

# 保育者・教員養成課程における 「体育実技」授業改善の取り組み —「身体運動を通して育む非認知能力」を題材に—

An attempt for improving of physical education activities on  
the course of nursery and primary school teacher education  
- Focus on developing non-cognitive skills  
through physical exercise -

森崎 陽子

平成 30 年度を迎える、新しい未来に向けての教育改革が行われた。急速に発展する社会に対応する人間を育てる一方で、人間の質向上についても改めて問われている。中でも人間の非認知能力の獲得が重要視された。体育学を専攻する筆者は、これまででも身体運動の特性を活かし、運動を通して非認知能力の向上を目指してきた。本研究では、保育者・教員養成課程において筆者が担当する「体育実技」授業の実際を分析し、受講生自らが運動を通して育む非認知能力を体感する中で、指導者としての立場から学ぶ姿勢や成長を確認することが出来た。今後、その学びを更に深め、より多くの受講者に浸透させるため、授業展開の中に感想や意見を伝え合う時間を設けることを改善策として見出した。

キーワード：授業改善、身体運動、非認知能力

## 1. はじめに

### 1.1 目的

予測もつかないほど急速に進む近代IT社会に対応し、「人間にしかできないことは何か」「これからの人間に必要な力は何か」を問い合わせ平成 30 年度の教育改革が行われた。育成すべき資質能力は「知識・技能」「思考力・判断力・表現力」「学びに向かう力・人間性等」の3本柱とし幼児教育においてはその基礎を育てるとした。更に学び方を、教育を受ける対象者の「主体的・対話的で深い学び」と挙げ、自らが能動的に学ぶ姿勢を育てる教育方法を打ち出したのである。

教育の一体化と人間性の質の向上にもこれまで以上に目を向けられた。文化、社会の進歩の裏に、地域社会の人間関係の希薄化、核家族化、少子高齢化、に伴い「引きこもり」「虐待」「いじめ」件数が増加の一途をたどっている。グローバル化に対応するために英語教育が見直される一方で、道徳教育を教科化するなど人間作りが将来に向けて大きな課題とな

っている。

その土台作りとなるのが幼児教育であり初等教育である。

幼稚園教育要領の改訂において幼児教育部会では、「現行幼稚園教育要領の成果と課題」を挙げている。その一つが幼児教育の重要性への認識を高めることである。「忍耐力や自制心、自尊心といった社会情動的スキルやいわゆる非認知的能力といったものを幼児期に身に付けることが、大人になってから生活に大きな差を生じさせる。」、「幼児期における語彙数、多様な運動経験などがその後の学力運動能力に大きな影響を与える。」等の調査結果を踏まえての事である。非認知能力とは数値では計ることが出来ない「内面的な能力」を指し、学力テスト等可視化しやすい認知能力とは区別されている。「興味を持ち、集中し持続し挑戦する力」等に解されている社会情動的スキルの他にも、目標を達成するための「忍耐力」「自己抑制」「意欲」、他者と協力するための「社会性」「思いやり」、「リーダー性」や、情動を抑制するための「自尊心」「自信」等が挙げられている。今求められるのは、これらの力の育成であるとし、幼小一体化の要に位置付けた「幼児期に

育ってほしい10姿」の中に組み込まれたのである。

体育学において、中野(2018)は認知能力と身体活動との関係については、運動の効果が多く研究結果に確認されてきているが、非認知能力と運動との関係では、運動の効果は予想される中、検証が進められている段階と述べている。

本研究では、身体運動を行う過程に目を向け非認知能力との関係を検証する。教育とは、どの専門分野においてもそれぞれが持つ本質を通して人間性の育成に目標がおかれる。体育分野においても、幼児教育の中での「運動遊び」から始まり、学校教育における「身体運動」を行う際のねらいには、必ず技能の習得過程において、「集中力」「忍耐力」「意欲」「社会性」「思いやり」「リーダー性」等、すなわち「非認知能力」の育成が取り上げられてきた。筆者も相応しい教材と考える。

今回は、将来、幼児教育、初等教育に携わる大学生を対象とした「身体運動の中で非認知能力を高める」をねらいとする「体育実技」授業展開を覗いていく。

本研究の目的は、学生が、「身体運動を体験する中で非認知能力が如何に育まれていくのか」を体感し、「身体運動の意義」を改めて認識できる授業展開を目指し、学生達の「主体的、対話的で深い学び」の視点から改善策を見出すことである。

## 1.2 精神と身体との関係とは

ルネ・デカルト(1596-1650)は「情念論」において、「そもそも精神と物体はそれぞれ異なる本質を持つもの(二元論)であるから、私の心の働きと身体とは平行して交わることのない二本の線のようなもののはずである。しかし自分の心の中をよく観察してみるとそれが身体の動きと密接な関係を持っていることに気づかされないではない。」「精神が精神に対して能動的に働くときに意思が生じ、精神が身体に対し能動的に働くときに身体への統制が生じる。」と論じている。

現在の解剖学、運動生理学では、いわゆる精神と身体との関係はこのようになっている。神経系の仕組みは、中枢神経系(脳・脊髄)と抹消神経系とに分けられ、末梢神経系には自律神経系と体性神経系が異なる働きをしている。身体運動に携わる骨格筋は体性神経系と関係し、自分の意志すなわち中枢神経の指令によって運動を起こす。体性神経系の求心性神経である知覚神経はキャッチした外部情報を中枢神経に送り、中枢神経はその情報から読み取った事柄を解析し、指令として遠心性神経である運動神経を通じ骨格筋に指令を送る仕組みと解明されている。このように運動の主役である骨格筋

は随意筋と呼ばれ、中枢神経(脳・脊髄)からの指令すなわちその人間の意思によって動くのである。この働き掛けがなければ身体運動は生じることはないし、意思の働きかけによってはじめて統制の取れた運動が生まれるのである。

## 1.3 筋肉を始動させる働きかけ

己の体を動かそうとすると、脳からの指令が必要であることが理解された。「動きたい。」の意志が働かなければ動かない。しかしさらに「もっと動きたい。」このような意志を生み出すには、人間が置かれている環境からの刺激や働きかけが不可欠である。特に身体運動は全身の約60%を占める骨格筋を統制するための人間の心を動かす為に、物的、人的環境を駆使した強い働きかけが必要である。人間性(非認知能力)を高める教育教材として「身体運動」を用いて行う「身体教育」は、ここが他の専門分野と大きく異なる点であり、醍醐味と考える。

## 2. 研究方法

本学、教育学部子ども教育学科1年生の学生を対象とした「体育実技」2回分の授業について、「授業のねらい」(「身体運動を通じ非認知能力を高める。」)に対する「学生授業ノート」(83名中6名分)を表に示した。これを用い授業を検証し、今後の保育者・教員養成機関における授業の在り方について考え、改善点を見出したい。

## 3. 結果と考察

### 3.1 事例1 「長縄跳び」

表 事例1は、「単元 長縄跳び」(2019年5月15日)「本時のねらい」、「本時の努力目標」「学生授業ノートから感想」を整理したものである。

運動機能面に関するねらいは、①「持久力を理解する」「持久力を養う」②「長縄跳びの技術を習得する」である。そして、これらの技能の習得過程を通して、非認知能力に含まれる③「協力・教え合う・工夫する」④「勇気・決断力を養う」⑤「達成感を体得する。」の精神的な力を高めてほしいと考えた。

授業後の授業ノートより、⑦は「長縄跳び」が得意な女子学生A子の感想である。「皆で励まし合い、跳べない子の教え方を工夫し、課題を克服できた達成感」や、「涙を流し取り

組んだ友達が出来るようになった喜び」を書いている。長縄跳

びが苦手な友達は、皆の励ましやアドバイスを受け止め、忍

表 事例1		
単 元	本時のねらい	授業ノートから
長縄跳び	①持久力を理解し、養う体験をする。 ②長縄跳びの技術を身に付ける ③協力・教え合う・工夫をする力を養う ④勇気を持って臨み決断する力を養う ⑤達成感を体得する	⑦ミッションに成功したらみんなで喜び合い、失敗したら励まし合って一つ一つミッションをクリアできた時はとてもすがすがしい達成感を味わうことが出来た。特に最後のミッションでは友達が思う様に跳べず涙を流す場面がありみんなで励まし合い工夫して何度も練習して30回跳びました。とても嬉しく鬼ごっこをした時は違う達成感を得ることができます。今日の授業の中で一番印象に残っています。
	本時の努力目標	④走ることが苦手な子、跳ぶことが苦手な子それぞれいるけれど周りの子たちの教え合い等で苦手なことに挑戦しようと勇気を出して成功した時の達成感が最高に良かったです。協力して必死な顔のみんな素敵でした。
	①課題は、グループで目標回数を跳ぶ。 ②グループから脱落者を出さない。	⑧⑨の課題の時には連続しているとながれのタイミングで跳ぶことが出来るけど先頭になると跳べませんでした。でも、前後の人には、「縄が上に行ったときに跳んだら行けるよ。」とアドバイスをもらい跳んでみると跳ぶことが出来ました。⑩の課題では反対側の人とタイミングを合わせて跳ばないといけないので、みんなで掛け声を決めて入りやすい方は「1、2、3」の3ぐらいで入る。逆から入る時は「3」と言って1拍おいて入ると上手く跳べるという事を理解して跳びました。30回までは届かなかったけれど26回という惜しいところまで跳べたので嬉しかった。
		⑪できた時に自然に拍手が起こったり、縄を回す人に気を遣って「代わろうか」と言ったり、難しい跳び方の時は首に縄がひかかったり足にひかってこけそうになったりしたら直ぐ「大丈夫?」と言って心配し合ったり難易度が上がるにつれてグループの絆が深まっていったと思います。 ⑫(教員になったら)子どもには諦めずにやればいつかできるようになること、協力してできなかつたことができるようになると達成感があること、みんなとの絆が深まること自分がアドバイスしてできると一緒に喜びを分かち合うことができることを伝えたいと思いました。

耐して何度も挑戦した末にやっとできるようになる。その瞬間、みんなで喜び合う光景が読み取れる。

①も得意なB子の感想である。苦手な学生に必死になりアドバイスする。アドバイスを受ける学生もアドバイスを取り入れ、縄に向かって勇気を振り絞り飛び込んでいる。跳べた時は本人だけでなく「必死な皆の顔が素敵」と表現している。

⑦・①共に、「他者との協力」「社会性」や「人への思いやり」が感じられる。また、そのような人間関係の中から、「忍耐」や「挑戦する勇気」「意欲」が生まれている。

⑥、⑦、⑧は長縄跳びを苦手としているC子が書き綴った感想である。「縄が上に行ったときに跳ぶ」「1拍おいて入る」という具体的なアドバイスのおかげで、跳べるようになった喜びが書かれている。C子の問題点を良く見つけている。

更には、喜んでいるC子は、自分のことだけではなく、「できた時に自然に拍手が起こった」り、縄を回している子に「代わろうか」と労いの言葉を掛け合ったり、こけそうになったりすると心配し合ったりする仲間の配慮にグループの絆の深まりを感じ、そのことを心から嬉しく思っている。

C子にとってこの経験は、まさに「集中力」「持続し挑戦する力」「勇気」が漲った瞬間であったであろう。同時に、自分のことだけではなく、人に対する「思いやりの心」「協力することの大切さや喜びの気持ち」も記されている。

この後に加えて書かれていたこと⑨は注目すべき事柄であった。この苦境を乗り越えた実体験を通じ自分が将来指導者となった時には、「諦めずにやればいつかできるようになること」「協力し合って、できなかつたことができるようになる」とより大きな達成感があること」「皆の絆が深まること」「アドバイ

スしてできると一緒に喜びを分かち合うことができるようになること」を「子ども達に伝えたい」と書いてある。C子は本授業を、既に、自分自身が保育者や教員の立場となり、受けていることが読み取れる。常々、将来指導者としての在り方までを思い描きながら受講しているのである。養成課程に学ぶ学生であれば当然のことではあるが、受講者には浸透して欲しい。

### 3.2 事例2「バスケットボール」

表 事例2「単元 バスケットボール」(2020年1月15日)

「本時のねらい」、「本時の努力目標」「学生授業ノートからの感想」を整理したものである。

4時間行う「バスケットボール」の4時間目であり、入学後10ヶ月、学年最後の授業でもあった。

1時間目のオリエンテーション時に、「チーム全員で繋ぎシューートするバスケットボールを目指す」を目標に挙げた。4チーム各10名～11名を作り、バスケット経験者をリーダーとし練習方法もチームごとに計画、実施、反省を繰り返し本時の最終日を迎えた。

本時の技術面の目標は、①「シュート、もしくはリバウンド後の攻守のスピードアップ」とした。一方、非認知能力である精神面では一人一人が自信を持って積極的にゲームに向かい全力を出し切れるように、②「実戦のスピードの中で、判断、決断、実行する。」③「自分に任せて」の気持ちを持つ④「ミスを恐れない」を目標とした。全員で繋ぐバスケットボールの仕上げである。

⑦から見ていく。チームリーダーB男の感想である。彼はそれぞれのメンバーを理解し、それぞれが持ち味を生かし活

表 事例2

単元	本時のねらい	授業ノートから
バスケットボール (4時間中 最終日)	<p>①シュート、リバウンド後の攻守のスピードアップを目指す。      ②実戦のスピードの中で判断、決断、実行する。      ③各自が「自分に任せて」の気持ちを持って行う。      ④ミスを恐れないでプレイする。</p> <p><u>本時の努力目標</u></p> <p>①目標はメンバー全員でつなぎシュートするバスケットボールを仕上げること</p>	<p>⑦今までの中でも1番偏りのないチームでできたと思う。攻めの場面でもドリブルできる子がボールを運んでいき、ドリブルが苦手な子はパスをもらう中継役をしてくれてとてもバランスよく攻めることが出来たと思う。またシュートをした後のリバウンドも一生懸命やってくれて点数もよく入っていた。ディフェンスの面でも守る相手を決めていてまずその相手を見るように指示を出した・・・良いチームが出来たと思う。</p> <p>⑧ディフェンスすることを中心にプレイしていたのでシュートを打つことはあまりしませんでしたが、仲間がゴールを決めた時には自分のことのように喜んでいました。・・・逆転されても諦めることなく必死にボールにくらいていました。・・・全勝することが出来たのは「誰々のおかげ」ではなく一人一人が活躍したからだと思います。バスケを通してチームワークの大切さ、素晴らしいことを改めて学ぶことができました。自分のチームだけではなく他のチームもみんなで頑張ってプレーしていました。キャプテンとしてひっぱてくれ、技術を教えてくれたB君には本当に感謝。</p> <p>⑨今日は最後のバスケでした。勝ち負けはどうであれみんな自分の力で攻めてみようとすることができていました。みんな初めに比べバスケがとても上手になりました。・・・私が特にしたことは「褒めること」でした。バスケを知らない、出来ない、いやだと思っている子にできないとか、もっとこうしようと言うことはやる気の損失に繋がります。目標を立てプレイし終わった時、一人ひとりに○○が良かったと出来るだけ具体的に褒めます。・・・結果的にみんなの自信、やる気がきて、試合中に私の声掛けを聞いてくれたり、弱みの克服に繋がりました。一人一人を褒めたアドバイスすることで「ちゃんと見ているよ」と言うことを言葉にせず言うことが出来たと思う。</p> <p>⑩高校の時は皆がやる気があった訳ではなく、一生懸命することが逆に恥ずかしいという気持ちが多かったけどまさか大学に入って初めて出会った人たちと同じ方向を見てみんなで一つのことを全力でやり遂げることができるのは思っていなかった。こんなに体育が楽しいと大学で学べたことに幸せを感じた。そう感じさせてくれた周りのみんな、先生たちに感謝しようと思った。</p>

躍したことでの今回の単元の目標「全員でバスケット」を達成することができたとの思いから「良いチームが出来た。」と満足気である。これまでの授業の中でメンバー一人一人の得意、不得意をよく観察した上で、適材適所に活躍の場を考えてきた結果である。まさしくリーダーとしての成長を見ることが出来た。

それに対して①は、B 男のチームメンバーの一人 D 子の言葉である。自分の役割をディフェンスと認識している。そして他のメンバーが得点してくれたことを自分こととして喜んでいる。団体競技であるバスケットボールを通して、チームワークである「協力すること」の大切さ、素晴らしいことを改めて感じ、リーダーの B 男に感謝している。

また、④は、もう一つのチームリーダー E 子の感想である。E 子もまたチーム作りに苦しむ一人である。毎回のノートには、チームメイト一人一人の長所、短所が記されていた。「バスケを好きになって欲しい」「自信ややる気を持って欲しい」だから「褒めること」を心掛けたと書いていている。そして、試合中も一人一人に大きな声を掛けている。一人一人を観察しそれぞれに応じたアドバイスをすることで「ちゃんと見ているよ」を伝えることができたとある。「子どもの心に寄り添うこと」、「一人一人の理解に努め子どもに応じた関わりをすること」「褒めること」の大切さを感じ取った。何より「皆の成長を喜びとして感じている」指導者の姿を見ることが出来た。

E 子の思いがメンバーにも確かに伝わっていた。⑤はチーム一員の B 子の感想である。「大学生に入って初めて出会った人達と同じ方向を見てみんなで、全力でやり遂げができるとは思っていなかった。」と感動の言葉と次への「意欲」を書いている。

E 子が大切に考え、メンバーに関わってきた方法は、正に、

今指導者に求められている「一人一人を理解すること」「一人一人に応じた関わりをすること」「良かったこと、一生懸命にやったことを褒めること」の関わり方である。これらは、対象となる子ども達の「自己肯定感」「自信」「意欲」を育む関わり方と言わされている。E 子の指導者としての大きな成長を感じた。

### 3.3 課題

事例1では、入学直後にも関わらず養成機関に学ぶ姿勢が出来上がっている C 子の授業に対する感想がみられた。また、事例2では、チームリーダー B 男、E 子の、觀察力や言葉の掛け方に既に理想とする指導者としての姿をみることが出来た。しかし、問題点は、これらの学生達の学びを他の学生達と共に共有できていない点である。筆者は一人一人の授業ノートにコメントを入れ返却している。特に興味深い内容に関しては次週の授業開始時に筆者より学生達に伝えているが、どれだけ浸透しているか定かではないのが現状である。

ここで、文科省より示された学び方、「主体的・対話的で深い学び」と本授業の展開を検証してみる。

「主体的な学び」とは「学ぶことに興味や関心を持ち、自己のキャリア形成の方向性と関連付けながら、見通しを持って粘り強く取り組み、自己の学習活動を振り返って次につなげる。」とある。C 子、B 男、E 子には、授業の体験を、自分の将来の指導者としての立場から捉え主体的に取り組んでいる感じられる。また、「対話的な学び」とは、「子ども同士の協働、教職員や地域の人との対話、先哲の考え方を手掛かりに考えることを通じ自己の考えを広げ深める。」とある。事例1・2共に、技術を身に付けるための方法を教え合う関わりや、励まし、思いやりの言葉がけのやり取りの中に「対話的な学び」の実現を読

み取ることが出来ると考察する。

「深い学び」とは、「習得・活用・探究」という過程の中で、各教科等の特質に応じた見方・考え方を働かせながら、知識を相互に関連付けてより深く理解したり、情報を精査して考えを形成したり、問題を見いだして解決策を考えたり、思いや考えを基に創造したりすることに向かう。」とある。本授業においては、この学びの実現のためにさらなる工夫が必要ではないかと考える。現在は筆者が授業ノートを点検し、本研究では数名の指導者としての成長を確認することが出来たが、それは筆者が把握するに留まっている。「知識を相互に関連付けてより深く理解する。」「情報を精査して思いや考えを基に想像する」とを行うことが出来るように、学生達の、思いや感情、学びや成長を授業内において学生同士で共有させることができればと考える。80名の中には同様な体験をしても様々な理解レベルがある。技能を難なくこなすことが出来る学生には、指導方法に目を向けることも考えて欲しい。C子のように自分の体験を将来に活かすところまで及ばない学生もいる。また、B男やE子のようなリーダーの立場を同様に感じられない学生も少なくない。今後は、授業内に少しの時間であっても意見交換の時間を取り入れ、「深い学び」の実現に少しでも近づけたいと考える。

#### 4.まとめ

学生達は、身体運動を体験する中で、運動の本質である「精神から働きかけ筋肉を統制する」という緊張感の中に、「強い精神力の刺激の必要性」を感じている。その後に「協力することの大切さ」「思いやることの清々しさ」「忍耐」「勇気」「達成感」「意欲」等の感情が湧いてくることに気が付いている。それを授業の現場でも感じてきたし、授業ノートから読み取ることが出来た。そして学生の中には、この感情を、自分が将来指導者の立場に立った時、「この学びを活かしたい」「伝えられる指導者になりたい。」と授業ノートに書き綴っており、養成課程にある保育者として教員として学ぶ姿勢の育ちを確認することができた。

今後は、さらに、身体運動の本質や意義を理解し授業実践力を持つ質の高い保育者、教育者を育てるために、C子、B男やE子がノートに書いたことを、学生同士で共有せることが必要であると考える。授業の改善策として「授業の最後に今一度、学びを共有し合う時間を入れること。」を実践してみた

いと考える。

#### 謝辞

本稿をまとめるにあたり、貴重なご助言・ご指導を賜りました和歌山信愛女子短期大学名誉教 授室みどり先生に厚く御礼申し上げます。

#### 参考文献

壺齋散人(2008)デカルトの情念論『壺齋閑話』

<https://philosophy.hix05.com/descartes/descartes05.html>

2020年1月16日閲覧

汐見稔幸・無藤隆[監修] (2018) 平成30年度施行保育所保育指針 幼稚園教育要領 幼保連携型認定こども園教育・保育要領解説とポイント ミネルヴァ書房

杉晴夫編著(2016)やさしい運動生理学改訂第2版 南江堂

田村学(2019)深い学び 東洋館出版社

中野貴博(2018)身体活動と非認知能力の関連性—非認知能 力は体力・運動能力とも強く関連する—

<https://ngu-activechild.com/wp-content/uploads/2018/11/c>

2020年1月16日閲覧

林洋輔(2013) デカルト哲学における情念と身体運動:習性と予備修練に着目して 体育学研究第58巻第2号 p617~635

ベネッセ教育総合研究所(2015) 幼児期に楽しんで「学びに向かう力」育成を 保護者の見守りが重要 幼児期に養いたい社会情動的スキルとは?

<https://benesse.jp/kyouiku/201504/20150417-6.html>

2020年1月28日閲覧

文部科学省(2016)中央教育審議会答申

吉田早麻(2017)「非認知能力」とは? 子どもの可能性を引き出す9つの言葉 あい・ん

<https://ain-kids.com/hinichi-ability>

2020年1月28日閲覧