

## 大学スノースポーツ集中実技におけるフロー経験と授業評価

○千足耕一(十文字学園女子短期大学) 川田儀博(国士館大学体育学部)

### 【はじめに】

近年、スノースポーツは多様化しており、国士館大学体育学部専門野外教育雪上実習でも従来からのアルペンスキーに加え、ビッグフットやスノーボードを選択実技としてとり入れるなどの変化をしてきている。全日本スキー連盟におけるスキーの指導体系も学習者がスキーの特性に触れる楽しさ・喜びを味わう点が強調されてきている。このスキーの「楽しさ」については充分検討する必要性や価値があろう。川端<sup>5)</sup>はスノースポーツの楽しさについて Csikszentmihalyi が提唱し、Kimiecik が再定義した「フロー」を用いて説明を試みている。この「フロー」という概念を用いてスノースポーツを分析し、データを蓄積していくことも意味あることと思われる。

一方、授業における学生による授業の評価が多方面で行われるようになってきている。参加者からのアンケートによるフィードバックは授業のクオリティを上げるためのヒントが多く含まれていると考えられている<sup>4)</sup>。野外教育を題材とした授業評価に関する研究も、その成果が積み重ねられてきているが、さらなるデータを収集していく必要性もある<sup>6)</sup>。また、授業の評価がどのような要因と深く関わっているのかということについても調査することが求められることから<sup>2)</sup>、今回は「授業で感じた楽しさ」がどのように授業の評価と関わっているのかについても考察を進めることを目的とする。

### 【研究の方法】

平成12年1月に北海道七飯町仁山高原スキー場において行われた国士館大学体育学部専門野外教育Ⅳ「雪上実習」を履修した学生103名を対象としてアンケート用紙を用いた調査を行った。実習2日目、4日目の夜のミーティングにおいてフロー経験に関する調査を行った。フロー経験についての調査内容は Jackson ら(1996)が作成し、川端ら(1999)が日本語に翻訳した Flow State Scales(以下 FSS と省略)を用いた。授業を振り返り、運動をしていて最も楽しかったときのことを想起して記入してもらう形式をとった。FSS は36項目について5段階で回答する方式をとり、5段階には「全くあてはまらない(1点)」～「とてもあてはまる(5点)」を与えた。FSS の9因子については Jackson ら(1996)<sup>3)</sup>の因子構造に準拠した。授業評価についての調査は閉講式直後に行った。それぞれの調査は集合調査法により配布・回収が行われた。また、調査用紙は全て受講者が記入する自記式の質問紙であった。

雪上実習は技能レベルによる班分けを1日目に行い、スノーボードなどの選択活動・無線を使用しての指導・ビデオ撮影とフィードバック・基礎スキー検定などのプログラムを含む4泊5日間で実習を行った。雪質・天候などゲレンデコンディションは概ね悪く、最終日のみが良好であった。

データの分析・統計処理にあたっては SPSS for Windows 10.0J を使用し、危険率5%未満の場合に有意差があると判断した。

### 【結果と考察】

#### 1. FSS 得点の経日変化について

FSS 得点について2日目と4日目と比較するために FSS 得点および各項目の平均値について t 検定を行ったところ36項目中11項目に有意差が認められた。また、因子別に見たところ9因子中6因子において差が認められ、いずれも4日目のほうが高い数値を示した。このことから4日目は2日目に比べて高いレベルでのフローが経験されていることが推察される。

#### 2. FSS 得点と技能レベルの関連について

FSS 得点と技能の関連について検討するために、2日目および4日目の FSS 得点を3群(上級・中級・初級)に大別された技能レベル別を要因とする一元配置の分散分析を行った。2日目においては9因子中4因子(F1:挑戦と技能のバランス, F2:行為と意識の融合, F4:明確なフィードバック, F6:行為や環境の支配)で分散に有意差がみられた。しかしながら、4日目の調査結果では FSS の各因子得点に技能による差がみられなかった。ひとつは初・中級者の技能が実習中に上がったことよって差が少なくなったことが影響していると考えられる。また、運動中の最も楽しかった時を想起して答えてもらう形式では、1回の「最も楽しい」経験について記述しているため、そのような経験がどのような頻度で経験されているのかについては調査されない。このようなことから技能レベルによる差が消失したとも考えられた。

### 3. 授業評価について

授業評価については、「楽しく授業をうけることができた」などの15項目に加え、授業の総合評価を「非常に良かった」から「非常に悪かった」までの5段階で記入を求めた合計16項目の調査用紙を用いた。その他、授業の改善点などについての自由記述を求めた。「この授業によって、自分の期待していたものが満足された(平均値 3.74)」と「授業の内容はいつも充実していた(平均値 3.91)」の2項目以外は4点台の比較的高い平均値が示された。上記2項目についての評価は、北海道で行われた実習にもかかわらず、大雨が降り半日を休講とした状況などが反映したものと考えた。

### 4. FSS 得点と授業評価の関連について

授業評価とFSS得点の関連を調べるために、授業評価について「非常に良かった」と回答したグループ(H群:48名)とそれ以外の回答をしたグループ(L群:50名)での比較を行った。9因子すべてにおいてH群がL群に比べて高い数値を示し、うち4因子(F2:行為と意識の融合, F5:注意集中, F7:自意識の喪失, F9:自己目的的经验)においては有意差が認められた。これら授業中に味わった楽しさが授業の総合評価に関連していると考えられる。

総合評価と4日目のFSS得点の相関係数を求めたところ、F5:注意集中( $r=.274$ ), F7:自意識の喪失( $r=.287$ ), F9:自己目的的经验( $r=.303$ )の3因子において相関が有意であり、相関の程度は弱い相関であった。これらのことからスキー授業中のフローでは特に自己目的的经验という要素が授業の評価と関連していることが推察された。

### 【文献】

- 1)千足耕一, 川田儀博, 川端雅人, 張本文昭(2000)大学スノーボード実習参加者のフロー経験に関する検討, 日本体育学会第51回大会号:418.
- 2)千足耕一・川田儀博・永嶋秀敏(1999)スクーバ・ダイビング実習(専門野外教育I)における学生による授業評価, 国士舘大学体育研究所報第18巻:103-111.
- 3)Jackson.S.A., Marsh.H.W.(1996) Development and Validation of a Scale to Measure Optimal Experience: The Flow State Scale, Journal of Sport and Exercise Psychology, 18, 17-35.
- 4)川嶋直(1999)プログラムの評価手法, 野外教育指導者読本:98-99, 野外教育指導研究会, 東京.
- 5)川端雅人(2000)スノースポーツの楽しさとは?—フロー生起に関わる要因の検討—, 日本スキー学会誌第10巻第1号:197-208.
- 6)多田聡(1998)冬季野外活動における授業評価と指導者の社会的勢力, 野外教育研究第2巻第1号:21-29.