

大学体育が初年次学生のコミュニケーションスキルに及ぼす影響 —健康スポーツ教育Ⅰ（バレーボール）の授業を通して—

木戸 貴弘^{*1} 水月 晃^{*2} 藤原 大樹^{*2} 阪本 達也^{*3} 荒井 久仁子^{*4}

The Effects of University Physical Education on Communication Skills for First-Year Students —Through the Health Sports Education I (Volleyball) Class—

by

Takahiro KIDO^{*1}, Akira SUIGETSU^{*2}, Hiroki FUJIWARA^{*2},
Tatsuya SAKAMOTO^{*3} and Kuniko ARAI^{*4}

要 旨

本研究では、本学初年次学生に対して開講される大学体育実技（健康スポーツ教育Ⅰ）の授業を通して、コミュニケーションスキル向上を意図した授業展開を実践し、その効果について検討することを目的とした。対象者は、令和5年度に入学した初年次学生のうち、健康スポーツ教育Ⅰ（バレーボール）を選択した274名とした。コミュニケーションスキル尺度ENDCOREsおよび自由記述式によるアンケート調査を実施した。その結果、コミュニケーションスキルにおいては、自己統制、表現力、解読力、自己主張、他者受容、関係調整の6つのすべての因子においてpre調査からpost調査にかけて得点が有意に向上した。また、自由記述式の回答から、バレーボールにおけるスキルの習得や試合場面などにおいてコミュニケーションが重要であること。チームワークやモチベーションを高めるためにコミュニケーションが重要であること。そして、本科目独自のプログラムとして実施した「人間性向上プログラム」がコミュニケーションに関する学びに繋がったことが明らかとなった。

Key Words：授業研究、大学体育、共起ネットワーク、人間性向上プログラム

1. はじめに

近年、学校教育や社会人に必要な素養の一つとしてコミュニケーションスキルが挙げられる。文部科学省では、子どものコミュニケーション能力の育成を図るため「コミュニケーション教育推進会議」を設置し、これからの時代を生き

ぬく子どもたちにとって、コミュニケーションは基礎的な能力とし、その必要性が示された¹⁾。また、2008年の中央教育審議会の総会において、「学士課程教育の構築に向けて（答申）」が取りまとめられ、学士力について提起された²⁾。この答申では、すべての学生が卒業までに身に付けるべき能力として汎用的技能が定義され、コミュニケーションスキルの獲得が明文化された。

しかしながら、近年、大学生が希薄なコミュニケーションスキルを基盤に人間関係を構築し

*1 崇城大学総合教育センター助教
*2 崇城大学総合教育センター准教授
*3 崇城大学総合教育センター講師
*4 社会医療法人寿量会 熊本機能病院

ていること³⁾や青少年の社会的関係構築能力・コミュニケーション能力が低下していること⁴⁾などコミュニケーションに関連する様々な課題が指摘されている。

一方で、体育やスポーツ活動は身体的な側面のみならず、心理的側面や社会的側面に様々な影響をもたらすと考えられている。杉山⁵⁾は大学体育授業がコミュニケーションスキルに及ぼす影響について調査し、授業後に感情表出スキルと解説や伝達のコミュニケーションに対する自己評価などが向上したことを報告している。また、西田・橋本⁶⁾は社会的スキルの向上を意図した大学体育実技のプログラムを実践しており、「共感・援助スキル」が有意な介入効果を見出したと報告している。林ら⁷⁾は授業内において、状況判断や対応の求められる場面を設定し、リーダー役の設定、活動中の肯定的な対人行動、ニックネームでの呼び合いなど適宜グループを構成した活動を促すことによって、将来的なコミュニケーション活動に対する自己効力感や授業を通じて得た友人数の増加が認められたとしている。これらのように、大学体育を通してコミュニケーションスキルや社会的スキルの向上を図る報告がなされている。コミュニケーションスキルが低下し、関係構築能力が低下している学生が増加しているといわれる昨今の学生を鑑みるに、大学体育を通したコミュニケーションスキルや社会的スキルの向上を図る取り組みは極めて重要であると考えられる。併せて、中山ら⁸⁾によれば、大学の初年次の授業内で形成された対人関係に対する動機づけは、学生の対人適応に結びつき、対人適応を介して学業への適応がもたらされることを報告しており、初年次学生におけるコミュニケーションスキルの獲得は、今後の学生生活を円滑に送るための重要な要素となる。

そこで本研究では、本学初年次学生に対して開講される大学体育実技（健康スポーツ教育Ⅰ）の授業を通して、コミュニケーションスキル向上を意図した授業展開を実践し、その効果について検討することを目的とした。

2. 方法

(1) 対象者

本研究の対象者は、令和5年度に入学した初年次学生のうち、健康スポーツ教育Ⅰ（バレーボール）を選択した284名であり、データの揃った274名（男175名、女99名）を分析対象とした。対象者の所属学科は表1に示した。

表1 対象者の所属学科

所属学科	人数
機械工学科	31
ナノサイエンス学科	17
建築学科	35
宇宙航空システム工学科	20
情報学科	52
生物生命学科	52
美術学科	15
デザイン学科	15
薬学科	37

(2) 調査時期

本調査は、令和5年度前期に開講された「健康スポーツ教育Ⅰ（バレーボール）」の授業において、2回目の授業時にpreアンケート調査、13回目の授業にpostアンケート調査を実施した。なお、担当教員は調査の際に、調査の目的、調査内容、個人情報取り扱いについて説明し、回答の内容によって授業評価に一切影響を及ぼさないことを伝えた。

(3) 調査内容

1) コミュニケーションスキル

コミュニケーションスキルの変化を測定するため藤本・大坊⁹⁾が作成したコミュニケーションスキル尺度ENDCOREsを使用した。この尺度は言語および非言語による直接的なコミュニケーションスキルを測定することが可能であり、自己統制、表現力、解読力、自己主張、他者受容、関係調整の6つの因子から構成される。これらの6因子は、基本スキル（自己統制・表現力・解読力）と対人スキル（自己主

張・他者受容・関係調整）に分類され、24の質問項目に対し7件法（かなり得意：7点～かなり苦手：1点）で回答するものである。尺度についての信頼性と妥当性は認められている。

2) 自由記述

コミュニケーションに関する授業での学びを概括するために、13回目の授業時に自由記述式のアンケート調査を行った。「健康スポーツ教育Ⅰ（バレーボール）の授業を振り返り、『コミュニケーション』はどのような場面で重要であると感じましたか。また、学んだことや理解したことについて記述してください。」という問いに対して、自由記述式による回答を得た。

3) 授業展開

1週目は全体オリエンテーション実施後、種目分けを行い、種目別のオリエンテーションを実施した。2週目以降はこれまでの先行研究^{7) 10) 11)}をもとに、学生間コミュニケーションを促進するため、2週目から6週目は授業ごとにグループを替え、7週目から13週目までは固定のグループとした。また、各グループにリーダー役を1名設けたが、授業全体を通して固定することはせず、授業回によってリーダー役を変更した。なお、グループ分けについて、2週

目から6週目は授業担当者が無作為に振り分けグルーピングを行った。7週目から13週目までの固定のグループは第2回授業時に実施した技能テスト①の結果から、各チームのバレーボールスキルが同程度となるように授業担当者が振り分けグルーピングを行った。3週目から12週目までは授業時間前半をグループでの練習時間、後半を試合時間として設定した。その際、前半のグループ練習では各回バレーボールの基本となるルールやプレーに関する課題を与え、グループごとに話し合いをする時間を設け、課題解決に向けて練習に取り組んだ。後半の試合では試合前にグループごとのその日の試合における目標を設定し、グループ内で共有するよう指示した。活発なコミュニケーションを図るため、話し合いでは目標設定法であるSMARTの法則に則り、話し合いを進めるよう促した。なお、SMARTの法則については、第2回目の授業時に授業担当者が関連する資料を用いて説明を行った。

加えて、本科目独自のプログラムとして「人間性向上プログラム」を実施した。前期の期間中は「チームワーク」や「コミュニケーション」に関する全10回のプログラムが用意され、授業内で担当教員からテーマに添った講話を行った。なお、講話の際にはA4用紙1枚程度の関連資料を基に講話を行い、講話を受けた感

表2 授業の主な内容と人間性向上プログラムのテーマ

主な授業内容（第1回～13回）	人間性向上プログラムテーマ
1 クラス分け・オリエンテーション	
2 技能テスト①（アンケート調査） バレーボールのルールの理解	
3 練習課題：アンダーハンドパス・練習試合	I ① 協調性
4 練習課題：オーバーハンドパス・練習試合	I ② 仲間への敬意・思いやり
5 練習課題：サーブ・練習試合	I ③ リーダーシップ・責任感
6 練習課題：スパイク・練習試合	I ④ フォロワーシップ
7 練習課題：三段攻撃・練習試合	I ⑤ 報告・連絡・相談
8 チーム練習・対抗戦①	II ① 好感をもたれるスピーチ
9 チーム練習・対抗戦②	II ② ミーティングにおけるコミュニケーション
10 チーム練習・対抗戦③	II ③ イベント企画におけるコミュニケーション
11 チーム練習・対抗戦④	II ④ 面接の基本的な考え方
12 チーム練習・対抗戦⑤	II ⑤ 夢の実現とコミュニケーション
13 技能テスト②（アンケート調査）	

想やテーマに関する自身の考えなどを少人数グループで意見交換をする時間を設けた。主な授業内容や人間性向上プログラムのテーマを表2に示す。

4) 分析方法

コミュニケーションスキルの変化について、pre 調査（第2回授業時）と post 調査（第13回授業時）の各因子得点に対して対応のある t 検定を行った。なお、すべての統計分析の有意水準は5%とした。統計処理には IBM SPSS Statistics 25 を用いた。

自由記述について、分析者の恣意的な解釈を排除し、客観的かつ全体的な傾向を把握するため、KHCoder を用いてテキストマイニングによる分析を実施した。テキストファイルの各行に1文ずつ入力した自由記述から、自動的に語の抽出およびそれらの語の共起ネットワークを作成し共起関係を探った。

3. 結果と考察

(1) コミュニケーションスキル

コミュニケーションスキル向上を意図した授業展開を実践し、その効果を検証するためコミュニケーションスキル尺度 ENDCOREs を用いて測定を行なった。2回の調査（pre 調査、post 調査）における各因子の平均値と標準偏差を表3に示す。ENDCOREs の各因子を従属変数として対応のある t 検定を実施したところ、

「自己統制 ($t(274)=7.64, p<.01$)」、「表現力 ($t(274)=8.97, p<.01$)」、「読解力 ($t(274)=11.61, p<.01$)」、「自己主張 ($t(274)=9.17, p<.01$)」、「他者受容 ($t(274)=8.50, p<.01$)」、「関係調整 ($t(274)=10.24, p<.01$)」の因子において、pre 調査より post 調査において得点が有意に向上した。

本研究では、昨今の学生にみられるコミュニケーションスキルの低下や関係構築能力が乏しい学生が増加しているといわれる状況を鑑み、大学体育実技（健康スポーツ教育Ⅰ）の授業を通して、コミュニケーションスキル向上を意図した授業展開を実践しその効果について検討した。その結果、自己統制、表現力、読解力、自己主張、他者受容、関係調整の6つすべての因子で pre 調査より post 調査において得点が有意に向上した。

コミュニケーションスキルについて戸田ら¹²⁾は、グループ内のディスカッションや意見交換等により、相互の考えを深めることや、アクティブ・ラーニングを取り入れた授業展開が、全体的なコミュニケーションスキルの向上に繋がると述べている。本研究においては、毎授業時に前半の練習を行う場面、後半の試合実践の場面において、グループ内での意見交換や話し合いの場面を設けた。また、本科目独自のプログラム「人間性向上プログラム」を実施する際にも、少人数のグループを作り、自身の意見を伝える場面や他者の意見を聞き入れる場면을意図的に設けた。毎時間のそれらの活動が基本ス

表3 コミュニケーションスキル（pre 調査、post 調査）における各因子の平均値と標準偏差

	pre調査		post調査		t値
	平均値	SD	平均値	SD	
自己統制	19.40	3.83	21.34	3.83	7.64**
表現力	16.65	4.40	19.16	4.77	8.97**
読解力	18.33	3.94	21.54	4.36	11.61**
自己主張	16.18	4.23	18.90	4.42	9.17**
他者受容	20.13	4.17	22.55	4.04	8.50**
関係調整	19.02	3.73	21.73	4.09	10.24**
(n=274)					** p<.01

表 4 自由記述における頻出語及び出現頻度

順位	抽出語	出現回数	順位	抽出語	出現回数
1	チーム	475	16	感じる	86
2	コミュニケーション	433	17	スキル	85
3	チームワーク	225	18	話す	83
4	バレーボール	192	19	メンバー	82
5	重要	185	20	協力	82
6	声	184	21	大切	80
7	活動	177	22	良い	72
8	人	166	23	プレー	67
9	試合	156	24	雰囲気	67
10	グループ	152	25	習得	65
11	理解	137	26	学ぶ	64
12	自分	123	27	能力	58
13	授業	119	28	お互い	56
14	必要	113	29	ミス	54
15	スポーツ	92	30	会話	52

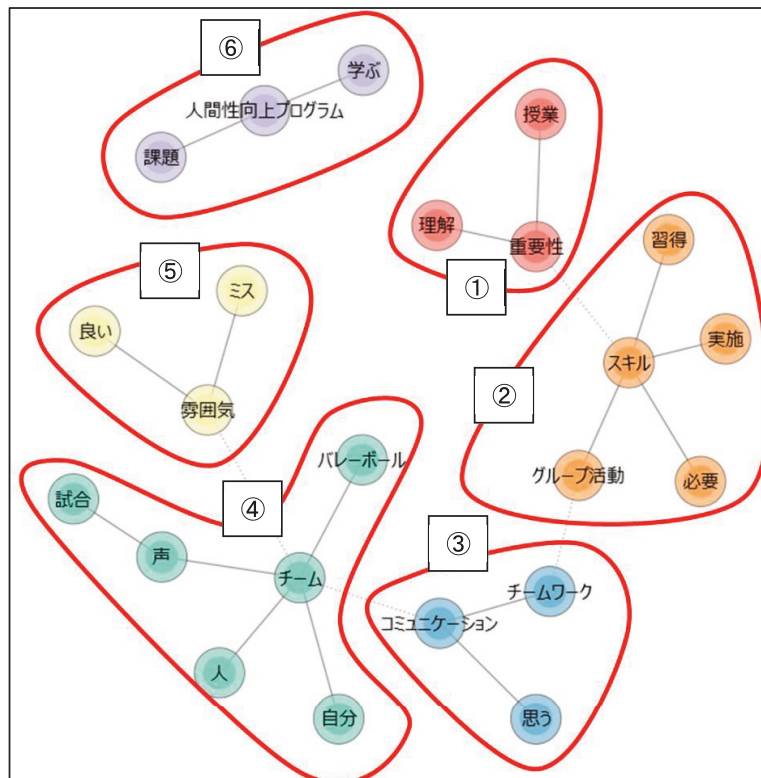


図 1 自由記述における共起ネットワーク

キルや対人スキルに影響を及ぼし、総合的なコミュニケーションスキルの向上に繋がったと示唆される。また、向出¹³⁾が実施した大学生によるダンスの授業を通したコミュニケーション力の変化を検討した報告では、実際に体を動かしながらコミュニケーションを図ることで、特に表現力についての肯定的なコミュニケーション能力を高めるとしている。本研究でも、互いに体を動かしながら課題練習に取り組む姿や声を掛け合いながら試合に臨む姿が随所に見られた。それらの行動が本研究においても同様の効果を及ぼしたと考えられる。加えて、Pauline & John¹⁴⁾によれば、グループ内で目的や目標を設定し共有することで、チームワークに好影響をもたらし、グループの活発なコミュニケーションに繋がると報告している。本研究では、試合に臨むにあたって、試合前にはグループごとに話し合いの場を設け、その日の目標（テーマ）を設定し活動した。その働きかけがチームワークを高め、グループ内の活発なコミュニケーション活動に繋がり、コミュニケーションスキルの向上に寄与したと考えられる。

(2) 自由記述

自由記述の回答からテキストファイルの各行に1文ずつ入力し、自動的に語の抽出およびそれらの語の共起ネットワークを作成し共起関係を探った。

1) 頻出語の抽出

助詞や助動詞などの一般的な語は除外され、すべての名詞、動詞、形容詞が抽出された。分析対象となった文は990文、総抽出語は12,305語であった。頻度分析のうち50回以上出現した単語上位30語までを表4に示す。

上位の語に着目すると、「コミュニケーション」が全体の2番目に多く抽出された。本研究の調査内容における主たるキーワードにもなっており、多頻度で使用されたことが考えられる。また、質問内容として、「健康スポーツ教育Ⅰ（バレーボール）の授業を振り返り、『コミュニケーション』はどのような場面で重要であると感じましたか。」という問いについて回答を

求めており、対象者の回答が質問内容の語に準じた形式で記入された可能性があるため、同様に「バレーボール」や「重要」の語が多くなったと考えられる。

続いて、他者とのかかわりに関する「チーム」「チームワーク」「人」「グループ」「メンバー」「協力」「お互い」の語が高頻度で抽出された。本研究はバレーボール受講者を対象に調査を行った。バレーボールはチームスポーツであり、本科目では基本的に毎回6人のグループで活動を展開した。バレーボールは1人が連続してボールにコンタクトすることができないため、メンバーとの協力、支え合いながら活動を進めていくことが求められ、様々な場面でコミュニケーションが必要になってくる。佐藤¹⁵⁾も大学生のバレーボール授業において「他者との相互作用」がバレーボールそのものを成立させ、楽しむ上でも重要であると述べている。本研究においても他者とのかかわりが十分に図られるよう意識的に授業を展開した。それらのことを踏まえると、これらの語が高頻度で抽出されたことは授業の目標が達成され、コミュニケーションスキルの向上に繋がったと示唆される。その他、具体的な場面やコミュニケーションの手段に関する「声」「試合」「話す」「会話」の語が抽出された。

2) 共起関係の探索

抽出された頻出語同士がどのような共起関係にあるのかを探ったところ、共起ネットワークは図1のようになった。本研究では共起ネットワークの作成にあたり、抽出語の最小出現数20、共起関係の強さを示すJaccard係数が0.27以上のものを表示するように設定した。共起関係の程度および共起ネットワークの関係性により、6つのサブカテゴリーが出現した。

①サブカテゴリーをみると、「重要性」を軸に「授業」「理解」と共起関係が結ばれている。これら語のコンコダンスを確認すると、主な記述として“授業を通してコミュニケーションの重要性を理解した。”や“授業の中で仲間とコミュニケーションを取ることによって、より良い関係を築くことができるし、とても重要だ

と理解することができた。”などの授業を通して、コミュニケーションの総合的な学びに関する記述がみられた。

②サブカテゴリーをみると、「スキル」を軸に「習得」「実施」「必要」「グループ活動」と共起関係が結ばれている。これら語のコンコダンスを確認すると、“バレーボールのスキルを上達していくうえでチームワークやコミュニケーションは大切であると感じた。”や“パスやレシーブなどのスキルの習得はグループ活動であるからこそみんなで話し合いながら楽しく取り組むことができた。”など、バレーボールのスキル（技）の獲得においてもコミュニケーションを通じた学びが重要であるとの記述がみられた。

③サブカテゴリーをみると、「コミュニケーション」を軸に「チームワーク」「思う」と共起関係が結ばれている。これら語のコンコダンスを確認すると、“チームワークを高めるためにはコミュニケーションが大切だ。”や“チームでミーティングを行い、コミュニケーションを図ることでチームワークを高め合うことができると思った。”など、チームワークを高めていくための手段として、コミュニケーションを図ること重要性に関する記述がみられた。

④サブカテゴリーをみると「チーム」を軸に「バレーボール」「自分」「人」「声」「試合」と共起関係が結ばれている。これら語のコンコダンスを確認すると、“試合のときにコミュニケーションを取らないとうまくパスも繋がらないし、得点も入りにくいので自分から積極的に声を出すようにした。”や“たくさん勝つチームは、バレーボールが上手い人がいるということではなく、お互いに試合中に声をかけあい、コミュニケーションをたくさん取っていると感じた。”など試合の場面におけるコミュニケーションの重要性に関する記述がみられた。

⑤サブカテゴリー「雰囲気」を軸に「ミス」「良い」と共起関係が結ばれている。これら語のコンコダンスを確認すると、“チームメイトとのコミュニケーションを取ることで、チームの雰囲気も良くなり、団結力も上がったと思

う。”や“チーム内のコミュニケーションを活発に行い、誰かがミスをしてもし励まし合うように心がけると、チームに強い絆が生まれ雰囲気も良くなっていくと思った。”など、コミュニケーションによるチーム力の高まりやモチベーションの向上に関する記述がみられた。

⑥サブカテゴリー「人間性向上プログラム」を軸に「課題」「学ぶ」と共起関係が結ばれている。これら語のコンコダンスを確認すると、“人間性向上プログラムで学んだ、コミュニケーションの大切さなどを理解し、バレーのチーム内でも積極的にコミュニケーションをとることで、チームワークの向上に繋がった。”や“人間性向上プログラムの課題を通して、グループ活動にはチーム内のコミュニケーションが重要になると学んだ。”など、人間性向上プログラムによって、コミュニケーションに関する学びが得られたとの記述がみられた。

これらの結果を踏まえ、本研究で展開した授業での学びを概括すると、②や④のように、バレーボールのスキルの習得や試合場面などにおいてコミュニケーションが重要であること。③や⑤のようにチームワークやモチベーションを高めるためにコミュニケーションが重要であること。そして、本科目独自のプログラムとして実施した「人間性向上プログラム」がコミュニケーションに関する学びに繋がったことが明らかとなった。

4. 今後の課題

本研究においては、大学体育授業が初年次学生のコミュニケーションスキルに及ぼす効果を示したが、いくつか研究デザイン上の課題が残された。例えば、対照群が未設定であることや種目、専門性について検討されていないこと、また学生の性別や技術、体力レベルについて考慮されていないことである。これらについては、今後検討していく必要があると考えられる。さらに、授業展開において、学生に対するどの教授行動や内容がそれらの効果を高め、促進させるのか、また、コミュニケーションスキル各因子の相互的な関連性や因果関係を考察するまで

には至っていない。よって、それらを詳細に把握する調査法を検討し、課題解決に向けた取り組みが今後必要である。

参考文献

- 1) 文部科学省 (2011) 子どもたちのコミュニケーション能力を育むために～「話し合う・創る・表現する」ワークショップへの取組～. コミュニケーション教育推進会議,
- 2) 文部科学省 (2008) 学士課程教育の構築に向けて (答申). 中央教育審議会,
- 3) 後藤学・大坊郁夫 (2003) 大学生はどんな対人場面を苦手とし、得意とするのかーコミュニケーション場面に関する自由記述と社会的スキルとの関連ー. 対人社会心理研究, 3: 57-63.
- 4) 一宮厚・馬場園明・福盛英明・峰松修 (2003) 大学新生の精神状態の変化: 最近14年間の質問票による調査の結果から. 精神医学, 45 (9): 959-966.
- 5) 杉山佳生 (2008) スポーツ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, 5: 3-11.
- 6) 西田順一・橋本公雄 (2009) 初年次学生の社会的スキル改善・向上を意図した大学体育実技の心理社会的有効性. 大学体育, 6: 91-99.
- 7) 林容一・笠井淳・鈴木良則・伊藤マモル・吉田康伸・中澤史・朝比奈茂・荒井弘和 (2012) 大学体育授業でのコミュニケーション行動を主とした教授方略が主体的な対人行動の発現に及ぼす影響. 法政大学体育・スポーツ研究センター紀要, 30: 45-538.
- 8) 中山留美子・中西良文・長濱文与・中島誠 (2015) 初年次前期の授業での対人関係への動機づけが大学適応に及ぼす影響. 心理学研究, 86: 170-176.
- 9) 藤本学・大坊郁夫 (2007) コミュニケーション・スキルに関する諸因子の階層構造への統合の試み. パーソナリティ研究, 15: 347-361.
- 10) 中山正剛・田原亮二・神野賢治・丸井一誠・村上郁磨 (2014) 学士課程教育における体育の介入授業が及ぼす長期的な効果に関する研究. 大学体育学, 11: 65-78.
- 11) 福井邦宗・中澤史 (2021) 構成的グループエンカウンターを取り入れたスポーツ総合演習が大学新生のコミュニケーション・スキルに与える影響. 法政大学スポーツ研究センター紀要, 39: 41-46.
- 12) 戸田香・堀文子・伊藤守弘・對馬明・谷利美希 (2019) アンケート調査による中部大学COC事業とその教育効果の検討. 生命健康科学研究所紀要, 15: 31-38.
- 13) 向出章子 (2018) ダンスの授業による大学生のコミュニケーション力の変化の検討. 学校教育センター年報, 3: 77-85.
- 14) Pauline, P., and John, S. (1995) Patients to effective teamwork -exploring primary care-, Journal of Interprofessional Care, 9(2): 131-138.
- 15) 佐藤国正 (2017) バレーボールの授業の充実に向けた研究ー大学生に着目してー. 桐蔭論叢, 37: 61-68.