

# 女子短大生の運動実践に関する研究

(第2報) 短大の体育実技授業に対する意識

三浦初枝・村松園江

## A Study on Exercise of Women's Junior College Students

(report2) Their Consciousness towards Exercise Lessons in Junior College

Hatsue MIURA and Sonoe MURAMATSU

### 1. はじめに

短大の体育実技授業についての研究は多岐にわたってなされており<sup>1)2)3)</sup>, その結果から授業方法等が改善され, 体育実技の充実が図られている。著者らは女子短大生の運動実践に関して調査を行い, 女子短大生はスポーツや運動をすることが好きであるにもかかわらず, 実践に関しては不十分な実態であると報告した<sup>4)</sup>。今回は短大生の体育実技授業に対する意識を明らかにする。

### 2. 調査方法

#### (1) 調査対象

本学の昭和63年度前期(4月～7月)の体育実技授業受講生の中から140名を無作為に抽出し調査対象とした。

#### (2) 調査方法と調査時期

調査は質問紙法で行い, 無記名とした。調査は昭和63年度前期の体育実技授業の最終時にあたる同年7月に実施した。授業時間内に調査を行ったため, 調査対象者全員の質問紙を回収することができ, 記入不備も認められなかった。

#### (3) 調査内容

調査内容は以下に示す通りである。

- ①授業に対する満足度
- ②授業に臨む際の目的
- ③授業に臨む際の積極性
- ④授業で得たもの
- ⑤生涯スポーツへの影響
- ⑥短大の「体育」に対するイメージ
- ⑦短大の体育実技授業に望むもの

#### (4) 本学の体育実技授業の概略

本学の体育実技授業は1年次の前期か後期で受講する必修科目であり、その概略については以下に示す通りである。

##### ①実施場所と運動種目

〔トレーニングルーム〕

サーキットマシンを使った体力トレーニング・エアロビクス・体操・卓球等

〔円形体育館〕

インディアカ・バスケットボール・バドミントン等

〔グラウンド〕

サッカー・ソフトボール・ハンドボール・フリスビー・陸上競技・なわとび等

〔テニスコート〕

硬式及び軟式テニス・バレーボール等

##### ②履修期間と単位

体育実技の授業は前期あるいは後期の半期間であり、講義の半期間と併せて保健体育科目2単位としている。

##### ③授業形態

担当教員および種目により異なるが、一斉授業かグループ別授業のいずれかで行うことが多い。

##### ④受講する1クラスの学生数

約40名～60名

### 3. 調査結果

#### (1) 授業に対する満足度—図1—

授業に対する満足度については「ほぼ期待通りだった」と答えた者が41.4%で最も多かった。「期待通りだった」と答えた者の19.3%と合わせると、全体の60.7%が授業に対して「期待通りだった」・「ほぼ期待通りだった」と答えていた。「全く期待はずれだった」と答えた

者は2.9%で少なかった。

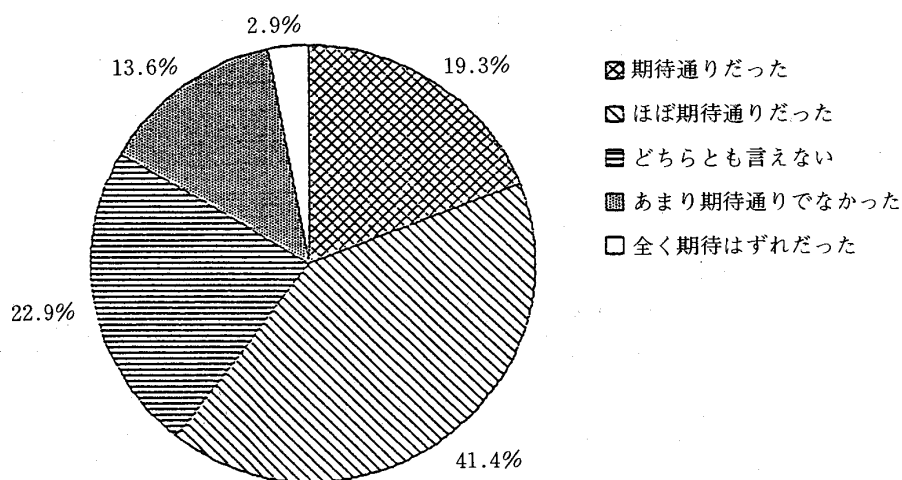


図1 授業に対する満足度

1) 期待通りだった理由—図2—

授業に対して「期待通りだった」と「ほぼ期待通りだった」と答えた者に、その理由をたずねたところ、「種目」という回答が最も多く48.2%であった。続いて「教師の指導」が47.1%、「授業内容」が44.7%の順であった。

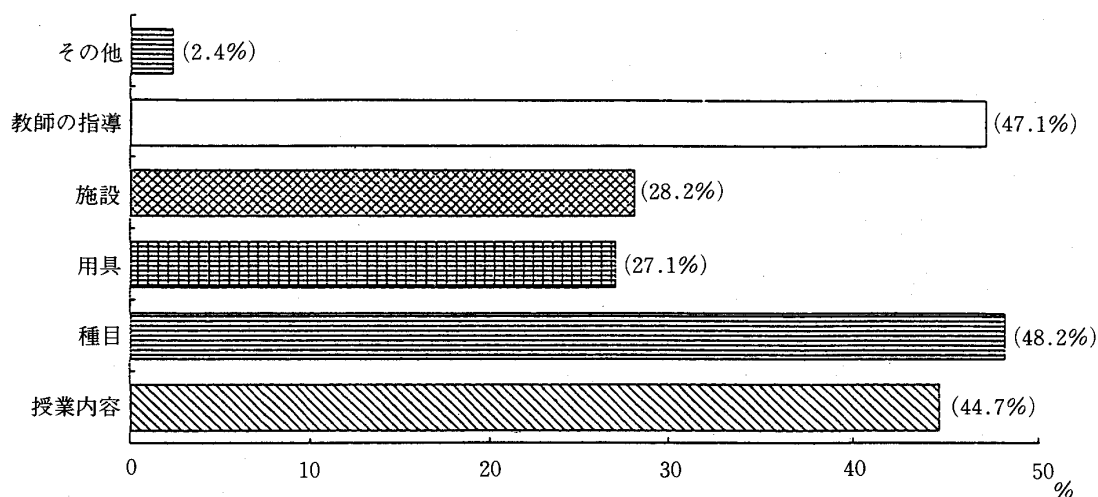


図2 授業が期待通りだった理由（複数回答）

2) 期待はずれだった理由—図3—

授業に対して「あまり期待通りでなかった」と「全く期待はずれだった」と答えた者に、その理由をたずねたところ、「種目」という回答が最も多く65.2%であった。次に回答の多かっ

たものは「授業内容」で34.8%であった。

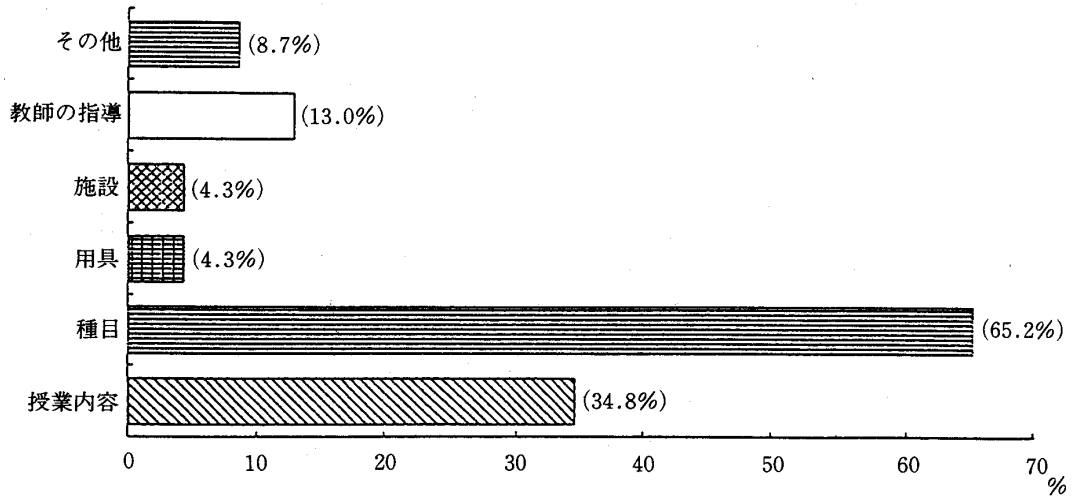


図3 授業が期待通りでなかった理由（複数回答）

表1 授業に臨む際の目的（複数回答）

項 目	N	%
運動不足の解消	101	72.1
スポーツや運動をすることを楽しむため	77	55.0
気分転換	58	41.4
健康の維持	42	30.0
ストレスの解消	30	21.4
体力増進	16	11.4
美容のため	9	6.4
特別目的はなかった	8	5.7
授業だから仕方なく臨んだ	7	5.0
スポーツや運動の知識を深めるため	7	5.0
スポーツや運動の技術を向上させるため	3	2.1
その他	1	0.7
回 答 者 数	140	100.0

(2) 授業に臨む際の目的—表1—

授業に臨む際の目的については、「運動不足の解消」と答えた者が72.1%で最も多かった。

次に回答の多かったものは「スポーツや運動をすることを楽しむため」が55.0%、「気分転

換」が41.4%の順であった。また「スポーツや運動の技術を向上させるため」は2.1%、「スポーツや運動の知識を深めるため」が5.0%と少なかった。

### (3) 授業に臨む際の積極性—図4—

授業に臨む際の積極性については「積極的であった」と答えた者が50.0%で最も多かった。「非常に積極的であった」の12.1%と合わせると62.1%の者が積極的に授業に臨んでいたことになる。一方「全く積極的でなかった」と答えた者はいなかった。

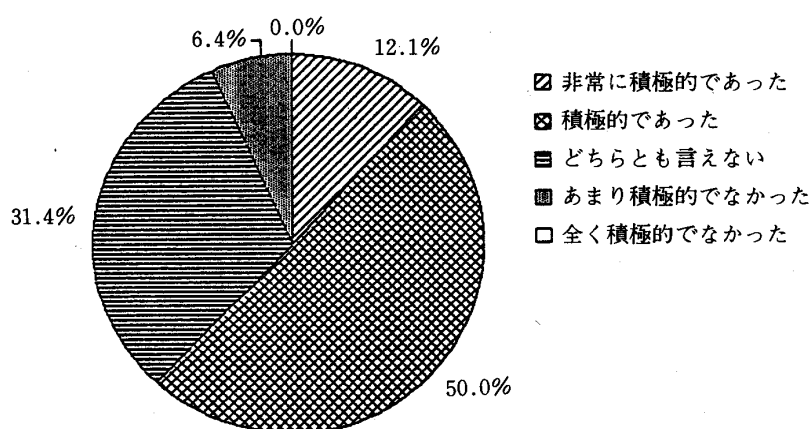


図4 授業に臨む際の積極性

### (4) 授業で得たもの—表2—

授業で得たものについては、「スポーツや運動をすることの楽しさを味わうことができた」と答えた者が57.9%で最も多かった。次に回答の多かったものは、「新しいスポーツ種目を体験することができた」が40.0%であり、「他の教科では見られない友の姿に触れることができ親睦が深まった」が32.9%の順であった。「スポーツや運動に関する知識が深まった」は4.3%であり、「スポーツや運動を実践することの意義を理解することができた」は9.3%と1割に満たなかった。

### (5) 生涯スポーツへの影響—図5—

授業が、生涯スポーツに対する考え方や心がまえを形成する上で役に立ったかという質問に対しては、「役に立った」と「少しは役に立った」と答えた者を合わせて78.1%と高い割合を示していた。「あまり役に立たなかった」と「全く役に立たなかった」は合わせて4.3%であった。

表2 授業で得たもの（複数回答）

項 目	N	%
スポーツや運動をすることの楽しさを味わうことができた	81	57.9
新しいスポーツ種目を体験することができた	56	40.0
他の教科では見られない友の姿に触れることができ、親睦が深まった	46	32.9
日常生活の中にスポーツや運動を取り入れていきたいと思うようになった	41	29.3
体育教師との人間的な触れ合いが持てた	19	13.6
スポーツや運動を実践することの意義を理解することができた	13	9.3
スポーツや運動に関する知識が深まった	6	4.3
そ の 他	0	0.0
回 答 者 数	140	100.0

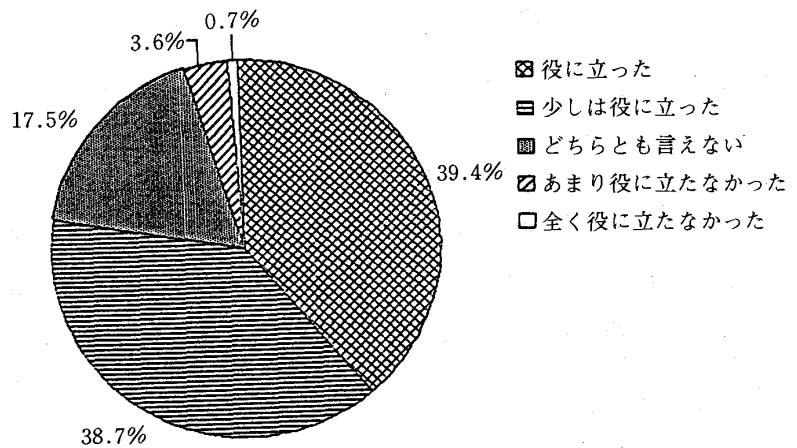


図5 生涯スポーツへの影響

(6) 短大の「体育」に対するイメージ—表3—

短大の「体育」に対するイメージについては「楽しい」という回答が最も多く、67.9%であった。次に「自由」が56.4%、「気晴らし」が32.9%、「さわやか」「協力」がそれぞれ25.7%の順に回答が多かった。

表3 短大の「体育」に対するイメージ（複数回答）

イ メ ー ジ	N	%
楽 し い	95	67.9
自 由	79	56.4
気 晴 ら し	46	32.9
協 力	36	25.7
さ わ や か	36	25.7
リ ラ ッ ク ス	31	22.1
解 放	22	15.7
頑 張 る	18	12.9
根 性	6	4.3
信 頼	3	2.1
苦 し い	2	1.4
強 制	2	1.4
ラ イ バ ル	1	0.7
競 争	0	0.0
命 令	0	0.0
痛 い	0	0.0
回 答 者 数	140	100.0

(7) 短大の体育実技授業に望むもの—表4—

短大の体育実技の授業に何を望むかについてで最も多かった回答は、「新しい種目を多く取り入れてほしい」の61.4%であった。次に「自分達で自由に楽しみたい」が40.7%、「体育館やグラウンドなどの施設を整備、充実してほしい」が38.6%の順に回答が多かった。回答の少なかったものは「運動量をもっと多くしてほしい」や「体力をもっとつけてほしい」の5.0%、「教師の指導をもっときめ細かく、専門的にやってほしい」が2.1%であった。

表4 短大の体育実技授業に望むもの（複数回答）

項 目	N	%
新しい種目を多くとり入れてほしい	86	61.4
自分達で自由に楽しみたい	57	40.7
体育館やグラウンド等の施設を整備，充実してほしい	54	38.6
スポーツや運動の練習方法を教えてほしい	19	13.6
スポーツや運動の技術を向上させてほしい	15	10.7
運動量をもっと多くしてほしい	7	5.0
体力をもっとつけてほしい	7	5.0
教師の指導をもっときめ細かく専門的にやってほしい	3	2.1
そ の 他	3	2.1
回 答 者 数	140	100.0

#### 4. 考 察

##### (1) 授業に対する満足度

授業に対して、期待通りだったと答えた者と、期待通りでなかったと答えた者の両方に共通して多かった理由は、「種目」と「授業内容」であり、このことから授業で実施する「種目」が受講生の満足度に大きな影響力を持っているものと推察できる。しかし、どの運動種目に興味を持つかは個人差があり、また、実施する種目を多くしようとするれば運動施設や用具等の整備も新たに必要となり、受講生全員を満足させるような種目をとり上げることは、現実にはむずかしい。

また、ここでいう「授業内容」は授業形態や授業構成を中心としたものであり、それが満足度に影響を及ぼすのは当然といえよう。

##### (2) 授業に臨む際の目的

「運動不足の解消」という回答が最も多かったことは、女子短大生の多くが日常生活の中で運動実践の機会を持っていないという前報の結果<sup>4)</sup>を裏付けており、学生は学校での体育実技の時間を貴重な運動実践の場として認識しているのであろう。また「スポーツや運動の技術を向上させるため」とか「スポーツや運動の知識を深めるため」という回答が非常に少ない。こ



れは、学生が体育実技の時間をどちらかという「スポーツや運動をすることを楽しむ」ことや「気分転換」を図る場として活用していることによるためと推察される。

### (3) 体育実技に臨む際の積極性

『東海地区大学卒業生の体育実技授業に関する意識調査<sup>5)</sup>』によると、女子学生の約76%が体育実技授業に積極的に出席したと報告している。それに比較すれば、本調査結果での62.1%という値は低い。授業に積極的に臨むか否かは、学生の授業そのものに対する主体性や、体育実技が学生にどの程度意義づけられているかによって決定されるのであろうが、前述の運動種目や授業形態等にも関連するものと考えられる。今後も学生が積極的に授業に臨むことができる“授業づくり”は必須のことといえる。

### (4) 体育実技授業で得たもの

前報で短大の体育実技授業に「楽しい」という要素を取り入れることが、学生のスポーツや運動への参加意欲を高め、授業の内容を充実させるためのひとつの方策ではないかと述べた。今回の調査の中で「体育実技授業で得たもの」として「スポーツや運動をすることの楽しさを味わうことができた」が57.9%と過半数を占めたことは、前報の結果に基づいて授業方法を改善した成果でもあろう。

一方、対象の約3分の1が「他の教科では見られない友の姿に触れることができ、親睦が深まった」と回答しており、「体育は身体運動を介して人間形成を意図する教育活動の一領域である<sup>6)</sup>」という教科の特性は学生に多少浸透していたものと推測できる。学校体育は、「身体運動に対する認識と理解を深めるための教育的行為を体験させる場<sup>7)</sup>」であり、それが目的の1つでもあるが、今回の調査の結果スポーツや運動についての意義や知識の理解を示す回答が1割に満たなかった。しかしながら、「スポーツや運動をする楽しさ」を味わい、「友との親睦」が深まったとする回答からは、スポーツや運動をすることの一面の意義は全うされていると考えてもよいのではなかろうか。

### (5) 生涯スポーツへの影響

体育実技が生涯スポーツに対する考え方や心がまえを形成する上で役に立ったとする者は約8割であり、かなり高い割合を示していた。これは、女子短大生の生涯スポーツへの高い意欲<sup>4)</sup>が基盤となっているものと推察される。

### (6) 短大の「体育」に対するイメージ

中学校・高校の「体育」に対するイメージ<sup>4)</sup>と、短大の「体育」のそれとを比較すると図6に示すように大きな違いがあることが認められた。まず第一に、短大生が「体育」に対して「楽しい」というイメージを抱いていることは中学校・高校の場合と一致しているが、その割合は短大のほうが高かったことがあげられる。

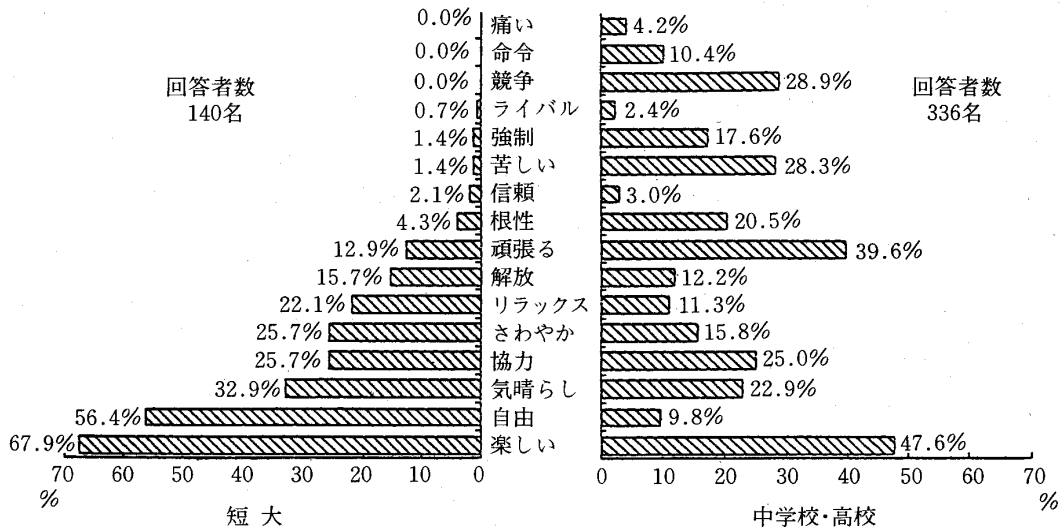


図6 「体育」に対するイメージの比較（複数回答）

第二に、上位5つを占めるイメージについても、中学校・高校では「頑張る」、「競争」、「苦しい」という精神的緊張を要求されるようなイメージが多いのに比較して、短大では「楽しい」をはじめとして「自由」、「気晴らし」、「協力」、「さわやか」と、精神的解放を意味するものが多い。これは、受講生が体育実技授業に臨む目的として「運動不足の解消」、「スポーツや運動をすることを楽しむため」、「気分転換」等としていることにも起因しているのではなかろうか。学生の緊張感の度合いと授業の充実度との関係は研究余地のあるところだが、短大の体育実技授業においては前述の上位5つのイメージを十分生かし、生涯スポーツに結びつくよう留意することが望ましいといえよう。

#### (7) 短大の体育実技授業に望むもの

運動量や運動強度を多くすることを望む回答は少なく、それに比べて、新しい種目を取り入れることや、自由に楽しむことを望む回答が多いという結果は、体力的な衰えを痛切に感じているわけではなく、どちらかといえば目新しい種目にチャレンジして自由に楽しみたい、という感覚を持っている18才～20才の短大生では当然のことであろう。

運動種目や授業内容が授業の満足度に大きく貢献することは今回の調査の結果から明らかである。しかしながら、種目の導入や授業内容は、短大の体育実技の目標を念頭に置いて、運動施設およびその他の状況から設定されるため、おのずから制約がある。

学生の実態やニーズに適合した、より質の高い短大の体育実技の授業を確立していくためには、実行可能な種目を準備することで学生の運動意欲を高めながら、個人の運動能力や体力に応じた運動内容や量の設定等が必要となろう。さらに、個人が自分のための運動計画を作成する能力を身につけることで、日常生活の運動実践につながるとするならば、短大の保健体育科目の目標である生涯スポーツの修得も果たし得るものといえよう。

## 5. ま と め

短大の体育実技授業に対する意識を明らかにすることを目的に、女子短大生 140 名を対象として調査を行ない、以下のような知見を得た。

- (1) 運動種目が授業に対する満足度を左右する要因となることが認められた。
- (2) 授業に臨む際の積極性については、約 6 割が積極的であり、約 4 割は消極的であった。
- (3) 授業に臨む際の目的としては、運動不足の解消が最も多かった。
- (4) 授業で得られたものについては、スポーツや運動をすることの楽しさを味わうことができたとする者が最も多かった。
- (5) 授業を履修することによって、生涯スポーツに対する考え方や、心がまえを形成する上で役立ったとする者が約 8 割と多かった。
- (6) 短大の「体育」のイメージは中学校・高校の「体育」のイメージとは異なり、精神的解放を示すイメージでとらえていることがわかった。
- (7) 短大の体育実技授業への要望として、新しい種目を多くとり入れることを望む回答が最も多かった。

### 参 考 文 献

- 1) 高島 稔：体育事業に対応した運動生活・運動者行動に関する研究—女子大学生について—，東京女子体育大学女子体育研究所研究集録 1，25-38，1975.
- 2) 山田久恒他：東海地区大学体育実技受講学生の授業に関する意識（第Ⅳ報）—授業計画・授業方法に関して—，大学保健体育研究，Ⅲ，24-59，1983.
- 3) 寺田邦昭他：東海地区大学卒業生の体育実技授業に関する意識—四年制大学と短期大学の女子卒業生の意識の差について—，大学保健体育研究，Ⅷ，13-29，1988.
- 4) 三浦初枝，村松園江：女子短大生の運動実践に関する研究，第 1 報—スポーツや運動に関する意識—，東海学園女子短期大学紀要 1989.
- 5) 武藤紀久他：東海地区大学卒業生の体育実技授業に関する意識調査，大学保健体育研究，Ⅶ，46-73，1986.
- 6) 水野忠文他：体育教育の原理，東京大学出版会，4-6，1973.
- 7) 大築立志：女子体育雑感，二十一世紀の体育・スポーツ，杏林書院，92-99，1982.