

<実践報告>

小学校教員を対象とした教員研修「体づくり運動」の成果と課題 —研修の工夫改善の視点から—

渡辺敏明 信州大学学術研究院教育学系

関 浩司 長野県教育委員会事務局スポーツ課

Achievements and Challenges of the Teacher Training Program "Physical Fitness" for Primary School Teachers: Perspectives on Teacher Training Program Development

WATANABE Toshiaki: Institute of Education, Shinshu University

SEKI Hiroshi: Nagano Prefectural Board of Education, Sports Division

研究の目的	小学校教員を対象とした体育の教員研修において、講義と実技による研修を作成して実施し、質問紙調査による回答結果から、教員研修における成果と課題について検討すること。
キーワード	小学校 体育 体づくり運動 教員研修
実践の目的	体育の教員研修の充実
実践者名	第一著者と同じ
対象者	長野県体育センター主催の教員研修「小学校体づくり運動」に参加した小学校教員 29 名
実践期間	2022 年 5 月～6 月
実践研究の方法と経過	講義と実技による研修を作成して実施し、実施前後に質問紙調査を行った。回答結果から、受講者の認識に着目し「領域に関する理解の変化」「教材のとらえ方の変化」の 2 つの視点から、受講者の体づくり運動に関する認識の変化を分析して、「講義と実技の内容及び提供方法の適切さ」について評価を行った。
実践から得られた知見・提言	質問紙への回答結果の分析から、受講者は体づくり運動の領域及び教材のとらえ方への理解が深まったことが確認された。また、体づくり運動の教材に対する実施意欲が向上したことが確認された。これらのことから、教員研修における講義と実技の内容及び提供方法は適切であったことが示唆された。さらに、小学校教員の専門性を高め、研修成果を授業で活かせる実効性の高い研修内容であったことが示唆された。

1. はじめに

体づくり運動は、2008年に改訂された学習指導要領より、小学校低学年に新設されたことで、小学校から高校まで全ての学年において、必修授業として取り扱われることになった。体づくり運動は、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、体の基本的な動きを身に付けたり、体力を高めたりすることができるようにすることをねらいとしている。また、体ほぐしの運動に加えて、低学年では多様な動きをつくる運動遊び、中学年では多様な動きをつくる運動が新たな内容として位置づけられた（文部科学省 2008）。そして、2017年に告示された学習指導要領では、低学年の領域名等のすべてに「遊び」の文言が追加されるとともに、高学年では「体力を高める運動」から「体の動きを高める運動」に名称が変更されている（文部科学省 2018）。

長野県教育委員会では、2009年に「子どもの体力向上支援委員会」を立ち上げ、推進事業（学校における支援事業）として、地域の小学校教員及び大学教員とともに、「体力向上運動プログラム」を作成し、順次「小学校低学年の運動遊び」、「小学校中・高学年の体づくり運動」、「全校運動に活用できる運動プログラム」等のDVDを作成して、長野県内の全小学校に配布している（子どもの体力向上支援委員会 2010, 2011, 2012）。さらに、各小学校現場に出向いて授業を行う「キッズ運動遊びどこでもゼミナール」を開催することや、長野県体育センターの教員研修において「長野県版運動プログラム普及講座」を立ち上げ、体づくり運動への理解と授業づくりのモデルとなる実践を紹介することで、小学校体育における授業づくりや、運動の学習指導力等の教員の資質向上を図っている。

体づくり運動は、小学校1年生から高校3年生まで各学年必修の領域であることから、体育の柱と言えるものである。子どもたちにとって学校体育を取り巻く環境が大きく変わる中で、体育授業では子どもに様々な運動経験をさせるとともに動きを身に付けさせることが求められている。そのため教員は、時代の変化に伴いながら、自身の資質向上と経験年数に応じたスキルアップのために、研修等で新しい専門知識や指導技術を身に付ける必要があると考えられる。

そこで本実践では、小学校体づくり運動の教員研修において、質問紙による調査を行い、教員の専門性を高め、研修の成果を授業で生かせる実効性の高い実践であるかを考察し、教員研修をより充実させるための研修のあり方について探ることを目的とする。

2. 実践の概要

2.1 期日・対象

本実践は、長野県体育センターによって2022年5月26日及び6月10日の計2回実施された教員研修「小学校体づくり運動（長野県版運動プログラム普及講座）」を受講した小学校教員29人を対象とした。

2.2 研修計画の立案

教員研修では、体育において特に心と体を一体として捉える視点を重視し、体づくり運

動における体ほぐしの運動（遊び）、多様な動きをつくる運動（遊び）、体の動きを高める運動を実施する。実施内容は長野県教育委員会において作成した「長野県版運動プログラム（子どもの体力向上支援委員会 2020）」及び研究者が開発した「スポーツ運動学に基づく体づくり運動の教材構成（渡辺 2016, 2017）」を活用し、「体づくり運動」についての認識を高めるための講義と実技を行う研修計画を立案した（表 1）。

表 1 研修計画の立案

研修名：小学校体づくり運動（長野県版運動プログラム普及講座）	
対象	小学校教員
日時	2022年5月26日・6月10日（10:00～16:00）
目的	1. 小学校における体づくり運動領域の学習内容の重要性を理解し、授業づくり及び指導力の向上を図る。 2. 長野県版運動プログラムの理論と実践について理解し、今後の活用を図る。
目標	1. 体づくり運動領域の背景と学習内容について、専門的な知識を理解する。 2. 子どもの発育発達や系統的な学習指導について、専門的な知識を理解する。 3. 実技実習を通して、さらに講義内容の理解を深め、児童の運動指導に関する専門的な知識を理解し、現時点での自己の課題を見い出す。

2.3 教員研修における展開方法

教員研修は、立案した研修計画に基づいて、講義と実技で構成して実施された（表 2）。午前は「体づくり運動の学習指導と考え方（講義）」を 2 時間、午後は「体づくり運動の実際と指導のポイント（実技）」を 3 時間、実施した。

表 2 教員研修の展開方法

内 容	
午前 講義	①小学校学習指導要領解説体育編に基づく、体づくり運動の内容及びねらいについて理解する。
10:00- 12:00	②運動学に基づく、運動の成り立ちについての知識、運動の形成位相についての知識、促発指導の仕組みについての知識を理解する。 ③体づくり運動における授業づくりについての知識を理解する。 ④体づくり運動の「単元モデル（各学年）」「評価基準（例）」、加えて VTR 映像による体づくり運動のねらいにそった運動教材を理解する。
午後 実技	①体ほぐしの趣旨を活かす教材と指導方法について理解する。 ②各教材のねらいや運動のもつ意味、子どもにとっての意義について理解し、指導方法について学ぶ。

13:00-	③子どもが学び合うための言葉掛けやコミュニケーションについて学ぶ。
16:00	〈実技で実習する運動教材例〉
	なべなべ底抜け・やじろべー・またいでくるりん戻し&トンネルくぐり・集団リズムジャンプ・石地蔵・つっぱり棒・長座を跳び越す・大の字走り越え・からだジャンケン・グリコジャンケン・じゃんけん開脚・ジャンピング歩き・へビの足切り・ロープ渡り・輪かけ跳び・新聞紙走り・新聞紙手放しキャッチ・新聞紙ボール・小さなボール・ゴミゴミボール・チームジャグリング・サークルキャッチ・ドリブル集合・言うこと一緒やること一緒

2.4 分析方法

教員研修の実施前後に、受講者を対象とした質問紙調査を行い、事前事後の質問紙への回答結果に基づいて、「実施した講義と実技の内容及び提供方法の適切さ」を評価する。その際、受講者である小学校教員の認識に着目し、「領域に関する理解の変化」、「教材のとらえ方の変化」の2つの視点から、体づくり運動に関する認識の変化を分析する。

事前調査では、5件法を用い「体づくり運動の内容及趣旨」「体づくり運動の授業の必要性」「体づくり運動の学習が将来の体育学習につながる意味のある内容を持っていること」「体づくり運動の成果」「体づくり運動のねらいや評価基準」「体づくり運動の教材情報」「体づくり運動の実施状況」の7項目について回答を得る。さらに、「体づくり運動の研修で、あったら良いと思う内容（講義・実技）の要望」について自由記述式で回答を得る。

事後調査においても同様に、5件法を用い「体づくり運動の内容及趣旨について」「体づくり運動の授業の必要性」「体づくり運動の学習が将来の体育学習につながる意味のある内容を持っていること」「体づくり運動の成果」「体づくり運動のねらいや評価基準」「講義や実技で紹介した運動（遊び）の実施」「体づくり運動の授業をどのようなかたちで実施したか」の7項目について回答を得る。さらに、「教員研修を通して、指導の考え方が変わったことや、新たな発見があれば、トピックをあげて教えて下さい」について自由記述式で回答を得る。

2.5 倫理的配慮

本実践では、教員研修「小学校体づくり運動」を主催した長野県体育センター及び教員研修の受講者に対して、研修への参加に関わる安全的配慮、撮影録画の許可、得られた調査結果などの研究への利用、個人情報の取り扱いを含んだ説明を書面及び口頭にて行い同意を得た。

3. 結果

3.1 事前調査の結果

事前調査では、29人の受講者から回答を得た。回答内容と人数を表3に示した。

また、教員研修の実施にあたって「体づくり運動の研修で、あったら良いと思う研修内

容」について、自由記述式で回答を得た。受講者から得られた要望には、「各学年に合わせた実践例」について知りたいという内容が最も多かった。ついで、「実際に教材を体験したい」「直ぐに使える内容」「コロナ禍の中でも大人数で活動できる教材」などの回答が挙げられた。

表3 事前調査の結果

カテゴリー	回答内容	人数
体づくり運動の内容 や趣旨について	十分理解している	0人
	やや理解している	17人
	どちらでもない	5人
	あまり理解していない	6人
	まったく知らない	1人
体づくり運動の授業 の必要性について	とても大切だと思う	22人
	やや大切だと思う	6人
	どちらでもない	1人
	あまり大切でない	0人
	必要性を感じない	0人
体づくり運動の学習 が将来の体育学習に つながる意味のある 内容を持っているこ とについて	十分理解している	4人
	やや理解している	17人
	どちらでもない	3人
	あまり理解していない	5人
	まったく知らない	0人
体づくり運動の成果 について	とても効果があると思う	14人
	やや効果があると思う	10人
	どちらでもない	2人
	あまりわからない	2人
	まったく知らない	1人
体づくり運動のねら いや評価基準につい て	十分理解している	1人
	やや理解している	9人
	どちらでもない	5人
	あまり理解していない	13人
	まったく知らない	1人
体づくり運動の教材 情報について（複数回 答可）	体系化された教材情報を知りたい	16人
	教材情報を知りたい	13人
	どちらでもない	0人
	あまり興味がない	0人
	まったく興味がない	0人
体づくり運動の実施 状況について（複数回 答可）	単元として	14人
	各領域の準備運動として	12人
	運動会や体力測定として	3人
	全校運動として	3人
	実施していない	1人
	その他	1人

3.2 事後調査の結果

教員研修実施後、質問紙による調査を行い、29人の受講者から回答を得た。教員研修で実施された講義と実技の内容及び体づくり運動に関する認識について、回答内容と人数を表4に示した。

表4 事後調査の結果

カテゴリー	回答内容	人数
体づくり運動の内容 や趣旨について	十分理解できた	20人
	やや理解できた	9人
	どちらでもない	0人
	あまり理解できなかつた	0人
	まったく理解できなかつた	0人
体づくり運動の授業 の必要性について	とても大切だと思う	27人
	やや大切だと思う	2人
	どちらでもない	0人
	あまり大切でない	0人
	必要性を感じない	0人
体づくり運動の学習 が将来の体育学習に つながる意味のある 内容を持っているこ とについて	十分理解できた	24人
	やや理解できた	5人
	どちらでもない	0人
	あまり理解できなかつた	0人
	まったく理解できなかつた	0人
体づくり運動の成果 について	とても効果があると思う	25人
	やや効果があると思う	4人
	どちらでもない	0人
	あまりわからない	0人
	まったく知らない	0人
体づくり運動のねら いや評価基準につい て	十分理解できた	11人
	やや理解できた	18人
	どちらでもない	0人
	あまり理解できなかつた	0人
	まったく理解できなかつた	0人
本日、講義や実技で紹 介した運動（遊び）の 実施について	ぜひ実施したい	29人
	少し実施してみたい	0人
	どちらでもない	0人
	やや実施するには難しい	0人
	実施しない	0人
体づくり運動の授業 をどのようなかたち で実施したいですか （複数回答可）	単元として	25人
	各領域の準備運動として	13人
	運動会や体力測定として	1人
	全校運動として	3人
	実施していない	0人
	その他	0人

3.3 教員研修を通じた体づくり運動に関する受講者の認識の変化

(1) 領域に関する理解の変化について

「体づくり運動の内容や趣旨について」の質問に対して、事前調査（表 3）では「やや理解している」という回答が 17 人から得られた。しかし、その一方で「まったく知らない」とする回答が 1 人、「あまり理解していない」とする回答が 6 人、「どちらでもない」とする回答が 5 人いたことが確認された。事後調査（表 4）においては、「十分理解できた（20 人）」「やや理解できた（9 人）」という回答結果が得られたことから、教員研修を通して体づくり運動の内容や趣旨について理解を得られたことが確認された。

また、「体づくり運動のねらいや評価基準について」の質問に対して、事前調査（表 3）では「十分理解している」とする回答が 1 人、「やや理解している」とする回答が 9 人から得られた。しかし、その一方で「あまり理解していない」とする回答が 13 人、「まったく知らない」とする回答が 1 人いた。また、「どちらでもない」とする回答が 5 人いたことが確認された。事後調査（表 4）においては、「十分理解できた（11 人）」「やや理解できた（18 人）」という回答が得られたことから、教員研修を通して体づくり運動のねらいや評価基準について理解を得られたことが確認された。

さらに、「体づくり運動の授業の必要性について」の質問に対して、事前調査（表 3）では「とても大切だと思う（22 人）」「やや大切だと思う（6 人）」、「どちらでもない（1 人）」という回答が得られた。事後調査（表 4）においては、27 人が「とても大切だと思う」、2 人が「やや大切だと思う」という回答結果が得られたことから、教員研修を通して体づくり運動の必要性について理解を得られたことが確認された。

(2) 教材のとらえ方の変化について

事前調査（表 3）では、「体づくり運動の成果について」の質問に対して、「とても効果があると思う（14 人）」「やや効果があると思う（10 人）」、という回答が得られた。しかし、その一方で「あまりわからない」とする回答が 2 人、「まったく知らない」とする回答が 1 人いた。また、「どちらでもない」とする回答が 2 人いたことが確認された。事後調査（表 4）においては、25 人が「とても効果があると思う」、4 人が「やや効果があると思う」という回答結果が得られたことから、教員研修を通して体づくり運動の成果について理解を得られたことが確認された。

また、「体づくり運動の学習が将来の体育学習につながる意味のある内容を持っていることについて」の質問に対して、事前調査（表 3）では「十分理解している（4 人）」「やや理解している（17 人）」という回答が得られた。しかし、その一方で「あまり理解していない」とする回答が 5 人、「どちらでもない」とする回答が 3 人いたことが確認された。事後調査（表 4）においては、24 人が「十分理解できた」、5 人が「やや理解できた」という回答結果が得られたことから、教員研修を通して体づくり運動の学習内容について理解を得られたことが確認された。

4. 考察

4.1 講義と実技の内容及び提供方法の適切さ

(1) 「領域に関する理解の変化」の視点から

事前調査(表3)では、「体づくり運動の授業の必要性」について、大多数の受講者が「(とても)大切である」と認識しているものの、「体づくり運動の内容や趣旨」「体づくり運動のねらいや評価基準」については、その理解が不十分であるとする回答結果が確認された。

上述したように、教員研修は講義と実技で構成して実施した(表2)。講義では、体育を専門としない小学校教員のために、体育の基本的知識と体づくり運動領域の知識について運動例を示し柔軟な教材解釈にむけた解説を行っている。特に各学年の単元モデルや、評価基準(例)、加えてVTR映像で体づくり運動のねらいにそった運動教材を解説している。実技では、講義で紹介した運動教材に取り組むことで教材理解を促す工夫を行っている。

こうした提供方法の工夫が、事後調査(表4)における、「体づくり運動の内容や趣旨」「体づくり運動のねらいや評価基準」のいずれの項目においても、すべての受講者が「十分理解できた」「やや理解できた」とする回答結果につながったと考えられる。

(2) 「教材のとらえ方の変化」の視点から

事前調査(表3)では、「体づくり運動の成果」について、受講者の大多数が「効果があると思う」と回答している一方で、「あまりわからない(2人)」や「まったく知らない(1人)」、「どちらでもない(2人)」という回答が確認された。また、「体づくり運動の学習が将来の体育学習につながる意味のある内容を持っていること」について、4人が「十分理解している」、17人が「やや理解している」という認識をもっている一方で、「あまり理解していない(5人)」「どちらでもない(3人)」とする回答が確認されている。さらに、「体づくり運動の教材情報」について、全ての受講者が「(体系化された)教材情報を知りたい」という回答をしていた。知りたい内容は、上述の自由記述(3.3.1事前調査の結果)で得られた「各学年に合わせた実践例」や「直ぐに使える内容」「コロナ禍の中でも大人数で活動できる教材」と考えられる。これらの回答結果から推察されるのは、受講者の多くは体づくり運動の成果(効果)や学習のつながりの重要性を認識しているものの、教材や授業づくりに関する情報を持ち合わせていないという現状である。本実践においては、スポーツ運動学の研究成果(三木 2005, 渡辺 2018, 2019)を活用した講義や実技における解説を行うことで、見たり聞いたり、動きを羅列して紹介するだけの教材情報の提供ではなく、動きの意味や価値の理解を促す工夫を行っている。また、道具を豊富に準備しなくても誰でも取り組める徒手や新聞紙を用いた運動、系統的な運動の発展を体験できる教材体験の工夫を行っている。

このように、体育を専門としない教員にもやさしく分かりやすい内容で教材情報を提供する方法の工夫が、事後調査(表4)の「体づくり運動の成果」について25人が「とても効果があると思う」、4人が「やや効果があると思う」という回答結果や、「体づくり運動の学習が将来の体育学習につながる意味のある内容を持っていること」について24人が

「十分理解できた」、5人が「やや理解できた」という回答結果につながったと考えられる。

事後調査(表4)では、「講義や実技で紹介した運動(遊び)」について、すべての受講者から「ぜひ実施したい(29人)」という回答が得られたことから、講義及び実技において紹介した教材の有用性について理解を得られたことが確認された。

このような変化が見られた要因は、受講者が講義で理解した教材を実技で系統的に体験したこと。さらに教材の意味やつながりに加えて提示方法を子どもの視点で体験したことで、体づくり運動における教材の発展可能性を実感できたことによると推察される。

運動の発達段階に応じた教材は、実際に体験しないと分からないことが多い。受講者たちは「想像していたよりも難しい」「思っていたより楽しい」「もう1回やりたい」等、さまざまな声を上げながら教材に取り組んでいたことから、教材のとらえ方の変化は、講義で理解した内容が、実技を通してさらに深められたことによると考えられる。

5. まとめ

本実践は、小学校教員を対象とした体づくり運動の教員研修を実施し、質問紙調査の結果から、講義と実技の内容及び提供方法の適切さを検討することを目的とした。さらに、体づくり運動に関する認識の変化を、「領域に関する理解の変化」、「教材のとらえ方の変化」の視点から分析し、教員研修で得られた成果と課題を明らかにすることを目的とした。

「領域に関する理解の変化」の視点からは、体づくり運動における領域及び運動の学習内容の理解や運動のつながり(系統性)を踏まえた指導内容への受講者の理解が深まったことが確認された。そのため、研修内容と構成は、適切であったことが示唆された。

また、「教材のとらえ方の変化」の視点においては、講義と実技を関連づけた研修内容にしたことで、体づくり運動の教材への先入観が取り払われ、体づくり運動が将来の体育学習につながる大切な学習内容をもつことが理解されたため、受講者の教材に対する実施意欲が向上したと考えられる。そのため、本実践の研修内容と構成は適切であったことが示唆された。

これらの結果から、実施された教員研修は小学校教員の専門性を高め、研修成果を授業で活かせる実効性の高い研修内容であったことが示唆された。

6. 今後の課題

教員研修における口頭での質疑応答の際、若手の教員から、子どもの反応や指導場面をイメージすることが難しいという意見が寄せられた。教員研修の参加者は、すべて大人であることから、経験年数の短い先生には、担当する子どもの姿を想像することや運動の発達段階に応じた授業づくりや教材構成がむずかしいことに気付かされた。そのため、今後の教員研修では、どの教員にとっても運動指導を行う子どものイメージが持てる研修の機会となるよう、改善を図る必要がある。

付記

本研究は JSPS 科研費 18K02661, 22K02598 の助成を受けたものです。

文献

- 子どもの体力向上支援委員会, 2010, 小学校低学年の運動遊び DVD, 長野県教育委員会事務局スポーツ課, 長野
- 子どもの体力向上支援委員会, 2011, 小学校中・高学年の体づくり運動 DVD, 長野県教育委員会事務局スポーツ課, 長野
- 子どもの体力向上支援委員会, 2012, 全校運動に活用できる運動プログラム DVD, 長野県教育委員会事務局スポーツ課, 長野
- 子どもの体力向上支援委員会, 2020, 長野県版運動プログラム, 長野県教育委員会事務局スポーツ課, 長野, <https://www.pref.nagano.lg.jp/kyoiku/sports-ka/sport/gakko/dvd/home.html> (accessed 2023.9.23)
- 三木四郎, 2005, 新しい体育授業の運動学, 明和出版, 東京
- 文部科学省, 2008, 小学校学習指導要領 (平成 20 年 3 月告示) 解説体育編, 東洋館出版社, 東京
- 文部科学省, 2018, 小学校学習指導要領 (平成 29 年告示) 解説体育編, 東洋館出版社, 東京
- 渡辺敏明, 2016, 体づくり運動の運動アナログンによる教材構成に関する実践的検討, スポーツ教育学研究第 36 回大会号, p.94
- 渡辺敏明, 2017, 小学校低学年における運動へのなじみを促す体づくり運動の実践的検討, スポーツ教育学研究第 37 回大会号, p.40
- 渡辺敏明, 2018, 小学校低学年における体づくり運動領域の授業改善に向けた実践的検討, スポーツ教育学研究第 38 回大会号, p.37
- 渡辺敏明, 2019, 体づくりの運動遊びの授業改善に向けた教員研修プログラムの実践的検討, 日本スポーツ教育学会第 39 回大会号, p.38

(2023 年 9 月 29 日 受付)