

## 研究ノート

# 体育実技の選択化が体育への好感度や体力レベルにおよぼす影響 ——2003年度から2010年度までの分析——

角田 和彦 佐々木 敏 蓑内 豊 星野 宏司 武田 秀勝

## 目次

1. 【はじめに】
  2. 【方法】
  3. 【結果】
  4. 【考察】
  5. 【結論】
- 〔参考文献〕

## 要旨

本学では、2007年度から体育実技Ⅰがすべて選択化へと移行した。体育選択化への移行は、履修学生の意識の変化をもたらしたはずである。

本研究の目的は、必修体育履修学生と選択体育履修学生を比較することで、体育への意識の変化や体力の変化を明らかにすることとした。

体育選択化後の体育履修率は、男女ともにおよそ45%となった。体育への好感度および体力レベルは、男女とも選択科目履修の学生のほうが有意に高かった。体育の選択化以降、体育嫌いの学生はさらに体育を履修しなくなるという問題を孕んでいる。

## 1. 【はじめに】

大学生活を過ごす青年期は、身体の成長の完成期を迎え身体機能の発達が期待される時期である。この時期に適切な運動刺激を与えることは、身体機能の向上に重要である(角田ら、2012)。体育実技の授業は、学生の身体活動の場や機会を確保するというねらいを有している。週一回の体育授業であっても身体機能の向上を促す効果が報告されている(下田ら、2008;池田ら、1997)。しかし、一方、北星学園大学において、体力測定の集計を開始した1975年度からその総得点は低下の一途をたどっている(角田ら、2010)。

大学体育大綱化を受けて、本学においても2007年度から、それまで必修であった体育実

技は選択へと移行し、体育実技を履修しなくても大学を卒業することが可能となった。体育の選択化は、体育嫌いや運動嫌いの学生からさらに運動の機会を遠ざけると考えられる。このことは、身体活動が少ない学生は、ますます運動への参加の機会を減少させる。

本学では、体育実技の選択化以降、その履修者数は、1年次で減少し、2年次で増加している。同時に、体育を履修している学生の質も変化している。体育実技の必修から選択への移行により、体育に対する学生の意識に相違が表れるはずである。

そこで、本研究は、選択化以前と選択化以降の体育に対する学生の意識と体力の相違を明らかにすることを目的とした。

キーワード：大学体育，体育選択化，体育の好き嫌い，体力診断テスト

## 2. 【方法】

### (1) 対象年度

分析対象年度は、2003年度から2010年度とした。必修年度を2003年から2006年までとし、選択年度を2007年度から2010年度とした。選択化の前後および必修・選択によって3つの群に分類した。

第1群は、2006年度以前に必修の学部・学科の学生とした。第2群は、2006年度以前に選択の学部・学科の学生とした。第3群は、選択化以降(2007年度以降)の全学生とした。

選択化以前に必修の学部・学科は、文学部(英文学科、心理・応用コミュニケーション学科)、経済学部(経済学部、経営情報学科)であった。選択の学部・学科は、経済学部(経済法学科)、社会福祉学部、短期大学部であった。

### (2) 体育実技履修率

体育実技履修率は、各年度4月時点での体育実技Ⅰの履修登録者数を在籍者数で除して算出した。体育実技Ⅰはどの学年でも履修できるがその多くは第1学年のため、履修率の算出には第1学年の人数を用いて算出した。

### (3) 体力診断テストおよび質問紙調査

体力診断テストおよび質問紙調査の対象は、体育実技Ⅰを履修し、体力診断テストに参加し、入学時に18歳であった学生(男子1,278名、女子2,538名)とした。体力診断テストは文部省の旧体力診断テストを用いた。テスト項目は、握力、背筋力、垂直跳、反復横跳、伏臥上体反らし、立位体前屈、および踏台昇降運動とした。総合的な体力の指標として、各テスト項目を5段階で点数化した判定点を合計し、総得点(35点満点=5点×7項目)を求めた。また同時に、全身持久力の指標として、新体力テストに含まれる20mシャトルランテストを付加して実施した。

体育に関する意識調査は、質問紙により実施した。質問項目は、(1)「体育の好き嫌い」、(2)「健康状態について」、(3)「体力について」、(4)「体型について」、(5)「中学校、高等学校でのクラブ活動について」の5項目とした。本研究では、体育実技への好感度を「体育の好き嫌い」の項目への回答(1.好き, 2.ふつう, 3.嫌い)を用いて分類し集計した。

### (4) 分析方法

各群間の履修者数の変化や体育に対する意識の差については、カイ二乗独立性の検定を用いた。旧体力診断テストの総得点とシャトルランテストの各群間の差については対応のない2群間の差の検定(t検定)を用いた。有意水準は5%とした。

## 3. 【結果】

### (1) 体育履修率について

各群の平均履修率は、第1群で男子97.3%、女子98.7%であった。第2群の履修率は、男子33.5%、女子50.6%であった。第2群では男女間に差があり、女子のほうが有意に高かった。また、第3群の平均履修率は、男子44.5%、女子は44.1%であった。第3群の男女間の履修率に有意な差は無かった。

選択化への移行にともない、先に選択化を実施していた第2群の4年間の平均値の推移をみると、男女ともに顕著な変化を認めなかった。一方、全体が選択化された後、第3群の4年間の推移をみると、男子は44.0%から48.6%へ増加し、女子は34.8%から55.2%へ大きな増加がみられた

### (2) 体育に対する意識について

「体育実技の好き嫌い」の回答の分布の推移を表2、表3に示した。3群の分布を図2に示した。

男女ともに、第1群と第2群および第3群

体育実技の選択化が体育への好感度や体力レベルにおよぼす影響

表 1 体育実技履修率の推移

年度	男子						女子								
	選択化以前			選択化以降			選択化以前			選択化以降					
	必修（第1群）		選択（第2群）		選択（第3群）		必修（第1群）		選択（第2群）		選択（第3群）				
	在籍者数	履修者数	履修率	在籍者数	履修者数	履修率	在籍者数	履修者数	履修率	在籍者数	履修者数	履修率			
2003	214	208	97.2%	144	48	33.3%	276	275	99.6%	493	242	49.1%			
2004	259	256	98.8%	156	62	39.7%	274	272	99.3%	486	269	55.3%			
2005	252	239	94.8%	162	57	35.2%	254	253	99.6%	432	219	50.7%			
2006	253	249	98.4%	155	40	25.8%	302	292	96.7%	477	226	47.4%			
2007					445	196	44.0%					761	265	34.8%	
2008					460	162	35.2%					722	246	34.1%	
2009					436	221	50.7%					730	383	52.5%	
2010					422	205	48.6%					728	402	55.2%	
計	978	952	97.3%	617	207	33.5%	1763	784	44.5%	1106	1092	98.7%	1888	956	50.6%
													2941	1296	44.1%

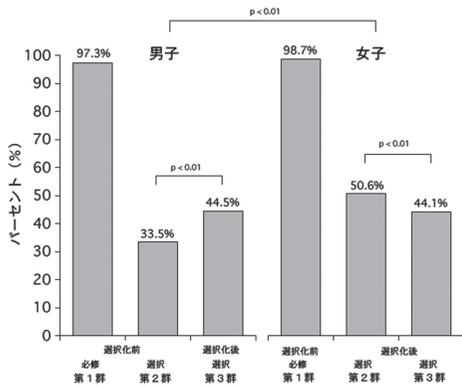


図 1 3群の体育実技履修率

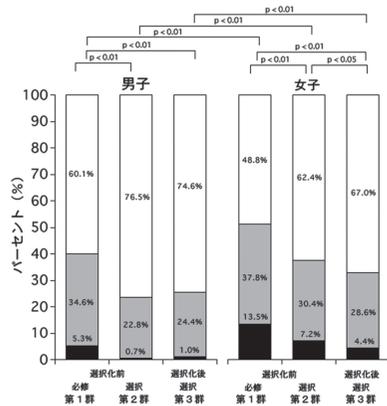


図 2 3群の「体育実技の好き嫌い」の分布

表 2 「体育実技の好き嫌い（男子）」の回答の分布の推移

年度	選択化以前								選択化以降			
	必修（第1群）				選択（第2群）				選択（第3群）			
	好き	ふつう	嫌い	計	好き	ふつう	嫌い	計	好き	ふつう	嫌い	計
n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
2003	86 (60.6%)	51 (35.9%)	5 (3.5%)	142 (100.0%)	25 (80.6%)	6 (19.4%)	0 (0.0%)	31 (100.0%)				
2004	110 (64.0%)	53 (30.8%)	9 (5.2%)	172 (100.0%)	33 (70.2%)	13 (27.7%)	1 (2.1%)	47 (100.0%)				
2005	99 (57.9%)	60 (35.1%)	12 (7.0%)	171 (100.0%)	17 (68.0%)	8 (32.0%)	0 (0.0%)	25 (100.0%)				
2006	110 (58.2%)	69 (36.5%)	10 (5.3%)	189 (100.0%)	29 (87.9%)	4 (12.1%)	0 (0.0%)	33 (100.0%)				
2007									105 (71.4%)	41 (27.9%)	1 (0.7%)	147 (100.0%)
2008									106 (79.7%)	25 (18.8%)	2 (1.5%)	133 (100.0%)
2009									93 (73.8%)	33 (26.2%)	0 (0.0%)	126 (100.0%)
2010									45 (73.8%)	15 (24.6%)	1 (1.6%)	61 (100.0%)
計	405 (60.1%)	233 (34.6%)	36 (5.3%)	674 (100.0%)	104 (76.5%)	31 (22.8%)	1 (0.7%)	136 (100.0%)	349 (74.7%)	114 (24.4%)	4 (0.9%)	467 (100.0%)

表 3 「体育実技の好き嫌い(女子)」の回答の分布の推移

年度	選択化以前								選択化以降			
	必修(第1群)				選択(第2群)				選択(第3群)			
	好き	ふつう	嫌い	計	好き	ふつう	嫌い	計	好き	ふつう	嫌い	計
n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
2003	105 (45.9%)	91 (39.7%)	33 (14.4%)	229 (100.0%)	34 (61.8%)	18 (32.7%)	3 (5.5%)	55 (100.0%)				
2004	103 (46.8%)	80 (36.4%)	37 (16.8%)	220 (100.0%)	142 (63.4%)	63 (28.1%)	19 (8.5%)	224 (100.0%)				
2005	101 (51.5%)	75 (38.3%)	20 (10.2%)	196 (100.0%)	105 (57.4%)	68 (37.2%)	10 (5.5%)	183 (100.0%)				
2006	122 (51.0%)	88 (36.8%)	29 (12.1%)	239 (100.0%)	126 (66.3%)	49 (25.8%)	15 (7.9%)	190 (100.0%)				
2007									90 (64.7%)	43 (30.9%)	6 (4.3%)	139 (100.0%)
2008									184 (68.4%)	74 (27.5%)	11 (4.1%)	269 (100.0%)
2009									201 (66.8%)	83 (27.6%)	17 (5.6%)	301 (100.0%)
2010									73 (67.0%)	34 (31.2%)	2 (1.8%)	109 (100.0%)
計	431 (48.8%)	334 (37.8%)	119 (13.5%)	884 (100.0%)	407 (62.4%)	198 (30.4%)	47 (7.2%)	652 (100.0%)	548 (67.0%)	234 (28.6%)	36 (4.4%)	818 (100.0%)

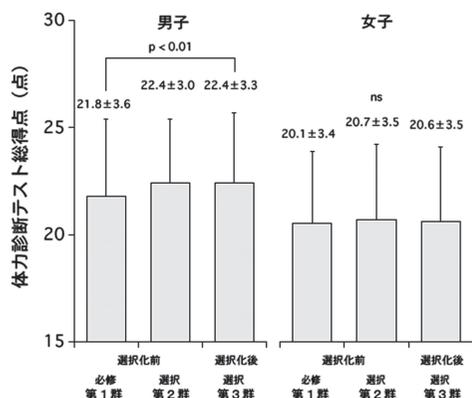


図 3 3群の体力診断テスト総得点の平均値

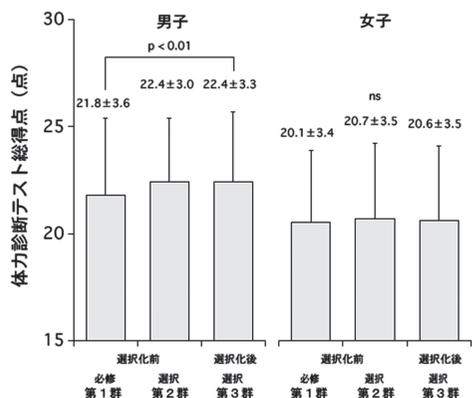


図 4 3群のシャトルランテスト総得点の平均値

表 4 体力診断テスト総得点の推移

年度	男子												女子																	
	選択化以前						選択化以降						選択化以前						選択化以降											
	必修(第1群)			選択(第2群)			選択(第3群)			必修(第1群)			選択(第2群)			選択(第3群)			必修(第1群)			選択(第2群)			選択(第3群)					
n	Mean	± SD	n	Mean	± SD	n	Mean	± SD	n	Mean	± SD	n	Mean	± SD	n	Mean	± SD	n	Mean	± SD	n	Mean	± SD	n	Mean	± SD	n	Mean	± SD	
2003	142	21.9	± 3.5	31	22.5	± 3.3						229	20.7	± 3.3	55	20.9	± 2.9													
2004	172	21.7	± 3.4	47	22.3	± 2.7						220	21.1	± 3.2	224	21.3	± 3.5													
2005	171	22.0	± 3.6	25	22.2	± 3.1						196	20.2	± 3.4	183	19.7	± 3.4													
2006	189	21.8	± 3.7	33	22.5	± 3.3						239	20.0	± 3.5	190	20.8	± 3.5													
2007							147	22.1	± 3.4									139	21.0	± 3.4										
2008							133	22.6	± 2.9									269	20.8	± 3.3										
2009							126	22.4	± 3.3									301	20.0	± 3.7										
2010							62	22.4	± 4.0									109	20.9	± 3.5										
計	674	21.8	± 3.6	136	22.4	± 3.0	468	22.4	± 3.0	884	20.5	± 3.4	652	20.7	± 3.5	818	20.6	± 3.5												

表5 20mシャトルランテストの推移

年度	男子									女子														
	選択化以前				選択化以降					選択化以前				選択化以降										
	必修(第1群)		選択(第2群)		選択(第3群)					必修(第1群)		選択(第2群)		選択(第3群)										
n	Mean	±	SD	n	Mean	±	SD	n	Mean	±	SD	n	Mean	±	SD	n	Mean	±	SD					
2003	142	80.7	±	20.2	31	83.6	±	24.2								229	44.0	±	12.8	55	46.0	±	13.0	
2004	172	73.1	±	22.3	47	84.1	±	18.8								220	40.2	±	12.2	224	41.8	±	13.1	
2005	171	76.3	±	19.9	25	82.4	±	22.0								196	38.9	±	12.9	183	41.9	±	12.7	
2006	189	79.9	±	22.9	33	86.5	±	17.4								239	39.6	±	11.6	190	43.3	±	13.2	
2007								147	83.7	±	20.3										139	41.9	±	13.8
2008								133	86.3	±	20.0										269	42.7	±	13.7
2009								126	87.8	±	22.2										301	44.4	±	14.7
2010								62	83.5	±	23.6										109	45.9	±	15.4
計	674	77.4	±	21.6	136	84.3	±	20.2	280	85.5	±	21.2	884	40.7	±	12.5	652	42.6	±	13.0	818	43.6	±	14.4

の間に有意差 ( $p<0.01$ ) がみられた。第2群および第3群で「好き」が多く、「嫌い」が少なかった。また、男女による「体育実技の好き嫌い」の相違は、男子に「好き」が多く、「嫌い」が少なかった ( $p<0.01$ )。選択化前後の違いは、女子の第3群でみられ、体育への好意が高くなっていった ( $p<0.05$ )。

### (3) 体力診断テスト総得点について

体力診断テストの総得点の推移を表4に示した。3群の体力診断テスト総得点の平均値を図3に示した。

男子については、第1群と第3群の間に有意差 ( $p<0.01$ ) がみられた。一方、女子については、第2群と第3群が第1群と比較して高い値を示したものの有意な差ではなかった。

### (4) 20mシャトルランテスト

20mシャトルランテストの推移を表5に示した。3群のシャトルランテストの平均値を図4に示した。男女ともに第2群と第3群が第1群と比較して有意 ( $p<0.01$ ) に高かった。第2群と第3群の比較では、男女とも第3群が高い値を示したものの有意な差ではなかった。

## 4. 【考察】

### (1) 体育履修率について

全学部選択化となった2007年度、カリキュラムの改編も同時に行われた。そのために体育履修者の動向を読みづらくなった。(例えば、第1講目の履修者数が少ないなど)

全国大学体育連合において、授業改善をねらいとした研修会が5回にわたって開催されてきた。この間、われわれ体育担当者は積極的に研修会に参加し、授業改善のための情報収集をおこない、よりよい授業への取り組みを研修してきた。選択化以降の履修学生の増加には、このような体育実技に対する取り組みが少なからず反映されているものと考えるところである。(この研修会では、アダブテッドスポーツを含む大学体育の在り方を積極的に取り組んでいる。このような方向性も本学では学びつつ本年度はアダブテッドスポーツを開講した。)

### (2) 体育に対する意識について

体育の好感度については、第1群よりも第2群と第3群が高い。男女では、男子が有意に高い。過去の調査でも、女子に「嫌い」な学生が多くみられた(養内ら, 1992)。

第1群の結果は、現在の学生全体の体育への意識を反映しているとも考えられる。第3

群では、50%をこえる履修者がおり、かつその70%を越える学生が体育授業に積極的に参加していると理解できる。

ここで鮮明になったことは、体育を好きな学生の多くが体育授業を履修し、嫌いな学生は体育授業を敬遠する傾向が強いことである。体育を敬遠する学生は、体力レベルも低い(角田ら, 2013)。さらに、体育を履修しないことで体力の低下を助長するものと考えられる。このことは、今後の大学体育に課せられた大きな課題である。

### (3) 体力診断テスト総得点について

体力診断テストでは、男子において第1群と第3群間で有意な差がみられた。体育を好む学生が多いのであるから、この結果は自明のことと言わざるを得ない。また、女子においても、第3群は第1群と比較して高い傾向にあった。この差は、意識の違いを反映しているもので、本来学生自身の有している体力レベルの違いと考えられる。第3群では体力に自信のある学生の割合が相対的に多いことが、体力レベルの向上をももたらしていると考えられる。このことは、猪飼の言う体力要素における精神的要素の中の「意欲」と密接に関係していることが裏付けられたものといえる(NPO法人日本トレーニング指導者協会, 2009)。

### (4) シャトルランテストについて

シャトルランテストは、運動を長時間継続させる意志と意欲が試される。このような観点から、各群間の相違を観察すると、体力診断テスト総得点の場合と同じ要因であることが解る。全身持久力のテストには、意志と意欲が内包されている。したがって、最大限に運動継続努力を果たすことが、意欲の低い学生にとって厳しい条件と考えられる。本学における測定法は、数十名のグループ毎に測定を行ない、学生間相互に励まし合ってテスト

を遂行できるように配慮している。そのため学生間の相互の影響がある。選択化により意欲の高い学生が相互に相乗効果をもたらし、最大能力まで運動を続ける場合と、反対に負の効果을及ぼす場合もある。これがこのテストでの性格でもある。

## 5. 【結論】

本学では、2007年度から体育実技 I がすべて選択化へと移行した。体育選択化以降の体育履修率は、男女ともにおよそ2分の1となった。体育への意識や体力は、男女とも選択化以降の学生が有意に高い。現在のように大学体育の選択化が進むと、その弊害として体育に消極的な学生は体育の履修を敬遠する傾向にある。本研究が示唆することは、体育実技の選択化は、今後の大学体育が解決すべき重大な課題を含んでいるということである。

### 【参考文献】

1. 池田充宏・山口貴美子(1997) 本学入学者の体力に及ぼす体育実技の影響について, 日本赤十字秋田短期大紀要, 2, pp65-68.
2. 蓑内豊・佐渡清隆・三宅章介(1992) 本学学生の近年における体格・体力と体育的活動に関する意識の推移, 北星学園大学文学部北星論集, 29, pp375-386.
3. NPO法人日本トレーニング指導者協会(2009), トレーニング指導者テキスト理論編改訂版, p12-13.
4. 下田政博・百鬼史訓・植竹照雄・田中幸夫・田中秀幸(2002), 大学生の健康関連向上に対する教養科目「スポーツ・健康科学実技」の役割と大学教育におけるその意義, 大学体育学, 5, pp13-26.
5. 田村義男・富田公博(1985) 体力測定項目からみた大学正課体育実技の効果—体力トレーニングについて—, 法政大学体育研究センター紀要, 3, pp53-65.
6. 角田和彦・佐々木敏・星野宏司・三宅章介

- (2010) 男子学生の体格・体力の変化, 大学体育学, 7, pp139-148.
7. 角田和彦・佐々木敏・星野宏司・蓑内豊・武田秀勝 (2013) 北星学園大学学生の体育への関心の高さと体力との関係, 北星学園大学経済学部北星論集, 第52巻第2号, pp349-357.

