

## スポーツ社会学の視点からのスポーツアスリートを育成するための提言

プロジェクト I 担当委員：

宮西 智久（仙台大学、日本野球科学研究会運営委員）

田中 ゆふ（近畿大学、日本野球科学研究会運営委員）

平野 裕一（法政大学、日本野球科学研究会運営委員会代表）

### <はじめに>

全日本野球協会から、標題の提言について、本研究会へ求められた具体的な内容（ミッション）は、「スポーツマンシップ、マナーなどスポーツが持つ人材育成の観点から、今後日本野球が良き発展を目指し、選ばれる競技になっていくための道しるべ、となるよう提案を行う」ことである。

この要請に応じるために、運営委員会内においてプロジェクト I チームを結成した。チームのメンバーは、宮西運営委員（プロジェクトリーダー）、田中運営委員、平野運営委員会代表である。本チームでは、下記に示す専門領域（①②）に分けてテーマに関連する文献を収集調査し、エビデンス（研究知見）の抽出作業を実施した。本報告書は、各専門領域のエビデンスに基づいて、本研究会へ求められた課題について提言を行うものである。なお、本報告書の作成にあたって、本文の末尾に①②の各領域から収集調査された関連文献を一覧表（資料 1、資料 2）にして示してあるので適宜参照して頂きたい。

① スポーツコーチング学・発育発達学・スポーツ社会学領域

② スポーツ心理学・体育科教育学領域

本プロジェクト I の提言を、以下に 2 点示した。貴協会においては、今後、この方向での取り組み（アクションプラン）を期待するものである。

### <提 言>

**① 育成ガイドライン**

**② 年代別練習ドリル**

**を作成し、ジュニアコーチへ配布する。**

## 【スポーツコーチング学・発育発達学・スポーツ社会学領域からの提言】

### <はじめに>

「今後、日本野球が良き発展を目指し、選ばれる競技となっていくための道しるべとなるような提案」が求められているが、ここでは（１）スポーツを始めるのに野球を選びたくない、（２）野球を選んだものの野球を続けたくないとなる要因を洗い出し、それを解消するような提案にすることとした。①プレイヤー、②ルール、③用具、④コーチング、⑤アントラージュ・運営に分けてその要因を洗い出すと、コーチングに関わる内容が主因と考えられたので、子どものコーチングに関わる先行研究を渉猟し、国際的なコーチングの団体が提唱している「スポーツコーチの役割と使命（職務）」（ICCE, 2013）の６項目に当てはめてそれらをまとめることとした。なお、日本における子どものスポーツコーチングに関わる先行研究として、体育学研究 32 編、スポーツ産業学研究 6 編、発育発達研究 4 編、スポーツ方法学研究 3 編、コーチング学研究 1 編、スポーツ社会学研究 1 編の計 47 編を抽出した。また、研究対象年齢が多岐にわたる報告、野球以外のスポーツあるいは体育授業が対象となっている報告を含むが、それぞれ子どもの野球のコーチングに援用できると判断した。

### 1. ビジョンと戦略の構築

キーワード: ダブルゴール、競技力、社会性、ステークホルダー、自主性

コーチは、プレイヤーも納得できるビジョンを設定することが求められる。そしてそのビジョンを達成するための戦略では、どのようなコーチングスタイルをとるべきか、またステークホルダーは誰で、その人とどのような関係性をもつべきかを考えておくこととされている。

コーチングは「プレイヤーの未来に責任を負う社会的な活動」（文部科学省, 2013）といわれているので、子どもが野球を通して活動的になり、社会に貢献するようになることが大きな意味でのビジョンとなろう。ただし、子どもがすべて野球選手になって社会に貢献するわけではないので、競技力の向上と社会性の育成というスポーツのもつダブルゴールがコーチングでは問題となる。高校生の運動部への参加動機を調べた横田（2002）の報告によっても、競技力向上を目指す者と集団としての体育的価値をもつ者とがいるので両者を満たす指導が求められ、さもないと練習に対する意欲低下や情緒的消耗が生じてバーンアウトにつながってしまうという。こうした問題には相対化する視点を持ち、うまくつきあう知恵を絞らなければならない。ダブルゴールの矛盾、危険性を理解していないコーチが最も危険といわれている。プレイヤーは子どもなので、ステークホルダーの中心は親である。親が子どもの参加するスポーツスクールにどのような期待をもっているのかを調査した報告（水上ほか, 2000）によると、スポーツの種目特性やスクールの運営体制に応じて親は子どもの社会性あるいは技術力の向上に期待するという。サッカーの場合であれば、親はスポーツ少年団には社会性を、J チームには技術力の向上を期待している。コーチングでは親の期待も見抜いてダブルゴールのいずれに重きを置くかを考えていかなければならない。

コーチングでは、まずプレイヤーの現状を把握して目標を立てる。中学、高校の運動部員に運動部活動への取り組みに関する調査（深見・岡澤, 2016）をしたところ、具体的な目標を生徒に

つくらせ、それが共有されると運動部活動の満足につながるという。また、中学サッカー部員が目標を立てられるようになると、時間資源を考えて活動を展望できるようになる（上野、2006）ともいわれている。さらに、スポーツ推薦で入学した男子大学生が運動部活動で経験した挫折から立ち直る過程を分析した報告（和ほか、2011）によると、目標が達成できないと当然のごとく葛藤はあるが、仲間がいればそこから立ち直れるという。これらの報告のように、目標を立てるに際しても自主性が重要となる。

目標を立てた後には計画を練って練習を実施していく。ゴールデン・エイジ期のサッカー選手に対して、楽しいと感じられることを優先して指導している（梅崎ほか、2000）という。それは、小学校4年生から高校3年生までの児童・生徒に体育学習における楽しさを規定する要因を調査（伊藤・織奥、1988）したところ、自主的に集団活動できる練習が楽しいというからである。また、体育授業における高校生の感情を調査した報告（太田ほか、1991）によると、授業に主体的にチャレンジできる内容であるとその後の自分にプラスになったと評価している。小学5年生男子が自分で工夫して運動を学習しようとしている場合には指導は後からが良い（杉原ほか、1976）といわれているし、中学生運動部員では自主性、積極性を高めないと退部する（稲地・千駄、1992）ともいわれている。自主性を重んじたコーチングスタイルが求められる。

## 参考文献

- 深見英一郎・岡澤祥訓：運動部活動における目標設定、勝利志向性、意見の反映度の実態並びにそれらが生徒の満足度に及ぼす影響。体育学研究, 61: 781-796, 2016.
- 稲地裕昭・千駄忠至：中学生の運動部活動における退部に関する研究:退部因子の抽出と退部尺度の作成。体育学研究, 37: 55-68, 1992.
- 伊藤豊彦・織奥信夫：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(2): 123-133, 1988.
- 和 秀俊・遠藤伸太郎・大石和男：スポーツ選手の挫折とそこからの立ち直りの過程：男性中高生競技者の質的研究の観点から。体育学研究, 56(1): 89-103, 2011.
- 水上博司ほか：スポーツスクールに子供を通わせる保護者に期待に関する研究。スポーツ産業学研究, 10(1): 59-73, 2000.
- 文部科学省 [編]：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—。Gakken, 2013.
- 西田 保・猪俣公宏：スポーツにおける達成動機の因子分析的分析。体育学研究, 26(2): 101-110, 1981.
- 太田雅夫ほか：体育授業と生徒の感情。スポーツ方法学研究, 4(1): 9-15, 1991.
- 杉原 隆・工藤孝幾・松田岩男：運動学習における運動感覚的指導の効果に関する分析的研究。体育学研究, 22(3): 127-136, 1976.
- 武田大輔・中込四郎：子どもに対する親の行動に伴うメッセージと競技における子どもの認知・情動的態度との関係：ジュニアサッカー選手を対象として。体育学研究, 48(4): 421-438, 2003.
- 上野耕平：運動部活動への参加による目標設定スキルの獲得と時間的展望の関係。体育学研究, 51(1): 49-60, 2006.
- 梅崎高行・日比野弘・石井信輝：ゴールデン・エイジ期のサッカー選手に重視すべきコーチング

項目の探索的研究, スポーツ方法学研究, 13(1): 113-121, 2000.

横田匡俊: 運動部活動の継続及び中途退部にみる参加動機とバーンアウトスケールの変動, 体育学研究, 47(5): 427-437, 2002.

## 2. 環境の整備

キーワード: 安全・安心、予算・人員確保、長時間・高頻度練習、学業時間

コーチは、安全にそして安心して練習できるグラウンドと防御ネットやバッティングケージといった用具を揃えなければならない。また、コーチングスタッフを採用して育成・強化のシステムを整備しなければならない。これらのためには予算の確保が必要となる。

2009年頃から軟式野球部生徒数が減少している（公益法人日本中学校体育連盟）。この現状に対して、各都道府県における軟式野球の問題点を明らかにし、今後の発展の方向性を提示した報告（長久保ほか, 2012）によると、脆弱な財政基盤を強化し、ジュニア世代の育成を行い、スムーズに硬式野球に転じる環境づくりを目指すとしている。総合型地域スポーツクラブの運営においても、やはり財政基盤を確保した運営、すなわちスポーツのビジネス化が求められている。

アメリカテキサス州の高校では、定期試験で一科目でも不合格をとると課外活動への参加を6週間禁止するというルールがある。そのルールが良い成績をとるための励みになっているかという質問に対して、徐々に肯定する生徒の回答が増えてきた（白石, 1993）という。すなわち、アメリカの高校生はスポーツ活動とともに学業をしなければいけないという認識をもっているということである。子どもを野球に向かわせるためには、長時間、高頻度の練習から脱皮して学業時間の確保も求められよう。

内閣府平成29年度版男女共同参画白書（2018）によれば、昭和55年以降、夫婦ともに共働き世帯の数は年々増加している。このことから、子どもをスポーツに通わせる「親の負担」が“野球離れ（競技人口減少）”の一因となっているものと考えられる。むろん、この現状について野球界が対処できる術はないが、こうした社会状況を見定めたうえでのスポーツクラブの運営体制（人員確保・指導対策）が求められている。

## 参考文献

長久保由治ほか: 各都道府県における軟式野球の現状とその発展策に関する研究—組織的な視点から—, スポーツ産業学研究, 22(2): 295-304, 2012.

白石義郎: 学力向上政策とスポーツ課外活動—テキサス州における No-pass, No-play の事例—, スポーツ社会学研究, (1): 77-87, 1993.

内閣府: 第3章 仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）. 平成29年度版男女共同参画白書: pp.21-23, 2018.

### 3. 人間関係の構築

キーワード: アントラージュ、アスリート・センタード・コーチング、適応感、束縛・服従、リーダーシップ

コーチは、プレイヤーやアントラージュと良好な人間関係をつくらなければならない。それによって育成・強化がスムーズに進むことになる。

アントラージュとの関係性についてはどのようにといった報告はないが、高校野球の監督のコンピテンシーを調査した高松・山口（2015）の報告によると、優れた監督はアントラージュと良い関係を築いているという。

コーチという立場はプレイヤーなしには成立しない。主体としてのプレイヤーをリスペクトし、練習してきたことを思い起こさせて良いプレイを引き出す。こうした考え方は「アスリート・センタード・コーチング」といわれ、その中ではプレイヤーの人格を大切にす、やりがいを大切にす、プレイヤー自身に考えさせて選択させる、学びを最適化することが欠かせない要素といわれている。

中学、高校、大学の運動部員を対象にして、運動部活動における適応感を規定する要因を調べた報告（桂・中込，1990）によると、その要因として「部内における自己有能感」、「部の指導者・運営」、「制約・束縛感」、「種目・部活動へのコミットメント」、「対チームメイト感情」が挙げられたという。特に中学生はやりがいを感じて部活動にのめり込めると適応するといわれ、そこには指導者の影響が大きいという。また、集団を維持するために服従させると困惑を招く（杉本，1986）ともいわれているので、束縛・服従のないプレイヤーとの関係性が求められている。

小学校低学年の体育授業における学習する集団の形成過程を調べた報告（加登本ほか，2009）によると、集団の中にリーダーになり得る子どもを見つけて集団内での交流を図る指導が必要という。一方、コーチのリーダーシップについては、大学生サッカー選手を対象にして、リーダーシップ行動のタイプによって選手に認知されたコーチング効果に違いがみられるかを検討した報告（神力ほか，2016）によると、集団の目標達成を志向したリーダーシップ行動と集団や組織を維持強化するリーダーシップ行動の両方が求められているという。さらに、観察力があって、プレイヤーの自律を支援してくれ、技術・戦術の指導ができる指導者とわかると、選手は意欲的になる（高松・山口，2016）という。望まれるリーダーシップをとってプレイヤーとの関係を保つ必要がある。

#### 参考文献

- 神力亮太・萩原悟一・磯貝浩久：サッカー指導者の効果的なリーダーシップ行動—PM理論を援用した検討—。スポーツ産業学研究，26(2)：203-216，2016。
- 加登本仁・大後戸一樹・木原成一郎：小学校低学年の体育授業における学習集団の形成過程に関する事例研究。体育学研究，54(2)：405-423，2009。
- 桂 和仁・中込四郎：運動部活動における適応感を規定する要因。体育学研究，35(2)：173-185，1990。
- 杉本厚夫：中学・高校運動部員における社会的アンビバランスの変容。体育学研究，31(3)：197-212，1986。
- 須田 洋ほか：スポーツ種目に関する生徒の意識構造—高等学校体育授業におけるソフトボール，テニス，バドミントン，卓球に対して—。スポーツ方法学研究，3(1)：63-69，1990。

高松祥平・山口泰雄：高校野球における監督のコンピテンシーに関する研究. 体育学研究, 60 : 793-806, 2015.

高松祥平・山口泰雄：高校野球における監督のコンピテンシーが選手の内発的動機づけに及ぼす影響. 体育学研究, 61(2) : 461-473, 2016.

#### 4. 練習での指導と競技会への準備

キーワード: 多種目、多様性、デモンストレーション、コミュニケーション、プロセス評価

コーチは、練習でプレイヤーを育成・強化し、成果を披露する場の競技会へと進めていくのであるが、その中では発育発達を含めてスポーツ科学の知見を活用する必要がある。

松延・安藤（1972）は、幼児に対して7種類の運動を7種類のプログラムを用い、3か月間の運動指導を実施した。そして直立姿勢、歩行足跡、一連の運動能力でその効果をみたところ、幼児には様々な運動を内容を変えたプログラムで指導すると興味をもってもらえて効果的であったという。また、トップアスリートを育てた親にインタビュー調査を行ったところ、専門競技以外の多数のスポーツを実施していた（杉山ほか、2012）という。なお、リオデジャネイロ夏季オリンピック大会に参加したアスリートは6歳までに平均1.6種目を経験していた。6歳までではないが、海外オリンピックは $3.3 \pm 1.6$ 種目を経験していた（Vaeyens, et al., 2009）という。森・杉原（1989）は、上手投げの正確さを学習させる課題を用いて幼児、小学生、大学生に対して多様性をもった練習の有効性を検討したところ、幼児、小学生については多様性の練習のほうが単一性の練習よりも効果的であったという。また、幼児の投球や捕球能力には投球や捕球の指導が必要であるが、ボール操作についてはコーディネーション運動が効果的（梅崎ほか、2013）という。以上より、多種目の運動を経験し、その中で多様なプログラムを実施することが求められている。

小学3年生と中学1年生に器械運動の技を指導する際に、映像情報の提示方法の違いが運動経過の把握に与える影響を調べた野田ほか（2009）によると、複雑な動作を学習させる場合にはスローモーション提示や反復が必要であり、しかも小学校3年生には動画映像を提示したほうがよいという。さらに、小学5年生と中学2年生についてサッカーゲームの見方がどのように異なるのかを調べた工藤・深倉（1994）によると、ゲームを認知するためには中学生以下の子どもではゲームの見方を指導する必要があったという。

また、小学校高学年のハードル走授業を効果的にするためには子どもたちの運動の感じ方をわかりやすい、実践的な言葉にする必要がある（上原・梅野、2007）という。そのコミュニケーション能力をコーチング評価と関連させた報告（島崎・吉川、2012）によると、口で説明することに身振りを加えると、受ける側がより印象深くなるという。

成績を示したり他者と成績を比較したりする動機づけと、努力に価値を置いたり学習や熟達のプロセスを評価したりする動機づけとを体育授業に対する好感度で比較すると、中学生では成績もだが、熟達のプロセスも考慮した授業が好意的態度につながった（中須賀ほか、2014）という。また、中学生で自我志向性で有能さの認知が低い生徒は内発的動機づけが低い（細田・杉原、1999）ので、上手くないと思っている生徒には他人との比較よりも、その課題に向かわせることで動機づけを高めることが求められる。

以上より、育成・強化の内容・方法では、デモンストレーション、コミュニケーション、プロセス評価が求められている。

## 参考文献

- 細田朋美・杉原 隆：体育の授業における特性としての目標志向性と有能さの認識が動機づけに及ぼす影響。体育学研究，44：90-99，1999.
- 伊藤豊彦ほか：小学生の体育学習における動機づけモデルの検討：動機づけ雰囲気の認知，学習動機，および方略使用の関連。体育学研究，58：567-583，2013.
- 工藤孝幾・深倉和明：少年期におけるサッカーゲームの認知に及ぼす年齢及び競技水準の影響。体育学研究，38：425-435，1994.
- 松原英輝：フランスのサッカー選手育成の現状について一育成年代における技術，戦術指導の現状と特徴一。コーチング学研究，25(1)：67-76，2011.
- 松延 博・安藤 幸：幼児に対する体育指導の方法と効果に関する研究。体育学研究，19(1)：35-41，1972.
- 森 司朗・杉原 隆：多様性をもった練習の有効性に関する発達の検討一上手投げの正確さの学習に関して一。体育学研究，33(4)：331-339，1989.
- 中須賀巧ほか：動機づけ雰囲気および目標志向性が体育授業に対する好意的態度に与える影響。体育学研究，59：315-327，2014.
- 野田智洋ほか：映像情報の提示方法の違いが運動経過の把握に与える影響：器械運動の技を観察対象として。体育学研究，54：15-28，2009.
- 佐々木万丈：体育学習における能力的不適応経験時のコーピングと心理的ストレス反応の関係：中学生の場合。体育学研究，44：445-456，1999.
- 島崎崇史・吉川政夫：コーチのノンバーバルコミュニケーションに関する研究：コミュニケーション能力，およびコーチング評価との関連性。体育学研究，57：427-447，2012.
- 杉山美沙子ほか：日本の若手トップアスリートにおける両親の教育方針に関する一考察。スポーツ産業学研究，22(1)：55-62，2012.
- 筒井清次郎・杉原 隆：運動学習における練習の多様性効果に関する研究。体育学研究，30(4)：263-271，1986.
- 上原禎弘・梅野圭史：体育授業における教師と児童の言語的相互作用の適切性に関する研究：小学校高学年のハードル走授業を対象にして。体育学研究，52：1-17，2007.
- 上野耕平・中込四郎：運動部活動への参加による生徒のライフスキル獲得に関する研究。体育学研究，43：33-42，1998.
- 梅崎さゆりほか：コーディネーション運動が幼児の運動能力に与える効果一投球・捕球能力の量的変化と質的变化一。発育発達研究，59：27-40，2013.
- Vaeyens, R., et al.: Talent Identification and Promotion Programmes of Olympic Athletes. Journal of Sports Sciences, 27：1367-1380，2009.

## 5. 現場に対する理解と対応

キーワード: スポーツ参加、子どもの特徴、暴力的指導、生まれ月、早熟

コーチは、様々な手段を用いて情報を収集し、それを多角的に分析して現場を理解しなければならない。その中では、地域ならではの風習、これまでの競技における伝統といった現場で育まれてきた「文化」を読み取り、一方で、家庭環境、交友関係、運動経験といったプレイヤーの背景を理解する必要がある。

20～30代男女に、学齢期の頃の組織的スポーツ参加と今の成人期のスポーツ参加の関連を調査した報告(青柳ほか、2017)によると、学齢期に学校や地域でスポーツをしていると、成人になってもスポーツをしているという。学齢期にスポーツに参加している子どもの特徴としては、情緒が安定していて、周囲を引っ張る子ども(種村・丹羽、1980)であり、自尊心が高く、外向的な子ども(青木、1996)であるという。ただし、学校への関心が弱くなったり(青木、1996)、打ち込んで向上しないとバーンアウトになったり(中込・岸、1990)、野球の守備のように失敗がわかるプレイで失敗を非難すると運動有能感が下がる(安部、2018)という。子どもの特徴をよく捉えた対応が求められる。

近年、スポーツ現場で指導者の暴力が問題になることが多いが、女子大生に暴力的指導をどう評価するか、将来の行動選択にどう影響するかを調べた報告(阿江、2000)によると、37%が暴力的指導を受けたことがあると回答し、それを容認する者が40%以上いて、その容認の理由は、スポーツでの成功体験であり、指導者の熱心な指導であったという。暴力行動の連鎖を断つためには社会的権力のある者が指導の在り方を理解し、撲滅を社会に提唱していく必要がある。

体力が最も伸びる年齢を調べた報告(大澤、2015)によると、握力は男子12.6歳、女子10.6歳、筋持久力は男子11.6歳、女子11.1歳、全身持久力は男子11.4歳、女子10.5歳と以前よりも発達が早期化しているという。また、女子は2年ほど早熟である。さらに、中学生期のトップレベル野球選手を調べてみると(勝亦、2017)、4～9月生まれが多く成熟が進んでいるという。したがって早生まれの子どもは活躍の場が少なくなっているが、確かに身長、BMIでは劣るが、活動量は変わらない(渡邊・田村、2017)といわれているので、活動量でのがんばりを評価してあげることも考慮すべきである。

### 参考文献

- 安部久貴ほか：指導者の言葉がけがユース年代の選手のサッカー有能感に与える影響。体育学研究，63：87-102，2018。
- 阿江美恵子：運動部指導者の暴力的行動の影響：社会的影響過程の視点から。体育学研究，45(1)：89-103，2000。
- 青木邦男：スポーツ少年団への団員の過度適応と学校への適応との関係。体育学研究，40：291-303，1996。
- 青柳健隆ほか：学齢期の組織的スポーツ参加と成人期のスポーツ参加の関連：懐古的データに基づく持ち越し効果の検討。スポーツ産業学研究，27(3)：245-256，2017。
- 勝亦陽一ほか：中学生期におけるトップ野球選手の成熟度。発育発達研究，74：26-33，2017。
- 中込二郎・岸 隼治：運動選手のバーンアウト発症機序に関する事例研究。体育学研究，35(4)：313-323，1990。



大澤清二：最適な体力トレーニングの開始年齢：文部科学省新体力テストデータ解析から。発育発達研究，69：25-35，2015。

竹之内隆志・奥田愛子・大畑美喜子：運動選手の自我発達プロセス：危機事象の発達的变化に基づく検討。体育学研究，57：379-398，2012。

種村紀代子・丹羽劭明：スポーツ教室参加児童のパーソナリティの検討。体育学研究，25(1)：1-11，1980。

渡邊將司・田村真理子：早生まれで体力が高い子どもの特徴。発育発達研究，47：1-8，2017。

## 6. 学習と振り返り

キーワード: 研修内容、コーチングスキル、種目の練習法、発育発達

コーチは、自らの思考や行動を省察し、新しい知識やスキルを得るために学習する。それらをもって次のコーチングの質を高めなければならない。

地域スポーツの指導者が資質向上のためにどのような内容の研修が必要かを検討した大橋ほか(2016)の調査によると、コーチング自体のスキル、自分の指導している種目の練習法、そして子どもの心身の発達に関する知識が不足していると感じているという結果になった。したがってそれらの内容が研修では求められることになる。

### 参考文献

大橋 恵ほか：地域スポーツの指導者が直面している課題：指導者の指導力向上に向けて。スポーツ産業学研究，26(2)：243-254，2016。

### <まとめ>

子どものコーチングに関わる先行研究をまとめると、

- ・競技力向上と社会性習得のダブルゴールを使い分ける
- ・自主的で適応感のある練習にする
- ・予算・人員確保を含めて安全・安心の保たれた練習環境をつくる
- ・練習時間を含めて練習を効率化する
- ・多種類の運動を多様なプログラムで練習する
- ・デモンストレーション、コミュニケーションを活用する
- ・結果ではなくプロセスを重視する
- ・発育の性差・個人差を理解する

となろう。

これらに基づいて小・中学生のコーチを対象にした「育成ガイドライン」を作成、配布して子どものコーチングの質を高めることを提案する。また一方で、対象となるコーチのコーチングをサポートするために、同ガイドラインに基づいて具体的な練習法を記した「年代別の練習ドリル」を作成することも提案する。

## 【スポーツ心理学・体育科教育学領域からの提言】

### <はじめに>

スポーツ心理学ならびに体育科教育学の領域から課題に関連した内容を精査し、「ライフスキル」「指導者のありかた」「競技の継続」「マナー・ルール」の4つの内容について文献を抽出した。そして、それらの文献の本文を読むことでさらなる吟味を行った。調査対象とした文献は1977年から現在に至るまでのスポーツ心理学研究5編ならびに2001年から現在に至るまでの体育学研究8編であり、対象論文に関連する文献11編も適宜調査対象とした。体育科教育学については、今回の課題に関連する文献が見られなかったため、対象外とした。

### 1. アスリート育成におけるライフスキル教育の必要性

キーワード: 社会的スキル、育成、人材育成、社会性、精神的成長、競技力向上

対象学術論文から上記6つのキーワードに関連し「ライフスキル」に焦点を当てた文献を抽出した。該当文献はスポーツ心理学研究2編、他学術論文2編、書籍2編である。

WHOはライフスキルを「日常生活で生じる様々な問題や要求に対して、建設的かつ効果的に対処するために必要な能力」と定義し、以下の10項目を掲げている。①意志スキル、②問題解決スキル、③創造的思考、④批判的思考、⑤コミュニケーションスキル、⑥対人関係スキル、⑦自己認知、⑧共感的理解、⑨情動に対処するスキル、⑩ストレスに対処するスキル、である。このライフスキルには社会的スキルが含まれることもある(上野, 2008, p.341)。

競技スポーツ(野球)では、勝利や記録の更新を目的に、日々選手たちはパフォーマンスの向上に努めている。また、野球はチームスポーツであるが故、普段の練習から選手同士、選手-指導者-関係者間での活発なコミュニケーションが不可欠である。そのため、野球に取り組む環境下ではあらゆる「ライフスキル」の獲得がなされやすいといえる。一方で、暴行事件、未成年による飲酒・喫煙などの社会への不適応や問題行動に起因する不祥事やモラルの欠如も生じておりマスメディアなどに取り上げられ、社会問題となることもある。

このような不祥事の一因として、松野ほか(2010)は大学野球部内での不祥事について、選手個人の問題であるとの認識はせず、野球やスポーツ界特有の体質を指摘している。

*その体質とは、監督やコーチといった指導者や上級生には絶対的に従わなければならないという風潮であり、そのことが原因で、自分の頭で考えず、自分自身で問題を解決しようとする選手になり、言われたとおりに動けばよいという受身になるため批判的思考や効果的なコミュニケーションといったライフスキルが欠如していると考えた。(松野ほか, 2010, pp.70-71)*

このように、スポーツ活動はライフスキルの獲得を促し、青少年期での人格形成に有益である一方で、特定のライフスキルの獲得を抑制し深刻な問題を引き起こす事例もあることが現状である。また、ライフスキルは文化的、社会的背景にも影響を受ける。核家族化、競争社会、情報化社会により、現代社会では一層「個人化」が進行、対人関係スキルなどの衰退を招いている(横山・

辻, 2009)。野球界におけるアスリート育成においても、競技力向上のみならず青少年期での適切な人格形成のためのライフスキル獲得に重点を置いた指導・活動が求められる。このような取り組みは、野球界でのアスリート育成が将来社会で通用する人材の育成であることを意味する。そして、今後も野球が「選ばれるスポーツ」となるために必要不可欠な事項である。

## 参考文献

- 島本好平・石井源信：運動部活動におけるスポーツ経験とライフスキル獲得との因果関係の推定。スポーツ心理学研究, 37：89-99, 2010.
- 島本好平・東海林祐子・村上貴聡・石井 源信：アスリートに求められるライフスキルの評価—大学生アスリートを対象とした尺度開発—. スポーツ心理学研究, 40：13-30, 2013.
- 松野光範・横山勝彦：「ライフスキル教育」開発プロジェクトの必要性—スポーツ選手を視点に—. 同志社スポーツ健康科学, 1：1-7, 2009.
- 松野光範・来田宣幸・横山勝彦：「ライフスキル教育」開発プロジェクトの実践と課題—硬式野球部の取り組みを事例として—. 同志社スポーツ健康科学, 2：61-72, 2010.
- 上野耕平：ライフスキル. 日本スポーツ心理学会 [編] スポーツ心理学事典. 大修館書店：東京, p.431, 2008.
- WHO：川畑徹朗ほか [監訳]：心理社会的能力としてのライフスキルの紹介. WHO [編] WHO ライフスキル教育プログラム. 大修館書店：東京, pp.9-30, 1997.
- 横山勝彦・辻 浅夫：現代社会が失いつつあるもの. 横山勝彦・来田宣幸 [編] ライフスキル教育—スポーツを通して伝える「生きる力」—. 昭和堂：京都, pp.11-23, 2009.

## 2. 指導者のあり方

キーワード: 動機づけ、声かけ、指導方略、練習計画

上記の4つのキーワードに関連し、「指導者のあり方」を主眼とした文献を抽出した。そして、それらの文献の本文を読むことでさらなる吟味を行い、以下の参考文献に示す6文献（スポーツ心理学研究2文献、体育学研究4文献）から提案を行う。

初めに、野球に特化した研究として、高松・山口（2015）と高松・山口（2016）を紹介する。高松・山口（2015）では、高校野球における暴力や体罰、精神主義的及び勝利至上主義的な猛練習を問題視し、新たな指導スタイルを確立するための研究として、高校硬式野球部指導者のコンピテンシーを抽出している。コンピテンシーとは、優れた成果を修めるための素養と言い換えられる。高校野球監督6名（日本高等学校野球連盟と朝日新聞社から贈られる育成功労賞の受賞者3名を含む）に対する面接調査からコンピテンシーに関わる質問項目を設定し、その後全国417高校の監督からコンピテンシーに関する質問紙調査の回答を得た。因子分析の結果、選手の気持ちの理解、精神的ケア、声かけなどの「信頼関係」、選手の調子、性格、能力の「観察力」、マネーや挨拶などの「生活指導」、主体性、選手同士での指摘、目標を持たす「自律性支援」、保護者、OB、地域住民との「後援関係」、プレーに対する助言、的確な指示などの「技術・戦術指導」の6因子をコンピテンシーの構成因子として抽出した。さらに高松・山口（2016）では、近畿地区の高校野球部員384名（チームの強さに関して偏りがないよう多様なチームの選手に対して調

査を実施)を対象とした質問紙調査から、監督の「観察力」「自律性支援」「技術・戦術指導」に対して選手の認識が高いほど、自律的な練習やチームメイトとの関係性の増加を促し、選手の内発的動機づけを高めることも示している。これらの2文献は男子高校野球に限定した研究ではあるが、野球指導者全般に必要なコンピテンシーを提案していると考えられ、性別を問わず様々な年代の選手に対する指導者のあり方として汎用可能であることが予想される。

野球以外の種目に関しては、全国大会レベルで優れた成績を残している高校サッカーの8名の指導者を対象とした面接調査研究において、技術や判断力などの「熟達化」、サッカーや練習内容の「意識化」、心理面や環境の「支援」が指導者に必要な素養として抽出されている(北村ほか, 2005)。また、中学サッカー1チームの事例研究として、指導者の否定的な言葉がけと選手の守備技能の有能感の間に負の相関があることも報告されている(安部ほか, 2018)。その他の多種目の選手を対象とした調査研究では、表情、視線、態度などの指導者が発するノンバーバルコミュニケーションが肯定的であるほど、選手は指導者のコミュニケーション能力(聞く能力と送る能力)やコーチング能力を高いと認識していることや(島崎・吉川, 2012)、選手のパフォーマンスの成否に対する指導者のフィードバック行動として、称賛・励ましが選手と指導者の親和的信頼関係に繋がり、選手の内発的動機づけを高めることも報告されている(松井, 2014)。

以上をまとめると、指導者のあり方としては、観察力、自律性支援、技術・戦術指導の側面において高いコンピテンシーを有し、バーバルとノンバーバルの両面で肯定的なコミュニケーションを取ることの必要性が提案できる。それにより選手との親和的信頼関係が高まり、加えて選手の内発的動機づけや有能感も高められ、野球の継続や離脱の予防に繋がると考えられる。

## 参考文献

- 安部久貴・村瀬浩二・落合 優・射手矢 岬・鈴木直樹：指導者の言葉がけがユース年代のサッカー有能感に与える影響. 体育学研究, 63 : 87-102, 2018.
- 北村勝朗・齊藤 茂・永山貴洋：優れた指導者はいかにして選手とチームのパフォーマンスを高めるのか？一質的分析によるエキスパート高等学校サッカー指導者のコーチング・メンタルモデルの構築一. スポーツ心理学研究, 32 : 17-28, 2005.
- 松井幸太：高校運動部活動における生徒の内発的動機づけ―指導者のフィードバック行動および生徒と指導者の関係に対する生徒の認知からの検討一. スポーツ心理学研究, 41 : 51-63, 2014.
- 島崎崇史・吉川政夫：コーチのノンバーバルコミュニケーションに関する研究：コミュニケーション能力, およびコーチング評価との関連性. 体育学研究, 57 : 427-447, 2012.
- 高松祥平・山口泰雄：高校野球における監督のコンピテンシーに関する研究. 体育学研究, 60 : 793-806, 2015.
- 高松祥平・山口泰雄：高校野球における監督のコンピテンシーが選手の内発的動機づけに及ぼす影響. 体育学研究, 61 : 461-473, 2016.

### 3. 競技の継続

キーワード:バーンアウト、ドロップアウト、対人関係、ストレス、ソーシャルサポート、コーピング

「競技の継続」に関する文献を精査し、上記6つのキーワードに関連する論文6編を抽出した。論文の概要をもとにまとめと提案を行う。

競技の継続を促すためには競技からの離脱、すなわち「スポーツ・ドロップアウト」を防ぐ必要がある。「スポーツ・ドロップアウト」は「スポーツからのドロップアウト」と「スポーツによるドロップアウト」の二つの側面が存在する。稲地・千駄（1992）は「スポーツからのドロップアウト」を検討するために、中学生部活動の退部に関する研究を行っている。その結果、退部の要因として17の因子を抽出し、その中でも「部機能の低下」、「技能向上の停滞」、「非レギュラー」の因子が大部の中核的因子であると指摘している。「スポーツによるドロップアウト」に関しては、バーンアウトに関連する研究が多く報告されている。Hackney et al.（1990）はスポーツ選手のバーンアウトの症状を、プレーへの希望の喪失、注意力の欠如、睡眠障害、身体的・精神的消耗、低い自尊心、頭痛、気分変動、破壊行為、価値や信念の変化、情緒的孤立、不安の増大によって特徴づけている。さらに、岸・中込（1989）はスポーツ選手のバーンアウトは競技成績の低下やスポーツからの離脱といった問題にとどまらず、対人関係や学生競技者の修学上の問題、精神衛生といった日常生活の様々な領域に波及する場合があると述べており、日常生活にも支障をきたす可能性が示唆されている。

競技の継続にとどまらず日常生活にまで影響を及ぼす可能性があるバーンアウトの発症プロセスとして、岸・中込（1989）は熱中→停滞→固執→消耗→バーンアウトという一連のプロセスを提唱している。具体的には熱中の時期には競技への意欲が高く記録が伸びるが、その後ケガなどによる競技成績が停滞したり低下する停滞の時期を経て、それでもなお競技を継続する固執の時期があり、固執して努力をしても報われない経験を繰り返した結果、情緒的・身体的な消耗に至り、バーンアウトを発症するというプロセスである。岸（1994）はスポーツ選手にとって最大のストレスは競技状況における報われない経験であり、これがバーンアウトの発症に強く影響すると思われると述べており、選手が競技生活の中で抱える種々のストレスがバーンアウトの発症につながることも予想できる。

このように競技の継続に影響を与える要因は、スポーツ選手が抱えるストレスであると言えるだろう。競技継続を促すためには、まず第一にスポーツ選手のストレスの緩和を考える必要がある。例えば、土屋・中込（1994）は親愛サポートや指導サポートといったソーシャルサポートがバーンアウトの防止に重要であることを示している。親愛サポートとは、性格や立場を理解し、情緒面で援助を与え、親密に接するサポートのことを指す。また、指導サポートとは、競技力向上を目指すうえで必要な助言、指導を与えてくれるサポートを表す（土屋・中込, 1994）。さらに、田中・杉山（2015）は日常的にポジティブ感情の経験が多いほどバーンアウト傾向が改善することを示しており、ポジティブ感情の経験を増やす心理的介入の重要性を示唆している。また、ポジティブ感情の経験が多いほど、問題焦点型コーピングの使用が促進されることも示しており、問題焦点型のコーピングの使用がバーンアウト傾向を改善するとも述べている。

これらのことから、バーンアウトの予防や対処にはソーシャルサポート・ポジティブ感情の経験・問題焦点型コーピングの使用などが有効である可能性が提案できる。これらの心理的能力を向上させることで競技からの離脱（ドロップアウト）を防止し、競技継続を促すことができると

考えられる。

#### 参考文献

- Hackney, A. C., Perlman, S. N., & Nowacki, J. M. : Psychological profiles of overtraining and stale athletes : A review. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2 : 21-33, 1990.
- 稲地裕昭・千駄忠至：中学生の運動部活動における退部に関する研究：退部因子の抽出と退部予測尺度の作成. *体育学研究*, 37 : 55-68, 1992.
- 岸 順治：運動選手のバーンアウトの理解と対処. *Japanese Journal of Sports Sciences*, 13 : 9-14, 1994.
- 岸 順治・中込四郎：運動選手のバーンアウト症候群に関する概念規定への試み. *体育学研究*, 34 : 235-243, 1989.
- 田中輝海・杉山佳生：バーンアウト傾向に及ぼすポジティブ感情の改善効果：問題焦点型コーピングを媒介変数にして. *体育学研究*, 60 : 479-488, 2015.
- 土屋裕睦・中込四郎：大学運動選手におけるソーシャル・サポートの構成要素とその機能. *筑波大学体育科学系紀要*, 17 : 133-141, 1994.

#### 4. スポーツマンシップ、マナー

キーワード: 行動規範、礼儀、スポーツエゴ、競技水準

「スポーツマンシップ (補足説明参照)、マナー」については今回の調査対象とした文献では該当するものが2編となった。そこで、2編の研究を手掛かりに関連する文献を3編対象とし報告する。しかし、これらの研究は調査時期が最も古いもので1957年と60年以上過去のものであるため、文化・社会的背景に影響を考慮して慎重に検討する必要がある。

スポーツへの関わりや深さと競技水準について調査した複数の研究では、競技水準が高いほどスポーツマンシップが低いことが報告されている (Kistler, 1957 ; 石井ほか, 1977)。一方で競技水準が高くても必ずしもスポーツマンシップに反するような態度が身につくとは限らないとの指摘もある (賀川ほか, 1979 ; 岡澤ほか, 1981)。このようなスポーツマンシップに対する態度について、Lakie (1964) は指導者によるリーダーシップやチームの雰囲気の影響を及ぼすと述べている。これらのことから、野球においては、個人に焦点をあてるよりも、チーム単位での検討が重要であり、その核となるのは指導者をはじめとしたリーダーの存在による影響が大きいことが推察される。

賀川ほか (1986) はスポーツマンシップについて、スポーツを行う者ののぞましい行動のあり方 (スポーツのゲームにおける行動規範) としてとらえ、小学生から大学生までに対応できる行動規範尺度を検討した。その結果、得られた6因子から成る29項目の尺度 (第1因子「スポーツエゴ (自分が反則をとられたら審判に文句をいう、など)」、第2因子「生まじめさ」 (勝っても負けても、次の試合に備えて練習を続ける、など)、第3因子「礼儀」 (相手が一生懸命プレイしたことをほめたたえる、など)、第4因子「情緒的興奮」 (相手から反則されると、すぐにカッとなる、など)、第5因子「アピール」 (他の人の反則を見つけたら、そのことを審判に訴える、など)、第6因子「親睦」 (相手の人と試合が終わった後でも仲良くする、など) を抽出した。

この行動規範尺度をもとに石井ほか(1968)はスポーツ少年団の団員(男子1058名、女子760名)を対象とし、年齢、性に着目した検討を行った。その結果、行動規範尺度の総得点は男女ともに年齢に応じて高くなることが示された。因子別ではプラスの側面である「生まじめさ」「礼儀」「親睦」において同様の傾向が認められ、これらはスポーツによって身に付けられる行動規範であると言える。マイナス側面である「スポーツエゴ」については男子の年齢増加にともなって点数が低くなる傾向にあり、スポーツへの取り組みが自己中心的な思考や行動を導くことも示唆されている。これはバレなければルールに反しても良いという思考を含むことから、ルール自体を徹底することはもちろんだが、なぜそのようなルールができたのか(例えば、野球のインフィールドフライ、逆走の禁止)、なぜルールを遵守すべきなのかといった観点から競技におけるルールやマナーの必要性を選手に理解させることが指導の中で求められることを意味する。

また、この研究では12歳(中学1年)での行動規範尺度の総得点が著しく低下することが示されている。石井ほかは理由として、中学校の運動部所属によって環境が変化すること、新入部員がその種目を楽しむ機会が減少し、半強制的な指導が反抗的な形でおこる現象ではないかと考察している。その後は、得点は上昇していくものの、単なる環境への順応の可能性もあり、年齢の向上にともなる指導の改善か否かは定かではない。このような、競技継続過程で生じる行動規範の低下は先述したようなドロップアウトにも繋がる要因とも考えられ、選手たちのカテゴリーやライフステージが変わる段階においても、競技の魅力や取り組み意欲の低下を防ぐための改善が求められる。

#### 参考文献

- 石井源信・賀川昌明・岡沢祥訓：スポーツマンシップに対する態度の研究—イメージ変遷と説得コミュニケーションによる効果—。日本体育学会第28回大会号：p.327, 1977.
- 石井源信・賀川昌明・米川直樹・岡沢祥訓：スポーツのゲームにおける行動規範の研究—行動規範を規定する個人的要因の検討—。スポーツ心理学研究, 13：17-23, 1986.
- 賀川昌明・米川直樹・岡沢祥訓・石井源信：スポーツのゲーム(試合)における行動規範の研究—小・中・高・大学生に対する調査項目の作成とその尺度構成の試み—。体育学研究, 30(4)：281-292, 1986.
- Kistler, J. W. : Attitudes expressed about behavior demonstrated in certain specific situations occurring in sports. Proceedings of the National College Physical Education Association for Men, 50: pp.55-58, 1957.
- Lakie, W. L. : Expressed attitudes of various groups of athletes toward athletic competition. Research Quarterly, 35(4): 497-503, 1964.

## <まとめ>

以上の知見をまとめると、

- ・チームスポーツであるがゆえに、その特性を活かしたライフスキルの獲得をより一層意識化した人格教育を展開する
- ・選手の内発的動機付けを高める方向での新しい指導スタイルを確立する
- ・指導者のあり方として、観察力、自立性支援、技術・戦術指導においてコンピテンシーを高め、バーバルとノンバーバルの両方を駆使しながら選手とのコミュニケーションを図る
- ・指導者は称賛・励まし、ポジティブな言葉がけを心がけ、選手の有能感を高める指導を行う
- ・ソーシャルサポート・ポジティブ感情を考慮しながら、スポーツ・ドロップアウトへの対策を講じる
- ・スポーツエゴなどスポーツのもつ負の側面を未然に防ぐために、スポーツ史学、社会学、哲学・倫理的観点から、スポーツマンシップへの理解を深め、それを習得させ実践させるとなろう。

「**育成ガイドライン**」には、上記事項も、適用年代などに配慮し必要に応じて盛り込むこととする。



## 《補足説明》

### 1. スポーツマンシップと勝利至上主義について:人材育成の観点から

スポーツマンシップ sportsmanship のシップとは、「～であること」、「～としての責務」、「～としての職務」を意味する。つまり、スポーツマンシップとは、「スポーツ選手としての責務」であり、その責務を全うすることがスポーツ選手であることを意味する。では、そのスポーツ選手（競技者、アスリート）としての責務とは何か。この点について、川谷（2003, 2005, 2014, 2015）の論考は示唆に富むので、川谷の「スポーツマンシップ論」について簡単に紹介する（一部転載）。

川谷は、スポーツマンシップの構造を図1のように示し、スポーツ選手に求められる義務として、「完全義務」と「不完全義務」に分けている。まず不完全義務。これは、たとえば、「友愛」や「他者への思いやり」や「名誉」や「正々堂々と戦うこと」などの類いであるが、これらはいずれも「スポーツマンはこうあってほしい」という主観的思い入れの表出に過ぎず、スポーツマンをスポーツマンたらしめている客観的本質を捉えているとは言い難いという。そこで、完全義務。まず、第一にルールに従うことである（ルールの遵守）。スポーツ競技が一定の公共的ルールによって行われている以上、それを無視することは、スポーツマン自身の存在根拠としてのその競技そのものの破壊であり、決して許されることではない。しかし、単にルールに従うことだけでは競技は成立しないので、競技者は与えられたルールのもとで、可能な限り合理的な行動（相手の弱点を攻めることを含む）で勝利を追求しなければならない（勝利の追求）。なお、不完全義務は、競技者の外部（観客、アントラージュほか）から与えられる規範であるため、スポーツ外在的規範（または道徳的スポーツマンシップ：通常、われわれはこれをスポーツマンシップとみなしている）と呼ばれる。完全義務は、競技者自身が競技をする規範であるため、スポーツ内在的規範（またはスポーツ的スポーツマンシップ）と呼ばれる。

川谷は、スポーツマンとして最低限従わなければならないのは、完全義務としてのスポーツマンシップ（スポーツ的スポーツマンシップ）、つまり、①ルールを守ること、②勝利を得るために合理的な行動を採る（付記参照）こと、の2点に尽きると述べている。

完全義務のスポーツ的スポーツマンシップと不完全義務の道徳的スポーツマンシップは、原理的に両立しえず、さまざまな倫理的問題を必然的に発生させるといえる。たとえば、スポーツの試合（スポーツ倫理）では、“相手の弱点を攻める（例、格闘家が相手の負傷した箇所を故意に攻め続ける）”のは、競技者として勝つために正当な行為（弱点を攻めない競技者は勝利を追求してい

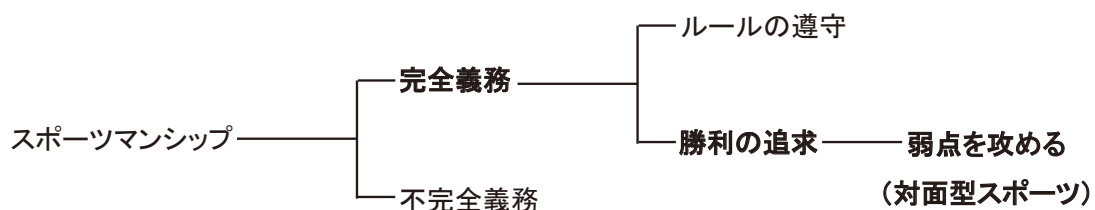


図1 スポーツマンシップの構造（川谷，2003）

ないことになるためスポーツ的スポーツマンシップに違背して競技者として失格である) であるが、日常倫理(道徳)では、勝つためにとはいえ、目を伏せたくなる「えげつない」行為と捉えられ、スポーツマンシップ(道徳的スポーツマンシップ)にもとる非人間的行為とみなされる。川谷は、スポーツにおいて、こうした相克的状況(ジレンマ)が発生するのは元来織り込み済みなので、スポーツを教育の場に持ち込むリスクに言及している。しかし、逆の見方をすれば、競技者が、そうした相克状況に対峙することは、スポーツマンシップへの理解を深める契機となることでもあり、リスクはあるとはいえ、人材育成の観点から、一定の意義はあるものと考えられる。

#### [付記]

川谷の論理に依拠すれば、勝利の追求が、競技者にとっての客観的本質であるとするならば、「勝利至上主義」(競技者が相手に勝つことを絶対的な目標とする考え方)は不当ではない。問題は、勝利の追求のために、競技者以外の非当事者が競技者への行き過ぎた指導や長時間練習などを強要する弊害や暴言・暴力(体罰)行為、また、競技者自身による相手やチームへの暴言・暴力行為などが問題視されているものと考えられる。蛇足だが、勝利至上主義について、近藤(2000)の指摘を以下に一部抜粋して掲載する。

*高校野球の勝利至上主義は、スポーツ科学の成果に精通しない指導者の非合理的な方法であり、科学的、合理的に勝利をめざしていません。スポーツ科学の成果を受益することなく、きわめて「非効率的な」計画の下に、勝利とはまったく反対のエネルギー消費(極論をいえば、命を削らせること)を選手に行わせているといっても過言ではありません。*

*真の勝利至上主義は、あらゆるスポーツ科学の成果を吸収し、最善のトレーニング方法を開発し、万全の状況でゲームに臨むことです。Jチームはサッカーのゲーム構造を的確に分析し、練習のなかにスポーツ科学の成果を忠実に導入しています。こうした指導法こそが、真の勝利至上主義にもとづくスポーツ実践の在り方ではないでしょうか。*

#### 参考文献

- 川谷茂樹：「スポーツマンシップとは何か」―弱点を攻めることの正当性―，千葉大学[編] 生命・環境・科学技術倫理研究，pp.190-203，2003.
- 川谷茂樹：スポーツ倫理学講義，ナカニシヤ出版：東京，pp.13-104，2005.
- 川谷茂樹：スポーツにおける倫理的問題の発生根拠―スポーツの危険性とその内憂外患―，NSCA ジャパン『ストレングス&コンディショニングジャーナル』，21(2)：2-8，2014.
- 川谷茂樹：スポーツにおいてなぜ倫理的問題が発生するのか，現代スポーツ評論 32，創文企画：東京，pp.56-67，2015.
- 近藤良亨：めざせ！真の勝利至上主義―スポーツ指導における効率性，友添秀則・近藤良亨[著] スポーツ倫理を問う，大修館書店：東京，pp.154-160，2000.
- 池田潔：自由と規律，岩波新書：東京，1963.
- 玉木正之：スポーツとは何か，講談社現代新書：東京，1999.
- ハンス・レンク／グンター・A・ピルツ：フェアネスの裏と表，片岡暁夫[監訳]，不味堂出版：

- 東京, 2000.
- 松井良明：近代スポーツの誕生. 講談社現代新書：東京, 2000.
- 永井洋一：スポーツは「良い子」を育てるか. 日本放送出版協会：東京, 2004.
- 永井洋一：少年スポーツ ダメな大人が子供をつぶす！. 朝日新聞出版：東京, 2013.
- 中江桂子：スポーツマンシップの起源. スポーツ社会学研究, 14：47-58, 2006.
- 守能信次：スポーツルールの論理. 大修館書店：東京, 2007.
- 阿部生雄：近代スポーツマンシップの誕生と成長. 筑波大学出版会, 2009.
- 広瀬一郎：新しいスポーツマンシップの教科書. 学研教育出版：東京, 2014.
- 中村敏雄ほか [編]：21世紀スポーツ大事典. 大修館書店：東京, 2015.
- 友添秀則 [編]：よくわかるスポーツ倫理学. ミネルヴァ書房：京都, 2017.

資料1 【スポーツコーチング学・発育発達学・スポーツ社会学領域における関連文献】

	研究知見(エビデンス)	カテゴリー (学年、内容)	文 献
<b>1. ビジョンと戦略の構築</b> キーワード:ダブルゴール、競技力、社会的、ステークホルダー、自主性	生徒に具体的な目標をつくらせて、それが共有されていると満足につながる 自主性、積極性を高めないと退部する 子どもが自主的に集団活動できる練習が楽しい 目標が達成できないと葛藤があるが、仲間がいれば立ち直れる 親は少年団には社会的、Jチームには技術を期待 競技レベルが高いと、独自技の開発、信念の貫きで競技レベルを高める 主体的にチャレンジさせる指導内容にする 自分で工夫する場合は後から、手引きがある場合は前に指導する 子どもの認知・情動的態度は親のメッセージがより関係するので、親からの要求を見抜いて指導する 目標を立てられるようになると、時間を見据えた展望ができるようになる 楽しいと感じられる選手を育てることを優先している 競技力と社会的意欲を目指している生徒がいるので両方を満たす指導が求められる	中・高 中 小・中・高 大 小 大 高 小上級 中・親中 中 中指導 高	深見英一郎・岡澤祥訓:運動部活動における目標設定、勝利志向性、意見の反映度の実態並びにそれらが生徒の満足度に及ぼす影響。体育学研究, 61:781-796, 2016. 稲地裕昭・千駄忠志:中学生の運動部活動における退部に関する研究:退部因子の抽出と退部尺度の作成。体育学研究, 37:55-68, 1992. 伊藤豊彦・織奥信夫: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(2):123-133, 1988. 和 秀俊・遠藤伸太郎・大石和男:スポーツ選手の挫折とそこから立ち直りの過程:男性中高生競技者の質的研究の観点から。体育学研究, 56(1):89-103, 2011. 水上博司ほか:スポーツスクールに子供を通わせる保護者に期待に関する研究。スポーツ産業学研究, 10(1):59-73, 2000. 西田 保・猪俣公宏:スポーツにおける達成動機因子分析的分析。体育学研究, 26(2):101-110, 1981. 太田雅夫ほか:体育授業と生徒の感情。スポーツ方法学研究, 4(1):9-15, 1991. 杉原 隆・工藤孝幾・松田岩男:運動学習における運動感覚的指導の効果に関する分析的研究。体育学研究, 22(3):127-136, 1976. 武田大輔・中込四郎:子どもに対する親の行動に伴うメッセージと競技における子どもの認知・情動的態度との関係:ジュニアサッカー選手を対象として。体育学研究, 48(4):421-438, 2003. 上野耕平:運動部活動への参加による目標設定スキルの獲得と時間的展望の関係。体育学研究, 51(1):49-60, 2006. 梅崎高行・日比野弘・石井信輝:ゴールデン・エイジ期のサッカー選手に重視すべきコーチング項目の探索的研究。スポーツ方法学研究, 13(1):113-121, 2000. 横田匡俊:運動部活動の継続及び中途退部にみる参加動機とバーンアウトスケールの変動。体育学研究, 47(5):427-437, 2002.
<b>2. 環境の整備</b> キーワード:安全・安心、予算・人員確保、長時間・高頻度練習、学習時間	硬式にスムーズに転じられる環境をつくる アメリカでは学業しなければいけないという認識をもっている 共働き世帯が増え子どもをスポーツに通わせる「親の負担」が大きい	中 高 地域指導	長久保由治ほか:各都道府県における軟式野球の現状とその発展策に関する研究—組織的な視点から—。スポーツ産業学研究, 22(2):295-304, 2012. 杉本厚夫:学向上政策とスポーツ課外活動—テキサス州におけるNo-pass, No-playの事例—。スポーツ社会学研究, 1(1):77-87, 1993. 内閣府:第3章 仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)。平成29年度版男女共同参画白書:pp.21-23, 2018.
<b>3. 人間関係の構築</b> キーワード:アントラージュ、アスリート・センタード・コーチング、適応感、束縛・服従、リーダーシップ	目標達成と集団維持の両タイプの指導者が選手に認められる 技術をわからせるためにリーダーをつくる。交流させる のめり込めると適応する。指導者の影響が大きい 集団維持のための服従は困惑を招く 指導者の競技への取り組み方は選手の取り組み方に関連していない  観察的に行動してアントラージュと良い関係を築く 指導者に観察力、自律支援、技術・戦術指導があるとすると選手は意欲的になる	大 小下級 中 中・高 大 高指導 高	神力亮太・萩原一・磯貝浩久:サッカー指導者の効果的なりダーシップ行動—PM理論を援用した検討—。スポーツ産業学研究, 26(2):203-216, 2016. 加登本仁・大後戸一樹・木原成一郎:小学校低学年の体育授業における学習集団の形成過程に関する事例研究。体育学研究, 54(2):405-423, 2009. 桂 和仁・中込四郎:運動部活動における適応感を規定する要因。体育学研究, 35(2):173-185, 1990. 杉本厚夫:中学・高校運動部員における社会的アンビバランスの変容。体育学研究, 31(3):197-212, 1986. 須田 洋ほか:スポーツ種目に関する生徒の意識構造—高等学校体育授業におけるソフトボール、テニス、バドミントン、卓球に対して—。スポーツ方法学研究, 3(1):63-69, 1990. 高松祥平・山口泰雄:高校野球における監督のコンピテンシーに関する研究。体育学研究, 60:793-806, 2015. 高松祥平・山口泰雄:高校野球における監督のコンピテンシーが選手の内発的動機づけに及ぼす影響。体育学研究, 61(2):461-473, 2016.
<b>4. 練習での指導と競技会への準備</b> キーワード:多様性、多様性、デモンストレーション、コミュニケーション、プロセス評価	上手くない子には比較より課題に向かわせる 自分で探ようになるには、努力や進歩を認めてあげる 小学生にはゲームの見方を指導する必要があり、中学になるとゲーム集中になる テクニクがわかってきたらチームプレイも含める 様々な運動内容を交えたプログラムにする 子どもの時期には多様性をもった練習が効果的 うまくなるプロセスも考慮すると体育に好意的になる 複雑な動作を学ぶには動画が必要 具体的な解決策があればできなかったというストレスは軽減する 身振も重要 トップアスリートは子どもの時に親から信頼され、多様性をこなしていた 難しい課題には多様性、難しい課題はそれ自体を練習させる 子ども達の運動の感じ方を、わかりやすい、実践的な言葉にする 指導によって心理・社会的スキルは競技から日常へ コーディネーション運動はボール操作に効果的	中 小上級 小・中 中・高 幼 幼・小 小 中 小 中 小 小上級 高 幼	細田朋美・杉原 隆:体育の授業における特性としての目標志向性と有能さの認識が動機づけに及ぼす影響。体育学研究, 44:90-99, 1999. 伊藤進彦ほか:小学生の体育学習における動機づけモデルの検討:動機づけ雰囲気、学習動機、および方略使用の関連。体育学研究, 58:567-583, 2013. 工藤孝幾・深倉和明:少年期におけるサッカーゲームの認知に及ぼす年齢及び競技水準の影響。体育学研究, 38:425-435, 1994. 松原英輝:フランスのサッカー選手育成の現状について—育成年代における技術、戦術指導の現状と特徴—。コーチング学研究, 25(1):67-76, 2011. 松延 博・安藤 幸:幼児に対する体育指導の方法と効果に関する研究。体育学研究, 19(1):35-41, 1972. 森 司朗・杉原 隆:多様性をもった練習の有効性に関する発達の検討—上手投げの正確さの学習に関して—。体育学研究, 33(4):331-339, 1989. 中須賀巧ほか:動機づけ雰囲気および目標志向性が体育授業に対する好意的態度に与える影響。体育学研究, 59:315-327, 2014. 野田智洋ほか:映像情報の提示方法の違いが運動経過の把握に与える影響:器械運動の技を観察対象として。体育学研究, 54:15-28, 2009. 佐々木万丈:体育学習における能力的不適応経験時のコーピングと心理的ストレス反応の関係:中学生の場合。体育学研究, 44:445-456, 1999. 島崎崇史・吉川政夫:コーチのノンバーバルコミュニケーションに関する研究:コミュニケーション能力、およびコーチング評価との関連性。体育学研究, 57:427-447, 2012. 杉山美沙子ほか:日本の若手トップアスリートにおける両親の教育方針に関する一考察。スポーツ産業学研究, 22(1):55-62, 2012. 筒井清次郎・杉原 隆:運動学習における練習の多様性効果に関する研究。体育学研究, 30(4):263-271, 1986. 上原耕平・梅野圭史:体育授業における教師と児童の言語的相互作用の適切性に関する研究:小学校高学年のハードル走授業を対象にして。体育学研究, 52:1-17, 2007. 上野耕平・中込四郎:運動部活動への参加による生徒のライフスキル獲得に関する研究。体育学研究, 43:33-42, 1998. 梅崎さゆりほか:コーディネーション運動が幼児の運動能力に与える効果—投球・捕球能力の量的変化と質的変化—。発育発達研究, 59:27-40, 2013.
<b>5. 現場に対する理解と対応</b> キーワード:スポーツ参加、子どもの特徴、暴力的指導、生まれ月、早熟	失敗がわかるプレイを非難すると有能感が下がる 成功したり、熱心な指導だったりすると暴力が許され、引き継がれる 少年団に過度にのめり込むのは自尊心が高く、外向的な子 学校、地域でスポーツをしていると成人になっても参加する トップ選手は4〜9月生まれが多く、成熟が進んでいる 熱中して停滞し、それでも打ち込むが向上しないとバーンアウトする 早熟の早期化、女子が2年早いことを認識して指導する 指導者に困る・悩むと自我が発達する 情緒が安定して主導する子がスポーツ教室には参加する 早生まれは身長、BMIで劣るが、活動量は変わらない。活動量で評価してあげる	中・高 — 小上級 小・中 中 成 小・中 小・高 小上級 小	安部久貴ほか:指導者の言葉かけがユース年代の選手のサッカー有能感に与える影響。体育学研究, 63:87-102, 2018. 阿江美恵子:運動部指導者の暴力的指導の影響:社会的影響過程の観点から。体育学研究, 45(1):89-103, 2000. 青木邦男:スポーツ少年団への団員の過度適応と学校への適応との関係。体育学研究, 40:291-303, 1996. 青柳健隆ほか:学齢期の組織的スポーツ参加と成人期のスポーツ参加との関連:横古のデータに基づく持ち越し効果の検討。スポーツ産業学研究, 27(3):245-256, 2017. 勝が陽一ほか:中学生期におけるトップ野球選手の成熟度。発育発達研究, 74:26-33, 2017. 中込四郎・岸 隼治:運動選手のバーンアウト発症機序に関する事例研究。体育学研究, 35(4):313-323, 1990. 大澤清二:最速な体力トレーニングの開始年齢:文部科学省新体力テストデータ解析から。発育発達研究, 69:25-35, 2015. 竹之内隆志・奥田愛子・大畑美喜子:運動選手の自我発達プロセス:危機事象の発達の变化に基づく検討。体育学研究, 57:379-398, 2012. 種村紀代子・丹羽助明:スポーツ教室参加児童のパーソナリティの検討。体育学研究, 25(1):1-11, 1980. 渡邊将司・田村真理子:早生まれで体力が高い子どもの特徴。発育発達研究, 47:1-8, 2017.
<b>6. 学習と振り返り</b> キーワード:研修内容、コーチングスキル、種目の練習法、発育発達	コーチング、種目スキル、発育発達を学ぶべき	地域指導	大橋 恵ほか:地域スポーツの指導者が直面している課題:指導者の指導力向上に向けて。スポーツ産業学研究, 26(2):243-254, 2016.

資料2【スポーツ心理学・体育科教育学領域における関連文献】

	研究知見(エビデンス)	カテゴリー (学年、内容)	文 献
<p><b>1. アスリート育成におけるライフスキル教育の必要性</b> キーワード: 社会的スキル、育成、人材育成、社会性、精神的成長、競技力向上</p>	<p>「周囲からのサポート」「努力忍耐」のそれぞれが「対人スキル」の成長を促す 「自己開示」が「対人スキル」の獲得を促す 「周囲からのサポート」は「感謝する心」を育む 「計画性」と「目標設定」には正の相関がある 「対人マナー」と「礼儀・マナー」には正の相関がある 「リーダーシップ」と「責任ある行動」には正の相関がある 役割(役職)を与えることで「責任ある行動」が身につく ライフスキルの獲得は発育発達視点での長期的な検討が必要 批判的思考を養うなど効果的なコミュニケーションを取るべき</p> <p>現代社会では一層「個人化」が進行、対人関係スキル等の育成を重視するべき</p>	<p>大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大</p>	<p>島本好平・石井源信: 運動部活動におけるスポーツ経験とライフスキル獲得との因果関係の推定. スポーツ心理学研究, 37: 89-99, 2010.</p> <p>島本好平・東海林祐子・村上貴聡・石井 源信: アスリートに求められるライフスキルの評価—大学生アスリートを対象とした尺度開発—. スポーツ心理学研究, 40: 13-30, 2013.</p> <p>松野光範・来田宣幸・横山勝彦: 「ライフスキル教育」開発プロジェクトの実践と課題—硬式野球部の取り組みを事例として—. 同志社スポーツ健康科学, 2: 61-72, 2010.</p> <p>横山勝彦・辻 浅夫: 現代社会が失いつつあるもの. 横山勝彦・来田宣幸[編]ライフスキル教育—スポーツを通して伝える「生きる力」—. 昭和堂: 京都, pp.11-23, 2009.</p>
<p><b>2. 指導者のあり方</b> キーワード: 動機づけ、声かけ、指導方略、練習計画</p>	<p>否定的な言葉がけは選手の有能感を低下させる</p> <p>指導者に必要な要素は「熟達化」「意識化」「支援」である</p> <p>称賛・励ましは選手と指導者の親和的信頼関係に繋がり、選手の内発的動機づけを高める</p> <p>ノンバーバルコミュニケーションが肯定的であるほど、選手は指導者のコミュニケーション能力やコーチング能力を高いと認識している</p> <p>「信頼関係」「観察力」「生活指導」「自律性支援」「後援関係」「技術・戦術指導」がコンピテンシーの構成要因である</p> <p>「観察力」「自律性支援」「技術・戦術指導」に対して選手の認識が高いほど、自律的な練習やチームメイトとの関係性の増加を促し、選手の内発的動機づけを高める</p>	<p>中・高指導  高指導  高  大・社  高  高</p>	<p>安部久貴・村瀬浩二・落合 優・射手矢 岬・鈴木直樹: 指導者の言葉がけがユース年代のサッカー有能感に与える影響. 体育学研究, 63: 87-102, 2018.</p> <p>北村勝朗・齊藤 茂・永山貴洋: 優れた指導者はいかにして選手とチームのパフォーマンスを高めるのか？—質的分析によるエキスパート高等学校サッカー指導者のコーチング・メンタルモデルの構築—. スポーツ心理学研究, 32: 17-28, 2005.</p> <p>松井幸太: 高校運動部活動における生徒の内発的動機づけ—指導者のフィードバック行動および生徒と指導者の関係に対する生徒の認知からの検討—. スポーツ心理学研究, 41: 51-63, 2014.</p> <p>島崎崇史・吉川政夫: コーチのノンバーバルコミュニケーションに関する研究: コミュニケーション能力、およびコーチング評価との関連性. 体育学研究, 57: 427-447, 2012.</p> <p>高松祥平・山口泰雄: 高校野球における監督のコンピテンシーに関する研究. 体育学研究, 60: 793-806, 2015.</p> <p>高松祥平・山口泰雄: 高校野球における監督のコンピテンシーが選手の内発的動機づけに及ぼす影響. 体育学研究, 61: 461-473, 2016.</p>
<p><b>3. 競技の継続</b> キーワード: バーンアウト、ドロップアウト、対人関係、ストレス、ソーシャルサポート、コーピング</p>	<p>プレーへの希望の喪失、注意力の欠如、睡眠障害、身体的・精神的消耗、低い自尊心、頭痛、気分変動、破壊行為、価値や信念の変化、情緒的孤立、不安の増大がバーンアウトの特徴である</p> <p>バーンアウトはスポーツの離脱のみならず日常生活にも支障をきたす</p> <p>熱中→停滞→固執→消耗→バーンアウトという一連のプロセスで生じる</p> <p>競技状況における報われない経験がバーンアウトの発症に強く影響する</p> <p>ポジティブ感情の経験を増やす心理的介入が重要</p> <p>ソーシャルサポートがバーンアウトの防止に重要</p> <p>性格や立場を理解し、情緒面で援助を与え、親密に接するサポートをすべき</p> <p>競技力向上を目指すうえで必要な助言、指導を与えるサポートをすべき</p>	<p>— — — — 大 — — —</p>	<p>Hackney, A. C., Perlman, S. N., &amp; Nowacki, J. M.: Psychological profiles of overtraining and stale athletes: A review. Journal of Applied Sport Psychology, 2: 21-33, 1990.</p> <p>稲地裕昭・千駄忠至: 中学生の運動部活動における退部に関する研究: 退部因子の抽出と退部予測尺度の作成. 体育学研究, 37: 55-68, 1992.</p> <p>岸 順治: 運動選手のバーンアウトの理解と対処. Japanese Journal of Sports Sciences, 13: 9-14, 1994.</p> <p>田中輝海・杉山佳生: バーンアウト傾向に及ぼすポジティブ感情の改善効果: 問題焦点型コーピングを媒介変数にして. 体育学研究, 60: 479-488, 2015.</p> <p>土屋裕睦・中込四郎: 大学運動選手におけるソーシャル・サポートの構成要素とその機能. 筑波大学体育科学系紀要, 17: 133-141, 1994.</p>
<p><b>4. スポーツマンシップ、マナー</b> キーワード: 行動規範、礼儀、スポーツエゴ、競技水準</p>	<p>競技水準が高いほどスポーツマンシップが低い</p> <p>行動規範尺度の総得点は男女ともに年齢に応じて高くなる</p> <p>「生まじめさ」「礼儀」「親睦」はスポーツによって身に付けられる行動規範</p> <p>スポーツへの取り組みが自己中心的な思考や行動を導くこともある</p> <p>12歳(中学1年)での行動規範が著しく低下する</p> <p>競技水準が高くて必ずしもスポーツマンシップに反するような態度が身につくとは限らない</p> <p>「スポーツエゴ」「生まじめさ」「礼儀」「情緒的興奮」「アビール」「親睦」がスポーツマンシップを構成する主要因</p> <p>競技水準が高いほどスポーツマンシップが低い</p> <p>指導者によるリーダーシップやチームの雰囲気の影響を及ぼす</p>	<p>—  小・中・高 小・中・高 小・中・高 — — 小・中・高 — —</p>	<p>石井源信・賀川昌明・岡沢祥訓: スポーツマンシップに対する態度の研究—イメージ変遷と説得コミュニケーションによる効果—. 日本体育学会第28回大会号: p.327, 1977.</p> <p>石井源信・賀川昌明・米川直樹・岡沢祥訓: スポーツのゲームにおける行動規範の研究—行動規範を規定する個人的要因の検討—. スポーツ心理学研究, 13: 17-23, 1986.</p> <p>賀川昌明・米川直樹・岡沢祥訓・石井源信: スポーツのゲーム(試合)における行動規範の研究—小・中・高・大学生に対する調査項目の作成とその尺度構成の試み—. 体育学研究, 30(4): 281-292, 1986.</p> <p>Lakie, W. L.: Expressed attitudes of various groups of athletes toward athletic competition. Research Quarterly, 35(4): 497-503, 1964.</p>