

平成28年度日本体操学会公募研究プロジェクト報告書

研究題目 「体育授業における鬼ごっこの身体活動量」

研究者氏名（所属） 鈴木 邦明（深谷市立桜ヶ丘小学校）

報告

1. 目的

小学校における健康教育などにおける基礎的資料を得るため、小学校の体育授業における鬼ごっこの身体活動量を正確に分析する。

2. 概要

測定対象：小学校3年生、1クラス35名を測定の対象とした。

測定方法：体育授業における鬼ごっこにおいてタニタ3D センサー搭載歩数計（FB-731BK）を用いて、活動量（歩数）を測定した。センサーは、子どもの腰に装着した。また、鬼ごっこの比較のため、体育授業内の他の種目についても測定を行った。

測定条件：場所は、小学校の体育館、校庭とする。鬼ごっこは体育館（コート大きさは縦20m、横20m）と傾斜地（校地の隅にある小高い山）で行った。時間は3分間とした。

鬼を6人とし、鬼は交代しないこととした。鬼でない子どもは鬼に触れると床に座ることとし、捕まっていない子どもが、座っている子どもに触れると、立ち上がり、再度逃げて良いこととした。他の種目も同様に3分間取り組んだ。

分析：統計処理には、統計ソフトExcelを用いた。

3. 結果（または成果）

測定の結果を表1にまとめた。鬼ごっこ（体育館、傾斜地）は、他の種目と比べても歩数が多い。男女とも他の種目より1.5倍から2倍程度となっている。5月に行った新体力テストの総合成績により3群に分けたものでは、鬼ごっこ（体育館）は上位群、中位群、下位群に男女ともほとんど差が見られない。ドッジボールの場合、3群で差が見られる。上位群から下位群にいくに従って平均の歩数が少なくなっている。この結果は、ドッジボールが一部の得意な子ども（上位群の子どもと推測される）が活躍し、それ以外の子どもはあまり活躍できていないからだと思われる。鬼ごっこは、全般的な身体活動量も多く、また下位群の子どもの身体活動量も多いことなどから、様々な形で体育授業などにおいて扱われていくことが望まれる。

表1 3分間の鬼ごっこなどの歩数

	鬼ごっこ(体育館)	鬼ごっこ(傾斜地)	ドッジボール	なわとび(自由練習)	とび箱	走り幅とび
男子(上位群)	428.5	426.5	331.8	232.8	236.0	336.0
男子(中位群)	410.1	411.7	239.5	260.0	289.8	269.9
男子(下位群)	401.0	344.6	223.0	245.0	229.5	298.0
男子全体	413.7	397.2	264.8	247.6	252.7	299.6
女子(上位群)	376.5	422.8	286.5	192.0	220.2	304.3
女子(中位群)	375.6	377.2	255.4	218.0	265.2	293.4
女子(下位群)	383.8	345.0	243.5	187.3	227.7	273.4
女子全体	378.1	389.9	280.9	198.9	237.9	291.3