

BTTテキスト

# 子供たちのスポーツ離れを考える』

(子供の特性を把握して、  
地域スポーツではどの様に導けばよいのか?)

1. 20年前の子供たちとの違い
2. 過去30年間の運動頻度の変化
3. スポーツで得られるもの
4. 子供が元々持っている良い特性
5. 地域スポーツの現状
6. 地域スポーツ活動お活性化方法
7. 振り返り



# 1. 20年前の子供たちとの違い

子供たちは20年前に比べて体格は良くなっているにもかかわらず、体力が低下しています。

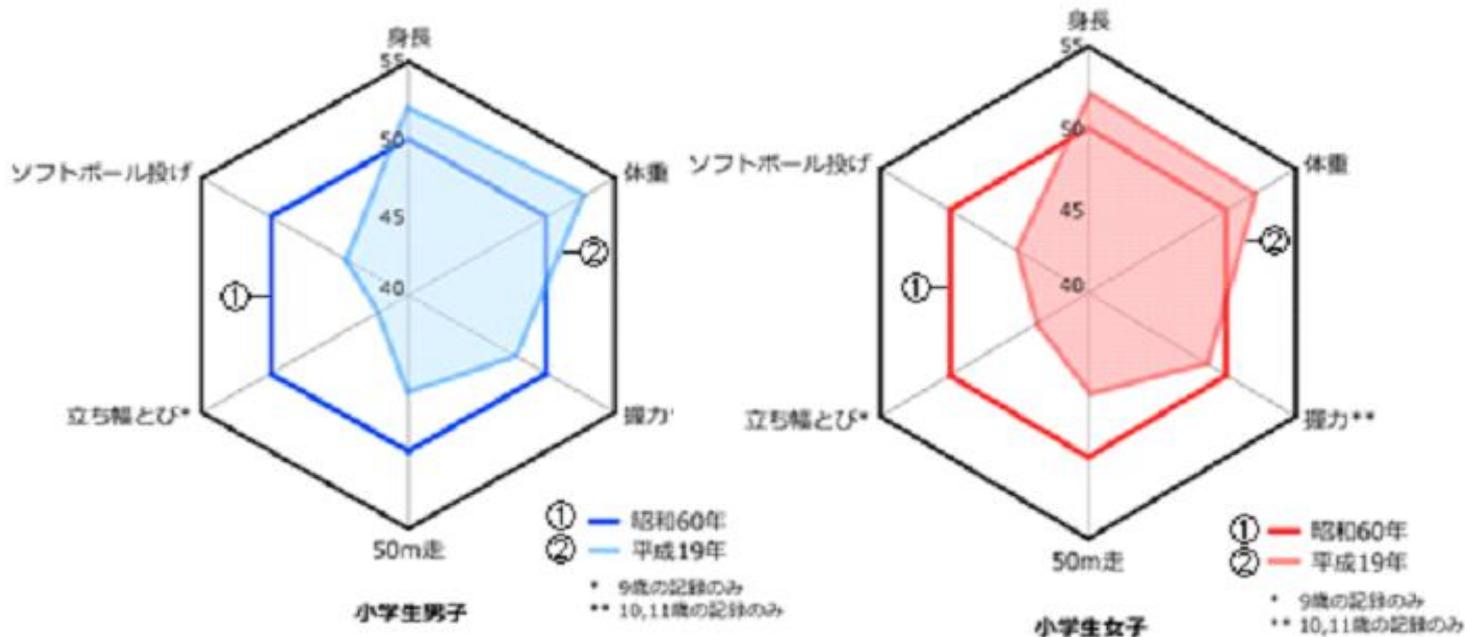


図 5-1 平成 19 年度と昭和 60 年度との体格及び体力の比較（小学生：9、10、11 歳）

## 2. 過去30年間の運動頻度の変化

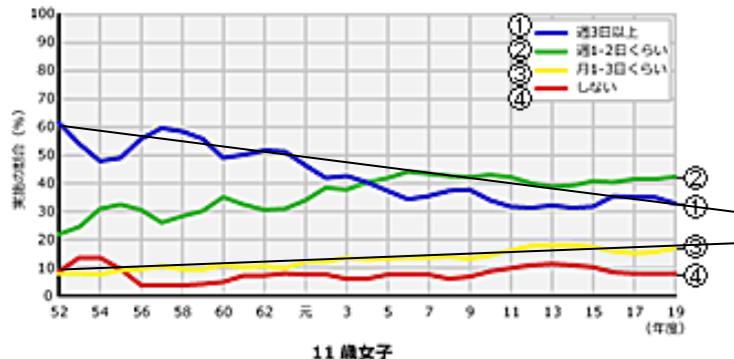
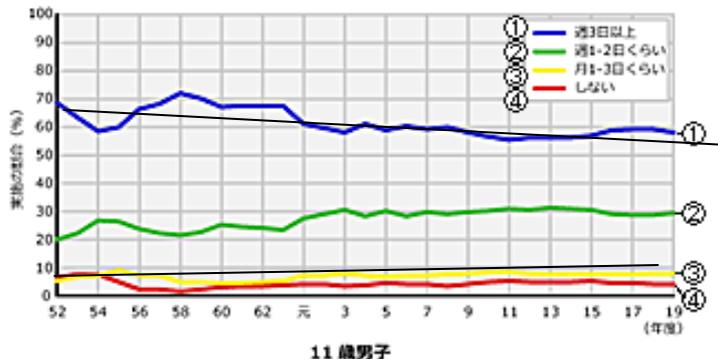


図5-2 運動・スポーツ実施頻度の年次推移 (11歳)

### 小学生 (9、10、11歳)

昭和60年度と比較して平成19年度の体格(身長・体重)については、男女ともに向上がみられるが、体力・運動能力については、男女ともに全ての項目で低下がみられ、特に50メートル走、立ち幅とび、ソフトボール投げにおいては、大きな低下がみられた。

運動・スポーツの実施頻度は、男女ともに「ほとんど毎日(週に3日以上)」群の割合が減少しており、特に女子において大きな減少がみられる。

これらのことから、**小学生の体力の向上においては、運動・スポーツの実施頻度は重要な要素であり、今後、体力の向上に向けて、家庭、学校、地域が連携して運動実施頻度を向上させるための取組を行うことが必要である。**

情報元 文部科学省「平成19年度体力・運動能力調査」より [http://www.mext.go.jp/b\\_menu/houdou/20/11/08100803.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/20/11/08100803.htm)

## 3. スポーツで得られるもの

体力、行動力、積極性、協調性、団結力、上下関係、肥満対策、有酸素運動による脳の活性化、食事、睡眠、起床の正しいリズム

## 4. 子供が元々持っている良い特性

### <禁じられた遊びグループ>のワーク

性格 素直、その気になりやすい、目的を解れば付いてくる、約束守る、喜怒哀楽出やすい。

積極性 元気、疲れない、すばしっこい、大きな声を出す、よくしゃべる、明るい

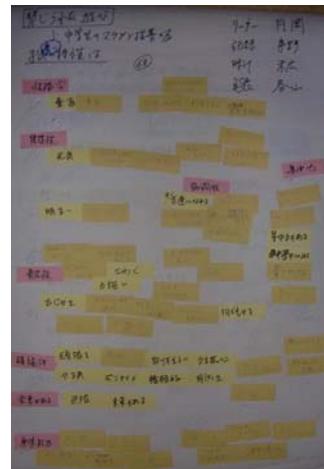
協調性 すぐ友達になれる、一緒に遊ぶ、新しい遊びを見つける、団結力あり

集中力 理想が持てる、突っ走る、集中力がある、夢中になる、夢を語る。

発展性 褒めると喜ぶ・伸びる、やらせると喜ぶ、力強い、騒ぐ、覚えが早い、素直、知りたがる、無邪気、面白ければ続ける、きびきびする、好奇心、屁理屈を言う、何でもやる

積極性 頑張る、恐れない、負けず嫌い、対抗心、やる気、ポジティブ、積極的、前向き勝つと喜ぶ、言うと聞く、親を良く見ている、熱を出しても元気、

未来 無限、未来がある、身体能力よく寝る、よく食う、すぐ寝る、飛上がる、どんどん大きくなる、よく走る、怪我がすぐ治る、体がやわらかい。



### <にらめっこグループ>のワーク

考え方 期待されると伸びる、調子に乗りやすい、褒めると集中力が持続

行動 無邪気、じっとしてられない、騒ぐ、失敗を恐れない、動く事が好き、疲れるまで動く、暴れる、疲れていてもすぐ回復する、一緒に行動すれば付いてくる

感情 褒めると喜ぶ、すなお、言うことを聞く、失敗をなじると伸びない、泣き虫、正しい事を言えば伸びる、比較される事を嫌う、喧嘩する

精神 にぎやか、大勢で楽しむ、仲間を思いやる、遊びが好き、体格差、危険な事が好き、遊びを発明、無限に伸びる、夢を語れば伸びる、リダー自然にできる、大人の間接法で考えない、勉強を親の見栄できらう、頑張れる



## 5. 地域スポーツの現状

### ①真田クラブの育成例

#### 真田クラブポリシー

目標は自己新記録!! 真田クラブは長野県上田市真田の小中学生でマラソンの好きな子供たちの集まりです。各種マラソン大会で上位の成績を狙うのも良いのですが、**自分の記録を伸ばす事を通じて、頑張る事の大切さと頑張った後成果を出した時の喜びを覚えて欲しい。**そんな思いで練習をしています。早い子も、遅い子もその子なりに目標を持ってがんばっています。自己新記録を作った時の笑顔は最高です!

真田クラブ HP より [http://www9.ueda.ne.jp/~seiji\\_miyaoka/sanadac/sanadaclub.htm](http://www9.ueda.ne.jp/~seiji_miyaoka/sanadac/sanadaclub.htm)

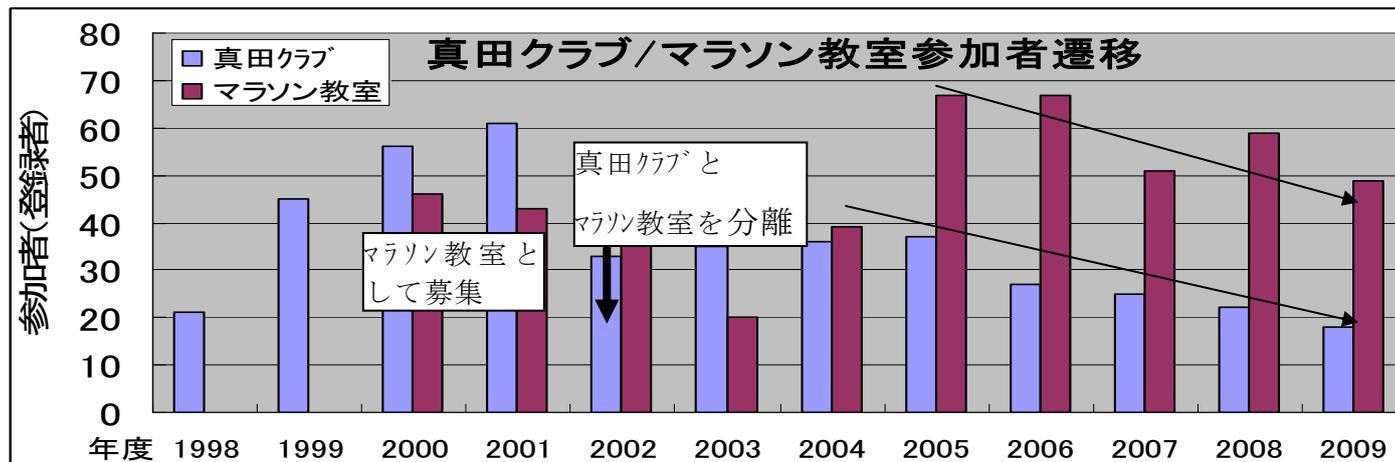
#### 真田クラブの育成

努力する事、我慢する事を通して

チャレンジ→目標→努力→達成→自信→新たな高い目標をクリアする経験を積む

- ・ 自己記録更新を目標とする。
- ・ 小さなことをほめる。声掛けをする。
- ・ 努力、我慢をさせる。

## ②真田クラブ10年の参加者



補足 真田クラブ：努力・忍耐を身に付け多くの大会に参加する。練習：火木曜日 18:30～  
 マラソン教室：レクリエーション・体力維持としての指導 練習：土曜日 7:00～  
**厳しいクラブは人員減少 レクリエーションクラブは人数が多いが減少傾向**

## ③ 子供の運動を阻害している原因・環境 子供の今昔

	昔	今
娯楽	音楽・野球	テレビ番組、ゲーム、
遊び	剣玉、かくれんぼ、魚釣り	電子ゲーム
コミュニケーション	学校で、遊び中、食事中	希釈 学校が主 携帯電話
	ガキ大将がいた	上下のつながりが希釈
安全	子供にへの危害少ない	異常犯罪の増加
行動範囲	比較的自由	子供だけで上田市内に行ってはいけない。
家庭	父は仕事、は母家事	共稼ぎ
わがまま	許されない	家庭によっては許される。

## 6. 地域スポーツ活動お活性化方法

子供の特性を把握して、地域スポーツ（真田クラブ）の活性化する方法

<禁じられた遊びグループ>のワーク

- 宣伝 親に PR: 子供同士友人を誘う、顧客ニーズ確認、存在を宣伝、親を参加その気にさせる、親の見学  
学校：学校とタイアップ、学校地域とのタイアップ  
将来性：鍛えれば伸びる 実績を上げる、ヒーローを作る、有名選手を呼び寄せる、成長の例を広報に
- 指導方法 褒める：個性を見る、少し高めの訓練、得意の分野毎のチームを作る。
- ポリシー クラブの目標ポリシーを明示、教育プロセスを作る、グループ分けする
- その他 集いの場にする、地域の子供を作る、目標設定：自己記録、ポリシーのコミュニケーション



<にらめっこグループ>のワーク

- 集める そこに行けば話しができる、友人を誘う
- 目的 ゲームで味わえない物がある、子供が歓喜する内容にする。人数を決めて目標設定、電子ゲームを利用する。
- 経験 運動→成長→子供の将来を考える、目標を持たせる。ご褒美、子供の成長社会で役立つ事が得られる、一度経験させる、面白い、体力づくり、会う→夢→成長が得られる
- 考え方 子供の成長→社会での成長が得られる。走る楽しさを見つける、親の考えと矛盾を理解させる。⇒遊び成長、ライバルを作る：大学高校進学推薦を見付ける



## 7. 振り返り

スポーツの指導において、子供の特性を考え、指導のヒントを得ました。  
また、スポーツクラブのメンバーを増やす方法に付いても多くのヒントを得ました。

ファシリテーターとして、以下の点に気が付いた。

1. 開始前にスケジュールを立ててみたが、アイスブレイクに思ったより時間がかかり、計画が狂った。レクチャーの内容やワークの回数を減らし、調整した。  
時間が余った時の為に予備資料も準備していたが、全く使う余裕が無かった。
2. セミナーでの振り返りでは、ファシリテーターが1人でまとめをしようとして、指摘を頂いた。発表マイクを回し、出席者の方に一言ずつ振り返りを言って頂いた。