

子どもを夢中にさせる運動遊びに関する一考察

研究指導主事 常 盤 陽 子

Tokiwa Yoko

要 旨

平成 24 年度奈良県幼児の運動能力等実態調査の結果によると、全国標準よりやや低く、特に「跳の動き」に課題が見られた。この課題を克服するため、今年度、「子どもを夢中にさせる運動遊び推進事業」を立ち上げ、県内モデル園 10 園の協力を得て、独自のプログラムを企画実施することを通して、幼児が夢中になって体を動かす要因を調査した。その結果、幼児を夢中にさせる要因として多様な運動遊び、環境構成、人とのかかわりが大切であることが分かった。

キーワード： 幼児の運動能力、多様な運動遊び、環境構成、人とのかかわり

1 はじめに

幼稚園教育の中で、幼児が環境を通して夢中になって遊ぶことは重要である。幼児が遊びに夢中になるということは、主体的に環境にかかわっていくことであり、その中で、幼児は、五感を存分に働かせ、与えられた環境の中で試行錯誤しつつ新しい遊びを展開していく。幼稚園教育要領解説（文部科学省、2008）によると、環境を通して行う教育とは、「幼児の主体性と教師の意図がバランスよく絡み合って成り立つもの」であり、「教師主導の一方的な保育の展開ではなく、一人一人の幼児が教師の援助の下で主体性を発揮して活動を展開していくことができるような幼児の立場に立った保育の展開」が大切であるとしている。これを踏まえれば、幼児の興味関心を把握し、そこに教育の価値を見いだした上で教師がそれに応じた環境を整えた教育実践を行う必要がある。

幼児期は、「身体諸機能が著しく発達する時期」であることから、「幼児の興味や能力などに応じた遊びの中で、自分から十分に体を動かす心地よさを味わうことができるようにすることが大切」（文部科学省、2008）である。また、この時期は、運動発達段階からいうと、遊びの中で基本的な動作を獲得しておかなければならない時期でもある。したがって、この時期に、多様な動きを身に付けて巧みな動きができるようになることが、生涯にわたって様々なスポーツに携わっていく上での基礎となり、同時に自分の命を守るための身のこなしができることにつながっていくと考えられる。このため、幼児期に獲得しておかなければならない基本的な動作を遊びの中で十分に経験させ、その楽しさを存分に感じながら繰り返し遊びたいという気持ちを幼児に感じさせることが大切となる。

中村（2013）によると、幼児が運動遊びに夢中になる要因として、①いろいろな要素が入っている、②競い合う、③上手になったことを実感する、④技のコツをつかむ、⑤友達と同調する、⑥普段と違った感覚があるとしている。

本研究では、上記の6つの要因を踏まえて、「子どもを夢中にさせる運動遊び」の具体的な方法とそれを効果的に実施するための環境の在り方について、平成25年度「子どもを夢中にさせる運動遊び推進事業」のモデル園10園の取組の分析を通して明らかにしたい。

2 研究目的

平成25年度「子どもを夢中にさせる運動遊び推進事業」におけるモデル園の取組の分析を通して、子どもを夢中にさせる運動遊びの具体的な方法と、それを効果的に実施するための環境の在り方を明らかにすることを目的とする。

3 研究方法

平成25年度「子どもを夢中にさせる運動遊び推進事業」における県内モデル園の独自の取組と事前事後の運動能力調査の結果から効果を検証し、幼児が夢中になった具体的な取組とその要因を探る。

(1) 調査対象園

県内幼稚園のうち、10園をモデル園に指定し、当該園の実践的な取組の効果検証を行った。

(2) 調査対象園児

5歳児 253名

(3) 調査方法

① 運動能力調査 2013年5～6月（事前）、2013年10月～11月（事後）

② アンケート調査 2013年5月（事前）、2013年12月（事後）

保護者 235人、指導者 10人

4 研究内容

(1) 「子どもを夢中にさせる運動遊び推進事業」の概要

平成24年度奈良県幼児の運動能力等実態調査の結果から、奈良県幼児の運動能力は、全国標準よりやや低く、特に「立ち幅跳び」が低いことが分かった（図1参照）。そこで、奈良県幼児の体力向上の課題を克服するために、平成25年度「子どもを夢中にさせる運動遊び推進事業」において、県内幼稚園のうち10園をモデル園に指定し、当該園の実践的な取組の効果検証を行った。

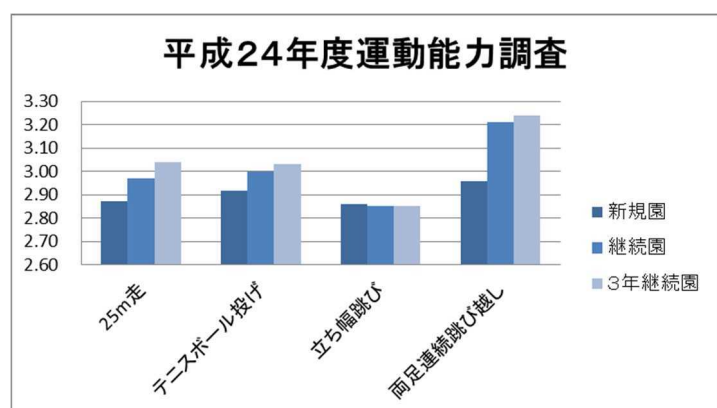


図1 平成24年度運動能力調査結果

ア 平成 25 年度奈良県幼児の運動能力等実態調査

奈良県幼児の運動能力等実態調査（以下「運動能力調査」という。）は、平成 22 年度から調査を開始し、今年度で 4 年目となる。この調査は、参加を希望する幼稚園・保育所の 5 歳児を対象としているが、年々運動能力に対する関心が高まっており、今年度は、110 園 3,374 名の 5 歳児が参加した（図 2 参照）。実施種目は、25m 走、テニスボール投げ、立ち幅跳び、両足連続跳び越しの 4 種目である。

測定結果は、文部科学省が用いている運動能力判定基準表に基づき、5 段階の評定値で評価した。この評定値は、平均値がほぼ 3 点になるように作成されている。平成 25 年度の奈良県の結果は、平成 24 年度の課題であった立ち幅跳びの結果が有意に高まり、評定値の合計も全国標準値である「12」に近づいた（図 3 参照）。

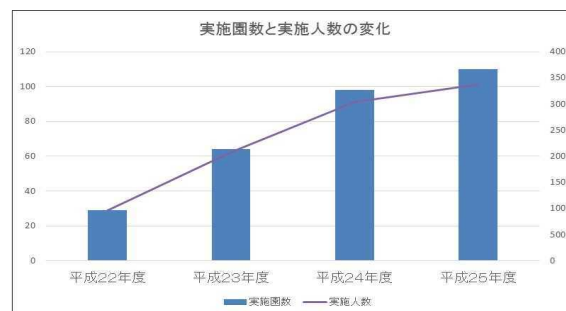


図 2 実施園数と実施人数の年次変化

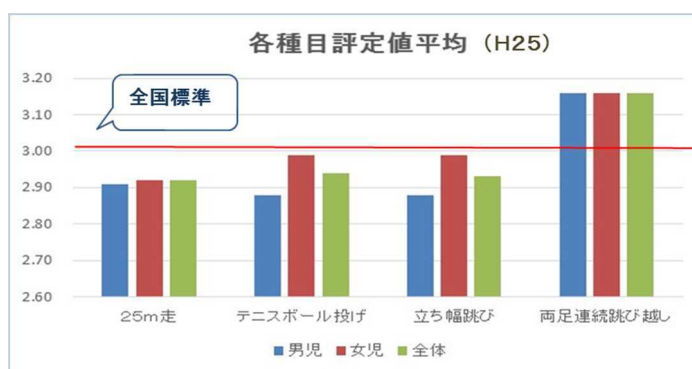


図 3 奈良県幼児の運動能力等実態調査（H25 年度）

イ 事業の内容

平成 25 年度「子どもを夢中にさせる運動遊び推進事業」では、次の 3 点を事業の中心に据えた。

(7) 幼児が夢中になる外遊び

幼児期は、神経系の発達が著しく、5 歳までに成人の 80% にまで発達する（高木、2009）。したがって、この時期は様々な神経回路が形成されていく大切な時期であり、多様な運動を経験させることで脳の配線化が進み、調整機能・記憶・運動機能が発達する。また、文部科学省の幼児期運動指針（以下「指針」という。）では、社会の変化が子どもの遊ぶ場所、遊ぶ仲間、遊ぶ時間を減少させ、子どもが体を動かす機会の減少を招き、このことが子どもの基本的動作の獲得や運動能力に影響を及ぼしていると述べている。したがって、体を動かす時間を確保し、多様な動きを意図的に取り入れていくことが大切である。多様な動きを意識しやすくするために、毎日の保育内容を「歩く・走る」、「投げる・捕る」、「跳ぶ・はねる」、「その他」等の基本的動作に分類し、毎日の保育の中に、これらの要素がどの程度含まれているかを保育者自身が常に意識することで、日頃の保育内容の偏りをなくすることができる。

(イ) 幼児が動きたくなる環境づくり

幼児は環境を通して遊ぶことから、幼児の心を動かす環境を用意することが、幼児に主体的な活動を促すと考えられる。指針でも、幼児の動線を意識しながら、思わず動きたくなるような環境を工夫していくことが大切であるとしている。ただ、奈良県の実態として、園庭の大きさや遊具については園によって違いがあり、狭い園庭と少ない遊具という環境におい

てどのように幼児の運動量を確保していくかが課題となる。

(ウ) 幼児が楽しくできる運動遊びの研修会（教員支援）

幼児を日頃から励まし支援している教員は、幼児にとって身近で大切な存在である。幼児は「先生のやっているようにやってみたい」と感じ、先生に認められることを喜び、励まされることによって意欲的になる。そのような存在であるからこそ、教員の研修は大切となる。本事業では、「手作り教具の研修会」及び「運動遊び研修会」を計画した。この研修会の詳細については、本研究では紙幅の関係で言及しない。

(2) モデル園の取組

ア 実態把握

事業を実施するにあたって、モデル園10園の実態を把握することとした。実態把握の方法として、指導者・保護者対象のアンケート調査、運動能力調査を実施した。

アンケート調査は、保護者を対象に質問紙を用いて、主に外遊びの状況、生活習慣（睡眠・朝食・テレビやDVD視聴・ゲームの状況）について調査した。その結果、家庭における幼児の遊びの状況は、戸外遊びより室内遊びの方が上回っており、なかなか外遊びができにくいようである（図4参照）。しかし、外遊びの状況については、モデル園の立地条件により違いが見られ、市街地にある園よりも山間部の園の保護者の方が外遊びの機会が多いと回答している。これは、幼児の遊びは周囲の環境から影響を受けることを裏付けるものと思われる。外遊びをする時間については、1時間から2時間が最も多く41%となっている。次いで、30分から1時間が30%である。この傾向は、どのモデル園でも見られた（図5参照）。また、家族の人と一緒に体を動かす遊びをする機会は、週に1回が37%で最も多く、月1～2回の32%が次に多い。「まったくしない」と回答した6%の存在も気になるところである（図6参照）。

実態把握のための運動能力調査を5月から6月にモデル園において実施した。県全体の調査結果とモデル園の結果を比較すると、25m走と立ち幅跳びが、県全体の評定値よりやや高

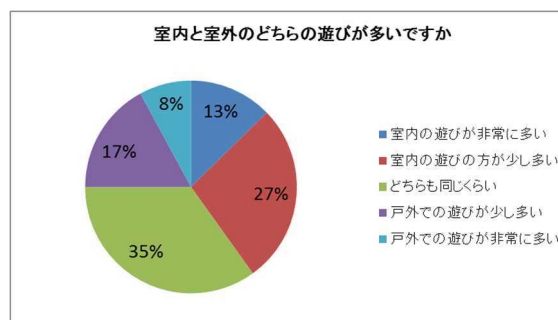


図4 家庭での遊びの状況（モデル園全体）

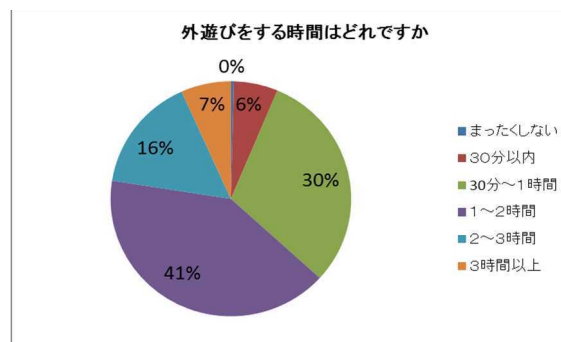


図5 外遊びをする時間（モデル園全体）

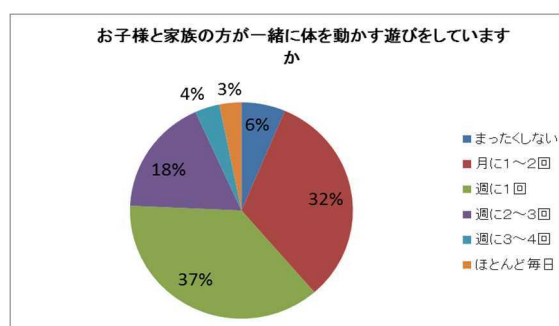


図6 家族と一緒に遊ぶ機会（モデル園全体）

かった（図7参照）。

しかし、各モデル園ごとに見ると、測定値にばらつきが見られ、調査結果の分析は、個別に検討する必要があると思われた。

イ 具体的な実践

上記のモデル園の実態を踏まえ、「跳の動き」を意識した運動遊びについて、各園で独自の取組を検討し実践した結果、幼児が夢中になったと考えられる取組を以下に示す。

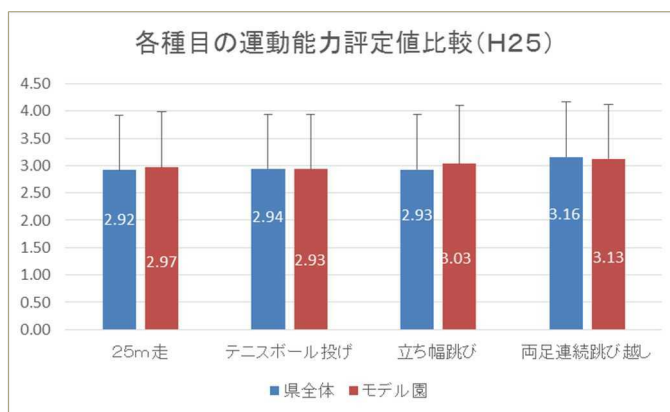


図7 各種目の評定値比較（H25）

(7) 毎日の運動内容の振り返り

教育研究所が作成した運動遊び記録表を全モデル園に提示し、毎日の保育の中で、幼児が体を動かした内容について記録することとした。運動内容を「歩く・走る（赤）」、「投げる・捕る（青）」、「跳ぶ・はねる（黄）」、「その他（緑）」で分類し、色の違いによりひと目で運動内容の偏りが分かるように工夫した。毎日記録することで、教員自身が振り返りを通して、各幼児の不足している動きを認識し、それを補うよう指導することができた。

(4) 園の遊具環境の見直し

幼稚園施設整備指針（文部科学省、2004）には、幼稚園の遊具についての規定として、「固定遊具は、自然の樹木や地形の起伏等を遊具として活用することも考慮しつつ、幼児数や幼児期の発達段階、必要性、安全性、耐久性、利用頻度、衛生面等を十分勘案して、その数、種類、規模、設置位置等を計画することが重要である。」とあり、遊具の種類について明確な規定はなく、設置者に委ねられている。奈良県においても、各園によって遊具は様々であり、園庭の広さも異なる。限られた環境の中で、幼児に運動環境をいかに提供できるかは、教師の工夫によるところが大きい。そこで、モデル園においては、各園の遊具の環境について見直しを図り、手作り遊具や空間をうまく活用する取組を進めた。

a 空間の活用

空間の活用とは、幼児が思わず動いてしまう、触りたくなるような環境を動線を意識して設定することである。幼稚園の生活は、学級全体の活動の時間と自由に遊びを選択する時間とに分かれる。学級全体の活動の時間は、教師が意図的に多様な運動を取り入れることができるが、自由に遊びを選択する時間は、幼児が自分でやりたいと思う活動ができ、遊びも幼児の興味関心によって次々に変化することになる。したがって、その自由な遊びの中でいかに体を動かし、繰り返し行いたくなるような環境を整えるかが重要となる。モデル園では、①廊下に遊具を設置して、通りながら体を動かす場の設定（図8参照）、②玄関ホールにペインティングをして体を動かす場の設定（図9参照）、③保育室でジャンプタッチでき



図8 廊下の活用

る場の設定（図 10 参照）などの取組が行われた。通り道にこのような遊具があれば、幼児に触れたいという気持ちが生じ、運動量が増えることになる。図 8 のような廊下を利用した取組は、多くのモデル園で見られた。廊下は、長く連続した空間に移動遊具や手作り遊具を自由に配置できる利点があるので、幼児の実態に合わせて様々に設置できる。図 9 は、玄関ホールの広さを有効に活用している例である。教師自身で描いた温かみのあるペインティングによって、幼児も「やってみたい」という思いに駆られる。

例えば、川が描かれた例では、「川にはまりたくない」という思いから、がんばって跳び越えたいという挑戦心が生まれ繰り返し取り組んでいる姿が報告されている。このように、幼児の興味に合わせた環境づくりが大切である。図 10 のように、保育室は普段の幼児の生活の場であり、日常的な遊びが展開する場であることから、そこにボール等をぶら下げる、床に線を引くなどの工夫をするだけで、幼児の遊びは広がる。このように、保育室の環境に着目し工夫することも大切である。

b 遊具の再構成

幼児は、非日常的な動きを伴い、しかもその動きができるようになった時の満足感の高い、固定遊具で遊ぶことが大好きである。固定遊具のうち、滑り台は「滑る」、ジャングルジムは「登る」、「降りる」といった遊び方が一般的であるが、そこに何か一つ加えることで、遊びは多様性を増す。例えば、遊具に一本のロープを加えることで幼児の遊びは変化する。

モデル園の取組からは、図 11 のように階段でしか登れない固定遊具にロープを付加した例があり、このことでロープをよじ登る動きが加わった。また、遊具と遊具をロープでつなげることで続けて遊具を使う楽しさを生み出し、新たな遊具に挑戦しようとする気持ちになった幼児が増えたという報告があった。また、園庭にある大木にロープをかけることで、幼児が並ぶほど木登りが大人気となった例もある（図 12 参照）。人工の遊具は、できるようになると、ある程度満足感が得られるが、



図 9 玄関ホールの活用



図 10 保育室の活用



図 11 ロープを取り付けた遊具



図 12 木登りを楽しむ幼児

やがて飽きてしまう。しかし、ロープは、長さを変えたり、設置場所を自由に変えたりすることができるため、幼児と共に、ロープの取り付け方やルールを考えることで幼児の主体性を喚起し、楽しさを広げる可能性がある。

c 手作り教具の利用

手作り教具の良さは、身近なもので簡単に作成でき、壊れてもすぐに再生できるところにある。また、個人専用の遊具を用意できるため幼児も愛着を感じ、何度も遊ぶようになり、その遊具を使って様々な遊びを創造することもできるようになる。図 13 のように、ペットボトルの色を鮮やかにするだけで、幼児は跳び越したい気持ちになる。ペットボトルの大きさを変えることでハードルの高さを調整でき、様々な高さに挑戦させられる。



図 13 ペットボトルハードル

また、幼児でも簡単に持ち運びできるため、遊びたい時に好きなように遊ぶことができる。こうした手軽さも幼児が夢中になる要因の一つと考えられる。

(7) 人とのかかわり

幼児を取り巻く環境として、人的環境の重要性も見逃せない。幼児にとって身近な大人である教師の存在は重要で、教師に認められ、励まされることで幼児は意欲をもって活動することができる。幼稚園教育要領解説にも、「物的環境の構成に取り組んでいる教師の姿や同じ仲間の姿があってこそ、その物的環境への幼児の興味や関心が生み出される。教師がモデルとして物的環境へのかかわりを示すことで、充実した環境とのかかわりが生まれてくる。」と述べられている。教師の温かい見守りの中で、教師の姿を模倣したり、教師に励まされたりしながら、幼児は安心して新しいことに取り組もうとする意欲が生まれるのではないだろうか。

同様に、人的環境として友達の存在が幼児を成長させる。高木（2009）によれば幼児は遊びの中で、「集団の中でもまれながら、仲間と仲良く折り合っていく力」が育まれ、「社会的活動の中で自我を主張し、他者と衝突することを通し、自分と対立する友達の存在を意識する」と述べている。幼児は、4歳を過ぎる頃から集団の中での役割を意識した「連合遊び」ができるようになり、5歳になると、集団遊びにも慣れ、組織化された相補的な「共同遊び」が展開されるようになる。したがって、幼稚園段階の幼児は、身近な友達に認められることが自己有用感を高め、能力の高い友達の動きを見て、「あんなふうにしてみたい」と友達の良さを認めることができるようになると考えられる。モデル園の教師からも、「5歳児は、友達から受ける影響も大きく、どこまで跳べた、できたなど互いに刺激し合って競い合う姿が、運動遊びに夢中になれた要因だと思う」という意見や「友達や教師と共に次々と遊びを楽しみ、その中で自己目標や学年目標を達成した喜び、また応援し合ったこと等様々な経験ができた」という報告があった。

また、モデル園の取組の中では「異年齢の交流」が積極的に行われた（図 14、図 15 参照）。「異年齢の交流」については、先行研究でも、「異年齢の交流」がある方が運動能力が有意に高い値を示すことが指摘されている（森、2011）。異年齢の交流は、園の取組として従来から

行っているところも多く、朝の運動的な遊びの時間等を異年齢の交流の場としている実践例が多く見られた。異年齢で交流することは、年少児にとっても年長児にとっても利点がある。年少児にとって、年長児は憧れの存在であり、モデルとして模倣の対象となる。この憧れの気持ちが年少児の運動への動機付けとなる。また、年長児にとっては、年少児から見られていることを意識し、しっかりとできる姿を見てもらいたいと思うようになり、これが年下の者に対する優しさや自分もがんばろうとする意欲につながっていったようである。

(3) 事業の効果検証

以上のような実践の後、その効果を検証するため、10月から11月の間に、モデル園の幼児には、再度運動能力調査を、5歳児の保護者と指導者には、事後アンケート調査を実施した。

運動能力調査については、2回目ということもあり、幼児も前回より落ち着いてできたようである。モデル園全体の結果は図16のとおりである。立ち幅跳びは、「跳の動き」を重点的に取り入れた成果が数字にも表れており、評定値が有意に高まったが、他の種目については、誤差の範囲内であり変化が見られなかった。そこで、各園ごとの結果に着目してみると、園によってばらつきが見られた。図17は、テニスボール投げについて、モデル園別に1回目と2回目の測定値をグラフに表したものである。同じテニスボール投げでもA園・C園・D園・E園・I園については2回目の測定値が有意に高まったが、その他の園ではほとんど変化がなかった。図18から図21は、効果が顕著であった園について、各種目ごとの評定値の人数の変化をグラフに表し



図14 年長が年少の世話をする姿



図15 異年齢で体操をする姿

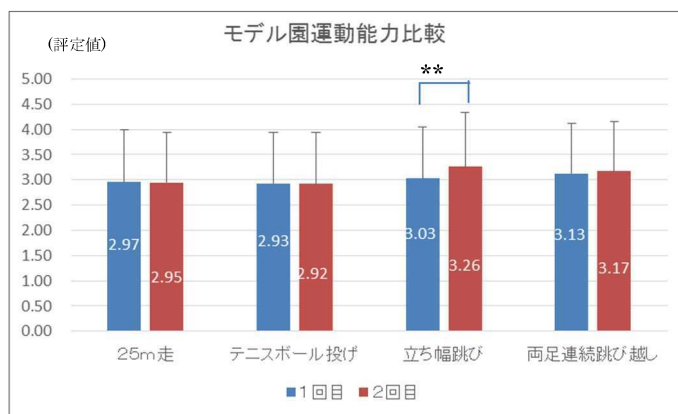


図16 モデル園運動能力調査1回目と2回目の比較 $p < 0.01$

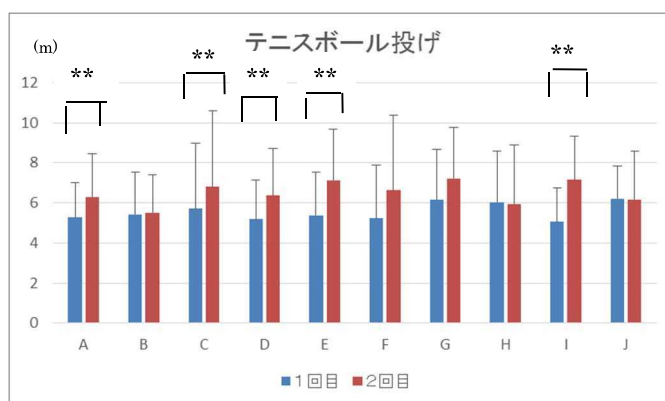


図17 モデル園別1回目と2回目の比較 ** $p < 0.01$

たものである。これを見ると、いずれの種目も2回目の方が評定値の高い者の人数が増加していることが分かる。これは、本事業の取組の成果が表れたものと考えられる。

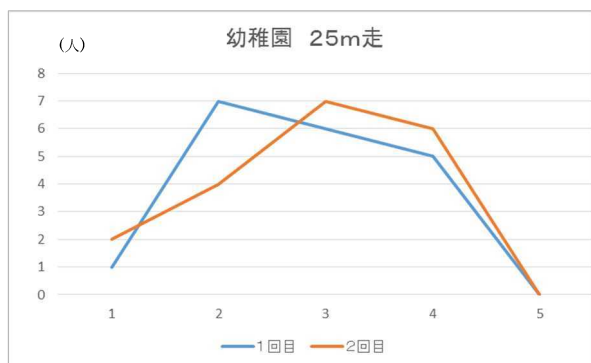


図 18 評定値の人数変化 (25m走)

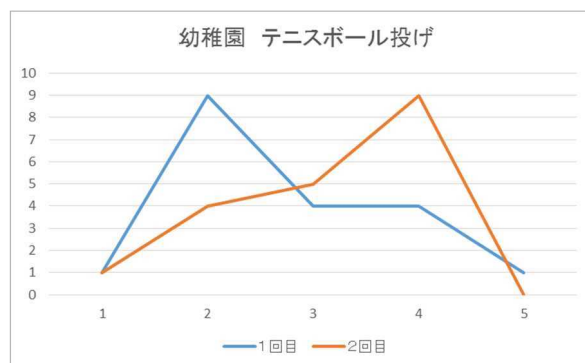


図 19 評定値の人数変化 (テニスボール投)

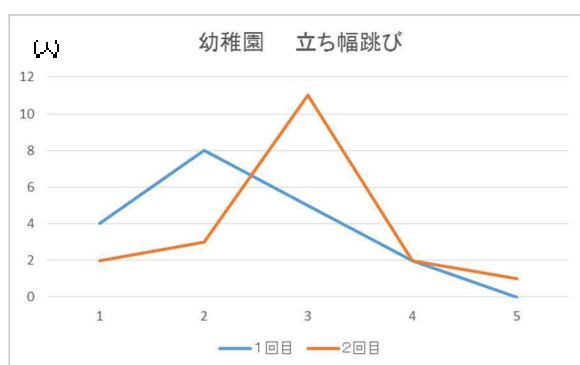


図 20 評定値の人数変化 (立ち幅跳び)

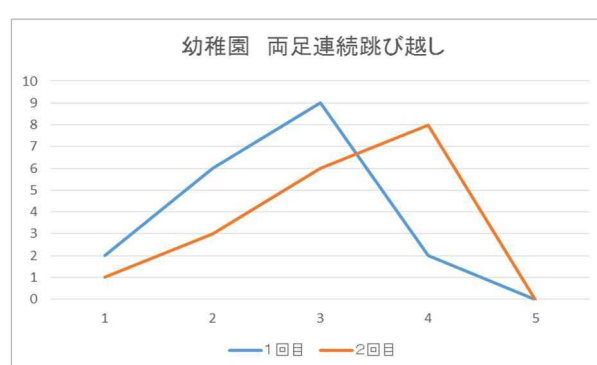


図 21 評定値の人数変化 (両足連続跳び越)

このように、幼児の体力向上を考える上で、運動能力調査は有効な方法となるが、調査結果の平均値を見るだけでなく、個々の幼児の変容についても注目する必要がある。この点を踏まえて、幼児の運動遊びにおける変容について、各モデル園の教師に行った事後アンケート調査結果（抜粋）をカテゴリー別にまとめたものが表 1 である。これを見ると、各モデル園で本事業に基づく運動遊びに取り組むことにより、運動能力調査での各種目の体の動きがスムーズになっただけでなく、友達からの刺激により記録に対する意欲も高まり、どのようにすれば記録が伸びるかを考えて行うようになった様子が見えてくる。このことは、運動能力のみならず社会性や心理面の発達も影響していると思われる。また、同時に動きそのものも機敏になり、食事もしっかりと食べ、生活面もすばやくできるようになっていることが分かる。これは、幼児の成長を示しており更なる体力向上につながる可能性があると思われる。体を動かす機会や体力の向上について聞いた保護者の感想をグラフに表したものが図 22 と図 23 である。これを見ると、「体を動かす機会が増えたと思うか」という質問に対し、「どちらかといえばそう思う」、「そう思う」と答えた保護者は 85%であった（図 22 参照）。また、「学年当初と比べると体力がついたと思うか」という質問に対し、「どちらかといえばそう思う」、「思う」と答えた保護者は 92%であった（図 23 参照）。これらのことから、幼稚園の取組を通して幼児が変容したことを保護者も実感していることが分かった。

表 1 教師による事後アンケート調査結果（抜粋）

運動遊びに取り組むことによって、幼児の動きはどのように変わりましたか。	
カテゴリー	記述内容
体の発達	<ul style="list-style-type: none"> ・学年当初は動きがぎこちなかったが、どのように体を動かしたらよいか自分で考えてするようになった。 ・動きがスムーズになった。 ・足腰が安定してこけなくなった。 ・投げ方にも体のねじり、手首の使い方がうまくなり、体全体で投げるようになった。
社会性の発達	<ul style="list-style-type: none"> ・また、やってみようという気持ちが生まれ友達の様子を見たり、教師のアドバイスを聞いたりして主体的に動いていた。 ・子ども同士でドッジボールやおにごっこをして遊ぶことが増えた。外遊びが増えた。
心理面の発達	<ul style="list-style-type: none"> ・不安で泣いていた子が不安がらず、笑顔で取り組めるようになった。 ・できないことを繰り返し挑戦する姿が見られた。 ・体を動かす心地よさや記録を出すことの充実感を感じるようになり、やってみようとする意欲につながった。
生活面の発達	<ul style="list-style-type: none"> ・片付け、集合が早くなった。 ・座って靴を履く子がなくなった。 ・機敏になった ・食事の量が増えた。

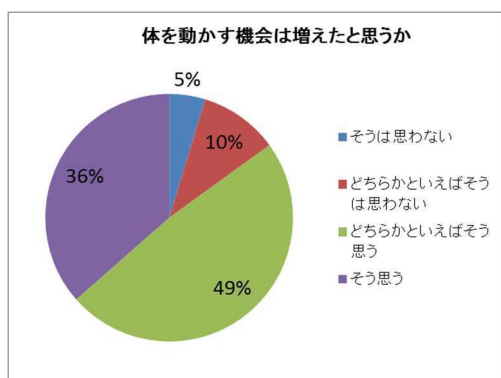


図 22 体を動かす機会

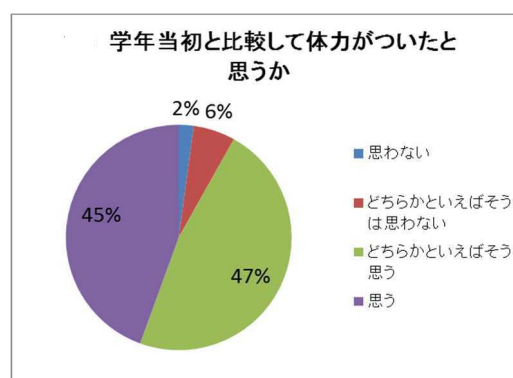


図 23 体力がついたと思うか

5 おわりに

幼児の体力向上にかかわって、様々な取組をモデル園に実施していただいた。その結果から、幼児の体力向上を考える上で、運動能力調査の数値だけではなく、取組の内容がいかにより幼児を夢中にさせ、体を動かす活動に結びついているかが大切であり、取組前後の幼児の変容に目を向けることが必要であることが分かった。幼稚園は、各園によって取組が様々であり、教師の考えによるところが大きい。また、幼稚園教育要領には、小学校の学習指導要領のような具体的な指導内容は示されていない。したがって、教師が体力向上の重要性について理解し、意識

して環境を構成することは、大変重要な視点であると言える。特に、幼児においては、運動遊びが生活習慣にも結び付く可能性が高いことから、生活全般の中に位置づけた視点も必要であろう。

以上のことから考えると、幼児を夢中にさせる運動遊びの要因とは、幼児が、まず「動くのが楽しい」と感じ、「もう一度やってみたい」と思える物的環境に恵まれ、それを共に遊ぶ「友達」の存在がやる気や競争心を引き起こし、温かく見守る「教師」の支援や励ましによって安心して挑戦できるという人的環境が整うことであると考えられる。

なお、今回の事業を通して、保護者からは好意的な反応がみられたと報告されているが、幼児の生活は家庭に戻っても継続されることで習慣として定着することから、家庭との更なる連携が大切であると考えられる。

参考文献

- (1) 文部科学省（平成 20 年）『幼稚園教育要領解説』 pp. 20-42、pp. 61-65
http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/youryou/youkaisetsu.pdf
- (2) 文部科学省（平成 24 年）『幼児期運動指針ガイドブック』 pp. 17-28
http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319772.htm
- (3) 中村和彦（平成 24 年）「健やかな育みを求めて」奈良県立教育研究所研修講座配布資料
- (4) 高木信良編著『幼児期の運動あそび ー理論と実践ー』不昧堂出版 pp. 21-22、pp. 48-49
- (5) 文部科学省（平成 15 年）「幼稚園施設整備指針」
http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shisetu/001/toushin/03082203/004.htm
- (6) 森 司朗(平成 23 年)「幼児の運動能力における時代推移と発達促進のための実践的介入」
p. 20
- (7) 文部科学省（平成 23 年）『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』報告書