

豊かなスポーツライフの実現につながる運動・スポーツへの関わり方を育む

順天堂大学スポーツ健康科学部
先任准教授 鈴木 宏哉

1 はじめに

運動やスポーツが好きかと聞かれたら、児童・生徒は「運動やスポーツをすること」が好きかを聞いていると思うだろう。しかし、運動・スポーツには「する」に限定されない多様な関わり方がある。本調査では「運動やスポーツをすることは好きですか」の他に「みること」「支えること」「知ること」が好きか嫌いかを調査している。本稿では、この質問項目を手がかりに多様な運動・スポーツへの関わり方を考える。

2 運動・スポーツが好きと体力の関係

することが好きと回答した者はきらいと回答した者よりも体力が高いことに驚きはないが、みること、支えること、知ることについても好きと回答した者の体力がすることと同じように高いことが分かった（表1）。

表1 体力と運動・スポーツ好ききらいの関係

【男子】

	学校	年齢	すること		みること		支えること		知ること	
			好き	きらい	好き	きらい	好き	きらい	好き	きらい
			29.74	23.51	30.02	26.72	30.34	26.93	30.13	26.17
体力合計点の 平均値	小学校	6	29.74	23.51	30.02	26.72	30.34	26.93	30.13	26.17
		7	37.22	28.52	37.59	32.35	38.13	32.74	37.67	31.96
		8	43.56	32.63	43.94	37.00	44.53	37.32	44.02	36.37
		9	49.42	35.90	49.76	40.25	50.64	40.91	49.97	40.48
		10	54.83	41.16	55.03	44.83	55.98	45.18	55.42	45.09
		11	60.76	46.72	60.77	50.26	61.75	50.65	61.27	50.74
	中学校	12	35.13	22.51	35.09	25.01	35.71	25.71	35.56	25.89
		13	42.96	29.28	42.92	32.04	43.77	33.21	43.57	33.37
		14	49.94	34.99	49.75	38.21	50.62	39.70	50.46	39.49
	高等学校 (全日制)	15	50.57	36.83	50.31	39.71	51.21	41.09	50.95	40.70
		16	54.04	38.02	53.72	40.29	54.82	42.71	54.46	41.90
		17	55.60	39.35	55.44	42.72	56.38	44.07	56.20	43.80
	高等学校 (定時制)	15	40.23	27.78	39.74	30.35	40.53	31.53	40.41	31.91
		16	41.01	28.45	40.55	31.51	42.10	32.58	41.42	32.13
		17	44.18	31.28	44.08	34.34	45.33	36.72	44.84	35.26
		18	42.51	28.45	42.09	32.24	44.02	33.07	43.68	32.60

【女子】

	学校	年齢	すること		みること		支えること		知ること	
			好き	きらい	好き	きらい	好き	きらい	好き	きらい
			29.27	24.24	29.20	27.28	29.57	26.97	29.41	26.72
体力合計点の 平均値	小学校	6	29.27	24.24	29.20	27.28	29.57	26.97	29.41	26.72
		7	36.74	29.44	36.51	33.57	37.12	33.11	36.84	32.88
		8	43.49	34.63	43.35	38.47	43.90	38.04	43.48	37.94
		9	50.05	39.65	49.82	43.29	50.63	42.72	50.03	43.00
		10	56.59	45.26	56.29	48.52	56.96	47.97	56.58	48.46
		11	62.30	49.97	61.78	52.77	62.35	52.54	62.11	53.25
	中学校	12	46.35	31.50	45.57	33.96	46.25	33.14	46.08	34.92
		13	51.15	34.58	49.92	36.76	50.65	36.31	50.71	37.97
		14	54.14	36.62	52.73	38.68	53.86	38.64	53.86	40.25
	高等学校 (全日制)	15	53.21	37.47	51.79	38.93	52.50	39.22	52.76	40.87
		16	55.10	38.02	53.63	39.53	54.63	40.29	54.51	41.50
		17	56.13	38.94	54.70	40.81	55.85	41.42	55.86	42.33
	高等学校 (定時制)	15	39.61	28.43	37.60	30.45	38.58	29.72	38.65	30.30
		16	40.42	29.87	38.56	31.33	40.07	30.88	38.75	31.01
		17	40.67	28.92	39.07	30.44	39.72	30.67	39.87	30.71
		18	36.28	30.19	35.56	26.13	34.70	29.64	36.19	28.77

また、「あなたにあった運動やスポーツへの関わり方は何ですか」の質問に「わからない」と回答した者は他の回答者と比較して、体力が低いことが分かった（表2）。したがって、自分に合った運動やスポーツの関わり方を理解している者は体力が高い傾向にあり、することだけでなく、みる・支える・知るなど自分に合った関わり方を見つけ、する・見る・支える・知る、のいずれにおいても好きになることで体力が高まることが示唆される。

表2 体力と運動・スポーツへの関わり方の関係

【男子】

	学校	年齢	あなたにあった運動やスポーツの関わり方は何ですか					
			する	みる	支える	知る	わからない	
体力合計点 の 平均値	小学校	6	29.41	29.59	29.68	29.62	25.36	
		7	36.67	36.92	37.42	36.78	31.50	
		8	42.93	43.03	43.61	42.80	37.33	
		9	48.58	48.69	49.71	48.46	41.48	
		10	53.74	53.81	54.97	53.62	45.22	
	中学校	11	59.50	59.46	60.35	59.21	49.84	
		12	33.83	33.70	34.27	33.45	24.95	
		13	41.63	41.32	41.59	40.78	31.06	
	高等学校 (全日制)	14	48.35	47.60	48.28	47.11	37.73	
		15	49.15	48.01	48.93	47.62	38.85	
		16	52.60	50.85	52.07	50.05	40.53	
	高等学校 (定時制)	17	54.36	52.34	53.71	51.45	42.64	
		15	38.33	36.83	37.37	35.75	29.56	
		16	39.63	37.48	41.07	38.45	32.91	
		17	42.88	40.33	42.36	40.75	34.06	
		18	41.84	38.55	35.88	37.97	33.52	

【女子】	学校	年齢	あなたにあった運動やスポーツの関わり方は何ですか				
			する	みる	支える	知る	わからない
体力合計点 の 平均値	小学校	6	28.99	28.56	28.85	28.82	26.07
		7	36.26	35.72	36.44	35.96	32.30
		8	42.82	42.32	42.79	42.50	38.82
		9	49.14	48.68	49.19	48.70	43.71
		10	55.19	54.68	55.18	54.66	48.60
	中学校	11	60.46	59.63	59.74	59.38	52.98
		12	44.01	42.72	43.01	42.10	34.26
		13	48.59	46.71	47.06	45.93	37.35
	高等学校 (全日制)	14	51.63	49.17	49.56	47.88	39.17
		15	50.93	48.32	48.87	47.37	40.01
		16	53.12	50.09	51.20	48.47	40.92
	高等学校 (定時制)	17	54.45	51.13	52.81	50.38	42.02
		15	37.39	34.84	34.84	33.93	29.61
		16	38.12	35.56	37.91	34.43	31.51
		17	39.22	36.62	38.14	34.76	31.95
		18	34.76	33.05	34.39	34.74	30.08

3 運動・スポーツ実施時間と運動・スポーツへの関わり方の関係

体力と運動・スポーツへの関わり方の関係だけでなく、運動・スポーツ実施時間との関係についても検討した（表3）。学校の体育の授業以外での1週間の運動やスポーツ実施時間の合計が60分未満の割合を「あなたにあった運動やスポーツへの関わり方は何ですか」の回答別に比較すると、関わり方がわからないと回答した者では20～40%程度と高く、する・みる・支える・知るなど自分に合った関わり方を見つめることができてい

る者では、3～20%程度と低かった。したがって、自分に合った運動やスポーツとの関わり方を見つけさせるような働きかけで運動やスポーツ実施時間の合計が60分未満の児童・生徒を減らすことができるかもしれない。

表3 運動・スポーツ実施時間と運動・スポーツへの関わり方の関係

あなたにあった運動やスポーツの関わり方は何ですか		1週間の総運動・スポーツ実施時間が60分未満の割合			
性別	選択項目	小2	小5	中2	高2（全日制）
男	する	4.4%	4.2%	5.3%	15.3%
	みる	5.3%	5.2%	7.2%	20.7%
	支える	4.7%	3.6%	7.0%	16.3%
	知る	5.0%	4.9%	8.0%	20.3%
	わからない	22.3%	27.0%	42.0%	61.4%
女	する	6.8%	6.7%	10.4%	25.7%
	みる	8.3%	9.4%	17.2%	35.9%
	支える	7.1%	8.0%	14.8%	30.2%
	知る	7.8%	9.0%	18.4%	36.9%
	わからない	23.5%	28.8%	49.0%	66.9%

4 運動・スポーツ好き嫌いとは体育授業の楽しさ

体育授業が楽しいと感じる児童・生徒が増えることは学ぶ意欲を高めることにとどまらずスポーツライフの実現、そして生涯を通じた豊かなスポーツライフの実現にも寄与する。運動やスポーツをする・みる・支える・知ることは好きですかの回答別に体育の授業が楽しいと思う割合を比較すると、する・みる・支える・知ることは、いずれの場合でも好きと回答した者において体育の授業が楽しいと思う割合は男子で90%以上、女子で80%以上と高く、きらいと回答した者では体育の授業が楽しいと思う割合は低かった（表4）。表4は小学5年生の結果であるが、他の学年も同様であった。興味深いのは、することだけでなく、みる・支える・知ることが好きな者でも体育の授業が楽しいと思う割合が高かった点である。したがって、運動やスポーツをすることに限定しない、運動・スポーツに対する多様な好み・楽しみ方を醸成する必要があるだろう。

表4 体育授業の楽しさと運動・スポーツ好き嫌いの関係（小学5年生）

運動やスポーツを「〇〇する」ことは好きですか		体育の授業は楽しいと思う割合			
性別	選択項目	すること	みること	支えること	知ること
男	「好き」と回答した者	92.3%	90.1%	93.4%	92.3%
	「やや好き」と回答した者	50.7%	68.2%	77.6%	73.8%
	「ややきらい」と回答した者	19.7%	50.2%	55.0%	54.1%
	「きらい」と回答した者	15.2%	43.4%	45.6%	41.5%
女	「好き」と回答した者	87.7%	81.6%	86.3%	85.3%
	「やや好き」と回答した者	36.8%	58.0%	63.0%	63.0%
	「ややきらい」と回答した者	9.9%	39.7%	38.0%	40.0%
	「きらい」と回答した者	5.9%	31.1%	26.2%	28.2%

5 運動部・地域スポーツクラブ所属と運動・スポーツ好き嫌い

表5は運動部・地域スポーツクラブの所属状況別に運動・スポーツをすること・みること・支えること・知ることが好きと回答した者の割合を示している。運動部・地域スポーツクラブに加入している者は加入していない者と比べて「すること」が好きと回答した者の割合が高いだけでなく、みる・支える・知ることが好きと回答した者の割合も高かった。運動・スポーツが好きだから運動部・地域スポーツクラブへ加入すると考えることもできるし、運動部・地域スポーツクラブへ加入したことで運動・スポーツが好きになったとも考えられる。運動・スポーツを行う組織の在り方を考える重要なヒントとなる結果であるといえる。

表5 運動部・地域スポーツクラブ所属と運動・スポーツ好き嫌いの関係（中学2年生）

運動部や地域のスポーツクラブなどに入っていますか		運動やスポーツを「〇〇する」ことは好きですか：好きの割合			
性別	選択項目	すること	みること	支えること	知ること
男	入っている	78.4%	69.2%	49.1%	52.4%
	入っていない	45.1%	39.9%	24.9%	27.0%
女	入っている	67.3%	57.7%	44.4%	35.9%
	入っていない	28.8%	29.3%	19.4%	16.6%

6 さいごに

「競技志向ではない、誰もが参加できる運動部活動を設置している」と回答した学校は中学校で44.9%にとどまっており、競技志向、すなわち「競技的にすること」に特化した運動部活動が多い実態が垣間見える。体育の授業だけでなく、体育行事や運動部活動を含む、学校における体育的活動全般において運動・スポーツをする楽しみだけでなく、みる・支える・知る楽しさを育むための取組や学校環境の在り方を再考する必要がある。そのことが、運動習慣形成や体力向上、ひいては運動・スポーツの価値を高めることにつながるだろう。