目と比べ有意に低かった。また、運動種目による4つの授業場面の割合の差も認められた。こうしたことから、運動学習場面が多く確保された条件下において、必ずしも運動強度が高くなるわけではないことが推察された。体育授業において、運動が苦手な児童や、不活発な児童への対応策が重要視されてきている中で、そうした不活発な児童には教師の目も向けられやすい一方で、種目によって運動強度のばらつきが大きい児童や、どの種目においても平均的な運動強度である児童は授業の中で目立ちにくく教師にとって認知しづらいことが考えられ、不活発な児童への対応策を検討する際に、そうした児童の存在を考慮することも必要であると考えられる。

4. 結論

体育授業において、運動強度の個人差や種目間差の差が認められることは、単元が異なれば扱う運動種目も異なり、学習内容が様々であることを考慮しても何ら問題ではない。しかし、低強度の活動が中心となり、十分な身体活動量が確保できない種目を扱う単元や授業においては、運動学習場面の中で、運動あそびなどの楽しさを伴った高強度活動を取り入れていくことが必要ではないかと考えられた。

5. 主な参考文献

1) 高橋健夫 (1994) 体育授業を創る, 大修館図書: 東京.