

D-1

小学生を対象とした陸上競技教室への参加動機 - 保護者の動機に着目して -

○永島冬馬¹, 富山浩三², 太田敬介³, 祐末ひとみ⁴ (¹大阪体育大学大学院, ²大阪体育大学, ³NPO法人SCC, ⁴大阪体育協会)

本研究では、陸上競技を中心に活動する総合型地域スポーツクラブが実施した「第12回 夏休み！小学生かけっこ塾」の参加者の保護者を対象に質問紙調査を行い、子どもを参加させた動機を明らかにした。そして保護者がどのような事を求めて子どもを陸上競技のクラブに参加させるのかを明確にすることで、クラブがどのような形で求められているのかを明らかにし、今後のクラブの展開に際しての資料を得ることを目的とした。また、質問紙では動機に加え、参加後の効果、運営に対する満足度についても調査した。

参加の動機の得点は、子どもの健康や体力の向上を期待してのものが上位の得点であったが、陸上競技に特化した希望の項目の得点はいずれも低い値を示した。この事から、保護者は子どもの足が速くなることを願って参加させているものの、それは基礎的な運動能力や他種目の技術向上に繋げる事を意識してのものではないかと考えられ、陸上競技を専門種目にさせたいと考えての参加は少ないという事が示唆された。また、満足度は全体的に高い得点だったものの、参加後の効果についてはほぼ全ての項目で動機の得点よりも得点が低い結果となった。

クラブの発展を陸上競技の普及に役立てようとするならば、運営者やコーチは保護者の動機や特性を理解した上で、参加者1人1人の目標をタイムとして数値化する等、子どもだけでなく、保護者もクラブに参加しての効果を実感できるような工夫をするべきであると考える。

D-02

やせ願望を持つ子どもと持たない子どもにおける運動有能感の比較

○上家 卓¹, 黒河あおい¹, 神林 煉² (¹北海道教育大学大学院教育学研究科, ²北海道教育大学札幌校)

【背景】運動への内発的動機づけに深い関連がある概念として岡沢ほか（1996）は運動有能感を提唱している。運動有能感とは運動に対する自信であり、「身体的有能さの認知」、「統制感」および「受容感」の3因子から構成されている。本概念はこれまでにも運動好感度や体力といった様々な要素との関係性が示されており、運動有能感の向上は生涯スポーツの実践に大きな影響を及ぼすと考えられる。そこで、本研究では近年において低年齢化が大きな問題となっている、やせ願望を持つ子どもと持たない子どもの運動有能感を比較・検討した。【方法】調査対象および調査期間：小学校3年生から6年生の男女248名を調査対象とし、調査は2011年11月から12月に実施した。【結果および考察】男子のやせ願望群は運動有能感およびその下位尺度である「受容感」を感じづらいことが明らかとなつた。やせ願望があり現在の自身の身体に対する不満が高い男子は、運動への自信である運動有能感も低くなると推察される。また、男子のやせ願望群は自らの身体に自信が持てず、教師や仲間から受け入れられていくと認知する「受容感」においても低値を示した可能性がある。したがって、やせ願望を持つ男子の運動有能感を高める工夫が生涯スポーツ実践に影響を及ぼすと考えられる。一方、女子においては、やせ願望群と非やせ願望群で運動有能感および下位尺度に有意差は認められなかった。

キーワード：やせ願望、運動有能感、小学生

D-03

短時間運動プログラムにおける短期間の体力テスト得点変化の検証

○安光達雄¹, 野川春夫² (¹NPO法人 日本スタビライゼーション協会, ²順天堂大学)

【目的】短時間で行うことができる2種類の運動プログラムを用いて、短期間ににおける児童の体力テスト得点変化について検証し、体力向上に有効なプログラム期間を検討した。【方法】調査対象者：都内公立小学校4年生（N = 59名）を2グループ（G1, G2）に分けて行った。調査期間と頻度：8週間の研究調査期間を設定。G1はラダー・プログラム、G2はドラウタビリティ・プログラムを4週間実施し、その後1週間間隔で反復横とびと立ち幅とび得点を測定して、得点変化をそれぞれ比較検証した。プログラムは、1週あたり平均2回で合計8回実施。業間中休みの20分間を利用して、1回あたり10分間前後のプログラムを行った。【主な結果と結論】反復横とび得点では、グループとプログラム期間において有意な交互作用は認められず、プログラム期間にのみ有意な主効果が認められた。立ち幅とび得点では、グループとプログラム期間において有意な交互作用が認められたため、各要因の単純主効果を検討した。両グループとも期間に関する有意な単純主効果が認められた。また、post3および4週目にグループに関する有意な単純主効果が認められた。これらの結果から短時間運動プログラムの有効性を検討すると、本研究で用いた2種類の運動プログラムの実施期間は、1週当たり2回以上行い、4週間以上継続することが望まれる。

キーワード：子ども、反復横とび、立ち幅とび

D-04

生涯スポーツとしてのポスチュアウォーキングの提案

○鈴木規美子¹, 谷津祥一², 野川春夫³ (¹ポスチュアウォーキング協会, ²順天堂大学大学院院生, ³順天堂大学大学院)

本研究の目的は、ポスチュアウォーキングを日常生活に取り込み生涯にわたって親しむことができる生涯スポーツとしての新たなウォーキングとして提言することにある。ポスチュアウォーキングは、考案者である鈴木規美子（KIMIKO）が、産後のダイエットのために続けていた筋肉の働きと使い方を独自にアレンジし、2001年春にポスチュアウォーキングの基本となるメソッドを完成させたものである。2013年4月現在、30代から40代の女性を中心に体験者は10万人を超える、著作14作品、メディアからも注目された。ポスチュアウォーキングの特徴は見た目は大変静かであるが、筋肉を伸ばし、ひねりながら歩くことで高い運動効果を得られる。筋肉の動きを意識し身体を使うことはそれ自体が美しく、トレーニングをしていることを意識・実感すること無く、やがて美しい身体に変化していく。歩くうちに体型の変化だけでなく、ポジティブシンキングになっていることに気付き、身体の持つすばらしい力に目覚めることができる。男女年齢問わずマナーの良い歩き方としても受け入れられるので、継続しやすい。

今後は効果を数量的に証明する手法を開発、科学的な結果をもとに、生涯スポーツのウォーキングメソッドとして定着させたい。

キーワード：ポスチュアウォーキング、運動参加率向上、美しい歩き方、ながら運動