

# 幼児期の身体をはぐくむ実践とは — 体育に関する愛好的態度測定の試行 —

## Methods for the Practice of Nurturing the Physical Body in Early Childhood

(2018年3月31日受理)

平松 美由紀  
Miyuki Hiramatsu

Key words : 幼児期, 身体遊び, 愛好的態度

### 要 約

文部科学省は、1964年以来、「体力・運動能力調査」を実施し、国民の体力・運動能力の現状を明らかにし、体育・スポーツ活動の指導・助言を広く行ってきた。しかし、1985年頃から子どもの体力・運動能力は低下の一途をたどっている。体力低下の要因として、子どもを取り巻く環境の変化が指摘されつつある現在、就学前の幼児期の体力向上、学校での体力づくりへの取り組みは重要視されている。体力低下は小学生だけの問題ではない。幼児期に体力が向上すれば児童期に入っても効果は継続されると示唆されている。

そこで本研究では、保育実践の中で2回の態度測定を行い、保育内容に関しての態度測定の推移から幼児の身体を使った遊びの愛好的態度の変容を明らかにすることを目的とした。この目的を達成するために次のような手順を踏んだ。まず、特別な運動指導を行っていない岡山県の公立の2園を対象に、梅野・辻野らによる児童以上を対象にした体育科の授業に対する愛好的態度尺度の1年生用を幼児にわかる質問項目に置き換えアンケート調査を行った。態度測定の態度スコアからは、対象の園どちらとも、態度スコアが低いレベルから、普通レベル又は高いレベルへと向上したこと、また、変化の割合から保育内容が成功したことが認められた。特に、「運動のそう快さ」「主体的活動」において、強い上昇傾向がみられたため、体を動かすことへの捉え方が変わったのではないかと推察できた。

### 問題と目的

文部科学省は、1964年以来、「体力・運動能力調査」を実施し、国民の体力・運動能力の現状を明らかにし、体育・スポーツ活動の指導・助言を広く行ってきた。しかし、1985年頃から子どもの体力・運動能力の低下が続くとともに、現在では肥満などの生活習慣病の増加が深刻な社会的問題となっている<sup>(1)</sup>。文部科学省は、1998年の小学校学習指導要領解説体育編において、「運動に興味をもち活発に運動するものとそうでないもの<sup>(2)</sup>」の二極化傾向を問題視し、体力向上を重要な目標として方針として出したり、中央教育審議会は、2002年に「子

どもの体力向上のための総合的な方策について<sup>(3)</sup>」答申を出したりし、子どもの体力向上を国家施策に設定したが、十分な解決には至っていないとしている。2000年9月に文部科学省体育局により策定されたスポーツ振興基本計画は、計画策定から6年を経た2006年文部科学省スポーツ・青少年局によって見直しが行われ、その中で計画当初盛り込まれていなかったスポーツの振興を通じた子どもの体力向上方策が第一番目に追加され、「子どもの体力向上について、スポーツの振興を通じ、その低下傾向に歯止めをかけ、上昇傾向に転ずることを目指す<sup>(4)</sup>」ことが掲げられている。その後の動向としては、2012年3月に「スポーツ基本計画」策定、2012年～2016

年「第一期スポーツ基本計画」の施行、現在は2017～2021年までの「第二期スポーツ基本計画」が施行中である。

体力低下と体力向上に関する先行研究の概観をする。子どもの体力低下の背景として、子どもの遊びを取り巻く環境とその促進要因について研究をしている村瀬・落合によると、子どもの体力低下の背景には子どもたちの室内遊びの増加及び外遊びの減少といった遊び様式の変化や外遊びのための環境の減少、あるいはゲームやテレビ、パソコンといったIT機器の進歩が屋内型遊びの増加を招き、子どもの身体を動かす機会を減少させていると指摘している。<sup>(5)</sup>

また、幼児の運動能力の伸びに関わる生活及び環境因子について研究をしている山下・平野・浅川らは、子どもを取り巻く環境の変化に伴う遊ぶ時間、空間、仲間（3つの間）の減少や食事・睡眠など生活習慣の変化をあげ、体力及び運動能力の向上には、運動量の確保、様々な動きの体験に加え、調和のとれた食事、十分な休養、睡眠など規則正しい生活習慣が心身ともにバランスのとれた発達を促すために必要であると示唆している。<sup>(6)</sup>

さらに、体力が劣る児童生徒の体力向上について研究をしている上野・小宮は、これらは何れも子どもたちの身体活動量を減少させる要因となっており、結果として長期的な体力低下を引き起こしているものと考えられると述べている。<sup>(7)</sup>つまり、体力低下を引き起こしている背景には、子どもを取り巻く様々な環境の変化が関係しているといえるだろう。体力低下に歯止めをかけ、向上させていくためには、体力の根底にある様々な環境を整えることが必要となると考えられる。体力向上の取り組みと並行して、子どもの生活習慣や生活のリズムの向上につながる積極的な活動を展開していくために、「早寝早起き朝ごはん」全国協議会が2006年4月に設立された。この協議会では、朝食を食べない、あるいは夜更かしをするなどの子どもの基本的な生活習慣の乱れが学習意欲や体力・気力に影響を及ぼしていると考え、早寝早起き朝ごはんでは生活リズムを整えて学習意欲や体力・気力の向上へつなげることを目標としている。<sup>(8)</sup>

また、これまでの全国体力調査の結果などから示された生活習慣と体力の関連性は、朝食摂取、睡眠時間、テレビ等視聴時間のそれぞれを改善すれば体力が向上するという直接的なものではなく、規則正しい生活習慣が体

調のいい健康的な体を育み、日常の学校を中心とした活動に意欲的に参加することができるようになり、結果として体力の向上に結びついていることが考えられている。例えば、テレビなどの視聴時間が短くなれば就寝時刻が早まり睡眠時間の確保につながる可能性があることも考えられ、起床時刻が早まれば、朝食を摂取する時間を確保できることも推察される。また、体を動かすことによる適度な身体的疲労感は食欲や睡眠時間に影響することとなる。睡眠、朝食、テレビ等視聴時間といった生活習慣の改善が体調の良い健康的な生活を送ることを可能にし、体調が良いからこそ「よく体を動かす」ことができ、結果として子どもの体力向上につながると言えるのではないだろうか。<sup>(9)</sup>

このような必要性が述べられているなかでも、現在の子どもたちは、学歴重視やテレビゲームの普及による屋外あそびの減少、園および学校生活での身体活動量の減少などから生活環境は著しく変化しており、一体どれくらいの体力および運動能力が必要であるのか明確になっていないのが現状であるとされている。<sup>(10)</sup>しかし、こういった現状でも保育者は「運動」が子どもにとって、心が動き、楽しく、自信につながる経験になるような援助をし、子どもの体力向上へのきっかけとなるように取り組んでいかなければならないのである。

遊びと運動能力との関係性については、活発な子どもは運動能力において優れているという先行研究<sup>(11)</sup>や、室内遊びより外遊びが好きな幼児のほうが運動能力は高く、幼児期から運動遊びに親しむ機会を意識的に確保していくことが大切であるとしている先行研究<sup>(12)</sup>があることから、子どもの体力向上は園生活での「遊び」と有意な関係性があるのではないかと考えた。

以上のことから私は、小学生のみならず就学前の子どもたちにも目を向ける必要性があると考え、幼稚園での運動遊びに焦点をあてることとした。協力を依頼した園には、好きな遊びの時間での取り組みの改善を試みてもらった。子どもが体を動かすこと自体を楽しみと感じ、子ども自らが体を動かしたいと思えるような環境づくりになるように工夫を加えた。また、この指導計画の前後に愛好的態度による調査を行うことで、保育内容が幼児の愛好的態度にどう影響しているのかが明らかになるようにした。

本研究では、通常の保育実践の中で2回の愛好的態度による調査を行うことによって、保育内容が愛好的態度にどのような影響を与えていくかについて、明らかにしていくことを目的とする。

## 方 法

### 1. 調査対象者

岡山県S市O幼稚園：5歳児，23名

岡山県K市N幼稚園：5歳児，30名

### 2. 調査期間

平成29年10月16日～平成29年12月15日

### 3. 指導計画

10月の愛好的態度の結果を受け、担当保育者と研究に携わる大学教員との相談により、2か月間の好きな遊びの時間に鬼遊びを意図的に取り入れることとした。小学校体育科における運動領域では、鬼遊びを体づくりの運動遊び、走・跳の運動遊び、ゲームにつながるものとして考えている。日本体育協会によるものをそれぞれの園の実態に即して取り入れることとした。鬼遊びは瞬発力、柔軟性、平衡性、敏捷性、速度など運動能力の発達に有効であるといわれている。そのため、意図的に保育内容に取り入れることで子どもたちが体を動かすことが楽しいと感じたり、個々の子どもたちの運動能力の発達に影響したりすると考えたことが鬼遊びを設定した動機にあたる。

場所は園庭とした。こおり鬼とバナナ鬼はエリアを限定せず、あらゆる方向から追う、逃げる動きを体験できるようにした。他の活動との兼ね合いには留意し、安全には配慮した。

表1. 鬼遊びのスケジュール

|               |  |
|---------------|--|
| 10月16日～11月11日 | 「こおり鬼」「じゃんぷ鬼」  |
| 11月13日～12月9日  | 「ばなな鬼」「どこでもじゃんぷ」<br>※どこでもじゃんぷはじゃんぷ鬼の変形型で、ジャンプゾーンを横だけではなく縦にもつくる。鬼の移動も可能にする。 |

鬼遊びのスケジュールは上記に示す通りである。

〈こおり鬼〉園庭（特にエリアの限定はしない）

- ・鬼にタッチされたら、止まる（こおりになって固まる）  
仲間がタッチして助けてくれたら、溶けて逃げるができる。

〈ばなな鬼〉園庭（逃げるエリアの限定はしない）

上記のこおり鬼と同様に場を設定した。

- ・鬼にタッチされたら「ばなな」と言い、バナナのように両手を頭上で合わせ、身体を斜めに曲げる。仲間が「もぐもぐ」と言い、合わせた両手を開いてくれたら逃げるができるようになる。

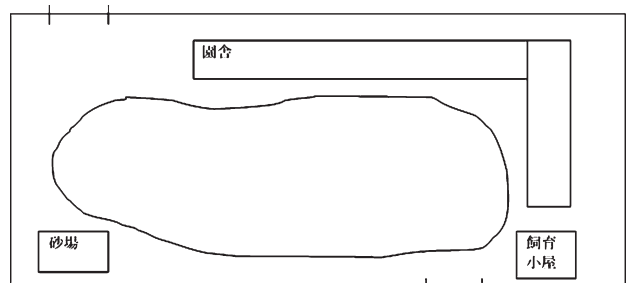


図1. こおり鬼とばなな鬼における環境構成，筆者作成

〈じゃんぷ鬼〉

- ・図13のように鬼と逃げる人のエリアをつくる。鬼は鬼の移動エリア（色のついた部分）だけを動くことができる。しかし、その移動は自分がいる横のゾーンのみである。
- ・逃げる人は鬼のエリアをジャンプして超える。（約50センチ幅）
- ・スタートからゴールまでを鬼にタッチされずに移動する。  
※〈どこでもじゃんぷ〉のエリアは図14に示す通りである。
- ・じゃんぷ鬼と同様に、鬼は鬼の移動エリア（色のついた部分）だけを動くことができる。
- ・じゃんぷ鬼の変形型で、ジャンプゾーンを横だけではなく、縦にもつくる。
- ・鬼の移動も可能にする。

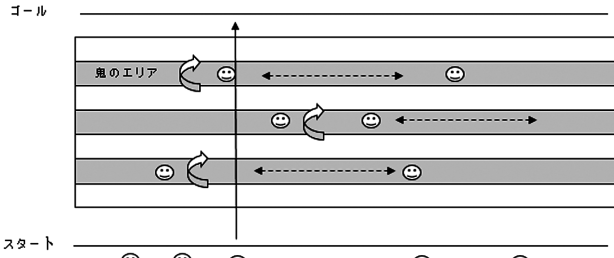


図2. じゃんぷ鬼における環境構成, 筆者作成



図3. どこでもじゃんぷにおける環境構成, 筆者作成

4. 資料の収集と分析

(1) 体育科の授業に対する愛好的態度の把握

期の指導計画前後に、梅野・辻野が児童以上を対象にした体育科の授業に対する愛好的態度の測定<sup>(19)(20)</sup>を小学一年生用から幼児用に読み替えのち実施し、その変容を把握した。

結 果

表2・表3は、実践前後における態度測定の診断結果を示したものである。実践後の態度スコアによると、S市O幼稚園は男女とも「ふつうのレベル」、K市N園は男女とも「高いレベル」と診断された。保育実践中の成否では両園の男女ともが「成功」と診断された。

表2. S市O幼稚園, 愛好的態度の調査結果

| 尺度   | 項目         | 男子      |    |     | 女子      |    |     |
|------|------------|---------|----|-----|---------|----|-----|
|      |            | 実践前     | 変化 | 実践後 | 実践前     | 変化 | 実践後 |
| よろこび | 1 はりきる気持ち  | ×       | ↗  |     | ×       | ↗  | ○   |
|      | 2 運動のそう快さ  | ×       | ↗  | ○   | ×       |    | ○   |
|      | 3 授業時数     | ×       | ↗  | ○   | ×       |    |     |
|      | 4 深い感動     | ×       | ↗  |     | ×       |    |     |
|      | 5 がんばる習慣   | ×       | ↘  | ×   | ×       | ↘  | ×   |
|      | 6 仲間への思いやり | ×       |    |     | ×       | ↗  | ○   |
|      | 7 学習のよろこび  | ×       | ↘  | ×   | ×       | ↘  | ×   |
|      | 8 主体的活動    | ×       | ↗  | ○   | ×       | ↗  | ○   |
|      | 態度スコア      | E       | 5  | C   | E       | 5  | C   |
|      | 実践前の態度スコア  | 低いレベル   |    |     | 低いレベル   |    |     |
|      | 実践後の態度スコア  | ふつうのレベル |    |     | ふつうのレベル |    |     |
|      | 保育実践中の成否   | 成功      |    |     | 成功      |    |     |

表3. K市N園, 愛好的態度の調査結果

| 尺度   | 項目         | 男子    |    |     | 女子    |    |     |
|------|------------|-------|----|-----|-------|----|-----|
|      |            | 実践前   | 変化 | 実践後 | 実践前   | 変化 | 実践後 |
| よろこび | 1 はりきる気持ち  | ○     | ↗  |     | ×     |    |     |
|      | 2 運動のそう快さ  | ×     |    | ○   | ×     |    | ○   |
|      | 3 授業時数     | ×     | ↗  | ○   | ×     |    | ○   |
|      | 4 深い感動     | ×     | ↗  |     | ×     | ↗  |     |
|      | 5 がんばる習慣   | ×     |    | ×   | ×     |    |     |
|      | 6 仲間への思いやり |       |    |     | ×     | ↗  |     |
|      | 7 学習のよろこび  | ×     | ↘  | ×   | ×     | ↘  | ×   |
|      | 8 主体的活動    | ○     |    | ○   | ×     | ↗  | ○   |
|      | 態度スコア      | D     | 4  | B   | E     | 5  | B   |
|      | 実践前の態度スコア  | 低いレベル |    |     | 低いレベル |    |     |
|      | 実践後の態度スコア  | 高いレベル |    |     | 高いレベル |    |     |
|      | 保育実践中の成否   | 成功    |    |     | 成功    |    |     |

図4・図5は、実践後の愛好的態度の診断結果において、男女共通して「標準以上の伸び(表中の↗印)」を示した項目(図中[ ]で示した項目)と男女それぞれで向上した項目を示したものである。S市O幼稚園では、男女共通して1番「はりきる気持ち」、8番「主体的活動」の2項目が、K市N園では、男女共通して4番「深い感動」の1項目が取り出された。しかし、両園の男女が共通した項目は取り出されなかった。

また、男女それぞれで「標準以上の伸び(表中の↗印)」を示した項目をみると、S市O幼稚園の男子では、1番「はりきる気持ち」、2番「運動のそう快さ」、3番「授業時数」、4番「深い感動」、8番「主体的活動」の5項目が、女子では、1番「はりきる気持ち」、6番「仲間への思いやり」、8番「主体的活動」の3項目がそれぞれ取り出され、K市N園の男子では、1番「はりきる気持ち」、3番「授業時数」、4番「深い感動」の3項目が、女子では、4番「深い感動」、6番「仲間への思いやり」、8番「主体的活動」の3項目がそれぞれ取り出された。両園の男女を照らし合わせながらそれぞれみると、男子では、1番「はりきる気持ち」、3番「授業時数」、4番「深い感動」の3項目が、女子では、6番「仲間への思いやり」、8番「主体的活動」の2項目が取り出された。

図6・図7は男女共通して「標準以下の低下(表中の

▽印)」を示した項目（表中 { } で示した項目）と男女それぞれで低下した項目を示したものである。

S市O幼稚園では、男女共通して、5番「がんばる習慣」、7番「学習のよろこび」の2項目が、K市N園では、7番「学習のよろこび」の1項目が、それぞれ取り出された。両園を照らし合わせてみると、7番「学習のよろこび」の1項目が取り出された。しかし、男女別で標準以下の低下がみられる項目は、取り出されなかった。

|      | 男子  | 女子          |
|------|---|-------------|
| よろこび | <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; display: inline-block;">           1. はりきる気持ち<br/>8. 主体的活動         </div> |             |
|      | 2. 運動のそう快さ<br>3. 授業時数<br>4. 深い感動  | 6. 仲間への思いやり |

図4. S市O幼稚園の「標準以上の伸び(△)」を示した項目  
注) { } は男女共通して向上が示された項目

|      | 男子  | 女子                      |
|------|---|-------------------------|
| よろこび | <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; display: inline-block;">           4. 深い感動         </div> |                         |
|      | 1. はりきる気持ち<br>3. 授業時数   | 6. 仲間への思いやり<br>8. 主体的活動 |

図5. K市N園の「標準以上の伸び(△)」を示した項目  
注) { } は男女共通して向上が示された項目

|      | 男子   | 女子 |
|------|--|----|
| よここび | <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; display: inline-block;">           5. がんばる習慣<br/>7. 学習のよろこび         </div> |    |

図6. S市O幼稚園の「標準以下(▽)の低下」を示した項目  
注) { } は男女共通して低下が示された項目

|      | 男子   | 女子 |
|------|--|----|
| よここび | <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; display: inline-block;">           7. 学習のよろこび         </div> |    |

図7. K市N園の「標準以下(▽)の低下」を示した項目  
注) { } は男女共通して低下が示された項目

## 考 察

まず、「標準以上の伸び（表中の△印）」を示した項目からみてみると、S市O幼稚園で取り出された、1番「運動のそう快さ」が、K市N園で取り出されなかったことについて、実践前の愛好的態度の調査においてN園はO幼稚園に比べ、比較的、体を動かすことを楽しいと感じ、はりきる幼児がもともと多かったため、実践後の愛好的態度の調査で高い数値はみせているものの、伸び率の変化として表出されなかったと考えられる。

これは、8番「主体的活動」の項目についても同等のことが言える。N園の男児以外の幼児は、実践前の愛好的態度の調査において、上手いかなかったことの運動の練習はしないと回答した幼児が少なく、主体的な活動に対しての否定をしている。一方で、N園の男児は、上手いかなかったことの運動の練習はいつもすると回答した幼児がもともと多かったため、実践後の愛好的態度の調査でも高い数値をみせているものの、伸び率の変化としては表出されなかったと考えられる。

次に、「標準以下の低下（表中の▽印）」を示した項目をみてみると、S市O幼稚園・K市N園のどちらの園も共通で、7番「学習のよろこび」の1項目が取り出された。この項目の質問は、遊びながら上手になっていくのかわかるかを問うものであったため、幼児にとっては文脈が難しく、自分に置き換えて考えたり、言葉の意味を捉えたりすることができにくかったのではないかと考えられる。よって、実践前に比べ実践後の方が数値はあがっているが、伸び率としては大きな変化がみられず、標準以下の低下になったのではないかと推察することができる。

最後に、実践前と実践後の愛好的態度による態度スコアの診断を照らし合わせて考えてみる。S市O幼稚園では、男女ともDまたはEの「低いレベル」から、Cの「ふつうのレベル」へ、K市N園では、男女ともDまたはEの「低いレベル」から、AまたはBの「高いレベル」へと上昇傾向がみられた。また、S市O幼稚園・K市N園のどちらの園も共通して、保育実践中の成否からも、「成功」の結果が得られたことから、子どもが体を動かすことが楽しいと感じることのできる活動を多く取り入れる

ことが、保育内容を改善したねらいだったため、おに遊びを中心とした好きな遊びの取り組みがいかに効果的であったかを推察することができる。

さらに、保育活動のなかに、体を動かす活動を多く取り入れたという観点から推察していくと、幼児たちが体を十分に動かすことのできる環境づくりに加え、幼児が主体となって楽しく体を動かすこと自体が、体力・運動能力の基盤となる幼児期にとって重要であると示唆することができる。25メートル走の結果をみても、全体53名中43名の約80%の幼児が、同タイム、または、タイムを0.1秒～0.4秒縮める結果を出したことから、保育内容は幼児の体力向上に大きく関係していることを、愛好的態度・25メートル走の両者の結果から、研究を通して明らかになった。

すなわち、幼児が体を動かすことが楽しいと感じることのできる保育内容の充実を図れば、幼児期からの体力向上が十分に期待できることが、示唆される結果となった。

## ま と め

本研究では、通常の保育実践の中で2回の愛好的態度による調査を行うことによって、保育内容が愛好的態度にどう影響を与えていくかについて明らかにしていくことを目的とした。得られた結果の要約は次の通りである。

- 1) 実践後の愛好的態度による態度スコアは、S市O幼稚園では、男女とも「低いレベル」から「ふつうのレベル」へと、K市N園では、男女とも「低いレベル」から「高いレベル」へと診断され、両園とも上昇傾向がみられた。
- 2) 保育実践中の成否では、S市O幼稚園・K市N園の両園において、「成功」と診断された。また、各園を男女別にみても、同じように「成功」と診断された。
- 3) 「標準以上の伸び(↑)」を示した項目について着目すると、S市O幼稚園では、男女共通して、1番「はりきる気持ち」、8番「主体的活動」の2項目が表出された。K市N園では、男女共通して、4番「深い感

動」の1項目が表出された。しかし、対象の2園共通して表出される項目はなかった。

- 4) 「標準以上の伸び(↑)」を示した項目について、S市O幼稚園・K市N園の両園の男女それぞれを照らし合わせながら着目すると、男子では、1番「はりきる気持ち」、3番「授業時数」、4番「深い感動」の3項目が、女子では、6番「仲間への思いやり」、8番「主体的活動」の2項目が表出された。
- 5) 「標準以下の低下(表中の↓印)」を示した項目に着目してみると、S市O幼稚園・K市N園のどちらの園も共通で、7番「学習のよろこび」の1項目が表出された。S市O幼稚園のみ、共通の1項目に加え、5番「がんばる習慣」が表出された。

以上の結果を踏まえたうえで、今回の幼児の愛好的態度の調査により、全体を通しての強い上昇傾向がみられたことから、幼児自らが体を動かすことが楽しいと感じられるような保育、幼児が主体となって体を動かすことのできる好きな遊びの保育内容の改善は、効果的であったと推察することができる。

また、今回の保育活動の中に、体を動かす活動を多く取り入れたという観点に着目し、推察していくと、幼児らが体を十分に動かすことのできる環境づくりに加え、幼児が主体となって楽しく体を動かすこと自体が、体力・運動能力の基盤となる幼児期にとって重要であると示唆される。

すなわち、幼児が体を動かすことが楽しいと感じることのできる保育内容の充実を図れば、幼児期からの体力向上が十分に期待できることが、示唆される結果となった。

## 引用文献

- (1) 宮下和・本山貢・木場田昌宜：小学生の生活習慣が体力に及ぼす影響，和歌山大学教育学部教育実践センター紀要20，pp.125-131，2010.
- (2) 文部科学省：小学校学習指導要領解説体育編，東山書房，1998.

- (3) 中央教育審議会：子どもの体力向上のための総合的な方策について，文部科学省，2002.
- (4) 文部科学省：スポーツ基本計画，2006.
- (5) 村瀬浩二・落合優：子どもの遊びを取り巻く環境とその促進要因—世代間を比較して—，体育学研究52，pp. 187-200，2007.
- (6) 山下晋・平野朋枝・浅川正堂：幼児の運動能力の伸びに関わる生活及び環境要因，岡崎女子短期大学，pp. 25-32，2014.
- (7) 上野卓也・小宮秀明：体力が劣る児童生徒の体力向上のための生活習慣の要因分析に関する4年間の縦断的研究，体育学研究60，pp. 401-414，2015.
- (8) 鈴木宏哉・西嶋尚彦・鈴木和弘：小学生における体力の向上に関する基本的生活習慣の改善—3年間の追跡調査による検証—，発育発達研究46，pp. 27-36，2010.
- (9) 文部科学省：子どもの体力向上のための取組ハンドブック，2012.
- (10) 安部恵子：幼児期における運動能力に関する一考察，幼児保育学研究，第2巻 第1号，pp. 83-92，2009.
- (11) 小林稔・小橋川久光・高倉実・宮城政也・大橋浩二：幼児のライフスタイルが体力・運動能力に及ぼす影響：沖縄県の年中・年長児を対象とした縦断的研究（第1報），琉球大学教育学部紀要（65），pp. 237-247，2004.
- (12) 伊藤秀志：遊びの相手や内容が幼児の体力・運動能力に及ぼす影響について—子どもの体力・運動能力の変化，発育・発達の特性等からの考察—，日本体力医学会，pp. 51-62，2012.

