

スポーツ参加における二極化解消策

大東文化大学 森ゼミ A

○野原進平 片岡愛 黒岩みさき 鈴木雅人 高木美沙 田島瑞紀 山本詩織

1. 緒言

子どもの体力・運動能力は、文部科学省のスポーツテスト結果によると昭和 60 年ごろから現在まで低下傾向が続いており、特に中学生の“運動する子ども”と“運動をしない子ども”の二極化の傾向が問題視されている。平成 25 年度の全国体力・運動能力・運動習慣等調査では、中学生の 1 週間の総運動時間が 60 分未満の生徒が男子は 9.7%、女子が 29.9% (図 1)、そのうち運動時間が 0 分の生徒は男子 78.6%、女子 80.2%にもものぼる (図 2)。このことから、運動をしない子どものほとんどに運動習慣がないことが伺える。

ところで、運動が苦手・嫌いな子どもがスポーツや運動を行う条件としては「好き・できる種目」「友達」「自分のペース」「場所」となっている。保健体育の授業が楽しいと「あまりそう思わない、まったくそう思わない」という生徒は男子 15.5%、女子 26.9%となっており (図 3)、女子では約 4 人に 1 人は体育授業が楽しいと思っておらず、週の運動時間が少ない者ほど楽しいと思っていない。その理由は主に「できないことができるようにならないから」「好きな種目を見つけられないから」「保健体育は自分にとって大切と感ぜられないから」である。

運動をしない子どもに着目するのは、運動習慣の有無が精神面、健康面に影響を及ぼすからである。最近、ちょっとしたことで逆上し暴力的になる「キレル」子どもが話題になっている。苛立ちや怒りの感情を抑制できず、感情の赴くままに行動する「自分の感情を抑えきれない子ども」が増えている。その原因の一つとして、発育発達に応じて様々な遊びや運動を行ってきていないことなどが指摘されている。運動は健康面へも影響を及ぼす。子どもの生活習慣病は成人への移行率が 80%を超えていて、心筋梗塞の危険性をはらんでいる。このように、運動をしないことが心身に及ぼす影響は大きい。運動しない子どもたちを減らすことが必要ではないだろうか。

以上の現状を踏まえて、中学生に焦点をしぼり、このような二極化を解消するために運動機会の増加、部活動の体制の変更および体育授業の改革を提案する。

2. 背景

子どもの運動習慣の二極化の背景には大きな理由がある。それは「時間」「空間」「仲間」の「三つの間」の減少である。すなわち、1) 学校外の学習活動や室内遊び時間の増加による外遊びやスポーツ活動時間の減少、2) 空き地や生活道路といった子どもたちの手軽な遊び場の減少、3) 少子化や、学校外の学習活動などによる仲間の減少、である。

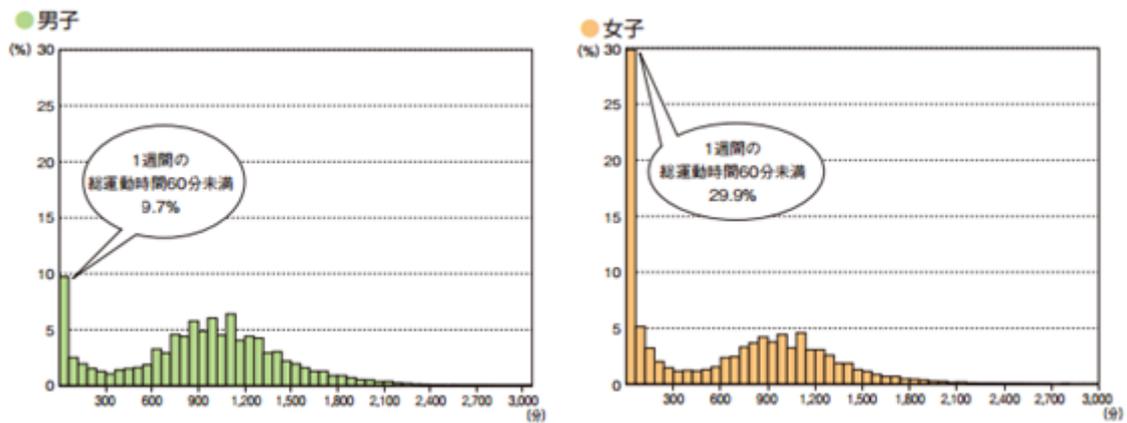


図1 1週間の運動時間の分布（出典：文部科学省）

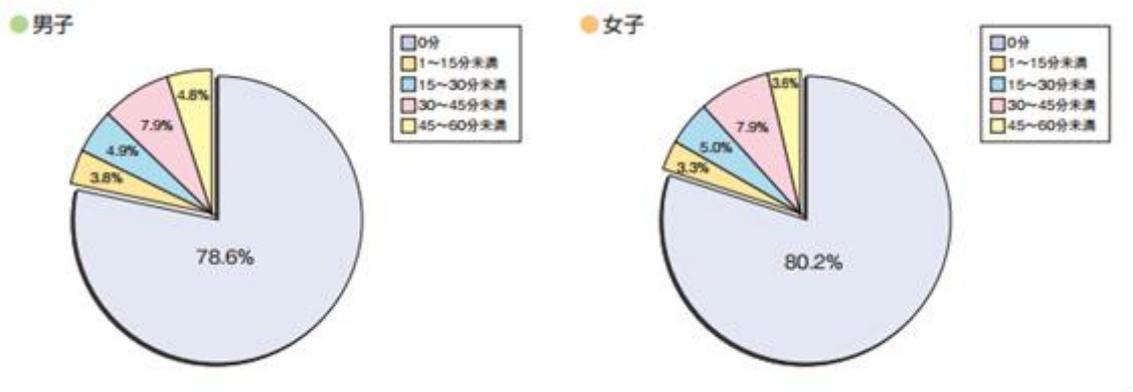


図2 1週間の総運動時間が60分未満の生徒の運動時間の内訳（出典：文部科学省）

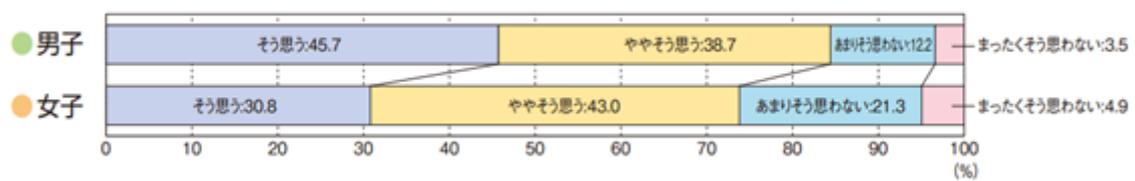


図3 保健体育の授業が楽しいと思うか（出典：文部科学省）

3. 提言

3.1 教科外運動の実施

先にも触れたように二極化の原因に「3つの間の減少」がある。ここではその解決策として保健体育という教科以外の時間に運動をすることを提案する。週に1度ずつ始業前30分および6限目50分の活動を計80分行う。全員が毎週80分の運動をすることで、前出の「1週間の総運動時間が60分未満の生徒」が0%になる。また、「平日の運動時間の平均が0分の生徒（男子:50,386人、女子:139,278人）」も0%になる。学年ごとに活動を行うことで学年内の交

流ができる。先述の通り、「運動が苦手・嫌いな子ども」が運動を行う条件の一つとして「友達」の存在を挙げている。活動を通して交流した生徒同士が親しくなり、活動外でも運動を行うことが期待できる。結果として、運動機会の増加が期待される。

また、体育授業が嫌いな理由に「好きな種目が見つけれない」がある。教科外運動で多くの種目を体験することで、好きな種目を見つけられることが期待される。

- ①始業前 30 分、6 限目 50 分の活動を週に 1 度ずつ計 80 分行う。活動は学年ごとに行う。
- ②教員は安全確保を中心に行い、積極的に指導することはしない。
- ③実施する種目は生徒が自ら選ぶ。各種目、円滑に行える程度の人数になるように制限する。種目は 1 か月毎に変える。
- ④開催種目および活動種目は、生徒に対する調査の結果および教員数を考慮して決める。
- ⑤期待できる効果として運動機会の増加、運動の習慣づけがある。

表 1 活動日の例

	月	火	水	木	金
1年生	始業前		6限目		
2年生			始業前		6限目
3年生		6限目		始業前	

3.2 部活動の体制変更

運動しない子の運動機会の確保のために、運動部を勝ちにこだわる競技志向のものと、その競技を楽しむものの 2 つに分ける。

バスケットボール部を例にすると、A と B の二つを設け、A では勝利、技術向上を目標とした生徒が集まる。それにより同じ目標を持つ者同士で部活動に取り組むことができる。B では、運動が苦手でも楽しく意欲的にバスケットボールを行えるような部活にする。それにより、運動が苦手でも部活をする機会が与えられ、今までスポーツをする機会が 0 だった生徒を解消できると考える。一方、B に求めるものは、スポーツを楽しむこと、少しでも苦手意識を取り除くことに標準を合わせる。体育館や校庭の利用時間を前後半に分け、AB 交代制で活動する。

3.3 体育授業改革

(1) 小中学校の交流合同体育授業

小学校と中学校とが連携し合同体育を行う。「小学校高学年との接続を踏まえ」（出典：中学校学習指導要領解説保健体育編 p8）とあるように、小学校高学年から中学校にかけて学習段階にまとまりがある。その点を生かして合同体育では両者同じ種目を中学生が小学生に教えることで、その種目の興味関心に繋がる。

(2) 授業内容の選択性

身体を動かすことが好きでない子どもたちがスポーツをするようになる条件として挙げられる、「好き・できそうな種目を」「友達と一緒に」が叶えられるのが選択制の授業である。毎回の授業ではなく、中学三年次の授業時や週三回の授業のうちの一時間を利用することもできる。これにより生徒たちが自発的に授業に取り組むことが期待できる。

(3) 複数教員配置

1 クラスを一人の担当教員が行う授業の在り方を複数の教員で行うようにする。一人ですべてを把握するのではなく、教員同士で状況や注意点を共有し合い分担することができるため、生徒それぞれの性格やレベルに合わせて、ニーズに応えた授業を展開することができる。

(4) ICT(ビデオ、インターネット)の活用

すでに文部科学省は、学習課題への興味・関心、学習内容の理解を高めたり、学習内容をわかりやすく説明したりするために ICT の活用を指摘している。

体育授業では、デジタルカメラなどを用いて、**自分の動きを撮影し、模範となる動きと比較して技の改善点を見つけることなどが可能である**。動きをイメージして興味を促すことや、映像で実際に見て目から学ぶことで思考や理解を深めることができる。

4. おわりに

運動しない子どもに運動習慣をつけることは、運動が嫌いな子どもの減少と二極化の状況の改善を期待できる。これを通じて、楽しく運動する習慣を身に付けることが望まれる。

【参考文献】

- ・ 大阪市教育委員会、「OSAKA 人権教育 ABC Part5ー『子どもの学び・育ちをつなぐ人権教育の展開』調査・研究（平成 23・24 年度）」、2 章 小学校と中学校の連携
<http://www.osaka-c.ed.jp/jinken/jken_abc5/004_2syoun.pdf>
- ・ 公益財団法人日本レクリエーション協会、子どもの体力向上
<<http://www.recreation.or.jp/kodomo/intro/cause.html>>
- ・ 文部科学省、教育の情報化に関する手引 第 3 章 教科指導における ICT 活用
<http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/_icsFiles/fieldfile/2010/12/13/1259416_8.pdf>
- ・ 文部科学省、平成 25 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果
<http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/kodomo/zencyo/1342657.htm>