

一般体育実技に対する学生の意識について (2)

－ 前期授業と後期授業でのアンケート結果の比較 －

A Study on Student's Consciousness of Physical Exercise Class (2)

- Comparison of the Questionnaire Results in the First Semester and the Second Semester -

村上 秀明¹⁾・賤機 徳彦¹⁾・高野 千春²⁾・小林 有子¹⁾・入江 史郎³⁾

桐蔭横浜大学¹⁾, 平成国際大学²⁾, 防衛大学校³⁾

(2012年3月31日 受理)

1. はじめに

近年、大学の健康科学科目に対する重要性が再認識されつつあり、特に大学体育実技の充実を図り、その内容に関する検証は大学の責務のひとつとなっている。¹⁾

大学体育実技の再認識の背景には、大学生の生活習慣の乱れ(運動不足・高い朝食欠食率・過剰な脂肪摂取・睡眠不足など)²⁾で体力の低下をもたらし、半数以上がストレスを強く感じ³⁾、自殺者も増加し、このような状態が休退学・卒業後の離職率とも関連しているとの指摘がある⁴⁾。大学体育実技の授業を通して身体運動と健康の重要性を学生に十分に理解させ実践させることは、大学生生活を有意義に過ごすための一助となることだけではなく、卒業後の人生を豊かにし、健康で活力ある家庭や社会を築く上でも欠かすことのできない重要なことであることが再認識されつつある。

大学における健康科学科目(保健体育)の教育効果は、その関わる教員の指導力向上と共に授業研究や教材開発が進み、行動変容技法の導入など様々な工夫により、身体面での

効果、精神面での効果、社会・コミュニケーション面での効果の実証を得ている^{4), 5), 6), 7)}。

このように大学体育実技が再認識される中、著者らも大学体育実技の授業内容の充実を図るために、数多くの改革を行ってきた。特に、学生の授業に対する意識に関しては、初回及び最終授業時にアンケートを採り、そのアンケート結果をもとに、教員のFDや授業改革を行っている。

前回の報告した前期授業における一般体育実技に対する意識の結果は、「気分転換や開放感」「運動の楽しさ」「仲間との触れ合い」「連帯感」「協力」「運動不足の解消」「技能の向上」「体力づくり」「新しい体験」ができる場であると認識し、授業の効果に関しても多くの知見が得られている。²⁰⁾

本研究では前回(前期)と今回(後期)の基礎的データを収集整理するとともに、大学生の体力・健康意識や体育実技授業の意識に注目し、前期と後期の体育実技との関連について検討し、体育科教育や健康教育に役立てるための基礎資料を得ることを目的として実施した。

¹⁾ Hideaki Murakami, Norihiko Shizuhata and Yuko Kobayashi : Laboratory of Public Health and Physical Education, Faculty of Law, Toin University of Yokohama, 1614 Kurogane-cho, Aoba-ku, Yokohama, Japan 225-8503

²⁾ Chiharu Takano : Laboratory of Health and Physical Education, Faculty of Law, Heisei International University

³⁾ Shirou Irie : Laboratory of Public Health and Physical Education, National Defense Academy of Japan

2. 対象と方法

(1) 調査対象

平成 23 年度前期・後期の選択体育実技 I・II を受講した本学の学生のうち、すべてのデータがある学生で 313 名（前期；144 名，男子 112 名、女子 32 名、後期；169 名，男子 137 名、女子 32 名）を分析対象とした。年齢は 18 歳～22 歳（平均 19.1 歳、SD = 0.607）であった。

(2) 調査時期

平成 23 年度前期（4 月～7 月）と後期（9 月～1 月）の期間に、質問紙による調査をそれぞれ 2 回行った。1 回目は初回授業時（以下、初回時とする）に、2 回目は最終授業時（以下、最終時とする）に実施した。

(3) 調査項目

学生の体力、運動技能、健康、運動に対する意識について、初回時に 4 項目、最終時に 8 項目の質問を行った。いずれの項目も、肯定、普通（または変わらない）、否定の 3 段階評価法で回答を得、いずれも肯定に対して 3 点、否定に対して 1 点を与えて得点化した。（添付資料参照）

体育実技の授業に対する意識について、34 項目の質問を行った。質問項目は、青木⁸⁾、中路⁹⁾、青木ら¹⁰⁾ の因子分析により抽出された因子に該当する項目を、授業場面に合わせて作成した。各質問項目に対し、「非常に思う」「思う」「どちらともいえない」「思わない」「全く思わない」の 5 段階評価法で回答を得、いずれも強い肯定に対して 5 点、強い否定に対して 1 点を与えて得点化した。（添付資料参照）

(4) 分析方法

統計分析は SPSS Ver17 を使用し、初回時・最終時の比較については、有意差検定（t 検定）及び一元配置分散分析を行った。

(5) 倫理的配慮

調査対象者に調査の趣旨、目的を伝え、調査への協力の有無は成績等に何ら影響ないことを説明した。質問紙の提出により同意を得

たものとみなした。

3. 結果

(1) 学生の体力、運動技能、健康、運動に対する意識について

初回時及び最終時の 4 つの質問項目ならびに最終時の 4 つの質問項目について、度数（%）、平均スコア、標準偏差及び有意差検定の結果を表 1 に示す。

「現在、体力があると思うか」という質問に対する前期初回時・前期最終時・後期初回時及び後期最終時の学生の自己評価を図 1 に示す。前期初回時に比べ前期最終時・後期最終時には、「体力がある」が 21.8% から 36.1%、59.2% に増加し、「体力がない」が 45.4% から 30.3%、19.5% に減少した。「普通」は、32.8% から 33.6%、38.5% であった。平均スコアは、前期初回時 1.76 から前期最終時 2.06 ($P < 0.05$)、後期 2.22 ($P < 0.01$) に有意に高くなった。

「この半年で、体力がついたと思うか」という最終時の質問に対する学生の自己評価を図 2 に示す。「体力がついた」は 41.2%（前期）・46.2%（後期）、「かわらない」は 49.6%（前期）・37.3%（後期）、「体力が落ちた」は 9.2%（前期）・16.6%（後期）であった。

「現在、運動技能はどの程度だと思うか」という質問に対する前期初回時から後期最終時の学生の自己評価を図 3 に示す。「上手」は前期初回時 16.0%、後期最終時 26.0% ($P < 0.05$)、「普通」は前期初回時 51.3%、後期最終時 52.1%、「下手」は前期初回時 32.8%、後期最終時 21.9% であった。前期初回時と後期最終時の平均スコアに有意な変化が見られた。

「この半年で、運動技能は上達したと思うか」という最終時の質問に対する学生の自己評価を図 4 に示す。「上達した」は前期 65.5%・後期 56.8%、「変わらない」は前期 29.5%・後期 40.8%、「落ちた」は前期 5.0%・後期 2.4% であった。

一般体育実技に対する学生の意識について (2)

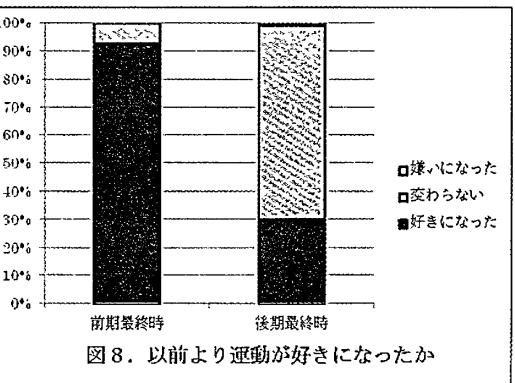
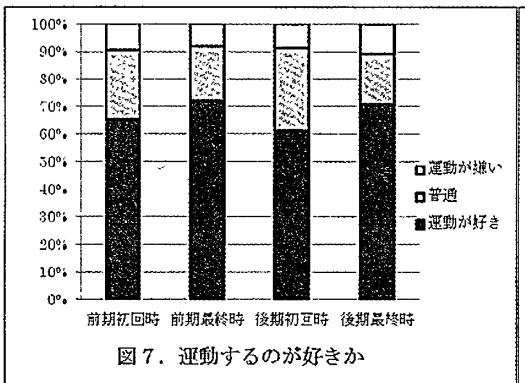
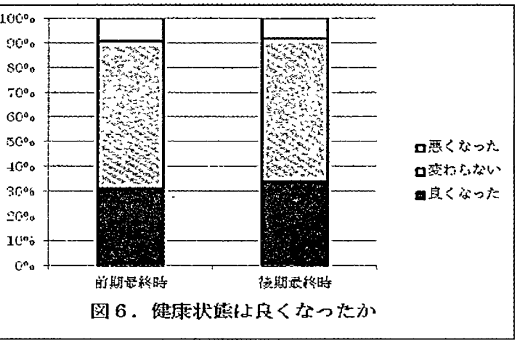
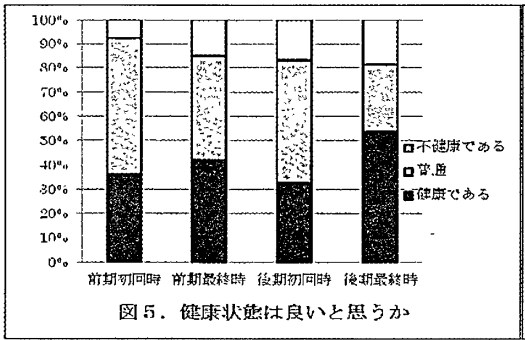
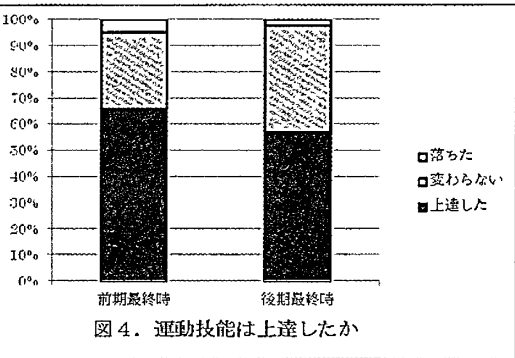
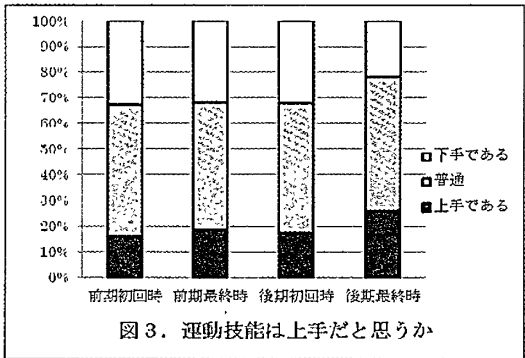
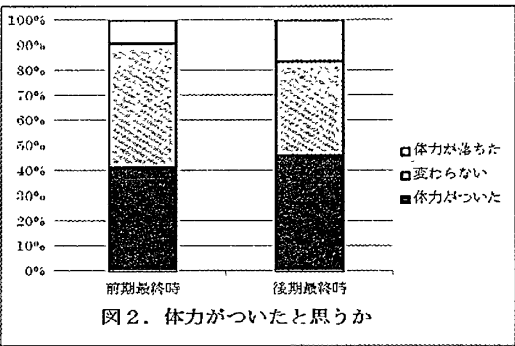
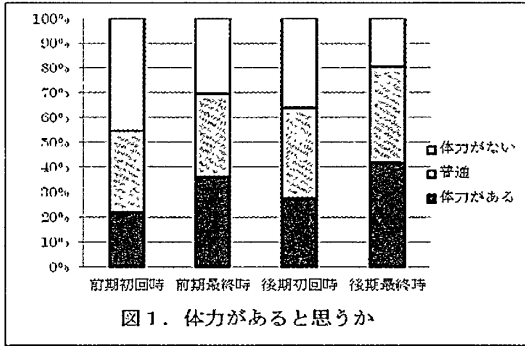


表 1. 学生の体力、運動技能、健康、運動に対する意識について

	調査時期		項目	度数 (%)			平均値	標準偏差	t 値
				肯定	普通	否定			
体力	前期	初回時	現在体力があると思うか	26(21.8%)	39(32.8%)	54(45.4%)	1.76	0.788	* 4.032
		最終時		43(36.1%)	40(33.6%)	36(30.3%)	2.06	0.816	
			体力がついたと思うか	49(41.2%)	59(49.6%)	11(9.2%)	2.32	0.637	
	後期	初回時	現在体力があると思うか	38(27.5%)	50(36.2%)	50(36.2%)	1.91	0.762	* 4.710
		最終時		71(59.2%)	65(38.5%)	33(19.5%)	2.22	0.777	
			体力がついたと思うか	78(46.2%)	63(37.3%)	28(16.6%)	2.31	0.718	
運動技能	前期	初回時	現在運動技能は上手だと思うか	19(16.0%)	61(51.3%)	39(32.8%)	1.83	0.681	-0.588
		最終時		22(18.5%)	59(49.6%)	38(31.9%)	1.87	0.701	
			運動技能は上達したか	78(65.5%)	35(29.4%)	6(5.0%)	2.61	0.585	
	後期	初回時	現在運動技能は上手だと思うか	24(17.5%)	69(50.4%)	44(32.1%)	1.85	0.586	* 2.547
		最終時		44(26.0%)	88(52.1%)	37(21.9%)	2.04	0.641	
			運動技能は上達したか	96(56.8%)	69(40.8%)	4(2.4%)	2.54	0.517	
健康	前期	初回時	現在健康状態はよいと思うか	43(36.1%)	67(56.3%)	9(7.6%)	2.29	0.599	0.223
		最終時		50(42.0%)	51(42.9%)	18(15.1%)	2.27	0.709	
			健康状態はよくなったか	37(31.1%)	71(59.7%)	11(9.2%)	2.22	0.599	
	後期	初回時	現在健康状態はよいと思うか	45(32.8%)	69(50.4%)	23(16.8%)	2.16	0.723	0.659
		最終時		91(53.8%)	47(27.8%)	31(18.3%)	2.36	0.807	
			健康状態はよくなったか	57(33.7%)	97(57.4%)	14(8.3%)	2.24	0.597	
運動好き	前期	初回時	現在運動するのが好きか	76(65.5%)	29(25.0%)	11(9.5%)	2.55	0.663	-1.787
		最終時		81(72.3%)	22(19.6%)	9(8.0%)	2.66	0.628	
			運動するのが好きになったか	103(92.8%)	8(7.2%)	0(0.0%)	2.93	0.261	
	後期	初回時	現在運動するのが好きか	64(46.7%)	61(44.5%)	12(8.8%)	1.93	0.732	* 2.889
		最終時		118(71.1%)	30(17.8%)	18(10.8%)	2.64	0.553	
			運動するのが好きになったか	50(29.6%)	116(68.6%)	2(1.9%)	2.29	0.340	

前期初回時と後期最終時の比較では、全ての項目で $p < 0.05$ に有意であった。 * : $p < 0.05$

「現在、健康状態はよいと思うか」という質問に対する前期初回時から後期最終時の学生の自己評価を図5に示す。「健康」は前期初回時 36.1%、後期最終時 53.8%、「普通」は前期初回時 56.3%、後期最終時 27.8%、「不健康」は前期初回時 7.6%、後期最終時 18.3%であった。初回時と最終時の平均スコアに有意な変化はみられなかった。

「この半年で、健康状態がよくなったと思うか」という最終時の質問に対する学生の自己評価を図6に示す。「良くなった」は前期 31.1%・後期 33.7%、「変わらない」は前期 59.7%・後期 57.4%、「悪くなった」は前期 9.2%・後期 8.3%であった。

「現在、運動するのが好きか」という質問に対する前期初回時から後期最終時の学生の自己評価を図7に示す。「好き」は前期初回時 65.5%、後期最終時 71.7%、「普通」は前

期初回時 25.0%、後期最終時 17.8%、「嫌い」は前期初回時 9.5%、後期最終時 10.8%であった。平均スコアには、有意な変化はみられなかった。

「この半年で、運動に対する考えは変わったか」という最終時の質問に対する学生の自己評価を図8に示す。「以前より好きになった」は前期 92.8%・後期 29.6%、「変わらない」は前期 7.2%・後期 68.6%、「嫌いになった」は前期 0%・後期 1.9%であった。

(2) 体育実技の授業に対する意識について

前期初回時及び後期最終時の 34 質問項目の平均スコア、標準偏差及び有意差検定の結果を表2に示す。

前期初回時にスコアの高かった項目(4点以上)は、問1「気分転換や開放感を味わえる」、問2「運動の楽しさを味わえる」、問8「仲間と触れ合える」、問11「マナーや態度を学

べる」、問 12「お互いに協力できる」、問 17「運動不足を解消できる」、問 22「新しい体験ができる」の 7 項目であった。前期初回時に、体育実技の授業は「気分転換や開放感」「運

動の楽しさ」「仲間との触れ合い」「マナー」「協力」「運動不足の解消」「新しい体験」ができる場であるという意識が高かった。

反対に、初回時にスコアの低かった項目 (3

表 2. 体育実技の授業に関する意識 (一年間の変化)

項目	前期初回時		後期最終時		t 値	今回	前期
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差			
1. 気分転換や開放感を味わえる	4.09	0.810	3.99	0.776	1.101		
2. 楽しさを味わえる	4.07	0.848	3.98	0.774	1.070		
3. 心身の緊張がほぐれる	3.57	0.921	3.73	0.908	-1.436		
4. 精神力が高まる	3.41	0.932	3.70	0.858	-2.375		
5. 感動を覚える	3.46	1.025	3.68	0.946	-1.754	*	
6. 達成感が得られる	3.96	0.914	3.84	0.891	1.155		
7. 鍛錬の意欲がわく	3.79	0.932	3.80	0.843	-0.113		
8. 仲間と触れ合える	4.15	0.726	3.99	0.798	1.683		
9. 連帯感を味わえる	3.86	0.877	4.00	0.742	-1.293		
10. 友人を見つけられる	3.85	0.839	4.18	0.785	-3.148	**	
11. マナーや態度を学べる	4.04	0.813	4.05	0.705	-0.127		
12. お互いに協力できる	4.20	0.732	4.11	0.810	0.807		
13. 運動能力の高い者がのさばる	2.04	1.078	1.25	1.079	4.274	**	
14. 一部の人だけが喜びを味わえる	2.22	0.975	1.21	0.958	5.836	**	
15. それ以上の仲間になり得る	3.25	0.916	3.44	0.922	-2.073	*	
16. 命令に従う人間をつくりやすい	3.73	0.837	2.53	0.937	8.628	**	*
17. 運動不足を解消できる	4.16	0.829	4.06	0.695	1.000		*
18. 技能が向上する	3.89	0.779	4.08	0.792	-1.989	*	
19. リーダーシップを発揮できる	3.33	0.906	3.17	0.771	1.299		
20. 体力づくりに役立つ	3.90	0.831	4.16	0.858	-2.751	**	
21. 積極的に参加できる	3.98	0.961	3.95	0.805	0.257		
22. 新しい体験ができる	4.08	0.839	3.94	0.817	1.351		
23. 生涯スポーツの基礎ができる	3.73	1.037	3.75	0.859	-0.197		
24. スポーツの必要性を学ぶ	3.84	0.887	3.81	0.837	0.217		
25. 単位取得のため	2.26	1.160	1.16	0.887	-6.174	**	
26. 時間数が少ない	3.75	1.101	3.68	1.192	0.677		**
27. 運動方法や理論が学べる	3.60	0.817	3.75	0.830	-1.348		
28. 印象に残る	2.68	1.010	3.70	0.941	-6.327	**	
29. 理論と実践が結びつく	3.53	0.871	3.55	0.791	-0.238		
30. 目的がはっきりしている	3.65	0.924	3.79	0.770	-1.242		
31. 体育の授業は必要である	3.75	0.845	3.99	0.733	-2.427	*	
32. 自主的に行動できる	3.85	0.838	3.77	0.729	0.867		
33. 明朗活発な性格をつくる	3.53	0.937	3.60	0.847	-0.748		
34. わがままが抑えられる	2.70	0.955	3.30	0.872	-4.224	**	

**P<0.01 *P<0.05

点以下)は、問 13「運動能力の高いものがのさばる」、問 14「一部の人が喜びを味わえる」、問 25「単位取得のためだけに出る」、問 28「印象に残る」、問 34「わがままが抑えられる」の 5 項目であった。前期初回時に、体育実技の授業は「運動能力の高い人や一部の人が楽しめるもの」、「単位取得のためだけに出る」、「印象が残る」等という意識が低かった。

以下の 12 項目において、前期初回時と後期最終時の平均スコアに統計的有意差が見られた。問 10「友人を見つけれられる」では 3.85 から 4.18、問 20「体力作りに役立つ」では 3.90 から 4.16、問 28「印象に残る」では 2.68 から 3.70、問 34「わがままが抑えられる」では 2.70 から 3.30 とスコアが高くなった ($p < 0.01$)。又、問 5「感動を覚える」では 3.46 から 3.68、「それ以上の仲間になれる」では 3.25 から 3.44、問 18「技術が向上する」では 3.89 から 4.08、問 31「体育の授業は必要である」では 3.75 から 3.99 とこれらもスコアが高くなった ($p < 0.05$)。問 13「運動能力の高い者がのさばる」では 2.04 から 1.25、問 14「一部の人間だけが喜びを味わえる」では 2.22 から 1.21、問 16「命令に従う人間をつくりやすい」では 3.73 から 2.53、問 25「単位の取得だけにでる」では 2.26 から 1.16 とスコアが低くなった ($p < 0.01$)。

尚、前期のみ(初回時と最終時)では「体育実技の授業は命令に従う人間を作りやすい」、「運動不足が解消できる」という意識は低くなり、「実技の時間数が少ない」という意識が高くなっていった。

4. 考察

(1) 学生の体力、運動技能、健康、運動に対する意識について

学生の体力に関する意識は、徳永ら¹¹⁾ 鶴原ら¹²⁾ の調査報告に比べ、前期初回時「現在、体力がある」という学生が少なく、前期終了時、さらに後期最終時に多くなっている。

前期初回時は入学直後の 4 月に実施しているため、受験勉強等による運動不足などが原因で体力に不安を感じている学生が多かったのではないと思われる。半年後の最終時ではその割合は逆転し、先行研究に比べ「体力がある」と思う学生の割合が多くなり、1 年後は前期以上に「体力がある」と思う学生の割合が高くなった。運動時間が少ない学生が多い中、1 年間の体育実技で 4 割以上の学生が「体力がついたと思う」と感じていて、前回の報告同様、週 1 回でも運動を定期的に行うことで、体力に自信がつくことも考えられる。運動の習慣が少ない学生ほど健康や体力に自信がない傾向が報告されている¹³⁾ ことを併せて考えると、体育実技の授業の重要性が確認された。

「現在、運動技能はどの程度だと思うか」という質問に対する自己評価の割合は、前期初回時と前期最終時に変化が見られなかったが、後期最終時には、有意に上昇し、体力同様に「運動技能も上達した」と感じ、運動技能が落ちたと感じた学生は殆どなくなった。従って、賀川¹⁴⁾ が大学の体育授業において自尊感情の形成に寄与する要因として、運動技能に関わる自己評価と活動者の価値観に関わる自己評価を示しているように、学生の自尊感情の形成に影響を与えるとも考えられる。

「現在、健康状態は良いと思うか」という質問に対する自己評価は、前期初回時に比べて後期最終時は「健康である」と思う学生の割合が多くなる傾向は見られたが有意な関係は見いだせなかった。又、前期初回時に比べ後期最終時において「不健康である」と思う学生の割合は増えている。このことは、健康というものが単に運動習慣だけではなく、食生活を含め全般的な生活習慣が起因するため、高校生以前の生活に比べて自由な時間が増え、不規則な生活をしている学生も多く、このような生活習慣の変化が影響して、半年後・さらに 1 年後に「不健康である」と意識する学生が増えたと考えられる。大学生の生

活習慣(食習慣・睡眠習慣など)が、他の世代に比べて最も好ましくない傾向にあることが報告されている¹⁶⁾ことから、大学2年～4年での調査と共に多方面からのアプローチを行わなければならない事も推察される。

「現在、運動するのが好きか」という質問に対する自己評価では、前期初回時から後期最終時とも「運動が好き」な学生が7割程度を占めたが、一般体育実技は選択科目のため、運動好きの学生が集まる傾向は当然であると考える。一方、1割弱の学生は「運動が嫌い」と回答し、大きな変化は見られなかった。1年間の体育実技で「運動が好きになる」学生を増やすことは従来の授業方法だけでは難しいと思われ、授業内容の充実はもちろん教育全体のシステム改革やFDの徹底などが必要と考える。

前回の報告(半年間)に比べ、1年間の体育実技授業は、体力増進・運動技能上達・運動好きの増加をもたらし、身体的な面でのよい影響を与える可能性を示唆する結果となった。青年期における適切な運動習慣は成人以降の運動習慣に大きく影響する^{18)、19)}ことから、大学体育実技が学生の運動を習慣化させる役割を担うことは必要不可欠であると考える。

(2) 体育実技の授業に対する意識について

前回の報告や先行研究から^{1)、4)、5)、6)、7)、20)}、体育教育は身体面・精神面・社会性・コミュニケーション面での教育効果が見いだされているが、今回も同様の結果となった。

入学時の大学体育実技未体験の学生は、授業に対して「気分転換や開放感」「運動の楽しさ」「仲間との触れ合い」「連帯感」「協力」「運動不足の解消」「技能の向上」「体力づくり」「新しい体験」ができる場であると意識し、体育実技に多くの期待をしていることが分かる。

後期終了時において、体育実技の授業は「連帯感を味わい」「友人を見つけられ」「マナー・態度を学べ」「運動解消でき」「運動技術が上がり」「体力作りに役立つ」が高い値を示した。

(スコア4.0以上)このことは、1年間の体育実技の授業での目的である身体面・精神面・社会性・コミュニケーション面の充実を図る効果が出ていると推察される。

又、前期同様に体育実技の授業が「運動能力の高い人」や「一部の人」に握られているという意識を持つ学生や、皆が「命令に従わなければならない」と思う学生、実技の授業に「単位取得のためだけに出る」という学生は少なかった。体育実技は選択科目であるため、このような意識を強く持つ学生はあえて体育実技を受講していないことが考えられた。

1年間の体育実技の効果を考える上で、学生の意識が有意に変化した項目は、半年の3項目に比べ増加し、12項目となった。「友人がみつけれられる」「体力作りに役立つ」「わがままが抑えられる」「感動を覚える」「技術が向上する」「それ以上に仲間になれる」「体育実技は必要である」「運動能力の高い者がのさばらない」「一部の学生だけが喜びを味わうものではない」「命令に従う人間を作るのではない」「単位の為だけに出るのではない」という意識が増加している。これらの項目は全て、体育実技に対する学生の意識が良い教育効果としてもたらしたい項目である。つまり、半年間の実技経験効果よりも1年間の実技経験効果の方が、より良い結果をもたらしたことになる。

しかし、半期の意識の変化において、「運動不足が解消できる」「時間数が少ない」という項目の意識が増加したのに対して、1年間では、殆ど変化は見られなかった。このことは、詳細な分析が必要となり、今回のデータでは推察の域を出ないが、「運動不足解消ができる」という項目を選んだ学生をみると元々運動不足や体力が低下している学生が選択している。表1にあるように1年間の体育実技経験によって「体力がついたり」「運動不足が解消されている」ために、意識が低くなったとも考えられる。又、「時間数が足りない」という項目を選んだ学生は、この1年

間で運動時間が減っている傾向も見られないため、推察が困難である。今後の検討課題としたい。

5. まとめ

前回に続き、体育実技の授業内容の充実を図るために、平成 23 年度選択体育実技 I を受講した学生合計 313 名を対象に、授業の前期初回時・前期終了時・後期初回時および後期最終時に質問紙調査を実施した。質問項目は、学生の体力、運動技能、健康、運動に対する意識についての 8 項目と、体育実技の授業に対する意識についての 34 項目である。

①「現在、体力があると思うか」「現在、運動が好きであるか」という質問に対し、前期初回時に比べ後期最終時の平均スコアは有意に高くなった ($P < 0.01$)。

②「現在、運動技能は上手であると思うか」「現在、健康状態はよいと思うか」という質問に対し、前期初回時に比べ後期最終時の平均スコアは有意に高くなった ($P < 0.05$)。

③体育実技の授業に対する意識について前期初回時にスコアの高かった項目は、「気分転換や開放感を味わえる」「運動の楽しさを味わえる」「仲間と触れ合える」「マナーや態度を学べる」「お互いに協力できる」「運動不足を解消できる」「新しい体験ができる」の 7 項目であった。又、後期最終時にスコアの高かった項目は、「連帯感を味わえる」「友人を見つけられる」「マナーや態度を学べる」「お互いに協力できる」「運動不足を解消できる」「技術が向上する」「体力作りに役立つ」「新しい体験ができる」の 7 項目であった。

④前期初回時・後期最終時にスコアの低かった項目は、「運動能力の高いものがさばる」「一部の人間だけが喜びを味わえる」「命令に従う人間を作りやすい」「単位取得のためだけに出る」の 4 項目であった。

⑤前期初回時と後期最終時の平均スコアを比較すると、「友人を見つけられる」「体力作りに役立つ」「印象に残る」「わがままを抑え

られる」でスコアが有意に高くなった ($p < 0.01$)。又、「感動を覚える」「それ以上の仲間になれる」「技術が向上する」「体育の授業は必要である」これらもスコアが有意に高くなった ($p < 0.05$)。

⑥同様に「運動能力の高い者がさばる」「一部の人間だけが喜びを味わえる」「命令に従う人間をつくりやすい」「単位の取得だけにでる」でスコアが有意に低くなった ($p < 0.01$)。

⑦又、「心身の緊張がほぐれる」「精神力が高まる」「連帯感を味わえる」「理論と実践が結びつく」では高くなる傾向がみられた。

⑧体育実技の授業に対する意識において、半期の体育実技の効果と 1 年間の効果では差異が見られ、半期では 3 項目に対し、1 年間では 12 項目で意識の変化がみられた。

今回は前回同様に、学生の体力、運動技能、健康、運動に対する意識および体育実技の授業に対する意識について、前期と後期の比較を中心に基礎的データを分析、検討した。今後は着目点を変えて、さらに詳細なデータ分析と検討を行い、体育実技の授業内容の充実につなげていく予定である。

参考—引用文献

- 1) 大学体育問題連絡会提言書作成委員会：体育系学術団体からの提言 2010 21 世紀の高等教育と保健体育・スポーツ（資料編）、社団法人全国大学体育連合、1-48、2010。
- 2) 徳永幹雄・橋本公雄：健康度、生活習慣の年代的差異および授業前後での変化、健康科学、24、57-67、2002。
- 3) 岩崎健一・徳永幹雄ほか：大学生の精神的健康パターンについて、第一福祉大学紀要、1、1-12、2004。
- 4) 山津幸司・堀内雅弘：週 1 回の体育実技が日常の身体活動およびメンタルヘルスに及ぼす影響、大学体育学、7、57-67、2010。
- 5) 林直亨・宮本忠吉：週 1 回の大学授業にお

- ける筋力トレーニングが筋力に与える影響、体育学研究、54、137-143、2009.
- 6) 佐々木玲子・小森康加ほか：週1回の体育実技における運動継続実施が及ぼす効果について - 「エアロビクス」履修女子学生を対象とした実態調査 (1) -、体育研究所紀要、38、57-65、1999.
 - 7) 内田英二・神林勲：週1回8週間のサーキットトレーニングが大学生の体力および感情に与える影響、体育学研究、51、11-20、2006.
 - 8) 青木敦英：大学体育授業における評価とその因子分析、流通科学大学論集-人間・社会・自然編一、19 (1)、29-37、2006.
 - 9) 中路恭平：大学体育実における学生の満足度と授業評価に関する分析、南山大学紀要「アカデミア」自然科学・保健体育編、13、19-37、2007.
 - 10) 青木宏樹・出村慎一ほか：中学生と高校生が考える体育授業の因子構造の比較、教育医学、55 (4)、313-320、2010.
 - 11) 徳永敏文・三宅克彦ほか：本学学生の一般体育に対する意識、岡山大学教養部保健体育教室、111-125、1997.
 - 12) 鶴原香代子・寺田邦昭ほか：東海地区大学体育・スポーツ実技科目受講学生の授業に関する意識について-単純集計結果 (2002年) -、大学保健体育研究、23、9-29、2003.
 - 13) 三戸範之：秋田大学における体育実技受講生の意識に関する調査研究、秋田大学教育学部研究紀要 (自然科学)、44、1-9、1993.
 - 14) 賀川昌明：大学生の自尊感情と一般的効力感、運動有能感、体育授業における態度および成績評価との関連、鳴門教育大学研究紀要、17、24-25、2002.
 - 15) 正野知基・橋本公雄ほか：大学初年次生の生活習慣の実態および健康状態、体育・スポーツ教育研究、11 (1)、28-38、2010.
 - 16) 徳永幹雄・橋本公雄：健康度、生活習慣の年代的差異および授業前後での変化、健康科学、24、57-67、2002.
 - 17) 村井文江, 林貢一郎, 中村真理子他 (2003) : 運動習慣からみた妊娠中の運動実施状況と実施理由の検討, 日本臨床スポーツ医学会誌, 11, (1) , 38-47.
 - 18) Glenmark B, Hedberg G, Jansson E. (1994) : Prediction of physical activity level in adulthood by physical characteristics, physical performance and physical activity in adolescence: an 11-year follow-up study. Eur J Appl Physiol and Occupation Physiol. 69: 530-538.
 - 19) Ferguson KJ, Yesalis CE, Pomrehn PR, Kirkpatrick MB. (1989) : Attitudes, knowledge, and beliefs as predictors of exercise intent and behavior in schoolchildren. J sch Health. 59 (3) : 112-115.
 - 20) 高野千春・小林有子・村上秀明：一般体育実技に対する学生の意識について (1) - 初回授業と最終授業でのアンケートの比較 -、桐蔭論叢、25、15-25、2011

付録資料（アンケート用紙）

アンケート調査における関係する資料を以下に示した。

アンケート調査の質問項目の一部

○学生の体力、運動技能、健康、運動に対する意識について

※ 2) 4) 6) 8) の項目は最終時のみ

- I. 1) 現在、あなたは体力がありますか。
1) ある 2) 普通 3) ない
2) この半年で、体力はつきましたか。
1) ついた 2) 変わらない 3) 落ちた
- II. 3) 現在、あなたが選択した種目の運動技能は、どの程度だと思いますか。
1) 上手 2) 普通 3) 下手
4) この半年で、運動技能は上達しましたか。
1) 上達した 2) 変わらない 3) 落ちた
- III. 5) 現在、あなたは自分の健康状態をどの程度だと思いますか。
1) 健康 2) 普通 3) 不健康
6) この半年で、健康状態は変化しましたか。
1) 良くなった 2) 変わらない 3) 悪くなった
- IV. 7) 現在、あなたは運動するのが好きですか。
1) 好き 2) 普通 3) 嫌い
8) この半年で、運動に対する考えは変わりましたか。
1) 以前より好きになった 2) 変わらない 3) 以前より嫌いになった

○体育実技の授業に対する印象について

V. 今までの体育実技の授業はどのようなものでしたか。

次の質問に対して以下の5段階の当てはまるところの番号に○を囲み、回答して下さい。

- (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
1. 体育の授業は、気分転換や開放感を味わえる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
2. 体育の授業は、運動の楽しさを味わえる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
3. 体育の授業は、心身の緊張をほぐしてくれる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
4. 体育の授業は、精神力が高まる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
5. 体育の授業は、ときどき深い感動を覚える (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
6. 体育の授業は、達成感が得られる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)

7. 体育の授業は、身体を鍛えようとする意欲がわく (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
8. 体育の授業は、仲間と触れ合える (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
9. 体育の授業は、連帯感を味わえる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
10. 体育の授業は、友人を見つけられる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
11. 体育の授業は、マナーやルール、態度を学べる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
12. 体育の授業は、お互いに協力できる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
13. 体育の授業は、運動能力の高い者がのさばる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
14. 体育の授業は、一部の人だけが喜びを味わえる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
15. 体育の授業は、授業の仲間は、それ以上の仲間になりうる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
16. 体育の授業は、命令に従う人間をつくりやすい (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
17. 体育の授業は、運動不足を解消できる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
18. 体育の授業は、技能が向上する (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
19. 体育の授業は、リーダーシップを発揮できる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
20. 体育の授業は、体力づくりに役立つ (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
21. 体育の授業は、積極的に参加できる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
22. 体育の授業は、新しい体験ができる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
23. 体育の授業は、生涯スポーツとしての基礎ができる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
24. 体育の授業は、スポーツの必要性を学ぶ (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
25. 体育の授業は、単位取得のためだけに出る (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
26. 体育の授業は、週1回なので時間数が少ない (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)
27. 体育の授業は、運動の方法や理論を学べる (5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない)

28. 体育の授業は、その場限りで、印象に残らない（5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない）
29. 体育の授業は、理論と実践が結びついている（5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない）
30. 体育の授業は、何が目的なのかははっきりしている（5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない）
31. 体育の授業は、課外で運動できる条件があっても、必要である（5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない）
32. 体育の授業は、自主的に考え活動することができる（5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない）
33. 体育の授業は、明朗活発な性格をつくる（5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない）
34. 体育の授業は、人間のわがままさがでる（5. 非常に思う 4. 思う 3. どちらとも言えない 2. 思わない 1. まったく思わない）