

体育・健康科学実習における学習目標の到達度に関する研究

共通教育センター 准教授 福満博隆、准教授 石走知子、教授 末吉靖宏
教授 飯干 明、教授 橋口 知 (教育学部)

要旨

本学の共通教育では、平成28年度からカリキュラムを改訂し、体育・健康科学実習は、心身の育成や健康の管理法の修得を目指すための必修科目の初年次教育科目として位置づけられた。これは、本学学生が生涯にわたって健康で豊かな生活を営むための基礎的知識と身体運動を実践していく習慣を身につけることが、きわめて重要と考えているからである。本実習は、実習ノートをもとに、各自の身体能力について測定し、自己の形態や体力の現状を把握し、具体的な健康づくりに適した運動を安全に実施するための方法を学び、健康づくりの運動を行うための知識、技能、態度・習慣を身につけることができるように働きかけている。学生は、測定データを分析し、自己評価してレポートを提出している。今回の改訂では、学習目標の達成度を高めるために、そのレポートの中に今後の日常生活への課題を記述することを明記している。

共通教育で実施した「期末授業改善に資するアンケート」における体育・健康科学実習の学習成果に関する質問項目の結果をみると、概ね学習成果があったことがうかがえる。

しかし、これまでのアンケート調査では本実習科目の具体的な学習目標の成果についての質問は実施しておらず、実習における学習目標の到達度に関する研究報告もない。

そこで本研究は、体育・健康科学実習の受講生の学習目標の到達度を明らかにし、今後の授業内容や指導方法の改善および実習ノートの改訂のための基礎資料を得ることを目的とした。その結果、自己の体力の現状や身体的能力の理解度、運動の大切や運動不足と生活習慣病との関係の理解度、日常生活での身体活動や日頃からの運動の必要性を感じたこと、授業後も日常的な運動実践を行おうと思ったことにおいて、9割以上の学生が学習目標に到達できたと推察された。ただし、今後の運動実践がとても必要だと感じた学生の多さに比較して、運動実践を行うことを強く思った学生が少ない傾向がみられた。また、女子学生は、男子学生と比較して健康に関する知識の理解度は高くても運動実践に対する行動意欲は低い傾向があると推察された。さらに、医、歯学部と教育学部では、学習目標の到達度が高かったのに対して、水産学部と工学部が低い傾向が、農学部と法文学部では、学習内容の理解度や運動の必要性において学習目標の到達度が高かったが、運動実践への意欲は低い傾向が推察された。スポーツ実習開講情報は、7割以上の学生が知らなかったことがうかがえるが、6割の学生に受講希望者がみられた。男子学生は女子学生よりも受講希望者が多く、運動欲求が高い学生が多いことが推察された。受講希望種目の記述では、男子学生では、サッカー、テニス、バスケットボールとの希望者が多く、女子学生では、バレーボールとバスケットボールの希望者が多かった。今後の課題として、男子学生と女子学生および各学部の学生の特性を考慮した検討と配慮が必要であると考えられた。

キーワード:

体育・健康科学実習、学習目標到達度、運動の必要性、運動実践への意欲、スポーツ実習

I. 目的

本学の共通教育では、平成28年度からカリキュラムを改訂し、体育・健康科学実習は、心身の育成や健康の管理法の修得を主な目的に教育目標の自己理解と実践の達成を目指すための必修科目の初年次教育科目として位置づけられた（共通教育履修案内2016）。これは、本学学生が生涯にわたって健康で豊かな生活を営むための基礎的知識と身体運動を実践していく習慣を身につけることが、きわめて重要と考えているからである。この科目のシラバス（2016）において重要視する教育目標は、「課題の解決に向けて主体的に行動できること〈実践〉」とし、他に「事実やデータに基づき、仮説を検証できること〈科学的思考〉」、「状況に応じた方法で必要な行動ができること〈実践〉」、「他者と協力して課題の解決を図ることができること〈他者との協働〉」の3つの教育目標を挙げ、具体的な学習目標には、1）健康に関わる運動の要素について理解する。2）自己の形態や体力について客観的に把握する。3）手軽に実施できる健康体操と筋力を効果的に高めるトレーニング法について理解する。4）運動強度と心拍数の関係を把握し、適切な運動強度を設定する方法について理解する。5）ウォーキング、ジョギングの適切な実施方法を理解する。6）スポーツにおける投や打の合理的な基礎的動きを理解する。7）いろいろなスポーツの実習を通して、それらの特徴を理解する。の7項目を挙げている。改めて設定した学習目標に合わせて授業内容と実施計画を前年度から改善し、実習ノートを改訂した。本実習は、平成6年から受講学生が実習ノートをもとに、各自の身体能力について測定し、自己の形態や体力の現状を把握し、具体的な健康づくりに適した運動を安全に実施するための方法を学び、健康づくりの運動を行うための知識、技能、態度・習慣を身につけることができるように働きかけている。その学びの成果として学生には、測定データを分析し、自己評価したレポートを提出させてきた。今回の改訂では、学習目標の達成度を高めるために、そのレポートの中に今後の日常生活への課題を記述することを明記している。

共通教育で実施した「平成27年度期末授業改善に資するアンケート」（本学学生部教務課教育企画係）における体育・健康科学実習の学習成果に関する質問項目の前期（1169名）と後期（879名）の結果をみると、それぞれの平均値（5段階評定尺度を得点化）は、「知識を広げ自己を高めることができましたか」が3.37と3.42、「学習目標を達成できましたか」が3.33と3.35、「専門分野に偏らない知識・技能の習得に役立ちましたか」が3.36と3.40で、概ね学習成果があったことがうかがえる。

しかし、これまでのアンケート調査では本実習科目の具体的な学習目標の成果についての質問は実施しておらず、実習における学習目標の到達度に関する研究報告もない。また、平成28年度から授業内容と実施計画を改善し、実習ノートを改訂したことを鑑みて、体育・健康科学実習を受講した学生が学習目標を達成できているかを調査し、到達度を明らかにすることは、今後の体育・健康科学実習の授業の内容や進め方、また、実習ノートの改訂を検討する上で必要であると考えられる。

そこで、本研究では、体育・健康科学実習の受講生の学習目標の到達度を明らかにし、男子学生と女子学生および学部別に比較検討を加えて、今後の授業内容や指導方法の改善および実習ノートの改訂のための基礎資料を得ることを目的とした。

Ⅱ. 研究方法

1. 調査対象と調査時期および実施方法について

調査は、H28年度に体育・健康科学実習を受講した学生を対象とし、前期最終授業と後期最終授業において各実習クラスでアンケート用紙を配布し、無記名で実施した。回答を得られた学生数は、1414名（男子779名、女子635名）であった。前期は、法文学部（337名）、農学部（171名）、

医、歯学部（205名）の713名（男子332名、女子381名）から回答を得られた。後期は、水産学部（127名）、工学部（318名）、教育学部（256名）の701名（男子447名、女子254名）から回答を得られた。

2. 調査内容について

- (1) 実習の学習目標の到達度に関する4項目（①自己の体力の現状や身体的能力を理解できたか、②運動不足と生活習慣病との関係を理解できたか、③日頃の運動の大切さを理解できたか、④日常的な運動実践を行おうと思ったか）について、5段階評定尺度法で調査を行った。
- (2) 選択科目のスポーツ実習に関する3項目は、スポーツ実習開講情報の有無、スポーツ実習の受講意志の有無の調査とスポーツ実習に対する受講希望種目について自由記述を行った。

Ⅲ. 分析方法

学習目標の到達度に関する4項目は、回答を単純集計し、対象者全体の学習目標に対する到達程度の評価を質問項目ごとに比率で明らかにした。また、学習目標到達度における男子学生と女子学生および学部別の特性を明らかにするために、学習目標到達度を5段階評定尺度で得点化し、それぞれの平均値について比較して考察を重ねた。さらに、選択科目のスポーツ実習に関する3項目は、回答を単純集計し、男女別、情報の有無別に比率を比較して考察を重ねた。統計処理には統計解析用プログラム SPSS statistics 19を用い、平均値の差にはT検定を行い、クロス集計にはカイ2乗検定を行った。

Ⅳ. 結果・考察

1. 全体の学習目標到達度の評価について

全体の学習目標到達度の評価における質問①の自己の体力の現状や身体的能力の理解度（表1-1）をみると、とても理解できたが64.1%、少し理解できたが32.5%であった。したがって、96.6%の学生が実習を通して自己の体力の現状や身体的能力について理解できたことがうかがえる。質問②の運動の大切や運動不足と生活習慣病との関係の理解度（表1-1）をみると、とても理解できたが63.2%、少し理解できたが32.1%であった。したがって、95.3%の学生が実習を通して運動の大切や運動不足と生活習慣病との関係について理解できたことがうかがえる。質問③の日常生活での身体活動や日頃からの運動の必要性（表1-2）をみると、とても必要だと感じたが81.5%、少し必要だと感じたが16.3%であった。したがって、97.8%の学生が実習を通して日常生活での身体活動や日頃からの運動の必要性を感じたことがうかがえる。質問④の授業後の日常的な運動実践への意欲（表1-3）をみると、強く思ったが50.5%、少し思ったが41.9%であった。したがって、92.4%の学生が実習を通して授業が終わった後も、日常的な運動実践を行おうと思ったことがうかがえる。このことから、すべての質問項目において、

表 1-1 全体の学習目標到達(理解度)

N=1414	質問① 質問② (%)	
	とても理解できた	64.1
少し理解できた	32.5	32.1
どちらともいえない	2.8	3.8
あまり理解できなかった	0.4	0.6
全く理解できなかった	0.2	0.4
	100	100

表 1-2 全体の学習目標到達(必要性)
(%)

N=1414	質問③ (%)
とても必要だと感じた	81.5
少し必要だと感じた	16.3
どちらともいえない	1.7
あまり必要とは感じなかった	0.3
全く必要とは感じなかった	0.2
	100

表 1-3 全体の学習目標到達(意欲)
(%)

N=1414	質問④ (%)
強く思った	50.5
少し思った	41.9
どちらともいえない	5.7
あまり思わなかった	1.1
全く思わなかった	0.7

100

9割以上の学生が学習目標に到達できたと考えられる。傾向として、自己のデータを測定することによって学習内容に興味を持って学ぶことができ、運動することの必要性を強く感じている学生が多いが、今後の運動実践がとても必要だと感じた学生の多さに比較して、運動実践を行うことを強く思った学生が少ないと思われる。これは、本学学生の運動実施状況の研究（福満ら2014）において、運動系のサークル等に所属していない学生がアルバイトやサークル等の活動が忙しく運動・スポーツを実施する時間が取れないことや続ける気力がない、気軽に運動・スポーツが実施できる施設等がないという理由で実習以外での運動実施状況が低かった結果と同様の傾向と考えられる。

2. 学習目標到達度の平均値の比較について

(1) 男子学生と女子学生の平均値の比較

男子学生と女子学生の平均値（表2）をみると、質問①の自己の体力の現状や身体的能力の理解度と質問③の日常生活での身体活動や日頃からの運動の必要性においては、有意な差がみられなかった。しかし、質問②の運動の大切や運動不足と生活習慣病との関係の理解度では、女子学生が男子学生

表2 男子学生と女子学生の平均値の比較

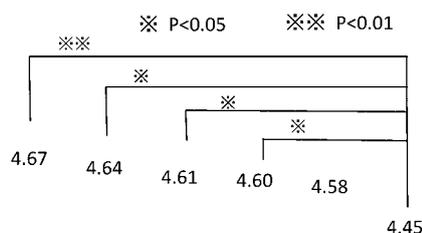
	男子 N=779		女子 N=635		t 値
	M	SD	M	SD	
質問①	4.61	0.611	4.58	0.551	1.03
質問②	4.54	0.676	4.61	0.569	-1.998 ※
質問③	4.77	0.519	4.81	0.463	-1.648
質問④	4.45	0.753	4.35	0.657	2.775 ※※

※ P<0.05 ※※ P<0.01

よりも有意に平均値が高かった (P<0.05)。一方、質問④の授業後の日常的な運動実践への意欲では、男子学生が女子学生よりも有意に平均値が高かった (P<0.01)。以上のことから、女子学生は、男子学生と比較して健康に関する知識の理解度は高くても運動実践に対する行動意欲は低い傾向があると推察される。したがって、男子学生と女子学生の特性を考慮した指導方法を検討し、配慮が必要であると考えられる。

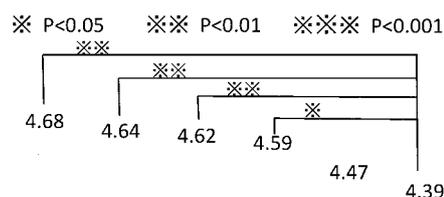
(2) 学部別平均値の比較

学部別平均値比較すると、質問①の自己の体力の現状や身体的能力の理解度（図1）では、医、歯学部、農学部、教育学部、法文学部に比較して水産学部 (P<0.01, P<0.05, P<0.05, P<0.05) の平均値が有意に低かった。質問②の運動の大切や運動不足と生活習慣病との関係の理解度（図2）では、医、歯学部、農学部、教育学部、法文学部に比較して水産学部 (P<0.01, P<0.01, P<0.01, P<0.05) と工学部 (P<0.001, P<0.01, P<0.01, P<0.05) の平均値が有意に低かった。質問③の日常生活での身体活動や日頃からの運動の必要性（図3）においても、教育学部、医、歯学部、法文学部、農学部と比較して水産学部 (P<0.01, P<0.01, P<0.01, P<0.05) と工学部 (P<0.001, P<0.001, P<0.01, P<0.01) の平均値が有意に低かった。質問④の授業後の日常的な運動実践への意欲（図4）では、教育学部の平均値が、工学部 (P<0.05)、法



N=205	N=171	N=256	N=337	N=318	N=127
医歯獣医	農学部	教育学部	法文学部	工学部	水産学部

図1 質問①の平均値の比較



N=205	N=171	N=337	N=256	N=318	N=127
医歯獣医	農学部	法文学部	教育学部	工学部	水産学部

図2 質問②の平均値の比較

文学部 (P<0.01)、農学部 (P<0.01)、水産学部 (P<0.01) に比較して有意に高く、医、歯学部
の平均値が、法文学部 (P<0.05)、農学部 (P<0.05)、水産学部 (P<0.01) に比較して有意に高
かった。以上のことから、全ての項目において医、歯学部と教育学部では、学習目標の到達度
が高かったのに対して、水産学部と工学部では少し低い傾向が推察される。また、農学部と法
文学部では、学習内容の理解度や運動の必要性において学習目標の到達度が高かったが、運動
実践への意欲は低い傾向が推察される。したがって、各学部の学生の特性を考慮した指導方法
を検討し、配慮が必要であると考えられる。

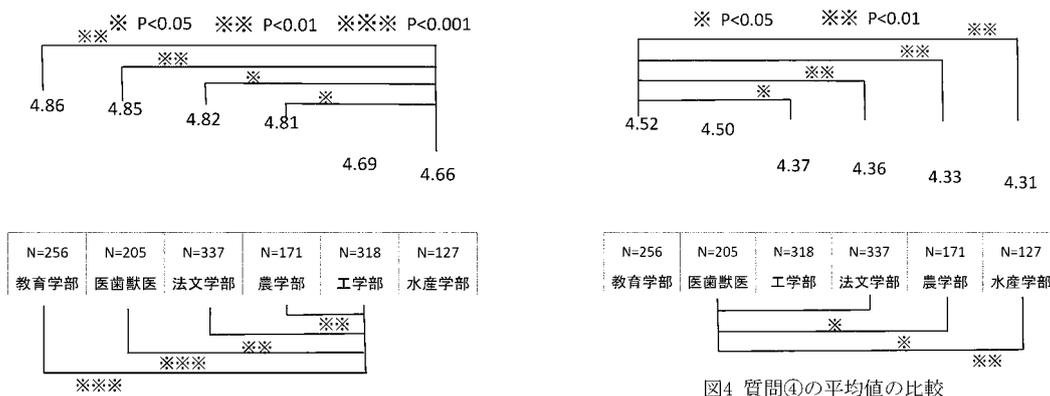


図3 質問③の平均値の比較

図4 質問④の平均値の比較

3. 選択科目のスポーツ実習について

(1) スポーツ実習開講情報の有無

スポーツ実習開講情報の有無をみると (表 3)、男子学生と女子学生の間
に有意な差はみられず、全体で開講されていることを知っていた学生は2割程度で、
7割以上の学生が知らなかったことがうかがえる。これは、平成28年度の履修案内
において教養科目の中に位置づけられ、シラバスも記載されているが、受講対象が
2年生以上で1年生に直接関係ないことや初めて開講されることで2年生以上
からの情報もないことなどの理由が挙げられる。

(2) スポーツ実習の受講希望の有無

2年生になってスポーツ実習を受講したいと思ったかの質問に対して、59.5%の
学生に受講希望者がみられた。また、スポーツ実習開講情報の有無別にみると (表
4)、スポーツ実習の開講を知っていた学生は、知らなかった学生よりも受講希望者
が有意に多かった (P<0.01)。したがって、スポーツ実習開講情報の周知度が上が
ると受講希望者が増える可能性があると考えられる。また、男女別にみると (表
5)、女子学生よりも男子学生

表 3 スポーツ実習開講情報の有無 (男女別) (%)

	男子学生 N=779	女子学生 N=635	全体 N=1414
知っていた	23.2	21.6	22.5
知らなかった	76.8	78.4	77.5
合計	100	100	100

有意差なし

表 4 スポーツ実習の受講希望の有無 (情報の有無別) (%)

	知っていた N=318	知らなかった N=1096	全体 N=1414
受講してみたい	66.4	57.5	59.5
受講は考えない	33.6	42.5	40.5
合計	100	100	100

P<0.001

表 5 スポーツ実習の受講希望の有無 (男女別) (%)

	男子学生 N=779	女子学生 N=635	全体 N=1414
受講してみたい	63.7	54.3	59.5
受講は考えない	36.3	45.7	40.5
合計	100	100	100

P<0.01

の受講希望者が有意に多かった ($P<0.001$)。このことから、男子学生には運動欲求が高い学生が多いことが推察される。

(3) スポーツ実習に対する受講希望種目

受講希望者の5割の学生が受講希望種目に既習スポーツ種目を記述していた。男女別にみると(表6)、男女とも希望種目は多様で有意な差がみられた ($P<0.001$)。男子学生では、サッカー、テニス、バスケットボールの希望者が多く、女子学生では、バスケットボールとバレーボールの希望者が多かった。今後スポーツ実習の種目を検討する際にこれらの結果も考慮した方がよいと思われる。

表6 スポーツ実習希望種目(男女別)

	(%)		
	男子学生	女子学生	全体
	N=496	N=345	N=841
バドミントン	6.5	10.7	8.2
バスケットボール	10.7	10.7	10.7
卓球	3.6	3.5	3.6
サッカー	11.9	3.2	8.3
バレーボール	4.2	17.7	9.8
テニス	11.3	9.0	10.3
回答なし	51.8	45.2	49.1
合計	100	100	100

$P<0.001$

V. まとめ

本研究では、体育・健康科学実習の受講生の学習目標の到達度を明らかにし、今後の授業内容や指導方法の改善や実習ノートの改訂のための基礎資料を得ることを目的とした。その結果、自己の体力の現状や身体的能力の理解度、運動の大切や運動不足と生活習慣病との関係の理解度、日常生活での身体活動や日頃からの運動の必要性を感じたこと、授業後も日常的な運動実践を行おうと思ったことにおいて、9割以上の学生が学習目標に到達できたと推察された。ただし、今後の運動実践がとても必要だと感じた学生の多さに比較して、運動実践を行うことを強く思った学生が少ない傾向がみられた。また、女子学生は、男子学生と比較して健康に関する知識の理解度は高くても運動実践に対する行動意欲は低い傾向があると推察された。さらに、医、歯学部と教育学部では、学習目標の到達度が高かったのに対して、水産学部と工学部が低い傾向が、農学部と法文学部では、学習内容の理解度や運動の必要性において学習目標の到達度が高かったが、運動実践への意欲は低い傾向が推察された。スポーツ実習開講情報は、7割以上の学生が知らなかったことがうかがえるが、6割の学生に受講希望者がみられた。男子学生は女子学生よりも受講希望者が多く、運動欲求が高い学生が多いことが推察された。受講希望種目の記述では、男子学生では、サッカー、テニス、バスケットボールとの希望者が多く、女子学生では、バレーボールとバスケットボールの希望者が多かった。今後の課題として、男子学生と女子学生および各学部の学生の特性を考慮した検討と配慮が必要であると考えられた。

参考文献

- 1) 鹿児島大学教育センター(2016)、共通教育の教育目標、共通教育履修案内、1-2.
- 2) 鹿児島大学教育センター(2016)、共通教育の教育科目と単位の取り方、共通教育履修案内、11.
- 3) 福満博隆、末吉靖宏、飯干 明、石走知子、橋口 知、長岡良治(2014) 鹿児島大学入学生の運動・スポーツの実施状況と実施阻害要因および実施意欲に関する研究、鹿児島大学教育センター年報、第11号、44-46.