

ジュニア期におけるスポーツ選手の適切な育成方法について考える

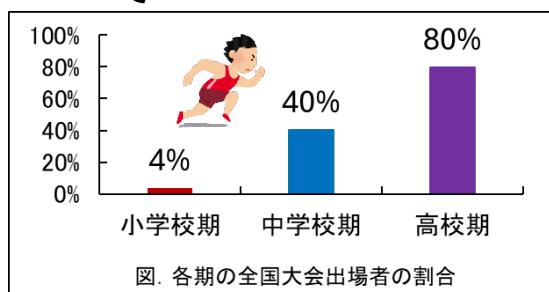


保健体育選修 准教授 渡邊 将司

陸上・日本代表選手の特徴

スポーツに取り組んでいる子どもの中には、将来はプロ選手になりたい、オリンピックに出場したいという夢を抱いている者は少なくないでしょう。小さい頃から高い運動能力を発揮する子どもは将来を期待されることが多いようですが、果たしてどうなのでしょう。

私は陸上競技をテーマにして、日本代表選手の競技歴を調べました。その結果、日本代表選手のうち中学校期に全国大会出場したことがある選手は40%でした。それが高校期になると80%が出場して多くが入賞していました。どうやら陸上競技では、選手の将来性を中学生以下で見極めるのが難しいようです。さて、その理由は何だと思いますか？



子どもと運動をテーマにした様々な研究に取り組んでいます



魅力的で効果的な体育授業や運動プログラムの開発

スポーツ選手を育成する前に、まずはスポーツに参加する子どもの人数を増やすことが不可欠です。学校や幼稚園といった場所では新しい運動刺激に触れる機会があり、そこでスポーツに興味を抱く可能性があります。これまで、小・中学校や幼稚園の先生方と、より魅力的で効果的な体育授業や運動プログラムを開発してきており、成果の一部は、国際的な研究雑誌にも掲載されました。



様々な投てき物を用いた体育授業の効果に関する研究



幼児を対象にした親子で行うボール運動遊び研究

ジュニア選手(陸上競技)の育成に関する今後の展望

これまでの研究成果をもとに、陸上競技の指導書や論文等を執筆してきました。



現在は、日本陸上競技連盟の支援を受けながら、高校陸上競技選手を対象にした記名式のアンケート調査を実施しています。県大会出場者から全国大会入賞者まで幅広いレベルの選手を対象にしており、この研究で将来国際レベルになった選手の青少年期の特徴を明らかにできるかもしれません。これは今後の選手育成に有益な情報をもたらすことになるかと期待されています。

