

日本代表選手の青少年期における運動遊び経験およびトレーニング環境 —日本代表選手に対する軌跡調査—

渡邊将司¹⁾ 森丘保典²⁾ 伊藤静夫²⁾ 三宅 聡³⁾ 繁田 進⁴⁾ 尾縣 貢³⁾

1) 茨城大学教育学部 2) 日本体育協会 3) 日本陸上競技連盟 4) 東京学芸大学教育学部

Play and training environment experiences of international level athletes during childhood and adolescence

—Retrospective study of international level Japanese athletes—

Masashi Watanabe¹⁾ Yasunori Morioka²⁾ Shizuo Ito²⁾ Satoshi Miyake³⁾ Susumu Shigeta⁴⁾
Mitsugi Ogata³⁾

- 1) College of Education, Ibaraki University
- 2) Japan Sports Association
- 3) Japan Association of Athletics Federations
- 4) Faculty of Education, Tokyo Gakugei University

Abstracts

This study was conducted to elucidate childhood and adolescent play and training experiences of international level track and field athletes. We administered a questionnaire to 544 people who had participated in the Olympics, World Championships, Asian Games, or Asian Athletics Championships. We specifically examined data of 296 respondents born in April 1958 or later. Athletes who replied “I played well” during elementary school were 87%. Sprinters, hurdlers, jumpers, throwers, and combined events players all reported high perceptions of sports competence. Middle-long distance runners and walkers reported “normal” performance, but the perceived competence of long distance ability was high. Most reasons to begin track and field competition were “recommendations from friends, parents or a teacher” during elementary school, “I was aware of the attractiveness of track and field” during junior high school and “Soliciting from a new coach” during high school. Few athletes were affected by injury. They had trained with kind and respectable coaches and good friends at good institutions. Moreover, emotional support from family played an important role in sports activities.

I 緒言

選手が日本代表として国際大会に出場するまでに得た経験は様々であろう。日本体育協会(1989)は1988年に開催された国際競技会(オリンピック, 中国選手権大会, アジアジュニア選手権大会, 日・中・豪ジュニア対抗大会)に日本代表として参加したジュニアからシニアまでの109名を対象に「競技者の生育歴・競技歴に関する研究調査」(以降「1988年調査」とする)を実施した。この研究は、競技者の家庭環境、競技者の生育歴と運動経験、競技者の

トレーニング過程、トレーニング過程における問題点を質問紙調査している。それから20年以上経って社会的な背景が異なっていると思われるため、この調査結果をそのまま現在の選手に当てはめることは適していないかもしれない。

1988年調査と異なる時代背景としてまず挙げられるのは、子どもを取り巻く環境であろう。宅地開発などで自由に遊ぶ場が少なくなっていることに加え、テレビゲームの発達は子どもの日常的な遊びを変容させている。1964年から実施されている文部科学省の体力テストの結果では、1980年代に子

どもの体力はピークを迎え、2000年頃まで低下している。それ以降は横ばい、または緩やかな向上傾向を示すが、1980年代の子どもの体力レベルには至っていない。2000年頃までの体力低下は、運動の実施頻度や実施時間の少ない子どもにおいて顕著であることが示されている(Nishijima et al., 2003)。具体的には、1985年度と2010年度の11歳の50m走の平均値を運動実施頻度別に比較すると、「運動をまったくしない」と回答した集団では、1985年度よりも2010年度の平均値が劣っているのに対して、「ほとんど毎日」運動・スポーツを実施する集団では、わずかではあるが2010年度の方が優れていた(文部科学省, 2011)。すなわち、身体活動が習慣化している集団では1985年頃の水準をおおよそ維持しており、習慣化していない集団だけが低下していると考えられる(鈴木, 2015)。

運動を定期的実施するにあたり、有能感はスポーツに取り組むにあたって重要な要素である。運動有能感とは、運動の上達・成功体験から生まれる自分に対する自信のことである(杉原, 2003)。平成27年度全国体力・運動能力調査(スポーツ庁, 2015)において、「運動(からだを動かす遊びをふくむ)やスポーツをすることは得意ですか」・「自分の体力に自信がありますか」という質問に「得意」・「自信がある」と回答した者は、「やや得意」・「やや自信がある」、「やや苦手」・「あまり自信がない」、「苦手」・「自信がない」と回答した者に比べて体力合計得点が高いことが示されている。1988年調査では、小学校時代のかげっこ競争と持久走の能力を「速い」、「普通」、「遅い」の3択で尋ねているが、種目を分けて分析していない。これらの能力は種目によって異なるため、分けて分析する必要がある。

一方で、スポーツのトレーニング環境は良くなっているかもしれない。陸上競技のトレーニングに関する書籍やビデオなどが多く販売されるようになっただけでなく、1990年代後半からのインターネットの普及で、世界トップクラスの選手の動きやトレーニングを動画で見ることができるようになったことで、指導者も選手も最新の情報を得られやすくなった。ハード面に関しても同様に、競技場や学校の施設・設備が充実したり、様々なトレーニング機器がインターネットを通して安く簡単に手に入れられるようになった。このように、最近の日本代表選手を取り巻く環境は1988年調査の時代とは異なるため、選手の経験も異なる可能性がある。

そこで本研究は、日本代表選手を対象にして青少

年期の運動遊び経験およびトレーニング環境について明らかにする。

II 方法

対象は、オリンピック、世界選手権、アジア大会、アジア選手権の出場経験者である。2012年の調査では、1960年から2009年までのオリンピックまたは世界選手権に出場した411名のうち、競技者として第一線を退いている選手を中心に選出し、さらに現住所が判明している204名に「陸上競技におけるトップアスリートの軌跡調査」に関する質問紙を送付して回答を依頼した(渡邊ら, 2013a)。2014年の調査では、オリンピックまたは世界選手権だけでなく、アジア大会やアジア選手権に出場経験のある、1958年4月から1992年3月までに誕生した480名を対象にした。この対象者は、調査時に大学生よりも年齢が高く(大学を卒業している者)、また対象者が中学校期に全国中学校陸上競技大会が開催されていた年齢層である。対象者には、引退した選手だけでなく現役選手も含んでいる。そのうち現住所が判明している340名に、2012年の調査で用いた同じ質問紙を送付して回答を依頼した。2012年の調査では151名から回答があり、当時50歳未満だった104名を抽出した。2014年の調査では194名から回答があり、合計した298名を分析の対象とした。

質問紙において、運動遊びに関しては、小学校期における、1) 運動遊びの頻度と内容、2) 走・跳・投運動に対する有能感を尋ねた。トレーニング環境については、1) 陸上競技を始めた理由、2) スポーツによる2週間以上の怪我の有無、3) 青少年期を通して自分自身のタイプや人間関係および施設・設備、4) 精神的に最もサポートしてくれた人物、5) 指導者の社会的立場、6) 指導者の指導方法について尋ねた(付録1)。1988年調査で尋ねていなかった項目は、4) 精神的に最もサポートしてくれた人物、5) 指導者の社会的立場、6) 指導者の指導方法であった。いくつかの質問項目で幼児期から成年期まで訪ねているが、本研究では小学生期から高校生期までに焦点をあてて分析した。

集計された結果は単純集計して割合を算出した。割合はすべて総数(298名)に対するパーセント(%)で示した。データの集計には統計ソフトウェア JMP8.0 を用いた。

Ⅲ 結果

小学校期の運動遊び経験

1) 運動遊びの頻度と内容

表1には小学生期に運動遊びをしていた頻度を示した。男子では86%、女子では88%の者が「よく遊んでいた」と回答した。一方で「あまり遊んでいなかった」と回答した者は2%と少数であった。

表2には小学生期によく実施していた運動遊びを示した。男子では「鬼ごっこ」(58%)、「野球・ソフトボール」(42%)、「サッカー」(35%)、「ドッジボール」(21%)、「固定遊具遊び」(10%)と続いた。女子では「鬼ごっこ」(56%)、「ドッジボール」(27%)、「固定遊具遊び」(21%)、「縄跳び」(19%)、「ゴム跳び」(14%)と続いた。男女とも「鬼ごっこ」が最も多かったが、男子では「野球・ソフトボール」と「サッカー」が上位に入るのが女子と異なる特徴

表1 小学生期に運動遊びをしていた頻度

	男子	女子	合計
よく遊んでいた	86	88	87
普通	12	10	11
あまり遊んでいなかった	2	2	2

単位は%

表2 小学生期によく実施していた運動遊び

男子		女子	
%	遊びの名称	%	遊びの名称
58	鬼ごっこ(缶ケリ・ケイドロなどを含む)	56	鬼ごっこ(缶ケリ・ケイドロなどを含む)
42	野球・ソフトボール	27	ドッジボール
35	サッカー	21	固定遊具遊び(鉄棒・ブランコなど)
21	ドッジボール	19	縄跳び
10	固定遊具遊び(鉄棒・ブランコなど)	14	ゴム跳び
7	かけっこ	12	野球・ソフトボール
6	かくれんぼ	12	サッカー
6	木登り	10	かけっこ
6	水辺遊び	9	木登り
5	キックベース	8	山遊び
5	伝承遊び(コマ回し・竹馬など)	8	一輪車
5	ボール遊び	8	かくれんぼ
5	山遊び	7	伝承遊び(凧揚げ・竹馬など)
5	縄跳び	6	川遊び
4	自転車	6	バスケットボール
4	バスケットボール	5	探検
3	虫とり・魚とり	4	キックベース
3	スキー	4	バドミントン
2	水泳	3	Sケン
2	一輪車	3	ボール遊び
1	石渡り	3	水泳
1	ケンケン	3	バドミントン
		2	自転車
		2	だるまさんが転んだ
		2	ローラースケート
		2	卓球
		2	バレーボール

2名以上から回答のあった運動遊びを示した

であった。

2) 走・跳・投運動の有能感

表3には、小学生期における走・跳・投運動の有能感を割合で示した。短距離、ハードル、跳躍の選手は、70%以上の者が短距離走能力と跳躍能力が「高かった」と回答した。また、長距離走能力においても約50～60%の者が「高かった」と回答したが、投能力に関しては「普通だった」と回答する者が最も多かった。中長距離、競歩の選手は、80%以上の者が長距離走能力は「高かった」と回答していた。短距離走能力に関しては、中距離選手では「高かった」と回答する者が最も多かったが、競歩選手では「普通だった」と回答する者が最も多かった。跳躍能力と投能力は両種目とも「普通だった」と回答する者が最も多かった。投擲選手と混成選手はすべての運動において「高かった」と回答する者が最も多かった。

青少年期のトレーニング環境

1) 陸上競技を始めた理由

表4には、陸上競技を始めた理由を割合で示した。小学生期で陸上競技を始めるきっかけとして最も多

表3 小学生期における走・跳・投運動の有能感

種目	短距離走能力	長距離走能力	跳躍能力	投能力
短距離(57名)				
高かったと思う	93	60	72	32
普通だったと思う	5	32	26	47
低かったと思う	2	9	2	21
中長距離(112名)				
高かったと思う	49	83	27	17
普通だったと思う	41	15	60	51
低かったと思う	10	2	13	32
競歩(20名)				
高かったと思う	20	85	15	5
普通だったと思う	45	10	45	55
低かったと思う	35	5	40	40
ハードル(28名)				
高かったと思う	89	61	71	32
普通だったと思う	7	18	25	36
低かったと思う	4	21	4	32
跳躍(47名)				
高かったと思う	79	49	83	30
普通だったと思う	19	26	17	57
低かったと思う	2	26	0	13
投擲(24名)				
高かったと思う	75	46	63	75
普通だったと思う	17	17	29	21
低かったと思う	8	38	8	4
混成(10名)				
高かったと思う	70	70	80	80
普通だったと思う	30	20	20	20
低かったと思う	0	10	0	0

各運動能力において最も高い数値を網かけしてある

単位は%

表4 陸上競技を始めた理由

	小学生期	中学生期	高校生期
今までの仲間とうまくいかなかったから		0.3	
今までの指導者とうまくいかなかったから			0.3
今までの競技では上達が望めないと思ったから	0.3	1	2
仲間に誘われたから	23	18	4
新しい指導者に誘われたから	2	9	14
今までの指導者に勧められたから	0.3	4	8
親・教師など周りの人に勧められたから	20	13	8
陸上競技でたまたま良い記録を出したから	2	8	7
陸上競技に魅力を感じたから	7	18	13
転校、移住など家庭の事情	1		
その他	9	10	3

単位は%

黒色セルは20%以上、灰色セルは10%以上、薄灰色セルは10%未満を表す

かったのは、「仲間に誘われたから」(23%) について「親・教師など周りの人に勧められたから」(20%) であった。中学生期で最も多かった理由は、「仲間に誘われたから」(18%) と「陸上競技に魅力を感じたから」(18%) で、「親・教師など周りの人に勧められたから」(13%) と続いた。高校生期で最も多かった理由は、「新しい指導者に誘われたから」(14%) で、「陸上競技に魅力を感じたから」(13%) と続いた。その他の理由では、「兄や姉が陸上競技をやっていたから」「小さいころから走り得意だっ

たから」「球技が苦手だから消去法で」「他にやりたいスポーツがなかったから」「他の部活の先輩が怖かったから」などが挙げられた。

2) スポーツによる2週間以上の怪我の有無

表5には、スポーツが原因で2週間以上の治療を要した障害経験を割合で示した。「経験した」と回答する者の割合が小学生期で7%、中学生期で26%と高まり、高校生期においては59%になった。

3) 青少年期を通してみた自分自身のタイプや人間関係および施設・設備

図1には、青少年期を通してみた自分自身のタイプや人間関係およびハード面についての回答割合を示した。それぞれ3択ではあったが項目の中間を示

表5 スポーツが原因で2週間以上の治療を要した障害経験

	小学生期	中学生期	高校生期
経験した	7	26	59
経験していない	63	64	36
無回答	30	11	5

単位は%

灰色のセルは、その時期で最も高い割合を表す

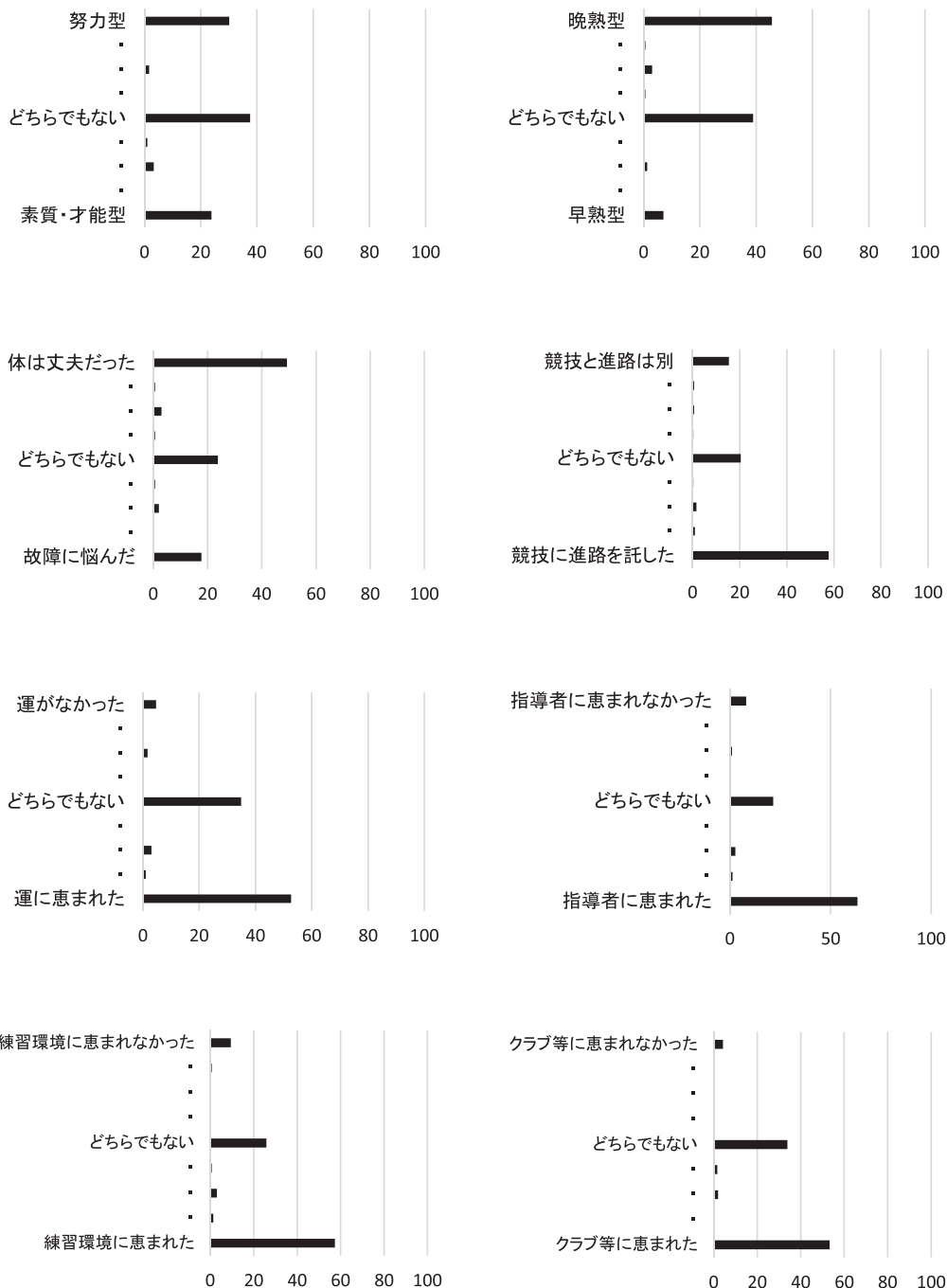


図1 ジュニア期における自分自身のタイプ

す者もいた。最も回答が多かったのは、努力／素質・才能型については、「どちらでもない」(38%), 晩熟／早熟型については、「晩熟型」(46%), 体については「体は丈夫だった」(49%), 進路については「競技に進路を託した」(58%), 運については「恵まれた」(53%), 指導者については「恵まれた」(63%), 練習環境(施設など)については「恵まれた」(57%), クラブ等について(仲間など)は「恵まれた」(53%)であった。

表6 スポーツ活動を精神的に最も支えてくれた人物

小学生期		中学生期		高校生期	
人物	%	人物	%	人物	%
母	26	母	30	母	24
父	17	父	15	競技の指導者	23
特になし	11	同性の友人	14	同性の友人	17
同性の友人	8	競技の指導者	12	学校の先生	15
学校の先生	4	学校の先生	12	父	12
競技の指導者	2	特になし	11	自分自身	8
兄姉	2	先輩	4	先輩	5
地域の人	1	自分自身	4	特になし	3
その他	1	兄姉	2	地域の人	2
自分自身	1	その他	1	その他	2
親戚	0	地域の人	0	異性の友人	1
先輩	0			兄姉	1

表7 指導者の有無および指導者の社会的立場

小学生期(あり:59%)		中学生期(あり:92%)		高校生期(あり:97%)	
指導者の内訳	%	指導者の内訳	%	指導者の内訳	%
地域クラブの指導者	45	学校の先生	95	学校の先生	97
学校の先生	37	地域クラブの指導者	3	地域クラブの指導者	1
民間クラブの指導者	11	保護者	2	保護者	1
保護者	9	民間クラブの指導者	0.4	その他	1
その他	1	その他	0.4	実業団(プロ)コーチ	0.3

4) スポーツ活動を精神的に最もサポートしてくれた人物

表6には、スポーツ活動を精神的に最もサポートしてくれた人物を割合で示した。選択割合の多い順にみていくと、小学生期では、「母」(26%)、「父」(17%)、「特になし」(11%)、中学生期では、「母」(30%)、「父」(15%)、「同性の友人」(14%)、高校生期では、「母」(24%)、「競技の指導者」(23%)、「同性の友人」(17%)であった。

5) 指導者の社会的立場

表7には、指導者の有無および指導者の社会的立場について割合で示した。小学生期には59%が「あり」と回答し、そのうちの45%は「地域クラブの指導者」、37%は「学校の先生」であった。中学生期では、92%が「あり」と回答し、そのうちの95%が「学校の先生」であった。高校生期も同様に、97%が「あり」と回答し、そのうちの97%が「学校の先生」であった。

6) 指導者の指導方法

図2には、小学生期、中学生期および高校生期における指導者の印象についての割合を示した。精神的な厳しさについては、「いいえ」と回答する者がすべての時期で最も多かった(42~59%)。人間的な親しみや尊敬については、「はい」と回答する者がすべての時期で最も多かった(65~71%)。指導

者自身の技術レベルについては、小学生期と中学生期においては「どちらともいえない」が最も多かったが(39~56%)、高校生期では「はい」が最も多かった(56%)。指導者の医科学的な知識については、「どちらともいえない」がすべての時期で最も多かった(45~53%)。指導者の過去の競技成績については、小学生期と中学生期においては「どちらともいえない」が最も多かったが(44~51%)、高校生期では「はい」が最も多かった(39%)。練習への参加状況については、「はい」と回答する者がすべての時期で最も多かった(77~86%)。指導者自身の運動状況については、小学生期と中学生期においては「はい」が最も多かったが(39~53%)、高校生期では「いいえ」が最も多かった(41%)。指導者の満足度については、「はい」と回答する者がすべての時期で最も多かった(65~76%)。

IV 考察

小学校期の運動遊び経験と有能感

1988年調査では、男子で85%、女子で71%が「よく運動遊びをしていた」と回答しており、具体的な運動遊びは、男子で「野球」「鬼ごっこ」「サッカー」「缶ケリ」「ドッジボール」、女子では「ドッジボール」「鬼ごっこ」「サッカー」「なわとび」「缶ケリ」「ゴム跳び」の順で多かった。かけっこ競争と持久走の有能感は、男女とも約60%の者が「高かった」と回答していた。

本研究では、小学生期において男女ともほとんどの者がよく運動遊びを実施しており「鬼ごっこ」「ドッジボール」「固定遊具遊び」に加えて男子では「野球・ソフトボール」と「サッカー」といった身体活動レベルが高く、体を巧みに操作する運動を好んでいたことがうかがえる。運動有能感については、短距離、ハードル、跳躍、投擲、混成選手は全体的に高い有能感を持っている者が多かった。中長距離と競歩選手は他種目の運動能力については「普通だった」の

回答が多かったが、それぞれの専門種目で要求される運動能力については、小学生期において高い結果が得られた。

このように、1988年と最近の日本代表選手は、両者とも小学生期によく運動遊びを実施しており、実施していた運動遊びの内容も同じものが多く、運動に対する有能感が高かったと言える。

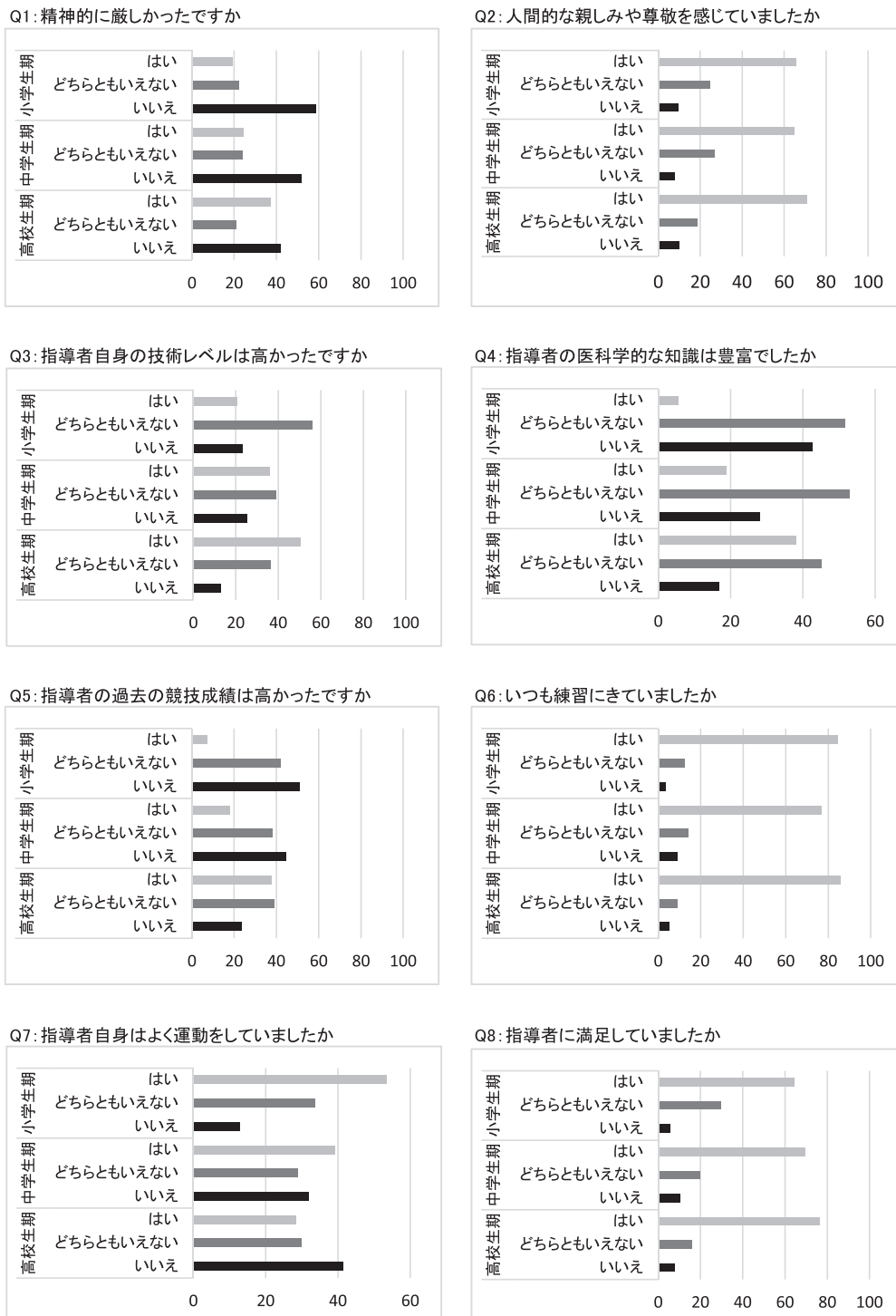


図2 各年齢におけるコーチの印象

青少年期のトレーニング環境

日本代表選手で小学生期に陸上競技を専門的に実施していた者は10%程度であったことから(渡邊ら, 2014), 小学生期に陸上競技を始めた理由の選択割合が20%を超えることは矛盾しているように見える。おそらくこれは, 市町村レベルでの陸上競技大会に向けて学校で短期的に取り組んだことを表していると考えられる。小学生期に仲間や親・教師など周囲の勧めで陸上競技を始めたことで魅力を感じ, 約70%の者が中学生から陸上競技部に所属するようになったのだろう(渡邊ら, 2014)。この結果は1988年調査と似ており, 約50%の者が中学から陸上競技を始め, 男子の38.0%, 女子の47.4%が「先生の勧め」で, 陸上競技を始めていた。高校生期で陸上競技を始めたきっかけは, 指導者のほとんどは学校の先生であることから(表7), 体育の授業やスポーツテストの結果などをみた陸上競技部の顧問(教師)の勧誘であると考えられる。また, 中学生期には他のスポーツを中心的に取り組んでいたが, 一時的に陸上競技部に所属して大会に出場したことで魅力を感じ始めた者もいると考えられる。

日本代表レベルに至るまでには素質や才能が求められるかもしれない。しかしそれを開花させるためには努力も必要であろう。図1で, 素質・才能型か努力型を尋ねた質問で「どちらでもない」という回答が最も多かったのは, ある程度自分自身の能力の高さを認識していながらも, 努力を重ねてきたことを反映していると思われる。1988年調査においても, 競技力におよぼす要因は「先天的」「後天的」「両方」かという質問で, 「両方」と回答した者が約60%であり, 本研究の結果とほぼ一致している。次に, 努力型が多かった背景には, 晩熟型が関連しているかもしれない。渡邊ら(2013b)は, 日本代表選手の約60%は中学生期に全国大会に出場していないが, 高校生期では80%以上が全国大会に出場し, その多くが入賞していることを報告している。すべての日本代表選手は, 為末大氏(400mH)や井村久美子氏(旧姓・池田: 走り幅跳び・100mH)のように, 小・中学生の頃から全国トップクラスであるとは限らないのである。

体は丈夫だったということは(図1), 長期間離脱することなく日常のトレーニングを積めることになる。無回答者の割合が比較的多かったが, おそらく怪我の経験がなかったことを表していると思われる(表5)。そう考えると, スポーツが原因で2週間以上の治療を要した経験の割合は妥当であろう。スポーツ傷害の有無については1988年調査でも尋

ねている。発症時期を分けて尋ねてはいないが, 高校生の64.9%で怪我の経験があると回答しており, 本研究の結果とほぼ一致していた。1988年調査では, 怪我の種類も尋ねており, 最も多かったのが骨折(19.6%), 次いで腰痛(11.8%), 捻挫(9.8%), 肉離れ(9.8%)と続いていた。しかし, 慢性的な関節痛や疲労骨折などの過度なトレーニングが原因で発症した障害なのか, 捻挫や肉離れなどの突発的に起こった傷害なのかは不明であるため, さらに詳細な調査が必要である。

図1で, 競技に進路を託した, 指導者, 練習環境, クラブ等に恵まれたと回答する者が多かったことは, 選手自身の能力を引き出す指導者の存在が不可欠であったと言えよう。指導者自身の競技実績や技術レベルが必ずしも高いわけではなく, 親しみがあり, いつも練習に来ていたことがうかがえる。技術レベルや医学的知識のレベルについては, 指導者が高い技術や知識を有していたとしても, 特に小・中学生に対してはわかりやすく説明したり, 例えたりすることが多いだろう。したがって, 指導者の技術レベルや医学的知識に関しては, 選手にとって「よくわからない」というのが正直な感想かも知れない。設備や仲間にも恵まれていたとの回答も多かった。このように, 青少年期には, 日常のトレーニングに関連する人間関係(指導者や仲間), 施設・設備の両方が良好である必要があるのである。この結果は1988年調査と似ており, 練習仲間やトレーニング環境に恵まれていたと回答する者が, 中学期では16.7~36.4%で, 高校期では44.4~50.0%であった。

一方, 表6をみると, スポーツ活動を精神的に支えてくれた人物としてすべての時期で「母」が最も多かった。小中学生期では「母」について「父」の支えも大きかったことがわかる。このように, 優れた指導者の存在も大切であるが, 家族の支えはより大切であると言えるだろう。

V まとめ

本研究は, 日本代表選手を対象にして青少年期における運動遊び経験およびトレーニング環境について明らかにすることを目的とした。2012年と2014年に日本代表選手を対象にして質問紙調査を実施して298名から回答を得た。小学生期において87%の者が「よく運動遊びをしていた」と回答した。短距離, ハードル, 跳躍, 投擲, 混成選手では全体的に運動有能感が高かった。中長距離と競歩選手は全

体的に「普通だった」と回答する者が多かったが、長距離走能力については、高い有能感を示す者が多かった。陸上競技を始めるきっかけは、小学校期で仲間や親・教師の勧めが多かったが、中学生期では陸上競技に魅力を感じたこと、高校生期からは新しい指導者に誘われたことが挙げられた。怪我で悩んだ者の割合は低く、親しみがあり尊敬できる指導者、良い施設や仲間とトレーニングできていた。また、スポーツ活動をするにあたって家族も精神的に支えていた。時代に伴う環境の変化の影響で1988年の調査結果と異なることを予想したが、傾向はほとんど同じであった。

文献

- 文部科学省 (2011) 平成 22 年度体力・運動能力調査報告書.
- 日本体育協会 (1989) 競技力向上に関するスポーツカリキュラムの開発研究陸上競技班「競技者の生育歴・競技歴に関する調査研究」. 日本体育協会医・科学研究報告書, pp23-46.
- Nishijima T., Nakano T, Takahashi S, Suzuki K, Yamada H, Kokudo S and Ohsawa S (2003) Relationship between changes over the years in physical ability and exercise and sports activity in Japanese youth. *International Journal of Sport and Health Science*, 1(1): 110-118.
- 杉原 隆 (2003) 運動指導の心理学. 大修館書店, pp141-156.
- スポーツ庁 (2015) 平成 27 年度全国体力・運動能力, 運動習慣等調査, 第 3 章基礎集計, 小学校児童の調査結果. (http://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/afiledfile/2015/12/18/1315117_2.pdf) 参照日: 平成 28 年 3 月 7 日.
- 鈴木宏哉 (2015) 子どもにおける体力・身体活動の大規模調査と縦断的調査の意義. *体育の科学*, 65 (4) : 271-277.
- 渡邊將司, 森丘保典, 伊藤静夫, 三宅 聡, 森 泰夫, 繁田 進, 尾縣 貢 (2013a) 日本代表選手に対する軌跡調査 - 第 1 報 -, 公益財団法人日本陸上競技連盟.
- 渡邊將司, 森丘保典, 伊藤静夫, 三宅 聡, 森 泰夫, 繁田 進, 尾縣 貢 (2013b) オリンピック・世界選手権代表選手における青少年期の競技レベル - 日本代表選手に対する軌跡調査 -. *陸上競技研究紀要*, 9 : 1-6.
- 渡邊將司, 森丘保典, 伊藤静夫, 三宅 聡, 森 泰夫, 山崎一彦, 榎本靖士, 遠藤俊典, 木越清信, 繁田 進, 尾縣 貢 (2014) 日本代表選手におけるスポーツ・種目転向 (トランスファー) の特徴 - 日本代表選手に対する軌跡調査 -. *陸上競技研究紀要*, 10 : 13-21.

Q10：各年齢期における「スポーツが原因の2週間以上の治療を要した傷害（ケガ・傷害や病気）」の経験について、あてはまる【回答】の数字を記入して下さい（ひとつずつ）。競技活動を行っていない時期には×印をつけてください。

【回答】 1. 経験した 2. 経験しない

幼児期 ～6歳頃	小学生期 6～12歳頃	中学生期 12～15歳頃	高校生期 15～18歳頃	青年期 18～22歳頃	成年期 23歳頃～

Q11：ジュニア期の競技活動を振り返ったとき、以下にあげた8つの観点ではどちらのタイプに属するとお考えですか？ あてはまる数字に○印をつけてください。

どちらともいえない

- | | | |
|-----------------|-----------|-----------------|
| (1)素質・才能型 | 1・・・2・・・3 | 努力型 |
| (2)早熟型 | 1・・・2・・・3 | 晩成型 |
| (3)故障に悩んだ型 | 1・・・2・・・3 | 体は丈夫だった型 |
| (4)競技に進路を託した型 | 1・・・2・・・3 | 競技と進路は別型 |
| (5)運に恵まれた型 | 1・・・2・・・3 | 運がなかった型 |
| (6)指導者に恵まれた型 | 1・・・2・・・3 | 指導者に恵まれなかった型 |
| (7)練習環境に恵まれた型 | 1・・・2・・・3 | 練習環境に恵まれなかった型 |
| (8)所属クラブ等に恵まれた型 | 1・・・2・・・3 | 所属クラブ等に恵まれなかった型 |

Q12：各年齢期のスポーツ（競技）活動を精神的に最もサポートしてくれたのは誰ですか？ あてはまる【項目】の数字を記入してください（ひとつずつ）。競技活動を行っていない時期には×印を記入してください。

幼児期 ～6歳頃	小学生期 6～12歳頃	中学生期 12～15歳頃	高校生期 15～18歳頃	青年期 18～22歳頃	成年期 23歳頃～

【項目】

1. 父 2. 母 3. 兄姉 4. 弟妹 5. 親戚 6. 配偶者 7. 同姓の友人
8. 異性の友人 9. 地域の人 10. 先輩 11. 競技の指導者 12. 学校の先生（9を除く）
13. 自分自身 14. 特になし 15. その他（ ）

