研究論文

スポーツチャンバラを教材とした大学体育授業における受講者の共感性および社会的スキルの変化

川井　良介*[1)]，菅野　慎太郎[2)]，山﨑　紀春[1)]

[1)]日本大学文理学部，[2)]日本大学松戸歯学部

Changes in empathy and social skills of university physical education students using Sports Chanbara as a teaching material

Ryosuke KAWAI[1)], Shintaro KANNO[2)], Kiharu YAMAZAKI[1)]

[1)] Nihon University, College of Humanities and Sciences, [2)] Nihon University, School of Dentistry at Matsudo

This study aimed to examine if general physical education instructions applying Sports Chanbara (Spochan) teaching materials changes the social skills and empathy of participants.

Fifty-eight students attending health classes at Nihon University, College of Humanities and Sciences, and enrolled in the Health who have also Sports Education subject Spochan were recruited for this study. The Multi-dimensional Empathy Scale (MES) and Kikuchi's Scale of Social Skills: 18 items (KiSS-18) were administered after the 1st, 7th, and 15th class meetings. The data of 34 students who returned complete responses some scales (24 male, 10 female; average age: 18.8 ± 1.2) were analyzed using one-way Analysis of Variance (ANOVA).

The results of the MES suggested that the abilities to understand one's partner's point of view and display other-oriented responses improved significantly after the Spochan instructions. In addition, according to the KiSS-18, all factors (basic and more advanced skills, emotional processing, conflict avoidance, stress management, and planning) were enhanced compared to before the Spochan instructions. This suggests that the Spochan instructions may be improving empathy and better social skills.

キーワード：健康・スポーツ教育科目，健康・スポーツ教育実習，スポチャン，対人競技

Keywords:
Health/sports education subject, Health/sports education practice, Spochan, Interpersonal competition

緒　言

大学の一般教養における体育授業（以下，一般体育）は，「豊かな人間性を備えた学生を育成するための教育」（全国大学体育連合ら，2009）として，それぞれの大学の特色を踏まえたカリキュラムの中に編成されている。近年の研究により，スポーツ活動や身体活動を含む一般体育が，受講者のコミュニケーションスキル（杉山，2008）およびリーダーシップやフォロワーシップ（清水ら，2010）などの社会的スキルの醸成に有効であることが示唆されている。ここで言う社会的スキルとは，Goldstein et al.（1986）によって，①初歩的なスキル，②高度なスキル，③感情処理のスキル，④攻撃に代わるスキル，⑤ストレスを処理するスキル，

*E-mail: kawai.ryousuke@nihon-u.ac.jp

投稿：2022年4月5日　　受理：2022年10月20日

⑥計画のスキルに大別されており，「対人関係を円滑にはこぶために役立つスキル（技能）」（菊池，1988）を指す。また，グループワークやコミュニケーションづくりを意識した授業を展開（野口ら，2013）したり，授業中の身体活動量を増加（橋本，2012）させることで，受講者の社会的スキルの向上に効果があることも明らかとなっている。

最近の我が国の一般体育の潮流について，Kajita et al.（2019）は，健康に関わる学習や技能の向上よりも心理・社会的な側面における成長を重視する傾向にあると指摘している。この背景には，心理・社会的不適応状態を呈する大学生の割合（平野，2005）や，社会的スキルが学習されていないことから，円滑な友人関係が築けず，対人関係上の問題を示す青年（松永・岩本，2008）が増加していることが挙げられる。このような状況を打開すべく，一般体育は小学校から高等学校の学習指導要領に記載されている体力の向上や健康の維持・増進などの保健体育科の目的に加え，対人場面で活用される社会的スキルを獲得させる，または向上させることをねらいに展開されている。このことは，我が国の一般体育に共通した教育目標と位置付けられ，それに寄与する体育授業を展開することは，教育の質を保証する観点において極めて重要である（奈良・木内，2021）。また，2018 年 11 月に中央教育審議会が公表した「2040 年に向けた高等教育のグランドデザイン（答申）」には，世界的規模の激しい社会的変化が予想される時代において，「AI には果たせない真に人が果たすべき役割を十分に考え，実行できる人材が必要となる」（中央教育審議会，2018）と記述されている。以上のことから，受講者が社会的スキルを獲得するためのきっかけを提供する場として，一般体育を大いに活用すべきであるということには言を俟たない。

筆者らが所属する日本大学文理学部の一般体育は，健康・スポーツ教育科目という名称で基礎教育科目の中に位置づけられている。具体的には，半期 1 単位の実習科目である健康・スポーツ教育実習（以下，健スポ実習）と半期 2 単位の講義科目である健康・スポーツ教育論の 2 科目が設置されている。前者の健スポ実習に着目すると，「スポーツや身体運動の実践を通して，体力・運動技能の向上を目指すだけでなく，身体感覚や身体知を獲得するとともに，自己表現やコミュニケーション能力を養うこと」（日本大学文理学部，2021）が目的として掲げられている。この健スポ実習は，前・後学期を通して 50 コマの授業が開講され，それらの授業で取り扱われる種目は「スポーツ競技を主体とした種目」と「健康増進を主体とした種目」に分類され，学生の多様なニーズに対応できるように配慮されている。また，調査実施時の文理学部においては，新型コロナウイルス感染症の拡大状況を踏まえ，受講者が対面形式または遠隔形式（Zoom を利用した同時双方向型，オンライン学習支援システムを通じたオンデマンド型など）のいずれかの形式を選択・決定し，受講していた。そして，2021 年度からは，スポーツ競技を主体とした種目の中にスポーツチャンバラ（以下，スポチャン）が導入された。スポチャンとは，1971 年に田邊哲人によって創始されたニュースポーツの 1 つである。日本国内においては，多くの大人が幼少期に遊戯として経験した「チャンバラごっこ」と「小太刀護身道」を基に，スポチャン面とエアーソフト剣（短刀，小太刀，長剣など），楯や籠手を用いるスポーツ競技である（田邊，2002）。筆者らが健スポ実習の新種目としてスポチャンを導入した背景には，教材としてのスポチャンが受講者の共感性を高めることができると考えたためである。

本研究で言う共感性とは，たとえ親しくない相手であっても具体的なスキルを適切に発揮するために必要（鈴木・木野，2015）な概念を指す。この共感性は，異質な集団における多様性を理解する姿勢や，自律的・相互作用的な学びにつながる能力の 1 つとして，重要な位置を占めている（井芹，2016）と考えられている。元嶋・坂入（2019）は，男女中学生（63 名）を対象に剣道授業が生徒の共感性に与える影響を検討している。その結果，剣道授業は生徒の共感性に肯定的な影響を与えることを明らかにしている。島ら（2020）は，一般体育において柔道実習もしくはテニス実習を受講した男女大学生（43 名）を対象に，運動種目に対するイメージや共感性，社会的スキルに関する質問紙調査を行なっている。その結果，柔道実習を受講した学生は，テニス実習を受講した学生と比較して，共感性（特に，視点取得）が高まったことを報告している。

これらは，川戸・長谷川（2019）の「柔道や剣道などの身体接触を伴う武道では，その身体活動を通じて技能を高めること情意を育むこと」という考えを支持する結果である。筆者らはこれらの知見を踏まえ，至近距離で相手と対峙し，相手を打ったり，相手に打たれたりするような競技場面を有するスポチャンの活動を通じて，受講者の共感性を高めることができると考え，スポチャンの導入に至った。別の観点として，一般体育に武道種目をそのまま導入することも検討したが，スポチャンと類似した身体活動である剣道に対しては，生徒から「痛い」,「臭い」,「怖い」などの否定的イメージ（糸岡ら，2011）が強い傾向にある。また，教員からは剣道具の着装に時間がかかる（柴田・根本，2015）などの声を多く耳にするため，今回は剣道ではなく，剣道と比較して打ち合いの楽しさを重視したスポーツであり，基本指導の時間短縮や早期に互角稽古が導入できる利点（木原ら，2004）があるスポチャンを採用した。さらに，スポチャンはリハビリテーションとしての効果が期待され（池田ら，1997），障害者でも工夫次第では十分な運動能力を発揮できるスポーツとして高く評価されている（白崎ら，2001）。そのため，学校体育の教材として有効活用できる可能性があるものの，先行研究を概観しても剣道の代替種目としての有用性を検討することに留まっており（木原ら，2009；岡澤ら，1999），スポチャンが受講者へ与える影響や受講者が獲得できる能力について検討を加えた研究は極めて少ない。

以上のことから，スポチャンを教材とした一般体育を受講することで，受講者の社会的スキルや共感性にどのような変化が生じるかを検討することを本研究の目的とした。また，本研究において教材としてのスポチャンの有用性や一般体育における教育活動によって受講者が得られる効果について検証することで，今後の一般体育の授業改善への示唆や大学における教育の質保証・向上の一助となるような知見を得たい。

方　法

1．調査対象者および調査時期

サンプルサイズについては，G Power Ver.3.1 を用いた事前の検定力分析を用いて推定した（水本・竹内，2011）。本研究はスポチャンを教材とした授業が受講者の共感性および社会的スキルがどのように変化するかを検討するため，水本･竹内（2011）を参考に，対応のある一元配置分散分析による，有意水準 0.05（α），検定力 0.8（$1-\beta$），効果量中程度（$f > 0.25$）を条件に設定した。その結果，計 28 名のサンプルサイズが必要であることが分かった。これを参考に，調査対象者（以下，対象者）は，2021 年度に日本大学文理学部で開講された健康・スポーツ教育実習（スポーツチャンバラ）（以下，本授業）を受講した学生 58 名のうち，質問紙の回答に不備がなく，対面形式で授業に参加した 34 名（男性：24 名，女性：10 名）とした。本研究ではスポチャンを教材として，打突や打ち合いを行なうことで受講者の共感性と社会的スキルがどのように変化するのかを検討することを目的としていたため，対面形式の受講者のみを対象とし，遠隔形式で授業に参加した学生は対象者から除外した。調査対象者には，本講義開始前に本研究の目的・内容に関する説明を口頭で行ない，同意が得られた者を対象に調査を行なった。なお，本研究は日本大学文理学部研究倫理審査委員会の承認を得て実施した（承認番号：02-51）。

調査時期は，2021 年 9 月～ 2022 年 1 月（2021 年度後学期）であった。本授業の授業内容（全 15 回）は **Table.1** に示した通りである。本研究では受講者の共感性や社会的スキルの変化を縦断的に調査・検討するため，全 15 回（90 分／回）で行なわれる授業の第 1 回目，第 7 回目，第 15 回目の 3 時点で調査を実施した。なお，調査結果については，第 1 回目で収集した回答を「1st」，第 7 回目で収集した回答を「2nd」，第 15 回目で収集した回答を「3rd」とした。

Table.1　健康・スポーツ教育実習（スポーツチャンバラ）の授業計画の概要

回数	授業計画
1	ガイダンス【遠隔授業】 **※1stアンケート実施** ・Zoomを用いた同時双方向型 ・授業の進め方や成績評価，スポーツチャンバラに関する説明
2	アイスブレイク・スポーツチャンバラを見てみよう【遠隔授業】 ・Zoomを用いた同時双方向型 ・BORに分かれて，数種のアクティビティを用いたアイスブレイクを実施
3	スポーツチャンバラの基本動作とストレッチング【対面授業】 ・ペアになって，ストレッチング ・スポーツチャンバラの基本動作の説明，打ち方と受け方の実践
4	スポーツチャンバラの試合：個人戦【対面授業】 ・ペアになって，スポーツチャンバラの打ち方と受け方を実践 ・個人戦（リーグ戦）を数回（1人5～6試合程度）実施
5	スポーツチャンバラの試合と戦術【遠隔授業】 ・Zoomを用いた同時双方向型 ・BORに分かれて，前回授業の試合の様子を撮影した動画を視聴しながら感想や改善点を共有
6	スポーツチャンバラの形を学ぶ【対面授業】 ・ペアになって，スポーツチャンバラの形の練習 ・4～5名程度のグループになって，形を披露し合いながら練習
7	体力テスト：下肢の筋力／形の練習【遠隔授業】 **※2ndアンケート実施** ・オンライン学習支援システムを通じたオンデマンド型 ・自宅でできる体力テストを実施後，オンデマンド資料を見ながら形の練習
8	体力テスト：持久力／形の練習【遠隔授業】 ・オンライン学習支援システムを通じたオンデマンド型 ・自宅でできる体力テストを実施後，オンデマンド資料を見ながら形の練習
9	体力テスト：筋持久力／形の練習【遠隔授業】 ・オンライン学習支援システムを通じたオンデマンド型 ・自宅でできる体力テストを実施後，オンデマンド資料を見ながら形の練習
10	体力テスト：柔軟性、平衡性・バランス能力／形の練習【遠隔授業】 ・オンライン学習支援システムを通じたオンデマンド型 ・自宅でできる体力テストを実施後，オンデマンド資料を見ながら形の練習
11	スポーツチャンバラの形を披露する【遠隔授業】 ・Zoomを用いた同時双方向型 ・4～5名程度のグループになって，形を披露し合いながら感想や改善点を共有
12	スポーツチャンバラの試合：団体戦【対面授業】 ・4～5名程度のグループになって，グループごとにウォーミングアップを実施 ・団体戦（リーグ戦）を数回（1人3～5試合程度）実施
13	スポーツチャンバラの試合：団体戦（乱戦と合戦）【対面授業】 ・4～5名程度のグループになって，グループごとにウォーミングアップを実施 ・団体戦（乱戦，合戦）を数回（1人3～5試合程度）実施
14	スポーツチャンバラの審判法【遠隔授業】 ・Zoomを用いた同時双方向型 ・様々なスポーツチャンバラの試合を見て，審判の判定を疑似体験
15	審判法のテストと授業の振り返り【遠隔授業】 **※3rdアンケート実施** ・オンライン学習支援システムを通じたオンデマンド型 ・Webテストの実施，授業全体やWebテストの内容の振り返り

※回数に下線が付いている授業回：授業内で身体的な接触があった授業回

※BOR：ブレイクアウトルーム（1ルーム4～5名程度で構成）

2．調査内容

本研究は，本授業を受講した学生の共感性や社会的スキルの変化について検討するため，2種類の質問紙を用いて比較・検討を行なった。

2－1．共感性

鈴木・木野（2008）が作成した多次元共感性尺度（Multi-dimensional Empathy Scale：以下，MES）を用いた（**Table.2**）。本尺度は，他者の感情や意見に影響されやすいことを示す「被影響性」，他者に焦点づけられた情緒反応を示す「他者指向的反応」，自己を架空の人物に投影させる認知傾向を示す「想像性」，相手の立場からその他者を理解しようとする傾向を示す「視点取得」，自己に焦点づけられた情緒反応を示す「自己指向的反応」の5因子24項目で構成されている。回答はいずれも「全く当てはまらない（1点）」，「たいてい当てはまらない（2点）」，「どちらともいえない（3点）」，「たいてい当てはまる（4点）」，「とても当てはまる（5点）」の5件法で求め，各因子を構成する項目の合計を下位尺度得点とした。

Table.2　本研究で用いた多次元共感性尺度（MES）の質問項目

因子	回答順	質問内容
＜第1因子：被影響性＞	1	物事を、まわりの人の影響を受けずに自分一人で決めるのが苦手だ。
	2	まわりの人がそうだといえば、自分もそうだと思えてくる。
	8	自分の感情はまわりの人の影響を受けやすい。
	16＊	自分の信念や意見は、友人の意見によって左右されることはない。
	22＊	他人の感情に流されてしまうことはない。
＜第2因子：他者指向的反応＞	3＊	悩んでいる友達がいても、その悩みを分かち合うことができない。
	7	まわりに困っている人がいると、その人の問題が早く解決するといいなあと思う。
	12	悲しんでいる人を見ると、なぐさめてあげたくなる。
	14＊	他人が失敗しても同情することはない。
	20	人が頑張っているのを見たり聞いたりすると、自分には関係なくても応援したくなる。
＜第3因子：想像性＞	5	空想することが好きだ。
	11	面白い物語や小説を読んだ際には、話の中の出来事がもしも自分に起きたらと想像する。
	18	感動的な映画を見た後は、その気分にいつまでも浸ってしまう。
	24	自分に起こることについて、繰り返し、夢見たり想像したりする。
	25＊	小説の中の出来事が、自分のことのように感じることはない。
＜第4因子：視点取得＞	4	常に人の立場に立って、相手を理解するようにしている。
	9	自分と違う考え方の人と話しているとき、その人がどうしてそのように考えているのかを分かろうとする。
	10＊	相手を批判するときは、相手の立場を考えることができない。
	17	人と対立しても、相手の立場に立つ努力をする。
	23	人の話を聞くときは、その人が何を言いたいのかを考えながら話を聞く。
＜第5因子：自己指向的反応＞	6	他人の成功を素直に喜べないことがある。
	13	他人の失敗する姿を見ると、自分はそうなりたくないと思う。
	15	痛みに苦しんでいる人を見ると、気持ちが悪くなる。
	19	苦しい立場に追い込まれた人を見ると、それが自分の身に起こったことでなくてよかったと心の中で思う。
	21	他人の成功を見聞きしているうちに、焦りを感じることが多い。

＊は逆転項目

２－２．社会的スキル

菊池（1988）が作成した社会的スキル測定尺度（Kikuchi's Scale of Social Skills: 18 items：以下，KiSS-18）を用いた（**Table.3**）。KiSS-18 は，対人関係を円滑に営むスキルとしての社会的スキルを総体的に測定する尺度として使われている。本尺度は，「初歩的なスキル」，「高度なスキル」，「感情処理のスキル」，「攻撃に代わるスキル」，「ストレスを処理するスキル」，「計画のスキル」の 6 因子 18 項目から構成されている。回答はいずれも「いつもそうでない（1 点）」，「たいていそうでない（2 点）」，「どちらともいえない（3 点）」，「たいていそうだ（4 点）」，「いつもそうだ（5 点）」の 5 件法で求め，各因子を構成する項目の合計を下位尺度得点とし，各下位尺度得点の合計を合計得点とした。

２－３．データ分析および統計処理

MES は各下位尺度得点の平均点と標準偏差を算出し，KiSS-18 は各下位尺度得点と合計得点の平均値と標準偏差を算出した。そして，質問紙を回答した時点（1st，2nd，3rd）の要因について対応のある一元配置分散分析を行なった。まず，Mauchly の球面性検定を用いて各項目の等分散性を分析した。等分散（$p > 0.05$）の場合に，一元配置分散分析を用いて主効果の検定を行ない，不等分散（$p \leqq 0.05$）の場合には，Greenhouse-Geisser の ε 補正による一元配置分散分析を用いて主効果の検定を行なった。一元配置分散分析の結果，有意差が認められた場合（$p \leqq 0.05$）は，Bonferroni 法による多重比較検定を用いて，各時点間での比較を行なった。また，群間の差の大きさを評価するために効果量 η^2 を算出した。効果量の目安として Cohen（1988）や水本・竹内（2008）を参考に，$\eta^2 = 0.01$ を効果量小，$\eta^2 = 0.06$ を効果量中，$\eta^2 = 0.14$ を効果量大とした。

Table.3　本研究で用いた社会的スキル測定尺度（KiSS-18）の質問項目

因子	回答順	質問内容
初歩的なスキル	1	他人と話していて、あまり会話が途切れないほうですか。
	5	知らない人とでも、すぐに会話が始められますか。
	15	初対面の人に、自己紹介が上手にできますか。
高度なスキル	2	他人にやってもらいたいことを、うまく指示することができますか。
	10	他人が話しているところに、気軽に参加できますか。
	16	何か失敗したときに、すぐに謝ることができますか。
感情処理のスキル	4	相手が怒っているときに、うまくなだめることができますか。
	7	こわさや恐ろしさを感じたときに、それをうまく処理できますか。
	13	自分の感情や気持ちを、素直に表現できますか。
攻撃に代わるスキル	3	他人を助けることを、上手にやれますか。
	6	まわりの人たちとのあいだでトラブルが起きても、それを上手に処理できますか。
	8	気まずいことがあった相手と、上手に和解できますか。
ストレスを処理するスキル	11	相手から非難されたときにも、それをうまく片付けることができますか。
	14	あちこちから矛盾した話が伝わってきても、うまく処理できますか。
	17	まわりの人たちが自分とは違った考えをもっていても、うまくやっていけますか。
計画のスキル	9	仕事をするときに、何をどうやったらよいか決められますか。
	12	仕事の上で、どこに問題があるかすぐに見つけることができますか。
	18	仕事の目標を立てるのに、あまり困難を感じないほうですか。

その後，算出された有意確率，サンプルサイズ，効果量を用いて検定力（$1-\beta$）の算出も行なった。なお，統計処理はSPSS ver. 27.0（SPSS Inc. Chicago, IL）で実施し，有意水準を5%未満とした。

結　果

1．共感性

Table.4 に，共感性（MES）の各下位尺度得点の平均値と標準偏差の推移と一元配置分散分析の結果を示した。その結果，他者志向的反応（$F(2, 66) = 4.105$，$p < 0.05$，$\eta^2 = 0.111$，$1-\beta = 0.996$）と，視点取得（$F(2, 66) = 5.567$，$p < 0.01$，$\eta^2 = 0.145$，$1-\beta = 0.999$）に有意な主効果が認められた。多重比較検定はTable.4の通りである。

2．社会的スキル

Table.5 に，社会的スキル（KiSS-18）の各下位尺度得点の平均値と標準偏差の推移と一元配置分散分析の結果を示した。その結果，初歩的なスキル（$F(2, 66) = 29.014$，$p < 0.001$，$\eta^2 = 0.468$，$1-\beta = 1.000$），高度なスキル（$F(2, 66) = 18.219$，$p < 0.001$，$\eta^2 = 0.356$，$1-\beta = 1.000$），感情処理のスキル（$F(2, 66) = 12.909$，$p < 0.001$，$\eta^2 = 0.282$，$1-\beta = 1.000$），攻撃に代わるスキル（$F(2, 66) = 9.495$，$p < 0.01$，$\eta^2 = 0.224$，$1-\beta = 0.999$），ストレスを処理するスキル（$F(2, 66) = 6.765$，$p < 0.01$，$\eta^2 = 0.171$，$1-\beta = 0.999$），計画のスキル（$F(2, 66) = 10.795$，$p < 0.001$，$\eta^2 = 0.247$，$1-\beta = 0.999$），合計得点（$F(2, 66) = 26.945$，$p < 0.001$，$\eta^2 = 0.450$，$1-\beta = 1.000$）に有意な主効果が認められた。多重比較検定はTable.5の通りである。

Table.4　共感性（MES）の一元配置分散分析の結果（n＝34）

因子	1st（第1回目）	2nd（第7回目）	3rd（第15回目）	F値	p		多重比較検定
被影響性	3.0 ± 0.8	3.0 ± 0.8	3.1 ± 0.7	0.409	0.666	n.s.	
他者志向的反応	3.9 ± 0.6	4.0 ± 0.5	4.1 ± 0.6	4.105	0.021	*	1st < 3rd
想像性	3.4 ± 0.6	3.4 ± 0.6	3.4 ± 0.6	0.112	0.894	n.s.	
視点取得	3.9 ± 0.5	3.9 ± 0.6	4.1 ± 0.6	5.567	0.006	**	1st，2nd < 3rd
自己志向的反応	3.3 ± 0.6	3.3 ± 0.6	3.3 ± 0.6	0.415	0.662	n.s.	

Values are Mean ± SD.　　* : p<.05, ** : p<.01, n.s.:not significant

Table.5　社会的スキル（KiSS-18）の一元配置分散分析の結果（n＝34）

因子	1st（第1回目）	2nd（第7回目）	3rd（第15回目）	F値	p		多重比較検定
初歩的なスキル	9.6 ± 2.8	10.8 ± 0.4	11.9 ± 2.3	29.014	0.000	***	1st < 2nd < 3rd
高度なスキル	10.3 ± 2.6	11.0 ± 2.5	11.9 ± 2.2	18.219	0.000	***	1st < 2nd < 3rd
感情処理のスキル	9.9 ± 2.6	10.7 ± 2.4	11.6 ± 2.0	12.909	0.000	***	1st，2nd < 3rd
攻撃に代わるスキル	10.0 ± 2.4	11.1 ± 2.4	11.2 ± 2.5	9.495	0.001	**	1st < 2nd，3rd
ストレスを処理するスキル	11.0 ± 1.8	11.6 ± 2.4	12.1 ± 1.8	6.765	0.002	**	1st < 3rd
計画のスキル	9.8 ± 2.2	10.8 ± 2.5	11.3 ± 2.3	10.795	0.000	***	1st < 2nd，3rd
合計得点	60.5 ± 11.9	65.9 ± 12.9	70.1 ± 11.2	26.945	0.000	***	1st < 2nd < 3rd

Values are Mean ± SD.　　** : p<.01, *** : p<.001

考　察

本研究は，スポチャンを教材とした一般体育を受講することで，受講者の社会的スキルや共感性がどのように変化するかを検討することを目的とした。

1．共感性の変化

島ら（2020）の研究において，単に対人競技種目を実施すれば共感性が高まるわけではなく，種目によって共感性の変化に及ぼす影響要因が異なる可能性が示唆されている。これを踏まえ，ここでは一般体育における教材としてのスポチャンが，受講者の共感性にどのような変化を生じさせたのかについて検討する。

まず，他者志向的反応の得点が，1st と比較して 3rd で有意に向上していた。他者志向的反応は，他者に焦点づけられた情緒反応を示す因子で，共感性の中心的な下位概念である（木野・鈴木，2016）。先行研究において，青年期にあたる大学生は情緒面（他者志向的反応・自己試行的反応）が変化しにくい（三木，2015）ことが示唆されている。しかしながら，本研究においては他者志向的反応のみであったが，授業後にこの下位尺度得点が向上したことは特筆すべき点である。このような結果となった要因として，スポチャンの特徴でもある打具を用いて「相手を打つこと」や「相手に打たれること」によって，受講者の相手への配慮が喚起されたためと推察できる。剣道を教材とした元嶋・坂入（2019）の研究においては，竹刀を介して相手を直接打突する，互いに痛みを共有するという剣道の種目特性が，自分が主体となった先行経験（剣道授業における打たれた痛み）を相手に同一視することによって他者理解が深まり，「相手も同じように痛いかもしれない」という相手への配慮と打突への抵抗感が生まれたと推測している。本授業においては，剣道で使用する竹刀と比較して，打たれても痛みが少ないエアーソフト剣を用いたため，剣道とは異なり，「痛み」によって相手への配慮が喚起された可能性は低い。一方で，受講者が日常生活の中で他者を「打つ」，「叩く」場面に遭遇することは極めて稀である。また，そのような場面は体育のような身体活動を行なう場面においても，武道種目以外には経験することは難しいものである。特に，打具を用いて積極的に相手を「打つ」または「打たれる」という場面に遭遇することは少ない。そのため，スポチャンに取り組む中で経験した「相手を打つこと」や「相手に打たれること」が受講者の他者志向的反応に影響を及ぼした可能性が高い。また，現在のコロナ禍においては，ソーシャルディスタンスが推奨されているため，受講者は他者との身体的な接触頻度が少ない傾向にある。こういった状況下での他者との身体的な接触や日常生活で経験することのない活動（相手を打つことや打たれること）をしたことが，この下位尺度得点を向上させた可能性もある。だが，本研究のプロトコルでは言及することはできないため，1 つの可能性として挙げておきたい。

そして，視点取得の得点が 1st および 2nd と比較して 3rd で有意に向上していた。視点取得は，相手の立場からその他者を理解しようとする傾向を示す因子である。換言すると，相手の立場に立って考えたり，予想を立てたりする能力とされているため，対人競技種目に取り組むことで向上が望める因子である。スポチャンの競技特性上，至近距離で相手と対峙し，複雑かつ高速な攻防の中から有効打突の獲得を目指さなければならない。そのため，自分勝手に打突をするのではなく，相手の反応を見ながら打突を行なうことが要求されることから，この下位尺度得点が向上したと考えられる。また，スポチャンでは「打っても打たれない，勝たなくても負けない」という護身道の考え方を尊重しているため，自身が有効打突となり得る打突をしたとしても，同時に相手から打突をされてしまう攻撃の仕方は戒められている（相打ちの戒め）。つまり，自身が相手を打突する際に自身の視点や考え方のみで攻防を組み立ててしまうと，相手からの反撃を受けやすくなってしまう。そのため，常に相手からの視点や考え方を持ちながら自身の攻防を展開する必要があり，上述のような駆け引きを繰り返し行なったことも視点取得の向上に寄与したと考えられる。

また，加納・山本（2020）によると，課題を制約することは，共感の育成にも適用可能であることが示されている。そのため，本授業においても様々な制約を付して授業を展開したことが，結果に影響した可能性も考えられる。最も大きな制約は，先述の「相打ちをしてはいけない」というものであるが，本授業において受講者に提示した制約の例としては，有効な打突範囲を上半身のみ，下半身のみに絞った試合や長剣対小太刀のように使用する打具に変化を持たせた点が挙げられる。このように制約を付しながら授業を展開することで，相手がどのように打ってくるかという意図をより理解しやすくなり，受講者の共感性の変化に影響した可能性もある。

さらに，視点取得については 2nd から 3rd においても向上をしていたが，これには本授業の後半部分（第 12 回目，第 13 回目）で通常の団体戦に加え，合戦や乱戦形式の団体戦を実施したことがこのような結果につながったと考えられる。スポチャンでは，1 対 1 の個人戦を数試合行なう通常の団体戦だけでなく，合戦や乱戦形式の団体戦も実施することができる。武道種目における団体戦では，団体戦と言いつつも 1 対 1 で対戦する形式のため，試合場の中で他のチームメイトと協力・連携をすることはできない。しかしながら，スポチャンにおいては，バスケットボールやサッカーのように同じ試合場の中で役割分担をしたり，コミュニケーションや連携を取りながら試合を行なうこともできる[注1]。また，言語コミュニケーションが取りにくい交流においては，より意識的に対象の視点に立つ機会が多くなるため，視点取得の下位尺度得点が向上する（三木，2015）ことが報告されている。スポチャンの合戦や乱戦形式の団体戦においては，面を着用して競技を実施することに加え，チームメイトと距離を取って競技を行なう場面もあるため，こういった状況も結果に作用した可能性がある。以上のことから，授業後半においても視点取得が向上していたと考えられる。

２．社会的スキルの変化

本研究の結果から，対象者の KiSS-18 における全ての下位尺度得点が授業前よりも授業後に向上していた。この結果は，学校体育やスポーツ活動の経験が受講者の社会的スキルを向上させるという先行研究の知見（野口ら，2013；杉山，2005）を支持するものであった。髙橋ら（2019）によれば，単に継続的な運動を行なうだけでは，社会的スキルは効果的に向上しないことが示唆されているため，本授業が対象者の社会的スキルを変化させた要因について考察する。

まず，KiSS-18 の合計得点が 1st から 3rd にかけて向上した。この結果については，授業全体を通して，アイスブレイクを実施し，その後に実施した対面授業や遠隔授業において，積極的にグループワークを実施したことが結果に関与したと推察できる。また，高山（2016）の研究において，大学生を対象とした剣道授業における技術練習の際に，相手を固定したグループでは社会的スキルの向上が見られないものの，毎時の技術練習を異なる相手と実施したグループでは社会的スキルが有意に向上することが報告されている。本授業においても，大部分で相手を固定せずに運動や課題などを実施したため，この点が受講者の社会的スキルの向上に寄与したと考えられる。また，受講者のこれまでの運動経験やスポチャンと類似した身体活動である剣道の経験により技能の修得状況に差があったことが，社会的スキルの向上に寄与した可能性もある。梅垣ら（2018）によれば，体育授業においてチームを編成する際，メンバーの技能が異質な場合[注2]，お互いの技能差が大きいため，様々なアドバイスが行なわれ，集団的，協力的な関わり合い活動が活発に行なわれることを示唆している。さらに，受講者全員がスポチャンという教材を初体験であったことも影響していると考える。本授業で教材としたスポチャンは，本授業の受講者の 9 割が幼少期に遊戯として経験した「チャンバラごっこ」に類似していたが，スポーツとしての競技ルールが明確に定められており，そのルールに則って競技を行なうことが求められる。したがって，ルールの理解を深めるためのコミュニケーションが受講者同士で図られた可能性や，後半では団体戦（合戦や乱戦を含む）による授業が実施されたことからも，戦略や戦術に関するグループ内での話し合いなどの活動が自身の試合時間以外の時間（休憩含む）で活発に行な

われたことがこのような結果につながったと推察できる。

続いて，社会的スキルを構成する各下位尺度についても，対応のある一元配置分散分析を行なった。その結果，「初歩的なスキル」，「高度なスキル」，「攻撃に代わるスキル」，「計画のスキル」は 1st と比較して，2nd で有意に向上していた。本授業の前半ではアイスブレイクの実施や対面形式での授業によって，他の受講生との関係開始が求められる授業展開であったこともあり，社会的スキルの中でも関係開始に関連する「初歩的なスキル」と「高度なスキル」の得点が 2nd で有意に向上したと考えられる。また，第 3 回目と第 4 回目の授業では，ペアを組んでのストレッチやスポチャンの打ち方や受け方を実践するなど，相手の状況に配慮しながら学習を進めていく内容であったことから，相手を助けることやトラブル処理に関連する「攻撃に代わるスキル」の得点が 2nd で向上したことが考えられる。そして，第 5 回目と第 6 回目の授業では BOR を用いてグループごとに試合動画を視聴し，良い点や改善点を共有したり，4 ～ 5 人グループになって形を披露し合うことで，形をより良く行なうための意見交換などが行なわれたことにより，問題解決場面において必要とされる「計画のスキル」の得点が 2nd で有意に向上したことも考えられる。

「感情処理のスキル」および「ストレスを処理するスキル」は 3rd で有意に向上する結果となった。これは，授業の後半である第 12 回目と第 13 回目の授業で団体戦（合戦や乱戦を含む）を実施したことがこのような結果につながったと考えられる。団体戦では，個人戦と比較して受講者自身やチームメイトの感情が表出する場面が多く，その感情をコントロールすることが求められる状況だったことや，戦術や戦略などグループでの話し合いの場面で，様々な意見が飛び合う状況においても感情をコントロールしながら課題解決に向かうことが求められる状況だったことからも，これらの得点が 2nd ではなく，3rd になって有意に向上したと考えられる。

このように，「初歩的なスキル」，「高度なスキル」，「攻撃に代わるスキル」，「計画のスキル」については 2nd で有意に向上し，また「感情処理のスキル」，「ストレスを処理するスキル」は 3rd において有意に向上するという結果となり，それぞれのスキルで変化の仕方に違いが見られた。安藤（1994）によれば，社会的スキルにおける自己開示は，世間話をする第 1 段階，知り合いに関する話題や軽い関心ごとを取り上げる第 2 段階，自分の意見や考えをいう第 3 段階，感情を表す第 4 段階に発展するとしている。本研究の結果は，概ねこの発展段階に沿っており，本授業が段階を踏んで受講者の社会的スキルを醸成する内容であったことが示唆された。加えて，スポチャンという教材が身体活動だけでなく，一般体育のねらいの 1 つでもある受講者同士の相互作用やコミュニケーションを育むためにも有用な教材であると考えられた。

3．今後の検討課題

本研究はスポチャンを教材とした一般体育が，受講者の共感性や社会的スキルにどのような変化を生じさせるかを検証した先導的な研究であるため，多くの限界を内包している。まず，本研究の調査対象者が少数であったため，今後はより対象者数を増やし，本研究で得られたデータの再現性や妥当性を確認する必要がある。本研究ではコントロール群や他種目の健スポ実習受講者との比較を行なっていないため，本研究で得られた結果がスポチャンの実践によるものなのか，健スポ実習における身体活動によるものなのか，明確に言及することはできない。また，須田（2011）や髙橋ら（2019）の研究では学校体育やスポーツ活動の経験が社会的スキルに影響を与えない可能性があることも指摘されているため，この点については検討の余地がある。さらに，本研究で焦点を当てた共感性や社会的スキルについては，家庭環境や友人関係，教育環境が関与するため（Boele et al., 2019），これらの要因に関する調査も必要である。島ら（2021）が「学校体育のような教育環境は，多種多様な運動・スポーツ種目の経験や，友人関係の構築を伴う場でもあるため，学校体育のどのような要素が共感性の向上に有用であるかについて，慎重に検討する必要がある」と指摘するように，この部分については，今後より詳細に検討をしていく必要がある。

最後に，本研究の対象者は大学生であったため，中学生や高校生を対象とした検証を行なうことで，学校体育の教材としてのスポチャンの活用に繋がると考えられる。さらなる研究を積み重ね，スポチャンの優位点を見出すことができれば，学校体育においてスポチャンが活用される事例も増え，スポチャンの普及・発展に寄与することができると考える。

結　論

本研究は，日本大学文理学部で開講されている健康・スポーツ教育実習（スポーツチャンバラ）を受講した学生の共感性および社会的スキルがどのように変化するかを明らかにすることを目的に実施した。その結果，以下の知見を得ることができた。

① 受講者の共感性（他者志向的反応，視点取得）は，授業前と比較して授業後で有意に向上した。

② 受講者の社会的スキル（初歩的なスキル，高度なスキル，感情処理のスキル，攻撃に代わるスキル，ストレスを処理するスキル，計画のスキル）は，授業前と比較して授業後で有意に向上した。

今後，さらなる検証が必要ではあるが，スポチャンの授業が受講者の共感性や社会的スキルの向上に有効である可能性が示唆され，一般体育における教材としてのスポチャンの有用性を確認することができた。

注釈

注１　合戦では，チームの中で総大将を決め，自チームの総大将を守りながら相手チームの総大将を倒しに行く形式のゲーム設定が可能である。また，相手全員を殲滅するようなゲームにおいては，チームを編成する際に，構成人数や性別，使用する用具を適宜変更することによって，多種多様なゲーム展開が期待できる。

注２　技能，性格，あるいは，知識に関して差異の大きい者同士がメンバーとして集まった場合を指す。

引用・参考文献

安藤清志（1994）「見せる自分／見せない自分：自己提示の社会心理学」，サイエンス社：東京.

Boele. S, Van. Der. Graaff. J., de. Wied. M., Van. der. Valk. IE., Crocetti. E., and Branje, S.（2019）「Linking Parent-Child and Peer Relationship Quality to Empathy in Adolescence: A Multilevel Meta-Analysis.」『J Youth Adolesc』，48（6）：1033-1055.

中央教育審議会（2018）「2040 年に向けた高等教育のグランドデザイン（答申）」https://www.mext.go.jp/content/20200312-mxt_koutou01-100006282_1.pdf,（参照日：2022 年 1 月 1 日）.

Cohen, J.（1988）Statistical power analysis for the behavioral sciences（2nd ed.）. Hillsdale, NJ：Lawrence Erlbaum.

Goldstein. A. P., Sprafkin. R. P., Gershaw. N. J,. and Klein, P.（1986）「The adolescent: social skill training through structured learning.」Pergamon Press.

橋本公雄（2012）「体育実技授業における心理社会的要因を媒介としたメンタルヘルス改善・向上効果のモデル構築」『大学体育学』第 9 号，57-67 ページ .

平野優子（2005）「大学低学年生におけるデイリー・ハッスルと入学前後のストレスフルで重大な出来事との関連」『学校保健研究』第 47 巻（3），201-208 ページ.

池田耕二・岩本雅浩・武部恭一・金子翼・武政誠一・長尾徹（1997）「車椅子スポーツチャンバラの紹介：リハビリテーションの一環として」『理学療法学』第 24 回大会号，557 ページ.

井芹まい（2016）「大学生の共感性研究の動向」『早稲田大学大学院教育学研究科紀要別冊』第 24 号，99-107 ページ.

糸岡夕里・日野克博・中岡祐紀・佐伯沙織・池内裕紀（2011）「中学校における「剣道」の授業実践：生徒の剣道に対するイメージに着目して」『愛媛大学教育学部紀要』第 58 巻，137-144 ページ.

Kajita. K., Kiuchi. A., Park. K., Lin. P., Hasegawa. E., and Nakagawa, A.（2019）「A comprehensive and comparative survey study reveals the current status of physical education in liberal arts higher education courses at colleges and universities in Japan, Korea and Taiwan.」『筑波大学体育系紀要』第 42 巻，57-61 ページ.

加納岳拓・山本裕二（2020）「他者への共感の育成に向けた体育授業の可能性―小学校 1 年生の教室授業と体育授業における行動の分析―」『スポーツ心理学研究』第 47 巻（1），13-28 ページ.

川戸湧也・長谷川悦示（2019）「大学体育における柔道授業の授業設計の実態」『大学体育スポーツ学研究』第 16 巻，27-42 ページ.

木原資裕・江口大祐・森明日香・草間益良夫・坂東隆男（2009）「小学校における簡易試作用具を用いた剣道授業実践」『武道学研究』第 42 巻（1），1-9 ページ.

木原資裕・本村賢二・江口大祐（2004）「剣道初心者指導における使用道具の検討」『武道学研究』第 37 回大会号，29 ページ.

菊池章夫（1988）「思いやりを科学する―向社会的行動の心理とスキル―（第 3 版）」川島書店：東京，187-204 ページ.

木野和代・鈴木有美（2016）「多次元共感性尺度（MES）10 項目短縮版の検討」『宮城學院女子大學研究論文集』第 123 号，37-52 ページ.

松永真由美・岩本澄子（2008）「現代青年の友人関係に関する研究」『久留米大学心理学研究』7 号，77-86 ページ.

三木澄代（2015）「保護者養成のための実習と大学生の共感性に関する一考察」『環太平洋大学研究紀要』第 9 巻，15-20 ページ.

水本篤・竹内理（2008）「研究論文における効果量報告ために―基礎的概念と注意点―」『関西英語教育学会紀要英語教育研究』第 31 号，57-66 ページ.

水本篤・竹内理（2011）「効果量と検定力分析入門―統計的検定を正しく使うために―」『より良い外国語教育のための方法 外国語教育メディア学会（LET）関西支部メソドロジー研究部会 2010 年度報告論集』48 巻，47-73 ページ.

元嶋菜美香・坂入洋右（2019）「中学校剣道授業が生徒の共感性に与える影響―ダンス授業との比較から―」『長崎国際大学論叢』第 19 巻，21-30 ページ.

奈良隆章・木内敦詞（2021）「大学体育授業における自己開示経験がライフスキル獲得に及ぼす影響」『体育学研究』第 66 巻，515-531 ページ.

日本大学文理学部（2021）「学部要覧（2021 年度）」正文社印刷：東京，63 ページ.

野口和行・須田芳正・村松憲・村山光義・加藤大仁（2013）「学生の社会的スキル向上を目指した体育実技実践の試み」『慶應義塾大学体育研究所紀要』第 52 巻（1），11-20 ページ.

岡澤祥訓・辰巳喜之・竹住和宏・河野成伸（1999）「体育授業におけるスポーツチャンバラの有効性の検討」『教育実践研究指導センター研究紀要』第 8 号，81-88 ページ.

柴田一浩・根本真希（2015）「中学校における剣道の授業改善の試みと成果」『流通経済大学スポーツ健康科学部紀要』第 8 巻，1-11 ページ.

島孟留・中雄勇人・田井健太郎・霜触智紀・木山慶子・新井淑弘・鬼澤陽子（2021）「大学生の運動・スポーツ活動の頻度や体力・運動能力と共感性の関連」『群馬大学共同教育学部紀要　芸術・技術・体育・生活科学編』第 56 巻，109-117 ページ.

島孟留・田井健太郎・霜触智紀（2020）「体育実習が大学生の共感性並びに社会的スキルに及ぼす影響―柔道実習の効果に対する一考察―」『群馬大学教育学部紀要　芸術・技術・体育・生活科学編』第 55 巻，61-67 ページ.

清水安夫・尼崎光洋・煙山千尋・宮﨑光次・武田一・川井明（2010）「大学体育における野外教育活動の可能性の検討：プロ

ジェクトアドヴェンチャー・プログラムを導入したキャンプ活動におけるリーダーシップ及びフォロワーシップの養成」『大学体育学』第 7 号，25-39 ページ.

白崎研司・安井友康・増田貴人（2001）「障害者のスポーツチャンバラ：北海道における取り組みから」『年報いわみざわ：初等教育・教師教育研究』第 22 号，135-142 ページ.

須田和也（2011）「大学生の社会的スキルとスポーツ経験および運動有能感に関する研究」『共栄大学研究論集』第 9 号，37-53 ページ.

杉山佳生（2005）「スポーツによるライフスキルとソーシャルスキル」『体育の科学』第 55 巻（2），92-96 ページ.

杉山佳生（2008）「スポーツ実践授業におけるコミュニケーションスキル向上の可能性」『大学体育学』第 5 号，3-11 ページ.

鈴木有美・木野和代（2008）「多次元共感性尺度（MES）の作成―自己指向・他者指向の弁別に焦点を当てて―」『教育心理学研究』第 56 巻，487-497 ページ.

鈴木有美・木野和代（2015）「社会的スキルおよび共感反応の指向性からみた大学生のウェルビーイング」『実験社会心理学研究』第 54 巻（2），125-133 ページ.

髙橋正則・難波皓平・猪俣克・磯貝浩久（2019）「大学テニス部員のコミュニケーションスキル向上を目指した介入プログラムの効果」『総合文化研究』，第 24 巻（1），175-194 ページ.

高山昌子（2016）「ライフスキル獲得を目指した剣道授業に関する一考察」『太成学院大学紀要』第 18 巻，31-36 ページ.

田邊哲人（2002）「スポチャンをやろう！」叢文社：東京.

梅垣明美・大友智・上田憲嗣・深田直宏・吉井健人・宮尾夏姫（2018）「社会的スキルの向上を促す体育における指導モデル（ASKS モデル）の検討：チーム編成に着目して」『体育学研究』第 63 巻（1），367-381 ページ.

全国大学体育連合・日本体育学会・日本女子体育連盟・日本体力医学会・全国体育系大学学長・学部長会・日本教育大学協会（2009）「学士課程教育に関する共同声明」http://daitairen.or.jp/2013/wp-content/uploads/2014/08/7469eb961a8c88f812bb9a473abab12d.pdf,（参照日 2022 年 1 月 2 日）.