

【研究報告（令和3年度）】

チーム② 学童期・思春期の学校適応支援・活力ある人間形成の研究チーム（②-2）
学校における新体力テストの効果的な活用と体育・スポーツ資質の
向上へ向けての取り組み

乾真寛^{1,*}、築山泰典¹⁾、田場昭一郎¹⁾、泉原嘉郎¹⁾、川上翔太郎¹⁾

1) 福岡大学スポーツ科学部、*) 責任者

要 旨

本年度も新型コロナウイルスの影響により、サッカー、水泳、スノーケリング、コーディネーショントレーニング、及び体力測定をサポートは全て中止となった。コーディネーショントレーニングでは、前年度までに行った介入研究データを用いて、運動プログラムの効果検証を行った。体力測定サポートパートでも今までのデータを用いて、生まれ月と体力との関係をより詳細に検討した。

1. 活動状況

【キッズサッカー、スノーケリング】

本年度も新型コロナウイルスの影響により、全ての活動は中止となった。

【コーディネーショントレーニング】

キッズサッカー、スノーケリング同様に、令和3年度においては、新型コロナウイルスの影響により、教員向けの研修会、体育授業実践、および小学生児童を対象とする研究調査は中止となった。

一方で、福奏プロジェクトの最終年度の総まとめとして、研究論文を通じた情報発信など、アウトソーシングに注力した。

(1) 研究論文を通じた情報発信

論文①「軽度一過性コーディネーション運動が小学生児童の心理的反応に及ぼす影響」

内容：福岡県内小学校の6年生児童（53名）を対象に、一過性のコーディネーション運動を行い、心理的效果を検証した。対象者は2群（お手玉運動群/スカーフ運動群）に分かれ、10分程度のコーディネーション運動を実施した。

結果：“お手玉運動プログラム”では、疲労回復効果が、また“スカーフ運動プログラム”では、

緊張緩和、活気向上、怒り鎮静などの心理的效果があることが示唆された。

論文②「子どもの脳・神経を目覚めさせるとっておきコーディネーション運動～メンタルストレス軽減効果の検証～」

内容：福岡市内小学校の4年生児童（18名）を対象に、リズム系の内容でプログラミングしたコーディネーション運動（40分程度）を行い、ストレスの軽減効果を検証した。

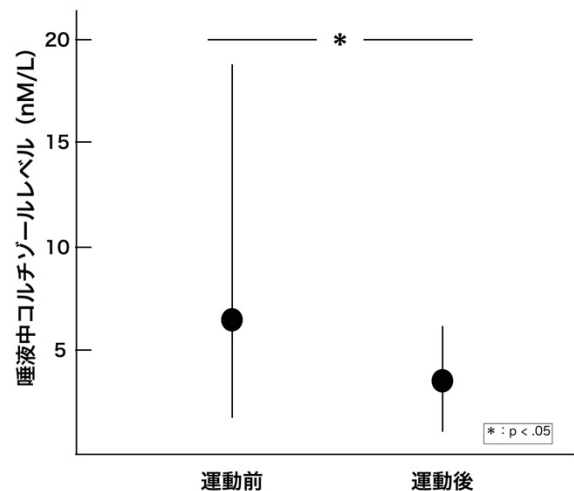


図1（運動前後のストレスレベルの変化）

結果：コーディネーション運動の実施前に比べ、実施後の方が、唾液中コルチゾールレベルが有

意に減少（図1参照）するなど、ストレスへの軽減効果が確認された。

(2) ホームページを通じた情報発信

これまでに発表した研究論文の内容紹介を、福奏プロジェクトホームページ上（Team2 学校適応支援・活力ある人間形成の研究チーム）で行った。

① 軽度一過性コーディネーション運動が小学生児童の心理的反応に及ぼす影響

URL:

<http://www.suisin.fukuoka-u.ac.jp/home1/branding/paper/20220112001517.html>

② ICT メディアを活用した幼児および児童向けコーディネーション運動プログラム普及・実践の試み

URL:

<http://www.suisin.fukuoka-u.ac.jp/home1/branding/paper/20220113001518.html>

③ 子どもの脳・神経を目覚めさせるとおきコーディネーション運動～メンタルストレス軽減効果の検証～

URL:

<http://www.suisin.fukuoka-u.ac.jp/home1/branding/paper/20220120001520.html>

《2020年度アウトソーシング文献一覧》

1) 泉原嘉郎, 乾真寛 (2021). 軽度一過性コーディネーション運動が小学生児童の心理的反応に及ぼす影響. 福岡大学教職課程センター紀要第6号, P128-134.

2) 泉原嘉郎, 満石寿, 乾真寛 (2021). 子どもの脳神経を目覚めさせるとおきコーディネーション運動～メンタルストレス軽減効果の検証～. 神経治療学第38巻3号, p240-243.

今年度が最後の活動となったが、本研究プロジェクト終了後においても、これまで実施してきた研究活動の反省を活かしつつ、アウトソーシングと並行して、教育・研究・実践活動を継続していきたい所存である。

【体力測定サポート】

新型コロナウイルスの影響により、本年度の

全ての活動は中止となった。昨年度の検討で、生まれ月の違いが児童期の身体組成・運動能力に対しても影響を与えることが示唆された。そこで本年度はさらに深掘りするために、児童期に生まれ月による体力差の解消時期が存在し、その解消時期は男女で異なる、という仮説を立て、生まれ月による体力差の解消時期を男女別に探索することを目的とし、検討を進めた。

2019年度の新体力テストを受けた福岡市内にある7校の小学生児童2290名（男児1188名、女児1102名）を本研究の対象とした。対象児童を学年別に生まれ月に基づき4群に振り分け、生まれ月が身体組成や運動能力に及ぼす影響を検証した。1年生では、男女ともに1～3月生まれの子どもの総合得点は4～6月生まれの子どもの総合得点と比べて統計学的に低かった。さらに、6年生男児でも1～3月生まれの子どもの総合得点は4～6月生まれの子どもの総合得点と比べて統計学的に低く、生まれ月による影響が残存していた。一方、6年生女児では総合得点に対する生まれ月による影響は消失していた。したがって、生まれ月による体力差の解消時期は男女で異なることが示唆される。今後の展望として、生まれ月を考慮した新体力評価作成の検討をさらに深めるとともに出生体重の考慮も視野に入れ検討する。また、体力評価結果との連続性・一体感のある内容へ改良、普及に努める。

$p < 0.05$ vs. 4～6月生まれ, ## $p < 0.01$ vs. 4～6月生まれ, † $p < 0.05$ vs. 7～9月生まれ (点)

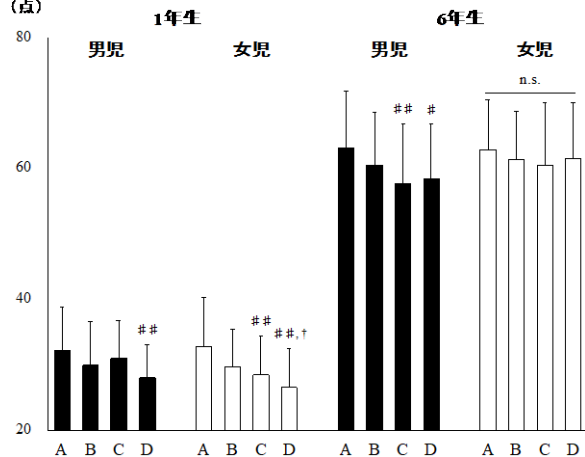


図2 生まれ月による体力差の解消時期の探索

A: 4～6月 B: 7～9月 C: 10～12月 D: 1～3月