

中学生を対象とした「課題ゲーム」を用いた
サッカー授業の成果について
—体力向上も目指して—

田 中 讓*・松 田 光 弘**
渡 邊 健 一***・後 藤 幸 弘****

Report of the results of a soccer lesson using a “task game” for
junior high school students:
With a focus on improving physical fitness

TANAKA Yuzuru*
MATSUDA Mitsuhiro**
WATANABE Kenichi***
GOTHO Yukihiko****

Abstract

The author examined the lesson in the soccer curriculum for junior high school sophomores (second year), which placed at the core of the learning content a “task game” providing a mechanism to attack the task. As a result, this proved to increase emotional commitment and physical fitness.

However, it was not possible to consider the cognitive aspect, and in this regard, verification of conscious teaching methods in a class becomes necessary. In addition, although a half-court game was set as a class objective, based on the students’ learning during the course, a suggestion is made to replace the core class objective in a curriculum with a “kick-line port ball” task.

Keywords : junior high school sophomore, shuttle run test, attitude measurement

平成27年11月24日 原稿受理

*大阪産業大学 人間環境学部スポーツ健康学科教授

**プール学院大学

***大阪府立山田高等学校

****宝塚医療大学

キーワード：中学2年生男子，シャトルラン，態度測定

I. はじめに

筆者は、戦術が頻出する仕組みを持つサッカー「課題ゲーム」を用いた小学校から中学校までの9年間の義務教育段階のカリキュラムを前回提案した¹⁾。すなわち、子どもが授業を通してサッカーを好きになり、身体運動文化を主体的に享受、的確な判断に基づく行動がとれ、体力も高まることが可能となるカリキュラムを示した。

本研究は、提案したカリキュラムのうち中学1・2年生を対象としたものについて、その有効性を検証したものである。

II. 方法

1. 対象

O市T中学校2年生（男子40名）を対象に、経験年数2年の男性教員が12時間の授業を平成26年10月から12月にかけて行った。

2. 単元カリキュラムと用いた「課題ゲーム」

図1は、単元カリキュラム，図2は用いた「課題ゲーム」である。しかし実際の授業は行事などの関係で11時間しか実施できず、ゲーム大会は割愛した。

図2のa「8の字ドリブル」は、3mの間隔で設置したコーンの間をドリブルで回るも

| 学年 | 時間 | 授 業 時 間 (分) | | | | | |
|---------|----|---------------------|-------------------------------------|--|---|---------------------|-----------------------------------|
| | | 10 | 20 | 30 | 40 | 50 | |
| 中学校1・2年 | 1 | オリエンテーション | | | | | |
| | 2 | ボール リフティング 2分 | ソール ドリブル サッカー ゲーム時間 60秒 | キックラインボートボール ゲーム：7分、休息：2分 3セット (30分) | | ま と め (5分) | |
| | 3 | | | 8の字 ドリブル 30秒 | サイドゾーン付きハーフコートミニゲーム (サイドマン固定型) ゲーム時間：7分 休息時間：2分 3セット (30分) | | シュートゲーム ゲーム時間：7分 1セット (10分) |
| | 4 | | | | | | |
| | 5 | 3セット (8分) | ゲーム時間 90秒 | ゲーム時間 7分、休息：2分 2セット (18分) | | | |
| | 6 | | | | 3セット (7分) | | ゲーム時間 90秒 |
| | 7 | 3セット (7分) | ゲーム時間 90秒 | ゲーム時間 7分、休息：2分 2セット (18分) | | | |
| | 8 | | | | 3セット (7分) | | ゲーム時間 90秒 |
| | 9 | 3セット (7分) | ゲーム時間 90秒 | ゲーム時間 7分、休息：2分 2セット (18分) | | | |
| | 10 | | | | 3セット (7分) | | ゲーム時間 90秒 |
| | 11 | 3セット (7分) | ゲーム時間 90秒 | ゲーム時間 7分、休息：2分 2セット (18分) | | | |
| | 12 | | | | 3セット (7分) | | ゲーム時間 90秒 |
| | 13 | 3セット (7分) | ゲーム時間 90秒 | ゲーム時間 7分、休息：2分 2セット (18分) | | | |
| | 14 | | | | 3セット (7分) | | ゲーム時間 90秒 |
| | 15 | 3セット (7分) | ゲーム時間 90秒 | ゲーム時間 7分、休息：2分 2セット (18分) | | | |

図1. 単元計画

中学生を対象とした「課題ゲーム」を用いたサッカー授業の成果について一体力向上も目指して一（田中・松田・渡邊・後藤）

ので、中間点、コーンを通過すると1点ずつ加点し、1周すると4点となる。「ズレを作り突く」というサッカーの戦術課題を解決するための個人技術の習得を目的としたドリルゲームである。b「ツーゴールドリブルサッカー」は、5m四方のコートの中でドリブルで相手をかまし、自陣のゴールである二つのコーナーにボールを置けば得点となるゲームである。「8の字ドリブル」で習得したドリブル技術を活用するものである。「ボールリフティング」「8の字ドリブル」「ツーゴールドリブルサッカー」とも、技術習得もかねたスキルウォーミングアップ^{注1)}として用いた。cは、「キックラインポートボール」と名付けた「課題ゲーム」で、ゴールゾーンに配置されたゴールマンにパスが通れば得点となる

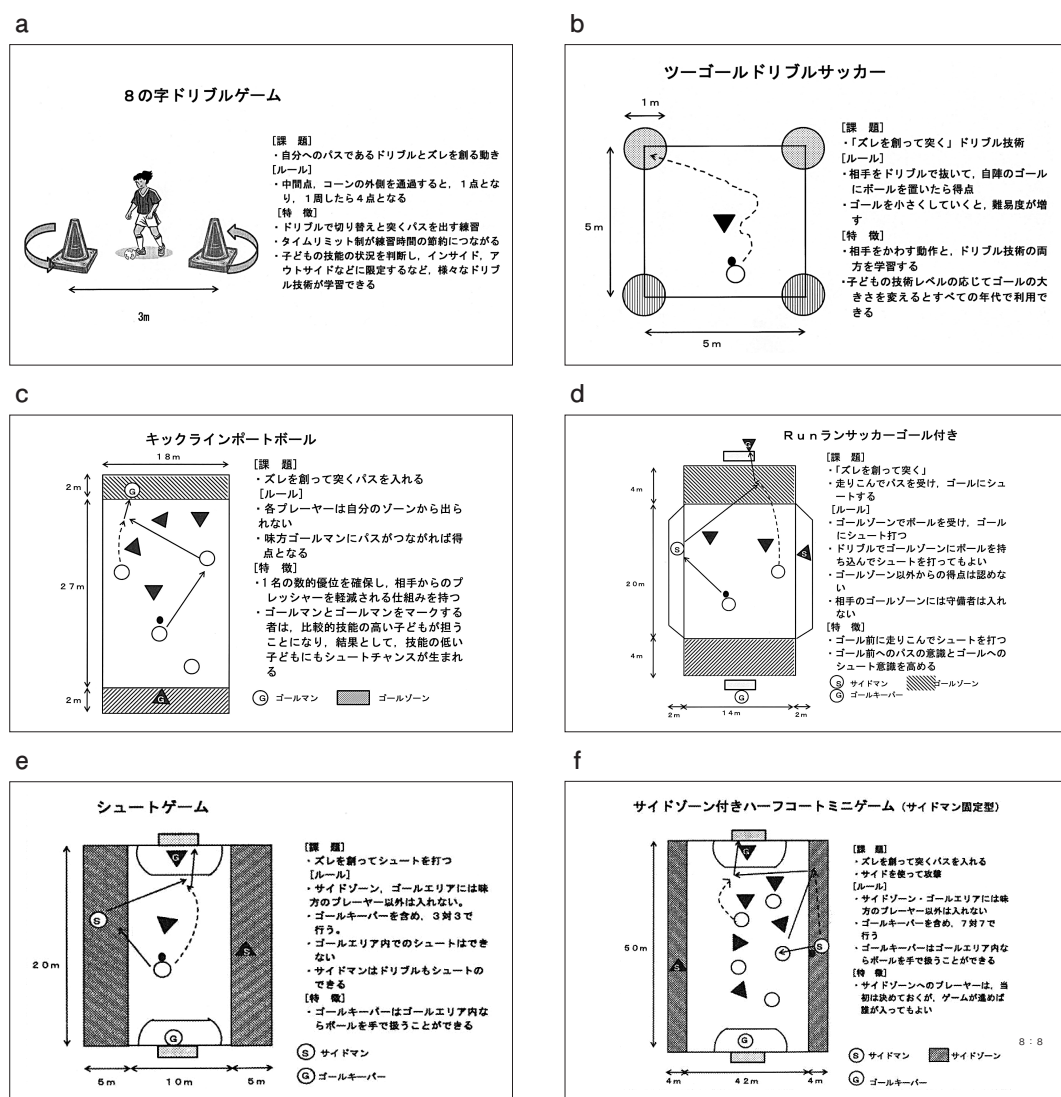


図2. 用いた「ドリルゲーム」と「課題ゲーム」

ゲームである。ゴールゾーンにはフィールドプレーヤーが入ることができないため常に攻撃側に1名の数的優位を確保し、その結果、「ズレを作って突くパスを入れる」という攻防相乱型シュートゲームの攻撃戦術課題の学習に特化したゲームである。dは「Runランサッカーゴール付き」と名付けたもので、防御ラインを突破してスルーパスを受ければ得点となるゲームにゴールを設置し、シュート技術の習得も企図したものである。eの「シュートゲーム」はサイドゾーンを設け攻撃側の数的優位を保証し、サイドからの攻撃を導きやすくしたものである。fの「サイドゾーン付きハーフコートミニゲーム」は7対7で行い、サイドゾーンによって「攻撃は外から」、「守備は内から」の戦術を学ばせようとするものである。これらの「課題ゲーム」の学習によって学習指導要領²⁾が求めている義務教育の最終段階で得意なスポーツを身につけることができるという目標に配慮したものである。

3. 学習成果の測定

体力的側面は、20mシャトルランを単元前後に記録した。技能的側面では8の字ドリブルテスト得点(30秒間)とボールリフティング回数(60秒間)を個人的技能として、集団的技能では、4時間目の「キックラインポートボール」、9時間目の「Runランサッカーゴール付き」、11時間目の「サイドゾーン付きハーフコートミニゲーム」についてVTRに撮影し、攻撃完了率、仲間との関わり率、連携シュート率³⁾を集団的技能として記録した。情意的側面では、単元前後に小林の態度測定⁴⁾を「よい授業への到達度調査」⁵⁾を毎時行った。また、認識的側面では、学習ノートの記述内容を量的・質的に分析した。運動強度の確認は、単元前のシャトルランテストで持久力が高い、ふつう、低いと判断された生徒各3名計9名を対象に、ビデオを撮影した授業中の心拍数とスポーツ心拍計(Poral社製)を用いて記録した。

Ⅲ. 結果と考察

図3は、単元前後に測定したシャトルランの得点の変化を示したものである。単元前のシャトルランの記録をもとに、クラスの平均値 67.8 ± 16.0 内の生徒を中程度(22名)とし、それ以上を高い(8名)、以下を低い(10名)と評価し、各レベルの生徒の平均値の伸びを表した。

持久力が低いと評価された生徒の平均は、単元始まりの 46.4 ± 5.2 回から単元終りでは 56.1 ± 14.7 回、中程度では 68.9 ± 7.0 回から 83.6 ± 14.4 回、高いでは 89.5 ± 5.3 回から 103.8 ± 6.3

中学生を対象とした「課題ゲーム」を用いたサッカー授業の成果について体力向上も目指してー（田中・松田・渡邊・後藤）

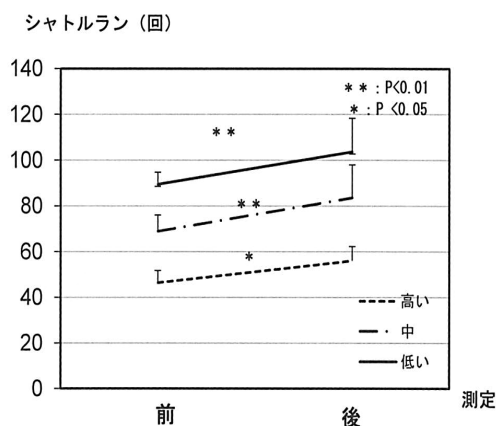


図3. シャトルランの得点の単元前後の変化

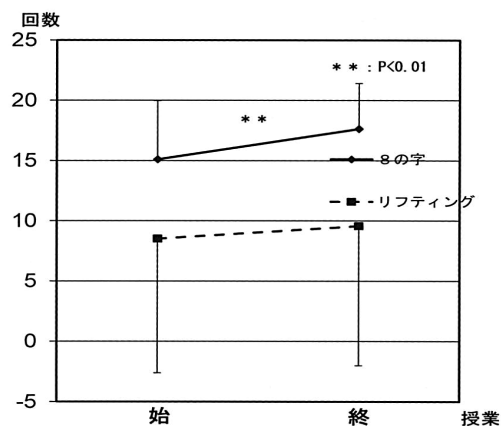


図4. 8の字ドリブルとリフティングの単元前後の変化

回と、t検定の結果すべてのレベルで有意な記録の上昇が見られた。ちなみに、平成26年度の体力テストの全国平均⁶⁾は 97.7 ± 21.4 回で、本実践の結果、高いレベルの生徒は全国平均を上まわる成果が見られた。

図4は、毎授業時にスキルウォーミングアップとして実施したボールリフティングの回数と8の字ドリブルテストの単元始まりと終わりの平均値を比較したものである。

どちらのテストも上昇傾向を示し、特に8の字ドリブルテストでは単元前の 15.1 ± 4.9 回が単元後 17.6 ± 3.8 回と有意に向上させ得た。ドリブルもボールリフティングも自分へのパスに相当し、ボールの軌跡が垂直方向のドリブルがボールリフティング、水平方向がドリブルである。したがって、ドリブル能力を高めることはパス技術の向上に不可欠と考えられ、今回の授業で用いた三つのスキルウォーミングアップは、パス技術の基礎となるドリブル能力やリフティング能力を高め生徒の個人技能の向上に貢献したと考えられた。

図5は、ゲーム中の作戦成功の指標に相当する攻撃完了率（＝シュート数÷ボール獲得数×100）、連携シュート率（パスを使ったシュート数÷ボール獲得数×100）、仲間との関わり率（パスが成功した数÷ボール獲得数×100）の変化を示したものである。

攻撃完了率は30%から40%に、仲間とのかかわり率は30%を推移し、生徒のゲームはパス主体のゲーム様相を示した。一方、連携シュート率は13%前後を推移し、必ずしもパスからのシュートが多くはならなかった。ビデオの観察から、コートをしだいに広くしたためショートパスをつなぐというゲーム様相からロングキックを多用するゲーム様相への変化が観察された。このことが単元後半に連携シュート率と仲間との連携率を向上させなかった原因の一つと考えられた。

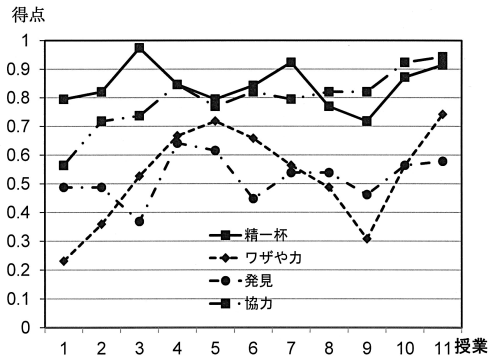
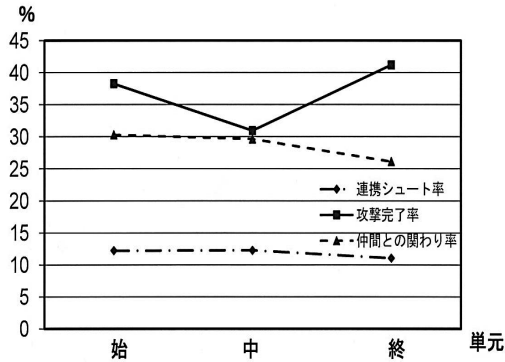


図5. ゲーム中の攻撃完了率・連携シュート率・仲間との連携率の推移

図6. 好意的反応比率の変化

表1. 態度測定の結果

| 調査人員 (n) | | 項目点 (○-×) / n | | | 診 断 | | | 学 期 末 | | |
|----------|-----|---------------|--------|-------|-------|-----|------|-------|-------|---|
| | | ① 授業 始 | ② 授業 末 | ② ① | 授業 始 | 変 化 | 授業 末 | | | |
| 授業始 | 40人 | | | | | | | | | 学 期 始 |
| 授業末 | 40人 | | | | | | | | | 学 期 末 |
| よろこび | 1 | ころよ興奮 | 0.33 | 0.53 | 0.20 | ○ | | ○ | 態度スコア | 高いレベル かなり高いレベル やや高いレベル ふつうのレベル やや低いレベル かなり低いレベル 低いレベル アンバランス + + |
| | 2 | 心身の緊張をほぐす | 0.50 | 0.47 | -0.03 | - | | - | | |
| | 3 | 生活のうるおい | 0.58 | 0.55 | -0.02 | ○ | | ○ | | |
| | 4 | 苦しみより喜び | 0.33 | 0.55 | 0.23 | - | | ○ | | |
| | 5 | 集団生活の楽しみ | 0.58 | 0.76 | 0.19 | ○ | ↗ | ○ | | |
| | 6 | 友達を作る場 | 0.18 | 0.13 | -0.04 | - | | × | | |
| | 7 | 積極的活動意欲 | 0.40 | 0.42 | 0.02 | - | | - | | |
| | 8 | 自主的思考と活動 | 0.25 | 0.55 | 0.30 | - | ↗ | ○ | | |
| | 9 | 体育科の価値 | 0.18 | 0.18 | 0.01 | - | | - | | |
| | 10 | 授業時間数 | 0.13 | 0.29 | 0.16 | × | | × | | |
| | | 態度スコア | 3.43 | 4.45 | 1.02 | C | | B | 今回の授業 | 成功 かなり成功 やや成功 横ばい やや失敗 かなり失敗 失敗 アンバランス + |
| 評 価 | 11 | キビキビした態度 | 0.50 | 0.45 | -0.05 | - | | - | | |
| | 12 | 体力づくり | 0.70 | 0.71 | 0.01 | - | | - | | |
| | 13 | 明朗活発な性格 | 0.23 | 0.26 | 0.04 | - | | - | | |
| | 14 | 精神力の養成 | 0.35 | 0.58 | 0.23 | ○ | ↗ | ○ | | |
| | 15 | 堂々がんばる習慣 | 0.15 | 0.45 | 0.30 | × | ↗ | - | | |
| | 16 | 協力の習慣 | 0.33 | 0.55 | 0.23 | - | | - | | |
| | 17 | 基本的理論の学習 | 0.48 | 0.45 | -0.03 | ○ | | - | | |
| | 18 | 深い感動 | 0.38 | 0.53 | 0.15 | - | ↗ | ○ | | |
| | 19 | 授業のまとまり | 0.15 | 0.37 | 0.22 | - | ↗ | ○ | | |
| | 20 | 授業の印象 | 0.05 | 0.13 | 0.08 | - | | - | | |
| | | 態度スコア | 3.30 | 4.47 | 1.17 | B | | A | | |
| 価 値 | 21 | チームワークの発展 | 0.33 | 0.55 | 0.23 | - | ↗ | ○ | | |
| | 22 | みんなの活動 | 0.05 | 0.32 | 0.27 | × | ↗ | ○ | | |
| | 23 | みんなのよろこび | 0.08 | 0.39 | 0.32 | - | ↗ | ○ | | |
| | 24 | 利己主義の抑制 | -0.13 | 0.00 | 0.13 | × | | × | | |
| | 25 | 永続的な仲間 | 0.60 | 0.53 | -0.07 | ○ | | ○ | | |
| | 26 | 主体的人間の育成 | 0.15 | 0.53 | 0.38 | × | ↗ | - | | |
| | 27 | 理論と実践の統一 | 0.18 | 0.55 | 0.38 | - | ↗ | ○ | | |
| | 28 | 授業のねらい | 0.45 | 0.71 | 0.26 | - | ↗ | ○ | | |
| | 29 | 教師の存在感 | -0.18 | -0.03 | 0.15 | × | | × | | |
| | 30 | 体育科目の必要性 | 0.65 | 0.82 | 0.17 | ○ | ↗ | ○ | | |
| | | 態度スコア | 2.18 | 4.37 | 2.19 | C | | B | | |

図6は、好意的反応比率の平均の変化である。「精一杯の運動」、「仲間との協力」は授業に従って高得点を維持しながら上昇傾向を示した。「技や力の伸び」は5時間目でピークを示したのち一端低下したが、単元後半で急上昇した。つまり、新しい課題に対し、その解決策を試行する時間がこの低下を示したのである。「新しい発見」は急激な変化は認められず、0.5前後の値を推移したが、「技や力の伸び」に近いグラフの傾向を示した。これらは、生徒が「課題ゲーム」の変更に伴って新しい課題を発見しそれを解決する道筋を示していると考えられた。生徒が「課題ゲーム」の変更に応じて新たな課題に向かって学習を進めていく様子がうかがえた。

これらのことから、今回の授業は、生徒が精一杯の運動を通して民主的な態度でチームの勝利を求めて学習を進めている様子が推察できた。

このことは、表1の態度測定からもうかがえた。授業開始時の「よろこび」「評価」「価値」の態度スコアはCBCの「やや高いレベル」であったが、授業後はBAB「高いレベル」に上昇し、授業は「成功」と評価された。項目点では、⑤集団生活の楽しみ、⑧自主的思考と活動、⑭精神力の養成、⑮堂々頑張る習慣、⑰深い感動、⑱授業のまとまり、㉑チームワークの発展、㉒みんなの活動、㉓みんなのよろこび、㉔主体的人間の育成、㉕理論と実践の統一、㉖授業のねらい、㉗体育科の必要性、で向上がみられた。これらの項目の向上は、生徒がサッカーの持つ作戦を考えながらチームワークを発揮し勝利を追求するという特性に触れた結果と考えられる。つまり、用いた「課題ゲーム」には、生徒がそうした特性に直接的に触れることができるものであるといえる。しかし、⑰基本的理論の学習項目が下がったことには、若干の疑問が残る。これには、生徒のゲーム中の動きに対するフィードバックが少なかったことの影響が推察された。

表2は単元前半のグループノートに記述された作戦を時間ごとにまとめたものである。記述内容は具体性に乏しかったが、単元中盤以降にサイドからの攻撃を示すものが見られるようになった。課題ゲームで学習されるサイドからの攻撃が見られるようになった。

図7は心拍数を測定した生徒9名の授業中の平均心拍数の変化を示したものである。

平均心拍数は、図7に示すように「キックラインポートボール」を用いた授業では 150.0 ± 28.8 拍/分、「Runランサッカーゴール付き」「シュートゲーム」では 142.8 ± 24.1 拍/分、「サイドゾーン付きハーフコートミニゲーム」では 135.1 ± 28.8 拍/分と、「キックラインポートボール」を用いた授業が最も高値を示した。また、ゲーム中の心拍数は、表3に示すように前者が 158.2 ± 25.1 拍/分、中者が 148.6 ± 21.5 拍/分、後者が 140.7 ± 30.3 拍/分と、「キックラインポートボール」が最も高値を示し、また、いずれも、ゲームも授業中の平均心拍数よりも高値を示した。

表2. ノートに記述された作戦の変化

| 時間 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|----|---|--|--|---|---|---|---|--|---|
| 内 | | | | | | | | | |
| 容 | <ul style="list-style-type: none"> ・ロングキックでY君にパスする | <ul style="list-style-type: none"> ・ゴールマンが裏をねらう ・O君を先頭に、Y君以外が攻め込む ・I君からの縦のパス ・一気にみんなで攻める | <ul style="list-style-type: none"> ・パスを回して打てる時にうつ ・主に守りを固め、敵の攻めの裏に ・守りを最重要視 ・とりあえず前に出す | <ul style="list-style-type: none"> ・ゴールマンを変えてみる ・サイドマンを使いゴールゾーンへ ・史上最攻 ・とにかく前に攻める | <ul style="list-style-type: none"> ・人に合った役割を分担したい ・サイドを上手く利用する ・1, 2回戦では、サッカー経験者のK君中心に ・パス回しをスムーズに ・I君からの縦のパス ・サイドマンにボールを渡す | <ul style="list-style-type: none"> ・サイドに集めて中にボールを入れる ・カウンター攻撃 ・あわよくば勝つ ・とにかくS君につなぐ ・サイドマンにボールを渡して落ち着ける | <ul style="list-style-type: none"> ・前の人に出す ・自分のゴール近くでボールを奪う ・あわよくば勝つ ・I君・T君から縦パス、シュート | <ul style="list-style-type: none"> ・T君がmaidしたクロスをつけてそれに合わせる ・M君とK君は攻撃に専念し、残りを守る ・ゴールをがら空きにしない ・パスを回す | <ul style="list-style-type: none"> ・シュートを積極的に ・それぞれに合ったポジションについて ・基本守って、チャンスで攻める |

- : 具体的な作戦
 = : サイドからの攻撃に関する作戦

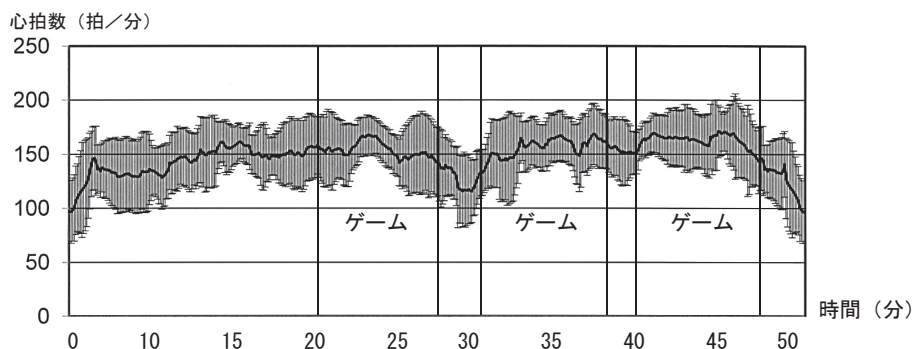
山地⁷⁾は最大酸素摂取量改善のための下限の運動負荷を70% $\dot{V}O_2\text{ma}$ と設定し、13から14歳では155拍/分と指摘している。本実践で用いた「課題ゲーム」の運動強度は「キックラインポートボール」はそれ以上の強度を、「Runランサッカーゴール付き」「サイドゾーン付きハーフコートミニゲーム」では、それ以下の強度であった。

筆者ら⁸⁾は、攻防相乱型「課題ゲーム」の学習課題を頻出させる原理原則について、①教育内容の措定、②地理的分離要素を入れる、③ビッグゴール制を採用、④学習課題に沿ったプレーにインセンティブを与える、の4点を示している。今回の「課題ゲーム」もそれによって考案したものであるが、前述したように義務教育の最終段階で生涯楽しめるスポーツを獲得するという目標から、ゲームを正規に近いルールに近づける。サッカーの醍醐味の一つである豪快なシュートを打つことができるように設定している。サイドゾーン付きハーフコートミニゲーム中の心拍数が期待値よりも低地を示したことには、ゲーム人数が増えたことや、ロングキックによるゴールに直線的なゲーム様相が現れたことでゲーム中のプレーヤーの動きが減少したことが影響していると考えられた。

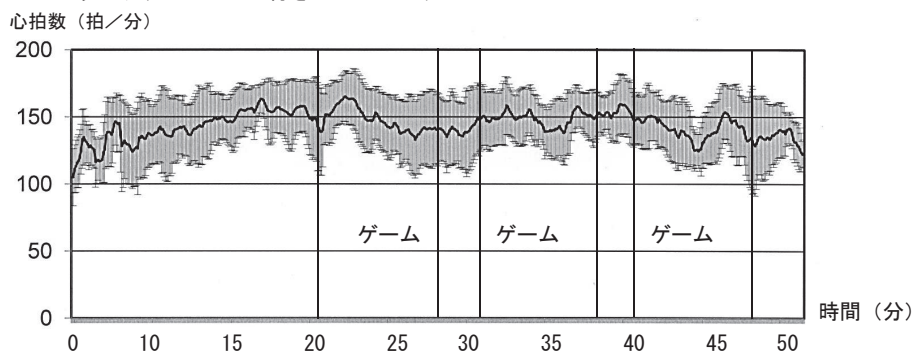
以上のことから、中学2年生を対象とした課題ゲームを積み上げる単元学習は生徒がサッカーを好きになり、体力の向上が図られるものと判断できた。しかし、コートを大きくしたハーフコートのゲームでは、作戦など認識的側面の理解が低いだけでなく心拍数の上昇も少ないことから、中学生レベルでは、「キックラインポートボール」の学習を中核におき、学習内容を深化させる方が適当であることが示唆された。

中学生を対象とした「課題ゲーム」を用いたサッカー授業の成果について一体力向上も目指してー（田中・松田・渡邊・後藤）

A. キックラインポートボール



B. Runランサッカーゴール付き・シュートゲーム



C. サイドゾーン付きハーフコートミニゲーム

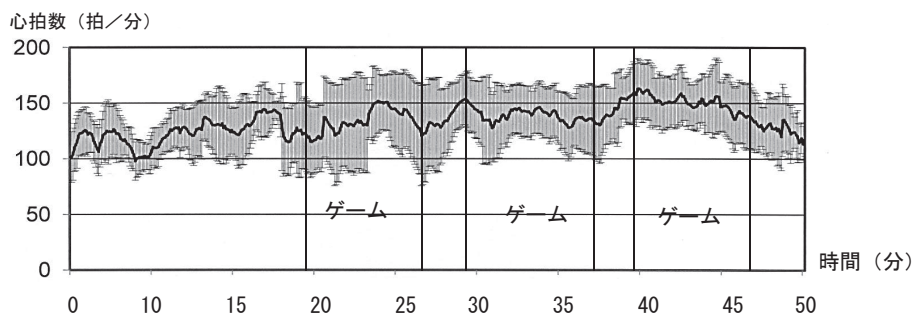


図7. 授業中の平均心拍数の比較

表3. ゲーム中の平均心拍数の比較

| | キックライン ポートボール | Runランサッカーゴール付き・ シュートゲーム | サイドゾーン付き ハーフコートミニゲーム |
|----------------|------------------|----------------------------|-------------------------|
| 平均心拍数 （拍／分） | 158.2 | 148.6 | 140.7 |
| 標準偏差 | 25.06 | 21.54 | 30.28 |

IV. まとめ

本研究は、戦術が頻出する仕組みを持つサッカー「課題ゲーム」を用いた義務教育段階のカリキュラムのうち、中学生を対象とした部分の有効性を検証しようとした。すなわち中学1年生用に提案した単元カリキュラムの体力的側面、技能的側面、認識的側面、心情的側面から検証した。

①シャトルランの得点は、持久力が低いと評価された生徒では、単元始まりの 46.4 ± 5.2 回から単元終りでは 56.1 ± 14.7 回、中程度の生徒では 68.9 ± 7.0 回から 83.6 ± 14.4 回、高い生徒では 89.5 ± 5.3 回から 103.8 ± 6.3 回と、すべてのレベルで有意な向上が認められ、高いグループでは、全国平均値を上まわるようになった。

②8の字ドリブルテストでは単元始まりの 15.1 ± 4.9 点が単元終わりには 17.6 ± 3.8 点と有意に向上した。同様に、ボールリフティングの回数も、 8.5 ± 11.1 回が 9.7 ± 11.6 回に向上を示した。

集団技能であるゲーム中の作戦成功の指標である攻撃完了率（＝シュート数÷ボール獲得数×100）、連携シュート率（パスを使ったシュート数÷ボール獲得数×100）、仲間との関わり率（パスが成功した数÷ボール獲得数×100）では、攻撃完了率が30%から40%を、仲間との関わり率が30%前後で推移し、生徒のゲームはパス主体のゲーム様相を示した。

③生徒の授業に対する好意的反応比率の変化は、「精一杯の運動」、「仲間との協力」は授業に従って0.8以上の高値を維持しながら上昇傾向を示した。「技や力の伸び」と「新しい発見」は0.5前後の値を推移し、5時間目でピークを示したのち一端低下したが、単元後半で上昇した。これらの変化様相は生徒が「課題ゲーム」の変更に応じて新たな課題に向かって学習を進めていく様子を示した。

④態度測定の結果は、授業開始時の「よろこび」「評価」「価値」の態度スコアはCBCで授業後はBABに上昇し、授業は「成功」と評価された。また、項目点では、⑤集団生活の楽しみ、⑧自主的思考と活動、⑭精神力の養成、⑮堂々頑張る習慣、⑱深い感動、⑲授業のまとめ、⑳チームワークの発展、㉑みんなの活動、㉒みんなのよろこび、㉔主体的人間の育成、㉕理論と実践の統一、㉘授業のねらい、㉚体育科の必要性、で上昇がみられた。

⑤授業中の平均心拍数は、「キックラインポートボール」が 150.0 ± 28.8 拍/分、「Runランサッカーゴール付き」「シュートゲーム」では 142.8 ± 24.1 拍/分、「サイドゾーン付きハーフコートミニゲーム」では 135.1 ± 28.8 拍/分と示した。また、ゲーム中の心拍数は、前

中学生を対象とした「課題ゲーム」を用いたサッカー授業の成果について一体力向上も目指して一（田中・松田・渡邊・後藤）

者が 158.2 ± 25.1 拍／分，中者が 148.6 ± 21.5 拍／分，後者が 140.7 ± 30.3 拍／分と，「キックラインポートボール」が最も高値を示した。

以上の結果から，前回提案した「課題ゲーム」を積み上げる単元カリキュラムは，教職経験の少ない指導者であっても生徒の授業に対する心情と体力を高め得るものであることが証明できた。

注

注1) スキルウォームアップとは，たんに走るだけといったものでなく，技術練習を兼ねながら体温を高める工夫をした練習である。

文 献

- 1) 田中 讓『義務教育段階における「課題ゲーム」をもちいたサッカーカリキュラムの提案—体力向上も企図して—』大阪産業大学人間環境論集12, pp.161-179.
- 2) 文部科学省『中学校学習指導要領』東山書房，2008年
- 3) 後藤幸弘・上原禎弘『内容学と架橋する保健体育科教育論』晃洋書房，2012年
- 4) 小林 篤『体育の授業研究』大修館書店，1978年
- 5) 高田典衛『体育科の授業入門』明治図書出版，1978年
- 6) 平成26年度体力・運動能力調査 <http://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/List.do?bid=00000105495>
- 7) 山地啓司『運動処方のための心拍数の科学』大修館書店，1994年
- 8) 後藤幸弘，松田 聡，田中 讓『サッカー型「課題ゲーム」の批判的検討』兵庫教育大学研究紀要 第35巻，2009年，pp.181-194.