

保育学生の体力と生育環境・生活技能に関する研究

荒木恵美子・塩見優子*・藤井栞**・三好敏江***

研究目的

現代の高度経済成長に伴う生活様式の変容は、次第に人間の体力・生活技能の低下をもたらしているといわれる。学童のみならず中学生から大学生の学習態度・生活態度などにもそれが表われているようである。例えば、保育学生においても、授業中に姿勢のゆがむ者や、体育実技などでもすぐしゃがみたがる者が目立つ。また、保育実習の現場から、体力不足や、疲れやすい学生が増加したとの指摘を受けることが多い。一般的にも、きつい運動・労働などに難色を示す傾向がみられる現状にある。

1989年に筆者等が報告した「保育学生の生活習慣・生育環境並びに生活時間の実態¹⁾」においても運動時間が極度に短く運動の習慣化・体力の維持増進などが難しいという結果を得た。なお、今年の6月に発表された昨年度の「岡山県学校保健概要調査²⁾」においても、幼稚園から高等学校までの基礎体力が年々低下し、特に、柔軟性の落ち込みが目立つことが報告されている。その傾向は保育学生も当然有するものと考えられる。乳幼児の保育にたずさわる保育学生にとって基礎体力は必要欠くべからざるものであり、かつ、それは学習意欲・生活意欲にも関わる重要なものといえよう。

そこで、今回は基礎体力として柔軟性(立位体前屈)、筋持久力(上体起こし)、平衡性(閉眼片足立ち)の3種目、ならびに運動習慣として一日の平均歩数を調査した。それらと生育環境・生活技能などとの関連をみることにより保育学生の実態を把握し、今後の保育者養成の指針を得ることを目的とした。

研究方法

- 1 調査対象：岡山県立短期大学保育科43名、倉敷市立短期大学保育科47名、順正短期大学幼児教育科66名、中国短期大学幼児教育科155名、計311名。(1年生)
- 2 調査時期：平成2年10月～12月
- 3 調査項目
 - 1) 体力・運動習慣：①上体起こし ②閉眼片足立ち ③立位体前屈 ④一日の平均歩数
 - 2) 生育環境：①幼児期の遊び方(屋外、室内、友だち

の数) ②幼児期・学童期の習いごと ③学童期の部活動・地域活動

- 3) 現在の生活状況：①クラブ活動 ②余暇時間の利用 ③自覚症状の有無と内容

- 4) 母親の養育態度

- 5) 生活技能：①鉛筆の持ち方 ②箸の持ち方 ③りんごの皮むき ④タオルの絞り方 ⑤紐の蝶結び

4 調査方法

- 1) 体力：「上体起こし」は国際体力テスト標準化委員会による測定方法を、「閉眼片足立ち」「立位体前屈」は文部省の体力診断テスト項目の測定方法を用いた。
- 2) 運動習慣：土曜・日曜を含む3日間、対象者に起床から就寝まで万歩計を装着させ測定した歩数を平均して「一日の平均歩数」とし、これを運動習慣にあてた。
- 3) 生育環境・現在の生活状況・母親の養育態度：質問紙法により対象者に無記名で回答させた。
- 4) 生活技能：1984年文部省が実施した「児童の日常生活(生活技能)に関する調査³⁾」に基づいて実技テストを行なった。「鉛筆の持ち方」については教室でノート記入時の状況をみて評価した。(基準は小学校硬筆習字の手本を参照)

結果および考察

1 体力および運動習慣(表1-1, 表1-2)

体力および運動習慣の結果は表1-1の通りである。

これらの平均値を「全国平均値(18歳)⁴⁾」上体起こし

表1-1 体力・運動習慣

	平均	最大	最小	S・D
上体起こし (回)	14.5	28	0	4.3
閉眼片足立ち (秒)	41.4	120	1	35.8
立位体前屈 (cm)	13.7	29	-14	6.24
1日の平均歩数(歩)	8609	42900	2767	3742.6

*順正短期大学 **中国女子短期大学 ***倉敷市立短期大学

表 1-2. 体力・運動習慣

種 目	良 い	ふ つ う	劣 る	不 明	計
上 体 起 こ し	n 120	142	49	0	311
	% 38.6	45.6	15.8	0	100.0
閉 眼 片 足 立 ち	n 76	89	144	2	311
	% 24.4	28.6	46.4	0.6	100.0
立 位 体 前 屈	n 139	97	75	0	311
	% 44.7	31.2	24.1	0	100.0
1 日 の 平 均 歩 数	n 79	199	26	7	311
	% 25.4	64.0	8.4	2.2	100.0

(15.7回), 閉眼片足立ち (75秒), 立位体前屈 (16.1cm) と比較すると今回対象にした保育学生の体力はやや劣っている。この原因については今後の課題である。

この4種目の成績をそれぞれ「良い」「普通」「劣る」の3段階に分類・集計してみると表1-2のとおりである。「上体起こし」については30秒間の測定で16回以上できたものを「良い」、11～15回を「普通」、10回以下を「劣る」とした。「閉眼片足立ち」については60秒以上を「良い」、30～59秒を「普通」、29秒以下を「劣る」と区分した。「立位体前屈」については15cm以上を「良い」、10～15cm未満を「普通」、10cm未満を「劣る」とした。一日の平均歩数（以下平均歩数という）については10000歩以上を「良い」、5000～10000歩未満を「普通」、5000歩未満を「劣る」とした。

上体起こしは「普通」が最も多く45.6%, 次いで「良い」の38.6%, 「劣る」が15.8%で最も少ない。閉眼片足立ちは「劣る」が最も多く46.4%, 次いで「普通」の28.6%, 「良い」が最も少なく24.4%である。立位体前屈は「良い」が最も多く44.7%, 次いで「普通」の31.2

表 2. 幼児期のおそび方

項 目	n	%
屋 外 遊 び		
よ く し た	230	74.0
ふ つ う	70	22.5
あまりしない	11	3.5
屋 内 遊 び		
よ く し た	120	38.6
ふ つ う	161	51.8
あまりしない	30	9.6
友 達 の 数		
1 ～ 2 人	34	10.9
3 ～ 4 人	177	56.9
5 人 以 上	99	31.9
な し	1	0.3

%, 「劣る」は24.1%で最も少ない。平均歩数は「普通」が64.0%で最も多く, 次いで「良い」の25.4%, 「劣る」は8.4%で最も少ない。

上記の「良い」「普通」「劣る」について, それぞれ3点, 2点, 1点と点数化し, その平均値をみると, 4種目の中では上体起こしが2.23で最も成績が良く, 次いで, 立位体前屈2.21, 平均歩数2.13, 閉眼片足立ちは1.77の順である。閉眼片足立ちは最も成績が悪いが, これら閉眼片足立ち, 立位体前屈など平衡性や柔軟性などが身につくような運動を日常生活にとり入れるように促したり, 体育実技指導などにおいてもそれぞれ工夫が必要であろう。

2 生育環境

1) 幼児期の遊び方 (表2)

屋外遊びについては, 「良くした」が74.0%と一番多く, 次いで「普通」が22.5%であり, 「あまりしない」が3.5%である。屋内遊びについては, 「普通」が51.8%と最も多く「良くした」が38.6%, 「あまりしない」が9.6%の順である。よく遊んだ友達の数「3～4人」が56.9%と最も多く「5人以上」が31.9%で, 「1～2人」が10.9%, 「なし」が1人である。特に, 「2人以下」が1割もいるということは現代の遊びの変容や少子化の現象などを表すものであり, 集団遊びの体験が乏しいということがうかがえる。

2) 幼児期および学童期の習いごと (表3)

表 3. 幼児期・学童期の習いごと

項 目	n	%
幼 児 期		
ビ ア ノ	159	51.1
踊 り	8	2.6
水 泳	6	1.9
硬 筆	78	25.1
そ の 他	25	8.0
し て い な い	95	30.5
学 童 期		
ピアノ・オルガン	202	65.0
踊 り ・ 水 泳	30	9.6
国 ・ 算 ・ 英	97	31.2
そ ろ ば ん	167	53.7
硬 筆 ・ 習 字	211	67.8
絵 画 ・ そ の 他	29	9.3
し て い な い	9	2.9

幼児期で既に70%のものが習いごとをしている。中でも「ピアノ」が51.1%で半数あり, 「硬筆」が25.1%で

ある。学童期になると「硬筆習字」が67.8%と最も多く、次いで「ピアノ・オルガン」65.0%、「そろばん」の53.7%である。さらに、「国・算・英」などの熟通いが31.2%、「踊り・水泳」9.6%、「絵画・その他」が4.3%であり、「全くしていない」はわずか2.9%と少なく、現代の習いごと・塾への志向が強くみられる。特に「硬筆習字」「ピアノ・オルガン」「そろばん」「国・算・英」は学童期の4大習いごとといえよう。なお、複数の習いごと（1人当たり2.5種）をする者も多いことがうかがえ、遊ぶ時間・遊ぶ友達が少ないのもうなずける。

3) 学童期の部活動・地域活動（表4）

項 目	n	%
部 活 動		
文 化 系	107	34.4
運 動 系	203	65.3
な し	19	6.1
地 域 活 動		
子 ども 会	221	71.1
スポーツ少年団	69	22.2
ガールスカウト 合唱団・その他	31	10.0
し て い な い	38	12.2

学童期の部活動は「運動系」65.3%であり、「文化系」の34.4%に比べて約2倍多い。地域活動では「子ども会」が71.5%と多く、次いで「スポーツ少年団」が22.2%であり、「ガール（ボーイ）スカウト・合唱団」などが10.0%である。子ども会の活動は他の2活動に比べて性格が多少異なることから単純に比較することは困難であるが、スポーツ少年団などへの加入は習いごとの分野に属しているともいえ、習いごとの「踊り・水泳」の9.6%に比べてみればかなりの率といえる。これら学童期の部活動や地域活動での体験が果たして現在の生活にどれだけ活かされているかが問題であろう。

3 現在の生活状況

1) 現在のクラブ活動と余暇時間の利用（表5）

現在クラブ活動をしているものはわずかに48.2%である。その内容は「文化系」が34.1%、「運動系」は15.8%で、学童期の「運動系」65.3%に比べて激減している。中学・高校での受験勉強などが、生活のありかたを変え運動に対する意識の変化をもたらししたものと考えられるが、学童期のクラブ活動や地域活動の定着の難しさをうかがわせる。そこで、余暇時間の利用をみると「テレビ・映画・観劇」が62.4%と最も多く、次いで「ショッピング

表5. 現在のクラブ活動・余暇時間利用

項 目	n	%
ク ラ ブ 活 動		
し て い る	150	48.2
し て い な い	154	49.5
無 答	7	2.3
ク ラ ブ の 内 容		
文 化 系	106	34.1
運 動 系	49	15.8
そ の 他	6	1.9
し て い な い	159	51.1
余 暇 時 間 利 用		
テレビ・映画・観劇	194	62.4
音楽鑑賞・演奏	131	42.1
読 書	57	18.3
ス ポ ー ツ	17	5.5
ド ラ イ ブ	58	18.6
シ ョ ッ ピング	152	48.9
ア ル バ イ ト	123	39.5
お し ゃ べ り	82	26.4
ボーッとしている	81	26.0
ボランティア・ おけいこ・その他	32	10.3

グ」48.9%、「音楽鑑賞・演奏」42.1%、「アルバイト」39.5%、「おしゃべり」26.4%、「ボーッとしている」26.0%、「ドライブ」18.6%、「読書」18.3%の順である。中でも、「スポーツ」は5.5%と極めて低率である。保育者は特に体力を要求されるものであるから余暇時間の効果的利用について問い直す必要があろう。

2) 現在の自覚症状（表6）

表6. 現在の自覚症状

項 目	n	%
自 覚 症 の 有 無		
あ る	80	25.7
時 々 あ る	121	38.9
な い	107	34.4
無 答	3	1.0
自 覚 症 状 の 内 容		
体が重い・疲れやすい等	99	31.8
肩こり・頭痛・腰痛	120	38.6
腹 痛 ・ 便 秘	77	24.8
息切れ・どろき・その他	32	10.3
無 答	111	35.7

「時々ある」が38.9%と最も多く、次いで「ない」34.4%であり、「ある」が25.7%の順である。「ある」

「時々ある」と合わせてみると、何らかの形で自覚症状のある者が64%もいる。その内容は「肩こり・頭痛・腰痛」が38.6%と最も多く、「体がだるい・疲れやすいなど」31.8%、「腹痛・便秘」24.8%、「息切れ・どろき・その他」10.3%の順であり、運動不足の影響がここにも表われているといえよう。また、筆者等の調査⁵⁾によれば現在の保育学生の生活リズムは典型的な夜型になっているという結果を得ている。慢性的な睡眠不足症と運動不足症が健康阻害の原因であることを自覚させ、生体リズムにあった生活をするよう指導の必要があろう。

4 母親の養育態度 (表7)

表7. 母親の養育態度

項 目	n	%
保 護 型	190	61.1
権 威 型	59	19.0
溺 愛 型	20	6.4
無 関 心 型	26	8.4
無 答	16	5.1

Maccoby, E. E. と Martin, J. A. (1983) による親の養育態度の4つの類型化¹⁸⁾より、1 保護 (以下「保護型」という)、2 溺愛・甘やかし (以下「溺愛型」という)、3 権威主義・厳格 (以下「権威型」という)、4 無関心・放任 (以下「無関心型」という) に分類した。母親の養育態度は「保護型」が61.1%と最も多く、「権威型」19.0%、「無関心型」8.4%「溺愛型」6.4%の順である。現代の民主的世相を反映してか「権威型」が少なくなっている一方で、子どもの数が少ないにもかかわらず「無関心型」が8.4%もいるのは問題であろう。

5 生活技能 (表8)

生活技能の4項目については「正しくできる」「正しくできない」の2段階に評価した。「紐の蝶結び」は(図1)、「箸の持ち方」は(図2)、「りんごの皮むき」は(図3)、「タオルの絞り方」は(図4)、「鉛筆の持ち方」は(図5)を「正しくできる」ものとし、それ以外については「正しくできない」ものとした。

「正しくできる」ものの割合は「紐の蝶結び」が88.1%で最も高く、次いで「りんごの皮むき」75.6%、「鉛

表8. 生活技能

項 目	n	%
鉛 筆 の 持 ち 方		
正 し い	189	60.8
正 し く な い	122	39.2
箸 の 持 ち 方		
正 し い	177	56.9
正 し く な い	134	43.1
りんごの皮むき		
正 し い	235	75.6
正 し く な い	76	24.4
タオルの絞り方		
正 し い	141	45.3
正 し く な い	170	54.7
紐 の 蝶 結 び		
正 し い	274	88.1
正 し く な い	37	11.9

筆の持ち方」60.8%、「箸の持ち方」56.9%の順であり、「タオルの絞り方」は45.3%で最も低い。これらの生活技能は日常の生活の中で身につくものばかりであるが、いずれも「正しくできない」ものの率が高いのに驚かされる。日本人でありながら箸が正しく持てない、タオルが上手に絞れないなどの生活技能の低さは、現代の若者の生活感覚・生活様式の変化ならびに生活体験の不足によるものといえよう。

6 体力・運動習慣と生育環境の関係 (表9)

体力・運動習慣4項目の成績3群 (良い=A群, 普通=B群, 劣る=C群) と生育環境7項目26群 (表2～表4 参照) とをクロス集計して χ^2 検定を行なった結果、体力・運動習慣の成績分布に差のある傾向がみられたのは、次の体力2項目と生育環境3項目のみであった。

1) 上体起こし: 幼児期によく遊んだ友達の数 (図6) でみると、他の2群に比してA群には「5人以上」のものが多く「1～2人」が少ない。成績C群には「1～2人」のものが多く傾向 ($P<0.30$) がみられる。

2) 立位体前屈: 学童期の習いごと (図7) では、C群に「踊り・水泳」と「絵画・その他」が多く、B群には「ピアノ・オルガン」が多い傾向 ($P<0.20$) がみられる。また、学童期の部活動 (図8) では、A群に「文化系」が多く、C群には「運動系」が多い傾向 ($P<0.20$) がみられる。

上記以外には、体力・運動習慣と生育環境7項目の間に有意な関連がみられなかったことは予期に反した結果であった。しかし、結果をみると5人以上の友達と活発に遊んだものの体力が優れているという傾向がみられる



(図1)



(図2)



(図3)



(図4)



(図5)

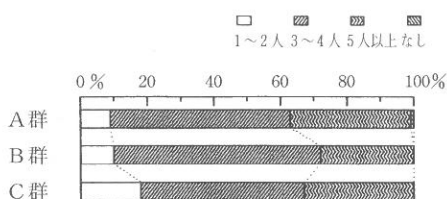


図6 上体起こし：友達の数

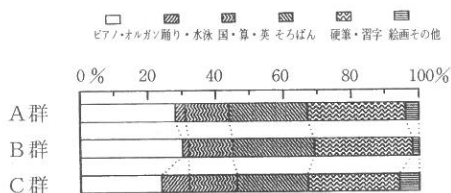


図7 立位体前屈：学童期

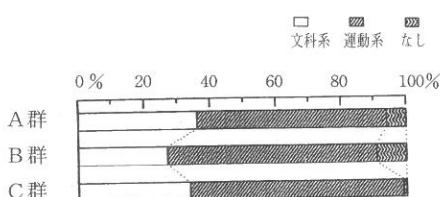


図8 立位体前屈：学童期の部活動

反面、踊りや水泳を習い、運動系の部活動を行なったものの体力が劣っているなどの傾向があり意外であった。このことは幼児期や学童期の運動遊び・運動系の習いごと・部活動・地域活動などが、体力の基礎・運動の習慣化につながるまでに、適切な時期に適切な内容と方法で行なわれなかったことを意味するのではないかと考えられる。スポーツ教室等での規定されたプログラムは活動意欲を削ぎ、運動嫌いをつくることもあろう。このことから、教えられたり強いられたりする教育よりも、自ら進んで活動するほうが如何に重要であるかが把握された。

7 体力・運動習慣と現在の生活状況の関係

体力・運動習慣4種目の成績3群と、現在の生活状況5項目22群とをクロス集計すると表9のとおりで、そのうち体力・運動習慣の成績分布に有意差またはその傾向が認められる項目を図に示すと図9～図15となる。

1)上体起こし：クラブ活動(図9)では、A群に「している」ものが最も多く、C群には「していない」ものが最も多い。余暇時間利用(図10)では、A群には「アルバイト」「ドライブ」「スポーツ」をしているものが多く、C群には「テレビ・映画・観劇など」と「おしゃべり」をしているものが多く。

2)閉眼片足立ち：クラブ活動(図11)では、B群に

表9. 体力・運動習慣と現在の生活状況

(単位：%)

項目	種目	上体起こし			閉眼片足立ち			立位体前屈			1日の平均歩数		
		A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C
クラブ活動	している	57.5	45.8	36.7	50.0	39.3	54.2	46.8	52.6	48.0	46.8	51.8	38.5
	していない	42.5	54.2	63.3	50.0	60.7	45.8	53.2	47.4	52.0	53.2	48.2	61.5
χ^2 検定		P<0.05			P<0.10			n.s.			n.s.		
クラブの内容	文化系	66.2	64.2	70.0	60.0	72.2	65.5	69.2	66.1	59.5	56.4	66.4	90.0
	運動系	31.1	31.3	25.0	37.5	22.2	31.0	27.9	32.1	32.4	41.0	29.1	10.0
	その他	2.7	4.5	5.0	2.5	5.6	3.5	2.9	1.8	8.1	2.6	4.5	0
	χ^2 検定	n.s.			n.s.			n.s.			P<0.30		
余暇時間利用		18.9	21.1	25.3	18.4	21.2	22.6	20.3	23.6	18.6	17.0	22.3	23.8
テレビ・映画・観劇等		13.3	14.9	13.7	11.5	13.0	14.1	14.0	14.6	13.9	13.2	15.1	11.7
音楽鑑賞・演奏		5.8	6.4	6.2	4.7	4.8	8.0	5.4	5.6	8.2	5.1	6.9	2.6
読書		3.6	0.5	1.5	3.3	1.4	1.4	1.5	2.4	1.8	3.5	0.9	3.9
スポーツ		8.2	5.5	4.1	6.9	7.8	5.2	8.1	4.5	5.2	7.2	6.4	2.6
ショッピング		15.8	16.4	17.8	20.6	16.4	14.6	18.4	13.2	16.9	17.9	16.1	14.3
アルバイト		13.6	14.3	9.6	14.8	13.8	12.7	13.7	13.5	12.1	17.4	12.1	7.8
おしゃべり		6.9	9.5	11.6	6.0	9.7	9.9	8.3	8.0	10.8	8.5	8.4	14.2
ボーッとしている		10.3	7.8	7.5	9.6	9.7	7.5	7.4	10.1	9.5	6.4	8.6	18.2
ボランティア・おけいこ・その他		3.6	3.6	2.7	4.2	2.2	4.0	2.9	4.5	3.0	3.8	3.2	1.3
χ^2 検定		P<0.20			n.s.			n.s.			P<0.02		
自覚症の有無	ある	31.7	22.9	20.4	22.7	32.6	23.8	18.8	33.0	29.7	25.3	25.4	36.0
	時々ある	38.3	41.4	36.7	41.3	32.6	42.7	45.0	33.0	37.9	41.8	37.3	48.0
	ない	30.0	35.7	42.9	36.0	34.8	33.5	36.2	34.0	32.4	32.9	37.3	16.0
χ^2 検定		n.s.			n.s.			P<0.20			P<0.30		

「していない」ものが多い。

3) 立位体前屈：自覚症状の有無（図12）では、A群には自覚症状の「ある」ものが最も少なく、C群には「ない」ものが最も少ない。

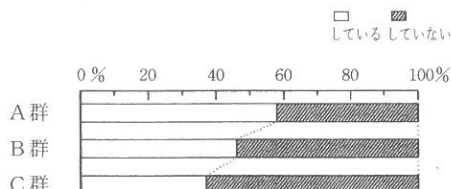


図9 上体起こし：クラブ活動

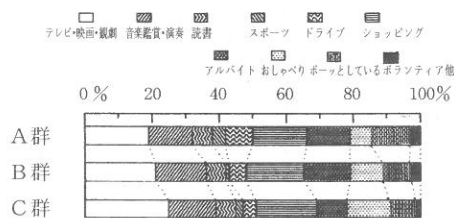


図10 上体起こし：余暇時間利用

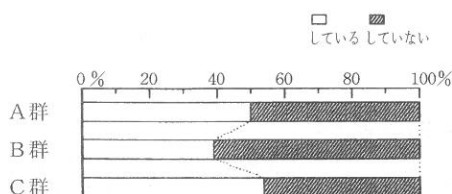


図11 閉眼片足立ち：クラブ活動

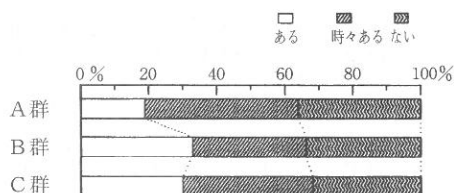


図12 立位体前屈：自覚症の有無

4) 平均歩数：クラブの内容（図13）では、A群に「運動系」が最も多く、C群には「運動系」が最も少ない。余暇時間利用（図14）では、A群には「アルバイト」「ドライブ」「ボランティア・おけいこ・その他」が多く、C群には「テレビ・映画・観劇など」と「おしゃべり」「ボーッとしている」が多い。自覚症状の有無（図15）では、A群には自覚症状の「ない」ものが多く、

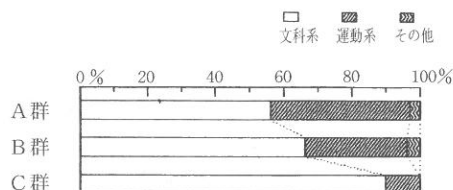


図13 一日の平均歩数：クラブの内容

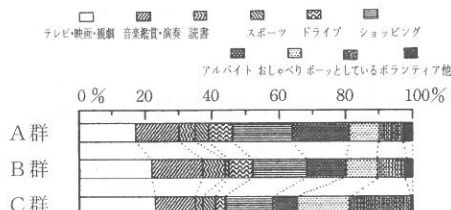


図14 一日の平均歩数：余暇時間利用

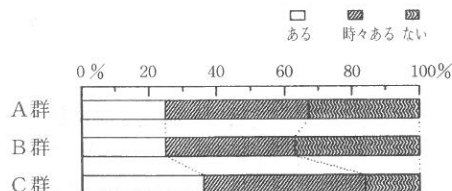


図15 一日の平均歩数：自覚症の有無

C群には「ある」ものが多い。

現在の生活状況が、体力や運動習慣にどのような影響を及ぼしているのかをみると、生活状況との関連が最も顕著にみられたのは、当然のことながら平均歩数であった。運動系のクラブ活動をし、余暇時間にはスポーツ・アルバイトなどに意欲的に取りくめば、平均歩数が一万歩を越えるのは当然である。反対に、クラブ活動はしない、しても文化系のクラブ、余暇時間にはテレビを見て、おしゃべりをして、ボーッとしていたのでは、一日の平均歩数が5,000以下になることも、これまた当然のことといえよう。また、よく歩くものには、各種の不定愁訴の症状を自覚するものが少なく、反対に歩かないものには自覚症状のあるものが多かった。1970年代初頭に生まれた対象学生は、ほとんどの家庭に自家用車があり、エレベーターやエスカレーターの普及によって、階段の昇降も極端に減少した生活の中で育ってきたのである。運動習慣の第一歩が身についていないのであるから、身体に変調をきたし、種々な症状を自覚するのも必然といえよう。閉眼片足立ちとクラブ活動の関係を除けば、上体起こし・立位体前屈についても平均歩数とほぼ同様の結

果がみられ、毎日の生活状況は体力・運動習慣の育成に大きな影響を与えることが確認された。強靱な体力を要求される保育者をめざす保育学生たちには、クラブ活動への積極的参加・余暇時間の有効的利用について、自覚を促すべく指導の必要があろう。

8 体力・運動習慣と母親の養育態度の関係(表10)

体力・運動習慣4種目の成績3群と、母親の養育態度4群とをクロス集計すると表10のとおりで、そのうち体力・運動習慣の成績分布に有意な差もしくはその傾向の認められたものを図に示すと図16～図18となる。

1)閉眼片足立ち：他の2群に比してA群には「保護型」と「溺愛型」が多く、「無関心型」が少ない。B群には「無関心型」が、C群には「権威型」が多い。(図16)

2)立位体前屈：A群には「保護型」が多く、「無関心型」は少ない。C群には「権威型」と「無関心型」が多く、「保護型」が少ない。(図17)

3)平均歩数：A群には「権威型」が多く、C群には「溺愛型」が多い。(図18)

母親の養育態度が体力・運動習慣にどのような影響を与えるかをみると、最も顕著に表われたのは立位体前屈であり、閉眼片足立ち・平均歩数にもその傾向がみられたことは、体力・運動習慣に及ぼす母親の影響が大であることを示唆するものであろう。「保護型」の母親の場合、上記3種目全てにA群のものが多く、それは、母親が子どもの行動をコントロールするが、欲求をむやみに押さえつけることはしないで、自主性を尊重するという養育態度によるものであり、反対に「権威型」の母親の場合は、立位体前屈・閉眼片足立ちなどC群が多く、子どもの行動を厳しく制限し運動や遊びが十分に行なわれなかったのではないかと考えられる。また、「溺愛型」の母親の場合には、平均歩数においてC群が多いがこれは母親が子どもの欲求を安易に容認して、生活全体が過保護になり積極的に動こうとしないことを表わしているのではなかろうか。「無関心型」は立位体前屈・平均歩数において成績の劣るものが多く、母親が子どもの教育やしつけに無関心で、親らしい生活や指導が不十分なために、体力や運動習慣などの形成においても意欲的な取

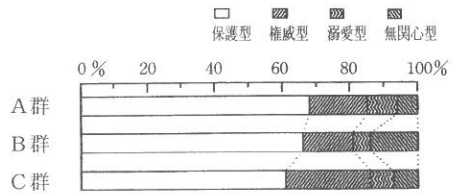


図16 閉眼片足立ち：母親の養育態度

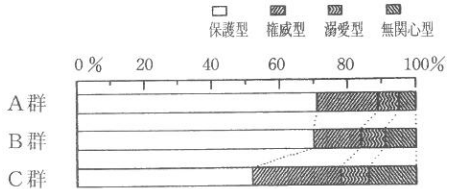


図17 立位体前屈：母親の養育態度

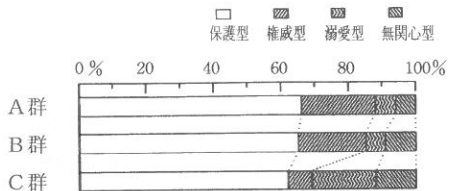


図18 一日の平均歩数：母親の養育態度

りくみがなされなかったためであろう。

9 体力・運動習慣と生活技能の関係(表11)

体力と運動習慣4種目の成績3群と、生活技能5項目10群とをクロス集計すると表11のとおりで、そのうち体力・運動習慣の成績分布に有意差またはその傾向が認められる項目を図に示すと図19～図29となる。

1)上体起こし：箸の持ち方(図19)ではA群に「正しい」ものが多く、りんごの皮むき(図20)でも、A群に「正しい」ものが多い。

2)閉眼片足立ち：鉛筆の持ち方(図21)ではA群に

表10. 体力・運動習慣と母親の養育態度

(単位：%)

種目	上体起こし			閉眼片足立ち			立位体前屈			1日の平均歩数		
	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C
保護型	64.0	63.5	68.2	67.6	65.9	61.3	71.4	69.5	43.3	65.8	64.5	61.5
権威型	21.9	21.2	11.4	16.9	15.3	24.8	18.0	14.7	31.3	22.4	20.4	7.7
溺愛型	7.9	5.1	9.1	9.9	4.7	6.6	6.0	6.3	9.0	5.3	5.9	19.2
無関心型	6.2	10.2	11.3	5.6	14.1	7.3	4.6	9.5	16.4	6.5	9.2	11.6
χ^2 検定	n.s.			P<0.20			P<0.01			P<0.20		

表11. 体力・運動習慣と生活技能

(単位: %)

種 目	上体起こし			閉眼片足立ち			立位体前屈			1日の平均歩数		
	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C
鉛筆の持ち方												
正しい	64.2	59.9	55.1	68.4	53.9	60.4	66.2	59.8	52.0	62.0	62.3	46.2
正しくない	35.8	40.1	44.9	31.6	46.1	39.6	33.8	40.2	48.0	38.0	37.7	53.8
χ^2 検 定	n.s.			P<0.20			P<0.20			P<0.30		
箸の持ち方												
正しい	63.3	52.1	55.1	55.3	56.2	57.6	59.7	60.8	46.7	64.6	52.8	48.4
正しくない	36.7	47.9	44.9	44.7	43.8	42.4	40.3	39.2	53.3	35.4	47.2	51.6
χ^2 検 定	P<0.20			n.s.			P<0.20			P<0.20		
りんごの皮むき												
正しい	76.7	76.1	71.4	65.8	78.7	78.5	77.0	74.2	74.7	72.2	75.4	80.8
正しくない	23.3	23.9	28.6	34.2	21.3	21.5	23.0	25.8	25.3	27.8	24.6	19.2
χ^2 検 定	P<0.30			P<0.05			n.s.			n.s.		
タオルの絞り方												
正しい	47.5	42.3	49.0	44.7	51.7	41.7	45.3	50.5	38.7	39.2	46.7	53.8
正しくない	52.5	57.7	51.0	55.3	48.3	58.3	54.7	49.5	61.3	60.8	53.3	46.2
χ^2 検 定	n.s.			n.s.			P<0.30			n.s.		
紐の蝶結び												
正しい	86.7	88.0	90.0	82.9	87.6	91.7	89.9	86.6	86.7	93.7	85.9	84.6
正しくない	13.3	12.0	10.0	17.1	12.4	8.3	10.1	13.4	13.3	6.3	14.1	15.4
χ^2 検 定	n.s.			P<0.20			n.s.			P<0.20		

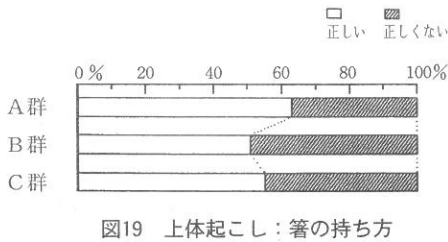


図19 上体起こし：箸の持ち方

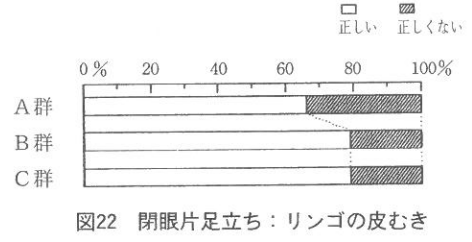


図22 閉眼片足立ち：リンゴの皮むき

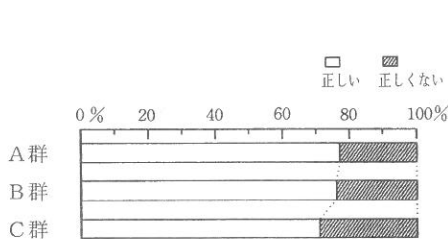


図20 上体起こし：リンゴの皮むき



図23 閉眼片足立ち：紐の蝶結び

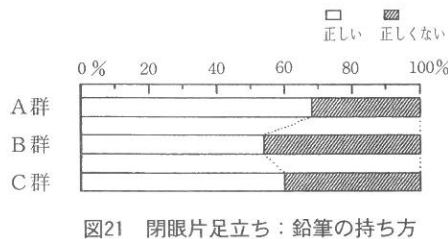


図21 閉眼片足立ち：鉛筆の持ち方

「正しい」ものが多いが、りんごの皮むき（図22）と紐の蝶結び（図23）では、A群に「正しくない」ものが多い。

3)立位体前屈：鉛筆の持ち方（図24）では、A群に「正しい」ものが多い。箸の持ち方（図25）とタオルの絞り方（図26）では、C群に「正しくない」ものが多い。

4)一日の平均歩数：鉛筆の持ち方（図27）ではC群に「正しくない」ものも多く、箸の持ち方（図28）と紐の蝶結び（図29）では、A群に「正しい」ものが多い。

全体的にみると、閉眼片足立ちの一部を除くほとんどの項目において、生活技能の獲得が優れているものの方が体力・運動習慣の成績も優れている。生活技能の獲得

は母親の養育態度、特に正しい生活技能のしつけが影響すると思われる。生活技能は日常生活の中で体験を重

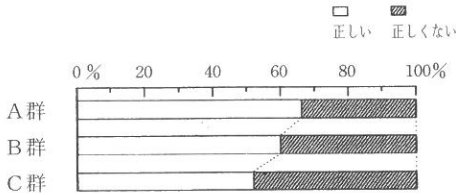


図24 立位体前屈：鉛筆の持ち方

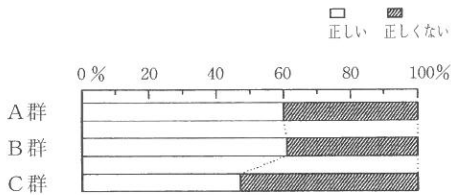


図25 立位体前屈：箸の持ち方

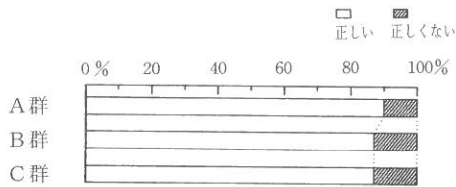


図26 立位体前屈：紐の蝶結び

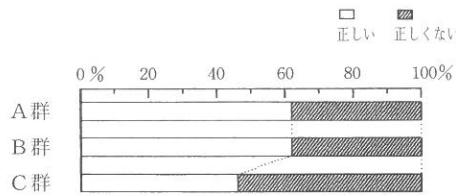


図27 一日の平均歩数：鉛筆の持ち方

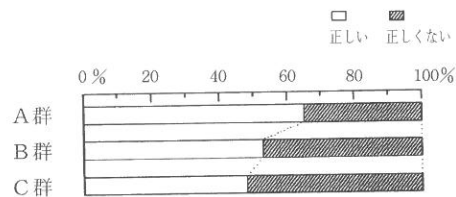


図28 一日の平均歩数：箸の持ち方

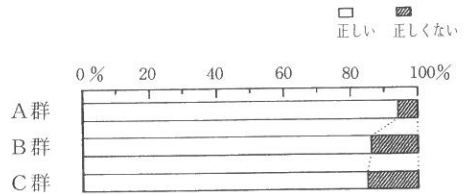


図29 一日の平均歩数：紐の蝶結び

ねながら身につけていくものである。箸の持ち方、鉛筆の持ち方、りんごの皮むき、紐の蝶結びなど、いずれも手先の巧緻性・調整力の関わる動作であり、運動機能の発達に影響を及ぼしているものである。従って、保育学生は将来、保育者としてより良い人的環境になるためにも正しい生活技能を身につけるよう意識的に努力させる必要があろう。手は特に第二の頭脳ともいわれるので、不器用になっていく若者の技能を無視することはできない。

本研究は保育者養成の立場にある筆者等が、保育者を目指す学生たちの体力の低下と、それが学習意欲あるいは保育者としてのプロ意識の衰退につながるのではないかと危惧して調査を行なうに至ったのである。その結果、体力を改めて見直すことになり、その周辺を取りまく諸条件との関係を探ることにより、体力を高めることは健康的な生活のみならず、人格形成に大きく関わり、意欲的な学生生活を送ることになると把握された。

石河利寛は体力を定義して「人間活動の基礎となる身体的能力⁶⁾」といい、基礎体力については「人間として生き続けるために必要な体力⁷⁾」という。子どもの命を守るという重責をもって保育にたずさわらなければならない学生達は、自ら体力を十分身につけ、意欲的に生き、望ましい人間形成にむけて努力すべきである。その生きる姿勢こそが、幼児にとってはまるごと人生の鏡となり、次代を担う幼児たちへの責任ある態度といえよう。特に、石河は体力を身体的能力だけでなく、精神力と併せて人間の全能力とし、具体的には形態・機能の面からと、行動力・抵抗力の両面から捉えている。それは人間が生きて活動するために欠くことのできない側面であり、ただ病気をしないで元気ならよいということとは異なるのである。保育者として社会的に活動する責任はこれら精神的・身体的両側面からの体力を十分身につけることであり、諸活動に意欲的に取り組むことである。

今回の調査から日常生活のあり方・生活技能の正しい獲得などが、体力・運動習慣に大きく影響しているという結果を得た。また、母親の養育態度も現在の体力・運動習慣に関りがあることも明らかになった。学生達は保

育者としてだけでなく、将来母親になるものとしてもこの結果などを謙虚に受けとめ、現在の学生生活をより望ましい生活に改め、望ましい保育・養育の在り方を意欲的に探求する姿勢になるよう指導の必要があろう。

保育者養成の立場にある筆者等は、これらの結果を学生達に示し自覚を促すとともに、大学生活における効果的な体力づくり・運動習慣が身につくような環境を整えることが課題である。今後運動系のクラブの充実、学生の日常の生活指導、教職員や家庭との連携などにより、保育者養成の効果をあげるよう努めていかなければならないと考える。

要 約

岡山県内4短期大学保育学生311名を対象に、体力・運動習慣の測定調査、および生活技能の実技テストを行った。同時に、生育環境・現在の生活状況・母親の養育態度についてアンケート調査を実施し、それらが体力・運動習慣に及ぼす影響について考察した結果を要約すると次のとおりである。

- 1)測定した体力・運動習慣4種目の成績の平均値は1位上体起こし、2位立位体前屈、3位平均歩数、4位閉眼片足立ちの順であったが、いずれも全国平均と比較してやや低かった。
- 2)生育環境について高率なものを示すと ①屋外遊びをよくしているもの74.0% ②屋内遊びは普通と答えたもの51.8% ③よく遊んだ友達の数3～4人が56.9% ④幼児期の習いごとでは、習いごとをしているもの70.0%、そのうちピアノ51.1% ⑤学童期の4大習いごと、硬筆習字67.8%、ピアノ・オルガン65.0%、そろばん53.7%、国・算・英31.2%、(何もしないものはわずかに2.9%) ⑥学童期の部活動は運動系65.3%、文化系34.4%、(なしは6.1%) ⑦学童

期の地域活動で最も多いのは、子ども会71.1%、(していないは12.2%)であった。

- 3)現在の生活状況については ①クラブ活動をしていないが51.1%、運動系はわずか15.8%、②余暇時間の利用は1位テレビ・映画・観劇など62.4%、2位ショッピング48.9%、3位音楽鑑賞・演奏42.1%、4位アルバイト39.5%、5位おしゃべり26.4%、6位ボーッとしている26.0%、スポーツは10位でわずか5.5%であった。 ③現在の自覚症状については時々あるもの38.9%、あるもの25.7%であった。 ④自覚症状の内容は1位肩こり・頭痛・腰痛38.6%、2位体がだるい・疲れやすい31.8%、3位腹痛・便秘24.8%、4位息切れ・どうき・その他10.3%であった。
- 4)母親の養育態度については保護型61.1%、権威型19.0%、無関心型8.4%、溺愛型6.4%の順であった。
- 5)生活技能が正しく獲得されているものは紐の蝶結び88.1%、りんごの皮むき75.6%、鉛筆の持ち方60.0%、箸の持ち方56.9%、タオルの絞り方45.3%の順であった。
- 6)体力・運動習慣と生育環境・現在の生活状況・母親の養育態度・生活技能との関係において有意差またはその傾向のみられたものは次のとおりであった。
 - ①現在の生活状況では現在クラブ活動をしているもの、また、クラブ活動の内容が運動系のものが、体力・運動習慣が優れていた。余暇時間にテレビ・映画・観劇・おしゃべり・ボーッとしているものは劣っていた。
 - ②母親の養育態度では保護型の母親に体力・運動習慣の優れているものが多く、溺愛型、無関心型では成績の劣るものが多かった。
 - ③生活技能が正しく獲得されているものは体力・運動習慣が優れていた。

引 用 ・ 参 考 文 献

- 1), 5) 荒木恵美子・塩見優子・藤井栄・三好敏江「保育学生の生活習慣と生育環境ならびに生活時間の実態」岡山県立短期大学研究紀要第33巻1号, 1989
- 2) 朝日新聞, 「平成2年度学校保健概要調査」, 平成3年6月12日, 山陽新聞, 「同上」平成3年6月14日
- 3) 文部省大臣官房編集「文部時報」1287号昭和59年8月号
- 4) 東京都立大学身体適性学研究室編「日本人の体力標準値」第4版, 不昧堂出版, 平成元年
- 6), 7) 前川峯雄・石河利寛・松田岩男・高田典衛・滝沢正人「図説・体力事典」体操編, 講談社, 1970年
- 8) 清水義弘「子どものしつけと学校生活」東京大学出版会, 1989年
- 9) 原田碩三著「図説・幼児健康学」黎明書房, 1986年
- 10) 藤井栄・三好敏江・塩見優子・荒木恵美子「保育学生の生活習慣に関する研究—その実態並びに現在の住まいとの関係—」全国保母養成協議会第27回研究大会, 研究発表論文集, 昭和63年
- 11) 三好敏江・塩見優子・荒木恵美子・藤井栄「同上一生育環境(出生順位・母親の年齢と仕事・家族形態)との関係—」同

上

- 12) 塩見優子・荒木恵美子・藤井栞・三好敏江「同上－生活時間（勉強時間・ピアノ練習時間・運動時間）との関係－」同上
- 13) 荒木恵美子・藤井栞・三好敏江・塩見優子「同上－生活時間（通学時間・TV視聴時間・家事手伝い時間）との関係－」同上
- 14) 藤井栞・三好敏江・塩見優子・荒木恵美子「保育学生の日常における生活技能に関する研究（その1）－その実態ならびに現在の住まいとの関係－」全国保母養成協議会第28回研究大会，研究発表論文集，平成元年
- 15) 三好敏江・塩見優子・荒木恵美子・藤井栞「同上（その2）－生育環境（出生順位・母親の年齢と仕事・家族形態）との関係－」同上
- 16) 塩見優子・荒木恵美子・藤井栞・三好敏江「同上（その3）－生活時間（勉強時間・ピアノ練習時間・運動時間）との関係－」同上
- 17) 荒木恵美子・藤井栞・三好敏江・塩見優子「同上（その4）－生活時間（通学時間・TV視聴時間・家事手伝い時間）との関係－」同上
- 18) 秦一士・平井誠也「児童心理学要論」北大路書房，1990

平成3年8月31日受付

平成3年11月7日受理