

## 36の基本動作習得を目指して ～習い事から得る新たな能力～

桐蔭横浜大学田中ゼミ K チーム

○樋脇 貫太 山内 信之 山本 溪太

### 1. 緒言

幼少期においては運動発達が著しい時期であり、人間の生涯にわたる運動全般の基本となる動きが急激に、また多彩に習得されるといわれている<sup>1)</sup>。また、Gallahueは幼少期にはその時期に応じた基本的な動作習得の重要性を提唱している<sup>2)</sup>。そこで、中村らは幼少期には具体的に36の基本動作を身につけるべきだと述べているそもそも36の基本動作とは運動の基盤として身につけておくべきものだといわれている<sup>3)</sup>。一方で、現代の子どもの多くは、スポーツクラブにおいて「スポーツ」を経験している。また、その中でも多くの子供はひとつのスポーツしか実施していないのが現状である。結果として運動量は保証されているものの、そのスポーツに含まれる限られた動作の習得しかできないことが問題となっている<sup>4)</sup>。

そこで、私たちは主に単一スポーツの中にいる子どもを対象とし、現場の子どもの現状と課題を調べ、その結果から習い事に焦点を当て、そこから36の基本動作習得を目指すための政策を策定した。

### 2. (1) 現状と課題

近年、子どもの体力・運動能力の低下の背景として、子どもは、外遊びや生活の中に現れる基本的な動きが発達していないことが要因のひとつとして挙げられている<sup>5)</sup>。

図1では、基本的動作を遊びから自然と習得していたと考えられる1985年に比べ、高度経済成長などの影響により外遊びの機会が減少していった2007年の方が未熟であることが示されている。また、現在行っている小学生の基本的な動作の習得状況の検証によると、小学校3年生(8歳)、4年生(9歳)の基本的な動作の発達段は、1990年の年長時の段階にとどまっていることも明らかになっている<sup>6)</sup>。

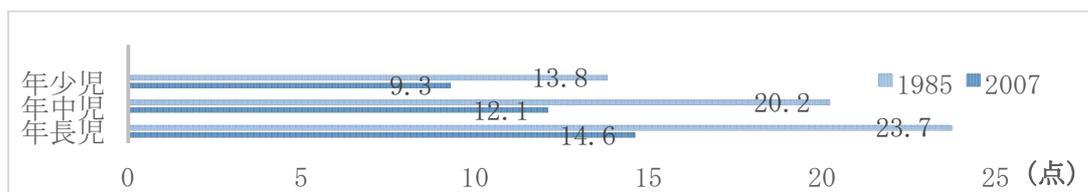


図1 1985年と2007年との幼児の基本動作の習得状況の比較

出典：中村 和彦：観察的評価法による幼児の基本的動作様式の発達、第51号1巻、発育発達研究、2011年8月 p.14

図2は小学校における年間の部位別のけが件数である。けがの件数がピーク時であった2007年に比べると、低下傾向にあるものの、遊びから基本的な動作を身につけていた1978年と比較すると、顔のけがは依然として高い水準にある<sup>7)</sup>。このように、遊びや運動経験の少なさは、体力・運動能力の低下のみではなく、危険な状態にうまく対処することができず、結果として怪我に繋がっているのだということが指摘されている<sup>8)</sup>。

遊びが減少していった原因は、高度経済成長などの影響によるものである。具体的には「遊び時間」、「遊び空間」、「遊び仲間」の減少によるもので、これらは3つの間と呼ばれている<sup>9)</sup>。

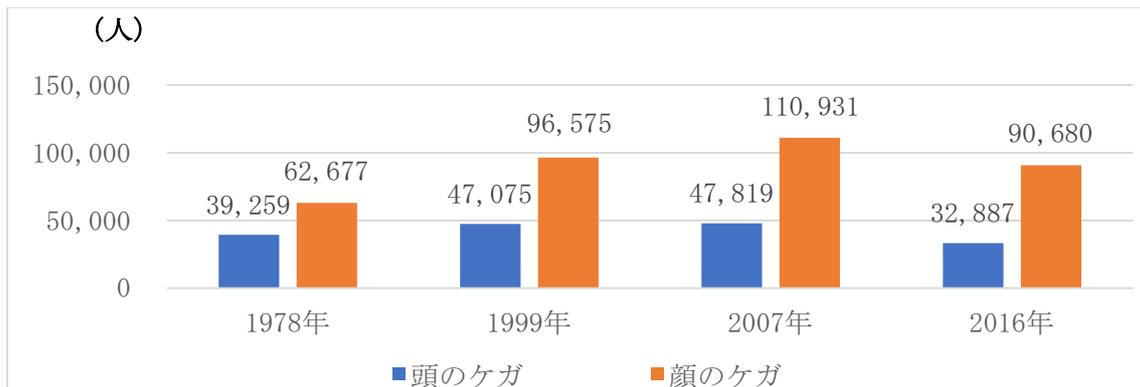


図2 小学校部位別年間けが件数

出典：日本スポーツ振興センター学校管理下の災害平成28年版より作成

## 2. (2) 習い事の現状

遊びが減少した中でも、体を動かす機会となるのがスポーツの習い事である。そこで習い事の現状に目を向けた。図3は現在、習い事に通う子どもの状況である。活動率を見ると、年長時から小学生にかけてスポーツ活動を行い始める子どもの割合は増加し、小学生のスポーツ活動に通う子どもの割合が男女合わせて全体の68.5%であり、極めて高い水準であることが読み取れた<sup>10)</sup>。

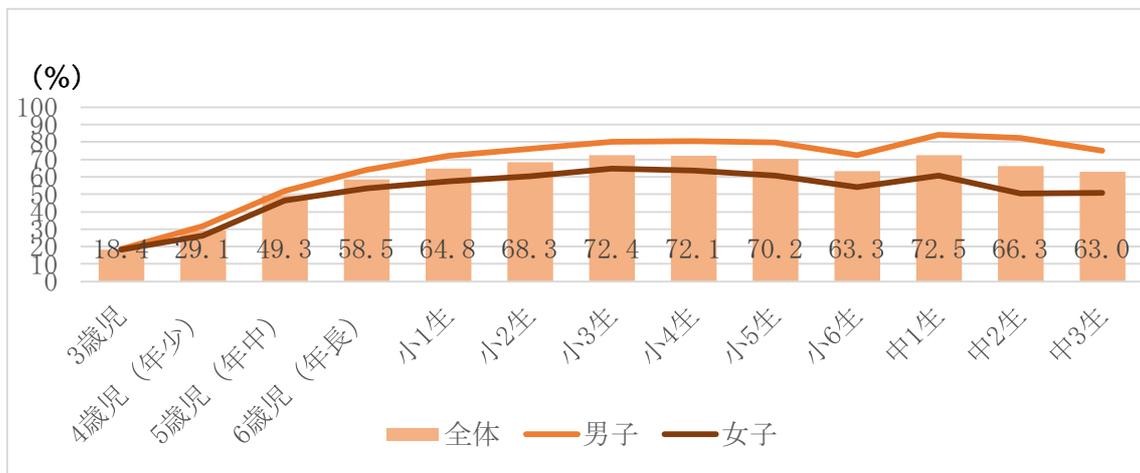


図3 スポーツ活動実施率の割合

出典：ベネッセ教育総合研究所 スポーツ活動の活動率

習い事において、笹川スポーツ財団の調査によると、これらの活動に直接的に関わる指導者の9割が、子供の運動能力向上には複合種目の重要性を認識しながらも、1つのスポーツのみ指導しているという結果が出ている。

この現状について、子どもにとって望ましい環境を認識していても、実際には勝敗を優先してしまっている指導者の姿があるのではないだろうか、という意見があり、同一地域の指導者が連携し合って、子供が様々な運動遊びや複数のスポーツを経験できるような仕組みづくりが今後の課題である。ということが指摘されている<sup>11)</sup>。

## 2. (3)インタビュー調査

そこで、私たちは実際に子どもの習い事の現状と、基本動作習得についての状況を把握するために、子ども20人を対象としたインタビュー調査を行った。

①. 時期：2017年9月9日(土)

②. 対象：狛江市少年野球チームに通う子供20人

③. 方法：インタビュー

子ども全体に対し、1週間の総運動時間を聞いたところ、野球を行う土、日曜日は平均600分の活動時間であったのに対し、野球を除くスポーツ・運動時間は1週間で平均200分であった。また、普段どのような運動遊びを行なっているのかという問いに対しては、野球と関連したドッジボールなどの投げる、捕るなどの動作を含む好きな運動をする傾向が強いという事実が読み取れた。また、苦手と感じる運動動作については行う頻度の少ない、蹴るという動作や、鉄棒が苦手だという回答であった。

上記のことより、子どもの運動時間は習い事に大きく依存し、他の動作については関心を持たずに、苦手意識のみを持つという傾向が現状であり、苦手、あるいは経験の少ない基本動作の習得機会が少ないということが課題として明らかになった。

## 3. 政策提言

ひとつの習い事から36の基本動作を習得する環境を作ることこそが最善策である。そのため、習い事環境と指導者の理解という2つの側面から36の基本動作習得を目指すものとする。

### 1. 習い事の協力体制

1つ目の側面では、それぞれ習い事同士の協力体制を図るものである。それぞれの内容を教える指導者を現場に配属させ、それぞれのスポーツについての指導を行う。その後、体験したスポーツを元に、それらに含まれた動作について習慣的に行う練習前のウォーミングアップや、練習の合間でのレクリエーションとして行う。

### 2. 指導者の理解

2つ目の側面では、指導者の理解を目的としたものとする。公益財団法人日本体育協会に加入している団体に36の基本動作について、基本動作習得の時期、習得方法プログラムについて説明した講義を録画し、そのデータを各習い事団体に送ったものを指導者たちに見てもらおう。そして指導者がそのプログラムを実践するとともに、保護者に説明をして36の

基本動作習得についても理解を深めてもらうことを目指す。

#### 4. まとめ

今回私たちは現代社会を昔と相対的に見ると、高度経済成長などにより基本的な動作が身につけにくいという点に着目した。その上で習い事を行う子どもたちを対象とした政策を策定した。36の基本動作とは、スポーツと携わるにはもちろんのこと、日常生活を生きていく上でも大切な動作である。今回の政策においては、これらの動作を子どもたちにマスターしてもらうとともに、指導者たちには、複合種目について理解するだけでなく、実行してもらえることが最大の目標である。様々な遊びやスポーツから離れつつある現代社会を生きる子どもたちには、組織化されたスポーツのみを捉えるのではなく、もっと自由に身体を動かす喜びや楽しさについて体感しながら36の運動パターン習得を目指していただきたい。

#### 5. 参考引用文献

- 1) 浅見 俊雄・福永 哲夫著：『子どもの遊び・運動・スポーツ』、市村出版、2015年1月、p. 95
- 2) David L. Gallahue 著、杉原 隆監訳：『幼少期の体育』、大修館書店、1999年1月、p. 68
- 3) 中村 和彦代表：スポーツ・エンジェル合同会社 エンジェルプログラム  
<http://www.everytokyo.com/sports-angels>
- 4) 中村 和彦著：『子供の体力・運動能力の関わり』、学校運営/全国公立学校教頭会 編 53号 11巻、東京：学校運営研究会、2012年2月、p. 22
- 5) 浅見 俊雄・福永 哲夫著：『子どもの遊び・運動・スポーツ』、市村出版、2015年1月、p. 95
- 6) 浅見 俊雄・福永 哲夫著：『子どもの遊び・運動・スポーツ』、市村出版、2015年1月、p. 95
- 7) 独立行政法人日本スポーツ振興センター：『学校管理下の災害 [平成 28 年版] 平成 27 年度データ』、2016年11月、p. 146
- 8) 浅見 俊雄・福永 哲夫著：『子どもの遊び・運動・スポーツ』、市村出版、2015年1月、p. 89
- 9) 浅見 俊雄・福永 哲夫著：『子どもの遊び・運動・スポーツ』、市村出版、2015年1月、p. 103
- 10) ベネッセ教育総合研究所 スポーツ活動の活動率  
[http://berd.benesse.jp/berd/center/open/report/kyoikuhi/databook/databook\\_05.htm](http://berd.benesse.jp/berd/center/open/report/kyoikuhi/databook/databook_05.htm)  
1 (最終アクセス 2017/09/26)
- 11) SSF 笹川スポーツ財団：『子ども運動・スポーツ指導者の意識等に関する調査』、2012年