

高校時代の体育実技に肯定的な印象を抱く要因：
大学生を対象にした振り返り調査に基づく検証

中原雄一¹⁾，角田憲治²⁾，藤本敏彦³⁾

Factors associated with positive attitudes toward high school physical education:

A recall-based survey of university students

Yuichi NAKAHARA-GONDOH¹⁾, Kenji TSUNODA²⁾, Toshihiko FUJIMOTO³⁾

Abstract

Background: In Japan, physical education is a compulsory subject from elementary school to high school. Previous studies have reported that more junior high school students have negative feelings about physical education compared with elementary school students. However, it is unclear how students feel about physical education in the next stage of education, high school. **Purpose:** Therefore, the current study sought to examine university students' feelings about physical education during their high school years. A web-based questionnaire survey was conducted regarding the state of physical education during high school and feelings towards physical exercise among students from six universities in Japan who were taking practical general physical education at university. **Results:** Of the subjects who responded, 837 (492 male, 345 female) were included in the analysis. A significantly higher proportion of male compared with female students reported liking physical education classes in high school. Gender differences were also observed in response to a question regarding whether students were good at physical exercise and sports, with significantly more male than female students responding affirmatively. A mediation analysis of positive feelings toward physical education indicated that teachers' explanation of the meaning of physical education and students' understanding of its importance affected whether students liked physical education. **Conclusion:** In conclusion, the results revealed that more female than male students had negative feelings about physical education in high school. To promote positive feelings about physical education, explanations about the meaning of physical education by teachers may be helpful for students to understand its importance.

Key words : significance of physical education, liking physical education, high school students, gender difference

キーワード：体育の意義，体育好き，高校生，性差

1) 久留米大学 人間健康学部

〒839-8502 福岡県久留米市御井町 1635

2) 筑波大学 体育系

〒305-8577 茨城県つくば市天王台 1-1-1

3) 東北大学 高度教養教育・学生支援機構

〒980-8576 宮城県仙台市青葉区川内 41

1. 緒言

日本では、小学校から高校までの各課程において学習指導要領が定められており、教科の1つとして体育・保健体育（以下、体育実技と略す）が割り当てられている。教育課程によって時間は異なるものの、小学生から高校生の児童・生徒は、週に2〜3回程度、体育実技を通して運動を行っていると考えられる。平成29年に告示された学習指導要領では、各課程における体育科・保健体育科の目標として、「生涯にわたって豊かなスポーツライフを送ること」が示されている。しかし、成人の週1回以上のスポーツ実施率（令和6年度）は、男性が55.8%、女性が49.6%と半数程度であり（スポーツ庁、2025）、この状況を踏まえると、学習指導要領の目標で狙った体育実技の教育効果が得られているとは言い難いのではないだろうか。

先行研究において、小学生における体育実技への肯定的な印象とは、運動が得意であることや、運動ができるようになったことの成功体験、教員や仲間にも認められる賞賛や承認が関連する一方で（大矢ほか、2011）、体育が嫌いな児童は「汗をかくことや」「他者と運動すること」に対して否定的な感情を有していることが報告されている（東ほか、2018）。また、中学生においては、体育に対する嫌悪感の因子構造として、男女で共通して「スキル獲得能力」（自己の運動能力の低さの自覚など）、「教師の指導方略」（教師の指導法への嫌悪感など）、「苦痛回避」（汗をかく、疲れるなど）、「他者評価」（他人に見られることや比較されることへの嫌悪感など）」といったことが挙げられることが報告されている（竹内ほか、2024）。体育に対する高い学習意欲は、運動実践への強い興味につながることや（西田、1989）、小学校から高等学校までの体育への好感度がその後の運動習慣の形成や定着を促進させることが報告されていることから（山本ほか、2024；重松・西澤、2015）、成人期以降における運動の習慣化には、小学生の頃から継続して体育実技に対し肯定的な印象を持ち続けることが重要であると考えられる。

一方、令和6年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査によると、体育に対し、「あまり楽しくない」「楽しくない」と回答した児童（小学5年生）・生徒（中学2年生）の割合は、小学男子5.4%、小学女子10.0%、中学男子8.6%、中学女子16.2%であることが示されている（スポーツ庁、2024）。生涯スポーツの基礎となる体育に対し、学齢が上がるほど否定的な感情を持っている児童・生徒が増えている現状が、成人の運動習慣者が増加しない一因となっている可能性がある。さらに、先行研究においても体育に対する学習意欲は学年が上がるにつれ低下することが報告されている（西田・西田、1990）。令和4年に策定された第3期スポーツ基本計画では、令和8年度までの5年間で成人の週1回以上のスポーツ実施率が70%になることを目標に掲げている（スポーツ庁、2022）。しかし、令和6年度現在、実施率が52.5%であることに鑑みると（スポーツ庁、2025）、令和8年度までに目標を達成することは難しい状況にあると思われるが、目標を早期に達成するためには、成人期以降の対策に加えて、体育実

技を基盤とした学童期からの長期的な対策が必要であるだろう。

現在の日本では、小学校と中学校は義務教育であるため基本的にはほとんどの子どもは体育実技を受けていると考えられるが、高校は義務教育でない。しかし、進学率は通信制課程への進学者を除いても94.3%と、ほとんどの中学生が高校へ進学するのが現状である（文部科学省，2022）。高校で抱く体育への印象は、小学生の頃から積み上げられてきた教育が影響し、その後の運動の習慣化にも深く関わる重要な因子である可能性が指摘されている（山本ほか，2024；重松・西澤，2015）。しかし、全国体力・運動能力，運動習慣等調査は、高校生は対象に含まれていないため、この時点で体育実技へ抱く印象については不明である。さらに、各教育課程の学習指導要領（保健体育編，体育編）（文部科学省，2019）においては、体育実技を行う意義が示されており、教員側が「体育実技を行う意義」を示して授業を行うことは、生徒側が体育実技に対し、肯定的な印象を持つことにつながる可能性があるものの、明らかではない。

そこで本研究では、大学生を対象に高校時代の体育実技についてアンケート調査を行い、高校生時に受けた体育実技に対する印象や実態を把握し、体育実技に肯定的な印象と関連する要因を明らかにすることを目的とした。

2. 方法

2.1. 対象者

筆者らが全国の複数大学に協力を依頼し、協力の得られた東北，関西，九州地区から各2校，計6校（国公立4年制大学3校，私立4年制大学2校，私立2年制短期大学1校）の一般の体育実技受講者大学生を対象に，高校の体育実技に関するwebによるアンケート調査への協力を求めた。なお，調査協力を求めた学生には，スポーツ関連学部や保健体育の教員養成学部などの学生は含まれていない。調査は2020年7月20日～2021年3月31日にかけてGoogle Formsを用いて無記名で実施し，回答対象者は高校卒業年度が2018～2019年度の大学生（1～2年生）とした。回答者855名のうち，全日制ではない高校（国外の高校含）に通っていた12名，データに欠損があった6名を除外し，最終的な分析には837名（男性492名，女性345名）を用いた。分析対象においては，47都道府県全ての高校が含まれていた。なお，本研究は，東北大学高度教養教育・学生支援機構の研究倫理委員会の承認を受けて実施した（承認番号：K3108）。対象者に対しては，本研究への協力は自由意志であり，回答しない場合にも何ら不利益を被ることがない旨について十分な説明を行った。さらに，本研究の目的，個人情報保護，ならびにデータの研究利用（個人データは一切公表されないが，集団としてのデータは論文等で公表されること）についても説明を行い，アンケートの回答をもって本研究への参加承諾とみなした。

なお、本研究では、全国的な調査を実施する上での実現可能性の点から、大学生を対象にした高校生時の振り返り調査を行っており、直接的に高校生に調査を行っていない点は限界である。しかし、この方法を取ることで利点もある。高校生を対象にした場合では、生徒が体育実技を批判的に評価することと躊躇してしまう可能性や、調査協力が得られる学校（もしくは担当教員）が、体育実技の取り組みに対して自信を持っているケースに偏ってしまう可能性が考えられる。一方、大学生を対象とした場合では、在籍高校や担当教員との利害関係がほとんど無くなっており、高校生時代を振り返って率直な思いを回答できることが期待される。

2.2. 調査項目

各対象者に対し、基本的属性（性、調査時の大学の学年）と出身高校の基本情報（教育課程、共学有無、高校卒業年度）の他、スポーツ庁（2019）の調査や、高等学校学習指導要領（文部科学省、2019）を参考に、「高校時代、体育実技の授業は好きでしたか」（好き、どちらかというとき好き、どちらかというとき嫌い、嫌い）、「運動やスポーツは得意ですか」（得意、どちらかというとき得意、どちらかというとき苦手、苦手）、「授業の評価において、実技テストは行われていましたか」（行われていた、行われていなかった、わからない／覚えていない）、「高校時代、あなた自身は体育実技を行う意義について理解して授業を受けていたか」（十分理解していた、ある程度理解していた、ほとんど理解していなかった、全く理解していなかった）、「高校時代、体育実技を行う意義について先生から説明されていたか」（しっかりと説明されていた、ある程度は説明されていた、説明はされていなかった、覚えていない）について調査を行った。さらに、「高校時代、体育実技の授業は好きでしたか」という質問に対する回答の理由を問うため、「好き、どちらかというとき好き」と回答した者に対しては「そもそも身体を動かすことが好き」「運動やスポーツが得意」「先生の指導方法」「友達とグループやペアで行うことが多い」「施設面が充実していた」「ストレス発散になる」「疲れる」の選択肢（複数可）から、「どちらかというとき嫌い、嫌い」と回答した者に対しては「そもそも身体を動かすことが嫌い」「運動やスポーツが苦手（できないことをやらされる）」「先生の指導方法」「友達とグループやペアで行うことが多い」「施設面が充実していなかった」「疲れる」の選択肢（複数可）から、それぞれ回答を求めた。

2.3. 統計処理

各項目における性差の比較には χ^2 検定を用いた。体育実技が好き（含：どちらかというとき好き）であることと関連する要因を検証するために、ロバスト標準誤差を適用したポアソン回帰分析を用い、性と現学年を共変量に投入した。同分析は性ごとにも行い、この際には現学年を共変量に投入した。ポアソ

ン回帰分析の結果は、出現割合比 (Prevalence Ratio: PR) および 95%信頼区間 (confidence interval: CI) として示した。また、体育実技が好きであることに対する、教員から体育実技の意義の説明があることと、生徒自身が体育実技を行うことの意義を理解することとの直接的、間接的関連性を調べるために、性と現学年を共変量に投入した媒介分析を行った。なお、媒介分析においては、教員から体育実技の意義の説明があることを覚えていないと答えた学生 (男性 150 名、女性 110 名) については、尺度の階層性を担保するために除外して分析を行った。媒介分析についても性ごとの分析モデルを設定し、この際には現学年を共変量に投入した。

すべての統計処理には SPSS 29.01J for Windows を使用し、媒介分析には SPSS 用の plug-in である PROCESS (version 4.2) を用いた。有意水準はいずれも 5%未満とした。

3. 結果

表 1 に各項目への回答状況を示した。体育実技の授業について、嫌い (「どちらかという」と含) と回答する者が、女性 (23.8%) は男性 (12.8%) よりも多かった。同様に、運動やスポーツが苦手 (「どちらかという」と含) と回答する者も、女性 (52.8% (182 名/345 名)) は男性 (30.7%) よりも多かった。また、成績評価のための実技テストが行われていたと回答する者が、女性 (91.0%) は男性 (84.1%) よりも多かった。

体育実技が好きな理由として一番多かった回答は、「そもそも身体を動かすことが好き」(67.8%) であり、嫌いな理由として一番多かった回答は、「運動やスポーツが苦手」(68.3%) であった。また、性差がみられた項目として、好きな理由では「そもそも身体を動かすことが好き」「運動やスポーツが得意」で男性の方が多く、「先生の指導方法」「友達とグループやペアで行うことが多い」で女性の方が多かった。一方、嫌いな理由では、「そもそも身体を動かすことが嫌い」で女性の方が多く、「先生の指導方法」「施設面が充実していなかった」で男性の方が多かった (表 2)。

ポアソン回帰分析の結果、体育実技の授業が好きであることに対し、「女性」(PR=0.87, 95% CI=0.81–0.93), 「運動・スポーツが苦手」(どちらかという苦手 (PR=0.75, 95% CI=0.69–0.81)・苦手 (PR=0.34, 95% CI=0.25–0.46)) 「体育実技を行う意義を十分に理解していない」(ある程度理解していた (PR=0.91, 95% CI=0.85–0.97)・ほとんど理解していなかった (PR=0.89, 95% CI=0.82–0.97)・全く理解していなかった (PR=0.79, 95% CI=0.67–0.94)), 「体育実技を行う意義がしっかりと説明なされていない」(ある程度は説明されていた (PR=0.88, 95% CI=0.82–0.94)・説明はされていない (PR=0.75, 95% CI=0.66–0.85)・覚えていない (PR=0.89, 95% CI=0.83–0.96)) ことが負の関連を認めた。性ごとの分析において男性では、「運動・スポーツが苦手」(どちらかという苦手 (PR=0.74, 95% CI=0.67–0.83)・

表1 基本的属性と高校時の体育に関する回答

		全体 (n=837)	男性 (n=492)	女性 (n=345)	性差
		n (%)	n (%)	n (%)	χ^2 検定 P
性	男性	492 (58.8)	—	—	—
	女性	345 (41.2)	—	—	
現学年	1年	742 (88.6)	425 (86.4)	317 (91.9)	0.014
	2年	95 (11.4)	67 (13.6)	28 (8.1)	
共学有無	非共学	97 (11.6)	53 (10.8)	44 (12.8)	0.378
	共学	740 (88.4)	439 (89.2)	301 (87.2)	
体育実技の授業は好きだったか	好き	447 (53.4)	301 (61.2)	146 (42.3)	<0.001
	どちらかというとき好き	245 (29.3)	128 (26.0)	117 (33.9)	
	どちらかというとき嫌い	105 (12.5)	42 (8.5)	63 (18.3)	
	嫌い	40 (4.8)	21 (4.3)	19 (5.5)	
運動・スポーツが得意	得意	179 (21.4)	133 (27.0)	46 (13.3)	<0.001
	どちらかというとき得意	325 (38.8)	208 (42.3)	117 (33.9)	
	どちらかというとき苦手	248 (29.6)	121 (24.6)	127 (36.8)	
	苦手	85 (10.2)	30 (6.1)	55 (15.9)	
成績評価のための実技テストの実施	行われていた	728 (87.0)	414 (84.1)	314 (91.0)	0.006
	行われていなかった	81 (9.7)	61 (12.4)	20 (5.8)	
	わからない／覚えていない	28 (3.3)	17 (3.5)	11 (3.2)	
体育実技を行う意義を理解して授業を受けていたか	十分理解していた	155 (18.5)	100 (20.3)	55 (15.9)	0.107
	ある程度理解していた	417 (49.8)	233 (47.4)	184 (53.3)	
	ほとんど理解していなかった	210 (25.1)	121 (24.6)	89 (25.8)	
	全く理解していなかった	55 (6.6)	38 (7.7)	17 (4.9)	
体育実技を行う意義について、教員から説明されていたか	しっかりと説明されていた	140 (16.7)	85 (17.3)	55 (15.9)	0.950
	ある程度は説明されていた	322 (38.5)	189 (38.4)	133 (38.6)	
	説明はされていなかった	115 (13.7)	68 (13.8)	47 (13.6)	
	覚えていない	260 (31.1)	150 (30.5)	110 (31.9)	

苦手 (PR=0.41, 95% CI=0.26–0.63)), 「体育実技を行う意義を十分に理解していない」 (ある程度理解していた (PR=0.90, 95% CI=0.85–0.95)・ほとんど理解していなかった (PR=0.84, 95% CI=0.77–0.92)・全く理解していなかった (PR=0.81, 95% CI=0.69–0.96)), 「体育実技を行う意義がしっかりと説明されていない」 (ある程度は説明されていた (PR=0.91, 95% CI=0.85–0.97)・説明はされていなかった (PR=0.84, 95% CI=0.74–0.95)・覚えていない (PR=0.87, 95% CI=0.80–0.95)) ことが, 体育実技の授業が好きであることと負の関連を認めた. 女性では, 「運動・スポーツが苦手」 (どちらかというとき苦手 (PR=0.72, 95% CI=0.64–0.82)・苦手 (PR=0.29, 95% CI=0.19–0.44)), 「体育実技を行う意義がしっかりと説明されていない」 (ある程度は説明されていた (PR=0.83, 95% CI=0.72–0.95)・説明はされていなかった (PR=0.61, 95% CI=0.46–0.80)) ことが負の関連を認め, 「実技テストが行われていなかった」 (PR=1.23, 95% CI=1.08–1.40) ことが, 体育実技の授業が好きであることと正の関連を認めた (表3).

大学生が高校時代の体育実技に肯定的な印象を抱く要因

表2 高校時における体育実技の好きな理由と嫌いな理由

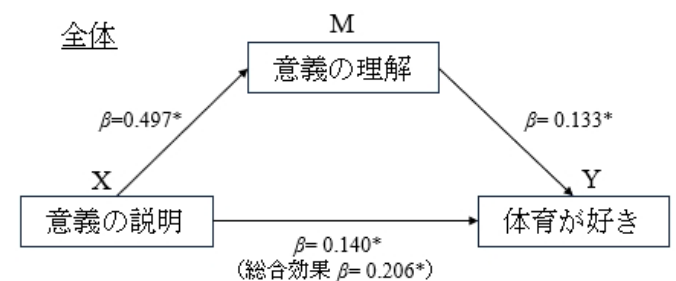
	全体 (n=837)	男性 (n=492)	女性 (n=345)	性差
	n (%)	n (%)	n (%)	χ^2 検定 P
体育実技が好きな理由	全体 (n=692)	男性 (n=429)	女性 (n=263)	
そもそも身体を動かすことが好き	469 (67.8)	331 (77.2)	138 (52.5)	<0.001
運動やスポーツが得意	225 (32.5)	163 (38.0)	62 (23.6)	<0.001
先生の指導方法	53 (7.7)	25 (5.8)	28 (10.6)	0.021
友達とグループやペアで行うことが多い	268 (38.7)	131 (30.5)	137 (52.1)	<0.001
施設面が充実していた	41 (5.9)	25 (5.8)	16 (6.1)	0.890
ストレス発散になる	418 (60.4)	259 (60.4)	159 (60.5)	0.983
疲れる	15 (2.2)	10 (2.3)	5 (1.9)	0.706
体育実技が嫌いな理由	全体 (n=145)	男性 (n=63)	女性 (n=82)	
そもそも身体を動かすことが嫌い	53 (36.6)	16 (25.4)	37 (45.1)	0.014
運動やスポーツが苦手 (できないことをやらされる)	99 (68.3)	40 (63.5)	59 (72.0)	0.278
先生の指導方法	25 (17.2)	14 (22.2)	11 (13.4)	0.164
友達とグループやペアで行うことが多い	32 (22.1)	20 (31.7)	12 (14.6)	0.014
施設面が充実していなかった	7 (4.8)	6 (9.5)	1 (1.2)	0.043 ¶
疲れる	45 (31.0)	23 (36.5)	22 (26.8)	0.212

表3 体育実技が好きであることの関連要因

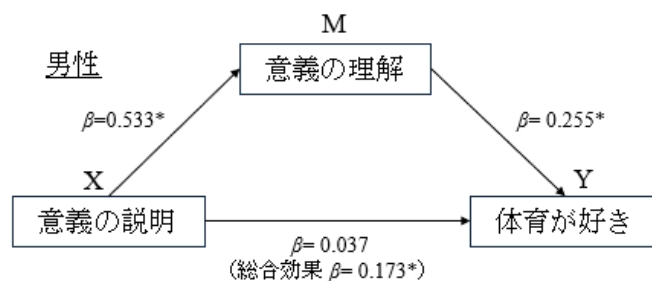
		体育実技が好きの出現割合比 (Prevalence Ratio: PR)					
		全体		男性		女性	
		PR (95% 信頼区間)		PR (95% 信頼区間)		PR (95% 信頼区間)	
性	男性	Ref.					
	女性	0.87	(0.81 – 0.93)				
現学年	1年	Ref.		Ref.		Ref.	
	2年	0.96	(0.87 – 1.06)	1.03	(0.94 – 1.13)	0.78	(0.58 – 1.06)
共学有無	非共学	Ref.		Ref.		Ref.	
	共学	0.99	(0.90 – 1.09)	0.98	(0.89 – 1.09)	0.95	(0.79 – 1.16)
運動・スポーツが得意	得意	Ref.		Ref.		Ref.	
	どちらかという得意	0.97	(0.94 – 1.01)	0.98	(0.94 – 1.02)	0.93	(0.87 – 1.004)
	どちらかという苦手	0.75	(0.69 – 0.81)	0.74	(0.67 – 0.83)	0.72	(0.64 – 0.82)
	苦手	0.34	(0.25 – 0.46)	0.41	(0.26 – 0.63)	0.29	(0.19 – 0.44)
成績評価のための実技テストの実施	行われていた	Ref.		Ref.		Ref.	
	行われていなかった	1.06	(0.97 – 1.15)	1.01	(0.92 – 1.12)	1.23	(1.08 – 1.40)
	わからない／覚えていない	0.95	(0.78 – 1.16)	0.94	(0.75 – 1.18)	0.97	(0.66 – 1.41)
体育実技を行う意義を理解して授業を受けていたか	十分理解していた	Ref.		Ref.		Ref.	
	ある程度理解していた	0.91	(0.85 – 0.97)	0.90	(0.85 – 0.95)	0.92	(0.79 – 1.08)
	ほとんど理解していなかった	0.89	(0.82 – 0.97)	0.84	(0.77 – 0.92)	0.96	(0.81 – 1.14)
	全く理解していなかった	0.79	(0.67 – 0.94)	0.81	(0.69 – 0.96)	0.72	(0.47 – 1.08)
体育実技を行う意義について、教員から説明されていたか	しっかりと説明されていた	Ref.		Ref.		Ref.	
	ある程度は説明されていた	0.88	(0.82 – 0.94)	0.91	(0.85 – 0.97)	0.83	(0.72 – 0.95)
	説明はされていなかった	0.75	(0.66 – 0.85)	0.84	(0.74 – 0.95)	0.61	(0.46 – 0.80)
	覚えていない	0.89	(0.83 – 0.96)	0.87	(0.80 – 0.95)	0.93	(0.82 – 1.05)

太字は有意 (P<0.05) な関連を示す。全体のモデルは性と現学年で調整し、性のモデルは現学年で調整している。

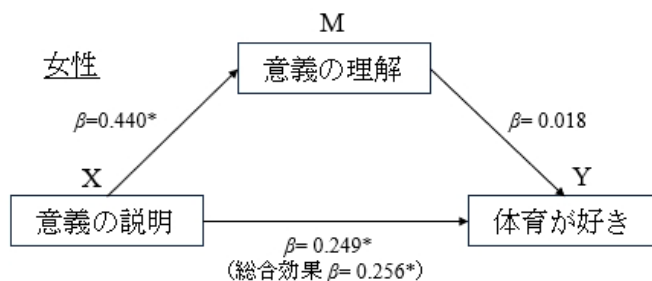
また、媒介分析の結果（図1）、全体では、体育実技の意義が説明されていることは、体育実技の授業が好きであることに對し直接的に関連するだけでなく（ $X \rightarrow Y: \beta = 0.140$ ）、体育実技の意義を理解することを介して（ $X \rightarrow M: \beta = 0.497$ ）間接的にも関連することがわかった（ $M \rightarrow Y: \beta = 0.133$ ）。性ごとの分析において男性では、体育実技の意義が説明されていることは、体育実技の授業が好きであることに對し、体育実技の意義を理解することを介して（ $X \rightarrow M: \beta = 0.533$ ）間接的に関連することが示されたが（ $M \rightarrow Y: \beta = 0.255$ ）、直接的な関連性（ $X \rightarrow Y$ ）に有意性は認められなかった。一方、女性では、体育実技の意義が説明されていることは、体育実技の授業が好きであることに對し、直接的に関連し（ $X \rightarrow Y: \beta = 0.249$ ）、体育実技の意義を理解することとも関連が示されたが（ $X \rightarrow M: \beta = 0.440$ ）、意義の理解を介した間接的な関連性（ $M \rightarrow Y$ ）に有意性は認められなかった。



図中の値は、現学年、性で調整後の値を示す。 β : 標準化偏回帰係数 * $P < 0.05$



図中の値は、現学年で調整後の値を示す。 β : 標準化偏回帰係数 * $P < 0.05$



図中の値は、現学年で調整後の値を示す。 β : 標準化偏回帰係数 * $P < 0.05$

図1 体育実技が好きであることに対する媒介モデル

4. 考察

本研究では、大学生を対象に高校時代に受けた体育実技の実態や、授業や運動に対する気持ちについて調査を行った。その結果、いくつかの項目において性差が認められた。

高校時代の体育実技について、嫌い（「どちらかという」と含）と回答した者は、全体で 17.3% であった。男女別では、男性は 12.8% であるのに対し、女性では 23.8% に上り、女性は男性より顕著に否定的な印象を抱く者が多かった。本結果は、小中学生を対象とした先行研究と一致しており（佐々木・須甲, 2016）、他の研究においても、特に女子は男子よりも早い段階で体育に対して否定的に捉えるようになることが報告されている（梅村ほか, 2021）。また、令和 6 年度の全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書では、体育が「あまり楽しくない」もしくは「楽しくない」と回答した者は、小学生、中学生ともに男子よりも女子の方がその割合が高いことが示されている（スポーツ庁, 2024）。本研究では高校生時の体育実技を振り返り、これに抱く感情を「好き」「嫌い」で調査しているため質問内容が異なるが、体育実技に対して否定的な印象を持つ者は、小・中学生時よりも高校生時に高まり、この傾向は特に女性において強くなることが示唆された。

体育実技が嫌いな理由に関する設問において、最も多かった回答は、「運動やスポーツが苦手」であった。先行研究では、運動への有能感は小学生、中学生、高校生と学齢期が上がるにつれ低下することが報告されている（西田, 1989）。そして、この運動有能感の欠如は運動嫌いを助長するため、運動有能感を高めることが運動嫌いを回避するためには重要であるとされている（岡澤, 2003）。また、小学生の体育において多様な経験を積み、身体能力を高めることができれば、主体的に運動に取り組む姿勢を育むとともに、豊かな人生経験を形成することができるとされている（Ono and Kaji, 2020）。本研究においても、体育実技が好きな最多の理由が「そもそも身体を動かすことが好き」であったことも踏まえると、小学生の頃から体育実技を通して身体を動かすことが楽しいと感じるような授業展開ができれば、運動有能感が高まり、生涯にわたる運動習慣化につながることを期待される。

体育実技が好きと関連する要因についての分析では、女性においてのみ、「成績評価のための実技テストが行われていなかった」ことが正の関連を認めた。先行研究において、自身がコントロールできない環境下で他者から評価を受けることは、ヒトのストレスを強く上昇させることがわかっている（Dickerson and Kemeny, 2024）。また、思春期以降、女性は男性よりもストレスを受けやすく、特に対人関係は強いストレスになることが示唆されている（Cyranowski et al., 2000; Potter and Yoon, 2023）。本研究では、成績評価の実技テストがどのような形態で行われているか把握できていないが、女性において体育実技が嫌いな最多の理由が「運動やスポーツが苦手」であったことから、仮に集団の前で実技テストが実施されていた場合、運動やスポーツが苦手な生徒にとっては、できない姿をクラス

メイトに晒す機会となり、強いストレスに結びついている可能性が考えられる。成績評価における実技テストが、体育実技が嫌いなことの一因としないためには、集団の前での試技を避けるなど、生徒の心理的負荷を考慮した上で実技テストを実施することが重要であると考えられる。

本研究において、体育実技が好きであることに対して、「体育実技を行う意義を理解していない」、「体育実技を行う意義の説明がされていない」の両項目に対しても負の関連が認められた。このことから考えると、高校では、教員側が体育実技を行う意義を理解して授業に臨むのは当然のことであるが、その意義について生徒に十分に説明し、生徒が理解することが大切であることが考えられる。さらに、媒介分析の結果では、全体的には体育実技の意義を説明し、その意義を理解することが体育実技を好きにならなことが示され、男女別の検討において、男性ではその傾向が特に強まる一方、女性では意義を説明されることそのものが重要であることが示唆された。また、男女いずれにおいても、体育実技が好きに対し、教員による意義の説明が起点となっていることから、高校生時に体育に対して肯定的な印象を保持するためには、教員が体育実技の意義をしっかりと説明することの重要性が示された。さらに、女性では小学生の時点で、体育に対して否定的な印象を抱く傾向が増えることから（梅村ほか、2021；落合ほか、2007）、この傾向を改善し、成人期以降の運動の習慣化につなげていくためには、小学校など、より早い段階からその意義を説明し続けていくことが重要かもしれない。教員からの丁寧な説明により体育実技の意義を感じられるようになれば、授業への参加も積極的になり、体育実技、ひいては運動・スポーツに対し、持続的に肯定的な印象を抱き続ける可能性がある。

5. 今後の課題

本研究の強みは、高校における体育実技の実態等を調査したことであるが、いくつかの限界を有する。本研究は、過去の振り返りによる調査であるため、個々によって振り返りの正確性や、体育実技以外の側面での高校時代に対する肯定的・否定的な感情など、対象者によってバイアスがかかっている可能性が考えられる。また、調査時期がコロナ禍であったことから、その時に心身の状態が回答に影響を及ぼしている可能性も捨てきれない。本研究の結果の解釈の際には、こうした限界を有する点に留意が必要である。

6. まとめ

本研究では、大学生を対象に高校時代の体育実技についてアンケート調査を行い、高校生時に受けた体育実技に対する印象や実態を把握し、体育実技に肯定的な印象と関連する要因を明らかにすることを目的とした。その結果、高校時代の体育実技について、男性と比べ女性の方が否定的な感情を抱く者が

多かった。また、体育実技が好きな理由や嫌いな理由においては男女によって差がみられることが示され、全体的には体育実技の意義を説明し、その意義を理解することが体育実技を好きにつながることを示された。そのため、高校生時に体育実技に対して肯定的な印象を保持するためには、体育実技の意義について、生徒が理解できるよう説明することが重要であることが示唆された。

7. 謝辞

本研究は、JSPS 科研費 JP19K11614（研究代表者：藤本敏彦）の助成を受けて行われた研究です。また、本研究の遂行にあたりご協力を頂きました東北学院大学の坂本 譲先生、大阪大学の島本英樹先生、大阪工業大学の西脇雅人先生、ならびに学生の皆様に、心より御礼申し上げます。

文献

- Cyranowski, J. M., Frank, E., Young, E., and Shear, M. K. (2000) Adolescent onset of the gender difference in lifetime rates of major depression: a theoretical model. *Archives of General Psychiatry*, 57 (1): 21-27.
- Dickerson, S. S., and Kemeny, M. E. (2004) Acute stressors and cortisol responses: a theoretical integration and synthesis of laboratory research. *Psychological Bulletin*, 130 (3): 355.
- 東健司・春日晃章・中野貴博・曾我部宗（2018）小学校高学年児童における運動の楽しさ：体育嫌いな児童に着目して．岐阜大学教育学部研究報告．自然科学, 42：77-82.
- 文部科学省. (2019) 高等学校学習指導要領（平成 30 年告示）解説 保健体育編 体育編.
- 西田保（1989）体育における学習意欲検査（AMPET）の標準化に関する研究：達成動機づけ論的アプローチ．体育学研究, 34: 45-62.
- 西田保・西田紀江（1990）体育における学習意欲の発達の推移．総合保健体育科学, 13 (1): 47-54.
- 落合優・加藤務・村瀬浩二（2007）小学生の運動・スポーツに対する意識について．横浜国立大学教育人間科学部紀要. I, 教育科学, 9: 23-35.
- 岡澤祥訓（2003）運動好きと自己有能感．体育の科学, 53: 905-909.
- Ono, Y., and Kaji, M. (2020) Development of the physical competence scale for elementary school students in Japan. *International Journal of Sport and Health Science*, 18: 122-133.
- 大矢隆二・太田恒義・伊藤宏・小木しのぶ（2011）小学校体育授業に対する好き嫌いとは運動意欲の関連性および授業後の感想文のテキストマイニング．日本教科教育学会誌, 34 (1)：9-16.
- Potter, J. R., and Yoon, K. L. (2023) Interpersonal factors, peer relationship stressors, and gender

differences in adolescent depression. *Current Psychiatry Reports*, 25 (11): 759-767.

佐々木万丈・須甲理生 (2016) 体育授業に対する劣等コンプレックスの因子的概念と児童生徒の主体的要因との関連. *体育学研究*, 61: 663-680.

政府統計の総合窓口 (e-Stat) (2022) 学校基本調査.

<https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&layout=datalist&toukei=00400001&tstat=000001011528&cycle=0&class1=000001021812&class2val=0>, (参照日 2025 年 4 月 17 日)

重松良祐・西澤誠人 (2015) 小学校から高等学校までの体育の好き嫌いと大学での運動習慣. *教育医学*, 61 (2) : 217-224.

スポーツ庁. (2019) 令和元年度全国体力・運動能力, 運動習慣等調査報告書.

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/kodomo/zencyo/1411922_00001.html, (参照日 2020 年 4 月 30 日) .

スポーツ庁 (2022) 第 3 期スポーツ基本計画.

スポーツ庁 (2024) 令和 6 年度全国体力・運動能力, 運動習慣等調査報告書.

https://www.mext.go.jp/sports/content/20241217-spt_sseisaku02-000039139_02.pdf, (参照日 2025 年 4 月 17 日) .

スポーツ庁 (2025) 令和 6 年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」.

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/chousa04/sports/1415963_00013.htm, (参照日 2025 年 5 月 26 日) .

竹内花・塚本将太・大坪健太・難波宏明・富士本有希・春日晃章 (2024) 中学校体育授業における生徒が抱く嫌悪感の因子構造: 男女別の分析を通して. *岐阜大学カリキュラム開発研究*, 40 (1) : 15-22.

梅村拓未・中島寿宏・高瀬淳也・高橋正年・河本岳哉・山本理人 (2021) 性別および学年による体育・運動への意識の差異に関する検討: 札幌市内の小・中学生を対象とした横断的調査. *北海道教育大学紀要. 教育科学編*, 71 (2): 285-293.

山本泰暉・川崎百合香・三島遥・小笠希将 (2024) 小学校から高等学校までの体育授業好感度と大学での運動習慣. *福岡大学スポーツ科学研究*, 54 (2) : 37-43.

(2025 年 4 月 21 日受付 / 2025 年 7 月 22 日受理)