

トピック

D

## 中学校・高等学校の学校運動部活動の活動実態：種目別による比較

愛知東邦大学 経営学部 准教授 大勝 志津穂

2016年度・スポーツ庁「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」は運動部活動において休養日を設けていない中学校が22.4%にのぼると報告する。1997年「運動部活動の在り方に関する調査研究報告書」（現・文部科学省）が提案した、休養日の指針が約20年経過した現在に至っても、2割以上の中学校が履行していない実態が明らかとなり、改めてその実効性が問われる。2017年5月、スポーツ庁は「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン作成検討会議」を創設し、新たな運動部活動ガイドライン作成に着手している。あわせて、2017年7月には「運動部活動等に関する実態調査」（スポーツ庁）が校長、教員、生徒、保護者、部活動指導員などの部活動に関わる人々や教育委員会、校長会、教職員団体などの部活動に関係する団体を対象に実施され、全国的、都道府県別の動向の把握に努めている。

ここでは、これまでの調査の視点にない実施種目ごとの特徴についてその活動実態を明らかにする。それは、練習時間の長さや休養日の設定は、各種目が置かれている大会や活動環境、歴史的背景によって異なるのではないかという疑問に基づく。「12～21歳のスポーツライフに関する調査2017」の問4に基づき、活動種目ごとに週あたりの活動日数、1日あたりの活動時間、土日の活動状況についてその実態を明らかにした。

### D-1

#### 学校運動部の活動状況

##### (1) 学校運動部活動の所属状況及び実施種目

本稿では、中学生、高校生の学校運動部に所属する生徒を分析対象とする。まず、表D-1から中学生と高校生の運動部所属率をみる。中学生の65.7%、高校生の48.1%が運動部活動に所属していた。男女別では中学生男子が74.2%、中学生女子が55.2%となり、その差は約20ポイントであった。高校生男子は60.7%、高校生女子は35.4%となり、男女とも中学生と比較すると所属率が低下し、その低下は女子の方が大きい。所属率の男女差も約25ポイントと中学生の場合より広がり、高校生女子の運動部所属率が低い状況がわかる。学年では、

中学3年生と高校3年生で所属率が低下し、受験勉強に向けた部活動引退との関係がうかがえる。

次に、学校運動部活動で実施している種目をみた（表D-2）。中学生では、ソフトテニス、バスケットボール、サッカー、野球、バレーボール、卓球が上位となり、高校生では、バドミントン、バスケットボール、野球、バレーボール、サッカーとなる。これらの結果は（公財）中学校体育連盟や（公財）高等学校体育連盟、（公財）日本高等学校野球連盟の加盟生徒数の上位種目に一致する。

【表D-1】 学校運動部活動所属の有無による属性

	中学生				高校生			
	所属		無所属		所属		無所属	
	n	(%)	n	(%)	n	(%)	n	(%)
全体(n=537)	353	(65.7)	184	(34.3)	229	(48.1)	247	(51.9)
男子(n=298)	221	(74.2)	77	(25.8)	145	(60.7)	94	(39.3)
女子(n=239)	132	(55.2)	107	(44.8)	84	(35.4)	153	(64.6)
1年生(n=183)	128	(69.9)	55	(30.1)	92	(53.5)	80	(46.5)
2年生(n=187)	125	(66.8)	62	(33.2)	82	(55.0)	67	(45.0)
3年生(n=167)	100	(59.9)	67	(40.1)	55	(35.5)	100	(64.5)

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2017

【表D-2】 学校運動部活動の実施種目（上位10種目）

中学生 (n=353)			高校生 (n=229)		
	n	(%)		n	(%)
1 ソフトテニス(軟式)	52	(14.7)	1 バドミントン	26	(11.4)
2 バasketボール	51	(14.4)	2 バasketボール	24	(10.5)
3 サッカー	45	(12.7)	3 野球	23	(10.0)
4 野球	42	(11.9)	バレーボール	23	(10.0)
5 バレーボール	35	(9.9)	5 サッカー	22	(9.6)
卓球	35	(9.9)	6 ソフトテニス(軟式)	16	(7.0)
7 陸上競技	31	(8.8)	7 ハンドボール	11	(4.8)
8 バドミントン	20	(5.7)	テニス(硬式)	11	(4.8)
9 剣道	15	(4.2)	9 陸上競技	10	(4.4)
10 柔道	6	(1.7)	10 剣道	9	(3.9)

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2017

## D-2 種目別活動状況

### (1) 中学生

表D-3に中学生の種目別活動状況（上位6種目）を示した。全体では、週7日つまり毎日活動する生徒19.0%、週6日活動する生徒が47.9%と半数近くにのぼり、週6日以上の活動者は66.9%と7割近くにのぼる。1週間の平均活動日数は5.7日となった。

平日の活動時間は1～2時間が69.1%と7割近くを占め、平均活動時間は2.3時間であった。休日の活動時間は3～4時間が57.5%と最も多く、平均活動時間は3.9時間であった。また、土日の活動状況は両日実施が45.6%と最も多かったが、土日のどちらかも45.3%となり、二分される様子が見えられた。

種目別にみると、週6日以上活動する割合が7割以上

の種目は、野球(81.0%)、ソフトテニス(75.0%)、バレーボール(71.4%)、サッカー(71.1%)であった。バスケットボールは、週6日以上活動する割合が6割であるが、週7日活動する生徒が23.5%と野球について多く、ほとんど休みなく活動している実態が見えた。1週間の平均活動日数をみると、野球のみ6.1日と6日を超えていた。平日の活動時間をみると、最も短い卓球が2.1時間、最も長い野球とバスケットボールが2.4時間となり、種目による差はほとんどみられなかった。

一方、休日の活動時間は、種目による違いが見られた。野球は5時間以上活動する生徒が59.5%と6割近くを占めた。平均活動時間をみると、野球が5.7時間と最長となり、次いで長いバスケットボールやバレーボールの4.1

時間と比較しても1.5時間以上長い結果が示された。土日の活動状況は、両日とも実施すると回答した割合が高い種目は、野球(71.4%)、バスケットボール(60.8%)となり、ソフトテニスや卓球は、土日のどちらかしか実施しない割合が6割以上となった。

## (2) 高校生

表D-4に高校生の種目別活動状況(上位5種目)を示した。全体をみると、週6日活動する生徒が最も多く51.1%であり、次いで週7日が26.2%であった。週6日以上活動する生徒は77.3%となり、中学生と比較すると10ポイント程度高く、1週間の平均活動日数は5.8日となっ

た。平日の活動時間をみると、3~4時間が50.7%と最も多かった。しかし、5時間以上も13.5%となり、平日でも長時間活動する生徒が1割以上いる実態が明らかとなった。中学生の平日活動時間では、1~2時間が多かったのに対し、高校生では3~4時間が多くなり、さらに5時間以上もいることから活動時間は長くなる様子がみてとれる。平均活動時間は2.7時間となった。休日の活動時間は、3~4時間が最も多く55.0%と半数を超え、平均活動時間は4.3時間となった。土日の活動状況は、両日実施が53.7%と半数を超え、中学生よりも土日の両日活動する運動部が多い。

【表D-3】中学生の種目別活動状況(上位6種目)

中 学 生		全体 (n=353)	ソフトテニス (n=52)	バスケットボール (n=51)	サッカー (n=45)	野球 (n=42)	バレーボール (n=35)	卓球 (n=35)
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
週あたりの 活動日数	1日	5 (1.4)	1 (1.9)		1 (2.2)			
	2日	3 (0.8)			2 (4.4)			
	3日	7 (2.0)			2 (4.4)		1 (2.9)	2 (5.7)
	4日	20 (5.7)	2 (3.8)	6 (11.8)			3 (8.6)	1 (2.9)
	5日	80 (22.7)	9 (17.3)	13 (25.5)	8 (17.8)	8 (19.0)	6 (17.1)	8 (22.9)
	6日	169 (47.9)	31 (59.6)	19 (37.3)	23 (51.1)	22 (52.4)	18 (51.4)	22 (62.9)
	7日	67 (19.0)	8 (15.4)	12 (23.5)	9 (20.0)	12 (28.6)	7 (20.0)	2 (5.7)
	N.A.	2 (0.6)	1 (1.9)	1 (2.0)				
平均活動日数(S.D.)		5.7 (±1.11)	5.8 (±0.98)	5.7 (±0.97)	5.6 (±1.39)	6.1 (±0.69)	5.8 (±0.97)	5.6 (±0.88)
平日の 活動時間*1	1~2時間	244 (69.1)	36 (69.2)	31 (60.8)	30 (66.7)	24 (57.1)	24 (68.6)	28 (80.0)
	3時間以上	105 (29.7)	16 (30.8)	19 (37.3)	15 (33.3)	18 (42.9)	9 (25.7)	7 (20.0)
	N.A.	3 (0.8)		1 (2.0)			2 (5.7)	
平均活動時間(S.D.)		2.3 (±0.67)	2.3 (±0.72)	2.4 (±0.60)	2.3 (±0.74)	2.4 (±0.59)	2.2 (±0.71)	2.1 (±0.59)
休日の 活動時間*1	1~2時間	44 (12.5)	6 (11.5)	3 (5.9)	5 (11.1)	1 (2.4)	6 (17.1)	8 (22.9)
	3~4時間	203 (57.5)	35 (67.3)	30 (58.8)	24 (53.3)	15 (35.7)	18 (51.4)	25 (71.4)
	5時間以上	80 (22.7)	10 (19.2)	15 (29.4)	8 (17.8)	25 (59.5)	9 (25.7)	2 (5.7)
	N.A.	16 (4.5)		3 (5.9)	6 (13.3)	1 (2.4)	2 (5.7)	
平均活動時間(S.D.)		3.9 (±1.79)	3.9 (±1.49)	4.1 (±1.52)	3.6 (±1.62)	5.7 (±2.17)	4.1 (±1.94)	3.3 (±1.59)
土日の 活動状況	両日	161 (45.6)	16 (30.8)	31 (60.8)	24 (53.3)	30 (71.4)	18 (51.4)	8 (22.9)
	土日のどちらか	160 (45.3)	33 (63.5)	19 (37.3)	13 (28.9)	11 (26.2)	14 (40.0)	23 (65.7)
	活動しない	19 (5.4)	1 (1.9)	1 (2.0)	4 (8.9)		2 (5.7)	2 (5.7)
	N.A.	13 (3.7)	2 (3.8)		4 (8.9)	1 (2.4)	1 (2.9)	2 (5.7)

\*1 0時間の回答を除く

資料：笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017

次に、種目別でみると、週7日活動する割合が高かった種目は、野球であり56.5%と半数を超え、バスケットボールも37.5%と4割近くとなった。週6日以上でみると、野球とサッカーは100%となり、バレーボールは82.6%、バスケットボールは75.0%と高い割合を示した。1週間の平均活動日数は、野球が最も多く6.6日となったが、サッカー6.3日、バスケットボール6.1日、バレーボール6.0日と4種目が6日を超えていた。

平日の活動時間では、バスケットボール、野球、バレーボールが3~4時間が最も多く6割を超えた。サッカーは1~2時間が6割となり、高校生でも練習時間は比較的短い、野球では5時間以上が2割を超えており、種目による

練習時間の違いがみられた。平均活動時間は、野球が最長で3.4時間となり、最も短いサッカーと約1時間の差がみられた。

休日の活動時間をみると、バドミントン、バスケットボール、サッカーは3~4時間が最も多く、野球、バレーボールは5時間以上が最も多くなった。野球では、全員が5時間以上と回答した。平均活動時間は、野球が最も長く7.7時間となり、次いで長かったバレーボールの4.9時間と比較しても約3時間程度長い。土日の活動状況については、すべての種目において両日とも活動する生徒が半数を超えた。特に、野球は全員が、サッカーでは8割以上が土日の両日とも活動していると回答した。

【表D-4】 高校生の種目別活動状況(上位5種目)

高 校 生		全体 (n=229)	バドミントン (n=26)	バスケットボール (n=24)	野球 (n=23)	バレーボール (n=23)	サッカー (n=22)
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
週あたりの 活動日数	1日	3 (1.3)	1 (3.8)				
	2日	5 (2.2)	1 (3.8)				
	3日	6 (2.6)	1 (3.8)				
	4日	11 (4.8)	3 (11.5)	1 (4.2)		2 (8.7)	
	5日	27 (11.8)	3 (11.5)	5 (20.8)		2 (8.7)	
	6日	117 (51.1)	15 (57.7)	9 (37.5)	10 (43.5)	13 (56.5)	16 (72.7)
	7日	60 (26.2)	2 (7.7)	9 (37.5)	13 (56.5)	6 (26.1)	6 (27.3)
平均活動日数 (S.D.)		5.8 (±1.21)	5.3 (±1.46)	6.1 (±0.88)	6.6 (±0.51)	6.0 (±0.85)	6.3 (±0.46)
平日の 活動時間*1	1~2時間	104 (45.4)	12 (46.2)	9 (37.5)	4 (17.4)	9 (39.1)	13 (59.1)
	3~4時間	116 (50.7)	11 (42.3)	15 (62.5)	14 (60.9)	14 (60.9)	9 (40.9)
	5時間以上	7 (13.5)	2 (7.7)		5 (21.7)		
	N.A.	1 (0.4)					
平均活動時間 (S.D.)		2.7 (±0.91)	2.6 (±1.30)	2.8 (±0.72)	3.4 (±1.12)	2.7 (±0.88)	2.5 (±0.67)
休日の 活動時間*1	1~2時間	14 (6.1)	2 (7.7)	1 (4.2)		1 (4.3)	2 (9.1)
	3~4時間	126 (55.0)	20 (76.9)	16 (66.7)		6 (26.1)	14 (63.6)
	5時間以上	68 (29.7)	1 (3.8)	5 (20.8)	23 (100.0)	14 (60.9)	5 (22.7)
	N.A.	13 (5.7)	3 (11.5)			1 (4.3)	1 (4.5)
平均活動時間 (S.D.)		4.3 (±1.87)	3.4 (±0.84)	3.7 (±1.07)	7.7 (±1.58)	4.9 (±1.47)	3.8 (±1.47)
土日の 活動状況	両日	123 (53.7)	13 (50.0)	15 (62.5)	23 (100.0)	12 (52.2)	18 (81.8)
	土日のどちらか	80 (34.9)	11 (42.3)	7 (29.2)		7 (30.4)	3 (13.6)
	活動しない	15 (6.6)	2 (7.7)	2 (8.3)		1 (4.3)	
	N.A.	11 (4.8)				3 (13.0)	1 (4.5)

\*1 0時間の回答を除く

資料: 笹川スポーツ財団「12~21歳のスポーツライフに関する調査」2017

## D-3 部活動での悩みや不満と活動状況

今入っている運動部活動での悩みや不満のうち「練習時間が長すぎる」「休日が少なすぎる」の項目に回答した生徒と回答していない生徒の間に活動日数や活動時間に違いがあるのかを検討した(表D-5)。

中学生をみると、練習時間が長すぎる現状に不満を持つ生徒の休日の活動時間は4.9時間となり、不満を持たない生徒の3.8時間と比較すると、1.1時間長い。また、休日が少なすぎる現状に不満を持つ生徒の週あたりの活動日数は6.2日となり、不満を持たない生徒の5.5日と比較すると、0.7日程度活動日数が多かった。

同様に、高校生をみると練習時間が長すぎる現状に不満を持つ生徒は、平日の活動時間が3.2時間、休日の活動時間は5.3時間となる。不満を持たない生徒と比較する

と、平日の活動時間では0.6時間程度、休日の活動時間では1.2時間程度活動時間が長かった。休日が少なすぎる現状に不満を持つ生徒は、週あたりの活動日数が6.5日であり、不満を持たない生徒の5.6日と比較すると、0.9日程度活動日数が多かった。

このように、長時間に渡る練習や少ない休日に不満を持つ生徒は、不満を持たない生徒より物理的に練習時間も活動日数も有意に多い実情が明らかとなった。つまり、練習時間が長いとか休日が少ないといった不満を持ちながら活動する生徒が少なからずおり、彼らの活動時間や活動日数は、不満を持たない生徒よりも長いという結果が確認できる。

【表D-5】 不満の有無による活動時間・活動日数の平均値

	中学生			高校生						
	はい n	いいえ mean(S.D.)	t値	はい n	いいえ mean(S.D.)	t値				
<b>練習時間が長すぎる</b>										
平日の活動時間	34	2.3(±0.64)	313	2.2(±0.69)	0.73	18	3.2(±0.79)	209	2.6(±0.91)	2.47*
休日の活動時間	34	4.9(±2.11)	301	3.8(±1.72)	3.51**	18	5.3(±2.47)	197	4.1(±1.93)	2.61*
<b>休日が少なすぎる</b>										
週あたりの活動日数	80	6.2(±0.77)	268	5.5(±1.15)	5.65***	59	6.5(±0.57)	169	5.6(±1.28)	7.384***

資料：笹川スポーツ財団「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2017

\*:p<0.05、\*\*:p<0.01、\*\*\*:p<0.001

## D-4 まとめ

中学生、高校生の運動部活動実施者の実態を分析すると、中学生では週あたり6日以上活動する割合が7割近くを占め、高校生では1週間の中で休みがない週7日活動する生徒が約3割となり、指針で示された休養日の設定基準がほとんど順守されていない実態が明らかとなった。また、土日の活動については、中学生では半数近く、

高校生では半数以上が土日の両日とも活動しており、土日の休日において部活動以外の活動、たとえば、家族や部員以外の友達との触れ合いなどを実施しにくい状況にあるのかもしれない。

さらに、種目別の比較からは、種目による活動実態の違いが明らかとなった。中学生では、特に野球部の休日

の練習時間の長さや土日両日の活動の多さが顕著にみられた。高校生では、野球において週7日活動する割合が半数以上となり、平日の活動時間では5時間以上活動する割合も高く、さらに休日においては全員が5時間以上、土日の活動では全員が両日活動すると回答しており、毎日が練習漬けとなっている状況がうかがえた。また、バレーボールは練習時間が長く、バスケットボールやサッカーは、練習時間は比較的適切であるものの、土日の活動が多い点が特徴としてみられた。

また、練習時間が長すぎるや休日が少なすぎるといった現状に不満を持つ生徒は不満を持たない生徒に比べて、活動時間や活動日数に統計的に有意な差が確認された。不満を持たない生徒の活動時間、活動日数の数値は、国が示した指針<sup>\*1</sup>に沿っており、彼らの活動内容分析こそガイドライン作成基準のミニマムエッセンスとなる可能性が示唆され、改めて検討すべき課題となる。

\*1「運動部活動の在り方に関する調査研究報告書」（現・文部科学省，1997）では、学期中の休養日の設定について、中学校では週あたり2日以上、高等学校では週あたり1日以上休養日を設定することとしている。また、練習時間については、効率的な練習を行い、長くても平日は2～3時間程度以内、休業の土日は3～4時間程度以内で練習を終えることを目処としている。

#### <参考文献>

中学生・高校生のスポーツ活動に関する調査研究協力者会議（1997）運動部活動の在り方に関する調査研究報告書

運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン作成検討会議（第1回）（2017）資料3「平成28年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査を活用した運動部活動に関する調査結果の概要」

運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン作成検討会議（第4回）（2017）資料1「平成29年度『運動部活動等に関する実態調査』集計状況」

## COMMENTS

- 今までは、学校の部活動でスポーツに触れ、それが出来ることが当たり前のように考えていました。最近の教師の負担が大きすぎるとの報道で、考えを改める時がきたように思います。指導者を外部へ委託できるのか、難しい問題となりそうですが、学校の授業以外でスポーツをする機会をどのように確保するのか、今後の政策に期待したいです。（17歳女子の母親）
- 子どもの頃からスポーツをするのはとても良い一方で、中学・高校などから始めようとする、幼少期からスポーツしてきた子との差があり、部活動への参加に抵抗を感じる子どももいるように感じる。（13歳男子の母親）
- 運動部活動の指導について様々な意見や考え方を聞きますが、3人の子どもは中学・高校と部活動に所属し、顧問の先生はいろいろな人にお世話になりました。子どもの成長に非常にプラスになりました。（21歳女子の母親）
- 少子化で自分が希望するスポーツ（部活）ができない子どもたちがいる。学校の枠組を越えたスポーツ活動を行える体制作りが必要だと思います。（13歳男子の母親）
- 学校の部活は厳しすぎるが、でもやらないよりはまだいい。バランスが難しい。学校外のスポーツでは自由にできる環境がほしいと思います。（19歳女子の母親）

資料：笹川スポーツ財団「4～11歳のスポーツライフに関する調査」2017、「12～21歳のスポーツライフに関する調査」2017