

①研究の背景

子どもの身体活動量の減少に伴う体力低下が社会問題となっている。その背景として、都市化や少子化の進展による社会環境や生活様式の変化があり、それによって子どもの遊ぶ場所、遊ぶ仲間、遊ぶ時間を減少させている。さらに交通事故や犯罪への懸念などが体を動かして遊ぶ機会を低下させている。共働き家庭の増加に伴って保育ニーズが増大する中、学園都市では過去 10 年間で 2 つの認定こども園と 1 つの小規模保育施設が開園されてきた。しかし、現在も保育所等の利用待機児童が発生していることから、学園都市の保育ニーズは高いと思われる。すなわち、子どもが生活時間の大半の時間を過ごし、心身の発達の基礎を培う場としての保育所(認定こども園)の重要性が一層高まっている。しかしながら、設置基準は満たしているものの、「園庭がない」、または「園庭が狭い」といった保育の環境では、子どもの身体活動量が十分確保できているかは明らかではない。

そこで本研究では、子どもが主体的に楽しく体を動かすことのできる環境構成を提案する基礎資料を得ることを目的として、学園都市に位置する YMCA こども園の協力の下で、まず幼児の身体活動量および運動能力の現状を把握し(研究Ⅰ)、その結果をもとに学生が主体となって制作した運動遊びのための遊具による運動能力の変化を実証する(研究Ⅱ)。

②研究成果

(研究Ⅰ)運動能力は、25m 走、テニスボール投げ、立ち幅跳び、両足連続跳び越し、体支持維持時間、捕球のいずれの項目も、園庭の広さの違いが運動能力に与える影響は確認されなかった。

一方全国平均と比べると、25m 走、立ち幅跳び、両足連続跳び越しの得点は高く、テニスボール投げ、体支持維持時間、捕球は同程度であり、6 種目合計得点が高いことが明らかになった。身体活動量調査の結果から、園庭が広い園に通う子どもは、午後の園庭遊びにおいてその広い園庭を使って自由に活発に遊んでいる様子がうかがえた。一方、園庭が狭い園に通う子どもは午前の園外活動により、活動量を確保していた。この 2 つを比較すると、保育中のトータルでの中高強度身体活動時間(活発な活動時間)に有意な違いはみられないが、屋外での活発な活動時間は園庭が広い園の方が、園庭が狭い園よりも長かった。

(研究Ⅱ)運動能力の結果をもとに、主として上肢や体幹といった上半身の力を培うことを目的として制作された遊具を園庭の狭い園の室内に設置した。約 2 か月間の室内遊具の利用により、体支持維持時間が延伸し、「登る」「ぶら下がる」「体を支える」をコンセプトとした室内遊具の利用は筋持久力の向上に貢献したものと考えられる。利用状況を見ると、園児は「コーナー遊び」と呼ばれる子どもがそれぞれの場所でしたい遊びをする時間帯に、安全管理のため保育者が定めたルールの中で対象児は利用しており、室内遊具は主体的な遊びの中で利用されていたと考えられる。その遊具の設置は園児、保育者、保護者に概ね好評であったと思われる。

以上のことから、園庭が狭くても園外活動を多くすることで、身体活動量を確保することができ、運動能力を育めることが示された。また、上半身の力を培うことに特化した室内遊具は子どもが主体的に利用することにより筋持久力の向上に貢献することが確認された。したがって、本研究により、子どもが主体的に楽しく体を動かすことのできる環境を提案することができたものと考えられる。

③今後の展望

調査期間中保育者から、「(室内遊具を)よく利用する子どもと、そうでない子どもがいる」との報告があったことから、その利用状況の違いによる比較検討を行ったが、有意な差はみ

られなかった。本調査では利用期間を2か月として評価したが、利用状況によりその効果は異なることが予想され、利用期間をより長期間にした場合は利用頻度や利用時間を考慮した評価が必要と田われる。利用頻度・時間が低下・短縮した場合、この遊具の設置効果は減弱すると推測される。継続的にその効果を発揮するためには、子どもが長期的に利用したくなる工夫が求められる。今後も継続的に利用状況の確認や運動能力の評価を実施しながら、より主体的に体を動かすことのできる園環境を提案することが望まれる。

本研究成果の一部は第73回日本体力医学会大会にて発表され、機関紙「体力科学」に掲載された。