

子どもの運動意欲を支える心理社会的要因

松平 宗之*・高井 和夫**

A survey of psychosocial determinants of physical activity in elementary school children

Muneyuki MATSUDAIRA, Kazuo, TAKAI

要旨 本研究では、児童の運動意欲に関わる心理社会的要因を明らかにするため、児童585名を対象に、生活習慣要因、身体活動への心理社会的要因、身体活動量、学校体育への運動意欲から成る調査用紙により検討を試みた。相関分析を行ったところ、児童の運動意欲に関連する要因として、(1) 食事・睡眠を始めとする健全な生活習慣、そして座位中心の生活が少ないこと、(2) 運動への心理社会的要因、体育授業、及び家庭環境への肯定的かつ積極的評価、(3) 日常生活全体における身体活動量の高さ、が週間全体の身体活動量に正の貢献を示すとともに、上述の主たる3側面が「活力サイクル」の如く好循環し、結果的に学校体育への運動意欲を促進すると示唆された。ただし、高学年児童、特に女兒においては思春期に近づくに伴い身体活動量が低下する傾向があるゆえ、児童・生徒の発達期全般における活動的なライフスタイルの在り方と支援方法について具体的に議論する必要がある。

キーワード：子ども 学校体育 身体活動量 心理社会的要因 運動意欲

1. 緒言

子どもの身体活動量及び体力の両面における低下傾向は我が国のみならず先進諸国共通の問題であり、各国において教育政策上の重要な懸案となっている^{8-12, 19-23, 30-31, 33}。幼少年期²⁰⁻²³、青年期^{27, 30, 31}、及び成人期^{34, 36, 37}における身体活動の恩恵の実証・勧奨が進むにもかかわらず、「体力低下の下げ止まり」報道³がある中でも、児童・生徒、特に思春期女子の運動離れは深刻であると指摘される。学校体育は児童・生徒の健康・体力のナショナルミニマム⁹を保証する上でもその果たす役割は重要であり、体力・技能の基礎・基本の習得とともに、生涯に渡る健康・体力の保持の基盤を育む上で「運動への親しみ」を涵養することが今日的な課題とされる。ゆえに、子どもの学校体育に対する運動意欲を支える心理社会的要因の全体像について解明を進めることが、その実現に不可欠である。

波多野・中村¹⁴は、「運動ぎらい」の生成機序について事例研究を行うため、都内大学初年次生613名（男子290名、女子323名）を対象に事例研究を行った結果、運動嫌いの背景として6つの背景が見出された。第1に「運動ぎらい」は、運動能力に関しては、ほとんど例外なく一貫して劣等感を持っていた。第2に性格的には内向的・消極的であると回答する者が多く、一般的に劣等感を抱きやすい性格傾向であった。第3に経験してきた体育授業に対して否定的な評価を下しており、特に授業内容が技術中心であり、しかも個人差を考慮してくれなかった点に不満を持っていた。第4に体育教師（特に中学）の持つ指導理念に対して、強い不満を持つ者が多い。第5に評価の視点が上手・下手による能力評価となっていることに対して懐疑的・否定的であり、努力を認めてもらえないことに対する不満が多かった。第6に過去に体験した体育授業をはじめ、運動する楽しさを経験した者は少なく、運動場面での喜び経験の欠如が一般的に見うけられた。本研究結果から「運動ぎらい」の発生

*まつだいら むねゆき 川越市立武蔵野小学校教諭

**たかい かずお 文教大学教育学部心理教育課程

メカニズムの中で、「運動能力の低位に対する劣等感」が大きな要因として存在していることが結論された。

伊藤¹⁵⁾は、運動好きを育てるための動機づけの方法を動機づけの発達・統合という視点から明らかにするため、小学生を対象に「期待」と「価値」の側面から事例研究を行った。その結果、まず「期待」からのアプローチでは、ある行動がどのような結果を生み出すかという「結果予測」と、ある結果を生み出すために必要な行動を、どの程度うまくできるかという「効力予測」を高める必要がある指摘した。つまり、運動の促進との関連において、運動が健康に役立つという認識を高めるだけでは不十分で、その運動なら自分でもできそうだという遂行可能感を高めることが重要とされた。次に「価値」からのアプローチでは、運動にかかわる動機や欲求はきわめて多様であるため、それらを充足させ肯定的な感情を高める上で、動機の個性（個人差）を把握することが重要とされた。また、人間の動機づけを「無動機づけ⇔外発的動機づけ⇔内発的動機づけ」の連続体上に位置づけ、自己決定のより高いレベルに向け、社会的・文化的価値を内面化することの重要性を指摘した。いずれの動機づけの側面を扱うかに関わらず、子ども一人ひとりの個性に配慮しつつ、その動機づけと身体活動との発達の統合を視野に入れることが有益であると示唆される。

森¹⁸⁾は、小学校低学年の児童を対象に面接法を用いて直接に「体育授業の好き-嫌い」について「大好き」～「大嫌い」の5段階で質問するとともに、Harterらによる児童用運動有能感尺度を用いることで、子どもの運動（遊び）に関する有能感とその好嫌との関連性を調べた。その結果、体育授業が好きな者ほど運動に関する有能感が高いこと、とくに体育授業に「大好き」と高評価する児童ほど、統計的に有意に運動有能感が高いことが報告された。これらの報告から、小学校の低学年児童において、運動に関する有能感と体育授業の好き-嫌いという体育授業に対する取り組みとの間に肯

定的な関連性があることを示唆された。以上を踏まえ、幼児期と児童期の接続の観点から次のように考察された。幼児や児童期前期の子どもたちは活動それ自体を楽しんでおり、活動による一瞬一瞬の喜びを楽しんでいるのである。ところが、児童期後半ぐらいになると、運動の流れの結末まで見越したプロセス自体を「楽しい」と感じることができるようになるので、結果を予測することによって楽しさを感じることができるようになる。年齢の低い幼児期、児童期前期の子どもたちほど、将来できるようになるために練習をすることでは、運動の「楽しさ」の経験をすることと直接結びつきにくい。むしろ、幼児期では、できる楽しさを強く求めるよりは、運動をすることそれ自体が楽しいという経験を十分に積むことが重要であり、この積み重ねが児童期後期の練習プロセスの先にある「楽しさ」を引き出してくれることになる。この楽しかった経験が強いほど、練習してうまくなりたいという期待を引き出し、できなかったことができるようになることにつながり、運動を好きになる方向に引き出すことになると述べている。

上地³⁵⁾は、小学4～6年生を対象に児童の時間帯別（体育授業、業間休み、昼休み、放課後、及び帰宅後）の身体活動に関連する要因について検証したその結果、放課後や帰宅後における児童の身体活動には、「親の運動習慣」や「親による子どもの運動参加への」といった家庭環境要因が関連していることが報告された。また、子どもの身体活動を推進するための家庭環境として、(1) 親が子どもの身体活動に対し理解を示すこと、(2) 親自身も身体を動かして子どものモデルとなること、そして(3) 子どもに規則正しい健康的な生活をさせること、が挙げられた。

小澤²⁰⁾はライフマネジメントの風車理論なる興味深い説を提唱している。これは「早寝・早起き・朝ご飯運動」を健康教育の立場から追認する主張であり、「深く十分な睡眠→目覚めすっきり→朝食摂取→良好な体調と意欲→学習・運動→力を出し切る→心地よい疲労→・・・」の好循環を軸に主

張が展開されている。「早寝・早起き・朝ご飯運動」の有益性は論を待たないが、その健康行動が必ずしも健全生活の原因ではなく、日常生活における積極性という必要条件に随伴する十分条件と示唆されるが、今日の体育科学研究においては、児童の多様な生活背景に寄り添う視点からその身体活動の在り方について考慮する必要性が指摘される。

高田³²⁾は体育授業論において今日にも通ずる説を論じており次に引用する。

「そもそも体育の授業というものは、好きな児童あるいは生徒が多い反面、嫌いであると答える者も多い。本来、人間にとって体を動かすということは、健康面ばかりか運動してスッキリすることから精神面にも良いといわれている。だが、実情は運動を嫌い、体育をすることがストレスの原因になってしまっている児童・生徒も存在する。運動が嫌いと答える人の多くが、学校現場で行われてきた体育の授業が運動嫌いの要因になっている。それは、自分の苦手なことだったり、失敗したことを、クラスの人たちに見られて、恥ずかしい体験をしたりなど多岐にわたっている。それでは、どのように体育授業を学校現場で行っていけばいいのだろうか」。

高田³²⁾は授業実践の体験から導かれた体育授業の要諦について次の4点を導いていた。(1)よい体育授業に対する鋭敏な眼力を養うこと、(2)よい体育授業に必要な諸方法の原理を知ること、(3)体育授業の効果的な研究法を知り活用すること、(4)児童・生徒を体育という立場から正確に把握すること。

今般の学習指導要領改訂における体育科の要点においても、低学年を中心とした年間授業数増加、運動領域の明確化、特に基本的技能の習得における学習の系統性の重視、等取り上げられている。過去の「体育嫌い」の議論を忘れることなく、今日における児童・生徒の身体活動及び体育の在り方を常に念頭に置きながら、体育のナショナルミニマムを保証しつつ、生涯に渡る健康・体力の保持をも達成すべく、体育への親しみを涵養するための方策が講じられる必要がある。

そこで本研究では、学校体育への積極的な取り組みと期待される体力・運動能力を育むための心理社会的背景を明らかにするため、児童の生活習慣要因、心理社会的要因、身体活動量、及び学校体育への運動意欲要因の相互の関連性について検討することを目的とした。

2. 方法

1) 調査対象者 埼玉県内の公立小学校に通学する第3学年～第6学年までの計585名(3年生：男児77名、女児73名；4年生：男児69名、女児77名；5年生：男児88名、女児49名；6年生：男児77名、女児75名)が参加した。

2) 調査方法・手続き 調査は平成21年11月中旬に実施した。質問紙の配付・収集においては、計19クラスの担任教師に本研究の趣旨を説明・承諾後に依頼し、教室内において集合調査法で行った。質問紙への回答に際しては、本研究者が質問紙中の教示文を読み上げ、強制速度法により行い、項目内容の理解に配慮しながら回答を進めた。

3) 調査用紙 先行研究に基づき^{14,17,35)}、児童の運動行動に関わる心理社会的要因について主たる4側面について尋ねる調査用紙を作成した。

(1) 家庭・生活習慣要因 学年、性別、睡眠時間(平日、休日)、朝食摂取状況、兄弟姉妹構成、安心して遊べる場所の有無、テレビ視聴時間(平日、休日)、友人人数、及び通塾状況(種別と週間回数)について尋ねた。

(2) 運動意欲に関わる心理社会的要因 波多野ら¹⁴⁾に基づき、9因子・19項目から成る尺度を作成した。いずれも、「全く当てはまらない」(1)から「とてもよく当てはまる」(5)までの5件法で評定させた。以下に各因子の概要を説明する。なお、項目4、5、13、14、及び19は反転項目であった。

①性格：運動に対する消極的～積極的な心性を把握するため、人前で運動することへの緊張感(項目4)、及び失敗時の重要な他者による評価への過敏さ(項目6)について評定させた。

- ②運動能力：自身の体育授業を中心とする運動することへの自信度合い（項目2）について評定させた。
- ③健康・体力：児童に備わる生活上の健康・体力度合い（項目3）を評定させた。
- ④態度：運動への関心度合い（項目5）や体を動かすことへの基本的な好嫌度合い（項目19）について評定させた。
- ⑤情緒：運動に対する情緒的体験度合い（項目1）や、運動への恐怖心（項目7）について評定させた。
- ⑥体育授業：体育授業における、楽しみに関わる情緒的雰囲気（項目8）、達成に対する支援的雰囲気（項目9）、及び技能達成に向けた雰囲気（項目10）について評定させた。
- ⑦教師：体育授業に対する教師の指導への熱意（項目11）、や技能等の指導内容の適切さ（項目12）について評定させた。
- ⑧成績評価：教師による児童の達成に対する要求水準（項目13）、や技能水準や成績に対する他者と比較しての劣等感（項目14）を評定させた。
- ⑨家庭：保護者が児童の運動に支援的かどうかについて、保護者の運動好嫌（項目15）、保護者と児童と一緒に運動する機会有無（項目16）、児童の運動参加への肯定感（項目17）、児童の運動成果への肯定的評価（項目18）を評定させた。

なお、以下の分析においては上述の心理社会的要因のうち性格、運動能力、健康・体力、態度、及び情緒の5因子の合計値を身体活動に対する個人内要因として算出した。

(3) 児童の日常生活の身体活動量

上地³⁵⁾を参考に、児童の正課中の活動量（業間休み、体育授業、昼休み）、課外（放課後、帰宅後）、休日、及び週間平均の各場面における身体活動量の程度を評定させた。回答に際しては、「全く体を動かさなかった」(1)から「呼吸が乱れる程度体を動かした」(5)までの5段階で回答させた。

(4) 体育授業の運動領域に対する運動意欲
学習指導要領¹³⁾に示される6つの運動領域（器械運動、陸上運動、水泳、球技、表現運動、保健）に対する児童の運動意欲について評定させた。評定に際しては、各領域に対して、好嫌の程度、得意の程度、努力による向上心の程度の3つの水準について、「全く当てはまらない」(1)から「とてもよく当てはまる」(5)までの5件法で評定させた。

4) 統計解析 要因間の相関分析にはPearsonの積率相関係数を算出し、有意水準は5%に設定した。

3. 結果と考察

1) 調査対象者の属性

表1は全対象者及び性別ごとの属性を示しており、以下にその概要をまとめた。

睡眠時間 全対象者の統計量は、平日が 8.95 ± 0.99 時間、及び休日が 9.33 ± 1.35 時間であった。大規模調査^{6,7)}では男児の約56%、女児の約58%が8時間/日以上睡眠時間であるとともに、体力合計得点が高い傾向が認められている。全体の7割が午後10時前後に就寝するが高学年になるほど0時近くまでずれ込み、午前6時半過ぎに起床するため、睡眠時間が削られる傾向がある。

朝食習慣状況 全対象者の統計量は、92.8%であり、全体及び各性別ともに全国調査と比して良好の値であった。大規模調査¹⁷⁾では男児の約89%、女児の91%が毎朝食を摂取しているとともに、体力合計得点と総運動時間の高さ及び肥満傾向児の出現率の低さが認められている。

兄弟構成 全対象者の統計量は、 2.10 ± 0.66 人であった。幼児対象の調査によると¹⁸⁾、兄弟数が3人以上の者ほど体力テスト得点が高い傾向が報告されている。

子どもの運動意欲を支える心理社会的要因

表1 生活習慣, 心理社会的要因, 身体活動量, 及び運動意欲の各要因の差異

要因	全体の統計量		男児		女児		大規模調査 ¹⁾ 統計量
	M	SD	M	SD	M	SD	
生活習慣							
平日睡眠時間	8.95	0.99	9.01	0.93	8.88	1.04	約8時間20分
休日睡眠時間	9.33	1.35	9.24	1.41	9.44	1.28	
朝食摂取率(毎食, %)	92.80		92.30		93.40		M:89.3%; F:91.2%
兄弟人数	2.10	0.66	2.11	0.69	2.09	0.62	兄弟有り:82.1%
遊び場所有無(有り, %)	83.20		85.90		80.30		「自分の家」32.2%, 「友だちの家」23%, 「校庭・体育館」17%, 「公園・広場」34%
平日テレビ視聴時間	3.62	2.31	3.70	2.34	3.54	2.28	約2時間
休日テレビ視聴時間	5.43	3.69	5.53	3.75	5.30	3.63	
ゲーム保有(有り, %)	94.40		95.50		93.10		M:90.4%(接触時間:1.6-2.8h); F:52.7%(接触時間:0.7-1.4h)
友達数	9.06	10.66	10.13	12.80	7.86	7.37	「4-6人」が約3割
通塾の有無(有り, %)	84.30		83.30		85.40		「習い事・学習塾無し」12.9%
心理社会的要因							
個人内要因	3.61	0.53	3.68	0.53	3.54	0.51	
体育授業要因	3.38	0.88	3.30	0.90	3.46	0.86	
教師要因	3.26	1.14	3.19	1.19	3.33	1.09	
成績評価要因	2.09	1.16	2.26	1.24	1.91	1.04	
家庭環境要因	3.37	1.02	3.36	1.01	3.37	1.03	
身体活動量²⁾							
体育の時間	3.85	0.89	3.90	0.95	3.80	0.82	
業間休み時間	3.16	1.18	3.44	1.17	2.84	1.10	M:11.4分; F:7.5分
昼休み	3.32	1.17	3.59	1.16	3.02	1.11	M:14.5分; F:14.6分
平日放課後	3.05	1.20	3.19	1.25	2.89	1.13	M:14.9分; F:10.2分
平日帰宅後	3.14	1.34	3.27	1.38	2.99	1.29	M:47.6分; F:40.8分
休日	3.53	1.35	3.72	1.35	3.32	1.32	M:230分; F:144分
週間全体	3.68	1.11	3.81	1.14	3.53	1.06	
運動意欲³⁾							
器械運動	3.60	1.04	3.55	1.10	3.65	0.97	
陸上運動	3.80	1.02	3.94	1.04	3.65	0.97	
水泳	3.84	1.04	3.81	1.06	3.87	1.02	
球技運動	4.07	0.92	4.35	0.82	3.75	0.94	
表現運動	3.14	1.28	2.71	1.20	3.64	1.18	
保健学習	2.95	1.34	3.08	1.40	2.80	1.25	

注 1)文献6,7,17

2)文献17;M:男児, F:女児, 単位:分

3)運動意欲の統計量は, 3水準の合計値について1項目当たりの平均値を示した。

安心して遊べる場所 全対象者の統計量は, 83.2%であった。米国調査^{27, 33, 34)}において, 特に低年齢ほど住宅周辺の遊び場の安全性が身体活動量や体力テスト得点の高さと関連すると報告される。
テレビ視聴時間 全対象者の統計量は, 平日3.62±2.31時間が, 及び休日が5.43±3.69時間であった。大規模調査^{6, 7)}では平均2時間, 3時間以上の長時間視聴者は児童の約24%に登る。大規模調査¹⁷⁾によれば, 高学年以上の児童・生徒において長時間視聴者は1時間未満の者を比して体力テスト得点が低かった。
よく遊ぶ友達 全対象者の統計量は, 9.06±10.66人であった。大規模調査^{6, 7)}によると, 4-6人が約29%, 7-10人が約23%, 2-3人が17%で「いない」が1.3%であった。高学年になるほど「友だちと話しが合わせること」「仲間同士で固まっていたい」に約47%が肯定するなど友人関係の緊張度が高ま

ると言われる。

ゲーム機保有 全対象者の統計量は94.4%で全国調査と比して全体及び性別ともに高い保有割合であった。大規模調査^{6, 7)}によると小学男児の9割弱, 女児の約36%が普段ゲーム機で遊んでおり, 約22(男児では約32)%が「約2時間以上」接触している。関連調査¹⁶⁾によると, ゲーム機との接触時間が長い者ほど, 友人関係で浅い付き合いを好む傾向にあり, 心理傾向として, 共感性が低く, 直接対面を忌避する傾向が強く, 批判受容耐性が低く, 現実体験を軽視しがちで, 感覚指向(言葉より視聴覚媒体での表現を好む)が強い, との報告がされている。

通塾状況 全対象者の統計量は, 84.3%であった。大規模調査^{6, 7)}によると, 通塾率は就学前の39%から小学校で85-90%に及び, 学習塾, 英会話, 音楽, 水泳, 球技, 習字等が多い。

2) 生活習慣, 心理的要因, 身体活動量, 及び運動意欲に関する相関分析

表2に示すように, 各要因について相関分析を行った結果を要約する. なお, 有意な相関を示した主な結果のみ記載する.

(1) 生活習慣の側面に関する傾向

学年 学年要因については, 高学年ほど負の相関を示すのは, 睡眠時間 (平日 $r=-.35$, 休日 $r=-.18$), 友人数 ($r=-.12$), 心理的要因のうち個人内要因 ($r=-.24$) と教師要因 ($r=-.11$), 身体活動量全般 ($r=-.13\sim-.33$), 及び運動意欲要因全般 ($r=-.10\sim-.24$) であった. 高学年ほど正の相関を示すのは, テレビ視聴時間 (平日 $r=.19$, 休日 $r=.16$) であった.

性別 性別要因については, 女兒ほど負の相関を示すのは, 友人数 ($r=-.11$), 心理的要因のうち個人内要因 ($r=-.13$), と成績評価要因 ($r=-.15$), 身体活動量全般 ($r=-.10\sim-.26$), 及び運動意欲の陸上 ($r=-.14$), 球技 ($r=-.32$), 保健 ($r=-.11$), であった. 女兒ほど正の相関を示すのは, 運動意欲要因の授業 ($r=.09$), 及び表現 ($r=.36$) であった.

平日睡眠時間 平日睡眠時間について, 学年

($r=-.35$), 休日テレビ視聴時間 ($r=-.19$), ゲーム保有 ($r=.14$), 及び通塾の有無 ($r=.11$) と負の相関を示した. また, 朝食回数 ($r=-.11$), 休日睡眠時間 ($r=.51$), 身体活動量全般 ($r=.12\sim.15$), 及び運動意欲要因の器械運動 ($r=.12$), 陸上 ($r=.13$) とは正の相関を示した.

休日睡眠時間 休日睡眠時間について, 学年 ($r=-.18$), テレビ視聴時間 (平日 $r=-.16$, 休日 $r=-.12$), 及びゲーム保有 ($r=.11$) と負の相関を示し, また朝食回数 ($r=-.09$), 平日睡眠時間 ($r=.51$), 及び運動意欲の表現 ($r=.10$) と正の相関を示した.

朝食回数 朝食回数について, 兄弟人数 ($r=.12$), テレビ視聴時間 (平日 $r=.12$, 休日 $r=.10$), 及び通塾の有無 ($r=.18$) とは負の相関を示した. また, 睡眠時間 (平日 $r=-.11$, 休日 $r=-.09$), 心理的要因の家庭環境 ($r=-.18$), 及び運動意欲全般 ($r=-.09\sim-.13$) とは正の相関を示した.

兄弟人数 兄弟人数について, 朝食回数 ($r=.12$), 心理的要因の個人内要因 ($r=.13$), 身体活動量全般 ($r=.08\sim.15$), 及び運動意欲の器械運動 ($r=.12$), 球技 ($r=.13$) と正の相関を示した.

表2 子どもの生活習慣, 心理社会的要因, 身体活動量, 運動意欲間の相関分析

要因	身体活動への心理社会的要因					身体活動量							体育学習への運動意欲						
	個人内	体育授業	教師	成績評価	家庭環境	体育授業	業間休み	昼休み	平日放課後	平日帰宅後	休日	週間全体	器械運動	陸上運動	水泳	球技運動	表現運動	保健学習	
学年	-.24 **	-.07	-.11 **	-.02	-.06	-.16 **	-.33 **	-.32 **	-.18 **	-.23 **	-.13 **	-.19 **	-.22 **	-.24 **	-.18 **	-.04	-.17 **	-.10 *	
性別(男児)	-.13 **	.09 *	.06	-.15 **	.00	-.05	-.26 **	-.25 **	-.12 **	-.10 *	-.15 **	-.13 **	.05	-.14 **	.03	-.32 **	.36 **	-.11 *	
平日睡眠	.08 *	.02	.08	.01	.01	.08	.14 **	.15 **	.07	.15 **	.06	.12 **	.12 **	.13 **	.06	.07	.01	.01	
休日睡眠	.01	.05	.04	-.08	.00	.04	-.03	-.05	.01	.04	-.06	-.04	-.01	.03	.03	-.05	.10 *	.02	
生活習慣	朝食回数(毎食)	-.03	-.01	-.05	.03	-.18 **	-.06	.01	.00	-.03	.01	.00	-.05	-.05	-.13 **	-.11 *	-.08	-.10 *	-.09 *
	兄弟人数	.13 **	.06	-.04	.00	.02	.15 **	.15 **	.11 **	.05	.12 **	.12 **	.08	.12 **	.06	-.03	.13 **	-.02	-.06
	遊べる場所(有り)	-.05	-.07	-.04	-.02	-.02	-.05	-.06	-.06	-.07	-.07	-.08	.00	-.06	-.07	-.06	-.12 **	-.05	
	テレビ視聴平日	-.10 *	-.03	-.03	-.06	-.11 **	-.14 **	-.11 **	-.12 **	-.07	-.05	-.07	-.08 *	-.13 **	-.08	-.12 **	-.01	-.02	.00
	テレビ視聴休日	-.06	.00	-.03	-.04	-.14 **	-.13 **	-.10 *	-.10 *	-.09 *	-.05	-.15 **	-.08	-.11 *	-.06	-.07	-.07	-.02	.04
	ゲーム保有(有り)	-.04	-.04	.02	.00	-.09 *	.06	-.01	-.02	.03	-.01	-.06	-.04	.00	-.04	-.02	-.04	.05	.00
	友達数	.17 **	.10 *	.03	.09 *	.16 **	.15 **	.15 **	.17 **	.20 **	.18 **	.17 **	.18 **	.17 **	.18 **	.10 *	.18 **	.08 *	.06
	通塾有無(有り)	-.10 *	.01	-.03	.04	-.20 **	.00	-.03	-.07	.02	-.11 **	-.21 **	-.14 **	-.07	-.08	-.12	-.12	-.10	-.05
心理社会的要因	個人内要因	-	.34 **	.18 **	-.10 *	.35 **	.34 **	.45 **	.46 **	.18 **	.31 **	.32 **	.38 **	.47 **	.55 **	.22 **	.44 **	.18 **	.11 **
	体育授業要因	-		.31 **	-.17 **	.31 **	.25 **	.25 **	.27 **	.17 **	.21 **	.12 **	.26 **	.31 **	.31 **	.24 **	.27 **	.28 **	.08 *
	教師要因	-			-.15 **	.13 **	.14 **	.12 **	.12 **	.03	.08 *	.02	.04	.14 **	.22 **	.14 **	.14 **	.18 **	.13 **
	成績評価要因	-				-.07	.06	.14 **	.12 **	.11 **	.01	.03	.02	-.01	.00	-.13 **	.03	-.14 **	-.08
	家庭環境要因	-					.20 **	.21 **	.22 **	.20 **	.34 **	.33 **	.28 **	.31 **	.36 **	.21 **	.32 **	.25 **	.13 **
身体活動量	体育授業	-					.42 **	.40 **	.27 **	.21 **	.29 **	.35 **	.31 **	.35 **	.15 **	.37 **	.21 **	.14 **	
	業間休み	-						.83 **	.34 **	.34 **	.29 **	.40 **	.33 **	.43 **	.21 **	.38 **	.07	.15 **	
	昼休み	-							.36 **	.35 **	.36 **	.45 **	.33 **	.45 **	.20 **	.39 **	.09 *	.14 **	
	平日放課後	-								.32 **	.22 **	.26 **	.24 **	.25 **	.12 **	.26 **	.15 **	.15 **	
	平日帰宅後	-									.43 **	.41 **	.32 **	.29 **	.20 **	.30 **	.15 **	.05	
	休日	-										.43 **	.28 **	.33 **	.16 **	.44 **	.12 **	.10 *	
	週間全体	-												.32 **	.39 **	.17 **	.33 **	.21 **	.16 **
運動意欲	器械運動	-													.53 **	.36 **	.41 **	.37 **	.12 **
	陸上運動	-														.32 **	.55 **	.23 **	.20 **
	水泳	-															.23 **	.32 **	.23 **
	球技運動	-																.12 **	.14 **
	表現運動	-																	.21 **
	保健学習	-																	

* $p<.05$ ** $p<.01$

遊び場所 遊び場所の安全性について、運動意欲の表現 ($r=-.12$) と負の相関を示した。また、遊べる場所については正の相関を示す要因はなかった。
平日テレビ視聴時間 平日テレビ視聴時間について、睡眠時間 (平日 $r=-.24$, 休日 $r=-.16$)、朝食回数 ($r=.12$)、心理的要因の個人内要因 ($r=-.10$)、家庭的要因 ($r=-.11$)、身体活動量全般 ($r=-.12\sim-.14$)、及び運動意欲の器械運動 ($r=-.13$)、水泳 ($r=-.12$) と負の相関を示した。また、学年要因 ($r=.19$)、休日のテレビ視聴時間 ($r=.78$)、及びゲーム保有 ($r=-.16$) と正の相関を示した。

休日テレビ視聴時間 休日テレビ視聴時間について、睡眠時間 (平日 $r=-.19$, 休日 $r=-.12$)、朝食回数 ($r=.10$)、心理的要因の家庭的要因 ($r=-.14$)、身体活動量全般 ($r=-.09\sim r=-.15$)、及び運動意欲の器械運動 ($r=-.11$) とは負の相関を示した。また、学年 ($r=.16$)、平日テレビ視聴時間 ($r=.78$)、及びゲーム保有 ($r=.16$) とは正の相関を示した。

ゲーム機保有 ゲーム保有について、睡眠時間 (平日 $r=.14$, 休日 $r=.11$) 及び心理的要因の家庭的要因 ($r=-.09$) とは負の相関を示した。また、テレビ視聴時間 (平日 $r=-.16$, 休日 $r=-.16$) とは正の相関を示した。

よく遊ぶ友人数 友人数について、学年 ($r=-.12$)、及び性別 ($r=-.11$) とは負の相関を示した。また、心理的要因全般 ($r=.09\sim.17$)、身体活動量全般 ($r=.15\sim.20$)、及び運動意欲全般 ($r=.08\sim.18$) とは正の相関を示した。

通塾の有無 通塾の有無について、朝食回数 ($r=.18$)、心理的要因の個人内要因 ($r=-.10$)、家庭環境 ($r=-.20$)、及び身体活動量全般 ($r=-.11\sim r=-.21$) とは負の相関を示した。また、平日睡眠時間 ($r=.11$) とは正の相関を示した。

(2) 身体活動への心理社会的側面に関する傾向
個人内要因 個人内要因について、学年 ($r=-.24$)、性別 ($r=-.13$)、平日テレビ視聴時間 ($r=-.10$)、及び成績評価要因 ($r=-.10$) と負の相関を示した。また、平日睡眠時間 ($r=.08$)、兄弟人数 ($r=.13$)、友人数 ($r=.17$)、通塾の有無 ($r=-.10$)、心理的要因

全般 ($r=.18\sim.35$)、身体活動量全般 ($r=.18\sim.46$)、及び運動意欲全般 ($r=.11\sim.55$) とは正の相関を示した。

授業 授業要因について、教師要因 ($r=-.17$) とは負の相関を示した。また、性別 ($r=.09$)、友人数 ($r=.10$)、心理的要因全般 ($r=.31\sim.34$)、身体活動量全般 ($r=.12\sim.27$)、及び運動意欲全般 ($r=.08\sim.31$) とは正の相関を示した。

教師 教師要因について、学年 ($r=-.11$)、及び心理的要因の成績評価要因 ($r=-.15$) とは負の相関を示した。また、心理的要因全般 ($r=.13\sim.31$)、身体活動量全般 ($r=.08\sim.14$)、及び運動意欲全般 ($r=.13\sim.22$) とは正の相関を示した。

成績評価 成績評価要因について、性別 ($r=-.15$)、心理的要因全般 ($r=-.10\sim.17$)、及び運動意欲の水泳 ($r=-.13$) と表現 ($r=-.14$) と負の相関を示した。また、友人数 ($r=.09$)、及び身体活動量全般 ($r=.11\sim.14$) とは正の相関を示した。

家庭環境 家庭的要因について、朝食回数 ($r=-.18$)、及びテレビ視聴時間 (平日 $r=-.11$, 休日 $r=-.14$) とは負の相関を示した。また、ゲーム保有 ($r=-.09$)、通塾の有無 ($r=-.20$)、心理的要因全般 ($r=.13\sim.35$)、身体活動量全般 ($r=.20\sim.34$)、及び運動意欲全般 ($r=.13\sim.36$) とは正の相関を示した。

(3) 週間全体の身体活動量要因に関する傾向

週間を通しての身体活動量について、学年 ($r=-.19$)、性別 ($r=-.13$)、及び平日テレビ視聴時間 ($r=-.08$) と負の相関を示した。また、平日睡眠時間 ($r=.12$)、友人数 ($r=.18$)、通塾の有無 ($r=-.14$)、心理的要因全般 ($r=.26\sim.38$)、身体活動量全般 ($r=.26\sim.45$)、及び運動意欲全般 ($r=.16\sim.39$) とは正の相関を示した。

(4) 学校体育に対する運動意欲要因に関する傾向

以下の分析では、運動意欲要因の3側面 (好き嫌い、得意-不得意、向上心の有無) の合計値を算出し、相関分析を行った結果をまとめた。

器械運動 器械運動について、学年 ($r=-.22$)、及びテレビ視聴時間 (平日 $r=-.13$, 休日 $r=-.11$) とは負の相関を示した。また、平日睡眠時間 ($r=.12$)、

兄弟人数 (r=.12), 友人数 (r=.17), 心理的要因全般 (r=.14~.47), 身体活動量全般 (r=.24~.33), 及び他の意欲要因全般 (r=.12~.53) とは正の相関を示した。

陸上運動 陸上運動について, 学年 (r=-.24), 性別 (r=-.14), 及び朝食回数 (r=-.13) とは負の相関を示した。また, 平日睡眠時間 (r=.13), 友人数 (r=.18), 心理的要因全般 (r=.22~.55), 身体活動量全般 (r=.22~.55), 及び他の意欲要因全般 (r=.20~.55) とは正の相関を示した。

水泳 水泳について, 学年 (r=-.18), 朝食回数 (r=.11), 平日テレビ視聴時間 (r=-.12), 及び心理的要因の成績評価要因 (r=-.13) とは負の相関を示した。また, 心理的要因全般 (r=.14~.24), 身体活動量全般 (r=.12~.21), 及び他の意欲要因全般 (r=.23~.36) とは正の相関を示した。

球技運動 球技について, 性別 (r=-.32) とは負の相関を示した。また, 兄弟人数 (r=.13), 友人数 (r=.18), 心理的要因全般 (r=.14~.44), 身体活動量全般 (r=.26~.44), 及び他の意欲要因全般

(r=.12~.55) とは正の相関を示した。

表現運動 表現について, 学年 (r=-.17), 朝食回数 (r=-.10), 及び心理的要因の成績評価要因 (r=-.14) とは負の相関を示した。また, 性別 (r=.36), 休日睡眠時間 (r=.10), 友人数 (r=.08), 遊べる場所 (r=-.12), 心理的要因全般 (r=.18~.28), 身体活動量全般 (r=.09~.21), 及び他の意欲要因全般 (r=.12~.37) とは正の相関を示した。

保健学習 保健について, 学年 (r=-.10), 性別 (r=-.11), 及び朝食回数 (r=-.09) とは負の相関を示した。また, 心理的要因全般 (r=.08~.13), 身体活動量全般 (r=.10~.16), 及び他の意欲要因全般 (r=.12~.23) とは正の相関を示した。

3) 心理的要因, 身体活動量, 及び運動意欲の下位因子に関する学年と性差についての詳細分析
表3には各要因を反映する質問項目ごとの統計量及び学年と性別との相関分析の結果を示している。

表3 身体活動に対する心理社会的要因の詳細分析

要因	No.	項目内容	全体の統計量		男児		女児		有意差	
			M	SD	M	SD	M	SD	学年	性別
個人内要因										
性格	4.	運動では、自分が人前で失敗した姿を見られるのが嫌だ。	R 3.30	1.34	3.16	1.37	3.46	1.28	*	*
	6.	まわりの人が、自分より運動が上手な気がする。	3.73	1.12	3.71	1.18	3.76	1.06	*	*
運動能力	2.	運動することに自信がある。	3.40	1.25	3.66	1.23	3.11	1.21	*	*
健康・体力	3.	休み時間には、校庭や体育館で遊ぶことが多い。	3.48	1.37	3.91	1.31	2.99	1.27		
態度	5.	運動ができるようになりたいとは思わない。	R 1.70	1.11	1.74	1.19	1.65	1.00	*	*
	19.	からだを動かすことがめんどうである。	R 1.83	1.13	1.77	1.15	1.89	1.10	*	*
情緒	1.	運動をすることは楽しい。	4.14	1.05	4.30	1.01	3.95	1.07	*	*
	7.	運動ではケガをしそうでこわい。	2.36	1.38	2.16	1.39	2.58	1.34	*	*
体育授業要因										
体育授業要因	8.	体育の授業では、失敗してもみんながはげましてくれる。	3.27	1.21	3.12	1.24	3.45	1.15	*	*
	9.	体育の授業では、できる人が、できない人に教えてくれる。	3.34	1.15	3.20	1.21	3.49	1.05	*	*
	10.	体育の授業では、クラス全体で上手くなろうと一生けん命練習する。	3.52	1.16	3.58	1.17	3.45	1.14	*	*
教師要因										
教師要因	11.	体育の授業では、先生と一緒に運動してくれる。	3.09	1.36	3.05	1.42	3.12	1.29	*	*
	12.	体育の授業では、先生がていねいに指導してくれる。	3.43	1.27	3.33	1.32	3.54	1.20	*	*
成績評価要因										
成績評価要因	13.	みんなができることが自分だけできないのは嫌だ。	R 3.99	1.31	3.87	1.42	4.12	1.16	*	*
	14.	できるできないを他の人と比べられるのは嫌だ。	R 3.82	1.37	3.62	1.46	4.06	1.22	*	*
家庭環境要因										
家庭環境要因	15.	おうちの人は体を動かすことが好きだ。	3.29	1.31	3.35	1.30	3.22	1.33	*	*
	16.	おうちの人と一緒に運動する。	2.76	1.43	2.82	1.50	2.70	1.34	*	*
	17.	おうちの人は運動することを応援してくれる。	3.58	1.39	3.50	1.45	3.66	1.32	*	*
	18.	おうちの人は運動でがんばったことをほめてくれる。	3.83	1.35	3.78	1.34	3.89	1.36	*	*

R: 反転項目

*p<.05

(1) 心理社会的要因の各項目に関する詳細分析
 情緒 項目1「運動をすることは楽しい」に関して、低学年の男児ほど運動することは楽しいと評価していることが示唆された(学年： $r=-.11$ ，性別： $r=-.16$)。項目7「運動ではケガをしそうでこわい」に関して、低学年の女児ほど怪我に対する恐怖感を抱くことが示唆された(学年： $r=-.09$ ，性別： $r=.14$)。

能力 項目2「運動することに自信がある」に関して、低学年の男子ほど運動実施に自信があることが示唆された(学年： $r=-.22$ ，性別： $r=-.21$)。

健康・体力 項目3「休み時間には、校庭や体育館で遊ぶことが多い」に関して、低学年の男児ほど休み時間に体を動かして遊んでいることが示唆された(学年： $r=-.28$ ，性別： $r=-.38$)。

性格 項目4「運動では、自分が人前で失敗した姿を見られるのが嫌だ」に関して、高学年の女児ほど失敗した姿を見られるのが嫌だと評価することが示唆された(学年： $r=-.02$ ，性別： $r=.11$)。項目6「まわりの人が、自分より運動が上手な気がする」に関して、高学年の女児ほど周囲からの劣等感を抱いていることが示唆された(学年： $r=.10$ ，性別： $r=.02$)。

態度 項目5「運動ができるようになりたいとは思わない」に関して、高学年の女児ほど運動に対する向上心が低いことが示唆された(学年： $r=.06$ ，性別： $r=-.03$)。項目19「からだを動かすことがめんどろである」に関して、高学年の女児ほど身体活動に対して関心が低いことが示唆された(学年： $r=.11$ ，性別： $r=.05$)。

体育授業 項目8「体育の授業では、失敗してもみんながはげましてくれる」に関して、全学年の女児ほど仲間意識が強いことが示唆された(性別： $r=.13$)。項目9「体育の授業ではできる人が、できない人に教えてくれる」に関して、低学年の女児ほど互いに教え合うことが示唆された(学年： $r=-.08$ ，性別： $r=.12$)。項目10「体育の授業では、クラス全体で上手くなろうと一生けん命練習する」に関して、低学年の女児ほどクラス全体の雰

囲気が良いと評価することが示唆された(学年： $r=-.08$ ，性別： $r=-.05$)。

教師 項目11「体育の授業では、先生と一緒に運動してくれる」に関して、低学年の女児ほど教師の指導法が良いと評価していることが示唆された(学年： $r=-.07$ ，性別： $r=.02$)。項目12「体育の授業では、先生がていねいに指導してくれる」に関して、低学年の女児ほど教師の態度が良いと評価していることが示唆された(学年： $r=-.12$ ，性別： $r=.08$)。

成績評価 項目13「みんなができることが自分だけできないのは嫌だ」に関して、低学年の女児ほど周りから取り残されることを恐れていることが示唆された(学年： $r=-.01$ ，性別： $r=.09$)。項目14「できる-できないを他の人を比べられるのは嫌だ」に関して、高学年の女児ほど他人と比較されたくないことが示唆された(学年： $r=.03$ ，性別： $r=.16$)。

家庭環境 項目15「おうちの人は体を動かすことが好きだ」に関して、高学年の男児の家族ほど運動への関心が強いことが示唆された(学年： $r=.06$ ，性別： $r=-.05$)。項目16「おうちの人と一緒によく運動する」に関して、低学年の男児の家族ほど家庭内関係が良好であることが示唆された(学年： $r=-.04$ ，性別： $r=-.03$)。項目17「おうちの人を運動することを応援してくれる」に関して、低学年の女児の家族ほど運動に対して肯定的に捉えていることが示唆された(学年： $r=-.06$ ，性別： $r=.05$)。項目18「おうちの人を運動でがんばったことをほめてくれる」に関して、低学年の女児の家族ほど子どもの喜びを共有すると示唆された(学年： $r=-.13$ ，性別： $r=.04$)。

(2) 身体活動量要因の各時間帯別の詳細分析

表2に示すように、各時間帯別の身体活動量について学年及び性別ごとに相関分析したところ、体育の時間(学年： $r=-.15$ ，性別： $r=-.05$)、休み時間(学年： $r=-.32$ ，性別： $r=-.25$)、昼休み(学年： $r=-.31$ ，性別： $r=-.24$)、平日放課後(学年： $r=-.17$ ，性別： $r=-.12$)、平日帰宅後(学年： $r=-.22$ ，性別： $r=-.10$)、

休日（学年： $r=-.12$ ，性別： $r=-.14$ ），及び週間全体（学年： $r=-.18$ ，性別： $r=-.12$ ）について有意な相関が認められた。以上の結果より，より低学年ほど，男児ほど，各時間帯とくに業間休み，昼休み，及び体育授業外における身体活動量が多いことが示唆された。図1には，各時間帯別の身体活動量を学年要因及び性別要因ごとに示した。主たる傾向として，①高学年になるほど，特に高学年の女児ほど身体活動量が少ないこと，②学校内で過ごす時間，特に体育授業に占める活動量が高いこと，③平日の放課後及び帰宅後の活動量は学校内でのそれと比して低いこと，④休日の活動量は学校内でのそれと比して低いこと，が明らかとなった。ゆえに，本調査対象者においては，学校内での身体活動量の果たす役割は大きいため，日常生活における活動量を確保するためには，平日においては通学から放課後・帰宅後の身体活動，及び休日の特に戸外での身体活動をいかに促進するかが課題となる。また，高学年・思春期女子における身体活動量の低下についてはより深刻であり，体育

授業の運動領域の弾力化，自身の体形や身体，あるいは食行動や身体活動自体のイメージ改善，等の技能関連体力の向上とは異なるアプローチが必要となるだろう。

(3) 運動意欲要因の下位因子の詳細分析

器械運動 主たる傾向として，項目1「器械運動(マット運動, 鉄棒運動, 跳び箱運動)は好きですか?」(学年： $r=-.19$ ，性別： $r=.01$)，項目2「器械運動は得意ですか?」(学年： $r=-.21$ ，性別： $r=-.04$)，及び項目3「器械運動を練習してもっと上手になりたいですか?」(学年： $r=-.14$ ，性別： $r=.16$)となり，器械運動全体を通して，低学年の児童ほど器械運動への運動意欲が高いことが示唆された。

陸上運動 主たる傾向として，項目4「陸上運動は好きですか?」(学年： $r=-.22$ ，性別： $r=-.15$)，項目5「陸上運動は得意ですか?」(学年： $r=-.24$ ，性別： $r=-.18$)，項目6「陸上運動を練習してもっと上手になりたいですか?」(学年： $r=-.14$)となり，陸上全体を通して，低学年の男児ほど陸上運動への運動意欲が高いことが示唆された。

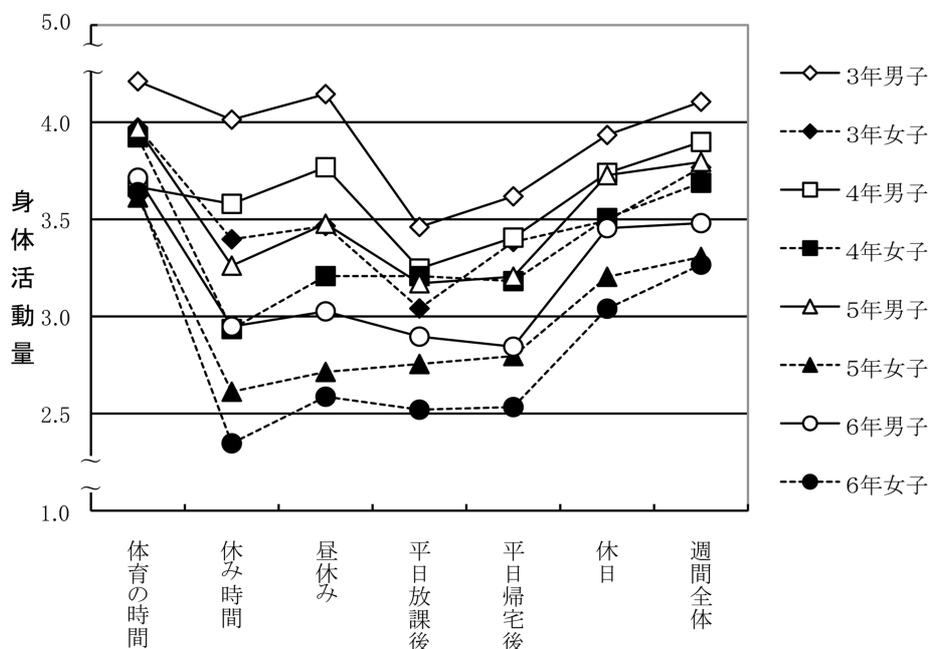


図1 各時間帯別の身体活動における学年及び性別に見る差異

水泳 主たる傾向として、項目7「水泳は好きですか？」(学年： $r=-.17$ ，性別： $r=.02$)，項目8「水泳は得意ですか？」(学年： $r=-.11$)，項目9「水泳を練習してもっと上手になりたいですか？」(学年： $r=-.18$ ，性別： $r=.06$)となり，水泳全体を通して，低学年の女兒ほど水泳への運動意欲が高いことが示唆された。

球技運動 主たる傾向として，項目10「ボール運動は好きですか？」(学年： $r=-.01$ ，性別： $r=-.31$)，項目11「ボール運動は得意ですか？」(学年： $r=-.05$ ，性別： $r=-.36$)，項目12「ボール運動を練習してもっと上手になりたいですか？」(学年： $r=-.03$ ，性別： $r=-.11$)となり，球技全体を通して，低学年の男児ほど球技への運動意欲が高いことが示唆された。

表現運動 主たる傾向として，項目13「表現運動は好きですか？」(学年： $r=-.20$ ，性別： $r=.37$)，項目14「表現運動は得意ですか？」(学年： $r=-.18$ ，性別： $r=.27$)，項目15「表現運動を練習してもっと上手になりたいですか？」(学年： $r=-.09$ ，性別：

$r=.35$)となり，表現全体を通して，低学年の女兒ほど表現運動への意欲が高いことが示唆された。

保健学習 主たる傾向として，項目16「からだのしくみや病気について知ることは好きですか？」(学年： $r=-.10$ ，性別： $r=-.11$)となり，保健学習全体を通して，低学年の男児ほど保健への意欲が高いことが示唆された。

表1は，学校体育に対する運動意欲要因の下位因子の得点を示している。得点全体傾向として，各領域について「好きであるが，得意ではない」と感じている児童が多く，上手になりたいという向上心は高い得点を指し示した。また，器械運動，水泳においては，学年差と性差はみられなかった。しかし，陸上，球技，及び表現においては得意因子の得点に学年差と性差が表れた。表現の領域においては，女兒よりも男児の方が全体的な得点が低い傾向にある。これには，高学年男児ほど（表現運動への）「恥ずかしさ」「表現運動への意味づけの低さ」が潜在すると示唆される。

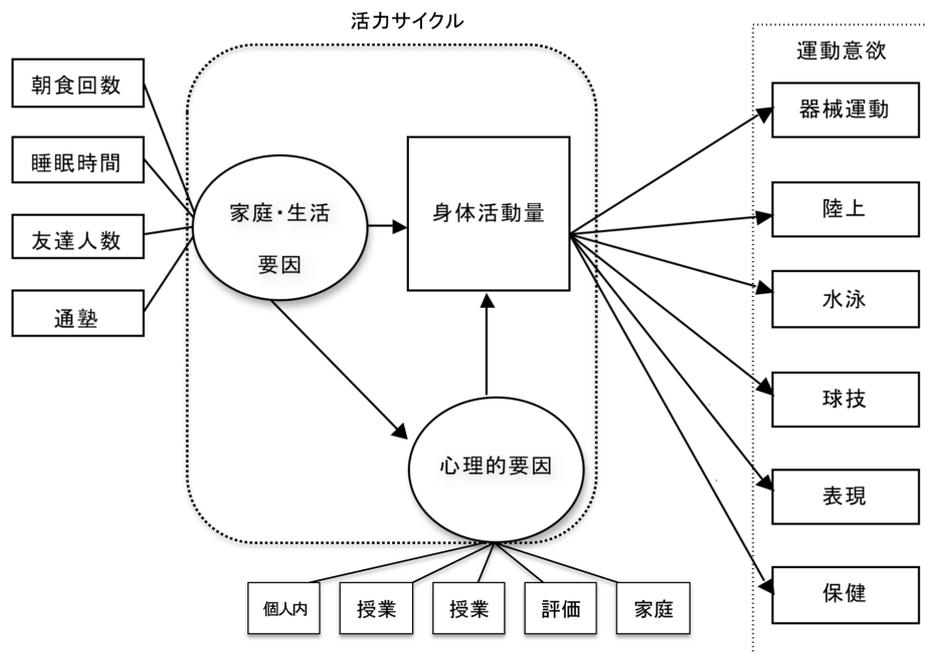


図2 子どもの運動意欲に関連する要因の考察図

4) 子どもの運動好きに関わる要因の総合的な考察

本研究では運動好きを育む心理社会的要因を解明することを目的としてきた。図2に示すように、上述までの本研究結果を図式化し、先行研究^{8-13, 17, 20-26, 32, 36)}を踏まえながら総合的に考察する。第1に望ましい生活習慣（朝食摂取、睡眠時間、友人数、通塾）は運動への積極的な心理的背景として貢献すると示唆される。第2に、運動への積極的な心理的背景は生活全般の身体活動量を促す要因となる。第3に、日常的な身体活動量の高さは、より望ましい生活習慣の確立へと循環していく。最後に、上述してきた望ましい生活習慣、そしてこのことと身体が一体として相互に関連し合うこと（活力サイクル）で、努力や克服あるいは仲間との協同（的な学び）を含む学校体育で取り組む運動領域全般への意欲向上に大きな役割を果たすこと、そして引いては学校生活を中心とする生活全般への積極性と適応感に貢献する、と示唆される。

4. 総括

本稿では、学校体育への運動意欲を支える心理社会的背景の全体像を明らかにするため、児童の生活習慣要因、心理社会的要因、身体活動量、及び学校体育への運動意欲要因の相互の関連性について検討してきた。下記に主要な結果を要約するとともに、学校体育における指導実践への可能性について展望する。

- 1) 高学年児ほどテレビ視聴時間が増加するとともに、睡眠時間、身体活動量全般、及び運動意欲全般が減少する傾向が認められた。また、男児に比べ女児の方が身体活動量全般、及び陸上運動、球技運動、保健学習に対する意欲において低い得点を示す傾向が認められた。
- 2) 各要因間の相関分析の結果から、「早寝・早起き・朝ご飯」に代表される望ましい生活習慣、そして遊び場・遊び仲間・遊び方（通塾）といった環境条件を有する児童は、身体活動への心理社会的要因、身体活動量要因、学校体育への運動意欲要因において高い得点を有する傾向

が認められた。しかし上記の「生活習慣向上運動」を盲目的に推進するのではなく、学校生活に適応し、日常生活に肯定的に取り組む児童にはいかなる背景が潜在するのか注意深く観察する必要がある。

- 3) 身体活動量を時間帯別に詳細に分析するため学年と性別における差異を検討したところ、高学年、特に女児ほど日常生活全般における身体活動量が減少していること、また学校内での活動量と比して放課後や休日の活動量が不活発傾向であることが明らかになった。
- 4) 学校体育に対する運動意欲の下位因子において学年と性別の差異を検討したところ、各運動領域について「好き」であるが、「得意ではない」と感じている児童が多く、「上手になりたい」という向上心は高い得点で有していることが認められた。また、陸上運動、球技運動、及び表現運動の「得意」の水準において学年差と性差が認められた。

以上の結果から、児童の運動意欲に関連する要因として、(1) 食事・睡眠を始めとする健全な生活習慣、そして座位中心の生活が少ないこと、(2) 運動への心理社会的要因として個人内（性格、運動能力、等5因子）、体育授業、及び家庭環境への肯定的かつ積極的評価、(3) 日常生活全体における身体活動量の高さ、の主たる3側面が「活力サイクル」の如く好循環しており、結果的に学校体育への運動意欲を促進すると示唆された。ただし、上述の傾向はより低学年・男児を反映しているゆえ、高学年・女児等に代表される、思春期に近づくに伴って減少する身体活動量への対策について今後詳細に検討する必要がある。

（謝辞）本研究を実施するにあたり、所沢市立柳瀬小学校、所沢市立泉小学校の教職員及び児童の方々のご協力を賜りましたことに記して深謝申し上げます。

（付記）本研究は平成21～23年度文部科学省科学研究費補助金（課題番号：21700605）の配分を受

けて行われた。

引用文献

- 1) 阿江通良 (編) : 特集 : 幼少年期に身につけておくべき基礎的動き. 臨床スポーツ医学 24:1147-1195, 2007
- 2) 阿江通良, 他 : 幼少年期に身につけておくべき基本運動 (基礎的動き) に関する研究 (第1報). 平成17年度 日本体育協会スポーツ医・科学研究報告 I : pp.1-73, 2006
- 3) 阿江通良, 他 : 幼少年期に身につけておくべき基本運動 (基礎的動き) に関する研究 (第2報). 平成18年度 日本体育協会スポーツ医・科学研究報告 I : pp.1-76, 2007
- 4) 阿江通良, 他 : 幼少年期に身につけておくべき基本運動 (基礎的動き) に関する研究 (第3報). 平成18年度 日本体育協会スポーツ医・科学研究報告 I : pp.1-76, 2008
- 5) 朝日新聞 : 子どもの体力, 下げ止まる (10月31日), 2007
- 6) ベネッセ教育研究開発センター : 第1回子ども生活実態基本調査報告書, 2005
- 7) ベネッセ教育研究開発センター : 第2回子ども生活実態基本調査 速報版, 2009
- 8) CDC (Centers for Disease Control and Prevention): Guidelines for school and community programs to promote lifelong physical activity among young people. MMWR Recomm Rep 46: 1-36, 1997
- 9) CDC: Guidelines for school health programs to promote physical activity: Summary, 2006
- 10) 中央教育審議会 : 子どもの体力向上のための総合的な方策について (答申), 2002
- 11) 中央教育審議会「健やかな体を育む教育の在り方に関する専門部会」: すべての子どもたちが身につけるべきミニマムは何か, 2005
- 12) 中央教育審議会 : 「次世代を担う自立した青少年の育成に向けてー青少年の意欲を高め, 心と体の相伴った成長を促す方策についてー」(答申) (平成19年1月30日), 2007
- 13) 中央教育審議会 : 「幼稚園, 小学校, 中学校, 高等学校および特別支援学校の学習指導要領等の改善について」(答申, 平成20年1月17日), 2008
- 14) 波多野義郎・中村精男 : 運動嫌いの生成機序に関する事例研究. 体育学研究 26 : 177-187, 1981
- 15) 伊藤豊彦 : 動機付けと運動の好き嫌い. 体育の科学 53 : 900-904, 2003
- 16) 文部科学省 : 「子どもとテレビゲーム」に関するNPO等についての調査研究, 2004
- 17) 文部科学省スポーツ・青少年局生涯スポーツ課 : 平成21年度全国体力・運動能力, 運動習慣等調査結果, 2003
- 18) 森司朗 : 幼少年期における運動の好き嫌い. 体育の科学 53 : 910-914, 2003
- 19) 内閣府政策統括官 : 英国の青少年育成施策の推進体制等に関する調査報告書 (平成21年3月), 2009
- 20) National Association of Sport Physical Education (NASPE): Physical Activity for Children: A statement of guidelines. Reston, VA: NASPE Publications, 1998
- 21) NASPE: Active Start a statement of physical activity guidelines for children birth to five years. VA: NASPE Publications, 2002
- 22) NASPE: Physical Activity for Children: A Statement of Guidelines for Children: Ages 5-12 (2nd ed). VA: NASPE Publications, 2004
- 23) NICE (National Institute for Health and Clinical Excellence): Promoting physical activity, active play and sport for pre-school and school-age children and young people in family, pre-school, school and community settings, 2009
- 24) 日本学術会議健康・スポーツ科学分科会 : 「子どもを元気にするための運動・スポーツ推進体制の整備」(提言, 平成20年8月28日), 2008
- 25) 日本学術会議健康・子どもの成育環境分科会 : 「我が国の子どもの成育環境の改善に向けて」(提言, 平成20年8月28日), 2008
- 26) 小澤治夫 : 中央教育審議会スポーツ・青少年分科会 (第34回) 配付資料, 2005
- 27) Sallis JF et al: A review of correlates of physical activity of children and adolescents. Med Sci Sport Exer 32: 963-975, 2000
- 28) 青少年育成推進本部 : 青少年育成施策大綱 (平成20年12月), 2008
- 29) Smith AL and Biddle SJH (Eds): Youth physical activity and sedentary behavior. Champaign, IL: Human Kinetics, 2008
- 30) Stone EJ et al: Effects of physical activity interventions in youth. Am J of Prev Med 15: 298-315, 1998
- 31) Strong WB et al: Evidence based physical activity for school-age youth. Journal of Pediatrics 146: 732-737, 2005
- 32) 高田典衛 : 体育授業の方法. 杏林新書, 1977
- 33) Timmons BW et al: Physical activity for preschool children- how much and how? Appl Physiol Nutr

Metab 32: S122-S134, 2007

- 34) Trost SG et al: Correlates of adults' participation in physical activity. *Med Sci Sport Exer* 34: 1996-2001, 2002
- 35) 上地広昭：運動好きの家庭環境. *体育の科学* 53 : 930-933, 2003
- 36) US Department of Health and Human Services (USDHHS): *Physical Activity and Health: A report of the Surgeon General*. Atlanta, GA: USDHHS et al, 1996
- 37) Van Der Horst K et al: A brief review on correlates of physical activity and sedentariness in youth. *Med Sci Sports Exerc* 39:1241-50, 2007