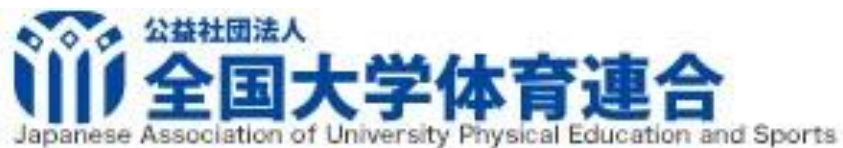


発表プログラム・抄録集



The 14th Research Forum of Physical Education and Sports for Higher Education, 2026

第14回大学体育スポーツ研究フォーラム

会期:2026年3月16日(月)

会場:札幌国際大学, オンライン(ハイフレックス方式)



Sapporo
International
University

第14回大学体育スポーツ研究フォーラム

目 次

目次	1
主催，期日，会場，実施内容	2
運営委員会・実行委員会組織	3
大体連常務理事／研究部長，運営委員長，実行委員長挨拶	4
フォーラム日程	6
会場への交通案内	7
会場案内	8
参加者へのお知らせ	9
発表者へのお知らせ	10
大学体育優秀論文賞受賞講演	11
北海道支部主催企画	12
一般発表プログラム	15
一般発表抄録（研究報告・事例報告）	17

主催，期日，会場，実施内容

【主 催】

公益社団法人全国大学体育連合（大体連）

【期 日】

2026年3月16日（月）9：30～18：10

【会 場】

札幌国際大学（札幌市清田区清田4条1丁目4-1），
オンライン（ハイフレックス方式で開催）

【実施内容】

- ・ 大学体育優秀論文賞受賞講演
- ・ 北海道支部主催企画
- ・ 一般発表「大学体育スポーツに関する研究報告・事例報告」

運営委員会・実行委員会組織

【運営委員会組織】

全国大学体育連合常務理事／研究部長 木内 敦詞（筑波大学）

運営委員

委員長 田原 亮二（西南学院大学）

副委員長 中山 正剛（スポーツ庁）

委員 藤野 和樹（千葉商科大学）

委員 梶田 和宏（京都先端科学大学）

実行委員

委員長 小林 秀紹（札幌国際大学）

委員 横山 克人（札幌国際大学）

委員 林 二士（札幌国際大学短期大学部）

委員 坪山 義明（札幌国際大学）

委員 安田 純輝（札幌国際大学）

大体連常務理事／研究部長，運営委員長，実行委員長挨拶

全国大学体育連合 常務理事／研究部長
木内 敦詞（筑波大学・教授）



北海道支部のご協力のもと，第 14 回目のフォーラム開催を心より嬉しく思います。支部長の小林秀紹先生をはじめ札幌国際大の先生方のご協力に厚くお礼申し上げます。この「大学体育研究フォーラム」と論文誌「大学体育スポーツ学研究」は，大学体育教員の FD を支える活動の両輪として，共に重要な役割を果たしています。2023 年から始まった優秀論文賞受賞講演は今回，第 22 巻（2025.3 公開）掲載論文から選出された川井良介先生（日本大学）にご講演いただきます。大学体育スポーツを舞台にした高い学術性と有意義性を兼ね備えたものとして評価された論文です。本フォーラムの発表演題が論文誌に掲載され，優秀論文賞に選出され受賞講演いただくことを，心待ちにしています。

全国大学体育連合 研究部副部長（大学体育スポーツ研究フォーラム運営委員長）
田原 亮二（西南学院大学・教授）



第 14 回大学体育研究フォーラムの開催にあたり，フォーラム委員長としてご挨拶申し上げます。今回は，札幌国際大学を会場校として，オンサイトとオンラインを併用したハイブリッド方式で実施いたします。久しぶりに対面で集い，直接言葉を交わしながら議論できる機会となることを，大変嬉しく思っております。開催に向けて細部にわたり準備を進めてくださった札幌国際大学のスタッフの皆様にも，心より御礼申し上げます。また，企画立案から運営，広報，当日の進行に至るまで，多くのご尽力を重ねてくださったフォーラム運営スタッフの皆様にも，深く感謝申し上げます。近年，教員養成課程における体育必修2単位が廃止されかねない，危機的な状況に直面しています。こうした時代だからこそ，私たちに求められるのは，大学体育の意義と価値を改めて問い直し，授業をより有益で魅力ある学びへと高めていくことに他なりません。本フォーラムが，実践と研究の往還を通じて知見を共有し，新たな連携や発想を生み出す場となり，大学体育の未来を切り拓く一助となることを期待しております。参加者の皆様の活発な議論と交流を願い，開会の挨拶といたします。

第14回大学体育スポーツ研究フォーラム実行委員長
小林 秀紹 (札幌国際大学・教授)



第14回大学体育スポーツ研究フォーラムの開催にあたり、北海道支部が本フォーラムの運営に携われますことを大変光栄に存じます。開催にご尽力いただきました全国大学体育連合関係各位に心より御礼申し上げます。

教育 DX の進展や学生の多様化など、大学体育・大学スポーツを取り巻く環境は大きく変化しています。こうした時代状況の中で、研究成果を共有し、教育実践を省察し、将来の方向性を議論する本フォーラムの意義は一層高まっていると考えております。

北海道支部主催企画では、「e スポーツの現状と大学でのあり方」をテーマに、札幌国際大学の坪山義明先生に話題提供いただきます。大学における e スポーツの教育的価値や位置づけについて、多角的に検討する機会となることを期待しております。

また、UNIVAS 情報提供として、大学スポーツ協会の笹原聖大先生より「ドーピング防止教育教材普及について」ご紹介いただきます。競技力向上と倫理的責任を両立させる大学スポーツの在り方を考える上で、極めて重要な内容です。

本フォーラムが、大学体育・大学スポーツの質向上につながる建設的な議論の場となることを祈念し、挨拶いたします。

フォーラム日程

期日：2026年3月16日（月）9：30～18：10

会場：札幌国際大学（札幌市清田区清田4条1丁目4-1），2号館1階211教室，213実習室

3月16日（月）

時間	プログラム
9:25～9:30	諸注意，事前説明 運営副委員長 中山 正剛（スポーツ庁）
9:30～9:40	開会式・挨拶 研究部長 木内 敦詞（筑波大学） 実行委員長 小林 秀紹（札幌国際大学）
9:40～10:20	大学体育優秀論文賞受賞講演 講師：川井 良介（日本大学）
10:30～11:30	北海道支部主催企画 「eスポーツの現状と大学でのあり方」 講師：坪山 義明（札幌国際大学）
11:30～12:15	昼休憩
12:15～12:25	UNIVAS 情報提供 「ドーピング防止教育教材普及について」 話題提供者：笹原 聖大（大学スポーツ協会（UNIVAS）） 大橋 信行（大学スポーツ協会（UNIVAS））
12:30～16:20	一般発表：14演題（研究報告10演題，事例報告4演題） 発表時間：1演題15分（発表12分，質疑応答3分）
12:30～13:45	研究 1-5 座長：梶田 和宏（京都先端科学大学）
13:55～14:55	研究 6-8・事例 1 座長：中原 雄一（久留米大学）
15:05～16:20	研究 9-10・事例 2-4 座長：安田 純輝（札幌国際大学）
16:20～16:30	閉会式，総評 論文誌編集委員長 西田 順一（近畿大学）
16:40～18:10	情報交換会（213実習室）

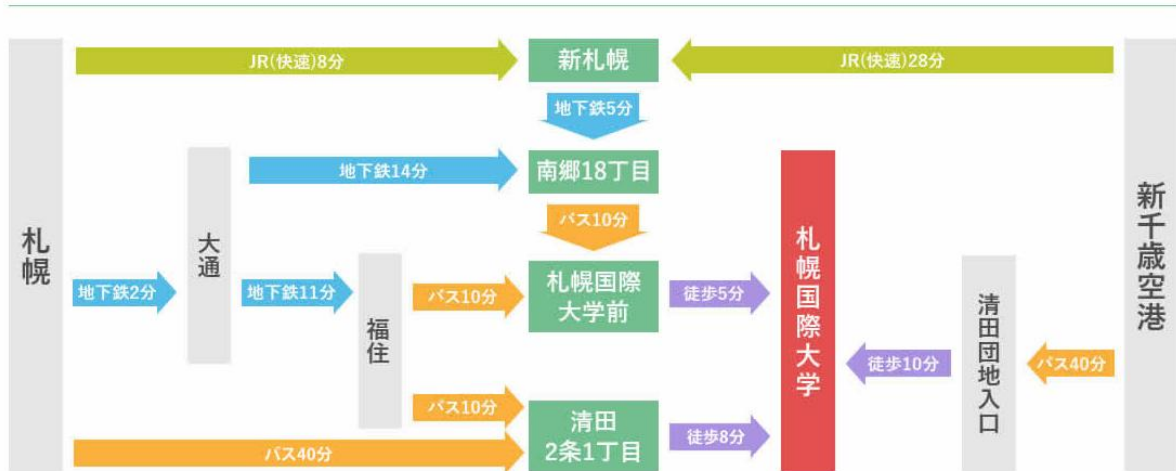
会場への交通案内

【札幌国際大学へのアクセス】

※札幌駅方面からの一般的なアクセスとして、市営地下鉄東豊線終着福住駅からタクシー（5分程度）のご利用が便利です。

大学へのアクセス

→ JR → 地下鉄 → バス → 徒歩



会場案内

【札幌国際大学キャンパス案内図】

※本フォーラム・研修会は、すべて2号館1階で実施いたします。



【2号館1階マップ】

※2号館1階のフロアに受付を設けています。

※会場は、211教室を使用いたします。情報交換会は213実習室です。



参加者へのお知らせ

1. 参加方法

参加申し込みをしていただいた方に Zoom の URL および発表プログラム・抄録集を送信いたします。なお、発表プログラム・抄録集は 3 月 13 日（金）配信予定です。

2. 参加費

参加費は以下のようになっております。

発表あり（筆頭発表者のみ）

機関会員・個人会員・大学院生：1,000 円（機関会員かつ個人会員は無料）

非会員：3,000 円

発表なし（共同発表者含む）

機関会員・個人会員・大学院生：無料

非会員：3,000 円

※情報交換会：情報交換会費（4500 円）は当日受付の際にお支払いいただきます。

【振込先】 納入先にご注意ください。

大体連

常陽銀行 0130

研究学園都市支店 104 普 3976640 公益社団法人全国大学体育連合研究部

発表者へのお知らせ

研究報告・事例報告

1. 発表方法は、プレゼンテーションソフト（PowerPoint 等）を使用した口頭発表です。
2. 発表において使用する言語は、日本語に限定させていただきます。
3. 優れた内容の発表は『大学体育スポーツ研究フォーラム優秀発表賞』として後日表彰いたします。
4. 発表に関して何かご不明な点がある際は、お気軽にお問い合わせください。お問い合わせ先は、担当の中山正剛・梶田和宏・藤野和樹（14th.forum.2026@gmail.com）まで。

現地での発表(研究報告・事例報告)

1. 1演題につき、発表 12分、質疑応答 3分の計 15分間です。10分、12分、15分に合図をいたします。持ち時間の厳守をお願いいたします。
2. 接続するノートパソコン（レーザーポインタ含む）は、原則として各自ご持参していただくことになっておりますので、ご注意ください。
3. プロジェクターへの接続は HDMI 端子となっております。変換アダプタが必要な場合は各自でご用意ください。

オンラインでの発表(研究報告・事例報告)

1. 1演題につき、発表 12分、質疑応答 3分の計 15分間です。12分に座長より発表終了を伝えませんが、時間の管理はご自身でお願いします。途中の合図につきましては、現地では音が鳴りますが、オンラインの発表者には聞こえない可能性が高いです。
2. もし、発表時に回線トラブルが発生してしまった場合でも、時間通りに進めさせていただきます。回線速度がより安定している場所での接続をお願いいたします。
3. 発表者は「画面共有」機能で発表スライドを表示してください。また、質疑応答の終了後には、「画面共有」の停止を忘れないようにしてください。
4. 質疑応答で対応できなかった質問については、個人チャット等で対応していただきますようお願いいたします。
5. Zoom での発表の際は、入室から質疑応答が終わるまでカメラをオンにして、ミュートを解除した状態で参加してください。

受賞講演

『大学体育優秀論文賞受賞講演』 「大学体育スポーツ学研究（第22巻）」優秀論文賞

3月16日（月）9:40～10:20

《タイトル・講師》

スポーツチャンバラを教材とした大学体育授業は共感性を向上させるか：
球技科目及び講義科目受講者との比較による事例研究

川井 良介（日本大学）

司会：藤野 和樹（千葉商科大学）

研究ノート



大学体育スポーツ学研究 22: 59-69
©2025 全国大学体育連合 <https://maitairener.jp/>

スポーツチャンバラを教材とした 大学体育授業は共感性を向上させるか：

球技科目及び講義科目受講者との比較による
事例研究

川井良介¹，菅野慎太郎²，阿部剣征³

¹日本大学文理学部，²日本大学スポーツ科学部，³別府大学

要 旨

本研究は、スポーツチャンバラを教材とした大学体育授業が、受講者の共感性を向上させるという仮説を検証することを目的とした。対象者は、2023年度前学期に日本大学文理学部で開講された健康・スポーツ教育実習（スポーツチャンバラ）を受講した学生（以下「スポチャン群」と略す）と、健康・スポーツ教育実習の球技種目を受講した学生（以下「球技群」と略す）と、健康・スポーツ教育論を受講した学生（以下「講義群」と略す）とした。本研究においては、各群の学生が獲得した成果を検証するために、「多次元共感性尺度10項目短縮版（以下「MES-SF」と略す）」を質問紙として使用した。調査時期は、第1回目と第15回目の授業後とした。そして、回答に不備のなかったスポチャン群の学生38名と、球技群111名、講義群の学生63名を対象とした。統計分析は、3つの授業群を対象者間要因、2つの時間を対象者内要因とする2要因分散分析を用いた。その結果、MES-SFの他者指向的反応。視点取得という因子が、スポチャン群において授業前よりも授業後で有意に向上した。以上のことから、スポーツチャンバラの授業を受講することで、相手の気持ちを考えることや、相手の視点に立つて考えるといった共感性が向上することが示唆された。

キーワード

スポチャン、多次元共感性尺度10項目短縮版、他者指向的反応、視点取得

責任著者：川井良介 Email: kawai.ryousuke@nihon-u.ac.jp

北海道支部主催企画

『eスポーツの現状と大学でのあり方』

3月16日（月）10:30～11:30

≪講師≫

坪山 義明（札幌国際大学）

司会：藤野 和樹（千葉商科大学）

e スポーツの現状と大学でのあり方

坪山 義明（札幌国際大学）

【背景】

近年、e スポーツ（electronic sports）は世界的に急速な発展を遂げており、競技人口、視聴者数、産業規模のいずれにおいても拡大を続けている。Newzoo（2024）によれば、世界の e スポーツ視聴者数は5億人規模に達し、国際大会やプロリーグが各国で開催されるなど、スポーツ産業の新たな領域として注目されている。Hamari & Sjöblom（2017）は、e スポーツ観戦の魅力として競技性やプレイヤーの技能、ゲームの理解などが重要な要素であることを指摘しており、e スポーツが競技文化として成立していることを示している。

また、Jenny ら（2017）は、e スポーツは競技性、ルール、大会構造、観戦文化を備える点においてスポーツの特徴を有していると述べており、近年はスポーツ科学、社会学、メディア研究など多様な分野で研究が進められている。一方で、身体活動性やスポーツ概念との関係をめぐる議論も継続しており、体育・スポーツ科学における新しい研究対象として注目されている（Hallmann & Giel, 2018）。さらに、DiFrancisco-Donoghue ら（2019）は、e スポーツ競技者には反応速度や視覚情報処理などの認知的・身体的技能が要求されることを報告しており、従来のスポーツとは異なるパフォーマンス特性を有する競技として研究が進められている。

教育分野においては、特に北米を中心に e スポーツの教育導入が進んでいる。アメリカでは大学スポーツとしての e スポーツチームや奨学金制度が整備され、高校教育では NASEF（Network of Academic and Scholastic Esports Federation）を中心とした教育プログラムが展開されている（NASEF, 2021）。Freeman & Wohn（2017）は、e スポーツ活動を通じて学生がチームワークやコミュニケーション能力を向上させる可能性を指摘しており、教育的価値についても研究が進められている。

一方、日本においても e スポーツ市場は拡大しているものの、大学教育における体系的な導入はまだ限定的であり、多くは課外活動やイベントとしての取り組みに留まっている。今後は、スポーツ科学、スポーツビジネス、メディア研究などの視点を踏まえながら、大学教育における e スポーツの教育的意義を整理する必要がある。

【大学教育における e スポーツの教育的意義】

大学教育における e スポーツは、主に三つの観点から教育的価値を有すると考えられる。

第一に、研究対象としての e スポーツである。e スポーツは高度な認知的判断、戦略的思考、チームコミュニケーションを必要とする競技活動であり、従来の身体運動中心のスポーツとは異なる技能体系を有している。こうした競技特性は、スポーツ科学における認知的パフォーマンス研究や新しいスポーツ概念の検討において重要な研究対象となり得る (Jenny et al., 2017 ; DiFrancisco-Donoghue et al., 2019) 。

第二に、教育教材としての e スポーツである。e スポーツはオンライン配信、実況解説、大会運営、イベント企画など多様な要素によって構成されており、スポーツビジネス、メディア、マーケティングなどの教育分野と結びつけた学習が可能である。特に大学教育においては、大会運営や配信制作などを題材としたプロジェクト型学習 (Project-Based Learning) を通して、学生の主体的な学びを促す教育実践が期待される (Freeman & Wohn, 2017) 。

第三に、社会連携の媒介としての e スポーツである。e スポーツは地域イベントや産業連携などの活動とも結びつきやすく、大学と地域社会、産業界をつなぐ教育活動として活用することが可能である。こうした取り組みは、大学教育における実践的学習や社会連携教育の観点からも重要な役割を果たすと考えられる (Hallmann & Giel, 2018) 。

【まとめ】

e スポーツはデジタル技術の発展とともに形成された新しいスポーツ文化であり、スポーツ産業、メディア、教育など多様な領域と関連する学際的研究対象となっている。大学教育においては、競技活動のみならず、スポーツビジネス、メディア教育、地域連携などと結びつけることで、多面的な学習機会を提供することが可能である。

本講演では、国内外の e スポーツの発展動向を整理するとともに、教育機関における e スポーツの教育的意義等を紹介し、体育・スポーツ教育における e スポーツの位置づけと今後の可能性について考察する。

一般発表プログラム

【日程】3月16日（月）12：30～16：20

【会場】オンライン（ハイフレックス方式で開催）（3セッション）

【内容】14演題（研究報告10演題, 事例報告4演題）

【時間】発表12分, 質疑応答3分, 計15分間

【第1セッション】＜現地&オンライン発表＞ 座長：梶田 和宏（京都先端科学大学）

※研究-1,2は現地発表, 研究-3,4,5はオンライン発表。

研究-1	12:30~12:45	国内におけるメンタルヘルスリテラシー尺度に関する国内文献レビュー
	○菅野慎太郎（日本大学）	
研究-2	12:45~13:00	学生アスリートのライフスキルの特徴を捉え直す： 日本語版Life Skills Scale for Sport (LSSS-J)を用いた検討
	○藤島将太（近畿大学大学院）, 西田順一（近畿大学）	
研究-3	13:00~13:15	トランプカードを用いたペア編成に対する学習者の主観的評価
	○大坪俊矢（崇城大学）, 藤原大樹（崇城大学）, 柿山哲治（福岡大学）	
研究-4	13:15~13:30	自己主導型の個別課題練習に基づく体育実技授業モデルの開発： ICTを活用した大学専門体育における実証的検討
	○加畑碧（筑波大学大学院）, 松浦稜（琉球大学）, 堀口文（山梨大学/筑波大学大学院）, 狩野莉奈（筑波大学）, 本間三和子（筑波大学）	
研究-5	13:30~13:45	実技・講義・宿題の組み合わせによるハイブリッド型授業の効果： 大学生の身体活動自己管理能力と身体活動量の変化に着目して
	○堀口文（山梨大学/筑波大学大学院）, 高木英樹（筑波大学）, 木内敦詞（筑波大学）, 松浦稜（琉球大学）, 高橋靖彦（秋田ノーザンハピネッツ）, 前原千佳（筑波大学）, 金谷麻理子（筑波大学）	

【第2セッション】＜現地発表＞ 座長：中原 雄一（久留米大学）

研究-6	13:55~14:10	体力テスト結果からみた大学生の生活習慣変化
	○石倉恵介, 櫛部静二, 平塚潤, 東海林毅, 長澤淑恵, 千葉佳裕, 篠原康男, 松田晃二郎（城西大学）	
研究-7	14:10~14:25	大学生におけるスポーツ実施状況の特徴と関連要因： スポーツの実施状況等に関する世論調査の二次分析
	○中山正剛（スポーツ庁/九州大学大学院）, 田原亮二（西南学院大学）	
研究-8	14:25~14:40	非認知能力の特性に着目した大学体育実技授業の教育的効果
	○難波秀行（大阪大学）, 上村明（和洋女子大学）, 小見山高明（大阪大学）, 島本英樹（和洋女子大学）, 七五三木聡（大阪大学）	
事例-1	14:40~14:55	バーチャルスポーツHADOの地域・大学における実践について
	○村本宗太郎（立教大学）	

【第3セッション】＜オンライン発表＞ 座長：安田 純輝（札幌国際大学）

研究-9	15:05~15:20	シラバス分析による大学スノースポーツ実習の授業設計の検討
	○永井将史(東京女子体育大学), 坂本昭裕(筑波大学)	
研究-10	15:20~15:35	ウェアラブルデバイスを用いた運動・睡眠指標の多角的測定と関連性の評価
	○細川賢司(名古屋芸術大学)	
事例-2	15:35~15:50	体育実技科目における当該競技経験者にとっての学びと意義: 「生涯スポーツ演習(フットサル)」受講者の記述を手掛かりとして
	○岸本栄嗣(京都芸術大学)	
事例-3	15:50~16:05	振り返りを重視した大学ダンス授業の実践報告: フォームを活用した自己評価とフィードバックを通して
	○川上美里(十文字学園女子大学), 田中安理(常葉大学), 多田五月(帝京大学), 清水文子(十文字学園女子大学), 飯田路佳(十文字学園女子大学)	
事例-4	16:05~16:20	『苦手』が『楽しさ』に変わる瞬間: 心理的安全性を重視したダンス授業における学習者の意識変容
	○飯田路佳(十文字学園女子大学), 川上美里(専修大学), 田中安理(常葉大学), 多田五月(帝京大学), 清水文子(十文字学園女子大学)	

一般発表抄録（研究報告・事例報告）

3月16日(月)12:30～16:20（計14演題）

14演題3セッション（研究報告10演題，事例報告4演題）

第1セッション5演題（12:30～13:45）
<研究報告1-5>
座長：梶田 和宏（京都先端科学大学）
第2セッション5演題（13:55～14:55）
<研究報告6-8・事例報告1>
座長：中原 雄一（久留米大学）
第3セッション5演題（15:05～16:20）
<研究報告9-10・事例報告2-4>
座長：安田 純輝（札幌国際大学）

研究報告 1_12:30-12:45

メンタルヘルスリテラシー尺度に関する国内文献レビュー

菅野慎太郎^{1,2}

¹ 日本大学松戸歯学部, ² 日本大学大学院文学研究科

キーワード: 日本語版 MHL, 尺度構築

【背景と目的】メンタルヘルスリテラシー (MHL) は「精神疾患の認知, 管理, 予防に役立つ知識や信念」(Jom, 1997) と定義されており, 「特定の疾患や心理的苦痛を同定する能力」「危険因子や原因に関する知識と信念」「自身での解決方法に関する知識と信念」「有益な専門支援に関する知識と信念」「適切な援助要請を促進する態度 (スティグマ)」「精神保健に関する情報の入手方法の知識」の 6 要素で構成される. この MHL の獲得は精神疾患の早期発見・介入が促されることが観察されている. 本研究は文献レビューを通して, 国内の MHL 尺度に関する研究の現状を概観し, 課題点を抽出することを目的とした. 【方法】学術データベース CiNii で「メンタルヘルスリテラシー」をキーワードに学術雑誌 (紀要を含む) を検索した. 論文の選定基準は, Jom が MHL を定義した 1997 年以降であること, MHL に関する尺度を用いていること, 日本国内の論文であること, そして, 最終検索日である 2026 年 2 月 13 日までに発表されていることを基準とした. 【結果と考察】23 件の論文が抽出された. 23 件中 12 件の研究ではビニエツト (想定事例) が使用され, 診断名の正答を精神疾患の認識能力とみなすものが多かった. また, 標準化された尺度による研究が 11 件確認された. 標準化された尺度では, O'Connor & Casey (2015) によって作成された The Mental Health Literacy Scale (MHLS) を翻訳した日本語版 MHLS (Ikeyama et al, 2022) が用いられていた. この尺度は Jom(1997) の MHL の 6 要素を網羅している尺度であり, 信頼性や妥当性も確認されている. しかし, 日本語版 MHLS は専門知識を有する学生を対象に信頼性・妥当性を検証している点や, 各要素の評価はできず, 合計得点による評価であることが分かった. したがって, これらの諸課題を改善した MHL 尺度の構築が今後の検討課題と考えられる. 本研究は JSPS 科研費 JP22K11563 の助成を受けたものです.

研究報告 2_12:45-13:00

学生アスリートのライフスキルの特徴を捉え直す:

日本語版 Life Skills Scale for Sport (LSSS-J) を用いた検討

藤島将太¹, 西田順一²

¹ 近畿大学大学院商学研究科, ² 近畿大学経営学部

キーワード: LSSS, 体育会運動部, 個人競技種目, 時間管理, 感情的スキル

【問題と目的】従来, ライフスキル (LS) の特徴として, 役職や競技成績等による差異が示されている (島本他, 2013) もの, 学生アスリートの LS の特徴は限定的である. 他方, 藤島・西田 (2025) は, LSSS の心理的概念の重要性を確認した上で, その日本語版尺度の開発に着手した. スポーツ用ライフスキル評価尺度 (LSSS-J) は, 原版と同様の因子構造を有し, 信頼性・妥当性が認められ (藤島他, 2025), Well-being への正の影響等が報告されており (Nishida & Fujishima, 2025), LS を捉える有用な指標と言える. 以上より本研究では, 学生アスリートの LS の特徴を LSSS-J により捉え直すことを目的とした.

【方法】体育会系運動部に属する学生アスリート 347 名を対象とし, LSSS-J (8 因子 43 項目) 競技種目, 競技成績等を尋ねた.

【結果と考察】対象者の LS 得点について, 「チームワーク」等は, 原版に比べ有意に低く, 一方, 「時間管理」等は, 有意に高かった. また, 団体競技種目群 (eg 硬式野球, バレー) に比べ, 個人競技種目群 (eg 柔道, 陸上) の「感情的スキル」が有意に高かった. そして, 競技大会出場無群に比べ全国大会以上出場群の「目標設定」が有意に高かった. 競技レベルの高いアスリートは, 短, 中, 長期と段階的な目標等を行っており, 本 LS の高さを表したと考えられる. 【結論】本研究より, 学生アスリートの LS は, 「時間管理」等が高いこと, また, 競技種目の差異により LS の獲得の程度に差異が生じることが明らかとなった. 今後の課題は, 中・高生を含めた詳細な検討とした.

研究報告 3_13:00-13:15

トランプカードを用いたペア編成に対する学習者の主観的評価

大坪俊矢¹, 藤原大樹¹, 柿山哲治²

¹崇城大学総合教育センター, ²福岡大学スポーツ科学部

キーワード: ランダム編成, グループング, 心理的抵抗感

【背景】体育授業におけるペア・グループ編成は、協働活動を通じたコミュニケーション能力の育成や技能向上に関わる重要な授業構成要素である。これまでのグループングに関する研究は指導者視点を中心であり、学習者視点から具体的な編成方法の有用性を検討した研究は十分ではない。本研究は、トランプカードを用いたランダムなペア編成（以下「トランプ編成」と略す）に着目し、その有用性を学習者の主観的評価から明らかにすることを目的とした。【方法】大学一般教養科目（テニス）の受講者 149 名を対象に Web 調査を実施した。トランプ編成に対する主観的評価（不安の低減・受容感、技能差によるネガティブ経験・対人不安、授業全体への評価）を 5 件法 Likert 尺度で測定し、合計点（最高 75 点）を算出した。【結果】有効回答は 31 件であった。学習者評価の合計点の中央値は 57 点であり、性別等の属性による差はみられなかった。項目別では「公平性」および「交流機会の増加」に対する評価（中央値 5）が特に高かった。一方、トランプ編成に対する心理的抵抗感が高い群は、抵抗感が低い群に比べ、技能差によるネガティブ経験の得点が有意に高かった。【考察】合計点に属性間での有意差がみられなかったことから、トランプ編成は多様な学習者に受け入れられやすい方法である可能性が示唆された。しかし、技能差が大きいペアが生じる状況では、学習者に不安を生じさせ、編成方法に対する評価を低下させる要因となりうることを示された。【結論】トランプ編成は、「公平性」や「学習者間の交流」を重視する学習環境の構築において有用であると考えられる。ただし、技能差に対する配慮がなければ、全ての学習者にとって有益とは限らない。今後、トランプ編成を実施する際には、学習者の不安軽減に向けた事前説明、技能差を考慮した授業デザイン、偶然性に伴うリスクへの対応など、総合的な工夫が求められる。

研究報告 4_13:15-13:30

自己主導型の個別課題練習に基づく体育実技授業モデルの開発：

ICT を活用した大学専門体育における実証的検討

加畑碧¹, 松浦稜², 堀口文³, 狩野莉奈⁴, 本間三和子⁴

¹筑波大学大学院, ²琉球大学, ³山梨大学, ⁴筑波大学

キーワード: 自己調整学習, 意図的な練習, 映像フィードバック, 学習過程, 個別最適な学び

【背景と目的】本研究は、大学専門体育実技授業内における運動課題の自由練習の質的向上に向けて、ICT を活用した専門的な知識・情報の個別的な提供と学修者による自己決定を体系化した授業モデル（以下「自己主導型の個別課題練習授業」と略す）を考案し、その効果検証を行うことを目的とした。近年、学修者が自立的に学びを展開できる教授・学習環境の整備が求められるとともに、ICT の教育活用が急速に進展している。一方、体育授業において、ICT 活用による思考内容を含む学習過程への影響を多面的に評価した研究は十分とは言えない。そこで本研究では、体育・スポーツにおける学習過程に関する理論として近年注目されている自己調整学習および個別課題練習の知見を踏まえ、両者を統合的に捉える視点に基づいた ICT 活用授業を考案した。【方法】大学専門体育ダンス授業の受講生 101 名を対象に、基礎的な要素の組み合わせからなるダンス課題を設定し、3 回の授業を実施した。自己主導型の個別課題練習授業では、①課題ダンスの映像フィードバックによる個別的な情報の提示、②見本動画による専門的な情報の提供、③学修者が選択可能な 9 種類の解説動画の提供に加え、目標設定と振り返りを行う一連のオンラインフォームを導入した。比較対象として、学修者間の相互観察と教員による一斉指導を行う授業を設定し、練習の取り組みに関する得点、技能得点、および内省内容を分析した。【結果と考察】自己主導型の個別課題練習授業では、比較授業と比べて、練習の取り組みに関する得点が一貫して高く、技能得点に授業前後の交互作用が認められた。また、ダンスの各要素に焦点を当てた具体的なかつ端的な目標が多くみられた。以上より、本授業モデルは、学修者が自ら課題を見だし、自己調整的に学びを展開しながら、技能の向上にもつながることが示唆された。またこれが、集団授業においても機能することが示された。

研究報告 5_13:30-13:45

実技・講義・宿題を統合したハイブリッド型授業の効果：

大学生の身体活動自己管理能力と身体活動量の変化に着目して

堀口文^{1,2}, 高木英樹³, 木内敦詞³, 松浦稜⁴, 高橋靖彦⁵, 前原千佳³, 金谷麻理子³

¹筑波大学大学院人間総合科学学術院, ²山梨大学教育学部, ³筑波大学体育系, ⁴琉球大学教育学部, ⁵秋田ノーザンハピネッツ

キーワード：COM-B モデル, PASMA, 行動変容

【背景と目的】大学生の身体活動不足が課題となる中、大学体育には運動習慣形成を支える教育的役割が期待されている。本研究は、行動（Behaviour）が能力（Capability）・機会（Opportunity）・モチベーション（Motivation）の相互作用によって生じるとする COM-B モデルを理論的枠組みとした。その枠組みに基づき、実技・講義・宿題を統合したハイブリッド型体育授業を新たに設計・実践し、身体活動自己管理能力（PASMA）および身体活動量に及ぼす効果を検証することを目的とした。

【方法】大学1年生321名を対象に、体操授業の受講者を介入群（ $n=71$ ）、他種目受講者を対照群（ $n=250$ ）として授業実践を行った。介入授業は、日常生活に取り入れやすい運動に加え、仲間と協働する活動など運動の楽しさを感じられる実技、運動と健康に関する講義とワーク、目標設定と振り返りを伴う運動セルフモニタリングの宿題を組み合わせ、COM-B モデルの3要素を高めるよう設計した。PASMA 尺度および世界標準化身体活動量質問紙（GPAQ）を用いて前後比較を行い、群×時期の二要因混合分散分析を実施した。【結果と考察】介入群は対照群と比較して PASMA の総合得点が有意に向上した。特に PASMA の下位因子である計画立案能力、感情・行動コントロール能力、選択・決定能力で改善が顕著であった。総身体活動量および高強度活動量も介入群で有意に増加した。これらの成果は、COM-B モデルに基づいて設計されたハイブリッド型授業が PASMA を向上させ、同時に実際の行動変容につながった可能性を示している。すなわち、本研究におけるハイブリッド型授業は PASMA と身体活動量の向上を通して、運動習慣の形成に資する教育的意義を有することが示唆された。

研究報告 6_13:55-14:10

春秋学期にわたりスポーツ授業を受講した大学生の体力と生活習慣の縦断的变化

石倉恵介, 櫛部静二, 平塚潤, 東海林毅, 長澤淑恵, 千葉佳裕, 篠原康男, 松田晃二郎

城西大学経営学部

キーワード：体力テスト, 睡眠時間, スクリーンタイム, 運動, スポーツ

【背景と目的】2024年度、本学の体力測定と生活習慣を調査した結果、春学期に比べ秋学期において、体力低下とともに、睡眠時間の減少とテレビ・スマートフォンの視聴時間（スクリーンタイム）が増加する傾向がみられた。しかしながら、スポーツ授業を春秋学期の両方または一方を受講している学生が混在しているため、生活習慣の変化と体力テストの関連は不明であった。そこで、受講生全体（全体）の体力や生活習慣の変化に加えて春秋学期にわたり受講した学生の体力や生活習慣の変化ならびにそれらの関連性を検討（縦断的検討）することを目的とした。【方法】2025年度、スポーツ授業受講生に体力テスト6種目と生活習慣等のアンケート10問を実施した。縦断的検討における、生活習慣の変化を維持増加群と減少群に分けて、体力テストを検討した。【結果と考察】全体の体力テストでは、春に比べ秋学期で、男子の反復横跳びと20mシャトルランが有意に低値を、女子の立ち幅跳びが有意に高値を示した。生活習慣では、春に比べ秋学期で、男子の1日の運動・スポーツの実施状況、1日の運動・スポーツ実施時間が減少し、スクリーンタイムが増加した。縦断的検討において、春に比べ秋学期で、男子の上体起こし、反復横跳びと20mシャトルラン、女子の反復横跳びが有意に低値を、女子の立ち幅跳びが有意に高値を示した。また、男子の睡眠時間維持増加群に比べ減少群において、長座体前屈が有意に低値を示したが、他の生活習慣においては差を認めなかった。【結論】本学学生において、春に比べて秋学期で体力の低下や生活習慣の悪化が認められるものの、体力の低下と生活習慣の悪化について明確な関連性は認められなかった。

研究報告 7_14:10-14:25

大学生におけるスポーツ実施状況の特徴と関連要因：

スポーツの実施状況等に関する世論調査の二次分析

中山正剛^{1,2}，田原亮二³

¹九州大学大学院学術協力研究員，²スポーツ庁健康スポーツ課，³西南学院大学人間科学部

キーワード：スポーツ基本法，週1日以上のスポーツ実施率，阻害要因，経年変化

【背景と目的】第3期スポーツ基本計画では，成人の週に1回以上のスポーツ実施率を70%とする目標が掲げられており，令和6年度の調査では52.5%となっている（スポーツ庁，2025）。笹川スポーツ財団（2023）の調査によれば，大学期から勤労期にかけてスポーツ実施レベルが低下することが報告されている。また，スポーツ庁（2022）の調査においても，男性は大学生から，女性は高校生から実施頻度が低くなり，その低い水準のまま，社会人へと移行する傾向が示されている。こうした状況の中，2025年9月に改正されたスポーツ基本法が施行され，「大学におけるスポーツの推進等」が新規に規定された。ここでは，大学におけるスポーツが国民のスポーツ参加を促進する上で重要な役割を担うことが明示されている。以上を踏まえ，本研究は，大学生におけるスポーツ実施状況の特徴と関連要因を明らかにし，他年齢層との比較を通して，大学期におけるスポーツ実施率向上に資する基礎的資料を得ることを目的とする。【方法】「スポーツの実施状況等に関する世論調査」の個票データを用い，大学生世代を抽出した二次分析を実施した。週1日以上のスポーツ実施率，年に1日もやっていない割合，スポーツ実施種目および始めてみたいスポーツ種目等を分析し，その特徴や関連性を検討した。【結果と考察】分析結果の詳細は当日報告するが，大学生では他年齢層と異なる阻害・促進要因等の構造が示唆され，特にスポーツの価値観や場所，仲間等の環境要因が大学生におけるスポーツ実施状況に影響している可能性が認められた。これらの知見は，大学におけるレクリエーションスポーツの機会設計や参加障壁の低減を図る上で重要な示唆を与えるものである。

研究報告 8_14:25-14:40

非認知能力の特性に着目した大学体育実技授業の教育的効果

難波秀行¹，上村明²，小見山高明¹，島本英樹²，七五三木聡¹

¹大阪大学全学教育推進機構，²和洋女子大学

キーワード：社会情動的スキル，首尾一貫感覚，グリット，学校適応感，主観的恩恵

【背景と目的】AIやDXといったデジタル技術が教育分野に活用されている一方で，心身の健康に関わる行動資質（非認知能力）の醸成が期待されている。体育実技授業が非認知能力に包含される社会情動的スキルや学習への適応感に与える影響を明らかにすることを目的とした。【方法】対象者は必修体育の受講生303名（男性174名，女性98名）であった。調査期間は2024年後期のPre（2～3回目），Post（14～15回目）とし，2025年後期に履修をしていない15名をCon群として含み分析を行った。調査内容は，社会情動的スキルに関する内容（誠実性，グリット，SOC），学習に関する内容（学校適応感，体育の主観的恩恵）で構成した。SPSSを用いてクラスター分析を行い各クラスター+Con群×前後比較について二要因分散分析を行った。【結果】クラスター分析では，誠実性，グリット，SOCの全てが相対的に低い期待群，SOCが高く，誠実性およびグリットは標準のSOC高群，グリットおよび誠実性が高く，SOCが標準の高グリット・高誠実性群に分類された。学校適応感において，時間×クラスター+Con群の前後比較では，交互作用は見られなかった（ $F(3,299)=2.04, p=0.11$ ）。体育の主観的恩恵の前後比較では，交互作用がみられ（ $F(3,299)=3.00, p<0.05$ ），時間の主効果は有意であり全体として得点は向上した（ $p<0.05$ ）。Con群では変化がなく下がる傾向であった。【結論】後期における半期の大学体育授業において社会情動的スキルに関する資質で3つのクラスターに分類ができ，主観的恩恵に有意な向上があり，ポジティブな感情や対人関係を通じて肯定的な影響を与えていることが示唆された。一方，履修をしなかった群においては前期に感じていた主観的恩恵が下がる傾向にあった。

事例報告 1_14:40-14:55

バーチャルスポーツ HADO の地域・大学における実践について

村本宗太郎

立教大学スポーツウエルネス学部

キーワード:e スポーツ, エクサゲーム, ユニバーサルスポーツ, デジタルゲーム

【背景と目的】e スポーツは多様な形態を有しており、ゲーミング PC を用いる形態から、身体活動を伴うバーチャルスポーツの形態もある。スポーツ庁（2025）はe スポーツについて、諸外国における位置づけや国内外の議論の進展、普及状況等を踏まえながら幅広く共通認識を持てる定義の整理の必要性を指摘している。こうした状況を踏まえると、多様な形態のe スポーツについて実践的検討を行うことが求められる。そこで本研究ではバーチャルスポーツの一種である HADO に着目し、地域および大学の授業での実践からみられた可能性と課題について明らかにすることを目的とした。【方法】地域および大学で行った HADO の実践結果に着目した。地域での実践は 2025 年 10 月に東京都内 A 区にて参加者 100 名程度が実施したもので、大学での実践は 2023 年 12 月に B 大学の授業で受講生 40 名程度が実践したものである。2 回の HADO の実践にて参加者から得られた感想や、活動の様子を観察した内容を検討した。【結果】両実践ともに、参加者が HADO のプレーを楽しみながら体を動かす、肯定的な回答や様子がみられた。地域での参加者からは、学校の体育授業で HADO のような身体を動かすゲームを導入することへの期待 ($n=69$) について、参加者の 98.6% が肯定的な回答をし、HADO の体験による困難への自己効力感の変化 ($n=75$) でも、76.0% が肯定的な回答をしていた。【結論】バーチャルスポーツとしての HADO の実践は、性別、年代、運動経験を問わず体を動かす楽しさを経験させ、自己肯定感の高まりやユニバーサルスポーツとしての肯定的な可能性が示唆された。一方で、プレー中の活動量は他者のプレーの様子から強く影響を受けており、単に HADO を用意するだけでは十分な運動量が確保されないため、場の雰囲気醸成、活動計画の十分な検討等の重要性が示唆された。

研究報告 9_15:05-15:20

シラバス分析による大学スノースポーツ実習の授業設計の検討

永井将史¹, 坂本昭裕²

¹東京女子体育大学体育学部, ²筑波大学体育系

キーワード: スキー実習, スノーボード実習, テキストマイニング, KH Coder

【背景と目的】大学教育の質的転換が求められる中、大学体育においても能動的学修の実現が重要な課題である。スノースポーツ実習は、非日常的な環境や集団生活を学修環境とし、自己調整や他者協調を促す学びの場として、今日の教育的要請に回答しうる授業である。教育の質の保証には、目標、内容、評価が相互に対応した一体的な授業設計が不可欠とされるが、現状では技術習得に偏重した指導が指摘されるなど、期待され多面的な教育機能が授業設計上どのように位置づけられているのか十分に整理されていない。そこで本研究では、シラバスにおける各要素の対応関係に着目し、現行の実習が有する構造的特徴と課題を抽出することを目的とした。【方法】大学体育連合加盟大学で開講されているスノースポーツ実習 173 科目のシラバスを対象に、テキストマイニングおよび記述統計による分析を行った。シラバスの概要・目的・目標を「教育意図」として統合し、授業計画および成績評価の記述との関係性を分析した。【結果と考察】分析の結果、教育意図は「技能の習得」「自然への理解と適応」「他者との協同」「生涯スポーツへの接続」の 4 領域に集約された。特有の学修環境を背景とし、複数の教育的意図を内包した授業として設計されている実態が示された。一方で、授業設計の整合性の観点からは構造的特徴が確認された。技能習得以外の教育意図は、授業計画において独立した学習活動として明示的に記述されることが少なく、授業設計上、十分に可視化されていない実態が示された。また、評価段階では、多様な教育意図が「実技点」や「平常点」といった限られた項目に集約され、高次の学修成果が評価上明確になりにくい構造が示された。以上により、スノースポーツ実習の改善のためには、特有の環境を踏まえつつ目標・内容・評価を一体的に捉え、教育意図を内容および評価へと一貫して反映させる授業設計の検討が重要であると考えられた。

研究報告 10_15:20-15:35

ウェアラブルデバイスを用いた睡眠・運動習慣の多角的測定：

大学生を対象とした探索的検討

細川賢司

名古屋芸術大学教育学部

キーワード：Fitbit Charge 6, 睡眠, 運動

【背景と目的】近年、スマートウォッチをはじめとしたウェアラブルデバイスの発達が目覚ましいが、これを用いて大学生の学業パフォーマンスに直結する生活習慣を多角的に検討した研究は限られている。本研究は、ウェアラブルデバイスを用いて大学生の睡眠や運動に関する指標を同時に測定し、その関連性を明らかにすることを目的とした。【方法】教育系大学生 30 名を対象とし、7 日間連続でウェアラブルデバイス（Fitbit Charge 6）の装着を求めた。組み入れ基準は 5 日間分のデータが取得可能であったこととし、7 名が除外されたことから最終的に 23 名（20.1±0.8 歳，女性 16 名，男性 7 名）が分析対象とされた。Fitbit による健康関連の客観的指標（総睡眠時間，睡眠ステージ，就寝・起床時刻，歩数）に加え，主観的評価（Pittsburgh Sleep Quality Index：PSQI 他）を統合的に分析した。【結果と考察】総睡眠時間の全体平均は 7.0±0.8 時間，睡眠効率の全体平均は 88.9±2.5% で適正範囲内にあり，睡眠ステージ構造は先行研究の報告値と整合していた。また，睡眠中央時刻（mid-sleep）の全体平均は深夜 4 時 38 分に相当し，9 割以上が「中間型」または「夜型」に分類された。睡眠規則性指数（Sleep Regularity Index：SRI）の全体平均は 84.1 で「やや不規則」に該当し，平日・休日間のソーシャルジェットラグ（Social Jetlag：SJJL）は 3 割以上が 60 分以上の時差を示した。一方で，歩数はどの睡眠関連指標とも有意な相関を示さなかった。【結論】大学生を対象としたウェアラブルデバイスによる測定・評価を通して，睡眠の量・質は一定程度担保されていたものの，睡眠のリズムについては夜型傾向および不規則性が示され，またこれらの睡眠関連指標は歩数と独立して変動することを確認した。

事例報告 2_15:35-15:50

体育実技科目における当該競技経験者にとっての学びと意義：

「生涯スポーツ演習（フットサル）」受講者の記述を手掛かりとして

岸本栄嗣

京都芸術大学芸術学部芸術教養センター

キーワード：大学体育，体育実技，生涯スポーツ，一般教養

【背景と目的】大学体育実技（一般教養）の授業運営の悩みの一つとして，実施種目についての受講生間の経験差の問題がある。経験差は事故や怪我につながることで懸念されるだけでなく，経験者と未経験者双方の意欲低下を招くことも心配される。こうしたことから，筆者が担当する一般教養の体育実技科目「生涯スポーツ演習」では，「経験者」「未経験者」それぞれに自分の立場を意識・自覚させながら，全員が気持ちよく学び，楽しむにはどうすべきかを，折に触れて受講生に問い続けている。今回の発表では，特に「経験者」に焦点を当て，彼・彼女ら自身が語る学びの実感について紹介し，その意義について考察することを目的とする。【方法】2024～2025 年度に開講した「生涯スポーツ演習/体育実技」のうち，筆者が担当した「フットサル」クラスの受講生から提出されたワークシート（許可を得られた者のみ）を資料として用い，整理・検討した。【結果】複数の「経験者」は，当初は自身の立ち位置や未経験者との関係性，勝つことや自分の技術向上を目的としないスポーツとの向き合い方に戸惑う様子だが，授業の進展とともに競技スポーツとは異なる自分の役割を探り，実践しようとする姿勢が語られている。複数の「経験者」が「未経験者」に「教える」ことに悩みながらも，その体験をとおして得た学びや気づきを豊かに述べている。【考察】経験差があることで「経験者」は「支える」自分を体験することができた。相手の立場に立とうとする関係性の転換や，みんなが楽しむことを志向するスポーツとの新たな向き合い方への転換が，「支える」体験を促したように思われる。こうした体験の背後にある他者との関係性や構造は，他の活動や人間関係の中にもある。当該競技経験にとっては，過去の経験を持ち出しながら，一筋縄にはいかない「支える」自分をわかりやすく，ありありと体験できるところに，学びの意義と価値があると思われた。

事例報告 3_15:50-16:05

振り返りを重視した大学ダンス授業の実践報告：

フォームを活用した自己評価とフィードバックを通して

川上美里¹, 田中安理², 多田五月³, 清水文子¹, 飯田路佳¹

¹十文字学園女子大学, ²常葉大学, ³帝京大学

キーワード：グループワーク, 教員養成課程, 社会人基礎力, 相互評価

【背景と目的】本報告は、J大学2年生34名を対象に実施した「スポーツ実技・指導法（ダンス）」授業において、Microsoft Forms（以下「Forms」と略す）を活用した継続的な振り返りとフィードバックが学生の学習意欲や自己評価力、さらには社会人基礎力に与える影響を検討した実践報告である。本授業は、将来体育授業を指導する教員としての資質向上を図るとともに、ダンスの実践・指導に必要な技能、人との関わり、自己管理能力などを育成することを目的として全15回で構成した。

【方法】授業では、現代的なリズムのダンスと創作ダンスを基礎練習として導入し、これを基盤として計3種類のグループ作品（リズムダンス作品、創作ダンス作品、自由創作作品）の創作・発表を行なった。各授業後にはFormsによる振り返りを課し、「学んだこと」「次回への意気込み」「課題への取り組み」などを記述させた。さらにグループワーク時には自身の役割について、発表時には5～7項目からなる相互評価への回答を求め、学習者同士の視点を取り入れた評価を行なった。これらの回答内容をもとにSAや教員が紙媒体で個別に返信し、学習者は次回授業に向けて改善点を具体化することができた。最終回の自由創作活動では、リーダー・音響・衣装・ストーリー・構成等の役割分担を明確にし、各自が自身の貢献を自覚できるようにした。加えて、チーム内での働きに関する質問項目（最も動きをつかった人、意見を出した人、雰囲気を変えた人など）に回答することで、互いの強みを可視化する機会を設けた。【結果】学生は継続的な振り返りによって自身の課題を把握しながら学習を進める態度が形成され、創作活動において主体的に役割を担う姿勢が見られた。振り返りと他者からのフィードバックを組み合わせた授業設計はダンス授業における主体的学習の促進および指導力形成の基盤構築に有効であることが示唆された。

事例報告 4_16:05-16:20

『苦手』が『楽しさ』に変わる瞬間：

心理的安全性を重視したダンス授業における学習者の意識変容

飯田路佳¹, 川上美里², 田中安理³, 多田五月⁴, 清水文子¹

¹十文字学園女子大学, ²専修大学, ³常葉大学, ⁴帝京大学

キーワード：自覚的運動強度（RPE）、社会人基礎力、共同創作プロセス

【背景と目的】大学のダンス授業は既習経験や意欲の差が激しい科目である。本調査対象者には、「抽選に落ちてやむを得ず選択した」という消極的動機や「自分には無理だ」という心理的障壁を持つ者が多く含まれていた。しかし、学期末には「心底楽しい」と劇的な意識変容を遂げている。本研究はこの変容を支えた要因を、指導者の「心理的安全性」と「共同創作プロセス」及び「適切な運動負荷の設定」の観点から明らかにすることを目的とする。【方法】2024・2025年度を受講生を対象に調査を実施した。分析には自覚的運動強度（RPE）や「社会人基礎力」12項目の自己評価という定量的データと、自由記述による定性的データを併用した。特に、グループ内での相互作用、指導者のフィードバックへの反応、教え合い等の協調的行動を詳細に分析した。【結果と考察】意識変容の主因は4点である。第一に、指導者による肯定的な場作りである。頻繁な称賛と丁寧な個別指導により、初心者の不安が軽減され学習意欲が向上した。第二に、「共同創作」による成功体験である。「一人ではできないこともグループだとできる」という気づきと一体感が、技術の巧拙を超えた達成感をもたらした。第三に、社会人基礎力の向上である。特に「発信力」や「傾聴力」の獲得実感が顕著であり、苦手分野でも「とりあえずやってみる」という主体性が養われた。第四に、自覚的運動強度（RPE）において、12～18程度の負荷は、精神的リフレッシュや自己効力感に繋がっていた。【結論】意識変容は、「失敗が許容され、個々のアイデアが尊重される心理的安全性な環境」での共同活動により促進された。主体的意識に基づく適切な運動量の確保と、ダンスを「表現とコミュニケーションの手段」と再定義する教育的アプローチは、苦手意識の克服にとどまらず、実社会で求められる対人関係能力や自己肯定感を育む有効な手段である。

第 14 回大学体育スポーツ研究フォーラム
発表プログラム・抄録集

2026（令和 8）年 3 月 13 日発行

発行：公益社団法人全国大学体育連合（JAUPES）

運営委員長 田原亮二

編集：運営副委員長 中山正剛

委 員 藤野和樹

委 員 梶田和宏

Printed in Japan