

高校時代の体育実技授業の実態に関する研究

五十嵐 幸 一

1. 緒言

2020年はわが国で56年ぶりとなるオリンピックが東京で再び行われる。前回の1964年の大会では第二次世界大戦からの復興を主なテーマとして新幹線や首都高速などの社会インフラが整備された。スポーツによって世界に名だたる大都市東京の基盤整備がなされたといっても過言ではないだろう。2020年の大会では東日本大震災の復興をテーマに掲げてはいるが、震災復興というよりは、停滞する日本経済のカンフル剤や新しいスポーツの普及といったところに役割があるように思える。

スポーツは今や社会的な変革をもたらすほど大きな影響をもつものと認知されているが、日本にスポーツが「伝来」したのは江戸から明治にかけての文明開化の頃である。ヨーロッパ諸国のように自然発生的な遊びからスポーツが発展したという流れとは異なり、もともと出来ていたものを文化として輸入し、学校という機関を通じて「体育（体錬）」という教科として全国に普及させたものである。当時の政府が普及を急いだ背景には「富国強兵」があり、欧米諸国に戦争で勝つための強靱な心身を持つ兵士の養成という目的があった（玉木、2003）。わが国で「スポーツ」が学校の「体育」と同じ意味のように捉えられるのはこのような背景があるからだと推察される。しかし、目的はどうか、わずか数十年の間にスポーツが国民全体に普及したのは教科として学校で教わった「体育」の影響が大きいものと思われる。

このようにスポーツは体育と混同されながらも日本人の文化として根付いている。ゆえに学校で教わる体育、特に実技がどのように教授されているのか、戦前の「富国強兵」という目的から脱却した体育としてのスポーツをどう教えるのかによって、国民のスポーツ文化に対する理解度は変わってくると思われる。

わが国の教育の指針である学習指導要領はおよそ10年のサイクルで改訂がなされ、最新は平成30年に告示されたものである。前回改訂のもの（平成21年度告示）をみると、体育科の領域はA体づくり運動、B器械運動、C陸上競技、D水泳、E球技、F武道、Gダンス、H体育理論の8領域が位置付けられている。中学校は第1学年及び第2学年が8領域全て必修、第3学年はA、Hが必修その他は選択領域として置かれている。高等学校では中学校第3学年と同様にA、Hが必修、その他は選択領域として置かれている。平成21年度告示の高等学校学習指導要領【保健体育】（文部科学省、2009）によると体育の目標は「運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己

の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、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。」とされている。その内容として前述の8領域が位置付けられている。

大学の体育実技は1991年の大綱化により、必修・選択も含め大学自身はその質を保証することとなった。本学でも過去に乗馬やスキー、パラグライダーなど野外のスポーツを取り入れ、選択の幅を広げたスポーツ実習を教科体育として行ってきたが、学生の経済的な負担やスポーツ事故の懸念などがあり、現在は学内施設を中心とした高校体育実技種目をベースとしたスポーツ種目を行っている。その中で最近目につくのが、技術的なレベルは低くないが、ルールをよく理解していない学生や、ある種目に関して全くの初心者であるという学生の存在である。

本学で現在行っている種目は球技（バレーボール、バスケットボール、バドミントン、卓球、硬式テニス、ソフトボール）中心であり、選択とはいえ中学・高校である程度は教わってきているはずである。それにもかかわらずルールが分からない、やったことがないということは、その学生本人が忘れているか、学校で種目を教えていないということが考えられる。これは高等学校学習指導要領の目標で最初にうたわれている「知識を深める」ことにつながっていないように思える。

総合型地域スポーツクラブの発展が思うように進まないわが国において、これからもスポーツは学校の間を通じて普及していくものと考えられるが、大学体育の役割のひとつである、生涯にわたってスポーツが暮らしの一部となり得るような社会人を育成するために、高等学校の体育実技現場の状況を把握することは意味があるものと考えられる。

2. 研究目的及び方法

本研究は高等学校で行われている体育実技授業はどのような内容であったのかについて、掛水ら(2016)の先行研究を参考に調査を行った。その結果から高校体育実技の実態を把握し、生涯におけるスポーツの普及、活動の推進をするにあたり、大学で行う体育授業はどうあるべきかを検討するための資料とすることを目的とした。

調査は2019年4月の本学健康・スポーツ1の第1回目のガイダンスの授業時間内に、履修学生232人に対し、高等学校学習指導要領体育科（平成21年度告示）の8領域のうちA体づくり運動、H体育理論を除いた6領域について、体育実技実施の時間数、体育実技の実施種目、実施内容について質問紙を用いて行った。調査の際にはアンケートの主旨を説明し、回答したくない者については回答しなくても良い旨の説明を行った。質問紙の回収率は100%であった。なお、質問項目に全く回答していない2人を除いた230人を調査対象とした。

3. 結果と考察

3-1 調査対象者の属性

1) 各学部の男女構成

調査対象者は3学部(薬学部、看護学部、健康医療科学部)合計230人であった。表1-1をみると看護学部が最も多く98人(46.2%)、次いで健康医療科学部77人(33.5%)、薬学部55人(23.9%)であった。男女比を見ると女性は合計で149人(64.8%)、男性は81人(35.2%)であった。学部別で最も女性が多いのが看護学部で79人、次いで薬学部の38人、健康医療科学部の32人であった。全体の男女比は女性2:男性1であり、女性の数が多かった。

2) 高校設置者別

表1-2は高校の設置者を国立、公立、私立に分けて男女別に集計したものである。男女とも公立高校出身者が多く、全体で160人(69.6%)であった。男女別に見ても7割前後が公立高校出身者であり、男女で大きな傾向の違いはなかった。私立高校出身者は全体で67人(29.1%)であり、男女別でも約3割が私立高校出身者であった。

3) 出身高校所在地

表1-3は調査対象者の出身高校の所在地を示したものである。全体の168人(73.0%)が福島県内の高校出身者であった。福島県以外の東北の高校出身者が34人(14.8%)、関東甲信越の高

表 1-1, 2, 3 調査対象者の属性

表 1-1 各学部の男女構成

学 部	女性 (人)		男性 (人)		学部計 (人)	
薬 学 部	38	25.5%	17	21.0%	55	23.9%
看 護 学 部	79	53.0%	19	23.5%	98	42.6%
健康医療科学部	32	21.5%	45	55.6%	77	33.5%
合 計	149		81		230	

表 1-2 高校設置者別

設置者	女性 (人)		男性 (人)		計 (人)	
国 立	1	0.7%	0	0.0%	1	0.4%
公 立	102	68.5%	58	71.6%	160	69.6%
私 立	46	30.9%	21	25.9%	67	29.1%
不 明	1	0.7%	1	1.2%	2	0.9%

表 1-3 出身高校所在地

所在地	女性 (人)		男性 (人)		計 (人)	
福 島 県	111	74.5%	57	70.4%	168	73.0%
東北(福島除く)	23	15.4%	11	13.6%	34	14.8%
関 東 甲 信 越	15	10.1%	13	16.0%	28	12.2%

校出身者が28人(12.2%)であった。この割合は男女別でも著しい傾向の違いはなかったが、女性は福島県内の高校出身者が多く(女性74.5%に対し男性70.4%)、男性は関東甲信越の高校出身者が多い(女性10.1%に対し男性16.0%)傾向がみられた。

3-2 体育実技授業の実施回数

女性の実技授業実施回数(図1)を見ると、1年次の授業回数は週に3回が最も多く(53.0%)、

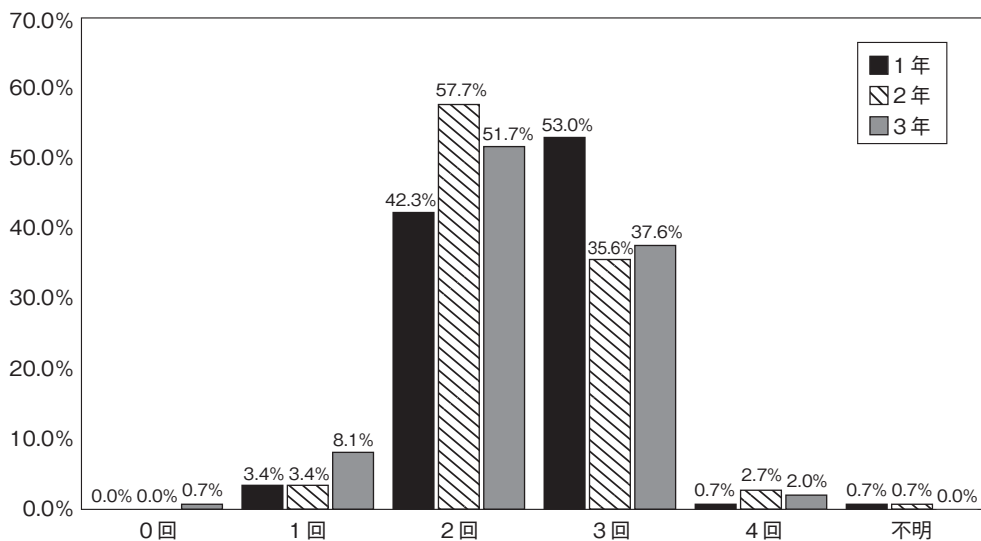


図1 女性の体育実技実施回数(週)

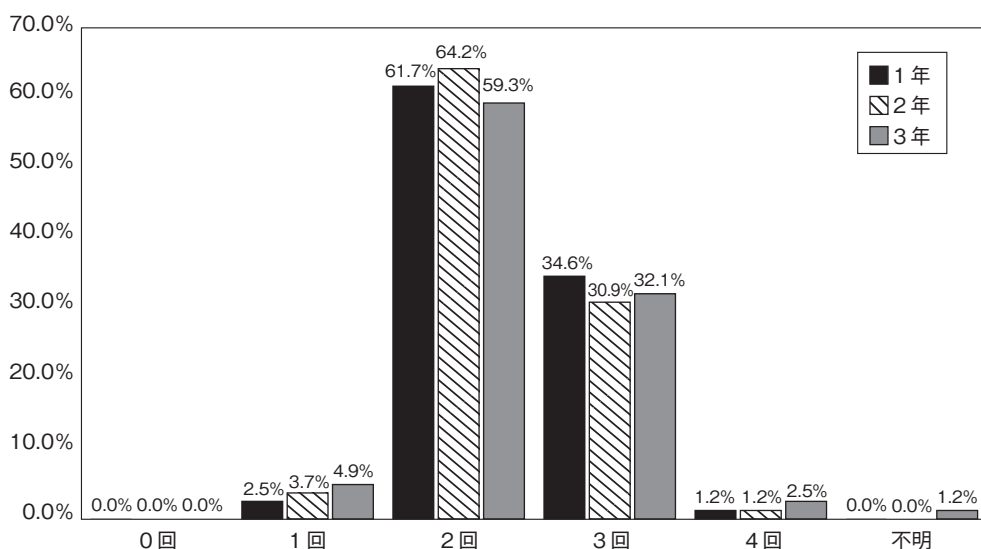


図2 男性の体育実技実施回数(週)

次いで2回（42.3%）であった。2年次は2回が最も多く（57.7%）、次いで3回（35.6%）であった。3年次も2回が最も多く（51.7%）、次いで3回（37.6%）であった。男性の実技授業実施回数（図2）は1年次が週に2回（61.7%）が最も多く、次いで3回（34.6%）であった。2年次、3年次も1年次と同様に週に2回が最も多く、次いで週に3回という結果であり、男女で傾向の違いが見られた。長谷川ら（2016）は体育系女子大学学生の高校1～3年次の体育実技授業実施回数を1年次は週3回、2、3年次は週2回が最も多かったと報告しているが、本研究の結果と同様の結果であった。

3-3 体育実技種目の実施率について

3-3-1 全体の種目実施率

図3は体育実技で行われている種目の実施率を高い順に並べたものである。バスケットボールが最も高く（97.0%）、次いでバレーボール（94.8%）、バドミントン（83.5%）であった。これは長谷川ら（2016）が女子の実施率について報告した結果と同様であった。学習指導要領に基づく領域別にみると、B器械運動が24.8%、C陸上競技が41.3%、D水泳39.6%であった。E球技については最も高いバスケットボールが97.0%、最も低いラグビーが4.3%と実施率に大きな差があった。F武道は柔道24.8%、剣道12.6%で全体的に低い実施率であった。Gダンスは37.4%であった。

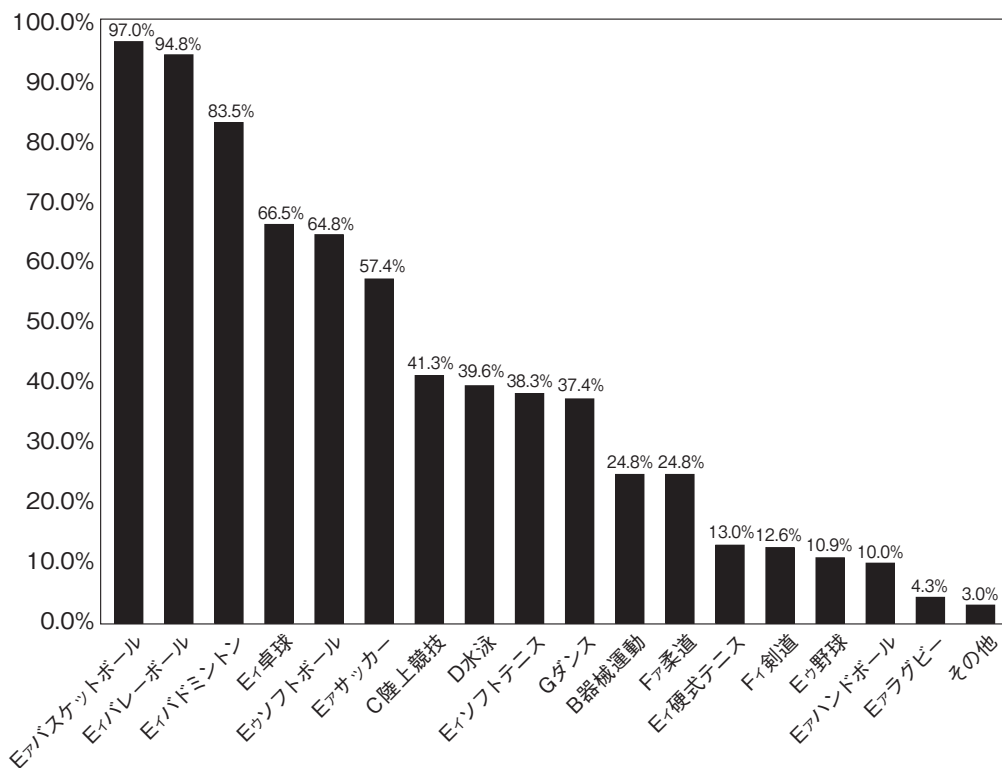


図3 体育実技授業実施種目の順位（全体）

3-3-2 男女別の種目実施率

表2は男女別に体育実技授業種目実施率を高い方から並べたものである。男女ともバスケットボールとバレーボールは90%以上の実施率であった。男女で比較的大きな差がみられたのがサッカー（女性39.6%に対し男性90.1%）、ソフトテニス（女性45.6%に対し男性24.7%）、ダンス（女性45.0%に対し男性24.7%）などであった。女性の実施率の上位には上記の他に卓球、バドミントンなどがあり、種目の実施率からみると女性の方が比較的運動強度が低く、運動時間が短い種目を実施していると考えられる。

表2 体育実技授業実施種目の順位（男女別）

順位	種目	女性	順位	種目	男性
1	バスケットボール	98.0%	1	バスケットボール	95.1%
2	バレーボール	97.3%	2	バレーボール	90.1%
3	バドミントン	94.6%	3	サッカー	90.1%
4	卓球	70.5%	4	ソフトボール	75.3%
5	ソフトボール	59.1%	5	バドミントン	63.0%
6	ソフトテニス	45.6%	6	卓球	59.3%
7	ダンス	45.0%	7	陸上競技	46.9%
8	サッカー	39.6%	8	水泳	46.9%
9	陸上競技	38.3%	9	器械運動	38.3%
10	水泳	35.6%	10	柔道	38.3%
11	器械運動	17.4%	11	ソフトテニス	24.7%
12	柔道	17.4%	12	ダンス	23.5%
13	硬式テニス	13.4%	13	剣道	21.0%
14	剣道	8.1%	14	野球	18.5%
15	野球	6.7%	15	ハンドボール	17.3%
16	ハンドボール	6.0%	16	硬式テニス	12.3%
17	その他	4.0%	17	ラグビー	9.9%
18	ラグビー	1.3%	18	その他	1.2%

3-4 実施内容について

体育実技授業実施内容については、B 器械運動、C 陸上競技、D 水泳、E 球技、F 武道、G ダンスの各領域について当該種目の授業を実施したと回答した者の中で、1) 個人練習の機会の有無、2) 個人指導の有無、3) 集団練習の機会の有無、4) 集団指導の機会の有無、5) ルール指導の有無、6) ゲーム実施の有無から実施率を求めたものである。なお球技については種目数が多いので、学習指導要領を参考にゴール型（E ア）としてバスケットボール、ネット型（E イ）としてバレーボール、ベースボール型（E ウ）としてソフトボールを選んだ。また武道に関しては、実施率が高かった柔道を選択して結果と考察を示した。

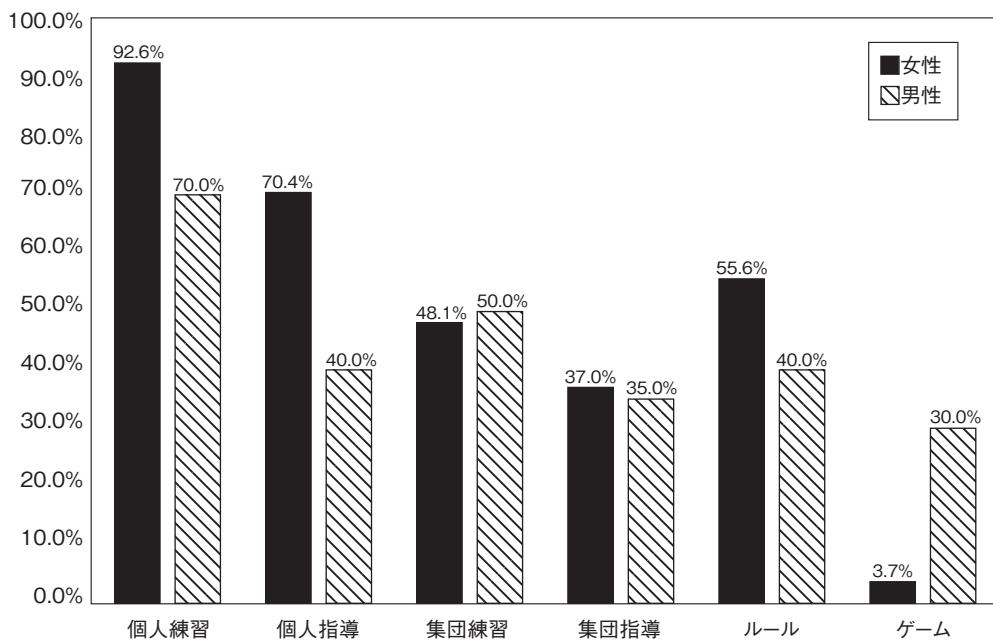


図 4-1 器械運動の授業内容

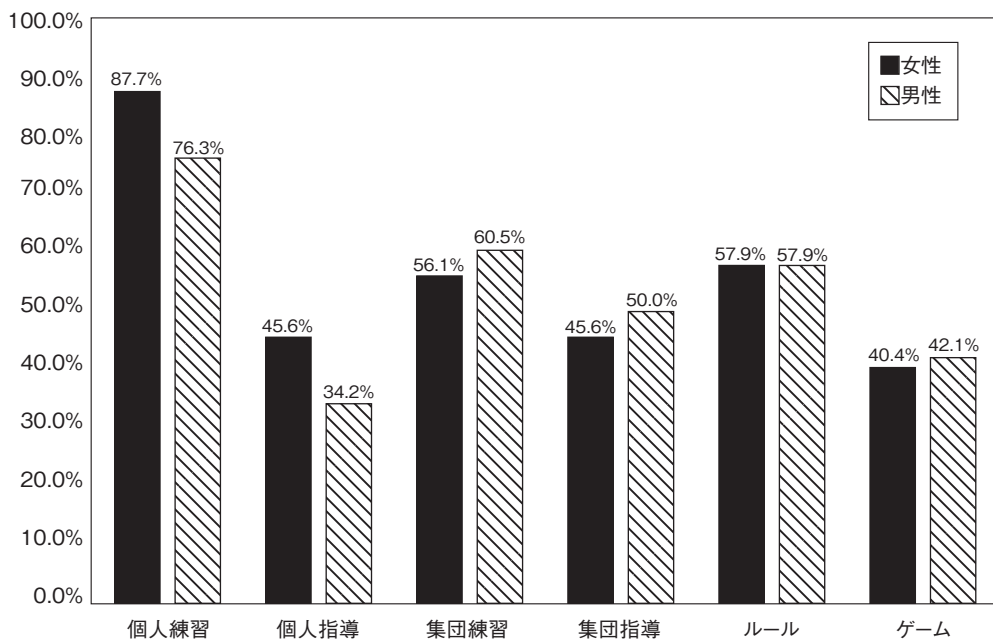


図 4-2 陸上競技の授業内容

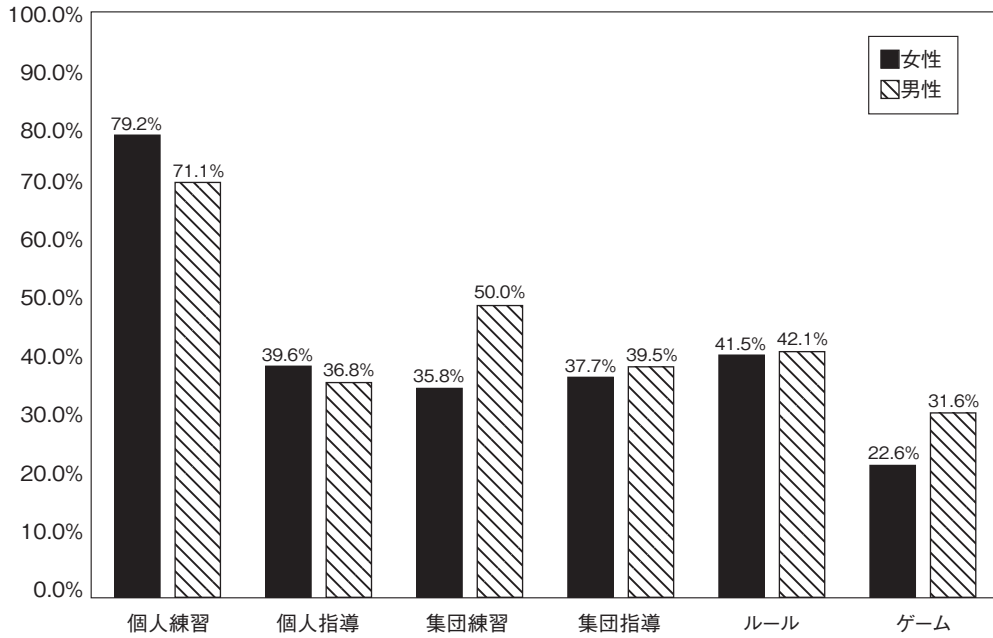


図 4-3 水泳の授業内容

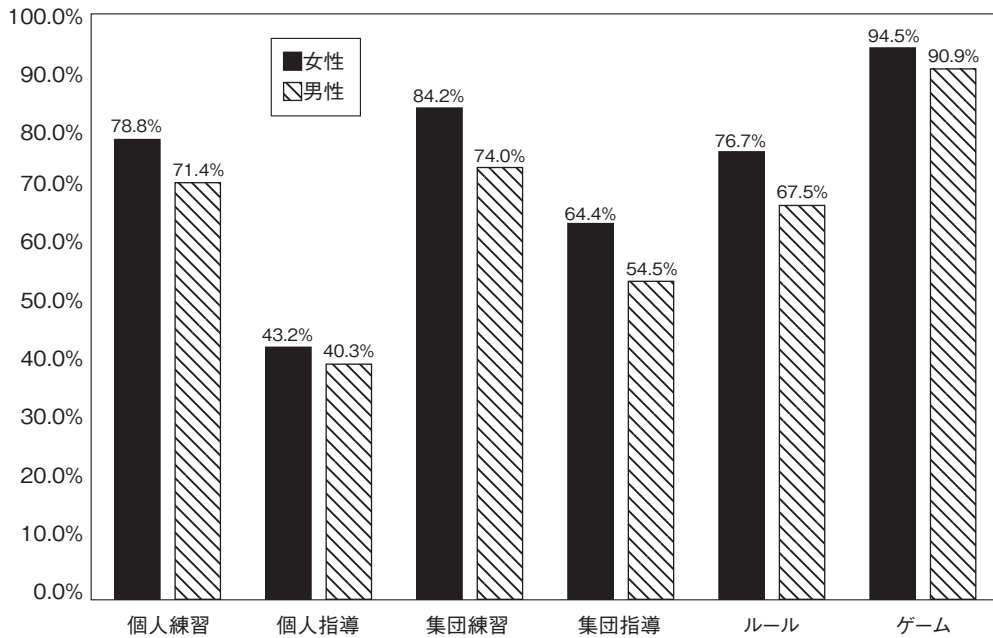


図 4-4 バスケットボールの授業内容

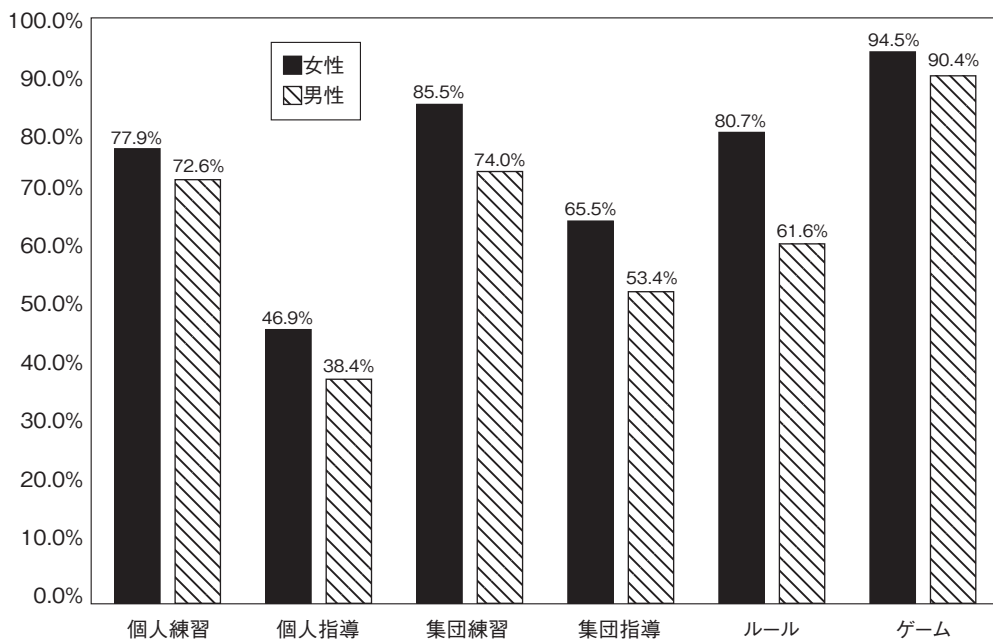


図 4-5 バレーボールの授業内容

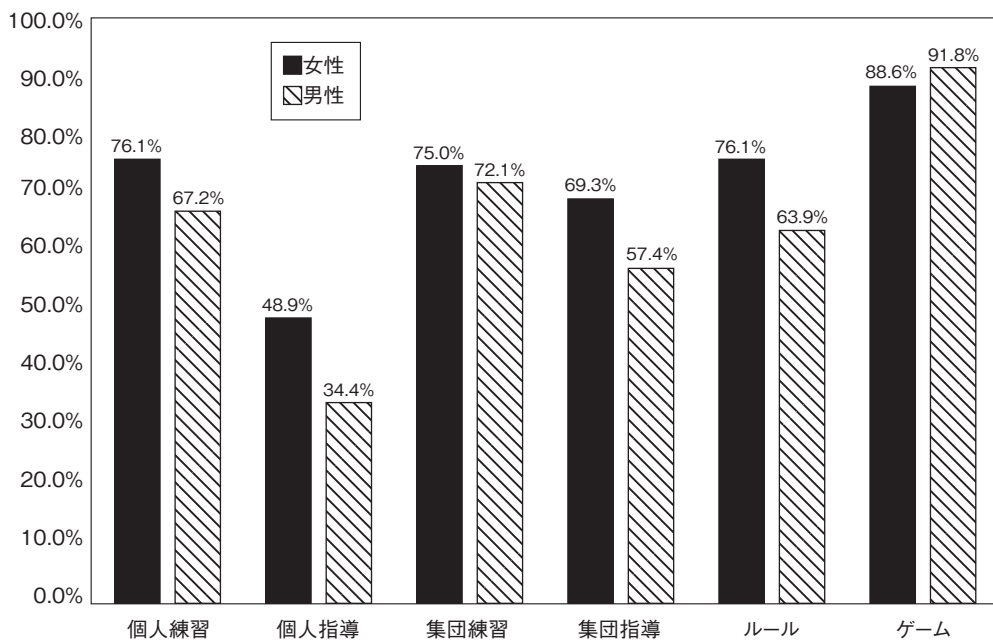


図 4-6 ソフトボールの授業内容

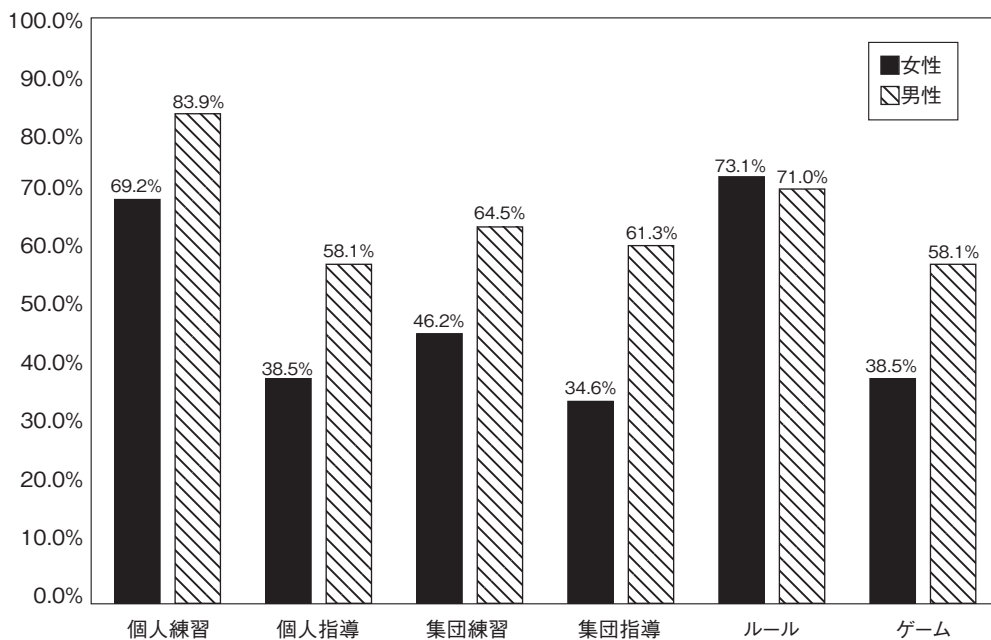


図 4-7 柔道の授業内容

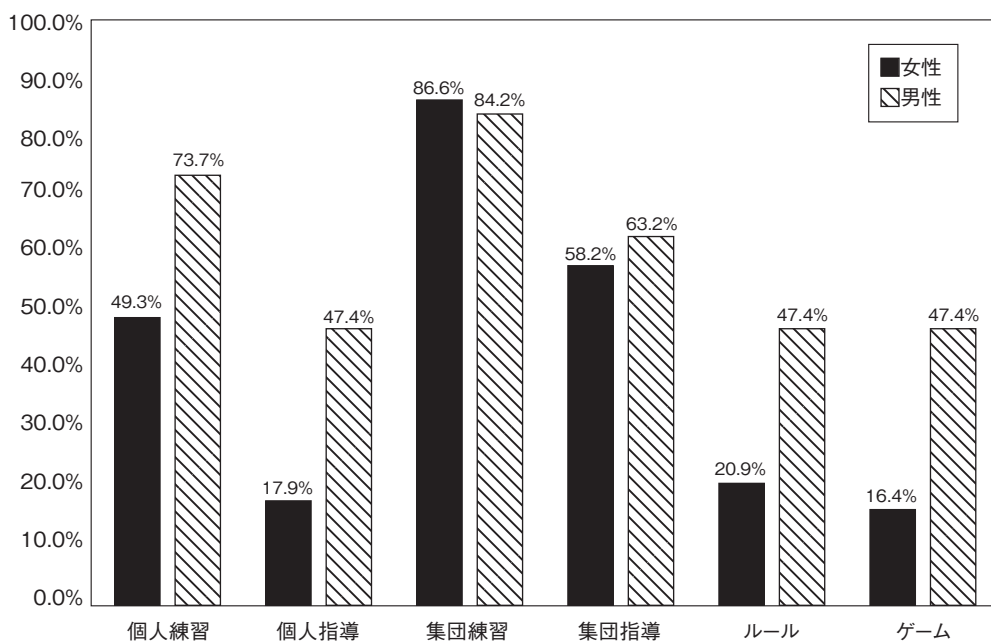


図 4-8 ダンスの授業内容

3-4-1 器械運動

器械運動の指導内容については、「個人練習」、「個人指導」の実施率が高かった。特に女性では「個人練習」が92.6%、「個人指導」が70.4%であった。一方、男性の「個人指導」実施率は40.0%であり男女で差がみられた。また、「ゲーム」を実施したと答えた男性は30%に対し女性は3.7%と、ここでも男女で実施率に差がみられた（図4-1）。

3-4-2 陸上競技

陸上競技の指導内容は個人種目であるという特性からか、全体として「個人練習」の実施が多い（女性87.7%、男性76.3%）一方、「個人指導」の実施率が少ない（女性45.6%、男性34.2%）という回答が得られた。陸上競技は評価の対象として、一人ひとりの記録を測定する必要があり、クラス全体を対象とした指導の後、個人練習を行い、記録を測定するという流れになることが大半で、個人に指導を行う時間的余裕が少ないことが影響しているのではないと思われる（図4-2）。

3-4-3 水泳

水泳の指導内容は全体として「個人練習」の実施率が高かった（女性79.2%、男性71.1%）。他の項目に関しては50%前後の実施率であったが、ゲーム実施率に関しては女性22.6%、男性31.6%と低い値であった。水泳は個人種目であり「記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わうこと」（文部科学省、2009）が教育目標ではあるが、泳法が未熟であると、設定されたゴールまでたどり着かないということが生じる。そのため体育実技では泳法の練習に多くの時間を使ったのではないと思われる（図4-3）。

3-4-4 球技（ゴール型 バasketボール）

Basketボールは種目の実施率が97.0%であり、ほとんどの高校で実施されている授業であるといえる。その実施内容を見ると「ゲーム」実施率が高い傾向にあった（女性94.5%、男性90.9%）。一方、「ルール」の実施率は「ゲーム」に比べて高いものではなく（女性76.7%、男性67.5%）、「個人指導」の実施率も低い（女性43.2%、男性40.3%）ものであった。これらのことから考えられることは、授業内容の中心がゲームとなっており、個人への指導はあまり行われていないという事である。Basketボールのルールは複雑であり、部活で本格的にBasketボールを行っている者でない限り覚えることは難しい。高校の授業時間は通常50分であり、時間的な制約が大きい。そのため簡単なルールでとりあえずゲームを行い、生徒の運動量の確保を優先した授業（森、2017）が行われているのではないかと推察される（図4-4）。長谷川ら（2016）は、球技の授業で試合が多いのは体育の教員が手抜きをしている可能性を示唆しているが、本研究の結果からはそれを明らかにすることはできなかった。

3-4-5 球技（ネット型 バレーボール）

バレーボールは実施率 94.8% であり、バスケットボール同様ほとんどの高校で実施されている。その実施内容もバスケットボール同様、「ゲーム」実施率が高く（女性 94.5%、男性 90.4%）、「個人指導」の実施率が低い（女性 46.9%、男性 38.4%）というものであった。集団練習の実施率が高い（女性 85.5%、男性 74.0%）ことからバレーボールの授業内容は「ゲーム」中心で行われていることが推察される（図 4-5）。

3-4-6 球技（ベースボール型 ソフトボール）

ソフトボールの実施率は全体で 64.8% であり、全体の半数以上の学生が経験している種目である。実施内容をみると、「ゲーム」の実施率が高く（女性 88.6%、男性 91.8%）、「個人指導」の実施率が低い（女性 48.9%、男性 34.4%）というものであった。この傾向はバスケットボール、バレーボールと同じものであり、球技系の種目は全体的に「ゲーム」中心で行われていることが推察される（図 4-6）。

3-4-7 武道（柔道）

柔道は全体の実施率が 24.8% であり、女性の実施率は 17.4% と高くない（男性は 38.3%）。実施内容をみると「個人練習」の実施率（女性 62.9%、男性 83.9%）と「ルール」（女性 73.1%、男性 71.0%）の実施率が高いという結果であった。柔道は技によっては危険を伴う種目であり、ケガの防止という観点から考えると個人の技の上達が必要であり、ルールを守ることが危険防止にもつながることから、それが実施率に表れていると考えられる（図 4-7）。

3-4-8 ダンス

ダンスの実施率は女性 45.0%、男性 23.5% で女性の実施率の方が高かった。内容を見ると「集団練習」（女性 86.6%、男性 84.2%）と「集団指導」（女性 58.2%、男性 63.2%）の実施率が高く、他の種目と異なる傾向がみられた。ダンスは個人の動きの良し悪しはもちろんであるが、グループ内での意思疎通や動きの同調性などが課題として提示されることが多い。それが内容の実施率に表れていると思われる（図 4-8）。

4. まとめ

本研究は生涯におけるスポーツ活動の普及や活動の推進をするにあたり、大学で行う体育授業を検討するための基礎資料を得ることを目的に、本学の健康・スポーツ 1 履修学生 1 年生 230 人に、高校で経験してきた体育実技授業のアンケート調査を行った。得られた結果は以下のとおりである。

- 1) 調査対象者の属性は女性 149 人、男性 81 人で女性が約 65% であった。卒業した高校をみると、公立高校出身者が約 7 割、私立高校が約 3 割であった。高校所在地は福島県が 73%、福島県以外の東北地方が約 15%、関東甲信越が約 12% であった。全体のデータとしては福島県の公立高校出身の女性の特性が強いものと考えられる。

- 2) 体育授業の実施回数は全体としては週2～3回が多かった。女性については学年があがるにつれて時間数が週3回から週2回へと少なくなる傾向にあったが、男性については学年問わず週2回の実施が多かった。
- 3) 体育実技の種目実施率は球技、特にバスケットボール、バレーボール、バドミントンは8割から9割の学生が経験していた。男女で実施率に差がみられたのはサッカー、ソフトテニス、ダンスであった。サッカーは男性の実施率が高く、ソフトテニス、ダンスは女性の実施率が高かった。また、武道は全体的に低い実施率であった。
- 4) 実技種目の実施内容については、器械運動、陸上競技、水泳、武道のような個人種目に関しては「個人練習」の時間が多かった。球技(バスケットボール、バレーボール、ソフトボール)に関しては「ゲーム」の実施率が高く「個人指導」の実施率が低い傾向がみられた。ダンスに関しては「集団練習」、「集団指導」の実施率が高い傾向がみられた。これらは種目の特性を活かした指導が行われていると推察されるが、特に球技などは授業時間50分という時間的があり、生徒の運動量の確保のために必要な技術指導の場面を省略したゲーム中心の授業となっていることも考えられる。

スポーツ白書2017の日本人のスポーツ参加動向(笹川スポーツ財団、2017)を見ると、20代のスポーツ実施は減少傾向にあり、高齢者は増加傾向にあるとされている。また、種目別の運動・スポーツ実施率の動向を見ると散歩、ウォーキング、体操などが各年齢層の上位に位置している。大学で行う体育授業は社会人になってからのスポーツ参加率に影響を与えるものと思われるが、大学体育が高校での体育・スポーツ経験と生涯におけるスポーツ活動の橋渡しの役割を果たすとすれば、①高校時代の体育実技授業種目を取り入れる際には運動能力が高くない学生でも楽しめるような場の工夫やルールの工夫をすることと、②手軽に出来るスポーツやエクササイズ等を授業に取り入れて、その有効性や継続の意味を享受していくことを検討しなければならない。

引用・参考文献

- 原 祐一(2019)豊かなスポーツライフを実現する中・高等学校の保健体育授業を構想する体育科教育 **67(9)** 22-25
長谷川千里・及川佑介(2016)高等学校における体育実技授業や課外活動等の実態調査 東京女子体育大学女子体育研究所所報 **10** 21-30
掛水通子・戸田芳雄・中村 平・大石千歳・鶴澤文子・八尾泰寛・小野田桂子・及川佑介・長谷川千里・笹生心太(2016)本学新入生の高校時代における保健体育授業や部活動等の実態調査概要 東京女子体育大学女子体育研究所所報 **10** 3-12
文部科学省(2009)高等学校学習指導要領
森 悟(2017)体力向上を目指す保健体育授業についての教育的実践 ―ゴール型球技授業における学習者の活動量評価と活動パターンの関係― 東海学園大学教育研究所紀要 **2(1)** 35-45
及川佑介・長谷川千里(2017)高等学校における体育実技授業の実態調査：体育女子大学生と一般女子大学生の比較 東京女子体育大学女子体育研究所所報 **11** 41-43
岡田 桂(2008)「学校体育は何を教える教科なのか？」―体育教材としてのスポーツとジェンダー― 現代スポーツ評論 **18** 69-74
笹川スポーツ財団(2017)スポーツ白書2017 第2章スポーツ参加動向 pp76-90
玉木正之(2003)スポーツ解体新書 日本放送協会出版

(いがらし こういち/体育学)