

小学生のスポーツ参加を維持するために
〈小学生サッカーチームメンバーへのアンケートから〉

田中 涼太 (生涯スポーツ学科 地域スポーツコース)
担当教員 狩野 孝之

キーワード：小学生，スポーツ参加，継続性

1. 緒言

子どもにとってスポーツは、公正さと規律を尊ぶ態度や克己心を培うなど人間形成に重要な役割を果たすだけでなく、生涯にわたってたくましく生きるための健康や体力の基礎を培うものである。

しかし近年では運動をする子どもとしない子どもの二極化が問題とされている。運動習慣のない子供達は将来肥満や生活習慣病のリスクが高くなることが知られている。

運動不足で衰えるのは筋力を含む身体機能であるが、それだけでなく内臓機能、さらには免疫機能も低下することになる。

若いうちに運動習慣がある人は成人になってからも健康維持に役に立つと言われている。

そこで本研究では、小学生のスポーツ参加を持続させるにはどのようなことが重要か明確にすることを目的とする。

2. 研究方法

調査対象は確実にサッカーを2年以上続けているスポーツを維持してきた某少年サッカーチームの高学年に14人にアンケートを実施。

3. 結果と考察

今回の調査では、サッカーを続けている理由として14人全員が「サッカーが好き、やっていると楽しい、もっと上手になりたい」といった競技そのものに対するポジティブな理由でサッカーを続けているということがわかった。小学生のスポーツ参加を継続するためにはサッカーなど、取り組んでいるスポーツを好きになり目標をもつということが大きな要因になるこ

とが分かった。

今回、サッカーをやめなくなることがあると回答した人が14人中1人で、今回1人に意見を聞くことができた。その小学生になぜ続けてこられたか聞いてみると、「一緒に頑張っている友達がいたから」と言っていた。この小学生の話から考えられるのは挫折しそうになった時に大切なのは周りの友達やチームメイトだということが考えられる。

「家族でスポーツについての会話やスポーツ観戦をしますか」という質問に対し、まったくしないと回答した人は0人で、家族とスポーツについての会話、スポーツ観戦を少なからずしていることが分かった。周りの友達だけでなく家族とスポーツについての会話、スポーツ観戦をすることもスポーツの継続に大切なことだとわかった。

4. まとめ

小学生のスポーツ参加を維持するためには、「サッカーを始め、取り組んでいるスポーツを好きになり目標をもつということ、競技そのものを好きになってもらう」「一緒に頑張る仲間や友達を持つ」「家族でスポーツについての会話やスポーツ観戦をする」この3つが重要だと考えられる。

引用・参考文献

文部科学省ホームページ 全国体力調査によって明らかになったこと

www.mext.go.jp/prev_sport/comp/.../1321174_05.pdf 2016年11月参照