

平成21年度 日本体育協会スポーツ医・科学研究報告Ⅲ
子どもの発達段階に応じた体力向上プログラムの開発事業
—文部科学省委託事業—

調査研究協力者会議委員名簿

運動プログラム作成協力者会議

委員長	福林 徹（早稲田大学）	
委員	木村 和彦（早稲田大学）	佐々木玲子（慶應義塾大学）
	竹中 晃二（早稲田大学）	内藤 久士（順天堂大学）
	中村 和彦（山梨大学）	松尾 哲矢（立教大学）

基礎的動き・動きの評価方法に関する調査研究協力者会議

委員長	阿江 通良（筑波大学）	
委員	本間三和子（筑波大学）	加藤 謙一（宇都宮大学）
	佐藤 徹（北海道教育大学）	中村 和彦（山梨大学）
	窪 康之（新島学園短期大学）	佐々木玲子（慶應義塾大学）
	國土 将平（神戸大学）	野中 壽子（名古屋市立大学）
	山神 眞一（香川大学）	飯干 明（鹿児島大学）

身体活動量に関する調査研究協力者会議

委員長	竹中 晃二（早稲田大学）	
委員	橋本 公雄（九州大学）	上地 広昭（山口大学）
	石井好二郎（同志社大学）	大矢 幸弘（国立成育医療センター）
	田中 茂穂（国立健康・栄養研究所）	大場ゆかり（早稲田大学）

子どもの体力向上実践事業モデル地域に関する調査研究協力者会議

委員長	内藤 久士（順天堂大学）	
委員	鈴木 和弘（国際武道大学）	丹 信介（山口大学）
	山神 眞一（香川大学）	丸山 敦夫（鹿児島大学）

各種スポーツクラブに関する調査研究協力者会議

委員長	木村 和彦（早稲田大学）	
委員	石井 十郎（早稲田大学大学院）	齊藤 隆志（日本女子体育大学）
	作野 誠一（早稲田大学）	佐藤 充宏（徳島大学）
	米谷 正造（川崎医療福祉大学）	

担当研究員（日本体育協会スポーツ科学研究室）

伊藤 静夫 森丘 保典 青野 博

目 次

1. はじめに	
—子どもの発達段階に応じた体力向上プログラムの開発事業—	3
2. 子どもの体力に関する実態調査・調査研究	
2-1. 子どもの基礎的な動きに関する調査研究	
2-1-1. 基礎的動きに関する評価観点の開発・検証	5
2-1-2. 幼稚園から小学校における基本運動（基礎的動き）の達成率変化傾向の検討	12
2-1-3. 小学生の走・跳・投における運動能力とそれらの動きの観察的評価との関係	43
2-2. 子どもの身体活動量と健康指標に関する調査研究	
2-2-1. 子どもに必要な身体活動ガイドラインとその活かし方を考える	49
2-2-2. 児童の健康行動変容を促すセグメント化情報提供に関する予備的研究： 児童、保護者、および教師のプロセス評価を中心に	54
2-2-3. 幼児における日常の身体活動量と体力の縦断的研究	65
2-3. 子どもの体力向上実践事業モデル地域に関する調査研究	71
2-3-1. いすみ市児童を対象とした体力と運動の質的評価	73
2-3-2. 萩市椿西小学校区の追跡調査結果について	81
2-3-3. 柞田小学校の体力向上実践事業後の経過について	86
2-3-4. 喜界町K小学校における基礎的動きの評価に関する追跡調査	93
2-3-5. 子どもの体力向上実践事業モデル地域におけるヒアリング調査結果まとめ	101
2-4. 各種スポーツクラブに関する調査研究	
2-4-1. 日本スポーツ少年団における実態調査から	107
2-4-2. 基本的な動きづくりや体力づくりに関する実践事例研究	111
2-5. シンガポールにおける子どもの体力向上に向けたアプローチ	122
3. 運動プログラムおよび運動実践プログラムの作成に向けた取り組み	129

1. は じ め に

—子どもの発達段階に応じた体力向上プログラムの開発事業—

福林 徹¹⁾

本研究事業（文部科学省委託事業）も2年目に入り多方面について実質的な調査研究がなされた。以下研究報告の記載に沿いその概要をのべ方向性を提示したい。

子どもの基礎的動き、動きの評価方法に関する調査研究協力者会議は阿江委員長を中心として11名の委員からなり、今回は佐々木、國土、加藤の3先生から報告をいただいた。阿江グループが以前から行っている評価法に基づき、子どもの基礎的動き29項目を選び、これを日常生活に関連する動作、生存・危機への対応を考慮に入れた動作、およびスポーツへの発展を想定した動作に分け、その達成度合いを全体印象、および部分観点から各々A、B、Cに評価し、最終的に適切な指導に導いていく手法である。本来ならば子どもの動きの獲得は日常のいろいろな生活場面で、身体に必要なだけ自然に体を動かしていくことによって獲得されるべきであるが、近年の生活環境の変化により、動きを体感できる場所や時間が縮小している現代においては、動きの評価を測定記録のみでなく、その質にも求めることは優れた方法といえる。結果的には男女間や種目間で差はあるものの、年齢が進むにつれその達成率は確実に向上しており、その動きの質も良くなっていた。

子どもの身体活動量に関する調査研究協力者会議は竹中委員長始め7名の委員の委員で構成されている。今回は3テーマに基づき報告をいただいている。また子どもの身体活動ガイドラインとして本年「アクティブ・チャイルド60 min」が本グループにより発刊された。その緒言にも書かれている通り、本グループの目的は「からだを動かすことを厭わない子ども」を育てることであり、そのため質を問わず、毎日ややきつい運動を60分以上行うことを提言している。また運動に取り組むことにより体力低下のみならず、肥満、アレルギー、不定愁訴、心

1) 早稲田大学

きるとしている。確かに現在の社会で子どもの運動実施頻度は2極化してきており、運動を全くしない子どもの層が増加しつつある傾向がみられる。竹中グループはこの層の行動変容を考えており、親や幼稚園・学校を巻き込む形での行動の変容を狙っている。

子どもの体力向上実践事業モデル地区に関する調査研究は内藤委員長を始め5名の委員からなっており、今期は内藤先生を始め、鈴木、丹、山神、丸山の各委員から報告が出された。本報告書は文部科学省が平成16年から18年の3年間に行った「子どもの体力向上実践事業」の事業終了後の運動習慣・生活習慣の変容の継続性に対する調査である。今回調査した地区すべてで、実践事業で実施されたプログラムのうちいくつかのプログラムが、実践事業終了後も学校教育の中に無理のない範囲で組み入れられ、継続されていること、また特に実践事業を経験した学年の児童の体力テストの結果が優れる傾向があることが判明した。

各種スポーツクラブに関する調査研究協力者会議は木村委員長を中心として6名の委員からなっており、実態調査としては総合型地域スポーツクラブにおける全国的な実態調査を実施した。特に幼児を対象とする指導についての実態調査、成功例、特異例の収集、スポーツ少年団所属児童を対象とした基礎的動きと身体活動量の評価を行った。また調査研究として、各種スポーツクラブにおける幼児・児童への指導法の検証・評価し、幼児・児童への適切な指導法が検討された。

最後に、運動プログラム作成に向けた取り組みとして経験豊富な松尾先生に、実に61種目にもわたる運動プログラムの紹介と実践にあたってのノウハウを書いていただいた。

本年は本事業の中間年であり、子どもたちの実態調査や身体操作能力の分析、具体的な遊びや運動の種類、年齢、発育段階に応じた選び方などが中心と

なった。これらを集約し、いかに教育・啓発の資料を作成し、子どもに、親に、そして現場の指導者に伝えていくかが今後の課題である。

現在日本学術会議健康・スポーツ科学分科会も子どもの運動・スポーツの関してのガイドラインを策

定中であり、お互いが協力し、現在の運動しない子どもたちの生活様式の変容を促すような、普及啓発ができることを期待したい。ここに本年度の成果をまとめ、最終年度に向けての弾みとする。