

＜原著＞

# 幼児の発育発達特性や社会性の獲得に配慮したサッカー教室が 幼児の心理状況や体力に及ぼす効果

中山 忠彦<sup>1)</sup>, 中井 聖<sup>1)</sup>

Effects of the soccer school in consideration of the characteristics of the growth and development of preschool children and the acquisition of sociality on mental state and physical strength in preschool children

Tadahiko NAKAYAMA<sup>1)</sup>, Akira NAKAI<sup>1)</sup>

The aim of the present study was to examine the effects of the soccer school in consideration of the characteristics of the growth and development of preschool children and the acquisition of sociality on their mental state and physical strength. We performed a survey of 75 preschool teachers in the form of a questionnaire on the effects of soccer coaching on preschool children after the soccer school. Consequently, preschool teachers felt the soccer coaching helpful to preschool children and hoped that more soccer coaching would be conducted. Such soccer coaching would be effective for the motivation to exercise and play outdoors in preschool children and provide the improvement of their physical strength and ability. Additionally, more soccer coaching could produce the effects on the aspects directly associated with soccer like skills and performances in soccer or the attitude towards soccer and the acquisition of sociality like self-reliance.

**Key words** : soccer coaching, motivation to exercise

キーワード：サッカー指導, 運動への動機付け

## 1. はじめに

近年、都市部では里山や空地が少なくなり、子どもたちが自由に遊び回れる空間はますます減少している。また、子どもたちが事件や事故に巻き込まれるケースが散見されるようになり、子どもたちが外遊びする際の安全性の確保が大きな課題となっている。このような子どもを取り巻く社会環境の変化によって、里山や公園などで子どもたちが鬼ごっこや缶けり、かくれんぼ、木登りなどをして外

遊びをする光景を見かけることが少なくなった。これらに代わってテレビゲームや携帯型ゲーム、パソコンなどを用いて少人数で室内遊びをすることが多く見受けられるようになった。運動能力の発達にとって重要である幼児期の外遊びの不足は、単に運動能力の発達を妨げるだけでなく、幼児期に培われるべきコミュニティ形成能力、自立性や協調性といった社会性の獲得にも影響を与え得ると考えられる。

文部科学省は、小学生の体力は直近10年間

1) 近畿医療福祉大学 (Kinki Health Welfare University) 〒679-2217 兵庫県神崎郡福崎町高岡1966-5

では大きく変化していないが、現在の小学生の運動能力は昭和60年の小学生と比べて大幅に劣っていると報告している<sup>1)</sup>。このような状況から、従前の学習指導要領では年90時間であった小学校の体育の授業時間数は2011年の学習指導要領改訂で1年生が年102時間、2～4年生が年105時間に改められた<sup>2)</sup>。また、幼児期において体力の向上や運動習慣の定着を目的として継続的に運動プログラムを実施することが走跳投など基本的な運動能力を向上させることや、就学後に運動部やスポーツクラブに所属する児童の割合を高め、児童の運動実施頻度が高まることが報告されている<sup>3)</sup>。これらのことは、幼児期における運動への継続的な取り組みが就学期以降の子どもの体力向上を促す可能性があることを示唆している。

柳田<sup>4)</sup>は、幼稚園の多くが幼児の体力向上を図るため運動時間を設けているが、保育者ではない外部の指導員が体操やサッカーなど競技スポーツを教材として専門的な運動指導を行っているケースが多く、幼児の発育発達の特徴を考慮した指導がなされている状況とは言い難いと述べている。日本サッカー協会は、2003年に幼児期から小学校中学年までの子どもを対象として、身体を動かすことの爽快さや素晴らしさを体感させることを中心に据えてサッカーの普及やキッズ選手の育成を図るキッズプログラムをスタートさせた<sup>5)</sup>。2004年からはキッズリーダーと呼ばれる幼児のサッカー指導に特化した指導者<sup>6)</sup>の養成を開始したのに加え、幼児期のサッカー指導のガイドライン<sup>7)</sup>を示した。これらの取り組みの中では日常幼児が行わないような動きを経験させたり、ボールを用いた運動遊びを行ったりすることが取り入れられ、幼児の発育発達の特徴に合わせた基本的な動きづくりが行われており、これらの指導を子ども

たちに提供できる環境の整備も進められている。

これらの取り組みの一環として、H市サッカー協会は総合型地域スポーツクラブと連携して、H市内の幼稚園や保育園に対して巡回サッカー教室を年1～2回の頻度で実施している。また、一部の幼稚園や保育園ではさらに実施頻度を増やし、月1～2回の定期的なサッカー教室が継続して行われている。それらの中では、日本サッカー協会の幼児期のサッカー指導のガイドラインに基づき、幼児の発育発達特性に合わせて身体を動かすことの楽しさを感じさせたり、仲間とのコミュニケーションの大切さを伝えることで社会性の獲得につながるよう配慮した指導がなされている<sup>8)</sup>。そこで本研究では、H市に所在する幼稚園および保育園でのサッカー教室実施後に保育者を対象にサッカー指導が幼児に与えた影響について調査を行い、幼児の発育発達特性や社会性の獲得に配慮したサッカー教室が幼児の体力や心理状況に与える効果について検討することを目的とした。

## 2. 方法

### 2. 1 調査対象

H市に所在し、2011年度に年1～2回程度の巡回サッカー教室を実施した16園（以下、巡回指導園）の保育者60名、および月1～2回定期的にサッカー教室を実施した4園（以下、定期指導園）の保育者15名、合計75名を対象に調査を行った。

### 2. 2 調査方法および実施期間

2011年度の全てのサッカー教室が終了した3月下旬に、配票調査法を用いて各園の保育者に対する調査を実施した。各園の保育者に質問紙（資料1）を配布し、下記の調査項目に対して多項選択単一回答形式で回答を求め

た。

## 2. 3 調査項目

質問紙には、サッカー教室の実施回数に対する満足度に関する項目、サッカー教室の指導内容に対する満足度に関する項目およびサッカー教室で幼児が得られた効果に関する項目が含まれた。サッカー教室の指導回数および指導内容に対する満足度の項目については「①非常に物足りない」から「⑤非常に満足」までの範囲の5件法によって回答させた。保育者から見たサッカー教室で幼児が得られた効果については、金子ら<sup>9)</sup>が行ったサッカー活動に対する保護者の効用感の調査を参考に心理的、社会的および体力的効果に関する12項目を作成し、「①まったく当てはまらない」から「⑤非常に当てはまる」までの範囲の5件法によって回答させた。各項目の回答を得点化し(1～5点)、得点が高いほどその効果が高かったと判断した。

## 2. 4 統計処理

本調査によって得られた各項目の回答は順序尺度データとして単純集計し、全体あるいは定期指導園と巡回指導園の各群についてそれぞれの項目の平均値および標準偏差を算出した。サッカー教室で幼児が得られた効果に関する項目の内的整合性はCronbachの $\alpha$ 係数を用いて検証した。定期指導園と巡回指導園の2群間の各項目の得点の差の検定にはMann-WhitneyのU検定を用いた。全ての統計処理は統計処理ソフト(SPSS 10.1.3J for Windows、SPSS Inc. 製)を用いて行い、統計的有意水準は5%未満に設定した。

## 3. 結果

### 3. 1 調査項目の内的整合性

サッカー教室で幼児が得られた効果に関する全12項目から算出されたCronbachの $\alpha$ 係数は0.867であった。

### 3. 2 サッカー教室に対する満足度

保育者のサッカー教室の実施回数に対する満足度および指導内容に対する満足度の得点を表1に示した。実施回数に対する満足度は全体で $2.8 \pm 1.0$ 点、定期指導園は $3.1 \pm 1.0$ 点、巡回指導園は $2.7 \pm 1.0$ 点で有意差は認められなかったが、定期指導園の得点がやや高い傾向であった。指導内容に対する満足度は全体で $4.1 \pm 0.6$ 点、定期指導園が $3.9 \pm 0.7$ 点、巡回指導園が $4.2 \pm 0.6$ 点といずれも比較的高い得点であり、群間に差は認められなかった。

表1. サッカー教室に対する満足度

項目	全体		定期指導園 (n = 15)		巡回指導園 (n = 60)	
	M	SD	M	SD	M	SD
実施回数	2.8	1.0	3.1	1.0	2.7	1.0
指導内容	4.1	0.6	3.9	0.7	4.2	0.6

項目の獲得点は1～5点となる。

### 3. 2 サッカー教室で幼児が得られた効果

サッカー教室で幼児が得られた効果に関する各項目の得点を表2に示した。調査対象全体では「運動遊びが好きになった」、「サッカーが好きになった」、「外遊びが好きになった」の3項目が他の項目と比べて相対的に高い傾向であった。定期指導園と巡回指導園の各項目の得点は「サッカーが上手くなった」が定期指導園： $4.1 \pm 0.7$ 点、巡回指導園： $3.5 \pm 0.6$ 点、「外遊びが好きになった」が定期指導園： $4.1 \pm 0.7$ 点、巡回指導園： $3.7 \pm 0.7$ 点、「体力・運動能力が向上した」が定期指導園： $3.9 \pm 0.6$ 点、巡回指導園： $3.4 \pm 0.6$ 点、「競争心が身についた」が定期指導園： $4.5 \pm 0.7$ 点、巡回指導園： $3.4 \pm 0.8$ 点、「集中力が身についた」が定期指導園： $3.7 \pm 0.8$ 点、巡回指導園： $3.2 \pm 0.7$ 点、「自立性が身についた」が定期指導園： $3.5$

表2. サッカー教室で幼児が得られた効果

	全体		定期指導園 (n = 15)		巡回指導園 (n = 60)	
	M	SD	M	SD	M	SD
1 サッカーが上手くなった	3.6	0.7	4.1	0.7	3.5	0.6
2 運動遊びが好きになった	4.0	0.6	4.1	0.6	3.9	0.6
3 サッカーが好きになった	4.4	0.6	4.6	0.5	4.3	0.6
4 サッカー以外のスポーツが好きになった	3.2	0.6	3.1	0.5	3.2	0.6
5 外遊びが好きになった	3.8	0.7	4.1	0.7	3.7	0.7
6 いろいろな遊びを覚えた	3.5	0.7	3.7	0.7	3.5	0.7
7 体力・運動能力向上した	3.5	0.7	3.9	0.6	3.4	0.6
8 競争心が身についた	3.6	0.9	4.5	0.7	3.4	0.8
9 集中力が身についた	3.3	0.7	3.7	0.8	3.2	0.7
10 ルールや時間を守るようになった	3.2	0.7	3.3	0.7	3.2	0.7
11 協調性が身についた	3.3	0.7	3.5	0.6	3.2	0.6
12 自立性が身についた	3.1	0.6	3.5	0.6	3.0	0.6

項目の獲得点は1～5点となる。

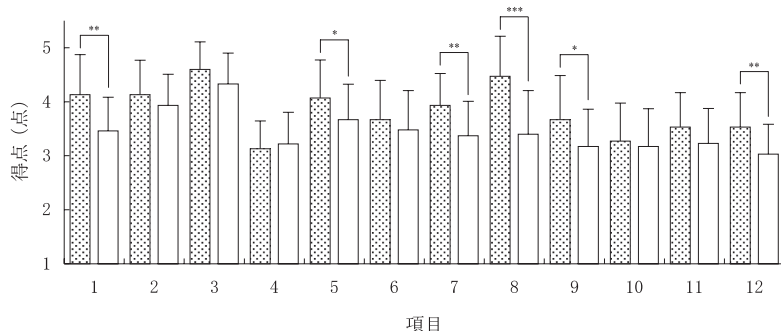


図1 サッカー教室で幼児が得られた効果の差異

網掛けは定期指導園、白は巡回指導園、値は平均値、エラーバーは標準偏差を示す。  
項目の数字は表2の項目と対応している。\* $p<0.05$ , \*\* $p<0.01$  \*\*\* $p<0.001$

±0.6点、巡回指導園：3.0±0.6点と他の項目よりも相対的に高い傾向であり、いずれの項目も定期指導園の得点が巡回指導園よりも有意に高値を示した（図1）。他の項目については定期指導園と巡回指導園の間で差異は認められなかった。

#### 4. 考察

本研究は、幼稚園または保育園において保育者ではない外部のサッカー指導員が幼児の発育発達特性や社会性の獲得に配慮したサッカー教室を行った際に、幼児にもたらされる心理的、社会的および体力的効果について保

育者を対象に調査し、幼児サッカー教室の有効性について検討した。

サッカー教室で幼児が得られた効果に関する項目のCronbachの $\alpha$ 係数は十分高値であり、本研究で作成した各調査項目の妥当性が示された。表1に示したとおり、指導内容に対する満足度は定期指導園、巡回指導園ともに高い傾向であった。一方、実施回数に対する満足度は巡回指導園が定期指導園に比べてやや低い傾向であった。小黒<sup>10)</sup>は保育者が有する幼児の運動遊びに対する意識を調査し、保育者は幼児の運動経験や運動量が現状では不十分であり、運動遊びの時間をより多



く設けるべきと考えていると報告している。これらのことから、本調査の保育者は外部指導員のサッカー指導を肯定的に捉えており、指導内容自体について概ね満足していると思われる。また、保育者はサッカー教室での指導が幼児にとって有益であると感じており、サッカー教室が定期的に実施されている場合は継続的な実施を、実施頻度が低い場合はより多くの実施を望んでいると考えられる。

サッカー教室の実施によって幼児が得られた効果について調査対象全体で検討すると、「運動遊びが好きになった」、「サッカーが好きになった」、「外遊びが好きになった」の得点が相対的に高い傾向であった（表2）。これら3項目は運動やスポーツに対する興味や関心を高めるという心理的效果としてまとめることができよう。外部指導員がサッカー教室の中で幼児期のサッカー指導のガイドラインに基づき、サッカー指導だけにとどまらず運動遊びなどを取り入れた指導を行ったことによって、サッカー自体への愛着心を高めたのに加え、現在の幼児に不足しているとされる身体を動かすことや外で遊ぶことへの興味や関心を喚起したと思われる。加えて、前述のような指導が幼児の運動や外遊びへの動機付けとして有効である可能性が示唆される。

次にサッカー教室の実施頻度の違いに着目し、サッカー教室が幼児に与える効果について検討した。定期指導園、巡回指導園いずれにおいても「サッカーが好きになった」、「運動遊びが好きになった」、「外遊びが好きになった」の3項目の得点が他の項目と比べて高い傾向であった（表2）。本調査で対象としたサッカー教室はその実施頻度によらずサッカーや外遊びへの興味や関心を高める効果を有し、運動を動機付ける手段として有効であること、低い頻度の実施であっても幼児に運動を動機付け、運動量の増加を促して体

力や運動能力の向上が望め、定期的かつ継続的に実施すればより強く運動への動機付けがなされて体力や運動能力をより強化できる可能性があることが示唆される。よって、幼児の発育発達の特性や社会性の獲得に配慮した運動教室は子どもたちの将来の体力や運動能力の構築にとって重要な取り組みであると考えられる。

金子ら<sup>9)</sup>は、幼稚園の課外活動のサッカー教室あるいはJクラブが実施しているサッカースクールに幼児を通わせている保護者を対象として幼児に対するサッカーの効用感について調査した。その結果、幼稚園の課外活動では競争心や協調性の向上、ルールや時間の遵守といった社会性の効用感が強く、Jクラブのサッカースクールではサッカーへの愛着、体力や運動能力の向上といったサッカーに直接関与する側面の効用感が強かったとしている。本調査では、「サッカーが上手になった」、「外遊びが好きになった」、「体力・運動能力が向上した」、「競争心が身についた」、「集中力が身についた」、「自立性が身についた」の6項目の定期指導園の得点は巡回指導園よりも高値であった（表2および図1）。したがって、幼児の発育発達の特性や社会性の獲得に配慮して定期的かつ継続的なサッカー教室は、運動や外遊びへの動機付けという初期の効果に加え、サッカーの技能面の向上、体力や運動能力の向上およびサッカーに取り組む姿勢のようなサッカーに直接関与する側面への効果あるいは自立性などの社会性への効果をもたらすと考えられる。

以上のことから、幼児の発育発達の特性や社会性の獲得に配慮した幼児サッカー教室は幼児の運動やスポーツに対する関心を高める心理的效果を有し、低い頻度の実施であっても幼児の運動や外遊びへの動機付けとして有効であり、定期的かつ継続的な実施によって

サッカーに直接関与する側面や社会性への効果が望めることが示唆された。また、保育者はそのようなサッカー教室の有益性を認め、より多くの実施を望んでいることが明らかとなった。本研究は、幼児サッカー教室後の心理状況や体力に及ぼす影響について保育者を対象に調査したが、サッカー教室に参加していない幼児についてや今回サッカー教室に参加した幼児の今後の心理、体力的変化について、また保護者を対象とした調査を行い、個々の幼児の変化について検討していくことが必要と思われる。

## 文献

- 1) 文部科学省：調査分析の観点，平成22年度体力・運動能力調査結果の概要及び報告書．[http://www.mext.go.jp/component/b\\_menu/other/\\_\\_icsFiles/afieldfile/2011/10/11/1311810\\_5.pdf](http://www.mext.go.jp/component/b_menu/other/__icsFiles/afieldfile/2011/10/11/1311810_5.pdf), 2011
- 2) 文部科学省：新学習指導要領のポイント・実施スケジュール等，改訂のポイント・実施スケジュール等．[http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/education/micro\\_detail/\\_\\_icsFiles/afieldfile/2011/03/30/1234773\\_004.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afieldfile/2011/03/30/1234773_004.pdf), 2011
- 3) 文部科学省：体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究，調査の概要．[http://www.mext.go.jp/component/a\\_menu/sports/detail/\\_\\_icsFiles/afieldfile/2011/04/07/1304371\\_1.pdf](http://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/__icsFiles/afieldfile/2011/04/07/1304371_1.pdf), 2011
- 4) 柳田信也：幼稚園教師の運動遊びに関する指導理念の調査研究．国際学院埼玉短期大学研究紀要．29, 21-26, 2008
- 5) 財団法人日本サッカー協会：キッズプロジェクト．<http://www.jfa.or.jp/training/kids/index.html>, 2003
- 6) 財団法人日本サッカー協会：JFA 公認指導者ライセンス，概要．[http://www.jfa.or.jp/coach\\_referee/coach/index.html](http://www.jfa.or.jp/coach_referee/coach/index.html)
- 7) 財団法人日本サッカー協会技術委員会編：JFA キッズ（U-6）ハンドブック，2003
- 8) 姫路市サッカー協会キッズ委員会：訪問サッカースクール．<http://himeji-kids.net/school.html>
- 9) 金子勝司，東野充成，村田敦郎：スポーツと子どもの発達に関する研究－子ども向け地域スポーツに対する親の期待感と効用感－．共栄学園短期大学研究紀要．24, 91-108, 2008
- 10) 小黒美智子：幼児の運動遊びに関する研究－幼児の運動遊びの環境と保育者の意識に関する調査より－．新潟青陵女子短期大学研究報告．28, 49-62, 1998

『本調査に用いた保育者の視点からサッカー教室が幼児に与える効果についての質問紙』

No. \_\_\_\_\_

幼稚園および保育園でのサッカー教室が幼児に与える影響についての調査

サッカー指導者は、園児のサッカー教室を通じてあらゆる運動経験させることにより、子どもたちに良い刺激を与えることで、子どもたちの成長にとって良い影響を与えることができると考えています。

この調査は、サッカー教室が子どもたちへ与える影響について調査するものです。この調査の結果は、集計、分析され、今後のサッカー教室のプログラムの改善に役立てます。各設問には、第一印象を大切に回答してください。この調査で知り得た情報については、研究、サッカー教室プログラム改善の目的以外では使用しませんので、安心してご回答ください。

A. (1) サッカー教室の実施形態をお答えください。

1. 定期的実施 (月 1~2 回)      2. 無料巡回指導 (年 1~2 回)

(2) サッカー教室の実施回数について

1. 非常に物足りない      2. やや物足りない      3. どちらともいえない      4. 満足      5. 非常に満足

(3) サッカー教室の指導内容について

1. 非常に物足りない      2. やや物足りない      3. どちらともいえない      4. 満足      5. 非常に満足

B. サッカー教室で園児が得られた効果に関する以下の質問について、どのくらい当てはまりますか？

	まったく 当てはまらない	あまり 当てはまらない	どちらとも いえない	やや 当てはまる	非常に 当てはまる
(1) サッカーがうまくなった。	1	2	3	4	5
(2) 運動あそびが好きになった。	1	2	3	4	5
(3) サッカーが好きになった。	1	2	3	4	5
(4) サッカー以外のスポーツが好きになった。	1	2	3	4	5
(5) 外遊びが好きになった。	1	2	3	4	5
(6) いろいろな遊びを覚えた。	1	2	3	4	5
(7) 体力や運動能力が向上した。	1	2	3	4	5
(8) 競争心が身についた。	1	2	3	4	5
(9) 集中力が身についた。	1	2	3	4	5
(10) ルールや時間を守るようになった。	1	2	3	4	5
(11) 協調性が身についた。	1	2	3	4	5
(12) 自立性が身についた。	1	2	3	4	5

ご協力ありがとうございました。

