

—平成26年度 春期—

「体育・スポーツ・健康に関する教育研究会議」プログラム

「新しい大学体育を求めて — 大学体育の質保証と評価 — 」

第1日 平成27年3月14日（土）

10：00～12：00 理事会

12：00～12：50 受付

13：00～13：10 開会式・挨拶

13：10～14：40 一般研究発表（1）

座長 正野 知基（九州保健福祉大学）

（13：10～13：30）大学体育授業における挑戦的目標設定がレジリエンスに与える影響について

藤原 大樹（保健医療経営大学）

（13：30～13：50）大学体育授業における学修成果の可視化

—学生の主観的恩恵に基づいたプロフィール化の提案— 西田 順一（群馬大学）

座長 宮平 喬（筑紫女学園大学）

（14：00～14：20）運動部に所属している女子大学生の体力に関する研究

金 相勳（長崎国際大学）

（14：20～14：40）大学ソフトボール授業における反転授業の実践報告

北 徹朗（武蔵野美術大学・中央大学保健体育研究所）

14：50～17：50 シンポジウム「大学体育の質保証と評価（2）」

問題提起 齊藤 篤司（九州大学） 「大学体育はどのような人をつくろうとしているのか」

話題提供 金高 宏文（鹿屋体育大学）

「鹿屋体育大学の『教育の質保証に向けた取り組み』から、大学体育の可能性を探る」

西田 明史（西九州大学短期大学部） 「教育課程全体から見た大学体育の役割」

山崎美美子（北九州市立大学） 「大学におけるキャリア教育とその評価」

コメンテーター 大浦 隆陽（福岡国際大学 学長）

コーディネーター 則元 志郎（熊本大学）

18：30～20：30 情報交換会

第2日 平成27年3月15日（日）

9：00～10：30 一般研究発表（2）

座長 磯貝 浩久（九州工業大学）

（9：00～9：20）大学新入生の大学適応感を促すための体育授業について

—自己調整学習の視点から—

須崎 康臣（九州大学大学院）

（9：20～9：40）大学生の授業適応を高めるための授業環境の設定

阪田 俊輔（九州大学大学院）

座長 高西 敏正（北九州市立大学）

（9：50～10：10）大学生における健康行動変容のステージを決定する要因に関する研究

—体育学部生を対象とした生活習慣との課題—

村手 一斗（中京大学大学院）

（10：10～10：30）大学生のスポーツ活動を促進させるプログラムの検討

—福大朝スポ倶楽部の現状と今後の課題—

瀬尾賢一郎（福岡大学）

10：40～11：40 特別講演「教養体育の評価と指標開発のアイデア」

講師 小林 勝法（文教大学・（公社）全国大学体育連合専務理事）

司会 大浦 隆陽（福岡国際大学 学長）

11：50～12：20 総会

12：20～12：25 閉会式・挨拶

教養体育の評価と指標開発のアイデア

文教大学 小林 勝法

I. 求められている学修成果の評価

大学教育の充実・改善のために、これまで様々な手法が取り入れられてきた。シラバス（授業計画）や学生による授業評価、ファカルティ・ディベロップメント、ティーチング・アシスタントなどである。さらに近年ではアクティブ・ラーニングやPBL（Project Based Learning）などの授業法やGPAやルーブリックなどの学修成果の評価法に及んでいる。教育内容・方法の改善から学修成果の評価方法の開発へと教育改革が進んできたのである。この背景の1つには、OECDとユネスコが2005年に「国境を越えて提供される高等教育の質の保証に関するガイドライン」を発表して以来、高等教育の質保証の取り組みが世界的に取り組みられていることが挙げられる。日本でも、第三者評価（「認証評価」）や情報公開（大学ポートレート）が進められているし、専門分野ごとの「教育課程編成上の参照基準」（日本学術会議）の策定、大学院での大学教員準備教育などと取り組みが活発化している。2012年の中央教育審議会答申「新たな未来を築くための大学教育の質的転換に向けて～生涯学び続け、主体的に考える力を育成する大学へ～」では、今後の具体的な改革方策として、学修行動調査やアセスメント・テスト（学修到達度調査）、ルーブリック、学修ポートフォリオ等が推奨されている。

II. 評価指標の開発

研究面では米国において1940年代からカレッジ・インパクト研究と総称される一連の研究成果が積み上げられてきた。学生の態度変容や知識・技能の獲得に対する大学教育の影響を測る研究で伝統的な手法は卒業生調査である。体育に関する代表的な研究としては、ハーバード大学の卒業生16,936人の健康調査（1986年）や米国東南部の2つの大学の卒業生（2,000人、平均年齢27歳）を対象にした調査から、「保健体育の授業を必修としている大学の卒業生の方が、健康に関する知識や態度、行動において、より健康的であった」と

報告する研究（1997年）などがある。日本での卒業生調査は、京都大学（1965年）、国際基督教大学（1976年）、新潟大学（2003年）などがあるが、体育に関する項目はごくわずかである。体育に焦点を当てた調査としては、都内の3大学の卒業生（1977年）、東海地区の10大学の卒業生（1986年）、上智大学の女子卒業生（1993年）、筑波大学卒業生（2010年）、目白大学卒業生（2012年）を対象とした調査、25歳から39歳までの女性1,000人の調査（北・2014年）がある。

近年では学修成果アセスメント（Learning Outcomes Assessment）やIR（Institutional Research）として取り組まれるようになっており、カリフォルニア大学ロサンゼルス校高等教育研究所では、大学連携による大規模な学生調査研究プログラム（Cooperative Institutional Research Program）を1973年から行っており、現在では1,900校が参加し、1,500万人を超える学生のデータを収集・分析している。日本ではこれを参考にしたJCIRPや4大学連携学修IRなども始まっている。

そこで、体育の学修成果評価としては、レディネステストと授業終了時調査、大学卒業時調査、卒業生調査の4時点での評価が考えられる。これらの評価指標の開発が必要になるが、例えば、これらの4時点に共通する評価指標として、健康リテラシーテストを開発し、健康状態と就職との関係を分析して、就活生への健康面での支援策を講じたりすることも考えられる。そして、学修ポートフォリオを導入している大学の場合はそれに組み入れることもできるだろう。

経済格差が健康格差とスポーツ格差を引き起こしている。これらの是正に取り組むことも体育教員の使命である。全国大学体育連合の総会では近藤克則・千葉大学医学部教授を招いて、「健康格差社会の現状と是正に向けた大学体育への期待」と題する講演をしていただく。近藤教授が行っている大規模疫学調査に参画して、運動調査や卒業生調査をすることも可能である。会員の皆さんの積極的な参加を期待する。

学修成果に関する評価基準

評価基準	大学評価・学位授与機構	大学基準協会	日本高等教育評価機構	短期大学基準協会
<p>基準6 学習成果 6-1 教育の目的や養成しようとする人材像に照らして、学生が身に付けるべき知識・技能・態度等について、<u>学習成果</u>が上がっていること。 6-2 卒業(修了)後の進路状況等から判断して、<u>学習成果</u>が上がっていること。</p>	<p>【基本的な観点】 6-1-① 各学年や卒業(修了)時等に於いて学生が身に付けるべき知識・技能・態度等について、<u>単位修得・進級・卒業(修了)の状況、資格取得の状況等</u>から、あるいは卒業(学位)論文等の内容・水準から判断して、<u>学習成果</u>が上がっているか。 6-1-② <u>学習の達成度や満足度</u>に関する学生からの意見聴取の結果等から判断して、<u>学習成果</u>が上がっているか。 6-2-① <u>就職や進学といった卒業(修了)後の進路の状況等の実績</u>から判断して、<u>学習成果</u>が上がっているか。 6-2-② 卒業(修了)生や、就職先等の関係者からの意見聴取の結果から判断して、<u>学習成果</u>が上がっているか。</p>	<p>教育内容・方法・成果 4 大学は、その理念・目的を実現するために、<u>教育目標</u>を定め、それに基づき<u>学位授与方針</u>をおよび教育課程の編成・実施方針を明示しなければならない。また、こうした方針に則して、<u>十分な教育上の成果</u>を上げるための教育内容と方法を整備・充実させ、<u>学位授与</u>と適切に行わなければならない。 ※基準の趣旨については別途解説を定めている</p> <p>【点検・評価項目】 4 教育内容・方法・成果 ＜点検・評価項目＞ (1) <u>教育目標に沿った成果</u>が上がっているか。 ＜評価の視点＞ ・学生の学習成果を測定するための評価指標の関連とその適用 ・学生の自己評価、卒業後の評価(就職先の評価、卒業生評価) ＜点検・評価項目＞ (2) <u>学位授与(卒業・修了認定)</u>は適切に行われているか。 ＜評価の視点＞ ・学位授与基準、学位授与手続きの適切性 ・学位審査および修了認定の客観性・厳格性を確保する方策 (根拠資料例：履修要綱、学位論文審査基準)</p>	<p>基準2. 学修と教授 2-6. <u>教育目的の達成状況の評価とフィードバック</u></p> <p>【評価の視点】 2-6-① <u>教育目的の達成状況の点検・評価方法の工夫・開発</u> (根拠資料例：教室内外の学修状況に関する学生アンケート調査等を分析した資料) 2-6-② <u>教育内容・方法及び学修指導等の改善</u>へ向けての評価結果のフィードバック(根拠資料例：教育目的の達成状況の評価に関する研究又はその評価結果の分析及び教育改善へのフィードバックを添す資料)</p> <p style="text-align: right;">中教審 大学教育研究会 配布資料 2015.11.15 「認証評価の見直し」の模索の方向性」</p>	<p>基準I 建学の精神と教育の効果 I-B 教育の効果 I-B-2 <u>学習成果</u>を定めている。 I-B-3 <u>教育の質</u>を保証している。 基準II 教育課程と学生支援 II-A-4 <u>学習成果</u>の査定(アセスメント)は明確である。</p>
<p>評価基準等の詳細</p>				<p>基準I-B-1 (1) 学科・専攻課程の学習成果を建学の精神に基づき明確に示している。 (2) 学科・専攻課程の学習成果を学科・専攻課程の教育目的・目標に基づいて明確に示している。 (3) 学科・専攻課程の学習成果を量的・質的データとして測定する仕組みを持っている。 (4) 学科・専攻課程の学習成果を学内外に表明している。 (5) 学科・専攻課程の学習成果を定期的に点検している。 基準I-B-3 (2) <u>学習成果</u>を焦点とする査定(アセスメント)の手法を有している。 基準II-A-4 (1) 学科・専攻課程の教育課程の<u>学習成果</u>に具体性がある。 (2) 学科・専攻課程の教育課程の<u>学習成果</u>は達成可能である。 (3) 学科・専攻課程の教育課程の<u>学習成果</u>は一定期間内で達成可能である。 (4) 学科・専攻課程の教育課程の<u>学習成果</u>に実質的な価値がある。 (5) 学科・専攻課程の教育課程の<u>学習成果</u>は測定可能である。</p>

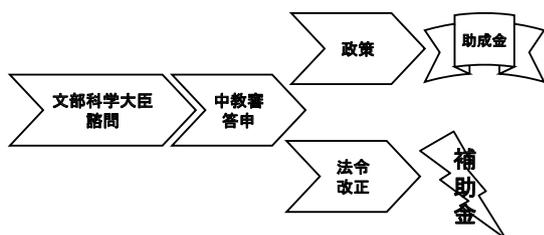
教養体育の評価と 指標開発のアイデア

小林勝法(文教大学)

内容

- I. 求められている学修成果の評価
- II. 評価指標の開発
- III. 健康格差・スポーツ格差の是正

高等教育行政の仕組みと流れ



教育内容・方法から学修内容・成果へ



高等教育の質保証のグローバル化

「国境を越えて提供される高等教育の質の保証に関するガイドライン」
OECD・ユネスコ(2005)

大学教員準備教育(PFF) (体系的FD)
汎用的能力(ジェネリックスキル)
専門教育の認証評価

「教育課程編成上の参照基準」(日本学術会議)
第三者評価(「認証評価」)
情報公開:大学ポートレート

中央教育審議会答申

「新たな未来を築くための大学教育の質的転換に向けて
～生涯学び続け、主体的に考える力を育成する大学へ～」
平成24年8月28日

8. 今後の具体的な改革方策
- ① 速やかに取り組むことが求められる事項
(大学)
(大学支援組織)
(文科省等)

中央教育審議会答申：今後の具体的な改革方策

(大学)

成果の評価に当たっては、学修時間の把握といった学修行動調査やアセスメント・テスト(学修到達度調査)、ルーブリック、学修ポートフォリオ等のような具体的な測定手法を用いたかを併せて明確にする。

(大学支援組織)

(イ) アセスメント・テスト(学修到達度調査)、学修行動調査、ルーブリック等、学生の学修成果の把握の具体的な方策については、国際機関における取組の動向や諸外国の例も参考にしつつ、大学連携法人、大学間連携組織(コンソーシアム)、学協会等において速やかに、かつ多角的に研究・開発を推進する。

(エ) 大学評価の改善については、各認証評価機関の内部質保証を重視する動きを踏まえ、全学的な教学マネジメントの下で改革サイクルが確立しているかどうかなど、学修成果を重視した認証評価が行われることが重要である。

(文部科学省等)

基礎的経費や国公私立大学を通じた補助金等の配分に当たっては、例えば、組織的・体系的な教育プログラムの確立など、十分な質を伴った学修時間の実質的な増加・確保をはじめ教学上の改革サイクルの確立への取組状況を参考資料の一つとする。

学長の認識と意向

学生の学修時間や学修行動を把握している 60.1%

学生による授業評価や学修ポートフォリオ 36.5%

学生アンケート調査 29.4%

過程を通じた学修成果を把握している 55.6%

導入すべき：外部の標準化されたテスト等 46.3%

学修行動調査等 82.6%、ルーブリック 62.7%、

学修ポートフォリオ 84.8%

文部科学省「学士課程教育の現状と課題に関するアンケート調査」

2012年5月～6月実施。回答者数684名、回収率91%

認証評価での学修成果に関する評価基準

評価指標の開発

自己評価(学生アンケート)

卒業後の評価(就職先の評価、卒業生評価)

中央教育審議会大学教育部会配付資料 2015.1.15

「認証評価の見直しの検討の方向性」

学修成果評価の世界的動向

・カレッジ・インパクト研究

学生の態度変容や知識・技能の獲得に対する影響

米国では1940年代から始められた。

伝統的な手法は卒業生調査。

・学修成果アセスメント Learning Outcomes Assessment IR(Institutional Research)

体育の学修成果評価の米国の事例

ハーバード大学の卒業生16,936人の健康状態を調査(1986年)

4つの私立大学の卒業生163人の健康に関する知識と態度、習慣を比較したところ、体育の必修単位数が多い大学の卒業生ほど、健康に対して肯定的・積極的であった。(1992年)

米国東南部の2つの大学の卒業生(2,000人、平均年齢27歳)を対象にした調査から、保健体育の授業を必修としている大学の卒業生の方が、健康に関する知識や態度、行動において、より健康的であった。(1997年)

ジョージア工科大学の卒業生380人の回答を分析した結果、4年次の運動習慣が卒業後の運動習慣に関係していた。(2002年)

体育の学修成果評価の日本の事例

1. 大学教育の評価を目的とした調査

京都大学(1965年)、国際基督教大学(1976年)、新潟大学(2003年)など体育に関する項目はごくわずか

2. 全国規模の卒業生調査

国立大学協会(1983年)

国立13大学の1963年卒と1978年卒の合計368人。

3. 体育に焦点を当てた調査

都内の3大学の卒業生(1977年)、東海地区の10大学の卒業生(1986年)

上智大学の女子卒業生(1993年)、筑波大学卒業生(2010年)

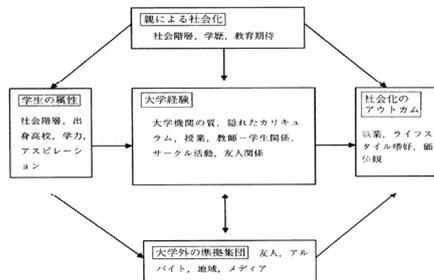
目白大学卒業生(2012年)

25歳から39歳までの女性1,000人(北・2014年)

大学・短期大学の体育実技授業について、70%が「意義があった」と回答。

「その後、役に立っていることがある」との回答は35%に過ぎなかった。

学生の社会化モデル



学修行動調査の米国の事例

学生の行動や満足度、達成度に関するアンケートを基本とした調査。

複数大学の学生を対象に共通の質問項目で調査

→学部間・大学間の状況比較

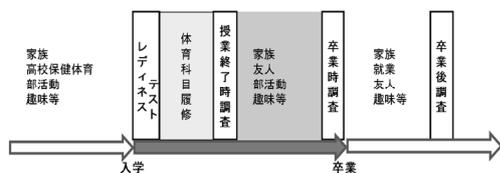
→学年進行に伴う変化の把握

→他のデータ(成績等)と組み合わせて各種の分析

カリフォルニア大学ロサンゼルス校高等教育研究所では、大学連携による大規模な学生調査研究プログラム(Cooperative Institutional Research Program)を1973年から行っており、現在では1,900校が参加し、1,500万人を超える学生のデータを収集・分析している。

→ JCIRP、4大学連携教学IR

体育の学修成果評価の枠組み



レディネステスト開発のお誘い

健康格差・スポーツ格差の是正に向けて



身体活動の状況(世界)

英国医学誌『ランセット』2012年7月特集

身体不活動の人が世界に3～4割。子どもでは8割。

運動不足が原因で死亡する人が世界で500万人。

この人数はタバコが原因で死亡する人と同じ。

身体不活動はパンデミック状態。

『健康づくり』「身体活動特集号」2015年1月号

健康格差の状況(世界)

所得や教育年数、職業階層などの社会階層が高い者と低い者では2~3倍の健康格差がある。

WHO「健康の社会的決定要因—確固たる事実」

ex. 健診未受診、転倒歴、閉じこもり、世帯構成と鬱、
ストレス対処能力

健康格差の状況(日本)

国民健康・栄養調査

所得と生活習慣(7項目)等に関する状況:低い所得の世帯では健康状態がよくない。
cf.「健康日本21(第2次)の推進に関する参考資料」-厚生労働省

「健康日本21」(第2次)の健康格差是正:地域格差、個人格差(社会経済的格差)

貧困児童が増えている ← 「健やか親子21」(第2次)
すべての子どもが健やかに育つ社会の実現

産業人メンタルヘルス白書(日本生産性本部)

日本学術会議:出生前・子どもの時からの生活習慣病対策

総会(3月26日)特別講演

「健康格差社会の現状と是正に向けた 大学体育への期待」(仮題)

近藤 克則

千葉大学医学部教授
日本福祉大学客員教授



社会的格差が健康の格差を生むという主張の
日本における代表的研究者。
2005年の『健康格差社会』で、社会政策学会賞奨励賞受賞。

健康リテラシー

WHO Health Promotion Glossary 1998

「健康を保持増進するように、情報を得て、理解し、
利用するための動機づけと能力を決定する認知的・
社会的スキル」

健康リテラシーテストの開発

大学生用健康リテラシーテストの開発

(若年者のリテラシー調査が行われていないようだ)

健康状態と就職との関係はどうか。

就活生への健康面での支援策。

cf.ヘルシー・キャンパス(米国)

ポートフォリオ=形成的、総括的、自己評価
=自己認識・動機付け

次世代と世界へのレガシー

東京オリンピック・パラリンピックを契機に身体活動を増やそう。

東京(1964)

札幌(1972)

長野(1998)

大学体育の質保証と評価（2）

問題提起

九州大学 齊藤篤司 「大学体育はどのような人をつくろうとしているのか」

シンポジスト

鹿屋体育大学 金高宏文 「鹿屋体育大学の『教育の質保証に向けた取り組み』から、大学体育の可能性を探る」

西九州大学短期大学部 西田明史 「教育課程全体から見た大学体育の役割」

北九州市立大学 山崎芙美子 「大学におけるキャリア教育とその評価
—求められる教育再生，模索する「学修成果の可視化」—」

コメンテーター

福岡国際大学 大浦隆陽 「学長の立場から」

コーディネーター

熊本大学 則元志郎

問題提起

「大学体育はどのような人をつくろうとしているのか」

九州大学 齊藤篤司

「大学体育の質保証と評価」は2年目を迎え、評価について考えることとなった。大学体育は何を持って評価されるのか。その際、大学体育が何を目標に行われているのかが明確でなければ、必然的に評価も不明となる。そこで本年度は、「大学体育はどのような人をつくろうとしているのか」という観点から評価を考えることとした。

学士課程教育における共通の目標は21世紀型市民の育成・充実をとされている（学士課程教育の構築に向けての答申，文部科学省，2008）。そして，21世紀に期待される教養は，現代社会が突きつけられている問題や課題について考え探究し，それらの問題や課題の解明・解決に取り組んでいくことのできる知性・智慧・実践的能力であるとされる。実践知は，日常のさまざまな場面で実際に活用・発揮（実践）される知で，市民的・社会的・職業的活動に参加・協働し，共感・連帯し，同時に，自らの在り方・生き方・振る舞い方を自省し調整していく知であり，教養教育に求められる知である。現代社会は自己中心の生き方・考え方や社会の在り方ではなく，多様性と自他の違いを認め尊重しつつ，相互信頼と連帯・協働の輪を拡げていくことのできる生き方・考え方や社会の在り方を求めている

（21世紀の教養と教養教育，日本学術会議，2010）。この求めに応える倫理の再構築とその倫理に裏打ちされた教養の形成を図っていくことは教養教育における体育の大きな役割といえよう。

これまで，大学体育の多くが専門教育までの通過集団に対する教養教育という形で行われ，特に，大綱化以降，「何が教えられるか」ということを強調してきた。現在，大学教育は学生が修得すべき学習成果を明確化することにより，「何を教えるか」よりも「何ができるようになるか」に力点が置かれてきている。つまり，どのような人をつくろうとしているのか，と考えられる。しかし，日本の学士が，いかなる能力を証明するものであるのかの問いに対し，大学は明確な答を示し得なかった。つまり，「獲得」を評価してこなかった。大学における出口管理の不在は体育教育において，より明白となった。

今日の大学体育では，コミュニケーション能力や社会性，あるいは，ストレス対処能力の低下に対する大学や社会の要請を踏まえたカリキュラム改変も行われようとしている。すなわち，体育教育を通して，他者とコミュニケーションをとる力や社会で必要とされる規範意識，あるいは，さまざまなストレスに打ち克つ力などを身につかせようというものである。これは，これらの能力の中にはスポーツ競技者に備わっていることが期待され，さまざまな具体的トレーニング

方法が提案されていることによる。しかし、「単にスポーツをしているだけで、自動的にライフスキルが身につくわけではない」（Hodge ら、1999）。そこでは、スキルの「学習」が行われる必要がある。そして、そこで評価される能力としての様々なスキルに対し、大学体育がどう寄与するのか、および、その評価方法について検証し、大学および社会に貢献する体育授業の構築を目指すことが求められるであろう。

さらに、大学の体育教育における目的と評価を体育教育の内部で完結させるのではなく、他者評価、つまり、大学に対し、さらには社会に対しどのようなベネフィットをもたらすかに重きを置くことにより、教育方法の質的転換をはかることも重要となる。教育の成果として、21世紀型市民の育成が求められる中、係る能力を教育し、他者評価することが大学の学修成果の可視化（「これからの大学教育等の在り方について（第三次提言）」、教育再生実行会議、2013）につながるであろう。

高等教育のグローバル化が求められる中、教養教育の評価基準が求められ、様々なカリキュラムが検討されるであろう。体育教育における身体活動には教養として求められる規範と倫理、感性と美意識、主体的に行動する力などが潜在し、身体感覚として身に付けられる「修養的教養」は思考や行動の規範となり、「個人と社会」「自己と他者」の相互関係と個人としての「自律性」を育成する上で、基盤を形成すると考えられる。

批判を恐れずに言えば、大学体育は、体育をアイデンティティとしながら、ともすると専門領域の研究をすることで「体育教育で何が獲得できるか」という本質的問題の解決から逃げてきた。大学体育教育における目的と評価は体育教育の内部で完結させるのではなく、他者評価、つまり、大学に対し、さらには社会に対しどのようなベネフィットをもたらすかを考えた教育へと質的転換を図らなければならないのではない。この間に答えるべく、本シンポジウムは行われた。

提案概要

「鹿屋体育大学の『教育の質保証に向けた取り組み』から、大学体育の可能性を探る」

鹿屋体育大学 金高宏文

本発表では、「大学体育の可能性を探る」一助として、鹿屋体育大学における専門体育・スポーツ教育における「教育の質保証」に向けた取り組みについて紹介した。なお、本学の「教育の質保証」の取り組みは、

学内外の様々な要請とともに、競争的外部資金・補助金（現代GP、就業力GP及び産業界ニーズ）の受託を活用しながら進められてきた。

鹿屋体育大学では、「教育の質保証」を図るにあたり、まずはこれまでの人材養成の現状把握と目指す人材像の明確化を行った。具体的には就職後の進路調査と卒業生のスポーツとの関わり等を調査し、本学の教育の成果や人材養成がどのようなものかを再点検した。体育大学であっても、保健体育科教員やスポーツクラブ等の有給のスポーツ指導者になるものが少ない現状（約3割）があること。しかし、卒業後には有給・無給に関わらず、約6割がスポーツをサポートする側（教える、運営するなど）として関わっていることを確認した。そして、そのような本学の現状や体育・スポーツ科学分野に求められる教育の質保証（参照規準）などを手がかりに、学位授与の方針（ディプロマ・ポリシー）や教育目標の再構築を図った。その結果、本学では「スポーツ・武道及び体育・健康づくりにおける実践的かつ創造的で市民性、国際性を備えたリーダーを養成する」ことを目指した人材養成を図ることを確認した。つまり、体育・スポーツ分野の職業人というより、体育・スポーツ等の文化を普及・振興できる能力を身につけた人材（リーダー）を輩出することを確認した。具体的には、①多様なスポーツリーダーとしての自覚と実践的なスポーツ指導力の養成 ②段階的かつ継続的なライフ・キャリアデザイン力と汎用的能力の養成、という大きな2つの柱を持って人材養成を図ることとした。言い換えると、専門教育の「スポーツ教育」と職業を選択・決定を促す「就業教育」の2つを柱とした。そして、そのような教育を可能とする教育課程の改訂へと歩を進め、教育課程の方針（カリキュラム・ポリシー）やカリキュラム・マップを固めた。現在は、教育の成果を学生、教員が確かに実感できるように「教育成果の可視化」に向けて、前述の「スポーツリーダーとしての自覚」と「実践的スポーツ指導力」、「ライフ・キャリアデザイン」と「汎用的能力」の可視化が図れるように、整備を行っている。また、学生の学修や教育の実情を的確に把握し、本学が目指す人材養成に対して適切に遂行されているかについても適宜把握できるよう教学マネジメントの整備も行っている。

以上のような取り組みは、専門体育大学における大学全体としての「教育の質保証」の取り組みである。しかし、専門体育も大学体育も体育・スポーツ等を「する」「みる」「ささえる」人材を養成しようとして

いる点で、両者は同じようなものだと考えることも出来る。そうであれば、大学体育においても各大学の①人材養成の現状把握や目指す人材像の明確化、②入学時・卒業後のスポーツ等との関わりとキャリアデザイン、③大学体育での達成課題の明確化（可視化）を手がかりに、大学体育のあり方を検討していくことで、各大学における大学体育の「教育の質保証」が図れるのではないだろうか。

「教育課程全体から見た大学体育の役割」

西九州大学短期大学部 西田 明史

教育再生実行会議が2013（平成25）年に示した第三次提言「これからの大学教育等の在り方について」によると、知識・情報・技術があらゆる領域の活動の基盤となる社会において、大学は知の蓄積と創造による日本再生の中核を担うことが期待されている。その具体的な方向性として、グローバル化に対応した教育環境づくり、社会を牽引するイノベーション創出のための教育・研究環境づくり、学生を鍛え上げ社会に送り出す教育機能の強化、社会人の学び直し機能の強化、大学のガバナンス改革、財政改革の確立による経営基盤の強化の5点が示されている。とりわけ教育・研究環境づくりや教育機能の強化に関しては、2012（平成24）年の中央教育審議会答申「新たな未来を築くための大学教育の質的転換」において、学生の主体的な学修態度の涵養を目的とした体系的・組織的な教育による学修時間の実質的な増加・確保の必要性が示されている。こと短期大学においては、学校数・学生数の減少や9割に満たない定員充足率等の実情に鑑みて、中央教育審議会が2014（平成26）年に「短期大学の今後の在り方について」を報告している。すなわち、これからの短期大学は、これまでに培ってきた実績と四年制大学・専門学校にない特徴を基本軸とし、機能別分化を念頭にした学校の特色づくりが不可欠である。

短期大学である本学では、前述したような、文部科学省から様々なかたちで示される大学教育の改善・改革の方向性に沿った教育改善活動に取り組んでいる。これからの大学教育では、「何を学んだか」ではなく、「何を身につけ、何ができるようになったか」が重視されており、学生本位の視点に立った学位プログラム中心の授業科目の編成が求められる。そこで、本学では、大学教育への社会的要請や本学に向けられる地域課題に鑑み、建学の精神に基づいた本学の社会的役割を検討した上で、既存のディプロマ・ポリシーに紐づく学修到達目標（養成する人材像）を定めた。学修到

達目標は、DeSeCoの示すキー・コンピテンシーの概念を参考にして策定されている。学修到達目標の確かな達成を目指し、既存のカリキュラム・ポリシーと照らし合わせながら学修到達目標と各授業の到達目標との整合性を検討した上で、カリキュラム・マップ、授業科目のナンバリング、履修系統図を作成した。このように、教育（授業）の質と学生の学修成果を担保するため、体系的な教育課程に基づく組織的な教育に取り組んでいる。

学修到達目標の達成に向け、順次的・体系的に編成された教育課程において、各授業科目は、学科が目指す人材養成の一端を担うこととなる。教養科目区分内の大学体育も例外ではなく、独自の授業目標を掲げ、その達成に向けて授業を展開する一方で、他科目と連携しながら学科が育成しようとする知識・技能・態度等を教授していかなければならない。そのためには、学修到達目標との整合性のとれた大学体育の授業到達目標を設定し、授業目標に合う教材を選定した上で、運動・スポーツの実践を手段として教育課程全体の学修到達目標の達成度を高めていく視点も必要になる。

体育・スポーツ学は複合領域の学問であるがゆえに、学科（または学部）の専門分野に合わせた授業内容の選定も可能だと考えられる。また、体育授業は、元来、他者との関わりの中で、自らの身体を通して体験し、学ぶことが中心である。教育の質保証への取り組みの中で強く要請されているアクティブ・ラーニング型授業の教授法・形態は、体育授業へ参加する際に求められる学修姿勢・態度とも共通する。つまり、大学体育は、その科目特性を活かし、「学生の主体的学修態度の土台づくり」や「専門教育への橋渡し」の役割を担うことができる。したがって、汎用的スキル（DeSeCoの示すキー・コンピテンシー等）と学科（または学部）の専門教育の双方に親和性の高い授業実践を通して、学科（または学部）が養成する人材像に対して直接的または間接的に貢献することにより、大学体育は、教育課程の中で重要な意味を持つことができる。

ただし、大学体育は、体育固有の価値や運動・スポーツ実践に付随する価値の修得に主眼を置かなければならない。当然ではあるが、大学体育では、運動・スポーツ活動の習慣化に必要な能力および態度の形成を目的に掲げ、学生がスポーツ教材（種目）の面白さを探究するなかで、安全で理にかなった運動実践力や健康維持・増進の方法を修得できるような授業展開が必要である。さらに、授業を通して運動・スポーツの

「する楽しさ」を味わせるとともに、自己の責任を果たす、互いに協力する、公正に取り組む等の資質・能力の涵養も視野に含めておかなければならない。

以上のことより、大学体育は、独自の学修成果を保証するとともに、教育課程全体を通して育成される資質・能力に対する量的（分野・項目）および質的（達成水準）な貢献度を明確化できれば、大学教育における必要性を強く主張できるのではないだろうか。

「大学におけるキャリア教育とその評価」

一求められる教育再生、模索する「学修成果の可視化」一

北九州市立大学 山崎 美生子

近年、大学は国や産業界から多くの変化を求められている。大学改革実行プラン（文部科学省、2012）では、「大学教育の質的転換と大学入試改革」、「グローバル化に対応した人材育成」、「地域再生の核となる大学づくり（COC構想の推進）」、「研究力強化：世界的な研究成果とイノベーションの創出」の必要性を挙げており、さらに学修成果、学修行動、授業外学修時間、大学授業満足度の可視化が求められている。産業界は、「主体性」「コミュニケーション力」「実行力」の獲得を学生及び大学教育に望んでいる。

文部科学省は、大学が変化を円滑に行えるよう様々な補助事業を打ち出している。本件では教育に特化した補助事業に絞るが、ここ8年で約18件、補助目的は就業支援からグローバル人材の育成まで様々で、補助期間は3年間から最大10年間、補助金額は少額で年間約2千万円、高額で年間約4億円が採択校に支給されている。各大学は自らの大学運営に有益とする補助事業に申請し、書類及びヒアリング審査を受けるが、採択されるまでの負担は教職員共に大きく、採択率は大学教育再生加速事業（年間約2千万）で245件中46件（採択率18.9%）、スーパーグローバルで152件中42件（27.6%）と、大学の規模や実現可能性等を考慮するなど厳しく審査が行われている。すなわち、上記補助事業に採択されるためには、各大学独自の教育理念や教育方針、明確な人材育成像を定め、大学運営やカリ

キュラム内へ反映するとともに、今後どのような方向で教育と向き合っていくのかについて大学組織全体で共有する必要性も求められているといえる。

北九州市立大学では補助事業の採択数が増加し、平成26年度時点で4件の補助事業が進行している。本学は平成27年度をめぐりにディプロマポリシー、カリキュラムポリシー、アドミッションポリシーの整理を完了させるとともに、カリキュラムマップを作成することで育成する能力の明示化を行っている。現状では育成能力の可視化が未整備であることから、平成26年度採択事業である大学教育再生加速プログラムを通じて整備を行う予定である。

大学は、各学部に配置されるカリキュラム及び124単位の内容を見直し、教育理念や教育方針との一貫性を保証することが求められる時代となった。テーマである「大学体育の質保証と評価」において、体育関連科目の選択科目化や縮小化が進むなど、大学体育が大学教育として必要か否かを問われる今日、なぜ大学において体育科目が必要なのかを大学組織全体から教育理念や教育方針に則って、真摯に検討してみてはどうか。

【分散会によるグループ討論】

話題提供者の提案を受けて、参加者が8グループに分かれた分散会が行われた。

分散会での討論の柱は以下の4点であった。

1. 社会に対して大学体育は何を提供できているのか（いわゆる「社会という他者評価」）
2. その大学体育では何を身につけさせなければならないのか。身につけさせているのか。
3. 勤務する大学（特に学部・学科）でどのような社会人を輩出できているか。
4. そのために「大学体育」をどのように関与させているのか。関わっているのか。

※討論内容を編集することは困難であったため、割愛させていただきます。

大学体育授業における挑戦的目標設定がレジリエンスに与える影響について

保健医療経営大学 藤原大樹

緒言

近年、大学体育授業の成果を明らかにすることを目的とした授業研究の重要性が見直され、様々な研究が実施されている（橋本ら、2012）。大学体育授業の持つ精神的・心理的効果としては、ポジティブ感情の増加、自己概念や自己効力感の改善などが報告されているが、レジリエンスに着目した研究は少なく、実証的なデータの蓄積がされていない。

レジリエンス（Resilience）は1987年にRutterにより提唱された概念で、日本語では回復力、強靱性、しなやかさ、良好な適応状態などを意味する。Rutter（1993）はレジリエンスを免疫機能に例え、ワクチンを接種するように統制された環境において困難な挑戦をすることでレジリエンスの向上が可能であると述べている。これまでレジリエンス育成の取り組みは、野外体験プログラム（Neil & Dias, 2001）や健康教育の分野で実施されてきたが、大学体育授業も「統制された環境において挑戦的な課題を経験する」という場として考えると、レジリエンス育成に適した環境であると考えられる。

賀川・原（2012）はレジリエンスと運動・スポーツ関連要因を検討した研究を実施し、大学体育授業におけるレジリエンス育成の可能性について言及している。また葛西ら（2009）は、スポーツ指導における目標設定技法の指導が選手のレジリエンスを育むのではないかと述べている。しかし、これまでレジリエンス向上を目的とした大学体育授業の実践研究は行われていない。

そこで、本研究では目標設定を導入した大学体育授業を実施し、レジリエンスの向上効果が得られるかどうかを検証することを目的とした。

方法

1. 対象

調査対象は、H大学で1年時の必修科目として開講されている「健康スポーツ実習」を受講した学生47名

（男子24名、女性23名）である。火曜日の授業を介入群（25名）、金曜日の授業を非介入群（22名）として設定した。

2. 調査時期

調査は、平成26年4月 - 7月の前期に実施された。

3. 「健康スポーツ実習」の授業内容

「健康スポーツ実習」は毎週1回90分、計15回実施された。1週目にオリエンテーションを実施し、その後、体力測定（2回）、バドミントン（6回）、バレーボール（6回）を行った。各授業の基本的な展開は、授業概要の説明（10分）、スポーツ実習（70分）、ふりかえり（10分）であった。なお、すべての授業は同一の教員により実施された。

4. 介入法

介入群のクラスでは、挑戦シートを配布し、実技に関する課題（難しかったこと、苦手だと感じたこと、上手くいかなかったこと）を抽出した後、挑戦目標の設定を行った。目標設定の際には、目標設定技法に関する資料を配布し、具体的、客観的、評価可能な目標を設定するよう指導した。また各授業の開始時にペアを作り、お互いの目標を確認し、挑戦をサポートするようにした。そしてふりかえりの際、ペアから受けたサポートを挑戦シートに記入させた。

5. 調査内容

レジリエンスの測定尺度としては、小塩ら（2002）が作成した精神的回復力尺度を使用した。この尺度は、精神的な落ち込みからの立ち直りを導く心理的特性を測定するもので、新奇性追求、感情調整、肯定的な未来志向という3つの下位因子、計21項目で構成されている。本研究では、介入前（4週目）と介入後（15週目）に測定を実施した。

結果と考察

1. レジリエンスの変化

大学体育授業の介入プログラムの前後におけるレジリエンスの変化を明らかにするため、時間（介入前・

介入後）と群（介入群・非介入群）の二要因分散分析を行った。その結果、有意な交互作用は認められなかった。

そこで介入前の精神的回復力得点によって、対象者をレジリエンス高群（平均値以上）とレジリエンス低群（平均値以下）に分類した上で、介入前後の変化を検討したところ、レジリエンス高群においては時間（介入前・介入後）と群（介入群、非介入群）の交互作用が認められなかったが、レジリエンス低群においては交互作用が認められた（図1）。

これらの結果は、本研究で実施した挑戦的目標設定がレジリエンス低群の学生にとっては効果的であった一方、レジリエンス高群の学生には影響しなかったことを示唆している。今後、レジリエンスの高低によって介入効果が異なる原因を明らかにするために、目標設定スキルについても調査し、レジリエンスが向上するプロセスについて検討していく。

また目標設定技法の教示方法についても改善する必要がある。上野（2006）が部活動を対象に行った研究では、講義・実習5時間のプログラムによって目標設定スキルが高まったと報告されている。本研究では、授業の冒頭での資料配布と簡単な教示のみしか行っておらず、学生に対する目標設定技法の指導が不十分であった可能性がある。

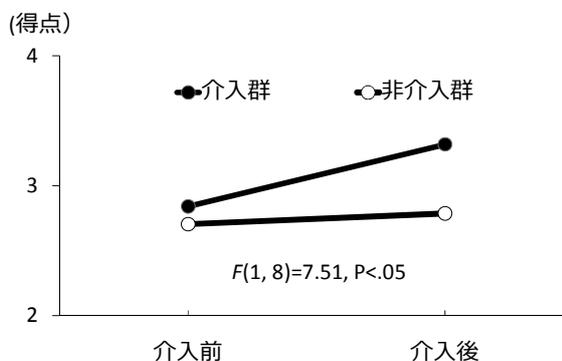


図1 低群におけるレジリエンスの変化

2. 授業に対する学生の感想

学生の授業に対する感想をみると、レジリエンス低群の学生においては、「少しボールが怖くて足がすくんでしまうときもあるが、前よりもトスもレシーブも上手くなった」や、「バレーボールは好きじゃなかったけれど、試合をしたり下手なのに上手いと言ってくれたりして楽しくできた」というように競技自体に苦

手意識を持つものが多く見られた。

一方、レジリエンス高群では、「今まで仲良くなかった人たちともバレーボールというチームワークを通して交流を深めることができた」や「後半は試合形式だったので楽しくできたのでよかった。もう少しサーブの練習をして上達したかった」というようにクラスメイトとの交流や運動の楽しさに関する記述が多かった。

今後、学生の自由記述の内容についてもより詳細に検討していく必要がある。

付記

本研究は、平成25・26年度科学研究費補助金基盤研究(B)「行動科学に基づく大学生の自己成長を促す独創的体育プログラムの開発と検証」による助成を受けたものである。

引用・参考文献

- 1) 橋本ら (2012) 未来を拓く大学体育, 福村出版.
- 2) Zautra & Reich (2011) The Oxford Handbook of STRESS, HEALTH, AND COPING, Oxford University Press.
- 3) Rutter (1987) Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316-331.
- 4) Neil & Dias (2001) Adventure Education and Resilience: The Double-Edged Sword. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 1 (2), 35-42.
- 5) 葛西ら (2009) スポーツ活動経験とレジリエンスの関係－時間的展望, 身体的自己知覚の視点から－教育実践学論集, 11: 39-50.
- 6) 賀川と原 (2012) 大学体育授業におけるレジリエンス育成の試み－女子大学生における身体活動状況と心理的特性との関連－. 鳴門教育大学研究紀要, 27: 360-369
- 6) 小塩ら (2002) ネガティブな出来事からの立ち直りを導く心理的特性 — 精神的回復力尺度の作成 — カウンセリング研究, 35, 57-65.
- 7) 上野 (2006) 運動部活動への参加による目標設定スキルの獲得と時間的展望の関係. 体育学研究, 51: 49-60.

大学体育授業における学修成果の可視化

— 学生の主観的恩恵に基づいたプロフィール化の提案 —

群馬大学 西 田 順 一

熊本学園大学 橋 本 公 雄

筑波大学 木 内 敦 詞

北九州市立大学 山 本 浩 二

東亜大学 谷 本 英 彰

はじめに

平成26年5月に京都大学の主管により開催された「第51回国立大学教養教育実施組織会議」の第一分科会にて大学体育科目の履修単位数について議論がなされた。本会議にて資料が示された52国立大学のうち、選択科目として実施されているのは29大学であり、全学にて必修として運営されているのは23大学であった。また、単位数については、学部のねらいや教員免許状取得希望などから選択科目の場合、0単位から8単位まで、そして必修科目の場合、1単位から3単位まで履修していることが報告された。

これまで、高等教育における他の授業科目と同様、大学体育授業に伴う学生の教育効果は多数報告されてきた（たとえば、木内・橋本，2012）ものの、それらは研究者側にて教育効果を仮説づけ、それに基づいて検証されたものが大半であった。一方で学びの主体である学生の視点に基づき大学体育授業の恩恵を明らかにする研究がなされている（西田他，2015）。ここでは、大学体育授業の主観的恩恵に関する10の質的カテゴリ（「友人関係の形成・拡大」「ストレス解消」など）が提示されている。また、この知見を基に量的に大学体育授業の主観的恩恵を捉える評価尺度の作成を試みている（西田他，2015）。しかしながら、その評価尺度にて大学体育授業が如何に捉えられているかについては示されていない。

以上より、本研究では、大学体育授業に伴う学習者の主観的恩恵を測定する評価尺度を用いて、複数の大学体育授業の主観的恩恵を可視化（プロフィール化）することを目的とした。

方法

調査対象者と調査時期

A大学およびB大学にて体育授業を最終回まで履修した初年次学生のうち、調査票に適切な記載がなされた714名を対象者とした。調査は、授業の最終回に集合による自記式質問紙にて実施された。調査期間は、平成27年1月から2月までであった。

調査内容

対象者の性、年齢、所属学部などの基本的属性について調査した。また、対象者の大学体育授業の受講による恩恵の内容と程度を明らかにするため、西田他（2015）により作成された「大学体育授業の主観的恩恵尺度」への回答を求めた。本尺度は大学体育授業の主観的恩恵を5側面から捉えることが可能である。

結果と考察

対象者の基本的属性

最初に対象者の基本的属性を検討した。その結果、性別は男子430名、女子282名、そして不明者2名であり、平均年齢は19.1歳であった。また、対象者の所属する学部は工学部、理工学部、医学部、教育学部の順で多かった。理系学部が調査対象となったため、男女比としては女子が少なくなったものと考えられる。

大学体育授業の可視化

対象者が受講した5つの大学体育授業をとりあげ、それらについて「大学体育授業の主観的恩恵尺度」の単純集計を基として可視化した。その結果、以下の図1～図5に示したようにプロフィール化された。

まず、ゴルフの授業は非常勤講師により実施され、36

名の学生が受講した。履修者の大半がゴルフの初心者であった。この授業は、スウィングの基本等を学習した後、大学のグラウンド等での打ちっぱなしを中心に行われた。プロフィール結果（図1）から、体力の増強および運動頻度の増加、そして生活習慣の意識化と適切化についての主観的恩恵は少ないものの、ストレス解消・気分向上などの主観的恩恵が中程度に得られたことが示された。

つぎに、ダンスの授業は常勤教員により実施され、比較的少人数の12名の学生が受講した。本授業は体育館にて行われ、基本ステップを学んだ後に創作ダンスを中心として行われた。プロフィール結果（図2）から、生活習慣の意識化と適切化についての主観的恩恵は少ないものの、ストレス解消・気分向上およびチームプレーおよび協働の価値理解の主観的恩恵が多く得られたことが示された。

また、テニスの授業は非常勤講師により実施され、25名の学生が受講した。本授業は屋外のテニスコートにて行われ、スウィングやサーブなどの基本動作を学んだ後にシングルスやダブルスのゲームを中心として行われた。プロフィール結果（図3）から、体力の増強および運動頻度の増加、そして生活習慣の意識化と適切化についての主観的恩恵は少ないものの、運動技術の習得とそれ練習法の理解についての主観的恩恵が多く得られたことが示された。

さらに、ソフトボールの授業は常勤教員により実施され、29名の学生が受講した。本授業は屋外の野球場にて行われ、バッティングや守備の基本動作などを学習した後、ゲームが行われた。プロフィール結果（図4）から、体力の増強および運動頻度の増加、そして生活習慣の意識化と適切化についての主観的恩恵は少ないものの、ストレス解消・気分向上の主観的恩恵が多く得られたことが示された。

最後に、スキーの授業は常勤教員および非常勤講師計6名により実施され、70名の学生が受講した。本授

業は学外のスキー場にて集団宿泊を伴う3泊4日間にて行われ、滑走の基本動作を学習した後、受講者の技術レベルをさらに向上させることを念頭に実施された。1名の教員に対し、各班12名程度にて班別レッスンの形式により実施した。プロフィール結果（図5）から、体力の増強および運動頻度の増加、そしてチームプレーおよび協働の価値理解についての主観的恩恵は若干少ないものの、ストレス解消・気分向上および生活習慣の意識化と適切化などの主観的恩恵が多く得られたことが示された。

以上のように、大学体育授業の受講に伴う主観的恩恵についての可視化を行った。しかし、現段階では、基本的統計量に基づいた検討を優先的に考えたことから本結果は統計的有意性によるものではないことに留意しなければならない。今後は統計による分析を行い、さらには主観的恩恵の要因を明らかにする必要がある。

付記

本研究は、日本学術振興会科学研究費補助金（平成24-26年度基盤研究（B）「行動科学に基づく大学生の自己成長を促す独創的体育プログラムの開発と検証」課題番号：24300213 研究代表者：橋本公雄）」の助成を受けて行われた。

引用文献

- 木内敦詞・橋本公雄（2012）大学体育授業による健康づくり介入のすすめ. 大学体育学, 9, 3-22.
- 西田順一・橋本公雄・木内敦詞・山本浩二・谷本英彰（2015）大学体育授業における主観的恩恵尺度の作成 — 学習成果の可視化に向けて — . 第3回大学体育研究フォーラムプログラム・抄録集, p.20
- 西田順一他（2015）テキストマイニングによる大学体育授業の主観的恩恵の抽出：性および運動・スポーツ習慣の差異による検討. 体育学研究, 60, 27-39.

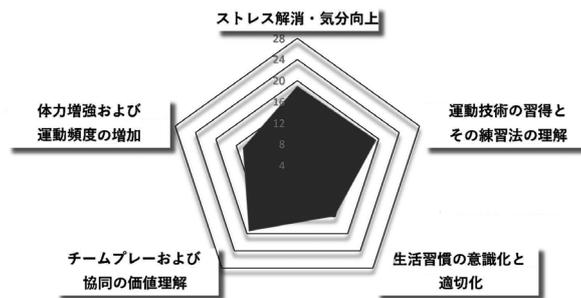


図1 ゴルフ授業による受講者 (n=36) の主観的恩恵プロフィール

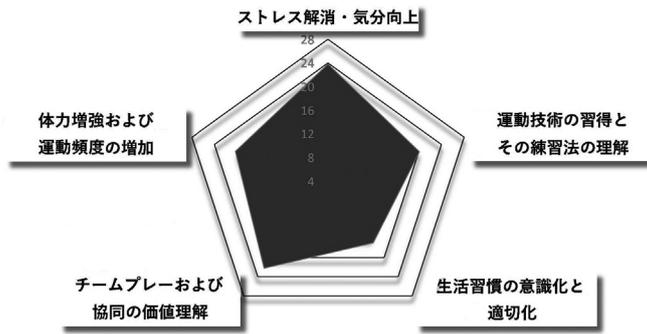


図2 ダンス授業による受講者 (n=12) の主観的恩恵プロフィール

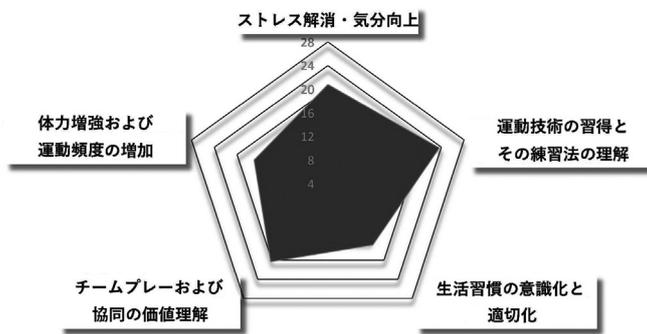


図3 テニス授業による受講者 (n=25) の主観的恩恵プロフィール

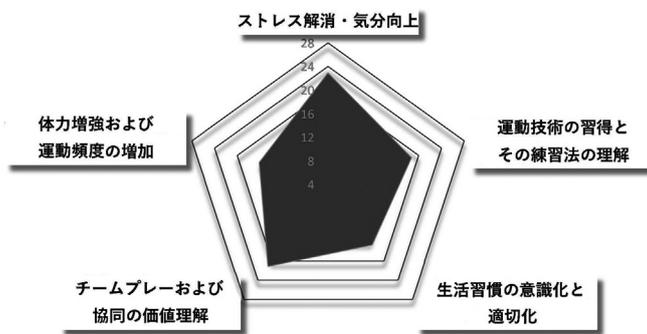


図4 ソフトボール授業による受講者 (n=29) の主観的恩恵プロフィール

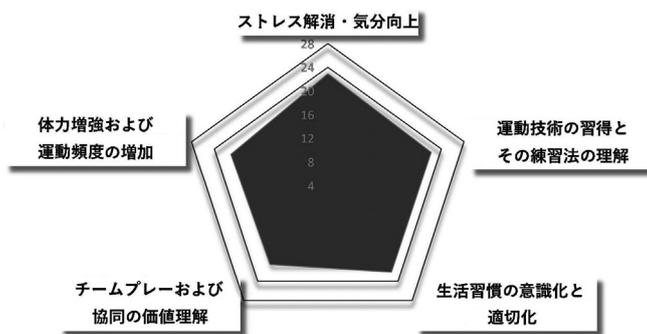


図5 スキー授業による受講者 (n=70) の主観的恩恵プロフィール

運動部に所属している女子大学生の体力に関する研究

— 競技歴と運動能力の関係に着目し —

長崎国際大学人間社会学部国際観光学科 金 相 勳
元 嶋 菜美香
田 井 健太郎
宮 良 俊 行
熊 谷 賢 哉

Sanghoon KIM, Namika MOTOSHIMA, Kentaro TAI, Toshiyuki MIYARA, Kenya KUMAGAI

キーワード：競技歴，体力テスト

1. はじめに

文部科学省では、1964年以来「体力・運動能力調査」を実施して、国民の体力・運動能力の現状を明らかにし、体育・スポーツ活動の指導と行政上の基礎資料として広く活用している。

また、公益社団法人全国大学体育連合の第16号体力テスト報告書では、国立大学をはじめ私立大学まで多くの大学が各大学の学生の身体特性および体力の実態や現状そして特徴などを把握するため体力テストを行っていることが報告されている¹⁾。

特に、飯干と木田らは、生活習慣と体力との関係や運動部に所属している学生の体力を調査するなど各自大学の学生の体組成や体力の実態を把握した上で、新たな大学における学生達の体力の特徴について研究を行っている^{2,3)}。さらに平成23年度文部科学白書では、学校における部活動は、学校経験の一部であるとともに体力の向上や健康の増進にも極めて効果的な活動であると報告している⁴⁾。

このような「体力・運動能力調査」は、6歳から79歳までの人を対象に調査を行っていることから国民の身体における発育発達の変化について観察することも可能である。日本オリンピック委員会（JOC）並びに日本体育協会では、各競技種目のゴールデンエイジの育成のために、研究や育成方針に力を注いでいる。その中、宮下と大野の子どもの運動能力習得時期につい

での報告は、子どもの年齢に応じたトレーニング内容や育成方法の指標となっている^{5,6)}。

また、韓国では1988年ソウルオリンピックでのメダル獲得のために、1982年から大韓体育会（KOC：Korean Olympic Committee）がゴールデンエイジの育成のため全国少年体育大会（小学校、中学校における全国総合体育大会）を支援し、ソウルオリンピックを始めとして現在のオリンピック大会を成功へと導いている。

本研究では、2012年から2014年までN大学で実施された体力テストのデータを元に、運動部に所属している女子大学生と一般女子大学生との体力の相違について把握すること、さらに運動部に所属している女子大学生の競技歴と体力テストとの関係について検討を行い、運動部員における幼児・小学校低学年時から特定された一つのスポーツ種目の活動が身体能力に与える影響について把握することが目的である。

2. 対象及び方法

(1) 被験者

被験者は2012年から2014年までのN大学の全学共通科目「スポーツ実習」を履修した健康な女子大学生126名（非運動部：76名，運動部：50名（バレーボール部15名，空手道部9名，アーチェリー部10名，ソフトテニス部8名，硬式テニス部8名））であり，被験者

の身体特性を表1に示した。

(2) 身体特性測定および体力テスト

測定項目は、年齢を含めた以下の項目である。

身体特性測定：身長，体重，Body Mass Index (BMI)。

体力テスト：握力（筋力），立ち幅とび（瞬発力），反復横とび（敏捷性），長座体前屈（柔軟性），20mシャトルラン（持久力），上体起こし（筋持久力）。

以上，BMIを除いた身体特性測定の2項目と体力テストの6項目は，文部科学省による新体力テスト方法に準じて測定を行った。

なお，BMIは「 $BMI(kg/m^2) = \text{体重}(kg) / \text{身長}^2(m^2)$ 」の式を用いて算出した。

(3) 統計処理

すべての測定結果はMicrosoft Excelを用いて，平均値と標準偏差を求めた。

なお，統計処理は，Statview-j5.0を用いて，群間の比較は対応のないt検定を競技歴と体力テストの結果との関係は，ピアソンの相関係数を求めた。

全ての統計結果は，5%未満をもって有意とした。

3. 結果

(1) 運動部と非運動部における身体特性および体力テストの比較

身体特性では，運動部が非運動部より年齢を除いた身長 ($p<.01$)，体重 ($p<.01$)，BMI ($p<.05$) で有意に高かった (表1)。

体力テストでは，運動部が非運動部より握力 ($p<.01$)，立ち幅跳び ($p<.01$)，反復横とび ($p<.01$)，長座体前屈 ($p<.05$) 20mシャトルラン ($p<.01$)，上体起こし ($p<.01$) で有意に高かった (表2)。

表1 運動部と非運動部の身体特性の比較

測定項目	年齢 (歳)	身長 (cm)	体重 (kg)	BMI (kg/m ²)	競技歴 (年)
非運動部 (n=76)	19.1±2.5	156.6±5.5	51.6±8.5	21.0±3.0	—
運動部 (n=50)	18.2±0.4	160.8±6.8	57.1±8.1	22.1±2.7	8.4±3.1
有意差	$p<.05$	$p<.01$	$p<.01$	$p<.05$	—
相対値(%)	85.3	102.7	110.7	105.2	—

mean±S.D.

表2 運動部と非運動部の体力テストの比較

測定項目	握力 (kg)	立ち幅跳び (cm)	反復横とび (回)	長座体前屈 (cm)	20mシャトルラン (回)	上体起こし (回)
非運動部 (n=76)	26.2±5	159.1±26.1	44.8±5.9	44.2±9.1	39.5±15.1	22.2±5.9
運動部 (n=50)	30.0±3.6	183.9±21.2	51.6±5.6	47.9±8.0	68.2±19.2	26.9±5.8
有意差	$p<.01$	$p<.01$	$p<.01$	$p<.05$	$p<.01$	$p<.01$
相対値(%)	114.5	115.6	115.2	108.4	172.7	121.2

mean±S.D.

(2) 女子運動部学生の競技歴と体力テストとの関係

競技歴と体力テストの関係では，握力・長座体前屈は，有意な相関係数が見られなかったが，立ち幅跳び ($r=.320, p<.05$)，反復横跳び ($r=.359, p<.05$)，20mシャトルラン ($r=.440, p<.01$)，上体起こし ($r=.503, p<.01$) では，有意な相関係数を示した (表3)。

表3 女子運動部学生における競技歴と体力テストとの関係

n=50		
体力テスト 項目	競技歴(年) 相関係数	有意差
握力(kg)	-.032	N.S.
立ち幅跳び(cm)	.320	$p<.05$
反復横とび(回)	.359	$p<.05$
長座体前屈(cm)	.040	N.S.
20mシャトルラン(回)	.440	$p<.01$
上体起こし(回)	.503	$p<.01$

N.S.=Not Significant

4. まとめ

日本肥満学会の肥満判定基準によると，「標準体型 (普通体重)」はBMI18.5以上から25未満であると示している。今回の結果では，運動部と非運動部は共にBMIの平均値が標準値内である中，身長，体重，BMIは，運動部が非運動部より有意に高く，体力テストでは，全種目において運動部員が非運動部員より運動能力が有意に高値を示した。

木田らは，運動部 (テニス部，ソフトボール部，バスケットボール部，バレーボール部，剣道部) に所属している女子大学生の体力及び運動能力は，握力，長座体前屈を除いた，立ち幅跳び，反復横とび，20mシャトルラン，上体起こしにおいて同年齢の全国平均値より有意に高いと報告している³⁾。今回の比較では，体力テストの全種目で非運動部より運動部が有意に高かったため，立ち幅跳び，反復横とび，20mシャトルラン，上体起こしでは，木田らと類似した結果であった。しかし，今回は，木田らの対象運動部と異なる運動部も含まれており，握力と長座体前屈の結果は異なった傾向を示した。これらを踏まえると各運動部における運動部員はそれぞれの体力や運動能力の特徴があると考えられる。各運動部による体力や運動能力の特徴については，今後の研究課題として検討していきたい。

今回運動部に所属している被験者の年齢は18.2±0.4であり，競技歴は8.4±3.1年である。被験者の中には8歳以前から今の競技をやってきた者も含まれている。宮下の成長期から見た各種体力の向上における適

正な年齢範囲によると、9歳前後では、体をうまく動かす能力「調整力」、12歳前後は、長く運動を続ける「持久力」、15歳以降からは、「筋力面」での発達が向上していく時期であると示している^{5,6)}。

競技歴と体力テストにおいて、握力、長座体前屈すなわち筋力、柔軟性に関しては、相関関係がなかった。被験者の大部分が15歳以前から部活動を行っていることから、今回の結果に繋がったのではないかと推測される。また、反復横跳び、立ち幅跳びは、敏捷性、瞬発力を測る項目でもあり、体をうまく動かす「調整力」も必要とされる項目である。そして、20m シャトルラン、上体おこしは、持久力、筋持久力の向上に影響を与える項目である。今回の結果では、この4つの項目は、競技歴との相関関係が認められた。これは、幼児・小学校低学年時からの特定された競技のスポーツ活動は、立ち幅跳び、反復横跳び、20m シャトルラン、上体おこしの運動能力向上に影響を与えていたと推測される。

【参考文献】

- 1) 公益社団法人全国大学体育連合（2013）：平成24年度体力測定結果報告書 第16号
- 2) 飯干 明（2009）：鹿児島大学女子学生の体力とライフスタイルについて。鹿児島大学教育センター年報, 6, 28-38
- 3) 木田京子, 板谷昭彦, 栗原武志（2013）：園田学園女子大学運動部在籍学生の体力及び運動能力の現状と課題。園田学園女子大学論文集, 47, 39-51
- 4) 文部科学省（2011）：平成23年文部科学白書, 241-242
- 5) 出村真一（2005）：健康・スポーツ科学講義。杏林書院, 50-54
- 6) 公益財団法人日本体育協会（2014）：公認スポーツ指導者養成テキスト共通科目 I, 142-148

大学ソフトボール授業における反転授業の実践報告

中央大学保健体育研究所客員研究員，武蔵野美術大学 北 徹 朗
中央大学 森 正 明

1. はじめに

反転授業 (Flipped Classroom) とは、従来授業内で行っていた知識の伝授を、自宅等で動画などのデジタル教材を使って学び、授業に先立って知識の習得を済ませ、対面授業においては予習してきた知識を活用して教員と共に演習や討論などを通して知識等の活性化を行う授業形態のことである。反転授業は、Bergmann & Sams (2012)¹⁾、や Baker (2000)²⁾、Lage et al. (2000)²⁾、などによる実践がそのはじまりとされている。

体育授業において、タブレット端末等を授業内に活用する授業形態は一般的になりつつあるものの「体育実技」における反転授業の試みは、大学以外の学校期においても体育科教育での報告は見当たらない。ICT教育環境の構築や維持管理については、数多くの知見が集まり、さらに今後の進展により、多くの問題が解消されることが期待されている。しかし、どのような手順で学習指導するか、学習活動で必要とされるハードウェアやソフトウェアは何か、その際に必要な機能や運用上留意することは何かなど、教員や学生に直接的に関わる部分については実践事例の蓄積と、さらなる調査研究が必要であると考えられる³⁾。そこで、大学の体育実技授業において反転授業を試み、その課題と可能性について検討することを目的とした。

2. 授業の概要と実践方法

実践対象の授業は、都内4年制大学のソフトボール授業 (必修/種目選択制) であり、履修者は33名であった。反転授業は、授業の前半である第2回～第5回 (ボールの握り方～バッティングの基礎) で触れる内容で試行した。

反転授業の実践にあたり、授業専用のウェブサイトを開設し、受講までに、前回授業で指定された動画ファイルを確認するように指示した。受講者には、第1回授業時に『授業用ページURL』、『ID』、『パスワード』を通知した。各授業後にはアンケート調査を実施

し、「視聴の有無と回数」, 「視聴した場所」, 「視聴した端末」, 「予習動画の内容に関する内容」 (動画をいつ見たか、動画の長さ、動画のわかりやすさ、動画は授業に生かされたか、動画は授業に役立ったか、動画視聴による授業意欲の向上、今後の導入への展望など) について質問した。受講までに、前回授業で指定された動画ファイルを確認するように指示した。

3. 予習動画の収録方法と内容

動画の収録はiPad 2を1台用いて行った。屋外での収録であったが、音声など問題なく収録された。なお、動画内における説明や示範は担当教員が行った。グループ練習 (トスバッティング) の事例は、動画出演の同意が得られた学生4名が示範を行った。

動画ファイル内容と時間は以下であった。

- ・ボールの構造と握り方の基本 (1分15秒)
- ・スローイングの基本 (1分41秒)
- ・ゴロの捕球の基本 (1分00秒)
- ・フライの捕球の基本 (1分25秒)
- ・クイックスローの基本 (1分12秒)
- ・バットの構え方の基本 (1分30秒)
- ・トスバッティングの練習方法 (0分55秒)
- ・バッティングティーを利用したフリーバッティング (1分17秒)

4. 予習動画の視聴率と視聴回数

授業回数が増えるとともに、視聴率も上昇した (1回目69.7%, 2回目68.8%, 3回目72.4%)。

視聴回数においては、介入単元を問わず視聴回数は1回が多かった。ソフトボール受講者の方が、2回以上視聴した学生が多かった。

5. 予習動画を見た場所と利用端末

予習動画を見た場所は、「自宅 (寮, 下宿含む)」 (63.5%) が多く、「電車の中」 (15.9%), 「駅」 (7.9%), 「大学」 (6.3%) の順が多かった。

動画を見た機器としては、「スマートフォン」での視聴が最も多く（68.8%）、次いで「タブレット端末」（18.8%）、「デスクトップPC」（7.8%）、「ノートPC」（4.6%）、の順に多かった。

6. 受講学生の意識・主観的な評価（最も多かった回答）

＜予習動画の長さ＞

・「ちょうど良い」（86.2%）

＜予習動画のわかりやすさ＞

・「ややわかりやすい」（67.7%）

＜動画は実技に生かされたか＞

・「やや生かされた」（75.4%）

＜動画は授業のイメージ作りに役立ったか＞

・「やや役立った」（64.1%）

＜動画によって技術のコツを理解することができたか＞

・「やや理解できた」（70.8%）

＜動画を見ることによって授業への意欲は高まったか＞

・「やや高まった」（64.6%）

＜予習動画を示す授業スタイルは、今後「大学体育実技」に15回の授業のうちどの程度の割合で取り入れるべきか＞

・「75%程度取り入れるべき」（52.3%）

7. 今後の課題

受講前の種目経験をみると55.2%が「ソフトボールの経験がある」と回答したが、大半の学生が小中高での体育授業での経験であった。運動部活動としてソフトボールを経験した者も数名だが存在した。また、ソフトボールと技術が似ている野球経験者も多く、それらの種目の経験率も、視聴率や視聴回数、受講後の感想などに影響を及ぼしているものと思われる。こうした結果からも、受講生の学習準備状況（レディネス）をしっかりと確認した上での動画作成・提示をすることが望ましいと思われた。

反転授業を導入した単位では、毎時間、次回までに見ておくべき動画の指示により視聴を促したが30%弱の学生は視聴しなかった。大学授業（実技・演習系）における反転授業に関する先行研究として、『医学部医学科における反転授業トライアル』⁴⁾があるが、こ

の報告においても、視聴率は67%とされていた。視聴率を高める方略については今後の課題である。

今回の実践では、学生の多くが予習動画の長さや内容についてポジティブな印象を持っていた。学生からの聞き取りでは、1年次に必修で行われる体育実技のため、運動やその種目に対して苦手意識のある学生にとっては、あらかじめどんな内容を行うかを確認しておくことで緊張感がほぐれるなどの効果もあったようである。また、学生の多くは大学体育実技において、反転授業を50～75%程度導入すべきであると回答した。アンケート結果からは、授業に備えてのイメージ形成や実技実践にも影響が大きいことが読み取れるため、予習動画の作成について、どのような内容が望ましいかを検討し精査していく必要があるだろう。

[本研究を含む内容は「大学体育における反転授業の試行と課題－ベースボール型実技における実践研究－」、中央大学保健体育研究所紀要第33号⁵⁾に掲載された]

参考文献・参考資料

- 1) Bergmann, J., Sams, A. (2012) Flip your classroom: Reach every student in every class everyday., International Society for Technology in Education
- 2) 東京大学大学院情報学環・反転学習社会連携講座ウェブサイト
<http://flit.iii.u-tokyo.ac.jp/about/index.html>
(2015年1月9日確認)
- 3) 高橋純・高坂貴宏・前田喜和・森谷和浩・堀田龍也(2014) 韓国の公立小学校における1人1台の情報端末導入初期段階でのICT活用および授業過程・授業形態の特徴に関する事例分析, 教育工学第38巻第3号, p.317
- 4) 西屋克己ら(2014) 医学部医学科における反転授業トライアル, 第8回医療系e-ラーニング全国交流会O-7抄録
- 5) 北徹朗・森正明(2015) 大学体育における反転授業の試行と課題－ベースボール型実技における実践研究－, 中央大学保健体育研究所紀要第33号, pp.43-54

大学新入生の大学適応感を促すための体育授業について

— 自己調整学習の視点から —

九州大学大学院 須崎 康 臣

九州大学 杉 山 佳 生

キーワード：大学への適応，体育適応感，自己調整学習方略，自己調整学習ノート

はじめに

大学生の約2.5%が休学し，約1.5%が退学し，約6%が留年をしており（内田，2008），これは大学生の大学適応感が低いことと関連していることが考えられる。また，大隅ほか（2013）は，大学新入生は新環境の移行に伴い適応が難しい時期であり，その時期に大学に適応することがその後の大学に対して適応できるか重要な時期であると指摘している。このことから，大学生が大学に適応し，充実した大学生活を送るためには，大学適応感を促すための支援を大学新入生の時期から行うことが重要であると考えられる。

この大学適応感と関連する要因として，学習面と人間関係面の2つの側面がある（広沢，2007；大久保，2005）。そして，学習面と人間関係面の2つの側面を含むものとして，体育授業がある（佐々木，2003）。つまり，体育授業で授業に積極的に取り組み，その中で良好な人間関係を構築することを通して，大学適応感を促進する関連が考えられる。

しかしながら，体育授業と大学適応感との関連に関して，体育授業での体験が直接的に大学適応感を高めるのではなく，体育適応が高まることで，それに伴い大学適応感が促進される関連が考えられる。この体育適応感と大学適応感との関連について，須崎・杉山（2014）は，体育適応感から大学適応感への影響について仮説モデルを構築し，その検証の結果，体育適応感が大学適応感を促すことが報告されている。また，この仮説モデルでは，体育適応感を規定する要因として自己調整学習方略を取り挙げており，自己調整学習方略が体育適応感を高めることを明らかにしている。

このように大学適応感を促すための方策として体育授業が有効であり，体育授業への適応感を高めるため

に自己調整学習の支援が重要であると考えられる。木内・橋本（2012）は，大学適応感に関連する学習面と対人関係面を含む体育授業の貢献が期待されているが，その効果の検証はこれまで不十分であると指摘している。このことから，大学適応感を促進するための方策として体育授業の効果を検討するのは意義があると考えられる。以上のことから，本研究は，大学新入生を対象とした自己調整学習方略の使用の促進を意図した体育授業を通して，体育適応感を高め，その体育適応感が大学適応感を促進する関連について検討を行うことを目的とする。

方法

被調査者及び調査時期

九州地方の四年生国立大学における新入生のうち体育実技を履修した男子学生26名（ 18.6 ± 0.80 歳）を介入群，介入を意図していない同様の授業を履修した男子学生28名（ 18.4 ± 0.62 歳）を非介入群とした。

調査内容

(1) 自己調整学習方略尺度

自己調整学習方略を測定するために須崎・杉山（2015）が作成した体育授業における自己調整学習方略尺度を使用した。この尺度は，予見段階は目標設定，遂行コントロール段階は自己教示，モニタリング，先生への援助要請，クラスメイトへの援助要請，努力，イメージ，自己省察段階は自己評価，適応から構成されている。

(2) 体育適応感尺度

体育適応感を測定するために佐々木（2003）が作成した体育の授業に対する適応の状態尺度を用いた。この尺度は，連帯志向と体育適応から構成されている。

(3) 大学適応感尺度

大学生の大学適応感を測定するために、大久保(2005)が作成した青年用適応感尺度を使用した。この尺度は、居心地の良さの感覚、課題・目的の存在、被信頼・受容感、劣等感の無さから構成されている。

大学体育実技の内容

初回と最終2回を含む3回の授業は運動実践を含まない講義であった。体育施設で行う12回の授業では、初回の講義で受講者が選択した1つのスポーツ種目を実施した。介入群と非介入群の授業は、本調査者が担当し、授業内容は硬式テニスであった。なお、12回のうち2回は雨天のため、硬式テニスを受講しない学生と一緒に体育館で活動を行った。そのため、硬式テニスの開講数は10回である。

介入プログラム

Zimmerman (2008) によって提唱された自己調整学習のサイクルモデルに準拠して、自己調整学習を獲得するための自己調整学習ノートを作成し、このノートを用いて介入群に実施した。また、介入群に対する介入プログラムの提供は8回となっている。

結果

本研究では、自己調整学習方略の獲得を意図した体育授業が大学適応感に及ぼす影響を検討するために、自己調整学習方略尺度と体育適応感尺度、大学適応感尺度を従属変数とし、時期(事前・事後)と群(介入群・非介入群)を独立変数とした2要因分散分析により検討した(表1)。

自己調整学習方略尺度について分析を行った結果、努力($F(1, 52) = 10.31, p < .01$)は交互作用が有意であり、介入群において事後は事前より高い得点を示していた。ま

た、目標設定($F(1, 52) = 20.03, p < .01$)と自己教示($F(1, 52) = 7.16, p < .05$)、イメージ($F(1, 52) = 23.74, p < .01$)、モニタリング($F(1, 52) = 12.12, p < .01$)、自己評価($F(1, 52) = 18.97, p < .01$)、適応($F(1, 52) = 10.85, p < .01$)は時期の主効果が有意であり、全て事前に比べて事後で高い得点を示していた。

体育適応感尺度に対する分析の結果、体育適応($F(1, 52) = 7.31, p < .05$)は交互作用が有意であり、介入群において事後は事前より高い得点を示していた。

大学適応感尺度の分析結果では、居心地の良さの感覚($F(1, 52) = 20.70, p < .01$)と被信頼・受容感($F(1, 52) = 17.64, p < .01$)が時期の主効果のみ有意であり、事前に比べて事後で得点が有意に向上することが確かめられた。

考察

介入群と非介入群ともに大学適応感が有意に向上していたが、介入群においてのみ自己調整学習方略の努力と体育適応が有意に向上していた。つまり、自己調整学習の使用の促進を意図した体育授業を通して、授業に積極的に取り組む努力の自己調整学習方略の使用が促進され、体育授業に対して主体的に取り組んでいる状態になり、そのような授業での状態が、大学内での居心地の良さを感じることや周囲の人から受け入れられているといった感覚に寄与したと考えられる。

さらに、非介入群も居心地の良さの感覚と被信頼・受容感が有意に向上していたが、体育適応および連帯志向は向上していなかった。これは、体育授業以外の要因が大学適応感の向上と関連したことが考えられる。そのため、今後はどのような要因が大学適応感の促進と関連したかを検討する必要がある。

表1 授業前後における各尺度得点の平均値(標準偏差)および分散分析結果

	介入群				非介入群				主効果			その後の検定
	事前 平均値	標準偏差	事後 平均値	標準偏差	事前 平均値	標準偏差	事後 平均値	標準偏差	時期(1,52)	クラス(1,52)	交互作用(1,52)	
自己調整学習方略												
目標設定	20.9	(3.0)	23.0	(2.3)	19.3	(5.2)	20.9	(5.1)	20.03 **	3.12	0.27	事前<事後
自己教示	11.1	(2.4)	12.5	(2.9)	10.2	(3.7)	11.0	(4.3)	7.16 *	1.97	0.47	事前<事後
イメージ	19.6	(3.2)	21.6	(2.7)	19.3	(3.7)	21.1	(3.9)	23.74 **	0.22	0.30	事前<事後
先生への援助要請	9.2	(1.7)	8.7	(2.0)	7.6	(2.4)	8.5	(3.4)	0.19	3.20	3.23	
クラスメイトへの援助要請	10.6	(2.1)	10.3	(2.5)	9.5	(3.1)	9.8	(3.2)	0.00	1.40	0.99	
モニタリング	14.2	(2.0)	15.5	(2.2)	13.6	(4.0)	14.6	(3.7)	12.12 **	0.88	0.12	
努力	21.6	(4.0)	25.7	(3.4)	23.1	(4.1)	24.1	(5.2)	29.14 **	0.00	10.31 **	介入群において事前<事後
自己評価	19.2	(3.3)	21.9	(3.0)	19.0	(5.6)	20.2	(5.7)	18.97 **	0.60	3.19	事前<事後
適応	19.3	(2.2)	20.9	(2.3)	18.2	(4.6)	19.5	(4.3)	10.85 **	2.72	0.14	事前<事後
体育適応感												
連帯志向	31.7	(4.4)	32.8	(3.8)	30.3	(5.1)	30.7	(5.2)	1.90	2.16	0.41	
体育適応	20.2	(3.0)	22.7	(2.8)	21.1	(4.3)	21.9	(3.8)	25.2 **	0.00	7.31 *	介入群において事前<事後
大学適応感												
居心地の良さの感覚	40.3	(5.5)	43.1	(4.3)	39.6	(8.2)	42.3	(8.6)	20.70 **	0.18	0.00	事前<事後
課題・目的の存在	27.5	(4.4)	28.5	(3.3)	27.0	(4.9)	27.1	(5.0)	1.10	0.81	0.61	
被信頼・受容感	18.2	(2.9)	19.8	(3.0)	17.2	(4.4)	19.4	(4.4)	17.64 **	0.41	0.62	事前<事後
劣等感のなさ	20.7	(3.2)	20.8	(4.3)	20.0	(4.2)	20.8	(4.0)	1.14	0.13	0.76	

**p<.01, *p<.05

大学生の授業適応を高めるための授業環境の設定

九州大学大学院 阪 田 俊 輔

九州大学 杉 山 佳 生

キーワード：ストレス認知モデル，ストレス対処，授業適応感，目標志向性

はじめに

運動・スポーツ場面において、バーンアウトやドロップアウトといった適応に関連する問題は多くあり(岡ら, 1994; 佐々木, 1998等), それらの問題について解決の方策を探索することは, 研究者の急務とされてきた。適応に関する問題について, その原因の一つとして運動者のストレスが挙げられる。Lazarus & Folkman (1984) は, 個人の適応感について, ストレス過程における長期的効果, つまりストレスに継続的にさらされることに影響されるとしており, それまでに個人的変数, 環境の変数, 対処行動など様々な要因が関わると説明している(図1)。

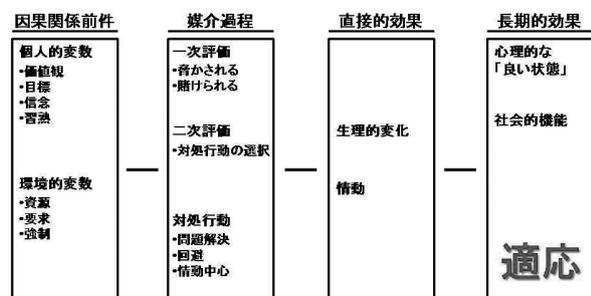


図1 ストレス過程の概念図
(Lazarus&Folkman, 1984より、発表者が作成)

このストレス過程では, 対処行動がその中心として捉えられており, 競技スポーツ場面での運動者の対処行動の特徴, それらにより起こり得る問題について詳細に分析した研究は数多く見られるが(例えば洪倉, 2002, 2003等), 体育場面を対象とした研究, 環境の変数を設定した研究は見られていない。特に環境の変数は, 体育授業では教員がある程度操作可能な変数として捉える事が出来, それらが対処行動を経て, どのように運動者の適応に関わるか検討することは有意義であるといえる。

そこで本研究では, 大学生の授業に対する適応感に

ついて, ストレス対処行動を中心に検討し, どのような環境的及び個人的変数に関わるのか考察することを目的とした。

方法

被調査者及び調査時期

九州地区の四年制大学にて, 体育実技授業を受講する大学生336名(平均年齢 19.1 ± 1.23)を対象とした。調査用紙はセメスター後半である2014年1月下旬の授業中に配布及び回収をした。

調査内容

(1) 個人的変数

細田・杉原(1999)が作成した特性としての目標志向性尺度を用いた。自我志向性及び課題志向性の2つの側面があり, 自我志向性は勝敗や成績に目標を持つこと, 課題志向性は新しい技能や技を獲得することに目標を持つこととして定義されている。

(2) 環境的変数

予備調査により作成した。支援的環境及び圧力的環境の2つの側面があり, 支援的環境は個人にとって行動の励ましや資源になり得る環境, 圧力的環境は個人にとって行動の制限や圧力になり得る環境として定義した。

(3) 対処行動

洪倉(2002)が作成した高校運動部員用ストレス対処行動尺度より, 問題解決及び回避の項目を引用した。問題解決はストレスの原因となる事物について直接解決する方策を探索・実行する行動, 回避は具体的な行動は行わず, 時間の経過に任せる行動として定義されている。

(4) 適応

大久保(2005)の青年用適応感尺度より居心地の良

さの感覚、課題・目的の存在、被信頼・受容感に関する項目を引用した。ただし教示文を「学校において」から「授業において」に改変している。居心地の良さは周囲になじめているかどうか、課題・目的の存在は授業参加において目的や期待があるかどうか、被信頼・受容感は周りからの期待を感じるかどうかという定義がされている。

すべての項目は統計的手法により妥当性・信頼性を確認している。

結果

個人的変数、環境的変数、対処行動、適応の関係性についてパス解析を用いてそれを検討した。また、変数はすべて観測値でモデルに定義したため、煩雑になることを回避するため対処行動を中心にモデルを2つに分割し分析を行った。

授業適応に關係する対処行動

パス解析の結果を図2に示す。問題解決が、居心地の良さ、被信頼・受容感、目的の存在のすべてに有意な正の影響を持っていた ($\beta=.23-.35, p<.05$)。また、回避が目的の存在に有意な正の影響 ($\beta=.15, p<.05$) を、居心地の良さに有意な負の影響 ($\beta=-.16, p<.05$) を持っていた。この結果を解釈すると、積極的な対処行動をとることで授業適応感は向上し、反対に消極的な対処行動をとることで、授業適応感の一部低下するといえる。

ストレス対処行動に關係する個人的変数および環境的変数

パス解析の結果を図3に示す。問題解決について、課題志向性が支援的環境を介し、もしくは直接的に有意な正の影響を持っていた ($\beta=.31, .23, p<.05$)。また回避について、自我志向性が圧力的環境を介し有意な正の影響 ($\beta=.31, p<.05$)、課題志向性が有意な負の影響を持っていた ($\beta=-.16, p<.05$)。この結果

を解釈すると、課題志向性を持つ大学生は、積極的な対処行動をとるようになり、それは支援的な環境が強調されることでより促進される。また、自我志向性を持つ大学生は、圧力的な環境が強調されることで消極的な対処行動をとるようになるといえる。

考察

2回の分析の結果、大学生の適応に関わる個人的変数、環境的変数、対処行動の関係は、2通りのプロセスがあることが確認された。一つは、「課題志向性-支援的環境-問題解決-授業適応感の向上」のプロセスである。運動・スポーツ場面において経験頻度の高いストレスは「実力不足」「目標の負達成」とされている(岡, 1998)。そのような授業での「つまづき」に際して、実力の向上を目指すという目標があったこと、クラスメイトからの助言や手本という支援が期待できる状況にいたことで、「問題解決」という対処行動が促進され、その中で周囲とのコミュニケーションが生まれ、また「つまづき」も解決され新たな目的となることで適応感が向上したと考えられる。

もう一つは「自我志向性-圧力的環境-回避-適応感の向上・一部抑制」である。この過程では、授業での「つまづき」に際し、周囲との優劣を気にする目標を持つことで、クラスメイトは敵対者として認識されたこと、さらに時間的な制限や心理的な圧力があつたことで、「回避」という対処行動が促進されたと考えられる。「回避」の対処行動は一般に情動焦点型対処とも呼ばれ(Lazarus & Folkman, 1984)、ストレスの根本的な解決は図れない対処法であるといわれる。そのため周囲とのコミュニケーションは抑制されてしまい、適応感の一部低下が見られたと考えられる。

これらの結果を総括すると、大学生の授業適応感を高めるために必要な要因は、ストレス対処行動に焦点を当てた場合、課題志向性を持つこと、支援的な環境

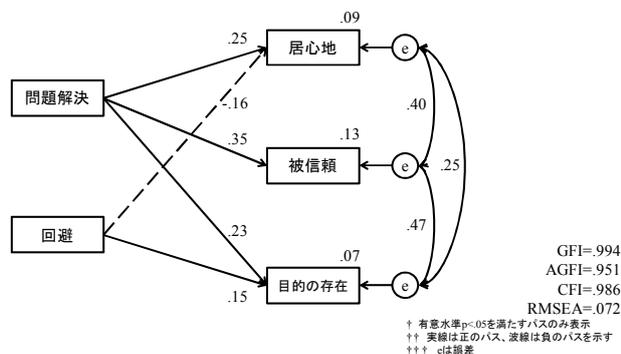


図2 対処行動が授業適応に与える影響

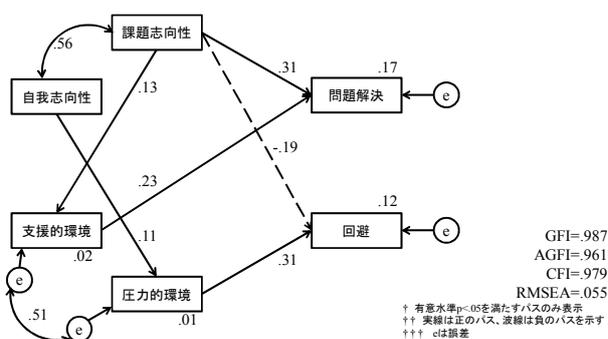


図3 個人的変数および環境的変数が対処行動に与える影響

にあることが挙げられる。目標志向性は心理特性に分類される概念であり、教員からの手続きで変化させることは困難であるといえる。しかし授業環境については教員の手により操作可能であり、支援的な環境、つ

まり周囲との励まし合いや集団行動をとらせる環境を設定できれば、大学生の適応感を向上させられる見込みがあるといえる。

大学生における 健康行動変容のステージを決定する要因に関する研究

— 体育学部生を対象とした生活習慣との検討 —

中京大学大学院 村 手 一 斗

中京大学大学院 松 本 幸 大

中京大学スポーツ科学部 小 磯 透

福岡大学スポーツ科学部 柿 山 哲 治

1. はじめに

近年、健康や生活習慣の行動変容理論の1つとして Prochaska (1983,1992) が提唱したトランスセオレティカルモデル (以下、TTM) が着目されている。TTM とは①変容ステージ、②変容プロセス、③意思のバランス、④セルフエフィカシーの4つの概念で構成され、健康行動の説明モデルや介入モデルとして使用されている。特に、①変容ステージでは、行動に対するレディネス (準備性) の観点から、行動に対する自分の位置づけを主観的かつ簡単に決定できる特徴を有することから、厚生労働省の実施する特定健診の調査項目などで採用されている。しかし、その際一つひとつの生活習慣について変容ステージを問うには限界があり、生活習慣を総合的に捉えた文言で質問するケースが多い。例えば、特定健診では「標準的な質問票」において「運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思えますか」と質問している。しかし、回答者の各生活習慣 (運動や食事、睡眠など) がすべて同じステージにあるとは限らないため、回答者は自分がイメージしたなんらかの生活習慣から総合的な生活習慣の準備性を選択していると推察される。つまり、簡易的な質問によって健康行動に対する準備性が把握できる一方、生活習慣改善を目的とした準備性の評価であるにも関わらず、どの生活習慣への介入が最も効果的かは不透明であり、指導の際に効果的な介入ができない可能性が考えられる。また、折原 (2006) が、健康意識と生活習慣因子の関係を明らかにすることで、生活習慣介入の際、対象者に合わせたより効率的な介入内容の決定が期待できると述べているように、健康意識 (健康行動変容ステージ) と生活習慣の関係を明らか

にすることは、TTMにおける健康行動変容ステージの理解と、介入を行う際に有用な知見が得られるものと期待される。

これらをふまえ、本研究では、体育学部に属する大学生を対象に質問紙を用いて、TTMにおける健康行動の変容ステージ調査及び生活習慣の調査を行い、生活習慣の変容ステージを決定する際、どの因子が健康感として重要視される傾向があるのかを明らかにすること、また、ステージ向上の介入 (変容プロセス) を行う際、各ステージで着目すべき生活習慣について示唆を得ることを目的とした。

2. 方法

1) 調査対象・時期

2012年から2014年に、A大学体育学部 (スポーツ科学部も含む) 3年次生を対象にアンケート調査を実施した。調査対象者数は2012年228名、2013年262名、2014年190名の計680名、調査時期は各年の4月第2週目とした。

尚、調査対象には、本調査での個人情報の取り扱い及び、本研究のために結果が利用されることを説明し同意を得た。

2) 調査項目・手順

本研究は質問紙法を用いて行い、調査項目は、①健康行動変容ステージ、②生活習慣に関する質問項目、③日中の眠気に関する質問項目とした。(以降、②と③を併せて生活習慣と示す場合がある)

①健康行動変容ステージ (以下、変容ステージ) の質問の項目では、学生の今現在の健康習慣への意識について質問し、TTMの変容ステージに基づき以下の

回答項目から回答させた。すなわち、「現在、健康習慣を行っていない。また、これから先（3ヶ月以内）もするつもりはない。」（前熟考期）、「現在、健康習慣を行っていない。しかしこれから先（3ヶ月以内に）始めようと思っている。」（熟考期）、「現在、健康習慣を行っている。しかし定期的ではない。」（準備期）、「現在、定期的に健康習慣を行っている。しかし、始めてから間もない（3ヶ月未満）」（実行期）、「現在、定期的に健康習慣を行っている。また、長期（3ヶ月以上）にわたって継続している。」（維持期）の5段階で、これらの選択肢から1つ選択させた。なお、従来「6ヶ月」が基準になっている研究が多いが、本研究では授業期間での効果を縦断的に検証するなど、今後の研究を据えているため、「3ヶ月」を基準として設定することとした。

②生活習慣に関する質問項目では、毎日の起床時刻、就寝時刻、睡眠時間、朝食の有無、排便の有無、運動の有無を1週間回答させた。

③日中の眠気に関する質問項目では、眠気の評価に関する質問項目はエップワース眠気尺度⁴⁾（THE Epworth Sleepiness Scale, 以下、ESSとする）の日本語版⁵⁾を用いた。ESSは現代の日常生活でよく行う活動において経験する眠気について、うとうとする度合を測定する尺度で、8つの質問項目から構成される自記式尺度である。各質問に対して0から3の点数が与えられ、8項目の合計得点（0～24点）が高いほど眠気が強いと判定される。

3) データ分析

①変容ステージについて、柴らを参考に下位ステージ群（前熟考期、熟考期）、中位ステージ群（準備期）、下位ステージ群（実施期、維持期）の3群に分け、各群間で生活習慣を比較した。②生活習慣は1週間（以下、週間）、平日（月から金）、週末（土日）に分けて検討した。

比較には一元配置分散分析を用い、有意差があった場合は下位検定としてTukeyの多重比較を行った。以上の統計解析にはPASW Statistics 18を用い、いずれも5%未満を有意水準とした。

3. 結果

調査対象者680名中、未回答もしくは明らかな誤回答のみられた15名を除いた665名を分析対象者とした（有効回答率97.8%）。その内訳は2012年225名（男140名、女85名）、2013年262名（男157名、女105名）、2014年178名（男118名、女60名）であった。

変容ステージの分布について図1に示した。665名中、144名（21.7%）が上位ステージ群、326名（49.0%）が中位ステージ群、195名（29.3%）が下位ステージ群という結果になり、約半数が中位ステージ群に属していた。

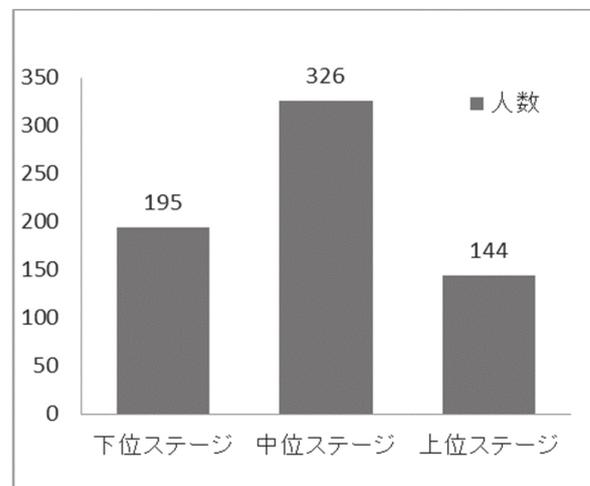


図1 変容ステージの分布

生活習慣について変容ステージ別に集計したものを表1に示した。

変容ステージ別に起床時刻を見てみると、週間、平日、週末それぞれの平均起床時刻で有意差があった。多重比較の結果、週間と平日では上位ステージ群は中位ステージ群及び下位ステージ群より有意に早く、中位ステージ群は下位ステージ群より有意に早い結果となった。週末では上位ステージ群は中位ステージ群及び下位ステージ群より有意に早い結果となった。

次に、就寝時刻では、週間と週末の平均就寝時刻で有意差がみられた。多重比較の結果、週間において上位ステージ群及び中位ステージは下位ステージ群に比べ有意に早かった。また、週末において上位ステージ群は中位ステージ群及び下位ステージ群に比べ有意に早く、中位ステージ群は下位ステージ群に比べ有意に早い結果となった。

次に、睡眠時間を見てみると、週間、平日における中位ステージ群の平均睡眠時間が、他のステージ群より長い傾向にあったが、有意な差はなかった。

1週間の朝食、排便、運動の実施日数（最大7日）について変容ステージ間で比較した結果、朝食、運動の実施日数に有意差がみられた。多重比較の結果、運動実施日数では上位ステージ群と中位ステージ群、下位ステージ群との間に、運動実施日数では上位ステージ群、中位ステージ群と下位ステージ群の間に有意差がみられ、いずれも上位な群で実施日数が多かった。

表1 生活習慣の変容ステージ別（3群間）の比較

		1. 下位ステージ		2. 中位ステージ		3. 上位ステージ		一元配置	多重比較
		Mean	S.D.	Mean	S.D.	Mean	S.D.	分散分析 F値	(Tukey)
起床時刻 (時)	週間	7.75	0.91	7.53	0.89	7.18	0.93	16.228 *	1>2 [†] ,1>3 [†] ,2>3 [†]
	平日	7.73	0.99	7.52	0.96	7.16	0.94	14.518 *	1>2 [†] ,1>3 [†] ,2>3 [†]
	週末	7.78	1.19	7.55	1.15	7.22	1.31	9.035 *	1>3 [†] ,2>3 [†]
就寝時刻 (時)	週間	24.74	0.86	24.42	0.85	24.23	2.77	5.341 *	1>2 [†] ,1>3 [†]
	平日	24.73	0.88	24.44	0.88	24.29	3.85	2.356	
	週末	24.77	1.08	24.37	1.02	24.07	1.09	19.546 *	1>2 [†] ,1>3 [†] ,2>3 [†]
睡眠時間 (時間)	週間	7.00	0.90	7.34	4.46	6.96	2.83	0.933	
	平日	6.97	0.95	7.41	6.21	6.85	3.90	0.913	
	週末	7.08	1.19	7.19	1.11	7.22	1.01	0.893	
朝食実施日数	(日)	4.70	2.40	5.84	1.74	6.26	1.58	32.673 *	2>1 [†] ,3>1 [†]
排便実施日数	(日)	6.27	1.26	6.42	1.18	6.48	1.11	1.490	
運動実施日数	(日)	5.47	1.87	5.76	1.61	6.35	1.03	12.921 *	3>1 [†] ,3>2 [†]
ESS 合計得点	(点)	8.94	3.55	8.79	3.58	7.83	3.64	4.584 *	1>3 [†] ,2>3 [†]

*：一元配置分散分析 = p<0.05 †：多重比較 = p<0.05

一方、排便実施日数には有意差はなく、いずれの群も6回以上とほぼ毎日排便していた。

日中の眠気（ESS 合計得点）について変容ステージ間で比較した結果では、3群間で有意差があった。多重比較の結果、中位ステージ群及び下位ステージ群は上位ステージ群より ESS 合計得点が有意に高かった。

4. 考察

本研究では、体育学部生の健康行動の変容ステージを把握するとともに、どのような因子が生活習慣の変容ステージを決定する要因になっているかを明らかにすることを目的に行われた。

変容ステージの分布では、中位ステージと回答した学生が約半数を占めた。一般的に大学生期は生活の自由度が高いため生活習慣が乱れやすく、規則正しい生活習慣の維持が難しいと言われている。しかし、本研究の対象者は体育学部の学生であり、健康について学ぶ機会の多い集団であると推察される。これらのことから、日常的に健康には留意しているものの、規則的な生活習慣を維持できていない者が多かったために、中位ステージ（準備期）の人数が多い結果となったと考えられる。

健康行動の変容ステージの決定因子について、変容ステージの3群間で生活習慣を比較した結果、起床時刻、就寝時刻、朝食頻度、運動頻度、日中の眠気の5つで有意差があった。したがって、体育学部に属する学生では、これら5つの生活習慣が変容ステージを決定する因子となっており、生活習慣全般を問う変容ス

テージ調査において、この5因子の準備性が回答に反映されている可能性が示唆された。

次に群別に観察すると、下位ステージ群 v s 中位ステージ群では、下位ステージ群で起床時刻（週間と平日）、就寝時刻（週間と週末）が遅く、朝食実施日数が少ないことが明らかとなった。また、中位ステージ群 v s 上位ステージ群では、中位ステージ群で起床時刻が遅い、週末の就寝時刻が遅い、運動実施日数が少ない、日中の眠気指数が高いことが明らかとなった。これらの結果から、下位ステージ群では起床時刻、就寝時刻、朝食頻度に、中位ステージ群では起床時刻、週末就寝時刻、運動頻度、日中の眠気について改善、向上を促し、持続するよう介入することで、上位ステージへの変容に繋がる可能性が示唆された。

一方、睡眠時間、排便実施日数では、3群間での差がみられず、この2因子は生活習慣全般を問う変容ステージの決定要因として関与が低いと推察された。したがって、生活習慣全般を問う変容ステージを、体育学部に属する学生への評価法や介入法として用いる際、睡眠時間や排便頻度に対する準備性は変容ステージに繁栄されない可能性が示唆された。

5. 今後の課題

本研究の限界として、横断的調査であったため各個人で生活習慣に基づく変容ステージの変化が追跡されておらず、変容ステージと生活習慣の因果関係が説明できない点が挙げられ、今後、縦断的調査や質的な調査を行う必要がある。また、本研究では対象が体育学部生であったため、いくつかの質問項目で一般的な数

値よりも高いと推察される結果が得られた。したがって、一般化に向けては他学部での調査も含めた検討が必要であると思われる。

引用・参考文献

折原茂樹, 目黒忠道. 大学生の健康意識と生活習慣. 近畿大医誌31 (1) : 21-30, 2006
柴英里, 森敏昭. トランスセオレティカル・モデルにおける行動変容ステージからみた大学生の食生活の実態. 日本食生活学会誌20 (1) : 33-41, 2009

Johns MW.A new method for measuring daytime sleepiness : the Epworth sleepiness scale.Sleep 14 : 540-545, 1991

Prochaska, J.O., Diclemente, C.C..Stage and processes of self-change of smoking : toward an integrative model of change . Journal of Consulting and Clinical Psychology 51 (3) : 390-395, 1983

Prochaska, J.O., Diclemente, C.C., Norcross, J.C.. In search of how people change. Applications to addictive behaviors. Am. Psychol., 47 (9), 1102-1114, 1992

大学生のスポーツ活動を促進させるプログラムの検討

—福大朝スポ倶楽部の現状と課題—

福岡大学 瀬 尾 賢一郎
永 山 寛
満 石 寿
櫻 木 規美子
水 崎 佑 毅
檜 垣 靖 樹
築 山 泰 典
藤 井 雅 人

キーワード：ストレス認知モデル， ストレス対処， 授業適応感， 目標志向性

1. はじめに

現在、福岡大学では学士課程教育の充実を図る様々な取り組みが展開されており、その中の一つとするスポーツを介したプログラム「ココロとカラダのウェルネスプログラム」が平成24年度より実施されている。活動開始から3年が経過し、これまで数多くの活動プログラムを展開することで成果を上げてきた活動（平成26年度全国大学体育連合研究フォーラムなどにおいて成果を報告）であるが、このプログラムは大学からの有期的な活動助成を受けて展開している活動であることから、今後の方向性としては大学からの活動助成に頼らない受益者負担の自主的な活動にシフトしていくことが必要ではないかと考えている。

そこで本研究では、福大朝スポ倶楽部の活動に関する意識調査を学生に実施し、その結果に基づいた福大朝スポ倶楽部の今後の在り方について検討することを目的とした。

2. 福岡大学における「魅力ある学士課程教育支援」

(1) 福大朝スポ倶楽部について

1) 活動の概要

福大朝スポ倶楽部の活動内容は大きく分けると、平成26年度から始めた新たなプログラムを加え、4つの

プログラムから構成されている。1つ目は土曜日の朝に1時間程度の活動を行う通常プログラムである。このプログラムは前期4回、後期4回の計8回実施し、活動する種目については、登録されているアドレスにメールで配信し、希望する種目を募るというものである。返信のあった種目の中で一番希望の多かった種目をその回の活動種目（表1）として行った。実技種目の展開に際し、教職課程を履修しているスポーツ科学部の学生の中からスタッフを希望する者に登録してもらい、毎回の活動はこのスタッフを中心に実施することで指導経験の場として活用した。

2つ目は平日の夕方に活動するフィットネスプログラムで、ヨガ、空手ピクス、エアロピクスの3プログラムを毎週18時30分から1時間程度行った。プログラムは10月上旬から開始し、全てのプログラムをそれぞれ8回ずつ行った。例年人気の高い種目であり、より多くの学生に参加してもらいたいという点から、指導者は様々なスポーツクラブで活躍する人気のあるインストラクターを外部指導者として依頼した。

3つ目は長期休暇中に活動する集中プログラムで、スノーケリング、シーカヤック、スキーの3プログラムを夏期及び冬季の長期休暇中に日帰りまたは宿泊を伴う形で実施した。スノーケリングの指導は全てを外部に依頼し、シーカヤックは福岡大学ヨット部の学生

に協力を依頼、スキーは学内の教員をレベルごとの少人数班に一人ずつ配置し指導を行った。

4つ目が平成26年度から新たに開始した運動塾である。このプログラムの主たる目的は、スポーツを苦手と感じている学生に、スポーツができるようになることによってスポーツの楽しさや種目の魅力に触れてもらうということである。さらには、初年次必修科目の生涯スポーツ演習の受け皿的な役割として、対象者に応じた指導を課外時間に行うというものである。ここではスキルの向上を図り、対象者が授業中に自信をもって主体的に取り組めるようになるための、生涯スポーツ演習の補助的な役割を担う活動プログラムである。本プログラムの指導は、保健体育教師を志す学生（3年生）を指導者として配置し、月曜～金曜までの5回を段階的に計画し、参加者のスキルを観ながらそれに応じた内容で指導を行わせた。指導内容については指導学生に5回分の指導案を作成させ、福大朝スポ倶楽部の担当教員で添削を行った後の実施とし、活動時間は毎回17時から18時までの1時間行った。

表1 通常プログラム実施項目（2014年度）

	前期	後期
第一回目	バドミントン/フットサル	卓球/バドミントン
第二回目	バスケットボール	バスケットボール
第三回目	アクアスポーツ	テニス
第四回目	バレーボール	フットサル

2) 会員登録について

福大朝スポ倶楽部は登録制の活動とし、この活動に興味を持った学生が指定のアドレスに学籍番号や氏名をメールで送ることで、登録完了とし名簿を作成した。登録者数は2012年度が205名、2013年度が224名、2014年度が235名であった。

3. 結果及び考察

(1) 登録だけでなく参加を促進させる

福大朝スポ倶楽部への登録者数は、前述のとおり毎年増加傾向にある。しかしながら、実際の活動に参加する学生は固定化されている状況であり、多くの登録者がこのプログラムを有効に活用しているとは言い難い状況にある。その理由として挙げられる多くが、「休日に学校に行きたくない」や、「朝8時からの活動は早すぎる」といったものであった。平日の講義も1限目の始まりは9時からとなっており、それよりも1時間早い時間からの開始となると、やる気がある近隣に住む学生に限定されてしまうことも大いに考えられる。

しかし、土曜日の早朝からの活動に設定しなければならない理由が運営側にはあった。それは平日の夕方ならびに休日の日中はクラブ活動によって施設を利用することができないというものである。そこで苦肉の策として考え出したのが、クラブ活動が始まる前の早朝開始であった。結果的に参加者数が伸び悩む状況が続いており、そのための解決策を考える必要があると考えている。その策としては、昼休み時間の活動を開始し、多くの学生に空き時間を有効に活用してもらうというものである。これまでは安全管理上の問題で、昼休み時間の体育施設の開放ならびに道具の貸出を行っていなかった。この点については、管理者が配置されることによって、体育施設の開放ならびに道具の貸出が可能となるため、福大朝スポ倶楽部のスタッフで管理を行っていかうと考えている。

福岡大学の1年次生に「スポーツ活動に関する調査」を実施したところ、2012年の全国調査（笹川スポーツライフデータ2012）と比較しても、「普段運動を全く行っていない」学生の割合が非常に高い結果となった（図1）。しかし、「運動欲求について」の質問では、約9割の学生がスポーツ活動に前向きな考えを持っていることが明らかになった（図2）ことから、スポーツを行うことができる環境づくりを進めていくことが急務であると考えられる。

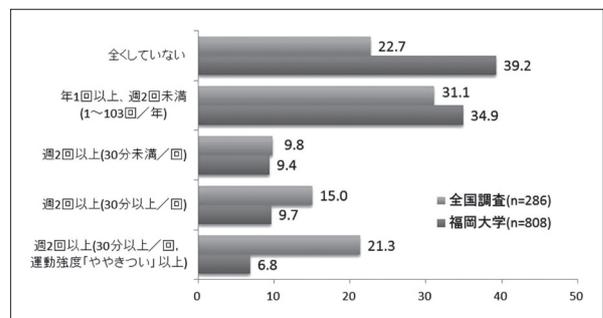


図1 運動・スポーツ実施状況に関する福岡大学と全国調査の比較（対象20歳代）

全国調査：笹川スポーツライフデータ「スポーツライフに関するデータ」2012

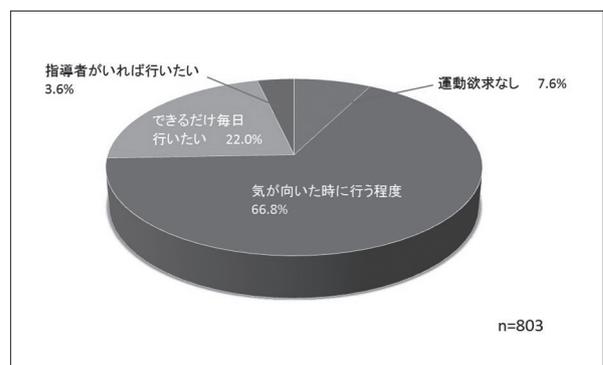


図2 現在の運動欲求について

（2）受益者負担の道筋をたてる

福大朝スポ倶楽部は、これまで大学からの補助を受けて活動を行ってきた。しかしながら、この補助も有期的なものであり、活動そのものを存続させていくためには受益者負担による活動へと転換していく必要があるものと考えられる。現時点ではこちらが提供するプログラムに対して、サービスの一つとして捉えて参加している学生も少なくない。与えられるスポーツではなく、学生が主体的に取り組むスポーツへとシフトしていくことが課題であろう。

初年次必修科目の生涯スポーツ演習において、福大朝スポ倶楽部で実施しているプログラムに対する参加

意欲を尋ねたところ、表2のような結果が得られた。参加意欲のない学生が割合として多いものの、意欲のある学生も2割前後いることが明らかになり、情宣活動による周知の機会が少なかったことも課題として挙げられた。ここで参加意欲のある学生に絞り、それぞれのプログラムに対する妥当な参加料を尋ねたところ、表3のような結果が得られた。表に示す結果は、多岐に渡った金額のうち、回答の1割を超えた結果のみを示している。この結果から、福大朝スポ倶楽部への登録に関係なく、多くの学生がプログラムに対しての魅力を感じており、参加料を支払ってでも受けたいと思う学生の存在を確認することができた。

表2 プログラムごとの参加意欲

【設問: 下記のプログラムに参加してみたいと思いますか】

シュノーケリング			ヨガ		
金額	n	%	金額	n	%
思う	208	25.9	思う	202	26.0
思わない	282	35.1	思わない	318	40.9
わからない	314	39.1	わからない	258	33.2
シーカヤック			空手ピクス		
金額	n	%	金額	n	%
思う	135	16.8	思う	64	8.3
思わない	348	43.3	思わない	439	56.6
わからない	320	39.9	わからない	272	35.1
キャンプ			エアロピクス		
金額	n	%	金額	n	%
思う	170	21.1	思う	118	15.2
思わない	320	39.8	思わない	374	48.3
わからない	315	39.1	わからない	283	36.5
スキー			運動塾		
金額	n	%	金額	n	%
思う	281	34.9	思う	75	9.8
思わない	253	31.4	思わない	370	48.2
わからない	271	33.7	わからない	323	42.1

表3 プログラムごとの金額調査

【シュノーケリング】			【シーカヤック】		
金額	n	%	金額	n	%
5000	43	25.1	5000	31	30.7
10000	29	17.0	3000	17	16.8
3000	20	11.7	10000	11	10.9
【スキー】			【空手ピクス】		
金額	n	%	金額	n	%
10000	41	19.4	500	12	24.5
20000	30	14.2	1000	11	22.4
30000	22	10.4	100	9	18.4
5000	21	10.0	300	5	10.2
【キャンプ】			【エアロピクス】		
金額	n	%	金額	n	%
5000	26	19.3	1000	19	24.7
10000	22	16.3	500	16	20.8
20000	16	11.9	100	9	11.7
【ヨガ】			金額上位(10%以上)		
金額	n	%			
500	45	32.4			
1000	34	24.5			

4. まとめ

現在のプログラムでは、大学側からの補助が出ていることもあり、なるべく多くの学生に安価でスポーツを体験できる場の提供を福大朝スポ倶楽部では行ってきた。しかしながら、この大学側からの補助も有期的なものであることから、これまで育ててきた活動を補助が切れることによって終わりとしたくないという思いから、携わっているスタッフで考え対策を講じてきた。「補助があるからできる」ではなく、自分たちで活動を実施・継続できるチカラを育てていくことが、

スポーツ活動の定着化に結びついていく最短距離ではないかと考えている。

そのためにも、今回の研修会で発表した福大朝スポ倶楽部の新しい取り組みを平成27年度は実施していき、次回の研修会においてその成果を報告させていただきたいと考えている。

5. 参考引用文献

- (1) 中央教育審議会（2008）「学士課程教育の構築に向けて（答申）」

シンポジウム『大学体育の質保障と評価』に参加して

武蔵野美術大学 北 徹 朗

中央大学の森正明先生に声を掛けて頂き、平成26年3月15日・16日に佐賀県の龍登園で開催された「平成25年度体育・スポーツ・健康に関する教育研究会議」（以下、佐賀会議）に東京から参加させて頂きました。一地方の研修会において「実技を伴わない教養体育の研修会」が2日間にも渡り毎年行われていること自体にまず驚きましたし、平成24年8月に中教審から出されたばかりの答申（新たな未来を築くための大学教育の質的転換に向けて；以下、質的転換答申）をいち早く教養体育の枠内で捉えようと企画された内容のレベルの高さにも驚かされました。当時、東京を中心とした全国組織においても、ここまで踏み込んだ議論の場を設けることが出来ていなかったと思います。佐賀会議では、「大学」や「大学体育」という応用レベルでの議論を通じて、基礎的な課題を抽出するための検討が行われました。例えば、大学組織トップの観点から、西九州大学の福元理事長による、大学教育の質保障と学修成果についての話題提供のほか、大学体育の評価に関して様々なスキル（運動スキル・社会心理的スキル・ソーシャルスキルなど）の評価について、やや広い観点からの議論がなされました。

佐賀会議でテーマとされた『大学体育の質保障と評価』が翌年の会議でも継続されるとのことで、平成27年3月14日・15日に大分県の別府亀の井ホテルで開催された「平成26年度体育・スポーツ・健康に関する教育研究会議」（以下、別府会議）にも参加させて頂くことにしました。別府会議では、大学体育に焦点が絞られた話題提供の後、参加者全員が参加し「各大学ではどのような社会人を作っているのか、そのためにどのような教育課程を組み、大学体育はどう関わっているのか」について、グループ討論が行われました。限られた時間の中、大変活発な意見交換や議論がされて

いたことが大変印象に残っています。私が参加した分散会のメモの一部を読み返してみると、「学習成果の可視化」、「退学率」、「就職率」、「費用対効果」、「何を教えるかより何を身に付けさせるか」、「アートには正解がない」、「健康・体力は問題のすり替えに過ぎないのでは」・・・等々、各大学で様々な事情や状況が異なる中、大学体育とは何かという問題について、多様なキーワードが挙げられ、質保障と評価の観点が議論されました。各分科会の成果物（議論内容）については、おそらく本誌に掲載されていることとしますのでご参照ください。

平成24年8月の中教審の質的転換答申を受け、教員が学生に一方的に授業するのではなく、学生の主体的・自立的な学修を促す大学環境の充実やアクティブ・ラーニングといった授業方法の導入が強調されています。すなわち、「何を学んだか」ではなく、「どう学んだか」が問われているわけですが、体育実技においてはこれらの授業方法は従来行われてきたのではないのでしょうか。例えば、チーム学習やグループ学習などで戦術や動きを学修したり、教え合ったり学び合ったりすることは常識的に行われてきました。その点からは、大学体育は他の科目よりも進んでいると言えるのではないのでしょうか。

ただ、質保障のための目標と言える、学修時間の増加や確保、カリキュラムの体系化、成績評価の厳格化、ルーブリックなどについてはまだまだ議論の余地が豊富にありますし、大学間をまたぐ共通課題を見出すことが可能な観点でもあると思います。過去2年間の成果を踏まえ、九州から大学体育の質保障と評価について引き続き発信して行って頂くことを期待しております。

以上