

学校体育実技授業の楽しさ

～フロー理論を参考に～

スポーツマーケティングゼミナール 1214162 三ヶ尻 京平

1. 研究動機・研究目的

文部科学省の高等学校学習指導要領における保険体育の目標には、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現するために、生徒一人ひとりがスポーツの楽しさや喜びを味わい、スポーツに興味を持ち、卒業後も継続的にスポーツを実施できようになることが示されている（文部科学省, 2009）。授業の基底は、授業に対する子どもたちの態度を育てることであり、また、授業に対する子どもたちの態度を育成することは、生涯にわたって運動・スポーツを継続していく要因となる（中須賀, 2014）。このことから体育実技授業では、運動の技能や体力の向上のみならず、その過程で、生涯にわたって継続的に運動に親しむ態度を育てることが重要であり、態度醸成の現状を把握するために、児童・生徒の態度を測定する方法の開発が必要である（辻野, 1982）。

文部科学省の中央教育審議会（2002）によると、中学校、高等学校において、スポーツの技術指導を中心にし過ぎるなど、楽しく運動させる指導の工夫が不十分であることが指摘されており、体育実技授業などの、決められた時間外において運動・スポーツをしたいと思うには「楽しさ」を感じる事が不可欠であるとしている（文部科学省 2009）。つまり、生涯スポーツを推進、実現するためには、体育の実技授業で運動やスポーツの楽しさを味わうことのできる機会やきっかけを作ることが重要である。

楽しさという概念を学術的に説明しようとしたCsikszentmihalyi（1991）は、時間の経過を忘れるほど一つの活動に深く没入している状態であり、挑戦と能力のバランスが釣り合っていると捉え、フローと呼んでいる。このフロー体験はアスリートに多く表れるが、フロー体験はすべての人々に開かれているとしており（Csikszentmihalyi, 1990）、生涯スポーツを推進、実現するために、授業で目指す楽しさも、単に喜びや嬉しさといった楽しさだけではなく、アスリートが経験するようなフロー状態を創出する必要があるのではないかと考えられる。

そこで本研究は高校の体育実技授業に注目し、生徒による体育実技授業の態度評価と、体育実技授業時のフローの構成要素との関係を明らかにすることを目的とした。

2. 研究方法

本調査では、埼玉県私立高校の2年生男女を対象に質問紙調査を実施した。調査は2017年11月15日（水）のLong Home Roomの時間に行った。総配布数は225部、有効回答224部であり有効回答率は99.5%であった。質問項目は、個人的属性と部活動所属状況、学校外スポーツクラブ所属状況、運動・スポーツについての項目、生徒自身の態度測定による体育実技授業評価（「たのしさ（情意目標：体育実技授業の肯定的イメージに関する項目）」「わかる（認識目標：運動学習で身につく知識や、その知識を身に付けるための方法に関

する項目)」「できる(運動目標:運動が上達することや、その結果に表れる情動に関する項目)」「まもる(社会的行動目標:運動の社会的行動や、集団行動における人間関係に関する項目)」、日本語版 FSS(Flow State Scale)に関する項目(1)自己目的的経験(2)明確な目標(3)時間感覚の変容(4)動きの自動化(5)支配感(6)最適水準の知覚(7)集中感(8)有能さのフィードバック(9)自我意識の喪失を設定した。分析方法はクロス集計、 χ^2 検定、t検定、重回帰分析を行った。

3. 主な結果と考察

生徒による体育実技授業の態度評価では、「まもる」の授業評価が高いことが明らかになった。男性はすべての態度評価に対して評価が高い傾向にあった。運動部所属群では「たのしさ」が高い傾向にあるのに対して、文化部所属群は「わかる」「できる」、の授業評価が低い傾向にあった。運動・スポーツについては、「好き」は平均的に各態度評価が高い傾向にあり、「きらい」では平均的に各態度評価が低い傾向にあった。

体育実技授業時のフロー構成要素では、「自己目的的経験」、「明確な目標」が、やや高い傾向にあった。また「時間間隔の変容」、「最適水準の知覚」、「有能さのフィードバック」が、やや低い傾向にあった。「運動を行うことが好き」が、すべてのフロー構成要素で平均的に得点が高い傾向にあった。

生徒による体育実技授業の態度評価と、体育実技授業時のフロー構成要素の関係については、生徒が「たのしさ」を重視した態度をとる体育実技授業では、フロー構成要素の中での自己目的的経験を高めることができ、「わかる」を重視した態度をとる体育実技授業では明確な目標、「できる」を重視した態度をとる体育実技授業では最適水準の知覚、「まもる」を重視した態度をとる体育実技授業では明確な目標を高めることが明らかになった。本サンプルでは、「まもる」の授業評価が高く、「まもる」に対して「明確な目標」で高い有意の値が得られたことから、高校の体育実技授業では、「まもる」を重視し「明確な目標」を高めていくことで、運動の楽しさを感じさせることができるということが予想される。

4. 結論

高校の体育実技授業の態度評価は「まもる」の評価得点が高く、フロー構成要素では、「自己目的的経験」、「明確な目標」がやや高い傾向にあり、「まもる」に対して、「明確な目標」で高い有意の値が得られた。このことから、高校の体育実技授業では、運動の社会的行動や、集団行動における人間関係を意識した授業を展開し、「明確な目標」を高めていくことができれば、運動の楽しさを感じさせることができるのではないかと予想される。

5. 卒業論文の執筆を終えて

卒業論文を執筆するにあたり、ご指導、ご協力頂いたすべての方々に深く御礼申し上げます。指導教官の工藤康宏先生には、日頃ご多忙の中、毎回丁寧に、また熱心にご指導して頂き心より感謝しております。卒業論文のことだけに限らず、色々な話を聞いてくださる、私たちのお父さんのような存在でした。他にも、ご指導頂き、応援してくださった、廣津先生、渡先生、工藤ゼミナールの3年生にも感謝したいです。