実技種目の異なる大学体育授業が社会人基礎力の育成に及ぼす影響

引原有輝1,森田啓1,若林斉1,金田晃一1

Effect of different types of physical education classes on cultivating fundamental competencies for working persons in college students

Yuki HIKIHARA¹⁾, Hiraku MORITA¹⁾, Hitoshi WAKABAYASHI¹⁾ and Koichi KANEDA¹⁾

Abstract

The purpose of this study was to examine the effect of three types of physical education classes on the fundamental competencies for working persons in college students. Physical education classes were classified into beach volleyball (BV), table tennis (TT) and training (TR) classes. BV, TT and TR classes were attended by 65, 85, and 85 college students, respectively. In the BV, TT and TR classes, the students were grouped into teams of 6, 3 and 3 members, respectively. Every class included education programs based on project-based learning (PBL) to cultivate the fundamental competencies for working persons. We asked college students to evaluate their own fundamental competencies for working persons by using questionnaires administered at the 2nd (Pre-test) and 12th (Post-test) classes. As a result, initiative, ability to influence, ability to detect issues, ability to listen closely and carefully, and ability to grasp situations improved significantly between the Pre- and Post-test in the BV and TT classes compared with the TR class. We speculated that one reason was due to an appetite for learning and a sense of coherence induced by the framework and organic linkage between PBLs based on sports activities like beach volleyball and table tennis. This study suggests that educational programs and methodology should be arranged to facilitate interpersonal interactions according to the situations and properties of physical education classes.

キーワード:大学体育、スポーツ、社会人基礎力、対人相互作用

Keywords: physical education at college, sports, fundamental competencies for working persons, interpersonal interaction

1. 問題と目的

中央教育審議会答申の「新たな未来を築くための大学教育の質的転換に向けて一生涯学び続け、主体的に考える力を育成する大学へ一」(2012)では、少子高齢社会に伴う人口動態の変化、エネルギーや資源、食料等の供給問題、さらに地域間格差、経済格差、教育格差といった格差社会などの社会問題に対して、そこに存在する問題を自ら発見し、それを解決するための道筋を見定める能力を育成することが学士課程教育おいて急務であるとしている。そのために、従来のような知識の伝達・注入を中心とした授業以

上に、教員と学生が意思疎通を図りつつ、相互に刺激を与えながら知的に成長し、学生自らの思考を促す能動的な学習方略(アクティブラーニング)を用いた課題探求(解決)能力養成型学習(PBL: Project-based learning、またはProblem-based learning)の効果的な導入と運用に期待が一層高まっている(溝上、2007)、一方、経済産業省(2006)も、「職場や地域社会で多様な人々とともに仕事をする上で必要な基礎的な能力」として、前に踏み出す力(アクション)、考え抜く力(シンキング)、チームで働く力(チームワーク)の能力を掲げ、さらにそれらを12の能力要素に細分化した「社会人基礎力」を提言している。これらの能

力に共通するものは、主に学生の自発性、積極性といった 能動的な態度や、意見や立場の異なる他者と協同して課題 を探し、達成していく力やその過程で経験する対人的相互 作用、すなわち言語的、非言語的コミュニケーションを図 れる力であると推察される.

ところで、未だ講義型の授業が主流となっている大学教 育において、体育・スポーツ系科目が上述の能力を育成す るためのアクティブラーニングを展開できる貴重な科目に なりうる可能性を示唆した報告が増えつつある(鈴木ほか、 2013;青木ほか、2012;森田ほか、2011、2009;林ほか、 2010;杉山ほか, 2008;渋倉・小泉, 2003;石倉, 2001). 鈴木ほか (2013), 青木ほか (2012), 杉山ほか (2008), 渋倉・小泉(2003)ならびに石倉(2001)は,体育実技授業, キャンプ体験実習あるいはスポーツ教育を題材として展開 した授業が、言語的、非言語的コミュニケーション能力の 向上に寄与する可能性について報告している. また, 石道 ほか(2015)は、選択科目の大学体育授業を履修する学生 の社会人基礎力の特徴をまとめており、体育授業と社会基 礎力との関連を検討している. これらの報告に見られるよ うに、1991年の大学設置基準以前に大学体育の主たる教 育目標として位置付けられてきた「体力や技能の獲得」、「健 康増進」ならびに「生涯スポーツ実践の動機づけ」といっ た内容に加えて、学生がスポーツ活動を通じて主体的に学 び、立場や意見の異なる他者と課題を見出し解決する能力、 すなわち課題探究能力や社会人基礎力の育成という新たな 教育的価値の可能性を示唆した報告がみられつつある(森 田, 2014; 森田ほか, 2011, 2009). しかしながら、課題 探求能力や社会人基礎力の育成を目的とした大学体育授業 の成果に関する報告事例は十分に蓄積されてきたとは言え ない状況であり、さらにその教授法について検討した報告 となると尚更少ない. 石道ほか(2015)は、大学体育授業 を履修する学生の社会人基礎力を横断的に明らかにしてい るが、授業前後での効果を検証するには至っていない. 一 方、教授法を検討した林ほか(2010)の報告では、チーム 行動を決定するためのコミュニケーションにおいては、教 員が全面的に指示を出したり、学生のみで自由に決定させ たりする場合よりも、チーム行動の選択肢を提示した上で 学生に決定させる場合の方が、コミュニケーション活動が 活性化し、学生側の満足度が高いと結論づけており、バレー ボールを教材とした体育授業における教授方略についての 考察がなされている。また、清水ほか(2012)もポートフォ リオ学習システムを用いたバスケットボールの体育授業と 一般講義型授業との比較を行っており、ポートフォリオ学 習システム導入に際した学習内容や授業運営に関する教 授法における問題点や改善点についての考察がなされてい

る. これらの報告はいずれも授業における教授法について 授業介入を通じた方法論上の効果を検討している点で大変 貴重な報告であるといえる. しかしながら, 林ほか(2010) や清水ほか(2012)の報告も含め、これまでの先行研究で は、大学体育授業の中における教授法についての検討があ る特定の実技種目に着目してなされている. その理由には 大学体育を担当する教員の多くが、複数の実技種目を担当 し、扱う実技種目の特性が異なると、科目の目的や目標は 統一されていたとしても、教授方法や授業展開には少なか らず種目ごとに調整が必要になることがあげられる。例え ば、バレーボールやバスケットボールなどの集団種目とゴ ルフやトレーニングなどの個人種目の場合では、実技内容 が根本的に異なるだけでなく、提供できる施設の広さや道 具の数などによる受講者数の違い, さらにはグループ (チー ム)を構成する人数に相違が生じる. そのために実技種目 間の教育効果を実際の授業を通じて比較検討することは研 究デザイン上から判断しても困難であったと考えられる. しかしながら、種目特性による授業設計や運営と関連付け て大学体育授業における種目共通の新たな教育的価値を検 討する試みは大学体育授業の発展において重要であると考 えられる.

そこで本研究では、大学体育授業が社会人基礎力の育成にどのような効果をもたらすかについて、実技種目の特性に応じた授業設計や運営と関連付けて検討することを目的とした。そして、今後の大学体育における「社会人基礎力の育成」という新たな教育的価値を提案するための基礎資料の一つとして提示したい。

2. 方法

1) 対象者

本研究の調査対象となった授業は、著者らの所属する工学系大学の一般体育授業・スポーツ科学(科目担当者:筆頭著者)の「ビーチバレーボール」、「卓球」ならびに「トレーニング」である。対象者は、大学1年生もしくは2年生の計235名であり、いずれの対象者も大学体育授業を初めて履修する学生である。なお、履修については学生自身が希望する種目を選択することが可能であるが、各種目には定員(ビーチバレーボール:24名、卓球:40名、トレーニング:20名)が設けられているため、必ずしも希望種目を履修できるわけではない。各種目の人数内訳は、「ビーチバレーボール」が65名(うち女性4名)、「卓球」が85名(うち女性4名)ならびに「トレーニング」が85名(うち女性6名)であった。また、学年の内訳は、「ビーチバレーボール」が1年生45名、2年生20名、「卓球」が1

年生 63 名、2 年生 22 名、そして「トレーニング」が 1 年 生 60 名、2 年生 25 名であった。また、科目の実施時期はいずれの種目も前期(4 月~ 7 月)と後期(10 月~ 1 月)の両時期にそれぞれ実施している。この研究はヘルシンキ宣言に従い、スポーツ実施時の安全確保ならびに対象者の個人情報の管理など人権擁護を最優先に実施された。

2) 授業の目的ならびに内容とその特性

本研究で扱った大学体育授業は、同一の科目担当者(教 育経験年数7年)が実施する必修科目であり、いずれの実 技種目においても、実技の特性を踏まえながら、学生が主 体的に教え合い、学び合う対人相互作用を意図した課題解 決型である. そこで表1に示す通り、他者へ積極的に働き かけるだけでなく他者の考えを尊重できるといった相互作 用をうまく機能させるために、スポーツ活動において4つ のステップ(①体験, ②体験の内省と観察, ③分析による 一般化, ④行動計画の作成)を含んだ体験学習理論(津村 ほか、2001)に基づいた体系的な教育プログラムを展開 した (渋倉ほか, 2003). また, これらの授業の到達目標 は、運動スキルや体力の獲得を目標とせず、それらを習得 するための課題を設定できること、ならびにそれらを解決 するための方策を設定できることとした. 科目担当者は. 学生間の能動的な取り組みをより促進させるために、適宜、 ディスカッションの機会を設けるための教育ツールを活用 し、ディスカッションを促進するために技能や戦術などに 関する選択的な情報提供を行った. いずれの授業において も、第1週目に授業の目的、進め方ならびに評価基準につ いて説明し、第2週目と第12週目の授業の開始直後に社 会人基礎力に関する評価を受講者自身に行わせた.

各種目の授業内容の特徴をまとめると、ビーチバレー ボールと卓球は、勝敗が伴うネット型スポーツゲームであ るのに対し、トレーニングは、様々なトレーニング方法を 実践していく中で測定や評価を行いながらトレーニング理 論を学ぶ非スポーツゲーム型 (演習型) の健康運動実践で ある点で大きく異なる. さらに、実技形態に伴う施設条件 (屋内外, 実施場所の広さなど) や道具数, それに応じた 受講者数により、1グループ (チーム) を構成する人数が、 ビーチバレーボールで6名、卓球で3名、トレーニング で3名と種目間で異なっている(表1). また, グループ 構成は科目担当者が決定したが、その際、メンバーが初対 面(学部学科が異なる)であること、また、ビーチバレー ボールと卓球においては、原則として経験者1名がチーム に含まれることを構成の条件とした。各授業の共通事項と して、15回の授業の中で必ずグループリーダーを選出し、 メンバー全員が授業を通じて一度はリーダー役を経験する ように条件設定した. グループリーダーの任務は、1) グ ループ活動の指揮,2) ディスカッション時の意見の取りまとめ,3) グループの意見を受講者全体へ発表,4) 授業教具の管理責任,を担うこととした。また,いずれの授業においても,授業始めの練習(活動)計画に関するグループディスカッションと授業終わりの練習計画や試合の戦術内容の振り返りに関するグループディスカッションを必ず実施させた(表1).

3) 社会人基礎力評価

受講者には、NPO 法人日本インターンシップ推進協会 が提供している社会人基礎力評価シートを参照した質問紙 を用いて受講者自身の社会人基礎力の現状について, 第2 週目 (PRE-test) と第12週目 (POST-test) にそれぞれ 自己評価させた。本研究が用いた社会人基礎力の評価質 問紙は、各能力要素(計12要素)における着眼点が3つ で計36項目から構成されており、5段階(100,80,60, 40, 0点) で自己評価させたものである (表 2). また, 5 段階の各得点の評価基準は、「周囲も明らかに認める行動 がとれている」、「行動がとれている」、「どちらかといえば 行動がとれている |. 「どちらかといえば行動がとれていな い」、「見られない」が設けられている. 既存の5段階評 価点は、尺度間隔が不統一のため、本研究では、「周囲も 明らかに認める行動がとれている」を5点、「見られない」 を1点として評価点を算出した。そして、各能力要素に含 まれている3つ設間項目の自己評価点を平均化し、それ を12の能力要素における評価点(代表値)とした。なお、 経済産業省(平成19年度)の「社会人基礎力の育成と評価 | にも示されているように、学生による自己評価点は、グルー プ活動や体験によって形成された実践への関わりのその時 点での熟達度(能力の優劣)を指しているわけではない. そのため、本研究では、自己評価点を社会人基礎力におけ る授業内という限られた活動条件下での「達成度」の指標 として扱うこととする.

4) 統計処理

本研究で対象とした授業は、実技種目が自由選択性であったことから自己評価点における種目間の差が生じている可能性が考えられた。そのため、Kruskal-Wallis 検定により第2週目(PRE)の自己評価点について種目間の差を比較検討した。また、第12週目(POST)においても同様に種目間の差を検討した。種目間に有意差が認められた場合には、Mann-Whitney 検定によりいずれの種目間に差があったかを明らかにした。自己評価点の授業実施前後(PRE vs. POST)の差については Wilcoxon 符号順位検定を用いて各種目ごとに検討した。これらの統計処理は、SPSSver.21(日本 IBM 株式会社)を用いて行った。なお、統計的な有意水準は 5%未満とした。また、Mann-

表 1 各種目における授業の特徴と内容

		ビーチパレーボール	卓球	トレーニング								
週	開講形態	1グループ人数:6名	1グループ人数:3名	1グループ人数:3名								
~4	DOMP/D/G	屋外ビーチバレーボールーコート	屋內卓球場	屋内トレーニング施設								
		ネット型スポーツゲーム	ネット型スポーツゲーム	運動・トレーニング実践(非スポーツゲーム型)								
第1週	講義	〇授業の目的ならびに授業進行についてのガイダンス										
		□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □										
		・社会人基礎力について自己評価する(PRE-test)										
第2週	講義	・自己の性格分析とそれに基ベスチーム編成を実施する ・グループルンケーへの自己紹介を行う										
		・グループリーダーを中心にグループメンバー情報共有シートを作成し、他者理解を深める										
		○アンダー・オーパーハンドパス技能の獲得のための練習	○フォアハンドストローク技能の獲得の練習	○ウェイトトレーニングの理論と実践								
		・グループリーダーを中心に個人の課題を明らかにする(①②)	・グループリーダーを中心に個人技能の課題を明らかにする(①②)	・マシントレーニングをグループで協力して実践する(①②)								
		課題に応じた練習方法を設定する(③④)○正規ルールでのゲームの実施(ただし6人制)	・課題を改善するための練習法や動きのコツを教え合う(③①) 〇シングルスゲームの実施(団体験)	・ウェイトトレーニングの負荷設定について学習し、適切な負荷を用いて トレーニングを実践する(IN2)								
		・ルールを正しく理解し、プレイヤーならびに審判として適切にゲームへ	・各グループ内で先鋒、次鋒、大将を決定する	・設定された負荷が適切であったかどうかを確認し、個人差の理由等について								
第3週		参加し、また運営をする(①②)	・ゲーム時間を3分間とし、各試合の累積合計得点により勝敗を	グループ討議する(③)								
		 ゲームにおけるグループの課題と個人の課題を明らかにする(①②) 次回の練習方法を検討する(③④) 	決定する(①②) ・ゲーム中にみられる技能・戦術課題を明らかにする(②③)	注釈 ①: 体験、②: 内省と観察、③: 分析、以下同様とする								
		注釈 ①:体験、②:内省と観察、③:分析、④:行動計画、以下同様とする	・課題を改善するための練習法や動きのコツを教え合う(③④)									
			注釈 ①: 体験、②: 内省と観察、③: 分析、④: 行動計画、以下同様とする									
		〇サープ・レシープ技能の獲得のための練習	〇パックハンドストローク技能の獲得の練習	〇ウェイトトレーニングの理論と実践								
		 グループリーダーを中心に個人の課題を明らかにする(①②) 課題に応じた練習方法を設定する(③④) 	・グループリーダーを中心に個人の課題を明らかにする(①②)・課題を改善するための練習法や動きのコツを教え合う(③④)	・主導筋と拮抗筋ならびに筋収縮の特性を踏まえたウェイトトレーニングを 実践する(①②)								
		〇正規ルールでのゲームの実施(ただし6人制)	〇シングルスゲームの実施(レベル分け)	・グループで共通のトレーニング実施計画を立て、安全に配慮し								
第4週	実技	・ルールを正しく理解し、プレイヤーならびに審判として適切にゲームへ 参加し、また運営をする(①②)	・技能レベルが近似した相手とのゲームを実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が試合、1人が審判ならびに得点係とし、	助け合いなが5実施する(③④①) 注釈 ④:行動計画、以下同様とする								
		ゲーム中の課題を振り返る(②)	・分ブーノルに3名を配直し、2人が試合、1人が審判ならいに特点係とし、 適切にゲーム運営する(①②)	社杯 使:打脚計画、以下向極とする								
		・グループと個人の練習課題を再認識する(③④)	・審判者は、ゲーム終了後にゲームの総括を報告する(③④)									
<u> </u>		 ○サープ・レシープ技能の獲得のための練習	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □									
		各グループのリーダーを中心に個人の課題を明らかにする(①②)	・グループリーダーを中心に個人の課題を明らかにする(①②)	・ダンベルトレーニング実施時の姿勢を理解する(①)								
		・課題に応じた練習方法を設定する(③①) 〇グループの技能レベルに応じた新たなルールの提案	・課題を改善するための練習法や動きのコツを教え合う(③①) 〇シングルスゲームの実施(レベル分け)	・上半身中心の動作を12種目以上を提案し、実践する(②④①) 〇ウェイトトレーニングプログラムの計画立案								
第5週	実技	・グループリーダーを中心に正規ルール下での試合にみられる困難さを	・技能レベルが近似した相手との試合を実施(①②)	・バルクアップ型とパワーアップ型の違いを理解する(①)								
		緩和した新規ルールを討議し、発表する(③④) ・各グループから提案されたルールを精査し、最終案を受講者全員で	・各テーブルに3名を配置し、2人が試合、1人が審判ならびに得点係とし、 適切にゲーム運営する(①②)	・個人のトレーニング課題に応じた負荷と反復回数を設定する(③④)・安全に配慮しグループで助け合いながら計画したトレーニングプログラム								
		決定する(③④)	・審判は、ゲーム終了後にゲームの総括を報告する(③④)	を実施する(①②)								
		○新規ルールでのゲーム実施	○ルージャ (2年 シナー 同年) リルルル・特徴の選集の検索	Oden Mer and of control between								
		・ルールを正しく理解し、プレイヤーならびに審判として適切にゲームへ 参加し、また運営をする(①②)	○サービス(ドライブ、回転)、ツッツキ技能の獲得の練習・グループリーダーを中心に個人の課題を明らかにする(①②)	○持久性レーニングの理論と実験 ・最大酸素摂取量(VO₂max)について理解する(①)								
		・新規ルールを用いたことによるゲーム展開の変化を明らかにする(③)	・課題を改善するための練習法や動きのコツを教え合う(③④)	・エルゴメーターの漸増負荷試験を用いてVO _s maxを推定する(②)								
	実技	・新規ルールの問題点を再検討し、ルールを再修正する(①)	・回転サーブの返球の仕方についてグループ内で検討する(①②③)○シングルスゲームの実施(レベル分け)	 ・VO₂maxの個人差が生じる要因をグループで話し合う(③) ・心拍数が変動するメカニズムを理解する(①) 								
第6週			・技能レベルが近似した相手との試合を実施(①②)	・運動時の心拍数計測を行う(①②)								
			・各テーブルに3名を配置し、2人が試合、1人が審判ならびに得点係とし、 適切にゲーム運営する(①②)									
			・審判は、ゲーム終了後にゲームの総括を報告する(③④)									
		・他チームのゲーム内容を観察し、指定の分析シートにゲームの進行状況を	・他メンバーのゲーム内容を観察する(②)	・心拍計を用いて安静時心拍数から最大心拍数までを段階的に計測する								
		記録する(②③) ・他チームの戦術的問題と個人の技能レベルの課題を見出し、他チームに	・指定の分析シートにゲームの進行状況を記録する(③④)・他メンバーの戦術的問題と個人の技能レベルの課題を見出し、	(ゆっくり歩行、歩行、速歩、ゆっくり走行、走行、スキップ、ダッシュ)(①②) ・各運動条件下での自覚的運動強度(RPE)、心拍数を所定の記録用紙に								
第7週	実技	アドバイスする(②③④)	それに応じた練習方法について検討する(③④)	記載し作図する(②③)								
		○ポイントゲッター (PG) 側を導入したゲーム実施 ・技能レベルが下位の者を攻撃の要にしたゲームの実施(①②)	〇上級者と初級者との動作比較	・運動中の自覚的運動強度(RPE)と心拍数の関係についてグループメンバー								
			各グループ内におけるト級者と初級者との動作比較(①②)									
,	L	・グループリーダーを中心にPG制の導入に応じた機術の見直し(③④)	・各グループ内における上級者と初級者との動作比較(①②) ・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し	のデータ比較しながら検討する(③) ・安静時心拍数と最大心拍数を用いて無酸素性作業関植(AT)付近に								
			・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③④)	のデータ比較しながら検討する(③) ・安静時心拍数と最大心拍数を用いて無酸素性作業関値(AT)付近に 相当する心拍数を個人ごとに算出する(③)								
			・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し	のデータ比較しながら検討する(③) ・安静時心拍数と最大心拍数を用いて無酸素性作業関値(AT)付近に								
第8週	実技		・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シングルスゲームの実道(レベル分け) ・技能レベルが近似した相手との試含を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が試合、1人が審判ならびに得点係とし、	のデータ比較しながら検討する(③) ・安静時心拍数と最大心拍談を用いて無酸素性作業関値(AT)付近に相当する心拍数を個人ごとに算出する(③) ・グループごとに自転車エルゴメーターを用いてATレベルでの運動を								
第8週	実技		・両春の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③④) 〇シンヴルスゲームの実施(レベル分け) ・技能レベルが近似した相手との試合を実施(①②)	のデータ比較しながら検討する(③) ・安静時心拍数と最大心拍談を用いて無酸素性作業関値(AT)付近に相当する心拍数を個人ごとに算出する(③) ・グループごとに自転車エルゴメーターを用いてATレベルでの運動を								
第8週	実技	・グループリーダーを中心にFC制の導入に応じた機構の見直し(③④)	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) のシングルスゲームの英雄(レベル分け) ・技能レベルが近似し相手との試合を実施(①②) ・各テーブルに3名を危関し、2人が試合、1人が審判ならびに得点係とし、 適切にゲーム避貨する(①②) ・審判は、ゲーム終了後にゲームの維括を報告する(③④)	のデータ比較しながら検討する(③) ・安静等も指数を最大心和数を用いて無酸素性作業関値(AT)付近に相当する心和数を個人ごとに算出する(③) ・グループごと自転車ルエオエルターを用いてATレベルでの運動を実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②)								
第8週	実技	・グループリーダーを中心にFC制の導入に応じた機構の見直し(③④) Oボイングッター (FC) 耐を購入したゲーム実施	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シハグルスゲームの実道(レベル分け) 技能レベルが近似した相手との試合を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が試合、1人が審判ならびに得点係とし、 適切にゲーム運営する(①②) ・審判は、ゲーム終了後にゲームの総括を報告する(③③)	のデータ比較しながら検討する(③) ・安静時と指数を最大心和数を用いて無酸素性作業関値(AT)付近に相当する心拍数を個人とに算出する(③) ・グループごとに自転車エルコメーターを用いてATレベルでの運動を実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) 〇神器系レーニングの運動と実験								
	実技	・グループリーダーを中心にFG前の導入に応じた機構の見直し(③⑤) 〇ポイントゲッター (FG)耐を構入したゲーム実施 ・接触レベルが下位の者を支援の要にしたゲームの実施(①②) ・グループリーダーを中心にFG前の導入に応じた機術の見直し(②④)	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇2・グリルスゲームの実施(レベル分け) ・技能レベルが近似した相手との試合を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が映合、1人が審判ならびに得点係とし、 適切にゲーム発育する(①②) ・審判は、ゲー人終了後にゲームの総括を報告する(③④) ・ジングルスの連絡に基づいたダブルスペラの設定する(③④) ・2ペアを12グループを顕微に基づいたダブルスペラの設定する(③④)	のデータ比較しながら検討する(②) ・安静時に拍数を撮大心相影を用いて無確素性作業関値(AT)付近に相当する心情教を個人ごとに算出する(③) ・グループごとに自体框エルゴメルターを用いてATレベルでの運動を実践し、実施者の運動中の様子を観索する(①②) 「神器系レーニングの運動と実施・ ・グループリーターを中心に関極力を評価する方法を各グループ1つあげ、 それらを全員で実施する(①②)								
第8週 ———— 第9週		・グループリーダーを中心にFC前の導入に応じた機構の見直し(③④) 〇ポイトゲッター (rc) 解を導入したゲーム実施 せ能レベルが下化の者を支撃の要にしたゲーム実施 (①②) ・グループリッチーを中心にFC前の車入に応じた機術の見直し(③④) 〇トス・スペイク技能の要得のための練習	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シ・グルスゲームの実施(レベル分け) ・技能レベルが近似し相手との試合を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が試合、1人が審判ならびに得点係とし、 適切にゲーム運営する(②②) ・審判は、ゲーム終了後にゲームの総括を報告する(③④) 〇グブルスケームの運ණ ・シングルスの成績に基 ・ス・ドグブルスペアの設定する(③④) ・タニスを1クループと比えグループの編成する(①②) ・ダブルスのルールを理解する(①②)	のデータ比較しながら検討する(②) ・安静時と指数を最大心格を用いて無酸素性作業関値(AT)付近に相当する心的数を個人ごとに算出する(③) ・グループごとは軽ないエルターを用いてATレベルでの運動を実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) 「神経末レーニングの理論と実施・ ・グループリーダーを中心に調整力を評価する方法を各グループ1つあげ、それらを会信で実施する(①②) ・スキャモンの発達曲線を理解し、幼少期の運動(遊び)経験について								
		・グループリーダーを中心にFG前の導入に応じた機構の見直し(③⑤) 〇ポイントゲッター (FG)耐を構入したゲーム実施 ・接触レベルが下位の者を支援の要にしたゲームの実施(①②) ・グループリーダーを中心にFG前の導入に応じた機術の見直し(②④)	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇2・グリルスゲームの実施(レベル分け) ・技能レベルが近似した相手との試合を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が映合、1人が審判ならびに得点係とし、 適切にゲーム発育する(①②) ・審判は、ゲー人終了後にゲームの総括を報告する(③④) ・ジングルスの連絡に基づいたダブルスペラの設定する(③④) ・2ペアを12グループを顕微に基づいたダブルスペラの設定する(③④)	のデータ比較しながら検討する(②) ・安静等は-指数を扱く心は酸を用いて無酸素性作業関値(AT)付近に相当する心指数を模人ごとに算出する(③) ・グループごと自転車エルゴメーターを用いてATレベルでの運動を実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) 「神事系レーニングの運動と実験・グループリーダーを中心に関係力を達価する方法を各グループ1つあげ、それらを全員で実施する(①②) ・スキャモンの発達曲線を理解し、幼少期の運動(遊び)経験について被の設り、グループとバーに発表する(①②③) 「ペランスボールの実験								
		・グループリーダーを中心にFC前の導入に応じた機構の見直し(③④) 〇ポイトゲッター (FC) 解を導入したゲーム実施 ・技能レベルが下位の着を攻撃の要にしたゲームの実施(①②) ・グループリーダーセーはこ下がの導入に応じた機断の見直し(③④) 〇トス・ス・イク技能の獲得の充力の練習 ・考グループのリーダーと中心に強人の機関を明らかにする(①②) ・スタンディングスバイクをグループ内で教え合う(①②)	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シングルスゲームの実施(レベル分付) ・技能レベルが近似し相手との試合を実施(①②) ・各テープルに3名を配置し、2人が試合、1人が審判ならびに得点係とし、適切にゲーム避害する(①②) ・審判は、ゲーム終了後にゲームの維括を報告する(③④) 〇プブルスケームの運算 ・ングルスの成績に基づ、たグブルスプの設定する(③④) ・2~でを1グループとしたグループの編成する(①②) ・投バルスのルールを理解する(①②) ・吸荷(立ち化度、移動)の組み近てについてグループ内で検討する(③④) ・グブルスケームの実施 ・試合を適して相手ペン弱点を読み取る(①②)	のデータ比較しながら検討する(②) ・安静時に拍数を撮大では簡を用いて無酸素性作業関値(AT)付近に相当するご前数を構入ごとに算出する(③) ・グループごと時転車ルロオーシーを用いてATレベルでの運動を実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) 「神霊系レーニングの運動と実施・ ・グループリークを中心に関度力を評価する方法を各グループ1つあげ、それらを全員で実施する(①②) ・スキャモンの発達曲級を理解し、幼少期の運動(遊び)経験について扱り送り、グループメル・に発表する(①②③) ・グランスボールの実施 ・バランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを								
第9週		・グループリーダーを中心にFG前の導入に応じた機構の見直し(③④) ○ポイントグッター (PG) 耐を構入したゲーム実施 ・技能レベルが下位の者を攻撃の要にしたゲームの実施(①②) ・グループリーダーを中心にFG前の導入に応じた機術の見直し(③④) ○トス・スペイク技能の襲得の定めの練習 ・環境に応じた機管が出たの状態 ・環境に応じた機管が出たの状態 ・環境に応じた機管が出たの状態 ・環境に応じた機管が出たの状態	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シングルスケームの実施(レベル分け) ・技能レベルが近似し相手との試合を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が減合、1人が審判ならびに得点係とし、適切にゲーム運営する(②②) ・審判は、ゲーム終了後にゲームの総括を報告する(③④) 〇ゲブルスゲームの運輸・シングルスの成績に基づ、たダブルスペアの設定する(③④) ・シベアルスのルールを理解する(①②) ・吸格(立ちと成)・吸解ならな(②。) ・吸格(立ちと成)・吸解なってについてグループ内で検討する(③③) 〇ダブルスゲームの実施	のデータ比較しながら検討する(②) ・安静等な上粉を最大心に簡を用いて無酸素性作業関値(AT)付近に相当する心粉数を個人ごとに算出する(③) ・グループごと自転車ルルゴルチーを用いてATレベルでの運動を実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) 「神事系レーニングの運動と実験 ・グループリーゲーを中心に調整力を溶価する方法を各グループ1つあげ、それらを全員で実施する(①②) ・スキャモンの発達曲核を運解し、幼少期の運動(遊び)経験について被の設り、グループとバーに発表する(①②③)								
第9週	実技	・グループリーダーを中心にFC前の導入に応じた機構の見直し(③④) 〇ポイトゲッター (FC) 解を導入したゲーム実施 ・技能レベルが下位の着を攻撃の要にしたゲームの実施(①②) ・グループリーダーセーはこ下がの導入に応じた機断の見直し(③④) 〇トス・ス・イク技能の獲得の充力の練習 ・考グループのリーダーと中心に強人の機関を明らかにする(①②) ・スタンディングスバイクをグループ内で教え合う(①②)	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シングルスゲームの実施(ルベル分け) ・技能レベルが近似し相拝との試合を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が減合、1人が審判ならびに得点係とし、 適切にゲーム運営する(②②) ・審判は、ゲーム終了後にグームの総括を報告する(③④) ・シングルスの成績に基本・ケングナルスペアの設定する(③④) ・シングルスの成績に基本・ケングルスペアの設定する(③④) ・サンカルスのルールを理解する(①②) ・検討したが優、移動の和み立てについてグループ内で検討する(③④) ・サイルスのルールを理解する(①②) ・状合を選して相手ペア朝点を接入取る(①②) ・次の試合への機能を立てる(③④)	のデータ比較しながら検討する(③) ・安静時と指数を最大とも簡を用いて無確素性作業関値(AT)付近に相当する心拍数を個人ごとに算出する(③) ・グループごと自転車へルゴンルターを用いてATレベルでの運動を実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) 〇神経末レーニングの運動と実施・ ・グループリーダーを中心に調整力を評価する方法を各グループ1つあげ、それらを会信で実施する(①②) ・スキャモンの発達曲線を理解し、幼少期の運動(遊び)経験について 扱形図)グループルンパーに発表する(①②③) 〇・プランスポールの実施・ ・バランスポールの実施・ ・バランスポールを出いたストレッチ・ ・自重負荷トレーニングを実践する(①②)								
第9週	実技	・グループリーダーを中心にFC前の導入に応じた機構の見直し(③④) 〇ポイトゲッター (FC) 解を導入したゲーム実施 ・技能レベルが下位の着を攻撃の要にしたゲームの実施(①②) ・グループリーダーセーはこ下がの導入に応じた機断の見直し(③④) 〇トス・ス・イク技能の獲得の充力の練習 ・考グループのリーダーと中心に強人の機関を明らかにする(①②) ・スタンディングスバイクをグループ内で教え合う(①②)	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シングルスゲームの実施(レベル分け) ・技能レベルが近似した相手との試合を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が試合、1人が審判ならびに得点係とし、適切にゲーム運営する(②②) ・審判は、ゲーム終了後にグームの総括を報告する(③④) ・ジングルスの成績に基本なたゲブルスペアの設定する(③④) ・ジングルスの成績に基本なたゲブルスペアの設定する(③④) ・ジンドルスの大きの表情に受し、一般情(立ち位説、移動)の組み立てについてグループ中検討する(③④) ・戦情(立ち位説、移動)の組み立てについてグループ中で検討する(③④) ・ヴァイルスゲームの実験 ・試合を通して相手で弱点を読み取る(①②) ・ベアならびに個人の製題を明らかにする(①②)	のデータ比較しながら検討する(②) ・安静時と由放と最大心も検を用いて無酸素性作業関値(AT)付近に相当する心相放を脱へごに算出する(③) ・グループごに自転在エルゴメーターを用いてATレベルでの運動を実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) 〇神鉱系レーニングの理論と実施・グループリーターを中心に関策力を評価する方法を各グループリつあげ、それらと全債で実施する(①②) ・スキャモンの発達曲線を理解し、幼少期の運動(遊び)経験について観汐記、クステェンの発達曲線を理解し、幼少期の運動(遊び)経験について観汐記、グレフスポールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(②) ・バランスポールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(②) ・バランスポールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(②) ・バランスポールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(②)								
第9週	実技	・グループリーダーを中心にFC前の導入に応じた機構の見直し(③④) Oポインゲッター (PG) 耐を構入したゲーム業績 ・接能レベルが下陸の者を変勢の要にしたゲームの実施(①②) ・グループリーダーを中心にFC前の導入に応じた機飾の見直し(③④) 〇トス・スインを始め。獲得のための練習 ・各グループのリーダーを中心に構たの課題を明らかにする(①②) ・選集に応じた練習が貼を設定する(③④) ・スタンディングスバイクをゲループ中で教え合う(①②) ・攻撃的バレーを組み立てるための戦術をグループ許諾する(③④) ○正規ルールでのリーブ等の実施(ただしる人制) ・正規のルール下でリーグ戦の実施(小ਣ)	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇2・グリルスゲームの実施(レベル分け) ・技能レベルが出気した相手の対合を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が映合、1人が審判ならびに得点係とし、 適切にゲーム発育する(①②) ・審判は、ゲーム終了後にゲームの総括を報告する(③④) ・シグルスの最額は基本少たダブルスペアの設定する(③④) ・シベルスの原館は基本少たダブルスペアの設定する(③④) ・シブルスのルールを照射する(①②) ・ダブルスのルールを照射する(①②) ・ダブルスのルールを照射する(②②) ・ボウムを位置、移動)の組み立てについてグループ内で検討する(③④) ・グライルスケームの実験 ・試合を選して相手ペア明点を接及取る(①②) ・水の試合への機能を立てる(③④) ・ペアだらびに傾しの実際を持ちかにする(①②) ・地のはこれに対して近り、 ・環境に対していてが、対していてが、 ・アプルの実施 ・サールを開きたさてる(③④)	のデータ比較しながら検討する(②) ・安静時に指数を最大心は酸を用いて無酸素性作業関値(AT)付近に相当する心指数を模人ごとに算出する(③) ・グループごと自転車エルゴメーターを用いてATレベルでの運動を実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) (一学部系レーニングの理論と実施・グループリーターを中心に関係力を存在する方法を各グループ1つあげ、それらを全員で実施する(①②) ・ スキャモンの発達曲後を理解し、幼か期の運動(遊び)経験について観汐設りグループシル・バー足表する(①②③) (ハワシスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(①②) ・バワシスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(①②) ・バワンスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(①②) (プロジュースの実施・バタンスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(①②) ・(のアンボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(①②) ・(のアンボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(①②)								
第9週	実技	・グループリーダーを中心にFC前の導入に応じた機構の見直し(③④) 〇ポイントゲッター (PC)耐を導入したゲーム実施 ・技能レベルが下陸の者を支援の要にしたゲームの実施(①②) ・グループリーターを中心に下側の導入に応じた機術の見直し(③④) 〇トス・ス・イク女歯の姿勢の方との破響 ・各グループのリーダーを中心に超人の視距を明らかにする(①②) ・現象がバレーを超か立てるための戦格をグループ計談する(③④) ・文をゲイングス・イクをゲーブ内で教え合う(①②) ・攻撃的・バレーを組か立てるための戦格をグループ計談する(③④)	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シングルスゲームの実施(ルベル分け) ・技能レベルが近似し相手との試合を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が終合、1人が審判ならびに得点係とし、 適切にゲーム運営する(②②) ・審判は、ゲーム終了後にグームの総括を報告する(③④) ・シングルスの成績に基本・ケングブルスペアの設定する(③④) ・シングルスの成績に基本・ケングブルスペアの設定する(③④) ・サングルスのルールを理解する(①②) ・サブルスのルールを理解する(①②) ・吸術(立ちん震、終動)の組み立てについてグループ内で検討する(③④) 〇ダブルスゲームの実施 ・飲合を選して押すべり関点を被ひまる(①②) ・次の終合への機術を立てる(③④) ・ペアだらびに個人の環題を明らかにする(①②) ・環想に成じた練習方法を設定する(③④)	のデータ比較しながら検討する(②) ・安静時と指数を最大とも簡を用いて無確素性作業関値(AT)付近に相当する心前数を個人ごとに算出する(③) ・グループごと自転車へルゴンルターを用いてATレベルでの運動を実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) 〇神経末レーニングの運動と実施・ ・グループリーダーを中心に調整力を評価する方法を各グループ1つあげ、それらを会員で実施する(①②) ・スキャモンの発達曲線を理解し、幼少期の運動(遊び)経験について (扱)及り、グループルンパーに発表する(①②③) ・ハランスポールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(①②)・パランスポールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(①②)・パランスポールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(①②)・パランス能力を必要とする中の課題を取り上げ、それを達成できるように クループで協力し合いながら実践する(①②)								
第9週 第10週	実技 実技	・グループリーダーを中心に下C前の導入に応じた機構の見直し(③④) (〇ポイントグッター (PG) 触を導入したゲーム実施 ・技能レベルが下位の着を攻撃の要にしたゲームの実施(①②) ・グループリーダーセ中心に下面の導入に応じた機能の見直し(③④) (トネクループの)・ダーな中心に強人の機関を明られにする(①②) ・選集に応じた機能がおきを設するが発育 ・スタンディングスバイクをケループ内で教え合う(①②) ・没策的パレーを組み立てるための戦権をグループ討議する(③④) (○正規ルールでのリーブ戦の実施(正社人人動) ・正規のルールでのリーブ戦の実施(②②) ・投業を通じて向上した思われるグループの戦権やチームワーク、	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シングルスゲームの実施(レベル分付) ・技能レベルが近似した相手の飲含を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が映合、1人が審判ならびに得点係とし、 適切にゲーム要する(①②) ・審判は、ゲーム終了後にゲームの総括を報告する(③④) ・ジブルスゲームの選集 ・ングルスの成績に基づ、たダブルスペアの設定する(③④) ・シェアを1グループとしたグループの編成する(①②) ・タブルスのルールを理解する(①②) ・場所(立ち化蔵、移動)の組入せてについてグループ内で検討する(③④) 〇ゲブルズナムの実験 ・試合を適して相手へ下朝点を読み取る(①②) ・次の飲合への機制を立てる(③④) ・ペアならびに個人の異題を用らかにする(①②) ・問題に戻じた練習方法を設定する(③④) 〇ラーブルの実施 ナー人機能を防ひにワーグ戦に気む(①②) ・授業を選じて向上した思われるペアの戦術やチームワーク、	のデータ比較しながら検討する(②) ・安静時に指数を撮大へは簡を用いて無確素性作業関値(AT)付近に相当する心情数を観人ごとに算出する(③) ・グループごとに自体紅エルゴメーターを用いてATレベルでの運動を実践し、実施者の運動中の様子を観索する(①②) 「神器系レーニングの運動と実施 ・グループリーダーを中心に関策力を評価する方法を各グループ1つあげ、それらを全員で実施する(①②) ・スキャモンの発達曲様を理解し、幼少期の運動(遊び)経験について振り返り、グループメルバーに発表する(①②)③) ・ベランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(②②) ・バランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(②②) ・バランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(②②) ・グループが出力を必要とする4つの課題を取り上げ、それを連載できるようにグループで扱力し合いながら実践する(①②)								
	実技 実技	グループリーダーを中心にFC間の導入に応じた機構の見直し(③④) 〇ポイン・ブック・ (rc) 新を構入したゲーム実施 ・技能レベルボド位の者を攻撃の要にしたゲームの実施 (①②) ・ヴループリーダーを中心に下がの導入に応じた機能の見直し(③④) 〇ト・アループ のリーダーを中心に横入の課題を明らかにする(①②) ・必撃的パレーを組み立てるための戦務をグループ封護する(③④) ・必撃的パレーを組み立てるための戦務をグループ封護する(③④) ・近葉のルール下でリーブ戦の実施(水之ら人類) ・正規のルール下でリーブ戦を実施(①②) ・授業を通じて向上した思われるグループの戦者やテームワーク、 様人の技能レベルについてグループリーダー中心に振り返る(③)	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シングルスゲームの実施(レベル分付) ・技能レベルが近似した相手の飲含を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が映合、1人が審判ならびに得点係とし、 適切にゲーム要する(①②) ・審判は、ゲーム終了後にゲームの総括を報告する(③④) ・ジブルスゲームの選集 ・ングルスの成績に基づ、たダブルスペアの設定する(③④) ・シェアを1グループとしたグループの編成する(①②) ・タブルスのルールを理解する(①②) ・場所(立ち化蔵、移動)の組入せてについてグループ内で検討する(③④) 〇ゲブルズナムの実験 ・試合を適して相手へ下朝点を読み取る(①②) ・次の飲合への機制を立てる(③④) ・ペアならびに個人の異題を用らかにする(①②) ・問題に戻じた練習方法を設定する(③④) 〇ラーブルの実施 ナー人機能を防ひにワーグ戦に気む(①②) ・授業を選じて向上した思われるペアの戦術やチームワーク、	のデータ比較しながら検討する(③) ・安静時と指数を最大心は酸を用いて無難素性作業関値(AT)付近に相当する心前数を個人ごとに算出する(③) ○神監系レーニングの運動と実施 ・ 実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) ○神監系レーニングの運動と実施 ・ パループリーダーを中心に調整力を評価する方法を各グループ1つあげ、それらを含貨で実施する(①②) ・ スキャモンの発達曲線を理解し、幼り期の運動(遊び)経験について 扱り返り、グループメンバーに発表する(①②③) ○グランスボールの実施 ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(①②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(①②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践 かんり マループを また (②) ・ (必)・ (※)・ (※)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (※)・ (③)・ (③)・ (③)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④								
第9週	実技実技	・グループリーダーを中心に下C前の導入に応じた機構の見直し(③④) (〇ポイントグッター (PG) 触を導入したゲーム実施 ・技能レベルが下位の着を攻撃の要にしたゲームの実施(①②) ・グループリーダーセ中心に下面の導入に応じた機能の見直し(③④) (トネクループの)・ダーな中心に強人の機関を明られにする(①②) ・選集に応じた機能がおきを設するが発育 ・スタンディングスバイクをケループ内で教え合う(①②) ・没策的パレーを組み立てるための戦権をグループ討議する(③④) (○正規ルールでのリーブ戦の実施(正社人人動) ・正規のルールでのリーブ戦の実施(②②) ・投業を通じて向上した思われるグループの戦権やチームワーク、	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シングルスゲームの実施(レベル分付) ・技能レベルが近似した相手の飲含を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が映合、1人が審判ならびに得点係とし、 適切にゲーム要する(①②) ・審判は、ゲーム終了後にゲームの総括を報告する(③④) ・ジブルスゲームの選集 ・ングルスの成績に基づ、たダブルスペアの設定する(③④) ・シェアを1グループとしたグループの編成する(①②) ・タブルスのルールを理解する(①②) ・場所(立ち化蔵、移動)の組入せてについてグループ内で検討する(③④) 〇ゲブルズナムの実験 ・試合を適して相手へ下朝点を読み取る(①②) ・次の飲合への機制を立てる(③④) ・ペアならびに個人の異題を用らかにする(①②) ・問題に戻じた練習方法を設定する(③④) 〇ラーブルの実施 ナー人機能を防ひにワーグ戦に気む(①②) ・授業を選じて向上した思われるペアの戦術やチームワーク、	のデータ比較しながら検討する(③) ・安静時と指数を最大心は酸を用いて無難素性作業関値(AT)付近に相当する心前数を個人ごとに算出する(③) ○神監系レーニングの運動と実施 ・ 実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) ○神監系レーニングの運動と実施 ・ パループリーダーを中心に調整力を評価する方法を各グループ1つあげ、それらを含貨で実施する(①②) ・ スキャモンの発達曲線を理解し、幼り期の運動(遊び)経験について 扱り返り、グループメンバーに発表する(①②③) ○グランスボールの実施 ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(①②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(①②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践 かんり マループを また (②) ・ (必)・ (※)・ (※)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (※)・ (③)・ (③)・ (③)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④								
· 第9週 	実技 実技	- ダルーアリーダーを中心に下C前の導入に応じた機構の見直し(③④) - (プポイントプラター (rc)) 動を導入したゲーム実施 (・) 状能レベルが下位の着を実際の要にしたゲームの実施(①②) - ヴループリンラーを中心に対しの導致を引たがしました(③④) - (カ・ス・メーイク技能の優待の定めの練習 - ペタケループのリーゲーを中心に減くの環境を引たがに十名(①②) - 2数レディングス・イクをケループロで教え合う(①②) - 2数レディングス・イクをケループロで教え合う(①②) - 2数 で、大きないのではないので、大きないのではないのではないのではないのではないではないではないではないのではない	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シングルスゲームの実施(レベル分け) ・技能レベルが近似し相手との試合を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が試合、1人が審判ならびに得点係とし、適切にゲーム運営する(①②) ・審判は、ゲーム終了後にゲームの総括を報告する(③④) ・ジブルスのは微性を表か、たグブルスペアの設定する(③④) ・ジブルスのは微性を表か、たグブルスペアの設定する(③④) ・ダブルスのルールを理解する(①②) ・吸術位な形置、移動の組みなでについてグループ内で検討する(③④) ・ダブルスのルールを理解する(①②) ・吸がは今への機能を立てる(③④) ・ペアたらびに個人の環題を明らかにする(①②) ・地震と応じた候替方法を設定する(③④) 〇リープ歌の実施 ・チール機能を拾かしてリーグ戦に見む(①②) ・授業を選じて向上に思われるペアの機能やゲームワーク。 個人の技能レベルについてグループリーダ中心に疑り巡る(③)	のデータ比較しながら検討する(②) ・安静時に自放と最大心も検討して、温酸素性作業関値(AT)付近に相当する心自放を積んごとに算出する(③) 〇神監系レーニングの理論と実施 ・グループンには自転車ルロインルターを用いてATレベルでの運動を実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) 〇神監系レーニングの理論と実施 ・グループリーダーを中心に調整力を評価する方法を各グループ1つあげ、それらを含貨で実施する(①②) ・スキャモンの発達曲線を理解し、幼少期の運動(遊び)経験について援切返り、グループメンバーに発表する(①②)③) ・グランスボールの実施 ・バランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(①②) ・バランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(②) ・バランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(②) ・バランス能力を必要とする4つの環題を取り上げ、それを達成できるようにグループで協力し合いながら実践する(①②) ・「特徴社会化経験(ASD)プログラムの実施 ・他者の動きと協動させながら、様々な運動電燈を限する(①②)・・グループリーダーを中心なにASEプログラムを検験し、そのプログラムの								
第10週	実技実技実技	グループリーダーを中心にFC間の導入に応じた機構の見直し(③④) Oポインナプッター (PC) 解を購入したゲーム実施 ・技能レベルが下位の者を攻撃の要にしたゲームの実施(①②) ・グループリーダーを中心にFC間の導入に応じた機構の見直し(③④) Oトニスル(分性歯の緩発のための練問 ・表別に応じた機関が拒を設定する(③④) ・スタルディングスバイクをグループドで教え合う(①②) ・表別のボールでのリーグ戦の実施(ただしら人類) ・走型のルールでのリーグ戦の実施(ただしら人類) ・走型のルールでフリーグ戦を実施(①②) ・接着を通じて向上した思われるグループの戦格やゲームワーク、 観人の技能レベルについてグループリーダー中心に振り返る(③) ○実技製集の部の医) ・実技授業を振り返り、受講者が料目担当者になったと仮定して、どのような授業を	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シングルスゲームの実施(レベル分け) ・技能レベルが近似し相手との試合を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が試合、1人が審判ならびに得点係とし、適切にゲーム運営する(①②) ・審判は、ゲーム終了後にゲームの総括を報告する(③④) ・ジブルスのは微性を表か、たグブルスペアの設定する(③④) ・ジブルスのは微性を表か、たグブルスペアの設定する(③④) ・ダブルスのルールを理解する(①②) ・吸術位な形置、移動の組みなでについてグループ内で検討する(③④) ・ダブルスのルールを理解する(①②) ・吸がは今への機能を立てる(③④) ・ペアたらびに個人の環題を明らかにする(①②) ・地震と応じた候替方法を設定する(③④) 〇リープ歌の実施 ・チール機能を拾かしてリーグ戦に見む(①②) ・授業を選じて向上に思われるペアの機能やゲームワーク。 個人の技能レベルについてグループリーダ中心に疑り巡る(③)	のデータ比較しながら検討する(③) ・安静時と指数を最大心は酸を用いて無難素性作業関値(AT)付近に相当する心前数を個人ごとに算出する(③) ○神監系レーニングの運動と実施 ・ 実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) ○神監系レーニングの運動と実施 ・ パループリーダーを中心に調整力を評価する方法を各グループ1つあげ、それらを含貨で実施する(①②) ・ スキャモンの発達曲線を理解し、幼り期の運動(遊び)経験について 扱り返り、グループメンバーに発表する(①②③) ○グランスボールの実施 ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(①②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(①②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践 かんり マループを また (②) ・ (必)・ (※)・ (※)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (※)・ (③)・ (③)・ (③)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④								
第9週 育10週 育12週 蔣13週	実技実技実技	・グループリーダーを中心に下C前の導入に応じた機構の見直し(③④) Oポイントグッター (PG)耐を導入したゲーム実施 ・技能レベルが下位の者を変称の要にしたゲーム実施 ・技能レベルが下位の者を変称の要にしたゲームの実施(①②) ・カループリーダーを中心に下極人の課題を押らかにする(①④) ・連邦のよいにた法書方法を設定する(③④) ・スタケディンアイクをケループ内で教え合う(①②) ・支撃的パレーを組み立てるための戦情をグループ計議する(③④) O正規ルールでのリーグ戦の実施(ただし6人制) ・追規のルールでリーグ戦の実施(①②) ・投業を通じて向上した思われるグループの戦情やチームワーク、個人の技能レベルについてグループの戦情やチームワーク。個人の技能レベルについてグループリーダー中心に振り返る(③) O実技授業の形が変) ・社会人基礎力について自己評価する(POST-test)(②③) ・実技授業を振り返り、受講者が科目担当者になったと仮定して、どのような授業を登り変り、受講者が科目担当者になったと仮定して、どのような授業を	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シングルスゲームの実施(レベル分け) ・技能レベルが近似し相手との試合を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が試合、1人が審判ならびに得点係とし、適切にゲーム運営する(①②) ・審判は、ゲーム終了後にゲームの総括を報告する(③④) ・ジブルスのは微性を表か、たグブルスペアの設定する(③④) ・ジブルスのは微性を表か、たグブルスペアの設定する(③④) ・ダブルスのルールを理解する(①②) ・吸術位な形置、移動の組みなでについてグループ内で検討する(③④) ・ダブルスのルールを理解する(①②) ・吸がは今への機能を立てる(③④) ・ペアたらびに個人の環題を明らかにする(①②) ・地震と応じた候替方法を設定する(③④) 〇リープ歌の実施 ・チール機能を拾かしてリーグ戦に見む(①②) ・授業を選じて向上に思われるペアの機能やゲームワーク。 個人の技能レベルについてグループリーダ中心に疑り巡る(③)	のデータ比較しながら検討する(②) ・安静時に自放と最大心も検討して、温酸素性作業関値(AT)付近に相当する心自放を積んごとに算出する(③) 〇神監系レーニングの理論と実施 ・グループンには自転車ルロインルターを用いてATレベルでの運動を実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) 〇神監系レーニングの理論と実施 ・グループリーダーを中心に調整力を評価する方法を各グループ1つあげ、それらを含貨で実施する(①②) ・スキャモンの発達曲線を理解し、幼少期の運動(遊び)経験について援切返り、グループメンバーに発表する(①②)③) ・グランスボールの実施 ・バランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(①②) ・バランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(②) ・バランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを実践する(②) ・バランス能力を必要とする4つの環題を取り上げ、それを達成できるようにグループで協力し合いながら実践する(①②) ・「特徴社会化経験(ASD)プログラムの実施 ・他者の動きと協動させながら、様々な運動電燈を限する(①②)・・グループリーダーを中心なにASEプログラムを検験し、そのプログラムの								
第9週 育10週	実技実技実技	グループリーダーを中心にFC間の導入に応じた機構の見直し(③④) Oポインナプッター (PC) 解を購入したゲーム実施 ・技能レベルが下位の者を攻撃の要にしたゲームの実施(①②) ・グループリーダーを中心にFC間の導入に応じた機構の見直し(③④) Oトニスル(分性歯の緩発のための練問 ・表別に応じた機関が拒を設定する(③④) ・スタルディングスバイクをグループドで教え合う(①②) ・表別のボールでのリーグ戦の実施(ただしら人類) ・走型のルールでのリーグ戦の実施(ただしら人類) ・走型のルールでフリーグ戦を実施(①②) ・接着を通じて向上した思われるグループの戦格やゲームワーク、 観人の技能レベルについてグループリーダー中心に振り返る(③) ○実技製集の部の医) ・実技授業を振り返り、受講者が料目担当者になったと仮定して、どのような授業を	・両者の相違点を明らかにし、具体的な修正の仕方について検討し 発表する(③③) 〇シングルスゲームの実施(レベル分け) ・技能レベルが近似し相手との試合を実施(①②) ・各テーブルに3名を配置し、2人が試合、1人が審判ならびに得点係とし、適切にゲーム運営する(①②) ・審判は、ゲーム終了後にゲームの総括を報告する(③④) ・ジブルスのは微性を表か、たグブルスペアの設定する(③④) ・ジブルスのは微性を表か、たグブルスペアの設定する(③④) ・ダブルスのルールを理解する(①②) ・吸術位な形置、移動の組みなでについてグループ内で検討する(③④) ・ダブルスのルールを理解する(①②) ・吸がは今への機能を立てる(③④) ・ペアたらびに個人の環題を明らかにする(①②) ・地震と応じた候替方法を設定する(③④) 〇リープ歌の実施 ・チール機能を拾かしてリーグ戦に見む(①②) ・授業を選じて向上に思われるペアの機能やゲームワーク。 個人の技能レベルについてグループリーダ中心に疑り巡る(③)	のデータ比較しながら検討する(③) ・安静時と指数を最大心は酸を用いて無難素性作業関値(AT)付近に相当する心前数を個人ごとに算出する(③) ○神監系レーニングの運動と実施 ・ 実践し、実施者の運動中の様子を観察する(①②) ○神監系レーニングの運動と実施 ・ パループリーダーを中心に調整力を評価する方法を各グループ1つあげ、それらを含貨で実施する(①②) ・ スキャモンの発達曲線を理解し、幼り期の運動(遊び)経験について 扱り返り、グループメンバーに発表する(①②③) ○グランスボールの実施 ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(①②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(①②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践する(②) ・ パランスボールを用いたストレッチ、自重負荷トレーニングを 実践 かんり マループを また (②) ・ (必)・ (※)・ (※)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (②)・ (※)・ (※)・ (※)・ (③)・ (③)・ (③)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④)・ (④								

	10 1 + + + + + + + + + + + + + + + + + +	***
表 2	社会人基礎力の各評価項目における能力要素	をと 着眼点

評価項目	能力要素と定義	着眼点				
		Q1 指示がなくても、やるべきことを自ら見つけて取り組んでいる				
	主体性:物事に進んで取り組む力	Q2 知識・技術を意欲的に身につけようとしている				
		Q3 他人が嫌がることも行っている				
前に踏み出す力		Q4 周囲の人々に、ともに行動するよう声かけをしている Q5 周囲の人々に、目的を共有する働きかけを進んで行っている Q6 周囲の人々と意識して協働している				
(アクション)	働きかける力:他人に働きかけ巻き込む力	Q5 周囲の人々に、目的を共有する働きかけを進んで行っている				
(, , , , , , ,		Q6 周囲の人々と意識して恊働している				
		Q7 自ら目標を設定し、その達成に取り組んでいる				
	実行力:目的を設定し確実に行動する力	Q8 目標達成の手順、方法を考え、確実に進めている				
		Q9 困難に遭遇しても、粘り強く行動している				
		Q10 現状を的確に把握し分析している				
	課題発見力:現状を分析し目的や課題を明らかにする力	Q11 分析結果をもとに問題点を見出している				
		Q12 取り組むべき課題を明確にしている				
考え抜く力		Q13 課題解決のための手順、方法を考え出している				
(シンキング)	計画力:課題の解決に向けたプロセスを明らかにし準備する力	Q14 手順、方法は、常に複数案を用意している				
(00 (0))		Q15 複数案の中から最適案を選択している				
		Q16 常に新しい発想、考えを身につけるような行動をとっている				
	創造力:新しい価値を生み出す力	Q17 良い発想をするための方法を積極的に習得している				
		Q18 課題に対して新しい解決方法を考え出している				
		Q19 事前に話すポイントを整理している				
	発信力:自分の意見をわかりやすく伝える力	Q20 要点を押さえて理路整然と話している				
		Q21 相手の立場、気持ちを考えて話している				
		Q22 相手が話しやすい雰囲気づくりをしている				
	傾聴力:相手の意見を丁寧に聞く力	Q23 相手の話を前向きに聞く態度をとって聞いている				
		Q24 適切なタイミングで質問している				
		Q25 自分の考えややり方にこだわらず、臨機応変に対応している				
	柔軟性:意見の違いや立場の違いを理解す力	Q26 相手の意見や立場を尊重している				
チームで働く力		Q27 他人の意見、やり方を受け入れ、自己向上に活かしている				
(チームワーク)		Q28 自分の置かれた環境、状況をよく把握している Q29 自分に課せられた役割・使命をきちんと自覚している				
	状況把握力:自分と周囲の人々や物事との関係性を理解する力	Q29 自分に課せられた役割・使命をきちんと自覚している				
		Q30 周囲の人々の役割・使命と自分との関係をよく認識している				
		Q31 社会のルール、マナーをよく守っている				
	規律性:社会のルールや人との約束を守る力	Q32 約束したことは必ず守っている				
		Q33 リーダーの指示に従い、集団行動をとっている				
		Q34 ストレスに負けず、常に前向きな行動をとっている				
	ストレスコントロール:ストレスの発生源に対応する力	Q35 ストレスを成長のチャンスとして捉えている				
		Q36 自分なりのストレス解消法を考え実行している				

Whitney 検定においては統計的有意水準 5% 未満とするために、種目間の差の検定回数 (3 通り) から Bonferroni 法に従い、有意水準を 1.6% (5% ÷ 3) 未満とした.

3. 結果

本研究で対象とした授業は、前期($4\sim7$ 月)と後期($10\sim1$ 月)にそれぞれ開講されていた。そのため、開講時期による自己評価点の変化(授業効果)への影響を検討した上で、本研究の主たる解析を行った。その結果、働きかける力では、後期に比して前期の方が、その変化の大きいことが認められた(x^2 値 = 4.32, P = 0.038)が、それ以外の項目では実施時期による差異は認められなかった。

次に、授業実施前(第2週目)の社会人基礎力自己評価点における種目間差を検定したところ、働きかける力(よったおける種目間差を検定したところ、働きかける力(よったを主義の、ア=0.02)においてビーチバレーボールが卓球と比較して有意に高値を示したが、それ以外の評価項目では種目間に有意差は認められなかった(表3)。また、授業後(第12週目)の自己評価点における種目間差を検討した結果、主体性、働きかける力、課題発見力、計画力、創造力、柔軟性、状況把握力ならびに規律性において有意差が認められた(表3)。事後検定の結果により、主体性、働きかける力、課題発見力、計画力、創造力ならびに柔軟性においてビーチバレーボールがトレーニングと比較して有意に高値を示した。また、主体性、課題発見力ならびに有意に高値を示した。また、主体性、課題発見力ならびに

規律性において卓球がトレーニングと比較して有意に高値 を示した。ビーチバレーボールと卓球との間にはいずれも 有意差は認められなかった. そこで, 授業実施前後におけ る評価点の変化量を種目間で比較検討した結果、ビーチバ レーボールと卓球との間にはいずれも有意差は認められな かった。しかしながら、働きかける力においてビーチバ レーボールとトレーニングならびに卓球とトレーニングと の間にそれぞれ有意差が認められた(表3). また、主体 性、課題発見力、傾聴力ならびに状況把握力において卓球 とトレーニングとの間に有意差が認められた(表3).次に、 授業実施前後の自己評価点の変化について種目別に検討し たところ, ビーチバレーボールならびに卓球は, 12要素 すべての項目で有意に増加していた(表4).一方、トレー ニングは, 主体性, 働きかける力, 実行力, 創造力, 発信力, 傾聴力、柔軟性において有意な増加が認められたが、課題 発見力, 計画力, 状況把握力, 規律性, ストレスコントロー ル力には有意な変化は認められなかった(表4).

4. 考察

本研究は、大学体育授業を用いて社会人基礎力の育成という新たな教育的価値を検討した最初の研究報告である. 具体的には、学生が主体的に教え合い、学び合う対人相互 作用を意図した大学体育授業が社会人基礎力の育成に寄与

表 3 授業実施前 (第 2 週目: PRE) と実施後 (第 12 週目: PSOT) における社会人基礎力の種目間差ならびに実施前後の変化量の種目間差

			PRE			POST	POST-PRE			
	Kruskal-Wallis検定		Mann-Whitney検定	Kruskal-Wallis検定		Mann-Whitney検定	Kruskal-Wallis検定		Mann-Whitney検定	
	X ² 値	P値	種目間差	X ² 値	P値	種目間差	X ² 値	P値	種目間差	
主体性	4.78	0.09	ns	15.39	<0.01	Beach, Table > Training	13.88	0.00	Table > Training	
働きかける力	8.39	0.02	Beach>Table	20.00	<0.01	Beach > Training	9.41	0.01 Beach, Table > Training		
実行力	1.05	0.59	ns	4.29	0.12	ns	2.69	0.26	ns	
課題発見力	0.71	0.70	ns	13.64	<0.01	Beach, Table > Training	8.50	0.01	Table > Training	
計画力	1.57	0.46	ns	10.70	<0.01	Beach > Training	4.16	0.13	ns	
創造力	4.89	0.09	ns	13.66	<0.01	Beach > Training	6.21	0.04	ns	
発信力	1.75	0.42	ns	5.08	0.08	ns	2.32	0.31	ns	
傾聴力	4.29	0.12	ns	4.64	0.10	ns	9.00	0.01	Table > Training	
柔軟性	0.70	0.71	ns	8.20	0.02	Beach > Training	6.53	0.04	ns	
状況把握力	0.93	0.63	ns	7.52	0.02	ns	11.00	0.00	Table > Training	
規律性	1.26	0.53	ns	8.84	0.01	Table > Training	3.24	0.20	ns	
ストレスコントロール力	1.39	0.50	ns	5.98	0.05	ns	6.36	0.04	ns	

ns, not significant; Beach, Beach volleyball; Table, Table tennis

する可能性について検討した. その結果, ビーチバレーボールや卓球などのネット型スポーツゲームが, 身体活動や運動を取り入れた演習形式のトレーニングと比較して, 主体性, 働きかける力, 課題発見力, 傾聴力, ならびに状況把握力において学生の達成度が有意に向上した(表3). すなわち, 大学体育授業は, 学生の社会人基礎力を向上させる可能性があると同時に, 扱う実技種目の授業設計や運営が学生の達成度に影響を及ぼすことが示唆された. 残念ながら, 本研究では研究デザイン上の限界を有しているため達成度に種目間の差異が認められた原因や機序について明示できないが, 幾つかの可能性について各実技種目の授業設計や運営と関連付けながら考察したい.

体育系学部の学生の社会人基礎力について、性、学年、専攻課程の属性による比較を検討した本多ほか (2012) によると、社会人基礎力は、一部、学生の所属する専攻過程 (武道過程 vs. スポーツ総合過程) の影響を受ける可能性が示唆されている。そこで本研究では、専攻課程を種目特性として置き換え、第2週 (PRE) 時点での評価点を種目間で比較検討したが、働きかける力の評価点においてビーチバレーボールと卓球との間に差があったことを除き、その他の能力については種目間で有意差が認められなかった。この点は、石道ほか (2015) の報告とも一致しており、本研究の目的である実技種目における授業効果の差異を検討する上では重要な結果となった。一方、第12

週目では、7つの能力において種目間で有意差が認められ、 さらに授業実施前後の変化を見ても,5つの能力において 種目間に差が認められていた. そこで, 種目に応じて異な る授業設計の中でも、特にグループ課題内容が学生主体の コミュニケーション活動に影響し、さらにそのことが学生 の達成度に影響を及ぼしたという可能性について考えてみ たい、まず、ネット型スポーツゲームである卓球やビーチ バレーボールの場合、練習方法提案シート、ゲーム分析シー ト. ゲーム戦術シートなどを用いて、主にゲームに勝つた めのグループの戦術的課題や個人の技能的課題を探求し、 他のメンバー(熟練者)が別のメンバー(初心者)の技能 的課題を克服するための練習課題を設定したり、個人の技 能レベルを考慮した戦術を構築したりすることが主たるグ ループワークとして進められている点が特徴である。それ に加え、コミュニケーション行動の回数を正確に記録でき ていたわけではないが、ネット型スポーツゲームでは、得 失点シーンに聞かれる「ナイスサーブ」、「ドンマイ」、「オッ ケー」,「つぎつぎ」といった励ましや, ハイタッチなど, 少なくとも非スポーツゲーム型であるトレーニングでは観 察できていない言語的および非言語的コミュニケーション が多い、その点はグループディスカッションシートの振り 返り項目の中の「仲間への声掛け」に関する前向きな記述 内容からも窺い知れる.一方トレーニングは.トレーニン グ法の理論について、身体活動を実践しながら個々のデー

表 4 各種目における実施前後の自己評価点の平均値と中央値

	PRE					POST						
Beach Volleyball (N = 65)	平均値	標準偏差-	パーセンタイル		77 H-15	Last Siffe fact Adv	パーセンタイル			z値	Wilcoxon検定 (pre vs. post)	
(11 00)			25	中央値	75	平均値	標準偏差-	25	中央値	75	-	(pre vs. post)
主体性	3.22	0.66	2.67	3.33	3.67	3.60	0.67	3.00	3.67	4.00	-3.83	P<0.01
働きかける力	3.04	0.75	2.33	3.00	3.67	3.69	0.73	3.00	3.67	4.33	-5.09	P<0.01
実行力	3.12	0.80	2.67	3.33	3.67	3.52	0.84	3.00	3.33	4.33	-3.24	P<0.01
課題発見力	3.20	0.74	2.67	3.33	3.67	3.61	0.70	3.00	3.67	4.17	-4.00	<i>P</i> <0.01
計画力	3.04	0.82	2.33	3.00	3.67	3.39	0.74	3.00	3.33	4.00	-3.56	P<0.01
創造力	3.12	0.77	2.33	3.00	3.67	3.56	0.75	3.00	3.67	4.00	-4.62	<i>P</i> <0.01
発信力	3.08	0.74	2.67	3.00	3.33	3.49	0.66	3.00	3.33	4.00	-4.23	P<0.01
傾聴力	3.35	0.82	2.67	3.33	4.00	3.70	0.70	3.17	3.67	4.17	-3.38	P<0.01
柔軟性	3.43	0.63	3.00	3.33	4.00	3.88	0.69	3.33	4.00	4.33	-4.23	P<0.01
状況把握力	3.34	0.72	3.00	3.33	4.00	3.68	0.76	3.00	3.67	4.33	-3.31	P<0.01
規律性	3.73	0.66	3.33	3.67	4.00	3.98	0.64	3.50	4.00	4.50	-3.17	P<0.01
ストレスコントロール力	3.22	0.99	2.33	3.33	4.00	3.55	0.90	3.00	3.33	4.33	-3.26	P<0.01
			PRE					POST				
Table Tennis (N = 85)		Last 2011- Just 3-14-	,	パーセンタイル		= 16#		パーセンタイル		ン	z値	Wilcoxon検定 (pre vs. post)
(11 00)	平均値	標準偏差-	25	中央値	75	平均値	標準偏差-	25	中央値	75	-	(pre vs. post)
主体性	2.97	0.63	2.33	3.00	3.33	3.51	0.67	3.00	3.33	4.00	-5.98	P<0.01
働きかける力	2.68	0.87	2.00	2.67	3.33	3.33	0.93	2.67	3.33	4.00	-5.96	P<0.01
実行力	3.03	0.81	2.67	3.00	3.33	3.47	0.81	2.83	3.67	4.00	-4.15	P<0.01
課題発見力	3.21	0.84	2.67	3.33	3.83	3.71	0.78	3.33	3.67	4.33	-4.79	P<0.01
計画力	3.02	0.79	2.33	3.00	3.67	3.28	0.73	2.67	3.33	3.67	-3.54	P<0.01
創造力	2.89	0.83	2.33	2.67	3.50	3.35	0.80	2.83	3.33	3.83	-4.96	P<0.01
発信力	2.93	0.83	2.33	3.00	3.67	3.32	0.90	2.67	3.33	4.00	-4.51	P<0.01
傾聴力	3.11	0.79	2.67	3.00	3.67	3.66	0.81	3.00	3.67	4.33	-5.65	P<0.01
柔軟性	3.36	0.79	2.67	3.33	4.00	3.76	0.79	3.33	3.67	4.33	-4.17	P<0.01
状況把握力	3.25	0.73	2.67	3.33	3.83	3.66	0.78	3.00	3.67	4.33	-4.95	P<0.01
規律性	3.80	0.68	3.33	3.67	4.33	4.05	0.73	3.67	4.00	4.67	-3.09	P<0.01
ストレスコントロール力	3.09	0.93	2.33	3.00	3.67	3.49	0.95	3.00	3.67	4.17	-4.42	P<0.01
			PRE					POST				
Training (N = 85)	平均値	標準偏差—		ペーセンタイ	ル			,	パーセンタイル		z値	Wilcoxon検定 (pre vs. post)
(14 – 66)			25	中央値	75	平均値	標準偏差 -	25	中央値	75	-	(pre vs. post)
主体性	3.01	0.61	2.67	3.00	3.33	3.15	0.69	2.67	3.00	3.67	-2.09	P<0.05
働きかける力	2.78	0.75	2.33	2.67	3.33	3.04	0.84	2.33	3.00	3.67	-2.39	P<0.05
実行力	3.02	0.86	2.33	3.00	3.67	3.23	0.93	2.50	3.33	4.00	-2.72	P<0.01
課題発見力	3.14	0.68	2.67	3.00	3.67	3.26	0.76	2.67	3.33	4.00	-1.51	ns
計画力	2.87	0.76	2.33	3.00	3.33	3.00	0.75	2.33	3.00	3.33	-1.68	ns
創造力	2.83	0.78	2.00	3.00	3.50	3.03	0.79	2.33	3.00	3.67	-2.32	P<0.05
発信力	2.89	0.74	2.33	2.67	3.50	3.16	0.80	2.50	3.33	3.67	-3.68	P<0.01
傾聴力	3.28	0.75	2.67	3.33	3.67	3.45	0.82	2.83	3.33	4.00	-2.37	P<0.05
柔軟性	3.34	0.76	3.00	3.33	3.83	3.53	0.72	3.00	3.67	4.00	-2.69	P<0.01
状況把握力	3.32	0.71	3.00	3.33	3.83	3.36	0.82	3.00	3.33	4.00	-0.37	ns
規律性	3.66	0.70	3.33	3.67	4.33	3.76	0.71	3.33	3.67	4.17	-1.51	ns
ストレスコントロール力	3.04	0.78	2.33	3.00	3.67	3.20	0.89	2.67	3.33	4.00	-1.92	ns
ns, not siginificant												

ns, not siginificant

タを記録し、それらを解析した後、得られた結果の解釈についてメンバーで共有していくことが主たるグループワークであったため、スポーツゲームの場面で見受けられる積極的な言語ならびに非言語的コミュニケーションを行う機

会が少なかった.このことがトレーニングでは課題発見力や計画力,そしてチームワークの評価項目を構成する要素である状況把握力,規律性,ストレスコントロール力の向上がみられなかった要因の1つとなった可能性も考えら

れる (表 4). また、 渋倉・小泉 (2003) の報告では、 ス ポーツ活動において4つのステップ(①体験、②体験の内 省と観察、③分析による一般化、④行動計画の作成)を含 んだ体験学習理論(津村ほか、2001)に基づいた体系的 な教育プログラムを展開することで、他者へ積極的に働き かけるだけでなく他者の考えを尊重できるといった相互作 用をうまく機能させうることを報告している. 本研究にお いても、表1に示す通り、いずれの種目においてもこの体 験学習理論を応用している。卓球やビーチバレーボールで は、授業全体を通じて何度も繰り返される体験学習理論に おいて各回で実施した体験、内省と観察、分析、行動計画 という一連の作業により導かれた共通理解が、その後に行 うグループワークやスポーツゲームにも有効に活用されて いき、体験学習理論に基づく一連の作業が有機的にかつ段 階的に関連していったことが予想される. 例えば. ビーチ バレーボールを例に取ると、第3週目や4週目で個人の技 能レベルの課題を見つけてそれを解決するための方法をグ ループ内で模索し実践する一連のプロセスは、第5,6週 目のルール改正や第7週目のゲーム戦術の設定を行う上で も重要となる. すなわち, 授業の初期に行った個人やグルー プにおける問題点を明らかにした体験学習が、授業の後半 で実施するルール提案や戦術、練習法などを立案するため のディスカッションを促進させた可能性が考えられる. こ の点は、ビーチバレーボールや卓球においてのみ課題発見 力ならびに計画力の自己評価点が授業実施前後で有意に増 加した要因として解釈できるのかもしれない(表4). そ の一方で、トレーニングでは主に授業で扱うテーマがレジ スタンストレーニング (第3週~5週), エアロビックト レーニング (第6週~8週), 神経系トレーニング (第9 週~11週)に分類される。すなわち、授業全体を通じた 設定課題が明確化されておらず、テーマごとに体験学習理 論の一連の作業は実施させたものの、それらの作業が後に 行うグループワークとの間に有機的な関連性を持ちにく かったことなどが、課題発見力や計画力の自己評価点が授 業前後で増加しなかった要因ではないかと考えられる(表 4). さらに、非スポーツゲーム型の運動実践という形式 が、グループメンバーとしての連帯感を希薄にしていた可 能性もあり、人間関係が十分に醸成できていなかったこと がチームワークの要素である状況把握力、規律性ならびに ストレスコントロール力において授業前後で有意に増加し なかったものと推察される (表4). この点は、渋倉 (2003) が大学体育授業前後のコミュニケーションによる肯定的ス トローク量を評価し、スポーツ活動が人間関係の構築を促 進することを報告している一方で、橋本(2009)は健康 科学の実習や演習系の授業では人間関係の醸成には至らな いことを報告しており、本研究の解釈は、先行研究の結果からも支持されうる。したがって、身体活動や運動を取り入れた演習形式の授業では、コミュニケーション行動はさほど高まらないことから、トレーニングのような授業においてもメンバーの連帯感やグループ間の競争心を駆り立てる課題などの条件設定が必要になると考えられる。

さて、卓球とビーチバレーボールは、共に12項目すべ ての能力において実施前後で有意な向上が認められた. し かしながら、卓球がトレーニングと比較して主体性、働き かける力、課題発見力、傾聴力、ならびに状況把握力にお いて有意に増加したのに対し、同じネット型スポーツゲー ムであるビーチバレーボールでは働きかける力においての み、トレーニングとの間に有意差が認められるに留まっ た(表3). ビーチバレーボールと卓球において異なる点 の1つには、グループの構成人数がある。この点について は、本研究のデザインから論じることはできず、ここでは 推測の域を出ないことを承知した上で、今後の研究の発展 を視野に入れあえて考察しておきたい. 例えば、 小グルー プ学習における適切なグループ構成人数について検討した 堤ほか (2000) の報告では、構成人数が6人よりも4人 においてコミットメントが高く、「人任せにできる」とい う意識が小さかったことを明らかにしている。また、鈴木 (2007) は、 $2 \sim 6$ 人のグループ人数の違いによるグルー プディスカッションの対話分析を行い、人数が多くなると 発言者と非発言者の偏りが大きくなり、特定のメンバーの 意志や影響が強くなることを報告している. したがって. 6人構成であったビーチバレーボールは3人構成であった 卓球と比較して、メンバー間での役割や貢献に個人差が出 やすい傾向にあった可能性は否定できないだろう. この点 については今後の課題としたい.

以上の結果を踏まえると、同一の科目担当者が対人相互作用を意図した体育授業を実施した場合であっても、必ずしも科目担当者が想定した教育効果に結びつかない可能性が考えられた。例えば、清水ほか(2012)は大学体育授業へのポートフォリオ学習システムの導入による教育効果は予測に反して、対人関係の促進、ストレス抑制ならびに対人共感能力を低減させる結果であったと報告している。また、ポートフォリオの作成における過度な負担や、少人数編成でのグループ内対人作用において過剰なストレスが掛かったことが、一般講義型授業と比較して大きく低下させた要因ではないかと結論づけている。また、青山ほか(2012)も、大学生のキャンプ体験学習が主体性、実行力、計画力などの社会人基礎力の要素には影響を及ぼすが、働きかける力やストレスコントロールには効果が見られなかったことを報告している。得られた結果の解釈にお

いて、対象者の大半が過去の専門的なキャンプ経験を有し た者たちであったためにプログラム課題として負荷が小さ かったことや、面識のある者同士でグループ編成がなされ ていたことが要因であるとして、受講者特性と関連付けて 考察している. したがって、大学体育で扱う教材や授業環 境に応じて適切な教育プログラムや教授法を検討しなけれ ば、アクティブラーニング型の授業形態であってもその効 果は十分に期待できず、場合によっては受講者の授業態度 や意欲を低減させてしまう可能性があると考えられる. こ の点に関連して、医学教育で盛んであるチーム基盤型学習 法(Team-based learning: TBL) は、個人とチームの双 方から課題を解決していくプロセスを通して学習を深める ものであるが、大学体育の教授法においてもこの方法論が 極めて参考になると思われる. 尾原(2009) は, TBL に 必要な要素として、①チーム構成人数と個性、②学習への 動機づけ(チームへの貢献), ③学習者へのフィードバッ ク、④チーム課題設定、をあげている、本研究で扱った体 育授業の場合,特に③学習者へのフィードバックがいずれ の種目においても不十分であった。実施環境の異なる実技 種目でそれぞれ繰り返されるグループワークに対して、適 宜フィードバックを行うことでより効率的にかつ発展的に グループワークを機能させ、種目間にみられた授業効果の 差異を小さくすることが可能となったのかもしれない. こ の TBL の考え方に基づくと、清水ほか(2012) や青木ほ か(2012)の報告では、①チーム構成人数や個性、④チー ム設定課題における改善により教育効果の差異を緩和でき ることを示唆している. したがって、取り扱った実技種目 そのものが社会人基礎力の育成に不向きであると結論付け るのではなく、教育プログラムの条件設定や授業運営を適 切に実行することにより、科目担当者が意図した教育効果 を導きやすくなり、大学体育の有用性や発展性が一層期待 できると考えられる. また、本研究の結果の中で、働き かける力の向上は実施学期の影響を受ける可能性が示され た. この点は、社会人基礎力の育成をねらいとする大学体 育授業を4年間(8セメスター)のどのタイミングで実施 するべきかという論点につながるが、後期に比して前期に 効果が大きかった理由の1つは学生の学習意欲・態度の影 響を受けた可能性がある. 溝上(2004)や上田・恒吉(2013) により、学生の授業意欲が1年生後期、2年生へと段階的 に低下していくケースの多いことが示唆されているよう に. 他者との協働を必須とするアクティブラーニング型の 大学体育授業は、可能な限り早い時期に実施することが重 要となるかもしれない. 今後. 開講実施時期と教育効果と の関連についての検討も必要になると考えられる.

5. 本研究の限界

本研究では、社会人基礎力を受講学生自身の自己評価に 基づくものとした. しかし. 学生自身による自己評価だけ でなく、科目担当者やファシリテーターが知識や技能を活 用しながら学習者個人の成果やふるまい(学習者の遂行行 動)を一定の評価基準(Rubric)を通じて適切に評価す ることが、学習者の本来の達成度となるため、種目の異な る大学体育授業においても適用できる Rubric を用いた評 価が必要である(小野ほか、2014;松下、2014)、また本 研究は、実際の授業を対象としている点から授業の運営上、 受講者人数やそれに基づくグループ人数の設定、施設や道 具の条件など、学生間の対人相互作用に影響しうる要因を 十分に統制しきれなかったことや、大学体育授業の効果を 検討する上で時間的要因による影響を加味した対照群を設 定できなかったという研究デザイン上の限界点も含まれて おり、本研究結果の解釈には注意を要する点がある. さら に,知識や技能を活用した学習者個人の成果やふるまい(学 習者の授業内行動) は個人のパーソナリティに影響を受け やすいことが想定されるため、そのような個人内要因を排 除した検討も今後は必要となる. しかしながら. 本研究は 大学体育授業を用いて実技種目の特性に応じた授業設計や 運営と関連付けながら新たな教育的価値を検討した最初の 研究報告であり、本研究の成果が今後の大学体育発展の一 助となることを期待したい.

6. まとめ

本研究は、学生が主体的に教え合い、学び合う対人相互 作用を意図した大学体育授業が社会人基礎力に及ぼす影響 について実技種目の特性に応じた授業設計や運営と関連付 けて検討した。その結果、ネット型スポーツゲームである ビーチバレーボールや卓球が、身体活動や運動を取り入れ た演習形式のトレーニングと比較して、主体性、働きかけ る力、課題発見力、傾聴力、ならびに状況把握力において 学生の達成度が有意に向上した。これらのことは大学体育 授業が学生の社会人基礎力を向上させる可能性があると同 時に、扱う実技の授業設計や運営が学生の達成度に影響を 及ぼすことを示唆するものである。

引用文献

青木康太郎・粥川道子・杉岡品子(2012)キャンプ体験が大学生 の社会人基礎力の育成に及ぼす効果に関する研究. 北 翔大学生涯スポーツ学部研究紀要, 3: 27-39.

中央教育審議会(2012)答申の新たな未来を築くための大学教育

- の質的転換に向けて一生涯学び続け、主体的に考える力を育成する大学へ一.
- http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo/toushin/1325047.htm(2015年4月22日現在)
- 橋本公雄(2009)「健康・スポーツ科学演習」の授業で人間関係 は醸成できるのか? 大学体育学, 6: 23-31
- 林容市・森田啓・鬼澤陽子・西林賢武(2010)工学設計教育を 意図した大学体育授業における教授方略の設定と評価. 大学体育学, 7:41-56.
- 本多芙美子・金高宏文・竹下俊一(2012) 鹿屋体育大学生の社会 人基礎力に関する研究 一性, 学年, 専攻課程による比 較一. 学術研究紀要, 44: 1-6.
- 石倉忠夫 (2001)大学1年生体育実技ゴルフ受講者の社会的スキルと孤独感. 同志社保健体育, 40: 129-137.
- 石道峰典・西脇雅人・中村 友浩(2015)選択科目の体育実技授業 を履修する大学生の社会人基礎力の特徴について. 大学体育研究, 37:1-10.
- 経済産業省(2006)社会人基礎力に関する調査・報告書. http://www.meti.go.jp/policy/kisoryoku/kisoryoku_chosa. html (2015年4月22日現在)
- 経済産業省(2008)今日から始める社会人基礎力の育成と評価. http://www.meti.go.jp/policy/kisoryoku/2008 kyoukara.pdf (2015年4月22日現在)
- 松下佳代(2014)共通教育における学習成果の直接評価―研究目的・研究計画・進捗状況について―. 大学教育学会誌, 36(1):62-66.
- 溝上慎一(2007)アクティブ・ラーニング導入の実践的課題. 名 古屋高等教育研究. 7: 269-287.
- 森田啓・林容市・引原有輝・谷合哲行(2009)教養教育としての 大学体育: サッカーを事例. 大学教育学会誌, 31 (1): 162-171.
- 溝上慎一(2004)大学新入生の学業生活への参入過程: 学業意欲 と授業意欲、京都大学高等教育研究, 10:67-87.
- 森田啓・引原有輝・谷合哲行・東山幸司・三村尚央・亀山巌・ 黒澤健太郎・林久仁則・松元 剛(2011)種目特性と授

- 業形態を探求課題とした教養教育としての大学体育:フラッグフットボールと他大学との交流試合を事例に、大学体育学,8:75-88.
- 森田啓(2014)大学体育が目指すべきこと;高校体育,スポーツクラブ体育,専門体育との関係から.大学体育研究,36:39-50
- 尾原喜美子(2009) チーム基盤学習法(team-based learning TBL)の紹介. 高知大学看護学会誌, 3: 37-44.
- 小野和宏・松下佳代・斎藤有吾(2014) PBL における問題解決 能力の直接評価―改良版トリプルジャンプの試み―. 大学教育学会誌, 36(1):123-132.
- 渋倉崇行・小泉昌幸(2003)スポーツ活動を素材とした人間関係 トレーニングの実施とその効果. 新潟工科大学研究紀 要, 8: 117-124.
- 清水安夫・宮崎光次・武田一・田中千晶・川井明・阿久根英昭・ 煙山千尋・尼崎光洋(2012)大学体育によるソーシャル・ スキル変容の効果:ポートフォリオ学習システムを用 いた人間関係づくりを目指した体育授業.大学体育学,9: 23-41.
- 杉山佳生 (2008) スポーツ実践授業におけるコミュニケーションスキル向上の可能性. 大学体育学, 5: 3-11.
- 鈴木久雄(2013)双方向スポーツ教育活動によるコミュニケー ション能力の向上. 大学体育学, 10: 13-20.
- 鈴木宣也(2007)グループの構成人数による対話と分析の検討. 情報科学技術フォーラム一般講演論文集, 6: 177-180.
- 津村俊充(2001)学校教育にラボラトリ・メソッドによる体験学習を導入するための基本的な理論と実際. 体験学習実践研究. 1:1-10.
- 堤明純・石竹達也・的場恒孝(2000)小グループ学習における適切なグループ構成人数. 医学教育, 31: 71-77.
- 上田佳苗・恒吉徹三(2013)大学生の学業意欲の変化について. 山口大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要, 36: 115-123.

(2015年6月30日受付) 2016年1月14日受理)

英文抄録の和訳

本研究では、大学体育授業が社会人基礎力の育成にどのような効果をもたらすかについて、実技種目の特性に応じた授業設計や運営と関連付けて検討することを目的とした。研究の対象とした実技種目は、ビーチバレーボール(BV)、卓球(TT)ならびにトレーニング(TR)であり、各種目の受講者人数はそれぞれ65名、85名、85名であった。いずれの実技種目においてもその特性を踏まえながら、学生が主体的に教え合い、学び合う対人相互作用を意図した課題解決型の授業を展開した。そのため、各種目とも受講者を3~6人で構成したグループ(BV:6人、TT:3人、TR:3人)に配属させ、グループ主体で授業課題に取り組むように指示した。また受講者には、第2週目(PRE-test)と第12週目(POST-test)の授業にて、社会人基礎力について所定の質問紙を用いて自己分析するよう指示した。その結果、ネット型スポーツゲームであるビーチバレーボールや卓球が、身体活動や運動を取り入れた演習形式のトレーニングと比較して、主体性、働きかける力、課題発見力、傾聴力、ならびに状況把握力において学生の達成度が有意に向上した。これらのことは大学体育授業が学生の社会人基礎力を向上させる可能性があると同時に、扱う実技の授業設計や運営が学生の達成度に影響を及ぼすことを示唆するものであった。また、大学体育で扱う教材や授業環境に応じて適切な教育プログラムや教授法を検討しなければ、アクティブラーニング型の授業形態であってもその効果は小さくなるため、教育プログラム実行上の条件を適切に設定することが重要であると考えられた。