

# 中学生の体力と運動有能感の比較検討

発表者 高橋 僚  
指導教員 大津 展子

キーワード：体力、運動有能感、身体的有能さの認知、統制感、受容感、中学生

## 1. 緒言

近年、子どもの体力・運動能力の低下は深刻な問題となっている。幼少期からのさまざまな運動経験不足から、身体をコントロールする力が身についていないことが要因の1つに挙げられる。また、運動不足から肥満傾向にある子どもも増加している。これらは将来の生活習慣病につながる恐れがあり、社会全体の活力低下が懸念されている。

このことから、中央教育審議会は、平成20年1月に学習指導要領の改訂を行った。その内容は、「生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する基礎を培うことを重視し、運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにする」ことや、「体力の向上を重視し、体づくり運動の一層の充実をはかる」ことが盛り込まれている。

岡沢ら(1996)は、子どもの体力・運動能力が低い状況で豊かなスポーツライフを実現するには、運動有能感を高めることが必要であると述べている。運動有能感とは、身体的有能さの認知(自己の運動能力に対する肯定的認知)、統制感(努力や練習によって運動をどの程度コントロールできるかの認知)、受容感(運動場面で仲間や教師から受け入れられているという認知)の三因子から構成されている。また、運動有能感は学習意欲や運動意欲に大きな影響を与えており、子どもの自発性や学習意欲を引き出すと考えられている。武田(2005)は児童の体力と運動有能感の関係について検討し、「児童期の実際の体力水準の高低が運動有能感の形成に大きく関与している」と述べている。児童の体力と運動有能感の関係については多く述べられているが、中学生を対象とした研究はまだない。

そこで本研究では、中学生を対象として体力と運動有能感について学年や性別での差異やその変容を検討することとした。

## 2. 研究方法

### 2-1 研究対象

I県S市Y中学校の1年生から3年生までの生徒、男子81名、女子67名、計148名とI県M市F中学校の1年生から3年生までの生徒、男子225名、女子222名、計447名を対象とした。調査は生徒による質問紙調査と当該校で行われた文部科学省体力・運動能力テストの結果を合わせて行った。さらに、アンケート結果を分析するために、Y中学校のH教員(指導歴:小学校6年、中学校10年)、F中学校のK教員(指導歴:小学5年、中学校8年)にインタビュー調査を行った。

### 2-2 調査内容

質問紙調査に関しては、岡沢ら(1996)による運動有能感測定尺度を用いた。体力テストの結果に関しては、Y中学校では測定された結果を学校の了解のもとに活用した。F中学校では運動有能感調査の質問紙に「今年度の文部科学省体力テストの総合評価で当てはまるものに○をつけて下さい」という項目を加え、生徒にA・B・C・D・Eの5項目から回答させた。インタビュー調査に関しては、質問紙調査と体力テストの結果を受けて生徒の授業への取り組み方や、授業中の言葉かけについて尋ねた。

という項目を加え、生徒にA・B・C・D・Eの5項目から回答させた。インタビュー調査に関しては、質問紙調査と体力テストの結果を受けて生徒の授業への取り組み方や、授業中の言葉かけについて尋ねた。

### 2-3 分析方法

先行研究を参考にして学校ごとに得られた各項目の結果を上位群と下位群に分類した。体力テストに関しては、総合の測定値をA-Eの5段階で評価したものを、A・B段階を「体力上位群」、C・D・E段階を「体力下位群」とした。運動有能感、身体的有能さの認知、統制感、受容感に関しては、中学校ごとに平均得点を算出し、平均得点以上を上位群とし、平均得点未満を下位群とした。体力テストの結果と、運動有能感テストの結果を上位群、下位群で分類したものを学校別、学年別、男女別にクロス集計を行った。また、体力と運動有能感の関係を明らかにするために、ピアソンの積率相関分析を行い、相関係数を求めた。この処理に関しては、Microsoft Office Excelを用いた。さらに、各中学校の教員へのインタビュー調査を参考に分析を行った。

## 3. 結果と考察

### 3-1 運動有能感の学年別推移

図1は、運動有能感テスト得点の平均値の推移を示したものである。学年別に見てみると、Y中学校1年生では48.3、2年生では44.8、3年生では44.7であった。また、F中学校1年生では44.9、2年生では40.9、3年生では39.1であった。これらの結果から、岡沢らの研究と同様に加齢に伴って運動有能感は低下する傾向が見られた。要因としては自らを客観視できるようになることが挙げられる。成長過程において、生徒の思考力、判断力が高まっていることが考えられる。また、努力してもできなかったという経験を積み重ねることによって「自分には能力がない、できない」という認識が形成されることも一因として挙げられる。さらに、仲間との比較や評価、環境によって左右されると考えられる。

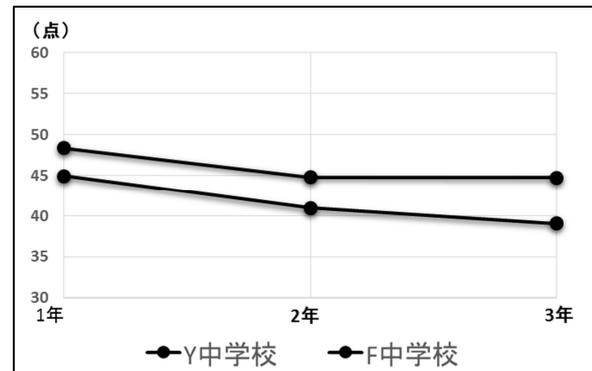


図1 運動有能感の学年別推移

### 3-2 性別による運動有能感の結果

図2には各中学校の男女別の運動有能感テストの平均値を示した。Y中学校男子では47.1、女子では44.8、F中学校男子では42.5、女子では40.8であった。両校ともに男子の平均値が女子の平均値を上回るという結果であった。

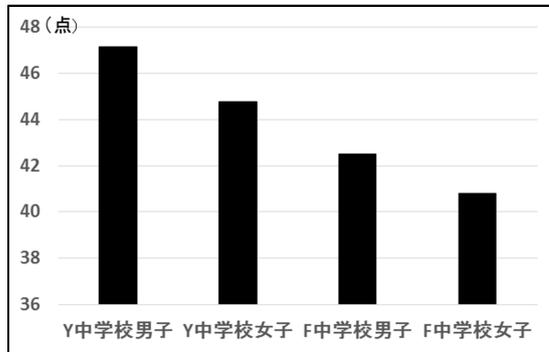


図2 男女別運動有能感の平均値

### 3-3 体力と運動有能感の関係

表1は両校の体力上位群に属する生徒の、体力と運動有能感の関係を示したものである。体力上位群に属する生徒は、運動有能感上位群に属する割合が高い傾向が見られた。さらに、学年ごとに相関分析を行ったところ、Y中学校3年生では $r=0.59$ 、F中学校2年生では $r=0.46$ という値を示し、正の相関関係が認められた。以上の結果から、体力が高いと運動有能感が高くなる傾向が見られることが考えられる。

表1 体力と運動有能感の関係

| 運動有能感 | 体力 | Y中学校         | F中学校          |
|-------|----|--------------|---------------|
|       |    | 上位群          | 上位群           |
| 上位群   |    | 55人<br>71.4% | 201人<br>63.8% |
| 下位群   |    | 22人<br>28.2% | 114人<br>36.2% |

### 3-4 体力と運動有能感三因子との関係

運動有能感は三因子で構成されているが、今回の調査で最も体力と関連があると考えられるのは身体的有能さの認知であった。表2に示したように、体力上位群に属する生徒は身体的有能さの認知上位群に属する割合が高く、体力下位群に属する生徒は身体的有能さの認知下位群に属する割合が高いという結果が得られた。また、学年ごとの相関分析において、Y中学校2年生では $r=0.64$ 、F中学校2年生では $r=0.50$ という値を示し、正の相関関係が認められた。

表2 体力と身体的有能さの認知の関係

| 身体的有能さ | 体力 | Y中学校         | F中学校         |
|--------|----|--------------|--------------|
|        |    | 上位群          | 下位群          |
| 上位群    |    | 55人<br>71.4% | 43人<br>32.6% |
| 下位群    |    | 22人<br>28.2% | 89人<br>67.4% |

一方、運動有能感の三因子の中で、受容感が最も体力との関係が密接でないと考えられる。Y中学校の体力下位群に属する生徒の約60%が受容感上位群であった。また、両校の各学年において、最も低い相関係数を示した。図2には、Y中学校1年生の体力と受容感の関係を近似直線と散布図に示したが、 $r=-0.01$ という値を示し、相関が見られなかった。

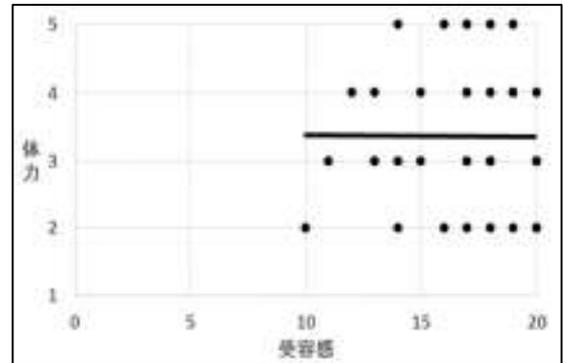


図2 体力と受容感の関係 (Y中学校1年生)

## 4. まとめ

本研究では、体力と運動有能感に関連があるかを検討し、次のような結果が得られた。

- 1) 運動有能感は学年が上がるに伴って低下傾向を示した。自己を客観視できるようになることや思考力の向上が要因として考えられる。また、男子が女子に比べて運動有能感が高いという傾向が見られた。
- 2) 体力が高いと、運動有能感が高くなる傾向が見られた。
- 3) クロス集計と積率相関分析から、運動有能感の三因子で最も体力と関連があると考えられるのは身体的有能さの認知である。また、最も関係が密接でないと考えられるのは受容感である。受容感に関しては、体力が低い生徒でも教師の指導や環境次第で高くなることが考えられる。ただし体力と運動有能感の関係には個人差があり、一概にも関係があるとは言えない。

今後はデータ量を増やし正確性の向上が必要であると考えられる。また教師の言葉かけ、評価法、学校や家庭などの環境にも関わっていると考えられるため、そのような側面からも探っていきたい。

## 引用参考文献

- ・文部科学省(2008)：中学校学習指導要領解説保健体育編，1-14
- ・中山綾・松坂晃・吉野聡(2012)：小学生の運動有能感と体力・および運動スキルの関係，茨城大学教育実践演習 31，255-262
- ・武田正司(2005)：児童における体力と運動有能感との関係，盛岡大学紀要 22，41-47
- ・岡沢祥訓・北真佐実・諏訪祐一郎(1996)：運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究，スポーツ教育学研究 16(2)，145-155
- ・岡沢祥訓・柳沢隆裕・有馬一彦・本井敬一郎(2012)：運動有能感を高める評価法に関する研究，教育実践総合センター研究紀要 12，163-167