

アクティブ・チャイルド・プログラム普及・啓発プロジェクト

(代表：富田 寿人 氏) 功績

同研究プロジェクトでは、身体活動量の減少による心身への影響や、からだを操作する能力の開発などの新しい視点から実態調査・分析を行い、その結果に基づいて子どもを取り巻く環境要因へ働きかける方法（プログラム）を提案することを目的とした。その研究成果として、「アクティブ・チャイルド・プログラム」を制作するとともに、同プログラムを用いた普及・啓発に取り組んできた。

同研究の第一段階として、文部科学省委託事業として「子どもの発達段階に応じた体力向上プログラムの普及啓発」を実施した（平成20～24年度）。同事業では、①基礎的動き・動きの評価方法に関する調査研究、②身体活動量に関する調査研究、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、④各種スポーツクラブに関する調査研究の4つのテーマについての研究が行われた。

研究結果を踏まえ、同研究プロジェクトでは、子どもの身体活動ガイドラインとして、1日に総計して60分以上からだを動かすことを提唱した。このガイドラインでは、子どもにとって1日に必要な最低限の活動時間として、からだを使った遊びや生活活動、体育・スポーツを含め、身体活動・運動の最低目標を「量」として推奨した。この取り組みを通じて、単に体力テストの成績を向上させるだけでなく、心身の健康に様々な効果が期待されることとなった。

また、子どもの発育発達に個人差があることは広く知られている。特に、従来の体力テストに見られるような、タイムや距離に基づく量的な測定結果（評価）は、からだの大きさに強く影響を受けると考えられる。したがって、発育期には量的な評価だけでなく、動きの質を観察し、その評価に基づいた指導が求められる。そのため同研究プロジェクトでは、走る、跳ぶ、投げるなどの基礎的動きに関する質的な評価視点の開発・検証を行った。これにより、子どもの発育発達に応じた効果的な指導法を見いだすことが可能となった。

一般的に、大人と子どもでは、（運動・スポーツを含む）学習の仕方に大きな違いがあり、子どもは、興味関心に基づき、偶発的、体験的、試行錯誤的、総合的に取り組むと言われる。発育発達研究領域でもしばしば、「子どもは小さな大人ではない！」と表現されるように、子どもを運動・スポーツへ動機づけさせるためには、外的報酬（目標）により意欲が引き出されるような「外発的動機づけ」ではなく、行動それ自体が報酬（楽しさや達成感）となり意欲を引き出すよう働く「内発的動機づけ」が必要であると考えられる。そこで、同研究プロジェクトでは、「（運動）遊び」の効果に注目した。すなわち、それぞれの遊びの中で、①効果が期待できる動きの要素を把握する、②子どもの動きの質を評価する、③運動の量や質について遊びの中で発展させることを目的として、楽しく夢中になって遊んでいる中で、結果的に運動の量と質を確保させるための働きかけについて検討した。

これらの研究成果をとりまとめ、平成22年には子どもが発達段階に応じて身につけておくことが望ましい動きを習得するための運動プログラムとして、「アクティブ・チャイルド・プログラム」として制作した。同プログラムは、①子どもの体力・身体活動の現状やからだを

動かすことの重要性、②多様な動きを身につけることの重要性や動きの質のとらえ方、③遊びプログラムの具体例としてからだを使った運動遊びや伝承遊び、④身体活動の習慣化を促すアプローチとしてそのポイントや実践例という4つのテーマについてまとめられている。

同プログラムは、ガイドブック及びDVD教材として、全国の小学校(22,258校)や総合型地域スポーツクラブ(2,905クラブ)に提供された。さらに、平成22～24年度には、地域の指導者や小学校教員等を対象として、同プログラムを指導現場へ普及させるための講習会を全国各地で開催した。この講習会には延べ4,200名あまりの指導者等が参加し、全国的な規模で子どもの運動促進に大きく貢献してきたといえる。

一方、平成24年に文部科学省により策定された「幼児期運動指針」によると、子どもの身体活動量の低下や運動離れは、すでに幼児期から起こっていると指摘され、こうした現状に鑑み、「幼児は様々な遊びを中心に、毎日、合計60分以上、楽しく体を動かすこと」が推奨されている。

これを受け、同研究プロジェクトは研究の第二段階として、平成25～26年度、より低年齢向けのプログラム作成に取り組み、「幼児期からのアクティブ・チャイルド・プログラム」を制作した。同プログラムは、子どもが様々な運動遊びを通して、楽しく、積極的に体を動かす中で、動きの量と質を引き出すというアクティブ・チャイルド・プログラムの基本・共通コンセプトは踏襲しつつ、幼児の発達特性や指導法・指導技術について詳しく解説されたものとなっている。平成27年度からは、同プログラムを教材とする普及講習会を全国各地で開催しているところであり、今後さらに広範囲での展開が期待される。

2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会の開催を契機に、国際競技力の向上とともに、国民全般のスポーツ推進、とりわけ子どものスポーツ推進に期待が高まる。一方で、そこには種々の問題点が指摘されることも否めない。国際オリンピック委員会(IOC)は、近年のこうした状況に鑑み、行き過ぎたスポーツの早期専門化やタレント発掘事業に警鐘を鳴らすとともに、思春期前の多様な身体活動やスポーツ活動を奨励し、子どもたちの健全なスポーツの普及振興を訴えている。同研究プロジェクトにおける取り組みは、まさにこのオリンピックズの趣旨に適切に合致するものである。2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会をひかえ、今後ますます研究の充実ならびに普及活動の進展が期待されている。