

## 本学学生の体育授業に対する意識に関する一考察 (2)

～短大における体育授業評価について～

木下茂昭 白澤貴子 涌井佐和子

A Consideration for Students' Consciousness of Physical Education  
in Komazawa Women's Junior College (2)  
; Evaluation of Physical Education

Shigeaki KINOSHITA; Takako SHIRASAWA; Sawako WAKUI

### 1. 緒言

1991年2月に大学審議会から出された「大学教育の改善について」という答申では、(1)大学設置基準の大綱化、(2)大学評価システム、(3)財政面の処置などが揚げられた。その大学設置基準の大綱化においては、一般教育科目の見直し、専門教育科目の充実など科目区分を設けないことや各大学独自の自由なカリキュラム編成をすることが述べられている<sup>1)</sup>。また、大学の評価システム、すなわち、各大学の自己評価については、各大学の教育研究活動に対する自己評価をするための規定を設けることが設置基準に定められている。このようなことが明示されたことにより、各大学では教育研究活動の活性化、質の向上、社会的責任を果たすための自己点検を行い、また、改善のための継続的な努力をしていくことが求められることとなった。このような背景の基に、各大学では、自己評価システムの確立、カリキュラムの見直しなどを行ってきている。

また、一般教育科目の取扱い方については、①各大学の教育理念に基づいて、自由かつ柔軟に進められるべきであること、②一般教育と専門教育を密接に結び付けて、学部教育として整合性を図ること、③高等学校教育との関連や接続に配慮すること、④人文・社会・自然の3分野の均等な履修にこだわらず、学際的学習等も加えた積極的なカリキュラムを構成すること、⑤教員組織や教養部などの見直しや適切な処置を講ずること、などについて指摘されている<sup>2)</sup>。

このような臨時教育審議会の勧告により、従来必修科目として位置づけられてきた「保健体育科目」は、各大学の実態に応じて位置づけられることとな

った。その取扱い方は、各大学の実態に応じて、必修科目、選択必修科目などさまざまである<sup>3)</sup>。そのような状況の中、本学の保健体育科目については、従来通り、必修科目として、1年時に開講されている。

本学に入学したばかりの学生に小学校、中学校、および高等学校までの体育授業に対する意識について質問紙調査を平成4年度より行ってきた<sup>2)</sup>。その回答はおおむね同様であったが、平成8年度に本学へ入学した学生について行った質問紙調査における結果でみると、体育に対する好嫌度は、小・中・高等学校期を通して、およそ60%の学生が肯定的な回答をしていた。しかし、体育が好きと回答した学生の中にも、持久走やマラソンというような持久力・精神力を必要とするような種目に対しては否定的であった。また、体育が嫌いな学生でも球技に対しては、好意的であった。

このような傾向を有していた学生に、1年時に必修科目として行われている保健体育実技終了後、授業での種目選択の状況、その内容、運動意欲の変化、および授業に対する評価などについて質問紙調査を行うこととした。こうすることにより、授業後の学生の変容や保健体育科目に対する学生の考え方などを把握すること、また、授業に対する評価をしていくことは授業の質の向上、魅力のある授業へと改善していくことが可能となると考えられる。

そこで、本研究では、保健体育実技終了後、本学学生の保健体育実技科目に対する意識について質問紙調査を実施し、学生の体育に対する好嫌度、短大で行ってみたい種目などについて、また、授業後の生活様式の変化、および学生による授業評価を実施することにより、今後の授業を充実させていくため

の基礎資料を収集することを目的とした。

## 2. 対象と方法

本研究は、平成8年度保健体育理論履修者（再履修者を含む）を対象に、短大での保健体育実技に関する質問紙調査を実施した。調査は、保健体育理論が開講される12月の第1週に行い、調査用紙の回収率は当日の欠席者を除き100%（548名）であった。

調査項目は、1) 選択した種目について、2) 短大の体育実技について、3) 生活様式の変化について、4) 体育実技の単位数についてなどである。短大の体育に対する好嫌度については、「大変好き=5」～「大変嫌い=1」までの5段階評定尺度を用いた。また、体育に対する好嫌度の評価理由、体育実技で希望する実技種目、運動クラブへの加入状況、生活様式の変化、体育実技の単位数については自由記述方式とした。

以上のような方法で得た資料は、各項目に対する単純集計を施した後に、特定項目についてクロス集計を行った。

## 3. 結果と考察

保健体育実技終了後、受講生に対して質問紙を用いて授業評価を実施したのであるが、その結果を述べる前に、本学の保健体育科目の現状を述べておく必要がある。

### 3. 1. 本学における保健体育科目の現状

本学における保健体育科目は、「保健体育実技」および「保健体育理論」からなり、単位数は各々1単位で、1年時の必修科目として位置づけられている。そのため、実技の受講については、4月から11月までとなり、理論は12月以降に受講するという事となっている。

保健体育科目の授業目的は、人の健康の保持・増進のために生活の中に何らかの運動を取り入れることが望ましいという観点から、理論では、

- ①人間の身体の構造
- ②運動することによって起こる生体の変化
- ③運動と栄養
- ④ライフスタイル

という4点を理解することを目的としている。一方、実技では、理論で学習する内容を実際に運動を通し

て理解するとともに、スポーツの正しい実施方法の理解とその習得を目的としている。このような目的をもって授業を開講することによって、人生80年代の今日、学校期終了後、クオリティオブライフをかなえるためにも、すなわち、より充実した人生を送るためにも、また、生涯学習の中に位置づけられている生涯スポーツ参加者を増大させるためにも、有効であると考えられる。そして、この目的については、講義要項に掲載するとともに、授業の1回目（オリエンテーション）で学生には講義をしている。

保健体育実技では、前述したような目的達成のために、4月から7月までを前半、9月から11月までを後半として、前半・後半で2領域を選択履修することとし、原則として、領域の重複は認めていない。このことは、学生ができるだけ多くの種目に触れることで、スポーツの多様性、内在する価値などを理解させるためである。その履修領域は、インドアスポーツ（バドミントン・バレーボール・バスケットボール・インディアカ・フライングディスクなど）、アウトドアスポーツ（テニス・ゴルフ・フライングディスク・ターゲットバードゴルフなど）、およびエアロビックエクササイズ（ストレッチングエクササイズ、筋コンディションを含む）の3領域となっている。また、履修人数については、施設の関係上、一時限あたり、エアロビックエクササイズは30名（前・後半で60名）、屋内・屋外種目については各々最大50名（100名）となっている。エアロビックダンスを希望する学生が30名を超えた場合は、抽選となるが、抽選にもれた学生については、後半で優先的に履修できるようにしている。

### 3. 2. 体育実技に対する好嫌度

高等学校における体育への好嫌度と大学での好嫌度については図1.に示した通りである。高等学校では、およそ20%も体育嫌いの学生がいたにもかかわらず、大学の実技終了後では、約9%に減少している。この9%の学生の体育嫌いの理由は、表2.にあるように、「着替えが面倒」、「疲れる」などというように否定的な理由も見られるが、「試合の時間が少ない」、「動く時間が少ない」というように積極的な意見も見られる。このような積極的な意見は、授業者の工夫しだいで改善できるものであるので、体育を嫌いという学生はさらに減少させることが可能で

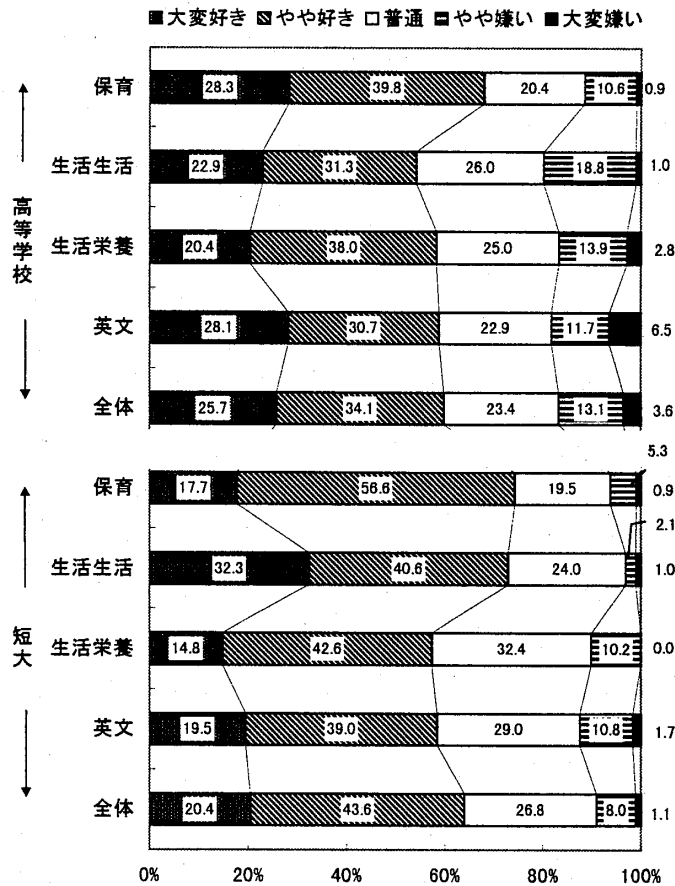


図1. 体育授業に対する好嫌度（高校、短大、学科別）

あろう。

また、「普通・やや好き・大変好き」と回答した理由についてまとめてみると、

- ①「楽しかった」106名 (16.5%)
- ②「好きな種目ができた」105名 (16.4%)
- ③「体が動かせる」63名 (9.8%)
- ④「体を動かすことが好き」48名 (7.5%)

となっている。これらの理由から、保健体育実技の内容が、「つらい、苦しい、疲れる」といったようなものではなく、運動量が確保され、かつ楽しさを感じるような種目で、今までに経験をしたことのないような種目を設定しておくことが必要であると考えられる。

### 3. 3. 保健体育実技の日常生活、行動や意識への影響

今回の調査は、保健体育実技終了後に行ったものであるため、授業が学生の日常生活や行動および意識にどのような影響をもたらしたかを知るために、「体育実技を受講して、日常生活、行動、意識に何か変化はありましたか?」という設問を用意し、自

由記述での回答を得ることとした。その回答を分類してみると、「気分の変化」、「意識の変化」、「行動の変化」、「身体の変化」、「その他」という5つのカテゴリーに分類ができる。

まず、回答の割合が最も多かった意識の変化についてみてみると、さらに以下の6つに分類できる。すなわち、それらは、

- ①運動やスポーツに対する動機づけの向上 (12.2%)
- ②特定の運動種目に対する好意的態度および実践意欲 (8.0%)
- ③減量や肥満に対する意識 (6.0%)
- ④健康や体力、生活の自己認識 (5.7%)
- ⑤運動やスポーツに対する価値観や興味の変容 (2.4%)
- ⑥その他 (1.8%)

とできる。

この中で「運動やスポーツに対する動機づけの向上」(12.2%)と答えた学生の多くは、「なるべく体を動かさそうと思うようになった」と回答している。

表1. 体育に対する好嫌度とその理由 (短大)

大変好き	N	やや好き	普通	N	やや嫌い	N	大嫌い	N
楽しかった	37	好きな種目が選べた	楽しかった	70	着替えが面倒、時間がない	17	つまらない	10
好きな種目ができた	29	楽しかった	着替えが面倒、時間がない	52	きつい、疲れる	14	着替えが面倒、時間がない	5
体を動かすことが好き	25	体を動かせる	好きな種目もある	36	つまらない	13	運動が嫌い	2
体を動かせるから	23	体を動かすことが好き	授業の回数が少ない	19	運動が嫌い	12	きつい、疲れる	2
ストレス解消	7	特定の種目が好き	選択が少ない	13	活気がない	9	活気がない	1
自由な雰囲気	6	授業の回数が少な過ぎる	きつい、疲れる	13	嫌いな種目があった	7	嫌いな種目があった	1
普段できないものができた	6	普段できないものができた	自由な雰囲気	13	好きな種目もある	7	好きな種目もある	
先生が好き	4	いろいろなものができた	普段できないものができた	11	試合の時間が少な過ぎる	7	試合の時間が少な過ぎる	
特定の種目が好き	3	自由な雰囲気	好きな種目が選べた	8	授業の回数が少ない	6	授業の回数が少ない	
一生懸命燃えた	2	みんなと一緒に楽しめた	活気がない	6	動く時間が少ない	6	動く時間が少ない	
専門的な技能が上達した	2	出席や態度を重視	時間が長い	9	知らない人がいた	5	知らない人がいた	
技能的に丁度よい	2	活気がない	つまらない	6		4		
友人との交流	2	好きな種目もある	体を動かすことが好き	5		4		
		ストレス解消	体を動かせる	5		4		
		技能的に丁度よい	好きな種目ができた	5		4		
		きつい、疲れる	出席や態度を重視	4		4		
		着替えが面倒、時間がない	動く時間が少ない	4		4		
		一生懸命燃えた	試合の時間が少な過ぎる	4		4		
		専門的な技能が上達した	運動が嫌い	3		4		
		試合が多い	運動神経が鈍い	3		2		
		マラソンがない	体重が増えて動かない	3		2		
		つまらない	いろいろなものができた	2		2		
		足が遅い	技能的に丁度よい	2		2		
		選択が少ない	特定の種目は好き	2		2		
		動く時間が少ない		2		2		
その他	8	その他	その他	8		13	その他	7
無回答	0	無回答	無回答	2		17	無回答	0
回答数	156	回答数	回答数	310		175	回答数	52
		*多重回答						8

表2. 日常の行動、意識等に対する体育授業の影響

	項 目	N	%	%		
気分 の 変 化	ストレス解消できた	12				
	気分晴らした	11				
	リフレッシュできた	3	29	8.5		
	体育のあった日は気分がすっきりした	2				
	イライラしなくなった	1				
意 識 の 変 化	<b>【運動やスポーツに対するモチベーションの向上】</b> なるべく体を動かそうと思うようになった もっとスポーツがしたいと思った いろいろな運動を試してみたくなった	38 2 1	41	12.2		
	<b>【特定の運動種目に対する好意的態度および実務意識】</b> テニスが楽しくなった ゴルフがやりたくなった エアロビックダンスが楽しいものだとわかった 球技を楽しむことができるようになった バレーが好きになった 父とゴルフをやりたいと思うようになった 柔軟体操をしようと思った 水泳をやろうと思った	11 7 3 2 1 1 1 1	27	8.0		
	<b>【減量や脂肪に対する意識】</b> 自分が肥満であることを実感した ダイエットにより興味を持った FATを測定して、自分の生活を見直してみようと思った 運動してやせることが一番良いとわかった	13 5 1 1	20	6.0		
	<b>【健康や体力、生活の自己管理】</b> 運動不足を自覚した 健康的になりたいと思うようになった 不規則な生活の悪さがわかった	17 1 1	19	5.7		
	<b>【運動やスポーツに対する価値観や興味の変化】</b> 運動に対する興味や視野が広がった 今までよりも体育が楽しいと思った スポーツの良さを再認識した	3 3 2	8	2.4		
	<b>【その他】</b> 準備体操の重要性がわかった たまには汗をかくのもいいと思った 試合をみたくなった 息け心を反省した	3 1 1 1	6	1.8		
	行 動 の 変 化	<b>【日常の歩行】</b> 歩き方に注意するようになった 体をできるだけ動かすようになった 歩く時間が増えた 稲城から徒歩通学にした 歩くペースが速くなった 音楽を聞きながらリズムに合わせて散歩するようになった 階段を意識して使うようになった 自転車をやめて歩いて通学するようになった	16 14 13 2 1 1 1 1 1	49	14.6	
		<b>【運動・スポーツ行動】</b> ストレッチ体操を行なうようになった 筋力トレーニングをやるようになった 家で体操を行なうようになった エアロビックダンスを行なうようになった ランニングをするようになった 水泳をするようになった	14 7 4 1 1 1	28	8.4	
		<b>【食行動・健康管理】</b> 食生活に気をつけるようになった 体重計にのる習慣がついた 自分の健康を気遣うようになった 食事がおいしく食べられるようになった	8 1 1 1	11	3.3	
		<b>【対人関係】</b> 友人が増えた 友達と運動しようという話題がでた ゴルフをやって父との会話が增进了	5 2 1	8	2.4	
		<b>【生活管理】</b> だらだらしないようになった 時間厳守になった	2 1	3	0.9	
		<b>【運動技能】</b> テニスが上達した	3	3	0.9	
		<b>【睡眠】</b> よく眠れるようになった	2	2	0.6	
		<b>【その他】</b> スポーツ番組を見るようになった	3	3	0.9	
		身 体 の 変 化	<b>【健康】</b> 運動不足が解消された 減量に効果的だった 健康的になった 体調が整ってきた 風邪をひかなくなった 便秘が治った 受講後体がリラックスした	19 4 1 1 1 1 1	28	8.4
<b>【体力】</b> 足が軽くなった 体力がついた 疲れが残りにくくなった 柔軟性が向上した 筋力が向上した 駅の階段の上り下りが楽になった			6 3 1 1 1 1	13	3.9	
<b>【その他】</b> 筋肉痛になった			13	13	3.9	
そ の 他			体育のある日が楽しみだった	7		
			運動する機会ができて良かった	6		
			普段しない種目ができて良かった	5	24	7.2
			体育のあった日は疲れた	4		
	体脂肪や運動に関する知識が身についた		2			
	調査数		335	335	100%	100%

\*この質問項目への回答数は335（重複回答あり）である。％は全回答数に対する割合を示す。

また、「運動不足を自覚した」、「自分が肥満であることを実感した」などと回答している学生も多くみられる。これらの回答が多くみられるのは大学受験のために、運動をしない生活が高等学校時代に生じ、継続されてきたためのものと考えられる。また、短大入学後も、生活の中に運動などを取り入れることもなかったために起こったものとも考えられよう。しかし、体育実技を通して、自己の体力の低下、体脂肪などの測定を通して、自己の身体の状態などを知ることにより、運動の必要性を感じ、意識を変革させるまでに至ったものと考えられる。

また、行動の変化については、さらに、

- ①日常の歩行 (14.6%)
- ②運動・スポーツ行動 (8.4%)
- ③食行動・健康管理 (3.3%)
- ④対人関係 (2.4%)
- ⑤生活管理 (0.9%)
- ⑥運動技能 (0.9%)
- ⑦睡眠 (0.6%)
- ⑧その他 (0.9%)

と分類できる。このような結果にみられる「①日常の歩行」の変化については、「歩き方に注意するようになった」、「歩く時間がふえた」という回答が多くみられる。これらの回答は、授業の中で、歩行をする時には、単に並足で歩くのではなく、速度に変化をもたらすことにより、消費エネルギーが増大し、運動をするのと同様な効果があるという歩行の有効性について解説したためであると考えられる。その他にも、生活の中にストレッチや体操を取り入れたり、体を動かしたり、歩くことに対して積極的になったなどという行動の変容がみられる。また、食生活に気をつけるようになったというように「食行動・健康管理」についても、考え、行動するようになった学生もみられる。

身体の変化については、

- ①健康 (8.4%)
- ②体力 (3.9%)
- ③その他 (3.9%)

と分類できる。「運動不足の解消」、「減量に効果があった」、「足が軽くなった」などという回答がみられた。

また、体育実技をすることにより、「ストレスの解消」、「気晴らし」、「リフレッシュ」というように日

常生活で蓄積したストレスを解消することができる」と回答した学生は、8.5%みられ、これらは気分の変化に含まれるものである。これはスポーツが有する機能の1つである、「気分転換をはかる」ためにも効果があるという側面を現しているものである。

保健体育実技を通して、多くの学生が運動不足を解消することができたわけであるが、その半面、授業後の筋肉痛を訴える学生もみられた。これは、運動不足の体にもかかわらず、授業に対して積極的に取り組んだためによるものと考えられる。

このような調査結果をみても、スポーツが有するさまざまな機能の中で、①健康の保持・増進のため、②気分転換のため、③趣味のため、④人との触れ合いのため、という4点に対しては授業が有効に作用したと考えられる。

### 3. 4. 保健体育体育実技への学生の志向

本学の保健体育実技は現段階では全学科とも必修科目となっている。しかし、「1年生の体育授業が選択科目ならば、履修しましたか？」という設問に対しては、およそ80%の学生のみが履修したと答えている(表3.)。また、履修しないという学生たちは「体育が得意でない」と回答した学生が最も多く、次いで「体を動かすことが嫌い」などという理由から選択しないという回答をしている。これは、高等学校までの体育における授業・評価が、技能中心に行われてきたために、「～ができない」から得意ではないというような感情を抱かせたために生じたことではないかと思われる。

「2年生でも体育授業があった方がよいと思いますか？」という設問に対する回答(表4.)と「2年時に体育授業が開講されたら、受講しますか？」という設問への回答(表5.)は「はい」という学生がおおよそ70%ずつみられ、その理由が、「身体を動かしたい」、「普段の生活で運動時間を確保しにくいので」などという理由からのものである。これらの回答は、1年時履修した保健体育実技の内容で、自己の体力の状況、運動の必要性などについて理解がなされたための結果と考えられる。

一方、「いいえ」と答えた学生は「他の授業が大変だから」、「就職活動があるから」などという理由からのものである。これら否定的な意見は、短大生活が2年間しかないため、2年時には就職活動や特定

表3. 1年生時の体育授業が選択科目ならば、履修しましたかに対する回答理由（自由記述）

「はい(履修する)」の理由	回答数	%	「いいえ(履修しない)」の理由	回答数	%
普段の生活で運動時間を確保しにくいので	124	(26.8)	体育は得意でない	28	(25.2)
体を動かすのが好きなので	88	(19.0)	体を動かすことが嫌いだから	17	(15.3)
身体を動かしたいから	75	(16.2)	着替えがめんどうなので	14	(12.6)
運動不足解消のため	42	(9.1)	めんどう	9	(8.1)
体が引き締まるから	23	(5.0)	疲れるから、つらい	6	(5.4)
好きな種目だけならやりたい	22	(4.8)	授業でないほうが楽しめるから	6	(5.4)
楽しいから	21	(4.5)	好きな種目だけならやりたい	5	(4.5)
ストレス解消のため、気分転換	21	(4.5)	やりたくない	3	(2.7)
健康のため、体に良いので	16	(3.5)	好きな種目がないから	2	(1.8)
体育が好きだから	13	(2.8)	つまらないから	2	(1.8)
出席すれば単位がでるから	8	(1.7)	持病があるから	2	(1.8)
授業がないと運動不足になるから	3	(0.6)	他の授業が大変だから	1	(0.9)
いろいろ体験したいから	2	(0.4)	自分で運動しているから必要ない	1	(0.9)
友人と交流できるから	2	(0.4)	朝早いから	1	(0.9)
できるならやりたい	1	(0.2)			
無回答	2	(0.4)	無回答	14	(12.6)
回答数	463		回答数	111	

\* 多重回答

表4. 2年生でも体育授業があった方がよいと思いますかに対する回答理由（自由記述）

「はい(必要)」の理由	回答数	%	「いいえ(必要ない)」の理由	回答数	%
普段の生活で運動時間を確保しにくいので	121	(29.6)	他の授業が大変だから	26	(14.9)
身体を動かしたいから	49	(12.0)	就職活動がある	16	(9.1)
授業がないと運動不足になるから	37	(9.0)	疲れるから、つらい	15	(8.6)
運動不足解消のため	35	(8.6)	体育は得意でない	14	(8.0)
健康のため、体に良いので	35	(8.6)	体を動かすことが嫌いだから	12	(6.9)
楽しいから	34	(8.3)	忙しいから	11	(6.3)
ストレス解消のため、気分転換	27	(6.6)	めんどう	9	(5.1)
体を動かすのが好きなので	23	(5.6)	好きな種目だけならやりたい	7	(4.0)
好きな種目だけならやりたい	10	(2.4)	着替えがめんどうなので	7	(4.0)
いろいろ体験したいから	8	(2.0)	人それぞれだから	6	(3.4)
1人で運動するのは難しいから	6	(1.5)	1年で充分	6	(3.4)
友人と交流できるから	5	(1.2)	選択種目としてならあった方がよい	3	(1.7)
体育が好きだから	4	(1.0)	授業でないほうが楽しめるから	3	(1.7)
できるならやりたい	2	(0.5)	つまらないから	3	(1.7)
体が引き締まるから	1	(0.2)	やりたくない	3	(1.7)
勉強が嫌いだから	1	(0.2)	1単位しかもらえないから	3	(1.7)
出席すれば単位がでるから	1	(0.2)	時間をもったいないから	2	(1.1)
			自分で運動しているから必要ない	1	(0.6)
無回答	10	(2.4)	朝早いから	1	(0.6)
回答数	409		無回答	27	(15.4)

\* 多重回答

表5. 2年生時に体育授業が開講されたら、受講しますかに対する回答理由（自由記述）

「はい(受講する)」の理由	回答数	%	「いいえ(受講しない)」の理由	回答数	%
身体を動かしたいから	102	(25.2)	疲れるから、つらい	23	(13.2)
普段の生活で運動時間を確保しにくいので	70	(17.3)	他の授業が大変だから	21	(12.1)
体を動かすのが好きなので	43	(10.6)	体育は得意でない	16	(9.2)
運動不足解消のため	33	(8.2)	就職活動がある	15	(8.6)
楽しいから	32	(7.9)	体を動かすことが嫌いだから	13	(7.5)
健康のため、体に良いので	24	(5.9)	忙しいから	13	(7.5)
好きな種目だけならやりたい	21	(5.2)	めんどう	12	(6.9)
ストレス解消のため、気分転換	18	(4.5)	好きな種目だけならやりたい	8	(4.6)
授業がないと運動不足になるから	14	(3.5)	着替えがめんどうなので	6	(3.4)
体育が好きだから	6	(1.5)	やりたくない	4	(2.3)
いろいろ体験したいから	4	(1.0)	授業でないほうが楽しめるから	3	(1.7)
友人と交流できるから	4	(1.0)	つまらないから	3	(1.7)
勉強が嫌いだから	3	(0.7)	1年で充分	3	(1.7)
できるならやりたい	3	(0.7)	時間をもったいないから	3	(1.7)
出席すれば単位がでるから	3	(0.7)	好きな種目がないから	2	(1.1)
1人で運動するのは難しいから	2	(0.5)	人それぞれだから	2	(1.1)
体が引き締まるから	1	(0.2)	自分で運動しているから必要ない	2	(1.1)
			持病があるから	2	(1.1)
無回答	21	(5.2)	朝早いから	1	(0.6)
回答数	404		無回答	25	(14.4)

\* 多重回答

研究などがあり、身体を休めることの方を大切と考えているためといえよう。

## 5. 結 語

平成8年度に本学へ入学した学生の体育に対する好嫌度は、過去4年間と概ね同様で、小・中・高等学校期を通して、およそ60%の学生が肯定的な回答をしていた。このような傾向を示していた学生たちが、必修科目である保健体育実技受講後、その意識にどのような変化がみられるかを調査することにより、保健体育実技の授業を改善していくための資料を得ること、および、学生による授業評価をすることにより、授業の質の向上、魅力のある授業へと改善していくための基礎資料を得ることも目的としていた。

本調査の結果については前述したとりであるが、体育実技に対する好嫌度は、入学直後よりも、授業終了後の方が「好き」と答えた学生が多く、64%となっている。普通と答えた学生を含めるとおよそ90%の学生たちが保健体育実技に対して好意的であるということができよう。また、日常の行動、意識などに対する影響は、「なるべく体を動かそう」、「生活に歩行を取り入れた」などという形で現れてきている。特に、運動をする時間が十分にとれないとしても、歩行をすることにより、健康の保持・増進へとつながることを理解した学生が14.6%もいたことは、健康であるために、運動の必要性を身近に感じることもできたものと考えられる。また、さまざまなスポーツを楽しむ態度や、スポーツに関する会話などをするようになった学生、スポーツ活動を今後も継続して実践してみたいと考えるようになった学生もみられる。

これらの結果をみると、本学の保健体育科目の目的である

①人の健康の保持・増進のために生活の中に何らかの運動を取り入れる必要性についての理解  
(理論)

②実際に運動を通して、スポーツの正しい実施方法の理解とその習得

ということは達成されていると考えることができよう。しかし、学生たちは、現状で行っている実技内容だけではなく、自分たちだけでは実施することのできないようなスポーツ種目に対しても経験するこ

とを望んでいる。このような学生の意見を取り入れるためには、そのスポーツが本学保健体育科目の目的達成のために、有効であるか否かを十分検討していかななくてはならないことといえよう。

また、意識、行動などが変容した学生たちが、人生80年代の今日、学校期終了後、クオリティオブライフをかなえるためにも、より充実した人生を送るためにも、生涯学習・生涯スポーツなどへと参加していくことにもつながると考えられる。

今回の調査は、授業評価の第一歩として実施したわけであるが、学生たちの運動指向、科目に対する好嫌度、授業後の意識の変容などを知る上では有効な調査であると考えられる。そのため、このような調査は今後も継続する必要がある。また、調査方法についても、今後も改善して行かなくてはならないものと考えられる。

## 6. 引用・参考文献

- 1) (社)大学体育連合大学体育改革委員会(1991)大学保健体育基本構想. 大学体育, 43:35-81.
- 2) 木下茂昭・白澤貴子・涌井佐和子(1996)本学学生の体育授業に対する意識に関する一考察. 駒沢女子短期大学研究紀要, 30:13-20.
- 3) 日本体育学会体育原理専門分科会(編)大学教育改革と保健体育の未来像. 不味堂出版, 1991. Pp. 246.