

# 魂を燃やせ

Zoom up

平成23年度  
 榛原地区北地域小学校  
 陸上競技大会

本川根小学校グラウンド  
 7月26日 午前8時30分

## 「プロローグ」

### 子どもの運動能力低下 について考える

「50メートル走、パパは僕より速かった」「運動する小学生は親の世代より激減し、男子では5割、女子では3割」「子どもも大人もどちらも運動が不足しすぎ」。

これらの見出しは、体育の日に発行された新聞の見出しを抜粋したものである。

ここ数十年、子どもの体力低下が毎年のように指摘され、特に「現代の子どもの体力は、

親が子どもの時よりも低い」と叫ばれ続けてきた。

左ページ下の表を見てみると、現代の子どもの身長は、男女とも、昔に比べて2センチ以上高くなっている。体重についても同じことが言え、子どもの体格は確実に大きくなっていることが分かる。

しかし、それに比例して身体能力も向上しているかと言え、決してそんなことはない。体は大きくなっているのに、50メートル走やボール投げの記録は逆にマイナス傾向にある。

体格に見合った身体機能の発達が見られていないことをデータが如実に表している。

子どもが運動不足に陥っている直接的な原因としては次の3つが挙げられる。

- 1 校外の学習活動や室内遊び時間の増加による「外遊びやスポーツ活動時間」の減少
- 2 空き地や生活道路といった子どもたちの手軽な遊び場の減少
- 3 少子化や校外の学習活動などによる仲間数の減少

活発に体を動かすことは成長・発達に必要な体力を高めることはもとより、運動やスポーツに親しむ心を育てることにつながる。また、病気から身体を守り、より健康的な体を作っていくことにもつながっている。

子どもたちが積極的に屋外で遊んだり、スポーツに親しんだりする機会が減りつつある現代。健全な生活を送るためにも、また意欲や気力といった精神面の充実を図るためにも、適度な運動を積極的に促す必要がある。子どもたちの体力の増進は、「生きる力※」の土台となる大切な要素。心身共に健康で

あつてこそ、子どもたちの「健やかな未来」は見えてくる。

### 毎日の陸上練習が 子どもの心身を強くする

本町を含む近隣市町では毎年、小学校高学年を対象とした陸上競技大会を開いている。子どもたちの健全な心身を鍛えることを目的として開催されるこの大会。短距離走、持久走、走り高跳びなど、子どもたちが体育の授業以外で、本格的な陸上競技と出合う場となっている。

専門的な陸上競技に打ち込み、各校の名を背負う自覚に目覚め、自身の壁を超えるために必死で練習に明け暮れる子どもたち。放課後の時間を使って汗を流し、ときには朝の時間に自主練習に励む。他者との競争であるのと同様に、自分自身との戦いでもある。その繰り返しが、子どもたちの身体を強くたくましく成長させていく。

今年もこの時期、放課後のグラウンドには先生たちの大きな声がかどまし、汗を流しながら生き生きと体を動かす子どもたちの姿が、毎日のように見られていた。

現代っ子の運動能力が低下している現状とそれに果たす陸上競技大会の役割

生きる力…1自分で課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、行動し、より良く問題を解決する能力2自らを律しつつ、他人と協調し、他人を思いやる心や感動する心など豊かな人間性とたくましく生きるための健康や体力—の2つをいう。新しい時代の子どもたちの学びの在り方、教師の指導と支援の在り方を方向づけることを目的に第15期中央教育審議会が提唱。

### ●身長・基礎的運動能力の比較

性別	男 子		女 子	
	親の世代 ▼	今の子ども ▼	親の世代 ▼	今の子ども ▼
身長	142.9cm	145.1cm (↑2.2cm)	144.9cm	146.9cm (↑2.0cm)
50m走	8.9秒	8.9秒 (0秒)	9.1秒	9.2秒 (↓0.1秒)
ソフトボール 投げ	35.3m	30.6m (↓4.7m)	20.5m	17.8m (↓2.7m)

※「親の世代」は昭和54年度の11歳、「今の子ども」は平成21年度の11歳で比較。  
 ※全国平均値は小数点以下第2位で四捨五入しています。