

保育園児に短時間で出来る運動遊びの継続と運動能力との関連

橋本 和幸¹⁾, 吉岡 秀晃²⁾, 上岡 尚代³⁾, 田辺 達磨³⁾, 長谷川 龍成³⁾

了徳寺大学教養部¹⁾

ネイチャー・アドベンチャー・ジャパン²⁾

了徳寺大学健康科学部³⁾

要旨

本研究は、保育園で行う運動遊びを開発し、効果を測定したものである。この運動遊びは、幼児および保育士が高い動機づけを維持して行うことができる身体活動のエクササイズである。具体的には、ある保育園で、文部科学省の運動能力調査の6種目で行って、その結果から、低い点数だった能力に働きかける運動遊びを考案した。そして、考案した運動遊びを保育園で継続して実施してもらい、3か月後に再度運動能力調査6種目を行って効果測定を行った。この結果、2種目と全体の評点が有意に上昇した。

キーワード：運動遊び，保育園，運動能力検査

Relationship between the sustainable exercise play in a short time and the athletic ability in nursery school children

Kazuyuki Hashimoto¹⁾, Hideaki Yoshioka²⁾, Naoyo Kamioka³⁾

Tatsuma Tanabe³⁾, Tatsunari Hasegawa³⁾,

Center of Liberal Arts Education, Ryotokuji University¹⁾

Nature Adventure Japan²⁾

Faculty of Health Science, Ryotokuji University³⁾

Abstract

This study developed exercise play at the nursery school and measured the effect. This athletic play is a physical activity exercise that infants and nursery teachers can maintain while maintaining high motivation. Specifically, at a nursery school, we conducted at the sixth event of exercise capacity survey of the Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology, and devised an exercise game to work on the low score scores from the results. Then, we asked the nursery school to continue the exercise game we devised, and after three months again we performed six types of exercise capacity survey and measured the effect. As a result, the second event and the overall score rose significantly.

Keywords: exercise play, nursery school, exercise test

1. 問題と目的

幼児期の運動が、心身の発達に肯定的な影響を与えることはよく知られている。杉原¹⁾は運動をする意味を手段と目的に分けて論じている。運動を手段ととらえる場合は、健康・体力づくり、人間形成などの

身体的、精神的な目的を達成するために行うと考える。つまり、運動そのものの価値よりは、運動によって何らかの別の価値がもたらされるということである。一方運動を目的ととらえる場合は、運動を行うこと自体が人間にとって重要な意味や価値を持つと考える。そして、身体を動かすことが楽しみであり、遊びになるとされる。例えば、音楽や美術などの芸術と同じ文化ととらえる。

上記のように、運動を手段あるいは目的のどちらととらえるにせよ、子どもが身体を動かすことを毎日の生活の中で楽しんで行えるようにすると、運動が継続的に実施されるようになる。このための方法として、運動遊びが考案されている。例えば、岩崎²⁾や柳澤・柳澤³⁾はフープ、固定遊具、マットなどの様々な用具を用いた実技の例を年齢別に紹介している。内田・大井・筒井⁴⁾は遊戯室に常設されている小型遊具を用いたラダー遊び、体育館で多様な運動課題を経験させるサーキット遊び、室内での自由遊びを比較して、ラダー遊びとサーキット遊びの効果を報告している。常盤⁵⁾は県内での幼児運動能力検査の結果をもとに、課題が見られた跳躍力に働きかける運動遊びを考案して、複数の幼稚園で園庭、園内の樹木、廊下などに遊具を設置して運動遊びを実践している。

これらの実践はそれぞれ効果が期待できるが、保育園で行うためには、橋本・上岡・吉岡⁶⁾から園児および保育園双方の動機づけの維持が重要であると考えられる。

まず、園児の動機づけの維持については、杉原⁷⁾によると、同じ運動内容でも、保育士の指示によるもので、行うと保育士に褒められるという要素が強いと遊び要素が減り、外発的動機づけを刺激する。一方、園児が自分でやりたいと思えば、遊びの要素が強くなり内発的動機づけを刺激する。つまり、運動遊びを考案・実施する場合は、内容だけでなくどのようにやらせるかということが問題になる。

次に保育園の動機づけの維持のためには、考案された運動遊びの実行が容易である必要がある。具体的には次の3点である。1点目は園の施設や設備を考慮する必要性である。前出の先行研究^{2) 3) 4) 5)}の実践例は、実施する園にある程度の広さや用具類があることが必要である。例えば内田ら⁴⁾では体育館を利用しているが、全ての園にそうした広い施設があるわけではない。2点目は通常の保育活動でやらなければならないことが多いことである。例えば橋本ら⁶⁾の保育園では、一日に表1のような活動を行っており、新しい活動を定期的に行うことは難しいとされた。3点目は保育士の能力の問題である。橋本ら⁶⁾では、調査協力者の保育士たちから、忙しい保育活動の中で効率よく運動を指導できる自信がないという意見があった。杉原・吉田・森他⁸⁾で幼稚園の例が紹介されているように、保育時間内の運動指導に外部派遣講師と園の体育専任が関わる園が70.2%を占め、担任だけで行うことには不安を感じるかもしれない。

表1 ある保育園の1日の動き⁶⁾

9:00 ~ 9:35	出席確認他
9:35 ~ 9:45	排せつ、水分補給
9:45 ~ 10:00	鍵盤、体操他
10:00 ~ 12:00	設定保育
12:00 ~ 13:00	給食
13:00 ~ 15:00	排せつ、昼寝
15:00 ~ 16:00	おやつ他
16:00以降	お迎え

以上のように、運動遊び導入を阻む保育園の事情を、橋本ら(2018)⁶⁾では物理的障壁とした。物理的

障壁を克服するためには、狭いスペースでも実施できて、準備から片付けまでを短い時間で行うことができる内容を開発することが重要であると考える。

本研究の目的は、園児の事情だけではなく、保育園や保育士側の事情も考慮した運動遊びの実践方法を検討することである。具体的には、園児に対する運動活動を、園児が楽しんで行える遊びの要素を含んだものにして、かつ使用可能な園のスペースや活動時間が限られた中でも実施できるような内容にして提供することとする。

このために、園児の運動能力を測定して、その結果と保育園の施設、設備、保育の方針などに合わせた運動遊びを開発し、3か月程度実施した後に効果を測定することを目指した。

その際に、体験教育及びアドベンチャー教育のディレクターである第二筆者が運動遊びを考案する。そして、その運動遊びの妥当性を、心理学者である第一筆者が心理面から、アスレティックトレーナーである第四筆者と第五筆者が身体面から、理学療法士である第三筆者が統括的に、それぞれ検討する。

なお、本稿では、Step1で対象園での園児の運動能力を測定し、Step2でその結果に基づく運動遊びの考案、筆者らによるパイロット試行、Step3で運動遊び実施から3か月後の園児の運動能力の測定結果を報告することとする。

2. 方法

(1) 研究計画

対象園の園児の運動能力を測定したうえで、低い点数だった能力に働きかける運動遊びを考案する。考案した運動遊びを対象園で継続して実施してもらう。

運動遊びの効果の検証は、文部科学省の「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」⁹⁾でも利用されたMKS幼児運動能力検査¹⁰⁾の6種目で行ったうえで、その結果に基づいて運動遊びを考案する。そして、運動遊び実施後3か月经過した時点で再び運動能力調査の6種目を実施して園児の測定する予定を立てた。

なお、本稿での報告は、Step1とStep2に分かれている。Step1で運動能力検査を行った。Step2で検査の結果わかった園児の運動能力に基づく運動遊びの考案と試行、その結果をふまえて園側が実施できるようにする話し合いを行った。

なお、対象園は、園児の運動能力向上のための調査実施を筆者らに依頼してきた保育園である。

(2) 調査対象者

調査対象園の5歳児クラスの園児が調査に協力してくれた。事前調査に参加した園児は29名、事後調査に参加した園児は25名、事前事後ともに参加した園児は25名（男17名、女8名）で、その平均年齢は事前調査の段階では5歳5か月（5歳0か月～5歳11か月）であった。

(3) 調査対象園

都内の私立保育園1園を対象に実施した。この園は各年齢のクラスに専用に部屋があり、屋内には共有のホールがあった。屋外に園庭はあるが、手狭であった。

保育士の中には、運動指導を担当する保育士が常駐しており、園児の運動活動に日ごろから熱心に取り組んでいる園であった。

(4) 倫理的配慮

本研究は、了徳寺大学生命倫理審査委員会の承認を得て実施した（承認番号2723）。対象園から保護者に園児を調査対象とした研究の趣旨及び内容、プライバシーの保護について説明を行ってもらい、同意を得た。

3. 結果

(1) Step1 運動遊び実施前の運動能力検査

1) 調査項目

MKS 幼児運動能力検査の6項目を行った。具体的には次の検査内容であった。

①25m 走：30m の直線路を作り、スタートから25m 先にあるラインを通過するまでの所要時間を1/10秒単位で計測した（1/100秒単位は切り捨て）。測定は1回だけであった。

②立ち幅跳び：屋内の床で裸足になって両足踏み切りによる跳躍距離を行わせた。2回計測し、上位の記録を cm 単位で記録した（50cm 未満は切り捨て）。

③ボール投げ：硬式テニスボールを使用して投距離を測定した。計測は2回実施し上位の記録を cm 単位で記録した（cm 未満は切り捨て）。

④両足連続跳び越し：屋内の床で、4m50cm の距離に10個の積み木を50cm 間隔で置き、両足を揃えて1つ1つの積み木を正確かつ迅速に跳び越させた。時間を1/10秒単位で測定し、2回実施したうちの上位の記録を採用した（1/100秒単位は切り捨て）。

⑤体支持持続時間：平行棒の間に立ち左右の平行棒を握り、合図で両腕を伸ばし、足を床から離し何秒間維持できるかを測定した。1回だけ実施し、記録は秒単位で測定した（秒未満は切り捨て。3分経ったら終了させた）。

⑥捕球：直径15cm のゴムボールを3m 離れた地点から投げて、ノーバウンドで捕球させた。10回の投げのうち何回捕球出来たかを記録した。

2) 調査時期

事前調査を2018年3月に、事後調査を2018年7月に午前中の通常保育（10時から12時まで）の中で行った。

3) 運動能力調査の結果

運動能力検査の結果は、文部科学省の「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」⁹⁾ で用いられている方法で算出した。具体的には、園児がそれぞれの検査で出した成績を、同報告書の100-101頁の基準で1～5点の5段階得点（5点に近いほど良い成績と言える）に変換した。本研究で対象とする5歳児の場合、月齢で前半（5歳0か月～6ヵ月）と後半（5歳7か月～12か月）に分けて表2のように変換した。

表2 運動能力検査記録の評定化基準

種目	評定	5歳前半		5歳後半		6歳前半	
		男児	女児	男児	女児	男児	女児
25m走(秒)	5	5.9以下	6.2以下	5.7以下	5.8以下	5.4以下	5.6以下
	4	6.0~6.5	6.3~6.7	5.8~6.1	5.9~6.3	5.5~5.9	5.7~6.0
	3	6.6~7.2	6.8~7.4	6.2~6.7	6.4~6.9	6.0~6.4	6.1~6.6
	2	7.3~8.0	7.5~8.3	6.8~7.4	7.0~7.6	6.5~7.1	6.7~7.2
	1	8.1以上	8.4以上	7.5以上	7.7以上	7.2以上	7.3以上
立ち幅跳び(cm)	5	122以上	114以上	131以上	121以上	139以上	127以上
	4	105~121	96~113	115~130	105~120	123~138	110~126
	3	87~104	78~95	98~114	89~104	105~122	94~109
	2	66~86	62~77	77~97	72~88	84~104	77~93
	1	65以下	61以下	76以下	71以下	83以下	76以下
ボール投げ(ソフトボール、0.5m)	5	8.5以上	5.5以上	10.0以上	6.5以上	12.0以上	7.5以上
	4	6.5~8.0	4.5~5.0	7.5~9.5	5.0~6.0	8.5~11.5	5.5~7.0
	3	4.5~6.0	3.0~4.0	5.0~7.0	3.5~4.5	5.5~8.5	4.0~5.0
	2	2.5~4.0	2.0~2.5	3.0~4.5	2.5~3.0	3.5~5.0	3.0~3.5
	1	0.0~2.0	0.0~1.5	0.0~2.5	0.0~2.0	0~3.0	0.0~2.5
両足連続跳び越し(秒)	5	4.5以下	4.5以下	4.2以下	4.3以下	4.0以下	4.1以下
	4	4.6~5.2	4.6~5.3	4.2~4.9	4.4~5.0	4.1~4.7	4.2~4.8
	3	5.3~6.3	5.4~6.4	5.0~5.8	5.1~5.9	4.8~5.5	4.9~5.6
	2	6.4~9.1	6.5~9.2	5.9~7.9	6.0~7.7	5.6~6.9	5.7~7.0
	1	9.2以上	9.3以上	8.0以上	7.8以上	7.0以上	7.1以上
体支持持続時間(秒)	5	74~180	78~180	109~180	103~180	126~180	126~180
	4	38~73	36~77	54~108	53~102	64~125	64~125
	3	17~37	16~35	25~53	25~52	31~63	32~63
	2	5~16	5~15	9~24	9~24	11~30	13~31
	1	0~4	0~4	0~8	0~8	0~10	0~12
捕球(回)	5	10	9~10	10	10		
	4	8~9	7~8	9	8~9	10	10
	3	4~7	4~6	6~8	5~7	7~9	7~9
	2	2~3	0~3	2~5	2~4	4~6	4~6
	1	0~1		0~1	0~1	0~3	0~3

評定点の解釈は表3の通りである。

表3 MKS 運動能力検査の評定点の解釈方法

5点：非常に高い。発達が標準より非常に進んでいる。理論的出現率7%
4点：かなり高い。発達が標準よりかなり進んでいる。理論的出現率24%
3点：ふつう。標準的な発達である。理論的出現率38%
2点：少し低い。発達が標準より少し遅れている。理論的出現率24%
1点：かなり低い。発達が標準よりかなり遅れている。理論的出現率7%

なお、同報告書⁹⁾では、幼児期に取得しておくことが望ましい基本的な動作、生活習慣及び運動習慣を身に付けるための効果的な取り組みを行う幼稚園・保育園を「実践園」と定義して、実践園全体での運動能力検査の5段階得点の平均値を3年分算出している。

本研究では、この実践園全体の1年目の平均値を全国の平均値として採用し、調査対象園の5歳児クラス29名の平均値を比較した。そして、全国の平均値と比べての優劣を判定した。

前述の通り、5点に近いほど良い成績なので、対象園の結果は、表4の通り、ボール投げと両足連続跳び越しの評定は全国平均よりも低かった。

表4 運動遊び実施前の運動能力検査の結果と全国平均の比較

	25m走	立ち幅跳び	ボール投げ	両足連続跳び越し	体支持持続時間	捕球
対象園平均	3.03	3.55	2.76	3.00	3.14	3.59
全国平均	2.90	2.95	3.05	3.09	2.94	3.27

4) 運動能力調査の結果の解釈

運動能力検査の各種目からわかる運動能力を、次のように解釈した。

- ①25m 走：脚力および全身の力を瞬間的かつある程度持続してどれだけ出せるか。
- ②立ち幅跳び：全身の力を瞬間的にどれだけ出せるか。
- ③ボール投げ：投げる方向や強さを選択する技能が必要である。それが身に付けられているかどうか。
- ④両足連続飛び越し：ジャンプを1回限りではなく、連続して飛ぶには身体の使い方に工夫が必要である（例：勢いよく飛び出すと後が続かない）。それを身に付けられているかどうか。
- ⑤体支持連続時間：上体の力をどの程度維持できるか。
- ⑥捕球：目と手の動きを協調させる技能がどの程度身に付いているか。

第1回の測定結果から、対象園の5歳児クラスの園児の課題は、上体を中心とする全身の力を瞬間的に使う能力や、小さなジャンプを素早く連続して行うために下体を中心に体の各部位を協調させて使う能力の向上と解釈した。

(2) Step2 運動遊びの開発

1) 開発した運動遊びの内容

運動能力検査の測定結果から、飛ぶこと、手と他の部位を協調させること、手で用具を扱うことを向上させることを中心とする運動遊びを開発、考案した。具体的には、「ケンケンパー」「手足が描いてあるマット」「ビーチボール送り」の3種目であった。その内容は次の通りである。なお、各種目の写真は、参考として橋本ら⁶⁾から引用する（図1～3）。

①ケンケンパー

フラフープを1個または2個ずつ床に置いて列を作る。その列を、フラフープ1個には片足を入れられるルールにして、列の端から端へ移動させる（図1参照）。

この運動遊びは、「飛ぶ」運動にかかわる能力を伸ばすものである。つまり、連続両足飛び越しに必要な「連続して飛ぶため」に身体の使い方を工夫することを覚えることを目指す。

ケンケンパーについて、両足とび、片足飛び、右足あるいは左足のみを使うなど、飛び方に変化をつけることで、身体の使い方を指示に合わせて考えさせる効果もある。また、輪の位置を変えることで、飽きにくくできると考える。



図1 ケンケンパーの様子⁶⁾

②手足が描いてあるマット

バスマットあるいはゴムマットを10cm四方程度の四角形に切り分け、そこに左手、右手、左足、右足の絵を描きこむ。マットを床にランダムに配置する（図2-1参照）。園児には、マットに描いてある手や足しか乗せてはいけないと説明し、そのルールの中で、できるだけ早く向こう側にたどり着くように教示する（図2-2参照）。

この運動遊びは、手足を協調して使う方法、ちょうどよく飛ぶ方法、手を使って身体を支える方法などを学ぶことができる。また、マットの位置を変えることで、飽きにくくできると考える。



図2-1 マットの配置例⁶⁾



図2-2 遊びの様子⁶⁾

③ビーチボール送り

縦の列を作らせて、前の園児から後ろの園児にボールを渡して、できるだけ早く列の後ろまでボールを送ることを目指す（図3参照）。この時に、頭上→股抜き→頭上→股抜きとか、左→右→左→右というように、直前の人と違うボールの送り方を指定すると、効果的である。

この運動遊びは、相手がとれるようにボールを差し出すこと、捕球を通して手の使い方を学ぶことができる。また、チーム対抗戦にすることで、目標ができるためやる気を高められると考える。



図3 ボール送りの様子⁶⁾

2) 対象園によるパイロット試行

第二筆者が考案した運動遊びを、対象園の5歳児クラスの園児に第二筆者と第一筆者で試行した。具体的には、「ケンケンパー」「手足が描いてあるマット」「ビーチボール送り」の3種目を、30分程度かけて順番に試行した。

3) 調査時期

園児への試行は、2018年4月。通常保育（10時から12時まで）の時間内で行った。

4) 園のスタッフとの話し合い

筆者らによる試行の後、実際に運動遊びを指導する対象園のスタッフたちと話し合っって次のように行うことを同意した。

- ①保育園の1日の動きを確認し、午前中2時間の設定保育の時間内に、毎日15～20分程度入れることとした。
- ②園の都合によって、きっちり何回、何分とやらなくても、給食に間に合うように切り上げたり、実施を休む日があったりしても問題ないということにした。
- ③運動遊びを実施するスタッフに確認してもらい、実施が可能であるとの判断となった。

(3) Step3 運動遊び実施後の運動能力調査の結果

1) 運動遊び実施後の運動能力調査結果の全国平均との比較

運動遊び実施後（以降、事後）の運動能力検査の結果を、事前と同じ6種目の調査を行って算出した。事後の対象園児は、5歳前半（5歳0か月～6ヵ月）、5歳後半（5歳7か月～12か月）、6歳前半（6歳0か月～6ヵ月）に分けて前出の表1を用いて1～5点の5段階得点に変換した。この結果をStep1と同様に全国の平均値と比較した。その結果は、表5の通り、全種目が全国平均よりも高くなった。

表5 運動遊び実施後の運動能力検査と全国平均との比較

	25m走	立ち幅跳び	ボール投げ	両足連続跳 び越し	体支持持続 時間	捕球
対象園平均	3.20	3.12	3.12	3.56	3.12	3.63
全国平均	2.90	2.95	3.05	3.09	2.94	3.27

2) 事前と事後の運動能力検査の比較

①各種目の評定の平均値

調査協力園児の事前調査と事後調査の評定を、t検定で比較した(表6参照)。この結果、実施後に数値が有意に上昇した種目は、両足連続跳び越しが事後に有意に点数が上昇し($t=4.06$, $df=24$, $p<.01$)、25m走は事後に有意に点数が上昇する傾向がみられた($t=-1.91$, $df=24$, $p<.10$)。

表6 調査協力園の運動遊び実施全後の運動能力検査の比較

	25m走	立ち幅跳び	ボール投げ	両足連続跳 び越し	体支持持続 時間	捕球
事前	2.96	3.43	2.87	2.96	3.09	3.48
事後	3.26	3.22	3.13	3.65	3.22	3.70

②総合評価の事前事後比較

6種目の総合評定は、事前18.78点、事後20.17点と有意に上昇する傾向にあった($t=-1.77$, $df=24$, $p<.10$)。そして、表7を用いて個人の総合評定をAからEまでの5段階評定に置き換えた。

表7 総合判定基準

段階	合計点
A	24～30点
B	20～23点
C	17～19点
D	13～16点
E	6～12点

表8 事前・事後の総合評定の比較

	事前総合 評定	事後総合 評定	変化	段階
1	B			
2	C	C	-	
3	B	C	▼	1
4	B	B	-	
5	B			
6	D	C	△	1
7	B			
8	D	A	△	3
9	C	D	▼	1
10	D	D	-	
11	B	A	△	1
12	B	C	▼	1
13	C	B	△	1
14	B	B	-	
15	B			
16	B	B	-	
17	C	D	▼	1
18	C	C	-	
19	D	B	△	2
20	C	A	△	2
21	C	C	-	
22		E		
23	B			
24	C	C	-	
25	C	A	△	2
26	B	A	△	1
27	D	D	-	
28	D	A	△	3
29		D		
30	C			
31	D	B	△	2

※凡例 △は上昇、▼は下降、
-は変化なし。

事前・事後調査の両方に参加した23人は、事前調査実施時の評定は、Bが12名、Cが8名、Dが6名であった。これに対して、事後調査実施の評定は、Aが6名、Bが6名、Cが5名、Dが5名、Eが1名であった。

このことから、評定が上昇した園児は9名、同じ評定だった園児が10名、下降した園児が4名であった。一方、下降した園児は全員1段階だったが、上昇した園児は、1段階上昇が3名、2段階上昇が4名、3段階上昇が2名であった（表8参照）。

5. 考察

(1) 事前の運動能力検査の結果

事前の運動能力測定の結果が全国平均を上回る種目が多いことは、調査協力園が運動指導担当の保育士が常駐して日ごろの保育活動の中で運動を行うことに熱心であったことが影響していたと考えられる。

(2) 実施前の保育園スタッフとの話し合い

本研究では、先行研究⁶⁾で明らかになった運動遊びの実施をためらう物理的障壁と心理的障壁を踏まえ

て、それらを解消するための話し合いを行った。この時に、次の3点が重要であったと考えられる。

①保育園側へのプレゼンテーションの際に、具体的に、丁寧に説明すること。②保育園側からの質問を丁寧に聞き、問題を明確にすること。③保育園側の都合に合わせて、運動遊びの実施方法をカスタマイズすること。

今回の調査協力園には運動担当の保育士がいて、運動活動の実施に慣れていたため、大きな問題が起らずに3か月実施出来たと考える。

(3) 事後の運動能力検査の結果

評定の平均値は事後の数値の方が高かったが、表7のように個々の園児の事前・事後の結果を検討した場合、評定が2～3段階上昇した園児が7名(28%)存在したことに大きな意味が有ると考える。赤石¹¹⁾で指摘されているように、大きな変化が見られた園児については、日常生活や遊びへの取り組みも把握して、変化の原因を探ることが重要であると考えられる。その中で、本研究で開発した運動遊びには、次のような効果があったと考える。

まずケンケンパーには、ジャンプ動作を行うため跳躍力に影響したと考える。具体的には、両足を揃えて短い距離を素早く飛ぶ動きは両足連続跳び越しに影響したのではないかと考える。また前に素早く進む動きが走力に影響を与え、25m走の成績に関係した可能性が考えられる。一方跳躍力のうち遠くへ飛ぶ力には影響が弱かったため、立ち幅跳びの成績には効果がなかったのではないかと考えられる。

次に手足が描いてあるマットは、両手を使ってはって前に進む動作や体重を支える動作が上肢の力に影響を与え、体支持持続時間に影響を与えたのではないかと考えられる。また、はう動作と両足で体重を支える動作が、脚力に影響を与えた可能性も考えられる。

最後にボール送りは、手によるボール操作の経験を増やしたため、捕球の成績に影響したのではないかと考えられる。

(4) 今後の課題

今後は、運動能力向上の効果と実施可能性を検討したうえで、実施に協力してもらえる園を増やし、効果の検証の精度を上げていく必要があると考える。

実施する運動遊びについては、運動能力検査の種目のうちボール投げは日常行わない動作なので、先行研究⁶⁾で行われたそれに対応した運動遊びも実施すると良いかもしれない。

保育園の施設、設備の差がみられる。先行研究のように、さらに条件が悪い保育園でも効果が得られるか、検討することを目的とする。また、運動能力の測定に、反射神経、バランス、姿勢などを加えて、それらの向上に活かせる運動遊びを実践することを目指す。

謝辞

開発した運動遊びを実践してくださった保育園、スタッフ、園児および保護者の皆様に感謝いたします。本研究は、平成29年度及び30年度の了徳寺大学学科研究費(課題)を受けて実施されたものである。

6. 文献

1) 杉原隆(2014)遊びとしての運動の重要性 杉原隆・河邊貴子編著 幼児期における運動発達と運動

- 遊びの指導－遊びのなかで子どもは育つ－，ミネルヴァ書房，31-44.
- 2) 岩崎洋子編著（2018）保育と幼児期の運動あそび（第2版），萌文書林．
 - 3) 柳澤秋孝・柳澤友希（2014）0～5歳児の発達に合った楽しい！運動あそび，ナツメ社．
 - 4) 内田智子・大井拓也・筒井清次郎（2018）幼児期のラダー遊び，サーキット遊びおよび自由遊びが体力・運動能力向上に与える影響：内発的動機づけを重視した運動プログラムに注目して，発育発達研究．(78), 1-12.
 - 5) 常盤陽子（2014）子どもを夢中にさせる運動遊びに関する一考察，奈良県立教育研究所研究紀要．(21), 1-11.
 - 6) 橋本和幸・上岡尚代・吉岡秀晃（2018）保育園における継続可能な運動遊びの開発，了徳寺大学研究紀要，(12), 19-28.
 - 7) 杉原隆（2008）新版運動指導の心理学，大修館書店．
 - 8) 杉原隆・吉田伊津美・森司朗他（2010）幼児の運動能力と運動指導ならびに性格との関係，体育の科学．60 (5), 341-347.
 - 9) 文部科学省「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」
http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/youjiki/index.htm（2018.11.29 18:40アクセス）
 - 10) 幼児運動能力研究会（2014）MKS 幼児運動能力検査とは，杉原隆・河邊貴子編著 幼児期における運動発達と運動遊びの指導－遊びのなかで子どもは育つ－，ミネルヴァ書房，171-183.
 - 11) 赤石元子（2014）日常の保育と運動能力検査，杉原隆・河邊貴子編著，幼児期における運動発達と運動遊びの指導－遊びのなかで子どもは育つ－，ミネルヴァ書房，190-197.