

A consideration on a method that enhance the self-esteem of students in physical education

1K09B506-8 藤井 浩史

指導教員 主査 吉永 武史先生 副査 杉山 千鶴先生

【序章】

近年、日本の教育界では、自分の良さを実感し自己を肯定的に認めることができない児童生徒が多いという問題がある。このような自己を肯定的に捉えることができるという意味で用いられる自己肯定感について、榎本（2010）は自己肯定感が高いということは、社会において自信を持って生きていく上で必要であり、児童生徒にとって重要なものであるとしている。

また、体育授業においては、自らの運動に対し肯定的に捉えることができる感情を表す運動有能感というものがある。運動有能感の対象を肯定的に捉えることができるかどうかという点で、自己肯定感と類似している。そこで、この運動有能感を利用し、生きる上で重要な要素の一つである自己肯定感を、体育授業においてどのようにしたら高められるかについて明らかにしたい。そうすることで児童生徒にとって体育授業がより意味のあるものになるのではないかと考え、本研究の問題の所在とする。

【第1章】

第1章では、日本の児童生徒の自己肯定感の実状と自己肯定感を高めるための教育的方策について検討した。日本の子どもは、諸外国の子どもと比較すると、自己肯定感が低い問題を抱えている。そこで、自尊心や自己肯定感、セルフ・エスティームの用語について再度、考察し、自尊心の構造を明確にした。そして、本研究では自己肯定感について「自分が価値のある、尊敬されるべき、すぐれた人間であるという感情」（遠藤、1992、p.9）という定義を用いることにした。そして、榎本（2010）の研究から、自己肯定感とは「他者との比較」、「他者からの評価」、「成功、失敗体験」、「理想像との比較」の4つの構成要素があることが分かった。また、東京都教職員研修センター（2011a）の研究より、自己肯定感を「自己評価・自己受容」、「関係の中での自己」、「自己主張・自己決定」を3つ観点から測定し、その傾向や特徴から児童生徒を7つのタイプに分類した。そして、7つの分類ごとに適した教

育的方策を検討していくことで、自己肯定感を高めるための方策が明らかにすることができた。また、3つの観点をバランス良く高めていくことが、良好な自己肯定感を高めることになることも分かった。

【第2章】

第2章では、体育授業における内発的動機づけを高めるための運動有能感の有効性について検討した。まず、学校教育における体育的課題として、深刻な体力低下問題がある。その原因として、体育嫌いの増加をあげた。そして、体育嫌いを減らすためには、児童生徒に内発的動機づけを行うことが必要であることが分かった。また、デシ（1980）は内発的動機づけを行うには、運動有能感を高めることが有効であるとしている。そこで、運動有能感を高める体育授業について考察していくことにした。岡澤（1998）の研究から運動有能感には、「身体的有能さの認知」、「統制感」、「受容感」の三つから構成されることが分かった。そして、「身体的有能さの認知」は運動技術を習得し、技能が向上する経験により高まる。「統制感」は児童生徒が練習や自己評価を通じて、自分の運動の上達の仕方を学ぶことによって高まる。また、「受容感」はグループごとの競争の中において児童生徒同士が関わり合いを深めることで高まることが分かった。そして、これらの3つ観点から、運動有能感を高めるための体育授業の方策について検討した。

【第3章】

第3章では、自己肯定感を高めるための体育授業のあり方を検討した。初めに、自己肯定感と運動有能感とは、お互いに内発的動機づけに関係していることを明らかにした。そして、自己肯定感と運動有能感の2つをそれぞれ把握する3つの観点を比較することによって、お互い強く関係しあっていることが分かった。つまり、運動有能感を高めることは、自己肯定感の構成要素を高めることにつながるということが明らかになった。そして、運動有能感を高める体育授業をもとにした自己肯定感を高める体育授業のあり方について考察した。