

スポーツ行動診断検査(DISC.5 中学生～成人用)

Diagnostic Inventory for Sport Counseling

著者：徳永幹雄（九州大学名誉教授）

金崎良三（佐賀大学名誉教授） 橋本公雄（九州大学名誉教授）

健康を維持・増進させるためには、スポーツ(運動)は欠かせないことのひとつです。この検査は、スポーツについての考え方や条件を調べ、スポーツを毎日の生活にとり入れるための工夫のしかたを検討し、健康な生活を送るための指導に役立つものです。

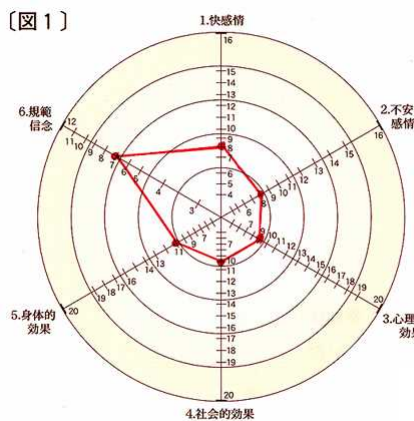
検査の目的

1. 自己のスポーツ意識やスポーツ条件の長所・短所を知る。
2. 現在のスポーツ行動を阻害又は、促進したりしている条件が何であるかを理解する。
3. 現在の生活を振り返り、日常生活におけるスポーツの量や質の問題を再検討する。

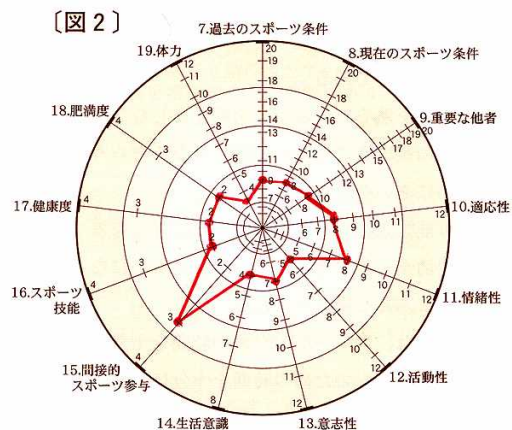
検査の方法

- 実施方法：62の質問を順々に読み回答欄に答えを記入する。
- 検査対象：中学生・高校生・大学生・社会人。
- 検査時間：約15分。
- 採点方法：検査終了後に自己採点する。結果は下図のようなプロフィールを描くことができる。

スポーツ行動～意図＝スポーツ意識＋スポーツ条件



▲スポーツ意識プロフィールの例



▲スポーツ条件プロフィールの例