

児童生徒のスポーツ活動の在り方について

平成17年3月9日

岩手県教育委員会

はじめに

スポーツが本来持つ多様な意義を考えると、個々のライフステージで主体的にスポーツに親しむことが大切である。生涯にわたりスポーツに親しむためには、児童生徒期に、スポーツに親しむ基礎的な能力や態度を培うことが重要である。

学校や地域社会におけるスポーツ活動は、様々なスポーツを経験し、生涯にわたるスポーツライフの基礎づくりと位置付けることができる。

近年、児童生徒の体力の低下傾向や日常生活における身体活動の機会の減少、運動に興味を持ち、活発に運動する者とそうでない者との二極化が見られ、学校における運動部活動や地域におけるスポーツ少年団活動の果たす役割は、スポーツライフ形成のうえで重要であると考えられる。

1 スポーツの意義

スポーツは、人生をより豊かにし、充実したものとするとともに、人間の身体的・精神的な欲求にこたえる世界共通の人類の文化の一つである。心身の両面に影響を与える文化としてのスポーツは、明るく豊かで活力に満ちた社会の形成や個々人の心身の健全な発達に必要な不可欠なものであり、人々が生涯にわたってスポーツに親しむことは、極めて大きな意義を有している。

すなわち、スポーツは、体を動かすという人間の本源的な欲求にこたえるとともに、爽快感、達成感、他者との連帯感等の精神的充足や楽しさ、喜びをもたらす、さらには、体力の向上や、精神的なストレスの発散、生活習慣病の予防など、心身の両面にわたる健康の保持増進に資するものである。特に高齢化の急激な進展や、生活が便利になること等による体を動かす機会の減少が予想される21世紀の社会において、生涯にわたりスポーツに親しむことができる豊かな「スポーツライフ」を送ることは大きな意義がある。

さらに、スポーツは、青少年の心身の健全な発達を促すものであり、特に責任感や克己心、フェアプレイの精神を培うものである。また、仲間や指導者との交流を通じて、多様な価値観を認めあう機会を与えるなど、青少年の健全育成に資することができる。

2 青少年期におけるスポーツ活動の意義

(1) スポーツ少年団活動の意義

スポーツ少年団活動は、スポーツによる青少年の健全育成をねらいとして行われる活動である。この活動は、生涯スポーツの基礎をつくる活動として、自主的、自発的な活動であり、からだもこころも発育発達の途上にある子どもたちにとって、力強く生きぬく力を養う場、自らの力を育てる場として大きな意義がある。

さらに、活動を通して体力向上の身体的効果や仲間との相互作用により豊かな人間性が磨かれるなど、子どもたちの人間形成に果たしている役割は大きい。

(2) 中学生・高校生の運動部活動の意義

運動部活動は、学校教育活動の一環として行われており、スポーツに興味と関心を持つ同好の生徒によって自主的に組織され、より高い水準の技能や記録に挑戦する中で、スポーツの楽しさや喜びを味わい、豊かな学校生活を経験する活動である。

この運動部活動は、生涯にわたってスポーツに親しむ能力や態度を育て、体力の向上や健康の増進を図るだけでなく、学級や学年を離れて生徒が自発的・自主的に活動を組織し展開することにより、生徒の自主性、協調性、責任感、連帯感などを育成するとともに、仲間や教師（顧問）との密接な触れ合いの場として大きな意義を有するものである。

これを学校教育活動に位置付け、顧問をはじめとして学校が関与することにより、生徒のスポーツ活動と人間形成を適切に支援するとともに、生徒の明るい学校生活を一層保障し、生徒や保護者の学校への信頼感をより高めることにつながっている。さらには、運動部の取組がその学校の一体感や愛校心を醸成するということも現に認められる。

3 児童生徒のスポーツ活動の在り方

(1) 適切な運営

児童生徒のスポーツ活動は、児童生徒が自主的・自発的な活動を組織し展開することの一つの本質を有しており、スポーツ活動の指導者は、個々の児童生徒の個性を把握し、理解しその願いにこたえられるよう努めていくことが求められる。

児童生徒がスポーツに出会い、スポーツに親しみ、その楽しさや喜びを味わうことができるよう児童生徒の主体性を尊重した運営に努めることが大切である。児童生徒のスポーツに関する多様なニーズに応える観点から、例えば、競技志向や楽しみ志向など、志向の違いに対応できるよう柔軟な運営とすることも必要である。

これまで一部に見られた勝つことのみを追求する勝利至上主義的なスポーツ活動は見直さなければならない。

また、保護者や地域の人々の意見を十分に聞く努力を払ったり、地域の指導者の協力を得ながら活動を組織するなど、地域に開かれたスポーツ活動とすることが求められている。

なお、中学校のスポーツ活動にあっては、活動する生徒が重複するスポーツ少年団活動と運動部活動をそれぞれの活動としてとらえるのではなく、生徒にとっては一連の活動としてとらえ、適切な活動時間、活動日を設定することが望ましい。

(2) 適切な休養日・活動時間の設定

小学生・中学生・高校生の時期は、成長期にあり身長や体重などの体位や走る、跳ぶ、投げるなどの運動能力が発達する時期となっている。このような時期に適切な身体運動を行うことは、身体的な発達を促進するために大きな役割を果たしている。

また、児童生徒の健康なからだづくりには、栄養、運動、休養が必要であることを踏まえ、成長期にある児童生徒のからだの特徴とスポーツの関係を正確にとらえ、からだを全面的に発達させるような成長期にふさわしいスポーツ活動を行うことが大切である。

これまでのスポーツ活動では、活動日数などが多いほど積極的に活動が行われているとの認識も見られるが、完全学校週5日制の趣旨を踏まえ、スポーツ活動においては、適切な休養日を設定することが求められる。

<休養日>

ア 小学生のスポーツ活動は、週当たり2～3日の休養日を設定することが望ましい。

イ 中学生の運動部活動は、週当たり1～2日の休養日を設定することが望ましいが2週間当たり1～2日以上以上の休養日を設定すること。

ウ 高校生の運動部活動は、週当たり1日以上以上の休養日を設定することが望ましい。

また、年間練習計画に休養期を位置付け、その時期には、2週間に1～2日以上以上の休養日を設定すること。

エ 土曜日や日曜日の活動については、完全学校週5日制の趣旨を踏まえ、児童生徒の「ゆとり」を確保するよう努めること。

なお、大会や練習試合などで土、日曜日に活動する場合は、休養日の意義を踏まえ、その前後に休養日を設定するようにすること。

オ 長期休業中の活動については、上記の休養日の設定に準じた扱いを行うとともに、ある程度長期のまとまった休養日を設定し、十分な休養を取れるようにすること。

<活動時間>

ア 平日

小学生は、1～2時間程度の活動時間をめどとし、中学生、高校生は、2～3時間程度をめどとすること。

イ 土曜日、日曜日及び長期休業中

小学生は、3時間以内とし休憩時間を十分に確保すること。中学生、高校生は、3～4時間程度以内をめどとすること。

4 児童生徒のスポーツ活動の指導者の在り方

今日、児童生徒のスポーツニーズが多様化し、指導者に対するニーズも多様化、かつ、質量ともに増大している。スポーツ指導者は、児童生徒のスポーツ活動が生涯にわたる豊かなスポーツライフの基礎を培うものであることを十分に認識し、機会あるごとに研修を積み、児童生徒の発達段階や個に応じた指導に努めなければならない。そのためには、専門的な知識、医・科学的なトレーニング理論に基づいた実践を心がけるとともに、児童生徒の心身の状態を常に把握し適切な指導を行うことが求められる。児童生徒の人権を無視した体罰やセクシャルハラスメント、パワーハラスメントについては、絶対にあってはならない。

また、日々進歩するトレーニング理論や指導法についての研修に積極的に参加するなど指導力の向上に努めることも大切である。