

# 幼少年のライフスキルを育成する スポーツプログラムの作成と実施，及びその効果検証

## —現場での実用化を目指した実践プログラムの開発—

渋谷崇行\*  
佐々木万丈\*\*

抄録

本研究の目的は、幼少年のライフスキルを育成するスポーツプログラムを作成、実施し、その効果とプログラムの現場での適用可能性を検討することであった。本研究で作成するプログラムは、既存のスポーツ活動を基本としながらも、ライフスキルの育成を促すことを想定した簡易的な言葉がけや説明を追加する形式（簡易版）のものと、ライフスキルの育成を主目的としたアクティビティーを含める形式（オリジナル版）のもの2種類であった。簡易版プログラムは幼児（n=32）に、そしてオリジナル版プログラムは児童（n=27）に実施された。また、ライフスキルスポーツプログラムの開発途上国における実践も視野に入れ、そこで求められるプログラムの内容についても検討した。検討の結果、以下のことが明らかとなった。

- 1) 簡易版プログラムは、幼児の運動遊びの中で声かけや説明を行うことにより、スキルの「内在化」とその「同定」を図り、運動遊びで高められた「質問をするスキル」の日常生活への般化を促すという内容であった。簡易版プログラムの現場での適用可能性は、ある程度は認められると考えられた。
- 2) オリジナル版プログラムでは、同学年のペアを作り、スポーツ活動の最後に、お互いにアドバイスを交換し合う機会を設けた。オリジナル版プログラムは、「アサーティブコミュニケーションスキル」の獲得と般化を促すと考えられた。
- 3) セブ市の子どもを対象としたライフスキルプログラムにおいて、育成することが目指される主要なライフスキルは、「自己実現に向けた目標達成スキル」と「社会生活を営むためのスキル」であることが示された。
- 4) ライフスキルスポーツプログラムの開発に向けて、プログラムの効果の適切な評価方法を検討すること、日本の教育的課題や現場の要請に基づくスキル育成を目的としたプログラムを作成することなどが、課題として提示された。

キーワード：運動遊び，スポーツ活動，開発途上国，アサーティブコミュニケーションスキル

---

\* 新潟県立大学 〒950-8680 新潟県新潟市東区海老ヶ瀬 471

\*\* 日本女子体育大学 〒157-8565 東京都世田谷区北烏山 8-19-1

# Preparation of a life skills program through sports activity for kids and its implementation and evaluation

Takayuki Shibukura\*  
Banjou Sasaki\*\*

## Abstract

The purposes of this study were to prepare a life skills program through sports activity for kids and to evaluate its effects after the implementation. In this study, two types of programs were prepared. The first program was the brief version and the second one was the original version. In the brief version of the program, participants were given brief advice and explanations for improving their life skills by an instructor during each of the basic physical plays, and this program was implemented to kindergarten kids (n=32). The original version of the program included the specific activity to improve participants' life skills purposely, and this program was implemented to young baseball players (n=27). And the life skills program through sports activity for kids living in a developing country was also considered in this article. The main results were as follows:

- 1) The brief version of the program prompted the internalization of the skills for asking questions and its identification from the sports settings to the daily life settings. It was considered that this type of program had a moderate possibility of applying to the practice.
- 2) The original version of the program included the opportunities that the pair of kids advised each other about their sporting techniques after the practice. It was considered that this type of program prompted the acquisition and the generalization of the assertive communication skills.
- 3) The main life skills trying to improve in the program for kids living in Cebu were “skills for the goal achievement” and “skills to make desirable lives with others”.
- 4) There were some problems for developing the life skills program through sports activity as follows: considering appropriate methods to evaluate the effects of the program, and the development of the program that aimed to improve the skills reflected by the Japanese educational problems or related issues.

Key Words : physical play, sports activity, developing country, assertive communication skills

---

\* University of Niigata Prefecture 471 Ebigase, Higashi-ku, Niigata-shi, Niigata 950-8680, JAPAN

\*\* Japan Women's College of Physical Education 8-19-1, Kitakarasuyama, setagaya-ku, Tokyo 157-8565, JAPAN

## 1. はじめに

スポーツは「人間性を育成する場」であると長年言われ続けてきた。しかし、その実践に理論的根拠を求めることについては消極的であったといえる。スポーツによる人間性教育を効果的に進めるうえで、その理論化を進める作業は不可欠である。本研究では、スポーツによる人間性教育をライフスキル育成という視点から捉え、理論的・実践的な研究成果に基づく、効果的な指導プログラムの構築を目指す。WHO (1994) によれば、ライフスキルとは「日常生活で生じるさまざまな問題や要求に対して、建設的かつ効果的に対処するために必要な能力」というように定義される。また、ライフスキルには、意志決定、問題解決、創造的思考、批判的思考、効果的コミュニケーション、対人関係スキル、自己意識、共感性、情動への対処、ストレスへの対処が含まれ、これらは健康教育において中核的スキルというように位置づけられている (WHO, 1994)。これらのスキルはスポーツ活動を通して青少年に育んでほしいと我々が期待する内容と重なる部分が多い。

ところで、我が国の青少年スポーツにおいて、スポーツ活動による人間形成の方法論は、未だ確立されたものがないのが現状である。このことを受け、渋谷・佐々木 (2012) は、子どもを対象としたライフスキルスポーツプログラムの方法論を導くための課題を検討している。彼らは、幼少年を対象として運動指導やライフスキルの指導を行っている、国内外の団体を視察するなどして、各種の資料を収集、分析した。その結果、以下の7つが検討課題として提示された。すなわち、(1) プログラムで育成したい人物像と指導の対象となるスキルを具体的に示した目標の設定、(2) スポーツ活動が有する様々な特長を活かしたスキル学習の場の設定、(3) ライフスキルの獲得状況をより正確に捉えられる評価基準の設定、(4) 現場が導入しやすい指導方法の提示、(5) 地域の理解と周囲との協力関係の構築、(6) 保護者とのコミュニケーションの確立、そして、(7) 産学連携によるプログラム運営の可能性であった。渋谷・佐々木 (2012) は、これらの検討課題に取り組むことにより、社会の要請に応え、なおかつ実用化に耐えうるライフスキルスポーツプログラムの開発が実現されることに言及している。

本研究では、ライフスキルスポーツプログラムの開発に向けた次のステップとして、実践的な取り組みを行うことから、プログラム開発に向けた課題を探ることが必要であると考えた。具体的には、プログラムの「現場への導入しやすさ」と「高い効果性」を求めるという2つの観点から、それぞれに対応した2種類のプログラムを試作し、それを実施するこ

とによって得られたデータを基に、プログラムの実用化に向けた検討を行うということである。作成される2種類のプログラムは、既存のスポーツ活動を基本としながらも、ライフスキルの育成を促すことを想定した簡易的な言葉がけや説明を追加する形式 (簡易版) のものと、ライフスキルの育成を主目的としたアクティビティーを含める形式 (オリジナル版) のものである。本研究では、簡易版プログラムを幼児に実施し、オリジナル版プログラムを児童に実施する。そして、どちらの実践もプログラムの現場での適用可能性という点から評価を行う。加えて、児童への実践については、プログラムの効果という点からも評価を試みる。

ところで、スポーツ活動が有する教育的意義は非常に大きいと考えられているが、スポーツ活動の効果が必要とされる人々にその意義に触れてもらうことは、スポーツの価値をより高めることにもなるだろう。スポーツに身近に接している子どもがスポーツの恩恵に預かることは重要なことではある。それとともに、スポーツが身近ではない子どもをスポーツに近づけ、その恩恵を受けられるようにすることも有意義な試みである。このような観点から、本研究では、開発途上国の教育を受ける環境が整っていない地域に暮らす子どもを対象としたプログラムの内容についても検討した。

本研究の意義としては次のことがあげられる。

- ① ライフスキルの育成をテーマとする本研究は、これから生きる若者に備わべき能力を、豊富な学習機会を含むスポーツ活動を通じて獲得することを推進している。
- ② 確かな方法論に基づく指導プログラムの提案を目指している。これにより、ライフスキルの育成を目的としたスポーツ指導が効果的に行われるとともに、結果として、子どものライフスキルを効果的に高めることが期待される。
- ③ 簡易版とオリジナル版の2種類のライフスキルプログラムを作成することで、スポーツ活動の特徴や指導者の実態に応じた、現場に導入しやすいプログラムが提案される。このことは、プログラムの実用化を高めることに結びつく。
- ④ 幼少年のスポーツ活動において、人間性教育の理念とその方法論が合理的に結びつくことにより、スポーツの効果は表れやすくなる。したがって、本研究は幼少年のスポーツの価値をなお一層、高めることに貢献する。
- ⑤ 本プログラムの他国での実践も視野に入れている。将来的に日本で開発されたプログラムを開発途上国で実践し、その国の教育やスポーツの発展に結びつくことを想定している。

## 2. 目的

本研究の目的は、幼少年のライフスキルを育成するスポーツプログラムを作成、実施し、その効果とプログラムの現場での適用可能性を検討することである。本研究で作成するプログラムは、既存のスポーツ活動を基本としながらも、ライフスキルの育成を促すことを想定した簡易的な言葉かけや説明を追加する形式（簡易版）のものと、ライフスキルの育成を主目的としたアクティビティーを含める形式（オリジナル版）のもの2種類である。また、開発途上国における実践も視野に入れ、そこで求められるプログラムの内容についても検討する。

## 3. 方法

### 1) 簡易版プログラムの作成と実施

#### (1) 調査対象者

N県の幼稚園に通う1クラスの5歳児32名（男子16名、女子16名）を調査対象とした。

#### (2) 介入計画

介入は2012年10月中旬から2012年11月中旬にかけて、同一の担当教員（女性、41歳、教員歴20年）によって約1ヶ月間行われた。この間に、幼稚園の保育活動で10回の運動遊びが行われた。

#### (3) 介入プログラム

育成を目指すライフスキルとして、「遊び方やルールでわからないことがあれば質問する」という内容を取りあげた。担当教員は普段の保育活動における運動遊びを行う中で、当該スキルを高めること、及びそれが他の生活場面に適用できるよう介入を実施した。すなわち、当該スキルを「運動遊び」で用いることが重要なことであるとともに、「日常生活」で用いることも重要であるということ、運動遊びの前後で幼児に説明した（内在化）。また、運動遊びの後には、当該スキルを日常生活でどのように使うことができるかということ、幼児に考えさせた（同定）（図1参照）。なお、ここで内在化とは「スポーツ活動で学習したことの重要性が、子ども自身の信念として心の中に位置づいていくこと」を意味する。また、同定とは「スポーツ活動で学習した内容が、般化先の場面でも同じであると考えられること」を意味する。

#### (4) 調査内容

担当教員に対し、毎回の保育活動で簡易版プログラムを実施して感じたことを自由に記録するよう依頼した。

### 2) オリジナル版プログラムの作成と実施

#### (1) 調査対象者

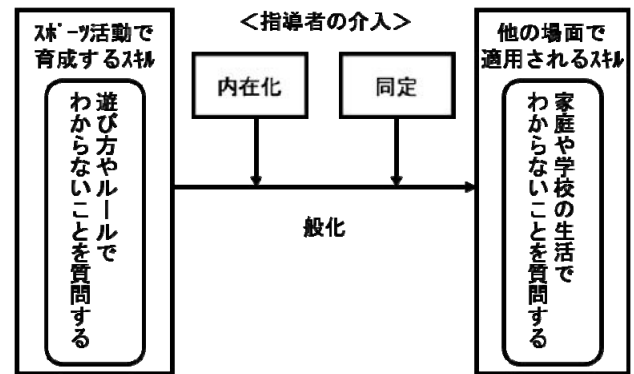


図1 ライフスキルスポーツプログラムにおける介入モデル

N県の学童野球チーム（1クラブ）に所属する児童27名（5年生10名、4年生12名、3年生5名；いずれも男子）を調査対象とした。

#### (2) 介入計画

介入は2012年10月中旬から2012年11月中旬にかけて、約1ヶ月間行われた。主指導者（男性、39歳、指導歴2年）の他、1、2名が流動的に指導に加わった。この間に、学童野球チームの活動は10回行われた。

#### (3) 介入プログラム

育成を目指すライフスキルとして「アサーティブコミュニケーション」を取りあげた。アサーティブコミュニケーションとは「自分の気持ち、考え、意見、希望などを率直に正直にしかも適切な方法で自己表現することであり、自分と相手の相互を尊重しようという精神で行うコミュニケーション」のことである（園田・中釜、2000）。このスキルの学習は、同学年のペアを作り、お互いがその日のプレーを観察し合い、練習の最後にアドバイスを交換し合うことにより実施した（図2参照）。そして、簡易版プログラムと同様にオリジナル版プログラムでも、指導者はその活動の前後で、当該スキルを「スポーツ活動」と「日常生活」の両場面で用いることの重要性を説明するとともに（内在化）、活動後には当該スキルを日常生活でどのように使うことができるかを児童に考えさせた（同定）（図1参照）。

#### (4) 調査内容

質問紙調査を、介入開始直前と介入終了直後の2回実施した。調査内容は、杉山ら（2010）によって作成された尺度からコミュニケーション・対人関係スキルに関する項目と、渋谷ら（2009）によって作成されたアサーション尺度の全項目を用いた。具体的には、以下に示す通り、両方の尺度をスポーツ活動場面と日常生活で実施した。

①スポーツ活動におけるコミュニケーション・対人関係尺度（4項目）

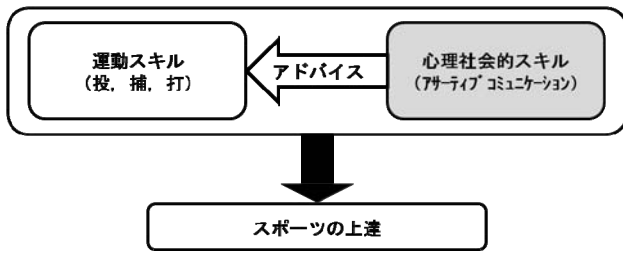


図2 ライフスキルスポーツプログラムで育成を目指すスキル

②日常生活におけるコミュニケーション・対人関係尺度 (4項目)

③スポーツ活動におけるアサーション尺度 (8項目)

④日常生活におけるアサーション尺度 (8項目)

各質問項目に対する回答は、いずれの尺度も4件法 (得点範囲は各項目とも1~4点) で求めた。

### 3) 開発途上国におけるスポーツライフスキルプログラムの作成

プログラム対象者として、フィリピンセブ市に暮らす、教育を受けることが困難な子どもに焦点化した。セブ市は貧困の程度が高く、また政府の教育支援の程度も低い状況である。さらに、公立学校では無償で教育を受けられるが、様々な理由で学校に通えなくなる子どもは多く、路上生活者 (ストリートチルドレン) も多いことが知られている。そこで、当該地域の教育上の課題に焦点化したプログラムを検討するために、以下の要領で質問紙調査を実施した。

#### (1) 調査対象者

フィリピンセブ市に在住する教員、ソーシャルワーカー、及び子どもの教育に関心を持つ成人88名。

#### (2) 調査内容

①セブ市の子どもに関わる教育的課題 以下の質問を行い、自由記述形式で回答を求めた; Do you think there are any educational problems of children in Cebu? If yes, what are they?

②セブ市の子どもに必要なとされる能力 以下の質問を行い、自由記述形式で回答を求めた; What are some skills that commonly needed for children to improve life?

#### (3) 調査時期

2012年9月上旬から10月上旬までの期間に実施された。

#### (4) 手続き

3名の調査協力者 (教員、ソーシャルワーカー、国際協力NPO理事) を介して、セブ市の子どもに関心を持つ教員、ソーシャルワーカー、及び成人に質問紙を配布した。回答後の質問紙は、仲介を引き受けてくれた調査協力者にとりまとめを依頼

して回収した。なお、質問紙は英文であったが、その作成にあたっては、フィリピン国内の大学で心理学を専攻していた、現地の英語教員 (フィリピン国籍) の指導を受けて行った。

## 4. 結果及び考察

### 1) 簡易版プログラム

プログラムの効果や課題について担当教員から意見をもらい、それを基にして、プログラムの現場での適用可能性について検討した。収集された意見のうち、代表的なものを「」内に示した。

#### (1) 幼児の様子に関して

「質問をうまくできる子とそうでない子がいる」

「みんなの前で質問するには全体の雰囲気も大切である」

「友達に質問しても、質問された側が理解していないと答えられない」

質問を上手くするためには、いくつかの条件があると思われる。たとえば、質問のための言葉を知っていること、恥ずかしいという気持ちを持たないこと、何がわからないのかを理解していること、わかりたいという気持ちを持つこと、等々である。質問するというスキルの育成においては、それに関係する要素を細かく捉えて、系統的な育成の方略を計画することは重要であると考えられる。また、質問を安心して行える雰囲気作りも大切である。そして、今回のプログラムでは、質問された内容に対して「教えてあげる」ということも自ずとして生じてくる。それに対応するには、質問に答える側の理解力も必要とされるので、運動遊びの複雑性や子どもの理解度を考慮して、子どもの相互作用を活発にするような活動を学習の素材とすることが求められるといえる。

#### (2) プログラムの効果に関して

「質問をすることの大切さを教えるのはよい。わからないのが恥ずかしいのではなく、わからなければ質問することがよいことだとわかる」

「質問するということを日常的に行っていると、(遊びながら) 教え合うという雰囲気もできつつあるようだ」

「質問に答える方の子どもも、それによって理解を深められそう」

先に指摘したような、質問しやすい雰囲気作りが大切であるということとも関係するが、質問をすることは恥ずかしいことではなく、自分の理解を深めるために大切なことであるという意識を持たせることは大切である。そのような点で、質問をしてみようという場を設定したり、質問することの大切さの説明を受けられたりする本プログラムは、有用で

表1 測定尺度のプログラム開始前と終了後の得点比較

測定尺度	平均値(標準偏差)		t値	有意確率
	開始前	終了後		
コミュニケーション・対人関係尺度(スポーツ活動)	10.85(2.35)	11.81(2.87)	3.22	p<.01
コミュニケーション・対人関係尺度(日常生活)	10.78(2.34)	11.81(2.68)	2.46	p<.05
アサーション尺度(スポーツ活動)	22.04(3.81)	23.44(5.48)	1.82	p<.10
アサーション尺度(日常生活)	22.30(4.09)	24.15(5.44)	2.42	p<.05

あると考えられる。また、「質問をする一教える」という活動を意図的に行うことによって、そうした子ども同士の相互作用が定着してくる様子も見えつつあるようだ。質問される側の子どもへの効果を期待する意見もあげられた。このことから、教える際に相手がわかりやすいように伝えようとする中で、コミュニケーションスキルの高まりも期待できるということが考えられる。

### (3) 現場での導入可能性に関して

「家でそうした行動ができていくかどうかまではよくわからない。お家の人から子どもの様子を聞くことが必要だ」

「運動遊びだけではなく、他の遊びや活動でもやっていることなので、プログラムの効果はどうかはよくわからない」

「ただ、他での声かけと似ているので、指導する方としてはやりやすい」

今回実施した簡易版プログラムは、運動遊びでできたことが他の活動でもできるようになることを目標としているが、果たして幼児が帰宅後に家庭生活でもできるようになったかまでは把握できないということであった。この問題に対しては、家庭と連携をとりながらプログラムの評価をしていくことが必要となるだろう。また、運動遊びでできるようになったことが、幼稚園の他の活動場面でできるようになったとしても、それがプログラムの影響なのかは判断がつかないということであった。プログラムの効果については他の影響要因を統制して検証する必要があるが、現実の教育活動の中でそれを行うには様々な問題があるといえる。スキル獲得と般化に関わる効果検証については、今後の重要検討事項とすべきである。しかしながら、簡易版プログラムの特徴は、現場での活動を活かして、それに合わせて必要な声かけや説明を加えることにある。ここでは、運動遊びで高められたスキルを日常生活でも利用可能なライフスキルへと移行させていくうえで、「内在化」と「同定」という促進要因を特定し、これを声かけや説明を行うことでスキルの般化を促してきた。担当教員によれば、この方法は「やりやすい」ということであった。このことから、簡易版プログラムの現場での適用可能性は、ある程度は認められると思われる。しかしながら、今後のさ

らなる検討の積み重ねは必要である。

## 2) オリジナル版プログラムの作成と実施

プログラムの効果を検討するために、スポーツ活動と日常生活の各場面におけるコミュニケーション・対人関係尺度、及びスポーツ活動と日常生活の各場面におけるアサーション尺度の各得点を、プログラムの実施前後で比較した(表1参照)。その結果、コミュニケーション・対人関係尺度(スポーツ活動)( $t=3.22, p<.01$ )、コミュニケーション・対人関係尺度(日常生活)( $t=2.46, p<.05$ )、及び、アサーション尺度(日常生活)( $t=2.42, p<.05$ )で有意差が認められた。また、アサーション尺度(スポーツ活動)においては有意傾向がみられた( $t=1.82, p<.10$ )。いずれも、プログラム終了後の方が開始前よりも高得点を示していた。

以上の結果から、プログラムの実施前後で、コミュニケーションや対人関係のスキル、そしてティ部コミュニケーションスキルは高まっていることが示された。そして、それはスポーツ活動場面だけではなく、日常生活場面でも同様であることが示された。このことから、尺度得点の変化をみる限り、アサーティブコミュニケーションスキルの獲得とその般化を促すという本プログラムの効果は認められたといえそうである。しかしながら、今回の調査では調査対象者のライフスキルの獲得に影響を及ぼすと思われる、プログラム以外の要因の影響を統制しておらず、また、対照群を設定してそれとの比較も行っていない。さらに、1ヶ月間の実践を追った質問紙調査の得点の推移をもって、ライフスキルの獲得状況を評価できるのかという問題もある。したがって、プログラムの適切な評価法については入念な吟味が必要といえる。このようなことから、プログラムの効果については、今後、長期間にわたる実践や調査を継続していくことによって検証していくことが望まれる。

## 3) 開発途上国におけるプログラム

調査対象者から得られた自由記述を、1つの文章が単一の意味内容を示すように区切り、語尾に統一感を持たせるように修正を施した。さらに、調査内容とは無関係と思われる記述を削除し、最終的に

表2 セブ市の子どもに関わる教育的課題

大グループ	中グループ	小グループ
国の教育支援	国の教育支援	政府の教育支援が不足していること 公務員に不正があること
学校環境	貧弱な学校設備	学校が不足していること 学校施設が不足していること 教室が不足していること 教室環境がよくないこと コンピューター設備が不足していること 学校備品が不足していること
	学習教材の不足	教科書が不足していること 学習用具が不足していること
	優秀な教師の不足	教師数が不足していること 教師の質が低いこと 教育方法が不適当なこと 教育の質が低いこと
	困難な通学条件	郊外の通学条件が厳しいこと 夜間に通学する子どもがいること
	両親の教育支援	両親が財政難であること 両親と接する時間が不足していること 両親からの指導が不足していること
家庭環境	貧困のあおり	労働することが求められること 家族がいない子どもが多いこと 栄養摂取に問題があること
子どもの問題	学習上の問題	学校に行けない子どもが多いこと 学校に行くことに興味がないこと 勉強に興味を持っていないこと 怠学であること 授業に集中できないこと 学習が非効率的であること 読み書きの能力が低いこと 思考力を働かせないこと
	心理社会的な問題	薬物乱用等の危険行動に関与すること 万引きをすること マスメディアの影響を受けること マナーが悪いこと 仲間の悪影響を受けること いじめを受けること 差別を受けること 自己概念が歪むこと

「セブ市の子どもに関わる教育的課題」に対しては392個の記述データが、同様に、「セブ市の子どもに必要とされる能力」に対しては304個の記述データが得られた。これらのデータは、KJ法(川喜多, 1967)を用いて類似した内容にまとめられ、それらを単位とする小グループを構成し、さらに中グループと大グループを構成した。具体的には、「セブ市の子どもに関わる教育的課題」は、38個の小グループ、9個の中グループ、4個の大グループに類別された。また、「セブ市の子どもに必要とされる能力」は、62個の小グループ、13個の中グループ、4個の大グループに類別された。「セブ市の子どもに関わる教育的課題」として抽出されたグループを表2に、「セブ市の子どもに必要とされる能力」として抽出されたグループを表3に示した。また、大グループ名を<>内に、中グループ名を‘ ’内に表記した。

「セブ市の子どもに関わる教育的課題」に対しては、<国の教育支援>、<学校環境>、<家庭環境>、<子どもの問題>という4つの大グループが抽出された。大グループに含まれる中グループをみて

みると、<国の教育支援>には‘国の教育支援’が、<学校環境>には‘貧弱な学校設備’、‘学習教材の不足’、‘優秀な教師の不足’、‘困難な通学条件’が、<家庭環境>には‘両親の教育支援’、‘貧困のあおり’が、そして、<子どもの問題>には‘学習上の問題’、‘心理社会的な問題’が、それぞれ該当した。

また、「セブ市の子どもに必要とされる能力」に対しては、<子どもが備えたい能力>、<自己実現に向けた目標達成スキル>、<社会生活を営むためのスキル>、<教育を受け学べること>という4つの大グループが抽出された。大グループに含まれる中グループをみてみると、<子どもが備えたい能力>には‘生活に関わる能力’、‘文化的活動に関わる能力’、‘基礎教養に関わる能力’、‘職業に関わる能力’が、<自己実現に向けた目標達成スキル>には‘自己実現に向かう気持ち’、‘自己実現に向けた行動方略’、‘困難に立ち向かう力’、‘行動を後押しする力’が、<社会生活を営むためのスキル>には‘健全な市民としての素養’、‘他者への敬意’、‘対人関係の能力’、‘コミュニケーションの能力’が、そし

表3 セブ市の子どもに必要とされる能力

大グループ	中グループ	小グループ	
子どもが備えたい能力	生活に関わる能力	料理 家事 機械操作	
	文化的活動に関わる能力	歌唱 ダンス スポーツや運動 芸術	
	基礎教養に関わる能力	英語 語学力 数学 コンピューター 国際的教養	
	職業に関わる能力	科学技術 仕事やビジネス 金銭管理	
自己実現に向けた目標達成スキル	自己実現に向かう気持ち	自尊心を持つこと 興味を持つこと 希望を持つこと 目標を持つこと 自己理解すること	
	自己実現に向けた行動方略	目標達成に向かうこと 訓練に身をおくこと 優れた思考力を持つこと 意志決定すること 積極性を持つこと 集中すること ストレスに対処すること 賢く行動すること	
	困難に立ち向かう心	一生懸命に取り組むこと 粘り強く取り組むこと 困難を克服すること 生き抜くこと 挑戦すること 勇気を持つこと	
	行動を後押しする力	意欲を持つこと 前向きな姿勢を持つこと 自信を持つこと	
	社会生活を営むためのスキル	健全な市民としての素養	素直な心を持つこと 勤勉さを持つこと 国を愛すること 神に祈ること 異なる宗教を理解すること 世の中を見渡せること 自立すること 安全に行動すること 奉仕の心を持つこと 健康的な生活をおくること
		他者への敬意	他者を尊敬すること もてなしの心を持つこと 優しいこと 誠実であること 礼儀正しいこと 感謝の気持ちを持つこと
対人関係の能力		他者どうまく関わること 責任感を持つこと リーダーシップをとること	
コミュニケーションの能力		コミュニケーションを図ること 気持ちを表現すること 聞くこと 演説すること	
教育を受け学べること		教育を受け学べること 就学期間を学校で過ごすこと 勉強すること	

て、＜教育を受け学べること＞には‘教育を受け学べること’が、それぞれ該当した。

以上の結果を基にして、プログラムが対応すべき

子どもの教育的課題と育成の対象となるライフスキルを検討する。まず、「セブ市の子どもに関わる教育的課題」として表された結果から、セブ市では、



国の低い経済状況を背景として〈学校環境〉は整備が遅れ、また、〈家庭環境〉も財政的に厳しいことが伺える。そして、それらの影響として、様々な〈学習上の問題〉や〈心理社会的な問題〉が生じているといえる。これらの問題の原因として、先に指摘したような環境的な要因があることは自明のことであり、したがって環境的な側面から問題の解決に取り組むことは必要なことであろう。それと同時に、子どもの側からの取り組みを考えることも大切である。「セブ市の子どもに必要なとされる能力」として表された結果も併せて考えると、子どもの〈学習上の問題〉については、〈自己実現に向けた目標達成スキル〉を養うことが、そして、〈心理社会的な問題〉については〈社会生活を営むためのスキル〉を養うことが、それぞれの問題解決に貢献することが推察される。もちろん、これらのライフスキルが獲得され、そして調和的に利用されることによって、4つの〈子どもが備えたい能力〉を高めることに繋げていくことも大切である。したがって、これらのライフスキルはプログラムで育成することが目指される内容になるだろう。一方、〈教育を受け学べること〉は〈子どもが備えたい能力〉を高めるうえで必須のことである。しかしながら、セブ市の経済状況を考慮すると、子どもが教育を受けられる状況にとどまるといえることが〈家庭環境〉や〈学校環境〉の影響を大きく受けることから、この内容はプログラムで育成することが期待されるライフスキルとしては、その対象から外して考えるのが適当と思われる。

#### 4) 今後の課題

本研究では、ライフスキルスポーツプログラムの効果とその現場での適用可能性を検討してきたが、効果の検証については十分な検討を行うまでには至らなかったといえる。その理由は、幼児や児童のライフスキルをどのように捉えるかという評価基準と、その評価方法を導くことが困難であったからである。しかしながら、そうした課題を明確にできたことは、本研究の成果でもあるといえる。具体的な課題としては、プログラムの効果については他の影響要因を統制して検証する必要があるが、現実の教育活動の中でそれをいかに行えるかということがあげられる。また、あるスキルがライフスキルとして定着したという状況を、いつの段階で捉えるのかという問題もある。これらの問題を克服し、プログラムの効果を評価していくことが課題である。

次に、日本の教育的課題や現場の要請に応じたスキル育成を目的としたライフスキルスポーツプログラム作成の必要性である。今回の実践では、プログラムで育成することを目指すライフスキルをプ

ログラムの作成者側の意思で定めたが、本来であれば、現場の声を取り入れて決定されるべきである。今後、プログラムが実用化される際には、こうした点にも考慮する必要がある。そして、子どもの発達段階とライフスキルの系統性を考慮したプログラムの作成にも努め、プログラム参加者にとって効果的な実践を提供することが望まれる。

最後に、開発途上国におけるプログラムの実施が求められることについても触れておきたい。本研究では、開発途上国の教育を受ける環境が整っていない地域に暮らす、フィリピンセブ市の子どもを対象としたプログラムを検討してきた。特にここでは、プログラムが対応すべき子どもの教育的課題と育成の対象となるライフスキルが提示されたわけであるが、今後はこれらを基礎資料として具体的なプログラムを作成し、現地での実践を通じて子どものライフスキルの育成に貢献することが課題である。

#### 5. まとめ

本研究の目的は、幼少年のライフスキルを育成するスポーツプログラムを作成、実施し、その効果とプログラムの現場での適用可能性を検討することであった。また、開発途上国における実践も視野に入れ、そこで求められるプログラムの内容についても検討した。検討の結果、以下のことが明らかとなった。

- 1) 簡易版プログラムは、幼児の運動遊びの活動の中で声かけや説明を行うことにより、スキルの「内在化」とその「同定」を図り、運動遊びで高められたスキルの日常生活への般化を促すという内容であった。簡易版プログラムの現場での適用可能性は、ある程度は認められると考えられた。
- 2) オリジナル版プログラムでは、同学年のペアを作り、スポーツ活動の最後にお互いにアドバイスを交換し合う機会を設けた。オリジナル版プログラムは、アサーティブコミュニケーションスキルの獲得と般化を促すと考えられた。
- 3) セブ市の子どもを対象としたライフスキルプログラムにおいて、育成することが目指される主要なライフスキルは、「自己実現に向けた目標達成スキル」と「社会生活を営むためのスキル」であることが示された。
- 4) ライフスキルスポーツプログラムの開発に向けて、プログラムの効果の適切な評価方法を検討すること、日本の教育的課題や現場の要請に基づくスキル育成を目的としたプログラムを作成することなどが、課題として提示された。

## 参考文献

- 川喜多二郎 (1967) 発想法—創造性開発のために—。  
中央公論社：東京。
- 渋谷崇行・佐々木万丈 (2012) 小学生のライフスキルを育成するスポーツプログラムの開発に向けた基礎的研究：諸外国におけるプログラムの実態把握と我が国への応用可能性の検討。SSF スポーツ政策研究, 1 : 213-222.
- 渋谷崇行・杉山佳生・西田 保・伊藤豊彦・佐々木万丈・磯貝浩久 (2009) 体育授業を通じた心理社会的スキルの獲得と般化を促進する実践的研究。日本スポーツ心理学会第 36 回大会研究発表抄録集 : 40-41.
- 園田雅代・中釜洋子 (2007) 子どものためのアサーション (自己表現) グループワーク : 自分も相手も大切に作る学級づくり。金子書房 : 東京。
- 杉山佳生・渋谷崇行・西田 保・伊藤豊彦・佐々木万丈・磯貝浩久 (2010) 体育授業における心理社会的スキルとライフスキルを測定する尺度の作成。健康科学, 32 : 77-84.
- WHO 編 : 川畑徹朗ほか監訳 (1994) WHO・ライフスキル教育プログラム。大修館書店 : 東京。

この研究は笹川スポーツ研究助成を受けて実施したものです。

