

# 発育・発達期における児童のスポーツ競技 について

岡 田 定 雄

## 目 次

1. はじめに
  2. 研究方法及び対象
  3. 結果と考察
    - 1) 遺伝的要因
    - 2) 体力的要因
    - 3) 精神的要因（関心度）
    - 4) 社会的要因（指導者について）
    - 5) 家庭環境について
    - 6) 問題の提起と今後の対策
  4. まとめ
- 参考文献

## 1. はじめに

近年、児童・生徒の体位の向上は著しいものがある。それと平行して基礎体力も優れており、スポーツ競技も低年齢層へと普及しつつあることは、スポーツ関係者としては誠に喜ばしい事である。しかし反面では、発育期の児童に対するさまざまな問題が発生している。少年野球チームのスポーツ障害（野球肩）、あるいは、走、跳、投の運動トレーニング中の故障等あげられる。

日本陸上競技連盟（陸連）でも、1985年から、全国少年少女リレー競技大会を開いている。その目的として、「研修会」を通して①グループ生活の中でのよりよい友達づくりやマナーの養成、②あらゆるスポーツの基本とされる陸上運動の技能の習得・③我が国のスポーツの底辺の拡大をはかり、少年少女の健全なる心身育成の一環とする」という3点を掲げている。

第1回大会（1985年）の参加者は、小学校5、6年生に該当する年齢で、クラブチーム（陸上クラブ以外のスポーツクラブでもよい）スポーツ少年団、スポーツ教室などに所属している者であり、参加者人数は、男女合わせて507名であった。

日本陸連では低年齢層への普及対策を行ってはいない。手をこまねいていると、優秀な人材が他のスポーツに流れていってしまうことになる。従って、まず小学生年代における陸上競技の底辺の拡大、すなわち、全国大会開催を大目標とした普及が必要であるとの趣旨からこの大会が開催されたのである。第1回参加者について、アンケート調査を行ない、その結果をまとめて、とる。問題点を提

起するものである。

## 2. 研究方法及び対象

参加人員とアンケートの回答数率は次の通りである。

- 1) 期日 昭和60年7月26日～29日
- 2) 場所 国立競技場 九段会館
- 3) 対象

			回答数	率
参加選手	男子	253名中	165名	65.2%
	女子	248名中	163名	65.7%
両親	男子		165名	
	女子		163名	
指導者	男子		96名	
	女子		4名	

- 4) 調査項目

選手	13項目
両親	12項目
指導者	9項目

## 3. 結果と考察

### 1) 遺伝的要因

形態面について考察すると、身長については両親との遺伝的な要因が深い関係があり、この年代では特に差が大きく現われる傾向がある。

男子の6年生をみると、最高値の176cmに対して最低値は131.6cmで39cmの差がある。これを同年代の全国的平均値と比較してみると、平均値が143.11cmで標準偏差が6.87cmである。選手群の標準偏差が7.74cmであるのは分散度が広い。したがって最高値と最低値の差が大きいことを意味する。なお小学校1年生から2年生までが6.17cmの伸びが見られ以後6年生まで、5.8cm, 5.92cm, 7.07cm, 8.18cmとなっており、その平均は6.6cmである。特に5年生から6年生までの平均は8.18cmと延びており、小学校では一番身長が延びる時期であることを示している。一方、女子については同年代の全国平均値が145.42cm, 標準偏差が6.54cmに対して、選手群の平均値は151.55cm, 標準偏差が5.72cmと選手群の方がばらつきが少ないことを意味する。即ち最高値165.0cmに対して最低値が137.0cmのため、その差は28cmである。男子の39cm差より11cmも少ない。一方、小学校1年から2年生までの身長の伸び方も6.02cm, それ以後6年生まで6.08cm, 6.8cm, 7.42cm, 7.28cmと平均で6.72cmと男子と同じ平均値に近いが、女子の場合4年生から5年生までが7.42cmと一番高い値を示している。

幅厚の体重については、男子選手群では最高値が70.5kg, 最低値26.4kgでその

表1 身長 男子

	回 答 数	最 高 値	最 低 値	平 均 値	標準偏差値
1 年 時	137	138.0	103.0	119.52	5.09
2 年 時	138	140.0	111.7	125.69	4.76
3 年 時	138	146.0	117.8	131.49	5.09
4 年 時	143	159.2	121.9	137.41	5.54
5 年 時	149	163.5	126.5	144.48	6.75
6 年 時	148	170.6	131.6	152.66	7.74

表2 身長 女子

	回 答 数	最 高 値	最 低 値	平 均 値	標準偏差値
1 年 時	134	129.4	107.9	117.95	4.49
2 年 時	137	136.1	113.2	123.97	4.47
3 年 時	137	144.6	119.0	130.05	5.08
4 年 時	143	153.4	124.7	136.85	5.50
5 年 時	147	158.2	132.4	144.27	5.66
6 年 時	147	165.0	137.0	151.55	5.72

差は、44.1kgとなっており、最高値の37.44％に過ぎない。標準偏差が7.72である。同年代の全国平均値をみると36.21kgで、標準偏差が6.89kgで、平均値は選手群の方が、優れているが分散度は高い。1年生から2年生までの増加が2.85kgでそれ以後6年生まで3.26kg、3.63kg、4.38kg、5.68kgと、5年生から6年生までが著しい増加を示している。6年生までの平均増加は3.96kgである。一方、女子の方は選手群では、最高値が、6年生で56.6kgに対して、最低値は28.0kgでその差は28.6kgであり、最高値に対して49.47％ではほぼ倍近い差がある。標準偏差は5.63kgである。また小学校1年生から2年生までが1.84kgの平均増加であるがその後6年生まで、3.76kg、3.71kg、4.98kg、5.77kgとなっている。身長では4年生から5年生までが一番長育が発達するが、体重では、5年生から6年生時が一番増加している。同年代の全国平均値をみると37.63kg、標準偏差が6.98kgとなっている。平均値で選手群の方が優れているが、偏差値では、全国平均の分散度が高いと言える。

形態を総合してみると、この年代は、発育・発達が著しい時期であり、男女の

表3 体重 男子

	回 答 数	最 高 値	最 低 値	平 均 値	標準偏差値
1 年 時	137	31.5	17.0	22.36	2.39
2 年 時	138	36.5	18.8	25.21	3.39
3 年 時	138	47.4	21.0	28.47	4.27
4 年 時	143	51.3	23.0	32.10	4.94
5 年 時	149	60.3	24.6	36.48	6.23
6 年 時	148	70.5	26.4	42.16	7.72

表 4 体重 女子

	回 答 数	最 高 値	最 低 値	平 均 値	標準偏差値
1 年 時	134	30.0	17.0	21.16	2.31
2 年 時	137	33.8	19.0	23.00	2.59
3 年 時	137	38.6	20.3	26.76	3.12
4 年 時	143	41.8	23.5	30.47	3.81
5 年 時	147	49.3	26.0	35.45	4.76
6 年 時	147	56.6	28.0	41.22	5.63

差がこの年代で逆転して、女子の方が優れるのが一般的な傾向である。統計的には、13歳頃再び逆転して、男子の方が優れる。しかし、今回の選手群をみると、男女共に平均値で優れており、しかも、同年代の全国平均値が女子が優れているのに対して選手群では、男子の方が優れているということは、異質の集団であることを意味するのではないと思われる。また人材発掘には良い意味で有効な大会であると言えよう。しかし、異質のグループで偏差値の大きい集団の競走が、はたして意義があるのか、特に発育児の児童に対して、発育・発達を阻害する要因の方が多いのではないかという疑問がある。

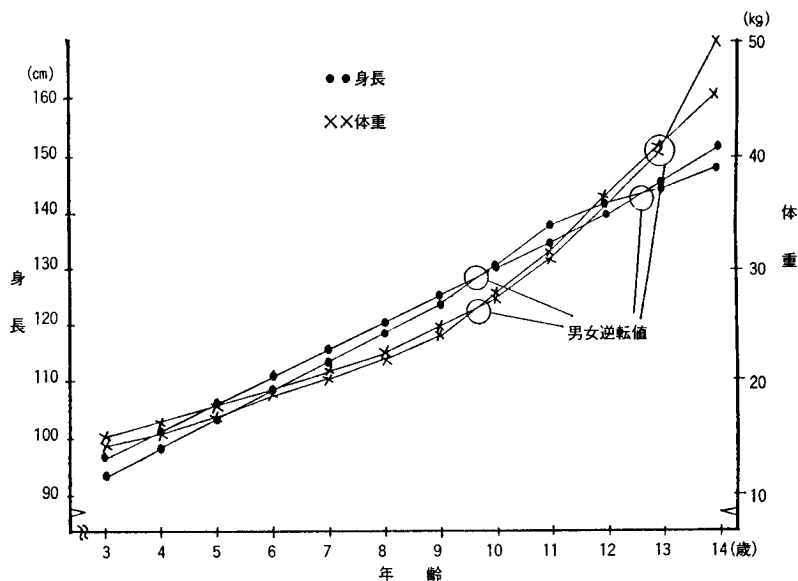


図1 身長と体重の発達過程 (一般・児童・生徒)

## 2) 体力的要因

6年生の運動能力について考察すると、男子においては、同年代の全国平均値との比較では、13種目中12種目が優れている。劣るのは、伏臥上体そらしである。標準偏差については、分散度をみると、選手群の方がばらつきが大きい。13種目中、4種目だけが、選手群の数値が低い、その様な点から考えると、形態と同じく、選手群は異質のグループと言えよう。この年代で体力の差が顕著にあら

われる種目をみてみると、運動の基礎的な要因種目では、筋力、即ち背筋力、握力に大きな差があり、次に瞬発力に差が大きくあらわれている。背筋力については、最高値が205kgで、最低値が44.0kgでその差は161kgもあり、最低値の5倍の差がある。平均値が87.54kgに対して、同年代の全国平均が69.96kgであり、選手群の標準偏差が28.30kgに対して、全国平均は17.77kgである。握力については、それほど差は出ないが、最高値47kgに対して、最低値は15kgであり、その差は、3倍強である。平均値からみると選手群は28.62kgに対して、全国平均は21.69kg、標準偏差が選手群は6.47kgに対して、全国の標準偏差は4.98kgである。次に瞬発的な種目である垂直跳についても、最高値が68cmに対して、最低値30cmと2倍以上の差がある。平均値が49.38cmに対して、全国平均は38.71cmであり、選手群との差が10cm以上もある。標準偏差についてみると、選手群が、7.74cmに対して、全国の場合6.36cmであり、選手群の方が分布の巾が広い。そのほか、運動能力面の種目についても、走幅跳、ボール投げ、斜め懸垂等で大きな差がある。いずれも筋力を主とする種目については、発育・発達についてその差は極めて大きい。神経系を主とする運動即ちジグザグドリブルなどは、一般児童と選手群にそれほど差が出ていない。また柔軟性については、伏臥上体そらしでは、全国平均が、選手群より優れており、立位体前屈では、平均値及び標準偏差共に同じような数値である。

女子についても、男子と同じような傾向を示している。運動能力13種目で全国平均より劣る項目は1つもない。標準偏差についてみると、全国と選手群を比較して、選手群がばらつきが小さいのは、50m走幅跳、ジグザグドリブルの3項目で、あとの10項目は、選手群の方がばらつきが大きいので、異質のグループであることがわかる。

男子と同じように、筋力を主として使う静的運動の背筋力、握力、筋力、瞬発

表5 運動能力 男子(6年時)

	回 答 数	最 高 値	最 低 値	平 均 値	標準偏差値
50 m 走	127	6.3	10.0	7.50	0.48
走 幅 跳	130	5.44	3.15	4.11	0.37
ボ ー ル 投 げ	123	74	15.3	44.62	10.52
斜 め 懸 垂	92	116.0	13.0	51.55	29.06
ジグザグドリブル	96	5.0	25.0	15.12	2.46
さ か 上 が り	100	10	1	6.00	1.68
反 復 横 と び	71	63	12	46.03	7.34
垂 直 と び	80	68	30	49.38	7.74
背 筋 力	71	205.0	44.0	87.54	28.30
握 力	73	47.0	15.0	28.62	6.47
踏 み 台 昇 降	50	108	18	74.15	18.00
伏臥上体そらし	69	62.0	15.0	45.02	8.48
立 位 体 前 屈	66	20.0	1.0	8.59	4.80

表6 運動能力 女子（6年時）

	回 答 数	最 高 値	最 低 値	平 均 値	標準偏差値
50 m 走	132	6.6	8.6	7.75	0.35
走 幅 跳	132	4.79	2.70	3.66	0.356
ボ ー ル 投 げ	125	46	10	25.78	6.77
斜 め 懸 垂	105	200.0	7.0	42.59	27.53
ジグザグドリブル	102	9.9	21.0	15.78	1.85
さ か 上 が り	110	21	2	6.31	2.24
反 復 横 と び	68	56	4	44.60	7.54
垂 直 と び	78	61	30	46.17	6.24
背 筋 力	71	124.0	15.0	71.32	16.27
握 力	78	40.0	10.0	25.59	5.26
踏 み 台 昇 降	43	180	48	74.35	21.98
伏臥上体そらし	72	84.0	24.0	51.90	8.74
立 位 体 前 屈	73	25.0	3.0	12.30	5.19

力を必要とする運動、即ちボール投、斜め懸垂、垂直とびなどがあげられる。

背筋力については、最高値が124kg、最低値が15kgとなっており、平均値が71.32kgである。同年代の全国平均は57.80kgで、標準偏差が選手群では、16.27

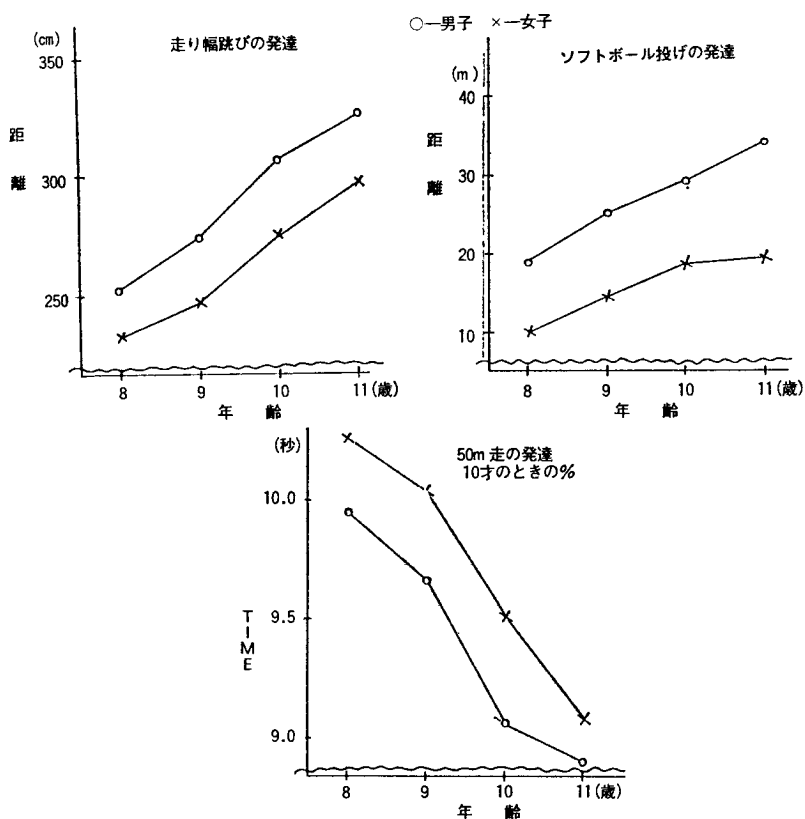


図2 神経機能・筋力機能

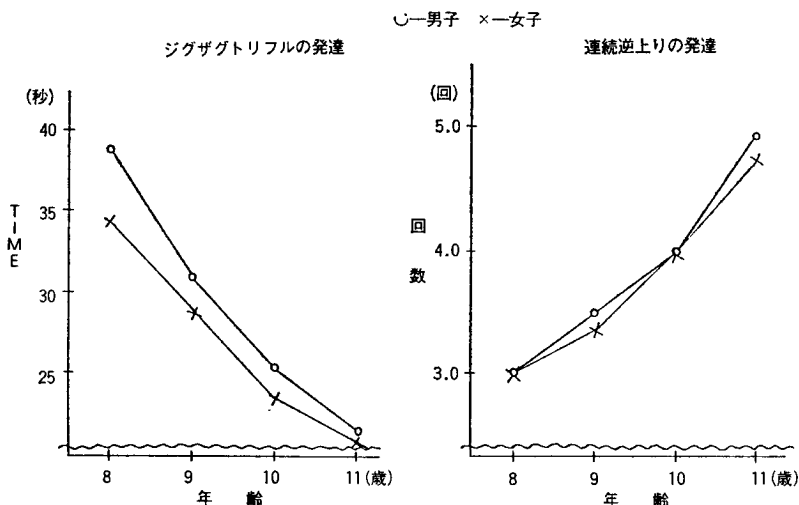


図3 各種運動能力の発達

kgに対して全国平均が14.5kgとなっている。特に大きな差が生じている項目は、斜め懸垂である。選手群の最高値が200回、最低値が7回で平均が42.59回、標準偏差が27.53回である。それに対して同年代の全国平均は24.53回、標準偏差が12.49回となっている。選手群の方が非常に分散度が高い値を示している。その他にも、技能と関係があると思う、走幅跳、瞬発力等においても割合に分散度が大きい。したがって、これ等は、筋力の発達と深い関係のあるものであり、小学校6年生位で形態面はその後急速な発達をするが、筋力などでは、大人の半分位の能力と思っていたが、早い者は大人に近い能力を発揮する様な筋力の発達を示している。その後も増加するので、その能力を有する者が、100m走の記録とどのような関係をもっているか、追跡する必要がある。

### 3) 精神的要因 (関心度)

「あなたは、陸上競技が好きですか」についての全体の調査結果では、大好き47.6%、やや好き39.6%で、87.2%の者が陸上競技が好きである。男女別にみると、男子が両項目で、90.9%、女子は83.5%で、男子の方が多い。また「今後、陸上競技を続けますか」については、男女全体では、できれば続けたい41%、ぜひ続けるが31.8%でなんらかの形で続けたい者が74.8%である。それを男女別にみると、男子では、両項目で75.8%、女子は69.8%である。また中学校に進んでから、行ないたいクラブ活動では、男子では、陸上競技、サッカー、野球、バスケット、バレーボールの順になっており、女子については陸上競技、バスケット、バレーボール、テニス、バドミントンの順になっている。複数の回答を求めたのは、陸上競技以外の種目で、どんな種目に興味を持っているかについて調べるためである。陸上競技については、男女全体では、70.5%が中学に進んでも続けたい希望があった。男子は、69.87%、女子は、71.79%でわずかではあるが、女子

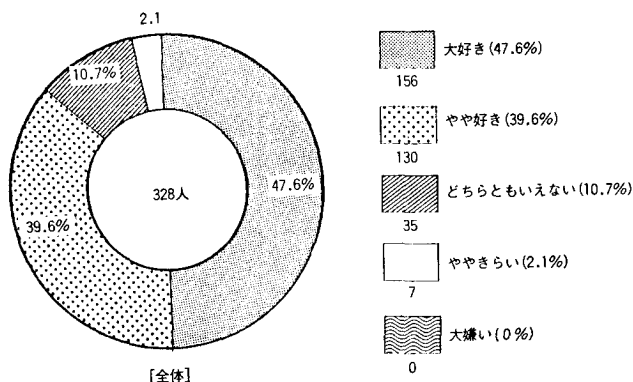


図4 あなたは、陸上競技が好きですか？

の方が陸上競技に対する関心が高い。このようなことから考えると、2/3の者は、継続するが、1/3は他のスポーツにながれる傾向がある。この大会についての関心度については、大会が、今後もある方が良いと答えた者は、全体の95.4%で、関心はあるが、陸上競技を継続するかについては、1/3がわからないと回答している。こうした点からは、この大会はスポーツの普及発展に貢献しているのだろうか、また、発育期の児童の大会が果して意義があるのか、という疑問が生ずる。

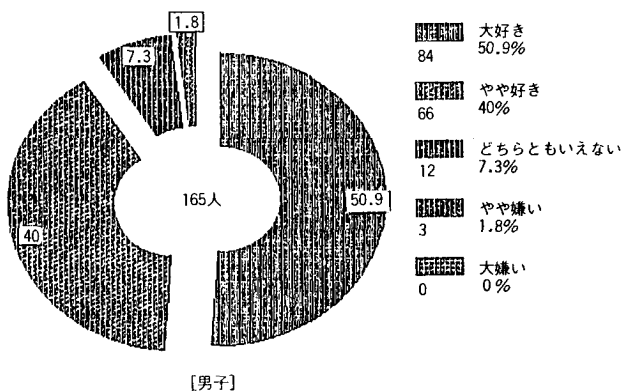


図5 あなたは、陸上競技が好きですか？

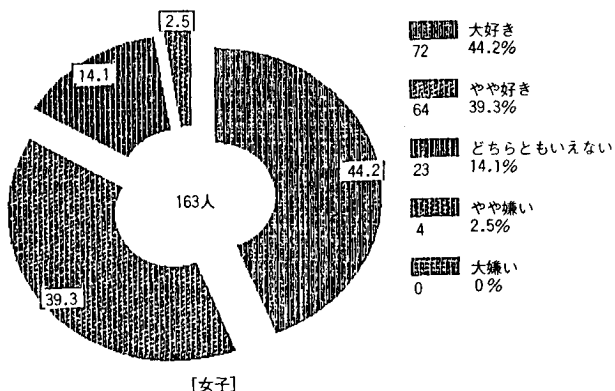


図6 あなたは、陸上競技が好きですか？

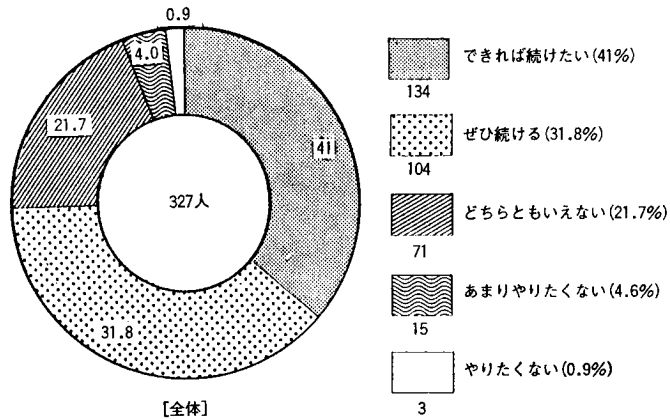


図7 あなたは、陸上競技を続けますか？

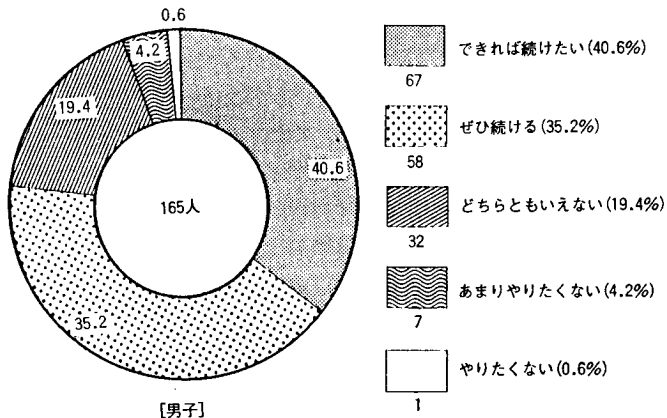


図8 あなたは、陸上競技を続けますか？

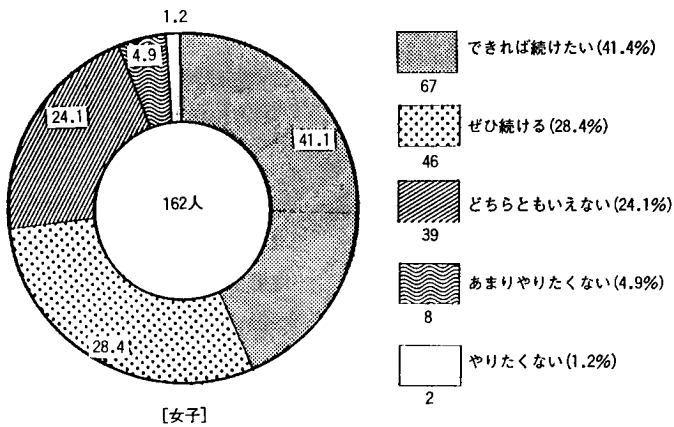


図9 あなたは、陸上競技を続けますか？

#### 4) 社会的要因 (指導者について)

指導者については、陸上競技選手としての経験について調査すると、経験ありが46.74%，経験なしが53.26%で、経験のない者がやや多い。その中で、短距離経験者は20/43なので46.51%ある。指導者回答数が92人なので、全体から考える

と、21.74%に過ぎない。また指導資格について、持っている者55.43%、持っていない者、44.57%である。持っている者は、体育教師の免許、公認指導員、強化委員、公認コーチである。半数以上の人が素人の指導者である。したがって、指導者研修会を行なったの回答は、大いにやって欲しいが72.83%で、その他は、どちらとも言えない、意義を感じない、無回答、となっている。70%以上の者は、研修会について賛成しているのである。この年代は、色々な身体的変調を訴える児童に対して対応する能力がなければならない。特にこの年代は、指導者を非常に尊敬しており、先生の言う事が一番正しいと信じている時代である。一歩誤った指導をすると、その児童がとりかえしのつかないことになるので、指導者の資格が問題になろう。

また、練習についても、(一週間、何日練習をやりますか)について、5～6日と回答したのが、全体の54.35%で中には週7日という無謀な計画を立てる指導者も4.3%もいる。

1日の練習時間については、31分～60分が30.76%、61分～90分までが40.66%であり、この31分～90分までの71.42%に、集中している。中には121分～150分までと回答した指導者が3.3%いた。これも無意味な練習時間でないか。練習内容についても、回答を求めたのであるが、専門用語を知らないのも、無回答が多いのが目についた。指導者については、もう少し、発育段階の児童の形態と、運動能力の優劣の比較、トレーニング方法などの研修会を行なって、正しい指導方法をマスターさせることが大切であると考えられる。

## 5) 家庭環境について

回答者数328人で、男子児童が165人、女子児童が163人である。両親の年齢層をみると、父親は32歳から54歳と広い範囲であるが、その中でも38歳から45歳内に集中している。母親についても31歳から52歳の範囲内であるが、父親より2歳若く、36歳から42歳に集中している。どの年齢の子供が好記録を示し、発育が良いのかについては、遺伝機質、生活様式等さまざまな問題があるので検討するのは、困難である。陸上競技に対する興味とか関心度について、あなたの、お子さんが、今後陸上競技をすることについて、どう思いますかの質問に対して、「本人にまかせてある」が、全体の57.32%、大いに賛成が40.55%を示しており、不賛成その他は0回答で残った数値は、どちらともいえないである。次に今後どのようなスポーツに最も適していると思いますか、については、39.94%が陸上競技と回答しており、33%弱の者が、無回答である。陸上競技をすることについてのアンケートでは、本人にまかせるが57%もあったのだから当然であろう。これは、その他のスポーツは、男子は、野球、サッカー、女子はバレーボール、バスケットと、選手のアンケートと同じ様な順位である。食事の配慮について、時々バランスに気をつけるが44.51%、特に配慮しないが30.79%、常にバランスに気をつけているが24.39%である。睡眠についても同じ様な回答が得られた。

表7 今後陸上競技をすることについてどう思いますか

	男子の父母	女子の父母	合 計
大い に 賛 成	68	65	133
どちらともいえない	4	3	7
不 賛 成	0	0	0
本人にまかせてある	93	95	188
そ の 他	0	0	0
合 計	165	163	328

表8 お子さんの食事の取り方について献立上の配慮がありますか

	男子の父母	女子の父母	合 計
特別に配慮はしていない	52	49	101
時々はバランスに気をつける	73	73	146
常にバランスに気をつける	39	41	80
無 回 答	1		1
合 計	165	163	328

表9 お子さんの休息（睡眠）の取り方について配慮がありますか

	男子の父母	女子の父母	合 計
特別に配慮はしていない	52	54	106
時々は気をつけている	61	64	125
常に気をつけている	52	45	97
無 回 答	0	0	0
合 計	165	163	328

表10 お子さんの性格について、次の中からあてはまるものに○をつけて下さい

	男子の父母	女子の父母	合 計
何事にも積極的に取り組む	34	51	85
1つの事に集中出来る	63	44	107
物事を計画的にすすめる	10	16	26
物事の取り組みが慎重	36	26	62
物事に根気強く取り組む	44	57	101
協 調 性 が あ る	44	59	103
自 主 性 が 強 い	30	41	71
創意工夫にすぐれている	16	22	38
競 争 意 識 が 強 い	65	64	129
新しいことに興味関心を持つ	58	57	115

即ち、時々は気をつけているが28.11%，特別に配慮はしていないが32.31%，常に気をつけているが29.57%となっている。子どもの性格について、項目をあげて、○印をつけさせる方法では、複数の回答を求めたので判断は困難が多いが、

328 人の回答者の中で 100 人以上の回答を得た項目をあげると、

- |                |        |
|----------------|--------|
| ①競争意識が強い       | 39.32% |
| ②新しいことに興味関心を持つ | 35.06% |
| ③1つの事に集中出来る    | 32.62% |
| ④協調性がある        | 31.40% |
| ⑤物事に根気強く取り組む   | 30.79% |

このようなことからスポーツの役割は、人間形成に寄与することが多いと明言できよう。いずれにせよ、実態調査から発育・発達の大切な時期の競技会には、種々の問題があることが考えられる。

## 6) 問題の提起と今後の対策

### ①発育型

スキヤモンの発育曲線から考えて、小学校期の発育を見ると、急激な発育を見せているのは、リンパ型で次いで、神経型、一般型、生殖型と続いている。神経型と一般型の発育曲線が問題になってくる。

神経型とは、脳、脊髄などの発育過程で神経や頭部に関する諸制度の成長がこれである。一般型とは、形態計測値（身長、体重、体表面積など）と、骨格、筋力、血液量、腎臓、脾臓、大動脈、消化器官、呼吸器官などがこれである。

この時期は、神経型は一般型に比べ、発育が先に完成する。小学校6年生ではほぼ100%の値を示す。それに対して一般型は、約50%の発育である。一般型が著しく発育・発達するのは、小学校を過ぎてからである。この2つの型を次の表で考察すると、出生時の重量を1としたときの各器官の増加率を成値について比

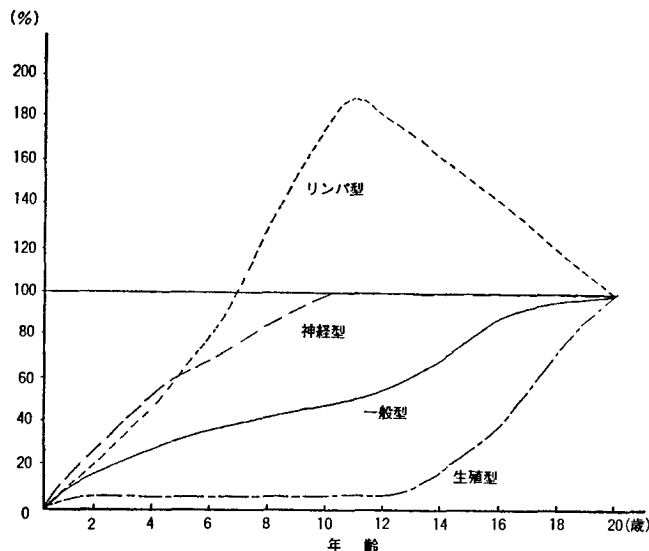


図10 スキヤモンの発育曲線

表11 各器官の増加率（神経系と筋肉・骨格系との対比）  
（ウァイス及びシウエ）

	体 重	筋 肉	骨 格	皮膚及び皮下脂肪	大 脳	脊 髄	抹消神経	眼 球
新 生 児	1	1	1	1	1	1	1	1
成 人	21	37	27.2	19.2	3.76	7.1	15.3	3.25

べたものである。これによると、神経型における大脳や眼球は3～4倍になるにすぎないが、一般型における、骨格や、筋肉は20～40倍にもなる。このことから神経型で、出生後の増加量が少ないということは、神経系がよりできあがってから生まれてくること、早く発達する器官であることを示す。

したがって小学校期の子供達におけるスポーツ、トレーニングを考えた場合に、神経的なトレーニング感覚を養う種目は適当であるが、骨格、筋力、内臓器系統に大きな影響を及ぼすトレーニングは、それ程効果はないと思う、それどころか一步誤ると、発育を阻害するスポーツ障害が発生するかも知れないので、競走競技については、慎重に取扱わねばならない。

## ②スポーツ障害

運動中、1回かあるいは、ごく限られた回数の強い外力、あるいは、内部的作用によって起こる傷害はこれをスポーツ外傷という。

一方、思い当たる原因がなく、競技生活の経過中にいつもとはなくスポーツ運動を行なうのよかえてマイナス面の現われた場合、これをスポーツ障害と言っている。

それでは、同じように生活し、同じように運動を行なっているのにスポーツ障害の起きる者と起きない者があるのはどうしてだろうか。

まず、一般的にいって、年齢の関係が挙げられると思う。発育旺盛な時期においては、その身体の細胞は最も不安定な状態であり、刺激に対して強く反応する。また、細胞が若い程刺激に対して感受性が強い。この生物学的法則に照らして、少年時からの偏ったスポーツ的刺激の反覆は、一般的にはスポーツ障害に深い関係を持つということができよう。

年少で抵抗の弱い時期に全身的には、顕著な疲労がなくとも、特に使う部分、また、強く使わざるを得ない体部に、部分的疲労や、病変が現われ易い。少年野球のピッチャーの場合、その肘や肩に特にスポーツ障害が頻発することなどその例である。

では、陸上競技選手の場合、どのような障害があるのかをみてみたい。陸上競技には、走、跳、投と種目があるが、それぞれ特有な障害発生が見られる。男子については、膝部の障害が最も多く、陸上競技で起こる障害全体の30%近くを占めており、膝関節周囲、または、膝関節そのものの炎症が圧倒的に多い。その他、下腿部の障害も多く全体の約20%を占め膝部に次いでいる。この部分の内前内側部の筋、筋膜の炎症が最も多く、アキレス腱とその周囲炎過労性脛骨々膜炎と統

(長骨の発育、アレイ1961による)

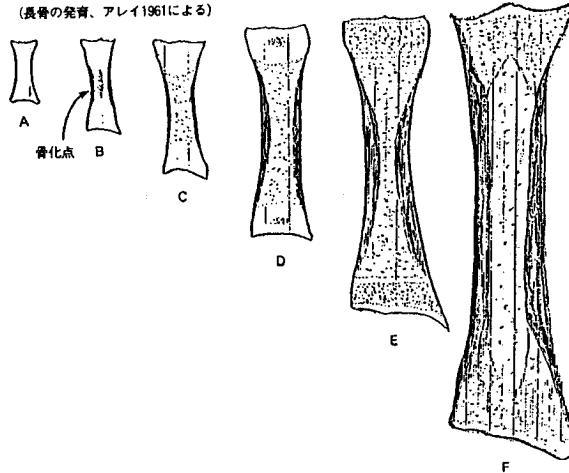


図12 発育期による骨格の発達

き、次いで下腿筋硬結症、筋痛、化骨性骨膜炎などが挙げられる。女子について見てみると、上位の脚、膝、下腿の三者はほぼ同じ割合で障害が発生しており、わずかに足部が多く首位を占めている。

陸上競技におけるスポーツ障害の特徴を述べると、男女とも膝部を含めそれより下部に集中的に多く、それぞれ過半数を占め男子で68.9%，女子で77.2%の高率である。しかし、女子においては、足、膝、下腿の三者はほぼ近い数であるが、男子においては、膝部が非常に多いという点に、男女の相違がある。また年齢的に、女子は男子に比べて、その発見年齢層が若いということが異なっている。

いずれにしても、陸上競技におけるスポーツ障害は、身長増加と関係が深く、膝の成長を害するものだということがわかる。したがって、陸上競技というものは、骨格の成長が著しい発育・発達期の子供には、発育段階における運動刺激は必要であるが、専門的な競技会を開くことは、発育を阻害したり、スポーツ障害が発生することがあるので検討する必要がある。参加する以上は勝ちたい、そうすれば無理な運動を強制したくなるのは当然だからである。

#### 4. まとめ

近年、日本のスポーツ界も低年齢層に関心を持ち、各種のスポーツが全国的な大会を開催するようになった。それぞれの協会は、その大会の目的を発表しているが、義務教育期にある小学生の全国大会については、文部省次官通達によるように、指導範囲にあり、特にその取り扱いについては慎重に行い、大会開催に当たっての位置づけを明確にしている。したがって小学校の全国大会は開催できないので、社会体育の一環として、この大会の取り扱い窓口は文部省体育局スポーツ課が当ることになっている。選手の所属母体は各地区の社会スポーツ、クラブ、少年団などのグループであって〇〇小学校などのように学校名称は使用しないことになっている。実際には、各小学校単位である。

### 1) スポーツ指導の目標

一般にスポーツ指導の目標は、①競技やゲームに勝つこと。②スポーツを楽しむこと。③彼らの心身の発育、発達の手助けをすることとなっているが、小学生時の場合は逆の順位がつけられる。①が心身の発育。②楽しむこと。③勝つこと、であるが、全国的な大会ではどうしても指導者としては勝つことを優先させる。この事について配慮する必要がある重要な点となろう。

### 2) スポーツ指導に必要な知識

青少年のスポーツ指導のための知識として一般に次の点が挙げられる。①青少年の心身の発育、発達についての知識。②指導しようとするスポーツについての知識。③スポーツトレーニングについての知識の3点が挙げられているが、今回の指導者に対するアンケートについても、専門的なトレーニング方法についても理解していない素人指導者が多いので、非常に危険が多いのではないと思われる。特に発育・発達の重要な時期であるため、研修会を多く行うことにより、スポーツ指導に必要な知識を身につけさせることが大切である。

### 3) 体力面からみた、発育・発達について

形態面では、10歳頃に、男女の発育・発達が逆転し、女子が優れるようになり、13歳頃再び逆転して男子が優れてくる。体力についても、12歳男子では18歳時の40～50%、女子では、50～60%であることを考えた場合、小学校期の身体機能の発育・発達の特徴をより適切に助長するための視点を考察しなければならない。その1つとして、何よりも動きの指導を強調したい。次に、動き指導においては全身的な動きよりも、上肢、下肢（手や足）といった身体の部分的な動きでもまず「速さ」の指導に重点を置くことが必要である。速い動きを身につけさせるためには神経機構の成熟して行く児童期が最適であるから指導者は形態・体力面の個人差について理解をもって指導することが大切である。

### 4) 心理面からみた、発育、発達について

この年代は、罰や叱責は、小学校段階のスポーツ指導ではできるだけ避けるようにしなければならない。スポーツ指導では、不出来を叱る前に、わずかな成功でも、その成功と成功の努力を誉めようといわれます。それが児童に自信を与え、更に自発的な努力をうながすことになるといわれる。したがって、技能の指導とは別に心理面の指導経験が必要になってくる。10人いれば、10人の性格が異なっていることを理解出来る指導者でなければならない。

### 5) 技術指導の一貫性

日本の学校制度は、6，3，3，4の制度であり、その制度の中で優秀な選手を育成すると、すばらしい指導者と評価されるが、小学校、中学校、高等学校相

互間の指導には関連性がない。したがって、オリンピックで活躍したような選手の体型、運動能力、幼少年時代、青年時代の心理面に関する客観的資料等がない。物語としては、著書こそ残されており、理想的な一貫性についてのトレーニングの構成は文献に多いが、それが実際に活用されていない。したがって計画にあたっては、これらの事を配慮しなければならない。留意点は次のようになる。

- ① バランスのとれた、人間的に優れたアスリートの育成に努力すること。
- ② トレーニング方法が発育段階の年齢を考慮して立案されなければならない。
- ③ トレーニングの具体的内容は、生理的機能面からの組合せではなく、心理的成長条件をも加味した組合わせとすること。
- ④ 一貫トレーニング計画の具体化は、学校段階別長期トレーニングと、そこでの年間トレーニング計画の積み上げとして進めること。以上の事を重視して、少年少女リレー大会を継続することこそ意義があり、勝負を度外視した仲間づくりの大会であることが小学校期のスポーツ競技ではないかと思われる。

#### 参考文献

	(著者)	(発行所)
1) 子どもの体力	正木健雄	大月書店
2) スポーツ障害	高矢, 中嶋, 秋本	医歯薬出版
3) 人間発達	新井, 上田	医歯薬出版
4) スポーツ障害事典	横江清司	ランナーズ
5) 現代の子どもの文化	菊地利彦	同文書院
6) 第2回全国少年少女リレー競技大会 報告書		日本陸連
7) 体力づくり教本	加藤, 松尾	ベースボール
8) 体力運動能力の調査報告書		文部省体育局
9) 小学校の陸上運動	浜田, 石田	泰流社
10) 走るとぶ投げる	W・ローマン	あゆみ
11) 小学校体育授業	前川, 高田, 宇田	大修館
12) 子供のための体育科教育法	高田典衛	大修館
13) 小学校の陸上競技	押切, 有吉	不味堂
14) 現代社会と子ども	加藤隆勝	朝倉書店
15) 体力の発達	松浦義行	朝倉書店

(本学助教授・初等教育)