

# 新型コロナウイルスに伴う休校期間中の生徒の 運動習慣と新体力テスト結果の関連性について ～ 運動実践及びICT活用による課題解決の検討 ～

学籍番号 199325

氏名 関田光典

主指導教員 太田順康

## 1. 背景・目的

### 1.1 研究の背景

新型コロナウイルス感染拡大防止策による休校期間を受け、体育の授業や部活動が行われなかったことによる生徒の体力や運動能力の低下が懸念されるため、休校期間中の過ごし方と子どもの体力や運動能力の関係性を明らかにする必要性を感じた。

### 1.2 研究の目的

発展課題実習Ⅰでは生徒の休校期間中の運動習慣と新体力テストの結果の関連性を明らかにすることを目的とする。発展課題実習Ⅱでは授業実践による生徒の「運動有能感」の向上及びストレッチメニューの継続的实践に着目し、発展課題実習Ⅰにおいて明らかになった課題の改善案を検証することを目的とする。

## 2. 研究の方法

### 2.1 発展課題実習Ⅰにおける研究の方法

実習校の2年生を対象に、Google フォームを用いたアンケート調査と新体力テストのうち「握力」「長座体前屈」「反復横跳び」「50m走」「立ち幅跳び」の計5種目を実施した。その後Excelを用いて各結果を集計し、課題を明らかにした。

### 2.2 発展課題実習Ⅱにおける研究の方法

(1)実習校教員が主授業者となる器械運動の授業6回に補助者として参加した。1～3回目は主の教員による授業中、巡回指導を行った。4～6回目の授業でも同様の形を取りながら、筆者が授業内での活動の中にタブレットを用いた教え合い活動を取り入れた。その後筆者

が1回目の授業初め、3回目の授業終わり、6回目の授業終わりの計3回、運動有能感に関するアンケートを実施し、その変化からタブレットを用いた授業実践が運動有能感に与える影響を調査した。

(2) 実習校の2年生を対象に長座体前屈の測定を実施した。その後、生徒を長座体前屈に関わる身体ブロックごとにグループ分けし、各グループにストレッチメニューを作成させた。そして作成したストレッチを1つのメニューにまとめ、生徒に配布。継続したストレッチ実践を依頼後に長座体前屈を再測定した。

### 3. 研究の結果

#### 3.1 タブレットを用いた授業実践による運動有能感の変化について

分析ソフト EZR を用いて分析した結果、生徒全体の運動有能感に有意な変化は見られなかった。次に運動有能感の上位群と下位群に分けて分析した結果、下位群の変化の程度が有意に大きかった。しかし、変化が大きく見られたのはタブレットを用いた授業を行う前の段階であったため、タブレットの使用が運動有能感に与える影響を明らかにすることができなかった。

#### 3.2 ストレッチメニューの継続的実践による効果の検証について

長座体前屈の測定を、1カ月間に2回行った結果、男女共にほとんどのクラスで平均値が向上した。しかし、質問紙により、1カ月間のストレッチの実施頻度を調査したところ、ほとんどの生徒がストレッチしておらず、作成したメニューの効果を検証することはできなかった。

### 4. 考察

#### 4.1 運動有能感のアンケート結果から見た考察

運動有能感に有意な変化は見られなかったのは、タブレット使用により運動時間が減少したことや、技能の向上に繋がらなかったことが運動有能感の低下、あるいは向上の阻害要因になったと考えられる。

#### 4.2 長座体前屈の結果及びストレッチの実施頻度から見た考察

部活動や性差を考慮して分析したが、各クラスの長座体前屈の結果が向上した要因は明らかにできなかった。自宅でストレッチが継続的に行われなかった要因としては成績に関わらない「課題」となってしまったことが一番考えられる。