

## 生徒指導の内容を踏まえた運動部活動指導の研究

### —自己指導能力を育む運動部活動指導—

桑野 友裕（長崎大学大学院教育学研究科教職実践専攻）

小原 達朗（長崎大学大学院教育学研究科）

笹山龍太郎（長崎大学大学院教育学研究科）

#### 1. はじめに

近年、部活動の問題整備というものもなかなか進みにくい現状であり、男子高校生が部活動の顧問の体罰によって自殺をするといった悲しい事件も発生している。その他にも、顧問が主体となって部活動を行うことが原因で問題となっている事象が数多く起こっており、部活動を生徒主体の活動へと改善していかなければならない。

さらに、運動部活動生の高校卒業後の進路というものに目を向けると改善すべき点が挙げられる。高校時代に指導者中心の活動を行っていた生徒は大学進学後に記録や成績が伸び悩む学生の多くは、自分の問題点やその問題に対する解決法というものを自分で発見、決定することができないことが多い。これは大学における運動部活動の特質とも考えられるが、きちんとした指導者を置かず、学生自身が練習を考え、決定する環境に活動する力のなさが背景にあると考えられる。これは部活動場面だけでなく、学校生活全般にも言えることであろう。

新学習指導要領では「生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動については、スポーツや文化及び科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養等に資するものであり、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるよう留意すること。その際、地域や学校の実態に応じ、地域の人々の協力、社会教育施設や社会教育関係団体等の各種団体との連携などの運営上の工夫を行うようにすること。」とされている。「学校教育の一環として」と明記されているが部活動固有の教育目標や内容が記されているわけではない（神谷 2009）。学習指導要領解説編では「本項は、この指摘を踏まえ、生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動について、① スポーツや文化及び科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養、互いに協力し合って友情を深めるといった好ましい人間関係の形成等に資するものであるとの意義、② 部活動は、教育課程において学習したことなども踏まえ、自らの適性や興味・関心等をより深く追求していく機会であることから、第2章以下に示す各教科等の目標及び内容との関係にも配慮しつつ、生徒自身が教育課程において学習する内容について改めてその大切さを認識するよう促すなど、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるようにするとの留意点、③ 地域や学校の実態に応じ、スポーツや文化及

び科学等にわたる指導者など地域の人々の協力、体育館や公民館などの社会教育施設や地域のスポーツクラブといった社会教育関係団体等の各種団体との連携などの運営上の工夫を行うとの配慮事項をそれぞれ規定したものである。各学校が部活動を実施するに当たっては、本項を踏まえ、生徒が参加しやすいように実施形態などを工夫するとともに、休養日や活動時間を適切に設定するなど生徒のバランスのとれた生活や成長に配慮することが必要である。」と明記されている。

一方、井上（2002）は「部活動とは個人の興味や関心に根ざしたものであるだけに、現実からの逃避、活動への耽溺、行動の放逸などに向かいやすい危険性を持っている。また、生徒が自分の興味、関心を持つものだけに自発的、自主的行動をするということは、自己中心的、非社会的態度を育てることになりうる。」と運動部活動の持つ危険性を指摘し、「教育で求められる自主性、実践的態度は、そのような自発性や自主性ではない。部活動で育てられた興味・関心が、教科やその他の教育活動へさらに転移して、それらの教育活動に対しても自主的、意欲的に活動できるようになることが望まれているのである。そこに運動部活動の教育的価値がある。」としている。運動部活動において単に運動技能を高めるということを目的とするのではなく、運動技能を高める活動を通して身につけられる、他の学習場面においても活用することが可能な能力や態度の育成が求められていると考える。

## 2. 本研究の目的

自主性、自発性の伸長という立場から、運動部活動においてどのような指導を行えば、自己決定の場を持たせ、自己存在感を高め、共感的人間関係を育むことができるかを考え、特にラグビー競技という集団スポーツを通して、どのようにすれば自己指導能力（その時、その場で、どのような行動が適切であるか、主体的に自らの行動を決断、実行する能力）の育成が図られるか、検証することを目的とした。

## 3. 方法

本実践においては、高校男子ラグビー部を対象とし、インタビューやアンケート、行動観察をもとにしながら実態把握を行い、これをもとに自己指導能力育成に向けた、主体的問題解決能力モデルとコーチング理論による運動部活動指導実践について検討する。また、再度、アンケート等を実施することによって生徒たちの変容を分析し、実践の有効性について探っていく。

対象生徒：長崎県立 V 高等学校ラグビー部 18 名（3 年生 1 名、2 年生 10 名、1 年生 7 名）

対象期間：2013 年 8 月 26 日～2013 年 12 月 17 日の期間（うち 33 日間）

※部活動のみ指導した日は含まないものとする

### (1) インタビュー・行動観察

ラグビー部生徒の多くは中学校時代には他の部活動に所属、または未所属の生徒で、大半がラグビー未経験者であった。顧問教員はラグビーを専門として、指導歴も長く、練習メニューも豊富に持っている教員 X とラグビー経験のない顧問教員 Y の 2 名体制であった。基本的に練習を指導するのはラグビー経験のある教員であり、私の実践の指導を行ってくれた教員もラグビー経験のある教員であった。通常の活動では部活動の日誌（日記）を使用した指導は行われておらず、生徒が記述を行う活動は私の実践で使用する目標設定カードが初めてのことである。

生徒は日頃、顧問教員 X が決めたメニューを行い、顧問教員 X が不在の時は顧問教員 Y の観察のもと、新しい練習に取り組むことなく、通常と同じ練習を行っていた。生徒自身に練習メニューのストックはないようで、顧問教員 X の指導がない限り、課題に沿った練習を行っていなかった。課題そのものも練習前と練習後の短いミーティングの中で、顧問教員 X から生徒全員に伝えられ、生徒たちが自ら考えるといった状態ではなかった。顧問教員 X が不在、指導に来たときでも、生徒たちの活動は確保され、顧問教員 X はポイントと練習法だけ伝えて、その他は生徒に任せているといった実態であった。

また、学校の雰囲気が影響しているとは思いますが、学力の高い生徒は部活動も学校生活も楽しんでいるが、学力の低い生徒は部活動の成績が非常に高い生徒を除いては、不安を抱えている生徒が多かった。

#### ① 1 学期は不登校であり、2 学期より登校再開生徒 A

- ・学業不振、クラスメイトとのトラブル、親の過保護(担任談)
- ・学校に来て、部活は休むことが多く、休日練習は参加しない(顧問談)
- ・自虐的な話題が多く、一人で行動することを好まない。また、学校生活のことをよく話してくれる(観察)

#### ② 生徒指導上問題のある生徒 B

- ・入学当時から学習成績は下位で、勉強面では劣等感を持っているのではないかと。自分の注意は聞き入れないことがある。(担任談)
- ・ラグビーは好きであるが、練習は嫌い。自主練などは全くしない。お調子者な所がある。
- ・見た目と言動は中学生のようであり。顔を見ると、服装を直したり、清掃活動に力を入れたりする。(観察)

#### ③ 教員との関係が良好でない生徒 C

- ・行事や係の行事はやりたがらず、大人との 1 対 1 での会話を避ける傾向にある。(担任談)
- ・とにかくプライドが高く、できないことには人前では挑戦しないことが多い。(顧問談)
- ・実習当初、とても閉鎖的であった。顧問や教員が話をすると、小声で「面倒だ」や「やる意味がない」といったことを言っている。

## （２）部活動における主体的問題解決能力テスト

生徒の実態把握を行う上で、客観的に把握し検討するために田川（2013）が作成した、運動部活動における主体的問題解決能力テストを使用した。アンケート項目は、西嶋（2000）の体育における主体的問題解決能力テストをもとに作成されたもので、内容としては「内発的意欲」、「主体的行動」、「達成満足」、「自己認識」の項目が盛り込まれている。結果として、「内発的意欲」、「自己認識」に関する項目が低いということがわかった。

① 生徒Ａ：全体と同様に「内発的意欲」、「自己認識」に関する項目が低く、その中でも、「内発的意欲」の“目標性”や「自己認識」の“他者受容感”が非常に低かった。前述した行動観察等と照らし合わせると、居場所のなさや自信のなさというものに結びつくことから、居場所があると感じたり、自信を持たせたりするような指導が必要となる。

② 生徒Ｂ：「主体的行動」、「自己認識」に関する項目が低く、その中でも、「主体的行動」の“自発性”や“目標性”、「自己認識」の“他者受容感”が非常に低かった。行動観察等と照らし合わせると、練習に取り組む姿勢や自主練を行わないといった自分から行動することが低いことと結びつくため、自ら考えて行動ができるように促す指導を行うことが求められる。

③ 生徒Ｃ：「達成満足」、「自己認識」の項目が低く、「達成満足」の“学校生活満足”と「自己認識」の“自己決定感”が非常に低く、行動観察等と見比べると、できないことへの不満や不安といったことに結びついている。生徒Ａと同様に居場所があると感じたり、自信を持たせたりするような指導が必要となる。

## ４．実践

（１）目標設定カードを使った指導実践

（２）コーチング理論に基づいた指導実践

ラグビー部全体に、“自己決定の場を与える”、“自己存在感を持たせる”、“共感的人間関係を育てる”の３機能を中心に指導を行い、生徒Ａ、Ｂ、Ｃに対しては、全体の指導をさらに濃くして行った。

### （１）目標設定カードを使った指導実践

本研究において作成した目標設定カード（田川 2013）は、表１の項目により構成されており、これらの項目について、記入上の留意点やねらいは、以下の通りである。

一人ひとりが目標設定を行う際に、勝利や記録達成といった漠然とした結果の目標ではなく、自らを客観視して、練習の繰り返しや工夫で達成できる結果の目標、少し先の目標を設定することとした。そして、目標を達成するためにどのような課題があるのかを把握し、目標を達成するために克服する課題を自分自身で

設定し、その課題を設定した理由、課題を克服するために日々の練習の中で工夫することは何か考えることによって、課題克服、目標達成までの見通しを持たせることをねらいとして作成した。

また、目標や課題の設定後、課題解決に向けたチームでの練習や個人練習、または試合を行い、その後課題に対する振り返りを行う。課題に対して、“①達成できた②おおむね達成できた③達成できなかった”の3段階の自己評価を行わせる。これについては、練習の中で達成感を感じることができていたか、自分自身が課題解決に向けて主体的に取り組めたかどうか評価する為に設けた。さらに、課題解決を行う中で、良かった点やうまくいった点についてまとめ、良いと感じたプレー（練習）を繰り返し行う為のポイントやうまくいったプレー（練習）の共通点をまとめることにより、課題を解決するためのポイントを明確にさせ、さらに記述として残すことで、振り返りができるようにすることをねらいとした。

まとめとして、部活動で感じたことや思ったことについて、また、練習を経て試合に参加し、試合での取り組みの振り返りを行い、今回の課題への取り組みをもとに、次に取り組むことは何か考えることで、目標を達成するための新たな課題設定が簡単に行えるように目標設定カードを作成した。

最後に、指導者からという欄を設けているが、ここへの指導者が記述する際には、否定的な言葉や欠点の指摘を行うのではなく、以下の4つを意識して記入することとした。

- ①生徒が書いている内容に対し、肯定してあげる
- ②課題の解決に向けた生徒取り組みを振り返り、具体例を挙げて褒める
- ③自己評価が低く、自己の取り組みを評価できていない生徒に対しては、取り組みの中で良かった点を挙げる、または前向きな取り組みが行えるような言葉かけを行う
- ④課題設定が低い生徒や自己評価が高い生徒については、課題設定する際の手助けとなる具体例を挙げたり、細かく課題を分けたり、気づきを促すような言葉かけを行う

表 1

目標設定カード	
年 氏名 NO. ( / / )	
1-1 目標	( 大会までの目標 )
	・基礎体力面 ・技術面 大会もしくはある期間における基礎体力面と技術面の自己目標
1-2 目標設定の理由	なぜ、このような目標を設定しようと思ったのか、理由
2-1 今週の課題	目標を達成するために解決するべきと思う課題
2-2 課題設定の理由	課題を設定した理由
2-3 達成するために工夫すること	練習法や課題を解決するために行う工夫
今週の課題に対する取り組みの自己評価(三件法)	
3-1 今週の課題は、( 達成できた ・ おおむね達成できた ・ できなかった )	
3-2 【良かった点、うまくいった点】 自己の練習への取り組みの振り返り、良かった点やうまくいった点をまとめる	
3-3 【課題を達成するためのポイント】 振り返りから考えられる、課題解決策のまとめ	
3-4 今週の部活動で感じたこと 思ったこと	実践活動期間について、以下の点を中心に振り返り、まとめる ・トレーニングメニューや指導者に関すること ・チームでの取り組み・自己の取り組みに関すること
3-5 次週に向けて(次に取り組むこと)	目標達成に向けた課題解決の状況把握と 新たな課題への取り組みなど見通すこと
3-6 顧問・コーチから	取り組みを振り返り、コメントを記入する

目標設定カードにおける生徒の課題把握は、生徒自身が自らの課題を理解し、練習に取り組む姿勢の変化だけではなく、指導者が生徒の“努力していること”や“工夫していること”を知ることができ、コーチング指導の材料としても大変有効であった。

## （２）コーチング理論に基づいた指導実践

平成 25 年 7 月に行われた“スポーツ指導者の資質能力向上のための有識者会議”の報告の中で、「競技者がその自発性の下に、各々の関心、適性等に応じて、安全かつ公正な環境において日常的にスポーツに親しむことをサポートする」こと、「競技者やチームを育成し、目標達成のために最大限のサポートをする」こととしている。また、神谷（2007）はコーチングによって「子どもに居場所を与え」、「認められることで他者を受容すること」が生徒に指導できるとしている。

神谷（2007）の“認める”、“ほめる”、“しかる”というコーチング理論を基礎とし、本実践では部活動指導を行った。これらの指導を行うためには、実態把握と情報の共有を行わなければならない。

### ① 実態把握

弱点や課題、長所について、選手自身がそのことを把握しているかを生徒たちにインタビューや目標設定カード、実態把握によって調査を行う。インタビューや目標設定カードによって生徒の特徴を理解した上で、練習の観察を行い、課題解決に向けた観察を行うことで、生徒ひとり一人の個人の実態の把握を行い、練習メニューの提案などの参考とした。

### ② 情報の共有

生徒が目標を設定し、目標達成に向けた課題を解決するためには、生徒自身の力だけでは十分でないことがあるために、指導者からの助言を行うことも必要である。しかし、過度な助言を行うと生徒の主体性を損なうために、生徒自らが気付くような指導を行った。さらに、チームだけでなく、個人とのルール共有を行い、責任感や使命感といったものを持たせるようにした。さらに、部活動の生徒の様子を他の教員に伝える。

### ③ 実際の指導

“認める”、“ほめる”指導を行っていく上で、最大限に活用したのが、目標設定カードであった。目標設定カードの中で、“認める”と“ほめる”の指導を行っていくだけでなく、生徒自身が課題に向けた取り組みの何を頑張った、努力したかということが明確となり、生徒の頑張りの努力をピンポイントで“認める”、“ほめる”ことができた。仮に、課題の取り組みの結果が成功しなかったとしても、活動そのものを“認め”たり、“ほめ”たりすることで意欲の継続となるように心がけた。また、試合や練習中の声掛けもネガティブなものからポジティブなものに意識を変えさせたり、少しでも生徒を“認める”、“ほめる”場の設定するために、ルールのクイズや、基礎体力テストの測定会、チームの中でのお手本、役割

を与えたりといったことを行った。

“しかる”指導では、突き放すのではなく、受容するように行い、遅刻といった失敗に対して、生徒の意見を必ず聞き、生徒の話す時間を必ず確保することに留意した。“しかる”内容の中で、問題となる行動以外は言わないことや、生徒がチームにとって重要な存在であることを前提として“しかる”ように心がけた。

生徒 A、B、C に対しては表 2 のような指導を行った。

表 2

生徒A	・ルールクイズによる結果が高得点であったことや、体力テストの伸び率が良かったことをほめる ・部活動における取り組みを担任を中心に伝えたり、チームの輪の中で話題としてあげるようにする ・次回の練習などを提示し、見通しを持つように促す。
生徒B	・課題の解決に向けて、練習を促し、効果がなくても徹底的に認め、これらを繰り返すことで、自分から進んで練習するように促す ・遅刻や容儀違反見逃さず、言い分を聞いた上でしかり、チーム全体でBを注意することで、存在意識を十分に持てるように促す。
生徒C	・役割を持たせ、チームに居場所があると気付かせつつ、責任感と使命感を持ち活動するように促し、リーダーシップをほめる。 ・無理に話そうとせず、目標設定カードのコメント欄を通し、情報を共有する。

## 5. 結果と考察

部活動における主体的問題解決能力テストは、実践の前と後の 2 回実施し、2 群間の平均の差の分析については、一元配置の分散分析を用いた。

### (1) 全体の変容 (表 3)

質問項目 b3 は、主体的行動における「活動の計画」である。この質問項目において、プレテストーポストテスト間で有意差が認められた。本研究においては、目標設定カードを記入し、目標を決め、課題を設定し、練習を行うことを繰り返した。最初に、目標設定カードを使って目標や課題を設定することで、自己が取り組むべき課題が明確になり、日々練習へ取り組む際に、自己が解決したい課題を持って取り組むことができるようになった結果だと考えられる。

質問項目 d11 は自己認識における「他者受容感」である。この項目についても有意差が認められた。実践を行う中で、コーチング理論による、“ほめる”ことを習慣付けた指導を行った。言葉による

表 3

		プレ	ポスト	差	
a1	いろいろなことを進んで勉強したい	3.53	3.82	0.29	
a2	いろいろなことを興味を持って勉強したい	3.76	3.94	0.18	
a3	自分がしたいと思うので、勉強する	3.29	3.18	-0.12	
a4	自分から勉強する気になる	2.82	3.18	0.35	
a5	難しい問題でも、やれるところまではやってみる	3.35	3.47	0.12	
a6	困難な問題でも、解決の方法は自分で探す	3.41	3.76	0.35	
a7	知りたいことを学べるので、勉強する	3.29	3.35	0.06	
a8	楽しいので勉強する	2.65	2.76	0.12	
a9	頭を使う難しい課題が好きだ	2.47	3.18	0.71	
a10	解けるとうれしいので、難しい問題が好きだ	2.88	3.06	0.18	
b1	全身を使って運動することを目指している	3.94	4.00	0.06	
b2	スポーツを楽しむことを目指している	4.41	4.47	0.06	
b3	毎時間、自分なりの「めあて」を持って学習している	3.00	3.76	0.76	*
b4	見通しを持って活動している	3.06	3.76	0.71	
b5	以前学んだことを参考にしている	3.65	3.88	0.24	
b6	顧問やコーチの指示やアドバイスをよく聞いて活動している	3.88	4.00	0.12	
b7	試合・練習での成功や失敗の要因を考えている	3.65	3.88	0.24	
b8	試合・練習での経験を次の試合・練習に活かそうと考えている	3.76	4.12	0.35	
c1	部活動での、仲間との活動は楽しい	4.29	4.65	0.35	
c2	部活動は、楽しい	4.29	4.41	0.12	
c3	部活動での、「できた」「うまくいった」の喜びを感じる	4.18	4.41	0.24	
c4	部活動で「やり遂げた」と感じる	4.06	4.06	0.00	
c5	学校の体育の授業は、楽しい	4.00	3.59	-0.41	
c6	仲間と関わりあうことに満足している	4.00	4.35	0.35	
c7	部活動の顧問やコーチに、満足している	4.35	4.71	0.35	
c8	部活動に、満足している	4.00	4.47	0.47	
d1	その気になれば、授業内容はたいして理解できる	3.59	3.29	-0.29	
d2	努力すれば、学校の成績は向上する	3.76	3.82	0.06	
d3	努力すれば、嫌いな人に対しても普通にふるまえる	3.47	4.00	0.53	
d4	その気になれば、誰でもすぐに友達になれる	3.24	3.47	0.24	
d5	努力すれば、できなかった運動もできるようになる	3.59	3.71	0.12	
d6	がんばれば、部活動の成績は良くなる	3.88	4.06	0.18	
d7	がんばれば、自分の将来が開ける	3.76	3.88	0.12	
d8	がんばれば、つらいことでも乗り越えられる	3.35	3.76	0.41	
d9	何かやりたい時は、他人に頼らず自分の判断で決めている	3.24	3.71	0.47	
d10	他人の考えにこだわらず、自分の考えどおりにしている	3.12	3.59	0.47	
d11	友達から頼りにされている	2.65	3.94	1.29	**
d12	担任の先生に頼りにされている	2.65	3.24	0.59	
	計	3.53	3.81	0.27	

\*\*P<0.01、\*P<0.05



賞賛だけでなく、手を叩いたり、「グッド」と指文字を作ったりすることを、指導者が実施することで、部全体に浸透していった。また、目標設定カードのコメントを通して、日々の活動について支援したり、認めたり、場合によっては助言を与えるなど、生徒たちの姿を肯定的に捉え、接してきたことによるものだと考えられる。

自らを客観的に見て課題を発見し、課題解決に向けて自らで考えて活動すること、また目標、課題を目標設定カードに記入することで、言語化され、振り返ることが可能となったこと、カードを見ることで生徒の実態把握の質が高まること、さらに実態把握をもとに、コーチング理論に基づいた、生徒個人の指導を行えるようになった。目標設定カードによって、課題に気付き、設定していくことで“自己決定の場を与える”、こととなり、コーチング指導によって、“自己存在感も持たせる”、“共感的人間関係の育てる”を行うことができたと考えられる。

## (2) 個の変容 (表 4)

① 生徒A：主体的問題解決能力テスト（以後、テスト）の自己認識の領域が高まっており、特にd9の自己決定感とd11の他者受容感というものが大きく高まっていた。実践の中で、3回に渡ってルールクイズを行ったが、生徒Aは3回とも高得点を取り、そのうち一回は1位をとったこともあり、私を含め周囲から賞賛されたことがあった。生徒Aはルールを理解することで、技能を高めたいと考えていたこともあり、ルール学習には意欲が高かった。しかし、ルールへの学習は、授業における学習にはつながらなかった。授業に取り組んでも、学習成績が伸びなかったため、ラグビークイズのように学習すれば伸びることを感じるができなかったのではないだろうか。1学期期間中の勉強の遅れもあり、一つ一つの学習ステップが生徒Aにとっては大きいものであったと推測される。

② 生徒B：生徒Bはテストの結果が平均的に高まったが、特に達成満足と自己認識の領域が高まった。達成満足では、c3の部活動の達成感の高まり、d11の他者受容感がそれぞれ大きく高まっていた。背景としては、生徒Bは自分のやりたいポジションと異なるポ

表 4

	生徒A			生徒B			生徒C		
	プレ	ポスト	差	プレ	ポスト	差	プレ	ポスト	差
a1	3	4	1	3	4	1	5	5	0
a2	3	3	0	3	4	1	5	5	0
a3	2	2	0	3	3	0	5	5	0
a4	2	2	0	1	3	2	5	5	0
a5	3	3	0	2	2	0	4	5	1
a6	3	3	0	2	4	2	4	4	0
a7	3	3	0	3	3	0	5	5	0
a8	1	2	1	1	1	0	5	5	0
a9	1	1	0	1	2	1	4	4	0
a10	2	2	0	2	2	0	4	4	0
b1	3	3	0	5	5	0	4	4	0
b2	3	3	0	5	5	0	4	5	1
b3	2	4	2	2	4	2	4	5	1
b4	2	4	2	2	4	2	4	4	0
b5	4	4	0	3	3	0	4	5	1
b6	3	3	0	4	5	1	3	4	1
b7	3	3	0	3	3	0	4	5	1
b8	3	3	0	4	4	0	4	4	0
c1	3	4	1	5	5	0	3	5	2
c2	3	5	2	5	5	0	3	3	0
c3	3	3	0	3	5	2	4	4	0
c4	4	4	0	5	5	0	4	4	0
c5	2	1	-1	4	4	0	4	4	0
c6	2	4	2	4	5	1	3	5	2
c7	3	4	1	2	4	2	3	4	1
c8	3	3	0	3	4	1	2	4	2
d1	2	2	0	3	3	0	3	3	0
d2	2	3	1	3	3	0	3	3	0
d3	2	3	1	3	3	0	3	3	0
d4	2	3	1	3	3	0	2	3	1
d5	2	2	0	3	4	1	3	3	0
d6	3	3	0	4	4	0	3	3	0
d7	3	3	0	2	3	1	3	4	1
d8	2	3	1	3	4	1	2	4	2
d9	2	4	2	3	4	1	2	4	2
d10	2	2	0	3	4	1	3	5	2
d11	1	3	2	3	5	2	3	5	2
d12	2	4	2	1	2	1	3	4	1



ジションを任されているということもあり、任されるポジションの重要性と生徒 B が任される要因などを目標設定カードのコメントや練習中の雑談の中で行うことが多かった。個人練習で直接コーチングを依頼されることもあり、技術的な面の課題へ一生懸命に取り組んでいた。チームメイトも生徒 B の個人練習を頑張る姿を賞賛する場面も数回見られ、生徒 B は照れながらも喜んでいた様子であった。また、他生徒に賞賛されると同時に生活面の改善も見られ、学習成績もわずかであるが向上した。良いことは“認められ”、“ほめられ”るが、悪いことは“しかられる”というコーチング理論に基づいた指導の効果ではないかと考えられる。

③ 生徒 C : 他の生徒と比べるとテストの結果全体の高まりが良かった。特に自己認識における d10 の自己決定感と d11 の他者受容感が高まっている。生徒 C は部において非常に重要な役割を持たされたことと大きく関係しているのでないかと考えられ、役割や責任というものは人間自身を大変成長させるものと感じた。さらに他の生徒が持久走の練習になかなか身が入らない状況で、生徒 C だけは持久力を高めようと練習に取り組んでいた。また、生徒 C と情報の共有を行ったことで、チームに対する思いやチームの課題などを、話す機会も増え、練習の中でも小言ではなく、意見としてはっきり言うようになった。顧問教員との関係も良好であり、私と話すのと同様に、相談や助言を求めくるようになった。

### （３）その他の変容

- ・練習中の声の変化：ネガティブなものからポジティブなものへとなった。
- ・ハンドリングエラーの減少：練習時間を小まめに切ることで、集中力が継続され減少が見られた。
- ・自主練習を行う生徒の増加：課題が明確となったことで、増加が見られた。また、課題解決に向けて、練習メニューの紹介の依頼や、直接指導を依頼されることが増えた。
- ・目標設定カードの記述の変化：繰り返し目標設定カードを使った指導と、コーチング理論に基づいた指導を行うことで、課題に対する意識が変わり具体性が高まったと考えられる。

## 6. 結論

### （１）成果

- ① コーチングによる指導は生徒に活躍の場を与え、部活動場面以外では、活躍の場がなかった生徒に対し、プラスに影響することが見られた。
- ② 生徒を褒めるというコーチング指導は、指導者と生徒の間だけではなく、生徒と生徒の間でも行われるようになり、部活動の雰囲気作りには良い影響があった。
- ③ また、目標設定カードによる課題把握は、生徒が課題を主体的に検討することだけでなく、課題を自らが考えることにより、解決に向けて自主練習に取り組ん

だり、課題を継続して行い、それらを言語として置き換え、保存していくことで技能が伸びたりと、部活動が活性化された。

④目標設定カードをもとにし、練習の観察を行うことで、質の高い実態把握を行うことができ、それをもとに個人のニーズにあった練習の提案や助言を行うことができる。

## （２）課題

① 今回行った実践は、実施期間が短く、プレテストとポストテストの間隔が大変短く大きな変化を確認するにはいたらなかった。また、実践に協力してくれた生徒の人数も 17 名と大変少なく、限られた時間と限られた人数で行う指導の難しさを知った。少ない時間と少ない人数の中でも、生徒の自己指導能力育成に力を発揮できるように改善していかなければならない。また、人数が多くなった場合でも、個別に実態を把握し、指導していけるようにしていく必要がある。

② 今回の実践は部活動の顧問教員の勤務時間を引き起こし兼ねないものとなっている。毎日ではないが。目標設定カードへのコメント記入というものは、時間を要するものとなる。回数を重ねるごとに、少しずつ教員の負担を減らせるような実践にしていく必要があると感じた。

③ 外部指導者と管理顧問の２人体制で指導を行う場合に、技術指導を行う外部指導者と、部活動の運営や生活指導を行う管理顧問の役割分担を明確にし、指導方針に一貫性を持たせなければならない。

## 7. 文献

- ・井上勉（2002）中学校における「心の健康」を育む運動部活動の在り方―自尊心を高め、自己実現を支援する運動部活動モデル―. 京都市総合教育センター平成 14 年度研究紀要
- ・神谷和宏（2007）教師のほめ方叱り方コーチング. 学陽書房
- ・神谷拓（2009）部活動の教育課程化に関わる論議分析―2001 年から 2008 年までの中央教育審議会に注目して―. 学校教育学研究紀要 第 2 号. pp. 21-39
- ・文部科学省（2013）私たちは未来から「スポーツ」を託されている―新しい時代にふさわしいコーチング―
- ・文部科学省（2013）運動部活動の在り方に関する調査研究報告書―一人一人の生徒が輝く運動部活動を目指して―
- ・西嶋尚彦・鈴木和弘・小山浩・川口千代・小松崎敏（2000）中学校体育における主体的問題解決能力育成プロセスの因果構造分析. 体育学研究 45 : pp.347-359
- ・田川一弥（2013）高等学校教育課程との関連を図った運動部活動指導の在り方に関する研究―主体的問題解決能力を育む運動部活動指導―