

運動経験と幼児期の遊びから考える運動遊び指導法の一考察

A Study of Exercise Play Instruction Method to Examine from Exercise Experience and Play in Early Childhood

早川 健太郎

Kentaro Hayakawa

摘 要

本研究は、保育士・幼稚園教諭養成機関に属する女子大学生 248 名を対象に、現状の運動経験・運動実施状況、幼児期に経験してきた遊びを調査し、その特徴を明確にすることで、運動遊び指導における指導法について検討することを目的とした。その結果、対象学生は運動スポーツ実施・運動経験が少ないことから、運動遊びを指導する場合、幼児にとっての運動遊びの必要性を理解させた上で、幼児期に実施経験が多かった鬼ごっこなどの昔遊びを用いて遊び込むことで必要性を理解させる。さらに学生自身の実施経験が少なかった自然遊びやボール遊びを取り入れた指導を実践することが望ましいと考えられた。

キーワード 健康 指導法 体育 運動遊び

緒言

近年、子どもの体力低下について問題視されている。特に運動実施頻度についての二極化が取り上げられ、運動を実施していない子どもたちの健康問題について注視されている。しかし、子どもの体力低下や健康問題、身体発育のアンバランスなどは、そもそも 1970 年代にはすでに取り上げられており、それ以降続いているのが現状である。体力については、スポーツ庁が毎年実施している「新体力テスト」結果のデータ¹⁾によれば、近年はやや回復傾向にあるようであるが、それでもピークの 1980 年代には及ばない。

こうした子どもたちの体力低下や健康についての問題を、児童や生徒のみならず幼児にまで対象範囲を広げ、体力向上のための多くの研究がされているのは周知の事実である。しかし保育園や幼稚園、こども園など幼児教育を行う施設で用いられる「保育所保育指針」²⁾「幼稚園教育要領」³⁾における「幼児教育を行う施設として共有すべき事項」には、決して幼児の「体力向上」は明記されていない。つまり幼児教育を行う施設で実施されている運動遊びや体を動かすこと等は、幼児の体力向上を主たる目的とはしておらず、領域「健康」の「ねらい」にある「明るく伸び伸びと行動し、充実感を味わう」「自分の体

を十分に動かし、進んで運動しようとする」は、体を動かすこと・動くことを楽しむことを身につけてほしいことが狙いである。決してボールをより遠くへ投げることや、かけっこで速く走れるようにすることのみがねらいではない。このような運動能力偏重は、運動教室や体育教室で行われているが、幼児教育を行う施設には適していないのである。幼児の体力は、運動遊びや体を動かす遊びなどを十分に実施した結果、向上が推測されると考えるのが妥当である。

そこで幼児が先述のような体を動かすことを進んでできるようにしていくためには、人的環境としての保育士、幼稚園教諭が重要とされている。領域「健康」における「内容」の「いろいろな遊びの中で十分に体を動かす」「進んで戸外で遊ぶ」などは、保育者が様々な遊びや体を動かすことを知り、その楽しさを幼児たちと共有することで、幼児の運動遊びに対する積極性を向上させることができる。川邊ら⁴⁾が言うように、十分に体を動かすためには、ダイナミックな動きや様々な動きを、幼児の興味の幅が広がるような働きかけが重要であり、また原田ら⁵⁾が「4間」がなくなったと言うように、外で遊ぶ空間、遊びに費やす時間、多年齢で遊ぶ仲間、ゆとりの間がなくなっている今、保育者による保育の時間における幼児が体を動かして遊ぶことや運動遊びの過ごし方が重要なのである。

しかし稚丸ら⁶⁾は、すでに若い世代の保育者の運動遊びの知識について警鐘を鳴らしていることから、保育士・幼稚園教諭養成機関に属する大学生は、運動遊びについての経験が不足していることが推測される。大学生自身が経験してきた運動遊び体験は、保育現場で大きな影響を与えるものであり、養成機関として、大学生の運動遊び経験を把握することは教育において大変重要な資料となると考える。

そこで本研究は、保育士・幼稚園教諭養成課程に属する女子大学生を対象に、現状の運動経験・運動実施状況と、幼児期に経験してきた遊びを調査し、その特徴を明確にすることで、養成機関における運動遊び指導における指導法について検討することを目的とした。

．方法

1. 対象

2017-2019年のA県とB県における保育士・幼稚園教諭養成機関の女子大学生（学生）（18-20歳）1年生204名、2年生44名の計248名であった。調査方法は、講義内に研究内容を説明し、同意を得てからスマートフォンによるWebを用いてアンケート調査を行った。実施時期は各年の4月に行った。アンケート項目は、現状の運動実施状況、これまでの運動部活動の実施状況を調査するため、文部科学省が実施している「新体力テスト実施要項（20～64歳対象）記録用紙」⁷⁾にある項目から、4項目を抽出した（表1）。またこれに加えて「幼稚園・保育園時代に遊んだ遊びを記入してください。（いくつでも）」を加えた5項目を調査した。

2. 解析方法

解析は、健康状態、体力、運動・スポーツ実施状況、運動部活動経験の4項目について、「平成30年度体力・運動能力調査」の「19歳」及び「20-24歳」の結果（全国平均）1）と比較することで、養成機関の学生の特徴を検討した。また幼稚園・保育園時代の遊びについて、いくつでも思い出せるだけ回答してもらい、集計には名称が違って同じ遊び内容については同一とみなした。

表1 アンケート調査項目

項目	選択肢			
1. 健康状態	1. 大いに健康	2. まあ健康	3. あまり健康ではない	
2. 体力	1. 自信がある	2. 普通である	3. 不安がある	
3. 現状の運動・スポーツ実施状況	1. ほぼ毎日 (週3-4日)	2. ときどき (週1-2日)	3. ときたま (月1-3日)	4. しない
4. 学校時代の運動部活動経験	1. 中学のみ 5. 中学・大学	2. 高校のみ 6. 高校・大学	3. 大学のみ 7. 中学・高校・大学	4. 中学・高校 8. なし
5. 幼稚園・保育園時代に遊んだ遊びを記入してください。(いくつでも)				

結果

1. 健康状態について

最も多かった回答は「まあ健康である」(50.0%)であった。次いで「大いに健康である」(45.6%)であった。「あまり健康ではない」と回答したものは、4.4%であった。また全国平均と比較すると、「大いに健康である」は、全国平均(32.4%)より高く、また「まあ健康である」(50.0%)は、全国平均(64%)より少ない傾向にあった。「あまり健康ではない」はほぼ同じ割合であった。(表2)

表2 「健康状態について」の調査結果と全国平均

	1. 大いに健康である	2. まあ健康である	3. あまり健康ではない
学 生 (n= 248)	113 (45.6%)	124 (50.0%)	11 (4.4%)
全国平均 (n=1020)	330 (32.4%)	655 (64.2%)	35 (3.4%)

全国平均 = 「平成30年度体力・運動能力調査」の結果

2. 体力について

最も多かった回答は、「普通である」(50.8%)であった。次いで「不安がある」(39.1%)であった。また全国平均と比較すると、「普通である」が全国平均と比較して少なく、「不安がある」がやや高い傾向にあった。(表3)

表 3 「体力について」の調査結果と全国平均

	1. 自信がある	2. 普通である	3. 不安がある
学 生 (n=248)	25 (10.1%)	126 (50.8%)	97 (39.1%)
全国平均 (n=1019)	79 (7.8%)	604 (59.3%)	336 (33.1%)

全国平均 = 「平成 30 年度体力・運動能力調査」の結果

3. 現状の運動・スポーツ実施状況について

最も多かった回答は「しない」(38.3%)であった。次いで「ときたま(月1-3日)」(37.1%)であった。全国平均と比較すると、「ときたま」が、全国平均よりも高い傾向であった。しかし「ほぼ毎日」は全国平均(10.7%)より少ない5.2%であった。(表4)

表 4 「現状の運動・スポーツ実施状況」についての調査結果と全国平均

	1. ほぼ毎日 (週3-4日)	2. ときどき (週1-2日)	3. ときたま (月1-3日)	4. しない
学 生 (n=248)	13 (5.2%)	48 (19.4%)	92 (37.1%)	95 (38.3%)
全国平均 (n=990)	106 (10.7%)	223 (22.5%)	244 (24.6%)	417 (42.1%)

全国平均 = 「平成 30 年度体力・運動能力調査」の結果

4. 学校時代の運動部活動経験

「なし」(40.0%)が最も多く、次いで「中学校のみ」(32.3%)「中学校・高校」(19.8%)の順であった。全国平均は、「中学校・高校」「中学校のみ」「なし」の順であるので、比較すると「なし」「中学校のみ」が多く、「中学校・高校」「中学校・高校・大学」が少ない傾向であった。また、「なし」「中学校のみ」の合計は72.3%で、7割以上が高校以降は運動部活動経験がない結果であった。全国平均は「なし」「中学校のみ」の合計は43.9%なので、かなり高い結果であった。また大学での運動部活動は、全国平均が17.3%であるのに対して、5%とこちらはかなり少ない結果であった。(表5)

表 5 「学校時代の運動部活動経験」についての調査結果と全国平均

	1. 中学校のみ	2. 高校のみ	3. 大学のみ	4. 中学校・高校
学 生 (n=248)	80 (32.3%)	10 (4.0%)	3 (1.2%)	49 (19.8%)
全国平均 (n=900)	231 (25.7%)	21 (2.3%)	15 (1.7%)	328 (36.4%)
	5. 中学校・大学	6. 高校・大学	7. 中・高・大学	8. なし
学 生 (n=248)	0 (0%)	0 (0%)	7 (2.8%)	98 (40.0%)
全国平均 (n=900)	9 (1.0%)	11 (1.2%)	121 (13.4%)	164 (18.2%)

全国平均 = 「学校時代の運動部(クラブ)活動の経験別体力年齢と暦年齢の比較」の結果から算出

5. 幼稚園・保育園時代に遊んだ遊び

合計で 932 の回答が得られた。最多回答数が 18 種目、最少回答数が 0 種目で、平均は 3.76 種目であった。最も多かった回答は「鬼ごっこ」で 53.2%であった。次いで「おままごと」(39.5%)、「砂遊び」(27.0%)、「かくれんぼ」(21.0%) の順であった。自然遊びが 20 位以内には入っていなかった。次に室内遊びが 5 種類（おままごと、お絵描き、積み木、折り紙、人形遊び）入っていた。また伝承遊び 9 種類（鬼ごっこ、おままごと、かくれんぼ、縄跳び、竹馬、折り紙、だるまさんがころんだ、はないちもんめ、人形遊び）が入っていた。ボールを使った遊びはドッチボールの 1 種類のみであった。（表 6）

表 6 幼稚園保育園時代に遊んだ遊び（上位 20）

順位	遊び名	回答数	割合	順位	遊び名	回答数	割合
1	鬼ごっこ	132	53.2%	11	滑り台	19	7.7%
2	おままごと	98	39.5%	12	積み木（レゴ含む）	18	7.3%
3	砂遊び	67	27.0%	16	うんてい	17	6.9%
4	かくれんぼ	52	21.0%	16	竹馬	17	6.9%
5	ぶらんこ	49	19.8%	16	遊具	17	6.9%
6	縄跳び	46	18.5%	16	折り紙	17	6.9%
7	泥団子	32	12.9%	17	ごっこ遊び	15	6.0%
8	鉄棒	31	12.5%	18	だるまさんがころんだ	13	5.2%
9	ドッチボール	30	12.1%	20	はないちもんめ	12	4.8%
10	お絵描き	25	10.1%	20	人形遊び	12	4.8%

. 考察

本研究から、保育士・幼稚園教諭養成機関に通う女子大学生は、運動経験が少ない者が多く、運動を普段行っていない者が多いことが分かった。本研究の対象が小学生であった平成 25 年度の文部科学省の調査⁸⁾では、運動やスポーツをすることが「苦手・やや苦手」と答えた小学 5 年生の 34.8%が「体育の授業は楽しいか」について「あまりそうは思わない」「全くそうは思わない」と回答している。また同様に運動やスポーツをすることが「きらい・ややきらい」と答えた小学 5 年生女子の 55.3%が「体育の授業は楽しいか」について「あまりそうは思わない」「全くそうは思わない」と回答している。さらに本研究結果の「40%が中学校以降運動部活動に所属していない」ことを考慮すると、保育士・幼稚園教諭養成機関に通う女子学生は、運動や体育に対する苦手意識が強く、その必要性を低く考えていると推察される。早川ら⁹⁾が養成機関における教育課題として「運動の楽しさ、面白さを言語化し子どもたちに伝えることができる」ことを報告したように、運動に対する考え方を再形成する必要があると考えられる。

次に幼時期に遊んだ遊びについては、細井ら¹⁰⁾の報告と同様に上位は鬼ごっこ、おままごと、砂遊びであった。また伝承遊び種目は多いが自然遊びがないこと、ボールを使った遊び種目が少ないことも分かった。

これらの特徴を踏まえ、養成機関における運動遊び指導内容について、自然で遊ばせる方法や、ボール遊びの指導法が学生に必要であると考えがちである。しかしこうした学生に対する領域「健康」の指導法として、「運動遊びをさせる方法」を教育・実践することが最重要課題であるのであろうか。確かに技術的に方法論を用いて指導を行うことも重要かもしれない。しかし「領域健康の指導方法及び保育の構想」¹¹⁾におけるモデルカリキュラムにあるように、学生が、具体的な指導場面を想定することができる必要がある、「幼児の心情、認識、思考及び動き等を視野に入れた保育構想の重要性を理解している」ことが重要であるとしている。原田⁹⁾は「運動遊びをさせようではなく、積極的に運動遊びをする子にすることが重要である」と述べている。まさに「積極的に運動遊びをする子」を育むことである。つまり、学生が運動遊びをさせる方法を考えることができるようにするためには、まずは学生が幼児の心情や思考・動きについてまず知ることが重要である。

本来幼児は体を動かして遊ぶことで、新しい体験と学習によって様々な能力や態度を身につけ成長するため、学生が思う余暇を中心とした大人型の遊びと幼児期の遊びでは、全く違うことを理解する必要がある。次に学生に対する運動遊び指導において、まずは体を動かす楽しさを組み込む必要があると考える。運動部活動経験が少ない者は、運動やスポーツに対して、「できない」「キツイ」「苦しい」の負のイメージを持っていることが多く、運動をすること自体に抵抗があることが推察される。そこでまず学生に対して鬼ごっこやかくれんぼ、縄跳びなど幼児期に実践した伝承遊びなどの運動遊びを行わせることで、運動に対する抵抗を減らし、体を動かすことの楽しさを十分に感じさせることが必要である。さらに自発的に運動することで集中して遊ぶこと、積極的に運動をすることを思い出す必要がある。

次に、自然遊びが上位に入っていないため、室内での実技にとどまらず戸外での実施も必要である。室内と同じ運動遊びを行っても、実施環境が変化すれば当然指導内容も変化する。子どもたちと一緒に時間を同じ場所で過ごすとき、子どもたちと共有できることが重要である。戸外の自然で感じる匂い、音、雰囲気等について気付くなどを組み込んだ内容を検討する必要があると考える。

さらにボール遊びを含む投動作に関係する遊びの少なさが目立った。これは本対象学生の特徴なのかは明確にはできないが、投動作の体力低下が著しいことを考えると、学生にもすでに影響を及ぼしていると考ええる。今後投動作における子どもたちの体力を向上させる必要があるが、学生の経験や能力がないことは、現場に出てからの自由遊びや集団遊びにおける実施頻度が少ない可能性がある。よって、運動遊び指導において積極的にボール遊び・ボール運動を取り入れ楽しさを学ぶことが重要であると考ええる。

そしてこれらは学生自身の経験であるため、子どもたちと遊ぶことができる保育技術と結びつけるため、遊ばせ方を学ぶべきであると考えます。

本研究から、養成機関の学生の特徴を見出し、遊びの必要性、遊びの楽しさを理解し、学生の経験が少ないと考えられる自然遊びやボール遊びについての楽しさを体験する内容を実践した後、運動遊び指導を学ぶ方法が提案された。しかし本研究は思い出しによる調査のため、これ以上は言及できない。今後はさらに調査を行い、養成機関の学生に対する運動遊びの指導法について検討したい。

．まとめ

本研究から、保育士・幼稚園教諭養成機関に通う女子学生の特徴として、これまでの運動・スポーツ経験が少ないことから、幼児にとっての運動遊びを理解させ、昔遊びを用いて遊び込むことで必要性や楽しさを理解させることが必要である。さらに学生自身の経験が少ない自然遊びやボール遊び経験を取り入れたうえで、指導法について学ぶ指導を実践することが望ましいと考えられた。

参考文献

- 1) スポーツ庁、「平成 30 年度体力・運動能力調査報告書」、https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/toukei/chousa04/tairyoku/kekka/k_detail/1421920.htm (2020/4/20 閲覧)。
- 2) 厚生労働省、「保育所保育指針」、https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisaku_jouhou-11900000-Koyoukintoujidoukateikyoku/0000160000.pdf (2019/8/20 閲覧)。
- 3) 文部科学省、「幼稚園教育要領」、http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/_icsFiles/afieldfile/2019/09/19/1384661_3_2.pdf (2019/10/1 閲覧)。
- 4) 川邊貴子、吉田伊津美 (2019) 『演習 保育内容 健康 基礎的事項の理解と指導法』、(建帛社)
- 5) 原田碩三 (1989) 『幼児健康学』、黎明書房。
- 6) 穂丸武臣他 (2010) 『幼児の楽しい運動遊びと身体表現』、圭分社。
- 7) 文部科学省「新体力テスト実施要項 (20～64 歳対象)」、http://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/afieldfile/2010/07/30/1295079_03.pdf (2020/8/8 閲覧)。
- 8) 文部科学省「平成 25 年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果・特徴 (小学校)」
https://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/afieldfile/2013/12/20/1342603_9.pdf (2020/3/20 閲覧)
- 9) 早川 健太郎、木村拓磨、佐々木俊郎「保育者・教員養成機関の女子学生における運動習慣と体格からの教育課題の検討」、名古屋経営短期大学紀要、第 61 号、pp39-47、2020。
- 10) 細井香、内海崎貴子、野尻裕子、栗原泰子「保育者養成課程学生の幼児期の遊び体験について」、川村学園女子大学研究紀要、第 18 巻、第 2 号、pp121-132、2007。
- 11) 文部科学省「幼稚園教諭の養成の在り方に関する調査研究」https://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/_icsFiles/afieldfile/2017/05/19/1385791_8.pdf (2020/09/16 閲覧)