

児童の体力低下問題とその改善のための方策に関する検討

A study on the decline of pupils' physical strength and the measures to improve it

1K05B082

指導教員

主査 吉永武史先生

黒須 希

副査 友添秀則先生

<序章>本研究の動機及び目的

2 年次から体育科教育学を専攻し、体育科教育に関わる問題等について学んできた。その一つとして取り上げられた児童・生徒の体力低下の問題に関しては、筆者は母校の高校での教育実習や、所沢市内の小学校での体育の授業サポート等の体験から、児童・生徒の運動技能の低さを実感している。児童・生徒の体力の低下は深刻な問題であり、その改善のためには初等教育段階からの対策が必要である。本研究では対象を小学生に特定し、児童の体力低下の実態及び原因の考察と、その改善のための方策の提言を目的とする。本研究は理論研究の形式をとり、文部科学省の調査資料や、雑誌「体育科教育」を中心とした文献から資料を収集する。

<第 1 章>児童の体力低下問題の実態

文部（科学）省の調査結果から、1985（昭和 60）年から 2004（平成 16）年までの 20 年間の児童（9 歳）の体力の変化について、「50m 走」「立ち幅跳び」「ソフトボール投げ」の 3 種目の結果を比較した。その結果、すべての項目において男女とも 2004 年が下回っており、児童の体力は確かに低下していることが分かった。また加賀谷（2008）の「最近の子どもの体力は平均値の低下と同時に分布幅が広がっている」という指摘から、2007（平成 19）年度の新体力テストについて、運動状況別の結果の比較を行った。その結果、運動の実施状況によって体力の高い児童と低い児童では数値に大きな差が見られ、体力の二極化傾向も明らかになった。

これらの事実に加え、近年は児童の「体力の下げ止まり」という現象も指摘されている。また、数値に表れない抵抗力や体力の精神的要素といった防衛体力の低下も問題となっている。児童の体力低下は非常に深刻であり、原因を明らかにし、改善のための方策を講じなくてはならない。

<第 2 章>児童の体力低下の背景

児童の体力低下の原因として、「身体活動量の減少」が最も大きなものであると考えられる。1 日の総歩数や外遊び時間の変化から、児童の身体活動量はその父母・祖父母が小学生であった頃と比べ明らかに少なくなっている。他にも「ライフスタイルの変化」「遊びの変容」について検討を行ったところ、中村（2002）の調査から、児童の遊びの室内化や遊び集団の少人数化の傾向がみられ、児童のライフスタイルについては、習い事をする児童が増えたこと、またメディアに接する時間が増えたという事実が明らかになった。児童の体力には身体活動量だけでなく、複数の要素が影響を与えていると考えられる。児童の体力問題改善のためには、多面的な方策を講じていく必要がある。

<第 3 章>体力低下問題を改善するための方策

児童の体力低下を改善するためには、体育授業の充実や、体育授業以外においても運動の日常化を図るという学校での取り組みが重要である。また、家庭では望ましい生活習慣の確立・健康な体づくりが求められ、運動の場の提供や指導者の育成など、地域での取り組みも必要である。本

章ではいくつかの実例をとりあげ、児童の体力低下問題改善のためには、学校、家庭、地域が連携を図りながらそれぞれの役割を果たすことの重要性を提言した。

＜結章＞本研究のまとめと今後の課題

本研究では児童の体力低下問題の実態、原因を考察し、児童の体力低下問題を改善するた

めには、学校、家庭、地域が連携した多面的な取り組みが必要であるという提言を行った。今後は児童の運動の最大の機会であると思われる体育授業の充実について、より掘り下げて研究を行いたい。具体的には、筆者が経験してきたハンドボールの特性を生かし、すべての児童が元々の能力に関係なく活動し、楽しむことができる教材づくりを課題とし、本研究のまとめとする