

[実践的研究：査読付]

スポーツ学部生のintern shipにおける児童との休み時間の関わりが、  
児童の体力・運動能力の発達におよぼす影響

青山 優子<sup>1)</sup>，鄭 英美<sup>2)</sup>

**The relationship of break time with children in the internship  
of sports undergraduate students, Impact on the development of  
children's physical strength and athletic ability**

Yuuko AOYAMA<sup>1)</sup> , Young mi JUNG<sup>2)</sup>

**Abstract**

As an initiative to improve the physical strength and athletic ability of elementary school children, sports undergraduate students aiming to become elementary school teachers invited children to play outdoors as “play leaders” once or twice a week during internships for one year. Initially, students and children who responded to the invitation played dodgeball and playing tag, but as the times went on, the children invited friends who did not participate and voluntarily formed several groups with the students. Furthermore, after that, the order of play was decided among the groups, and the play contents were also set for each group. This is thought to be the beginning of the emergence of “play leaders” among children. According to the report of the principal of the elementary school, more children started to play outdoors even when the students were absent after three months. The effectiveness of the “play leader” was examined from the physical fitness measurements of the children before and after the “play leader” intervention for these one year.

As a result, when comparing the rate of change in the measured physical fitness among the three groups, the active group, the normal group, and the inactive group, which were classified according to the exercise time in the home, the inactive group showed the highest value. Therefore, it was suggested that the efforts of the students of this study as “play leaders” are effective measures for children who are not good at exercising.

**KEY WORDS :** Play leader Break time Friends Physical fitness

---

1) 九州共立大学  
2) 九州女子短期大学

1) Kyushu Kyoritsu University  
2) Kyushu Women's Junior College

## 1. 緒言

近年小学校児童の体力・運動能力の低下傾向は止まったものの、最も体力水準が高かった1980年頃と比較すると依然として低い状況にあり(文部科学省, 2016)<sup>1)</sup>、「体力そのものより動きを習得していない子どもが多い」ことや(中村, 2010)<sup>2)</sup>、運動する子どもとそうでない子どもの2極化現象(文部科学省, 2012)等が新たな課題として報告されている。また、小学校児童の体力改善策として、授業改善を図る取り組みや授業以外での取り組みも報告されている(スポーツ庁, 2016年)<sup>3)</sup>。授業改善の取り組みは体育科授業において、「運動が苦手な児童」を対象に内容や指導方が積極的に改善され、そのうち「ねらい」や「目標」に「運動の楽しさや喜びを味わう」に置くものが最も多い。授業以外での取り組みでは休み時間の有効的な使い方として、「縦割りの交流を持つ」「児童が行える運動遊びのバリエーションを増やす」「児童による自主的な準備・計画を取り入れた」等が上位に挙がっていた。いずれも取り組みを実施した学校と実施しなかった学校を比較すると、体力合計点やスポーツをすることが好きである割合のスポーツ好率において、取り組みを実施した学校の方が実施していない学校に比べて、体力合計点およびスポーツ好率共に高い数値を示している。出井の研究(2014)「運動が苦手な小学校高学年児童の体力・運動能力の実態」<sup>4)</sup>では、「運動やスポーツが得意だと思うか」の質問に対して、「苦手」と「やや苦手」と答えた者を合わせると男児が18.3%で女児は34.4%であった。また「入学前から5年生の今まで、ずーとスポーツが嫌いだったか」の質問に対して、「嫌いだった」と答えた者は男児が5.5%で女児は6.3%であり、運動が苦手な児童は身体的有能さの認知が低いのであり、決して運動嫌いとは言えないと報告している。これらのことから、小学校児童はその発達の側面から鑑みると、決して運動することが嫌いなのではなく適当(良好)な機会があれば運動を積極的に実施する運動欲求が根底に潜んでいることが考えられ、何らかの要因がその運動欲求を阻止していると推察する。よって児童の発達に見合った運動欲求が充足される機会つまり児童が主体的に楽しんで運動遊びを実施することが、児童の体力・運動能力の向上に繋がると考える。

一方我々は、小学校において児童の体力測定を実施し、学生のintern shipの為の事前観察を行った際に、児童の行動について幾つか気付くことがあった。まず

体力測定においては、積極的に児童は測定に取り組み快活な雰囲気であった。特に20mシャトルランでは学生が一人一人に声をかけ励ますと、ほとんどの児童がベストを尽くし全国平均に比べて高い測定値を示した。しかしその一方、休み時間は一変して快活に動く児童は少なく、校庭での運動遊びはあまり見られなかった。その昔、僅か10分の短い休み時間でも誰かの声かけで友だち同士誘い合い、運動場で鬼ごっこ等思いつきり身体を活動した姿は皆無であった。

これらのことから児童の運動欲求を阻止する要因の一つとして、我々は「遊びのリーダー」不在を挙げる。つまり遊びの成立「遊びの3つの間」<sup>5)</sup>の一つである仲間について、仲間にリーダーが存在すると活動をより有効的に展開できると考える。友達同士「遊ぼう!」と気軽に声をかける環境が、今日児童の周りから縮小していると推察する。

そこで、小学校教員を目指すスポーツ学部生のintern shipで、児童を休み時間遊びへ誘う取り組みを実施した。1週間に1~2日登校日の昼休みを中心として、児童を主に戸外遊びに誘うのである。当初、学生は何人か児童を誘ってドッチボールや鬼ごっこ等の戸外遊びを実施するものであった。そして徐々に自ら進んで参加する者あるいは児童が仲間を誘うなどして参加人数は増えた。やがて児童は幾つかのグループを自発的に作り、グループ間で学生と共に遊ぶ遊び順番を決め、遊び内容についてもグループ毎に指定するようになった。

学校長の報告では、児童は学生の登校を心待ちにしている様子であり、以前に比べると学生不在時においても戸外遊びが多くみられるようになったとある。このことは、児童の内に「遊びのリーダー」が出現したと考えられる。

本研究の目的は、以上の「遊びのリーダー」介入前後の児童の体力測定と生活習慣のアンケートの結果から、スポーツ学部生のintern shipにおける「遊びのリーダー」としての児童との関わりが、小学校児童の体力・運動能力の向上に有効であるか検討することである。

## 2. 研究方法

被験者は福岡県北九州市戸畑区にある中原小学校の3年生男児20名、女児29名、5年生男児24名、女児32名の合計105名であった。学校長に研究の目的と方法や、測定方法およびアンケートの内容そして分析の

仕方について詳しく説明し、許可を得て調査に当たった。

調査期間は2017年5月から2018年10月の北九州市立中原小学校開講期であった。小学校教員を目指す4名の学生が9月より1週間に1～2日8時30分から15時までの間、internshipを実施し、その間の休み時間に子供を戸外遊びへ誘った。

調査内容は形態および体力測定と生活習慣アンケートである。形態及び運動能力の測定は2017年2018年共に5月下旬から6月下旬に、児童への生活習慣のアンケートは2017年2018年共に7月上旬に実施した。

運動能力の測定は文部科学省が平成11年度から完全実施している新体力テスト<sup>5)</sup>を用いた。テスト項目は握力(筋力)・上体起こし(筋持久力)・長座体前屈(柔軟性)・反復横跳び(俊敏性)・20mシャトルラン(持久力)・立ち幅跳び(瞬発力)・50m走(瞬発力)ソフトボール投げ(巧緻性)の8種目である。測定方法は、全て文部科学省体力・運動能力調査報告書(2017)<sup>6)</sup>に準じて行った。測定は各クラス体育科の時間とし、測定場所は体育館と運動場であった。測定時に欠席もしくは複数の項目ができなかった児童については結果に反映しなかった。結果は、各種目の測定値を項目別得点表により1～10段階で採点した。

形態の測定項目は、身長と体重であり、いずれも一般的な方法で測定した。BMIは体重(kg)/身長(m<sup>2</sup>)で算出した。

生活習慣アンケートの内容は、起床就寝時間や運動

の好き嫌いそして学校以外で運動をする時間など8項目であり、児童にアンケートを配布し実施方法について説明し、内容を読み上げ理解したことを確認してその場で記述してもらった。記述方法は主に3～5拓の選択方法であった。尚、アンケートの内容は事前に学校長に点検してもらった。

また、児童の身体活動状況のグループ化を、2018年の「学校以外での運動時間」の調査より、運動時間が1週間に7時間以上の者を活動群、1時間から7時間の者を普通群、1時間未満の者を不活動群と分類した。

結果は、全て平均値と標準偏差で示し、分析には $\chi^2$ 乗検定とT検定さらにCochran-Cox法を用いて有意検定をした。有意水準は5%未満に設定し、統計処理はマイクロソフト社のExcel2011を使用した。

### 3. 結果

表1は、全被験者の身体的特性を縦断的に表したものである。全被験者の内低学年男児20人女児29人であり、高学年男児23人女児32人であった。この1年間で全被験者に発育変化が認められ、その内低学年の男児と高学年の女児については身長が、低学年の女児については体重が、それぞれ有意な発育を示した。全国平均値と比べると、高学年女児の身長を除いて僅かではあるが上回っていた。また、全項目の測定値において性差は認められなかった。

表1. 全被験者の形態の縦断的变化

	低学年				高学年			
	男児 n=20(人)		女児 n=29(人)		男児 n=23(人)		女児 n=32(人)	
	2年時	3年時	2年時	3年時	4年時	5年時	4年時	5年時
	mean±sd	mean±sd	mean±sd	mean±sd	mean±sd	mean±sd	mean±sd	mean±sd
身長(cm)	123.5 ± 4.4	*** 128.7 ± 4.4	122.2 ± 4.3	128.0 ± 4.5	134.2 ± 5.2	*** 140.0 ± 5.8	132.8 ± 6.6	* 139.5 ± 7.3
体重(kg)	24.5 ± 5.0	28.2 ± 7.0	24.3 ± 4.1	* 27.5 ± 5.5	31.8 ± 7.1	35.7 ± 8.6	30.4 ± 8.5	33.8 ± 9.5
BMI.kg/m <sup>2</sup>	16.2 ± 2.5	17.0 ± 3.4	16.2 ± 1.9	16.7 ± 1.9	17.5 ± 3.1	18.4 ± 3.5	17.0 ± 3.5	17.1 ± 3.4

$p < 0.05^*$ ,  $p < 0.01^{**}$ ,  $p < 0.001^{***}$

表2は、全被験者の体力測定値を縦断的に表したものである。この1年間で全被験者は全ての種目において発達変化が認められた。その中で低学年の男児は20mシャトルラン、50m走、立ち幅跳び、ソフトボール投げにおいて有意な発達を示し、高学年について

は男児が反復横跳び、20mシャトルラン、ソフトボール投げ、総合得点において、女児は上体起こし、反復横跳び、20mシャトルラン、50m走において有意な発達を示した。性差については低学年が3年時の握力、2年時の上体おこし、2・3年時の反復横跳びに

において、高学年は4年時の握力、4・5年時の上体起こし、5年時の20mシャトルランにおいて、男児が女児に比べて有意に高い数値を示した。

表3は、全被験者の体力測定総合得点をCochran-Cox法によって全国平均値と比べたものである。男児の総合得点値は低高学年共に全国平均値を上回っており、経年により有意さが生じた。女児の総合得点値は

低学年において全国平均値より有意に下回っていたが、経年により有意差は無いもの全国平均値を上回った。高学年においては全国平均値を有意に上回っていた。よって、本研究の被験者の体力は、全国平均に比べて高く、縦断的に観るとその差は大きくなったことが確認された。

表2. 全被験者の体力測定値の縦断的变化

	低学年(49名)				高学年(56名)			
	男児(20名)		女児(29名)		男児(23名)		女児(32名)	
	mean±sd		mean±sd		mean±sd		mean±sd	
握力(kg)	2年時	12.2 ± 2.1	11.1 ± 2.0	4年時	18.3 ± 3.8	*	16.0 ± 3.5	
	3年時	15.8 ± 2.5	* 14.0 ± 2.0	5年時	19.3 ± 3.4		17.7 ± 4.3	
上体起こし(回)	2年時	16.6 ± 7.4	* 12.5 ± 5.5	4年時	22.5 ± 6.2	*	18.5 ± 5.2	
	3年時	18.5 ± 5.2	15.7 ± 4.6	5年時	24.2 ± 4.3	*	21.5 ± 4.2	
長座体前屈(cm)	2年時	32.6 ± 6.9	31.6 ± 5.4	4年時	36.7 ± 7.4		37.4 ± 6.9	
	3年時	33.3 ± 6.1	32.9 ± 4.9	5年時	40.1 ± 5.3		39.3 ± 7.3	
反復横跳び(回)	2年時	27.1 ± 5.4	* 24.3 ± 3.7	4年時	41.3 ± 7.8		40.2 ± 5.5	
	3年時	36.0 ± 6.4	* 31.3 ± 6.2	5年時	48.0 ± 5.6	*	44.2 ± 5.4	
20mシャトルラン(回)	2年時	35.8 ± 15.2	27.1 ± 12.1	4年時	60.3 ± 20.1		52.2 ± 15.3	
	3年時	46.9 ± 16.3	* 34.3 ± 13.2	5年時	73.5 ± 20.0	*	62.9 ± 15.4	
50m走(秒)	2年時	10.6 ± 0.8	11.1 ± 1.0	4年時	9.8 ± 1.1		10.0 ± 0.7	
	3年時	9.9 ± 0.8	* 10.5 ± 0.8	5年時	9.4 ± 1.0		9.4 ± 0.7	
立ち幅跳び(cm)	2年時	122.1 ± 14.0	109.6 ± 11.2	4年時	148.3 ± 15.0		139.7 ± 18.1	
	3年時	133.0 ± 13.7	* 123.8 ± 12	5年時	155.5 ± 17.4		146.6 ± 16.0	
ソフトボール投げ(m)	2年時	12.1 ± 4.7	6.1 ± 1.9	4年時	20.3 ± 7.0		10.9 ± 3.5	
	3年時	17.6 ± 6.3	* 9.5 ± 2.4	5年時	25.9 ± 8.9	*	15.5 ± 4.3	
総合得点(点)	2年時	39.3 ± 6.1	35.6 ± 5.5	4年時	55.1 ± 9.3		54.6 ± 6.9	
	3年時	49.5 ± 6.4	* 46.0 ± 5.8	5年時	62.9 ± 8.0	*	62.3 ± 6.6	
総合得点伸び率(%)		26.8±9.8	29.9±8.6		15.2±8.5		14.7±6.0	

$p < 0.05$  \*,  $p < 0.01$  \*\*,  $p < 0.001$  \*\*\*

表3. 全被験者の体力測定総合得点の全国平均との比較

		n	mean±sd			n	mean±sd	
男児	2年生	全国平均(点) n=1055	38.89 ± 6.78	n,s	2年生	全国平均(点) n=1022	38.82 ± 6.46	
		被験者(点) n=20	39.30 ± 6.11			被験者(点) n=29	35.60 ± 5.59	
	3年生	全国平均(点) n=1062	44.96 ± 7.46	**	3年生	全国平均(点) n=1029	45.24 ± 7.40	n,s
		被験者(点) n=20	49.50 ± 6.35			被験者(点) n=29	46.00 ± 5.75	
	4年生	全国平均(点) n=1042	50.98 ± 7.67	n,s	4年生	全国平均(点) n=1050	51.80 ± 7.80	***
		被験者(点) n=23	55.10 ± 9.29			被験者(点) n=32	54.60 ± 6.90	
	5年生	全国平均(点) n=1034	56.58 ± 8.20	**	5年生	全国平均(点) n=1013	57.61 ± 7.52	***
		被験者(点) n=23	62.90 ± 8.04			被験者(点) n=32	62.30 ± 6.59	

$p < 0.05$  \*,  $p < 0.01$  \*\*,  $p < 0.001$  \*\*\*

図1は、全被験者の体力測定総合得点の縦断的な伸び率を全国平均と比べたものである。本研究の被験者の伸び率は低学年男児26.8%女児29.9%であり、全国平均の男児15.4%女児16.2%と比べると、約1.8倍の高い数値を示した。高学年においても男児15.2%女児

14.7%の伸び率であり、全国平均の男児11.2%女児11.2%に比べると、約1.4倍の高い数値を示した。つまり、本研究の被験者はこの1年間で全国平均を上回る体力の向上が認められた。また学年で観ると、低学年の方が高学年に比べて高い伸び率であった。

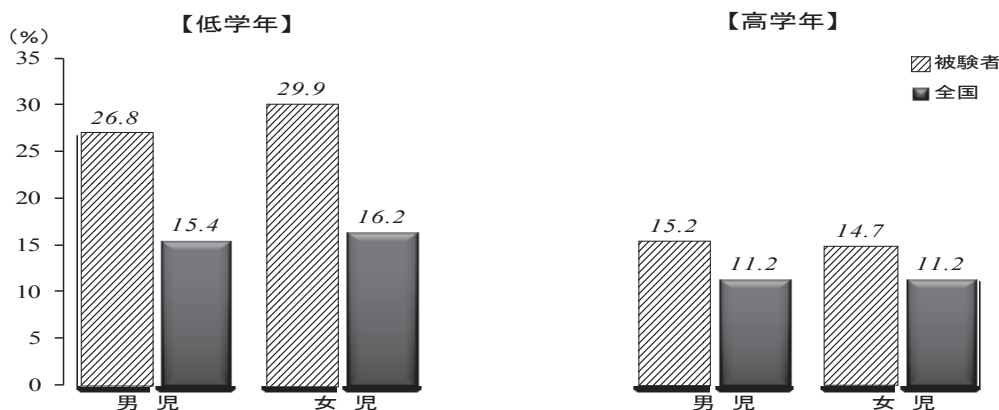


図1. 全被験者の体力測定総合得点縦断的伸び率の全国平均との比較

表4は、全被験者の内活動群と不活動群の身体的特性を縦断的に表したものである。低学年の男児は活動群4人、不活動群4人であり、女児については活動群7人、不活動群8人であった。高学年の男児は活動群7人、不活動群6人であり、女児については活動群7人、不活動群6人であった。

この1年間で全ての活動群、不活動群に発育変化が認められ、その内低学年女児の活動群において体重に有意さが認められた。また、低学年、高学年共に群間差及び性差は認められなかった。

表4. 活動群・不活動群の形態測定値の縦断的变化

	低学年男児		低学年女児		高学年男児		高学年女児			
	活動群 (n=4)	不活動群 (n=4)	活動群 (n=7)	不活動群 (n=8)	活動群 (n=7)	不活動群 (n=6)	活動群 (n=7)	不活動群 (n=7)		
	mean ± sd	mean ± sd	mean ± sd	mean ± sd	mean ± sd	mean ± sd	mean ± sd	mean ± sd		
身長 (cm)	2年時	125.0 ± 3.8	120.9 ± 4.8	122.3 ± 3.0	123.1 ± 5.3	4年時	136.5 ± 4.8	132.6 ± 5.3	133.6 ± 6.2	128.7 ± 6.5
	3年時	130.2 ± 3.5	126.2 ± 5.0	127.3 ± 3.4	128.9 ± 6.1	5年時	142.2 ± 5.0	138.8 ± 6.3	140.3 ± 6.4	135.0 ± 6.9
体重 (kg)	2年時	24.9 ± 2.2	26.7 ± 9.6	23.1 ± 2.7	27.0 ± 6.0	4年時	31.6 ± 4.6	34.1 ± 12.1	30.0 ± 5.4	26.8 ± 4.5
	3年時	27.4 ± 2.7	31.9 ± 13.4	25.3 ± 3.9*	31.4 ± 8.2	5年時	35.4 ± 5.3	39.6 ± 14.9	33.5 ± 6.2	30.0 ± 5.3
BMI (kg/m <sup>2</sup> )	2年時	15.9 ± 0.5	18.0 ± 4.9	15.4 ± 1.2	17.6 ± 2.5	4年時	16.9 ± 1.6	19.1 ± 5.3	16.8 ± 2.5	16.0 ± 1.4
	3年時	16.4 ± 0.7	19.6 ± 6.4	15.5 ± 1.8	18.6 ± 3.2	5年時	18.3 ± 2.1	20.2 ± 5.9	17.0 ± 2.6	16.4 ± 1.6

p<0.05\*, p<0.01\*\*, p<0.001\*\*\*

表5は、活動群と不活動群の体力測定値を縦断的に表したものである。低学年、高学年の男女児共に、全ての項目で活動群が不活動群に比べて高い数値を示した。その内低学年男児は2、3年時の上体起こし、反復横跳び、シャトルラン、50m走、総合得点と、3年時の立ち幅跳びに有意差が認められた。女児は2、3年

時の上体起こし、20mシャトルラン、50m走と、2年時の握力、立ち幅跳び及び3年時の反復横跳びにおいて有意差が認められた。高学年については男女児共に4年時のソフトボール投げを除く全ての種目で有意さが認められた。



表5. 活動群不活動群の体力測定値の縦断的变化

	低学年男児(20名)		低学年女児(29名)		高学年男児(23名)		高学年女児(32名)			
	活動群(n=4)	不活動群(n=4)	活動群(n=7)	不活動群(n=8)	活動群(n=7)	不活動群(n=6)	活動群(n=7)	不活動群(n=7)		
	mean±sd	mean±sd	mean±sd	mean±sd	mean±sd	mean±sd	mean±sd	mean±sd		
握力(kg)	2年時	13.5 ± 2.9	10.5 ± 2.6	12.0 ± 1.8 *	9.6 ± 2.3	4年時	22.3 ± 3.2 **	15.8 ± 3.1	17.9 ± 3.1 **	13.1 ± 2.0
	3年時	17.0 ± 2.4	12.8 ± 4.5	14.1 ± 2.2	14.0 ± 2.8	5年時	22.9 ± 2.6 **	16.8 ± 2.4	19.9 ± 2.6 **	14.0 ± 2.6
上体起こし(回)	2年時	22.5 ± 8.6 *	10.8 ± 4.3	15.3 ± 7.4 *	8.4 ± 3.0	4年時	27.9 ± 4.4 *	19.8 ± 7.5	25.0 ± 6.2 **	16.7 ± 2.9
	3年時	22.0 ± 5.4 *	12.8 ± 4.5	18.1 ± 6.3 *	11.8 ± 2.9	5年時	28.0 ± 3.4 *	21.5 ± 4.5	26.0 ± 4.3 *	20.3 ± 3.8
長座体前屈(cm)	2年時	34.3 ± 7.7	30.5 ± 6.7	33.7 ± 6.1	30.9 ± 7.9	4年時	41.6 ± 6.4 *	30.8 ± 6.4	43.9 ± 8.6 **	31.9 ± 4.0
	3年時	35.3 ± 6.8	31.0 ± 5.4	34.9 ± 4.9	31.8 ± 6.9	5年時	43.4 ± 5.1 *	35.8 ± 6	43.6 ± 8.1 **	32.7 ± 2.1
反復横跳び(回)	2年時	33.5 ± 3.0 **	21.5 ± 4.7	24.1 ± 5.9	23.1 ± 1.2	4年時	47.0 ± 5.2 **	32.2 ± 6.3	45.6 ± 4.3 **	35.1 ± 5.0
	3年時	41.3 ± 4.5 *	29.5 ± 6.2	39.0 ± 5.9 **	28.1 ± 2.6	5年時	51.4 ± 5.0 **	42.8 ± 4	47.6 ± 7.0 *	39.3 ± 4.7
20mシャトルラン(回)	2年時	51.5 ± 16.2 *	22.3 ± 13.6	39.7 ± 14.1 **	6.8 ± 4.0	4年時	76.9 ± 17.3 **	41.7 ± 21	67.6 ± 15.9 **	40.6 ± 8.3
	3年時	62.3 ± 16.9 *	33.3 ± 15.7	45.9 ± 15.0 **	23.8 ± 5.1	5年時	86.4 ± 16.1 *	57.2 ± 26	75.4 ± 18.8 **	51.4 ± 8.7
50m走(秒)	2年時	9.8 ± 0.4 **	11.5 ± 0.8	10.2 ± 0.5 **	11.8 ± 0.9	4年時	8.9 ± 0.2 **	11.2 ± 1.4	9.4 ± 0.8 *	10.5 ± 0.6
	3年時	9.1 ± 0.4 *	10.9 ± 1.0	9.7 ± 0.4 **	11.1 ± 1.0	5年時	8.6 ± 0.5 **	10.7 ± 1.0	8.9 ± 0.7 *	9.9 ± 0.6
立ち幅跳び(cm)	2年時	134.5 ± 18.7	111.0 ± 7.9	119.3 ± 8.0 **	99.3 ± 12.7	4年時	161.3 ± 9.0 **	129.5 ± 12.5	159.1 ± 9.7 **	122.4 ± 16.3
	3年時	147.0 ± 6.8 **	120.5 ± 12	135.9 ± 9.5	111.9 ± 8.0	5年時	168.3 ± 7.5 **	137.5 ± 21.1	160.6 ± 10.3 **	129.6 ± 16.3
ソフトボール投げ(m)	2年時	17.0 ± 5.5	10.0 ± 3.7	7.6 ± 2.2	5.6 ± 1.7	4年時	27.9 ± 3.2	12.7 ± 2.6	14.4 ± 2.0	7.6 ± 1.3
	3年時	25.3 ± 8.5	14.8 ± 6.3	10.6 ± 3.3	8.0 ± 0.5	5年時	34.6 ± 7.0 **	18.0 ± 4.4	20.7 ± 2.3 *	11.9 ± 2.2
総合得点(点)	2年時	48.3 ± 1.3 **	30.8 ± 2.6	42.6 ± 4.4	29.4 ± 1.7	4年時	65.4 ± 3.6 *	43.2 ± 6.2	64.3 ± 2.8 *	53.6 ± 7.0
	3年時	57.3 ± 3.4	41.0 ± 2.7	52.9 ± 4.9	39.8 ± 1.5	5年時	70.7 ± 3.4 *	53.0 ± 6.6	70.1 ± 3.7 *	62.2 ± 6.7
総合得点伸び率(%)		18.6±4.7	34.0±13.2	24.4±7.0 *	35.7±9.3		8.2±4.6 *	23.4±9.4	9.1±2.7 *	17.7±7.7

p<0.05\* ,p<0.01\*\* ,p<0.001\*\*\*

図2は、活動群と不活動群総合得点の縦断的な伸び率を表したものである。この1年間の伸び率は、活動群低学年男児18.6%女児24.4%、高学年男児8.2%女児9.1%であり、不活動群は低学年男児34.0%女児35.7%、高学年男児23.4%女児17.7%であり、不活動群が活動群に比べて高い伸び率を示し、低学年女児と高

学年男女児については有意さが認められた。つまり、この1年間で不活動群であった者の体力の向上が目覚ましいことが確認された。また学年別で観ると、高学年の方が低学年に比べて伸び率は低く、高学年男女児ともに全国平均より低い数値であった。

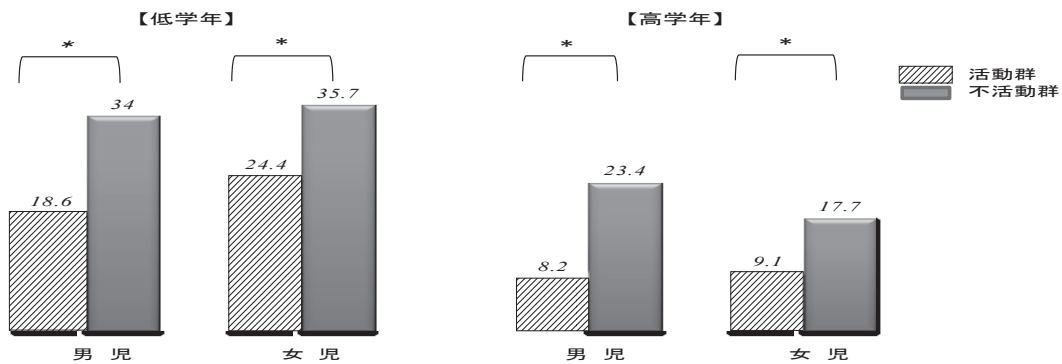


図2. 活動群と不活動群の体力測定総合得点伸び率(%)

#### 4. 考察

本研究は小学校児童期の運動能力の発達について児童期の発達特性は身体機能の発育・発達が著しいことを鑑み、児童は本来運動(活動)欲求が根底に備わっており児童自身も確かな自覚を有しており、運動能力

発達には運動欲求を阻止する何らかの要因が起因すると推察し、その要因の一つとして「遊びのリーダー不在」を挙げ介入研究を実施したものである。

介入の結果運動能力の測定値についてはほとんどの種目でその伸び率が全国平均を上回り、不活動群は活動群に比べて上回り、低学年は高学年に比べて上回るも

のであった。特にすべての学年でシャトルランの数値は高く全身持久力が育まれたと考えられる。石濱<sup>7)</sup>は「持久走と感情・意欲」の研究において持久走は意欲が高いものほど高い傾向にあるとしているとしている。本研究の被験者は介入により運動意欲が喚起されたことが推察される。また20mシャトルラン測定時「遊びのリーダー」である学生は、一人一人の児童に励ましの声をかけた。するとまわりの児童らも温かく仲間を応援する姿があった。井上<sup>8)</sup>らの「体育授業研究」では、仲間との認め合いは運動有能感を高め運動能力の向上につながるとしている。これらのことから「遊びのリーダー」の出現は、学校における児童の運動する機会が増えたに留まらず、楽しさと共に運動意欲を共有する仲間づくりに繋がり、この仲間の中から次の「遊びのリーダー」が育ったと考えられ、そしてこの段階で児童らは本来内に備わっている運動要求を自ら喚起し、主体的に楽しさを求めて積極的な身体活動行動に取り組んだことが推察される。

よって本研究の介入研究は、児童の運動能力向上へ向けた方法として有効であることが認められた。

## 5. 結論

「遊びのリーダー」によるグループ遊びは

- ①児童の仲間との認め合いに繋がり、運動有能感の育みに繋がる。
- ②仲間との楽しい運動遊びは、児童の主体的な運動実践に繋がり、体力運動能力の向上となる。
- ③学校の休み時間に運動機会が増えることは、特に運動が苦手や体力の低い者にとって、向上へと繋がる。
- ④低学年においては、身近にしっかり認め支える存在があることで、運動意欲や有能感が育まれる。

## 参考・引用文献

- 1) 文部科学省：平成29年度体力・運動能力調査書 (2017)
- 2) 中村ら (2010) 観察的評価法による幼児の基本的動作様式の発達. 発育発達研究：第51, 1-18
- 3) スポーツ庁 (2016)：体力・運動能力調査の概要及び報告書
- 4) 出井雄二 (2014) 「運動が苦手な小学校高学年児童の体力・運動能力の実態」. 明治学院大学心理学紀要24巻：47 - 62
- 5) 仙田満 (1995-08) 遊び環境のデザイン. 鹿島出版会SD (371), p70-71

- 6) 文部科学省：平成29年度体力・運動能力調査書 (2017)
- 7) 石濱加奈子:女子短期大学における持久力と感情・意欲との関連について 2016年8月 日本体育学会第67回大会号. 144 ページ
- 8) 井上寛崇, 岡沢祥訓, 元塚敏彦:体育授業における運動有能感を高める工夫が運動意欲及び楽しさに及ぼす影響に関する研究について (2008). 奈良教育大学教育実践総合センター紀要第17号 103-4

Received date 2021年6月28日

Accepted date 2021年8月23日