

大学体育実技における適応感が運動技能に対するコンプレックスに与える影響

The Effect of Adjustment to University Physical Education Classes on the Inferiority Complex Focused on Motor Skills.

山田 佑 響* 中須賀 巧** 山本 浩 二***
YAMADA Ukyo NAKASUGA Takumi YAMAMOTO Koji

本研究の目的は、大学生を対象にC-運動スキルに着目し、体育適応感とC-運動スキルの認知との関係について検討することであった。大学1年生123名を対象に、体育適応感尺度、運動スキル焦点コンプレックス尺度（以下、C運動スキル）を用いた。分析モデルは、体育適応感を独立変数に、C-運動スキルを従属変数とした重回帰分析および基本統計量を実施した。その結果、男子学生において体育適応感とC-運動スキルには有意差は確認されなかった。女子学生においては、体育適応、連帯志向とC-運動スキルの間にそれぞれ有意な負の関係が確認された。このことから、男子では体育適応感からC-運動スキルへの影響関係がないことが明らかとなり、女子は体育適応感の得点が高ければC-運動スキルの認知を抑制することが示唆された。

キーワード：体育適応感, C-運動スキル, 大学体育, 生涯スポーツ

Key words : physical education adaptability, inferiority complex focused on motor skills, university physical education, lifelong sports.

1. 緒言

現行の学習指導要領によると保健体育科の目標には、心と体を一体としてとらえ、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成することが掲げられている。この目標は、我々が生涯にわたって運動やスポーツといった活動を自分の生活の中に積極的に取り入れ、なおかつその活動を習慣的に実践できるようになることを目指すものと言えるだろう。このような目標の推進は、小学校、中学校、高等学校だけに留まらず、大学における体育教育においても同様に、他者や環境に配慮しながらスポーツを将来的に実践していくための能力を身に付けさせるという役割があると言われている（森田,2000）。つまり、大学における体育授業は、中等教育段階の教育内容を発展させ、豊かなスポーツライフの実現に向けて運動やスポーツの取り組み方や新たな見方・考え方を教授していくための重要な機会であると考えられる。

しかし、児童・生徒だけではなく大学生においても運動やスポーツを実践していくうえで活動の妨げになるのが「運動をすることが嫌いだ」、「できれば運動はしたくない」などといった運動やスポーツ活動に対する嫌悪的態度を抱くと当然ながら運動やスポーツをする時間を確保しなくなるであろう。また運動やスポーツをツールとした他者とのかかわりや社会とのつながりも脆弱になることが考えられる。

大学生を対象に運動やスポーツをすることに対する好意的・嫌悪的態度について調査した研究（福富ほか、

2011）では、「運動・スポーツをすることが好きか」という質問に対して「どちらともいえない」「やや嫌い」「非常に嫌い」と回答した男子学生の割合は18.7%、女子学生は31.4%であり、大学体育においても運動に対する嫌悪的な態度を抱く学生が一定数いることが確認されている。また伊藤・波多野（1982）は、運動能力が低い大学生ほど運動に対して劣等感を抱いている可能性があり、そういった学生は運動やスポーツを嫌い、体育授業に対しても回避的な取り組み方になる傾向があることを示唆している。ここで示した、劣等感について、佐々木（2019;p.99）によれば、繰り返してできないことを経験することによって劣等感が生じると示されている。そして、それ以上の失敗や間違いを回避するために劣等コンプレックスが生じるとされている。

体育授業場面の劣等コンプレックス尺度の開発者である佐々木・須甲（2016）は、作成された尺度の具体的な内容に「走るのが遅いので、頑張るぞという気持ちになれない」などの運動技能の低さを理由に表出した回避的態度である運動スキル焦点コンプレックス（以下「C-運動スキル」と略す）と「遅いとか下手などと言われるので、意欲が出ない」などの運動技能の低さを認知させる心理・社会・身体要因を理由に表出した回避的態度である心理社会的及び身体的焦点コンプレックス（以下「C-心理・社会・身体要因」と略す）の2つの下位尺度で構成されていることを明らかにしている。この体育授業場面における劣等コンプレックスは、一度形成されると修正することが容易ではないため、長期にわたり

* 兵庫教育大学大学院（修士課程）人間発達教育専攻生活・健康・情報系教育コース

令和6年7月10日受理

** 兵庫教育大学大学院人間発達教育専攻生活・健康・情報系教育コース 准教授

*** 関西福祉大学

個人の認知や行動に影響を及ぼすことを指摘している。C-心理・社会・身体要因の認知は学年が上がるにつれて対人スキルが向上し、授業中の教師や仲間との関係性が深まることである程度低下すると言われている。一方で、C-運動スキルの認知は運動が「できる」という自覚が満足感を得るための主な要因であり、できたという成果がなければ依然として高い水準を保ったままであると言われている。実際に小学校高学年及び中学校1年生の体育授業での回避的な態度に劣等コンプレックスの認知を位置づけ、それと運動有能感との因果関係について調査・検討してみたところ、小学校高学年ならびに中学1年生ともに、運動有能感の運動が上手にできるという自信の程度を示す身体的有能さの認知の得点が高ければC-運動スキルは低下することが明らかになった(當山ほか, 2022)。つまり、運動が上手にできるといった自信が高まれば、運動スキルの低さは解消され、あえて回避的な態度を取るような必要はなくなるが、反対に自分は運動ができないんだということを自覚したままであれば、運動スキルの低さを理由に運動することから逃げ出そう、あえてやらないでおこうといった回避的な行動をとろうとすることが考えられる。このことから運動有能感における身体的有能さの認知の向上は、運動スキルに対するコンプレックスを抑制する重要な心理的要因の一つであると言えるだろう。しかし、運動有能感の中でも身体的有能さの認知の得点は、特に変動しにくく、なおかつ小学生高学年を境に中学生、高校生と徐々に低下することが知られている(岡沢ほか, 1996)。身体的有能さの認知を向上させるような指導、すなわち運動ができるようになることを目指す指導の必要性は理解できるが、その得点が発達とともに低下していく現状を踏まえると、体育授業の中で運動ができるようになる指導がなされていない、もしくはその指導が難しいと考えざるを得ない。これの背景から身体的有能さの認知を高めることは重要であるが、現状として身体的有能さの認知を向上させることが難しい事実を踏まえると、劣等コンプレックスの特にC-運動スキルの抑制要因について、どのようなものがあるかを検討することは喫緊の課題であると思われる。

そこで本研究では、体育授業中における教師との関係性や仲間と一緒に学習活動(練習計画の話し合いやグループ活動での役割遂行等)の有無、学習内容が十分に把握されているのかといった体育授業に対する適応感に注目した。体育授業における適応感とは、意欲や態度、達成に向けた動機づけなどの諸機能が統合され一つの心理的能力として運動やスポーツの実践に活かされ、学習の目的や目標、また個々人の目指す目標に沿っていきいきと活動できている状態であると言われている(佐々木, 2003)。佐々木(2003)は、生徒が体育授業に対してどの程度適応しているのかを把握するため中学生を対象に体育授業に対する適応感の測定尺度を作成している。この尺度は、友達(仲間)との対人関係の適応状態を示す「連帯志向」因子と教師や学習内容に対する理

解度で適応状態を示す「体育適応」因子の2因子で構成されている。

須崎・杉山(2015)は、この尺度が大学生の体育授業に対する適応感を測定することに援用可能かを確認したうえで、学校適応感にどのような影響を与えるのか検討している。その結果、大学生を対象に体育適応感の尺度を用いることは可能であり、また体育適応感の連帯志向および体育適応が学校適応感の劣等感の無さに有意な正の影響を示すことを明らかにしている。これは体育授業における人間関係や体育授業に対する学習内容の理解度が学校生活の劣等感を軽減できることを示唆している。以上のことから、体育適応感の認知が運動スキルに対するコンプレックスの認知に対する抑制効果として働く可能性があるのではないかと考えられる。しかし、大学生を対象に体育における適応感と運動スキルに対するコンプレックスの認知との関係について検討された研究は見られない。

そこで本研究では、大学生を対象にC-運動スキルに着目し、体育適応感とC-運動スキルの認知との関係について検討することを目的とする。

2. 方法

1) 調査対象及び手続き

調査は大学1年生127名(男子学生91名、女子学生36名)を対象に行った。回答に不備が見られた5名(男子学生1名、女子学生4名)が分析から除外された。したがって、分析対象は大学1年生122名(男子学生90名、女子学生32名)であり、有効回答率は96.0%であった。調査時期は2023年の8月～9月にかけて実施した。

2) 調査内容

(1) 体育授業の体育適応を評価する項目群

体育授業に対する体育適応を評価する項目については、佐々木(2003)の体育の授業に対する適応の状態を表す項目をもとにして14項目を用いた。それぞれ5段階による評定であり(「1:よくあてはまる, 2:ややあてはまる, 3:どちらでもない, 4:あまりあてはまらない, 5:ほとんどあてはまらない」)で回答を求めた。項目の評定値が高いほど体育適応の傾向が低いことが示している。ここでは「体育の授業に対して適応している状態を説明する因子」を体育適応、「仲間に対する連帯志向性を説明する因子」を連帯志向とする。

(2) 体育授業に対する運動スキル焦点コンプレックス尺度を評価する項目群

体育授業に関する劣等コンプレックスを評価する項目群は佐々木・須甲(2016)の体育授業に対する劣等コンプレックスを把握するための項目を参考に11項目を用いた。項目例として「できないことが出来るようになった経験が少ないのでやる気が出ない」「運動に自信がないので目立たないようにしている」等の劣等コンプレックスを認知する項目で構成されている。各項

目の評定は（「1：よくあてはまる，2：ややあてはまる，3：どちらでもない，4：あまりあてはまらない，5：ほとんどあてはまらない」）の5段階で行い，評定値が低いほど劣等コンプレックスにおける認知があることを示している．本研究ではC-運動スキルに着目したため，それに該当する項目のみを用いて調査を行った．

3) 論理的配慮

調査開始前に本調査がテストではないこと，成績とは関係がないこと，個人の情報は一切公表しないこと，得られたデータは研究以外の目的では使用しないこと，このアンケートへの回答・提出をもって調査に同意が得られたものとするということが口頭及びアンケート書面にて説明された．

4) 統計分析

分析に先立ち，各尺度の基本統計量（平均値，標準偏差，相関係数）を男女ごとに算出した．男女間の各尺度の得点比較にはt検定を実施した．また，体育適応感を独立変数に，C-運動スキルを従属変数とした重回帰分析を男女別に実施した．これらすべての統計的有意水準は5%とした．

3. 結果

1) 各尺度の基本統計量と得点比較

表1は各尺度の基本統計量と相関関係を示したものである．男子と女子の群間でt検定を行った結果，体育授業における体育適応感の体育適応得点は，男子学生が26.57点，女子学生が28.62点であり有意な差がみら

れた ($t = -2.08, p < .05$)．連帯志向得点は男子学生が28.98点，女子学生が28.91点であり有意な差はみられなかった ($t = 0.10, n.s.$)．次に体育授業におけるC-運動スキルの得点比較は，男子学生が12.25点，女子学生が15.53点であり有意な差がみられた ($t = -3.11, p < .05$)．各下位尺度の相関関係を見ると，男子学生のC-運動スキル，連帯志向，体育適応に有意な相関はみられなかった(順に $r = -.08, r = -.05$)．女子学生のC-運動スキル，連帯志向，体育適応について，連帯志向と体育適応はC-運動スキルに対してそれぞれ有意な負の相関がみられた(順に $r = -.35, r = -.39$ ，各 $p < .05$)．

3) 体育授業における体育適応感がC-運動スキルに及ぼす影響について

図1は体育適応感がC-運動スキルに及ぼす影響について示した結果である．男子学生モデルでは，連帯志向 ($\beta = -.07, n.s.$) 及び体育適応 ($\beta = .04, n.s.$) はC-運動スキルに対しては影響を及ぼさないということが示された．なお，変数間の説明力を表す決定係数 R^2 の値は， $R^2 = .01$ を示した．

次に女子学生のモデルでは連帯志向 ($\beta = -.34, p < .05$) 及び体育適応 ($\beta = -.38, p < .05$) がC-運動スキルに対して有意な負の関係を示した．なお R^2 の値は， $R^2 = .27$ を示した．

以上のことから，男子学生モデルの結果，体育適応感がC-運動スキルに影響を及ぼすことはないが，女子学生モデルの結果から体育適応感の得点が低ければC-運動スキルを認知しやすくなるということが確認された．

表1 各尺度の基本統計量と相関関係

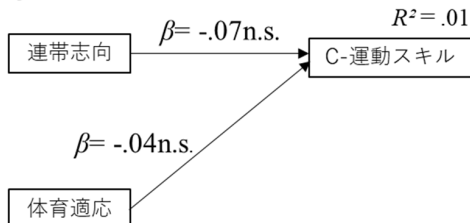
	男子(n=90)		女子(n=32)		t値	体育適応	連帯志向	C-運動スキル
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差				
体育適応	26.57	5.49	28.62	1.64	-2.08*	—	-.08	-.05
連帯志向	28.98	3.50	28.91	3.20	.10n.s.	-.35*	—	.18
C-運動スキル	12.25	4.95	15.53	5.60	-3.11*	-.39*	-.02	—

※右上段が男子の得点、左下段が女子の得点

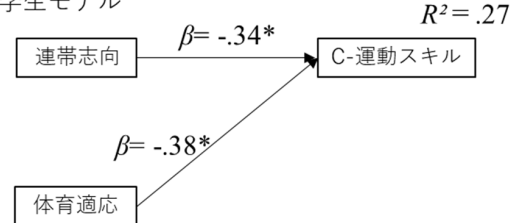
* $p < .05$

n.s.(non significant)

男子学生モデル



女子学生モデル



* $p < .05$

n.s.(non significant)

図1 体育授業における体育適応感がC-運動スキルに及ぼす影響について

4. 考察

本研究では、体育適応感の認知が運動スキルに対するコンプレックスの認知への抑制効果として働く可能性があることから、大学生を対象にC-運動スキルに着目し、体育適応感とC-運動スキルの認知との関係について検討することを目的とした。主な結果として、男女間での体育授業における体育適応得点及びC-運動スキルの得点は、女子学生の方が高いということが示された。また、男子学生のC-運動スキル、連帯志向、体育適応にそれぞれ有意な相関はみられなかった。しかし、女子学生の結果からは、連帯志向と体育適応はC-運動スキルに対して有意な負の相関関係があることが確認された。さらに、男子モデルから体育適応感がC-運動スキルに影響を及ぼすことはないが、女子モデルの結果から、体育適応感の得点が低ければC-運動スキルを認知しやすいということが確認された。

これらの結果をもとに、1) 体育適応感がC-運動スキルに及ぼす影響(男子学生の特徴)、2) 体育適応感がC-運動スキルに及ぼす影響(女子学生の特徴)の2点から考察を行うこととした。

1) 体育適応感がC-運動スキルに及ぼす影響(男子学生の特徴)

男子学生の分析の結果、体育適応および連帯志向のC-運動スキルに対する有意な関係は認められなかった。これは体育適応や連帯志向の得点が向上もしくは低下してもC-運動スキルの得点への影響性はないということが考えられる。つまり、男子学生の体育授業の適応度とC-運動スキルは独立した関係にあり、仮に体育適応感が高まったとしてもC-運動スキルの抑制には効果がないことが考えられる。大学生において体育実技における適応感を高めることは良好な学校生活を送る上で重要であることは先行研究でも示されている(須崎・杉山, 2015)。しかし、運動技能に対するコンプレックスを抑制する効果は認められなかった。その背景として、山本ほか(2022)は男子中学生を対象に運動有能感と消極・回避的行動との関係を検討しており、そこでは運動有能感の向上が消極・回避的行動を抑制することを明らかにしている。この研究からみて、男子学生にとって運動スキルの低さを理由とした回避行動の抑制には、やはり運動有能感の向上が必要条件になることが推察される。したがって、男子学生の運動に対するスキルの低さを理由とした回避行動を運動有能感の身体的有能さの認知を向上させることで抑制できるのか再度検討を進めていく必要があるのではないかと考えられる。

2) 体育適応感がC-運動スキルに及ぼす影響(女子学生の特徴)

女子学生の分析の結果、体育適応及び連帯志向はC-運動スキルに有意な負の関係があることが示された。これは、女子学生に関して体育適応及び連帯志向の得点が高ければ、C-運動スキルの得点が低下することを示唆

している。つまり、体育への適応感を強く認知することができれば、運動技能の低さを理由に回避行動をとる傾向を抑制できるのではないかと考えられる。例えば、体育学習の内容や上手くできる方法などが十分に認知されている場合、学習行動はより促進されることが確認されている(西田, 2004)。また運動中の女子は仲間や仲間との協力といった人間関係を重視することや仲間が運動する姿を見て応援したり、観戦することを好むという傾向がある(青木ほか, 2009)。さらに走るが遅くても、励まし合ったり教え合ったりする友達がいることで頑張ることができ、その過程で仲間との連帯感が深まることが報告されている(佐々木, 2003)。これらのことを鑑みると、体育の学習内容を十分に理解することができ、さらに一緒に学習を進めていく仲間の存在が、女子学生の運動ができないかもしれないという不安を低下させるのではないかと考えられる。それによって、たとえ自己の運動スキルが低くても、それを理由に回避行動を取らなくても済むようになり、運動やスポーツを積極的に実践していくことができるのではないかと示唆される。

5. まとめ

本研究の主な結果として、男子学生では、体育適応及び連帯志向はC-運動スキルに有意な関連は認められなかった。つまり、男子学生は体育適応感とC-運動スキルは独立した関係にあり、影響関係はないことが示された。女子学生モデルでは体育適応及び連帯志向は、C-運動スキルに対して有意な負の影響を与えることが明らかとなった。

以上のことから男子学生の場合、体育適応感の得点の高まりがC-運動スキルの認知への抑制効果が得られないことが示唆された。男子学生のC-運動スキルを抑制するためには、実際に運動ができるようになることで得られる自信の程度を高める必要があるのではないかと考えられる。今後の課題として男子学生の運動に対するスキルの低さを理由とした回避行動が、運動有能感の身体的有能さの認知の向上によって抑制できるのかをさらに検討していくが必要になるだろう。一方、女子学生のC-運動スキルを軽減させるためには、体育授業における仲間やグループでの活動、他者と励まし合ったり教え合ったりできる、体育授業は自己の生活に役立つと理解できるなど、体育適応感の高まりが大切になることが明らかとなった。

付記

本稿は、第一著者の2023年度卒業論文のデータを再分析し、書き直したものである。

参考文献

青木宏樹・出村慎一・北林保・藤谷かおる・岩田英樹・内山広信・宗倉啓・山下秋二(2009) 生徒が判断する体育授業の構成要因の検討。日本教科教育学会誌、

32 (2), 11-20.

- 福富恵介・春日晃章・篠田知之 (2011) 大学生の運動・スポーツおよび保健体育の授業に対する好き嫌いに影響を及ぼす時期. 教育医学, 57 (2), 205-212.
- 伊藤精男・波多野義郎 (1982) 「体育授業ざらい」の生起に関する因果推論の試み. 体育学研究, 27 (3), 239-246.
- 森田啓 (2000) 大学体育の意義・役割に関する一考察. 大学体育研究, 22, 1-8.
- 西田保 (2004) 期待感情モデルによる体育における学習意欲の喚起に関する研究. 杏林書院.
- 岡沢祥訓・北真佐美・諏訪裕一郎 (1996) 運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究. スポーツ教育学研究, 16 (2), 145-155.
- 佐々木万丈 (2019) 基礎から学ぶスポーツの心理学. 勁草書房.
- 佐々木万丈・須甲理生 (2016) 体育授業に対する劣等コンプレックスの因果的概念と児童生徒の主眼的要因との関連. 体育学研究, 61 : 633-680.
- 佐々木万丈 (2003) 体育の授業に対する適応：中学生の場合. 体育学研究, 48 : 153-167.
- 須崎康臣・杉山佳生 (2015) 大学生の体育適応感が学校適応感に及ぼす影響：自己調整学習の視点から. 体育学研究, 60 : 467-478.
- 當山貴弘・中須賀巧・杉山佳生 (2022) 体育授業における運動有能感と回避的態度との因果関係の推定. 体育学研究, 67 : 897-914.
- 山本篤司・中須賀巧・筒井茂喜 (2022) 熟達雰囲気のある体育授業が運動有能感及び消極・回避的行動に及ぼす影響：中学1年生男子を対象として. スポーツ教育学研究, 142 (2), 33-51.