

## 論評

## 幼児からの運動遊び充実の重要性についての一考察 ～広島市幼稚園及び仙台市立富沢小学校における取り組みの事例から～

郡山 孝幸 針生 弘 久能 和夫 金 賢植 柴田 千賀子<sup>1)</sup>

Takayuki Koriyama, Hiromu Hariu, Kazuo Kuno, Hyunshik Kim And Chikako Sibata<sup>1)</sup>: A Study on the Importance of Sports Playing from Early Childhood-Cases of a kindergarten in Hiroshima and a primary school in Sendai: Bulletin of Sendai University, 47 (2) : 67-75, March, 2016.

**Abstract:** It is obvious that children who do sports playing or not are polarized from early childhood. This study is to find how to make children enjoy sports playing and get good sports habits. From the observation of a kindergarten in Hiroshima and a primary school in Sendai, it is found that children can continue their sports playing if school provides “ideal sports environment” and “variety of sports playing” by ‘intentional device’. Daily lifestyle spent with a lot of sports playing during early childhood plays an important role in personality development.

**Key words:** Sports playing, various body movement, environment, relationship

キーワード: 運動遊び, 多様な動き, 環境, 他者との関わり

### I. はじめに

宮城県内の全小中学生に占める不登校の出現率は平成24年度から26年度にかけて、小学校では0.37%, 0.40%, 0.41%, 中学校では3.14%, 3.17%, 3.37%と右肩上がりの状況が継続している<sup>1)</sup>。特に中学校においては24年度と25年度、47都道府県で2年連続のワーストになったと報道された<sup>2)</sup>。一方小学生の体力・運動能力の調査結果を見ると、悉皆調査を行った小学校5年生男子で、体力合計点が平成25年度、全国36位、26年度40位、女子でそれぞれ32位、

33位<sup>3)</sup>と、不登校出現率とともに全国平均と比較し良好でない状態を呈している。

震災ストレスによる影響を精査し、心のケアを大事していくことはもちろん大切だが、震災前からも本県の不登校率が高く、体力・運動能力は低い傾向にあったこと<sup>1) 3)</sup>を踏まえれば、幼稚園や学校の取り組み方を見直していく必要があるのではないだろうか。

現代の幼児期における子どもたちの身体活動、運動（体を動かすことや遊び）について、次の4つが主な問題点としてあげられている。  
・活発に体を動かす遊びが減っている  
・体の操

1) 桜の聖母短期大学

作が未熟な幼児が増えている。・自発的な運動の機会が減っている。・体を動かす機会が少なくなっている<sup>4)</sup>。幼稚園を降園してからの過ごし方を調査したところ、69%の幼児が屋内で過ごす<sup>5)</sup>と回答している。子どもの体力・運動能力については、昭和60年頃から年々低下しているという結果が発表されて久しいが、小さい頃からの外遊びの不足が要因の一つと考えられている。小5と中2を対象とした、平成25年度の全国体力テスト質問紙調査の結果において、体育を除く1週間の運動時間が60分未満と答えたのが中2女子で29.9%であり、その8割は運動時間が0分であった<sup>6)</sup>。このような状態では落ちている体力を戻していくのは困難である。(図-1、図-2)

幼児についても同様で、4割を超える幼児の遊びの時間が一日60分未満であったことも分かっている<sup>7)</sup>。

また、県スポーツ少年団の登録者数の推移を見てみると、スポーツ活動への取り組みが低下していることがうかがえる。(図-3)過去10年間のスポーツ少年団の団員数の推移を見ると、10年前の平成17年度は、児童総数約133,432人に対し団員数は22,829人 加入率17.1%だったものが、10年後の平成27年度は、児童総数119,762人に対し団員数17,732人で加入率14.8%と10年連続右肩下がり続いている<sup>8)</sup>。少子化及び震災の影響により活動する団体そのものが減ってきている状況ではあ

るが、積極的にスポーツ活動に参加するといった意欲や、周囲の環境も望ましくない方向に進んでいると言える。

幼児にとって体を動かす遊びなどで思い切りのびのびと動くことは、何事にも意欲的に取り組む態度を養い、健やかな心の育ちを促す効果がある。積極的に体を動かす幼児は「やる気がある」「遊びを楽しめる」「社交的」など前向きな性格に育つ傾向にある。「やる気がある」と観察評価される幼児ほど、幼稚園・保育所で体を活発に動かしており、一緒に多くの友達と遊んでいることが報告されている<sup>9)</sup>。(図-4)

一般にこのような前向きな傾向は「有能感」、すなわち「自分ができる」という感覚や自信に支えられており、幼少年期における遊びや運動に関する有能感(運動有能感)は遊びの経験によってその基礎がつくられ、その後の運動やスポーツ活動につながっていくと言われている<sup>9)・10)・11)</sup>。運動有能感をもてる子どもは運動が好きになって運動する機会もますます増えていく。発達特性の異なる幼児と一緒に体を動かす遊びを楽しみながら、成功体験を積むための環境づくりが重要である。

年少年長時共に体力の高い子どもは小6時においても体力が高い<sup>12)</sup>ことから、幼児期の外遊びや運動習慣が児童期後期に与える影響が多いことが分かる。また、全国体力・運動能力テストの生徒質問紙調査によると、女子で、「小学1・2年時から小学5・6年時」は「得意」

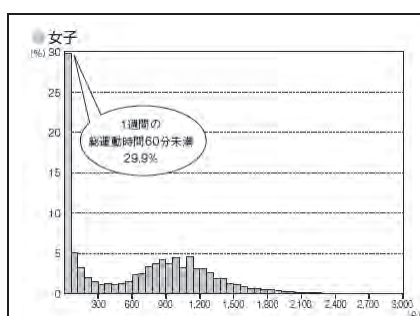


図-1 【生徒の運動習慣と体力、1週間の総運動時間の状況(中2女子)】

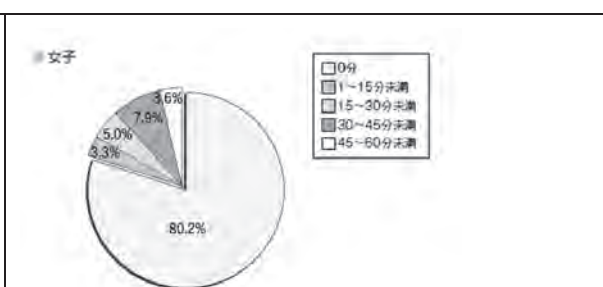


図-2 【1週間の総運動時間が60分未満の生徒の運動時間の内訳(中2女子)】

幼児期の運動遊びの重要性

のママが45～50%前後、「好き」のママが65パーセント前後で、「苦手」のまま・「嫌い」のままを上回っている<sup>6)</sup>。(図-5)

このことは、入学前に運動を「得意」「好き」にさせておけば、小学校高学年に成長した時点でも「得意」「好き」のままである可能性が高いことを示している。

そこで本研究では、すでに幼児期から運動する子としない子に別れている二極化を改善して

いくためにはどのようにしたらよいのか。幼児にどのように運動遊びの楽しさを味わわせ、またどのように運動習慣を身につけさせていったら良いのかを、第54回全国学校体育研究大会において公開された広島市の幼稚園の取り組み及び筆者もかかわった仙台市立富沢小学校の取り組みの事例をもとに、幼児期から小学校低学年期に行うべき運動遊びのあり方について考える。

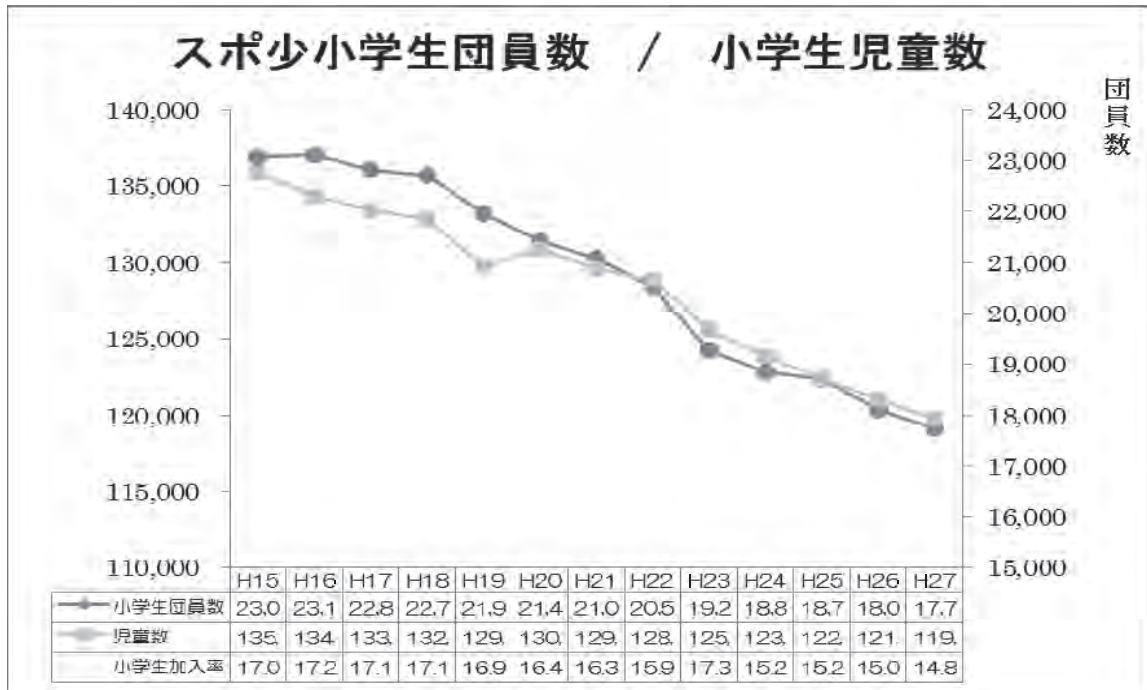


図-3 平成27年度宮城県スポーツ少年団団員数等の変化

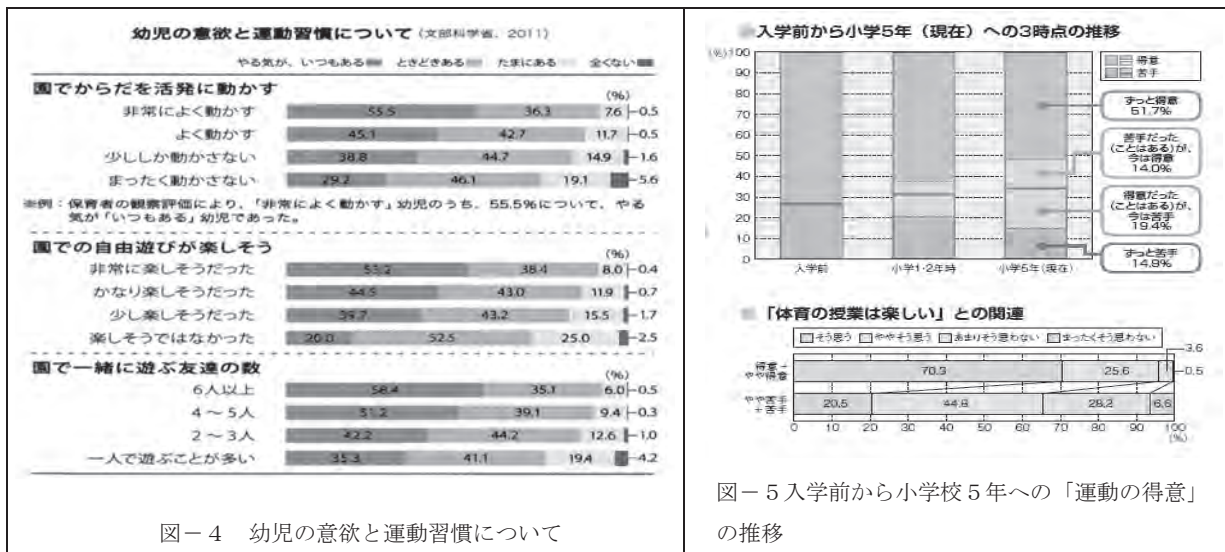


図-4 幼児の意欲と運動習慣について

図-5 入学前から小学校5年への「運動の得意」の推移



## II. 事例紹介

幼児期運動指針ガイドブック<sup>4)</sup>では、幼児期の運動について、「楽しく体を動かすことが大切であること」「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」など、幼児期ならではの体づくりのあり方を示している。広島市の幼稚園では、幼児が主体的に、しかも飽きずに取り組むような支援体制、夢中になって十分に体を動かすような環境づくりがなされている。また、仙台市立富沢小学校では平成23～25年度仙台市教育委員会指定健康教育推進校として、「自ら健康な体づくりに取り組む児童の育成」をテーマに、健康な体づくりに向けた「日常化」を推進してきた。幼稚園教育が小学校以降の基盤となるよう、幼児期及び小学校低学年にふさわしい運動遊びはどのようなものなのか、それぞれの事例を概観して見た。

### 1. 広島市の基町幼稚園の事例<sup>13)</sup>

広島市の基町幼稚園では「自分の体に関心をもち、体を動かすことが大好きな幼児の育成」を研究主題と定め、運動への関心や意欲を高める環境構成を工夫し実践を積み重ねてきた。

#### 1) 5つの視点(1)～(5)に基づいた環境構成

- (1) 生活の中での環境づくり
  - ・日頃の生活の中で、いつでも体を動かして遊べるようにする
- (2) 繰り返し体験できる環境づくり
  - ・幼児自身が組み立てたり構成し直したり工夫できるようにする
- (3) 挑戦意欲を高める環境づくり
  - ・目標をもち達成感を味わうことができるようにする
- (4) 思わずやってみたくなる環境づくり
  - ・興味をもって喜んで取り組めるようにする
- (5) 友達と一緒に楽しめる環境づくり
  - ・ある子がリードしたり、真似し合ったりしながら一緒に楽しめるようにする

#### 2) 年間を通して体を動かして遊べる環境構成の事例

忍者の修行と称し、ミニハードル、低雲梯、跳び箱、巧技台、鉄棒などを常時設置し、随時

組み替えを行い、興味を持続させながら遊びを継続させる環境づくりを行った。

(図-6, 写真-1)

## 2. 広島市立幼稚園「体力づくりプロジェクト研究会」の事例

平成25年度、広島市立の19園すべての幼稚園においては、基本的な運動能力である「走」「跳」「投」の実践を持ち寄り研究を深めている。広島市の幼稚園児において、体力面では、動きがぎこちない、持続力がない、けがが多い、すぐに疲れたと言う、などの実態があげられたことから、友達と一緒に多様な動きを経験できる遊び方や、十分に体を動かして活動できる環境構成を工夫することにより、体を動かすことが大好きになることにつながるのではないかと仮説をたて、「走」「跳」「投」の3つの視点から研究を推進した。

### 1) 「走」における指導方法の工夫

#### (1) 実践例

- ①小さく切った色紙などをビニール袋に入れ、風船を作る。
- ②風船を飛ばしたり手で打ったりしていたが、風船のひもを持って園庭を喜んで走るようになった。速く走ると風船があがり、ゆっくり走ると下がることに気づき、何度も走っていた。
- ③走ることに興味がなかった幼児も友達の姿を見て関心をもち、一緒に走り始めた。

#### (2) 取り組みから分かったこと

- ①遊びの楽しさを味わうことが、繰り返し試し、走ることに繋がった。
- ②教師や友達と体験を共有し、共感し合うことで、遊びがより楽しくなり喜んで一緒に走る姿が見られた。

### 2) 「跳」における指導方法の工夫

#### (1) 実践例

- ①新聞紙を丸めて“岩”を作り、その間にケンステップを置き、川の岩の間を跳んでいるイメージを持たせた。
- ②巧技台から跳び降りる際に「ひらり！」と声を掛け、高く跳ぶように励ました。
- ③「石跳びの術」「ひらりの術」などの名前をつ

幼児期の運動遊びの重要性

- けたり、忍者の修行の絵を描いた表示を置いたして楽しい雰囲気の中で遊ぶようにした。
- ④保護者には幼児と一緒に遊びを楽しんでもらい、幼児がリズムカルに跳んで表現しようとする姿を褒め、認めるようにした。
- (2) 取り組みから分かったこと
- ①イメージを膨らませ、なりきって遊ぶことで失敗を気にせず、体全体を使った動きを自ら試すようになった。
  - ②保護者らが褒め励ましたり、友達の姿を見せたりすることで刺激を受け、「もっと高く」「もっと忍者らしく」跳ぼうとする姿が見られた。
- 3) 「投」における指導方法の工夫
- (1) 実践例
- ①園庭に水色のラインを引き、川に見立て、

- 川の向こうへ投げるイメージをもたせた。
- ②川があることを意識させ、遠くへ投げさせたり、的を園児に作らせめがけて投げさせた。
  - ③ボールが川向こうに届かなくても、「川の中に落っこちたね」などの会話を楽しめる雰囲気を大切にした。
  - ④興味のもちにくい幼児には友達の一歩先を行っていることを一緒に見たり、楽しく遊んでいる様子を伝えたりして関心を持たせた。
  - ⑤繰り返し何度も遊ぶ時間を保証した。
- (2) 取り組みから分かったこと
- ①「川の向こうまで投げる」という簡単な遊びにしたことで、「自分にもできそう」、「やってみよう」という気持ちをもつことができた。

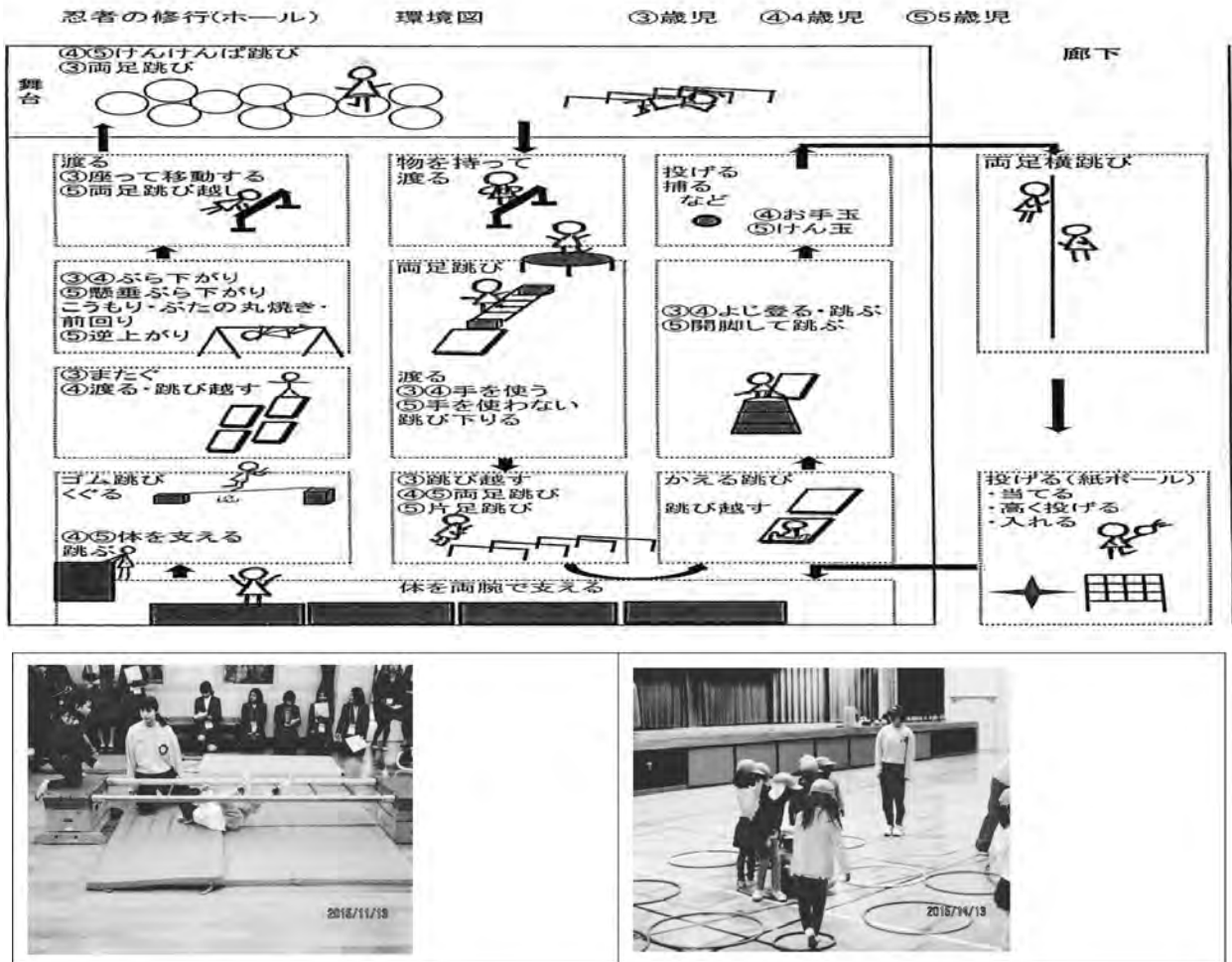


図-6 及び写真-1 基町幼稚園園児に行わせている運動遊びの環境

- ②何度も繰り返し遊びを行ううち、試したり工夫したりする様子が見られ、投げるための体の使い方がわかりコツをつかんで投げようとする姿が見られた。
- ③友達と言葉を交わしながら遊ぶことで、楽しさが増す様子が見られた。

### 3. 仙台市立富沢小学校の事例<sup>14)</sup>

富沢小学校で研究を始めた頃の実態は「進んで運動する児童は少なく運動する機会も少ない」「校庭での遊びはドッジボールやサッカーなどがほとんどで、様々な遊びを経験する機会が少ない」児童が多く見られた。そこで、授業や日常生活の中で、子どもたちが自ら意識して健康な体づくりを行うよう研究を進めてきた。

#### 1) ハッスルタイム（朝の運動）の取り組み

朝の始業前運動時間（ハッスルタイム）を設定し、全校で一斉に運動する機会として、週に2回、5秒間走、ロープ引き、ラダー、ケンパーロード、鬼遊び、的当てボール投げ等を行わせてきた。この結果、校庭で遊ぶ児童が増加し、体育の時間には楽しく体を動かす児童が増えて

来た。（図-7）

#### 2) 校庭開放

##### (1) 放課後の開放

下校時刻まで児童は、地域の人たちによる見守りの下、自由に校庭で遊ぶことができるようにした。その結果、子どもたちが元気いっぱい駆け回り友達と喜々として遊ぶようになった。

##### (2) 倉庫の開放

体育倉庫の危険物を取り除き、児童がいつでも体づくり運動などで使用する、ボールや体操用輪、缶ぼっくり、竹馬、フライングディスクなどを倉庫から取り出して遊べるよう配置の工夫をした。

#### 3) 小学校低学年体づくり運動の環境づくり「とみざわランド」

1～2年生の体づくり運動では、「とみざわランド」という名称の場設を行い、多様な運動を、主体的に行うよう促してきた。1単位時間の大半をゆったりと設定したこともあり、児童らは体を動かすと気持ちがよいことに気づき、思い切り体を動かし、運動遊びを十分に楽しむことができた。また子ども同士で協力したり助



図-7 朝の運動ハッスルタイムの場設



## とみざわランド マップ



図-8 「とみざわランドの場設」

け合ったりできるようにペアやグループで活動をさせたところ、自分や友達のよい動きに気付き、互いにできたことを認め合ったり分かち合ったりする様子が見られた。(図-8)

### Ⅲ. 考察

体を動かして遊ぶことが好きな幼児を育てるためには、広島市幼稚園における実践のように、「取り組みやすく繰り返し体験でき」「友達と一緒に楽しむことのできる」環境を幼児の実態や発達段階に即して工夫し構成することが大切である。「走る」「跳ぶ」「投げる」などのい

ろいろな動きに楽しく取り組めるように工夫することが遊びを面白くし、喜んで取り組むようになる。そしてそのためには、幼児が満足いくまで遊ぶことのできる時間と場の保証が必要である。

一方そのような環境が提供されていても、前述した富沢小学校の取り組みにおいては、長期間行っているとどうしても飽きが見られ、意欲が減退し活動の様子も停滞してくることがあった。この点に関しては、第54回全国学校体育研究大会広島大会において、十文字学園、鈴木康弘准教授が指導講評の中で改善策を示し、幼児が喜んで運動を継続するためには次のような



(写真-2) ロープの置き方で跳ぶ長さに変化を付けている

運動の多様さを作り出す必要があると述べている。一つは、いろいろな種類の動き、様々な歩や走などの「レパートリーの多様さ」であり、もう一つは同じ動き方でも上下、高低、直線、曲線等変化をつけたり、速い、ゆっくり、軽い、重い、小さい、大きいなどのように空間、時間、力量に変化をつけたりする「バリエーションの多様さ」である。このように変化を付けることにより意欲を継続させることができるのである。(写真-2)

また、教師や友達に認められたり、親に褒められたり、友達のしていることを一緒にしたりすることが意欲付けにつながっており、他者との関わりを持たせながら取り組ませていくことが大切である。実際に広島市基町幼稚園で幼児の動きを観察したときにも、遊びに加わろうとしなかった女児が、その側に他の女児がやってきて運動遊びを行って見せたところ、誘発され遊びに取り組み始めた。富沢小学校で行っているハッスルタイム(朝の運動)や授業においても、楽しい理由として「友達と一緒にできる」からと答える児童が多数見られた。これらのことから子ども同士の関わりはとても大切であり、友達から承認されることにより遊びが促進されるといえる。

保育者に指示されて運動しているだけでは運動への意欲は継続しない。小学校段階においても、子どもたち自身に主体的に運動の場を構成させ変化させる場面をつくりながら、興味関心を持続させることが必要である。子どもの遊びの発達段階や取り組みの状態をよく観察・理解し、それに基づいて適切な援助を行う必要がある。人間関係を含めた、より遊びを面白くするための適切な環境を提供<sup>10)</sup>することによって幼児・児童は主体性をもち飽きないで継続することが期待できるのである。

本事例で紹介したような幼稚園・小学校の取り組みを系統立てて行うことにより、運動習慣が定着し、中学校、高等学校そして生涯にわたるスポーツライフにつながるものと考えられる。

#### IV. 結論

学力向上が喫緊の課題と叫ばれたことを背景に、子どもたちに運動を促す場が失われてしまった。また、学校主体で行わせるよりも子どもの自由意志に任せたほうが良いという考え方になびいてしまった学校も数多くあり、子どもたちは外に出ない、運動をしないという習慣が身に付いてしまったのではないか。「遊びを中心とした保育」とは主体性尊重という名の下で遊びを「放任」する保育でもなければ、逆に「教えなければ子どもは学ばない」と考えて保育者が一方的に構想する保育でもない<sup>10)</sup>(杉原 河邊)。単に幼児児童の自主性の大切さばかりを強調しても今の傾向は改善するはずがない。保育者が遊びの状態を持続的に理解し、それに基づいて適切に援助を行わなければ遊びは停滞し質的に高まらない<sup>10)</sup>。幼稚園や学校が意図的に「運動する環境を整える」「バリエーション豊富な多様な動きを常に提供する」などの“仕掛け”をすることによって、子どもたちは進んで運動し飽きずに継続するようになるのである。

また、教育目標の異なる多くの幼稚園から入学してくることに起因して、特に運動遊び(体育)の分野で、小学校では幼児教育の基盤に立った指導を展開しないことが多い。幼小の連携を密にし、小学校教員は幼稚園における運動遊びの内容をしっかりと把握した上で、系統性を踏まえた活動をすべきである。

幼稚園や小学校の園庭や校庭。柔らかい土の上で、朝早くから子どもたちが元気いっぱい駆け回り、喜々として遊んでいる子どもたちの表情を見ると、昔から変わらない光景であり、これが本来の幼稚園や学校そして子どもの姿なのだ。

未来を担う子どもたちが生涯にわたる人格を形成するスタート地点の、幼児期の過ごしせ方はとても大事であり、運動習慣を基盤としながらしっかりと人格形成につなげていかなければならない。



## V. 文献等

- 1) 宮城県教育委員会 (2012,2013,2014) 児童生徒の問題行動等に関する調査 (宮城県分)
- 2) 河北新報 (2013) 宮城・福島の不登校増 震災の影響? 長期化懸念
- 3) 宮城県教育委員会 (2013,2014) 全国体力・運動能力, 運動習慣等調査の結果(宮城県分)について
- 4) 文部科学省 (2012) 幼児期運動指針ガイドブック p18,19
- 5) 宮城県教育委員会 (2015) 「幼児教育に関わる実態調査 (アンケート)」の結果について
- 6) 文部科学省 (2013) 全国体力・運動能力, 運動習慣等調査
- 7) 文部科学省 (2011) 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 p120
- 8) 宮城県スポーツ少年団 (2015) 宮城県スポーツ少年団登録推移
- 9) 日本体育協会 (2015) 幼児期のアクティブチャイルドプログラム p19,20
- 10) 杉原隆, 河邊貴子 (2014) 幼児期における運動発達と運動遊びの指導 ミネルバ社
- 11) 岡澤哲子 (2013) 幼稚園における運動遊び環境が幼児の運動有能感の発達に与える影響
- 12) 川崎美貴, 春日晃章 (2015) 幼児期の体力・運動能力が児童後期に及ぼす影響 日本体育学会第66回大会ポスターセッション
- 13) 日本学校体育研究連合会広島大会実行委員会 (2015) 第54回全国学校体育研究大会広島大会研究紀要 p59-71
- 14) 仙台市立富沢小学校 (2012) 仙台市教育委員会指定健康教育推進校 仙台市立富沢小学校公開研究会 研究紀要

(2015年 11月30日受付)  
(2016年 1月27日受理)