

小学校低学年における「運動遊び」の指導を考える

—幼児期の活動との連続性—

Investigation of “physical-motor-play” instruction
at the lower grade in the elementary school
: Importance of activity in infancy and following period

児童教育学科 長谷川 望

1. はじめに

子どもの運動能力の低下や、運動をする子どもと運動をしない子どもが2極化傾向にあるということについて、耳にするようになってから久しい。その背景には、科学技術の飛躍的な進歩や生活の便利さ、快適さが影響しているといわれている。また、都市化や少子高齢化が急速に進み、日本人のライフスタイルが大きく変化し、子どもが遊ぶ場所、遊ぶ仲間、遊ぶ時間が減少したことなども影響している。さらに、子どもたちの運動遊びを見守ることができる大人が減少し、交通事故や犯罪被害に対する懸念からも子どもたちが運動遊びをする機会が減っている。このような、社会やライフスタイルの変化は、幼児についても同様の影響を与えており、幼児期の運動・運動遊びに影響を及ぼしている⁸⁾。

鈴木(2017)は、運動場面に認知能力及び非認知能力という視点を持ち込み、運動能力の向上や、動きの多様化や洗練化を認知能力とし、運動することがもたらす、満足感、情緒の安定性、知覚や認知能力の発達、社会性の発達、パーソナリティの形成、衛生習慣や態度の形成などを非認知能力と捉えることができるとしている¹⁵⁾。前者は、児童期、青年期における運動やスポーツ活動に親しむ資質や能力の育成に関連するといわれている。また、幼児期から運動に親しみ外で活発に遊んでいた児童の方が体力テストの点数がそうでない児童に比べて高いことなどが示されている⁵⁾。一方、後者についても、意欲や気力、対人関係などコミュニケーション、子どもの心の発達に重大な影響を与えるとされている⁵⁾。また、非認知能力を幼児期に獲得した子どもが、小学校入学後も体力のみならず、いわゆる「生きる力」^[2]が高いことや、将来の学業成績が高く、健康的で、経済的に豊かであり、反社会的な行動が少なかったとしている^{5) 14) 18)}。

さて、中央教育審議会答申(平成28年12月)において、「生きる力」の育成のためには、教科等を学ぶ意義の明確化と教科等横断的な教育課程の編成、社会とのつながりや各学校の特色づくり、子供たち一人一人の豊かな学びの実現、学習評価や条件整備との一体的改善・充実に向けた検討等が必要であると示されている²⁾。このため、平成29年告示の小学校学習指導要領においては、知・徳・体にわたる「生きる力」を子どもたちに育むため、に「何のために学ぶのか」という各教科等を学ぶ意義を共有しながら、授業の創意工夫や教科書等の教材の改善を引き出していくことができるようにするため、全ての教科等の目標及び内容を「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」の3つの柱で構成している⁹⁾。

小学校体育科においては、体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成することを目標に掲げている。

本稿においては、幼児期における運動の果たす役割について「生きる力」の理念の具体化の観点から検討することとする。また、小学校学習指導要領の改訂を受け、幼少の学びの連続性の観点から小学校低学年における運動遊びにおいて何をどのように教えるかということについても検討することを目的とする。

2. 幼児期における運動遊びの意義

(1) 幼児の運動遊びと運動能力

運動能力は、運動体力と運動コントロール能力からなるとされている¹⁶⁾、また、運動能力の中でも特に運動をコントロールする能力は、幼児期及び児童期初期にその敏感期があるとされている。さらに、幼児期における運動の課題は、「動きの多様化」と「動きの洗練化」の側面があるとされている⁷⁾。「動きの多様化」とは、年齢とともに獲得する動きが増大することであると、幼児期において獲得しておきたい基本的な動きは、「体のバランスをとる動き」「体を移動する動き」「用具などを操作する動き」を挙げている⁷⁾。また、「動きの洗練化」とは、年齢とともに基本的な動きの運動の仕方（動作様式）がうまくなっていくことであるとしている。

このような、幼児の運動能力を測定する方法については、MKS式幼児運動能力検査^[1]が開発され、全国調査が定期的に実施されている。その結果、1986年から1997年にかけて測定したすべての種目において低下していることが示されている¹²⁾。鈴木（2016）は、これらの結果に加えて2008年度調査結果を加えて検討を行っている¹⁵⁾。その結果として、1986年から1997年にかけて大幅に低下した幼児の運動能力は、低下し続けているわけではなく、その状態を維持しているとしている。また、種目ごとに検討を加え、「体支持持続時間」については、男女とも大きな低下傾向を示していること、「ソフトボール投げ」について、男児では、低下しているが、女児には変化が見られないとしている。さらに、男児では、「25m走」、「両足連続跳び」で、女児においては、「25m走」、「立ち幅跳び」で向上傾向があることを指摘している。つまり一概に運動能力の低下とは言えないことを指摘している。これらの結果は、遊びの変化や物事に取り組む姿勢などの生活要因が関係していることを推察している。加えて、目の前の子どもたちの特徴をしっかりと分析し保育内容、運動遊びに取り入れていく重要性を指摘している。

幼児期の運動遊びの取り組みと運動能力に関して、金（2011）は、幼児期から運動に親しみ外で活発に遊んでいた児童の方が体力のテストの点数がそうでない児童に比べて高いことなどを示している⁵⁾。さらに、外遊びの時間が多い幼児ほど運動能力が高い傾向にあったとする報告もある²⁰⁾。つまり、幼児期においては、運動遊びに自ら積極的に楽しく取り組み、たくさん実施することで運動能力が高まり、その後の運動やスポーツ活動に親しむ資質や能力の向上に良い影響を及ぼすということである。そのため、幼稚園教育において、園での保育内容やどのように指導するかということが重要となる。吉田（2007）が指摘するように、運動指導を実施していない自由保育中心の園の子どもの方が、運動能力が高かったという報告がある^{20) 12) 13) 17)}。また、同様の園児に対して、1年後の伸び率を検討した結果も同様の結果が得られたとしている¹³⁾。そのため、外部の専門の指導者に依頼する場合には、技術指導に偏った一斉指導にならないように留意する必要がある⁸⁾。また、日常的に幼児とは携わっているが運動指導の専門でない教諭が指導にあたる場合には、多様な動きを引き出すような遊びの内容や指導法などについて、幼児期の運動指針及びガイドブック等を参照し、園内で共有しておくことが肝要であろう。そのことについては、森ら（2018）が、幼児の運動指針や参考資料を活用している園の方が活用していない園の園児より運動能力が高かったことを報告している¹³⁾ ことから裏付けられている。

そして、保育内容の検討を行うためには、運動能力検査も一つの指針となるであろう。つまり、幼児期の運動能力検査の実施は、単に運動能力を測定し把握することにとどまらず、保育内容を改善する機会となる可能性を示唆している¹⁹⁾。ただ、運動能力検査の結果を向上させることを目的にしないように留意する必要がある。幼児期の運動課題は、自発的に楽しく多様な動きを身に付けることと、身に付けた動きを上達させ、小学校段階へとつなげていくことである^{15) 7) 10) 9)}。

(2) 幼児の運動遊びと非認知的能力

幼児期の運動遊びの量や運動能力が、幼児の意欲や気力、対人関係などコミュニケーション、といった

心の発達に重大な影響を与えるとされている⁸⁾。金(2011)によれば、「幼児期に体を動かすことが好き」であった子どもは、「それ以外」の子どもたちと比べて、小学校段階において、「学校が楽しい」「勉強が楽しい」「休み時間に友達とよく遊ぶ」「学校の体育が好き」「仲良しの友達が多い」という項目で有意に回答が多くなっていたと示されている⁵⁾。つまり、幼児期に運動遊びを多く経験し、非認知能力を獲得した子どもが、小学校入学後も体力のみならず、いわゆる「生きる力」^[2]が高いことが示されている。さらに、自制心や、将来の学業成績が高く、健康的で、経済的に豊かであり、反社会的な行動が少なかったというような報告が多くなされている^{5) 14) 18)}。それに加えて、非認知的能力の向上が認知的能力の向上にも影響することから、認知的能力も重要であるが、運動においても非認知的能力が重要である。

3. 小学校の体育科の意義

(1) 小学校学習指導要領改訂の方針

体育科の方針⁹⁾については、中央教育審議会答申(平成28年12月)の趣旨を踏まえて以下の方針に基づいて改訂が行われた。

- ① 運動領域においては、生涯にわたって運動やスポーツに親しみ、スポーツとの多様なかわり方を場面に応じて選択し、実践することができるよう、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」の育成を重視し、目標及び内容の構成の見直しを図ること。
- ② 「カリキュラム・マネジメント」及び主体的・対話的で深い学びの実現に向けた授業改善を推進する観点から発達の段階のまとまりを考慮し、各領域で育成することを目指す具体的な内容の系統性を踏まえた指導内容の一層の充実を図ること。
- ③ 運動やスポーツとの多様な関わり方を重視する観点から、体力や技能の程度、年齢や性別及び障害の有無にかかわらず、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるよう指導内容の充実を図ること。その際、共生の視点を重視して改善を図ること。
- ④ 生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する基礎を培うことを重視し、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力」、「学びに向かう力、人間性等」の内容の一層の明確化を図ること。
- ⑤ 保健領域においては、生涯にわたって健康を保持増進する資質・能力を育成することができるよう、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力」、「学びに向かう力、人間性等」に対応した目標、内容に改善すること。
- ⑥ 自己の健康の保持増進や回復等に関する内容を明確化し、「技能」に関連して心の健康、けがの防止の内容の改善を図るとともに、運動領域との一層の関連性を図った内容等について改善をすること。

(2) 小学校体育科の目標

体育科の目標⁹⁾については、小学校教育全体の中で体育科が担うべきものを示し、学習の指導を方向づけるものである。また、学校教育活動全体を通じて行う「体育・健康に関する指導」の方向性を示すものでもあった。

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次の通り育成することを目指す。

- (1) その特性に応じた各種の運動の行い方及び身近な生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な動きや技能を身に付けるようにする。

- (2) 運動や健康についての自己課題を見付け、その解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- (3) 運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、楽しく明るい生活を営む態度を養う。

(3) 小学校体育科の運動領域及び内容

運動領域においては、発達の段階のまとまりを考慮するとともに、基本的な動きや技能を身に付け、運動を豊かに実践していくための基礎を培う観点から、発達の段階に応じた指導内容の明確化・体系化を図った。各学校においては、育成を目指す資質・能力の系統を踏まえ、「何を教えるのか」とともに「どのように指導するか」を整理し、学習を進めることが求められるとしている。

内容の構成としては、個に応じた多様な学習を積極的に行うことを目指し、従前に引き続き低・中・高学年の3段階で示し各学年での取り上げ方や年間計画においては弾力性を持たせることとされた。

表1に示された各領域においては、児童が発達の段階に即した易しい運動に取り組み、自己に適した課題を見付けたり、仲間と競争したり協働したりすることによって、もっと運動をしたい、できるようになりたい、勝ちたいなどの欲求を充足し、楽しくできるようにすることが大切であるとしている。

また、筆者が特に重要であると考える変更点は、「体づくり運動系」の領域が、低学年は「体づくりの運動遊び」、中・高学年を「体づくり運動」で構成し、以下のようなねらい⁹⁾とした点である。

体づくり運動系は、体を動かす楽しさや心地よさを味わい運動が好きになるとともに、心と体の関係に気付いたり、仲間と交流したりすることや、様々な基本的な体の動きを身につけたり、体の動きを高めたりして、体力を高めるために行われる運動である。

「体づくりの運動遊び」については、「体ほぐしの運動遊び」及び「多様な動きをつくる運動遊び」で構成し、「体づくり運動」については、中学年を「体ほぐしの運動」及び「多様な動きをつくる運動」で、高学年を「体ほぐしの運動」及び「体の動きを高める運動」で構成している。

低・中学年においては、発達の段階から体力を高めることを学習の直接の目的とすることは難しいが、将来の体力の向上につなげていくためには、この時期に様々な基本的な体の動きを培っておくことが重要である。そのため、「多様な動きをつくる運動（遊び）」では、体づくり運動以外の各領域において扱いにくい様々な基本的な動きを培う運動（遊び）を示している。

低学年は「体づくりの運動遊び」とし、その内容もすべて「運動遊び」として示している。これは、児童が易しい運動に出会い、伸び伸びと体を動かす楽しさや心地よさを味わうことを強調したもので、以下の各領域においても同様の趣旨である。これは、入学後の指導が就学前の運動遊びの経験を引き継ぎ、小学校での様々な運動遊びに親しむことをねらいとしている。

表1. 小学校体育科の内容構成 (小学校学習指導要領(平成29年度告示)解説より)

学年	1・2	3・4	5・6
領域	体づくりの運動遊び	体づくり運動	
	器械・器具を使つての運動遊び	器械運動	
	走・跳の運動遊び	走・跳の運動	陸上運動
	水遊び	水泳運動	
	ゲーム		ボール運動
	表現リズム遊び	表現運動	
		保健	

4. 小学校低学年の運動遊びの指導法

先述の通り、幼児期における運動の課題は、動作の多様化と洗練化である。そのため、児童に対して、多様な動きを身に付けさせることと、身に付けた動きを上達させることが求められる。

また、「幼児期に体を動かすことが好き」であった子どもは、「それ以外」の子どもたちと比べて、小学校段階において、「学校が楽しい」「勉強が楽しい」「休みに友達とよく遊ぶ」「学校の体育が好き」「仲良しの友達が多い」という項目で有意に回答が多くなっていくと示されている⁵⁾。このように、幼児期の運動遊びの経験は、児童期の運動や運動場面以外の学校生活においても影響を及ぼすため大変重要である。

さらに、幼児期の運動遊びの重要性は、小学校段階以上への学校教育への連続性という点だけでなく、生涯にわたる「人間形成」や「生きる力」の基礎を育てるという点に見出されている。したがって、幼児教育で行われてきた教育を受けて小学校で何をどのように学ぶかといった、学びの連続性は非常に重要となる。

そこで、特に幼児が体を動かして、伸び伸びと楽しんで活動をする運動的な遊びからの、連続性において、特に重要であると考えられる小学校低学年の「体づくりの運動遊び」を取り上げて検討する。まず、「体づくりの運動遊び」においては、幼児期に引き続き、児童が自発的に体育（体づくりの運動遊び）に取り組めるよう授業を計画する必要がある。児童の授業への積極的な参加という課題を考えると、児童の運動遊びに対する姿勢ややる気といった動機づけ^[3]が重要となる。動機づけ期待価値理論に照らし合わせて考えると、課題が児童にとって、主観的成功確率が50%である¹⁾ときに最も積極的に参加すると考えられる。そのためには、教師は子どもの能力を正しく見極めることが重要である。また、児童の能力は一律ではないことに留意し、複数の課題を設定することが必要となる。能力の高い児童については、易しすぎる課題は退屈であり、能力の低い児童については、難しすぎる課題は退屈であり、やりたくない課題である。

さらに、複数の様々な課題を設定することで、多様な動きが引き出されるだけでなく、児童が課題を自己決定することとなり動機づけが高まることが予想される。

一方で、学習指導要領において、「運動が苦手な児童への配慮例」⁹⁾が示されているが、苦手な児童への配慮は大変重要であるが、そればかりが重点されすぎると、運動が得意、好きな児童が飽きてしまったり、やる気がそがれてしまい動機づけが低下する可能性があることに留意する必要がある。

動機づけと運動有能感という観点からも児童の実態に合わせて、複数の様々な課題を設定することは効果的であると考えられる。運動に対する自信である運動有能感を高めるためには、練習すれば上手になるといったような統制感と自分がどのような目標を持って取り組んでいるかを周りのメンバーに理解してもらっているという受容感を高めることが重要である。様々な課題に取り組む中で、励ましや称賛を受けながら、課題を少しずつ達成していく過程で、運動有能感が高まり、内発的動機づけが高まることになる。内発的な動機づけが高まってくると、難しい課題にも自ら積極的に取り組むようになり体育授業内及び授業外においても運動遊びの量も増加することが期待できる。

また、課題に取り組んでいる児童に対する教師の働きかけも重要な役割を持っている。教師が、児童ができた時には褒め、選択の機会を与えるような言葉かけをすることにより動機づけが高まるとされている⁴⁾。さらに、教師がうまくできるように教える、わかりやすく教えるということが動機づけを高めることが明らかになっている。そのため、教師は、児童に対して具体的にどのようにしたらよいかというアドバイスと運動した結果への称賛や承認をすることが大変重要である。このような指導については、全く新しい知見ではなく現場の教師たちが心得ていることであり、わかっているけどできていない部分でもあると考えられる。そのため、教師が意識的に行動することと、工夫することが必要である。

例えば、グループの話し合いにより、個々の課題を自分自身が認識するだけでなく、メンバーに伝えてグループで練習に取り組む。必要に応じて、学習カードなどを使用し、ポイントを整理したうえで映像に

より動きを確認し、お互いに協同しながら課題を解決していくことなどが考えられる。すると、グループ内でもコミュニケーションが促進され、受容感も高まるとともに、どのように努力したらよいか明確になるため、統制感も高まる。さらに、教師もどこをどのように動かすなどといった具体的な言葉かけがしやすくなり、課題達成への統制感を高めることにもなる。また、課題を達成した際にも、どこをどのようにしたことにより、できたかを本人も、グループのメンバーも理解がしやすく受容感が高まり次の課題に対する動機づけも高まるであろう。

5. おわりに

本稿においては、幼児期における運動の果たす役割について「生きる力」の理念の具体化の観点から検討してきた。また、小学校学習指導要領の改訂を受け、幼少の学びの連続性の観点から小学校低学年における運動遊びにおいて何をどのように教えるかということについても動機づけという観点から検討した。幼児から引き続き、児童期においても自発的に楽しく運動遊びのにとりくむために運動有能感、統制感、受容感を高め内発的な動機づけを高めることが重要である。

そして、科学的根拠に基づき、現場で試行錯誤しながら、目の前の子どもたちに向き合うといった当たり前のことが重要なことである。本稿でとりあげた体育授業における動機づけといったような心理的側面からのアプローチに、TAGET理論^[4]があり、現場の教師による実践研究や介入研究が行われている。

今後、ますます体育授業への実践研究が進み、子どもたちが積極的に運動に取り組む中で「生きる力」を培っていくことが期待される。

注

- [1] 幼児運動能力研究会が北海道から沖縄にいたる全国の幼稚園・保育所に通う約12,000名の4,5,6歳児の測定値を基に作成され幼児期の運動能力を測定する尺度のことである。この検査の最大の特徴は、幼児を対象とした全国標準を持つ日本で唯一の運動能力検査である。1961年以来、8回にわたり調査が行われ、常に新しいその時代の幼児についての判定基準が用意されてきており信頼性や練習や測定条件についても検討が重ねられてきているテストである。測定種目については、「25m走」「立ち幅跳び」「ボール投げ」「体支持持続時間」「両足連続飛び越し」「補給」「往復走」で構成されている。
- [2] 中央教育審議会答申において、変化が激しく、新しい未知の課題に試行錯誤しながらも対応することが求められる複雑で難しい次代を担う子供たちにとって、将来の職業や生活を見通して、社会において自立的に生きるために必要とされる力。また、自らを律しつつ、他人とともに強調し、他人を思いやる心や感動する心といった「生きる力」及び「豊かな人間性」について、本稿においては「非認知能力」と同義として扱うこととする。
- [3] 速水（2008）は、行動を特定の方向に向けて生じさせ、持続させる潜在的な心理的エネルギーとしている。また、動機づけを説明する理論に、アトキンソン（1964）が提唱した、期待価値理論がある。動機づけは、達成動機と失敗回避動機の合成力と主観的成功確率との積によって求められるとしている。尚、主観的成功確率が50%の時に最も動機づけられるとされている。
- [4] エプステイン（1988）が学習者の動機づけを高めるために、授業を構成する次元を課題（Task）、権限（Authority）、承認（Recognition）、集団（Group）、評価（Evaluation）、時間（Time）の頭文字から提唱した理論である。

参考文献

- 1) 新井邦二郎編著（1995）教室の動機づけの理論と実践 金子書房 東京
- 2) 中央教育審議会（2016）「幼稚園、小学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善及び

- 必要な方策等について」(答申) http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/_icsFiles/afieldfile/2017/01/10/1380902_0.pdf 最終アクセス日:2019年1月12日
- 3) 伊藤理絵(2017)「保育内容 人間関係」再考:非認知能力を育む保育の観点から 名古屋女子大学紀要63(人・社)285-297.
 - 4) 伊藤豊彦(2017)「体育学習における教師行動が児童の動機づけに及ぼす効果に関する研究 - 自己決定理論からの分析 - 」体育科教育学研究 33(2)35-47.
 - 5) 金美珍・小林正子・中村泉(2011)「幼児期の運動や運動遊びの経験が学童期の子どもの生活・健康・体力に及ぼす影響」小児保健研究 658-668.
 - 6) KS幼児運動能力検査 <http://youji-undou.nifs-k.ac.jp/determination/index.html>
 - 7) 文部科学省(2012)幼児期運動指針 http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319771.htm 参照日:2019年1月12日
 - 8) 文部科学省(2012)幼児期運動指針ガイドブック~毎日、楽しく体を動かすために~ http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319772.htm 最終アクセス日:2019年1月12日
 - 9) 文部科学省(2018)小学校学習指導要領(平成29年告示)解説 体育編 株式会社東洋館出版社
 - 10) 文部科学省(2018)幼稚園教育要領解説(平成30年) http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/_icsFiles/afieldfile/2018/04/25/1384661_3_3.pdf 最終アクセス日:2019年1月12日
 - 11) 文部科学省(2011)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報告書 http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/youjiki/index.htm 最終アクセス日:2019年1月12日
 - 12) 森司朗他(2010)「2008年の全国調査からみた幼児の運動能力」体育の科学60(1)56-66.
 - 13) 森司朗他(2018)幼児の運動能力の現状と運動発達促進のための運動指導及び家庭環境に関する研究 平成27~29年度文部科学省科学研究費補助金(基盤研究B)報告書
 - 14) Schweinhart LJ et al (2005) Lifetime Effects :The High /Scope Perry Preschool Study Through Age 40.High/Scope Press.
 - 15) 鈴木隆(2016)「幼児期における運動を考える」保育の実践と研究21(3)53-63.
 - 16) 杉原隆編著(2000)「新版幼児の体育」建帛社 東京
 - 17) 杉原隆(2008)「運動発達を阻害する運動指導」幼児の教育16-21.
 - 18) Walter M著。柴田裕之訳(2015)「マシュマロ・テスト - 成功する子・しない子 - 」早川書房 東京
 - 19) 梁川悦美他(2018)「幼児期の運動能力検査の実施着について」教員養成教育推進室年報625-29.
 - 20) 吉田伊津美・杉原隆・森司朗(2007)「幼稚園における健康・体力づくりの意義と運動指導の実態」東京学芸大学紀要 総合教育科学系5875-80.
 - 21) 吉田伊津美・岩崎洋子(2014)「園での運動遊び指導と運動遊び指導に対する幼稚園教諭の認識—園での運動遊びに対する満足度と技術指導志向からの検討」発育発達研究6418-24.