

体育授業において、生徒が声を出すことの意義に関する研究

教育実践力高度化コース

16AD005

岡井 稜

【指導教員】 有川 秀之 大澤 利彦 古田 久

【キーワード】 かけ声 集団行動 やらされる体育の授業 大きな声

1. 概要

体育の授業中に生徒が声を出すことの意義について、S 中学校の2, 3年生の生徒485名(2年生 男子117名 女子125名、3年生 男子103名 女子140名)を対象にアンケート調査を行った。体操の隊形に広がる時、準備運動(体操、補強運動、集団走など)、その他の活動中に、大きなかけ声を出すように教師から指導されることに、「無理やりやらされている」などの意識を抱いてしまう生徒がいること、声が高くて恥ずかしいことや運動が苦手であるため目立ちたくないことなどの原因から、体育の授業中に積極的に声を出すことが出来ない生徒がいることが明らかになった。

2. 研究目的

著者が実地研究で伺ったS中学校では、体育の授業中に生徒が大きな声を出すように、熱心な指導を行っていた。例えば、授業の始めの挨拶や体操の隊形に広がる際のかけ声が小さかったり、声を出していない生徒がいたりすると、何度もやり直しをさせていた。運動会に全校生徒で行うソーラン節の演舞中のかけ声や、リレーを扱った授業でのバトンパスの際のかけ声なども、生徒がしっかり声を出すように指導をしていた。生徒達は全体的には良く声が出ていて、覇気のある体育授業の様に見えたが、楽しそうにかけ声を出している生徒もいれば、嫌々、辛そうに声を出している生徒、教師が近くにいる時だけ声を出している生徒、全く声を出していないが活動自体は黙々と積極的に行っている生徒と、様々な生徒がいた。

一般的に、日本の学校における体育の授業では、始めの挨拶、体操の隊形に開く際、準備運動や補強運動、集団走の時などに、生徒に大きなかけ声を出させて行わせることが多い。教員や体育委員の生徒が「体操の隊形に、開け」と号令を出し、生徒が「おお！」等とかけ声を出して広がり、「いち、に、さん、し」の声に、「ご、ろく、しち、はち」と他の生徒が続いて声を出しながら準備運動を行うやり方が一般的になっていると言える。また、準備運動の最後に、全員でかけ声を出しながら集団走を行わせたり、授業中に教師が「しっかり声を出しなさい」などと、生徒に指導をしたりする場面は、体育の授業では良く見かけられるものである。このような、体育の授業中のかけ声を伴

う活動には、戦前に行われていた学校体育の名残があると考えられる。

栗巢(2002)は、明治期における「学校教育」の確立は、軍事力の整備・強化と並んで、欧米諸国と対等な立場を獲得する為の大きな課題の一つであり、当時の「学校教育」の主たる目的は、日本国民に対し皇国史観に基づく「絶対主義」・「全体(集団)主義」を周知徹底させることにあったと述べている。また、このような全体主義的集団形成を目的とする、当時の学校教育における体育教員に要求された役割は、主として「集団づくりのための号令係り」であり、国民への浸透の為、当時の体育教育に求められていたものは、集団意識の徹底による「全体(集団)主義の強化」であったと考えられるとも述べている。このような社会背景から、集団行動教育(「きをつけ」・「前にならえ」・「右にならえ」・「回れ右」「集団でのかけ声」など)の徹底がなされ、現行の学校体育教育にもその名残があるのではないかと考えられる。

体育の授業中や運動・スポーツを行う際に、かけ声を出すことには、確かに様々な意義があると考えられる。体育の授業の最初の準備運動を、全員で大きなかけ声を出して行うことで、やる気が高まる、緊張がほぐれる、仲間との一体感が生まれるなどと言った精神的な効果の期待ができる。また、陸上競技のリレーでのバトンパスのタイミングをとることや、サッカーやバレーボールなどのチームプレーにおける意思の疎通や連携などの面でも、運動をしながら周囲の人と声を掛け合うことは重要であると言える。さらに、安全管理の面でも、生徒達が声をかけ合うことは重要であると言える。

現代の体育の授業の主たる目的は、様々な運動やスポーツに触れる中で、生涯にわたってスポーツの文化に親しみながら豊かな生活をしていく態度を育むことである。先にも述べたように、運動やスポーツを行う上で声を出すことが必要になる場面は多くあり、卒業後に生徒達が生涯にわたってスポーツに親しむためにも、声を出すことの意義について検討することは重要であると考えられる。また、授業の雰囲気や生徒のやる気を高めたり、連帯感を育んだりするためにも、仲間と一緒に大きなかけ声を出すなどの活動も必要であると考えられる。

しかし、栗巢(2002)の先行研究で述べられたような、

教員の指示で全員に無理やり声を出させたりするような指導の在り方では、生徒達は「やらされている」という意識を持ってしまい、どんなに声を出していても、その意識はなくなってしまうのではないかと考えられる。さらには、無理やり「やらされている」という意識から、生徒の体育嫌いにもつながってしまうことも考えられる。また、声を出すことの意義として、精神的な効果、チームスポーツを行う上での重要性などについて述べたが、体育の授業において生徒達がどのような意識でかけ声を出しているのかを検証しなければ、体育授業中に生徒が声を出すことの意義について考えることは難しいのではないかと考えた。

そこで本研究は、体育授業中に声を出すことについての、生徒の意識調査を、アンケート様式にて行い、調査結果の分析から今後の体育授業のあり方についての所見を得ることを目的とした。

3. アンケートの調査方法

(1) 対象者

埼玉県内S中学校に在籍している、2年生（男子117名 女子125名 計242名）、3年生（男子103名 女子140名 計243名）の生徒

(2) 実施日

平成29年6月

(3) 実施方法

S中学校の2年生（7クラス）、3年生（7クラス）の担任の先生方に、各学級の人数分のアンケート用紙を当日朝配布し、その日のうちに各学級でアンケートの記入、回収を行って頂いた。配布日の放課後に、担任の先生方から各学級のアンケート用紙の回収をさせて頂いた。尚、アンケート実施日に欠席していた生徒は、アンケートは行わなかった。

(4) 主な質問項目

問1 この問いで言う「声」とは、準備運動、補強運動、集団走、体操の隊形に開く際などに、集団で発声するものと考えて回答してください。

- (1) あなたは体育の授業中に大きな声を出していますか
- (2) 体育の授業で大きな声を出すことに、楽しさや気持ちよさを感じますか ※理由も記入
- (3) 体育の授業で大きな声を出すことに、意義があると思いますか ※理由も記入

問2 この問いで言う「声」とは、問1で扱ったような集団で発声するもの以外の、自発的に発声するものと考えて回答してください。（例：仲間に対する応援や指示、助言の声など）

- (1) あなたは体育の授業中に、積極的に仲間に声かけをしていますか
- (2) 体育の授業中に仲間に声かけをしたり、仲間から声をかけられたりすることに、充実感を覚えますか
※理由も記入

- (3) 体育の授業中に積極的に仲間に声かけをするに意義があると思いますか ※理由も記入

問3 あなたは体育の授業が好きですか

4. アンケート調査結果

表1は、「あなたは体育の授業中に大きな声を出していますか」の質問に対する生徒の回答人数を示している。また、図1は、2年生、3年生の合計回答数の割合を示している。「よく出している」と「少し出している」を合わせると87%となり、多くの生徒が声を出していると回答している。これは、S中学校の体育の授業を観察していても概ね実態通りの結果であった。

表1 体育の授業中に大きなかけ声を出しているかの質問に対する回答人数

	①よく出している	②少し出している	③どちらとも言えない	④あまり出していない	⑤全く出していない
2年生	113	94	27	7	2
3年生	106	108	19	9	0
合計	219	202	46	16	2

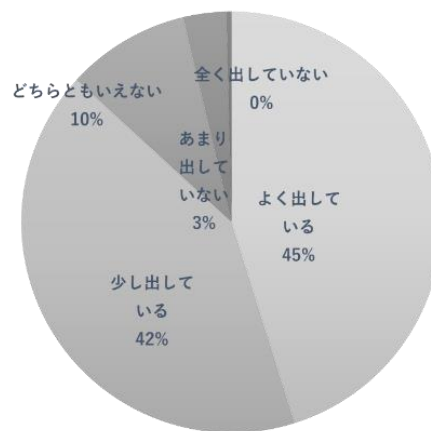


図1 体育の授業中に大きなかけ声を出しているかの質問に対する回答の割合

表2は、「あなたは体育の授業中に、積極的に仲間に声かけをしていますか」の質問に対する回答人数を示している。また、図2はその割合を示している。「よくしている」と回答した生徒は16%と少なく、「少ししている」と回答した生徒と合わせた割合は53%と半数程度に留まり、教師の指示で声を出さなければいけない場面では多くの生徒がしっかり声を出している一方で、自発的に声を出している生徒は少ないことが分かった。

表2 体育の授業中に積極的に仲間へ声をかけているかの質問に対する回答人数

	①よくしている	②少ししている	③どちらとも言えない	④あまりしていない	⑤全くしていない
2年生	34	89	57	49	14
3年生	41	90	56	45	10
合計	75	179	113	94	24

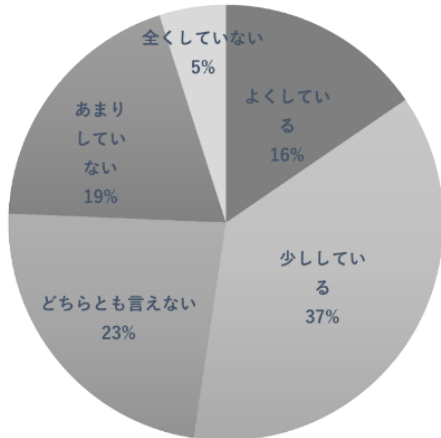


図2

体育の授業中に積極的に仲間へ声をかけているかの質問に対する回答の割合

表3は、「体育の授業で大きな声を出すことに、楽しさや気持ちよさを感じますか」の質問に対する回答人数を示している。また、図3はその割合を示している。「とてもそう思う」が20%、「少しそう思う」と合わせると55%となっており、半数程度の生徒が集団で大きなかけ声を出すことを楽しいと感じていることが分かった。理由欄に記入された意見では、「気分がすっきりする」、「一体感が生まれる」等が多かった。一方「あまり思わない」、「全く思わない」を合わせると26%となり、集団で大きな声を出すことに否定的な生徒も全体の4分の1程度存在していることが分かった。理由欄には、「疲れる、息が切れる、喉が痛くなる」や、「声が高いので目立ってしまい、恥ずかしい」、「無理やりやらされている感じがする」などの意見が多かった。また、「どちらとも言えない」と回答した生徒が19%と多く、声を出すことに対して「特に何も思わない」と理由欄に記入した生徒も多かった。

表3 集団で大きなかけ声を出すことに、楽しさや充実感を感じるかの質問に対する回答人数

	①とてもそう思う	②少しそう思う	③どちらとも言えない	④あまり思わない	⑤全く思わない
2年生	56	81	43	40	23
3年生	43	89	49	45	16
合計	99	170	92	85	39

※理由欄にあった、主な意見

- ・気分がすっきりする。
- （表3①②の回答者から多かった意見:以下同様）
- ・一体感が生まれる。(①②)
- ・疲れる。息が切れる。喉が痛くなる。(④⑤)
- ・声が高いので目立ってしまい、恥ずかしい。(④⑤)
- ・無理やりやらされている感じがする(④⑤)
- ・特に何も思わない。(③)

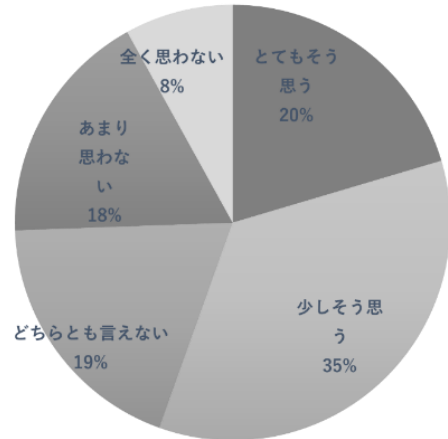


図3

集団で大きなかけ声を出すことに、楽しさや充実感を感じるかの質問に対する回答の割合

表4は、「体育の授業中に仲間へ声をかけをしたり、仲間から声をかけられたりすることに、充実感を覚えますか」の質問に対する回答人数を示している。また、図4はその割合を示している。「そう思う」が30%、「少し思う」と合わせると72%と、多くの生徒が声をかけ合うことに楽しさを感じていることが分かった。理由欄の意見には、「雰囲気良く運動ができる」や「運動が苦手でも楽しくできる」、「応援されるとうれしい」等の意見が多かった。「あまり思わない」、「全く思わない」と回答した生徒は合わせて10%と少なかった。理由欄には「運動が苦手なので、声をかけられても困る」、「目立ってしまう」等の意見が多く見られた。

表4 仲間と声をかけ合うことに、楽しさや充実感を感じるかの質問に対する回答人数

	①そう思う	②少し思う	③どちらとも言えない	④あまり思わない	⑤全く思わない
2年生	59	100	58	16	10
3年生	85	100	36	14	7
合計	144	200	94	30	17

※理由欄に多かった意見

- ・雰囲気良く運動ができる。(①②)
- ・運動が苦手でも、楽しくできる。(①②)
- ・応援されるとうれしい。(①②)

- ・運動が苦手なので、声をかけられても困る。(④⑤)
- ・目立ってしまう。(④⑤)

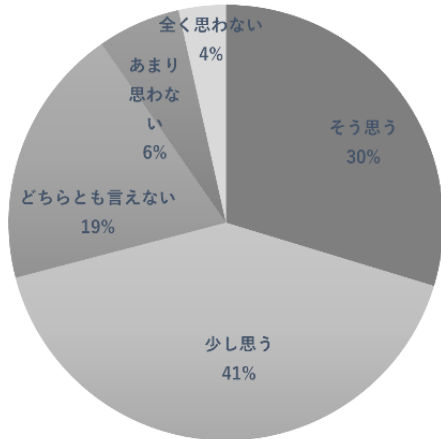


図4

仲間と声をかけ合うことに、楽しさや充実感を感じるかの質問に対する回答の割合

表5は、「体育の授業で大きな声を出すことに、意義がありますか」の質問に対する回答人数を示している。また、図5はその割合を示している。「あると思う」42%、「少しあると思う」と合わせると71%と、多くの生徒が意義を感じていることが分かった。理由欄には、「やる気が高まる」、「集団のまとまりができる」、「雰囲気よくなる」等が多かった。「あまり思わない」、「全く思わない」と否定的な回答をした生徒も13%程存在し、「声を出さなくても運動はできる」、「疲れてしまう」等の意見が多かった。また、かけ声を出すことに意義があると思うかどうかの回答の選択に関わらず、理由欄に「成績が良くなるので声を出す」と記入した生徒が多かった。

表5 集団で大きなかけ声を出すことに、意義があると思うかの質問に対する回答人数

	①あると思う	②少しあると思う	③どちらとも言えない	④あまり思わない	⑤全く思わない
2年生	105	78	36	17	7
3年生	99	62	43	23	15
合計	204	140	79	40	22

※理由欄に多かった意見

- ・体育の授業へのやる気が高まる。(①②)
- ・集団のまとまりができる。(①②)
- ・雰囲気が良くなる。(①②)
- ・成績が良くなるので出す。(①②③④⑤)
- ・声を出さなくても運動はできる(③④⑤)
- ・疲れてしまう(④⑤)

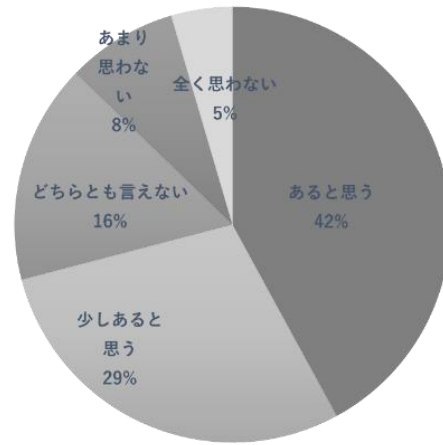


図5

集団で大きなかけ声を出すことに、意義があると思うかの質問に対する回答の割合

表6は、「体育の授業中に積極的に仲間に声かけをすることに意義があると思いますか」の質問に対する回答人数を示している。また、図6はその割合を示している。「あると思う」38%、「少しあると思う」と合わせると75%と、多くの生徒が声をかけ合うことに意義を感じていることが分かった。理由欄には、「お互いに高め合うことが出来る」、「自分では気が付けなかったことに気が付ける」、「周りの人と仲良くなることが出来る」等の意見が多かった。「あまり思わない」、「全く思わない」と否定的な回答をした生徒は8%と少なかった。「あまり思わない」、「全く思わない」と回答した生徒の理由欄には、「雑談の様な会話になると、授業の規律が崩れてしまう」等の意見が多かった。

表6 仲間と声をかけ合うことに、意義があると思うかの質問に対する回答人数

	①あると思う	②少しあると思う	③どちらとも言えない	④あまり思わない	⑤全く思わない
2年生	90	93	44	10	6
3年生	95	88	37	13	9
合計	185	181	81	23	15

※理由欄に多かった意見

- ・お互いに高め合うことが出来る。(①②)
- ・自分では気が付けなかったことに気が付ける。(①②)
- ・周りの人と仲良くなることが出来る。(①②)
- ・コミュニケーション能力の向上。(①②)
- ・雑談の様な会話になると、授業の規律が崩れてしまう。(③④⑤)

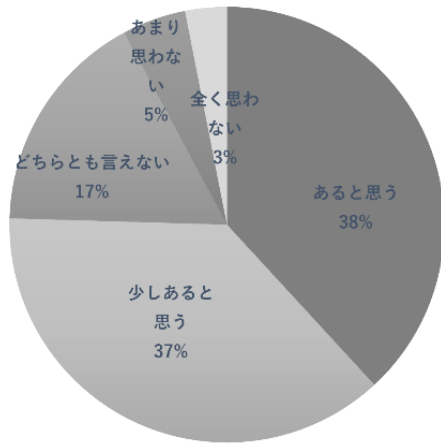


図6 仲間と声をかけ合うことに、意義があると思うかの質問に対する回答の割合

図7は、「あなたは体育の授業が好きですか」の質問に対する回答人数を示している。また、図7はその割合を示している。「とても好き」が33%、「まあまあ好き」と合わせると69%となっており、S中学校で体育の授業に好意的である生徒は7割程度であることが分かった。

表7 体育の授業が好きかの質問に対する回答人数

	①とても好き	②まあまあ好き	③どちらとも言えない	④あまり好きではない	⑤嫌い
2年生	88	77	36	31	11
3年生	72	95	38	24	13
合計	160	172	74	55	24

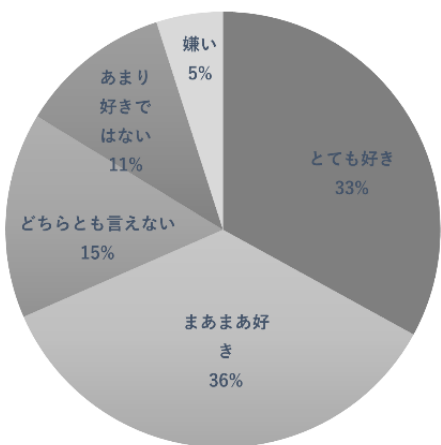


図7 体育の授業が好きであるかの質問に対する回答の割合

5. 考察

(1) 声を出すことの意義と、授業の工夫

アンケート調査の結果から、S中学校では、全体的に

多くの生徒が、体育の授業中に集団で大きなかけ声を出すことや仲間と声をか合うことに、自分なりの意義を捉えて、授業に取り組んでいることが分かった。「体育の授業で大きな声を出すことに、意義があると思いますか」の質問(表5、図5)に対しては、「あると思う」と回答した生徒の割合が全体の42%、「少しあると思う」と回答した生徒と合わせると全体の71%となっており、多くの生徒が集団で大きなかけ声を出すことに意義を感じていることが分かる。理由欄には「体育の授業へのやる気が高まる」、「集団のまとまりができる」、「雰囲気良くなる」等の意見が多く見られた。このことから生徒達は、体育の授業中に大きなかけ声を出すことに、授業に対するやる気を高めたり、雰囲気を良くしたりなどの、心理的な面での意義を良く感じていることが考えられる。

また、「体育の授業中に積極的に仲間へ声をかけることに意義があると思いますか」の質問(表6、図6)に対しては、「あると思う」と回答した生徒の割合が全体の38%、「少しあると思う」と回答した生徒と合わせると75%となっており、多くの生徒が声をかけ合うことに意義を感じていることが分かる。理由欄には、「お互いに高め合うことが出来る」、「周りの人と仲良くなる事が出来る」、「自分では気が付けなかったことに気が付ける」、「コミュニケーション能力の向上」等の意見があった。声をかけ合うことに対して、その意義の捉え方は生徒によって様々であったが、主に技能の向上や仲間との連帯感を育むことに、よく意義を捉えていることが考えられる。

平成24年に文部科学省が作成した、「子どもの体力向上のための取組ハンドブック」にある取組事例校の一つである、群馬県吉岡町立吉岡中学校では、下記の様な取組を行っていた。

(1) 声を出す授業の実践

- ①ウォーミングアップのジョギングでは、いろいろな運動部のかけ声を生徒が選び、毎回変えて取り入れています。新鮮さと部ごとに競うような意識が生まれ、導入から活気が出ています。
- ②あいさつや返事をはっきり大きく、歯切れよくできるようにしています。
- ③毎時間ラジオ体操を取り入れ、一つ一つの運動に合わせて、全員で声を出しながら体を動かします。

(2) 「対話」を重視する授業の実践

- ①運動の専門用語を適時おさえ、専門用語を使った話し合いの充実や友達へのアドバイスができるようにしています。
- ②本時の取組を「自分評価し、新たな目標を立てる(自己との対話)」時間や、「友達を客観的に評価する」時間、「友達といかに関わる(他者との対話) できたか」を評価する時間を確保しています。

2年間（平成21・22年度）の取組による主な成果として、吉岡中学校は、「保健体育1単位時間の始めと終わりの生徒の表情に大きな変化が見られ、運動後は生き生きした表情で仲間と会話する生徒が多く見られました」と報告している。この取組事例からも、体育の授業で大きなかけ声を出したり声をかけ合ったりすることは、生徒のやる気を高める、授業の雰囲気良くする、生徒の連帯感を育む等の効果が期待できることが分かる。さらに、吉岡中学校の取組の様に様々な工夫を施すことで、声を出すことの学習効果を高めることが出来ると考えられる。ただ生徒に大きなかけ声を出させるだけで、楽しく行えるような工夫を施さないと、生徒達は「無理やりやらされている」等と感じ、意欲を失ってしまいかねないため、学校や生徒の実態に応じて、楽しくかけ声を出せるような工夫を行うことが必須であると考えられる。

体育の授業を行う上で最も大切なことは、安全に活動を行う事である。水泳の授業で行うバディシステムでのかけ声や、器械運動や陸上競技の授業で、試技を行う前の安全確認のためのかけ声など、安全管理のために声を出すことが必要になることは多くあると言える。しかし、本研究で行ったアンケート調査では、体育の授業で声を出すことに、安全面の意義を捉えている生徒はほとんどいなかった。防げる事故を防ぐためにも、バディシステムや安全確認のかけ声の徹底は必須であり、その重要性を生徒達もしっかり理解できるように指導を行うことが必要であると考えられる。

陸上競技の投擲種目では、砲丸、ハンマー、円盤を投げる瞬間に声を出すところを良く見かける。剣道では、打突時に打突する部位（メン、コテ、ドウなど）を呼称することが一般的に行われている。北村ら（1981）は、瞬発力を必要とするパワー系のスポーツにおいて、無発声に対し、発声では、最大筋収縮速度が約9%、筋パワーが14.6%増大したと報告している。大きな声を出すことで、神経系における運動制御の抑制レベルをはずし、自分のパフォーマンスを最大限に近づける効果が期待できる。さらに、声を出すことで呼吸が深くなり、心肺機能を高めて集中力、持続力が向上する効果も期待できると述べている。岡島ら（2003）は、かけ声について「掛け声とは、心に油断がなく気力が充実した状態が自然に声になって外にあらわれたものである」と述べている。また、掛け声の目的として「心気力の一致をはかり、打突を正確にさせる」を挙げており、打突時におけるかけ声は打突を有効なものにするための大切な要素と考えることができることも述べている。このような声を出すことの効果を、生徒達が実感できるように指導をしたり、活動の工夫をしたりすることが出来れば、生徒は意欲的に声を出すようになり、生徒の意欲や体力の向上や、活気のある授業作りに繋げられると考える。

(2) やらされると感じてしまう体育の授業

今回 S 中学校で行ったアンケート調査では、「あなたは

体育の授業中に大きな声を出していますか」という質問に対して、「よく出している」と回答した生徒が45%、「少し出している」と回答した生徒と合わせると87%（表1、図1）と、ほとんどの生徒が集団の中で大きなかけ声を出していると回答している。一方で、「体育の授業で大きな声を出すことに、楽しさや気持ちよさを感じますか」という質問に対しては、「とてもそう思う」と回答した生徒が25%、「少しそう思う」と回答した生徒と合わせると55%（表3、図3）と、合計で約半数程度の生徒しか、大きな声を出すことに積極的な意識を持っていないことが分かった。このことから、アンケート調査を行った S 中学校の生徒達は、体育の授業中の集団行動などの際に大きな声を出すように指導をされることに対して、少なからず「無理やりやらされている」というような意識を持っているのではないかと考えられる。アンケートに設けた理由欄にも、「無理やり声を出させられている感じがする」等の意見は多く見られた。大きな声を出すことに意義はあると思うかを問うた質問（表5、図5）では、比較的多くの生徒が、「やる気が高まる」や、「雰囲気が良くなる」等と意義を捉えていたが、大きな掛け声を出すことに対して、「特に何も感じない」や、「成績が良くなるから声を出す」等の意見を記した生徒も多く見られ、このような生徒達も、周りに合わせたり、成績のことを考えているために「無理やりやらされている」と捉えることが出来るだろう。

体育の授業において、生徒に「無理やりやらされている」という意識を持たせてしまうと、体育の授業に面白さを見出せなくなり、生徒の「体育嫌い」に繋がってしまう恐れがある。スポーツ庁による、平成28年度全国体力・運動能力等調査の中の、中学生に対する「保健体育の授業は楽しいですか」という質問では、男子は「楽しい」が49.9%、「やや楽しい」が38.1%で合計88%、女子は「楽しい」が38.8%、「やや楽しい」が44.1%で合計82.9%と、同調査では8割以上の中学生が保健体育の授業が楽しいと感じていることがわかる。一方で、今回アンケート調査を行った S 中学校の生徒達は、「体育の授業は楽しいですか」という質問に対して、「とても好き」が33%、「まあまあ好き」が39%で合計69%となり（表7、図7）、体育の授業が好きだと感じている生徒は7割に満たない結果となった。「楽しい」と「好き」の違いはあるものの、体育の授業に積極的な意識を持っている生徒の割合が、全国調査に比べて S 中学校では低い結果となったのは、体育の授業に「やらされている」というような意識を持っていることが少なからず関わっているのではないかと考えられる。実際、S 中学校の体育の授業では、単元の内容に使う時間が少なくなってしまうと、全員がしっかりと大きなかけ声を出せるまで準備運動や集団走が終わらなかつたり、合図や返事、バトンパス時のかけ声等が小さいと「しっかり声を出しなさい」と注意されたりといった場面がしばしばあり、つまらなそうな様子の生徒が多く見られたように思われる。

また、多くの生徒が集団で大きなかけ声を出すことが出

来ている一方で、「あなたは体育の授業中に、積極的に仲間
に声かけをしていますか」の質問に対しては、「よく出
している」と回答した生徒が16%、「少し出している」と
回答した生徒と合わせると53%（表2、図2）となっており、
自発的に声を出している生徒は多くない。授業中の生徒を
観察していても、授業の最初の集団行動の際は、ほとん
どの生徒が大きなかけ声を出していて、非常に一体感や
覇気のある活動の雰囲気であったのが、授業が進んで、技
術練習、グループ活動、試合などの活動を行う時間にな
ると、応援の声や安全面や運動中の実践面で必要なかけ
声などを積極的に行うように教師から促されても、自ら積
極的に声を出そうとする生徒はあまり見られなかった。上
のことから、体育の学習で活動に取り組むにあたって、生
徒の自主性が不足していると考えられる。この自主性の不
足は普通の体育の授業で、「やらされている」という意識
を生徒が抱いてしまっていることに起因していると考えら
れる。集団行動の中で決まったかけ声を大きく出すように
熱心に指導され、声が小さいとやり直しをさせられるな
どの「やらされる」経験を繰り返すことにより、生徒は自
ら考えて必要な声を出すという事をしなくなっているの
ではないかと考えられる。

研究目的でも述べたように、体育の授業中に集団で大き
なかけ声を出すことには様々な意義があると言えるし、S
中学校の生徒達も、半数以上の生徒が、「やる気が高まる」
、「集団のまとまりができる」等といった意義を捉えて、
積極的に声を出している。しかし、体育の授業は、全員
で大きな声を出して行うものと言うような固定観念に従
って、生徒にただ大きなかけ声を出させるのでは、生徒
は「無理やりやらされている」と感じてしまい、意義ある
活動にすることはできないだろう。ただ声を出させるの
ではなく、何のために声を出すのかも含めて指導を行っ
たり、楽しくかけ声を出せるように、場の工夫やかけ声の
出し方の工夫をしたりすることが必要なのではないかと考
えられる。

また、表4と図4に示してある、「体育の授業中に仲間
に声かけをしたり、仲間から声をかけられたりすること
に、充実感を覚えますか」の質問に対する生徒の回答を見
ると、「そう思う」が30%、「少しそう思う」と合わせると
71%となっており、仲間と自由に声かけをすることに
対しては、教師の指示で集団で大きなかけ声を出すとき
に比べて多くの生徒が積極的な意識を持っていることが
分かった。このことから、教員が指示を出して声を出さ
せるだけでなく、生徒が自主的に声をだし、体育の授業
を盛り上げるように授業の工夫をすることで、生徒のや
る気を高めたり、自主性や連帯感を育んだりする方法も
効果的であると考えられる。

(3) 声を出せない生徒への配慮

本研究で行ったアンケート調査では、全体的に生徒達は
体育の授業中に良く声を出しているというような結果とな

った。授業の観察をしていても、集団行動の中でのかけ
声の迫力は素晴らしかった。しかし、中には全く声が出
せない生徒も存在していた。教師から声を出すように指
導されても、なかなか出すことが出来ずにいた。そのよ
うな生徒達が声を出さない、あるいは出せない理由があ
り、理由に応じた支援が必要ではないかと考えた。

「体育の授業で大きな声を出すことに、楽しさや気持
ちよさを感じますか」という質問に対して、「あまり思わ
ない」、「全く思わない」と回答した生徒の理由欄の
意見には、「息が苦しくなる」、「喉が痛くなる」、「声
が高いので、大きな声を出すのは恥ずかしい」等が多
かった。体力があまり無い生徒にとっては、準備運動な
どをやりながらかけ声を発することは簡単ではないのであ
らう。また、普段から大きな声をだす機会が少ない生徒
は、お腹から大きな声を出すコツなどが分からず、すぐ
に喉が痛くなってしまうのであろう。また、何かしらの
コンプレックスから声を出すことが出来ない生徒もいる
。しかし、体育の授業中は安全確認のためのかけ声や、
チームスポーツを行う際の連携に欠かせない声かけなど、
声を出さなければいけない場面も多くある。つまり、声
を出すことが出来ないこと、運動やスポーツに上手く参
加することが出来ないこともある。そのため、声を出すこ
とが苦手な生徒も必要な場面で声出しができるように、
スモールステップで、少しずつ声を出す努力をしている
のをしっかり認めたり、積極的に声を出している生徒が、
周りの生徒を巻き込めるように工夫をしたりなどの支
援が出来れば良いと考えられる。

木原ら（2016）は鳴門教育大学付属中学校で、剣道
における段階的指導の検討の研究を行い、段階的指導法
の一つとして、「大きな声を出す学習」を行った。具体的
な活動内容は下記の通りである。

- ・2人1組となり、5～6メートルはなれた距離から、1
人は目を閉じ、自分の名前を呼ばれた方向に目をつぶ
ったまま進み、自分の名前を呼んでくれたパートナーと
握手ができた時に目をあけるようにする。みんなで一
斉に行うため、声が小さいと自分の名前が聞こえず、
進むことができない。
- ・さらに次の段階では、片方が体育館のセンターサー
クル内に集合し、目をつぶるまたは手ぬぐいで目隠
しをする。その後、パートナーは体育館の隅に移動し、
遠い距離から名前を呼ぶようにさせる。より大きな声
が出ないと握手することはできないよう設定した。

鳴門教育大学付属中学校の実践内容一部引用

これらの活動を行った生徒達からは、「大声を出すのは
苦手でありイメージはなかったけれど、実際に体験す
るととても楽しかった」、「離れたところから友達の名
前を叫ぶのが1番楽しかった」、「はじめは大きな声
を出すのは恥ずかしかったけれど、やっている内に慣
れた」等の肯定的な意見が多くあり、「大きな声を出す
学習」の導入としては効果的な活動であったと木原ら
は述べている。この事例の

様に、大きな声を出す学習を、意欲的に取り組めるように工夫をしながら取り入れることも、声を出すことが苦手な生徒には効果的ではないかと考える。

(4) 「関心・意欲・態度」の評価について

本研究で行ったアンケートでは、声を出すことの意義を問うた質問に対して、「成績のことを考えて大きな声を出す」というような意見が多く見られた。学校体育授業における「関心・意欲・態度」の評価は、授業中に、児童生徒が積極的に声を出しているかどうか（準備運動の際や話し合いの時間など）に左右されることも考えられる。

中学校学習指導要領解説保健体育編には、第3学年の体育分野における大きく3つに分けられた目標の一つとして、「運動における競争や協同の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画するなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しむ態度を育てる」と明記されている。この目標は、生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎をはぐくむ視点から、競争や協同の経験を通してはぐくむ情意面から見た運動に対する愛好的な態度として、「生涯にわたって運動に親しむ態度」を育成することを目指したものであると書かれており、ここに明記されている内容が、体育の授業における「関心・意欲・態度」の評価の基準になると考えられる。具体的には、「運動独自のルールや仲間を賞賛するなどのマナーを大切にしようとする」、「仲間と助け合ったり教え合ったりする」、「仲間と合意した役割に責任をもって自主的に取り組もうとする」、「仲間の感情に配慮して合意形成を図ろうとする」、「自ら健康・安全を確保できるようにする」などの態度を生徒が出来ているかどうかを評価しなければいけない。

生徒のアンケートの回答では、集団行動の中でかけ声を出すことの意義として、「体育の授業へのやる気が高まる」「集団のまとまりができる」などの意見が多く見られた。仲間への声かけをすることの意義に関しては、「お互いに高め合うことが出来る」「自分では気が付けなかったことに気が付ける」「コミュニケーション能力の向上」などの意見が多く見られた。主に授業の雰囲気作りに関連した意見が多い一方で、授業中の安全や、運動の特性に応じた声だしに関する意見は見られなかった。このことから、生徒達は「仲間と助け合ったり教え合ったりする」ことや、「仲間と合意した役割に責任をもって自主的に取り組もうとする」等を、声を出すことで実践しようとしているが、「運動独自のルールや仲間を賞賛するなどのマナーを大切にしようとする」、「仲間の感情に配慮して合意形成を図ろうとする」、「自ら健康・安全を確保できるようにする」等の態度を、声を出すことの意義と結び付けられていないと言える。そこで、陸上競技や器械運動等を扱う授業で、試技の前に「いきます」等とかけ声を出し安全確認を行わせたり、サッカーやバレーボール等のチームワークが必要になる競技を扱う授業で、大きなかけ声で円陣を行ってやる気を高めたり、運動中に励まし合

いや、指示、助言の声を積極的に出せるように指導をしたりなど、授業で扱う内容に応じて、明確な意義のあるかけ声を行わせるように授業の工夫が出来れば、生徒は自ら声を出すことが出来るようになる。また、その様子を観察することで、公正な「関心・意欲・態度」の評価もできると考えられる。

(5) 研究を通して得た今後の課題

本研究では、体育の授業中の生徒が発するかけ声に着目をしたが、集団行動の意義や、準備運動の行い方等について、さらに研究すべき課題を見出すことが出来た。中学校学習指導要領解説保健体育編にあるように、「能率的で安全な集団としての行動の仕方」を身に付けさせ、学習を円滑に進めるとともに、生徒の規範意識を育むために、集団行動は重要であると言える。しかし、「体育の授業では集団行動をしっかり行うものである」などと言った固定観念から、ただ集合、整頓、列の増減、方向変換などを行わせたり、全員で一緒に準備運動、補強運動、集団走などを行わせたりすることには、あまり意義がなく、生徒も「やらされている」と感じてしまう。例えば授業で扱う運動に必要な準備運動を、経験者の生徒を中心に自由に自分たちで考えて行わせるなど、生徒の実態や授業で扱う内容に応じて、集団行動や準備運動なども柔軟に行うことで、主体的な学びに繋げていくことが出来るのではないかと考えた。今後も体育の授業を行っていく中で、研究を続けていきたい。

6. 引用・参考文献

- 岡嶋恒・館林啓二 (2003) , 剣道における打突時の発声に関する一考察, 釧路論集-北海道教育大学釧路校研究紀要-第35号, P79~P86
- 木原資裕・園山由華・林祐輔・中野竜太郎・堀江修平・金森優太・秋津久範・篠原健真・田村律子 (2016) , 中学校体育授業「剣道」における段階的指導の検討, 鳴門教育大学授業実践研究-学部・大学院の授業改善をめざして-第15号, P123~P131
- 北村潔和・福田明夫・有沢一男 (1981) , 筋収縮速度とパワーにおよぼす「カケ声」の効果, 体育の科学 31, P143~P146
- 栗巣満 (2002) , 日本体育 (身体運動) ・スポーツ再考 VI - 学校教育としての日本体育・スポーツ -, 京都精華大学紀要 第二十三号, P143~P162
- 平成28年度全国体力・運動能力等調査,
http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1380529.htm, 平成29年12月16日参照
- 文部科学省, 子どもの体力向上のための取組ハンドブック, 第3章 I 体育・保健体育の授業を改善するために, P46~P47,
http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/kodomo/zencyo/1321132.htm, 平成30年1月8日参照