

レスリングスクールに通う児童の体育科目に関する運動の 習熟についての一考察

黒崎 辰馬・姫路 文博・西尾 直之・浦田 達也

A study on the athletic ability of physical education
subjects of children attending a wrestling school

Tatsuma Kurosaki, Fumihiro Himeji, Naoyuki Nishio, Tatsuya Urata

神戸医療福祉大学紀要 第20巻 第1号

(令和元年12月)

<研究ノート>

レスリングスクールに通う児童の体育科目に関する
運動の習熟についての一考察

黒崎 辰馬¹⁾・姫路 文博²⁾・西尾 直之³⁾・浦田 達也¹⁾

A study on the athletic ability of physical education subjects of children
attending a wrestling school

Tatsuma Kurosaki¹⁾, Fumihiro Himeji²⁾, Naoyuki Nishio³⁾, Tatsuya Urata¹⁾

In the curriculum that is currently being implemented, “physical development exercise” and “apparatus gymnastics” are considered to be important subjects for training in basic movements, skills and physical fitness. However, neither “physical development exercise” nor “apparatus gymnastics” are thought to be sufficiently conducted in most curricula. The reason is that “physical development exercise” is often treated as an ancillary feature of other competitive exercises, and there tend to be few opportunities to perform “apparatus gymnastics” other than ball exercises. The purpose of this study was to examine the learning skills of children who attend wrestling schools, as wrestling activities can play a complementary role in overcoming the challenges facing “physical development exercise” and “apparatus gymnastics”.

The survey method used was the questionnaire survey method, and responses were obtained from 4 children attending a wrestling school and their 4 guardians (response rate of 100%). The survey showed that “securing exercise opportunities” was reported as the reason for sending children to the school in 100% of cases. In addition, when we asked questions about body-movement, all (100%) responded that they came to enjoy body-movement exercises by attending school, and more than half (75%) of the children answered that their ability to perform exercise “had improved”. Regarding mat-based exercises, (75%) reported an improvement after attending a wrestling school. In addition, more than half of the children responded that they wanted to perform mat-based exercises more frequently (75%). When we asked questions about class (practice), half of students answered that class (practice) was fun (50%); those who answered that it was not fun (25%) felt that the contents of class (practice) were difficult and physically challenging. In addition, all of the children felt that their wrestling had improved by attending the school. However, in response to the question “Do you want to do more wrestling?” 25% of the children answered that they did not really desire to do so. These findings suggest that a low level of understanding and interest in non-contact competitions are related.

Key words : elementary school student, gym, physical development exercise, mat-based exercise

小学生、スポーツクラブ、体づくり運動、マット運動

1) 神戸医療福祉大学 (Kobe University of Welfare) 〒679-2217 兵庫県神崎郡福崎町高岡1966-5
2) 大阪体育大学 (Osaka University of Health and Sport Sciences) 〒590-0459 大阪府泉南郡熊取町朝代台1-1
3) 大阪体育大学浪商高等学校 (Osaka University of Health and Sport Sciences Namisho High School)
〒590-0459 大阪府泉南郡熊取町朝代台1-1

I. 諸言

現在施行されている学習指導要領^{1)~3)}において、「体づくり運動」は小学校、中学校、高等学校のすべての学年で必修化されており、2017年の改訂（高等学校は2018年）においても、同様に必修化されている（小学校低学年については、領域名「体づくりの運動遊び」^{4)~6)}。また、内容の取り扱いとして、小学校では第1学年から第6学年の各学年で「体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体との関係に気付いたり、仲間と関わり合ったりすること」を生かした指導が求められ、中学校では、「各学年で7単位時間以上」、そして高等学校では「各年次で7~10単位時間程度」で配当される必要があるとされている^{7)~9)}。これらのことから学校体育における「体づくり運動」は基本的な動きや技能、体力を養成するための重要な内容であると考えられる。しかし、深谷らは、「体づくり運動」を単独の単元として実施している教員は半数に満たないことを明らかにしており、その理由は「『体づくり運動』についてのとらえ方が様々であるとともに、児童の関心意欲を持続させることが難しく、授業や単元を維持することに必要な運動についての知識や実践力に自信がないこと」とし、他の競技運動の補助的な内容として扱われることが多いと指摘している¹⁰⁾。これらのことから「体づくり運動」が学習指導要領において重要であるとされつつも、実際には十分に取り扱いがなされていないと考えられる。また、必修ではないものの2学年のいずれかの学年または、選択によって指導することができる「器械運動」も小学校から高等学校にかけて配置されている^{1)~3)}ことから、「体づくり運動」と同様に重要な内容であると考えられる。「器械運動」は、小学校の「器械・器具を使つての運

動遊び（第1学年及び第2学年）」や「器械運動（第3学年～第6学年）」に該当し、中学校では「B 器械運動」、そして高等学校では「スポーツ I（採点競技及び測定競技）」に該当する。水島は、日常生活においてボール運動に比べ器械運動を行う機会が少なくなることから、小学校→中学校→高等学校と少しでもなんらかの形で器械運動を継続的に経験することが効果的な学習につながるのではないかとしている¹¹⁾。

木村らは、「小学生期のレスリング選手は発育発達に伴い疾走能力や跳躍能力が増加し、加えてレスリングの専門的トレーニングが体力・運動能力の向上に影響」することを示唆している¹²⁾。さらに、レスリング競技では、各体力要素に適したトレーニングを組み合わせることで総合的に体力を高めることが大切とされており¹³⁾、技術的な練習とは別にウォーミングアップや基礎的な動きづくりとして自分の体重やパートナーの体重を負荷にトレーニングを行ったり、マット運動を行ったりするため、上述の「体づくり運動」と「器械運動」における課題を克服する補完的な役割が果たせるのではないかと考えられる。

そこで本研究では、レスリングスクールに通う児童の体育科目に関する運動の習熟に関して調査し、レスリングスクールでの活動が体育科目に関する運動の習熟に及ぼす影響について検討することを目的とした。

II. 方法

1. 対象

大阪府のK町にあるレスリングスクールの会員である児童4名とその保護者4名を対象とし、保護者と児童のそれぞれにアンケート調査を行った。保護者へは「お子さまのレスリングスクールに関するアンケート」、児童

へは「運動についてのアンケート」として、ともに無記名にてアンケート調査を行った。また、当該レスリングスクールは、マット運動や体づくり運動を主に行うビギナーコースとレスリングを中心に行うレギュラーコースに分かれており、ビギナーコースではレスリングの動きを伴う活動が組み込まれていないため、今回はレギュラーコースの児童のみを対象とした。アンケートの実施にあたっては、保護者および児童に対し、採取したデータを研究データとして用いる可能性があることを書面および口頭にて説明し、回答は自由意思によるものとした。なお、本研究は、神戸医療福祉大学研究倫理審査会の承認を得て行った（倫理承認番号：201906）。

2. アンケートの質問項目

保護者に対する「お子さまのレスリングスクールに関するアンケート」では、子どもの属性（性別、年齢）に関する質問のほか、「お子さまをレスリングスクールに参加させる目的（期待すること）は何ですか。」「お子さまがレスリングスクールに通い始めて変化したことはありますか。」という質問を行った。

児童に対する「運動についてのアンケート」では、「問1. あなたは運動（体を動かすこと）が好きですか、嫌いですか」「問2. あなたはマット運動が好きですか、嫌いですか」「問3. あなたはレスリングが好きですか、嫌いですか」「問4. スクールに通って運動が好きになりましたか、嫌いになりましたか」「問5. クラス（練習）の内容は楽しいですか、楽しくないですか」「問6. クラス（練習）の内容は簡単ですか、むずかしいですか」「問7. クラス（練習）の内容は楽ですか、きついですか」「問8. スクールに通う前とくらべて運動（体を動かすこと）が上手になったと思いますか」「問9. スクールに通う前とくらべてマット運

動が上手になったと思いますか」「問10. スクールに通う前とくらべてレスリングが上手になったと思いますか」「問11. もっとむずかしい技ができるようになりたいと思いますか」「問12. マット運動をもっとやってみたいと思いますか」「問13. レスリングをもっとやってみたいと思いますか」とし、五件法を採用した。

3. レギュラーコースの実施内容（90分）

- ・ウォーミングアップ
（ボールや器具を使った遊び）30分
- ・マット運動
（前転、後転、開脚前転、開脚後転、伸膝前転、伸膝後転、倒立前転、後転倒立、側転（左右）、ロンダート、ネックスプリング、ヘッドスプリング、ハンドスプリング、受け身（左右）、飛び込み受け身）20分
- ・首の運動
（ブリッジ、ハイブリッジ）5分
- ・打ち込み 15分
- ・技術練習 10分
- ・スパーリング 5分
- ・クールダウン 5分

Ⅲ. 結果および考察

1. 対象児童の属性

保護者（4名）および児童（4名）からのアンケートを回収した（回収率：100%）。児童は中学年（小学3年，4年）3名、高学年（小学5年，6年）1名であり、全員が男子であった。

2. 保護者へのアンケート

保護者へのアンケート結果を図1、2に示す。

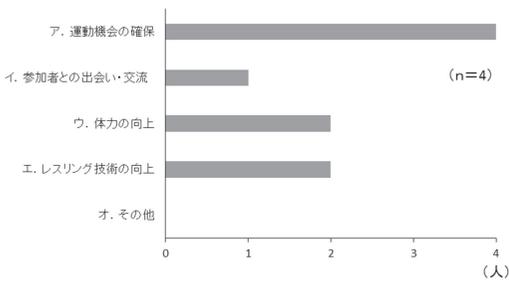


図1 子どもをレスリングスクールに参加させる目的 (複数回答)

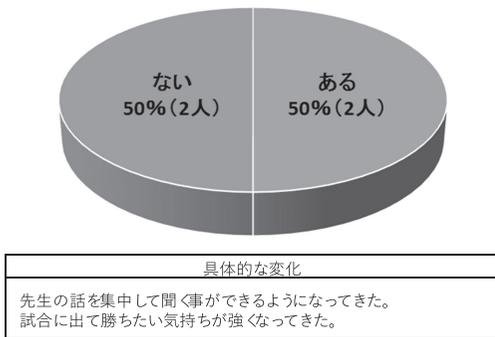


図2 スクール入会後の子どもの変化

子どもをスクールに通わせる理由として、「ア. 運動機会の確保」が100%、「イ. 参加者との出会い・交流」が25%、「ウ. 体力の向上」が50%、「エ. レスリング技術の向上」が50%であった。これは、保護者が子どもを運動教室に入会させる際の決定要因が「好きな運動の機会と技術向上」であるという調査¹⁴⁾と同様に、小学校体育で直面している技術的な向上、苦手克服、運動を通して自信と挑戦する気持ちを持たせたいといった精神的要素の克服、といった保護者の期待の結果だと考える。「体力の向上」に関しては、保護者の子どもの体力低下に対する意識が関係しているのではないかと考えられる。文部科学省は、スポーツ振興基本計画（平成13年

度～平成23年度）において「子どもの体力の低下の原因は、体を動かす量が減少したことによるものと考えられるが、その背景には、国民の子どもの体力に対する意識の問題がある」と指摘しており、家庭へのアプローチとして「保護者をはじめとした国民全体が、子どもの体力の重要性について正しい認識を持つよう、国民運動を展開し、国民意識の喚起を行う」としている¹⁵⁾。これらを踏まえ、第1期スポーツ基本計画（平成24年度～平成28年度）では、「学校と地域における子どものスポーツ機会の充実」を施策の一つとしている¹⁶⁾。こうした背景が保護者の意識につながっているのではないかと考える。また「レスリング技術の向上」に関しては、現在、国内に300を超えるクラブ組織がある¹⁷⁾ことで身近に競技を行う環境があり、さらにレスリング競技がオリンピック種目であるということから、競技を目にする機会が多くあり、保護者がレスリング競技に対し興味関心を持つことで、子どもに入会を提案しているのではないかと考える。スクールに通い始めて子どもにみられた具体的な変化としては「先生の話を集中して聞く事ができるようになってきた。試合に出て勝ちたい気持ちが強くなってきた。」との回答がみられた。

3. 児童へのアンケート

児童へのアンケートの集計結果を表1に示す。

1) 運動について

運動に関する質問を問1、問4、および問8にて行った。その結果「問1. あなたは運動（体を動かすこと）が好きですか、嫌いですか」という質問に対しては、「ア. とても好き」が50%、「イ. 好き」が25%、「ウ. どちらでもない」が25%であり、もともと運動の好きな児童が入会していると考えられる。次の「問4. スクー

ルに通って運動が好きになりましたか、嫌いになりましたか」という質問に対しては、「ア. 好きになった」が75%、「イ. 少し好きになった」が25%と児童全員が運動（体を動かすこと）を好きになっていることが明らかとなった。「問8. スクールに通う前とくらべて運動（体を動かすこと）が上手になったと思いますか」という質問に対しては、「イ. あまり思わない」が25%、「エ. すこし思う」が25%「オ. とても思う」が50%であり、半数以上の児童が、運動が上達していると回答をした。

以上のことから、本研究対象のレスリングスクールに通う児童は、運動好きな児童が多く、スクールに通うことでさらに運動が好きになり、上手になっていると感じていると考えられる。

2) クラス（練習）について

クラス（練習）に関する質問を問5、問6、問7にて行った。その結果「問5. クラス（練習）の内容は楽しいですか、楽しくないですか」という質問に対しては、「イ. 楽しい」が50%、「ウ. どちらでもない」が25%、「エ. 楽しくない」が25%であった。その理由として「問6. クラス（練習）の内容は簡単ですか、むずかしいですか」という質問に対しては、「ウ. どちらでもない」が75%、「エ. むずかしい」が25%であり、「問7. クラス（練習）の内容は楽ですか、きついですか」という質問に対しては、「イ. 楽」が25%、「ウ. どちらでもない」が25%、「エ. きつい」が50%であった。クラス（練習）が楽しいと回答している児童に対し、楽しくないと回答している児童に関しては、クラス（練習）の内容について「むずかしい」、「きつい」と回答していたことから、技術的な難しさや身体的なきつさが楽しさに影響していると考えられる。

3) マット運動について

マット運動に関する質問を問2、問9、問11、問12にて行った。「問2. あなたはマット運動が好きですか、嫌いですか」という質問に対しては、「ア. とても好き」が25%、「ウ. どちらでもない」が75%という結果であったが、「問9. スクールに通う前とくらべてマット運動が上手になったと思いますか」という質問に対しては、「イ. あまり思わない」が25%、「オ. とても思う」が75%と、調査対象者は、スクールに通うことでマット運動が上達していると感じている。また、「問11. もっとむずかしい技ができるようになりたいと思いますか」という質問に対しては、「ウ. どちらでもない」が50%、「エ. すこし思う」が50%、「問12. マット運動をもっとやってみたいと思いますか」という質問に対しては、「ア. まったく思わない」が25%、「エ. すこし思う」が50%、「オ. とても思う」が25%と、マット運動に対する意欲・関心があることが示唆された。回答を個別に見ると、「スクールに通う前とくらべてマット運動が上手になったと思いますか」の問いに「あまり思わない」と回答した児童でも「マット運動をもっとやってみたいと思いますか」という質問に対しては「すこし思う」と回答し、一方「スクールに通う前とくらべてマット運動が上手になったと思いますか」の問いに「とても思う」と回答した児童でも「マット運動をもっとやってみたいと思いますか」という質問に対しては「まったく思わない」と回答していた。これらのことから、当該レスリングスクールの児童においては、スクールに通うことでマット運動が上達し、マット運動に対し意欲・関心を持っていると考えられるが、個別で見ると、上達度が遅くても意欲がある児童もいれば、上達度が早くても意欲がみられない児童もいた。

表1 アンケート集計結果

問1. あなたは運動(体を動かすこと)が好きですか、嫌いですか	回答数	構成比	問2. あなたはマット運動が好きですか、嫌いですか	回答数	構成比
ア. とても好き	2	50%	ア. とても好き	1	25%
イ. 好き	1	25%	イ. 好き	0	0%
ウ. どちらでもない	1	25%	ウ. どちらでもない	3	75%
エ. 嫌い	0	0%	エ. 嫌い	0	0%
オ. とても嫌い	0	0%	オ. とても嫌い	0	0%
問3. あなたはレスリングが好きですか、嫌いですか	回答数	構成比	問4. スクールに通って運動が好きになりましたか、嫌いになりましたか	回答数	構成比
ア. とても好き	1	25%	ア. 好きになった	3	75%
イ. 好き	0	0%	イ. 少し好きになった	1	25%
ウ. どちらでもない	2	50%	ウ. どちらでもない	0	0%
エ. 嫌い	1	25%	エ. 少し嫌いになった	0	0%
オ. とても嫌い	0	0%	オ. 嫌いになった	0	0%
問5. クラス(練習)の内容は楽しいですか、楽しくないですか	回答数	構成比	問6. クラス(練習)の内容は簡単ですか、むずかしいですか	回答数	構成比
ア. とても楽しい	0	0%	ア. とても簡単	0	0%
イ. 楽しい	2	50%	イ. 簡単	0	0%
ウ. どちらでもない	1	25%	ウ. どちらでもない	3	75%
エ. 楽しくない	1	25%	エ. むずかしい	1	25%
オ. まったく楽しくない	0	0%	オ. とてもむずかしい	0	0%
問7. クラス(練習)の内容は楽ですか、きついですか	回答数	構成比	問8. スクールに通う前とくらべて運動(体を動かすこと)が上手になったと思いますか	回答数	構成比
ア. とても楽	0	0%	ア. まったく思わない	0	0%
イ. 楽	1	25%	イ. あまり思わない	1	25%
ウ. どちらでもない	1	25%	ウ. どちらでもない	0	0%
エ. きつい	2	50%	エ. すこし思う	1	25%
オ. とてもきつい	0	0%	オ. とても思う	2	50%
問9. スクールに通う前とくらべてマット運動が上手になったと思いますか	回答数	構成比	問10. スクールに通う前とくらべてレスリングが上手になったと思いますか	回答数	構成比
ア. まったく思わない	0	0%	ア. まったく思わない	0	0%
イ. あまり思わない	1	25%	イ. あまり思わない	0	0%
ウ. どちらでもない	0	0%	ウ. どちらでもない	0	0%
エ. すこし思う	0	0%	エ. すこし思う	1	25%
オ. とても思う	3	75%	オ. とても思う	3	75%
問11. もっとむずかしい技ができるようになりたいと思いますか	回答数	構成比	問12. マット運動をもっとやってみたいと思いますか	回答数	構成比
ア. まったく思わない	0	0%	ア. とても好き	1	25%
イ. あまり思わない	0	0%	イ. 好き	0	0%
ウ. どちらでもない	2	50%	ウ. どちらでもない	0	0%
エ. すこし思う	2	50%	エ. 嫌い	2	50%
オ. とても思う	0	0%	オ. とても嫌い	1	25%
問13. レスリングをもっとやってみたいと思いますか	回答数	構成比			
ア. まったく思わない	0	0%			
イ. あまり思わない	1	25%			
ウ. どちらでもない	1	25%			
エ. すこし思う	1	25%			
オ. とても思う	1	25%			

4) レスリングについて

レスリングに関する質問を問3、問10、問11、問13にて行った。「問3. あなたはレスリングが好きですか、嫌いですか」という質問に対しては、「ア. とても好き」が25%、「ウ. どちらでもない」が50%、「エ. 嫌い」が25%となった。これはクラスの内容が難しいとする児童がいるためだと考えられる。杉原は運動を好きになるきっかけとして「泳げるようになった」「跳び箱が跳べるようになった」「上手にできて褒められた」といった能力に関するものがある¹⁸⁾としており、クラス(練習)内容を「むずしい」と感じていることが「嫌い」という意識につながっていると考えられる。また、「問10. スクールに通う前とくらべてレスリングが上手になったと思いますか」という質問に対しては、「エ. すこし思う」が25%、「オ. とても思う」が75%であることから、全員が上達していると感じていた。そして、「問11. もっとむずかしい技ができるようになりたいと思いますか」という質問に対しては、「ウ. どちらでもない」が50%、「エ. すこし思う」が50%であり、「問13. レスリングをもっとやってみたいと思いますか」という質問に対しては、「イ. あまり思わない」が25%、「ウ. どちらでもない」が25%、「エ. すこし思う」が25%、「オ. とても思う」が25%となり半数がレスリングに対する意欲・関心を持っていると考えられる。これは、全員が、レスリングが上達したと感じていることから、レスリング競技への関心の程度が結果として出ているのではないかと考えられる。

IV. まとめ

本研究は、レスリングスクールに通う児童の体育科目に関する運動の習熟に関して調査

し、レスリングスクールでの活動が体育科目に関する運動の習熟に及ぼす影響について検討することを目的として行った。その結果、本研究対象の児童において以下のことが示唆された。

レスリングスクールに通う児童は、運動好きな児童が多く、レスリングスクールに通うことでさらに運動が好きになり、体を動かすことが上達していると感じており、マット運動やレスリング競技に関しても上達し、意欲・関心を持つようになっていた。しかし、クラス(練習)の内容が難しく、きついと感じられることから、楽しくないと感じている児童も存在する。

V. 引用・参考文献

- 1) 文部科学省：小学校学習指導要領、2008、http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/youryou/syo/tai.htm (最終閲覧日2019年9月28日)
- 2) 文部科学省：中学校学習指導要領、2008、http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/youryou/chu/hotai.htm (最終閲覧日2019年9月28日)
- 3) 文部科学省：高等学校学習指導要領、2009、http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afieldfile/2011/03/30/1304427_002.pdf (最終閲覧日2019年9月28日)
- 4) 文部科学省：小学校学習指導要領、2017、http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afieldfile/2019/09/26/1413522_001.pdf (最終閲覧日2019年9月28日)
- 5) 文部科学省：中学校学習指導要領、2017、http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/

- afieldfile/2019/09/26/1413522_002.pdf（最終閲覧日2019年9月28日）
- 6) 文部科学省：高等学校学習指導要領、2018、
http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afieldfile/2019/09/26/1384661_6_1_2.pdf
（最終閲覧日2019年9月28日）
- 7) 文部科学省：小学校学習指導要領解説 体育編、2008、
http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afieldfile/2011/01/19/1234931_010.pdf（最終閲覧日2019年9月28日）
- 8) 文部科学省：中学校学習指導要領解説 保健体育編、2008、
http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afieldfile/2011/01/21/1234912_009.pdf（最終閲覧日2019年9月28日）
- 9) 文部科学省：高等学校学習指導要領解説 保健体育編 体育編、2009、
http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afieldfile/2011/01/19/1282000_7.pdf（最終閲覧日2019年9月28日）
- 10) 深谷秀次、早川健太郎、渡部琢也：小学校における「体づくり運動」の状況－教員の意識調査を通して－、子ども学研究論集、8、5-20、2016
- 11) 水島宏一：器械運動の指導に関する研究、東京学芸大学紀要、56、103-119、2004
- 12) 木村元彦、渡辺英次、佐藤満、久木留毅、三島隆章、相澤勝治：小学生期レスリング選手における体格及び体力・運動能力の横断的検討、トレーニング科学、30（1）、33-44、2018
- 13) 公益財団法人 日本レスリング協会：ジュニアのためのレスリングブック 元気に強くなるための医学と科学 2018、2018
- 14) 金子勝司、大月和彦：保護者が子どもの運動教室の入会に関する決定要因について－性差・年齢・障がいの有無からの考察－、生活科学研究、40、167-172、2018
- 15) 文部科学省：スポーツ振興基本計画 2スポーツ振興施策の展開方策 1スポーツの振興を通じた子どもの体力の向上方策 A、2000、
https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/plan/06031014/002.htm（最終閲覧日2019年12月18日）
- 16) 文部科学省：スポーツ基本計画の概要、2012、
https://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/__icsFiles/afieldfile/2012/10/16/1319399_2.pdf（最終閲覧日2019年12月18日）
- 17) NPO 全国少年少女レスリング連盟：連盟について、2019、
http://kidswrestling.jp/about_us/（最終閲覧日2019年12月18日）
- 18) 杉原隆：運動指導の心理学、142-143、大修館書店、東京、2003