

「新しい学力観」に立つ陸上競技の指導と評価

A Study of Teaching and Evaluation of Track & Field lessons
from a New Learning Viewpoint

伊藤 宏

Hiroshi Iro

(平成7年10月1日受理)

ABSTRACT

The purpose of this study was to describe the method of Teaching and Evaluation of Track & Field lessons based on "New Learning Viewpoint".

The results were summarized as follows.

1. It's necessary to prepare the new concept of curriculum for teaching and evaluation of learning activities. For example, it's the Selection system for taking a course in sports lessons.
2. The selection system have to arrange the enjoyable lessons for students according to the achievement abilities of individual problem solving.
3. The new sprint and relay lessons have two steps. Step1 is more important for students to learn motor skill. They have to test a self motor achievement skill for leaning Sports technique. By this steps, they make some plans for how to learn of problem solving. Step2 are more advance lessons than Step1. Those steps contains more practices designed for learning motor skill and game easily.

1. 運動学習と陸上競技の授業と評価について

運動を学習するとは、運動行動の変化、それも目的にかなった方向への合理的な変化を意味する。そして、この変化は一過性の変化ではなく、練習によってもたらされる永続的な変化として定義される。¹⁾

運動学習の過程は、運動技能の習得、洗練、安定、実行可能性の過程をふまえた変化として特徴づけられる。実際の運動学習過程では、「情報入力」、「記憶」、「プログラム作り」、「動機づけ」、「運動行動」の5つの局面で構成されており、短距離走の学習過程を次のように上記の局面と対応してみた。図1参照。

最初は、より速く走るためにはどのように学習していけばよいのかを課題としてみると情報入力の局面では、友達の上手な動き、教師の身振りや説明そして写真、ビデオなどの視覚からの情報や言語情報などが重要な資料となる。

次に、記憶の局面では、新しい課題に対して今までの知識や技能を総動員して、新しい技能が組み立てられる。そして、学習のプログラムづくりが開始され、入力された情報と記憶に蓄

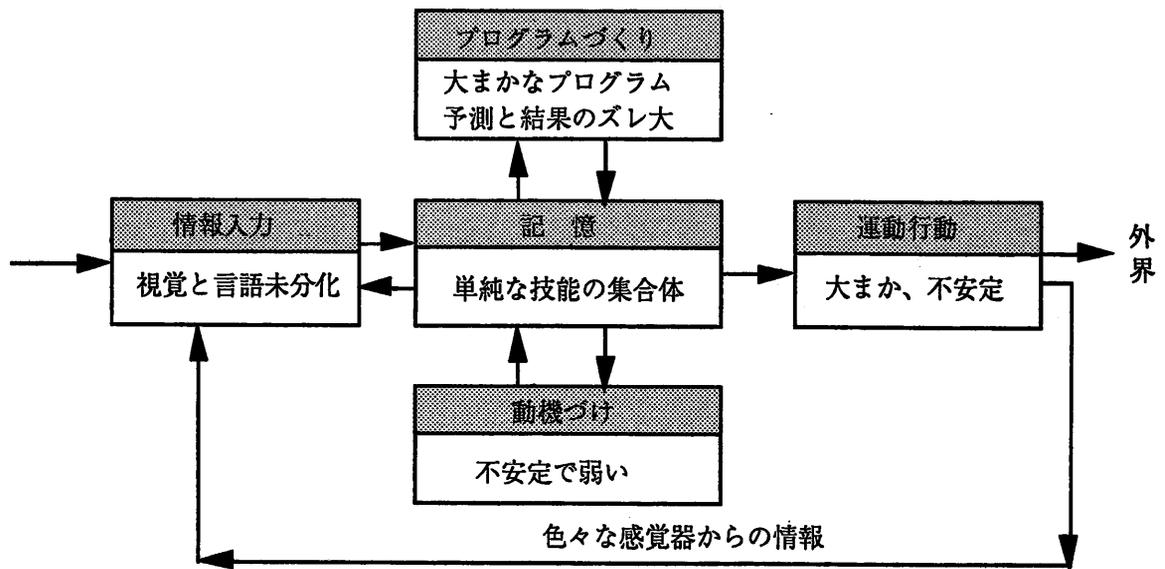


図1 学習者の運動学習の概略図（ディーター・タイベルによる）

えられた技能とを組み合わせ課題解決の計画が作成される。

次に、関心、意欲、態度などのやる気が働くが、初期の場面ではあまり高くはなっていない。このような局面を経て運動行動が試行される。この段階では、不正確で失敗した結果が多く表れるが、これらの局面を繰り返すことで改善され、安定した技能が形成されるようになる。

以上のように、5つの局面の機能を繰り返すことをフィードバックされたと言い、評価の機能と同様な意味合いをもっている。

2. 学習指導に生かす学習評価の考え方

学習評価は、学習によって生じた変化を学習の目標にそって判定し、その後の生徒の学習と教師の指導をどのように進めたらよいかを考える一連の営みとして理解される。²⁾

これからの体育では「生涯体育・スポーツ」という観点から「運動の特性に触れる楽しさや喜び」を味わうことを目標に挙げているが、この目標に対して、「学習評価」（自己評価、相互評価など）の観点からと、「運動の学び方」と「運動技能の高まり」との2つの側面を合わせて3次元で捉えていく視点が求められよう。図2参照。

最初の観点は、「陸上競技の楽しさ」の深まりを、「学習評価の仕方」と「運動の学び方」との関係からみていく点である。生徒の自己評価や相互評価によって合目的に運動の課題設定が行われているか、また、生徒による課題解決方法が合理的に組み立てられているかである。

2つめの観点は、「陸上競技の楽しさ」の深まりを、「学習評価の仕方」と「運動の技能レベル」との関係からみていく点である。技能の初歩の段階では、上達のレベルが低く、ただ単に記録が短縮されたなど単純に出来たかどうかに関心事になり、自己評価や相互評価もポイントがしぼりにくいものになっている。しかし、さらに技能レベルが上がってくると、自己評価や相互評価の観点が明確になり、動きを予測したり、効果的な作戦を立てながら学習を進めることができるようになり、成功の確立が高くなる。このように技能のレベルの上達によって評

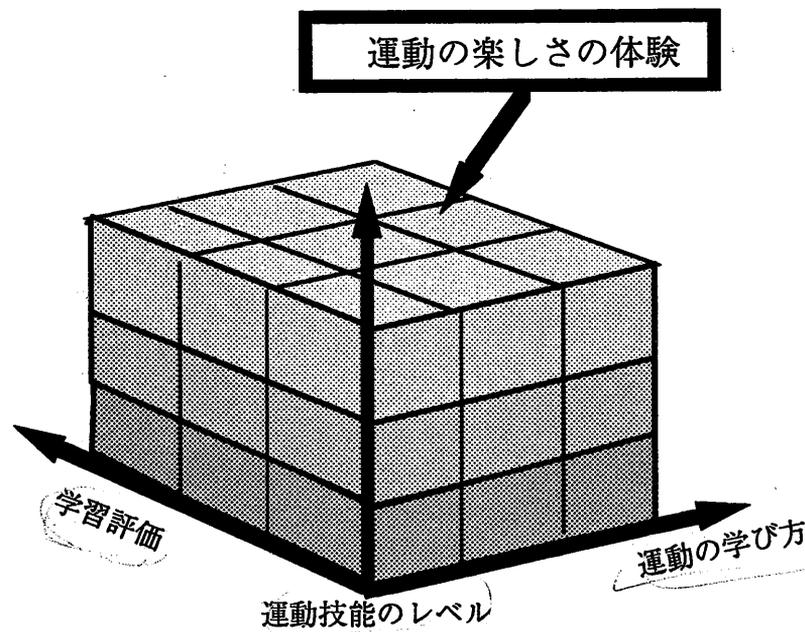


図2 学習評価と運動学習と運動技能との関係模式図

価のレベルも高まってくる。

3番目の観点では、「運動の楽しさや喜び」の深まりを、「運動の学び方」と「技能のレベル」との関係からみる見方である。

一斉指導やグループ学習などの学習形態、課題解決学習や発見学習などの学習方法の違いなどからくる運動の学び方と運動技能のレベルの違いや高まりとはは次のような関係が見られる。それは、運動の学び方の工夫によって運動技能の習熟程度にどのくらいの成果をもたらしているのか、また逆に、生徒の技能レベルに応じた学習の仕方がなされているのかであり、この観点からも検討されていなければならない。

3. 学習・指導に対応した評価の進め方

これからの体育の学習指導は、生徒一人一人の特性をふまえ、自己学習力を大切にしながら自発的・自主的な学習活動の展開が期待されている。

そのため、学習過程のそれぞれの段階では、これまで以上に、生徒による「自己評価」が重要な学習活動になる。今回は、マネジメント・サイクル（Plan → Do → Check → Action）に生徒、教師の学習・指導内容と評価とを対応させた。図3参照。

生徒自らが学習を進めていく際、Planの段階（はじめ）では、学習全体の見通しをもち、自分の課題を理解し出来そうな計画を立てる。Doの段階（なか）では、自分の力にふさわしい課題を見つけ、解決の仕方を工夫しながら学習を行う。Checkの段階（なか）で、学習しようとした課題が自分の力にあった内容であったか、また、できればどうだったかチェックし次の課題を立てる。Actionの段階（まとめ）では、これまでの課題と学習方法を練り直し、出来るようになった内容を確認しながら、新しい課題達成に挑戦してみる。

さらに、学習の各段階に生徒自らの自己評価や相互評価を行うことによって、学習と評価をタイアップさせることで、確実に、効果的な学習活動が可能になる。さらに、教師側でも生徒

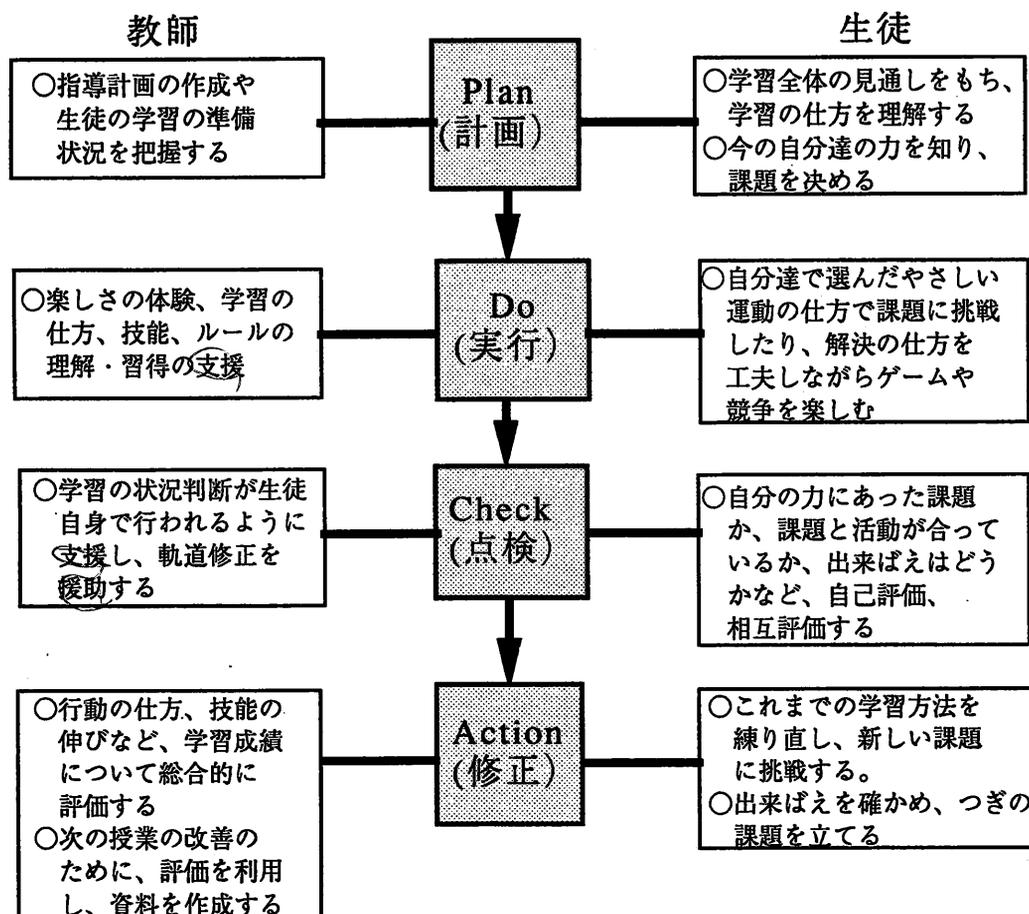


図3 体育の学習評価の基本PDCA

の学習段階と対応して、図3のような指導・支援を行うことで、生徒の学習活動をより良く機能させることが望まれる。

4. 新しい学力観での短距離走の学習と道すじ

新しい学力観での短距離走の授業の実施にあたっては、そのねらいが達成されるように、従来のすすめ方とは異なった学習過程の構想が求められている。それらの中の一つが選択制の導入である。選択制での授業では、課題解決学習としての性格を基盤にして、陸上競技の各種目ごとの、それぞれ独自の学習内容を生徒一人一人が楽しめるように組み立てておかなければならない。

新しい学力観による短距離走・リレーの学習過程では、大きく「学習Ⅰ」と「学習Ⅱ」の2つの段階で構成されている。図4参照。

この「学習Ⅰ」の段階の学習活動が従来よりも重要視されている。具体的には、「自己の能力・適性を知る→自分の運動種目を選ぶ→運動集団（グループやチーム）をつくる→学習のすすめ方を知って計画を立てる→学習環境（ルール、施設、用具など）を工夫する」などが活動内容としてあげられる。

この「学習Ⅰ」の段階では、従来より十分に時間をかけざるをえない。そうすることによ

陸上競技の学習と道すじ

短距離走・リレー
1.50mから100mまでの距離を全力で走り、競争や目標記録の達成を楽しむ 2.バトンパスをしながら他のチームと競争したり、記録を高めたりすることを楽しむ

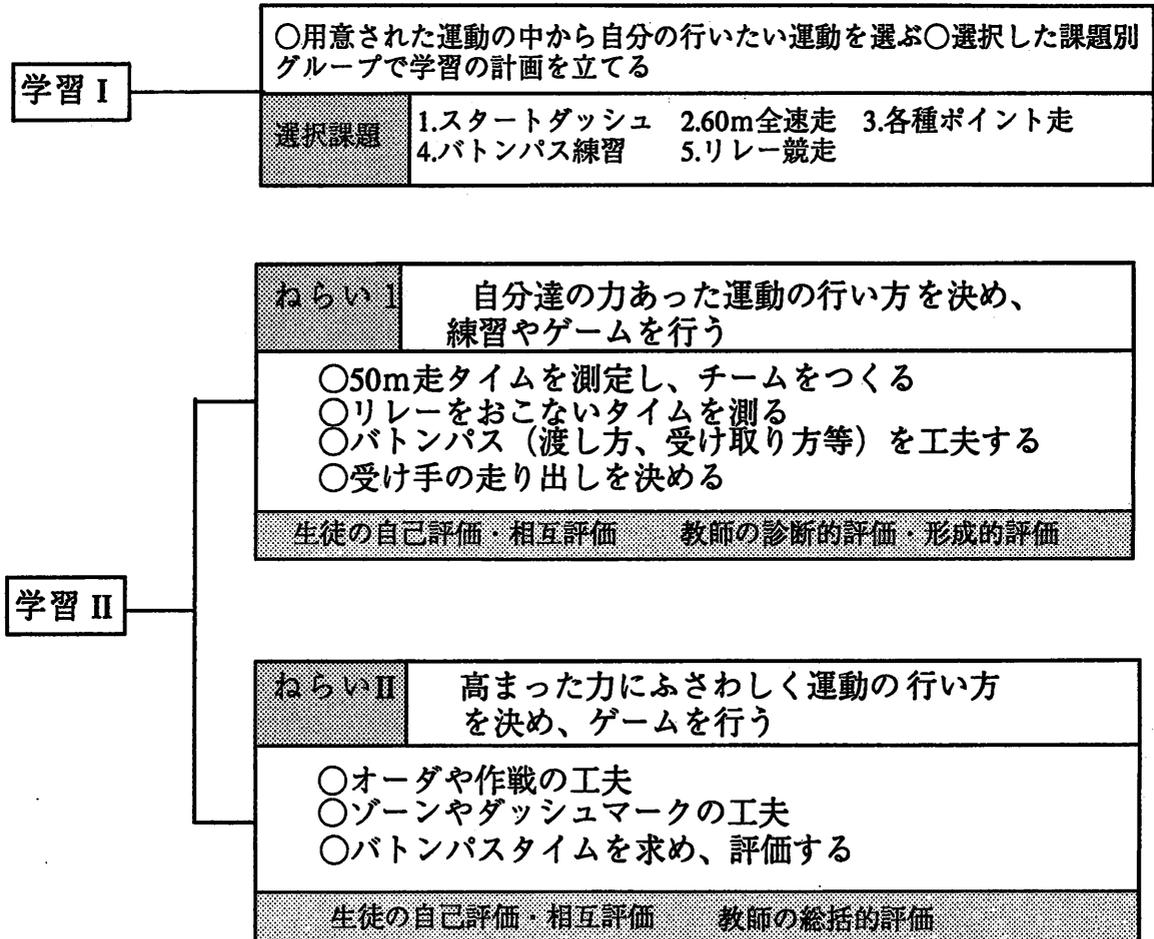


図4 新しい学力観による短距離走・リレーの学習過程

て、次の「学習 II」での毎時間の「はじめ」では立案した計画の確認だけですむからである。

5. 運動の特性に応じた学習過程の工夫

運動の特性に応じた学習過程の工夫とは、学習IIの「ねらい1」、「ねらい2」の学習過程や1時間の授業展開（はじめ、なか、まとめ）を3等分し、それぞれの段階に運動の機能的特性（楽しみ方）を組み合わせる学習していく方法である。

具体的には、競争型（個人間やグループ間での競争）を好む生徒は「いろいろな競争の仕方を工夫して楽しむ→そこからでた課題を自分で工夫して練習し→練習の成果を競争で確かめる」の「競争→達成→競争」で授業を計画し実施していく方法と、達成型（記録や技への挑戦）を

好む生徒は「自分に合った練習を工夫して記録に挑戦して楽しむ→その成果を同レベルの友達と競争してみる→課題の技をさらに習熟させて楽しむ」の「達成→競争→達成」で授業を構成していく方法が挙げられる。

このように、個々の課題に応じて練習の場を選んだり、工夫できるような多様な学習活動の場の工夫が重要になっている。

<参考文献>

1. 市村操一 第7章運動学習の過程 トップアスリートのための心理学 同文書院
p198-p211 1993
2. 文部省：指導計画の作成と学習指導の工夫（中学校 保健体育 指導資料） 東山書房
p109-p117 1991