

園内研究を通して保育を考える —5年間の「運動あそび」の取り組み—

仲野 悦子・坂井 亜也子*

Child care in Preschools —A Five-year study of Sports —

Etsuko Nakano Ayako Sakai

要旨

保育者の資質と保育内容の向上が常に求められている今日、保育の資質とは何か。保育者はどのようにして日々の保育を向上させていくのかなど、5年間の園内研究「運動あそび」を事例に、子どもや保育者の育ちに焦点を当て保育のより良いあり方を考えてみた。

研究当初は、「運動遊びカリキュラム」より子ども達が楽しめる運動あそびを取り出し、望ましい環境構成や援助のあり方などを追求していった。2年目からは、コーディネーショントレーニングの様々な能力を活かすことをねらいとした公開保育を積み重ねた。当初は何かおもちゃがないとなかなか遊びができずテレビゲームなどの話題が多かった子ども達であったが、現在では外へ出て鬼ごっこするなど積極的に友達とのふれあいを楽しんでいる。職員全員が共通理解のもとに意図的・継続的に運動あそびを取り入れ活動していった事が、子ども達のあそびを広げ、成長発達にも繋がっていくことを理解した。

キーワード：園内研究 運動あそび 子どもの成長 保育者の育ち 資質向上

1. 研究目的

子どもは遊びを通して多くの事を学び成長発達するものだと言われている。平成18年度、研究「運動あそび」を始めた当初、子ども達は外に出るとすぐに“おもちゃを出して”と訴え何か道具がないと遊ぶことができなかった。また、日常の会話の中においてもテレビゲームの話題が多かった。そこで、何も道具がない場所でも自分たちで遊びを生み出し楽しめるようになって欲しい、運動あそびを行なう中で、園目標として掲げている「おもしろいのある心豊かな子どもの育成」を、友達との関わりの中で育てたいと考え、園内研究として計画的・意図的に運動あそびを保育に取り入れることにした。

S保育園では、幼年体育指導を年間通して毎週1回、以上児対象に指導されている。(資料-1 幼年体育指導計画<活動内容>、資料-2 幼年体育指導計画<活動におけるねらい>、参照) ここで指導されている内容から、「教科」としての活動ではなく、「あそび」として発展させていく様々な活動方法を工夫し、コーディネーショントレーニング^(注1)として示されている能力の向上を視点にした保育内容を計画した。(表-1 コーディネーション・トレーニングの特徴 参照)

*：新生保育園

平成18年度《豊かな感性を育てる環境構成と援助のあり方》、19年度から《幼児教育の充実を図る環境構成と保育士の援助のあり方》を研究主題に、園内研究として公開保育を軸にさまざまな運動あそびを日常保育の中に広げていった。この5年間の保育実践から園内研究や保育のあり方に焦点を当て、保育者や子どもの育ちを見ていきたい。

表-1 コーディネーション・トレーニングの特徴 (調整力・経応性)

周囲の状況や用具などの操作に関わる情報を、目・耳・手・足などの五感で察知し、頭で判断し、具体的に筋肉を動かす運動過程をスムーズに行う能力である。一つの動作は一つの能力から構成されておらず、いくつかの能力が複雑に組み合わせられているため、上手に複合させて行う。

能力	特徴	遊び例
定位	決められた場所や動いている味方・相手・ボールなどと関連付けながら、動きの変化を調節する。	鬼ごっこ ボール遊び
変換	急に状況が変わり違う動きしなければならなくなったとき、条件にあった動作の素早い切り替えを可能にする。定位・反応能力との間に密接な関係を持っており予測し、先取りする力でもある。	
リズム	・耳による音や音楽、真似をするときの目からの情報を動きによって表現する。 ・イメージとして持っている動きのリズムの実現化。	新体操 フィギュアスケート シンクロ
反応	様々な合図を素早く察知し、適時に適切な速度によって合図に対する正確な対応動作を可能にする。	じゃんけん遊び ボール遊び
バランス	回転・旋回・ケンケンなどで意図的にバランスを崩した状況で全身のバランスを保ったり、崩れた体制を素早く回復することを可能にする。	スキー スケート
連結	体の間接や筋肉の動きをタイミングよく無駄なく同調させる。複数の動作を連続させる（連続ジャンプ・器械体操の旋回など）場合、力加減やスピード調節によって動きをスムーズにする。	フィギュアスケート 体操
識別	手や足、頭部の動きを微調整する際の視覚との関係を高めて用具の操作を精密に行う。（ボールを見てラケットやバットを操作する）	テニス 野球

- ※注意点
- ・外的条件の変化；変化に富んだバリエーション豊かなエクササイズを考える。
 - ・短時間の実施（集中させる）；1回当たり多くても40分、ひとつのエクササイズ30秒～1分
 - ・両側性；利き手、利き足だけ使うだけではなく意図的に様々な動きを取り入れる。

2. 研究方法

(1) 実践園について

S 保育園は、中部・東海地域にあり、昭和56年開園以来30年を迎えた私立の認可保育園である。乳児（生後57日から）から就学前までの園児（現在定員100名）と19名の職員で構成されている。園の保育目標として「つよく」（心身と共に健康で意欲的な行動）・「思いやり」（自己の精神面の陶冶と他者への気配り）・「ほがらかに」（子どもの特性で純真さ、明朗性自由闊達な行動）を掲げ、異年齢児保育を通して年齢を超えた関わりを促したり、平成3年以来20年間、幼年体育指導が年間計画に取り入れられるなど、子ども達の精神的発達と体力の向上を図ってきた。

(2) 対象者（H22年度）

*対象保育者：園長および主任保育士を含む常勤保育士9名

（H18～H22年の5年間、研究に関わった保育士14名）

9名の保育士に5年間継続した研究の評価をアンケート方式で尋ねた。

*研究に関わった年数

1年間：2名、2年間：1名、3年間：1名、4年間：2名、5年間：3名

*対象園児（年度始め4/1時点・年度終わり3/1時点）

平成18年度（94・108名）、H19年度（100・106名）、平成20年度（95・113名）、

H21年度（98・107名）、平成22年度（103・116名）、

(3) 研究における観点

① 子どもの実態（クラスごと）をつかむ。

・運動能力や友達関係など

② 実態を基にして、幼年体育で行っている運動あそび（コーディネーショントレーニング）を日常の保育の中にも取り入れる。その場合には常に保育士のフォローが必要となる。

・運動あそびによる年間の取り組みを月別・種目別に整理する。

・月別の種目やトレーニングは子どもの潜在的に持っている力のどの部分の育成につながるかを研究する。

・年間で実施されるトレーニングで子どもが潜在的に持っている力のどの部分の育成につながるかを研究する。

・年間で実施されるトレーニングで子どもの興味や関心が高いものはどの種目かを調べる。

・継続的にやっていく必要性の高い種目、トレーニングは何かを調べる。

③ 公開保育の実践（表-2「年齢別公開保育題材」〈H18年度〉、表-3「年齢別公開保育題材」〈H19～22年度〉参照）

3歳以上児を中心に始められた運動あそびも、遊んだ後だけ楽しむとした一時的な活動で終わり継続的な活動として繋がっていかなかった。この反省をもとに平成19年度より園全体の取り組みとして3歳未満児をも含めたあそびとし、幼年体育で行っている運動とかね合わせながらあそびを通して運動能力を高めていく方法を年間計画に沿って実践する事にした。常勤保育者が、クラスの子どもの実態に合わせて年1回計画的に公開保育を進めた。公開保育を行うに当たって指導者は、発達段階や子どもの実態にあった活動及び環境構成や保育士の援助の方法を検討した指導案を立案し、公開保育1週間前に事前に指導案に添って保育を行う。そこで園長をはじめとする常勤保育者の意見交換を行なう。検討された内容をもう一度振り返り、指導案の調整と子ども達への働きかけによって更に一步深めた指導を他園の保育者に参観してもらい研究会をするという流れで行っている。この活動は、担当の保育者だけではなく園全体の保育として職員共通の認識と理解をもって研究する体制となった。

年齢	題材	4月	5月	6月	7月	8月
年少	種目名	まねっこおすわり	ハイハイ歩き	急げかかしさん	洗濯ごっこ	洗面器で顔づけ
	ねらい	先生と一緒にまねっこを楽しむ。 反動力や敏捷性を養う。	ハイハイ歩きの楽しさを伝える。 四足歩行を楽しむ。マットに親しみ、保育士とのスキンシップを深める。	別の動作を組み合わせたパラメーションを楽しむ。平衡性などを養う。	洗濯をイメージしながら水に触れることを楽しむ。水が体にかかることに慣れる。	洗面器で顔を洗う方法を理解させ、自信を持たせる。
年中	種目名	整理競争・メダカの学校	目かくし鬼ごっこ	モグラのかくれんぼ	水かけ合戦	水面に顔づけ、はんこ下さい
	ねらい	みんなと一緒に整理を楽しむ。 協調性などを養う。	先生の鬼にハンデイをつけて余裕を持つ。鬼ごっこを楽しむ。敏捷性や走力などを養う。	イメージの中で先生や友達と一緒に追いかけっこを楽しむ。敏捷性を養う。	友達と協力しながら水かけを楽しむ。顔に水がかかると慣れる。	水面に顔を付けることを楽しむ。自分の力で水に顔を付けることができる。
年長	種目名	しっぽ取り鬼ごっこ	パチンコたたきジャンプ	かみなり鬼ごっこ	カバ歩き	ロケット顔づけ
	ねらい	やりとりのある鬼ごっこを楽しむ。走力敏捷性を養う。	他の動作と組み合わせられた跳躍運動を楽しむ。瞬発力や手足の協調性などを養う。	かみなりをイメージしながら、鬼ごっこを楽しむ。敏捷性や走力などを養う。	カバの手をしながら水に顔を付けて歩行を楽しむ。水に顔を付けることに慣れる。	方法を理解し、状態を平穏にする。状態を平穏にする。状態を平穏にする。状態を平穏にする。
年長	種目名	しっぽ取り鬼ごっこ	ジャンプしている間に、両足を合	大きな円の中に逃げるボール	水に顔を付けることが苦手な	繰り返し行うことで、できるよう
	ねらい	しっぽ取りに慣れていくことで、すくなくルールを覚えて遊ぶ事ができる。 鬼ごっこを楽しむ。鬼ごっこを楽しむ。鬼ごっこを楽しむ。鬼ごっこを楽しむ。	ジャンプしている間に、両足を合わせる事に慣れていく。鬼ごっこを楽しむ。鬼ごっこを楽しむ。鬼ごっこを楽しむ。鬼ごっこを楽しむ。	大きな円の中に逃げるボールを捕まえることが楽しくなる。ボールを捕まえることが楽しくなる。ボールを捕まえることが楽しくなる。ボールを捕まえることが楽しくなる。	水に顔を付けることが苦手な子どもも、水に顔を付けることが楽しくなる。水に顔を付けることが楽しくなる。水に顔を付けることが楽しくなる。水に顔を付けることが楽しくなる。	顔を洗う方法を理解させ、自信を持たせる。

表1-2-2

年齢	題材	9月	10月	11月	12月
年少	種目名	おんぶでドリブル	短距離競争、タッチスタート!	立位横進	しっぽとり
	ねらい	ボールをバトン代わりにし、リレーを楽しむ。	反応力、敏捷性、走力を養う。	カニをイメージしながら横進を楽しむ。平衡性などを養う。	縄跳びを使ったゲームを楽しむ
	評価 反省	繰り返して練習することで、ルールを理解する事が出来た。また、「速くゴールしたほうが勝ち」とい言う事が分かり、友達を応援したり、争心も出てきた。	保育士の「オーイスタート!」の合図を聞き、走ることを伝える。意識を集中していた。友達にタッチすることや、番番を目指すことで、走る楽しさや友達と一緒に活動することの面白さを味わう事ができた。	平均台を歩く事で、バランスを取る事、落ちないように下を見ながら慎重に歩くことを学んだ。カニの他に、海中で回した動きや左右の足を交互に替える「忍者」をイメージした動きなど様々な動きを楽しむ事ができた。	遊びを繰り返す事で、しっぽとりのルールを理解し楽しむ事ができた。ねこ役(追いかける側)にも挑戦することでより盛り上がりがあった。友達と一緒に遊ぶこと、体を思いっきり動かす事で温かくなることを体験する事ができた。今後も取り入れて行きたい。
年中	種目名	にこにこキックでGO!	かか鬼ごっこ	立位赤ちゃん抱っこ	円形ドッジボール
	ねらい	大きさを違うボールを使ってのドリブルを楽しむ。調整力を養う。	保育士と一緒にルールのある鬼ごっこを楽しむ。敏捷性、走力、平衡性を養う。	平衡性を養う。	友達と協力しながらチームで行なうゲームを楽しむ。敏捷性や協調性を養う。
	評価 反省	大きさが違うボールを真直ぐに蹴る事は難しかったが、練習を重ねる中で蹴るコツもつかめた。2チームのリレー形式でやったが、同じチームの仲間という意識も高まり、応援する姿も見られ大変盛り上がりがあった。	ルールのある鬼ごっこを楽しんだ。ルールも理解できクラス全員で楽しむ事ができた。捕まりそうになるとかかしになり、その動きも素早かった。今後も簡単な条件のある鬼ごっこをし、鬼ごっこの楽しさを十分味わって行きたい。	自分の足を赤ちゃんに見立ててやったの、「赤ちゃん抱っこしてあげる」と喜んでいった。両手を広げての片足立ちはバランスも取れ立てるが、今回のように一方の足を持ってしまうと上手くバランスが取れず立てなかった。	今までは保育士のみがボールを投げ、子ども達は逃げるだけだったこともあり、投げた時に円の中に入ってしまう子が多いので、投げたほうについては、理解できていないので、投げた時のルールについてもきちんと伝えておきたい。
年長	種目名	ドリブルをつなげ!	飛行機	カヌーで川下り	テーブはがし相撲
	ねらい	サッカーボールをドリブルし、敏捷性を養う。友達の間意思疎通を深める。	飛行機をイメージしながらバランス運動を楽しむ。平衡感覚を養う。	背筋の柔軟性と背筋力を高める	変則的な相撲を楽しむ。全身の筋力、挑戦意欲を養う。
	評価 反省	2チームに分れて競い合ったので、ドリブルに時間がかかった子に強く言ってしまう姿があった。チーム全員で協力する事を伝えると応援の声も大きくなり、お互いに励まし合う事で仲間意識が強くなった。ボールを蹴る強さも考えるようになっ	初めは、飛行機になるとふたつ姿もあつたが、遊びながら繰り返すことで、バランスも取れるようになった。飛行機での行き先も子ども達の意見を取り入れた。子ども達の考えも取り入れながらすることで遊びを楽しむ事ができた。	カヌーの姿が「亀」の姿に似ていたので、親しみを持ってできた。10月の「飛行機」と同様、繰り返すことでできるようになった。また、子ども達が自分からできるようにになりたいたいと取り組んでいたのも、継続する大切さを実感した。	勝負となるので、負けた子が悔しがって落ち込んだり負けた子を責めたりしないか心配したが、全員で応援しあいが盛り上がりつつあったので、待つことを伝えていきたい。

表-3-1 年齢別公開保育題材 内容とねらい及び実践への考察 (H19~22年度) ・内容 ★ねらい

	19年度	20年度
0・1歳児	<p>バランス運動を楽しもう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・大型積み木の上をバランスをとって歩く。 ★大型積み木の凹凸道を、バランスを取りながら歩く事を楽しみ、順番に遊ぶ事を身につける。 <p>ボール遊びを楽しもう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「ようい、ドン」でボールを箱に入れて戻る。 ★簡単なルールのある遊びを知り楽しみながら体を動かす。 	<p>からだで遊ぼう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保育士の動きを真似、体を動かす。(挨拶の姿勢・手足を動かす・ジャンプする・走るなど) ★動きを模倣する事で様々な体の動かし方を知り、動かす楽しさや気持ちよさを感じる。 <p>リズムに合わせて体を動かしてみよう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・タンブリンのリズムに合わせて動く(手をたたく、足踏みする、ジャンプする、揺らすなど) ★リズムに合わせて動きを模倣する事を楽しむ。
2歳児	<p>まねっこ遊びを楽しもう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ピアノの音に合わせて動物になって動く。 ★リズムに合わせて動物になりきって歩き、みんなで一緒に遊ぶことを楽しむ。 <p>○△□について知ろう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・形から連想、指定された形へ素早く動く。 ★保育士の話を聞き、○△□の形へ素早く入り、楽しみながら体を動かせるようにする。 	<p>バランス運動を楽しもう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・2つ並べた平均台の上を歩く。 ★個々で挑戦しようとする気持ちを持つとともに友達への興味を持つ。 <p>ボール遊びを楽しもう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボールを転がす。転がす距離や場所を変化させる。 ★保育士や友達とボール遊びを楽しみ、相手の所までカップ転がす事ができる。
3歳児	<p>平均台を楽しもう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・絵本《一本橋わたる》の内容を取り入れ動物になって歩く。 ★自分のイメージした動物の歩き方で「1本橋(平均台)」を歩きバランス能力を養う。 <p>しっぽとりゲームを楽しもう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・縄跳びをねずみのしっぽに見立てて取り合う。 ★縄跳び(しっぽ)を通して縄跳びに親しみ、また、簡単なルールを身につける。 	<p>プールで遊ぼう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワニ歩きしながらトンネルをくぐる。 ★水に慣れ、友達と一緒にプール遊びを楽しみながら元気良く体を動かす。 <p>頑張れチャンピオン!</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マット、鉄棒、ジグザグ走、跳び箱を使つてのサーキット競争。 ★サーキット遊びを通してルールを守り、様々な運動遊びに意欲的に取り組む。
4歳児	<p>水と友達になろう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水中サッカーを楽しむ。 ★ルールを理解し、みんなで楽しくゲームをする事ができる。 	<p>跳び箱運動に取り組もう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・跳び箱3段を跳ぶ。 ★跳び箱を通して手足の協応性や瞬発力、調整力などの運動能力を高める。一緒に活動する中で体を動かす楽しさやできる喜びを味わう。
5歳児	<p>マット運動を楽しもう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動会種目である幼年体育演技演技のマット運動の後ろ回りを行う。 ★後ろ回りのポイントをつかみ、自分の力だけでできるようになる。 	<p>マット運動に取り組もう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マット引っ張り競争。作戦を立てて友達と力を合わせる。 ★友達とともに遊ぶ楽しさを味わう中で運動遊びに意欲的に取り組む。
実践への考察	<p>本年度の実践は、仮説を意識して行われた。そのため、「意欲的な運動遊び」を追究するものであった。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・仮説①「題材開発」については、運動遊びだけにとらわれず、身近な遊び(歌や絵本など)を取り入れることで子どもの興味が高まった。 ・仮説②「適度な抵抗」については、適度の抵抗があることにより「できるようになりたい」と意欲的に取り組もうとしている。しかし、適度の抵抗は内容によっては時としてその子にとって大きな壁になってしまう事もある。子ども現状をしっかり受け止め、子どもの発達にあった運動でなければならない。 「またやりたい」「もっとやりたい」という言葉こそが、子どもたちが意欲的に取り組んだ何よりの証拠であると考ええる。 	<p>適度の抵抗は、その子が持っている力を伸ばすために必要であり、一人ひとりの実態を把握し達成できる少し上のものにした。少しずつ抵抗をつけていく事で、一つ上野段階を目指そうと意欲的に取り組む事ができ、運動能力の向上にもつながった。しかし、なかには課題に対し「できないからやらない」と消極的になってしまいうもいた。できた・できないという結果を評価するのではなく、挑戦しようとする子どもの心の動きをもっと大切にする必要があった。そのためには、子どものやる気を引き出させるような環境構成の工夫が必要である。また、今の子ども達にどんな力をつけさせたいのかというねらいが明確でなく、何を意図して取り組む運動遊びかが不明瞭なところがあった。子どもの実態をつかみ、それをどう遊びとして構成していくかを考える事が大切である。</p>

表-3-2

	21年度	22年度
0・1歳児	<p><u>体を動かして遊ぼう（動物模倣遊び）</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・犬、うさぎ、カエルに変身して動く。 ★保育士や友達とともに動物の動きを模倣し、体を動かす事を楽しむ。 	<p><u>道具を使って遊ぼう</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・バスに見立てたダンボールを押して移動する。「ストップ」の声で止まる。 ★身近な素材や玩具に触れて活動するなかで、体を動かす事を楽しむ。 <p><u>布とボールで遊ぼう</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ボールの乗った布を動かして遊び、布やボールの動きを楽しむ。 ★保育士や友達と一緒に体を動かし、一緒に遊ぶことを楽しむ。
2歳児	<p><u>まねっこ遊びをしよう</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・動物（犬、ライオン、かえる、カンガルー、うさぎ）になって歩いたりジャンプしたりする。 ★模倣遊びを楽しむと同時に、ジャンプして体を動かす楽しさを味わう。 <p><u>ボールで遊ぼう</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・的（保育士）に向けてボールを転がす、蹴る、投げて楽しむ。 ★保育士や友達と体を十分動かして一緒に遊ぶ楽しさを味わったり全身運動をすることで運動能力を高める。 	<p><u>お散歩電車</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・電車になって散歩する。（鉄棒をくぐる、動物になってマットの山を登る、跳び箱に登ってジャンプ、平均台をくぐる） ★電車や様々な動物の模倣遊びを楽しみながらリズム能力を養い、足や腕の力を身につける。 <p><u>しっぽとり遊びをしよう</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・一人一本しっぽをつけ、保育士にしっぽを取られないように思いつき走って逃げる。 ★保育士や友達と一緒に走って遊ぶ中で体を動かす楽しさを味わうとともに、足腰の力や平衡感覚を養う。
3歳児	<p><u>遊園地に出かけよう</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・各乗り物に人数を決め、仲間集めを取り入れ友達と触れ合う。 ★簡単な約束事を理解し友達と協力し合って仲間集めすることで、仲間意識を高め友達に興味関心を持つことができる。 <p><u>みんなで遊ぼう（むつくりくまさん）</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・人間チームとくまチームに分かれ、くまの周りを人間が囲み歌を歌いながら回る。合図でくまは目を覚まし、人間を捕まえに行く。 ★ルールのある遊びを通して クラスの友達と一緒に活動する事の楽しさを味わう。 	<p><u>集団遊びをしよう（オオカミさん今何時？）</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・「オオカミさん今何時？」を楽しむ。 ★簡単なルール遊びを通して友達とともに遊ぶ楽しさを味わう。 <p><u>転がしドッチを楽しもう</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・円を島に見立て、ワニのボールに見立て当たらないように逃げる。 ★ボール遊びを通じて仲間やボールの動きをよく見て動く反応能力を養う。
4歳児	<p><u>合体鬼ごっこをしよう</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・鬼の動きを見て逃げる。鬼に捕まりそうになったら素早く2人組みになる。 ★ルールを守りながら友達と関わり、みんなで遊ぶ楽しさや面白さを味わう。 <p><u>転がしドッチをしよう</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・円を準備。中は内野（ボールに当たらないようにする）外は外野（ボールを転がして当てる）とし、ボール遊びを楽しむ。 ★ルールを理解して守りながら楽しんで体を動かすとともに、集団で遊ぶ楽しさを感じる。また、ルールを意識しながらボールの動きを見て動く定位能力をつけ機敏に動く。 	<p><u>鬼ごっこをしよう</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・保育士が鬼（ロボット）になり、鬼に捕まらないように逃げる。 ★鬼の動きを見て動く定位能力や鬼の動きに応じて動く敏捷性を養う。 <p><u>鬼ごっこをしよう（バナナ鬼）</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・鬼にタッチされた子は両手を上げバナナに変身。捕まっていない子はバナナになってしまった子の手を下げ助ける。 ★友達と関わりを持ち協力しながら遊ぶ楽しさを感じる。
5歳児	<p><u>競争をしよう（魔法のじゅうたん）</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・4人チームの一人がマットに乗り、マット引っ張って競争する。チームで作戦を立て早く進める方法を考える。 ★ルールを守りながら友達と協力して競争を楽しむ。走力、敏捷性、協調性を養う。 <p><u>中当てドッチボールをしよう。</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・円を描き、4人外野になる。残りの子は内野とする。円の外から投げたり転がしたりする。 ★相手やボールの動きを見て関連付けて自分の動きを考え素早く動く。 	<p><u>集団ゲームをしよう（丸鬼）</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・様々な大きさの丸を作る。鬼にタッチされないよう丸から丸へ移動する。 ★ルールを守りながら多くの人と遊ぶ楽しさを知るとともに、基礎的な運動能力を身につける。
実践への考察	<p>・子どもが興味・関心を持つ運動遊びを開発し、子どもにどんな力をつけさせたいか「ねらい」を明確にすることが意欲につながる。</p> <p>＜この運動遊びでどのような能力を高めるのか、保育士自身が意識して援助することで子ども達の動きも変わった。＞</p> <p>・子どもは少しだけ難しい事をやりたがる。努力すれば達成できる適度な抵抗を与える事で挑戦しようとする気持ちが高まり意欲につながる。</p> <p>＜子どもはできると楽しい。楽しいから取り組み、次の段階へと進みたくなる。「楽しい」「またやりたい」と感じる事が遊びの意欲を高める。＞</p>	<p>・子どもの興味や運動機能の発達から実態をつかみ遊びを構成することで、子どもの意欲を引き出すことができた。また、継続的な取り組みが子どもの意欲を高め、運動能力の向上にもつながった。一過性の遊びではなく、遊びを発展させながら継続して活動していくことも大切である。</p> <p>・クラスの実態によりねらいを明確に持ち、そこから環境構成や援助を考えていくことが大切であり、基本となる。子どもにどんな力をつけさせたいか、という保育士の願いを基に保育を考えていくことが大切である。</p>

3. 結果

研究を始めた当初の子ども達は何か道具がないと遊ぶことができなかった。日常の会話の中においてもテレビゲームの話題が多かった子ども達であったが、運動あそびを計画的に実践していくにつれて変化が出てきたことを全員の保育士が感じていた。園全体での関わりやクラス毎の関わりにおいても、全員の保育士は子ども達の成長を感じていた。(表-4「運動あそび5年間の取り組み」参照)

試行錯誤で始めた運動あそびの研究も3年目の20年度には3名、4年目の21年度には3名、5年目の22年度には2名(研究に関わって1年目の保育士が1名)の保育士が研究の成果を感じていた。コーディネーショントレーニングのさまざまな能力のうち、「定位・変換・リズム・反応・バランス能力」が子ども達に備わってきたことをも感じていた。朝の自由あそびの時間やお帰りの長時間保育の時間帯には、子ども達同士でよく鬼ごっこをしたりして元気よく飛び回っている姿を見ることができるようになった。3歳未満児クラスにおいても日頃の保育の中で動物模倣あそびをリズムに合わせて楽しんでいる姿もよく見られる。

運動あそびの研究が3年経過し、少しずつ保育士や子ども達の中に運動あそびの面白さや成果が具体的に感じられている。各クラスの保育士は、3年目を終えた子ども達の様子を研究の「成果と課題」として評価している。(表-5「各年齢における研究成果と課題」参照)

平成22年度で運動あそびも5年目を迎えた。この結果に対して、9名の保育士にアンケートを行い、取り組みに対しての意見を尋ねた。

- (1) この研究をする中で園全体として子ども達に変化がありましたか。あったとすればどのような点ですか。

全体的変化	あった	ない	どちらともいえない
人数(人)	3	6	0

- ・5年経った現在は、子ども達から「鬼ごっこしよう」という声上がり、友達を誘い合って遊ぶまでに成長した。クラスの友達だけではなく、異年齢児との関わりも広がっていった。
- ・年長児の年下への対応の仕方に変化が見られた。初めは「泣いちゃうから嫌だ」と言っていた子も「笑ってくれたよ」などと様々な心情が育っていた。未満児の子も大きい子の姿を真似してできるようになっていくことが増えてきた。
- ・研究当初は幼年体育との違いがはっきり理解しておらず、その時期に取り組んでいた内容に合わせて題材を取り上げたりしていたが、3年目頃より子どもの実態に合わせ、子どもの好きなあそびやさせたいあそびを意識した保育になってきたように思う。(保育士の活動の内容の選択の仕方に変化を感じた)
- ・鬼ごっこした際に運動場(障害物のない広い場所)と園庭(遊具:障害物のある場所)で遊んだ場合、子ども達の動きに大きな違いが見られた。
- ・朝の自由あそびや長時間保育の中で、友達と誘い合って鬼ごっこする姿が目立っていった。
- ・ルールの理解が少しずつできるようになり、相手の動きを見て反応できるようになった。

表 4-1 園内研究のまとめ (運動遊びの5年間の取り組み)

	平成18年度	平成19年度
研究主題	豊かな感性を育てる環境構成と援助のあり方 ～運動遊びを通して～	幼児教育の充実を図る環境構成と保育士の援助のあり方 ～意欲的に取り組む運動遊びを通して～
主題設定理由	子ども達以外で遊ぶことが好きで遊ぶ。戸外遊びに誘うと大喜びであるが、いざ外に出るとすぐに「おもちゃを出して」と訴える子どもが多く、何か道具がないと遊ぶことができない。子どもの方から「鬼ごっこしよう」などと提案することもない。また、日常会話の中においてもテレビゲームの話題が多い。このような実態を踏まえ、今の子ども達にも道具がない場所でも自分たちで遊びを生み出し楽しめるようになって欲しいと願い、計画的・意図的に運動遊びを行なっていくことにした。子どもの興味や関心のある遊びを見つけ出し提供する中で、様々な遊びを知らせていくこと、発達段階に合った適切な題材の選択が大切である。	平成18年度に引き続き、運動遊びを通しての主題にした。前年度の今後の課題から19年度は年齢に応じた運動遊びを行い、1つの運動遊びとして終わらせるのではなく、他の活動も取り入れることで過度抵抗になると考える。また、子どもは走ることを基本とし、体を動かすことを楽しんでいる。子どもが興味・関心を持ちやすい運動遊びを通して、継続的に行なうことができよう、環境構成と保育士の援助のあり方を追究しなければならない。
研究の仮説	① 運動遊びカリキュラムに基づいて計画的・意図的な実践を積み重ねていくことで、運動能力を養うことができる。 ② 子ども達の“こころ”と“からだ”を一体的に捉え、身体活動と精神活動の双方に並行して働きかければ、内面の能力を引き出し感性も豊かになる。	① 子どもが興味・関心の高い運動遊びを開発し継続的にやっつけば、意欲的な取り組みをすることができる。 ② 運動遊びの中で過度な抵抗をつけられ、それを克服しようとする意欲的に取り組むことができる。 ・子ども達が継続して行うには、意欲的に取り組む事が基盤になると考える。
研究実践	① 子どもの実態(クラスごと)をつかむ ② 実態を基にして、運動遊びカリキュラムに沿って実践する。その中で環境構成や望ましい援助のあり方について研究を深める。 ③ 基本として、朝の会後の10～15分を利用して、運動遊びを楽しんでいく。	① 子どもの実態(クラスごと)をつかむ。＜運動能力・友達関係など＞ ② 実態を基にして、幼年体育で行なっている運動遊びを日常の保育の中にも取り入れていく。(担任がフォローする) ③ 公開保育の実践。
研究の成果	① 子ども達の興味や関心、ルールについての理解力などの正確な把握は、次回の遊びの選択に結びつくことを理解した。 ② 子どもにもっと保育士の存在そのものが、最も重要な人的環境であることがわかった。保育士も子どもと一緒に楽しさを共感しながら、ある時はその遊びが楽しくなるように刺激を与えていくことも援助のポイントであることを理解した。	① 「題材の開発」と「適度な抵抗」は、子ども達が意欲的に取り組む運動遊びに必要なことであることを理解した。 ② 運動遊びにおける「適度な抵抗」においては、子どもの運動発達が多様であるため、子どもの実態をよく把握した上で考え個々への援助をしていくことが大切であることを理解した。
今後の課題	① 遊びを知った後は子どものみで遊ぶ姿も見られるが、一時的な活動であるため、その活動を継続させるための保育士の援助のあり方を検討する。 ② 様々な運動遊びにおいて、その基盤となる動きづくりをどのように進めていくか、年齢に応じた体力づくりをしていくための環境構成と保育士の援助のあり方を検討する。	① 「適度な抵抗」において、その都度に応じた個々への保育士の援助のあり方を考えていかなくてはならない。 ② 運動遊びの中で子どもにもつけさせたい力、課題を明確にし、遊びを発展させて「題材の開発」をしていかなくてはならない。

表一4-2

	平成 20 年度	平成 21 年度
研究主題	<p>幼児教育の充実を図る環境構成と保育士の援助のあり方 ～課題を明確にした意欲的な運動遊びを通して～</p> <p>平成 19 年度の研究を通し、子どもが興味、関心を持つ題材の開発や適度な抵抗が意欲的に取り組むために必要であることがわかった。しかし、適度な抵抗は内容によってはその子にとって大きな壁になってしまうこともあるため、子ども一人一人の実態を把握した上で発達に合った援助をしていかなくてはならないという課題が出た。</p> <p>そこで今年度は、子どもの発達に合った運動を行う中で一人一人の課題を意図的に持たせることにした。それに向けて取り組む運動遊びを構成していくことで、より意欲的に活動できるようにするのがよいと考えた。</p>	<p>幼児教育の充実を図る環境構成と保育士の援助のあり方 ～運動遊びにおける題材の見直しと意欲的な遊びを求めて～</p> <p>平成 20 年度の研究を通し、子どもの実態を把握し、その子に合った適度な抵抗が意欲的に結び付くことがわかった。しかし、遊びを通して学ぶ中で、どんな力を育てたいのかというねらいが明確でなく、基本をしっかりと押さえられなかったという課題が残った。</p> <p>そこで今年度は、運動遊びにおける題材を見直し、ねらいを明確にした上で取り組むことにした。そうすることで、より意欲的に遊ぶことができ、また、運動能力の向上にもつながるのではないかと考えた。</p>
主題設定理由		
研究の仮説	<p>①子どもが興味、関心を持つ運動遊びを開発し、意図的・継続的な援助をすれば、意欲的に取り組むことができる。</p> <p>②子どもの実態や一人一人の課題を踏まえ、運動遊びの中に適度な抵抗をつけられれば、それを克服しやすくなる。</p>	<p>①子どもの実態を把握し、興味・関心が持てる運動遊びを開発すれば、意欲的に取り組むことができる。</p> <p>②一人一人の課題を踏まえて運動遊びの中に適度な抵抗をつけられれば、それを克服しやすくなる。</p>
研究実践	<p>① 公開保育の実践</p> <p>*子どもが意欲的に遊ぶ環境構成のあり方の追究</p> <p>*一人一人の発達に応じた適切な援助のあり方の追究</p> <p>*友達と一緒に遊ぶ主体的な姿を追究</p>	<p>① 公開保育の実践</p> <p>*子どもの個性、特性、心情を察知して適切な対応に努める。</p> <p>*子ども各自の運動能力の適正を的確につかみ、意欲的に継続的に遊ぶ題材開発、環境構成及び保育士の援助のあり方を追究</p>
研究の成果	<p>①一人一人の子どもの実態を把握し、その子に合った適度な抵抗を与えることで、意欲的に取り組むことができたが、研究の余地が残された。</p> <p>②継続的に取り組むことができようになったことが多く、それが喜びや自身につながり、意欲的に取り組むことができた。</p>	<p>①子どもの発達段階や実態からねらいを明確にし、子どもが興味・関心を持つ運動遊びを開発することで意欲的に取り組むことができた。</p> <p>②一人一人の実態や課題を踏まえた適度な抵抗を与えることが、子どものやる気の高め、意欲的に取り組んでいく上で大切であることを理解した。</p>
研究の課題	<p>①運動遊びを通して、子どもが主体的に関わるような環境構成の工夫と援助のあり方を一層追究する。</p> <p>②各年齢の発達過程を踏まえ子どもの実態を把握し、どういう力を育てるために何をねらいとするのかを明確にし、題材開発をしていかななくてはならない。題材開発の創意工夫も課題である。</p>	<p>①子どもの実態をしっかりとつかみ、実態に合った環境構成と発達過程に沿った適切な援助のあり方。</p> <p>②各年齢の発達を踏まえた運動遊びを遊びとしてどのように取り入れていくか、運動遊びの開発とその構成。</p>

表一 4 - 3

平成22年度	
研究主題	保育の充実を図る環境構成と保育士の援助のあり方 ～発達を踏まえた運動遊びの開発とその構成～
主題設定理由	平成21年度は「運動遊び」における題材の見直しと意欲的な遊びを求めて「サブテーマ」研究に取り組んだ。その結果子どもの実態からねらいを明確にし、子どもが興味関心を持つ題材を開発すれば、意欲的に遊ぶ姿につながる事が分かった。しかし、各年齢の発達を踏まえることや子どもの実態把握の仕方に課題が残った。 そこで今年度は、発達を踏まえた運動遊びを開発し、年齢や発達に応じてどのような構成にしたらよいかに重点を置き取り組みことにした。引き続き運動遊びを中心とし、環境構成と保育士の援助のあり方を追求していきたいと考えた。
研究の仮説	① 子どもの実態を把握し、興味・関心を持つ運動遊びを「開発・構成」すれば、意欲的に取り組むことができる。 ② 題材にある各々の課題を踏まえて運動遊びの中に適度の抵抗をつければ、それを克服しようとする意欲的に取り組むことができる。
研究実践	① 公開保育の実践。 *子どもの実態をしつかりつかみ、実態に合った環境構成と発達過程に沿った適切な援助のあり方の追究。 *各年齢の発達を踏まえた運動を遊びとしてどのよ取り入れしていくか、運動遊びの開発とその構成を追究。
研究の成果	① 子どもの興味や運動機能の発達から実態をつかみ遊びを構成することで、子どもの意欲を引き出すことができた。また、継続的に取り組むことで子どもから「やりたい」という声が上ががり、運動能力の向上にもつながった。日々の積み重ねの大切さを再確認した。 ② クラスの実態よりねらいを明確に持ち、そこから環境構成や援助を考えたいこうとする保育士の意識が高まった。
研究の課題	① 一過性の遊びではなく、遊びを発展させながら継続して活動していく。 ② 運動遊びだけでなく他の領域においても保育を展開し、子どもの育ちを支える保育を総合的な視点で見たいけるとよい。

(2) この研究をする中でクラスとして子ども達に変化がありましたか。あったとすればどのような点ですか。

クラスの変化	あった	ない	どちらともいえない
人数(人)	3	6	0

- ・運動が苦手な子、集団に入る事が苦手だった子も喜んで入れるようになった。
- ・あそびを通して素早い切り替え、ルールを守ることの大切さ、同じルールの中で友達と遊ぶ楽しさが身に付いた。
- ・意図的だったあそびが自然に子ども達からあそびが広がり、ルールも自分たちで全て決め楽しく取り組めるようになった。
- ・保育士が運動機能を高める事を意識するようになり、子ども達自身も固定遊具の鉄棒・うんてい・のぼり棒などを使って遊ぶことが増えたように思う。
- ・2年間同じ年中児を継続して担当したが、全く同じ題材を行っても子どもの実態によって反応は大きく異なっていた。(4歳児で鬼ごっこして泣くという実態に驚く)
- ・音楽に合わせて体を動かすことを好むようになった。(模倣あそびなど)
- ・2歳児でも集団あそび(しっぽ取り・むっくり熊さんなど)をする中で様々な気持ちを感じていた。(負けたくない・勝ちたい・転んだ友達に対する思いやり・応援する気持ち)

(3) 日頃の保育に「運動あそび」をよく取り入れていましたか。

保育への活用状況	取り入れていた	普通	あまりしない
人数(人)	3	6	0

※普通；保育として意識的に取り入れるのではなく、自由あそびなどに自然に行っている。

表-5 各年齢における研究の成果と今後の課題

H20年度

年齢	研究成果	今後の課題
0・1歳児	<ul style="list-style-type: none"> ・興味を持った運動はボール遊びであった。ドッチボールを毎日部屋いっぱい転がすと、投げる、蹴る、座る、お腹でバランスを取るような様々な姿を見せた。ボールの種類を増やす事で、両手で投げていたのが片手で投げるようになった。 ・音楽に合わせて踊ることもできず、保育士が口ずさむと踊る事しかできなかったが、朝の会で体操など毎日少しずつ行う事で真似てできるようになった。現在では、保育士の言葉がけを聞き動きの表現活動（真似る）ができるまでになった。 ・子ども達の好きな曲を流す事でより興味を持ち、音楽に合わせて体を動かすようになった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・様々な器具に興味を持たせる。 ・意欲を更に持たせる。
2歳児	<ul style="list-style-type: none"> ・運動する事により、手足の力だけではなくバランス能力や手足をうまく動かして前後に移動する事、両足でジャンプする事など、様々な身体能力の向上につながっている事がわかった。 ・平均台を使ったバランス運動では、平均台の上に入った歩いたりしながら、平衡感覚、バランス能力を養う事ができた。初めて行う事にも、手本を見ながら頑張っており取り組む事ができた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・同じような活動内容でも、その都度成長が見られた。今後どのような運動遊びにつなげていけるかを検討する。 ・運動遊びを行っていくことで子ども達の運動能力のどのような力をつけさせたいかという最終的な目的を明確にする事ができなかった。目的を明確にしてから題材を決めていかなければならない。 ・現在の子どもの様子や発達を把握し、2歳児の発達過程を見極め、それぞれの子どもが持つ特性を伸ばす。
3歳児	<ul style="list-style-type: none"> ・運動会で年長児が鉄棒をやる姿を見て、やる気を起こした。戸外遊びの時に、前回りや逆上がりの練習をする子もいた。年上の子の姿を見て刺激を受け、やる気を引き出す事ができた。 ・積み重ねにより運動能力が伸びていく事を改めて実感した。 ・最初は一人でできなかったり、一定のところまでしかできなかったりした子が、友達の姿を見ることで「自分もできるようになりたい」という思いを持ち、取り組む事ができた。 ・運動遊びを通して、話を聞く姿勢を身に付け、やってみようとする意欲の向上を図る事ができた。また、適度抵抗によって運動能力の向上にもつながった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・子ども達が様々な運動に興味をもてる働きかけを行う。 ・運動遊びを行う中で、運動能力の向上だけではなく、その他の遊びにも自信や意欲を高めていく方法を工夫する。
4歳児	<ul style="list-style-type: none"> ・幼年体育で学んだ遊びをクラス全体で楽しんだり、自由遊びの際に自発的に楽しんだり友達同士で誘い合い遊ぶようになった。 ・縄跳びでは、「跳びたい」という思いが強く、繰り返しの練習の中で跳べる子が増えた。もう少しで跳べる子も多い。継続する事の大切さを学ぶ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・友達と一緒に運動遊びをする中で、うまく関わらずトラブルになる事がある。どうしたら友達と関われるかを学んでいけるような援助のあり方を工夫する。 ・やりたいと思う気持ちが強く、内容を理解する前にやり始めてしまいできない事がある。最後まで話を聞く姿勢作りに心がける。 ・自分の中で限界を決めてしまい、できないからやらないという子どもがいる。やりたがらない子に対する働きかけを行う。
5歳児	<ul style="list-style-type: none"> ・運動遊びを通して研究を進めてきたことで、子どもの運動能力も高められてきたように感じる。 ・マット運動では遊びを取り入れたことで意欲が増し、前回り、後回りにおいても怖がることなく、やってみようとする姿があった。 ・鉄棒では、前回り足抜き回り反対回り→逆上がり→前回り逆上がり→連続逆上がりと少しずつ抵抗をつけていくことで、一つ上の段階を目指し頑張る事ができた。鉄棒は運動会前までの取り組みであったが、朝の会後のちょっとした時間、戸外遊び中などを使って連続逆上がりができるようになった子が4名増えた。継続する事の大切さを実感した。 ・縄跳びでは3チームに分かれて取り組んだ事で、友達同士刺激し合い、上達する事が目に見えて分かった。ジャンプの練習をする事で2跳躍と1跳躍のリズムを身につける大切さが分かった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・意欲や能力面において、なかなかできない子に対しての保育士の援助の仕方を工夫する。 ・運動能力を高める取り組みだけではなく、運動遊びの開発研究を行う。

(4) 子ども達はどのような遊びを楽しんでいますか。

3歳未満児

- ・動物模倣あそび
- ・しっぽ取り
- ・鬼ごっこ

3歳以上児

- ・鬼ごっこ（氷鬼、色鬼、丸鬼、バナナ鬼、むっくり熊さん、オオカミさん今何時？）
- ・ボール遊び（サッカー、キャッチボール）
- ・幼年体育でおこなったペアあそび

(5) 公開保育を行うに当たってどのような点に注意しましたか。（指導案の立案と実践から）

- ・子どもの実態を把握することが基本である。
- ・どのような能力を伸ばしていきたいか、ねらいや願う姿を明確にする。そのために適度抵抗を入れたり、言葉を掛けたりしていった。
- ・子どもの興味ある物やあそびなど何かを考え取り入れる。
- ・意欲を引出すための環境構成のあり方。
- ・時間配分。
- ・保育士の援助、言葉かけ。

(6) 保育者として学んだこと。

- ・子ども達の成長や変化の裏には、保育士の意識もある。保育士が意図的に運動あそびを取り入れ、継続的に活動して行ったことが大きく影響している。職員全員が共通理解のもと取り組んでいくことが、子どもの成長につながる。
- ・運動あそびをテーマとすることで園全体（職員間）として共通の認識を持ち取り組めた。それによって子ども達も楽しみ、戸外で遊ぶことの楽しさを感じ、体を動かすことが好きになった。
- ・計画的、意図的、継続的に取り組むことの大切さを知る。
- ・「ねらい」をもって取り組むことで、運動能力を高める成果につながった。
- ・子どものちょっとした変化を見逃さず、良くなったところを具体的に褒める。このことが子どもの意欲を高め、やる気につながる。
- ・子どもの姿、興味を持っている事柄、発達を見据えた題材を考えることが、保育士の役割である。
- ・日々の生活の中での子ども達の何気ない言動から保育に結びつけていくことで、子ども達の成長に変化があることを実感する。
- ・保育者自身が楽しむこと。保育者の姿が子どもに伝わる。
- ・保育士も子どもと一緒に根気よく取り組んでいくことが大切であることを実感する。
- ・運動器具を使用する際の補助の仕方。正しいやり方を身につけて行うことの大切さを学ぶ。保育者が正しく行うことで、子どもも安心して思い切り活動に取り組むことができる。
- ・年齢ごとの運動あそびの種類や方法を知る。
- ・コーディネーショントレーニングについて知り、勉強することができた。
- ・運動あそび＝3歳以上児対象と考えていたが、3歳未満児でも運動あそびを楽しめることを知った。
- ・0歳児だから、1歳児だからではなく、今、目の前の子ども達にできること、発達に差があっても一緒に活動を楽しむことができる方法を工夫することであそびが深まり楽しめる。
- ・2歳児でも簡単なルールを理解することができる。
- ・気になる子に対しての援助をどのようにしていくか、予め予想しすぐに対応できるようにしておく。

4. 考察

園内研究として運動あそびを取り組んだ初期には、どのように進めていけばよいのか試行錯誤しながらの取り組みであった。資料をもとに年齢にあった様々なあそびを取り上げていくことから始め、次第に目の前のいる子ども達の実態から子ども達に合ったあそびを取り上げて行くことができるようになった。このことは子ども達にとって与えられたあそびではなく、自分たちで遊び込み、自由自在にあそびを發展させ、新たなルール作りをするなど子ども達同士の共通のあそびとして楽しめるまでになった。

5年間の取り組みにおいて、初年度は子どもの興味や関心のあるあそびを発達段階に合わせ提供していくことから始められた。次年度以降は「それぞれのあそびを一過性に終わるのではなく継続的に行う事が子どもの意欲につながる」と仮説し、①適度の抵抗、②子どもにつけたい力、③運動あそびの開発などの課題を明確にして、実態に合った環境構成と発達過程に添った適切な援助のあり方を公開保育や自由あそびのなかで実践していった。(表-4参照)

3年経過した運動あそびも子ども達の中に浸透し、各年齢において成果が見られたことが報告されている。(表-5参照) 0・1歳児は音楽に合わせて体を動かし表現力が豊かになった。2歳児はバランス能力など様々な身体能力が向上した。3歳児は話を聞く姿勢を身に付け、やってみようとする意欲の向上を図る事ができた。4歳児はあそびをクラス全体で楽しんだり、自由あそびの時には自発的に友達同士で誘い合って遊ぶことができた。5歳児では継続的に行う事で運動能力が高められた。その反面課題として、運動能力の向上だけではなくその他のあそびや行動に対して自信や意欲を高めていく方法の工夫、友達との関わりの中で生じたトラブルの解決方法や援助、最後まで話を聞く姿勢作り、やりたがらない子・できない子に対する援助、運動あそびの開発など多く挙げている。

継続的行われた研究「運動あそび」も5年が過ぎ、保育士たちは子ども達ばかりではなく自分自身のなかにも大きな変化を感じていた。子ども達は、運動あそびを繰り返すことであそびを自分たちのものにしていった。友達関係では、あそびを通してクラスだけにとどまらず異年齢児との関わりにも広がりを見せた。そのなかでルールを守ることの大切さを学ぶばかりではなく、自分たちでルールを決めて楽しむまでに成長した。保育士たちも保育活動を計画する際に、幼年体育指導の内容に沿ったあそびを取り入れていたが、3年経過した頃より子どもの実態にあったあそびの内容に変化していった。指導のなかでは運動器具の正しい取り扱い方や補助の仕方を学び、安全な活動に繋げていくことの大切さを学んだ。また、同じ年中児を継続して2年間担当した結果、反応が大きく異なっていたことに驚かされ子ども達の実態に沿った指導の大切さを実感したなど、多くの具体的な指導内容や方法を学んでいる。

このように日頃の保育においても、常に保育者も子ども達もお互いに楽しんでできる保育がまず求められる。そのために保育士たちは子ども達の実態を踏まえ計画的・意図的・継続的に取り組む事の大切さをこの研究から学んでいる。保育において子ども達の発達の連続性を考えたとき、園全体の子どもの育ちとクラス単位の子どもの育ちの両方の視点から見ていくことが必要となる。我々保育者は、目先の子どもの達やクラスの子どもの達を見ることは常に行っているが、全体としての子どもの成長や活動内容に視点を注ぐことにやや消極的になっている。この点を補ってくれるのが園内研究と考える。自分のクラスの実態を踏まえて公開保育を参観する。〈発達段階や子どもの実態にあった活動であったか〉、〈環境構成や保育士の援助のあり方はよかったのか〉を参観視点とした公開保育は、子どもの発達を常に踏まえての活動であり、そこでの意見交換は保育

者の共通認識の統一の場でもある。公開保育の1週間前に行う事前の保育も、それぞれの保育士が自分の保育として捉え考えることができる機会でもあった。自分のクラスの実態を踏まえて観たり、過去に自分が担当した年齢の子ども達と比較しながら保育を参観し意見交換する保育士の学んだことは、「子ども達の成長や変化の裏には、保育士の意識もある。保育士が意図的に運動あそびを取り入れ、継続的に活動して行ったことが大きく影響している。職員全員が共通理解のもと取り組んでいくことが、子どもの成長につながる」とし、園全体（職員間）として共通の認識を持ち取り組むことによって子ども達も楽しみ、戸外で遊ぶことの楽しさや体を動かすことが好きになったことを感じている。また、「0歳児だから、1歳児だからではなく、今、目の前の子ども達にできること、発達に差があっても一緒に活動を楽しむことができる方法を工夫することであそびが深まり楽しめる」、「保育士も子どもと一緒に根気よく取り組んでいくことが大切である」などの様々な保育士の意見は、研究を行っていく過程において実体験として感じたものである。この園内研究によって子ども達ばかりではなく保育者の育ちをも感じさせる。

S保育園は、年間通して3歳以上児を対象に異年齢児保育の取組みを行っている。特に夏季期間においては終日縦割り保育を行っている。そして、9月にまたクラス単位の編成に戻る体制をとっている。夏季保育を終えた3歳以上児の子ども達はお互いに刺激し合いながら成長していた。年少・年中の子ども達にとって年長児の存在が大きく、あそび方など多くのことを学んだ。約1か月という期間であったが、異年齢児との距離がぐっと縮まり、年長児としての自覚も増し運動会に向けて意欲的に取り組む姿が見ることができる。また、朝の朝礼では、表現活動として歌や手あそび・身体表現やふれあいあそびを全園児対象に継続して行っている。年齢の低い子ども達は見よう見まねで歌ったり体を動かしたりしている。見ること・聞くことが大きな体験となり成長しているようである。このような活動を通して保育士は、子ども達に言葉で伝えていくことも大切であるが、「見て学ぶ」ことも子ども達にとって大きな力となることを改めて感じ学んでいる。

保育園は初めて社会に出た子ども達の「生活の場」であり、「学びの場」であり、「交わりの場」と言われている^(註2)。この3つ場を如何に豊かにするのか、日々問い返すことで保育の質を向上させることができるのではないかと考える。園内研究もその一つであろう。専門職として子ども達の成長発達を保障する為の<工夫>と<仕掛け>が常に求められている。

5. 今後の課題

園内研究としての運動あそびを継続的に行ったことで、保育士たちは多くのことを学ぶことができた。今後の課題として、①一過性のあそびではなく、あそびを発展させながら継続して活動していく。②運動あそびだけではなく他の領域においても保育を展開し、子どもの育ちを支える総合的な視点で見えていく。運動あそびで培ってきた力をさらに発展・展開させる為に人間関係に視点をおいて研究することになった。保育者と子ども、子ども同士の関わりを深める手立てとして、ふれあいあそびを通して子どもの<意欲的な姿>を引き出す^(註3)。互いに課題を共有し合うことで、子どもだけではなく保育者同士も毎日の保育が豊かになり、園としての保育の質を高めることになるであろう。

保育者養成校として、学生は2年間という短い期間に専門職として様々な知識を学んでいる。十分に子ども理解ができていない状況の中での学びでもあるが、常に<ねらい>をはっきりさせることにより、学びも分かりやすく意欲的に取り組む事ができると考える。入学して2年後には新任保育者として期待される人材となるための様々な学びを確実に一步一步取り組む。そのよう

な継続的な学びの姿勢や授業内容の工夫がますます問われると考える。

注

1) コーディネーショントレーニング

旧ソ連のスポーツ化学者の報告がきっかけとなりコーディネーショントレーニングは1970年代に旧東ドイツで開発されたものである。現在、定位・変換・リズム・反応・バランス・連結・識別能力の7つに分類されている。これらの能力は状況を目や耳など五感で察知し、それを頭で判断し、具体的に筋肉を動かすといった一連の過程をスムーズに行う能力であり、この能力を遊びの要素を含んだプログラムによって意識的に取り組むことによって専門的なスポーツを取り組む前段階の基礎作りとして注目されている。

2) 鯨岡俊氏の提唱 (www.kahoren.com/aisatu.htm)

「生活の場」;; 基本的生活習慣の獲得の場。大人の配慮が支える部分と子どもの思いを受け止める部分。

「交わりの場」; 様々な人・自然・環境との関わり。

「学びの場」; 保育者が大人の思いを伝えたり情報提供する部分と子ども自身の学ぶ意欲を醸成、誘発する部分。

3) 横峰吉文氏【子どもをやる気にさせる4つのスイッチ(特性)】(ヨコミネ式教育法「エチカの鏡」より)

- ①子どもは競争したがる。(他の子よりも勝っていると感じることで向上心を刺激する。競争に負け悔しいと感じることで「できる子」を観察して練習する。)
- ②子どもは真似したがる。
- ③子どもはちょっとだけ難しい事をやりたがる。
- ④子どもは認められたがる。(子どもはできる事は面白い。面白いから練習する。練習すると勝手に上手になる。そうすると次の段階に行きたくなる。)

参考文献

- ・東根明人・平井博史：キンダーコーディネーション．全国書籍出版，愛知県，2002.
- ・運動教育研究所編：運動遊びカリキュラム通信360種目コース・遊びのシナリオ．運動教育研究所，東京，2006.
- ・清水玲子：保育園の園内研修．筒井書房，東京，2010.

謝辞

この研究にあたり、S保育園の園長をはじめとする保育士の先生方に貴重な意見を頂きました。心より感謝申し上げます。

資料-1

幼年体育指導計画「活動内容」

H22年度

種目	月	5月	6月	7月	9月	10月
マット		・前回り ・手押し車→前回り ・前回り	・前回り ・後回り	・前回り ・後回り		
跳び箱		・走って飛び越える ・乗ってジャンプする ・縦向きに跳び箱に乗る ・横向きに跳び箱に乗る	・乗ってジャンプ ・縦向きに跳び箱に乗る ・横向きに跳び箱に乗る ・開脚跳び ・グージャンプから開脚跳び ・助走から開脚跳び	・乗ってジャンプ ・縦向きに跳び箱に乗る ・開脚跳び ・助走から開脚跳び		・馬乗り ・開脚跳び
鉄棒		・ぶら下がり遊び ・前回り ・足抜き回り → 反対回り ・逆上がり	・ぶら下がり遊び ・すずめ ・前回り ・足抜き回り → 反対回り ・だんごぶら下がり ・逆上がり	・ぶら下がり遊び ・前回り ・足抜き回り → 反対回り ・逆上がり	・前回り ・足抜き回り → 反対回り (年少・年中)	・前回り ・足抜き回り → 反対回り (年少・年中)
プール			・水かけ遊び ・GO-STOP(かけっこ) ・顔つけ	・水かけ遊び ・顔つけ ・ワニ歩き ・バタ足 ・けのび		
平均台(年少・年中)					・早乗り ・模倣 ・歩行 ・足替え ・手つき飛び越え	・早乗り ・模倣 ・歩行 ・足替え ・手つき飛び越え
リレー(年少・年中)					・座って手渡し ・Uターンリレー	・Uターンリレー
マスゲーム(年長)					整列体操・ウエーブ・飛行機・神輿・孔雀・ピラミッド・ドミノ	
器具発表(年長)					・マット ・跳び箱 ・鉄棒	
種目	月	10月	11・12月	1月	2・3月	
長縄跳び		・走って跳ぶ ・動く縄を跳ぶ ・大波小波	・動く縄を跳ぶ ・大波小波			
短縄跳び			・尻尾とり ・縄の上ジャンプ ・回して歩く、走り跳び ・回してビヨン ・回し跳び(2回、5回以上) ・回し跳び2・1跳躍各10回以上			
小ボール				・転がす ・投げる ・上に投げる → キャッチ ・爆弾ゲーム		
大ボール				・転がす ・弾ませてキャッチ ・爆弾ゲーム	・バウンドキャッチ ・ボールつき(ドリブル) ・上投げキャッチ	
サッカーボール					・ドリブル ・ボールタッチ ・試合	
ドッジボール					・転がしドッジボール ・中当てドッジボール ・試合	

種目	年齢	少年	中年	老年	長
マット (7月)	・体幹を丸める。腕支持ができる。	・左右バランスよく腕支持をして回れる。			・足の内側を使い、速く回れる。 ・ボディバランスがよくなる。
跳び箱 (6月)	・空中でバランスを取り、転ばずに着地ができる。 ・腕支持をして飛び乗れる。 ・大きく足を開いて乗れる。	・空中でバランスを取り、転ばずに着地ができる。 ・腕支持と跳ぶ力で飛び越えられる。 ・自分と跳び箱との距離を測れる。 ・リズム長く踏み切り、勢い良く飛び越えられる。			・空中でバランスを取り、転ばずに着地ができる。 ・腕支持と跳ぶ力で飛び越えられる。 ・自分と跳び箱との距離を測れる。 ・リズム長く踏み切り、勢い良く飛び越えられる。
鉄棒 (6月)	・ぶら下がった状態で、思い通りに体を動かせる。 ・腕の力とジャンプで腕支持状態に慣れる。 ・鉄棒を離さずに、体幹を丸くして回れる。	・ぶら下がった状態で、思い通りに体を動かせる。 ・腕の力とジャンプで腕支持状態になり、スムーズに回れる。 ・狭い所で、思い通りに体を動かせる。			・ぶら下がった状態で、思い通りに体を動かせる。 ・素早く回り、腕の力で静かに着地ができる。 ・狭い所で、思い通りに体を動かせる。 ・腕の力で体を持ち上げられる。 ・鉄棒に体を引き寄せ、鉄棒を軸に足を振り上げて回る感覚をつかむ。
プール (7月)	・楽しく行う事により、水に慣れ、水への恐怖心がなくなる。 ・水への恐怖心をなくす。 ・腕を伸ばし、腕で歩ける。 ・水中で沢山の足を動かせる。	・楽しく行う事により、水に慣れ、水への恐怖心がなくなる。 ・水中で体の力を抜き、顔がつけられる。 ・水中で体の力を抜き、腕で歩ける。 ・足を速く動かせる。 ・リラックスして体をまっすぐにできる。			・楽しく行う事により、水に慣れ、水への恐怖心がなくなる。 ・泳ぐ姿勢を作るために、水面に対して正面から顔がつけられる。 ・水中で体を伸ばし、腕で歩ける。 ・足の付け根から速く動かせる。 ・リラックスして体をまっすぐに進める。
平均台 (9月)	・バランスを崩さずに歩ける。 ・目で平均台の位置を把握し、足を踏み外さずに足替えができる。 ・腕支持をし、足を引っ掛けずに飛び越えられる。	・バランスを崩しても、立て直せる。 ・足を踏み外さずに、リズム良く足替えができる。 (リズムは速くても良い) ・飛び越えた後、すぐに手を前にずらし、次のジャンプの用意ができる。			・空いている所を自分で見つけ、どれくらいスピードで乗れば落ちないかが分かる。 ・全身でバランスがとれる。 ・バランスを崩しても、立て直せる。 ・足を踏み外さずに、リズム良く足替えができる。 ・飛び越えた後、すぐに手を前にずらしリズム良く、跳び越えができる。
リレー (9月)	・ルールを覚える。 ・足の回転が速くなる。 ・競争心を養う。	・ルールを覚える。 ・足の回転が速くなる。 ・競争心を養う。			
マ스ゲーム (9月)					・協調性、忍耐力を養う。 ・次の行動を予測して動ける。 ・メリハリのある動きができる。 ・集中力がつく。
器具発表 (9月)					・各種目に自信が持てる。 ・集中力がつく。
長縄跳び (11/12月)	・縄を追いかけて、その場で跳ぶ。 ・リズム能力の向上。 ・その場で跳び続ける。(リズムを知る)	・リズム能力の向上。 ・一定のリズムで跳び続けられる。(リズムを知る)			・リズム能力の向上。 ・一定のリズムで跳び続けられる。(リズムを知る) ・縄を見て、自分と縄の距離を測り、タイミング良く、跳び始められる。

種目	年齢	少年	中年	老年	長
短縄跳び (11/12月)	<ul style="list-style-type: none"> 周りを見て逃げられる。定位能力の向上。 体の軸を作り、ポティバランスを良くする。 縄を回す感覚をつかむ。 上半身と下半身を連結させ、リズムよく1回跳ぶ。リズム、連結能力の向上。 	<ul style="list-style-type: none"> 縄を上半身に回し、リズムよく跳ぶ。リズム、連結能力の向上。 縄をスムーズに回し、リズムよく跳ぶ。リズム、連結能力の向上。 2跳躍のリズムを算える。 スムーズに縄を回す感覚をつかむ。 上半身と下半身を連結させ、リズムよく1回跳ぶ。リズム、連結能力の向上。 	<ul style="list-style-type: none"> 縄を下半身に回し、リズムよく跳ぶ。リズム、連結能力の向上。 2跳躍のリズムを算える。 スムーズに縄を回す感覚をつかむ。 上半身と下半身を連結させ、リズムよく跳ぶ。リズム、連結能力の向上。 	<ul style="list-style-type: none"> 縄を下半身に回し、リズムよく跳ぶ。リズム、連結能力の向上。 2跳躍のリズムを算える。 スムーズに縄を回す感覚をつかむ。 上半身と下半身を連結させ、リズムよく跳ぶ。リズム、連結能力の向上。 	<ul style="list-style-type: none"> 縄を下半身に回し、リズムよく跳ぶ。リズム、連結能力の向上。 2跳躍のリズムを算える。 スムーズに縄を回す感覚をつかむ。 上半身と下半身を連結させ、リズムよく跳ぶ。リズム、連結能力の向上。
小ボール (1月)	<ul style="list-style-type: none"> ボールの特性を知り、操作に慣れる。 コントロールが良くなる。分化能力の向上。 遠くにボールが投げられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ボールの特性を知り、操作に慣れる。 コントロールが良くなる。分化能力の向上。 ボールとの距離を測り、手を出せる。 跳んでくるボールに反応し、多くのボールを投げられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ボールの特性を知り、操作に慣れる。 コントロールが良くなる。分化能力の向上。 ボールとの距離を測り、手を出せる。 跳んでくるボールに反応し、多くのボールを投げられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ボールの特性を知り、操作に慣れる。 コントロールが良くなる。分化能力の向上。 ボールとの距離を測り、タイムラグ良くスムーズに手を出せる。 跳んでくるボールに素早く反応し、空いているスペースに投げられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ボールの特性を知り、操作に慣れる。 コントロールが良くなる。分化能力の向上。 ボールとの距離を測り、タイムラグ良くスムーズに手を出せる。 跳んでくるボールに素早く反応し、空いているスペースに投げられる。
大ボール (1月)	<ul style="list-style-type: none"> ボールの特性を知り、操作に慣れる。 ボールの特性を知り、ボールのパウンドに合わせてキャッチができる。 遠くにボールが投げられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ボールの特性を知り、操作に慣れる。 ボールの特性を知り、ボールのパウンドに合わせてキャッチができる。 跳んでくるボールに反応し、多くのボールを投げられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ボールの特性を知り、操作に慣れる。 ボールの特性を知り、ボールのパウンドに合わせてキャッチができる。 跳んでくるボールに反応し、多くのボールを投げられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ボールの特性を知り、操作に慣れる。 ボールの特性を知り、ボールのパウンドに合わせてキャッチができる。 跳んでくるボールに素早く反応し、空いているスペースに投げられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ボールの特性を知り、操作に慣れる。 ボールの特性を知り、ボールのパウンドに合わせてキャッチができる。 跳んでくるボールに素早く反応し、空いているスペースに投げられる。
サッカーボール (2月)	<ul style="list-style-type: none"> 足でボールを操作する感覚を知る。 軸足に重心を預けたまま、操作できる。 ゴールに向かって蹴る事を知る。 	<ul style="list-style-type: none"> 視野を広げ、全体の位置を見ながらボールをコントロールできる。 軸足に重心を預けたまま、操作できる。 蹴り心を持ち、積極的にボールを蹴れる。 協力をし、ボールをゴールへ運べる。 	<ul style="list-style-type: none"> 視野を広げ、全体の位置を見ながらボールをコントロールできる。 軸足に重心を預けたまま、操作できる。 蹴り心を持ち、積極的にボールを蹴れる。 協力をし、ボールをゴールへ運べる。 	<ul style="list-style-type: none"> 視野を広げ、全体の位置を見ながらボールをコントロールできる。 軸足に重心を預けたまま、操作できる。 蹴り心を持ち、積極的にボールを蹴れる。 協力をし、ボールをゴールへ運べる。 	<ul style="list-style-type: none"> 視野を広げ、全体の位置を見ながらボールをコントロールできる。 軸足に重心を預けたまま、操作できる。 蹴り心を持ち、積極的にボールを蹴れる。 協力をし、ボールをゴールへ運べる。
ドッチボール (2月)	<ul style="list-style-type: none"> ボールだけではなく、友達も見ながら接触しないように逃げられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ボールだけではなく、友達も見ながら接触しないように逃げられる。 逃がっている友達に反応して投げられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ボールだけではなく、友達も見ながら接触しないように逃げられる。 逃がっている友達に反応して投げられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ボールだけではなく、友達も見ながら接触しないように逃げられる。 逃がっている友達に反応して投げられる。 	<ul style="list-style-type: none"> ボールだけではなく、友達も見ながら接触しないように逃げられる。 逃がっている友達に反応して投げられる。