

令和6年度第4回滋賀県総合教育会議

---

# 「幼児期からの運動やスポーツに対する愛好的 態度の育成について」

黒澤寛己

びわこ成蹊スポーツ大学

# 自己紹介

---

**黒澤 寛己(くろさわ ひろき)**

**1968年** 京都市生まれ

**1992年** 大学卒業後、  
京都市立高等学校教諭を経て

**2016年4月**、びわこ成蹊スポーツ大学勤務

○同志社大学大学院総合政策科学研究科  
博士後期課程修了

○兵庫教育大学大学院学校教育研究科教育  
実践高度化専攻

「ライフスキル教育」(昭和堂)、  
「初めての柔道指導」(竹田騰写堂)  
「スポーツマンシップ論」(晃洋書房)

○京都府高等学校体育連盟  
普及委員・調査研究部員  
柔道専門部委員

○1997年 京都インターハイ  
大会役員

○国民体育大会  
京都府女子柔道競技 コーチ

○講道館柔道六段

**現在**

○滋賀県部活動地域移行アドバイザー

○大津市・彦根市・多賀町部活動地域移行  
検討協議会委員

# スポーツ・部活動指導歴

---

京都市立西京商業高校(12年)

○女子硬式テニス ○柔道部

○珠算部 ○軽音楽部

京都市立伏見工業高校定時制(4年)

○柔道部

京都市立塔南高等学校(8年)

○男子バレーボール部 ○弓道部 ○陸上競技部

○書道部

びわこ成蹊スポーツ大学

○ハンドボール部(部長)

---

# 滋賀県の子どもの体力について

---

## ① 体力・運動能力調査の結果（令和6年度）

### 〈体力合計点の状況〉

- ・ 前年度に比べて、中学校の男女は上昇したが、小学校の男女は低下した。
- ・ 中学校男子は、本年度も全国平均を上回った。

出典 滋賀県教育委員会保健体育課資料

---

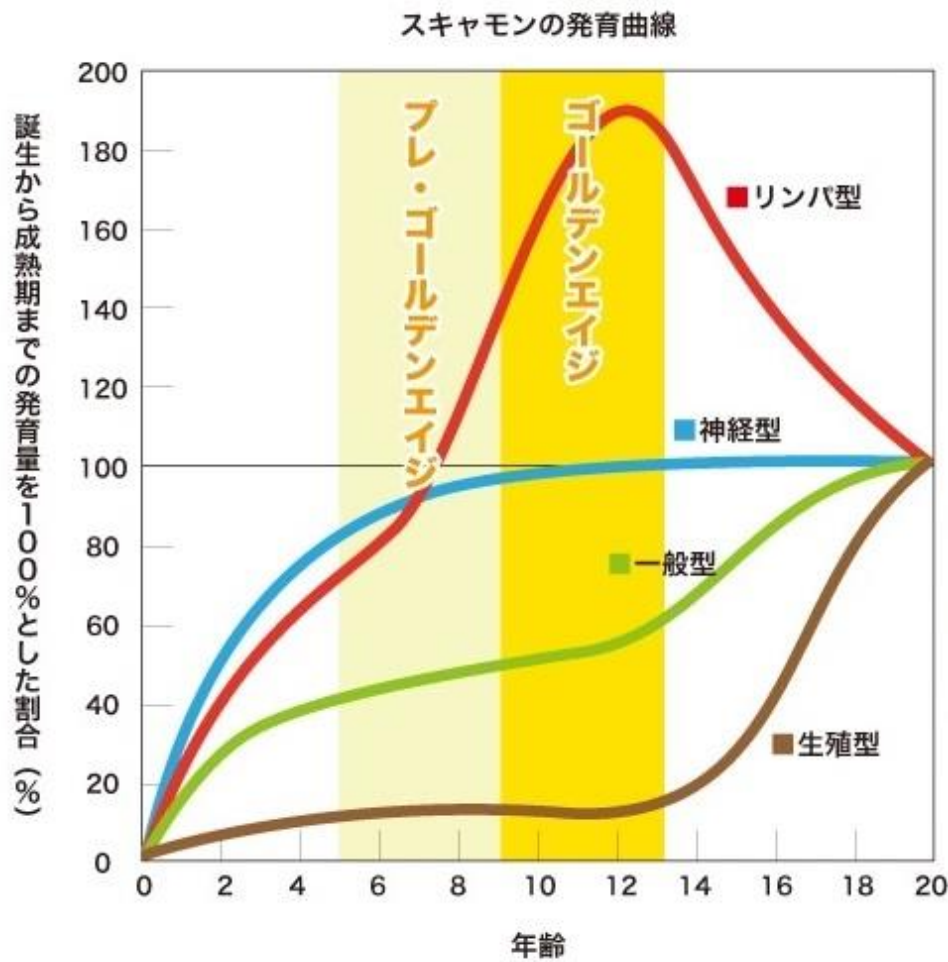
## ② 運動習慣等調査の結果

- ・ スクリーンタイムが4時間以上の割合は、令和5年度に比べて、小・中学校ともにやや増加した。
- ・ 「体育が楽しい」と答えた児童生徒の割合は、令和5年度に比べて、小・中学校ともに増加した。

出典 滋賀県教育委員会保健体育課資料

# 子どもの体力 スキャモンの発育曲線

(学研2021)



一般型 = 身長・体重  
リンパ型 = 免疫(リンパ組織)  
神経型 = 脳・脊髄・感覚器  
生殖型 = 生殖器

プレゴールデンエイジ(3~8歳)  
、ゴールデンエイジ(9~12歳)  
に適切な運動・スポーツを体験  
することが重要!

粘り強さ、我慢強さ、力強さ  
やる気、集中力、免疫力の向上  
など

# Uplifting Minds Project

## アシックスの大規模調査研究(公式HP)

世界16カ国、37,000人に調査した結果、運動がメンタルヘルスに及ぼす影響が明らかになった。

10項目の認知的および感情的特性  
冷静さ、しなやかさ、ポジティブさ、  
充実感、リラックス、自信、鋭敏さ、  
穏やかさ、集中度、エネルギッシュさ



# 福井県の事例

全国学力・学習調査より

## ○体力テストの結果(2024年度)

小5 男女とも1位

⇒小5女子15回連続、小5男子3年連続

中2 女子2位 男子5位

⇒中2女子3年連続

## ○全国学力調査

小6＝国語3位、算数2位

中3＝国語3位、数学1位



# 福井県の学校調査

---

志水宏吉(2014)

○授業中の児童生徒の集中力と規律・礼儀の正しさ。

・学力のバラつきが小さい(学校平準化計画)

○鍛える「教育文化」

・遠泳 ・無言清掃

・学校行事 ・体操

・縄跳び

⇒「業間体育」⇒「運動の日常化」

# Uplifting Minds Project

## 必要な運動時間は？

---

15分9秒の運動で充分！



# 福井県内 小学校の取り組み

---

校舎内での縄跳び



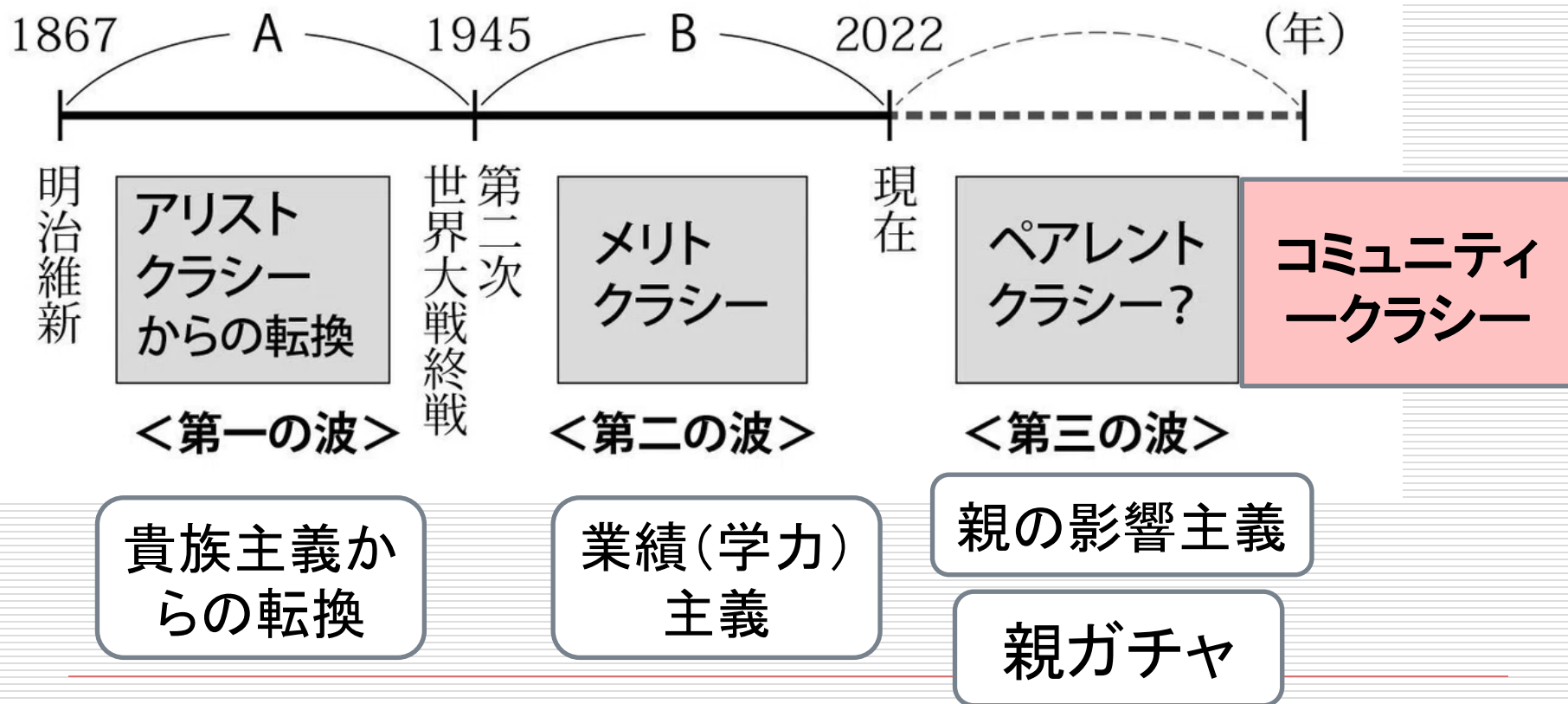
休み時間を活用した  
運動



# 滋賀県の児童・生徒は幸せか？

教育社会学的 歴史の流れ

志水宏吉(2022)



# 運動スポーツ環境の整備

## ナッジ理論(行動経済学)

ナッジ(nudge)とは、英語で「軽くつつく、そっと押す」「ある行動をそっと促す」という意味の言葉。

行動(経済学)科学に基づいた小さなきっかけで人々の意思決定に影響を与え、行動変容を促す手法・戦略。



生徒指導のポイント

生徒はルールには反発するが、ムードには従う！

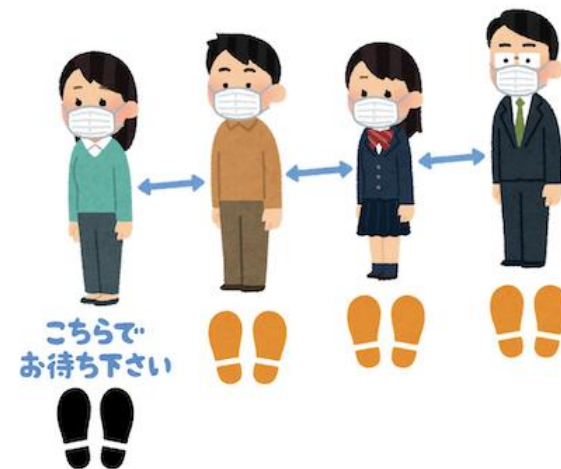
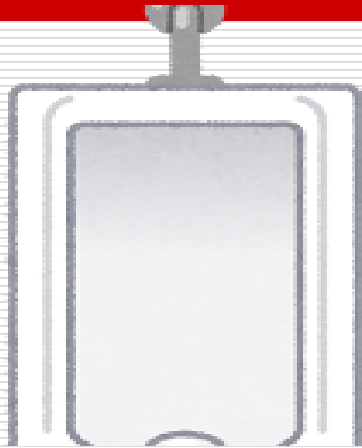
# 滋賀県におけるナッジ理論の活用例

---

びわこ大橋の「メロディロード」

時速60kmで走行すると  
琵琶湖周航のメロディが聞こえる。

# ナッジ理論の活用例



# ナッジ理論の活用ポイント EASTの4ステップ



簡単

魅力的

みんながやっ  
ている

タイミング



# 保育園・幼稚園の実践から

ヨコミネ式教育法公式HP

## 可能性を引き出すポイント

- ①子どもは競争したがる。
- ②子どもは真似をしたがる。
- ③子どもはちょっとだけ難しいことをしたがる。
- ④子どもは認められたがる。



# 滋賀県びわスポキッズプログラム

## びわこ成蹊スポーツ大学の取組み



# 「びわスポキッズプログラム」

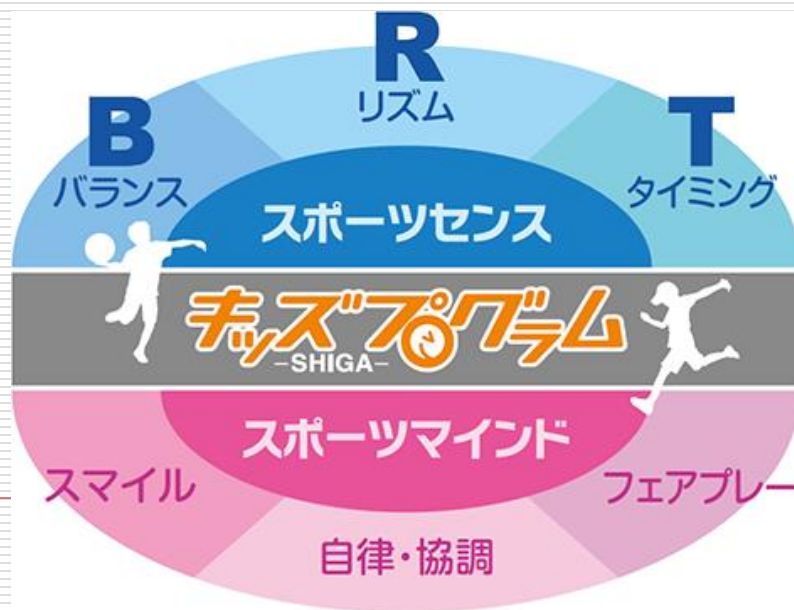
---

滋賀県の子どもの運動能力の向上とスポーツを好きになってもらうことを主旨に、2009年7月から開始されたプログラム。

- ①キッズリーダー研修(年間4回, 学生延べ305人),
- ②巡回指導(年間56回(幼稚園, 保育園),  
(2292人の子どもが参加),
- ③びわスポキッズフェスティバル  
(年間4回, 年間853人の子どもが参加)を展開している

# びわスポキッズフェスティバル

びわスポキッズフェスティバルでは、年中(4歳)から小学3年(8歳)までの幼児、児童を対象に「バランス」、「リズム」、「タイミング」および子どもたちの心豊かな成長とスポーツマインドを育むために「スマイル」、「自律・協調」、「フェアプレー」をキーワードとしてプログラムを展開している。



スポーツの魅力とは...

ラグビー日本代表 故平尾誠二氏

---

**できなかったことが、**

**できるようになる！**

# 滋賀県の児童・生徒の幸せ...

---

滋賀県の子ども(児童・生徒)の幸せとは？

運動・スポーツ

好きなことを、

好きな人たちと一緒にできること。



# 主な引用参考文献

---

- ・志水宏吉他(2014)「福井県の学力・体力がトップクラスの秘密」  
中央公論新社
- ・志水宏吉他(2022)「ペアレントクラシー「親格差時代」の衝撃」  
朝日新聞出版
- ・滋賀県教育委員会(2024)「令和5年度 全国体力・運動能力、運動習慣  
等調査の結果」
- ・大阪成蹊大学スポーツイノベーション研究所(2023)「スポーツと  
ウェルネスのイノベーション」創文企画
- ・村田洋史他(2022)「ナッジ×ヘルスリテラシー ヘルスプロモーション  
の新たな潮流」大修館書店
- ・株式会社アシックスホームページ
- ・ヨコミネ式教育法オフィシャルサイトホームページ

- 
- ・帝京大学大学院公衆衛生学研究科(2022)「ナッジを応用した健康づくりガイドブック」