

「子どもの運動不足解消と運動能力及び体力の向上」

大学 (成果報告書作成者)	福島大学 人間発達文化学類 松本研究室 松本健太(講師), 萩生田創(3年), 柏原梨花(3年), 吉田花(3年), 吉田梨々花(3年)
自治体	喜多方市
その他関係者	沖和砂(会津大学), 渡部琢也(会津大学短期大学部)
(1)調査研究の 課題・背景	○令和3年度学校保健統計調査の肥満傾向児出現率において、本県は都道府県別で調査対象年齢のすべてにおいて全国の割合を上回っており、早期に改善に向けた対策が必要となっている。また、平成20年度からスポーツ庁が実施している「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」においては令和元年度以降、連続して体力合計点の水準が低下するなど子どもの体力が低下傾向にあることが明らかになっており、運動不足についても改善が必要となっている。
(2)令和5年度 調査研究活動内 容	○プログラム実施期間(11月18日から12月16日) ○体力テスト調査ならびに運動有能感調査(11月18日と12月16日) 小学生10名(1年生:3名, 2年生:1名, 3年生:1名, 4年生:4名, 5年生:1名)に体力テストを実施した。体力テストの内容としては、握力・反復横跳び・長座体前屈・立ち幅跳び・さいころ投げ・ランニングサークル走を実施した。(両日とも学生2名補助) ○体力テストの動作分析(1月から2月) 体力テストで実施した、立ち幅跳びに着目し評価基準の作成から動作分析まで学生と共同で実施した。
(3)令和5年度 時点の結果	○運動プログラム効果検証に参加した児童10名に対して、体力テスト・運動有能感調査・運動プログラムを実施した。運動有能感調査では、【身体的有能さの認知】【受容感】が顕著に向上した児童が数名みられた一方で、それらが顕著に低下した児童がみられた。体力テストにおいても、4種目の合計得点が向上した児童が4人、変化がみられなかった児童が2人、低下した児童が4人という結果であった。
(4)提言または 今後の展開	○福島県は、肥満傾向児出現率において全国の割合を上回っていたり、スポーツ庁が実施している「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」において、体力低下傾向になっていたという現状である。今回、全天候型の屋内遊び場めぐらざを活用した運動プログラムを作成しプログラムの効果について検証を行った。次年度の課題として、プログラムを低学年用や高学年用と発達段階などを考慮して作成し実施していくべきかと感じた。また体力テストで実施する内容と運動プログラムの関連性についても検討の余地があるかと思う。さらに概要ポスターにも少し記載したが、1ヶ月間という期間ではなかなかプログラムの効果検証は難しいので、中長期的なスパンでのプログラムの効果検証が必要である。