



月刊部品新聞

2005年11月
第1号

編集・発行 Unit

小学生の体力低下の危機

10月10日体育の日の朝日新聞朝刊より。

「小学校3、4年生にあたる9歳男児の走ったり跳んだりする能力は、約20年前の女子レベルまで落ちていくことが文部科学省が9日公表した04年度体力・運動能力調査で分かった。」

その他過去10年間の青少年全体の「走・跳・投」の各能力の傾向を分析したところ、各年代で向上を示す結果は出ていなかったようである。

毎年この時期になると繰り返し出てくる話題で、皆さんも経験している小中高の体育の時間に行われる「スポーツテスト」の結果分析です。

平成11年度より「新体力テスト」と名称を変え、内容も見直しが行われています。50m走や握力などのおなじみの種目もあります。が、長座体前屈やシャトルランといった新種目も加わっています。

何が問題なのか

毎年繰り返し出てくる話題にもかかわらず、なぜ状況が変わっていないかかわりません。

①新体力テスト自体が測定・分析を目的とし、測定後の体力向上のためのテストで

はない。

②小学校教員は全教科の指導を行わなければならないため、自分の専門以外の知識の習得が難しい。

③中学高校でも体育の時間内だけで体力面の指導を行うことが物理的に難しい。

大きくわけてこのような問題点があるようです。おそらくこのようない限り、毎年同じ話題があることになるでしょう。

このような話題になると「家の周りで遊ぶ環境が変化したから」とか「テレビ、ゲーム、パソコンの影響」と考えがちですが本当にそうでしょうか。

少なくともこの新体力テストに関しては全国的に展開されているものです。大都市圏ではそのような傾向があるかもしれませんが、それが全国的な傾向と考えるのは短絡すぎないでしょうか。

皆さんの生活環境を

考えてみてください。20年あるいは10年前から居住区域の住宅環境が大幅に変化し、その地域の子供にとつて外で遊びにくい環境になってしまった方はどのくらいいるのでしょうか。私の周りには少なくとも15年ぐらひはそういった意味での環境の変化は無いように思

えます。地方に至っては20年、下手をする

と30年ぐらひはあまり状況の変化が無いのではないのでしょうか。

実はその他に体力に

解決策はあるのか

ここで問題点としてあげた3つのことに関しては、従来のような体育の授業内容ではなく、体力トレーニングのような授業を取り入れることによって体力維持向上に役立てるのではないのでしょうか。

特に③に関しては生活習慣病を予防するために必要な基本的な運動を理解させること

でしょうか。

②に関しては補助教員を取り入れることにより、授業の内容を専門的に展開することができるとはならないのでしょうか。

みなさんは小学生の体育の指導に関する参考書を目にしたことがありませんか。表面的な内容を追うのみで、なぜその運動をするのかという根本がほとんど記載されていません。

これでは、なぜその運動を子供たちにさせなければならないかわからず、専門的に学んだものでなければ表面的な指導を行うしかできません。

ここにあげたのは一部のアイデアでありますが、ただ体力測定を行っているよりもよっぽど体力の維持向上に役に立つのではないかと思います。

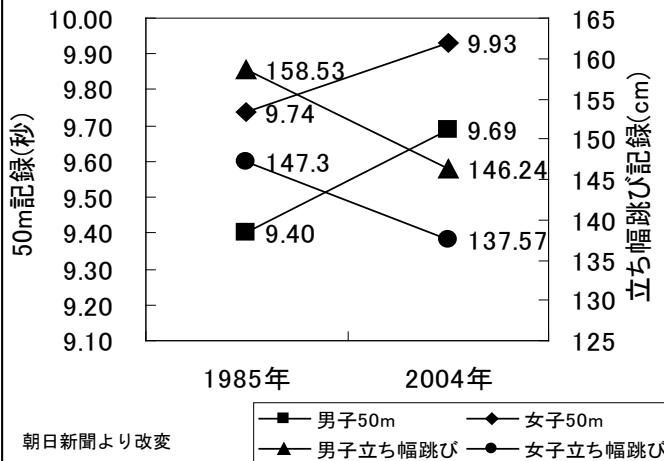
この子供の体力低下の問題は、ほかの教科の学力低下問題と同様だと思えます。

子供を取り巻く環境は以前とはあまり変化していない。しかし、能力は低下をしていく。本気で何とかするには文科省が考え方を変えない限り根本的な解決にはならないでしょう。

しかし、我々スポーツに関係しているものと、一般社会の考え方は非常に離れている場合が多く、子供の将来にとってはどちらもお大切な問題であるにもかかわらず、重要な問題として認識されているのは学力低下問題の方であると思われ

ます。次回はこのことをふまえて各競技種目に目を向けてみたいと思います。

50m走と立ち幅跳びの記録変化



Unit代表 澤野 博(さわの ひろし)

日本体育大学卒。社会人経験を経て欧州へ留学。乳酸を中心としてトレーニングを幅広く学ぶ。帰国後、部品となって選手を支えるという意味で「Unit」を設立。競技種目、競技レベルを問わずトレーニング指導を中心に活動。医療系国家資格の臨床検査技師の資格を持つ異色のトレーニングコーチ。

ご意見、ご要望、仕事依頼、お問い合わせは下記まで。
0422-34-5055(Fax 兼用)、090-1999-2845 または unit@mbd.nifty.com