

# 生涯を通してスポーツや芸術を楽しむ 社会の構築を阻害したコロナ禍 — 中学校在籍時にコロナ禍による部活動中止を 経験した学生に対する意識調査を手がかりに —

上野 哲<sup>\*1</sup>

On the COVID-19 Pandemic that has hindered the Construction of a Society  
where People can enjoy Sports and Arts in Their Lives:

Based on a Survey for Students who experienced the Cancellation of Club-activities  
by the COVID-19 Pandemic during their Junior High School Days

Tetsu UENO

If junior high school freshmen start some sports or arts as club-activity without opportunity to be taught basic skills, what will happen in their future? We can formulate the following hypothesis; they can not only never become world-class players, but also never enjoy the sport or art in their daily lives, ultimately, they will quit the sport or art. The purpose of this paper is to explore the validity of this hypothesis with the results of a survey for first- to third-year students at National Institute of Technology, Oyama College.

KEYWORDS : COVID-19 pandemic, club-activity of junior high school

## 1. はじめに

スポーツや芸術に限らず、あらゆる分野で「世界レベルの技術」を習得するには、一般的な能力を持つ人間であれば、1万時間の練習量が不可欠である、という見解がある。カナダのマギル大学教授で神経学者でもあるダニエル・レヴィティン

は、あがるのは、世界レベルの技術に達するにはどんな分野でも、1万時間の練習が必要だということだ。作曲家、バスケットボール選手、小説家、アイススケート選手、コンサートピアニスト、チェスの名人、大犯罪者など、どの調査を見てもこの数字が現れる。もちろん、だからと言って、一部の者が他の者よりも、練習から大きな成果が得られる理由がわかるわけではない。だが、1万時間より短い時間で、真に世界的レベルに達した例を

---

<sup>\*1</sup> 一般科(Dept. of General Education), E-mail: tueno@oyama-ct.ac.jp

見つけた調査はない」<sup>1)</sup>と述べている。

さらに米国のフロリダ州立大学教授で心理学者のアンダース・エリクソンは、ベルリン音楽アカデミーのバイオリニストを対象に行った調査で、レヴィティンの見解の妥当性を裏付けた。すなわち、アカデミーで学ぶバイオリニストのうち、「世界的なソリストになれる可能性をもった学生」たちの5歳以降の総練習時間は1万時間に達していたのに対して、「アカデミーで“優れた”という評価をもらうにとどまる学生」たちの総練習時間は8千時間、「プロになれそうもなく、公立学校の音楽教師を目指す学生」たちの総練習時間は4千時間を少し上回る程度だった、という<sup>2)</sup>。

1万時間というのは、1日に2時間練習するとして、それを1日も欠かさずに365日、13年半続けた場合の数字である。こんな途方もない時間を練習に没頭できる人などいるのだろうか。

サッカーにおけるスキル習得にかかる時間を例に、考えてみよう。

プロサッカー選手の三浦知良（カズ）がブラジル留学のために中退するまで通っていた静岡学園高等学校サッカー部元監督の井田勝道は「15歳までにボールを100万回触れ」<sup>3)</sup>と説く。井田によれば、テクニックの習得は一筋縄ではいかないが、体得したリズムやボール感覚、ハーモニーは一生使えるもので<sup>4)</sup>、結果的にサッカーを常に楽しみ、ゲームそのものを必死で戦いながらも、楽しみながら<sup>5)</sup>プレーできることになる。

サッカーの基本は「ボールを蹴ることと、止めること」<sup>6)</sup>である。少し古いデータになるが、2015シーズンの明治安田生命J1リーグにおける、15m未満のパスの平均スピードは29.3km/hである<sup>7)</sup>。ボールを蹴るよりも、足下にピタッとボールを静止させる技術を習得する方がはるかに難しいが（経験上、そう言える）、練習を重ねた高校生年代の選手なら、地面を転がるグラウンダーのボールであれば、たとえ29.3km/hであってもワンタッチで静止させられる。そして、足下にボールを静止させられれば、相手にボールを奪われることもなく、自由自在に自分がやりたい次のプレーに移行できる。自分がやりたいことが存分にできるのは、サッカーに限らず楽しいことだろう。

さて、ここまでの議論をまとめると、以下のようになる。

どんな分野においても、世界一流のスキルを身につけるためには1万時間の練習量を必要とする。

そして、その練習内容については、きちんとその分野の基本を早期に身につける必要がある。基本が身につけば、その基本を用いた応用が可能になり、そのスポーツ（競技）や芸術や仕事を夢中になって楽しめるようになり、結果的に充実感をもって自主的に取り組めるようにもなるため、逆説的だが、練習量は時間がかかっても自然に1万時間に近づいていく。

## 2. 問題提起

では、もし基本を身につける時期に適切な指導を受けられないまま、その競技や芸術を続けた場合はどうなるのか。前節の議論に基づけば、世界一流レベルになることは望むべくもなく、さらに、基本的なことが欠落しているために応用が利かず、失敗も多くなり、その競技や芸術を夢中になって楽しむことができなくなり、その競技や芸術を続ける意味を見失い、最終的にはやめてしまうことになるのではないかと、という仮説が立てられる。

本稿の目的は、この仮説の有効性を探ることにある。

議論の材料に用いるのは、小山工業高等専門学校（以下、小山高専）の1～3年生全員を対象としたアンケート調査結果である。

筆者は、2024年4月及び2025年4月に小山高専の現2～4年生（当時1～3年生）全員を対象に、高専での部活動に関するアンケート調査を行った。小山高専は5年制の高等教育機関であるため、4～5年生で部活動を続けている者もいるが、1～3年生（高校生年代）の間に本格的に部活動に関わる学生が多いため、調査対象者を3年生以下（調査当時）に限定した。なお、調査時期が2024年春と2025年春の2回に渡っているのは、2024年4月の時点では、新入生（当時1年生）の部活動入部が確定していなかったため、1年後の2年生に進級した直後に調査を実施したためである。

なお、栃木県の緊急事態宣言発令期間及びまん延防止等重点措置期間は以下の通りである<sup>8)</sup>。

- ①緊急事態宣言：2020/4/16（木）～2020/5/14（木）  
（小山高専では学生の登校禁止）
- ②緊急事態宣言：2021/1/14（木）～2021/2/7（日）  
（小山高専では学生の登校禁止）
- ③まん延防止等重点措置期間：2021/8/8（日）～2021/8/19（木）
- ④緊急事態宣言：2021/8/20（金）～2021/9/30（木）

⑤まん延防止等重点措置期間：2022/1/27（日）～2022/3/21（月）

また、調査対象となった現2～4年生の詳細は以下の通りである。

2年生：2024年4月に小山高専に入学した学生。  
①の時期は小学6年生。中学校での部活動に対する様々な制限は中学3年生進級時にほぼ解除。

3年生：2023年4月に小山高専に入学した学生。  
①の時期は中学1年生。中学校での部活動に対する様々な制限は中学3年間解除されず。

4年生：2022年4月に小山高専に入学した学生。  
①の時期は中学2年生。中学1年の時はコロナ禍前で通常の部活動を経験している。中学2年以降卒業までコロナ禍による制限を経験。

### 3. 調査結果

回答者について、各学年・各学科（M：機械工学科、LR：電気電子創造工学科、C：物質工学科、A：建築学科）の回答者数と学科内訳は以下の通りである。

2年生（2024年度入学生・回答率90%）：185名、1M：42人、1L：39人、1R：34人、1C：33人、1A：37人

3年生（2023年度入学生・回答率89%）：183名、2M：36人、2L：37人、2R：35人、2C：42人、2A：33人

4年生（2022年度入学生・回答率80%）：167名、3M：29人、3L：38人、3R：35人、3C：29人、3A：36人

#### 3.1 部活動加入率

問. あなたは現在、小山高専で部活動（愛好会・同好会・ロボコンを除く）に所属していますか。

2年生：77.3%

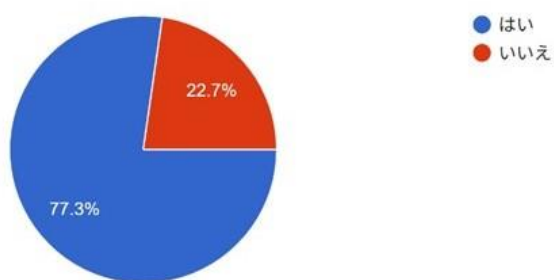


図1

3年生：54.6%

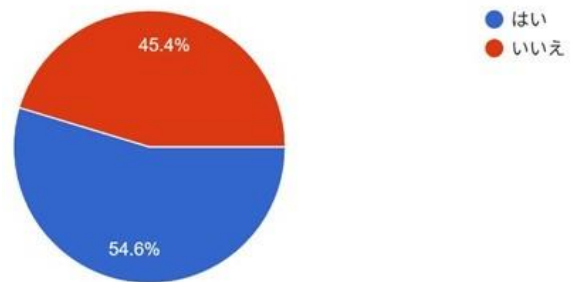


図2

4年生：65.9%

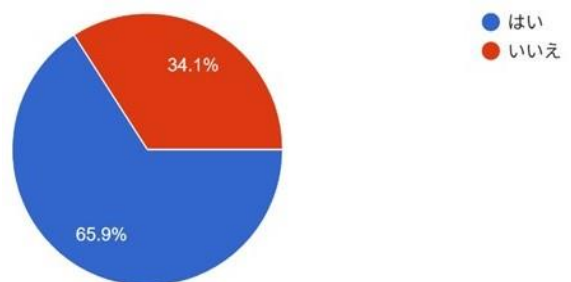


図3

#### 3.2 所属している部活動

問. 所属している部活動を選択して下さい。

（所属部員数が多い順に上位5位までの部活動のみ記載）

2年生：

①軽音楽部(29名、20.4%)、②バドミントン部(14名、9.9%)、③ソフトテニス部・バレーボール部(各12名、各8.5%)、④卓球部・写真部(各11名、各7.7%)、⑤バスケットボール部・音楽研究部(各10名、各7.0%)

3年生：

①軽音楽部(18名、18.2%)、②バドミントン(11名、11.1%)、③陸上競技部(8名、8.1%)、④機械工作研究部(7名、7.1%)、⑤デザイン部・文芸部・吹奏楽部(各6名、各6.1%)

4年生：

①軽音楽部(14名、13.0%)、②シネマ研究部(12名、11.1%)、③硬式野球部・写真部(各11名、10.2%)、④バスケットボール部・剣道部(各10名、9.3%)、⑤バレーボール部、サッカー部・吹奏楽部(各8名、7.4%)

### 3. 3 部活動に対する満足度

問. 高専で部活動に所属していることは、高専生活にプラスの影響を与えていると思いますか。

2年生：82.9%

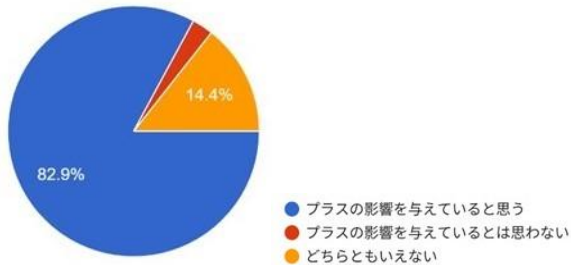


図4

理由：①他学年と交流できる(46%)、②楽しい・上手くなる(17%)、③運動不足解消(15%)、④毎日が豊かになる(9%)、⑤その他(13%)

3年生：80.0%

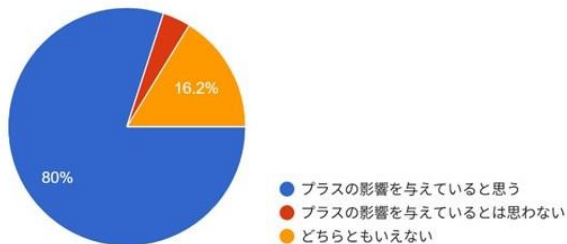


図5

理由：①他学年と交流できる(40%)、②楽しい・上手くなる(15%)、③運動不足解消(12%)、④毎日が豊かになる(7%)、⑤その他(26%)

4年生：93.6%

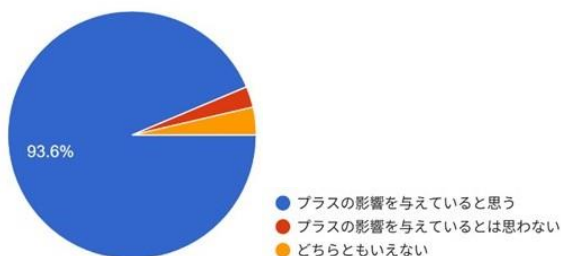


図6

理由：①他学年と交流できる(35%)、②楽しい・上手くなる(21%)、③運動不足解消(20%)、④毎

が豊かになる(11%)、⑤その他(13%)

### 3. 4 中学校で所属していた部活動を継続しているか否か

問. あなたは中学生の時、現在所属している部活動と同じ部活に所属していましたか。

2年生：49%

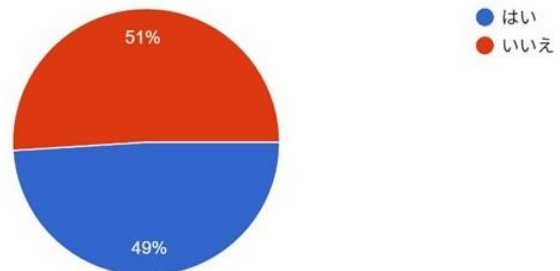


図7

3年生：32.7%

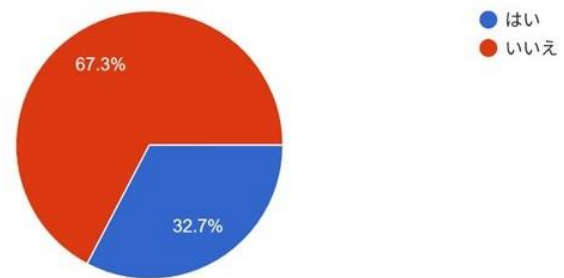


図8

4年生：50.9%

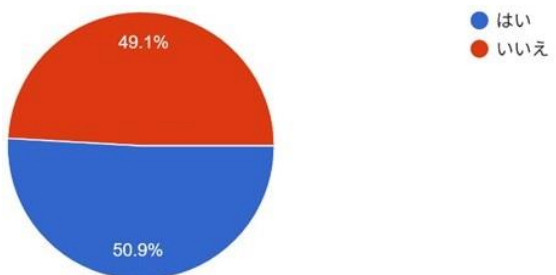


図9

### 3. 5 コロナ禍の影響を受けていると思うか否か

問. 中学校で所属していた部活動は、コロナ禍の影響を受けたと思いますか

2年生：74.1%

理由：

①大会やコンクールが減った(38%)、②練習に制限(25%)、③休みが増えた(10%)、④練習時間が増えた(9%)、⑤その他(18%)（「その他」は「どちらとも言えない」の説明で「パソコン部だったので、そもそもコロナの影響を受けていない」などの理由）

具体的記述：

「1年生の頃は活動に制限があった」「マスクをしながらの運動を義務づけられた」「1～2年生の時に練習試合と試合が少なかった」「最初の半年間、やれなかった。途中にも度々部活動停止期間があった」「新型コロナウイルスにより、最初のうちはオンライン登校で、部活動が始まるのも、学校が始まって2ヶ月ほど経ってからだったため」「自分の学校で感染者が見つかり、全員出場権を失った経験があるから」

3年生：83.1%

理由：

①大会やコンクールが減った(43%)、②練習に制限(31%)、③練習時間が減った(8%)、④休みが増えた(7%)、⑤その他(11%)（「その他」は「どちらとも言えない」の説明で「パソコン部だったので、そもそもコロナの影響を受けていない」などの理由）

具体的記述：

「コロナ以前の部活を知らない」「群馬の駅伝メンバーに選ばれたのに、3年連続で中止になった」「マスク付けて走ったら死んでしまう」「剣道はフェイスガード着用など、いろいろな対策を強いられた」「マスクをしながらの練習だったので運動部にとっては普通の練習よりもかなりハードなものになっていた」

4年生：86.2%

理由：

①大会やコンクールが減った(41%)、②練習に制限(25%)、③練習時間が減った(13%)、④休みが増えた(7%)、⑤その他(14%)（「その他」は「どちらとも言えない」の説明で「パソコン部だったので、そもそもコロナの影響を受けてない」などの理由）

具体的記述：

「換気をする必要があり、風の影響を受けるスポーツだったので大変な思いをした」「マスクをした練習はきつかった」「剣道は面を付ける時にマスクをするので、面を付けられる時間が短くなった」

「弓道部だったが、コロナ禍には部活動の停止、大会の中止、昇級審査の中止などで活動できなくなったため」

#### 4. 考察

部活動加入率については、2年生が77.3%、3年生が54.6%、4年生が65.9%（図1～3）と、中学校入学時に2ヶ月以上登校できず、部活動にも取り組めなかった3年生の部活動加入率が他学年に比べて著しく低いことがわかる。

小山高専で学生が所属している部活動で、3学年を通じて最も部員数が多かったのは「軽音楽部」であった一方、その他の部活動については運動部・文化部を問わず、学年によって部員数に差があることが明確になった。

部活動に参加していることの満足度については、2年生の82.9%、3年生の80.0%、4年生の93.6%（図4～6）が「部活動への参加はプラスの影響を自分に与えてくれている」と答え、総じて満足度はかなり高いと言える。また「自分にプラスの影響を与えてくれていること理由」として、3学年とも最も多かったのは「他学年と交流ができる」、次に「楽しい・上手くなれる」が多かった。

中学校で所属していた部活を継続しているか否かについては、2年生の49%、3年生の32.7%、4年生の50.9%（図7～9）が「継続している」と答え、2年生と4年生は半数が中学時代の部活動を高専でも継続しているのに対して、3年生は約7割が中学時代に所属していた部活動をやめていることが判明した。

部活動がコロナ禍の影響を受けていると思うか否かについては、2年生の74.1%、3年生の83.1%、4年生の86.2%が「影響を受けた」と答え、「コロナ前の部活動の実態を知っている学年」が最も「影響を受けた」と感じている一方で、「コロナ禍による制限が中学3年生の時に解除された学年」が「影響を受けた」と感じている割合が低いことがわかる。

#### 5. 推論

中学校入学時に最初の緊急事態宣言が発出され2ヶ月以上登校できず、部活動にも取り組めなかった3年生の部活動加入率が他学年に比べて著しく低い。また中学校で所属していた部活を高専で

も継続している割合が、この学年では3割にとどまっている。実際、2年生は38%の、また4年生は33%の学生が中学校在籍時と同じ部活動を高専でも継続しているのに対して、3年生は全学生のうち僅か17%の学生しか中学校の時と同じ部活動に取り組んでいない。すなわち、3年生に関しては、83%の学生が中学生の時に所属していた部活をやめてしまっているか、そもそも部活動自体をやめてしまっている現実がある。

これらの状況から、中学校1年生の時に時間をかけてスポーツや芸術に取り組めなかった若者は、そのスポーツや芸術分野での自分のスキルの更なる上達や極めることを望まない傾向が強くなる可能性がある、と言えそうである。

もちろん、調査対象が小規模な高専の学生にとどまるので、もっと大規模な母集団を対象とした調査をする必要があるが、本論冒頭での記述を踏まえると、そのスポーツや芸術に最初に接した時に丁寧に基本的なことを教えてもらえなかった中学生は、そのスポーツや芸術を極めていく過程で体験できる深い喜びや楽しみを感じることができないまま、中学校を卒業してしまわざるを得なかったのではないかと推察できる。

第2節で「もし基本を身につける時期に適切な指導を受けられないまま、その競技や芸術を続けた場合は、その競技や芸術を夢中になって楽しむことができなくなり、その競技や芸術を続ける意味を見失い、最終的にはやめてしまうことになるのではないかと」という仮説を立てたが、この仮説はあながち間違っていないと言えるのではないかと。

## 6. おわりに

一般社団法人MCF (Marroniere Classic Festival) オーケストラとちぎのクラリネット奏者である飯塚美由記は、クラリネットを吹き始めたきっかけを次のように話している。「中学生になって吹奏楽部に入ったんですけど、その時に顧問の先生が(楽器を)決めて下さいました。顧問の先生が(生徒の)体格とか歯並びとかも考慮されて『オマエは××(楽器名)』『オマエは△△(楽器名)』という感じですべて決めて、それで私に合っている楽器ということでクラリネットを選んで下さったのだと思います。私も『オマエはクラリネット!』と言われて『私はクラリネットなんだな』と思っただけでした」<sup>9)</sup>。中学校から始めた楽器で、しか

も自分の希望ではなく顧問の教員が決めた楽器を飯塚は生涯をかけて極めることになり、今ではトップレベルのクラリネット奏者になっている。

私はサッカー部の顧問だが、卒業していった部員の1割程度は都道府県の社会人リーグに加盟しているサッカーチームに所属して、今もサッカーを続けている。フットサルや市町村のリーグでプレーしている卒業生を含めれば、サッカーを未だに楽しんでいる卒業生の数は更に多くなる。卒業後にサッカー以外の競技を始めたサッカー部の卒業生もいるが、ゴルフとトライアスロンに限られる。

一方で、学生時代に野球で実業団に入りトップを目指した元選手たちを知っているが、彼らは自分の子どもがサッカーを始めたことから、サッカーの審判員になり、上級審判員資格を取得するレベルまで極めている。しかし、彼らは審判員はやっても、サッカーをプレーすることはない。それなりのプレーをしようとすると、冒頭で述べたようなきちんとした「止める・蹴る」といった基本的技術の習得が不可欠になる。そして、それは簡単なことではない。

大人になるにつれて仕事や家庭生活に置く比重が多くなり、週末にスポーツや芸術でリフレッシュできる機会を持っている者とそうでない者とは、人生の充実度が変わってくる可能性がある。少子化や部活動の地域移行化によって中学校の部活動の形態は変わってくるだろうが、一生継続することができるスポーツや芸術の基礎を身につけられる多様な機会を中学生の時に、とりわけ小学校から進学する中学校1年生の時に設ける必要性を今回の調査結果から強く感じている。

### 参考文献

- 1) マルコム・グラッドウェル著、勝間和代訳『天才! 成功する人々の法則』講談社、2009年、47頁
- 2) 同上、46頁
- 3) 井田勝道『静学スタイル 独創力を引き出す情熱的サッカー指導術』KANZEN、2015年、123頁
- 4) 同上、130頁
- 5) 同上、154頁
- 6) 松本育夫『松本育夫のサッカースーパー監督学』郷土出版社、2003年、125頁
- 7) <https://www.jleague.jp/column/article/349/> (最終アクセス: 2025年9月27日)
- 8) <https://www.videor.co.jp/digestplus/article/76667.html> (最終ア

クセス : 2025 年 9 月 27 日

9) 2025 年 8 月 17 日(日) 8:00～放送 RADIO BERRY 76.4FM

「ベリークラシック・コズミックジャーニー」での鹿島  
田千帆アナウンサーとの対談。

[変更受理日 2025年9月30日]