

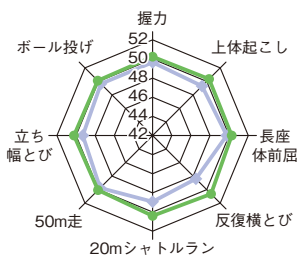
授業改善で 子供の体力や意識の向上において 成果が見られた 児童生徒の特徴・学校の取組

学校における体力の向上の取組の中で、体育・保健体育の授業は重要な役割を担っている。特に、運動の苦手な児童生徒、運動の嫌いな児童生徒、そして1週間の総運動時間の少ない児童生徒にとっては、体育・保健体育の授業の実践が体力の向上に果たす役割は大きい。ここでは、はじめに体育・保健体育の授業改善の取組と体力及び1週間の総運動時間との関係について検討し、その上で、具体的に授業のどのような取組が体力の向上につながるのか、そして体力以外の事柄に対する影響についても検討した。

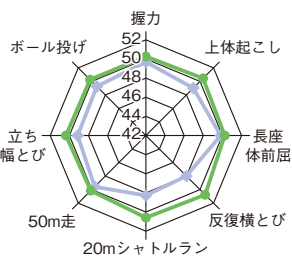
「授業等の工夫・改善の取組」の実施状況別に見た実技の状況 (T得点)

小学校

● 男子

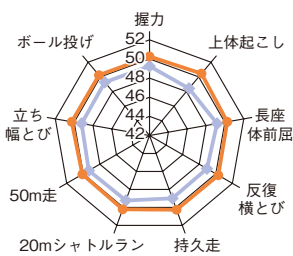


● 女子

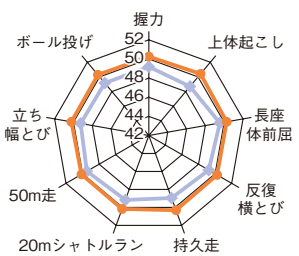


中学校

● 男子



● 女子



実技調査の種目別にT得点(全国平均値を50として示した)で見ると、授業等の工夫・改善の取組を行った学校は行わない学校よりも、小学校の「50m走」を除き、全ての種目において高い値を示した。特に、小学校では「反復横とび」「20mシャトルラン」「上体起こし」で、行った学校と行わない学校の差が大きく、中学校では「上体起こし」と「持久走」で差が大きかった。

※T得点についてはp.104参照。

学校質問紙における「学校の体育・保健体育授業について」の項目と体力との関連を分析した。

昨年度調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善について、取組を行った学校の体力合計点は行わない学校と比べて高かった。また、特定の学年のみ行った学校よりも学校全体で取り組んでいる学校が体力を向上させていることがうかがえた。

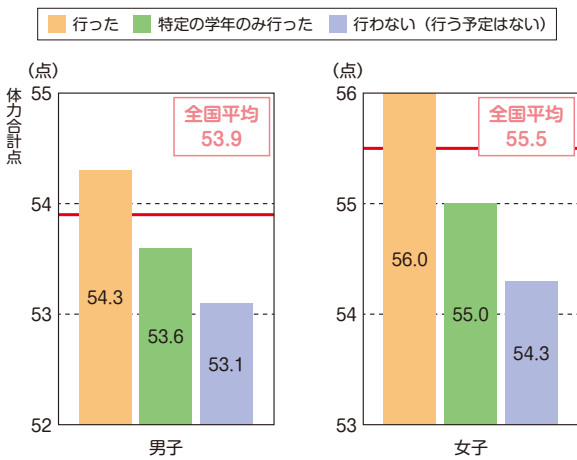
学校の体育・保健体育授業に関する質問項目について、体力合計点の全国上位10%の学校の特徴を見ると、

「授業の冒頭で目標を児童生徒に示す」、「授業での助け合い、役割を果たす活動を行う」、「授業中にICTを活用している」などの項目で平均より高い値を示した。

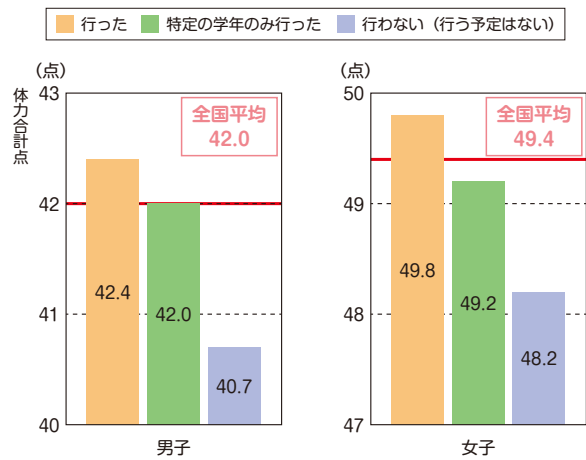
分析結果からは、学校における全校的な取組や工夫が児童生徒の体力の向上に寄与していることが示唆された。また、授業改善の取組については、教員による日々の授業改善の視点だけでなく、単元配列等を踏まえた体育科年間指導計画の見直しなども全校的な取組となる重要な授業改善の方策の一つであると言える。

昨年度調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善の取組と体力合計点との関連

小学校



中学校



昨年度調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善について、取組を行った学校の体力合計点は行わない学校と比べて高かった。また、特定の学年のみ行った学校よりも学校全体で取り組んでいる学校が、体力を向上させていることがうかがえた。

体育・保健体育授業に関する学校質問紙の項目において、体力合計点上位校の取組実施率が下位校を上回った項目

質問内容	小学校男子			小学校女子			中学校男子			中学校女子		
	A:上位校平均(%)	B:下位校平均(%)	AとBの差(ポイント)	A:上位校平均(%)	B:下位校平均(%)	AとBの差(ポイント)	A:上位校平均(%)	B:下位校平均(%)	AとBの差(ポイント)	A:上位校平均(%)	B:下位校平均(%)	AとBの差(ポイント)
質問4 調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善	70.0	50.0	20.0	70.6	49.2	21.4	68.6	47.9	20.7	71.4	50.6	20.8
質問5 授業の冒頭で目標を示す活動	39.3	32.5	6.8	40.0	33.2	6.8	58.1	48.8	9.3	55.6	48.5	7.1
質問6 授業の最後に学習を振り返る活動	26.6	22.7	3.9	28.0	22.8	5.2	41.2	35.8	5.4	40.3	36.7	3.6
質問7 授業での助け合い、役割を果たす活動	34.4	27.9	6.5	34.8	27.1	7.7	39.4	32.4	7.0	40.9	31.0	9.9
質問8 授業での話し合う活動	16.3	11.8	4.5	16.7	11.4	5.3	19.2	18.0	1.2	21.5	16.2	5.3
質問9 授業中のICTの活用	45.4	40.5	4.9	46.3	41.1	5.2	65.6	53.8	11.8	66.2	56.8	9.4
質問10 <授業で努力を要する児童生徒がいる場合の取組> 友達同士で教え合いを促している	85.2	78.9	6.3	85.3	82.4	2.9	85.4	69.0	16.4	84.7	72.1	12.6
質問10 <授業で努力を要する児童生徒がいる場合の取組> 授業中に自分の動きを撮影した映像を見られるようにしている	22.9	18.3	4.6	23.1	20.9	2.2	30.0	25.5	4.5	31.5	28.5	3.0

体力合計点の平均値が高かった学校（上位10%）における取組の実施率を、低かった学校（下位10%）と比較すると、小・中学校ともに「調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善」「授業の冒頭で目標を示す活動」「授業での助け合い、役割を果たす活動」、特に中学校においては「授業中のICTの活用」や「友達同士で教え合いを促している」といった項目でその差が大きい傾向にあった。

授業のどんな取組が、意識を向上させているか

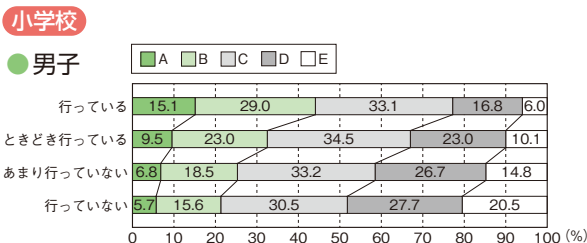
学校における取組は体力の向上だけに限定されることなく、児童生徒の意識の変化に結び付く取組であることが重要である。ここでは、授業等の工夫・改善と児童生徒の運動やスポーツ、体育・保健体育授業に対する意識との関連について分析した。

授業で話し合う活動を行っている児童生徒は、総合評価ABの割合が高い傾向

学校質問紙（小学校）の「ふだんの体育の授業では、児童同士で話し合う活動を取り入れていますか」という質問に対して、「全く取り入っていない」と回答した小学校では運動やスポーツをすることが「ややきらい・きらい」と回答した児童の割合が高かった。

また、児童質問紙の同じ質問に対して、「行っている」と回答した児童の総合評価ABの割合が高く、「行っていない」と回答した児童の総合評価DEの割合が高い傾向にあった（図1-1）。

【図1-1】 授業で話し合う活動と総合評価の関連



授業を通して児童生徒自らが工夫することが体力の向上につながる可能性

学校質問紙の「体育・保健体育の授業で努力を要する児童生徒がいる場合に、どのような取組をしていますか」の質問に対して、「特にしていない」と回答した学校では、児童生徒の授業において運動やスポーツ及び体育に対する肯定的な回答が少なかった。

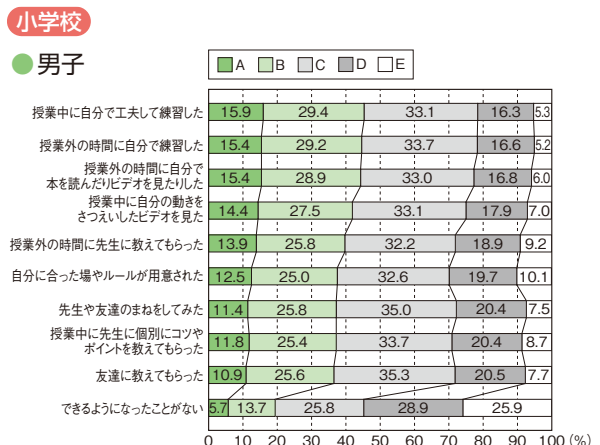
体育・保健体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけとして、「授業中に自分で工夫して練習した」と回答した児童生徒は、総合評価ABの割合が高く、DEの割合が低かった（図1-2）。

このような傾向に基づくと、体育・保健体育の授業で努力を要する児童生徒がいる場合に、教員が具体的な取組を行わないことは運動やスポーツ及び体育に対する否定的意識を有する児童生徒を増やす可能性があ

学校質問紙（中学校）の「保健体育の授業では、生徒同士で話し合う活動を取り入れていますか」の質問に対して、「全く取り入っていない」と回答した中学校では、運動やスポーツは「あまり大切ではない・大切ではない」と回答した生徒の割合が高かった。また、生徒質問紙の「ふだんの保健体育の授業では、友達同士やチームの中で話し合う活動を行っていますか」の質問に対して、「行っている」と回答した生徒の総合評価ABの割合が高く、「行っていない」と回答した生徒の総合評価DEの割合が高い傾向にあった。分析結果からは、教員が体育・保健体育の授業において児童生徒同士で話し合う活動を取り入れることが児童生徒の運動やスポーツに対する肯定的意識を高め、体力の向上に寄与する可能性があることが示唆された。「学習指導要領」の趣旨を十分に理解しつつ、児童生徒同士の主体的な関わり合いを促すことは運動やスポーツに対する意識や取組姿勢を改善し、体力の向上に貢献していると言える。各学校においては、主体的な関わり合いを促すことができるような授業改善への取組を期待したい。

る。一方、教員が具体的な取組を行った場合には、児童生徒自らが授業中に工夫して練習するようになる可能性があり、体力の向上につながると考えられる。

【図1-2】 体育の授業で「できなかったことができるようになった」きっかけと総合評価の関連



授業の工夫・改善と、運動時間との関係

児童生徒の運動時間と体力は密接に関連しており、児童生徒の運動の習慣化を促進する取組は体力の向上の取組と同様に重要である。ここでは、どのような授業等の工夫・改善が児童生徒の運動時間の増加に影響しているのかを教員の視点と児童生徒の視点の両面から探った。

日常生活への活用の意識が 運動時間の長さに影響

学校質問紙の「体育・保健体育の授業では、児童生徒同士で話し合う活動を取り入れていますか」の質問に対して、「全く取り入っていない」と回答した学校では1週間の総運動時間が60分未満の児童生徒の割合が高く、420分以上の児童生徒の割合が低かった。

また、同じ質問を児童生徒の視点から回答した結果では、「ふだんの体育・保健体育の授業で友達同士やチームの中で話し合う活動を行っている」と回答した児童生徒はほかの児童生徒と比べて1週間の総運動時間が多かった。さらに、「体育・保健体育の授業で学んだことを、授業以外の時にも行ってみようと思いますか」の質問に対して、肯定的な回答（そう思う・ややそう思う）をした児童生徒は否定的な回答をした児童生徒と比べて、1週間の総運動時間が60分未満の割合が低く、420分以上の割合が高い傾向にあった（図1-3）。

「体力テストの結果や体力の向上について、自分なりの目標を立てていますか」の質問に対して、「目標

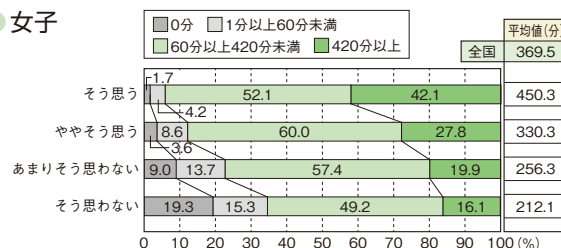
を立てている」と回答した児童生徒は「目標は立てていない」と回答した児童生徒よりも1週間の総運動時間が長かった。

分析結果からは、児童生徒が友達同士やチームの中で話し合う活動ができる体育・保健体育の授業は、児童生徒の体力に対してだけでなく、運動時間に対しても影響している可能性があることが示唆された。そして、新体力テストの結果や体力の向上について児童生徒に目標設定を促すことや、授業で学んだことを授業以外の場面で活用することを促すことは運動時間の増加、そして運動の習慣化につながると考えられる。

【図1-3】「体育の授業で学んだことを、授業以外の時にも行ってみようと思うか」と1週間の総運動時間との関連

小学校

● 女子



授業の工夫・改善が、 運動時間の二極化の解消につながる可能性

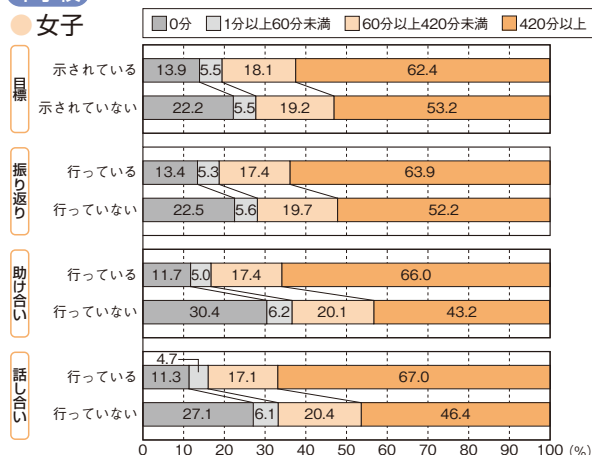
学校質問紙（中学校）の「保健体育の授業の冒頭で、その授業の目標（目当て・ねらい等）を生徒に示す活動を取り入れていますか」と、学校質問紙（小学校）の「体育の授業では、児童同士で話し合う活動を取り入れていますか」の質問に対して、「全く取り入っていない」と回答した学校では、1週間の総運動時間が60分未満の児童生徒の割合が高かった。児童生徒質問紙の同じ質問に対して、「目標が示されていない」や「話し合いを行っていない」と回答した児童生徒は、1週間の総運動時間が60分未満の割合が高かった。こうした分析から、中学校においては授業の目標を示すこと、小学校においては授業で児童同士の話し合い

を促すことが二極化の解消につながる可能性があると考えられる。

【図1-4】 授業の工夫・改善と1週間の総運動時間との関連

中学校

● 女子



体力・運動能力の高い小学校・中学校の取組

体力合計点が高い学校における特徴的な取組を探ることは、体力合計点の低い学校の体力の向上に関する取組を見直す上で役に立つと考えられる。ここでは体力合計点上位校の特徴を分析した。また、近年低下傾向にある握力とボール投げの記録と関連する要因についても分析を試みた。

運動が苦手な児童生徒向けの取組が、体力合計点を押し上げる

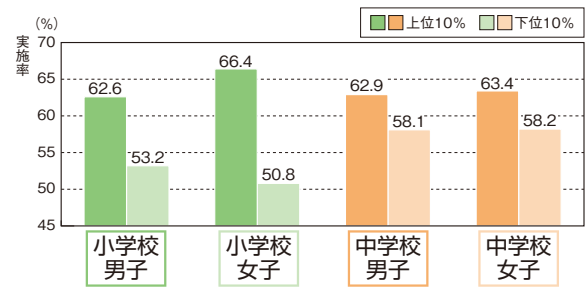
学校質問紙の「運動・スポーツが苦手（嫌い）な傾向にある児童生徒向けの取組、または性別に応じた取組を現在行っていますか」の質問に対して、「行っている」と回答している割合は、体力合計点が上位10%の学校において、下位10%の学校と比べて高かった。

特に小学校においてその差が大きく、女子では体力合計点が上位10%の小学校では、約3分の2にあたる、66.4%が「行っている」と回答した。一方で、下位10%の小学校では、行っていると回答したのは、50.8%にとどまった。

これまでの調査結果から、運動やスポーツに対する意識（得意・苦手や好き・嫌い）が体力と密接に関連していることがわかっている。体力合計点の高い学校では、運動やスポーツが苦手（嫌い）な傾向にある児

童生徒を対象に学校がより積極的に取組を行っている様子がうかがえた。そして、その取組は保健体育教員が配置され、男女別に授業が展開されることが多い中学校よりも、小学校において成果が得られていると考えられる。

【図1-5】 運動・スポーツが苦手（嫌い）な傾向にある児童生徒向けの取組や性別に応じた取組実施率の、体力合計点上位10%の学校と下位10%の学校の比較



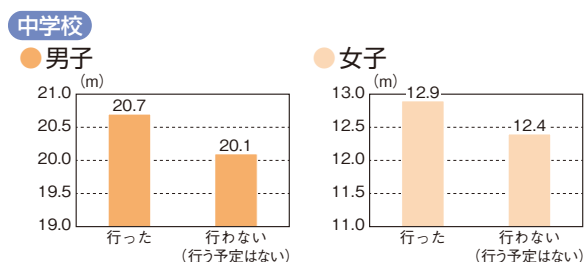
ボールを投げる（腕の力を使う）運動頻度が、ボール投げ（握力）に影響

「放課後や学校が休みの日に、ボールなどを使って投げる運動をすることがありますか」の質問に対して「よく行う」と回答した児童生徒のボール投げの平均値は「全く行わない」と回答した児童生徒と比べて高かった。そして、「放課後や学校が休みの日に、鉄棒やうんていなど腕の力を使う運動をすることがありますか」の質問に対して「よく行う」と回答した児童生徒の握力の平均値は「全く行わない」と回答した児童生徒と比べて高かった。

また、「放課後や学校が休みの日に、運動部活動や地域のスポーツクラブ以外で、運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることがありますか」の質問に対して、「よくある」と回答した児童生徒のボール投げと握力の平均値はほかの児童生徒と比べて高かった。同様に学校質問紙「平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえて授業等の工夫・改善を行いましたか」の質問に対して「行った」

と回答した学校のボール投げと握力の平均値は「行わない（行う予定はない）」と回答した学校と比べて高かった。ボールを使って投げる運動や腕の力を使う運動を授業以外に経験するだけでなく、放課後や学校が休みの日に、様々な運動やスポーツを経験することや、調査結果を踏まえた授業等の工夫・改善もまた、ボール投げと握力の記録に影響しており、ボールを投げる運動や腕の力を使う運動だけでなく、運動やスポーツ全般の取組がボール投げと握力を含む体力・運動能力の向上に寄与している可能性があると言える。

【図1-6】 授業等の工夫・改善の実施とハンドボール投げの平均値との関連



体力や運動習慣は、達成感、挑戦すること、自己肯定感と関連

本年度の調査では、「ものごとを最後までやり遂げてうれしかったことがある」(達成感)、「難しいことでも、失敗を恐れないで挑戦している」(挑戦)、「自分には、よいところがあると思う」(自己肯定感)の項目について初めて調査を行った。その結果、体力・運動能力の高い児童生徒は、上記の項目に肯定的な回答をしている傾向にあった。この関連を体育・保健体育の授業改善にも生かしたい。

総合評価Aの児童生徒が、最も肯定的な回答の割合が高い結果に

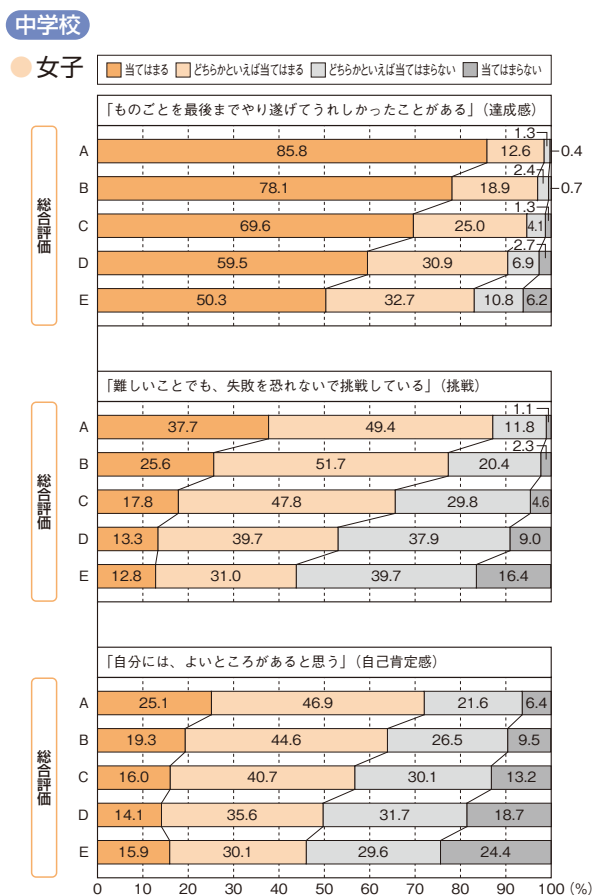
総合評価Aの児童生徒を分析してみると、「ものごとを最後までやり遂げてうれしかったことがある」、「難しいことでも、失敗を恐れないで挑戦している」、「自分には、よいところがあると思う」の質問に対して、肯定的な回答(当てはまる、どちらかといえば当てはまる)をした割合が最も高く、総合評価がBからEになるにつれてその割合は減少傾向にあった。また、否定的な回答(どちらかといえば当てはまらない、当てはまらない)をした割合は、いずれも総合評価Aの児童生徒が最も低く、BからEになるにつれてその割合は増加傾向にあった。

さらに、児童生徒の1週間の総運動時間についても分析してみると、総合評価と同様に、「420分以上」運動している児童生徒は、上記の三つの質問に対して肯定的な回答をした割合が最も高く、「60分以上420分未満」「1分以上60分未満」「0分」となるにつれて、その割合は減少傾向にあった。また、否定的な回答をした割合は、いずれも「420分以上」運動している児童生徒の割合が最も低く、区分が「60分以上420分未満」「1分以上60分未満」「0分」となるにつれて、その割合は増加傾向にあった。

学習活動の中でも好循環につながる取組に期待

分析の結果からは、体力や運動時間と、「達成感を味わうこと」「挑戦すること」「自己を肯定すること」について関連する可能性があることがわかった。目標を決めて取り組むことで得られる達成感や、何事にも挑戦しようとする気持ちはとても重要であり、体力の向上の成果が児童生徒の自信となり、自己肯定感を高めることにつながることも考えられる。これらの因果関係については、この時点でははっきりと言えないが、

【図1-7】 総合評価と「ものごとを最後までやり遂げてうれしかったことがある」(達成感)、「難しいことでも、失敗を恐れないで挑戦している」(挑戦)、「自分には、よいところがあると思う」(自己肯定感)の質問との関連



例えば体育・保健体育の学習活動の中で、児童生徒が互いに認め合い、励まし合い、教え合うなどの場を積極的に設けることなどにより、児童生徒の挑戦を促すことは、体力の向上や自己肯定感を高め、そのことが次への挑戦へと結び付くと考えられる。運動に対する挑戦する気持ちがあれば、それは運動時間の増加に結び付く。学校には、こういった好循環につながる取組を体育・保健体育の授業はもちろん、授業以外で実施すること、さらに教育委員会でもこういった好循環につながる取組を独自の施策として展開することを期待したい。