

幼稚園における運動遊び指導実施の違いと身体活動量の関係についての調査

健康スポーツマネジメントコース

5010A340-1 山内 健次

研究指導教員 中村 好男 教授

1. 緒言

近年、子どもの体力低下が大きな社会問題となっている。幼児の運動能力については、1986年頃から体力の低下が認められ始めた。

幼児における家庭環境を見てみると、屋内遊びを好む幼児が増えていることや、テレビ・ビデオを視聴する時間が長くなっている現状がある。このことから考えると幼児期の体力低下は、外遊びから屋内遊びに移行することによる、動的な活動から静的な活動への変容が、大きな影響を及ぼしていると考えられる。今後、幼児期の1日における身体活動量の確保は、子どもの体力と健康面の向上につながる重要な課題となる。

幼児にとっての1日の生活は、幼稚園や保育園で過ごす時間が中心である。幼稚園教育要領においては、遊びの中でからだを動かすことや、戸外で遊ぶことの必要性を健康領域で示している。それに伴って多くの幼稚園や保育園では、運動遊び指導の時間を設けている。しかし杉原ら(2010)が、幼稚園児を対象とした調査において、一斉保育で運動遊び指導を実施している園より、実施していない園の運動能力は有意に高く、運動遊び指導の実施日数が増えるに従って、運動能力が低くなる傾向が認められたとしている。その理由として一斉保育の指導では、説明を聞く時間や運動遊具を使うまでの、順番待ちの時間を長くしてしまう。その結果、十分に体を動かす機会を減少させてしまっているのではないかとしている。

1日の歩数と運動能力との関係は、有意な相関が認められている。幼稚園や保育園の活動が中心となる幼児にとって、園生活全体における身体活動量は、幼児の運動能力に多くの影響を及ぼしていると考えられる。そこで筆者は、運動遊び指導と身体活動量に着目し、幼稚園における実態調査を行うこととした。

2. 研究の目的

本研究の目的を次の二つのこととする。第一として、「一斉保育で運動遊び指導を実施している園の

身体活動量は非実施園より少ない」とした仮説に基づいて、その検証を行うこと。第二に、活動毎の身体活動量を調査し、今後幼児の身体活動量が増加するような、保育方法や保育環境について提言することを目的とする。

3. 調査の方法

(1) 幼稚園における運動遊び指導の実態調査

T県S短期大学で幼稚園教諭免許取得を目指す学生に対して、教育実習園での運動遊び指導についての、アンケート調査を実施した。

対象となった幼稚園は合計111園であった。

(2) 幼稚園における身体活動量調査

① 調査対象

G県内で運動遊び指導を実施していない公立A幼稚園(15名)、公立B幼稚園(22名)に在籍する園児。運動遊び指導を実施している私立C幼稚園(25名)、私立D幼稚園(25名)、合計4園に在籍している年長児87名を対象とした。

② 調査内容

身体活動量を測る指標として、加速度センサ付歩数計ライフコーダを使用し、幼稚園生活における対象園児の歩数測定を行った。また、同時に各幼稚園における登園から降園までの5時間、園児の活動の様子を直接観察し記録した。

③ 調査実施期間

指導非実施園2園については、1日間の調査を行った。また指導実施園については、指導日の1日間と、指導なし日の1日間の計2日間とした。

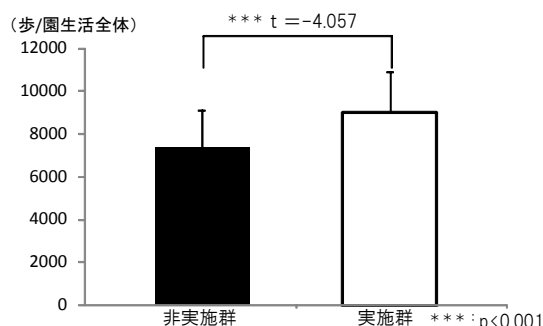
④ 統計処理

統計処理は、SPSS Statistics17.0 for Windowsを用いて行った。園児の歩数について全ての結果は、平均値と±標準偏差で示した。指導園における指導日と指導なし日、男児と女児など2群間の平均を比較する際にはt検定を用いた。また非実施園と、実施園における指導日と指導なし日などの、3群間の身体活動量の平均の比較をするには、対応のない一元配置分散分析を用いた。その後、有意な主効果が認められた場合、Tukeyの

HSD 法による多重比較を行った。すべての検定は、有意水準 5%未満とした。

4. 結果および考察

A幼稚園とB幼稚園2園を指導非実施群としたその平均歩数は、 $7,402 \pm 1,724$ 歩であった。またC幼稚園とD幼稚園を指導実施群とした平均歩数は、 $9,008 \pm 1,892$ 歩であった。両群を比較したところ、非実施群は実施群より有意 ($t=-4.057$) に少なく仮説は証明されなかった。今回調査対象とした園では、一斉保育での運動遊び指導以外にも、園生活の 23 から 40%の自由遊び時間が確保されていた。自由遊びの時間が確保されていない運動遊び指導園では、身体活動量の大きな減少につながる考えられる。



運動遊び指導の実態調査の結果では、調査対象となった幼稚園の 111 園中 82 園 (74%) の園で指導が実施されていた。身体を動かす機会が少なくなった現代の幼児にとって、意図的に取り入れられている運動遊び指導は、必要不可欠な保育内容になっている。その指導者は、幼稚園教諭が 10%であり、90%は外部委託された体育指導専門の指導員であった。専門指導員は、高い技術の手本を示すことができる。しかし委託指導者に対しては賃金が発生することにより、実施回数が制限される。本調査での指導実施は、平均 1.18 回/週と少ない回数であった。そのため指導日以外では、幼稚園教諭がその指導にあたることが望まれる。また指導種目は、器械体操系の種目が指導の中心であった。2 歳から 7 歳頃までの時期は、運動スキル習得のための基本的な運動の段階である。現在の運動遊び指導内容は、専門的な技術向上が重視される傾向にあり、幼児の運動機能発達面から

考えると、疑問視される指導内容であるといえる。

全幼稚園においての、男児の平均歩数は 9,313 歩で、女児が 7,658 歩であり男児が女児より有意 ($t=5.323$) に多かった。また運動遊び指導内の歩数を比較したところ、男女間に有意な差は認められなかった。しかし全幼稚園における自由遊び内では、男児が女児より有意 ($t=4.584$) に身体活動量が多かった。このことから女児には自由に遊びを選択できる活動中では、静的な活動を好む傾向があることが示唆された。女児に対しては、幼稚園教諭が活発な遊びの援助にあたることや、運動遊び指導では運動遊びの本来の目的である、身体を動かす楽しさを特に体験させることが重要であると考えられる。

実施園における自由遊びの平均歩数は、C幼稚園の指導なし日で 61.59 歩/分であり、指導日で 55.22 歩/分であった。またD幼稚園の指導なし日は、50.93 歩/分、指導日で 65.59 歩/分であった。両日を比較したところ、C幼稚園 ($t=5.115$)、D幼稚園 ($t=-5.509$) とともに有意な差が認められた。両日の 1 分間あたりの平均歩数の差はC幼稚園では 6.37 歩/分であったが、D幼稚園では 14.63 歩/分と大きな開きがあった。C幼稚園では、運動指導で使った遊具が体育館に設置されており、常に自由遊び等で楽しむ環境が整えられていた。しかしD幼稚園では、園児が運動指導で使った遊具を使える環境には無く、砂場での遊びを楽しむ女児の姿が多く見受けられた。このことから運動遊びで経験した内容を、自由な遊びの中で出来る環境づくりを、幼稚園教諭によって設定すること重要性が示唆された。また幼児にとって楽しさを経験しなければ、継続した身体活動に取り組むことは少ない。運動遊び指導の内容についても、まず園児にとって楽しいと思える感情が芽生えるプログラムを、提供することが第一となる。

本調査では、運動遊び指導を取り入れることによって、運動能力が低下する根本的な原因を、明らかにするには至らなかった。しかし、幼稚園教諭が、園児の身体活動量を増加させる為の援助の視点や、教諭自身による運動遊び指導の保育技術獲得の必要性が分かった。これらのことは、幼児教育者に対しての今後の課題であると考えられる。