



特集
**みんなで
 スポ少やろうよ!**

スポーツの魅力を知り
 こどもの心と体を健全育成

スポーツ少年団(以下、スポ少)は、「一人でも多くの青少年にスポーツの喜びを提供する」「スポーツを通して青少年のこころとからだを育てる」「スポーツで人々をつなぎ、地域づくりに貢献する」という三つの基本理念のもと、昭和37年に活動を開始。本年度は、全国で約54万人、市内では1714人が所属し、全国の舞台でも活躍しています。

生活環境の変化で進む運動離れ
 増え続けるこどもの肥満

近年、幼児期のこどもたちの中に、真つすぐに走れない、でんぐり返しができないといった事例が以前よりも多く見られるようになりました。これは、昔に比べて外遊びなどをしなくなったことから、自然に身に付くはずの「走る・投げる・跳ぶ・転がる・滑る」といった基礎的動作が上手にできなくなったことが原因と考えられています。

また、全国的に体力の低下が進み、肥満傾向のこどもが増えています。本市では、令和4年度時点で

小学5年男子の肥満の割合は26.4%で、全国平均の約1.7倍。少期からの生活習慣の改善が必要な状況です。運動は、肥満の改善や予防に効果的。一人で運動を始めるとは難しくても、スポ少に入り、友達と一緒に活動することで、継続的に取り組むことができます。また、幼少期から運動習慣を身に付けておくことで、運動することから身近になり、大人になってからの肥満予防にもつながります。

運動する楽しさを知り
 集団行動のルールを学ぶ

スポ少では、運動能力や体力の向上はもちろん、運動することの楽しさや喜びを知ってもらい、自分から運動したいと思うようになることで、指示されるのを待つだけでなく、自主性を持って行動できるようになることを重要視しています。

同じ目標を持ち、学年が違う仲間たちとの集団行動を通じて、友情や協調性、相手を思いやる心を育てるとともに、ルールの中で生活することを学び、社会生活への適応能力の向上と豊かな人間性を育むことを目指しています。

スポ少で高める技術と人間性

こどもたちのスポーツ活動には、適切な指導や助言が必要となります。各スポ少団体では、スポ少の理念を学び、日本スポーツ協会公認の資格を持った人が所属して指導にあたっています。

私は、スポ少の指導者になって28年目になり、これまで多くのこどもたちと出会ってきました。その中で大切だと感じるのは、体や心の成長には個人差があることを十分に理解することです。また、時代の変化とともに、生活環境や家庭環境も多様化していることも理解する必要があります。私が学生の時は、練習を休んだり、一度教わったことを忘れてしまったりすると叱られることもありましたが、現在は、こどもたちの状況に応じて根気強く丁寧に教えるように心がけています。

学校とは違う団体生活の中で、上学年が下学年の面倒を見たり、技術やルールを教えたりしているのが、体力や技術だけではなく、協調性や相手を思いやる心など、人間としての魅力も高められると思います。また、目標を持ち、その目標を達成するために練習を重ね、試合後には反省して練習に取り組みます。そのプロセスを覚えることは、学校生活でももちろん、大人になって社会に出ても役に立つものだと思います。

スポ少で活動している団員や、卒団生が全国の舞台で活躍しているので、これからも、こどもたちが夢や目標を達成できるように指導していきたいと考えています。市内のスポ少には、さまざまな種目があるので、自分に合うと思う種目で、ぜひ挑戦してみてください。

Interview スポ少の指導者に聞きました



登米市スポーツ少年団
 指導者協議会運営委員会
 委員長 橋 勝 さん