

## 本学学生の体育授業に対する意識に関する一考察(3)

～短大における体育授業評価について～

木下 茂昭 涌井 佐和子

A Consideration for Students' Consciousness of Physical Education  
in Komazawa Women's Junior College(3);  
Evaluation of Physical Education

Shigeaki KINOSHITA; Sawako WAKUI

### 1. 緒言

大学審議会が1991年2月に「大学教育の改善について」という答申をだしてから、7年が経過をした。そして、この7年間で一般教育科目の取扱い方は、答申を受けて大きく変化をしてきたといえよう。すなわち、従来から行われてきた一般教養科目が、各大学の教育理念に基づいて自由かつ柔軟な取扱い方となり、一般教育と専門教育を密接に結び付け、高等学校教育との関連や接続に配慮し、人文・社会・自然の3分野を自由化したカリキュラムを構成するようになってきたといえる。その中で、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り、その取扱い方は、必修科目、必修選択科目、選択科目などとさまざまな取扱い方となってきている。

また、大学審議会は上述の答申の中で、各大学の自己評価については、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、実施することについて述べている。これは、各大学における教育研究活動を活性化するため、また、その質を向上させるためなどの点から、自己点検の必要性について指摘したといえる。いいかえれば、教養科目や専門科目について、授業評価を行い、授業の質の向上を目指していくことが求められているといえよう。

さて、本学における保健体育科目は、運動を生涯にわたって実践することにより、健康の保持・増進、生活の質の向上、生涯スポーツなどの観点から、必修科目として位置づけられている。その中で、本学に入学したばかりの学生が有する体育授業に対する意識については平成4年度より、質問紙調査を行ってきた。その回答はおおむね同様であり、今年度に

ついても、体育授業に対して肯定的な意見を有している学生が全体のおよそ60%であった。このような傾向を有している学生が、本学における保健体育科目を履修後、その意識がどのように変化をしたかについて調査することは、授業を評価する上での基礎資料となると考えられる。そこで、1年時に必修科目として行われている保健体育実技、保健体育理論終了後、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。この調査により、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。

### 2. 本研究の目的と方法

本研究では、保健体育実技、保健体育理論終了後、本学学生の保健体育科目に対する意識について質問紙調査をすることにより、学生の保健体育科目に対する好嫌度、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、および学生側からの授業評価をすることにより、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。

本研究では、平成9年度保健体育理論履修者（再履修者を含む）を対象に、短大での保健体育科目に関する質問紙調査を実施した。調査は、保健体育理論が終了する1月の第4週に行い、調査用紙の回収率は当日の欠席者を除き100%（440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

大の保健体育科目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、保健体育科目に対する好嫌度の評価理由、生活様式の変化についても、「あてはまる＝5」～「あてはまらない＝1」までの5段階評定尺度を用いた。その他の保健体育実技で希望する実技種目、運動クラブへの加入状況、保健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

#### 3. 1. 体育授業に対する好嫌度

平成10年4月に本学に入学した学生の高等学校までの体育授業に対する好嫌度は、図1.に示した通り前年度までと比較してみても、ほぼ同様な結果で、「大変好き、好き、普通」と回答した学生がおおよそ90%みられた。

また、表1.からわかるように、短大での保健体育科目の授業回数、授業時間、運動量、技能面、受講人数についてもおおむね好回答を得ている。しかし、「保健体育実技の授業がなくなっても、定期的に運動することができそうですか?」という設問に対しては、「全くできない」、「たぶんどできない」と回答した学生が80%以上みられた。このように回答した学生の回答理由は、

- ①時間の確保の困難さ
- ②場所の確保の困難さ
- ③参加人数の確保の困難さ

などであった。

時間を確保することの困難さは、2年生となると専門科目が増え、学習のために時間がさかれること、就職活動のために多くの時間が費やされるなどの理由であった。しかし、生涯スポーツについて、また、運動の必要性については、実技終了後の保健体育理論においても講義されているので、卒業後、何らかの形で生活にスポーツを取り入れていくことも予想される。

表1. 体育授業に対する好嫌度別の体育授業に対する評価

| 質問内容\好嫌度   | 好き/やや好き<br>N=237 | 普通<br>N=158 | やや嫌い/嫌い<br>N=45 | 全体<br>N=440 |
|------------|------------------|-------------|-----------------|-------------|
| 授業回数       |                  |             |                 |             |
| ちょうど良い     | (50.2) 119       | (69.5) 109  | (53.3) 24       | (57.4) 252  |
| もっと多い方が良い  | (46.4) 110       | (12.7) 20   | (6.7) 3         | (30.3) 133  |
| もっと少ない方が良い | (3.4) 8          | (17.8) 28   | (40.0) 18       | (12.3) 54   |
| 未回答        |                  | 1           |                 | 1           |
| 授業時間       |                  |             |                 |             |
| ちょうど良い     | (80.2) 190       | (70.9) 112  | (28.9) 13       | (71.6) 315  |
| もっと多い方が良い  | (14.3) 34        | (4.4) 7     | (4.4) 2         | (9.8) 43    |
| もっと少ない方が良い | (5.5) 13         | (24.7) 39   | (66.7) 30       | (18.6) 82   |
| 運動量        |                  |             |                 |             |
| ちょうど良い     | (70.5) 167       | (75.9) 120  | (51.1) 23       | (70.5) 310  |
| もっと多い方が良い  | (28.7) 68        | (15.2) 24   | (15.6) 7        | (22.5) 99   |
| もっと少ない方が良い | (0.8) 2          | (8.9) 14    | (33.3) 15       | (7.0) 31    |
| 技能面        |                  |             |                 |             |
| ちょうど良い     | (83.5) 198       | (83.5) 132  | (68.9) 31       | (82.0) 361  |
| もっと難しい方が良い | (13.9) 33        | (9.5) 15    | (6.7) 3         | (11.6) 51   |
| もっと易しい方が良い | (2.5) 6          | (7.0) 11    | (24.4) 11       | (6.4) 28    |
| 受講人数       |                  |             |                 |             |
| ちょうど良い     | (80.2) 190       | (75.9) 120  | (71.1) 32       | (77.7) 342  |
| もっと多い方が良い  | (3.0) 7          | (1.9) 3     | (4.4) 2         | (2.7) 12    |
| もっと少ない方が良い | (21.1) 50        | (22.2) 35   | (28.9) 13       | (22.3) 98   |

表2. 体育授業に対する好嫌度別の運動実践に対する自信度

| 質問内容\好嫌度 | 好き/やや好き<br>N=237 | 普通<br>N=158 | やや嫌い/嫌い<br>N=45 | 全体<br>N=440 |
|----------|------------------|-------------|-----------------|-------------|
| 全くできない   | (11.0) 26        | (13.3) 21   | (22.7) 10       | (13.0) 57   |
| 多分できない   | (68.2) 161       | (72.2) 114  | (61.4) 27       | (68.9) 302  |
| 多分できる    | (19.5) 46        | (12.0) 19   | (11.4) 5        | (16.0) 70   |
| 絶対できる    | (1.3) 3          | (2.5) 4     | (4.5) 2         | (2.1) 9     |
| 未回答      | 1                |             | 1               | 2           |

\*「体育実技の授業がなくなっても、定期的に運動することができそうですか?」に対する回答

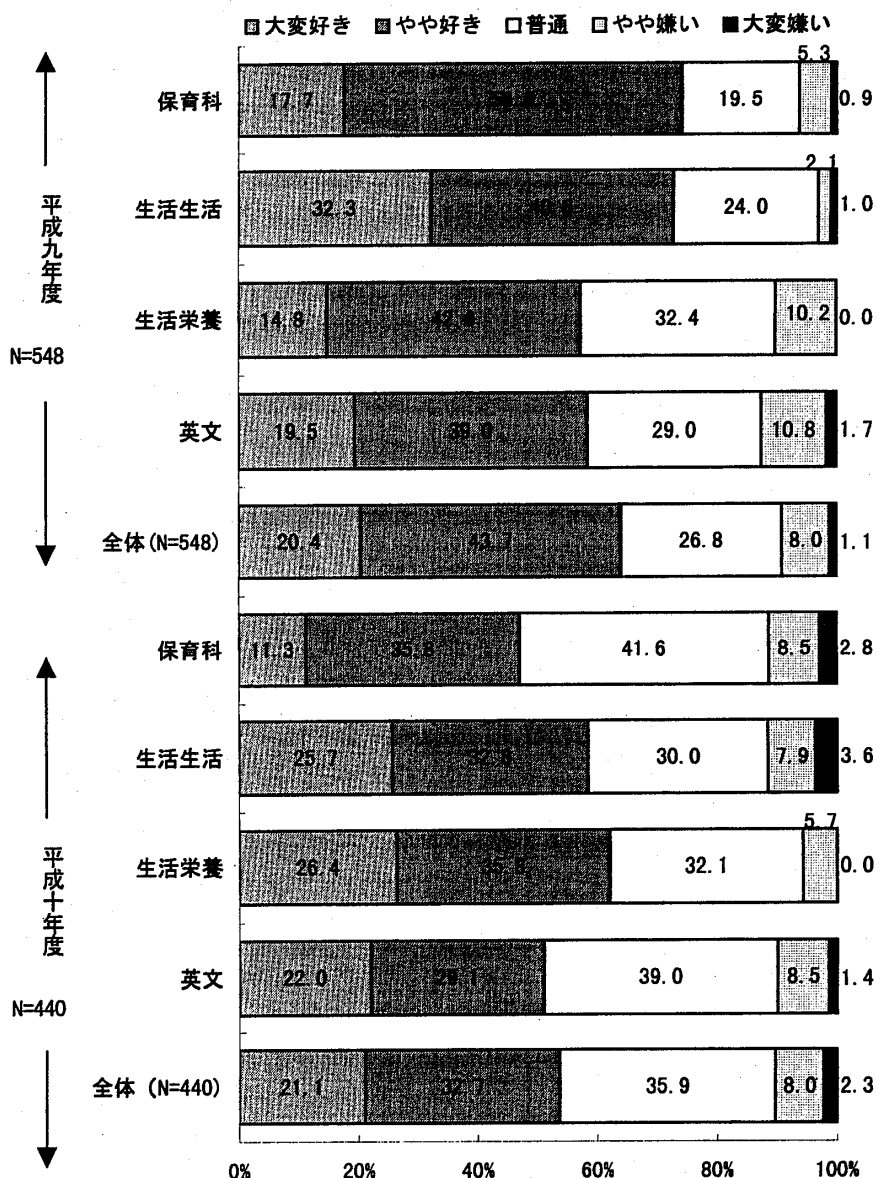


図1. 体育授業に対する好嫌度

### 3. 2. 保健体育実技授業の日常の行動・意識への影響

平成9年度と同様、保健体育実技の授業が、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、「体育実技や理論の授業は、あなたの日常生活や考え方に影響をあたえましたか?」という設問を用意し、22種類の項目について5段階評価、「あてはまる=5」～「あてはまらない=1」での回答を得ることとした。その設問は、「気分の変化について」、「意識の変化について」、「行動の変化について」、「身体の変化について」、「スポーツ参加について」という5項目に分類ができる(図2.)。

まず、「あてはまる、ややあてはまる」という回答

の割合が最も多かった設問は「運動不足を自覚した」というもので、81.0%の回答を得た。これは、スポーツの有する楽しさなどについては理解しているが、スポーツ実践をしていないことにより、体力面全体の低下などを実感したためによるものであろう。また、授業場面においても、ストレッチなど体操場面での柔軟性の低下、さまざまなスポーツのゲーム場面での持久力の低下などを感じたことにも起因していると考えられる。このような結果をみると、保健体育実技開始時と終了時に、簡易体力テストなどを実施し、学生が自己の体力状況を把握しておく必要もあろう。

次に、「気分転換になった(72.8%)」、「ストレス

□ あてはまらない/あまりあてはまらない    ▨ どちらともいえない    □ ややあてはまる/あてはまる

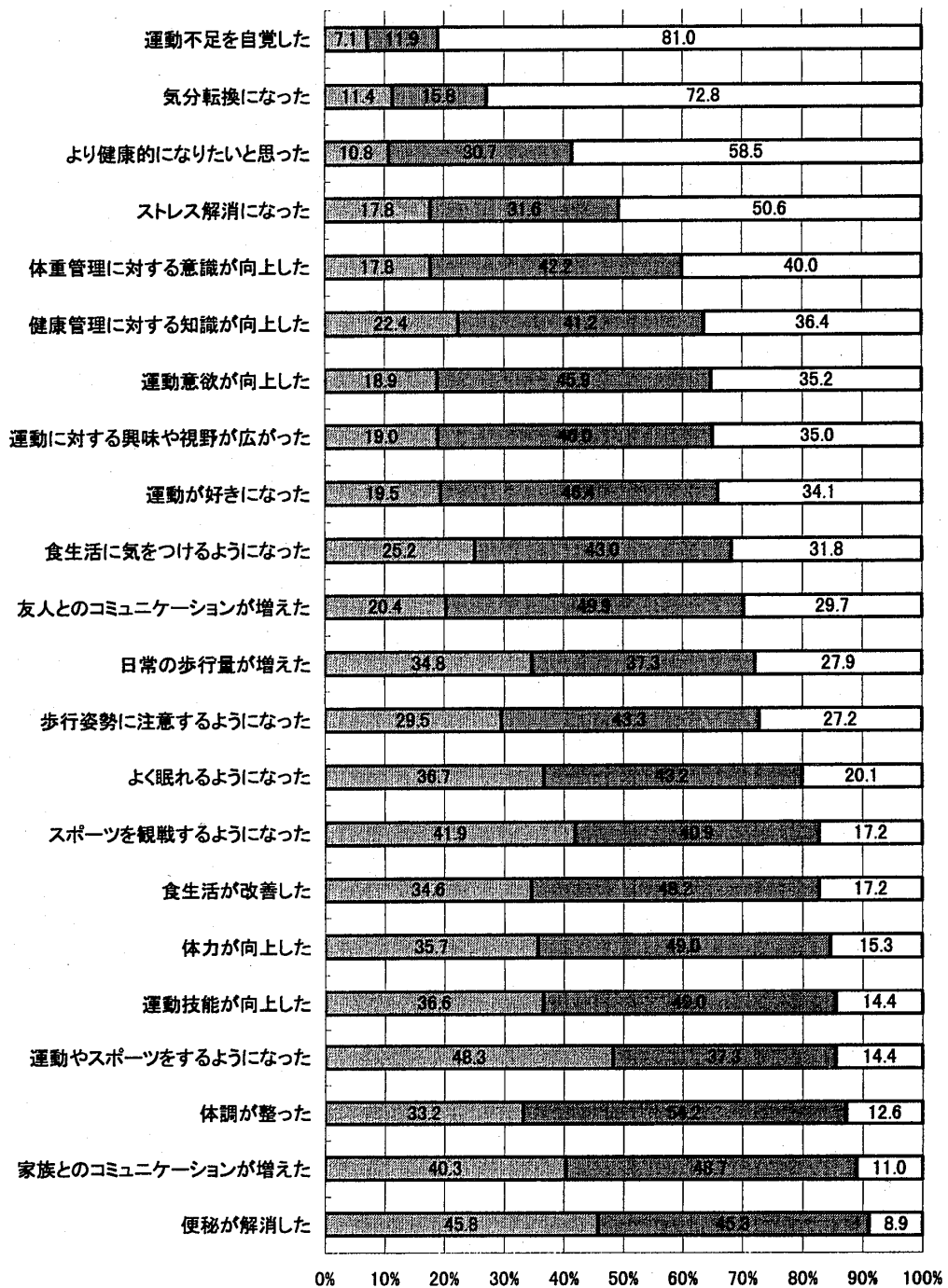


図2. 体育授業の日常の行動・意識への影響

解消になった(50.6%)」というように、スポーツの有する精神的な作用に対しても効果があったといえる。

健康に対する意識の変容は、「より健康になりたいと思った(58.5%)」、「体重管理に対する意識が向上した(40.0%)」、「健康管理に対する知識が向上した(36.4%)」にみられるように、授業を通して、健康

の保持・増進をするためにはどのようにすれば、より健康的な生活が送れるのかを理解したためによるものであろう。特に、体重の管理については、講義の中で体脂肪の必要性和その悪影響について、また、実際に体脂肪の測定をすることなどから意識が高まったものと思われる。

また、行動の変化については、特に、日常の歩行

表3. 「もし、2年時に体育授業が選択科目としてあったら受講しますか」に対する回答

| 受講する<br>N=260 (59.1%) |        |     | 受講しない<br>N=179 (40.7%) |        |     |
|-----------------------|--------|-----|------------------------|--------|-----|
| 受講する理由                | %      | N   | 受講しない理由                | %      | N   |
| 普段の生活で運動時間を確保しにくいので   | (90.8) | 236 | 着替えが嫌だから               | (68.7) | 123 |
| 楽しいから                 | (86.5) | 225 | めんどうだから                | (67.6) | 121 |
| 健康維持・増進のため            | (83.8) | 218 | 他の授業が大変だから             | (62.0) | 111 |
| ストレス解消/気分転換になるから      | (82.7) | 215 | 忙しいから                  | (54.2) | 97  |
| 体を動かすのが好きだから          | (76.2) | 198 | 疲れるから                  | (46.4) | 83  |
| 減量のため                 | (68.8) | 179 | 運動が苦手だから               | (39.7) | 71  |
| 友人と交流できるから            | (65.4) | 170 | 就職活動があるから              | (34.6) | 62  |
| いろいろ体験できるから           | (63.8) | 166 | 汗をかくのが嫌だから             | (24.6) | 44  |
| 運動技能を向上させたいから         | (48.8) | 127 | 運動が嫌いだから               | (22.9) | 41  |
|                       |        |     | 身体の都合で                 | (5.6)  | 10  |

\* 回答は、「あてはまる」「あてはまらない」からの択一方式とした。表中には「あてはまる」に対する回答度数と割合を示した。

に変化がみられた。日常生活に積極的に歩行を取り入れるようになった学生は、平成8年度が14.6%であったに対し、9年度は27.9%と大きく増加した。これは、運動をすることの意義や必要性については理解しているものの、スポーツをするための時間や場所を確保することが困難であるのに対して、歩行は特別な用具なども必要としないで、手軽にでき、運動をするのと同様な効果が得られることによるものと考えられる。

これらの調査結果をみると、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（体重管理、健康管理、体力の向上）
- ②気分転換のため（精神的な作用）
- ③社会性を高めるため（人との触れ合い）
- ④生涯スポーツのため（生涯学習の一環として）

という点に対しては授業が有効に作用したと考えられる。

#### 4. 保健体育科目への学生の志向

本学の保健体育科目は現段階では全学科とも、1年時の必修科目となっている。しかし、実技の授業が終了に近づいてくると学生たちから、「なぜ2年次には実技がないのか」という質問を受けることがある。そこで、質問紙に「もし、2年時に体育授業が選択科目としてあったら受講しますか」という設問を設けた。また、その回答に対する理由についても、回答を得ることとした。

「受講する」と回答した学生は59.1%で、受講する

理由として7割以上から回答を得た項目は、「普段の生活で運動時間を確保しにくいので(90.8%)」、「楽しいから(86.5%)」、「健康維持・増進のため(83.8%)」、「ストレス解消/気分転換になるから(82.7%)」、「体を動かすのが好きだから(76.2%)」の5項目であった。すなわち、実技受講希望者の7割以上は、体育実技の心理・身体面に対する効果を認識しており、かつ、日常生活の中では自ら自発的に運動できないと考えていることがわかる。

一方、「受講しない」と回答した者は40.7%であったが、受講希望者とは異なり、7割以上の学生が指摘した回答理由はなかった。受講しない理由として多かった回答を上位から5項目にあげてみると、「着替えが嫌だから(68.7%)」、「めんどうだから(67.6%)」、「他の授業が大変だから(62.0%)」、「忙しいから(54.2%)」、「疲れるから(46.4%)」となった。運動嫌いと関係すると思われる「汗をかくのが嫌いだから」、「運動が嫌いだから」等を受講しない理由とした学生はそれほど多くはなかったため、運動自体が好きかどうかを受講するか否かにはあまり強く関連していないように思われる。運動を実践するには、施設の利便性は無論のこと、一緒に運動する仲間がいること（社会的支援）なども重要な役割を果たしているということができよう。そのような意味で、1年時以降も体育実技の授業を選択科目として提供できるのであるならば、学生の多様な志向に対応できるものと考えられる。

## 5. 結 語

本研究では、1年時に必修科目として行われている保健体育科目（保健体育実技、保健体育理論）終了後、授業に対する評価および授業受講後の学生の変容等を把握することにより、授業の問題点を明らかにするとともに、授業の質の向上、魅力のある授業へと改善していくことの基礎資料を得ることを目的とした。

本研究の結果を要約すると、

- (1) 体育実技に対する好嫌度は、前年度とほぼ同様の傾向が認められ、回答者の90%から肯定的回答を得た。
- (2) 授業回数、授業時間、運動量、技能面、受講人数についてもおおむね好回答を得た。
- (3) 日常生活への効果については、
  - ① 健康の保持・増進のため（体重管理、健康管理、体力の向上）
  - ② 気分転換のため（精神的な作用）
  - ③ 社会性を高めるため（人との触れ合い）
  - ④ 生涯スポーツのため（生涯学習の一環として）以上の4点において効果が認められた。
- (4) 80%以上の学生は保健体育実技以外で定期的に運動することができないと考えており、その理由として、
  - ① 時間の確保、
  - ② 場所の確保、
  - ③ 参加人数の確保の困難さをあげていた。
- (5) 対象者の約6割は(3)、(4)などの理由により、2年時にも選択科目として体育実技があったら受講したいと考えていた。

以上のように、現時点では学生の保健体育科目に対する評価はおおむね良好と考えることができる。しかし、可能性として2年時以降、ほとんどの学生は運動習慣を持たなくなることが危惧されよう。現在のところその実態については明らかとなっていないため、別の機会に追跡調査などをする必要性があるだろう。

一方、今回の調査では、新たに授業回数、授業時間、運動量、技能面、受講人数に関する評価項目を追加したが、否定的回答をした者の中には「実技の開講時数が少なくて物足りない」、「受講人数が多すぎる」、「運動量が少ない」と評価した者もみられた。

つまり、わずかではあるが、この対象者には運動の心理的満足感を与えることができなかったと考えられる。このように回答した学生は、実技に対して大変積極的に取り組んでいる学生であるため、焦点をどこにあてた授業であるかを明確にしておくことが必要であろう。また、この点に関しては今回の調査より得られた新たな知見であったため、今後このような受講者に対する配慮も必要と思われる。

## 6. 参考文献

- 1) 木下茂昭, 白澤貴子, 涌井佐和子, 「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, 1996.
- 2) 木下茂昭, 白澤貴子, 涌井佐和子, 「本学学生の体育授業に対する意識に関する一考察(2)」, 駒沢女子短期大学研究紀要, 31:15-22, 1998.
- 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, 不昧堂出版, 1991. Pp.246.
- 4) 涌井佐和子, 木下茂昭, 白澤貴子, 「本学学生における日常身体活動習慣, 運動スポーツ参加の阻害要因, および運動への意図について」, 駒沢女子短期大学紀要, 31:29-36, 1998.