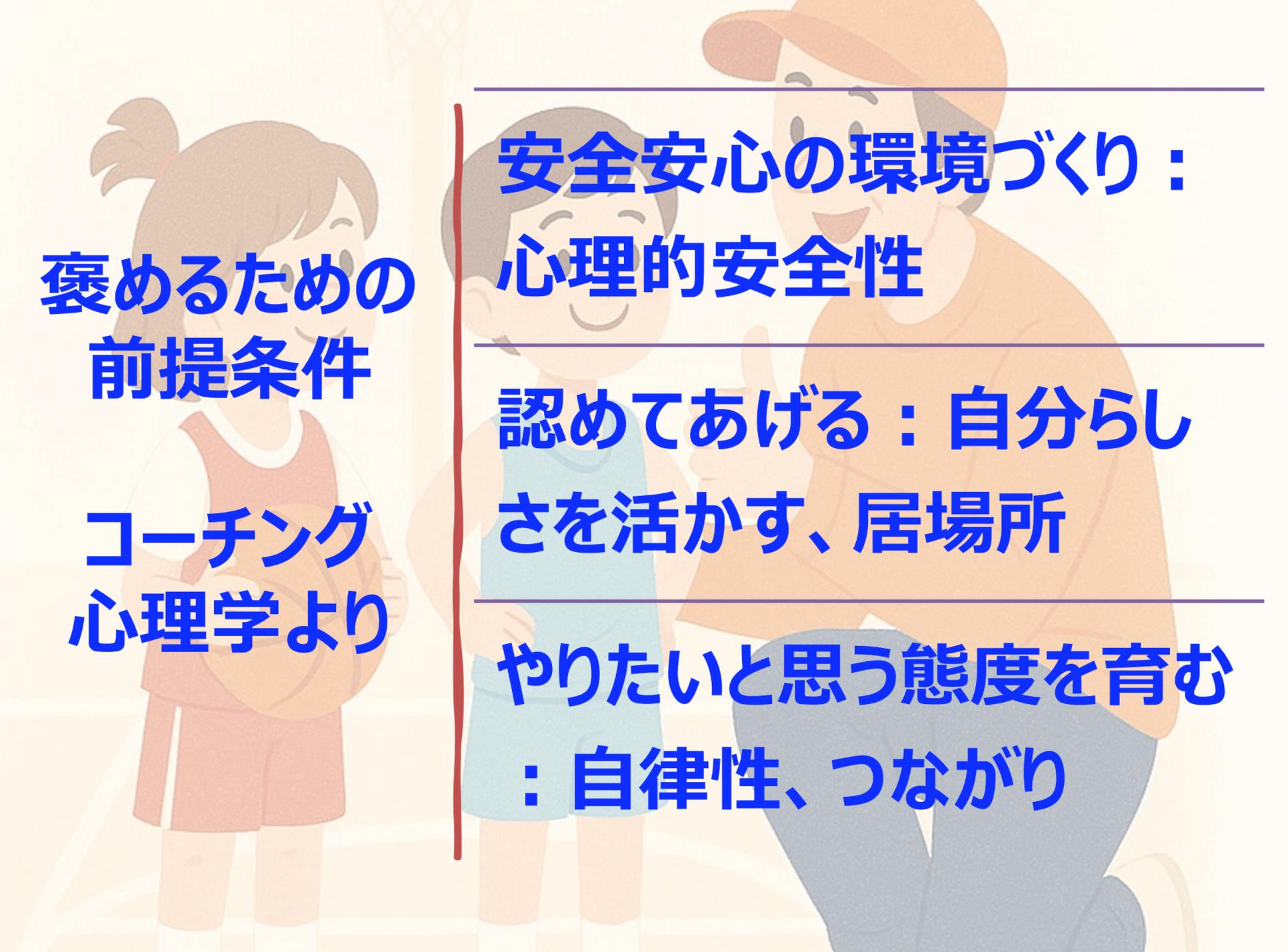


小学生の バスケットボール 活動における 褒めること



An illustration of a family. On the left, a young girl with brown hair in a ponytail, wearing a brown dress and a backpack, stands with her arms crossed. In the center, a young boy with brown hair, wearing a blue dress, stands with his hands on his hips. On the right, a man wearing a brown cap and a brown sweater is kneeling, smiling and gesturing with his hands. The background is a simple, light-colored room with a window and a door.

**褒めるための
前提条件**

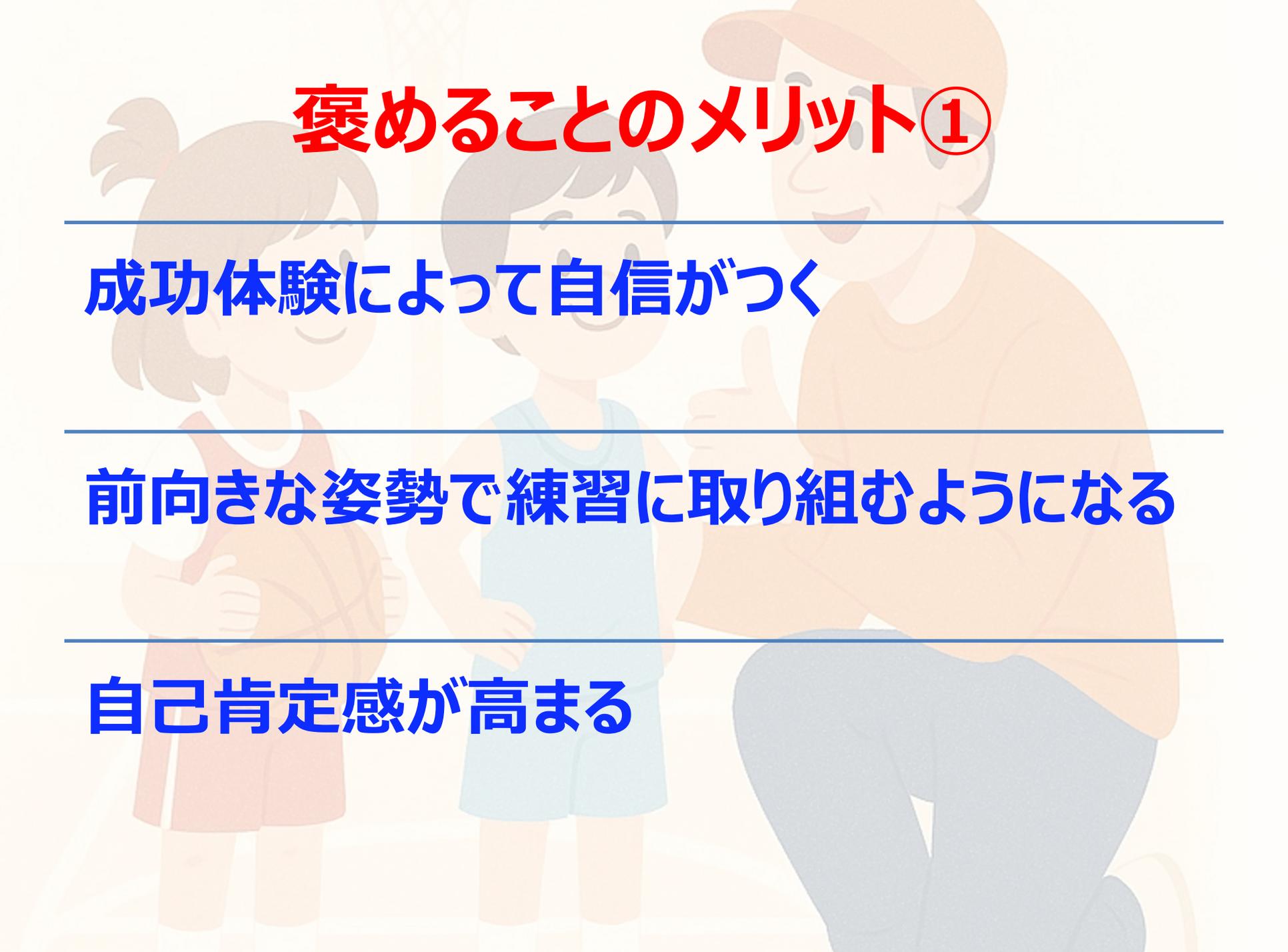
**コーチング
心理学より**

**安全安心の環境づくり：
心理的安全性**

**認めてあげる：自分らし
さを活かす、居場所**

**やりたいと思う態度を育む
：自律性、つながり**

褒めることのメリット①

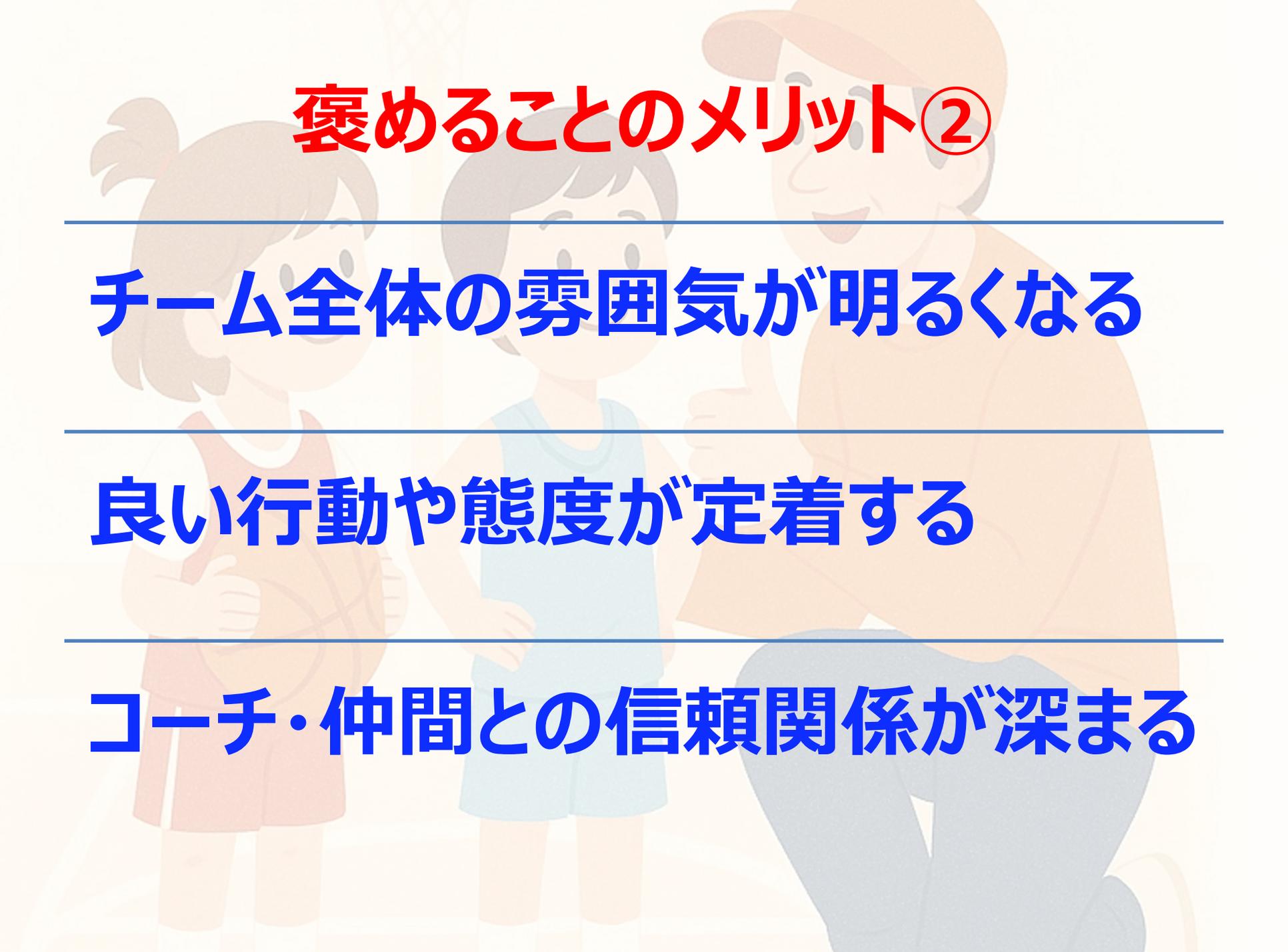
An illustration of a man in a brown shirt and cap kneeling on the right, giving a thumbs-up gesture. Two children, a girl in a brown dress and a boy in a blue tank top, stand on the left, looking towards the man. The background is a light, warm-toned gradient.

成功体験によって自信がつく

前向きな姿勢で練習に取り組むようになる

自己肯定感が高まる

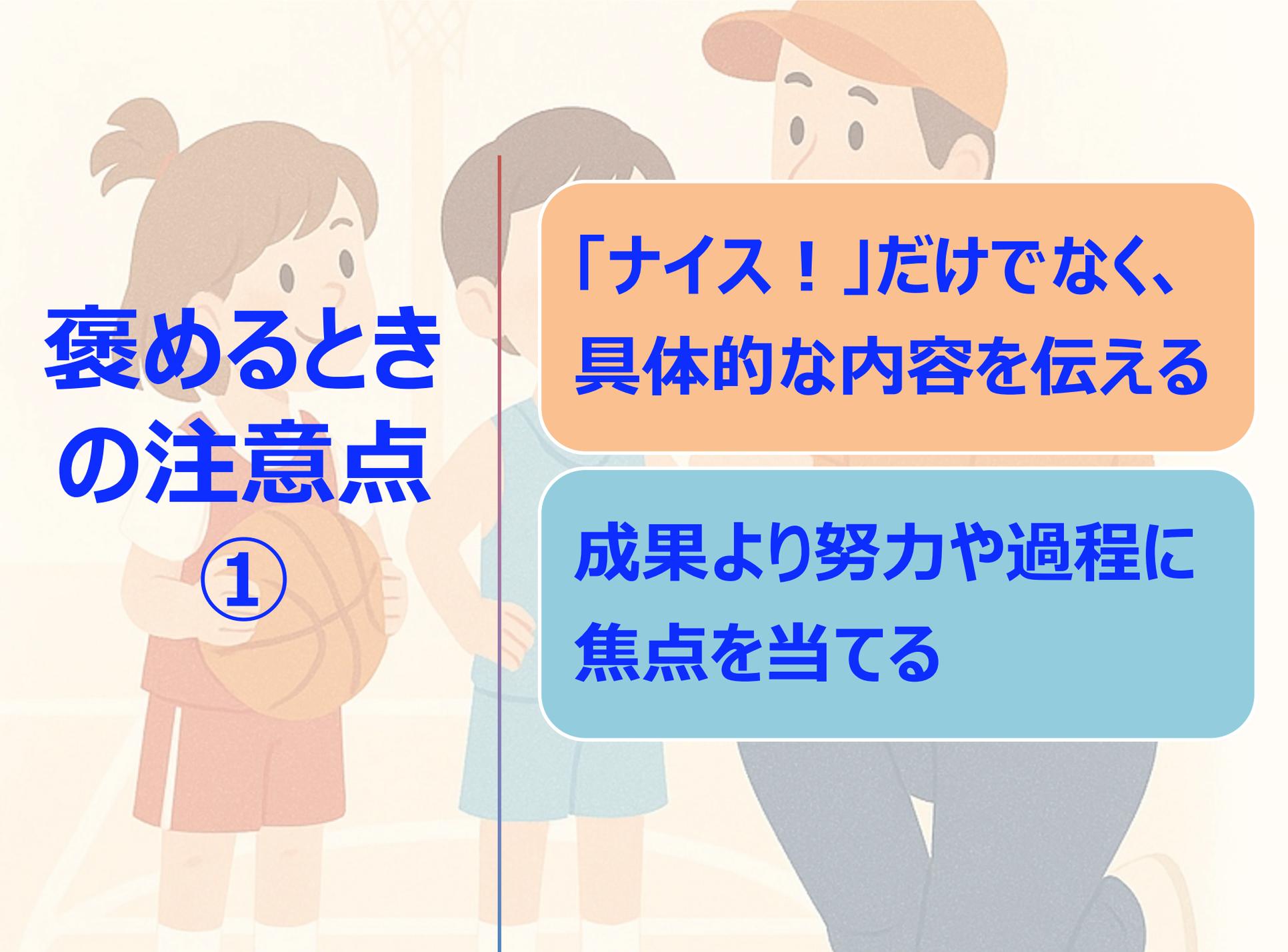
褒めることのメリット②

A faint background illustration shows a man in a brown shirt and cap kneeling on the right, talking to two children on the left. One child is a girl in a brown dress, and the other is a boy in a blue tank top. The scene is set outdoors with a light-colored ground.

チーム全体の雰囲気明るくなる

良い行動や態度が定着する

コーチ・仲間との信頼関係が深まる

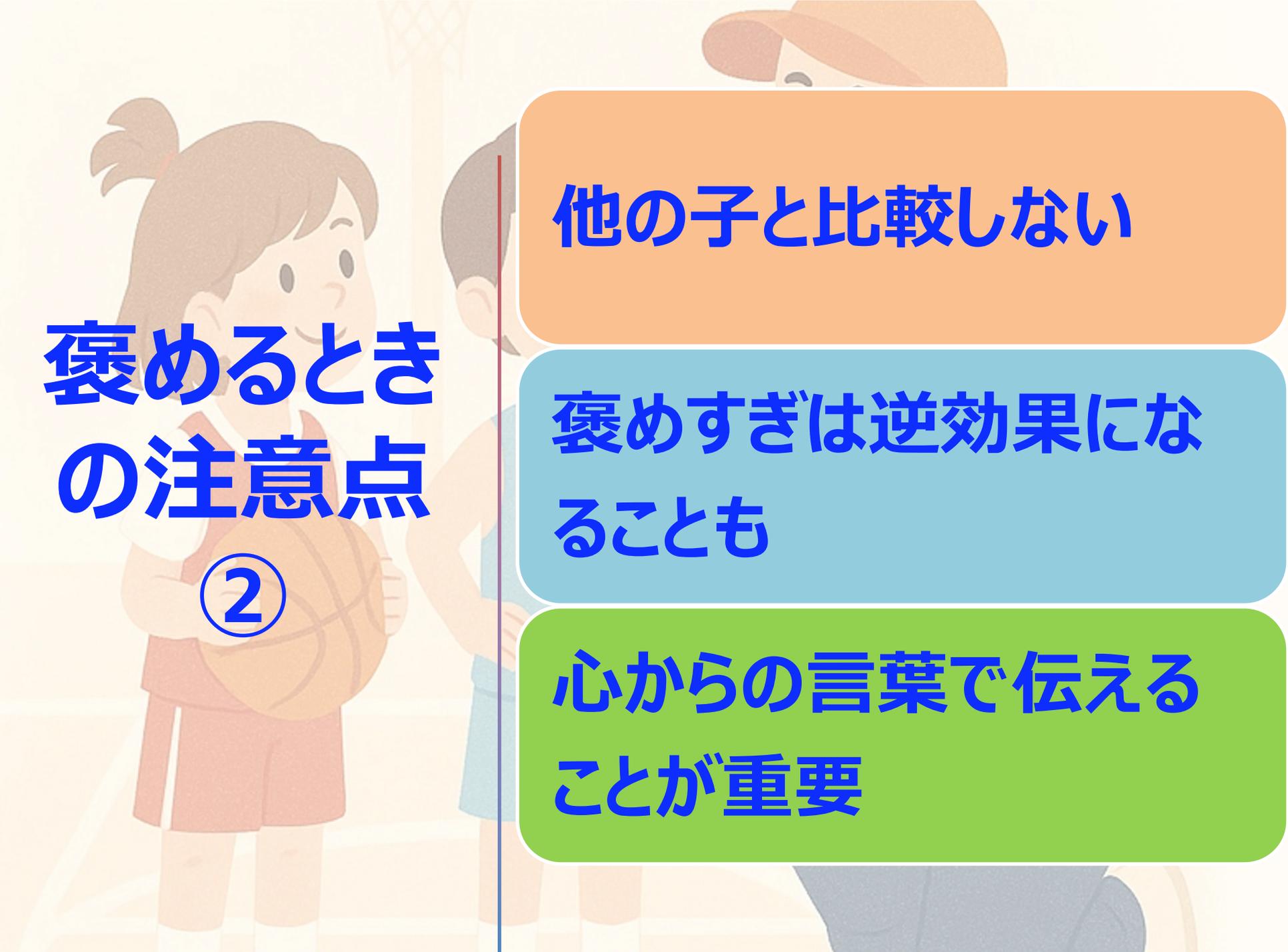


褒めるとき の注意点

①

「ナイス！」だけでなく、
具体的な内容を伝える

成果より努力や過程に
焦点を当てる



褒めるとき の注意点

②

他の子と比較しない

褒めすぎは逆効果になることも

心からの言葉で伝えることが重要

効果的な 「褒め方」 の事例

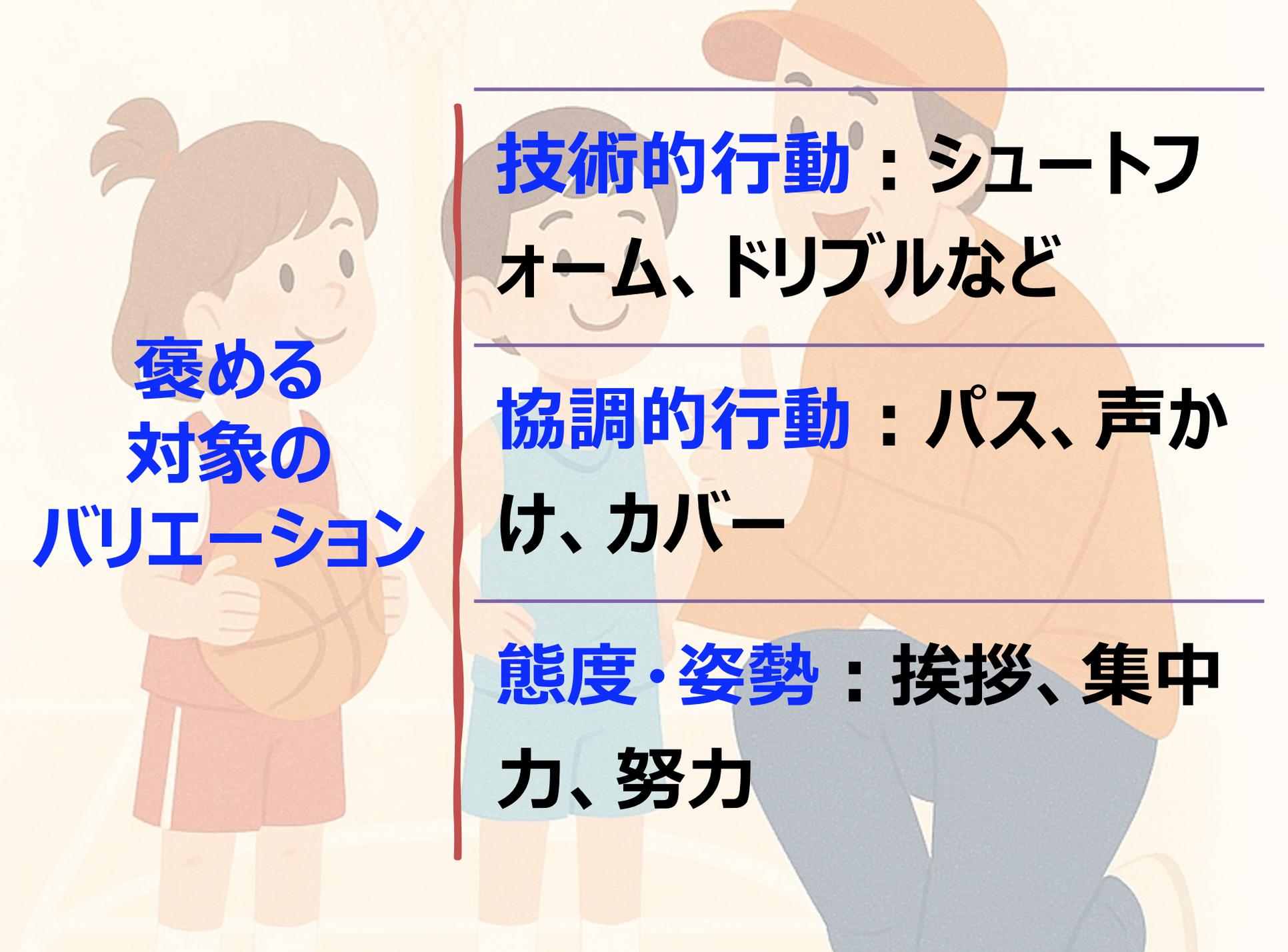
直後に褒める → 即時フィードバック

練習中の努力を褒める → 仲間への声かけ

目標に対する達成を褒める → 自主性強化

指導とセットで褒める → 改善意欲を育てる

親にも共有 → 家庭でも成功体験を強化

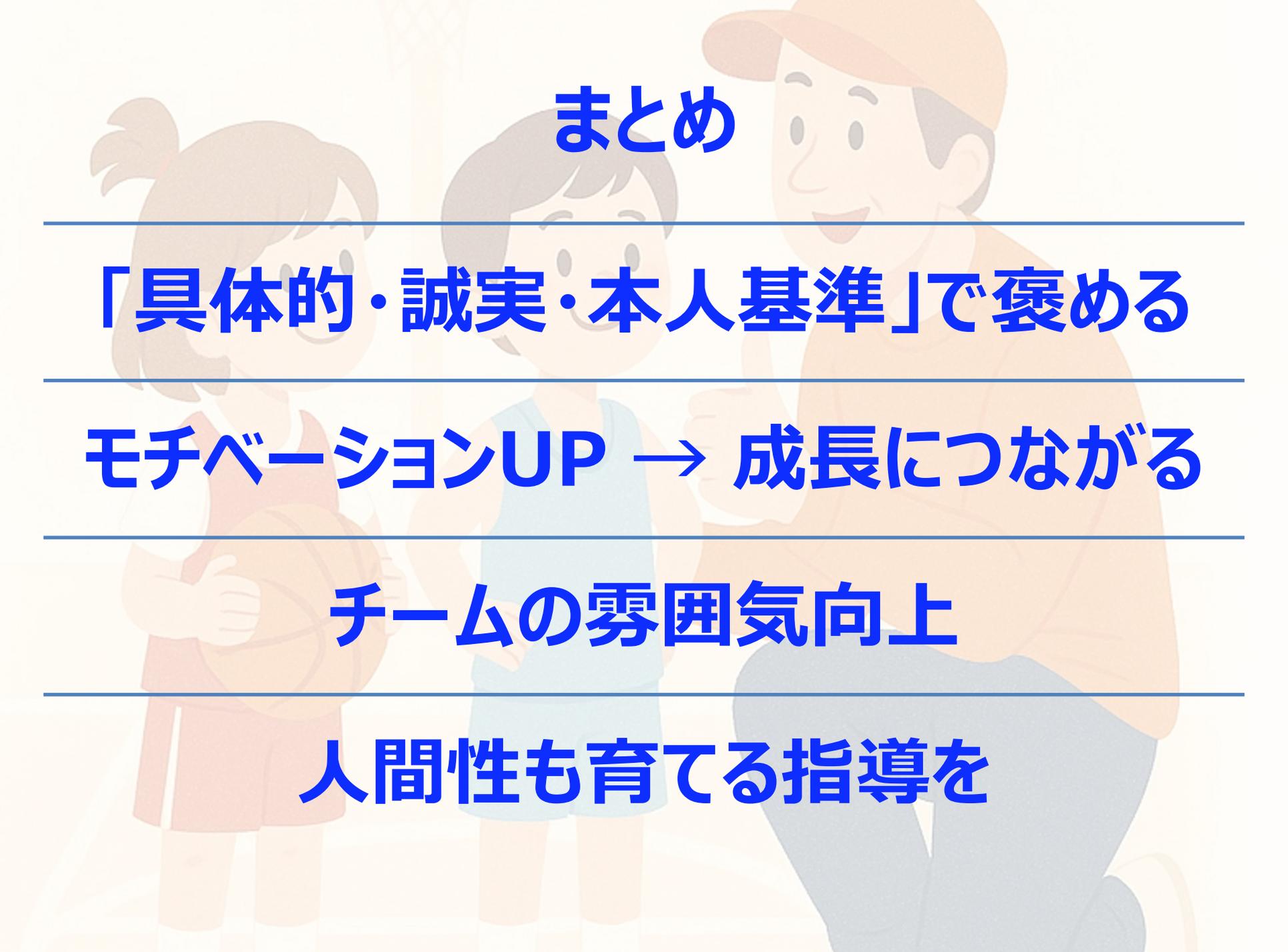


褒める
対象の
バリエーション

技術的行動：シュートフ
ォーム、ドリブルなど

協調的行動：パス、声か
け、カバー

態度・姿勢：挨拶、集中
力、努力

An illustration of a male coach wearing a brown cap and a brown long-sleeved shirt, kneeling on the right side of the frame. He is smiling and looking towards two young girls on the left. The girl in the foreground is wearing a brown dress and holding a basketball. The girl behind her is wearing a blue dress. They are on a basketball court with a basketball hoop visible in the background. The text is overlaid on this illustration.

まとめ

「具体的・誠実・本人基準」で褒める

モチベーションUP → 成長につながる

チームの雰囲気向上

人間性も育てる指導を