

1. 幼児の運動能力に影響を与える要因

～母親への子どもの生活環境に関する調査を通して～

学校教育教員養成課程 保健体育コース 渡辺 渚

I 緒言

文部科学省が毎年おこなっている児童生徒を対象とした体力・運動能力調査¹⁾によると、子どもの体力・運動能力は、昭和 60 年頃から長期的な低下傾向が続いている。幼児の体力・運動能力を測定したデータは稀であるが、幼児期は歩く、走る、跳ぶ、投げる、つかまるなどの基本的な動きが著しく発達し、特に 4～5 歳にかけての時期では個人差はあるものの、運動能力は大きく向上する。すなわち、今日の青少年の体力低下は学齢前の子どもたちにその要因があらわれているとあってよい。しかし、幼児期の運動能力の低下において危惧されている点は、単なる体力や運動技能の低下そのものではない。小学校に入学した際に学校現場における保健室に持ち込まれるような不定愁訴がやたらと多いこと、じっと立っていられずにすぐに座りたがること、40 分間の授業中にぐにゃぐにゃと揺れて姿勢が変わること、絶えず落ち着きがないこと、すぐに「疲れた」ということなど、ライフスキルの欠如と呼んでよい基本的な体力低下の現象である。このような現象は、集中力や意欲の低下によって学習効果の低下を招き、また、波及して社会的スキルにも影響を与える。

しかし子どもを取り巻く環境は、体を動かして遊ぶ場所や時間、仲間がなくなってきたのが現状である。このような環境の中で、いかに子どもに運動経験を与えられるかは親や教師・指導者といったおとなが重要なポジションを占めている。しかし、子どもの体力に対する親の認識は、20 年前と比較すると運動は不必要だと答える親が増加しているという報告²⁾もある。このようなことからおとな自身が運動に対する考え方を高め、子どもの運動発達についての認識を深めることで、子どもの生活習慣や養育態度の改善が必要である。

そこで本研究では、幼児の運動能力と生活環境の関係から、幼児の運動能力を向上するための生活習慣や母親の養育態度について検討する。

II 研究方法

調査対象は、K大学附属幼稚園の年中（平成 20 年度に 5 歳になる園児）および年長（平成 20 年度に 6 歳になる園児）の園児 114 名と各園児の母親である。園児に対しては 10 月下旬と 11 月上旬の 2 日間で運動能力テストを行い、25m 走、立ち幅跳び、ソフトボール投げ、体支持持続、閉眼片足立ち、長座体前屈の 6 種目を行なった。測定結果を各種目ごとに記録の良いものから 4 つのグループに分け、それぞれに 4 点～1 点の得点を与え、6 種目の合計得点を運動能力得点とした。母親に対しては子どもの生活環境についての調査用紙を園を通じて配布した。調査項目は①子どもの名前、年齢、誕生月②食生活について③睡眠について④遊びについて⑤家族について⑥母親の養育態度についてである。①～⑤の質問項目については、調査用紙の回収をおこなった後、

再カテゴリーをおこない、回答を2群に分けた。養育態度については、「受容的態度」、「自己満足度」、「運動に対する意識」、「保護的態度」についての合計18項目からなり、回答は「非常にあてはまる」「ややあてはまる」「どちらともいえない」「ややあてはまらない」「非常にあてはまらない」の5件法であり「非常にあてはまる」に5点、「ややあてはまる」に4点、「どちらともいえない」に3点、「ややあてはまらない」に2点、「非常にあてはまらない」に1点を与える。それぞれの合計得点を養育態度得点とし、運動能力との関連をみた。

統計解析には、SPSS14.0J for Windowsを使用した。使用した検定は、2群間においてはt検定をおこない、3群以上は分散分析と多重比較(Bonferroni)の検定を用いた。また、年長児においては昨年の記録と比較し、運動能力の伸び率と生活環境の関連についても検討した。

Ⅲ 結果及び考察

1. 園児の運動能力に影響を与える生活環境

1) 年齢、性別と運動能力の関係

運動能力得点の平均は、6種目全てにおいて、年中よりも年長のほうが有意に高かった。これは、身長や体重など、この時期は身体的な発達も著しいことから、年齢間での運動能力の差は、筋力や、骨格などの身体的発達の影響が大きいと考えられる。性別では年中では有意な差はみられなかったものの、年長ではソフトボール投げでは男児が女児より有意に高く、長座体前屈では女児が男児より有意に高かった。

2) 食生活と運動能力の関係

本研究においては食生活と運動能力の間で相関は見られなかった。しかし、松浦ら³⁾の研究では、食生活が幼児期の健康度や体格・運動能力の発達発育に高い関与を示すことを明らかにしている。松浦らの研究は、食事習慣についての質問項目が多く、調査対象の食習慣の差異を十分に検出でき、相対的に関与度を高めたと考えられる。この点、本調査では、食事に関する項目が4項目で、調査対象の朝食摂取状況や食事量などの食生活にもあまり差がみられなかったため、結果が得られなかったものと思われる。

3) 睡眠習慣と運動能力の関係

睡眠習慣においてどの項目においても有意な差はみられなかった。しかし、遅寝遅起きは朝食摂取量や、朝の活動量に影響するという逸見ら⁴⁾の報告もあり、十分な睡眠時間の確保には早寝早起きが望ましいと考えられる。

4) 遊びと運動能力との関係

よくする遊びの中で、選択者がもっとも多かったのは年中では「物をつくる」であり、29.4%の園児がよくすると回答していた。年長では「ごっこあそび」であり、35.3%の園児がよくすると回答していた。しかし窪ら⁵⁾がおこなった研究では、よくする遊びで「テレビ視聴」と回答した者が70~80%を占めていた。このことから、この園ではテレビ視聴を遊びの中心とする幼児は

少なく、体を動かす遊びを好む傾向があると考えられる。また、よくする遊びの選択項目のうち、運動遊びのひとつである「すもう・プロレスごっこ」の選択者と非選択者の間で運動能力に有意な差が見られた。「すもう・プロレスごっこ」に限らず、「ボール遊び」や「おにごっこ」、「その他の運動遊び」の選択者も非選択者に比べ運動能力が高い傾向がみられたことから、運動遊びをよくすることは運動能力を向上させると考えられる。しかし、運動遊び以外の遊びにおいては、必ずしも選択者が非選択者よりも運動能力が低いという結果は得られなかったので、運動遊び以外の遊びが、幼児の運動能力を低下させている要因だとは言いがたい。

5) 家族と運動能力との関係

家族に関する質問項目の中で、有意差が見られたのは「兄または姉の有無」のみであった。兄弟姉妹がいる園児は95.2%であり、そのうち、兄または姉がいる園児は50.7%であり、兄または姉がいない園児と比べ、運動能力得点が有意に高かった。これは、園児が兄や姉と遊ぶことにより、より高度な遊びに挑戦する経験が増え、その経験が運動能力を向上させているのではないかと考えられる。

6) 養育態度と運動能力との関係

受容的態度、自己評価、子どもの運動への意識、統制的態度、保護的態度の5つの養育態度のうち、「保護的態度」において運動能力得点と相関が見られた。保護的態度に関する質問項目は「風をひかないかと心配して厚着をさせる」「ちょっとした怪我や病気でも、心配してできる限りの手当てをする」の2項目であり、これらの項目によくあてはまり、園児に対して保護的な態度をとる傾向にある母親の子どもは、それ以外の子どもと比べ、運動能力が低いという結果を得た。このことから、子どもを心配しすぎることが子どもの活動性妨げ、運動能力に影響を及ぼしているのではないかと考えられる。

2. 年長児の運動能力伸び率に影響を与える要因

年長児に対してのみ、昨年の運動能力テスト結果と比較し、運動能力の伸び率と現在の生活習慣との関連を調べた結果、「父親との運動遊びの頻度」と「よくする遊び(テレビゲーム)」において、有意な差がみられた。「父親は子どもとどのくらい一緒に運動遊びをしますか」という質問に対して、「ほとんどしない」と答えたものと、「週1日以上」と答えたもの間で有意な差が見られ、運動能力の伸びが大きい園児は、父親との運動遊びを頻繁におこなっているという結果を得た。このことから、子どもの運動能力を伸ばすには、父親との運動遊びを頻繁におこなうことが重要だと考えられる。

また、「家庭で何をして遊ぶことが多いですか」という質問に対して、「テレビゲーム」を選択した園児は、それ以外の幼児と比べ、運動能力の伸びが乏しいという結果から、テレビゲームは幼児の運動能力の向上を阻害するものであるといえる。幼児期は身体的な発達と共に、運動能力の発達も著しい時期であり、個人差も大きい時期であるために、これらの運動能力の発達を阻害する要因をできるだけ排除するよう養育者が意識することは重要だと考えられる。

IV 結論

園児の運動能力に影響を与える要因は、「よくする遊び(すもう・プロレスごっこ)」「兄弟姉妹」「保護的態度」であった。つまり、すもう・プロレスごっこなどの運動量の多い遊びをよくおこない、年上の兄弟姉妹がおり、母親は子どもに対して干渉しすぎないことが、幼児の運動能力を向上するのに望ましい環境といえる。

また、運動能力の伸びについては、「父親との運動遊びの頻度」と「よくする遊び(テレビゲーム)」において相関がみられた。つまり、父親と頻繁に運動遊びをおこない、テレビゲームを控えることが、運動能力の伸びを促進するといえる。これらのことから、幼児の運動能力の伸びについては、幼児期の子どもと積極的に運動遊びをおこなうことや、活動的な遊びをおこなえる環境を養育者が用意することが重要だと考えられる。

V 今後の課題

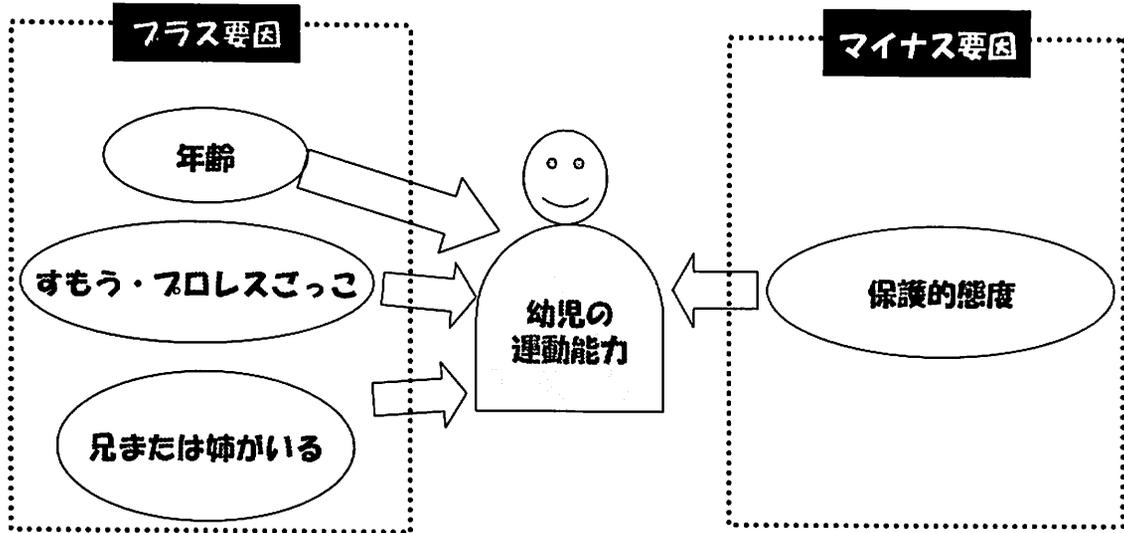
- 1) 本研究では、兄または姉の有無において運動能力の有意な差を得られたが、それ以外の家族の影響については結果を得られなかった。しかし、園児が親と過ごす時間は長く、親の影響は大きいと考えられる。今回は親子に関する質問項目も少なく、回答に偏りが目立ったために結果を得られなかったと思われるため、今後、親子の関係に絞った検討もおこなっていく必要がある。
- 2) 運動能力の伸び率についての対象は年長のみであったため、サンプルが少なく、結果の妥当性が問われる。しかし、本研究の結果、運動能力に影響を与える要因と運動能力伸び率に影響を与える要因が異なっていたため、幼児の運動能力の伸び率を向上する要因については、今後、より大規模な調査をおこない検討していく必要がある。
- 3) 本研究では、母親に限定して調査用紙の回答をお願いし、幼児の運動能力に影響を与える生活環境について調査をおこなったが、幼児の運動能力の向上には、母親だけでなく、保育現場や地域社会の取り組みなども重要であるため、今後は、家庭以外の幼児を取り巻く環境についても検討していく必要がある。

【引用・参考文献】

- 1) 文部科学省「平成19年度 体力・運動能力調査」
- 2) 福田正子「幼児の健康・体力・運動の基礎調査について (No. 2)」富山短期大学紀要 vol. 40 ; 79-86 2005
- 3) 松浦義行、宮丸凱史「幼児の健康度および体格・運動能力発育発達量に対する生活諸条件の関与度の検討」体育科学 Vol. 15 ; 102-112 1987
- 4) 逸見光、萩裕美子、鈴木志保子、石田良恵、山本直史、吉武裕「幼児における睡眠時間と身体活動の関連」鹿屋体育大学学術研究紀要 Vol. 35 ; 15-21 2007

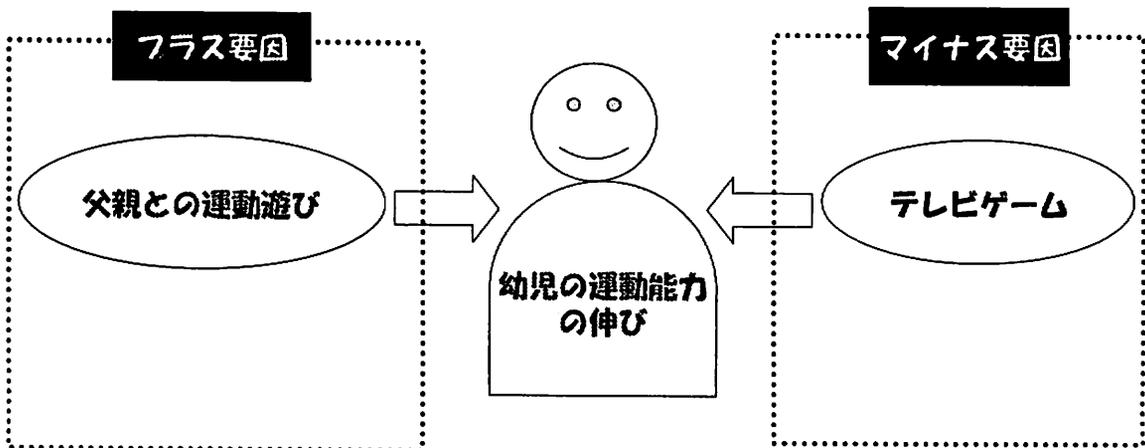
結果

【幼児の運動能力に影響を与える要因】



結果

【幼児の運動能力の伸びに影響を与える要因】



研究対象：年長児のみ