

子どもたちに体を動かすことのおもしろさ、  
楽しさを伝えよう!

# 元気に遊ぼう! ACP キッズ

〈連載〉第5回

アクティブ・チャイルド・プログラム



昨年度より本格的な普及がスタートした「幼児期からのアクティブ・チャイルド・プログラム(以下ACP)」。本誌では「どのように活用していくべきか」をテーマに、全国各地で「遊び教室」を開催し、その模様をリポートしてきた。今号では少年スポーツの過熱化を抑止するために動き出した佐賀市の取り組み事例を紹介する。

よしひと  
監修／佐藤善人  
東京学芸大学教育学部准教授



佐賀市

過熱化する「少年スポーツ」のあり方に一石。  
現場への理解浸透を進めながら  
よりよい環境をめざす取り組みがスタート

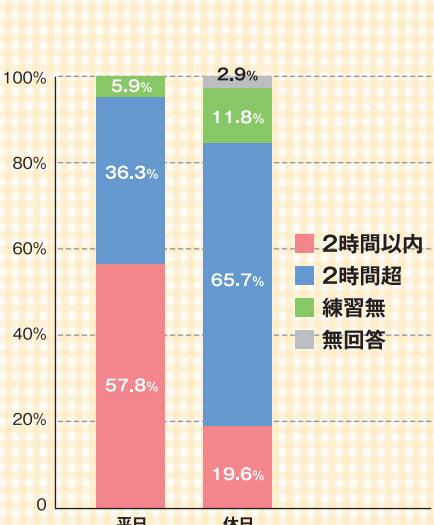


佐賀市の「少年スポーツのあり方」の方針について話す稻富弘人課長

かねてより少年スポーツの過熱化が問題視されていた佐賀県佐賀市では、その抑制のための取り組みをスタートさせている。これまでの経緯を佐賀市教育委員会社会教育部スポーツ振興課の稻富弘人課長は以下のようによく説明する。

「2013年12月、14年7月の2回、佐賀市教育委員会とPTA協議会の研修会の議題として『少年スポーツ指導の過熱化』が取り上げられました。

PTAや市議会でも  
少年スポーツの過熱化が  
問題視された



1週間の練習日数

週4日以上活動している団体が過半数を占めた

1日の練習時間

平日は2時間以内が過半数だが、  
休日は6割以上が2時間を超えて練習を行っている

また、14年9月の市議会において、「少年スポーツの活動実態を把握し、過熱化しないよう指導すること」といった付帯決議が提出されています。それでも『少年スポーツ指導者教本』を市独自で作成し、「06年」少年期に適した指導のあり方を啓発してきましたが、十分とはいえなかつたようです。

こつした流れを受けて、15年に「少年スポーツのあり方検討委員会」（以下検討委員会）を設置し、少年スポーツ活動の現状把握の調査を行い、提言を受けた。そして、この検討委員会の提言が発表されると賛否両論、大きな反響となつたといふ。提言のなかで、最も注目されたのが「学校体育施設の利用について」で、「1団体が利用できるのは、週に3回以内、1回2時間以内とする。（土・日・祝

担当者として現場の声を聞いた江頭和恵副課長兼スポーツ係長



現場で受け入れやすい形で  
徐々に浸透を図ると同時に  
啓発活動にも力を入れる

今回、話を聞いた佐藤善人

日々半日までとし、1回に数える」という部分だった。

同課の担当者である江頭和恵副課長兼スポーツ係長は「週に3回以内、1回2時間以内と

場合は特に「練習を増やそう」という声と「練習を減らそう」という声があつた場合、「増やそう」のほうが前向きな意見のように受け取られがちです。「減らそう」なんて言えば、やる気がないのかと思われかねない状況になります。そうしたなかで、なかなか声をあげにくい状況にあります。

か守られない状況でした。そこで、学校施設の利用制限をかけることで実行してもらおうとした提案でした。ところが、学校施設をこれまで同様に使えなくなるといったことばかりが注目

されましたから、実は「やりすぎ」だと思っている保護者が多くいたことがうかがえます」と話す。

佐賀市教育委員会では、提言をもとに『少年スポーツのあり方についての取組方針』をまとめ（28ページ表1）、16年度から運用をスタートしている。学校施設の使用制限については「まずは皆さんを取り組みやすいやり方から、徐々に目標に近づけていかなければと思っています。問題提起されたことで指導者講習会など参加者が増えていますし、「少年スポーツのあり方」をしっかりと理解し、実践していくように啓発を続けていかなければと思っていました」と稻富氏。



子どもたちがスポーツを好きになるように指導者も保護者も考えていきたい

佐藤先生も「まだまだ、練習はやればやつただけ上達するといった誤った考え方を持つていることが多いです。指導者や保護者が多くいます。実際、秋田県スポーツ少年団では活動制限（試合を含む週4日以内など）を設けていますが、子どもたちの新体力テストでは常に全国上位にいます。やはり講習会などで、正しい情報・知識を得ていただきたいですね。そうすることで、佐賀市

はやればやつただけ上達すると、いつた誤った考え方を持つているのになつてほしいですね」と、期待感を語った。

**佐賀市のスポーツ少年団で運動遊びを実践**

佐賀市教育委員会で現状を聞いたあと、市内の久保泉小学校で運動遊びの実践を行った。参加してくれたのは久保泉陸上スポーツ少年団。代表を務め

での試みが理解され、子どもたちのスポーツ環境がよりよいものになつてほしいですね」と、期待感を語った。

る伊東健児氏が立ち上げ40年という歴史ある少年団である。指導に当たったのは佐藤先生。あいさつもそこそこに「体じょん」からスタートすると、瞬く間に子どもたちの心をつかみ、笑顔とともに次々と遊びを開いていった。

久保泉陸上スポーツ少年団は小学生から高校生まで37名の団員がいる。高校生や中学生はリーダーとして小学生とともに



小学校低学年から高校生までが所属する久保泉陸上スポーツ少年団

■表1: 「少年スポーツのあり方についての取組方針」

佐賀市教育委員会

#### 【意義】

少年スポーツは、スポーツを通して心身の健全な育成を図ることを目的として行われております。

- スポーツを楽しみながら継続的に行うことにより、精神的にも身体的にも望ましい成長が期待できます。
- スポーツを自発的・主体的に行うことにより、自立し、たくましく生きる力が養えます。
- 多様なスポーツ活動やいろいろな運動を経験することにより、バランスのとれた体力が育まれます。
- 仲間とともに努力することにより、社会性が高まり、チームや地域の一員としての意識が醸成されます。

#### 【方針】

少年スポーツの意義を深め、子どもたちにとってより良い少年スポーツ活動を推進するため、佐賀市教育委員会として次の4つの方針に沿って、社会体育関係団体等や学校と連携を図りながら、取組みを進めています。

#### 1.少年スポーツクラブの指導者と保護者のあり方

少年スポーツの指導者と保護者が、お互いの立場を尊重しつつ、子どもにとってより良い方向性をめざしていけるよう、良好な関係を築く仕組みをつくることが必要です。

- ①指導者・保護者の定期的な話合いの場を設定する。
- ②指導者の資質向上のために、指導者資格を取得する研修会・講習会等への参加を、クラブ運営組織（保護者会等）として積極的に支援する。

#### 2.指導者・保護者に対する実効性のある意識啓発

指導者と保護者が、子どもたちの心身の健全な育成を図るために必要な知識を習得し、少年スポーツに対する理解を深めることが重要です。

- ①少年スポーツに関する研修会・講習会等に指導者・保護者が積極的に参加する。
- ②少年スポーツの指導に必要な指導者資格の取得に努め、活動に活かす。

#### 3.望ましい運動量

小学生の時期は、発育・発達期の心と体を良好な状態にしていくため、練習の質と量を適正にしていく必要があります。

日本臨床スポーツ医学学会から“練習日数と時間については、小学生では、週3日以内、1日2時間を超えないこと”が提言されており、本市「少年スポーツ指導者教本」にも明記しています。また、「少年スポーツのあり方検討委員会」においても重視すべきものと再確認されています。

- ①少年スポーツにおいては、小学生にとって適正といえる運動量を守る。

※学校体育施設については、1団体が練習として利用する際は、週に3回以内、1回2時間以内とするよう努める。なお、土曜・日曜・祝日等は半日までとし、1回と数える。ただし試合は除く。

#### 4.少年スポーツに関する相談窓口

子どもが安心してスポーツ活動を行えるように、第三者的な相談機関の機能を持つ相談窓口を設置し、だれもが気軽に利用できる環境をつくります。

- ①少年スポーツ活動や、指導者・保護者・関係者が抱える悩み・問題等を相談できる窓口を教育委員会内に設置する。

遊びながらも、アドバイスをしたり、動きを促したりと気配りをしているのが見て取れる。複数人のグループをつくるときなども、人數が足りないところに加わったりと心強い存在。「ひよこの闘い」では、佐藤先生が「あれはひよこじゃないな。にわとりだ。みんなでやつつけろ！」と盛り上げにも一役。低学年の子どもたちも高学年と一緒になつてできるメニューは運動遊びならではのもの。時には転んで涙を浮かべながらも、歯を食いしばって高学年の団員に挑戦する子もいて、楽しみながら、知らず知らずのうちに頑張る気持ちが身についているようだ。

「ACPは少年団の研修会などでも教えてもらっているので、ウォーミングアップに採り入れたりしていますが、実際に佐藤先生の指導を見ると、とても参考になります。ACPだけでも十分な運動量になりますし、子どもたちも楽しそうです」と伊東氏。自身も積極的に遊びに参加したり、時には記録用の写真を撮ったりと忙しく動き回る。

「うちの団の練習は基本的に週1回。リクエストも多いので

もう一日くらいやつてもいいかなとは思っています。そのほか、月に1回くらいは、いろいろなイベントを行っています。登山や乗馬、ボランティア活動をすることもあります。いろいろな体験をしてもらいたいと思っています」(伊東氏)

ある保護者は「陸上少年団ですが、走るだけではなくボールを使ったり、鬼ごっこしたりといろいろ工夫をしてくれています。子どもたちもとても楽しいよう、絶対に『休む』とは言いません。今後は、今回教えていただいた内容なども取り入れてやってくれると思います」



「体じゃんけん」で気持ちも体もウォーミングアップ



みんなで知恵を出し合って「人間知恵の輪」を解こう

## 子どもたちにスポーツの楽しさを伝えることが最大の目的

実は伊東氏は、佐賀県、そして佐賀市スポーツ少年団の本部長を務めており、前述した佐賀市の「少年スポーツのあり方検討委員会」のメンバーでもあつた。そのうえで活動を規制するだけではなく、指導者や保護者への啓発の必要性を語る。

「学校関係者や現場の指導者、学識経験者などさまざまな方が加わって話をした結果があつた形になりましたね。しかし、検討委員会でも話したのです

と、団の活動方針には満足している様子だ。

が、私はスポーツ少年団の理念に共感してこれまでやつてきました。勝利至上主義ではなく、生涯スポーツにつながるよう、スポーツの楽しさを知つてもらいたい。そうした理念をしつかりと理解し、指導者自身も講習会などで指導法を学ぶといった姿勢が大切だということです。そこでなければ、学校施設の使用を制限したことでの施設を使用することもできませんから、問題の本質的な解決にはならないわけです。



「子どもたちがスター」と語る伊東健児代表



大きなリーダーをみんなで倒せ! 盛り上がった「ひよこの闘い」

が、うちの団に来て走ることが好きになる。こうした姿を見ることがとてもうれしいですね」

子どもがスポーツを好きになり、生涯を通じてスポーツを樂

が、うちは団に来て走ることが好きになる。こうした姿を見るその土台づくりとしての佐賀市の取り組み事例は、多くの指導者、保護者にとっても参考となるはずだ。

SJ