

研究課題名：子どもの覚醒水準に関する新指標の探究

研究代表者：野田 耕

1. 研究目的

近年、保育や教育現場の教師から、子どもが「朝から元気がない」「朝からボーッとしている」「動かない」という実感が聞かれ、生活習慣の乱れに起因する覚醒水準の低下を予見せざるを得ないところである。また、近年、子どもの身体活動の機会や活動量の減少も懸念されている。例えば、スポーツ庁が公表した『平成27年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査』によると、1週間の総運動時間が0分の児童生徒は、小学生および男子中学生でおよそ3～5%、女子中学生で14%を占めている。また、1週間の総運動時間0分の児童生徒は運動をよくしている児童生徒に比べて、体力・運動能力テストの総合評価が低く、肥満の出現率も高い割合を示している(スポーツ庁、2015)。

そこで本研究では、先ず、小学生の身体活動の実態および身体活動を生起する要因について明らかにし、加えて、身体活動の取り組みの効果が覚醒水準に反映されることから、学校教育現場で覚醒水準が簡便に測定可能とされる指標の吟味を行うことを目的とした。とくに本報告においては、基礎的調査と位置づける前者の調査結果について報告する。

2. 研究方法

対象は、東京都、静岡県、福岡県の公立小学校7校に在籍する小学3～6年生1,059名(男子536名、女子523名)であり、分析には主体的身体活動の設問に対する回答に欠損がなかった898名分のデータが使用された。本研究におけるすべてのデータは、自作の質問紙調査票により収集された。調査項目は、生活状況、身体活動に関わる校内環境、身体活動の好嫌度、始業前・中休み・昼休みの身体活動状況等とし、多変量による二項ロジスティック回帰分析を実施した。

3. 結果および考察

学校環境に関する意識や身体活動推奨の有無、教室階および身体活動の好嫌度を性別・学年別に検討した結果では、「遊びたい場所」、「遊びたい用具」、「遊びたい人」の有無には、男女とも、学年による人数の偏りは認められなかった。また、「遊びたい場所」は「うんてい」、「鉄棒」、「ブランコ」が、「遊びたい用具」は「ボール」、「ドッチビー」、「一輪車」が多く、「遊びたい人」はそのほとんどが「友だち」である様子も見受けられた。さらに、その他の項目において、統計的に有意な人数の偏りが認められたものは、女子における教師からの身体活動推奨の有無と男子における身体活動の好嫌度であり、前者における「ある」の回答は3年生(65.0%)で有意に多く、6年生(55.8%)で有意に少ない様子が、後者における「すき」の回答は3年生(80.2%)で有意に少なく、5年生(93.3%)で有意に多い様子が示された。また、主体的身体活動の有無を従属変数、学校環境に関する意識、他者からの身体活動推奨の有無、教室階、身体活動の好嫌度を独立変数とした二項ロジスティック回帰分析の検討結果では、有意なロジスティック回帰係数が得られた因子は、始業前が「性」、「遊びたい場所」、中休みが「性」、「学年」、「遊びたい場所」、「遊びたい用具」、昼休みが「遊びたい用具」、「教室階」、「身体活動の好嫌度」であった。このような結果は、「性」、「学年」、「教室階」、「身体活動の好嫌度」だけでなく、「遊びたい場所」や「遊びたい用具」といった物理的な環境要因が休み時間の主体的身体活動を左右することを物語っている。休み時間における小学生の主体的身体活動の状況とその生起要因を示す本研究の結果は、子どもの主体的身体活動を推進する具体策を立案する上で重要な知見になり得るものと考えられる。したがって今後は、そのような物理的環境要因がある学校とない学校、さらにはそれらを提供した場合における子どもの主体的身体活動の比較や変化を検討することが課題である。

4. まとめ

主体的身体活動の生起要因には、始業前で「性」、「遊びたい場所」が、中休みで「性」、「学年」、「遊びたい場所」、「遊びたい用具」が、昼休みで「遊びたい用具」、「教室階」、「身体活動の好嫌度」が抽出された。以上のことから、学校の休み時間において子どもの主体的身体活動を推進するためには、物理的な環境要因の充実がポイントであるとの結論に至った。