様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　４ 年　６ 月 １４ 日現在

機関番号：１３１０３
研究種目：基盤研究(C)（一般）
研究期間：2018～2021
課題番号：１８Ｋ０３０６１

研究課題名（和文）中学生と指導者双方に適合する中学校部活動：個人-環境適合理論をベースとして

研究課題名（英文）The Significance of Extracurricular Activities for both Middle School Students and Teachers: Based on the Person-Environment Fit Theory

研究代表者
角谷　詩織（SUMIYA, Shiori）

上越教育大学・大学院学校教育研究科・准教授

研究者番号：９０３４５４１３

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　2,400,000円

研究成果の概要（和文）：　中学生4,632名，部活動顧問・副顧問教師282名，大学生485名から，質問紙調査への回答を得た。中学生よりもむしろ部活動顧問教師において，部活動への負担感が高いことが示された。顧問教師について，平日，休日ともに，部活動の活動時間が長いほど，部活動を肯定的に受け止め，負担感が低いことが示された。また，部活動時間が長い顧問教師ほど，「部活動の負担が小さくなれば楽になる」とは考えていなかった。部活動に対する負担感は，物理的な活動時間ではない点にあると考えられる。中学生にとっては部活動において主体性が発揮できていないことが課題とされた。

研究成果の学術的意義や社会的意義
　生徒，教師双方にとっての部活動過重負担が問題とされている。物理的に時数が極端に長い部活動はほとんどない。しかし，教師の中には負担感を強く感じている者もいる。ただし，部活動時間が短い部活の顧問教師程その負担感を強く感じているという結果となったため，部活動の物理的な活動時数を減らすことで問題が解決されるとは考えられにくいことが示唆された。
　中学生にとっての部活動として，主体性が発揮できる場とはなっていないことが課題として示された。これは，欧米のextracurricular activitiesと比較した際にも指摘されている点である。地域へ移行した場合も，主体性の育成が課題となるだろう。

研究成果の概要（英文）：In this study, a questionnaire survey was administered to 4,632 junior high school students, 282 extracurricular activity advisor/assistant advisor teachers, and 485 undergraduate and graduate students. The results showed that advisory teachers felt more burdened by extracurricular activities than junior high school students. The longer the duration of extracurricular activities, the more positive the teachers' perception of club activities and the lower their sense of burden. The cause of the sense of burden for club activities was considered to be not the physical duration of the club activities. The problem of club activities for junior high school students was that they were not able to take the initiative.

研究分野：発達心理学

キーワード：部活動　中学校　主体性　負担感

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９（共通）

１．研究開始当初の背景

本研究では，中学生と，部活動の指導者双方の成長を促す部活動の在り方を， Person-Environment Fit theory(e.g., Fraser & Fisher, 1983；以下 P-E 適合理論)に基づいて検討することを目的とした。

中学生の部活動満足感は学校適応と正の相関をもち，部活動への積極的な参加が学校適応を促す (e.g., Bradley & Conway, 2016; 角谷, 2005)。そして，中学生の部活動満足感に影響を与えるものの一つに顧問教師のリーダーシップがある(e.g., 吉村, 2005)。また，日本の中学生の平均部活動時間(スポーツ庁, 2018)は，平日 1 日当たり約 2 時間、休日約 3 時間である。これは，欧米の extracurricular activities(以下 EA)活動量と青少年の適応との関係を検討した研究(e.g., Fredrick, 2012)により，最も適応を高めるとされている活動時間量に該当する。にもかかわらず，実際，我国では，教員の部活動過剰負担や，いわゆる「ブラック部活」の問題が深刻である。一方，物理的に部活動に関わる頻度が高い教師ほど負担感が高いというわけでもなく，むしろ低いことも示されている(古川・舟橋・横田・間野, 2016)。この一見矛盾した現象を引き起こしている要因の一つに，物理的活動量以外の部活動環境要因が，中学生や顧問教師の個人のニーズや価値観と適合していないことが存在するのではないかと考えられる。P-E 適合理論は，従来，学習環境(e.g., Fraser & Fisher, 1983)や職場環境(e.g., Yu & Davis, 2015)に適用されてきた。そして，個人のニーズや価値観と環境とが適合することで，個人の適応や意欲が高められることが示されている。中学生にとっては教育環境であり，指導者にとっては職場環境である部活動環境もまた，P-E 適合理論の枠組みを通して，その在り方を検討できるだろうと考えた。P-E 適合理論では，教育環境として様々な次元を考慮する必要性も示されている。青少年の適応を促す EA の要素として，構造的(organized)で学校ベース(school-based)であること(Fisher & Theis, 2014)，青少年の主体性を尊重したものであること(Bradley & Conway, 2016)，チャレンジできること，仲間や大人との良好な関係があること(Durlak, et al.; 2010)がある。部活動においても，これらの部活動環境要因の在り方が，個人のニーズや価値観と適合しているかどうかを検討する必要があるだろう。さらに，教育環境と生徒との適合を捉える中で，教師と生徒の価値観や方針が適合しているかどうかが重要であることも示されている(Lai, 2015)。本研究では，生徒や指導者それぞれが適合できる部活動の在り方を見出すとともに，指導者が部活動環境と適合しているかどうかが生徒の部活動との適合に影響を与える可能性も検討したいと考えた。

２．研究の目的

以下の 2 点を本研究の大きな目的とした。

(1)　中学生や指導者双方の成長を促す部活動の要因として，部活動環境と個人のニーズや価値観が適合しているかどうかという P-E 適合理論の視点を取り入れて検討する。

(2)　中学生や指導者の P-E 適合に影響を与える環境要因(Objective Environment)と個人要因(Subjective Person)を見出す。

３．研究の方法

(1)　質問紙調査

2019 年 6～7 月，A 市内 23 校の生徒，部活動顧問・副顧問教師を対象とした質問紙調査を実施した。回答者数は，中学生 4,632 名(1 年生 1,540 名，2 年生 1,482 名，3 年生 1,610 名／男子 2,288 名，女子 2,276 名，不明 68 名)，教師 282 名だった

中学生時代の部活動の長期的な影響を検討することを目的とし，2020 年 7～12 月に 3 大学の大学生，大学院生に質問紙を依頼し，485 名(男性 232 名，女性 249 名，その他 2 名，不明 2 名)から回答を得た(うち部活動経験者 476 名)。

調査項目：客観的部活動環境：中学生用・顧問教師用・部活動指導員用に共通の部活動環境として，部員数，活動時間・活動頻度，活動の種類・種目等，目標・成績(大会・コンクールなど)，経験の有無，活動場所・必要備品等の有無，指導者による指導頻度。共通の部活動外環境として，睡眠時間，家族と過ごす時間。　中学生用の部活動外環境として勉強時間。　主観的個人要因：共通項目として，部活動観。主観的 P-E 適合：共通項目として，活動量，能力の発揮，主体性の発揮，活動場所・必要備品の充足。　中学生用項目として，所属欲求の充足，指導者の指導，指導者・友だち・先輩後輩との関係。　顧問教師用・部活動指導員用項目として，技術指導の在り方，部活経営，部員との関係，保護者の協力，学校の協力。充実感・適応：共通項目として，充実感・心理的健康・向上心・自信。　中学生用項目として，学校生活満足感，学習意欲。　顧問教師用項目として，教師としての自信，教師という職へのコミットメント，職場満足感。

(2)　インタビュー調査：

部活動顧問教師の部活動に対する意識を検討するため，2021 年 1 月，テニス部，剣道部の顧問経験教師にインタビューを実施した。

４．研究成果

中学生と部活動顧問教師への質問紙調査の結果を中心に報告する。

(1)　中学生の生活時間への意識

全体として健康な生活をしている。家庭学習の時間（塾などを除く）について，いずれの学年も，半数以上が「十分足りている」あるいは「足りている」としました。ただし，学年が上がるにつれ，「足りない」あるいは「あまり足りていない」が増える傾向がみられた。睡眠時間は，

いずれの学年も 70%～80%が「十分足りている」あるいは「まあ足りている」。ただし，学年が上がるとともに，「足りない」あるいは「あまり足りていない」が増える傾向にある。家族と過ごす時間については，いずれの学年も 90%前後が「十分足りている」あるいは「まあ足りている」とした。学年が上がると「十分足りている」あるいは「足りている」がさらに増える傾向にある。

(2)　中学生の部活動への負担感

1 週間当たり活動日数，平日，休日の活動時間ともに，半数以上が「ちょうどよい」と捉えている。(入部していない生徒が「無回答」に含まる。) 平日 1 日あたり活動時間が「多い」あるいは「多すぎる」は 15%未満であるのに対し，休日 1 日あたりの部活動時間について「多い」あるいは「多すぎる」が 20%前後となり，2 年生で多い。

(3)活動量への負担感と実際の活動量の関係

全体として，月曜日と日曜日に活動が「ある」部活動は 30%程度である。水曜日，木曜日に活動が「ない」部活動の生徒は，活動日数が「少ない」あるいは「少なすぎる」と回答している傾向がみられる。また，日曜日に活動が「ある」部活動の生徒は，活動日数が「多い」あるいは「多すぎる」と回答する傾向がみられる。　生徒が記入した平日 1 日あたり部活動時間を「分」単位に統一した後，それと，活動時間に対する負担感との関連を検討した。90 分，120 分を区切りとして，負担感の高さが変わることが示された。分析最低人数の確保のため，実際の活動時間を 90 分と 120 分で区切り，3 分割した後，負担感との関連を検討した(Table 2)。　平日 1 日あたり 90 分未満では「少ない」あるいは「少なすぎる」と回答する生徒が多く，120 分以上では，「多い」あるいは「多すぎる」と回答する生徒が多い。ただし，いずれの活動時間量においても，「ちょうどよい」と回答する生徒が 70%程度いる。(90 分以上 120 分未満で「ちょうど良い」とする生徒がもっとも多い。)

Table 2

平日1日あたり活動時間と負担感の関係

		多すぎる	多い	ちょうどよい	少ない	少なすぎる
90分未満	度数	9	29	356	131	16
	%	1.7%	5.4%	65.8%	24.2%	3.0%
	調整済み残差	-1.9	-5.2	-1.9	7.8	1.6
90分以上120分未満	度数	20	113	856	168	23
	平日活動時間3分割 の	1.7%	9.6%	72.5%	14.2%	1.9%
	調整済み残差	-3.0	-3.3	2.9	0.8	-0.3
120分以上	度数	93	361	1637	258	45
	平日活動時間3分割 の	3.9%	15.1%	68.4%	10.8%	1.9%
	調整済み残差	4.1	6.6	-1.4	-6.1	-0.9

平日の部活動の物理的な活動時間と，「睡眠時間」「家族と過ごす時間」「勉強する時間」が足りているかどうかとの関連を検討した。いずれも，物理的活動時間による差はみられなかった。つまり，部活動の物理的活動時間が長くても，家庭でのこれら 3 つの時間が「足りない」と感じる生徒が多くなるわけではない。休日 1 日あたり活動時間についても，同様の分析を行った。180 分，240 分という区切りで，負担感の高さが変わることが示された。実際の活動時間を 180 分と 240 分で区切り，3 分割した後，負担感との関連を検討した。180 分未満では「少ない」あるいは「少なすぎる」と回答する生徒が多く，240 分以上では，「多い」あるいは「多すぎる」と回答する生徒が多い。ただし，いずれの活動時間量においても，「ちょうどよい」と回答する生徒が 50%前後いる。(240 分以上で「ちょうど良い」とする生徒が少なくなる傾向がある。)

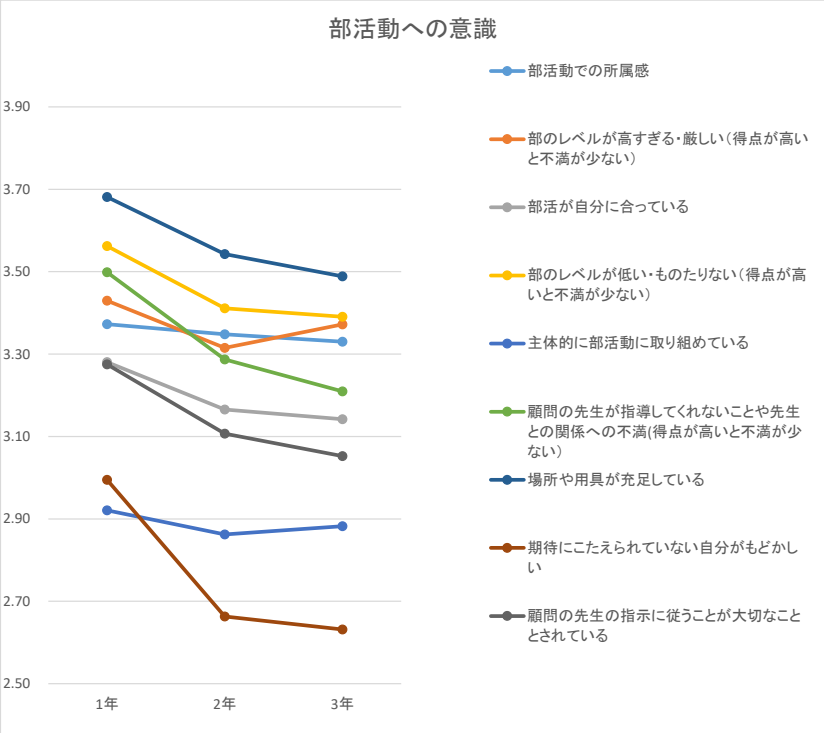
休日の部活動の物理的な活動時間と，「睡眠時間」「家族と過ごす時間」「勉強する時間」が足りているかどうかとの関連を検討した。休日の活動時間が「180 分未満」の部活動に所属している生徒で，「睡眠時間が足りない」とする生徒が多い。逆に，「240 分以上」の部活動に所属している生徒は，「睡眠時間が足りない」とする生徒が少ない。これは，中学生の睡眠不足が，部活動以外の要因によるものであることを示唆する結果となると考えられる。「家族と過ごす時間」「勉強時間」と部活動の物理的活動時間との関連はみられなかった。

(4)部活動への意識(Figure 1)

全体的に 1 年生が肯定的なものが多く，学年が上がるにつれ，ネガティブになる。これは，中学生の時期に，あらゆることについて批判的に捉えるようになるという発達的要因が関係していると思わる。なかで得点の低かったものの一つに，「主体的に部活動に取り組めている」がある。このことから，部活動の課題として，部活動における生徒の主体性の育成という点があげられるのだろうと思われる。具体的には，「自分でいろいろ考えて部活動に取り組んでいる」「自分のすることや練習メニューを自分で考えて決められる」「部活動で出てきた問題を自分たちで納得のいく解決方法を探すことができている」「部をよりよくしていくために部員が話し合う機会がある」「顧問の先生のやりかたに納得がいかないときは話し合える」「顧問の先生は，部員の意見や気持ちを尊重してくれる」の項目が該当する。

Figure 1

部活動への意識



(5) 部活動での活動時間と中学生の部活動への意識・心理的健康との関連

部活動への意識との関連では，平日 1 日あたり活動時間が長いほど，「部活動のレベルが高すぎる・厳しい」という意識が低く（r = −.11，p < .001），「期待にこたえられていない自分がもどかしい」という意識も低い（r = −.04，p < .05）傾向がみられる。「活動時間が長いほど，厳しいと感じている」と考えられがちであるが，その逆である。ただし，相関係数の値が低く，わずかな関連がみられるという程度である。心理的健康との関連では，平日の部活動時間が長いほど，「学校生活はものたりない」という意識が低く，「得意な科目がある」とする傾向がみられる。

(6) 部活動顧問教師の生活リズム・生活への意識

出勤時刻（家を出る時刻）は，6 時半～7 時半頃が中心である。6 時前に出勤するという回答も少数だがみられる。帰宅時刻は，19 時半～20 時半頃が中心ではあるが，非常に個人差が大きい。　平日の就寝時刻は大半が 22 時～24 時だが，25 時以降の回答もみられる。平日の起床時刻は 5 時～6 時半ごろが中心であるが，4 時台以前の回答も，11%みられる。自宅での仕事量（1 週間あたり）は 1 時間～5 時間が中心であるが，非常に個人差が大きく，0 分の回答が 30%弱ある。一方，10 時間を超えるという回答もみられる。平日の教材研究量（分）は，30 分～1 時間が中心だが，1～2 時間も 30%程度いる。5 時間という回答もある。休日に家族と過ごす時間は 0 分の回答が 9%程度みられる。1～3 時間が中心である。睡眠時間については，足りていると感じている教師（「十分足りている」「まあ足りている」）と足りていないと感じている教師（「足りない」「あまり足りていない」）が半々であった。平日の教材研究については，「足りない」「あまり足りていない」が約 65%，休日家族と過ごす時間については，「足りない」「あまり足りていない」が約 55%と，若干足りていないと感じている教師が多い。

(7) 教師の部活動への負担感

1 週間当たり，平日 1 日当たり，休日 1 日当たりの部活動量について，約半数が，「ちょうど良い」と回答しているが，30%以上が「多すぎる」あるいは「多い」と感じている。中学生よりも教師のほうが，部活動の現活動量を負担に感じている。

(8) 教師の部活動への負担感と実際の活動量

教師が回答する平日 1 日当たりの部活動の活動時間は 2 時間が約半数だった。休日は，3 時間が約 30%，3 時間～4 時間が約 20%だった。

日曜日に部活動が「有」という部の顧問の先生において，1 週間当たりの部活動日数が「多すぎる」あるいは「多い」と回答する割合が高いということが示された。他の曜日には，実際の活動の有無と負担感との関連はみられなかった。平日 1 日あたりの実際の活動時間と活動量への負担感とに，関連はみられなかった。つまり，実際の平日の活動時間が，教師の部活動の負担感に影響を与えるわけではないということが示唆された。休日の活動時間については，実際の活動量との関連がみられた。「3 時間未満」で「休日 1 日当たりの部活動時間が多い」が少なく，「ちょうどよい」とする回答が多くみられました。一方，「3 時間より多い」で「休日 1 日当たりの部活動時間が多い」が多くみられた。

(9) 教師の部活動への意識

部活動はどうあるべきかについて，「育成」の視点（「スポーツや芸術などの技術指導が充実し

ている」「身体的・精神的な忍耐力を生徒が身につける」「生徒の将来の目標につながる」「勉強の苦手な子どもの勉強以外の力が認められる」）が，「主体性」（「生徒が興味のあることを各自のペースで取り組める」「生徒の主体性に任せる」）よりも若干高く現れた。

部活動への意識について，比較的ポジティブなとらえがみられた。（場所や備品はある程度充足しており，部員との信頼関係がある程度構築できており，保護者は部活動に協力的だとある程度感じている。部のレベルが高すぎるとは感じていないが，ものたりないとも感じていない。）ただし，「部活動の負担が小さくなれば楽になる」の得点も高くなっている。「部が自分に合っている」の平均値も高くはない。専門性を高める必要性は，特に強く感じている教師が多いわけではなさそうである。

(10)顧問教師の部活動への負担感と部活動への意識・心理的健康との関連

部活動への意識については，平日，休日ともに，部活動の活動時間が長いほど，「部が自分に合っている」「部の目標と自分の目標は両立できる」「専門性を高める必要性を感じる」「部員との信頼関係を構築できている」「学校の協力を得ることができている」「もっと指導できると思う（物足りない）」「保護者が協力的だと感じる」傾向が高く，また，「保護者の要求が強くて困る」「部活動の負担が小さくなれば楽になる」「部のレベルが高すぎる」とする傾向が低い。平日休日ともに，部活動時間数が多い部活動の顧問教師ほど，「部活動の負担が小さくなれば楽になる」とは考えていないという結果と，「部のレベルが高すぎる」とは考えていないという結果を併せ考えると，部活動に対する負担感は，物理的な活動時間ではない点にあると考えられる。

心理的健康との関連，相関係数が.20 前後と小さいが，部活動時間が長いほど充実した意識が高いことが示された。つまり，「充実感」「自尊心・希望」「職場満足感」が高く，「毎日の生活がおもしろくない」「今の職場は厳しいと思う」という意識が低い傾向にあった。これは，同時に，部活動時間が短いほど，「充実感」「自尊心・希望」「職場満足感」が低く，「毎日の生活がおもしろくない」「今の職場は厳しいと思う」と感じるという傾向を示している。

＜引用文献＞

Bradley, J. L., & Conway, P. F. (2016). A dual step transfer model: Sport and nonsport extracurricular activities and the enhancement of academic achievement. British Educational Research Journal, 42(4), 703-728. doi:10.1002/berj.3232

Durlak, J.A., Weissberg, R.P., Pachan, M. A. (2010). Meta-analysis of after-school programs that seek to promote personal and social skills in children and adolescents. Am J Community Psychol. 45(3-4), 294-309. doi: 10.1007/s10464-010-9300-6.

Fischer, N. & Theis, D. (2014). Extracurricular participation and the development of school attachment and learning goal orientation in adolescents: the impact of school quality. Developmental Psychology. http://dx.doi.org/10.1037/a0036705.

Fraser, B. J., & Fisher, D. L. (1983). Use of actual and preferred Classroom Environment Scales in person-environment fit research. Journal of Educational Psychology, 75(2), 303-313. https://doi.org/10.1037/0022-0663.75.2.303

Fredricks, J. A. (2012). Extracurricular Participation and Academic Outcomes: Testing the Over-Scheduling Hypothesis. Journal of Youth and Adolescence 41(3), 295-306. DOI:10.1007/s10964-011-9704-0

Lai, T.-L. (2015). Effects of Student-Teacher Congruence on Students' Learning Performance: A Dyadic Approach. Social Science Quarterly, 96(5), 1424-1435. https://www.jstor.org/stable/26612285

角谷詩織（2005）．部活動への取り組みが中学生の学校生活への満足感をどのように高めるか：学業コンピテンスの影響を考慮した潜在成長曲線モデルから．発達心理学研究 16（1），26-35. https://doi.org/10.11201/jjdp.16.26

スポーツ庁（2018）．平成 29 年度運動部活動等に関する実態調査報告書

古川拓也・舟橋弘晃・横田匡俊・間野義之（2016）中学校運動部活動顧問教師のストレッサーに関する研究：運動部活動顧問教師用ストレッサー尺度の作成及び属性間による比較検討．スポーツ産業学研究，26（1），29-44. https://doi.org/10.5997/sposun.26.1_29

吉村　斉（2005）．部活動への適応感に対する部員の対人行動と主将のリーダーシップの関係．教育心理学研究，53（2），151-161. https://doi.org/10.5926/jjep1953.53.2_151

Yu, K.Y., & Davis, H.M. (2016). Autonomy's impact on newcomer proactive behaviour and socialization: A needs-supplies fit perspective. Journal of Occupational and Organizational Psychology, 89(1), 172-197. http://dx.doi.org/10.1111/joop.12116

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計1件（うち査読付論文　0件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　0件）

１．著者名 角谷詩織	４．巻 40
２．論文標題 中学校教師の部活動に対する意識と心理的諸要因	５．発行年 2020年
３．雑誌名 上越教育大学研究紀要	６．最初と最後の頁 -
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 －

〔学会発表〕　計1件（うち招待講演　0件／うち国際学会　0件）

１．発表者名 角谷詩織
２．発表標題 中学校の部活動量と中学生の負担感
３．学会等名 日本心理学会第84回大会
４．発表年 2020年

〔図書〕　計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

－

６．研究組織

	氏名 （ローマ字氏名） （研究者番号）	所属研究機関・部局・職 （機関番号）	備考

７．科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕　計0件

８．本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関