

中国大学体育の現状と課題

王, 雪蓮
九州大学大学院人間環境学府

杉山, 佳生
九州大学健康科学センター

<https://doi.org/10.15017/20695>

出版情報 : 健康科学. 33, pp.13-19, 2011-03-25. 九州大学健康科学センター
バージョン :
権利関係 :



中国大学体育の現状と課題

王雪蓮¹⁾, 杉山佳生^{2)*}

Current situation and issues of university physical education in China

Xue Lian WANG¹⁾, Yoshio SUGIYAMA^{2)*}

Abstract

In China, there has recently been an increased focus on the health status of university students including physical, mental, and social health. In this paper, first, traditional Chinese health beliefs and the health education policy of the Chinese Government have been reviewed, the current health status and lifestyle of university students in China discussed, and the necessity of physical education in universities for improving their health and lifestyle emphasized. Subsequently, the current situation of physical education in Chinese universities has been identified, some issues about university physical education discussed, and some future directions indicated. Finally, the present problem of Chinese students having gradually lost social skills including communication skills has been featured and the role of university physical education in China to solve such a problem discussed.

Key Words: health status, physical education, university students, China

(Journal of Health Science, Kyushu University, 33: 13-19, 2011)

1. はじめに

情報社会時代において、知識の更新速度はますます速くなり、経済の発展も相まって、人々は、不断の自己学習と自己啓発を要求されるようになってきている。中国においても、人々は教育への投資を重視し、子女への教育費の増加にとどまらず、成人教育費用も増加している。英会話スクール、修士課程・博士課程への進

学、海外留学など、積極的に出費して何かを学習しようとする人々が増えている。その一方で、運動・スポーツをする時間は減少しており、青少年の発育発達や健康に悪影響が及んでいるという現状がある¹⁾。また、一人っ子は、両親から一身に愛情を受けて育つため、「小皇帝」(女兒の場合は「小公主」とも呼ばれているが、様々な問題を抱えていることも指摘されている¹⁾。

一方、学生生活に目を向けてみると、中国では、

1) 九州大学大学院人間環境学府行動システム専攻 Graduate School of Human Environment Studies, Kyushu University

2) 九州大学健康科学センター Institute of Health Science, Kyushu University

*連絡先: 九州大学健康科学センター 〒816-8580 福岡県春日市春日公園 6-1 Tel&Fax : 092-583-7856

*Correspondence to: Institute of Health Science, Kyushu University 6-1 Kasuga-koen, Kasuga, Fukuoka 816-8580, Japan

Tel&Fax: +81-92-583-7856 E-mail: sugiyama@ihs.kyushu-u.ac.jp

多くの学生が、高校までは実家から通学しているが、大学に入ると、学生寮に住むことが多くなり、自立的な生活を始めることになる。このように、大学という時期は、次世代を担う若者たちが、自らの生活を見つめ直し、どのように行動するかを自らに問いかける時期であるとも言える。また、中国では、毎年10月に新しい学期が始まるが、大学の新生は、最初の1ヶ月間に、軍隊の指導官から、軍隊的な訓練を受ける。毎日朝9時頃から夕方まで、軍隊流の姿勢や歩き方などを練習する。そこで、新しい自立的な生活を行うための基礎となる忍耐力を鍛え、困難と戦うという強い気持ちを培おうとしている。

しかしながら、高校までは規則的な生活習慣を持っていたが、大学に入った後に、生活習慣が不規則になる学生も多いという現状もある。長時間、インターネットカフェでゲームに夢中になっている、普段の授業のためには勉強しないが、期末試験の前だけ勉強する、一日に一食しか取らない、あるいはパンやインスタント食品ばかりを食べている、などといった学生がいるといった点は、日本とあまり変わりはないようである。その一方で、勉学に真剣に取り組む学生も多いが、そのような学生は、放課後、毎日のように学校の講義室に残って自主勉強をするために、運動をする機会をほとんど持っていない。実際、中国の大学生の65.68%が、運動不足であると感じており、普段よく運動をするという大学生は、19.12%に過ぎず、脊椎痛などを訴える学生の増加も認められている²⁾。このような現状を考えると、大学生が充実した学生生活を送ることができるようにするために、また、生涯にわたって豊かな人生を送るための基礎になる心身の健全な育成や健康の維持・増進のために、体験学習の場として、定期的、規則的な運動ができる環境を提供しうる「体育授業」の必要性は、十分に強調されてしかるべきであると思われる。

このような、学校における体育教育のあり方に関して、日本の文部科学省に相当する中国教育部は、高等教育における体育課程の新しい基準を作成している。そこでは、「健康第一」という基本的な指導理念が打ち出されているのだが、それに加えて、運動に対する興味・関心を誘発することや学生の体育意識を培うことの重要性、さらには、学生の個人差や要求・期待を踏まえるといった学生の主体性を考慮することの重要性が強調されており、学校体育の必要性が、国レベルでも、唱えられている³⁾。

このような国家方針を受け、運動不足の解消や授業

の魅力の向上を目指して、近年、中国の大学も、様々な試みを行っている。例えば、1年間の必修体育授業を2年間に変更した大学も、いくつか見受けられる。また、かつては、多くの場合、学生にスポーツ種目を選択する自由はなく、学校側に決定権があり、選択できたとしても、スポーツ種目は、陸上競技やバスケットボールなどに限定されていた。現在では、選択しうるスポーツ種目も増えており、例えば、女性に人気があるエアロビクスダンス、卓球、バドミントン、水泳などの授業が開講されている。中国の大学体育授業も、現代の日本と変わらず、教師が学生を選択する時代から、学生が教師を選択する時代になってきたとすることができるかもしれない。

2. 中国大学生の健康度と生活習慣

ところで、健康について、WHOは、「肉体的、精神的及び社会的に完全に良好な状態であって、単に疾病または病弱が存在しないということだけではない」と規定しているが、中国では、「4次元健康観」(図1)、「健康の5要素」(図2)などといった健康観や枠組みが提示されている²⁾。

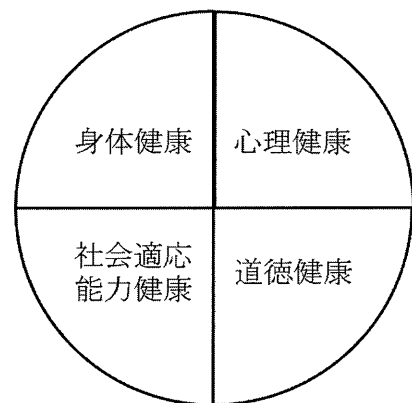


図1 4次元健康観

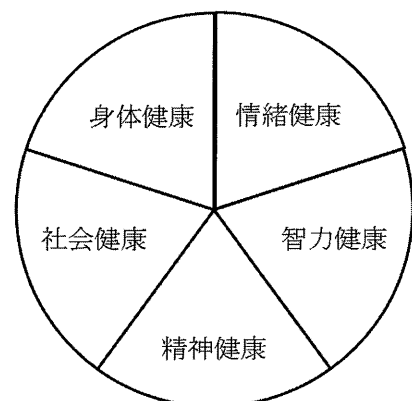


図2 健康の5要素

中国において、健康は、人類の存在、経済の発展、社会の進歩、民族の興衰を保証するものであるとみなされている⁴⁾。そして、昨今では、学生の健康状態や生活習慣に対する社会的な関心も高まってきている。1985年には、新中国の成立を機に、「第一回全国学生体質健康状況調査」が行われ、1987年には、「全国学生体質健康調査制度」が制定された。これは、4年に一回、中国全土にわたって調査を行うというものである²⁾。

このような健康に対する関心は、心理的側面にも向けられている。経済発展や社会競争の激化は、中国の大学生にも、多面的なストレスを生み出しているものと考えられる。日本においても、物質的豊かさを享受できるようになってきた一方で、精神的には豊かとは言えないような事象も多く、心の健康の問題が注目されているが⁵⁾、中国においても、様々な精神的あるいは行動的な問題が現れている。1989年に中国教育部によって行われた、全国大学生の心理健康に関する無作為調査によると、20.23%の学生に、様々な程度の心理疾病があり、その割合は、その後行われた3回目の調査で、24%にまで上昇しており、最近の調査では、さらに上昇していることが報告されている⁶⁾。このように、精神的な健康の維持・増進についても、そのための健康教育を行うことが急務であると考えられる。

また、日本では、生活習慣（食生活、栄養、身体活動・運動、休養、心の健康など）の問題も論じられており、その中で、健康の維持・増進に対する考え方が発展してきている⁷⁾。特に、運動頻度が高い者ほど健康度や生活習慣が良好であるという傾向が示されており、運動を習慣化することにより、食生活や休養のあり方、健康度などが改善する可能性があると言われている⁸⁾⁹⁾¹⁰⁾。

ところで、1990年代までに行われた健康に関する研究では、健康度、ストレス、栄養、運動、睡眠などといった変数が取り上げられているのだが、これらの健康関連変数を同時的に扱うような研究は、必ずしも多くなかった。しかしながら、生活習慣や運動習慣を含め、人々の健康を包括的に捉え、その具体的な改善策を提示するためには、個人の健康度や生活習慣を総合的に把握する必要があると考えられる。このような状況を鑑みて、日本では、徳永ら^{11, 12, 13)}が、「健康度・生活習慣診断検査 (DIHAL)」を開発した。この質問紙尺度は、健康度に関わる3つの下位尺度(身体的健康度、精神的健康度、社会的健康度)と、生活習慣に関わる9つの下位尺度(運動行動・条件、運動意識、食事のバランス、食

事の規則性、嗜好品、休息、睡眠の規則性、睡眠の充足性、ストレス回避行動)によって構成されており、広範囲の健康度や生活習慣が、同時にかつ簡便に測定できるようになっている。一方で、中国では、前述したように、青少年・学生に対する健康教育に関する様々な方針を打ち出されており、学生の健康や生活習慣も調査されているのだが、そこで用いられた調査項目は、構造化されていないものがほとんどであり、学生の健康状態や生活習慣の実態が包括的に把握されているとは言えない。そのため、中国の学生の健康状態と生活習慣や運動習慣との相互関係や、それぞれの規定要因についても、不明な点が多い。大学体育教育の目的の一つが、運動習慣や生活習慣を改善し、健康度を高めることにある以上は、これらの変数間の相互関係や因果関係を明らかにしておくことは、中国の健康科学研究における重要な課題の1つであると言えるだろう。

3. 中国大学体育の現状と目指すべき方向性及び授業研究の必要性

これまでも述べてきたように、中国では、大学における体育教育を、健康づくりや、社会的適応への第一歩などと位置づけているが、実際の教育現場においては、健康の改善や社会性を高めるようなプログラムはほとんど実施されておらず、運動技術の指導を中心にして、授業は行われている。その一方で、学生の健康問題に対し、体験学習の場としての大学体育がどのような機能を果たしうるのかという問題については、様々な指摘がなされている。例えば、体育は「身体的活動を通して心身を健康にするとともに、全人的な発展をもたらすことを目的とし、立派な社会的国民に育てることを最終の目標とした、社会文化または教育課程」²⁾などと考えられている。また、体育の機能として、教育、運動・娯楽、競争意識の養成、政治・経済・文化の伝達などが挙げられている¹⁴⁾。つまり、学校体育は、人間教育の手段の1つであり、学生を健康にすると同時に、学生の知力、心理的能力、社会適応能力を促進するものであるとみなしていると言える¹⁵⁾。

日本においても、近年、学生のメンタルヘルスの悪化、コミュニケーション能力の欠如、体力の低下などが指摘されており、大学の抱える問題の1つとなっている^{16, 17)}。さらに、大学における保健体育授業やスポーツ実習授業を通して、健康の維持・増進や生活・運動習慣の改善を目指した「教育」を積極的に行うことは、現

代の重要な課題であると考えられている¹³⁾。すなわち、大学生の健康状態や生活・運動習慣は、体育授業を通して、意図的に変容させることができると考えられる。

もちろん、全人的な教育効果を考えるのであれば、体育授業の受講期間だけではなく、その後のライフスタイルへの影響をも考慮して、教育プログラムを構築・評価する必要があるだろう^{8,18)}。言い換えれば、体育授業は、運動・スポーツや健康に関する科学的知識を教授するだけでなく、健康維持・増進スキルの獲得や日常生活場面での身体活動の増進にも資するものであるべきである。しかしながら、知的エリート教育を主眼とする中国の大学においては、必ずしもその重要性が認識されているとは言えないようである。また、日本では、知識や態度を教授するだけでなく、学習した内容を学生が実践・練習することができる場であるという点において、体育授業は重要であるということも指摘されている¹⁹⁾。中国においても、このような大学における体育活動の意義に対する理解を深めていく必要があるだろう。さらに、身体活動・運動が健康の維持・増進に果たす役割が強調されている今日において、大学在学中の身体活動量を維持・増進する教育が必要なことも指摘されている⁴⁾。学校体育授業は、学生に規則的な身体活動を提供し、学生の健康増進に寄与すると考えられるものであり^{20,21)}、運動を習慣化することによって、その他の生活習慣や様々な種類の健康度が良好なものになることが示唆されていることから²²⁾、大学における体育の重要性を強調していくことが期待されよう。

さて、中国、日本に関わらず、一般的な大学生に対する健康教育の場としては、共通教育科目（いわゆる、一般教養科目）として開講される体育授業が挙げられる。体育の授業は、取り上げる課題の特性上、通常、比較的少人数で行われることが多く、また、行動の自由度も高いため、健康教育の場としてだけではなく、社会的スキル育成の場^{23,24)}、あるいは友人形成の場²⁵⁾として機能することが指摘されている。このような場合は、高校から大学生活への移行を円滑にし、学生一人ひとりを学問的、社会的な「成功」へと導くきっかけを作る場であるとも言え⁸⁾、大学全入時代間近の日本においては、その重要性はますます高まっている。

また、米国の大学における健康関連カリキュラムでは、「生涯を通じて」「学外で」「一人で」行える活動（例えば、ウォーキング、ジョギング、エアロビックダンスなど）が強調されている¹⁹⁾。さらに、「運動の楽しさ

や喜びを味わう」ことは、今日の学校体育の学習目標の1つともなっているが^{26,27,28)}、体育授業において生じる、楽しさのようなポジティブな経験は、内発的動機づけと密接に関係していると指摘されている²⁹⁻³³⁾。つまり、体育授業で楽しさが重視されることにより、上達のための努力、学習、協力行動が導かれると考えられる^{32,34,35)}。このような点から見ても、学生が楽しみながら、自発的に活動できる体育授業を、積極的に構築していく必要があると考えられる。

これまでも述べてきたように、身体活動や運動が健康の維持・増進に果たす役割が強調されている今日、大学在学中に、身体活動量を維持・増進するような健康教育が必要なことは明らかである。また、そのために実践的な学習活動が必要であり、それにふさわしい場としての体育授業の重要性が示唆されている²⁾。加えて、体育の授業は、大学新入生の学問的、社会的適応を同時にサポートできる絶好の場であると指摘されているが¹⁵⁾、中国の教育現場では、事実上、このような教育の効果を測定・評価しようという動きは見られていない。大学体育についても、このような取り組みが大学生にどのような効果をもたらすのかについての議論は、ほとんど進んでいない³⁾。

現代では、国や地域を問わず、体育教育に求められている主な役割に、青少年の現在及び将来の身体的、心理的、あるいは社会的健康を増進させることがあると考えられている²²⁾。その一端として、大学においても、体育授業をどのように構築すればよいのかを検討する必要がある。特に、中国において、大学体育の授業は、かつては指定されたコースを受講しなければいけないことが多かったが、近年では、学生が授業コースを自由に選択できるようになってきた。このような状況では、学生は、自らの期待に沿う授業を選択することになるだろう。それゆえに、学生が期待する授業というものの様相を把握するというのもまた、行っていかねばならないだろう。

このような様々な問題が提起されている一方で、中国の体育・スポーツ科学領域において、大学の体育授業に関する研究は、ほとんど行われていない。大学生の心理的、社会的健康を含む健康状態や、運動・生活習慣の実態が十分に把握されているとは言えず⁶⁾、大学体育に対して、学生がどのような授業を望んでいるのかについても、把握されているとは言い難い。あわせて、中国の大学生の「健康度・生活習慣」を包括的に捉えるような尺度や、「体育授業への学生の期待」を評価する

ような尺度も、整備されていない。中国における大学体育授業の効果を検証するためにも、このような尺度を開発し、整備していくことが求められよう。

体育授業やスポーツ実習を通して、健康の維持・増進や生活習慣の改善を指導することが重要であることは、先にも述べたが^{8,17,25)}、大学生の健康問題を吟味してみると、生活習慣に起因していると思われる事象が多く、そのため、健康教育においては、講義の内容を理解するだけではなく、行動を変容させ、健康行動を習慣化することが求められている²²⁾。つまり、学校教育を通して、日常の生活習慣行動を実際に変えることで、健康維持・増進を図ることが必要である。中国において、このような観点から大学体育授業を実践したり、あるいはその教育効果を検証するような研究は、皆無である。具体的な行動の変化をもたらす行動科学的アプローチによって、健康的・活動的ライフスタイルを構築しようという視点は、中国の大学体育教育の現場へも、積極的に導入されるべきである。

さらに、日本では、学生の期待に応えつつ、行動変容をもたらすような大学体育の授業プログラムの開発を目指して、根上³⁰⁾により、体育授業の三元論・相互干渉モデルが提案された(図3)。

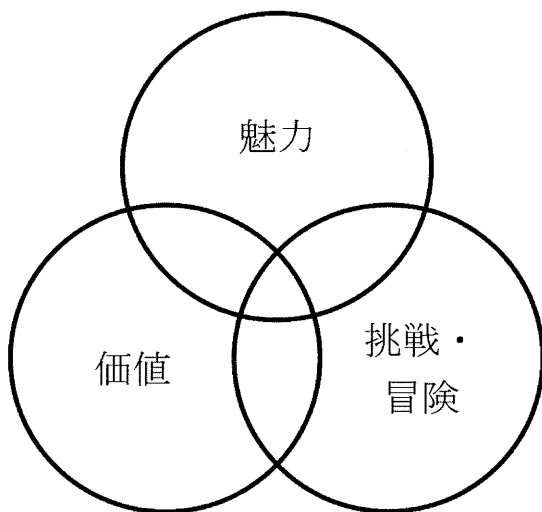


図3 体育授業の三元論的・相互干渉モデル

このモデルでは、体育授業の中に存在する「魅力ある活動」、「価値ある教育」、「挑戦・冒険の経験」は、相互に対立する関係にありながら、時には互いに一方を要素として取り込み、相補的關係において活性化するものであると考えられている。特に、一般教育的な体育授業では、「魅力」及び「価値」の共存が重要であり、両者を備えた授業モデルを構築することが、現代体育に

おける重要な課題であると指摘されている³⁷⁾。しかしながら、「魅力ある授業」と「価値ある授業」の両立には、様々な制約がある。教師から見た「価値ある授業」の様相が様々である一方で、学生にとっての「魅力ある授業」に対しても、教師によって一貫した認知がなされていない場合が多く、両者の相補性を十分に生かした授業の実現には、なお、多くの理論的考察や試行が必要であると思われる。

4. 社会的スキルの問題

近年、中国では、欧米や日本と同様に、青少年の「社会的スキル」が注目されるようになってきた。すなわち、コミュニケーションスキルを含む社会的スキルの低下が、社会的な問題として、取り上げられるようになってきたのである³⁸⁾。このような傾向について、様々な原因があると考えられるが、最も注目されている要因に、1970年代後半に始まって、20年以上継続されている「一人っ子政策」がある。先行研究では、一人っ子には、社会的スキルに関する問題が多く存在すると指摘されている³⁹⁾。加えて、IT技術が発展し、都市部の若者の間で携帯電話やインターネットが普及し、間接的メディアによるコミュニケーションが多くなってきており、このような間接的コミュニケーションの増加もまた、中国の青少年の社会的スキルの低下をもたらしている可能性があると言えるだろう。

このような現状の中、毛³⁸⁾は、アメリカにおける社会的スキルの概念や、社会的スキルを測定する代表的な尺度が中国に導入されてきた経緯などについて、概観している。また、侯³⁹⁾は、中国の大学生を対象にして、日本で開発されたKiSS-18という社会的スキル尺度⁴⁰⁾を用いて、研究を行っている。さらに、毛³⁸⁾は、この尺度が、広く中国の青少年に適用できるかどうかを検討している。

社会的スキルは、構造的に、認知的側面と行動的側面の両方を含んでいる概念であると考えられているが、学習の原理と技法によって体系的に教えることができ、また、そのようにして教えるべきものであると指摘されている^{41,42)}。日本の体育の授業を対象とした研究においても、授業に取り組むことができることと社会的スキルの高さの間に関連があることが明らかにされており^{23,24)}、社会的スキルは、教育をより効率的に実施するための必要条件ともみなせるものである。

体育授業は、身体的健康教育の場としてだけでなく、

社会的相互作用を通して友人を作る場,あるいはコミュニケーションスキルを含む社会的スキルの育成の場としての機能もあることが指摘されている²⁵⁾。このように,大学生の社会的スキル問題に対し,大学の共通教育科目として開講されている体育授業は,多大な貢献をする可能性を有していると言える。

5. 今後の展望

以上の論議を踏まえると,中国の大学体育において,体育授業を,学生にとって「魅力」のある授業とすることを視野に入れながら,健康状態や生活習慣を改善し,社会的スキルを獲得させるような「価値」のある授業に作り上げていくことを検討すべきであると考えられる。そして,このような観点に則った体育授業プログラムを開発し,実践することが期待され,それらの効果を検証するための授業研究も,積み重ねていくことが必要であると思われる。

文 献

- 1) 日本能率協会総合研究所 (2007): 2007年版中国ライフスタイル白書.
- 2) 浦北娟 (2007): 体育与健康. 電子科技大学出版.
- 3) 毛振明 (2009): 体育与健康課改論. 北京体育大学出版社.
- 4) 馬啓偉 (1996): 体育心理学. 高等教育出版社.
- 5) 富永美穂子, 清水益治, 森敏昭, 児玉憲一, 佐藤一精 (2001): 中・高生及び大学生の食生活を中心とした生活習慣と精神的健康度の関係. 日本家政学会誌, 52(6): 499-510.
- 6) 焦艶 (2007): 大学生体育与健康. 南京大学出版社.
- 7) 川畑摩紀枝, 渡辺和子, 津田紀子, 野崎香野 (1989): 青年の生活習慣と健康度について. 神大医短紀要, 5: 115-120.
- 8) 木内敦詞 (2008): 行動科学に基づく体育プログラムが大学新入生の健康度・生活習慣に及ぼす効果: Project FYPE. 体育学研究, 53: 329-341.
- 9) 九州大学健康科学センター (編) (1998): 健康と運動の科学. 大修館書店.
- 10) 長弘千恵, 馬場みちえ, 竹本仁美, 赤司千波, 篠原純子, 畝博 (2002): 生活習慣と習慣的健康状態, 生活満足度との関連. 九州大学医療短期大学部紀要, 29: 17-26.
- 11) 徳永幹雄, 橋本公雄 (2001): 学生の健康度・生活習慣に関する診断検査の開発. 健康科学, 23: 53-63.
- 12) 徳永幹雄, 橋本公雄 (2003): 青少年の生活習慣が健康度評価に及ぼす影響. 健康科学, 24: 39-46.
- 13) 徳永幹雄, 山崎先也 (編著) (2008): 健康・福祉と運動の科学. 大学教育出版, pp. 144-147.
- 14) 鮑冠文 (1995): 体育概論. 高等教育出版社.
- 15) 胡鬧, 金育強 (2007): 学校体育与青少年的社会化. 中国科技論文在線.
- 16) 佐藤陽治, 斎藤滋雄, 上岡洋晴 (1996): 大学生の精神的健康度とライフスタイルとの関係. 学習学院大学スポーツ・健康科学センター, pp. 9-30.
- 17) 橋本公雄 (2006): 運動行動の促進を意図した「健康・スポーツ科学講義」の効果—行動変容技法の導入. 大学体育学, 3: 25-35.
- 18) 津田彰, 尾関友佳子, 原口雅浩, 吉水浩 (1998): 青年期学生のライフスタイルと健康意識及び健康状態. 久留米大学保健体育センター研究紀要, 6(1): 15-20.
- 19) 竹中晃二 (2001): 米国における子ども・青少年の身体活動低下と公衆衛生的観点から見た体育の役割: 体力増強から健康増進へ, さらに生涯の健康増進へ. 体育学研究, 46: 505-535.
- 20) 荒井弘和, 木内敦詞, 中村友浩, 浦井良太郎 (2005): 行動変容技法を取り入れた体育授業が男子大学生の身体活動量と運動セルフ・エフィカシーにもたらす効果. 体育学研究, 50: 459-466.
- 21) Fairclough S, Stratton G (2005): Physical education makes you fit and healthy: Physical education's contribution to young people's physical activity levels. Health Education Research, 20(1): 14-23.
- 22) 山崎勇視力, 日野和明, 山崎先也 (2004): 運動習慣の変容が健康度・生活習慣に及ぼす影響. 西南学院大学教育・福祉論集, 3(2): 1-9.
- 23) 島本好平, 石井源信 (2007): 体育授業におけるスポーツ経験が大学生のライフスキルに与える影響. スポーツ心理学研究, 34(1): 1-11.
- 24) 佐々木万丈 (2004): 中学生の体育授業における社会的スキルの分析: 性, 学年, 体育授業への適応感に着目して. 体育学研究, 49: 423-434.
- 25) 中村友浩 (2006): 初年次教育としての大学体育. 大学体育, 87: 160-164.
- 26) 藤田勉, 杉原隆 (2007): 大学生の運動参加を予測する高校体育授業における内発的動機づけ. 体育学研究, 52: 19-28.

- 27) 伊藤豊彦, 織奥信男 (1988): 体育学習における児童・生徒の楽しさを規定する要因と教師の認識. 体育学研究, 33: 123-133.
- 28) 徳永幹雄, 橋本公雄 (1980): 体育授業の「運動の楽しさ」に関する因子分析的研究. 健康科学, 2: 75-90.
- 29) Vanden Auweele Y, Bakker F, Biddle S, Durand M, Seiler R (編) スポーツ社会心理学研究会 (訳) (2006): 体育教師のための心理学. 大修館書店.
- 30) Ferrer-Caja E, Weiss MR (2000): Predictors of intrinsic motivation among adolescent students in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71(3): 267-279.
- 31) Hassandra M., Goudas M, Chroni S (2003): Examining factors associated with intrinsic motivation in physical education: A qualitative approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 4: 211-223.
- 32) Papaioannou A, Bebetos E (2006): Causal relationship of sport and exercise involvement with goal orientations, perceived competence and intrinsic motivation in physical education: A longitudinal study. *Journal of Sports Science*, 24(4): 367-382.
- 33) 伊藤豊彦 (2003): 動機づけと運動の好き嫌い. 体育の科学, 53(12): 900-904.
- 34) 賀川昌明 (1984): 体育授業における楽しさの要因分析—学習者の個人特性と因子別得点との関係について—. 徳島大学教養部紀要 (保健体育), 6: 19-32.
- 35) Standage M, Duda JL, Ntoumanis N (2003): A model of contextual motivation in physical education: Using constructs from self-determination and achievement goal theories to predict physical activity intentions. *Journal of Educational Psychology*, 95(1): 97-110.
- 36) 根上優 (2006): 体育授業の三元論・相互干渉モデルの構築を目指して. 体育・スポーツ教育研究, 8(1): 52-55.
- 37) 橋本公雄 (研究代表) (2008): 大学生の心身の健康問題に対処しうる独自の体育プログラム開発. 平成18・19年度文部科学省科学研究費補助金研究成果報告書, pp. 1-5.
- 38) 毛新華 (2002): 社会的スキル測定尺度 KiSS-18 の中国の若者への適応. 大阪大学大学院人間科学研究科修士論文.
- 39) 候桂芳 (2003): 中国における一人っ子大学生の社会的スキル—非一人っ子との比較. 安田台大学研究科文学研究科紀要, 7: 73-82.
- 40) 菊池章夫 (1988): 思いやりを科学する—一向社会的行動の心理とスキル. 川島書店.
- 41) 菊池章夫 (編著) (2007): 社会的スキルを測る: KiSS-18 ハンドブック. 川島書店.
- 42) 相川充 (2009): 新版 人づきあいの技術—ソーシャルスキルの心理学. サイエンス社.