

幼児期に多様な動きを経験するための運動プログラムの検討 — 保育者養成校の授業実践報告として —

Examining an exercise program to experience diverse movements in early childhood
Report of the school lesson for childcare training school

濱野 ゆうり
Juri HAMANO

【要旨】

本研究は、保育者をめざす専門学校生が、幼児期における心身の発達に多様な運動経験が望ましいことの理論的根拠と実証データを理解した上で、多様な動きを経験するための運動プログラムを企画する教育実践の検討である。学生は、基本となる動作を含めた13項目の動作を、20分間に数種類体験できるプログラムを作成し、自身が保育者役となり模擬保育を実践。その後のグループワークで、プログラムの振り返りと実践者の自己課題を明確化した。

運動プログラムにリストアップした動きを量的に取り入れる試みは、多様な動きを意識化、可視化できた。また、先行研究において自由遊びでは見られない動きとしてあげられていた動作を体験できるプログラムが立案できた。この授業実践は、学生が主体的に問題を発見し、解を見出していく能動的学修、主体的・対話的で深い学びを目指す試みとして位置づけ、学習過程を豊かに確保するように努めた。結果として、学生の成長にとって効果的であるのは、領域横断的な学びが必要であることが示唆された。

幼児期 多様な動き 運動プログラム 保育者養成 主体的・対話的で深い学び

I はじめに

令和2年10月「令和元年度体力・運動能力調査の結果」がスポーツ庁から報道発表された。その中から、2つのデータを紹介したい。「幼児期に外遊びをよくしていた小学生は、日常的に運動し、体力も高い」。これは、現在、10歳（小学5年生）の児童において、入学前の外遊びの実施頻度が高いほど、運動・スポーツ実施頻度の高い者の割合が多いことから、幼児期の外遊びが非常に重要であることを示している。対象12～19歳の調査では、日常的に、運動・スポーツを実施している青少年期の子どもの多くは、なんでも最後までやり遂げたいと思っている」。男女ともに「達成意欲（なんでも最後までやり遂げたいと思う）」を強く持つ者ほど体力合計点が高かった。これらの調査項目は、平成28年度調査から追加されており、体力・運動能力、または運動習慣との関係について分析している。調査カテゴリーは、「スポーツの多面的な価値」としており、運動が子どもの成長にどのような影響を与えるかを別の切り口でみせるという点でとても興味深い。「運動は体に

良い影響を及ぼすもの」とステレオタイプで思い込まされたとしても、老若男女、運動好きにはならない。自分にとって本当に必要な事(もの)へは、自らが自然のままに欲していくだろう。運動が脳を含めた体に及ぼす様々な影響をわかりやすく丁寧にひも解いていけば、本当に必要なものであるかどうかの判断材料となる。幼児期に外遊びが必要な理由、運動の多面的な価値について、このようなデータを根拠として発信した意味は大きい。そして、保育士・幼稚園教諭養成課程の学生にとっても、「運動遊び(運動)が体に及ぼす影響」を理論的根拠から総合的に理解していくことが大切である。前述した「令和元年度体力・運動能力調査の結果」(スポーツ庁, 2019)には、運動する子どもとそうでない子どもの二極化や子どもの体力の低下など依然深刻な問題も含まれている。科学技術の進歩による生活全般の利便性ととも、都市化による空き地などの遊び場の減少、少子化による遊び仲間の減少、塾や習い事による生活時間の変化、子どもの遊びの変化などにより、子どもが思い切り体を動かして遊ぶ機会は、減少の一途をたどっている。子どもの体力低下の直接的な原因について中村(2009)は、「基本的な動作の未習得」と「運動量の減少」であると報告している。幼児期に必要な動作の習得と運動量の確保は急務となっている。

こうした背景の中、文部科学省は、2012年3月『幼児期運動指針』を策定した。そのポイントのひとつとして「多様な動きが経験できるように様々な遊びを取り入れること」をあげている。ガラヒュー(1999)も述べているように、幼児期に多様な運動パターンを身につけながら運動コントロール能力を高めることは重要であり、運動経験が不足したり偏ったりして運動コントロール能力の発達が阻害されると運動不器用になり大きくなってからの運動学習を阻害する。この時期の多様な動きの経験は、多様な動きを獲得・洗練させると共に、幼児期の体力を総合的に高めるように働く(杉原 2000)と考えられている。2018年4月より幼稚園教育要領、保育所保育指針、幼保連携型認定こども園教育・保育要領が改訂され本格実施となった。すべてに共通する考え方として「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」(文部科学省 2017)(厚生労働省 2017)(内閣府・文部科学省・厚生労働省 2017)の中では、「いろいろな場面に応じて体の諸部位を十分に動かし進んで運動ようになること」が位置付けられている。

本研究では、保育者をめざす専門学校生が、幼児期に多様な動きを経験するための運動プログラムを立案する取り組みを行った。先行研究として、小林ら(2017)は、保育者養成校の大学生や短大生が、自然の家周辺地域を使用した野外の様々なアクティビティコースを利用し、グループで運動遊びを企画する実践を行い、ふだんの保育の中では経験しにくい様々な動きを取り入れようとした学生の視点を確認している。坂口(2018)は、保育者をめざす学生が「多様な動きが生まれるような運動遊び」をテーマに立案した結果、「移動系の動きを積極的に取り入れる傾向があり、姿勢制御運動や物体操作運動の組み合わせやこれら3種全ての組み合わせ運動を選択しない傾向にあった」と報告している。また、湯浅ら(2020)は、教員養成(小学校・幼稚園教諭・保育士)課程の実習未経験の大学生を対象として「①多様な動きができること、②自分たちの準備運動として体ほぐしや心の解放を促すことができるもの」という条件を提示し、20分程度の運動遊びの学生教材づくりを実施した。学生教材から「基本的な動きのパターン」を抽出した結果、19種類の動きが確認されたが、「幼児が経験できる動きの種類が少ないこと」、「そのことが原因で動きが単調になり、運動遊びの質や量に影響を及ぼすことが考えられる」としている。これらの先行研究では、企画の

時点で「多様な動き」をテーマにすることを明言したが、具体的な動きの指定は行わなかった。本研究では、学生が運動プログラムを作成する際、現代の子ども達に必要な、もしくは必要であるが経験しにくい基本的運動動作を選べるようにし、移動系、平衡系、操作系の動作を偏らず数種類取り入れるように指定した。一回（20分）の運動プログラムで、意図的に多様な動きを経験できるように企画し、自らが保育者役として模擬保育を実践した。その後、グループワークで、振り返りを行うことで、学生自身が主体的に運動プログラムを再検討し、様々な視点での考え方を学び、課題の認識を深めることを目的とした。

II 研究の方法

1. 対象

本研究の対象者は、保育士資格、幼稚園教員養成課程に所属する専門学校2回生56名であった。調査対象者は、1回生後期に保育園実習を2週間、児童養護施設実習80時間を経験している。2回生前期に幼稚園実習2週間で予定していたが、感染症が流行したことによって中止、延期となった。全員が保育士資格と幼稚園教諭の免許取得を目指しており、卒業後も、保育士資格、教員免許を実用できる職種を希望している。

2. 模擬保育実践方法

対象学生は、2020年9月3日～2021年1月21日まで（途中、幼稚園実習2週間×2回の期間は休講）の後期授業において、模擬保育の実施時間を20分とする指導案（以下、運動プログラムという）を作成し、模擬保育を実施した。

運動プログラム作成の事前指導として、「幼児期までに獲得させたい体育カリキュラムの作成」体育カリキュラム作成小委員会, 1980]に提示された『3つの基本の動き：84種類の基本的運動動作』を紹介し、現代の子どもに経験させたい動作について、意見交換した。その際、次の5点を資料とした。①1985年の幼児と今日の幼児との基本的動作様式の比較（中村和彦ら, 2011）②幼児における基本的な動きの種類と出現頻度について（真砂, 2018）③多様な動きの獲得を目指した運動プログラムの検討（川口ら 2020）④幼少期の軽運動がもつ体育的意義：脳への作用と抗ストレス効果の発現（征矢, 2012）⑤子どもの体力向上のためのとりくみハンドブック（文部科学省, 2012）。これらを参考に、平衡系・移動系・操作系の3つの基本の動き（以下、3つのカテゴリーという）13項目の基本的運動動作を選んだ。（表1）学生が立案する運動プログラムには、2つ以上のカテゴリーから、複数の動きを取り入れるという条件を提示した。

表 1 学生が選んだ3つの基本の動き：13項目の基本的運動動作

3つの基本の動き (3つのカテゴリー)	13項目の基本的運動動作
平衡系の動き	①わたる うく もぐる ②すわる しゃがむ たつ たちあがる ③ころがる まわる さかさまになる ぶらさがる
移動系の動き	④のぼる よじのぼる おりる すべる ⑤あるく はしる とぶ ⑥はう ⑦よける かわす にげる くぐる くぐりぬける
操作系の動き	⑧はこぶ もつ もちあげる つかむ ⑨のる こぐ ⑩なげる とる なげいれる あてる ぶつける ⑪ころがす ける ⑫うつ ふりまわす ⑬おす ひく ひっぱる

運動プログラムを作成する際には、対象となる子どもの現状を把握し、問題点の解決につなげていくために、子どもたちにどのような運動遊びを実施することが必要なのか、どのような動きを習得させたいのかを考えることから始めた。各自の模擬保育実施日2週間前に、初回の運動プログラムを提出する。3歳から5歳までの子どもを対象に、子どもの発達段階を見据え、発育発達に影響を与える要因を考えながら、どのような動きを経験させたいかにポイントを絞り、実施3日前まで、概ね3～6回程度の話し合いを経て、運動プログラムを完成させた。

模擬保育は、56人を2グループにわけたクラスで、保育者役1名が、25～30名の子ども役を前に実施。1コマ90分の授業で3名の学生が保育者役を経験し、実施後は、保育者役、子ども役の学生でグループワークを行い、その日の実践内容について検討を行った。グループワーク後の振り返りは、保育者役がレポートとしてまとめ、補足資料とした。学生個々の学びの成果を測るため、①運動プログラムの目的と工夫した点、②企画から実践後までの反省点、③運動遊びを実施するにあたり保育者として大切にしたいこと、④子どもが「1日60分」の運動を毎日実施するために家庭との連携をどのようにとるか、を自由記述したレポートの提出を求めた。

3. 運動プログラムに含まれる動きの抽出

模擬保育実践中、実践後に、授業担当教員と担当者が運動プログラムに含まれていた動きを再確認し、実践後集計を行った。

Ⅲ 結果

体を通して体験的に学ぶ幼児教育において、幼児が主体的に活動を展開できるかどうかは、保育者の環境の構成にかかっており、保育者が日常的に教材を研究することは極めて重要である。また、自ら考えた内容を模擬保育で実践し、その後グループワークで検討していくことは、「見方・考え方」をさらに発展させることが期待できる。学生は、模擬保育の計画、実践、振り返りを通じて知識を外に向けて可視化すること（外化）と、理論の講義を聞いたり、テキストや資料を読解したり、経験のリフレクションを通じて気づきを得たりして知識を習得する過程（内化）を組み合わせる形の学修を経験した。森（2017）は、学習活動を深い学びへ導くためには、理解した（はず）の知識を外化し、不十分な場合には修正し、より深い理解へと至る内化—外化—内化のプロセスが重要であると述べている。

1. 模擬保育で実施された運動の種類

20分の運動プログラムの中で抽出できた「動きの種類」は、平均5.1項目であった。運動プログラムの中に5項目の動きを計画されたプログラムは39.2% (20)、6項目以上30% (17)、計画した運動プログラムにおいて、予想される子どもの動きを12項目としたプログラムが最高数であった。(図1) 運動プログラム計画時には、予想できなかった動きがみられ、実践後に経験できた動きを加えるという事例も見られた。しかし、33%のプログラムは、経験できる動作が4項目以下となった。3項目以下となったプログラムは、運動プログラム上では複数項目計画したものの、予定していたプログラムをすべて消化できず途中で時間切れになってしまった事が原因となっている。学生にとっては、模擬保育の失敗経験も貴重であり、振り返りでは机上の予想と実践の難しさを生徒役の学生とも共有し、改善点をあげることができた。

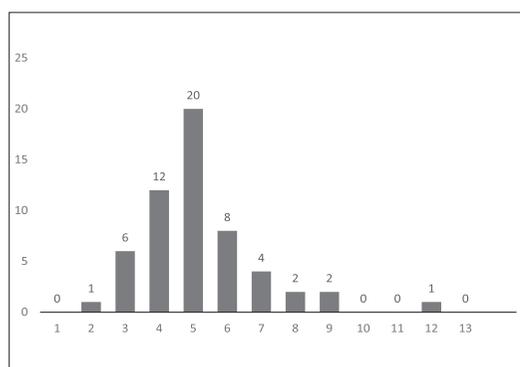


図1 20分の運動プログラムで抽出された項目数

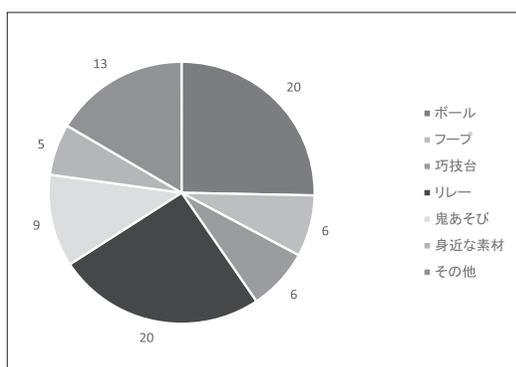


図2 使用した道具から分類した遊びの種類一覧

20分間の運動プログラムでは、導入から展開、まとめまで、多様な動きを引き出すために様々な道具が使用された。(図2) 身近な素材には、学生の自由な発想による手づくり教材(海賊になりきるための新聞紙で作成した剣、トイレットペーパーの芯で作成した小さなボール等)を使用した遊びなどを分類した。その他には、道具を使用しない「力比べ」、「陣地取り」や使用した道具を本来の目的で使用するのではなく、視点を変えて別の目的で使用した遊び、例えば、縄跳びを床へ曲線として配置し、その上を踏みながら渡る遊びを種別した。

本研究で学生が実施した模擬保育での指導内容は、ボールを使用した遊びとリレー遊びが最も多かった。学生がこれらの遊びをプログラムに導入した理由としては、新体力テストの項目にもある「投動作」を幼児期に取り入れることを目的とすることや仲間と協力し競い合うことで運動遊びの楽しさを実感させたいことからであった。櫻木ら(2014)は、「なげる」動作について「あるくはしる とぶ」とは違い日常生活ではあまりみられない運動であり、日常生活で必要とされる優先順位の低い運動であるため、遊びの中で獲得させたい能力であると指摘している。また、日本学術会議基本指針(日本学術会議, 2011)では、運動遊びやスポーツにおいては、仲間との肯定的な関わり行動やコミュニケーションスキルが求められるため、その効用も期待されることを明らかにしている。

図3では、運動プログラムで体験できた動きの種類一覧と総数を示した。平衡系の動き(①～③)、移動系の動き(④～⑦)、操作系の動き(⑧～⑬)を組み合わせて実施するように指導したが、「うつ・ふりまわす」(3)、「のる・こぐ」(8)といった動きが少なかった。学生自身の気づきとして、保育園実習を経験してきたことも背景にあり、幼児期に必要な動作として、腕にかかる荷重動作の「はう」・「のぼる・よじのぼる」や「おす・ひく」体験のできる力遊びを運動プログラムに組み入れていた。真砂(2018)は、園庭で自由遊びをする5歳児51名の基本的運動動作を20分間ビデオカメラで撮影し分析した結果、一番多く出現したのは、「立つ・起きる・座る・しゃがむ」(=本研究では②の項目)で観察された人数が51名。次いで「のる・こぐ」(本研究では⑨)が49名だったと報告している。一方で、

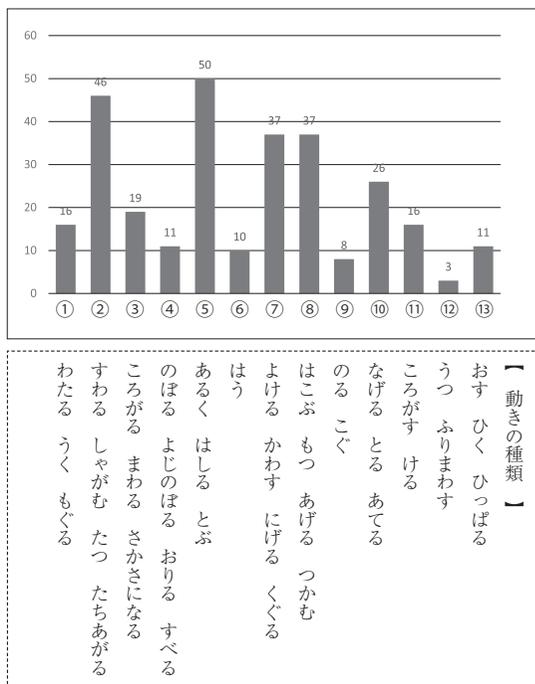


図3 プログラムで確認できた動きの種類一覧と総数

出現頻度が低い(1回以下)基本動作は、「くぐる」(本研究では⑦)・「のる」(本研究では⑨)・「ひく・ひく」(本研究では⑬)・「ふりまわす」(本研究では⑫)であったと報告している。さらに、出現頻度が2回以下の基本動作は、「つかむ」(本研究では⑧)・「当てる」(本研究では⑩)・「蹴る」(本研究では⑪)だと報告している。このようにみていくと、自由遊びでは、出現頻度の少ない動きが、本研究での運動プログラムには比較的多く出現し、体験・経験できている。

今年度当初からコロナ禍で過ごしてきた学生自身も、運動の機会が減少していることを実感していたためか、「あるく・はしる・とぶ」移動系の水平動作と「すわる・しゃがむ・たつ・たちあがる」平衡系の動きを組み合わせる形式にし、広い場所を使用しなくても室内で楽しく実施でき、運動量を確保できる工夫をしたプログラムが散見された。

2. 実践後のグループワークからの学生の気づき

模擬保育実践後グループワークを行い、自分の力では見つけられなかった課題を、友人の助言によって見つけ出し、他者の視点によって自己課題を明確化する試みを行った。

幼稚園教育要領「第1章 総則」「第1 幼稚園教育の基本2.」では、「幼児の自発的な活動としての遊びは、心身の調和のとれた発達の基礎を培う重要な学習であることを考慮して、遊びを通しての指導を中心として第2章に示すねらいが総合的に達成されるようにすること」と示され、また、保育所保育指針の「第1章 総則」「3 保育の原理」「(2) 保育の方法(オ)」でも「子どもが自発的、意欲的に関わるような環境を構成し、子どもの主体的な活動や子ども相互の関わりを大切にすること。特に、乳幼児期にふさわしい体験が得られるように、生活や遊びを通して総合的に

保育すること」と示しており、遊びの重要性を認識しつつ、遊びを通して総合的な経験が促されるような援助が望まれるとされている。学生は自分の課題を把握したうえで、今後保育者として、運動プログラムを実践していく際、大切だと思う点を自由記述した(図4)。その抜粋は、表2の通りである。

さらに、幼稚園教育要領では、「第1章 総則」
「第1 幼稚園教育の基本2」に「幼児期における教育は、生涯にわたる人格形成の基礎を培う重要なものであり、幼稚園教育は、学校教育法第22条に規定する目的を達成するため、幼児期の特性を踏まえ、環境を通して行うものであることを基本とする」と冒頭に幼稚園教育における環境の重要性について述べている。また、保育所保育指針の「第1章 総則」「2 保育所の役割(2)」では、「保育所は、その目的を達成するために、保育に関する専門性を有する職員が、家庭との密

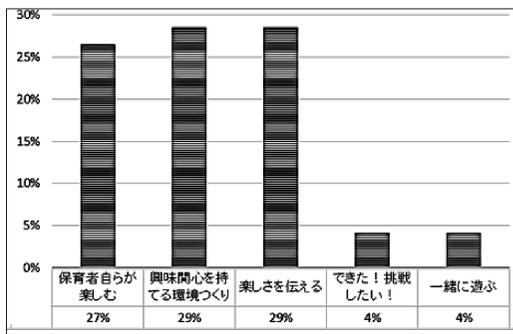


図4 運動遊びをするとき保育者として必要だと思う事：上位5つ

表2 自由記述抜粋A：保育者として必要だと思うこと

<p>～保育者自身が楽しむこと～</p> <ul style="list-style-type: none"> ●まずは、保育者自身が全力で楽しむこと。そして、子どものアクションを見逃すことなく付き合い、楽しい気持ち♡ドキドキ、ハラハラなどを共有すること。できた時には、盛大に褒めて、達成感を代弁したりしながら受け止めること。また、「次はこうにしたい」などのアイデアを活かし、遊びを十分に展開する。 ●身近なものを使ったり、固定遊具を使ったりして、楽しい遊びを考え、体を動かすことの楽しさを保育者自らが動いて発信していくこと。 ●保育者自らが、楽しそうに体を動かして遊ぶ姿を見せることで、進んで体を動かそうとする意欲を触発し、幼児が開放感や充実感を味わえるようにしたい。 ●保育者が一緒になって運動遊びを楽しむ⇒日々の保育の中で保育者の姿からの学びも多いと思うため、保育者が楽しみ、そこから子どもたちへ遊びの楽しさを伝える。
<p>～興味関心がもてる環境づくりから主体的な運動遊びへ～</p> <ul style="list-style-type: none"> ●日頃の生活の中で、子どもが興味を持っていることを見つけ、遊びの中に入れることで「主体的に体を動かす」ことができると思う。また、子どもの発達を理解し、発達段階にあった挑戦できる遊びを取り入れることで、自ら動きたいと思うようにする。 ●遊びに夢中になるブースを作る。子どもたちに自然と基本的な運動動作をたくさん使える場をつくりたい。遊びの時間に様々なブースをつくり、自ら意欲的にやりたいと思った遊びを実践することで、子どもたちも楽しい遊びに夢中になっていく。 ●いつもの環境の中に、さりげなく少し違う道具を置くなど、興味関心を抱くよう工夫する。また、たくさんの事を体験してもらうことと共に子どものやってみたいという気持ちを尊重し、取り入れる。 ●自分から動きたいと思える内容を計画する。運動が苦手な子どもでも簡単にできて体が動かせるような易しい内容を考え、そこから更に子どものワクワクにつなげると楽しいと感じて自ら動けるようになるのではないかな。 ●少し勝負性のある遊びを考えたり、その遊びの魅力や面白さを伝えたりすると、子どもが自ら動きたくなると思う。
<p>～体を動かすことの楽しさをみんなで共有する～</p> <ul style="list-style-type: none"> ●全員が楽しめる遊びやリズム遊びなど、体を動かして楽しいと思える活動を積極的に取り入れる。また、その姿を認め、褒めることで次もやってみたいという自信につながるので、子どもの姿をしっかりと観察し、保育者も楽しさを分かち合う。 ●友達と体を動かして遊ぶ楽しさ、協力してできたときの達成感を次につなげるようにする。

接な連携の下に、子どもの状況や発達過程を踏まえ、保育所における環境から刺激を受けて能動的にかかわりながら試行錯誤を繰り返すこと、その中で物事に対する認識を深め、理解し、生活に必要なあらゆることを自分の力で身につける事を重視している。

学生へは、家庭との連携を実施しつつ、子どもの発育発達に寄り添い、運動遊びを実施していくため、保育者に必要な点について自由記述を求めた(図5)。

その抜粋を(表3)に記す。

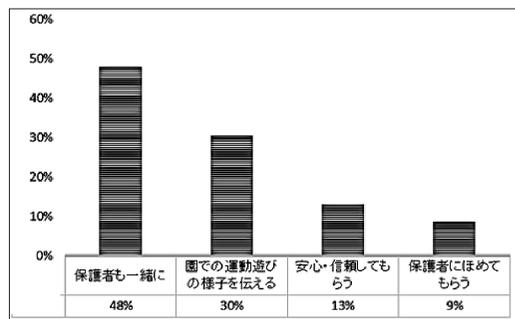


図5 家庭との連携に必要なと思う事：上位4つ

表3 自由記述抜粋B：多様な遊びを生活に取り入れるため保育者としてご家庭へできること

<p>～伝える～</p> <ul style="list-style-type: none"> ●保護者と話し合いなど協力しながら連携し、子どもの個性にあった体を動かす方法を考え、提供していくことが大切。 ●運動遊びが子どもの発達にどのように影響があるかなどの掲示物を示したり、保護者に興味を持ってもらえるような内容を考え、参加出来る遊びを伝えたりしたい。 ●自宅でもできる楽しい遊びを保護者に発信していき、親子で一緒に楽しめる環境を提供したい。 ●子どもが、園でどのような遊びに興味を持っていたか、今日どんなことができるようになったかを保護者に伝え、家庭でも褒めてもらう。 ●園で先生に褒めてもらうだけでなく、家庭でも保護者に褒めてもらうことで、見てくれていることや褒めてもらえる喜びを感じ「またしたい」と思えるようにしたい。 ●園だよりや登園、降園の際に、子どもたちがどんなことを今楽しんでいるのか、頑張っているのかを伝えることによって、保護者の方と共に子どもを応援できるようにする。
<p>～親子一緒に楽しく遊びを！～</p> <ul style="list-style-type: none"> ●園全体の取り組みにはなるが、親子ふれあい遊びをする行事を設ける。保護者の方も子どもと共に体を動かすことを楽しむことができ、子どももお母さんやお父さんと一緒にやろうという気持ちにもなれると思う。そういった機会が次に繋がり、子どもは体を動かして遊びたいと思えると思います。 ●保護者と一緒にできる遊びを伝え、家や公園でも積極的に行ってもらう。
<p>～安心してもらう～</p> <ul style="list-style-type: none"> ●園では安全に行っていることを知ってもらい安心してもらう。 ●小さな怪我でも保護者にすぐ報告する。報連相(ホウレンソウ)をおこたらず、保護者に安心してもらう ●大切な命を預かるものとして、しっかりと子どもがけがなく登園した時と同じ状態で、保護者に受け渡す。 ●大事なお子様を安全に保育することを約束し、信頼してもらえる保育者でありたい。

IV 考察

本研究では、幼児期における心身の発達には多様な運動経験が望ましいことの理論的根拠と実証データを示した上で、保育者を目指す学生が、子どもに多様な動きを経験させるための運動プログラムを企画実践する教育実践を試みた。学生自身が、「運動遊び(運動)が子どもの体に及ぼす影響」を理論的根拠から総合的に理解し、子どもの体力向上に関わる課題を把握、現代の子どもの発育発達に必要な課題を発見すること。課題を改善するために必要である基本的な動きをリストアップし、

基本的運動動作を可視化する試みは、企画する学生自身が「多様な動き」を意識化、具体化しやすく、自由遊びでは、出現頻度の少ない動きをプログラムに取り入れたことが明らかになった。また、実践後のグループワークでは、今後の自分の課題を認識し、保育者として、自分に必要な資質を明確化することができた。

しかし一方では、特定の指導者が一方的に決めて指導するよりも、行う活動やそのやり方を子どもたち自身が決める遊びとして運動を行っている幼児の方が、運動能力が高く（杉原ら, 2010）、子どもの遊びとして行っている程度が高い程、様々な運動パターンを経験する頻度が高いことが報告されている（杉原ら, 2011）。本研究では、20分間の模擬保育での運動プログラムを作成し、保育者主導の一斉指導で模擬保育を実践した。指導の方法によっては、子どもの自発性を抑制してしまう可能性も含んでいる。学生達には、このような危険性ははらんでいることを伝えつつ、運動プログラムのあり方についても論及した。多様な動きを経験するための運動プログラムづくりは、『きっかけづくり』として存在するものと考え、子どもの心をまず「ぱっと」捉え、「わくわくして」すぐにその場へ飛び込んでいき、あっという間に体を動かし「夢中になれる」環境構成を工夫することこそが、保育者に与えられた「お膳立て的使命」であり、その後は、個々の子どもがその遊びを発展的に広げ、楽しんでいけるような言葉かけ、導きが必要である。授業実践、グループワークを継続して実施した中で、この本質的な部分に学生自身が気づき、たどり着きつつあるのではないかと示唆されたのは、学生の自由記述欄での記述である。複数の記述に、「子どもが主体的に体を動かせるような環境構成を工夫したいこと」「遊んでいる際の子どものつぶやきを聞き逃さないこと」「一人ではなく友達と一緒に体を動かす楽しさを味わわせたいこと」が記載されていた。この記載は、学生が保育者として必要な要素としてあげた「保育者自らが楽しむ」という視点と子どもにとって「本当の楽しさとは何か」の両方の視点が、学生自身の中に『芽生え』はじめてきていることの証ではないか。今後、この気づきが「楽しく体を動かす」ための運動プログラムづくりの経験値として活かされることを期待する。

のびのびと体を動かす環境設定を行うことは、幼児教育における保育内容領域「健康」の目標の中でも「1. 十分に養護の行き届いた環境の下に、くつろいだ雰囲気の中で子供の様々な欲求を満たし、生命の保持及び情緒の安定を図ること」「2. 健康、安全など生活に必要な基本的な習慣や態度を養い、心身の健康の基礎を培うこと」につながっていく。今回、学生は、「幼児体育 I-II」の授業において1年間を通して理論と実践を行った。今回の授業でのグループワークでは、これまで履修してきた学びや、この期間に同時に履修している様々な関連科目の理論や演習の内容を経て、それぞれの担当教員の導きで、子どもの環境構成について多角的に学んでいることが影響していると受け取られる記述が多く見られた。溝上（2018）は、アクティブラーニングへの転換が目指すものは、一方的な知識伝達型講義という教授形態から、学習者が能動的に参加する学修を生み出す授業形態への転換だけでなく、知識伝達に注力した講義法と能動的参加を促す教授法を組み合わせることとし、また森（2017）は、学習活動を知的に深く活発に考える内的な能動性と、発話や傾聴、書くことのような身体活動としての外的な能動性を組み合わせるプロセスがより深い理解へと至ることが重要となることを明らかにしている。本研究では、まだ未到達ながらも、2年間という限られた時間の中で、教員免許、保育士資格を取得させる責務をおう保育者養成校では、「アクティブラー

ニング」「主体的・対話的で深い学び」の実現に向けた施策を、領域横断的に実践していくことの必要性が改めて示唆されたといえよう。

運動プログラムについて、今後の課題にあげられるのは、20分間という時間が妥当であるのか。また、20分間であるならば、何項目の動きが出現できれば妥当なのかという具体的な基準の設定である。

まず、幼稚園もしくは保育園での設定保育での20分という運動遊びの時間設定を考えてみたい。子どもの運動に関する既存のガイドラインは、1980年代からアメリカで小児肥満に該当する児童が急増したため、90年代より小児の身体活動の推進が提唱され、乳児期から思春期までの子どもの身体活動・運動についてのガイドラインが策定された。National Association for Sports and Physical Education, (2002) では、健康に関連する体力と運動技能を獲得するために必要な身体活動・運動の種類・実施場所など、指導者について5歳までの時期毎に運動の基本方針が示され、National Association for Sports and Physical Education, (2004) の5歳から12歳までのガイドラインでは、生活習慣病の危険因子となる小児肥満予防対策として①年齢にふさわしい中程度から高強度の身体活動・運動を1日合計最低60分から3～4時間、ほぼ毎日実施すべきである、②毎回15分以上持続する身体活動を毎日3～4回実施すべきであるなどの具体的指針が提示されている。World Health Organization, (2010) は、5歳から7歳の子どもに対して、①少なくとも1日60分の中程度から高強度の身体活動を行うこと、②1日60分以上の身体活動・運動はより高い効果が望めること、③その中に、筋や骨を鍛えるための高強度の運動を少なくとも週3回以上含めることを推奨している。

我が国においては、幼児期の健康についての基準は、保育所保育指針（厚生労働省, 2017）幼稚園教育要領（文部科学省, 2017）幼保連携型認定こども園教育保育要領（内閣府・文部科学省・厚生労働省, 2017）に示されている。具体的な運動時間については、『幼児期運動指針』（文部科学省, 2012）に【1日60分】と明記された。日本においては、アメリカのように「小児の生活習慣病予防から」という観点と共に、子どもの体力の低下や運動の二極化現象を懸念しての発信という点については前述した。

以上の観点から、自由遊び、設定保育も含めての運動時間と考えると、今回の設定保育の20分間は妥当ともいえる。だが、今後15分、30分、45分、60分と年齢の設定も含めて、効果的な時間帯について、検証が必要といえる。

次に、時間を20分とした場合、何項目の動きを確認すれば、多様な動きの経験ができたといえるのか。吉田（2016）は、年間を通して45種類の基本的運動パターン（以下運動パターン）のうち、4歳児で42種、5歳児で43種の多様な運動パターンがみられたと考察している。今回取り上げた13項目の多様な動きと、この運動パターンを単純に比較することはできないが、1日に5種類の運動パターンが体験でき、一週間ごとに変化させることが可能であれば1カ月に20、3カ月で60と多様な動きを広げていくことができる。しかし、宮丸（1998, 2011）は、幼児期の運動発達は、幅広い運動パターンの獲得という量的発達と、その習熟である質的発達の2つの側面が大きな特徴であると報告している。本研究では、模擬保育での生徒役である学生の動きから抽出したため、発育発達段階の途中である運動経験の少ない幼児の動きと同様とはいえなかった。動きの質を解析するためには、学生が立案した運動プログラムを、子ども達に体験してもらい取り組みに繋げ、子ども一人

ひとりの経験できた動作を観察、抽出、分析する機会が必要である。

本研究は、幼児期の多様な動きを検討するための運動プログラムを保育者養成校の授業実践で取り組み、子どもの健やかな健康を育む運動遊びについて学生と共に再考することが目的であった。改善点として、「運動プログラムの立案、模擬保育実施、グループワーク」までの過程を第1段階とするならば、企画した運動プログラムを「子ども達に実践、再度グループワーク」までの第2段階を加え、動作の抽出もそれぞれ行い比較するといった内容の検討も必要である。

謝辞

本研究の授業実践のために、毎週快く用具を貸して下さった奈良保育学院附属幼稚園、園長中町泰子先生はじめ諸先生方、並びに本研究に参加して下さった学生の皆さんに衷心よりお礼申し上げます。なお、本研究で作成した56通りの運動プログラムは、『運動遊びのレシピ集2020』として製本し学生達に配布いたしました。

参考文献

- 藤巻裕昌、2018、幼児期の運動における教材研究—体育学の視点からみた保育内容「健康」の教材の考察を中心に—、名古屋女子大学紀要、64、(pp223～235)
- ガラヒュー、D.L.、杉原隆監訳、1999、幼少年期の体育、大修館書店
- 川上暁子 増田未来 竹内秀一、2017、保育者養成のための体を動かす授業を考える1：保育学生の体力・運動能力調査に関する先行研究の把握、武蔵野教育學論集、1号、(pp21～3)
- 小林真 増田共子、2017、保育者を志望する学生に対する運動遊びの企画力を育てる実践の効果について、富山大学人間発達科学部紀要、第11巻第2号、(pp37～46)
- 厚生労働省、2017、保育所保育指針、厚生労働省
- 真砂雄一、2018、幼児における基本的な動きの種類と出現頻度について、小池学園紀要、(p99～106)
- 増田未来 川上暁子、2019、多様な動きの体験を目指した幼児の身体を動かす活動に関する考察、武蔵教育學論集、7号、(pp103～115)
- 宮内孝、2016、幼児期の基本的な動きを身につける運動指導のあり方、南九州大学人間発達研究、第6巻、(pp23～30)
- 宮丸凱史、1998、運動能力の発達バランス、体力の科学、48、(pp699～705)
- 宮丸凱史、2011、子どもの運動・遊び・発達・動きのでる子どもに育てる、学研教育みらい、(pp20～21)
- 溝上慎一、2018、アクティブラーニング型授業の基本形と生徒の身体性、東信堂
- 文部科学省、2008、小学校学習指導要領、文部科学省
- 文部科学省、2012、子どもの体力向上のための取り組みハンドブック、文部科学省。
- 文部科学省、2012、幼児期運動指針、文部科学省
- 文部科学省、2017、幼稚園教育要領、文部科学省

- 森朋子、2017、『『わかったつもり』をわかった』へ導く反転学習の学び』森朋子・溝上慎一編
ナカニシヤ出版、『アクティブラーニングとしての反転授業理論編』（pp19～35）
- National Association for Sports and Physical Education、2002、A statement of physical activityren guidelines for chiidren birth to five years.、NASPE
- National Association for Sports and Physical Education、2004、Physical activity for children (A statement of guidelines children ages 5-12,2nd ed)、NASPE
- 内閣府・文部科学省・厚生労働省、2017、幼保連携型認定こども園教育保育要領、内閣府・文部科学省・厚生労働省
- 中村和彦、2009、子どもの体力低下から見えてくるもの、体力科学、58巻第1号、p12
- 中村和彦ら、2011、観察的評価法による幼児の基本的動作様式の発達、発育発達研究、第51号（pp 1～18）
- 根元和典ら、2020、幼児期に多様な動きを経験するための環境のあり方、茨城大学教育学部紀要（教育科学、69号）、（pp343～354）
- 日本学術会議、2011、健康・生活科学委員会 健康・スポーツ科学分会 提言
子どもを元気にする運動・スポーツの適正実施のための基本方針、健康・スポーツ分会
- 西川正晃 煙山千尋、2019、運動遊びにおける「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」育成の可能性Ⅰ、岐阜聖徳学園大学教育実践科学センター紀要、18、（pp79～86）
- 坂口将太、2018、領域「健康」における”多様な動き”の捉え方に関する一考察、聖和短期大学紀要4号、（pp21～25）
- 櫻木真智子 太田よし美 西田ますみ 梁川悦美 桐川敦子、2014、「親子で楽しむ運動遊び」の実践が子どもと保護者に与える影響に関する報告、聖徳大学研究紀要、聖徳大学第25号 聖徳短期大学第47号、（pp143～151）
- 征矢英昭、2012、幼少期の軽運動がもつ体育的意義：脳への作用と抗ストレス効果の発現、日本体育学会 第63回大会学術的シンポジウム抄録、2012 - 08 - 23.
- スポーツ庁、2019、令和元年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果のポイントについて
スポーツ庁
- 杉浦隆ら編著、2014、幼児期における運動発達と遊びの指導～遊びの中で子供は育つ
ミネルヴァ書房.
- 杉原隆、2000、新版幼児の体育、健帛社
- 杉原隆 吉田伊津美 森司朗 中本浩揮 筒井清次郎 鈴木康弘 近藤充夫、2011、幼児の運動能力と基礎的運動パターンとの関係、61（6）、（pp455～461）
- 杉原隆 吉田伊津美 森司朗 筒井清次郎 鈴木康弘 中本浩揮 近藤充夫、2010、幼児期の運動能力と運動指導ならびに性格との関係、体育の科学 60（5）、（pp342～343）
- World Health Organization、2010、Global recommendaton on physical activity for health. WHO
- 吉田伊津美、2016、幼稚園の運動遊びおよび小学校低学年体育で観察される基礎的運動パターン、発育発達研究第70号、（pp48～54）
- 湯浅理枝 松尾晋典 松田亮、2020、多様な動きの捉え方に関する一考察—幼児期から児童期への

運動遊びの接続に着目して－、子ども学論集、(pp41～49)