

生徒の体育嫌いに関する研究 ～中学校における長距離走に着目して～

有田 太一 (生涯スポーツ学科 学校スポーツコース)
指導教員 森川 みえこ

キーワード：中学校 体育授業 長距離走嫌い 指導法

I. 緒言

2010年のジョギング・マラソン人口は883万人を超え、2002年から8年間で約2倍増加した。(笹川スポーツ財団の全国調査 2010)さらに、「生涯に1回でもフルマラソンを走ったことがあるか」の質問で、走ったことがあると回答したのが16万8000人であった。(ランナーズ2010)このように、日本ではここ数年でジョギング・マラソン人気が定着した。

学校現場の体育授業でも長距離走が行われている。長距離走は体力向上、免疫力向上が期待でき、非常に重要な役割を担った種目である。しかし、人気がないのが現状である。

そこで、長距離走が嫌いな生徒が多いと考えられることから、本研究では中学校の体育授業で行われている長距離走に着目し、長距離走の好き嫌いとその理由について調査し、指導法について検討する。

II. 研究方法

2011年12月7日～9日の間で、京都市立K中学校210名に質問紙アンケート調査用紙を配布し回収を行った(回収率100%)。調査内容は、長距離走の好き嫌いなど、長距離走の10項目の質問に6段階評価で回答。「嫌だった経験」と「長距離走を好きになるには」については、自由記述回答とした。

III. 結果と考察

長距離走が好きか嫌いかについて、男子では好きが32.0%、嫌いが64.2%、女子では好きが15.5%、嫌いが82.5%であった。

長距離走の10項目の質問(6段階評価)の回答で最も評価が良かった項目は、男子では「達成感を感じる」5.7点、女子では「もっと速くなりたい」5.8点であった。男女共に最も評価が悪かった項目は「ライバルがいる」で男子は2.4点、女子は2.5点であった。

長距離走の10項目の質問で、最も評価に男女差が見られた項目は「自分に対して励ましてくれたり、応援してくれる人がある」で、女子では、4.6点の「そう思う」であるのに対し、男子では3.4点の「そう思わない」であった。

体育授業の長距離走の好き嫌いについて

	1年		2年		3年		合計
	男	女	男	女	男	女	
好き	15人(38.5%)	5人(22.9%)	12人(32.4%)	5人(14.3%)	8人(25.0%)	3人(9.4%)	51人(23.8%)
嫌い	23人(59.0%)	27人(77.1%)	24人(64.9%)	29人(82.9%)	22人(68.8%)	28人(87.5%)	153人(73.4%)
無回答	1人(2.5%)	0人(0.0%)	1人(2.7%)	1人(2.9%)	2人(6.2%)	1人(3.1%)	6人(2.8%)
合計	39人(100%)	35人(100%)	37人(100%)	35人(100%)	32人(100%)	32人(100%)	210人(100%)

長距離走の10項目の質問について

	長距離走が好きな生徒						長距離走が嫌いな生徒					
	1年		2年		3年		1年		2年		3年	
	男(SD)	女(SD)	男(SD)	女(SD)	男(SD)	女(SD)	男(SD)	女(SD)	男(SD)	女(SD)	男(SD)	女(SD)
運動すること好き	5.4(0.74)	5.6(0.74)	5.3(0.65)	5.2(0.84)	4.6(1.53)	3(1.73)	4.4(1.14)	3.7(1.57)	4.9(1.70)	4.9(1.37)	4.4(1.44)	3.8(1.45)
飽かすことが好き	4.5(0.71)	4.7(0.71)	5.3(0.99)	5.2(1.30)	4.5(1.41)	4.3(0.58)	4.5(1.12)	4.4(1.22)	4.3(1.55)	4.3(1.30)	4.5(1.71)	3.4(1.59)
長距離走でよい個	5.6(0.63)	4.7(0.71)	5.3(0.99)	5.2(1.30)	4.5(1.41)	4.3(0.58)	4.5(1.12)	4.4(1.22)	4.3(1.55)	4.3(1.30)	4.5(1.71)	3.4(1.59)
体が強くなる	5.7(0.80)	6(0.80)	5.4(0.29)	5.2(1.30)	4.6(0.53)	6(0.80)	4.3(1.57)	4.5(1.07)	4.2(1.80)	4.5(1.30)	4.7(1.70)	3.4(1.59)
走ると気持ちいい	5.4(0.91)	5.1(0.99)	4.4(0.79)	3.8(1.59)	4.6(1.30)	5.3(0.58)	3.5(1.29)	3.2(1.39)	3.5(1.90)	3.3(1.39)	3.1(1.54)	2.4(1.44)
長距離走のタイムがよくなる	5.3(0.96)	4(1.31)	4.9(1.24)	4.4(1.52)	4.9(0.99)	4.3(2.08)	3.6(1.27)	4.2(1.47)	3.8(1.69)	3.8(1.32)	3.7(1.80)	2(1.70)
友達と競えあうことが出来る	3.9(1.71)	4.5(0.54)	3.5(1.13)	3.6(1.67)	3.9(1.55)	3.7(0.58)	3.3(1.29)	3.6(1.05)	2.8(1.58)	2.9(1.32)	3.3(1.72)	2.8(1.47)
ライバルがいる	2.4(1.07)	2.5(1.07)	2.4(1.20)	2.4(2.51)	3(1.51)	2.7(2.08)	2.8(1.53)	3(1.00)	3.05	2.4(1.40)	2.4(1.40)	2.4(1.40)
励ましてくれる人がある	4.7(1.07)	5.2(1.00)	4.7(1.23)	5.3(0.43)	4.5(1.07)	5.3(1.19)	5.7(1.44)	5(1.02)	5.5(1.82)	4.4(1.33)	3.9(1.93)	3.3(1.47)
目標、めあてを定める	5.5(0.92)	4.6(1.69)	5.2(0.87)	5.6(0.55)	5.2(0.71)	6(0.80)	4.4(1.70)	4.1(1.38)	4.2(1.67)	4(1.30)	3.8(2.65)	3.1(1.47)
もっと速く走りたい	5.9(0.20)	5.7(0.40)	5.8(0.50)	5.8(0.45)	5.1(1.13)	6(0.80)	4.9(1.57)	5.3(1.29)	5.1(1.57)	5.5(1.01)	4.7(1.83)	4.3(1.52)
長距離走の授業の雰囲気が良い	4.3(1.39)	5.2(0.71)	4.2(1.29)	4.8(1.73)	5.3(0.71)	2(1.00)	3(1.63)	4.1(1.37)	3.2(1.76)	3(1.27)	3(1.65)	2.9(1.47)

IV. まとめ

生徒の長距離走に対するマイナスの印象を取り除き、親しみを持たせる指導法を検討した結果、3点が考えられる。

- ①記録が近い人と競わせる。
- ②友達同士で励ましたり、応援する機会をつくる。
- ③生徒ひとりひとりの目標を把握する。
- ④性差を考慮した指導をする。

参考文献

文部科学省 2008年発行『中学校学習指導要領・保健体育科』東山書房