

ニュースポーツ考案

保健班：奥野寛大 松田颯真 河村侑真

1. はじめに

現在、子供たちの運動不足が加速している傾向にある。それに伴って、体の柔軟性の瞬発力の低下などから来る様々な障害、俗に言うロコモティブシンドロームが問題視されている。例えば、「最近の子供たちはしゃがめない」という話をインターネットやテレビでよく耳にするがそのとおりで、最近の子供たちはしゃがもうとするとバランスを崩して尻餅をついたり、しゃがめてもかかたが浮いてしまう子供が増えている。他にも転んだ時にとっさに手を出すことができず顔から落ちてしまったり、ボールが飛んできて目を瞑れず眼球を損傷したり、真っ直ぐ走ることやスキップができないという事例も数多く存在している。この問題は日本という国にとって非常に深刻な問題である。運動不足は仕事の効率にも支障をきたすからだ。私たちの一世代前は、外で遊ぶことが当たり前であったが、現在は、ゲーム機などの普及により外遊びをしたり、気軽に運動に触れる機会が減少している。今の子供たちには、「自由に遊べる時間」、「気軽に体を動かせる空間」、そして人間関係の希薄の問題を解消するためにも「一緒に遊ぶ仲間」が必要になる。そこで、私たちは誰でも気軽に楽しめる新しいスポーツを考えた。

2. 調査方法

- (1) 既存の球技のコートの広さや試合時間などのルールを調べ、それをもとに自分たちで話し合い、仮のルール(表 1)を作成する。
- (2) 高津高校生 10 人をランダムに選出し、ルール・内容を説明する。
- (3) 高津高校の運動場に事前に作成したコートを用いて実際に試合をしてもらう。
- (4) 試合後にアンケートをとり、ルールに不満がないか、試合がスムーズに進行していたか、みんなで楽しめたと感じたかを調べる。ルールの変更希望なども受け付ける。
- (5) アンケート結果をもとにルールの変更、追加を行う。
- (6) 再び試合をしてもらい、アンケートをとる。以下 (3) ~ (6) を繰り返す。

(表 1)

コートの面積	縦 100m 横 75m
出場人数 (1 チーム)	10 人
試合時間	12 分×4 セット
用具	バスケットボール
審判数	6 人

3. 実施結果

反省点

コートが広すぎて実施できる場所がないため、面積を小さくする必要がある。それに伴って、試合時間も短くする。

4. 考察

老若男女問わず気軽に楽しむためには試合時間を短く、そしてペナルティは緩めにしたほうが良い。

そうすることによってプレイヤーにかかる負担が減少するとともに安全性を向上させ、怪我などのリスクを減らすことができる。また、ゲームの自由度が広がり、多種多様な戦術で様々な楽しみ方ができる。

5. まとめ

今回ニュースポーツを作ってみて、子供と大人とのルールの感じ方の違いや身体能力の差なども考慮して大人と子供が平等に楽しめるようなスポーツは作ることができると実感した。今回は同年代のみで実験を行ったが、みんなが楽しめるスポーツを作る以上幅広い年齢層で実験を行う必要があると思った。高齢者の方や幼い子供も安心して楽しめるために怪我の心配のない安全な場所の確保、細かいルールの改善・追加の必要があると思った。

6. 参考文献

- 杉本厚夫氏 編 「スポーツファンの社会学」 1997年3月1日 世界思想社
日高哲郎氏 「バスケットボール:組織プレー編」 2012年1月31日 マイナビ
酒巻清治氏 「ハンドボール:基本と戦術」 2016年9月9日 実業之日本社
大修館書店 「スポーツ審判ハンドブック」 1977年6月1日 大修館書店