

ジュニア競泳選手の競技活動に対するモチベーションの要因

池亀 規介 (競技スポーツ学科 コーチングコース)
指導教員 白木 孝尚

キーワード：ジュニア競泳選手，発達段階，モチベーション

1. 緒言

モチベーションとは，目標に向けて特定の行動を選択し，そしてその努力を持続させる一連の心理的エネルギーを意味する．スポーツの場面において，安定した結果を得るためには能力の向上と成果を目指すモチベーションをどのようにコントロールし強化していくかが重要である¹⁾．

発達段階には，身体の発達だけでなく，精神面の発達もみられる．児童期では，学校生活で多くの仲間との相互交渉により，自分の能力や特徴を他児と比較したり，他者から評価されたりする機会が増え，自己概念が修正されていく．青年期では，学習内容を自分なりに組み立てる，自分の能力の個性を知る，自分にとって学習しやすい方法を見つけ出す，といった目標を持つことによって，知的発達の契機としていくことができる²⁾．

競技スポーツで勝つためには，自分のパフォーマンスを向上させるために，指導者のサポートだけでなく，自ら考えて活動に取り組むことが望ましい．併せて，勝つために競技力向上に対してのモチベーションを自ら高めることが，活動そのものの充実感につながると考えられる．

そこで本研究では，水泳を競技としているジュニア競泳選手を対象に，競技力向上のためのモチベーションの要因を明らかにすることで，ジュニア競泳選手のコーチングに有益な情報を提供することを目的とした．

2. 研究方法

水泳を競技としているジュニア競泳選手(小学5年生から高校3年生)を対象に，アンケート調査を実施した．アンケートは，スイミングクラブ5店舗に配布し，119部回収した．調査項目は，指導者，目標，内発的動

機付け，外発的動機付け，欲求の5項目のモチベーションの要因について各6問ずつ設定した(5段階評価)

3. 結果・考察

年代別に因子分析したところ，ジュニア競泳選手のモチベーションの要因の第一因子としては，目標に対する項目が多く挙げられた．ジュニア競泳選手は，自ら目標を立て，目標に向かって努力し，目標が達成されると次の新しい目標に挑戦していくことがモチベーションの要因になっていると示唆された．

小学5・6年生と中学1・2年生は，指導者，目標，内発的動機付け，外発的動機付け，欲求がモチベーションの第一因子に抽出された．このことから，小学5・6年生と中学1・2年生は，様々な項目がモチベーションの要因になっていることが考えられた．また，中学1・2年生年代は，欲求の項目が多く挙げられたことから，水泳を続けたいという気持ちが生まれ，競争や勝負にこだわりが出てくると考えられた．

中学3年生・高校1年生と高校2・3年生は，指導者，目標，内発的動機付けがモチベーションの第一因子に抽出された．中学3年生・高校1年生年代は，モチベーションの要因が環境や活動に関わる人からの影響から，自ら練習の取り組み方を考えるようになるといった内的なものへ変化していくと考えられた．

引用参考文献

- 1) 塩浦 暉(2012)．公認モチベーション・マネジャー資格〈Basic text〉，一般社団法人モチベーション・マネジメント協会，株式会社新曜社．
- 2) 柏崎 秀子(2010)．教職ベーシック 発達・学習の心理学，株式会社北樹出版．