

# キャンプ体験がサッカージュニアユース選手の自律心に及ぼす影響

石原 知明 (生涯スポーツ 野外スポーツコース)  
指導教員 黒澤 毅

キーワード：キャンプ，サッカー，自律心

## 1. 諸言

近年、サッカージュニアユース世代の問題として、独自の個性や特徴を持った選手が少なくなっていることが挙げられている。日本サッカー協会<sup>4)</sup>は、「育成年代であるサッカージュニアユース選手の年代において、チーム強化でなく、まず「個」を高めることを目標としている。」と述べている。一方、宮本ら<sup>3)</sup>は「キャンプにおける集団行動は、普段の生活より人間関係の技能に関して気づきが多く含まれ、自律性の高まりや人間形成の多大な影響を与える。」と述べている。

こうした背景からも野外教育、とりわけ冒険教育が目指す教育的効果と、育成サッカージュニアユース選手の目標には共通性が見られる。そこで本研究は、キャンプ体験がサッカージュニアユース選手の自律心に及ぼす影響について明らかにすることを目的とする。

## 2. 研究方法

【調査対象】Bサッカークラブチームに所属する中学生のうち、2016年8月7日～10日に行ったキャンプに参加した52名を対象とする。

【自律心の定義】これまでの研究で自律心に関する類似した概念は存在するものの、直接的に自律心を定義した研究、または自律心を測定するための尺度が見当たらなかった。そのため本研究では、自分を律し自分を主張・抑制し、自らの行動を物事の基準にあてはめ判断、処理する力が自律であることから、自己を主張、抑制することを通して、自律したいと思う、またはそう願う心のありようを自律心と定義づけた。

### 【調査方法】

①自律心アンケート：井上ら<sup>2)</sup>が作成した自主性尺度、原田ら<sup>1)</sup>が作成した社会的自己制御尺度を筆者が独自に修正し、計25項目の質問用紙を用いた。なお、質問項目は5件法で尋ねる形式をとった。

②ふりかえりシート：キャンプ中の体験から、自律心に与えた要因をみるため野外教育を専門とする大学教員と相談の上、ふりかえりシートを作成して用いた。調査時期は、自律心アンケートをキャンプ前後、ふりかえりシートをキャンプ中毎晩行った。

## 3. 結果及び考察

キャンプにおける自律心(pre-post)の変化を検討するため、対応のあるt検定を行った。その結果、自律心はpreからpostにかけて有意に向上した。表1に自律心の平均と標準偏差を示した。

被験者 (N=52)		被験者 (N=52)		t 値
pre M(SD)	post M(SD)	pre M(SD)	post M(SD)	
自律心	80.23 (6.26)	84.5 (5.52)	-4.61	***
自主性	29.2 (2.61)	31.2 (3.16)	0.22	***
自己抑制	54.3 (4.87)	58.7 (5.62)	(5.41)	***

\*\*\*p<.001

また、学年間の自律心(pre-post)の変化を検討するため、群(学年)、時期(pre-post)を要因とする二要因分散分析を行った。その結果、学年間に差は見られなかった。

キャンプでは、すべての活動を班で行う中で、自分の意見を言うだけでなく、相手の意見も聞き入れるという主張、抑制を繰り返して行った。ふりかえりシートからも、登山場面では「普段はあまり意見を出さないけど、3年生に自分の意見をしっかりと言えた」、「1年生や2年生が意見をいっぱい出してくれたから、自分の意見も出しやすかった。色々発言できた」など自律心の自主性ととれる内容の記述が見られた。ASE活動場面では「自分の意見と班のメンバーの意見を混ぜて一番いいやり方を考えてクリアするのが楽しくて、活動に根気強く取り組めた」など自律心の自己抑制ととれる内容の記述が見られた。キャンプ中、様々な体験をすることで自主性、自己抑制を繰り返し行っていったことから学年間に差がなく自律心の向上に繋がったと考察する。

## 4. まとめ

キャンプを経験したサッカージュニアユース選手の自律心は学年間に差がなく有意に向上した。また、自律心を構成する自主性、自己抑制についても学年間に差がなく有意に向上した。冒険的なキャンププログラムとしての「登山」、「ASE」、「グループビバーク」などを仲間と共に達成していくことで「自主性」、「自己抑制」の向上がみられた。

引用・参考文献  
1) 原田知佳・吉澤寛之・吉田俊和(2008):社会的自己制御(Social Self-Regulation)尺度の作成-妥当性の検討および行動制御/行動接近システム・実行注意制御との関連-パーソナリティ研究 第17巻 第1号 pp. 82-94  
2) 井上史子・沖裕貴・林徳治(2005):中学生における自主性尺度項目の開発 教育情報研究 第21巻 第3号 pp. 13-20  
3) 宮本正一・今井由紀(1994):集団宿泊体験を通じての自己効力感の変容, 岐阜大学教育学・心理学研究紀要12: pp. 72-83  
4) 日本サッカー協会(2005):キャンプ・ミッション (http://www.jfa.or.jp/jfa/mission/)