

保健体育教育科目「スポーツ健康学実習」で 学生が獲得した能力とライフへの影響

重松 良祐¹、脇田 裕久¹、米川 直樹¹、鶴原 清志¹、大隈 節子¹、
樋口 匡伸²、小木曾 一之²、伊藤 昌志²

緒言

我々は2010年に、スポーツ健康学実習Ⅰの授業によって受講生が獲得した力について検討した¹⁾。その報告では、スポーツ健康学実習Ⅰのテニスコースを受講した81名の学生を対象に「この授業で得たこと」という自由記述によるレポートを課し、その内容を分析した。その結果、受講生は授業を通じて「健康」や「体力」、「運動の楽しさ」、「運動技術」、「友人関係」といった力を獲得していたことを確認した。また、これらの獲得した力は三重大学の教育目標である4つの力に関連するものであり、授業の質が保証されていることを確認できるものであった。

このように自由記述やインタビューなどを通じて、受講生が授業を通じて獲得した力を質的な分析法を用いて定性的に評価することは重要である。その理由として、たとえば「知的に刺激され、考えるきっかけが与えられた」という設問に5件法で回答するというような数値化による定量的な評価では、質問者（この場合は授業者となる教員）の想定する範囲内では、受講生の獲得した力を評価できないためである。このような定量的な評価に対して、定性的な評価ではデータ解析に労力がかかる一方で、時に質問者の想定を越える、当を得た回答を得られる²⁾。そのため、授業評価や授業分析など授業の質を検討する際には、定性的な評価による分析手法は有効と言える。

本研究では前報¹⁾で得られた結果が、異なる集団や異なる授業場面の受講生においても同様な力を獲得できるかについて検討することを目的とした（交差妥当性の検討）。また、授業で獲得したことが、現在あるいは将来のライフ、つまり生活スタイルやその後の人生、にどのような影響がもたらされているのかについても調査することとした。

方法

1) 対象者

2009年度の後期の月曜日5・6限と7・8限、木曜日5・6限に開講されたスポーツ健康学実習Ⅱを受講した者447名を対象とした。受講者の内訳は、工学部1年生(393名)、人文学部3年生(5名)、同5年生(1名)、工学部2年生(3名)、同5年生(1名)、生物資源学部1年生(42名)、同3年生(1名)、同5年生(1名)であった。

月曜日5・6限の授業を履修した学生は卓球、サッカー、ソフトボール、バスケットボール、バドミントン、テニスの6コースのいずれかを履修した。月曜日7・8限では卓球、サッカー、ソフトボール、バスケットボール、バドミントンの5コースが開講されており、受講者はいずれかのコースを選択した。木曜日5・6限では3コースが開講されていたが、データ収集の都合上、テニスを受講した学生のみを対象にした。

2) 授業の目的・概要

対象となった授業は12コースであること、担当教員が8名であったことから、授業の目的・概要については共通理解のもとで進めた。つまり、本研究の対象となったスポーツ健康学実習Ⅱの授業の目的・概要を「スポーツ活動を実施するとともに、自己への「気づき」を促す内容を含める。また、体力の現状や授業を通して心身の変化を体験し、運動およびスポーツ活動の必要性、意義を理解することとした。また、学生の到達目標は、「選択した運動種目の基本技術の習得及びルールを理解し、ゲームをおこなうことによってスポーツの楽しさを体験できるようにする」こととした。さらに、三重大学の教育目標との関連については、『身体運動、スポーツの実践を通して「感じる力」「考える力」「生きる力」「コミュニケーション力」の4つの力を涵養する』こととした。

¹ 三重大学教育学部保健体育講座

² 三重大学非常勤講師

3) 調査項目とデータ収集方法

2010年1月に各コースの授業担当教員から受講生に対してレポートを課した。レポートに求めた項目は次の通りである。

課題1. この授業で得たものを記述してください。

課題2. 得たものが、どのように自分のライフ（人生、生活）に影響するのかを記述してください（すでに受けている影響、あるいは今後受けられると思われる影響について回答すること）。

レポート分量は規定しなかった。レポートは共通教育事務室前のレポートボックスに、後期試験期間の終了（2月12日）までに投函するように伝えた。また、「レポート提出の有無は評価の対象になるが、内容は評価の対象にならないので率直に回答すること」と明記したプリントを配布した。

4) 分析方法

提出されたレポート文章を分析の対象とした。第一段階として、1人の研究者がレポートの課題1である「授業で得たもの」について述べた文節をすべて抽出した。第二段階として、抽出した研究者とは別の研究者が第一段階で抽出された文節をコンピュータに入力し、カテゴリ化した。カテゴリ化は、内容の類似した文節を統合する方法で進めた。カテゴリ化した後、そのカテゴリを代表するカテゴリ名を付けた。

次に、課題2である「ライフへの影響」についても、上記と同様な方法でカテゴリごとに集約した。

結果

1) 「授業で得たこと」のカテゴリ化

対象者447名のレポートから抽出された「授業で得たこと」に関する文節の回答総数は875個であり、授業で得たものが受講者一人あたり2個程度あることが示された。またこれらの文節をカテゴリ化した結果、カテゴリは全部で31となった（カテゴリの名称と分類については後述する）。

		獲得スタイル	
		A 授業参加によって体験 あるいは 得たこと	B 受講生自身が 主体的に 得たこと
媒介	1 受講生自身	A-1 (4個)	B-1 (5個)
	2 運動・スポーツ	A-2 (3個)	B-2 (6個)
	3 他者	A-3 (5個)	B-3 (8個)

図1 スポーツ健康学実習で受講生が得たことの種類（括弧内の数値はカテゴリ数を表す）

この31のカテゴリを研究者間で確認した結果、「獲得スタイル」と「媒介」という2つの視点で分類できることとなった（図1）。さらに、「獲得スタイル」は、(A) 授業参加によって体験あるいは得たこと、(B) 受講生自身が主体的に得たことの2つに分けることができた。つまり(A)では授業で教員が直接教授したことを、受講生が理解・実践することによって獲得したことを指しており、受動的な態度で授業に参加していたとしても獲得しやすいことを意味している。一方、(B)は教員が直接教授した事柄ではなく、受講生が授業に主体的にコミットすることによって獲得したことを指しており、受講生の能動的な態度によって獲得できたことを意味している。

「媒介」とは、何を通じて（媒介して）得たのかという視点であり、(1) 受講生自身、(2) 運動・スポーツ、(3) 他者の3つに分けることができた。つまり、(1) 受講生自身を媒介として、授業参加によって体験あるいは得たこと、(2) 運動・スポーツを媒介に、授業参加によって体験あるいは得たこと、(3) 他者を媒介に、授業参加によって体験あるいは得たことを意味している。

図1の分類に従い、31のカテゴリを図2と図3のように分類した。

2) 授業参加によって体験あるいは得たこと（獲得スタイルA）

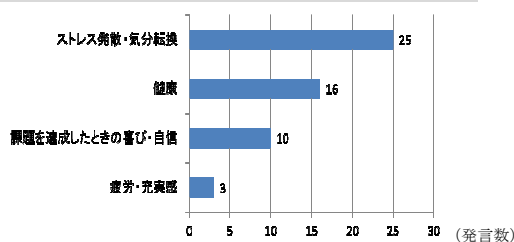
図2に「授業参加によって体験あるいは得たこと」を示

した。A-1 に分類された受講生自身を媒介とする場合では「ストレス発散・気分転換」が、A-2 に分類された運動・スポーツを媒介とする場合では「技術」の発言数が多かった。また、これらに分類された内容には、「疲労・充実感」(A-1) や、「運動する機会」(A-2) といった、授業に参加する都度、即時的に得られたことが挙げられていた。一方で、「健康」(A-1) や、「体力」(A-2) といった、授業期間を通じて、経時的に得られたことも挙げられていた。

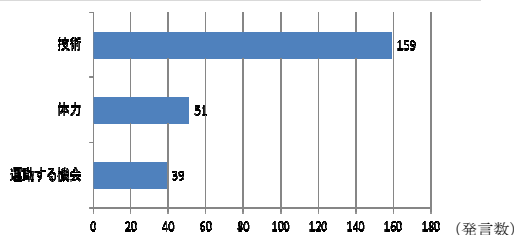
3) 受講生自身が主体的に得たこと (獲得スタイル B)

図3に「受講生自身が主体的に得たこと」を示した。B-1 に分類された受講生自身を媒介とする場合では、「あきらめず努力すること」、「積極的・向上心・挑戦意欲」という発言数が多かった。B-2 に分類された運動・スポーツを媒介とする場合では、「スポーツあるいは体を動かすことの楽しさ」が、B-3 に分類された他者を媒介にする場合では、「友人あるいは友人との深い交流」の発言数が多かった。

A-1 受講生自身を媒介として、授業参加によって体験あるいは得たこと



A-2 運動・スポーツを媒介に、授業参加によって体験あるいは得たこと



A-3 他者を媒介に、授業参加によって体験あるいは得たこと

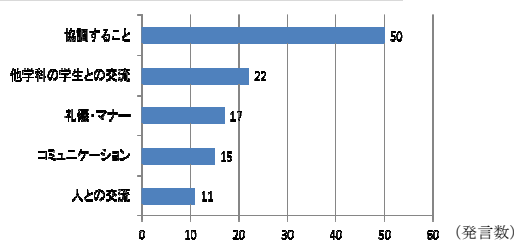
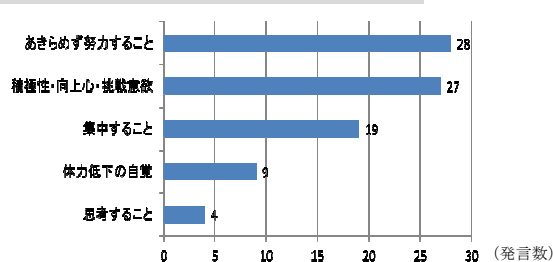


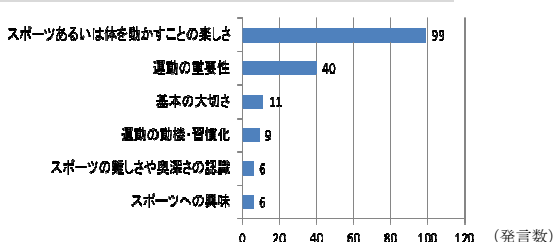
図2 授業参加によって体験あるいは得たこと(分類Aの1~3)

さらに、A-3 に分類された他者を媒介にする場合では、「協調すること」の発言数が多かった。また、そのほかでも受講生同士のコミュニケーションに関するものが多かった (たとえば「協調すること」、「他学科の学生との交流」)。カテゴリ化の際、類似した内容のカテゴリをまとめることを検討したが、「協調」や「他学科の学生との交流」といったカテゴリ名と同一の表現が頻出していたため、まとめずに各々独立したカテゴリとして扱うこととした。

B-1 受講生自身を媒介に、受講生自身が主体的に得たこと



B-2 運動・スポーツを媒介に、受講生自身が主体的に得たこと



B-3 他者を媒介に、受講生自身が主体的に得たこと

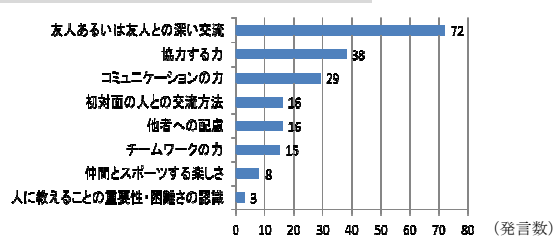


図3 受講生自身が主体的に得たこと(分類Bの1~3)

また、図2に示した授業参加によって体験あるいは得たこと (獲得スタイル A) のカテゴリと異なり、いずれのカテゴリも授業期間を通じて、経時的に得られたことが挙げられていた。運動やスポーツにかかわりの大きい内容だけでなく、基本の大切さ (B-2) や、初対面の人との交流方法 (B-3) といった、広い視野に立ったカテゴリも多く見られた。

4) ライフへの影響

「授業によって得たこと」によるライフへの影響に関する回答総数は 605 個であり、受講者一人あたり 1 個ないし 2 個あることが示された。ライフへの影響を図 1 の分類に当てはめたところ、図 4 のような結果になった。

		獲得スタイル	
		A 授業参加によって体験あるいは 得たことを踏まえたもの	B 受講生自身が主体的に 得たことを踏まえたもの
媒介	1 受講生自身	<ul style="list-style-type: none"> ・疲労な睡眠 ・他の授業での集中力 ・健康や体調への配慮 ・運動の習慣化 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の習慣化 ・勉強や仕事での努力 ・挑戦、あきらめない力 ・集中力 ・積極性 ・熟慮を伴った行動
	2 運動・スポーツ	<ul style="list-style-type: none"> ・疲労への耐性 ・運動の習慣化 ・体力の向上 ・スポーツ行動(プレイ・観戦)の増加 ・身体的・精神的・社会的な健康 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の習慣化 ・運動による各種効果 ・スポーツ行動(プレイ・観戦)の増加 ・努力 ・健康 ・基礎と基本
	3 他者	<ul style="list-style-type: none"> ・協調性をもった行動 ・責任を自覚した行動 ・良好な人間関係 ・友人関係の拡充 ・コミュニケーションの力 ・今後の大学・社会生活での活用 	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間との連携 ・チームスポーツへの参加 ・チームワーク ・今後の大学・社会生活での活用 ・他者の理解 ・友人関係の拡充 ・コミュニケーションの力 ・物事の視野の広がり

図4 スポーツ健康学実習で受講生が得たことを踏まえたライフへの(現時点あるいは将来での)影響

ライフへの影響は、授業によって得たことと類似していたことから、授業で獲得したことが受講生の生活スタイルやその後の人生に前向きな影響(効果)をもたらしていることを確認できた。特に、「運動の習慣化」と言った側面において大きな意味があることを確認できた。

考察

本研究では前報¹⁾で得られた結果の交差妥当性を検討することであった。また、授業で獲得したことが、現在あるいは将来のライフ(生活スタイル、その後の人生)にどのような影響をもたらされているのかについても検討することであった。

1) 前報¹⁾の結果の交差妥当性について

前報¹⁾では、授業で得たことが大きく5つにカテゴリ化されている。その5つとは、健康、体力、運動の楽しさ、運動技術、友人関係である。これらのカテゴリはいずれも本研究の結果と一致していた。つまり、それぞれ、健康(A

ー1)、体力(A-1、A-2、B-1)、運動の楽しさ(B-2)、運動技術(A-2)、友人関係(A-3、B-3)、である。このことから、前報¹⁾の交差妥当性の高いことが示唆され、異なる集団や異なる授業場面の受講生においても上記5つのカテゴリ化された力を獲得できることが示されていると考えられる。

2) 共通教育「保健体育教育科目」の目標の達成状況について

スポーツ健康学実習は、共通教育における保健体育教育科目の一授業である。この授業では、「①身体運動・スポーツの実践を通して、②心身の変化や技能の向上を体験し、その体験を科学的に理解する。これらの理解から③身体運動・スポーツの必要性と重要性に自ら気づき、④生涯体育に向けて自主的・積極的に健康と体力を維持増進するために必要な実践能力を養うことを目標」としている³⁾(○囲み数字は筆者らが挿入)。

授業では卓球、サッカー、ソフトボール、バスケットボール、バドミントン、テニスのいずれかの運動が主に提供されたことから、①については達成している。

②の「心身の変化や技能の向上」は、各回の授業参加によって即時的に得られた分類A(図2)や、15回の授業参加を通じて得られた分類B(図3)によって確認することができた。

③の「身体運動・スポーツの必要性と重要性に自ら気づく」ことは、「体力低下の自覚」(B-1)や、「運動の重要性」(B-2)、「運動の動機・習慣化」(B-2)等の結果から、達成できたと判断できる。

そして最後の④「生涯体育に向けて自主的・積極的に健康と体力を維持増進するために必要な実践能力を養う」ことについても、「あきらめず努力すること」(B-1)、「積極性・向上心・挑戦意欲」(B-1)、「運動の動機・習慣化」(B-2)、「スポーツへの興味」(B-2)等について受講生が主体的に得たことから、達成したものと判断できよう。

また、④の目標については、ライフへの影響(図4)からも達成できたと判断できる。図4には、本授業を履修することで、「健康や体調への配慮」(A-1)や、「運動の習慣化」(A-1、A-2、B-1、B-2)、「スポーツ行動(プ

レイ・観戦)の増加」(A-2、B-2)、「チームスポーツへの参加」(B-3)といった影響があることが示されている。このような影響は、大学生活だけでなく、卒業後の長い人生において健康と体力の維持増進に大きく貢献すると考えられる。

以上を踏まえると、本授業によって共通教育「保健体育教育科目」の目標は達成されていると言える。

3) 他者を媒介して得たこと、および学士力について

本研究では、図1に示すように「他者」を3つ目の媒介と分けて、得られたことを分類している。図2および図3に示すように、他者を媒介に得られたことは多く、また、その種類は多岐にわたっていた。本授業のような実習では、パートナーや対戦相手と交流する際の個人、あるいはチームの中に位置づく個人としての振る舞いが常に求められる。そのため、受講生個人内だけで授業内容を完全に理解・吸収することはできない。このようなことが授業期間中、繰り返されるため、他者を媒介にして得られることが多かったのだと思われる。このように、スポーツ健康学実習のような実習を通して他者を媒介に獲得される内容は、在学中あるいは卒業後の人間関係構築に必要な要素が学習される可能性があり、教室での座学では獲得出来ないものであると思われる。

また、このような結果は文部科学省中央教育審議会が平成20年12月24日に答申した「学士課程教育の構築に向けて」⁴⁾の学士力に該当している。該当している内容は、汎用的技能、態度・志向性、総合的な学習経験と創造的思考力の3つである。汎用的技能は「知的活動でも職業生活や社会生活でも必要な技能」と定義されており、具体的にはコミュニケーション・スキルや問題解決力が、今回の結果(A-1、A-3)に該当している。態度・志向性は「自己管理能力、チームワーク・リーダーシップ、倫理観、市民としての社会的責任、生涯学習力」と定義されており、これも本研究の結果(B-1、B-2、B-3)と大きく重複している。総合的な学習経験と創造的思考力は「自らが立てた新たな課題を解決する能力」と定義されているが、大学生活や社会人生活において発生しうる健康や体力の問題解決に向けた能力が育まれたことを図2(A-2)や図4

で確認してきた。本学の基本的な目的(教育)⁵⁾や、4つの力⁶⁾の示す内容に照らし合わせても、同様の解釈が可能である。

4) 今後の課題

本研究は、授業レポートに記された内容を分析している。レポート提出に際しては「レポート提出の有無は評価の対象になるが、内容は評価の対象にならないので率直に回答すること」と明記したプリントを配布した。そのため、記名による成績評価を伴うデータ収集という方法について考慮する必要がある。つまり授業者にとって好意的な内容を記した受講生がいたと思われることから、結果の解釈には慎重な姿勢が大切である。

また、三重大学では、スポーツ健康学実習の1年間の履修を必須にしている(医学部を除く)。一方、先行研究¹⁾や本研究では半期のみデータを解析している。そのため今後は、スポーツ健康学実習のⅠ(前期開講)とⅡ(後期開講)を受講した学生を対象にして、1年間の授業で得られたことやライフへの影響について解析し、保健体育教育科目の質について検討していく必要がある。

5) まとめ

スポーツ健康学実習の履修によって、受講者は多様な能力を獲得し、また自身のライフ(生活スタイル、その後の人生)に好ましい影響を受けていることが認められた。さらに、共通教育「保健体育教育科目」の目標に到達していると判断することができた。

文献

- 1) 脇田裕久, 重松良祐, 米川直樹(2010)「スポーツ健康学実習Ⅰ」の授業科目によって獲得された力～学生の自由記述によるレポートから～. 大学教育研究 三重大学授業研究交流誌 18, 1-7.
- 2) 西條剛央(2007)ライブ講義・質的研究とは何か SCQRMBasic編. 新曜社: 東京.
- 3) 三重大学(2010)三重大学共通教育履修案内, 33-35.

- 4) 文部科学省中央教育審議会. 学士課程教育の構築に向けて (答申) .

http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/1217067.htm (2011/3/17 アクセス)

- 5) 三重大学の基本的な目標および基本理念・目的.

<http://www.mie-u.ac.jp/greeting/kihon.html>
(2011/3/17 アクセス)

- 6) 野村由司彦. 「4つの力」考.

<http://www.mie-u.ac.jp/topinfo/hp2/cat241/post-1.html> (2011/3/17 アクセス)