

発育発達期における女子の運動、スポーツ離れに関する基礎研究

—女子が進んで取り組むためには何が必要なのか？—

春日 晃章*

中野 貴博** 小栗 和雄***

抄 録

本研究は、発育発達期の女子児童・生徒が運動遊び、運動、体育、スポーツ場面においていかなる要因に深く嫌悪感を示すのか、および男女の考え方の違いを明らかにすることを目的として調査を行った。本研究の対象者は、公立の小・中学校に通学している小学校1年生から中学校3年生までの女子444名、および大学に在学する大学生男子112名、女子98名であった。

運動、体育、スポーツが嫌いになる女子児童・生徒にとっていかなる点が原因となるのかについて、その視点を抽出するため、女子大学生に対する事前インタビューを実施し、女子大学生の調査結果に因子分析を適用し、10の構成要素（家庭環境、集団心理、ファッション・見た目、運動能力、非運動系指向、月経、低身体活動、第三者視線、勝負・評価、規律強要）からなる41項目のアンケートを作成し、小学1年生から中学3年生女子児童・生徒に対して調査を実施し、加齢に伴う横断的心理変化を分析した。

分析の結果、嫌悪感を抱く理由となる要因について男女で思いの大きさに関して相違が多くあった。また、年齢段階が上がるにつれて、運動・スポーツ離れの要因となる構成要素も変化し、低学年ほど、運動が得意か否か、体育授業が好きか否かに起因しているが、加齢と共に他人からの評価や集団心理などが強い要因になることが示唆された。また、いずれの年齢段階にも共通して家庭環境、仲間や異性からの視線、過度な動きの評価、衣類の汚れや乱れに関する要因に対して嫌悪感を抱き、運動・スポーツ離れに繋がる可能性が示唆された。

キーワード：体育嫌い，女子生徒，運動・スポーツ離れ

* 岐阜大学 〒501-1193 岐阜市柳戸1-1

** 名古屋学院大学 〒480-1298 瀬戸市上品野町1350

*** 岐阜聖徳学園大学 〒501-6194 岐阜市柳津町高桑西1-1

Factors affecting girls' interest in exercise and sports during the growth and developmental period

— What is necessary for girls to work on ahead? —

Kosho Kasuga *

Takahiro Nakano **

Kazuo Oguri ***

Abstract

The objective of this study is to investigate the factors that influence girl students' interest in exercise, play, physical education and sports during the growth and developmental period. In addition, we attempt to disclose their gender difference.

The subjects of this study were 444 female students, ranging from elementary school first graders to junior high school third graders, and 210 university students (112 male, 98 female). We conducted preliminary interviews with female university students to determine the primary factors influencing girl students' dislike of exercise, physical education and sports. We applied factor analysis to the responses to the survey and created a questionnaire of 41 items investigating 10 constituent factors (home environment, mass psychology, fashion/appearance, motor ability, intention of non-exercise, menses, low activity, others' gaze, bout/evaluation, and extortion of discipline). We analyzed transversal psychological changes associated with aging of female students.

Statistical analysis of survey results demonstrated gender differences regarding the magnitude of the thought as to the factors which are the reasons for dislike. In addition, the constituent factors causing lack of interest in exercise and sports changed with age. Among younger girls, motor ability and preference for physical education played a stronger role. However, evaluation by other people and mass psychology became stronger factors with age. Commonly, in all age groups, it was found that girl students may feel a lack of interest in exercise and sports due to the home environment, others' gaze, excess of evaluation, and the dirt and disorder of clothes associated with physical activity.

Key Words : P.E. dislike, girls students, lack of interest in exercise and sports,

* Gifu University 〒501-1193 1-1 Yanagido Gifu-city

** Nagoya Gakuin University 〒480-1298 1350 Kamishinano-machi Seto-city

*** Gifu Shotoku Gakuen University 〒500-8288 1-1 Takakuwa-nishi Yanaizu-cho Gifu-city

1. はじめに

文部科学省、スポーツ庁による全国体力・運動能力、運動習慣等調査によると、男子に比べ圧倒的に女子の運動、スポーツ習慣が加齢に伴って減少しており、中学生期では女子の4人に1人(25%)が一週間に合計60分以下(1日8分程度)の運動時間と二極化傾向も著しい。このままでは益々、我が国の女子の運動、スポーツ離れは加速して進行すると考えられるため、何とかその予防に努めなければならないが、これまで女子のみをターゲットとした詳細な調査は行われていない。男子に比べて女子独特の身体的、精神的変化が発育発達期にはあると共に、女子に特化した意識や嗜好変化などがあると考えられる。

2. 目的

本研究は、児童期から中学生期までの女子を対象に運動遊び、運動、スポーツおよび体育授業に関する興味や関心の意識および嫌悪感の加齢変化と個人差拡大状況を横断的に分析することを主たる目的とする。

加えて、男子と女子の意識の違いを検証することで、女子に特化した特性を明らかにすることを試みる。

3. 方法

3. 1. 対象

本研究の対象者は、G県内の公立の小中学校に通学している小学校1年生から中学校3年生までの女子444名(小学校1年生:42名、小学校2年生:27名、小学校3年生:40名、小学校4年生40名、小学校5年生42名、小学校6年生:46名、中学校1年生:64名、中学校2年生:61名、中学校3年生:82名)、およびG大学に在学する大学生男子112名、女子98名であった。

3. 2. 調査方法及び内容

運動・スポーツ、体育が嫌いになる女子児童・生徒にとっていかなる点が原因となるのかについて、その視点を抽出するため、女子大学生に対する事前インタビューを実施し、先行研究と合わせて、9要素(身体、学校、家庭、地域、気候、友達、異性、価値観、興味)からなる、運動・スポーツおよび体育授業が嫌いになる要因に関する48項目のアンケートを作成し、女子大学生にこれまでの自身の経験をもとに嫌いになるポイントについて5段階で評価させた。また、女子と男子の意識の違いを明らかにするため、男子大学生にも女子が嫌いになるポイントの予測をさせ評価させた。

女子大学生の調査結果に因子分析を適用し、10の構成因子(家庭環境、集団心理、ファッション・見た目、運動能力、非運動系指向、月経、低身体活動、第3者視線、勝負・評価、規律強要)からなる41項目のアンケートに絞った。

次に、小学1年生から中学3年生女子児童・生徒に対して41項目のアンケート調査を実施し、加齢に伴う横断的心理変化を分析した。

3. 3. 解析方法

女子の運動・スポーツおよび体育授業に対する意識に関して、男女の考え方の違いを検討するため、男子大学生群と女子大学生群に分類し、t検定を適用し、効果量(d)を算出した。

女子の運動・スポーツおよび体育授業に対する意識や嗜好の加齢に伴う変化を検討するためには各調査項目における5段階評価の学年別平均値と学年間の相関係数を算出した。また、運動・スポーツおよび体育授業に対する意識の構成要素を比較検討するため、小学1~2年(低学年期)、小学3~6年(中高学年期)、中学1~3年(中学生期)の年齢段階別に因子分析法を適用し、運動離れの構成因子を抽出した。その際、主因子法の直交・バリマックス回転を用いて、各因子の固有値が1.00を下回らないところでの因子数を抽出し、各因子に対して0.4以上の負荷量を示した項目をもとに因子の解釈を行った。

4. 結果及び考察

4. 1. 男女の意識の違い

分析の結果、男子と女子の間で有意な差が認められたのは表1に示した23項目であり、「暑さや寒さを感じるから運動するのはイヤだ」以外は、いずれも男子の方が高い値を示した。今回の調査では、男子は、服の汚れ、汗、怪我、髪のはずれ、日焼け、自分の体型といった身体的なことや男子との差、男子の視線といった異性関係のことが女子の運動・スポーツ離れに大きく影響を与えていると考えていることが示唆された。しかし、これらの設問は、女子の方が平均値は有意に低いことから、男子が思っているほど女子は気にしていないことが推察される。一方で、平均値の順位で比較すると、男子は身体に関する要因が上位を占めていることに対して、女子では、日焼けおよび汗といった生理的変化に関する要因に加え、走ること、疲労、水泳および器械運動といった運動内容に関する要因や、優劣、勝敗・順位、運動能力の認知、評価、グループ化などといった他者との関係に関する要因が上位を占めてい

表1 女子の運動が嫌いになるポイントに関する男女の意識差

設問		女子	男子	t検定	順	効果量
服が汚れてしまうからイヤだ	平均 SD	2.948 1.211	3.696 0.928	**	男>女	0.748
暑さや寒さを感じるから運動するのはイヤだ	平均 SD	3.786 1.115	3.563 1.185	**	女>男	0.731
自分の体型が気になるからイヤだ	平均 SD	2.939 1.120	3.643 0.948	**	男>女	0.686
外で遊ぶことは馬鹿らしいと思う	平均 SD	2.214 1.028	2.884 0.956	**	男>女	0.679
汗をかくからイヤだ	平均 SD	3.612 1.071	4.188 0.766	**	男>女	0.628
怪我をするからイヤだ	平均 SD	2.867 1.172	3.482 0.910	**	男>女	0.594
頑張っている姿を見られるのがイヤだ	平均 SD	2.378 1.126	2.973 0.934	**	男>女	0.582
お父さんは運動をしない	平均 SD	2.235 0.993	2.723 0.912	**	男>女	0.516
恐怖心があるからイヤだ	平均 SD	2.786 1.008	3.241 0.872	**	男>女	0.488
髪が乱れてしまうからイヤだ	平均 SD	3.214 1.204	3.696 0.919	**	男>女	0.457
男子との体力の差を感じるからイヤだ	平均 SD	2.980 1.140	3.402 0.934	**	男>女	0.410
恥ずかしいから運動するのはイヤだ	平均 SD	3.082 1.164	3.514 0.962	**	男>女	0.409
仲間外れになるからイヤだ	平均 SD	2.908 1.244	3.351 0.969	**	男>女	0.402
男子の視線が気になるからイヤだ	平均 SD	2.827 1.122	3.241 0.961	**	男>女	0.401
病弱だから運動するのはイヤだ	平均 SD	2.398 1.119	2.813 0.973	**	男>女	0.399
運動が良いことだと思わないから運動しない	平均 SD	1.949 0.957	2.313 0.881	**	男>女	0.398
グループ化があるからイヤだ	平均 SD	3.381 1.185	3.784 0.938	**	男>女	0.381
お母さんは運動しない	平均 SD	2.388 1.136	2.768 1.022	*	男>女	0.355
着替えがあるからイヤだ	平均 SD	3.173 1.219	3.527 0.794	*	男>女	0.350
先生が嫌い	平均 SD	2.888 1.251	3.277 1.033	*	男>女	0.343
運動することに興味がない	平均 SD	3.398 1.164	3.732 0.995	*	男>女	0.312
日焼けをするからイヤだ	平均 SD	3.929 1.133	4.214 0.764	*	男>女	0.301
自分のプレーが見られるからイヤだ	平均 SD	3.351 1.090	3.631 0.819	*	男>女	0.295

*:p<0.05,**:p<0.01, 有意な男女差が認められた項目のみ記載

た。女子の特徴として、運動・スポーツ離れに対する意識の背景には、運動ができる・できないといった運動能力が関わっており、それらに加え、優劣がつくことや評価されること、およびグループ化があるといった周りからの印象や評価をうけることが大きく影響していると考えられる。女子の運動指導や体育授業を行っていく中で、運動能力のみで評価をしたりグループ編成を行ったりするのではなく、運動ができない子が苦痛に思うことがないように、人間関係や仲間関係に考慮していく必要があると思われる。また、今回、男女の意識差が多く見られた。教育現場での体育指導や運動指導には男性教諭の割合も多いことから、女子の思いを密に感じ取りながら、指導や授業を展開していく必要が示唆された。

4. 2. 加齢に伴う意識の変化

表2は年齢別平均値と学年との相関係数を示してい

る。運動・スポーツおよび体育授業に対する嗜好の加齢に伴う変化として、「体育授業が好きである」、「運動することが得意である」の設問で、非常に高い負の関連が認められた。このことから、学年が上がるにつれて、運動することおよび体育授業を行うことに対して、嫌いになる児童・生徒が増加していくことが示唆された。また、学年が上がるにつれて、運動することが得意であると感じている児童・生徒は減少していくことも示唆された。森(2003)は、子どもが運動を好きになる運動経験として、幼児や児童前期の子どもたちは運動活動自体を楽しんでいるが、児童後期以降になると運動のプロセスを楽しいと思うようになることと指摘している。また、子どもはできなかった運動ができるようになることで有能感や達成感を感じ、運動を楽しい経験として捉えるが、できないまままで終わってしまうと無力感が残り、運動嫌いにさせると述べている。さらに、体育が好きと答えた児童ほど運動に対する有能感が高いと報告している。

また、岡沢(1996)は、運動有能感が高齢に伴って減少傾向がみられることや、運動有能感の欠如が運動嫌いを形成していると報告している。これらのことから、児童前期にあたる小学校低学年は、体育授業および運動自体を楽しいと感じることのできる体育授業や運動指導を行うことが必要であり、中高学年から中学生にかけては、運動をしていく中で、一人ひとりが有能感や達成感を感じることでできる体育授業や運動指導を行っていく必要があると推察される。

運動・スポーツおよび体育授業に対する意識の加齢に伴う変化として、「外よりも室内にいるほうが好きだから運動はしない」、「運動よりも自分が得意とすることがあるから運動はしない」、「運動をする時間がない」、「運動することに興味がないから運動するのはイヤだ」、「遊ぶのが馬鹿らしいと思うから運動はしたくない」、「スポーツ以外の習い事をしているから運動

表2 学年別平均値と学年との相関係数

項目	相関係数	判定
運動することが得意である	-0.975	**
体育授業が好きである	-0.921	**
規律性を強要されるからイヤだ	0.950	**
外よりも室内にいるほうが好きだから運動はしない	0.944	**
季節によって暑さや寒さを感じるから運動するのがイヤだ	0.940	**
月経（生理）があるから運動するのがイヤだ	0.938	**
自分の運動能力が仲間知られるからイヤだ	0.937	**
恐怖心があるから運動するのがイヤだ	0.935	**
親子で運動をする機会がない	0.933	**
友達との間でグループ化があるからイヤだ	0.926	**
評価をされるのがイヤだ	0.923	**
走ることがイヤだ	0.920	**
仲間に気をつかうからイヤだ	0.909	**
運動よりも自分が得意としていることがあるから運動はしない	0.904	**
水泳がイヤだ	0.894	**
髪が乱れてしまうからイヤだ	0.866	**
疲れるからイヤだ	0.861	**
自分の体型が気になるからイヤだ	0.859	**
運動中に頑張っている姿を人に見られるのがイヤだ	0.848	**
運動をする時間がない	0.827	**
優劣がつくからイヤだ	0.824	**
球技がイヤだ	0.823	**
上手くできないと仲間に怒られるからイヤだ	0.809	**
勝敗や順位が生じるからイヤだ	0.804	**
運動することに興味がないから運動するのはイヤだ	0.801	**
遊ぶのが馬鹿らしいと思うから運動はしたくない	0.782	*
日焼けをするからイヤだ	0.781	*
近所に一緒に運動をする友達がいない	0.780	*
怪我をするからイヤだ	0.772	*
仲間外れになるからイヤだ	0.771	*
汗をかくからイヤだ	0.765	*
運動ができないと仲間から馬鹿にされるからイヤだ	0.757	*
服が汚れてしまうからイヤだ	0.754	*
兄弟・姉妹と運動する機会がない	0.737	*
スポーツ以外の習い事をしているから運動はしない	0.733	*

*:p<0.05, **:p<0.01, 有意な相関を示した項目のみ記載

はしない」の設問で高い正の関連が認められた。これらのことから、加齢に伴って、運動するということに対する価値観が減少していることが示唆された。

「季節によって暑さや寒さを感じるから運動するのがイヤだ」の設問で、非常に高い正の関連が認められた。このことから、加齢に伴って、気候や気温によって運動に対する意欲が変化していることが示唆された。また、「規律性を強要される（髪を縛る・服装を整える・きびきび動く）からイヤだ」の設問で、非常に高い正の関連が認められた。加齢に伴って、見た目や行動をしっかりと整えることに対してイヤだという意識が強まっていることが示唆された。兵頭・河野（1992）は、「体育嫌い」を生起させる要因として、性差があると報告しており、男子は厳しさと自由の拘束を嫌う傾向にあると指摘している。今回の結果から、学年が上がると、女子も男子と同様に、規律性を強要され、自由さが無い体育授業に対して嫌悪感を抱いていると示唆された。

一方で、「恐怖心があるから運動するのがイヤだ」の設問で、非常に高い正の関連が認められた。このことから、学年が上がると、運動がうまくできなかったときの恐怖感を抱きやすくなるとともに、友達の

前で運動を失敗した時の劣等感を感じる怖さを抱きやすくなると推察される。また、「自分の運動能力が仲間知られるからイヤだ」、「評価をされるのがイヤだ」、「優劣がつくからイヤだ」、「勝敗や順位が生じるからイヤだ」の設問で、高い正の関連が認められた。さらに、「友達との間でグループ化があるからイヤだ」、「仲間に気をつかうからイヤだ」、「自分の体型が気になるからイヤだ」、「上手くできないと仲間に怒られるからイヤだ」、「仲間外れになるからイヤだ」、「運動ができないと仲間から馬鹿にされるからイヤだ」の設問で、高い正の関連が認められた。これらのことから、加齢に伴って、評価をされることや優劣がつくこと、自分の運動能力が周りに知れ渡ることを気にする傾向になると示唆された。また、周りの友達の視線や、友達からの印象を気にする傾向が高くなることも示唆された。そのため、学年が上がるとつれて周りの視線を気にするようになっていくのにも関わらず、他人と運動能力を比較させられたり、他人との優劣の差が知られたりする体育授業および運動指導を行うことが、運動に対する嫌悪感をより強めているのだと考えられる。これらに加え、「走ることがイヤだ」、「球技がイヤだ」の設問で、高い正の関連が認められた。「走ること」および「球技」は、周りの人に自分の運動能力がはっきりと知られる競技であり、仲間とグループを作って行う競技でもあるため、嫌悪感をより抱いていると考えられる。照屋ら（2010）は、子どもの体育嫌いを引き起こす主な要因は、「集団行動の中における精神的苦痛」にあると報告している。これらのことから、体育授業および運動指導を行う中で、学年が上がるとつれて、規律性の強要を少なくすることに加え、能力の差が目立たないようなグループ編成を考えること、および運動能力だけを考慮してグループを作るのではなく、児童・生徒同士の間関係も考慮しながらグループ編成することなど、精神面での配慮が必要になっていくと推察される。また、学年が上がるとつれて、周りの人の視線を気にするというような精神的苦痛が出てくる背景としては、運動能力、いわゆる技術的な要因が関係していると考えられる。伊藤・波田野（1982）は、「体育嫌い」の生起にかかわるものとして示唆された要因は、体育授業の中で自分の持っている能力に対して強い劣等感を感じていることと指摘している。杉原（2003）は、子どもたちが運動を好きになったり、嫌いになったりする要因に、運動ができる・できないといった「能力」が大きく関わると指摘している。また、

増子ら（1996）は、小学校4年生以降で「有能感」が低下する時期であると報告している。これらのことから、加齢に伴って、体育授業および運動することに対して嫌悪感を抱いている子にとって、できないのに周りの子にプレーを見られることや、できないのにできる子と同じ状況で運動を行わなければいけないことが、より嫌悪感を強めているのではないかと考えられる。したがって、能力の差がある集団を指導していく中でも、運動ができない子が苦痛に思うことがないように授業および指導を考えていく必要があると推察される。

4. 3. 運動・スポーツ離れを起因する構成因子の年齢段階別変化と特徴

因子分析の結果（図1）、低学年期は9つの構成因子が抽出された。0.4以上の負荷量を示した項目をもとに、第1因子から『第3者視線』『引込み思案』『集団行動』『ファッション』『家庭環境』『低身体活動』『非運動系指向』『見た目』および『水泳』因子と解釈した。

中高学年期では、5つの構成因子が抽出され、『非運動系指向・評価』『第3者視線・男子からの視線』『引込み思案』『家庭環境』および『見た目・ファッション』因子と解釈した。

中学生期では、6つの構成因子が抽出され『集団心理・評価』『ファッション・規律強要』『家庭環境』『非運動系指向』『第3者視線・男子からの視線』および『病弱』因子と解釈した。

因子分析法から抽出された学年ごとの要因構成因子を図1に示した。

今回、『家庭環境』因子は、すべての学年から抽出された。このことから、どの年齢段階においても、家庭や近所の環境の要因が、女子の運動・スポーツおよび体育授業に対する意識や身体活動状況に影響を及ぼしていることが示唆された。また、『非運動系指向』因子もすべての学年から抽出され、どの年齢段階においても、少なからず、運動に対する興味・関心がない子が存在し、運動に対する興味・関心が身体活動量の差を見出す一つの要因であると推察される。

全年齢段階において、『第3者視線』因子が抽出されたが、中高学年期および中学生期になると、『男子からの視線』因子が加わって抽出された。このことから、

すべての学年において、周りからの視線や印象を気にする傾向であるとともに、学年が上がるにつれて、異性からの視線や印象を気にし始めることが示唆された。小学校中学年以降になると、異性からの視線も含め、第3者からの視線や印象が、運動および体育授業に対する意識に影響を及ぼすと考えられる。また、中高学年以降になると、『評価』因子が抽出された。しかし、小中学年期においては『非運動系指向』因子とともに抽出されているが、中学生期では『集団心理』因子とともに抽出されている。このことから、中高学年期までは、ただ単に“運動ができない・運動をしない”から評価をされたくないという思考であるのに対し、中学生期になると、“仲間プレーが見られる”、“自分の運動能力がみんなに知られる”といった仲間からの評価をされたくないという思考であると考えられる。同じ「評価をされる」ということが、運動および体育授業に対する意識に影響を及ぼしていても、学年が上がるに伴って、その背景として、仲間からの印象を気にするといった精神面が関わってくるのが推察される。

また、中学生期になると、『ファッション・規律強要』因子が抽出された。低学年期および中高学年期においても、『ファッション』因子が抽出されたが、『見た目』因子とともに抽出されている。このことから、どの学年においても見た目やファッションが、運動・スポーツおよび体育授業に対する意識に影響を及ぼしていることが示唆されたが、中でも中学生期になると、ファッションの規律強要が運動に対する嫌悪感に影響を及ぼしていると考えられる。つまり、学年が上がるにつれて、規則に縛られるのがイヤだといった意識が出てくると示唆された。

一方で、低学年期のみ、『集団行動』因子が抽出された。文部科学省（2013）は、幼児期から児童期前半、いわゆる小学校低学年までは、社会性が育まれている途中であるため、自分中心の性格がまだ抜け出せない時期であると報告している。このことから、小学校低学年の時期は、仲間と活動することよりも、自分が思った通りに活動することのほうが運動に対しての楽しさを見出していると推察される。小学校低学年の間は、純粋に、自分自身の運動に対する興味や嗜好が、運動および体育授業に対する意識に影響を及ぼしていると

1・2年	第3者視線	引込み思案	集団行動	ファッション	家庭環境	低身体活動	非運動系指向	見た目	水泳
3～6年	非運動系指向 評価	第3者視線 男子からの視線	引込み思案	家庭環境	見た目 ファッション				
中学生	集団心理 評価	ファッション 規律強要	家庭環境	非運動系指向	第3者視線 男子からの視線	病弱			

図1 群別因子分析の結果、抽出・解釈された因子

考えられる。しかし、加齢に伴って、社会性が育まれることによって、仲間からの印象を気にするなどといった周りの影響や、授業の中における規律の強要が、運動および体育授業に対する意識に影響を及ぼしていると考えられる。

5. まとめ

本研究は、発育発達期の女子児童・生徒が運動遊び、運動、体育、スポーツ場面においていかなる要因に深く嫌悪感を示すのか、および、男女の考え方の違いを明らかにすることを目的として調査を行った。分析の結果、嫌悪感を抱く理由となる要因について男女で思いの大きさに関して相違が多くあった。また、年齢段階が上がるにつれて、運動・スポーツ離れの要因となる構成要素も変化し、低学年ほど、運動が得意か否か、体育授業が好きか否かに起因しているが、加齢と共に他人からの評価や集団心理などが強い要因になることが示唆された。また、いずれの年齢段階にも共通して家庭環境、仲間や異性からの視線、過度な動きの評価、衣類の汚れや乱れに関する要因に対して嫌悪感を抱き、運動・スポーツ離れに繋がる可能性が示唆された。

最後に、女子大学生が小学校、中学校生活を振り返り、運動・スポーツおよび体育に対する嫌悪ポイントの上位 20 は以下のとおりであった。

女子大学生が思う運動、スポーツ、
体育の嫌悪ポイントBest20

- 1 日焼けをするからイヤだ
- 2 疲れるからイヤだ
- 3 走ることがイヤだ
- 4 暑さや寒さを感じるから運動するのはイヤだ
- 5 優劣がつくからイヤだ
- 6 汗をかくからイヤだ
- 7 勝敗や順位が生じるからイヤだ
- 8 器械運動がイヤだ
- 9 水泳がイヤだ
- 10 室内にいるほうが好き
- 11 運動することに興味がない
- 12 評価をされるのがイヤだ
- 13 運動能力が知れ渡るからイヤだ
- 14 グループ化があるからイヤだ
- 15 自分のプレーが見られるからイヤだ
- 16 ダンスをするのがイヤだ
- 17 月経（生理）があるから運動するのはイヤだ
- 18 自分が得意としていることがある
- 19 髪が乱れてしまうからイヤだ
- 20 仲間に気をつかうからイヤだ

【参考文献】

- 文部科学省（2013）平成 25 年度全国体力・運動能力調査報告書。
- 兵頭寛・河野昭（1992）体育嫌いを生起させる要因の研究。愛媛大学教育学部紀要, 17, 159-165.
- 福富恵介・春日晃章・篠田知之（2011）大学生の運動・スポーツおよび保健体育の授業に対する好き嫌いに影響を及ぼす時期。教育医学, 57(2), 205-212.
- 小澤治夫（2009）子どもの発達段階に応じた運動指導の工夫。教職研修, 37(12), 32-35.
- 森司朗（2003）幼少期における運動の好き嫌い。体育の科学, (53)12, 910-914.
- 岡沢祥訓（1996）身体的有能感と運動種目の達成との関係—小学校児童を対象にして—。Proceedings of 2nd Tsukuba International Workshop on Sport Education, 67-73.
- 文部科学省：子どもの徳育の充実に向けた在り方について（報告）。
- 照屋唯（2010）子どもの体育嫌いの原因とその改善方法に関する一考察。
- 伊藤精男・波多野義郎（1982）体育嫌いの生起に関する因果推論の試み。体育学研究, 27(3), 239-246.
- 杉原隆（2003）運動指導の心理学—運動学習とモチベーションからの接近—。大修館書店。142-156.
- 増子和彦・海老原修・佐野裕（1996）「スポーツ好き」の「体育嫌い」が生まれる社会的背景。日本体育学会大会号, 166.
- 上地広昭（2003）運動好きの家庭環境。体育の科学, 53, 930-933.
- 荒井迪夫・周東知好（2003）運動嫌いに関する一考察。淑徳短期大学研究紀要, 42, 17-31.
- 吉川麻衣・山谷幸司・笹生心太（2012）「運動嫌い」「体育嫌い」の実態と発生要因に関する研究—小学生・中学生・高校生における「運動嫌い」と「体育嫌い」の関連性に着目して—。仙台大学大学院スポーツ科学研究科修士論文集, 13, 107-115.
- 春日晃章（2014）子どもの体力・運動能力の現状～できる子と苦手な子の二極化について。健康教室, 65(16), 12-15.
- この研究は笹川スポーツ研究助成を受けて実施したものです。