

令和2年度
卒業論文集

2020年度 スポーツ健康学部
卒業論文

学校部活動に対する理想と
地域活動の関連性

所属学科 スポーツ健康学科
学籍番号 21s0020 21s00144
氏名 内山卓也 村瀬雅弥
指導教員 中野 貴博 先生
提出日 2021年1月18日

■ 研究要旨

日本において学校部活動は、教育課程外の活動であるが、実際には、多くの場合において教育の一環として位置づけられた重要な活動となっている。しかしながら、現在の部活動には、いくつかの問題も存在する。具体的には、生徒数の減少、教員の多忙、生徒の部活動に対する意識の変化などがあげられる。そこで、本研究では、中学生を対象に部活動に対する理想と現在の部活動の状況を調査することで、理想と現実の乖離状況から今後の部活動および地域活動を並行するための指針を検討することを目的とした。部活動の実施状況や満足度、目的などの現状と理想に関して比較検討した。理想の部活動について「楽しく行う」や「気軽に行う」の意見が多く、生徒の部活動の考え方を確認することができた。また、現在の部活動については「満足している」と回答した生徒が多かったが、「部活動を実施する上で問題を感じる点」として、「自分の時間が欲しい」や「休日が減る」という回答が多く見られた。さらに、地域活動に関しては、「参加したくない」と考えている生徒が一定数いることが明らかになった。スポーツ庁が出しているガイドラインを参考に、本来、自発的・自主的に行われる部活動と地域の活動が明確な役割分担のもとに共存していけるような構造改革が望まれる。

目次

第1章 序論

- 1-1 背景
- 1-2 目的
- 1-3 仮説

第2章 方法

- 2-1 対象者
- 2-2 アンケート項目
- 2-3 分析手続き

第3章 結果

- 3-1 調査結果の概要
- 3-2 入部したい部活動と地域活動興味について
- 3-3 部活動に求めるものと地域活動を行っているかについて
- 3-4 理想とする指導と地域活動興味について
- 3-5 部活動と学校生活、学業との両立と地域活動興味

第4章 考察

- 4-1 現状の部活動の概要
- 4-2 理想の部活動の概要
- 4-3 入部したい部活動と地域の活動で興味のあるものとの関係
- 4-4 部活動に求めるものと地域活動を行っているかとの関係
- 4-5 理想とする指導と地域活動の興味について
- 4-6 部活動と学校生活、学業との両立と地域活動への興味

第5章 まとめ

参考文献

謝辞

付表

第1章 序論

1-1 背景

日本において学校部活動は、教育課程外の活動であるが、実際には、多くの場合において教育の一環として位置づけられた重要な活動となっている。部活動には、大きく分けて2種類あり、1つは運動系、もう1つは文科系であり、多くの生徒が参加している。そのため、部活動は、生徒の体力向上、我が国の国際競争力向上そして文化芸術振興に貢献することが期待される。しかしながら、現在の部活動には、いくつかの問題も存在する。具体的には、生徒数の減少、教員の多忙、生徒の部活動に対する意識の変化などがあげられる。これらの問題に加え、部活動の運営に関しても様々な改革案が提示されている。休養日を平日、週末ともに設けていなかったり、設定が少なかつたりする実態や、指導時間についても、部活動を含めて夜遅くまで教員が指導にあたるなどの問題を解決する必要がある。これらの問題には、教員側の労働時間の超過と児童生徒側の過剰活動の2つの側面があると思われる。現在の中学校は週休2日であり、文部科学省では、このねらいとして、学校、家庭、地域社会の役割を明確にし、それぞれが協力して豊かな社会体験や自然体験など様々な活動の機会を子ども達に提供し、自ら考える力や豊かな人間性などの「生きる力」を育む時間の確保を挙げている。しかしながら、土曜日、日曜日に部活動を実施していたり、活動時間が過剰であったりするケースも多く、結果的に、週休2日制の本来の目的が達成できていないことも危惧されている。このような問題を解決するためには、法令を遵守すること、部活動への参加目的の多様性を認めること、そして部活動の運営を学校全体で行うことが重要となるであろう。ここで、私たちが注目したのは、生徒の多様なニーズや意見があるにもかかわらず、指導者や学校の一方向的な指導指針に基づく指導などが行われているという問題である。

さらに、少子化によって教員数、生徒数がともに減少し、顧問の負担増や生徒が本当にやりたい部活動が中学校に設置されていないなどの問題も発生している。また、地域でのスポーツ活動や習い事があるにもかかわらず、教育活動としての部活動を優先するあまり、全員が部活動に強制加入となっているケースも見られる。全員加入の利点もあると思われるが、本来、自発的・自主的に行われる部活動が、生徒の家庭や地域活動への参加を制限することの無いような配慮も必要かもしれない。地域との連携などについては、スポーツ庁が出しているガイドラインに以下のように記されている。

- ・都道府県、学校の設置者及び校長は、生徒のスポーツ環境の充実の観点から、学校や地域の実態に応じて、地域のスポーツ団体との連携、保護者の理解と協力、民間事業者の活用等による、学校と地域が共に子供を育てるという視点に立った、学校と地域が協働・融合した形での地域におけるスポーツ環境整備を進める。
- ・公益財団法人日本体育協会、地域の体育協会、競技団体及びその他のスポーツ団体は、総合型地域スポーツクラブやスポーツ少年団等の生徒が所属する地域のスポーツ団体に関する、事業等について、都道府県もしくは学校の設置者等と連携し、学校と地域が協働・融合した形での地域のスポーツ環境の充実を推進する。また、学校設置者等が実

施する部活動指導員の任用・配置や、運動部顧問等に対する研修棟、スポーツ指導者の質の向上に関する取組に協力する。

- ・地域公共団体は、学校管理下ではない社会教育に位置付けられる活動については、各種保険への加入や、学校の負担が増加しないこと等に留意しつつ、生徒がスポーツに親しめる場所が確保できるよう、学校体育施設開放事業を推進する。
- ・都道府県、学校の設置者及び校長は、学校と地域・保護者が共に子供の健全な成長のための教育、スポーツ環境の充実を支援するパートナーという考え方の下で、こうした取組を推進することについて、保護者の理解と協力を促す。

これらは決して法的な拘束力があるわけではないがそれをないがしろにしている学校も多くあるだろう。これらの問題を背景に私たちは、中学生の思い描く理想の部活動を調査しそれに対し現在の部活動の現状を調査することで現在の部活動の在り方、今後、学校と地域がどのように連携するべきであるかという問題に迫っていきたいと思う。

1-2 目的

本研究は、中学生を対象に部活動に対する理想と現在の部活動の状況を調査することで、理想と現実の乖離状況から今後の部活動および地域活動を並行するための指針を検討することを目的とする。

1-3 仮説

昨今、部活動では指導員不足や活動時間の長さによる問題などが多々挙げられている。その中で、昨今の中学生は部活動に対して消極的な意見が多く、活動時間や日数についても減らしてほしいと考えていると思われる。指導員に対しても、生徒間での差はあると思われるが、専門的な指導は求めているが、優しい指導を求めていると思われる。地域でのスポーツ活動や習い事があるにもかかわらず、教育活動としての部活動を優先するあまり、全員が部活動に強制加入となっているケースも見られる。全員加入の利点もあると思われるが、本来、自発的・自主的に行われる部活動が、生徒の家庭や地域活動への参加を制限することの無いような配慮も必要だと思われる。つまり、多くの面において、現代の子ども達が思い描く理想の部活動と現状には乖離が少なからず存在する。これを理解することで、管理的立場にある大人達が今後の部活動運営、地域活動に関して、一定の改善方針を示すことができる。

第2章 方法

2-1 対象者

恵那市立恵那西中学校、2年生 116名を対象に調査を行った調査委対象者の性別の内訳を表 2-1 に示す。

2-2 調査項目と方法

以下の3つの観点でアンケート調査を構成し、実施した。

1.現在の活動状況にて

現在、所属している部活動名、参加理由、満足度、部活動実施上の問題点、どうしたら満足度が高まるか等の質問5項目

2.理想の部活動について

どのような部活動に入りたいか、部活に求めるもの、理想とする部活動の指導者、部活動と学校生活の関係等の質問4項目

3.地域での活動について

認知度、参加率、興味、会場、交通手段等の質問5項目

アンケート調査は、上記の観点を基づき全体で A3 用紙 1 枚、12 の大問で構成した（調査用紙は付表として論文の末尾に掲載）。回答方式は活動内容や動機等に関しては直接記載させそれ以外の項目は 3~9 件法にて選択させた（一部、複数選択あり）。調査実施に関しては、事前に協力校に依頼し、調査の趣旨を学校長及び教頭に説明を行い、了承を得た。

その後、調査データを送り、担任及び体育授業担当の協力の下、授業内でアンケートを実施、回収していただいた。また、調査用紙の冒頭に調査の同意に関する注意事項を記載し、調査に同意いただけない場合は、白紙提出していただくこととし、同意のもとに回答の得られたデータのみを分析対象とした。

2-3 分析手続き

最初に、現在の活動状況、理想の部活動、地域での活動を記述統計により検討した。

続いて、以下の要素に関する調査項目間の関係性をクロス集計およびカイ二乗検定により検討した。全ての分析において有意水準は 5%とし、IBM 社の SPSS22.00J を用いて分析を行った。

第3章 結果

3-1 調査結果の概要

3-1-1 現在の部活動の状況

最初に、現在の部活動の状況に関する4つの設問に関して結果を示す。まず、「部活動に入部した理由」を質問した。部活動の理由に対して、「全員入部だから」が男子18.2%で女子13.1%、「その種目がやりたいから」が男子56.4%で女子62.3%、「友人が入部したから」が男子30.9%で女子26.2%、「健康増進」が男子10.9%で女子8.2%、「その他」が男子16.4%で女子29.5%であった。「その他」では「入りたいのがなかった、友人や両親からのすすめ」というのが多く見られた。

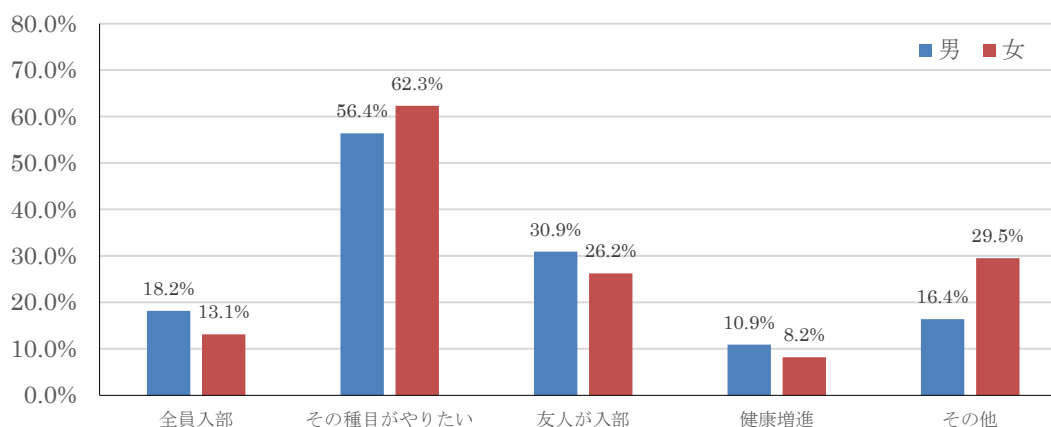


図 3-1-1-1 部活動に入部した理由

次に、「現在の部活動に満足しているか」を質問した。現在の部活動に対して、「とても満足している」が男子38.2%で女子31.1%、「まあ満足している」が男子49.1%で女子49.2%、「あまり満足していない」が男子9.1%で女子13.1%、「まったく満足していない」が男子1.8%で女子1.6%であった。

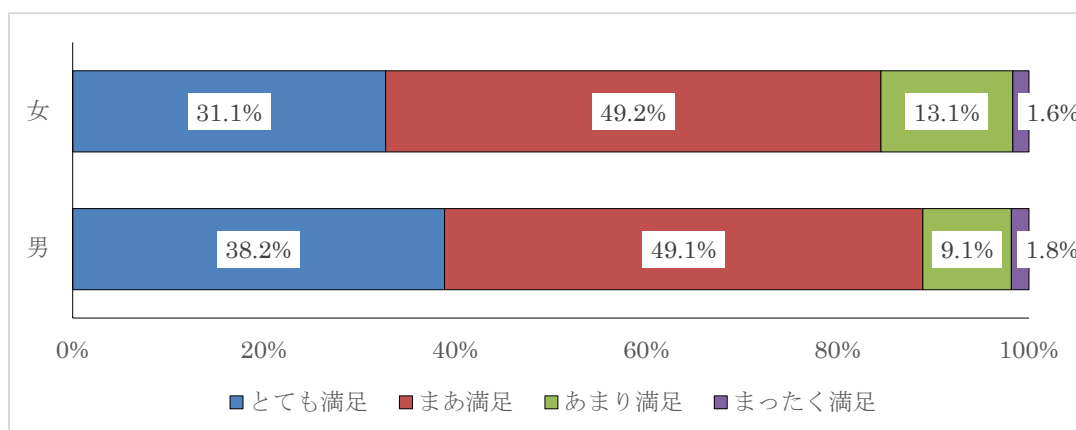


図 3-1-1-2 現在の部活動に満足しているか

次に、「部活動を実施、選択する上で問題とを感じる点」を質問した。部活動の問題とを感じる点に関しては、8つの選択肢による複数回答可であった。ここで示す数値は全体の何%が該当の選択肢を選択したかを表している。回答が多かった順に男子は「自分の時間が欲しい」が29.1%、「レベルが合わない」が16.4%、「休日が減る」が16.4%、「その他」が16.4%であった。女子は「休日が減る」が45.9%、「学習時間が不足」が32.8%、「自分の時間が欲しい」が29.5%、「メンバーと合わない」が18%であった。「その他」では「両立が難しいや時間通りに終わらない」というのが多く見られた。

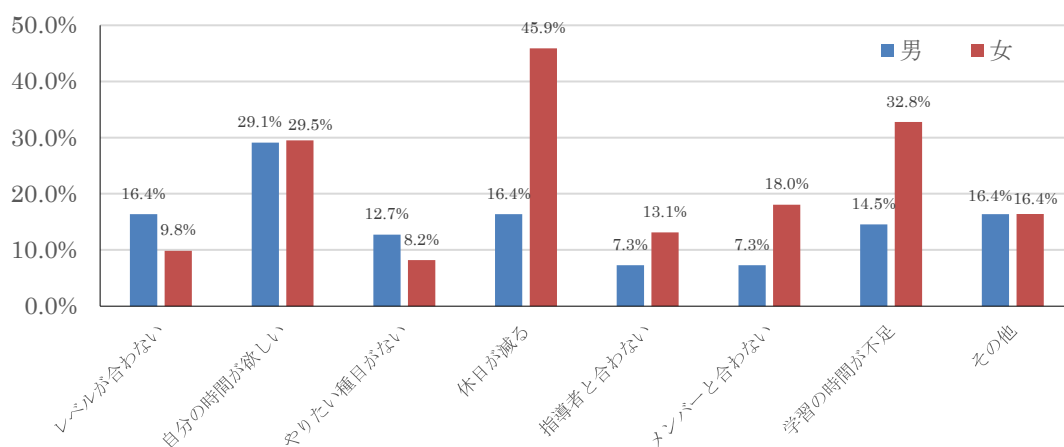


図 3-1-1-3 部活動を実施、選択する上で問題とを感じる点

次に、「どのような部活動なら満足するか」を質問した。どのような部活動なら満足するかに関しては、7つの選択肢による複数回答可であった。ここでも数値は全体の何%が該当の選択肢を選択したかを表している。回答が多かった順に男子は「気軽に楽しむ」が50.9%、「実施時間が変わる」が32.7%、「競技レベルが変わる」が20%、「その他」10.9%であった。女子は「気軽に楽しむ」が54.1%、「実施時間が変わる」が29.5%、「競技レベルが変わる」が19.7%、「種目が増える」が13.1%であった。「その他」では「時間通りに終わるや今のまま」というのが多く見られた。

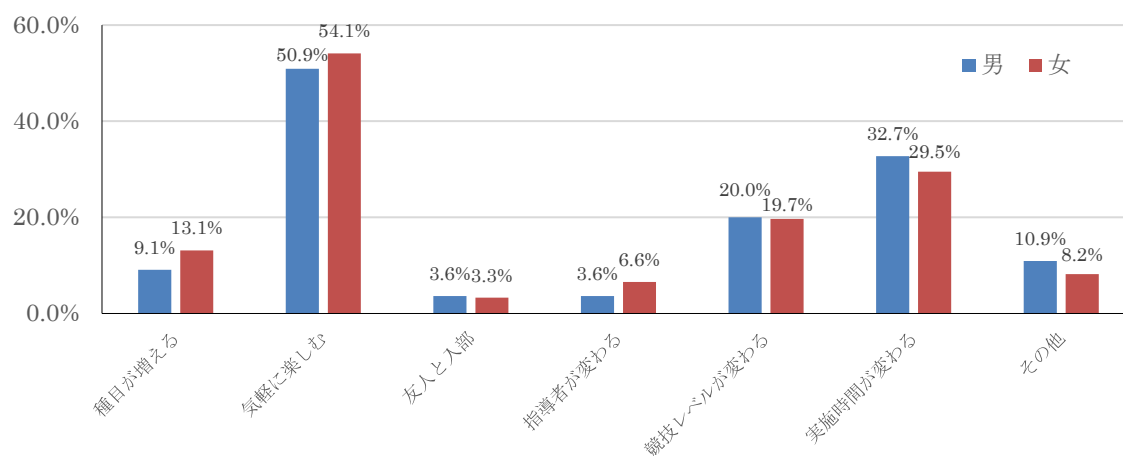


図 3-1-1-4 どのような部活動なら満足するか

3-1-2 理想の部活動に関する項目

理想の部活動の状況に関する4つの設問に関して結果を示す。「どのような部活動に入部したいか」を質問した。どのような部活動に入部したいかに対して、「勝利重視」が男子47.2%で女子32.8%、「楽しみ重視」が男子47.2%で女子55.7%、「入部したくない」が男子5.7%で女子11.5%であった。

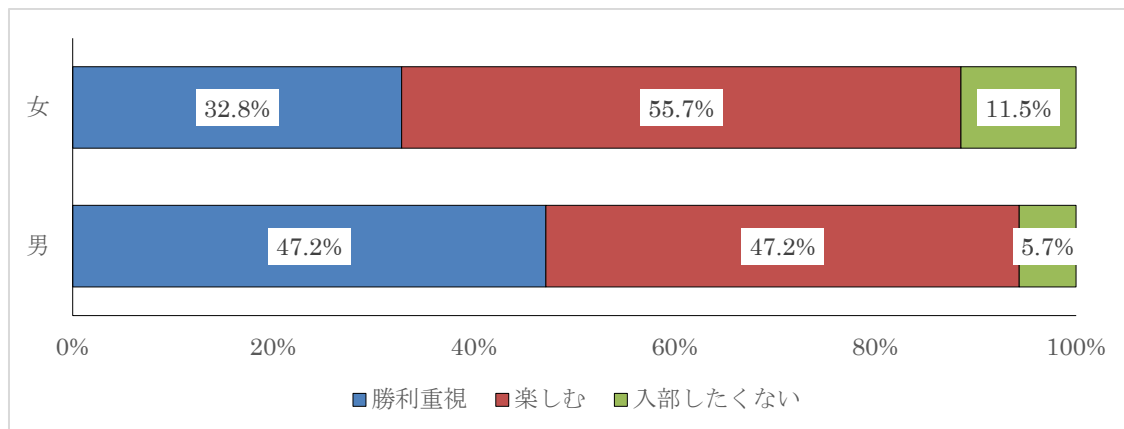


図 3-1-2-1 どのような部活動に入部したいか

次に、「部活動に求めるもの」を質問した。部活動に求めるものに関しては、8つの選択肢による複数回答可であった。ここでも数値は全体の何%が該当の選択肢を選択したかを表している。回答が多かった順に男子は「楽しく行う」が63.6%、「競技力向上」が43.6%、「気軽に活動」が36.4%、「仲間との交流」が27.3%であった。女子は「楽しく行う」が85.2%、「仲間との交流」が57.4%、「気軽に活動」が52.5%、「競技力向上」が41%であった。

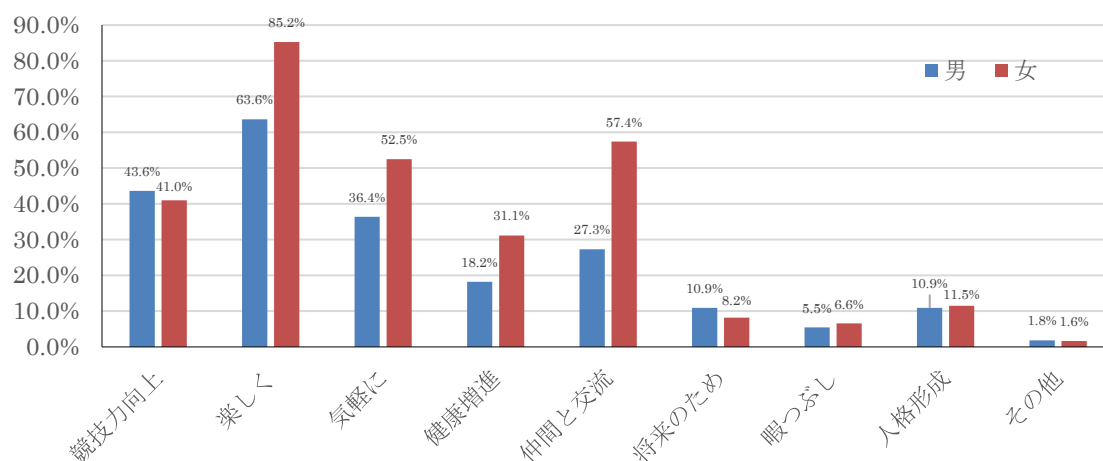


図 3-1-2-2 部活動に求めるもの

次に、「理想の部活の指導」を質問した。理想の部活の指導に関しては、5つの選択肢による複数回答可であった。ここでも数値は全体の何%が該当の選択肢を選択したかを表している。回答が多かった順に男子は「優しく丁寧に指導」が52.7%、「専門知識がある人に指導」が23.6%、「自分たちで決める」が23.6%、「厳しく指導」が20%であった。「その他」では「厳しく丁寧に指導や面白おかしく」というのが多く見られた。

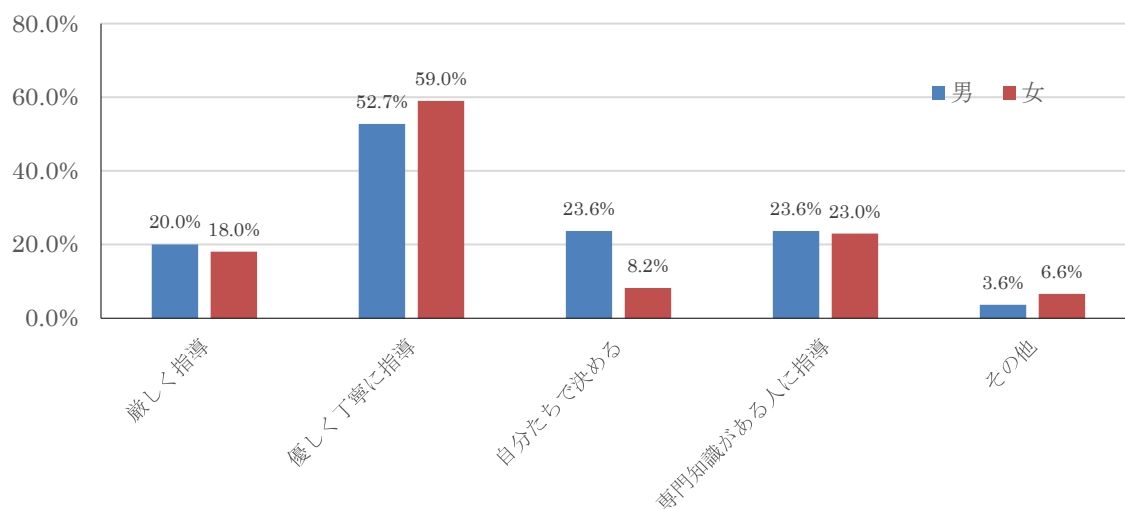


図 3-1-2-3 理想の部活の指導

次に、「部活動と学校生活・学業との関係」を質問した。部活動と学校生活・学業との関係に対して、「どちらとも制限なし」が男子83.3%で女子70%、「どちらかに制限」が男子11.1%で女子28.3%、「どちらとも制限あり」が男子5.6%で女子1.7%であった。

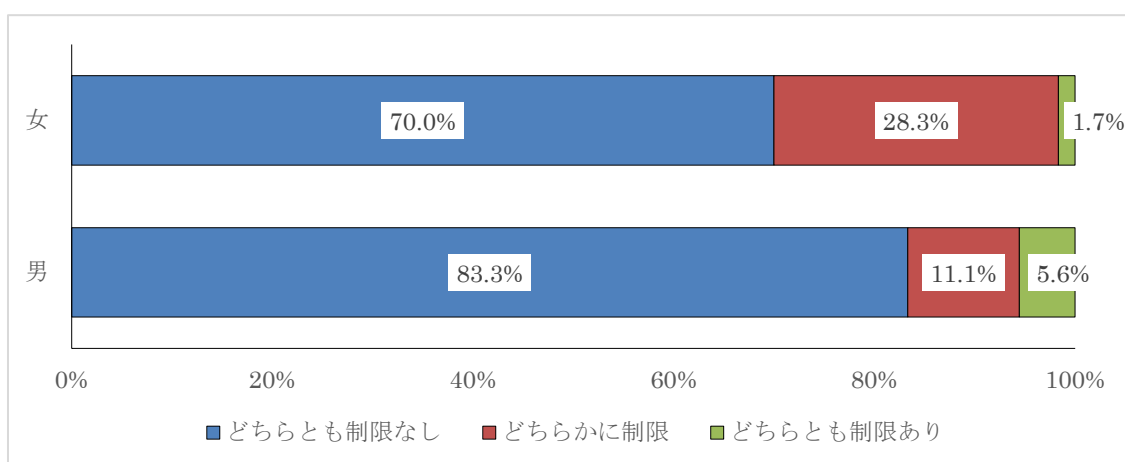
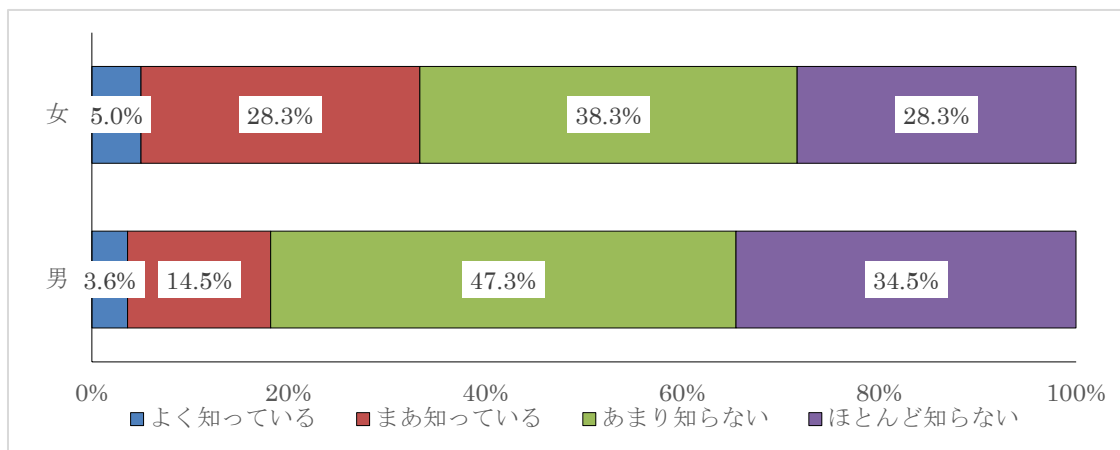


図 3-1-2-4 部活動と学校生活・学業との関係

3-1-3 地域での活動に関する項目

地域での活動状況に関する設問に関して結果を示す。「どれくらい地域活動を知っているか」を質問した。どれくらい地域活動を知っているかに対して、「よく知っている」が男子3.6%で女子5.0%、「まあ知っている」が男子14.5%で女子28.3%、「あまり知らない」が男子47.3%で女子38.3%、「ほとんど知らない」が男子34.5%で女子28.3%であった。



3-2 入部したい部活動と地域活動興味について

表3-2-1は、どのような部活動に入部したいかと地域の活動に興味のあるものがあれば参加したいかの関係性を検討した結果である。なおどのような部活動に入部したいかでは、6つの選択肢を「勝利重視」「楽しみ重視」「その他」の3つにまとめて結果を示した。地域活動に「参加したい」生徒の内、「勝利重視」という目的を持った生徒は42.9%、「楽しみ重視」という目的を持った生徒は52.4%、「その他」を選択した生徒は4.8%であった。一方、「参加したくない」生徒では、「勝利重視」という目的を持った生徒は37.9%、「楽しみ重視」という目的を持った生徒は51.5%、「その他」を選択した生徒は10.6%であった。その他では「できれば入部したくない」などの意見が見られた。また、カイ二乗検定の結果、有意確率は0.545であり、統計的に有意な関係性は確認されなかった。

表3-2-1 どのような部活動に入部したいかと地域の活動で興味のあるものとの関係性

地域活動への 参加希望	入部理由			合計
	勝利重視	楽しみ重視	その他	
参加 したい	42.9%	52.4%	4.8%	100%
参加 したくない	37.9%	51.5%	10.6%	100%
全体	39.8%	51.9%	8.3%	100%

カイ二乗検定：p=0.545

3-3 部活動に求めるものと地域活動を行っているかについて

表 3-3-1 に部活動に求めるものと地域活動を行っているかの関係性を分析した結果を示した。地域活動を行っているかは4つの選択肢の中から「行っている」「行っていない」の2つを取り上げて結果を示した。また、この設問は複数選択の項目であったため、該当の選択肢を全体の何%が選択したかを示している。まず、「行っている」を選択した生徒では「競技力向上」が48.4%「楽しく行うこと」が77.4%「気軽に活動できること」が45.2%「健康増進」が25.8%「友人・仲間との交流」が48.4%「将来のため」が9.7%「空き時間をつぶすため」が6.5%「人格形成」が9.7%「その他」が3.2%であった。一方、「行っていない」を選択した生徒では「競技力向上」が35.2%「楽しく行うこと」が74.6%「気軽に活動できること」が49.9%「健康増進」が26.8%「友人・仲間との交流」が43.7%「将来のため」が7.0%「空き時間をつぶすため」が7.0%「人格形成」が9.9%「その他」が1.4%となった。「その他」を選択した内容としては「帰宅部」や「画力向上」などの回答が見られた。

表3-3-1 部活に求めるものと地域活動との関係性（複数選択）

地域活動の 参加状況	部活動に求めるもの（複数選択）								
	競技力 向上	楽しく 行う	気軽に活動 できる	健康増進	友人・仲間 との交流	将来の為	空き時間 をつぶす	人格形成	その他
行っている	48.4%	77.4%	45.2%	25.8%	48.4%	9.7%	6.5%	9.7%	3.2%
行っていない	35.2%	74.6%	49.9%	26.8%	43.7%	7.0%	7.0%	9.9%	1.4%

3-4 理想とする指導と地域活動興味について

表 3-4-1 に理想とする指導と地域活動興味についての関係性を分析した結果を示した。「参加したい」を選択している生徒では「厳しく指導」が20.9%「優しく丁寧に」が53.5%「自分たちで決めたい」が14.0%「外部コーチ」が25.6%「その他」が7.0%であった。「その他」の内容としては「賞の獲得」や「友達と行いたい」などが見られた。「参加したくない」を選んだ生徒では「厳しく指導」が16.4%「優しく丁寧に」が58.2%「自分たちで決めたい」が14.9%「外部コーチ」が22.4%「その他」4.5%であった。その他を選択した内容では「厳しく丁寧に」や「コーチが人の悪口を言わない」などが見られた。

表3-4-1 理想とする指導と地域活動興味との関係性（複数選択）

地域活動への 参加希望	理想とする指導方法（複数選択）				
	厳しく 指導	優しく 丁寧に	自分たちで 決めたい	外部 コーチ	その他
参加 したい	20.9%	53.5%	14.0%	25.6%	7.0%
参加 したくない	16.4%	58.2%	14.9%	22.4%	4.5%

3-5 部活動と学校生活、学業との両立と地域活動興味

表 3-5-1 は、部活動と学校生活、学業との両立のための基準を設けるべきかと地域の活動で興味のあるものがあれば参加したいかの関係性を検討した結果である。なお、部活動と学校生活、学業との両立に関しては、「学業成績や学校生活による部活参加の制限は必要ない」と「学業において規定水準を満たしていない人は部活参加への制限を設けた方がよい」「学校生活において生活指導等を受けた人は部活動への制限を設けた方がよい」と「学業成績・学校生活のいずれにおいても部活動への参加を規制する基準を設けた方がよい」の 4 つの選択肢から「制限なし」「制限あり」「基準を作る」の 3 つを取り上げて結果を示した。地域の活動で興味があるものがあれば「参加したい」と答えた生徒は「制限なし」が 81.0% 「制限あり」が 16.7% 「基準を作る」が 2.4% であった。「参加しない」と答えた生徒は「制限なし」が 77.3% 「制限あり」が 19.7% 「基準を作る」が 3.0% であった。また、カイ二乗検定の結果、有意確率は 0.900 であり、統計的に有意な関係性は確認されなかった。

表3-5-1 部活動と学校生活、学業との両立と地域活動興味

地域活動への 参加希望	学校生活・学業との両立基準			合計
	制限なし	制限あり	基準を作る	
参加 したい	81.0%	16.7%	2.4%	100%
参加 したくない	77.3%	19.7%	3.0%	100%
全体	78.7%	18.5%	2.8%	100%

カイ二乗検定：p=0.900

第4章 考察

4-1 現状の部活動の概要

3-1 節で示した結果から、部活動の現状について考察することができる。まず、所属状況に関して、本研究の対象校においては全員入部であったが、現在の部活動に入部した理由を質問したところ「その種目がやりたいから」が男女ともに半分以上を占め、次いで、「友人が入部」であった。逆に、「全員入部だから」と回答した生徒は男女ともに2割に満たず、学校が全員入部の形態をとらなくても、8割以上の生徒が主体的に部活動を実施するものと予想できた。次に、部活動の満足度は男女とも80%以上の生徒が「とても満足」もしくは「まあ満足」と回答し、満足度は高かった。しかし、部活を実施、選択する上で問題と感じる点を質問したところ、男子は「自分の時間が欲しい」と回答した生徒が一番多く、女子は「休日が減る」と回答した生徒が一番多かった。このことから、満足度が高い一方で部活動の時間を減らして、自らのやりたいことをできる時間がほしいと思っている様子もうかがえた。どのような部活動なら満足するかの質問に対しては、男女ともに「気軽に楽しむ」が一番多く回答され、「実施時間が変わる」が二番目に多かった。このことから部活動に参加することは良いが、競技力は重視しておらず、実施時間を適切にして、気軽に楽しみたいと考えている生徒が多いことが推察された。

4-2 理想の部活動の概要

図 3-1-2 以降で、部活動の理想について考察することができる。どのような部活動に入部したいかの質問に対し、男子は「勝利重視」と「楽しみ重視」がともに47.2%だった。女子は「楽しみ重視」が55.7%で一番回多かった。また、「部活に求めるもの」について質問したところ男女ともに「楽しくする」が一番多かった。二番目に回答が多かったのは男子が「競技力向上」で、女子が「仲間と交流」であった。これらのことから男子は、楽しくかつ、勝ちにこだわった活動を求めており、一方、女子では、競技力や勝利を重視するよりも、楽しさや、仲間との交流を重視した活動を求めていることが示唆された。また、男子と女子で部活動に求めるものに多少の違いがあることも確認された。続いて、理想の部活の指導の質問では、男女ともに「楽しく丁寧に指導」が一番回答が多かった。厳しく、専門的な指導への回答も2割程度見られたが、部活動への目的の中心が楽しさにあることからわかるように、半数以上は、楽しく丁寧な指導を求めていることが確認された。上記の三つの質問から生徒は部活動を楽しむことを重視していることが示唆された。

4-3 入部したい部活動と地域の活動で興味のあるものとの関係

3-2 節で示した結果から、部活動への入部理由は「楽しみ重視」が、地域活動への参加希望にかかわらず多いことがわかった。地域活動に「参加したい」を選択した生徒のなかでは入部理由の「勝利重視」という目的を持った生徒も42.9%と、「参加したくない」生徒に比べて若干、多くなっていた。しかし、両者の間に統計的に有意な関係は確認されず、地域活

動への参加希望と部活動への入部理由は関係がないことが示唆された。また、「その他」を選択した生徒では「できれば入部したくない」など部活動へマイナスの意識が強く、地域活動への参加希望においても「参加したくない」と回答するケースが多く見られた。全体的に部活動、地域活動ともに参加したくない生徒が一定数いることが示唆された。

4-4 部活動に求めるものと地域活動を行っているかの関係

3-3 節で示した結果から、地域活動を「行っている」を選択した生徒では、部活動の求めるものとして「楽しく行うこと」が 77.4%と一番多かった。競技や種目自体を楽しむことをのぞんでいると推察された。次いで多い回答は「競技力向上」と「友人・仲間との交流」が 48.4%であった。「競技力向上」を選択した生徒は、学校部活動では時間や制限があるために地域活動を行うことによって専門知識や技能をさらに高めたいと考えている可能性がある。「友人・仲間との交流」と答えた生徒では、地域活動を行う際も「友人や仲間との交流」ができる環境があれば地域活動を「行う」生徒がさらに増加すると推察できる。地域活動を「行っていない」を選択した生徒でも「楽しく行うこと」が 74.6%と最も多かった。次いで「気軽に行う」が 49.9%で「友人・仲間との交流」が 43.7%の順であった。地域活動は「行っていない」が参加するならば「楽しく」や「気軽に」といった意見が多いため、このようなニーズに応えた地域活動を展開すれば、参加者も増加し、現在、部活動が担っている役割の一部を担うことが期待される。「その他」の回答では、「画力向上」といった明確な目的をもった意見と「帰宅部」という意見が見られ、部活動への強制加入が生徒のニーズに応えきれない結果になっているケースも見られた。個々の生徒の意見にも耳を傾け、時に地域の活動と役割を分担して、生徒のニーズにより多く応えられるような工夫も必要であろう。

4-5 理想とする指導と地域活動への興味について

3-4 節で示した結果から、地域活動へ「参加したい」「参加したくない」にかかわらず「優しく丁寧に指導」して欲しいと生徒は考えていることが確認された。4-2 節でも考察したように「楽しみ重視」の意見が多かったため、技能の向上よりも競技・種目そのものを楽しみたいと考えていることが考えられる。次いで多いのが「参加したい」「参加したくない」ともに「外部コーチの指導」で部活動とあった。地域活動ともに外部コーチなどによる専門的知識を求める生徒も一定程度いることがわかる。これらを総合すると、部活動を楽しみ重視で行いたい生徒と競技力や技能向上を目指したい生徒の 2 つのケースに大きく分けられることがわかる。学校部活動と地域活動がこれらの役割を上手に分担して担うような構造改革が求められると思われる。

また、参加したいを選択した生徒で「その他」の意見では「賞の獲得」や「友達と行いたい」などの意見が見られた。また、「厳しく丁寧」や「コーチが人の悪口を言わない」など、現状の指導に不満のある生徒もいることが確認された。学校側は人材や教員の負担の問題もあるが、これらの意見には耳を傾ける必要があろう。

4-6 部活動と学校生活、学業との両立と地域活動への興味

3-5 節で示した結果から、は地域活動への参加希望に関係なく、部活動と学校生活、学業の両立「制限なし」の割合が最も多かった。このことから、部活動と学校生活を切り離して考えている生徒が多いことがわかった。一方で、2割程度の生徒は制限を設けたり、何らかの基準を作るべきと考えていた。仮に「基準を設ける」ことになった場合、部活動を行う機会が制限されることも考えられるが、一方で、地域活動へ参加する生徒が増えることも考えられる。つまり、学校部活動で学業等との両立を踏まえて行うべき活動と地域で行うべき活動の明確な役割分担が求められるかもしれない。この点については、より詳細な調査や実験的な取り組みを行わなければ、明確な検証結果は得ることが難しいと思われ、今後の大きな課題と言える。

全体を通して、生徒の地域活動への興味や意識が低いことが確認された。本来、技術や競技力の向上、専門的知識の獲得などには地域での活動の方が適切であると思われるが、生徒にはそのような意識が浸透していないことが推察される。また、部活動だけではなく競技、種目自体から興味が薄れていることも危惧される。スポーツ庁が出しているガイドラインなども参考にしながら、学校での部活動本来の役割と地域活動が担える役割を明確にした構造改革が今後は望まれる。

第5章 まとめ

現在に部活動は、生徒の多様なニーズと指導者や学校側の体制の不一致や教員負担の増加、地域活動との連携不足などが問題視されている。そこで、本研究では、中学生を対象に部活動に対する理想と現在の部活動の状況を調査することで、理想と現実の乖離状況から今後の部活動および地域活動を並行するための指針を検討することを目的とした。今回対象となった中学校では、理想の部活動について「楽しく行う」や「気軽に行う」の意見が多く、生徒の部活動の考え方を確認することができた。また、現在の部活動については「満足している」と回答した生徒が多かったが、「部活動を実施する上で問題を感じる点」として、「自分の時間が欲しい」や「休日が減る」という回答が多く見られた。「どのような部活動なら満足するか」でも「気軽に楽しむ」や「実施時間が変わる」といった回答が見られた。また、地域活動に関しては、「参加したくない」と考えている生徒が一定数いることが明らかになった。一方で、地域での活動に対する理解不足や部活動との役割が明確になっていない様子も推察することができた。さらに、部活動への強制加入が生徒のニーズに反してしまっているケースも散見された。生徒個人の意見にも耳を傾け、本来、自発的・自主的に行われる部活動と地域の活動が明確な役割分担のもとに共存していけるような構造改革が望まれる。

参考文献

- 1) 文部科学省 スポーツ庁 「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」
https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/shingi/013_index/toushin/_icsFiles/afieldfile/2018/03/19/1402624_1.pdf

謝辞

本研究に際しては、様々な指導をいただきました中野先生に深謝いたします。また、アンケート調査に協力いただいた恵那西中学校、並びにアンケート調査に回答いただいた生徒の皆様に感謝いたします。

付表 アンケート用紙

問6. あなたの理想とする部活動の指導として最も当てはまるものは以下のどれですか。

1. 厳しく指導してもらいたい
2. 優しく・丁寧に指導してもらいたい
3. 自分たちで練習や活動を決めたい
4. 外部コーチなど専門知識のある人に教えてもらいたい
5. その他()

問7. 部活動と学校生活、学業などとの関係についてどのように思いますか。

1. 学業成績や学校生活による部活参加の制限は必要ない
2. 学業において規定水準を満たしていない人は部活動参加の制限を設けた方がよい
3. 学校生活において生活指導等を受けた人は部活動への制限を設けた方がよい
4. 学業成績・学校生活のいずれにおいても部活動への参加を規制する基準を設けた方がよい

3. 地域での活動について(もし学外で部活動のような課外活動を行うと考えて回答してください)

問8. 地域で行われている活動についてどのくらい知っていますか。知っている方はその内容もお答えください。

1. よく知っている(知っている活動内容:)
2. まあ知っている(知っている活動内容:)
3. あまり知らない
4. ほとんど知らない ⇒ 問9へ

<問8-2.問8で「4.ほとんど知らない」以外の回答をした人は、その活動をどのように知りましたか。>

[]

問9. 上記のような地域での活動を行っていますか。

1. よく行っている
2. 時々行っている
3. まれに行っている
4. 行っていない

<問9 2. 問9.で「4. 行っていない」以外の回答をした人は、主にどのような活動を行っていますか。>

活動内容()
活動理由・動機()

問10. 地域の活動で興味のあるものがあれば参加したいと思いますか。また、どのような活動がしたいですか。

1. 参加したいと思う ⇒ 問10-2へ
2. 特に参加したいと思わない ⇒ 問10-3へ

[希望の活動内容:]

<問10-2. 問10で「1.参加したいと思う」と回答した人はどのような年代の人と一緒に活動したいですか。
(複数回答可)>

1. 幼児
2. 小学生
3. 中学生
4. 高校生
5. 大人
6. 高齢者
7. その他()

<問10-3. 問10で「2.特に参加したいと思わない人は」どのような活動があれば行ってみたいですか。>

[理想の活動内容:]

問11. もし地域活動に参加するならば、行う場所(会場)はどのような所がいいですか？

1. 近隣の学校施設
2. スポーツセンター(市民体育館)
3. 運動公園(競技場等)
4. 公民館・文化会館など
5. その他()

問12. 地域活動に参加するとしたら、会場までの交通手段はどのような方法で行かれる程度が良いですか。

1. 保護者による送迎
2. 自転車
3. 徒歩
4. 公共交通機関
5. その他()

ご協力ありがとうございました

P2

2020年度 スポーツ健康学部
卒業論文

児童のスクリーンタイムと
生活習慣および体力との関係

所属学科 スポーツ健康学科
学籍番号 21s0022 21s0032 21s0156
氏名 江口菜那 勝野あいり 横井梨沙
指導教員 中野 貴博 先生
提出日 2021年1月18日

■ 研究要旨

近年、子どもの体力低下が社会的問題となっている。その原因として、習い事や学校外学習の増加により「時間」、公園や空き地などの自由に遊ぶことのできる「空間」、習い事の増加などによる多忙化に伴う遊び「仲間」の減少があげられる。これらは、運動習慣の減少にも大きくつながっており、逆に、一人でもできる、テレビ・ゲーム・スマートフォンなどのスクリーンタイムの増加につながっていると考えられている。スクリーンタイムの増加は睡眠時間の減少にもつながり、そこから運動習慣が低下し体力・運動能力の低下にもつながっているのではないかと考えられる。本研究では、特に児童のスクリーンタイムの使用時間の違いによる運動能力に着目し、児童のスクリーンタイムと運動能力および生活習慣との関係を検討することを目的とした。公立小学校に通う2, 4, 6年生の児童男女724人を対象とし、アンケート調査および体力テストの結果を得た。スクリーンタイムと体力の低下との関係を分析、検討した。スクリーンタイムと体力・運動能力の低下に統一的な関係は見られなかった。しかし、学年により関係性に違いがあることが確認され、一部の項目では学年が上がるにつれて運動能力の悪化との関係が顕著になることが示唆された。スクリーンメディアにかける時間を早い時期から減少させ適切な生活時間構造に変えていくことで、運動能力や体力の向上、生活習慣の改善につながることが期待される。

目次

第1章 序論

第2章 方法

- 2-1 対象者
- 2-2 調査内容・方法
- 2-3 分析手続き

第3章 結果

- 3-1 スクリーンタイムの実態
- 3-2 スクリーンタイムと運動能力の関係
- 3-3 スクリーンタイムと生活習慣の関係

第4章 考察

- 4-1 スクリーンタイムの性・学年別の実態
- 4-2 スクリーンタイムと運動能力の関係
- 4-3 スクリーンタイムと生活習慣の関係

参考文献

謝辞

付表

第1章 序論

体力とは、人間の活動の源であり健康の維持のほかに意欲や気力といった精神面の充実にも大きく関わっているため「生きる力」の重要な要素となるものである。また、体力は日々の運動習慣と強く関連があるため、運動不足や不適切な運動習慣は、体力面だけでなく健康面や精神面など様々な悪影響を及ぼすこととなる。特に、「生きる力」を育むことが重要視される子どもにおいては、運動習慣の悪化による体力低下は将来における大きな懸念を生むことが考えられる。我が国の子どもの体力・運動能力は1980年頃までは向上を示してきたが、1985年頃から急激な低下が見られ日本の社会における大きな問題となっている。

(内藤、2011)。山内(2017)によれば、1985年から2005年までは体力・運動能力の低下期であり、2005年から2015年までは安定期となり、種目によっては回復傾向にあったことが記されている。しかし、直近のスポーツ庁の調査によれば、再び低下傾向を示しており、朝食摂取やスクリーンタイムなどの生活習慣の悪化とシンクロして低下してきていることが示されている。このような低下傾向が将来的な社会の体力低下につながることを防ぐためにも一刻も早く子どもの体力低下傾向を食い止める必要がある。

さて、体力低下の要因は前述の通り、運動不足や不適切な運動習慣が考えられるが、そこには様々な問題が絡み合っていると考えられている。なかでも大きく2つの問題をここでは挙げたい。1つ目は、スポーツや外遊びに不可欠な要素である時間・空間・仲間の三つの「間」の減少である。時間の減少では、テレビやゲーム、スマートフォンなどのスクリーンタイムの増加や習い事などの学外学習の増加により外遊びなどの体を動かす時間が確保しづらくなっている。空間の減少では、都市化や自動車の普及などにより公園などの子どもが安全に気軽に遊べる場所が減少したことがある。遊びたいという気持ちがあっても空間が失われることで運動やスポーツ、外遊びなどが身近なものでなくなってしまうという問題がある。仲間の減少では、少子化が進むことによる兄弟姉妹の減少に加え、小学校でも単学級が半数を超えるなど、同世代の友人の絶対数が減少し、気軽に遊べる友人が少なくなってしまうことが挙げられる。このような三つの「間」の減少は子どもの体力低下に大きく関わっている。

2つ目は、情報機器の進歩による社会の生活スタイルの変化である。情報化の進行は、社会生活を便利にした一方で、人の身体活動を減少させ、ゲームやスマートフォンなどの情報機器の使用にのめり込み人間関係の希薄化や子どもの遊び方を変えるなど人の生活スタイルを大きく変化させた。このような変化は、日々の生活習慣や運動習慣、そして、体力低下問題には良くない影響も及ぼしている。例えば、子どもの夜型生活の増加はその典型例といえる。情報機器の操作に費やす時間の増加は、まさに三つの「間」における時間の減少、不足につながり、結果的に、日々の生活が夜型化し、子どもにおいては睡眠時間の減少などが顕在化している。睡眠時間の減少は、特に午前中の活力低下と関連があることが示されており、活力の低下を背景として一日全体で見た際の身体活動量が少なくなることもわかっている。身体活動量の低下は体力低下とも関連するため、子どもの体力低下問題を考える際に

は情報機器の使用に関しては注意が必要であり、世界ではその使用時間に関するガイドラインなども示されている。

このように、児童の睡眠時間が減少する原因にはスクリーンメディアの増加が関係しており、それにより運動不足や体力の低下に関連しているのか、特に走能力や投能力が顕著に低下しているがスクリーンタイムの増加に関係しているのかを調査・分析する。

第2章 方法

2-1 対象者

多治見市内の公立小学校3校に通う2, 4, 6年生の児童男女724人を対象とした。多治見市教育委員会経由で市内の公立小学校3校の2, 4, 6年生にアンケート用紙を配布した。対象者のうち、アンケート結果と体力データの両方の使用に同意した648人を分析に使用した。

表2-1 対象者の学校・学年別内訳

学校名	学年	男	女	合計
昭和小	1	23	28	51
	3	20	33	53
	5	21	19	40
	小計	64	80	144
精華小	1	68	52	120
	3	66	78	144
	5	67	47	114
	小計	201	177	378
養正小	1	36	31	67
	3	35	33	68
	5	29	38	67
	小計	100	102	202
3校合計	1	127	111	238
	3	121	144	265
	5	117	104	221
	合計	365	359	724

2-2 調査内容・方法

・アンケート調査

A4用紙4枚分に4つの大問で構成した計31項目の調査用紙を作成した。調査項目は、日常の運動活動については、運動時間や運動習慣、運動できる環境の有無などの11項目、スクリーンタイムについては、子どもの1日のスクリーンメディアの使用時間および子どもへの影響を調査するために保護者のスクリーンメディアの使用時間についての7項目、生活習慣については、朝食の有無や睡眠時間と学習時間についての8項目、コロナ禍での生活の変化については、外遊びの時間の変化や、スクリーンタイムの変化などの5項目で構成した。また、アンケートの回答は、必要に応じて保護者と児童に相談して回答いただき、記

入は保護者をお願いした。本論文の末尾に実際のアンケート調査用紙を付表として添付する。

調査は事前に多治見市小学校校長会および教育委員会において実施の承諾を得た。調査用紙には、調査の主旨や同意に関する説明文を冒頭に示し、本調査研究への同意を求めた上で実施した。調査用紙の配布は A3 二つ折りにて A4 用紙サイズとしたものを開封された状態の封筒に入れて配布し、回収時には封を閉じた状態で封筒ごと提出していただいた。調査の配布回収は各学校の学級担任経由でお願いし、最終的に教育委員会にて回収後受け取った。

・体力テスト

今年度は、コロナ禍で体力テストが実施されなかったため昨年度のデータを提供していただいた。測定項目は握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、20m シャトルラン、50m 走、立ち幅跳び、ボール投げの 8 項目であった。また、昨年度の測定の実施にあたっては、可能な限り測定の補助に参加している。

本研究における体力テストデータの使用に関しては、前項のアンケート調査内において提供の同意を確認し、同意が得られたもののデータのみを使用することとした。

2-3 分析手続き

体力テストの結果とアンケート調査の結果をもとに、以下の要素に関する調査項目の関係性および平均値の変化を相関係数および独立サンプルの t 検定、分散分析により検討した。すべての分析において有意水準は 5% とし、IBM 社製の SPSS STATISTIC22.00 を用いて分析を行った。

- ・スクリーンタイムと運動能力の関係性
- ・スクリーンタイムと就寝時刻の関係性
- ・スクリーンタイムと学習時間の関係性

第3章 結果

3-1 スクリーンタイムの実態

2年生のスクリーンメディアの所有率および実施時間を表3-1-1に示した。男子の所有率は、テレビ・ビデオ100%、ビデオゲーム70.5%、スマートフォン53.7%、iPad・タブレット56%、パソコン33.7%。女子の所有率は、テレビ・ビデオ98.2%、ビデオゲーム61.1%、スマートフォン47.8%、iPad・タブレット50.4%、パソコン37.2%であった。男子の平日の実施時間は、テレビ・ビデオ81.68分、ビデオゲーム36.69分、スマートフォン52.23分、iPad・タブレット36.16分、パソコン11.85分であった。男子の休日の実施時間は、テレビ・ビデオ153.67分、ビデオゲーム78.1分、スマートフォン110.76分、iPad・タブレット88.30分、パソコン22.86分であった。女子の平日の実施時間は、テレビ・ビデオ89.17分、ビデオゲーム41.88分、スマートフォン41.5分、iPad・タブレット51.56分、パソコン15.75分であった。女子の休日の実施時間は、テレビ・ビデオ166.26分、ビデオゲーム95.12分、スマートフォン110.76分、iPad・タブレット89.45分、パソコン31.28分であった。

表3-1-1. スクリーンタイムの実態(2年生)

		テレビ・ビデオ		ビデオゲーム		スマートフォン	
	所有率	実施時間 (上段平日、下段休日)		所有率	実施時間 (上段平日、下段休日)		所有率
男子	100%	81.68±59.53	153.67±87.5	70.5%	36.69±102.54	78.1±63.38	53.7%
女子	98.2%	89.17±63.41	166.26±10.64	61.1%	41.88±45.22	95.12±82.2	47.8%
		iPad・タブレット		パソコン			
	所有率	実施時間 (上段平日、下段休日)		所有率	実施時間 (上段平日、下段休日)		
男子	56%	36.16±45.69	88.3±89.52	33.7%	11.85±22.19	22.86±147.36	
女子	50.4%	51.56±46.41	89.45±82.23	37.2%	15.75±41.87	31.28±69.39	

4年生のスクリーンメディアの所有率および実施時間を表3-1-2に示した。男子の所有率は、テレビ・ビデオ98%、ビデオゲーム85.4%、スマートフォン56.1%、iPad・タブレット59%、パソコン41.5%であった。女子の所有率は、テレビ・ビデオ97.2%、ビデオゲーム74.5%、スマートフォン54.7%、iPad・タブレット52.8%、パソコン35.8%であった。男子の平日の実施時間は、テレビ・ビデオ94.28分、ビデオゲーム53.02分、スマートフォン40.31分、iPad・タブレット45.31分、パソコン8.97分であった。男子の休日の実施時間は、テレビ・ビデオ174.66分、ビデオゲーム108.11分、スマートフォン72.14分、iPad・タブレット88分、パソコン27.07分であった。女子の平日の実施時間は、テレビ・ビデオ81.5分、ビデオゲーム37.68分、スマートフォン41.27分、iPad・タブレット39.73分、パソコン13分であった。女子の休日の実施時間は、テレビ・ビデオ138.97分、ビデオゲーム81.21分、スマートフォン79.83分、iPad・タブレット72.18分、パソコン28.05分であった。

表3-1-2. スクリーンタイムの実態(4年生)

		テレビ・ビデオ		ビデオゲーム		スマートフォン	
	所有率	実施時間 (上段平日、下段休日)	所有率	実施時間 (上段平日、下段休日)	所有率	実施時間 (上段平日、下段休日)	
男子	98%	94.28±64.94 174.66±116.74	85.4%	53.02±57.34 108.11±95.62	56.1%	40.31±58.63 72.14±103.62	
女子	97.2%	81.5±49.8 138.97±77.41	74.5%	37.68±39.1 81.21±82.05	54.7%	41.27±54.17 79.83±109.02	
		iPad・タブレット		パソコン			
	所有率	実施時間 (上段平日、下段休日)	所有率	実施時間 (上段平日、下段休日)			
男子	59%	45.31±56.5 88±105.18	41.5%	8.97±23.89 27.07±51.44			
女子	52.8%	39.73±51.83 72.18±87.66	35.8%	13±41.21 28.05±82.67			

6年生のスクリーンメディアの所有率および実施時間を表3-1-3に示した。男子の所有率は、テレビ・ビデオ99%、ビデオゲーム85.4%、スマートフォン54.3%、iPad・タブレット63%、パソコン51.1%であった。女子の所有率は、テレビ・ビデオ99.1%、ビデオゲーム63.9%、スマートフォン62%、iPad・タブレット57.4%、パソコン39.8%であった。男子の平日の実施時間は、テレビ・ビデオ80.56分、ビデオゲーム46.37分、スマートフォン50.11分、iPad・タブレット43.37分、パソコン13分であった。男子の休日の実施時間は、テレビ・ビデオ161.29分、ビデオゲーム82.22分、スマートフォン85.53分、iPad・タブレット87.1分、パソコン36.38分であった。女子の平日実施時間は、テレビ・ビデオ76.36分、ビデオゲーム42.53分、スマートフォン47.27分、iPad・タブレット49.07分、パソコン7.38分であった。女子の休日の実施時間は、テレビ・ビデオ144.25分、ビデオゲーム95.2分、スマートフォン103.09分、iPad・タブレット97.98分、パソコン31.58分であった。

表3-1-3. スクリーンタイムの実態(6年生)

		テレビ・ビデオ		ビデオゲーム		スマートフォン	
	所有率	実施時間 (上段平日、下段休日)	所有率	実施時間 (上段平日、下段休日)	所有率	実施時間 (上段平日、下段休日)	
男子	99%	80.56±56.92 161.29±99.5	83.7%	46.37±55 82.22±71.04	54.3%	50.11±58.55 85.53±91.03	
女子	99.1%	76.36±54.21 144.25±104.94	63.9%	42.53±43.51 95.2±93.37	62.0%	47.27±47.58 103.09±114.42	
		iPad・タブレット		パソコン			
	所有率	実施時間 (上段平日、下段休日)	所有率	実施時間 (上段平日、下段休日)			
男子	63%	43.37±412.19 87.1±83.99	51.1%	13±35.62 36.38±81.99			
女子	57.4%	49.07±67.57 97.98±122.07	39.8%	7.38±15.52 31.58±81.32			

3-2 スクリーンタイムと運動能力の関係

8項目の体力テスト結果のうち、スクリーンタイムの違いによる変化の傾向が、学年間で顕著に異なっていた上体起こし、長座体前屈、立ち幅跳びの3項目の比較検討結果を以降に示す。変化傾向の違いには、分散分析における交互作用の有意性を用いて検討した。まず、対象者のスクリーンタイムによる上体起こしの記録の変化を学年間で比較した結果を図3-2-1に示した。2年生では、スクリーンタイムが平均未満の児童の標準得点は-0.011で平均以上の児童は0.026であり、0.037の差が確認された。4年生では、スクリーンタイムが平均未満の児童は-0.103で平均以上の児童は-0.254であり、0.151の差が確認された。6年生では、スクリーンタイムが平均未満の児童は0.173で平均以上の児童は-0.086であり0.259の差が確認された。スクリーンタイムの違いと学年の交互作用の有意確率は0.465であり統計的な有意差は確認されなかった。しかし、4年生以降では、スクリーンタイムの増加が上体起こしの記録悪化に影響していることが視覚的に確認された。

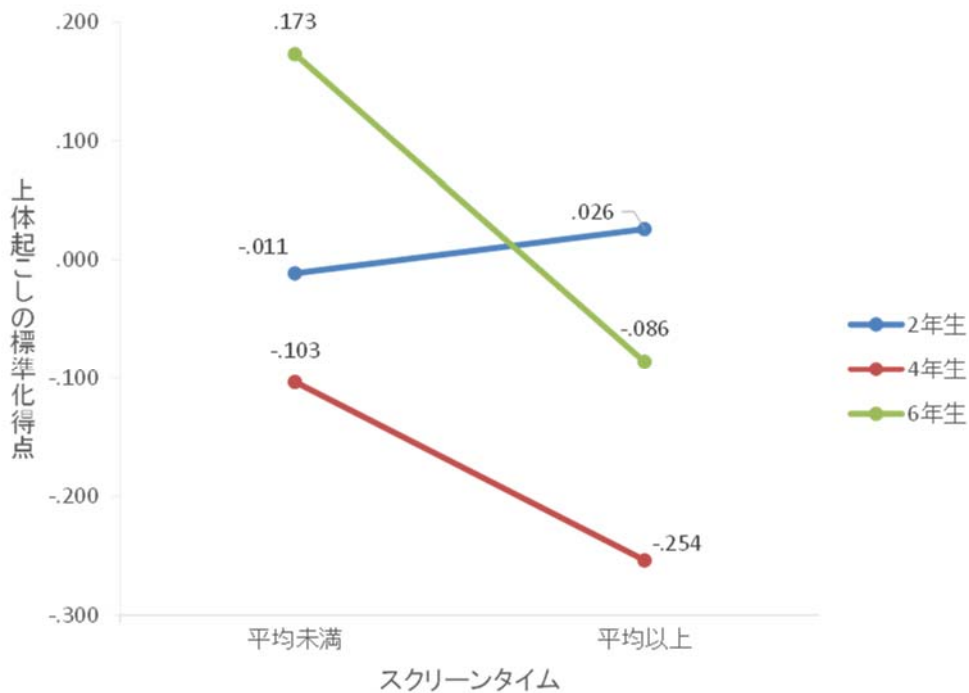


図3-2-1 スクリーンタイムと上体起こしの比較

対象者のスクリーンタイムによる長座体前屈の記録の変化を学年間で比較した結果を図3-2-2に示した。2年生では、スクリーンタイムが平均未満の児童の標準得点は-0.075で平均以上の児童は0.138であり、0.213の差が確認された。4年生では、スクリーンタイムが平均未満の児童は-0.033で平均以上の児童は-0.145であり0.112の差が確認された。6年生では、スクリーンタイムが平均未満の児童は0.097で平均以上の児童は0.000であり、0.097の差が確認された。

スクリーンタイムの違いと学年の交互作用の有意確率は0.202であり統計的な有意差は確認されなかった。しかし、4年生以降では、スクリーンタイムの増加が上体起こしの記録悪化に影響していることが視覚的に確認された。

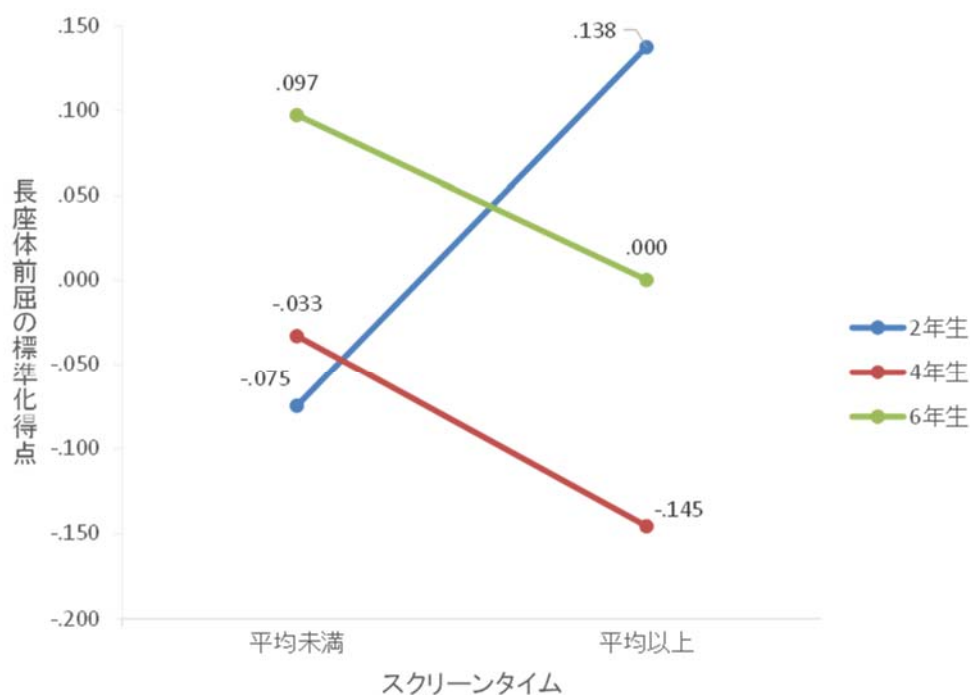


図3-2-2 スクリーンタイムと長座体前屈の比較

対象者のスクリーンタイムによる立ち幅跳びの記録の変化を学年間で比較した結果を図3-2-3に示した。2年生では、スクリーンタイムが平均未満の児童の標準得点は-0.163で平均以上の児童は-0.025であり、0.138の差が確認された。4年生では、スクリーンタイムが平均未満の児童は-0.136で平均以上の児童は-0.053であり、0.083の差が確認された。6年生では、スクリーンタイムが平均未満の児童は-0.274で平均以上の児童は-0.316であり、0.042の差が確認された。

スクリーンタイムの違いと学年の交互作用の有意確率は0.647であり統計的な有意差は確認されなかった。しかし、6年生においては、スクリーンタイムの増加が立ち幅跳びの記録悪化に強く影響していることが視覚的に確認された。

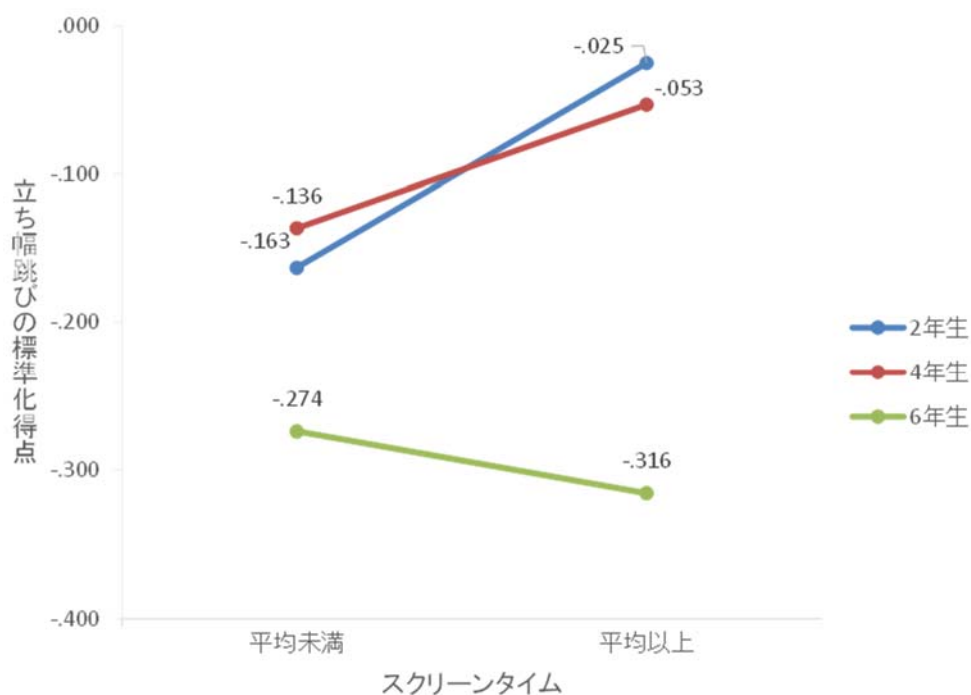


図 3-2-3 スクリーンタイムと立ち幅跳びの比較

3-3 スクリーンタイムと生活習慣の関係

スクリーンタイムと就寝時刻の関係を図 3-3-1 に示した。スクリーンタイムが平均未満の2年生の就寝時刻は20時59分、平均以上の2年生は21時2分、同様に4年生では平均未満が21時18分、平均以上が21時12分、6年生では平均未満が21時13分、平均以上が21時37分であった。2群間の就寝時刻の平均値間にはいずれも統計的な有意差は確認されなかったが、その差が最も顕著であったのは6年生であった。

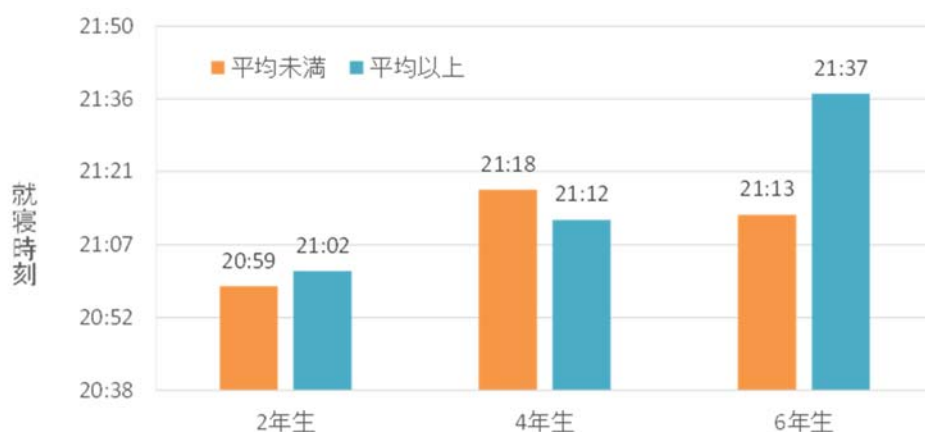


図 3-3-1 スクリーンタイムと就寝時刻の関係

スクリーンタイムと学習時間の関係を図 3-3-2 に示した。スクリーンタイムが平均未満の2年生は学習時間が58.4分、平均以上の2年生は60.9分、同様に4年生では平均未満が55.9分、平均以上が58.4分、6年生では平均未満が52.5分、平均以上が56.3分であった。いずれも平均以上の群において学習時間が長くなっていたが、統計的な有意差は確認されなかった。

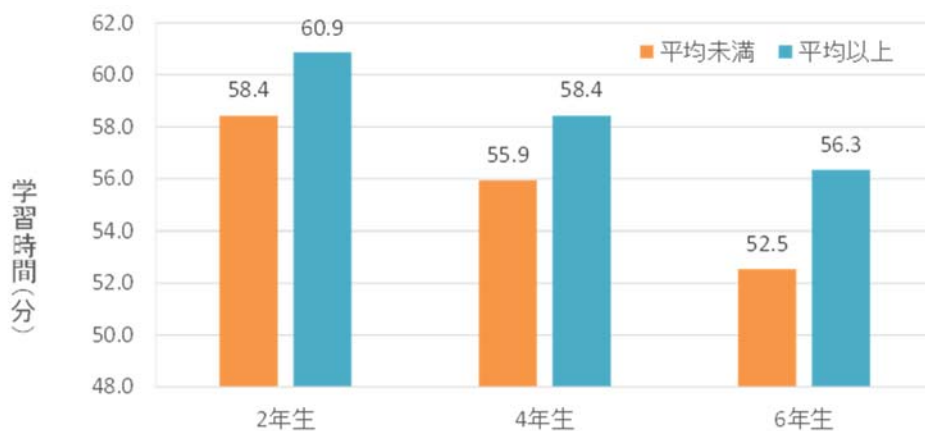


図 3-3-2 スクリーンタイムと学習時間の関係

第4章 考察

4-1 スクリーンタイムの性・学年別の実態

本研究では、テレビ・ビデオ、ビデオゲーム、スマートフォン、iPad・タブレットなどのスクリーンを有するメディアとの接触時間であるスクリーンタイムに焦点をあてて調査研究を実施した。スクリーンタイムの現状を男女別・学年別で見ると、男子では2年生のスマートフォンの使用時間が他の学年より顕著に長くなっていた。パソコンの時間も長かったが休日を考慮すると必ずしも2年生が長いとは言えない結果であった。スマートフォンの傾向は平日、休日とも同様であった。全体のスクリーンタイムの合計時間は、平日では4年生が最も長かったが、休日では、ほとんど差は見られなかった。また、4年生から6年生にかけての変化で見ると、スマートフォンとパソコンの実施時間の増加が確認され、逆に、テレビ・ビデオやビデオゲームの時間は減少していた。学年が進むにつれて使用メディアがスマートフォン中心になっていることが推察された。一方、2年生ではスマートフォン使用時間が長かったが、所有率は最も低かったことを考慮すると、大半は親に渡されて使用していることが予想される。スマートフォンを使わせておけば子どもが静かになるという親の心理も指摘されており、これらが影響しているのかもしれない。いずれにしても、使用形態の調査も今後は必要になってくるであろう。一方、4年生、6年生では、学習やクラブ活動の時間が多くなると推察されるが、スクリーンタイムは、むしろ増加傾向であった。就寝時刻が遅くなることによる覚醒時間の延長の多くがスクリーンタイムに費やされないようにしなければならない。

同様に、女子では、2年生の平日のスクリーンタイムの合計が他学年に比べて長くなっていた。逆に4年生が平日、休日ともに最も短かった。2年生では、いずれのメディアも長い傾向が見られたが、ビデオゲームとスマートフォンでは、6年生の方が長くなっていた。低学年である、2年生のスクリーンタイムが長いことは、現段階では意欲的で活発であるとも解釈できるが、今後の影響が気になるところである。また、4年生から6年生の変化ではほぼ全ての項目において実施時間の増加が確認された。性別では、2年生ではスマートフォン以外の項目が女子の方が長く、4年生ではスマートフォンとパソコンは女子の方が長かった。6年生ではテレビ・ビデオとパソコンは男子の方が長く、iPad・タブレットでは女子の方が長かった。ビデオゲームとスマートフォンにおいては平日では男子の方が長く休日では女子の方が長いことが確認された。また、どの学年でもテレビ・ビデオの時間が最も長かった。さらに、平日と休日と比較するとスクリーンタイムの合計は、休日で概ね倍近い値になるが、テレビの時間が占める割合は減少傾向を示し、逆にビデオゲームの時間が占める割合が増加傾向となっていた。

4-2 スクリーンタイムと運動能力の関係

スクリーンタイムの平均未満と平均以上の群に分け、体力テストの結果と比較した結果、全体のデータでは統計的な有意差が確認された項目はなかった。しかし、学年別で比較検討したところ、上体起こし、長座体前屈、立ち幅跳びでは、2群間での体力評価値の変化傾向に有意傾向な差が見られた。まず、上体起こしは、2年生では、スクリーンタイムが平均以上の群で若干、改善していた。これは、低学年では活発な児童は運動やゲームなどあらゆることに意欲的な状況が反映された結果と推察される。しかし、4年生になると少しずつ体力の測定値に影響が出始めたと推察され、スクリーンタイムが平均以上の群で上体起こしの記録が悪化していた。6年生ではその差がさらに顕著に現れていた。長座体前屈は、2年生では上体起こしと同じく活発な児童が運動やゲームなどあらゆることに意欲的であることが影響したと推測され、現時点では体力測定値には影響が見られていなかった。一方で、4年生、6年生と学年が進むと、スクリーンタイムの増加は測定値を悪化させている実態が確認された。立ち幅跳びも同様の推察ができるが、記録の低下が見られたのは6年生のみであり、体力測定値に影響が見られ始める時期が少し遅いことが示唆された。これは、体力要素の違いによる影響出現時期の違いがあると推察された。

先行研究では、小学生～中学生にかけてスクリーンタイムが運動能力低下や睡眠時間に大きな影響を与えているケースが多く指摘されている。本研究では、2, 4, 6年生の間では有意差が出るものと出ないものがあったが、高学年になるほど体力への悪影響が見られる体力要素は増加していた。スクリーンタイムの多い児童においては、今後自らの意志で長時間のテレビ視聴やゲーム実施を継続する恐れが考えられる。結果的に夜型生活への進行へとつながり、さらに不活動な生活習慣へと変化していくことが危惧されている。つまり、現時点において体力や生活に大きな影響がでていなくても、今後、長期にわたってスクリーンタイムが長い生活習慣が続くと、少なくとも小学校高学年頃には何らかの影響が出現することが示唆されたといえる。以上のことから、スクリーンメディアにかかる時間を早い時期から減少させ適切な生活時間構造に変えていくことが長期的な意味での体力向上につながるのではないかと考える。

4-3 スクリーンタイムと生活習慣の関係

近年では科学技術の進歩やゲームの普及などにより児童の睡眠時間、学習時間が大きく減少している。小学生でも親が子供にスマートフォンや携帯型ゲームを持たせているケースも増加しており、その結果、今まで睡眠時間や学習に使っていた時間をスマートフォンやゲームに当ててしまっていると言われている。本研究においても、2年生と6年生ではスクリーンタイムが平均以上の人ほど就寝時刻は遅いことが確認された。4年生では、平均未満の人ほど就寝時刻が若干短かったが、本研究の対象者では4年生の女子で最もスクリーンタイムが短かったため、就寝時刻への影響が強く出なかったのかもしれない。スクリーンタイムと学習時間の関係においては、全ての学年でスクリーンタイムが平均以上の人ほど学習時間が長くなっているという実態が確認され、就寝時刻も遅くなっていることから夜型生活につながっていると推測された。より詳細には、今後、これら3つの生活時間構造を同時に検討する必要がある。しかしながら、本研究で示した結果のみでも、十分にスクリーンタイムが多いことによって就寝時刻が遅くなり、特に、高学年では体力低下への影響が出始めていることが示された。適切なスクリーンタイムを維持し、活動的で適切な生活習慣を獲得していくことが重要であると考えられる。

参考文献

- 1) 急落する小中学生の「全国体力テスト」結果 スマホが子供の体力を奪う？,
〈https://www.fnn.jp/posts/00049559HDK/201912231913_livenewsit_HDK〉
- 2) 子どもの体力向上のための総合的な方策について（答申案）文部科学省,
〈https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/021001a.htm#g0203〉
- 3) 子供の体力の現状,
〈<https://www.recreation.or.jp/kodomo/current/now.html>〉
- 4) 笹川スポーツ財団 「子ども・青少年の運動・スポーツ実施状況とスクリーンタイム」,
〈https://www.ssf.or.jp/thinktank/sports_life/column/20201028.html〉
- 5) 笹川スポーツ財団 武長理栄「全国調査からみる子どもの運動・スポーツの現状と課題」,
〈https://www.ssf.or.jp/Portals/0/resources/academy/2017/pdf/academy_20180209_1.pdf〉
- 6) 小中学生体力低下の原因は？スポーツ庁「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」(2),
〈<https://sndj-web.jp/news/000502.php>〉
- 7) 全国体力テスト、小中とも低下傾向...小学男子は過去最低,
〈<https://resemom.jp/article/2020/01/07/54120.html>〉

謝辞

本文を終えるにあたって、ご指導いただいた名古屋学院大学の中野貴博先生、ご協力いただいた多治見市内の児童および保護者の方々に、心から深く感謝申し上げます。

付表：アンケート用紙

多治見市立小学校
第2学年、第4学年、第6学年 保護者様

令和2年11月24日

名古屋学院大学 中野貴博 研究室

子ども達の運動等の習慣およびスクリーンタイムに関する調査

近年、日本では子どもの体力や身体活動の低下が大きな問題となっています。若干の回復傾向も見られていましたが、スポーツ庁による直近の調査結果では再び悪化傾向に転じていることも報告されています。また、並行するように子ども達のスクリーンタイム（テレビ視聴やゲーム実施などの時間）の増加が見られています。世界では、このような時間に関するガイドラインを示している国もありますが、わが国では、そのような取り組みは僅かであり、子どもの健全な成長のためにも根拠となる研究成果を得ることが急務と言えます。さらに今年度の新型コロナウイルスの蔓延は、スクリーンタイムの増加に拍車をかけ、学校健康診断における視力検査などにも影響が見られています。そこで、本調査では子ども達のスクリーンタイムの実態を把握し、日々の習慣向上の目安となるデータを得ることを目的とします。上記趣旨にご同意いただいた上で、下記の注意事項をご確認の上、ご回答をお願いいたします。また、本調査により得られた個人情報調査主体により管理・保護し、外部へは決して持ちません。何卒、ご協力下さいませようお願い申し上げます。

なお、この調査は、日本学術振興会 科学研究費補助金の助成を受けて企画されたものであり、多治見市教育委員会の許可と協力を得て実施するものです。

【調査への参加に伴う不利益】

本調査への参加は、参加者自身の自由意思によるものであり、調査を拒否することにより不利益を受けることは一切ありません。

【調査への同意と拒否】

本調査結果は、学術的目的により公表されることがありますが、参加者の個人情報の秘密は厳重に守られ、第三者には個人情報が漏れることのないように配慮いたします。また、本調査への参加は自由意思によるものであり、回答を拒否することも可能です。調査実施に御同意いただけない場合には、下記の口欄にチェックし、白紙（未回答）による提出をお願いいたします。調査への回答および同意に関しては、調査内容への自筆の回答および提出を持って、同意が得られたこととなります。一部の質問においてのみ、回答を拒否される場合には該当部分のみを未回答にて御提出ください。本研究では、体力・運動能力の測定データ（2019年度に各学校で実施した記録）と本調査の回答結果を関連づけて分析します。この分析によって日々の身体活動や体力・運動能力の良好な獲得のための目安を検討し、スクリーンタイムを始めとした日々の習慣改善を図っていきたくと考えています。そのため、お子様の体格・体力・運動能力のデータの提供に同意いただけない場合にも、下記の口欄にチェックをお願いいたします。

【調査データの公表と保護】

本調査により得られたデータは名古屋学院大学にて厳重に保管・保護いたします。また、研究期間終了後（5年を目安）に適切に処分いたします。研究期間終了以前であっても調査への同意撤回の申し出があった際には即時、該当データを処分いたします。また、調査内にある氏名等の情報は、データの紐づけのみに用い紐づけ後は削除し、個人情報が一切、第三者に漏れることが無いように配慮いたします。

【調査実施にあたっての注意】

本調査に参加していただいた際には、調査結果の活用の有効性を確保するため、調査の設問に従ってありのままの御回答をお願いします。なお、調査の回答には15分程度の時間を要します。

ご回答にあたっての注意事項

1. 保護者様とお子様でご相談いただきながら回答してください。また、回答の記入は保護者様にてお願い致します。
2. 皆様からのご回答はすべて統計的に処理し、本調査研究以外の目的では使用しません。
3. ご回答・ご提出の期限は令和2年12月10日（木）までです。担任の先生に提出して下さい。

※. 問い合わせ先：多治見市教育研究所

→ここから回答を始めて下さい。

同意確認：調査提出を持って同意と判断いたします。

同意いただけない場合は、下記にチェックをお願いいたします。

研究活動への協力には同意できません。

体力・運動能力データの提供には同意できません

※まず、お子様について次の事項をご記入願います。

お子様の名前 _____ 男・女 生年月日(西暦)： _____年____月____日

お子様の小学校 _____ 小学校 学年 ____ 年生 回答者の続柄 _____

問1. お子様の日常の運動活動についてお聞きします。数値記入もしくは最も当てはまるものに○をしてください。

1-1. 平日および週末(祝日含)の体育授業以外での運動時間はどのくらいですか。一日の平均で記入してください。

平日：約 _____ 分 週末：約 _____ 分

1-2. お子様は、運動やスポーツをすることが好きですか。

1. とても好き 2. やや好き 3. あまり好きではない 4. 好きではない(嫌い)

1-3. お子様は、運動やスポーツが得意ですか。

1. とても得意 2. やや得意 3. あまり得意ではない 4. 得意ではない(苦手)

1-4. お子様の、体力・運動能力はどのくらいですか。お子様と相談して自己評価にて、お答えください。

上の方 中の上 中 中の下 下の方
5 ----- 4 ----- 3 ----- 2 ----- 1

1-5. 何か習い事はしていますか。(複数選択可)

1. 運動系 2. 勉強・学習系 3. 音楽・美術系 4. その他 5. していない

1-6. 1-2で1と答えた方に質問です。お子様の運動系の習い事(クラブチームや水泳など)の実施種類の数と一週間の合計実施日数を教えてください。

1. 行っている → _____ 種類実施、 合計実施日数 → _____日

1-7. 暮らしている地域に、お子様が安全に遊べる公園や運動施設は充実していますか。

1. 充実していて利用もしている 2. 充実しているがたまにしか利用しない
3. 充実しているが全く利用しない 4. あまり充実していない 5. 充実していない

1-8. お子様は普段、屋内・屋外どちらで遊ぶことが多いですか。

1. 屋内が多い 2. どちらかと言えば屋内が多い
3. どちらかと言えば屋外の多い 4. 屋外が多い

問3. お子様の基本的な生活習慣についてお聞きします。最も当てはまるものに○をつけてください。

3-1. お子様は朝食を毎日食べますか（学校が休みの日も含みます）。

1. 毎日食べる 2. 食べない日もある 3. 食べない日が多い 4. 食べない

3-2. お子様は毎日どのくらい寝ていますか。

1. 10時間以上 2. 9時間以上10時間未満 3. 8時間以上9時間未満
4. 7時間以上8時間未満 5. 6時間以上7時間未満 6. 6時間未満

3-3. お子様の平均的な就寝時刻は何時ごろですか。学校の前の日(平日)と休みの前の日(週末)をお答えください。

平日: ___ 時 ___ 分 週末: ___ 時 ___ 分

3-4. お子様は帰宅時や食事の前に必ずうがい、手洗いなどの衛生行動をしますか。

1. 必ずする 2. しない時もある 3. しない時の方が多い 4. ほとんどしない

3-5. お子様は通学時の交通ルールなどの学校のルールをしっかりと守れていると思いますか。

1. とてもそう思う 2. ややそう思う 3. あまりそう思わない 4. 全くそう思わない

3-6. お子様のご自宅での平均的な学習時間はどのくらいですか。平日と週末に分けてお答えください。

平日: ___ 時間 ___ 分. 週末: ___ 時間 ___ 分.

3-7. お子様は学習塾に通われていますか。通われている場合には頻度と時間についてもお答えください。

平日: ___ 時間 ___ 分. 週末: ___ 時間 ___ 分. 2. 持っていない

3-8. お子様の学力は、どのくらいですか。お子様と相談して自己評価にて、お答えください。

上の方 中の上 中 中の下 下の方

5 ----- 4 ----- 3 ----- 2 ----- 1

問4. 本年のコロナ禍で変化したと思われるお子様の生活について、以下の質問にお答えください。

4-1. コロナ禍において、お子様の外遊び時間に変化がありましたか。

1. とても増えた 2. 少し増えた 3. 変わらない 4. 少し減った 5. とても減った

4-2. コロナ禍において、お子様のテレビやゲームなどのスクリーンタイムに変化がありましたか。

1. とても増えた 2. 少し増えた 3. 変わらない 4. 少し減った 5. とても減った

4-3. コロナ禍において、お子様の日常生活に以下のような変化が見られますか。当てはまるものすべてに○をしてください。

1. 生活時間の夜型化 2. 疲労感の増加 3. 全体的な気力の低下
4. 体力の低下 5. 睡眠時間の過度な増加 6. 睡眠時間の減少
7. 友達との交流の減少 8. 不安やイライラの増加 9. 食生活の偏り
10. 午前中の体調不良 11. その他 ()

4-4. コロナ禍において学校再開以降、お子様は学校に楽しく行けていると思いますか。

1. とてもそう思う 2. ややそう思う 3. あまりそう思わない 4. まったくそう思わない

4-5. コロナ禍において、お子様と家族との会話は増えましたか。

1. とても増えた 2. 少し増えた 3. 変わらない 4. 少し減った 5. とても減った

最後までご回答いただき誠にありがとうございました

P3

2020 年度 スポーツ健康学部
卒業論文

跳び箱運動の成就を目的とした
段階的な ICT 指導教材の提案

所 属 学 科 スポーツ健康学科
学 籍 番 号 21S0027 21S0033 21S0066
氏 名 岡田健太郎 勝見悠佑 櫻井涼矢
指 導 教 員 中野 貴博 先生
提 出 日 2021 年 1 月 18 日

■ 研究要旨

近年、情報化技術の発展に伴い、児童の体育指導においても ICT 技術の活用が重要視されている。文部科学省の学習指導要領においても ICT 技術を学校教育の中に取り入れ、活用することが推奨されている。また、体育指導における ICT の活用は「個に応じた教育」「自己の動きを確認でき、動きを比較することによって変容を確認できる」など多くの効果が期待されている。さらに、体育を専門としない教員のインストラクション技能を補う意味でも有効に活用することが可能であると思われる。そこで、本研究では、小学校 3 年生以上の跳び箱運動を対象に、ICT を活用した指導動画を作成し、指導教材として提案することを目的とした。また、提案された指導教材が児童の課題達成や主体的学習に役立つかを考察した。作成された指導教材は自分たちの改善点を主体的に考えることができるようなものとなっており、動画内で重要なポイントを強調することで、児童がつまずきやすい課題を明記することが可能になった。その結果、体育を専門としない教員でも適切な跳び箱の指導ができるような教材が完成した。今後この指導教材によって教育効果が高まることを期待される。

目次

第1章 序論

第2章 方法

- 2-1 研究対象
- 2-2 指導教材の開発
- 2-3 使用器具
- 2-4 撮影方法

第3章 結果

- 3-1 助走時のスピードについて
- 3-2 助走時の歩幅について
- 3-3 着手の位置について
- 3-4 補助の仕方について
- 3-5 ICTを活用した動画教材の作成と提案

第4章 考察

- 4-1 助走時のスピードについて
- 4-2 助走時の歩幅について
- 4-3 着手の位置について
- 4-4 補助の仕方について
- 4-5 各資料映像と子ども達の実施映像

第5章 まとめ

参考文献

謝辞

第1章 序論

近年、インターネットやデジタル機器の普及に伴い、世の中は急激に情報化社会へと進展している。児童生徒たちもこのような社会の急激な変化に合わせて成長している。同時に、学校教育においても情報化技術の活用が強く促進されており、社会の変化に対応した教育活動を行うことが求められるようになってきている。

教育課程を編成する際の基準を定めている「学習指導要領」でも各教科のICTの活用の例示が3つされている。1つ目に、よりよい授業を展開するために教師がICTを活用して授業の展開を構想したり、授業の準備を進めたり、教師が学習評価を充実させるためにICTを活用する「学習指導の準備と評価のための教師によるICT活用」、2つ目に、教師が授業のねらいを示したり、学習課題への興味関心を高めたり、学習内容を児童生徒が理解できるように説明したりする、指導法の1つとしてICTを活用する「授業での教師によるICT活用」、3つ目に、児童生徒が、情報を収集選択し、文章や図表にまとめて表現したりする際や繰り返し学習によって知識の定着や技能の習熟を図る際に、ICTを活用することによって、教科内容のより深い理解を促す「児童生徒によるICT活用」の3つに分けられている。以上のようにICTの活用は教師や児童生徒が授業や個別指導などで適切に有効活用することが大切であり、ICTの特性を適切に理解した上で、目標や指導内容に合わせた工夫を、学校および、各教師が探究していくことが求められている。また、ICTの活用は、指導方法のみならず、指導体制の強化にも役立つと期待されており、これによって教育効果が高まることが期待されている。

このように、教師が教科指導・学習指導を行っていくなかでICTを活用することは、これからの教育改革において重要な位置づけがなされている。特に、ICTが得意とする豊富な画像や動画の提供および作成は、児童生徒たちの興味や学習意欲の向上に極めて有効であり、今後は、ICTを用いた有効な教材開発を進めていくことが重要視されていくべきであると考えている。しかしながら、現段階ではこのような教材開発は十分とは言えず、また、個々の教師レベルで簡便に実現可能かどうかも定かではない上、その方法論が十分に提示されているとは言えない。加えて、授業や個別指導などでのICTの活用が児童・生徒に対してどのように影響し、どんな良い効果をもたらしてくれるものなのかも十分には検証されているとは言えない。今後、ICTを活用した指導を促進していくためには、簡便な教材開発の実現や活用の効果を客観的に明示していくことが必要であると思われる。

ここで、体育教科に焦点をあてて考えてみると、小学校、中学校、高等学校と学年が上がっていくごとに「体育」への苦手意識や嫌いという意識が顕在化し、運動離れや運動の二極化が起こっている現状がある。その背景には、小学校中学年頃までは「体育」は、遊びの延長として位置付けられるような指導が多いが、高学年、中学生、高校生になると、徐々に専門技術を必要とする活動やその達成度を評価するような形式が増加してくる。また、仲間との連携が必要な運動課題も増えてくる。このため、より専門的な知識や指導の目が必要となるが、指導側の技能や知識が追いついていない現状も垣間見ることができる。結果的に、

適切な技能向上を果たすことができなかつた児童生徒においては、運動への苦手意識が強くなつてしまい、また、仲間との連携の際にも積極的になれないという悪循環を生んでしまう。それぞれの種目や領域で苦手意識のある児童生徒と運動を得意とする児童生徒の間に優劣の差が大きく生じてしまうことも問題である。その他にも、授業がどんどん進んでいってしまうために、十分に理解できないまま、次の段階に進んでしまい自身だけ取り残されてしまうことも苦手意識を助長してしまう要因となっていると考える。このような苦手意識のある児童生徒たちの中には自身が現在どの段階のことが出来て、どうしてこの段階でつまづいてしまうのか、どうしたら達成できるようになるのかといった改善点を発見することができていないケースも多くある。教師が適切に指導できれば最善ではあるが、一人の教師が指導できる人数や気づいてあげられる範囲には限界があるし、個々の教師で指導技能に大きな差があることも事実である。結果として、言葉による説明や指摘が指導の中心になるが、そのような動きの説明を聞くだけでは適切に運動課題を理解し、改善につなげることが出来ない児童生徒も多く存在する。そのような児童生徒たちには、今自身がどの段階にいるのか、上達するにはどこを改善して、どこに注目して練習を行っていけばいいのかを適切に理解すること、また、自分の動きを客観的に見ることなどが重要になってくると思われる。

ここで、ICTの特性を考えてみると、ICTは画像や動画を瞬時に再生したり、児童生徒自身が自らの動きを確認するには最適な機能を備えている。また、理想とする動きなどを提示することも容易である。さらに、事前に運動達成段階や習得のポイントを明示した画像を用意しておくことも決して難しくはない。このようなICTの特性を理解し、適切に授業などで活用することができれば、児童生徒が自分がどのように体を動かしているのかを容易に理解し、改善課題を視覚的に理解することができるようになることが期待できる。このようなICT技術の活用は、運動技術の向上に役立ち、児童生徒の達成状況の改善や運動の楽しさや達成感を得ることにつながることを期待される。指導法の観点では、ICTを活用することによって「見て・聞く・やる」授業展開から「動きを色々な視点から見て、どこが出来ていないのか、見本と違うのはどこなのかを自身の動きと見比べて観察する」に変化していき、児童生徒の興味関心や主体的学習につなげられることができるのではないかと考える。

このような背景を踏まえて、本研究では児童生徒が自身の失敗や課題にどのような原因があるのか、その原因を改善するにはどのようなことに注意して行っていくことが必要になってくるのか、原因の究明と課題解決への助力を目的とした指導教材の作成を行っていく。この指導教材によって指導要領にもあるような、一人一人が自己の課題を工夫して行うことへもつながってくるのではないかと考えている。ICTの活用は児童生徒にとっては新しい教材であり興味がわくコンテンツであろう。積極的に活用し自身の課題に取り組む機会につながると考えている。また、本研究は教員の指導技能の補助にもなりうる。動きながらの一方向的な指導ではなく、大切なポイントで動画を停止して解説を加えるなどをすれば、動きのイメージや注意すべき点などがより明確になると考えている。本研究を通して、児童

生徒が自身の課題の発見と解決への道筋になればよいと考えている。置いていかれる授業展開ではなく、自身の課題や授業での目的を段階的に達成できるような主体的学習を促進する指導教材の提案を目指す。

第2章 方法

2-1 研究対象

本研究では体育課における教育課程で小学3年生から5年生において共通に出現する跳び箱運動を対象に指導教材の提案を行っていく。低学年では跳び箱を使った運動遊びであったが、3年生以降は、技術課題も明確になり、自身の技や技術を高めていくことが必要となってくることを考慮して、技術向上のための指導教材の開発を心掛けた。

2-2 指導教材の開発

授業での教員による実技インストラクションでは子どもたちは「どこに注目すればいいのか?」「体の動きはどのようにすればいいのか?」「手の位置は?」など、詳細な視点や、個々の児童にあった視点ですべてを確認することは難しい。また、特に体育実技においては、インストラクション技術にも個々の教員で大きな差があることは否めない。そのため、子どもたちは自身の改善点を明確に認知し、取り組むことが困難である。つまり、個々人に応じて、どこを直せばよいのか、どこに注目すればよいのかを示してあげることが必要だと考える。そこで今回の研究では、跳び箱運動において、児童がつまずきやすい点に焦点をあてて、段階的な学習と技能の確認、向上を目的とした教材の提案を行っていく。

今回は跳び箱運動での段階的な学習を目的とした指導動画の作成を行う。動画の着眼点の決定には、実際に小学校で跳び箱運動の授業補助を行い、子どもたちの失敗例やつまずきのポイントを体験的に観察した結果を参考に決定した。また、動画内での字幕による指導は動きながらでは見ることができない細かな部分に視点を置き、「動画と同じ間違えをしているな。じゃあ、その部分を改善していこう」となるように動画を作成した。動画内でのポイントとなる部分は動画編集ソフトを用いて、スロー機能や失敗例と成功例を並列表記するなど、自身の動きと見本の動きを多方向から見比べることができるように配慮した。どこが出来ていないのか、細かい動作などを自身で確認でき、原因の理解と課題解決の手助けになるように解説も字幕で加えた。スモールステップを意識した動画教材を作成することで、子どもたちが、自身の課題に合った動画を視聴し課題解決に役立てられることを重視した。

(1) 助走時の歩幅

ロイター板前での踏み切りを意識するあまり歩幅が変化してしまう子どもたちが多く見られた。踏み切りのタイミングで歩幅が狭くなり失速することで、助走での勢いにブレーキがかかってしまい、助走の勢いを跳躍につなげられていないケースが見られた。動画を通して、踏み切りまでのリズムの調整やタイミングを合わせる感覚を掴めるように作成した。

(2) 助走時のスピード

小学生の跳び箱運動では助走のスピードが全力でロイター板前でのリズムを合わせることができず、跳び箱に突っ込んでしまうケースも多くみられた。また、助走がゆっくりで勢

いが足りず、跳び箱の上に座ってしまうことが起きてしまっていた。動画を通して、跳び箱を跳ぶ際に必要なリズムを合わせられるスピードの感覚を掴むことができるように配慮した。

(3) 踏み切り時の方向

跳ぶときには斜め上の方向に向かって跳ぶことがベストであるが、子どもたちの動きを見ていると、上の方向に向かって跳んでしまっている様子が見られた。上の方向に跳んでしまう、つまり跳び出し角度がつきすぎてしまうと手での体重移動を行うことができず、跳び箱の上にドスンと座ってしまう。そのため、動画を通して正しい跳びだし方向を理解できるようにすることを目指した。

(4) 感覚を掴むための補助のやり方

言葉による指導のみでは頭では理解できているが実際にやってみると動きに変化が見られないことが多く見られる。そこで踏み切り時の方向を修正するような補助の方法を示した動画を作成した。上の方向に跳んでしまっているのを補助の2人が斜め上の持ち上げえうことで、跳びだし方向が適切にあんりょうに補助することで、跳びだしの適切な方向の感覚を掴む・修正を加えることを主な狙いとした。動画では、児童の達成段階に応じて、補助の強度など中心に段階的な補助をできるように配慮した。

(5) 手の位置

跳び箱の上に座ってしまう、お尻が跳び箱に引っかかってしまうケースが多く見られた。そのほとんどの児童が手の付く位置が手前であったり、真ん中であったり、跳んですぐに手をついてしまっていた。手をつく位置が手前過ぎると体重移動もスムーズにできず最後まで跳びきることができなくなってしまう。結果的に、跳び箱上に乗ってしまったり、跳びきれずにお尻を強打してしまったりする。動画を通して、正しい手の着く位置を認識させ、跳び箱を最後まで跳びきれるように配慮した。

2-3 使用器具

(1) カメラ

JVC 『GC-P100』

映像エリア 1080P/I 401 万画素~540 万画素(光学ズーム) 207 万画素~540 万画素(ダイナミック ON)

(2) 動画編集ソフト

『Wondershare Filmora』

2-4 撮影方法

撮影は、正面方向および横方向の2方向から撮影を行った。撮影は三脚を用いて定点からの撮影を原則とした。撮影にあたっては、ビデオカメラのスポーツモード（60fps）を用いた。また、適宜、ビデオカメラのズーム機能を活用することで改善すべきポイントや失敗の原因である部分を強調できるようにした。

撮影後の編集では、失敗の原因になっている部分ができるように、該当部分を動画内から切り取り、成功例と併記することで、改善点を理解できるように編集を行った。また、同じ動画を用いて、スロー再生動画を作成し、指導動画に組み込みことで動きや動作のしくみがわかりやすくなるように編集した。また、映像以外にも、字幕を用いて動きの感覚をイメージできるような編集を心掛け努めた。指導動画は1動画につき、最大で30秒程度を目安に編集を行った。

第3章 結果

3-1 助走時のスピードについて

助走時のスピードが「遅い・適切・速い」の三段階に分け動画を撮影した。助走時のスピードが遅いと助走の勢いがなくなることによってロイター版を踏む力が弱くなりその結果画像1のように跳びきることが出来なく、跳び箱の上に乗ってしまう。反対に助走時のスピードが速すぎるとロイター版を踏むタイミングを合わせることが難しくなり画像2のように勢いよく跳び箱にぶつかり跳び箱を跳びきれないだけでなく、ぶつかった衝撃で怪我をしてしまう可能性もあるため危険である。これらのことからロイター版をタイミングよく、かつ、力強く踏み切ることができるために、適切なスピードで助走を行うことを強調した動画を作成し、指導教材として提案した。



画像1



画像2

3-2 助走時の歩幅について

助走時の歩幅を「狭い・適切・広い」の三段階に分けて動画を撮影した。助走時の歩幅が狭いということは一歩一歩の歩幅が狭くなっているということであり、助走のスピードも遅くなる。その結果、助走時の歩幅が狭過ぎると画像3のように跳びきることができずお尻がぶつかってしまう。反対に助走時の歩幅が広過ぎると一歩一歩の歩幅が大きくなり、ロイター版を踏むタイミングを合わせられなくなり画像4のように跳び箱の手前で止まってしまったり、良い位置での踏み切りができなくなる恐れが高まる。これらのことから適切な歩幅はロイター版を踏むタイミングを合わせやすいようなスピードが出るような一定間隔の歩幅であることを強調した動画を作成し、指導教材として提案した。



画像3



画像4

3-3 着手の位置について

跳び箱を跳ぶ時の手の位置を「前・真ん中・適切」の三段階に分けて動画を撮影した。手を跳び箱の前部分に設置して跳ぼうとすると、画像5、画像6のように跳びきることができず跳び箱の上に乗ってしまう。手を跳び箱の真ん中部分に設置して跳ぼうとしても、画像7画像8のように、若干、飛距離は伸びるものの跳びきるには不十分であり、跳び箱の端にお尻がぶつかってしまう。手を跳び箱の適切な部分（跳び箱の奥）に設置して跳ぼうとすることで、画像9画像10のように跳びきることができる。これらのことから適切な手の位置は跳び箱の奥であり、適切な位置に手を設置しなければ腕の力で身体を前に運ぶことができないことを強調した動画を作成し、指導教材として提案した。



画像5



画像6



画像7



画像8



画像9



画像10

3-4 補助の仕方について

跳び箱の補助の動画を「補助がかなり必要・補助が必要・補助が少し必要」の三段階に分けて動画を撮影した。補助時は跳び箱の前側に構えるようにする。補助がかなり必要な場合は画像 11 画像 12 のように補助側が跳ぶ側のお尻を持ち上げ、まずは、跳び箱に乗せるように補助をする。これによって、跳ぶ感覚を体感させる。次に、補助が少し必要な場合は画像 13 画像 14 のように補助側が跳ぶ側のお尻を軽く押して跳び箱を超えさせる。ただし、押す方向が前過ぎたり、力が強すぎると被補助者は恐怖を感じるため、適切な力加減と方向を意識して補助することを心掛けるべきである。最後に、補助がわずかに必要な場合を示した。このケースでは、ほとんど自分の力で跳ぶことができるため、画像 15 画像 16 のように補助側が跳ぶ側のお尻に軽く手を添え前に送り出すだけである。着地点への注視と、跳びきる瞬間の姿勢を修正してあげるようなイメージでの補助が望ましいと思われる。補助の注意点としては相手がどの段階の補助が必要かを理解し、怪我をさせることないように配慮が必要である。



画像 11



画像 12



画像 13



画像 14



画像 15



画像 16

3-5 ICT を活用した動画教材の作成と提案

動画教材を作るにあたり実践と編集作業を行った。実践では上と横の二方向から撮影することや、成功例はもちろん、考えられる失敗例の動画も撮影した。二方向から撮影することで同じ場面でも異なる視点でとらえることができるようになるため、改善点を明確にするために有効であったと思われる。また、成功例だけでなく失敗例も撮影したことによる利点は、見た子ども達が自分の動画と比較した際に、改善すべき点をわかりやすくする効果がある。その上で成功例を確認することで成功へのイメージを作り易くなる。この他にも、安全面に配慮して動画を撮影した。跳び箱での怪我をしないために、跳び箱の前と左右に二段重ねのマットを敷き安心安全に跳び箱を跳べるように考慮した。必要に応じて、このような準備についても紹介すると子どもの安全意識も高まる。

動画の編集作業は文字を入れる場所やスロー再生の挿入、成功例と失敗例の二つの動画のタイミングを合わせることが難しかった。動画には子ども達が見やすいような工夫を施した。助走時のスピード・助走時の歩幅・手の設置位置の動画では成功例と失敗例を見比べることができ、補助の仕方の動画では跳ぶ側の到達度により補助の内容を変化させているようにした。動画編集作業は慣れてくれば短時間で作成することも分かり、専門的な知識や技能が無くても取り組める水準であった。

第4章 考察

4-1 助走時のスピードについて

助走時のスピードを「遅い・適切・速い」の三段階に分けて指導動画を作成した。助走時のスピードが速い動画では、スロー再生を活用して踏み切りの直前でタイミングを合わせることができていないことを視覚的にとらえられるように作成した。助走スピードが速すぎる場合は、踏み込み・踏み切りのタイミングが合っていないことを理解させることを狙いとして動画を作成した。指導動画では、タイミングが合わせられずに踏み切りができない様子を示すことで、適切な助走スピードの必要性が強調できたものと思う。また、助走時のスピードが遅い動画では、遅い場合と適切な場合とで踏み切り時の前方方向への勢いに違いがでることを示した。違いに意識がいくように字幕の開設も加えた。指導の際は、動画を提示しながら助走スピードが極端に遅い場合、踏み切り時に勢いが足りず跳び箱の上に乗ってしまうことを指摘できることが期待される。助走時のスピードは個人差がありすべての子ども達に絶対的な速さを提示することは難しいが、動画を参照することで、自分の助走が早すぎるか、遅すぎるかを考えるきっかけになると考える。加えて、指導動画だけでなく子ども達自身の実践動画を撮影することで、助走時のスピードの違いを比較し、課題解決に向けての取り組みに繋がることが期待できる。また、どちらの場合でも自身の映像と比べどのようにしたらいいかと問いかけることで、子ども達が適切なスピードを主体的に考え、練習を積極的に行うように促すことができると思われる。

4-2 助走時の歩幅について

助走時の歩幅も「狭い・適切・広い」の三段階に分けて指導動画を作成した。助走時の歩幅も 4-1 の助走時のスピードと同様に踏み切りのタイミングと助走の勢いがポイントとなる。指導動画では歩幅が広い場合と適切な場合、狭い場合と適切な場合とを比較できるようにした。言葉だけで歩幅が狭い・広いと指示する場合に比べ、動画で視覚的に確認することで、自分が踏み切りに失敗した原因が歩幅が広すぎることにあるのか、もしくは狭すぎることにあるのかを意識しやすくなったと思われる。また、動画では一連の動作を示すことで、歩幅の不適切さが、その後の跳躍動作にどのような影響をおよぼすかが明確になり、子ども達に伝わりやすいのではないかと考える。作成した動画では、歩幅が狭い場合は勢いが足りずに跳び越すことができていないことが指摘できるように配慮されている。また、歩幅が広い場合には踏み切りのタイミングを合わせることができずに跳び箱にぶつかってしまうことがあることも強調した。そのため、本指導動画を用いた指導では、歩幅と踏み切りの位置に着目して指摘することが有効と言える。適切な歩幅は個々で違うため、指導動画は一例としてとして提示することになるが、子ども達自身が自らの動画と指導動画を比較検討できれば、自分自身がどのケースになっているのかを一目で確認することが期待でき、主体的な課題解決に向けての取り組みを促進することができるのではないだろうか。

4-3 着手の位置について

着手の位置も「手前・真ん中・適切」の三段階に分けて指導動画を作成した。踏み切りは成功しているが上手く跳べない児童の多くは着手が課題となっているケースが多い。そこで、本動画では、着手が「手前・真ん中」の位置と適切な着手の位置をそれぞれ比較ができるように構成した。動画を視聴することで、子ども達自身がどの位置に着手すべきなのかを明確にして練習に取り組むことができるのではないかと考えた。また、子ども達が自らの映像と指導動画を比較することで、どのような課題があるのかを自ら考え、気付くことも期待できる。手前に着手すると、勢いを弱めてしまい、跳ぶことができずに跳び箱の上に乗ってしまうことを指摘することができる。また、着手が真ん中の際は跳び箱を越えきる際にお尻がぶつかってしまう可能性が高まることを指摘できる。三段階の動画を比べさせることで「手前・真ん中」では飛距離が足りず跳び越えられないことに気づくはずである。そして、適切な着手の位置によって、跳躍時のお尻の位置や高さも適切になることを理解させることができる。本指導動画の視聴および、自らの動きとの比較を通して、跳躍の高さや飛距離と着手の位置が密接に関係していることを意識させられることも期待できる。ここでも、子ども達自身の実践動画を撮影し比較検討することは重要であり、指導動画の活用と組み合わせることで自らの練習への課題を発見させ、反復練習を行うように促すことが望まれる。これにより、動きを客観的にとらえられるようになることが期待でき、技術の習熟度が高まるのではないだろうか。

4-4 補助の仕方について

補助の方法を示す指導動画では、「補助がかなり必要・補助が必要・補助が少し必要」の三段階に分けて動画を作成した。補助時の補助者の手の位置や添え方に注視し三つの段階を作成した。本動画を参考にすることで、体育を専門としていない指導者においても動画を参考に子ども達の学習の段階に応じて補助を行うことができるのではないかと考えた。さらに、本指導動画は指導者だけでなく児童同士でも補助が行えるようなものを提案した。そのため、児童が行う際は補助がかなり必要な場合は「お尻を持ち上げる」、補助が必要な場合は「お尻を軽く押し出す」、補助が少し必要な場合は「お尻に手を添える」といったように各段階別に補助の方法が違うことを明示し、補助時に力加減や方向に注意して行うことを十分に理解できるように配慮した。また、実際に児童同士で補助を行う際には、事故のないように十分に安全に留意して実施することを加えて強調すべきと考える。

4-5 各資料映像と子ども達の実施映像

本研究では、ICTを活用した跳び箱指導の教材動画を作成し、その有効性を検討した。成功事例と失敗事例の一連の流れを各動画を通して実践のポイントとともに確認することで言葉や写真での指導よりも明確なイメージをもって取り組むことができるようになるのではないかと考えられる。加えて、子ども達自身の動画と指導動画との比較ができれば、個々

の課題を発見することが今までよりも容易になり課題解決に向けた主体的な取り組みを促進することが期待される。さらに、実践した映像をすぐに確認できることやいつでも指導動画との比較、再確認することができるといった ICT ならではの利点も活用することで、従来の指導方法に比べて、効率的に短時間で技能を向上させられることが期待される。

第5章 まとめ

本研究では、3年生以上の児童の跳び箱運動を対象とし、跳び箱運動の成就を目的とした段階的なICT指導教材の提案をした。作成した動画は「助走時のスピード・助走時の歩幅・着手の位置・補助の仕方」の4種類である。「助走時のスピード・助走時の歩幅・着手の位置」の3種類の動画ではそれぞれ失敗例と成功例が含むことで、動画を見た子どもたちが自分たちのどこが悪くなぜ跳ぶことができないかを主体的に考えることができるような動画が作成された。また、作成した動画では、それぞれ以下に示す重要なポイントを強調することで、児童がつまずきやすい課題を明記することが可能になった。強調したポイントは、助走時のスピードでは、ロイター版を強く踏み込むことができるタイミングがあること、助走時の歩幅では、ロイター版を踏むタイミングを合わせやすいようなスピードが出るような一定間隔の歩幅であること、着手の位置では、適切な手の位置は跳び箱の奥であり、適切な位置に手を着かなければ腕の力で身体を前に運ぶことができないことであった。また、補助の仕方の動画では跳ぶ側の到達度によって補助を変えなければいけないことが確認できるように指導動画を作成することで、体育を専門としない教師や児童同士での補助が行い易くなるようにした。

本研究で作成した動画を用いた指導を行うことは叶わなかったが、ICTを活用した指導教材を実際に作成することで、その有効性が示されたものと思われる。特に、児童が自らの動画との比較などを通して、主体的に課題を発見し、課題に取り組むことが期待される。

参考文献

『第三章 教科指導における ICT 活用』 文部科学省

https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shotou/056/shiryo/attach/1249668.htm

謝辞

本研究をはじめるとにあたりまして、最後まで温かいご指導ご助言をしてくださいました中野貴博教授に厚くお礼申し上げます。

2020 年度 スポーツ健康学部
卒業論文

小学校体育での運動実践カード導入が
運動有能感におよぼす影響

所属学科 スポーツ健康学科
学籍番号 21s0068 21s0056
氏名 杉浦 正虎 後藤 祐紀
指導教員 中野 貴博 先生
提出日 2021 年 1 月 18 日

■ 研究要旨

近年、幼少期の子ども達における運動能力の低下や運動離れが大きな社会的問題となっており、その背景としては社会環境の変化による日々の運動機会の減少がある。これは子ども達の運動有能感を獲得する機会も奪うため、自己肯定感の欠如に繋がると考えられる。本研究では、瀬戸市内の小学 2 年生 38 人を対象とし、5 種類のボール運動を利用した運動挑戦カードの使用が子どもたちの運動有能感および、実践中の運動意欲や運動能力におよぼす影響について検討することを目的とした。実践では、視覚的に達成感を確認できるように運動挑戦カードを作成し、運動動作ごとに 5 段階の設定をすることで、達成の喜びを認知させるようにした。全 5 回の運動実践終了時に、運動への有能感、意欲に関するアンケート調査を実施し、運動挑戦カード導入による効果および課題達成状況との関係性を検討した。実践後のアンケートでは、ほぼすべてが肯定的な回答であり、運動挑戦カードの導入が児童の達成満足や意欲に良い影響をおよぼしていたことが示唆された。また、運動挑戦カードの達成状況とアンケート結果の関係性に有意な関係はあまり多く見られなかったが、これは、いわゆる天井効果の影響もあったと思われる。また、一部においては、課題達成状況が意欲や達成満足を有意に高めていることも確認されたことから、児童の達成や成功体験を視覚的に明らかにできる運動挑戦カードの導入は有効であったことが示唆された。

目次

第1章 序論

第2章 方法

- 2-1 対象者
- 2-2 実践内容
- 2-3 調査方法
- 2-4 分析方法

第3章 結果

- 3-1 運動挑戦カードの達成状況
- 3-2 アンケートの回答状況
- 3-3 運動実践カードの達成状況によるアンケート回答状態の違い

第4章 考察

- 4-1 運動挑戦カードの達成状況
- 4-2 運動挑戦カードの有用性および運動有能感との関係

参考文献

謝辞

付表

第1章 序論

近年、幼少期の子ども達における運動能力の低下や運動離れが大きな社会的課題となっている。その背景として、社会環境の変化が考えられる。例えば、都市化の影響による公園などの遊び場の減少、ゲームやスマートフォンなどのスクリーンメディアの普及によるスクリーンタイムの増加、習い事等の増加による友達との遊び時間の不足や一人遊びの増加などがあげられる。これらの変化は、子ども達の身体活動時間の減少や多様な運動機会の減少につながり、結果として子ども達の運動能力の低下が顕在化したと考えられている。また、日々の運動機会の減少は、子ども達が運動有能感を獲得する機会も奪うため、自己肯定感の欠如につながり、運動そのものに対する苦手意識を芽生えさせている恐れがある。結果的に、主体的な運動実施は減少し、さらなる運動機会の減少という悪循環に陥ってしまうことが予想され、より一層の体力・運動能力の低下につながっている。

運動発達の側面では、幼少期は神経系が人生で最も発達する時期であり、5歳～12歳頃はプレゴールデンエイジやゴールデンエイジと呼ばれる重要な時期である。そのため前述のような運動機会の減少は、将来の運動発達の大きな支障となる恐れがある。そこで、幼少期に運動の楽しさを伝え、主体的に運動に親しませることを通して、運動有能感を獲得させていくことが、ヒトの運動発達において極めて大切とも言える。ここで、幼少期の子ども達の運動場面を考えると、最も共通にアプローチが可能な運動場面は学校体育の時間であることは疑いようがない。しかしながら、小学校体育は体育専科ではない教師による指導がほとんどであり、この時期の体育指導の重要性の理解や指導技術、インストラクション能力などに大きな差が見られるのが現状である。そのため、適切な運動動作の指導や発達に応じた達成目標を提示できずに、子ども達に運動の達成感や有能感を与えることができていないことが懸念される。そこで、我々は運動実践時にどの教員が指導を行っても運動の楽しさや達成感を伝えられる工夫を考え、子ども達の運動有能感を高めることに着目した。運動有能感とは、「身体的有能さの認知」「統制感」「受容感」の大きく3つに分けられる。「身体的有能さの認知」とは、自己の運動能力・技能に対する肯定的な認知である。「統制感」とは、自己の努力や練習によって運動がどの程度できるようになるかという見通しであり、「受容感」とは、運動場面で教師や仲間から自分が受け入れられているという認知である。これらを的確に子ども達に与えるためには、子ども達が自らの運動能力や技能を認知し、達成状況やその見通しを確認できるような工夫が有効であると思われる。このような方法として、学校体育においても水泳や縄跳び単元などで良く用いられている、運動達成状況をチェックするカード（級などで達成状況を確認）の活用が考えられる。個々人が自分のカードで達成状況を視覚的に確認できるため、運動有能感を子ども達自身が感じ取り易くなることが期待される。そこで、我々は、このようなカードを運動挑戦カードと名付け、活用の効果を検討することとした。ターゲットとする運動動作は、学校体育においても低学年から一貫して、単元として取り上げられるボール運動とした。投げる動作は特に、近年の体力低下の中でも最も顕著な低下が見られる要素であるため、課題達成した際の有能感向上がより多く結果

として現れると推察される。以上のことから、本研究では、ボール運動を利用した運動挑戦カードの使用が子ども達の運動有能感および、実践中の運動意欲や運動能力に及ぼす影響を検討することを目的とした。

第2章 方法

2-1 対象者

2020年度に、瀬戸市立八幡小学校の小学二年生の男子18名、女子20名、計38名を対象として行った。

2-2 実践内容

運動内容は主にボールを転がす、ボールを取る、ボールをつく、ボールを投げる、ボールを蹴るといった5つの動作に分けられる。また、実践する運動は、運動意欲向上を重視し、意欲に伴い繰り返し運動実践が可能なメニューを実施した。各回、転がす、取る、つく、投げる、蹴る、とテーマを決めて実践を展開した。

実践にあたっては、最初に説明と手本を交えながら、児童の実践内容理解を徹底した。また、簡潔で分かり易い説明を心がけ、注意事項もしっかりと伝えることで、確実な実践内容の遂行を目指した。加えて、実践中の声掛けも欠かさず行うことで児童の運動意欲喚起に努めた。以下にカードの概要を示す。

カードの概要として目に見える形で達成感を得られるようスタンプや合格判子を用い、運動のレベルを転がす、取る、つく、投げる、蹴るの、運動ごとに5段階の設定をすることで段階的な達成の喜びと同時に身体的能力さを認知させ、達成の枠を子ども達自身の枠と教員の枠を二つ設けることで、周りの友達や教員からみとめられ受容感を獲得できるよう作成した。

2-3 調査方法

全5回の運動実践終了時に、運動への有能感、意欲に関するアンケート調査を実施し、運動達成カード導入による効果および課題達成状況との関係性を検討する。

2-4 分析方法

本研究では、運動実践カードの達成状況、アンケートの結果をもとに、以下の要素に関する調査項目の関係性およびすべての分析において優位水準は5%とし、IBM社製のSPSS STATISTIC22.00を用いて分析を行った。

検討内容

- ・運動カードの達成状況を良好群、不良群に分類してアンケート結果と照らし合わせカードの有用性を検討。

第3章 結果

3-1 運動挑戦カードの達成状況

図 3-1-1 には、男子のボール運動全 5 動作の達成状況を示した。20 分間の限られた時間で行ったものであり、動作によって挑戦できたレベルも異なっていた。そのため、達成状況にも差異が見られるが、詳細は以降に記述する。まず、【転がす】では、レベル 1 は全員達成、レベル 2 は 38.9%が達成、レベル 3 では全体の 5.6%が達成、レベル 4 以降は練習段階で終了。【捕る】では、レベル 1 は全員達成、レベル 2 は 87.5%が達成、レベル 3 は 56.3%が達成、レベル 4 は約 18.8%が達成、レベル 5 は練習段階で終了。【つく】では、レベル 1 は全員達成、レベル 2 は 94.1%が達成、レベル 3 は 88.2%が達成、レベル 4 は 82.4%が達成、レベル 5 は 58.8%が達成し全項目を行えた。【投げる】では、レベル 1 は 72.2%が達成、レベル 2 は 33.3%が達成、レベル 3 は 38.9%が達成、レベル 4 以降は練習段階で終了。【蹴る】では、レベル 1 は 88.9%が達成、レベル 2 では 94.4%が達成、ここでは、本来のレベル 3 をレベル 2 として扱った。レベル 3 以降は練習段階で終了であった。

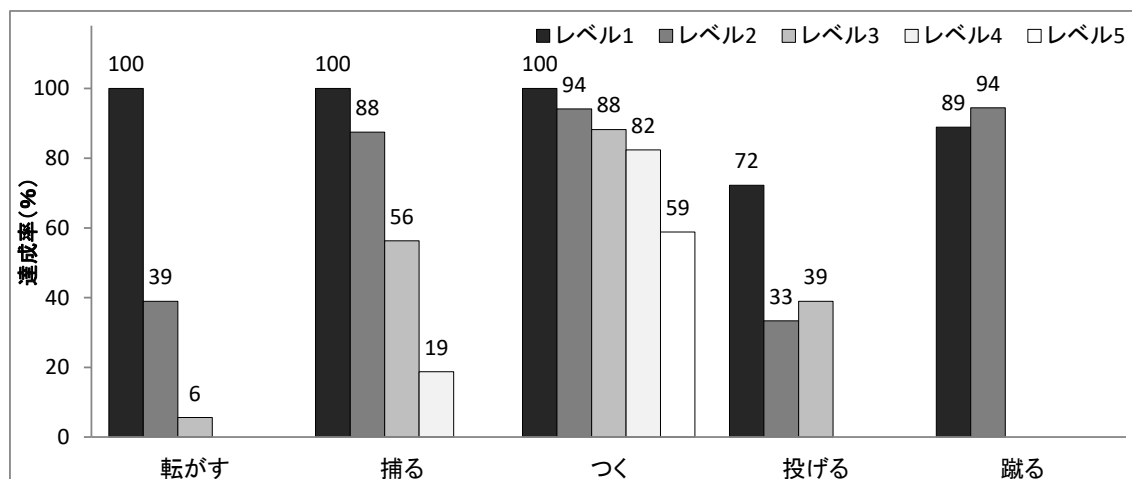


図 3-1-1 男子の運動挑戦カード達成状況

同様に、図 3-1-2 には、女子のボール運動全 5 動作の達成状況を示した。男子同様に 20 分間の限られた時間で行ったものである。【転がす】では、レベル 1 は 94.4%が達成、レベル 2 は 38.9%が達成、レベル 3 以降は練習段階で終了。【捕る】では、レベル 1 は 84.2%が達成、レベル 2 は 52.6%が達成、レベル 3 は 21.1%が達成、レベル 4 は 10.5%が達成、レベル 5 以降は練習段階で終了。【つく】では、レベル 1 は 84.2%が達成、レベル 2 は 78.9%が達成、レベル 3 は 63.2%が達成、レベル 4 は 42.1%が達成、レベル 5 は 21.1%が達成し全項目を行えた。【投げる】では、レベル 1 は 65%が達成、レベル 2 は 10%が達成、レベル 3 は 20%が達成、レベル 4 以降は練習段階で終了。【蹴る】では、レベル 1 は 95%が達成、レベル 2 は 95%が達成、レベル 3 以降は練習段階で終了であった。

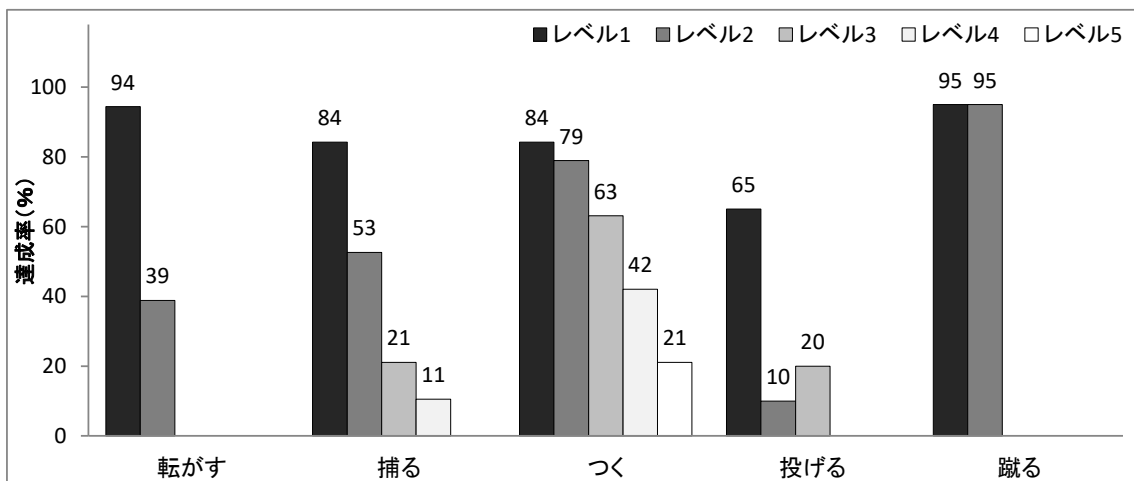


図 3-1-2 女子の運動挑戦カード達成状況

3-2 アンケートの回答状況

Q1では、選択肢1が94.6%、選択肢2が2.7%、選択肢4が2.7%であり選択肢1の「とても楽しく取り組めた」が大半であった。Q2では、選択肢1が75.7%、選択肢2が16.2%、選択肢3が8.1%であり、選択肢1、2の行程的な回答が大半であった。Q3では、選択肢1が83.8%、選択肢2が16.2%であり、肯定的な回答がすべてを占めた。Q4でも、選択肢1が70.3%、選択肢2が29.7%であり、肯定的な回答がすべてを占め。Q6では、選択肢1は86.5%、選択肢2は10.8%、選択肢3は2.7%であり、大半が肯定的な回答であった。Q7では、選択肢1は83.8%、選択肢2は13.5%、選択肢4は2.7%であり、やはり、肯定的な回答が大半であった。

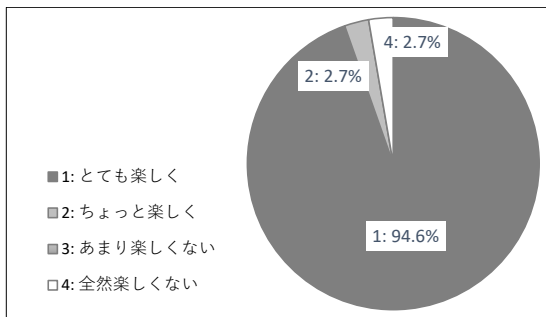


図 3-2-1 Q1 いつもより楽しく取り組めたか

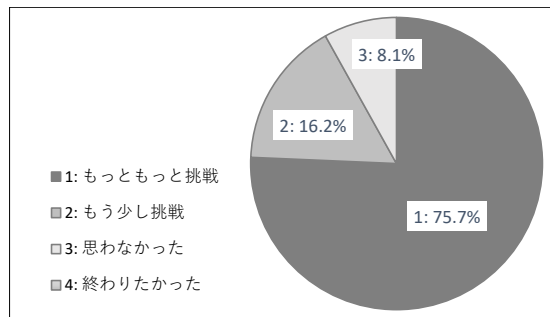


図 3-2-2 Q2 もっとたくさん挑戦したいか

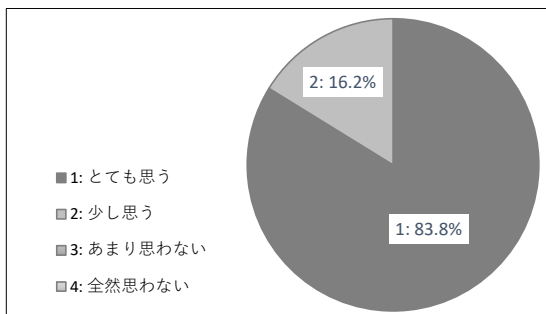


図 3-2-3 Q3 カードがあった方が楽しく運動に取り組めるか

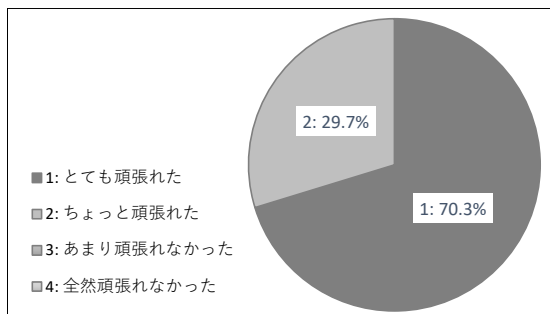


図 3-2-4 Q4 カードがあることでいつもより頑張れたと思いますか

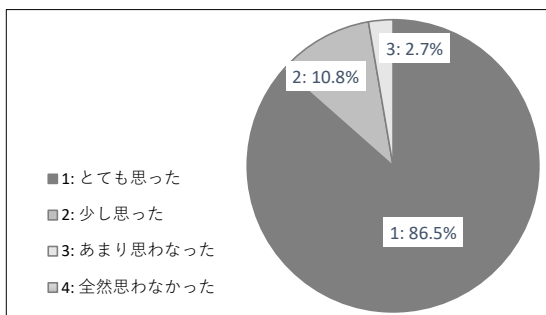


図 3-2-5 Q6 挑戦が成功したらつぎも頑張ろうと思いましたか

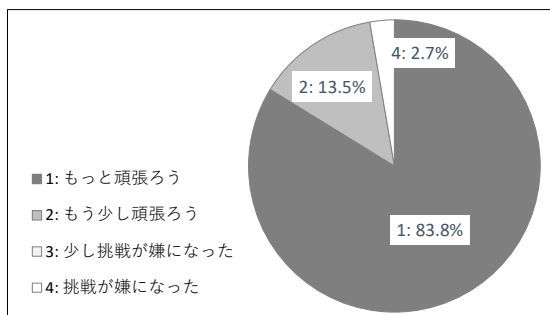


図 3-2-6 Q7 挑戦がうまくできなかった時どう思いましたか

3-3 運動実践カードの達成状況によるアンケート回答状態の違い

最初に、運動実践カードでの各課題の達成状況とアンケートの回答結果の一覧を示したが、多くは有意な関係性は確認されなかった。そこで、図 3-3-1 以降に運動意欲や達成満足に強く関連した運動動作のみを抜粋し図示した。

表3-3-1 転がす運動の達成状況とアンケート結果の関係

いつもより楽しく運動の取り組めたと感じますか？					
	とても楽しめた	ちょっと楽しめた	あまり楽しめなかった	ぜんぜん楽しめなかった	合計
良好群	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100%
不良群	90.5%	4.8%	0.0%	4.8%	100%
もっとたくさん挑戦したいとおもいましたか？					
	もっと挑戦したかった	もう少し挑戦したかった	もっと挑戦したいとは思わなかった	はやく終わりがかった	合計
良好群	85.7%	7.1%	7.1%	0.0%	100%
不良群	71.4%	19.0%	9.5%	0.0%	100%
挑戦カードがあったほうがたのしく運動に取り組めるとおもいますか？					
	とてもそう思う	少しそう思う	あまりそう思わない	ぜんぜんそう思わない	合計
良好群	92.9%	7.1%	0.0%	0.0%	100%
不良群	76.2%	23.8%	0.0%	0.0%	100%
カードがあることでいつもよりがんばれたとおもいますか？					
	とてもがんばれたと思う	ちょっとがんばれたと思う	あまりがんばれなかったと思う	ぜんぜんがんばれなかったと思う	合計
良好群	78.6%	21.4%	0.0%	0.0%	100%
不良群	61.9%	38.1%	0.0%	0.0%	100%
授業いがいのじかんでも挑戦してみましたか？					
	たくさん挑戦した	少し挑戦した	あまり挑戦しなかった	ぜんぜん挑戦しなかった	合計
良好群	7.1%	28.6%	21.4%	42.9%	100%
不良群	9.5%	28.6%	33.3%	28.6%	100%
挑戦が成功したらつぎもがんばろうとおもいましたか？					
	とても思った	少し思った	あまり思わなかった	ぜんぜん思わなかった	合計
良好群	92.9%	7.1%	0.0%	0.0%	100%
不良群	81.0%	14.3%	0.0%	0.0%	100%
挑戦がうまくできなかった時どうおもいましたか？					
	もっとがんばろうと思った	もっとがんばろうと思った	少し挑戦するのがいやになった	もう挑戦するのがいやになった	合計
良好群	92.9%	7.1%	0.0%	0.0%	100%
不良群	76.2%	19.0%	0.0%	4.8%	100%

表3-3-2 捕る運動の達成状況とアンケート結果の関係

いつもより楽しく運動の取り組めたと思いますか？					
	とても 楽しめた	ちょっと 楽しめた	あまり 楽しめなかった	ぜんぜん 楽しめなかった	合計
良好群	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100%
不良群	95.5%	0.0%	0.0%	4.5%	100%
もっとたくさん挑戦したいとおもいましたか？					
	もっと挑戦 したかった	もう少し挑戦 したかった	もっと挑戦したい とは思わなかった	はやく 終わりたいかった	合計
良好群	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100%
不良群	63.6%	22.7%	13.6%	0.0%	100%
挑戦カードがあったほうがたのしく運動に取り組めるとおもいますか？					
	とても そう思う	少し そう思う	あまり そう思わない	ぜんぜん そう思わない	合計
良好群	84.6%	15.4%	0.0%	0.0%	100%
不良群	86.4%	13.6%	0.0%	0.0%	100%
カードがあることでいつもよりがんばれたとおもいますか？					
	とても がんばれたと思う	ちょっと がんばれたと思う	あまりがんば れなかったと思う	ぜんぜんがんば れなかったと思う	合計
良好群	76.9%	23.1%	0.0%	0.0%	100%
不良群	68.2%	31.8%	0.0%	0.0%	100%
授業いがいのじかんでも挑戦してみましたか？					
	たくさん 挑戦した	少し 挑戦した	あまり 挑戦しなかった	ぜんぜん 挑戦しなかった	合計
良好群	30.8%	23.1%	23.1%	23.1%	100%
不良群	0.0%	31.8%	31.8%	36.4%	100%
挑戦が成功したらつぎもがんばろうとおもいましたか？					
	とても 思った	少し 思った	あまり 思わなかった	ぜんぜん 思わなかった	合計
良好群	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100%
不良群	81.8%	13.6%	4.5%	0.0%	100%
挑戦がうまくできなかつた時どうおもいましたか？					
	もっとがんばろう と思った	もっとがんばろう と思った	少し挑戦するのが いやになった	もう挑戦するのが いやになった	合計
良好群	92.3%	7.7%	0.0%	0.0%	100%
不良群	81.8%	13.6%	0.0%	4.5%	100%

表3-3-3 つく運動の達成状況とアンケート結果の関係

いつもより楽しく運動の取り組めたと思いますか？					
	とても 楽しめた	ちょっと 楽しめた	あまり 楽しめなかった	ぜんぜん 楽しめなかった	合計
良好群	95.5%	0.0%	0.0%	4.5%	100%
不良群	92.3%	7.7%	0.0%	0.0%	100%
もっとたくさん挑戦したいとおもいましたか？					
	もっと挑戦 したかった	もう少し挑戦 したかった	もっと挑戦したい とは思わなかった	はやく 終わりがかった	合計
良好群	86.4%	9.1%	4.5%	0.0%	100%
不良群	53.8%	30.8%	15.4%	0.0%	100%
挑戦カードがあったほうがたのしく運動に取り組めるとおもいますか？					
	とても そう思う	少し そう思う	あまり そう思わない	ぜんぜん そう思わない	合計
良好群	86.4%	13.6%	0.0%	0.0%	100%
不良群	76.9%	23.1%	0.0%	0.0%	100%
カードがあることでいつもよりがんばれたとおもいますか？					
	とても がんばれたと思う	ちょっと がんばれたと思う	あまり がんばれなかったと思う	ぜんぜん がんばれなかったと思う	合計
良好群	81.8%	18.2%	0.0%	0.0%	100%
不良群	46.2%	53.8%	0.0%	0.0%	100%
授業いがいのじかんでも挑戦してみましたか？					
	たくさん 挑戦した	少し 挑戦した	あまり 挑戦しなかった	ぜんぜん 挑戦しなかった	合計
良好群	18.2%	18.2%	31.8%	31.8%	100%
不良群	0.0%	30.8%	23.1%	46.2%	100%
挑戦が成功したらつぎもがんばろうとおもいましたか？					
	とても 思った	少し 思った	あまり 思わなかった	ぜんぜん 思わなかった	合計
良好群	86.4%	9.1%	4.5%	0.0%	100%
不良群	84.6%	15.4%	0.0%	0.0%	100%
挑戦がうまくできなかつた時どうおもいましたか？					
	もっとがんばろう と思った	もっとがんばろう と思った	少し挑戦するのが いやになった	もう挑戦するのが いやになった	合計
良好群	90.9%	9.1%	0.0%	0.0%	100%
不良群	69.2%	23.1%	0.0%	7.7%	100%

表3-3-4 投げる運動の達成状況とアンケート結果の関係

いつもより楽しく運動の取り組めたと思いますか？					
	とても 楽しめた	ちょっと 楽しめた	あまり 楽しめなかった	ぜんぜん 楽しめなかった	合計
良好群	93.3%	6.7%	0.0%	0.0%	100%
不良群	95.5%	0.0%	0.0%	4.5%	100%
もっとたくさん挑戦したいとおもいましたか？					
	もっと挑戦 したかった	もう少し挑戦 したかった	もっと挑戦したい とは思わなかった	はやく 終わりがかった	合計
良好群	80.0%	13.3%	6.7%	0.0%	100%
不良群	72.7%	18.2%	9.1%	0.0%	100%
挑戦カードがあったほうがたのしく運動に取り組めるとおもいますか？					
	とても そう思う	少し そう思う	あまり そう思わない	ぜんぜん そう思わない	合計
良好群	73.3%	26.7%	0.0%	0.0%	100%
不良群	90.9%	9.1%	0.0%	0.0%	100%
カードがあることでいつもよりがんばれたとおもいますか？					
	とても がんばれたと思う	ちょっと がんばれたと思う	あまり がんばれなかったと思う	ぜんぜん がんばれなかったと思う	合計
良好群	66.7%	33.3%	0.0%	0.0%	100%
不良群	72.7%	27.3%	0.0%	0.0%	100%
授業いがいのじかんでも挑戦してみましたか？					
	たくさん 挑戦した	少し 挑戦した	あまり 挑戦しなかった	ぜんぜん 挑戦しなかった	合計
良好群	20.0%	26.7%	13.3%	40.0%	100%
不良群	4.5%	27.3%	36.4%	31.8%	100%
挑戦が成功したらつぎもがんばろうとおもいましたか？					
	とても 思った	少し 思った	あまり 思わなかった	ぜんぜん 思わなかった	合計
良好群	86.7%	13.3%	0.0%	0.0%	100%
不良群	86.4%	9.1%	4.5%	0.0%	100%
挑戦がうまくできなかつた時どうおもいましたか？					
	もっとがんばろう と思った	もっとがんばろう と思った	少し挑戦するのが いやになった	もう挑戦するのが いやになった	合計
良好群	80.0%	20.0%	0.0%	0.0%	100%
不良群	86.4%	9.1%	0.0%	4.5%	100%

表3-3-5 蹴る運動の達成状況とアンケート結果の関係

いつもより楽しく運動の取り組めたと思いますか？					
	とても 楽しめた	ちょっと 楽しめた	あまり 楽しめなかった	ぜんぜん 楽しめなかった	合計
良好群	97.0%	0.0%	0.0%	3.0%	100%
不良群	75.0%	25.0%	0.0%	0.0%	100%
もっとたくさん挑戦したいとおもいましたか？					
	もっと挑戦 したかった	もう少し挑戦 したかった	もっと挑戦したい とは思わなかった	はやく 終わりがかった	合計
良好群	75.8%	15.2%	9.1%	0.0%	100%
不良群	75.0%	25.0%	0.0%	0.0%	100%
挑戦カードがあったほうがたのしく運動に取り組めるとおもいますか？					
	とても そう思う	少し そう思う	あまり そう思わない	ぜんぜん そう思わない	合計
良好群	84.8%	15.2%	0.0%	0.0%	100%
不良群	75.0%	25.0%	0.0%	0.0%	100%
カードがあることでいつもよりがんばれたとおもいますか？					
	とても がんばれたと思う	ちょっと がんばれたと思う	あまり がんばれなかったと思う	ぜんぜん がんばれなかったと思う	合計
良好群	72.7%	27.3%	0.0%	0.0%	100%
不良群	50.0%	50.0%	0.0%	0.0%	100%
授業いがいのじかんでも挑戦してみましたか？					
	たくさん 挑戦した	少し 挑戦した	あまり 挑戦しなかった	ぜんぜん 挑戦しなかった	合計
良好群	9.1%	24.2%	30.3%	36.4%	100%
不良群	25.0%	50.0%	0.0%	25.0%	100%
挑戦が成功したらつぎもがんばろうとおもいましたか？					
	とても 思った	少し 思った	あまり 思わなかった	ぜんぜん 思わなかった	合計
良好群	87.9%	9.1%	3.0%	0.0%	100%
不良群	75.0%	25.0%	0.0%	0.0%	100%
挑戦がうまくできなかった時どうおもいましたか？					
	もっとがんばろう と思った	もっとがんばろう と思った	少し挑戦するのが いやになった	もう挑戦するのが いやになった	合計
良好群	84.8%	12.1%	0.0%	3.0%	100%
不良群	75.0%	25.0%	0.0%	0.0%	100%

「捕る」の達成状況により良好群と不良群に分け、「Q2:もっとたくさん挑戦したいと思いましたが？」の回答状況の違いを検討した結果を図 3-3-1 に示した。良好群では「もっとしたかった」が 100%に対し、不良群では「もっとしたかった」63.6%、「もう少ししたかった」が 22.7%、「したいと思はなかった」が 13.6%であった。カイ二乗検定の結果、有意確率は 0.047 であり、統計的にも有意な関係性が確認された。

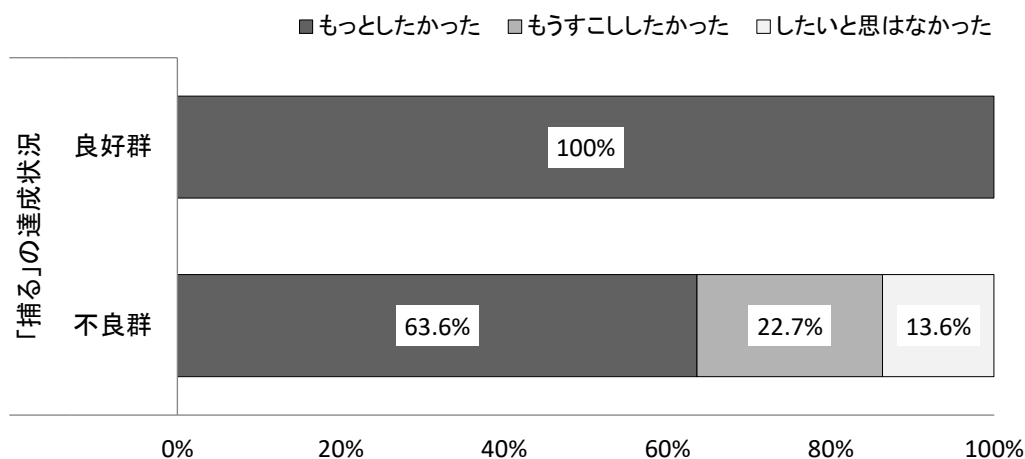


図 3-3-1 「捕る」の達成状況と「Q2:もっとたくさん挑戦したいと思いましたが？」の関係

「つく」の達成状況により良好群と不良群に分け、「Q4:カードがあることでいつもより頑張れたと思いますか？」の回答状況の違いを検討した結果を図 3-3-2 に示した。良好群では「とても頑張れた」が 81.8%、「ちょっと頑張れた」が 18.2%であった。一方、不良群では「とても頑張れた」が 46.2%、「ちょっと頑張れた」が 53.8%であった。カイ二乗検定の結果、有意確率は 0.028 であり、統計的にも有意な関係性が確認された。

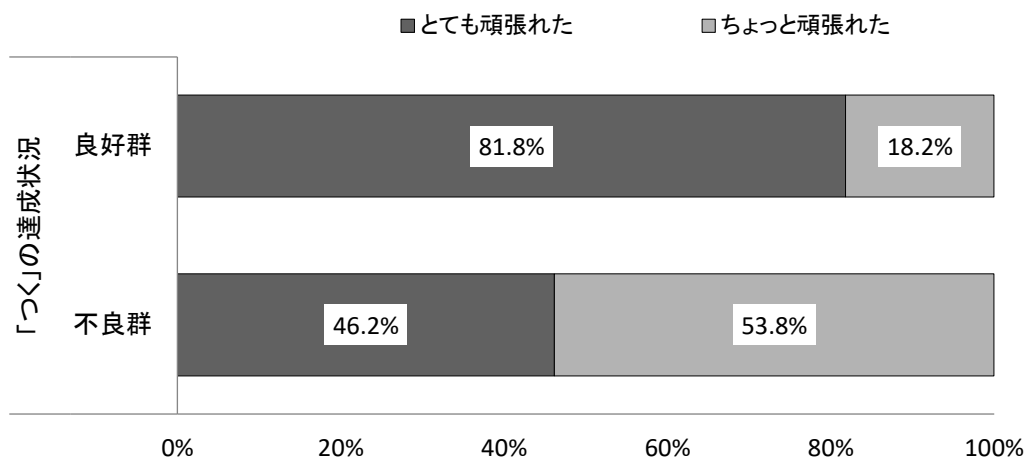


図 3-3-2 「つく」の達成状況と「Q4:カードがあることでいつもより頑張れたと思いますか？」の関係

「蹴る」の達成状況により良好群と不良群に分け、「Q1:いつもより楽しく運動に取り組めたと思いますか？」の回答状況の違いを検討した結果を図 3-3-3 に示した。良好群では、「とても楽しく取り組めた」97%、「ぜんぜん取り組めなかった」が3.0%であった。不良群では「とても楽しく取り組めた」が75%、「ちょっと楽しく取り組めた」が25%であった。カイ二乗検定の結果、有意確率は0.014であり、統計的にも有意な関係性が確認された。

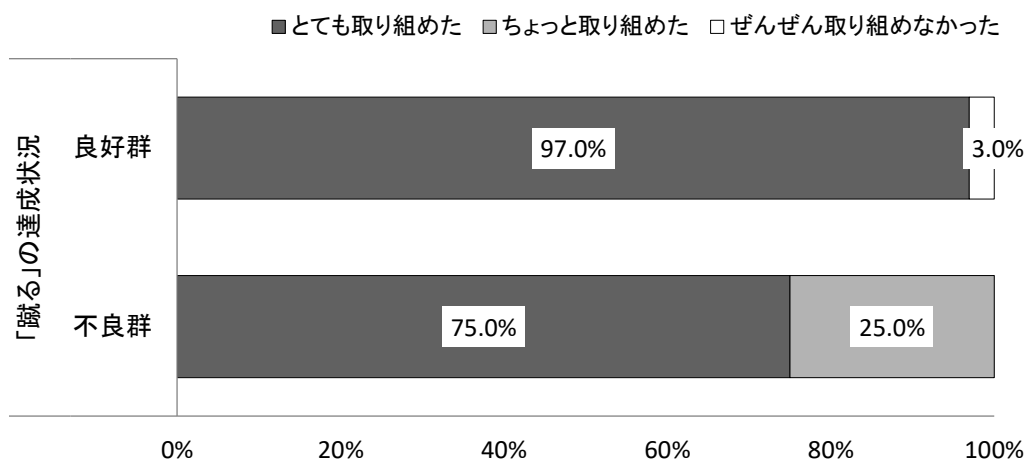


図 3-3-3 「蹴る」の達成状況と「Q1:いつもより楽しく運動に取り組めたと思いますか？」の関係

「カード全体」の達成数を合計し、その数により良好群、普通群、不良群に分け、「Q2:もっとたくさん挑戦したいとおもいましたか？」の回答状況の違いを検討した結果を図 3-3-4 に示した。良好群では「もっとしたかった」が100%であった。普通群では「もっとしたかった」が78.3%、「もう少ししたかった」が8.7%、「したいと思わなかった」が13%であった。不良群では「もっとしたかった」が40%、「もう少ししたかった」が60%であった。カイ二乗検定の結果、有意確率は0.025であり、統計的にも有意な関係性が確認された。

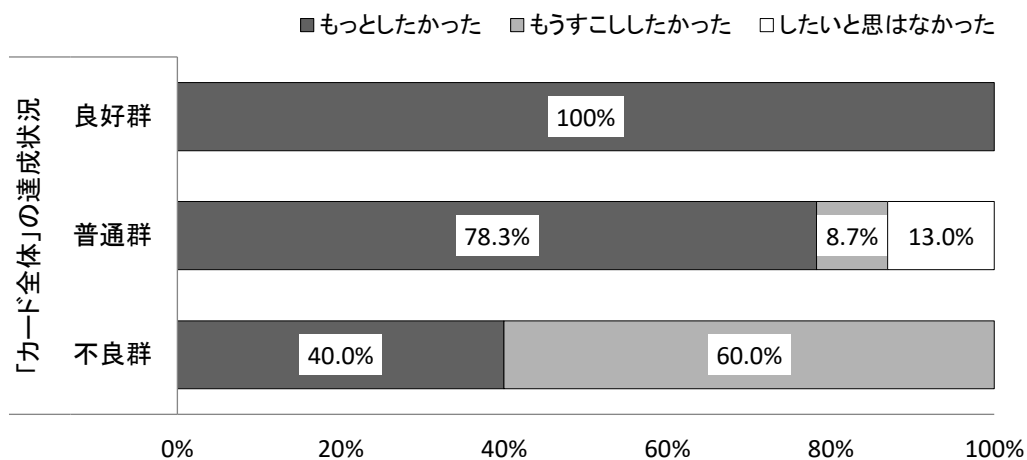


図 3-3-4 「カード全体」の達成状況と「Q2:もっとたくさん挑戦したいとおもいましたか？」の関係

第4章 考察

4-1 運動挑戦カードの達成状況

男女間での運動挑戦カードの達成状況について各運動、レベルでその差を検討した。ほとんどの運動、レベルで大きな差はみられなかったが、捕る・投げるにおいて大きな差が生じていた。スポーツ庁の全国体力・運動能力調査（スポーツ庁、2020）の結果などを見ても、一般的に投運動は男子の方が記録が良好な傾向にある。ボール運動全体としての検討はあまり見られていないが、男子の方が良好である可能性が高いと推察される。本研究においても、5つのボール運動動作のすべてのレベルにおいて男子の達成率が高くなっていた。やはり、ボール運動の経験等には男女差が見られる可能性が高く、今後は、特に、女子の意欲や達成満足を高めるような取り組みが必要と思われる。

また、本研究で準備した運動課題のレベル1はすべての動作において、多くの児童が達成できる水準であったことが確認された。実践時間の影響もあると思われるが、レベルが上がるにつれて達成状況も階段状に低下していた。この結果から、各課題のレベル設定が概ね妥当であったものと考えられる。一方で、小学校の授業内で20分程度を利用して実施するには、時間を要しすぎる課題もあったことが達成状況からうかがえた。本研究では一つの動作につき1回の取り組みであったが、より長期にわたって運動挑戦カードを導入することで、児童の意欲や達成満足、自己有能感などを高められることが期待される。この点に関しては、今後の継続的な研究が必要であり、今後の課題と言える。

4-2 運動挑戦カードの有用性および運動有能感との関係

運動挑戦終了後のアンケートの結果、「Q3 カードがあった方が楽しく運動に取り組めると思いますか?」、「Q4 カードがあることでいつもより頑張れたと思いますか?」の2つの設問は、全て肯定的な回答であった。本研究課題における運動挑戦カードの導入は、有用であり、運動意欲を喚起するのに役立つものと推察される。また、「Q5 挑戦が成功したら次も頑張ろうと思いましたか?」や「Q6 挑戦がうまくできなかった時どう思いましたか?」の質問においても、ほぼすべての児童が肯定的で前向きな回答をしていた。これらの項目は、運動意欲とともに達成満足や挑戦心の高まりを示している項目であり、運動挑戦カードの導入により、児童は自らの達成状況や目標を自覚しやすくなっていた可能性が考えられる。

次に、結果の3-3節では、各運動課題の達成状況とアンケートの結果との関係性を検討した。達成状況により、アンケートの回答結果に有意な違いはほとんどみられなかった。これは達成状況が良好な群においても不良な群においてもアンケートの回答の多くが肯定的なものばかりであり、いわゆる天井効果により有意差が得られなくなっていたと考えられる。しかし、このような状況においても統計的な有意差が確認された組み合わせがいくつか見られた。まず、捕るの達成状況と、「Q2: もっとたくさん挑戦したいと思いませんか?」良好群において有意に意欲的な回答が多くなっていた。捕る動作では最大でレベル4まで挑戦できていたことも考慮すると、良好群においてはあと少しですべてを達成できるという

達成満足への欲求がより強くでたものと推察された。次に、蹴るの達成状況では「Q1：いつもより楽しく運動に取り組むことができましたか？」の回答状況の違いを検討した結果、有意な差がみられ、回答状況としても肯定的な意見が大半を占めていた。蹴るでは2つの段階しか挑戦できなかったが、より多く挑戦、達成できた児童ほど、楽しさを感じることができたことが確認された。やはり、適切な時間配分とそれに応じた課題設定が今後の課題と言える。最後に、カード全体の達成数の合計ではその数を良好群、普通群、不良群に分け、「Q2：もっとたくさん挑戦したいと思いましたか？」の回答状況の違いを検討した結果、統計的にも有意な関係性が確認され、良好群は全員が肯定的な回答であった。普通群においても肯定的な回答が大部分を占めていた。不良群は良好群、普通群と比較すると「もっとしたかった」の回答は半数以下であり、課題の達成状況と挑戦意欲とは密接に関係することが示唆された。

全てのアンケート結果において否定的な回答は少なかったため、児童の運動有能感が高められたのではないかと考えられる。また、一部では、課題達成状況が意欲や達成満足を有意に高めている様子も確認されたことから、児童の達成や成功体験を視覚的に明らかにできる運動挑戦カードの導入は有効であったことが示唆された。今後は、より長期的な取り組みで効果の持続性等を検証することが課題である。

第5章 まとめ

本研究では、運動実践およびアンケートをもとに、児童38人を対象とし、ボールを用いた運動動作の基礎能力を身に着けることを目指した実践内容とし、運動挑戦カードを用いた実践が児童の運動有能感に与える影響を検討することを目的とした。実践後のアンケートでは、ほぼすべてが肯定的な回答であり、運動挑戦カードの導入が児童の達成満足や意欲に良い影響をおよぼしていたことが示唆された。また、運動挑戦カードの達成状況とアンケート結果の関係性に有意な関係はあまり多く見られなかったが、これは、いわゆる天井効果の影響もあったと思われる。また、一部においては、課題達成状況が意欲や達成満足を有意に高めていることも確認されたことから、児童の達成や成功体験を視覚的に明らかにできる運動挑戦カードの導入は有効であったことが示唆された。

【参考文献】

- 1) 工藤美波（2016）小学校体育科における運動有能感をもたらす授業づくり．山形大学大学院教育実践研究科年報，7，80-87.

謝辞



本研究を終えるにあたって、ご指導いただいた名古屋学院大学の中野貴博先生、運動実践、アンケートにご協力いただきました瀬戸市立八幡小学校の児童及び教職員の皆様に深く感謝申し上げます。

ボール運動 挑戦カード

なまえ

「できた!」もただちチェック

「パーフェクト!」は先生チェック

	レベル1	レベル2	レベル3	レベル4	レベル5
まがる  3メートル先のボールにこころがけて当てる(大きいボールで)	パーフェクト! 3メートル先のボールにこころがけて当てる(大きいボールで)	パーフェクト! 5メートル先のカラーコーンにこころがけて当てる(大きいボールで)	パーフェクト! 5メートル先のペットボトルをこころがけてボールで3本倒す(小さいボールで)	パーフェクト! 5メートル先のペットボトルをこころがけてボールで5本倒す(小さいボールで)	パーフェクト! 5メートル先のペットボトルをこころがけてボールで5本倒す(小さいボールで)
とる  ボールをなげあけて自分でキャッチ(めんそく3回成功)	パーフェクト! ボールをなげあけて自分でキャッチ(めんそく3回成功)	パーフェクト! ボールをなげあけて空手にキャッチ(めんそく2回成功)	パーフェクト! ボールをなげあけて空手にキャッチ(めんそく2回成功)	パーフェクト! 友達3人で三角にボールをバウンドキャッチ(3メートル以下投げOK・3回連続成功)	パーフェクト! 友達3人で三角にボールをバウンドキャッチ(3メートル以下投げOK・3回連続成功)
く  2つのボールを両手で同時に7回つける	パーフェクト! 2つのボールを両手で同時に7回つける	パーフェクト! ボールを片手でめんそく5回つける(得意な手だけで成功)	パーフェクト! ボールを片手でめんそく15回つける(得意な手だけで成功)	パーフェクト! ボールを片手でめんそく15回つける(得意な手だけで成功)	パーフェクト! ボールを右手と左手同時に各20回つける(120ボール)
なげる  3メートル先のまことに当てる(3回かけて2回成功)	パーフェクト! 3メートル先のまことに当てる(3回かけて2回成功)	パーフェクト! 5メートル先の小さなまことに当てる(3回かけて2回成功)	パーフェクト! 7メートル先のボールを入れる(5回かけて2回成功)	パーフェクト! 10メートル先のボールを入れる(5回かけて2回成功)	パーフェクト! 10メートル先のボールを入れる(5回かけて2回成功)
ける  ボールをけって20メートル飛ばす(こころがけてもOK)	パーフェクト! ボールをけって20メートル飛ばす(こころがけてもOK)	パーフェクト! 5メートルの位置からボールをけってゴールイン(3回チャレンジして2回成功)	パーフェクト! 10メートルの位置からボールをけってゴールイン(3回チャレンジして2回成功)	パーフェクト! 2人ペアで連続せずにパスをめんそく10回蹴球(2人のキヨリは5メートル)	パーフェクト! 2人ペアで連続せずにパスをめんそく10回蹴球(2人のキヨリは3メートル)

キヨリの決め方 3メートルは、歩いて6歩。 5メートルは、歩いて10歩。 7メートルは、歩いて14歩。 10メートルは、歩いて20歩

付表1：運動挑戦カード

付表2：アンケート調査

うんどうちょうせん

運動挑戦カード、どうだった？

なまえ _____, おとこ 男の子 おんな 女の子

1. いつもよりのしく運動うんどうに取り組めたとおもいますか？
1. とてもたのしく取り組めた 2. ちょっとたのしく取り組めた
3. あまりたのしく取り組めなかった 4. ぜんぜんたのしく取り組めなかった

2. もっとたくさん挑戦ちょうせんしたいとおもいましたか？
1. もっともっと挑戦ちょうせんしたかった 2. もうすこし挑戦ちょうせんしたかった
3. もっと挑戦ちょうせんしたいとはおもわなかった 4. はやくおわりたかった

3. 挑戦ちょうせんカードがあったほうがたのしく運動うんどうに取り組めるとおもいますか？
1. とてもそうおもう 2. すこしそうおもう
3. あまりそうおもわない 4. ぜんぜんそうおもわない

4. カードがあることでいつもよりがんばれたとおもいますか？
1. とてもがんばれたとおもう 2. ちょっとがんばれたとおもう
3. あまりがんばれなかったとおもう 4. ぜんぜんがんばれなかったとおもう

5. 授業じゅぎょういがいのじかんでも挑戦ちょうせんしてみましたか？
1. たくさん挑戦ちょうせんした 2. すこし挑戦ちょうせんした
3. あまり挑戦ちょうせんしなかった 4. ぜんぜん挑戦ちょうせんしなかった

6. 挑戦ちょうせんが成功せいこうしたらつぎもがんばろうとおもいましたか？
1. とてもおもった 2. すこしおもった
3. あまりおもわなかった 4. ぜんぜんおもわなかった

7. 挑戦ちょうせんがうまくできなかつた時ときどうおもいましたか？
1. もっとがんばろうとおもった 2. もうすこしだけががんばろうとおもった
3. すこし挑戦ちょうせんするのがいやになった 4. もう挑戦ちょうせんするのがいやになった

2020 年度 スポーツ健康学部
卒業論文

ホーム&アウェーがプロバスケットボールチーム
選手のパフォーマンスにおよぼす影響

所属学科 スポーツ健康学科

学籍番号 21s0063 21s0101

氏名 榊原史也 中村基希

指導教員 中野 貴博 先生

提出日 2021 年 1 月 18 日

■ 研究要旨

近年、多くのプロスポーツリーグにおいて、試合のホーム&アウェー制度が導入され、一般的にホームコート側のチームの方が有利であり、より良いパフォーマンスが発揮されると考えられている。そのため、NBA のレギュラーシーズンでの試合を対象に、ホームとアウェーでのチームおよび個人のパフォーマンスの変化について調査を行い、研究することとした。その結果をもとに、上位下位、スタートベンチ、ポジション別、出場時間グループに分け、ホーム&アウェーでの選手およびチームのパフォーマンスに及ぼす影響、さらに、観客動員数の違いによるホーム&アウェーの影響の変化について検討した。研究項目としては、FG 率、3PT 率、FT 率、REB、AST、STL、BLK、TO、PF、PTS での、ホーム&アウェーでの差をもとに考察を行った。結果、多くの項目において home での試合の方が、平均値が高い傾向が見られた。特に FG 率、3PT 率、FT 率はシュート確率の項目では、個人成績とチーム成績とともに、away での試合の方が、確率が低下していることが分かった。また、チームの上位、下位やプレイヤーのポジション、出場時間などによる、ホーム&アウェーでの成績変化傾向の違いを検討したところ、オフENS面では home でのゲームパフォーマンスを高めること、ベンチプレイヤーや出場時間の限られたプレイヤーが away の試合でのパフォーマンス低下を最小限に抑えることがチームの成績向上に好影響を及ぼすことが示唆された。

目次

第1章 序論

- 1-1 背景
- 1-2 目的

第2章 方法

- 2-1 対象
- 2-2 対象チーム
- 2-3 データ収集
- 2-4 測定・調査項目
- 2-5 分析手続き

第3章 結果

- 3-1 個人およびチームのホーム&アウェーによる成績比較
- 3-2 個人およびチームのホーム&アウェーによる成績変化傾向の違い
 - 3-2-1 上位、下位による成績傾向の違い
 - 3-2-2 スタート、ベンチによる成績傾向の違い
 - 3-2-3 ポジション別による成績傾向の違い
 - 3-2-4 出場時間グループによる成績傾向の違い

第4章 考察

- 4-1 ホーム&アウェーでの選手およびチームのパフォーマンスへの影響
- 4-2 ホーム&アウェーでの成績変化傾向の違い
 - 4-2-1 上位、下位による成績変化傾向の違い
 - 4-2-2 スタート、ベンチによる成績変化傾向の違い
 - 4-2-3 ポジション別による成績変化傾向の違い
 - 4-2-4 出場時間グループによる成績変化傾向の違い

第5章 まとめ

参考文献

謝辞

第1章 序論

1-1 背景

多くのプロスポーツリーグにおいて、試合のホーム&アウェー制度が導入されている。試合においては、一般的にホームコート側のチームの方が有利であり、勝率が高く、より良いパフォーマンスができると考えられている。その要因として、長時間の移動や過密日程での遠征などにより疲労が蓄積されやすいことや、観客動員数の違いで、歓声や罵声などによる選手たちのモチベーションが変化してくることが挙げられる。このような心理状態や環境の変化により、アウェー側のチームのパフォーマンスが低下し、チームの勝敗にも影響を与えていると考えられる。また、多くのチームの年間成績を見てみると、ほとんどのチームはホームでの勝率の方が高いが、上位チームになるほどホームやアウェーでの勝率に差がなくなる傾向が見られ、一方で下位のチームになると、ホームやアウェーに関係なく勝率がかなり低い上に、アウェーでは顕著な勝率の低下が観察される。

例えば、アメリカプロバスケットボール（以降、NBA）で日本人初のドラフトで指名選手となったワシントン・ウィザーズの八村塁選手は、2019 シーズン、コロナウイルスの影響でシーズンが中断されていなければ、シーズン 82 試合中で、37 回の遠征、26 都市で試合が行われていた。また、NBA はアメリカのチームが 29 チーム、カナダのチームが 1 チームあり、八村塁選手が所属しているワシントン・ウィザーズはこういった中での移動距離は、直線にして約 6 万 2676 km（地球約 1.5 周）の距離を約 6 ヶ月のシーズンの中で移動していることになり、選手たちにとって目に見えない負担は大きいものだと考えられる。このように、ホーム&アウェー制度による選手やチームへの負担は非常に大きく、選手のパフォーマンスに多大なる影響を与えていることが予想される。

また、2018 年-2019 年シーズンの観客動員数は、NBA のリーグ全体として合計で 2212 万 4559 人であり、1 試合における平均観客動員数は 1 万 7884 人となり、収用人員の 95% 以上の人が常に埋まっていた計算になる。日本のプロバスケットボールリーグ「B リーグ」と比較してみると、B リーグは 3 つのカテゴリーに分類されており、その 1 番上のカテゴリーの B1 リーグでは、1 試合あたりの平均観客動員数は 3236 人で、20 チームあるうちの 11 チームは平均観客動員数でも 3000 人以下である。その下のカテゴリーにまでなると、観客動員数が 3000 人を超えているチームは 1 チームもなく、日本とアメリカの面積や人口、会場の大きさを比較してみても、日本の B リーグにおいては、観客動員数や移動距離での影響は少ないと読み取れる。このように観客動員数によってもホーム&アウェーによる選手のパフォーマンスの影響は変わってくる可能性もある。そこで、本研究ではホーム&アウェーの影響がより強く出ると予想される NBA の試合を研究対象として研究を行った。

以上のことから、本研究では、NBA の試合、特にホーム&アウェーの影響が大きいと考えられるプレーオフの試合を対象に以下の 2 つの分析視点に基づいて研究を行った。(1) ホーム&アウェーでの選手およびチームのパフォーマンスについて。(2) 観客動員数の違いによるホーム&アウェーの影響の変化について。(1)では、ホームコートの方の勝率が

高くなることが知られているが、これに加えて、個々の選手のパフォーマンスやチームのスタッツがホーム&アウェーでどのように変化するかを中心に検討する。(2)では、観客動員数の変化によって選手のパフォーマンスの影響が生まれかについて主に検討する。

1-2 目的

NBA のレギュラーシーズンでの試合を対象にホームとアウェーでのチームおよび個人のパフォーマンス変化について、詳細なスタッツデータを用いて検討することを目的とした。

第2章 方法

2-1 対象

アメリカのプロバスケットボールリーグ National Basketball Association (NBA) の、2018年-2019年シーズン、2017年-2018年シーズン、ウエスタンカンファレンスとイースタンカンファレンスの2つのリーグの上位下位各2チーム、合計4チーム間のシーズン中での対戦試合を対象とした。1シーズンの中で各チーム間の試合は3~4試合あり、1チームの最多試合数は12試合であった。

2-2 対象チーム

2018年-2019年シーズン

〈ウエスタンカンファレンス〉

- ①ウォリアーズ
- ②ナゲッツ
- ③マーベリックス
- ④サンズ

(イースタンカンファレンス)

- ①バックス
- ②ラプターズ
- ③キャバリアーズ
- ④ニックス

2017年-2018年シーズン

〈ウエスタンカンファレンス〉

- ①ロケッツ
- ②ウォリアーズ
- ③グリズリーズ
- ④サンズ

(イースタンカンファレンス)

- ①ラプターズ
- ②セルティックス
- ③マジック
- ④ホークス

2-3 データ収集

NBA-ESPN サイトのシーズンスケジュールから、2018年-2019年シーズン、2017年-2018年シーズンの該当試合の成績を収集した。

2-4 測定・調査項目

調査項目は、個人成績とチーム成績に分けて収集した。調査項目は個人、チーム共通とし、フィールド・ゴール率(FG率)、3ポイント率(3PT率)、フリースロー率(FT率)、リバウンド(REB)、アシスト(AST)、スティール(STL)、ブロック(BLK)、ターンオーバー(TO)、パーソナルファウル(PF)、ポイント(PTS)であった。

2-5 分析手続き

個人およびチームのホーム&アウェーによる成績を以下の観点で比較検討した。ホーム&アウェーによる平均値の差には t 検定を用い、チーム状況等の要因による成績変化傾向の違いには、分散分析における交互作用の有意性を持って検討した。すべての分析において有意水準は 5% とし、IBM 社製の SPSS STATISTIC22.00 を用いて分析を行った。

- ・個人およびチームのホーム&アウェーによる成績の違い
- ・上位、下位による成績変化傾向の違い
- ・スタート、ベンチによる成績変化傾向の違い
- ・ポジション別による成績変化傾向の違い
- ・出場時間グループによる成績変化傾向の違い
- ・観客動員数が及ぼす影響

第3章 結果

3-1 個人およびチームのホーム&アウェーによる成績比較

個人成績におけるホーム&アウェーでの各項目の平均値の違いを表 3-1-1 に示した。FG率では、ホームで 43.5%、アウェーで 42.2%、3PT 率では、ホームで 33.4%、アウェーで 31.9%、FT 率では、ホームで 75.4%、アウェーで 72.6%、REB では、ホームで 4.28、アウェーで 4.13、AST では、ホームで 2.17、アウェーで 2.10、STL では、ホームで 0.66、アウェーで 0.68、BLK では、ホームで 0.47、アウェーで 0.47、TO では、ホームで 1.21、アウェーで 1.21、PF では、ホームで 1.89、アウェーで 1.80、PTS では、ホームで 9.94、アウェーで 9.95 であった。

表 3-1-1 個人成績におけるホーム&アウェーでの各項目の平均値比較

項目	home/away	度数	平均値	標準偏差	t 値	自由度	有意確率
FG率	home	477	43.5%	23.0%	.881	960	.378
	away	485	42.2%	23.2%			
3PT率	home	407	33.4%	30.2%	.670	818	.503
	away	413	31.9%	33.7%			
FT率	home	282	75.4%	31.1%	1.080	584	.280
	away	304	72.6%	31.5%			
REB	home	496	4.28	3.45	.721	993	.471
	away	499	4.13	3.29			
AST	home	496	2.17	2.32	.438	993	.661
	away	499	2.10	2.22			
STL	home	496	0.66	0.89	-.322	993	.748
	away	499	0.68	0.88			
BLK	home	496	0.47	0.84	-.023	993	.982
	away	499	0.47	0.78			
TO	home	496	1.21	1.24	.042	993	.967
	away	499	1.21	1.26			
PF	home	496	1.89	1.43	1.038	993	.299
	away	499	1.80	1.48			
PTS	home	496	9.94	7.57	.602	993	.547
	away	499	9.65	7.52			

次にチームにおけるホーム&アウェーでの各項目の平均値の違いを表 3-1-2 に示した。FG 率では、ホームで 45.8%、アウェーで 44.7%、3PT 率では、ホームで 35.8%、アウェーで 35.0%、FT 率では、ホームで 75.2%、アウェーで 76.5%、REB では、ホームで 45.3、アウェーで 44.4、AST では、ホームで 15.2、アウェーで 14.9、STL では、ホームで 10.4、アウェーで 11.2、BLK では、ホームで 12.5、アウェーで 12.3、TO では、ホームで 7.3、アウェーで 6.6、PF では、ホームで 10.6、アウェーで 10.9、PTS では、ホームで 108.2、アウェーで 106.9 であった。

表 3-1-2 チーム成績におけるホーム&アウェーでの各項目の平均値比較

項目	home/away	度数	平均値	標準偏差	t 値	自由度	有意確率
FG率	home	91	45.8%	5.7%	1.380	180	.169
	away	91	44.7%	5.4%			
3PT率	home	91	35.8%	9.4%	.549	180	.583
	away	91	35.0%	9.3%			
FT率	home	91	75.2%	12.9%	-0.821	180	.413
	away	91	76.5%	9.5%			
REB	home	91	45.3	6.3	1.046	180	.297
	away	91	44.4	5.6			
AST	home	91	15.2	11.0	.190	180	.850
	away	91	14.9	10.1			
STL	home	91	10.4	4.4	-1.146	180	.253
	away	91	11.2	4.4			
BLK	home	91	12.5	8.3	.175	180	.861
	away	91	12.3	8.6			
TO	home	91	7.3	7.3	.684	180	.495
	away	91	6.6	6.6			
PF	home	91	10.6	11.0	-0.127	180	.899
	away	91	10.9	11.2			
PTS	home	91	108.2	13.1	.699	180	.486
	away	91	106.9	12.2			

3-2 個人およびチームのホーム&アウェーによる成績変化傾向の違い

3-2-1 上位、下位による成績傾向の違い

上位、下位チームにおけるホーム&アウェーでのFG率の変化傾向の違いを検討した結果を図3-2-1-1に示した。上位チームでは、ホームでの試合では48.1%であり、アウェーでの試合では45.6%であった。下位チームでは、ホームでの試合では43.5%であり、アウェーでの試合では43.7%であった。交互作用の有意確率は0.091であり、有意傾向であった。上位チームほどhomeでFG率が上がる事が確認された。

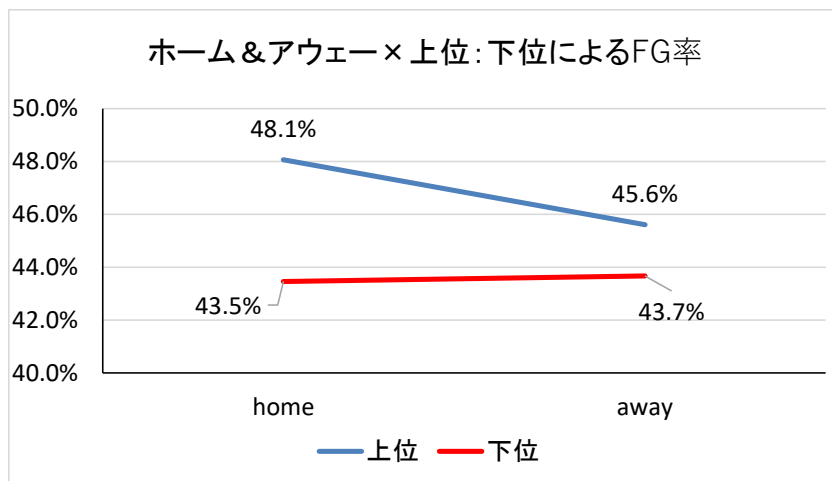


図 3-2-1-1 ホーム&アウェー×上位：下位による FG 率の差

上位、下位チームにおけるホーム&アウェーでのFT率の変化傾向の違いを検討した結果を図3-2-1-2に示した。上位チームでは、ホームでの試合では76.5%であり、アウェーでの試合では75.8%であった。下位チームでは、ホームでの試合では73.8%であり、アウェーでの試合では77.4%であった。交互作用の有意確率は0.201であり、統計的に有意な差は確認されなかったが、視覚的には上位チームほどhomeでFT率が上がる様子が観察された。

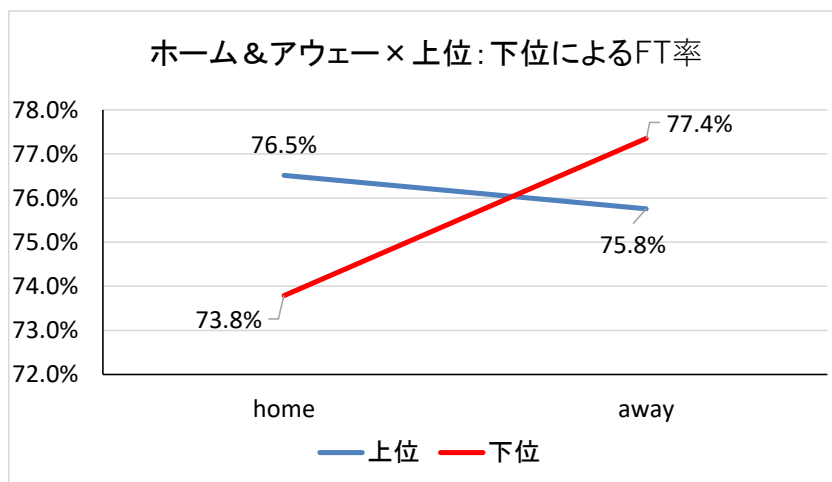


図 3-2-1-2 ホーム&アウェー×上位：下位による FT 率の差

上位、下位チームにおけるホーム&アウェーでの TO 数の変化傾向の違いを検討した結果を図 3-2-1-3 に示した。上位チームでは、ホームでの試合では 7.8 であり、アウェーでの試合では 6.6 であった。下位チームでは、ホームでの試合では 6.9 であり、アウェーでの試合では 6.6 であった。交互作用の有意確率は 0.645 であり、統計的に有意な差は確認されなかったが、視覚的には上位チームほど home で TO 数の減少が大きい様子が観察された。

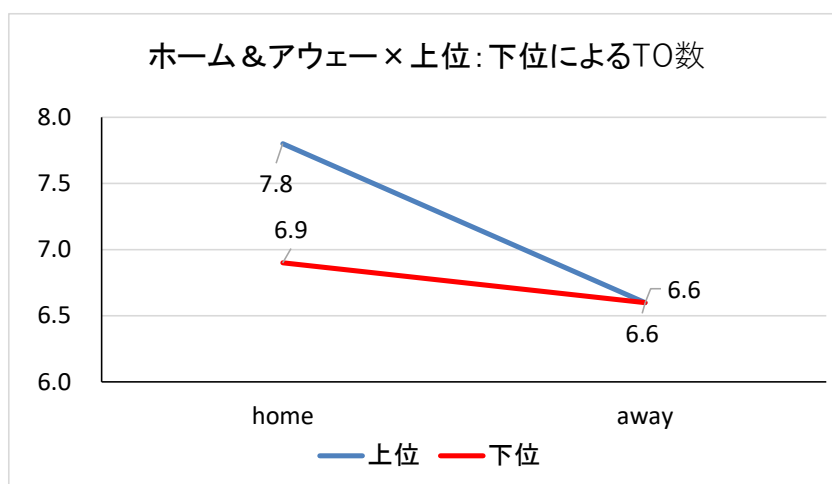


図 3-2-1-3 ホーム&アウェー×上位：下位による TO 数の差

上位、下位チームにおけるホーム&アウェーでの PTS 数の変化傾向の違いを検討した結果を図 3-2-1-4 に示した。上位チームでは、ホームでの試合では 113.1 点であり、アウェーでの試合では 109.7 点であった。下位チームでは、ホームでの試合では 103.2 点であり、アウェーでの試合では 104.1 点であった。交互作用の有意確率は 0.230 であり、統計的に有意な差は確認されなかったが、視覚的には上位チームほど home で PTS が多くなることが確認された。

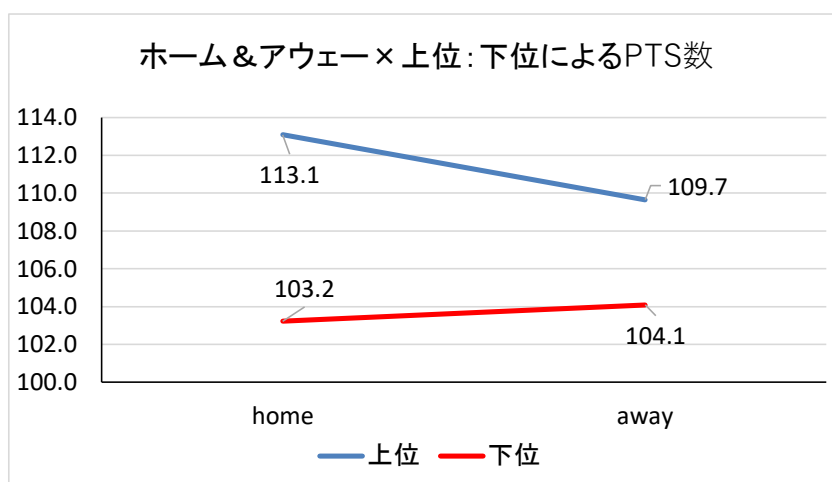


図 3-2-1-4 ホーム&アウェー×上位：下位による PTS 数の差

3-2-2 スタート、ベンチによる成績傾向の違い

スタート、ベンチにおけるホーム&アウェーでの FG 率の変化傾向の違いを検討した結果を図 3-2-2-1 に示した。スタートでは、ホームでの試合では 44.9% であり、アウェーでの試合では 46.2% であった。ベンチでは、ホームでの試合では 42.2% であり、アウェーでの試合では 38.7% であった。交互作用の有意確率は 0.113 であり、統計的に有意な差は確認されなかったが、視覚的には start の方が away でも高い FG 率を維持していることが確認された。

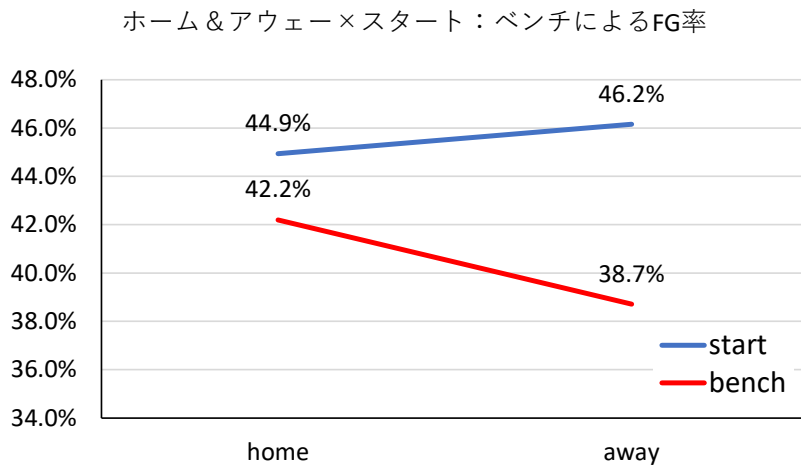


図 3-2-2-1 ホーム&アウェー×スタート：ベンチによる FG 率の差

スタート、ベンチにおけるホーム&アウェーでの REB 率の変化傾向の違いを検討した結果を図 3-2-2-2 に示した。スタートでは、ホームでの試合では 5.4 であり、アウェーでの試合では 5.6 であった。ベンチでは、ホームでの試合では 3.3 であり、アウェーでの試合では 2.9 であった。交互作用の有意確率は 0.197 であり、統計的に有意な差は確認されなかったが、視覚的には start の方が away でも REB が多くなることが確認された。

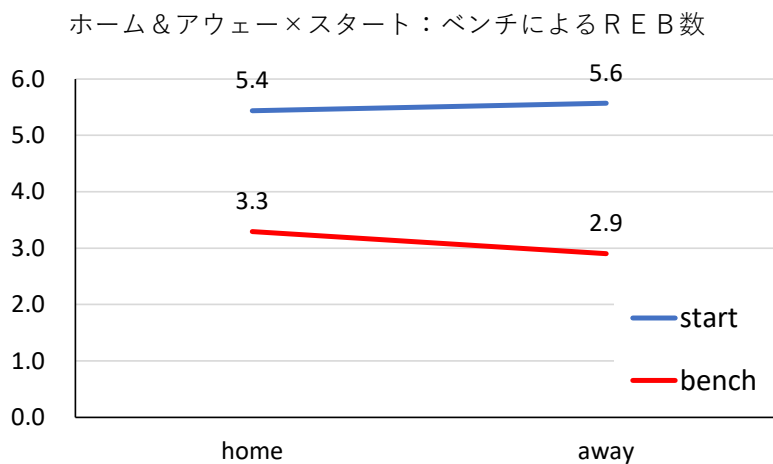


図 3-2-2-2 ホーム&アウェー×スタート：ベンチによる REB 数の差

3-2-3 ポジション別による成績傾向の違い

ポジション別におけるホーム&アウェーでの FG 率の変化傾向の違いを検討した結果を図 3-2-3-1 に示した。ポジション 1（ガード）では、ホームでの試合は 40.9%であり、アウェーでの試合では 49.2%であった。ポジション 2（フォワード）では、ホームでの試合では 44.3%であり、アウェーでの試合では 43.5%であった。ポジション 3（センター）では、ホームでの試合は 40.9%であり、アウェーでの試合では 38.1%であった。交互作用の有意確率は 0.646 であり、統計的に有意な差は確認されなかったが、3 のみ away で FG 率が高くなっていた。

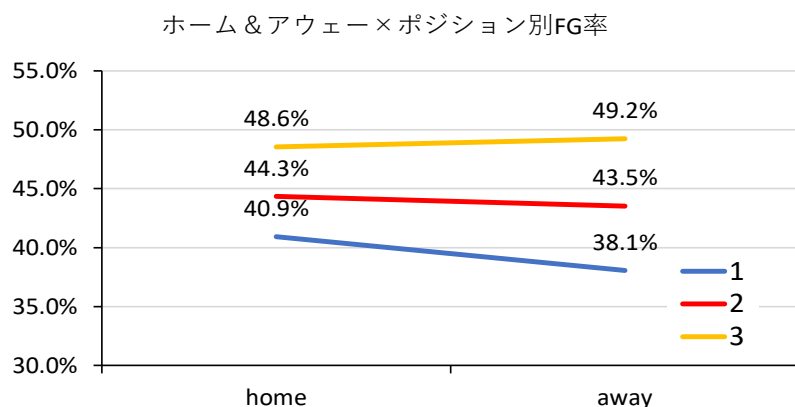


図 3-2-3-1 ホーム&アウェー×ポジション別による FG 率の差

ポジション別におけるホーム&アウェーでの STL 数の変化傾向の違いを検討した結果を図 3-2-3-2 に示した。ポジション 1 では、ホームでの試合は 0.8 回であり、アウェーでの試合では 0.7 回であった。ポジション 2 では、ホームでの試合は 0.6 回であり、アウェーでの試合では 0.8 回であった。ポジション 3 では、ホームでの試合は 0.5 回であり、アウェーでの試合は 0.5 回であった。交互作用の有意確率は 0.182 であり、統計的に有意な差は確認されなかったが、2 のみ away で STL が増えていた。

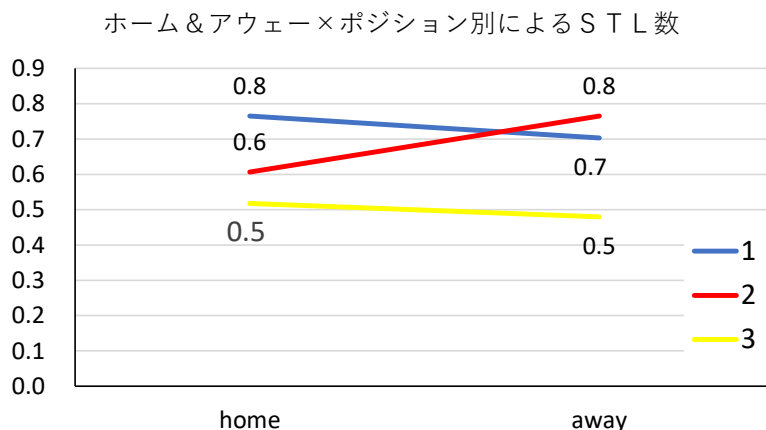


図 3-2-3-2 ホーム&アウェー×ポジション別による STL 数の差

ポジション別におけるホーム&アウェーでの TO 数の変化傾向の違いを検討した結果を図 3-2-3-3 に示した。ポジション 1 では、ホームでの試合は 1.4 回であり、アウェーでの試合では 1.3 回であった。ポジション 2 では、ホームでの試合は 1.1 回であり、アウェーでの試合は 1.2 回であった。ポジション 3 では、ホームでの試合では 1.1 回であり、アウェーでの試合も 1.1 回であった。交互作用の有意確率は 0.280 であり、統計的に有意な差は確認されなかったが、2 のみ away で TO 数が増えていた。

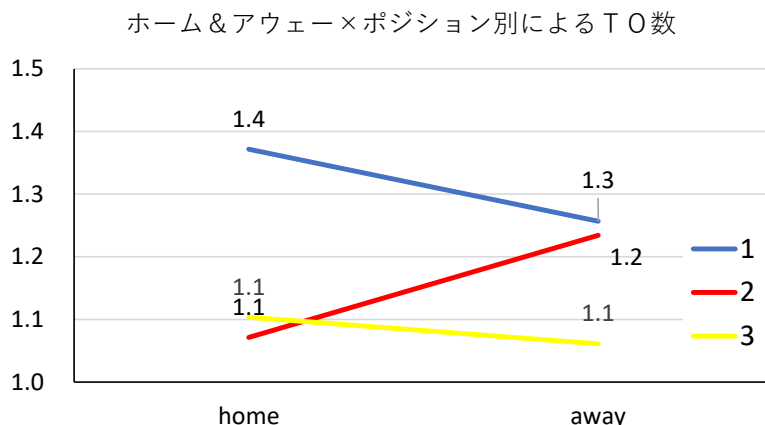


図 3-2-3-3 ホーム&アウェー×ポジション別による TO 数の差

ポジション別におけるホーム&アウェーでの PTS 数の変化傾向の違いを検討した結果を図 3-2-3-4 に示した。ポジション 1 では、ホームでの試合は 10.4 点であり、アウェーでの試合は 9.4 点であった。ポジション 2 では、ホームでの試合は 10.0 点であり、アウェーでの試合は 10.5 点であった。ポジション 3 では、ホームでの試合は 8.6 点であり、アウェーでの試合も 8.6 点であった。交互作用の有意確率は 0.315 であり、統計的に有意な差は確認されなかったが、2 のみ away で PTS 数が増えていた。

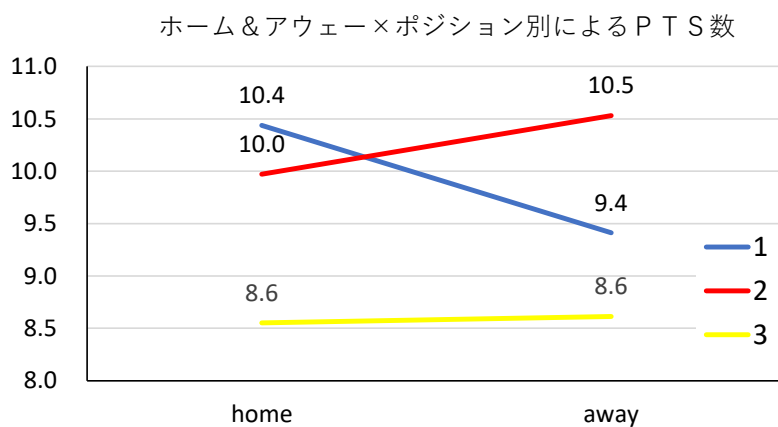


図 3-2-3-4 ホーム&アウェー×ポジション別による PTS 数の差

3-2-4 出場時間グループによる成績傾向の違い

出場時間グループにおけるホーム&アウェーでのPTS数の変化傾向の違いを検討した結果を図3-2-4-1に示した。グループ1（出場時間30分以上）では、ホームでの試合は17.4点であり、アウェーでの試合は18.0点であった。グループ2（出場時間30分以下）では、ホームでの試合は7.7点であり、アウェーでの試合は7.0点であった。交互作用の有意確率は0.145であり、統計的に有意な差は確認されなかったが、1ではawayでPTSが増加し、2では減少していた。

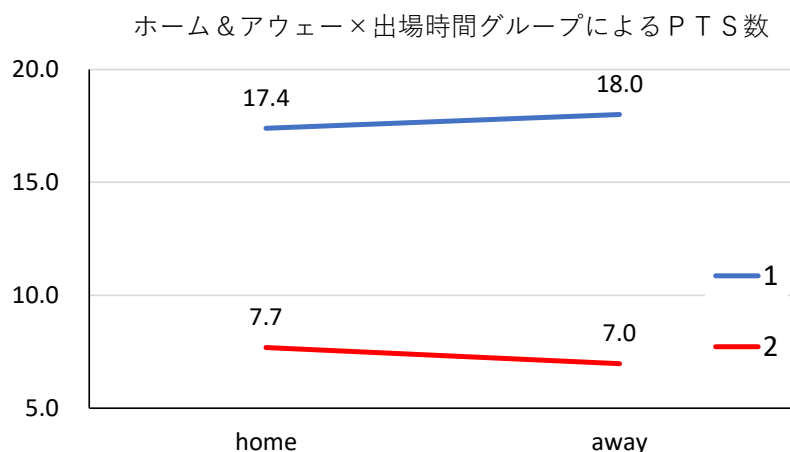


図3-2-4-1 ホーム&アウェー×出場時間グループによるPTS数の差

出場時間グループにおけるホーム&アウェーでのFG率の変化傾向の違いを検討した結果を図3-2-4-2に示した。グループ1では、ホームでの試合は47.3%であり、アウェーでの試合は47.9%であった。グループ2では、ホームでの試合は42.3%であり、アウェーでの試合は40.3%であった。交互作用の有意確率は0.438であり、統計的に有意な差は確認されなかったが、1ではawayでFG率が増加し、2では減少していた。

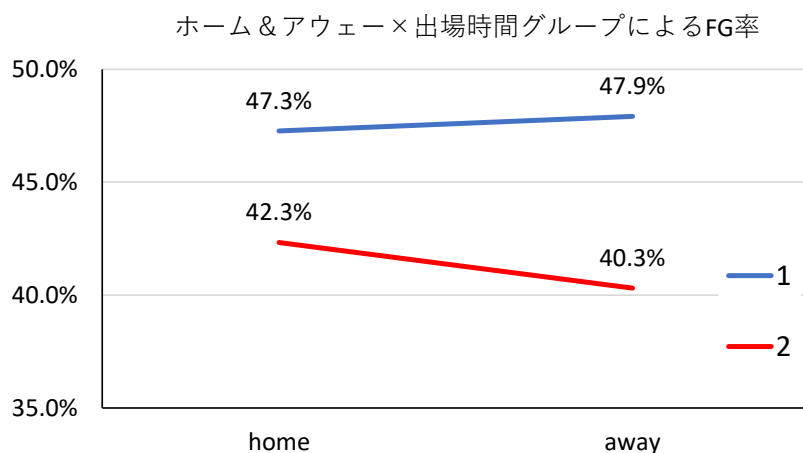


図3-2-4-2 ホーム&アウェー×出場時間グループによるFG率の差

第4章 考察

4-1 ホーム&アウェーでの選手およびチームのパフォーマンスへの影響

分析結果から、個人成績では、FG率、3PT率、FT率、REB、AST、PTSにおいて、homeでの試合の方が、平均値が高い傾向が見られた。つまり、FG率、3PT率、FT率、REB、AST、PTSに関しては、awayでの試合で成績が低下していることが示唆された。また、このような結果になったのは、自チームを応援する観客数の違いや声援、慣れ親しんだコートでのプレーにより、homeでの試合の方がより良いパフォーマンスにつながっていると思われる。このことから、俗にいうホームコートアドバンテージは実際に一定程度存在すると結論付けることができた。同様に、チーム成績では、FG率、3PT率、REB、AST、BLK、TO、PTSにおいて、homeでの試合の方が、平均値が高い傾向が見られた。個人成績同様の傾向がチーム成績でも確認された。選手およびチームのパフォーマンスへの影響は、homeとawayでの試合結果にも影響していると考えられる。

4-2 ホーム&アウェーでの成績変化傾向の違い

4-2-1 上位、下位による成績変化傾向の違い

上位、下位チームの比較では、上位チームほどhomeのFG率、FT率、TO、PTS数が、awayに比べて顕著に高い値を示していた。特に、FG率においては、homeとawayでの変化傾向に有意な違いが認められた。FT率、PTS数においては、統計的に有意な差は確認されなかったが、視覚的には上位チームほどhomeで増加傾向になっていた。また、TOでは、上位チームほどhomeでの減少数が大きいことが観察された。上位チームは、下位チームに比べ、homeで確実に良いパフォーマンスを発揮できていることが示唆された。一方、下位チームでは、awayで極端にパフォーマンスが低下するというよりは、homeでパフォーマンスをあげることができていないことが示唆された。また、その他の項目である3PT率、REB、AST、STL、BLK、PFにおいては、統計的な有意差は確認されなかった。有意差が確認されなかった項目は比較的ディフェンスに関する項目が多く、有意差が確認された項目はオフenseに関する項目が多く見られた。このことにより、オフense面の方が、よりホームコートアドバンテージを得やすいことが示唆された。NBAでは全体の半分がhomeゲームであるため、このような違いはチーム成績に直結する。下位チームでは、homeコートでのパフォーマンス向上に注視して、準備や戦術をたてることで、大幅な勝率向上が期待できるのではないだろうか。

4-2-2 スタート、ベンチによる成績変化傾向の違い

スタート、ベンチでの比較では、FG率、REBともに統計的に有意な差は確認されなかったが、視覚的にはstartの方がawayでも高い率や数を維持していることが確認された。ベンチの選手の多くはawayでパフォーマンスを低下させてしまっていることが示唆された。その他の項目である3PT率、FT率、AST、STL、BLK、TO、PF、PTSでは、統計的にも視覚

的にも顕著な差は見られなかった。以上のことから、ベンチの選手は **away** での試合において、FG 率を低下させないように心がけること、また、リバウンドの獲得数が減少しないようなプレーを心掛けることがチームパフォーマンスの向上に好影響を及ぼすことが期待できる可能性がある。

4-2-3 ポジション別による成績変化傾向の違い

ポジション別での比較では、統計的に有意な差は確認されなかったが、FG 率においては、ポジション 3（センター）のみ **away** で FG 率が高くなっていた。特にポジション 1（ガード）で、**away** での試合で確率が低下していることが分かった。STL においても、ポジション 2（フォワード）のみ **away** で増加しており、他のポジションでは、大きな差は観察されなかった。TO 数においては、ポジション 2 のみ TO 数が増加していた。また、**home** の試合では、ポジション 1 において、他のポジションと比較して、TO 数が顕著に多いことが確認された。PTS 数では、ポジション 2 のみ **away** で増加しており、ポジション 1 では、**home** の試合より **away** の試合で 1 点減少していることが観察された。ポジション 3 では **home** と **away** の試合で大きな差は見られなかった。結果として、ポジションの違いによる統一的な変化傾向は確認されなかったが、ポジション 1 において、**away** の試合で、FG 率が他のポジションと比較して低下していることから、PTS 数の低下にもつながっていたと推察された。現代のバスケットボールではポジション 1 に該当するガードプレーヤーの得点率が高い傾向があることも考慮すると、これらのプレーヤーの **away** でのパフォーマンス低下を抑えることがチームの勝率向上につながることを期待できる。

4-2-4 出場時間グループによる成績変化傾向の違い

出場時間グループでの比較では、PTS 数、FG 率ともに、統計的に有意な差は確認されなかったが、グループ 1（出場時間 30 分以上）では **away** の試合で若干、増加していることが観察された。グループ 2（出場時間 30 分以下）では、PTS 数、FG 率ともに **home** の試合で増加傾向であった。これらの結果から、グループ 1 では、グループ 2 に比べ、**away** での試合で良いパフォーマンスを発揮できていることが示唆された。一方、グループ 2 では、FG 率は 2% も **away** の試合で低下しており、**away** でパフォーマンスが低下する傾向が確認された。出場時間の長いプレーヤーの方が、日常的にパフォーマンスが高いことは容易に想像できるが、出場時間の限られたグループ 2 のプレーヤーが **away** の試合でパフォーマンスを上げていくことがチームの勝率の向上につながることを期待される。

第5章 まとめ

本研究では、ホーム&アウェーでの個人成績とチーム成績をもとに、NBAの、2018年-2019年シーズン、2017年-2018年シーズン、ウエスタンカンファレンスとイースタンカンファレンスの2つのリーグの上位下位各2チーム、合計4チーム間のシーズン中での対戦試合を対象に、データ分析を行い、ホーム&アウェーでの成績に及ぼす影響を検討した。個人成績では、FG率、3PT率、FT率、REB、AST、PTSにおいて、homeでの試合の方が、平均値が高い傾向が見られた。また、チーム成績では、FG率、3PT率、REB、AST、BLK、TO、PTSにおいて、homeでの試合の方が、平均値が高い傾向が見られた。また、チームの上位、下位やプレイヤーのポジション、出場時間などによる、ホーム&アウェーでの成績変化傾向の違いを検討したところ、オフェンス面でhomeでのゲームパフォーマンスを高めること、ベンチプレイヤーや出場時間の限られたプレイヤーがawayの試合でのパフォーマンス低下を最小限に抑えることがチームの成績向上に好影響を及ぼすことが示唆された。

参考文献

NBA-ESPN サイト

スポニチ

<<https://www.sponichi.co.jp/sports/news/2019/08/13/kiji/20190813s00011061232000c.html>>

謝辞

本研究で、指導助言していただいた名古屋学院大学の中野貴博先生、本実践に協力してくださった皆様に感謝申し上げます。

2020 年度 スポーツ健康学部
卒業論文

個人の運動経験およびパーソナリティーと
運動継続意志との関係

所属学科 スポーツ健康学科，こどもスポーツ教育学科

学籍番号 21s0103 21s0165 21s1027

氏名 中山嘉基 渡辺莉緒 田嶋詩

指導教員 中野 貴博 先生

提出日 2021年1月18日

■ 研究要旨

文部科学省スポーツ振興基本計画には「スポーツは、人生をより豊かにし、充実したものとするとともに、人間の身体的・精神的な欲求に応え、心身の両面に影響を与える文化であり、明るく豊かで活力に満ちた社会の形成や個々人の心身の健全な発達に必要なものである。」として、運動・スポーツの意義が示されている。すなわち、人々が豊かで明るい暮らしをしていくためには運動・スポーツを生涯にわたって習慣的に親しみ、その活動を継続的に行うことが必要であると考えられる。本研究の目的は、今後の運動継続要因、特に、個人の運動経験や志向性、友人関係、性格（パーソナリティー）などの要因と実際の運動継続意志との関係性を検討することを目的とした。名古屋学院大学スポーツ健康学部生 84 名にアンケート調査を行った。意欲や積極性、主体性など何事にも積極的に活動することができることを示す活動性の得点が高い人、物事を長期的に継続することや、何かをやり抜くこと、辛抱強さなどで構成される持久性の得点が高い人の方が運動継続には有利なパーソナリティーであることが示唆された。

目次

第1章 序論

- 1-1 背景
- 1-2 目的

第2章 方法

- 2-1 対象者
- 2-2 調査内容
- 2-3 調査方法
- 2-4 分析手続き

第3章 結果

- 3-1 アンケート結果の基礎集計
 - 3-1-1 実施種目に関する項目の集計結果
 - 3-1-2 運動の継続に関する項目の集計結果
 - 3-1-3 運動への嗜好性に関する項目の集計結果
- 3-2 パーソナリティーと運動継続要因との関係
- 3-3 競技種目・継続年数と運動継続意志の関係

第4章 考察

- 4-1 運動継続意志の基礎集計
- 4-2 パーソナリティーと運動継続要因との関係
- 4-3 競技種目、継続年数と運動継続意志の関係

参考文献

謝辞

第1章 序論

1-1 背景

文部科学省スポーツ振興基本計画には「スポーツは、人生をより豊かにし、充実したものとするとともに、人間の身体的・精神的な欲求に応え、心身の両面に影響を与える文化であり、明るく豊かで活力に満ちた社会の形成や個々人の心身の健全な発達に必要な不可欠なものである。」として、運動・スポーツの意義が示されている。すなわち、人々が豊かで明るい暮らしをしていくためには運動・スポーツを生涯にわたって習慣的に親しみ、その活動を継続的に行うことが必要であると考えられる。我が国では、発育発達期の子どもがスポーツを経験する機会として学校部活動がある。学校部活動には多種多様な種目がある。手や足を起用に使いボールを扱うバスケットボールやサッカー、道具を使って相手コートに返すテニスやバドミントン、体と体をぶつけあう柔道や剣道などの部活がある。また、吹奏楽部や家庭科部など文科系の部活も存在する。このように、部活の選択に幅がある中、学校での部活動が減少傾向にある。特に小学校では働き方改革により教員の負担を減らすため、部活動を廃止する学校が増えている。このような子どものスポーツ経験機会の減少は、生涯におけるスポーツ継続に悪影響を及ぼすことが懸念される。

ここで、運動の継続を妨げる要因を考えてみると、一般的にモチベーション不足や時間の管理などが挙げられている (McAuley, E., et al 1990)。例えば、大学生を対象とした調査では、「時間がない」、「怠惰」、「他に優先したいことがある」、「モチベーションがない」、「活力がない」などが要因となっていることが報告されている (Ebben, W. and Brudzynski, L. 2008)。また、過去一年間に運動をしなかった日本の大学生を対象とした研究では、運動をしなかった理由について、「機会がない」、「時間がない」などが主な理由として報告されている (平木・木谷, 2011)。さらに、中村・古川 (2004) によれば、運動習慣を形成するためには身体要因 (運動可能な身体状況や体力、能力)、環境要因 (時間、空間、仲間、費用、指導者等)、心理要因 (内・外発的動機づけ、運動効果に対する理解、目的、志向、有能感等) の3つの要因が影響する。これらの先行研究が示すように、運動の継続を妨げる様々な要因が存在する。

ここで、それぞれの要因について考えてみると、環境要因に関しては社会環境や公的制度など、個人では改善が難しいものも多いように思う。一方で、身体要因は主にこれまでの運動経験や体力などの自分自身の要因であると思われる。同様にモチベーション (動機付け) や活力といった心理要因も運動を実施する人自身の要因であろう。例えば、運動を継続することが自身の健康や生活習慣病の予防、医療費削減等、社会貢献にも繋がることを理解すれば、運動実施のモチベーションになる。特に、大人においては何のためにという目的が明確になれば運動の継続可能性も高まると考えられる。さらに、これまでの運動経験を背景とした個々の実施種目に応じた能力や知識、加えて、勤勉性や社交性なども含めた、性格やパーソナリティが運動継続の要因になることも容易に想像できる。つまり、これらの知識や体力、運動経験、性格などの個人の特性がどのように運動継続に影響するかを明らかにするこ

とができれば、より多くの人に運動継続を促すことが期待できる。そこで、本研究では、今までの自身の運動継続要因についてアンケート調査を行うことによって、今までの運動継続要因や継続理由およびそれを妨げる理由について検討する。対象は、一定程度以上の運動経験をj得る機会をこれまでに有し、また、個々の性格や知識、体力などについても十分に形成、獲得される時期を終えたと考えられる大学生を対象とすることとした。

1-2 目的

本研究の目的は、今後の運動継続要因、特に、個人の運動経験や志向性、友人関係、性格（パーソナリティ）などの要因と実際の運動継続意志との関係性を検討することを目的とした。

第2章 方法

2-1 対象者

名古屋学院大学瀬戸キャンパスのスポーツ健康学部¹⁾に所属する大学3年生84名を対象とした。性・学年別の対象者数の内訳を表2-1に示す。

表2-1 性・学年別の対象者数の内訳

学年	男子	女子	合計
3年生	70	14	84

2-2 調査内容

アンケート調査は11の大問と2つの性格診断尺度で構成した。冒頭に、学年・性別・運動部活動やクラブ活動の経験や現在のスポーツ活動の有無・最も長く続いたスポーツの種目と継続年数を基本情報として質問した。大問はスポーツ継続への要因、スポーツが自身におよぼした影響、今後のスポーツとの関わりに関する設問で構成した。スポーツ継続への要因に関しては、スポーツを始めたきっかけ、継続を考えたことがあるか、また、その理由をそれぞれ記入してもらった。スポーツが自身におよぼした影響に関しては、こちらが用意した20項目の選択肢から複数回答してもらった。当てはまる選択肢がない場合は、その他に具体的に記入してもらった。今後のスポーツとの関わりに関しては、過去に行ってきたスポーツ種目にかかわらず、スポーツをどのように継続したい、または新しく始めたいかを質問した。性格診断に関しては、新性格診断から抜粋した「社会的外交性」、「活動性」、「持久性」、「抑うつ性」の4つの項目と、友人関係尺度を用いて運動に対する意識や性格、パーソナリティなどの面から調査した。論文の最後に付表として用いた調査用紙を貼付する。

2-3 調査方法

瀬戸キャンパスの3年生のゼミ時に担当教員の協力のもと、アンケート調査を実施した。回答終了後アンケート調査用紙を回収した。

2-4 分析手続き

アンケート調査の結果をもとに、以下の要素に関する調査項目の関係性をt検定、クロス集計、カイ二乗検定により検討した。すべての分析において有意水準は5%とし、分析にはIBM SPSS Statistics version 20.0を用いた。

- a) パーソナリティー(q12)と、やめたいと感じたことの有無(q4-2)との関係
- b) パーソナリティー(q12)と、実際に活動をやめたか否か(q4-3)との関係
- c) パーソナリティー(q12)と、継続を妨げる要因の集計結果(q4-4)との関係
- d) パーソナリティー(q12)と、やめたいと思わなかった理由(q4-6)との関係
- e) パーソナリティー(q12)と、これまで主に実施した種目に対する意欲(q4-7)の関係
- f) パーソナリティー(q12)と、運動、スポーツが好きか否か(q5)との関係

- g) 競技種目、継続年数(q3)と、今後の運動・スポーツ継続意欲(q9)の関係
- h) 競技種目(q3)と、やめたいと感じたことの有無(q4-2)との関係
- i) 競技種目(q3)と、友人関係尺度(q13)の関係
- j) 継続年数(q3)と、やめたいと感じたことの有無(q4-2)との関係
- k) 継続年数(q3)と、これまで主に実施した種目に対する意欲(q4-7)の関係

第3章 結果

3-1 アンケート結果の基礎集計

3-1-1 実施種目に関する項目の集計結果

最初に、これまでに実施してきた運動種目と継続年数および始めたきっかけの集計結果を示す。図3-1-1-1は主に実施してきた種目の内訳である。一番多かったのは29%でサッカーであった。また、主に実施してきた種目を団体種目と個人種目に分類したところ、団体種目は80%、個人種目は20%であった(図3-1-1-2)。さらに、これらの種目の継続年数を～6年、7～9年、10年以上の3つに分類した結果を図3-1-1-3に示した。一番多かったのは「10年以上継続している」の46%であった。

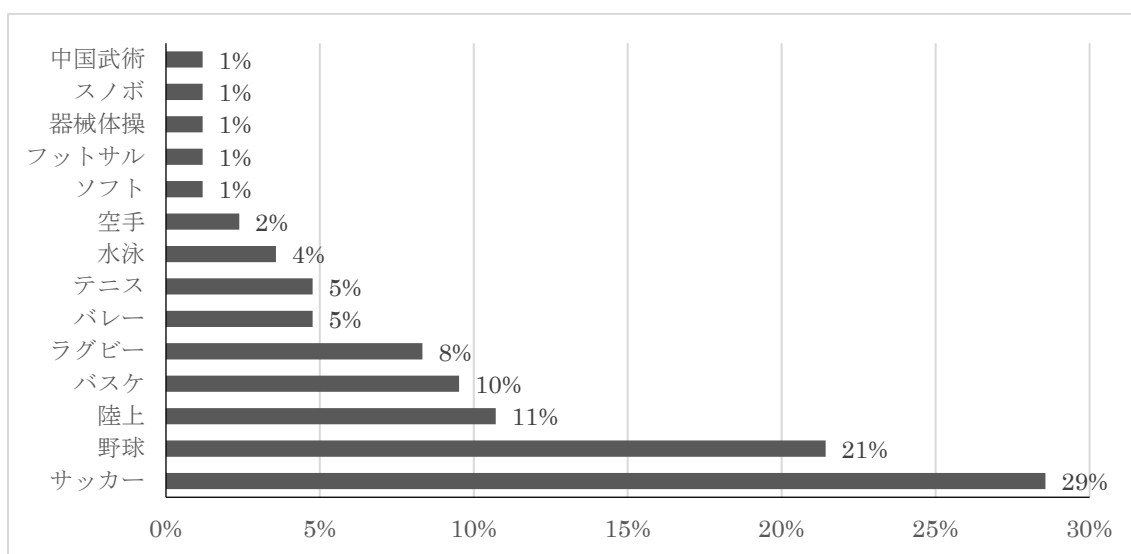


図3-1-1-1 主に実施してきた種目とその継続年数 (q3)

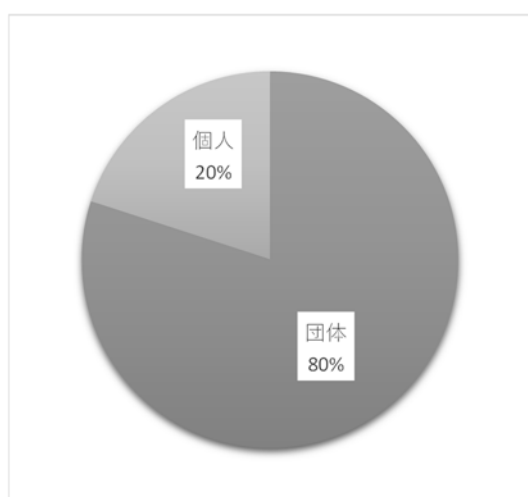


図3-1-1-2 団体競技と個人競技 内訳 (q3)

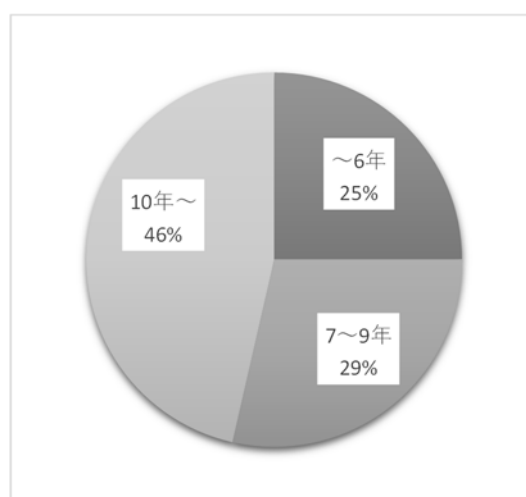


図3-1-1-3 主に実施してきた種目の継続年数 (q3)

図 3-1-1-4 には、主に実施してきた種目を始めたきっかけの集計結果を示した。ここでは、選択肢を社会的要因、個人的要因、環境的要因の 3 つに分類して示した。一番が多かったのは「両親・知人の勧め」の 43%であり、3 つの分類で見ると、社会的要因が最も多くなっていた。

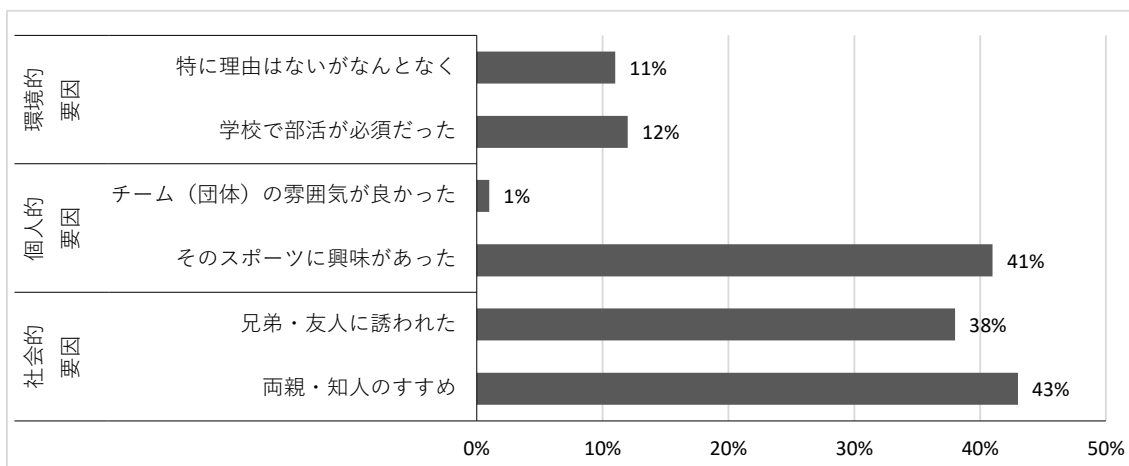


図 3-1-1-4 主に実施してきた種目を始めたきっかけ (q4-1)

3-1-2 運動の継続に関する項目の集計結果

この節では、これまでに主に実施してきた種目を活動中にやめたいと思った経験に関する項目と、今後の運動継続意欲に関する項目の集計結果を示す。まず、主に実施してきた種目を活動中にやめたいと思ったことがあるかを図3-1-2-1に、そして、実際にやめたかを図3-1-2-2に示した。やめたいと思ったことがある人は68%、やめたいと思ったことがない人は32%であった。さらに、実際にやめた人は19%、やめなかった人は81%であった。続いて、図3-1-2-3に主に実施してきた種目をやめたい、もしくはやめた理由を示した。ここでも、社会的要因、個人的要因、環境的要因の3つに分類して結果を示した。一番多かったのは「教師や指導者との関係に問題があった」の41%という結果であった。3つの分類では、指導者や友人などの社会的要因と、競技内容や練習内容などの個人的要因に関する回答が多くなっていた。

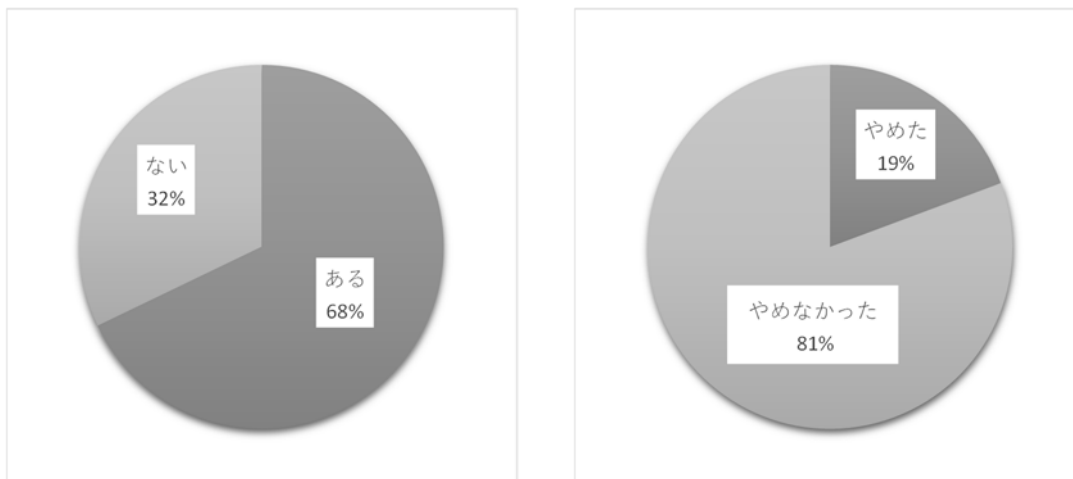


図3-1-2-1 主に実施してきた種目を活動中にやめたいと思ったことの有無 (q4-2) (左図)

図3-1-2-2 活動中にやめたいと思った人の中で実際にその種目を途中でやめたか否か (q4-3) (右図)

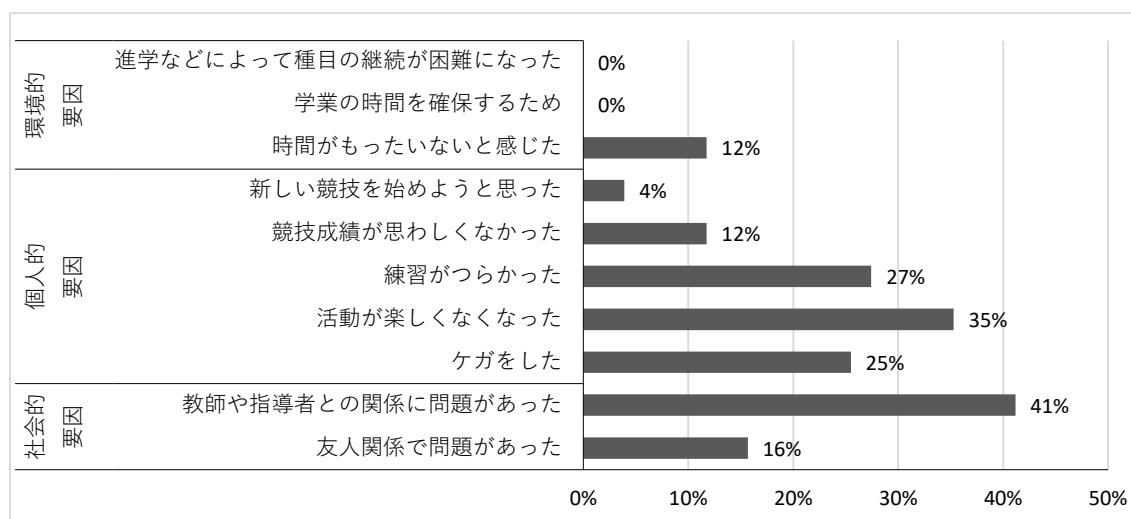


図3-1-2-3 主に実施してきた種目をやめたいもしくはやめた理由 (q4-4)

次に、主に実施してきた種目をやめたいと思ったがやめなかった理由を図 3-1-2-4 に、やめたいと思わなかった理由を図 3-1-2-5 に示した。ここでも、それぞれの理由を社会的要因、個人的要因、環境的要因の 3 つに分類して示した。やめたいと思ったがやめなかった理由で一番多かったのは、「やり切りたいと考えなおした」の 47%であり、次いで、「なんとなくやめなかった」の 35%であった。いずれも環境的要因に分類される項目であった。

次に、主に実施してきた種目をやめたいと思わなかった理由では、一番多かったのは「活動が楽しかったから」が 100%であった。次いで、「友達がいたから」が 70%であった。全体として環境的要因は少なかった。

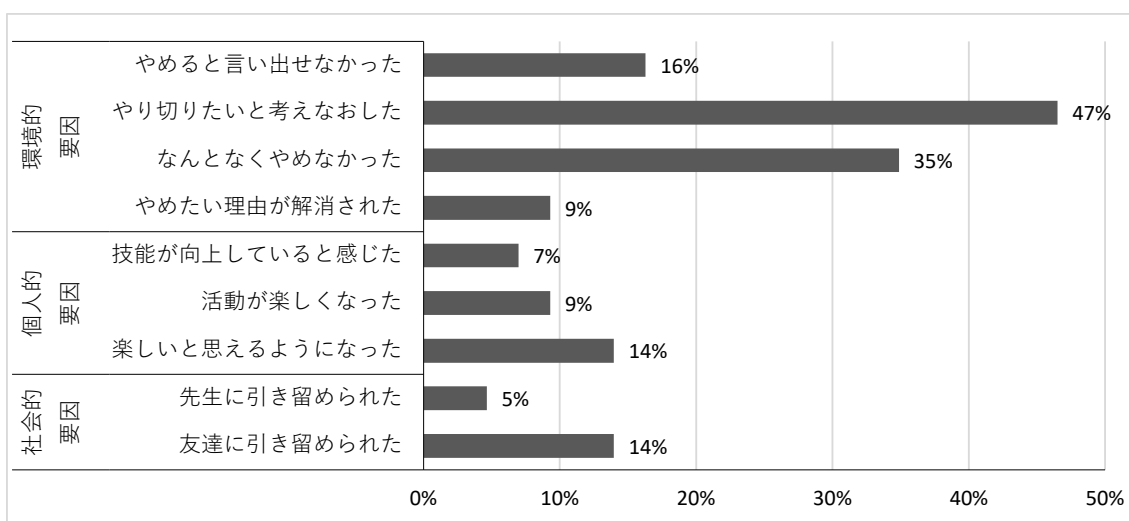


図 3-1-2-4 主に実施してきた種目をやめたいと思ったがやめなかった理由 (q4-5)

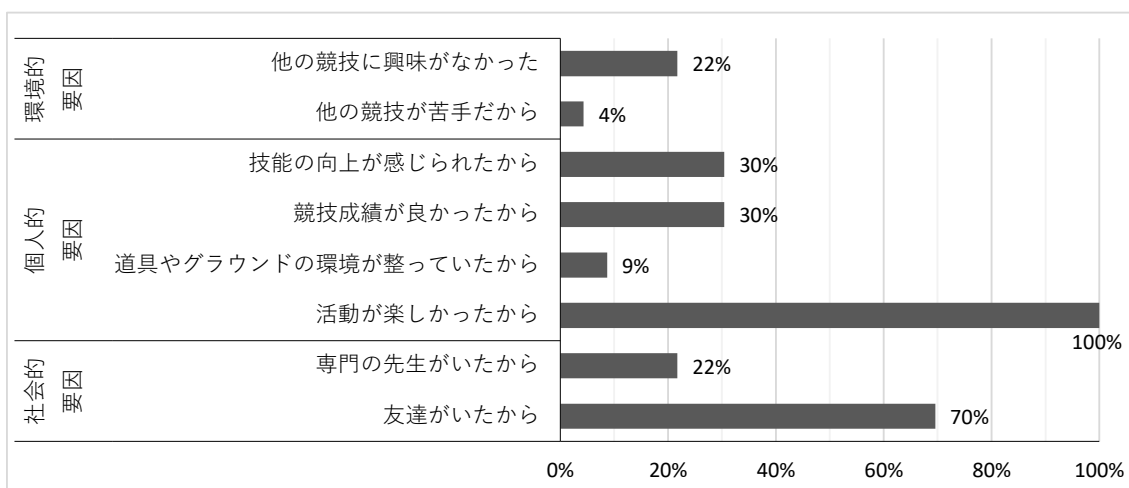


図 3-1-2-5 主に実施してきた種目をやめたいと思わなかった理由 (q4-6)

ここからは今後の運動継続に関する項目の集計結果を示す。主に実施してきた種目に対して、続けたいもしくは再挑戦したいと思っているかを図 3-1-2-6 に示した。とても思うが 30%、まあ思うが 49%となり、続けたい、再挑戦したいと思っているのは全体で 79%という結果であった。図 3-1-2-7 には、これまで実施してきた種目にかかわらず、今後も何かしらの運動やスポーツ活動を続けたいと思うかの結果を示した。とても思うが 57%、まあ思うが 34%となり、続けたいと思っているのは全体で 91%いるという結果であった。さらに、今後も運動やスポーツ活動を続ける場合、どのような形で続けたいと思っているかを図 3-1-2-8 に示した。一番多かったのはレクリエーションスポーツの 38%であり、次いで、競技スポーツ、健康スポーツの順であった。

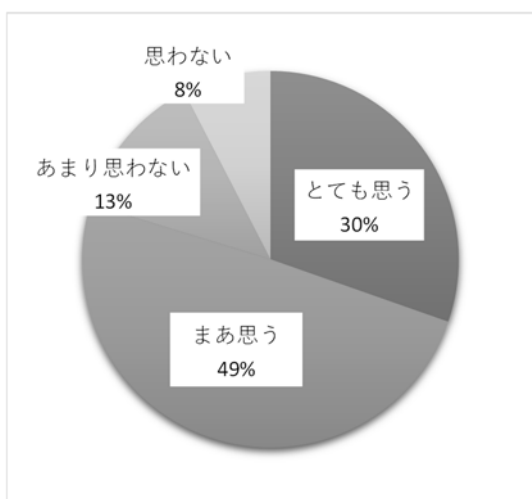


図 3-1-2-6 主に実施してきた種目に対する継続意欲 (q4-7)

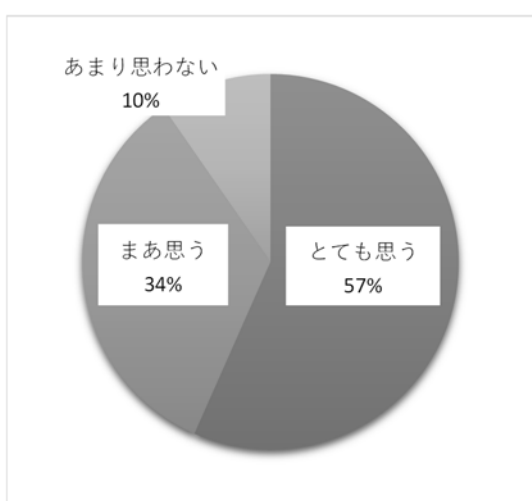


図 3-1-2-7 今後も何かしらの運動やスポーツ活動を続けたいと思うか否か (q9) (右図)

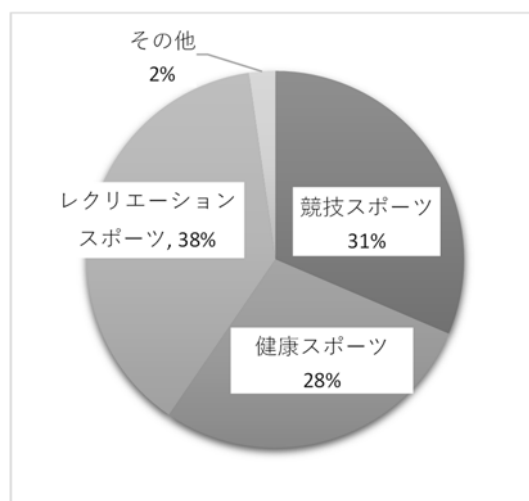


図 3-1-2-8 今後も運動やスポーツ活動を続ける場合、どのような形で続けるか (q10) (左図)

図 3-1-2-9 には、今後も運動やスポーツ活動が続ける場合、図 3-1-2-10 には競技スポーツを続ける場合、何歳頃まで続けたいと思っているかを示した。集計結果は、継続年齢を～30歳、31～60歳、61歳以上の3つに分類して示した。一般的なスポーツ活動では31～60歳が48%で最も多く、競技スポーツでは～30歳が63%で最も多かった。

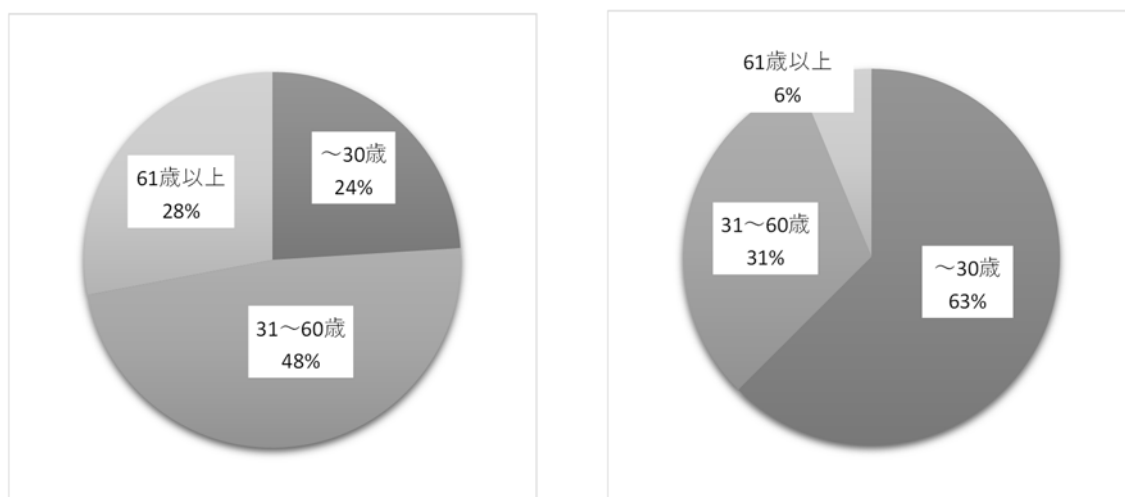


図 3-1-2-9 今後もスポーツ活動が続ける場合、何歳頃まで続けたいと思うか (q11) (右図)

図 3-1-2-10 今後も競技スポーツが続ける場合、何歳頃まで続けたいと思うか (q11) (左図)

3-1-3 運動への志向性に関する項目の集計結果

ここでは、運動への志向性に関する項目および、スポーツ活動の経験が及ぼした影響に関する集計結果を示す。最初に、運動やスポーツ活動を行うことが好きか否かを図 3-1-3-1 に示した。好きが 64%、まあ好きが 30%であり、好きと思っているのは全体で 94%という結果であった。図 3-1-3-2、図 3-1-3-3 には、運動やスポーツの好きな部分と嫌いな部分の結果を3つの要因に分類して示した。好きな部分では、一番多かったのは「楽しい」が 99%であり、次いで、「ストレス発散できる」であった。一方、嫌いな部分では、「ケガをすることがある」が 58%で最も多く、次いで、「負けるのが嫌」「疲れること」の順であった。

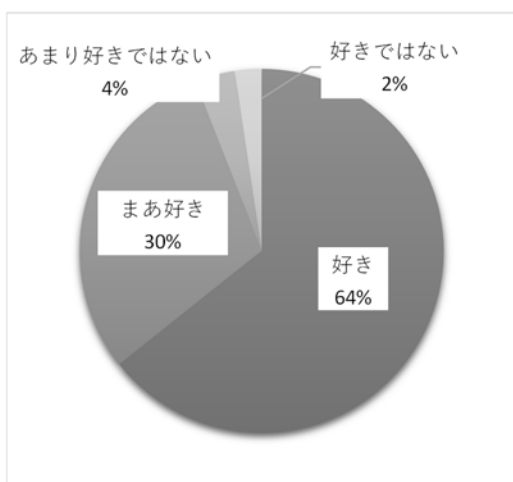


図 3-1-3-1 運動やスポーツ活動を行うことが好きか否か (q5)

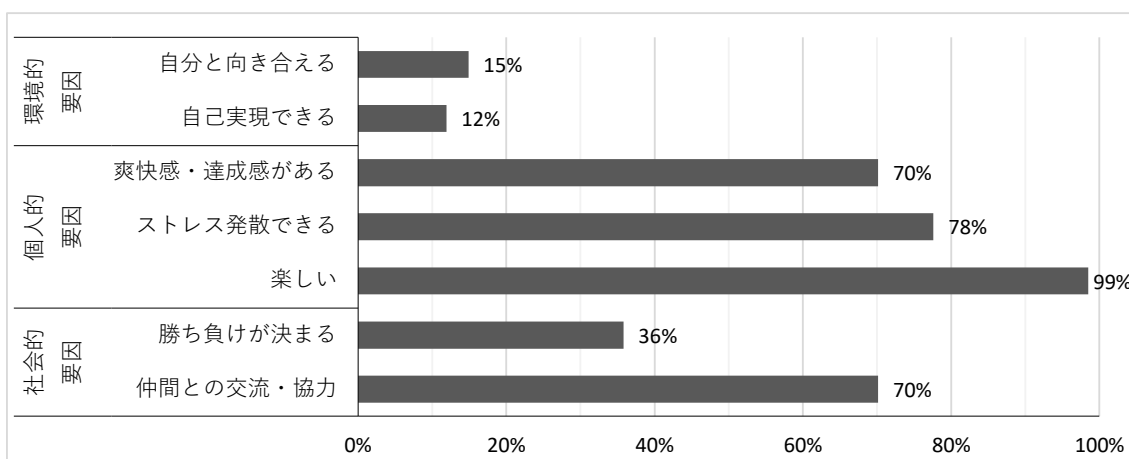


図 3-1-3-2 運動やスポーツ活動の好きな部分 (q6)

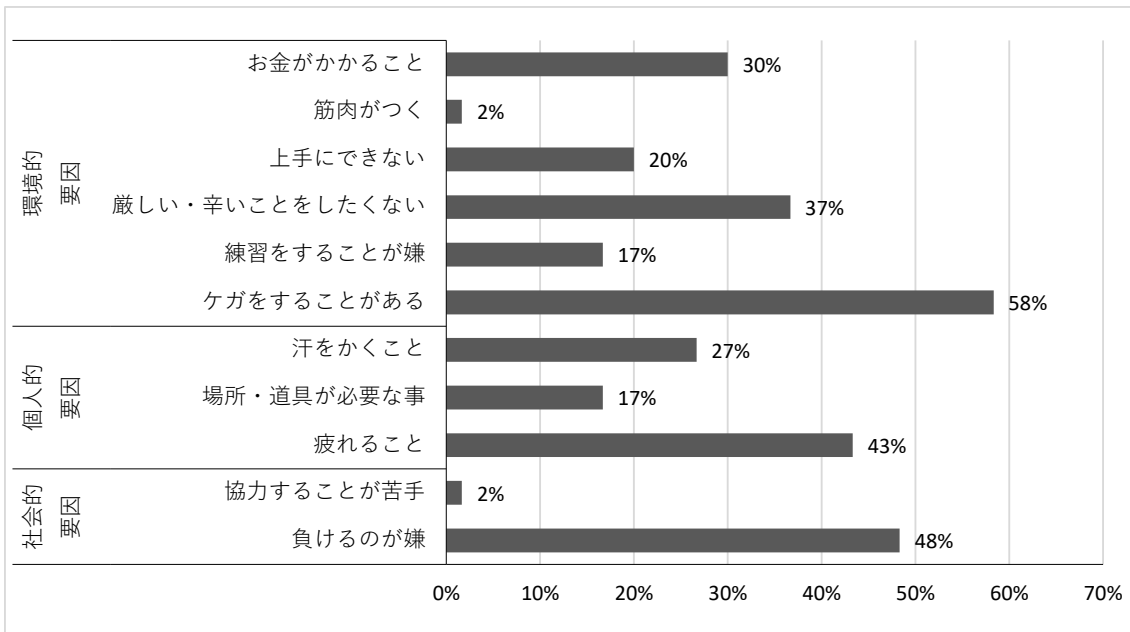


図 3-1-3-3 運動やスポーツ活動の嫌いな部分 (q7)

図 3-1-3-4 には、これまでの運動やスポーツ活動の経験が自身に及ぼした影響の結果を示した。一番多かったのは「友達・仲間が増えた」の 82%であり、次いで「体力・筋力が向上した」の 79%、「礼儀が身に付いた」の 67%という順であった。

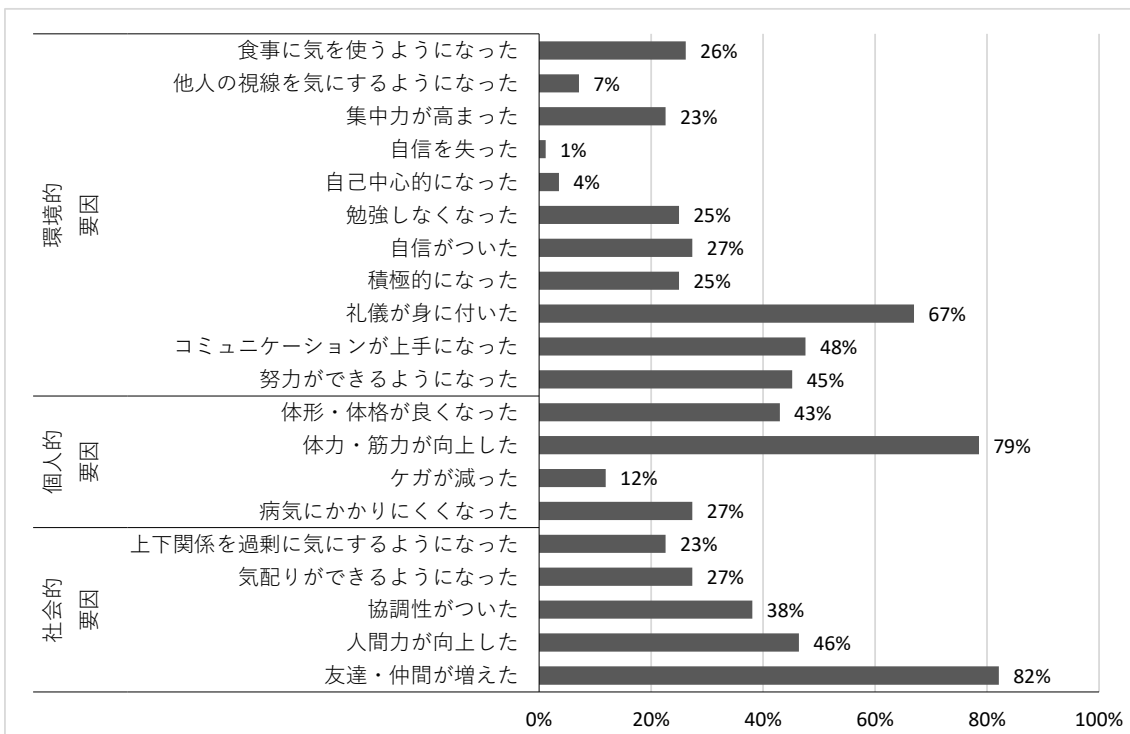


図 3-1-3-4 これまでの運動やスポーツ活動の経験が自身に及ぼした影響 (q8)

3-2 パーソナリティーと運動継続要因との関係

主に実施してきた種目をやめたいと思ったことがある人とない人で、パーソナリティー尺度の下位尺度得点の平均値の差をt検定を用いて検討した(表3-2-1)。持久性にのみ統計的に有意傾向な差が確認され、やめたいと思ったことのない人の方が有意に持久性の得点が高かった。それ以外の要因に関しては、統計的な有意差は確認されなかったが、やめたいと思ったことがある人では社会的外交性の得点が高い傾向が、やめたいと思ったことのない人では活動性の得点が高い傾向が確認された。

表3-2-1 パーソナリティー尺度得点とやめたいと思った経験の関係 (q4-2)

パーソナリティーの下位尺度	やめたいと思ったことがある	度数	平均値	標準偏差	平均値の差	t値	df	有意確率
社会的外交性	ある	57	22.3	4.7	1.40	1.292	81	0.200
	ない	26	20.9	4.1				
活動性	ある	57	21.0	3.9	-1.04	-1.147	82	0.255
	ない	26	22.1	3.8				
持久性	ある	57	21.0	4.2	-1.64	-1.755	83	0.083
	ない	26	22.7	3.1				
抑うつ性	ある	57	20.0	5.1	-0.65	-0.576	84	0.566
	ない	26	20.6	4.0				

次に、主に実施してきた種目をやめた人とやめなかった人で、パーソナリティー尺度の下位尺度得点の平均値の差をt検定を用いて検討した(表3-2-2)。いずれの下位尺度得点の平均値にも統計的な有意差は確認されなかったが、実際にやめた人では抑うつ性が、実際にやめなかった人では活動性と持久性が約1.00高い傾向が確認された。次にやめたいと思ったことがある人に対して、その理由が主に社会的要因による人と個人的要因による人で、パーソナリティー尺度の下位尺度得点の平均値の差をt検定を用いて検討した(表3-2-3)。いずれも社会的要因を主とする群で得点が高くなっていたが統計的な有意差は確認されなかった。

表3-2-2 パーソナリティー尺度得点と実際にやめたか否かとの関係 (q4-2)

パーソナリティーの下位尺度	実際にやめた/やめなかった	度数	平均値	標準偏差	平均値の差	t値	df	有意確率
社会的外交性	やめた	11	22.2	5.5	-0.12	-0.076	55	0.940
	やめなかった	46	22.3	4.6				
活動性	やめた	11	20.3	4.1	-0.94	-0.725	55	0.471
	やめなかった	46	21.2	3.8				
持久性	やめた	11	20.5	5.7	-0.58	-0.408	55	0.685
	やめなかった	46	21.1	3.9				
抑うつ性	やめた	11	20.8	4.4	1.06	0.617	55	0.540
	やめなかった	46	19.8	5.2				

表3-2-3 パーソナリティー尺度得点と継続を妨げる要因との関係 (q4-4)

パーソナリティー の下位尺度	継続要因	度数	平均値	標準 偏差	平均値 の差	t値	df	有意 確率
社会的 外交性	社会的要因	23	23.0	4.3	0.86	0.603	48	0.550
	個人的要因	27	22.2	5.5				
活動性	社会的要因	23	21.7	3.9	1.37	1.225	48	0.227
	個人的要因	27	20.4	3.9				
持久性	社会的要因	23	21.6	4.5	1.05	0.874	48	0.386
	個人的要因	27	20.5	3.9				
抑うつ性	社会的要因	23	20.0	5.7	0.38	0.254	48	0.801
	個人的要因	27	19.7	4.8				

次に、やめたいと思っただけではない人に対して、その理由が社会的要因、個人的要因、環境的要因によってパーソナリティー尺度の下位尺度得点の平均値が異なるかを一元配置分析により検討した（表 3-2-3）。社会的要因では持久性が、個人的要因では活動性、持久性、抑うつ性の得点が高い傾向が確認された。また、環境的要因が主だった対象者は一人のみであったため、表中には示したが数値の検討からは除外した。また、統計的な有意差は確認されなかったが、抑うつ性の有意確率は 0.124 であり、片側検定で検討すれば有意傾向とみなせる水準であった。

表3-2-4 パーソナリティー尺度得点と、やめたいと思わなかった理由との関係 (q4-6)

パーソナリティー の下位尺度	社会的要因 (n=11)		個人的要因 (n=10)		環境的要因 (n=1)		F値	有意 確率
	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差		
社会的 外交性	21.0	3.7	20.4	5.4	24.0	-	0.289	0.752
活動性	21.5	2.3	22.7	4.7	23.0	-	0.338	0.718
持久性	22.7	2.9	22.5	3.9	27.0	-	0.815	0.457
抑うつ性	18.9	2.7	22.3	4.5	22.3	-	2.340	0.124

次に、これまで主に実施してきた種目の継続意思の違いによるパーソナリティー尺度の下位尺度得点の平均値の差を t 検定を用いて検討した（表 3-2-4）。全体的に継続したいと思う人の得点の平均値が高い傾向が確認された。特に、持久性では有意確率が 0.029 であり、統計的な有意差が確認された。

表3-2-5 パーソナリティー尺度得点とこれまで主に実施した種目の継続意志との関係 (q4-7)

パーソナリティー の下位尺度	種目の 継続意志	度数	平均値	標準 偏差	平均値 の差	t値	df	有意 確率
社会的 外交性	思う	62	22.3	4.3	1.76	1.365	76	0.176
	思わない	16	20.5	5.7				
活動性	思う	62	21.6	3.8	1.30	1.18	76	0.242
	思わない	16	20.3	4.3				
持久性	思う	62	22.1	3.8	2.33	2.227	76	0.029
	思わない	16	19.8	3.6				
抑うつ性	思う	62	20.3	4.5	0.04	0.031	76	0.975
	思わない	16	20.3	5.1				

次に、主に実施してきた種目に関わらず運動やスポーツ活動を行うことが好きか否かで、パーソナリティ尺度の下位尺度得点の平均値の差を t 検定を用いて検討した（表 3-2-5）。好きと答えた人は活動性、持久性、抑うつ性で、好きではないと答えた人は社会的外交性の得点が高かった。特に、持久性は有意確率が 0.016 で統計的な有意差が確認された。

表3-2-6 パーソナリティ尺度得点と運動やスポーツ活動の志向性との関係（Q5）

パーソナリティ の下位尺度	運動・スポーツが 好き/嫌い	度数	平均値	標準 偏差	平均値 の差	t値	df	有意 確率																																		
社会的外交性	好き	78	21.8	4.5	-0.38	-0.178	81	0.859																																		
	嫌い	5	22.2	5.8					活動性	好き	78	21.5	3.9	2.09	1.179	81	0.242	嫌い	5	19.4	3.2	持久性	好き	78	21.8	3.9	4.39	2.461	81	0.016	嫌い	5	17.4	4.0	抑うつ性	好き	78	20.4	4.8	3.37	1.55	81
活動性	好き	78	21.5	3.9	2.09	1.179	81	0.242																																		
	嫌い	5	19.4	3.2					持久性	好き	78	21.8	3.9	4.39	2.461	81	0.016	嫌い	5	17.4	4.0	抑うつ性	好き	78	20.4	4.8	3.37	1.55	81	0.125	嫌い	5	17.0	2.9								
持久性	好き	78	21.8	3.9	4.39	2.461	81	0.016																																		
	嫌い	5	17.4	4.0					抑うつ性	好き	78	20.4	4.8	3.37	1.55	81	0.125	嫌い	5	17.0	2.9																					
抑うつ性	好き	78	20.4	4.8	3.37	1.55	81	0.125																																		
	嫌い	5	17.0	2.9																																						

3-3 競技種目と、継続年数と運動継続意志の関係

主に実施してきた種目に関わらず運動やスポーツ活動を継続したいと思うか否かに分類し、競技種目、継続年数との関わりを、クロス集計及びカイ二乗検定を用いて検討した(図 3-3-1)。競技種目を団体種目または個人種目に、継続年数を～6年、7～9年、10年以上に分類した。継続年数が9年以下の個人種目を行っている該当者は確認されなかった。また、継続年数に関わらず、運動やスポーツ活動を継続したいと思う割合は団体種目、個人種目ともに高い傾向にあることが確認された。結果は、0.255 と統計的な有意差は確認されなかった。

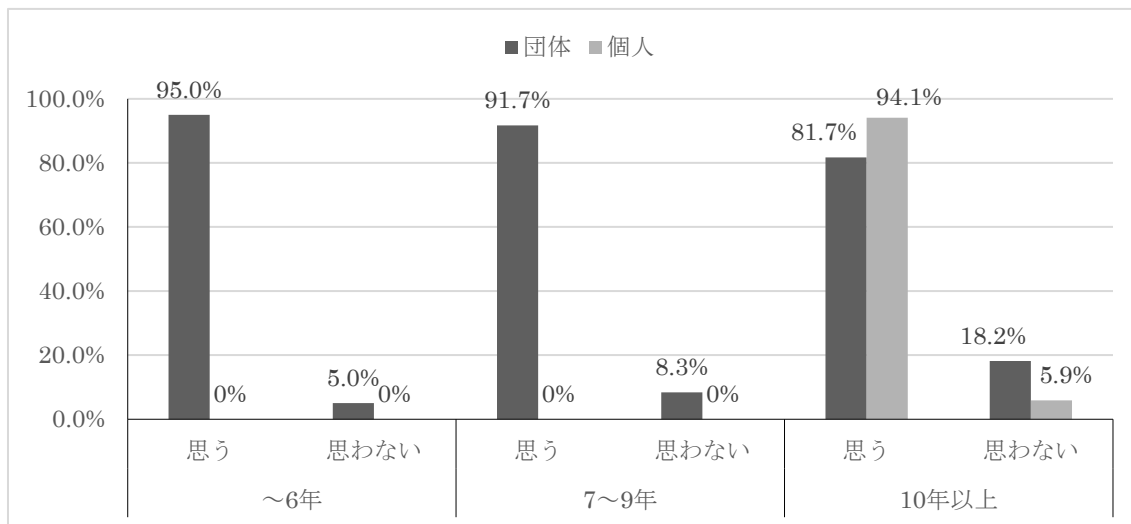


図 3-3-1 競技種目、継続年数と、今後の運動やスポーツ活動の継続意欲との関係 (q9)

次に主に実施してきた種目をやめたいと思ったことがある人となない人に分類し、競技種目との関わりを、クロス集計及びカイ二乗検定を用いて検討した(図 3-3-2)。団体種目に所属する人は70.1%が、個人種目に所属する人は58.8%がやめたいと思ったことがあると確認された。結果は、0.372 と統計的な有意差は確認されなかった。

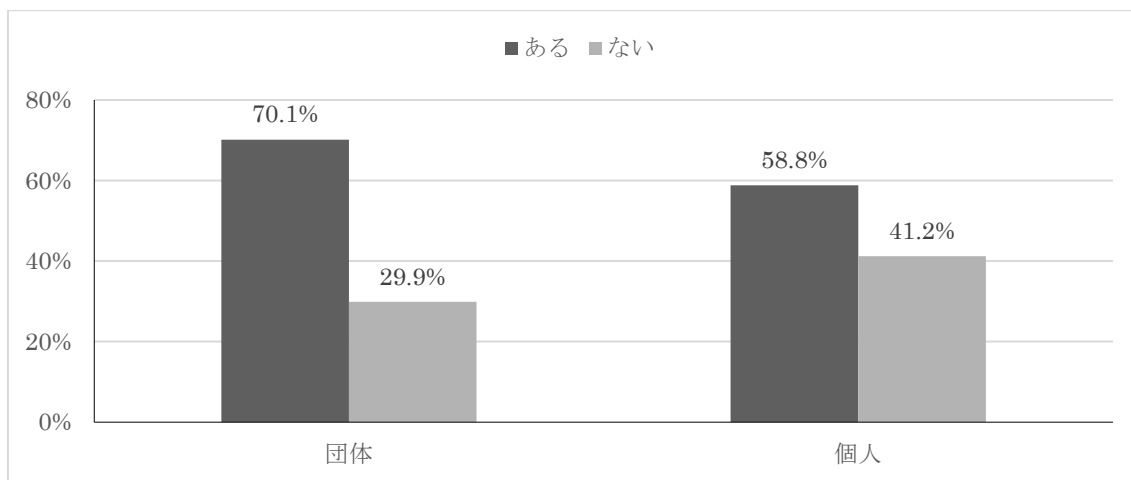


図 3-3-2 競技種目と、やめたいと思ったことの有無との関係 (q4-2)

次に、実施種目の団体、個人による友人関係尺度の気遣い、ふれあい回避、群れの3つの下位尺度得点の平均値の違いをt検定を用いて検討した(表 3-3-1)。いずれも個人種目を実施している群のスコアの平均値が若干、高かったが統計的な有意差は確認されなかった。

表3-3-1 競技種目と、友人関係尺度の関係 (q13)

	群	度数	平均値	標準偏差	平均値の差	t 値	自由度	有意確率
気遣い	団体	67	18.1	4.6	-0.50	-0.39	82.00	0.699
	個人	17	18.6	5.3				
ふれあい回避	団体	67	14.7	3.8	-0.15	-0.14	82.00	0.887
	個人	17	14.9	4.4				
群れ	団体	67	11.4	3.5	-0.86	-0.86	82.00	0.393
	個人	17	12.3	4.5				

次に主に実施してきた種目をやめたいと思ったことがある人とない人に分類し、競技種目の継続年数との関わりを、クロス集計及びカイ二乗検定を用いて検討した(図 3-3-3)。継続年数に関わらず、実施してきた種目をやめたいと思った割合が高くなった。結果は、0.493 と統計的な有意差は確認されなかった。

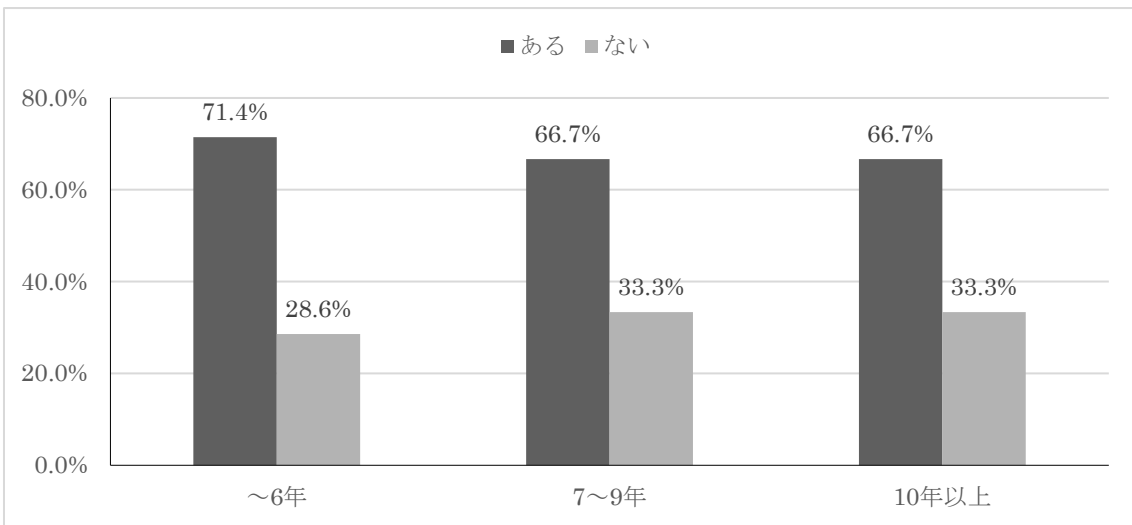


図 3-3-3 継続年数と、やめたいと思ったことの有無との関係 (q4-2)

次にこれまで主に実施してきた種目を今後も継続もしくは再挑戦したいか否かに分類し、継続年数との関わりを、クロス集計及びカイ二乗検定を用いて検討(図 3-3-4)。継続年数が~6年は73.7%、7~9年は81.8%、10年以上は81.6%となり、継続年数が長期化するにつれ、やめたいと思った割合が高くなった。結果は、0.593 と統計的な有意差は確認されなかった。

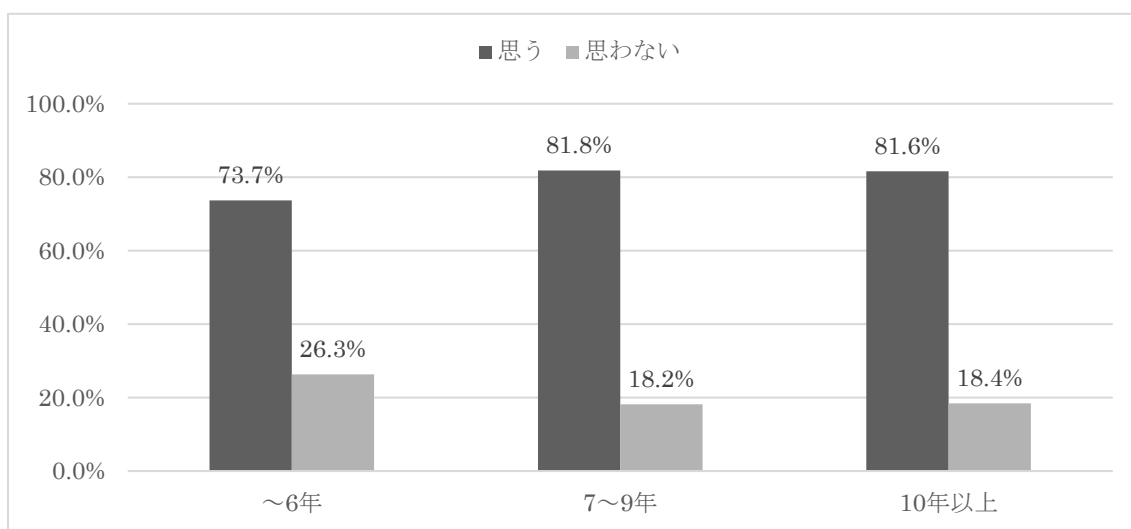


図 3-3-4 継続年数(q3)と、これまで主に実施した種目に対する意欲の関係 (q4-7)

第4章 考察

4-1 運動継続意志の基礎集計

主に実施してきた種目の中で最も多いのは約 30%でサッカー、次いで野球となりこの 2 種目で約半数という結果となった。3 番目は陸上であるが、それ以降も団体種目が続いており、実施種目に関しては団体種目が中心であることがわかった。ここで、図 3-1-3-4 を見ると、多くの対象者が運動やスポーツの影響として礼儀や友達・仲間、コミュニケーションなどを選択していた。直接的な因果関係は検証できていないが、これらの要素を養う機会は、団体種目の方が多くあることが想像できる。団体種目では、一般的に、個人種目以上に仲間、相手と連携したり、協調したりする必要がある。そのため、仲間や相手のことを考える機会も増え、協調性やコミュニケーションを養うことができたのかもしれない。そのことから、個人種目においても仲間と競い合い、高め合ったりするなどの団体種目的要素を取り入れることが有効ではないかと考えられた。

主に実施してきた種目の継続年数で最も多いのは約 50%で 10 年以上という結果となった。本研究の対象者はスポーツ健康学部であったため、運動やスポーツに親しみのある人が通常より多かったことが推察され、長めの継続期間になったことも考えられる。そのため、図 3-1-3-1 にあるように運動やスポーツ活動を行うことが好きな割合も高くなっていた。また、図 3-1-3-2 にあるように、楽しさや仲間との交流、爽快感も多くの人を感じることできており、図 3-1-2-6 に示されている継続意欲を高めることに繋がっていたと推察された。

次に、図 3-1-1-4 の主に実施してきた種目を始めたきっかけで最も多いのは両親・知人の勧め、2 番目は自身の興味、3 番目に兄弟・友人の誘いという結果であった。このことから、家族や友人などの社会的要因が運動やスポーツを継続するには要となっていたことが分かった。

さらに、図 3-1-2-2 にあるように、実施してきた種目をやめたいと思った中で実際にやめた人は全体の約 20%であり、ほとんどの人がやめるまでには至らなかった。しかし、図 3-1-2-3 にあるように、やめたいと思ったり、実際にやめた人は「教師や指導者との関係に問題があった」という回答が多くみられ、活動が楽しくなかったなども含め、社会的要因と個人的要因に不満を抱いているケースが大半を占めた。この結果から、社会的要因と個人的要因における改善策を考える必要があることが分かる。また、図 3-1-2-4 や図 3-1-2-5 にあるように、やめなかった理由として、友達がいたことや友達に引き留められたなどの回答が多く見られ、団体種目、個人種目問わず、仲間と協力するなどの団体種目的要素を取り入れることが有効ではないかと考えられる。一方で、実施してきた種目をやめたいと思ったがやめなかった理由として最も多かったのは「やり切りたいと考えなおした」であったが、本研究の対象者が比較的競技力の高い集団であったことも影響しているように思う。いずれにしても、達成満足を得られるような運動やスポーツ活動の経験が、運動継続に繋がることが示唆された。

最後に、継続意欲に関する質問では、実施してきた種目に対して続けたい、または再挑戦したいと思う人が約 80%、同様に、これまで行ってきた種目に関わらず続けたいと思う人が約 90%であり、大半の人が運動やスポーツ活動を継続したいという意識を持っていることが分かった。図 3-1-2-8 の運動やスポーツ活動をどのような形で続けたいかを聞いた結果では、約 40%でレクリエーションスポーツが最も多かった。競技スポーツを離れ、勝敗にこだわらず多様な形態を受け入れてスポーツ活動を継続することを望んでいることが分かる。また、何歳頃まで運動やスポーツ活動（健康スポーツ）を続けたいかでは、約 50%で 31～60 歳が最も多く、生涯に渡って運動を継続したいと思っている人がほとんどであることが分かった。

4-2 パーソナリティーと運動継続要因との関係

始めに、3-2 節の結果と該当するアンケートの回答を詳細に検討した。表 3-2-1 より、運動やスポーツをやめたいと思ったことのある人は、活動性と持久性の得点が低く、社会的外交性の得点が高い傾向にあることが確認された。意欲や積極性、主体性など何事にも積極的に活動することができることを示す活動性の得点が高い人、物事を長期的に継続することや、何かをやり抜くこと、辛抱強さなどで構成される持久性の得点が高い人の方が運動継続には有利なパーソナリティーであることが示唆された。また、わずかな差ではあったが、ストレス耐性などのメンタルが強い抑うつ性の得点が高い人においても、若干、運動継続に有利であることが示された。一方で、友達や指導者との交流や人間関係を築くことに優れている社会的外交性の高い人であっても、スポーツをやめたいと思うことがあることも示唆された。また、表 3-2-3 では、やめたいと思った、もしくはやめた主な要因が社会的要因か個人的要因かでパーソナリティー得点を比較している。それぞれのパーソナリティーの平均値は全体的に社会的要因によってやめたいと思った、もしくはやめた人の方が高い結果であった。表 3-2-1 の結果も考慮すると、社会的外交性が高い人ほど、周りの人との関係性によって活動継続が左右されやすく、それによりやめたいと思うことが多くなっているのではないかと考えられた。

次に、表 3-2-4 では、やめたいと思わなかった理由が一緒に練習する仲間や、教師や指導者などの社会的要因が主な人は持久性の得点が高く、抑うつ性の得点が低い傾向にあった。これは辛い練習もやり抜くことができる友達や仲間、指導者がいることで継続しやすい環境であったからだと考えられる。また、やめたいと思わなかった理由が技能や競技成績などの個人的要因が主な人は活動性、持久性、抑うつ性の得点が高く、社会的外交性の得点が低い傾向にあった。これは、活動により楽しさや充実感を味わうことができ、また長期的にやり切れる持久性を有している人は競技の継続要因として個人的要因が主となっていたことを示唆していた。さらに、表 3-2-5 からは、運動・スポーツの継続意志の高い人では、抑うつ性を除くすべてのパーソナリティー得点が高い傾向が確認された。中でも、持久性は有意な差が確認されており、持久性の高い人は、運動継続に有利なパーソナリティーを有してい

ると考えられる。同様に、運動が好きな人ほど有意に持久性が高いことも確認された。

4-3 競技種目、継続年数と運動継続意志の関係

始めに、図 3-3-1 では、個人競技実施者が 10 年以上しかいなかったため、ここでは、継続年数と競技形態等との関係は考察の対象から除外し、図 3-3-2 以降を考察する。図 3-3-2 では、競技形態によるやめたいと思う経験の違いを検討した。団体種目を経験してきた人の方がやめたいと思った経験は 11.3% 多かった。個人種目に比べて対人摩擦の機会が多い可能性が考えられ、やめたいと思う経験が多くなっていたと推察できる。逆に、個人種目を経験してきた人は、自分自身と向き合い、仲間と高め合いながら、時折、仲間を応援するなどの運動形態が中心であると思われ、運動継続には有利に働いたのではないかと思う。しかしながら、これらは憶測の域を出ず、より詳細な研究の継続が求められる。さらに、図 3-3-3 および 3-3-4 にあるように、多くの人が 1 度はやめたいと思う傾向にあることがわかる。しかし、継続年数が長い人ほど、やめたいと思った経験も少なく、また、今後への継続意欲も高い傾向が見られた。運動習慣化の動機及びその持続に関する先行研究では、「運動は気持ちよく、爽やかで、精神的・肉体的ストレスの解消になるから」や「学生時代に行っていたスポーツの延長」であることを報告している。(南谷和利、辻博明：1981 運動の習慣化に関する意識調査、体育科学 9 ; 272-28.) このことから、長期の継続以前に、運動開始初期段階から、技能向上や楽しさ・充実感を得られることができれば、継続年数が短い場合でもその競技を継続したいと思える可能性が高まることが期待できる。

参考文献

- 1) 文部科学省スポーツ振興基本計画
- 2) McAuley, E., et al; Attrition from exercise programs: Attributional and affective perspectives, J Soc Behav Pers., Vol. 5, No. 6, pp591-602, 1990.
- 3) Ebben, W. and Brudzynski, L.; Motivations and barriers to exercise among college students., J Exerc Physiol Online., Vol.11, No.5, 2008.
- 4) 平木宏児、木谷織信；大学生の運動に関する意識について：追手門学院大学社会学部紀要, Vol. 5, pp.167-179, 2011
- 5) 中村、古川（2004）
- 6) 南谷和利、辻博明（1981）運動の習慣化に関する意識調査：体育科学 9；272-28.
- 7) 岡田（1995）友人関係尺度
- 8) 柳井、柏木、国生（1987）新性格検査
- 9) 直井愛里、佐藤望；大学生の運動行動と運動継続への自信に関する心理・社会的要因：スポーツ産業学研究, Vol. 28, pp. 63-74, 2018
- 10) 池本雄基、伊藤豊彦、杉山佳生；指導者の支援的行動が中学・高校運動部員のバーンアウト傾向に及ぼす影響—自己決定理論からのアプローチ：島根大学教育学部紀要（教育科学）、第 47 巻、51 頁～60 頁、平成 25 年 12 月
- 11) 平野 泰宏、益川 満治；女子短期大学生の体力と運動経験に関する一考察：大妻女子大学家政系研究紀要、第 48 号、pp.127-132、2012.03
- 12) 須田和也；大学生の社会的スキルとスポーツ経験および運動有能感に関する研究

謝辞

本研究に際して、様々ご指摘をいただきました中野貴博先生に深謝いたします。また、このコロナ渦の状況で、アンケート調査にご協力いただいた名古屋学院大学の学生の皆様に感謝いたします。

付表：アンケート用紙

スポーツ継続への影響要因に関するアンケート

本調査では、大学生の今後の運動継続要因および、これまでの継続理由について、運動に対する意識や性格、パーソナリティなどの面から検討し、今後、少しでも多くの人に運動やスポーツを継続してもらえるような提案をすることを目的として行います。本調査の目的をご理解、ご同意いただける方は以下の設問に回答をお願いいたします。なお、回答は本人の自由意志であり、回答を拒否することによる不利益はありません。調査は無記名であり、10分程度の簡単なものですので、ありのままの真実をご回答ください。

● 学年：_____年、 性別： 男 ・ 女

問1. あなたは、これまでに運動部活動や地域のスポーツクラブなどで活動をしたことがありますか。

1. はい 2. いいえ ⇒ 問5へ(裏面)

問2. 現在、あなたは定期的にスポーツ活動を行っていますか。

1. 行っている 2. 行っていない

問3. あなたがこれまでにやってきたスポーツ活動の中で最も長く続いた(続いている)スポーツの種目と継続年数を教えてください。

実施種目：_____、 継続年数：_____年

問4. 問3でお答えいただいたスポーツ活動について以下の質問にお答えください。

問4-1. そのスポーツ活動を始めたきっかけは何ですか。あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 両親・知人のすすめ 2. 兄弟・友人に誘われた 3. そのスポーツに興味があった
4. チーム(団体)の雰囲気良かった 5. 学校で部活が必須だった
7. 特に理由はないがなんとなく 8. その他(具体的に：_____)

問4-2. 活動中にやめたいと思ったことはありますか。

1. ある ⇒ 問4-3へ 2. ない ⇒ 問4-6へ(裏面)

問4-3. 実際に途中でそのスポーツ活動をやめましたか。

1. やめた 2. やめなかった

問4-4. やめたいもしくは、やめた理由は何ですか。あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 時間がもったいないと感じた 2. 友人関係で問題があった
3. 教師や指導者との関係に問題があった 4. 怪我をした
5. 活動が楽しくなくなった 6. 練習がつかかった
7. 競技成績が思わしくなかった 8. 学業の時間を確保するため
9. 新しい競技を始めようと思った 10. 進学などによってその種目の継続が困難になった
11. その他(具体的に：_____)

問4-5. 問4-3で「2. やめなかった」を選択した人だけお答えください。やめたいと思ったにもかかわらず止めなかった理由は何ですか。あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 友達に引き止められた 2. 先生に引き止められた 3. 楽しいと思えるようになった
4. 活動が楽しくなった 5. 技能が向上していると感じた 6. やめたい理由が解消された
7. なんとなくやめなかった 8. やり切りたいと考え直した 9. やめると言い出せなかった
10. その他(具体的に：_____)

- 問4-6. やめたいと思わなかったのはなぜだと思いますか。あてはまるものすべてに○をつけてください。
1. 友達がいたから
 2. 活動が楽しかったから
 3. 専門の先生がいたから
 4. 道具やグラウンドの環境が整っていたから
 5. 競技成績が良かったから
 6. 技能の向上が感じられたから
 7. 他の競技が苦手だから
 8. 他の競技に興味がなかった
 9. その他：(具体的に：)

- 問4-7. 問3で回答したスポーツ活動を今後も継続もしくは再挑戦したいと思いますか。
1. とても思う
 2. まあ思う
 3. あまり思わない
 4. 思わない

★以降は、ご自分が実施してきた種目に関わらず、一般的な運動・スポーツについて質問します。

- 問5. あなたは、運動やスポーツをすることが好きですか。
1. とても好き
 2. まあ好き
 3. あまり好きではない
 4. 好きではない

- 問6. 運動やスポーツの好きな部分は何ですか。あてはまるものすべてに○をつけてください。
1. 楽しい
 2. ストレス発散できる
 3. 爽快感・達成感がある
 4. 仲間との交流・協力
 5. 勝ち負けが決まる
 6. 自己実現できる
 7. 自分と向き合える
 8. その他：(具体的に：)

- 問7. 運動やスポーツの嫌いな部分は何ですか。あてはまるものすべてに○をつけてください。
1. 疲れること
 2. お金がかかること
 3. 場所・道具が必要なこと
 4. 汗をかくこと
 5. 怪我をすることがある
 6. 負けるのが嫌
 7. 練習をすることが嫌
 8. 協力することが苦手
 9. 厳しい・辛いことをしたくない
 10. 上手にできない
 11. 筋肉がつく
 12. その他：(具体的に：)

- 問8. これまでの運動・スポーツの経験は、あなたにどのような影響をおよぼしたと思いますか。あてはまるものすべてに○をつけてください。(複数回答可)
1. 病気にかかりにくくなった
 2. ケガが減った
 3. 体力・筋力が向上した
 4. 努力できるようになった
 5. コミュニケーションが上手になった
 6. 友達・仲間が増えた
 7. 人間力が向上した
 8. 礼儀が身に付いた
 9. 体型・体格が良くなった
 10. 協調性がついた
 11. 積極的になった
 12. 自身がついた
 13. 勉強しなくなった
 14. 自己中心的になった
 15. 自信を失った
 16. 気配りができるようになった
 17. 集中力が高まった
 18. 上下関係を過剰に気にするようになった
 19. 他人の視線を気にするようになった
 20. 食事に気をを使うようになった
 21. その他：(具体的に：)

- 問9. あなたは、今後も何かしらの運動・スポーツを続けたいと思いますか。
1. とても思う
 2. まあ思う
 3. あまり思わない
 4. 思わない

- 問10. あなたが、今後、運動・スポーツを続けるなら以下のどのような運動・スポーツを続けたいと思いますか。
1. 勝ち負けを争う競技スポーツ
 2. 健康のために行う健康スポーツ
 3. 楽しみや余暇のために行うレクリエーションスポーツ
 4. その他：(具体的に：)

- 問11. 今後、運動・スポーツを続けるなら何歳頃まで続けたいと思いますか。
また、問10で競技スポーツを選んだ人は、競技者としては何歳頃までですか。
スポーツの継続： _____ 歳頃、 競技者としての継続： _____ 歳頃

問 12. 以下はあなたの性格に関する質問です。最も当てはまる数字に○をつけてください。

	はい	どちらでもない	いいえ
1. 話好きである	1	2	3
2. 人からリーダーとして認められたい	1	2	3
3. すぐに飽きてしまう方だ	1	2	3
4. じっと静かにしているのが好きだ	1	2	3
5. 人と広く付き合う方だ	1	2	3
6. 友達よりもテキパキ仕事ができる	1	2	3
7. やりかけたことは最善を尽くす	1	2	3
8. 憂うつになることが多い	1	2	3
9. 無口である	1	2	3
10. 頭脳労働より体を動かす方が好きだ	1	2	3
11. コツコツやる方だ	1	2	3
12. 自分勝手に思い込むことが多い	1	2	3
13. 自分はわりと人気者だ	1	2	3
14. 何事にも積極的に取り組む	1	2	3
15. 面倒な作業でも投げ出さずにやれる	1	2	3
16. 会話の最中にふと思いきこむ癖がある	1	2	3
17. 生き生きしているといわれる	1	2	3
18. 動作はきびきびしている	1	2	3
19. やりかけた仕事は一生懸命最後までやる	1	2	3
20. 理由もなく自分がみじめに思えてくることがある	1	2	3
21. 陽気である	1	2	3
22. 他人の行動をテキパキと指図できる	1	2	3
23. 将来のためならどんな辛さにも耐えられる	1	2	3
24. すぐに元気がなくなる	1	2	3
25. 初対面の人には自分から話しかける	1	2	3
26. いつもやる気がある	1	2	3
27. 決めたことは何が何でもやり抜く	1	2	3
28. わけもなく不安になることがある	1	2	3
29. よく人から相談を持ち掛けられる	1	2	3
30. 思い立ったらすぐに実行する	1	2	3
31. 長時間でも同じ仕事を続けられる	1	2	3
32. 体がだるくなることがある	1	2	3
33. 話題は尽きない方だ	1	2	3
34. なにかと先頭に立って働く方だ	1	2	3
35. 粘り強くあきらめない方だ	1	2	3
36. すぐにふさぎ込んでしまう	1	2	3
37. 誰とでも気さくに話せる	1	2	3
38. じっと座っているのは苦手である	1	2	3
39. 困難な問題であればますます挑戦の意欲が湧く	1	2	3
40. 空想にふけることが多い	1	2	3

問 13. 以下は友人に対するあなたの行動様式に関する質問です。最も当てはまるも数字に○をつけてください。

	当てはまる	やや 当てはまる	あまり 当てはまらない	当てはまらない
相手の考えていることに気を遣う	1	2	3	4
互いに傷つけないように気を遣う	1	2	3	4
自分を犠牲にしても相手に尽くす	1	2	3	4
お互いの約束は決して破らない	1	2	3	4
友達グループのメンバーからどう見られているか気になる	1	2	3	4
友達グループのためにならないことは決してしない	1	2	3	4
お互いのプライバシーには入らない	1	2	3	4
お互いの領分には踏み込まない	1	2	3	4
相手に甘えすぎない	1	2	3	4
相手の言うことに口を挟まない	1	2	3	4
真剣な議論をすることがある	1	2	3	4
心を打ち明ける	1	2	3	4
冗談を言って相手を笑わせる	1	2	3	4
ウケるようなことをよくする	1	2	3	4
みんなで一緒にいることが多い	1	2	3	4
楽しい雰囲気になるように気をつかう	1	2	3	4

ご協力ありがとうございました

2020年度 スポーツ健康学部
卒業論文

5歳児における習い事の実態と
運動実践中の意欲態度への影響

所属学科 こどもスポーツ教育学科

学籍番号 21S1004 21S1008

氏名 井出琴美 梅津芹菜

指導教員 中野 貴博 先生

提出日 2021年1月18日

■ 研究要旨

現在、少子化や核家族化が進んでおり、少ない子どもに期待をかけ、習い事をさせている家庭が増加傾向にある。その中で、保護者は習い事を通して子どもに、技術的なものよりも、コミュニケーション能力や協調性等の内面的なものの取得に対して期待をしている人が多くいる。そこで、本研究では、子どもの習い事の実態および、運動実践中の意欲や態度、コミュニケーション能力といった社会・心理的側面との関係性を検討することを目的とした。54人の5歳児を対象に運動実践を行い、運動実践中の意欲・態度、規律性、協調性の3つの点から評価をつけ、習い事の有無と評価によって分析を行った。同時に、保護者を対象に子どもの習い事の活動状況や習い事に対する意識調査を行った。保護者が習い事に対して最も期待することは、技術・技能の習得よりも協調性などの人間性の成長を多く期待していることが確認された。習い事による、運動実践中の態度・意欲、規律性、協調性の有意な差は見られなかった。また、運動能力測定値も習い事の有無による差は見られなかった。5歳児においては、習い事の経験を通じて保護者が期待するような成長があまりなされていないことが示唆された。そのため習い事の現場では、技術・技能の向上ばかりに注視するのではなく、保護者の期待を適切に理解し、それに応えるような工夫をすることが求められる。

目次

第1章 序論

第2章 方法

2-1 対象者

2-2 運動内容

2-3 調査・測定方法

2-4 分析方法

第3章 結果

3-1 保護者へのアンケート結果の概要

3-2 習い事の有無と運動実践中の評価との関係

3-3 運動能力測定値と習い事の有無との関係

第4章 考察

4-1 5歳児における習い事の実態

4-2 保護者の習い事に対する期待と現実

4-3 習い事の有無と運動能力の関係

第5章 まとめ

参考文献

謝辞

付表

第1章 序論

我が国では15歳未満の子どもの数は39年連続で減少しており、少子化が問題視されている。少子化の背景としては1980年代から働く女性の増大、とくに若い世代の女性の労働力率が上昇してきた一方で、仕事と子育てを両立できる環境が十分整っていなかったことが晩婚化や晩産化につながり、その過程で出生率の動向に影響を与えてきたと推測できる。また、男女双方の高学歴化も晩婚化に影響を与えている。(内閣府、2004) それに加え、子どもを育てるにあたって子育て費用や教育費などの経済的不安によって一家庭あたりの子どもの減少も指摘されている。教育費の内訳の中には、学習塾や習い事といった費用も含まれ一人の子どもにかかる費用も増加している。習い事が増加する背景には、保護者が習い事などを通して、子どもの育みに何らかの期待を多くするようになってきていることも考えられる。ノビルコ(2019)の調査によると、12歳以下の子どもに習い事をさせたい理由としては、「継続することや努力することの大切さを学んでほしい」という心の成長を期待する声や、「子ども自身が好きだとおもうことをやってほしい」、「好きだと思えることや夢中になれることをみつけてほしい」という習い事を通してなにか好きなものを身に付けたいという声や、「学力や体力、技能などを取得して伸ばしてほしい」、「その分野で子どもの頃から親しんでほしい」という自分のものにできるものが欲しいという声、「仲間との協調性やコミュニケーション、リーダーシップなどを学んでほしい」「礼儀やマナーを身に付けてほしい」、「家庭や学校以外の大人と触れ合うことで社会性を身に付けてほしい」という人としての成長を期待する声などがあげられた。これらのことから保護者は技術面のみならず、社会性や心理的な成長に対する期待のほうが高いということが考えられる。

また、スキヤモンの発育発達曲線から、神経系と呼ばれる脳や脊髄の発達は、生まれたころから急激に成長し、8歳では80%、12歳頃で概ね100%に至るとされている。その中でも、9歳～12歳をゴールデンエイジと呼び、最も神経系が成長をし、巧みな動きの取得に適した時期と言われている。そして、4歳～8歳頃の子どもの、プレ・ゴールデンエイジと呼び、ゴールデンエイジの準備段階の大切な時期であり、この時期に様々な遊びや動きを経験することでより良いゴールデンエイジを迎えることができる。つまり、この時期に習い事を行うことで多くの運動経験を重ねることは、その後の運動発達の面でも有効であることが予想される。このように、幼少期の習い事は、子どもの技術や技能の側面および社会性や心理面の発達に良い影響を与えることが期待される。しかしながら、このような習い事の効果に関して詳細な検討をしたものは決して多くない。体力面との関係を検討したものは、近年見られてきているが、社会性や心理面の成長との関連に関しては、詳細な検討はされていない。習い事自体の実施の影響に加え、どのような種類の習い事が有効であるか、また、どの程度の期間の実施でこのような成長を期待することができるかなど、より詳細な検討を行うことで、幼少期における習い事実施の指針の検討につながるのではないだろうか。

以上のことを踏まえて、本研究では、子どもの習い事の実態および、運動実践中の意欲や態度、コミュニケーション能力といった社会・心理的側面との関係性を検討することおよび、

技術・技能発達の指標として、体力・運動能力測定の記録との関連性について検討することを目的とする。

第2章 方法

2-1 対象者

2020年度に、瀬戸市立古瀬戸保育園と瀬戸市立品野西の2園の満5歳児学級に所属する幼児を対象とした。内訳は瀬戸市立古瀬戸保育園が、男子12名女子12名、瀬戸市立品野西保育園が、男子13名女子17名であった。

2-2 運動実践

運動実践は、主に全身運動、走運動、投運動に分けて構成し、毎回違うゲームや遊びを実施した。子ども個人の意欲や態度などが表れやすいと思われるゲームや遊びを中心に、各回45分を目安に計4回の実践を行った。実践にあたっては、最初に説明と見本を見せ、子どもたちの理解を徹底した。また、実践内容は簡潔で分かりやすい説明を心掛け、注意事項もしっかりと伝えることで、確実な実践内容の遂行を目指した。実践活動中は4つのグループに分けて行うことで、仲間との協力やコミュニケーションもとれるように配慮した。子ども達には毎回同じゼッケンを着用させることでチームとしての仲間意識が形成されるように配慮し、加えて、実践終了後の意欲、態度評価においても個人の判定間違いを減らすように努めた。

以下、表2-2-1から2-2-4に各回の実践内容を示す。

表2-2-1. 1回目の運動実践メニュー

時間	プログラム	プログラム内容
10分	いうこと一緒	「言うこと一緒、やること一緒」と言ったら、言われた通りに動く。慣れてきたら、「言うこと逆、やること逆」も取り入れながら行う。グループごとに円になり、手を繋いで行う。
25分	ボール渡しリレー	縦1列に並び頭の上からボールを渡していき、決められたラインまでボールをつないでいく。先頭の子はボールを渡したら1番後ろに並ぶ。同様に、股の下からも行う。その次に、上からもらったら下から渡す、下からもらったら、上から渡す、という3種類を行う。
15分	タグ取り	タグラグビー用のタグを先生や学生がたくさん身に付け、園児は追いかけて、タグをたくさん取る。チーム対抗で行う。

表2-2-2. 2回目の運動実践メニュー

時間	プログラム	プログラム内容
10分	いうこと一緒	手を繋いで円を作り、フラフープをくぐったり、またいだりして、フラフープを一周する。
25分	ボール渡しリレー	フラフープを持ち、フラフープで縄跳びの様に飛んでリレーを行う。
15分	タグ取り	コーンを倒すチームと起こすチームにわかれ、コーンを起こしたり、倒したりする。

表2-2-3. 3回目の運動実践メニュー

時間	プログラム	プログラム内容
15分	ボールリレー	2人1組でお腹や背中でボールをは挟みリレーをする。
20分	爆弾ゲーム	自分のチームの陣地にあるボールを拾い、相手陣地に投げ入れる。陣地にボールが少ないほうが勝ち。
25分	ボール並べ	横3×縦3のカラーコーン9この上に、各チーム3個ずつのボールを並べていき、縦・横・斜めかのいずれかを揃えていく。時間内により多く揃えられたチームの勝ち。

表2-2-4. 4回目の運動実践メニュー

時間	プログラム	プログラム内容
10分	ネコとネズミ	2人1組でネコとネズミに分かれ、呼ばれた方がペアを追いかける。
20分	文字探しゲーム	お題を聞いて、その文字をチームで探す。
25分	宝集めゲーム	自分の陣地にボールを3つ集める。

2-3 調査・測定方法

本研究では、大きく2つの調査データを得た。第一に、実践中の園児一人一人に対して態度・意欲、協力・コミュニケーション、ルール遵守の3項目の評価を行った。評価に際しては、以下に示す、ルーブリック評価基準(表2-3-1)を用いて、2名の指導学生が協議の上、評価を決定した。さらに、実践後にはアンケート調査により、どのような習い事を週どのくらい行っているか回答してもらった。アンケート調査の項目は、習い事の種類や活動時間、保護者の習い事に対する考えなどであった。調査用紙は、論文末尾に付表として貼付する。また、参考データとして、2019年度冬に実施した7項目の体力テストデータを対象園より提供していただいた。2019年度の体力テスト実施に関しては、著者らも可能な限り補助に加わり実施した。

表2-3-1 運動実践中の意欲・態度等のルーブリック評価基準

評価の観点	Very good◎	Good○	Normal△	Poor×
実践時の 態度・意欲	<ul style="list-style-type: none"> 積極的にゲームに参加をし、意欲的に取り組んでいる姿が見られる。 上手くいかなくても諦めずに挑戦するなど向上心が見られる。 	<ul style="list-style-type: none"> 楽しんでゲームに参加をし、一生懸命に取り組んでいる。 上手くいかなくと、諦めてしまう様子が時折みられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ゲームには参加しているが、積極的な部分が多く見られない。 上手くいかなくと、諦めてしまうことが多い。 	<ul style="list-style-type: none"> ゲームに参加しないこともあり、楽しんでいる様子が見られない。 飽きていたり、立って眺めていたりなど意欲が感じられない。
仲間との協力 コミュニケーション	<ul style="list-style-type: none"> チームの子に協力を呼びかけたり、自ら協力したりする姿が見られる。 多くの子とコミュニケーションをとるなどチームの中心となって活動している。 	<ul style="list-style-type: none"> チームの子と協力をしてゲームを進めている姿がみられる。 コミュニケーションをとりながら活動をしている。 	<ul style="list-style-type: none"> チームの子と協力している時もあるが、積極的に協力する姿はあまり見られない。 あまりコミュニケーションをとらないが話し掛けられると反応しコミュニケーションをとっている。 	<ul style="list-style-type: none"> チームの子と協力する姿が見られず、自分の好きなことのみをしている。 コミュニケーションをとる様子がほとんどみられない。
実践時の ルール遵守	<ul style="list-style-type: none"> ルールをきちんと聞いて理解し、ルールの沿った行動をしている。 ルールが守れていない子に声をかけている姿が見られる。 	<ul style="list-style-type: none"> ルールを聞いて理解し、守ろうとしている。 時折、間違えてしまうことがある。 	<ul style="list-style-type: none"> ルールを聞いて理解しようとしているが、ルールを把握できずに規範外の行動が時折みられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ルールを聞かず、理解していない様子。規範外の行動が多くみられる。

2-4 分析方法

アンケート調査の結果、実践中の評価をもとに、以下の要素に関する調査項目の関係性を検討した。分析手法はクロス集計およびカイ二乗検定を用い、すべての分析における有意水準は5%とした。分析はIBM SPSS Statistics Version 20.0を用いた。また、体力データに関しては、性別の対象7項目の記録を標準化し、その平均を持って体力測定値の代表値とした。

(検討内容)

- ・ 習い事の有無による運動実践時の態度・意欲の違い
- ・ 習い事の有無による協調性の違い
- ・ 習い事の有無による規律性の違い
- ・ 習い事の有無による体力・運動能力の違い

第3章 結果

3-1 保護者へのアンケート結果の概要

保護者への子どもの習い事の活動状況や保護者の習い事に対する考えに関するアンケートの結果を示す。最初に、「習い事を通して子どもに期待することはなにか」という質問の結果を図3-1-1に示した。9つの選択肢があり、上位3つを回答してもらった。1位で回答が多かった順に「継続力や努力することを身に付ける」が29%、「運動能力や技術の習得」と「好きなこと・得意なことを増やす」が26%であった。2位で回答が多かった順に「好きなこと・得意なことを増やす」が33%、「集中力の向上」が17%、「継続力や努力することを身に付ける」と「自分に自信を持てるようにする」が14%であった。3位で回答が多かった順に「継続力や努力することを身に付ける」と「自分に自信を持てるようにする」が19%、「好きなこと・得意なことを増やす」と「礼儀やマナーを身に付ける」が17%、「集中力の向上」が11%であった。

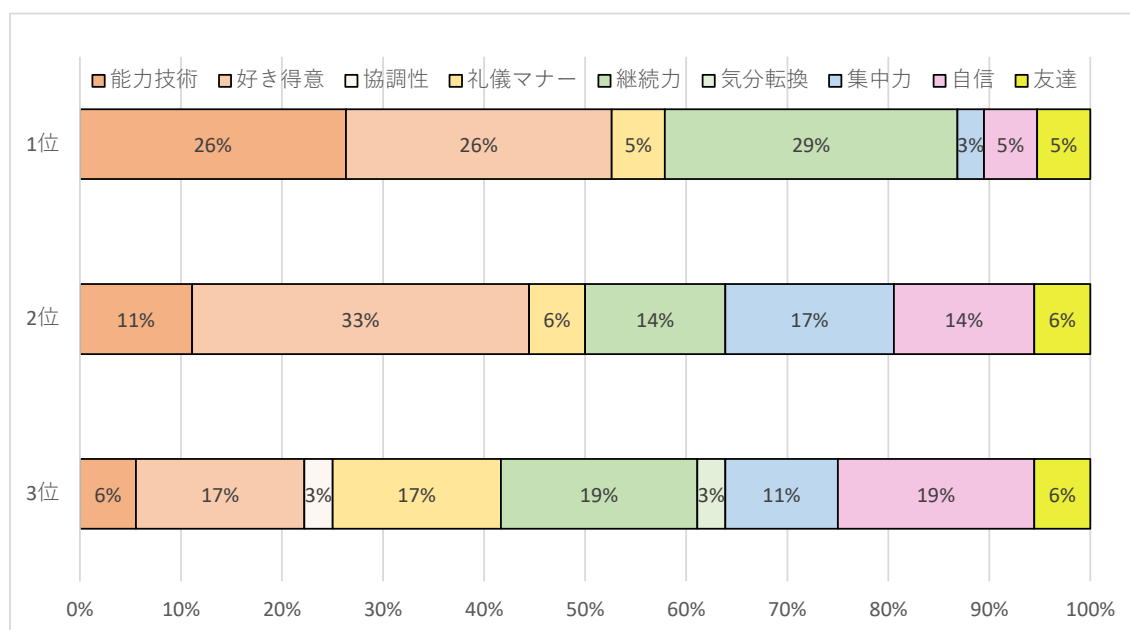


図3-1-1 習い事を通して子どもに期待すること

次に、「習い事をしていますか」という質問の結果を図 3-1-2 に示した。運動系が 29.5%、音楽・芸術系が 9.1%、学習系が 13.6%、していないが 47.7%であった。さらに、「習い事を始めたのは何歳頃ですか」という質問の結果を図 3-1-3 に示した。3 歳が 17.4%、4 歳が 17.4%、5 歳が 65.2%であった。最後に、「習い事で大変なことや、習わせる上での一番の障害はなんですか」という質問の結果を図 3-1-4 に示した。「送迎・付き添いが大変」が 68.4%、「費用がかかる」が 23.7%、「時間がない」が 5.3%、「その他」が 2.6%であった。

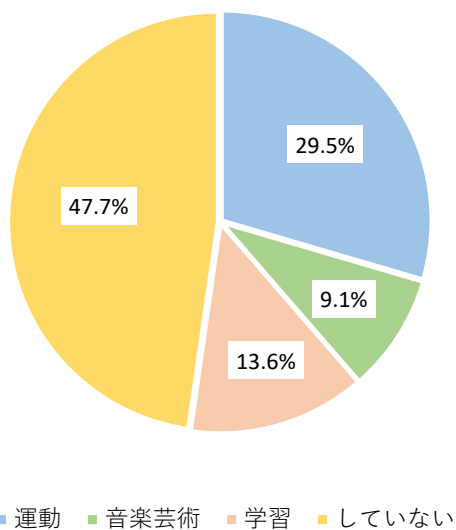


図 3-1-2 習い事をしていますか

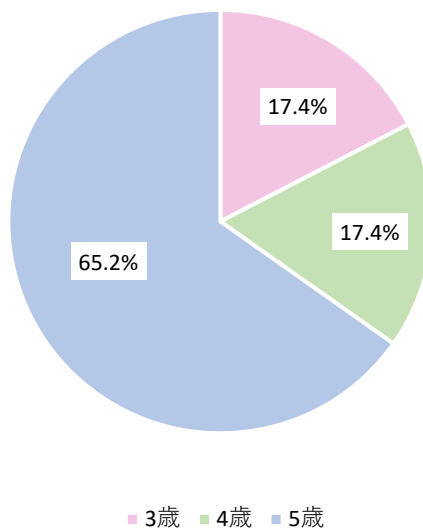


図 3-1-3 習い事を始めたのは何歳頃ですか

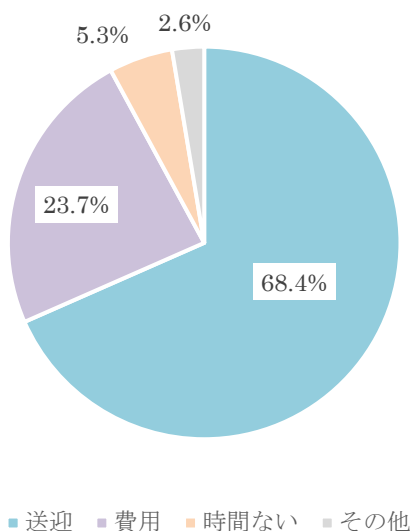


図 3-1-4 習い事で大変なことや、習わせる上での一番の障害はなんですか

続いて、「今後お子様に習わせたい習い事がありますか」という質問の結果を図 3-1-5 に示した。回答が多かった順に「水泳」が 38%、「英会話」が 35%、「その他」が 33%、「体操・新体操」が 20%、「ダンス・バレエが」13%、「学習塾」と「ピアノ」が 10%であった。「その他」の回答には、野球、サッカー、空手、そろばんが挙げられた。

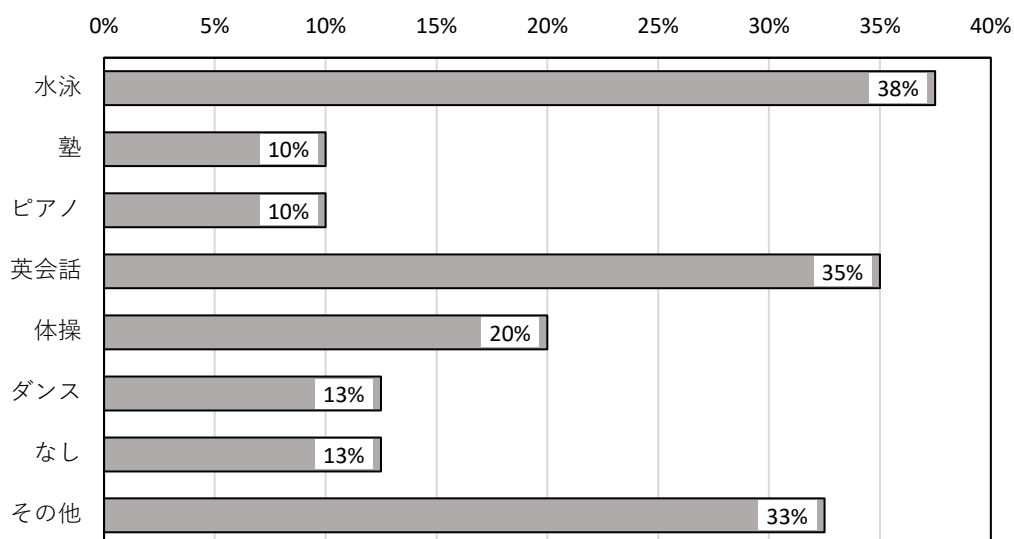


図 3-1-5 今後習わせたい習い事

3-2 習い事の有無と運動実践中の評価との関係

習い事の有無と運動実践中の評価との関係をクロス集計表を用いて検討した。表3-2-1は、習い事の有無と運動実践中の態度・意欲の関係を検討した結果である。習い事をしている子どもよりも習い事をしていない子どものほうが評価が高くなる傾向が見られたが、カイ二乗検定の結果、有意確率は0.60であり、統計的に有意な関係が確認されなかった。

表3-2-1 習い事の有無と運動実践中の態度・意欲の関係

習い事	態度・意欲				合計
	Very good	Good	Normal	Poor	
実施/未実施					
実施	4.2%	58.3%	37.5%	0.0%	100%
未実施	11.1%	61.1%	27.8%	0.0%	100%
全体	7.1%	59.5%	33.3%	0.0%	100%

表3-2-2は、習い事の有無と運動実践中の協調性の関係を検討した結果である。両群間に大きな差は見られなかったが、一番評価の高いVery goodは習い事をしている子どもには見られなかった。カイ二乗検定の結果、有意確率は0.48であり、統計的に有意な関係は確認されなかった。

表3-2-2 習い事の有無と運動実践中の協調性の関係

習い事	協調性				合計
	Very good	Good	Normal	Poor	
実施/未実施					
実施	0.0%	45.8%	54.2%	0.0%	100%
未実施	5.6%	38.9%	55.6%	0.0%	100%
全体	2.4%	42.9%	54.8%	0.0%	100%

表3-2-3は、習い事の有無と運動実践中の規律性の関係を検討した結果である。習い事をしている子どもより、していない子どものほうが評価が高くなる傾向が見られたが、カイ二乗検定の結果、有意確率は0.45であり、統計的に有意な関係は確認されなかった。

表3-2-3 習い事の有無と運動実践中の規律性の関係

習い事	規律性				合計
	Very good	Good	Normal	Poor	
実施/未実施					
実施	0.0%	45.8%	54.2%	0.0%	100%
未実施	5.6%	50.0%	44.4%	0.0%	100%
全体	2.4%	47.6%	50.0%	0.0%	100%

3-3 運動能力測定値と習い事の有無との関係

2019 年度冬に実施した 7 項目の体力テストデータの結果をもとに体力測定値が平均以上の群と平均未満の群に分類した。両群と習い事の有無の関係をクロス集計表を用いて検討した結果を表 3-3-3 に示した。習い事をしている子どものほうが習い事をしていない子どもに比べ、測定値が高くなることが確認されたが、カイ二乗検定の結果、有意確率は 0.94 であり、統計的に有意な関係は確認されなかった。

表3-3-1 運動能力測定値と習い事の有無の関係

習い事	体力測定値		合計
	平均以上	平均未満	
実施/未実施			
実施	45.0%	55.0%	100%
未実施	43.8%	56.3%	100%
全体	44.4%	55.6%	100%

第4章 考察

4-1 5歳児における習い事の実態

図3-1-2から、半数以上の幼児が習い事を実施していることが確認された。また、結果の図表には示していないが、習い事の内訳は多かった順に、「水泳」「英会話」「ピアノ」であった。また図3-1-5で示した「今後子どもに習わせたい習い事」の結果も、類似しており、順に、「水泳」「英会話」「その他」であった。このことから習い事として人気が高いのは、「水泳」「英会話」ということが分かった。この2つの習い事が人気になっている背景として、水泳においては、小学校学習指導要領（平成29年告示）解説の第一章総説において、「適切な水泳場の確保が困難な場合には、「水遊び」及び「水泳運動」を取り扱わないことができるが、これらを安全に行うための心得については、必ず取り上げる」と示しており、学校教育において水泳技能の習得が期待しづらくなっている現状も影響していると思われる。また、英語においては、2020年4月から小学校において英語の授業が必修化しており、これに早期から準備、対応しておきたいという保護者の意識が反映されていると推察される。

また、図3-1-4に示した「習い事で大変なことや、習わせる上での一番の障害はなんですか」という質問では、回答が多かった順に「送迎・付き添いが大変」が68.4%、「費用がかかる」が23.7%、「時間がない」が5.3%であったことから、送迎のある習い事などが増えると保護者の負担が減り、習い事を始める子どもも増加すると推測される。今後の習い事の現場では、保護者の負担を減らす方法を考えるなどの工夫が有効であると考えられる。

4-2 保護者の習い事に対する期待と現実

図3-1-1で示した結果から、保護者が習い事に対して期待することで1位に上げた中で最も多い割合だったのは「継続力や努力することを身に付ける」で29%であり、続いて「運動能力や技術の習得」と「好きなこと・得意なことを増やす」が26%であった。2位に上げたものの中では「好きなこと・得意なことを増やす」が33%で最も多く、「運動能力や技術の習得」が選ばれた割合は少なかった。このことから保護者は、「運動能力や技術の習得」よりも「継続力や努力することを身に付ける」ことや「好きなこと・得意なことを増やす」といった子ども自身の人としての成長に期待しているということが推察された。しかしながら3-2節の結果をみると、本研究における運動実践中の意欲・態度、協調性、規律性の評価結果と習い事の実施状況との間には有意的な関係性は見られなかった。特に、一番評価の高いVery goodに着目を見ると、習い事をしている子どもよりも習い事をしていない子どものほうが比率が高くなっていた。これらのことから5歳児においては、習い事の経験を通じて保護者が期待するような成長があまりなされていないことが示唆された。

今回は残念ながら、保護者が習い事に対して期待していることが、運動実践中に発揮される様子は確認することができなかった。しかし、運動実践を通して、普段あまり積極的に活動に参加しないと保育者がいていた子どもが、一生懸命チームのために走り、勝ちたいと

いう姿を見ることができるなど、子どもの成長にとって良い機会になったと考えられる。むしろ、日常的に習い事などで類似の経験をしていない幼児ほど、楽しさを感じやすい機会になっていたのかもしれない。習い事の現場では、専門性に特化した環境設定や指導が想定されるため、それと比較すると保育現場で実施している内容では、子ども達の十分な意欲喚起の場になっていないことも考えられる。習い事の現場においても、技術、技能の向上ばかりに注視するのではなく、保護者の期待を適切に理解し、それに応えるような工夫が求められると思われる。

4-3 習い事の有無と運動能力の関係

習い事を行っている子どもは園外での活動時間が増えるため、運動能力が高いと推測していたが、3-3の結果によると、有意な差は現れなかった。習い事の中身にもよるとは思うが、継続期間の短い幼児期においては、体力測定値を変化させるほどの影響は出現していないことが示唆された。また、今回の実践園では、日常的に園で積極的に体を動かせるよう工夫し、活動時間を確保しているため、習い事の実施状況が大きな差となっていない可能性もあったと思われる。

第5章 まとめ

本研究では、5歳児を対象として、幼児期の習い事が人間性に与える影響を、アンケート調査、運動遊び実施時の様子の観察、体力測定の結果をもとに、検討することを目的とした。保護者へのアンケート結果によると、習い事に対して期待することは、技術・技能の習得よりも人間性の成長を多く期待していることが確認された。しかしながら、今回の運動実践中の態度・意欲、規律性、協調性の3つの視点による評価結果は、習い事実施の状況と明らかな関係が確認されなかった。このことから、5歳児においては、習い事の経験を通じて保護者が期待するような成長があまりなされていないことが示唆された。継続期間の影響もあると思われるが、習い事の現場において、技術・技能の向上ばかりに注視するのではなく、保護者の期待を適切に理解し、それに応えるような工夫をすることが求められる。また、保育現場の現状についても理解し、お互いの教育、保育効果を高めるような連携が今後の課題である。

参考文献

- 1) 内閣府(2004) 少子化社会白書 (概要) 第二章 少子化の原因の背景
<https://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/whitepaper/measures/w-2004/html_g/html/gg122000.html>
- 2) ノビルコ (2019) 習い事にどんな期待をしているのか？
<<https://nobiru.co/mag/article/%E3%80%90%E8%AA%BF%E6%9F%BB%E7%B5%90%E6%9E%9C%E3%80%91%E7%BF%92%E3%81%84%E4%BA%8B%E3%81%AB%E3%81%A9%E3%82%93%E3%81%AA%E3%81%93%E3%81%A8%E3%82%92%E6%9C%9F%E5%BE%85%E3%81%97%E3%81%A6%E3%81%84%E3%82%8B>>
- 3)中野貴博 (2016) 指導プログラムハンドブック 幼少期に体験しておきたい運動動作の実践事例
- 4)文部科学省「小学校学習指導要領 (平成 29 年告示) 体育編」

謝辞

本研究に携わってくださった品野西保育園、古瀬戸保育園、幼児および保護者、指導助言をいただいた名古屋学院大学の中野貴博先生、本実践に協力してくださった、補助学生の皆様に深く感謝申し上げます。

付表：アンケート用紙

調査主体：名古屋学院大学スポーツ健康学部
中野貴博 研究室（井出琴美・梅津芹菜）

幼少期の習い事が人間性に与える影響についての調査

現在、日本では少子化が進んでおり 15 歳未満の子どもの数は 39 年連続で減少しています。その背景として経済的影響などによる一家庭あたりの子どもの減少も指摘されています。このような経済的負担の要因として、塾や習い事といった、一人の子どもにかかる費用の増加も挙げられています。一方で、習い事などが増加する背景には、保護者が習い事などを通して、子どもの育みに何らかの期待を多くするようになっていることも考えられます。そこで、本調査ではお子様の習い事の実態を調べ、日常の保育の中での様子と関連付けることで、その効果について検証することを目的とします。

上記趣旨にご同意いただいた上で、下記の注意事項をご確認の上、ご回答をお願いいたします。また、本調査により得られた個人情報は調査主体により管理・保護し、外部へは決して与えません。何卒、ご協力下さいますようお願い申し上げます。

【調査への参加に伴う不利益】

本調査への参加は、参加者自身の自由意思によるものであり、調査を拒否することにより不利益を受けることは一切ありません。

【調査への同意と拒否】

本調査結果は、学術的目的により公表されることがありますが、参加者の個人情報の秘密は厳重に守られ、第三者には個人情報が漏れることのないように配慮いたします。また、本調査への参加は自由意思によるものであるため、回答を拒否することも可能です。調査実施に御同意いただけない場合には、白紙（未回答）による提出をお願いいたします。調査への回答および同意に関しては、調査内容への自筆の回答および提出を持って、同意が得られたこととなります。また、一部の質問においてのみ、回答を拒否される場合には該当部分のみを未回答にて御提出ください。また、本研究の特徴は、保育園における運動実践中の子ども達の行動様式および体力・運動能力の測定データ（2019 年度データ：個票返却済み）と本調査の回答結果を関連づけて分析するところにあります。この分析によって、習い事等を通して、お子様の日頃の行動や体力・運動能力に期待されるような効果が得られているかを検討し、習い事等において学べる事柄と日常の保育において学べる事柄の相乗効果を高められるような発信をしていきたいと考えています。もし、本調査にご同意いただけない場合には、下記の□欄にチェックをお願いいたします。

【調査データの公表と保護】

本調査により得られたデータは名古屋学院大学にて厳重に保管・保護いたします。また、研究期間終了後（5 年を目安）には適切に処分いたします。研究期間終了以前であっても、調査への同意撤回の申し出があった際には即時、該当データを処分いたします。また、調査内にある氏名等の情報は、データの紐づけにのみ用い、紐づけ以外の目的ではこれらの個人情報を一切利用せず、研究公表において個人が特定されることは一切ありません。

【調査実施にあたっての注意】

本調査に参加していただいた際には、調査結果の活用を有効性を確保するため、調査の設問に従ってありのままの御回答をお願いします。なお、調査の回答には 10 分程度の時間を要します。

→ここから回答を始めて下さい。 具体的な設問は裏面のみです。

同意確認：調査提出を持って同意と判断いたします。

同意いただけない場合は、下記にチェックをお願いいたします。

本研究活動への協力には、同意できません。

※まず、お子様について次の事項をご記入願います。

お子様の名前 _____、 男・女 _____ 生年月日(西暦)： _____年____月____日。

1. お子様の習い事に関して質問します。

Q1. お子様は何か習い事をしていますか。(複数選択可)

1. 運動系 2. 音楽・芸術系 3. 勉強・学習系 4. していない

Q2. お子様を実施しているすべての習い事について詳細を教えてください。時間や回数はおおよその平均で結構です。また、Q1で「4. していない」を選択された場合は、回答いただくことなく結構です。

習い事の内容	週の回数	1回の時間	継続期間	習い事の内容	週の回数	1回の時間	継続期間
	回	分	年 ヵ月		回	分	年 ヵ月
	回	分	年 ヵ月		回	分	年 ヵ月
	回	分	年 ヵ月		回	分	年 ヵ月
	回	分	年 ヵ月		回	分	年 ヵ月
	回	分	年 ヵ月		回	分	年 ヵ月

Q3. お子様が始めたのは何歳頃ですか。最初に始めた習い事についてお答えください。

1. 3歳頃 2. 4歳頃 3. 5歳頃 4. その他 (歳)

Q4. お子様が始めたきっかけを教えてください。最もあてはまるものに○をしてください。

1. 子どもの意向 2. 親の意向 3. 兄弟・友達がやっていたから
4. その他 ()

2. お子様の習い事に対する保護者様の考えに関して質問します。

Q5. 習い事を通してお子様に期待することはなんですか。上位3つをお答えください。

1. 運動能力や技術の習得 2. 好きなこと・得意なことを増やす 3. 協調性の向上
4. 礼儀やマナーを学ぶ 5. 継続力や努力することを身に付ける 6. 気分転換
7. 集中力の向上 8. 自分に自信を持てるようにする 9. 友達を増やす
9. その他 ()

回答: 1位: _____、 2位 _____、 3位 _____

Q6. お子様の習い事(運動、音楽などすべて含めて)にかけられる1ヶ月の費用はどのぐらいですか。

1. 3,000円未満 2. 3,000円～5,000円 3. 5,000円～10,000円
4. 10,000円～20,000円 5. 20,000円～30,000円 6. 30,000円以上(希望すれば全て)

Q7. お子様の習い事で大変なことや、習わせる上での障害になる一番の理由をお答えください。

1. 費用がかかる 2. 送迎・付き添いが大変 3. 時間がない
4. 必要性がない 5. 保護者同士の人間関係 6. その他 ()

Q8. 今後お子様に習わせたい習い事はありますか。

1. 水泳 2. 学習塾 3. ピアノ 4. 英会話
5. 体操・新体操 6. ダンス・バレエ 7. 特になし 8. その他 ()

Q9. お子様の普段の生活習慣は良好だと思いますか。

1. とても思う 2. まあ思う 3. あまり思わない 4. まったく思わない

最後までお答えいただき、誠にありがとうございました