

コーディネーショントレーニングの有効性について

—子どもの体力、健康、生活行動に対する効果について—

小野 覚久¹⁾ 縄田 翔吾²⁾ 高橋 美紗江³⁾

1) 足利短期大学こども学科 2) (公財) 嘉麻市文化スポーツ振興公社 3) 東京都立大学大学院

The effectiveness of co-ordination training

—The effect on the physical strength, health and living behavior of children—

Kakuhisa ONO, Shogo NAWATA, Misae TAKAHASHI

Abstract

The decline in the athletic ability of young children is also associated with the decline in the ability of daily activities such as communication ability, and the main factor is the decrease in exercise play, their companions, and places where they can exercise. In addition, the childcare environment is also a major factor, such as changes in the view of childcare. Furthermore, under the current situation of the spread of new coronavirus infections, research on more efficient exercise guidance and health guidance is needed. Therefore, in this study, we focused on coordinating training based on the theory of Professor Emeritus Hideo Araki of the University of Tokushima, and examined its effectiveness.

From the questionnaire survey of childcare workers, many of the current behavioral issues for infants were "restlessness", "difficulty in giving instructions", and "dependence on the media", which are associated with childhood. Most likely due to lack of necessary exercise or stimulation from. And those issues are also mentioned as "expected effects of coordination training".

In this study, it was suggested that "instruction and communication problems", "physical strength", and "lack of exercise", including the above problems, could be improved by performing Araki-style coordination training.

Keywords: coordination training, health education, physical strength, children, life behavior

はじめに

青少年の体格は、1990年以降では微増か横ばいであり、体力は依然1980年代には及ばない。体格については、食や栄養環境が充実したことにより、高度成長期ほどの増大はないのである。しかし、体力については生活が便利になるほど身体活動が減少し、一部のアスリート以外は、体力低下を余儀なくされている。正に体力の二極化現象である。一方で幼児期では、稚丸、藤井らは1969年当時と比べれば、現在では投力はかなり低下しているが、走、跳

力においては、投力ほど低下していないと報告した。つまり、幼児の体力が明確に低下しているわけではないのである。もちろん、身体活動の減少から運動遊びの能力は低下していることは間違いない。

幼児の運動遊びの能力の低下は、コミュニケーション能力などの生活行動の能力の低下とも関連しており、運動遊びやその仲間、運動できる場所の減少が主な要因となっているが、子育て観の変化など保育の環境も大きな要因となっている。そこで、体力や運動能力および生活行動の改善に有効かつ効率的な運動指導法や健康指導法の検討が必要である。また、特に現在の新型コロナウイルス感染症拡大の状

況下において、これまでの生活と異なる「新しい生活様式」も提唱されており、これまでの時間や空間などの条件が大きく変わり、より効率的な運動指導や健康指導に関する研究が必要とされている。

1. 研究目的

幼児の健康教育において、現在さまざまな取り組みがなされ、その中でも運動指導の取り組みが数多く行われている。また、新型コロナウイルス感染症が拡大する状況下で、より効率的な運動指導や健康指導に関する研究が必要であると考えた。そこで、本研究では東京都や福岡県嘉麻市、福島県白河市など全国各地の自治体で導入され、テレビなどでも取り上げられている徳島大学荒木秀夫名誉教授の理論によるコーディネーショントレーニングについて着目し、その有効性について検討するものである。

幼児の生活行動は、保護者や保育者などによる教育環境に大きく影響されることが予想できるため、生活様式や遊びなどの保育内容の変化などについても、体力や健康に影響を与えていることが考えられる。したがって、幼児の体力や健康にどのような指導が有効であるか保育者への調査から検討し、より効率的な運動指導と健康指導について示唆を得ることを目的とした。

2. 研究方法

1) 研究対象

荒木式コーディネーショントレーニングを推奨し実施している福岡県嘉麻市および福島県白河地区（白河市および隣接する浅川町を含む）において、保育者に対しアンケート調査を依頼し回答を得た。

2) 研究方法

コーディネーショントレーニングは、本来であれば、①専門の運動指導者による指導、②保育系の学生による指導、③園の先生方による指導の3つの方法に分けて行い、また、それらを組み合わせて行った運動指導による効果の検証を行いたいと考える。さらに、子どもの体力や運動能力に関する簡易テストを行い、生活行動に関する保護者へのアンケート調査を実施し、それらの総合的な評価により有効性を検証したいところである。しかしながら、現在の新型コロナウイルス感染症の

状況から、トレーニングの実施に関しては、これまで実施されている園や実施計画のある園の状況を確認し、アンケート調査のみを実施することとした。また、今回は体力・運動能力に関する簡易テストおよび保護者へのアンケートについても実施を見送り、保育者へのアンケート調査のみを実施した。特に、新型コロナウイルス感染症予防など、感染症対策については十分に行った。

3. 結果

1) 幼児の生活行動における課題

アンケートは、1.“落ち着きがない” 2.“ケガをしやすい” 3.“指示が通らない” 4.“コミュニケーションが苦手である” 5.“病気や体調不良になりやすい” 6.“運動不足である” 7.“ゲーム依存の傾向がある” 8.“食事に偏りがみられる”の8つの選択肢と“その他”を自由記述とし、複数回答を可とした。結果は、図1に示す通りである。嘉麻市、白河地区における幼児の生活行動における課題は、1.“落ち着きがない”がもっとも多く79.6%、次いで3.“指示が通らない”63.0%となり、この2つが大きく半数を超えた。(図1)

自由記述では、「姿勢が悪い」「集中力がない」「自己中心的で、周りの子とうまく関われない。」という内容の回答が多く、「タブレットやスマートフォンの使用時間が長い。」などの回答も多くあった。また、特筆すべき内容として、「指示待ち（言われないとしない）ことが多いと思う。」という回答が複数あり、「他人の事は気にならない。落ちたものは拾わない、そのままにする。またはぼーっと見ていて誰かに何とかしてもらおうと待っている。」という回答もあり、「自分で考えて行動しようとする力や好奇心から行動に移し、感動し、またさらに探求心が芽生えるという良いサイクルが生まれるようにしたい。」という保育者の願いも回答にあった。さらに、「場の雰囲気を感じとれない子が増えたように思う。」「“気になる子”と言われる児が増えているので、関わり方や、興奮した時など、どうしたらよいか問題とを感じる。」「発達障害や特別支援の要素を抱える子どもが増加傾向にある。そのことに対処するための人材不足、また、職員構成の年齢的偏りにより、十分に子どもへのケアが果たせないという懸念がある。」という発達の課題や「歩く

ことが減っているの、すぐ疲れた、時間がかかる、つま先が上がっていないのか、転ぶことが多いのも気になる。」「背筋が伸びてなく、猫背の子が増えてきた。」「食べ物の噛む回数が少ない。」という身体的な課題もあり、「就寝時間が遅い子が多くなる。」「朝食抜きの子が増えてきた。」など、家庭や保護者に課題があり、保護者の取り組みにより改善が期待できる内容もあれば、「愛情を保護者に必要以上に求める幼児が増えてきている。」「親子関係の希薄さがみられ、さみしい気持ちから場を乱そうとする子が多い。」「子育て支援と言いながら、子の成長に関心を示さない親がいる。」という直接改善ができない課題も多かった。経験年数(図2)や年代(図3)の違いでは、課題に特に大きな差は見られなかった。

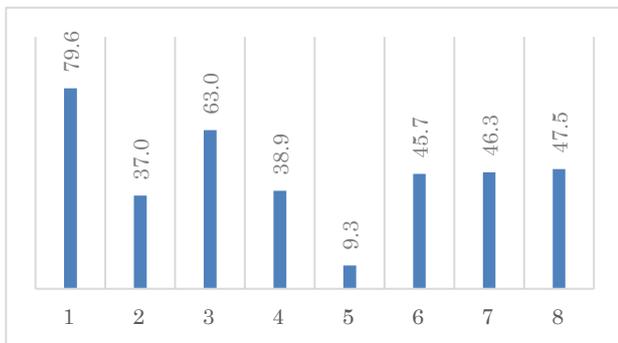


図1 現在のこどもの課題

2) 運動に期待される効果

次に「こどもが“運動”を行うことによって期待されることは何ですか」という設問に対して、回答割合が多い順に76.5%が2の“ケガをしにくくなる”, 69.8%が1の“落ち着くようになる”, 67.3%が6の“運動遊びをするようになる”が多かった。(図4)

自由記述では、「我慢ができるようになる」「集中力がつく」「体幹が強くなる」という内容の回答が多く、「運動することで、五感を肌で感じてほしい。」「規則正しい生活リズムを整えられるようになる。」「指示・話を聴く時と、動くときのメリハリがつくようになる。」という回答もあった。ここでも経験年数(図5)や年代(図6)で回答に、特に大きな差は見られなかった。

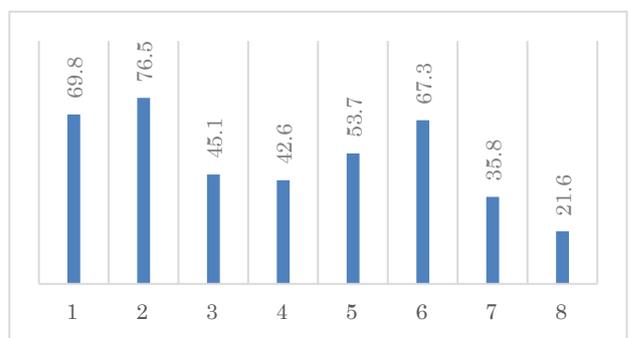


図4 運動を行うことにより期待される効果

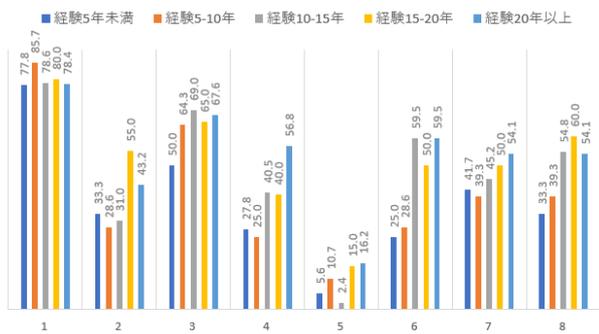


図2 現在のこどもの課題 (経験年数別)

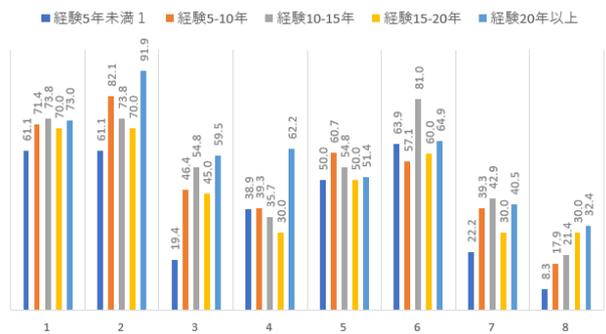


図5 運動を行うことにより期待される効果 (経験年数別)

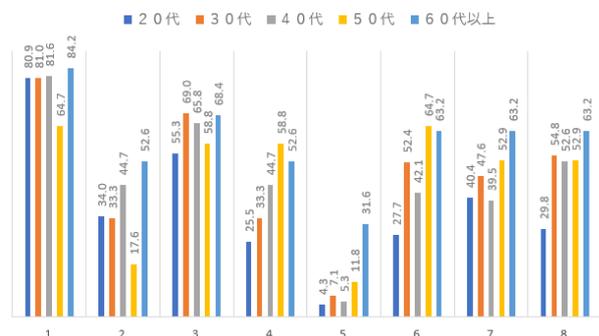


図3 現在のこどもの課題 (年代別)

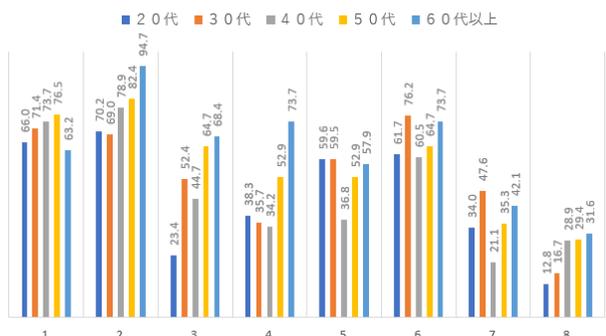


図6 運動を行うことにより期待される効果 (年代別)

3) コーディネーショントレーニング (CT) のイメージ

コーディネーショントレーニングに対するイメージについて、実施前は「よくわからない体操」や「変な動きをする」「難しい」「トレーニングと言うのでたいへん」と言うようなイメージを持っていた保育者が多かったが、実施後は「誰にでもできる」「簡単にできる」という回答が見られた。しかし、実施後についても「難しい」などの回答も見られたが、「研修を受けてから、何のために行っているトレーニングなのか理解することができ、子どもの様子の見方が変わった。」「身体だけでなく、脳と心に刺激を与え、学ぶ力をつける。」「身体を思い通りに動かせるようにするために必要なもの。」「体幹を鍛えることができる。」というコーディネーショントレーニングの本質に迫る回答もあった。

4) コーディネーショントレーニング (CT) に期待される効果

運動に期待される効果と同じ選択肢で、「コーディネーショントレーニングを行うことによって、期待されることは何ですか」という設問に 72.5%が1の“落ち着くようになる”，66.3%が2の“ケガをしにくくなる”，61.9%が6の“運動遊びをするようになる”，57%が3の“指示が通りやすくなる”と回答した。“落ち着くようになる”や“ケガをしにくくなる”“運動遊びをするようになる”が多かったが，“指示が通りやすくなる”では、保育者の63.0%が現在のこどもの課題として問題意識をもっており(図1)，こどもが運動を行うことにより期待される効果では45.1%が改善されることを期待している(図4)のに対し，コーディネーショントレーニングを行うことにより期待される効果としては57.5%が効果に期待していると回答が得られた。(図7)

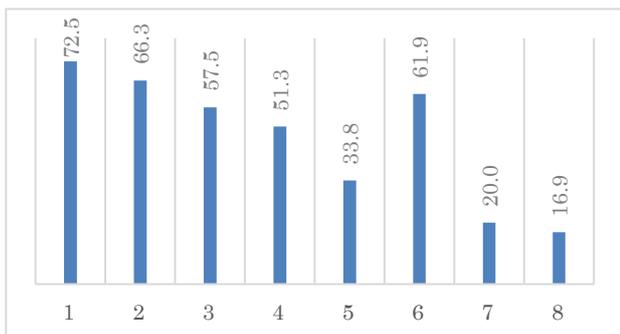


図7 こどもがCTを行うことにより期待される効果

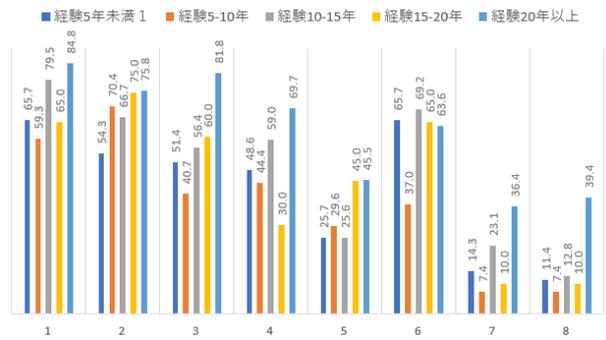


図8 CTを行うことにより期待される効果(経験年数別)



図9 CTを行うことにより期待される効果(年代別)

5) コーディネーショントレーニングの有効性

有効性については、実施後のイメージの回答に、「子どもたちが楽しみにしている。」「毎回喜んで参加している。」という回答が多かった。「自分で考え体を動かすことを大切にしている。」「人間が本体持っている能力(運動機能)を呼び起こしてくれるトレーニング」といった運動欲求を高める効果に関する回答があり、「普段日常でしている動きで、子どもたちの運動能力も上がり、保護者からも“運動遊び(コーディネーションの実施日)”は寝るのが早くなり、よく眠るようになったなどの声も聴かれるようになりました。」「指示待ちの子どもが減ったように感じる。(保育士の関わり方も変わった気がする)」「様々な動きをすることで、体幹を鍛えるだけでなく、指示もよく聞けるようになる。」「コミュニケーション能力等、体の発達だけでなく、社会性も身につく。」「群れることで、集団の中へと巻き込む等、活動に目を向け興味を持ち、関りを持つことが自らできてくる。」「運動神経や体幹はもちろん人間関係や食事、リズム感等、色々な角度から子どもたちを観て頂いていると思います。また、そのつながり方を調整していくものなのかなとも思っています。」「自分で考え、行動する力がついてきた。ま

た、体の使い方が自然に身につけケガも少しずつ減ってきている。個々から集団となり、クラスがまとまりやすくなってきた。聞く力、集中力がついてきた。」という生活行動面での変容にも大きく関係する回答があった。さらに、子どもたちの取り組み状況（意欲など）についての感想に「指導者の方を見るとみんな笑顔になるので、心から楽しんで取り組んでいることが分かる。」という回答に加え、「体を動かすことが苦手な子ども喜んで取り組んでいる。」といった運動を苦手とする子どもに対する効果も見られた。ただし、中には「月に1回20分という短さのため、意欲的、興味を持って話を聞き、取り組んでいるが、その短さ故、慣れず何もできない子どもいる。」や「トレーニングは月に1回20分なので、子どもたちはその短時間で集中して指示を聞き、行える子どもいれば、指示が通らずに落ち着きがない子どもなど様々いる。」といった否定的な部分を含む回答も見られた。否定的な回答の中にも「興味を持ち意欲的に取り組んでいる。中には、指示を聞かず（楽しさで友達とふざけ合う等）はしゃいでいる子どもいる。その子をどう巻き込んでいくのかをみる中で子どもたちの気づきが見られるようになってきた。」

「言葉でこうしてと言わずとも、指導者の真似をして動き、自分から少しずつ体を動かすようになってきた。」といった荒木式コーディネーショントレーニングの効果の初期段階と思われる回答があった。保育者個人の中での変化を実施前後のイメージでみると「S字など簡単な動きだが、子どもにどんな変化があるのか半信半疑だった。」から「表情が生き生きとし、その後、落ち着いて過ごす子供の様子が見られ、とても良い活動だと思う。」となった回答や「落ち着きがなく、自由に話し始めたり、姿勢が崩れやすくなったりしていた。」から「よく話を聞き、姿勢を保てる時間が長くなる。」という変容を示す回答があった。

保育者が運動指導をどう捉えるかという視点では「とても喜んで参加し、全身をたくさん使う姿がある。」という内容の回答が多く、中には「子どもの動きを指摘したり、否定したりしないので運動が苦手な子ども楽しんで参加することが出来ている。」「活動の中で今どんな運動が子どもたちにとって必要かが見られる。（特に支援児）」といった指導法について保育者が普段の保育に生かすきっかけとなるような回答がみられた。

「他の園や先生方に薦めたいですか」という設

問に、1“薦めない”，2“あまり薦めない”，3“どちらでもない”，4“できれば薦めたい”，5“ぜひ薦めたい”の5段階評価で回答を得たところ、ほとんどが3以上の評価であり、平均値は表1に示すとおりとなった。

表1 他の園や先生方に薦める5段階評価

	評価平均値
全体	4.27
嘉麻市公立実施園	4.03
白河地区	4.55
白河実施幼稚園	4.67
白河実施保育園	4.33
白河新規実施園	4.50
白河未実施園	3.86
白河未経験者	3.80
白河元園長	4.88

4. 考察

幼児期に十分な身体活動を経験することは、様々な動きを習得し運動の基礎を作るだけでなく、生涯の健康に影響する。幼児教育・保育の基準となる保育所保育指針、幼稚園教育要領、幼保連携型認定子ども園・保育要領に共通して記載されている5つの境域のうち健康の領域には、運動だけではなく、意欲的な姿勢や基本的な生活習慣に関することが記載されている。幼児期の「健康」は生涯に渡る健康の土台を作ることであり、その土台は豊かな人生を送る基礎となる。それ故、保育者には幼児期にそれらをつくる積極的な支援が求められているといえる。

アンケート調査の結果、幼児の生活行動における課題を問う設問では「落ち着きがない」「姿勢が悪い」「すぐに疲れたと言う」「集中力が続かない」「興奮した時など、どうしたらよいか問題と感じる。」「さみしい気持ちから場を乱そうとする子が多い。」などが挙げられており、具体的な解決策がないまま、子どもたちに接している状況がうかがえる。これらの意見は、本研究対象外の様々な地域の園においても多く耳にする子どもの問題と一致する内容である。荒木ら(2012)の報告でも、主に小学生の子どもに対するイメージ調査アンケートを保護者に行ったところ、“姿勢”や“集中力”さらには“怒り”や“泣く”といった感情のコントロールについても評価値が低

かった²⁾。この報告は現在も続く全国的に共通した子どもの抱える問題といえるであろう。コーディネーショントレーニングは、体力・運動能力だけでなく、生活行動や態度、意欲、コミュニケーション問題等の改善も期待できるトレーニングであり、それらの問題解決につながると考える。これは今回の調査でも同様の傾向がみられたが、前述の荒木ら(2012)のアンケート調査でも、実施前に低かった項目を含めた因子分析により“姿勢”をはじめ、“意思力”や“社会性”について優位に高い正の変化率が認められた²⁾ことに加え、生理心理学的実験として行った事象関連電位 P300 に着目した脳波測定においても、刺激感受性の変化が見られた²⁾ことは、“認知”や“注意”そして“定位”という観点からも、「子どもの落ち着き」に大いに変容が見られたと言える。

荒木式コーディネーショントレーニングのイメージについては、実施前は、難しく複雑なトレーニングという認識から、反対に一般のトレーニングとあまり変わらない認識まで意見が分かれている。これは一般的なコーディネーショントレーニングという言葉やその内容の認知度だけでなく、荒木式の特殊性を考えれば妥当である。実施後に、動きの多彩さや体幹をしっかりと使うというイメージが伝わったという意見が多く、実際の指導を体験するにより「日頃の保育で取り入れられる活動内容がある。」「赤ちゃんの抱っこや保育園で行っていた遊びに理論づけができ、今まで行ってきたことが間違っていなかったと思えた。」などの回答からも指導の背景に堅実な理論があるということが伝わっていた。

嘉麻市と白河地区の評価値の違いは、実施体制や経緯の違いにある。嘉麻市では市からの補助金によってコーディネーショントレーニングが行われ、一年に15回までの制限があることに加え、園の状況によって一回の指導時間もバラツキがある。短いところでは1クラス20分ほどに留まることもあり、指導者によっては指導時間の不足を感じることもある。また、活動の広がりにより、活動に関わる保育者はかなり多くなっているが、活動の始まりが園や学校の先生の口コミのような形で広がっていったため、理論の理解度が保育者間で差ができており、理論の理解度が高い保育者からの評価は高いが、まだあまり理論を知らず、周りの園がやっているから、市の支援事業になっているからという認識に近い形で実施している保育者の評価は高くなりにくかった。指導者も毎回指導ノートなどの報告書を作成し、保

育者に読んでいただくよう働きかけたり、話し合っ
て子どもたちの情報を共有したり理論的なアドバイ
スを行ったりと様々な形で啓発に向けたアプローチ
を行っており、これにより捉え方が変わった保育者
もいるなど結果が出始めている。今後更なる理論の
啓発が進めば、子どもたちの生活行動に良い傾向が
見られ始めていることは、多くの保育者が認めてい
るので、全体的な評価も更に高まっていくと考える。

理解度での有効感の違いでは、白河地区内でも実
施園に比べて未実施園での評価が低く、未実施者に
比べて経験年数が長い元園長（園長退職後に現在も
保育者として勤務している者）との評価の差にも見
られた。説明や講習・研修は機会あるごとに行っ
ており、今年度、新規に実施した園においても同様
であるため、理論的な理解度が高まることによって
保育者が子どもたちの様子を見取るポイントが焦点
化され、評価に反映されると考える。これは自由記
述の回答として「やればやるほど子どもの意欲が高
まった。」や「保育者側の工夫や働きかけも必要だ
と思うので、荒木先生など指導者に直接教わったこ
とが大きかった。研修も楽しかった。」という回答
や「指導者の巧みな指示、誘導により子どもたちの
取り組みに意欲が感じられるようになった。また、
自由遊びの中でも、同様の動きと遊びを自主的
に行う姿が見られるようになった。先生に注目して、
指示や話を聴くことができるようになってきた。」
という回答からもうかがえる。

子どもたちの様子から「楽しみにしている姿が見
られる。」「意欲的に先生の指示を聞いて身体を動
かして楽しんでいる。」という回答や「身体を動か
すということは、改めて良いことだとコーディネ
ーショントレーニングを見ると感じる。」という回答
や、「コーディネーションと聞くと“やったー”と大
喜びし、体を動かすことに苦手意識を持っている幼
児も喜んで参加していた。」「指導者の指導に、い
つも目が輝き、子どもたちの心を揺り動かす体験
に、幼児教育の基本である“遊びを通した教育”を
感じ感謝の気持ちでいっぱいです。」といった回
答があったことは、運動意欲を刺激する意味でも、
幼児に対する有効性を示していると考えられる。ケ
ガの減少についても、アンケートの数値としては効
果があると言えなかったが「ぶつかりそうになっ
てもさらりと身をかかわす姿が見られた。」とい
った回答が寄せられこのことから、有効性が感じ
られる。さらに、「心なしか落ち着いて話しが聞
けるようになったように思う

が、まだ実施して1年経っていないので、今後に期待したい。」という回答や「子どもたちは生き生きと忍者の修行や、くの字、Sの字、ラディアンを楽しく取り組んでいました。回を重ねるごとに明らかにコミュニケーション能力が高まり、運動意欲が湧き出てくるのを感じました。」という回答には、トレーニングの有効性について、可能性という面からも大いに期待されている。中には「喜んで行っております。好きな子がほとんどなのですが、集団での運動に混ざれない子（雰囲気などあって）取り組めない子もいます。意欲いっぱいに取り組んでいます。」という回答もあり、初期の段階では子ども一人ひとりを見ると、取り組みとその効果に差が見られるものの、「興味を持ち意欲的に取り組んでいる。中には、指示を聞かず（楽しさで友達とふざけ合う等）はしゃいでいる子もいる。その子をどう巻き込んでいくのかをみる中で子どもたちの気づきが見られるようになってきた。」という回答から、荒木式コーディネーショントレーニングに集団を通して個人を指導していくというねらいがあることが分かる。そのため実施回数が増えることによって見えてくる変容があり、「ほぼ意欲的な姿です。その時の気分によって参加しない姿を見せる子もいますが、数回、経験を重ねるごとに楽しんで動くようになっていきます。小学校の先生方にもおすすめしたい。」という回答に見られる有効性が検証できる。さらに、白河地区の未実施園において、過去に経験した保育者へアンケートを行う中で、図らずも未実施者からの回答が得られた。その回答に「私がいた幼稚園、保育園では実施したことがないので、実際の場面のことはわかりません。経験した先生方からは、子どもたちが落ち着くようになった等の感想を聞いています。」と回答があったことを考えると、現在の子どもの課題に対して、一般的な運動だけでは解決できない課題が改善に向かうことが期待される。

今回のアンケートでも、子どもの課題として、「落ち着きがない」に回答した保育者が多く、保育者からの相談内容もこのような悩みが多い。その原因が発達障害等によるものなのか、現在の行動だけの現象なのか判別が困難であることが、問題をより複雑にしている。さらに、それに付随するような指示やコミュニケーションの問題、身体の丈夫さや運動不足の問題が多く、コーディネーション理論から、いずれも必要な運動刺激の不足に起因する可能性が高いと考える。運動に関する取り組み状況において、

子どもたちが意欲的に、楽しく取り組んでいるという声が多数であったことはたいへん評価できる結果であった。指導内容に疑問を呈するような意見は少数であったものの重要であり、子どもがただ遊んでいるだけのように見えるという意見もあったことは、より具体的なコーディネーション理論の周知や、指導者から保育者への適切な評価やフィードバックが必要であることを意味する。今回、2つの地区において「他の園や先生方に薦めたいですか」という設問に、5段階評価が4以上であることから、荒木式コーディネーショントレーニングは、保育者に好意的に捉えられ、有効性が高いことが示唆された。

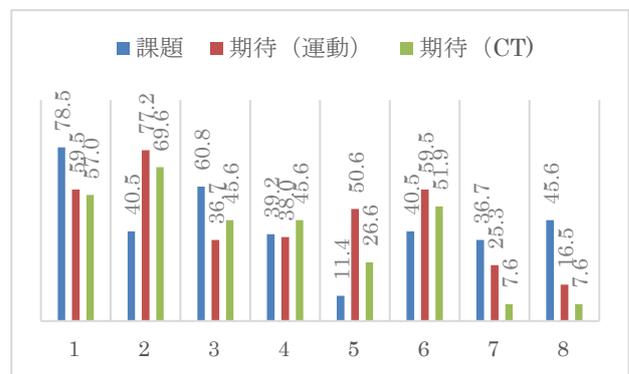


図10 課題と期待 (嘉麻市)

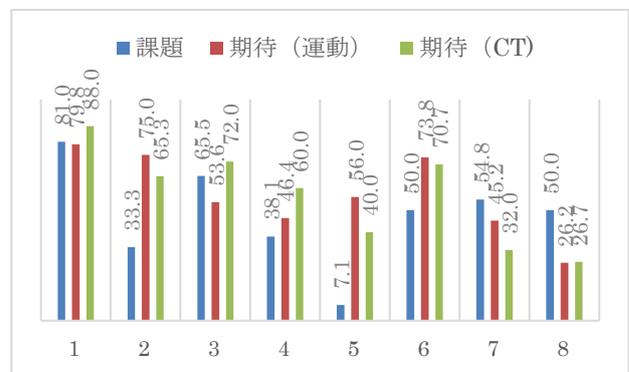


図11 課題と期待 (白河地区)

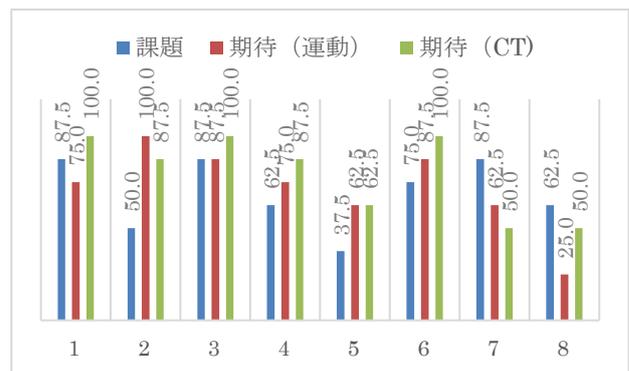


図12 課題と期待 (白河園長経験者)

おわりに

今アンケート調査の結果、トレーニング実施園の多くの保育者は、子どもたちが集団で楽しく体を動かしていることを見取っていた。対象幼児らが動くことそのものに喜びを感じ、意欲や態度に表れた結果であると思われる。動きの完成形を求めないコーディネーショントレーニングの特徴が表れている。

嘉麻市の課題としては、保育者が問題意識を持っている内容に対して、コーディネーショントレーニングの直接的な効果が期待されないように見られる(図 10)が、白河地区では、期待が寄せられている、しかし、この結果は園長経験者がコーディネーショントレーニングの効果に大いに期待している(図 12)ことに由来している。具体的な理論や実際の運動内容等を、多忙な現場の保育者に学んでいただく時間と機会の確保が重要であり、動きにどのような意味があるのか、また、理論に沿った運動や指導になっているのかということを保育者自身が判断でき、将来的に自身で指導ができるように進めていかなければならない課題があることは、嘉麻市、白河地区ともに同様である。

本研究において、荒木式コーディネーショントレーニングの有効性について、いかに保育者が理解を深めるかという課題も見えてきた。先行研究では、スポーツのパフォーマンス³⁾や基礎となる運動能力の向上²⁾だけでなく、看護技術の向上⁴⁾にも効果が見られた。さらに、指導に関しては、運動を専門とする指導者以外でも指導し効果が得られることが報告され²⁾ており、生活行動の改善という意味では、幼児だけでなく高齢者にも有効で⁵⁾ある。嘉麻市や白河市では高齢者の生活行動力を高めることをねらいとして導入され、効果があらわれてきている。故に荒木式コーディネーショントレーニングを行うことで、現在のこどもの抱える様々な課題が改善に向かうと思われる。

荒木式コーディネーショントレーニングは、一般的にコーディネーショントレーニングと呼ばれるものや旧東ドイツのライプチヒ学派のコーディネーショントレーニングと似て非なるものであり、脳神経科学や運動科学、認知科学といった学際的領域における共通した思想に基づき、潜在能力に働きかけ、学ぶ力を引き出す脳のトレーニングである。例えば、鉄棒で何度も練習をして逆上がりができるようになるのとは異なり、コーディネーショントレ

ニングは、一見すると、トレーニングの動きと効果に直接的な結びつきがない。したがって、保育者は理論に基づいた動きであることを理解していないと、子どもたちが単に楽しく体を動かしているだけのように感じるであろう。具体的な理論や実際の運動内容等を理解することで、保育者自身で子どもたちにコーディネーショントレーニングの指導ができることにつながるだけでなく、日々の教育・保育で子どもたちとコーディネーション的な視点で関わるができる。それが、保育者が感じている子どもたちの問題や課題の解決につながっていくと思われる。

今後は、今回のアンケート調査に加え、子どもの体力・運動能力テスト等も含めた包括的な調査を行うことで、より深くコーディネーショントレーニングの有効性を検証できると考える。

引用・参考文献

- 1) 穂丸武臣・藤井勝紀・中野壽子・花井忠征・村瀬智彦・石垣享・春日晃章：報告書Ⅰ『愛知県における幼児の体格・運動能力に関する年代変化（1969年～2009年調査）』報告書Ⅱ『愛知県における幼児の生活リズム・生活行動・遊び環境の実態（2009年調査）』子どもの発育発達研究会（2011）。
- 2) 久保田洋一・荒木秀夫：コーディネーショントレーニングが子どもの運動能力等に及ぼす効果に関する調査研究報告書、(特非)日本コーディネーショントレーニング協会、(財)笹川スポーツ財団、2012
- 3) 細野裕希・漆原良：サッカーにおけるキックの正確性に関するコーディネーション能力について、立命館産業社会論集、55(1)、2019
- 4) 新美 綾子：看護技術が「できる」ためのコーディネーション能力向上を目指したトレーニングプログラムの開発に関する研究、愛知県立大学博士論文（未公開）
- 5) 荒木秀夫：コーディネーション運動—トレーニング実践ガイド—(財)健康・体力づくり事業財団、2008
- 6) 荒木秀夫：「コーディネーション」から「コ・コーディネーションへ」スポーツ方法学研究 22(129-144)、2008