対面分科会：体育科

ボール運動における「心理的相互サポート」が及ぼす体育授業への学習効果

新発田市立東豊小学校
中村　拓夢(令和２年度)

主張

体育授業において、児童が運動技能を高めることだけでなく、仲間と関わりながら運動することの価値を実感することは重要であるが、獲得しづらいという現状もある。そこで、体育授業に仲間とかかわりながら運動することに価値を見出す必要がある。スポーツには、仲間から励まされ、認められ、支えられることで、「自分もできる」「もう一度挑戦してみよう」と思える価値がある。本研究では、仲間の運動への参加や挑戦を支えるために、互いに励まし、認め、助け、喜びや悔しさを共有するなどの肯定的な言葉・態度・行動による相互作用を「心理的相互サポート」と定義する。

心理的相互サポートは、単に人間関係をよりよくするための手段ではなく、児童が安心して運動に挑戦し、仲間とともに課題を解決するための基盤となるものと考える。特に岡澤ら（1996）の運動有能感尺度における「受容感」と「統制感」に着目すると、仲間や教師から受け入れられ、支えられているという感覚が受容感を支え、励ましや支援を受けながら挑戦する経験が「努力すればできる」という統制感につながると考える。

そこで、競技特性の異なるネット型競技とベースボール型競技において心理的相互サポートを意図的に生み出す授業を実践し、児童の運動有能感、運動への前向きな気持ち、満足感、仲間との一体感、積極的な運動参加等にどのような変化が生じるのかを検証する。さらに、二つの実践を比較することで、心理的相互サポートに共通する価値と、競技特性による現れ方の違いを明らかにしたい。

Ⅰ　研究主題設定の理由

ボール運動は、仲間と協力して課題を解決し、競い合う中で、運動の楽しさや喜びを味わうことのできる領域である。一方、失敗への不安や仲間との関わり方の難しさから、励まし合いや支え合いが十分に生まれない場面もある。そこで、仲間を励まし、認め、助け、共に喜ぶ「心理的相互サポート」を体育授業の中で意図的に経験させる必要があると考え、同じボール運動でも特性の異なるネット型ソフトバレーボールとベースボール型ティーボールに共通して見られる効果を検証することとした。

Ⅱ　研究仮説

１ 研究仮説

ボール運動の授業において「心理的相互サポート」を意図的に生み出すことで、仲間との肯定的な関わりや一体感が促進され、児童の運動有能感や運動への前向きな気持ち、満足感が高まり、積極的な運動参加につながる。

２ 授業について

（１） ネット型ソフトバレーボール

① 対象　聖籠町立亀代小学校５学年児童　24 名

② 期間　2025 年７月８日～７月 24 日

③ 指導計画　表１参照　全８時間

（２）ベースボール型ティーボール

① 対象　新発田市立東豊小学校５学年児童　34 名

② 期間　2026 年６月 19 日～７月 17 日

③ 指導計画　表２参照　全６時間

表１　ソフトバレーボール指導計画

1	2	3	4	5	6	7	8
準備 オリエンテーション 試しのゲーム	場の準備・タスクゲーム						
	課題の把握					リーグ戦 亀代カップ	
	作戦タイム（１分）						
	ゲーム前半（３分）						
	タイムアウト（30 秒）						
	ゲーム後半（３分）						
後始末	まとめ・振り返り・次回の内容確認・後始末					単元のまとめ・後始末	

表２　ティーボール指導計画

1	2	3	4	5	6
準備 オリエンテーション 試しのゲーム	準備運動・補助運動(ゴロ捕球・バッティング)				
	課題の把握			リーグ戦 5の2カップ	
	作戦タイム(3分)				
	ゲーム(15分)				
後始末	まとめ・振り返り・次回の内容確認・後始末			単元のまとめ・後始末	

３ 仮説検証の方法

（１） 運動有能感の変容

児童の運動有能感の変容を知るために、岡澤（1996）によって作成された、12 項目からなる運動有能感調査を手掛かりとして用いた。単元前後にそれぞれの質問項目に回答させた。

回答は「よくあてはまる」に５点、「ややあてはまる」に４点、「どちらともいえない」に３点、「あまりあてはまらない」に２点、「まったくあてはまらない」に１点を与えて統計処理を行った。その変容に有意な差が見られたときに、児童の運動有能感が高まったと判断する。

（２）心理的相互サポートと「運動に対する前向きな気持ち」の高まりにおける関係性の証明方法

運動に対する意識の変容を知るために、高橋（1994）によって作成された、20 項目からなる診断的・総括的授業評価法を手掛かりとして用いた。単元前後に、それぞれの質問項目に回答させた。回答は「はい」に３点、「どちらでもない」に２点、「いいえ」に１点を与えて統計処理を行った。その変容に有意な差が認められた時に、「運動に対する前向きな気持ち」が高まったと判断する。

（３）運動行動の変容

チーム全体のゲームの様相の変容を、記録映像から追跡する。

Ⅲ 実践の内容

１「ネット型」ソフトバレーボール 2025 年・７月・聖籠町立亀代小学校・第５学年 24 名

（１）実践の概要

全８時間のソフトバレーボールを題材に、児童同士が互いに励まし、認め、支え合いながらゲームに取り組む学習環境の構築を目指した。

（２）心理的相互サポートを生み出す手立て

① 仲間との相互のかかわりの意識づけ

ア タイムアウト時のコミュニケーション強化

ゲーム中のプレーを称賛し合ったり、励まし合ったりできるよう、プレーを中断し、チーム内で話し合える時間を設定した（30 秒）。チームごとに、学習カードに単元を通して使いたい「心温まるワード」を決め、「ナイス！」「次頑張ろう！」といった肯定的な声掛けを意識づけた。また、バレーボール日本女子代表の試合映像を見せ、選手間のかかわり方を学ばせた。言葉だけでなく、非言語的なコミュニケーション（拍手、ハイタッチ、円陣）で互いの健闘を称え合う良さに気付き、授業が進むにつれて、「絶対勝つぞ」などと円陣を組んだり、ナイスプレーに対してハイタッチを求めたりするチームが増加した。ゲーム・タイムアウト問わず、にこやかに楽しそうに活動していた。

イ 用語の統一化

ボールを「捕る・上げる・打つ」のそれぞれの動作を「キャッチ・ポイ・パン」、ポジションを「レフト」「ライト」「セッター」と定め、用語を統一した。このことにより、仲間の声掛けによる各局面での自身の役割が理解しやすくなり、ボールに積極的にかかわろうとする姿が増えた。また、話し合いの場面では、具体的な言葉を用いながら話し合えるようになった。

② タスクゲームによるチームの一体化

授業開始直後に、チームで円になり、レシーブやトスにキャッチを織り交ぜながらボールを落とさず、何周できたかを競い合うタスクゲームとして、パスラリーゲーム（キャッチ・ポイ・パン）を行った。このことにより、基本的な技能の向上と、円滑なコミュニケーションにつなげることを目的とした。円滑なコミュニケーションが生まれるように、１つ１つの動作を全員で声に出しながら、行わせた。「キャッチ！ポイ！パン！」や「レフト！」、「アタック！」などとチーム全員で声をしながら、ボールをつなごうとしていた。

（３）児童の変容

単元の進行とともに、肯定的な声掛けや円陣など、仲間を支える姿が増加し、共通した用語を用いて役割を確認しながらプレーする姿も見られるようになった。

また、抽出チームの平均触球数は、１時間目の 2.5 回から８時間目の 9.75 回へ増加した。映像記録からも、コート内を積極的に動く姿や最後までボールを追って返球する姿が増え、ラリーの継続やゲームの活性化が見られた。

２ ベースボール型「ティーボール」　2026 年・６～７月・新発田市立東豊小学校・第５学年 34 名

（１） 実践の概要

ベースボール型のティーボールを題材に、攻撃と守備における仲間同士の関わりを生かしながら、心理的相互サポートを意図的に生み出す実践を行った。

（２）心理的相互サポートを生み出す手立て

ア 仲間との相互のかかわりの意識づけ

① ゲーム開始前のコミュニケーション強化

ゲーム開始前にチームの士気を高め合うための時間を設定し、ソフトバレーボール同様、チームごとに、単元を通して使いたい「心温まるワード」を決めて学習カードに記入させた。常時、肯定的な声掛けを行うよう意識づけた。さらに、全国高等学校野球選手権大会の試合映像を見せ、選手間のかかわり方を学ばせた。言葉だけでなく、非言語的なコミュニケーション（拍手、ハイタッチ、円陣）でチームの士気を高め合う良さに気付き、授業が進むにつれて、「絶対勝つぞ」などと円陣を組んだり、プレーに対してハイタッチを求めたりするチームが増加した。

② 用語の統一化

ボールを上から送球する動作を「スロー」、下から軽くふわりと投げる動作を「トス」、ポジションを「ホーム（本塁）・ファースト（一塁）・セカンド（二塁）・サード（三塁）」と定め、用語を統一した。児童は、状況に応じてスローやトスを選択し投球をしたり、どこでアウトにとるか用語を用いて活動したりする場面が見られるようになった。

イ タスクゲームによるチームの一体化

ゲーム前にチーム一列になり、ゴロを転がしてキャッチし、次の人へゴロを転がし、最後の人までボールが渡ったら、今度はボールを投げて先頭までつなぐキャッチ&スローを行った。基本的な技能の向上と円滑なコミュニケーションにつなげることを目的とした。ゲーム中に円滑コミュニケーションが生まれるように、ボールを投げる動作を全員で声に出しながら、行わせた。「スロー」や「トス」とチーム全員で声をしながら、ボールを回していた。

（３）児童の変容

単元の進行とともに、攻撃前の円陣や肯定的な声掛けが見られ、失敗した仲間を励ましたり、仲間のプレーを応援したり、仲間のプレーを称賛し、ハイタッチしたりする姿が増えた。振り返りにも、仲間から支えられた経験、自分も仲間を支える意識、支え合いがプレーにつながった経験、次の試合への意識が表れた。

Ⅳ 授業の実際と考察

１ 運動有能感の変容について

表３　運動有能感調査の結果

	ソフトバレーボール 学習前 平均値	ソフトバレーボール 学習後 平均値		ティーボール 学習前 平均値	ティーボール 学習後 平均値	
友達が励ましてくれます【受容感】	3.81	4.18	**	3.4	3.8	***
練習すれば技術・記録が伸びる【統制感】	3.73	4	**	3.6	3.77	**
運動について自信をもっている【身体的有能さの認知】	3.31	3.5	**	3.23	3.43	**
次元	10.85	11.68		10.23	11	

*P＜0.05　**P＜0.01　***P＜0.001

※学習後の平均値が、学習前のものを上回った項目には、下線を引いた。

単元前後に、運動有能感調査を実施した。「友達が励ましてくれます【受容感】」、「練習すれば技術・記録が伸びる【統制感】」及び「運動について自信をもっている【身体的有能さの認知】」に対する回答が、単元開始時よりも単元終了時の平均値が高く、有意な差が認められた（表３）。両実践により、運動に対する有能感が増したと捉える。

２ 心理的相互サポートと「運動に対する前向きな気持ち」の高まりにおける関係性について

（１）運動に対する意識の変容

診断的・総括的授業評価の結果を比較すると、ソフトバレーボールでは「丈夫な体」「他人を参考」の項目（表４、青丸）で、ティーボールでは「授業前の気持ち」の項目（表４、緑丸）で、単元終了時の平均値に差が見られた。ソフトバレーボールでは、仲間の動きを参考にしたり、互いに声を掛け合ったりしながらプレーする姿が見られた。「楽しく勉強」「運動の有能感」「工夫して勉強」「友人・先生の励まし」の４つの項目では、両実践に共通して平均値に差が見られた（表４、赤丸）。

表４　診断的・総括的授業評価結果

楽しさ(情意目標)	ソフトバレーボール 学習前 平均値	ソフトバレーボール 学習後 平均値		ティーボール 学習前 平均値	ティーボール 学習後 平均値	
楽しく勉強	2.85	3	**	2.4	2.63	**
明るい雰囲気	2.42	2.52		2.3	2.46	
丈夫な体	2.61	2.95	***	2.33	2.56	
精一杯の運動	2.9	3		2.5	2.7	
心理的充足	2.9	2.95		2.5	2.66	
次元	13.68	14.42		12.03	13.01	

学び方(認識目標)	ソフトバレーボール 学習前 平均値	ソフトバレーボール 学習後 平均値		ティーボール 学習前 平均値	ティーボール 学習後 平均値	
工夫して勉強	2.85	3	**	2.13	2.23	**
他人を参考	2.33	2.71	**	2.2	2.4	
めあてを持つ	2.8	2.9		2.4	2.6	
時間外練習	2.42	2.52		1.83	1.9	
友人・先生の励まし	2.8	3	**	2.4	2.63	**
次元	13.2	14.13		10.96	11.76	

技能(運動目標)	学習前 平均値	学習後 平均値		学習前 平均値	学習後 平均値	
運動の有能感	2.33	2.71	**	2.06	2.26	**
できる自信	2.76	2.9		2.2	2.33	
自発的運動	2.85	2.9		2.48	2.48	
授業前の気持ち	2.9	2.9		2.4	2.7	***
いろんな運動の上達	2.8	2.95		2.6	2.6	
次元	13.64	14.36		11.74	12.37	

協力(社会的行動目標)	学習前 平均値	学習後 平均値	学習前 平均値	学習後 平均値
自分勝手	2.85	2.9	2.6	2.7
約束事を守る	3	3	2.58	2.7
先生の話を聞く	2.95	2.95	2.48	2.6
ルールを守る	3	3	2.7	2.73
勝つための手段	2.8	2.9	2.4	2.63
次元	14.6	14.75	12.76	13.36

総合計	ソフトバレーボール 学習前 平均値	ソフトバレーボール 学習後 平均値	ティーボール 学習前 平均値	ティーボール 学習後 平均値
	55.12	57.66	47.49	50.5

*P＜0.05　**P＜0.01　***P＜0.001

※学習後の平均値が、学習前のものを上回った項目には、下線を引いた。

ソフトバレーボールでは、コート内を積極的に動き、最後までボールを追いかける児童が増えたことから、運動量の増加が「丈夫な体」の評価の上昇に関係したと考える。一方、ティーボールでは、攻撃前の円陣や仲間からの励ましを通して、ゲームに向かう気持ちを高める関わりが見られた。これらのことから、心理的相互サポートは、種目の特性や仲間との関わり方に応じて異なる学習成果と関連して表れたと考えられる。

３　積極的な運動参加への変容

両実践において、児童の運動参加の在り方に変容が見られた。単元の進行に伴い、仲間に声を掛けたり、励ましたり、称賛したりしながら、互いに支え合って運動に取り組む姿が見られるようになった。ソフトバレーボールでは、積極的に動く児童が増え、プレーの継続にも変化が見られた。一方、ティーボールでは、全体の動きに大きな変化は見られなかったものの、振り返りには、仲間と協力する喜びや、自ら仲間を励まそうとする意識が表れていた。このことから、心理的相互サポートを通して、仲間と関わりながら意欲的に運動に参加しようとする姿勢へと変容したことがうかがえる。

Ⅴ　結論

実践及び検証の結果、以下のことを結論とする。

「心理的相互サポート」をボール運動に取り入れると肯定的な仲間関係、満足感や一体感、運動への自信や挑戦への意識が向上するという効果がある。また、種目別には次のような効果がある。

＜ネット型＞

プレー中に共通言語を用い即時的に声を掛け、ボールをつなぐための連携を促すサポートとして機能した。

＜ベースボール型＞

攻撃前の円陣、プレー前後の励まし、応援、助言など、個々のプレーを心理的に支え、次のプレーへ向かわせる関わりとして機能した。

したがって、ゲームのタイプに応じて上記効果を選択しながら授業を行うことにより、児童への学習効果をねらいに応じて高めることができる。

Ⅵ　研究の概括

２つの実践を通して、児童は「支えてもらう」だけでなく、「自分も仲間を支える」ことの価値を実感していったと考える。心理的相互サポートは、技能の向上だけでは捉えきれない、受容感や統制感、満足感、一体感、次の挑戦への意欲を支える可能性がある。今後も、特性に応じた心理的相互サポートの具体化を図り、児童が安心して挑戦し、仲間とともに運動の価値を味わえる体育授業の創造を目指したい。

＜引用・参考文献＞

○ 小学校学習指導要領(平成29年告示)解説　体育編 東洋館出版社
○ 高橋 健夫　編著『体育授業を観察評価する　授業改善のためのオーセンティック・アセスメント』明和出版　2003.10
○ 高橋 健夫　『体育に期待される社会性の育成 - その可能性と限界を問う』体育科教育 60(3) 14-19, 2012
○ 森田 啓之　『学校体育における目標としての「社会的態度」の再検討』スポーツ教育学研究 1990.　Vol. 10, No1, pp. 25-31
○ 大津 展子　『体育授業における社会的な行動の変容に関する検討』スポーツ教育学研究 2010.　Vol. 29, No2, pp. 17-32
○ 岡澤祥訓・北真佐美・諏訪祐一郎「運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究」スポーツ教育学 1996. Vol. 16, No2, pp. 145-155.