



ロケットカールーム



順天堂大学大学院
スポーツ健康科学研究科

教授 内藤 久士

最終回 元気な子どもを育む ために大人がすべきこと

体力テストの成績が子どもたちの健全な発育発達を反映する一つの重要な指標であると捉えれば、それが年々低下している事実は一種の危険信号と考えるべきです。しかし、体力テストの「成績」だけを向上させる小手先だけの取り組みには意味がありません。もともと根本的で総合的な取り組みが求められます。遊びや運動・スポーツの時間・空間・仲間を取り戻すための「しかけ・場」が必要です。

求につなげていくための工夫が必要です。全身を動かす遊びやスポーツに消極的な子どもたちは、必ずしもそれが嫌いなわけではなく、成長や経験の個人差などによって結果(勝敗など)が明白な活動に「面白さ」を感じていないのです。しかし、自由に遊び、スポーツを楽しむためには、そのために必要な能力を身に付けることも必要です。子どもは、新しい、または難しい課題に対して、自分で考え工夫しながら取り組み、自分でできたという実感や喜びを得ることによって、その活動の持つ独自の楽しさをより深く味わえるようになっていきます。時間を忘れて集中し、わくわくするような状態は、自分の「能力レベル」と「挑戦レベル」のバランスが適切なとき、すなわち「難しすぎず、簡単すぎず」というときに起こると考えられています。指導者は、それぞれの子どもたちが「やってみよう↓楽しい↓続けたい」と感じるような活動を提案する必要があるのです。

しかし、これらを学校や園に任

せておけば良いというものではありません。特に、週末や季節の長い休みなどでの家庭や地域の役割は重大です。また、体力低下を提示し始めた子どもたちが成長し、現在の親の世代となりつつある現実を考えれば、若い大人(保護者)が、もつと子どもの身体活動の重要性に対する意識を高めると同時に、自分たち自身にとっても運動が大切であることを理解しなければいけません。子どもたちが活動的になるか否かは、友達や保護者、そして教師や地域の人々などの人的環境によって大きく左右されてしまっています。したがって、子どもの体力や心身の健康のことを真剣に考え、元気で活動的な子どもたちを育むために必要なこと・できることについてすべての大人が考え、まずは大人たちから変わる必要があると言えるでしょう。今後は、地域のかかわりがますます重要になってくるものと思われます。それぞれの地域や環境に合ったオリジナルな「しかけ」や「場」を模索し、各々の立場で、できることから子どもたちの体力向上に関心を持って取り組んでいただければと思います。

広域 イベント 情報



名称	とき	ところ	料金	問合せ先
七宝職人さん大集合	11月23日(金) 午前10時～午後4時	あま市七宝焼 アートヴィレッジ 実演コーナー	無料	あま市七宝焼 アートヴィレッジ 052(443)7588
星空観察会	11月17日(土) 午後6時～7時30分	あま市七宝焼 アートヴィレッジ 交流ホール・芝生広場	無料	あま市七宝焼 アートヴィレッジ 052(443)7588

※開催時間、休館日、事業の詳細な内容は、問合せ先でお尋ねください。