

本学々生の競技スポーツに対する 意識及び関心についての一考察

佐 野 陽 子*
松 木 伸 子**

序 論

近年、フィットネス・クラブが盛んになってきている。フィットネス・クラブの特徴を挙げてみると、一人で行える運動（エアロビクス・ウエイトトレーニング・水泳など）が多い。水泳については、水泳競技としてタイムを競うものもあるが、フィットネス・クラブに来て、それを行っている者は、ほとんど皆無であると言えよう。

最近、フィットネス・クラブでは、施設が高級化するとともにそれを利用する年齢層が拡大してきている。以前は、OL、主婦、ビジネスマンが中心であった。しかし、近年は学生会員と称して、高校生、大学生が入会している。数年前までは、高校生、大学生は校内のクラブや同好会、サークルがスポーツ活動の中心の場であった。

特に大学では、体育会（学連などに所属して、定期的に全日本レベル、関西レベルの大会に参加する）、同好会（大会はないが、体育会より練習も軽く、年に数回同好会内で大会を催す）、サークル活動などがあり、各々学生が運営していた。ところが近年は体育会を筆頭に各大学で多くのクラブが消滅しつつある。反面、巷のフィットネス・クラブでは学生会員が増加しているのはいかなる理由であろうか。大学内のスポーツの種目が気に入らないのか。時間的に第三者から束縛されるのが問題なのか。それとのスポーツをする環境施設がフィットネス・クラブに見劣りすることが原因なのか。

本学学生においても、スポーツクラブ活動に参加する数は、きわめて少ない。その一方、フィットネス・クラブに入会する者は増えてきている。したがって、本研究は本学生のスポーツに関する意識調査を行うことにした。

*文学部助手 **監督指導

過去の文献紹介

総理府は、毎年『体力、スポーツに関する世論調査を行っている。昭和63年に調査された結果報告によると、20代女性の『今後、行いたい運動、スポーツの種目』では、1位＝スキー、2位＝テニス、3位＝ゴルフ、4位＝軽い水泳、5位＝海水浴となっている。

また、この1年間に何らかの運動やスポーツを行った者が64.1%、運動やスポーツを行わなかった者が35.7%となっており、ほぼ3人に2人は何らかの運動やスポーツをたとえ1日でも行っている。20代女性では、月に1～3日が42.2%、週に1～2日が20.3%である。

運動・スポーツを行った理由は、20代女性では『楽しみ、気晴らしとして』51.4%で最も多く、『友人、仲間との交流として』16.3%、『運動不足を感じるから』13.1%などになっている。

運動やスポーツ行わなかった理由は、20代女性では『仕事が忙しくて時間がないから』が71.7%で最も多く、『機会がなかったから』11.3%、『運動・スポーツは嫌いだから』7.5%となっている。

研究の手順

本研究では、本学における体育実技の充実向上をはかるため、本学学生の運動・スポーツ（徳に競技スポーツ）に関する意識をアンケートによって調査した。被検者は、平成元年度入学者中404名。実施日は1990年1月16日～22日の各々の体育実技時間中である。回収率は100%である。

結果の検討と考察

本研究では、本学生の競技スポーツに関する意識と関心を調べるためにアンケートによって資料を収集した。

まず、本学生が現在いちばんやってみたい競技スポーツについての結果を図1に示してある。

本学々生の競技スポーツに対する意識及び関心についての一考察

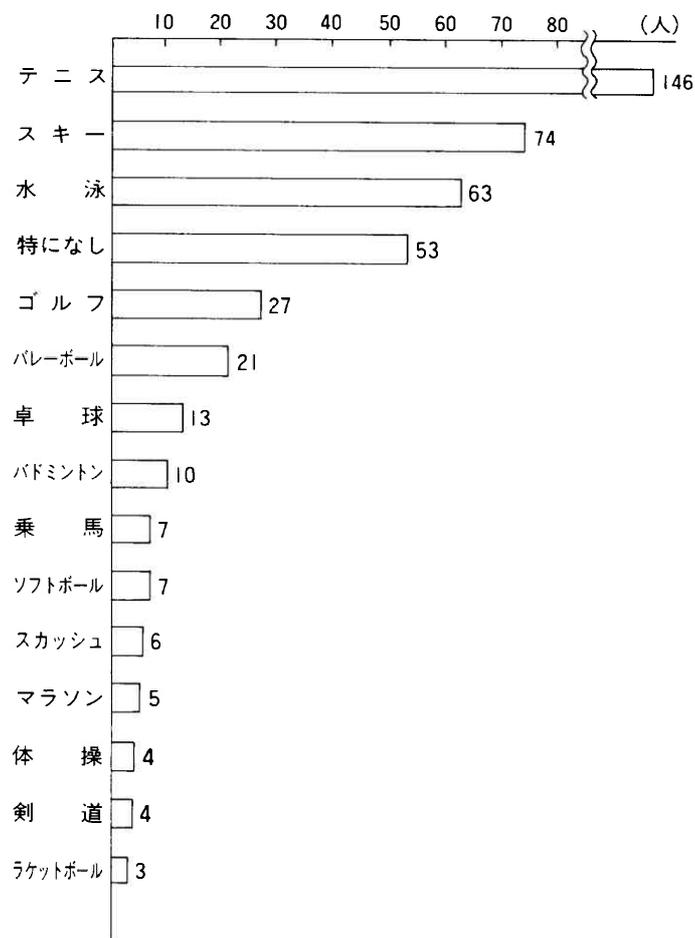


図1 現在いちばんやってみたいスポーツ

図1からわかるように、404人中146人（36.1%）もの学生がテニス（硬式）をやりたいと望んでいる。学生にはやりたい理由を聞いていないが、これは、テニスというスポーツが持つイメージによるものも大きいと思われる。カラフルなテニスウェアを身につけたりラケットを持って通学をすることにもあこがれているのではないだろうか。しかし、実際に、本学の授業などで、体験してみた学生の話を見ると、『思っていたより、難しかった』と口々に話している。スキー、水泳に関してもファッションから入るという参加の仕方が現われていると言えよう。また、スキー、水泳は宿泊して行われることも多く友達と旅行気分が味わえることも人気の理由と言えるであろう。また、53人（13.1%）にあたる学生が『特になし』と答えている。

次に競技スポーツをくわしく調べてみた。個人競技スポーツ（水泳・マラソンなど）と集団競技スポーツ（バレーボール・バスケットボールなど）では、どちらを好むかの結果

本学々生の競技スポーツに対する意識及び関心についての一考察

を図2に示してある。

208人(51.4%)の学生が集団競技を好んでおり、『特に問わない』学生を加えると78.7%は集団競技を好むことがわかった。

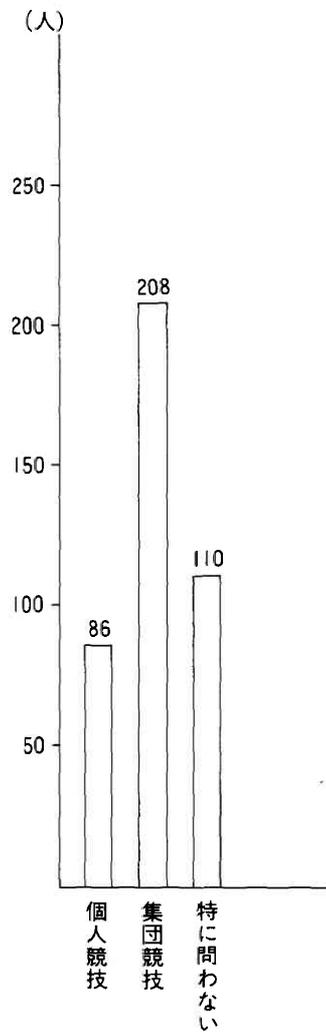


図2 自分の好きな競技スポーツのタイプI

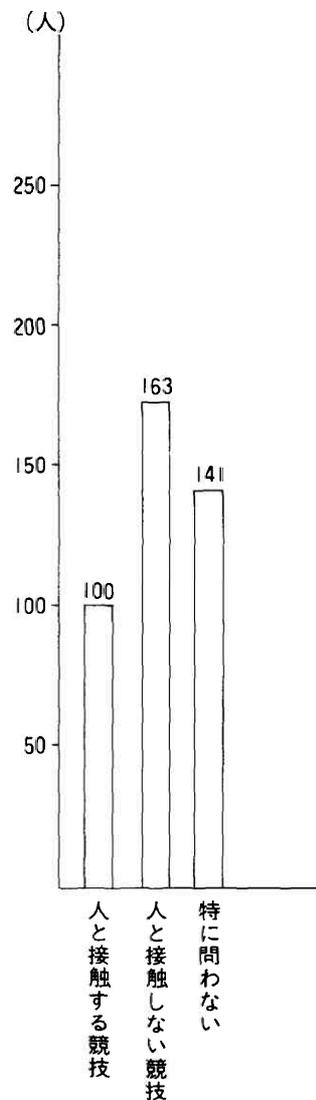


図3 自分の好きな競技スポーツのタイプII

次に、人と接触するスポーツと、人と接触しないスポーツでは、どちらを好むかについての結果を図3に示してある。ここでいう人と接触しないとは、陸上競技や水泳、弓道などだけでなく、ネットを挟んでプレーをする種目も含まれている。結果は、人と接触しないスポーツが163人(40.3)%でやや多い。

本学々生の競技スポーツに対する意識及び関心についての一考察

次に記録に挑戦するスポーツと、対戦相手に挑戦するスポーツではどちらを好むかについての結果を図4に示してある。図4にあるように268人(66.3%)の学生が対戦相手に挑戦するスポーツを好んでいる。

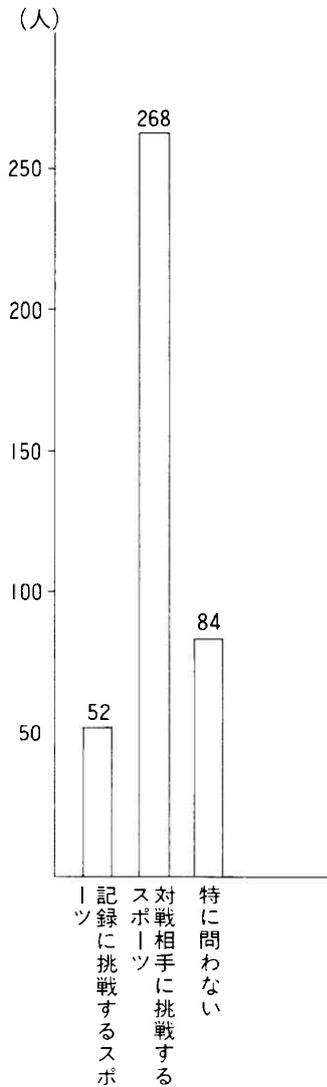


図4 自分の好きな競技スポーツタイプIII

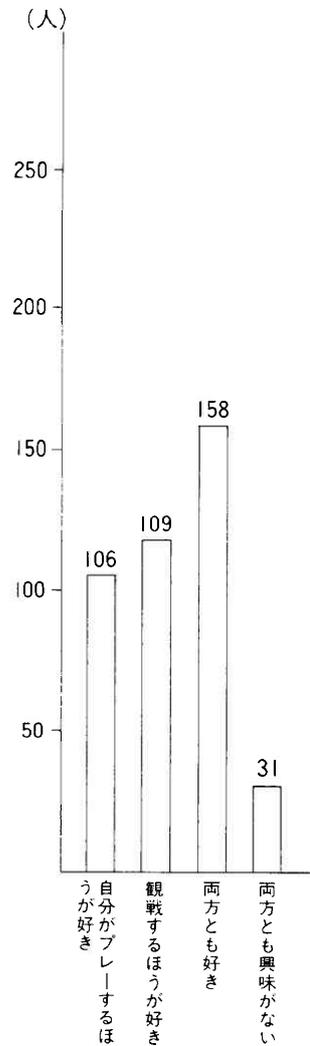


図5 プレーと観戦のどちらを好むか

以上3つの回答を総合して考えてみると、集団競技で人と接触をせず、対戦相手に挑戦するスポーツが本学生の好きな競技スポーツのパターンである。具体的にそれらの条件に合ったスポーツ種目を挙げてみると、バレーボール、インディアカ、ダブルスのテニス、卓球、バドミントンなどがある。対戦相手に挑戦をするとなると球技種目が人気になるのもスポーツの特性からもうなずける。また、これらの種目は現在、本学の体育実技の授業で行われており、そのことから考えるとおおむね学生も満足していると推察できる。

本学々生の競技スポーツに対する意識及び関心についての一考察

次にスポーツ観戦と自分がプレーをすることでは、どちらを好むかという問いの結果を図5に示した。

図5にあるように、両方とも好きが158人（39.1%）で、観戦と自分がプレーすることでは、ほとんど差がない。この点から、本学生はスポーツには、かなり関心があると言えよう。特に自分がプレーすることが好きだけでなく、観戦することが好きな学生がこのようにいることがわかった。

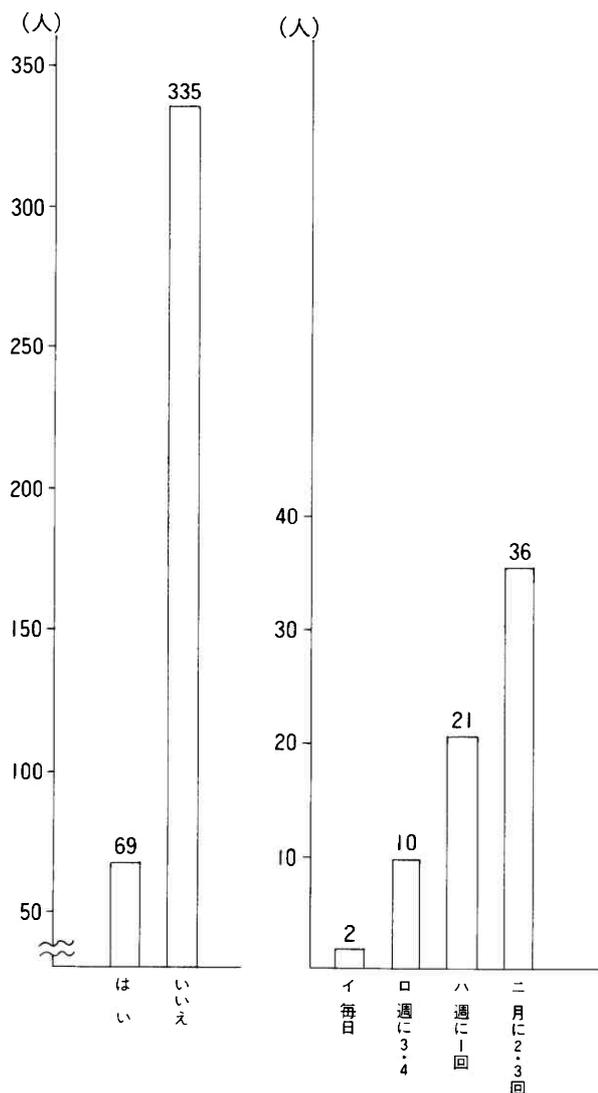


図6 授業時間以外のスポーツ参加状況

次に授業以外のスポーツ参加の状況を図6に示してある。

図6を見るとたった69人（17%）の学生しか活動していないことが判明した。前の質問の自分がプレーをすることが好きという学生と両方とも好きと答えた学生を合わせると264

本学々生の競技スポーツに対する意識及び関心についての一考察

人（65.3%）にもなるのに、実際に活動している学生はその中の26.1%程度である。また、実際に活動している学生でも月に2、3会という者が半数を占め、毎日と週3、4会の学生を合わせても12名しかいないのが現状である。これらのことから、少数の学生を除くと、本学生は、スポーツに関心はあるが実際に活動している者が少ないことが顕著になった。

その理由を調べてみた結果が図7である。

授業以外の時間に運動・スポーツをしようとする場合の障害として多いのは、時間的余裕がないこととなっている。次のきっかけがつかめないという理由には多くの問題があるのではないか。まずは学生自身の積極的な姿勢が足りないと言える。しかし、その他の服装や用具にお金がかかるとか、施設、設備が不十分などの理由と合わせて考えると、私達から、無料や低料金で解放している公の運動スペースの情報を伝えることも、解決の1つになるだろう。

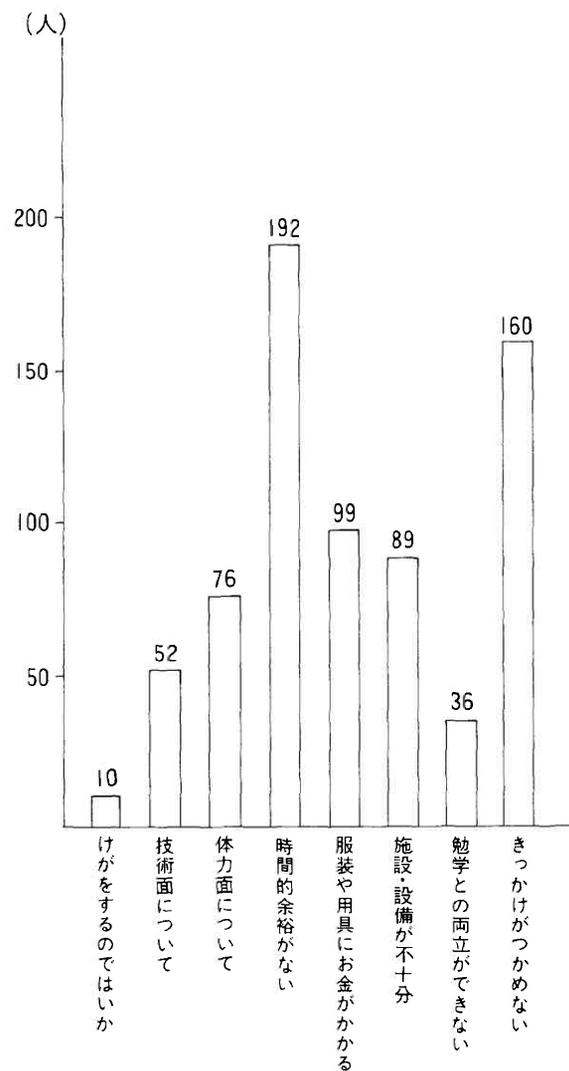


図7 運動・スポーツの不参加障害因子

本学々生の競技スポーツに対する意識及び関心についての一考察

また松木伸子⁽¹⁾による昭和61年の報告でも今回と同様に運動が出来ない理由の1位が時間がない、2位きっかけがつかめないとになっている。

他大学では、学内に健康管理センターなどもでき、1人1人の学生の健康が細かくチェックされている。強度の肥満や痩身にはグループ又は個別に食事の仕方、内容を指導し、体育の教員も協力して運動のプログラムを作成、実行し成功した例も保健学会で報告されている。

図8は運動・スポーツをして良いことがあるかという質問の結果である。

おもしろい、楽しいからと答えた学生が259人と多く、ストレス発散できると合わせて、精神面について効果を認めている。その次に汗をかく、痩せる、体力がつく、よく眠れると、健康につながる理由をあげている。このように多くの学生がスポーツの必要性や楽しみを

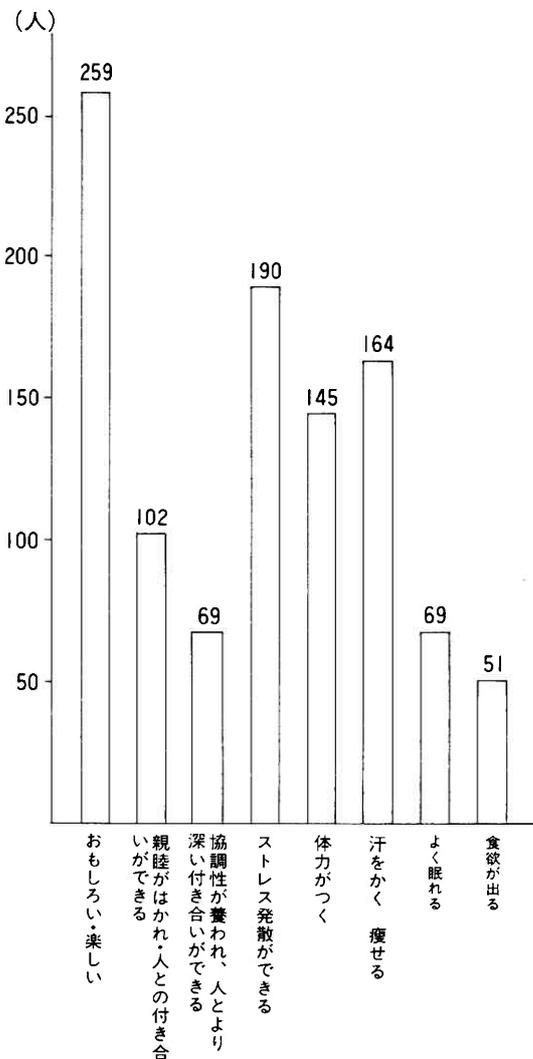


図8 運動・スポーツを行った効果

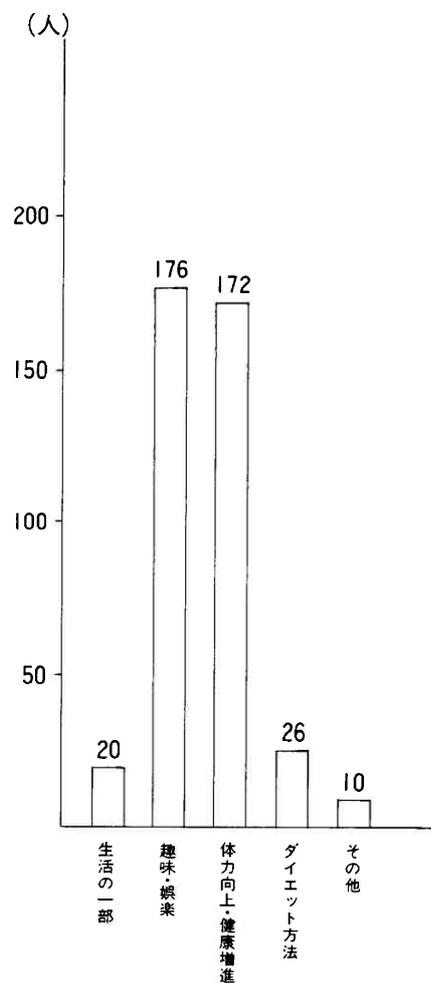


図9 運動・スポーツの存在意義

本学々生の競技スポーツに対する意識及び関心についての一考察

見い出しているが、あとはスポーツをするきっかけとチャンスを数多く与えることが望まれる。

運動・スポーツの存在意義についての結果を図9に示してある。

ここからわかるように、趣味、娯楽と答えた学生と体力向上、健康増進と答えた学生がほぼ同数で全体の86.1%に当てはまる。ここで体力向上、健康増進と考えている学生は多いが前にあるように、日常的に運動・スポーツに親しむ学生は少ない。月に2、3回程度の運動では、体力向上は望めない。

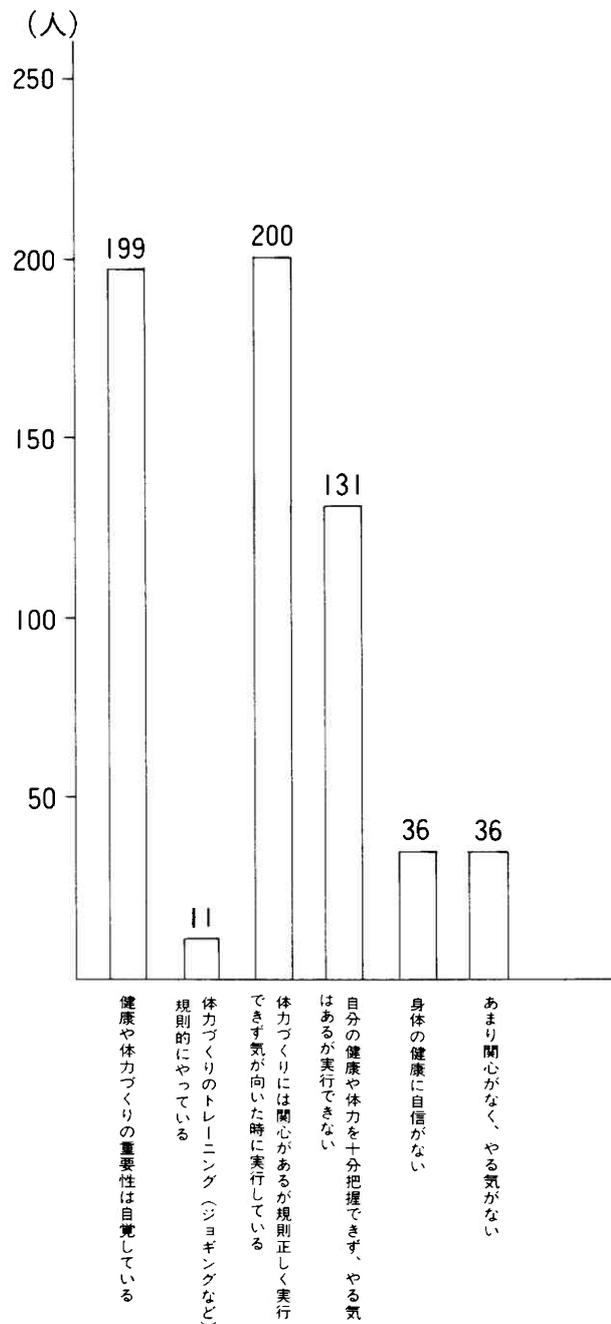


図10 自分の健康や体力づくりについての考え方

次に自分の健康や体力づくりについての考え方を図10に示してある。

その結果、199人(49.3%)の学生は健康や体力づくりの重要性を自覚していることがわかった。しかし、学生自身も体力づくりには関心があるが、規則正しく実行できず気が向いた時に実行しているとか、自分の健康や体力を充分把握できず、やる気はあるが実行できないと考えている。現在の状態を納得しているわけではなく、運動不足を自覚していることがわかる。又、身体の健康に自信がない、あまり関心がなくやる気がないという学生が36名ずついることが判明した。後者は、前者と違って、日常生活を送る上で健康であるがため健康の重要性を認識できずにいると考えられ、前者より指導の必要がある。

結 果

本学生は、スポーツに対して、趣味や娯楽又は体力向上、健康増進の1つという意識を持っている。特にスポーツ活動時やその後の楽しさ、おもしろさを多くの学生が経験しておりストレスを発散できることも自覚しているといえる。

その反面、スポーツ活動の実践となると、ほんの一握りの学生しか参加していないのが現状である。学生自身も健康や体力づくりの重要性は自覚しており、体力づくりには、関心があるが規則正しく実行できずいたり、やる気はあるが、実行できていないことに気付いている。この部分についての指導は今後の大きな課題であり、学生1人1人について養護教諭と組んで活動する必要があるであろう。

学生は、テニス、スキー、水泳などファッション性を含んだスポーツを好んでおり、競技スポーツでは、集団競技で人と接触せずに対戦相手に挑戦する種目を好んでいる。これは今後新しいスポーツ種目を取り入れる際の参考としたい。

今回の調査研究での大きな問題は、運動・スポーツをしようとする場合に、きっかけがつかめないことを理由にあげている学生が多いことだ。この学生達に対して積極的にいろいろな角度からアプローチしていくことが必要である。

今回は、体育実技を行っている大学1年生を対象に調査した。このような調査を正課体育の実技を終了している4年生や若い社会人に対して行い、スポーツに対する意識や関心の違いがあるのか研究したい。また、フィットネス・クラブの学生会員の増加理由も直接会員にも調査を行いたい。その上で大学における体育実技にどのようなことが望まれており、必要であるか、少しでも推知したい。クラブ活動の少ない参加については、時間的余裕がない理由が大きいと考えられる。その一因にアルバイトに精を出す学生の増加があるのではないか。しかし、この調査だけでは、不十分であり今後の研究課題の1つとしてくしく調査したいと考えている。

本学々生の競技スポーツに対する意識及び関心についての一考察

参考文献

- 1* 松木伸子、「本学々生の体力に関する一考察－体力運動に関する意識調査と生活内容」大手前女子大学論集第20号
- 2 高木貞二（編）、心理学研究、岩波書店1958
- 3 永沢幸七、女子大生の生活と心理、大日本図書、1979
- 4 尾形憲、素顔の学生たち、青木書店、1983
- 5 波多野義郎、新しい健康づくり、日本YMCA同盟出版部、1973
- 6 総理府、体力・スポーツに関する世論調査、1988