

年長児のスキーの取り組みについて

～北海道文教大学附属幼稚園年長組のスキー授業～

平岡 英樹・小田 進一^{*1}・関原 聖子^{*2}・小西 悦子^{*2}

抄録:雪国に育つ子どもたちが、幼児期からスキーに親しむことが必要と、附属幼稚園においてスキー学習を行っている。平成22年度は1月～3月まで8回、年長児5歳児スキー授業を行った。経験のある幼児が少ない状態で始まったが、最終的に、すべての子がリフトで山の上まで登り、自力で滑り降りることができた。

スキーの技術習得にとどまらず自信をつけた、自尊感情を高めた等の保育上の成果を得たが、この反省を踏まえ、さらに、保護者の期待をアンケートで把握し、子どもたちひとりひとりの保育課題を明らかにした、スキー学習の取り組み案を編成した。

はじめに

雪国に育つ子どもたちには、雪に閉ざされた冬の季節に戸外で元気で遊んでほしいものであるが、昨今中学校でのスキー授業がなくなっている。札幌市は、『雪』に関する学習活動の推進として、スキー学習モデル校事業を次のように行っている。平成14年度以降、減少傾向にある中学生のスキー授業を促進するため、新たにスキー学習を開始または拡大する10校をモデル校として研究実践活動を行うほか、選出された中学校で構成される、研究実践交流会が行う情報交流及び実践の結果を、教育委員会のホームページに掲載し、スキー学習を実施している学校をはじめ、実施を検討している学校への情報提供を行うなど、スキー学習実施校の拡大に向けた支援を行う」としている。

幼稚園におけるスキーの体験は、札幌においても一般的ではないが、家庭でのスキー体験そのものは幼児期から良く行われている。北海道文教大学附属幼稚園のスキー体験は、年長児5～6歳児が、一シーズン8回程度で、文字通り体験を優先した取り組みである。全日本スキー連盟指導員の有志のボランティアを得てスキー場にて、全員が何とか思うように動けるようになることを目標にして取り組みが始まった。5歳～6歳は、いくつかの身に付けた運動を同時にやりこなす時期でもある。3歳ごろから運動の組み合わせが行われ、子ども自身の複雑さへの意欲も高まりつつある時期でもある。年長組としての誇りを中心とした精神発達を、具体的な体験や多様な関わりの中から確かにしていくこの時期には適した取り組みと考えてきた。又、「スキー技術の向上は、斜度、地形に対する適応能力」ということであれば、幼稚園児の体験も多様性を持つだろう。

実際に保育に取り入れるにあたっては、次のような、一部の保護者の意見も取り入れたうえでのことであった。小学校でスキー授業があるので入学前に経験させたいが、親がスキーをする家庭は連れて行けるが、そうでない家庭はなかなか経験させられない。冬休みに行われるスキースクールの殆どは対象が小学生以上であるため、幼稚園児は体操教室に入るなどでないと体験できない。

平成21年度までは、園庭に坂を作り1回目から4回目の学習を行っていたが、雰囲気や広さ、

そして実際に山・スキー場を見ることによって、モチベーションが上がると考え、平成 22 年度は 3 回目からスキー場で実施した。その結果、早くリフトに乗りたい、早くゲレンデを滑りたいという意欲が沸き、練習にも熱心に取り組むこどもが多くなってきた。

スキー学習（体験）の 2010 年度の実践について取りまとめ、課題を明らかにすると共に、課題と保護者の意向を踏まえた 2011 年度の取り組み案を構想する。

1 スキー学習の枠組み

1) インストラクターと班編制

インストラクター：SAJ（全日本スキー連盟）公認指導員

アシスタント：附属幼稚園教諭

：附属幼稚園保護者ボランティア（リフト同乗者）

班	技術レベル
A（上級）グループ	ハの字でスムーズなターン可能
B（中級）グループ	ハの字でゆっくりターン
C（初級）グループ	ハの字でまっすぐ滑る
D・E（初歩）グループ	未経験

保護者からの申告によりグループ分けをするが、保護者の認識と実際の技量に差がある場合が多いので、スキー場初日には、実際の技量を見極めてグループ間での入れ替えを行う。

また、講師の数に応じて、できるだけ少人数でグループ編成ができるよう配慮する。技術の習熟度により、グループ間の移動を積極的に行う。

2) スキー学習の内容

場所	回数	学 習 内 容
園 庭	①	スキーウェア・スキー靴の着脱。スキー靴での歩行（ストック有り・無し）。
	②	片方・両方スキーを着けての歩行・滑走・スケーティング（ストック無し・有り）。
Fu's スノーエリア	③	KIDS ゲレンデで、歩行・方向転換、平地滑走。転び方・立ち方の練習。
	④	階段登行、斜面での移動、まっすぐ滑る、停止。A グループはゲレンデを滑る。
	⑤	A グループはリフトを使って滑走、それ以外は KIDS ゲレンデで滑走。
	⑥	A グループはリフトを使って滑走、それ以外は KIDS ゲレンデで滑走。
	⑦	A・B グループはリフトを使って滑走、それ以外は KIDS ゲレンデで滑走。
	⑧	全員リフトを使ってゲレンデを滑り降りる。

2 2010 年度のスキー学習

1) 学習前のこども達の姿

スキー経験の有無によって、期待感・恐怖心などに差が見られた。経験者は「早くやりたい」「リフトに乗ったことがある」「スキーはこうやって履く」など、自分はスキーができるということをアピー

ルする姿が見られたが、未経験者の中にも「スキーをやってみたい」という期待感も見られた。しかし、家庭では経験がない不安感からか、「スキーは嫌い」「やりたくない」「面倒くさい」という意見も出ていたようだが、年長組ではスキー学習があるという認識は持っていたようだ。

2) 実践の経過

i 園庭での練習

スキーの重さやスキー靴の重さ、不自由さに戸惑い、スキー靴で歩くこともままならない初歩、初心者と多少の経験があるこどもの差は歴然としており、経験者にとっては物足りない内容となった。

当初、寒さや冷たさ、自由がきかないなどで泣いているこどももいたが、動ける、歩ける、まっすぐ滑ることができる、など進歩を実感できると、泣くこともなく積極的に取り組む姿勢が見られた。

ii スキー場での体験 (3回目～)

ほぼ全員が「今日からリフトで上がるのか」「早くリフトに乗って、上から滑りたい」など気持ちが高揚するこどもが多く、早い段階でスキー場へ連れてきた効果が早速見られた。園庭で練習したことを少しの傾斜があるゲレンデで行ったが、平地とは違い、思うようにはいかずここでも壁にぶち当たることになったが、滑ってしまって転ぶこと自体も楽しんでいるこどもが多かった。ただ、初歩・初級組は一旦転んでしまうと自力では起き上がれないこどもが多く、転んだ後の起き上がり方をもっと平地でトレーニングしておく必要があると感じた。また、斜面に立っていることができない、ブルークスタンス（ハの字）を維持できないなど、筋力と筋肉の使い方がわからない、慣れていないこどもが多く見受けられた。



スキーを抱えてゲレンデへ向かう

iii グループ編成による指導

父兄の申告によるレベルに合わせてグループを編成、初歩・初級グループは3～5人でひとグループを編成し、スキー場ではグループ毎に活動となったが、父兄の認識と本人のレベルに差があるこどももいた。Aグループ（経験者）は、スキー場での初回はKIDSゲレンデでの滑走となったため、多少不満に思う子もいたようだが、4回目からリフトを使用しゲレンデでの滑走としたため、とても楽しそうに滑っていた。やはり、経験のある子どもたちは、長い距離を何度も滑り降りることがスキルアップにつながる。

Aグループ以外は「早くリフトに乗れるように頑張ろう」が合い言葉のように目標となっていた。上達には個人差があるので、その都度習得状況を見ながら、上の班に移動することも行ってきた。そのため、移動したこどもには大きな自信となり、他のこども達には「上の班にあがる」ことが目標の1つとなったようだ。

Bグループが7回目からリフトを使用、最終日はC・D・Eグループもリフト使用となり、結果として全員がリフトを使用し、滑走する事ができた。

C・D・Eグループは1本だけのリフト利用となったが、その1本が自信となりスキルアップにつながっ

た。今までの練習ではなかなか上手くできなかったターンを、ゲレンデを滑り降りるうちにスムーズにできるようになった子どももいた。広いゲレンデで長い距離を滑り降りることが1番のスキルアップにつながると感じる。リフトに乗ること自体も楽しんでおり、友人や先生を見つけては手を振ったり、声をかけていた。リフトに乗って上がり、ゲレンデを滑り降りたという事実は、子どもにとって嬉しさと喜びでいっぱいだった。

iv 学習後のこども達の姿

子どもたちにとっては、スキーを経験したことが大きな自信となった。スキーウェアや手袋・靴カバーといった冬の身支度を自ら進んで行えるようになった。

また、スキーを教えてくれたインストラクターの方々や、リフトに同乗してくれた保護者の方々、スキー場への送迎をしてくれたバスの運転手さんに対して、スキーの度にみんなで感謝の気持ちを伝えていた。その後、普段からバスの運転手さんや給食のおばさん達に対して、自然と感謝の言葉が出るなど、感謝の気持ちを伝えることができた。スキーの経験を通して、多くの人たちが自分たちを支えてくれていることを実感できたことから得られた感情のように思えた。

v インストラクターの指摘

多くの幼稚園児の特長的な姿についての指摘があり、基礎的な体力他動き作りが課題。

- ・斜面に立ってられない
- ・プルークスタンス（ハの字）を維持できない
- ・転ぶと自力で立つことができない
- ・スキー板をずらすことができない

3) スキー学習についての「つるのこ組（年長児）保護者」との関わり

スキー学習が始まる前（冬休み中）に、保護者に、こどもの靴のサイズと、子どものスキー経験の有無を確認。スキー学習を意識して、既に練習を始めている家庭や、体育教室で習ったことがあるという家庭、全くしたことがなく、不安に思っているという家庭等の話を聞くことができた。どの家庭にも、基礎から始めることを伝えると、安心したり、納得するような反応であった。スキー学習をすることは、どの家庭も知っていたこともあり、スキーに対しての抵抗感はなく、前向きに受け止めていた印象。子どもの不安な気持ちを、家庭でも励ましたり、スキー場に連れて行く等して、解消に努める家庭もあった。また、リフトに乗ったことがなく、どうやって乗るのか子どもが不安に思っていることを知らせてくださり、大人が同乗することを伝えると、親子共に安心していただけだった。過去の年長児の保護者からは、幼稚園で習ったことで、授業や体育教室でのスキーの際に、「飲み込みが早い」「スキー板の履き方が身に付いてた」という意見も聞かれた。どの保護者も、こども達が上達していく様子を見て非常に喜んでいた。また、「どんな風に取り組んでいるのか見たい」「子どもの頑張る姿が見たい」等見学に来る保護者も多く、スキー学習への期待がうかがえた。

4) 保護者有志のボランティア

FU'S スノーエリアは、幼稚園児の場合こどもだけでリフトに乗車することは許可されていない。そのため、こども1人と大人1人でリフトに乗車しなければならず、インストラクターと幼稚園教諭だけでは実施不可能なため、保護者にボランティアを募り、リフト使用時には毎回10名を超える

保護者の協力を得ることができた。

5) 幼稚園としての2010年スキー学習の評価

- ①初めてスキーを経験したこども達は、履けない・歩けないという状態から「今日はここまでいけた」「今日はここまで滑れた」等、できるようになったことを実感できることは自分自身の励みにもなる上に、最終的にリフトで上がって自分の力で滑り降りてきたことが何よりの自信となっていたようだ。
- ②身支度についてもはじめは職員の手助けが必要だったが、「自分でやろう」という気持ちが見え始め、最終的に手伝いを必要とせず、すべて自分で身支度ができるようになった。
- ③親がこどもに教えようとしても甘えが出てしまう（転んでも立ち上がらない・嫌がる等）。しかし、他人に教えてもらうことで、甘えが許されないという適度の緊張感を持って行えることに集団としての意義がある。
- ④スキーに連れて行けない親としては、小学校でのスキー授業の前に、経験できることが何よりのプラス材料であると共に、こども自身も不安が少なくスキー授業に入っていけるのではないかと思う。
- ⑤スキー学習をきっかけに、家庭でもスキーを楽しむ事ができればと考える。

6) つるのこ組担任の振り返り

これまでの幼稚園生活では、自分でやりたいものを選択し、取り組んでいくことが中心であったが、スキー学習はそれとは異なり、年長児全員が必ず取り組む活動であった。また、スキーは慣れ親しんでいる幼稚園の職員ではなく、初めて出会う方たちに教わることから、就学に向けて貴重な社会的体験であった。

スキーを行うためには、ウェアの着脱、手袋や靴のカバーという準備があり、それを終えても、スキー板やストックの持ち運び…と、慣れない動作が多く、子どもにとっては大変な作業である。スキーが始まっても、こども達にとっては、上手くバランスが取れない、転んだら起き上がれない、踏ん張りきれない、行きたい方に行けない、雪が冷たい・寒い、思い通りにいかない…といった様々な壁にぶつかる。それらはこども達が自覚できる困難や課題であり、同時に、上達・達成すると、自分でもできたことがわかるものであったため、達成感も感じられたようだ。

上級班のこども達にとっても、好きなように滑りたい、リフトに乗ったことあるのに…という不満も感じられたが、集団活動のルールを学ぶ上でも貴重な体験となった。小さな達成感を8回のスキー学習の中で沢山得ることができ、こどもたちの中にどんどん自信が積み重ねられていった。

また、スキー学習は沢山の大人（教師・インストラクター・保護者・運転手）に見守られて取り組めることで、普段の1対数十名の保育の中では、どうしても見落としがちな、子どもたちの「できた」瞬間や、支えてほしいポイントに気づけることが多かった。ほめられたり、励まされることによって、より一層頑張ることができ、頑張ったからこそ困難を乗り越え、達成・クリアできた時に、確かな自信となっていたようである。

Aグループも5回までは他のグループと同様、KIDSゲレンデで滑っていたが、回数を滑ることが上達への近道と考え、できるだけ早い時期からリフトを使用し、ゲレンデを滑走する事にした。その結果、Aグループのこども達は、非常に楽しそうに滑っており、やはり上達も早い。その上、他グループのこども達も、早く上手くなってAグループに入り、リフトを使ってゲレンデを滑り降りたいと

いう目標を持つことができた。

スキー場での各回・各グループの実施内容、または個人のその日の習熟度などを、次回のインストラクターへ引き継ぐために簡単な日誌的なものを作成し引き継ぐことを行った。その結果、引き継いだインストラクターが、前回までの流れを考慮した内容で進められたことが、こども達にも良かったのではないかと思う。

同じ活動に取り組むことで、大変さがお互いに理解でき、上級者グループが初心者グループを見下すようなことはなく、友だちがリフトに乗れるようになったり、できるようになったことを喜び合う姿が見られたりと、「みんなで頑張っている」という意識が感じられた。

多くの人たちに支えられていることを、普段はなかなか実感することは少ないが、スキー学習では実際にそうした姿を目にし、徐々に感謝の気持ちが育まれていった。「できなかったことができるようになった」「苦手なことが得意になった」「恐かったけど、やってみたら大丈夫だった」という経験は、卒園後も役立つものであり、これから先ぶつかる壁を乗り越えるための力になると考える。もともとスキーが得意であったこども達も、それが確かな自信となり、自尊心を高める要素の一つになるであろうと思われる。

スキー学習を通して、スキーが楽しいという気持ち、スキーをやったことに対する自信、周りの人に対する感謝の気持ち、仲間と頑張ろうとする気持ち、困難を乗り越えようとする力等々、多くのものが育まれた。

7) 次年度への課題

①保育への位置づけ

保育の中で、安全に対する認識や周囲への気配り、雪遊びやスキーに対してもっと期待感を抱くような、話しや動機付けが必要である。現状でもアシスタント的に関わっているが、保育の一部と考えるならば、インストラクターだけではなく、幼稚園の教員も積極的に関わって行く必要があるだろう。

②現在の学習の枠組みの見直し

見学していた保護者からは、「子どもが滑れるようになってきているから、もっと長い時間滑らせてほしい（昼食を持参して、午後も滑ってほしい）」という要望も出ているので、様々な問題点はあるにせよ検討の必要はあると考える。

③日常的な体力作りとの関連

インストラクターから出された「スキー板をずらすことができない」「プルークスタンス（ハの字）を維持できない」との指摘は、現在主流となっている「カービングスキー」の形状が先端部分と、後ろ部分の幅が広がっているため、スキー板をずらしづらくなっている。その結果、以前は比較的容易にできていたスキー板をずらすことやプルークスタンスを維持することができなくなると考えられる。また「斜面に立ってられない」「転ぶと自力で立つことができない」に関しては、小さい頃からの冬の外遊び、雪遊びの経験が少ないためか、足下が滑る時にどこに力を入れ、どの筋肉を使うのかという、神経レベル的な「身体の慣れ」がないのではないかと考えられる。

④学習内容の検討

今後、他の幼稚園の実践やスキー学習の頻度、内容等を調査する必要があると考える。また、その様なこども達に対して、どのような内容が上達につながるのかという、学習内容の検討も必要と考える。

3 2011年度のスキー学習への保護者の意識

これまで個別の関わりや懇談会などで保護者のみなさんの意見などを伺いながら行ってきたが、以下の調査内容で、つるのこ組（年長児クラス）の保護者への質問紙調査を行い、保護者のみなさんの意識を把握しこれからのスキー学習の検討に反映したい。

1) 対 象 年長児 31 名中長期旅行中の 1 名を除く 30 名を対象

回収 21 回収率 70%

2) 調査時期 2011 年 12 月

3) 調査内容 ①スキー学習に対する認知度（実施認知、用具について、回数、指導体制）

②園児のスキー体験の有無

③（保護者が考える）子どものスキー学習への期待感

④保護者のスキー学習への期待感

⑤子どもの不安感

⑥保護者の不安感

4) 結 果 ①スキー学習に対する認知度

1	スキー学習の実施	・知っていた	21 名 (100%)
2	用具の完備	・知っていた	21 名 (100%)
3	回数	・知っていた	14 名 (67%)
4	指導体制	・知っていた	14 名 (67%)
5	未経験可	・知っていた	21 名 (100%)

スキー学習の実施や用具の完備、未経験でも良いことは全員が知っていた。しかし、スキー学習が一年間に 8 回行うこと。幼稚園教員とインストラクターとの協働の指導体制であることは、3 割を超える方が知らなかった。

②園児のスキー体験の有無

スキー経験のある園児	9 名 (42%)
経験の内容	スキー教室 2 名
	保護者と共に 6 名
	その他 1 名

スキーの経験のある子は、4 割である。

③（保護者が考える）子どものスキー学習への期待感

1	楽しみにしている	はい 17 名 (81%)	中間 4 名 (19%)
2	楽しく滑りたい	はい 19 名 (90%)	中間 2 名 (10%)
3	うまくなりたい	はい 18 名 (86%)	中間 3 名 (14%)

子どもたちは期待感を持っていると、ほとんどの保護者のみなさんは感じているが、経験がないのでそれほど期待していないのではないかとの思いも垣間見える。

④保護者のスキー学習への期待感

1 楽しみにしている	はい 18 名 (86%)	中間 3 名 (14%)	いいえ 0 名
2 楽しんでくれば良い	はい 21 名 (100%)	中間 0 名	いいえ 0 名
3 上達してほしい	はい 12 名 (57%)	中間 8 名 (38%)	いいえ 1 名 (5%)
4 技術以外の学び	はい 13 名 (61%)	中間 7 名 (33%)	いいえ 1 名 (5%)

保護者のみなさん自身は、全ての方が「子どもたちが、楽しんでくれば良い」と応えている。約 6 割の方が、うまく滑ることができることや他の体験的な学びへの積極的な期待を持っている。

⑤不安感

1 子どもの不安感	はい 3 名 (14%)	中間 8 名 (38%)	いいえ 10 名 (48%)
2 保護者の不安感	はい 2 名 (9%)	中間 9 名 (42%)	いいえ 10 名 (48%)

保護者自身の不安感や保護者が感じている「子どもの不安感」は、共に積極的に不安とは感じていないが、中間位の「どちらとも言えない」が多少とも不安を感じていると考えると半数を超えることに留意が必要であろう。

- ⑥自由記述
- ・冬休み中に親子で予習をしたい
 - ・ケガをしないか、させないかが心配
 - ・リフト乗車が不安
 - ・漠然とした不安
 - ・初めてのスキーで子どもがどんなことを感じるか興味がある
 - ・冬休み中に一式貸して欲しい

5) 考察

全体的には保護者のみなさんの意識は非常に好意的ではあったが、その中でも以下の要点をあげることができるであろう。

- ①スキー学習の具体的な展開や指導体制については、余り良く知られていない。
- ②スキー学習が行われることは皆がよく知っているが、だからと言って家庭で積極的に取り組んでいない。
- ③総じて期待感は大いだが、スキーの体験を通じて子どもが身に付ける内容については、明確でない部分が多い。
- ④積極的な不安感は少ないが、漠然とした不安はある。

これらを総合すると、スキー学習の中で子どもたちが身に付ける様々な内容について、丁寧且つ積極的に保護者のみなさんに知らせ、すべての保護者のみなさんが関心を持ちよく知っていただけるよう働きかけることが望まれる。そのような取り組みの中から、漠然とした不安も解消されていくであろう。

4 2011年度スキー学習 保育のねらい・内容・留意点

スキー学習を保育の一部と考えた時に、体力・技術的な一面だけではなく、精神的部分・人間性などの育成も考慮する必要があると考える。具体的には、挨拶・できない人たちへの思いやり・頑張る気持ち・感謝の気持ち・安全に対する意識など、自然発生的に身につく部分もあるが、「スキー学習の内容の1つ」という意識を持ち取り組んでいかなければならないと考える。

文献

白石豊・広瀬仁美, 『どの子ものびる運動神経』 かもがわ出版, 2005.

岩崎洋子編, 『保育と幼児期の運動あそび』 萌文書林, 2008.

教育本部, 『スキー指導と検定 2012』 スキージャーナル, 2011.

日本スキー教程『自然で楽なスキーのすすめ』 スキージャーナル, 2010.

日本スキー教程『安全編』 スキージャーナル, 2010.

財団法人北海道スキー連盟『2012年度 教育本部メモ』 スキージャーナル, 2011.

Facing the Challenges of Providing Skiing Classes for the Eldest Kindergarten Children:

Skiing Classes with the Eldest Infants Class of Hokkaido Bunkyo University's Affiliated Kindergarten

HIRAOKA Hideki • ODA Shinichi • SEKIHARA Shouko and KONISHI Etsuko

Abstract: Children who are raised in a snowy area should be familiar with skiing from infancy. To achieve this goal, Hokkaido Bunkyo University's affiliated kindergarten gave ski classes to their eldest students. 8 classes were provided for the kindergarten's 5-year-olds from January to March 2010. The majority of the children had no skiing experience, but by the end of the final lesson, they were all able to ride the ski lift and ski down a slope by themselves.

From a childcare and child development perspective, this initiative resulted in not only the acquisition of skiing techniques, but also enhanced confidence and self-esteem. After consideration of this outcome and the results of a survey given to parents about their expectations, skiing class plans were drawn up according to individual children's needs.