早稲田大学生のスポーツ継続要因に関する研究

A study about the sports continuation factor of the Waseda University students

1K04B079-7

久保田 達海

指導教員

主査 木村和彦先生

副査 作野誠一先生

1. 研究の目的および基本的なアプローチ方法

スポーツを継続することによって得られるメリットは数多く考えられる。スポーツから学ぶことは競技能力の向上以外にもコミュニケーション能力、努力の大切さ、忍耐力、フェアプレー精神、勝負へのこだわりなどがある。それではどうすればスポーツを辞めないで長く継続していくことができるだろうか。スポーツを継続するには、もちろん本人のやる気が重要だが、それ以外にどのような要因と深い関わりがあるのか。そこで本研究では、筆者の最も身近な早稲田大学生を対象として、そのスポーツ履歴を調査することによって、スポーツの継続要因を明らかにしようと考えた。また、その継続要因が教育段階(小学校、中学校、高校)によって違いがあるのか、さらにはどの要素がスポーツの継続要因として重要であるのかを明らかにしていこうと考えた。それによってスポーツを続けていくための問題点と改善策を挙げ、今後のより良いスポーツ環境を提案することを研究の目的とした。

2. 調査の方法

調査期間 2007年11月14日(水)

2007年11月16日(金)

調査場所 東伏見キャンパス

調査方法 質問紙調査

調査対象 早稲田大学スポーツ科学部学生

回収数 132

3. 結果と考察

教育段階・小学校でスポーツの継続に影響を及ぼす要因(以下継続要因とする)は「競技実績」「仲間関係」が挙げられた。教育段階・中学校では「競技実績」「練習状況」、教育段階・高校では「競技実績」「練習状況」「指導者に対する満足度」が挙げられた。小学校・中学校・高校に共通する要因として挙げられている競技実績は高くなるほどスポーツ継続者が多くなる傾向にある。中学校・高校で挙げられた練習状況は練習頻度が高いとスポーツ継続者が多いという結果となった。単純に練習回数を増やせばスポーツ

を継続する人の割合が増えるとは言えないが、練習回数が多いほどスポーツ継続者の割合が高いという結果になった。そのほかに小学校では仲間との関係が良好なほどスポーツ継続者が多くなる傾向にある。高校では指導者に対する満足度が高いことがスポーツ継続者と関係があるという結果が得られた。また指導者に対する満足度と関わりの深い項目として「指導者の厳しさ」が挙げられる。さらに指導者が厳しいと指導者に対する満足度が高い傾向にある。ただこの傾向は小学校、中学校では見られなかった。

4. 結論

一人一人がより長くスポーツを継続するためには教育段階によって変化してくる継続要因を改善していく必要がある。すべての教育段階で挙げられた「競技実績」はスポーツ非継続者の5割以上が「特になし」に所属することからも、大会や試合があるとやりがいや目標が生まれ、スポーツ継続者が多くなると推測できる。中学校、高校で挙げられた「練習状況」では、スポーツ継続者ほど練習回数が多いという結果になった。小学校で挙げられた「仲間関係」では仲間関係が良好なほど、また高校で挙げられた「指導者に対する満足度」については満足度が高いほどスポーツ継続者が多くなる傾向にある。以上を踏まえてスポーツ継続者を増やす改善策として、小学校では競技志向の大会だけではなく交流大会などのようなすべての子供達が出場できる大会を増やすなど友達との触れ合いや輪を広げる機会を設けること、中学校では練習状況を重視する傾向があるので練習状況を改善し、競技性など活動目的をより明確にしていく必要があること、高校では指導者のクオリティーの向上と学生のニーズに合わせた指導をしていくことや十分な練習頻度を確保し、そのスポーツに打ち込める環境を作ることが重要であることが分かった。またすべての教育段階でできるだけ多くの生徒に試合や大会への出場機会を増やすことが必須である。これらのことを改善していくことでより良いスポーツ環境を作っていくことができると考えた。