

# 基礎的運動パターンを基にしたサーキット運動作成を目的とした 幼児体育の講義の有効性

斉藤 雅記

Effects of infant physical education aimed to the circuit movement  
based on the fundamental movement patterns

SAITO Masaki

(Received May 31, 2022)

キーワード：基礎的運動パターン、サーキット運動、幼児体育

## はじめに

幼児期運動指針（文部科学省，2012）によると、幼児期における運動の実践は、心身の発育に極めて重要であるにも関わらず、全ての幼児が十分に体を動かす機会に恵まれているとはいえない現状があり、そこで、幼児の心身の発達の特性に留意しながら、幼児が多様な運動を経験できるような機会を保障していく必要があるとしている。

幼児期においては何か特定の運動を繰り返し、技能を上達させるという時期ではないと考えられており、多くの多様な運動を経験させることが重要であると考えられている。運動のコントロールには、空間的コントロール、時間的コントロール、力量的コントロールの3つの要素があり、これらの組み合わせにより「走る」、「跳ぶ」、「ぶら下がる」といった基礎的運動パターンと「どのように走るのか」、「どのように跳ぶのか」、「どのようにぶら下がるのか」といった運動パターンの変化が起こる。また大人が行う基礎的運動パターンはすべて6、7歳頃までに習得されるとされており、幼児期にどのように多様な運動（基礎的運動パターン）を経験させるかは保育者の課題である。幼児期運動指針では幼児期における一般的な運動の発達の特性と経験しておきたい遊び（動き）の例について示されている。一方、幼児の発達は、必ずしも一様ではないため、一人一人の発達の実情をとらえることに留意する必要があるともされており、どのような運動遊びを選択するかは保育者に委ねられている。さらに、一般的によく行われる運動遊びには、様々な基礎的運動パターンが含まれてはいるものの、本来は基礎的運動パターンを主として考えられた遊びではなく、運動遊びとその遊びに含まれている基礎的運動パターンが保育者の中で一致しているわけではない。基礎的運動パターンの視点から運動遊びを選択しようとする、経験させたい基礎的運動パターンの選択・基礎的運動パターンの含まれている運動遊びの選択・教材の作成の過程が必要であり、保育者が基礎的運動パターンの視点から運動遊びを実施しようとするのは困難さを感じると考えられる。

現在、様々な運動遊びやスポーツが保育者から幼児に実施されているが、基礎的運動パターンの側面から考えた際、1つの運動遊びやスポーツから経験できる基礎的運動パターンは限定されており、多くの基礎的運動パターンを効率よく経験させることが困難となる側面もある。実践力のある保育者育成の観点から考えると、幼児体育の講義の中において、多くの基礎的運動パターンを子どもに経験させることができる保育者の育成が必要不可欠である。

斉藤（2016）は幼児期を対象としたサーキット遊びを作成し、サーキット遊びが疾走能力の向上に繋がることを明らかにした。サーキット遊びは「まっすぐ走る」、「両足ジャンプ」、「後ろ向きで走る」、「カーブ走」とミニハードルジャンプ、「ラダー型の線を踏まずに進む」要素から構成しており、年少クラスでも十分に実施可能であった。また、疾走動作の発達によって内容を変化させたり、年中や年長クラスなど発達段階に

あった内容や疾走動作以外にも体験させたい内容を選択・変更が簡単にできる利点がある。サーキット遊びという1つの遊びの中に保育者が選んだ基礎的運動パターンの動きを簡単に取り入れることができる点で保育の中に取り入れやすい遊びの1つだと考えられる。齊藤(2021)は保育者志望の学生に視点をあて、保育者志望の学生がもつ走・跳・投といった基本的な運動能力とそれらの運動動作の知識について調査した。その結果、基本的な運動動作に関する知識や動作そのものに対して不足している知識・技術が多くあり、指導そのものについても自信が無いことが明らかになった。運動について得意ではないという保育者志望の学生や保育者がいることを踏まえると1つの活動で多くの基礎的運動パターンを経験できるサーキット遊びは習得すべき内容の1つだと考えられる。

本研究では、幼児体育の講義(全15コマ)の中に、①基礎的運動パターンについての学習、②基礎的運動パターンを経験するための教材の作成(グループ学習)、③各教材の経験(サーキット式に体育館に配置)、④サーキット遊びの振り返りといった内容を取り入れ、講義の目標として、基礎的運動パターンを用いた子どもの遊び場(サーキット遊び)の作成と体験、その振り返りを設定した。基礎的運動パターンを用いた子どもの遊び場(サーキット遊び)は幼児に対して基礎的運動パターンを多く経験させる可能性があるが、現場での実施に繋げるためには保育者を目指す学生がそのプログラムを作成、経験し、現場で実現することができるようにすることが必要である。

本研究は、幼児体育の講義内において実施した基礎的運動パターンを用いた子どもの遊び場(サーキット遊び)作成を実施した際の、短期大学生の学生の運動遊びに関わる考えの変化について明らかにすることを目的とした。

## 1. 方法

### 1-1 対象と対象講義

本研究では、保育士養成課程に所属し、幼児体育の講義を受講した短期大学生39名を対象とした。また、対象とした講義では、講義内の目標の1つに、基礎的運動パターンの学習と理解を基にし、基礎的運動パターンを用いた子どもの遊び場(サーキット)作成と体験、その振り返りを設定した。全15回の講義の後半に①基礎的運動パターンについての学習、②基礎的運動パターンを経験するための教材作成(グループ学習)、③各教材の経験(サーキット式に体育館内に配置)、④サーキット遊びの振り返りで構成した。

### 1-2 測定項目

基礎的運動パターンの学習と基礎的運動パターンを用いたサーキット運動を作成する前後での運動遊びに関する考えの変化を明らかにするために、サーキット遊び作成前後で①思いつく運動遊びについて、②運動遊びを選ぶポイント、サーキット遊び作成後には、③子どもの遊び場作成(サーキット遊び)を実施した感想について自由記述で調査紙調査を行い、意味を持つ文章やキーワードごとに区切り、その内容がどのような視点が書かれていたか分類し変化を確認した。また、作成した運動遊びについて、実際の保育現場で試してみたい運動遊び、総合的に優れていた運動遊びについて調査紙調査を行い、保育者志望の学生がどのような運動遊びに魅力を感じるか調査した。

## 2. 結果

### 2-1 実際に作成された運動遊び

講義では8グループに分かれ、1グループにつき2つ教材を作成することとした。また、教材には基礎的運動パターンの視点を最低でも1つから2つ入れることとし、何かの動作に着目すること、教材作成には身近なものを利用して作成することも条件とした。作成する際には、運動遊びの「名称」、「習得・経験できる基礎的運動パターン」、「子どもが引き付けられるポイント」、「制作する教材」、「必要な用具・材料」、「内容(具体的な手順)」について検討することとした。表1は作成された運動遊びの名前とそれぞれの運動遊び実施で期待される運動パターンである。図1、図2は作成された運動遊びが体育館全体に配置された様子である。図3、図4は実際に作成された運動遊びの例である。表1に示す通り、移動系の動作が最も多く、ついで操作系、そして一番少ないのが平衡系の動作である。今回の運動遊びで設定された平衡系の動作は15デンジャラス

ワールドと16 どうくつたんけんたいの2つでみられた寝ころぶ動作である。これら2つの運動遊びは主として期待した運動パターンは這う動作であり、寝ころぶ動作は主として狙った動作ではなかった。2つの運動遊びは段ボールで作ったトンネルを這って進むものであり、トンネルを抜けた先で寝ころぶ子どももいるのではと考えられていた。基本的動作をカテゴリー分けした際の平衡系の動作の特徴はたつ・たちあがるや、ねる・ねころぶ、おきる・おきあがる、ぶらさがる等の「姿勢変化」であり、運動遊び作成時には、移動系や操作系と比べて運動に組み込むような視点がなかったものと考えられる。

表1 作成された運動遊びの名前とそれぞれの運動遊び実施で期待される運動パターン

	運動遊び名	期待される運動パターン
1	ゴールに向かってコロコロリング	押す ころがす
2	どうぶつにエサをあげてみよう!	投げる
3	ランニングシュート	とびあがる 投げる スキップする
4	上手にハの字できるかな	走る 跳ぶ 前転する
5	ふうせんさんの宅急便	叩く 運ぶ
6	ママの元へ	いれる 運ぶ
7	タワーを作ろう	つむ バランスをとる
8	走って!!運んで!!箱タワー!!!year	運ぶ バランスをとる
9	鬼からの挑戦	乗る わたる バランスをとる
10	鬼☆参上～たたかえ勇者たち～	投げる 投げあてる
11	忍べ!進め!屋根裏突破!!!	わたる とぶ
12	2人で障害物をのりこえろ!	のぼる おりる
13	いも虫の大冒険	這う くぐる
14	くぐってまたいで	くぐる またぐ
15	デンジャラスワールド	這う 寝ころぶ
16	どうくつ たんけんたい	這う 寝ころぶ



図1 運動遊びの全体像①



図2 運動遊びの全体像②



図3 どうぶつにエサをあげてみよう！



図4 鬼からの挑戦

## 2-2 運動遊びに関する思考の変化

サーキット遊び作成前後に、思いつく運動遊びについて自由記述の調査を実施した結果、表2に示す通り、サーキット遊び作成実施前では総数165項目であり、「既存のスポーツ」については99(60.0%)、「経験・記憶のある運動遊び」が44(26.6%)、「伝承遊び」が21(12.7%)、「教材・教具を使用し自ら作成するようなもの」は1(0.7%)であった。サーキット遊び作成実施後には、総数233項目であり、「既存のスポーツ」については87(37.3%)、「経験・記憶のある運動遊び」が23(9.8%)、「伝承遊び」が31(13.3%)、「教材・教具を使用し自ら作成するようなもの」は92(39.6%)であった。サーキット遊び作成実施前後の差でt検定を実施した結果、「教材・教具を使用し自ら作成するようなもの」に関して有意な差がみられた( $p < 0.01$ )。この結果から、サーキット遊び作成前後で、経験・記憶のあるスポーツや運動遊び、伝承遊びといった既に形・ルールが存在している運動遊びだけではなく、運動遊びの選択肢として教材・教具を使用し自ら作成するという視点が身に付いたと考えられる。

表2 サークット遊びの作成実施前後の思いつく運動遊び

	既存のスポーツ	経験・記憶のある運動遊び	伝承遊び	教材・教具を使用し自ら作成するもの
サーキット遊びの作成実施前 (n=165)	99 (60.0%)	44 (26.6%)	21 (12.7%)	1 (0.7%)
サーキット遊びの作成実施後 (n=233)	87 (37.3%)	23 (9.8%)	31 (13.3%)	92 ** (39.6%)

\*\*  $p < 0.01$ , \*  $p < 0.05$

また、同じくサーキット遊び作成前後に運動遊びを選ぶポイントについて自由記述の調査を実施した結果、表3に示す通り、サーキット遊び作成実施前では総数66項目であり、「楽しかった記憶がある・楽しい」が41(62.1%)、「子どもに経験・学習させたい内容を含んでいる」は0(0%)、「知っている運動遊び」は18(27.2%)、「なんとなく(特に理由がない)」が7(10.7%)であった。サーキット遊び作成実施後には総数89項目であり、「楽しかった記憶がある・楽しい」が23(25.9%)、「子どもに経験・学習させたい内容を含んでいる」は55(61.8%)、「知っている運動遊び」は11(12.3%)、「なんとなく(特に理由はない)」が0(0%)であった。サーキット遊び作成実施前後の差でt検定を実施した結果、「子どもに経験・学習させたい内容を含んでいる」に関して有意な差がみられた( $p < 0.01$ )。また、「楽しかった記憶がある・楽しい」に関して有意な差がみられた( $p < 0.05$ )。この結果からサーキット遊び作成前後で、運動遊びを選択する視点として楽しいというだけではなく、子どもに何を体験・学習してほしいかという視点が身に付いたと考えられる。今回の15回の講義でいえば、基礎的運動パターンの視点を学び、どのような基礎的運動パターンを体験・学習してほしいかの視点をもとに教材・教具を自ら作成、または運動遊びを選択するような力が身に付いたと考えられる。

表3 サーキット遊びの作成実施前後の運動遊びを選ぶポイント

	楽しかった記憶がある・楽しい	子どもに経験・学習させたい内容を含んでいる	知っている運動遊び	なんとなく(特に理由がない)
サーキット遊びの作成実施前 (n=66)	41 (62.1%)	0 (0%)	18 (27.2%)	7 (10.7%)
サーキット遊びの作成実施後 (n=89)	23 * (25.9%)	55 ** (61.8%)	11 (12.3%)	0 (0%)

\*\* p < 0.01, \* p < 0.05

サーキット遊び作成後に、子どもの遊び場作成(サーキット遊び)を実施した感想について自由記述の調査をした結果、表4に示す通り、総数137項目であり、「楽しかった」が35(25.5%)、「運動遊びを指導する自信がついた」は36(26.3%)、「実践で取り入れたい」は29(21.1%)、「運動遊びに関する考えが変わった」は37(27.1%)であった。また、表2は、作成した運動遊びの評価である。この結果から、評価する理由として、基礎的運動パターン、運動遊びの仕組み、楽しさを感じるかどうかといった理由から選ばれているのがわかる。子どもの遊び場作成(サーキット遊びの作成)を実施した感想にも「楽しかった」という評価が25.5%あったが、図6から、教材の中に用意されている教具や仕組みの工夫があることや、昔話と関連したストーリー性で楽しめることや、全身と使うこと、2人以上で実施することなどに楽しさを感じていることがわかる。この結果から、サーキット遊び作成実施により、作成・体験自体が楽しいと肯定的な感想がみられただけでなく、運動遊びを実施する自信がついたといった肯定的な結果もみられた。斉藤(2021)では、運動自体や運動に対する知識が不足しており不安を感じている保育者志望の学生もいたことから、サーキット遊びの作成と実践によりその不安も解消されると考えられる。

表4 サーキット遊びの作成実施の感想

	楽しかった	運動遊びを指導する自信がついた	実践で取り入れたい	運動遊びに関する考えが変わった
サーキット遊びの作成実施後 (n=137)	35 (25.5%)	36 (26.3%)	29 (21.1%)	37 (27.1%)

表5 作成した運動遊びの評価

実際の保育現場で試してみたい運動遊び	
運動遊び名	評価された理由
どうぶつにエサをあげてみよう!! (1位)	子どもたちの発達段階にちょうどよい 何度も繰り返すことのできる仕組みがいい 動物に合わせてエサを選ぶのがとても良い 見た目子どもたちが喜ぶ作りになっている
忍べ!進め!屋根裏突破!! (2位)	おたからの絵などの教具が魅力的 頭で考えながらやるところが良かった 忍者になりきれるところが良かった ワクワクしながら運動に取り組める
総合的に優れていた運動遊び	
運動遊び名	評価された理由
鬼からの挑戦・鬼☆参上 (1位)	ストーリー性があること 1つの教材で多くの基礎的運動パターンがある リュックや靴の教具の工夫がよかった 昔話の世界にいるようで楽しい
どうぶつにエサをあげてみよう!! 忍べ!進め!屋根裏突破! ふうせんさんの宅急便 デンジャラスワールド (同率2位)	動物に合わせてエサを選ぶのがとても良い 全身使うのが楽しい 2人で身体を動かすのが楽しい 仕掛けが多くて楽しい

## おわりに

本研究では、幼児体育の講義内において実施した基礎的運動パターンを用いた子どもの遊び場（サーキット遊び）作成を実施した際の、短期大学生の運動遊びに関わる考えの変化について明らかにすることを目的とし、サーキット遊びの作成実施前後で調査紙調査を行い、その変化について検討した。その結果、サーキット遊びの作成について運動指導に自信がつくような肯定的な様子がみられ、新たな運動遊び作成の視点として、教材・教具を使用し自ら作成したものを用いることや、新たな選択の視点として基礎的運動パターンのような観点で子どもに経験・学習させたい内容を含んでいるかどうかという視点を学ぶ様子がみられた。斉藤（2021）では保育者志望の学生は運動遊びの指導に自信がないという様子がみられていたが、本研究のように、保育者志望の学生が、基礎的運動パターンという視点を学び運動遊びを作成することやサーキット遊びといったプログラムの作成を通し学ぶことで、運動遊びの指導に自信を持つことができると考えられる。

## 参考文献

- 体力科学センター調整力専門委員会体育カリキュラム作成委員会（1980）：幼稚園における体育カリキュラムの作成に関する研究，Ⅰ．カリキュラムの基本的な考え方と予備調査の結果について，体育科学（8），150-155
- 文部科学省（2012）：幼児期運動指針，2012．[https://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/undousisin/1319771.htm](https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319771.htm)（2022年5月31日アクセス可能）
- 斉藤雅記（2016）：幼児期における疾走動作の特徴と必要な運動遊び，日本保育学会 第69回大会．
- 斉藤雅記（2021）：保育者志望の学生が持つ走・跳・投に関する知識と技術，山口大学教育学部附属教育実践センター研究紀要（53），75 -84．