

# 運動部の活動時間の適正度と部活動適応感の関連について

—徳島県中学校剣道部を対象に—

熊橋 和真（兵庫教育大学）

## 1. 目的

本研究の目的は、現在、部活動の悩みとして大きな割合を占めている活動時間に焦点を当て、生徒の部活動適応感との関連を求めることで、部活動の活動時間の適正化を図ることを目的とした。

## 2. 方法

調査用紙を用いて分析を進めていく。作成に関しては部活動適応感の先行研究、文部科学省の調査結果を参考に、部活動適応感、活動時間の適正度の調査用紙（4件法）を作成することとした。

- 1) 対象者：徳島県の剣道部の中学生（120名）
- 2) 調査時期：令和元年9月～10月
- 3) 分析方法：得点を平均値±.05SDを用いて適応感を高い群と低い群の2つに分けた。t検定、重回帰分析を行い、高群と低群で活動時間の適正度の比較し、影響の大きさを分析した。

## 3. 結果と考察

分析の結果、表1より2つの群では有意な差( $P < .05$ )が確認された。すべての構成要素において、適応感の高い群の方が、低い群よりも、活動時間の適正度が高いと言える。また、重回帰分析の結果(図1)、6つの構成要素の

表1 適応感低群, 高群の平均点及び有意差  
うち個人目標適正度, 学業バランス適正度, 自由時間バランス適正度の3つが適正度に大きく

表1 適応感低群, 高群の平均点及び有意差

	個人目標適正度 M/SD	チーム目標適正度 M/SD	体力適正度 M/SD	学業バランス適正度 M/SD	自由時間バランス適正度 M/SD	意見反映適正度 M/SD
適応感が低い群①	3.18/.77	3.21/.86	3.09/.63	2.76/.90	3.04/.77	2.29/1.10
適応感が高い群②	3.65/.41	3.77/.42	3.55/.64	3.49/.67	3.51/.58	3.43/.87
活動量の平均値の比較	①<②	①<②	①<②	①<②	①<②	①<②
						※ $P < .05$

影響を与えていることが確認された。この結果は文部科学省の調査で明らかになった生徒、保護者の悩みである「学業との両立の不安」に関連が見られたと言える。

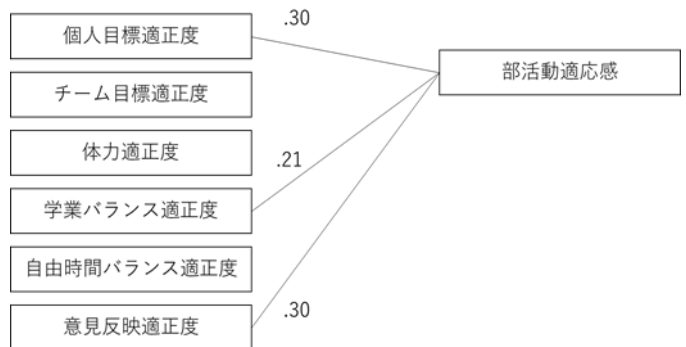


図1 活動時間適正度が適応感に及ぼす影響

## 4. 結論

総じてみると、生徒の部活動適応感を高めるために、顧問教員は以下のことを意識して活動時間を取り決める必要がある。生徒が自分の競技者としての目標を取り決める機会を設けること。学業とのバランスがとれるように、部活動中心の生活にしないこと。生徒の意見に耳を傾け、生徒とともに作っていく部活動と認識すること。これら3つを意識して部活動の活動時間を設定することが示唆された。

<参考文献>

- 1) 文部科学省(2017)「運動部活動等に関する実態調査集計状況」pp. 19

