

本学学生の体育授業に対する意識に関する一考察 (4)

～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(4); Evaluation of Physical Education
Shigeaki KINOSHITA; Takako SHIRASAWA; Sawako WAKUI

1. 緒言

各大学が「大学教育の改善」に着手してから8年が経過した。この8年間で、各大学の教育理念に基づいて、必修科目の見直しやカリキュラムの改善などが行われてきている。また、自己評価をするために、授業評価などを実施して、教育研究活動の活性化を試みている。

大学審議会からだされた答申により、従来必修科目として扱われていた保健体育科目が必修科目ではなくなり、その扱ひ方が各大学に一任された。その結果、必修科目のままで扱っている、選択科目・選択必修科目へ変更した大学などさまざまとなっている。これにともない科目名も「生涯スポーツ」や「健康スポーツ」などへと変更もされている。さらに、授業の内容にも大きな変化がみられる。それは、従来から行われてきた既存のスポーツ、たとえば、バレーボールやバスケットボールというような球技などから、いわゆるニュースポーツなども取り入れられるようになってきている。また、集中講義として、ウィンドサーフィン、スキーといったような季節を満喫できるようなスポーツも開講されている。これらのような実技は、生涯スポーツへとつながっていくものと考えられる。

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、生活の質の向上など、生涯スポーツの観点から、必修科目として位置づけられてきた。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結果、その回答はおおむね同様であった。すなわち、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の保健体育科目を履修した後の意識の変化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、平成7年度より保健体育実技、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ってきた。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とともに、学生の授業評価結果を分析し、授業の質の向上、魅力のある授業へと改善してきた。

また、学生の意識を見てみると、「2年次においても選択で履修したい」と答えている者が60%みられる。これは自分一人では時間の確保、施設の確保などの点から、困難な点が多くあるためのものと考えられる。このような点を改善して、学生生活の質の向上を図っていく必要もあると考えられる。そこで、平成10年度保健体育科目受講者に前年度までと同様な質問紙調査を行い、さらに授業を改善していくための資料を得ることを目的とした。

2. 本研究の目的と方法

本研究は、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、学生の体育に対する好悪度、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など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。

■大好き ■やや好き □普通 □やや嫌い ■大嫌い

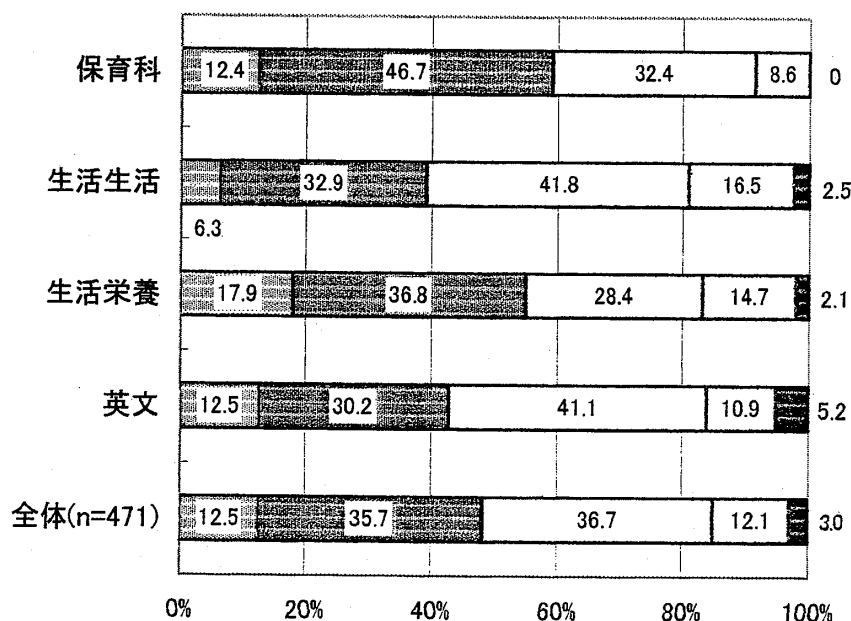


図1 学科別にみた体育授業に対する好嫌度

表1 学科別にみた体育授業に対する評価

		N	多い		やや多い		ちょうど良い		やや少ない		少ない	
			(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n
授業回数	保育科	105	(0.0)	0	(12.4)	13	(55.2)	58	(18.1)	19	(14.3)	15
	生活生活	79	(5.1)	4	(13.9)	11	(55.7)	44	(21.5)	17	(3.8)	3
	生活栄養	95	(4.2)	4	(4.2)	4	(43.2)	41	(29.5)	28	(18.9)	18
	英文	191	(3.1)	6	(14.1)	27	(61.3)	117	(15.7)	30	(5.8)	11
	全体	470	(3.0)	4	(11.7)	55	(55.3)	260	(20.0)	94	(10.0)	47
授業時間	保育科	105	(1.9)	2	(21.0)	22	(65.7)	69	(10.5)	11	(1.0)	1
	生活生活	79	(7.6)	6	(22.8)	18	(67.1)	53	(1.3)	1	(1.3)	1
	生活栄養	95	(3.2)	3	(23.2)	22	(52.6)	50	(12.6)	12	(8.4)	8
	英文	191	(10.5)	20	(34.0)	65	(49.4)	95	(4.2)	8	(1.6)	3
	全体	470	(6.6)	31	(27.0)	127	(56.8)	267	(6.8)	32	(2.8)	13
運動量	保育科	105	(0.0)	0	(4.8)	5	(67.6)	71	(20.0)	21	(7.6)	8
	生活生活	79	(0.0)	0	(10.1)	8	(78.5)	62	(8.9)	7	(2.5)	2
	生活栄養	95	(1.1)	1	(10.5)	10	(49.5)	47	(31.6)	30	(7.4)	7
	英文	192	(2.1)	4	(12.0)	23	(65.6)	126	(17.2)	33	(3.1)	6
	全体	471	(1.1)	5	(9.8)	46	(65.0)	306	(19.3)	91	(4.9)	23
技能面	保育科	105	(1.0)	1	(5.7)	6	(67.6)	71	(22.9)	24	(2.9)	3
	生活生活	79	(0.0)	0	(8.9)	7	(69.6)	55	(19.0)	15	(2.5)	2
	生活栄養	93	(2.2)	2	(9.7)	9	(52.7)	49	(28.0)	26	(7.5)	7
	英文	191	(0.5)	1	(9.4)	18	(70.7)	135	(15.2)	29	(4.2)	8
	全体	468	(0.9)	4	(8.5)	40	(66.2)	310	(20.1)	94	(4.3)	20
人数	保育科	104	(2.9)	3	(35.6)	37	(59.6)	62	(1.9)	2	(0.0)	0
	生活生活	78	(1.3)	1	(16.7)	13	(82.1)	64	(0.0)	0	(0.0)	0
	生活栄養	95	(0.0)	0	(17.9)	17	(81.0)	77	(1.1)	1	(0.0)	0
	英文	192	(6.3)	12	(27.1)	52	(64.6)	124	(2.1)	4	(0.0)	0
	全体	469	(3.4)	16	(25.4)	119	(69.7)	327	(1.5)	7	(0.0)	0

本研究では、平成10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3週に行い、調査用紙の回収率は当日の欠席者を除き100%（471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、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。2年次での保健体育科目の受講については「選択する、選択しない」という回答についてその理由を回答してもらうこととした。その他の体育実技で希望する実技種目、運動クラブへの加入状況、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、本調査を実施した平成4年から、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よそ90%みられた(図1)。しかし、保健体育実技終了後では、85%と授業前より5%の学生およそ24人が減っている。すなわち、「やや嫌い、嫌い」と回答した学生が増加したこととなる。この5%の学生についてみると、その理由が、「着替えることが面倒である」、「汗をかきたくない」といったような運動そのものが嫌いというのではなく、副次的な理由をあげている。このことから、授業そのもの、体育実技そのものが嫌いではないということが推測できよう。

また、表1からわかるように、授業回数については、体育授業に対する好嫌度と同様な結果がみられるが、運動量、技能面は、おおむね好回答を得ている。授業時間については、学生一人ひとりの体力面によるものと考えられるが、「長い、やや長い」と感じている者がおよそ33%いることから、学生全体の

体力を把握して、授業内で休憩をとるなどの工夫が必要となってこよう。また、人数の面では、各学科、専攻により、人数の差が大きいため起こる問題点と考えられるので、人数の調整をするなり、種目の再考をしていくことなどが必要となってこよう。

保健体育科目は、1年次の必修科目となっているため、2年次になると定期的に運動を実践することが困難となる。保健体育実技の授業を通して、「運動不足を自覚した」と回答した学生が84.8%いたことを考えると、仮に2年生に同様の設問をした場合に、さらに多くの学生が運動不足を自覚しているという回答をすることになるであろう。このことは、「運動実践に対する自信度」をみみると(図2)、およそ65%が2年次以降の運動実践が「全くできない、たぶんできない」と回答していることから推測できよう。その理由としては、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、などという回答であった。これらの回答は、環境的な問題、内面的な問題と考えられる。このうち内面的な問題については、保健体育理論において、生涯スポーツについて、また、運動の必要性について、講義されているので、解決していくことが十分可能と思われる。しかし、環境的な問題は、社会体育の側面からも解決していくことは困難と思われる。そこで、2年次に保健体育実技を「自由選択科目」として位置づけておけば、環境的な問題、時間の確保の問題は解決することが可能と考えられる。また、「2年次に体育授業が選択科目としてあったら受講する」と回答している62.8%の学生たちにも満足感を与えられると考えられる(表2)。

3. 2. 体育実技授業の日常の行動・意識への影響

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、「身体的変化」、「意識的変化」、「行動の変容」、「身体的変化」、「スポーツ参加の度合」という5項目に分類ができる(図3)。

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」

■ 全くできない ■ 多分できない □ どちらともいえない □ 多分できる ■ 絶対できる

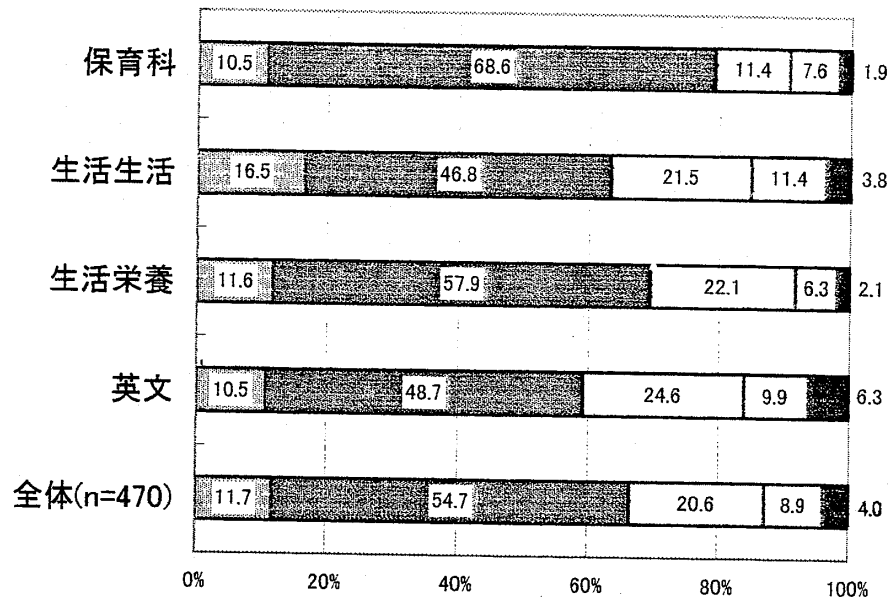


図2 学科別にみた運動実践に対する自信度

表2 「もし、2年生に体育授業が選択科目としてあったら受講しますか」の回答

	N	受講する		受講しない	
		%	n	%	n
保育科	105	67.6	71	32.4	34
生活生活	78	60.3	47	39.7	31
生活栄養	95	70.5	67	29.5	28
英文	190	57.4	109	42.6	81
全体	468	62.8	294	37.2	174

というもので、調査実施以降最高の84.8%の学生から回答を得ている。このような回答は、機械化傾向がさらに進み、自宅にいて何でもできるような便利な社会になっていくことによっても増加していくものと考えられる。また、高校での種目の選択制、学期のクラブ参加者などの減少傾向を考えていくと同様なことがいえるであろう。

次に、「気分転換になった」という回答が70%で第2位となっている。また、「ストレス解消になった」という回答が47.6%となっている。これらは日常生活、予習・復習などの勉強によるストレスを運動をすることによって発散することができたということであろう。

しかし、これらの設問で特に注目しなくてはならないことは、「より健康的になりたいと思った(63.4%)」、「体重管理に対する意識が向上した(38.3%)」、「健康管理に対する知識が向上した(35.6%)」

」、「食生活に気をつけるようになった(27.8%)」という回答であろう。これらの4点は、自己の健康管理と密接な関係にあり、学生たちの健康に対する意識が喚起されることにつながると考えられる。また、体重管理という側面について考えてみると、8割近くの学生が瘦身願望をもっていることとあわせても、意識する側面であるということができよう。

行動の変化については、「日常の歩行量が増えた(31.8%)」という回答が最も多くみられた。日常生活に積極的に歩行をとりいれるようになった学生は、平成8年度14.6%、9年度27.9%と増加してきていたが、今回の調査では31.8%とさらに増加した。このような傾向は、学生個人では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が、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。いいかえれば、健康のために日常

□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

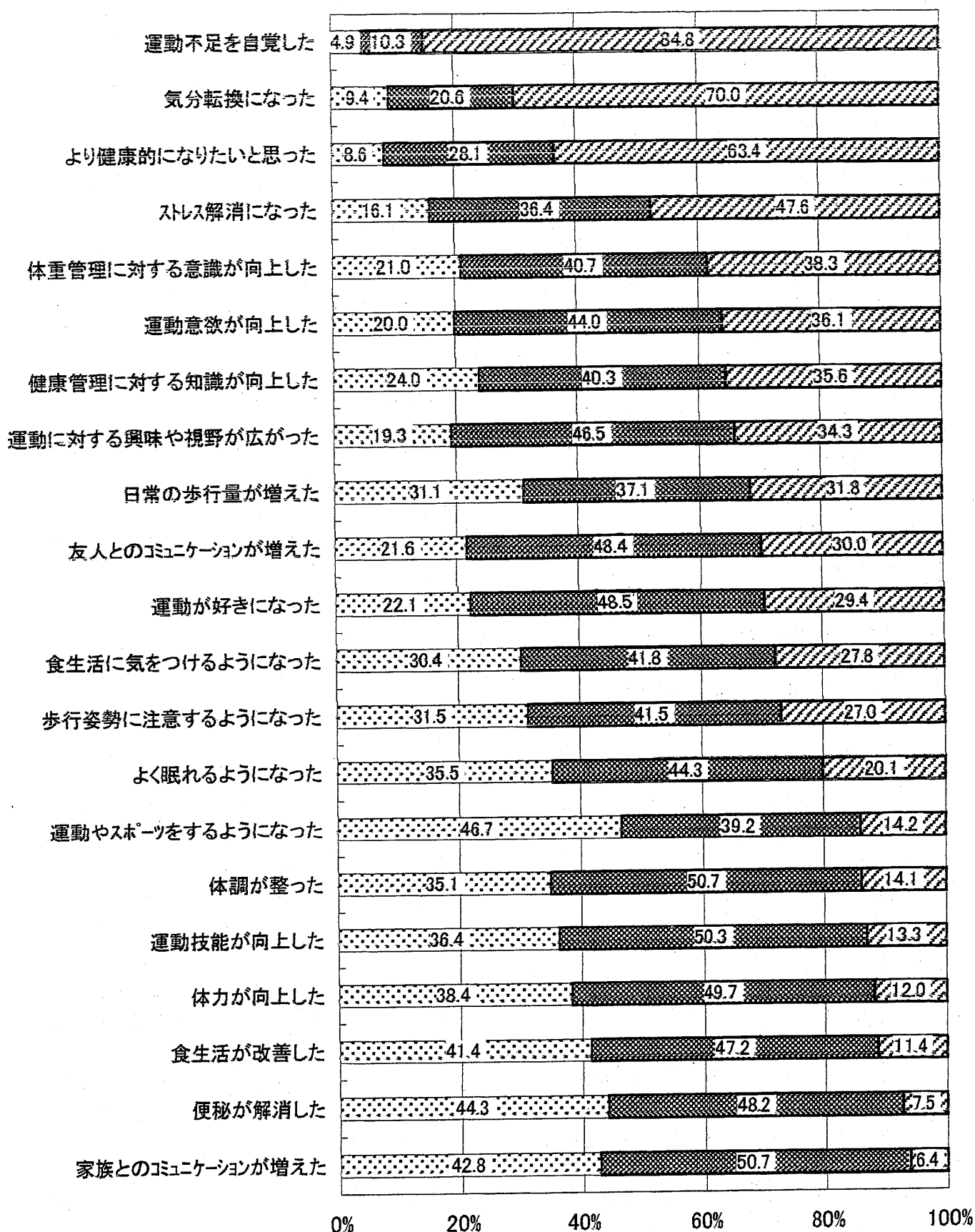


図3 体育授業の日常の行動・意識への影響

表3 学科別にみた「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」の回答別理由

N		保育科 N=71 %	生活生活 N=47 %	生活栄養 N=67 %	英文 N=109 %	全体 N=294 %
受講する理由	普通の生活で運動時間を確保しにくいから	67 94.4	39 83.0	61 91.0	95 87.2	262 89.4
	健康維持・増進のため	51 71.8	43 91.5	60 89.6	92 84.4	246 84.0
	ストレス解消のため、気分転換	57 80.3	37 78.7	57 85.1	81 74.3	232 79.2
	楽しいから	57 80.3	34 72.3	56 83.6	83 76.1	230 78.5
	体を動かすのが好きなので	55 77.5	36 76.6	50 74.6	82 75.2	223 76.1
	減量のため	44 62.0	36 76.6	50 74.6	58 53.2	188 64.2
	友人と交流できるから	52 73.2	28 59.6	47 70.1	48 44.0	175 59.7
	いろいろ体験できるから	40 56.3	27 57.4	43 64.2	45 41.3	155 52.9
運動技能を向上させたいから	31 46.7	17 36.2	39 58.2	38 34.9	125 42.7	
		保育科 N=34 %	生活生活 N=31 %	生活栄養 N=28 %	英文 N=81 %	全体 N=174 %
受講しない理由	着替えが嫌なので	25 75.8	24 77.4	15 53.6	61 77.2	125 72.3
	他の授業が大変だから	21 63.6	18 58.1	25 89.3	51 64.6	115 66.5
	めんどうだから	23 69.7	22 71.0	16 57.1	54 68.4	115 66.5
	疲れるから	19 57.6	19 61.3	17 60.7	52 65.8	107 61.8
	忙しいから	18 54.5	12 38.7	18 64.3	39 49.4	87 50.3
	運動が苦手だから	10 30.3	12 38.7	14 50.0	33 41.8	69 39.9
	就職活動があるから	7 21.2	13 41.9	9 32.1	33 41.8	62 35.8
	運動は嫌いだから	6 18.2	10 32.3	12 42.9	16 20.3	54 31.2
	汗をかくのが嫌いだから	7 21.2	8 25.8	4 14.3	35 44.3	54 31.2
	身体の都合で(けが/病気など)	1 3.0	2 6.5	0 0.0	9 11.4	12 6.9

*回答は、「あてはまる=5」～「あてはまらない=1」までの5段階評定尺度をもちいた。

表中は、「あてはまる=5」「ややあてはまる=4」に対する回答度数の合計とその割合を示した。

生活に、運動を取り入れたということができよう。

以上のようなことから、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。これらについては、過去2年間の調査と、同様な結果が得られていることから、「健康の保持・増進」、「生涯スポーツ」という授業の目的については達成されているということができよう。

3. 3. 保健体育科目への学生の志向

本学の保健体育科目は全学科とも、1年次の必修

科目となっているため、2年次では、ほとんどの学生が履修することはない。しかし、学生たちの一部から、「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、前年度同様「もし、2年次に体育授業が選択科目としてあったら受講しますか」という設問を設けてみた。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。

その結果、「受講する」と回答した学生は平成9年度59.1%、平成10年度62.8%と増加している。受講する理由として7割以上から回答を得た項目は、「普通の生活で運動時間を確保しにくいので」、「楽しいから」、「健康維持・増進のため」、「ストレス解消、気分転換になるから」、「体を動かすのが好きなので」の5項目であり、前年度と同様な回答であった(表3)。すなわち、2年次での体育実技受講希望者の7割以上が、スポーツの心理的・身体的効果を認識し

ているということが出来る。また、日常生活の中では自ら自発的に運動することが時間的な問題、場所的な問題などの理由から「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37.2%であったが、受講しない理由として最も多かった回答は、「着替えが嫌なので(72.3%)」であった。これは、前年度より増加しているものの、運動そのものが嫌いというものではないといえよう。また、「汗をかくのが嫌だから(31.2%)」という回答も同様であろう。このような傾向は、何をするにしても「面倒だから」、「疲れるから」というような現代の若者気質を反映しているものと考えられる。

これらのことから、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。運動を実践するためには、運動の健康に対する効果を理解することはもちろんのこと、施設の利便性、仲間、時間の確保などが重要な役割を果たしているということができよう。このような条件を満たし、運動を実践するためにも、2年次においても、体育実技の授業を選択科目として提供していくことも必要と考えられる。また、そうすることにより、学生の多様な志向に対応できるものと考えられる。

4. 結 語

本研究は、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)の終了後、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し、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継続研究であった。

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、前年度より低い84.9%の学生から肯定的回答を得た。

前年度よりも5%低下した理由は、体育の授業そのものが嫌いというよりも、「着替えるのが面倒である」、「汗をかくのが嫌である」というような副次的な理由が多くみられた。

(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点においては授業の効果が認められた。

(4) 授業終了後の運動実践については、学内の授業以外の場で定期的に運動することができないと考えている。

その理由としては、

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。

このような回答は、スポーツ・運動というと、既存のスポーツ種目を想像してしまう傾向が学生にみられるためと考えられる。これらを解消し、運動実践者を増加させるためには、ウォーキングなど多様化した運動を紹介していくことが必要であろう。

(5) 対象者の約6割は(3)、(4)などの理由により、2年次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高いと考えることができ、このような傾向は本調査開始以来、ほぼ同様な結果を得ている。

授業終了後の2年次では、運動習慣をもたなくなる学生の増加が予想される。そのため、体重管理などがうまくいかず、担当者に個人的に相談をする学生もみられる。このような状況に、60%を超える学生が2年次においても保健体育実技を選択したいという現状を考えあわせ、選択科目として位置づけていくことも必要と思われる。

今回の調査では、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では、前年度同様の結果が得られた。この回答の中で、「授業回数が少ない」、「授業時間が短い」などと回答したものは、運動欲求の高い学生であり、その者たちはわずかではあるが、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。このようなことを考えてみると、受講生全員に満足感を与えるためには、現在行っているような種目別の授業はもちろんのこと、能力別、体力別などの方法も考えていくことが必要となるであろう。

5. 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, 不味堂出版, 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」, 駒沢女子短期大学研究紀要, 31:29-36, 1998.
- 5) 木下茂昭, 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(3)」, 駒沢女子短期大学研究紀要, 32:11-16, 1999.