

ルール変更が運動の楽しさに及ぼす影響 -アルティメット競技の未経験者を対象として-

スポーツビジネス研究領域

5018A034-2 小山 晃徳

研究指導教員：作野 誠一 教授

【研究背景】

「第2期スポーツ基本計画」において、青少年の身体に関わる問題として、運動習慣の二極化を挙げている（文部科学省, 2017）。学校卒業後、自ら運動へ参加する者は、体育授業に対して肯定的な運動経験を有することが明らかになっている（藤田・杉原, 2007）。また、運動場面において肯定的な経験や運動の楽しさを実感せざることが生涯にわたり運動習慣を持つために重要であると示唆している（松浦ら, 2018）。そこで、運動やスポーツの参加者に対して、運動やスポーツの楽しさを味わうことができるよう工夫することによって、運動の継続性を高められるのではないかと考えられる。

そのための手段として、本研究では、スポーツのルールに着目した。ルールはスポーツ存立の最も基本的な構成要素である。小山ら（2019）は、ルールの策定・調整には経営学視点が必須であると指摘している。中西（2012）は、多くの競技者は、技能の高低にかかわらず、正規のルールで競技を行いたいという欲求はあるが、競技者の技能・競技レベルに応じて、その種目を楽しめる競技ルールを設定することが大切であると述べている。以上のことから、スポーツを構成する中核部分であるルールをどのように調整、提供することがよいか、知見の蓄積が必要ではないかと考える。

【先行研究】

本研究の依拠するスポーツプロデュース研究は、宇土（1993）や齊藤（2004, 2009, 2013）、醍醐（2015, 2019）を中心として研究報告がなされている。「スポーツプロデュース」の概念を提起した宇土（1993）は、本概念を「スポーツ活動の質を高めるために、スポーツの特性やプレイヤー・観戦者の特性を生かし、スポーツルール等のスポーツを構成する要素を調整・創造する活動やその過程」と定義し、ルールもその構成要素であることを明示している。スポーツプロデュース研究を概観すると、

「みる」スポーツプロデュースに着目され、みる人がスポーツの諸価値を享受することを目指してきたことが確認できる。しかし、「する」スポーツプロデュースに関しては、藤谷ら（2001）がスポーツ・プロデュースの考え方を学習指導に援用した実践に取り組んでいるが、十分に検討されていないと考えられる。

一方で、運動の楽しさを享受するための方法について、新貝・千住（2011）は、運動中に音楽を聴くことで疲労感を感じることが少なくなり、より楽しく長時間の運動が実施できることを示唆している。さらに井上ら（2003）は、高強度の運動実施において、映像・音楽表示や他者との会話の要素の有無による心理・生理的効果を検討する実験を行い、映像や音楽を取り入れることで運動を楽しく感じられたことを報告している。

守能（2007）は「面白さの保障」がスポーツのルールが果たす最重要の機能であることを強調し、「面白さ」が得られないとなれば、そのルールを別の関係者の手で自由に変えることができるとしている。また、中村（1989）もスポーツのルールにおける特徴の一つとして、実際の適用にあたっては、当事者による一部変更が可能であることを挙げており、スポーツにおけるルールは弾力的に変更できるものと捉えることができると考える。しかし、運動の楽しさを高めるためにルールを変更するということについて、その直接の影響については明らかにはっていない。

【研究目的】

本研究では、ルール変更が運動の楽しさに及ぼす影響について明らかにすることを目的とする。具体的には、フライングディスク種目の1つであるアルティメットの未経験者を対象として、ルール変更による影響について検証した。

【研究方法】

本研究では、アルティメット経験のない健康な

大学生・大学院生 120 名(男性・女性各 60 名)を被験者とした。そのうち、欠損値を含む 5 名を除いた 115 名(男 58 名、女 57 名)の回答を分析に用いた。徳永・橋本(1980)の「運動の楽しさ尺度」に基づき、実施する運動の特徴を評価するのに必要な 16 項目と独自項目 1 項目「ゲームをスムーズに進行することができた」を採用し、運動の楽しさを測定した。ルール変更についての影響を明らかにしたいが、極めて多岐にわたるルールの内容について実証的に明らかにするのは困難である。そのため、アルティメットのゲームを実施する際に、①審判(有・無)×②ハンディキャップ(有・無)の二要因に基づく 4 種類の実験条件を設定することとした。ハンディキャップについては、男女の性差を体力・能力の差と仮定し、女子がゴールした場合、得点を 2 倍とした。実験は被験者内計画による反復測定にてデータを集計した。加えて、順序効果を除去するために実験条件の測定順序を無作為化する手続きをとった。

本研究は、定量的分析(質問紙調査)と定性的分析(フォーカス・グループ・インタビュー)の混合研究法を用いた(Creswell, 1994)。本研究では、「楽しさ」という多義的で曖昧な心理面を深く理解したいと考え、質問紙調査で得られた統計上の結果に基づいて、インタビュー調査のデータとの照合を行い、ルール変更が運動の楽しさに及ぼす影響を検証した。

【結果および考察】

項目分析によって測定項目の信頼性・妥当性が確認された 10 項目を分析の対象とした。次に、①審判(有・無)×②ハンディキャップ

(有・無)というルール変更によって楽しさに差が見られるかどうかを検証するために、被験者内計画の二要因分散分析を行った(表1)。

分析の結果、「作戦を練るような場面があった」と「緊迫した場面に直面することができた」と「合成得点」について交互作用に有意差が認められた($p<.05$)。また、交互作用に有意差が認められなかった残りの項目において、審判に関するルールの主効果とハンディキャップに関するルールの主効果はそれぞれ有意ではなかった。インタビューデータとの照合により、ルールによる影響だけでなく、ゲームやプレーそれ自体の内容、慣れによる影響が含まれていることが推測できた。

【結論】

本研究では、審判とハンディキャップの両方あるいはいずれか一方を導入するという、ルール変更が運動の楽しさを高めるということが示唆された。このことから、生涯スポーツの実現に向けて、体力や技能の程度、性別や障害の有無にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を享受できる人を増やすためにも、スポーツのルールの特徴である、当事者によって変更して適用することが可能なことを生かしていくことが大切である。ルールのマネジメントを行う際には、実践者の運動能力や技能に応じて、弾力的にルールを適用したりすることで、種目のもつ特性や魅力に触れ、楽しさを味わうきっかけとなると考えられる。また、特に、初心者が楽しめるようにするためにには、実践の前にルールの理解度を高める必要があり、そのための工夫も必要であろう。

表1 基礎統計量と二要因分散分析の結果

審判に関するルール	有無				審判に		ハンディキャップに				交互作用	
	有	無	有	無	関するルールの主効果	関するルールの主効果	F値(上段)	偏 η^2 2 乗(上段)	F値(上段)	偏 η^2 2 乗(上段)	F値(上段)	偏 η^2 2 乗(上段)
【ゲームのなかで仲間といろいろな話をすことができた】	3.910	3.760	3.770	3.930	.017	.000	.002	.000	3.148	.027		
	.960	1.039	1.095	1.024	.897	なし	.963	なし	.079	小		
【スピード感にひたることができた】	4.050	3.900	4.010	4.000	.092	.001	.676	.006	.552	.005		
	1.025	1.051	.960	1.009	.763	なし	.413	なし	.459	なし		
【ゲームのなかで自分の存在が認められたと思う】	3.810	3.630	3.600	3.720	.471	.004	.135	.001	2.988	.026		
	.936	.873	.925	1.005	.494	なし	.714	なし	.087	小		
【ゲームのなかで相手や味方との協調性を得ることができた】	4.170	4.080	4.090	4.270	.541	.005	.432	.004	3.469	.030		
	.805	.850	.833	.851	.463	なし	.513	なし	.065	小		
【技術的にやさしいゲームをした】	3.850	3.700	3.650	3.770	.471	.004	.040	.000	2.110	.018		
	.976	1.077	.974	.946	.494	なし	.841	なし	.149	小		
【作戦を練るような場面があった】	3.640	3.330	3.330	3.500	.591	.005	.504	.004	5.094	.043		
	1.133	1.205	1.175	1.103	.443	なし	.479	なし	.026*	小		
【ゲームのなかで自由にプレーできた】	4.230	4.270	4.210	4.270	.013	.000	.583	.005	.015	.000		
	.795	.729	.811	.872	.908	なし	.447	なし	.904	なし		
【ゲームで素晴らしいプレーを発揮すことができた】	3.570	3.500	3.240	3.510	2.343	.020	1.129	.010	2.814	.024		
	1.156	1.127	1.081	1.202	.129	小	.290	小	.096	小		
【ゲームをスムーズに進行すことができた】	4.280	4.140	4.080	4.230	.478	.004	.015	.000	3.131	.027		
	.864	.857	.975	1.003	.491	なし	.903	なし	.079	小		
【緊迫した場面に直面すことができた】	3.690	3.370	3.340	3.670	.038	.000	.002	.000	9.991	.081		
	1.150	1.195	1.199	1.153	.845	なし	.966	なし	.002*	中		
【合成得点】	39.191	37.313	37.661	38.878	.001	.000	.321	.003	6.773	.056		
	6.875	6.651	6.746	7.267	.976	なし	.572	小	.010*	小		
(上段) 平均値				(下段) 標準偏差				**p<0.01 *p<0.05 大 : η^2 p^2 ≥ .14 中 : η^2 p^2 ≥ .06 小 : η^2 p^2 ≥ .01				