

示範が学習者に与える影響に関する研究

—学習者が主体的に課題に取り組むための試み—

篠田 明音 *

(2023年11月15日受理)

Research on the effects of presenting demonstrations on learners
-An attempt to let learners work on tasks with willingness-

Akane SHINODA

キーワード: 示範, 見本, フロー状態, 影響, 学習者

スポーツ指導者の担い手を養成することを目的とする公益財団法人日本スポーツ協会はスポーツ指導者向けにReference Book(以後、「リファレンスブック」と記す)を発行している。この協会のリファレンスブックには、「スポーツ文化を豊かに享受するというすべての人々が持つ基本的な権利を保障するため、ライフステージに応じた多様なスポーツ活動を推進することのできるスポーツ指導者を公認スポーツ指導者として育成し、望ましい社会の実現に貢献する」ことが謳われている。本書には、プレーヤー本人(オリンピックやパラリンピックに代表されるようなパフォーマンスを競い合うスポーツばかりでなく、他者との交流や健康の維持・増進を目的としたレクリエーション的な身体活動やスポーツなど、それぞれのスポーツ実践者を含む)の学びを促すための戦略について、「コーチが教えようとするのがプレーヤーが学ぶことを意味する訳ではないことを大前提に考えておく必要がある。」¹⁾と記載している。この文言はリファレンスブックで繰り返し記載されていることから、強調されているものと筆者は理解している。そして、筆者はこの点において授業における学びも同様だと考えている。学習者の動きには、今日に至るまでの本人の学びが含意されている。特に、動きを伴う活動場面においては、課題に対する取り組み方や思考が学習者の動き(行動・仕草・表情等)となって現れてくる。しかしある時から、筆者が担当している授業における学習者の姿に違和感を抱いた。その違和感に対し、実直に向き合い、自身の教授法について検討を重ね、現在の実践方法に辿り着いた。そこで本稿では、学習者にとってこの教授法が学生の学びに貢献できる可能性を秘めているのか、その価値を見出そうと試みたものである。

I.はじめに

*茨城大学教育学部

授業の教授法は、授業を担当する指導者の性格的特性や特異な特徴、そして指導すべき内容に応じて、多種多様な方法が存在することは了解しているものの、優れた指導者により展開される授業では、学習者の課題意欲は向上し、その学習効果は指導者の想定範囲を軽く超えてくる。筆者は、学生時代から動きを伴う授業（以後、「実技授業」と記す）を数多く受講してきた。実技授業を担当する指導者たちは自ら、あるいはTAが示範（以下、「見本」）をしており、筆者は授業において指導者が見本を行うことは授業の構成の一つとして必須のものであると理解していた。しかし一方で、どんなに高度な見本を示せたとしても、観察者ができるようにならないことを経験的に知っていた。このことを金子²⁾は、「上手な示範は大切ですが、それが実際に自分が覚える課題だと、「できそうな気がしない」遠い存在となってしまいます。」と述べている。大学の授業には、運動経験も年齢も、選修も異なる学生が集う。このような状況下で、実技授業を担当する指導者は、開始時に何らかの「健康観察」を行っているのではないだろうか。その方法は指導者の数だけ存在すると理解しているが、筆者は「両手・両足を床に着き、お尻を天井に近づける」この課題を毎年受講者に提案し、その課題に取り組む学習者の姿から「健康観察(自重を四肢で支えることができるか、痛めている部位はないか、これから取り組む活動に最低必要な身体の動かし方ができているか等)」を行ってきた。しかし、ある時期から学習者の態度に違和感を抱いたのである。その違和感に対し、実直に向き合い、自身の教授法について検討を重ね、現在の実践方法に辿り着いた。すると、同一課題に取り組む学習者の姿に個性(同一の形ではない、個性とも取れる異なる回答の多様性)を見出すことができたのである。

II. 研究目的

筆者は日頃から「学習者に見本を示す」教授法により授業を行っていたが、学習者に対し「できない」気持ちを発生させることはできても、「私にもできるかな」「やってみよう」と、これまでできなかったことに対し期待に胸を膨らませて「主体的に取り組む態度」を出現させることはできないことに違和感を抱いていた。しかし、教授法を変更した結果、学習者が課題に取り組む態度に変容を観ることができたのである。そこで本稿では、学習者の態度に抱いた違和感の要因を探り、改善する中で辿り着いた教授法が、学習者の学びに貢献できる可能性を秘めているのか、評価することを目的とした。

III. 研究方法

1-1. 対象授業および対象者(分析対象)

令和5(2023)年度前期にI大学で行われたオムニバス形式の授業「保育内容の指導法(健康)」を受講していた大学4年生(教育実践科学コース・特別支援教育コース・数学選修・音楽選修・美術選修・家庭選修)計18名を対象者とし、授業終了後、アンケート(forms)に回答してもらった。質問項目は1-3の通りである。自由記述内容については、やまだのいう「それらがいかに深く、社会・文化・歴史的な文脈と結びついているか」という見方を根底においた学問³⁾である質的心理学的視点に立ち、分析していく。

1-2.授業実践者および Forms アンケート作成者

I 大学保健体育教室に在籍する女性教諭。

1-3.質問項目(Microsoft Forms を使用し、以下の設問を設定した)

保育内容の指導法(健康)_質問紙(学校体育授業場面について)

設問 1.先生が見本を示す時、やらねばならない課題だと理解している。(はい・なんとも思わない・いいえ)

設問 2.見本が自分の身体に合っていないなくても、なるべく見本に近づけようと努める。(はい・どちらとも言えない・いいえ)

設問 3.どう努めても見本に近づけなかった時、貴方はどう対応しますか？具体例を一つ以上あげてください。(自由記述)

設問 4.先生が見本を示した時、その動きにどのような意味があると考えますか？貴方の考えを教えてください。(自由記述)

設問 5.見本を示されないまま、言葉に耳を傾け課題に取り組んだことはありますか？(はい・いいえ)

設問 6.前の設問で、「はい」と回答した人に質問です。その授業の詳細を教えてください。運動領域や授業場面(自由記述)

設問 7.«適当(適して当たっている)な示範», «適切でない示範»について、思い当たる場面を貴方の経験も踏まえて教えてください。(自由記述)

設問 8.本時に行った«両手・両足を床に着け、お尻を天井に近づける»課題は貴方にとってどのような課題でしたか？気づいたこと等も含めて教えてください。(自由記述)

1-4.導入場面で実施した課題内容及び課題設定の意図

授業の単元構成は、「はじめ(導入)」「なか(展開)」「まとめ(整理)」である。大学の授業では、初回の授業に必ず「シラバスを用いたガイダンス」を実施する必要があることから、翌週に計画されている実技を伴う最初の授業では、授業開始時に受講者の<今・ここ>の状態を把握することが安全に授業を進める上で欠かせない。よって、筆者が担当する実技授業では課題として「両手、両足を床に着き、お尻を天井に近づける」を提示している。この課題に取り組む態度から、受講生のこれまでの経験により得ている感覚(腕支持感覚や逆さ感覚)等を個人レベルで把握している。

2.結果(Forms アンケート)

3-1.考察その 1.指導者の見本が学習者に与える影響について(設問 1~4 から)

3-2.考察その 2.複数の情報を頼りに課題に取り組む学習者の実態(設問 5~7 から)

3-3.考察その 3.«両手・両足を床に着き、お尻を天井に近づける»課題を提案する意図とその価値

3-4.考察その 4.課題に取り組みながら変化した学生の姿(態度)について(設問 8 から)

4.まとめ

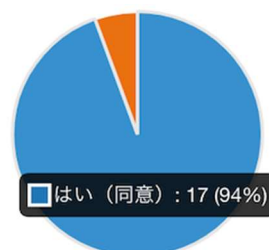
5.今後の課題

IV.結果(Forms アンケート)

設問1.先生が見本を示す時、やらねばならない課題だと理解している。

(はい・なんとも思わない・いいえ)

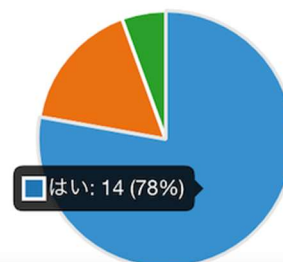
● はい(同意)	17
● なんとも思わない	1
● いいえ(反対)	0



設問2.見本が自分の身体に合っていないなくても、なるべく見本に近づけようと努める。

(はい・どちらとも言えない・いいえ)

● はい	14
● どちらとも言えない	3
● いいえ	1



設問3.どう努めても見本に近づけなかった時、貴方はどう対応しますか？具体例を一つ以上あげてください。(自由記述から抽出)

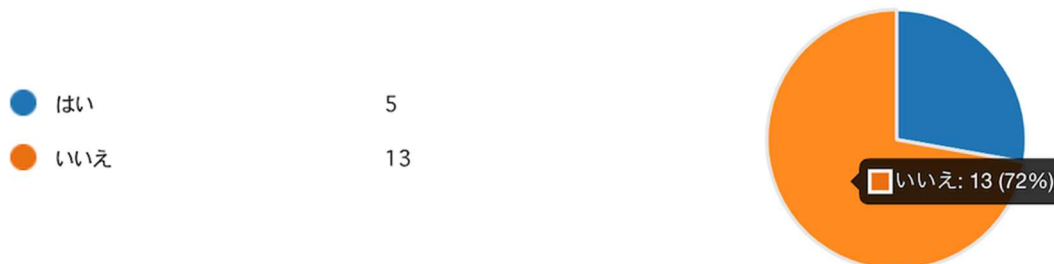
自分のできる範囲までやってみる。
先生の見本の腕のみ、足のみといった一部分のみを近づけようと挑戦してみる。
自分でできる限りの見本に近づけた行動をする。
自分の身体に合わせて、できるだけ近い体勢を取り、見本に近づける。
自分のできるところまで頑張る。

設問4.先生が見本を示した時、その動きにどのような意味があると考えますか？貴方の考えを教えてください。(自由記述から抽出)

やり方の例示。
動きをイメージしやすくする意味がある。また、どのように動けばよいか分かりやすい。
目の前で前後左右から見るができるため、どのように動けばよいか分かりやすい。
その動きを参考にすることが出来る。
子どもが今から何をしたら良いのか戸惑うことがないようにする意味があると考える。
見本を示すことで、児童生徒が動きやすくなったり想像しやすい環境を作ることができる。
その見本の動きには目的があると考える。
これからみんなでその動きをやるということ、真似してほしいという意味があると考える。

学習者がイメージしやすくなる。
児童生徒の体の動かし方の見本となること。
動きのやり方や過程, 動きの完成系を見せるため。
子供が活動に取り組みやすくなる。

設問 5.見本を示されないうまま、言葉に耳を傾け課題に取り組んだことはありますか？ (はい・いいえ)



設問 6.前の設問で、「はい」と回答した人に質問です。その授業の詳細を教えてください。運動領域や授業場面(自由記述から抽出)

創作ダンスをする授業では、見本は示されずグループを組んで、曲選びや振り付けをすべて自分たちで行ったと記憶している。
水泳の泳ぎ方。
水泳の授業で、クロールや平泳ぎの見本がないまま泳がされた。側転をしなければならない授業で、お手本がなかった。
ボールゲームの授業において、ゲームの展開の仕方について、口頭のみでの説明をされた際に理解しにくく、次の行動のとり方について困惑した記憶がある。

設問 7.「適当(適して当たっている)な示範」,「適切でない示範」について、思い当たる場面を貴方の経験も踏まえて教えてください。(自由記述から「適当な示範」と「適切でない示範」の内容別にご抽出した文章)

適当な(適して当たっている)示範
あくまでも一連として体の使い方を紹介する示範である。これができる人もいるけどこのような形、型もできるよ、のようなもの。
危険な例や惜しいミスを先生が例示していた。正しい例を見せられるよりもわかりやすかった。
子どもたちの動きを観察し、子どもたちの様子にそって示範を変化させていくことが良い示範である。私の能力に合わせて簡単な方法を提案して示してくれた。
動きの仕方がわかると同時に、一人一人動き方は異なるため、違いがあることを伝えられているのが適当な示範。
見本と同じようにできていて、留意するポイントが見て分かりやすいものであると考える。
言葉と動きや図のいずれか一つで説明。
いくつかの見本を見せることやできている子に対して褒めること。

実際にお手本を見せてくれて、どのようなポイントに気をつければできるのか教えてくれるもの。
具体的な説明とイメージしやすい写真やイラストがある。
実際に体を動かす。ひとりひとりに助言をする。
具体的にどのような位置を動かすと達成することができるなどコツを詳しく教えてくれたこと。
動きのポイントやコツを言葉で説明しながら行ったり、ゆっくりわかるように行うことだと思う。
目標のレベルに合わせて、分かりやすく示すものであると考える。
動きとともに体のどの部分をどのように動かすのか、似ている日常的な動きも使いながら具体的に言葉での説明もあるもの。

適当でない示範
これが正しい形だとして紹介するもの。動作の工夫の仕方を全て行ってしまう示範。考えるという機会がなく、答えを提示してしまうと、やらされている感が増した。
できていない生徒を前に出させ実際に動き(スポーツ等)をしてもらい、「これは良くない例だね」と言ったこと。先生が良い例も良くない例も示すことは良いと思うが、できていない生徒にはできていない理由もそれなりにあると思うので、人前で疲労させるようなことは良くないと思った。
その動きが苦手な子に対しても一定の示範を継続して示すこと。
全ての人に全く同じ動きを強制的に求めること。私は部活動で行ってきたバドミントンで、理想とするフットワークに無理やりにも近づけようと体の大きさや柔軟さが異なることがあるのに求められたことがある。
見本のようにうまくできておらず、動きが小さくてポイントがわからないものであると考える。
一つしか見本を見せず、できない子に対して否定的なことを伝えること。
実際にお手本を見せずに言葉で説明されるもの、あるいは説明がなく、周りの人を見ながら真似て行わなければならないもの。
示範してくれた先生が、先生のしてくれた説明と異なる動きや先生自身が意識できていないということがあった。
言葉のみで、イメージしにくい示範です。
言葉だけの指示。イメージしにくい難しい言葉がつかわれている指示。
動きの見本は見せても具体的にはどこを動かすとできるようになるのか細かい部分での説明がされていなかったこと。
動きだけ見せたり、流すだけで動きがあまりわからないことだと思う。
動きの見本のみで「こんな感じ」というような体の動かし方が具体的に伝えられない示範。

設問 8.本時に行った「両手・両足を床に着け、お尻を天井に近づける」課題は貴方にとってどのような課題でしたか？気づいたこと等も含めて教えてください。(自由記述)

からだ固い自分にとってはきつい課題だった。体を実際に動かすことと同時に頭も使っていた。体を故意的に動かすときには、頭も働いていることにあらためて気づいた。どうしたらその動作に近づけるのか、ということを考えて体を動かしている風を感じた。

自分の体の硬さを実感したと共に、表し方は何通りもなる面白さに気づかせる工夫が大切だと思った。
楽な姿勢を探すことを無意識的にしていたため、前後に足や手を広げることを指示しており驚いた。
両手・両足を着けたまま、と聞くと、柔軟性が重要であると考え、柔軟力が乏しい私にとって苦手な認識があった。実際に行ってみると両足を開いてみたり、両手を前に動かしてみたりといった動きの工夫をすることによって、自分にとって比較的楽な姿勢をつくることができた。また、足の位置についても、足を全体的に付けることは難しい印象があったが、向きを変えることによって、自分の柔軟力がある部分を生かした体勢をとることができることに気づいた。
体が固く、床につけようとするとうらはぎのうらが痛くなってしまうこと。体の柔軟性が足りていないことに気づけた。
どうしたら課題の動きができるか少しずつ手や足の位置を変えることが大事だと気づいた課題だった。身体能力が高くないとできない課題ではなく、少しの工夫で取り組めるものだったと感じた。
凄く痛くて、いつも伸ばさない太もの裏が伸びている感じがしました。それと同時に自分の体でも使っていないところがあり、全身を動かすことは意識しないと難しいということがわかりました。
身体が硬く、脚が伸びず、両手を床に着けるのが大変だった。両手で体重を支えることを普段やらない為、腕が震えた。
授業の中で出てきた体験させたい運動の基礎感覚①の逆さ感覚、③腕支持感覚、⑤柔軟性、⑥バランス感覚・定位感覚を体験させるものであったと思う。お尻を天井に近づけることで頭が腰より低くなり逆さ感覚を体験することができ、両手両足を使い一定の格好を保つことで、③腕支持感覚、⑤柔軟性、⑥バランス感覚・定位感覚を体験することができる。
私は体が硬く、柔軟性にかけているので始めはとも辛かった。しかし、足を置いている位置を広げたり、身体の位置を変えたりして工夫するうちに、自分にとって楽な姿勢でできることがわかった。
自分の身体の柔らかさやかたさ、可動域などについてあらためて認識する機会であった。私は足首を含め身体が柔らかいわけではなく、また、幼い頃から背が高かったため、自分の身体について十分に把握できていないまま成長してしまった。幼い頃から自分の身体について理解し、柔らかさや筋力などを鍛えていくことの大切さを実感した。
自分の体を手で支えられるように体の使い方を身につける課題だと考えました。転ぶときに手を前に出なかったり、自分の体を支えることができなかったり、どういう転び方をしたら怪我が少ないのかなど、瞬時に対応できないと大きな毛げに繋がると考えたため、このような体の使い方を身につけられるようになることで、自分の体を支え、自分を守るための能力を身につけられるのではないかと考えました。
はじめは、身体を支えている足が辛く難易度が高いように感じた。しかし、先生のアドバイスであしを広げてみたり、身体を捻ってみたりすることで、それまでの辛さがなくなり簡単になった。必ず示範通りに行なわなければならないというわけではなく、自分に合わせて動くことで、自分の体のことも知る気かけになると思った。
私は身体が硬い方なので、膝も曲ってしまうしこれではダメだなと感じていました。ですが、先生が一番楽な位置に手を置いたり、足を動かしたりしていいと言うことをおっしゃってくださったおかげで私も辛い気持ちにならずに体を動かすことができるのだと実感しました。

最近の活動では、逆さ感覚を駆使する動きをすることがなかったので、非日常的な課題であった、手に重心を乗せることがあまりないと先生が仰っていたが、納得した。腕の筋力が低下していると感じた。
初めは身体の柔軟性が必要な課題であると思い込み体の硬い私にとって難しい課題だと感じたが、そうではないと気づき手や足の位置を変えると誰にでもできる課題だったのだと思った。人によって手や足の位置、開き方などが異なるが一つの同じ課題を遂行しているということが面白かった。
最初は難しかったが、先生の助言や周りの学生の様子をみながら自分のやりやすい形ができた。「人によって体の使い方が異なり、周りと同じ出なくて良い」ということを伝えてもらえると、焦りが無くなって気持ちが楽になると共に、自分にとってやりやすい形を発見しやすかった。
体の使い方を意識することができた。少しの身体の使い方のちがいで楽になることがあって驚いたし、人によって楽な体の使い方が違うということもわかった。

V-1.考察その1_指導者の見本が学習者に与える影響について(設問1~4の回答から)

指導者が提示する見本は学習者にとって「やらねばならない課題」であると理解している学生は94%だった。また、見本が自分の身体に合っていない場合でも、なるべく見本に近づけようとする学生は78%だった。(設問1, 2)これらのアンケート結果から、指導者が示す見本は、学習者にとって多大な影響を与えることが明らかとなった。設問4の「指導者が見本を示したとき、どの動きにどのような意味があると考えますか?」の問いに対し、学生から「今から何をしたら良いのか戸惑うことがないようにする」「児童生徒が動きやすくなったり想像しやすい環境を作ることができる」等、学習者がこれから取り組む課題について、参考にすべき内容を含意した目指すべき例として見本を理解していた。そのため、学生たちは、示された見本は最低限やらなければならないと判断し、「自分のできるところまで頑張る」「自分の身体に合わせて、できるだけ近い体勢をとり、見本に近づける」ことに努め、行動していた(設問3)。

以上のことから、指導者が示すその見本には、学生に「やらなければならない」と思わせるだけの影響力があると分かった。その影響により、学生は自分の身体に柔軟性の無いことを自覚していながらも、指導者が示す見本の動きに近づけようとする様子が容易に理解できた。

V-2.考察その2_複数の情報を頼りに課題に取り組む学習者の実態(設問5~7の回答から)

設問5「学生らは見本を示されないまま、言葉に耳を傾け課題に取り組んだことがありますか?」に「いいえ」と回答している学生は72%だった。「はい」と回答した学生に、その運動領域や授業場面を確認してみると「創作ダンス」、「器械運動」、「水泳」、「ボールゲーム」(設問6)を挙げていた。また、設問7で「適切な示範」についての自由記述を確認すると、「言葉だけの指示ではイメージしにくい」、「動きの見本のみで流すだけで具体的な体の動かし方が具体的に伝えられない示範」、「実際にお手本を見せずに言葉で説明されるもの、あるいは説明がなく、周りの人を見ながら真似て行わなければならないもの」が主に挙げられた。以上のことから、学生らはこれまで言葉から動きのイメージを掴む機会に馴染みがないことが

推察された。また、指導者の言葉、見本に限らず、周囲の人の動き等複数の情報を頼りにこれから取り組む課題について理解しようとする学生の姿が浮き彫りとなった。言い換えれば、学生は周囲からの情報に目や耳は向けているが、自分の身体には耳や目を向けていないことが明らかとなった。

V-3.考察その3「両手、両足を床に着き、お尻を天井に近づける」課題を提案する意図と価値

「両手、両足を床に着き、お尻を天井に近づける」この課題は、学習者の身体知(新しい出来事に対して適切に判断し解決できる身体知)を把握し、今できる能力を把握する為に適した課題だと筆者は考えている。よって、体全体を移動させるような複雑な課題は技能が必要であること、怪我を負うリスクがあることから避け、その場で体重移動をする程度で怪我を負うリスクが低い課題が適当だと考えた。この課題に取り組む学習者の動きには「両足に体重を乗せたまま、肩に体重を乗せられない(乗せようとしない)」、「自重を支える肩の筋力が弱く、姿勢を維持できない(疲れて座り込んでしまう)」、「柔軟性が求められている課題だと思いつき、「痛い」と言いながら痛みを感じる動き方をする」等の姿が観られた。「お尻を天井に近づける」ことを学習者に伝えると、それまで肩に体重を乗せられずにいた学習者も、四肢で自重を分散しバランスを取ろうとする。その際、自分の身体と相談して意識的に手や足の位置を移動させられる学習者、無意識の内に手や足の位置を移動する学習者、自分の身体と相談できずに動けずにいる学生とに大別される。天井にお尻を近づけられるこの活動を思いついた当初筆者は、見本を示しつつ口頭での説明を同時進行で行っていた。学習者の活動は筆者が見本を示した後にしか行われず、それも全て、見本に近づけようとした動きしか確認することができなかった。筆者は、同一の性格の人間がいなくて同様に、身体の使い方(身体知)が全く同一の人間はいないと考えている。しかし、学生にとって指導者の見本は、「模倣すべき(あるいは、しなければならない)動き」と判断されていた様である。このことに気づいてから、筆者は見本を示すことなく、口頭のみで指示を行う様になった。それは、見本を模倣するのではなく、自分の身体と相談した上で自分の身体に適した動きを発生させてもらいたいという考えからである。この方法によって、学習者から表現される動きは個性的なものへと変容していった。指導者と学生の経験知や身体能力は異なる。そのため、指導者は最善の注意を払って課題を選定した上で提案しなければならないことは言うまでもないが、指導者から学習者に対し、事前に「見本とは、あくまで一例である」ことを説明した上で、学習者自身が自分の身体に適切か否かを判断しながら自分の身体に責任を持ち安全に活動(行動)することを最優先に指導する必要があることを再認識した出来事であった。マイネル⁴⁾は、「“良い姿勢”というものはその概念がそんなに正確になっているわけではないが、“鋳型化”された運動形態を通して教え込むことができない。良い姿勢は、しばしば長期にわたる苦勞を伴った、多角的な身体の陶冶の結果であり、常に意識して姿勢を教育していく所産なのである。」と述べる。指導者の見本は鋳型化されているわけではない。目の前にいる学習者に対し、示す方法を変化させ、伝えやすい方法を探りながら行われるべきである。これと同様に、学習者の動きも鋳型化されているわけではない。これまでの経験や学び、気づきによって、学習者の動きは日々変化し続けていくものである。よって、自分の身体にあった動きを自分の身体と相談し生み出していくことができるこの教材は、変わりゆく時代に求められる人間力を育む為に必要な能力を育成する教材になり得ると筆者は考えた。

V-4.考察その4 課題に取り組みながら変化した学生の態度(姿)について(設問8の結果から)

杉山⁵⁾は心理学における「態度」について「様々な対象に対する、個人の一貫した一定の反応傾向などと定義されている。」と説明しており、また「態度は、経験を通じて形成されるものである。」としている。本時に行なった「両手・両足を床に着け、お尻を天井に近づける」課題は貴方にとってどの様な課題でしたか？(設問8)に対し、18人中11名(61%)の学生が、「身体の柔軟性が必要な課題である」と活動に取り組みながら認識していた。しかし、活動する中で筆者から「自分の身体と相談し、やりやすいように動く」ことを説明したことを契機に学生の活動に対する態度は変容していった様である。その様子は、「先生のアドバイスで足を広げてみたり、身体を捻ってみたりすることで、それまでの辛さがなくなり楽になった。」「足を置いている位置を広げたり、身体の位置を変えたりして工夫するうちに、自分にとって楽な姿勢でできることがわかった。」と回答していた。学生らは活動した直後は、柔軟性が求められる課題だと認識していたが、最終的には「体の使い方を意識することができた。少しの身体の使い方の違いで楽になることがあって驚いたし、人によって楽な体の使い方が違うということもわかった。」「足を置いている位置を広げたり、身体の位置を変えたりして工夫するうちに、自分にとって楽な姿勢でできることがわかった。」「人によって体の使い方が異なり、周りと同じでなくて良いと言うことを伝えてもらえると、焦りがなくなって気持ちが楽になると共に、自分にとってやりやすい形を発見しやすかった。」と述べ、自分の身体にとって動きやすい動かし方を積極的に探し出そうとする態度がアンケートから、また課題に取り組む様子からも観てとれた。さらに、同一の課題に取り組みながらも、自分にとってやりやすい形があることに気づき積極的に活動している様子が観てとれた。当初の課題に対する印象「柔軟性が求められる課題」が、取り組みにより「身体能力が高くないとできない課題ではなく、少しの工夫で取り組めるものだったと感じた」と学生らの態度は変容していた。杉山⁶⁾は、「スポーツに対する態度も、様々な要因によって変容することがあるが、その要因の一つとして「楽しさの経験」があると考えられている。」とし、「フロー」状態を挙げ、「フロー状態は、自分の技能レベルと課題の難易度が上手くマッチしたときに生じると考えられている。」と説明している。杉山の言葉を借りれば、学生らは、フロー状態にあったと認識することができた。また、指導者の見本について「必ずその通りに行わなければならないというわけではなく、自分に合わせて動くことで、自分の体のことも知るきっかけになると思った。」とその認識を改める学生も授業後のアンケートより確認された。設問7で「適切でない示範」について、思い当たる場面を貴方の経験も踏まえて教えてください」に対して、「これが正しい形だとして紹介するもの。動作の工夫の仕方を全て行ってしまう示範。考えると言う機会がなく、答えを提示してしまうと、やらされている感が増した。」「全ての人に全く同じ動きを強制的に求めること。」を挙げていたことから、見本は目標とすべき動き方であることは認識しつつも、その見本を理解し、その見本を行う学習者の取り組み方によってその動き(形)は必ずしも同一ではないと理解していることを再確認できた。

VI.まとめ

筆者がこれまで行ってきた「学習者に見本を示す」教授法では、学習者の「できない」気持ちを発生させることはできても、「私もやってみたい」「私にもできるかも」と、これまでできなかったことに挑戦したいと期待に胸を膨らませて課題に取り組む前向きな気持ちから行動を発生させることはできずにいた。そこには、学生が今日に至るまで言葉で説明された内容から動きのイメージを掴む機会に馴染みがなかったことが要因のひとつとして挙げられた。このことにより学生は、目と耳でこれから取り組む課題に関する情報を得ることになる。指導者の言葉、見本、周囲の人の動き等複数の情報を頼りに理解しようとするあまり、学生は周囲の情報に目や耳は向けているが、自分の身体が感じている情報には耳や目を向けていないことが明らかとなった。しかし、本稿で紹介した教授法「見本を示さず、言葉のみで伝える」この方法により、学習者は「できない」気持ちを必要以上に膨らませることなく、課題に取り組むことができていた。それは、授業後のアンケートによって得られた「人によって体の使い方が異なり、周りと同じでなくて良いと言うことを伝えてもらえると、焦りがなくなって気持ちが楽になると共に、自分にとってやりやすい形を発見しやすかった。」との回答からも理解できた。何となく快適で、上手くいっていたというような状態は「フロー状態」とされ、学生らにとって、今回提示した「両手・両足を床に着いて、お尻を天井に近づける」課題が大学生にとって適当な課題であったと理解できた。その結果、学生たちは、私だったらどんな動きができるだろうかと他人と自分を比べるのではなく、今の自分と比べること、つまり「自分の身体と相談して行動を起こす」ことができていた。また、答え(動き方や形)は人の数だけ存在すること、つまり「みんな違ってみんないい」ことを経験的に学んだことにより、与えられた課題に対し「主体的に取り組む態度」の変容を起こすことができていたと結論づけた。

VII. 今後の課題

本稿では、大学生に対し「両手・両足を床に着け、お尻を天井に近づける」課題により、「主体的に取り組む態度」の変容を起こすことができた。今後は、大学生のみならず、さまざまな校種で同一の課題を提示した場合、学習者の反応に違いが現れるものか、どのような効果が得られるのか、引き続き研究を進めたい。

注

- 1) 伊藤雅充・菊幸一・菅原哲朗・大橋卓生・多賀啓『Reference Book』(公益財団法人 日本スポーツ協会, 2019), 15 頁.
- 2) 金子一秀『スポーツ運動学入門』(明和出版, 2015), 160 頁.
- 3) やまだようこ「質的心理学とは」『質的心理学の方法-語りをきく-』(新曜社, 2007), 13 頁.
- 4) クルト・マイネル著, 金子明友訳『マイネル スポーツ運動学』(大修館書店, 1981), 279 頁.
- 5) 杉山佳生「16 スポーツとパーソナリティ・態度・楽しさ」徳永幹雄編『教養としてのスポーツ心理学』(大修館書店, 2005), 198 頁.
- 6) 前掲書 5), 199 頁.