

【原著論文】

## 小学校高学年児童における自尊感情と運動有能感、 身体的自己評価及び新体力テスト結果との関連

續木智彦<sup>1)</sup>, 上野敦史<sup>2)</sup>, 園部 豊<sup>1)</sup>, 高井秀明<sup>3)</sup>, 西條修光<sup>4)</sup>

<sup>1)</sup> 大学院博士後期課程

<sup>2)</sup> 北海道立美唄尚栄高等学校

<sup>3)</sup> 大学院トレーニング科学系研究室

<sup>4)</sup> 体育心理学研究室

### Relationships between self-esteem and physical competence, body self-evaluation, results of new physical fitness test in the elementary school children

Tomohiko TSUZUKI, Atsushi UENO, Yutaka SONOBE, Hideaki TAKAI and Osamitsu SAIJO

**Abstract:** The present study aimed to think measures in the change in children's body value to have to raise the setting up motivation to improve children's physical strength and moving ability by Physical education, and to examine the idea and sense of values of children's bodies from the result of a relation and a new physical fitness test of a self-esteem and physical self-estimation for the upper-grade of the elementary school children. Investigation objects were 368 the upper-grade children (189 boys and 179 girls) at the elementary school (three schools) in the Yokohama city northern part. As a result, it became clear the following. 1) It influenced the relation between "physical competence" and "attractive body" that was the subordinate position standard of a body self-evaluation as the factor that provided both man and woman self-esteem. 2) The score of "physical competence" was high like the one with high man and woman both physical strength and moving ability. 3) The boy's score of "attractive body" was high like the one with high physical strength and moving ability, and the difference by physical strength and moving ability was not seen in the girl. It can be expected that discussing what kind of body as the beginning that raises motivations of children who are the subject person of study class-making that improves "physical competence" and "attractive body" are as children becomes effective measures of the physical strength making from the above-mentioned.

(Received: November 7, 2011 Accepted: February 5, 2012)

**Key words:** elementary school, self-esteem, physical competence, attractive body, new physical fitness test

キーワード：小学校, 自尊感情, 運動有能感, 魅力的なからだ, 新体力テスト

#### 1. はじめに

WHO (世界保健機関) が 1997 年に「Active Living (生き生きとした生活を)」を提唱<sup>1)</sup>したように、生活の現代化のなかで子どもたちの身体活動が減り、身長・体重などの体格が向上したものの、体力・運動能力の低下が起こっている。わが国の小、中学校では体力・運動能力の低下を食い止めようと、学校教育の中で「行動体力」に的を絞った体力づくりが 40 年以上な

れてきた<sup>2)</sup>。しかし、1980 年頃からいずれの年齢段階においても一貫して体力・運動能力が低下傾向にあり、特に走・跳・投といった基礎的な運動能力の低下が著しい。2010 年度の新体力テストの結果<sup>3)</sup>をみると、子どもの体力・運動能力は、緩やかな向上傾向を示し、ようやく低下に歯止めがかかってきている。とはいえ、運動能力は 1980 年頃に比べると依然低い水準にあり有効な対策となっているとはいえない現状がある。そこでこの問題について野井ほか<sup>2)</sup>は、1960 年代以降の小、

中学校における体力づくり実践の内容を検討したところ, 全身持久力や筋力トレーニングが多く, 子どもたちのやる気をどう高めるかという心づくりがみられないことを指摘している。

意欲, いわゆるやる気について猪飼<sup>4)</sup>は, かつて日本体力医学会第23回総会(1969年)で「体力づくり, 体力づくりといっても, いっこうに踊ってこない, その理由として, 現代人は生活の中でどれくらいの体力があるかはっきりしないので体力向上の意欲を持つことが難しいのではないだろうか」と野井ほか<sup>2)</sup>と同様の指摘をしていたように, 意欲をどう高めるかは古くて新しい課題でもある。小川<sup>5)</sup>は学習意欲について, 「単純化していえば, わからない—わかりたい, できない—できるようにしたい」という意欲のことで, 「大切なことは, 子どもができない, わからないという事実を, 何とかしなければならぬものとして意識するかどうかにある」と指摘している。正木<sup>6)</sup>は体力づくりでの意欲について, 「それが無目的のまま, いかにも奨励されても起りようがないものである。“やる気”は“だれのために”“何のために”体力づくりをするのかという目的・目標がはっきり自覚されているときのみ起りうるであろう」と述べている。これらの指摘を体力づくりに引きつけると, 体力がなくても平気であれば, 体力づくりに意欲がでないように, 意欲は目的・目標と不可分の関係がある<sup>7)</sup>。

意欲と目的・目標との関係を考えてときに, からだの主体者である子どもたちが何に価値を置き, これによいと感じているかという自尊感情(Self-esteem)が重要な概念としてある。

自尊感情とは榎本<sup>8)</sup>によると, 自己のもつ価値基準に照らし合わせた自己評価であり, 自己概念の評価的側面として捉えられている。またRosenberg<sup>9)</sup>は, 自尊感情とは自己概念の中核的概念として捉えられている感情で, 「特定の対象, すなわち自己に対する肯定的または否定的な態度」のことである。そこには「とてもよい(Very Good)=自己優越感的側面」と, 「これでもよい(Good Enough)=自己受容(満足)的側面」と感じる2つの内包的意味があり, 後者を自尊感情として捉えている。Pope et al.<sup>10)</sup>は, 小学生では自尊感情について社会的領域(social area), 学力的領域(academic area), 家族(family), 身体イメージ(body image), 全体的自尊感情(global self-esteem)の5つの領域により捉えることが有益で, 身体イメージは身体的能力と身体的見えの結合であるとしている, このように自尊感情は, 人生の様々な出来事をどう捉えるかという志向性や価値観を含んだ概念で, 運動・スポーツの実施と継続にも深く関わっている。

自尊感情の変容には運動・スポーツ経験が重要で,

Fox et al.<sup>11)</sup>は固有の身体的自己価値(physical self-worth)を位置づけ, スポーツの得意さや自信に関わるスポーツ有能感(sport competence), からだの外見や体型などの認知である魅力的なからだ(attractive body), 体調やそれを維持するための運動習慣に関する体調管理(condition), 筋力などの身体的強さ(strength)を下位領域とした自尊感情の多面的階層モデル(Physical Self-Perception Profile: PSPP)を提案している。内田ほか<sup>12)</sup>はFox et al.<sup>11)</sup>の多面的階層モデルに準拠した日本語版身体的自己知覚プロフィール(PSPP-J), その後PSPP-J改訂版<sup>13)</sup>を作成している。しかし, PSPP-JやPSPP-J改訂版は大学生以上の成人用で, 子ども用としての信頼性や妥当性が検討されていない。これに対して上野ほか<sup>14)</sup>は, 内田ほかのPSPP-J改訂版<sup>13)</sup>, 岡沢ほかの運動有能感尺度<sup>15)</sup>, 野井<sup>16)</sup>の体力に関する実感構造として抽出された「運動能力」「行動体力」「防衛体力」因子に関わる項目も参考にして, 小学生用の身体的自己評価尺度を作成し, 自尊感情との関係をみている。その結果, 高学年児童の男女ともに, 自尊感情と身体的有能さ, 身体的自己評価尺度の「魅力的なからだ」因子と有意な関係がみられたが, 「行動体力・運動能力」「防衛体力」因子とは有意な関係がみられなかったことを報告している。また, 野井<sup>16)</sup>は子どもの体力に関する実感の因果構造をみたところ, 「総体的な体力像」に最も強い関連を示したのは, 体力という言葉でイメージされる行動体力でなく, 病気になるという防衛体力だったことを報告している。これらの結果から, 生活の現代化のなかで身体的能力の必要性が相対的に低下し, 子どもたちが体力や運動能力のあることを身体的自己価値の1つとして捉えなくなってきたことが推察される。

以上みてきたように, 学校教育, とりわけ体育において体力・運動能力を向上させるためには, 全身持久力や筋力トレーニングだけでなく, 子どもたちの身体的自己価値の変化に見合った対策を立て, 体力づくりへの意欲を育てる必要があると考えられる。そこで本研究は, 小学校高学年児童を対象に自尊感情と運動有能感, 身体的自己評価及び新体力テスト結果との関係について明らかにすることを目的とした。

## 2. 方 法

### 1) 対象

調査は2008年6月中旬に横浜市内北部にある小学校(3校)の高学年児童438名を対象に実施した。分析は, 質問紙での無効回答を除く5年生179名, 6年生189名の計368名(男子189名, 女子179名:有効回答率84.0%)について行った。

## 2) 調査方法・内容

教室及び校庭でクラス毎に担任教諭と調査者らが立会いのもとに集合法で、無記名にて行った。調査は①自尊感情尺度、②運動有能感尺度、③身体的自己評価尺度、④新体力テストについて行った。

①は Rosenberg<sup>9)</sup> が作成した自尊感情尺度をもとに、小学校の高学年児童用に項目を一部修正して使用した。この尺度は、「私は自分にまんぞくしています」などの1因子9項目で構成されている。回答の形式は、「まったくあてはまらない」1点から「とてもよくあてはまる」5点の5件法で、得点範囲は9-45点であった。

②は岡沢ほか<sup>15)</sup> が作成した運動有能感尺度を使用した。この尺度は、「たいていの運動はじょうずにできます」などの項目からなる「身体的有能さの認知」、「努力さえすれば、たいていの運動はじょうずにできると思います」などの「統制感」、「一緒に運動する友だちがいます」などの「受容感」の3因子12項目からなっている。回答の形式は、「まったくあてはまらない」1点から「とてもよくあてはまる」5点の5件法で、得点範囲は12-60点であった。なお、分析は3因子の合計点を用いて運動有能感の得点とした。

③は上野ほか<sup>14)</sup> が作成した身体的自己評価尺度を使用した。この尺度は、「いろいろな運動を続けて行うことができる」などの項目からなる「行動体力・運動能力」、「自分のからだの外見(見た目)に自信がある」などの「魅力的なからだ」、「カゼなど病気にかかってもなおやすい」などの「防衛体力」の3因子17項目から構成されている。回答の形式は、「まったくあてはまらない」1点から「よくあてはまる」5点の5件法で、得点範囲は17-85点であった。

④の新体力テストは、「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「反復横とび」「20 m シャトラン」「50M 走」「立ち幅跳び」「ソフトボール投げ」の8項目で、分析は文部科学省が定める総合評価基準に従って得点化<sup>17)</sup> (以下、総合点と略) したものをを使用した。

## 3) 分析

本研究では、榎本<sup>8)</sup> や Rosenberg<sup>9)</sup> の自尊感情とは自己の持つ価値基準に照らし、これでよいという自己評価のことという捉え方を参考に、自尊感情と運動有能感、身体的自己評価の結びついたものが身体的自己評価と操作的に定義し、これらの関係をみるためにステップワイズ法による重回帰分析を行った。統計処理には SPSS 11.0 J for Windows を使用し、検定の有意水準は5%未満とした。

## 3. 結 果

自尊感情と運動有能感、身体的自己評価の関係をみ

るために、Fox et al.<sup>11)</sup> の多面的階層モデルに従って、従属変数に自尊感情、独立変数に運動有能感、身体的自己評価尺度の下位因子である「行動体力・運動能力」「魅力的なからだ」「防衛体力」として、重回帰分析を男女別に行った。図1は男子、図2は女子の結果である。男子では自尊感情と有意であった変数は、運動有能感 ( $\beta=.24, p<.05$ ) と魅力的なからだ ( $\beta=.31, p<.001$ ) で、回帰式全体の説明率は  $R^2=.458$  であり有意 ( $F(1, 185)=52.199, p<.001$ ) であった。女子も男子と同様に、有意であった変数は運動有能感 ( $\beta=.21, p<.05$ ) と魅力的なからだ ( $\beta=.44, p<.001$ ) で、回帰式全体の説明率は  $R^2=.336$  であり有意 ( $F(1, 176)=44.480, p<.001$ ) であった。

次に、自尊感情と有意な関係がみられた運動有能感、身体的自己評価の「魅力的なからだ」について、新体力テスト総合点との関係をみた。図3は男女別に運動有能感についてみたものである。新体力テスト総合点の平均値と標準偏差値をもとに3群(男子:低群 30-53点, 中群 54-60点, 高群 61-76点, 女子:低群 32-53点, 中群 54-59点, 高群 60-73点)にわけ、性別(2)×新体力テスト(3)の2要因分散分析を行った。交互作用は有意でなく ( $F(2, 362)=2.435, n.s.$ )、主効果検定の結果、性別で有意差はみられなかったが、男女とも新体力テスト総合点で有意であった ( $F(2, 362)=28.867, p<.001$ )。多重比較(Bonferroni)の結果、総合点の中群が低群 ( $p<.01$ )、高群が低群、中群 ( $p<.001$ ) に比べ運動有能感の得点が有意に高かった。図4は、男女別に「魅力的なからだ」についてみたものである。交互作用が有意であった ( $F(2, 362)=3.223, p<.05$ ) ため、多重比較を行った。性別では、総合点上位群の男女間で「魅力的なからだ」に有意差 ( $p<.001$ ) がみられたが、下位群と中位群では有意差がみられなかった。総合点については、男子では高群と低群 ( $p<.01$ )、中群 ( $p<.001$ ) 有意差がみられ、高群の「魅力的なからだ」の得点が高かった。女子では有意差がみられなかった。

## 4. 考 察

自尊感情と運動有能感、身体的自己評価の結びついたものが身体的自己評価と操作的に定義し、重回帰分析を行った。その結果、男女ともに自尊感情と運動有能感、「魅力的なからだ」で有意な関係がみられたが、「行動体力・運動能力」「防衛体力」とは有意な関係がみられなかった。この結果は、小学校高学年児童をみた上野ほか<sup>14)</sup> と同様であった。したがって、子どもたちの自尊感情に影響を及ぼす要因として、男女とも運動有能感と魅力的なからだのあることが示された。賀川ほか<sup>18)</sup> は小学校高学年児童の自尊感情と運動有能感の調査結果をもとに、体育の授業のなかで自分が

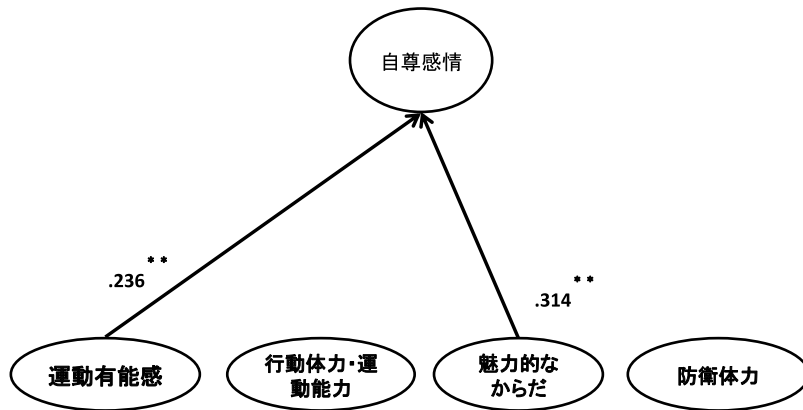


図1 自尊感情と運動有能感, 身体的自己評価の関係(男子)。\*\*p<.01

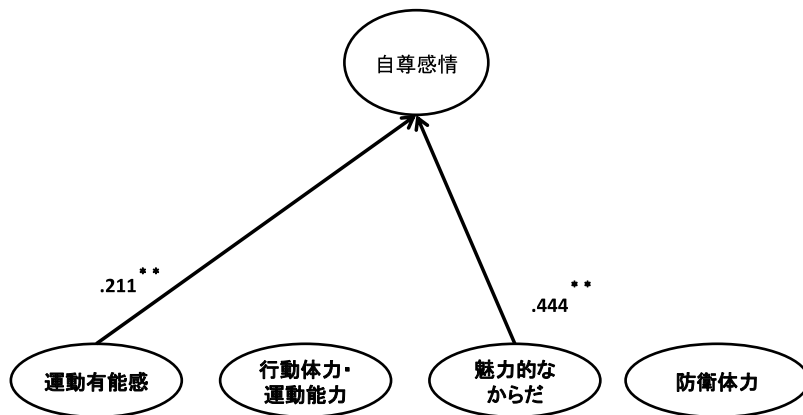


図2 自尊感情と運動有能感, 身体的自己評価の関係(女子)。\*\*p<.01

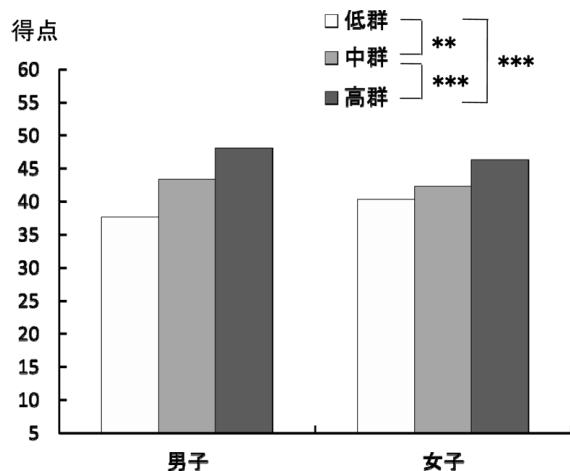


図3 新体力テスト総合点の群別にみた運動有能感得点。\*\*p<.01, \*\*\*p<.001

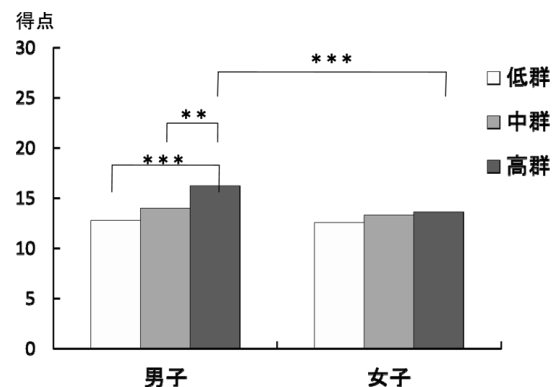


図4 新体力テスト総合点の群別にみた「魅力的なからだ」得点。\*\*p<.01, \*\*\*p<.001

「うまくできる」「友だちよりも優れている」と運動に自信を持つことが自尊感情の向上につながると指摘している。また前榮城<sup>19)</sup>は「全体的自己価値感」に対して、子ども自身が知覚している「学業能力評価」「運動能力評価」「運動能力評価」「容姿評価」「友人関係評価」の影響について検討している。その結果、「全体的自己価値感」にもっとも影響を与えていたのは「容姿評価」であったことを報告している。児童期に男女とも「容姿に関する悩み」が多い<sup>20)</sup>ように、自分のこ

とを「かっこいい」「かわいい」と思っている子どもほど「自分は価値のある人間だと」感じている傾向<sup>20)</sup>がある。そして、中村<sup>21,22)</sup>は、便利で楽な生活の現代化が成長段階にある子どもの生活に乱れを生じさせ、身体活動を伴う運動を消失させていると指摘している。また、医療の進歩によって平均寿命が2005年に世界最高水準となり、乳幼児の死亡率も大幅に低下している<sup>23)</sup>。これらの事象や本結果を合せて考えると、生活の現代化や医学等の進歩により行動体力や防衛体力

の必要性が相対的に低下し、子どもたちは運動が上手にできるという身体的有能さや、スタイルの良い魅力的なからだであることに、身体的自己価値を置いていると考えられる。

次に、自尊感情と有意な関係がみられた運動有能感、「魅力的なからだ」と新体力テスト総合点との関係を考察する。運動有能感については、男女ともに総合点が高いものほど運動有能感の得点が有意に高かった。この結果は、岡澤<sup>24)</sup>や武田<sup>25,26)</sup>と同様であった。新体力テストの総合点は、運動能力というできばえ（現象）と体力というできばえのもととなっている身体の資質（実体）<sup>27)</sup>とを合わせてみているものである。それ故、運動ができ、自信があるという運動有能感と関係がみられたものと考えられる。「魅力的なからだ」では、男子は総合点が高いものほど「魅力的なからだ」の得点が有意に高く、女子では有意な差がみられなかった。Pope et al.<sup>10)</sup>は、自尊感情の変容に影響する要因として身体イメージをあげ、下位領域の中で男子は身体的能力に、女子は身体的な見えに関心を持っていることを述べている。日本人女子の身体イメージについて藤瀬<sup>28)</sup>や前榮城<sup>22)</sup>は、欧米女子と較べて顕著な痩せ願望をもち、この傾向は子どもにもみられることを報告している。これらの指摘をふまえると、男子は運動ができ、強くたくましいこと、女子は痩せていてスタイルの良いことが魅力的なからだという、男女の描く魅力的なからだのイメージに違いがあり、このことが新体力テストの総合点と魅力的なからだの関係に男女で異なった結果をもたらしたのではと考えられる。

## 5. 結 論

本研究は体力づくりを行うためには、子どもたちの身体的自己価値の変化に見合った対策を立て、意欲を育てる必要があると考え、自尊感情と運動有能感、身体的自己評価及び新体力テスト総合点との関係を検討した。検討にあたっては、自尊感情と運動有能感、身体的自己評価の結びついたものが身体的自己価値と操作的に定義し、これらの関係をみるためにステップワイズ法による重回帰分析を行った。分析対象は横浜市内北部にある小学校（3校）の5年生179名、6年生189名の計368名（男子189名、女子179名：有効回答率84.0%）であった。

その結果、以下のことが明らかとなった。

- 1) 男女ともに自尊感情と運動有能感、身体的自己評価尺度の「魅力的なからだ」因子との間で有意な関係がみられたが、「行動体力・運動能力」「防衛体力」因子とは有意な関係がみられなかった。
- 2) 男女ともに新体力テスト総合点が高いものほど運動有能感の得点が、男子では「魅力的なからだ」

の得点が有意に高く、女子では有意な差はみられなかった。

以上の結果から、子どもたちの身体的自己価値として身体的有能感や魅力的なからだの存在が結論づけられた。したがって、体育では子どもたちの意欲を育てる発端として、運動有能感を高める授業づくりや、魅力的なからだとはどのようなからだかについて子どもたちと議論し、明らかにしていくことが、体力づくりへの有効な対策になるのではと考えられた。

**謝辞** 調査の実施に対してご理解、ご協力頂いた横浜北部地域の3小学校の子どもたちと先生方、そして体力測定補助としてご協力頂いた本学学生に厚く御礼申し上げます。

## 6. 引用文献

- 1) <http://www.who.int/hpr/active/objectives.html>
- 2) 野井真吾・野田 耕・水田嘉美ほか：日本の学校における「体力づくり」実践—『健康と体力』誌及び『スポーツと健康』誌を手がかりとして—、体育科教育学研究, 18, 11-14, 2001.
- 3) 文部科学省：平成21年度体力・運動能力調査報告書, 2010.
- 4) 猪飼道夫：体力づくりの問題点, 日本体力医学会シンポジウム第23回総会, 1969（後掲書6より引用）.
- 5) 小川太郎：教育実践と学習意欲, 教育, 122, 6-10, 1960.
- 6) 正木健雄：平和と健康「体力づくり」問題を手がかりとして—『国民のための健康教育1—生命・健康・発達への権利を—』汲田克夫・小松寿子（編）, 鳩の森書房, 165-187, 1971.
- 7) 西條修光：学校全体で取り組む心づくりのポイント, 『学校で実践！子どものからだ・心づくり』「子ども力の育成」第3巻 野井真吾（編）, 教育開発研究所, 27-29, 2007.
- 8) 榎本博明：『「自己」の心理学—自分探しへの誘い—』サイエンス社, 1998.
- 9) Rosenberg, M.: Society and the Adolescent Self-Image, Princeton University Press: New Jersey, 1965.
- 10) Pope, A. W., and McHale, S. M., & Craighead, W. E.: Self-esteem enhancement with children and adolescents, Pergamon, New York, 1998.
- 11) Fox, K. R. and Corbin, C. B.: The Physical Self-Perception Profile Development and Preliminary Validation, Journal of Sport and exercise Psychology, 11, 408-430, 1989.
- 12) 内田若希・橋本公雄・藤永 博：日本語版身体的自己知覚プロフィール—尺度の開発と性および身体活動レベルによる差異の検討—, スポーツ心理学研究, 30(2), 27-40, 2003.
- 13) 内田若希・橋本公雄：日本語版身体的自己知覚プロフィールにおける回答形式の改訂—改訂版の作成と男女差の検討—, スポーツ心理学研究, 31(2), 19-28, 2004.

- 14) 上野敦史・大橋 晃・対馬 豊ほか：小学校高学年児童における自尊感情と運動有能感, 身体的自己評価の関連について—横浜北部地域の小学生の場合—, 東京体育学研究 2006 年度報告, 19-24, 2006.
- 15) 岡沢祥訓・北真佐美・諏訪祐一郎：運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究, スポーツ教育学研究, 16(2), 145-155, 1996.
- 16) 野井真吾：子どもの“からだのおかしさ”の実態を踏まえて, 学校体育の課題を考える—子どもの「体力低下」の“実感”を迫って—, 体育科教育学研究, 21(2), 49-55, 2005.
- 17) 文部省：新体力テスト—有意義な活用のために—, きょうせい, 2000.
- 18) 賀川昌明・横田直樹：小学校高学年児童の自尊感情と体育授業における価値観及び運動有能感との関連, 鳴門教育大学研究紀要 (生活・健康編), 18, 9-18, 2003.
- 19) 前榮城和美：『自己評価に関する発達心理学的研究』風間書房, 2005.
- 20) 前榮城和美：自己肯定感を高める—セルフエスティームを高める—, 児童心理, 64(3), 48-54, 2010.
- 21) 中村和彦・宮丸凱史：子どもの遊びの変遷と今日的課題, 日本体育学会第 51 回大会号, 321, 2000.
- 22) 中村和彦：子どもの動作の発達と指導—体力・運動能力にみる現代っ子の問題—, 子どもと発育発達, 8(1), 42-45, 2010.
- 23) 厚生労働省大臣官房統計情報部：平成 21 年簡易生命表, 2010.
- 24) 岡沢祥訓：体力・運動能力が運動有能感に与える影響, スポーツ教育学会第 23 回大会号, 72, 2003.
- 25) 武田正司：児童における体力と運動有能感との関係, 盛岡大学紀要, 22, 41-47, 2005.
- 26) 武田正司：児童における体力と運動有能感との関係第 2 報, 盛岡大学紀要, 23, 67-74, 2005.
- 27) 正木健雄：体力と教育—若干の問題整理と提案, 国民教育, 15, 90-99, 1973.
- 28) 藤瀬武彦：日本人及び欧米人女子大学生におけるボディイメージの比較, 体力科学, 52, 421-432, 2003.

---

<連絡先>

著者名：續木智彦

住 所：東京都世田谷区深沢 7-1-1

所 属：大学院博士後期課程

E-mail アドレス：10n0005@nittai.ac.jp