

科学研究費助成事業 研究成果報告書

平成 29 年 6 月 1 日現在

機関番号：12501

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2013～2016

課題番号：25350940

研究課題名(和文) 幼児の総合的運動遊びにおける身体の動きの特徴と発達過程

研究課題名(英文) Characteristics of Body Movement and the Process of Development of Preschool Children in Integrated Physical Activities

研究代表者

松寄 洋子 (MATSUZAKI, YOKO)

千葉大学・教育学部・教授

研究者番号：90331511

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,800,000円

研究成果の概要(和文)：本研究では保育の中で行われている総合的運動遊びの現状と特徴を明らかにするとともに、発達に応じた指導方法を検討することを目的とした。

質問紙調査の結果、子どもの年齢や時期によって、総合的運動遊びの参加人数や、大人の関与、ルールの複雑さが異なり、保育者のねらいも変化していた。また、保育観察と活動量調査から総合的運動遊びは戸外で行われることが多く、その際の活動量が高いことが明らかとなった。総合的運動遊びを活用するためには、発達段階に応じた活動を選び、戸外での活動時間を増やすことや保育者が適切に遊びに関わる必要性が示唆された。

研究成果の概要(英文)：The purpose of this study is to clarify the present circumstances and characteristics of integrated physical activities conducted for early childhood education and care, and to examine appropriate instruction methods according to the stage of development.

The results of our questionnaire survey clarified that the integrated physical activities varied in the number of participants, level of adult involvement, and complexity of the rules, as well as the goals of teachers in response to changes the stage of development. In addition, our observations and physical activity research indicate that the integrated physical activities were typically conducted outdoors and involved a lot of physical activity. Therefore, in order for an effective application of the integrated physical activities, kindergarten teachers need to select suitable activities considering the stage of development, allocate more time to outdoor activities, and adjust the level of teacher involvement.

研究分野：幼児教育学

キーワード：総合的運動遊び 幼児教育 身体の動き 身体活動量 保育環境デザイン

1. 研究開始当初の背景

文部科学省の調査(2012)によると、1980年代半ば以降、幼児の体力・運動能力の低下がみられ、現在も低い水準のまま推移している。これは先進国に共通した課題であり、アメリカをはじめ、英国、カナダ等の諸外国では、幼児の身体活動ガイドラインが策定されている(竹中,2010)。日本においても、幼児期における運動習慣の基盤づくりとして「幼児期運動指針」(文部科学省,2012)が策定された。その中では幼児期の特性を踏まえ、「幼児は様々な遊びを中心に、毎日、合計 60 分以上体を動かすことが大切です」と記されている。

幼児期は、身体運動のコントロール能力が急激に発達する時期である(Wicstrom,1970;杉原,2000)。体育科学センターの調査(1980)によると、園生活の中で見られる基本動作は、操作動作、安定性動作、移動動作の3つに分類することができ、合計 84 種類であるとされているが、園の保育方針や形態によって幼児の動きの経験は異なる。一斉活動が中心の園では、同じ動作を共通に経験していたが、自由な遊び中心の園の幼児はさまざまな動きを高頻度で経験し、運動能力が高かった(杉原ら,2011)。ただし、自由な遊び場面では不活発な幼児は歩数が少なく動作の偏りが見られ、種類や出現回数が少なかったことから、活動量や動きの種類個人差が大きくなり、不活発な幼児にとってはむしろ動きの経験が乏しくなるようだ(油野,1988)。しかし、幼児が遊びの中でどのような動きをどの程度しているかを実際に検討した観察研究はほとんどみられない。

幼児期には特定の筋肉を鍛えるような運動に取り組むよりも、身体全体を用いて「追いかける」「逃げる」「かわす」「止まる」「ジャンプする」など多様な動きを経験する遊びが適していると言われている(無藤, 2009)。また、改訂された幼稚園教育要領等(2017)においても「様々な遊びの中で、子どもが興味や関心、能力に応じて全身を使って活動することにより、体を動かす楽しさを味わい、自分の体を大切にしようとする気持ちが育つようにすること。その際、多様な動きを経験する中で、体の動きを調整するようにすること。」と記載されている。本研究では全身を動かし、幼児の多様な動きを誘発する遊びを「総合的運動遊び」と名付ける。この総合的運動遊びが身体の動きの発達に果たす役割は大きいと考えられる。

松寄ら(2011)は、4・5歳の幼児を対象として、経験や能力に合わせて遊びを工夫することができる「ボール遊び」「マット遊び」「総合的運動遊び」の3種類の運動遊びプログラムを作成して実践し、その効果を検証した。その結果、性別や年齢にかかわらず身体能力の伸びがみられた。特に、多様な動きを経験する「総合的運動遊び」に取り組んだ幼児は、他の遊びプログラムに比べて能力の伸びが大きく、走力だけでなく持久力や投能力の発

達にも影響があることが見出された。さらに活発さにかかわらずどの幼児も身体活動量が多く、他の遊びに比べて個人による違いが少なかった(石沢ら,2012)。

このような結果からも「総合的運動遊び」は、幼児期において重要であると考えられる。しかし、これまで総合的運動遊びに関する研究は、仲間関係の形成や維持などの側面からの検討が多く(岩田,2010;田中,1998)、身体活動の側面からの研究は、活動量や動きの軌跡が分析されているのみである(小林,1990;羽埜ら,1996)。また、総合的運動遊びを自由遊びの一種として扱った研究(田中,2009)や、少数事例を分析した研究(油野,1988;田中,2009)が散見されるのみであり、総合的運動遊びの種類を年齢ごとに検討した研究や、複数の園での継続観察から検討した研究はこれまでみられない。その他、活動によってどのような動作が出現するかについてはこれまで検討されておらず、個人差のあり様とそれに応じた指導方法も示されていない。

そこで本研究は、総合的運動遊びの種類や頻度、年齢による違いなどを明らかにして総合的運動遊びの中で経験する身体の動きや身体活動量を明らかにする。

2. 研究の目的

本研究は、園での通常の保育の中で行われている遊びを研究対象として、年齢ごとの総合的運動遊びの種類や頻度、場所や人数、ルールなどの遊び方を検討する。また遊びに取り組み子どもたちの身体の動きの種類や身体活動量を検討して、総合的運動遊びの特徴を明らかにする。

さらに、総合的運動遊びの取組み実態と担任保育者の意識調査の結果や総合的運動遊びに取り組んでいる園の保育者のヒアリング調査の結果から、幼児の発達を促すための総合的運動遊びの環境構成や、年齢差や個人差に対応した実践をするための指導方法を提案する。

3. 研究の方法

総合的運動遊びに関して以下の4つの調査を行った。

(1) 総合的運動遊びの実態についてのアンケート調査

保育の中で実施されている総合的運動遊びの現状を明らかにするため、幼稚園・保育所でアンケート調査を実施した。

一斉活動と自由遊び場面で、幼児が行っている総合的運動遊びについて、「まてまて追いかっこ」「しっぽとり」「ことろおに」「けいどろ」など 20 種類の遊び、および保育中に取り組んでいるその他の総合的運動遊びを記入してもらった。

また、総合的運動遊びを行う時の保育者のねらいや配慮についても質問した。

(2) 総合的運動遊びの身体活動量

幼稚園・保育所における保育中に行われて

いる総合的運動遊びの活動場面、活動時間を遊びの種類と共に記録した。また、活動量計（オムロン社製 Active style Pro HJA-350 IT）を装着してもらい、身体活動量と活動強度の計測を行った。

(3) 総合的運動遊びに取り組んでいる園の保育観察およびヒアリング調査

総合的運動遊びに継続的に取り組み、園全体の取組体制や課題意識を持っている保育園、幼稚園、認証保育所を対象に総合的運動遊び場面の観察と保育者へのインタビュー調査を実施した。幼稚園においては身体能力測定も行った。

(4) 発達を踏まえた保育実践につながる総合的運動遊びの指導方法の検討

(1)～(3)の研究結果から得られた総合的運動遊びの特徴を元に、幼児の動きの発達を促すための指導方法や環境構成を検討した。

4. 研究成果

(1)総合的運動遊びの実態についてのアンケート調査

保育の中で実施されている総合的運動遊びの状況を明らかにするため、幼稚園・保育所・認定こども園・認定施設 71 施設の担任を対象にアンケート調査を、7月、12月、3月の3回実施した。一斉活動と自由遊び場面で、2歳児から5歳児の幼児が行っている総合的運動遊びの種類、頻度、人数、場所、時間など、また、総合的運動遊びを行う時の保育者のねらいや配慮についても尋ねた。その結果、「まてまて追いかっこ」のように年齢が高くなると少なくなる遊び（右肩下がり型）、「氷鬼」「色鬼」のように年齢が高くなるにつれて多くなる遊び（右肩上がり型）、「あぶくたった」のように年齢によって実施率に差あまりない遊び（平坦・波型）、その他の遊びの4種類に分類された。また、年齢だけでなく時期によっても実施された遊びは異なっていた。

「追いかっこ鬼ごっこ」や「かくれんぼ」など年齢を問わず高い割合で実施されている遊びは同じ種類でも年齢や時期によって、人数や、大人の関与、ルールの複雑さも異なった(例.図1)。

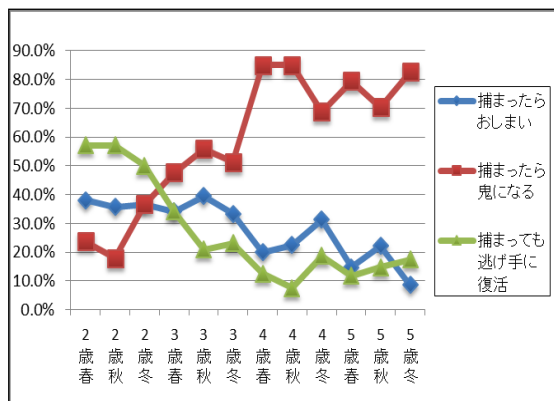


図1 ルールの複雑さ(追いかっこ鬼ごっこ)

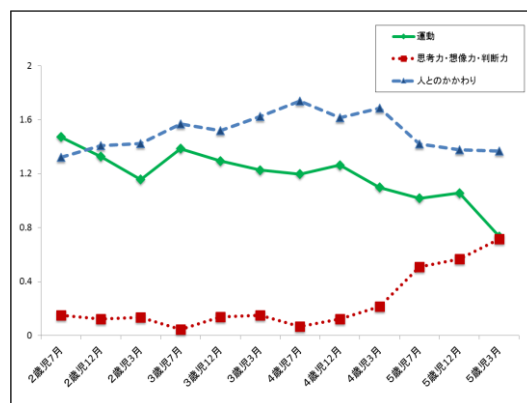


図2 総合的運動遊びを通じて経験してほしいこと

また保育者が遊びの中で経験してほしいことを「運動」「思考力・想像力・判断力」「人との関わり」の категорияから選択してもらったところ、年齢だけでなく時期によっても異なり、年齢が高くなるにつれて身体を動かす中で思考力等を養う経験をしてほしいという回答が増加した(図2)。保育者は子どもの発達の状況や興味・関心を把握してねらいを立て鬼遊びの種類や方法を選んでいることが推察された。

(2)総合的運動遊びの身体活動量

①保育園の4歳児(30名)と5歳児(32名)を対象に、活動量計を用いて自由遊びと一斉活動時の身体活動量の測定と観察を実施した。その結果、天候や活動内容によって身体活動量が大幅に変動し、特に総合的運動遊びを含む戸外遊びでは全体的に活動量が高まる傾向が見られた。

②保育所の5歳児27名を対象に、2週間の身体活動量を測定した。平日の中・高強度活動時間の平均値は在園時間において一日あたりの約7割を占めており、保育中の活動が幼児の日常身体活動量に影響を与える可能性が高いことがうかがえた。また、中・高強度活動時間の時間的推移をみたところ、主活動とおやつ後の自由遊びの時間の身体活動量が高く、午後の室内遊び時間では身体活動量が低いことが明らかとなった。

活動ごとの身体活動量をみると、戸外の自由遊びは、他の活動に比べて中・高強度活動時間が長く、一日あたりの中・高強度活動時間に対する割合が高かった(図3)。

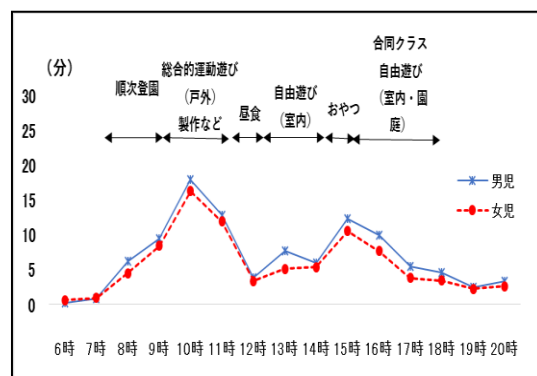


図3 中・高強度活動時間の推移(平日10日間平均)

さらに、戸外遊びの活動内容と身体活動量の関係を見たところ、「どろけい」は、他の遊びよりも活動強度が高くなっていた(図4)。また、「どろけい」「バナナ鬼」などの総合的運動遊びでは、日ごろの身体活動量が少ない幼児も高い活動強度を示していたことから、総合的運動遊びは子どもの活動量が高める可能性があることが示唆された。

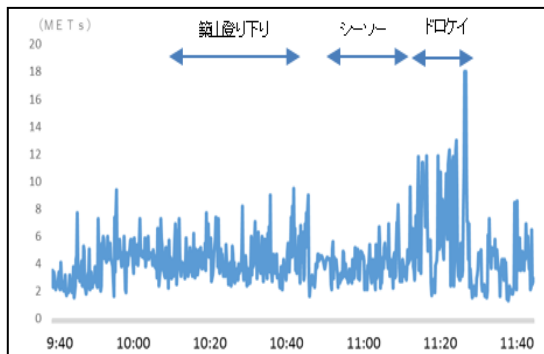


図4 戸外での自由遊び(女児)

(3)総合的運動遊びに取り組んでいる園の保育観察およびヒアリング調査

さまざまな園の保育実践の調査結果から、遊びの種類だけでなく、園環境や遊びの提供方法によって幼児の動きに違いが見られることが明らかになった。

①大型遊具や植栽を移動して園庭環境を再構成した園では、幼児の園庭の使い方や、遊び方、動き方に変化が生じたり、活動範囲に広がりが見られたりした。幼児の身体の動きがそれまでとは異なり、追いかっこなどの総合的運動遊びが盛んになり、継続的に取り組む幼児が多くみられた。

また同じ種類の総合的運動遊びでも、幼児の年齢によって参加人数や保育者の関与の仕方、ルールの複雑さなど遊びの実態は異なっていた。幼児の年齢に応じた遊びを提供することによって幼児は自ら判断したり思考したりする機会を得、身体の動きの種類が増えたり、巧みになることに加えて、心理的社会的側面の育ちが促進し、幼児自身が相手や集団の状況を理解して関わりを変えていることが明らかになった。(1)の調査結果から保育者が幼児に経験してほしいことである「運動」「思考力・想像力・判断力」「人との関わり」の3つの視点はつながり合っていた。「身体」の動きは、幼児がイメージする力、考える力によって広がり、保育者や幼児同士という「人とのかかわり」の中でより充実するようだ。

②総合的運動遊びを含む遊びプログラムに取り組んだ幼稚園3~5歳児(合計140名)の身体能力を春、および、秋から冬の年2回測定した。その結果、3・4歳児では能力の伸びが著しく、体の動きが巧みになった。総合的運動遊びに継続的に取り組んだ幼児は、特に身体能力の測定値の向上が見られた。例えば跳ぶ動作では、「上に跳ぶ」「横に跳ぶ」「前

(後)に跳ぶ」「ひねって跳ぶ」など様々な種類の動作がみられ、総合的運動遊びの経験が身体を巧みに動かす経験の一つとなり、その能力の向上に寄与している可能性が考えられる。

しかしながら、身体能力の向上は年齢によって異なり、4歳児では有意な向上が見られたが、5歳児になると有意な伸びは見られなかった。その一因として、5歳児はそれまでにさまざまな遊びを経験して既に多様な動きができるようになってきていることに加え、年度後半に行事が多くなり主体的に身体を動かして遊ぶ機会や時間が、他の年齢の子どもよりも少ないことが挙げられる。そのため、短時間でも体を動かすことができる時間を意識的に作るなど、年齢に合わせた配慮が必要であると考えられる。

③保育所の5歳児(27名)の戸外での遊び場面を観察した。自由な遊びの際に、ドロケイなどの総合的運動遊びを選んで取り組んだ幼児は機敏な動きが多く見られ、役割のある遊びを楽しんでいた。そこでは、保育者が積極的に遊びに参加しており、より緩急がついたメリハリのある遊びが展開されていた。年齢が高くなると、単にルールや役割を理解して総合的運動遊びに取り組むだけでは十分とはいえず、幼児が主体的に遊びに取り組むことや必要に応じて保育者がメンバーの一員として取り組むことが、動きの多様性や身体活動量を保障することにつながると推測される。

(4)発達を踏まえた保育実践につながる総合的運動遊びの指導方法の検討

(1)~(3)の調査から、総合的運動遊びの特徴を活かし、発達を踏まえた保育実践をするためには、次のようなことがポイントになると考えられる。

①戸外環境：総合的運動遊びは室内よりも戸外でより多く取り組まれていたことから、戸外での活動を一定時間保障することが必要であると考えられる。また、総合的運動遊びは比較的広いスペースを必要とするものが多いため、公園などに出かけたり、園庭環境を改良したりすることによって、幼児が総合的運動遊びに継続的に取り組むことにつながると推察される。

②保育者の関わり

年齢や時期によって活動のねらいが異なるため、それに適した総合的運動遊びの種類を選ぶことに加え、同じ遊びでも人数やルールを状況に合わせて変更するなど柔軟な対応が求められるといえる。

また、保育者が総合的運動遊びに積極的に参加することにより、活動が活発になり、遊びが継続できていたことから、子どもたちの自主性に頼るだけではなく、遊び始めなど必要な場合には保育者が適切に関わっていく必要性があると考えられる。

③日常保育の取り組み

保育中の身体活動量は午前中の主活動を

中心に高く、特に総合的運動遊びを含む戸外遊びではその傾向が顕著であった。また、日頃の活動量が少ない幼児も総合的運動遊びに取り組んでいる際は高い活動量を示していた。保育の中では製作などの静的な活動もあるが、全ての子どもの身体活動量を確保するためには外遊びと組み合わせたり、一斉活動の際に総合的運動遊びを取り入れたりするなどの工夫も必要であると考えられる。

また、運動遊びプログラムのリーフレットを保育者向けに作成、配布したことにより、雑誌にも取り上げられて、多くの園や保育者が運動遊びに取り組むようになったことも本研究の成果と考えられる。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕(計 11 件)

- ①石沢順子・佐々木玲子・松寄洋子・吉武裕, 幼児の日常身体活動量: 幼稚園児と保育所児の比較, 白百合女子大学 初等教育学科研究紀要, 査読無, 創刊号, 2017, 1-8
- ②無藤隆, 遊びの中で獲得する「生きる力」(特集「生きる力」と子どもの文化), 研究「子どもの文化」, 18, 査読無, 2016, 36-45
- ③松寄洋子・入澤里子・朝井理香・小林直実・久留島太郎・安藤温子・武藤記世子・木次昭子・幼稚園における運動遊び活動が身体能力に及ぼす効果(1), 千葉大学教育学部研究紀要, 第 64 巻, 査読無, 2016, 103-111
- ④無藤隆, 言語力の育成と国語教育—発達のカリキュラム論—, 国語教育研究手法の開発, 全国大学国語教育学会編, 査読無, 2015, 11-16
- ⑤無藤隆, 幼稚園教育要領・保育所保育指針について, 小児科臨床 増刊号, 第 67 巻, 査読無, 2014, 15-19
- ⑥無藤隆, 子ども子育て支援新制度について, 小児科臨床 増刊号, 第 67 巻, 査読無, 2014, 3-14
- ⑦石沢順子・佐々木玲子・松寄洋子・吉武裕, 保育中の活動場面による身体活動水準の違い—活発な子どもと不活発な子どもの比較—, 発育発達研究, 査読有, 2014, 第 62 巻, 1-11,
- ⑧松寄洋子, 幼児における運動遊びの種類による 4 か月後の影響の違い, 乳幼児教育学研究, 査読有, 2013, 第 22 巻, 1-10
- ⑨松寄洋子・無藤隆, 小学校生活科と幼児教育とのつながり—接続期カリキュラムの検討をとおして—, 白梅学園大学短期大学教育・福祉研究センター研究年報, 査読有, 2013, 第 18 号, 39-46
- ⑩無藤隆, 幼児教育から小学校教育への接続とは, 子ども学, 査読有, 2013, 54-74
- ⑪無藤隆, 子どもの成長発達をめぐる諸問題(上), 家庭裁判月報, 査読無, 2013, 65(3), 1-50

〔学会発表〕(計 15 件)

- ①石沢順子・松寄洋子・無藤隆, 保育園にお

ける活動内容と身体活動量の検討, 日本保育学会第 70 回大会, 2017 年 5 月 20 日, 川崎学園(川崎医療福祉大学・川崎医科大学・川崎医療短期大学)

- ②石沢順子・佐々木玲子・松寄洋子・吉武裕, 休日における幼児の身体活動量の経時的変化, 日本発育発達学会第 15 回大会, 2017 年 3 月 17 日, 岐阜大学

- ③石沢順子・佐々木玲子・吉武裕, 幼児の日常身体活動量—幼稚園児と保育所児の比較—, 第 71 回日本体力医学会, 2016 年 9 月 25 日, アイーナ・マリオス(盛岡)

- ④Ishizawa, J., Sasaki, R., Yoshitake, Y., Relationship between the objective and subjective evaluation of children's physical activity levels by their parents and nursery school teachers, 21st Annual Congress of the European College of Sport Science, 2016 年 7 月 9 日, Vienna-Austria

- ⑤松寄洋子, 無藤隆, 幼児の運動遊び実践を通じた子ども理解にかかわる保育者の変容, 日本発達心理学会第 27 回大会, 2016 年 4 月 29 日, 北海道大学

- ⑥石沢順子・佐々木玲子・松寄洋子・吉武裕, 幼児の日常身体活動量の経年変化, 日本発育発達学会第 14 回大会, 2016 年 3 月 5 日, 神戸大学

- ⑦松寄洋子・入澤里子・小林直実, 幼稚園児の身体能力に関する研究—運動遊びの援助のために—, 日本乳幼児教育学会 25 回大会, 2015 年 11 月 28 日, 昭和女子大学

- ⑧松寄洋子, 保育現場での身体活動の実際とその支援—運動遊びプログラムの実践から—(自主シンポジウム「子どもの心身の健康—健やかな成長に必要な支援とは—」話題提供), 日本健康心理学会第 28 回大会, 2015 年 9 月 5 日, 桜美林大学

- ⑨堀田正央・松寄洋子・無藤隆・石沢順子, 発達に応じた総合的運動遊び(鬼遊び)の取組みに関する研究, 日本保育学会第 68 回大会, 2015 年 5 月 9 日, 椋山女学園大学

- ⑩松寄洋子・無藤隆, 園における身体作りの取組みが身体能力に与える影響, 日本発達心理学会第 26 回大会, 2015 年 3 月 21 日, 東京大学

- ⑪堀田正央・松寄洋子・無藤隆, 総合的運動遊び(鬼遊び)の取組みにおける保育者の意識に関する研究, 日本乳幼児教育学会 24 回大会, 2014 年 11 月 29 日, 広島大学

- ⑫Ishizawa, J., Sasaki, R., Yoshitake, Y., Relationship between daily physical activity and movement ability in preschoolers, 19th Annual Congress of the European College of Sport Science, 2014 年 7 月 2 日, RAI Convention Centre, Amsterdam-The Netherland

- ⑬石沢順子・佐々木玲子・松寄洋子・吉武裕, 活動強度および活動分類からみた幼児の日常身体活動量の検討, 日本発育発達学会第 12 回大会, 2014 年 3 月 16 日, 大阪成蹊大学・

短期大学

⑭石沢順子・佐々木玲子・松寄洋子・吉武裕，
保護者および保育者からみた幼児の身体活
動水準に関する主観的評価と実測値との関
係，日本生涯スポーツ学会第 15 回大会，2013
年 10 月 12 日，熱海市第 3 庁舎

⑮松寄洋子・石沢順子・無藤隆，幼児の運動
遊びプログラム実践における動きの質の評
定の検討，日本保育学会第 66 回大会，2013
年 5 月 12 日，中村学園大学

〔図書〕(計 7 件)

①無藤隆・古賀松香編，北大路書房，実践事
例から学ぶ保育内容 社会情動的スキルを
育む「保育内容 人間関係」－乳幼児期から
小学校へつなぐ非認知能力とは－，2016，173

②無藤隆・和田美香・大豆生田啓友・古賀松
香・松寄洋子・矢藤誠慈郎，フレーベル館，
よくわかる！教育・保育ハンドブック 幼保
連携型認定こども園教育・保育要領に学ぶ
保育の質を上げる 10 のポイント，2015，119

③無藤隆，フレーベル館，毎日コツコツ役立
つ 保育のコツ 50，2015，143

④無藤隆・清水益治・中山昌樹・小林研介・
黒石誠・富田明德・北野幸子・矢藤誠慈郎・
堀越紀香・原南実子・斉藤弘子，ミネルヴァ
書房，発達 142 2015Spring 特集：子ども
のための保育をめざして，2015，199

⑤無藤隆・北野幸子・矢藤誠慈郎，ひかりの
くに，認定こども園の時代－子どもの未来の
ための新制度理解とこれからの戦略 48－，
2014，223

⑥無藤隆・若本純子・小保方晶子，培風館，
発達心理学，2014，258

⑥無藤隆，フレーベル館，はじめての幼保連
携型認定こども園教育・保育要領ガイドブ
ック，2014，126

⑦小山高正・田中みどり・福田きよみ(編)
伊藤英夫・岩田恵子・岩田美保・加用文男・
砂上史子・戸田須恵子・中野茂・林牧子・松
寄洋子，川島書店，遊びの保育発達学 遊び
研究の今，そして未来に向けて，2014，246

〔その他〕

ホームページ等

千葉大学教育学部 松寄洋子研究室 HP

<http://www.e.chiba-u.jp/~matsu/index.html>

6. 研究組織

(1) 研究代表者

松寄洋子 (MATSUZAKI YOKO)

千葉大学・教育学部・教授

研究者番号：90331511

(2) 研究分担者

無藤 隆 (MUTO TAKASHI)

白梅学園大学・子ども学部・教授

研究者番号：4011562

石沢順子 (ISHIZAWA JUNKO)

白百合女子大学・人間総合学部・准教授

研究者番号：40310445