

競技スポーツと生涯スポーツを融合させた若い競技者育成モデルの普及に向けた課題： 北米における身体リテラシーの普及状況に着目して

早乙女 誉
阪南大学 流通学部

1. 緒言

本紀要で2014年から取り上げてきた通り、近年、世界のスポーツ先進国の中では若い競技者の育成に関する研究分野において確かなパラダイムシフトが起きている。特に、英国やカナダ、オーストラリア、米国は、その動きに敏感に反応し、2010年頃から競技スポーツと生涯スポーツを融合させた若い競技者育成モデルの開発と普及啓発に力を入れてきた。その世界的な潮流の中で、わが国では2018年に日本陸上競技連盟が、他のスポーツ統括組織に先駆けて革新的な競技者育成指針(日本陸上競技連盟, 2018)を作成した。

この指針の中では、他国のモデルと同様に競技者の身体的および精神的(知的)な成長を促すために年齢や発育発達段階に合わせて6つのステージが用意されている。最終的には、これらのステージを通して、より高いレベルの競技会を目指す競技者も、そうでない競技者も生涯にわたって陸上競技を楽しむアクティブアスレティックライフを形成することが共通のゴールとして設定されている。しかしながら、この最終ゴールを目指すうえで最も重要な概念の1つとなっている「身体リテラシー(Physical Literacy)」は、わが国においては一般的にも認知度が低く、その定義についてさえ学術的に十分に議論されていないのが現状である。

身体リテラシーは、1993年に提唱されて以来、世界中の研究者によって多くの定義がなされてきたが、現在はInternational Physical Literacy Association(以下、IPLA)が採用しているWhiteheadによる定義「人生において身体活動の価値を尊重し、責任をもって関与するための動機づけと自信、運動有能感、理解(IPLA, 2017)」が論文などで使用される頻度が高い。もっと多くの人々に認知してもらうために、あえて平易な表現を用いる

ならば「生涯を通じて運動・スポーツを楽しむための身体的・心理的な素養」と言い換えることができる。先に触れた他国の若い競技者育成モデルでも、12歳頃までにこの身体リテラシーを高めることが、その後の人生において競技力を高めたり、生涯スポーツを楽しんだりするうえで極めて重要であると認識されている。

そこで本稿では、まず、身体リテラシーに関する研究および実践的な活動が盛んに行われているカナダの事例を紹介する。続いて、そのカナダを参考にして2014年にAmerican Development Model(以下、ADM)を構築して以降、ここ数年で全国規模のユーススポーツ注)振興策を展開している米国の事例を取り上げる。最後に、以上の事例を基に身体リテラシーに焦点を当てて、わが国の競技スポーツと生涯スポーツを融合させた若い競技者育成モデルの普及に向けた課題を検討することを本稿の目的とする。

2. カナダにおける身体リテラシーの普及状況

2-1. 長期競技者育成計画(LTAD)と身体リテラシーの測定方法

若い競技者育成モデルの普及が進んでいる国の1つであるカナダでは、2005年に「Canadian Sport for Life: Long-Term Athlete Development Resource Paper」が刊行され、その後も内容の見直しが続き2016年にはLTAD 2.1(Sport for Life Society, 2016)が発表されている。このLTADでは、身体リテラシーを若い競技者の育成において最も重要な概念の1つとして位置づけ、個人の年齢よりも発育発達段階に合わせて7つのステージ(図1)を設定している。加えて、各ステージでスポーツ参加の促進とパフォーマンスの最大化を目指して適切なプログラムが提示されており、その中でも特に、はじめの3ステージでは身体リテラシーを高めること

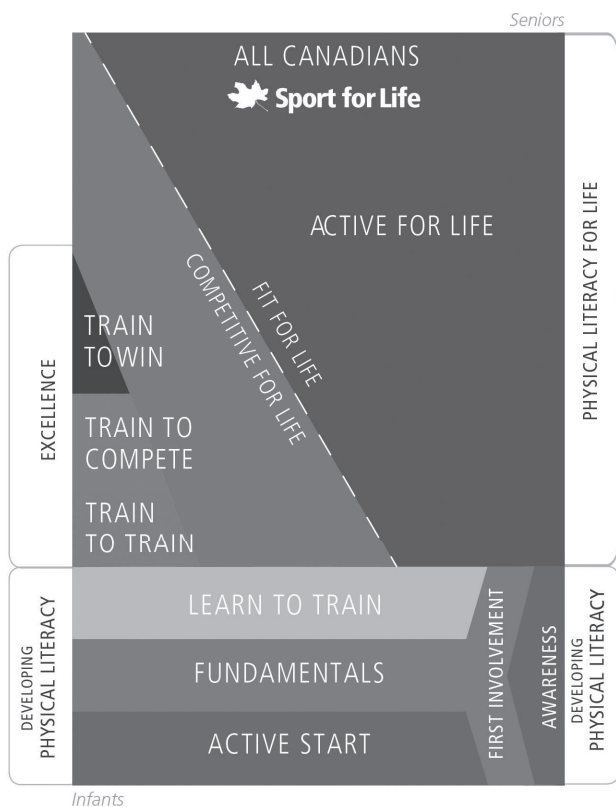


図 1. Long - Term Athlete Development model
 データ提供： Sport for Life Society
 Courtesy of the Sport for Life Society
 (<http://sportforlife.ca>).

に重点が置かれている。

ここで強調しておきたいのは、身体リテラシーの向上は若い競技者の競技力を高めることだけを目的にしているのではなく、全てのカナダ国民が生涯を通じて健康で活動的な生活を送るために欠かせない素養だと想定している点である。つまり、競技スポーツと生涯スポーツを包含した若い競技者育成モデルの根本が、身体リテラシーによって支えられているのである。

しかしながら、2010年に Tremblay & Lloyd (2010) が LTAD の有効性を測定する具体的な方法が欠如していることに触れて、「Canadian Assessment of Physical Literacy (以下、CAPL)」によって身体リテラシーを評価することを提案した。その後、この CAPL は 19 名の専門家による約 4 か月間 (2012 年 12 月～2013 年 3 月) の Delphi process (Francis et al., 2016 ; Hsu and Sandford, 2007) と確認的因子分析 (Longmuir et al., 2015) を経て、2016 年に Francis et al. (2016) によって身体リテラシーを構成する 4 つのドメイン (Physical Competence と Daily Behaviour, Motivation and Confidence, Knowledge and Understanding) と、その測定方法

が発表された (早乙女 & Culos-Reed, 2018 a)。

それと並行して 2014 年から 2017 年の間に、カナダ国内の 11 の地域で 8 歳から 12 歳の子ども (男子：5004 名，女子：5030 名，平均年齢：10.1 ± 1.2 歳) の身体リテラシーを測定する大規模な研究が実施された (Tremblay et al., 2018)。その結果，男子の身体リテラシースコアが 100 点中 63.1 ± 13.0，女子では 62.2 ± 11.3 となり，合計スコアと各ドメインの個別スコア共に性別で有意な差はなかった。しかしながら，身体リテラシーの発達度合いを 4 段階 (① excelling, ② achieving, ③ progressing, ④ beginning) で評価すると，男女ともに，合計スコアと Physical Competence, Daily Behaviour, Motivation and Confidence の 3 つのドメインの 個別スコアが下から 2 番目の「progressing」に分類された (Knowledge and Understanding ドメインのみ上から 2 番目の「achieving」であった)。なお，この研究では，エリートスポーツチームに所属している子どもは平均以上の身体リテラシーを有していると予想して，調査の対象外としている。

以上の通り，既にカナダでは全国規模の調査によって身体リテラシーに関するデータの蓄積が始まったが，測定項目が多岐にわたるため欠損値が増えてしまうといった課題も見つかっている。そのため，今後は測定項目を減らして，身体リテラシーを従来通りの 4 つのドメインに分けて測定する CAPL-2 を導入し，より効率的にデータを収集できるよう改善が図られている (Longmuir et al., 2018)。

2-2. 学校体育における身体リテラシー

CAPL は，もともと体育の授業やカリキュラムを評価する手段として開発がはじまり (Tremblay & Lloyd, 2010), Lloyd et al. (2010) によって，北米で 50 年以上も続く体育の授業でのフィットネステストに代わって，身体リテラシーによって体育の成績やカリキュラムの成果を評価することが提案された。その根拠としては，同論文の中では日頃の身体活動量や運動スキル，知識すべてが子どもの健康に肯定的な影響を与えるため，フィットネステストの結果 (すなわち「体力」) だけではなく，もっと多面的な指標で成績や成果を評価すべきであると主張している。

これまで，体育の授業は子どもの健康を維持するための身体活動量を確保する理想的な場の 1 つとして認識され (Sallis et al., 2012)，実際の授業へ

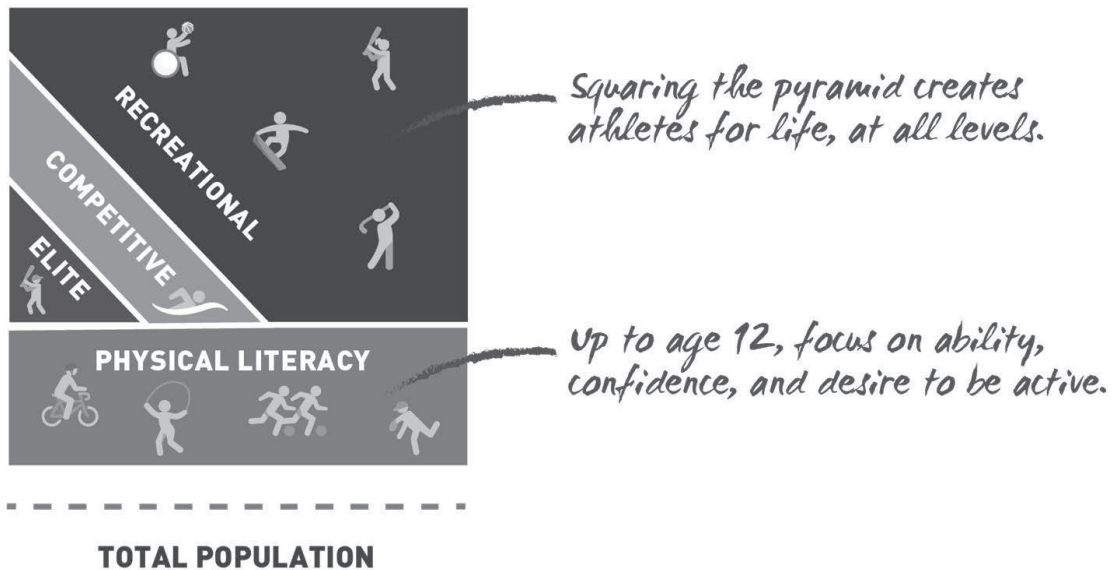


図2. Sport for All, Play for Life Model

データ提供：Aspen Institute Project Play

Courtesy of the Aspen Institute Project Play (<https://www.aspenprojectplay.org>).

の介入研究が盛んに行われてきた。体育の授業が子どもの身体活動に与える影響を「直接（授業内の身体活動に与える影響）」と「間接（授業外の身体活動に与える影響）」に分け、それぞれに関連する研究のレビューを行った論文 (Sallis et al., 2012) では、介入プログラムによって授業内における身体活動の増加が確認されている。しかし、その一方で授業時間外の身体活動や、健康的なライフスタイルに影響を与えるプログラムの開発が急務であると結論づけた。

また、学校での活動全般を対象とした介入で、子どもの身体活動の増加を試みた研究の総説 (Pardo et al., 2013)においても同様の結論に至っている。さらに、この論文の中では、最も効果的な介入プログラムとは、体育の授業を通じて子どもたちの知識や健康的な生活に関する興味・関心を高め、授業中と授業時間外で子どもの身体活動を増加させる仕掛けであると述べている。

このように、体育の授業は、授業中はもちろん授業外での身体活動を増加させ、さらには生涯を通じて健康的な生活を送るための素養、すなわち身体リテラシーを育むことが期待されている。今後、カナダ国内でより簡便な身体リテラシーの測定方法が普及すれば、子どもの身体活動のみならず運動・スポーツ実施率を上昇させるカリキュラムや政策の考案へと発展し、LTADが目指す「全国民のActive for Life」がより現実的になると期待されている。

3. 米国におけるユーススポーツ振興

3-1. Project Play とその背景にある社会問題

世界有数のスポーツ大国である米国でも2014年にオリンピック委員会が各中央競技団体との協力のもと、カナダのLTADを参考にしてADMを構築した。これに先立って2013年に活動を開始したAspen Institute Sports & Society Programは、ADMが発表された後の2015年1月にProject Play (ユーススポーツ振興プロジェクト) を立ち上げ、ADMを基に開発したSport for All, Play for Life Model (図2) の普及に力を入れている。

このモデルでは、カナダのLTADと同様に、12歳頃までに身体リテラシーを醸成することを重要課題の1つとして捉えている。さらに、Project Playでは、イングランドやオーストラリアなど10カ国のユーススポーツ振興における身体リテラシーの普及状況を調査し、Physical Literacy: A Global Environmental Scan (Aspen Institute, 2015 a) を刊行している。他にも、米国で初めてユーススポーツ振興の全国規模の詳細な報告書 (Aspen Institute, 2015 b) をまとめるなど、2015年以降、米国内でエリートアスリートの育成と生涯スポーツの普及において重要な役割を担ってきた。

そもそもProject Playがスタートした背景にある社会問題の1つは、子どもの肥満増加である。2011年から2012年までの1年間に米国で実施された研究 (Ogden et al., 2014) では、2歳から19

表 1. Project Play における 8 つの戦略

	原 語	日本語
1	Ask Kids What They Want	子どもの興味・関心の把握
2	Reintroduce Free Play	自由遊びの再導入
3	Encourage Sport Sampling	複数種目の奨励
4	Revitalize In-Town Leagues	地域リーグの再活性化
5	Think Small	施設・場所の有効活用
6	Design for Development (Sport for All, Play for Life Model)	育成計画
7	Train All Coaches	コーチの教育
8	Emphasize Prevention	怪我の予防

※早乙女 & Culos-Reed (2018 b) の表を一部修正

歳の約 3 割が過体重もしくは肥満だったと報告している。その他の問題としては、6 歳から 11 歳までの半分以上が、国が推奨している 1 週間の身体活動量(ほぼ毎日、中程度の身体活動を少なくとも 60 分)を満たしていなかったことや (Troiano et al., 2008), チームスポーツに参加している子どもの割合が、2008 年から 2013 年の間に 44.5%から 40%に低下した点が注目されている (Aspen Institute, 2015 b)。

このような問題意識のもとに、Project Play では報告書の作成やサミットの開催を通じて、エリートアスリートの育成と生涯スポーツの普及を包括した Sport for All, Play for Life Model を含む 8 つの戦略 (表 1) を策定した。これらの戦略については他稿 (Aspen Institute, 2015 b; 早乙女 & Culos-Reed, 2018 b) に詳しいため本稿では割愛する。

3-2. Project Play の特徴 (強み)

Project Play の特徴の 1 つは「情報収集 → 戦略立案 → 評価」のサイクルを循環させている点である。まず、このプロジェクトでは、米国内における地域レベルから全国レベルの調査の実施、ならびに他国の事例研究を通して幅広いデータを集めてきた。次に、その結果に基づいて主要課題を 8 つに絞って具体的な戦略を立案し、それを報告書やサミットなどの媒体を活用してステークホルダーと共有している。その後、それらの戦略の枠組みに合わせて、国内のユーススポーツに関連する成功例や問題となっている事例を抽出し、定期的に戦略ごとの進捗状況の評価・報告している。紙幅の関係で具体的な活動の詳細には触れないが、このサイクルを循環させる枠組みを設計し、継続的に運営している点が、米国のユーススポーツ振興における Project

Play の重要な役割の 1 つであると言える。

加えて、もう 1 つ特筆すべき点は、多様性に富んだステークホルダーと構築している広大なネットワークである。例えば、現在進行中の Project Play 2020 のメンバーには、MLB や NBA といったプロスポーツリーグから、NBC Sports Group や NIKE などの大手スポーツ関連企業が名を連ねている (Aspen Institute, 2018)。加えて、これまでに全米大学体育協会、公園やレクリエーションを管轄する部署 (parks and recreation departments), YMCA of USA など、このプロジェクトに関わってきた。近年、将来有望な子どもを早期に単一種目で囲い込む傾向がある中で、プロスポーツリーグなどのトップスポーツを統括する組織が、ユーススポーツに関わる他のステークホルダーと協力して、子どもがスポーツに参加し易い環境の整備を進める意義は極めて大きい。したがって、Project Play を中心として広がっているこのネットワークは、ユーススポーツだけではなく将来的には米国のスポーツシステム全体を支える基盤になっていくものと予想される。

以上、Project Play の特徴を簡単に整理すると「情報収集 → 戦略立案 → 評価」のサイクルの循環」と「多様性に富んだステークホルダーとのネットワークの構築」の 2 つにまとめることができる。最後に、これらを軸とした取り組みの重要な柱の 1 つが Sport for All, Play for Life Model であり、今回の特集の主題である身体リテラシーは、その柱の土台となっていることを今一度、強調しておきたい。

4. わが国の若い競技者育成モデルの普及に向けた課題

4-1. 身体リテラシーの定義づけと測定方法の開発

ここまで本稿では、身体リテラシーに焦点を当てて、わが国で競技スポーツと生涯スポーツを融合した若い競技者育成モデルの普及に向けた課題を検討することを目的として、カナダと米国の事例を紹介した。

まず、カナダのLTADと学校体育における身体リテラシーの位置づけと、それを測定する尺度の開発および普及の状況に触れ、今後ますます両領域でこの概念が重要な役割を果たす可能性について言及した。2009年には、カナダ国内でスポーツ（LTADを含む）と体育は密接に関係しているにもかかわらず、必ずしも同じ目標を共有できているわけではない(Mandigo et al., 2009), という指摘もあったが、それから約10年が経過した現在では「身体リテラシーの醸成」がLTADと体育の共通目標として認識されている。

本稿の冒頭で触れた通り、わが国では2018年に日本陸上競技連盟が競技力の向上と生涯スポーツの普及を目指す競技者育成指針を作成し、その中核に身体リテラシーを据えた。一方、2017年に告示された小学校学習指導要領（文部科学省, 2017）には、体育と保健体育科では「生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成することを重視する観点から、（中略）『知識・技能』、『思考力・判断力・表現力等』、『学びに向かう力・人間性等』を育成することを目標として示す。」と明記されている。この「豊かなスポーツライフを実現する資質・能力」こそが身体リテラシーであり、この概念によって中央競技団体と学校体育が目指すべき共通の目標を説明することが可能となる。

しかしながら、まだ日本国内には身体リテラシーの意味を簡潔かつ正確に伝えられるわかり易い定義が存在しない。今後は、日本陸上競技連盟が作成した競技者育成指針で詳細に説明されている身体リテラシーの定義および意義と、文部科学省が想定している「資質・能力」をすり合わせながら、一般的に広く普及しやすい定義や表現について検討する必要がある。

次に、その定義に準じた身体リテラシーを測定する尺度の開発も議論すべき課題の1つである。これまで述べてきた通り、既にカナダでは1万人以上の子どもの身体リテラシーを測定し、その反省を踏ま

えて測定方法の改善を進めている。わが国でも子どもの身体リテラシーを測定するのであれば、このような他国の先進的な事例をそのまま日本に持ち込んで妥当性と信頼性を検証した後に微調整を加え、大規模な本調査を実施するのが最も適当な手段なのかもしれない。そうすれば、将来的に子どもの身体リテラシーの国際比較をする上でも有用な測定方法となるであろう。

その一方で、現在の文部科学省が1964年から蓄積してきた「体力・運動能力調査」および「新体力テスト」の結果も、身体リテラシーの一部を捉えた貴重なデータである。これに加えて、カナダで開発されたCAPLを構成するDaily BehaviourやMotivation and Confidenceなどのドメインに相当するデータを新たに補うことができれば、日本の教育現場で活用し易い測定方法となるだろう。体育の成績やカリキュラムの成果を測定する際にも役に立つと考えられる。ただし、筆者が知る限り身体リテラシーの測定方法を開発している国はカナダだけであるため、もう少し他国の動向を見ながらわが国の方針について考えを深めていかなければならない。

4-2. 多様なステークホルダーとの理念の共有とネットワークの構築

以上のように、身体リテラシーの定義づけと測定方法の開発が、わが国で競技スポーツと生涯スポーツを融合した若い競技者育成モデルの普及に向けた喫緊の課題となると考えられる。加えて、次の段階の課題としては、この新しい育成モデルの理念を共有し、連携を密にして普及活動を展開できる「ネットワークの構築」が挙げられる（もちろん、これは身体リテラシーの定義づけと測定方法の開発と同時並行で進められる）。

先に紹介した通り、既に米国ではProject Playの名のもと、ユーススポーツに関わる多種多様なステークホルダーが集まり、理念を具現化するために動き出している。例えば、2017年にワシントンD.C.で開催されたサミットでは、MLBのRob Manfredコミッショナーが「NBAとNFL、NHLのコミッショナーと共に、子どもが複数種目を経験する有用性に賛同している」と発言している（Aspen Institute, 2017）。さらに、全米体育協会でも、早期専門化を抑制する狙いのもと、大学の運動部のコーチらが高校生に接触する時期を制限する動きもある（Aspen Institute, 2017）。これはまさに、種目の壁を越え、生涯を通じて身体リテラシーを育もうとする姿勢のあらわれであり、この理念を軸に草

の根レベルからトップレベルのスポーツ組織をつなぐネットワークの拡大が始まっている。

しかしながら、わが国では2018年に競技者育成指針が完成し、その中でようやく身体リテラシーが適切に紹介されたばかりである。今後は、次のステップとして、この指針の理念を他の中央競技団体や日本オリンピックおよびパラリンピック委員会、プロスポーツリーグなどのトップスポーツに関わる組織と共有することが求められる。大規模な組織間の連携が進めば、おのずとスポーツ関連企業などからの支援も得やすくなるであろう。その一方で、幼児教育や学校体育、運動部活動といった身体リテラシーを育てるうえで最も重要となる場との連携も必要不可欠である。具体的な望ましい連携内容については、理念の共有や実験的な取り組みが進む中で明らかになっていくと予想されるため、本稿では論議せず今後の研究課題とする。

最後に、これまでの考察をまとめると、わが国で競技スポーツと生涯スポーツを融合した若い競技者育成モデルを普及に向けた課題は、身体リテラシーの「定義づけ」と「測定方法の開発」、「ネットワークの構築」の3点に集約できる。近年、小学校の体育および中学校の保健の学習指導要領の改訂や運動部活動に関するガイドラインの策定に注目が集まっている。これを契機に、わが国の子ども・青少年スポーツに関わる全てのステークホルダーが共有すべき理念について考え、それを実現するための課題および解決策を、種目や競技レベルの垣根を越えて議論する機運が高まることに期待したい。その中で鎗矢となるであろう本特集と競技者育成指針を作成した意義は極めて大きいと言える。

注 記

本稿内の「ユーススポーツ」は、主にADMのSTAGE 1(0歳～12歳)からSTAGE 3(13歳～19歳)におけるスポーツ活動を意味している。

参考文献

Aspen Institute (2015 a) Physical Literacy: Global Environmental Scan, HYPERLINK "http://youthreport.projectplay.us/" 2019年2月27日取得, https://assets.aspeninstitute.org/content/uploads/files/content/images/sports/GlobalScan_FINAL.pdf

Aspen Institute (2015 b) HYPERLINK "http://

youthreport.projectplay.us/" Sport for All, Play for Life: A Playbook to Get Every Kid in the Game, 2018年5月8日取得, <https://assets.aspeninstitute.org/content/uploads/2015/01/Aspen-Institute-Project-Play-Report.pdf>

Aspen Institute (2017) State of Play 2017, HYPERLINK "http://youthreport.projectplay.us/" 2019年2月27日取得, <https://assets.aspeninstitute.org/content/uploads/2017/12/FINAL-SOP2017-report.pdf>

Aspen Institute (2018) Project Play 2020, HYPERLINK "http://youthreport.projectplay.us/" 2019年2月27日閲覧, <https://www.aspenprojectplay.org/project-play-2020>

Aspen Institute (2019) Project Play; What we do, 2019年2月27日閲覧, <https://www.aspenprojectplay.org/whatwedo/>

Francis, C.E., et al. (2016) The Canadian Assessment of Physical Literacy: development of a model of children's capacity for a healthy, active lifestyle through a delphi process, *Journal of Physical Activity and Health*, Vol.13, pp.214-222.

Hsu, C.C. and Sandford, B.A (2007) The delphi technique: making sense of consensus, *Practical Assessment, Research and Evaluation*, Vol.12, No.10, pp.1-8.

International Physical Literacy Association; 2019年2月27日閲覧, <https://www.physical-literacy.org.uk/>

Lloyd, M., et al. (2010) Advancing the debate on fitness testing' for children: perhaps we're riding the wrong animal, *Pediatric Exercise Science*, Vol.22, pp.176-182.

Longmuir, P.E., et al. (2015) The Canadian Assessment of Physical Literacy: methods for children in grades 4 to 6 (8 to 12 years), *BMC Public Health*, 15: 767.

Longmuir, P.E., et al. (2018) Canadian Assessment of Physical Literacy Second Edition: a streamlined assessment of the capacity for physical activity among children 8 to 12 years of age, *BMC Public Health*, 18 (Suppl 2): 1047.

Mandigo, J., et al. (2009) Position paper: physical literacy for educators, Canada:

- Physical and Health Education Canada.
- 文部科学省 (2017) 小学校学習指導要領 (平成 29 年告示) 解説: 体育編, 2019 年 2 月 27 日取得, http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afieldfile/2018/05/07/1387017_10_2.pdf
- 日本陸上競技連盟 (2018) 競技者育成指針. 2019 年 2 月 27 日取得, <https://www.jaaf.or.jp/pdf/development/model/350dpi.pdf>
- Ogden, C.L., et al. (2014) Prevalence of childhood and adult obesity in the United States, 2011-2012, *Journal of the American Medical Association*, Vol. 311, No. 8, pp.806-814.
- Pardo, B.M., et al. (2013) Promising school-based strategies and intervention guidelines to increase physical activity of adolescents, *Health Education Research*, Vol.28, No.3, pp.523-538.
- Sallis, J.F., et al. (2012) Physical education's role in public health, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, Vol.83, No.2, pp.125-135.
- 早乙女誉, Culos-Reed, N (2018 a) アスリート育成と学校体育におけるフィジカル・リテラシーの役割と重要性: カナダの事例と日本での応用可能性, *スポーツ産業学研究*, Vol. 28, No.2, pp.141-148.
- 早乙女誉, Culos-Reed, N (2018 b) 米国におけるユーススポーツ(子ども・青少年スポーツ)振興策: The Aspen Institute Project Play の事例, *スポーツ産業学研究*, Vol. 28, No.4, pp.287-294.
- Sport for Life Society; Sport for Life: Long-Term Athlete Development Resource Paper 2.1, 2019 年 2 月 27 日取得 http://sportforlife.ca/wp-content/uploads/2017/04/LTAD-2.1-EN_web.pdf?x96000
- Tremblay, M.S. and Lloyd, M (2010) Physical literacy measurement: The missing piece, *Physical and Health Education Journal*, Vol.76, No.1, pp.26-30.
- Tremblay, M.S., et al. (2018) Physical literacy levels of Canadian children aged 8-12 years: descriptive and normative results from the RBC Learn to Play-CAPL project, *BMC Public Health*, 18 (Suppl 2): 1036.
- Troiano, R.P., et al. (2008) Physical activity in the United States measured by accelerometer, *Medicine and Science in Sports and Exercise*, Vol. 40, No. 1, pp.181-188.