

幼児体育の指導法について

—授業ノートから—

How to guide the infant physical education

—according to some students' notebooks—

森崎 陽子

要 約

乳幼児期の身体活動の意義を踏まえ、養成校での幼児体育の指導の在り方を考えると、人間として生きていく為の身体機能の獲得と人格形成の育ちを重んじ、子ども達の身体活動への主体的意欲づくりがねらいとなる。この重要性を保育学生に伝え、指導技術として子どもの動きを的確に観察、判断できる論理的分析力を身に付けさせたいと考えている。その手段の一つが「授業ノート」の作成である。本研究では「授業ノート」の検証を行なった結果、一部の学生ではあるが、意図を汲み動きの記録化に意義を見出す姿が確認できた。今後の授業改善に活かし多くの学生に浸透させていきたい。

序 論

乳幼児期の身体活動の意義は、身体機能面を向上させる活動としてだけではなく精神的な側面の発達を促す活動と位置づけられており、人格形成にも大きく影響を及ぼすことが明らかにされている。文科省による体力診断テスト結果から、学童期の体力は、平成10年以降をみると昭和60年代には及ばないが徐々に上昇傾向にある。しかし、身体活動量の差による体力の二極化はまだ問題点として残され、スポーツ競技に参加するなど特別に運動時間を確保している子ども達が体力的に優位な位置を占めていると報告されている。

日常生活の中では身体活動の機会を持つことが非常に難しくなっている近年、乳幼児期の子どもが1日の大半を過ごす保育現場における体験が大きな意義を持つことになる。現場では、自ら動くことに興味を持ち高い活動意欲を持つ子どもを育てることに懸命に取り組んでいる。しかしその取り組み方は

今までとは少し異なる。従来は、保育の一環として保育者自身が「運動遊び」を手がけていた。しかし、最近は外部の体育専門指導者を依頼し、保育者はその補助に入る幼稚園や保育園が多くなりつつあるとのことである。

幼児体育指導のねらいの一つは、子ども達に身体活動の楽しさを伝え「動くことが好き」になって貰うことにある。この思いが生涯、身体活動に意欲的に取り組む姿勢作りとなる。技術の習得だけに終わらず、乳幼児期の身体の発育状態に即した「楽しい運動あそび」でなければならない。また、子どもの主体的活動意欲を満足させるものであるかが重要である。できれば日頃の子どもの心情や身体機能の変化を細やかに感じ取り理解している保育者が、一人ひとりの興味を満たし面白さを感じ取れる遊びを想定した環境構成や、適切な援助を心得ておくことである。しかし、保育者もまた遊びこんで育つ環境には育ってきていない。的を得た研修などの取り組みが必要である。その上で体育専門指導者と十分に連携を取り、乳幼児期の身体活動を進めて頂きたいと考える。

本研究者は、1年次は教養科目「保健体育実技」、2年次は専門科目「幼児体育」を担当している。「幼児体育」担当者としては、保育学生の意識の中に乳幼児期の身体活動に対する認識を高め、適切な環境設定や幼児期の活動に適した指導力を身につけ保育現場へ送り出したい思いは強い。「子ども達とともに活動できる保育者」、「子ども達の創造性を伸ばし、興味をかきたてる環境の設定と楽しい遊びを工夫できる保育者」、「子どもの動きを分析し適切な助言補助ができる保育者」の育成を目指し続けている。そのため1年次に担当する「体育実技」から2年次に学ぶ幼児体育指導の基礎となる「動きの原理」や「指導方法の基本」等を授業に取り入れている。学生は、授業内容を当日ノートに整理し翌日提出する。それを点検し次回の授業に反映するようにしている。

本研究では、この授業ノートを検証する。学生は、動きを言葉で表すことで動きを理解し分析する力を身に付けることができる。整理された内容が指導の際の観点となり指導手順の手引きとなる。以上の目的に叶う、動きの記録化に導くために現状を把握し今後の「幼児体育」授業の方向性を示唆するものとしたと考えている。

研究方法

平成 28 年度入学本学保育学生 86 名の中 3 名の平成 28 年 10 月 12 日「保健体育実技」授業ノートから、授業内容の一部である「短縄跳び」に関する部分の記録と感想の検証を行った。

始めに授業内容の解説を行い、次に学生のノートを視ていく。

結果および考察

1. 授業内容について

a) 授業のねらい

授業のねらいは毎回提示し、授業受講者に「何を学ぶか」の目的意識を持たせている。本時のねらいは、「短縄とびの原理を知る。教え方を学ぶ」である。

b) 短縄跳びの跳躍について

① 跳躍の合理性

跳躍を無理なく長く続けるためには、跳躍の高さを必要最低限に留めることが望ましい。縄の長さ・回旋軸の位置・跳躍

時の身体の使い方によって合理的な跳躍を可能にすることができる。それは短縄跳びの練習や指導時の留意事項となる。

縄の長さは、初心者ならば片方の足で縄の中心を踏み、両腕の肘関節の角度が 90 度になる長さが適切であり、上達すれば少しずつ短くしていくと良いことは知られている。

回旋軸の位置について述べる。円を描き、円心を回旋軸とし円周を縄の回旋の軌跡に例える。回旋してきた縄は軸の真下にくると一瞬床に触れる時がある。すなわちこの瞬間に縄を跳ぶことができると、縄の太さの分だけ必要最低限の跳躍ですむ。そのためには軸は身体の前方ではなく体側に置くことが望ましい。但しその時脇が開いてしまうと軸となる縄を持つ手が身体から離れ、縄が両側に引かれ床から高くなることも理解しておく必要がある。

跳躍は、身体にある関節を意識し使わせる。足首関節、膝関節、股関節をバネとし、上体をバネの中心となる膝関節に乗せるイメージにする。するとおのずと重心は親指に掛かる。足親指に力を入れ、肩の力を抜く。

② 回旋の速さ

縄の回旋の速度を高めるために手首関節を軸に回旋させることが望ましい。回旋軸が肩や肘にならないようにする。特に後ろ回旋の場合は手首使いに慣れていないため、肩や肘が中心となり易く回旋速度が遅くなる。二重跳びになるとその欠点が明らかに影響することが解る。

c) 幼児の場合の指導上の留意点

① 幼児期の運動機能の特徴

乳幼児期の運動機能は、体幹から上下肢の末端へと発達していくことが明らかされている。ゆえに幼児期においては縄の回旋軸はまず肩となる傾向が強い。また、その場跳躍も難易度が高いことから、駆け足などで移動しながら縄を大きく振りかぶり縄を跳ぶ方法から始めることが望ましいことを説明する。またそれ以前に、子どもでも扱いやすい 50cm 程の縄で遊び、手首の回旋に挑戦させたり床に置いた縄を両足跳びで楽しんだり、各部位の使い方を取り入れる等、縄に慣れる遊びを多く経験させてあげることが大切であることも伝えている。

② 言葉がけ

子どもたちにとっては、縄遊びが楽しく感じる大切である。跳び方の長い説明や順番を待たせて跳ばせるなどの方法は、運動量や子どもの意欲づくりの面からも相応しくない。しかし、子どもが「跳べるようになりたい」、「もっと上手になりたい

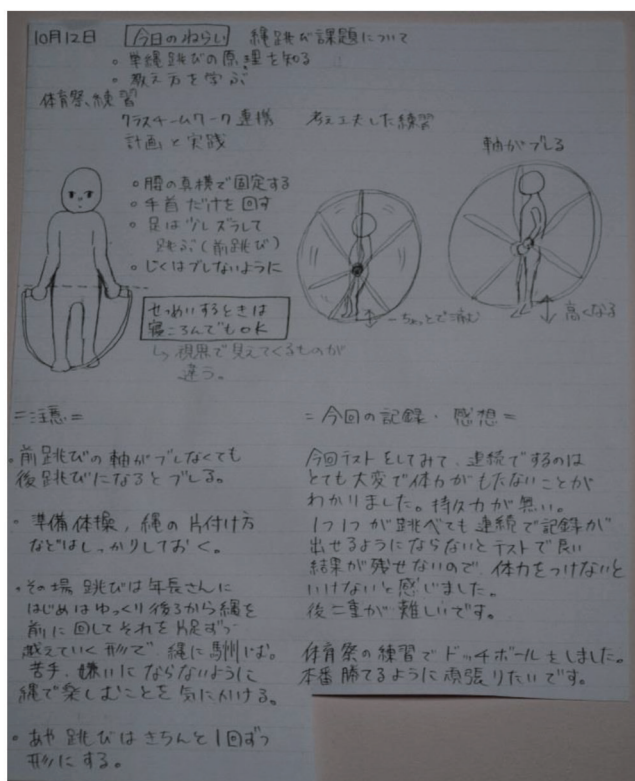
い」と思っている時には、前項で学んだ縄跳びの留意点が活きてくる。まず子どもの跳び方のどこに問題があるのかを見つける知識として必要である。そして子どもにどう伝えるかも重要である。「子どもが理解できる言葉で」しかも保育者が描く理想の跳び方に導くことができる言葉がけを工夫することが必要と学生達に伝えている。

以上が授業の内容である。次に同時間の学生の授業ノートを視て行く。

2. 学生の記録ノートの検証

授業内容を学生がどのように記録しているかを、写真a(学生I)・写真b(学生O)・写真c(学生W)に挙げ視ていく。

a) 学生Iのノート(写真a)



最初に本時のねらいが書かれている。

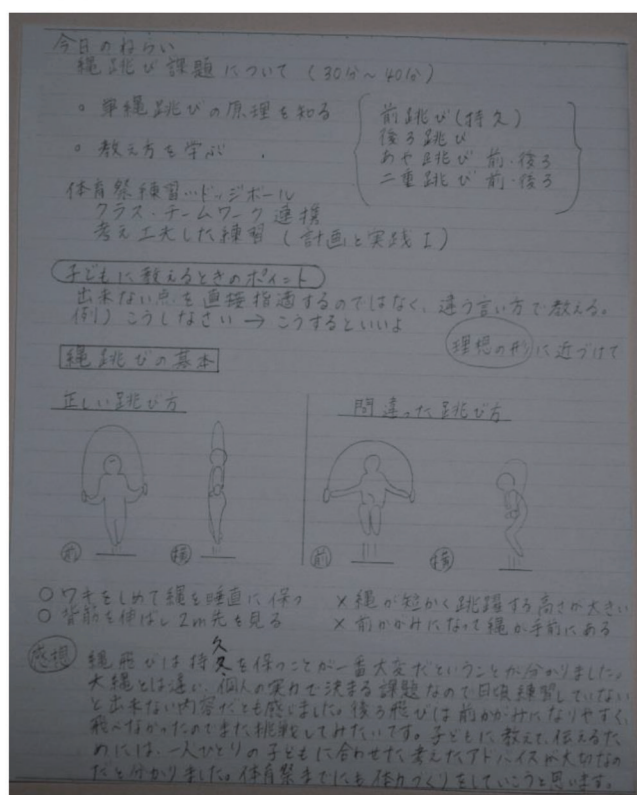
留意点を図示し回旋軸の位置は腰の真横、手首を使い回転を作る等の解説を加えその理由も図の下に記されている。脇を締める点も言葉では書かれてはいないが図で現している。自分自身の跳び方の問題点が「後ろ跳びになると軸がぶれる」とある。留意点を理解しているからこそ問題点が見えてくるのである。また、子どもの指導方法について「初めはゆっくり後ろから縄を前に回し片足ずつ越えて行く。縄になじむ。苦手、嫌いにならないように縄で楽しむことを気にかける。」と幼児期の機能面の特徴と配慮点も押さえている。

b) 学生Oのノート(写真b)

まず、本時のねらいが書かれている。

学生Oは、図示によって回旋軸の位置、脇の締め方、跳躍時の姿勢を示している。また、子どもに教える時のポイントとして「できない点を直接指摘するのではなく、違う言い方で教える。例こうしなさい→こうするといひよ」と記録している。感想の中に学生I同様「後ろ跳びは前かがみになりやすく跳べなかったが挑戦してみたい。」や「子どもに教えて伝えるためには、一人ひとりの子どもに合わせた考えたアドバイスが大切と分かった」など練習や指導の留意点が理解されたからこそ表すことができた言葉と考える。

(写真b)

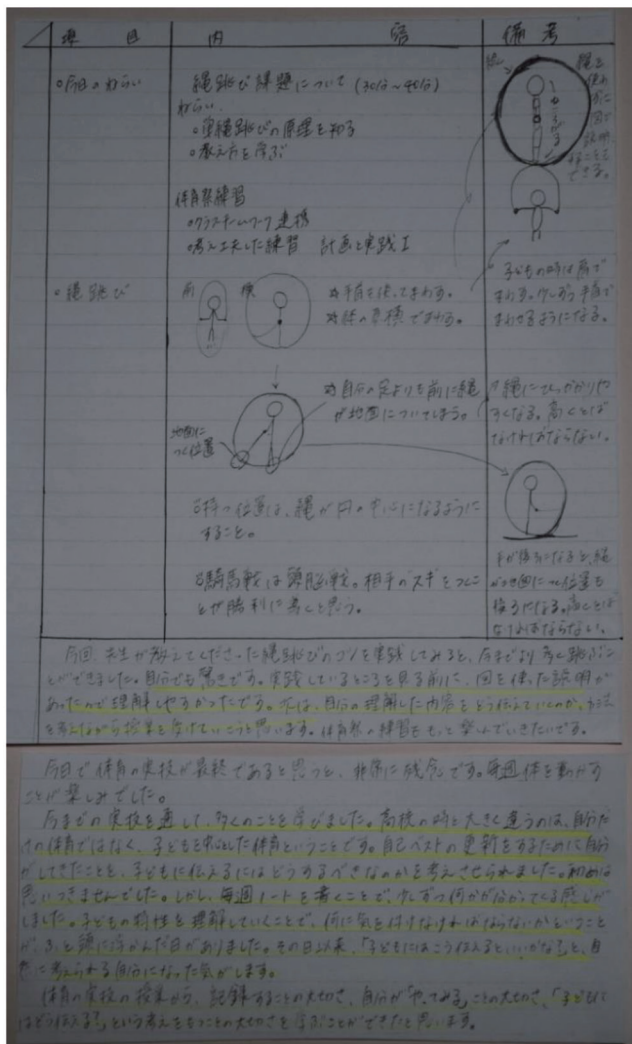


c) 学生Wのノート

2名同様、始めに本時のねらいが明記されている。

学生Wは、「手首を使って回す」「高く跳ばなければならない」理由を図で示している。幼児期の発達特徴として「子どもの時は肩で回す。少しずつ手首で回せるようになる。」と書いている。感想に、「縄跳びのコツを実践してみると今までより多く跳ぶことができた」「図を使った説明があったので理解しやすかった。次は理解した内容をどう伝えていくのか、方法を考えながら授業を受けていこうと思う。」とあり、理論を実践したことでより縄跳びの動きの理解が深まり、子どもにどう伝えるべきか指導者としての意識を持って授業を受けて

いることが読み取れる。さらに実技のまとめの感想に「高校の時と大きく違うのは自分だけの体育ではなく子どもを中心とした体育ということです。・自分がしてきたことを、子どもに伝え
(写真c)



るにはどうするべきかを考えさせられました。初めは思いつきませんでした。しかし、毎週ノートを書くことで少しずつ何かが分かってくる感じがしました。子どもの特性を理解していくことで「子どもにはこう伝えるといいかない」と自然に考えられる自分になった気がします。・記録することの大切さ、自分が『やってみる』ことの大切さ、『子どもにどう伝える』という考えをもつことの大切さを学ぶことができたと思います。」とあり、ノートづくりの目的を理解してくれていると読み取れた。

学生達は、実技を行なう合間にメモ用紙に大切と思うことを記録している。100%の内容とまではいかないが、共によく整理され、これから役立つものとなっている。

まとめ

体育指導者として教壇に立った時、初めに身体活動を論理的に分析する必要性を学んだ。実践と理論を兼ね備えた体育指導者を目指すよう指導頂いた。日本の体育指導がまだ精神論を重視していた時代であった。当時は、研究者自身が動きを記録化することの意義を深くは捉えられていなかった。しかし、体育指導を学ぶにつれ対象が幼児にかかわらず「頑張れ」の言葉だけでは技術の向上には繋がらないこと、さらに対象者の意欲や向上心に火を付けなければ指導者以上の成長ができないことを痛切に感じてきた。それには、指導者は具体的な問題点を捉え、対象者が理解できる言葉で個々に応じた適切な支援・助言を行い、対象者を「わかった」「できた」へと導くことである。指導者は動きの原理を知り、系統だった運動や遊びの成り立ちを理解していなければ段階に沿った指導はできない。その為にも一つの手段として動きの記録化の学びは必要と、今は強く思っている。取り上げた3名の記録からは多少なりとも、動きを記録することで次の課題が明確化していることが成果として捉えることができた。またその意義を学生自身が感じてきていることも確認できた。

今後の課題は、今回の数名の記録レベルまでに至っていない学生に必要性を浸透させることである。また1年次に学んだことを二年次の授業および実習における指導案作成の際に活かすよう努めていきたい。さらには保育現場において発揮できる、幼児期の活動指導の基本を踏まえた指導力を身に付けさせたい。

授業の進行方法のさらなる工夫も必要である。活動量を減らさず、合間に保育学生に身体活動に興味を持たせ理解させる言葉を用い伝える。学生自身に対しても、「わかる」「できた」の喜びを感じさせ次への意欲を引き出す教授方法は同じであると考えている。経験し満足感を得たことを今後保育者として子ども達に還元してくれることを願う。

参考文献

- 1) 幼児の運動あそびの新しい進め方 編者浅田隆夫 株式会社学術図書出版 2009
- 2) 新保育講座 7 保育内容「健康」 河邊貴子・柴崎正行・杉原隆編 ミネルヴァ書房 2013
- 3) 新版キネシオロジー—身体運動の基礎原理— K・f・ウェルズ K・ラットゲンス 訳 宮畑虎彦 株式会社ベースボール・マガジン社 1979