
Oral (Theme) | 学校保健体育研究部会 | 【課題B】保健体育授業をいかに良質なものにするか

学校保健体育研究部会【課題B】口頭発表③

Chair: Yuichi Hara

Wed. Aug 30, 2023 11:25 AM - 12:24 PM RY203 (良心館2階R Y 2 0 3 番教室)

11:25 AM - 11:39 AM

[学校保健体育-B-09]ランニングフォームの学習を取り入れた長距離走授業の検討（保）

*Kensuke Funayama¹, Yoshihito Sato¹ (1. Tokyo Gakugei Univ.)

近年、長距離走の走動作の技術習得がランニングエコノミーの向上に繋がると期待されていることや、ランニングパフォーマンスの向上を目指したフォームの良し悪しについて、研究が報告されている。また、中学校学習指導要領解説保健体育編においてもフォームに関する学習内容が例示されており、自己に適したフォームを身につけることは、記録向上のための基礎的な学習であると考えられる。しかし、中学校における長距離走授業の実践ではイーブンペースや競争の学習を主題化した実践は散見されるものの、ランニングフォームの学習を主題化した実践は少数である。

ランニングフォームの学習は自己に適したフォームを身につけることが目指されているため、教師や生徒自身の感覚に頼った指導に終始してしまっていると考えられる。現状を改善するには、ランニングフォームの学習をバイオメカニクスの観点から検討して、実施することが求められるのではないだろうか。

本研究では、ランニングフォームの学習を取り入れた長距離走授業が生徒の記録の向上やランニングに対する態度にどのような影響を及ぼすのか検討することを目的とした。