

氏名	石沢 順子
学位の種類	博士（体育学）
学位記番号	第24号
学位授与の要件	学位規則第4条第2項該当
学位授与年月日	平成31年3月25日
学位論文題目	幼児期の保育と日常身体活動の関連について
論文審査委員	主査 吉武 裕 副査 竹下 俊一 副査 前田 明

論文概要

【研究の背景および目的】

子どもの身体活動量は運動能力や健康度等と関連があることが報告されており、幼児期から身体活動の機会を確保し、運動に親しむ習慣を身につけることが求められている。しかし、幼児の身体活動を3軸加速度計により客観的に捉え、日常生活全般や保育中の活動について、その変動も含めて検討した報告は少ない。

そこで、本研究では、まず予備測定として、幼児を対象とした身体活動量測定に対する3軸加速度計の有用性と留意点を確認した。次に、幼稚園と保育所に通う幼児の身体活動の実態を日内変動も含めて調査した。また、保護者や保育者が幼児の身体活動の実態をどの程度捉えられているのか、および身体活動量の多い幼児と少ない幼児の違いについても検討した。これらの結果をもとに、幼児の身体活動水準を高めるための取り組みにつながる示唆を得ることを目的とした。

【研究の方法および結果】

【研究1：幼児を対象とした3軸加速度計による身体活動量測定の有用性と留意点】

4・5歳児クラスの幼児15名を対象に、3軸加速度計(Active style Pro HJA-350IT, Omron)を用いて日常身体活動量の測定を行った。その結果、歩数および中強度活動時間はともに男児が多く、歩数と中強度および高強度活動の間に有意な正の相関がみられた点は先行研究と同様の傾向であった。また、時間帯によって強度別活動時間に違いがみられたことから、活動強度や活動量の日内変動にも着目した検討を行う重要性が確認された。

【研究2：幼稚園と保育所に通う幼児の日常身体活動状況の比較】

幼稚園と保育所に通う幼児（計374名）を対象に、日常身体活動量を測定した。その結果、平日では幼稚園児の平均歩数が保育園児を有意に上回ったのに対し、中・高強度活動時間では有意差がみられなかった。しかし、中・高強度活動時間の日内変動を比較すると、その出現時間は施設の種別によって異なり、登園・降園の時間や午睡など、幼稚園と保育所のそれぞれの生活パターンの影響を受けていることが推察された。一方、休日では施設

の種別による明確な違いはみられず、家庭での生活など別の要因の影響を受けている可能性が推察された。

【研究3：幼児の身体活動に関する客観的評価と保護者および保育者による主観的評価との関係】

4・5歳児クラスの幼児（214名）の身体活動量を3軸加速度計により客観的に評価した。また、幼児の保護者（214名）とクラス担任の保育者（16名）を対象に幼児の身体活動に対する主観的評価について4件法の質問紙調査を行い、客観的評価と主観的評価の関連を検討した。その結果、幼児の身体活動に関する保護者および保育者の主観的評価は、主に平日の中・高強度活動時間と関連がみられ、両者は幼児の身体活動の傾向を捉えられていることが明らかとなった。特に保育者の主観的評価は客観的な身体活動量とより一致する傾向があり、幼児の身体活動量を相対的に評価できていることが示唆された。保護者や保育者から「活発ではない」と評価された幼児は身体活動が少ない傾向がみられたことから活動量を増やすための適切な援助が必要であると考えられた。

【研究4：保育中の活動場面による身体活動水準の違い：活発な子どもと不活発な子どもの比較】

研究3の結果をもとに、4・5歳児クラスの中から、担任保育者が主観的に「活発である」もしくは「活発ではない」と評価した幼児を性別にそれぞれ一人ずつ選んで保育中の身体活動を測定し、その活動水準の違いを検討した（合計8名）。自由遊びと一斉活動の運動遊び（室内、園庭、公園）における中・高強度活動時間を比較したところ、自由遊びにおいては、活発な子どもは不活発な子どもよりも高い活動水準を示した。一方、一斉活動の運動遊びではいずれの子どもも高い活動水準を示し、特に戸外での遊びではより高い値を示した。このことから一斉活動の運動遊びを適切に取り入れることにより、不活発な子どもの活動水準を高める可能性があることが示唆された。

【結論】

本研究では、予備測定において有用性を検討した3軸加速度計を用いて、幼児の日常身体活動量の実態を幼稚園と保育所に分けて調査した。また、幼児の身体活動に対する保護者や保育者の主観的評価と活動量計で測定した客観的評価との間に関連があるのかを検討した。さらに、保育者から「活発である」と評価された幼児と「活発ではない」と評価された幼児の保育中の身体活動水準を比較し、その違いを検討した。

その結果、幼児の身体活動量の変動は、平日では通園施設での生活パターンの影響を受けていることが推察された。また、保護者や保育者は幼児の身体活動の傾向を捉えられており、「活発ではない」と評価された幼児は客観的な活動量も少ない傾向がみられたことから、適切な援助をする必要があると考えられた。また、「不活発な子ども」の活動水準を高めるためには、保育者と保護者が幼児の身体活動に関する情報を共有するとともに、保育中に一斉活動の運動遊びを取り入れるなど、楽しく体を動かす機会を意図的につくることも有効な手段の一つであることが示唆された。

論文審査の要旨

本論文は、3軸加速度計を用いて幼児の一日の身体活動状況や日内変動を数量的に捉えただけでなく、幼児の活動の様子を実際に観察し、活動内容も含めて検討しているところに新規性がある。まず、保護者および保育者からみた幼児の身体活動に関する主観的評価と加速度計による客観的評価の関連を検討し、保育者や保護者の主観的評価が有効であることを明らかにした。また、保育中の活動場面ごとに活発な子どもと不活発な子どもの身体活動水準を比較し、一斉活動の運動遊びを取り入れることで不活発な子どもの身体活動水準を高められる可能性を示した。そして、その成果を基に運動遊びプログラムを作成し、保育現場に還元している。以上のことから、本論文は、幼児の身体活動促進を目的とした取り組みの必要性およびそのあり方について検討した貴重な研究であると考えられる。