

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—

渋谷 崇行*
佐々木万丈**

抄録

本研究の目的は、我が国における幼少年スポーツ指導とライフスキル教育の先進国で実施されている「スポーツ活動を通じたライフスキルプログラム」の実態把握、及びその適用可能性を検討することにより、我が国独自の「小学生用ライフスキルスポーツプログラム」の方法論を導くうえでの検討課題を提示することであった。調査対象のスポーツ団体として国内から3団体、国外から2団体が選定された。そして、これらの団体からライフスキルプログラムの目標の設定、育成の対象となるライフスキルの特定とスポーツ活動の構成、ライフスキルの育成に向けた指導上の工夫、そして、プログラム頒布と実用化に向けた工夫のそれぞれについて、検討するための資料が収集された。検討の結果、ライフスキルスポーツプログラムの方法論を導くうえでの検討課題として、以下の7つが提示された。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。最後に、本研究の限界と今後の課題が提示された。

キーワード：実用性、指導方法、産学連携、Kelly Sports, Playball

* 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

Basic research for the development of a life skills program through sports activity for pupils

—understanding of the actual conditions of foreign programs and
consideration of its applied possibility to Japan—

Takayuki Shibukura*
Banjou Sasaki**

Abstract

The purposes of this study were to understand the actual conditions of Japanese sports programs and foreign countries' life skills programs through sports activity, and to present the issues for consideration to establish the methodology of the life skills program through sports activity for Japanese pupils. Three Japanese organizations and two foreign organizations were selected as subjects for this investigation and materials were gathered to consider below; goal setting of life skills program, identification of the life skills that were targets to be grown and the sports activities that enable to grow the skills, ideas on effective coaching to grow pupils' life skills, and ideas on possibility of distribution and practicality of life skills program. As results of this study, seven issues were presented for consideration; (1) setting figures that life skills program intends to grow and targeted life skills as a goal clearly, (2) setting learning environments that utilize features of sports activity to grow pupils' life skills, (3) setting evaluating standards that enable to evaluate the state of pupils' skill acquisition exactly, (4) presenting coaching methods that enable coaches to introduce to their place easily, (5) gaining recognition from community and building cooperative relationships between surroundings, (6) establishing cooperative relationships between parents, and (7) possibility for collaboration between industry and academia to manage life skills program. Finally, it was presented the limit in this study and further direction for the applied research.

Key Words : practicability, coaching methods, collaboration between industry and academia, Kelly Sports, Playball

* 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

青少年のスポーツ活動が人間形成に役立つという考えは以前から多くある。その背景には、スポーツ活動では身体運動の他に、様々な心理社会的な活動を行うということが関係している。そのような活動の中には、子どもが大人へと成長する際に直面する課題も含まれることも多い。実際、青少年のスポーツ活動は、目標に向かって努力すること、仲間と協力して練習すること、コーチの話をしっかりと聞くこと、スポーツのルールやクラブの規則を守ること、これらをはじめとして多くのことを要求される場でもある。そして、そのような活動の中で、子どもはうまく振る舞えるようになることが期待されているといえる。反対の見方をすれば、我々は子どもが多様な体験ができるスポーツ活動の中で、大人として備わることが求められる様々な心理社会的な能力を獲得することを期待してきたといえる。そして、青少年のスポーツ活動は「人間性を育成する場」であると長年言われ続けてきた。それでは、スポーツ活動は青少年の人間性をどのように育成することができるのか。残念ながら、このような問に対する明確な答えを、これまでのスポーツ科学は持ち得ていない。スポーツ活動による人間形成の方法論については、未だ確立されたものはないといえる。

方法論が未確立の理由として、以下のことが考えられる。1つ目は、これまでの青少年を対象としたスポーツ指導が、ボランティアや専門的なトレーニングを受けていない指導者により行われることが多かったことが指摘できる。青少年がスポーツ活動を行う場としてスポーツ少年団や学校運動部活動があるが、それらの指導者に関わる問題点はいくつかあげられる。西島(2006)の指摘にもあるように、部活動は教育課程外の活動であることから、顧問教諭が部活動に費やす時間に対して教育活動としての報酬が支払われることはない。このようなことから、顧問教諭は事実上、ボランティアという立場で部活動指導に臨まざるを得ないのが現状である。そして、制度的に不安定な身分で部活動指導を行うことが、結果的に指導者による独善的な指導を成立させやすくしたと考えられている(内海, 1998)。このように、実際の青少年スポーツ指導は、指導を任されたボランティア指導者が、個々の教育論や人生論を背景として、独自の指導法を現場に導入していることが多く、このような実態を受け入れてきたことが、スポーツ活動による人間形成に関わる方法論の確立を拒んできた原因になっていると推測される。

2つ目の理由は、スポーツ活動が人間性の育成に

どのように貢献するのかということについて、これまで科学的な検討がほとんど行われてこなかったということが指摘できる。先行研究によれば、人間性の育成に結びつくような心理社会的スキルは、単にスポーツ活動を行っているだけで獲得されるわけではないことが指摘されている(たとえば, Ewing et al., 2002; Shields et al., 2002)。さらに、スポーツ活動で心理社会的スキルを育成するためには、指導者による適切な介入が必要であることが杉山ら(2008)によって指摘されている。これまで、スポーツ活動のどのような側面がどのような効果に結びつくのかということについては、ほとんど議論がなされなかった。したがって、スポーツ活動による人間形成に関わる方法論を確立していくためには、スポーツ活動が人間性の育成を実現していくまでのメカニズムを検討することが求められるといえる。

スポーツ活動による人間形成に関わる方法論が未確立である3つ目の理由として、スポーツ活動が育成を目指す対象としての人間性それ自体が明確に捉えられてこなかったことがあげられる。広い意味を持つ人間性を正しく捉えることは、指導実践と研究のどちらにおいても重要である。指導実践においては、スポーツ活動で育成される人間性を明確に捉えていないことによって、指導者は人間性のどの部分に焦点を当てて指導を行えばよいのかが不明なままであり、その効果を見る視点も曖昧にならざるを得ない。また、研究においても、質問紙等で人間性という構成概念を数値化しようとする際には、やはり明確な定義を与えることが不可欠である。さらに、育成しようとする人間性を多面的に評価することができれば、スポーツ活動の効果をより詳細に検討することも可能になる。このように、スポーツ活動と人間性の育成との関係を検討するうえで、人間性をどのように捉えるかということは重要なことである。

それでは、我々がスポーツ活動を通して育成したい人間性とは一体どのようなものなのか。これも個々の指導者が異なる意見を持つことは想像に難くない。そのような中、近年では、体育授業やスポーツ活動を通じて、身体的能力や運動技能を高めることの他、心理的、あるいは社会的な能力を高めることにも注目した研究がみられるようになってきた(たとえば, 上野・中込, 1998; 島本・石井, 2007; 杉山ほか, 2010; 西田ほか, 2010)。このような心理社会的な能力のことをライフスキルと呼ぶことが多いが、スポーツ活動とライフスキルとの関係を取り扱った研究が、我が国でも徐々に行われるようになってきた。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)。ところで、これらのスキルはスポーツ活動を通して青少年が育んでほしい能力として、我々が期待する内容と重なる部分が多い。そこで、本研究では、スポーツ活動を通して育成したい人間性をライフスキルという視点から捉えて、研究を進めていくことにする。具体的には、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ることにより、我が国の青少年スポーツにおいて、これまで指導者の経験的な部分に頼らざるを得なかった人間性教育の指導について方法論の提案を試みる。ところで、本研究の意義としては次のことがあげられる。

- ①本研究の主要なテーマは小学生のライフスキルの育成である。これから生きていく若者が備えておくべき能力を、豊富な学習機会を含んでいるスポーツ活動を通じて獲得することを推進している。青少年の成長支援という点で、スポーツ科学が是非とも取り組むことが期待される研究課題である。
- ②ライフスキルの育成に関わる方法論を検討する。これまで青少年スポーツでは、人間性教育の指導を指導者の経験的な部分に大きく頼ってきたが、本研究によって具体的で効果的な方法論が提案される。
- ③本研究は「小学生用ライフスキルスポーツプログラム」の開発に繋がるものであり、その現場での実用化を目標としている。我が国の現状理解と諸外国のプログラムの実態を理解することにより、我が国の実態に応じた扱いやすいプログラムを提案する。
- ④青少年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、スポーツ活動の効果は表れやすくなる。したがって、本研究は青少年スポーツの価値をなお一層、高めることに貢献する。

また、本研究の最大の目標は、我が国独自の「小学生用ライフスキルスポーツプログラム」を開発することであるが、この目標を達成するにあたり、本研究課題を含めて、以下の3課題が設定されている。このうち、本研究では②の検討課題に取り組む。

- ①小学生のライフスキルの育成に影響を及ぼすスポーツ活動の条件・要素等を特定すること。

- ②小学生のライフスキルを育成するための方法論を導くこと。
- ③上記①②によって作成されたプログラムを小学生に実施し、その効果を質的量的に評価すること。

2. 目的

本研究の目的は、我が国における幼少年スポーツ指導とライフスキル教育の先進国で実施されている「スポーツ活動を通じたライフスキルプログラム」の実態把握、及びその適用可能性を検討することにより、我が国独自の「小学生用ライフスキルスポーツプログラム」の方法論を導くうえでの課題を提示することである。

3. 方法

1) 調査対象スポーツ団体

(1) 国内団体 日本国内で幼少年を対象として運動やスポーツの指導を実施している3団体(団体A, B, C)を調査対象とした。団体Aは、スポーツと保育を通して健康で明るく伸びやかな子どもを育成することを謳った幼児教育機関であり、2歳児から5歳児までの運動指導を行っている。団体Bは、課外の体育教室を全国的規模で運営している。指導対象となる子どもの年齢は2歳から12歳までである。団体Cは、幼児児童の体力づくりやその指導者の養成を実施する団体であり、指導者向けの検定事業や各種講習会も開催している。

(2) 国外団体 幼少年のライフスキルの育成に主眼を置いてスポーツ活動を実施している民間団体として、Kelly SportsとPlayballを調査対象とした。Kelly Sportsは1994年にオーストラリアで設立され、2007年からはニュージーランドでも運営を開始している。また、Playballは25年以上にわたり、アメリカ、カナダ、イギリス、オーストラリア、ニュージーランド等の国々で運営されている。いずれの団体も、課外活動プログラムの他、幼稚園や小学校の教育課程のプログラムも提供している。

2) 調査内容

次の内容に関して検討するための資料を収集した。

- (1) ライフスキルプログラムの目標の設定。
- (2) 育成の対象となるライフスキルの特定とスポーツ活動の構成。
- (3) ライフスキルの育成に向けた指導上の工夫。
- (4) プログラム頒布、実用化に向けた工夫。

3) 調査方法

調査対象である5団体のうち、Playballを除く4団体については、各団体が実施するスポーツ指導、あるいは研修の現場を直接訪れ、そこで実践の観察や指導者への聞き取り調査を行った。また、各団体の活動内容について記載された資料や指導書等を収集した。Playballについては、インターネットを介して指導者への聞き取り調査や各種資料の収集を行った。なお、各団体の所在地、または視察地は、団体Aが東京、団体Bが新潟、団体Cが大阪、Kelly Sportsがオークランド（ニュージーランド）、Playballがサンフランシスコ（アメリカ）であった。

4) 調査時期

調査は、平成23年9月から平成24年1月までの期間に行われた。

4. 結果及び考察

1) 国内の幼少年スポーツ指導の現状把握

(1) ライフスキルプログラムの目標の設定

我が国の「小学生用ライフスキルスポーツプログラム」の目標をいかに定めるかを検討する材料として、国内の幼少年スポーツ指導の現場を訪れて収集した資料から、ライフスキルと関係する目標が掲げられている部分を抜粋した。資料には、以下のような文言があった。

「健康で明るく伸びやかな子どもを育成する」
 「身体や運動機能を促進するだけでなく、体験を通じて様々なことを身に付けていく」
 「運動を通して心と体の調和を図り、健康で明るい活力に満ちた生活を目指し、自ら進んで運動しようとする運動好きの子どもを育てる」

これらのライフスキルと関係があると思われる目標をみてみると、スポーツ活動が身体に関わる部分だけではなく、それ以外の人間性に関わる部分についても成長を促進することが目標となっていることが伺える。そうしたことが、「明るく伸びやかな」、「様々なこと」、「心」というような漠然とした表現にとどまってはいるものの、従来のプログラムでも人間性に関する部分を高めていくことが目標に含まれていることが確認できた。また、スポーツ活動を通して「明るい活力に満ちた生活」や「運動好きの子ども」を育てることを目指していることも示された。

(2) 育成の対象となるライフスキルの特定とスポーツ活動の構成

国内の各団体では、独自に指導書やテキストを作成していた。また、指導実践を評価するための特定

の基準も定めていた。ここでは、それらの資料から、スポーツ活動を通して育成することを想定しているライフスキルに関係した部分を表す文言を抜粋し、そこから育成の対象となるライフスキルの特定を試みた。それらを整理すると、大きく、個人的スキル、対人的スキル、感情体験にわけられると考えられ、スポーツ活動を通して以下のようなライフスキルの育成を想定していることが考えられた。すなわち、個人的スキルとしては、「忍耐力」、「挑戦心」、「目標設定」、「集中力」、「自主的行動」、「向上心」、「規則を守ること」、「積極的行動」、「やればできるという気持ち」、「諦めない心」、「自律的行動」、「積極的行動」、「最後までやり抜く力」、「判断力」が、また、対人的スキルとしては、「人間関係」、「思いやりの気持ち」、「感謝の気持ち」、「指示に従うこと」、「挨拶・返事」、「リーダーシップ」、「チームワーク」、「協力」、「礼儀」、「他者の尊重」、「規則を守ること」が、そして、感情体験としては、「達成感」、「嬉しさ・悔しさ感情」があった。

つづいて、国内団体のプログラムで実施されている運動種目を調査したところ、以下の種目があげられた。それらは、「縄跳び」、「リズム体操」、「リトミック」、「鉄棒」、「マット」、「跳び箱」、「走り幅跳び」、「走り高跳び」、「長・短距離走」、「ポートボール」、「サッカー」、「剣道」、「ボール運動」、「整列」、「サーキット遊び」、「忍者遊び」等であった。全体として、個人種目が多く、克服型、達成型の運動が多いようであった。

このように、スポーツ活動で育成することが見込まれる心理社会的スキルとして、多くの個人的スキルや対人的スキルが提示された。そして、これらのスキルは、「縄跳び」や「リズム体操」をはじめとした各種の運動やスポーツ活動を通して育成されるということが考えられた。ところで、今回の資料提供者から「心の面について評価は行うが、それを育てるために運動やプログラムを構成するところまではいっていない」（団体B）という言葉聞くことができた。このことから推察すると、現状では、これらのライフスキルを育成するためにどのようなスポーツ活動をどのように実施するかというところまで、プログラムは構成されていないことも考えられる。

(3) ライフスキルの育成に向けた指導上の工夫

ここでは、収集した各種の資料をもとに、ライフスキルの育成に向けて指導上の工夫がみられる点を取りあげた。まず、団体Aでは、学年に応じて指導種目の達成目標値が示されており、その数値達成に向けた指導が日々、行われていた。また、ライフスキルに関係する部分にも評価項目は設定されて

いた。たとえば、「先生の話聞ける」、「お友達と仲良く元気に遊ぶことができる」、「大きな声で返事・挨拶ができる」、「先生の指示により決められた場所に集合できる」、「最後まで集中し授業に取り組める」、「目標を持って授業に取り組める」、「お友達を思いやり励ましあいリーダーシップがとれる」等があった。また、団体Bでもライフスキルに関する内容の評価項目があった。項目数は20～30程度あり、内容は態度や習慣に重点がおかれていた。担当講師が定期的に評価を行うということであった。

このような、ライフスキルに関する内容について基準を定めて評価活動を行うということは、スキルの獲得状況や指導の成果を知るうえでとても重要なことといえる。今後、ライフスキルの育成に向けた指導を考える際には、ライフスキルに関する内容についても、子どもの到達度をより正確に捉えられるようになることが重要であろう。また、先にも紹介した通り、「心の面について評価は行いが、それを育てるために運動やプログラムを構成するところまではいっていない」（団体B）ということもあって、これらの評価はあくまでも子どもの実態を捉える材料としての使用にとどまっているのが現状といえる。評価の対象としてあげられたライフスキルに関する内容についても、それを単なるスポーツ活動による付随的な効果として捉えるのではなく、指導内容として取り扱うことによって、意図的に育成を推進することが望まれる。

(4) プログラム頒布、実用化に向けた工夫

プログラムの実用化に向けて、それを実施する場所の確保は大きな課題である。施設面について、運動施設を所有している国内の団体であっても、プログラム参加者が通う小学校や幼稚園の施設でプログラムを実施することがあった。そして、そのことのメリットは、プログラムを受ける側と実施する側の両方にあることが考えられた。すなわち、受ける側とすれば、学校の授業が終わった放課後にプログラムが行われる場合が多いので、子どもが特定の施設まで移動しなくてもよいというメリットがある。また、実施する側とすれば、プログラムのための専用施設を自前で用意しなくてもよいというメリットとともに、個別単位ではなく、学校や幼稚園単位で多くの参加者を見込めるというメリットもある。

つづいて、プログラム参加者が継続して次回以降のプログラムに参加するというのも、ライフスキルの育成を目標とするプログラムの実用化に向けては重要な課題といえる。そのためには、プログラムに参加している子どもに及ぼす効果を、その保護者にも理解してもらうことが大切である。調査対象となった全ての国内団体は、保護者とのコミュニケ

ーションを、連絡ノート等を利用することによって行っていた。このように、ライフスキルプログラムの実用化に向けて、プログラム参加者の保護者といかにしてコミュニケーションをとるかということにも目を向ける必要があるといえよう。

さらに、企業から広告費を徴収し、それを資金としてプログラムを運営するという試みもみられた。このことのメリットは、プログラム実施者にとっては充実したプログラムの開発やその提供が可能になるというメリットがある。また、参加者にとっては費用負担の軽減というメリットがある。また、資金を提供する企業にとっては、社会貢献という責任を果たすことにもなる。今後は、大学の知的財産の運営を企業が支援するというような、産学連携によるプログラム展開の可能性を探ることも重要である。

2) 諸外国における幼少年を対象とした「スポーツ活動を通じたライフスキルプログラム」の実態把握

(1) ライフスキルプログラムの目標の設定

国外の2団体から収集した資料から、ライフスキルと関係する目標が掲げられている部分を抜粋した。最初に、Kelly Sports が掲げる目標を、次にPlayball が掲げる目標を提示した。

「クラブへの参加と生涯スポーツに繋がるよう、子どもに基礎的なスポーツスキルと自信を持たせる」

「子どもたちに楽しみをもたらし、有能感を高め、スポーツに向かわせる」

「子どものスポーツへの情熱とライフスキルを推奨する」

「子どもに生活に必要な身体的、精神的、そして社会的スキルを備えさせる」

(以上, Kelly Sports)

「私たちのプログラムを基礎とした包括的なライフスキルによって、子どもを人生に備えさせる」

「プログラムのねらいは子どもたちを身体的、情動的、社会的、そして知的に発達させること」

(以上, Playball)

今回取りあげたどちらの団体とも、幼少年を対象として、スポーツ活動を通じて彼らのライフスキルを高めることを目標としたプログラムを展開している。したがって、両団体とも、スポーツ活動の効果として身体的なスキルの発達とともに、精神的、および社会的なスキルの発達を明確な目標として取りあげていた。特徴としては、Kelly Sportsの方は、子どもをスポーツに向かわせることを主要な目標とし、その実現に向けて、スポーツスキルと自信

を持たせることをプログラムの目的としていた。特に、楽しさと有能感が重視されていた。一方、Playballは、人生に備えさせることが主要な目標であり、その実現のために、スポーツ参加を通じて各種のライフスキルを養うことを目的としていた。

また、ライフスキルプログラムを展開するこれら2団体が、スポーツをどのように捉えているのかを示す記述を以下に提示した。

「スポーツと身体活動は健康を増進させ、有能感を高め、コミュニケーションスキルを開発し、尊厳と思考力を教え、子どもにエネルギーを注ぐ場所を提供する」(Kelly Sports)

「私たちはスポーツをこれら本質的なライフスキルの全てを教える手段として用いている」(Playball)

これらの記述からわかるとおり、両団体はスポーツ活動が子どもの成長にもたらす効果を明確に意識しているといえる。そして、スポーツ活動はライフスキルを教える手段であるという意識を明確に持っていることが指摘できる。

さらに、スポーツ活動を通じて獲得されたライフスキルの価値や重要性については、以下のように表現していた。

「導かれたもの全ては人生の準備となる」(Kelly Sports)

「これらのスキルは、子どもが他者と楽しく遊ぶ方法を学ぶことを支援する」(Playball)

「健康的な出発と幸せでバランスのとれたライフスタイルを促進する」(Playball)

これらの記述から、ライフスキルは子どもを将来のスポーツ参加に繋げるために、あるいは人生の準備のために重要であることが、そして、そのことが健康的なライフスタイルの実現を導くということが、それぞれ強く意識されていることが読み取れるといえる。

(2) 育成の対象となるライフスキルの特定とスポーツ活動の構成

国外団体から得られた資料をもとに、彼らがスポーツ活動を通してどのようなライフスキルの育成を試みているのかを整理した。各種の資料からそれに関わる記述を抜粋し、ライフスキルの育成という点から分類すると、国内団体のものと同様に、個人的スキル、対人的スキル、感情体験にわけられた。すなわち、個人的スキルとしては、「失敗を恐れない心」、「集中力」、「スポーツマンシップ」、「勝利に向かう心」、「自尊心」、「レジリエンス」、「目標設定」、「粘り強さ」、「自立心」、「忍耐力」が、また、対人的スキルとしては、「メンバーシップ」、「聞くスキル」、「チームワーク」、「リーダーシップ」、「協働」、

「チームスピリット」、「社会的スキル」、「コミュニケーション」、「公平性」、「他者への尊敬」が、そして、感情体験としては、「有能感」があった。

また、国外団体のプログラムで実施されている運動種目は、「サッカー」、「クリケット」、「ラグビー」、「バスケットボール」、「ホッケー」、「野球」、「ゴルフ」、「テニス」、「バレーボール」等であった。全体として、ボールゲームを中心とした集団種目が多く、これは個人種目で克服型、達成型の運動が多い日本とは異なる傾向であった。

(3) ライフスキルの育成に向けた指導上の工夫

国外の2団体から収集された資料より、ライフスキルの育成に向けて指導上の工夫がみられる点を取りあげた。資料から、それに関わる記述をいくつか抜粋した。

「私は子どもに対してとても情熱的で子どもと話したり遊んだりすることに時間を費やすことをとても楽しんでいる」(Kelly Sports)

「子どもが準備できているときには、新しいスキルを簡単に学習することができる」

(Kelly Sports)

「年齢に適した活動を徐々に紹介していく」(Kelly Sports)

「正式のレッスンの構成の中に楽しさが含まれている」(Playball)

「スキルは暖かな、そして安全な環境の中で教えられる」(Playball)

「私たちのプログラムの最初のステージは競争はなしで、全ての子どもがそれぞれのレベルで参加する機会を持てるようデザインされている」(Playball)

「スキルを洗練する機会を経験する」(Playball)

これらの記述は、指導者が子どもの成長に対して情熱的であること、子どもと関わる時間そのものを楽しむ姿勢が重要なこと、子どものレディネスに応じた課題や学習活動を計画すること、楽しく安心できる穏やかな雰囲気の中で実施すること、競争は子どもの学習段階を考慮して取り入れること、そして、学習したスキルをさらに高めていく機会を設けること、これらの事柄がライフスキルの育成において重要であることを指摘しているといえる。

ところで、心理社会的な能力の学習はスポーツ技術を高める過程と似ていることが指摘されている(渋谷, 2008)。実際に、上で指摘された指導上の工夫に関する内容は、ライフスキルの育成に向けられたものではあるが、スポーツ技術の指導の場合と重なる部分が多くあるように思える。このようなことから、ライフスキルの指導においても従来のスポ

ーツ指導で導入されている内容を細かく点検して、指導方法を検討することも重要といえる。

(4) プログラム頒布、実用化に向けた工夫

Kelly Sports と Playball のこれまでの実践から、ライフスキルプログラムの頒布や実用化に向けて工夫すべき点を検討した。収集した資料をもとに、それに関わる記述をいくつか抜粋した。

「地域のクラブを放課後のスポーツ活動や他のスポーツプログラムに招待し、地域のクラブを活性化させる」(Kelly Sports)

「私たちは子どもたちを地域のクラブに参加することを推奨し、彼らを適切な個人と関わりがもてるようにする」(Kelly Sports)

「ボランティアコーチに対して、スポーツをコーチする際のマネジメントと子どもの動機づけをコーチする」(Kelly Sports)

「プログラムは子どもたちの学校のグラウンドで行われる。プログラムは週に1回、午後3時から4時の間に行われる」(Kelly Sports)

「多くの子どもは、プログラムから多くの利益を受けている。これは長年にわたる調査と開発の結果である」(Playball)

「我々は専門家の指導を受けている」(Playball)

ライフスキルプログラムの頒布や実用化のためには、子どもをプログラムに参加させるだけでなく、次段階の活動への広がりも考慮して計画を立案することも大切である。Kelly Sports では小学校高学年以降の地域スポーツクラブとの接続を考慮して、彼らと協力関係を構築する試みを行っていた。また、地域や学校で活動するボランティア指導者に対して、研修や啓蒙活動を行うという試みも実施していた。

また、国外団体でも子どもの学校のグラウンドに出向いてプログラムを実施していた。国内団体のところでも指摘したが、そのことのメリットは、プログラムを受ける側と実施する側の両方にある。すなわち、参加者である子どもは特定の施設まで移動しなくてもよく、実施者側はプログラムのための専用施設を自前で用意しなくてもよいことその他、学校単位で多くの参加者を見込めるということがある。

また、Playball のプログラムは長い時間をかけて作りあげられてきたことが示された。そして、これらには、広範囲にわたる子どもに関する研究分野の専門家の協力を得て、綿密な調査と継続的なプログラム開発があったということである。具体的には、小児科のセラピスト、小児科の言語セラピスト、言語病理学者、児童心理学者、幼児教育者、スポーツ科学者、理学療法士等の専門家と協力関係を築きながら、

良質のプログラムの開発とその更新を行っていた。我が国で「小学生用ライフスキルスポーツプログラム」を実施する際にも、子どもやスポーツと関係がある専門家から必要な支援を受けることは重要なことである。

3) 我が国独自の「小学生用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

以上のように、国内の幼少年スポーツ指導の現状把握、および諸外国における幼少年を対象とした「スポーツ活動を通じたライフスキルプログラム」の実態把握を行った。ここでは、それらの内容をもとに、我が国で「小学生用ライフスキルスポーツプログラム」を実施する際に、その方法論をどのように考えたらいいかということに関わる課題を提示する。

(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

我が国における従来のプログラムでも、スポーツ活動を通じて人間性に関わる部分を高めていくことが目標に含まれていることを確認できた。しかし、それらが具体的に人間性のどの部分を高めようとしているのかについては漠然としたままであった。一方、ライフスキル教育の先進国にある2団体は、スポーツ活動の効果として身体的なスキルの発達とともに、精神的、および社会的なスキルの発達も明確な目標として取りあげていた。また、スポーツ活動を通じて獲得されたライフスキルの価値や重要性を強く意識していた。このことから、ライフスキルプログラムの目標は、人間性に関わる内容をより具体的に示すことで、指導の対象となるスキルを捉えやすくすることが重要であるといえる。具体的には、スポーツ活動によって育てたい人物像を明確に提示し、それをどのようなスキルを獲得させることによって実現しようとしているのかを示すことが重要といえる。

(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

国外の団体では、スポーツ活動はライフスキルを教える手段であるという意識を明確に持っており、スポーツ活動を通じてライフスキル教育を行うという目的意識が明確に表れていた。また、国内外ともに、スポーツ活動を通じて育成されるライフスキルは、大きく、個人的スキル、対人的スキルにわけられた。このことから、我が国でライフスキルスポーツプログラムを実施する際には、スポーツ活動はライフスキルを教える手段であるという意識を持つことが大切である。そのうえで、身体運動や上達、勝敗、楽しさ、困難、あるいは仲間や指導者との交

流といった様々な特徴を有するスポーツ活動の場が、どのようなスキルの育成に適しているのかということを検討することが求められる。多くのスポーツ種目がある中、特定のスポーツ種目で獲得することが容易なスキルもあれば、困難なスキルもあるかもしれない。また、同じスポーツ種目でも参加者の体験の質に応じて、獲得されやすいスキルというものがあるかもしれない。このような課題に対しては、すでに我が国でも小学生、中学生、高校生を対象とした検討が開始されている（佐々木ほか，2011；渋谷ほか，2011）。詳細の検討結果は今後の報告を待つとして、ライフスキルの指導においては、スポーツ活動の特長を活かし、獲得させたいスキルの学習に適した場をスポーツ活動の中に設定しながら、プログラムを構成することが重要であるといえる。

(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

我が国で実施されている従来のスポーツ活動プログラムでも、ライフスキルに関係する内容の評価活動は行われていた。このことは、ライフスキルプログラムにおいても極めて重要なことである。しかし、これまで我が国では、評価の対象としてあげられたライフスキルに関する内容は、単にスポーツ活動による付随的な効果として捉えられる傾向があったが、ライフスキルプログラムにおいては、それらのスキルを指導内容として取り扱うことにより、意図的に育成を推進することが望まれる。そして、その評価基準は、ライフスキルに関わる子どもの到達度をより正確に捉えられることが重要である。

(4) 現場が導入しやすい指導方法の提示

ライフスキルの指導においても、従来のスポーツ指導で導入されてきた方法を適用することは可能である。たとえば、スポーツ活動の参加者は運動習熟の過程で、スポーツ技術に関する指導者の説明を聞いたり、見本をみたりする。それを毎日の練習の中で行い、試行錯誤を繰り返すことによって、新しい運動がまとまりをみせてくるという経験をする（渡辺，1990）。そして、この過程を辿ることは、心理社会的な能力の学習においても有効であることが指摘されている（渋谷，2008）。このように、ライフスキルの学習は従来のスポーツ活動で行われてきた運動技術を習得する方法と基本的には同種のものと考えられることから、現場の指導者はライフスキルの指導と運動技術の指導との関連性を理解しながら適切な指導を心がけることが大切である。

(5) 地域の理解と周囲との協力関係の構築

ライフスキルプログラムの頒布や実用化のためには、プログラムの実施団体が地域の中で役割を持

つことも大切である。なぜなら、このことにより、活動に対する周囲からの理解は得やすくなると考えられるからである。具体的には、子どもが適当な時期を迎えたときに地域のスポーツクラブへ速やかに参加できることを意識し、そうしたスポーツキャリアの継続を促進するために、地域スポーツクラブと協力関係を作ることは大切である。また、地域や学校で活動するボランティア指導者に対して、研修の機会を設けることも重要なことである。

さらに、プログラム参加が見込まれる小学校の協力を得ることも重要である。プログラムを実施する場所の確保は重大な課題であるが、プログラム参加者が通う小学校の施設でプログラムを実施することで、プログラムを受ける側と実施する側の両方にメリットがあることが指摘された。すなわち、受ける側は、子どもが特定の施設まで移動しなくてもよいというメリットがある。実施する側は、プログラムのための専用施設を自前で用意しなくてもよいというメリットの他、学校園単位で多くの参加者を見込めるというメリットもある。

(6) 保護者とのコミュニケーションの確立

ライフスキルプログラムの実用化に向けて、プログラム参加者の保護者といかにしてコミュニケーションをとるかということも重要である。Kelly Sportsによれば、プログラムが成功であったかどうかは、次回のプログラムにまた参加してくれるかどうか判断材料になるということであった。このことから、参加の意志決定に関わる参加者とその保護者にプログラムの効果を適切に伝えることは重要である。

(7) 産学連携によるプログラム運営の可能性

大学の知的財産の運営を民間団体が支援するというような、産学連携によるプログラム展開の可能性を探ることも重要であることが指摘された。プログラムの頒布という点で、研究者単位の取り組みでは運営上の限界は間近にある。今回、調査対象となった国外の2団体は多数の指導者を擁し、多くの地域や国々でプログラムを実施していた。そして、これらはいずれも、フランチャイズによる運営を導入していた。今後、ライフスキルスポーツプログラムを実施し、その効果を広く求めていくためには、プログラムの開発とともに運営面についての検討も重要な課題となる。たとえば、先進国のライフスキルプログラムのようなフランチャイズによる運営の他、大学発ベンチャー起業の可能性も視野に入れる必要がある。

4) 本研究の限界と今後の課題

最後に、本研究では検討が十分になされなかった

点について指摘する。スポーツ活動を通じたライフスキルプログラムにおいて、そこで必要とされる指導スキルを特定する試みは、資料が不十分であったために実現されなかった。その理由は、我が国ではスポーツ活動を素材としたライフスキルプログラムがほとんどないので、それに関わる指導スキルについて示された資料も皆無に等しいことがあげられる。また、ライフスキルプログラムを実施している Kelly Sports と Playball においても、両団体が営利団体であったために、調査開始時点での調査者との関係において、そこまでの資料提供が承諾されなかったということがある。

しかし、我が国で「小学生用ライフスキルスポーツプログラム」を実施するためには、その方法論を検討する材料は是非とも必要である。今後は、ライフスキル教育の先進国である 2 団体に、更なる研究協力を求めたい。そして、継続的な協力関係のもと、プログラム開発と運営面に関わる情報と知識を得ることにより、社会の要請に応え、なおかつ実用化に耐えうる、我が国独自のライフスキルスポーツプログラムを導入する礎を築きたいと考えている。

5. まとめ

本研究の目的は、我が国における幼少年スポーツ指導とライフスキル教育の先進国で実施されている「スポーツ活動を通じたライフスキルプログラム」の実態把握、及びその適用可能性を検討することにより、我が国独自の「小学生用ライフスキルスポーツプログラム」の方法論を導くうえでの検討課題を提示することであった。検討の結果、以下の 7 つの検討課題が提示された。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。

参考文献

Ewing ME, Gano-Overway LA, Branta CF, Seefeldt VD (2002) The role of sports in youth development, In Gatz M, Messner MA, Ball-Rokeach SJ (eds.), Paradoxes of youth and sport. State University of New York Press, Albany, pp. 31-47.

西田 保・伊藤豊彦・佐々木万丈・磯貝浩久・杉山佳生・渋谷崇行 (2010) 生きる力に影響する要因：体育における学習意欲、ストレス適応、心理社会的スキルの視点から。総合保健体育科学, 33:23-29. 西島央編 (2006) 部活動—その現状とこれからのあり方。学事出版：東京。

佐々木万丈・西田 保・北村勝朗・磯貝浩久・渋谷崇行 (2011) スポーツ活動の心理社会的効果とそれらの日常生活への般化：実態調査。日本教育心理学会第 53 回総会発表論文集, 442.

渋谷崇行 (2008) 高校運動部員の心理的ストレスに関する研究：部活動ストレスモデルの構築と介入プログラムの作成。平成 19 年度名古屋大学大学院教育発達科学研究科博士論文。

渋谷崇行・西田 保・佐々木万丈・北村勝朗・磯貝浩久 (2011) 高校運動部活動の心理社会的効果とそれらの日常生活への般化：実態調査。日本スポーツ心理学会第 38 回大会研究発表抄録集, 180-181.

Shields DL, Bredmeier BL, Power FC (2002) Character development and children's sport, In Smoll FL and Smith RE (eds.), Children and youth in sport: A biopsychosocial perspective (2nd ed.). Kendall/Hunt Publishing, Dubuque, pp. 537-559.

島本好平・石井源信 (2007) スポーツ経験とライフスキルの因果モデル構成の試み。スポーツ心理学研究, 34 (2) : 1-9.

杉山佳生・渋谷崇行・西田 保・伊藤豊彦・佐々木万丈・磯貝浩久 (2008) 学校体育授業を通じたライフスキル教育の現状と展望。健康科学, 30:1-9.

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.

内海和雄 (1998) 部活動改革—生徒主体への道—。不昧堂出版：東京。

上野耕平・中込四郎 (1998) 運動部活動への参加による生徒のライフスキル獲得に関する研究。体育学研究, 43 : 33-42.

渡辺 伸 (1990) 運動の発生と習熟位相。金子明友・朝岡正雄編 運動学講義。大修館書店：東京, pp. 123-135.

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。