

発育発達過程に沿った運動あそびの支援方法

—附属こども園における取組から—

和久田 佳代* 武田 真理子**

* 聖隷クリストファー大学

** 聖隷クリストファー大学附属クリストファーこども園

Methods of Supporting Movement Play in Line with Children's Growth and Development

—Some Approaches at the Christopher Children's Center—

Kayo WAKUDA * Mariko TAKEDA **

* Seirei Christopher University

** Christopher Children's Center

はじめに

近年、学齢期の子どもの体力低下が下げ止まり、緩やかな回復傾向もみられるが、30年前と比較すると依然、体力水準は低いままである。回復傾向がみられるのは小学校高学年以上の年代であり、小学校低学年では低下したまま横ばい状態が続いている。子どもの体力・運動能力の向上には、幼児期の生活、運動、遊びを充実させることが重要である。

和久田は『発育発達過程に沿った子どもの運動あそび』¹⁾において、「さくら・さくらんぼのリズムあそび」と「コアキッズ体操」を取り上げ、幼児期における運動支援は、発育発達過程に沿った呼吸、寝返り、腹這い、四つ這い、高這いなどの運動を積極的に、意識的に取り入れた遊びを日常生活の中に位置づけていくことが重要であると考えた。そして実施方法を工夫し、実施上の課題を明らかにしていく必要性があげられた。

本学附属の認定こども園において、後述するように2012年度から運動あそびの支援や保育者の研修を受け持つ機会を得た。2013年度には「子どもの姿を基に体幹（コア）が育つための運動あそびの計画を立てて実践する」として、発育発達過程に沿った運動あそびの支援が実践されている。

上記の附属こども園における取組を報告し、子どもの運動に関する提言や指針、先行研究の知見から今後へ向けての課題を整理し、より有効な運動あそびの支援方法を明確にすることを目的とする。

1 附属こども園における取組

(1) これまでの経緯と2013年度の取組

聖隷クリストファー大学附属クリストファーこども園（以下附属こども園）は2011年4月に開設された。幼保連携型認定こども園で、幼稚園定員が3, 4, 5歳児各45人、保育園定員が0～5歳児各15人の合計225人である。3, 4, 5歳児は幼・保の区別なく60人を2つのクラスに分けて、活動している。

2012年度1学期の初めに、4, 5歳児の食事場面から箸の持ち方がおかしい子が多いことが課題とされた。手指の発達について作業療法学科教員より助言を受け、箸や鉛筆を正しく持つには三指（親指・人指し指・中指）が独立して動く必要があること、指先だけトレーニングしても効果がないこと、人間の発達は頭部から下部へと、中心から末梢部へとという方向性があるため、身体の軸・体幹（コア）を鍛える運動あそびを取り入れることの提案があった。

2011年9月に和久田は日本コアコンディショニング協会主催の研修会でコアキッズ体操の研修を受けた。そして、2012年度から筆者が「発育発達過程に沿ったコア（体幹）が育つ運動あそび」をテーマに、附属こども園保育者を対象に研修を行い、子ども達への運動あそびの支援を数回実施した。

2013年度は、浜松私立幼稚園協会の協同研究（主題「子どもの姿から発達や心の動きをとらえ、日々の充実した保育につなげよう」）の協力園となり、附属こども園では研究主題を「身体の軸・心の軸が作られるための保育方法を探る」として、取り組んできた。研究目的の一項目は「子どもの姿を基に体幹（コア）が育つための運動あそびの計画を立てて実践する」である。

2013年10月のプレイデーでは、3, 4, 5歳児

はコアキッズ体操をアレンジした準備体操を行い、5歳児は組体操で「かぶとむしの成長」のストーリーを表現した。この組体操には寝返り、四つ這い位、高這いなどの発育発達過程に沿った動きや姿勢が意識的に組み込まれた。歩き方・走り方でも良い姿勢とコアを意識して練習に取り組んだ。

0, 1, 2歳児は、「親子で夢中になって遊ぼう」をねらいに、園庭で丸太わたり、築山登りなど

子どもたちの普段の楽しみを親子で一緒に遊びながら共感する自由遊びの時間に挑戦したり、また、「親子でコア（体幹）を鍛えよう」では、親子で段ボールのキャタピラをハイハイで進めたり、親子でバランスボールに乗ったりと、ハイハイやおすわりを楽しむ活動が行われた。

図1は、2013年10月23日に行われた公開保育の際の資料から、2013年2学期の保育方針と活動である。²⁾

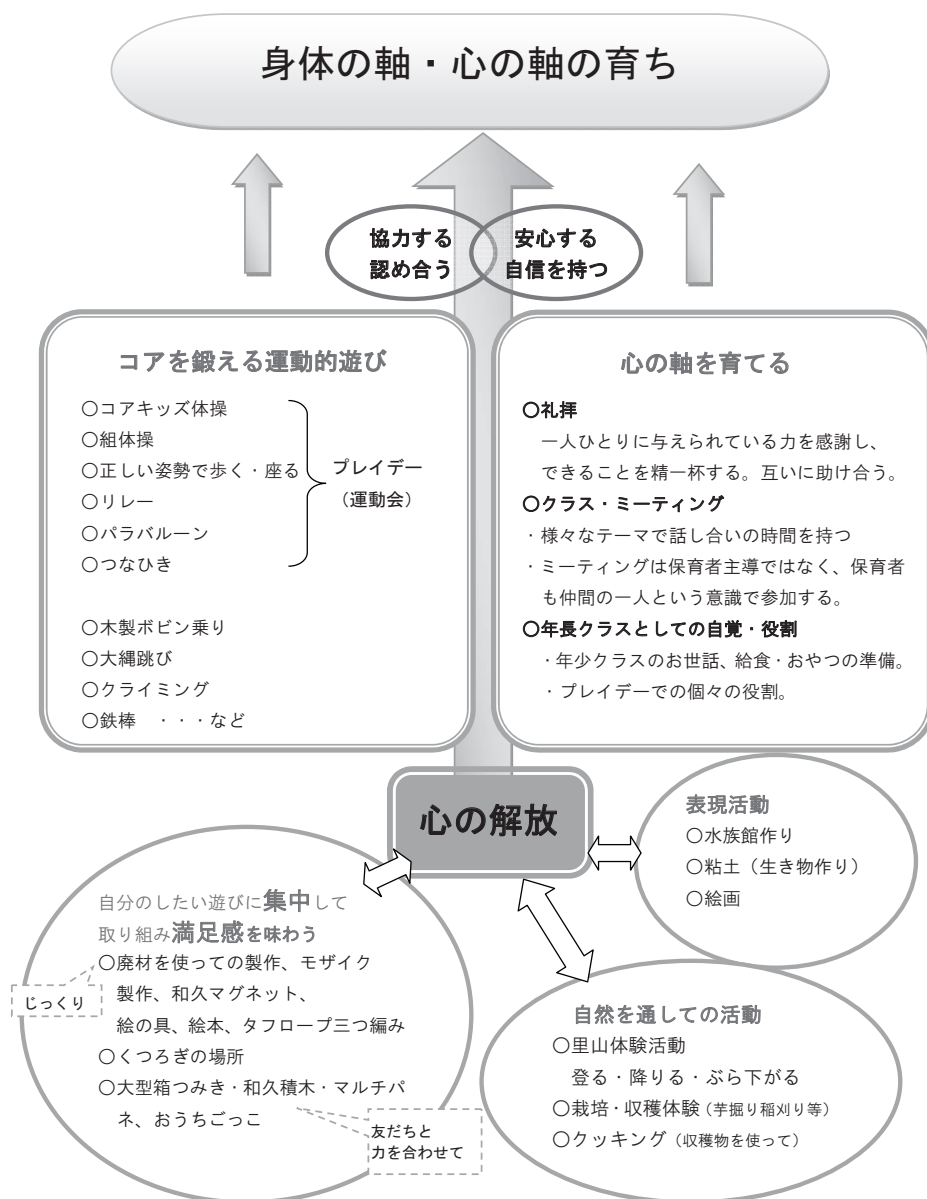


図1 聖隷クリストファーこども園 2013年度2学期 保育方針と活動

(2) 附属こども園保育者のアンケート調査から

2013年8月に附属こども園の保育者を対象に「子どもの運動あそびの支援に関するアンケート」を行った。回答者は23名であった。

「子どもにとって運動あそびは大切だと思いますか」の問いに対して、「とても大切である」19名(82.6%)、「大切である」4名(17.4%)であり、回答したすべての保育者が運動あそびは大切であると考えていた。

「子どもの運動あそびを支援することが得意ですか」の問いに対して、「得意である」と回答した保育者はなく、「どちらかといえば得意である」5名(21.7%)、「どちらともいえない」11名(47.8%)、「あまり得意でない」7名(30.4%)であり、得意ではない職員も多くいた。

「子どもの運動あそびを支援するとき、基盤となる理論、考え方がありますか」の問いに対して、「ある」14名(60.9%)、「ない」8名(34.8%)、無回答1名であった。

自由記述からは、「子どもの発達に応じて支援していきたいが、自由保育の中で楽しく主体的に子どもが運動遊びに取り組めるようどのようにしていけば良いか考える」「普段のあそびの中に自然に入れるよう、環境を整える必要があり、また、難しい問題であると思う」などに代表されるように、自由保育の中でどのように運動あそびを支援していったらよいのかを課題とする回答が複数見られた。

2 日本学術会議提言と幼児運動指針

子どもの体力・運動能力の低下が指摘されて久しい。近年、子どもの体力・運動能力の低下への対策として、日本学術会議健康・スポーツ科学分科会から「提言 子どもを元気にするための運動・スポーツ推進体制の整備」(2008)、

「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指針(2011)がだされ、「幼児運動指針」(2012)が示された。

2008年の「提言 子どもを元気にするための運動・スポーツ推進体制の整備」³⁾では、「提言1. 子どもを元気にするための運動の指針を緊急に策定すべきである」とし、2012年の「幼児運動指針」の作成に至った。また、「提言3. 子どもの運動を指導できるさらに質の高い指導者養成を図るべきである」とし、「保育士、幼稚園教諭、小学校教員を養成する大学等の関係機関および中学校・高等学校の保健体育教員を養成する機関において、より一層充実した教育を推進すべきである」と指導者養成の充実が述べられている。

2011年には「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指針」⁴⁾がうちだされた。基本指針のうち、幼児期に関する部分を抜粋する。

(1) 運動・スポーツを指導する際の留意点

- ①子どもの正常な発育発達を促進するよう、最低限度の運動量を確保する。
 - ・0歳から5歳頃までの幼児においては、基礎的な運動制御能力の発達を促進するような全身運動を含む短時間の運動遊びなどを毎日数回行う。
 - ・5歳以上の子どもにおいては、骨や筋肉を強化する運動を含む毎日総計60分以上の中一高強度の身体活動を行う。
- ②多様な動きをつくる遊び・運動・スポーツを積極的に行わせる。
 - ・小学校中学年までの子どもには、屋内・屋外においてさまざまな運動遊び・伝承遊びを自立的・自発的に行わせ、生活に必要な基本的な動作を習得させる。

- ③子どもの特性に応じて運動・スポーツを行う「場」を適正に設定する。
- (2) 子どものライフスタイルの改善。
- ⑤運動、食事、睡眠を総合的にとらえたライフスタイルを確立させる。
- (3) 運動・スポーツをしやすい環境の整備。
- ⑥幼稚園・保育所・学校・家庭・地域一体の運動
 - ・スポーツ実施体制を整備する。
 - ・幼稚園や保育所の身体活動環境の整備拡充を図る。

文部科学省は、2012年3月「幼児期運動指針」⁵⁾を発表した。この指針の中で、現代の社会環境や生活様式が体を動かして遊ぶ機会の減少を招き、子どもの心身の発達に重大な影響を及ぼすこと、主体的に体を動かす遊びを中心とした身体活動を、幼児の生活全体の中に確保していくことは大きな課題であるとされている。以下、運動の行い方に関する部分を抜粋する。

幼児期における運動については、適切に構成された環境の下で、幼児が自発的に取り組む様々な遊びを中心に体を動かすことを通して、生涯にわたって心身ともに健康的に生きるための基盤を培うことが必要である。

また、遊びとしての運動は、大人が一方的に幼児にさせるのではなく、幼児が自分たちの興味や関心に基づいて進んで行うことが大切であるため、幼児が自分たちで考え工夫し挑戦できるような指導が求められる。なお、幼児にとって体を動かすことは遊びが中心となるが、散歩や手伝いなど生活の中での様々な動きを含めてとらえておくことが大切である。

これらを総合的に踏まえると、幼稚園、保育所などに限らず、家庭や地域での活動も含めた

一日の生活全体の身体活動を合わせて、幼児が様々な遊びを中心に、毎日、合計60分以上、楽しく体を動かすことが望ましい。また、その推進に当たっては、次の3点が重要である。

- 1) 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
- 2) 楽しく体を動かす時間を確保すること
- 3) 発達の特性に応じた遊びを提供すること

3 幼児期の運動指導、運動あそびに関する先行研究から

幼児期の運動指導、運動あそびに関する先行研究から、より有効な運動支援の方法を明確にするために、今後の取組に活かせる知見を整理する。

(1) 子どもの体力低下は幼児期から

杉原(2004, 2007)、森(2010)らは、幼児運動能力検査の全国調査を分析し、幼児の運動能力は1986年をピークに1997年にかけてかなり大きく低下し、その後低下したままで横ばい状態が続いていることを報告している。^{6,7,8)}

小林(1999)は文部科学省が発表する体力・運動能力調査報告書を分析し、「6歳(小学1年生)から9歳(小学4年生)の児童については、1983年から調査がなされるようになり、50m走、立ち幅跳び、ソフトボール投げの3種目については明らかな低下傾向が示されている。これらの指摘は運動能力の低下が就学前の幼児期から生起していることを示唆するものである」⁹⁾と報告している。

柳田(2008)は「子どもの体力低下の原因には様々なことが考えられるが、その中のひとつとして、就学前、幼児期の運動経験の減少が関与している可能性が考えられる」¹⁰⁾としている。

旭(2009)は中学生の体力における都道府県差に影響を及ぼす諸要因を検討し、「小学校1年生の新体力テスト結果との間で中程度以上の相関を示した」¹¹⁾と報告している。

伊藤(2011)は、「今日最も関心を払うべきは、本格的なスポーツ活動に向かう前の準備段階にある幼少期で、すでに運動能力の低下が起こっていることではないだろうか」と述べ、「運動やスポーツを行わない子どもが増える、いわゆる二極化現象が小学校の低学年にまで及んでいることを示唆する」¹²⁾としている。

このように、子どもの体力・運動能力は幼児期にはすでに低下傾向にあり、幼児期までの身体活動、運動あそび、運動指導のあり方が影響していることが指摘されている。

(2) 体力低下の要因である二極化

小林(2002)による12～17歳の体力低下の要因の研究の結果、子どもの体力低下の要因として、「体力の低い子どもたちの出現率が多くなっており、低い水準の子どもたちが、全体の平均値を下げていることが明らかになった」とし、低下傾向には「運動・スポーツ実施状況および実施時間が大きく影響し、特に運動・スポーツを実施しない群の全身持久力低下が著しく、青少年における体力の経年的低下傾向の主要な要因であることが明らかになった」としている。¹³⁾

海老原(2008)は、文部科学省「体力・運動能力調査報告書」から1977年から1994年の18年間の10歳から20歳の運動実施群と非実施群の平均値、変動係数を比較し、「非実施群では測定開始年齢の初期値が著しく低下している」とし、10歳の時点ですでに二極化し運動非実施群の値が低いことを指摘している。そして「10歳以前にこの運動能力に結び付くような運動遊びや手指動作が減少していると示唆さ

れる」と述べている。¹⁴⁾

柳田(2008)は「この体力の二極化を生じせしめる一要因が、幼児を『ただ遊ばせる』ことにあるかもしれない」と述べ、「幼稚園において実際の運動遊びを観察してみると、園庭中を駆け回る園児がいる一方で、砂場や遊具の上でほとんど動かない園児も頻繁に目にする。この両者の間に体力の差が広がっていくことは想像するに難くないことである」¹⁰⁾としている。

このように子どもの体力低下の主要な要因として二極化が指摘され、それは幼児期から始まっていると考えられ、幼稚園における自由保育をその背景とする指摘もある。

(3) 園環境と幼児の運動能力

森(2004)、杉原(2010)らは、2002年、2008年に行った運動能力の測定と園の環境調査の調査を分析した結果、「運動指導をしている園がしていない園より運動能力が有意に低い」ことを報告している。その理由として、①運動が一斉指導のかたちで指導され、子どもが順番を待ったり指導者の説明を聞いたりしている時間が長く、実際に体を動かして運動している時間が短いこと、②同じような運動の繰り返しが中心で、運動能力の発達にほとんど貢献していないこと、③やりたくない運動をやらされるため、運動に対する意欲が育たないことをあげている。また、保育形態別にみた運動能力の比較では、2002年度調査の分析では「一斉保育中心で保育をしている園が、自由保育中心の園や両者ほぼ半々の園より運動能力が低い」ことが報告され、2008年度調査の分析では「一斉保育中心で保育をしている園が、最も運動能力が低い」ことは2002年と同様であったが、一斉保育と自由保育が両方行われている園が自由保育のみの園より運動能力が高い傾向にあった。^{15, 16)}

細川（2013）は、自由あそびを行う A 園と運動指導員による運動あそびプログラムが行われる B 園の運動量と運動パターンを比較している。その結果、「歩数の計測において、A 園では短時間に高い運動量を確保できる可能性があるが、各個人や年齢・性別間でバラツキが多く、B 園ではバラツキが少なく一定の運動量が確保できる可能性があるものの、待ち時間等による制約を受ける懸念がある。運動パターンにおいては 1 人あたりの種類と頻度のいずれも B 園が高値を示し、指導者を介した運動プログラムは短時間で多様な運動経験を豊富に行うことができる可能性が示された」¹⁷⁾と報告している。

このように、自由あそびでは、運動量は多くなる可能性があるが個人差が大きく、指導者によるプログラムでは幅広い運動パターンが経験できると考えられた。

(4) 家庭環境と幼児の運動能力

吉田は「家庭環境が幼児の運動能力発達に与える影響」を報告している。それによると、普段の家での遊び場所は室内遊びに比べ戸外遊びが多いほど、戸外遊びの時間がより長いほど、運動遊びの頻度がより高いほど、家族と子どもと一緒に運動遊びをする頻度がより高い幼児ほど、運動能力は高かった。また、運動系の習いごとをしている幼児の方が運動能力が高かった。これらのことから、家庭での運動遊び経験が豊富なほど運動能力が高く、運動経験が幼児の運動発達に大きな影響を及ぼしていることが示された。¹⁸⁾

4 さくらさくらんぼ保育における運動あそびから学ぶこと

筆者は「発育発達過程に沿った子どもの運動

あそび」¹⁾において、「さくら・さくらんぼのリズムあそび」と「コアキッズ体操」を取り上げ、その内容、理論的背景、共通点を整理し、考察した。「さくら・さくらんぼのリズムあそび」は園のホールに集まって一斉に行われているし、コアキッズ体操も決められた動きによる体操である。それでも運動あそびとしたのは、『齋藤公子のリズム遊び』は、遊びであって訓練でも体操でもありません。（中略）常に、『子ども主体』という原点に立ち戻って考える必要があるのです¹⁹⁾ということからである。コアキッズ体操は実践しやすいように体操と名付けられているが、決して強制的にやらせる訓練や体操ではなく、運動あそびのひとつの方法として捉えた。

齋藤公子の著作から、このリズムあそびの実践に関する記述を抜粋する。

私たちの園でともかく一斉に集まってするのはリズムあそびだけです。しかもこれはほとんど毎日です。120 名定員なので、ちょっと人数が多すぎますので、3、2、1 歳と 5、4 歳にわけたり、2、1 歳、4、3 歳、5 歳児だけとわけたり、さまざまですが。

小さい年齢は 1 時間くらい、大きい子どもたちは 2 時間くらい

でも交替ですから、やすむ時間がたっぷりあるので正味は 2,30 分でしょうか。

遠くに散歩にゆくか、リズム運動は毎日欠かせないことなのです。

小さい子どもたちは、9 時半頃から 3,40 分リズム運動をしてから散歩にいたりしています。

ともかく土台の運動である、背骨の運動、ねがえり、ハイハイ運動、走ったりころんだり

んだりの、まったく基本の運動は毎日しているのです。

大きい子どもが小さい子どもの先にする事によって、小さい子は模倣力ですぐできるようになり、大変らくです。(斎藤公子『子育て＝錦を織るしごと』²⁰⁾)

このように「さくら・さくらんぼのリズムあそび」は毎日2時間程度、園児がホールに集まり、ピアノの音楽に合わせて、年長児から1歳児まで一斉に行われていた。一斉ではあるが訓練でも体操でもなく遊びとしてとらえ、常に「子ども主体」であるように配慮し、リズムに合わせて、模倣をすることで、子どもが自ら動きたいと思って主体的に動き出すことを大切にしている。一方で、園庭の6mの築山を上り下りしたり、丸太をよじ登ったりして自由に遊ぶ時間も十分に確保されている。

さくらさくらんぼ保育では、子ども主体であることを大切にし、十分に身体を使って遊べる環境における自由保育と土台となる基本の運動(寝返り、ハイハイなど)を集団で行うリズムあそびの時間が両方行われているのである。

5 考察

提言や指針、先行研究から得られた知見をふまえ、附属こども園での実践を検証し、今後の課題を明確にする。

(1) 自由遊びを中心とした保育

前述したように、一斉保育中心の園より自由保育中心の園の方が運動能力は高い傾向にあり、また保育の一環として運動指導を行っている園より行っていない園の方が運動能力が高い傾向になることが先行研究により示されてい

る。外部講師に委託したり、一斉指導の時間を増やすことは、むしろ子どもが主体的に活発に遊ぶ時間を減らすことにつながりかねない。

杉原は「遊びを“自己決定と有能さの認知”を追及する内発的に動機づけられた状態である。自分らしく個性的に自分の能力を向上させることに動機づけられて行動している状態が遊びだ」とし、「できるだけ子どもの自己決定を尊重するという実践上の指針が導き出される」としている。そして「幼児期の発達的特徴に応じた指導とは、スポーツや体力づくり運動の一斉指導ではなく、子どもの自己決定を尊重した運動遊びである」²¹⁾と述べている。

附属こども園では、自由遊びを中心とした保育が行われている。プレイデーにおいても、各自が自分の好きな種目に挑戦する時間が設けられている。このように、自由遊びを中心とした保育の中で、運動あそびを外部講師に頼るのではなく、毎日の遊びの中で子どもの自己決定を尊重した運動あそびを十分に行っていく方針は、運動能力を高めるために有効であると考えられた。

(2) 運動量・運動時間の確保

確かに「一斉指導中心の園は自由遊び中心の園よりも運動能力が低い」傾向にあるが、一方で運動能力の二極化が指摘され、自由に遊ぶだけでは運動が好きな子はますます活発に運動し、運動が苦手な子は運動する機会が少なくなってしまうかもしれないことが懸念される。

「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指針」(2011)でも、「子どもの正常な発育発達を促進するよう、最低限度の運動量を確保する」とし、「0歳から5歳頃までの幼児においては、基礎的な運動制御能力の発達を促進するような全身的運動を含む短

時間の運動遊びなどを毎日数回行う」とされている。また、「幼児期運動指針」では、「幼稚園、保育所などに限らず、家庭や地域での活動も含めた一日の生活全体の身体活動を合わせて、幼児が様々な遊びを中心に、毎日、合計60分以上、楽しく体を動かすことが望ましい」とされている。

前述したように、さくらさくらんぼ保育でも、子ども主体であることを大切に、戸外での自由あそびと基本の運動（寝返り、ハイハイなど）を集団で行うリズムあそびの時間が両方行われていた。

そこで、一定時間以上は毎日必ず運動あそびを行うこと、一斉に行う場合でも子どもの主体的な活動、自己決定を尊重した活動となるように配慮し、説明や指示を減らし、音楽に合わせて自然と動きたくなるようなリズムあそび、自然と模倣したくなるようなごっこあそびや皆で動き楽しめるゲームあそびを行っていくことが有効であると考えられた。

(3) 心の軸を育てる

附属こども園では、「身体の軸・心の軸の育ち」をテーマに保育が実践されている。身体の軸は常に心の軸と一体であると考え、キリスト教精神のもと一人ひとりが大切な存在であると感じる自己肯定感を育むことを大切に、様々な場面でミーティング（子どもとの話し合い）を重ね、子どもを尊重する保育を行っている。園の中で、保育者や友達に認められることは自信につながり、新しいあそびに挑戦する意欲となる。安心感や自信を持つことは、様々な活動、遊びへの意欲、積極性につながり、身体の軸を作ること、運動発達のためにも重要である。

また、「運動場面における他者からの受容と達成経験は運動有能感を通して肯定的な自己概

念を形成し、運動に対する高い意欲や自信を育み、心の安定や幸福感、さらには高いストレス耐性や適応行動を育成する」³⁾とされるように、運動あそびを通して、保育者や友達に認められ、達成感や有能感を感じることが、心の軸をつくることに有効であると考えられた。

(4) 身体の軸を育てる

附属こども園では、「身体の軸を育てる」をテーマに、体幹（コア）を意識した運動あそびを積極的に取り入れている。プレイデーでは、呼吸、寝返り、ハイハイなどの発育発達過程に沿った動きを準備体操や組体操に取り入れて行った。研修を受けた保育者も前向きに受け止めている。

「継続性」が課題ということから、さくらさくらんぼのリズムあそびのように毎日一定時間は、寝返り、ハイハイなどの動きをリズムあそびとして行ったり、コアキッズ体操を取り入れるなどしていく時間を設けることも有効ではないかと考えられた。

また、附属こども園が現在も行っているように、自由遊びの時間にできる限り戸外に出たり、里山体験活動を通して山の斜面を上り下りしたり、木に登ったりぶら下がったりする活動は運動能力を高めるために有効であると考えられた。

(5) 保育者

保育者へのアンケート調査では、運動あそびの支援が「あまり得意ではない」と答えた保育者が7名（30.4%）であった。森（2004）の保育者の運動経験と運動得意・不得意による幼児の運動能力の比較では、保育者の運動経験では差はなく、「苦手意識を持っている保育者のクラスが幼児の運動能力が優位に低い」¹⁵⁾こと

を報告している。

これについて、吉田(2007)は「保育者にとって必要なのは、高い運動技能を有することではなく、幼児の運動発達の特徴を十分理解し動きたくなるような環境を構成していくことである」としている。そして「運動を特別なものとして捉えるのではなく、まずは保育者自身が率先して外にでることが子どもの動きを引き出すことにつながるという意識を持つことが必要である」²²⁾と述べている。

保育者が自身の運動経験や苦手意識にとらわれず、運動あそびの大切さへの理解を深め、積極的に運動あそびを支援していくことが必要であると考えられた。

(6) 家庭との連携

附属こども園では、①幼稚園籍で午後2時までで降園する園児、②幼稚園籍で預かり保育を夕方まで利用する園児、③保育園籍で夕方まで利用する園児が日中は共に活動している。

前橋は午後3時から5時の運動あそびの重要性を述べている。²³⁾ 附属こども園においても、午前中だけでなく午後3時から5時の運動あそびの充実に努めるとともに、特に①幼稚園籍で午後2時までで降園する園児が帰宅後、運動あそびや活発な身体活動を行えるようにするためには、家庭との連携が欠かせない。

前述したように「家庭での運動遊び経験が豊富なほど運動能力が高い」と報告されていることから、運動あそびの大切さを保護者や地域に積極的に伝えていき、家庭と連携して、家庭や地域での運動あそび経験を増やしていくことが重要であると考えられた。

(7) 運動能力測定

森(2004)は「運動能力テストを毎年実施し

ている園は、運動能力が有意に高い」¹⁵⁾ことを報告している。運動能力テストを行うことで、客観的なデータが得られ、運動支援の充実につながると考えられる。

附属こども園でも、主観的には保育者はその効果を実感しているが、客観的にも効果を示すため、測定を取り入れていくことを考えている。

おわりに

聖隷クリストファーこども園での運動あそびのあり方を検証するために、提言や指針、先行研究や優れた実践から得られた知見を整理した。

「心の軸」の育ちをめざし、子どもたちが自分は大切な存在であると感じる自己肯定感を育み、「身体の軸」の育ちをめざし、体幹(コア)が育つための運動あそびを実践するという方針のもと、自由あそびを中心とした保育の中で、子どもの自己決定を尊重した運動あそびが実践され、有効なものであると考えられた。

運動量や時間の確保のためにも、発育発達過程に沿った基本の運動(寝返り、ハイハイなど)については、集団で取り組む時間を設けることも必要なのではないかと考えられた。

課題としては、定期的に運動能力検査を実施し客観的な分析を行っていく必要があること、保育者がより積極的に、自信を持って運動あそびが支援できるように、継続的に運動あそびに関する研修を実施していくことが必要であると考えられる。

引用・参考文献

- 1) 和久田佳代(2013)「発育発達過程に沿った子どもの運動あそび」聖隷クリストファー大学社会福祉学部紀要 11. 45-54

- 2) 聖隷クリストファー大学附属クリストファーこども園 (2013) 「2013 年度浜私幼協同研究協力園公開保育資料」
- 3) 日本学術会議健康・スポーツ科学分科会 (2008) 「提言 子どもを元気にするための運動・スポーツ推進体制の整備」
- 4) 日本学術会議健康・スポーツ科学分科会 (2011) 「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指針」
- 5) 文部科学省 (2012) 「幼児運動指針」
- 6) 杉原隆ほか (2004) 「2002 年の全国調査からみた幼児の運動能力」『体育の科学』54 (2) 161-170
- 7) 杉原隆ほか (2007) 「1960 年代から 2000 年代に至る幼児の運動能力発達の時代変化」『体育の科学』57 (1) 69-73
- 8) 森司朗ほか (2010) 「2008 年の全国調査からみた幼児の運動能力」『体育の科学』60 (1) 56-66
- 9) 小林寛道 (1999) 「現代の子どもの体力」『体育の科学』49 (1) 14-19
- 10) 柳田信也 「幼稚園教師の運動遊びに関する指導理念の調査研究」『国際学院埼玉短期大学研究紀要』29, 21-26, 2008
- 11) 旭隆裕ほか (2009) 「中学生の体力における都道府県差に影響を及ぼす諸要因の検討」『岐阜大学教育学部研究報告 (自然科学)』33, 87-93
- 12) 伊藤静夫ほか (2011) 「子どもの運動能力の年代比較」『体育の科学』61 (3), 164-170
- 13) 小林寛道 (2002) 「青少年の体力の現状と対策」『体育の科学』52 (1)
- 14) 海老原修 (2008) 「子どもの身体活動に必要なスペース」『体育の科学』58 (9) 610-616
- 15) 森司朗ほか (2004) 「園環境が幼児の運動能力発達に与える影響」『体育の科学』54 (4) 329-336
- 16) 杉原隆ほか (2010) 「幼児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) 341-347
- 17) 細川賢司 (2013) 「保育における幼児の運動量と基礎的運動パターンの特徴—自由遊び場面と運動遊びプログラムの比較—」日本幼児体育学会第 9 回大会研究発表抄録集 41-42
- 18) 吉田伊津美ほか (2004) 「家庭環境が幼児の運動能力発達に与える影響」『体育の科学』54 (3) 243-249,
- 19) 原陽一郎 (2011) 「斎藤公子の保育実践の継承と発展を考える」『子育て 錦を紡いだ保育実践—ヒトの子を人間に育てる—』エイデル研究所
- 20) 斎藤公子 (1982, 2011 復刊) 『子育て = 錦を織るしごと』かもがわ出版
- 21) 杉原隆 (2008) 「運動発達を阻害する運動指導」『幼児の教育』107 (2) 16-22
- 22) 吉田伊津美ほか (2007) 「幼稚園における健康・体力づくりの意識と運動指導の実態」『東京学芸大学紀要総合教育科学系』58.75-80
- 23) 前橋明 (2007) 『乳幼児の健康』大学教育出版