

## 上越教育大学研究プロジェクト 終了報告書

研究代表者 所属・職名 保健体育コース・講師

氏 名 長谷川 晃一

研究期間 令和5年度～令和6年度

|              |  |
|--------------|--|
| 研究プロジェクトの名称  | 学校体育「体づくり運動」における創造性を育む運動教材の開発—安全性を重視したパルクール学習方法の検証—  |
| 研究プロジェクトの概要  | <p>日本の学校体育では、一般的に伝統的な球技や競技を行うことに重きを置かれ、児童・生徒全体が同じ動きを同じ方法で学ぶことが主流である。これにより、特定のスキル向上には寄与するが、「総合的な運動能力の育成」や「個々の創造性や問題解決力を鍛える機会」が限られていると考えられる。そこで、自身の体を用いて様々な環境を効率的に動き回ることを目指すパルクールは、創造性と問題解決力の育成、そして運動能力の向上に寄与する観点から、学校体育への導入が有効であると考えられる。パルクールは、フランスやイギリスでは一般的なスポーツとされ、学校体育にも積極的に取り入れられている。日本においても、近年、SNS を通じたコミュニティの形成、ジムや施設の増加、メディアへの露出、イベントや競技会の開催など、徐々に浸透しているものの、特に学校体育現場では、まだ一般的には十分に浸透していないといえる。これらの問題の根底には、パルクールを安全かつ効果的に学ぶための基本的な学習メソッドが確立されていないことが挙げられる。パルクールの特性上、基本的な技術の習得や適切な安全対策の理解なしに進行すると、怪我のリスクが増大し、上達が進まなくなる。</p> <p>そこで本研究では、安全で効果的なパルクールの基本技を習得するための学習メソッドを開発し、実践的に検証することを目的とする。これにより、運動能力、創造性、問題解決能力を最大限に引き出す体づくり運動の教材開発を目指す。</p> |
| 研究 成 果 の 概 要 | <p><b>1 既存のパルクールの学習法を調査</b><br/>文献、動画のコンテンツから既存のパルクール学習法を調査した。</p> <p><b>2 新たな学習メソッドの設計</b><br/>本研究プロジェクトの研究組織とパルクール専門家（JGA PK 委員会委員長兼 FIG PK エキスパート：荒本英世 氏）が協力して新たな学習メソッドを仮説的に設計した。</p> <p><b>3 パルクール参加者への指導と評価</b><br/>仮説的に設定した学習メソッドに沿って長谷川が学習者へ指導し、その効果と安全性を定期的に評価した。評価の指標は、怪我の有無、技術の習得状況、運動内観の調査など複数の指標に基づいて行った。</p> <p><b>4 指導実践</b><br/>1) 2023年～2024年の大学での体操・器械運動の授業（1h×2～3回）<br/>2) 2023年～2024年の大学でのゼミの活動で指導実践（1h×2～3回）<br/>3) 2024年の授業（パルクール）で大学1年生27名へ指導実践（1h×15回）<br/>4) 1) 2) 3) の様子はiPadで撮影し、実践後にGoogle Formまたは質問紙を用いて基礎技術の習得状況や運動内観の調査をした。<br/>5) 4) を元に実践の有効性や課題を検証した。</p>   |

|                                  |  |
|----------------------------------|--|
|                                  | <p><b>5 アンケート調査</b></p> <p>2024 年入学の大学一年生に対し、パルクールへの印象、パルクールを学校教育に取り入れることの是非等、複数の項目で調査を行った。</p>  |
| 研究 成 果 の 発 表 状 況<br>(※今後の予定も含む。) | <p>2024 年に行ったアンケート調査の結果を「学校体育におけるパルクール導入に関する一考察―教員養成大学学部生 165 人へのアンケート調査から―」というタイトルで日本体育・スポーツ・健康学会第 74 回大会でポスター発表した。今後は、2025 年にも同様の調査をし、体操研究への論文投稿を目指す。</p> <p>また、指導実践については継続し、2026 年の日本体育・スポーツ・健康学会もしくは日本体操学会における研究発表を予定している。</p> |
| 学校現場や授業への研<br>究 成 果 の 還 元 について   | <p>学校現場への研究成果の還元については、より安全で適切な指導方法を構築する必要があるため、公開講座も含めて 5 年程度の年数を要することが推測される。</p> <p>授業への研究成果の還元は随時行っている。</p>  |