

ライバルの存在とライバル視による効果

保健班: 紀伊弓太郎、前田晃良、高山斗希、三浦大輔

Abstract

We have researched the difference of your performance in case only you consider your fellow as a rival or each other .As a result, we found that your performance will rise only when your rival is.

要約

自分が一方的にライバル視している場合とお互いにライバル視している場合では、自分自身のパフォーマンスにどのような影響があるのかについて研究した。その結果、上記どちらの場合でも、パフォーマンスの向上に大きな効力を持つということが明らかになり、人と競り合ったりライバルの存在を意識することが、自身のパフォーマンスの向上につながるということが分かった。

1. はじめに

保健班の先輩が「応援の効果」を研究し、その研究で「応援」に効果があることが示された。そこで、「応援」と同様に、選手の心理状態を変化させてパフォーマンスに影響を与えそうな「ライバル」でも同様の効果が得られるのかと疑問に思い、本研究を実施した。また、「ライバルの存在の有効性の検討」(永澤,2016)より、お互いがお互いをライバル視しているという条件の下、学習においてライバルの存在が良い影響を与えるため、「スポーツの場において、ライバルが存在することおよびライバル視することに効果ある。」という仮説を立て、ライバルの存在と、ライバル視についてアンケートと実験を実施し、その結果から考察した。また、互いにライバル意識し合っているときは、「ライバルが存在」、一方的にライバル意識しているときは「ライバル視」と言葉を定義した。

2. 研究方法

アンケートを3種類と実験を2種類実施した。

《アンケート1》

グーグルフォームを用いて、高津高校76期生147人に対して、「過去にライバルが存在した人」と「過去にライバルが存在しなかった人」に分け、それぞれの回答を集計した。

《実験1》

男子バスケットボール部に対して実施した。まず、ライバルが存在する組と存在しない組に分け、対象者は計2回タイム計測をする。1回目は1人でタイムを計測し、2回目は相手と横に並んでタイムを計測する。ライバルが存在するペアは1回目は1人でタイムを計測し、2回目はライバルと横に並んでタイムを計測する。実験方法としては、バスケットボールコートの子線とエンドラインにコーンを置き、そのコーンに沿って人の字にドリブルしながら3周し、タイムを計測する。

《実験2》

実験の進め方としては、全ての実験においてライバル視する組とライバル視しない組に分け、それぞれタイムを計測し、実験の参加者のタイムの平均した。実験方法としては、(Ⅰ)男子バスケットボール部、女子バスケットボール部、(Ⅱ)陸上競技部、(Ⅲ)サッカー部に対して実施した。

(Ⅰ)実験方法は実験1と同一であるため省略。

(Ⅱ)50m走のタイムを計測した。

(Ⅲ)15mの距離の中で、1.5mずつ間隔を開けて、マーカーを設置し、その周りをジグザグにドリブルしながらゴールを目指し、かかったタイムを計測した。

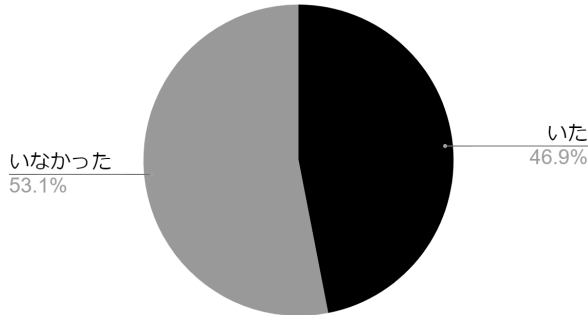
3. 結果

《アンケート》

結果は次のグラフのようになった。

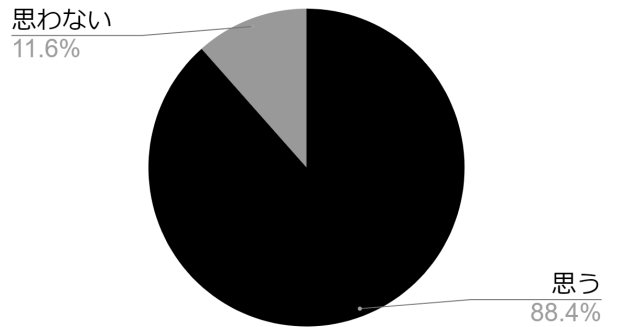
147名の回答

過去にスポーツの場において、ライバルがいましたか？



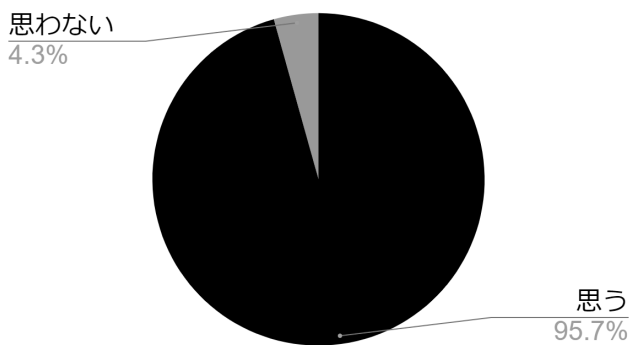
147名の回答

スポーツの場面で自分にはライバルが必要だと思いますか？



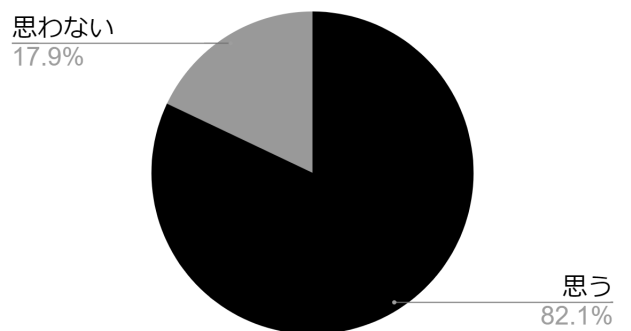
ライバルが存在した人(69名)の回答

スポーツの場面で自分にはライバルが必要だと思いますか？



ライバルが存在しなかった人(78名)の回答

スポーツの場面で自分にはライバルが必要だと思いますか？



グラフから、全体的にライバルは必要だと考えている人が多いことがわかる。そして、過去にライバルが存在した人の方がライバルは必要だと考えている人の割合が高い。

《実験1》

結果は次の表のようになった。

タイムについては、実験を実施した6名のタイムを平均したものである。

(1回目)1人の時	21.85
(2回目)ライバルと横に並んだ時	20.92
2回のタイム差	0.93

単位:秒

《実験2》

ライバル視するかどうかで分けて、実験の参加者2回のタイム差をそれぞれ平均し、結果は次の表のようになった。符号がマイナスであれば、1回目よりも2回目のほうがタイムが速くなったことを表す。

(I)の結果

ライバル視する組	-2.17
ライバルしない組	-0.65
双方の組のタイム差	1.42

単位:秒

双方の組も2回目の方が1回目よりもタイムが速くなったが、ライバル視する組の方がその値は大きくなった。

(II)の結果

ライバル視する組	-0.23
ライバル視しない組	-0.08
双方の組のタイム差	0.15

単位:秒

双方の組も2回目の方が1回目よりもタイムが速くなったが、ライバル視する組の方がその値は若干大きくなった。

(III)の結果

ライバル視する組	-0.06
ライバル視しない組	-1.32
双方の組のタイム差	1.27

単位:秒

双方の組も2回目の方が1回目よりもタイムが速くなったが、ライバル視する組の方がその値は大きくなった。

4. 考察

アンケートにおいて、「ライバルが必要である」と回答した理由は、ライバルの存在に効果があるからであると推測される。そして実験1より、バスケットボールという競技において、ライバルの存在に効果があることが判明した。実験2より、バスケットボールだけでなく他の競技において全般的にライバル視による効果があることが明らかとなった。

5. 結論

実験および考察より、ライバルが存在すること、ライバル視することの双方が、スポーツの場において効力を持つことが明らかになった。

6. 参考文献ならびに参考Webページ

ライバルの存在の効果の有効性の検討(永澤,2016)

https://www.nishimuratmu.org/app/download/11186463691/nagasawa_2016.pdf?t=1521927630