

# 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

小林 真・増田 共子<sup>1)</sup>

## Effect of Educational Practice for Students to Plan Physical Play Activities

Makoto KOBAYASHI and Kyoko MASUDA<sup>1)</sup>

### 要 旨

本研究では、保育者を志望する学生を対象とし、運動遊びを企画する力を高める教育実践を行った。国立山青少年自然の家において、野外の様々な活動エリアで運動遊び（アクティビティ）を企画し、幼児を対象に遊びを提供するという実践を行った。学生が立案した指導案（アクティビティシート）と参加した子どもの様子、事後の振り返りから、この実践の有効性が確認された。

**キーワード：**運動遊び 自然体験活動 保育内容（健康）

**keywords：**physical play, activities of nature experience, contents of education in kindaergarten (health)

### 問題と目的

幼稚園教育要領（文部科学省，2008）における領域「健康」の主旨は、健康な心と体を育て、自ら健康で安全な生活をつくり出す力を養うことにある。そのためのねらいとして、(1) 明るく伸び伸びと行動し、充実感を味わう、(2) 自分の体を十分に動かし、進んで運動しようとする、(3) 健康、安全な生活に必要な習慣や態度を身に付けることが記されている。ねらい(1)は、充実感を味わうということが重視されており、身体面だけでなく心の健康を重視したねらいだと考えられる。ねらい(2)は、体を動かすこと、運動することが中心となっている。ねらい(3)は、生涯にわたる健康・安全な生活を営むための基本的な態度を身につけることが重視されている。この3つのねらいの中から、本研究では特に(2)の運動に焦点を当てることとする。領域「健康」の内容の中で、特に運動と関連性が深いのは(2) いろいろな遊びの中で十分に体を動かす、(3) 進んで戸外で遊ぶ、(4) 様々な活動に親しみ、楽しんで取り組む、の3点である。

幼児期の運動の意義については、幼児期運動指針（文部科学省，2012）において次の5点が指摘されている。すなわち、(1) 体力・運動能力の向上、

(2) 健康的な体の育成、(3) 意欲的な心の育成、(4) 社会適応力の発達、(5) 認知能力の発達、である。この中でも本研究では、体力・運動能力を育てる運動遊びに焦点を当てる。

運動遊びと幼児の体力について、山本（2014）が大型遊具（図1）を導入した幼稚園で、導入前後の子どもたちの運動能力を比較している。



図1 山本（2014）で報告された大型遊具

その結果、男児では年少児の1年後の握力と長座体前屈が導入しなかった頃の年中児よりも高くなり、さらにその1年後でも前屈の値は高くなっていた。女児では、1年後の10m走の値と2年後の立ち幅跳びの値が向上していた。このように、ふだんの遊びの中でつかむ・登る・跳ぶなどの動きを経験する

1) 国立山青少年自然の家<sup>注1)</sup>

ことが、運動能力の向上につながることを示された。

ただし、経済的な問題と園庭のスペースの関係で、全ての幼稚園・保育所でこのような大型遊具を導入できるわけではない。したがって、園外保育を活用して多様な運動遊びを経験する機会を保证する必要があると考えられる。

富山県では、市街地から比較的近い場所に国立立山青少年自然の家（以下、自然の家と略記）が設置されている。幼児の利用者も多く、平成28年には斜面を利用した幼児用の遊歩道も設置された（図2）。したがって、このような自然体験ができる施設を利用することで、幼児に多様な運動遊びの機会を提供することができると考えられる。



図2 幼児用遊歩道

しかし文部科学省（2011）の報告に見られるように、現代の子どもに運動遊び・スポーツ等が必要だと考えている幼稚園は70％程度であるが、幼稚園・保育所等でもっと体を動かす遊びに取り組んだ方がよいと回答した園は年度にもよるが30～40％程度であった。したがって、保育者が様々な運動遊びの大切さを認識し、遊びを提供できるようにスキルアップを図る必要があるといえる。

そこで本研究では、保育者養成校のカリキュラムの中で運動遊びを企画・実践する能力を育てる実践を行い、その効果を検討する。具体的には、自然の家が実施した「平成28年度 幼児期における自然体験活動指導者研修会」<sup>注2)</sup>（以下、『研修会』と略記）に参加した大学生・短期大学生を対象とし、『研修会』の中で学生が企画・実施した運動遊びを取り上げる。学生が企画した運動遊びの指導案（アクティビティシート）、運動遊びに参加した子どもの様子、学生による事後の振り返り（アンケート）を資料とし、運動遊びを企画・実践する能力の育成の効果に

ついて考察する。

## 方 法

**対象者** 大学生・短期大学生16名（以下、学生と略記）。これらの学生は、『研修会』に参加した67名の学生の中で、運動遊びの立案・実施を担当した者である。また、事後アンケートについては富山大学の3名の学生を対象とした。

**事業の概要** 富山県内の保育者養成校の学生を対象とし、野外における様々な遊び活動（以下、アクティビティと表記）の企画力を高めるための合宿形式の研修会である。2泊3日の宿泊形式の研修会で、初日の夕方～2日目の夜にかけて、各グループが自然の中で行う運動遊び・人間関係を育てる遊び・造形遊び・身体表現遊びの企画を立案する。

3日目の午前中は、自然の家の企画事業「やんちゃキッズの大冒険」<sup>注3)</sup>に参加した幼児が、『研修会』の学生が企画する様々なアクティビティに参加するという計画になっている。

**アクティビティの企画** 4つのグループには、自然の家の4つの活動エリア（図3）がそれぞれ割り当てられ、その場所で幼児が楽しめる運動遊びを企画するという課題が与えられた。

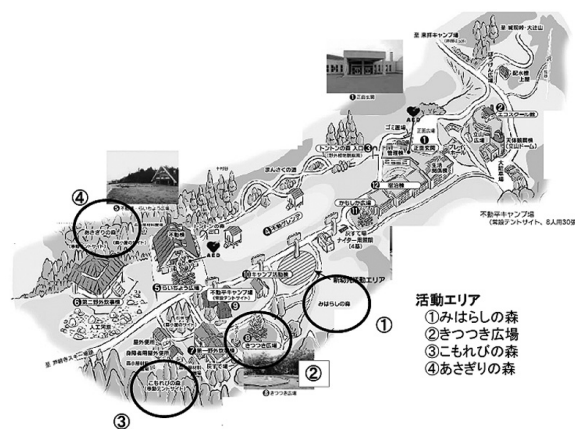


図3 本研究で利用した活躍エリア

学生はそれぞれの在籍校で自然の家の職員による事前指導を受けている。事前指導の際には、自然の家が作成した紹介ビデオを見ながら、様々なエリアで実施できる活動の例とその季節に利用可能な自然物（葉っぱ、花、木の実など）についての講習を受けた。この事前指導を踏まえて、学生は各自でアクティビティを考え、ワークシートに記入したものを持参して『研修会』に参加している。

初日の夕方に自然の家で2つの学校の学生が合





## 1


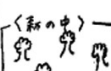
活動時間 20分間		時	環境構成	予想される子どもの活動	援助
		0分		<p>○学生の所に集まる。 ・イスに座り、学生の自己紹介を聞く。</p> <p>・元来よく自分たちの自己紹介を話す。</p> <p>・声が小さい子が多い。</p> <p>○今日の活動について話聞く。</p> <p>・静かに話を聞くが話をしてしまふ子が多い。</p> <p>○学生の話（新には動物の飼育かあるか）について、原田さん、元江に話を聞かせる。</p> <p>・今日まで活動について話で聞く。</p>	<p>・学生が所に集まる。下らイスに座るように声をかける。</p> <p>・元来よく、あるいは自己紹介をする。</p> <p>・声が小さい子が多い。声でマキを作ったりして、早くから自己紹介しやうと頑張る。</p> <p>○学生が話をしている時に、おどおどしているが、今後はおどおどしないで、静かに聞いてもらうと声をかける。</p> <p>・新に何の動物か飼っているか問題を出した時、少しづつヒントを出し、「お話を聞かせてね」という。</p> <p>・活動に興味を持ってもらう。今から活動でさらに実質してあげるようにと声をかける工夫して説明する。</p>
		5分	<p>〈新の中〉</p> 	<p>○新入物の動物。</p> <p>・新しい物の説明（マキ）をする。</p> <p>・学生が話を聞いて行く。</p>	<p>・新入動物して、お話を聞いたら、動物をするのが動物の実態に、お話を聞かせる。</p>

図5 きつつき広場のアクティビティ

**J**

[illegible]

図6 こもれびの森のアクティビティ

[illegible]

図6 こもれびの森のアクティビティ




タイトル『自然を探そう! ～森の中の借り物競争～』			
<b>1 活動のねらい</b> ◎自然を感じながら、体を動かすことを楽しむ。◎借り物競争をやる。			
<b>2 活動の概要</b> 木に貼ってある、折り紙で作った動物や虫を見つけ、それと一緒にあるお題の自然物を探す。			
<b>3 準備物</b> ・折り紙で作った動物、虫(32個) ・お題の札(20枚)			
＜活動時間 20分間＞			
時	環境構成	予想される子どもの活動	援助
00	<b>＜外＞</b>  ・子ども達全員が顔が見えるようにする。	・学生の周りに集まる。 ・興味を持ってワタワタしている子どもがいる。 ・所となる自然物を用意しておく。 ・折り紙で作った動物(お題)を木に貼っておく。 ・なかなか集まらない子には、例となる物を見せるなどして興味を持たせるようにする。	・子どもが集まって聞けるように大きな声で、はっきりと簡単に説明する。 <b>＜説明＞</b> ①木に貼ってある動物や虫を見つける。 ②動物や虫と一緒にあるお題に書いてある自然物や森で探そう。 ③リーダーのOKが出たら、次のお題を見つけて、自然物を探しに行く。 ④呼んだら戻ってくる。 ⑤折り紙の動物、虫はプレゼントする。 ・なかなか見つけられない子にヒントを出したり、一緒に探すように促す。 ・「早く早く!」や「お題がばっちり!」などやる気が出るような声をかける。 ・子どもが見つけて来た物を分けるように置く。 ・戻ってくるような声をかける。 ・なかなか戻らない子は、学生が連れ戻しに行く。 ・拾った自然物や、季節や森の楽しさを感じられるような声をかける。 ・子どもの様子や感想を話す。
06	 ・テープで貼る。	・お題の説明を聞く。 ・真剣に聞く子が多い。 ・集中できていない子が多い。 ・説明が分かった子に返事をする。 ・分からないようにしている子が多い。 ・自然物探し競争をする。 ・動物虫(お題)を探す。 ・お題になっている自然物を探す。 ・すぐに見つけて来る子が多い。 ・なかなか見つけられない子が多い。 ・お題とは違った物を持って来る子が多い。 ・楽しそうに探している子が多い。 ・「〇〇ちゃんすごい!」という声が多い。 ・戻ってくるような声をかけても、なかなか戻らない子が多い。 ・子ども達同士で様子を見合う。 ・拾った物を見て話す。 ・「いーばい探して帰しよう!」という声が多い。 ・他の子に負けて悔しそうな子が多い。 ・学生に感想を聞かれて驚える。 ・獲得した、次の活動にやる。	・子どもが集まって聞けるように大きな声で、はっきりと簡単に説明する。 <b>＜説明＞</b> ①木に貼ってある動物や虫を見つける。 ②動物や虫と一緒にあるお題に書いてある自然物や森で探そう。 ③リーダーのOKが出たら、次のお題を見つけて、自然物を探しに行く。 ④呼んだら戻ってくる。 ⑤折り紙の動物、虫はプレゼントする。 ・なかなか見つけられない子にヒントを出したり、一緒に探すように促す。 ・「早く早く!」や「お題がばっちり!」などやる気が出るような声をかける。 ・子どもが見つけて来た物を分けるように置く。 ・戻ってくるような声をかける。 ・なかなか戻らない子は、学生が連れ戻しに行く。 ・拾った自然物や、季節や森の楽しさを感じられるような声をかける。 ・子どもの様子や感想を話す。
18			
20	全体を終えてのふりかえり		

図7 あさぎりの森のアクティビティ

## 1. みはらしの森のアクティビティ (図4)

活動エリアはみはらしの森周辺で、活動名は「森の探検隊になろう」である。森の中の小さな広場(山並みを眺望できる)と森の中の小道からなるエリアである。アクティビティは、広場での①木登り(図8)、②小道を歩いて木の枝にぶら下がる(図9)、



図8 木にかけたロープを用いた木登り



図9 木の枝にぶら下がる

③狭いアップダウンのある小道を歩いて途中で片足立ちをする(バランス感覚を感じる)という3つの運動遊びからなっている。

担当した学生によるアンケートでは、みはらしの森周辺でしかできない活動を計画することに工夫をしたとのことであった。また、3つの遊びの中で身体のどの部分を使うか、どのような動きを取り入れるかを考えたとのことであった。また、「森の探検隊」になりきって遊ぶために学生たちも探検隊らしい扮装をしていた。子どもたちの様子としては、木登りの際に登り切ったときに達成感にあふれた満足



そんな顔をしていたこと、それぞれの活動のミッションの札を見つけて喜ぶ姿が見られたとのことであった。実際に、広場にある太い木や、小道を横切るように生えている木の枝、アップダウンのある細い道など、植生や地形を生かした遊びが作られていた。

ただし、安全面で配慮が不十分な点があったとの反省が記載されていた。木の枝にぶら下がる活動では、つかまる枝の一部に突起があったため(図10)、ぶら下がる場所について気をつけるべきだったとのことである。

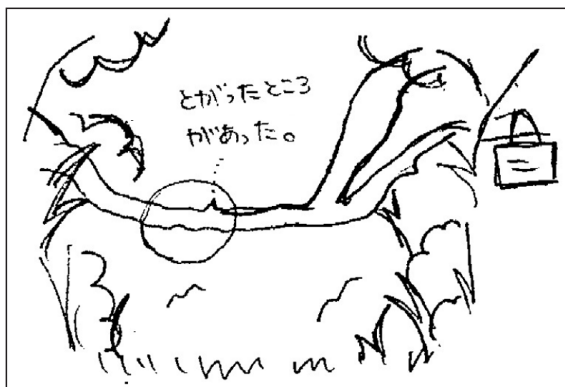


図10 ぶら下がる活動の危険箇所

## 2. きつつき広場のアクティビティ (図5)

活動エリアはきつつきひろば周辺で、活動名は「モンチッチめいろーバナナをゲットしようー」である。このエリアは、キャンプファイヤーができるように林を一部伐採して作った円形のきつつき広場と、周辺の杉林(地面には傾斜がある)からなっている。

「モンチッチめいろ」はいわゆるサーキット遊びで、幼児が子ザルになってそれぞれのコーナーに設置された運動遊びを楽しむものである。アクティビティは、スタート地点からゴール地点までの間に、①木の間にタフロンテープを張った蜘蛛の巣をくぐ



図11 蜘蛛の巣をくぐるコーナー

るコーナー(図11)、②ブルーシートを敷いた斜面を転がるコーナー(図12)、③木の幹に取り付けた箱にバナナを投げ入れるコーナー(図13)、④2本の丸太の間に渡した棒(梯子状)の間を跳ぶコーナー(図14)、⑤トンネルをくぐるコーナー(図15)、⑥ケンパで跳ぶコーナー(図16)の6つの運動遊びが設定されている。

はじめにどのような運動遊びがあるかを確認するために、子どもたちはゆっくりと各コーナーを回っ



図12 転がるコーナー



図13 バナナを投げ入れるコーナー



図14 丸太の間を跳ぶコーナー



図15 トンネルをくぐる(這う)コーナー



図16 ケンパで跳ぶコーナー

て遊びの説明を受け、実際に体験する。そしてゴールしたあとは、制限時間になるまで各自のペースで何回でもサーキットを回ってよいという流れになっている。

このグループの学生からは次のような感想が寄せられた。まずアクティビティを作る上で工夫した点として、いろいろな身体の動きを取り入れるようにしたこと、思い切り体を動かせるような内容になるようにしたことがあげられた。実際の子どもたちの姿は、制限時間まで何回もサーキットに取り組み、速く走ってゴールすることに喜びを見いだしていた。また、途中に設けられた各コーナーでは、いろいろな動きに取り組む姿も見られた。

工夫すべき点としては、コースが短かったためにもっと長い迷路にすべきであったということと、ゴールしたあとにスタート地点に戻るルートを示しておきべきであったという反省が記載されていた。実際に、最初の体験が終わったあとで子どもたちがコースから外れて自動車の通る道に出てしまったことがあった。コースを楽しむだけでなく、終わったあとにどのように行動すべきかを明確にしておかなければ、危険が生じるということが明らかになった。

なおこのエリアのアクティビティは、きつつき広場周辺の立地条件を十分に生かしていたとはいえなかった。遊戯室や園庭などを活用しても、類似の遊びはできると考えられる。したがって、トンネルやケンパの型については、小枝や葉っぱなどの自然物を利用して作ったり、でこぼこの地形をあえて選んでバランス感覚を養うコーナーを設定したりするなど、さらなる工夫ができたと思われる。

### 3. こもれびの森のアクティビティ(図6)

活動名は「自然を探そう!ー森の中の借り物競走ー」である。このエリアは全体が比較的平坦な杉林の中にある。また、道路を挟んだ芝生の斜面も利用可能である。

アクティビティは、①木の間に張ったタフロンテープの間をくぐる「くねくねへび」、②木の枝からつり下げた風船を叩く「ウサギジャンプ」(図17)、③積み上げた葉っぱの山の中から空ボールを探し出す「もぐってさがそう」、④木に登る「きのぼりウッキキ」(図17)の4つのコーナーからなる。



図17 ウサギジャンプのコーナー



図18 木登り



このグループの学生から寄せられた感想は次の通りである。まずアクティビティを作る際に工夫した点は、いろいろな動きを取り入れたこと（くぐる、またぐ、跳ぶ、掘る、登る）、動物の動きを取り入れて活動のイメージをしやすくしたこと、自然を生かした遊びにすることである。実際に子どもたちは、動物になりきって遊ぶことを楽しみ、ふだんの生活ではほとんど体験することがない木登りを楽しんでいた。

活動したあとに学生たちが気づいた工夫すべき点は以下の通りである。まず、ヘビになる際のテープをもっと増やしてくぐる動作を楽しめるようにすること、木登りの際に安全を考えて下にマットを敷くこと、潜る活動の際に小枝や葉っぱの山の中から石や栗のいがを取り除く、という3点である。

こもれびの森の立地条件は、大部分が直立する林の中である。このエリアの立地を生かすアクティビティを考えるのは難しかったと思われる。実際に、地形や植生を十分には行かせていなかったという感想が記載されていた。

#### 4. あさぎりの森のアクティビティ（図7）

活動名は「自然を探そう!—森の中の借り物競走—」である。この活動エリアは、直立した杉林(地面はやや傾斜がある)と芝生の広場からなっている。

図7からわかるように、運動遊びのアクティビティであるが、自然物を探すというテーマにもかかわらず、予め紙で作った虫や動物などを木の幹に張っておき、それを探すという活動が主体であった。

#### 5. その他のグループのアクティビティより

『研修会』では、運動遊びだけでなく自然の家の各エリアで人間関係を育てる遊び、造形遊び、身体表現遊びを企画するグループがあった。運動遊びを担当したグループ以外にも、運動遊びの要素を取り入れた活動があったので、いくつか紹介する。

図19はあさぎりの森で人間関係を深める遊びを企画したグループの環境構成である。忍者の修行の一環として、蜘蛛の巣をくぐるミッションが提示されている。内容的にはきつつき広場の「モンチッチめいろ」と同じ動きを伴う遊びである。

図20はあさぎりの森で身体表現を担当したグループのアクティビティの様子である。子どもたちはクマになりきって斜面に設置された階段を四つ這いで上っている。

図21は、こもれびの森で身体表現を担当したグ



図19 人間関係グループのアクティビティ



図20 身体表現グループのアクティビティ(1)



図21 身体表現のグループのアクティビティ(2)

ループのアクティビティである。緩やかな芝生の斜面で動物になりきって走るアクティビティが設定されていた。図21では子どもたちが四つ這いで斜面を走っている。

これらのアクティビティのように、運動遊びそのものがテーマではなく、「〇〇になって遊ぼう」と



いう身体表現を担当したグループの中には、地形を生かした運動遊びの要素が含まれているものがあった。したがって、ねらいそのものが運動遊びではないアクティビティであっても、自然の家という野外の環境の中では多様な運動の要素が含まれやすいと考えられる。

## 考 察

本研究では、自然の家の2つの事業とのタイアップ企画で、学生が野外活動の中で運動遊びを企画するという教育実践を試みた。その結果、学生たちが様々な運動遊びを考案し、実際に幼児がその遊びを楽しむ姿を見ることができた。したがって、このような企画は学生に対する教育的な効果があると考えられる。

実際に学生たちが企画したアクティビティをみると、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ている様子が見られた。特に、くぐる・這う・投げる・(木に)登る・ぶら下がるなどの動きが意識的に取り入れられていた。事後のアンケートにも、意図的に多様な動きを取り入れようと工夫したことが表れていた。

幼児期に必要な運動の経験は、特定のスポーツではなく、調整力を高める活動である。すなわち、全身をバランスよく使い、様々な身体部位を動かす運動遊びを十分に経験することが大切なのである。したがって、幼稚園・保育所を離れて自然の家のような自然環境の中で運動遊びを体験することは、楽しみながら調整力を高めるために有効だと考えられる。運動遊びそのものをねらっていないとしても、地形や植生を生かした身体表現等のアクティビティを企画する中で、運動遊びの要素が多く含まれることも明らかになった。

また、学生の事後アンケートでは、実際にアクティビティを実践することによって、安全に関する配慮点に気付いたという記述がみられた。したがって、保育者を養成する段階で、講義や演習で安全管理について学ぶだけでなく、実際に様々な運動遊びを企画・実践する経験を積むことが有効であることも示された。

しかし、アクティビティを企画する際に、自然の家の各活動エリアの特徴を十分に生かしていたかという点については疑問が残る。木登りや木にぶら下がる活動はそれぞれのエリアでなければ体験できな

い活動である。こうした活動エリアでアクティビティを企画した学生は、地形や植生を生かした内容を考案していた。しかし直立した太い木が並ぶ活動エリアに配置された学生は、一様に木の間にタフロンテープを張り巡らす環境構成を行っていた。こうしたアクティビティは、環境構成の工夫があれば遊戯室や園庭でも実施可能である。したがって、自然の家でなければ体験できないアクティビティを企画するためには、事前学習の際に各活動エリアについてより具体的なイメージをもっておく必要がある。特に、木の幹だけではなく根っこや地面の傾斜などの地形を利用して、バランス感覚を養うアクティビティを取り入れるなどの示唆を与えることも必要であろう。

また『研修会』は、2つの学校の学生が短時間で共同してアクティビティを作って実践するため、かなりタイトなスケジュールになっている。この活動は自然の家の2つの事業のタイアップ企画であるため、実施時期は10月の第2週ないし第3週の週末に設定せざるを得ない。そこで今後は、初日の集合時刻を早めることで、2つの学校の学生が交流する時間を十分に取るなど、『研修会』のスケジュールを見直すことも検討課題である。学生のグループがよりよく機能するようになれば、活動エリアの特性を生かした遊びを企画し、アクティビティの質が向上すると思われる。

## 引用文献

- 文部科学省 2008 幼稚園教育要領
- 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
- 文部科学省（幼児期運動指針策定委員会） 2012 幼児期運動指針
- 山本周史 2014 幼児用大型遊具が幼児の体力・運動能力に及ぼす影響 健康医療科学研究, 4, 41-48.

## 付記

本研究で写真を使用するにあたり、子どもの顔が映らないという条件で、事業を主催した自然の家の所長より了承を得ている。またアンケート調査への回答については、その内容から回答者が特定されるが、本研究の趣旨を理解した上で調査協力についての同意を学生から得ている。

## 謝辞

本研究は、2名の著者以外に多くの協力者によって企画・運営が行われました。ここに記し、感謝申し上げます。

国立立山青少年自然の家

所長 岩倉公男様

主任企画指導専門職 小嶋秀樹様

企画指導専門職 松田伸浩様

富山大学人間発達科学部発達教育学科

准教授 若山育代様

富山福祉短期大学幼児教育学科

助教 岡野宏宣様

非常勤講師 高見泰子様

金沢大学大学院教職実践研究科

教授 松本謙一様

## 注

注1) 正式名称は、「独立行政法人青少年教育振興機構 国立立山青少年自然の家」である。

注2) 正式名称は、「平成28年度 国立立山青少年自然の家教育事業 幼児期における自然体験活動指導者研修会」である。参加者は、富山大学人間発達科学部の学生20名、富山福祉短期大学幼児教育学科の学生47名の計67名である。

これらの学生を予め4～5人ずつの16班に分け、そのうち4つの班に運動遊びの企画・実施を課した。

注3) この事業は、年長児を対象に、1泊2日で自然体験を行う動である。この事業の2日目の午前中に、『研修会』で学生が企画した様々なアクティビティを、学生が保育者役となって提供するという2つの事業のタイアップ企画となっている。

(2016年10月20日受付)

(2016年12月7日受理)