

幼児期における外遊びの経験が 学童期の活動性に及ぼす影響

The Influence of Outdoor Play in Early Childhood on the Activity of School-Age Children

酒井 真由子 西 朋 子 山 口 美 和
SAKAI Mayuko NISHI Tomoko YAMAGUCHI Miwa

概要

本研究の目的は、小学2年生の児童の保護者への質問紙調査を通して、幼児期の外遊びの程度が、その後の学童期の子どもの身体的、精神的な活動性に及ぼす影響を考察することである。中部地方にある中都市A市、B市、C市の3つの市の公立小学校に通う小学2年生の児童の保護者(1,382名)を対象とし、525名(回収率38.0%)からの回答を得た。クロス分析の結果、幼児期に外遊びを好んでいた子どもは、外遊び好き以外の子どもに比べて、友達や先生など他者に対して積極的に関わっており、学校生活において活発に活動している傾向にあることがわかった。幼児期における外遊びの経験が小学2年生の時点における活動性に影響を与えているのかを分析するために重回帰分析を行ったところ、親からみて「幼児期の外遊びの程度」が多い子どもほど、学校生活への意欲や人との関わりに対して積極的であった。子ども本人の視点からみても、「幼児期の外遊びの程度」が多い子どもほど、運動など身体的な活動に対する肯定的な意識や行動をもっていた。

キーワード: 外遊び、幼児期、学童期、活動性、身体的な活動、他者との関わり、学校生活への意欲

1. はじめに

高度成長期以後の都市化の進展や少子化の影響による、子どもの遊びの変化が指摘されてからすでに四半世紀以上が経つ。仙田(2009)は、子どもが思い切り走り回れる空き地や原っぱなどの屋外の遊び場が失われたことによって、子どもの外遊び時間は1950年代から1970年代までの20年間に、男子は3.2時間から1.8時間へ、女子は2.3時間から1.0時間へと半減したことを指摘している(仙田 2009, 208)。仙田の調査から40年以上が経った現在、子どもだけで外遊び

を楽しむことは、防犯という観点からも一層難しくなっている。2007～2009年にかけて文部科学省が行った「体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究」では、子どもの遊ぶ場所は室内と戸外のどちらが多いかという質問に対し、戸外での遊びの方が多いと答えた保護者は20%前後にとどまることが明らかになっている。外遊びの場が失われることは、子どもが体を思い切り動かす遊びの減少に直結しやすい。家の周辺で外遊びに適した場所を見つけることが困難な現代社会においては、就学前施設で子どもが外遊びに親しむ機会を豊富に用意することが、ますます大きな意味をもつといえる。

文部科学省は2012年に「幼児期運動指針」を策定し、就学前施設や家庭において、屋内外を問わず毎日合計60分以上、遊びを通じて楽しく体を動かす時間を確保することを推奨している。同指針では、幼児期における運動の効果として(1)体力・運動能力の向上、(2)健康的な体の育成、(3)意欲的な心の育成、(4)社会適応力の発達、(5)認知的能力の発達の5つを挙げている。これら5つの効果は、心身全体を動かす遊びを通して得られるさまざまな経験が、相互に関連しあいながら高まっていくものであると考えられる。特に、幼児期の体を動かす遊びは多様な動きを伴うことから、「タイミングよく動いたり、力の加減をコントロールしたりするなどの運動を調整する能力」(文部科学省 2012)が身に付くとともに、そのような遊びを繰り返す中で得られる成功体験が意欲や有能感を高め、「何事にも意欲的に取り組む態度を養う」(文部科学省 2012)と指摘されていることは、注目に値する。つまり、幼児期の体を動かす遊びは、子どもの身体の活動性を高めるだけでなく、精神的な活動性としての意欲にも影響を与える可能性があるということである。

ところで、体を動かす遊びは室内でも実施することが可能であるが、屋外の広い空間で行う外遊びの方がのびのびと体を動かせ、遊びの幅も広がるであろうことは想像に難くない。野中他(2017)は、2つの保育所に通う3歳児を対象として、保育時間中の歩数と活動強度を測定する調査を行っている。それによれば、広い園庭をもつ保育園の方が園児の活動量が多く、また公園など園外に出ると子どもの活動量が増加するだけでなく、個人差が縮小し、普段は活動性が少ない幼児の活動量の増加が顕著であったという(野中他 2017, 23)。この結果からも、就学前施設で子どもが十分に体を動かす環境を確保するためには、外遊びが大きな鍵を握っていることがうかがえる。

以上のことからわれわれは、幼児期の外遊びの程度が、その後の学童期の子どもの身体的、精神的な活動性にどのような影響を与えるのかということに着目し、調査分析を行うこととした。なお、本研究では「活動性」を、「運動など身体的な活動に対する肯定的な意識や行動」と、「学校生活への意欲や人との関わりに対する積極性」の両面を含むものと定義する。(山口美和)

2. 調査の概要

2.1 調査対象

中部地方にある、人口規模10万人以上の中都市A市、B市、C市の3つの市の公立小学校に通う小学2年生の児童の保護者(1,382名)を対象とした。小学2年生の保護者を対象としたのは、

幼児期の記憶と影響がまだ残っている時期であることと、就学後1年を経過しており、学校への適応状況も把握できるためである。3つの市の公立小学校の中から、対象児童数が各市で400名程度となるよう無作為抽出で公立小学校を選定した。

2. 2 調査期間及び調査方法

2. 2. 1 調査期間

2019年4月～2019年12月

2. 2. 2 調査方法

調査対象校の2年生クラスの担任を通じ、保護者に質問紙を配布する託送法による自記式質問紙調査を行った。回答済みの調査票は、返信用封筒にて直接郵送で返信してもらった。なお本研究は、上越教育大学研究倫理委員会の承認を得て行われた。

3. 調査結果

3. 1 回収率と回答者の属性

3. 1. 1 回収数及び回収率

3つの市の保護者1,381人に調査票を配布し、525人からの回答を得た。回収率は38.0%であった。それぞれの市の配布・回収数及び回収率の内訳は、A市443人中151人(34.1%)、B市451人中188人(41.7%)、C市488人中186人(38.1%)であった。C市の調査票のうち25部に、多くの項目の回答が一律に記入されていない調査票が含まれていたため、本研究ではこの25部を除外した500人分のデータを分析対象とした。

3. 1. 2 回答者の属性

(1) 性別

回答者の性別の内訳は、男性44人(8.8%)、女性456人(91.2%)であった。

(2) 年齢

回答者の年齢の内訳は、20代8人(1.3%)、30代248人(49.6%)、40代229人(45.8%)、50代11人(2.2%)、60代以上3人(0.6%)、無回答1人(0.2%)であった。

(3) 子どもの性別

子どもの性別の内訳は、男児253人(50.6%)、女児246人(49.2%)、無回答1人(0.2%)であった。(山口美和)

3. 2 単純集計の結果

まず、はじめに、小学2年生の児童の実際の生活状況について確認していく。今回収集したサンプルは、中部地方に暮らす小学2年生であるため、すべての小学2年生の代表性を備えているわけではないが、ここで基礎集計レベルのデータを概観しておくことは意味があることのように思われる。本節では、小学2年生の児童の家庭環境と生活実態について確認する。

3. 2. 1 子どもの家庭環境

①家庭が所有する物品

小学2年生の児童がいる家庭の経済状況と文化的環境を知るために、家庭が所有する物品について尋ねた。家庭の経済資本と文化資本を反映すると考えられる10項目の所有財に対して「家にある」と回答した保護者の割合を示した結果が図1である。「液晶テレビ」を所有する家庭は95.6%、「パソコン」を所有する家庭は86.0%であった。「図鑑」(69.4%)や「美術品・骨董品」(64.0%)については、生活必需品ではないにもかかわらず、6割以上が「ある」と答えていた。

家にある大人向けの本(漫画は雑誌は除く)の冊数について尋ねた結果が図2である。蔵書数が「0-10冊」と答えた者は34.8%、「11-25冊」と答えた者は24.4%、「26-100冊」と答えた者は30.0%であった。

図1 家庭の経済資本・文化資本

	家にある (%)
液晶テレビ	95.6
パソコン及び周辺機器	86.0
図鑑	69.4
美術品・骨董品	64.0
子どもの個室	52.4
ピアノ	46.6
外国の本や絵本	38.4
クラシック音楽のレコード・CD	34.2
百科事典	29.6
バイオリン	1.4

(注)「家にある」項目すべてについて複数回答形式。

図2 蔵書数

	(%)
0-10冊	34.8
11-25冊	24.4
26-100冊	30.0
101-200冊	5.0
200冊以上	5.4
NA	0.4
合計	100.0
(n)	(500)

3. 2. 2 子どもの生活実態

①起床時間と就寝時間

次に、小学2年生の児童が何時に起きて、何時に寝ているのか、平日の外遊び時間やテレビ視

聴時間、テレビゲームを行う時間はどのくらいなのかといった、児童の生活実態について確認する。まず、平日の起床時間について尋ねた結果が図3である。起床時間が6時頃という回答は33.2%、6時半頃という回答は48.8%であり、多くの小学2年生が6時台に起床していることがわかる。

次に、平日の就寝時間を確認する（図4）。最も多い回答は21時頃（39.6%）、続いて21時半頃（31.0%）、20時半頃と22時頃（ともに11.8%）であった。

図3 起床時間

	(%)
5時半以前	2.6
6時頃	33.2
6時半頃	48.8
7時頃	14.2
NA	1.2
合計	100.0
(n)	(500)

図4 就寝時間

	(%)
19時以前	0.2
20時頃	3.4
20時半頃	11.8
21時頃	39.6
21時半頃	31.0
22時頃	11.8
22時半頃	1.0
23時以降	0.2
NA	5.0
合計	100.0
(n)	(500)

②現在の平日の外遊び時間

図5は、小学2年生の児童が平日、学校に行っている時間以外にどのくらいの時間を外で遊んでいるのかを尋ねた結果である。外遊び時間が30分程度であると答えた者は34.2%、1時間程度は21.4%であった。外遊び時間が0分、つまり平日は学校以外で外遊びをしていないという回答は25.0%であった。

図5 平日の外遊び時間

	(%)
0分	25.0
30分くらい	34.2
1時間くらい	21.4
1時間半くらい	8.2
2時間くらい	7.4
2時間半くらい	1.0
3時間くらい	0.6
3時間半くらい	0.2
4時間以上	0.2
NA	1.8
合計	100.0
(n)	(500)

③テレビ等の視聴時間とテレビゲーム等をする時間

それでは次に、小学2年生の児童が、平日にテレビやビデオ、DVDを視聴する時間と、テレビゲームや携帯ゲームをする時間を確認する。「平日にテレビを視聴する時間」と「平日にテレビゲームや携帯ゲームをする時間」を示したものが図6である。まず、テレビ等を視聴する時間をみると、「30分くらい」が12.4%、「1時間くらい」が30.0%、「1時間半くらい」が16.8%、「2時間くらい」が22.2%であり、テレビ等視聴時間は30分から2時間のあいだでばらつきがある。一方、テレビゲームや携帯ゲームをする時間をみると、平日はやっていない(0分)という回答が37.6%であり、「家がない」(2.6%)という回答も合わせると、約4割の児童が平日にテレビゲームや携帯ゲームを実施していないことがわかる。テレビゲーム等実施時間が「30分くらい」という回答が26.6%、「1時間くらい」という回答が19.8%であり、テレビゲーム等をやったとしても、1時間以内に行っている家庭が多いようである。ここから、小学2年生の児童はテレビやビデオ、DVDの視聴時間よりも、テレビゲーム等の実施時間のほうが短い傾向があることがわかる。

図6 テレビ等の視聴時間とテレビゲームをする時間

テレビ・ビデオ・DVD視聴時間 (%)		テレビゲーム・携帯ゲームをする時間 (%)
3.6	0分	37.6
12.4	30分くらい	26.6
30.0	1時間くらい	19.8
16.8	1時間半くらい	3.4
22.2	2時間くらい	6.8
6.0	2時間半くらい	0.8
5.6	3時間くらい	0.2
0.8	3時間半くらい	0.8
1.8	4時間くらい	0.2
0.2	4時間以上	0.6
0.0	家がない	2.6
0.6	NA	0.6
100.0	合計	100.0
(500)	(n)	(500)

④習い事

小学2年生の児童の習い事事情について確認する。児童が習い事をしているか、もしくはこれまでに習い事をしたことがあるかどうかを尋ねたところ、「習っている・習っていた」と答えた者は83%だった。では、小学2年生の児童は、どんな習いごとをしている・していたのか。習い事を実際に「習っている・習っていた」という者の比率についてまとめたのが図7である。「スイミングスクール・スポーツクラブ」と答えた者は57.4%であり、習い事をしている・していた児童の半数以上に及んだ。(酒井真由子)

図7 習い事

	(%)	
	習っている・習っていた	
スイミングスクール・スポーツクラブ		57.4
ピアノなどの個人レッスン		23.2
英会話などの語学教室		21.0
野球やサッカーなどの地域のスポーツチーム		20.2
習字・そろばん		17.2
定期的に家に届く通信教材		16.4
公文式など計算・書き取りのプリント教材教室		13.4
バレエ・ダンス教室		8.0
音楽教室・リトミック		6.0
週末等に行われる野外体験活動		5.6
お絵描き・造形教室		2.4
受験のための塾・家庭教師		1.4
ボーイスカウト・ガールスカウト		0.8
その他		6.4

(注) 「習っている・習っていた」項目すべてについて複数回答形式。

3. 3 クロス集計の結果

就学前施設に通っているときに、よく外で遊んでいた子どもは、小学2年生の時点で、どのような特性をそなえているのだろうか。以下では、「外で遊ぶことがほとんどだった」「どちらかというと外遊びが多かった」と回答した者を「外遊び好き群」とし、「外遊びと室内遊びが半々」「どちらかというと室内遊びが多かった」「室内で遊ぶことがほとんどだった」と回答した者を「外遊び好き以外群」と区分したうえで、この2つの群に行動面などにおいてどのような違いがみられるのか、その傾向を分析した。なお、「外遊び好き群」と「外遊び好き以外群」の度数分布状況は表1のとおりである。

表1 外遊びへの関与度の2群の構成

	度数	%
外遊び好き群	268	53.6
外遊び好き以外群	218	43.6
欠損値	14	2.8
	500	100.0

3. 3. 1 就学前施設での経験

「就学前施設に通っていたときに子どもがしていたこと」について、経験の程度を「よくしていた」「時々していた」「あまりしなかった」「全くしなかった」の4件法で尋ねた。表2は、「よ

くしていた」「時々していた」を合わせた割合について、カイ2乗検定を行った結果である。どの項目においても「外遊び好き群」のほうが「していた」と回答した割合が高く、特に、「虫や生き物を飼って世話をする」「屋外で虫や生き物を捕まえる」「友達と協力して何かを作る」「年下の子や年上の子と一緒にあそぶ」の4項目については、「外遊び好き群」が「外遊び好き以外群」よりも「していた」と回答した割合が有意に多かった。「外遊び好き群」のほうが、就学前施設で虫や生き物と触れ合ったり、異年齢の子どもと遊んだりする経験が多く、友だちと協同的な活動をしていた傾向を読み取ることができる。

表2 就学前施設に通っていたときに子どもがしていたこと

		外遊び好き群 (a)	外遊び好き 以外群(b)	(a)-(b)
虫や生き物を飼って世話をする	**	61.8%	45.6%	16.2
屋外で虫や生き物を捕まえる	**	70.4%	54.4%	16.0
友だちと協力して何かを作る	**	85.7%	72.8%	12.9
不思議に思ったことを自分でやって試してみる		63.7%	55.1%	8.6
年下の子や年上の子と一緒にあそぶ	**	94.8%	87.0%	7.8
自分で工夫しておもちゃを作る		84.6%	79.2%	5.4
空き箱など身近な廃材を使って工作する		83.5%	81.1%	2.4
不思議に思ったことを図鑑などで調べてみる		44.6%	42.6%	2.0
ものの仕組みに興味を持って分解する		36.2%	35.3%	0.9

* $p < .05$, ** $p < .01$ 数値は「よくしていた」「時々していた」を合わせた%

3. 3. 2 保護者から見た現在の子どもの姿や行動

「保護者から見た現在の子どもの姿や行動」について、「よく見られる」「時々見られる」「あまり見られない」「全く見られない」の4件法で尋ねた。「よく見られる」「時々見られる」を合わせた割合について、カイ2乗検定を行った結果を示したのが表3である。「外遊び好き群」が「外遊び好き以外群」より、「見られる」と回答した者が有意に多かった項目は、「誰にでも話しかけることができる」「誰とでも仲良くできる」「友達とケンカしても話し合いで解決できる」「誰にでもあいさつできる」「自分からすすんでなんでもやる」の5項目であった。「外遊び好き群」は誰に対しても話しかけたりあいさつをしたり、自分から進んでなんでもやっていくなど、他者に対して積極的に関わっていたり、意欲的に活動している傾向があるといえる。

3. 3. 3 保護者から見た現在の子どもの性格

「保護者から見た子どもの性格」について、「とてもあてはまる」「まああてはまる」「あまりあてはまらない」「全くあてはまらない」の4件法で尋ねた。「とてもあてはまる」「まああてはまる」を合わせた割合について、カイ2乗検定を行った結果が表4である。「困ったとき、考えるだけ考えたらもう悩まない」「新しい友だちや先生に積極的に話しかけられる」「困ったとき、友だちに助けてほしいとお願いできる」「新しい行事や仕事にはすぐに慣れる方だ」「学校で元

表3 保護者から見た現在の子どもの姿や行動

		外遊び好き群 (a)	外遊び好き 以外群(b)	(a)-(b)
誰にでも話しかけることができる	**	71.9%	56.9%	15.0
誰とでも仲良くできる	**	90.3%	77.4%	12.9
友だちとケンカしても話し合いで解決できる	**	79.0%	67.9%	11.1
誰にでもあいさつができる	*	75.0%	65.1%	9.9
自分からすすんでなんでもやる	*	82.4%	74.8%	7.6
問題解決のために工夫したり友達と協力できる		82.3%	77.3%	5.0
様々な情報から必要なものを選ぶ		70.7%	65.9%	4.8
年下の子を気遣うことができる		89.2%	84.9%	4.3
自然の中の出来事に興味がある		81.3%	77.5%	3.8
人の話をきちんと聞ける		77.6%	75.1%	2.5
失敗してもあきらめずに挑戦する		73.5%	72.9%	0.6
人のために何かしてあげるのが好きだ		79.9%	79.8%	0.1
物事を一方的に決めつけない		66.3%	66.5%	-0.2
嫌なことは嫌と言える		88.8%	89.4%	-0.6
割り当てられた仕事はしっかりやる		86.9%	87.6%	-0.7
自分勝手なわがままを言わない		68.2%	69.7%	-1.5
気になったことはとことん追究する		59.9%	66.1%	-6.2

*p<.05,**p<.01 数値は「よく見られる」「時々見られる」を合わせた%

表4 保護者から見た現在の子どもの性格

		外遊び好き群 (a)	外遊び好き 以外群(b)	(a)-(b)
困ったとき、考えるだけ考えたらもう悩まない	**	71.5%	56.9%	14.6
新しい友だちや先生に積極的に話しかけられる	**	71.2%	59.2%	12.0
困ったとき、友だちに助けてほしいとお願いできる	*	68.3%	58.6%	9.7
新しい行事や仕事にはすぐに慣れる方だ	*	79.5%	71.2%	8.3
何事も良い方向に考える		69.5%	63.1%	6.4
困ったことが起きても良い方向に考えられる		66.7%	60.3%	6.4
決めたら必ず実行する		69.4%	63.1%	6.3
嫌なことがあった時でも、くよくよしない		59.9%	55.3%	4.6
嫌なことでも、時間がたてば自然に忘れることができる		85.1%	80.7%	4.4
自分に自信を持っている		68.8%	64.4%	4.4
苦手なことでも失敗を恐れずに取り組む		48.3%	44.7%	3.6
学校で元気に活動することができている	**	99.6%	96.3%	3.3
つらい時は自分の気持ちを誰かに話すことができる		79.4%	78.2%	1.2
悲しい時は自分の気持ちを誰かに伝えることができる		83.2%	83.8%	-0.6
自分の間違いを認めて行動を正すことができる		70.4%	72.3%	-1.9
何かしようと思ったとき、いろいろな方法を考える		67.8%	69.9%	-2.1
やりはじめたことは最後までやり通す		73.1%	75.7%	-2.6

*p<.05,**p<.01 数値は「とてもあてはまる」「まああてはまる」を合わせた%

気に活動することができている」の5項目において、「外遊び好き群」が「それ以外群」より、「あてはまる」と答えた者が有意に多い。ここでも「外遊び好き群」は、友だちや先生に積極的に話しかけたりお願いしたり、学校で元気に活動しているなど、活発に活動している傾向を読み取ることができる。

3. 3. 4 子ども自身が考える自分の性格や行動

子ども自身が自分のことについてどう思うかを、「とてもそう思う」「まあそう思う」「あまり思わない」「ぜんぜん思わない」の4件法で尋ねた。この項目については、保護者が子どもの考えをたずねながら回答するよう指示した。「とてもそう思う」「まあそう思う」を合わせた割合についてカイ2乗検定を行った結果が表5である。「外遊び好き群」が「外遊び好き以外群」より、「そう思う」と回答した者が有意に多かった項目は、「運動は得意な方だと思う」「ときどき、自分はだめだなと思う」「悪い時には、謝るべきだと思う」の3項目であった。一方、「外遊び好き以外群」が「外遊び好き群」より、「そう思う」と回答した者が有意に多かった項目は、「友達が少ないと思う」「他の人より、運動が下手だと思う」の2項目であった。

ここで興味深いのは、「外遊び好き群」と「外遊び好き以外群」のポイントの差が最も大きい項目が「運動は得意なほうだと思う」(前者から後者を引いたポイント差19.9)と「他の人より、運動が下手だと思う」(ポイント差 -18.7)であることだ。ここから、外遊びが好きだった子ども

表5 子ども自身が考える自分の性格や行動

		外遊び好き群 (a)	外遊び好き 以外群(b)	(a)-(b)
運動は得意なほうだと思う	**	80.4%	60.5%	19.9
ときどき、自分はだめだなと思う	**	58.0%	45.8%	12.2
ほとんどの友達に好かれていると思う		75.3%	70.1%	5.2
悪い時には、謝るべきだと思う	*	100.0%	96.8%	3.2
生まれてから今まで楽しく過ごせている		97.3%	94.4%	2.9
他の人より、頭がいいと思う		45.8%	43.9%	1.9
自分は生きていていいのだと思う		99.2%	97.7%	1.5
元気であることは大切だと思う		99.6%	99.1%	0.5
嘘をつくことはいけないことだと思う		98.5%	98.2%	0.3
決まりやルールは大切だと思う		98.5%	98.2%	0.3
自然は大切だと思う		95.5%	95.3%	0.2
決まりは守るべきだと思う		99.6%	99.5%	0.1
なにかで失敗したとき、自分はだめだなと思う		63.3%	63.7%	-0.4
自分には、良いところも悪いところもあると思う		91.2%	92.1%	-0.9
他の人より、勉強ができないと思う		29.3%	30.8%	-1.5
自分はこのままではいけないと思う		36.7%	38.7%	-2.0
友達が少ないと思う	*	15.8%	23.4%	-7.6
他の人より、運動が下手だと思う	**	23.9%	42.6%	-18.7

* $p < .05$, ** $p < .01$ 数値は「とてもそう思う」「まあそう思う」を合わせた%

もは、運動は得意な方だと考えている一方、外遊びをそれほどしなかった子どもは、他の人より運動が下手だと考えている傾向があることが読み取れる。(酒井真由子)

3. 4 重回帰分析による「幼児期における外遊びの経験」と「学童期の活動性」の関連

ここまで小学2年生の児童の家庭における経済資本・文化資本と生活実態、そして保護者と子ども自身からみた子どもの性格や行動をみてきた。つぎに「幼児期における外遊びの経験」が小学2年生になった現在の活動性に影響を与えているのかを分析するために重回帰分析をおこなった。

まず説明変数として「幼児期の外遊びの程度」と「性別」、「平日のゲーム時間」、「現在の平日の外遊び時間」を設定した。被説明変数として「親からみて元気に活動しているか」(モデル1)と「子ども本人からみて運動は得意であるか」(モデル2)のふたつに対して重回帰分析を行った。その結果が表6である。モデル1とモデル2はともに1%水準で有意になった。

表6 「学童期の活動性」に対する「幼児期の外遊び経験」の効果(重回帰分析)

要因	標準偏回帰係数	
	モデル1 親・元気に活動	モデル2 子・運動は得意
性別(0=男 1=女)	-0.02	-0.02
幼児期の外遊び	0.34 **	0.32 **
現在の外遊び	0.04	0.15 **
平日ゲーム時間	-0.1 *	-0.11 *
調整済決定係数	0.12	0.14
F値	17.15 **	19.62 **
N	463	458

1) 標準偏回帰係数は全変数を投入したときの推定値。

2)**:1%水準で有意, *:5%水準で有意。

説明変数として「幼児期の外遊びの程度」以外の「性別」、「現在の平日の外遊び時間」、「平日のゲーム時間」は現在の学童期の活動性を規定すると予想したため、さらに「幼児期の外遊びの程度」の影響をより正確に分析するために投入した。

被説明変数の「親からみて元気に活動しているか」(モデル1)と「子ども本人からみて運動は得意であるか」(モデル2)は、本研究における「活動性」の定義にそって設定した。

その結果、モデル1の「親からみて元気に活動しているか」に対して、有意に影響を与えている説明変数は「幼児期の外遊びの程度」(0.34**)、「平日のゲーム時間」(-0.10*)であった。「幼児期の外遊びの程度」が多い人ほど「親からみて元気に活動」していた。また「平日のゲーム時間」が短い人ほど「親からみて元気に活動」していた。性別は影響していなかった。

親からみて「幼児期の外遊びの程度」が多い子どもほど、「学校生活への意欲や人との関わりに対する積極性」をもっていた。「平日のゲーム時間」も少なからず影響を及ぼしていた。

モデル2の「子ども本人からみて運動は得意であるか」に対して、有意に影響を与えている説明変数は「幼児期の外遊びの程度」(0.32**)、「現在の平日の外遊び時間」(0.15**)、「平日の

ゲーム時間」(-0.11*)であった。「幼児期の外遊びの程度」が多い人ほど、また「現在の平日の外遊び時間」が多い人ほど「子ども本人からみて運動は得意である」と思っていた。また「平日のゲーム時間」が少ない人ほど「子ども本人からみて運動は得意である」と思っていた。性別は影響していなかった。

「幼児期の外遊びの程度」が多い子どもほど、子ども本人の視点からみて「運動など身体的な活動に対する肯定的な意識や行動」をもっていた。

以上、ふたつの重回帰分析の結果から「幼児期における外遊びの経験」は「学童期の活動性」を高める効果をもつと言える。(西朋子)

4. 考察

幼児期に外遊びを好んでいた子どもが、学童期の子どもの身体的、精神的な活動性にどのような影響を与えていたかに着目して調査分析を行った結果、次のことがわかった。

まず、保護者から見た子どもの姿や行動、性格について尋ねた結果から、幼児期に外遊びを好んでいた子どものほうがそうでない子どもよりも、友だちや先生など他者に対して積極的に関わっており、学校生活において活発に活動している傾向にあるといえることがわかった。

また、小学2年生の子ども本人に対して、自分のことをどう思っているかを尋ねると、外遊び好きな子どもは、運動などの身体的な活動に対して肯定的に捉えている一方、外遊び好き以外の子どもは、身体的な活動に対して否定的に捉えていることが明らかになった。さらに、平日にテレビゲームや携帯ゲームをする子どもは、運動などの身体的な活動に対して苦手意識を持っており、学校生活への意欲や人との関わりに対する積極性といった活動性も低い傾向があることが明らかになった。

国立青少年教育機構(2014)は、自然体験が豊富な青少年ほど、自己肯定感が高い傾向にあり、自己肯定感の中でも特に「体力には自信がある」という項目について、自然体験と強い関係がみられることを明らかにしている。今回の我々の調査では、幼児期に外で遊んだ経験が多い子どもほど、自己肯定感のなかでも身体的な活動性に対する肯定感が高くなる傾向が明らかになった。外遊びの延長線上に屋外での自然体験活動があると考え、今回の結果は、先行研究と同様の傾向を示しているものと考えてよいだろう。なお、国立青少年教育機構の調査では、自己肯定感に関する項目は、子ども本人の回答を必要とするため小学校4年生以上を対象としているが、本研究は、基本的に保護者を通じての調査であり、自己肯定感に関する項目については、保護者が子どもの考えを尋ねて回答するよう指示している。こうした調査手法の違いとそれによる限界はあるものの、これまでの調査では明らかにされていなかった小学校低学年の児童の自己肯定感についても、先行研究と同様の傾向があることが示せたことについては一定の意義があるといえよう。

子どもは、屋外で遊ぶと、身体を大きく動かすことができるため、体力が付き、運動能力が高まるということは想像に難くない。こうしたことから、外遊びが身体的な活動性に影響を与えることは、ある意味当然ともいえる。

では、幼児期の外遊びの程度が、その後の学童期の精神的な活動性にまで影響を与えるのはなぜなのだろうか。はっきりとしたことは言えないが、「就学前施設に通っていたときに子どもがしていたこと」(表2)の結果と関連させると、次の可能性が考えられる。幼児期に外遊びを好んでいた子どもは、幼児期に友だちと協力したり、年齢が異なる子どもとも遊んでいたりなど、他者と関わりながら活動していた様子がうかがえたことから、子どもは、外遊びのなかで多様な他者と出会い関わっており、その経験が学童期における活動性に影響を与えている、という解釈である。もちろん、室内においても、複数の友達と一緒に遊ぶことはできる。しかし、屋外のほうが、より多くの友達と遊ぶことができるし、多様な他者と出会うことが可能である。

また外遊びには、幼児期運動指針が生活やスポーツに必要な「基本的な動き」として挙げている、立つ、座る、回る、ぶら下がるなどの「体のバランスをとる動き」、走る、はねる、跳ぶ、登る、すべるなどの「体を移動する動き」、ボールや遊具などを持つ、投げる、蹴る、土や砂を掘る、手押し車などを押す、引くといった「用具などを操作する動き」など、複雑な体の動きを伴うものが多い。外遊びに伴う複雑な動きは、発達の途上にある幼児にとって最初は難しいものであるが、遊びの中で同じ動きを繰り返すうちに、徐々に身体の巧緻性が増し、うまくできるようになる実感を得られるものである。冒頭にも述べたように、遊びを繰り返す中で得られる充実感や成功体験は、意欲や有能感を高め、その後の精神的な活動性を高めることにもつながる可能性があるのではないか。

幼児期における外遊びの経験は、運動能力の面だけでなく、子ども自身の運動に対する肯定的な意識や行動といった活動性と、学校生活への意欲や人との関わりに対する積極性に影響を与えているということが言えそうである。(酒井真由子、山口美和)

引用・参考文献

- 国立青少年教育振興機構 (2014) 『青少年の体験活動等に関する実態調査(平成24年度調査)報告書』
- 文部科学省 (2012) 「幼児期運動指針」
- 文部科学省 (2012) 『幼児期運動指針ガイドブック』
- 野中壽子他 (2017) 「保育所における園庭と園外での外遊びの活動状況」『発育発達研究』第74号
- 野中壽子 (2019) 「保育所における園庭環境が幼児の身体発達に与える影響」『名古屋市立大学大学院人間文化研究科 人間文化研究』第31号
- 仙田満 (2009) 『子どものあそび環境』鹿島出版会
- 仙田満 (2018) 『子どもを育む環境蝕む環境』朝日新聞出版
- 田中千晶他 (2015) 「幼児の外遊び時間と日常の中高度活動との関係及び身体活動量の変動要因」『体力科学』第64巻第4号

田中千晶他（2019）「幼児の就学前施設における外遊び、室内遊びおよび運動指導時の身体活動量」『体力科学』第68巻第3号