

大学雪上実習に対する動機づけ

— 自己決定理論を中心に —

可児 幸也 (生涯スポーツ学科 野外スポーツコース)

指導教員 林 綾子

キーワード：雪上実習，動機づけ，自己決定理論，スキー体感

1. 緒言

教育や学習，スポーツの場面において，やる気や意欲をいかにして高めるかは重要な問題であり，近年の研究では自己決定理論が注目されている．自己決定理論とは，内発的動機づけに関する理論を発展させたものであり，行動に対して自律的であることで高い動機づけがもたらされるとする理論である．しかし，自己決定理論はスポーツの場面においてはあまり研究が進んでおらず，筆者はスキーというスポーツの中での動機づけに着目した．本研究は，自己決定理論の枠組みを中心に，大学雪上実習の動機づけの変容を明らかにするとともに，動機づけの変容に影響を与える要因を探ることを目的とした．

2. 研究方法

2016年2月15日から20日に新潟県のスキー場で行われた，B大学雪上実習に参加した学生350名のうち，有効回答が得られた311名を調査対象とした．調査用紙は，岡田ら(2006)が作成した大学生用学習動機づけに修正を加えた「雪上実習に対する動機づけ尺度」4因子25項目，自由記述1項目を開講式と閉講式に使用した．また藤原(2013)が作成したスキー体感尺度8因子30項目，自由記述2項目を用い，毎日講習後に使用した．

3. 結果と考察

1) 雪上実習に対する動機づけの因子分析

探索的因子分析の結果，「内発」「有能感」「同一化」「外発」が抽出された．

2) 動機づけの変容とその要因 (全体)

雪上実習に対する動機づけ得点は，全体で全ての因子において有意に向上した．

表1：学生全体での雪上実習に対する動機づけ尺度得点の因子別の平均値，標準偏差，*t*検定の結果

	Pre	Post	<i>t</i> 値	
	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>M</i> (<i>SD</i>)		
内発	14.05(3.54)	14.68(2.25)	-3.13	**
有能感	22.79(4.54)	25.05(3.43)	-9.12	***
同一化	27.57(5.83)	31.14(4.75)	-10.8	***
外発	10.17(3.00)	12.73(2.45)	-12.97	***

n=311

p*<.01, *p*<.001

より自律性の高い内発や有能感だけでなく，外発も有意に向上していた．その要因を探るためスキー体感の要因別に回帰分析を行ったところ，スキー学習の充実要因は同一化や有能感，内発に正の影響を及ぼしていることが明らか

となり，スキー学習のストレス要因は外発に正の影響を及ぼしていることが明らかとなった．しかし，回帰分析結果の寄与率はどれも低い結果となったため，動機づけに影響を与える他の要因を検討していく必要がある．

3) 男女別の比較

男子は全体での結果同様に全て動機づけが向上したが，女子は内発が有意に向上しなかった．またスキー体感の変容にも男女の違いがみられた．男子は技術習得への意識が高く，挑戦や向上，魅力が回帰分析においても有意な要因であったことは指導でも反映できると思われる．女子は多くのストレスを感じていたようであり，男女が同じ班で講習を行っていることでの女子の負荷への配慮や，班の雰囲気など学習環境への配慮が必要であると思われる．

4) レベル別の比較

初級・初心者は全体と同様全て動機づけが向上したが，中級者は内発が向上せず，上級者は有能感と内発が有意に向上しなかった．またスキー体感の変容にもレベルの違いがみられた．初級・初心者には，より指導内容を工夫したり，班や指導者との関わりを考える必要がある．中級者は上達に個人差が広がる時期であり，指導やコース選びなどの対応が必要である．上級者は，元々のスキルレベルやスキーへの興味が高いため，個々に対して更なる上達へと導く講習が必要であると考えられる．

4. まとめ

自己決定理論の考え方は，内発的—外発的動機づけを一次元上の両極として捉え，連続性を持つものと言われているが，今回の結果からは，多様な動機づけが同時に影響しあっていることがわかり，今後更なる検討が必要である．本研究では，男女別，レベル別により異なる結果が得られたため，それぞれの特性を理解し，充実した実習になるような指導が必要となる．特に，個々の技術向上からよりスキーの魅力を感じられるような指導が，自律的な取り組みに繋がると考えられる．

引用文献

岡沢祥訓・北真佐美・諏訪祐一郎 (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．

藤原裕幸 (2009) 大学生スキー初心者のスキー学習過程についての研究—スキー体感と学習志向性に着目して—．びわこ成蹊スポーツ大学卒業論文．