

## 運動系部活動におけるモチベーション維持に関する研究

1220559 南朋槻

指導教員 林一夫

### 研究背景

運動系部活動においては、試合に勝利し結果を出すことが主たる動機になる。そのため、運動能力向上を目指して部活動に参加する。しかし、運動能力への限界や目標達成による燃えつきにより、運動能力向上が動機ではなくなることもある。その場合、部活動に参加する動機がなくなることによってモチベーションが低下し、部活動が無意味なものになる。大学でのサークルや部活動において、学生がどのような動機で参加をするのかということは、学生自身にとってサークルや部活動を継続する上で重要である。

### 研究目的

本研究では、継続的に部活動を有意義なものにするために、運動系部活動におけるモチベーション維持方法について検討、考察する。

### 調査・分析方法

本研究を進めるにあたり、継続的に部活動を有意義なものにするため、3つの提案①「練習のメリハリをつける」②「新たな役割を作る」③「部活動で得た技量を社会貢献に生かす」を設定し、この3つの提案を動機づけの観点から、先行研究とアンケート調査によって検討し、その妥当性を検証した。

### 分析結果

①「練習のメリハリをつける」ことにより肉体的能力と運動学習記憶能力が向上し、運動能力向上を目標にしている人は自己決定理論の統合的調整により動機づけされることがわかった。②「新たな役割を作る」ことにより自己決定理論の3つの基本欲求「自律性」「関係性」「有能性」を満たすことで動機づけされ、さらに、③「部活動で得た技量を社会貢献に生かす」ことにより自己決定理論の3つの基本欲求はより一層満たされ、より動機づけが高まることがわかった。また、アンケート調査でも3つの提案の妥当性が検証できた。

### 考察・結論

運動能力向上に対する動機があるものの、運動能力が向上しない場合、①「練習のメリハリをつける」ことにより効率的に運動能力が向上し、独立的自己志向に移行することで動機づけられる。また、運動能力向上が動機ではなくなった場合、②「新たな役割を作る」ことにより自己志向的動機から他者志向的動機に移行し、自律的他人志向に移行することで新たに動機づけられる。さらに、チーム内の役割に不足感を感じる場合、③「部活動で得た技量を社会貢献に生かす」ことにより互惠的他人志向に移行し新たに動機づけられる。①「練習のメリハリをつける」②「新たな役割を作る」③「部活動で得た技量を社会貢献に生かす」の3つのステップによって、運動系部活動におけるモチベーション維持ができることが検証できた。