岐阜大学教育学部研究報告（自然科学）第35巻,147-151, 2011年３月
Sci. Rep. Fac. Educ. Gifu Univ.（Nat. Sci.）35, 147-151, Mar. 2011

幼児の体力，運動能力と保護者の遊びや運動に関する養育態度との関連

香村玲奈[1)]，春日晃章[1)]，福冨恵介[2)]

Examining the relationship between physical fitness and motor ability and upbringing attitude concerning play with young children

Reina KOMURA[1)], Kosho KASUGA[1)] and Keisuke FUKUTOMI[2)]

1) 岐阜大学教育学部保健体育講座
Department of Physical Education, Faculty of Education, Gifu University
2) 岐阜県スポーツ科学トレーニングセンター
Gifu Sports Science Training Center

キーワード：幼児，体力，運動能力，保護者の養育態度
Key words: young children, physical fitness, motor ability, upbringing attitude

Ⅰ．緒言

近年，子どもの体力低下が叫ばれており，その背景には食生活の変化や，車社会の普及，急激な都市化などが原因として考えられることが多くの研究で報告されている．特に1990年頃からテレビゲームが流行し，子どもたちの戸外遊びの減少に拍車をかけている[1)]．

文部科学省の体力・運動能力調査[2)]によると，今の子どもたちは走，跳，投といった基礎的な運動能力が，1985年をピークに著しく低下傾向にあり，柔軟性，敏捷性などの体をコントロールする能力も低下してきていると報告されている．また，身体活動が減少したことで，小児期からの生活習慣病が問題視されるようになってきており，これらの問題は生涯の健康にも影響を及ぼすことになると考えられる．幼児期は大脳発達状態と関連の高い神経系の発達が著しく，神経細胞の過増殖が生じるため，この時期にどのような栄養を取り，身体を活動させたかということが極めて重要となる[3)]．また思春期の保健問題は，幼少期の発達過程と関係が深く，特に乳幼児期の発達程度や体験の影響を強く受けることも明らかにされている[4)]．

幼児の体力・運動能力には遺伝が関係していると思われがちだが，その発達を支えるのは，遺伝の要素が10%，残りの90%の要素は後天的なものといわれている[5)]．つまり，体力・運動能力は成長の過程で子どもに与えられた環境と運動への取り組み方次第でよくも悪くも変化すると考えられる．さらに，子どもの生活リズムは保護者の生活習慣と互いに影響し合いながら確立していくことが明らかになっている[6)]．幼児の生活習慣は主として家庭や保育所および幼稚園の生活の中で培われるが，子どもの環境をつくるのはやはり保護者の存在が大きいと考えられる．古田ら[7)]は，将来スポーツ選手にさせたいと思っている親の元で育った子どもほど運動能力は高く，親の子どもへの期待が子どもの運動経験に影響を与えると報告している．このことから，幼児期の体力・運動能力には保護者の養育態度が強く影響を及ぼすと推察される．中でも子どもの遊びや運動に関する保護者の養育態度は，幼児期だけでなく，それ以降の体力・運動能力に影響を及ぼす可能性があるため重要であると考える．

そこで本研究は，子どもの体力・運動能力と保護者の遊びや運動に関する養育態度との関連を検討することを主たる目的とした．

Ⅱ．方法

1．対象および期間

愛知県内125園の保育所および幼稚園に在籍する４歳から６歳の園児3359名（男児1715名，女児1644名）を対象とした．体力・運動能力測定

およびアンケート調査は，子ども発育発達研究会を通して各園に依頼し，2009年の５月から６月の間で実施した．

2. 測定調査項目

1) 幼児の体力・運動能力測定

体力・運動能力測定は，愛知県が40年ほど前から10年毎に先行研究を踏まえて行っている20m走，立ち幅跳び，テニスボール投げ，反復横跳び，けんけん跳び，縄跳び，懸垂，片足立ち，ボールつき，跳び越しくぐりの10項目を実施した．

2) 保護者の遊びや運動に関する養育態度についてのアンケート調査

アンケート調査は，「父親が子どもと遊ぶ頻度」，「母親が子どもと遊ぶ頻度」，「父親は子どもと遊びや運動をすることが好きか」，「母親は子どもと遊びや運動をすることが好きか」，「父親はスポーツや運動をどのように思っているか」，「母親はスポーツや運動をどのように思っているか」および「子育てに追われて不満に感じることがあるか」の7項目を実施した．

3. 調査方法

測定を依頼した保育所および幼稚園には体力・運動能力測定における10項目の測定方法および手順を説明したDVDを送付し，同じやり方で園の保育者に測定を行わせた．養育態度についてのアンケートは保護者を対象とし，研究の同意を得て配布・回収した．

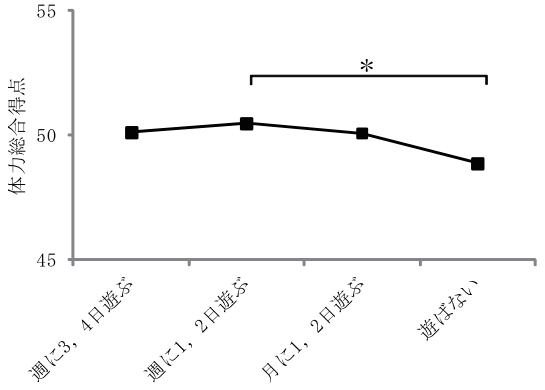
4. 分析方法

体力・運動能力測定を実施した幼児を男女別に分け，さらにそれぞれ年齢を0.5歳区分（４歳前半，４歳後半，５歳前半，５歳後半，６歳前半，６歳後半）で区切り，各群の平均値と標準偏差を求めた．そして体力・運動能力測定の10項目ごとに群内での個人のTスコアを算出し，個人の代表値とした．さらに，測定項目別の各個人の代表値を合計し，それを平均化した値を体力総合得点とした．

保護者の養育態度における体力総合得点の差異を分析するにあたっては一要因分散分析を適用し，有意な主効果が認められた場合には多重比較検定を行った．なお，本研究の統計的有意水準はすべて５％未満とし，統計処理にはExcel統計2010（SSRI社製）を用いた．

Ⅲ．結果および考察

図１は「父親が子どもと遊ぶ」頻度別における幼児の体力総合得点の分析結果を示している．父親が子どもと遊ぶ頻度の各群における体力総合得点の平均値は，子どもと遊ぶ群の方が全く遊ばない群の平均値よりも高いという結果であった．また多重比較検定の結果，週に１，２日子どもと遊ぶ父親をもつ幼児と，遊ばない父親をもつ幼児の体力総合得点には有意な差が認められた．また，父親と頻繁に運動遊びを行う幼児の方が遊ばない幼児よりも体力・運動能力が高いという渡辺[7]の報告もあることから，時々自由遊びをさせ，適度に子どもと遊ぶ父親をもつ幼児は体力・運動能力が高く，全く子どもと遊ばない父親をもつ幼児は体力・運動能力が低いことが示唆された．

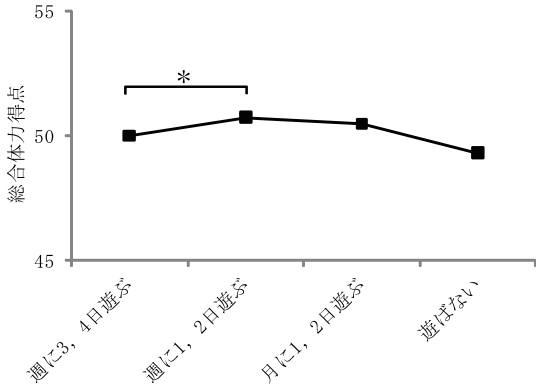


	標本数	平均値	標準偏差
週に3，4日遊ぶ	703	50.12	5.077
週に1，2日遊ぶ	1210	50.47	5.462
月に1，2日遊ぶ	207	50.06	5.586
遊ばない	116	48.85	5.597

図１　父親が子どもと遊ぶ頻度別における幼児の体力総合得点の分析結果　*:P<0.05

図２は「母親が子どもと遊ぶ」頻度別における幼児の体力総合得点の分析結果を示している．母親が子どもと週に３，４日遊ぶ群と週に１，２日遊ぶ群の体力総合得点に有意な差が認められた．この結果から，子どもと全く遊ばない母

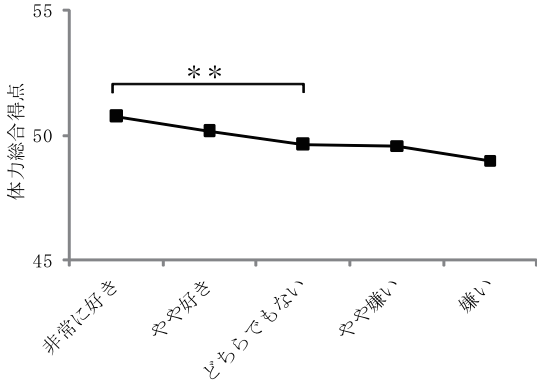
親をもつ幼児は体力・運動能力が低いが，逆に母親が子どもをかまい過ぎていても，幼児の体力・運動能力を伸ばしきれないということが示唆された．父親が子どもと遊ぶ頻度別の幼児の体力総合得点（図１）においても同様の結果が得られたが，子どもに保護者が過度に干渉することなく，適度な自由遊びをさせることが子どもの体力・運動能力を伸ばすのに有効ではないかと考えられる．常木ら[8]は体力・運動能力の高い女児をもつ母親は低い女児を持つ母親に比べ，特に子どもの「遊び」といった活動に干渉する傾向が少なく，子どもの活動の自発性や持続性の発展を促す傾向にあることを報告している．一方で，吉田らの研究[9]によると，家族と子どもとが一緒に運動遊びをする頻度がより高い幼児ほど，運動能力が高いという結果を報告している．以上のことから，今後はより詳細にこの点を検討する必要があろう．



	標本数	平均値	標準偏差
週に3，4日遊ぶ	1523	50.03	5.365
週に1，2日遊ぶ	672	50.75	5.238
月に1，2日遊ぶ	79	50.50	5.453
遊ばない	37	49.32	5.906

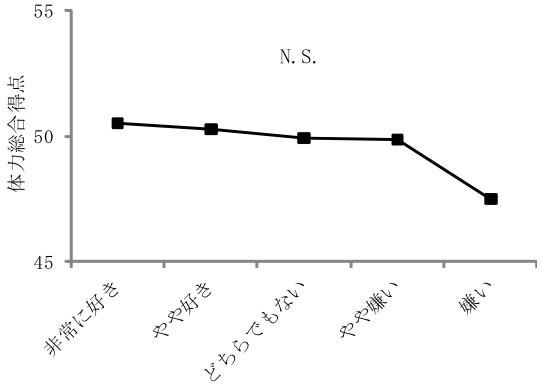
図２　母親が子どもと遊ぶ頻度別における幼児の体力総合得点の分析結果　*:P<0.05

図３は「父親は子どもと遊びや運動をすることが好きか」の群別における幼児の体力総合得点の分析結果を示している．また，図４は母親に関する同様の分析結果を示している．図３から，子どもと遊びや運動をすることが非常に好きだと思う父親をもつ幼児と，どちらでもないと思う父親をもつ幼児の体力総合得点に有意な差が認められた．一方，図４に示すように母親が子どもと遊びや運動をすることが好きかに対する５つの群における幼児の体力総合得点の間に有意な差は認められなかった．この結果から，父親が子どもと遊びや運動をすることが好きだと思っていることが，母親が思っていることよりも影響力が強いことが推察される．母親に比べ子どもと接する時間の少ないと考えられる父親が，たまの時間に子どもと楽しく遊ぶことによって，子どもは父親と遊びや運動をすることが楽しみになり，積極的に体を動かすようになるためではないかと考える．



	標本数	平均値	標準偏差
非常に好き	904	50.78	5.255
やや好き	798	50.18	5.419
どちらでもない	359	49.66	5.224
やや嫌い	108	49.58	5.400
嫌い	38	48.98	5.967

図３　父親は子どもと遊びや運動をすることが好きかの群別における幼児の体力総合得点の分析結果　**:P<0.01



	標本数	平均値	標準偏差
非常に好き	634	50.51	5.257
やや好き	1122	50.28	5.422
どちらでもない	457	49.94	5.229
やや嫌い	104	49.87	5.223
嫌い	17	47.51	5.555

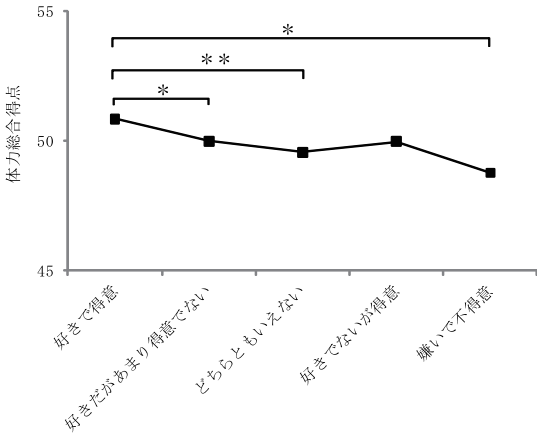
図４　母親は子どもと遊びや運動をすることが好きかの群別における幼児の体力総合得点の分析結果
N.S.:群間に有意差なし

また，母親に対する結果（図４）より，幼児の体力総合得点の平均値を比較すると，子どもと遊びや運動をすることが好きな母親をもつ幼児の方が，嫌いな母親をもつ幼児よりも高い値を示した．井上ら[10]は，母親が積極的に子どもとともに身体活動しようと心がけることが，子どもの運動量を増大し，延いては運動能力も亢進させることが十分期待できると報告している．本研究では有意な差は認められなかったものの，母親が積極的に子どもと関わり，共に遊びや運動をすることは大切であり，良き親子関係を築いていくためにも重要であると考えられる．

図５は「父親はスポーツや運動をどのように思っているか」の群別における幼児の体力総合得点の分析結果を示している．多重比較検定の結果，各群間における幼児の体力総合得点に有意な差が認められた．父親がスポーツや運動を好きで得意と答えた幼児の体力総合得点が他の群に比べて有意に高く，嫌いで不得意と答えた父親をもつ幼児の体力総合得点の平均値が最も低かった．スポーツや運動を好きで得意だと思う父親は，子どもにスポーツを教えたり，一緒に体を動かしたりすることが好きであろうことが推察される．そして，子どもにも自分と同様にスポーツや運動を好きになってもらいたいと考え，子どもと一緒に活動することが子どもの体力を向上させている様相がうかがえる．

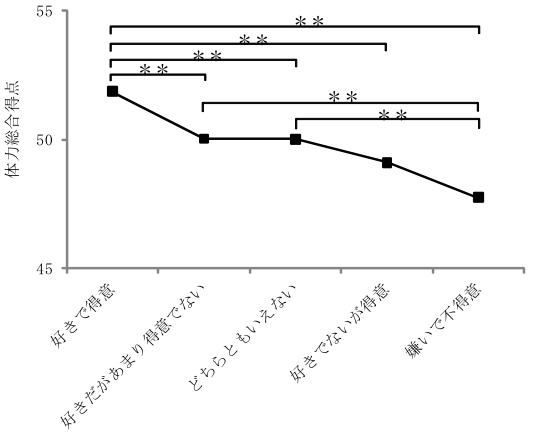
図６は「母親はスポーツや運動をどのように思っているか」の群別における幼児の体力総合得点の分析結果を示している．運動を好きで得意と答えた母親をもつ幼児の体力総合得点は他の全ての群よりも有意に高かった．藤巻ら[11]は，母親の運動に対する好き嫌いの態度と子どもの運動発達に与える影響について，３歳半以降に可能になるような動作の複合度の高い全身運動の発達においては，運動の好きな母親をもつ幼児の方が早い事を明らかにしており，本研究においてもほぼ同様の結果を示した．

図７は「子育てに追われて不満に感じることがあるか」の群別における幼児の体力総合得点の分析結果を示している．保護者が子育てに追われて不満を感じる程度の各群間における幼児の体力総合得点に有意な差が認められ，子育てに不満を感じない保護者をもつ幼児の方が不満を感じる保護者をもつ幼児よりも体力・運動能



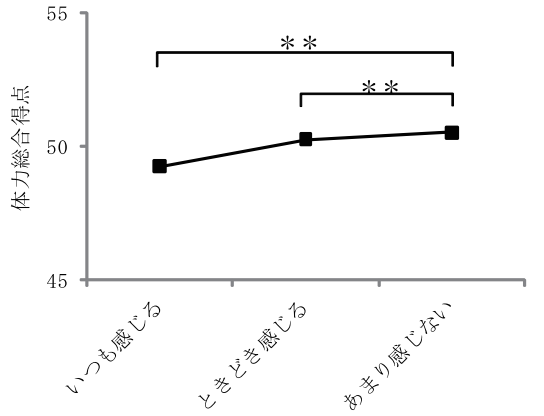
	標本数	平均値	標準偏差
好きで得意	1118	50.85	5.198
好きだがあまり得意でない	441	50.00	5.459
どちらともいえない	513	49.57	5.389
好きでないが得意	64	49.98	5.799
嫌いで不得意	61	48.78	4.855

図５　父親はスポーツや運動をどのように思っているかの群別における幼児の体力総合得点の分析結果　*:P<0.05, **:P<0.01



	標本数	平均値	標準偏差
好きで得意	536	51.86	5.071
好きだがあまり得意でない	926	50.03	5.253
どちらともいえない	629	50.02	5.188
好きでないが得意	44	49.11	6.468
嫌いで不得意	192	47.75	5.434

図６　母親はスポーツや運動をどのように思っているかの群別における幼児の体力総合得点の分析結果　*:P<0.05, **:P<0.01



	標本数	平均値	標準偏差
いつも感じる	235	49.27	5.034
ときどき感じる	1420	50.27	5.314
あまり感じない	667	50.53	5.422

図7　子育てに追われて不満に感じることがあるかの群別における幼児の体力総合得点の分析結果

**:P<0.01

力が高いことが示唆された．また，子育てに追われていつも不満を感じる保護者が全体の約10%，ときどき感じる保護者が全体の約50%を占めていた．多くの保護者が幼児期の子育てに関してストレスを感じながら生活している様子が推察される．保護者が子育てに追われて不満に感じることが少なくなるように，今後は保護者の育児に対する支援をさらに進めていくことが必要であると考えられる．保護者が育児に不満をもつことが少なくなることで，保護者の心のゆとりにもつながり，延いては子どもの体力・運動能力の向上にもつながっていくのではないかと考える．

Ⅳ．まとめ

本研究は幼児の体力・運動能力と保護者の養育態度との関連を検討するために，3359名の幼児を対象とした体力測定と，その保護者に対するアンケート調査を行った．分析の結果，保護者が子どもに対してどのように関わるかが，幼児期の子どもの体力・運動能力に影響を及ぼす事が明らかにされ，親子のコミュニケーションの重要性が示唆された．また，子どもと全く遊ばない保護者をもつ幼児は体力・運動能力が低いが，逆に保護者が子どもをかまい過ぎていても，幼児の体力・運動能力を伸ばしきれないということが示唆された．さらに，子育てに不満を感じる親をもつ幼児はあまり不満を感じない親をもつ幼児より体力・運動能力が有意に低かったことから，育児不安が問題となっている今日では，育児に対する支援をより充実させることで保護者だけでなく子どもの発育・発達にも良い影響を与えるのではないかと思われる．

謝辞

研究を遂行するにあたり，子ども発育発達研究会，愛知県内の幼稚園および保育所の関係者，そして保護者の方々に多大なご協力を頂いた．ここに記して感謝の意を表する．

引用・参考文献

1) 藤井勝紀：子どもの体力と生活の変化，子どもと発育発達，6(2)：87-93，2008
2) 中村和彦：子どもの体力と身体能力のいま,体育科教育，54(10)：10-15，2006
3) 小林寛道：子どもの体操と体さばき，子どもと発育発達，3(1)：17-20，2005
4) 藤沢良知：心とからだを育てる食事，子どもと発育発達，1(4)：208-211，2003
5) 佐藤雅弘：「子どもの運動能力を引き出す方法」，講談社，pp.13-14，pp.18-21，2004
6) 吉川昌子：幼児をもつ父親と母親の養育態度と育児不安との関連，中村学園研究紀要，35：47-53，2003
7) 渡辺渚：幼児の運動能力に影響を与える要因:母親への子どもの生活環境に関する調査を通して，金沢大学人間社会学域学校教育学類附属幼稚園紀要，55：113-117，2009
8) 常木誠司，藤巻公裕：幼児の運動能力と両親の養育態度の関係，日本保育学会大会研究論文集，51：588-589，1998
9) 吉田伊津美，杉原隆，森司朗，近藤充夫：家庭環境が幼児の運動能力発達に与える影響，体育の科学，54(3)：243-249，2004
10) 井上芳光，山瀧夕紀，谷玲子：母親の運動経験・活動性が幼児の運動量・運動能力に及ぼす影響，日本人類学会誌，11(1)：1-6，2006
11) 藤巻公裕，林信二郎，志村洋子：母親の運動の好き・嫌いと子どもの運動発達，日本保育学会第57回大会発表論文抄録，43：472-473，1990