

平成 28 年度 国立大雪青少年交流の家教育事業
「冬のパワーアップ大作戦！」事業報告書

1 事業実施の背景

体力は人間の活動の源であり、健康の維持のほか意欲や気力といった精神面の充実に大きくかかわっており、豊かな人間性や自ら学び自ら考える力といった「生きる力」の重要な要素となるものである。

したがって、運動不足や生活習慣の乱れは、単に運動面にとどまらず、肥満や生活習慣病などの健康面、意欲や気力の低下といった精神面など、子供が「生きる力」を身に付ける上で悪影響を及ぼす。また、体力の低下により、ますます体を動かさなくなり、一層の体力低下を招くといった悪循環に陥ることとなる。

北海道の子供たちの体力は、平成 27 年の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」において、小学生が 44 位、中学生は 47 位という結果となっている。この結果について、原因の一つとして挙げられているのは、北海道は冬の寒さや雪などの自然条件が厳しいために、屋外での遊びや運動をしない子供が多いのではないかということである。しかし、同じ積雪地であっても、秋田県や石川県などの子供たちの体力が上位であることなどからも、北海道の子供たちの体力の低さは、単に自然条件によるものだけではなく、運動に対する意識の低さや習慣の少なさによるものであることが、調査結果から読み取れる。今後の北海道の将来を考えた場合、少子化による人口減少だけでなく、地域の担い手となる子供たちの健康に不安がある状況は、地域にとって大きな不安要素となる。

そこで、この事業では、屋外でも運動の楽しさを感じられることや、今の自分の体力を知ることができるプログラムを提供し、冬季における、子供たちの体力向上と運動への意識向上を目指すとともに、開催時期が年度末であることから、運動面での次の学年への目標を持たせていく。

2 事業趣旨

- (1) 子供たちに、豊富な雪を使った遊びの機会を提供し、体力・運動能力の向上を図る。
- (2) 同年代の新しい仲間との交流を深め、コミュニケーション能力や協調性を高める。

3 主催 独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立大雪青少年交流の家

4 事業概要

- ・期日 平成 29 年 3 月 4 日（土）～ 5 日（日）（1 泊 2 日）
- ・会場 国立大雪青少年交流の家
- ・対象 旭川市内、美瑛町、近隣市町村の 3 年生～ 6 年生
- ・定員 50 名

5 目的の達成指標（アウトプット）

- ・参加者の満足度（数値、記述）

6 広報

旭川市内、美瑛町、近隣市町村の対象児童（小学校3年生～6年生）には学校経由で全児童にチラシを配付（約1万2千部）とした。この他、交流の家ホームページでの広報、募集受付を行った。

広報開始と同時に、所としては初めて「WEB申込」による募集受付を行った。その結果、全ての申込者のうち半数以上が、この方法によって申込を行っていた。また、申込件数も多く、応募締切の1週間には定員の50名を大きく上回る70名以上の申込があったため、この段階で応募を締め切った。その後キャンセルが出たため、最終的には69名の参加となった。

7 参加者人員・類型

参加者 69名（定員比138%）

内訳：小学3年生22名 小学4年生20名 小学5年生17名 小学6年生10名

8 事業日程・内容

(1) 日程

	6:00	7:15	7:30	9:00	10:30	11:00	12:00	13:00	13:30	16:00	17:30	19:00	20:00	9:00	22:00
4 (土)				バスで迎え 道の駅旭川→JR美瑛 駅→交流の家	到着 開会式	仲間づくり	昼食	着替え	チーム対抗雪上運動会 (グラウンド)	休む 憩い	夕食	ボール運動記録会 (体育館)	入浴	自由交流	就寝
5 (日)	起床	つどい	朝食	部屋清掃	スポーツテスト (体育館)		昼食	表彰式	バスで送り 交流の家→JR美瑛 駅→道の駅旭川						

(2) 概要・運営のポイント

様々な活動の内容や場面を想定し、学年や男女のバランスを考えた8班編成とし、雪を使った屋外での活動プログラムと、天候に左右されない屋内での活動プログラムの両方を行えるようにした。また、班対抗の活動を組むことで、仲間で励ましあい、他の班と競い合いながら、運動の楽しさを味わわせていくようにした。「運動能力テスト」の実施結果は記録証として個人に配付し、事業後の運動習慣への意識を高めるようにした。また、次年度に向けて体力向上への意識につながるような働きかけを行った。

(3) 各プログラム内容

①「雪中運動会」

1日目午前が開校式の後、体育館で「仲間づくり」のゲームを行った。その後、昼食を摂り、午後からの雪中運動会の内容について、体育館でスライドを見ながら説明。その後は、グラウンドに移動し、事前のタイムスケジュールに沿って、班ごとに「キックゴルフ」「スレッドリレー」「的当て」「スノータワー作り」「障害物競走」を順に行った。約2時間の活動時間の中で、全参加者が全種目に挑み、雪上での運動を楽しんだ。成績は班ごとに集計され、翌日の結果発表では、互いの頑張りを称えあった。なお、計画では7種目を実施する予定であったが、雪面状態や参加者の体調を考慮して、5種目に減らして実施した。



②「ボール運動会」

1日目の夜は、夕食後に体育館において、ボールを使った運動会を実施した。参加者全体を二つに分けた紅白戦とし、「大玉転がし」「玉入れ」「シュートゲーム」の3種目を行った。学校の運動会などでも馴染んでいる種目であることから、参加者は要領をすぐに理解して競技に挑み、自分の番を待つ間は、仲間を大きな声で応援する姿が見られた。



③「スポーツテスト」

2日目の午前は、「握力」「長座体前屈」「反復横跳び」「上体起こし」「立ち幅跳び」「20mシャトルラン」の6種目について、参加者の記録を測定した。測定後は得点表から、参加者毎に各種目の合計得点を計算し、学年別、男女別に上位3人に表彰状を授与した。また、参加者全員には「記録証」が配付され、自分の体力の現状について認識した子供たちからは「もっと得点を上げたいな」「次はもっと頑張る」などの声が聞かれ、運動への意欲を高めていた。



9 参加者アンケートから

(1) 総合的満足度

・満足	54	(78.3%)
・やや満足	9	(13.0%)
・やや不満	4	(5.8%)
・不満	2	(2.9%)

(参加者の声)

- もうすぐ進級なので、自分の体力がわかってよかった。
- たくさん友達ができて、楽しかった。
- とても楽しくて、いい運動になった。
- 始めは楽しかったけれど、それからずっと楽しくなかった。

(2) プログラム

・満足	53	(76.8%)
・やや満足	12	(17.4%)
・やや不満	1	(1.4%)
・不満	3	(4.3%)

(参加者の声)

- 雪中運動会、とっても満足できました。
- 雪でタワーを作って、楽しかった。チームで協力して何とかできた。
- 最後のシャトルランは疲れたけれど、2日間楽しかった。
- 学校の体育みたいなことがしたい。

- 雪合戦もしたかった。
- ソフトバレーを入れてほしい。

(3) 事業運営

・満足	51	(73.9%)
・やや満足	14	(20.3%)
・やや不満	3	(4.3%)
・不満	1	(1.4%)

(参加者の声)

- やさしく教えてくれてよかったです。
- スクリーンでわかりやすくして、よくわかった。
- 楽しかったが、予定していた綱引きができなかったのが残念。

(4) 職員の対応はいかがでしたか

・満足	60	(87.2%)
・やや満足	5	(7.2%)
・やや不満	2	(2.9%)
・不満	2	(2.9%)

(参加者の声)

- とくに先生の対応がよかった。
- わからないことがあると、やさしく教えてくれた。
- 助けてくれたり、優しくしてくれた。
- 少し話が長かった。

10 事業の成果

(1) 事業背景の達成度

週末の2日間に家を離れて活動をすることで、テレビやゲームなどのメディアからも離れて、子供たちに体を動かす機会を提供できた。運動の楽しさを感じて、活動後には次回の事業開催を期待する声も聞かれるなど、運動に対する意識を高めた参加者も多く見られたことから、事業背景で目指していた「子供たちの体力向上と運動への意識向上」については、概ね達成することができたと感じている。今回の事業を契機に、今後はより一層意欲的に様々な運動に取り組む姿を期待したい。

(2) 参加者の実際

雪中運動会では、寒さと降雪の中にも関わらず、各種目を回る子供たちは、とても楽しそうに運動を行い、冬の外遊びの魅力を感じていた。ボール運動会でも、班ごとや紅白の組ごとに、「がんばれー!」「やったー!」などの応援や歓声が続き、周囲からの励ましの中で、懸命に自分の力を発揮しようという気持ちで運動をしている様子が見られた。集団の中で、互いに運動に励む姿を見合うことから、仲間と運動をする楽しさや、うまく運動ができた喜びを感じていた。また、体力テストでは、記録証や表彰状を渡すことにより、自己の運動能力の認識、自信や達成感、運動についての自己目標の設定などにつながっていた。

1 1 事業の課題

参加者の傾向として、高学年は男子、中学年は女子の参加が多かった。運動への意欲や関心が、もともと高い参加者であると言える。その一方で、高学年の女子、中学年は男子の参加が少なかった。中には、本人は申し込みに消極的だったものの、保護者の強い勧めで申し込みをしてきたという参加者もいた。このように、事業前の段階で参加者の意欲に大きな差があることから、プログラム化にあたっては、運動に対して消極的な子供でも楽しく運動ができるような工夫や配慮は必要だと感じた。また、運動に対して消極的な子供たちにとっても、参加したくなくなるようなプログラムを開発していくことも課題である。

運営面では、運動種目が多岐に渡ったため、雪中運動会や体力テストで職員やボランティアを多数配置した。それらスタッフの役割分担や進行方法についての説明に、早い時期に十分な時間をかける必要があった。当日は、参加者にはスライドを見せて種目の説明を行ったが、参加者からは分かりやすかったなどと好評であったことから、スタッフにも事前にスライドを見せよう時間を確保するべきであった。

体力テストについては、測定方法や記録方法の誤りに気付いて、再測定や再集計する場面もあったので、実施要領の正確な理解と効率的な進行ができるように、複数の担当者で時間をかけて確認する作業が必要である。

今回の参加者全員に記録証、各学年の成績上位の参加者には賞状を渡したが、直前まで記録の集計や転記作業に追われ、閉会式の進行順の変更、バス出発時刻の遅れにつながってしまった。記録証と賞状は、アンケート終了後に渡しているため、参加者の評価は書かれていないが、参加者にとっては事業に参加した証や励みとなるものなので、次回からは作成方法や作業分担などを効率的に進められる仕組みを構築し、事業に備えたい。