

# 体育における自己調整学習が適応感に与える影響

—高学年児童を対象として—

学籍番号 219341

氏名 竹野優菜

主指導教員 井上功一

副指導教員 赤松喜久

## 1. はじめに

### 1.1 研究の背景・目的

我が国では、学級崩壊や不登校、いじめなど子どもの様々な学校適応に関する問題を抱えているおり、学校適応を促すための支援が重要だと考える。そこで学校適応を促す支援として体育授業が有効であると考えられる。学校適応感を高めるためには、体育適応感を促すための授業を行うことが1つの方策として考えられる。ここで、体育適応感を促す学習として自己調整学習が考えられる。本研究では、体育において学校適応の向上にもつながる授業を構成するために、小学校6年生を対象に、体育における自己調整学習が体育適応感を介して学校適応感に及ぼす影響について検討することを目的とする。

### 1.2 自己調整学習について

自己調整とは「学習者が、メタ認知、動機づけ、行動において自分自身の学習過程に能動的に関与している」(Zimmerman, 2007)ことであり、このような過程を通して行われる学習が自己調整学習である。Zimmerman(2007)の社会的認知モデルでは、自己調整学習の過程について、学習サイクルの段階モデルが提案されている。学習段階モデルでは、予見、遂行コントロール、自己省察の三つの段階を循環して学習が行われると考えられている。

## 2. 研究方法

### 2.1 授業の対象と実施時期

大阪市内の公立小学校、第6学年A組(男子13名女子18名)、B組(男子13名女子17名)を対象として2022年10月中旬より7時間行った。調査を実施した授業は、ソフトバレーボールであり、授業は筆者が計画し、学級担任とのチームティーチングによって体育館で実施した。

### 2.2 調査内容

#### 1) 体育適応感尺度

体育適応感の測定には、佐々木(2003)が作成した体育授業に対する適応の状態尺度14項目を用いた。この尺度は「連帯志向」「体育適応」の下位尺度から構成されている。

#### 2) 学校環境適応感尺度

児童の学校適応感の測定には、栗林ら(2010)が開発した学校適応感尺度アセスを用いた。この尺度は「全体的適応」「对人的適応」「学習的適応」「生活満足感」「教師サポート」「友人サポート」「非侵害的關係」「向社会的スキル」「学習的適応」の6つの因子からなる。

### 3. 実践及び結果

#### 3.1 授業手法

本実践研究では、「予見段階」においては、具体的な学習成果を決める「目標設定」では、1時間の授業内での学習成果として授業者がめあてを設定した。目標が明確になることで学習課題に対する価値や興味が向上すると考えた。「遂行コントロール段階」では、めあてに向けて自分自身がどのように取り組むかを具体的に児童自身が選択することにした。また、授業の中で自分が選択した取り組み方を意識するように指導した。「自己省察段階」では、自己の遂行結果を何らかの規準や目標と比べる「自己評価」として、毎授業ごとにグループごとに振り返りを行った。振り返りのシートには「自分の頑張ったこと」「グループのメンバーからの褒め言葉」「次の授業で班の中で意識すること、頑張ること」を記入する欄を設けた。また、自分自身の言葉で記入することが難しい児童への配慮として、1人で記入することへの負担を減らすことや、頑張ったことなどの例を明記しておき、数字で選び、少しずつ自分自身の言葉で書いていくように指導した。

### 4. 結果・考察

#### 4.1 体育適応感尺度による分類

##### 1) 学校適応感尺度

体育授業における体育適応感の向上は学校適応感における児童同士の対人関係の向上の一助になることが示唆された。本実践研究において、授業の中でお互いにポジティブな声掛けを増やすことや学習ノートの欄にグループのメンバーからのほめ言葉を記入する欄を設けたことが「非侵害的関係」の値の向上に繋がり、良好な人間関係の育成の一助になったのではないかと考えられる。

##### 2) 実践後の児童の振り返り

体育適応感と振り返りににおける自己調整学習の自己評価の値には正の相関が認められた。このことから、上昇群の児童は自分自身で自己調整学習を意識して学習に取り組むことができたことが考えられる。

### 5. まとめ

本研究の結果より、体育授業における体育適応感の向上は学校適応感における児童同士の対人関係の向上の一助になることが示唆された。また、単元後の児童の振り返りでは、体育適応感と振り返りににおける自己調整学習の自己評価の値に有意な正の相関が認められた。このことから、体育における自己調整学習は、体育適応感の下位尺度である「連帯志向」を介して、学級適応感における児童同士の対人関係の向上の一助になることが示唆される。

学校生活において様々な行事があり、児童同士が関わり合う場面が多くあるため、体育授業のみにおいて学校適応感の向上が図られることはない。しかし、体育授業では、今まで交流の無かった児童同士の交流のきっかけの場になることや他の教科と比較すると児童同士のコミュニケーションの場を多く設けることができるなど良好な人間関係の形成の一助になると考えられる。