

名古屋大学における「健康・スポーツ科学 実習」授業に関する学生の意識調査
—実習を選択しない学生の観点から—

Attitude survey of the students toward sports classes at Nagoya University
—From the stand point of no-registered students for sports classes—

| | | |
|-------------------|--------------------|-------------------|
| 石 田 浩 司* | 西 田 保* | 蛭 田 秀 一* |
| 片 山 敬 章* | 山 本 裕 二* | 石 黒 洋* |
| 小 池 晃 彦* | 小 林 洋 平** | |
| Koji ISHIDA * | Tamotsu NISHIDA * | Shyuichi HIRUTA * |
| Keisyo KATAYAMA * | Yuji YAMAMOTO * | Yo ISHIGURO * |
| Teruhiko KOIKE * | Yohei KOBAYASHI ** | |

In order to clarify the reason why a specific group of Liberal Arts students chose not to take sports classes, to elucidate the relationships between the fitness habits of students and their tendency not to register for sports classes, and to identify which types of sport classes and activities students most often sign up for, we conducted a survey of the students at Nagoya University.

The number of the students who took the survey was total 1166 while the number of students who did not choose a sports class was 190. They belonged to the schools of technology and law, which have made sports classes an elective, rather than mandatory class. The selective rate of sports class was 75% in both schools.

The results are as follows:

1) Students did not elect to take sports classes because their majors do not require a sports credit and they would have enough credits to graduate without it, they felt clumsy in sports classes, or the sports class they had wanted to take was not opened.

2) The three most desired sports activities among the students were badminton, skiing, and archery, while the three most undesired activities were aerobics, fitness, and swimming.

3) The students who did not take a sports class said they were less likely to do sports or exercise in daily life, as compared with those who took the course. Furthermore, about 60% of the students who took the sports course said they were less likely to do sports or exercise outside of the sports class, in their daily lives.

We propose that in order to increase the number of students who take sports classes and to help them acquire better coordination and dexterity and exercise habits, we must advocate for all of the students the necessity and significance of sports and exercise, and the improvements of the sports facilities at the university during course registration guidance and health and sports lectures. We must also make a continued effort to identify which sports and activities students prefer by way of questionnaire and we must arrange sports classes so that they successfully fit into the students' class schedules. Furthermore, this is an issue that the whole university needs to address at all levels. It may even be necessary to require sports and exercise credits for graduation, as has been done in the past.

* 名古屋大学 総合保健体育科学センター
** 名古屋大学大学院教育発達科学研究科
* Research Center of Health, Physical Fitness and Sports, Nagoya University
** Graduate School of Education and Human Development, Nagoya University

はじめに

脳卒中や心筋梗塞などの生活習慣病の主な原因の一つに運動不足が挙げられているように、健康と運動は密接に関係している。また、日々の生活を余裕を持って過ごすには十分な体力を有していることが望ましく、健康と体力もまた密接に関係している。その体力は20才ごろをピークに徐々に低下していく¹⁾。しかし、習慣的な運動(トレーニング)は体力を維持向上させ、思春期以降、トレーニング開始時期が早ければ早いほどトレーニング能力が高いとされていることから、運動習慣を若いうちから身につけておくことは、生涯健康にとって非常に重要なことである。さらに、運動・スポーツには身体的な効果だけでなく、ストレス発散といった心理的効果、あるいはコミュニケーション作りといった社会的効果も期待されている。

学校教育における体育実技は、青少年に運動を習慣づけさせるために非常に重要な役割を担っている。小中高等学校において体育実技は必修として位置づけられているが、最終教育段階である大学での体育実技の授業実施環境はこの20年で目まぐるしく変化している。日本経済新聞の記事によると²⁾、1991年まではすべての大学において体育実技は必修(講義含めて4単位)とされていたが、大学設置基準の大綱化でカリキュラム編成が自由化されたことに伴い、必修から選択制に移行する大学が続出し、1998年には体育実技が必修の大学・短大は45.8%まで低下した。しかしその後、体育の意義・必要性を見直す動きが盛んとなり、再必修化する大学が増え、2005年度には必修率は71.1%まで上昇している。

名古屋大学ではいわゆる一般教養は2003年度から教養教育院という組織を母体とした全学的な責任体制で実施する「全学教育科目」となった。従来の保健体育科目は「健康・スポーツ科学」に改称され、全学基礎科目の一つとして健康や運動に関する知識の修得を目的とした「講義」と、実践に関する知識や行動能力の習得を目的とした「実習」が開講されている。実習の開講科目としては、バスケットボールやバレーボールなど小中高等学校で学ぶ種目から、バドミントン、テニスなど高校で選択種目として習得する可能性はあるがあまり馴染みのない種目、さらにゴルフ、アルティメットなど大学で新しく学ぶような種目、さらにエアロビクスや太極拳といった体力を高めるような個人種目、また、スキー、トレッキングなどの野外集中講義種目など多彩な種目が開講されている。学生への授業評価アンケート結果によると、学生の「健康・スポーツ科学 実習」に対する評価は非常に高く、アンケートの平均ポイントは、全ての全学教育科目の中でほぼ毎回最も高い評価を得て

いる³⁾。しかしながら名古屋大学でも体育実技の選択化の波を受けており、1994年度に法学部が全ての科目を必修から外して選択制にするという学部方針から、体育実技(実習)は他の科目と併せて卒業単位として認められる選択制となった。さらに工学部では2003年度より実習と講義から合わせて2単位必修という部分選択制を取り入れており、全く実習を履修せずに卒業することも可能となっている(講義は1コマで2単位、実習は1コマで1単位で換算)。その他の学部では2003年度より実習を1年生の前後期に分けて2コマ2単位と、講義を1年生の前期に1コマ2単位の計4単位を必修科目として位置付けている。

上述した運動の意義・必要性の観点から、実習選択制学部(法学部・工学部)において、実習を選択履修する学生の割合すなわち実習選択率が高いことが強く望まれる。名古屋大学の場合、選択制に移行した当初の2003年から2005年にかけての実習選択率は、前期の工学部で90~93%、法学部で82~94%、後期の工学部は72~74%、法学部で70~90%、両学部通年で80%程度であったものが、2006年頃から年々低下しており、2009年前期は工学部で75%、法学部で65%、後期は工学部で62%、法学部で64%、両学部通年で実習選択率は70%以下まで落ち込んでいる。この選択率の低下の原因が何であるか、様々な憶測が為されたが、実習を選択しなかった学生(実習非選択学生)の意見を実際に聞く機会がなく、選択率を回復するための対策を立てようがなかった。先行研究では、これまで必修・選択制の体育実技に関する意識調査は多数の大学で行われているが、選択制学部での実技選択率や実技を選択しない理由について調査した研究・報告はほとんど見当たらない。

実習非選択の理由の一つとして、受講したいスポーツ種目が開講されていないから実習を選択しない、という理由が考えられる。そこで実習非選択学生が受講してみたいと思う種目を調査し、人気の高い種目を開講するように時間割作成段階で配慮すれば、選択率が高くなることが考えられる。また、必修学部においても、より多くの学生が希望の種目を選択できれば学習意欲の向上だけでなく、運動習慣形成にもよい影響を与えられ、必修、選択制を問わず学生の希望種目を調査し、それをカリキュラムや時間割作成に反映させることは非常に有用であると思われる。先行研究では大学生一般や実技受講生に対しての希望種目調査がよく行われているが⁴⁻⁶⁾、実習非選択学生に対して希望種目を聞くということはほとんど行われていない。

一方、現代の大学生はモータリゼーションの発達や遊びの多様化などの影響受け、運動不足に陥っていると思われる。週1回の体育の実習だけでも体力向上の効果

があることがこれまでの研究でも明らかになっているが⁷⁾、実習を選ばない学生の日常での身体活動が不十分な場合、今後健康や体力に問題が生じてくる可能性が高い。大学生全般の運動習慣等を明らかにする先行研究は多いが^{8, 9)}、実習非選択学生の日常の身体活動状況がどのようなものであるかなど詳細に検討した研究は、我々が知る限り見当たらない。

これらのことから、実習を履修している学生と実習を選ばなかった学生に対して同時に「健康・スポーツ科学 実習」に関する意識調査及び運動習慣について調査をする必要がある。名古屋大学の場合、「健康・スポーツ科学 実習」を選ばなかった学生は、特に工学部の場合、卒業単位として必要なため必然的に「健康・スポーツ科学 講義」を選択することになる。従って、工学部・法学部の学生が「健康・スポーツ科学 講義」を受講している時間帯でアンケート調査を行えば、その中に含まれる実習非選択学生の実態が明らかにでき、同時に講義を受講しているか実習も受講している学生との比較検討も可能になる。

そこで本研究では、実習非選択学生が含まれている工学部向け及び法学部を含む文系学部向けの「健康・スポーツ科学 講義」の受講者を対象にアンケート調査を行い、「健康・スポーツ科学 実習」を選ばなかった理由を明らかにすることを主目的とし、さらに学生が受講を希望する実習種目、および日常の運動習慣と実習選択の関連性について明らかにすることを目的とした。これらの点を明らかにすることにより、選択制の学部で少しでも多くの学生が「健康・スポーツ科学 実習」を選択するような方策を模索する。

方 法

1. 対象者、調査時期及び調査場所

1年生向けの全学教育科目「健康・スポーツ科学 講義」を受講している工学部及び文系学部（法学部、文学部、教育学部、経済学部、情報文化学部）の学生1246名を調査の対象とした。そのうち、再履修の2年生以上を除き回答に不備のなかった1年生1166名（男子839名、女子327名）を分析の対象とした。実施時期は2009年度前期の6月上旬で、実施時間は1コマの授業の中では各講義担当教員の任意とし、各教員が講義を行っている教室で実施した。

2. 調査方法及び分析方法

アンケートは名古屋大学総合保健体育科学センター教務委員会が作成した独自の質問紙を用いた。資料1にそのアンケートを示す。データ集計に学部や性別が必要なため、これらを含めて記名方式を採用した。記名方

式では回答者が回答に責任を持ちデータの信頼性が高まる可能性がある。しかし一方で学生が成績に影響するのではという不安を持つ場合があるが、そのようなことがないことと、目的以外に個人情報を使用しないことをアンケート前に説明した上で実施した。

アンケート項目としては問1で実習の受講の有無を聞き、受講していると答えた学生にはその受講種目を問2で選択させた。一方、受講していないと答えた学生には、問3として、その理由を以下の8個項目のそれぞれに「当てはまる」「当てはまらない」いずれかを答えさせた。すなわち、(1)希望していた種目が開講されていなかったから、(2)受講したい他の教科の科目が、同じ時間に開講されていたから、(3)この講義または別の科目で必要単位がそろわないので、実習は不要と思ったから、(4)運動がきらいだから、(5)移動したり、着替えたり、汗をかいたりするのが面倒だから、(6)授業以外の用事(例:アルバイト)があるから、(7)時間帯が合わないから(例:前のコマが空いている)、(8)その他の理由で(空欄に記入)、の8項目である。次に問4で全員に対して受講してみたい種目を、現在名古屋大学で開講している19種目とその他1種目(具体的に記述させる)の中から2種目挙げさせた。さらに問5で授業以外で運動・スポーツをどの程度の頻度で行っているかについて、全員に4つの選択肢の中から選ばせた。迅速にアンケートができるよう、極力質問数を減らし、番号で選ばせるところを多くするなどの配慮をした。

集計には単純集計、クロス集計を行い、また、運動習慣と学部、性、必修-選択制との関係について χ^2 二乗検定を行った。有意水準は危険率5%未満とした。なお、問1で「受講していない」と回答した学生を実習非選択学生と呼び、「受講している」と答えた学生については、選択制学部で実習を選択し履修している学生と、必修学部で必修として実習を履修している学生が混じっているため、合わせて実習履修学生と呼ぶことにした。

結 果

1. 受講の有無

表1にアンケート回答者の属性を各学部別・性別で示す。また表2にアンケート回答者における選択制の工学部と法学部の選択・非選択の人数と割合を示す。工学部の場合、全回答者641名のうち、155名が実習非選択学生で、割合でみると24.2%（男子24.4%、女子22.6%）の非選択率（選択率75.8%）であった。法学部では全回答者119名のうち、35名が実習非選択学生で、割合では29.4%（男子26.0%、女子35.7%）の非選択率（選択率70.6%）であり、法学部女子の非選択の割合が他と比べ

表1 アンケート回答者の学部別、性別人数

| 学部 | 工学部 | 法学部 | 文学部 | 教育学部 | 経済学部 | 情報文化学部 | 合計 |
|----|-----|-----|-----|------|------|--------|------|
| 全数 | 641 | 119 | 121 | 66 | 188 | 31 | 1166 |
| 男子 | 579 | 77 | 37 | 18 | 107 | 21 | 839 |
| 女子 | 62 | 42 | 84 | 48 | 81 | 10 | 327 |

表2 アンケート回答者における工学部、法学部の選択・非選択の人数と割合

| | 工学部 | | | | | | 法学部 | | | | | | 合計 | | | | | |
|-------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | 男子 | | 女子 | | 合計 | | 男子 | | 女子 | | 合計 | | 男子 | | 女子 | | 合計 | |
| | 人数 (人) | 割合 (%) | 人数 (人) | 割合 (%) | 人数 (人) | 割合 (%) | 人数 (人) | 割合 (%) | 人数 (人) | 割合 (%) | 人数 (人) | 割合 (%) | 人数 (人) | 割合 (%) | 人数 (人) | 割合 (%) | 人数 (人) | 割合 (%) |
| 実習選択 | 438 | 75.6 | 48 | 77.4 | 486 | 75.8 | 57 | 74.0 | 27 | 64.3 | 84 | 70.6 | 495 | 75.5 | 75 | 72.1 | 570 | 75.0 |
| 実習非選択 | 141 | 24.4 | 14 | 22.6 | 155 | 24.2 | 20 | 26.0 | 15 | 35.7 | 35 | 29.4 | 161 | 24.5 | 29 | 27.9 | 190 | 25.0 |
| 合計 | 579 | | 62 | | 641 | | 77 | | 42 | | 119 | | 656 | | 104 | | 760 | |

て高かった。また、実習非選択学生の中で女性の占める割合については、工学部で9%、法学部で43%であったが、これはももとの学部の男女構成比を反映していると考えられる。両学部を合わせると全回答数760名に対し非選択学生は190名で、非選択率25%（男子24.5%、女子27.9%）であった（選択率は75%）。また、本年度の工学部の1年生の入学人数は797名、法学部は154名で、該当学生の75%以上（工学部:80.4%、法学部77.3%）の回答率であり、履修登録によると工学部の実習非選択学生の実数は199名、法学部は55名で、実際の実習非選択学生のうち今回のアンケートに回答した学生はそれぞれ77.9%と63.6%であった。工学部で非選択学生の回答率が高かったのは、実習を選択しない学生は講義を選択しないと卒業できないため、多くの実習非選択学生が講義を受講していたためと考えられる。これらのことから、本研究のデータは十分信頼できる集団から抽出され、本研究の調査方法は妥当であったと言える。

2. 非選択の理由

図1に学部別の実習非選択学生の非選択の理由についてまとめた。両学部とも1番の理由として「この講義または別の科目で必要単位がそろわないので、実習は不要と思ったから」が挙げられ、工学部で74.8%、法学部で65.7%、平均して73.2%と7割以上の学生が他の科目で単位がカバーできるので実習は不要と思ったから選択しなかったとしている。2番目の理由として「移動したり、着替えたり、汗をかいたりするのが面倒だから」という理由が工学部で60.0%、法学部で51.4%、平均58.4%であった。3番目は「希望していた種目が開講されていなかったから」で、工学部41.9%、法学部51.4%、平均43.7%であった。一方、「運動が嫌いだから」は工学部24.5%、法学部20.0%、平均23.7%、「授業以外の用事があるから」

は工学部15.5%、法学部20.0%、平均16.3%とそれほど高い比率を示さず、「受講したい他の教科の科目が同じ時間に開講されていたから」は工学部の6名（3.9%）に留まり、法学部は誰も理由として挙げなかった。学部による違いとして、法学部では「時間帯が合わないから」という理由が2番目に高く57.1%もあったが、工学部は12.9%しかなかった（平均では21.1%）。また、回答8のその他の理由について詳しく見てみると、表3に示すように、過去の怪我などで運動が困難であるという身体的理由が7名、また運動が苦手なものであるという学生が4名、時間の余裕がないが3名、他で（サークル等）運動しているためが3名あった。やりたい種目がないという答えは上の「希望していた種目が開講されていなかったから」に含まれる項目であるが、ここでも7名が挙げている。

問3で非選択の理由として、「希望していた種目が開講されていなかったから」と回答した学生（83名）が、どの種目を受講してみたいか（問5）をみると、アーチェ

表3 非選択のその他の理由

| カテゴリー | 度数 | カテゴリー | 度数 |
|-------|----|------------|----|
| 運動が苦手 | 4 | 登録忘れ | 2 |
| 時間の問題 | 3 | 他で運動しているため | 3 |
| 種目の問題 | 7 | その他 | 3 |
| 身体的問題 | 7 | | |

【運動が苦手】：運動が苦手なので、選択しなかった

【時間の問題】：他の講義や部活があるため、時間の余裕がない

【種目の問題】：やりたい種目がない

【身体的問題】：過去の怪我などで、運動をすることが困難

【登録忘れ】：受講登録をすることを忘れた

【他で運動しているため】：他の場所で運動をしているため、実習が不要と考えた

【その他】：「時間の制約が嫌」など

リー24名、バスケットボールと卓球がそれぞれ16名、バドミントン15名、サッカー13名、ゴルフ12名などであった。

また、問4で実習の選択に繋がる要望について自由記載させたところ、選択できる種目を増やしてほしいなどの「種目の考慮」を挙げた者が12名あり、それ以外に、実習場所が遠いため近くにしてほしいなどの「場所の考慮」を要望するものが5名、また、選択できる時間帯を考えて欲しいなどの「時間帯の考慮」が3名、実習が1

コマ1単位なのを（2単位に）増やすべきだという「単位の考慮」が2名、その他、「楽に単位を取れるようにしてほしい」、「シラバスに種目の詳しい説明を書いて欲しい」、「初心者と経験者を区別して欲しい」、「男女比を1対1にして欲しい」などの要望があった。

3. 受講希望種目

図2に全回答者の受講してみたい種目のヒストグラムを示す。20項目の中でバドミントンが圧倒的に人気

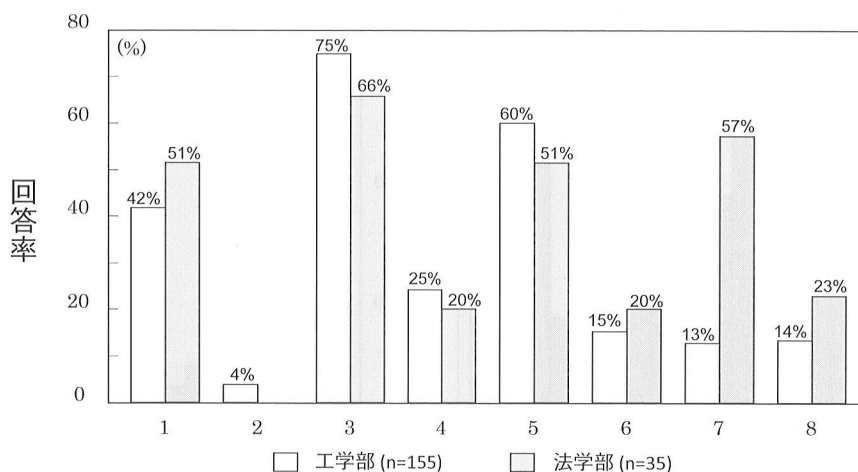


図1 実習非選択学生の実習を選択しない理由

1. 「希望していた種目が開講されていなかったから」
2. 「受講したい他の教科の科目が同じ時間に開講されていたから」
3. 「この講義または別の科目で必要単位がそろっているので、実習は不要と思ったから」
4. 「運動が嫌いだから」
5. 「移動したり、着替えたり、汗をかいたりするのが面倒だから」
6. 「授業以外の用事（例：アルバイト）があるから」
7. 「時間帯が合わないから」
8. 「その他の理由で」

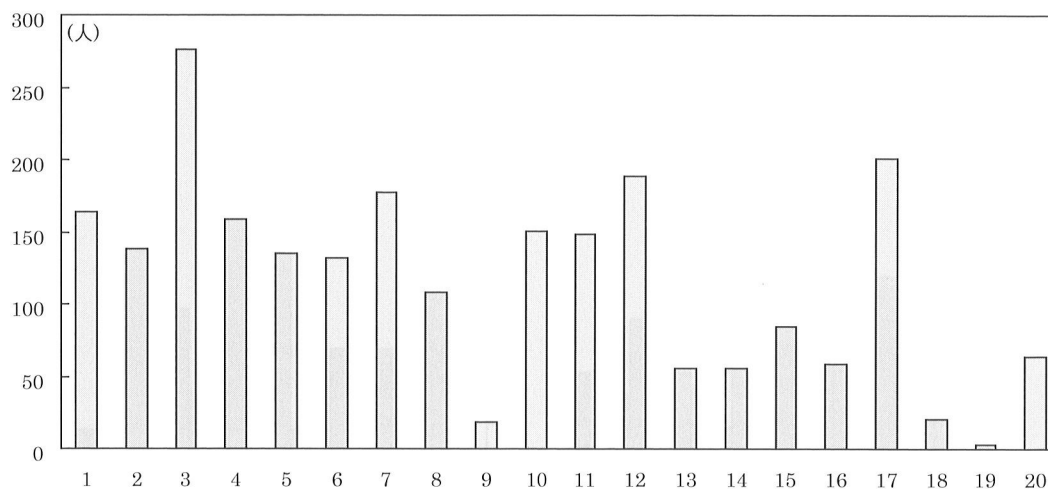


図2. 全回答者の受講してみたい種目 (n=1166)

1. テニス、2. ゴルフ、3. バドミントン、4. サッカー、5. フットサル、6. バレーボール、7. バスケットボール、8. アルティメット、9. ラケット、10. 卓球、11. ソフトボール、12. アーチERY、13. エアロビクス、14. フィットネス、15. 太極拳、16. スイミング、17. スキー、18. トレッキング、19. アダプト、20. その他

あり、2位以下の1.5倍近い希望数であった。2位以下にはスキー、アーチェリー、バスケットボール、テニス、サッカーの順に続き、逆に希望が少ないのは、「アダプテッド・スポーツ」という障害者向けの特設授業と「ラケット」「トレッキング」という名称から内容が推測できなかったと思われる種目を除くと、エアロビクス、

フィットネス、スイミングなどの個人で身体を鍛える種目であった。図3に全回答者の男女別の受講してみたい種目のヒストグラムを示す。男子では動きの激しいスポーツが、また女子ではリクリエーション的な種目が上位を占める傾向が見られた。また、実習非選択学生だけに絞って、学部別に希望種目をヒストグラム化したもの

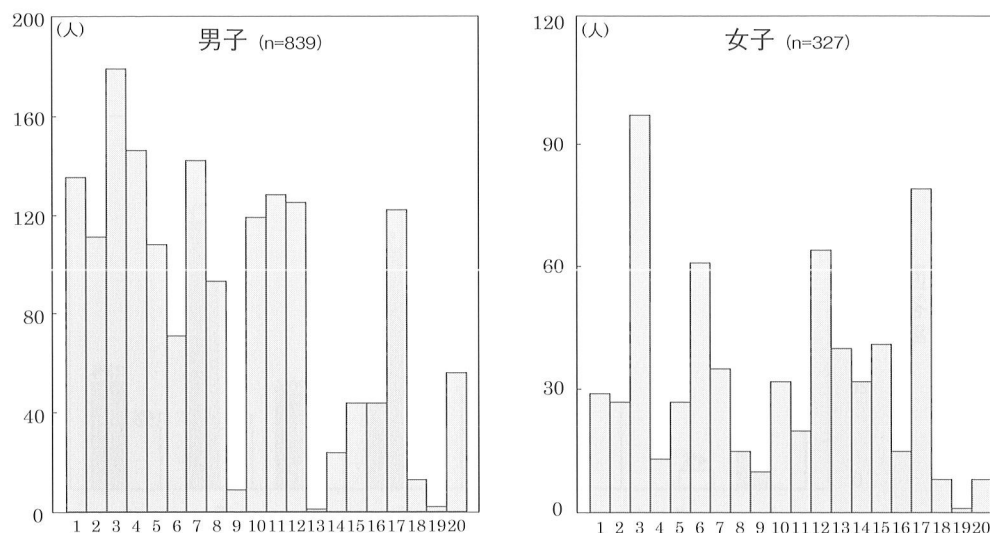


図3 全回答者の男女別受講してみたい種目

1. テニス、2. ゴルフ、3. バドミントン、4. サッカー、5. フットサル、6. バレーボール、7. バスケットボール、8. アルティメット、9. ラケット、10. 卓球、11. ソフトボール、12. アーチェリー、13. エアロビクス、14. フィットネス、15. 太極拳、16. スイミング、17. スキー、18. トレッキング、19. アダプテッド、20. その他

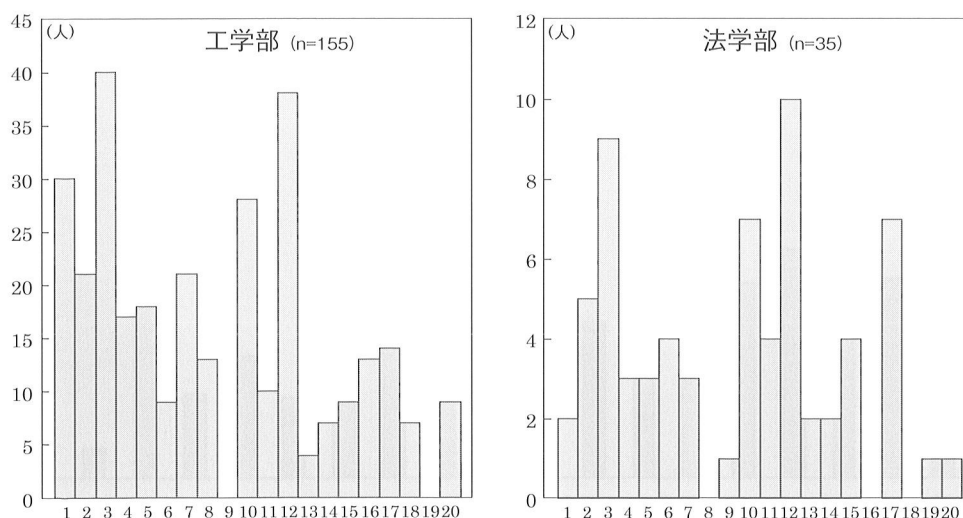


図4 実習非選択学生の受講してみたい種目

1. テニス、2. ゴルフ、3. バドミントン、4. サッカー、5. フットサル、6. バレーボール、7. バスケットボール、8. アルティメット、9. ラケット、10. 卓球、11. ソフトボール、12. アーチェリー、13. エアロビクス、14. フィットネス、15. 太極拳、16. スイミング、17. スキー、18. トレッキング、19. アダプテッド、20. その他

が図4である。工学部ではバドミントン、アーチェリー、テニス、卓球、バスケット、ゴルフが上位を占めてスキー希望者が少なく、また法学部ではアーチェリー、バドミントン、スキー、卓球、ゴルフが上位を占め、テニス、バスケット、サッカーなどの希望者は少なくなっている。両学部とも下位の種目は全回答者のデータと同じ傾向であった。

その他の受講してみたい種目を選んだ場合の自由記載を見ると（全回答者）、野球が14名、ハンドボール11名、スノーボード8名、陸上競技、弓道、ラグビーがそれぞれ4名希望者がいた。その他、器械体操、ラクロス、乗馬、剣道、フラッグフットボールに複数名の希望者がいた。

4. 運動習慣

図5に運動習慣の結果について性別、学部別に示す。週2回以上の中程度以上の運動実践（回答①、②）は体力の向上も図れ、運動習慣があると言えるが、月数回以下（回答③、④）では体力の向上は期待できず、運動習慣があるとは言えないと考えられる。全回答者のデータでは、大学での実習の授業時間以外に、25%の学生が週2回以上ややきつめの運動を行い、39%の学生は週2回以上の運動習慣を持っているが、ほとんど運動しない学生も32%を占め、月1～3回程度のあまり運動しないという回答と合わせて61%とかなりの割合の学生に運動

習慣がないことが明らかになった。また、学部別の運動習慣を見ると、工学部では運動習慣がある学生が44%と全回答者の平均を上回り、ほとんど運動しない学生は24%と少ない傾向にあるのに対し、文系学部では運動習慣がある学生は33%しかなく、ほとんど運動しない学生が41%もあった。その中の法学部では、運動習慣がある学生が39%と文系全体の平均よりやや高いが、ほとんど運動していない学生も34%も存在している。 χ^2 二乗検定で学部による違いに有意性が認められた ($X^2=40.25, P<0.01$)。また、性別で見ると、男性は44%が週2日以上運動習慣を持っているが、女性では53%と過半数以上がほとんど運動していないことが明らかとなった。 χ^2 二乗検定で性による違いに有意差が認められた ($X^2=93.68, P<0.01$)。

実習非選択学生と実習履修学生で運動習慣を比較したのが図6である。実習を履修している学生ではややきつめの運動を習慣づけている学生（回答①）と、ほとんどしない学生（回答④）の両極端に分かれ、一方、非選択学生の7割近くが運動習慣がなく（回答③、④）、日ごろ十分な運動をしていないことが明らかとなった。両者には χ^2 二乗検定で有意差が認められた ($X^2=14.14, P<0.01$)。すなわち実習非選択学生は履修学生に比べ運動習慣がないと言える。

また、実習非選択学生の運動習慣と、実習を選択しない理由の関係についてみると、表4に示すように、「他

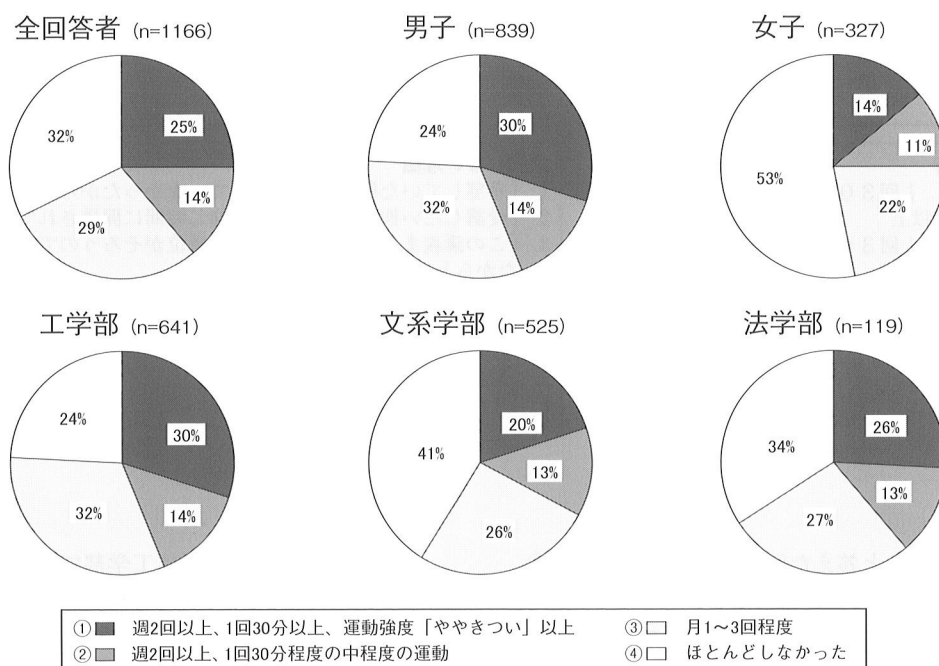


図5 全回答者、性別及び学部別にみた運動習慣

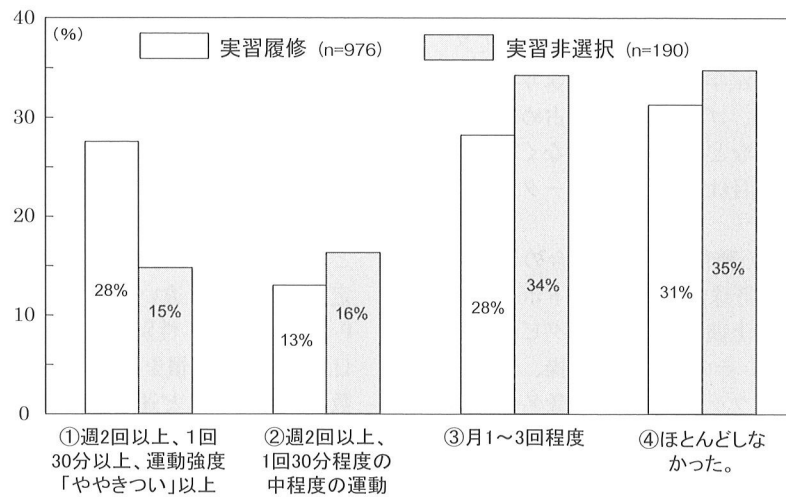


図6 実習履修・非選択による運動習慣の違い

表4 工学部、法学部における非選択学生の運動習慣と実習を選択しない理由の関係

| | | 工学部 | | | | | | | |
|----------------|---|---------|---|----|----|----|----|---|---|
| | | 選択しない理由 | | | | | | | |
| 運動習慣 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 工学部 (n=155) | ① | 10 | 0 | 17 | 5 | 10 | 5 | 3 | 3 |
| | ② | 12 | 1 | 19 | 2 | 11 | 5 | 4 | 7 |
| | ③ | 28 | 1 | 43 | 6 | 33 | 10 | 7 | 7 |
| | ④ | 15 | 4 | 37 | 25 | 39 | 4 | 6 | 3 |
| | | 法学部 | | | | | | | |
| | | 選択しない理由 | | | | | | | |
| 運動習慣 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 法学部 (n=35) | ① | 1 | 0 | 3 | 0 | 2 | 0 | 3 | 1 |
| | ② | 4 | 0 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| | ③ | 6 | 0 | 10 | 2 | 6 | 3 | 8 | 0 |
| | ④ | 7 | 0 | 8 | 4 | 8 | 3 | 7 | 6 |

運動習慣の内容

- ① 週2回以上、1回30分以上、運動強度「ややきつい」以上
- ② 週2回以上、1回30分程度の中程度の運動
- ③ 月1～3回程度
- ④ ほとんどしなかった

選択しない理由

- 1. 「希望していた種目が開講されていなかったから」
- 2. 「受講したい他の教科の科目が同じ時間に開講されていたから」
- 3. 「この講義または別の科目で必要単位がそろっているので、実習は不要と思ったから」
- 4. 「運動が嫌いだから」
- 5. 「移動したり、着替えたり、汗をかいたりするのが面倒だから」
- 6. 「授業以外の用事（例：アルバイト）があるから」
- 7. 「時間帯が合わないから」
- 8. 「その他の理由で」

で単位が揃うから」と答えた学生は運動習慣が回答③、④に多く分布しており、運動習慣がないといえる。また、「移動したり、着替えたり、汗をかいたりするのが面倒だから」と答えた学生も運動習慣がない傾向が認められた。また、「運動が嫌いだから」と回答した学生は、運

動習慣がないことが特に工学部で顕著に見られた。それに対して「希望種目がなかったから」と答えた学生は、それら3つの理由に比べて運動習慣はある方であった。すなわち、消極的な理由で実習を選択しなかった学生は、運動習慣がないと言える。

考 察

本研究の結果、1) 実習を選択しなかった理由として、「他で単位が揃うから」、「面倒くさい」、「希望種目がない」ことが主な原因であり、選択に繋がる要望として、種目について挙げる学生が多かった、2) 希望種目としてはバドミントンが多く、それに次いでスキー、アーチェリーが挙げられ、希望の少ない種目はエアロビクス、フィットネス、スイミングであった、3) 実習非選択学生は、実習履修学生に比べ日頃の運動習慣がない、ことが明らかとなった。

1. 実習を選択しなかった理由

選択しなかった一番の理由は「他で必要単位がそろっているので、実習は不要と思ったから」で190名中139名(73.2%)あったが、これは言い替えると「必修ではないから」「選択制だから」ということである。しかし選択制学部75%の学生は、それでも実習を履修しており、それだけでは明確な非選択の理由とはならないと考えられる。学生は楽に単位を取れる方に流れる傾向があり、消去法的な考えで選択科目を選んでいるとすれば、運動について否定的なイメージがあったり、プライオリティ(優先権)がないため、実習を選択しなかったと考えられる。そこで「他で必要単位がそろっているので、実習は不要と思ったから」を選んだ学生が他に何を理由に挙げているかをみると、「移動したり、着替えたり、汗をかいたりするのが面倒だから」を一番多く挙げ(139名中94名、67%)、実習に否定的なイメージを持っていると言える。これは全体でも2番目に高い理由(58%)となっている。先行研究での大学生へのアンケート報告によると¹⁰⁾、体育実技の嫌いな所として「着替え」「疲労感」が上位に挙げられており、学生は面倒なことを避けたがる傾向にあると言える。また、今回の実習選択につながる要望にも場所の要望(近くに運動施設が欲しい)が一番多く挙げられている。このような理由に対する対応策として、まず学生の意識を変える必要がある。すなわち、「運動が生涯健康に必要である」、「運動は楽しい・充実感がある」ということが認識されれば、多少の面倒・手間があったとしても、実習を選択するようになるはずである。これらの点を積極的にアピールしていく必要があると思われる。また、設備自体をよくしてこれらの不満を解決する必要もある。幸い、名古屋大学は設備面では充実しており、人工芝グラウンド、屋内温水プールといった大規模な施設を初め、更衣室も新しくなってエアコンが装備され、温水シャワーも使用可能である。これらの点も同様にアピールしていく必要がある。次に、2番目の理由として139名中56名(40%)が「希望種目が開講されていない」を挙

げている。これは全体で見ても3番目に高い理由である(44%)。今回の希望種目調査の結果を踏まえ、なるべく学生の希望する種目が各授業時間帯(コマ)の中に入るよう時間割作成時に配慮する必要がある。さらにそのためにはその種目を担当できる教員を配置する必要がある、教員の研修や非常勤講師採用時に種目を考慮するなどの努力をするべきであると思われる。また、学生の嗜好も時代とともに変化するので、定期的に希望種目アンケートを実施する必要がある。

「他で単位が揃うから」と回答した学生の他の理由の3番目として、「運動が嫌いだから」が139名中38名(27%)あったが(全体でも4番目で24%)、このような学生は、その後の人生も運動を避けて通る可能性が高く、最後の教育機会である大学において意識を変え、自ら運動を実践していく態度の育成が必要である。そのためにはやはり「運動の意義・必要性」をアピールするとともに、「運動の楽しさ・充実感」を教え、運動嫌いを運動好きに変えることが不可欠である。また、運動嫌いは過去の経験・イメージが強いと思われるので、小中高等学校で運動嫌いをなくすよう取り組んでもらう必要がある。また、「嫌い」ではないが「苦手」だからという回答も自由記載に複数書かれていたが、これまでの学校教育では技能中心、あるいは陸上競技や水泳も記録中心であることが多く、運動が苦手な人や体力がない人は運動に対して否定的なイメージが強いと思われる。大学では多様なスポーツ種目が開講されており、新しい可能性を見いだせるかもしれないし、トレーニング・フィットネス系の種目では自分の体力に合った授業が行われており、苦手意識を克服できるチャンスである。その点をアピールしていく必要があると思われる。

それ以外の理由として、「前のコマが空いているなど時間帯が合わないから」、「バイトなどの授業以外の用事があるから」がそれぞれ139名中33名(24%)、25名(18%)あった。特に法学部で「時間帯が合わない」とする回答が多く、全体でも2番目であった(57%)。法学部の時間割を見ると、アンケートを実施した前期は金曜3限に実習の授業が開講されており、1限に必修の英語の授業があるが、2限は空き時間となっており、4限は選択科目が入っている。前に空きコマがあるとその後の授業に出にくくなるため、3限の実習を選択しなかったと考えられる。これには法学部や教養教育院が時間割のオビを作成するときに配慮してもらいよう働き掛ける必要があるが、他の授業との兼ね合いもあり、変更が困難な場合も多い。法学部の7割以上の学生はそれでも実習を選択しているため、「運動したい」という欲求があれば、前に空き時間があっても選択するはずである。つまり、「時間帯が合わない」「授業以外の用事がある」と

いう理由は「運動」のプライオリティが低いいため、他のことを選んでいると思われる。これもやはり運動の重要性を認識させ、意識を改革し、運動のプライオリティを上げてもらうような取り組みが必要であろう。なお、名古屋大学の全学教育科目の時間割は学部でオビが指定されており、いわゆる「裏番組」は全学教育科目では開講されておらず、学部の専門科目の授業もそこには入れないことがルール化されている。そのため、「受講したい他の教科の科目が、同じ時間に開講されていたから」を理由に挙げる学生は少なかったと考えられる。これらのルールは今後も継続して遵守されるべきである。なお、学生によっては他学部の科目を受講したい場合もあるため、数名が理由に挙げたとと思われる。

一方、「他で必要単位がそろわないので、実習は不要と思ったから」に「そう思わない」と答えた学生が他の理由で何を上げているかをみると、「面倒だから」という回答は減少し（35%）、また「運動嫌い」や「時間が合わない」や「他の用事がある」などの消極的意見が約15%しかないのに対し、「希望種目が開講されていない」が53%もあった。すなわち、「必修でないから」を理由とせず選択しなかった学生は、積極的に実習を履修しようとしたが、希望する種目が開講されていなかったことが非選択の一番の理由であるといえる。これに対しては先ほどあげたような希望種目が選択できるような対策を講じる必要がある。

工学部や法学部の学生で実習を選択した学生の場合、非選択学生と同様に必修ではなかったにもかかわらず、実習を選択したのは、それなりの積極的な考えがあったからと考えられる。今回のアンケートではその点は調査していないが、同じく東海地区の大学生を対象にした先行研究¹¹⁾では、授業に臨む気持ちとしては必修・選択に関わらず、運動不足解消が43%、体力増強が10%、友人獲得が10%となっている。また、別の単独の大学での調査⁵⁾では、実技が選択制に移行した後で受講理由を調査したところ、「楽しむため」(54%)、「単位取得のため」(48%)、「運動不足解消のため」(30%)、「体力向上のため」(16%)が主な理由であった(2項目まで複数回答可)。また、体育実技を必修としている複数の大学で受講理由(単独回答)について調査した結果をみると¹⁰⁾、健康維持が39%、ストレス解消/リフレッシュが19%、単位のため7%、友達を増やすため5%、コミュニケーション4%などであった。アンケート項目が異なっているので得られる回答は変わってくるが、総じて選択制においても実習を受講する理由は、「楽しいから・リフレッシュ」「運動不足解消・体力向上」「友人獲得・コミュニケーション」及び「単位取得」であると推察される。逆に言うとこれらが既に別の形で達成されていたり、必要

ないと思っている場合は実習を選択しない方向に向かうことが考えられる。これらが必要ないと思っている学生に対しては、やはり運動が身体的、心理的、社会的に重要であることを伝えていく必要があるだろう。

これまで、実習(実技)非選択学生に対して選択しなかった理由を問うアンケート調査を実施した研究はほとんどない。石田ら⁶⁾は医療福祉系の学生に対して体育実技に関するアンケート調査を行い、その中で実技を選択しなかった学生にその理由をアンケート調査している。その結果、58%は特に理由がないとしているが、残りの中で「やりたい運動と一致しなかった」が25%で一番多く、「他の教科と重なっている(23%)」、「運動が上手でない(15%)」、「運動が好きでない(14%)」などが挙がっている。種目の問題がここでも一番挙げられており、運動が嫌いや上手でないと答える学生はそれほどいなかったと報告している。今回の研究と質問の仕方が異なるので比較はできないが、やはり「種目」が授業を選択する大きな要因の一つであることは間違いのないと思われる。

2. 受講してみたい種目

受講してみたい種目について実習非選択学生に絞って集計した結果、バドミントンを受講してみたいと言う学生が190名中49名(26%)で一番多かった。バドミントンは、最近テレビで取り上げられる機会が増え、注目が集まっているという社会的状況と、すぐに試合が出来て楽しめそうと思われていること、高校で選択種目として教えられていることなどが理由と考えられる。ただし、希望していた種目が開講されていなかったから選択しなかったと回答した学生(83名)のうち、バドミントンを希望した学生は15名に過ぎなかった(18%)。これは工学部では3オビ中2オビで、また法学部でもバドミントンが開講されていたためと考えられる。2番目はほぼ同じ人数(48名、25%)でアーチェリーを希望する学生が多かった。アーチェリーは今年度は1コマしか開講されておらず、それも工学部・法学部のコマではなかったため、希望学生が多かったと考えられる。なぜアーチェリーが人気があるかについてははっきりしないが、あまり汗をかかない、室内でできる、精神統一ができそうなどの理由が考えられる。また、スキーは野外で合宿形式で行われるため、楽しそうという意識があるために人気が高いと思われる。一方、卓球とゴルフが実習履修学生に比べて上位に位置しているが、これらはあまり運動量がないように感じられるため、楽しそうという意識があるのかもしれない。一方で、希望種目が開講されていなかったから選択しなかったという学生(83名)のうち、16名がバスケットボール、13名がサッカーを希望種目に

挙げている。これらは運動量があるスポーツであり、思い切り運動したいという学生にとっては他の種目では物足りず、受講しなかったのかもしれない。これらの種目が開講されていれば、非選択学生も実習を受講していた可能性がある。学生の多様なニーズに対応させることは重要であり、種目バランス、実施場所の調整、担当教員のスケジュールなど様々な事情により必ずしも学生の希望通りにはいかないこともあるが、定期的に学生の希望を聞き、それに合わせた時間割の作成を心がける必要がある。

体を鍛える個人種目系では太極拳以外は希望する学生は少なかった。これは「しんどそう」とか「楽しくなさそう」などの理由で敬遠されている可能性がある。これらは楽しむスポーツではなく、心地よい疲労感などの充実感を味わったり、目標をクリアする達成感を味わうことが魅力の種目であり、技能が不要で運動が苦手な学生や体力がない学生も自分に合わせてトレーニングできるなどの利点がある。これらの点をアピールして受講生を増やす必要がある。また、「ラケット」という種目はテニスやバドミントンなどの様々なラケットスポーツを複合的に行う種目で実際にそのようなスポーツがあるわけではなく、学生にはイメージしにくかったかもしれない。また、「トレッキング」も聞きなれない言葉であるため、敬遠されたのかもしれない。今回のアンケートの自由記載欄にも書かれていたが、聞きなれない種目はシラバスに詳しい説明を記載する必要がある。

他大学の状況については、選択希望種目について調査をしている先行研究⁵⁾によると、「今後取り上げて欲しいスポーツ種目は？」という形で聞くなど質問の仕方や時期が異なるために直接比較しにくいだが、やはりバドミントンの人気が高い。また、バレーボールやバスケットボール、サッカーも人気が高い。その点、名古屋大学ではチームスポーツよりも、多くても2人までのラケットスポーツや個人スポーツを好む傾向がある。

3. 運動習慣

工学部、文系学部を合わせた全データでみると(図5)、名大生は運動習慣のある学生(回答①と②を合わせた数)は39%、運動習慣のない学生(回答③と④を合わせた数)は61%と多くの学生は運動習慣が形成されていないことが明らかとなった。特に文系学部、女子にほとんど運動しない学生が多い。前述したように先行研究では体育実技を選択する大きな理由の一つに運動不足の解消が挙げられており^{5, 11)}、実習の授業の存在意義の一つがそこにあると言える。一方、実習非選択学生と履修学生で比較すると、非選択学生では運動習慣のある学生とない学生の比率は3:7で運動習慣のない学

生の割合が多く、履修学生では4:6となり、両群で実習受講の有無による運動習慣の比率に有意な差が認められた。このことは、実習を選択しなかった学生は、日常でも運動習慣がなく、運動不足に陥っている学生が多いことを示している。実習非選択学生の実に7割近くが日頃ほとんど運動していないということは非常に大きな問題である。

実習非選択で運動習慣がない131名の学生は、身体的、心理的、社会的に健康であるとは言いがたい。運動不足は生活習慣病の特に血管系の疾患(虚血性心疾患、脳血管疾患)の主要なリスクファクターであり、最近では消化器系の癌と身体活動量との関係もクローズアップされている。また、体力は健康と密接に関連しており、体力が低下すると予備能力がなくなり、健康を阻害する可能性がある。体力が高い方が余裕をもった生活を送ることができる。その体力と運動習慣との関係では、運動習慣がある方が体力も高く、例えば文部科学省の体力テスト報告書によると、8歳から79歳に至るまでの全年齢層で運動・スポーツの実施頻度が高いほど新体力テストの合計点が高く、運動・スポーツの実施頻度は体力を高い水準に保つための重要な要因であると結論付けている¹²⁾。また、林ら⁷⁾はトレーニング未経験の大学生に週1回の授業での筋力トレーニングを10週間実施した結果、最大筋力が増大することを報告しており、週1回の授業でも十分にトレーニング効果があると言える。一方、2週間に1回のトレーニングでは筋力は維持されるにとどまり、それより頻度が少ないと筋力は低下するとされている。実習履修学生でも6割近くが授業以外にほとんど運動をしていないという実態も合わせて考えると、健康を維持・増進する最良の策は実習選択制学部が実習を必修に戻すことであろう。すなわち、普段から運動習慣がない学生には、必修科目として実習の授業を履修させ、少なくとも週1回は運動させる必要がある。

一方、実習非選択学生の中で運動習慣のある学生(31%)は、大部分が体育会系の部活動やスポーツ・サークル活動などを行っていることが推察される。これらの学生は身体的、心理的には健康が保たれていると考えられるが、サークル内だけに活動が限定されるため、人間関係は狭まってしまうと考えられる。1年次の実習でチームスポーツやラケットスポーツのダブルスなどの共同作業を通して助け合い・協力の精神を学び、新しい人間関係を形成し、コミュニケーション能力を習得することで、学部の授業に移行してからの人間関係をスムーズに運ぶことが可能になると思われる。学生への授業評価アンケートの科目別質問の中で、「実習を通じて学生間のコミュニケーションが進みましたか」という問いに対し、80%以上の学生が「あてはまる」「ややあては

まる」という肯定的回答をしている³⁾。筆者が実習授業中に実施している学生に対するレポートでも「実習で友達が増えた」という感想が非常に多い。「他で運動しているから実習を選択しなくてもいい」という考えは、新しい人間関係を築くチャンスを逃していると言えよう。

運動習慣を身につけるのはどうしたら良いかは重要な問題である。一般人の多くの場合、運動を始めても1カ月で辞めることが多く、長続きしない。選択制学部でも、実習を履修登録しておきながら途中で辞めてしまう学生が、多い時で1種目(40~50名)中1~2名いることもある。運動が長続きするにはどうしたらいいかという、まず運動の楽しさを知ることである。トレーニング系では充実感・達成感を覚えることである。また、仲間を作ることも重要である。誘い合い、励まし合う仲間がいれば支えになってくれる。さらに、目標を立て、成果を得るようにすればまた次の目標に向かって運動を続けることにもなる。従って実習の授業では運動・スポーツの楽しさや充実感を教え、仲間作りを促進し、的確な目標を定めてやることが重要である。

4. 今後の課題及び提言

今回のアンケート結果から学生の実態がある程度は把握できた。これらの結果を基に学生の運動習慣形成のため、また、よりよい授業のために以下の点を提言したい。

1) 実習再必修化への働きかけ

生涯健康に必要な運動習慣形成のためには、全ての学生に運動する機会を与える必要がある。そのために我々は法学部・工学部に実習の再必修化を促すとともに、学生、教職員に広く運動の必要性・意義を分かち合ってもらえるように努力する必要がある。

2) 学生へのアピール

運動に対する否定的なイメージや運動のプライオリティが低いことに対しては、学生に運動の意義や重要性をアピールすること、また、充実した施設についてもアピールすることが重要である。そのような場として例えば入学時に行われている学部ガイダンスや「健康・スポーツ科学 講義」などを利用することが考えられる。

3) カリキュラム・時間割作成及び履修上の配慮

希望する種目がなかったという回答に対しては、アンケート調査で判明した希望種目を時間割作成時に積極的に反映させる必要がある。また、アンケート調査で希望が少ない種目については、ガイダンス等でその種目の特徴や意義を積極的にアピールする必要がある。

4) 授業内容の改善

運動が長続きできるように、運動の楽しさや充実感などが味わえる授業内容に改善していく必要がある。

5) 教養教育院との連携

全学教育科目の母体である教養教育院と連携し、設備の充実を図ったり、時間割のオビ作成で、例えば空き時間をなくすなど学生が授業を取りやすい環境を作る必要がある。

これらの点は「健康・スポーツ科学」担当部局の総合保健体育科学センターが中心となって進める必要があるが、全学的な取り組み・支援も不可欠であることは言うまでもない。

要 約

「健康・スポーツ科学 実習」を選択制とする学部における実習選択率を上げることが意図し、実習を選択しなかった理由を明らかにすること、さらに日常の運動習慣と実習選択の関連性、及び学生が受講を希望する実習種目について明らかにすることを目的としたアンケート調査を行った。

調査は選択制学部の工学部及び法学部を含めた文系学部の講義の時間に実施し、有効回答者数は1166名でそのうち選択制学部の学生数は工学部が641名、法学部が119名であった。実習非選択学生は工学部155名、法学部35名の計190名で、これらの学部における実習選択率は75%であった。

アンケートの結果、以下の点が明らかとなった。

1) 実習を選択しなかった理由として、「他で単位が揃うから」、「面倒くさい」、「希望種目がない」ことが主な原因であり、選択に繋がる要望として種目について挙げる学生が多かった。2) 全回答者における希望種目はバドミントンが多く、それに次いでアーチェリー、スキーが挙げられ、工学部非選択学生ではスキーの代わりにテニスや卓球を希望し、法学部非選択学生では上記3種目以外に卓球・ゴルフを希望する学生が多かった。希望の少ない種目はエアロビクス、フィットネス、スイミングであった。

3) 実習を選択しなかった学生は、実習履修学生に比べ日頃の運動習慣が少なく、履修学生も6割近くは実習の授業以外運動をほとんど行っていないかった。

実習選択率を上げるため、また、運動習慣を身につけさせるためには、運動の必要性や意義、運動施設の充実度などを学部ガイダンスや講義の時間にアピールする必要があること、学生が受講を希望する種目をアンケート等で定期的に把握し、時間割作成時にうまく種目を配置するなどの努力をする必要があることが示唆された。さらに選択学部の再必修化やオビの適正化など、全学的な取り組みが必要であることも示唆された。

謝 辞

本研究のアンケート集計では教育発達科学研究科の大学院生の藤田理君と田中裕子さんに大変お世話になった。名古屋大学総合保健体育科学センター事務の方々にもアンケート回収等でお世話になった。また、教養教育院の事務の方々には貴重な資料を送って頂いた。心から感謝致します。また、アンケートのために貴重な授業時間を割いて頂いた総合保健体育科学センターの教員の方々、ならびにアンケートに回答してくれた全学生に感謝致します。

文 献

- 1) 石田浩司：日本人の体力特性。佐藤祐造（編），運動療法と運動処方〔第2版〕。文光堂，2008，pp.33-37.
- 2) 日本経済新聞：大学で「体育」復活。日本経済新聞 2007.10.10 朝刊
- 3) 名古屋大学教養教育院：科目別分析 -健康・スポーツ科学実習-。名古屋大学における授業アンケート調査報告書（全学教育科目）平成20年度。名古屋大学教養教育院，2009，pp.34-41.
- 4) 天田英彦：大学体育実技の履修に関する実態調査。流通科学大学教育高度化推進センター紀要 3：1-9，2006.
- 5) 天田英彦，青木敦英：大学体育実技の履修に関する実態調査-本学における必修時と選択時の比較について-。流通科学大学教育高度化推進センター紀要 4：47-58，2007.
- 6) 石田博也，星島葉子，矢野博己，米谷正造，木村一彦：大学体育実技の今後のあり方に関して。川崎医療福祉学会誌 2：311-319，2002.
- 7) 林直亨，宮本忠吉：週1回の大学授業における筋力トレーニングが筋力に与える影響。体育学研究 54：137-143，2009.
- 8) 栗林徹，岩間美奈，鎌田安久，高橋裕美，澤村省逸，上濱龍也，清水茂幸，山下芳男，小笠原義文，黒川國児：女子大学生の体力テストと生活体力テストの関連。岩手大学教育学部附属教育実践総合センター研究紀要 6：85-90，2007.
- 9) 福井孝明，岡本昌夫：大学生における運動実施頻度，運動実施時間，および運動部への入部状況と体力測定結果との関連。大阪経大論集 58：117-120，2007.
- 10) 生方謙：大学体育実技に対する学生のイメージ。自然人間社会（関東学院大学経済学部総合学術論叢）41：63-81，2006.
- 11) 鶴原香代子，寺田邦昭，池田隆二，武藤紀久，山本裕二：東海地区大学体育・スポーツ実技科目受講生の授業に関する意識について-単純集計結果（2002年）。大学保健体育研究 23：9-29，2003.
- 12) 文部科学省：平成20年度全国体力・運動能力，運動習慣等調査結果について【概要版】。文部科学省ホームページ（http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/21/01/_icsFiles/afieldfile/2009/01/21/1217980_2.pdf），2009.

資料

「健康・スポーツ科学実習」に関するアンケート調査

| | | | | | |
|----|----|---|-----|-----|--------|
| 学部 | 学科 | 年 | 学番： | 名前： | 男 女 |
|----|----|---|-----|-----|--------|

このアンケートは「健康・スポーツ科学実習」カリキュラムの参考にするためのもので、記入された内容については、それ以外の目的に使用することはありません。成績にも影響しません。ただし、各担当の教員が授業でのレポートの代わりに出欠確認等に使用することがあります。

当てはまる番号を右空欄に記入して下さい。

1. あなたは、この前期に「健康・スポーツ科学実習」を受講していますか？

- ① はい
② いいえ

2. 1で①「はい」と答えた人へ

1) どの種目を選択しましたか？

- ① テニス、② ゴルフ、③ バドミントン、④ サッカー、⑤ フットサル、⑥ バレーボール、⑦ バスケットボール、⑧ アルティメット、⑨ ラケット、⑩ 卓球、⑪ フィットネス、⑫ スイミング、⑬ エアロビクス、⑭ アダプテッド

4. (裏面) へ進んで下さい

3. 1で②「いいえ」と答えた人へ

1) 実習を選択しなかった理由について、当てはまる①、当てはまらない②を右欄に記入して下さい

| | |
|-------------------------------------------|--|
| (1) 希望していた種目が開講されていなかったから | |
| (2) 受講したい他の教科の科目が、同じ時間に開講されていたから | |
| (3) この講義または別の科目で必要単位がそろっているので、実習は不要と思ったから | |
| (4) 運動がきらいだから | |
| (5) 移動したり、着替えたり、汗をかいたりするのが面倒だから | |
| (6) 授業以外の用事（例：アルバイト）があるから | |
| (7) 時間帯が合わないから（例：前のコマが空いている） | |
| (8) その他の理由で（他に理由がある場合、具体的に下欄に記入して下さい） | |
| | |

2) 実習の選択につながる要望があれば書いて下さい。

裏面 4. に進んで下さい

4. 現在受講している種目を含めて、受講してみたい種目を2つ挙げて下さい。

① テニス、② ゴルフ、③ バドミントン、④ サッカー、⑤ フットサル、⑥ バレーボール、
⑦ バスケットボール、⑧ アルティメット、⑨ ラケット、⑩ 卓球、⑪ ソフトボール
⑫ アーチェリー、⑬ エアロビクス、⑭ フィットネス、⑮ 太極拳、⑯ スイミング、⑰ スキー、⑱ トレッキング、
⑲ アダプテッド、⑳ その他（具体的に）

5. あなたは今期授業以外で運動・スポーツをどれくらい行いましたか。最も近いものを選んで下さい。

- ① 週2回以上、1回30分以上、運動強度「ややきつい」以上
- ② 週2回以上、1回30分程度の中程度の運動
- ③ 月1-3回程度
- ④ ほとんどしなかった

ご協力ありがとうございました。

総合保健体育科学センター

