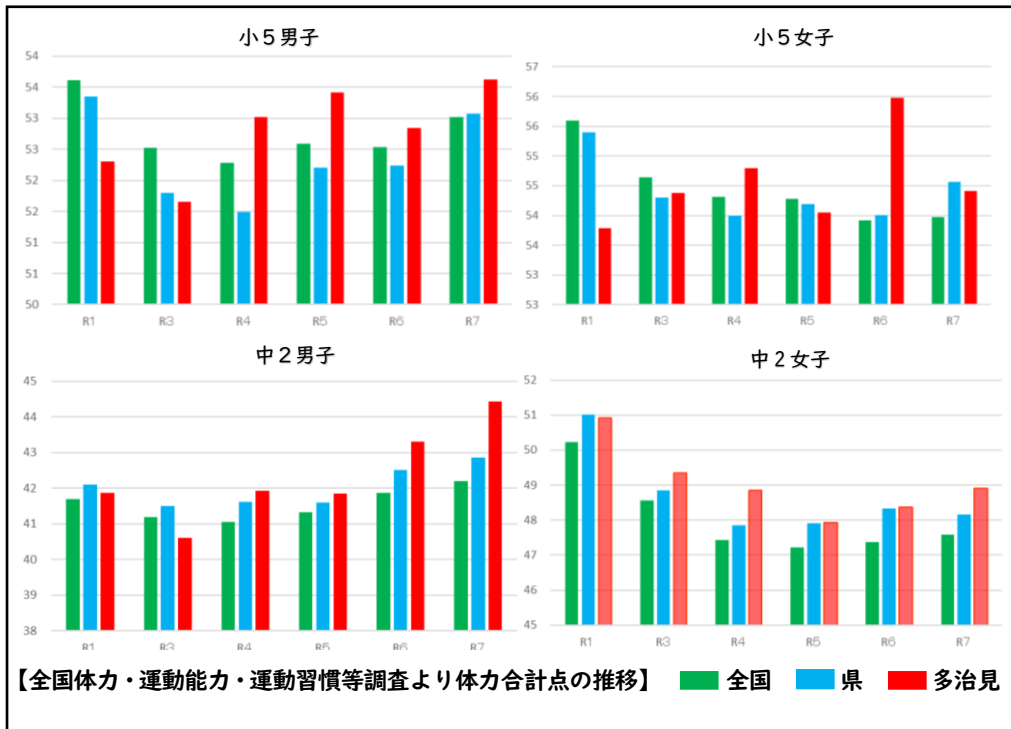




「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果と習慣

令和7年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査（小5、中2対象）」の結果が公表されました。体力合計点は、令和4年度あたりから全国や県を上回り、今年度は、特に中2男子が、全国や県を大きく上回りました。園や学校、そして家庭でも工夫して体を動かしていたことが、多治見市が、全国や県を上回る結果につながっていると考えられます。特に今年度は、12月号で執筆していただいた岐阜大学教育学部春日教授が推奨する、ACP（アクティブ・チャイルド・プログラム）を各校が体育の準備運動や学級レクで導入し、楽しく運動に触れることや短い時間でも多くの運動量を確保できるように、園や学校で取り組んでいます。そういった日々の積み重ねが、多治見市全体の運動能力向上につながっているといえます。



種目別に見ると、小・中学校ともに、上体起こしや反復横跳びの記録が高く、握力やシャトルランの記録に課題があります。各園や学校にもこの結果を共有し、良さは伸ばしながら、課題克服に向け市としても取り組んでいきます。

	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横跳び	シャトルラン	50m走	立ち幅跳び	ボール投げ
小5男子	○	◎		◎		○	◎	○
小5女子	○	◎		◎	◎	○		◎
中2男子	◎	◎	◎	◎	○	◎	◎	◎
中2女子	◎	◎	◎	◎		◎	◎	◎

◎多治見市の平均記録が、全国平均を上回った種目
○下回っているが全国平均と同等の記録（差が1.0以内）

「たじっ子CityCup2025」の開催

昨年度から年2回「たじっ子CityCup」を開催しています。今年度1回目は体力測定の結果で自信がある種目を、児童・生徒がロイロノートで記録を登録し、その中で各学年ベスト5までに入ると表彰状が送られる企画です。第2回目は縄跳びで、小学校は前とび、前あや跳び、前二重跳びで連続何回跳べたかを競いました。中学校は大縄で、連続何回跳べたかを競いました。小学校でのべ1300人、中学校でのべ32チームの参加がありました。学校で仲間と誘いあって、休み時間に練習しあう姿がありました。小学生では家庭でも取り組み、おうちの方が数をかぞえたり、応援したりとご協力いただきました。ありがとうございました。こういった機会に、ご家庭でもお子さんと一緒に運動に触れ合う機会としてくださると嬉しいです。来年度も実施していく予定ですので、よろしくお願いいたします。

【今回の成績】 小学校の部（短縄・個人） 前跳び1位 3269回（小泉小6年） 前あや跳び1位 269回（小泉小4年）
多治見市
No.1 中学校の部（大縄・団体） 1位 163回（多治見中1年）

子どもの心の発達と運動欲求

中京大学 スポーツ科学部 教授 中野 貴博

今回のいきいき通信では、子どもに運動を促進していく上で知っておきたい子どもの心の発達や運動欲求の段階について少し紹介したいと思います。最初に、運動手段論と運動目的論という考え方を紹介します。前者は、言葉の通り、運動を何かの恩恵を受ける手段とした考え方で、比較的大人の方の運動実施に多い発想になります。一方、後者は、運動すること自体が目的という考えで、子どもの多くはこちらになります。このことから考えると、大人に運動を促進するには、何かしらの恩恵を示すことが有効だけど、子どもに対しては、純粋に運動の楽しさを伝えることが大切ということが分かります。つまり、子どもにとっては、今、楽しいかどうかが重要になります。この今が楽しいとか、「今を生きる」という表現は、子どもの心理を最も端的に表しています。図1は、子どもの心の発達段階を示しています。幼児期前半は、自分が何かをできるようになるたびに自分への信頼を高めていく段階です。ですので、この段階は何に対しても、できるようになったことを一緒に喜び認めてあげることが大切です。次に、他者の理解や関係性を考えるようになります。これは「心の理論」などと呼ばれ、社会生活を送っていく上でとても重要な発達段階です。続いて3つ目ですが、運動場面ではこの段階がとても重要だと思えます。この段階を象徴する言葉は「有能感の幻想」です。理想と現実の区別が付きづらく、多くを自らへの肯定的な評価として捉えます。しかし、発達過程においては、この幻想こそが自分への有能感を高めるために重要になります。次段階にあるように、成長とともに他者との関係を理解し、この幻想は崩れていきます。しかし、幼少期に意欲的な生活を送る上で、幻想はとても大切になります。そのため、大人が理想を押し付け過ぎて、安易に幻想を崩してはいけません。運動場面は大人が知っている正解的なことを指導してしまいがちですが、この点に関しては、特に気を付けてほしいと思います。

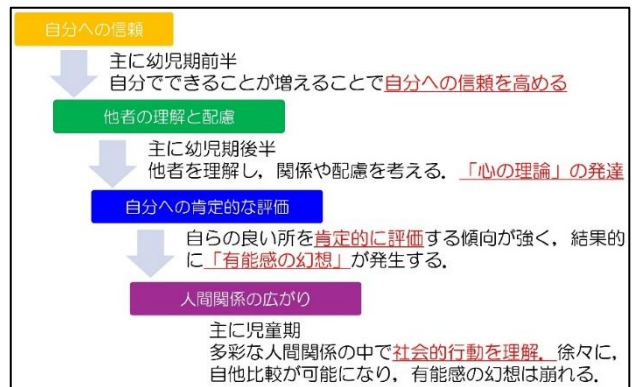


図1. 子どもの心の発達

次に、子どもの運動欲求の段階について示します。図2は、私が子どもの運動欲求の段階をまとめたものです。初期段階では、子どもは内面から来る純粋な運動欲求に従って運動をします。この段階では、純粋に動くこと自体が楽しくてたまらない様子が見て取れます。多くは、幼児期から児童期前半ぐらいがこの段階にあたると思います。次の段階では「仲間」という運動において、とても大切なキーワードが出てきます。一人遊びの段階から、徐々に仲間との運動を楽しむようになります。友達と一緒に動くことが楽しくなり、一緒に遊ぶ友人の存在がとても大きくなります。3つ目と4つ目の段階は、運動に対してかなり前向きになってきた段階と言えます。誰でも上手になりたいという気持ちは芽生えます。そうすると、努力や工夫というものも見られ、それが成果となって現れることで有能感を獲得します。この段階への移行は意外とハードルが高く、自らの成果を上手に有能感へと変換できれば4段階目へのスムーズな移行が期待できます。子どもは言語的理解よりも体得が大切ですので、工夫したことやできたことを認めてあげて有能感を高めてあげて欲しいと思います。4段階目は、かなり高次の段階ですが、喜びや悔しさ、激励・賞賛などは運動においてとても大切な要素ですので、中学生や高校生ぐらいになれば、このようなことの大切さにも気づいてほしいと思います。



図2. 子どもの運動欲求

このように、子どもの成長に応じて運動に対する欲求にも段階があります。当然、先に示した心の発達とも密接に関係しています。接する子どもが今、どの段階にあるのかを見極めて接し方や声掛けをすることが大切だと思います。運動が及ぼす影響には個人差があるので、どの段階が良いということではなく、段階に応じた成長に運動が貢献してくればよいのではないのでしょうか。文化的活動や学習習慣なども補完しあいながら、子どもの良い成長につなげていくことが大切だと思います。強いて言うなら、運動が子どもの成長においてアドバンテージをもっている要素もあります。これらに関しては、是非、運動を通した育みを期待したいところです。運動の場面は、良くも悪くも成果が目に見え易いことがあります。子どもの発達段階を考慮しながら、成果をどのように捉えていくのか、そして、子どもの欲求にどのように寄り添っていかを考えていくことが、二極化している今の子どもの運動実施を改善する重要な鍵になっているように思います。