

長距離走における目標志向性と自己効力感の影響

三角 昭太 (生涯スポーツ学科 学校スポーツコース)

指導教員 南島 永衣子

キーワード：課題志向性 自我志向性 自己効力感 長距離走

1. 緒言

藤田 (2010) は、シャトルランテストにおけるパフォーマンスを行動指標として、目標志向性と自己効力感の影響を検討した。その結果、シャトルランのパフォーマンスについては、目標志向性の種類に関係なく、自己効力感が高い程、パフォーマンスが高い事が明らかとなった。しかしながら、この研究では対象学生によって目標の捉え方が異なり、既に、目標志向性の種類が決定していた。

そこで本研究では、学校体育における長距離走(以下、2000m 走)を対象に、生徒の目標志向性が自己効力感における影響について検討する事を目的とした。

2. 研究方法

茨木市立 A 中学校 1 年女子 57 名 (課題志向性群 24 名、自我志向性群 33 名) の 2000m 走 5 時間単元を対象とした。

調査内容については、藤田の研究で使用された自己効力感を測定する尺度を使用した。加えて、2000m 走を実施する中で努力しようとする (以下、努力意図) か、あるいは、諦めようとする (以下、諦め意図) か測定する為、質問紙による調査を実施した。データ処理については、SPSS13.0 J for Windows を使用し 2 要因の分散分析を行った。

3. 結果

1) 2000m 走のパフォーマンス比較

目標志向性に有意な主効果がみられ ($F(1, 53)=5.506, P<0.05$)、自我志向性群は課

題志向性群よりも 2000m 走のパフォーマンスが高い事が示された。

2) 努力意図の比較及び諦め意図の比較

自己効力感に有意な主効果がみられ ($F(1, 53)=17.543, p<0.001$)、自己効力高群は自己効力低群よりも努力意図が高い事が示された。又、目標志向性には有意な主効果がみられず ($F(1, 53)=0.042, n.s.$)、有意な交互作用もみられなかった ($F(1, 53)=0.942, n.s.$)。

自己効力感に有意な主効果がみられ ($F(1, 53)=4.867, p<0.01$)、自己効力低群は自己効力高群よりも諦め意図が高い事が示された。また目標志向性の種類による有意な主効果はみられず ($F(1, 53)=2.385, n.s.$)、有意な交互作用もみられなかった ($F(1, 53)=0.942, n.s.$)。

4. まとめ

本研究の結果から、自我志向性によって高いパフォーマンスが発揮される事。目標志向性の種類は努力意図や諦め意図に関係しない事が示され、藤田や Nicholls(1989)の見解とは異なる結果となった。もともと本研究では、自我志向群の授業において、教師は同じ程度の運動能力を持った生徒同士で競わせた事がこのような結果に繋がったと推察される。

つまり、学校現場において競争させる事が必ずしも生徒の意欲を削ぐ事にはつながらないと示唆され、また、競争相手の設定を配慮する事によって、逆に、生徒の力を引き出す有効な手段となる事が示唆された。