

# 若手研究者コラムリレー

## 堀田 愛 (ほった あい)



### プロフィール

筑波大学体育系 特任助教  
専門領域: アダプテッド・スポーツ科学/体育科教育学  
香川県高松市出身  
穏やかな瀬戸内海で太陽をいっぱい浴びて育ちました!

2024年 筑波大学大学院 博士前期課程 体育学学位プログラム 修了  
2024年から現職  
2025年 筑波大学大学院 博士後期課程 体育科学学位プログラム 在籍中

E-mail: hotta.ai.gn@u.tsukuba.ac.jp



↑悪天候の谷川岳にて登頂を喜ぶ私(左)とマスター時代の戦友(右)。何も見えませんが、思い出に残る登山になりました!

### わたしの研究

#### 体育で受け入れられる感覚が運動への自信に?

運動の二極化問題に歯止めがかからない近年、運動・スポーツ指導者の方にとって、「運動やスポーツが苦手な子」への対応は身近な課題になっているのではないのでしょうか。そんな時、皆さんはどんな指導を心がけますか? 個別に丁寧な指導を行うことはもちろん重要です。一方で、運動が苦手な子どもの運動に対する自信に着目した研究を進めたところ、自信を高めるためには、周囲の仲間や先生から受け入れられている感覚、つまり「受容感」が重要な役割を担っていることが分かりました(堀田ほか, 2023)。そして、彼らが仲間から受け入れられていると感じるためには、「受け入れる仲間」が必要です。

つまり、運動・スポーツ場面では個別指導だけでなく、仲間が存在する集団の中で指導する機会を取り入れることが重要になります。しかし、仲間に受け入れてもらえず苦しい経験してきた子どもも少なくありません。そのため、運動が苦手な子どもが安心して受け入れられていると感じられるような、包摂的な集団づくりが求められます。

そこで現在は、集団に働きかけながら「個」の自信を育てるために、グループダイナミクス(集団力学)の視点から研究と実践を進めています。特に、運動が苦手な子どもを自然に包摂する集団にはどのような特性があるのかを明らかにすることで、障害のある子どもなど、多様な子どもたちを包摂する集団で実施される「インクルーシブな体育」の実現につながるのではないかと考えています。

わたしの渾身の論文・書籍・記事

必読

堀田愛, ほか. 運動が苦手な子供における効果的な指導方法について: メタ分析を用いた検討. 体育学研究 68: 103-116, 2023.

### 活動紹介!

月に一度、東京都の公共施設で発達に気になる子どもとその家族を対象に運動教室を行なっています。ペースがゆっくりな子、じっとしていることが苦手な子など、学校では自信を持って体を動かすことが難しい子も、ここではのびのび活動できるよう日々試行錯誤しています。実際に保護者の方から「この活動に来て、我が子が運動を楽しめるということを初めて知った」と伺うこともあります。本活動の特徴は二つあります。一つはプログラムの中に必ず「自由時間」を設けていることです。支援が必要な子どもにとって自由に構造化されていない空間は、かえって「不自由」であるとも言われます。しかし、構造化された活動の最後に自由時間を設けることで、こちらが想像していなかった創造的な遊びや、子ども同士のコミュニケーションが生まれます。時には揉め事もありますが、それも含めて学びの機会であると考えています。

もう一つは本活動を卒業した「先輩」たちがスタッフとして参加してくれることです。彼らからは指示や動きの示し方など多くを学んでおり、また、彼らにとっても自分を認めてもらえて楽しい場所であり、体を動かす貴重な機会になっているようです。さらに、保護者の方からも「子どもの将来のことは不安だけれども先輩たちの姿を見ると少し安心できます」と声をかけていただくこともあり、多方面における彼らの存在意義を感じています。本活動にご興味のある方はお気軽にご連絡ください!



↑自由時間にキャスターを使ってレースをしている参加者と先輩スタッフ

日本体育・スポーツ・健康学会  
若手の会からのお知らせ

2018年8月に日本体育・スポーツ・健康学会若手の会が発足しました! → メーリングリスト登録フォーム:

<https://goo.gl/forms/zGMPdPq5fY3kcB5q2>

学会大会、研究会等の開催や報告者募集に関する案内、公募や助成金情報等に関する情報提供を配信予定です。皆様からも、メーリングリストで周知したい情報がありましたら、下記までご連絡ください。

[taikugakkaiwakate@gmail.com](mailto:taikugakkaiwakate@gmail.com)

