

### 第3章 基礎的調査のまとめ

平成 20 年度は、「体育的部活動における負傷・疾病の実態分析」及び「体育的部活動の実状調査」を実施したが、その結果、体育的部活動での負傷・疾病について次のような点を指摘できる。

#### 【安全指導プログラム】

まず、負傷・疾病の原因として、「コード 21：ボールなど体育用具・物体との衝突・接触による」、「コード5：通常の動作・運動中に躓く、捻る、痛みが走る（野球肘なども含む）」、「コード 6：他の人になぐられた、けられた、踏まれた、技をかけられた、投げられたことによる（または、その逆）」など、生徒自身の行為（主体要因）が関係するケースが多い。スポーツは積極的な身体活動を伴うものであり、主体要因のすべてを制御することは困難であろうが、中には生徒の体調不良、準備運動不足、不注意（見落とし、よそ見）、安全意識の不足、技能不足、無理な頑張りなど、防止策の実行を通じて対処可能な面も少なくないと思われる。体育的部活動における負傷・疾病の防止のためには、生徒や指導者の安全意識の向上が重要と思われる。

また、発生割合は低いが、環境要因も軽視することはできない。「体育的部活動の実状調査」結果にあるように、学校での部活動は練習場所の共有や廊下などでの練習など、限られたスペースで行わざるを得ない面もあるため、環境上のリスクにも十分な配慮が必要となる。グラウンドの不整備や自然条件のチェック不足（例えば熱中症）など環境要因は、注意をして適切な対策をとれば避けることができる場合が多いと思われる。体育的部活動における負傷・疾病の防止のためには、主体要因の防止とともに、練習場所、設備、用具の点検、人的環境、自然条件のチェックなど、環境要因に注目した安全管理・指導も重要と思われる。

#### 【下肢部の負傷・疾病の防止策】

次に、中学校、高等学校を通じ、「下肢部」の負傷・疾病が最も多く、中学校で 41.6%、高等学校で 43.7%に及んでいる。傷病名別では「骨折」、「捻挫」、「靭帯損傷・断裂」、「挫傷・打撲」が多い。体育的部活動での負傷・疾病防止のためには、下肢部の負傷・疾病をどのように減らしていくかが大きなポイントとなる。「体育的部活動の実状調査」結果にあるように、各学校でもウォーミングアップ、クーリングダウンに時間をとる、基礎トレーニング、筋力トレーニングなどでの体づくり、フィジカルコンディショニングの講習や実技指導など、工夫した対策がとられていたが、平日の部活動は放課後の限られた時間しかできないため、例えばウォーミングアップは行っているが、クーリングダウンは十分でないといった問題もあるようだ。

以上のような点に注目して、第一部会では、『体育的部活動のけが防止プログラム』（以下「けが防止プログラム」という。）を作成した。このプログラムは、平成 21 年度に研究協力校で実践し有効性の検証を行った。（検証結果については、第 3 編に述べる。）