

〈研究・調査報告〉

保健体育教員養成課程における「体づくり運動」 —教育学部のシラバスから—

石 原 啓 次

【要旨】

本研究・調査報告の目的は、保健体育教員養成課程の「体づくり運動」のシラバスから授業の全体的な傾向や特徴を捉えることであった。対象とした教育学部（国立大学）49大学がWebで公開している2024年度シラバスから、「体づくり運動」に相当する実技科目を検索し、40大学のシラバスを収集した。該当する授業科目では、「体づくり運動」領域のみを扱っている場合（21大学）と「体づくり運動」を含めて複数の領域（例：「ダンス」、「器械運動」等）を扱っている場合（19大学）があった。そのため、「体づくり運動」の授業回数は各大学で広範（1～15回）にわたっていた。各授業回の内容を示す授業計画に「体づくり運動」を構成する「体ほぐしの運動」が明記されていたのは29大学（72.5％）で、その回数は1～7回であった。また、「体の動きを高める運動」は28大学（70.0％）で、その回数は1～10回であった。一方、「実生活に生かす運動の計画」は11大学（27.5％）で、その回数は1～2回であった。「模擬授業」を授業計画に明記していたのは1大学（2.5％）のみであった。

キーワード：体づくり運動、体ほぐしの運動、体の動きを高める運動、実生活に生かす運動の計画、シラバス

1. はじめに

「体づくり運動」は、平成10年7月の教育課程審議会答申により、学習指導要領の改訂を進め、同年に小学校学習指導要領、中学校学習指導要領、平成11年に高等学校学習指導要領を告示した。上記の学習指導要領から、「体操」という領域名が「体づくり運動」に改められ、その内容として、従前の「体操」のねらいと同様に体力の向上を目指す「体力を高める運動」と新たな「体ほぐしの運動」で構成された⁷。「体ほぐしの運動」が内容に加わった背景として、子どもの運動不足、人々の交流の機会の減少による人間関係の希薄さ、心身のバランスの失調等が示され、そのことを踏まえて「心と体の関係への気づき」「体の調整」「仲間との交流」をねらいとする「体ほぐしの運動」が加えられた⁷。

現在の中学校学習指導要領保健体育編（平成29年告示）における「体づくり運動」では、

「体を動かす楽しさや心地よさを味わわせるとともに、健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識させ、学校の教育活動全体や実生活で生かすことができる」内容になっており、「体づくり運動」を構成する「体ほぐしの運動」において、第1学年及び第2学年では、「手軽な運動を行い、心と体との関係や心身の状態に気付き、仲間と積極的に関わり合うこと」、第3学年では「手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と自主的に関わり合うこと」を内容として示している⁸。また、これまで「体力を高める運動」としていた運動を第1学年および第2学年では「体の動きを高める運動」、第3学年では「実生活に生かす運動の計画」に改められている⁸。これは、自己の体力向上を新体テストの回数や記録ではなく、体の基本的な動きを高めることとして捉えることにしたためである⁹。

高等学校学習指導要領保健体育・体育編（平成30年告示）における「体づくり運動」では、「生徒の運動経験、能力、興味、関心等の多様化の現状を踏まえ、体を動かす楽しさや心地よさを味わわせるとともに、健康や体力の状況に応じて自ら体力を高める方法を身に付けさせ、地域などの実社会で生かせる」内容となっていて、「体ほぐしの運動」と「実生活に生かす運動の計画」で構成されている¹⁰。

また、中学校・高等学校を通じて全ての学年で履修させるとともに、「指導計画の作成と内容の取扱い」に、授業時数を中学校では各学年で7単位時間以上⁸、高等学校では7～10単位時間程度¹⁰を配当することが示されている。

このように「体づくり運動」は中学校・高等学校の体育実技において重要な領域と考えられている一方で、教育現場ではその授業実施の難しさも指摘されている。鈴木²は、「体づくり運動」の授業化の課題として、「体づくり運動」固有の学びの不明瞭さや、「技能」でなく「運動」を評価することの難しさ等を挙げている。加えて、いくら領域名を「体操」から「体づくり運動」に改称しても、何を学ぶのかを明確にしない限り、従前の「体操」と同様な授業化へ傾斜することになると指摘している²。

白石ら⁵は、中学校及び高等学校における「体づくり運動」の先行研究から、中学校・高等学校の「体づくり運動」に関する課題を整理した。その結果、①保健体育科教師の多くがこの領域の特性の理解に課題を有していること、②この領域の内容の不明瞭さが授業で取り扱う教材の選定を難しくしていること、③この領域の授業においては、生徒への声かけや、生徒の課題の把握などが重要であると示唆した⁵。

「体づくり運動」はすでに学校現場で20年以上体育実技の授業として行われているが、上記のとおり、授業実施における課題が解決しづらい領域であることが窺える。

また、白石ら⁵は、上記の課題を踏まえて、保健体育教員養成課程での「体づくり運動」において、学生が学修すべき事項として、学習指導要領における「体づくり運動」の目標・内容・特性などの理解や背景にある子どもの諸課題に関する知識の習得、および模擬授業の実施等を挙げている。

保健体育教員養成課程の「体づくり運動」について、これまでも研究^{1・3・4・6}が行われている

が、各大学における「体づくり運動」履修学生がどのような内容をどの程度の時間にわたり学んでいるかは必ずしも明らかになっていない。

そこで、今回の研究・調査報告では、中学校・高等学校保健体育教員養成課程を有する大学から、教員養成を主たる目的としている教育学部（国立大学）を対象として、「体づくり運動」のシラバスを概観し、全体的な傾向や特徴を把握することを目的とした。

2. 方法

2.1 シラバスの収集方法

文部科学省 HP¹⁾に掲載されている「令和5年4月1日現在の教員免許状を取得できる大学」の中学校教諭・高等学校教諭のデータから中学校・高等学校保健体育の一種免許状が取得できる大学のうち、国立大学教育学部を対象とした。対象となる大学・学部がWebで公開している2024年度シラバスから「体づくり運動」実技科目の情報を検索・収集した。検索・収集期間は2024年8月～10月であった。授業科目名「体づくり運動」で検索できない場合、「キーワード」「フリーワード」検索が可能な場合は、「体づくり」「体ほぐし」「体の動き」「運動の計画」で検索した。また、キーワードあるいはフリーワードでの検索機能がない場合は、授業科目名「体操」「体育実技」「スポーツ実技」で検索し、シラバスの内容から「体づくり運動」に相当する実技科目かについて判断した。

なお、「体づくり運動」の内容は、体育科教科教育法や体育科指導法の一部でも扱っている場合もあるが、今回は教職課程体育実技科目としての「体づくり運動」のシラバスに限定して収集した。

2.2 シラバスの調査項目

調査項目は、シラバスに記載されている科目名、配当年次、単位数、到達目標、授業回数（体づくり運動、体ほぐしの運動、体の動きを高める運動、実生活に生かす運動の計画、模擬授業等）、テキスト・参考図書、評価とした。

3. シラバスからみる全体的な傾向・特徴

3.1 シラバスの有無

対象となる大学は49大学であった。すべての大学でシラバスは公開されていたが、「体づくり運動」に相当する授業科目のシラバスを収集できたのは40大学（81.6%）であった。収集できなかった理由としては、隔年開講で2024年度は開講していない、シラバスが未記載である、あるいは「体づくり運動」の体育実技科目が設置されていない等の可能性が考えられる。

3.2 科目名

40大学のうち、「体づくり運動」の内容のみを該当する授業科目の全授業回で扱っていたのは21大学（52.5%）であり、一方で「体づくり運動」を含んだいくつかの領域を合わせて、1つの授業科目で扱っていたのは19大学（47.5%）であった（図1）。

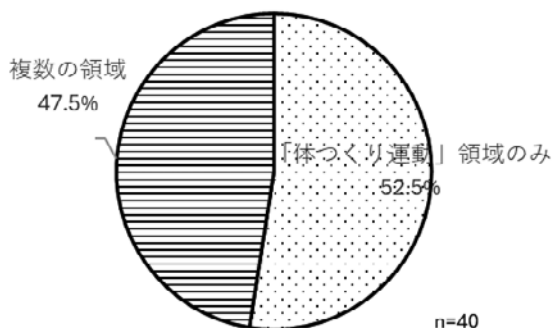


図1 「体づくり運動」の授業科目で扱う領域

出所：収集したシラバスをもとに筆者作成

全授業回で扱っていた21大学のうち、「体づくり運動」という領域が科目名になっている大学が17大学（81.0%）であった。一方、「体づくり運動」以外の科目名で開講していたのは4大学（19.0%）であったが、それらはいずれも「体づくり運動」に改称される以前のこの領域の名称であった「体操」という科目名であった。

また、「体づくり運動」に加えて、他の領域・内容も同授業科目内で扱っていた19大学の場合、科目名はさまざまであったが、傾向として、複数の領域を並列で示す科目名が多かった（具体例：「体づくり運動・ダンス」、「体づくり運動・武道」、「体づくり運動・器械運動」等）。

3.3 授業科目内における「体づくり運動」と他の領域との組み合わせ

「体づくり運動」が他のどのような領域と1つの授業科目内で実施されているのかをみると、①「器械運動」との組み合わせが5大学、②「ダンス」が3大学であった。加えて、「体づくり運動」を含めて3領域以上として、③「武道」「陸上競技」、④「ダンス」「水泳」、⑤「器械運動」「水泳」、⑥「表現運動」「ダンス」、⑦「球技」「ダンス」「水泳」、⑧「器械運動」「陸上競技」「水泳」、⑨「武道」「陸上競技」「器械運動」、⑩「陸上競技」「器械運動」「水泳」「球技」「ダンス」「武道」の組み合わせがあった。

また、上記のように1つの授業科目内で複数の領域の体育実技がシラバスに示されている場合、「体づくり運動」を扱う授業回数をシラバスの授業計画から調べてみると、9/30回（全授業回数30回のうち9回）が1大学、7/15回が4大学、5/14回が1大学、4/15回が1大学、3/15回が2大学、2/15回が3大学、1/15回が5大学、記載なしが2大学であった（図2）。上記で、

「体づくり運動」を扱っているのが3回以下の比較的少ない大学の授業計画の内容をみると、主たる領域が「ダンス」や「器械運動」など他の領域である場合や「体づくり運動」以外にも多くの領域が1つの授業科目に含まれていることがわかった。

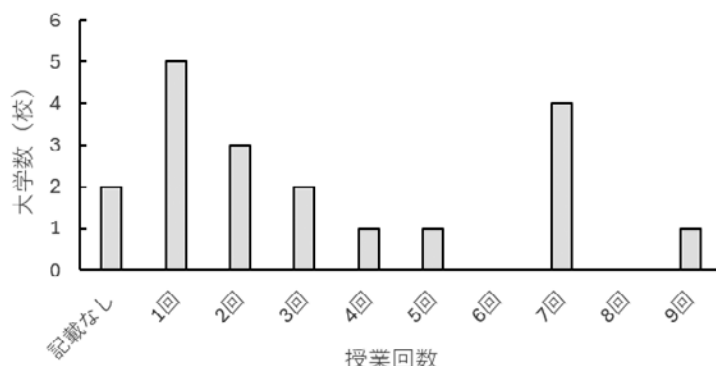


図2 「体づくり運動」の授業回数（複数領域の場合）
出所：収集したシラバスをもとに筆者作成

3.4 配当年次

3.4.1 全体（40大学）

1年次配当が19大学（47.5%）、2年次配当が8大学（20.0%）、3年次配当が4大学（10.0%）で、シラバスに配当年次の記載がない大学が9大学（22.5%）であった（図3）。

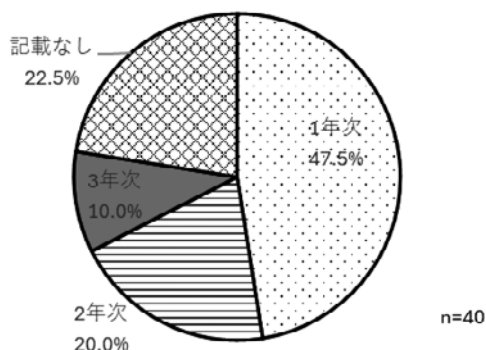


図3 「体づくり運動」の配当年次
出所：収集したシラバスをもとに筆者作成

3.4.2 「体づくり運動」領域のみを扱っている場合（21大学）

1年次配当が8大学（38.1%）、2年次配当が5大学（23.8%）、3年次配当が3大学（14.3%）で、シラバスに記載がない大学が5大学（23.8%）であった。

3.4.3 「体づくり運動」を含めて複数の領域を扱っている場合（19大学）

1 年次配当が 11 大学（57.9 %）、2 年次配当が 3 大学（15.8 %）、3 年次配当が 1 大学（5.3 %）で、シラバスに記載がない大学が 4 大学（15.8 %）であった。

3.5 単位数

3.5.1 全体（40大学）

1 単位が 36 大学（90.0 %）、0.5 単位×2 科目が 2 大学（5.0 %）、2 単位が 2 大学（5.0 %）であった。

3.5.2 「体づくり運動」領域のみを扱っている場合（21大学）

21 大学のうち 1 単位が 19 大学（90.5 %）であり、0.5 単位×2 科目の大学が 2 校（9.5 %）であった。

3.5.3 「体づくり運動」を含めて複数の領域を扱っている場合（19大学）

19 大学のうち、1 単位が 17 大学（89.5 %）であり、2 単位が 2 大学（10.5 %）であった。

「体づくり運動」は実技科目であるため、多くの大学では半期週 1 回授業で 1 単位となっていた。また、0.5 単位の 2 大学は、クォーター制を導入している大学で 1 クォーター週 1 回の授業を行っていて、次のクォーターで同名称の「Ⅱ」を同様に週 1 回で行っているため、実質は半期 1 単位に相当すると考えられる。一方、2 単位の大学は、いずれも「体づくり運動」だけでなく、その他に複数の領域を含んでいて、全授業回数は 30 回であった。1 つの大学は、「ダンス」「水泳」、もう 1 つの大学は「武道」「陸上競技」「器械運動」であった。

3.6 到達目標

今回はシラバスの到達目標に、「体づくり運動」の指導法が含まれているかについて調べた。

3.6.1 全体（40大学）

到達目標に「実践指導できる」「指導技能を身に付けている」「指導法についても体験し理解を深めていく」「指導法について実践的に身に付ける」など指導に関する記載がされている、つまり「体づくり運動」の指導法を含めていた大学は、40 大学のうち 24 大学（60.0 %）であった。

指導法以外の到達目標として、「体づくり運動のねらいを説明できる」「ねらいごとの運動例を挙げることができる」「行い方を説明できる」「運動を行うことができる」「運動の特性を知る」など、「体づくり運動」のねらいや特性の理解や運動の実践が含まれていた。

3.6.2 「体づくり運動」領域のみを扱っている場合（21大学）

到達目標に「体づくり運動」の指導法を含めていた大学は、21 大学のうち 13 大学（61.9 %）であった。

3.6.3 「体づくり運動」を含めて複数の領域を扱っている場合（19大学）

到達目標に「体づくり運動」の指導法を含めていた大学は、19大学中11大学（57.9%）であった。また、「体づくり運動」の内容が到達目標に含まれていない大学が2大学あったが、いずれも「体づくり運動」に関する授業回数が2回以下であった。

3.7 「体ほぐしの運動」の授業回数

各授業回で行う内容が明示されるシラバスの授業計画に、「体ほぐしの運動」（「体ほぐしの運動」のキーワードである「手軽な運動」「心身の状態」「心と体」「仲間との関わり」を含む）という用語が示された授業回数について調べた。

3.7.1 全体（40大学）

40大学のうち29大学（72.5%）の授業計画で「体ほぐしの運動」が示されていた（図4）。扱われた授業回数は1～7回と広範であったが、半数以上の16大学が1～2回であった（授業回数1回が10大学、2回が6大学、3回が2大学、4回が3大学、5回が5大学、6回が2大学、7回が1大学）（図5）。また、授業計画に「体ほぐしの運動」の記載がなかったのは11大学（27.5%）であった。

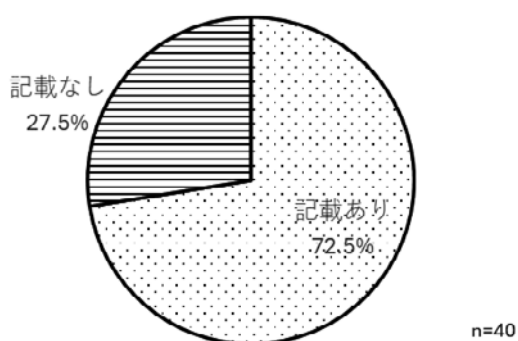


図4 授業計画への「体ほぐしの運動」記載の有無
出所：収集したシラバスをもとに筆者作成

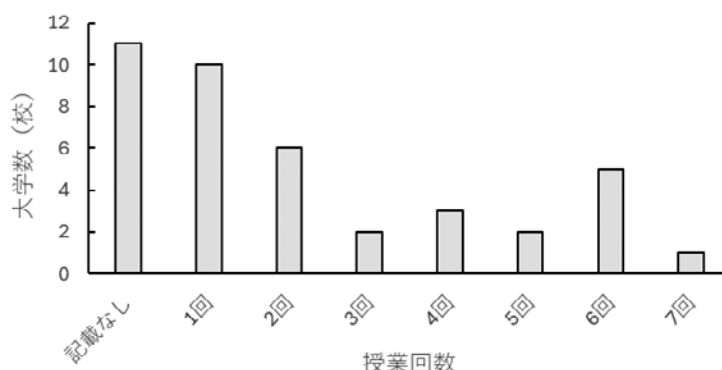


図 5 「体ほぐしの運動」の授業回数
出所：収集したシラバスをもとに筆者作成

3.7.2 「体づくり運動」領域のみを扱っている場合（21大学）

21大学のうち20大学（95.2％）で「体ほぐしの運動」が授業計画に示されていた。授業回数は大学により広範（1～7回）であった（授業回数1回が5大学、2回が3大学、3回が2大学、4回が2大学、5回が5大学、6回が2大学、7回が1大学）。また、授業計画に「体ほぐしの運動」の記載がなかったのは1大学であった。

3.7.3 「体づくり運動」を含めて複数の領域を扱っている場合（19大学）

19大学のうち9大学（47.4％）で「体ほぐしの運動」が示されていた。授業回数は1～4回であった（授業回数1回が5大学、2回が3大学、4回が1大学）。また、授業計画に「体ほぐしの運動」の記載がなかったのは10大学であった。

なお、今回は「体ほぐしの運動」あるいは「体ほぐしの運動」に関連する用語が記載されていることを条件としたので、「体づくり運動」という用語のみが記載されている場合は授業回に加えていない。したがって実際に「体ほぐしの運動」を扱った授業回とは一致しないことも十分に考えられる。後述の「体の動きを高める運動」と「実生活に生かす運動の計画」も同様である。

3.8 「体の動きを高める運動」の授業回数

各授業回が明示されるシラバスの授業計画に「体の動きを高める運動」（「体の動きを高める運動」のキーワードである「体の柔らかさ」「力強い動き」「巧みな動き」「動きを持続する能力」に加えて、「体の動きを高める運動」変更前の「体力を高める運動」を含む）が示された授業回数について調べた。

3.8.1 全体（40大学）

40大学のうち28大学（70.0％）で「体の動きを高める運動」が記載されていた（1回が4大学、2回が3大学、3回が2大学、4回が4大学、5回が5大学、6回が6大学、7回が1大学、9回が2大学、10回が1大学）（図6）。また、授業計画に記載がなかったのは12大学（30.0％）であった（図7）。

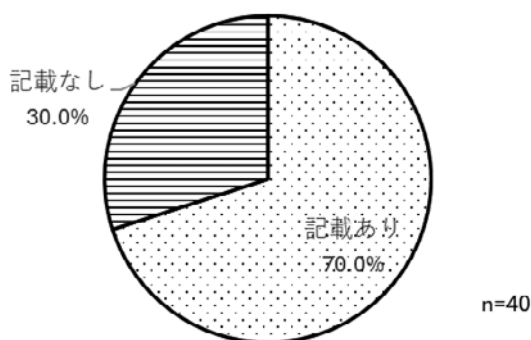


図6 授業計画への「体の動きを高める運動」記載の有無

出所：収集したシラバスをもとに筆者作成

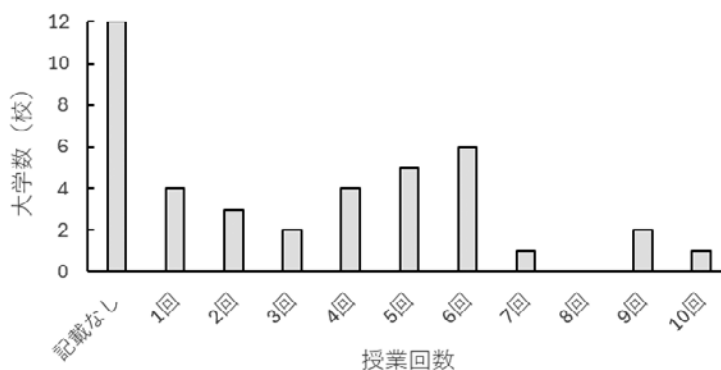


図7 「体の動きを高める運動」の授業回数

出所：収集したシラバスをもとに筆者作成

3.8.2 「体づくり運動」領域のみを扱っている場合（21大学）

21大学のうち19大学（90.5％）で「体の動きを高める運動」が授業計画に記載されていた（1回が1大学、2回が1大学、3回が1大学、4回が3大学、5回が3大学、6回が6大学、7回が1大学、9回が2大学、10回が1大学）。また、授業計画に記載がなかったのは2大学（9.5％）であった。

3.8.3 「体づくり運動」を含めて複数の領域を扱っている場合（19大学）

19大学のうち9大学（47.4％）で「体の動きを高める運動」が授業計画に記載されていた（1回が3大学、2回が2大学、3回が1大学、4回が1大学、5回が2大学、6回以上はなし）。授業計画への記載がなかったのは10大学（52.6％）であった。

3.9 「実生活に生かす運動の計画」の授業回数

各授業回が明示されるシラバスの授業計画に「実生活に生かす運動の計画」（「運動の計画」を含む）が示された授業回数について調べた。

3.9.1 全体（40大学）

40大学のうち11大学（27.5％）の授業で「実生活に生かす運動の計画」が記載されていた（1回が4大学、2回が7大学）（図8）。また、授業計画に記載がなかったのは29大学（72.5％）であった（図9）。

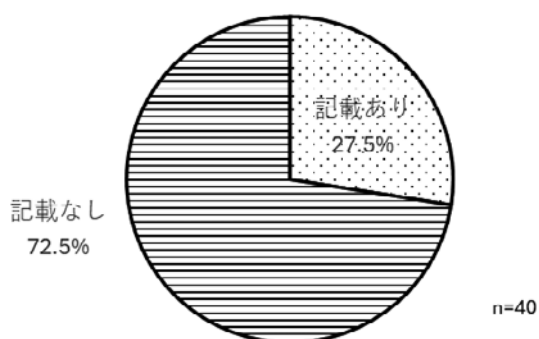


図8 授業計画への「実生活に生かす運動の計画」記載の有無
出所：収集したシラバスをもとに筆者作成

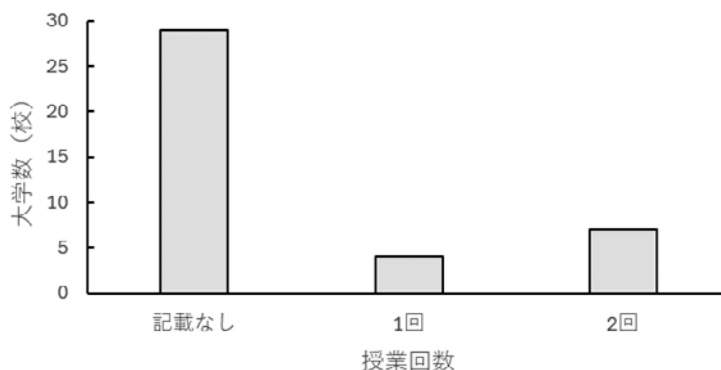


図9 「実生活に生かす運動の計画」の授業回数
出所：収集したシラバスをもとに筆者作成

3.9.2 「体づくり運動」領域のみを扱っている場合（21大学）

21校のうち8大学（38.1％）の授業計画に記載されていた（1回が3大学、2回が5大学）。また、授業計画に記載がなかったのは13大学（61.9％）であった。

3.9.3 「体づくり運動」を含めて複数の領域を扱っている場合（19大学）

19校のうち3大学（15.8％）で記載されていた（1回が1大学、2回が2大学）。また、授業計画に記載がなかったのは16大学（84.2％）であった。

3.10 模擬授業の授業回数

各授業回の内容が明示されるシラバスの授業計画に、「模擬授業」が示された授業回数について調べた。

40大学のうち、1大学（2.5％）の授業計画のみ、「模擬授業」という用語が記載されていた（図10）。それは「体づくり運動」領域のみを扱っていて、「模擬授業」は全15回のうち2回実施される計画であった。なお、授業計画には、「指導発表」「課題発表」「発表」という用語を明記している大学が15大学でみられたので、その中には「模擬授業」に相当する内容が含まれている可能性もある。

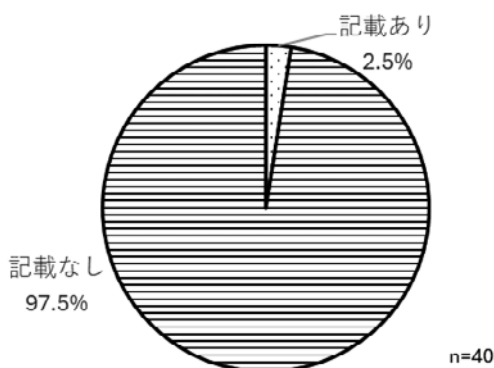


図10 授業計画への「模擬授業」記載の有無

出所：収集したシラバスをもとに筆者作成

前述のとおり、白石ら⁵は、教員養成課程の「体づくり運動」において、模擬授業を行い、計画した授業内容の実行可能性を試したり、生徒役を担う学生に対する対応・声かけを練習したりする学習が重要になると指摘しているが、実際に模擬授業を取り入れている大学は少ないかもしれない。

3.11 テキスト・参考図書

テキストあるいは参考図書に、「中学校学習指導要領解説保健体育編」「高等学校学習指導要領解説保健体育・体育編」が記載されているかについて調べた。

40大学のうち24大学（60.0％）でテキストあるいは参考図書として、学習指導要領解説が記載されていた。「体づくり運動」領域のみを扱っている場合、21大学のうち11大学（52.4％）で記載されていた。一方、「体づくり運動」を含めて複数の領域を扱っている場合、19大学のうち13大学（81.3％）で学習指導要領解説が記載されていた。

それ以外では、学校体育実技指導資料第7集「体づくり運動―授業の考え方と進め方改訂版（文科省、2013）」が複数の大学でテキストあるいは参考図書として明記されていた。

白石ら⁵の総説では、教師の多くは「体づくり運動」の特性の理解について課題を有していて、そのため学習指導要領における「体づくり運動」の目標や内容などの理解は保健体育教員養成課程の教育で必要と指摘している点から、学習指導要領解説を授業のテキストや参考図書に明記し、活用することは重要と考えられるが、現状では6割に留まっている。

3.12 評価

「体づくり運動」の指導法が、評価に含まれているかについて調べた。

評価に「模擬授業」「指導実践の発表」「学習指導計画書の作成」「生徒の意欲と運動技能高めるための実技指導を考案できるか」「指導・実践」「指導実習」等の指導法に関する記載が明確に示されていた大学は全体で40大学中8大学（16.0％）であった。

「体づくり運動」領域のみを扱っている場合、評価として「体づくり運動」の指導法が含まれていたのは、21大学のうち5大学（23.8％）であった。一方、「体づくり運動」を含めて複数の領域を扱っている場合、評価として「体づくり運動」の指導法が含まれていたのは、19大学のうち3大学であった（15.8％）。そのうち2大学は全授業15回のうち7回（90分×7＝560分）、1大学は、全14回のうち5回（100分×5＝500分）について、「体づくり運動」を実施する授業計画であった。

4. まとめ

今回対象とした「体づくり運動」のシラバスから以下のようにまとめることができる。

- ・「体づくり運動」の授業科目は、「体づくり運動」領域のみで構成されている場合と「体づくり運動」を含めた複数の体育実技領域で構成されている場合があった。そのため扱われる授業回数も広範にわたっていた。
- ・配当年次は、1年次が47.5％（19/40大学）で最も多かった。
- ・到達目標に「体づくり運動」に関する指導法が含まれているのは、全体の60.0％（24/40大学）であった。

- ・授業計画に「体ほぐしの運動」が示されていたのは、全体の72.5%（29/40大学）であるが、授業が「体づくり運動」領域のみで構成されている大学に限れば95.2%（20/21大学）であった。また、授業回数は1～7回と広範であった。
- ・授業計画に「体の動きを高める運動」が示されていたのは、全体の70.0%（28/40大学）であるが、「体づくり運動」領域のみで構成されている大学に限れば90.5%（19/21大学）であった。また、授業回数は1～10回と広範であった。
- ・授業計画に「実生活に生かす運動の計画」が示されていたのは、全体の27.5%（11/40大学）であり、明記されている場合でも、授業回数は1～2回であった。
- ・授業計画に「模擬授業」が示されていたのは、全体の3.0%（1/40大学）であった。
- ・テキスト・参考図書に学習指導要領解説が明記されていたのは、全体の60.0%（24/40大学）であった。
- ・評価に「体づくり運動」の指導法が含まれていたのは全体の16.0%（8/40大学）であった。

【参考文献】

- 1 青木和浩, 河村剛光 (2008) 「体づくり運動」に関する授業内容についての意識調査—体育系大学生を対象として—『体操研究』5 : 1-6.
- 2 鈴木一成 (2022) 「体づくり運動の授業化の課題とその改善策—「運動技能」から「学習技能」へ」『愛知教育大学教職キャリアセンター紀要』7 : 175-180.
- 3 鈴木慶子 (2018) 「保健体育教職課程を設置する大学における体づくり運動の授業研究：大学生の体づくり運動に対する意識」『駿河台大学教職論集』3 : 15-29.
- 4 篠田知之 (2023) 「保健体育教員養成課程における「体づくり運動」の授業実践」『岐阜協立大学論集』56(2) : 77-85.
- 5 白石智也・松本佑介・藤島簾 (2021) 「研究レビューから導き出す中学校及び高等学校での「体づくり運動」の課題：保健体育科教員養成課程における教育の質向上に向けた一考察」『人間健康学研究』4 : 1-11.
- 6 檜皮貴子 (2013) 「大学生における「体づくり運動」の実施経験と意識調査：駿河台大学の学生を対象として」『駿河台大学論集』46 : 97-111.
- 7 文部省 (2000) 『学校体育実技資料第7章 体づくり運動—授業の考え方と進め方—』東洋館出版社.
- 8 文部科学省 (2017) 『中学校学習指導要領（平成29年告示）解説保健体育編』東山書房.
- 9 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.
- 10 文部科学省 (2018) 『高等学校学習指導要領（平成30年告示）解説保健体育編』東山書房.
- 11 文部科学省『令和5年4月1日現在の教員免許状を取得できる大学 中学校教諭・高等学校教諭』
https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/kyoin/daigaku/1286948.htm（参照2024年10月10日）