

運動しない小学生をゼロに！

～体力二極化問題の解決に向けて放課後の過ごし方改革～

神奈川大学 大竹ゼミチーム S

○樋口史奈 荒木帆弦 大貫真 小磯美幸 若山里奈

1. 研究背景

近年、日本では運動をする小学生としない小学生の間で体力の二極化が問題となっている。そのため、文部科学省では児童生徒の体力向上に向けた調査分析に加え、体力向上を目的としたセミナーや複数の種目に取り組むことができる総合運動部活動等の実施などのさまざまな取組を行なうことで、全体の体力の底上げを図っている。しかし、子どもの体力は依然として、体力がピークだった昭和 60 年頃の水準には及ばない状況である。

もちろん、我々が住む横浜市においても小学生の体力の二極化は問題視されており、様々な取り組みがなされている。しかし、平成 25 年度横浜市立小中学校児童生徒体力・運動能力調査の結果では、横浜市の小学生の体力は、上体起こしと長座体前屈で男女共いくつかの学年で全国平均を上回ったが、その他のほとんどの項目では下回っている。速報値によると平成 26 年度の体力合計平均点は、前年度と横ばい状態で、全国との比較では全ての学年で下回る結果であり、昭和 60 年頃の水準には届いていない。小学生の体力向上を目標に取り組みを行っているものの、あまり改善が見られないのは大きな問題である。

ところで、体力の高さや運動時間について、運動が好きな子と嫌いな子に着目すると、運動が好きな子どもに比べ、運動嫌いな子どもは体力合計点が低く、1 週間の総運動時間^注 1) も短い傾向にある (図 1、図 2)。よって、体力が低く運動時間が少ない、運動嫌いの子どもへのアプローチは、体力向上の大きなカギといえる。

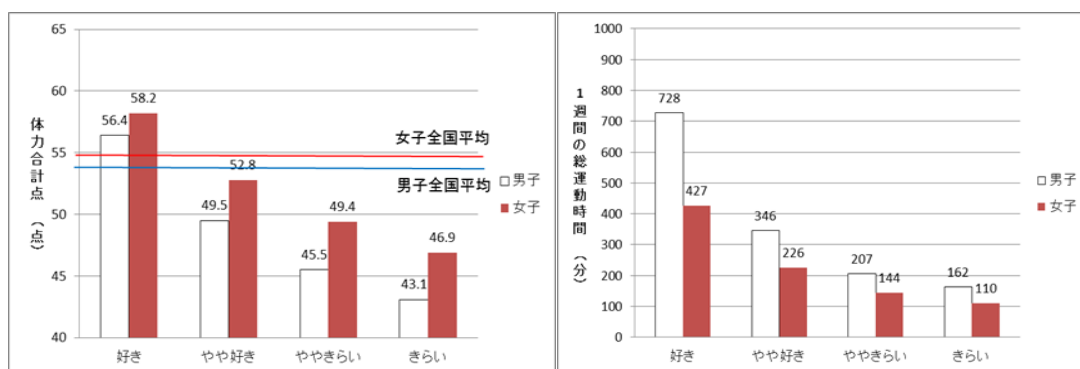


図 1 運動の好き・嫌いと体力合計点

図 2 運動の好き・嫌いと 1 週間の総運動時間

(文部科省 平成 25 年度 全国体力・運動能力運動習慣等 調査結果をもとに作成)

加えて、全国体力テストの結果から、1 週間の総運動時間が 420 分未満の小学生ほど体力テストの得点が伸びていないことから、体力が低い小学生は総運動時間が少ない。(図 3) さらに、運動が苦手な小学生の放課後の過ごし方は室内志向が強く、テレビ視聴時間

が長い傾向にある。運動が苦手な小学生と運動嫌いの小学生は相関関係にあり、この傾向は運動嫌いの小学生にも当てはまる。(ベネッセ教育総合研究所調査 2000) よって、体力が低い傾向にある運動嫌いな小学生は、総運動時間のうち特に放課後の運動時間が確保できていない。

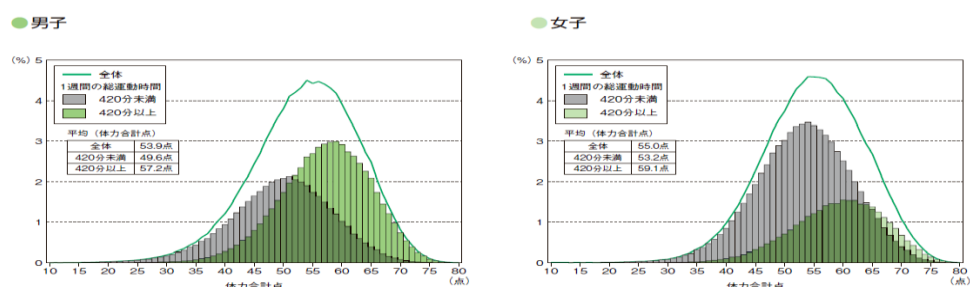


図3 1週間の総運動時間と体力合計点 (文部科学省 全国体力テスト調査結果 2014)

また、第一生命経済研究所調査(2008)によると、小学生の放課後の過ごし方として最も多いのが「自宅で勉強」であり、次いで「電子ゲーム」「一人でテレビ」と続いており、放課後を室内で過ごす小学生が多いことがわかる。

これらのことから、運動嫌いをはじめとする多くの小学生が運動を実施していない放課後の時間を、体力向上にむけたスポーツ活動に充てる時間にできるのではないだろうか。

2. 目的

上記のような背景から、横浜市の小学生の体力水準を昭和 60 年頃の水準までに引き上げるために、運動が嫌いな小学生を対象にし、放課後の時間を利用した体力の向上のための支援プログラムを横浜市に提言する。

3. 方法

- ① 先行研究の分析をもとに、運動嫌いである小学生の特徴や傾向、要因を把握する。
 - ② 小学生の放課後における運動・スポーツ活動に関する資料・データを集め現状を把握したうえで、文部科学省と厚生労働省の「放課後子どもプラン」と、横浜市の「はまっ子ふれあいスクール」の課題や問題を分析する。
- ①・② を踏まえ、運動嫌いである小学生を対象とした、運動機会や体力の向上を目指すための方法を横浜市に向けて提言する。

4. 結果と考察

① 佐久本(1970)は、「運動嫌い」原因として教師の要因、運動学習の場の要因、生徒自身の要因、家庭的要因をあげている。運動嫌いの一般的特徴については、運動好きに比べ運動能力が低位傾向にある。また、家庭的要因として親の運動に対する意識の低さが子どもの運動意識に影響を与える。加えて、高橋(1992)によると、はじめから運動が嫌いという子どもはおらず、学年が進み、未組織な運動遊びから次第に制度化されたスポーツが楽しめるに

つれて、運動ができる子どもに対し劣等感を抱き、運動を回避し、嫌う子どもが増える。また、運動を楽しむに足る技術を身につけていないことを指摘している。

② 現在行なわれている放課後に関する政策、事業の概要と課題

国		横浜				
放課後子ども総合プラン		放課後児童育成事業				
策定主体	文部科学省 厚生労働省	横浜市こども青少年局				
子どもの放課後の政策	政策の内容	一体的または連携した放課後児童クラブ・子ども教室の実施等	事業名	放課後キッズクラブ	はまっ子ふれあいスクール	放課後児童健全育成事業(放課後児童クラブ)
	目的	小1の壁の打破、次代を担う人材の育成、放課後の安心・安全の確保、居場所づくり	実施方式	補助	委託(一部補助)	補助
	実施場所	小学校内で行うことを基本とし、余裕教室の利用や小学校施設内での実施を考慮する	目的	①学校施設を利用し、異年齢児間の遊びを通じた交流を促進 ②保護者が労働等で放課後、家にいない児童に対し、授業終了後に遊び・生活の場の提供	児童が通いながらいる学校施設を利用して、異年齢児間の遊びを通じた交流および児童の放課後の居場所づくりを促進	放課後児童健全育成事業として、保護者労働等で放課後、家にいない児童の保護
	対象児童	原則として、当該小学校に通学する1～6年生で希望する児童		運営委員会 233か所	運営委員会 180か所	
	実施内容	地域住民の参画を得て、勉強やスポーツ・文化活動の実施、地域住民との交流活動などの取り組みを行う	実施数	92か所(年度末108か所)	254か所(うち充実型21か所)	215か所
	実施主体	市町村に設置する『運営委員会』であり、学校、放課後児童クラブや社会教育・児童福祉関係者および地域住民等が実施し、都道府県はそれを支援する	実施場所	学校施設		賃借施設または自前施設
	放課後子どもプランの課題		はまっ子ふれあいスクールの課題			
	<ul style="list-style-type: none"> ・地域の状況によって運営形態が異なるため、統括が難しい ・放課後子どもプランの実施率が低い(都道府県平均38.5%、計画策定段階の自治体9%) ・予算の拡充と安全管理者・指導員の育成の必要性(放課後子どもプランの実施状況に関する調査では多くの自治体が必要だと回答) 		<ul style="list-style-type: none"> ・登録率の偏り(各学校での児童全体、学年別での登録率に違いがある) ・利用時間・送迎の課題(～18時では迎えが間に合わない、延長の要望も) ・施設・定員の課題(参加者のわりに施設が狭くひとり一人に目が届かない) ・活動内容・プログラムの課題(できることが少ないため高学年は行きづらい) ・人員不足の課題(常に人員不足状態で注意が行き届かない、仕事が多い) ・指導員の能力の個人差の課題(運営や活動内容に差がある) 			

表1 国と横浜市における放課後に関する政策の概要(文部科学省および横浜市のHPをもとに制作)

以上から、現在実施されている事業は活動内容・プログラムの内容が運動に特化されていないことがわかる。また、問題点として指導員の不足・指導力の個人差が挙げられる。一方、子どもが運動嫌いになる要因としては、親の運動意識が子どもにも影響を与えることや、小学生自身の運動能力の個人差とそれに対する劣等感などがある。よって、事業上の問題点を改善し、小学生が運動嫌いになる要因を可能な限り取り除くことができるような政策を策定する必要があると考えられる。

5. 政策提言

結果と考察をふまえ、運動嫌いな小学生が運動をするためのきっかけづくりと運動の習慣づけを目的としたプログラムを小学校で行い定着させる。

このプログラムの実現には、指導員問題と親の運動への意識を改善する必要がある。

(1) 指導員の確保・指導力向上

指導員を学生ボランティアで補うことによって人員不足の問題の解決に当たる。また、学生ボランティアの指導力向上に向けてボランティア研修会を行う。

(2) 親の運動意識について

小学校低学年時など早い段階から親にむけて運動することの大切さを認知させるセミナーを開催する。開催に関しては、保護者会、授業参観時を利用して行う。

プログラムの活動と内容については以下の通りである。

ア：フォローアッププログラム

運動嫌いの小学生が周囲から感じる劣等感を軽減することを目的とする。学校における体育行事（例：大縄跳び大会や運動会）や体育の授業等の苦手な競技に対する補習を行う。

イ：プログラム内容の統一化

横浜市で行っている活動内容・プログラム内容は文化講座なども含むため、決して運動・体力の向上に特化していない。そのため、文部科学省が行う「体力・運動能力調査」から「走る」「跳ぶ」「投げる」といった基礎的な動きの獲得が課題となっているため、魅力的な運動遊びを取り入れた達成感を味わえるプログラムの作成を自治体主催で行う。

ウ：インセンティブ特典

参加回数をポイント化し、ポイント数に応じて景品と交換できるようにする。景品の財源は横浜 F マリノス・横浜 FC・横浜ベイスターズに協力を仰ぎ、チケットの割引やグッズの提供などを行う。

『小学生の体力水準向上プログラム』

対象	運動嫌いな小学生1～4年生
場所	小学校の校庭・体育館
時間	放課後1時間半(15時～16時半)
周知	保護者へのアプローチ
指導員	学生ボランティア
内容	○スポーツ行事・体育授業時のフォローアップ ○走る・飛ぶ・投げるを含む遊びプログラム○インセンティブ特典

6. まとめ

このプログラムを実施することにより、定期的な運動機会の確保と魅力的な運動遊びを提供することで、運動嫌いの小学生をゼロにし、体力二極化問題の解消を実現する。また、横浜市をモデル都市として実施範囲を拡大することに、全国の小学生の体力水準の向上が期待できる。

注1) 総運動時間とは、学校の体育・保健体育授業以外での運動時間である。

<主要参考文献>

- 1) 横浜市 HP 児童生徒体力・運動能力調査
- 2) 文部科学省部 HP スポーツ 子どもの体力向上 全国体力・運動能力調査