

## 学校教育下におけるスポーツ活動の 「離脱」と「参加」についての検証

### Inspection about participation in or withdrawal from sports activities regarded as a part of school education

清水 紀 人\*

Norihito SHIMIZU\*

#### 要旨

内閣府は、平成21年9月に国民の運動・スポーツ活動に関する実態の調査結果を公表した。文部科学省はこの結果を受け、平成24年3月にスポーツ基本計画を公布し、スポーツを通じてすべての人々が幸福で豊かな生活を営むことができる社会を目指すことを大目標として掲げ、今後5年間の施策として、若者のスポーツ参加機会の拡充や高齢者の体力づくり支援等の、ライフステージに応じたスポーツ活動の推進を図ることとしたが、平成28年に行われたスポーツの状況調査等に関する世論調査から、当初の目標を達成させるに至らなかったことがわかった。本稿では、「国民の生涯にわたるスポーツライフの充実」として、青少年期のスポーツ活動への取り組みと運動習慣を身に付ける重要な時期に見られるスポーツ活動からの離脱を防ぐことが近々の課題であると考え、「離脱」と「参加」をテーマに調査検討し、それらの要因について把握するとともに課題や問題点の解決方法の糸口について言及した。

キーワード：スポーツ活動、運動習慣、ライフステージ、離脱、参加、家族

#### I. はじめに

内閣府は『体力・スポーツに関する世論調査』<sup>1)</sup>（平成21年9月）の中で、週1回以上運動・スポーツを行う成人の割合は45.3%と概ね2人に1人、週3回以上は23.5%と概ね4人に1人、世代別に見ると、週1回以上、週3回以上ともに20歳代、30歳代が他の世代と比べて低くなっている一方、運動・スポーツを年に1回も行わない成人の割合は、平成12年度には全体で31.9%であったものが、平成21年度には22.2%まで低下しており、これを男女別に見ると概ね女性の方が高く、また年齢別に見ると年齢が高くなるほど高くなっていると公表した。

文部科学省はこの結果を受け、「スポーツ基本法」に基づいて平成24年3月30日にスポーツ基本計画<sup>2)</sup>を公布し、「スポーツを通じてすべての人々が幸福で豊かな生活を営むことができる社会」を目指すことを

大きな目標として掲げた。さらに、同基本計画、第3章に「今後5年間に総合的かつ計画的に取り組むべき施策」の中の「若者のスポーツ参加機会の拡充や高齢者の体力づくり支援等のライフステージに応じたスポーツ活動の推進」という項目において「成人の週1回以上のスポーツ実施率が3人に2人（65%程度）、週3回以上のスポーツ実施率が3人に1人（30%程度）となることを目標とする。」「成人のスポーツ未実施者（1年間に一度もスポーツをしない者）の数がゼロに近づくことを目標とする」ということを掲げた。

しかし、第2期スポーツ基本計画「参考資料」<sup>3)</sup>（平成29年3月）に見られる平成28年に行われた「スポーツの状況調査等に関する世論調査」においては、週1回以上スポーツ活動を行っている者の割合が、平成24年では成人全体の47.5%から平成27年では40.4%と、7.1ポイントの減少を示し、平成28年度では成人の週1回以上スポーツ活動を行っている者の

\*弘前大学教育学部保健体育講座

Department of Health and Physical Education, Faculty of Education, Hirosaki University

割合が42.5%、スポーツ未実施者の割合が32.9%、さらに1年に1回もスポーツをしておらず今後もするつもりのない者の割合が27.2%、成人の週1回以上のスポーツ実施率を性別・年代別に見ると、20～40代が低く、特に女性が低くなっている（週1回以上28.2%）一方で50代以降は年代が高くなるにつれて実施率は上がり、男女とも70代の実施率が最も高くなっている。という結果に終わったことを報告している。

近年我が国では、国民のスポーツライフの充実に大きな焦点が置かれているにも拘らず、このような結果として現れたことは遺憾であり、このような状況が続くことのないような方策を見出し、人々が生涯にわたって積極的にスポーツ活動に取り組めるようにするためには、少年期や青年期など早い段階のライフステージにおいて、定期的に運動をする習慣を身につけさせるとともに、スポーツ活動の意義について理解を深めることが重要であると考えます。また、少年期及び青年期の人々がスポーツ活動に取り組む場として大きな割合を占めているものとして、学校における体育の授業や課外活動としての部活動、または民間や地域が運営するスポーツクラブでの活動が挙げられる。この時期における活動は、スポーツの楽しさや体を動かすことで得られる心身への様々な効果などを知る、または身を持って体験する重要な機会であると言える。そのため、その段階においてスポーツ活動を行わない、あるいは途中で離脱してしまうことは、その後の運動習慣の定着を妨げる大きな要因となりうるのではないかと考える。

このことに関連して、10代の運動・スポーツの実施頻度について2015年にSSF笹川スポーツ財団が行った『10代のスポーツライフに関する調査』<sup>4)</sup>において、非実施者が全体の13.2%と、7～8人に1人の割合で運動・スポーツを行っておらず、週1回未満、週1回以上2回未満の実施割合もそれぞれ11.5%、6.6%で、最も運動・スポーツに関わることができるであろうこの時期に、非実施者や低頻度での実施者が約3割を占めていることは大きな問題と言えるのではないだろうか。さらに、中学校期・高等学校期・大学期と、加齢とともに実施率が徐々に減少している現状は、スポーツ基本計画の意に沿わない状況を生み出しているものと言える。

泉<sup>5)</sup>は、原田の言う運動・スポーツ活動からの離脱要因の一つである「現在のスポーツ振興の隙間」の具体例として「例えば、小学校で少年チームに所属した

児童は、小学校の卒業があり、中学校で部活動に入部した生徒は、中学3年の秋頃になると引退が求められてしまう。このように、スポーツを行うようになって、実施者の欲求に関係なく半強制的に区切られてしまい、このシステムによって新しいステージでの活動を始めるまでの数ヶ月間のブランクが生じてしまうことから、スポーツ欲求の低下やモチベーションの低下が起こることを指摘している。

さらに、運動・スポーツ活動からの離脱の他の要因として「バーンアウト」が挙げられる。バーンアウトとは、燃え尽き症候群とも呼ばれ、長い間の目標への献身の末に、その目標をどうしても達成できなかった場合に起こると考えられており、伊藤ら<sup>6)</sup>は、「運動・スポーツからの「離脱」の背景には、中学・高校時代における「ネガティブなスポーツ経験」を経験したことによる「バーンアウト」が存在している。」と述べている。

本稿では、上述の諸問題がどのような状況下において発生しているのか。また、それらの諸問題をどのように解決することが望ましいかを運動・スポーツ活動からの「離脱と参加」をテーマに調査検討を行うこととした。

## Ⅱ. 方 法

### 1. 調査対象者

青森県H大学教育学部学生（男子学生104名、女子学生150名）計254名。

### 2. 調査期間

平成28年10月～11月

### 3. 調査方法

質問紙によるアンケート調査

### 4. 調査内容

調査項目は下記の11項目からなる。

- ①中学校での部活動・クラブチームへの所属について
- ②高校入学時でのスポーツ活動の継続状況
- ③高校入学を機にスポーツ活動から離脱した動機
- ④中学生時代にスポーツ活動をしていて良かったと感じる場面
- ⑤中学生時代にスポーツ活動をしていて辞めたい、苦痛だと感じた場面
- ⑥高校での部活動・クラブチームへの所属について
- ⑦大学入学時でのスポーツ活動の継続状況
- ⑧大学入学を機にスポーツ活動から離脱した動機

- ⑨高校時代にスポーツ活動をしていて良かったと感じるプラスの要因
- ⑩高校時代にスポーツ活動をしていて辞めたい、苦痛だと感じるマイナスの要因
- ⑪スポーツ活動実施と家族構成及び家族のスポーツ経歴

## 5. 統計処理

Microsoft Excel2013を使用し、各項目の単純集計ならびに特定項目においてクロス集計を行った。

## III 結果と考察

### 1. 中・高校生時のスポーツ活動状況について

表1に中・高校生時におけるスポーツ活動状況を示した。その結果、中学生時における、部活動・クラブチームへの所属種目の上位3つは順に、「テニス」16.1%、「野球」・「バスケットボール」が14.5%と球技系のスポーツ種目が占め、4位以降をみても球技系の種目が多種目あり、球技系スポーツ種目の割合は、全体の79.3%と非常に高い割合を占めていることがわかる。高校生時での上位種目は、「バスケットボール」・「バレーボール」11.9%、「テニス」・「バドミントン」11.1%、「野球」10.4%と、「弓道」11.1%を除いた5種目が球技系の種目であり、中学生時と比較し、その割合は減少を示すものの全体の7割近くを占めていることがわかる。

以上の結果を踏まえ、中・高校生時のいずれにおいても球技系種目の所属率が高いことの要因を推察すると、学校の体育授業で実施される運動内容のうち球技系の内容が生徒にとって受け入れやすいこと。また、体育授業以外のスポーツ大会や休み時間でも手軽にできるスポーツ活動（遊び）であること。さらに、球技系種目の多くが仲間とのコミュニケーションや交流を深める上で有効に働くことなど、球技系のスポーツ種目との関わりや実施可能な環境がこのような結果として現れたものと考えることができる。

次に、中・高校生時の「無所属（運動系の部活動・クラブチームに所属していない者）」の割合を見ると中学生時では、全回答者254名中61名（24.0%）と全体のおよそ4人に1人が、さらに、高校生時では全回答者254名中119名（46.9%）と、およそ半数近くの者がスポーツ活動への参加を行っておらず、校種が上がるにつれ参加率が減少傾向にあるということがわかる。

この傾向については様々な要因が考えられるが、一

概にスポーツ活動からの離脱が、スポーツ活動そのものに対する興味や関心という心的側面だけに起因するものではないように思われる。なぜなら、中学生時においては、「中学校学習指導要領解説 保健体育編 部活動の意義と留意点等」<sup>7)</sup>の文中で、生徒自身が教育課程において学習する内容について改めてその大切さを認識するよう促すとともに、部活動への自主的・自発的・積極的な参加を求めているとしているのに対し、高校生時においては文化系を含め、部活動への参加が推奨はされるものの任意であることから、部活動そのものへの参加率が減少し、そのことを受けこのような結果として現れたものと考えられるからである。

表1. 中・高校生時におけるスポーツ活動状況

種目	中学生時				高校生時			
	N(全回答者)	%	N(参加者)	%	N(全回答者)	%	N(参加者)	%
陸上	254	100	193	76.0%	254	100	135	53.1%
水泳	19	7.5%	19	9.8%	11	4.3%	11	8.1%
野球	7	2.8%	7	3.5%	2	0.8%	2	1.5%
ソフトボール	28	11.0%	28	14.5%	14	5.5%	14	10.4%
バスケットボール	3	1.2%	3	1.6%	3	1.2%	3	2.2%
バレーボール	28	11.0%	28	14.5%	16	6.3%	16	11.9%
サッカー	20	7.9%	20	10.4%	16	6.3%	16	11.9%
テニス	11	4.3%	11	5.7%	8	3.1%	8	5.9%
卓球	31	12.2%	31	16.1%	15	5.9%	15	11.1%
バドミントン	17	6.7%	17	8.8%	7	2.8%	7	5.2%
柔道	15	5.9%	15	7.8%	15	5.9%	15	11.1%
剣道	5	2.0%	5	2.6%	5	2.0%	5	3.7%
弓道	5	2.0%	5	2.6%	5	2.0%	5	3.7%
空手	1	0.4%	1	0.5%	15	5.9%	15	11.1%
新体操	1	0.4%	1	0.5%	2	0.8%	2	1.5%
無所属	2	0.8%	2	1.0%	1	0.4%	1	0.7%
球技系種目	61	24.0%			119	46.9%		
			153	79.3%			94	69.6%

### 2. 中・高校生時におけるスポーツ活動参加の理由について

表2に中・高校生時におけるスポーツ活動参加の理由について示した。その結果、中学生時では「その運動・スポーツをするのが好き」が193名中127名（65.8%）と高い割合を示し、続いて「体を動かすのが好き」（25.9%）「周囲の勧めによる」（18.1%）、「友達と取り組むのが楽しい」（15.5%）となった。

高校生時では135名中73名（54.1%）が「その運動・スポーツをするのが好き」、続いて「友達と取り組むのが楽しい」（36.3%）、「体を動かすことが好き」（34.8%）

「長期的に続けてきたから」（34.1%）「良い結果や記録を残すため」（31.1%）となった。

以上の結果から、中・高校生時においては、活動理由のいずれも自分自身が行うことに対する自的行為を理由の上位に挙げるとともに他者との関わりの中で活動をすることに意義を持っていることがわかる。また、高校生時では、勝敗や記録に対する意識の高まりや、主体的に参加するといった中学生時にはあまりみられないスポーツ活動に対する新たな理由を見て取ることができる。



表2. 中・高校生時におけるスポーツ活動理由

活動理由	中学生時		高校生時	
	N	%	N	%
	193		135	
1 その運動・スポーツをするのが好き	127	65.8%	73	54.1%
2 体を動かすのが好き	50	25.9%	47	34.8%
3 良い結果や記録を残すため	10	5.2%	42	31.1%
4 長期的に続けてきたから	9	4.7%	46	34.1%
5 仲の良い友達がやっていたから	3	1.6%	31	23.0%
6 友達と取り組むのが楽しい	30	15.5%	49	36.3%
7 周囲の勧めによる	35	18.1%	11	8.1%
8 その他	2	1.0%	2	1.5%

(複数回答可)

### 3. 中・高校生時におけるスポーツ活動を通じて感じるプラスの要因・マイナスの要因について

#### (1) スポーツ活動をしていて良かったと感じるプラスの要因について

表3に中・高校生時における、スポーツ活動をしていて感じるプラスの要因について示した。その結果、中学生時の、スポーツ活動をしていて良かったと感じる要因に関しての上位3項目の1位は「試合に勝ったとき・記録が伸びたとき」(69.9%)、続いて「仲間と和気あいあいと練習しているとき」(55.4%)、「試合や大会でプレーしているとき」(44.0%)であった。

同様に高校生時についてみると上位3項目の1位が「試合に勝ったとき・記録が伸びたとき」(79.3%)、続いて「仲間と和気あいあいと練習しているとき」(63.0%)、「試合や大会でプレーしているとき」(53.3%)となり、校種が上がるにつれその割合も高くなり、競技志向の高まりと仲間との関わりがより一層強くなっていることが理解できる。

また、中学生時では「他者から認められたとき」や「指導者から褒められたとき」の割合が高校生時に比べ高いことから、他者からの外発的動機づけ(賞賛・認知)といった要因も中学生時では大きな役割を果たしていると考えることができる。

表3. 中・高校生時のスポーツ活動時に感じるプラスの要因

快感情(プラス要因)	中学生時		高校生時	
	N	%	N	%
	193		135	
1 試合に勝つ・記録が伸びたとき	135	69.9%	107	79.3%
2 試合や大会でプレーしているとき	85	44.0%	72	53.3%
3 自己の課題を克服したとき	54	28.0%	49	36.3%
4 厳しい練習を乗り越えたとき	66	34.2%	50	37.0%
5 仲間と和気あいあいと練習しているとき	107	55.4%	85	63.0%
6 他者から認められたとき	83	43.0%	50	37.0%
7 指導者から褒められたとき	73	37.8%	45	33.3%
8 その他	3	1.6%	1	0.7%

(複数回答可)

#### (2) スポーツ活動をしていて辞めたい・苦痛だと感じるマイナスの要因について

表4に中・高校生時における、スポーツ活動をしていて感じるマイナスの要因について示した。その結果、中学生時のスポーツ活動をしていて辞めたい・苦痛だと感じるマイナスの要因に関しての上位3項目の1位

は「練習内容が苦痛であるとき」(45.6%)、続いて「人間関係がうまくいかないとき」(42.5%)、「試合に負けたり、思うような結果が出なかったとき」(30.0%)であり、「顧問からの厳しい指導」も上位にあることがわかる。

同様に高校生時についてみると上位3項目の1位が「試合に負けたり、思うような結果が出なかったとき」(48.1%)、続いて「練習内容が苦痛であるとき」(40.7%)、「人間関係がうまくいかないとき」(34.1%)であり、加えて中学生時と同様その割合は中学生時より低いものの「顧問からの厳しい指導」も上位にあることがわかる。

中学生時・高校生時ともに、試合の勝ち負けや結果などの競争的な要因に加えて、「人間関係がうまくいかないとき」が上位の項目に挙げられた。このことから、生徒がスポーツ活動から離脱したいと考える切っ掛けとして、人間関係の善し悪しが影響していることを考えた場合、指導者や指導に関わる者にとって留意すべき点として、活動時においては、競技の勝敗に重点を置いた技術指導だけでなく、生徒同士の関係などにも常に目を向けながら、指導に努めるべきではないかと考える。

表4. 中・高校生時のスポーツ活動時に感じるマイナス要因

不快感情(マイナス要因)	中学生時		高校生時	
	N	%	N	%
	193		135	
1 試合に負けたり、思うような結果が出ないとき	58	30.0%	65	48.1%
2 練習内容が苦痛であるとき	88	45.6%	55	40.7%
3 顧問からの厳しい指導	57	29.5%	28	20.7%
4 周囲からの期待値が高い	13	6.7%	8	5.9%
5 人間関係がうまくいかない	82	42.5%	46	34.1%
6 その他	4	2.1%	6	4.4%
該当なし	15	7.8%	0	0.0%

(複数回答可)

### 4. 高校・大学進学時におけるスポーツ活動の継続状況について

表5に高校ならびに大学進学時におけるスポーツ活動の継続状況を示した。調査結果から継続状況の対象となった者は高校進学時では193名である。

表5. 高校・大学進学時におけるスポーツ活動継続状況

継続状況内容	高校での継続状況		大学での継続状況	
	N(参加者)	%	N(参加者)	%
	193		135	
1 都活動として継続	85	44.0%	36	26.7%
2 クラブチームとして継続	1	0.5%	0	0%
3 同じ種目をサークルで継続	0	0%	39	28.9%
4 別種目へ移行し部活動へ所属	48	24.9%	11	8.1%
6 別種目へ移行しサークルへ	0	0%	13	9.6%
6 別種目へ移行しクラブへ所属	1	0.5%	0	0%
7 辞めた	53	30.0%	36	26.7%

種目を変えずに「部活動として継続」した者が全体の44.0%、種目を変えずに「クラブチームとして継続」した者が0.5%と、また、種目を変更し「部活動へ所属」

した者が24.9%、種目を変更し「クラブチームへ所属」した者が、0.5%と4分の1近くの者に種目の変更はみられるものの全体の7割の者が高校進学時においてもスポーツ活動を継続している反面、3割の者がスポーツ活動からの離脱がみられることがわかる。

さらに、上記対象者について大学進学時の継続状況をみるために高校進学時に離脱した58名を除く135名についてみた。その結果、種目を変えずに「部活動・クラブチームとして継続」した者が全体の26.7%、種目を変えずに「サークルで継続」した者が28.9%と、部活動からサークル活動へと活動団体に変更はあるものの半数以上の者が種目を変えることなく継続したスポーツ活動を行っていることがわかる。

そして、種目を変更し「部活動・クラブチームへ所属」した者が8.1%、種目を変更し「サークルへ所属」した者が9.6%とスポーツ活動状況（種目を含む）に変化がみられると同時に、高校生時にスポーツ活動を行っていた者のうち3割の者がスポーツ活動から離脱していることもわかる。

最後に、現在のスポーツ活動状況について触れる。全回答者254名に対し、現在のスポーツ活動の実施についての有無（体育授業は除く）ならびに離脱状況等を合わせたものをみると、スポーツ活動を行っていたあるいは行っている者は、中学生時において193名（76.0%）、高校生時において135名（53.1%）、そして大学生時には99名（39.0%）と右肩下がりにその割合は減少していることとなる。

よってこれらの結果から本対象者の現状は、文部科学省が示すスポーツ基本計画の「若者のスポーツ参加機会の拡充や高齢者の体力づくり支援等のライフステージに応じたスポーツ活動の推進」に対し問題を呈することを裏付けているとすることができる。

## 5. 高校・大学進学時におけるスポーツ活動からの離脱動機について

表6に高校ならびに大学進学時においてスポーツ活動から離脱した者の動機について示した。その結果、高校入学時にスポーツ活動を辞めた者58名の中で回答が多かった上位3項目の1位は「学業に専念するため」の20名で、全体の37.0%を占め、続いて2位は「他に興味のある運動系以外の部活があったから」であり、17名が回答しており、全体の31.5%を、そして3位は「高校の練習内容が厳しい」で、11名が回答しており、全体の20.4%を占めていることがわかる。その他回答率が上位に位置していたものとしては、「高

校と中学校との部活動の方針の違い」が18.5%、「通学時間の問題」が16.7%として挙げられる。

同様に、大学入学時にスポーツ活動を辞めた者についてみると回答者は36名、回答が多かった上位3項目の1位は「他に興味のある運動系以外の部活動・サークルがあったから」の19名で、全体の44.2%と、半数近くに及ぶことがわかる。続いて2位は「高校までの成績に満足している」であり、13名が回答し、全体の30.2%を、そして3位は「学業に専念するため」で、10名が回答し全体の23.3%を占めていることがわかる。その他回答率が上位に位置していたものとしては、「大学と高校との部活動の方針の違い」が18.6%として挙げられる。

これらのことから、両時期に共通して言えることは、ひとつは、「大学受験や専門学校への進学という目標に対する節目」、二つ目は、「専門的知識の習得と卒業後のライフステージに大きな影響を与えるであろう進路の決定を行うための節目」と、いわゆる各時期での「節目」というものがスポーツ活動の継続を制御する要因となっていることがわかる。そして、加齢とともに生活環境の変化も加速度を増し、これに伴ってライフスタイルも様々な方向へと進化していく状況下において、学業とスポーツ活動の両立を困難と感じている者は、運動やスポーツ活動の意義や重要性以上に将来設計を優先し、このことが、活動からの離脱原因を作る切っ掛けとなり、ライフステージにおけるスポーツ活動の位置づけを軽視することに繋がっているのではないかと推察される。

次に高校進学時におけるスポーツ活動からの離脱動機であるが「高校の練習時間が長い」という物理的な要因も選択肢に盛り込んだがその割合は低く、そのこと以上に「高校の練習内容が厳しい」という苦痛として感じるネガティブな心理的要因が高校進学時に見られることから、スポーツ活動を行うことの楽しさや意義というものに対し、マイナスな要因として働いていることを裏付けていると言えるのではないだろうか。また、「その他」と回答した7名の回答理由を見るとその内6名が「中学で部活動に所属することが強制であった」としている。このことを考えると、運動やスポーツをするのが好きにも拘らず中学生時でのスポーツ種目の選択肢が少ない、あるいはスポーツ種目によってはチームとして成立することができないことによる自分の意志に沿わない活動への参加といった諸問題がその背景に潜んでいることに起因することと考えられ、このことは、少子化に伴う学校間の統廃合の煽

りや指導者の確保の問題、学校のスポーツ活動に対する方針などと言った外的要因が影響を与えていると推測でき、意に反した状況下でのスポーツ活動が行われていたという「ネガティブなスポーツ経験」に端を発し、これらの要因がスポーツ活動からの離脱を生み出す結果として現れているものと言えるのではないだろうか。

また、大学進学時において、「高校までの成績に満足している」と回答した者を見ることができるが、このことをポジティブに解釈すると、高校生時のスポーツ活動をスポーツ活動としての一つのライフステージの区切りとしたこと。自己の思い描いた目標を達成し、やりきったと感じていること。等を考えることができるが、ネガティブに解釈した場合、競技志向型のスポーツ活動を中心に行っていたために、自己の競技成績の向上に限界を感じ取ったことによるものとも考えられはしないだろうか。

最後に下位3項目についてみると、高校入学時では「練習環境の不十分さ」「専門の指導者がいない」「チームメイトの活動からの離脱」「経済的理由」が挙げられ、大学入学時では「専門の指導者がいない」「人間関係で嫌な経験をした」「通学時間の問題」となっている。両時期に共通している要因として、「専門の指導者がいない」が挙げられていたがその割合は予想以上に低いものであり、スポーツ活動の離脱要因として捉えるに値しないものであることがわかった。

いずれにしてもスポーツを通じてすべての人々が幸福で豊かな生活を営むことができる社会の形成や若者のスポーツ参加の拡充や高齢者の体力づくり等のライフステージに応じたスポーツ活動の振興を具現化させるためには、運動やスポーツ活動の楽しさや意義、そして重要性を認識し、運動者自身が楽しみを感じつつ切迫感を持つような環境の整備や企画とその実現が不可欠であると言えるであろう。

表3. 高校・大学進学時における離脱の動機

理由の内訳	高校生時 (N = 58)		大学生時 (N = 36)	
	回答者数	%	回答者数	%
1 中学(高校)までの成績に満足している	5	9.3%	13	30.2%
2 高校(大学)の練習時間が長い	5	9.3%	4	9.3%
3 高校(大学)の練習内容が厳しい	11	20.4%	3	7.0%
4 高校(大学)までの通学時間が長い	9	16.7%	2	4.7%
5 経済的に継続が困難	3	5.6%	5	11.6%
6 学業に専念するため	20	37.0%	10	23.3%
7 他に興味のある運動系以外の部活があった	17	31.5%	19	44.2%
8 チームメイトが辞めたから	3	5.6%	5	11.6%
9 人間関係で嫌な経験をした	5	9.3%	2	4.7%
10 専門の指導者がいない	2	3.7%	1	2.3%
11 怪我の影響	0	0.0%	3	7.0%
12 高校(大学)の部活の方向性の違い	10	18.5%	8	18.6%
13 練習環境の不十分さ	1	1.9%	3	7.0%
14 その他	7	13.0%	5	11.6%

(複数回答可)

## 6. 家族のスポーツ経歴とスポーツ活動との関係について

回答者の家族のスポーツ経歴を家族構成を特定しないでみた場合、全回答者254名中245名(96.5%)の家族で誰かが何らかのスポーツ活動を過去・現在において、行っていたあるいは行っていることが明らかとなり、非常に高い割合を示していると言える。

図1に中・高校生時において取り組んでいた運動種目と家族のスポーツ経歴との一致状況について示した。

はじめに「家族構成を特定しない場合」の一致状況について述べる。中学生時における種目に関しては、スポーツ活動をしていた者の全体の60.0%が家族いずれかの者が行っていた(行っている)という結果が得られ、高校生時においても56.4%と、半数を上回る高い割合を示していることがわかる。よってこの結果から、家族という身近な存在のスポーツ経験は、生徒がスポーツ活動に取り組むことや種目選択をするうえで、大きな意味と影響を与えていると言えよう。

更に「家族」を大きく「父母」と「兄弟姉妹」の二つの家族構成に分類し、その詳細についてみることにした。「父母との一致」これは少なくとも父母のどちらかと種目が一致している場合を指す。中学生時での種目に関しては、全体の33.2%が父母いずれかと一致し、高校生時では全体の29.1%と、中・高校生時ともに約3割を占めていることがわかる。

次に、「兄弟姉妹との一致」これは、少なくとも兄弟姉妹のいずれかと種目が一致している場合を指す。

中学生時での種目に関しては、全体の44.2%が兄弟姉妹いずれかと一致し、高校生時では全体の43.4%と、中・高校生時ともに4割以上を占めていることがわかる。

以上の結果により「父母との一致」以上に「兄弟姉妹との一致」の方が高い割合を示していることから、父母以上に兄弟姉妹のスポーツ活動の実施種目は大きな影響を与えていることが推察できる。そして、このことは、自分(運動者)がスポーツ活動に取り組む際、同世代の運動者行動の様子や運動接近過程に関わる状況や情報等を日常生活の中で父母以上に身近に認識することができ、そのことによって自分自身のスポーツ活動に対するイメージが湧きやすいことに起因しているものと推察することができる。

最後に、「家族経歴無し」についてである。これは、本人以外の家族全員が全くスポーツ活動経験を有していない場合を指す。



中学生時での種目に関しては、スポーツ活動をしてきた者の全体の3.3%が、また、高校生時においても4.5%と、中・高校生時ともに非常に低い割合となっている。

この結果から、身近な存在である家族がスポーツ活動に取り組んでいたかあるいは取り組んでいるかという状況は、スポーツ活動への接近に対する大きな動機づくりのひとつとなっているものと言えるのではないだろうか。

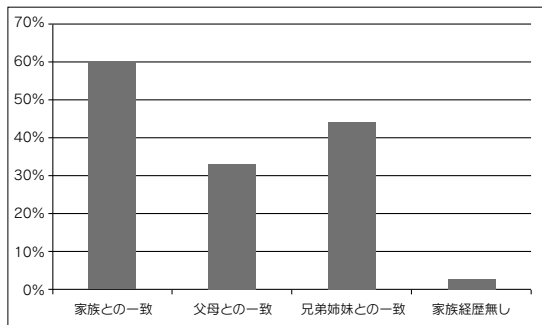


図1-1. 中学生時における運動種目の家族との一致状況

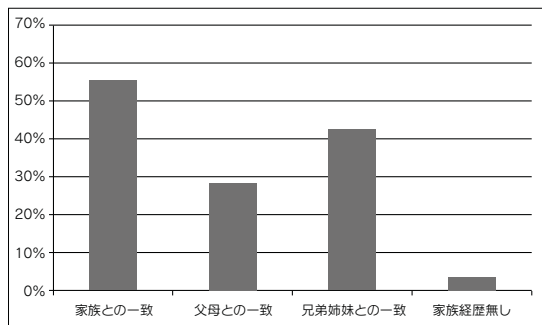


図1-2. 高校生時における運動種目の家族との一致状況

#### IV. まとめ

本稿では、「国民の生涯にわたるスポーツライフの充実」のために、青少年の時期でのスポーツ活動への取り組みが、運動習慣を身に付ける重要な期間であり、その時期におけるスポーツ活動からの離脱を防ぐことが大きな課題であると考えた。そしてスポーツ活動からの離脱をどのように解決することが望ましいかを運動・スポーツ活動からの「離脱」と「参加」をテーマに青森県H大学教育学部学生を対象とし、質問紙によるアンケート調査を行い以下の結果を得た。

1. 中・高校生時のスポーツ活動状況については、中・高校生時共に球技系スポーツ種目の所属割合が高く、その要因として、学校の体育授業で実施される運動内容のうち球技系の内容が生徒にとって受け入れやすいこと。また、体育授業以外のスポーツ大

会や休み時間でも手軽にできるスポーツ活動（遊び）であること。さらに、球技系種目の多くが仲間とのコミュニケーションや交流を深める上で有効に働くことなど、球技系のスポーツ種目との関わりや実施可能な環境が考えられること。

校種が上がるにつれ参加率が減少傾向にあること。

この傾向は、スポーツ活動離れが、スポーツ活動そのものに対する興味や関心という心的側面だけに起因するだけでなく、校種によって学校側の部活動に対する教育観や参加に対する指導方法や理念が異なる点にあるということ。

2. 中・高校生時におけるスポーツ活動参加の理由については、両時期のいずれも自分自身が行うことに対する行為を理由の上位に挙げ、他者との関わりの中で活動することに意義を持っていること。また、高校生時では、勝敗や記録に対する意識の高まりや、主体的に参加するといった中学生時にはあまりみられないスポーツ活動に対する新たな理由が生まれること。

3. 中・高校生時におけるスポーツ活動をしていて良かったと感じるプラスの要因については、「試合に勝ったとき・記録が伸びたとき」、続いて「仲間と和気あいあいと練習しているとき」、「試合や大会でプレーしているとき」が両時期共に高い割合を示し、校種が上がるにつれその割合も高くなり、競技志向の高まりと仲間との関わりがより一層強くなっていること。また、中学生時では「他者から認められたとき」や「指導者から褒められたとき」の割合が高校生時に比べ高いことから、他者からの外発的動機づけ（賞賛・認知）といった要因も中学生時では大きな役割を果たしていること。

4. 中・高校生時におけるスポーツ活動をしていて辞めたい・苦痛だと感じるマイナスの要因については、中学生時・高校生時ともに、試合の勝ち負けや結果などの競技的な要因に加えて、「人間関係がうまくいかないとき」が上位の項目に挙げられた。このことから、生徒がスポーツ活動から離脱したいと考える切っ掛けとして、人間関係の善し悪しが影響していると考えられ、顧問や活動を指導する側は、競技の勝敗に重点を置いた技術指導だけでなく、生徒同士の関係などにも常に目を向けながら、指導に

努めるべきであること。

5. 高校・大学進学時におけるスポーツ活動の継続状況については、高校進学時において全体の7割の者が高校進学時においてもスポーツ活動を継続している反面、3割の者がスポーツ活動からの離脱がみられたこと。さらに、上記対象者について大学進学時の継続状況を見ると半数以上の者が種目を変えることなく継続したスポーツ活動を行っているものの高校生時にスポーツ活動を行っていた者のうち3割の者がスポーツ活動から離脱していること。

現在のスポーツ活動状況については、スポーツ活動を行っていたあるいは行っている者は、中学生時、高校生時、そして大学生時と右肩下がりになる割合が減少傾向を示していること。よってこれらの結果から本対象者の現状は、文部科学省が示すスポーツ基本計画の「若者のスポーツ参加機会の拡充や高齢者の体力づくり支援等のライフステージに応じたスポーツ活動の推進」に対し問題を呈することを裏付けているということ。

6. 高校・大学進学時におけるスポーツ活動からの離脱動機について、両時期に共通して言えることは、ひとつは、「大学受験や専門学校への進学という目標に対する節目」、二つ目は、「専門的知識の獲得と卒業後のライフステージに大きな影響を与えるであろう進路の決定を行うための節目」と、いわゆる各時期での「節目」というものがスポーツ活動の継続動機の要因を生み出していること。そして、加齢とともに生活環境の変化も加速度を増し、これに伴ってライフスタイルも様々な方向へと進化していく状況下において、学業とスポーツ活動の両立を困難と感じている者は、運動やスポーツ活動の意義や重要性以上に将来設計を優先し、このことが、活動からの離脱原因を作る切っ掛けとなり、ライフステージにおけるスポーツ活動の位置づけを軽視することに繋がっていると考えられること。

高校進学時におけるスポーツ活動からの離脱動機を見ると「高校の練習時間が長い」という物理的な要因も選択肢に盛り込んだがその割合は低く、そのこと以上に「高校の練習内容が厳しい」という苦痛として感じるネガティブな心的要因が高校生進学時に見られることから、スポーツ活動を行うことの楽しさや意義というものに対し、マイナスな要因として働いているということ。

「その他」と回答した7名の回答理由を見るとその内6名が「中学で部活動に所属することが強制であった」としていることを考えると、運動やスポーツをするのが好きにも拘らず中学生時でのスポーツ種目の選択肢が少ない、あるいはスポーツ種目によってはチームとして成立することができないことによる自分の意志に沿わない活動への参加といった諸問題がその背景に潜んでいることに起因することもあると考えられること。そして、このことは、少子化に伴う学校間の統廃合の煽りや指導者の確保の問題、学校のスポーツ活動に対する方針などと言った外的要因が影響を与えていると推測でき、意に反した状況下でのスポーツ活動が行われていたという「ネガティブなスポーツ経験」に端を発し、これらの要因がスポーツ活動からの離脱を生み出す結果として現れているものと考えられること。

大学進学時において、「高校までの成績に満足している」と回答した者を見ることができ、このことをポジティブに解釈すると、高校生時のスポーツ活動をスポーツ活動としての一つのライフステージの区切りとしたこと。自己の思い描いた目標を達成し、やりきったと感じていること。等が考えられるが、その反面、ネガティブに解釈した場合、競技志向型のスポーツ活動を中心に行っていたために、自己の競技成績の向上に限界を感じ取ったことによるものと考えられなくもないこと。

両時期に共通している要因として、「専門の指導者がいない」が挙げられていたがその割合は予想以上に低いものであり、スポーツ活動の離脱要因として捉えるに値しないものであること。

7. 家族のスポーツ経歴とスポーツ活動との関係については、家族という身近な存在のスポーツ経験が、生徒がスポーツ活動に取り組むことや種目選択をするうえで、大きな意味と影響を与えているということ。

父母以上に兄弟姉妹のスポーツ活動の実施種目の一致率が高いことから、父母以上に兄弟姉妹のスポーツ活動の実施種目は大きな影響を与えており、このことは、自分(運動者)がスポーツ活動に取り組む際、同世代の運動者行動の様子や運動接近過程に関わる状況や情報等を日常生活の中で父母以上に身近に認識することができ、そのことによって自分自身のスポーツ活動に対するイメージが湧きやすいうちに起因しているものと推察することができること。



## V. 終わりに

いずれにしてもスポーツを通じてすべての人々が幸福で豊かな生活を営むことができる社会の形成や若者のスポーツ参加の拡充や高齢者の体力づくり等のライフステージに応じたスポーツ活動の振興を具現化させるためには、運動やスポーツ活動の意義や重要性を認識し、運動者自身が楽しみを感じつつ切迫感を持つような環境の整備や企画とその実現が不可欠であると言えるのではないだろうか。そして、欧米のように、スポーツ活動が身近にまた生活の一部として在ることを我が国においても深く浸透させることができればスポーツ本来の楽しさを感じることができることは勿論、健康面においてもそのことが反映され長寿大国として世界に誇れる日本の将来が現実のものとなると言えるであろう。

## 引用文献

- 1) 文部科学省、内閣府『体力・スポーツに関する世論調査』、スポーツ基本計画、p. 15、2012
- 2) 文部科学省、スポーツ基本計画、p. 15、2012
- 3) スポーツ庁、第2期スポーツ基本計画「参考資料」、p. 45、2017
- 4) SSF 笹川スポーツ財団、『10代のスポーツライフに関する調査』、p. 96、2015
- 5) 泉 由里奈、「青少年におけるスポーツ離脱を防ぐための一考察ー大学生のスポーツ継続要因を参考にしてー」、高知工科大学マネジメント部、学士論文、p. 2、2015
- 6) 伊藤克広・材井志帆・山口直輝・石井原咲秋・松田有沙、「大学生の運動・スポーツ活動と生活満足度の関連に関する質的研究(2)ー「離脱」と「移行」の視点からー」、兵庫県立大学政策科学研究所 人文論集、第51巻、p. 62、2016
- 7) 文部科学省、中学校学習指導要領解説 保健体育編、p. 171、2008

(2017. 7. 27 受理)