

幼少期での地域スポーツ活動がその後のスポーツ活動に及ぼす影響について

山下 翔暉 (生涯スポーツ学科 地域スポーツコース)

指導教員 金森 雅夫

キーワード：スポーツ活動 スポーツの楽しさ 指導法

1. 緒言

運動・スポーツは人生をより豊かにし、充実したライフスタイルを送る上ではかかすことの出来ないものであり、人間の身体的・精神的な欲求に応えることが出来る人類共通の文化である。生涯にわたって運動・スポーツに親しむことはどの年齢によらず重要なことであるといえる。だが、近年の日本では子どもの体力低下が指摘されており、これは将来的に国民全体の体力低下に繋がり生活習慣病の増加やストレスに対する抵抗力低下などを引き起こす可能性が起こる。本研究では専門知識を活かして指導する立場になるであろう本学学生がこれからより良いスポーツ指導をしていく上で幼少期から現在までの運動・スポーツ経験を振り返り、運動・スポーツを推奨していく指導法の参考になることを目的とする。

2. 研究方法

本研究は本学の学生 105 名（男子：81 名，女子：24 名）を対象に質問紙法を用いてアンケート調査を実施した。

調査項目

- ①小学生までのスポーツ活動歴
- ②中学・高校生のスポーツ活動歴
- ③現在のスポーツ活動歴

3. 結果・考察

本学学生に対して行ったアンケート結

果から、小学生時に活動していて良かったことと指導者に行なって欲しい指導法の項目結果はいずれもスポーツの楽しさを覚えたことであり、その競技を楽しませることを指導して欲しいと考える人が多かった。また、スポーツ活動を始めたきっかけは自分がやりたかったから、又は両親からの勧めで始めることが多かった。子ども達は楽しいから、上手になりたいからスポーツを始めるのである。しかし、活動をしていくにつれて、勝利を意識してしまい、現在スポーツ活動をやめてしまった理由は自分の能力に限界を感じたと答えた人が多く見受けられた。これは、体力的な限界ではなく、精神的なもので挫折や苦悩を経験し、それを乗り越えることが出来ず、自分自身で限界と思い込んでしまったからだと考察する..

4. まとめ

幼少期の頃から勝負を意識し、勝敗で優劣を付けさせるのではなく、子どもがそれぞれの能力に応じてスポーツを楽しみ、それを成長の糧と出来るような環境を指導者や両親などの大人が作り、サポートしていくことが重要であると考えられる。

5. 参考文献

- 1.スポーツは「良い子」を育てるか（生活人新書）：永井洋一
- 2.文部科学省ホームページ：
<http://www.mext.go.jp/>