

論文

幼少期の運動がその後の運動に与える影響についての一考察

—持ち越し効果を中心として—

高橋 功 祐

A study on the influence of childhood exercise on subsequent exercise:
a research of the carry-over effect

Kousuke TAKAHASHI

要 旨

昭和60年頃から続いていた子どもの体力低下は平成10年頃に歯止めが掛かり、以後の体力は総合的に向上しているが、昭和60年頃の最高値に回復したテスト項目は少ないとの報告があり、向上対策が展開されている。体力低下は幼児期から出現しており、幼児期の運動習慣の改善が求められている。幼少期の運動は、運動に関する好意感や得意感に密接に関連しており、その後の運動習慣に影響を与えると考えられる。

本研究では、幼少期の運動に関する好意感や得意感に着目し、それらの持ち越し効果について検討することを目的とした。その結果、研究に用いた対象者及び研究方法上の限界の範囲内において、幼少期の運動得意感と運動好意感はその後の運動得意感と運動好意感に有意に関連があることが明らかになった。

I 緒 言

文部科学省は、2008年から全国体力・運動能力、運動習慣等調査を実施し、子どもの体力・運動能力の向上施策を実施している。1964年度から1997年度までの体力・運動能力調査のデータを分析したNishijimaら（2003）は、青少年の体力・運動能力は経年的低下であると指摘し、以下の二つの特徴を示した。第一は、運動・スポーツの実施頻度と実施時間は変化がないにもかかわらず、体力・運動能力は低下傾向にあること。第二に、活動的で体力・運動能力が高い群と非活動で低い群

キーワード；幼少期，持ち越し効果，運動得意感，運動好意感

の二極化傾向が生じていることである。また、平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査（スポーツ庁、2019年）は、青少年では、昭和60年頃から続いていた体力低下は平成10年頃に歯止めが掛かり、以後の体力は総合的に向上しているが、昭和60年頃の最高値に回復したテスト項目は少ないと報告し、向上対策が展開されている。さらに幼児期からの体力・運動能力低下が指摘されており（春日、2009年）、幼児期からの向上対策の必要性が求められている。

文部科学省は、幼児期における運動習慣の改善を目指し、「幼児期運動指針」（文部科学省、2012年）を発表した。そこでは、この指針は運動習慣の基盤づくりを通して、幼児期に必要な多様な動きの獲得や体力・運動能力の基礎を培うとともに、様々な活動への意欲や社会性、創造性などを育むことを目指すものとされ、幼児は「毎日、合計60分以上」体を動かすことが望ましいと掲げられた。そのためには、幼児期における体を動かす機会や環境を充実させていくことが不可欠であるため、文部科学省より、平成19年度から平成21年度の3年間にわたって実践地域を指定し、生活習慣及び運動習慣を身に付けるための効果的な取り組みなどについて実践的な研究が行われている。

Gallahue&Ozmum (1999) は、運動技能の習得段階を出生から4段階に分け、これに砂時計の原理を利用して、生涯にわたる運動発達モデルを示している。このモデルでは、幼児期は基礎運動技能の習得段階に相当し、この段階において3つのステージ（初期・基本・熟練）を経て基礎運動技能が習得されていくことが示されている。砂時計によりモデルを示しているのは、成人に至る過程での運動経験や学習などの習得された運動技能の程度（蓄積された砂の量）が、その後の活動に影響することを示し、運動技能の習得に重要性を示している。また、運動技能は運動に関する好意感や得意感に密接に関連しており、幼少期の運動経験はその後の運動習慣に影響を与えられられる。

運動持ち越し効果に関する研究では、Suzuki&Nishijima (2006) が現在の体力は現在の運動習慣と関連があると報告している。また過去の運動習慣は現在の体力と関連が低いことが明らかになっている（Suzuki&Nishijima, 2005年）。つまり体力に関しては持ち越し効果があまり見込まれないことが考えられる。一方で現在の運動習慣と過去の運動経験には中程度の関連があり（Suzuki &Nishijima, 2005年）、生涯を通じた運動習慣の獲得の向上対策の必要性が求められる。また、鈴木（2009）は成人後の運動習慣に対して、成人期以前の運動経験は直接的な影響よりも、運動好意度を介した間接的な影響の方が多いと報告している。このことから生涯を通じた運動習慣の獲得のためには成人期以前の運動に関する好意感が必要であると考えられる。

以上のことから、本研究では、幼少期の運動に関する好意感や得意感に着目し、それらの持ち越し効果について検討することを目的とした。

II 方法

1. 対象者

対象者は、本学に在籍する学生143名（1年生69名，2年生74名）であった。その内，アンケート調査実施時に欠席等で回答結果を回収できなかった者を除く，130名を分析対象とした。調査は，授業内に調査員が対象者に調査票を配布し，その日の授業終了後，また次回の授業の際に調査票を回収した。調査期間は，令和元年9月から10月にかけて実施した。

2. 調査項目

調査項目は，運動習慣，運動得意感，運動好意感であった。「19歳から現在まで」，「16歳から18歳（高校生）まで」，「13歳から15歳（中学生）まで」，「10歳から12歳（小学生高学年）まで」，「7歳から9歳（小学生低学年）まで」，「3歳から6歳（保育園・幼稚園生）まで」の6つの期間に分けて，それぞれの期間で調査項目の回答を求めた。運動経験に関する調査項目は，運動実施頻度（5件法：「運動やスポーツをどのくらいしていますか（体育の授業は除く）」），運動実施時間（4件法：「運動やスポーツをするときは1日にどのくらいの時間しますか（体育の授業は除く）」），スポーツクラブ等の所属（2件法：「運動部やスポーツクラブに入っていますか」）であった。運動得意感に関する調査項目は，運動得意感（2件法：「運動やスポーツは好きですか」）であった。運動好意感に関する調査項目は，運動好意感（2件法：「運動やスポーツは好きですか」）であった。

3. 統計解析

現在と過去の運動習慣，運動得意感，運動好意感の関連を検討するために，各カテゴリーに対応した度数を算出し，クロス集計表を作成した。クロス集計の度数分布が理論分布（ X^2 ）に従っているかを独立性の検定を用いて確認した。統計分析には統計ソフトJASP0.11.1.0を用いた。統計的有意水準は5%に設定した。

III 結果

1. 幼少期から現在までの運動習慣

表1は対象者の幼少期から現在までの運動実施頻度を示している。3歳から6歳の運動実施頻度は，「しない」が30名（23.08%），「月に1～3回くらい」が9名（6.92%），「週に1～2日くらい」が26名（20.00%），「週に3～4日くらい」が24名（18.46%），「週に5日以上」が41名（31.54%）であった。7歳から9歳の運動実施頻度は，「しない」が16名（12.31%），「月に1～3日くらい」が9名（6.92%），「週に1～2日くらい」が32名（24.62%），「週に3～4日くらい」が32名（24.62%），

「週に5日以上」が41名(31.54%)であった。10歳から12歳の運動実施頻度は、「しない」が14名(10.77%),「月に1~3日くらい」が11名(8.46%),「週に1~2日くらい」が31名(23.85%),「週に3~4日くらい」が36名(27.69%),「週に5日以上」が38名(29.23%)であった。13歳から15歳の運動実施頻度は、「しない」が23名(17.69%),「月に1~3日くらい」が6名(4.62%),「週に1~2日くらい」が8名(6.15%),「週に3~4日くらい」が11名(8.46%),「週に5日以上」が82名(63.08%)であった。16歳から18歳の運動実施頻度は、「しない」が39名(30.00%),「月に1~3日くらい」が14名(10.77%),「週に1~2日くらい」が15名(11.54%),「週に3~4日くらい」が6名(4.62%),「週に5日以上」が56名(43.08%)であった。19歳から現在までの運動実施頻度は、「しない」が68名(52.31%),「月に1~3日くらい」が30名(23.08%),「週に1~2日くらい」が15名(11.54%),「週に3~4日くらい」が9名(6.92%),「週に5日以上」が8名(6.15%)であった。

表1 幼少期から現在までの運動実施頻度

回答番号	19歳~	16歳~18歳	13歳~15歳	10歳~12歳	7歳~9歳	3歳~6歳
1. しない	68 (52.31)	39 (30.00)	23 (17.69)	14 (10.77)	16 (12.31)	30 (23.08)
2. 月に1~3日くらい	30 (23.08)	14 (10.77)	6 (4.62)	11 (8.46)	9 (6.92)	9 (6.92)
3. 週に1~2日くらい	15 (11.54)	15 (11.54)	8 (6.15)	31 (23.85)	32 (24.62)	26 (20.00)
4. 週に3~4日くらい	9 (6.92)	6 (4.62)	11 (8.46)	36 (27.69)	32 (24.62)	24 (18.46)
5. 週に5日以上	8 (6.15)	56 (43.08)	82 (63.08)	38 (29.23)	41 (31.54)	41 (31.54)
合計	130	130	130	130	130	130

()内は%

表2は対象者の幼少期から現在までの運動実施時間を示している。3歳から6歳の運動実施時間は、「30分未満」が50名(38.76%),「30分以上1時間未満」が29名(22.48%),「1時間以上2時間未満」が35名(27.13%),「2時間以上」が15名(11.63%)であった。7歳から9歳の運動実施時間は、「30分未満」が29名(22.31%),「30分以上1時間未満」が22名(16.92%),「1時間以上2時間未満」が40名(30.77%),「2時間以上」が39名(30.00%)であった。10歳から12歳の運動実施時間は、「30分未満」が20名(15.38%),「30分以上1時間未満」が17名(13.08%),「1時間以上2時間未満」が43名(30.77%),「2時間以上」が50名(38.46%)であった。13歳から15歳の運動実施時間は、「30分未満」が27名(20.77%),「30分以上1時間未満」が12名(9.23%),「1時間以上2時間未満」が20名(15.38%),「2時間以上」が71名(54.62%)であった。16歳から18歳の運動実施時間は、「30分未満」が46名(35.38%),「30分以上1時間未満」が16名(12.31%),「1時間以上2時間未満」が16名(12.31%),

「2時間以上」が52名(40.00%)であった。19歳から現在までの運動実施時間は、「30分未満」が79名(60.77%),「30分以上1時間未満」が21名(16.15%),「1時間以上2時間未満」が19名(14.62%),「2時間以上」が11名(8.46%)であった。

表2 幼少期から現在までの運動実施時間

回答番号	19歳~	16歳~18歳	13歳~15歳	10歳~12歳	7歳~9歳	3歳~6歳
1. 30分未満	79 (60.77)	46 (35.38)	27 (20.77)	20 (15.38)	29 (22.31)	50 (38.76)
2. 30分以上1時間未満	21 (16.15)	16 (12.31)	12 (9.23)	17 (13.08)	22 (16.92)	29 (22.48)
3. 1時間以上2時間未満	19 (14.62)	16 (12.31)	20 (15.38)	43 (33.08)	40 (30.77)	35 (27.13)
4. 2時間以上	11 (8.46)	52 (40.00)	71 (54.62)	50 (38.46)	39 (30.00)	15 (11.63)
合計	130	130	130	130	130	129

()内は%

表3は幼少期から現在までのスポーツクラブ等の所属人数を示している。3歳から6歳のスポーツクラブ等の所属人数は、「入っていない」が104名(80.62%),「入っている」が25名(19.38%)であった。7歳から9歳のスポーツクラブ等の所属人数は、「入っていない」が74名(57.81%),「入っている」が54名(42.19%)であった。10歳から12歳のスポーツクラブ等の所属人数は、「入っていない」が64名(49.23%),「入っている」が66名(50.77%)であった。13歳から15歳のスポーツクラブ等の所属人数は、「入っていない」が48名(36.92%),「入っている」が82名(63.08%)であった。16歳から18歳のスポーツクラブ等の所属人数は、「入っていない」が71名(54.62%),「入っている」が59名(45.38%)であった。19歳から現在までのスポーツクラブ等の所属人数は、「入っていない」が121名(93.08%),「入っている」が9名(6.92%)であった。

表3 幼少期から現在までのスポーツクラブ等の所属人数

回答番号	19歳~	16歳~18歳	13歳~15歳	10歳~12歳	7歳~9歳	3歳~6歳
1. 入っていない	121 (93.08)	71 (54.62)	48 (36.92)	64 (49.23)	74 (57.81)	104 (80.62)
2. 入っている	9 (6.92)	59 (45.38)	82 (63.08)	66 (50.77)	54 (42.19)	25 (19.38)
合計	130	130	130	130	128	129

()内は%

2. 幼少期から現在までの運動得意感と運動好意感

表4は幼少期から現在までの運動得意感を示している。3歳から6歳の運動得意感は、「苦手」が64名(50.00%),「得意」が64名(50.00%)であった。7歳から9歳の運動得意感は、「苦手」が54名(41.54%),「得意」が76名(58.46%)であった。10歳から12歳の運動得意感は、「苦手」が54名(41.54%),「得意」が76名(58.46%)であった。13歳から15歳の運動得意感は、「苦手」が62名(47.69%),「得意」が68名(52.31%)であった。16歳から18歳の運動得意感は、「苦手」が67名(51.54%),「得意」が63名(48.46%)であった。19歳から現在までの運動得意感は、「苦手」が67名(51.54%),「得意」が63名(48.46%)であった。

表4 幼少期から現在までの運動得意感

回答番号	19歳~	16歳~18歳	13歳~15歳	10歳~12歳	7歳~9歳	3歳~6歳
1. 苦手	67 (51.54)	67 (51.54)	62 (47.69)	54 (41.54)	54 (41.54)	64 (50.00)
2. 得意	63 (48.46)	63 (48.46)	68 (52.31)	76 (58.46)	76 (58.46)	64 (50.00)
合計	130	130	130	130	130	128

()内は%

表5は幼少期から現在までの運動好意感を示している。3歳から6歳の運動好意感は、「嫌い」が29名(22.66%),「好き」が99名(77.34%)であった。7歳から9歳の運動好意感は、「嫌い」が28名(21.71%),「好き」が101名(78.29%)であった。10歳から12歳の運動好意感は、「嫌い」が28名(21.54%),「好き」が102名(78.46%)であった。13歳から15歳の運動好意感は、「嫌い」が36名(27.69%),「好き」が94名(72.31%)であった。16歳から18歳の運動好意感は、「嫌い」が41名(31.54%),「好き」が89名(68.46%)であった。19歳から現在までの運動好意感は、「嫌い」が40名(30.77%),「好き」が90名(69.23%)であった。

表5 幼少期から現在までの運動好意感

回答番号	19歳~	16歳~18歳	13歳~15歳	10歳~12歳	7歳~9歳	3歳~6歳
1. 嫌い	40 (30.77)	41 (31.54)	36 (27.69)	28 (21.54)	28 (21.71)	29 (22.66)
2. 好き	90 (69.23)	89 (68.46)	94 (72.31)	102 (78.46)	101 (78.29)	99 (77.34)
合計	130	130	130	130	129	128

()内は%

3. 幼少期から現在までの運動経験、運動得意感、運動好意感の関連性

現在の運動習慣と過去の運動習慣の関連を検討するために、運動実施頻度と運動実施時間のデータを2値データ化した。運動実施頻度に関しては、「しない」と「月に1～3回くらい」と回答した対象者を運動実施頻度なし群とし、「1時間以上2時間未満」、「週に3～4日くらい」、「週に5日以上」と回答した対象者を運動実施頻度あり群とした。運動実施時間に関しては、「30分未満」と回答した対象者を運動実施時間なし群とし、「30分以上1時間未満」、「1時間以上2時間未満」、「2時間以上」と回答した対象者を運動実施時間あり群とした。その後、各カテゴリーに対応した度数を算出し、クロス集計表を作成した。クロス集計の度数分布が理論分布 (X^2) に従っているかを独立性の検定を用いて確認した。

表6は現在の運動実施頻度と過去の運動実施頻度との関連を示している。「19歳から現在までの運動実施頻度と16歳から18歳までの運動実施頻度」、「19歳から現在までの運動実施頻度と13歳から15歳までの運動実施頻度」、「19歳から現在までの運動実施頻度と10歳から12歳までの運動実施頻度」、「19歳から現在までの運動実施頻度と7歳から9歳までの運動実施頻度」、「19歳から現在までの運動実施頻度と3歳から6歳までの運動実施頻度」の関連を検討した結果、検討した全てにおいて、有意な低い関連が認められた。

表6 現在の運動実施頻度と過去の運動実施頻度との関連

	$X^2(1)$	p	V係数
19歳から現在までの運動実施頻度と16歳から18歳までの運動実施頻度	6.19	.013*	.218
19歳から現在までの運動実施頻度と13歳から15歳までの運動実施頻度	7.09	.008**	.234
19歳から現在までの運動実施頻度と10歳から12歳までの運動実施頻度	4.61	.032*	.188
19歳から現在までの運動実施頻度と7歳から9歳までの運動実施頻度	7.09	.008**	.234
19歳から現在までの運動実施頻度と3歳から6歳までの運動実施頻度	6.19	.013*	.218

* : $p < .05$, ** : $p < .01$

表7は現在の運動実施時間と過去の運動実施時間との関連を示している。「19歳から現在までの運動実施時間と16歳から18歳までの運動実施時間」、「19歳から現在までの運動実施時間と13歳から15歳までの運動実施時間」、「19歳から現在までの運動実施時間と10歳から12歳までの運動実施時間」、「19歳から現在までの運動実施時間と7歳から9歳までの運動実施時間」、「19歳から現在までの運動実施時間と3歳から6歳までの運動実施時間」の関連を検討した結果、「19歳から現在までの運動実施時間と7歳から9歳までの運動実施時間」と「19歳から現在までの運動実施時間と3歳から6歳までの運動実施時間」には有意な低い関連が、「19歳から現在までの運動実施時間と16歳から18歳までの運動実施時間」と「19歳から現在までの運動実施時間と13歳から15歳までの運動実施時間」には中程度以下の有意な関連が認められた。

表7 現在の運動実施時間と過去の運動実施時間との関連

	X ² (1)	p	V係数
19歳から現在までの運動実施時間と16歳から18歳までの運動実施時間	24.02	.000**	.430
19歳から現在までの運動実施時間と13歳から15歳までの運動実施時間	14.48	.000**	.334
19歳から現在までの運動実施時間と10歳から12歳までの運動実施時間	3.67	.056	.168
19歳から現在までの運動実施時間と7歳から9歳までの運動実施時間	5.38	.020*	.203
19歳から現在までの運動実施時間と3歳から6歳までの運動実施時間	3.98	.046*	.176

* : p < .05 , ** : p < .01

表8は現在の運動得意感と過去の運動得意感との関連を示している。「19歳から現在までの運動得意感と16歳から18歳までの運動得意感」、「19歳から現在までの運動得意感と13歳から15歳までの運動得意感」、「19歳から現在までの運動得意感と10歳から12歳までの運動得意感」、「19歳から現在までの運動得意感と7歳から9歳までの運動得意感」、「19歳から現在までの運動得意感と3歳から6歳までの運動得意感」の関連を検討した結果、「19歳から現在までの運動得意感と7歳から9歳までの運動得意感」には中程度以下の有意な関連が、「19歳から現在までの運動得意感と16歳から18歳までの運動得意感」、「19歳から現在までの運動得意感と13歳から15歳までの運動得意感」、「19歳から現在までの運動得意感と10歳から12歳までの運動得意感」には有意な高い関連が認められた。

表8 現在の運動得意感と過去の運動得意感との関連

	X ² (1)	p	V係数
19歳から現在までの運動得意感と16歳から18歳までの運動得意感	114.48	.000**	.938
19歳から現在までの運動得意感と13歳から15歳までの運動得意感	90.31	.000**	.833
19歳から現在までの運動得意感と10歳から12歳までの運動得意感	41.87	.000**	.568
19歳から現在までの運動得意感と7歳から9歳までの運動得意感	25.46	.000**	.443
19歳から現在までの運動得意感と3歳から6歳までの運動得意感	6.13	.022	.032

* : p < .05 , ** : p < .01

表9は現在の運動好意感と過去の運動好意感との関連を示している。「19歳から現在までの運動好意感と16歳から18歳までの運動好意感」、「19歳から現在までの運動好意感と13歳から15歳までの運動好意感」、「19歳から現在までの運動好意感と10歳から12歳までの運動好意感」、「19歳から現在までの運動好意感と7歳から9歳までの運動好意感」、「19歳から現在までの運動好意感と3歳から6歳までの運動好意感」の関連を検討した結果、「19歳から現在までの運動好意感と7歳から9歳までの運動好意感」には有意な低い関連が、「19歳から現在までの運動好意感と10歳から12歳までの運動好意感」には中程度以下の有意な関連が、「19歳から現在までの運動好意感と16歳から18歳までの運動好意感」と「19歳から現在までの運動好意感と13歳から15歳までの運動好意感」には有意な高

い関連が認められた。

表 9 現在の運動好意感と過去の運動好意感との関連

	X ² (1)	p	V係数
19歳から現在までの運動好意感と16歳から18歳までの運動好意感	85.01	.000**	.818
19歳から現在までの運動好意感と13歳から15歳までの運動好意感	65.39	.000**	.718
19歳から現在までの運動好意感と10歳から12歳までの運動好意感	27.91	.000**	.469
19歳から現在までの運動好意感と7歳から9歳までの運動好意感	9.95	.002**	.280
19歳から現在までの運動好意感と3歳から6歳までの運動好意感	3.52	.061	.167

* : p<.05 , ** : p<.01

IV 考 察

1. 幼少期から現在までの運動習慣の推移

運動実施頻度について、厚生労働省（2018）が実施している平成29年国民健康・栄養調査の全国値と19歳から現在までの運動実施頻度を比較すると、本研究の対象者は1回30分以上の運動を週2回以上実施している割合が18.46%で、全国値の男性35.9%，女性28.6%と比べて低い割合を示した。図1に対象者の幼少期から現在までの運動実施頻度の推移を示す。幼少期から年齢があがるにつれて、運動実施頻度が増加し、13歳から15歳で週3回以上の運動実施頻度の割合が70%になる。そこから実施頻度が少なくなっていく、最も運動実施頻度が少ない年齢は19歳から現在の運動実施頻度であった。

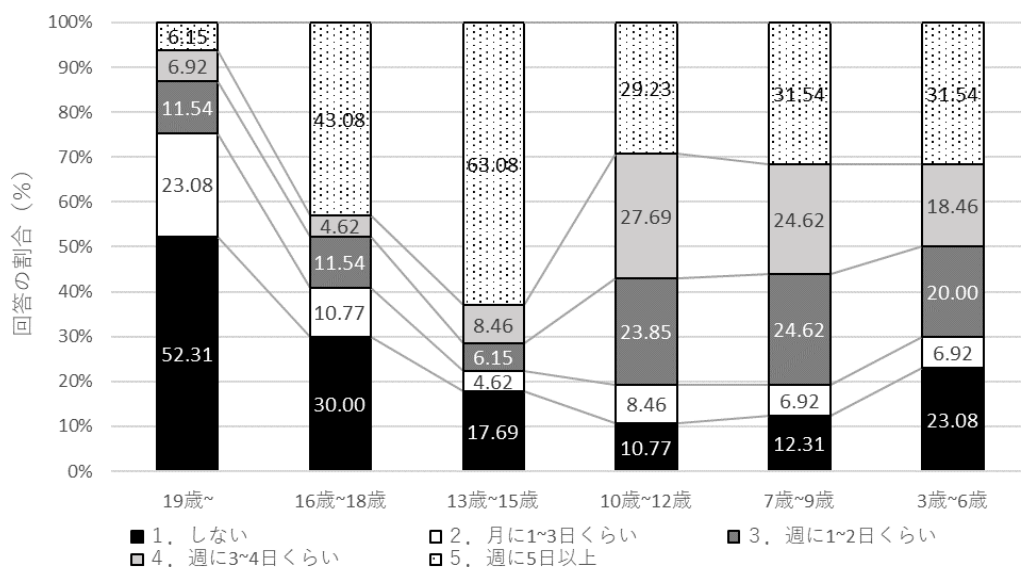


図 1 幼少期から現在までの運動実施頻度の推移

図2は、幼少期から現在までのスポーツクラブ等の所属人数の推移を示している。幼少期から年齢があがるにつれて、所属率が増加し、「13歳から15歳」で60%以上の対象者がスポーツクラブ等に所属していることが分かる。そこから所属率が低くなっていき、最もスポーツクラブ等に所属している割合が少ない年齢は「19歳から現在まで」であった。

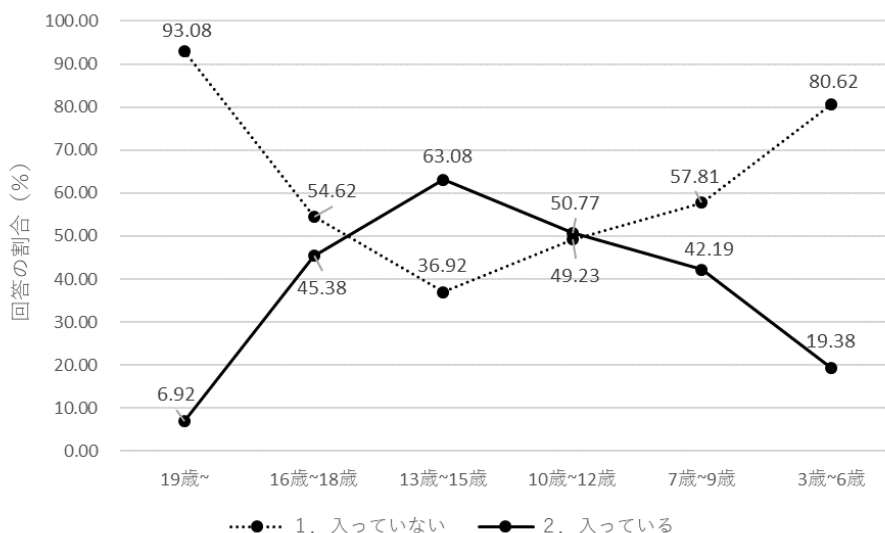


図2 幼少期から現在までのスポーツクラブ等の所属人数の推移

これらから運動実施頻度はスポーツクラブ等に所属しているかで、変化していくことが推察される。最も運動実施頻度の高い「13歳から15歳」はスポーツクラブ等の所属率も最も高い。小学生から中学生にあがり、運動系の部活動が盛んになることが要因の一つとして考えられる。また、最も運動実施頻度が低い「19歳から現在まで」についても同様に、スポーツクラブ等の所属率が最も低い。本研究の対象者は短期大学生であり、4年制大学に比べ、カリキュラムに余裕がなく、運動を定期的に行っていくことが難しいことが要因の一つとして考えられる。

2. 幼少期から現在までの運動得意感と運動好意感の推移

図3に幼少期から現在までの運動得意感の推移を示す。「3歳から6歳」では運動が得意、苦手と回答した対象者はともに50%だったが、「7歳から12歳」まで得意の割合が60%近くまで増加している。これは、小学校に上がり、学校体育の単元が始まり、多くの運動を学習することで体力・運動能力が向上するためだと考えられる。しかし、「13歳から15歳」以降、もとの50%前後の値に戻り、「19歳から現在まで」までその傾向は変わらない。中学校以降の学校体育は専門的な種目が増え、一定水準の体力・運動能力が求められるようになる。そのため、得意と苦手の交差作用が生じたと推測する。

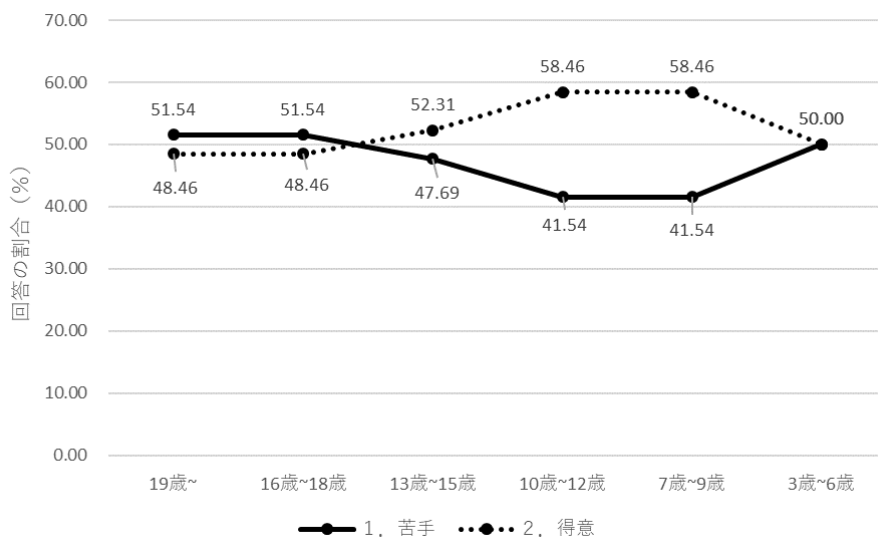


図3 幼少期から現在までの運動得意感の推移

図4に幼少期から現在までの運動好意感の推移を示す。運動好意感が最も高い年齢は「10歳から12歳」であった。また、運動好意感が最も低い年齢は「16歳から18歳」であった。本研究の対象者は全年齢において、70%前後が運動に関して好意的に感じている。しかしながら推移を確認すると、年齢があがっていくにつれて、運動好きの割合が減り、運動嫌いの割合が増加していく。これは年齢が進むにつれて学校体育で求められる運動技能が向上していくためだと考えられる。ある一定の運動技能が求められることで、運動に関する好意感も変化していくことが推察される。

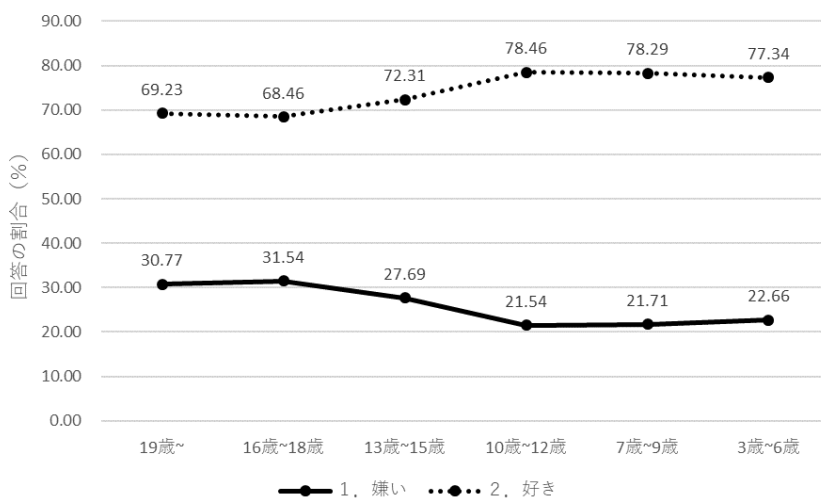


図4 幼少期から現在までの運動好意感の推移

2. 幼少期から現在までの運動得意感、運動好意感の持ち越し

本研究では、幼少期の運動に関する好意感や得意感に着目し、それらの持ち越し効果について検討することを目的とした。幼少期からの運動得意感と現在の運動得意感を比較した結果、有意な関連が見られた。また、運動好意感に関しても同様な結果が得られた。

鈴木（2009）は成人後の運動習慣に対して、成人期以前の運動経験は直接的な影響よりも、運動好意度を介した間接的な影響の方が多いと報告している。したがって幼少期に運動好意感を向上させていくことは、その後の運動好意感に影響を与え、その後の運動習慣の獲得に大きく寄与することが推測される。幼少期における運動指導は、体力・運動能力の向上だけでなく、子どもの運動に関する好意感を高めることができる運動の経験が必要になる。様々な運動に親しむ中で、身体活動量を確保し、運動に対する好意感を育てていくことが大切である。また、幼少期の運動得意感もその後の運動得意感に影響を与えることが示唆された。幼少期の運動指導においても、子どもたちの運動得意感を向上させていけるようなアプローチが求められる。

子どもたちの運動好意感や運動得意感を向上させていくためには、発育発達段階に応じた運動の経験に加え、一人ひとりの能力の違いに応じた運動プログラムの提案も必要である。そして、子ども一人ひとりが運動を通して多くの達成感を味わい、運動有能感を形成し、運動好意感を高めていくことで、生涯にわたり運動やスポーツに親しむことに繋がっていくと考えられる。

3. 研究の限界

本研究の対象者は本学に在籍する学生であり、現在の運動習慣が低いものが多い集団だった。今後は運動習慣が高い集団を含めた検討が必要であると考えられる。次に運動の持ち越し効果の検討のために、遡及的調査による横断的データを用いているため、過去の運動経験に関する記憶の正確性や横断的データを縦断的データとみなして結果を解釈している問題がある。したがって今回得られた結果は研究方法論上の限界を有しており、結果の解釈に注意する必要がある。

V 結 論

本研究では、幼少期の運動に関する好意感や得意感に着目し、それらの持ち越し効果について検討することを目的とし、研究に用いた対象者及び研究方法上の限界の範囲内において、次のことが明らかとなった。

- 1) 幼少期の運動好意感はその後の運動好意感に有意に関連がある。
- 2) 幼少期の運動得意感はその後の運動得意感に有意に関連がある。

参考文献

Takahiko Nishijima.,Takahiro Nakano.,Shinji Takahashi., Koya Suzuki., Hiroshi Yamada., Shohei Kokudo., Seiji Ohsawa (2003) Relationship between Changes over the Years in Physical Ability and Exercise and Sports Activity in Japanese Youth. International Journal of Sport and Health Science.,1:109-117

Takahiko Nishijima., Shohei Kokudo., Seiji Ohsawa (2003) Changes over the Years in Physical and Motor Ability in Japanese Youth in 1964-97. International Journal of Sport and Health Science.,1:164-170

スポーツ庁 (2019) 平成30年度全国体力・運動能力, 運動習慣等調査報告書

春日晃章 (2009) 幼児期における体力差の縦断的推移-3年間の追跡調査に基づいて-, 発育発達研究,41:17-27

文部科学省 (2012) 幼児期運動指針

Gallahue,D.L. (著),杉原隆 (監訳) (1999) 幼少年期の体育-発達の視点からのアプローチ.大修館書店

Suzuki, K. and Nishijima, T. (2006) Criteria of exercise and sports for improvement of physical fitness and motor ability in youth (15 – 18 year olds), Human Performance Measurement, 3, 11–19

Suzuki, K. and Nishijima, T. (2005) Effects of sports experience and exercise habits on physical fitness and motor ability in high school students,School Health, 1, 22–38

鈴木宏哉 (2009) どんな運動経験が生涯を通じた運動習慣獲得に必要か? : 成人期以前の運動経験が成人後の運動習慣に及ぼす影響, 発育発達研究,41:1-9

厚生労働省 (2018) 平成29年国民健康・栄養調査結果の概要

