

2. 中学生のアンケート調査結果

(1) 分析結果（学年別・性別・評価グループ別 比較）

表1 京都市内1中学校の特性 (%)

	1年生 (n=206)	2年生 (n=204)	全体 (N=410)
男子	54.9	52.0	53.4
女子	45.1	48.0	46.6
合計	100.0	100.0	100.0

$$\chi^2 = 0.35, \text{d.f.} = 1, n.s.$$

京都市内1中学校の特性として、1年生・2年生ともに男子生徒の方が多傾向にあった。

表2 自身の体力に対する意識: 学年別比較 (%)

	1年生		2年生		全体	
	プログラム前 (n=204)	プログラム後 (n=205)	プログラム前 (n=206)	プログラム後 (n=206)	プログラム前 (N=410)	プログラム後 (N=411)
とてもあると思う	3.9	4.9	3.4	2.9	3.7	3.9
少しあると思う	25.0	29.3	20.9	23.3	22.9	26.3
普通だと思う	41.2	36.1	44.2	43.2	42.7	39.7
あまりないと思う	20.6	18.5	23.3	20.9	22.0	19.7
全くないと思う	9.3	11.2	8.3	9.7	8.8	10.5
合計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

$$\chi^2 = 2.16, \text{d.f.} = 4, n.s.$$

$$\chi^2 = 0.89, \text{d.f.} = 4, n.s.$$

$$\chi^2 = 2.52, \text{d.f.} = 4, n.s.$$

自身の体力について、1年生・2年生ともに「普通だと思う」と回答する傾向が見られる。また、1年生・2年生ともに、プログラムを経て自身の体力について「ある」と認識している者（「とてもあると思う」「少しあると思う」と回答した者）の割合が増加する傾向にある一方、「全くないと思う」と回答する割合も微増であった。

表3 自身の体力に対する意識: 性別比較 (%)

	男子		女子		全体	
	プログラム前 (n=216)	プログラム後 (n=217)	プログラム前 (n=191)	プログラム後 (n=191)	プログラム前 (N=410)	プログラム後 (N=411)
とてもあると思う	6.0	5.5	0.5	1.6	3.7	3.9
少しあると思う	25.9	29.0	19.4	23.0	22.9	26.3
普通だと思う	42.1	39.2	44.0	40.8	42.7	39.7
あまりないと思う	20.4	17.5	23.6	22.0	22.0	19.7
全くないと思う	5.6	8.8	12.6	12.6	8.8	10.5
合計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

$$\chi^2 = 2.67, \text{d.f.} = 4, n.s.$$

$$\chi^2 = 1.93, \text{d.f.} = 4, n.s.$$

$$\chi^2 = 2.52, \text{d.f.} = 4, n.s.$$

自身の体力について、女子生徒よりも男子生徒の方が「体力がある」と認識している者の割合が多い。また、プログラムを経て、男子生徒・女子生徒ともにその割合が増加する傾向にある。

表4 自身の体力に対する意識: 評価グループ別比較 (％)

	Aグループ		Bグループ		Cグループ		全体	
	プログラム前 (n=144)	プログラム後 (n=144)	プログラム前 (n=128)	プログラム後 (n=129)	プログラム前 (n=138)	プログラム後 (n=138)	プログラム前 (N=410)	プログラム後 (N=411)
とてもあると思う	4.2	4.9	3.9	3.9	2.9	2.9	3.7	3.9
少しあると思う	21.5	26.4	18.0	23.3	29.0	29.0	22.9	26.3
普通だと思う	45.1	39.6	46.9	39.5	36.2	39.9	42.7	39.7
あまりないと思う	20.8	22.9	19.5	20.2	25.4	15.9	22.0	19.7
全くないと思う	8.3	6.3	11.7	13.2	6.5	12.3	8.8	10.5
合計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

$\chi^2=1.88, d.f.=4, n.s.$ $\chi^2=1.80, d.f.=4, n.s.$ $\chi^2=5.67, d.f.=4, n.s.$ $\chi^2=2.52, d.f.=4, n.s.$

(注) Aグループは「スタート力」、Bグループは「後半の加速」、Cグループは「切り返し動作」を課題としている。

自身の体力について、Aグループ・Bグループともに、プログラムを経て「体力がある」と認識している者の割合が増加する傾向にある。Cグループにおいては、「体力がある」と認識している者の割合に変化が見られないが、「全くないと思う」と回答する者の割合が増加している。

表5 運動・スポーツ活動に対する意識: 学年別比較 (％)

	1年生		2年生		全体	
	プログラム前 (n=203)	プログラム後 (n=198)	プログラム前 (n=205)	プログラム後 (n=202)	プログラム前 (N=408)	プログラム後 (N=400)
好き	54.7	52.0	48.3	47.5	51.5	49.8
どちらかと言えば好き	29.6	30.3	33.7	32.2	31.6	31.3
どちらかと言えば嫌い	13.3	12.1	13.7	14.9	13.5	13.5
嫌い	2.5	5.6	4.4	5.4	3.4	5.5
合計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

$\chi^2=2.66, d.f.=3, n.s.$ $\chi^2=0.41, d.f.=3, n.s.$ $\chi^2=2.07, d.f.=3, n.s.$

運動・スポーツ活動に対する意識は、1年生・2年生ともに肯定的な意見を持っている者（「好き」「どちらかと言えば好き」と回答した者）の割合が多い。その傾向は、プログラムを経ても変わらないが、1年生・2年生ともにプログラムを経て微減する傾向にあった。

表6 運動・スポーツ活動に対する意識: 性別比較 (％)

	男子		女子		全体	
	プログラム前 (n=215)	プログラム後 (n=215)	プログラム前 (n=190)	プログラム後 (n=182)	プログラム前 (N=408)	プログラム後 (N=400)
好き	62.8	60.9	38.4	36.3	51.5	49.8
どちらかと言えば好き	25.1	26.5	39.5	37.4	31.6	31.3
どちらかと言えば嫌い	8.8	7.4	18.4	20.3	13.5	13.5
嫌い	3.3	5.1	3.7	6.0	3.4	5.5
合計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

$\chi^2=1.29, d.f.=3, n.s.$ $\chi^2=1.47, d.f.=3, n.s.$ $\chi^2=2.07, d.f.=3, n.s.$

運動・スポーツ活動に対する意識は、男子生徒・女子生徒ともに肯定的な意見を持っている者の割合が多く、男子生徒はプログラム後においても同様の傾向を示した。女子生徒においては、プログラム後に肯定的な意見を持っている者の割合が微減する傾向にあった。

表7 運動・スポーツ活動に対する意識: 評価グループ別比較 (％)

	Aグループ		Bグループ		Cグループ		全体	
	プログラム前 (n=142)	プログラム後 (n=140)	プログラム前 (n=129)	プログラム後 (n=128)	プログラム前 (n=137)	プログラム後 (n=132)	プログラム前 (N=408)	プログラム後 (N=400)
好き	50.7	50.0	49.6	47.7	54.0	51.5	51.5	49.8
どちらかと言えば好き	35.2	34.3	28.7	29.7	30.7	29.5	31.6	31.3
どちらかと言えば嫌い	9.9	14.3	19.4	14.8	11.7	11.4	13.5	13.5
嫌い	4.2	1.4	2.3	7.8	3.6	7.6	3.4	5.5
合計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

$\chi^2=3.11, d.f.=3, n.s.$ $\chi^2=4.67, d.f.=3, n.s.$ $\chi^2=1.97, d.f.=3, n.s.$ $\chi^2=2.07, d.f.=3, n.s.$

運動・スポーツ活動に対する意識は、各グループとも肯定的な意見を持っている者の割合が多い。しかし各グループともに、プログラムを経て肯定的な意見を持っている者の割合が減少する傾向にある。

表8 好きな運動・スポーツ種目: 学年別比較 (％)

	1年生 (n=171)	2年生 (n=168)	全体 (N=339)
ゴルフ	0.0	1.2	0.6
サッカー	21.1	13.1	17.1
ソフトテニス	1.2	8.3	4.7
ソフトボール	1.2	1.2	1.2
ダンス	0.6	1.2	0.9
テニス	8.8	13.1	10.9
ドッチボール	0.6	1.2	0.9
ハードル	0.6	0.0	0.3
バスケットボール	7.0	16.1	11.5
バドミントン	4.1	1.8	2.9
バレーボール	6.4	5.4	5.9
マーチング	1.2	0.0	0.6
ラグビー	1.2	0.0	0.6
球技	0.6	0.6	0.6
空手	1.2	0.6	0.9
剣道	2.3	0.6	1.5
水泳	2.9	5.4	4.1
走る	3.5	0.0	1.8
体を動かす	0.6	0.0	0.3
卓球	2.9	3.0	2.9
野球	13.5	10.1	11.8
陸上競技	12.9	10.1	11.5
無回答	5.8	7.1	6.5
合計	100.0	100.0	100.0

表9 好きな運動・スポーツ種目: 性別比較 (％)

	男子 (n=189)	女子 (n=148)	全体 (N=337)
ゴルフ	0.5	0.7	0.6
サッカー	28.6	2.0	16.9
ソフトテニス	2.1	8.1	4.7
ソフトボール	0.0	2.7	1.2
ダンス	0.5	1.4	0.9
テニス	10.1	12.2	11.0
ドッチボール	1.1	0.7	0.9
ハードル	0.0	0.7	0.3
バスケットボール	9.5	13.5	11.3
バドミントン	0.0	6.8	3.0
バレーボール	0.5	12.8	5.9
マーチング	0.0	1.4	0.6
ラグビー	1.1	0.0	0.6
球技	0.0	1.4	0.6
空手	1.1	0.7	0.9
剣道	1.6	1.4	1.5
水泳	3.2	5.4	4.2
走る	1.1	2.7	1.8
体を動かす	0.0	0.7	0.3
卓球	3.2	2.7	3.0
野球	20.1	1.4	11.9
陸上競技	9.0	14.9	11.6
無回答	6.9	6.1	6.5
合計	100.0	100.0	100.0

運動・スポーツ活動に対する意識で「好き」「どちらかと言えば好き」と回答した者に、その具体的な種目を聞いたところ、1年生では「サッカー」が最も多く、「野球」、「陸上

競技」と続く。2年生では「バスケットボール」が最も多く、「サッカー」、「テニス」と続く（表8）。

性別では、男子生徒で「サッカー」が最も多く、「野球」、「テニス」と続く。女子生徒では「陸上競技」が最も多く、「バスケットボール」、「バレーボール」と続く（表9）。

表10 好きな運動・スポーツ種目：評価グループ別比較 (%)

	Aグループ (n=122)	Bグループ (n=101)	Cグループ (n=118)	全体 (N=339)
ゴルフ	0.8	0.0	0.9	0.6
サッカー	18.0	17.8	15.5	17.1
ソフトテニス	4.9	5.0	4.3	4.7
ソフトボール	0.8	0.0	2.6	1.2
ダンス	0.0	2.0	0.9	0.9
テニス	11.5	11.9	9.5	10.9
ドッジボール	0.0	2.0	0.9	0.9
ハードル	0.0	0.0	0.9	0.3
バスケットボール	13.1	10.9	10.3	11.5
バドミントン	3.3	2.0	3.4	2.9
バレーボール	2.5	6.9	8.6	5.9
マーチング	0.8	0.0	0.9	0.6
ラグビー	1.6	0.0	0.0	0.6
球技	1.6	0.0	0.0	0.6
空手	0.8	1.0	0.9	0.9
剣道	2.5	1.0	0.9	1.5
水泳	1.6	4.0	6.9	4.1
走る	1.6	1.0	2.6	1.8
体を動かす	0.0	1.0	0.0	0.3
卓球	1.6	3.0	4.3	2.9
野球	10.7	14.9	10.3	11.8
陸上競技	13.9	7.9	12.1	11.5
無回答	8.2	7.9	3.4	6.5
合計	100.0	100.0	100.0	100.0

好きな運動・スポーツ種目について評価グループ別で見たとところ、各グループとも「サッカー」が最も多い。次いで、Aグループでは「陸上競技」、「バスケットボール」と続き、Bグループでは「野球」、「テニス」と続いている。Cグループでは、「サッカー」に次いで「陸上競技」が多く、「野球」、「バスケットボール」が続く。

表11 定期的な運動・スポーツ活動の実施状況：学年別比較 (%)

	1年生 (n=186)	2年生 (n=195)	全体 (N=381)
している	83.9	77.4	80.6
していない	16.1	22.6	19.4
合計	100.0	100.0	100.0

※定期的な運動・スポーツの実施とは、体育の授業以外で1週間に1回以上の運動・スポーツの実施を指す。 $\chi^2=2.52, d.f.=1, n.s.$

現在の定期的な運動・スポーツ活動の実施状況は、1年生・2年生ともに実施している者の割合が多い。また、2年生よりも1年生の方が実施している者の割合が高い傾向にある。

表12 定期的な運動・スポーツ活動の実施状況：性別比較 (%)

	男子 (n=202)	女子 (n=176)	全体 (N=378)
している	89.6	69.9	80.4
していない	10.4	30.1	19.6
合計	100.0	100.0	100.0

※定期的な運動・スポーツの実施とは、体育の授業以外で1週間に1回以上の運動・スポーツの実施を指す。 $\chi^2=23.23, d.f.=1, p<.001$

現在の定期的な運動・スポーツ活動の実施状況は、男子生徒・女子生徒ともに実施している者の割合が多い。また、女子生徒よりも男子生徒の方が実施している者の割合が多く、統計的に有意な違いが認められた。

表13 定期的な運動・スポーツ活動の実施状況：評価グループ別比較 (%)

	Aグループ (n=137)	Bグループ (n=116)	Cグループ (n=128)	全体 (N=381)
している	83.2	81.0	77.3	80.6
していない	16.8	19.0	22.7	19.4
合計	100.0	100.0	100.0	100.0

※定期的な運動・スポーツの実施とは、体育の授業以外で1週間に1回以上の運動・スポーツの実施を指す。 $\chi^2=1.48, d.f.=2, n.s.$

現在の定期的な運動・スポーツ活動の実施状況は、各グループとも実施している者の割合が多い。実施している者の割合が最も多いグループはAグループであり、次いでBグループが多く、Cグループが最も少ない。

表14 定期的な運動・スポーツ活動を行っている所属先：学年別比較 (%)

	1年生 (n=136)	2年生 (n=134)	全体 (N=270)
学校の部活動	86.0	82.8	84.4
部活動以外の所属	14.0	17.2	15.6
合計	100.0	100.0	100.0

$\chi^2=0.52, d.f.=1, n.s.$

現在、定期的な運動・スポーツ活動を行っている者に、どこに所属して実施しているのかを尋ねたところ、1年生・2年生ともに学校の部活動と回答した者の割合が多く、2年生よりも1年生の方がその傾向が強い。

表15 定期的な運動・スポーツ活動を行っている所属先:性別比較 (%)

	男子 (n=161)	女子 (n=106)	全体 (N=267)
学校の部活動	80.1	90.6	84.3
部活動以外の所属	19.9	9.4	15.7
合計	100.0	100.0	100.0

$$\chi^2 = 5.26, \text{d.f.} = 1, p < .05$$

現在、定期的な運動・スポーツ活動を行っている者に、どこに所属して実施しているのかを尋ねたところ、男子生徒・女子生徒ともに学校の部活動で実施している者の割合が多く、男子生徒よりも女子生徒の方がその傾向が強い。

表16 定期的な運動・スポーツ活動を行っている所属先:評価グループ別比較 (%)

	Aグループ (n=97)	Bグループ (n=88)	Cグループ (n=85)	全体 (N=270)
学校の部活動	84.5	85.2	83.5	84.4
部活動以外の所属	15.5	14.8	16.5	15.6
合計	100.0	100.0	100.0	100.0

$$\chi^2 = 0.10, \text{d.f.} = 2, n.s.$$

現在、定期的な運動・スポーツ活動を行っている者に、どこに所属して実施しているのかを尋ねたところ、各グループとも学校の部活動で実施している者の割合が多く、Bグループが最も多い割合を示した。

表17 定期的実施している運動・スポーツ種目:学年別比較 (%)

	1年生 (n=156)	2年生 (n=151)	全体 (N=307)
キックベース	0.6	0.0	0.3
キックボクシング	0.0	0.7	0.3
クラシック・バレエ	0.6	0.7	0.7
ゴルフ	0.0	1.3	0.7
サッカー	19.9	11.3	15.6
ソフトテニス	0.6	14.6	7.5
ソフトボール	1.9	1.3	1.6
ダンス	0.6	0.7	0.7
テニス	10.3	12.6	11.4
トレーニング	0.0	0.7	0.3
バスケットボール	9.6	13.2	11.4
バレエ	0.6	0.0	0.3
バレーボール	4.5	3.3	3.9
ボクシング	0.0	0.7	0.3
マーチング	1.9	0.0	1.0
ラグビー	1.3	0.0	0.7
ランニング	3.8	2.0	2.9
筋力トレーニング	0.6	0.7	0.7
空手	1.3	0.0	0.7
剣道	3.8	0.7	2.3
水泳	2.6	2.6	2.6
走る	0.0	0.7	0.3
体操	0.0	1.3	0.7
卓球	3.2	6.6	4.9
野球	11.5	9.3	10.4
陸上競技	16.7	10.6	13.7
無回答	3.8	4.6	4.2
合計	100.0	100.0	100.0

表18 定期的実施している運動・スポーツ種目:性別比較 (%)

	男子 (n=181)	女子 (n=123)	全体 (N=304)
キックベース	0.0	0.8	0.3
キックボクシング	0.6	0.0	0.3
クラシック・バレエ	0.0	1.6	0.7
ゴルフ	0.6	0.8	0.7
サッカー	26.0	0.0	15.5
ソフトテニス	5.5	10.6	7.6
ソフトボール	0.0	4.1	1.6
ダンス	0.6	0.8	0.7
テニス	8.8	15.4	11.5
トレーニング	0.0	0.8	0.3
バスケットボール	11.0	11.4	11.2
バレエ	0.0	0.8	0.3
バレーボール	0.0	9.8	3.9
ボクシング	0.6	0.0	0.3
マーチング	0.0	2.4	1.0
ラグビー	1.1	0.0	0.7
ランニング	1.1	4.9	2.6
筋力トレーニング	0.6	0.8	0.7
空手	0.6	0.8	0.7
剣道	2.8	1.6	2.3
水泳	3.3	1.6	2.6
走る	0.0	0.8	0.3
体操	1.1	0.0	0.7
卓球	4.4	5.7	4.9
野球	17.7	0.0	10.5
陸上競技	9.9	19.5	13.8
無回答	3.9	4.9	4.3
合計	100.0	100.0	100.0

定期的な運動・スポーツ活動の実施状況について「している」と回答した者に、その具体的な種目を聞いたところ、1年生では「サッカー」と回答した者が最も多く、「陸上競技」、「野球」、「テニス」と続く。2年生では「ソフトテニス」と回答した者が最も多く、「バスケットボール」、「テニス」、「サッカー」と続く（表17）。

性別では、男子生徒で「サッカー」と回答した者が最も多く、「陸上競技」、「バスケットボール」と続く。女子生徒では「陸上競技」と回答した者が最も多く、「テニス」、「バスケットボール」、「ソフトテニス」と続く（表18）。

表19 定期的実施している運動・スポーツ種目：評価グループ別比較 (%)

	Aグループ (n=114)	Bグループ (n=94)	Cグループ (n=99)	全体 (N=307)
キックベース	0.0	1.1	0.0	0.3
キックボクシング	0.9	0.0	0.0	0.3
クラシック・バレエ	1.8	0.0	0.0	0.7
ゴルフ	0.9	0.0	1.0	0.7
サッカー	14.9	17.0	15.2	15.6
ソフトテニス	6.1	7.4	9.1	7.5
ソフトボール	1.8	1.1	2.0	1.6
ダンス	0.0	1.1	1.0	0.7
テニス	11.4	10.6	12.1	11.4
トレーニング	0.0	0.0	1.0	0.3
バスケットボール	13.2	10.6	10.1	11.4
バレエ	0.0	0.0	1.0	0.3
バレーボール	1.8	4.3	6.1	3.9
ボクシング	0.0	0.0	1.0	0.3
マーチング	0.9	1.1	1.0	1.0
ラグビー	1.8	0.0	0.0	0.7
ランニング	2.6	3.2	3.0	2.9
筋力トレーニング	0.9	1.1	0.0	0.7
空手	0.9	1.1	0.0	0.7
剣道	4.4	1.1	1.0	2.3
水泳	1.8	2.1	4.0	2.6
走る	0.0	0.0	1.0	0.3
体操	0.9	1.1	0.0	0.7
卓球	5.3	4.3	5.1	4.9
野球	7.9	14.9	9.1	10.4
陸上競技	14.0	11.7	15.2	13.7
無回答	6.1	5.3	1.0	4.2
合計	100.0	100.0	100.0	100.0

定期的実施している運動・スポーツ種目について評価グループ別で見たところ、Aグループ・Bグループでは「サッカー」、Cグループでは「サッカー」と「陸上競技」が最も多い。

表20 体力向上プログラムに対する楽しみ度合：学年別比較 (%)

	1年生 (n=186)	2年生 (n=184)	全体 (N=370)
楽しみにしている	83.9	82.1	83.0
楽しみではない	16.1	17.9	17.0
合計	100.0	100.0	100.0

$$\chi^2 = 0.21, \text{d.f.} = 1, n.s.$$

体力向上プログラムに対して、1年生・2年生ともに楽しみにしている者の割合が多かった。

表21 体力向上プログラムに対する楽しみ度合：性別比較 (%)

	男子 (n=196)	女子 (n=172)	全体 (N=368)
楽しみにしている	83.7	82.0	82.9
楽しみではない	16.3	18.0	17.1
合計	100.0	100.0	100.0

$$\chi^2=0.19, d.f.=1, n.s.$$

体力向上プログラムに対して、男子生徒・女子生徒ともに楽しみにしている者の割合が多かった。

表22 体力向上プログラムに対する楽しみ度合：評価グループ別比較 (%)

	Aグループ (n=130)	Bグループ (n=112)	Cグループ (n=128)	全体 (N=370)
楽しみにしている	78.5	84.8	85.9	83.0
楽しみではない	21.5	15.2	14.1	17.0
合計	100.0	100.0	100.0	100.0

$$\chi^2=2.94, d.f.=2, n.s.$$

体力向上プログラムに対して、各グループとも楽しみにしている者の割合が多かった。楽しみにしている者の割合はCグループが最も多く、以下、Bグループ、Aグループの順で多い結果であった。

表23 体力向上プログラム(1回目)に対する事前期待度と事後満足度の比較

	N	期待度		満足度		t 値	d.f.		
		mean	S.D.	mean	S.D.				
学年別	1年生	205	3.54	1.03	4.42	0.88	11.20	204	$p<.001$
	2年生	203	3.55	0.96	4.50	0.79	14.29	202	$p<.001$
性別	男子	216	3.63	0.99	4.27	0.95	9.82	215	$p<.001$
	女子	189	3.44	0.99	4.68	0.62	16.25	188	$p<.001$
評価グループ別	Aグループ	143	3.46	1.00	4.35	0.93	9.94	142	$p<.001$
	Bグループ	128	3.62	0.99	4.55	0.71	10.30	127	$p<.001$
	Cグループ	137	3.56	0.99	4.50	0.83	10.51	136	$p<.001$
全体	408	3.54	0.99	4.46	0.84	17.77	407	$p<.001$	

※期待度では「まったく期待していない」から「とても期待している」、満足度では「まったく満足していない」から「とても満足している」、までの5段階評定尺度を設定し、得られた回答を数値化し、その平均値の差の検定を行った。

1回目の体力向上プログラムに対する期待度と満足度の比較を行ったところ、学年別(1年生・2年生それぞれ)、性別(男子生徒・女子生徒それぞれ)、評価グループ別(Aグループ・Bグループ・Cグループそれぞれ)において、満足度が期待度を上回り、総計的に有

意な差が認められた。

表24 体力向上プログラム(2回目)に対する事前期待度と事後満足度の比較

		N	期待度		満足度		t 値	d.f.	
			mean	S.D.	mean	S.D.			
学年別	1年生	205	3.46	1.10	3.68	1.08	3.45	200	$p < .01$
	2年生	200	3.36	1.00	3.57	1.01	3.30	199	$p < .01$
性別	男子	212	3.34	1.16	3.47	1.12	2.05	211	$p < .05$
	女子	186	3.48	0.90	3.80	0.93	4.89	185	$p < .001$
評価グループ別	Aグループ	140	3.52	0.96	3.64	1.05	1.65	142	
	Bグループ	125	3.25	1.16	3.50	1.10	3.01	124	$p < .01$
	Cグループ	136	3.44	1.01	3.73	0.98	3.58	135	$p < .001$
全体		401	3.41	1.04	3.63	1.04	4.78	400	$p < .001$

※期待度では「まったく期待していない」から「とても期待している」、満足度では「まったく満足していない」から「とても満足している」、までの5段階評定尺度を設定し、得られた回答を数値化し、その平均値の差の検定を行った。

2回目の体力向上プログラムに対する期待度と満足度の比較を行ったところ、学年別（1年生・2年生それぞれ）、性別（男子生徒・女子生徒それぞれ）、評価グループ別（Aグループ・Bグループ・Cグループそれぞれ）において、満足度が期待度を上回り、Aグループ以外で総計的に有意な差が認められた。

表25 運動・スポーツ活動に取り組む意識の変化：学年別比較 (%)

	1年生 (n=200)	2年生 (n=201)	全体 (N=401)
変わった	43.5	42.8	43.1
変わらない	56.5	57.2	56.9
合計	100.0	100.0	100.0

$$\chi^2 = 0.21, d.f. = 1, n.s.$$

体力向上プログラムを受けて、運動・スポーツ活動に取り組む意識に変化があったのかを聞いたところ、1年生・2年生ともに「変わらない」と回答した者の割合が多い。また、「変わった」と回答した者の割合は、2年生よりも1年生の方が高い傾向にある。

表26 運動・スポーツ活動に取り組む意識の変化：性別比較 (%)

	男子 (n=212)	女子 (n=186)	全体 (N=398)
変わった	40.1	46.8	43.2
変わらない	59.9	53.2	56.8
合計	100.0	100.0	100.0

$$\chi^2 = 1.80, d.f. = 1, n.s.$$

体力向上プログラムを受けて、運動・スポーツ活動に取り組む意識に変化があったかを

聞いたところ、男子生徒・女子生徒ともに「変わらない」と回答した者の割合が多い。また、「変わった」と回答した者の割合は、男子生徒よりも女子生徒の方が高い傾向にある。

表27 運動・スポーツ活動に取り組む意識の変化：評価グループ別比較 (%)

	Aグループ (n=139)	Bグループ (n=127)	Cグループ (n=135)	全体 (N=401)
変わった	47.5	40.2	41.5	43.1
変わらない	52.5	59.8	58.5	56.9
合計	100.0	100.0	100.0	100.0

$\chi^2 = 1.68, d.f. = 2, n.s.$

体力向上プログラムを受けて、運動・スポーツ活動に取り組む意識に変化があったかを聞いたところ、各グループともに「変わらない」と回答した者の割合が多い。また、「変わった」と回答した者の割合はAグループが最も多く、次いでCグループ、最も少ないのがBグループであった。

表28 運動の楽しさに関するプログラム前後比較：1年生

項目	N	プログラム前		プログラム後		t値	d.f.
		mean	S.D.	mean	S.D.		
汗をかくほど運動すること	206	2.43	0.63	2.49	0.62	1.31	205
記録や順位を競い合うこと	205	2.49	0.65	2.49	0.68	0.10	204
苦しい練習にたえること	204	2.05	0.71	2.06	0.72	0.30	203
運動の中で、みんなと笑いあえること	207	2.84	0.46	2.82	0.45	0.64	206
ときどき遊べること	207	2.74	0.52	2.74	0.53	0.11	206
自分たちで計画して運動すること	206	2.40	0.62	2.41	0.59	0.20	205
スピード感を味わうこと	204	2.52	0.61	2.49	0.62	0.63	203
人から応援してもらうこと	204	2.54	0.63	2.57	0.60	0.67	203
人ができないことが、自分にできること	207	2.55	0.59	2.63	0.57	1.73	206
記録や順位が向上すること	207	2.77	0.50	2.77	0.51	0.00	206
何度でも何度でも、できるまで練習すること	205	2.43	0.66	2.41	0.67	0.39	204
スリル感を味わうこと	205	2.35	0.71	2.38	0.68	0.49	204
みんなから拍手されること	206	2.38	0.70	2.49	0.63	2.29	205
運動後、気分がさっぱりすること	206	2.63	0.60	2.67	0.55	0.99	205
試合で勝利感を味わうこと	205	2.78	0.53	2.75	0.53	0.61	204
先生や他の人にもめられること	205	2.52	0.62	2.59	0.58	1.50	204
人の運動を応援すること	207	2.57	0.61	2.55	0.60	0.32	206
できないことに挑戦すること	207	2.50	0.65	2.49	0.64	0.11	206
苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと	207	2.45	0.64	2.36	0.67	1.85	206
運動の中で、みんなと「はしゃぐ」こと	206	2.55	0.63	2.59	0.61	0.84	205
目標を作って、それに向かって練習すること	207	2.62	0.59	2.58	0.58	1.01	206
運動によって、何かを新しく発見すること	207	2.57	0.59	2.54	0.58	0.71	206
今までできなかったことが、できるようになること	207	2.82	0.45	2.83	0.43	0.13	206
試合で勝つこと	205	2.77	0.52	2.81	0.44	1.15	204
すばらしいプレーが、できるようになること	206	2.75	0.52	2.79	0.47	0.87	205
人より良い記録を作ること	207	2.63	0.57	2.65	0.54	0.34	206
身体の調子が良くなること	207	2.55	0.60	2.63	0.56	1.68	206
健康な身体になること	206	2.60	0.58	2.65	0.54	1.08	205
人の運動を見ること	207	2.42	0.69	2.48	0.65	1.13	206
いろんな運動がみんなより、早くできるようになること	206	2.52	0.59	2.57	0.56	1.08	205

※「楽しくない」から「楽しい」までの3段階評定尺度を設定し、得られた回答を数値化し、その平均値の差の検定を行った。

運動の楽しさに関する質問 30 項目をプログラム前後で比較したところ、1 年生では、「みんなから拍手されること」の 1 項目で統計的に有意な上昇を示した。

表29 運動の楽しさに関するプログラム前後比較:2年生

項 目	N	プログラム前		プログラム後		t値	d.f.	
		mean	S.D.	mean	S.D.			
汗をかくほど運動すること	205	2.45	0.64	2.37	0.66	1.98	204	
記録や順位を競い合うこと	205	2.51	0.64	2.44	0.67	1.59	204	
苦しい練習にたえること	206	2.00	0.70	1.85	0.71	3.20	205	<i>p</i> <.001
運動の中で、みんなと笑いあえること	206	2.83	0.43	2.83	0.44	0.31	205	
ときどき遊べること	206	2.79	0.48	2.78	0.48	0.25	205	
自分たちで計画して運動すること	204	2.45	0.60	2.45	0.60	0.00	203	
スピード感を味わうこと	206	2.53	0.57	2.52	0.61	0.22	205	
人から応援してもらうこと	206	2.59	0.61	2.62	0.57	0.58	205	
人ができないことが、自分にできること	205	2.66	0.53	2.73	0.52	1.73	204	
記録や順位が向上すること	202	2.80	0.46	2.84	0.43	1.18	201	
何度でも何度でも、できるまで練習すること	206	2.48	0.61	2.41	0.65	1.67	205	
スリル感を味わうこと	206	2.40	0.64	2.34	0.67	1.25	205	
みんなから拍手されること	204	2.45	0.61	2.47	0.62	0.58	203	
運動後、気分がさっぱりすること	205	2.72	0.51	2.73	0.52	0.28	204	
試合で勝利感を味わうこと	205	2.80	0.48	2.81	0.46	0.53	204	
先生や他の人にほめられること	206	2.61	0.57	2.62	0.58	0.35	205	
人の運動を応援すること	205	2.70	0.53	2.67	0.51	0.75	204	
できないことに挑戦すること	206	2.48	0.62	2.42	0.62	1.27	205	
苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと	205	2.41	0.65	2.25	0.72	3.09	204	<i>p</i> <.001
運動の中で、みんなと「はしゃぐ」こと	206	2.77	0.49	2.67	0.52	2.57	205	<i>p</i> <.01
目標を作って、それに向かって練習すること	206	2.62	0.54	2.53	0.60	2.31	205	<i>p</i> <.05
運動によって、何かを新しく発見すること	205	2.61	0.54	2.55	0.56	1.57	204	
今までできなかったことが、できるようになること	205	2.86	0.40	2.82	0.45	1.24	204	
試合で勝つこと	205	2.83	0.44	2.83	0.44	0.15	204	
すばらしいプレーが、できるようになること	206	2.82	0.43	2.82	0.46	0.14	205	
人より良い記録を作ること	206	2.69	0.53	2.71	0.52	0.70	205	
身体の調子が良くなること	205	2.66	0.52	2.66	0.54	0.13	204	
健康な身体になること	205	2.72	0.48	2.70	0.52	0.67	204	
人の運動を見ること	205	2.54	0.58	2.47	0.63	1.46	204	
いろんな運動がみんなより、早くできるようになること	203	2.64	0.55	2.58	0.58	1.61	202	

※「楽しくない」から「楽しい」までの3段階評定尺度を設定し、得られた回答を数値化し、その平均値の差の検定を行った。

運動の楽しさに関する質問 30 項目をプログラム前後で比較したところ、2 年生では、「苦しい練習にたえること」、「苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと」、「運動の中で、みんなと「はしゃぐ」こと」、「目標を作って、それに向かって練習すること」の 4 項目で統計的に有意な低下を示した。

表30 運動の楽しさに関するプログラム前後比較: 男子

項目	N	プログラム前		プログラム後		t値	d.f.
		mean	S.D.	mean	S.D.		
汗をかくほど運動すること	219	2.53	0.60	2.48	0.61	0.99	218
記録や順位を競い合うこと	218	2.51	0.64	2.50	0.62	0.21	217
苦しい練習にたえること	218	2.12	0.69	2.09	0.72	0.79	217
運動の中で、みんなと笑いあえること	219	2.83	0.44	2.76	0.51	1.90	218
ときどき遊べること	219	2.73	0.51	2.68	0.57	1.07	218
自分たちで計画して運動すること	219	2.44	0.61	2.47	0.59	0.73	218
スピード感を味わうこと	217	2.59	0.56	2.57	0.61	0.58	216
人から応援してもらうこと	217	2.53	0.63	2.52	0.59	0.23	216
人ができないことが、自分にできること	219	2.60	0.59	2.64	0.58	1.10	218
記録や順位が向上すること	217	2.79	0.45	2.76	0.51	0.70	216
何度でも何度でも、できるまで練習すること	217	2.51	0.62	2.42	0.66	1.88	216
スリル感を味わうこと	219	2.41	0.67	2.39	0.67	0.38	218
みんなから拍手されること	218	2.42	0.66	2.45	0.63	0.74	217
運動後、気分がさっぱりすること	217	2.68	0.54	2.67	0.54	0.24	216
試合で勝利感を味わうこと	218	2.78	0.51	2.77	0.50	0.38	217
先生や他の人にほめられること	219	2.50	0.64	2.52	0.62	0.49	218
人の運動を応援すること	218	2.54	0.61	2.48	0.59	1.27	217
できないことに挑戦すること	219	2.50	0.62	2.48	0.61	0.55	218
苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと	218	2.45	0.63	2.29	0.70	3.31	217 <i>p<.001</i>
運動の中で、みんなと「はしゃぐ」こと	219	2.58	0.60	2.52	0.61	1.30	218
目標を作って、それに向かって練習すること	219	2.67	0.54	2.57	0.58	2.69	218 <i>p<.01</i>
運動によって、何かを新しく発見すること	218	2.64	0.56	2.57	0.57	1.61	217
今までできなかったことが、できるようになること	219	2.83	0.43	2.77	0.50	1.99	218
試合で勝つこと	217	2.83	0.45	2.82	0.46	0.41	216
すばらしいプレーが、できるようになること	218	2.82	0.45	2.78	0.48	0.94	217
人より良い記録を作ること	219	2.66	0.55	2.64	0.56	0.45	218
身体の調子が良くなること	219	2.60	0.57	2.62	0.58	0.31	218
健康な身体になること	218	2.66	0.52	2.63	0.57	0.82	217
人の運動を見ること	218	2.42	0.65	2.39	0.67	0.79	217
いろんな運動がみんなより、早くできるようになること	216	2.56	0.57	2.53	0.59	0.80	215

※「楽しくない」から「楽しい」までの3段階評定尺度を設定し、得られた回答を数値化し、その平均値の差の検定を行った。

運動の楽しさに関する質問 30 項目をプログラム前後で比較したところ、男子生徒では、「苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと」、「目標を作って、それに向かって練習すること」の 2 項目で統計的に有意な低下を示した。

表31 運動の楽しさに関するプログラム前後比較:女子

項目	N	プログラム前		プログラム後		t値	d.f.
		mean	S.D.	mean	S.D.		
汗をかくほど運動すること	189	2.34	0.66	2.36	0.68	0.35	188
記録や順位を競い合うこと	189	2.49	0.66	2.43	0.73	1.15	188
苦しい練習にたえること	189	1.90	0.70	1.81	0.71	1.81	188
運動の中で、みんなと笑いあえること	191	2.85	0.46	2.89	0.35	1.27	190
ときどき遊べること	191	2.81	0.49	2.85	0.41	1.22	190
自分たちで計画して運動すること	188	2.40	0.61	2.37	0.60	0.53	187
スピード感を味わうこと	190	2.45	0.61	2.43	0.62	0.41	189
人から応援してもらうこと	190	2.62	0.60	2.68	0.57	1.49	189
人ができないことが、自分にできること	190	2.61	0.54	2.72	0.51	2.42	189 <i>p<.05</i>
記録や順位が向上すること	189	2.78	0.52	2.85	0.42	1.73	188
何度でも何度でも、できるまで練習すること	191	2.39	0.64	2.39	0.67	0.11	190
スリル感を味わうこと	189	2.33	0.68	2.31	0.68	0.32	188
みんなから拍手されること	189	2.40	0.66	2.51	0.62	2.29	188 <i>p<.05</i>
運動後、気分がさっぱりすること	191	2.67	0.58	2.74	0.52	1.62	190
試合で勝利感を味わうこと	189	2.78	0.51	2.79	0.49	0.26	188
先生や他の人にほめられること	189	2.64	0.54	2.70	0.50	1.58	188
人の運動を応援すること	191	2.73	0.52	2.75	0.48	0.39	190
できないことに挑戦すること	191	2.46	0.66	2.43	0.65	0.70	190
苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと	191	2.40	0.66	2.33	0.70	1.43	190
運動の中で、みんなと「はしゃぐ」こと	190	2.75	0.52	2.75	0.49	0.14	189
目標を作って、それに向かって練習すること	191	2.57	0.58	2.54	0.60	0.62	190
運動によって、何かを新しく発見すること	191	2.54	0.58	2.51	0.58	0.53	190
今までできなかったことが、できるようになること	190	2.85	0.42	2.89	0.35	0.98	189
試合で勝つこと	190	2.76	0.51	2.83	0.42	1.83	189
すばらしいプレーが、できるようになること	191	2.75	0.51	2.82	0.44	1.70	190
人より良い記録を作ること	191	2.65	0.55	2.72	0.50	1.71	190
身体の調子が良くなること	190	2.59	0.57	2.67	0.51	1.79	189
健康な身体になること	190	2.66	0.56	2.72	0.48	1.46	189
人の運動を見ること	191	2.54	0.63	2.57	0.59	0.59	190
いろんな運動がみんなより、早くできるようになること	190	2.59	0.58	2.62	0.54	0.62	189

※「楽しくない」から「楽しい」までの3段階評定尺度を設定し、得られた回答を数値化し、その平均値の差の検定を行った。

運動の楽しさに関する質問 30 項目をプログラム前後で比較したところ、女子生徒では、「人ができないことが、自分にできること」、「みんなから拍手されること」の 2 項目で統計的に有意な上昇を示した。

表32 運動の楽しさに関するプログラム前後比較:Aグループ

項目	N	プログラム前		プログラム後		t値	d.f.
		mean	S.D.	mean	S.D.		
汗をかくほど運動すること	144	2.51	0.59	2.47	0.60	0.90	143
記録や順位を競い合うこと	142	2.60	0.58	2.60	0.60	0.00	141
苦しい練習にたえること	143	2.04	0.70	1.99	0.72	0.91	142
運動の中で、みんなと笑いあえること	144	2.93	0.28	2.90	0.37	1.29	143
ときどき遊べること	144	2.82	0.42	2.83	0.45	0.18	143
自分たちで計画して運動すること	142	2.50	0.57	2.50	0.54	0.00	141
スピード感を味わうこと	144	2.58	0.54	2.62	0.55	0.88	143
人から応援してもらうこと	144	2.60	0.58	2.65	0.56	1.15	143
人ができないことが、自分にできること	143	2.62	0.53	2.68	0.56	1.34	142
記録や順位が向上すること	142	2.87	0.37	2.86	0.42	0.47	141
何度でも何度でも、できるまで練習すること	143	2.48	0.63	2.48	0.65	0.00	142
スリル感を味わうこと	144	2.50	0.63	2.47	0.66	0.70	143
みんなから拍手されること	143	2.45	0.67	2.54	0.60	1.74	142
運動後、気分がさっぱりすること	144	2.71	0.53	2.74	0.49	0.63	143
試合で勝利感を味わうこと	144	2.81	0.49	2.85	0.41	1.23	143
先生や他の人にはめられること	144	2.57	0.59	2.61	0.58	0.97	143
人の運動を応援すること	144	2.69	0.51	2.68	0.52	0.16	143
できないことに挑戦すること	144	2.54	0.60	2.54	0.57	0.00	143
苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと	144	2.47	0.60	2.40	0.67	1.34	143
運動の中で、みんなと「はしゃぐ」こと	144	2.72	0.55	2.66	0.56	1.30	143
目標を作って、それに向かって練習すること	144	2.67	0.50	2.58	0.55	2.30	143 <i>p<.05</i>
運動によって、何かを新しく発見すること	143	2.67	0.51	2.60	0.52	1.51	142
今までできなかったことが、できるようになること	144	2.89	0.34	2.85	0.42	1.42	143
試合で勝つこと	143	2.84	0.42	2.85	0.41	0.43	142
すばらしいプレーが、できるようになること	143	2.85	0.40	2.87	0.38	0.62	142
人より良い記録を作ること	144	2.72	0.50	2.69	0.51	0.58	143
身体の調子が良くなること	144	2.68	0.52	2.72	0.50	0.78	143
健康な身体になること	143	2.72	0.48	2.71	0.52	0.35	142
人の運動を見ること	143	2.55	0.61	2.54	0.65	0.27	142
いろんな運動がみんなより、早くできるようになること	144	2.65	0.52	2.59	0.56	1.53	143

※「楽しくない」から「楽しい」までの3段階評価尺度を設定し、得られた回答を数値化し、その平均値の差の検定を行った。

運動の楽しさに関する質問30項目をプログラム前後で比較したところ、Aグループでは、「目標を作って、それに向かって練習すること」の1項目で統計的に有意な低下を示した。

表33 運動の楽しさに関するプログラム前後比較:Bグループ

項目	N	プログラム前		プログラム後		t値	d.f.
		mean	S.D.	mean	S.D.		
汗をかくほど運動すること	131	2.40	0.64	2.37	0.66	0.50	130
記録や順位を競い合うこと	130	2.39	0.70	2.38	0.69	0.24	129
苦しい練習にたえること	130	1.99	0.68	1.95	0.74	0.70	129
運動の中で、みんなと笑いあえること	131	2.75	0.56	2.77	0.47	0.40	130
ときどき遊べること	131	2.73	0.58	2.79	0.48	1.00	130
自分たちで計画して運動すること	131	2.37	0.64	2.40	0.60	0.33	130
スピード感を味わうこと	129	2.45	0.62	2.39	0.64	0.94	128
人から応援してもらうこと	129	2.47	0.69	2.47	0.63	0.12	128
人ができないことが、自分にできること	131	2.52	0.61	2.63	0.55	1.89	130
記録や順位が向上すること	130	2.65	0.59	2.75	0.52	1.61	129
何度でも何度でも、できるまで練習すること	130	2.38	0.66	2.34	0.67	0.66	129
スリル感を味わうこと	130	2.25	0.70	2.31	0.68	0.82	129
みんなから拍手されること	130	2.35	0.72	2.39	0.66	0.74	129
運動後、気分がさっぱりすること	130	2.63	0.60	2.71	0.53	1.42	129
試合で勝利感を味わうこと	130	2.69	0.58	2.74	0.52	0.83	129
先生や他の人にほめられること	131	2.51	0.64	2.53	0.61	0.36	130
人の運動を応援すること	130	2.52	0.66	2.56	0.57	0.65	129
できないことに挑戦すること	131	2.44	0.67	2.39	0.63	0.88	130
苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと	130	2.35	0.70	2.18	0.71	2.54	129
運動の中で、みんなと「はしゃぐ」こと	131	2.57	0.61	2.63	0.55	0.85	130
目標を作って、それに向かって練習すること	131	2.57	0.60	2.56	0.57	0.26	130
運動によって、何かを新しく発見すること	131	2.58	0.61	2.50	0.57	1.18	130
今までできなかったことが、できるようになること	131	2.76	0.54	2.82	0.42	1.16	130
試合で勝つこと	130	2.72	0.57	2.79	0.44	1.39	129
すばらしいプレーが、できるようになること	131	2.73	0.57	2.76	0.48	0.71	130
人より良い記録を作ること	131	2.56	0.63	2.62	0.56	0.93	130
身体の調子が良くなること	131	2.56	0.60	2.60	0.56	0.72	130
健康な身体になること	131	2.63	0.59	2.67	0.50	0.77	130
人の運動を見ること	131	2.39	0.69	2.40	0.64	0.21	130
いろいろな運動がみんなより、早くできるようになること	129	2.42	0.63	2.50	0.60	1.41	128

※「楽しくない」から「楽しい」までの3段階評定尺度を設定し、得られた回答を数値化し、その平均値の差の検定を行った。

運動の楽しさに関する質問 30 項目をプログラム前後で比較したところ、Bグループでは、「苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと」の 1 項目で統計的に有意な低下を示した。

表34 運動の楽しさに関するプログラム前後比較：Cグループ

項目	N	プログラム前		プログラム後		t値	d.f.
		mean	S.D.	mean	S.D.		
汗をかくほど運動すること	136	2.40	0.67	2.43	0.67	0.70	135
記録や順位を競い合うこと	138	2.50	0.64	2.42	0.71	1.37	137
苦しい練習にたえること	137	2.04	0.73	1.94	0.72	2.05	136 <i>p<.05</i>
運動の中で、みんなと笑いあえること	138	2.83	0.45	2.79	0.47	0.78	137
ときどき遊べること	138	2.75	0.50	2.67	0.57	1.45	137
自分たちで計画して運動すること	137	2.40	0.61	2.39	0.63	0.14	136
スピード感を味わうこと	137	2.55	0.61	2.50	0.63	0.83	136
人から応援してもらうこと	137	2.64	0.58	2.66	0.56	0.46	136
人ができないことが、自分でできること	138	2.67	0.54	2.73	0.52	1.03	137
記録や順位が向上すること	137	2.82	0.44	2.81	0.48	0.34	136
何度でも何度でも、できるまで練習すること	138	2.50	0.61	2.41	0.67	1.80	137
スリル感を味わうこと	137	2.36	0.68	2.29	0.68	1.05	136
みんなから拍手されること	137	2.43	0.58	2.50	0.61	1.24	136
運動後、気分がさっぱりすること	137	2.69	0.55	2.66	0.57	0.45	136
試合で勝利感を味わうこと	136	2.85	0.44	2.75	0.54	1.91	135
先生や他の人にほめられること	136	2.61	0.57	2.67	0.53	1.07	135
人の運動を応援すること	138	2.67	0.54	2.58	0.58	1.87	137
できないことに挑戦すること	138	2.47	0.64	2.43	0.68	0.69	137
苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと	138	2.46	0.63	2.33	0.70	2.12	137 <i>p<.05</i>
運動の中で、みんなと「はしゃぐ」こと	137	2.69	0.55	2.61	0.60	1.61	136
目標を作って、それに向かって練習すること	138	2.62	0.60	2.54	0.64	1.65	137
運動によって、何かを新しく発見すること	138	2.53	0.58	2.52	0.62	0.13	137
今までできなかったことが、できるようになること	137	2.87	0.38	2.80	0.48	1.53	136
試合で勝つこと	137	2.84	0.42	2.82	0.47	0.36	136
すばらしいプレーが、できるようになること	138	2.78	0.46	2.77	0.52	0.31	137
人より良い記録を作ること	138	2.70	0.51	2.72	0.52	0.60	137
身体の調子が良くなること	137	2.56	0.58	2.61	0.58	0.94	136
健康な身体になること	137	2.64	0.54	2.64	0.58	0.14	136
人の運動を見ること	138	2.49	0.62	2.48	0.63	0.27	137
いろんな運動がみんなより、早くできるようになること	136	2.65	0.54	2.63	0.54	0.59	135

※「楽しくない」から「楽しい」までの3段階評定尺度を設定し、得られた回答を数値化し、その平均値の差の検定を行った。

運動の楽しさに関する質問 30 項目をプログラム前後で比較したところ、Cグループでは、「苦しい練習にたえること」、「苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと」の 2 項目で統計的に有意な低下を示した。

表35 運動の楽しさに関するプログラム前後比較:全体

項 目	N	プログラム前		プログラム後		t値	d.f.
		mean	S.D.	mean	S.D.		
汗をかくほど運動すること	411	2.44	0.63	2.43	0.65	0.40	410
記録や順位を競い合うこと	410	2.50	0.65	2.47	0.67	0.97	409
苦しい練習にたえること	410	2.02	0.70	1.96	0.72	1.95	409
運動の中で、みんなと笑いあえること	413	2.84	0.45	2.82	0.44	0.69	412
ときどき遊べること	413	2.77	0.50	2.76	0.50	0.08	412
自分たちで計画して運動すること	410	2.43	0.61	2.43	0.59	0.15	409
スピード感を味わうこと	410	2.53	0.59	2.51	0.61	0.61	409
人から応援してもらうこと	410	2.57	0.62	2.60	0.59	0.89	409
人ができないことが、自分にできること	412	2.61	0.56	2.68	0.54	2.45	411 <i>p<.05</i>
記録や順位が向上すること	409	2.79	0.48	2.81	0.47	0.77	408
何度でも何度でも、できるまで練習すること	411	2.46	0.63	2.41	0.66	1.40	410
スリル感を味わうこと	411	2.37	0.67	2.36	0.67	0.50	410
みんなから拍手されること	410	2.41	0.66	2.48	0.63	2.10	409 <i>p<.05</i>
運動後、気分がさっぱりすること	411	2.68	0.56	2.70	0.53	0.95	410
試合で勝利感を味わうこと	410	2.79	0.51	2.78	0.49	0.09	409
先生や他の人にほめられること	411	2.56	0.60	2.61	0.58	1.33	410
人の運動を応援すること	412	2.63	0.58	2.61	0.56	0.74	411
できないことに挑戦すること	413	2.49	0.64	2.46	0.63	0.95	412
苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと	412	2.43	0.64	2.31	0.70	3.51	411 <i>p<.001</i>
運動の中で、みんなと「はしゃぐ」こと	412	2.66	0.57	2.63	0.57	0.97	411
目標を作って、それに向かって練習すること	413	2.62	0.56	2.56	0.59	2.29	412 <i>p<.05</i>
運動によって、何かを新しく発見すること	412	2.59	0.57	2.54	0.57	1.58	411
今までできなかったことが、できるようになること	412	2.84	0.43	2.83	0.44	0.70	411
試合で勝つこと	410	2.80	0.48	2.82	0.44	0.98	409
すばらしいプレーが、できるようになること	412	2.79	0.48	2.80	0.46	0.56	411
人より良い記録を作ること	413	2.66	0.55	2.68	0.53	0.71	412
身体の調子が良くなること	412	2.60	0.57	2.65	0.55	1.40	411
健康な身体になること	411	2.66	0.54	2.67	0.53	0.42	410
人の運動を見ること	412	2.48	0.64	2.48	0.64	0.14	411
いろんな運動がみんなより、早くできるようになること	409	2.58	0.57	2.57	0.57	0.17	408

※「楽しくない」から「楽しい」までの3段階評定尺度を設定し、得られた回答を数値化し、その平均値の差の検定を行った。

運動の楽しさに関する質問 30 項目をプログラム前後で比較したところ、全体では、4 項目で統計的に有意な差が認められた。運動の楽しさに関して「人ができないことが、自分にできること」、「みんなから拍手されること」の 2 項目で有意な上昇を示し、「苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと」、「目標を作って、それに向かって練習すること」の 2 項目で有意な低下を示した。

(2) 分析結果 (改善の有無による比較)

表36 自身の体力に対する意識 (％)

	改善群		非改善群	
	プログラム前 (n=197)	プログラム後 (n=197)	プログラム前 (n=67)	プログラム後 (n=67)
とてもあると思う	3.6	4.6	4.5	3.0
少しあると思う	26.9	28.9	23.9	23.9
普通だと思う	38.6	39.1	41.8	43.3
あまりないと思う	23.4	17.8	25.4	25.4
全くないと思う	7.6	9.6	4.5	4.5
合計	100.0	100.0	100.0	100.0

$\chi^2=2.37, d.f.=4, n.s.$ $\chi^2=0.22, d.f.=4, n.s.$

指導プログラムを受けた後、記録が向上した者を改善群、記録に変化がなかった者、記録の向上が見られなかった者を非改善群として、それぞれの自身の体力に対する意識についてプログラム前後で比較した。改善群では指導プログラム後に、自身の体力について「ある」と認識している者（「とてもあると思う」、「少しあると思う」と回答した者）の割合が増加する傾向にある。非改善群では、自身の体力について「ある」と認識している者の割合が微減する傾向にある。

表37 運動・スポーツ活動に対する意識 (％)

	改善群		非改善群	
	プログラム前 (n=195)	プログラム後 (n=189)	プログラム前 (n=66)	プログラム後 (n=67)
好き	49.7	49.7	54.5	50.7
どちらかと言えば好き	34.9	31.7	33.3	35.8
どちらかと言えば嫌い	11.8	14.8	7.6	9.0
嫌い	3.6	3.7	4.5	4.5
合計	100.0	100.0	100.0	100.0

$\chi^2=0.94, d.f.=3, n.s.$ $\chi^2=0.23, d.f.=3, n.s.$

運動・スポーツ活動に対する意識は、改善群・非改善群ともに肯定的な意見をもっており、プログラム後においてもその傾向は変わらないが、改善群・非改善群ともに減少傾向にある。

表38 定期的な運動・スポーツ活動の実施状況 (％)

	改善群 (n=183)	非改善群 (n=65)
している	80.3	80.0
していない	19.7	20.0
合計	100.0	100.0

※定期的な運動・スポーツの実施とは、体育の授業以外で1週間に1回以上の運動・スポーツの実施を指す。

$\chi^2=0.03, d.f.=1, n.s.$

現在の定期的な運動・スポーツ活動の実施状況は、改善群・非改善群ともに実施している者の方が多い。

表39 定期的な運動・スポーツ活動を行っている所属先 (%)

	改善群 (n=122)	非改善群 (n=347)
学校の部活動	82.0	89.4
部活動以外の所属	18.0	10.6
合計	100.0	100.0

$\chi^2=1.38, d.f.=1, n.s.$

現在、定期的な運動・スポーツ活動を行っている者に、どこに所属して実施しているのかを尋ねたところ、改善群・非改善群ともに学校の部活動と回答した者の割合が多く、改善群よりも非改善群の方がその傾向が強い。

表40 体力向上プログラムに対する楽しみ度合 (%)

	改善群 (n=182)	非改善群 (n=61)
楽しみにしている	84.6	77.0
楽しみではない	15.4	23.0
合計	100.0	100.0

$\chi^2=1.83, d.f.=1, n.s.$

体力向上プログラムに対して、改善群・非改善群ともに楽しみにしていた者の割合が多いが、非改善群よりも改善群の方がその割合が多い。

表41 運動・スポーツ活動に取り組む意識の変化 (%)

	改善群 (n=193)	非改善群 (n=65)
変わった	49.2	32.3
変わらない	50.8	67.7
合計	100.0	100.0

$\chi^2=5.62, d.f.=1, p<.05$

体力向上プログラムを受けて、運動・スポーツ活動に取り組む意識に変化があったかを聞いたところ、意識が「変わった」と回答した者が改善群では49.2%、非改善群では32.3%と、改善群の方が高い割合を示し、統計的に有意な違いが認められた。

表42 体力向上プログラム(1回目)に対する事前期待度と事後満足度の比較

	N	期待度		満足度		t 値	d.f.		
		mean	S.D.	mean	S.D.				
改善区分	改善群	195	3.51	0.96	4.46	0.81	12.51	194	$p < .001$
	非改善群	67	3.55	1.03	4.43	0.87	8.04	66	$p < .001$

※期待度では「まったく期待していない」から「とても期待している」、満足度では「まったく満足していない」から「とても満足している」、までの5段階評定尺度を設定し、得られた回答を数値化し、その平均値の差の検定を行った。

1回目の体力向上プログラムに対する期待度と満足度の比較を行ったところ、改善群・非改善群とも満足度が期待度を上回り、統計的に有意な差が認められた。また、期待度では改善群の方が低い値を示していたが、満足度では、改善群の方が高い値を示した。

表43 体力向上プログラム(2回目)に対する事前期待度と事後満足度の比較

	N	期待度		満足度		t 値	d.f.		
		mean	S.D.	mean	S.D.				
改善区分	改善群	194	3.53	0.95	3.88	0.91	5.81	193	$p < .001$
	非改善群	66	3.38	1.05	3.14	1.04	2.02	65	$p < .05$

※期待度では「まったく期待していない」から「とても期待している」、満足度では「まったく満足していない」から「とても満足している」、までの5段階評定尺度を設定し、得られた回答を数値化し、その平均値の差の検定を行った。

2回目の体力向上プログラムに対する期待度と満足度の比較を行ったところ、改善群では満足度が期待度を上回り、統計的に有意な差が認められた。対して非改善群では、期待度と満足度の間に統計的に有意な差が認められたものの、満足度が期待度を下回る結果であった。

表44 運動の楽しさに関するプログラム前後比較:改善群

項目	N	プログラム前		プログラム後		t値	d.f.	
		mean	S.D.	mean	S.D.			
汗をかきほど運動すること	195	2.44	0.63	2.45	0.62	0.23	194	
記録や順位を競い合うこと	196	2.57	0.60	2.52	0.66	1.18	195	
苦しい練習にたえること	197	2.02	0.72	1.96	0.71	1.08	196	
運動の中で、みんなと笑いあえること	197	2.90	0.36	2.87	0.39	1.00	196	
ときどき遊べること	197	2.79	0.47	2.79	0.47	0.00	196	
自分たちで計画して運動すること	195	2.46	0.57	2.45	0.58	0.12	194	
スピード感を味わうこと	196	2.55	0.57	2.58	0.56	0.60	195	
人から応援してもらうこと	196	2.59	0.60	2.63	0.56	0.91	195	
人ができないことが、自分にできること	196	2.63	0.52	2.72	0.49	1.98	195	
記録や順位が向上すること	196	2.86	0.39	2.85	0.41	0.15	195	
何度でも何度でも、できるまで練習すること	197	2.52	0.60	2.45	0.65	1.62	196	
スリル感を味わうこと	196	2.42	0.66	2.40	0.65	0.41	195	
みんなから拍手されること	195	2.40	0.64	2.51	0.60	2.46	194	<i>p<.05</i>
運動後、気分がさっぱりすること	196	2.69	0.54	2.73	0.49	0.96	195	
試合で勝利感を味わうこと	195	2.86	0.42	2.83	0.43	0.88	194	
先生や他の人にほめられること	195	2.58	0.60	2.63	0.55	1.25	194	
人の運動を応援すること	197	2.66	0.53	2.62	0.55	1.00	196	
できないことに挑戦すること	197	2.52	0.64	2.53	0.62	0.23	196	
苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと	197	2.46	0.61	2.35	0.68	2.37	196	<i>p<.05</i>
運動の中で、みんなと「はしゃぐ」こと	196	2.73	0.54	2.69	0.52	0.98	195	
目標を作って、それに向かって練習すること	197	2.66	0.53	2.55	0.57	2.69	196	<i>p<.01</i>
運動によって、何かを新しく発見すること	196	2.62	0.55	2.57	0.55	1.03	195	
今までできなかったことが、できるようになること	197	2.87	0.38	2.85	0.40	0.67	196	
試合で勝つこと	195	2.87	0.37	2.87	0.38	0.00	194	
すばらしいプレーが、できるようになること	196	2.81	0.43	2.83	0.43	0.58	195	
人より良い記録を作ること	197	2.72	0.47	2.74	0.47	0.71	196	
身体の調子が良くなること	196	2.64	0.54	2.70	0.51	1.42	195	
健康な身体になること	195	2.70	0.50	2.72	0.51	0.52	194	
人の運動を見ること	197	2.51	0.62	2.52	0.63	0.23	196	
いろんな運動がみんなより、早くできるようになること	196	2.66	0.52	2.63	0.52	0.85	195	

※「楽しくない」から「楽しい」までの3段階評定尺度を設定し、得られた回答を数値化し、その平均値の差の検定を行った。

運動の楽しさに関する質問 30 項目をプログラム前後で比較したところ、改善群では、3 項目で統計的に有意な差が認められた。「みんなから拍手されること」の 1 項目で有意な上昇を、「苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと」、「目標を作って、それに向かって練習すること」の 2 項目で有意な低下を示した。

表45 運動の楽しさに関するプログラム前後比較:非改善群

項目	N	プログラム前		プログラム後		t値	d.f.
		mean	S.D.	mean	S.D.		
汗をかくほど運動すること	67	2.49	0.64	2.43	0.68	1.00	66
記録や順位を競い合うこと	66	2.48	0.64	2.48	0.66	0.00	65
苦しい練習にたえること	66	2.08	0.71	1.98	0.75	1.18	65
運動の中で、みんなと笑いあえること	67	2.82	0.42	2.81	0.43	0.28	66
ときどき遊べること	67	2.76	0.46	2.67	0.59	1.23	66
自分たちで計画して運動すること	66	2.47	0.64	2.47	0.59	0.00	65
スピード感を味わうこと	67	2.58	0.55	2.58	0.61	0.00	66
人から応援してもらうこと	67	2.70	0.49	2.73	0.51	0.44	66
人ができないことが、自分にできること	67	2.73	0.54	2.75	0.56	0.28	66
記録や順位が向上すること	65	2.86	0.39	2.85	0.44	0.38	64
何度でも何度でも、できるまで練習すること	67	2.43	0.63	2.43	0.66	0.00	66
スリル感を味わうこと	67	2.43	0.61	2.33	0.68	1.47	66
みんなから拍手されること	67	2.57	0.56	2.57	0.58	0.00	66
運動後、気分がさっぱりすること	67	2.70	0.52	2.67	0.56	0.44	66
試合で勝利感を味わうこと	67	2.75	0.56	2.78	0.52	0.50	66
先生や他の人にはめられること	67	2.61	0.52	2.67	0.53	0.78	66
人の運動を応援すること	67	2.67	0.53	2.66	0.54	0.23	66
できないことに挑戦すること	67	2.45	0.58	2.36	0.62	1.62	66
苦しいことや辛いことを、最後までやりぬくこと	67	2.48	0.61	2.39	0.70	1.06	66
運動の中で、みんなと「はしゃぐ」こと	67	2.67	0.53	2.52	0.64	2.00	66
目標を作って、それに向かって練習すること	67	2.60	0.60	2.57	0.63	0.53	66
運動によって、何かを新しく発見すること	67	2.55	0.56	2.54	0.59	0.23	66
今までできなかったことが、できるようになること	66	2.91	0.29	2.80	0.50	2.17	65 <i>p<.05</i>
試合で勝つこと	67	2.78	0.52	2.79	0.51	0.33	66
すばらしいプレーが、できるようになること	67	2.84	0.41	2.82	0.46	0.38	66
人より良い記録を作ること	67	2.66	0.59	2.64	0.57	0.26	66
身体の調子が良くなること	67	2.58	0.58	2.60	0.58	0.28	66
健康な身体になること	67	2.63	0.52	2.58	0.58	0.90	66
人の運動を見ること	66	2.52	0.61	2.42	0.68	1.14	65
いろんな運動がみんなより、早くできるようになること	66	2.59	0.58	2.55	0.59	0.69	65

※「楽しくない」から「楽しい」までの3段階評価尺度を設定し、得られた回答を数値化し、その平均値の差の検定を行った。

運動の楽しさに関する質問 30 項目をプログラム前後で比較したところ、非改善群では、「今までできなかったことが、できるようになること」の 1 項目で統計的に有意な低下を示した。

(3) 体力向上プログラムを受けた後の、運動・スポーツ活動に取り組む意識の変化(変化のあった生徒の自由回答)

- 1年生 女子 日頃、運動するようになった。
- 1年生 男子 走り方を意識するようになった。
- 1年生 男子 体力向上にいろいろなやり方があると分かって、態度などが変わった。
- 1年生 女子 自分の弱点(切り替え)がよく分かったので、そこを頑張っていこうという気持ちになった。
- 1年生 男子 姿勢を意識できるようになった。
- 1年生 男子 速くなった。
- 1年生 女子 自分の変えた方が良いところが分かりました。走るスポーツをしているので、走り方を意識する気持ちが変わりました。
- 1年生 女子 走り方を気をつけるようになった。
- 1年生 女子 腕をしっかり振るようになった。
- 1年生 女子 出来ていないところが分かった。
- 1年生 男子 瞬発力が変わった。
- 1年生 女子 自分の出来ないところをちゃんと教えてもらった。
- 1年生 女子 自分の足りなかったところを補おうと思った。
- 1年生 男子 教えてもらったことを意識してやるようになった。
- 1年生 男子 測定では教わらなかったことを教わって、やってみようと思った。
- 1年生 女子 その時だけじゃなく、毎日、コツコツ練習する意識。
- 1年生 女子 スタートダッシュの仕方を丁寧に教えて頂いたので、それを活かしてこれから頑張っていきたいです。
- 1年生 男子 体の使い方が良くなった。
- 1年生 女子 自分があまりできていない部分を鍛えて、どうすればもっと速く走れるのかなど、友だちに聞いたりして、より良い結果を出そうと常に思うようになった。ランニングなどでも、常に意識して走れるようになった。
- 1年生 男子 少しだけ走るのが速くなった。
- 1年生 男子 サッカーで切り返しを意識づけるようになった。
- 1年生 男子 考えながらやること。
- 1年生 男子 動き出しが速くなった。
- 1年生 女子 スタートダッシュ・腕の振り方・足の出し方。足と腕の位置。
- 1年生 女子 スポーツは、正しい動きをすれば結果も上がる。
- 1年生 女子 自分の出来ていないことが知れたので、直したいと思った。
- 1年生 女子 タイムが上がった。
- 1年生 男子 やる気が増えた。
- 1年生 男子 走り方のスタートの仕方が分かった。
- 1年生 男子 運動するのが楽しくなった。
- 1年生 男子 ただ走るだけでも、ポイントがたくさんあると分かった。

- 1年生 女子 体が柔らかくなった。
- 1年生 男子 少し走りが速くなった。
- 1年生 女子 前よりも前向きに取り組むことができる。
- 1年生 男子 自分の欠点が分かって、それを上げる為に練習した。
- 1年生 女子 ひとつひとつの体作りを正しくする。
- 1年生 男子 スタートダッシュが速くなった。
- 1年生 男子 10m 走のタイムが速くなった。
- 1年生 男子 走る前のダッシュが速くなった。
- 1年生 女子 走る時の姿勢を意識するようになった。
- 1年生 女子 タイムが上がった。
- 1年生 男子 切り返しが速くなった。
- 1年生 女子 スタートダッシュが速くなった。
- 1年生 女子 もっとテレビなどでスポーツを見たいと思うようになった。
- 1年生 女子 2回目、苦手な分野を徹底的に教えてくれて、スタートダッシュを意識するようになった。
- 1年生 女子 スタートダッシュの時、一歩目の足を大きく出そうと心掛けるようになった。
- 1年生 男子 少し速くなった。
- 1年生 女子 「よーい」で、右足を出したら左腕を出すように意識したこと。
- 1年生 女子 自分の苦手なところを直そうと思った。
- 1年生 男子 柔軟性。
- 1年生 女子 2回目の指導を受けて、走り方が良くなり、走りやすくなりました！
- 1年生 男子 10m 走でタイムが少し減った。
- 1年生 女子 ストレッチをちゃんとするという事。
- 1年生 男子 2回目の指導をもとに、走る時に教わったことを意識している。
- 1年生 女子 楽しくなった。
- 1年生 男子 スタートダッシュが速くなった。
- 1年生 男子 準備運動の仕方など、変えることができた。
- 1年生 女子 指導してもらったことを思いだし、スタートダッシュがもっと速くなるように、走る前は教えてもらったことを意識するようになった。
- 1年生 男子 今までなら「ああ、もう無理」となっていたが、今なら「あと少し」というメンタルを鍛えられたと思う。
- 1年生 女子 走り出す時のフォームの意識（出す足。姿勢。）。
- 1年生 女子 ひとつひとつの動きを意識するようになった。
- 1年生 女子 できないと思っていたことでも「やってみよう」と思えるようになった。
- 1年生 女子 基本の走り方を教えてもらったので、その走り方で走るようにしている。
- 1年生 女子 10m で、初めのスタートダッシュがきれいにできて、10m が速くなった。
- 1年生 男子 2回目の指導後に、ちょっと走る時、教えてもらったことを意識している。

1年生	男子	走る時に、「こんなことをすればいいんだ」と思った。
1年生	男子	様々な細かい点でいろいろなことを教えてもらったので、もっと知りたいと思った。
1年生	女子	運動するのが楽しくなった。陸上がめっちゃ楽しいから、大会も楽しい。
1年生	男子	ひとつひとつの切り返しの、体の仕方が変わった。
1年生	男子	めっちゃ良くなった。
1年生	男子	ちょっとした運動で、走りが速くなった。
1年生	男子	運動・スポーツをする時に、どうすればより良くなるかを考えながら取り組むようになった。
1年生	女子	スポーツをするかしないかで、体質などが変わるということを知り、少し興味を持ち始めました。
1年生	女子	コツをつかめば、記録が伸びていくということ。
1年生	女子	スタートが遅かったのが、少し速くなった！
1年生	女子	スタートを意識するようになった。
1年生	女子	自分が普通に運動していたら、1人では見つけられない弱点が見つけられ、運動に活かしていける。
1年生	男子	この体力向上プログラムで教えてもらったことを実践できた。
1年生	男子	走り方を意識して走るようになった。
1年生	女子	前より走ることが好きになったこと！速くなったこと！
1年生	女子	手の振る位置とか、姿勢の良さを考えて走ることが多くなった。
1年生	男子	どのスポーツでも、一歩目が大切。一歩目が遅いと、補うのに苦労する。
1年生	男子	途中の加速をやったけれど、走りが少し速くなった。
1年生	男子	スタートで飛び出すのが速くなった。
1年生		僕は最初のスタートダッシュが遅いことが分かったので、腕をしっかり振って、大股で走るようになりました。
1年生	男子	自分の欠点は、自分のしているスポーツにも影響されるから、ちゃんと克服する。
2年生	女子	10m 走のタイムが速くなって、スタートダッシュをすることができるようになった。
2年生	男子	少し工夫した走り方だけで、速く走れるようになれるのが凄いなと思った。
2年生	男子	走ったりするのも、ひとつひとつ大事なことがあると分かった。
2年生	男子	体重移動がしやすくなった。
2年生	女子	走るのが速くなった。
2年生	女子	体の使い方を意識して、動こうとするようになった。
2年生	男子	足が速くなった。
2年生	女子	指導の時に言われたことを意識してしようと思うようになった。
2年生	女子	走るのが遅いけれど、頑張って練習していこうと思いました。
2年生	女子	運動への意識。

- 2年生 男子 股関節を柔らかくすると、動きが良くなることが分かったので、股関節のストレッチをするようになった。
- 2年生 男子 走り方。
- 2年生 女子 自分の得意なこと・苦手なことを意識するようになった。
- 2年生 男子 スタートダッシュが速くなった。
- 2年生 男子 やる気がもっと出た。
- 2年生 男子 ひとつの運動をするにしても、いろいろなことを考えてするようになった。
- 2年生 男子 諦めないこと。
- 2年生 女子 走る時の姿勢を意識するようになった。
- 2年生 男子 少しタイムが速くなった。
- 2年生 女子 10m 走のタイムが速くなった。
- 2年生 女子 少し楽しく感じた。
- 2年生 男子 少しタイムが縮んだ。
- 2年生 男子 フォームが変わって、速くなった。
- 2年生 男子 スピード DASH が変わった。
- 2年生 女子 ちょっとだけ走る速さが速くなった。
- 2年生 女子 タイムが上がって、楽しくなった。
- 2年生 男子 速く走りたいと思った。
- 2年生 男子 体育の持久走でやると、楽に走れた。
- 2年生 女子 ちょっと速くなったと思います。
- 2年生 女子 できないことを頑張ってみようと思えるようになった。
- 2年生 女子 普段、部活などで走る時に、意識するようになった。
- 2年生 男子 タイムが速くなった。
- 2年生 男子 ひとつの動きで大きく変わる。
- 2年生 女子 鬼ごっこで、鬼からうまく逃げられるようになった。
- 2年生 男子 走る時に姿勢を崩さないように走るようになりました。
- 2年生 男子 スポーツはやり方によって、どんどんうまくなれるという意識になった。
- 2年生 女子 意識して教えてもらったことをするようにしている。
- 2年生 女子 努力すれば、苦手でもできなかったことも成功に近づけると思い、体育の授業を真剣に取り組む意識が高まった。
- 2年生 女子 ジャンプのやり方。
- 2年生 男子 2 回目の指導後は、10m 走のタイムが上がった。
- 2年生 女子 教えてもらった切り返しのことを部活で少し意識するようになった。
- 2年生 男子 10m 走の記録が伸びた！
- 2年生 男子 自分の悪かったやつを意識的に向上させようとしている。
- 2年生 女子 腕の振り方や、姿勢を意識して走るようになりました。
- 2年生 女子 指導していただいて、タイムが伸びて運動が楽しい！という気持ちになりました。
- 2年生 男子 スタートダッシュが速くなった。

- 2年生 男子 教えてもらったことを意識するようになった。
- 2年生 男子 姿勢を良くしようとする意識を持てたこと。
- 2年生 女子 体の使い方など。
- 2年生 女子 意識力が高まった。
- 2年生 男子 スタートの時の姿勢など。
- 2年生 女子 部活で走る時に、姿勢を意識しながら走ったり、スタートの姿勢も考えてやるようになった。
- 2年生 女子 アドバイスされたことを意識して行うようになった。
- 2年生 女子 前よりもっと、運動することが好きになった。
- 2年生 女子 スタートダッシュを意識するようになった。
- 2年生 男子 歩き方が気になる時があるようになった。
- 2年生 女子 前よりも足の筋肉がついてきたと思います。
- 2年生 女子 教わったことを意識して動くようになった。
- 2年生 男子 速くなった。
- 2年生 女子 自分が新しいことに挑戦したりするのが楽しくなった。
- 2年生 女子 前よりも体育が好きになった。
- 2年生 男子 そのスポーツのやり方などの工夫をし、それをできるだけ行ったこと。
- 2年生 男子 走る時に、注意のことを意識した。
- 2年生 男子 タイムが速くなった。
- 2年生 男子 ただ単に、同じことを繰り返すだけじゃなく、しっかりと練習方法を考えたいと思った。
- 2年生 男子 走る時に、言われたことを気をつけながら走ったこと。
- 2年生 女子 テニスで瞬発力がついたと思う。
- 2年生 男子 走り方。
- 2年生 女子 指導されたことを考えながら、走ったりするようになった。
- 2年生 男子 もっと頑張ろうと思った。
- 2年生 男子 地面を思いっきり蹴って、走りを速くなるようにしたこと。
- 2年生 男子 走り方などを変えた。
- 2年生 女子 走り方？が分かった。
- 2年生 最初、走るのが嫌だったけれど、きれいな走り方？、フォームを教
えてくれてから、少し走るのが楽しくなったと思う。
- 2年生 女子 毎日、ストレッチをするようになった。
- 2年生 女子 走る時は、教えてもらったことを意識した。
- 2年生 女子 切り返しのタイムが速くなり、運動・スポーツがより好きになった。
- 2年生 男子 努力や練習のメニューで、少しでもタイムが縮んだりすること。
- 2年生 女子 自分が苦手な分野が知れたので、その分野で自分が得意にしようと思
うようになった。
- 2年生 女子 本気で体育に臨むという意識。
- 2年生 女子 走り方とか詳しく教えてもらって、正しいやり方でやったら、タイム
が上がったので、きちんとやり方を知ってやった方がいいと思っ
た。

2年生	男子	習ったコツを時々復習している。
2年生	女子	自分の弱いところを意識して走るようになりました。
2年生	女子	2回目で習ったことを活かそうとしている。
2年生	男子	走り出しのフォーム。走り方など。
2年生	男子	運動する前にしている。
2年生	女子	自信がついた。