

# 「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

櫻木 真智子\*<sup>1</sup> 太田 よし美\*<sup>2</sup> 西田 ますみ\*<sup>3</sup> 梁川 悦美\*<sup>4</sup> 桐川 敦子\*<sup>5</sup>

## Impact of the “parent-child exercise game” on children and parents

SACRAGI, Machiko, OHTA, Yoshimi,  
NISHIDA, Masumi, YANAGAWA, Etsumi and KIRIKAWA, Atsuko

### 要旨

親子で身体を動かして遊ぶプログラムを作成し、幼児とその保護者を対象に実施した。参加した親子の家庭における遊び方、保護者の運動遊びに対する意識および子どもの運動能力に、どのような影響があったのかを調査・検討した。運動能力については、身体の連携動作の代表として選んだ「投げる」能力の変化について、実践の様子および録画したビデオ映像を観察し、考察した。

「親子で楽しむ運動遊び」の回を重ねるごとに、子どもの動きは活発になり遊ぶ意欲も徐々に増していった。また、親子が積極的にかかわりあって遊ぶ様子が見られるようになっていった。子どもの「投げる」能力についても向上がみられた。保護者は子どもの運動能力が向上したことに関して実感こそ得ていないが、そこで実施した遊びを家庭でも実施する傾向がみられ、子どもの遊びや運動能力に関する意識や親子のかかわりにおける変化などがみられ、将来の運動遊びの実践につながるということが予想されるという結果となった。

### キーワード

運動遊び、親子、投げる動作

### Abstract

The “parent-child exercise game” program, designed to increase body movement while playing, was implemented with preschool children and their parents. Children of three years and four years of age and the parents consisted of many mothers including a few fathers participated in this program. This study examined how the program influenced the manner of playing in the households of the participating parents and children, parents’ awareness of exercise games, and children’s exercise capacity. Exercise capacity was assessed in terms of changes in throwing ability, which was chosen as a representative movement of physical coordination and was measured through actual observation and recorded video images.

As the number of “parent-child exercise game” sessions increased, the children moved more actively and their motivation for play increased gradually. In addition, parents and children were observed to become more actively involved with each other during play. Furthermore, the throwing ability of the children improved. The parents did not seem aware that the children’s exercise capacity had improved; however, they tended to implement the game at home. In addition, changes were observed in parental awareness of the children’s play and exercise capacity. The results suggested that the program can lead to future implementation of exercise games.

### Key words

exercise game, parent-child, throwing ability

## 1. 緒言

身体を動かして遊ぶ子どもたちの姿は、かつては日常よく見られる光景であった。しかし近年、遊びの室内化、遊び時間・場所・仲間の減少および治安の悪化など子どもを取り巻く社会の変化をはじめさまざまな理由から、身体を動かして遊ぶ機会は減少し続けている。そもそも子どもは身体を動かす技術と習慣を、遊びを通して身につけていくのであり、それが自然である。幼児期に運動経験を十分積むことで運動能力を増大させ、

それが発育の重要な一部となる。運動経験が不足すると、この自然に行われる訓練の成果が得られないことになる。運動経験の不足によって運動能力が低下することは、多くの報告が示す通りである。しかし運動経験の不足の影響は運動能力の低下にとどまらない。その影響は幼児の生活や遊びの技術の低下にまで及んでいる(岩崎ら2012年)。

自ら身体を動かして遊ぶという子ども本来の姿を取り戻し積極的に遊ぶようになるためには、幼児期から遊ぶ楽しさと気持

\* 1 : 聖徳大学短期大学部保育科・准教授 / \* 2 : 日本女子体育大学附属みどり幼稚園保育室・室長 / \* 3 : 日本女子体育大学・名誉教授  
\* 4 : 東京家政大学児童学部児童学科・准教授 / \* 5 : 日本女子体育大学スポーツ健康学科幼児発達学専攻・講師

ち良さを十分に味わう機会をつくり、運動への好奇心や意欲が育つようにしていくことが大切である。そのためには、幼稚園や保育園における運動遊びの体験が欠かせない。それに加えて、家庭における遊び体験も重視されるべきである。幼少期の子どもにとって、運動する機会の有無や身体を動かすことの嗜好は、養育者の嗜好や意識に影響される傾向があることが報告されている（鈴木ら2008年）。保護者が運動やスポーツが好きでそれらに対して理解があることと、保護者が運動に親しむ習慣があることなどによって子どもも運動が好きになり、身体を動かしてよく遊ぶということが知られている。また保護者が意識して子どもと運動遊びを楽しむことができるような機会をつくることも大切である。特に、幼稚園入園以前の子どもの場合、入園前後に普段最も多く接する保護者の影響が大きいと考えられる。換言すると、保護者と子どもが接しながら遊びを楽しむ機会が特に重要であると言えるのである。

そこで今回は、保護者と子どもと一緒に楽しめる運動遊びの実践を試みた。遊びの種類や内容としては幅広く選択したが、今回はその中に「投げる」遊びを意図的に多く盛り込んだ。その第一の理由は、近年問題となっている幼児の運動能力の低下傾向が「投げる」において著しいことが報告されているからである。1966年からスタートして現在も継続している運動能力の全国調査によると、幼児の運動能力の低下は実施されたテストの全種目にわたっているが、その中でもソフトボール投げの低下傾向は著しい。或る幼稚園における20年間の運動能力の推移を分析した先行研究でも同様の傾向がみられた（梁川2013年）。運動経験と運動能力に強い相関関係がみられる多くの報告が示すように、子どもたちの遊びや生活のなかで「投げる」という動作が少なくなっていることが推測される。

本研究の目的とするところは、親子で一緒に身体を動かして遊ぶ取り組みに参加することによって、子どもとその保護者の家庭における遊び方、保護者の運動や運動遊びに対する意識および子どもの運動能力にどのように影響を及ぼしたのかについて検討し、その効果を明らかにするための資料とすることにある。

## 2. 方法

保育者指導のもと、幼稚園の屋内ホールを利用して子どもとその保護者が一緒に身体を動かして楽しめる場「親子で楽しむ運動遊び」として企画した。この取り組みを、本報告では以下「親子の運動遊び」と表記する。今回は、「親子の運動遊び」参加による保護者の意識変化を質問紙調査によって明らかにするとともに、子どもの運動への取り組みや運動能力の変化を、参加・観察、ビデオ観察、飛距離の測定などによって検討した。

### (1)対象者

対象者は「親子の運動遊び」に参加した3から4歳までの男

児7名、女児3名とその保護者、合計10組（当日の欠席数により人数が異なる）である。参加した保護者のほとんどは母親であったが、少数ながら父親も含まれる。

### (2)実施期間

実施期間は平成24年5月から平成25年3月までで、実施回数は全10回である。1回の遊び時間は約1時間とした。

### (3)遊びの内容と方法

遊びの種類については、保育者と幼児教育および幼児体育を専門とする大学教員によって十分な検討の上に厳選された。1時間の遊びのうち、開始から約50分間は、なわ、フープ、ボール、跳び箱、マットなどの遊具も使い、なわとび、ボールころがし、探検ごっこなどを実施した。実施にあたっては、操作系（なわやボールなどの遊具を扱う動作）、移動系（歩く、走るなど移動に関係する動作）、姿勢制御系（逆さまになる、よじ登る、転がるなど姿勢維持に関係する動作）の基本運動が幅広く経験できるように配慮した。

後半の約10分間は、意識的に「投げる」遊びを取り入れた。遊びの例を、図1に示す。子どもが自由にスカーフを投げる、子どもと保護者が一緒に玉入れをする、親子一緒にキャッチボールをするなど、投げることに徐々に慣れていくようにすること、投げることに楽しさを感じられるようにすることなどに留意して遊具や遊び内容を選択した。遊具としてはボール、スカーフ、空気を入れた傘袋などを用い、ボールにこだわらずにさまざまなものを用いるようにした。ボールについては、大きさや握ったときの感触が異なるバラエティに富んだものを用いた。また、投げる目標となる的においても工夫を凝らし、子どもが興味を持つようにフープ、タンバリン、アニメキャラクター（きかんしゃトーマス）などを用いた。

全体を通して以下の5項目を意識して実践に臨んだ。

- ・親子と一緒に楽しく遊ぶことができること。
- ・子どもが達成感を味わえるようにすること。
- ・幅広い動作が体験できるようにすること。
- ・投げる遊びの内容は大学教員が提案し、実践は保育者が中心となって行うこと。
- ・指導形態は主に一斉指導とし、子ども全員が平等に共通の体験ができるようにすること。

現在、通常の保育では子どもの主体性を尊重し、子どもたちは自分のやりたいことを自分で決めて、それぞれ好きな遊びに取り組むことが重視されている。しかし今回は1時間という枠が制限されているため、内容と方法を事前に決めることによって、子どもたちが経験できることが平等になることを優先した。

### (4)質問紙調査

「親子の運動遊び」の第10回すなわち最終日に保護者に対して質問紙調査を実施した。調査内容は「親子の運動遊び」への参加動機、参加前と参加後の変化、参加した感想についてであ



a. 的にボールを入れる



b. スカーフ投げ



a. 傘袋を投げる



b. 傘を使った玉入れ

図1 投げる遊びの工夫

る。「親子の運動遊び」参加による変化については、家庭において子どもが遊ぶ様子に関する質問8項目と、家庭における保護者自身の運動遊びへの参加程度と運動遊びに対する意識に関する質問8項目である。加えて、第5回と最終日に自由記述で感想を書いていただき、さらに口頭でも意見を伺った。

#### (5)ビデオ映像による観察

約10分間の「投げる」遊びの様子を毎回ビデオカメラで撮影した。後日その映像を視聴しながら、子どもの様子、保護者の様子、親子のかかわりなどについて保育者と大学教員、それぞれの立場で検討した。

#### (6)運動能力測定(ソフトボール投げ)

子どもの投げる能力を把握するために平成25年1月(第8回)にソフトボール投げの測定を行った。また、「親子の運動遊び」とは別に、今回参加している子どものうち4人が通っている幼稚園の運動能力測定と連携し、ソフトボール投げのデータを参考にして比較した。「親子の運動遊び」参加者は運動能力測定が実施された幼稚園の園児とは限らないので、参加者全員の運動能力測定データを取得できたわけではない。期間は平成24年5月と10月、平成25年5月である。測定方法はいずれも、一般的に広く用いられている東京教育大学体育心理学研究室作成の

幼児運動能力検査に準拠した。

#### (7)保護者への説明

本研究の趣旨については、第1回に十分な時間をとって詳細な説明を行った。また、ビデオ録画、写真撮影、質問紙調査、これらのデータの研究および発表について保護者と保育室の責任者からの了解を得た。

### 3. 結果および考察

#### (1)「親子の運動遊び」への参加動機(表1)

「親子の運動遊び」に参加を決めた理由は、「子どもとふれあう機会を作りたい」が最も多く9名中7名、次に「『楽しそう』と思った」と「子どもに、運動が上手になってほしいと思った」が6名ずつであった。「親子の運動遊び」に対する保護者の参加動機として、子どもの運動不足の解消や、運動技術の向上など健康面や運動面を、多くの保護者が選択すると予想されたが、そうではなく「子どもとふれあう機会を作りたいと思った」や「友だちと遊ぶ機会を作ってあげたかった」といった、人とかかわりの視点を理由にしている参加者が多いことがわかった。周囲から子育ての助言が得られにくい近年の環境のなかで、子どもとかかわりに疑問や戸惑いを感じている保護者も多い

表1 「親子の運動遊び教室」への参加動機

質問項目	「ややある」「ある」	
	n=9	
「楽しそう」と思った	6	
子どもとふれあう機会を作りたいと思った	7	
子どもの運動不足を解消したいと思った	4	
自分の運動不足を解消したいと思った	2	
運動が上手になってほしいと思った	6	
友だちと遊ぶ機会を作ってあげたかった	4	
その他 子どもが「やりたい」と言った	1	
運動に興味をもってほしかった	1	

表2 家庭における遊びへの影響について

a. 「子どもの遊び」について (人)

質問項目	「ややある」「ある」	
	n=8	
体を動かすことが増えた	3	
体を動かして遊ぶようになった	3	
体験した遊びをやっていた	6	
投げる遊びをすることがあった	5	
〇〇ができるようになった	2	
運動が上手になった	1	
外で遊ぶことが増えた	2	
友だちと一緒に遊ぶことが増えた	1	

b. 「親子の遊び」について (人)

質問項目	「ややある」「ある」	
	n=8	
以前よりも、子どもと一緒に遊ぶようになった	3	
子どもと遊ぶ機会が増えた	3	
子どもと一緒に遊ぶ大切さを感じた	4	
体験した遊びを、家庭でも試してみた	7	
投げる遊びをやってみた	6	
子どもと遊べる遊びのレパートリーが増えた	5	
子どもの運動能力に対して興味を示すようになった	5	
遊んでいるときほめるようになった	6	

ことが報告されている。本研究における質問紙調査によっても、人とのふれあいを大切に思う保護者の気持ちが予想以上に強いことが示された。

(2) 家庭における運動遊びへの取り組み

「親子の運動遊び」の第10回(最終日)に実施した質問紙調査の結果を表2に示した。保護者から見た家庭における子どもの変化についてみると、「〇〇ができるようになった」、「運動が上手になった」が8名中それぞれ2名と1名によって選択されるにとどまった。運動能力の向上については十分な効果が認められなかった。

表3 「親子の運動遊び教室」参加に対する保護者の感想

質問項目	「やや当てはまる」「当てはまる」	
	n=9	
◇親子のふれあい		
子どもと一緒にたくさん遊べた	5	
子どもと一緒に遊ぶことに対して、関心が高まった	3	
◇運動する機会の確保		
子どもが体をたくさん動かして遊ぶことができた	7	
子どもがいろいろな運動に挑戦することができた	8	
子どもが「できた」を味わうことができた	8	
◇子どもを知る機会		
「子どもの興味」について、ある程度知ることができた	2	
子どもの成長を感じることができた	8	
◇人のかかわり		
子ども同士と一緒に遊ぶことができた	4	
他の親子とのかかわりがもてた	2	
保育士さんとかかわりが楽しかった	5	
◇子育ての参考		
保育士の子どもへの対応が参考になった	4	
遊びの種類や、子どもとの遊び方について参考になった	5	

しかし、「親子の運動遊び」で体験した遊びを家庭で実施する傾向がみられ、「体験した遊びをやっていた」が8名中6名、「投げる遊びをすることがあった」が5名いた。また保護者と一緒の遊びでも「体験した遊びを家庭でも試してみた」が7名、「投げる遊びをやってみた」が6名いた。一度体験した遊びは、家庭に帰ってからも遊びにつながりやすいことがわかった。遊びを提供する側は、さらに家庭で遊びが展開されやすいように、遊びの内容や遊び方を工夫することが大切であることが示された。

また、保護者においては参加者の約半数が「遊べる遊びのレパートリーが増えた」、「運動能力に対して興味を示すようになった」、「遊んでいるときほめるようになった」と答えており、今後これらの積極的な意識が発展し、将来さらに活発な運動遊びの実践につながることを期待できる。

(3) 保護者の意識の変化

参加したすべての保護者が「親子の運動遊び」に参加したことによって、運動に対する意識や、子どもとのかかわり方などに変化がみられたと答えた。今回の「親子の運動遊び」の体験が子どもの身体を動かして遊ぶ機会を広げ、そしてまた保護者と子どもとのかかわりをもつきっかけに結びつけたことを示す結果と考えられる。

「親子の運動遊び」の第10回(最終日)に実施したアンケートの自由記述について表3にまとめた。自由記述に加えて口頭でも保護者の意見を聴いた。表3をみると、回答の多かったのは

運動する機会をもてたことと、子どもを知る機会をもてたことについての意見であり、「子どもが体をたくさん動かして遊ぶことができた」、「子どもがいろいろな運動に挑戦することができた」および「子どもが『出来た』を味わうことができた」は、9名中8名の保護者が選択していた。運動遊びの機会については、幼稚園や保育園では確保されているものの、帰宅後の運動遊びが少ないとの研究報告が多くみられる。子どもたちが身体を動かして遊ぶ機会が少なくなっていることは広く知られているが、保護者自身は実感をもって認識しているものと考えられる。

子どもが置かれている状況を知る機会になったことについて、表3の「子どもの成長を感じることができた」は9名中8名の保護者に選択されていた。保護者の口頭でのコメント(以下「コメント」と表記)では「子どものできることできないことがわかった」、「子どもの得意なこと不得意なことがわかった」、「子どもの能力がわかった」、「親があきらめていたことに挑戦していた」および「幼稚園では見られない姿が見られた」がみられた。保護者にとっては、子どもを知る良い機会となり、子どもの運動能力に関心をもつようになったという点において「親子の運動遊び」の効果は大きかったといえる。

運動面の視点でとらえた保護者のコメントには「運動の目標をどこまで設定したら良いか今までわからなかったが、今回知ることができた」、「できないと思っていた運動ができていた」「もっと挑戦させても良いことが分かった」などがみられた。また、他の子どもとのかかわりにおいても気づきが見られ、「自分の子ども以外の子どもの様子が見られたことが良かった」ことも指摘されている。普段自分の子どもと接しているだけでは自分の子どもが同年代の子どもに比べてどのようなレベルにあるのかを知ることは難しい。したがって、自分の子どもが他の子どもとともに遊ぶ姿を見る機会は大切であることを示す結果であると考えられる。

子どもが運動に取り組むようになるための一つの方法として、「達成感を味わう」ことが有効であることが指摘されている。達成感を味わうことが、運動に主体的に取り組むための原動力になり次の運動意欲に結びつくといわれている。ここでは保育者が専門的な立場からその年齢の発達にふさわしい課題を設定しているため、保護者は、自分の子どもの運動技術レベルや目標となる課題を知ることになり、運動意欲を育てる手立てを少しでも学ぶことができたのではないかと考える。また、他の子どもの運動技術レベルも知ることになり、保護者の安心材料になっていると考えられる。

コメントの中に「子どもの性格や行動傾向がよく見えた」とある。一緒に遊んでいる中で、人前で積極的にやって見せる子どももいれば、なかなか取り組まず本来の能力が発揮できない子どももいる。他の子どもと協力して取り組む子どももいれば、

勝手に自分の思うままに行動する子どももみられる。多様な運動場面における子どもの行動に触れたことによって、運動面に限らない子どものさまざまな姿に接することができたことが、保護者にとっては子どもを知る良い機会になったと考えられる。それは参加している他の子どもの様子を見ることでも同様の効果を得られるのである。

また、保育者と子どもが遊んでいる姿を見ることは、保護者にとっては子どもと遊ぶ際のヒントになったと考えられる。「遊んでいるときほめるようになった」と6名が答えており、専門家である保育者が子どもにどのように言葉を掛け、どのように補助しているのかなど、その姿にふれることによって、その援助のポイントは普段の生活のなかで活かされていくことが期待できる。

保護者は今回、「親子の運動遊び」に参加し子どもと一緒に遊んだことによって、漠然と考えていた子どもの運動についての考えや子どもの運動能力などを、今までよりもしっかりと知ることができたと考えられる。参加した保護者は得られた認識をもとに、具体的にどのように子どもとかわれば運動の援助ができるか、学ぶことができたものと考えられる。

#### (4)「投げる」能力について

2012年5月、10月、2013年1月、5月に測定したソフトボール投げの結果を表4に示した。参加者のうち男児4名(C児、D児、F児、G児)、女児2名(H児、I児)の計6名は、同じ系列の幼稚園に所属している。参考までに、この幼稚園における飛距離の平均値と比較した。2012年5月、10月に測定した飛距離は、幼稚園の平均値よりも全体的に低い傾向がみられたが、1年後には男児4名中3名が全体の平均値を上回っていた。女児2名においては、その傾向がみられなかった。1年後の伸びも1名は同値、1名は1mの伸びに過ぎなかった。いずれにしても時間の経過と「親子の運動遊び」への参加のどちらによっても、ソフトボール投げの数値に現れる明確な変化は確認できなかった。

本研究では連係動作の代表として「投げる」を採用している。ここでいう連係動作とは、身体の多くの部位を連携させることではじめて達成される動作を指す。「歩く」「走る」「跳ぶ」動作も連係動作に含まれるが、ここでは「投げる」が選ばれた。

それでは「投げる」動作はどのように達成されるか。まず重心の移動、すなわち前方に踏み出す動きである。正確に踏み出すには下肢の筋力が必要であり、下肢の動きにはある程度の技術を要する。次に体幹の動きである。「投げる」動作の場合、体幹の前屈と回旋を同時に行う。これは脊柱の各部位における可動性の特徴を上手く使うことによる。この体幹の動きが上肢の動きへと伝えられる。上肢ではまず、上肢帯すなわち鎖骨と肩甲骨が前方へと移動する。この動きが上腕と前腕へと伝えられ、最終的に手そして指の動きとなる。これらの連携によって

表4 ソフトボール投げ

(m)

対象児	年齢(2012年5月)	2012年		2013年		
		5月	10月	1月	5月	
男児	A児	3歳11ヶ月	—	—	—	—
	B児	3歳9ヶ月	—	—	1.4	—
	C児	3歳9ヶ月	—	2	2	4
	D児	3歳7ヶ月	2	2	2.7	3
	E児	3歳6ヶ月	—	—	—	—
	F児	3歳5ヶ月	2	2	4.1	5.5
	G児	3歳2ヶ月	4	2	4.1	4
M幼稚園の平均値	前半	2.0 (n=19)	2.4 (n=18)	—	3.7 (n=17)	
	後半	3.0 (n=20)	3.2 (n=22)	—	3.9 (n=24)	
女児	H児	3歳2ヶ月	2.0	1.0	2.7	2.0
	I児	3歳7ヶ月	1.0	2.5	1.5	2.5
	J児	3歳4ヶ月	—	—	1.8	—
M幼稚園の平均値	前半	1.7 (n=18)	2.4 (n=16)	—	2.7 (n=21)	
	後半	2.2 (n=23)	2.5 (n=20)	—	3.2 (n=22)	

前半：4月～9月生れ， 後半：10月～翌年3月生れ

生じた力がボールなどの対象物に伝えられ、「投げる」動作は達成される。

ここで、数多い連係動作の中で本研究が「投げる」を選んだ理由を挙げる。前述のように第一の理由は、運動能力測定において低下著しいという結果が示されていることである。第二の理由は、「歩く」「走る」や「跳ぶ」が人間の形態から生まれる自然な動作であるのに対して、「投げる」こと、しかも効率よく投げることは普段の生活ではあまりみられない運動であるからである。投げる動作そのものは、少なくとも現代社会の日常生活では必要とされる優先順位が低い運動であるため、投げる動作そのものを上達させることは必要とされていない。しかし、投げる動作は身体を構成する各部位がそれぞれの特徴を生かして運動し、さらにそれらがタイミングよく連携してはじめて達成される動作である。投げる動作を、多くの動きを含む基本動作の一つとして捉えれば、投げる経験を積むことは日常生活の多くの場面で活かせることになる。これこそ遊びの中で獲得させたい能力である。

そもそも今回「親子の運動遊び」に参加した3～4歳の場合、投げる動作はぎこちなく、身体各部位の動作の連携が投げるという行為に上手く結びついておらず、投げる動作としては極めて未熟である。そのためこの3～4歳では、身体各部位の動作の連携が少しずつ向上して、それが投げるフォームには表れているが、飛距離には必ずしも反映されるとは限らないので

ある。したがって本研究が求める投げる動作における上達の度合いは、運動能力測定でのソフトボール投げによって得られる飛距離の数値データではなく、投げるフォームにこそ表れると考えられる。

そこで本研究では、子どもたちの投げる様子を観察しその上達の度合いを目視によって判断することにした。その結果、現場経験が豊富な保育者と運動遊びについての教育・研究に携わる大学の教員がそれぞれの専門の立場から観察し、「親子の運動遊び」において子どもたちの投げる動作が向上していることが確認されている。

投げる技術は遠くに飛ばすことだけではない。思い通りの方向に思い通りの強さで投げることも投げる技術である。そもそもぎこちない動作である幼児の「投げる」では、技術向上が飛距離には表れにくいことが示された。

(5)ビデオ視聴による子どもの様子と親子のかかわり(図2)

10回にわたる「親子の運動遊び」において、10分間の「投げる」遊びの様子をビデオカメラに撮影し、後日その映像を視聴して子どもの動きと親子のかかわりについて観察・検討した。その結果、ソフトボール投げにおいて「親子の運動遊び」に参加した後は投げるフォームにおいて変化がみられた。

図2は参加後半(8回目)のソフトボール投げの様子であり、典型的な男児2例、女児2例の4例である。男児は、足を前後に開き重心移動を使って投げている。また、後半は投げる方向

男児



B児



D児

女児



J児



H児

図2 「親子の運動遊び教室」参加後の投げるフォーム (2013年1月；8回目)

に身体を前傾させボールに勢いをのせて投げており、「投げる」運動技術としては上達していると考えられる。女児においては、重心移動は明確ではないが、前傾姿勢はみられる。ボールの飛距離には上達程度が反映されていないが、身体の使い方においては男女ともに変化しており、動きの体験が身体に蓄積されていることが実感できる。この傾向は、遊びの中でもみられる傾向である。例えば、投げる対象物の中では、スカーフのようにそのままでは投げるのが幼児にとって難しいものも、プログラムの後半には上手く飛ぶように意識してフォームを工夫している様子が確認されている。

また「親子の運動遊び」の回数を重ねるごとに、最初のころには稀薄であった的当て遊びにおいて、的に当てようとする意識が顕著にみられるようになった。的に当たらなかつたら泣く、

あるいは何回も挑戦するなどの姿がみられ、目標の達成を強く意識する様子がみられるようになった。動きそのものも活発になり、遊ぶ意欲も次第に強くなっていることが読み取れた。

親子のかかわりにおいても変化がみられ、子どもの動きに保護者が反応するようになる。親子が活発にコミュニケーションをとる様子がみられ、子どもをほめる、助言する、励ますなどのかかわりがみられるようになっていた。そのようなかかわりによって、子どももさらに体験する動きの幅を広げていた。遊ぶ機会が少なくなりつつある現代において、保護者が子どもに対するかかわり方を少し意識するだけで、子どもの運動経験の幅が広がることにつながっていくことが示唆される。

今回のプログラム、すなわち親子で一緒に身体を動かして遊

ぶ取り組みに参加することによって、保護者の運動や運動遊びに対する意識、子どもの運動遊びへの取り組み、および運動能力がどのように変化したかについて検討し、一定の効果がみられた。今回の結果においては、子どもの成長による影響は否定できないが、長年保育士、幼稚園教諭として保育現場に籍をおいていた専門家の視点と、保育者養成校で実際に子どもと接しながら運動発達の研究に取り組んできた研究者の視点とともに考察したものである。したがって今回得られた結果は単に子どもの成長によるものだけとは言い切れないのである。

幼児期には、あることができたかできないか、伸びたか伸びないかなど目に見える成果を出すことよりも、目には見えなくとも身体に蓄積されていく変化に期待し、多くの動きを経験させることが大切であると考えている。とくに運動面においては、いかに幅広い動きを経験させるかが重要である。また、遊ぶことによってさまざまな楽しさや気持ちよさを経験させることが欠かせないことも忘れてはいけない。運動は身体面だけでなく、情緒面、知的面、社会面への期待も含めて、運動遊びの実践を考えていくことが必要である。

今回の調査によって、「親子の運動遊び」実践は、数値に現われるような直接的な運動能力の向上に結びつくとは限らないが、観察による変化は明らかである。また、子どもの運動に対する保護者の意識を高め、子どもが運動する機会を多くし、さ

らに親子の触れ合いの場としての役割を果たすことが明確となった。

#### 参考文献

- 1) 岩崎洋子, 朴淳子香, 2012: 幼児期の運動と園での生活・遊び技能の関連-4- -性差と年齢の視点から-, 日本女子大学紀要 家政学部, 59: 1-4
- 2) 井戸和秀, 小合幾, 岸桂子, 奥田久美子, 山上知子, 2000: 講演会や親子体操の実施による家庭での幼児の運動遊びと保護者の意識の変化, 岡山大学教育学部研究集録, 114: 117-122
- 3) 香村玲奈, 春日晃章, 福富恵介, 2011: 幼児の体力, 運動能力と保護者の遊びや運動に関する養育態度との関係, 岐阜大学教育学部研究報告(自然科学), 35, 147-151
- 4) 鈴木康弘, 江波諄子, 木村由希, 大津美紀, 2008: 保護者の養育力エンパワーメントに関する研究①保育実践に基づく情報提供が保護者の養育力に与える影響について, 常磐短期大学研究紀要, 37: 52-58
- 5) 西田明史, 2010: 運動遊びの定期的な実践が幼児の運動能力に及ぼす影響, 永原学園佐賀短期大学紀要, 41, 1-10
- 6) 森司朗, 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: 56-66
- 7) 文部科学省, 2012: 幼児期運動指針
- 8) 梁川悦美, 櫻木真智子, 西田ますみ, 桐川敦子, 2013: 幼児の体格及び運動能力について-幼稚園児の20年間の記録からの分析-, 日本女子体育大学紀要, 43: 78-89
- 9) 吉岡清香, 1988: 親の運動の好き嫌いが幼児の運動遊びに及ぼす影響について, 福山市立女子短期大学紀要, 44, 65-72
- 10) 吉田伊津美, 2010: 動きを育てる親の役割, 子どもと発育発達, 7(4), 240-243



**\*\*\* 「親子で楽しむ運動遊び」 \*\*\***

本日はお疲れ様でした。  
アンケートのご協力よろしく申し上げます。  
ご協力いただきましたアンケートの結果については、「子どもたちを元気にするための遊びの在り方」を研究するための参考にさせていただきます。  
したがって、個人の情報については固くお守りしますので、ご安心ください。

お子さんの氏名：( ) 男・女 (○印をおつけください)  
本日の参加者 : お母様 ・ お父様 ・ その他 ( ) (○印をおつけください)

**1. 「親子の運動遊び」参加を決めた理由についてお聞かせください**

下記の ( ) に○印をおつけください。(いくつでも可)  
( ) 「楽しそう」と思った ( ) 子どもと触れ合う機会を作りたいと思った  
( ) 子どもの運動不足を解消したいと思った ( ) 自分の運動不足を解消したいと思った  
( ) 運動が上手になってほしいと思った ( ) 友達と遊ぶ機会を作ってあげたかった  
その他 ( )

**2. 「親子の運動遊び」に参加していかがでしたか。お聞かせください**

下記の ( ) に印をおつけください。(当てはまる：◎、 やや当てはまる：○、 当てはまらない：△)  
① 参加して良かった。( )  
② 理由をお聞かせ下さい。  
( ) 子どもと一緒にたくさん遊べた ( ) “子どもの興味”について、ある程度知ることができた  
( ) 子どもが体をたくさん動かして遊ぶことができた ( ) 子どもがいろいろな運動に挑戦することができた  
( ) 子どもが「できた！」を味わうことができた ( ) 子どもの成長を感じるようになった  
( ) 子ども同士と一緒に遊ぶことができた ( ) 他の親子とのかかわりがもてた  
( ) 保育士さんとかかわりが楽しかった ( ) 遊びの種類や、子どもとの遊び方について参考になった  
( ) 子どもと一緒に遊ぶことに対して、関心が高まった ( ) 保育士の子どもへの対応が参考になった  
その他 ( )

**3. ご家庭でのお子さんの遊び (体を動かす遊び) について**

1) 「親子の運動遊び」に参加するようになって、ご家庭でのお子さんの遊びや遊び方について、変化した点がありますか。  
ある ・ 少しある ・ ほとんどない (○印をおつけください)  
2) どのようなことですか。下記の ( ) に印をおつけください。(当てはまる：◎、 やや当てはまる：○、 当てはまらない：△)  
( ) 体を動かすことが増えた ( ) 体を動かして遊ぶようになった  
( ) 「親子の運動遊び」で体験した遊びをやっていた ( ) 投げる遊びをすることがあった  
( ) ○○○ができるようになった (例えば・・・ )  
( ) 運動が上手になった ( ) 外で遊ぶことが増えた ( ) 友だちと一緒に遊ぶことが増えた

**4. ご家庭でのお母様、お父様との遊び (体を動かす遊び) について**

1) 「親子の運動遊び」に参加するようになって、ご家庭でお子さんと一緒に遊ぶ際の気持ちや、遊びの内容・遊び方について変化した点がありましたか。  
ある ・ 少しある ・ ほとんどない (○印をおつけください)  
2) 下記の ( ) に印をおつけください。(当てはまる：◎、 やや当てはまる：○、 当てはまらない：△)  
( ) 以前よりも、子どもと一緒に遊ぶようになった  
( ) 子どもと遊ぶ機会が増えた  
( ) 子どもと一緒に遊ぶ大切さを感じた  
( ) 「親子の運動遊び」で体験した遊びを、家庭でも試してみた  
( ) 投げる遊びをやってみた  
( ) 子どもと遊べる遊びのレパートリーが増えた  
( ) 自分の子どもの能力 (運動能力) に対して興味を示すようになった  
( ) 遊んでいるとき (出来たときなど) ほめるようになった

**5. 「親子で楽しむ運動遊び」に参加した感想や、ご意見などを教えてください。**

必要な方は裏面もお使い下さい

**\*\*\* ご協力ありがとうございました。\*\*\***