研究ノート

至誠館大学における体育実技Ⅰの授業づくりに関する考察
―受講学生の意識に着目して―

○岡崎　祐介*1　西　博史*1

キーワード：大学生、体育、授業づくり、運動習慣、履修動機

1　はじめに

スポーツ庁の「平成29年度スポーツの実施状況等に関する世論調査」によると、週1日以上運動・スポーツをする成人の割合は51.5%（前年度42.5%）、週3日以上では26.0%（前年度19.7%）であった。いずれも前年度の調査結果よりも向上している。一方で、「この1年間に運動・スポーツはしなかった」かつ「現在運動・スポーツはしておらず今後もするつもりがない」と答えた者が20.7%（前年度27.2%）存在しており、スポーツ実施率は向上しているが約5人に1人は運動に対して消極的な姿勢であることがわかる。

健康や体力増進・維持のために適切な運動習慣が重要であることは認識されてきているが、上述の調査では、運動・スポーツの阻害要因として、「面倒くさいから」「年を取ったから」「お金に余裕がないから」が理由の上位に挙げられていた。

また、学校の教育現場に目を向けると、運動する子どもとそうでない子どもの二極化や、1週間の運動時間が60分未満である子どもの多さが指摘されている。スポーツ庁の「平成29年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」によると、保健体育の授業を除く1週間の総運動時間が60分未満の割合が中学生男子では6.5%、女子では19.4%であった。さらに「運動やスポーツが嫌い」な生徒ほど、「放課後や休日に運動やスポーツを行う機会が全くない」と答えている。一方で、「保健体育の授業が楽しい」と感じている中学生男子の84.3%、女子の78.8%が「卒業後も、自主的に運動やスポーツをしたいと思う」と答えていることから、幼児期からの遊びや体育授業を充実させ、児童・生徒が楽しく積極的に活動できる環境を整えていくことは重要であると言える。また、運動の好き嫌いに関わらず、すべての児童・生徒が運動に参加する機会は主に体育授業になるため、体育授業の充実は重要な課題であるといえる。

高等学校までは体育の授業があるため定期的に運動する機会があるが、大学に進学すればスポーツ系の学部やコースに在籍しない限り、体育または運動を行う授業を受講する機会はほぼないといえる。至誠館大学は基礎教育科目において「体育実技Ⅰ」「体育実技Ⅱ」を選択必修としており、教職（中・高保健体育・幼稚園）を希望する者はいずれかの単位を修得しなければならない。著者らは平成28年度からこれらの授業を担当しているが、積極的に体を動かすことを楽しみにしている学生と、単位修得の関係で仕方なく履修するという学生に出会い、大学においても運動の二極化を感じてきた。また、本来運動が好きで部活動に取り組んでいる者でも、放課後の部活動のことを考え怪我を避けるためや疲れを残さないために体育授業に消極的な姿勢の学生や、ハードなトレーニングに疲労し卒業後は運動に関わりたくないという学生もみられた。

このような事態を鑑みたうえで、大学での体育は、運動量の確保はもちろんのこと、運動の楽しさや面白さを感じる学生を増やす機会としなくてはならないと考える。そのために、学生の運動・スポーツへの好嫌度や体育授業の履修動機・要望、卒業後の運動・スポーツへの意識を把握することは非常に重要である。

*1　至誠館大学　ライフデザイン学部

そこで本研究の目的は、2018 年度前期に至誠館大学萩本校にて実施された基礎教育科目〔選択必修科目〕体育実技Ⅰの履修者を対象としたアンケート調査の結果から、これからの本学における体育実技の授業のあり方を検討することである。

2　研究の方法

1）調査対象及び方法

調査は、2018 年度前期に著者らが担当した体育実技Ⅰを履修した学生 52 名を対象とした。対象者には、初回授業時に集合調査法により調査票を用いて回答を得た。不備なく回答した 46 名を分析対象とした。（有効回答率 88.5%）

2）調査内容

1．対象者の基本的属性

対象者の属性については、性別、学年、（希望する）専攻、運動頻度（直近の 1 週間に 1 回 30 分以上の運動をした回数）、運動意識（部活動・サークル活動以外で運動がしたいか）、卒業後の運動（大学卒業後に運動がしたいか）について回答を得た。また、好きな運動種目、得意な運動種目、嫌いな運動種目、苦手な運動種目については自由記述で回答を得た。

2．履修に関連する動機

本研究では、「体育実技Ⅰを履修した理由」を履修動機と定義し、自由記述により回答を得た。また、「授業に対する要望」についても自由記述により回答を得た。

3．体育授業に関連する調査

本研究では、澤（2017）の先行研究を参考に、高等学校までの体育授業の満足度とその理由について回答を得た。

3）調査の手続き

アンケート調査を実施するにあたり、授業前に受講者に調査の内容と説明を行った。調査について許可が得られた受講者には、この調査は成績とは関係ないこと、無理に回答する必要はないことを説明した。

4）分析

履修に関連する動機については、自由記述の回答を逐語化し、それをもとにテーマ別に分類した。なお、履修動機については、スポーツ健康福祉専攻を希望する学生と、子ども生活学専攻及びビジネス文化専攻を希望する学生で分類した。体育授業の満足度に関する理由の分析は、調査で得られた 46 名の自由記述の回答のうち、内容が一つになるように文を区切り体育授業が楽しかった群と体育授業が楽しくなかった群に分け、澤の研究を参考にラベル図考を用いて分析を行った。

3　結果

1）対象者の基本的属性

表 1 は、対象者の基本的属性について示している。運動頻度については、毎日運動している者が 24 名（52.2%）、次いで運動をしていない者が 13 名（28.3%）であった。卒業後の運動については、約 9 割の学生が卒業後も運動がしたいと回答した。

表１　対象者の基本的属性

	n	%
性別		
男性	31	67.4
女性	15	32.6
学年		
1年生	46	100.0
希望する専攻		
こども生活学	9	19.6
スポーツ健康福祉	33	71.7
ビジネス文化	4	8.7
運動頻度		
運動なし	13	28.3
1～2日	1	2.0
3～4日	1	2.0
5～6日	7	15.2
毎日	24	52.2
運動意識		
運動がしたい	31	67.4
運動をしたくない	15	32.6
卒業後の運動		
必ず運動したい	26	56.5
ときどき運動したい	15	32.6
あまり運動したくない	3	6.5
運動はしたくない	2	4.3

3-1-1　好きな運動種目

図1は、回答者の好きな運動種目を示している。「サッカー」が19票で最も多く、次いで、「バドミントン」が11票、「バスケットボール」が10票、「バレーボール」が9票、「ソフトボール」が3票、「器械運動」「ダンス」が2票であった。その他の回答の中には、卓球やドッジボール、水泳、縄跳びなどがあった。

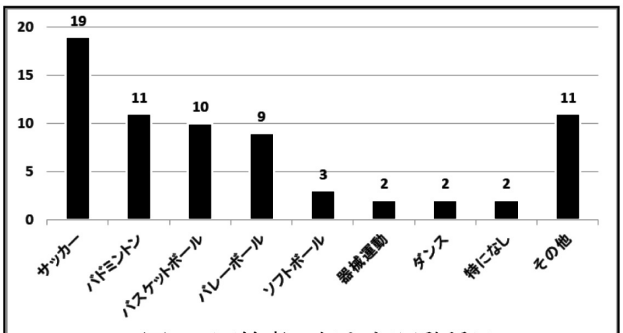

図1　回答者の好きな運動種目

3-1-2　得意な運動種目

図2は、回答者の得意な運動種目を示している。「ソフトボール」が15票で最も多く、次いで、「サッカー」が9票、「バレーボール」が8票、「バスケットボール」が7票、「バドミントン」が6票、「器械運動」「陸上競技」「ダンス」が2票であった。その他の回答の中には、「卓球」や「50m走」などがあった。

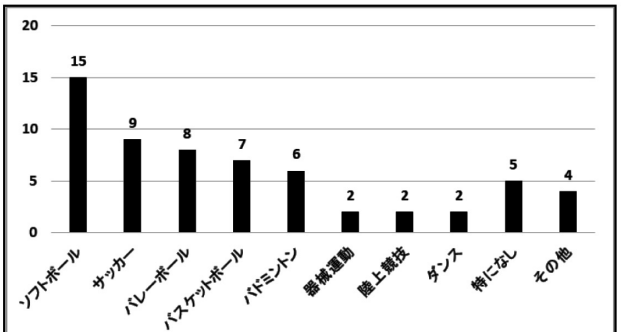

図2　回答者の得意な運動種目

3-1-3 嫌いな運動種目

図3は、回答者の嫌いな運動種目を示している。「持久走・長距離走」が22票で最も多く、次いで、「器械運動」「集団行動」が6票、「水泳」が5票、「バレーボール」「バスケットボール」が 3 票、「バドミントン」「ダンス」が 2 票であった。その他の回答の中には、「柔道」や「ソフトボール」などがあった。

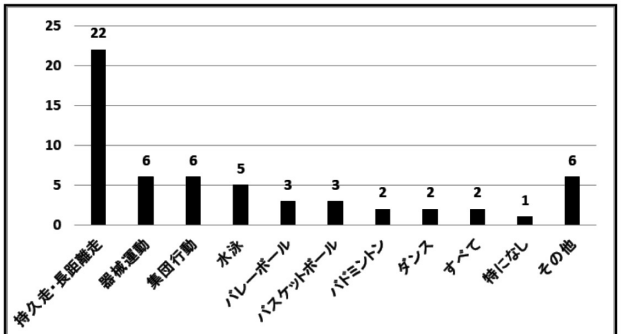

図3　回答者の嫌いな運動種目

3-1-4 苦手な運動種目

図4は、回答者の苦手な運動種目を示している。「持久走・長距離走」が15票と最も多く、次いで、「水泳」が8票、「バスケットボール」が6票、「器械運動」「サッカー」が4票、「バレーボール」が3票、「バドミントン」「ダンス」が2票であった。

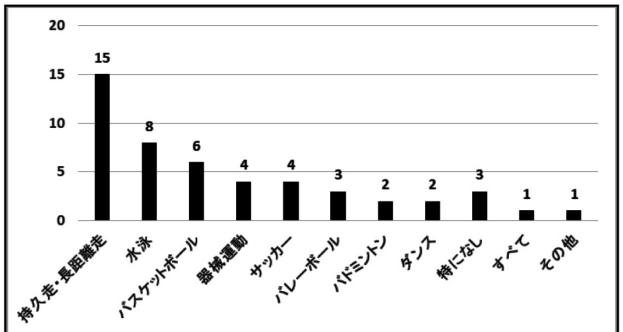

図4　回答者の苦手な運動種目

2）履修に関連する動機

3-2-1　履修動機

表 2、表 3 は回答者の体育実技Ⅰへの履修動機を示している。この結果をテーマ別にみると、スポーツ健康福祉専攻を希望する学生においては、「教職に関する科目」であることが最も多くを占め、次いで、「運動に対する内発的動機」、「単位の取得」「将来役に立つから」であった。

一方、子ども生活学専攻、ビジネス文化専攻を希望する学生においても、「教職に関する科目」が最も多くを占め、次いで、「教員からの指導」、「運動に対する内発的動機」、「将来役に立つから」、「単位の取得」であった。

3-2-2　授業への要望

表 4 は、回答者の授業に対する要望を示している。この結果をテーマ別にみると、「運動種目」、「授業内容」、「楽しい授業」、「技能による配慮」、「技術指導」の 5 つに分けられた。この中で、「運動種目」に対する要望が最も多く、次いで、「授業内容」、「楽しい授業」、「技能による配慮」「技術指導」であった。

表2 (a)スポーツ健康福祉専攻を希望する学生の履修動機（n＝33）

テーマ	応答数	記述例
教職に関する科目	18	・中学校、高等学校の保健体育教師になりたいから
運動に対する内発的動機	12	・運動が楽しいから
		・運動が好きだから
単位の取得	2	・トレーナーになるために必要な単位だから
		・必修科目だから
将来役に立つから	1	・将来役に立つと思ったから

表3 (b)子ども生活学、ビジネス文化専攻を希望する学生の履修動機（n＝13）

テーマ	応答数	記述例
教職に関する科目	5	・幼稚園教諭の資格を取るのに必要だから
教員からの指導	3	・担当の先生に言われたから
運動に対する内発的動機	2	・運動が好きだから
将来役に立つから	2	・将来役に立つと思ったから
単位の取得	1	・必修科目だから

表4 授業に対する要望（n＝17）

テーマ	応答数	記述例
運動種目	8	球技（サッカー、フットサル、バスケットボール）がしたい
		バドミントンがしたい
		陸上が嫌い、走るのが嫌い
授業内容	4	ゲーム形式を増やしてほしい
		スポーツ大会がしたい
楽しい授業	2	楽しくしたい
		たくさん動きたい
技能による配慮	2	スポーツ健康福祉専攻の人と別に授業がしたい
技術指導	1	水泳が苦手だから、丁寧に教えてほしい

３）体育授業に関する調査

3-3-1　体育授業の満足度

図５は、回答者の高等学校までの体育授業に対する満足度の結果である。図５のとおり、「楽しかった」と答えた者が 40 名（87.0%）ともっとも多くを占めた。

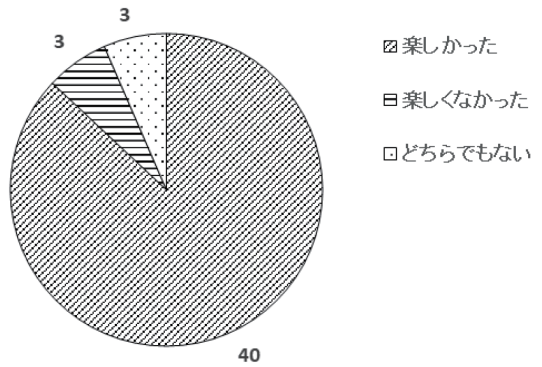

図５　体育授業の満足度

3-3-2　体育が楽しかった理由

図６は、体育授業が楽しかった理由を示している。この結果によると、体育授業が楽しかった人に最も多い記述は「4.体を動かすことが好きだから」であり、次いで、「5.体育が好きだから」、「2.先生が楽しかった」、「3.先生の教え方がよかった」、「9.みんなと触れ合えるから」であった。

自由記述によると、「11.スポーツをして仲良くなれたから」や「12.協力プレー」にみられるように、運動を通じて友達との関係を構築することを体育授業の楽しさと感じていることがわかった。また、「1.先生がよかった」「2.先生が楽しかった」「3.先生の教え方がよかった」にみられるように、教員の人間性や指導力が体育授業の楽しさに影響しているともいえる。

教師の人間性や指導行為がよかった(5)

1.　先生がよかった（1）
2.　先生が楽しかった（2）
3.　先生の教え方がよかった（2）

運動や体育が好きだから(24)

4. 体を動かすことが好きだから（18）
5. 体育が好きだから（3）
6. サッカーが好きだから（1）
7. 楽しい（1）　8. おもしろい（1）

友達と運動することが楽しかった(5)

9. みんなと触れ合えるから（2）
10. みんなで楽しく体を動かせるから（1）
11. スポーツをして仲良くなれたから（1）
12. 協力プレー（1）

様々なスポーツを経験できた(2)

13. いろんなスポーツをしてそれぞれの楽しさを知れたから（1）
14. 様々な運動ができたから（1）

図６　体育が楽しかった理由　（　）は回答数を示したもの

運動が嫌い・苦手・できなかった(3)

1. 運動が嫌い（1）
2. 運動が全くできない（1）
3. 汗をかくから嫌い（1）

興味のない種目で楽しくなかった(1)

4. 運動種目によって楽しくなかった（1）

周りと比較してできなかった（1）

5. 周りとのレベルが違うから（1）

図7　体育が楽しくなかった理由　（　）は回答数を示したもの

3-3-3　体育が楽しくなかった理由

図7は、体育授業が楽しくなかった理由を示している。この結果によると、運動が嫌い・苦手と感じてきた人は、今回の回答者には少なかった。体育授業が楽しくなかった主な理由は「1.運動が嫌い」「2.運動が全くできない」というものや、「3.汗をかくから嫌い」「4.運動種目によって楽しくなかった」「5.周りとのレベルが違う」などが挙げられた。

4．考察

本研究の結果から、今回の回答者の約3割が1週間のうちに運動を全くしていないことがわかった。これは、調査時期が入学式直後のため、授業や部活動などで運動機会を確保できる学生が少なかったことが要因であると考えられる。一方、毎日運動している学生が約半数いたことについては、一部の部活動はすでに活動が始まっていたことが強く影響していると推察される。

運動の意識については、約7割の学生が授業や部活動以外でも運動をしたいと回答している。また、卒業後の運動についても約9割の学生が運動習慣を確保することに前向きな回答をしている。卒業後の運動について、自由記述で回答を求めたところ、運動をしたいと回答した者の多くが「健康のため」や「太りたくない」という理由を挙げていた。運動が健康の保持増進に影響を与えることについては本学の学生も十分に理解しているようである。

体育実技Ⅰの履修動機についてみていくと、全体的に資格取得のために必要な科目であるという回答が多くみられた。専攻別では、スポーツ健康福祉専攻を希望する学生は、「運動が楽しい」や「運動が好き」という理由で履修している学生が多く、子ども生活学専攻やビジネス文化専攻を希望する学生では、担当教員からの指示により履修している学生が多くみられた。また、授業への要望では、スポーツ健康福祉専攻の学生とは別に授業をしたいとの声があった。現状では、性別、専攻、運動部活動所属の有無に関わらず、受講希望者全員が授業を履修できる。著者らも運動が嫌いな学生や苦手な学生に対して、細かい指導や指示が行き届かない状況を感じることがあった。運動は好きだが得意ではない学生や、運動は行いたいが他者との能力の違いで委縮してしまう学生に対しての配慮や授業体制の整備が喫緊の課題であるといえる。

今回の体育実技Ⅰの履修者は約9割の者が高等学校までに受けてきた体育の授業が楽しかったと回答し、約1割が楽しくなかったと回答した。澤の先行研究では約7割の者が楽しかったと回答していることと比較しても、非常に高い満足度であったといえる。しかし、本学の現状を鑑みると、入学者の半数以上が指定強化クラブに入部をしていることから、元々運動への興味

関心が非常に高く、体を動かすことに積極的な学生が多数を占めている。そのため、今後、指定強化クラブに入部しない学生が増加すると、体育実技Ⅰを履修する学生の運動や体育に対する好嫌度にも大きな変化が現れると考えられる。

５．まとめ

本研究は、至誠館大学における体育実技Ⅰの履修者を対象に、これまで受けてきた体育授業の満足度やその理由、体育実技Ⅰの履修動機から本学のこれからの体育実技の在り方を検討してきた。本研究の限界としては、(a) 調査対象者においてスポーツ健康福祉専攻を希望する学生が多くを占めるため、子ども生活学専攻やビジネス文化専攻を希望する学生が増加した場合に、体育授業に対する満足度や授業への要望に対して回答が変化する可能性が考えられること (b) 調査対象者が本学の学生に限られており、一般化できないことである。

以上のことから、本学の体育実技Ⅰの授業では、資格取得や単位修得の関係で履修している学生が多いが、履修した学生の興味関心を高めるような授業づくりや学生が大学を卒業後も継続して運動を行っていけるような動機づけを行っていく必要があると考える。また、今後は履修人数によるクラス分けや専攻（運動部活動所属の有無）を考慮したグループ作りなどを導入することで、得手不得手に関わらず運動の楽しさや面白さを実感できる授業づくりに努める必要があると感じた。本研究により得られた知見は、今後の本学における体育実技の授業改善について基礎的な資料となりうるであろう。

［参考文献］

1) スポーツ庁（2017）「スポーツの実施状況等に関する世論調査」http://www.mext.go.jp/prev_sports/comp/b_menu/other/__icsFiles/afieldfile/2018/03/30/142346_77_1.pdf（2018.11.14）
2) スポーツ庁（2017）「全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果」http://www.mext.go.jp/prev_sports/comp/b_menu/other/__icsFiles/afieldfile/2018/02/13/1401299_2.pdf（2018.11.14）
3) 澤　聡美（2017）「楽しい体育授業の満足度に影響する要因」『富山大学人間発達科学部紀要』11(3), 31-37
4) 島崎崇史ほか（2018）「大学体育サッカーの履修動機の構造および授業への要望」『上智大学体育』51, 47-58
5) 水澤克子（2018）「週１回の体育実技が中学・高校時代に運動・スポーツ習慣のなかった女子大学生の体力に及ぼす影響」『体育・スポーツ科学』27, 11-20
6) 山口立雄（2008）「大学一般教育体育実技のスノーボード授業に対する受講学生の意識」『岡山大学教育実践総合センター紀要』8(1), 109-116
7) 兵頭圭介（2002）「本学〔大東文化大学〕における自由選択体育実技科目の履修動機についての検討」『大東文化大学紀要社会科学』40, 215-219
8) 益川満治ほか（2017）「大学体育授業が健康度と生活習慣に及ぼす影響について」『専修大学スポーツ研究所紀要』42, 1-10