

一般体操における熟練指導者の指導理念に関する質的研究

狩野莉奈¹⁾, 本谷 聡²⁾, 堀口 文²⁾

A qualitative study of the philosophy of an expert teacher in teaching Gymnastics for All

Rina KANO¹⁾, Satoshi MOTOYA²⁾, Aya HORIGUCHI²⁾

I. はじめに

第4次産業革命により生活全般において利便性が向上し、急速に社会環境が変化している一方で（総務省, 2017）、身体活動量の減少や運動不足による問題が明らかになっている（Haskel et al., 2007; Stuck et al., 1999）。実際に、我が国において、運動習慣があるものは半数にも満たないことが報告されている。また、運動習慣を改善することに興味はあるものの、改善する意思がないことの原因には「仕事（家事・育児）が忙しいこと」、「面倒くさいこと」、「歳をとったこと」があげられている（厚生労働省, 2019）。このことから、時間の確保が難しいことなどを理由に、運動を実施する習慣を身につけることを諦めている可能性が考えられる。そのため、実施者の生活様式や能力に合わせ、無理なく続けることができる運動の実施方法や内容が求められている。

II. 一般体操とは

本研究で対象とする一般体操は、「主として競技をしないすべての体操」のことを示し、他のスポーツとは異なり、ルールを設定して他者と勝ち負けを競い合うものではなく、ねらいに応じて自分自身のために実施する運動である。その目的は、健康的な体を維持することや、一般体操を実施すること自体を楽しむこと、一般体操を通して交友関係を広げることなど多岐にわたる。また、一般体操の特性として表1に示す6つがあげられている（荒木ほか, 2014）。その中には、「いつでも、どこでも、だれでも、また、だれとでも、手軽に実施することができる」といった「実施の簡易性」や、「個人の体力・技能・年齢に応じて運動の行い方や構成の仕方を調節できる」といった「実施者の個別性」があることから、一般体操は、性別や年齢を問わず、誰もが無理なく運動を継続できる可能性を有していると考えられる。

1) 筑波大学大学院人間総合科学研究群・体育学学位プログラム

Master's Program in Physical Education, Health and Sport Sciences, Graduate School of Comprehensive Human Sciences, University of Tsukuba

2) 筑波大学体育系

Institute of Health and Sport Sciences, University of Tsukuba

表1 一般体操の特性（荒木ほか，2014）

特性	説明
①実施の簡易性	いつでも、どこでも、だれでも、また、だれとでも、手軽に実施することができる。
②運動の可変性	ねらいに応じて運動を変化させたり、発展させて活用することができる。
③実施者の個性	個人の体力・技能（動きの能力）・年齢に応じて運動の行い方や構成の仕方を調節できる。
④運動選択の自由性	ルールに制約されずに手具や器具を使ったり、手具なしやパートナーと協力して運動選択が自由にできる。
⑤動きの創造性	からだや動きの可能性を考え、いろいろな動きを創り出したり、組み合わせたりすることができる。
⑥実施の計画性	個人やグループのねらいに合った体操を計画的に創ったり、また計画的に練習したりすることができる。

Ⅲ. 一般体操の指導上の問題

以上のような一般体操の普及・発展を図るためには適切な知識と指導能力を有した指導者の育成が求められる。しかしながら、主として競技性を有していない一般体操は、決められたルールや規則がないことから、同じねらいが設定された実践においても指導者によって実施内容が全く異なると考えられる。つまり、一般体操の指導場面においては、指導者の理念が実施内容を決定する際に大きな影響を及ぼす可能性があるといえる。この指導理念に関しては、2016年に日本体育協会（現日本スポーツ協会）が掲示したグッドコーチに求められる資質能力において「自分自身のコーチングを形作る中心にあるもの」と報告している（日本体育協会，2016）。また、森田ら（2021）は、「スポーツ指導のあり方を問うだけでは、それに適うだけのスポーツ指導を実現することは難しく、指導者の内面を汲み取る必要性があること」を示し、適切な指導を実施するには指導者の考え方を

明らかにすることの重要性を述べている。

これまで、競技スポーツや学校教育領域の先行研究では、各領域における指導理念に関する要因を明らかにしていることから、より実践的な知見が得られている（功力，2000；吉澤，2018）。しかしながら、一般体操における先行研究や書籍を調査した結果、具体的な実践内容に関するものは見受けられるが、指導の根本となる理念に関するものは確認されなかった。

Ⅳ. 研究目的

本研究では、一般体操における指導者の育成に寄与するため、熟練指導者における一般体操の指導理念についての具体的な要因を明らかにすることを目的とした。

Ⅴ. 研究方法

1) 研究対象者

ある分野の高いレベルの知識やスキルを獲得するためには最低10年にわたる経験が必要であること（Ericsson, 1996）や、経験年数を積

表2 研究対象者の基本属性と指導歴

研究対象者	年齢層	性別	指導歴	指導対象者
A	60歳代	男性	42年	未就学園児・親子・小学生・大学生・高齢者

むだけでなく、新しい経験や環境に対する挑戦性と柔軟性を有している必要がある（楠見, 2014）ことが明らかになっている。そのため、研究対象者は、一般体操の指導歴が40年以上であり、加えて、幼児から高齢者といった様々な対象者への指導経験を有する1名の熟練指導者（以下、A氏と記す）を選定した（表2）。

2) 調査方法

調査方法は、半構造化インタビューとし、一般体操の指導において大切にしていることについて、インタビュアーと研究対象者の一対一により、対面かつ個人面接形式で行った。その際、まず研究対象者に基本的属性と指導歴について質問紙に記入させた。また、調査時間は、1時間を目安に実施した。さらに、インタビューで得た音声は、研究対象者の承諾を得て、ICレコーダーに録音した。インタビュアーは筆者が務めた。調査場所は、研究対象者と相談の上、実施場所を決定し、T大学研究棟の一室で行った。

3) 分析方法

佐藤（2021）が提示する「演繹的／機能的アプローチ」及び、太田（2019）を参考に、質的データ分析を行った。その際、質的データ分析専用のソフトウェア MaxQDA（バージョン 2022）を用いた。分析は、まず筆者が単独で行った。その後、体操指導を専門とする研究者1名と討議し、分析内容の修正を行い、本研究の信頼性と妥当性を担保した。

具体的な手順としては、①録音されたインタビューの音声データから逐語録を作成した。②

その逐語録の中から、一般体操の指導理念に係る語りを抽出し、分析の対象とした。③作成したテキストデータを分析可能なユニットに分け、MaxQDAを用いて、コーディング作業を行った。④続いて、具体的な内容を表す下位コードから共通するものを上位コードとして集約し、さらにより抽象度の高い概念的なカテゴリを構築した。なお、他のコードとの関連が見られなかった下位コードは、無理に他のコードと集約せず、単独で上位コードとして構成した。

VI. 結果・考察

以下、生成されたカテゴリ、上位コード、下位コード及びテキストの内容を、表3に示す。（）内の数値は、語り（ユニット）の件数を示している。

分析の結果、8個のカテゴリと、22個の上位コード、29個の下位コードが生成された。なお、カテゴリは【】、上位コードは〔〕、下位コードは<>で表した。また、『』の文章は、研究対象者のテキストからの抜粋であり、テキスト中の（）は、テキストの生成者である筆者が補足した部分である。

A氏の理念における要因は、【方法】、【動くこと自体の楽しさ】、【社会的背景】、【運動への主体的な関わり】、【参加者理解】、【指導経験】、【一般体操の特性理解】、【ねらいの設定】といった8個のカテゴリが生成された。

【方法】に関しては、〔競争しない〕、〔手具・用具の活用〕といった2つの上位コードから構成された。『一般体操だとして指導する時に、やってるのは、競争しないで（指導をする）』

表3 A氏の指導理念に関する要因の分析結果

【カテゴリー】	〔上位コード〕	<下位コード>	テキストの内容	
1 方法 (5)	競争しない(2)		つつい、つつい、「はい、誰が一番これできるかな」とか、競争したくなるんですけど、極力、競争ということで、場を盛り上げないようにしようとしています。自分が一般体操だとして指導する時に、やっけるのは、競争しないで(指導をする)。	
	手具・用具の活用(3)	Gボールの使用(1)	Gボールだったらボール乗ればいいし。	
		JPクッションの使用(1)	JPクッションだったら、クッションみたいにしてるわけで。	
2 動くこと 自体の 楽しさ (15)	楽しさの重視(7)	動くこと自体を楽しむ(3)	突極の感じで言うと、ラートなんかも、それは、要するに目を回す感じ。	
			動くことの価値とか楽しさとかを伝えようと思うと、競争しないことで、その動くことそのものの中に、潜む楽しさを探っていこうと思っています。	
			例えばだよ、私の感じだと、今、大学生の人たちに、運動教える前に、ちょっと話すんだけど、私はいつも今二歳、三歳の子たちとね、体育館に行くよね。とりあえずね、子供ね、走るのよね。もう広い所に出ると楽しくてワクワクして、そういう走り出す子供たちの、あの感覚。で、今、大学生のみんなには、もちろんそんなことは感じられないけど、みんなもともとそうだったんだよね？って、そういう、動くことが心地よくて、楽しいんだったという感覚を取り戻すっていうことこそが、私が伝えたい本質。でも、これはなかなか、もうやっぱり他者の目も気になるし、やっぱりそんな無邪気に子どもと同じようには遊べないんだけど、本質的には、そこに、この領域の価値がある気がしてて。	
			動くことそのものの中に喜びを感じる必要だ(ある)。	
		出来不出来にこだわらない(2)	目標を決めて、頑張ってはやるんだけど、出来る出来ないにこだわらない、出来るように目指して頑張るんだけど。	
			一般体操の中で言うと、一番、要するに、どんどん何かが出来る、上達するってことではなくて。	
		出来ないことを楽しむ(1)	ボールの課題は、学生たちにいろいろ示したり、色々するんですけど、そのひっくり返ってうまくいかない子たちの楽しさを、重点にしてるし、私もそんなに完璧にできることをしないで、いつもひっくり返って笑って楽しそうにしてるっていうことを大事にすることで、その一般体操の持っている理念みたいなものが広がるといい気がする。	
		楽しい運動の探求(1)	ずっと快なるものを、ずっと与え続けられるのかっていうと、それはもちろん限界があるかもしれないけど、そう続けようとするのが、多分大事ような気がするんだよね。だから今も、楽しいものないかなあって、いつも思っはいるんだけど、そんな簡単には、見つからない。	
		運動する心地よさ・楽しさ(5)	弾むことの心地よさ(1)	まずは心地よく弾む。で、その弾むっていうことが、快なるものだっていうこと自体は例えば心がワクワクするっていう、その感じがまさに、体全体が上下する感じ。
			音楽による心地よさ(1)	ビートのかかった音楽がかかってくると、心が弾みながら、体全体が弾む。
	創造的な動きとの出会い(1)		でも、できるよ、それは、それぞれの状況の中で、だから、それこそ親子だと、お母さんのお膝につかまって、お母さんが飛行機みたいなぐんぐんぐんってやれば、子どもは、ものすごく、浮遊感や動くことそのものに快を感じるし、でも、体操から見ればお母さんはそれで、子どもと一緒に動きながら体の体幹を鍛えられるし、でも、その鍛えるためにやっけるわけじゃなくて、子供と遊ぶってこと、そのものが楽しい感じ。	
	動くこと自体の心地よさや楽しさによる運動継続(1)		できるだけ動くことそのものに、喜びや楽しさを見出さない限り、なかなか、本来、この領域が持っている運動を継続する、っていうことは難しい。	
	試行錯誤の楽しさ(1)		小学校三年生の子が、結局ボールの上に乗ろうとするんだけど、なかなか、バランスとるのが(出来なくて)、でも上手に乗れたら乗れたで、ひっくり返って、それを試行錯誤していくうちに、だんだんバランスが取れるようになって、もう乗れたら楽しくなちゃって。で、多分そういう。状況が作れば、多分普通に継続できる。	
	動くこと自体の楽しさを引き出す運動(3)		弾む運動(1)	弾む感覚を引き出すようなことを、それぞれの対象で考えていく。だから、道具がなかったら、そういう場を作る、弾みたくなる感じ。
		バランスを崩す運動(2)	あとは、これは一種の揺さぶりなんだけど、バランスを崩す、私は転がる、転がるってひっくり返るって意味じゃないんだけど、転がる感じ。	
		ひっくり返る感じを遊ぶ。		
3 社会的 背景 (8)	運動嫌いの形成要因(4)	強制的な競技スポーツへの参加(1)	あまり得意でないという子取ってみると、いつもそういう、競争にさらされるっていう状況で、運動場面に接することになるの。	
		技術習得指導によるモチベーションの低下(1)	必ず習得しなきゃダメっていうようにしちゃうと、どんどん気分が重く(なる)。	
		身体能力低下に伴うネガティブな思考の形成(1)	高齢者なんか特に、どんどんどんどん、できなくなるのが、多くなっていく状況で、そういうこと(技の習得)を求めて、だんだん、ネガティブになるし。	
		運動への評価に対する嫌悪感(1)	ネガティブになっている人たちの多くは、動くっていうことに対して、何か枠組みを決めて、ルールの下に、出来た・出来ない、勝った・負けたっていうことが嫌で、多分ネガティブになっていると、想定するしかなくて。	

	幼少期の多様な運動経験の重要性(1)		小さい子達の指導の時も、出来るだけ多様な動きを体験させたいと思っているので、あんまり一つの技術にこだわって突き詰めていくと、それも広がりやが奪われてしまうし。
	一面的なスポーツの捉え方への問題意識(2)	スポーツの一側面としての競技性(1)	出来た・出来ない、勝った・負けたってというようなことは、あくまで、スポーツのあの側面ではないんだっていう。
		スポーツとの関わり方の偏り(1)	もちろん大学生の時にやったのは、競争じゃないけど、自分の出来るパフォーマンスの最大限を詰めてやってきて、で、結局ね、どんな感じかって言うとな、日本だと、みんな、新体操競技やってたりさ、競争しない部活もあるけど、それなりにみんな大学生のできる最大限をやってくわけじゃない。
	意識と実態のギャップ(1)		体を鍛えましょう、運動することは大切だっていう理念と、その理念は理解しても、実際に、体を動かすことは、そんなに、簡単に理念通り動くわけじゃないので。
4 運動への主体的な関わり(6)	動きたいと思う場の設定(1)		一番簡単なのは、動きたいと思う状況を作ることで、勝った・負けたではない。
	意欲的な参加者への見守り指導(2)		面白くなって、楽しんでる人たちは、どっちかっていうと、自由にしているんで、とんでもないことやり始めたり、色々するけど、それはそれで尊重したり、危なくない限りね、で、新しいことを始めたら、新しいことを始めたで、それはそれで、あの逆に、みんなに提案したりすれば、そのリーダーシップが取れるし。 もうすでに意欲的な子たちを、さらにどうするんだって言われちゃうと、どんどんどうぞって、主体的に関わっていることを温かく見守っていくことが、多分指導者としては大事だね。その芽を積まないで、どんどん広げていったらいい気がするよ。
	運動への動機付け(2)	運動に対する主体性の構築(1)	結局、私達が指導してやりたいことは、主体的に関われることを教えたいので。
		行為性・具体性(1)	初めての大学の指導は、できるだけ具体的に、あまりその動きを理念化しないで、具体化する。だから、体操も弾んだりするのも、どっちかっていうと、スキーをイメージして、スキーの上でみたいなの、棒をストックみたいにして、そうするとなんか。スキー場を弾む感じで、そこには意味が見出せるんじゃないかなと思って。あるいは、飛んだり、跳ねたりするのも、具体的に、相手が転がって、手前で転がってくるので、それを跳び越える。なんとなく意味なく、ぼんと跳ぶんじゃないで、その跳び越えるっていうことに、跳ぶことの意味、それは、要するに、行為性。具体化すれば、ちゃんと高く跳ばなきゃ、人とぶつかるしっていうような。
テーマ性の重視(1)		毎回毎回私は、そのテーマに基づいてみんなで、アイデアを出し合って、そのテーマに準じたら、どんな運動構成ができて、一体どんな事が出来るのかっていうようなことをしてきた。	
5 参加者理解(2)	運動が得意な人への指導の重要性(1)		どっちかっていうとネガティブになっている人たちの方に、私の場合は、いつも重点が置いてしまうし、そこに、この(一般体操を)それこそ指導する意味がある気がしている。
	参加者との世代の違い(1)		私自身も年老いて、自分のライフスタイルと、皆さんのライフスタイルを近づけていくことは、すごく大事なんだなって思った。
6 指導経験(5)	継続的な関わり(3)	指導継続による学び(1)	高齢者の体操教室を、実際にはもう20年近くやってるかな。ずっと高齢者の皆さんと(体操している)、今もだって一緒に付き合ってるだからさ。だから、私自身も、だんだん年を取っていく中で、高齢者にとって体を動かすってことの意味とかそういう、もちろん難しさとか、そういうことを感じながら、一緒に何か学ばせてもらったし、今も学んでいる感じ。
		体操教室への継続した参加の重要性(2)	そこに集って、長くそこにいて、活動を継続するってこと、そのものに意味を見出すって言う感じ。 高齢者の教室が、いつも、とにかく頑張るぞってしちゃうと続かないだろうし、とにかく気長にどこまで続けられるかみたいなことを、一つのテーマにしたのは、悪くない。
	指導の失敗経験(2)	競争を用いた指導での失敗経験(1)	みんなでぶら下がって、誰が一番長く、そのロープに掴まられるか競争とかやったなあ。結構握力ある子は全然降りてこないで、時間かかっちゃって、でもさ、すぐ落ちちゃった子は、ずっと待っているわけだからさ、残った子は残った子で落ちたくないからさ、いわゆる、そういう競争系のことは、時々あんなことやったなああって(思い出す)。
		高齢者に対する指導での失敗経験(1)	若い頃にやった時の、高齢者なんて最悪だった。今思えば。だって、もう寄り添えないので、だって若いからさ。高齢者って一体、本当未だに思い出すんだよね。高齢者の皆さんに色々(指導)した時って、許せない自分もあって、でも、とは言え、それなりにプログラムは考えたりするんだけど、今思えば、失敗したなって沢山思っている。
7 一般体操の特性理解(5)	価値を認め合う(1)		私自身、少し反発で出てきたんで、元々はどっちも大事、やっぱりそういう価値を認め合うことが、この領域に(おいて)大事だと思うので。
	新しい考えを取り入れる(1)		リズム体操の本質的な良さっていうのもあるし、でも、それだけじゃない、ちよっと違う考え方、新しいものを求めていくってことも大事だし、両方を(や)っていくと良い。
	各指導者の理念を実現させる方法の違い(1)		これはだから全く指導者によって、一般体操の理念を具現化するためには、逆に言うと、その快なる感覚で攻める先生もいれば、逆に理念もきちんと納得してもらって、分かってもらって、理解してもらってやるっていうことを大事にしたら、そこに難しさがあるような気がするし。

	誰もが楽しく動ける環境への憧れ(1)	世界体操祭みたいな所に行けば、それこそ高齢者から障害を持つ人から、小さい子からみんな出て、本当にGymnastics for Allじゃない。で、ああいう世界に、経験させてもらう中で、すごい競技のトップレベルの人たちだけの価値じゃない、誰もが楽しく動けるんだっていうことを、実際に、この目で見て(気づいて)、で、それは憧れもあったかもしれないね。だから、その障害をもつ人たちが動くことを、みんなで応援して、感動したり、年齢のとても高い人たちが、本当に元気に愉快地動いている姿を見て、あんな風になりたいなと思って思ったし。
	生涯スポーツとしての特性(1)	私自身も今そういう歳になって、そんなふう動き続けられたらいいなって思って思うし、それは競争ではない世界、でも、競争する人たちだって、その競争する枠組みの中で、いつまでもね、元気にやってる人がいるんで、この領域だけとは限らないけど、特性として最もそこが、非競争性の特性な気がする。
8 ねらいの設定 (2)	ねらいの多様化(1)	その教室に来れば、今度は転倒予防的だけでなく、そうすると、そこに集まる、集う人たちのコミュニケーションというか、仲良くなるようなシチュエーションで、盛り上がると良いなって言うことになれば、どっちかっていうと交流系、さっきのは転倒予防だけど、どっちかっていうと、色んな人が仲良くなるような、当時は、コロナじゃなかったんで、助けたり、助けられたりするような、あるいは協力したり、グループワークみたいなのがメインにあると、教室が盛り上がった。
	ねらいを強制しない(1)	あんまり理念を、社訓とか校訓じゃないけど、言ってもさ、そんなに通じるものじゃない、それは、活動の中に、ポイントとして生きていけばよい気がする。

といった語りから、一般体操が競技をしない領域であることを踏まえて、競技性をあえて排除していることが示唆された。また、弾力性がある<Gボールの使用>や、<JPクッションの使用>は心地よい弾む感覚を引き出すために使用していると考えられた。さらに日常生活で行うことのない逆さの姿勢を体験することができる<ラートの使用>がみられた。これらのことから様々な手具の活用により、手具や道具が有する特性から引き出される独創的な運動を展開していることが考えられた。

【動くこと自体の楽しさ】に関しては、〔楽しさの重視〕、〔運動する心地よさ・楽しさ〕、〔動くこと自体の楽しさを引き出す運動〕といった3つの上位コードから構成された。A氏は、授業の初めに『動くことが心地よくて、楽しい』といった感覚を思い出させる言葉がけをしていた。また、課題を提示する際は、『何かができる、上達する』ことではなく、<出来不出来にこだわらない>で、運動の実施過程を重視していることが示された。これらのことから、A氏は動くこと自体の楽しさを重要なねらいにおいて指導していたと考えられた。

【社会的背景】に関しては、〔運動嫌いの形成要因〕、〔幼少期の多様な運動経験の重要性〕、〔一面的なスポーツの捉え方への問題意識〕と〔意識と実態のギャップ〕といった4つの上位

コードから構成された。まず、<強制的な競技スポーツへの参加>を余儀なくされたことが、運動に対して否定的な感情をもつきっかけの一つとして考えられた。また、A氏は、『小さい子達の指導の時も、出来るだけ多様な動きを体験させたい』と語っており、競争や、技術の習得は、『あくまで、スポーツのある側面』として認識し、競技志向や、技術習得を第一とした考え方への偏りを問題視していた。さらに、運動に対する理想の考え方は持っているが、実際の行動に移すことの難しさを認識している。これらのことから、様々な社会的背景や問題意識が、理念の形成に影響を及ぼしていると考えられた。

【運動への主体的な関わり】に関しては、〔動きたいと思う場の設定〕、〔意欲的な参加者への見守る指導〕、〔運動への動機付け〕と〔テーマ性の重視〕といった4つの上位コードから構成された。A氏は、参加者自身が動きたいと思う状況を指導者が設定すること、また、すでに意欲的に取り組んでいる参加者に対しては、介入しすぎず、指導者が、参加者の運動実施を『温かく見守っていく』といった指導方法を実施し、参加者の<運動に対する主体性の構築>をねらいとしていた。さらに、運動指導において<行為性・具体性>を持ったり、テーマを設定したりすることで動機付けをしていた。例え

ば、『相手が転がって』くるのを『跳び越える』といった運動実践の語りが得られた。これらのことから、A氏は運動への主体的な関わりを重要なねらいにおいて指導していたと考えられた。

【参加者理解】に関しては、〔運動が不得意な人への指導の重要性〕と〔参加者との世代の違い〕といった2つの上位コードから構成された。まず、『私の場合は、(運動が不得意な人に)重点を置いてしまうし、そこに、この(一般体操を)それこそ指導する意味がある気がして』といった語りから、A氏は、運動に対して否定的な考えをもつ参加者に対して、運動を提供し関わることこそが、一般体操に求められている価値だと認識していると考えられた。また、高齢者の参加者と指導者の年齢が近づくことで、体力や運動能力のみならず価値観などにおける類似した感覚を把握することができ、より参加者理解を深められることが考えられた。

【指導経験】に関しては、〔継続的な関わり〕と〔指導の失敗経験〕といった2つの上位コードから構成された。継続的に指導を実施することで、参加者にとって体を動かすことの意味や、難しさなどを、A氏自身が実感するといった<指導継続による学び>を得ていた。また、A氏は、指導当初、<競争を用いた指導での失敗経験>や、高齢者の感覚に寄り添えないといった<高齢者に対する指導での失敗経験>もしていた。これらのことから、指導を通じた実践的な知識を得ることの重要性が考えられた。

【一般体操の特性理解】に関しては、〔多様性の受容〕、〔誰もが楽しく動ける環境への憧れ〕と〔生涯スポーツとしての特性〕といった3つの上位コードから構成された。A氏は、世界体操祭で、年齢、性別、障害の有無を問わず誰もが、『元気に愉快地動いている姿を見て』、『競技のトップレベルの人たちだけ』が運動の価値を享受できるのではなく、誰もが運動する価値を得られることを実感したことを語っていた。この経験から、A氏は、一般体操の領域において、互いの<価値を認め合う>必要性を認識し、

継続的な内容に加えて、<新しい考えを取り入れる>ことを重視していると考えられた。また、一般体操の特性である非競争性が、生涯スポーツとしての特性の元となっていることが示唆された。

【ねらいの設定】に関しては、〔ねらいの多様化〕と〔ねらいを強制しない〕といった2つの上位コードから構成された。まず、体操教室は指導者によって設定されたねらいだけでなく、参加者の実態や、社会情勢などの多様な要因によって、様々なねらいを持ち合わせていくことが語りから得られた。また、A氏は、ねらいを参加者に強制するのではなく、『活動の中に、ポイントとして生きていけばよい』といった考えをもっていた。これらのことから、A氏は教室のねらいを参加者の実態に合わせて設定していたと考えられた。

VII. まとめ

本研究では、一般体操の指導理念に関する質的研究を実施し、熟練指導者1名に対して半構造化インタビューを行った。そのインタビューで得られた逐語録に対する分析の結果、指導理念に関する要因として8個のカテゴリーを抽出するなど、一般体操における熟練指導者の指導理念に関する具体的な要因を明らかにすることができた。

本研究では熟練指導者1名を研究対象者としたが、多様なねらいや対象者において実践されている一般体操においては、それぞれの指導者における指導理念が大きく異なることが予想される。そのため、今後は異なる指導者を対象としたさらなる調査が必要だと考えられる。

文献リスト

- 荒木達雄, 他 18 名, 一般体操教本, 7, 図書出版, 2014.
- Ericsson KA, The Road To Excellence, 1-50, Psychology Press, 1996.
- Haskell WL, Lee IM, Pate RR, Powell KE, Blair

- SN, Franklin BA, Macera CA, Heath GW, Thompson PD, & Bauman A, Physical activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association, *Circulation*, 116, 1081-1093, 2007.
- 厚生労働省, <https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000687163.pdf>, 2023.3.10.
- 功力靖雄, 野球部監督の指導理念等に関する一考察 - 中学と高校野球の比較から -, 筑波大学体育科学系紀要, 23, 1-12, 2000.
- 森田樹貴, 小野雄大, 梶 将徳, 徳島有樹, 高校野球指導者が指導において抱える心理底困難の構造に関する研究, *コーチング学研究*, 35 (2), 213-225, 2021.
- 日本スポーツ協会, <https://www.japan-sports.or.jp/coach/tabid1160.html>, 2023.3.10.
- 太田裕子, はじめて『質的研究』を『書く』あなたへ - 研究計画から論文作成まで -, 1-217 東京図書, 2019.
- RMSmessage, https://www.recruit-ms.co.jp/research/journal/pdf/j201411/m37_opinion_kusumi.pdf, 2023.3.10.
- 佐藤郁哉, 質的データ分析法 原理・方法・実践, 3-141, 新曜社, 2021.
- 総務省, <https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/h29/html/nc131100.html>, 2023.3.10.
- Stuck AE, Walthert JM, Nikolaus T, Büla CJ, Hohmann C, & Beck JC, Risk factors for functional status decline in community-living elderly people, a systematic literature review, *Soc SciMed*, 48(4), 445-69, 1999.
- 吉澤洋二, スポーツ指導者の指導理念にかかわる課題 - 指導場面における指導者の褒め方, 叱り方を考える -, *人文科学論集*, 97, 65-89, 2018.