

平成28年度
卒業論文集

2016年度 スポーツ健康学部
卒業論文

発達障害の文献研究と瀬戸市発達支援室の
活動について

所属学科 スポーツ健康学科

学籍番号・氏名 17S0016 井戸上 暉

指導教員 中野貴博 先生

提出日 2016年1月25日

■ 研究要旨

幼稚園や保育所では、子どもが賑やかに走りまわり、遊びに熱中している光景を目にする。そんな中保育現場では、保育者から「椅子に座っていることが出来ない子ども」や「周りの子どもとよくトラブルを起こす子ども」、「人の話が聞けない子ども」などへの対応に苦慮している話を聞く。近年このような子どもは、〈気になる子〉として保育者から語られる事が多くなっている。近年は障害のある子どもよりもむしろ障害とは判定されていない子どもが増えてきている。そして、気になる子や発達障害の子どもに対応する施設も増加しつつある。

このような実態を受け、本研究では本学の位置する瀬戸市における特別支援教育の現状を発達支援室の機能に注目しながら示していくことを目的とした。瀬戸市内在住の0～18歳未満の子ども「苦手なこと」「得意なこと」を理解し、よりよい関わり方や支援方法を家族と一緒に考えるための心理職による発達検査と相談を行っている施設が瀬戸市にあることを知り調査を行った。機能として、ひよこ教室・相談・巡回療育を行い、地域住民や教育現場での手助けをする場である。しかし、発達障害を認めない親や教育現場もあるためいけない施設も多々あることが課題として見られた。今後、地域住民が発達支援室の機能を理解し、かつ支援室が機能を充実していくことで、市の特別支援教育の充実が期待される。

目 次

第1章 序論

- 1-1 気になる子の背景
- 1-2 特別支援教育システムの現状
- 1-3 目的
- 1-4 仮説

第2章 方法

- 2-1 発達障害に関する理解
- 2-2 対象
- 2-3 調査内容
- 2-4 分析方法

第3章 結果

- 3-1 発達障害について
- 3-2 瀬戸市発達支援室の概要と機能
- 3-3 発達支援室のひよこ教室の機能について

第4章 考察

- 4-1 ひよこ教室の観察
- 4-2 巡回療育の観察

第5章 まとめ

参考文献

謝辞

第1章 序論

1-1. 気になる子の背景

幼稚園や保育所では、子どもが賑やかに走りまわり、遊びに熱中している光景を目にする。日々の保育は集団で行われる場合が多く、保育形態としては同年齢で構成される場合（横割り）や異年齢で構成される場合（縦割り）がある。どのような保育形態の場合であっても、幼稚園教諭や保育士（以下まとめて保育者と表記）たちが、日々の活動を考え、子どもの育ちに思いを馳せながら保育を組み立てている。そのような保育現場では、保育者から「椅子に座っていることが出来ない子ども」や「周りの子どもとよくトラブルを起こす子ども」、「人の話が聞けない子ども」などへの対応に苦慮している話を聞く。近年このような子どもは、〈気になる子〉として保育者から語られる事が多くなっている。

〈気になる子〉という言葉が保育現場から上がり、注目され始めた歴史的背景は、2点あると考えられる。1つは、1970年代に幼稚園や保育所で障害児保育が制度化して実施されたという点、もう1つは、2000年代に入り軽度発達障害という言葉が登場し、実践現場にも浸透してきたという点である。

まず、障害児保育の制度化についてであるが、障害児保育が制度化される以前は、一定の条件（特定の障害、障害児保育を行っている場所が近くにあるなど）を満たす子どもしか障害児保育を受けることが出来なかった。しかし、1974年に「心身障害児幼稚園助成事業補助金交付要綱」と「私立幼稚園特殊教育費国庫補助金制度」が当時の文部省から「障害児保育事業実施要綱」が当時の厚生省からそれぞれ出され、障害児保育が制度化された。このことにより、障害児が入園する際には、手厚い保育（加配保育士の配属、環境整備など）を提供する体制が整えられるようになり、さらに社会的な要請もあって、徐々に障害児保育に取り組む幼稚園や保育所が増えていった。それに伴い、巡回相談と呼ばれる支援も行われるようになった。これは、質の高い保育実践を行うために専門機関などから専門家が保育現場に赴き助言を行うという、保育者への支援である（浜谷ら、2005）。

次に、軽度発達障害という言葉の登場と浸透について示す。軽度発達障害とは知的な障害がない（または軽度の）場合の子どもを指している。近年は障害のある子どもよりもむしろ障害とは判定されていない子どもが増えてきている。落ち着きがなく、他の子どもとのトラブルが多い子どもをどのように理解したらよいかなど保育者たちの悩みも多く見るようになった。いわゆる「気になる子」のことである。そして、最近では保育現場等でこのような子どもたちを「気になる子」という表現で呼ぶようになったのが、この種の子どもたちが注目されるようになった背景の一つである。

1-2. 特別支援教育システムの現状

前節で示した軽度の発達障害を含む支援が必要な子ども達の教育の現状を本節に示す。一般的には、特別支援教育という位置づけで行政施策は構築されている。障害のある児童

生徒の学校教育の場は、原則として、障害の程度が重い順に特別支援学校、特別支援学級、通常の学級（通級による指導を受ける場合も含む）となっている。1990年代後半から、「特殊学級」の学級数は増加し続けると同時に、障害の種類や程度も多様化していった（加藤・小川、2011）。文部科学省によると、特別支援教育は「障害のある幼児児童生徒の自立や社会参加に向けた主体的な取り組みを支援するという視点に立ち、幼児児童生徒一人ひとりの教育的ニーズを把握し、その持てる力を高め、生活や学習上の困難を改善または克服するため、適切な指導及び必要な支援を行うものである。特別支援学校のみならず、幼稚園、小学校、中学校、高等学校、中等教育学校の通常の学級に在籍する発達障害のある子どもを含めて、障害により特別な支援を必要とする子どもたちが在籍する全ての学校において実施されるもの」である（文部科学省ホームページ）。

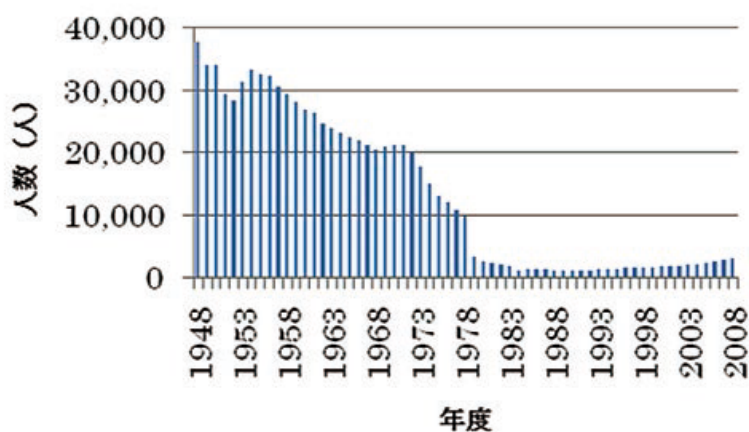


図1-2-1. 就学猶予および免除者数の推移（文部科学省特別支援教育資料(平成20年度)より）

さらに、1979年4月1日に養護学校の設置が義務化された。これまで、重度・重複障害者は、就学猶予や就学免除扱いで、自宅や障害者入所施設に待機させられていたが、図1-2-1あるように、養護学校設置義務以降は、就学猶予や免除とされていた障害者は激減した。

また、このような現状を反映して、瀬戸市では26校もの小中学校に特殊学級がある。表1-2-2は瀬戸市の特別支援学級の一覧と、その在籍数を示したものである。瀬戸市はほとんどの学校が施設内に特別支援学級や通級での指導が行われていることがわかる。

表. 1-2-2.瀬戸市特別支援学級の生徒数

瀬戸市特別支援学級在籍児童生徒数														平成28年4月1日現在					
学校名	学級名	種別	担任氏名	1年	1年	2年	2年	3年	3年	4年	4年	5年	5年	6年	6年	男子	女子	計	合計
				男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	計	
陶原小	緑1組	自閉症・情緒障害						1		1						2	0	2	3
	緑2組	知的障害		1												1	0	1	
深川小	おおぞら1組	自閉症・情緒障害			1											1	0	1	1
	2組	知的障害				1						1				0	2	2	
祖母懐小	3組	自閉症・情緒障害					1		1							2	0	2	5
	すみれ組	病弱・身体虚弱								1						0	1	1	
道泉小	ひまわり1組	自閉症・情緒障害			1											1	0	1	1
	5組	自閉症・情緒障害		1						2						3	0	3	
效範小	7組	肢体不自由				1										0	1	1	4
	つくし学級(陶生病院内)	病弱・身体虚弱														0	0	0	
古瀬戸小	さくら組	知的障害				1				1						1	1	2	2
	さくら1組	知的障害									1					0	1	1	
水野小	さくら2組	自閉症・情緒障害												1		0	1	1	3
	さくら3組	肢体不自由		1												0	1	1	
水南小	わかば1組	自閉症・情緒障害		1	1					1						3	0	3	6
	わかば2組	知的障害			2	1										2	1	3	
幡山東小	もみじ1組	自閉症・情緒障害											1			1	0	1	5
	もみじ2組	知的障害			1					1			1			2	1	3	
幡山西小	もみじ3組	肢体不自由		1												1	0	1	13
	5組	知的障害								2		2			1	4	1	5	
幡山西小	6組	知的障害			1		2	2								3	2	5	13
	7組	自閉症・情緒障害					1	1	1							2	1	3	
下品野小	あおぞらA組	知的障害			1		1									2	0	2	3
	あおぞらB組	自閉症・情緒障害											1			1	0	1	
品野台小	あおば組	自閉症・情緒障害							1							1	0	1	1
掛川小	2組	知的障害						1								0	1	1	1
長根小	ふれあい学級1組	自閉症・情緒障害										1	1			1	1	2	3
	ふれあい学級2組	知的障害			1											1	0	1	
原山小	太陽1組	自閉症・情緒障害					1					1				2	0	2	4
	太陽2組	知的障害							1			1				1	1	2	
東山小	6組	知的障害				1				1			1			1	2	3	8
	7組	自閉症・情緒障害		1		1							2			3	2	5	
萩山小	ひまわり1組	知的障害					1		1							2	0	2	4
	ひまわり2組	自閉症・情緒障害											2			2	0	2	
八幡小	たんぼほ1組	自閉症・情緒障害								1		1	1			2	1	3	6
	たんぼほ2組	知的障害					2					1				3	0	3	
西陵小	5組	知的障害					2			1	1					3	1	4	10
	6組	自閉症・情緒障害		2		1		1	1							5	0	5	
西陵小	7組	病弱・身体虚弱										1				1	0	1	10
	小学校児童数合計			6	2	10	6	12	4	15	4	7	5	8	2	58	23	80	
水無瀬中	G1組	知的障害		1	1		2	2								3	3	6	23
	G2組	知的障害		1	2		2	2								3	4	7	
	G3組	自閉症・情緒障害		1		3			1							4	1	5	
	G4組	自閉症・情緒障害		1		2		1								4	0	4	
	G5組	肢体不自由		1												1	0	1	
祖東中	A1組	自閉症・情緒障害				1	1									1	1	2	3
	A2組	知的障害						1								1	0	1	
南山中	A1組	知的障害		3												3	0	3	14
	A2組	知的障害				1	1	1	3							2	4	6	
南山中	A2組	自閉症・情緒障害				2			3							2	3	5	11
	F組	知的障害		1												1	0	1	
幡山中	1組	知的障害		3	2			1								4	2	6	11
	2組	自閉症・情緒障害		2	1	1		1								4	1	5	
品野中	A1組	知的障害			1			1	1							1	2	3	5
	A2組	自閉症・情緒障害				1										1	0	1	
水野中	A3組	言語障害				1										0	1	1	5
	A1組	知的障害			2				1							0	3	3	
水野中	A2組	自閉症・情緒障害				1			1							1	1	2	5
	中学校生徒数合計			14	9	12	7	10	10							36	26	62	
小・中学校児童・生徒数合計																94	49	142	

表. 1-2-3. 通級による指導を行っている学校

通 級 に よ る 指 導				
陶 原 小	通級指導教室	自閉症		設置校
東 山 小	通級指導教室／コスモス学級	自閉症		巡回校
西 陵 小	通級指導教室／コスモス学級	ADHD		設置校
幡 山 西 小	通級指導教室／大空組	ADHD		巡回校
水 南 小	通級指導教室	L D		設置校
長 根 小	通級指導教室／ひかり学級	L D		巡回校
效 範 小	通級指導教室	L D		設置校
幡 山 東 小	通級指導教室	L D		巡回校
菫 山 小	通級指導教室	言語障害		設置校
光 陵 中	通級指導教室	情緒障害		設置校

表1-2-3は、通常の学級に在籍する比較的軽度の障害がある児童生徒に対して、障害の状況に応じて特別な指導を行うための教室の一覧である。瀬戸市では、半分もの小学校が通常学級におり障害といっても在籍する生徒も多いことがわかる表である。

1-3.目的

このような実態を受け、本研究では本学の位置する瀬戸市における特別支援教育の現状を発達支援室の機能に注目しながら示していく。これを通して、広く社会に特別支援教育を理解してもらうことおよび、今後への課題を検討することを目的とする。

1-4.仮説

- ・文献研究をすることにより、「気になる子」の特徴やケースを理解することができる。
- ・瀬戸市の発達支援室の機能を広く社会に発信し、理解していただくとともに、支援室を含む特別支援教育の今後の課題が示される。

第2章 方法

2-1.発達障害に関する理解

発達障害について理解不足のため、詳しい内容について文献検索を行った。「発達障害」「気になる子」「特別支援学級」などのキーワードで検索し情報収集を行った。その中の、文部科学省のホームページから、発達障害に関する名称や症状を発見し理解した。

2-2.対象

愛知県瀬戸市にある発達支援室を対象に、その機能と活動を調査した。支援室の概要の理解、支援室内での体験型親子教室（ひよこ教室）の観察（2名）、N保育園での巡回支援（2名）を主な調査対象とした。

2-3.調査内容

研究をするにあたって以下の調査を行った。

瀬戸市発達支援室を訪問し、室長および職員へ聞き取り調査およびの施設観察を通して、その機能と概要を調査した。2名の支援児に対する体験型親子教室（ひよこ教室）を観察した。ひよこ教室は朝9時30分～、10時45分～45分間ずつの行動を観察した。二人の行動にはどのような違いや共通点があるかを中心に観察した。加えて、巡回療育へはN保育園へ同行し、普段の生活を通した子どもたちの行動観察および、保育士との支援に関するミーティングに参加した。

第3章 結果

3-1.発達障害について

発達障害とは、発達障害者支援法には「自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害その他これに類する脳機能の障害であってその症状が通常低年齢において発現するものとして政令で定めるもの」と定義されている。

自閉症の定義<AutisticDisorder>

(平成15年3月の「今後の特別支援教育の在り方について(最終報告)」参考資料より作成)

自閉症とは、3歳位までに現れ、①他人との社会的関係の形成の困難さ、②言葉の発達の遅れ、③興味や関心が狭く特定のものにこだわることを特徴とする行動の障害であり、中枢神経系に何らかの要因による機能不全があると推定される。

高機能自閉症の定義<High-FunctioningAutism>

(平成15年3月の「今後の特別支援教育の在り方について(最終報告)」参考資料より抜粋)

高機能自閉症とは、3歳位までに現れ、①他人との社会的関係の形成の困難さ、②言葉の発達の遅れ、③興味や関心が狭く特定のものにこだわることを特徴とする行動の障害である自閉症のうち、知的発達の遅れを伴わないものをいう。
また、中枢神経系に何らかの要因による機能不全があると推定される。

学習障害(LD)の定義<LearningDisabilities>

(平成11年7月の「学習障害児に対する指導について(報告)」より抜粋)

学習障害とは、基本的には全般的な知的発達に遅れはないが、聞く、話す、読む、書く、計算する又は推論する能力のうち特定のものの習得と使用に著しい困難を示す様々な状態を指すものである。その原因として、中枢神経系に何らかの機能障害があると推定されるが、視覚障害、聴覚障害、知的障害、情緒障害などの障害や、環境的な要因が直接の原因となるものではない。

注意欠陥/多動性障害(ADHD)の定義<Attention-Deficit/HyperactivityDisorder>

(平成15年3月の「今後の特別支援教育の在り方について(最終報告)」参考資料より抜粋)

ADHDとは、年齢あるいは発達に不釣り合いな注意力、及び/又は衝動性、多動性を特徴とする行動の障害で、社会的な活動や学業の機能に支障をきたすものである。また、7歳以前に現れ、その状態が継続し、中枢神経系に何らかの要因による機能不全があると推定される。

※アスペルガー症候群とは、知的発達の遅れを伴わず、かつ、自閉症の特徴のうち言葉の発達の遅れを伴わないものである。なお、高機能自閉症やアスペルガー症候群は、広汎性発達障害に分類されるものである。(文部科学省ホームページ)

3-2.瀬戸市発達支援室の概要と機能

本節では、愛知県瀬戸市発達支援室を対象に、その概要と機能について紹介する。瀬戸市発達支援室は自然が豊かな場所に位置し、瀬戸市内在住の0～18歳未満の子どもの「苦手なこと」「得意なこと」を理解し、よりよい関わり方や支援方法を家族と一緒に考えるための心理職による発達検査と相談を行っている施設である。同支援室は、瀬戸市役所・健康福祉部・こども家庭課・発達支援室に属し、常時勤務者4名、週2勤務者4名（心理職・言語聴覚士・支援員）の計8名の職員が従事している。事業内容として、相談・発達検査・巡回療育相談・親子支援教室（ひよこ）を実施。相談は1人1時間、電話は30分間、毎週月～金の8：30～17：15まで実施。関係機関との連携を強化しつつ保護者と当事者に寄り添い、相談を受け判断してから発達検査を行う。発達検査は事前予約が必要となっており、毎週火・水の①9：30～12：00と②13：30～16：00の2回実施。ひよこ教室とは、様々な悩みをもつ子どもと個別で好きな遊びをすることでやりとりや接し方を学ぶ体験型親子教室である。できるだけ幼い時期から何が得意で何が得意でないかを判断し、得意なことをすることで自分ができることを増やしていき、また親が発達障害を理解し、前向きに子どもと接していけるようにすることに重点を置いている。今回は、体験型親子教室から2名の子どもを観察した。観察結果の詳細は次節に示す。この教室は、毎週水・木の①9：30～10：30②10：45～11：45③12：00～13：00の3回実施。1家族週1回の最大8回行うことができる。加えて、施設内だけでなく外部への巡回療育も行っている。巡回療育はこどもの支援の仕方について、保護者・保育園・幼稚園・学校の関係者や一般の方に対し、園や学校など、実際に生活している場所に出向き、支援の方法について一緒に考えていくことである。今回、N保育園の巡回へ同行した。N保育園には0歳～就学前までの子供たちが在籍している。今回の巡回ではN保育園への巡回の1日の流れと2名の子どもを対象とした行動観察を行った。こちらに関しては次々節で詳細を示す。

3-3.発達支援室のひよこ教室の機能について

相談支援事業所は、障害児が障害児通所支援（児童発達支援・放課後等デイサービスなど）を利用する前に障害児支援利用計画を作成し（障害児支援利用援助）、通所支援開始後、一定期間ごとにモニタリングを行う（継続障害児支援利用援助）等の支援を行っている。



図3-3-1.ひよこ教室：体験型親子教室

図3-3-1は、ひよこ教室と呼ばれる体験型親子教室である。この教室では8回までの遊びを通してコミュニケーションスキルや人間関係の育成、観察力や想像力など得意不得意を学ばせる空間である。子どもは言語聴覚士との一対一のやりとり、保護者は支援員と一緒に子どもを見守りつつ相談を行う場所である。



図3-3-2.タイムタイマー

図3-3-2はひよこ教室に置かれているタイマーである。教室での支援時間は決まっており、1人1時間（学び45分-50分）の設定のため時間が分かりやすいタイマーが置いてある。保護者と子どもが離れる時間が長すぎることも問題であるし、短すぎても相談や観察の時間の不足、教育効果の低下などが考えられるため、適切な時間管理をしているものと思われる。



図3-3-3.発達障害についての資料や本

図3-3-3は、発達支援室に設置されている本棚である。施設内には発達障害についての資料や本などが多く置かれており、誰でも貸出可能になっている。支援室の職員はもちろん、保護者が子どもを正しく理解するための重要な情報源になっているものと思われる。

3-4.巡回指導について（N保育園巡回を事例として）

10月25日にN保育園の巡回に同行した。朝9：30に集合し、一日の流れとその日の当事者を発表し、症状や行動、家庭環境、好きなものや嫌いなものなどの情報を園の保育士と支

援員で共通理解した後に観察を行った。観察後は全体でのミーティングを行い、保育士の悩みやどう対応すれば良いのかなどの意見交換をし、解決方法を支援員が提案した。今回対象となる男児2名の説明と日々の生活の中の行動について個人の気になることを情報共有していた。より詳細な情報は用紙に記載し、関係者のみに配布された。

男児2名はライオンとくまのクラスに在籍しており、以降、AくんとBくんに分けて記述する。まずAくんだが、普段の行動としては1つ1つの行動に関して、理解すれば行うといった真似っこ上手であった。食事は目を離すと手掴みになってしまい、言葉も早口で言葉の遅れがあるように見られた。運動は苦手で、走る際、手と足の動きがバラバラで手に力が入っていたのが特徴的であった。室内遊びでは、グループの輪に入り粘土を真剣に行い先生と協力し合って作成していた。

Bくんは1歳の頃から保育園に通っている。アレルギー体質のため看護婦が付き添っていた。普段の行動としては、排せつが上手くいかないことが多々あることだそう。出ている、出るに関わらず報告がないため常に注意しなくてはならない。会話は相手に気が向けばできるが、キャッチボールができていない。運動能力は良好であり、特技はダンスだそう。英語も得意でアルファベットの歌をよく歌う。1人でどこかに行ってしまうため、目が離せない。室内遊びとしては、プラレールを真剣に行っているが、壁際に1人で遊んでいた。飽きたらパズルをしていたが、2人ではできないようだった。色を合わせるが形を合わせるのが難しいようであった。こちらの男児も言葉の発達があるようにみられた。

巡回観察後、支援員と保育士との話し合いが行われ、困っていることや、どう対応すればいいかなどの意見交換を行った。Aくんに対して、「物の善悪を理解していないため、友達が悪いことをしていたら真似をしてしまう。どう悪いと理解させればいいのか。」については「刺激に感化されやすいため、支持は少なめで理解させることや相手が好きなことできることを保育士の人も理解すべき」と回答していた。確かにAくんは参加できる力があり、着席率も高いためいいモデルがいれば真似をしてすんなりできるようになると感じた。Bくんに対しては、対人関係があまりよくなく不安であるという。主張が激しいため、いやいや状態が多い。しかし、対人関係は少しずつ直せばいいという。すると自然にいやいや状態が軽減されるのではないかと支援員はアドバイスをしていた。人の配慮には限りがあるため、その環境はどう変えていくべきか、できることを見つけることが必要となると思われる。

以上のことから、保育園や幼稚園では発達障害に対して意欲的に理解をしようとしているが、専門施設や専門家がないために日々の悩みが多いようだ。

昭和23年改正	
昭和32年移転	
昭和49・52年長児保育開始	
昭和55年改築	
平成7年1歳児保育開始	
平成15年障害児保育開始	
平成16年異年齢保育開始	

3-4-1N 保育園の歴史

第4章 考察

4-1.ひよこ教室の観察

今回2名の子どもの対象に観察を行った。9:30～と10:45～の一時間ずつで言語聴覚士の先生がつきっきりで過ごしていた。毎回その時間の間に目標を設定し、達成していく。

1人目は、入園前の男児であり、ひよこ相談が5回目で慣れた様子であった。表情があまりなく、ふとした拍子に笑顔が見られ、言葉を発しないのが特徴的。本時の目標は「ゲームのやり取りで経験しよう！」であった。目に付いたものは次々に興味を示すがすぐ飽きてしまうことが多いため、気に入ったものはほとんど好むのが特徴である。今回は、遊んで学ぶことでその物の使い方、遊び方、仕組みなどを理解してもらうため自分のやりたいことを一通りさせていた。様々なおもちゃがある中、自分のルーティンがあり、言語聴覚士の先生がお手伝いをするとうルーティンが崩れるためやり直す行動が見られた。5回目を経て、1回目の頃より表情が柔らかくなったそうだ。心理士が子どもの行動を観察し、次はどのような遊びにすべきか、発達段階はどうかを見ている。成長していくとともに遊びも変え、支援していく。男児の大きな課題としての「遊びの終わり、切り上げること」は5回目を見て改善されているように感じた。

2人目は、入園前の女児であり、ひよこ教室は7回目であった。女児自体はあまり問題がないが、母親が発達に遅れがあるのではないかと心配であるために通っている。つねに笑顔が特徴的で人見知りがなかったが、この女児も言葉をあまり発していなかった。本時の目標は「楽しく通い、母の入園までの心配を軽減！」であった。一つのものに集中して遊ぶが、親のことが気になるのか何度も振り返っていたのが印象的であった。そして、左利きのはずが、右手を使い作業していたため自分の利き手がまだわかっていないように思えた。遊びに対する理解も早く、言葉の遅れだけのように感じた。目標にもあるように、支援児だけでなく、親の相談としても利用できる支援室である。

支援室に通う子どもは、はじめは硬い表情の中コミュニケーションをとり、少しずつだが表情や感情が変化してくる。少しの段差やちょっとした坂道にも怖くて動きが鈍くなるが、8回を通して挨拶ができるようになったりと子どもの変化がみられるそうだ。ひよこ教室は、支援児に対し積極的に関わり、否定的な言葉を言わず一緒に楽しむことで子どもの心の手助けをしていると感じた。さらに親に対しても今後の接し方や、家での過ごし方など様々な相談をすることで心のケアをしていると感じた。ひよこ教室は、発達が緩やかな子どもにも保護者にも、大変、有用なものであると感じ、広くこの機能は市民に伝えていくべきと思う。

4-2.巡回療育の観察

巡回療育はN保育園に同行した。機能としてN保育園は障害児保育も行っていることがわかった。同行していく中で気づいた点は、園児に対して、他の幼稚園と変わらない接し

方をしているように思えたが、グレーゾーンの子どもに対して繰り返し同じ言葉を発し理解させるなどの様子が多く観察された。Bくんに対しては看護婦をつきつきりにつけ、間違っアレルギーのものが口の中に入っていないかや健康状態を観察していた。そして保育園の教室のドアに注目したところ、子どもが脱走しないように大人の手が届く胸当たりらへんに鍵があったのが特徴的であった。もう一点特徴的であったのは、給食の配膳である。廊下ではなく教室の奥のほうがすべての教室と一列につながっていた。これにより、廊下につながるドアを開けずに室内で子どもを見ることができ、仮に、保育士が目を離してしまふ瞬間があっても、園児に危険がおよぶことが少ないように思えた。発達支援室と情報共有することで、子どもに対する支援方法や保育士の悩みも相談にのっていたのが特徴的であった。

第5章 まとめ

本研究は、本学の位置する瀬戸市における特別支援教育の現状を発達支援室の機能に注目しながら示していくことを目的とした。発達支援室での聞き取り調査、ひよこ教室の観察、巡回業務への同行を通して、1) 子どもの「苦手なこと」「得意なこと」を理解し、よりよい関わり方や支援方法を家族と一緒に考えるための心理職による発達検査の意義と支援室による実施実態、2) 発達障害を認めない親や教育現場の存在とそれに対する支援室の課題、3) 支援室の巡回療育の有効性と課題 を理解し、本論中で示すことができた。

今後の課題として、地域住民が発達支援室の機能を理解、活用し、かつ支援室が機能を充実していくことで、市の特別支援教育の充実が必要であることが求められる。

引用・参考文献

- 1) 文部科学省ホームページ 発達障害の種類
http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/tokubetu/hattatu.htm
- 2) 保育者は<気になる子>をどのように語るのか美馬、正和（2012）
<http://eprints.lib.hokudai.ac.jp/dspace/bitstream/2115/49541/1/Mima.pdf>
- 3) 日本における特別支援教育タプリアール・ストゥティ
- 4) 現代日本の中学校における特別支援教育の現状と課題加藤、小川（2011）
<http://www.it-hiroshima.ac.jp>

謝辞

本論文を終えるにあたって、ご指導いただいた名古屋学院大学の中野貴博先生、ご協力いただいた瀬戸市発達支援室の皆様と保護者様、N 保育園の皆様に心から感謝を申し上げます。

2016年度 スポーツ健康学部
卒業論文

低学年児童における多様な運動プログラムが
運動意欲および体力に及ぼす影響

所属学科 スポーツ健康学科

学籍番号・氏名 17s0023 大城正暉
17s0025 大槻一輝
17s0028 大宮僚将

指導教員 中野 貴博

提出日 2017年 1月 25日

■ 研究要旨

科学技術の進歩により、子ども達の生活様式が変化し、子ども達を取り巻く生活環境も変化した。これに伴い顕在化した「子どもの体力低下」と「子ども達の運動意欲の低下」の二つに焦点を当てる。本研究では子ども達が楽しんで運動を行えるプログラムを発案し、運動実践中の活動範囲の広さや移動距離などの行動観察データにより、運動への意欲改善と体力向上との関係を検討することを目的とした。実践中は、GPS 測定器を装着してもらい、対象者の運動時の移動範囲とその軌跡を検討した。子ども達の運動時の活動範囲の広さや移動距離の多さは活発な運動実態を示すだけでなく、運動意欲の現れであると考えることができる。実践中の最大速度や移動範囲に改善が見られた児童が存在した。

本研究を行うことで、あまり運動の得意でない子ども達でも、多様な運動体験をさせることにより、いろんなバリエーションの動きを経験することができる。多くの運動や遊びを経験し覚えていくことが子ども達の運動意欲を高めることにつながることを示唆された。

目 次

第1章 序論

第2章 方法

2-1 対象者

2-2 測定項目

2-2-1 体力測定（投動作・跳動作）

2-2-2 運動実践中の活動状況の測定

2-3-2 保護者へのアンケート調査

2-3 運動プログラム

2-4 分析方法

第3章 結果

3-1 多様な運動プログラム実践による体力測定値の変化

3-2 運動実践中の活動状況の変化

3-3 タグ取り鬼ごっこ時の活動範囲の軌跡の変化

3-4 プログラム実践に関する保護者へのアンケート結果

第4章 考察

4-1 多様な運動実践プログラムでの体力測定値の変化

4-2 運動実践中の活動状況の変化

4-3 タグ取り鬼ごっこについての考察

4-4 プログラム実践に関する保護者へのアンケート結果

第5章 まとめ

参考文献

謝辞

第1章 序論

子どもの体力低下は現代社会において、軽視することのできない問題である。科学技術の進展などによる社会の利便化に伴って生活様式は大きく変化した。生活様式の変化は、子ども達の生活にも大きな影響を与えた。具体的には、交通手段の発達により歩く機会が減少し子どもたちの身体活動が減少していること、情報機器との接触に多くの時間を費やすようになったことで外遊びの機会が減少し、室内遊び中心の活動範囲の狭小化が進んだことなどがあげられる。また、子どもたちが行うスポーツや外遊びに不可欠な遊ぶ時間、遊ぶ空間、遊ぶ仲間のいわゆる三間が減少したことに加え、家内でのテレビゲームなどでの一人遊びや、塾、習い事に占める時間増加も見られている（文部科学省：中央教育審議会答申資料5-2-3「子どもの体力の低下の原因」）。このような体を動かす機会の減少は、その後の子ども達の運動やスポーツに親しむ資質や能力の育成を阻害し、運動意欲ややる気の減少、対人関係などのコミュニケーション能力を高めていくことができないなど、子どもの心の発達にも多大な影響を及ぼすことが指摘されている。

子どもの体力低下が問題になると共に、子ども達の運動への意欲の低下が近年、教育現場での問題になっている。学校体育において、子どもたちの運動意欲の基準が、運動が「好き」か「嫌い」かという尺度しか持たないことが問題であると思われる。意欲の低下には様々な要因が考えられ、松平・高井（2010）は、児童の運動意欲に関連する要因として、1）食事・睡眠をはじめとする健全な生活習慣、2）座位中心の生活が少ない、3）運動への心理社会的要因として個人内（性格、運動能力等5因子）、体育授業、および家庭環境への肯定的かつ積極的評価、の3つをあげている。さらに、同論文では、日常生活における身体活動量の高さの主たる3側面が「活力サイクル」の如く好循環し、結果的に学校体育への運動意欲を促進させることが示唆されている。

このような状況を改善するためには、日常的に運動不足が見られる児童に焦点を強く当てていく必要がある。運動が得意でない子ども達に外遊びの楽しさ、運動の楽しさを伝えることが最優先事項であり、次いで、幼少期に経験、獲得することが望まれる基本的な運動動作を含んだ多様な運動体験を提供することが必要であろう。鬼ごっこや的あてといった多くの子ども達にとって馴染み深い運動遊びを、意図を持って提供し、単一の運動や競技性を過剰に高めることのないアプローチが有効であると思われる。運動が苦手な子ども達に対し、運動を行うことの楽しさや体を動かすことの有用性を伝えるためには、前述のような誰もが一度は行ったことのある遊びや運動を通して、多くの運動動作を体験させるメニューの構築が求められる。

さらに、運動メニューの構築、実践に伴い子ども達の意欲の変化を客観的に示していくことが必要であると考えられる。意欲の変化を客観的に示すことは、運動実践の広い普及には欠かすことができない。ここで、運動プログラムを実施中の、子どもたちの活動範囲の広さや移動距離、活動形態の変化は運動意欲の現れであると考えられる。実践的な取組の構築に加えて、このような子どもたちの運動意欲の高まりと体力や運動能力の向上

が明らかになれば、教育課題にもなっている子どもたちの運動への意欲や主体性といったものを運動面からアプローチし、改善していける可能性を示すことができると考える。

以上のことを踏まえ、本研究では、運動のあまり得意ではない子ども達を対象にした「多様な運動実践プログラム」を構築し、実際に子どもたちに多くの運動を体験してもらうことを第一の目的とした。さらに、実践中の活動範囲の広さや移動距離などの行動観察データを用いて、運動や遊びへの意欲的な取り組みの変化、および、体力向上との関係を検討していくことを目的とした。

第2章 方法

本研究では、以下の調査、実践を通して、研究目的の達成を図った。

- 1) 運動があまり得意ではない小学校 1, 2 年生を対象に 2 日間の「多様な運動体験プログラム」を実践
- 2) 運動実践プログラム中に全ての子ども達を対象に GPS 機能付き腕時計を装着し、運動中の移動軌跡、移動距離、平均速度、最高速度を測定し、運動プログラムの前後で体力測定を行った。
- 3) 運動プログラム最終日に保護者に対してアンケートを行い、2 日間の運動プログラムを通して「子ども」の変化や保護者自身の意識の変化を調査

2-1 対象者

瀬戸市内の公立小学校に通うすべての 1, 2 年生を対象に応募用紙を配布した。応募用紙には、名前、連絡先等の基礎情報に加え、身長・体重、本年度の体力テストにおける 50m 走、ソフトボール投げ、立ち幅跳びの記録、応募者の体力及び運動実施状況に関する 2 つの設問への回答を記載していただいた。91 名の応募者から、体力テストの成績、体力および運動実施状況の回答をもとに、運動があまり得意でないと言われた 32 名（1 年生：男子 8 名、女子 8 名、2 年生：男子 8 名、女子 8 名）を最終的な参加者として選出した。但し、選出にあたっては、過去に同プログラムに参加していない児童を優先することとした。最終的に選出された対象者には詳細な開催案内を送付し、実践内容、調査・測定に関する同意書を実践初日に提出させた。加えて、主催者側で一括して安全保険に加入し、実践に参加させた。

2-2. 測定項目

2-2-1. 体力測定（投動作・跳動作）

運動実践前と実践後に以下の 2 項目の体力測定を行い、測定値の変化を検討した。同時に両動作の様子をビデオカメラにて撮影した。

- ・立ち幅跳び...専用のマットの足型に合わせて準備し、両足踏切でどれだけ遠くに飛ぶことができるのかを計測した。踏切地点とり最短の身体部位の設置点を計測した。計測は 1cm 単位で 2 回実施し、最良値を採用した。
- ・ソフトボール投げ...ソフトボールの 1 号球を用いた。直径 2m の円を描き、円内よりどれだけ遠くにボールを投げられるか測定した。計測は 0.5m 単位で 2 度行い、最良値を採用した。

2-2-2. 運動実践中の活動状況の測定

小学校 1, 2 年生の運動実践対象者 32 名に運動実践を行い、運動中の移動軌跡、移動距離、平均速度、最高速度などを GPS 機能付き腕時計（EPSON Wristable GPS SF-510）を用い

て測定した。同機は、本体内に GPS チップが内蔵されており、移動距離などのデータを高精度に記録することが可能である。測定後は専用の Web アプリケーションのログファイルを用いることで詳細なデータの読み込み、分析、管理が可能である。また、GPS のログファイルを用いて地図上への軌跡の表示も行った。

子ども達への機器の装着にあたっては、プログラム参加受付時に、しっかりと装着し、子ども達には実践中に時計に触れないように指示した。計測開始のタイミングは装着後すぐにスイッチを押した。運動実践中は時計を装着したままにし、各種運動実践の開始および終了時刻等を適宜記録した。時刻の記録をもとに、ログファイルの必要部分のみを後日、切り取ることで対象の運動プログラムの分析データとした。

2-2-3. 保護者へのアンケート調査

調査用紙は A4 用紙 1 枚、11 項目で構成した。調査項目は、Q1-Q5 子どもの様子に関する質問、Q6-Q10 保護者の様子に関する質問、であった。最終日の実践の合間にアンケート用紙を配布し、保護者に記入していただいた。

2-3. 運動プログラム

本実践活動は、10 月 22 日（土）、23 日（日）の 2 日間の各日 13:00～15:00 に行われた。実践場所は名古屋学院大学瀬戸キャンパスラグビー場であった。表 3-1 および 3-2 に、2 日間の運動プログラムとタイムスケジュールを示す（表 3-1、表 3-2）。

表 3-1 実践プログラムタイムテーブル 1 日目

時間	プログラム	プログラム内容・詳細
20 分	事前体力テスト プログラム開始前の 運動能力と動作のチェック	ソフトボール投げ 立ち幅跳び
10 分	ウォーミングアップ (跳ぶ、跳ねる、ステップ)	ケンパ、ラダー、バランスディスク、スラローム走 → 身体感覚, 反応・変換能力
15 分	投動作の練習 (投げる)	・ロケットボール投げ ・向かい合ってキャッチボール → 反応・変換能力, 用具操作能力
15 分	捕る動作と投動作の練習 (捕る, 投げる, 当てる)	・ロケットボールダイビングキャッチ ・段ボール的入れゲーム → 身体感覚, 反応・変換能力, 用具操作能力
15 分	投動作を利用したゲーム (投げる)	・ばくだんゲーム → 反応・変換能力, 用具操作能力
15 分	鬼ごっこ 競争 (よける, 予測する)	タグ鬼ごっこ → 身体感覚能力, 反応・変換能力

(2日目)

表3-2 実践プログラムタイムテーブル2日目

時間	プログラム	プログラム内容・詳細
10分	ウォーミングアップ (跳ぶ, 跳ねる, ステップ)	
15分	鬼ごっこ1 (よける, 予測する)	カラーコーン立て, 制限範囲内で実施 → <u>身体感覚能力, 反応・変換能力</u>
15分	鬼ごっこ2 (よける, 予測する)	かご入れ鬼ごっこ (チーム対抗) → <u>身体感覚能力, 反応・変換能力</u>
15分	障害物競走 (投げる, 跳ぶ, 渡る など)	障害物競走 ・障害物ネット (くぐる) ・平均台 (渡る) ・カラーコーン&スティック (跳ぶ) ・フラフープ縄跳び (跳ぶ) → <u>身体感覚能力, バランス, 反応・変換, 用具操作能力</u>
15分	鬼ごっこ3 競争 (よける, 予測する)	タグ鬼ごっこ (チーム対抗) → <u>身体感覚能力, 反応・変換能力</u>
20分	Pre-test プログラム開始前の 運動能力と動作のチェック	ソフトボール投げ 立ち幅跳び

2-4. 分析方法

実践1日目の最初と2日目の最後の体力測定値の平均値の変化を対応のあるt検定により検討した。さらに、GPSデータによる運動実践中の活動状況の変化を対応のあるt検定により検討した。いずれの分析も有意水準は5%とした。

また、GPSの軌跡データに関しては、該当時間のログデータを切り離し、Google earthにより読み込むことで描画した。最後に、運動実践に関する保護者へのアンケートの回答割合を算出し示した。

第3章 結果

3-1. 多様な運動プログラム実践による体力測定値の変化

本研究では、実践1日目の最初と2日目の最後に立ち幅跳びとソフトボール投げの記録を測定し、実践に伴う体力測定値の変化を検討した。表3-1-1に結果を示す。ソフトボール投げでは1日目の最初と2日目の最後の記録に有意な変化は見られなかった。立ち幅跳びに関しても、2日間を通して有意な変化は見られなかった。

表3-1-1 実践に伴う体力測定値の変化

測定項目	測定日	N	平均値	標準偏差	t値	有意確率
ソフトボール 投げ(m)	1日目	29	7.8	2.41	0.373	0.712
	2日目		7.7	2.42		
立ち幅跳び (cm)	1日目	29	107.7	18.59	-0.907	0.372
	2日目		108.8	15.67		

3-2. 運動実践中の活動状況の変化

表3-2-1に実践全体を通した2日間の活動状況の変化の結果を示した。1日目と2日目と比較すると、移動距離に関しては2日目の方が、1時間当たりで248m増加しており、有意な増加であった。平均速度、最大速度も2日目の方が大きな値であったが、統計的に有意な結果ではなかった。

表3-2-1 実践全体を通したの活動状況の変化

測定項目	測定日	N	平均値	標準偏差	t値	有意確率
移動距離 (m/時)	1日目	28	728	14.5	-8.403	0.00*
	2日目		976	16.9		
平均速度 (km/時)	1日目	28	0.88	0.71	-0.733	0.47
	2日目		0.98	0.16		
最大速度 (km/時)	1日目	28	13.43	2.92	-0.682	0.501
	2日目		14.28	5.69		

*:p<0.05

次に、表3-1-2にタグ取り鬼ごっこ中の活動状況の変化を示した。タグ取り鬼ごっこは2日間を通して、ほぼ同様のタイミング、プロトコルで実践に取り入れたため、ここで比較する。移動距離、平均速度、最大速度、いずれも有意な改善は見られなかった。

表3-2-3 タグ取り鬼ごっこの活動状況の変化

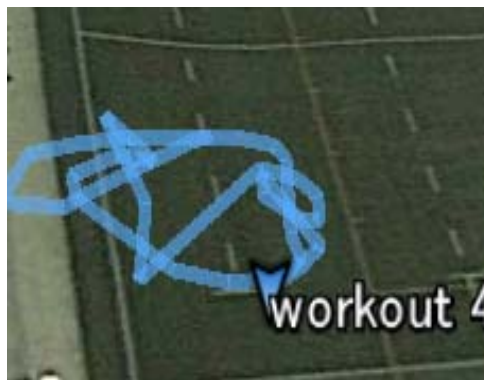
測定項目	測定日	N	平均値	標準偏差	t値	有意確率
移動距離 (m)	1日目	18	85.9	42.5	0.436	0.668
	2日目		80.7	36.4		
平均速度 (km/時)	1日目	18	2.94	2.00	0.623	0.542
	2日目		2.61	1.91		
最大速度 (km/時)	1日目	18	11.24	15.96	1.469	0.160
	2日目		5.83	3.11		

3-3. タグ取り鬼ごっこ時の活動範囲の軌跡の変化

(1日目)



(2日目)



(図 3-2-1. 軌跡が短くなった事例 1)

(1日目)



(2日目)



(図 3-2-2. 軌跡が短くなった事例 2)

図 3-2-1、3-2-2 はタグ取り鬼ごっこ時の活動軌跡が短くなった児童の事例を示したものである。両者ともに1日目は活動範囲が大きく、2日目は1日目よりも活動範囲が狭くなっていった。

(1 日目)



(2 日目)



(図 3-2-3. 軌跡が長くなった事例 1)

(1 日目)



(2 日目)



(図 3-2-4. 軌跡が長くなった事例 2)

次に、図 3-2-3, 3-2-4 にタグ取り鬼ごっこ時の活動軌跡が長くなった児童の事例を示した。図 3-2-1, 3-2-2 の児童に比べ、明らかに 1 日目から 2 日目にかけて活動軌跡は増加していることがわかる。活動への意欲向上が活動軌跡になって現れた事例であると思われる。

3-4. プログラム実践に関する保護者へのアンケート結果

多様な運動実践プログラムに関して、保護者にアンケートを行った。子どもの様子に関する質問項目に関して、Q2では、92%の児童がプログラムについての話を自宅に帰ってからしていたことが確認された。Q3では参加者のほぼ全員の保護者が子ども達が楽しんでいと回答していた。Q5では参加者の保護者のほぼ全員が普段よりも子ども達が意欲的に運動に取り組んでいる姿が見られたとしていた。次に、保護者への質問では、参加者の保護者のほとんどが、今回の実践プログラムで行った運動を今後も子どもにさせてみたいと回答していた。さらに、次もこのような企画があるときは参加したいと回答した保護者がほとんどであった。

表3-4-1 事後アンケート結果

質問項目	多く	少し	あまり
	見られた	見られた	見られなかった
Q1-Q5.子どもの様子に関する質問			
Q1.プログラムで行った遊びまたはそれに似た遊びを自宅等で行う様子が見られたか	15.0%	39.0%	46.0%
Q2.プログラムでの様子を家に帰ってから話したか	61.0%	31.0%	8.0%
Q3.プログラムを楽しんでいる様子が見られたか	88.0%	12.0%	0.0%
Q4.プログラム後、食事をよく食べる、しっかり眠るなどの生活習慣上の良い影響が見られたか	65.0%	27.0%	8.0%
Q5.プログラムでのお子様の様子は普段に比べて、意欲的に取り組んでいたか。	81.0%	19.0%	0.0%
Q6-Q7.保護者への質問			
Q6.プログラムで行った運動を今後、お子様にさせてみたいと思ったか。	69.0%	31.0%	0.0%
Q7.類似のプログラムにまた参加したいと思うか。	85.0%	15.0%	0.0%

第4章 考察

4-1. 多様な運動実践プログラムでの体力測定値の変化

多様な運動実践プログラムの1日目の最初と2日目の最後に行った体力測定で記録に関して、ソフトボール投げ、立ち幅跳び、いずれも有意な変化は、見られなかった。普段行っていない運動や遊びを2日間実施するだけでは、記録の大きな変化には繋がらないことが明らかになった。しかしながら、この時期の子ども達にとって体力測定値ばかりに固執することが必ずしも良いとは言えない。プログラム実施中の子ども達は様々な運動や遊びに対して積極的に取り組み、笑顔で実践している姿が多く見られており、運動を楽しんでいるという気持ちを育むことを優先した結果とも考えられる。これらのことから、普段子ども達が行っている運動や遊びの中で、今回のプログラム内で実践した遊びや運動を取り組んでもらえることによって、子ども達の基礎的な運動能力というものは少しずつ改善されていくのではないかと推察する。より長期の継続的な取り組みが今後は期待される。

4-2. 運動実践中の活動状況の変化

2日間の多様な運動実践プログラム内での子ども達の活動状況は、移動距離、平均速度、最大速度3つすべての項目で1日目より2日目の方が増加していることが明らかになった。特に移動距離については、大きく増加していた。これらについて、1日目は初めて見る道具や遊びが多く、子ども達も実施することに精一杯であったのではないかと考える。しかし2日目には1日目に行った運動や遊びを重複して行う場面が多くあったので、一度やったことのある遊びや運動に子ども達も抵抗なく取り組めたことが今回測定した3つの項目全てが増加した大きな要因ではないかと推察する。

さらに、3つの項目が増加した要因として、子ども達の運動に対する意欲が、今回の実践を通して上がってきたのではないかと考える。子ども達が楽しんで運動したり、遊んだりできる環境づくりや、子ども達が一度はやったことのある遊びをアレンジして行う運動を考え、実施していくことで、子ども達の運動への親しみ、運動の楽しさを再認識させることができたことで、子ども達の運動意欲が上がった結果、運動時の活動状況に変化が現れたのではないかと推察できる。

4-3. タグ取り鬼ごっこについての考察

2日間通して行ったタグ取り鬼ごっこでは、移動距離、平均速度、最大速度で大きな変化、有意な差は見られなかった。

しかし、タグ取り鬼ごっこの活動軌跡に関しては変化の見られた事例が存在した。軌跡が長くなった子どもは、軌跡が示すとおりに、1日目より2日目の方が多く走り回っていて、鬼をそれだけ追いかけていたことが分かる。軌跡が長くなった子ども達は活動に対する意欲が改善され、このような結果になったと考えられる。しかし、2日間を通して活動軌跡の長さが短くなった子ども達が意欲的に活動していなかったかということ、一概にそうとも言

えないと考える。実際に実践中の子ども達において、意欲的に活動を行ってない子どもは見受けられなかった。鬼ごっこという遊びの特性を考慮すると、活動範囲が広がることのみが子ども達の意欲や、運動能力の向上を示すものではない可能性がある。活動範囲が狭くなった子どもには、コンパクトな動きで鬼を狙っている子どもや、自身が動く範囲を決めて効率的に鬼を追っていた子どもも多く見られた。子どもたちがむやみやたらに鬼を追いかけるのではなく、効率的に追いかける方法を考えて、活動していたのではないかと推察できる。そういった鬼を追いかける方法を考え、行動することも、運動に対する意欲の向上につながると考えられる。

4-4. プログラム実践に関する保護者へのアンケート結果

保護者へのアンケートを行った結果、多くの保護者が、普段の子どもの運動の様子よりも、運動を楽しんでいたりと、家庭でも子ども達が今回のプログラムについての話をしてくれていたりと、子ども達が運動を楽しんでいた姿が、アンケート結果から確認された。さらに、同様のプログラムが行われるときには、また参加したいと思っている保護者が多くいたことから、子ども達の運動意欲の向上には、普段の生活での遊びなどを改善したり、保護者とともに遊ぶ、運動する機会を増やすことなどの保護者のサポートが大切になっていくのではないかと考える。

第5章 まとめ

本研究では、運動のあまり得意ではない子ども達を対象にした「多様な運動実践プログラム」を構築し、実際に子ども達に多くの運動を体験してもらうことを第一の目的とした。2日間の多様な運動実践プログラムを通して子ども達に様々な遊びや運動に触れ合い、楽しんでもらうことができた。2日間のみでの取り組みであったため、体力測定値に有意な差は確認されなかったが、実践中の総移動距離には有意な増加が見られた。また、一部の児童においては、2日間通して実践したタグ取り鬼ごっこの活動軌跡に明らかな違いが観察された。また、保護者へのアンケートでも子ども達の意欲向上や継続的実践の希望を確認することができた。日々の運動の反復や外遊びを継続的に促進することで、より明確な改善が期待でき、子ども達の運動意欲も向上するものと思われる。

今後は、より長期的な取り組みや多くの評価指標により、効果を検証していくことが課題である。

参考文献

文部科学省：中央教育審議会答申資料 5-2-3「子どもの体力の低下の原因」
松平宗之 高井和夫 「子どもの運動意欲を支える心理社会的要因」(2010)

謝辞

本研究に携わってくださった瀬戸市教育委員会、瀬戸市内各小学校、児童および保護者、
中野貴博准教授、補助学生に深く感謝申し上げます。

2016年度 スポーツ健康学部
卒業論文

運動・スポーツの場面、学年による楽しさの違い

所属学科 スポーツ健康学科

学籍番号・氏名

17S0050 倉知 裕晃

17S0120 東 健司

指導教員 中野 貴博

提出日 1月25日

■ 研究要旨

近年のインターネットやスマートフォン、ゲーム機器の普及等の影響により、児童の身体活動は極端に減少し、体力低下や肥満児の増加などのさまざまな問題を引き起こした。それに伴い多くの教育現場が問題解決を目指して努力している。子ども達が生活の大半を過ごす学校において、体を動かす機会は、休み時間と、体育の授業時間のみであり、中でも、休み時間を教室で過ごすことの多い児童にとっては、体育の授業中が唯一の身体活動の時間となる。そのため、体育授業の充実は、前述の問題解決のために大きな役割を果たす先決事項である。

本研究では、体育授業によって体を動かすことの喜びや楽しさを伝えるための基礎材料として、どのような運動場面において、子ども達が運動を楽しい・楽しくないと感じるのかを明らかにすることを目的とした。また、学年進行や運動の得意・苦手による、体育の授業が楽しい・楽しくない、の違いに関しても同時に検討する。

ほとんどの項目で1年生の方が「楽しい」と答える割合が高く、学年が上がるにつれ運動に対して苦手意識を持つことが分かった。運動が得意な子や苦手な子も楽しめるような授業づくりとほめる型指導を心がけていきたい。

目 次

第1章 序論

第2章 方法

2-1 調査対象

2-2 調査項目と方法

2-3 分析方法

第3章 結果

3-1 個人または集団で運動・スポーツをしているときの学年別による楽しさ

3-2 上手にできた時、できなったときに感じる楽しさの学年別による楽しさ

3-3 勝負事にかかわる運動・スポーツ時の学年別による楽しさ

3-4 運動強度の変化に伴う楽しさ

第4章 考察

4-1 個人または集団での運動やスポーツと意識の変化

4-2 運動やスポーツの上手・下手とほめる型指導

4-3 運動やスポーツの勝ち負けとこだわり

4-4 運動の得意・苦手による差

第5章 結論

参考文献

謝辞

第1章 序論

インターネットやスマートフォン、ゲーム機器の普及等の影響により、児童の身体活動は極端に減少し、体力低下や肥満児の増加などのさまざまな問題を引き起こした。この問題の解決のために、専門の研究者達は多くの警笛を鳴らし、国や地方自治体、そして、多くの教育現場が問題解決を目指して努力している。特に教育現場においては、近年、小学校や中学校における体育の重要性が再び高まっている。子ども達が生活の大半を過ごす学校において、体を動かす機会は、休み時間と、体育の授業時間のみであり、中でも、休み時間を教室で過ごすことの多い児童にとっては、体育の授業中が唯一の身体活動の時間となる。そのため、体育授業の充実は、前述の問題解決のために大きな役割を果たす先決事項である。

中野ら（中野ら、2016）の小学校教諭を対象に実施した小学生の体力・運動実施状況に関する調査の結果によると、子どもたちの体力・運動能力が以前に比べて低下していると感じている教諭は、全体の90%を超えている。同様に、子ども達が外遊びを行う機会が減っていると感じている教諭は87%に達する。子ども達の運動に対する積極性が低下し、運動が好きな子どもが減少していくことは、さらなる体力低下と体力の二極化を助長することが懸念される。

また、多くの教諭が子ども達の運動や外遊び機会が足りないと感じている一方で、体育の授業数が不足していると感じている教諭は、21%とかなり低い値となっている。これは、運動や外遊びの重要性は理解しているが、体育授業として身体活動をするに関しては、これ以上必要がないことを示唆している。さらに、同調査では、多くの子ども達が、体育授業や体を動かすことを好き・楽しいと答えている一方で、「教員から見て、「子ども達は体育の授業や体を動かすことを楽しめていると感じますか」という設問では、「全く感じない」が9.9%、「あまり感じない」が69.1%と、授業の際に体を動かすことを楽しみ切れていない様子が確認されている。

ここで、小学校学習指導要領（体育編）によれば、小学校体育の目標は、「心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。」である。児童期に運動が苦手・嫌いになってしまうと、生涯にわたって運動に親しむ機会が減少し、反対に運動が得意・好きになると、以降も継続して運動に親しむ機会が増加するという報告もあり。人が生涯にわたって運動に親しむためには、児童期に運動が楽しいものだと思うことが大切であると考えられる。

さらに、スポーツ庁の全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書（平成27年度）では、運動が好きと答えた児童生徒は、体力テストの結果をみると男女ともに全国平均より高い値を示しており、運動が嫌いだと答えた児童生徒は、どの項目も全国平均を下回る結果となっている。運動が得意な人は、運動が好きになり易いが、その一方で、運動が苦手な人は、運動が嫌いになり易いという悪循環が生まれていることが推察される。加えて、「体育授業

が楽しい」と回答している児童生徒は運動が好きな傾向にあり、体育の授業をより充実したものにし、全員が楽しいと思えるような授業づくりが、運動が好きな子ども達を育むためには求められていると言える。

上記のことから、子どもにとってどのような授業が楽しいものなのか。教員からみても生徒たち全員が楽しんで体育に取り組んでいると思えるような授業が展開することができれば、小学校期から体育が楽しい。運動が楽しいと思えるようになり、結果的に生涯を通して運動やスポーツに親しむことができる人が多くなるだろう。そして近年の課題でもある運動習慣や子どもの体力向上に役立つだろう。

以上のことを踏まえて、本研究では、体育授業によって体を動かすことの喜びや楽しさを伝えるための基礎材料として、どのような運動場面において、子ども達が運動を楽しい・楽しくないと感じるのかを明らかにすることを目的とした。また、学年進行や運動の得意・苦手による、体育の授業が楽しい・楽しくない、の違いについても同時に検討する。本研究の成果が、体育の授業で運動の楽しさを伝えていく上での今後の指針となれば幸いと考えている。

第2章 方法

2-1 調査対象

岐阜県の公立小学校 13 校に通う小学 1 年生、3 年生、5 年生までの児童 2458 名を調査対象とした。調査対象の内訳は表 2-1 の通りである。

	1 年生	3 年生	5 年生	合計
男子	335	450	455	1240
女子	334	446	438	1218
合計	669	896	893	2458

2-2 調査項目と方法

調査負担を考慮し、小学 1 年生と 3 年生の低・中学年用と小学 5 年生の高学年用の 2 種類の調査用紙を作成した。各調査用紙の調査項目の構成は以下の通りであった。調査用紙は付録に掲載する。

(低・中学年用)

1. 運動やスポーツが得意か
2. 運動クラブやスポーツ少年団に所属しているか
3. 運動やスポーツの楽しさに関する 17 項目

(高学年用)

1. 運動やスポーツが得意か
2. 運動クラブやスポーツ少年団に所属しているか
3. 休み時間や昼休みの過ごし方についての項目
4. 体育以外の運動遊びに関する 6 項目 (走る遊び、ボール遊び、鉄棒遊びなどの好き嫌い)
5. 体育授業に関する 6 項目 (体育授業、陸上競技、球技、器械運動などの好き嫌い)
6. 生活や健康に関する 5 項目 (自身の健康に関する意識項目)
7. 運動やスポーツの楽しさに関する 17 項目

調査用紙は、1 年生と 3 年生用が 19 問、5 年生用が 37 問で構成された。回答方式は、匿名回答とし、学校名、学年、性別のみの基礎情報を記載させた。各設問は 5 件法とし、もつともあてはまる選択肢のみを選択させた。

2-3 分析方法

運動・スポーツの得意、苦手を基準として、以下の要素に関する調査項目の関係性をクロス集計およびカイ二乗検定により検討した。すべての分析において有意水準は 5%とし、IBM 社の SPSS22.00J を用いて分析を行った。

- a)個人または集団で運動・スポーツをしているときの学年別による楽しさ

- b)上手にできた時、できなったときに感じる楽しさの学年別による楽しさ
- c)勝負事にかかわる運動・スポーツ時の学年別による楽しさ
- d) 運動強度の変化に伴う楽しさ

第3章 結果

運動やスポーツが「得意」「やや得意」「どちらでもない」「やや苦手」「苦手」の項目を基準に、運動やスポーツのどのような場面で楽しいと感じるのかを「とても楽しい」「少し楽しい」「どちらでもない」「あまり楽しくない」「まったく楽しくない」の5件法で回答した結果との関係性を学年別に検討した。また、得意、苦手に関しては、「得意」「やや得意」と回答した児童を得意群、「どちらでもない」と回答した児童をどちらでもない群、「やや苦手」「苦手」と回答した児童を苦手群に群分けし、3群間で検討を行った。

3-1 個人または集団で運動・スポーツをしているときの学年別による楽しさ

小学校1年生3年生5年生の個人または集団で運動・スポーツをしているときの楽しさについて、クロス集計およびカイ二乗検定により検討した。

表3-1-1 みんなで運動やスポーツをしている時

学年		とても 楽しい	少し 楽しい	どちらでも ない	あまり 楽しくない	まったく 楽しくない	合計
1	得意	86.1%	8.2%	2.0%	1.5%	2.2%	100%
	どちらでもない	42.1%	31.6%	22.8%	1.8%	1.8%	100%
	苦手	34.4%	9.4%	15.6%	6.3%	34.4%	100%
	全体	73.4%	15.0%	5.5%	2.0%	4.1%	100%
3	得意	87.1%	9.7%	2.2%	1.0%		100%
	どちらでもない	47.7%	33.3%	17.1%	1.8%		100%
	苦手	28.9%	26.7%	22.2%	13.3%	8.9%	100%
	全体	71.1%	20.4%	5.9%	2.2%	0.5%	100%
5	得意	91.2%	7.9%	0.3%	0.6%		100%
	どちらでもない	44.8%	39.9%	14.0%	1.4%		100%
	苦手	12.5%	27.1%	22.9%	16.7%	20.8%	100%
	全体	66.1%	23.7%	5.9%	3.2%	1.1%	100%
全体	得意	89.1%	7.8%	1.6%	0.9%	0.6%	100%
	どちらでもない	45.5%	36.2%	15.4%	2.4%	0.4%	100%
	苦手	20.1%	26.0%	22.1%	15.7%	16.2%	100%
	全体	68.1%	20.9%	6.6%	2.9%	1.5%	100%

$\chi^2 < 0.05$

表3-1-2 1人で運動やスポーツをしている時

学年		とても 楽しい	少し 楽しい	どちらでも ない	あまり 楽しくない	まったく 楽しくない	合計
1	得意	37.3%	25.8%	9.0%	9.8%	18.3%	100%
	どちらでもない	23.2%	17.9%	32.1%	10.7%	16.1%	100%
	苦手	21.9%	15.6%	6.3%	9.4%	46.9%	100%
	全体	32.7%	23.9%	11.5%	10.7%	21.4%	100%
3	得意	28.2%	34.1%	13.6%	13.1%	10.9%	100%
	どちらでもない	14.4%	26.1%	31.5%	18.0%	9.9%	100%
	苦手	15.6%	24.4%	13.3%	17.8%	28.9%	100%
	全体	20.8%	31.4%	17.6%	17.6%	12.6%	100%
5	得意	32.1%	29.4%	12.1%	18.5%	7.9%	100%
	どちらでもない	9.7%	23.6%	20.1%	33.3%	13.2%	100%
	苦手	12.5%	6.3%	16.7%	20.8%	43.8%	100%
	全体	18.7%	26.9%	15.6%	25.1%	13.8%	100%
全体	得意	32.0%	28.7%	12.1%	14.8%	12.3%	100%
	どちらでもない	12.3%	21.4%	28.7%	25.3%	12.3%	100%
	苦手	12.7%	13.2%	16.2%	20.1%	37.7%	100%
	全体	21.3%	26.5%	17.1%	20.1%	15.0%	100%

 $\chi^2 < 0.05$

表3-1-3 先生などに運動やスポーツを教えてもらっている時

学年		とても 楽しい	少し 楽しい	どちらでも ない	あまり 楽しくない	まったく 楽しくない	合計
1	得意	74.7%	10.8%	7.5%	3.3%	3.8%	100%
	どちらでもない	56.1%	12.3%	21.1%	3.5%	7.0%	100%
	苦手	59.4%	3.1%	9.4%	3.1%	25.0%	100%
	全体	68.0%	14.3%	9.2%	3.3%	5.2%	100%
3	得意	66.7%	17.6%	10.8%	2.4%	2.4%	100%
	どちらでもない	45.9%	23.9%	26.6%	2.8%	0.9%	100%
	苦手	35.6%	24.4%	24.4%	11.1%	4.4%	100%
	全体	56.5%	22.8%	15.6%	3.1%	2.0%	100%
5	得意	56.2%	21.2%	18.2%	2.4%	2.1%	100%
	どちらでもない	17.0%	26.2%	37.6%	12.1%	7.1%	100%
	苦手	6.3%	25.0%	29.2%	6.3%	33.3%	100%
	全体	38.9%	25.2%	24.1%	6.8%	5.0%	100%
全体	得意	64.8%	17.8%	12.0%	2.8%	2.6%	100%
	どちらでもない	31.3%	23.8%	32.5%	8.4%	4.0%	100%
	苦手	23.0%	20.6%	28.4%	8.8%	19.1%	100%
	全体	48.5%	22.7%	19.7%	5.1%	4.0%	100%

 $\chi^2 < 0.05$

表3-1-4 年上のお兄さんお姉さんと運動やスポーツをしている時

学年		とても 楽しい	少し 楽しい	どちらでも ない	あまり 楽しくない	まったく 楽しくない	合計
1	得意	81.5%	7.3%	6.0%	2.0%	3.3%	100%
	どちらでもない	42.1%	19.3%	29.8%		8.8%	100%
	苦手	62.5%	6.3%	9.4%	3.1%	18.8%	100%
	全体	73.0%	10.5%	9.9%	2.2%	4.4%	100%
3	得意	74.5%	14.8%	5.6%	2.2%	2.9%	100%
	どちらでもない	43.1%	25.7%	18.3%	3.7%	9.2%	100%
	苦手	37.8%	15.6%	22.2%	6.7%	17.8%	100%
	全体	61.8%	19.7%	10.3%	4.1%	4.1%	100%
5	得意	65.4%	14.7%	13.5%	1.8%	4.7%	100%
	どちらでもない	23.8%	21.0%	40.6%	4.9%	9.8%	100%
	苦手	12.5%	14.6%	27.1%	6.3%	39.6%	100%
	全体	46.6%	19.1%	22.1%	3.8%	8.4%	100%
全体	得意	72.0%	13.8%	8.5%	2.5%	3.2%	100%
	どちらでもない	30.2%	23.1%	34.2%	5.0%	7.6%	100%
	苦手	27.0%	12.3%	27.5%	6.9%	26.5%	100%
	全体	53.5%	18.5%	17.7%	4.3%	5.9%	100%

 $\chi^2 < 0.05$

みんなで運動やスポーツをしている時に「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が73.4%、3年生が71.1%、5年生が66.1%であった。1人で運動やスポーツをしている時に「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が32.7%、3年生が20.8%、5年生が18.7%であった。先生などに運動やスポーツを教してもらっている時に「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が68.0%、3年生が56.5%、5年生が38.9%であった。その中で運動が苦手と答えた人の割合は1年生59.4%、3年生35.6%、5年生6.3%とかなり低い結果となった。年上のお兄さんお姉さんと運動やスポーツをしている時に「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が73.0%、3年生が61.8%、5年生が46.6%であった。上記の内容から1人で運動やスポーツをするよりも、みんなや先生、年上のお兄さんお姉さんとする方が楽しいと回答した人の割合が多かった。

次に「得意」「苦手」を比較する。みんなで運動やスポーツをしている時に「とても楽しい」と回答した人の中で「得意」「苦手」と回答した割合の差は、1年生が51.7%、3年生が58.2%、5年生が78.7%であった。学年が上がると「得意」な人は「とても楽しい」と回答する割合が増え、「苦手」な人は「とても楽しい」と回答する割合は減った。年上のお兄さんお姉さんと運動やスポーツをしている時に「とても楽しい」と回答した人の中で「得意」「苦手」と回答した割合の差は、1年生が19.0%、3年生が36.7%、5年生が52.9%であった。学年が上がると「得意」「苦手」と回答した人で「とても楽しい」と回答する割合は低くなった。また、学年上がるにつれて差は大きくなった。

いずれの設問および学年においても、運動が得意であるかどうかとの有意な関係性が確認された。

3-2 上手にできた時、できなかった時に感じる楽しさの学年別による楽しさ

小学校1年生3年生5年生の運動・スポーツが上手にできた時、できなかった時の楽しさをクロス集計およびカイ二乗検定により検討した。

表3-2-1 上手に運動やスポーツができた時

学年		とても楽しい	少し楽しい	どちらでもない	あまり楽しくない	まったく楽しくない	合計
1	得意	85.2%	8.5%	3.5%	1.3%	1.5%	100%
	どちらでもない	57.9%	12.3%	17.5%	8.8%	3.5%	100%
	苦手	51.6%	9.7%	12.9%	3.2%	22.6%	100%
	全体	76.8%	10.2%	7.2%	2.8%	3.0%	100%
3	得意	92.9%	4.4%	1.7%	0.7%	0.2%	100%
	どちらでもない	67.6%	18.9%	10.8%	2.7%		100%
	苦手	53.3%	17.8%	13.3%	4.4%	11.1%	100%
	全体	82.8%	9.9%	5.0%	1.4%	0.9%	100%
5	得意	90.2%	5.3%	3.0%	0.6%	0.9%	100%
	どちらでもない	68.1%	19.4%	10.4%	0.7%	1.4%	100%
	苦手	38.3%	21.3%	19.1%	8.5%	12.8%	100%
	全体	78.4%	12.6%	5.8%	1.5%	1.7%	100%
全体	得意	90.0%	6.1%	2.3%	1.0%	0.7%	100%
	どちらでもない	66.7%	18.3%	11.3%	2.6%	1.2%	100%
	苦手	44.8%	20.4%	15.4%	5.0%	14.4%	100%
	全体	78.2%	12.6%	5.6%	1.8%	1.8%	100%

$\chi^2 < 0.05$

表3-2-2 なかなか上手に運動やスポーツができない時

学年		とても楽しい	少し楽しい	どちらでもない	あまり楽しくない	まったく楽しくない	合計
1	得意	32.7%	14.6%	13.6%	17.4%	21.7%	100%
	どちらでもない	8.9%	7.1%	26.8%	19.6%	37.5%	100%
	苦手	18.8%	3.1%	18.8%	9.4%	50.0%	100%
	全体	25.4%	14.0%	15.1%	18.9%	26.6%	100%
3	得意	12.0%	15.2%	25.5%	26.2%	21.1%	100%
	どちらでもない	2.7%	9.0%	39.6%	24.3%	24.3%	100%
	苦手	11.1%	4.4%	13.3%	22.2%	48.9%	100%
	全体	8.3%	13.3%	27.1%	26.9%	24.5%	100%
5	得意	11.0%	15.7%	25.2%	26.1%	22.0%	100%
	どちらでもない	2.8%	3.5%	27.5%	38.0%	28.2%	100%
	苦手	6.5%	2.2%	19.6%	17.4%	54.3%	100%
	全体	6.3%	10.5%	25.1%	31.5%	26.7%	100%
全体	得意	16.9%	14.8%	21.2%	24.8%	22.3%	100%
	どちらでもない	3.4%	7.0%	31.7%	32.3%	25.7%	100%
	苦手	8.0%	3.0%	16.5%	21.0%	51.5%	100%
	全体	10.1%	11.4%	22.9%	29.7%	25.9%	100%

$\chi^2 < 0.05$

表3-2-3 上手にできたことを先生や友達にほめられた時

学年		とても 楽しい	少し 楽しい	どちらでも ない	あまり 楽しくない	まったく 楽しくない	合計
1	得意	87.1%	5.7%	2.2%	2.2%	2.7%	100%
	どちらでもない	68.4%	8.8%	15.8%	5.3%	1.8%	100%
	苦手	54.8%	6.5%	12.9%	3.2%	22.6%	100%
	全体	82.0%	7.5%	5.0%	2.0%	3.4%	100%
3	得意	85.8%	8.8%	3.7%	0.5%	1.2%	100%
	どちらでもない	67.3%	18.2%	12.7%	1.8%		100%
	苦手	70.5%	9.1%	11.4%	2.3%	6.8%	100%
	全体	79.2%	12.3%	5.7%	1.3%	1.5%	100%
5	得意	77.4%	13.8%	5.0%	1.8%	2.1%	100%
	どちらでもない	49.7%	25.9%	16.8%	3.5%	4.2%	100%
	苦手	19.1%	31.9%	27.7%	4.3%	17.0%	100%
	全体	61.5%	22.3%	10.5%	2.3%	3.4%	100%
全体	得意	83.0%	10.0%	3.9%	1.5%	1.6%	100%
	どちらでもない	53.6%	24.9%	15.5%	3.6%	2.4%	100%
	苦手	39.8%	22.9%	21.9%	4.0%	11.4%	100%
	全体	69.8%	17.3%	8.4%	2.2%	2.4%	100%

 $\chi^2 < 0.05$

表3-2-4 上手にできないことを先生や友達に注意された時

学年		とても 楽しい	少し 楽しい	どちらでも ない	あまり 楽しくない	まったく 楽しくない	合計
1	得意	23.5%	7.3%	16.9%	17.2%	35.1%	100%
	どちらでもない	14.0%	5.3%	15.8%	24.6%	40.4%	100%
	苦手	21.9%	6.3%	15.6%	6.3%	50.0%	100%
	全体	19.0%	7.3%	17.5%	17.5%	38.7%	100%
3	得意	10.9%	11.6%	26.2%	21.7%	29.6%	100%
	どちらでもない	2.7%	3.6%	37.8%	21.6%	34.2%	100%
	苦手		11.1%	24.4%	15.6%	48.9%	100%
	全体	6.7%	10.3%	27.9%	23.5%	31.5%	100%
5	得意	7.9%	11.2%	32.1%	20.9%	27.9%	100%
	どちらでもない	0.7%	4.9%	39.6%	26.4%	28.5%	100%
	苦手	4.2%	2.1%	12.5%	16.7%	64.6%	100%
	全体	4.5%	7.5%	33.0%	22.3%	32.7%	100%
全体	得意	13.2%	9.5%	25.2%	21.3%	30.8%	100%
	どちらでもない	2.8%	5.1%	33.6%	25.3%	33.2%	100%
	苦手	5.9%	4.9%	21.1%	16.2%	52.0%	100%
	全体	7.7%	7.6%	27.6%	23.4%	33.7%	100%

 $\chi^2 < 0.05$

表3-2-5 上手な人と運動やスポーツをしている時

学年		とても 楽しい	少し 楽しい	どちらでも ない	あまり 楽しくない	まったく 楽しくない	合計
1	得意	79.2%	10.2%	4.1%	2.8%	3.8%	100%
	どちらでもない	47.4%	17.5%	19.3%	7.0%	8.8%	100%
	苦手	45.2%	6.5%	19.4%	6.5%	22.6%	100%
	全体	70.8%	13.2%	7.1%	3.5%	5.4%	100%
3	得意	78.4%	11.5%	5.2%	1.7%	3.2%	100%
	どちらでもない	42.6%	25.0%	20.4%	6.5%	5.6%	100%
	苦手	27.3%	18.2%	20.5%	13.6%	20.5%	100%
	全体	64.9%	17.0%	9.3%	4.8%	4.1%	100%
5	得意	77.7%	13.7%	5.7%	1.2%	1.8%	100%
	どちらでもない	36.8%	25.7%	22.2%	7.6%	7.6%	100%
	苦手	10.4%	20.8%	14.6%	12.5%	41.7%	100%
	全体	53.9%	20.6%	13.6%	6.2%	5.7%	100%
全体	得意	78.6%	11.9%	4.6%	2.1%	2.9%	100%
	どちらでもない	38.2%	24.1%	23.7%	8.7%	5.4%	100%
	苦手	19.8%	15.3%	25.2%	12.4%	27.2%	100%
	全体	58.6%	18.4%	12.1%	5.8%	5.1%	100%

 $\chi^2 < 0.05$

表3-2-6 上手でない人と運動やスポーツをしている時

学年		とても 楽しい	少し 楽しい	どちらでも ない	あまり 楽しくない	まったく 楽しくない	合計
1	得意	37.1%	11.0%	13.3%	12.5%	26.1%	100%
	どちらでもない	15.8%	8.8%	21.1%	24.6%	29.8%	100%
	苦手	45.2%	6.5%	16.1%	6.5%	25.8%	100%
	全体	32.0%	11.8%	14.2%	14.8%	27.2%	100%
3	得意	25.2%	24.5%	19.3%	15.8%	15.1%	100%
	どちらでもない	4.6%	27.5%	41.3%	18.3%	8.3%	100%
	苦手	11.4%	6.8%	38.6%	20.5%	22.7%	100%
	全体	17.4%	24.0%	27.4%	17.0%	14.2%	100%
5	得意	26.6%	24.0%	25.1%	10.4%	13.9%	100%
	どちらでもない	9.7%	21.5%	39.6%	16.0%	13.2%	100%
	苦手	16.7%	12.5%	29.2%	12.5%	29.2%	100%
	全体	20.5%	22.7%	29.9%	13.9%	13.1%	100%
全体	得意	28.8%	20.5%	20.4%	13.1%	17.3%	100%
	どちらでもない	11.6%	20.5%	39.0%	16.5%	12.4%	100%
	苦手	18.8%	10.9%	34.7%	11.9%	23.8%	100%
	全体	21.5%	20.8%	27.9%	14.6%	15.3%	100%

 $\chi^2 < 0.05$

上手に運動やスポーツができた時に「とても楽しい」と回答した割合は1年生が76.8%、3年生が82.8%、5年生が78.4%であった。なかなか上手に運動やスポーツができない時に「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が25.4%、3年生が8.3%、5年生が6.3%であった。上手にできたことを先生や友達にほめられた時に「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が82.0%、3年生が79.2%、5年生が61.5%であった。上手にできないことを先生や友達に注意された時に「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が19.0%、3年生が6.7%、5年生が4.5%であった。そして「どちらでもない」と回答した割合は1年生が17.5%、3年生が27.9%、5年生が33.0%で徐々に高くなっていった。「まったく楽しくない」と回

答した割合はほとんど変わらない結果となった。上手にできたり、上手にできたことをほれられると「とても楽しい」と回答したりする人が増えることが確認された。

次に「得意」「苦手」で比較する。上手に運動やスポーツができた時に「とても楽しい」と回答した人の中で「得意」「苦手」と回答した割合の差は、1年生が33.6%、3年生が39.6%、5年生が51.9%であった。「苦手」で「とても楽しい」と回答した割合は1年生と3年生ではほとんど変わらなかったが5年生は38.3%と低くなっていることが確認できた。上手な人と運動やスポーツをしている時に「とても楽しい」と回答した人の中で「得意」「苦手」と回答した割合の差は、1年生が34.0%、3年生が51.1%、5年生が67.3%であった。「得意」と回答した人はほとんど変わらなかったが「苦手」と回答した人の割合が徐々に低くなっていった。上手でない人と運動やスポーツをしている時に「得意」「苦手」と回答した割合の差は1年生が-8.1%、3年生が13.8%、5年生が9.9%であった。「苦手」で「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が45.2%、3年生が11.4%、5年生が16.7%で1年生が大きく高くなっていた。

いずれの設問および学年においても、運動が得意であるかどうかとの有意な関係性が確認された。

3-3 勝負にかかわる運動・スポーツ時の学年別による楽しさ

小学校1年生3年生5年生の運動やスポーツで勝敗をつけて行う場合の楽しさをクロス集計およびカイ二乗検定により検討した。

表3-3-1 勝ち負けのつく運動やスポーツをしている時

学年		とても楽しい	少し楽しい	どちらでもない	あまり楽しくない	まったく楽しくない	合計
1	得意	74.7%	8.8%	6.6%	4.0%	5.8%	100%
	どちらでもない	44.6%	21.4%	25.0%	5.4%	3.6%	100%
	苦手	38.7%	12.9%	6.5%	16.1%	25.8%	100%
	全体	64.5%	13.6%	9.2%	5.9%	6.8%	100%
3	得意	69.2%	14.3%	9.6%	4.7%	2.2%	100%
	どちらでもない	34.5%	19.1%	28.2%	7.3%	10.9%	100%
	苦手	28.9%	13.3%	13.3%	22.2%	22.2%	100%
	全体	53.4%	19.7%	13.3%	7.9%	5.7%	100%
5	得意	74.8%	15.7%	7.4%	1.2%	0.9%	100%
	どちらでもない	33.1%	33.1%	17.6%	8.5%	7.7%	100%
	苦手	20.8%	18.8%	12.5%	12.5%	35.4%	100%
	全体	53.6%	22.6%	12.1%	5.9%	5.8%	100%
全体	得意	73.9%	12.4%	7.7%	3.3%	2.6%	100%
	どちらでもない	36.9%	26.1%	22.2%	8.4%	6.4%	100%
	苦手	21.8%	13.4%	15.3%	18.3%	31.2%	100%
	全体	54.6%	19.3%	12.7%	7.3%	6.1%	100%

$\chi^2 < 0.05$

表3-3-2 勝ち負けにこだわる人と運動やスポーツをしている時

学年		とても 楽しい	少し 楽しい	どちらでも ない	あまり 楽しくない	まったく 楽しくない	合計
1	得意	48.0%	15.2%	11.4%	9.1%	16.4%	100%
	どちらでもない	19.6%	5.4%	25.0%	17.9%	32.1%	100%
	苦手	29.0%	16.1%	19.4%	3.2%	32.3%	100%
	全体	40.7%	14.3%	15.6%	9.5%	19.9%	100%
3	得意	33.3%	20.9%	16.7%	14.5%	14.5%	100%
	どちらでもない	11.8%	7.3%	36.4%	27.3%	17.3%	100%
	苦手	11.1%	4.4%	20.0%	26.7%	37.8%	100%
	全体	23.3%	18.7%	21.8%	19.7%	16.5%	100%
5	得意	34.8%	18.0%	16.2%	15.9%	15.0%	100%
	どちらでもない	11.8%	8.3%	27.1%	29.9%	22.9%	100%
	苦手	6.4%	6.4%	10.6%	14.9%	61.7%	100%
	全体	22.7%	15.0%	18.9%	21.7%	21.8%	100%
全体	得意	38.8%	17.9%	14.5%	13.8%	15.0%	100%
	どちらでもない	12.7%	9.3%	28.8%	28.4%	20.8%	100%
	苦手	10.4%	5.9%	15.8%	19.3%	48.5%	100%
	全体	26.0%	15.7%	19.1%	19.5%	19.7%	100%

$\chi^2 < 0.05$

表3-3-3 あまり勝ち負けを気にしない人と運動やスポーツをしている時

学年		とても 楽しい	少し 楽しい	どちらでも ない	あまり 楽しくない	まったく 楽しくない	合計
1	得意	61.0%	11.3%	9.6%	6.5%	11.6%	100%
	どちらでもない	42.9%	12.5%	19.6%	10.7%	14.3%	100%
	苦手	32.3%	3.2%	22.6%	6.5%	35.5%	100%
	全体	53.1%	13.0%	12.5%	8.1%	13.3%	100%
3	得意	56.6%	18.8%	11.7%	7.1%	5.9%	100%
	どちらでもない	39.1%	23.6%	23.6%	6.4%	7.3%	100%
	苦手	35.6%	15.6%	22.2%	17.8%	8.9%	100%
	全体	48.8%	21.2%	16.3%	7.5%	6.1%	100%
5	得意	54.7%	18.9%	11.5%	10.9%	3.8%	100%
	どちらでもない	43.0%	21.8%	20.4%	8.5%	6.3%	100%
	苦手	29.2%	22.9%	22.9%	6.3%	18.8%	100%
	全体	50.0%	20.8%	14.2%	8.9%	6.1%	100%
全体	得意	56.5%	16.8%	11.3%	8.1%	7.3%	100%
	どちらでもない	42.9%	21.0%	22.8%	7.4%	6.0%	100%
	苦手	32.7%	17.3%	23.8%	9.9%	16.3%	100%
	全体	49.6%	19.9%	15.6%	7.6%	7.3%	100%

$\chi^2 < 0.05$

表3-3-4 運動やスポーツで勝負に勝った時

学年		とても 楽しい	少し 楽しい	どちらでも ない	あまり 楽しくない	まったく 楽しくない	合計
1	得意	90.9%	3.3%	2.3%	2.0%	1.5%	100%
	どちらでもない	63.2%	8.8%	17.5%	5.3%	5.3%	100%
	苦手	68.8%	3.1%	9.4%	6.3%	12.5%	100%
	全体	84.7%	5.5%	4.9%	2.4%	2.5%	100%
3	得意	90.4%	6.1%	2.5%	0.5%	0.5%	100%
	どちらでもない	70.9%	15.5%	11.8%	1.8%		100%
	苦手	57.8%	11.1%	20.0%	2.2%	8.9%	100%
	全体	82.3%	10.0%	5.9%	1.0%	0.8%	100%
5	得意	90.6%	4.1%	4.4%	0.6%	0.3%	100%
	どちらでもない	60.4%	25.7%	11.1%	0.7%	2.1%	100%
	苦手	31.3%	20.8%	18.8%	8.3%	20.8%	100%
	全体	76.6%	13.3%	6.2%	1.7%	2.1%	100%
全体	得意	91.5%	4.3%	2.7%	0.8%	0.7%	100%
	どちらでもない	66.1%	19.2%	11.9%	1.4%	1.4%	100%
	苦手	43.1%	17.6%	21.6%	6.4%	11.3%	100%
	全体	79.3%	11.0%	6.5%	1.6%	1.6%	100%

 $\chi^2 < 0.05$

表3-3-5 運動やスポーツで勝負に負けた時

学年		とても 楽しい	少し 楽しい	どちらでも ない	あまり 楽しくない	まったく 楽しくない	合計
1	得意	29.3%	9.9%	14.5%	12.7%	33.6%	100%
	どちらでもない	12.3%	7.0%	26.3%	22.8%	31.6%	100%
	苦手	28.1%	3.1%	9.4%	9.4%	50.0%	100%
	全体	23.4%	10.3%	15.7%	15.8%	34.8%	100%
3	得意	16.1%	20.0%	21.5%	17.8%	24.4%	100%
	どちらでもない	5.6%	13.9%	32.4%	23.1%	25.0%	100%
	苦手	2.2%	8.9%	22.2%	20.0%	46.7%	100%
	全体	10.9%	18.9%	24.2%	21.6%	24.4%	100%
5	得意	17.1%	21.2%	24.1%	17.4%	20.3%	100%
	どちらでもない	5.6%	18.1%	41.7%	18.1%	16.7%	100%
	苦手	4.2%	8.3%	22.9%	25.0%	39.6%	100%
	全体	10.2%	19.2%	29.5%	22.1%	19.0%	100%
全体	得意	19.6%	17.8%	20.0%	17.4%	25.1%	100%
	どちらでもない	6.6%	15.7%	38.8%	19.7%	19.1%	100%
	苦手	8.3%	5.9%	26.5%	21.6%	37.7%	100%
	全体	12.4%	17.0%	26.1%	21.4%	23.1%	100%

 $\chi^2 < 0.05$

勝ち負けのつく運動やスポーツをしている時に「とても楽しい」と回答した割合は、1年生64.5%が、3年生が53.4%、5年生が53.6%であった。勝ち負けにこだわる人と運動やスポーツをしている時に「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が40.7%、3年生が23.3%、5年生が22.7%であった。あまり勝ち負けをきにしない人と運動やスポーツをしている時に「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が53.1%、3年生が48.8%、5年生が50.0%であった。運動やスポーツで勝負に勝った時に「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が84.7%、3年生が82.3%、5年生が76.6%であった。運動やスポーツで勝負に負けた時に「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が23.4%、3年生が10.9%、5年生が10.2%であった。「まったく楽しくない」と回答した割合は、1年生が34.8%、3年生が24.4%、5年生が

19.0%であった。

次に「得意」「苦手」で比較する。勝ち負けにこだわる人と運動やスポーツをしている時に「とても楽しい」と回答した人の中で「得意」「苦手」と回答した割合の差は、1年生が19.0%、3年生が22.3%、5年生が28.4%であった。「苦手」と回答した割合は学年が上がるにつれて徐々に低くなったが、「得意」と回答した割合は、3年生と5年生はほとんど変わらなかった。運動やスポーツで勝負に勝った時に「とても楽しい」と回答した人の中で「得意」「苦手」と回答した割合の差は、1年生が22.1%、3年生が32.6%、5年生が59.3%であった。「得意」と回答した割合はほとんど変わらず「苦手」と回答した割合で学年が上がると徐々に低くなった。

いずれの設問および学年においても、運動が得意であるかどうかとの有意な関係性が確認された。

3-4 運動強度の変化に伴う楽しさ

小学校1年生3年生5年生のたくさん汗をかく運動としんどく疲れる運動をした時の楽しさをクロス集計およびカイ二乗検定により検討した。

表3-4-1 運動やスポーツでたくさん汗をかいた時

学年		とても楽しい	少し楽しい	どちらでもない	あまり楽しくない	まったく楽しくない	合計
1	得意	67.7%	11.1%	8.8%	4.8%	7.6%	100%
	どちらでもない	37.5%	19.6%	25.0%	12.5%	5.4%	100%
	苦手	50.0%	12.5%	6.3%	3.1%	28.1%	100%
	全体	58.6%	12.4%	12.0%	8.2%	8.7%	100%
3	得意	73.5%	12.7%	10.0%	1.5%	2.4%	100%
	どちらでもない	44.5%	20.9%	25.5%	5.5%	3.6%	100%
	苦手	31.8%	15.9%	29.5%	6.8%	15.9%	100%
	全体	60.0%	17.4%	16.1%	3.1%	3.3%	100%
5	得意	70.2%	17.1%	10.3%	1.5%	0.9%	100%
	どちらでもない	31.5%	18.9%	33.6%	8.4%	7.7%	100%
	苦手	2.1%	20.8%	25.0%	14.6%	37.5%	100%
	全体	51.5%	19.8%	19.5%	4.6%	4.5%	100%
全体	得意	71.7%	13.3%	9.0%	2.6%	3.4%	100%
	どちらでもない	35.9%	22.2%	30.3%	6.6%	5.0%	100%
	苦手	21.2%	14.3%	25.1%	13.8%	25.6%	100%
	全体	54.6%	18.1%	17.2%	5.1%	4.9%	100%

$\chi^2 < 0.05$

表3-4-2 しんどくて疲れる運動やスポーツをしている時

学年		とても楽しい	少し楽しい	どちらでもない	あまり楽しくない	まったく楽しくない	合計
1	得意	48.6%	15.6%	12.3%	6.3%	17.1%	100%
	どちらでもない	17.5%	10.5%	26.3%	19.3%	26.3%	100%
	苦手	31.3%		3.1%	12.5%	53.1%	100%
	全体	39.1%	15.7%	13.1%	11.2%	20.9%	100%
3	得意	43.9%	24.1%	15.1%	10.0%	6.8%	100%
	どちらでもない	12.7%	22.7%	30.9%	18.2%	15.5%	100%
	苦手	13.3%	6.7%	15.6%	20.0%	44.4%	100%
	全体	29.9%	23.2%	19.9%	14.4%	12.6%	100%
5	得意	47.8%	26.5%	15.9%	5.3%	4.4%	100%
	どちらでもない	7.7%	15.5%	30.3%	25.4%	21.1%	100%
	苦手	4.2%	6.3%	14.6%	20.8%	54.2%	100%
	全体	28.8%	20.6%	22.0%	15.3%	13.4%	100%
全体	得意	45.9%	22.7%	13.8%	8.8%	8.9%	100%
	どちらでもない	12.9%	17.1%	28.7%	22.5%	18.7%	100%
	苦手	11.3%	4.4%	13.7%	20.6%	50.0%	100%
	全体	29.8%	20.2%	19.4%	15.6%	15.0%	100%

$\chi^2 < 0.05$

運動やスポーツでたくさん汗をかいた時に「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が58.6%、3年生が60.0%、5年生が51.5%であった。運動やスポーツが苦手で「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が50.0%、3年生が31.8%、5年生が2.1%であった。しんどくて疲れる運動やスポーツをしている時に「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が39.1%、3年生が29.9%、5年生が28.8%であった。運動が苦手で「とても楽しい」と回答した割合は、1年生が31.3%、3年生が13.3%、5年生が4.2%であった。上記の内容から苦

手で「とても楽しい」と回答した人の割合は、学年で大きな差が見られた。

次に「得意」「苦手」で比較する。運動やスポーツでたくさん汗をかいた時に「とても楽しい」と回答した人の中で「得意」「苦手」と回答した割合の差は、1年生が17.7%、3年生が41.7%、5年生が68.1%であった。特に1年生から3年生に上がるときに大きく差が開いた。運動が得意と回答した割合はほとんど変わらなかったものの、苦手と回答した割合が1年生では50.0%あったものが、5年生で2.1%とかなり減っている。また、しんどくて疲れる運動をしている時も同様に差が1年生17.3%、3年生が30.6%、5年生が43.6%であった。

第4章 考察

4-1 個人または集団での運動やスポーツと意識の変化

個人で運動やスポーツをしているときに楽しいと感じる児童は1年生が32.7%、3年生が20.8%、5年生が18.7%と学年が上がるにつれて一人で運動・スポーツをすることが楽しくなくなっているという結果となった。これは遊びの発達段階として、幼少期からの一人遊びから、自分以外のことに興味を持ち始め徐々に友達と遊ぶこと、協調性や友好的な関係を構築していくことによって、一人で運動・スポーツをすることよりも集団、友達と運動・スポーツを行うことに楽しさが変化したと考えられる。

表3-1-3で先生と一緒に運動・スポーツをしているときの楽しさでは、運動が得意と回答した人は、どの学年も50%を超えている結果となっているが、苦手を回答している人は、5年生で「とても楽しい」と回答した人が6.3%とかなり低い結果となった。子どもの体力の二極化が進むにつれ、体育の授業に興味関心がなくなっていることが危惧される。運動やスポーツが苦手な人がついていけなくなってしまっており、苦手な児童への対応が不十分になっていることが原因ではないだろうか。運動能力の差が大きい現在の状況において運動が得意な人も苦手な人も楽しく教わるような授業づくりが必要だ。指導者の資質向上が求められるだろう。

また、どの運動に関しての項目をとっても、1年生よりも5年生のほうが運動に対して「とても楽しい」と答えている人の数が少なく、男女ともに運動が「苦手」と答える割合が高くなっている。これは運動・スポーツに対して苦手意識を持ち将来も運動・スポーツを行わない可能性が高いと容易に推察できる。

4-2 運動やスポーツの上手・下手とほめる型指導

なかなか上手く運動やスポーツができないときに楽しいと感じるのは1年生の25.4%が一番高い結果であった。3年生5年生は、8%や6%と低い結果となっている。これは、小学校低学年は、運動ができることを楽しみとしており、運動すること自体を楽しいと感じていると推察される。中学年期からはその傾向が見られず、上手いかなくなると嫌になってしまう傾向が強く見られた。また、割合は少ないものの、うまくできなかったことを先生や友達に注意されたときに、「とても楽しい」と答えた児童は学年が上がるにつれて下がる結果となった。同様に「まったく楽しくない」と答えた人が徐々に上がるかに思えたが、1年生より5年生が低くなる結果となり、「どちらでもない」と答えた人の学年が上がるにつれて高くなっていた。運動に対して関心が薄れているように感じられた。

一方で、上手くできたことを先生や友達にほめられると運動が苦手な人も得意な人も等しく楽しいと感じていることから、教員や指導者は「ほめる型指導」を心掛けていくことが大切だと思われる。些細のことからできたことをほめて自信をつけさせることができるだろう。

4-3 運動やスポーツの勝ち負けとこだわり

表 3-3-1 の勝ち負けのつく運動やスポーツをしている時と表 3-3-2 の勝ち負けにこだわる人と運動やスポーツをしている時の楽しさを比較してみると、前者は全体で 54.6%と人たちが「とても楽しい」と答えており高い割合を示した。後者を見ると 26.0%が「とても楽しい」と答えているが、その差が 30%も開いている。どちらも勝ち負けを意識した質問だがその差はどこにあるのだろうか。勝ち負けへの「こだわり」を持つことで 30%もの差が開き楽しさが半減されることから、過度のやる気が楽しさを阻害してしまっていることが示唆された。

4-4 運動の得意・苦手による差

各項目に対して「とても楽しい」と答えた割合を運動の得意な人と苦手な人の差を検討した結果、学年が上がるにつれ大半の項目において差が大きくなっていることが分かった。これによりやはり体力の二極化が大きくなってきていることが示唆された。特に低学年から中学年にかけて差が大きくなっており、運動に対して苦手意識を持つようになる項目となっていることが推察された。

また、表 3-2-6 の上手でない人と運動やスポーツをしている時の項目において、1年生の「とても楽しい」と答えた割合の中で運動が得意な群は 37.1%、苦手な群が 45.2%とその差が-8.1%と苦手の子の方が高いという結果となった。マイナスの値を示したのはこの項目のみであった。表 3-2-5 の上手な人と運動やスポーツをしている時の割合と比較してみると、低学年の方が苦手意識は持つものの、運動をどんな人とやっても運動が得意と答えた人よりも楽しめていることが分かった。

第5章 結論

本研究の結果から、児童期には運動やスポーツに対して学年が上がるにつれ楽しさが減っていくことや、興味関心が薄れているという結果となった。しかし、勝負をしているときや先生、友達から褒められているときは、学年が上がったり、運動が苦手な人であったりしても「楽しい」と感じる割合が高くなっていた。この結果を踏まえ、特に低学年から中学年に上がる頃に子どもの意識が変わることから、教員や指導者は、その時期に体育の授業で運動が得意な子も苦手な子も一緒になって楽しめるような授業づくりと些細なことでもほめて伸ばすような、ほめる型指導を心掛けていかなければならない。今後は、実際の指導案づくりと実践を課題として取り組んでいきたい。

参考文献

- 1) 平成 27 年度 全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書 スポーツ庁
- 2) 青少年のスポーツライフ・データ 2013 笹川スポーツ財団
- 3) 文部科学省小学校体育
http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/youryou/syo/tai.htm
- 4) 日本体育測定評価学会第 15 回大会 プログラム・抄録集 pp18
- 5) 運動が苦手な低学年児童への運動実践が体力、活動量に及ぼす影響 中野貴博、春日晃章、神田知輝、高原彩華、和久田浩晃

謝辞

今回の研究でご指導いただきました、名古屋学院大学の中野貴博先生、運動遊びや体育授業に関するアンケートにご協力いただきました、岐阜県の小学校の皆様にご心より感謝いたします。

付表：調査用紙（高学年用）

「運動遊びや体育授業」に関するアンケート

※名前は書かなくても良いので、正直な気持ちを教えてください！

（ 小学校） （ ）年 （男・女）

★すべての質問について、あてはまる数字に○をつけてください

- ① 運動やスポーツは得意ですか？
1. 得意 2. やや得意 3. どちらでもない 4. やや苦手 5. 苦手
- ② 運動クラブやスポーツ少年団に入っていますか？
1. 入っている（種目名： ） 2. 入っていない
- ③ 休み時間や休みはおもにどんな遊びをしていることが多いですか？
1. 5人以上の友達と外遊び 2. 2～4人の友達と外遊び 3. 1人で外遊び
4. 室内（教室や図書室）に友達という 5. 室内（教室や図書室）に1人である

■■■体育以外の運動遊びについて■■■

- ④ 体を活発に動かして遊ぶことは好きですか？
1. 好き 2. やや好き 3. どちらでもない 4. 少しきらい 5. きらい
- ⑤ 走ったり、ジャンプしたりする遊び（リレー、鬼ごっこ、なわ跳びなど）は好きですか？
1. 好き 2. やや好き 3. どちらでもない 4. 少しきらい 5. きらい
- ⑥ ボール（ドッジ、サッカー、野球など）を使った遊びは好きですか？
1. 好き 2. やや好き 3. どちらでもない 4. 少しきらい 5. きらい
- ⑦ 鉄棒、遊具、うんていを使った遊びは好きですか？
1. 好き 2. やや好き 3. どちらでもない 4. 少しきらい 5. きらい
- ⑧ プールや川・海での遊びは好きですか？
1. 好き 2. やや好き 3. どちらでもない 4. 少しきらい 5. きらい
- ⑨ 音楽に合わせて体を動かしたり、歌を歌いながら踊ったりする遊びは好きですか？
1. 好き 2. やや好き 3. どちらでもない 4. 少しきらい 5. きらい

■■■体育授業について■■■

- ⑩ 体育の授業は好きですか？
1. 好き 2. やや好き 3. どちらでもない 4. 少しきらい 5. きらい
- ⑪ 「短距離走、ハードル走、走り幅跳び、走り高跳び」（陸上競技）の体育授業は好きですか？
1. 好き 2. やや好き 3. どちらでもない 4. 少しきらい 5. きらい
- ⑫ 「ボール」（球技）を使った体育授業は好きですか？
1. 好き 2. やや好き 3. どちらでもない 4. 少しきらい 5. きらい
- ⑬ 「マット、鉄棒、跳び箱」を使った体育授業は好きですか？
1. 好き 2. やや好き 3. どちらでもない 4. 少しきらい 5. きらい
- ⑭ 「水泳」の体育授業は好きですか？
1. 好き 2. やや好き 3. どちらでもない 4. 少しきらい 5. きらい

【うら面につづく】

(つづき)

- ⑮ 「いろいろな踊りやフォークダンス」(表現運動)の体育授業は好きですか？
 1. 好き 2. やや好き 3. どちらでもない 4. 少しきらい 5. きらい

■■■生活や健康について■■■

- ⑯ 現在、規則正しい生活をしていると思いますか？
 1. 思う 2. 少し思う 3. どちらとも言えない 4. あまり思わない 5. 思わない
- ⑰ 自分の健康に自信がありますか？
 1. ある 2. ややある 3. どちらとも言えない 4. あまりない 5. ない
- ⑱ 健康のために「運動すること」は大切だと思いますか？
 1. 大切 2. やや大切 3. どちらとも言えない 4. あまり大切ではない 5. 大切ではない
- ⑲ 楽しく生活したり、豊かな生き方をしたりするために「運動すること」は大切だと思いますか？
 1. 大切 2. やや大切 3. どちらとも言えない 4. あまり大切ではない 5. 大切ではない
- ⑳ 大人になってから「運動やスポーツ」をしたいと思いますか？
 1. 思う 2. 少し思う 3. どちらとも言えない 4. あまり思わない 5. 思わない

■■■運動やスポーツの楽しさについて■■■

★下に書いたような時、あなたは運動やスポーツを「楽しい」もしくは「楽しくない」と感じますか？

運動やスポーツのこんな場面は 楽しい？楽しくない？ あてはまる数字に○をつけて	楽 と し て も	楽 少 し し い	な ど ち ら で も	楽 あ ま り く り な い	楽 ま し く た く な い
みんなで運動やスポーツをしている時	1	2	3	4	5
1人で運動やスポーツをしている時	1	2	3	4	5
上手に運動やスポーツができた時	1	2	3	4	5
なかなか上手に運動やスポーツができない時	1	2	3	4	5
上手にできたことを先生や友達にほめられた時	1	2	3	4	5
上手にできないことを先生や友達に注意された時	1	2	3	4	5
勝ち負けのつく運動やスポーツをしている時	1	2	3	4	5
勝ち負けにこだわる人と運動やスポーツをしている時	1	2	3	4	5
あまり勝ち負けを気にしない人と運動やスポーツをしている時	1	2	3	4	5
運動やスポーツで勝負に勝った時	1	2	3	4	5
運動やスポーツで勝負に負けた時	1	2	3	4	5
上手な人と運動やスポーツをしている時	1	2	3	4	5
上手でない人と運動やスポーツをしている時	1	2	3	4	5
運動やスポーツでたくさん汗をかいた時	1	2	3	4	5
しんどくて疲れる運動やスポーツをしている時	1	2	3	4	5
先生などに運動やスポーツを教してもらっている時	1	2	3	4	5
年上のお兄さんお姉さんと運動やスポーツをしている時	1	2	3	4	5

質問に答えてくれて、ありがとうございました

2016 年度 スポーツ健康学部
卒業論文

ネパールの子どもたちの生活と体力との
関係性について

所 属 学 科 スポーツ健康学科

学籍番号・氏名 17S0062 重久 真理

指 導 教 員 中野 貴博

提 出 日 1 月 25 日

■ 研究要旨

日本は 1954 年から高度経済成長に入り、世界でも有数の経済的発展を遂げた国である。しかしながら、同じアジアに位置する国であっても、経済水準はもとより、教育水準、生活習慣はさまざまであり、そのような違いから価値観のずれや、運動に関する意識の違い、また運動能力の差として現れている。特に、ネパールなどの東南アジアの国では、日本とは全く違う生活様式が存在する。アジアには、世界の後発展途上国（LDC：Least Developed Country）として、国連に指定されている国が 9 か国存在する。このように、生活様式の全く違う子供たちの健康面、体力面の支援や教育に貢献していくための基礎資料として、子供たちの体力測定と生活習慣の調査を行い、アンケートの結果を踏まえ、生活と生徒の体力との関係性についての研究を目的とする。

ネパールの 3 つの小中学校の生徒、計 1057 人を対象に調査を実施した。分散分析により、外遊びや習い事の実施状況により生活習慣および体力にどのような違いがあるかを検討した。結果、普段体を動かしている生徒と動かしていない生徒では明らかな違いが現れた。わが国がこれらの国々の支援や貢献をしていくにあたり、考え方や教育方法を押し付けるのではなく、各国の価値観や風習を尊重し、正しく理解したうえで、方策を練ることが大切であることが示唆された。

目 次

第 1 章 序論

第 2 章 方法

- 2-1 調査対象国および地域
- 2-2 調査対象者
- 2-3 測定・調査項目
- 2-4 調査方法
- 2-5 分析手続き

第 3 章 結果

- 3-1 体力測定とアンケート結果の概要
- 3-2 性・学年・習い事（運動系）実施と体力測定値の関係
- 3-3 体力測定値と生活習慣の関係

第 4 章 考察

- 4-1 性・学年・習い事（運動系）実施と体力測定値の関係
- 4-2 体力測定値と生活習慣の関係

第 5 章 まとめ

参考文献

謝辞

第1章 序論

日本は1954年から高度経済成長に入り、世界でも有数の経済的発展を遂げた国である。しかしながら、同じアジアに位置する国であっても、経済水準はもとより、教育水準、生活習慣はさまざまであり、そのような違いから価値観のずれや、運動に関する意識の違い、また運動能力の差として現れている。もちろんアジアの中でも日本と類似の生活様式を呈することもありますが、タイやネパールなどを中心とする東南アジアでは全く異なった生活文化や教育が存在する。もちろん、経済水準も国ごとに大きく異なり、アジア圏には日本とは対照的に世界の後発展途上国（LDC : Least Developed Country）として、国連に指定されている国が9か国存在する。アフガニスタン、バングラデシュ、ブータン、カンボジア、ラオス、ミャンマー、ネパール、イエメン、東ティモールが指定されている国である。これらの国々では、義務教育である小学校、中学校に行くことや、毎日お風呂に入る習慣など、日本でのあたりまえの生活は通用しない。あたりまえの生活が、あたりまえにできるようにするために、日本がスポーツや健康といった面で、国際的な支援や、ボランティアなどで貢献できることがあるはずだ。一概には言えないが、スポーツの盛んな国では比較的経済水準も高く、国内情勢も安定している傾向にある。そのことから、上記のような国々では無論、日本と同じ感覚でスポーツをとらえること、またスポーツを行うことですら、困難な地域も多々見られる。また健康面でも寿命はもちろん、主要な死因も異なっており、同じ対策が有効とは限らない。例えば、日本で最も多い死因としてあげられるものは、悪性新生物、心疾患、脳血管疾患などが上位にあげられる中、ネパールを例に挙げると、出生時の死亡や、自殺が極めて多くなっている。さらに、宗教的背景も異なることを考慮すれば、同じ価値観を押し付けることなど到底できるはずもない。ネパールは人口の80%がヒンドゥ教である。ヒンドゥ教は輪廻や解脱を含む時の循環を信じており、生活様式、身分、職業などによるカースト制を特徴とする宗教である。今は昔ほどカースト制に縛られていないが、まだカーストの名残も残っており、人々の生活や職業にも影響が出ている。このように、スポーツや運動、健康のとらえかた、その意義においても国によって大きく異なることが容易に予想される。特に、LDC 諸国では、日本とは全く違った価値観の存在や、運動、体力といったものへの影響因子の違いが存在することが予想される。

このような背景を受けて、本研究では、生活様式の全く違う子ども達の健康面、体力面の支援や教育に貢献していくための基礎資料として、子ども達の体力測定と生活習慣の調査を行い、LDC 諸国の児童の体力と生活の関係性を検討することを目的とした。

第2章 方法

2-1 調査対象国および地域

本研究の調査対象国はネパール連邦民主共和国（以降、ネパール）であり、首都のカトマンズに位置する小中学校を調査対象とした。以下に、ネパールとカトマンズの概要を示す。

ネパールには、93の異なる言語や地域語を持つ100以上の民族が暮らしている。人口は2649万人であり、国の面積は14.7万平方キロメートルである。これは、北海道の約1.8倍の国土になる。ネパールの主要産業は農林業、貿易、御売り業、交通、通信業である。日本との交友関係は良好であり、貿易においては古くからの関わりも持っている。気候は大きく分けると、6～9月前半が雨季、9月後半～5月が寒気となる。寒気はヒマラヤの見える確率が高く、中でも3、4月と10、11月はトレッキングに最適なシーズンとなっている。なお、雨季でも毎日雨が降り続くわけではなく、緑豊かな自然に恵まれた国である。教育については、まだ制度もいきわたってないところも多く見受けられ、識字率は57.4%で未就学児童数は81526人ほどいる。教育に関しては、世界的に見てもまだまだ遅れているため、日本からの援助や教育なども重要な課題となっている。学校の修学年数は、小学校は5年、中高学校は7年になっている。首都はカトマンズであり、以下にその概要を示す。

首都カトマンズは5山に囲まれた盆地であり、カトマンズ盆地と言われる。バグマティ川、ビシュヌマティ川の2つの川が貫通し、両川に抱かれるような形でカトマンズの町は広がっている。約8000年前までは湖底であった。人口はカトマンズ盆地には176万人が住んでおり、残りのほとんどの人は村山で生活している。標高は1400mにあり、1年を通して温暖でさわやかで冬でも暖かい。冬季でも積雪はまれで周囲の山に雪が降ると何年振りかと話題になるほどである。最暖月の平均気温は24℃、最寒月の平均気温は10℃、と気温は年中温暖である。年降水量の約4分の3の雨が雨期に降る。

2-2 調査対象者

調査対象はカトマンズ市内にある3つの小中学校の4歳から18歳、1073人であった。その内、年齢、性、学年が無回答の16名を除いた1057名を最終的な有効データとした。さらに、本論文では、体力測定データを中心に分析検討を進めたため、体力テストデータの得られた1～5年生641名を分析対象とした。詳細な内訳を表2-2-1に示した。

表 2-2-1 調査対象者の内訳

grade	Gyankunjhss			Kankali			Mangal HSS			合計		
	Boys	Girls	合計	Boys	Girls	合計	Boys	Girls	合計	Boys	Girls	合計
1	0	0	0	0	4	4	13	14	27	13	18	31
2	56	36	92	4	0	4	25	17	42	85	53	138
3	49	44	93	2	5	7	18	28	46	69	77	146
4	54	42	96	4	4	8	27	21	48	85	67	152
5	62	51	113	5	6	11	27	23	50	94	80	174
合計	221	173	394	15	19	34	110	103	213	346	295	641

2-3 測定・調査項目

a) 体力測定と形態調査

体力測定では「立ち幅跳び」「ソフトボール投げ」「握力」の 3 項目、形態調査では「身長」「体重」の 2 項目の測定を実施した。

① 立ち幅跳び

両足を軽く開いて、つま先が踏切の前端に揃うように立つ。両足で同時に踏み切って前方へと跳ぶ。身体が地面に触れた位置のうち、最も踏切に近い位置と、踏切前の両足の中央の位置（踏切線の前線）とを結ぶ直線の距離を計測する（図 2-4-1 参照）。

記録はセンチメートル単位とし、センチメートル未満は切り捨てる。2 回実践して良い方の記録を採用する。実践上の注意事項として、踏切の際には、2 重踏切にならないようにすることを意識させる。

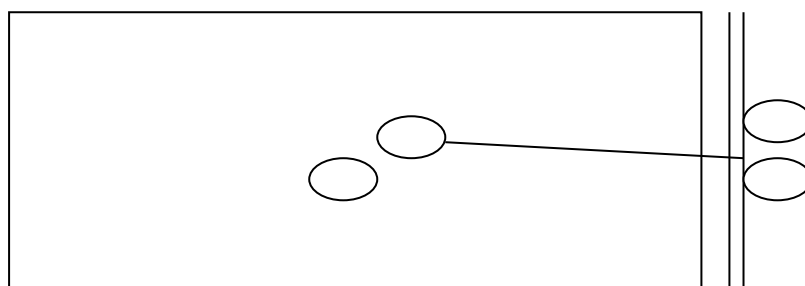


図 2-4-1 立ち幅跳びにおける記録の計測方法

② ソフトボール投げ

投球は地面に書かれた円内から行う。投球中または投球後、円を踏んだり、越したりして円外に出てはいけない。投げ終わったときは静止してから円外に出る。

記録は 0.5 メートルを単位とし、0.5 メートル未満は切り捨てる。2 回実践して良い方の記録を採用する。実践上の注意事項として、投球のフォームは自由であるが、「下投げ」をしないように指示し、下投げで投球された際には再度、上投げにて投球を行わせる。

③ 握力

握力計の指針が外側になる様に持ち、腕をまっすぐ伸ばした状態で計測する。人差し指の第二関節が、ほぼ直角になる用に握りの幅を調節する。直立の姿勢で両足を左右に自然に開き腕を自然に下げ、握力計を身体や衣類にふれないようにして、力一杯握りしめる。この際、握力計を振り回さないようにする。記録は左右交互に 2 回ずつ実施する。記録は 0.1 キログラム単位とし、0.1 キログラム未満は切り捨てる。左右ともに、良い方の記録を採用する。

b) アンケート調査

子ども達の生活習慣に関する7項目のアンケート調査を実施した。調査項目は、就寝時刻、起床時刻、ゲーム実施時間、テレビ視聴時間、外遊びの頻度(4件法)、習い事(運動系)の頻度(4件法)、月々のお小遣いであった。調査は学年ごとに教室に集合し、現地協力者が現地語で読み上げ、児童が調査用紙に回答を記入する集合調査法により実施した。

2-4 調査・測定方法

調査および測定は、日本人スタッフ8名、現地協力者5名の13名体制にて3校で実施した。体力測定に関する詳細は後述するが、原則、文部科学省の新体力テストに準拠して実施した。但し、現地の環境にあわせ可能な道具を工夫して環境を整えた。アンケート調査は教室による集合調査法を用い、調査用紙は事前にネパール語に翻訳したものをを用いた。すべての調査は現地協力スタッフにより、回答内容を確認後に回収した。

また、体力測定に関しては、原則、小学校1年生から5年生を対象とし、アンケート調査および形態測定に関しては全学年を対象とした。本論文では、体力測定を実施できた対象者のみを分析対象とした。

2-5 分析手続き

最初に体力測定、形態計測、アンケート調査の結果の記述統計量を算出した。次いで、性・学年・習い事(運動系)実施と体力測定値の関係を分散分析により検討した。事後検定に関しては、いずれの交互作用も有意にならなかったため、考察対象外とした。さらに、体力測定値と生活習慣の関係をt検定により検討した。この際、性・学年別に算出した各項目の体力偏差値をもとに、偏差値60以上と40未満の2群に分類し、検討を行った。いずれの分析も有意水準は5%とし、IBM社製のSPSS STATISTICS22.0を用いて分析を行った。

第3章 結果

3-1 体力測定とアンケート結果の概要

今回調査したすべての項目の平均を性・学年別に比較した。今回の調査では Grade1 から Grade5 の 5 学年のみ体力測定を実施したため、体力測定値に関しては対象学年のみの結果を示す。一覧を表 3-1-1 に示す。

表3-1-1. 体力測定とアンケート結果の概要
(男子)

学年	身長		体重		立ち幅跳び		ボール投げ		握力(平均)		起床時刻		就寝時刻		GAME		TV		外遊び		おこずかい		習い事	
	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD
Grade1	13	116.9±8.32	13	20.2±2.93	13	106.6±13.17	14	10.6±4.03	13	8.25±2.27	14	6:00±0:39	14	21:12±0:53	14	29.7±19.7	14	70.4±170.2	14	2.4±0.9	14	494.6±262.8	14	2.9±1
Grade2	85	121.8±6.8	85	23.1±5.1	85	96.8±21.45	85	10.9±4.54	83	10.13±2.54	85	5:52±0:42	85	21:29±1:06	85	34.6±26	85	54.7±46.2	84	2.8±1.1	85	541.7±369.9	85	2.7±0.9
Grade3	69	126.2±6.28	69	25.6±5.8	69	105.3±22.16	69	14.5±9.77	69	11.5±2.77	68	5:54±0:37	67	21:28±0:58	69	56.8±55.6	69	67.6±86.6	69	2.9±0.9	69	570.1±325.6	69	2.8±0.9
Grade4	85	132.2±6.88	85	28.1±6.86	85	122.2±26.6	85	16.9±5.13	85	13.17±2.68	85	5:54±0:43	84	21:38±1:01	85	64.6±85.6	84	64.6±55.8	84	2.8±1	85	683.6±499.8	85	2.8±0.9
Grade5	94	138±7.29	94	32.3±7.57	94	128±23.09	93	19.6±4.99	94	15.73±3.79	94	6:05±0:43	94	21:33±0:53	94	63±58.3	94	68.8±55.1	94	3.1±0.9	94	618±1001.2	94	2.7±0.8
Grade6	32	143.6±10.38	32	35.7±7.92							32	5:49±0:29	32	20:22±0:54	32	36.1±39.6	32	81.3±52.6	32	2.7±1.3	32	31.3±123	32	2.8±1
Grade7	37	148.5±10.1	37	38±8.04							37	5:51±0:37	37	20:55±0:36	37	38.5±63.6	37	63.5±142	37	3.7±0.6	37	0.7±4.1	37	3.3±1.3
Grade8	34	154.3±7.14	34	42.1±6.85							34	6:05±0:32	34	20:57±0:36	34	54.6±30.2	34	57.6±47.3	34	3.2±0.9	34	614.2±257.6	34	2.6±1
Grade9	60	159.8±10.3	60	46.6±8.03							60	5:50±0:34	60	21:21±0:56	60	36.1±54.9	60	27.9±27.6	60	3±0.9	60	135±200.7	60	2.5±1.1
Grade10	50	163.3±6.98	50	50±6.7							50	5:45±0:47	50	21:46±0:58	50	62.8±90.2	50	77.5±102.6	50	3.3±0.9	50	655.7±1216.2	50	2.9±0.6

表3-1-1. 体力測定とアンケート結果の概要

学年	身長		体重		立ち幅跳び		ボール投げ		握力(平均)		起床時刻		就寝時刻		GAME		TV		外遊び		おこずかい		習い事	
	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD	N	平均±SD
Grade1	18	113.9±10.49	18	20.4±5.33	18	97.1±16.25	16	5.5±1.85	15	6.93±1.82	18	6:03±0:22	18	21:26±0:28	18	43.6±25.7	18	48.3±32.2	18	2.9±1	18	463.9±259.4	18	2.9±0.9
Grade2	53	121.8±5.64	53	23.3±3.81	53	83.8±20.66	52	7.9±10.3	53	9.52±2.12	53	5:50±0:46	53	21:32±1:11	53	73.7±115.3	53	56.7±87.3	53	2.9±0.9	53	767.5±812.6	53	2.8±1
Grade3	77	124.4±5.93	77	24.3±4.55	77	91.8±21.23	77	9.6±8.13	77	9.69±2.21	77	5:49±0:42	77	21:19±1:00	77	53.3±60.2	77	64.5±85.6	77	2.5±1	77	663.4±455.2	77	2.8±1
Grade4	67	132.1±6.47	67	29.1±5.51	67	105.1±18.89	67	10.7±10.16	67	11.99±2.84	67	5:55±0:40	67	21:37±0:49	67	55.1±64.2	67	47±46.7	67	3±0.8	67	759.5±648.6	67	3.1±0.8
Grade5	80	138.6±6.65	80	32.4±7.34	80	105.2±19.67	80	13±9.32	80	14.31±3.47	79	5:55±0:49	78	21:32±0:56	79	61.7±55.7	79	62.7±52.7	77	3.1±0.9	78	641.3±497.1	79	2.8±1.2
Grade6	42	144.2±7.46	42	37.3±6.47							42	5:45±0:31	42	20:42±0:41	42	25±27.3	42	65.1±95.2	42	3.3±1.2	42	121.4±267.6	42	3.5±0.8
Grade7	41	147.2±7.19	41	39.6±6.6							41	6:06±0:37	41	20:46±0:51	41	42±34.9	41	41.3±34.3	41	3.9±0.4	41	0±0	41	3.6±1.1
Grade8	41	150±5.46	41	44±7.71							41	5:51±0:38	40	21:17±0:34	41	43.2±90.1	41	43.7±44.7	41	3.6±0.8	41	226.6±346.1	41	3.1±1
Grade9	45	149.5±7.88	45	43.1±6.38							45	5:54±0:21	45	21:33±0:55	45	27.6±85.7	45	29.6±26.7	45	3.2±0.9	45	78.9±138.3	45	2.9±0.9
Grade10	31	153.2±5.38	31	46.8±5.84							31	5:55±0:28	31	21:26±0:31	31	46.8±55.7	31	68.5±99.2	31	3±0.9	31	335±374.9	31	3±0.7

3-2 性・学年・習い事（運動系）実施と体力測定値の関係

性別・学年・運動系の習い事実施を要因として、体力測定値の平均値に違いがあるかどうかを分散分析により検討した。結果を表 3-2-1 に示す。ここで、いずれの交互作用も有意ではなかったため、各要因の主効果の結果のみを示す。また、体力測定項目に関しては、種目ごとに別々の分析を行った。

まず、立ち幅跳びでは、性別と学年の有意な主効果が認められた。性別では、男子の方が記録がよく、学年では、高学年ほど記録がよくなる傾向が見られた。習い事に関しては、有意な違いは見られなかった。

ソフトボール投げでは、性別と学年の有意な主効果が認められた。性別では、男子の方が記録がよく、学年では、高学年ほど記録がよくなる傾向が見られた。習い事に関しては、有意な違いは見られなかった。

握力においても性別と学年の有意な主効果が認められた。性別では、男子の方が記録がよく、学年では、高学年ほど記録がよくなる傾向が見られた。習い事に関しては、有意な違いは見られなかった。

表3-2-1. 性・学年・習い事（運動系）実施状況による体力測定値の違い

従属変数	要因				F値	有意確率
	性別		学年			
立幅跳び	Boys	Girls			39.732	0.000*
	113.57	97.34				
	学年				24.934	0.000*
	grade2	grade3	grade4	grade5		
	91.82	98.18	114.63	117.63		
習い事				0.27	0.929	
6～7日	3～5日	1～2日	0日			
	106.2	103.66	108.42	103.06		
ソフト ボール 投げ	性別				30.134	0.000*
	Boys	Girls				
	15.43	10.253				
	学年				9.498	0.000*
	grade2	grade3	grade4	grade5		
9.737	11.905	14.143	16.613			
習い事				0.44	0.821	
6～7日	3～5日	1～2日	0日			
	11.713	14.231	11.23	7.5		
握力	性別				15.604	0.000*
	Boys	Girls				
	12.632	11.311				
	学年				54.406	0.000*
	grade2	grade3	grade4	grade5		
9.893	10.542	12.648	15.087			
習い事				0.543	0.744	
6～7日	3～5日	1～2日	0日			
	12.007	11.805	12.567	11.065		

*: p<0.05

3-3 体力測定値と生活習慣の関係

3項目の体力測定値の違いによる生活時間4項目およびお小遣いの額の差をt検定により検討した。体力測定値に関しては、性・学年別に偏差値を算出した。偏差値60以上および40未満の2群間での生活時間4項目およびお小遣いの額の差を検討した結果を表3-3-1から3-3-3に示す。

立ち幅跳びでは、就寝時刻に有意な差が見られた。偏差値60以上の児童は就寝時刻が遅い傾向にあり、平均して53分ほど遅く就寝していた。その他の項目に関しては、有意な違いは見られなかった。

表3-3-1. 体力偏差値による生活習慣の違い(立ち幅跳び)

調査項目	グループ (偏差値)	平均値	標準 偏差	平均値 の差	t値	有意 確率
起床時刻	60以上	5:54	0:41	0:02	0.481	0.631
	40未満	5:52	0:40			
就寝時刻	60以上	21:28	0:45	0:52	2.183	0.030*
	40未満	20:35	3:50			
Game(分)	60以上	58.8	54.1	7.1	0.767	0.444
	40未満	51.7	71.3			
TV(分)	60以上	60.3	54.9	-0.9	-0.096	0.924
	40未満	61.2	78.3			
お小遣い (ルピー)	60以上	629.7	641.6	1.7	0.020	0.984
	40未満	627.9	479.0			

*: p<0.05

ソフトボール投げでは、ゲームをする時間に有意な差が見られた。偏差値60以上の生徒は1日にゲームを1時間以上しているのに対して、偏差値40以下の児童は1日に30分ほどしかゲームをしていなかった。その他の項目では、就寝時刻に有意傾向が見られた。偏差値60以上の生徒は就寝時刻が遅い傾向にあり、平均して51分ほど遅く就寝していた。

表3-3-2. 体力偏差値による生活習慣の違い(ソフトボール投げ)

調査項目	グループ (偏差値)	平均値	標準 偏差	平均値 の差	t値	有意 確率
起床時刻	60以上	5:55	0:45	-0:03	-0.402	0.688
	40未満	5:58	0:36			
就寝時刻	60以上	21:25	0:45	1:09	1.757	0.082
	40未満	20:16	4:42			
Game(分)	60以上	61.3	78.1	27.3	2.099	0.039*
	40未満	34.0	32.8			
TV(分)	60以上	56.6	55.2	12.2	1.181	0.241
	40未満	44.4	41.3			
お小遣い (ルピー)	60以上	539.6	349.4	-21.9	-0.289	0.773
	40未満	561.5	359.5			

*: p<0.05

握力では、起床時刻、ゲームをする時間、テレビを見る時間の3項目で有意な差が見ら

れた。起床時刻では、偏差値 60 以上の生徒は偏差値 40 未満の児童より遅く起床しており、その差は 13 分ほどであった。ゲームをする時間では、偏差値 60 以上の児童は偏差値 40 未満の児童より多くの時間ゲームをしており、その差は 27 分ほどであった。同様にテレビを見る時間でも、偏差値 60 以上の児童は偏差値 40 未満の児童より多くの時間テレビを見ており、その差は 22 分ほどであった。また、お小遣いに関しては、わずかに統計的な有意傾向が確認されなかったが、偏差値 60 以上の児童の方が約 60 ルピー月々のお小遣いが多くなっていた。

表3-3-3. 体力偏差値による生活習慣の違い(握力)

調査項目	グループ (偏差値)	平均値	標準 偏差	平均値 の差	t値	有意 確率
起床時刻	60以上	6:05	0:38	0:13	2.055	0.041*
	40未満	5:52	0:43			
就寝時刻	60以上	21:01	2:23	-0:05	-0.331	0.741
	40未満	21:06	0:48			
Game(分)	60以上	62.9	73.6	27.0	2.864	0.005*
	40未満	35.9	39.4			
TV(分)	60以上	64.0	62.5	21.8	2.626	0.009*
	40未満	42.3	38.8			
お小遣い (ルピー)	60以上	694.5	745.0	159.6	1.642	0.103
	40未満	534.9	407.1			

*: p<0.05

第4章 考察

4-1 性・学年・習い事（運動系）実施と体力測定値の関係

性、学年、習い事実施と体力測定値の関係では、立ち幅跳び、ボール投げ、握力ともに、性別と学年に有意な主効果が認められた。どの項目においても、男子児童の記録が女子児童よりも優れており、学年が上がるごとに、記録も向上していた。日本の児童と同様な傾向がみられたと言える。日本とは生活習慣もスポーツに対する取り組みも全く異なる国においても、性、学年ごとの記録の傾向は変わらないことが明らかとなった。次に、習い事実施に関しては有意な差が見られなかった。現代の日本の子どもの遊びの中心はテレビゲーム、タブレット、スマホなどの機械によつてのデジタルな遊びであるため、運動系の習い事や、部活動をしていない子どもと、している子どもでは、体力測定の結果に大きな差が現れる。しかしながら、ネパールでは習い事の結果に有意な差が見られないことから、習い事をしていない生徒も日常的に活動的な生活をしていることが予想される。日本のように経済的に発展している国では、子どもの体力低下問題が顕在化しており、原因として、機械化の進展にともない、生活自体が機械に依存してしまっていることが考えられる。生活の「補助」であった機械が生活の「中心」になってきていると言える。一方、ネパールのようなLDC諸国では、状況が異なる。実際に学校に訪問した際、休み時間になると、ほとんどの児童が教室から飛び出し、外で遊んでいた。日本の子ども達の体力低下問題を解決するためには、ネパールのように発展していない国の子ども達の生活習慣から学ぶことや吸収することも重要なことであると思われる。ある種、原始的ともとれる生活様式が子ども達の体力を保証していることは疑いようのない事実であり、先進諸国においては、社会の発展と相反して考えていかなくてはならない問題である。また、今後、具体的にどのように対策をしていくのかを学校だけでなく個々が考え実行していくことも改善のために重要であると考えられる。

4-2 体力測定値と生活習慣の関係

握力の結果を見ると、偏差値60以上の児童の方が偏差値40以下の児童より約60ルピー月々のお小遣いが多くなっていることがわかった。握力は運動能力や手の力だけではなく、体格の大きさが大いに関係している項目である。体格の良い生徒ほど家庭の環境や、生活水準が高いことが予想される。このことから、握力の記録が優れていた児童ほど、お小遣いを多くもらっており、家庭が裕福であると考えられる。さらに、就寝時刻の遅い児童ほど、握力だけでなく全項目において、偏差値が高くなっていることが読み取れた。日本人の概念では、規則正しく生活をし、就寝時刻も早い児童の方が、体力はよい傾向にあると思われる。しかし、今回の調査結果からみると、就寝時刻が遅くて、テレビゲームをする時間が長く、お小遣いをたくさんもらっている児童が偏差値が高いという結果が確認された。ネパールは序論でも記したように、生活水準がアジアの国々の中でも圧倒的に低

く、日本での当たり前な生活が通用しない。しかしながら、経済状態の良い家庭においては、先進諸国に近い近代的な生活をしている可能性がある。テレビゲーム実施などの時間が長いのは、ある意味では近代的な生活を送っている家庭であると推察できる。食事においても同様であり、結果的に体格も大きくなり、早い段階で体力測定値も高くなっていたと推察される。日本のように、平均的な生活が保障されている国では、生活習慣の悪化が体力低下と結びつくが、発展途上の国では逆の傾向になるのは、上記のような実態が背景にあると考えられる。また、スポーツをする環境もスポーツに対する意識も日本とは全く異なっている。ネパールでは、体育の授業が明確に実施されていない。そのため、スポーツに触れ合う時間は、習い事や、主に友だちと遊ぶ時などがメインとなってしまう。しかし、すべての児童が習い事をできるわけではない。家庭の経済状況によって、習い事ができないどころか、家の手伝いに追われている児童もたくさんいるのが現状である。

今回の研究結果より、子ども達の体力に影響する要因は、国の状況によって異なることがわかった。体力低下問題が顕在化している日本にとっても学ぶべきことは多く存在した。社会が裕福になることが、人にとって全ての利益とはならないことも確認されたと言える。一方で、発展途上の国々が、高い経済発展を目指しているのも事実であり、発展に伴い顕在化してくるであろう、問題を今後備えて理解しておくことも大変重要になってくると考える。

第5章 まとめ

本研究の結果、体力測定とアンケートの結果から、ネパールにおいても習い事や外遊びなどの生活習慣が体力に深く関係していると考えられる。しかしながら、関連のしかたは日本とは異なり、生活水準や家庭環境が体力に大きな影響を及ぼしていることが明らかになった。日本では、家庭環境が体力測定の値に影響する傾向はあまり見られておらず、ネパールのような発展途上の国の特徴だと考えられる。生活水準の異なる家庭の子どもたちでも、スポーツを平等に楽しむための環境づくりをすること、そして、社会、経済の発展に伴って今後、ネパールの子ども達にも見られてくるであろう体力低下への対策を今から講じていくことが期待される。

参考文献

清沢洋（2008）ネパール 村人の暮らしと国際協力、社会評論社.

謝辞

今回、卒業研究を行うにあたってご指導、ご協力していただきました名古屋学院大学の中野貴博先生、ネパールの調査に携わっていただいた先生方、そしてネパールの現地の方々に多大なる感謝を申し上げます。

付表：調査・アンケート用紙

形態・体力測定(記録用紙) (Record paper) ID

学校名 (School Name) <input style="width: 100%;" type="text"/>	学校種 (Type of school) 1. 小学校 (Elementary) 2. 中学校 (Junior high) <input style="width: 100%;" type="text"/>	カースト (Caste) <input style="width: 100%;" type="text"/>	
名前 (Name) <input style="width: 100%;" type="text"/>	年齢 (Age) 歳 <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/>	学年 (Grade) <input style="width: 20px;" type="text"/>	性別 (Sex) 1. 男子 (1. Male) 2. 女子 (2. Female) <input style="width: 20px;" type="text"/>
生年月日 (Birthday) 年 (year) 月 (month) 日 (day) <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/>	測定日 (Measurement date) 年 (year) 月 (month) 日 (day) <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/> <input style="width: 20px;" type="text"/>		

1 身長 (Standing height) <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> cm	2 体重 (Body weight) <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> kg
3 立ち幅跳び (Standing long jump) <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> cm	4 ソフトボール投げ (ball throw) <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> m
5 垂直跳び (Vertical jump) <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> cm	6 握力 (Grip strength) right hand (右手) <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> kg left hand (左手) <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> kg

----- キリトリ -----

For feedback	
1 身長 (Standing height) <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> cm	2 体重 (Body weight) <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> <input style="width: 40px;" type="text"/> kg

アンケート調査 (Questionnaire)

質問 1: 01 学校に行く日数 (週) について尋ねますか?	質問 2: 02 学校に行く日数 (週) について尋ねますか?
.....
質問 3: 03 学校に行く日数 (週) について尋ねますか?	質問 4: 04 学校に行く日数 (週) について尋ねますか?
..... 時間 分 時間 分
質問 5: 05 学校に行く日数 (週) について尋ねますか?	answer
1 毎日行く (1週間) 2 毎日行く (2週間) 3 毎日行く (3週間) 4 毎日行く (4週間)	<input style="width: 40px; height: 40px;" type="text"/>
質問 6: 06 学校に行く日数 (週) について尋ねますか?	answer
1 毎日行く (1週間) 2 毎日行く (2週間) 3 毎日行く (3週間) 4 毎日行く (4週間)	<input style="width: 40px; height: 40px;" type="text"/>

----- キリトリ -----

2016年度 スポーツ健康学部
卒業論文

幼児の投動作改善による質的動作の変化

所属学科 スポーツ健康学科

学籍番号・氏名

17S0080 高瀬紗英

17S0121 平松亜希子

指導教員 中野 貴博

提出日 2017年 1月 25日

■ 研究要旨

科学技術の進展や、SNSなどの情報技術の普及により、情報を手軽に収集できる便利な世の中になったことが、子ども達の遊びにも変化を与えた。テレビゲームなどを主とする遊びが急激に増加し、一方で、外で体を動かして遊ぶ遊びが減少した。このような社会の変化は、子ども達の体力発達のためには不利な状況を生じさせ、結果的に現代の子ども達の体力低下が大きな社会問題となった。特に、幼児期からの多様な動きの経験が不足しており、今後の幼児期の運動習慣や運動技能の習得への影響が懸念される。子ども達の体力低下の現状の中でも、特に、発達が問題視されている動きが投動作である。そこで、本研究では、おもに年中の幼児を対象に、投動作能力の向上を目指した、運動プログラムを実践し、体力測定値および運動動作にどのような向上が見られるかを検討することを目的とした。

本研究の結果、実践を行った二つの保育園では、測定記録と質的動作ともに明らかな改善が見られた。中でも体重移動に最も顕著な改善が見られ、ボール投げの記録向上につながる事が確認された。つまり、この時期に遊びや運動を通して、スポーツに必要な基本的動作を日常的に数多く体験させることによって、質的動作の習得が期待される。

目次

第1章 序論

第2章 方法

2-1 対象者

2-2 体力測定・動作評価項目

2-3 実践内容

2-4 分析方法

第3章 結果

3-1 投動作実践前後での測定値の変化

3-2 投動作の実践前後での質的評価の変化

3-3 投動作実践前後での質的変化の事例

第4章 考察

4-1 体力測定値の変化

4-2 動作の質的变化

第5章 結論

参考文献

謝辞

第1章 序論

現代社会は、科学技術の進展や、SNS などの情報技術の普及により、生活が豊かで、情報が手軽に収集できる便利な世の中になった。このような情報メディアの普及は子ども達の遊びにも変化を与えた。テレビゲームなどを主とする遊びが急激に増加し、一方で、外で体を動かして遊ぶ遊びが減少した。文部科学省の幼児期運動指針（文部科学省、2013）によると、よく行う遊びについて1位「ゲーム」、2位「おにごっこ」、3位「サッカー」、4位「読書・漫画」、5位「テレビゲーム」となっている。また、41.0%が1位のテレビゲームと答えている。つまり二人に一人がテレビゲームを1番していると答えた結果になった。また、塾やスイミングスクールなどの習い事を夜遅くまで行うことも増えたため、子ども達の自由時間は減少し、遊びの種類や形態なども変化した。このような社会の変化は、子ども達の体力発達のためには不利な状況を生じさせ、結果的に現代の子ども達の体力低下が大きな社会問題となった。特に、幼児期からの多様な動きの経験が不足し、獲得の遅延や未習得がその後の体力・運動能力に悪影響を及ぼしていると考えられている。スキヤモンの発育発達曲線を参照すると、幼児期は神経機能の発達が著しく、5歳頃までに大人の約8割程度まで発達すると言われている。そのため、タイミングよく動いたり力の加減をコントロールしたりといった運動を調整する能力が顕著に向上する時期である。運動を調整する能力は、新しい動きを身につけるときに重要な働きをする能力であり、幼児期に運動を調整する能力を高めておくことは、児童期以降の運動発達の基盤を形成するという重要な意味を持っている。そのため、幼児期の運動習慣や運動技能の習得不足が今後に大きく影響していくと考えられている。実際に幼児の体力測定などにおいても、普段から体を動かしている子どもとそうでない子どもの記録に大きな差が見受けられる。もちろん、身体の発育の差によるものもあるが、あきらかに自分の体を上手に動かせない子ども、意欲的に体力測定に取り組めない子どもが見られ、普段の生活の中で運動遊びに触れる機会が少ないことが感じられる。

上記のような子ども達の体力低下の現状の中でも、特に、発達が問題視されている動きがある。それは、投動作であり、跳動作や走動作以上に動作発達に問題があると言われている。投動作は、ソフトボールや野球といったスポーツばかりではなく、身体の使い方や腕の振り方が似ているテニス、卓球、ゴルフといった生涯スポーツにも繋がる動作である。さらに、投動作の発達のためには、ステップ足が前に出るか、上半身をひねって投げ腕を後方に引いているか、軸足からステップ足に体重が移動しているか、腕をムチのように振っているか、を改善していく必要がある。

そこで、本論文では、おもに年中の幼児を対象に、体力・運動能力の向上を目指した、運動プログラムを実践し、体力測定値および運動動作にどのような向上が見られるかを検討する。特に、本論文では動作の質的变化に着目し、測定値の変化に強く影響をおよぼす動作変化を明らかにする。これにより、今後の投動作指導の重要ポイントを明示し、指導の際の指針とすることを最終目的とする。

第2章 方法

2-1 対象者

瀬戸市内公立保育園2園を対象とした。対象学年は4歳児学級とした。各園の性・人数の内訳を表2-1-1に表す。

表 2-1-1. 性, 対象園別の対象者数

性別	投動作実践園	
	K 保育園	M 保育園
男児	11	5
女児	3	11
合計	14	16

2-2 体力測定・動作評価項目

(体力測定)

投動作実践の事前と事後にソフトボール投げの測定を行った。ソフトボール投げの方法は、ソフトボール1号球を用い、直径2mの円を描き、その円内よりどれだけ遠くにボールを投げられるかを計測した。計測は2回実施し、良い方の記録を代表値とした。また、計測は0.5m単位とし、0.5m未満は切り捨てた値を測定記録とした。

(動作評価)

6項目の評価項目をつくり、実践前と実践後を各々で評価した。評価項目に関しては日本発育発達学会(2014)に記されている投動作のパターン評価をもとに決定した。動作ができていないか、いないかの2件法で評価を行った。評価者は2名とし、両者の間で評価が分かれた場合には、再度、動画像を一緒に確認しながら、最終評価を決定した。6個の評価項目を以下に示す。

- 1、 肘の屈曲が見られる
- 2、 リリースポイントが頭より上部かつ前方にある
- 3、 後方の足から前方の足への体重移動
- 4、 投球腕と逆足のステップ
- 5、 体感のひねり動作
- 6、 ワインドアップやステップなどの勢い付け動作

2-3 実践内容

・1日目

ねらい：

1. 投球腕と反対側の足を前に出して構える。【遠投能力】

準備物：

新聞紙ボール（小）約400個，投球マット，段ボールの箱（2個）

実践メニュー：

- Step1 自由投げ（ウォーミングアップ）
- Step2 投球マットを使った班別遠投練習
- Step3 チーム対抗ボール入れ競争

実践手順：

ウォーミングアップとして新聞紙でつくった新聞紙ボールを自由に投げさせ、続いて投球マットを用いて、足を動かさず遠投を目的に新聞紙ボールを投げさせる。最後に2チームに別れ、決められたラインから新聞紙ボールを、設置した1個ずつの箱に向かって投げさせ、箱の中に入っている新聞紙ボールの個数が多い方が勝ちとした。この時に、投球マットが無くなると、逆足が出てしまったり、足が平行になってしまったり、非利き腕で投げ出す子どもがでてくる。そうさせないように、投球マットが無くても、ある時と同じように新聞紙ボールを投げさせるように意識した。

・2日目

ねらい：

1. 投球腕と反対側を前に出して投げる【遠投能力】

準備物：

新聞紙ボール（小）約400個，投球マット，段ボールの箱（2個）

実践メニュー：

- Step1 自由投げ
- Step2 投球マットを使った班別遠投練習
- Step3 チーム対抗ばくだんゲーム

実践手順：

ウォーミングアップ（自由投げ）を行い、1日目同様に投球マットを用いる。投げる時に投球腕と反対の腕が前になるよう注目し、遠投練習をする。次に、前回同様2チームに別れボール入れ競争を行った。その後、男女混合の2つのチームに分かれ、相手の陣地にボールを投げ入れさせる。そして、最後に自分の陣地に多くのボールが残った方が負けというゲーム（ばくだんゲーム）を行った。この時、ただ相手の陣地にたくさんの新聞紙ボールを投げ入れることよりも、正しい投球動作で相手陣地に新聞紙ボールを投げ入れることを意識させる。

・ 3 日目

ねらい：

1. 投球腕と反対側を前に出して投げる（再確認）【遠投能力】
2. ボールキャッチのタイミングを掴む【捕球能力】
3. ペアでキャッチボールをできるようになる【捕球能力】

準備物：新聞紙ボール（小）約 400 個，投球マット

実践メニュー：

Step1 壁当て遠投

Step2 投球マットを使った班別遠投練習

Step3 一人キャッチボール

Step4 ペアキャッチボール

Step5 ばくだんゲーム

実践手順：

ウォーミングアップ（壁当て遠投）を行い、投球マットを用いてステップを踏みながら遠投をする。一人一個ボールを持たせ、真上に投げキャッチする。ボールを投げた後、キャッチするまでの間に手を 3 回叩く。その後、二人組でキャッチボールをする。この時、投球する際は、相手を取りやすい位置と力加減で投げること、捕球する際は、お腹の前で両手で捕球することを意識させた。次に、2 日目同様ばくだんゲームを行った。

・ 4 日目

ねらい：

1. 横走りをして勢いをつけて投球する【遠投能力】
2. 上手投げで斜め 45 度の投射角で全力投球する【遠投能力】

準備物：新聞紙ボール（小）約 400 個，投球マット，ブルーシート

実践メニュー：

Step1 壁当て遠投

Step2 投球マットを使った班別遠投練習

Step3 ブルーシートを使ったばくだんゲーム

実践手順：

ウォーミングアップ（壁当て遠投）を行い、投球マットを用いて横走り投球を行った。この時、体の向きを横向きにしたまま、リズムよくスムーズにステップを踏み、タイミングよく投げることを意識させた。そして、2 日目と 3 日目同様のばくだんゲームにブルーシートを用いる。真ん中に縦にブルーシートを張り、左右を引っ張り、ブルーシートの壁を作ることによって下を通すことが不可能になる。そしてブルーシートの上を通さなければ自分の投げた新聞紙ボールは自分の陣地に返ってきてしまうため、上を通し、遠くに投げることを意識させた。

・5 日目

ねらい：

1. 総復習（ステップ投）をし、子どもたち自身でも練習できる基盤（基礎能力、環境、意識）の完成

準備物：新聞紙ボール（小）約 400 個，投球マット

実践メニュー：

Step1 壁当て遠投（総復習）

Step2 横走り遠投（総復習）

Step3 ばくだんゲーム

実践手順：

これまでの実践で得た投球動作をひとつずつ思い出ししながら、壁当て遠投と横走り遠投の総復習をウォーミングアップとして行う。その後、ばくだんゲームをする。

2-4 分析方法

最初に、ソフトボール投げの記録の変化を対応のある t 検定により検討した。次に、肘の屈曲が見られる、リリースポイントが頭より上部かつ前方にある、後方の足から前方の足への体重移動、投球腕と逆足のステップ、体感のひねり動作、windアップやステップなどの勢い付け動作の 6 項目の質的評価ポイントに関して、事前事後で、できている割合とできていない割合をクロス集計表およびカイ二乗検定により検討した。

またすべての分析において有意水準は 5% とし、SPSS20.0J を用いて分析を行った。

第3章 結果

3-1 投動作実践前後での測定値の変化

投動作実践の事前事後では、わずかに有意な測定値の改善は確認されなかったが、事前と事後では平均値が 0.44m 向上していた。

表3-1-1. ソフトボール投げの記録の変化

測定項目	要因	N	平均値	標準偏差	t値	自由度	p値
ソフト ボール投げ	事前	30	3.98	1.28	-1.66	29	0.108
	事後		4.42	1.88			

3-2 投動作の実践前後での質的評価の変化

質的評価の項目ごとに実践前と実践後で、できている子どもとできていない子どもの割合をクロス集計およびカイ二乗検定により検討した。表 3-4-1～3-4-6 に各評価項目における事前事後の変化の検定結果を示す。

表3-4-1. 評価1：肘の屈曲が見られる

評価時期	できている	できていない	合計
事前	93.3%	6.7%	100%
事後	100.0%	0.0%	100%
全体	96.7%	3.3%	100%

χ^2 検定：p=0.150

表3-4-2. 評価2：リリースポイントが頭より上部かつ前方にある

評価時期	できている	できていない	合計
事前	46.7%	53.3%	100%
事後	96.7%	3.3%	100%
全体	71.7%	28.3%	100%

χ^2 検定：p=0.000*

表3-4-3. 評価3：後方の足から前方の足への体重移動

評価時期	できている	できていない	合計
事前	10.0%	90.0%	100%
事後	86.7%	13.3%	100%
全体	48.3%	51.7%	100%

χ^2 検定：p=0.000*

表3-4-4. 評価4：投球腕と逆足のステップ

評価時期	できている	できていない	合計
事前	23.3%	76.7%	100%
事後	53.3%	46.7%	100%
全体	38.3%	61.7%	100%

χ^2 検定：p=0.017*

表3-4-5. 評価5：体幹のひねり動作

評価時期	できている	できていない	合計
事前	23.3%	76.7%	100%
事後	63.3%	36.7%	100%
全体	43.4%	56.7%	100%

χ^2 検定：p=0.002*

表3-4-6. 評価6：windアップやステップなどの勢い付け動作

評価時期	できている	できていない	合計
事前	3.3%	96.7%	100%
事後	80.0%	20.0%	100%
全体	41.7%	58.3%	100%

χ^2 検定：p=0.000*

評価1は、事前でできている子どもが93.3%、できていない子どもが6.7%、事後ではできている子どもが100%、できていない子どもが0%となり、有意な改善は確認されなかった。評価2は、事前でできている子どもが46.7%、できていない子どもが53.3%、事後ではできている子どもが96.7%、できていない子どもが3.3%となり、有意な改善が確認された。評価3は、事前でできている子どもが10.0%、できていない子どもが90.0%、事後ではできている子どもが86.7%、できていない子どもが13.3%となり、有意な改善が確認された。評価4は、事前でできている子どもが23.3%、できていない子どもが76.7%、事後ではできている子どもが53.3%、できていない子どもが46.7%となり、有意な改善が確認された。評価5は、事前でできている子どもが23.3%、できていない子どもが76.7%、事後ではできている子どもが63.3%、できていない子どもが36.7%となり、有意な改善が確認された。評価6は、事前でできている子どもが3.3%、できていない子どもが96.7%、事後ではできている子どもが80.0%、できていない子どもが20.0%となり、有意な改善が確認された。

3-3 投動作実践前後での質的変化の事例

K保育園とM保育園で体力・運動能力向上を目指して、運動実践を行った。実践前に行った体力測定映像を元に、実践後の体力測定（ソフトボール投げ）の投球動作の変化を検討した。各園、約半分の子どものソフトボール投げの記録が改善されていたとともに投球動作にも大きな変化が見られた。ぎこちない投げ方をしていた子どもたちがより自然なフォームへと変わり、しっかりとしたフォームで投球を行えている様子が観察された。

具体的には、実践前は、足の出し方、投げるときの顔の向きなど、なにもできていない子が多かったが、運動実践で足の出し方、投げるときの顔の向き、体重移動、体幹のひねり動作、ステップなどの矯正を行った。そして、行ったことをゲーム感覚で体に染み込ませた。その結果、多くの子どもの投球フォームがきれいになり、効率的な動作獲得が観察された。なかでも、体幹のひねり動作とステップを習得した子どもは、飛距離が著しく伸びた。動作の質的変化に関する事例を、以降写真を用いて詳細に示す。

一人目は、実践前に6項目の評価ポイントが1つしかクリアしていなかったが、実践後に6つの項目すべてをクリアしたM保育園の男の子の連続写真の一部を切り出して見ている。投げ始めと投げ終わりに注目した。

実践前（投げ始め）



実践後（投げ始め）



実践前（投げ終わり）



実践後（投げ終わり）



写真だけでは、分かりづらいが、実践後では横走りで助走をつけて投げられるようになった。歩幅も自分に合った間隔になり、投げる時に胸を張ることもできていた。目線も実践前は下を向いていたが、実践後では遠くに投げることを意識し、遠くを見れている。また、腕の振りも横振りから縦振りに変化していると言える。

二人目の男の子は、リリースの瞬間に注目する。自分に合った歩幅が取れていて、軸足からステップ足に体重移動ができています。また、顎が引けていて、視線が遠くを見ることができています。投げる時に胸を張ることもできています。

実践前（リリース）



実践後（リリース）



三人目は、記録が2m伸びた男の子についてである。

実践前（投げ始め）



実践後（投げ始め）



実践前は、リリースポイントが頭より後ろだったが、実践後にはリリースポイントが頭より上部になっている。また、実践前は体重が軸足に残ったまま投球しているが、実践後は軸足からステップ足に体重移動ができていることがわかる。

第4章 考察

4-1 体力測定値の変化

今回の運動実践は計 5 回行った。投動作の実践では体力測定値の改善および投動作の質的評価の 2 点で効果を検討した。体力測定値の改善では実践前後で平均 0.4m 記録が伸びていた。特に伸びている子で 5m の伸びが観察された。後述する動作の質的变化を考慮すると、後ろ足から前足への体重移動の平均の伸びと、ワインドアップなどの勢い付け動作の数値的な伸びが、記録の伸びに結びついていたと考えられる。また、実践期間は約 1 か月であり、体の発育に伴う記録の向上とは考えがたい。そのため、記録の改善要因の多くは技術的要素であったと思われる。技術に関しては簡単に身につくものではないが、日常の教育や保育の中で投動作を取り入れた運動遊びを行うことで改善することが示唆された。

本研究では、時間的制約により投動作のポイントの説明が限定的であったことや実践期間が 5 日間に限定されたことが、すべての対象者に対して明確な効果を導くことができなかった原因と考えられる。今後は、より長期の取り組みを日常の教育や保育に取り入れていくことで、各種運動能力をさらに向上させられることが期待される。

4-2 動作の質的变化

6 つの評価点の内 5 つで有意な改善が確認された。残りの 1 つに関しては、事前段階で 93.3% の幼児ができており、事後には 100% に改善していた。このことより、今回の実践で十分な動作の質の改善ができたものと考えられる。中でも、後方の足から前方の足への体重移動、リリースポイントが頭より上部かつ前方にある、体幹のひねり動作、ワインドアップやステップなどの勢い付け動作、の 4 点では顕著な改善が確認された。これらの動作に関しては測定値との関連性も高く、容易に改善可能な要素であると考えられる。そのため、今後の指導にあたってはこれらの要素を優先的に指導することで、子ども達の動作の習得が円滑になるものと思われる。また、動作の映像からは、投球時の適切な歩幅や胸を張っての投球といった要素にも改善が見られた。投動作の全体印象は、実践前と比べるとほぼ全員が効率的かつスムーズな投動作へと変化していた。以上のことから幼児を対象に投動作発達を目指した実践活動を行うことで、十分な成果が得られることが確認された。

また、M 保育園は日常から投動作を取り入れた運動遊びを実施しているため、実践前から今回行った 6 つの評価ポイントをクリアしている幼児が多かった。それに比較して K 保育園は日常から投動作を取り入れた運動遊びをあまり実施していないため、実践前の評価ポイントのクリア数は少なかったが、実践後の評価ポイントのクリア数が増大した。これにより、幼児期に日常的な運動遊びを行うことで、さまざまな運動動作の向上が可能であることが示唆された。

第5章 結論

本研究の結果、実践を行った二つの保育園で、測定記録と質的動作ともに明らかな改善が見られた。この時期に遊びや運動を通して、スポーツに必要な基本的動作を数多く体験させることによって、有意な改善が可能であることが示された。特に、測定値での改善以上に動作の質的变化が多く見られたことより、動作に注目した取り組みの有効性も示唆される。また、実践を行うことで幼児の運動遊びへの関心が高まっている様子も見られ、日常生活に運動を取り入れるといった面でも効果が確認された。

参考文献

- 1) 春日晃章（2013）「指導プログラムハンドブック ボール遊びが好きになるように」
- 2) 文部科学省（2013）幼児期運動指針ガイドブック—毎日、楽しく体を動かすために、文部科学省
- 3) 日本発育発達学会編（2014）幼児期運動指針実践ガイド—よくわかる!今すぐはじめる 杏林書院

謝辞

今回の研究で、ご指導していただきました、名古屋学院大学の中野貴博先生、体力測定にご協力していただきました、古瀬戸保育園、幡山南保育園のみなさまに心より感謝いたします。

2016年度 スポーツ健康学部
卒業論文

幼児の平衡性・敏捷性・巧緻性の向上を
目的とした運動実践の効果の検証

所属学科 スポーツ健康学科

学籍番号・氏名 17S0081 高田真友子
17S0117 早瀬年将

指導教員 中野 貴博

提出日 1月25日

■ 研究要旨

近年、幼児の体力低下は現代社会における問題の1つである。活発に体を動かす遊びが減っていること、体の操作が未熟な幼児の増加、自発的な運動の機会の減少、体を動かす機会が減っていることが原因に挙げられる。幼児期は神経機能の発達が著しく、5歳頃までに大人の約8割程度まで発達するといわれている。そのため、運動を調整する能力が顕著に向上する時期である。幼児期の運動を調整する能力の向上は児童期以降の運動発達の基盤を形成する重要な能力である。本研究の目的は、子どもに必要とされる平衡性・敏捷性・巧緻性の向上を目的とした運動実践プログラムを行い、関連する体力領域の改善をすることであった。

実践の結果全身反応測定では有意な改善が見られ、反応能力が向上した。ラダー測定でも、有意な差が見られ、子ども達が積極的に体を動かして楽しんでいる姿が見られた。休み時間を利用したり、家でも練習したという園児もいて、意欲の向上が見られた。

以上のことから本研究でもちいた実践プログラムが関連する体力領域の向上につながる事が確認された。

目 次

第1章 序論

第2章 方法

- 2-1 調査対象者
- 2-2 測定項目
- 2-3 実践内容
- 2-4 分析手続き

第3章 結果

- 3-1 運動プログラムの実践
 - 3-1-1 実践前後の体力測定値の変化 (A 保育園)
 - 3-1-2 実践前後の体力測定値の変化 (B 保育園)
- 3-3 実践前後の幼児の変化

第4章 考察

- 4-1 5日間の多様なプログラム実践最中の園児
- 4-2 5日間に及ぶ運動実践プログラムを終えて

第5章 まとめ

引用・参考文献

謝辞

第1章 はじめに

昭和39年から行われている『体力・運動能力テスト』の結果を見ると、子ども達の体力がピークであったのは昭和60年頃であり、それ以降、現在に至るまで低下傾向が続いている。近年になり、若干、低下傾向に歯止めはかかったものの、依然として低水準であり、自分達の親世代が子どもであった頃と比較してみると、ほとんどの種目において子ども世代の記録が下回っている。逆に、身長や体重などの体格は上回っており、体格が向上しているのにも関わらず、体力・運動能力が低下していることは、体力の低下が深刻な状況であることを示している。また、体力低下や身体活動の減少は、子ども達の肥満問題につながると考えられる。(文部科学省HPより)

このような、全体的な体力低下に加えて、最近の子ども達は、特に、転びやすい、怪我をしやすい、起立姿勢が長くできないことが指摘されている。(体育指導のスタートラインより)これは、平衡性、敏捷性、巧緻性など身体の動きを最も効率的に発揮するための能力が衰え始めているからである。そのため、咄嗟の動きが出来なかったり、頭の考えに身体の動きがついていかずにバランスを保つことが出来なかったりする子ども達が急増している。ここで、平衡性、敏捷性、巧緻性とは、以下のような能力を指す。

- I. 平衡性：姿勢を保つ能力でバランス感覚と同義、筋収縮を巧みにコントロールする能力
- II. 敏捷性：素早く動ける能力
- III. 巧緻性：運動の際、身体を器用に動かす能力

これらの能力は6歳～8歳で急激に発達し、10歳頃に完成するといわれている。そのため、小学校に入学する前から、これらの能力獲得を促進していくことが必要である。次に、このような子ども達の体力低下の背景について考えてみる。様々な要因があると思われるが、ここでは、以下の4点を主な要因として示す。

I. 子ども達の生活全体の変化

科学技術の進展や経済の発達で、生活が便利になり生活様式が変化したことで、子ども達の生活全体が、非活動的になっている。結果的に、歩いたり、外で遊んだりするなどの日常的な身体運動が減少する方向に変化した。(自動車や交通機関の発達により、歩く機会の減少とともに、生活道路での遊びが困難になった。)

II. スポーツや外遊びの時間の減少

内閣府の行っている「生活と意識に関する基本調査」によると、テレビを見たり、ゲームをしたりなど、室内で過ごすことが増加しており、外遊びが減少している。(昔の子ども達が外で遊ぶ時間が、現代の子ども達は学校外の学習活動や室内遊びの時間にとって代わられているのであろう。)

III. スポーツや外遊びの仲間の減少

少子化が進み、兄弟姉妹が減ったことで、外遊びの仲間となる身近な仲間が減少した。さらに、学校外の学習活動などにより友達と時間が合わないことで、放課後に遊

びに行くことができず仲間を作りにくくなった。これらを要因としてテレビゲームなどの室内遊びを中心とした、一人遊びをする子どもが増加している。

IV. 生活習慣の問題

社会法人小児保健協会が実施した「幼児健康度調査」では、昭和 55 年から、平成 12 年までの 20 年間で幼児の就寝時間が 1 時間ほど遅くなっている。また、朝食を抜いたり、脂肪や糖分の多い食事をとったりなど、栄養バランスがとれた食事がとれていないという問題もある。このような、基本的な生活習慣の乱れは、肥満児の増加、体力の低下につながるだけでなく、気力や意欲の減退、集中力の欠如などの精神面にも悪影響を及ぼす。

これらの問題を主要因として、子ども達の体力は低下していると思われる。さらには、現代の子ども達のコミュニケーション能力の低下、運動に対する興味の減少にも大きく影響を及ぼしていると考えられる。こういった現状においても、普段の遊びの中で自然と体力をつけることができれば、運動に対する苦手意識やスポーツを行う時間の減少などの問題を解決できるのではないか。教育者や保護者側が意識的に、子ども達に必要な身体の動きを加えた遊びを促進することで、子ども達においては無意識な日々の生活を通して、自然と体力の向上が期待できるものと考えた。

以上のことを踏まえて、本研究では、子どもに必要とされる平衡性・敏捷性・巧緻性の向上を目指した運動実践プログラムを行い、関連する体力領域を改善することを目的とした。

第2章 方法

2-1 対象者

八幡保育園年中 8 人、幡山東保育園年中 32 人の計 40 人を実践の対象とした。対象者の内訳を表 1 に示す。

表 2-1-1.対象者数一覧

	八幡保育園 (A)	幡山東保育園 (B)	合計
男子	2	19	21
女子	6	13	19
全体	8	32	40

2-2 測定項目

I.ラダー (1マス1歩)

ラダーの前に立ちスタートの合図で 1 マス 1 歩で最後まで走りきる。両足がラダーから出たらタイマーを止める。記録は 100 分の 1 秒単位とし、2 回実施した最良値を代表値とする。

II.全身反応時間

専用の全身反応時間測定器 (竹井機器工業 T.K.K.5408) を使う。マットの上に乗ってもらい正面の機械が光ったらジャンプさせる。連続で 2 回行い、最良値を代表値とする。記録は 1000 分の 1 秒単位とする。

2-3 実践内容

八幡保育園、幡山東保育園、いずれも 5 日間、各 45 分程度を目安に実践を行った。実践内容は、敏捷性や巧緻性の向上を主目的とし、ラダー運動などを中心に構成した。以降に 5 日間のおおよその実践内容を以降に示す。

実践 1 日目

	内容	活動	留意点
導入 10分	・足じゃんけん	・通常のジャンケンを手ではなく足で行う。グーは足を閉じしやがむ。チョキは立ったままで足を前後に開く。パーは立ったまま両手両足を大きく広げる。慣れてきたらスピードを早くして行う。	・グー、チョキ、パーがしっかりと理解出来ているか確認。 ・スピードを上げても、メリハリをしっかりと。
展開 35分	・ラダー	・3列作り園児を均等に並ばせる。 ・1マス1歩(図1)と1マス2歩(図2)を1人3周行う。	・理解するまで並走して声掛けをする。
	・ケンパ	・3列作り園児を均等に並ばせる。 ・3列とも内容を変える。1列3周終わったら次の列に移動する。全員が3列すべて行う。	・声掛けをする。
	・タグ取り 鬼ごっこ	・鬼役の学生がタグを大量につける。 ・1回2分程度で、2回行う。	・学生は直線で逃げるのではなく、切り返し等の直角な動きや急な停止等工夫して逃げる。
まとめ 2分	・振り返り	・内容確認 ・ポイントのおさらい	

実践 2 日目

	内容	活動	留意点
導入 10分	・足じゃんけん	・通常のジャンケンを手ではなく足で行う。グーは足を閉じしやがむ。チョキは立ったままで足を前後に開く。パーは立ったまま両手両足を大きく広げる。慣れてきたらスピードを早くして行う。	・グー、チョキ、パーがしっかりと理解出来ているか確認。 ・スピードを上げても、メリハリをしっかりと。
展開 35分	・ラダー	・3列作り園児を均等に並ばせる。 ・1マス1歩と1マス2歩を1人2周行う。 ・横向きで1マス1歩(図3)行う。1人2周行い、2周目は1周目と逆向きで行う。	・理解するまで並走して声掛けをする。
	・ケンパ	・3列作り園児を均等に並ばせる。 ・3列とも内容を変える。1列3周終わったら次の列に移動する。全員が3列すべて行う。	・声掛けをする。
	・タグ取り 鬼ごっこ	・鬼役の学生がタグを大量につける。 ・1回2分程度で、2回行う。	・学生は直線で逃げるのではなく、切り返し等の直角な動きや急な停止等工夫して逃げる。
まとめ 2分	・振り返り	・内容確認 ・ポイントのおさらい	

実践 3 日目

	内容	活動	留意点
導入 5分	・後だしじゃんけん	<ul style="list-style-type: none"> ・指導役の学生が先にジャンケンを出す。園児は後だしでジャンケンを出す。この時園児は大学生が出したジャンケンに勝つものを出す。できるだけ早く勝つものを出すのがポイント。 ・慣れてきたら園児は負けるジャンケンを出すパターンや、初回のウォーミングアップで行った足でのジャンケンで行ったり条件を変えて行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゲー、チョキ、パーがしっかりと理解出来ているか確認。 ・スピードを上げても、メリハリをしっかりと。
展開 40分	・ラダー	<ul style="list-style-type: none"> ・3列作り園児を均等に並ばせる。 ・1マス1歩と1マス2歩を1人2周行う。 ・横向きで1マス1歩行う。1人2周行い、2周目は1周目と逆向きで行う。 ・ゲーパー（図4）で進む。1人2周行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・理解するまで並走して声掛けをする。
	・ケンパ	<ul style="list-style-type: none"> ・3列作り園児を均等に並ばせる。 ・3列とも内容を変える。1列2周終わったら次の列に移動する。全員が3列すべて行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・声掛けをする。
	・コーン倒し	<ul style="list-style-type: none"> ・園児をAチーム、Bチームに分ける。 ・三角コーン10個をランダムに置く。5個は倒した状態で置いておく。Aチームはコーンを倒し、Bチームはコーンを立てる。1分行い倒れているコーンが多ければAチームの勝ち、立っているコーンが多ければBチームの勝ちとする。 ・次はAチーム、Bチームの倒す方、立てる方を変えて行う。 ・1回2分程度で、2～4回行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・コーンの状況を見て、立てたり倒したり移動させたりする。
まとめ 2分	・振り返り	<ul style="list-style-type: none"> ・内容確認 ・ポイントのおさらい 	

実践 4 日目

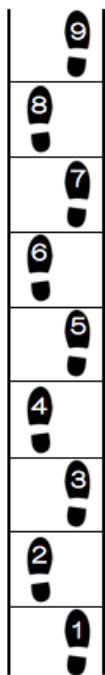
	内容	活動	留意点
導入 5分	・マリオネット	<ul style="list-style-type: none"> ・手の動きと足の動きを変えたジャンプ ・手は上下に動かし足はグーパーパーとリズムを変えて行う。 ・慣れたらスピードを上げて行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・手の動きだけを声に出して教える。 ・スピードを上げても、メリハリをしっかりと。
展開 40分	・ラダー	<ul style="list-style-type: none"> ・3列作り園児を均等に並ばせる。 ・1マス1歩と1マス2歩を1人2周行う。 ・横向きで1マス1歩行う。1人2周行い、2周目は1周目と逆向きで行う。 ・グーパーで進む。1人2周行う。 ・横向き前クロス (図5)。1人2周行い、2周目は1周目と逆向きで行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・理解するまで並走して声掛けをする。
	・コーン倒し	<ul style="list-style-type: none"> ・園児をAチーム、Bチームに分ける。 ・三角コーン10個をランダムに置く。5個は倒した状態で置いておく。Aチームはコーンを倒し、Bチームはコーンを立てる。1分行い倒れているコーンが多ければAチームの勝ち、立っているコーンが多ければBチームの勝ちとする。 ・次はAチーム、Bチームの倒す方、立てる方を変えて行う。 ・1回2分程度で、2~4回行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・コーンの状況を見て、立てたり倒したり移動させたりする。
まとめ 2分	・振り返り	<ul style="list-style-type: none"> ・内容確認 ・ポイントのおさらい 	

実践 5 日目

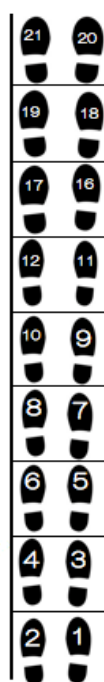
	内容	活動	留意点
導入 5分	・マリオネット	<ul style="list-style-type: none"> ・手の動きと足の動きを変えたジャンプ ・手は上下に動かし足はグーパーパーとリズムを変えて行う。 ・慣れたらスピードを上げて行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・手の動きだけを声に出して教える。 ・スピードを上げても、メリハリをしっかりと。
展開 40分	・ラダー	<ul style="list-style-type: none"> ・3列作り園児を均等に並ばせる。 ・1マス1歩と1マス2歩を1人2周行う。 ・横向きで1マス1歩行う。1人2周行い、2周目は1周目と逆向きで行う。 ・グーパーで進む。1人2周行う。 ・横向き前クロス。1人2周行い、2周目は1周目と逆向きで行う。 ・横向き後ろクロス（図6）。1人2周行い、2周目は1周目と逆向きで行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・理解するまで並走して声掛けをする。
	・コーン倒し	<ul style="list-style-type: none"> ・園児をAチーム、Bチームに分ける。 ・三角コーン10個をランダムに置く。5個は倒した状態で置いておく。Aチームはコーンを倒し、Bチームはコーンを立てる。1分行い倒れているコーンが多ければAチームの勝ち、立っているコーンが多ければBチームの勝ちとする。 ・次はAチーム、Bチームの倒す方、立てる方を変えて行う。 ・1回2分程度で、2～4回行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・コーンの状況を見て、立てたり倒したり移動させたりする。
まとめ 2分	・振り返り	<ul style="list-style-type: none"> ・内容確認 ・ポイントのおさらい 	

(ラダーの足の運び方)

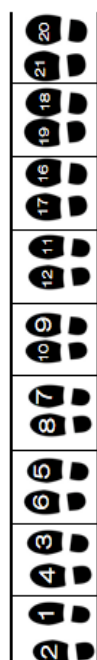
1マス1歩



1マス2歩



横向き1マス2歩



ゲーパー

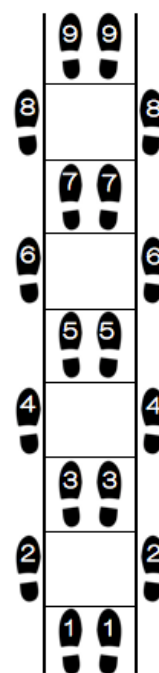


図 1. 1マス1歩

図 2. 1マス2歩

図 3. 1マス2歩 (横向き)

図 4. ゲーパー

横向き前クロス

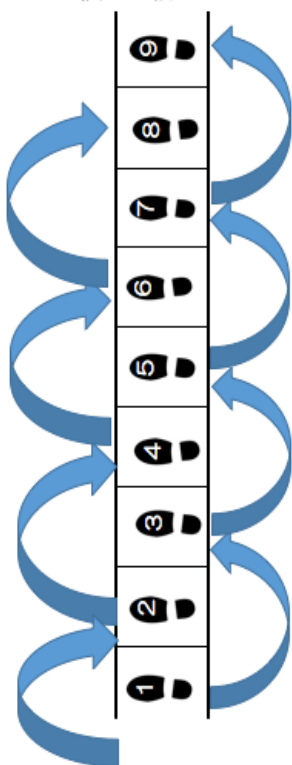


図 5. 横向き前クロス

横向き後ろクロス

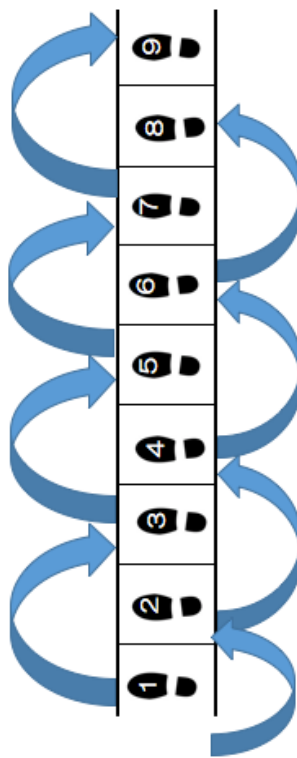


図 6. 横向き後ろクロス

2-4 分析手続き

実践前後の体力測定値(全身反応・ラダー)の変化を対応のある t 検定により検討した。分析にあたっては、実践保育園(A・B)別に実施した。いずれに分析においても有意水準は 5% とし、IBM 社の SPSS22.00J を用いて分析を行った。

第3章 結果

3-1 運動実践プログラム前後の体力測定値の変化

実践前後の体力測定値の記録の変化を t 検定により検討し結果を表 3-1-1 および 3-1-2 に示した。分析は、各保育園別を実施した。また、実践最終日に行った測定の記録が初日に行った測定値よりも少なくなることは有り得ないという立場で、全身反応とラダーのタイムの記録変化を検討した。

A 保育園では、全身反応時間は改善が見られたが、統計的に有意な差ではなかった。また、ラダーは有意な改善見られなかった。A 保育園では、対象人数が少なかったために統計的有意差が得られなかった可能性もあり、より大人数で実施をすれば、有意な差が得られたものと推察される。一方、B 保育園では、ラダーは概ね有意な改善が見られたが、全身反応時間は有意な改善は見られなかった。

表 3-1-1 運動実践プログラム前後の体力測定値の変化 (A 保育園)

体力測定	N	平均値の差	標準偏差	t 値	自由度	有意確率
全身反応 (事前)	4	.115	.120	1.911	3	.152
全身反応 (事後)						
ラダー (事前)	2	-.270	-0.270	-.491	1	.709
ラダー (事後)						

表 3-1-2 運動実践プログラム前後の体力測定値の変化 (B 保育園)

体力測定	N	平均値の差	標準偏差	t 値	自由度	有意確率
全身反応(事前)	19	-.0239	.1789	-.582	18	.568
全身反応(事後)						
ラダー(事前)	20	.4300	.9333	2.061	19	.053
ラダー(事後)						

3-2 実践前後の幼児の変化

写真1 実践前

写真2 実践後



タイム(秒) 2.41→1.61

始めはベタ足で歩いてしかラダーができなかったが、実践後は足の運びを理解し、つま先を使って軽くステップを踏めていた。結果的にタイムの大幅改善が確認された。

写真3 実践前

写真4 実践後



タイム(秒) 3.44→1.77

始めは、1マス1歩ということに集中しすぎて、走ることができず歩いてしまっていたが、ももを上げて前へとういことを意識し走ることをメインにできていたため、タイムが大幅に改善した。

写真5 実践前

写真6 実践後



タイム(秒) 5.24→2.14

始めは、1マス1歩がなかなかできず歩いてしまい、マスを飛ばしてしまうことも多かったが、1マス1歩もできるようになり、歩かず走ることができていた。そのため、タイムが大幅に改善した。

写真7 実践前

写真8 実践後



タイム(秒) 2.86→1.98

始めは、マスを慎重になっていたため歩いてしまっていたが、ステップが軽くなり走ることができていたため、タイムが大幅に改善した。

第4章 考察

4-1 実践に伴う体力測定値の変化

A 保育園と B 保育園では得られた結果に違いが見られた。どちらの園でもラダー、全身反応時間どちらも測定値の上昇を目的としたが、その成果には若干の違いが見られ、実践時期や人数などが影響を与えたものと思われる。体力測定値は、一部で有意傾向な結果が見られたものの、統計的に有意な改善を確認することはできなかった。保育園別で見ると、対象人数に偏りがあり、また、A 保育園では事後測定が実施できた対象者が少なかったため、統計的な有意差を得るまでにはいたらなかったものと考えられる。しかしながら、記録自体は、ラダーも全身反応時間も改善傾向にあり、実践時期の調整や対象人数の増加により、より明確な効果が示せることが期待できる。また、今回の実践プログラムは日にちが一週間おき程度であったため、連続で行うことで、より効果が出やすくなると思われる。本プログラムでは、平衡性、敏捷性、巧緻性の向上を目指したプログラムを 5 日間実践し、子ども達の能力の改善が確認されたものと思われる。特に敏捷性においては、今まで素早く動きを変えたりすることが出来なかった子どもが、コーン倒しやタグ取りで、素早く学生を追いかけたり、自分のチームは倒すのか立てるのかを判断したりする姿が見られた。実践前後の測定値でも、大多数の子ども達が記録を改善できていたことがこれを裏付けている。この点は、我々の取り組みの最大の成果である。

また、今回実施した 2 項目の体力測定において、プログラム実践中は簡単に行っていた園児が、測定になると上手にできなくなってしまう様子が散見された。測定は 1 人ずつ行うため、緊張してしまっていてできなくなってしまうと推察する。現代の子は、人前で発表したりする機会が減っていることが原因ではないかと思われる。今後、発表の場を増やしたり、1 人で人前に出る機会を増やしていくことで、本来の能力を発揮できるようになることが、運動の面での自信を育むうえでも重要になると考える。場面が変わっても対応できるように普段の生活から取り入れていくべきであると思われる。

4-2 実践に伴う運動動作の変化

今回の実践プログラムを受けて、実践前後で子ども達の動きの変化が大きく見られた。毎時間繰り返しラダー運動を実践メニューに加えたことで、実践前は 1 マス 1 歩も 1 マス 2 歩も難しくできなかった子ども達がそれらができるようになっただけでなく、横歩きやクロス歩き、グーパーなどのラダーを使った複雑な動きもできるようになった子ども達の姿が見られた。また、ラダーの趣旨を理解し、正確にかつ素早く走れるようになった。多くの子どもに見られたことが、マスを飛ばしてしまったり、動きに集中しすぎてタイムを計っていることが意識できていなかったが、実践後は、タイムを意識し、なおマスを飛ばすことなく測定できた子ども達が多く見られた。

今回は、特に大幅に記録の改善が見られた子どもを 4 人抜粋して考察を加えた。彼らに共通していたことは、最初は 1 マス 1 歩ができず、足に集中しすぎて歩いてしまっていた

が、実践を重ねるにつれ、目線もあがり、動きにリズムが見られるようになった。結果的に、体(足)の動き、使い方が改善し、複雑な動きにも対応できるようになっていた。そのため、最後の測定では、1マス1歩は容易に出来るようになり、ステップの踏み方が軽快かつ小走りで実践できるようになった。また、開始当初は、本プログラムに馴染めていなかった子どもも日にちを重ねるうちに馴染み、最終日には、積極的に自分から動いている様子が観察された。本プログラムでは、身体的のみならず、精神的にも運動に関して向上することができたと思われる。

第5章 まとめ

本研究では、子どもに必要とされる平衡性・敏捷性・巧緻性の向上を目指した運動実践プログラムを行い、関連する体力領域を改善することを目的とした。

幡山東保育園年中 32 人、八幡保育園年中 8 人の計 40 人を実践の対象とし、いずれも 5 日間、各 45 分程度を目安に実践を行った。実践内容は、敏捷性や巧緻性の向上を主目的とし、ラダー運動などを中心に構成した。結果、記録的な改善は見られたものの、全身反応時間、ラダー、いずれにおいても統計的に有意な改善は見られなかった。特に、八幡保育園では、対象人数が少なかつたために統計的な有意差が得られなかつた可能性もあり、より大人数で実施をすれば、有意な差が得られるものと推察される。また、全体を通して動作の改善を動画像で確認することができ、体力測定値には反映されていながつたが、動作の質の改善は確認されたものと思われる。

今後は、より大人数で長期の計画的実施による検証が望まれる。

引用文献

文部科学省HP

http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/gijiroku/attach/1344530.htm

体育指導のスタートライン

<http://www.start-line.net/stamina.htm>

謝辞

今回、本研究を行うにあたって携わってくださった、名古屋学院大学の中野貴博先生、実践プログラムにご協力していただきました保育園の先生、生徒の皆様、補助してくれた学生に深く感謝申し上げます。

