

青少年の運動能力の二極化の改善に関する一考察

A study of Improvement in Bipolar of Exercise Performance in Young People

1K05B225

指導教員

主査 吉永武史先生

矢野 恵大

副査 磯繁雄先生

<序章>本研究の動機と目的

近年、生涯スポーツという言葉が耳にする機会が増えているが、生涯スポーツに対する事業の多くは、中高年者層にスポットが当てられたものが多いように思える。しかしながら、青少年のスポーツ活動を見てみると、中学校や高等学校における運動部活動の低迷、子どもの体力・運動能力の低下、運動能力の二極化などの様々な問題が挙がってくる。特に近年では、運動能力の二極化は深刻な問題となっている。少子高齢化の時代が確実に迫ってきている現在において、日本は今の上では、勢いの衰えた活力のない国へと変化してしまうのではないかと。将来的な日本のスポーツ振興の底上げを考えたとき、より多くの青少年にスポーツ活動に参加してもらい、運動能力の二極化を改善していくためにはどのようにすればよいかを研究し、考察していく。また、青少年の運動能力の二極化の改善の一端として、私が現在指導員をしている所沢市西地区総合型地域スポーツクラブ(ワセダクラブ 2000)の今後の活動の充実のため、本研究で調査・分析を重ねた研究結果は、ワセダクラブ 2000 にフィードバックしていく。

研究の方法は、文部科学省ホームページや文部科学省が発行している「体力・運動能力調査報告書」といった文献等を中心に調査し、研究を進めていく。

<第 1 章>

本章では、国が掲げているスポーツ振興法・スポーツ振興基本計画について調べ、スポーツを

行っている青少年のスポーツに関して国はどのように施策を講じているかを調査する。1961 年にスポーツ振興法が施行され、2000 年にスポーツ振興基本計画が発表された。日本はスポーツ振興を実現するまでに、約 40 年もの歳月を費やすこととなった。さらに、総合型地域スポーツクラブの創設の経緯・現状・将来像を調査する。文部科学省は、「人生をより豊かにし、充実したものとする」とともに、人間の身体的・精神的な欲求にこたえるもの」であるスポーツを、「いつでも・どこでも・いつまでも」できるように、総合型地域スポーツクラブを全国各市区町村に 1 つ以上設置するのを目標とした。

<第 2 章>

青少年の体力に焦点を当てて研究を進めてきた。その中で、文部科学省が毎年調査を行っている「体力・運動能力調査報告書」を用いて、過去と現在の比較を行った。比較の結果、日本の青少年の体力は、1985 年頃を境に低下の一途をたどるようになる。そして、ここ数年の青少年の体力は下げ止まりの状態にあることもわかった。また新たに発生した問題が、青少年の体力の二極化である。体力の二極化が進行していくと、将来的に日本の生産力が低下し、少子高齢化をむかえる日本を支えていくことが困難になっていくということが大きな問題点となっている。

<第 3 章>

これからの青少年スポーツはどうあるべきかを研究・考察する。体力向上のために、青少年に

対して今後の求められている姿として、文部科学省は「子どもを惹きつけるスポーツ環境の充実」をテーマにおいた。子どもが現在のゲームを中心とした家遊びから、外で元気よく遊ぶ外遊びへと遊び方が変化することを期待している。そのためには、家庭・学校・地域の 3 つが協力して、外で遊ぶこと・運動することが、いかに楽しく、大切であるかを教えていかなければならない。また、生活習慣を改善し、規則正しい生活を送ることこそが体力向上の第一歩であると考えられる。

<結章>

第 3 章までに、現在の青少年の体力、並びにスポーツ環境について言及してきた。その結果、スポーツ環境というハード面の整備だけにとどまらず、親や指導者が、いかにして子どもへ「有能感・自信」をつけさせていくかが重要なのではないかと、考えるようになった。どんな子どもでも、自らが率先して遊び・運動に加わっていく社会が一日でも早くできることを願ってやまない。