

# 平成 28 年度横須賀市立保育園実践研究報告書

## 1. 研究主題

### 「心も身体も元気に育てるための楽しい運動遊び」

## 2. 子どもの現状及び課題

現在の子どもを取り巻く環境は時間がない・空間がない・仲間がない、いわゆる 3 間がないと言われている。そのため、昔のように普段の遊びの中で、十分に身体を動かし自然に培われてきた運動能力が身につけづらい現状がある。

保育園にいる子ども達も、転びやすい・階段を 1 段ずつ降りる・5 歳児でも立って靴が履けないなど身体の使い方の未熟さを感じる子どもが多い。

そこで、子どもが保育園や家庭で、楽しく体力・運動能力の基礎を培っていくための活動や支援の方法を研究することにした。

## 3. 研究の視点

幼児期に必要な多様な動きを経験していけるよう、いろいろな運動遊びを行う。そして、子ども・保護者・保育士、それぞれに合わせて働きかけ、相互作用することで、心も身体も元気な子が育つと考えた。

## 4. 研究の内容と方法

1 年目は現状を知り、2 年目はその上で子ども、保護者、保育士それぞれに合った働きかけを行う。

- ① 子どもの体力測定の実施。(神奈川県立保健福祉大学の鈴木志保子教授の協力を得て、上町保育園・武山保育園の 4・5 歳児クラスを対象に行う。測定項目は、幼児運動能力調査を参考に、25m 走・立ち幅跳び・テニスボール投げ・両足跳び・体支持・捕球。) \* 2 年目からは追浜保育園も実施。



体支持



25m 走

- ② 家庭での子どもの様子を知るため、保護者対象の意識調査の実施。
- ③ 保育士が日々の保育に運動遊びを取り入れているか、発達を意識して行っているかを知るため、保育士対象の意識調査の実施。

## 5. 2年目の具体的な取り組み

- ① 体力測定から体支持とテニスボール投げの記録が低い傾向が見られた。また、保育士の意識調査からは、運動遊びを保育に取り入れていくことの大切さは感じているが、若手の保育士ほど実際には取り入れられていないことが多かった。

→ 運動遊びのチェックシートの作成、実施

横須賀市の公立保育園10園の4・5歳児クラスを対象に、10項目の運動遊びチェックシートを配付し実施。シートの内容は、3・4か月ごとに回収し、保育士の意見を参考に作り替える。



雑巾がけ（幅広い年齢で取り組みやすく、アレンジもできる）

- ② 保護者の意識調査から、日々の生活の中で、子どもと身体を動かして遊ぶ時間、経験が少ない現状が浮かび上がった。そこで、幼児期における運動遊びの重要性に気付いてもらうことが必要であると感じた。

→ 各保育園の運動会で、体支持や投げる動作を取り入れた親子で触れ合える競技の実施と園長より運動遊びの大切さを保護者に向けて話す



- ③ 保護者の意識調査から、時間がない、場所がない、遊び方がわからないなどの理由から子どもと遊べていない家庭が多いことがわかった。

→ リーフレットを作成し、配布する

家庭で簡単にできる運動遊びや伝承遊び（0～1歳児用は触れ合い遊びを中心に、2～5歳児用は、一緒に身体を動かし楽しめる遊び）を紹介する。

## 6. 実践からの課題と3年目の具体的な取り組み

2年目の末に行ったアンケート調査でリーフレットを活用したかの質問では、約60%の家庭で活用されていないということが分かった。仕事・育児・家事をこなし日々忙しくしている保護者・家庭を巻き込む難しさを実感し、3年目は保育園での運動遊びの更なる充実に重点をおくことにした。

① 保育士向けの運動遊びセミナーの実施。

神奈川県教育委員会保健体育課の斉藤祐介指導主事を講師に招き、若手保育士に向けて運動遊びの啓発を行う。

② 遊びの環境整備

子ども達が自由に遊ぶ中で体を動かし、多様な動きを経験できるよう環境整備を行う。

<室内>



保育士が木材等で遊具を作成したり、廊下も運動遊びの環境として、壁にライトや鈴をつけたり、床にテープを貼る

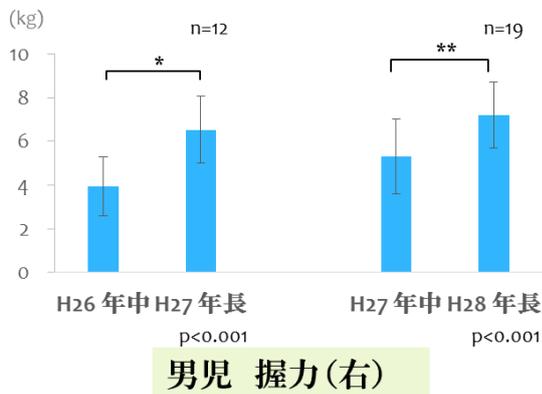
<園庭>



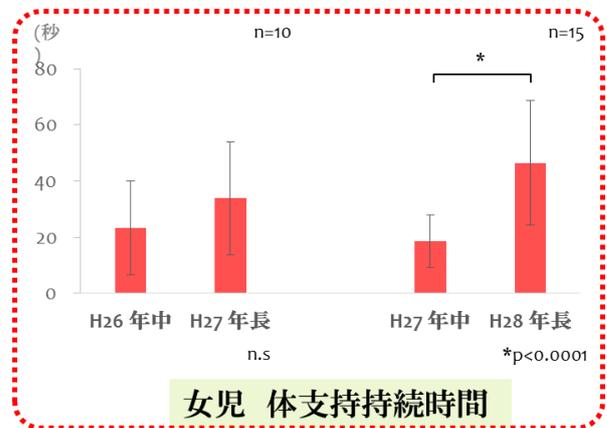
タイヤ・木材・土・ロープ等で遊具を作る。築山は、作ることも遊びの一つとして子ども達と一緒に行う。安全面としては、子ども達と一緒にルールを決める、遊具の下の土を掘り起こして柔らかくする、遊び始める前に保育士が遊具の確認をするなど配慮をしている。

7. 体力測定の結果

対象園児；平成 26～27 年度	男児 12 名	女児 10 名	計 22 名
平成 27～28 年度	男児 20 名	女児 16 名	計 36 名



グラフ 1



グラフ 2

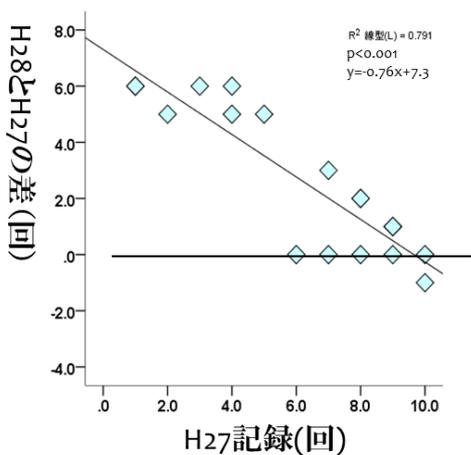
H26～H27 年度は「グラフ 1 男児の握力(右)」のように、有意差のみられた種目が、25m走（男児・女児）・立ち幅跳び（男児・女児）など多数あった。しかし、「グラフ 2 女児体支持持続時間」のように有意差のみられない種目もあった。

研究 2 年目であり、積極的に様々な取り組みを行った H27～H28 年度の結果では、「グラフ 2 女児体支持持続時間」のように、H26～H27 年度では有意差のみられなかった種目においても有意差がみられるようになり、様々な取り組みの結果として表れている。

H27～H28 年度に有意向上がみられた種目は、男児が両足連続跳び越し、捕球、女児が握力（右・左）、体支持持続時間、テニスボール投げとなっている。

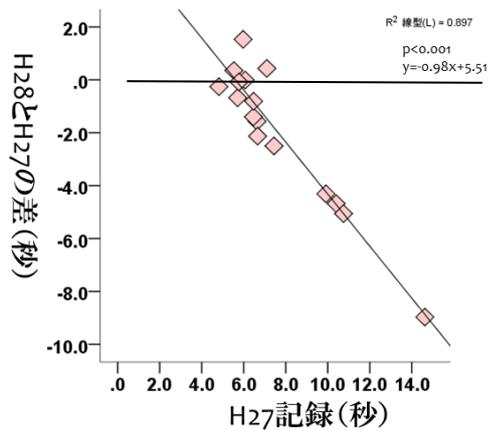
また、どのような子どもに伸びがみられたのかを相関関係のグラフでみていくと「グラフ 3 男児捕球」「グラフ 4 女児両足連続跳び越し」のように年中児に記録の低かった子どもが、年長児記録が良くなっていることが分かった。

H27 年度～H28 年度に相関関係が認められた種目は 6 種目（男児：立ち幅跳び、両足跳び越し、体支持持続時間、25m 走、女児：両足連続跳び越し、25m 走）あり、これらの種目は、年中の時に記録が低かった園児において、年長時に記録が良くなっており、この結果、全体の底上げができたと考えられる。



**男児 捕球**

グラフ 3



**女児 両足連続跳び越し**

グラフ 4

## 8. 研究の成果

<子どもの変化> 一斉に行う運動遊びと子どもが主体的に行う運動遊びを進めていき、体力や意識は目に見えて変わった。

成果としては、身のこなし方が身につき、転ぶ、ぶつかることは大きく減った。  
また、自分の力量がわかる子も増えた。

運動面に対する有能感を持つようになり、運動が得意でない子もいろいろな運動遊びに積極的に挑戦するようになった。

<保育士の変化> 子どもの変化を感じることで、意識的に運動遊びを取り入れるようになってきている。

<保護者の変化> 実感していることや子どもの変化などのアンケートをとると、「筋力など身体が強くなった」や「諦めずに頑張るようになった」など好意的な意見が多くあり、運動遊びの取り組みに興味を持つ保護者が増えた。

<今後の課題>

遊具や遊び方の安全面、職員間の共通理解、子どもの育ちをみるポイントや子どもへの働きかけ方を身につける、など保育士の質の向上、保護者への発信の仕方や理解を得られるための方策など、多くの課題があると感じている。しかし、何より子ども達がイキイキとした表情で楽しく遊んでいる姿を間近で感じることができ、今後も多様な動き、遊びとしての運動、楽しい経験ができる環境を充実させていきたい。

<終わりに>

本研究の取り組みは、神奈川県立保健福祉大学鈴木志保子教授、神奈川県教育委員会保健体育課の協力を得て横須賀市の公立保育園 10 園で行った。この研究を通して保育の原点に立ち返り、子どもたちの心も身体も元気に育てるために、保育士ができることは何かを考え直すきっかけとなった。3年間の様々な取り組みを通して、成果や子どもの変化を感じ取り保育士の意識も変わってきている。今後は実践研究での取り組みを継続的に保育に取り入れ、子どもの健やかな成長を育んでいきたい。