

幼児の身体活動に対する保育者の意識に関する研究

田中 沙織

(2010年10月7日受理)

Research on the Child Care Worker's Consideration to Young Children's Physical Activity

Saori Tanaka

Abstract: In Japan, a decrease in young children's physical activity became a social problem. But young children's physical activity plays an important role to develop. Therefore, it is important how young children's physical activity be done in the child care. So, Child care worker's idea concerning young children's physical activity was examined in the present study. The questionnaire survey was done for 226 child care workers. It has been understood that the child care worker thinks young children's physical activity to be important from the relation between the life rhythm and physical ability from the result of the present study. In addition, it has been understood that the child care worker is executing young children's physical activity in consideration of the young children's development and the concern. However, young children's physical activity relied on child care worker's sense and was done in the child care. As the cause, the accumulation of the research of young children's physical activity is a little, and there is no index to which the child care worker refers. It will be necessary to accumulate a more detailed research of young children's physical activity in the future. Especially, it is necessary because the child care worker needs the research of the children's physical activities relation to life rhythm, to physical ability.

Key words: physical activity, child care worker, life rhythm, physical ability

キーワード：身体活動，保育者，生活リズム，運動能力

1. はじめに

今日の幼児を取り巻く社会環境，とりわけ子育てに関する環境は変化が著しく，そのことにより家庭や地域の子育ての拠点となる保育所・幼稚園などに求められるニーズも増大または多様化を見せている。それに伴い，保育士・幼稚園教諭にも高い専門性が必要とされ，時代とともに変化する幼児の育ちに応じて，専門性を向上させていくことが求められる。

そのような中，平成20年に保育所保育指針ならびに幼稚園教育要領が改訂された。幼児の心身の健康が危ぶまれているという時代背景を受け，生活リズムの重要性が強調され，日常的な遊びや運動遊びなどを通して体力づくりができるよう示されている(文部科学省，2008；厚生労働省，2008)。このような改訂の内容か

らは，生活リズム・健康増進計画・体力づくりといったキーワードに対する時代のニーズが読み取れる。

幼児期は，中枢神経系の成熟に支えられて，運動を巧みにコントロールする能力が発達する最適期(宇土，1999)であるため，幼児の年齢に見合った運動能力を子ども自身が自然な形で身につけていく必要がある。また幼児期の身体活動は，運動能力や体力を向上させるだけではなく，生活リズム改善の一助を担っていること，及び自尊感情や有能感，他者とのバーバル・ノンバーバルコミュニケーションの発達が期待されることや，脳の発達や精神心理面での発達にも深く関係している(吉田，2002；山本，2005；小林，2005など)ことから，幼児期の身体活動の重要性がうかがえる。

しかし幼児の身体活動は，近くに安心して遊ぶ場所がないといった環境的な背景により個人差が生じるこ

とに加え、テレビゲームの普及をはじめとする社会的な背景によっても差異が生じることが報告されている(今西ら, 2010)。とりわけ昨今の幼児においては、メディアとの接触時間の増大や24時間営業の施設の増加等による就寝時刻の遅延が問題となっており(田中ら, 2008a)、身体活動の習慣化が困難な状況であることが懸念される。

これらを踏まえれば、幼児期において必要な身体活動を確保することは急務であるといえ、特にわが国の幼児の大半が通う幼稚園、保育所における取り組みに期待が寄せられるところである。しかし、保育所保育指針や幼稚園教育要領において科学的根拠に基づいた健康教育が求められてはいるものの、幼児の身体活動研究の蓄積は未だ十分とは言えず、特に、身体活動に関連する要因については未だ詳細な検討がなされていない(田中ら, 2007)。さらには、これらのニーズに対する保育者の意識、および現状を明らかにした研究は見当たらない。しかし、幼児の身体活動を培うためには、保育者によって身体活動の意義を加味した保育が営まれることが大前提である。そのためには保育者の身体活動に対する意識や保育の現状を明らかにすることで、今後の幼児に関する健康・運動領域の研究に求められる課題が明らかになると考えられる。

そこで本研究では、幼児の身体活動に対して保育者がどのような意識をもって保育を行っているかについて検討する。その結果から、保育におけるより効果的な幼児の身体活動を可能にするために必要な要因について示唆を得ることを目的とする。

2. 方法

幼児の身体活動に対する保育者の意識について、独自に作成した質問調査紙により調査を行った。調査対象は、F県で行われた研修会に参加した226名の保育者で、研修会開始前に質問紙を配布し、10分程度で記入してもらった後、直ちに回収した。調査内容は幼児の身体活動についての意識と、保育中の身体活動についてであった。データ解析には、SPSS12.0Jを使用した。また調査期間は、2010年8月であった。

3. 結果と考察

(1) 保育者の属性

本研究で対象となった保育者は、表1の通り男性7名、女性209名であった。保育の分野では、以前から指摘されているように保育者の性別に偏りがあり、本調査の対象においても男性保育者は全体の3.2%で

あった。勤務年数については、図2のような度数分布を示していた。本調査の対象となった保育者では、勤務年数は5年が境となっていることが確認でき、これは保育者の平均的な勤続年数(伊藤ら, 2004)と一致している。また、所有している資格・免許については、幼稚園教諭二種免許と保育士資格の2つを所有している保育者が最も多く、短期大学および専門学校出身の保育者が大半をしめていることが推察される(図1)。以上の属性から、本調査で対象となった保育者はわが国の一般的な保育者の属性といえるものであり、特殊性は認められなかった。

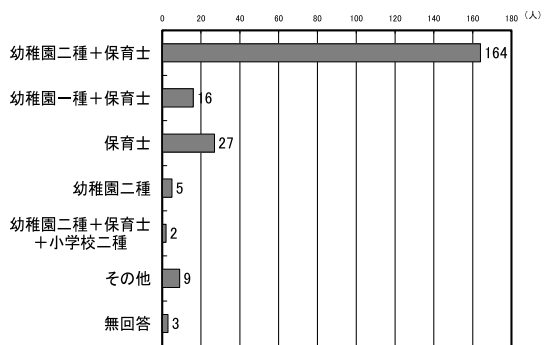


図1 所有している資格・免許(複数回答)

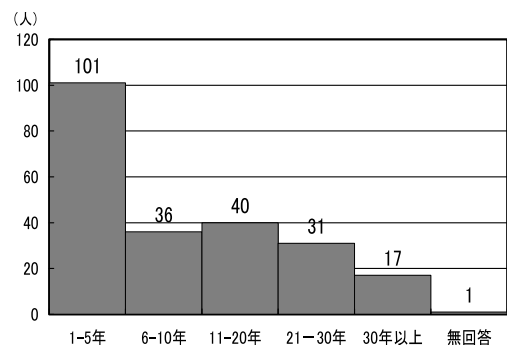


図2 勤務年数別度数分布

表1 性別の内訳(人)

男性	7
女性	209
無回答	10

(2) 幼児の身体活動にまつわる保育者の意識

幼児期に体を動かすことについては、経験年数に関係なく「必要」と考えている保育者が有意に多く($p<.01$), 保育者全体の99.1%が必要視している(表

2参照)。このことから遊びを中心に構成されている幼児の生活においては、体を動かすことは必要不可欠であり、保育者においてもそのことが認識されていることが確認できる。

このようにほぼ全ての保育者が、幼児期の身体活動が必要だと考える背景には、以下の二つの要因が考えられる。一つには、運動能力の向上が挙げられる。保育者が身体活動で最も重視していることとして、6項目中1位が子どもの興味関心であった。幼児の興味関心に基づいて保育を行うことは幼児期の発達段階を考える上では必要不可欠であると考えられるが、2位に運動能力の向上が挙がっており、身体活動を行う際には全体の約6割の保育者が運動能力の向上を重視している。ことから、運動能力の向上との関連で身体活動が重視されていることがわかる(図3参照)。もう一つには、生活リズムの改善が挙げられる。いずれの経験年数でも、日中に身体活動を行うことが生活リズムの改善に繋がると考えている保育者が有意に多く($p<.01$), 保育者全体の98.6%であった(表3参照)。

表2 経験年数別にみた幼児期の身体活動に対する保育者の意識

	幼児期に最低限の身体活動は必要 当てはまらない 当てはまる	
	全体	2
勤務年数		
1-5年	1	97 **
6-10年	0	36 **
11-20年	0	38 **
21-30年	0	31 **
30年以上	0	17 **

** : $p<.01$
(人)

表3 経験年数別にみた日中の身体活動に対する保育者の意識

	日中の身体活動は生活リズムによい 当てはまらない 当てはまる	
	全体	3
勤務年数		
1-5年	2	96 **
6-10年	1	35 **
11-20年	0	39 **
21-30年	0	31 **
30年以上	0	17 **

** : $p<.01$
(人)

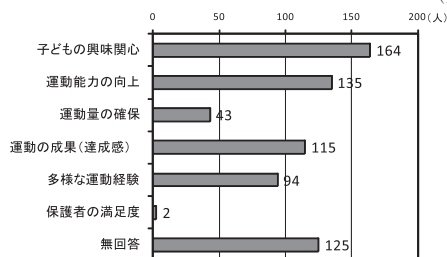


図3 身体活動で重視していること(上位3項目の累計)

(3) 運動能力について

上述のように、保育の中で身体活動を主として行う場合、保育者は幼児の運動能力の向上に配慮していることが示されたが、図4では、身体活動に関する保育計画立案の際、子どもの興味関心やルール・決まりの理解とともに、運動の動作や発達を意識していることがわかる。しかしながら、図5より、幼児に対して運動能力テストを実施している保育者は見当たらなかったことから、いずれの保育者も運動の動作や発達、能力について向上することを促すよう身体活動を提供しているものの、子どもの運動発達の客観的な把握はなされておらず、感覚的にやっていると考えられる。調査の結果からも示されているように、幼児期の保育においては、子どもの興味関心に基づき遊びを展開する必要があるが、同時に、子どもの能力に応じた運動発達を把握した上で子どもが主体的に活動に参加することができる保育を行うことが効果的と考えられる。このことを踏まえると、子どもの運動発達を意図して身体活動を行う際は、客観的に子どもを評価する機会を持つことで、さまざまな運動動作の獲得や個に応じた関わりを保育に取り入れることができると考えられる。

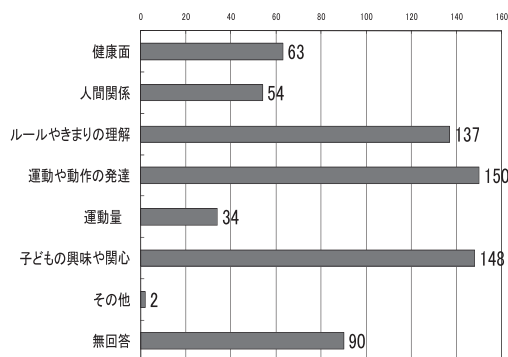


図4 身体活動に関する保育計画立案のねらい(上位3項目の累計)

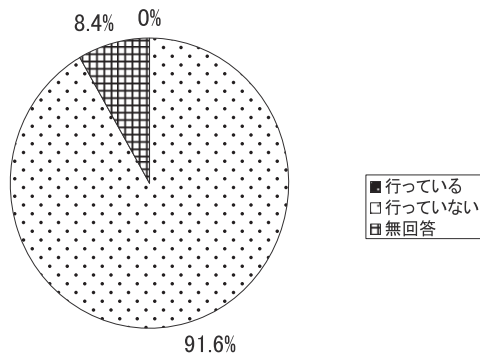


図5 運動能力テストの実施

(4) 生活リズムについて

保育者は、幼児期の身体活動は生活リズム改善に重要な役割を果たすと認識していることが明らかになったが、図6, 7から分かるように、今回の調査対象となった保育者の96.5%が子どもの生活リズムが乱れていると認識しており、96.9%が生活リズムの改善に取り組む必要がある回答している。田中ら（2008b）によれば、日中の身体活動量の差が生活リズムの確立と関連することが報告されているが、この結果からも、幼児の身体活動と生活リズムとの関連性から身体活動を増進する必要性が示された。

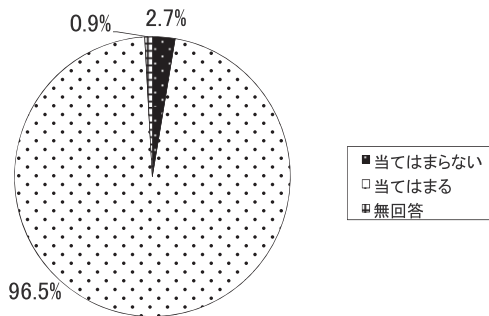


図6 子どもの生活リズムが乱れている

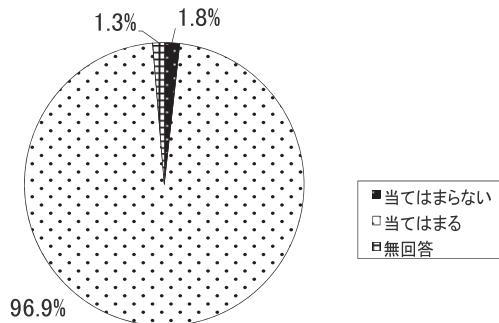


図7 生活リズム改善に取り組む必要がある

(5) 保育における身体活動の課題

以上のように多くの保育者は、幼児期の身体活動が様々な要因との関連から重要であると認識していることが明らかとなった。しかし、「どのような」身体活動を、「どの時間帯で」「どの程度」行なえば効果的で幼児の発達段階に適した身体活動なのかについては十分に明らかにされておらず、保育者が幼児の身体活動を意図的に保育活動に取り入れようとする際にも、課題が挙げられる。

まず、幼児の身体活動を主として保育実践に取り入

れようとする場合において、保育者が養成校で教わった授業が保育で役立っていると回答した保育者は半数に満たない結果であった（図8参照）。保育の専門性は全てが養成校で培われるものではなく、子どもとかわりながら実践の保育現場において経験を積んでいくものではあるが、養成校で幼児の身体活動に関する基礎的な理解を確実に保障していくことが、幼児の豊かな遊びに寄与することが考えられる。

また、図8から養成校を卒業した後に、研修等により幼児の運動・身体活動について新たな知識や技術の習得が必要とされることが示唆されたが、身体活動に関する研修については、6割近くの保育者が受けたことがない、もしくは2, 3年に1回しか受けていないことが明らかとなった（図9参照）。保育者は、身体活動が幼児の生活リズムの改善や運動能力の向上に寄与すると考えているにもかかわらず、仮に保育者の経験則のみに頼って幼児期の運動発達を捉えているとすれば、神経系発達の臨界期である幼児期にバランスのよい運動・動作の獲得ができにくくなることは否めないであろう。

さらに、発達の連続性を踏まえ、小学校における運動の下請けではなく幼児の発達に即した保育を行うためには、小学校との連携も必要となる。小学校で行われている体育の授業内容について、「知らない」「あまり知らない」と回答した保育者は半数以上を占める結果となった（図10参照）。小学校で行なわれる運動学習の内容を知ることで、幼児期における運動発達がいかにして小学校での学習につながるのかを知ることができると思われ、「小学校」「幼児教育」という枠組みを越えて子どもの運動発達を考える際の課題となる。

最後に、幼児の身体活動が一日の生活の中で、おおよそどの程度必要であるかについては「知らない」と回答した保育者が有意に多く（表4参照）、身体活動の指標について、半数以上の保育者が必要と考えていることが明らかとなった（表5参照）。「指標」という言葉が明確にどのようなことなことを意味しているのかについて、ここで明らかにすることはできないが、いずれにせよ多くの保育者は、幼児期に適した身体活動の量や強さの程度について、何らかの方法で動きの目安が必要と考える保育者が半数を超えることが示された。今後、幼児における身体活動について、保育者が重要と認識している生活リズムとの関連、運動能力との関連について、より詳細な検討が望まれる。

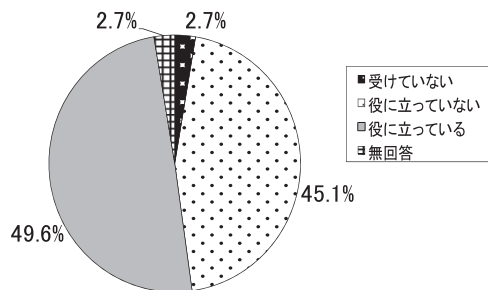


図8 身体活動に関する保育で養成校時代の授業が役に立っている

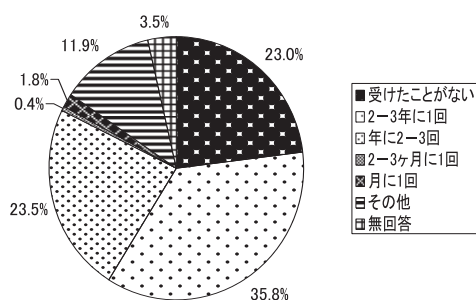


図9 身体活動に関する研修の頻度

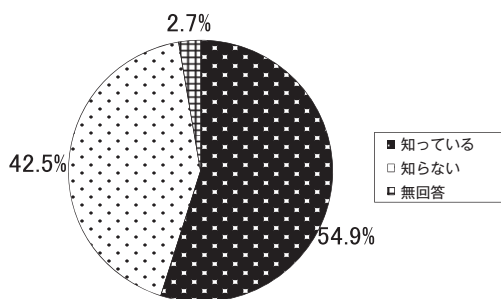


図10 小学校の体育の授業内容を知っている

4. まとめ

保育者は幼児の身体活動を行う際、運動能力の向上や生活リズムの改善を促すことを意識していた。また、生活リズムや運動動作・運動能力の向上には十分必要性を感じているものの、幼児期の適当な身体活動量やその効果については、明確に認識している保育者は少ないといえ、実際の保育においては、経験的に身体活動が計画、実施されている実態が明らかとなった。そこで、保育者が重要視する発達に即した保育実践のためには、保育者の経験知に加え科学的視点を合わせた

表4 子どもが一日に必要な身体活動についての保育者の意識

	子どもが一日に必要な身体活動について知っている	
	当てはまらない	当てはまる
全体	153 **	68
勤務年数		
1-5年	62	37
6-10年	24	11
11-20年	28	12
21-30年	25	5
30年以上	14	3

*: $p < .05$ **: $p < .01$ (人)

表5 身体活動の指標についての必要性

	身体活動の指標が必要		
	どちらかといえば必要	どちらともいえない	どちらかといえば必要ない
全体	110	87	6
勤務年数			
1-5年	50	37	1
6-10年	17	16	0
11-20年	21	15	3
21-30年	15	12	1
30年以上	7	7	1

*: $p < .05$ **: $p < .01$ (人)

子どもの状態把握、研修機会の確保、発達を見通した保育のための小学校との連携などが課題として挙げられた。上述した身体活動における保育の課題からは、保育者が参照できる幼児の身体活動に関する何らかのモデルや指標が必要であることが示唆されたが、実際には保育を行う上で参考となる幼児の身体活動に関する指標がないことが関係していることが推察される。これらを踏まえれば、幼児の身体活動においては、生活リズムや運動能力と関連する要因について、保育の実態に即した基礎的な統計的資料の蓄積が望まれる。

【引用文献】

- 今西俊次, 松本直也, 高成廈, 松浦義昌, 坪内伸司, 田中良晴, 清水教永, 松浦道夫 (2010) 子どもの生活環境と健康に関する研究 (第1報), 桃山学院大学総合研究所紀要, 35(2), 15-31.
- 小林寛道 (2005) 子どもの体操と体さばき, 子どもと発育発達, 杏林書院, 3(1), 17-20.
- 厚生労働省, 運動所要量・運動指針の策定検討会 (2006) 健康づくりのための運動基準2006 ~身体活動・運動・体力~ 報告書.
- 厚生労働省 (2008) 保育所保育指針解説書, フレーベル館, 158-159.
- 文部科学省 (2008) 幼稚園教育要領, フレーベル館, 81.
- 田中千晶, 田中茂穂, 河原純子, 緑川泰史 (2007) 一軸加速度計を用いた幼児の身体活動量の評価精度, 体力科学, 56, 489-500.
- 田中沙織, 七木田敦 (2008a) 東広島市における幼児

- の生活リズムに関する研究, 幼年教育研究年報, 30, 77-83.
- 田中沙織, 七木田敦 (2008b) 幼児期の身体活動と生活リズムにおける関連性, 発育発達研究, 杏林書院, 40, 1-10.
- 宇土雅彦 (1999) 幼児の健康と運動遊び, 保育出版社, 9-46.
- 吉田伊津美, 杉原隆 (2002) 幼児の運動遊びが有能感および園での行動に及ぼす影響に関する因果モデルの検討, 保育学研究, 40(1), 91-99, 2002.
- 山本裕二 (2005) 心の発達にかかわる身体運動 (特集

- 子どものころ・子どものからだ, 子どもと発育発達, 2(6), 370-375, 2005.
- 伊藤亮子, 林若子, 小山道雄 (2004) もっと考えて! 保育者の専門性と労働条件, 新読書社, 41-45.

【謝辞】

本研究を実施するにあたり, 研修会の前にも関わらず, 参加した全ての保育者の方が質問紙への記入にご協力くださいました。この場を借りてお礼申し上げます。

(主任指導教員 七木田敦)