

## 第12回「大学体育スポーツ研究フォーラム」一般発表報告

●発表抄録

### 学生アスリートにおけるライフスキルの価値：

大学柔道部員を対象とした一般性自己効力感への影響性の検討

藤島将太<sup>1</sup>，西田順一<sup>2</sup>

<sup>1</sup>近畿大学商学研究科，<sup>2</sup>近畿大学経営学部

**【問題と目的】**近年、学生アスリートにおける不祥事が相次いでいる。問題行動との関連要因の一つとして一般性自己効力感が注目され（福良・中地，2022），諸問題の予防の鍵となる。一般性自己効力感は成功経験やモデリング等により高められることが知られる。これらに加え、スポーツ経験により培われるライフスキルの一般性自己効力感への影響性が明らかとなれば、ライフスキルの価値をさらに確認できる。本研究では大学柔道部員を対象に一般性自己効力感へのライフスキルの影響性を明らかにすることを目的とした。**【方法】**対象者は大学柔道部員42名及び一般学生36名であった。ライフスキルの測定は、「日常生活スキル尺度（島本・石井，2006）」（「個人的スキル」「対人スキル」，8因子24項目），一般性自己効力感の測定は、「一般性セルフ・エフィカシー尺度（坂野・東條，1986）」（3因子16項目）を用いた。2023年7月に Google Forms より調査した。**【結果】**大学柔道部員のライフスキル得点及び一般性自己効力感得点は基準値に比べ有意に高かった。また、一般性自己効力感へのライフスキルの影響性は、「行動の積極性」においては「リーダーシップ」，「失敗に対する不安」においては「自尊心」，「能力の社会的位置づけ」においては「前向きな思考」と、それぞれ有意な影響性が見られた。**【考察】**「リーダーシップ」，「自尊心」，「前向きな思考」が一般性自己効力感に影響を及ぼし、これらは「個人的スキル」が大部分を占めた。「個人的スキル」は、個人競技特性を反映した心理社会的能力であり、柔道においては、個人的な能力を高める場面が多数存在し、それらが一般性自己効力感に影響していると考えられる。**【結論】**大学柔道部員におけるライフスキルは一般性自己効力感に影響を及ぼすことが明らかとなり、学生アスリートのライフスキルの価値を再確認するに至った。

**キーワード：**学生アスリートの問題行動，心理社会的能力，柔道競技者，個人的スキル，リーダーシップ

●発表抄録

### 芸大生は一般教養体育で何を体験し学んだか：

バレーボール授業後の「振り返り・感想シート」の記述内容の考察から

岸本栄嗣

京都芸術大学芸術教養センター

**【背景と目的】**京都芸術大学の「体育実技Ⅰ」は、「体力向上とスポーツを通してのコミュニケーション作り」をテーマとして開講されている。ただ芸大ゆえか、「運動が嫌い」，「コミュニケーションは苦手」と訴える学生は珍しくない。大学教養体育に相応しい内容を伴いつつ、「体育実技」が学生にとって上記テーマに適った体験や学びとなるには、各競技で具体的に何をとり上げるべきか非常悩む。こうした中、筆者は第14回大学体育指導者養成研修会（2023年3月/千葉工業大学）において、田中博史氏（大東文化大学教授）指導の「バレーボール」を受講した。その中で「よりハイレベルなバレーボールのゲーム展開」を目指す授業として、「三段攻撃」の学習を重視した指導について学んだ。「コミュニケーション能力の向上」も目標のひとつとされていた。そこで、研修を参考にし、筆者担当クラスで「三段攻撃」を学習の軸に据えたバレーボール授業を試みた。本発表では、2023年度前期のバレーボールの授業での学生の体験や学びを整理・考察して報告する。**【方法】**2023年度「体育実技Ⅰ」（筆者担当クラス）の受講生が提出した「振り返り・感想シート」のうち、バレーボール実施回分と最終回分を質的データとして扱い、分析・考察の対象とした。**【結果と考察】**「振り返り・感想シート」では、自他の技術的向上に対する喜びを語る記述や、チームワークやチームメイトとのやりとりに関するエピソードをポジティブに語る記述が比較的豊かであった。「三段攻撃」への取り組みは、受講生にとって「ハイレベル」な学びと、コミュニケーション面でのポジティブな体験が同時に実感されていると考えられた。

**キーワード：**体育実技，三段攻撃，体験

●発表抄録

## STEAMS 教育としての大学体育の提案： 融合的な学びの捉え方から生まれる大学体育の新展開

北村勝朗

日本大学理工学部

**【背景と目的】** AI や IoT 等の急速な技術の進展により、変化が激しく予測不可能な今日社会において、様々な情報を活用しながらそれを統合し、課題の発見・解決や社会的な価値の創造に結び付けていく資質・能力の育成が求められている。そうした中、文部科学省等は、理数系の教育推進を目指した STEM (Science, Technology, Engineering, Mathematics) に加え、芸術、文化、生活、経済、倫理等を含めた広い範囲で A (Art) を定義づけ、各教科等での学習を実社会での問題発見・解決に生かしていくための科目横断的な STEAM 教育を推進している。本研究の目的は、こうした STEAM 教育という新たな側面から大学体育における身体を通した学びの意義を掘り起こし、S (Sports) を加えた STEAMS 教育を提案し、大学教育の新たな可能性を示すことにある。**【方法】** 20XX 年に関東地方の理工系大学で教養教育科目の体育実技の授業 (週 1 回対面形式、選択科目) を履修した 1 年次学生で調査協力の承諾が得られた 82 名を対象とした。授業前後に、大学での専門分野の学びと大学体育の学びのイメージに関しインタビュー調査を実施した。データ分析は質的データ分析法に基づいて行った。**【結果と考察】** 分析の結果、本研究の対象となった理工系大学生のもつ大学体育の学び観は、【多様な知る体験】【探索体験】【魅力体験】の 3 つのカテゴリーから構成される点が見いだされた。そこから、大学体育における身体性を基軸とした独自性、および身体への気づきを通した関係性が STEAMS 教育モデルの中で示された。**【結論】** 大学における創造的人材の育成という点で、多様に富んだ学びの場の設定と、問い深める機会の保証、そして創造に魅了される体験を蓄積する STEAMS 教育の在り方を問うことが重要である点が示唆された。

**キーワード：** 大学体育教育の意義、身体性を基軸とした学び、デザイン思考、質的分析

●発表抄録

## 大学体育授業時間外の日常身体活動促進の実態： 文献調査および質問票調査から

松浦 稜<sup>1</sup>, 木内敦詞<sup>2</sup>, 加畑 碧<sup>1</sup>

<sup>1</sup>筑波大学大学院人間総合科学学術院, <sup>2</sup>筑波大学体育系

**【背景と目的】** 体育科目は、授業内の身体活動だけでなく、授業時間外の日常生活における身体活動を促す役割も期待されているが、その実態は明らかではない。本研究の目的は、大学体育授業を通した授業時間外の日常生活の身体活動促進に関する取り組み実態を、先行研究に基づく文献調査および教員と学生対象の質問票調査から明らかにすることであった。**【方法】** 文献調査は、スコーピング・レビューのための報告ガイドラインに基づいて実施された。日本の大学体育授業で日常生活の身体活動促進のための取り組みを行ない、授業時間外の身体活動量を測定している研究を、CiNii と J-STAGE 上で「身体活動 OR 運動 AND 体育 AND 日常生活 AND 大学生」をキーワードに検索した。質問票調査は、首都圏の A 大学と B 大学で教養体育を担当している教員 13 名と受講学生 284 名を対象に実施された。**【結果と考察】** 大学体育授業を通した日常生活の身体活動促進に関する以下の課題が明らかになった。1) 本研究の調査対象となった論文は 11 編であり、その学術的な報告が極めて少ないこと、2) その中で日常生活の身体活動を促進する取り組みすべてが「知識ベース」で、身体活動促進のための具体的な運動を実践する「実技ベース」の取り組みがないこと、3) 大学体育授業で日常生活の身体活動促進のための取り組みがあると回答した教員は 69% に対し、学生は 28% であり、学生と教員の認識に大きな差異があること。**【結論】** 今後は、活動的な日常生活に直接繋がるような実践的な運動教材を授業内で扱うとともに、その実践内容や学修成果に関する学術的な情報の集積が望まれる。

**キーワード：** 大学生、大学体育授業、日常生活、身体活動促進、スコーピング・レビュー

●発表抄録

## 米国における大学体育・スポーツの取り組み事例：

大学体育発祥の地であるアマースト大学とマサチューセッツ工科大学の現地調査

難波秀行<sup>1</sup>, 中田賢一<sup>2</sup>

<sup>1</sup>日本大学理工学部, <sup>2</sup>兵庫大学附属総合研究所

**【背景と目的】** わが国の高等教育機関は主に米国の大学をモデルとしており、欧米の多くのスポーツは、明治時代（1868～1912年）に米国を介して日本に伝えられた。米国の大学における体育科目の教育的な意義、全米大学体育協会（以下 NCAA）を理解することは、わが国の大学体育・スポーツの発展のために重要な示唆を提供する。と考え、大学体育発祥の地と最先端の理工系大学の実態調査を行った。**【方法】** 2023年8月6日から8月11日までアマースト大学を訪問しアスレティックディレクターと面会し情報収集を行った。2023年8月4日に MIT のアスレティックセンターおよび体育施設を訪問した。**【結果と考察】** アマースト大学の体育・スポーツの位置づけについて「体育科目（16講座）」、「競技スポーツ（28チーム）」、「クラブスポーツ（14チーム）」の3つがあり、それらをサポートする複数の部門があった。学生アスリートは、全学生1,800人中550人も占めており、そのゴールには、①学生がポジティブな経験を積むこと、②尊敬、友愛、包摂（一体性）といった優れたチーム文化、③コートやグラウンドでの成功体験、④キャンパス全体が誇れる1つのチーム、以上の4つが挙げられた。マサチューセッツ工科大学は、大学の価値として「卓越した好奇心」、「寛容さと尊重」、「コミュニティへの所属」の3つを掲げており、体育科目8単位（4科目）を履修する必要があり、水泳は必修で、自己生存のためのスキル獲得を目的として技能テストに合格する必要があった。両大学とも NCAA\_D III に属しており、競技スポーツにも力を入れていた。**【結論】** 全米でもトップクラスのリベラルアーツカレッジと理工系単科大学の2校の大学体育事情を調査し、共通点として、大学の教育方針に基づいて「体育科目」、「競技スポーツ」、「クラブ活動」が位置づいており、それぞれの大学において、特徴あるカリキュラムが組まれていた。

**キーワード：** 体育科目, 競技スポーツ, アスレティックデパートメント, NCAA, 大学の価値

●発表抄録

## 大学体育の AL 型授業による効果に関する一考察：

剣道に着目して

高瀬武志<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>桐蔭横浜大学現代教養学環, <sup>2</sup>慶應義塾大学大学院政策・メディア研究科

**【目的】** 大学における授業のあり方は、高等教育の大衆化に対応して「教える」から「学ぶ」へのパラダイム転換が図られている。大学体育にもアクティブラーニング型（AL 型）授業を取り入れた結果、学習者は体育実技における習得すべき課題である技術以外に何を学び、どのような点に自身の成長を感じ取っているのかを明らかにすることが本研究における目的である。**【方法】** 授業で使用するノートを学習ポートフォリオとして活用し、毎回の授業内での学びや気づきを保存する。最後の授業で自身の学習の積み重ねを振り返り、どのような学びや気づきと成長を得ることができたかを省察し、レポートにまとめる。レポートにある記述から AL 型授業で技術以外に何を学び、どのような成長を感得する効果があったかを検証する。**【結果と考察】** レポートから読み取れるものとして、大学体育の実技授業における技術の習得以外に AL 型授業を通して、自身の学習に対する目的意識の設定、他者とのコミュニケーション能力の向上、感情のコントロール、思考の言語化、日本文化の理解による日本人としてのアイデンティティの確立といった成長を得ていることが明らかとなった。**【結論】** 大学体育の AL 型授業として技術の習得（理解と実践を含む）を目指す際に学習者個人で取り組む「個の学習」では、自身の学習に対する目的意識の設定や心身の操作性について学びを得ており、他者と交わりグループで取り組む「協同学習」を行うことで、コミュニケーション能力の向上や自身の感情のコントロール、思考の言語化と伝え方について学びを得ており、技術の習得以外に非認知能力の獲得や向上、それに関わる能力の向上に効果があることに加え、学習者が成長の実感を得ていることがわかった。**【その他】** 本研究は2023年度潮田記念基金による慶應義塾博士課程学生研究支援プログラムの助成を受けています。

**キーワード：** 学びの効果, 非認知能力, 成長の実感



●発表抄録

## 異なる種目の一過性運動による心理的効果： 大学体育授業におけるヨガとエアロビックダンスの比較

渡辺久美<sup>1</sup>, 中村好男<sup>2</sup>

<sup>1</sup>桜美林大学芸術文化学群, <sup>2</sup>早稲田大学スポーツ科学研究科

**【背景と目的】** 運動習慣が少なくなる大学生にとって、大学の体育授業は肯定的な感情をもたらすことが多く報告されている。しかしながら、大学体育授業の一過性の運動効果として、異なる運動種目を比較検討した報告は少なく検討する余地があると考えた。そこで本研究の目的は、ヨガとエアロビックダンスを実施した際の一過性運動による心理的効果を明らかにし、両種目を比較検討することであった。**【方法】** 対象者は同意を得た大学1年生～3年生18名（男性3名、女性15名）であった。ヨガとエアロビックダンスのそれぞれが授業日となっている日を選択し、運動前後に二次元気分尺度（Two-dimensional Mood Scale-Short Term: TDMS-ST）を用いて測定した。また、運動前後の心身の状態を記述してもらった。**【結果と考察】** TDMS-STの結果から、気分状態の変化としてヨガでは落ち着きやリラックス感をもたらした。エアロビックダンスでは、無気力やだらけたといった気分を改善し、イキイキと活気にあふれることが明らかとなった。また両者間における心理的効果を比較したところ「活性度」「覚醒度」に有意差を認め、「安定度」「快適度」では有意差を認めなかった。一方、対象者の記述からは、両種目ともに運動前は「だるい」「眠い」という発言がみられたが、運動後は「スッキリした」という発言が多くみられた。また、自身の生活を肯定的に捉える発言もみられた。これらの結果より、体を動かすことで脳や肉体にはスッキリとした感覚が生じているため、運動強度や種目が異なっても学生からすれば、いずれも快適な状態として感じていると考えられた。**【結論】** ヨガとエアロビックダンスでは覚醒状態に差がみられたが、共通して快適な状態になることが明らかになった。さらに毎週の体育は、一過性の心理的効果だけでなく、生活に対する気分を前向きにさせる可能性があるとして唆された。

**キーワード：** 大学生, 異なる運動, 運動効果, 気分状態

●発表抄録

## 大学体育授業におけるアダプテッドスポーツ実践事例研究： 実践からみえてくる限界と課題

山本浩二

北九州市立大学基盤教育センター

**【背景と目的】** 2016（平成28）年4月、障害者差別解消法が施行され「共生社会」の実現に向け、合理的配慮がいたるところで求められている。しかしながら、教育現場において障がい児・者と触れ合う機会はそう多くはないため、実践事例も少ない。配慮や工夫が必要だとわかっているにもかかわらず実際にどのように配慮し、どのような工夫をすればよいか分からない。そこで、本研究ではアダプテッドスポーツ実践事例の紹介とその成果について言及し、そこからみえてくる課題提示や実践理論の体系化を行うこととする。**【方法】** 体育関連科目において、実際に障がいのある学生が受講する機会が多く、そのたびにアダプテッドスポーツ種目を導入することで、全員が行うことができるスポーツ種目を実施した。受講生にはガイダンスで説明し、授業の最後にアンケート調査を実施し、主に障がい者とともにスポーツを行うことやアダプテッドスポーツの種目について尋ねている。**【結果と考察】** 前任校においては、重度障がい者が一般体育授業を受講し、本学体育関連科目においても、いわゆる実技科目「フィジカル・エクササイズ」（1単位）と、生涯スポーツを意図した実技と講義をミックスした演習科目「フィジカル・ヘルス」（2単位）において、それぞれ身体障がいのある学生が受講した。受講者からは、共生社会に向け前向きな感想が得られた。しかしながら、障がい者が受講する授業と受講していない授業（健常者のみ）では種目工夫を行うことで運動量の差が顕著であった。すなわち、障がい者に合わせた種目の工夫は、健常者にとって運動量の少ないものとなり、特に体力面の教育（向上）が担保できないと考えられる。**【結論】** これまで障がい者とともに行う体育授業を実施してきたが、多くの利点も確認しつつも、できる種目や運動量確保の限界にも直面した。新たな種目の開発と授業科目の制度工夫も必要であろう。

**キーワード：** 障がい者スポーツ, 共生社会

## ●発表抄録

## 大学での体育スポーツ授業における遠隔と対面授業の効果と役割： 必修科目としての体育スポーツ授業に着目して

吉原さちえ

東海大学スポーツプロモーションセンター

**【背景と目的】** インクルーシブな視点を取り入れた体育スポーツ授業は「授業を通じてスポーツの印象や捉え方がこれまでと異なり、スポーツの広がりを感じている」と第11回大学体育スポーツ研究フォーラムで事例発表をした。しかしこの事例は生涯を通じたスポーツライフスタイルの獲得に重点を置いた身体活動を伴うインクルーシブな授業を通して見出されているにすぎない。第3期「スポーツ基本計画」では新たな視点が3つ加わり、個人と社会に対してスポーツがもたらす影響を幅広く捉えられている。そこで本研究では、東海大学が全1年次生を対象とした全14回（遠隔授業7回と対面授業8回）の授業展開の中で、学生たちが「スポーツの広がり」をどのように積み重ねているのか、大学の体育スポーツ授業が果たすべき役割と効果について明らかにすることを目的とした。**【方法】** 「生涯スポーツ理論実習」の遠隔授業と面接授業に取り組む文系理系各1クラスに着目し、生涯におけるスポーツライフの獲得に繋がる要素を紐解くこととした。**【結果】** 1) スポーツ活動の経験の有無に関わらず、スポーツ種目を調べ、歴史やルールを学び、新たなスポーツ実践することより、多岐にわたるスポーツ活動を認識している。2) 自らのライフスタイルの中にどのようなスポーツを取り入れるべきか、考えるきっかけとなっている。**【考察】** 遠隔と面接授業を実施することで、体育の好き嫌いに関わらず、誰もが体育スポーツの新たな魅力に気づき、今後のライフスタイルの中に取り入れ方に対して前向きに捉えることができているのではないかと考えられる。**【結論】** 大学で体育スポーツの授業を展開することは、生涯にわたるスポーツライフの獲得につながり、スポーツ活動の実践とともに自ら調べ学習を行うことで、スポーツに対する理解が深まり、関り方が継続されることが期待できる。

**キーワード：** 大学, 体育スポーツ授業, ライフスタイル