

Title	体育実技の授業に対する受講学生の評価：基本体育『体操』の授業に関して
Sub Title	On students' attitude toward the physical training class
Author	加藤, 大仁(Kato, Hirohito) 山内, 賢(Yamauchi, Ken) 今栄, 貞吉(Imae, Sadayoshi)
Publisher	慶應義塾大学体育研究所
Publication year	1992
Jtitle	体育研究所紀要 (Bulletin of the institute of physical education, Keio university). Vol.32, No.1 (1992. 12) ,p.95- 104
JaLC DOI	
Abstract	
Notes	
Genre	Departmental Bulletin Paper
URL	<a href="https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=AN00135710-00320001-0095">https://koara.lib.keio.ac.jp/xoonips/modules/xoonips/detail.php?koara_id=AN00135710-00320001-0095</a>

慶應義塾大学学術情報リポジトリ(KOARA)に掲載されているコンテンツの著作権は、それぞれの著作者、学会または出版社/発行者に帰属し、その権利は著作権法によって保護されています。引用にあたっては、著作権法を遵守してご利用ください。

The copyrights of content available on the Keio Associated Repository of Academic resources (KOARA) belong to the respective authors, academic societies, or publishers/issuers, and these rights are protected by the Japanese Copyright Act. When quoting the content, please follow the Japanese copyright act.

# 体育実技の授業に対する受講学生の評価

——基本体育『体操』の授業に関して——

加 藤 大 仁\*  
山 内 賢\*  
今 栄 貞 吉\*\*

1. 本塾における保健体育の現状
2. 『体操』の授業の目的・内容
3. アンケート調査の結果
4. 今後の研究課題

## 1. 本塾における保健体育科目の現状

本塾における保健体育科目の構成は以下の通りで、四科目共に一年次での履修科目（必修）となっている。<sup>(1)</sup>

講義科目 保健衛生（一単位）：四半期，クラス指定，週一コマ（90分）

体育理論（一単位）：四半期，クラス指定，週一コマ（90分）

実技科目 基本体育（一単位）：通年，クラス指定，週一コマ（90分）

選択体育（一単位）：夏季（7月下旬／9月中旬）および冬季（2月上旬）開講されている種目の中から選択。10日間の通学もしくは4泊5日の合宿形式で実施。通年のコース（週一コマ）もある。

保健衛生，体育理論及び基本体育は指定された曜日・時限で履修するものであって，履修者に選択の余地はない。選択体育は履修者の希望に基づいて各種目への割振りが行われる。

図1は平成4年度基本体育の年間実施計画を示したものである。授業開始第一週目は健康診断に当てられ，診断の結果体育実技の履修に問題なしと判定された者は，次週以降の実技に参加する。第二週では各時限の履修者全員での体操の授業が実施され，第三週には体力測定が実

\* 慶應義塾大学体育研究所助手

\*\* 慶應義塾大学体育研究所教授

体育実技の授業に対する受講学生の評価

図1 平成四年度「基本体育」年間実施計画

4/9~4/16~4/22~	5/1~6/16	6/17~7/14	7/15~21	7/22~9/21	9/22~11/6		
健康 診断 断	合 同 体 操	体 力 測 定	種 目 I	水 泳	前 期 末 試 験	夏 季 休 業	種 目 II
11/9~	11/16~12/20	12/21~1/7	1/8~22	1/23~2/5	2/6~		
体 力 測 定	種 目 III	冬 季 休 業	種 目 III (続き)	学 年 末 試 験	春 季 休 業		

施される。第四週以降は各種目別の授業が行われる。各種目の実施時期はクラスによって異なるが、次のような種目組み合わせとなっている。

- A. 体操, 水泳, バスケットボール, 剣道
- B. 陸上, 水泳, バレーボール, 柔道

種目組み合わせがAタイプかBタイプかはクラス別に指定されている。各種目とも実施期間は6週間前後である。但し水泳には前期最後の4週間が当てられる。なお、種目(2)と種目(3)の間に二回目の体力測定が実施される。

2. 『体操』の授業の目的・内容

ところで、本研究は平成4年度前期に今栄が担当した基本体育『体操』(金曜一限~三限)の授業の履修者を対象としたアンケート調査の結果を集計・分析したものである。我々の関心は、より効率的な授業形態を探ることであるが、今栄の授業は次の三点を柱として組み立てられた。

1. 将来、自分のために、自分自身で体操が処方できるように、膝屈伸、伸脚、体前後屈等の基本的な運動のポイントを指導する。
2. 骨格筋に適度な刺激を与えるようユニバーサル・マシンで筋力トレーニングを行う。  
トレーニング種目としては、レッグ・プレス、ベンチ・プレス、レッグカール、レッグ・エクステンション、ショルダー・プレス、アーム・カール、プーリー・チンニングをコアとして、適宜他の種目も行うようにする。
3. 循環・呼吸器系に適度な運動刺激を与えるように、分速200mのジョギングを行う。

各週の授業内容は以下の通りである。

第一週(5月1日)

授業の目的の説明(上記三本柱について)

### 体育実技の授業に対する受講学生の評価

準備運動（ストレッチング、体操等）

ユニバーサル・マシンを用いての最大筋力の測定／レッグ・パワーの測定

皮脂厚の測定

整理運動

第二週～第五週（5月8日～5月28日）

準備運動

分速 200m でのジョギング（第二週は 400m トラック 2 周。以後毎週 1 周ずつ距離を伸ばしていく）

体操のワンポイント・レッスン

筋力トレーニング（最大筋力の 80%を目安に 8～10 回を 1 set とし、3 set 行うことを目標とする）

整理運動

第六週（6月5日）

準備運動

12分間走

休憩

筋力トレーニング

整理運動

第七週（6月12日）

準備運動

最大筋力の測定／レッグ・パワーの測定

皮脂厚の計測

整理運動

授業に関するアンケート調査

### 3. アンケート調査の結果

質問用紙は資料 1 の通りで、従来今榮が用いてきたものをそのまま使用した。回答者には各項目とも 3 を基準として、肯定する場合には 4 を、強く肯定する場合には 5 をマークするよう指示した。同様に、否定する場合には 2 を、強く否定する場合には 1 をマークするよう指示した。

回答者総数は 119 名で、各質問項目への回答者数及び評価の平均は表 1 のとおりである。い

体育実技の授業に対する受講学生の評価

資料Ⅰ アンケート用紙

アンケート

平成4年 月

慶応義塾大学 ( ) 学部 ( ) 学科

( ) 年 ( ) 組

基本体育『体操』の授業について下記の項目に答えて下さい。

- 1) 授業の目的 (5段階評価, 該当する評価値を○印で囲んで下さい)
  - (1) 将来, 自分のために自分で体操が処方できる (体操のワンポイント・レッスン) 5 4 3 2 1
  - (2) 骨格筋に適度な運動刺激をあたえる (ユニバーサルマシンで Max. の 80%) 5 4 3 2 1
  - (3) 心臓・血管・肺臓に適度な運動刺激をあたえる (200m/min. ジョギング) 5 4 3 2 1
- 2) 授業の内容
  - (1) 徒手体操のワンポイント・レッスン 5 4 3 2 1
  - (2) ユニバーサルマシンを使用しての筋力トレーニング (Max. の 80% で) 5 4 3 2 1
  - (3) 全身持久性のトレーニング (200m/min. ジョギング, 12min. run) 5 4 3 2 1
- 3) 指導法 5 4 3 2 1
- 4) 授業態度 (自己評価) 5 4 3 2 1
- 5) 授業後の満足度 5 4 3 2 1
- 6) 施設・機器・用具 5 4 3 2 1

★受講後の感想 (授業の長所・短所, 担当教師に対する要望, 自己反省等について) をできるかぎり率直に書いて下さい。

表1 各質問項目への評価及び評価の平均

項目 \ 評価	5	4	3	2	1	無回答	平均
1-1	23	46	47	1	2	—	3.73
1-2	33	58	26	0	2	—	4.01
1-3	43	40	30	3	3	—	3.98
2-1	31	57	27	2	2	—	3.95
2-2	36	59	20	2	2	—	4.05
2-3	35	42	29	8	5	—	3.79
3	51	41	15	0	1	11	4.31
4	41	44	32	1	1	—	4.03
5	38	56	23	1	1	—	4.08
6	21	48	30	16	4	—	3.55

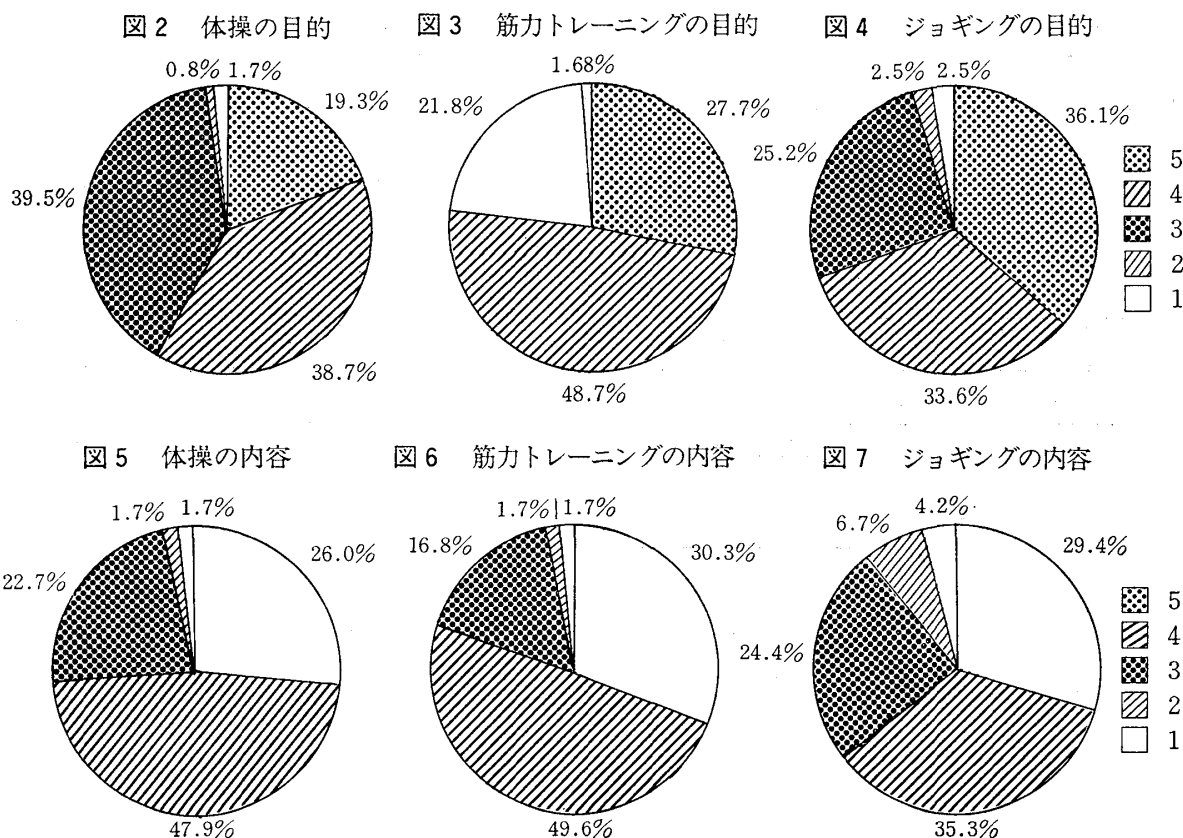
(回答者総数=119名)

ずれの項目も概ね肯定的な評価を得られたといえよう。

A. 授業の目的 (図2, 図3, 図4)

授業の目的では筋力トレーニングに対して最も高い評価 (平均4.01) が与えられた。ついでジ

体育実技の授業に対する受講学生の評価



ジョギング (平均3.98), 体操 (平均3.73) の順であった。5の評価が最も多かったのはジョギング (36.1%) であり, 4あるいは5と答えた学生が最も多かったのもジョギングであったが (計73.9%), 評価の平均が筋力トレーニングを下回ったのは, 否定的な評価をする回答者も多かったためである (2及び1の評価が5%)。

B. 授業の内容 (図5, 図6, 図7)

最も高い評価を獲得したのは筋力トレーニング (平均4.05), 次いで体操 (平均3.95), ジョギング (平均3.79) の順であった。肯定的な評価 (5あるいは4) をした学生の割合が体操では73.9%, 筋力トレーニングでは79.8%なのに対し, ジョギングでは64.7%に止まっている。他と比較して, ジョギングで2あるいは1と答えた学生が13人 (10.9%) にも達したことから今後考慮しなければならない課題であろう。

C. 授業の目的及び内容 (表2, 表3, 表4)

体操, 筋力トレーニング, ジョギング共に, 目的に高い評価を与えた学生は内容にも高い評価を与え, 内容に高い評価を与えている学生は目的にも高い評価を与える傾向にある。

体操では目的への評価 (平均3.73) は相対的に低かったものの, 内容への評価 (平均3.95) は

体育実技の授業に対する受講学生の評価

表2 体操の目的・内容に対する評価

内容 目的	5	4	3	2	1	平均
5	14	8	1	0	0	4.57
4	10	29	7	0	0	4.07
3	6	20	19	2	0	3.64
2	1	0	0	0	0	5.0
1	0	0	0	0	2	1.0
平均	4.19	3.79	3.33	3.0	1.0	

(総回答者数=199名)

表3 筋力トレーニングの目的・内容に対する評価

内容 目的	5	4	3	2	1	平均
5	25	8	0	0	0	4.76
4	11	38	9	0	0	4.03
3	0	13	11	2	0	3.42
2	0	0	0	0	0	—
1	0	0	0	0	2	1.0
平均	4.69	3.92	3.45	3.0	1.0	

(総回答者数=199名)

表4 ジョギングの目的・内容に対する評価

内容 目的	5	4	3	2	1	平均
5	29	10	2	2	0	4.53
4	4	24	11	0	1	3.85
3	2	8	15	4	1	3.2
2	0	0	1	2	0	2.33
1	0	0	0	0	3	1.0
平均	4.77	4.05	3.48	3.25	2.0	

(総回答者数=119名)

高くなっている。また、目的が5と答えた者の内容に対する評価を見ると平均は4.57で、内容が5と答えた者の目的に対する評価の平均4.19より高い。同様なことは評価が4以下の学生についても言える。内容に対する評価が高かったのは、今まで学生達が無気なく行ってきた運動の意味、正しい方法を細かく指導したためと思われる。今後体操を指導するに当たっては、体操することの意義を説いていく必要がある。

筋力トレーニングは、目的、内容共に最も評価が高く、両者のギャップも最も小さかった(目的4.01,内容4.05)。評価レベル別に比較してもギャップは小さい。例えば、目的5と評価した者の内容の評価の平均は4.76で、内容5と評価した者の評価の平均4.69とほぼ同じ値である。

ジョギングでは、目的にはまずまずの評価が与えられたものの、内容については最も評価が低かった。目的が5と答えた学生の内容に対する評価は4.53で、内容が5と答えた学生の目的に対する評価の4.77のほうが高い。同様なことは評価が4以下の学生にも当てはまる。学生達は循環・呼吸器系に刺激を与える必要性は理解しているものの、単純に走るというだけで学生達の興味を引くには限界があるということであろう。

体育実技の授業に対する受講学生の評価

表5 指導法無回答者の各項目への評価及び評価の平均

項目	5	4	3	2	1	平均
1-1	1	2	8	0	0	3.36
1-2	1	8	2	0	0	3.91
1-3	3	5	3	0	0	4.0
2-1	2	7	2	0	0	4.0
2-2	3	3	4	1	0	3.72
2-3	2	4	3	1	1	3.45
4	2	5	4	0	0	3.82
5	2	6	3	0	0	4.18
6	0	5	4	2	0	3.27

(総数11名)

図8 指導法

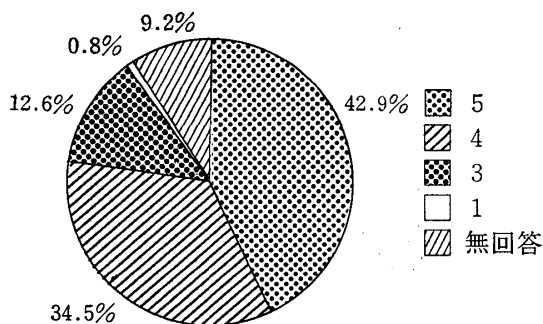


表6 指導法と授業の内容

内容	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	平均
指導法														
5	11	4	16	11	3	5	0	0	0	0	0	0	1	12.69
4	0	2	4	15	12	5	3	0	0	0	0	0	0	11.44
3	0	1	1	3	2	3	5	0	0	0	0	0	0	10.66
2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	—
1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1.0
無回答	0	1	1	4	3	0	1	0	0	1	0	0	0	11.18
平均	5.0	4.43	4.71	4.26	4.06	4.15	3.38	—	—	—	—	—	3.0	

(総回答者数=119名)

D. 指導法 (図8)

全質問項目の中で最も高い評価がなされている。5の評価を与えたものの割合も最も高かった(42.9%)。否定的な評価をしている者も1名(0.8%)にすぎない。と同時に、唯一無回答者が出ている項目でもある(11名=9.2%)。従って無回答の11人をどう考えるかが問題である。指導法に対して無回答だったグループの各項目への回答者数は表5のとおりである。このグループの評価が他の108名の評価と比較して高かったのは、ジョギングの目的、体操の内容、授業後の満足度の三項目であり、他の六項目での評価は低くなっている。しかしこれだけでは無回答グループへの何らかの判断を下すことはできない。

E. 指導法と授業内容 (表6)

指導法に対する評価と内容に対する評価(体操、筋力トレーニング、ジョギングへの評価を加算し



体育実技の授業に対する受講学生の評価

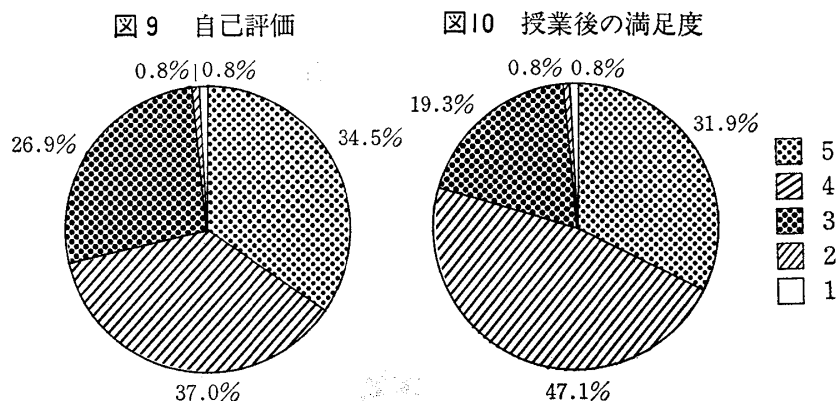


表7 授業後の満足度と授業内容

内容 満足度	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	平均
5	8	4	8	4	9	3	1	0	0	0	0	0	1	12.34
4	3	4	12	23	6	7	1	0	0	0	0	0	0	12.11
3	0	0	1	6	5	3	7	0	0	1	0	0	0	10.39
2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	13.0
1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	3.0
平均	4.73	4.50	4.23	3.94	3.9	4.0	3.33	—	—	3.0	—	—	3.0	

(総回答者数=119名)

表8 指導法と授業後の満足度

満足度 指導法	5	4	3	2	1	平均
5	26	22	2	1	0	4.43
4	9	24	8	0	0	4.02
3	1	4	10	0	0	3.4
2	0	0	0	0	0	—
1	0	0	0	0	1	1.0
無回答	2	6	3	0	0	4.18
平均	4.69	4.36	3.6	5.0	1.0	

(総回答者数=119名)

表9 自己評価と授業後の満足度

満足度 自己評価	5	4	3	2	1	平均
5	22	16	3	0	0	4.46
4	11	22	10	1	0	3.98
3	5	18	9	0	0	3.88
2	0	0	1	0	0	3.0
1	0	0	0	0	1	1.0
平均	4.45	3.96	3.65	4.0	1.0	

(総回答者数=119名)

たもの)を見ると、指導法に高い評価を与えている学生ほど授業内容にも高い評価を与え、また授業内容に高い評価を与えている学生ほど指導法にも高い評価を与えている。なお、指導法に対して評価を与えた者の内容への評価の平均は11.73なのに対し、無回答者の平均はそれより低い11.18となった。

## 体育実技の授業に対する受講学生の評価

### F. 自己評価 (図9)

肯定的に評価した学生が71.4%を占めた。2および1と評価した学生は各1名ずつにすぎず、積極的な授業参加が得られたということができよう。

### G. 授業後の満足度 (図10)

肯定的な評価をした学生が79.0%を占め、否定的な評価をした学生は2名(1.7%)にすぎなかった。

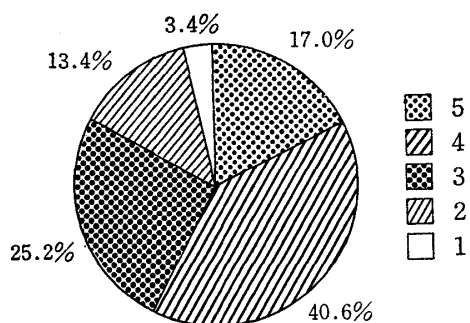
### H. 授業後の満足度と授業内容 (表7)

授業後の満足度が高い者ほど授業内容への評価が高く、授業内容に対する評価が高い者ほど授業後の満足度が高かった。

### I. 指導法と授業後の満足度 (表8) / 自己評価と授業後の満足度 (表9)

指導法への評価が高い学生ほど授業後の満足度が高く、授業後の満足度の高い学生ほど指導法への評価も高くなっている。自己評価と授業後の満足度についても同様のことが言える。

図11 施設等



### J. 施設 (図11)

この項目に対する評価が最も低かった(平均3.55)。否定的な評価をした学生の割合も全質問項目中最も高く16.8%に達した。現在一クラス40名前後の履修者数となっているが、これに対してユニバーサル・マシンは二台しか設置されていない。今後学生達にいかに関率的に運動させるか、グループ分けの方法などを含めて考えていく必要がある。

## 4. 今後の研究課題

前述の通り、今回は従来今榮が用いていたアンケート用紙を用い、最終週のみ調査を行った。より効率的な授業形態を探るためには、学生達の体育・スポーツに対する態度の構造を解明していかなければならない。そのためには、いくつかの質問項目の追加・変更を行うと共に、第一週にもアンケートを実施する必要がある。なお、今後はまず以下の諸点を明らかにしたい。

### 体育実技の授業に対する受講学生の評価

- a. 体育に対する態度が第一週目と最終週ではどう変化したか。また、変化した学生と変化しなかった学生の属性の違いは何か。
- b. 授業を通して身体活動への意欲が高まったかどうか。
- c. 授業に対する評価と課外での身体活動の関係はどうなっているか。
- d. 体操、筋力トレーニング、ジョギング各々の目的・内容に対して高い評価をするのはどのような属性を持った学生か。逆に低い評価をする学生の属性はいかなるものか。

ところで、我々の主要な関心がより効率的な授業形態を探ることにあることは前述の通りである。端的に言えば、効率的な授業とは、学生が満足でき、同時にトレーニング効果も高くなっているような授業のことである。したがって、学生の授業に対する意欲の違いによって授業（トレーニング）の効果はどう違ってくるのか、さらには授業効果の高いグループは授業内容・指導法にどのような評価をする傾向にあるのか、逆に授業効果の低いグループは授業内容・指導法にどのような評価を与える傾向にあるのか等の点を探っていくことも今後の大きな課題である。

- 注 (1) 一年時に単位を修得できなかった場合には、二年時以降に履修することができる。  
(2) 但しこれは男子の場合である。女子はバスケットボール、水泳、バレーボール、ダンスという種目組合わせとなっている。

#### <参考文献>

日本体育学会体育原理専門分科会編「大学教育改革と保健体育の未来像—大学体育改革のための必読資料集」1991年、不昧堂出版

〔付記〕 本研究は平成4年度慶應義塾学事振興資金の補助を受けた研究成果の一部である。