# 「チャレンジ運動教室 | 10年間の実践報告

宮 内 孝

# 1. はじめに

運動が苦手な幼児・児童とその保護者を対象とした「チャレンジ運動教室」の10年間の取組みを報告する。

子どもの運動能力低下の問題は、我が国の大きな課題である。文部科学省が実施している「体力・運動能力調査」の2019年度結果によれば、低下傾向に歯止めがかかっていた児童の体力・運動能力が再び低下した。特に5年生は、過去最低の結果となっている<sup>(7)</sup>。このような問題は、日本学術会議が「4歳から6歳の幼児の運動能力は低下傾向にある」<sup>(5-3)</sup>と指摘するように、既に幼児期から始まっている。

これは、テレビゲームやコンピュータゲームなどに触れる「スクリーンタイム時間」の増加によって、運動遊びの時間が減少したことがその大きな要因の一つである。すなわち、子どもが思い切って身体を動かして遊ぶ機会が減少し、それによって体力や運動能力が育っていないのである。

筆者は、このような問題を解決する一助として、「チャレンジ運動教室」を2010年から開催している。

本稿では、本教室の取組みを報告して、今後の子どもの体力・運動能力向上を図るための手立てを考える一助としたい。かつて、2013度に本教室の3年間の取組みを  $(3-127\,\bar{q}-134\,\bar{q})$ 、2017年に7年間の取組みについて報告したことがある  $(4-127\,\bar{q}-134\,\bar{q})$ 。本稿は、その第3報になる。

# 2. チャレンジ運動教室の概要

### (1) 参加者

本教室は、運動が苦手な子どもを対象として、幼児(5歳から6歳)の部と小学校(1、2年生)の部に分けて実施する。保護者の参加が条件である。子ども教育学科の学生も参加して、子どもの

運動指導を行ったり、本教室の運営補助をしたり もする。

幼児を対象としたのは、人間が運動を習得する上で最も適した「黄金時代(ゴールデンエイジ)」と呼ばれる貴重な時期にあるからである。このような時期に適切な運動遊びを経験させたいと願って幼児を対象とした。白石の「幼児の時期に基本的な動きを習得しなくても、その遅れは小学校就学後の児童期において、適切な指導によって補われる」<sup>(6-18頁)</sup>の考えから、小学校1.2年生の児童も対象とした。

保護者は、子どもにとって一番身近な存在である。いわば、子どもの心身を知り尽くした最も身近で優秀な運動指導者となり得る存在である。このようなことから、保護者の参加も条件とした。

### (2) ねらい

#### ア. 子ども

運動遊びの楽しさやできない動きができる楽し さを味わいながら多様な基本的な動きを身に付け る。この楽しさを動機付けとして、日常生活のな かで外で思いっ切り遊ぶ意欲と態度を育てる。

# イ. 保護者

子どもと一緒に運動を楽しみながら、子どもの 心身の発育発達の様子を観察したり、それぞれの 動きの指導法を身に付けたりする。そして、この 教室をきっかけに、運動遊びを楽しむ時間を子ど もに設定しながら、運動指導に取り組む。

### ウ. 子ども教育学科の学生

運動指導に取り組みながら、子どもの運動発達 の様子やかかわり方を実践的に学ぶ。また、本教 室で学んだことを大学での学びに生かす。

# (3) 実施時期

本教室の募集開始、開催時期、定員等については、表1の通りである。前・後期の部それぞれの

開催前に募集を行って参加者を決定する。

参加者は、8回程度の教室に参加する。最終の 教室では、修了書を子どもに授与する。

#### 表 1 チャレンジ運動教室の募集開始・開催時期等

各部	募集開始	開催期間	定 員	開催時間
前期の部	5月初旬	5月下旬~8月の 土曜日 8回程度	幼児の部、小学の部とも	・幼児の部 9時30分~10時30分
後期の部	9月初旬	10月~12月の 土曜日 8回程度	25 組程度	・小学校の部 10 時 45 分~ 12 時

# (4) 10年間の実践実績

# ア. 実施時期日・参加者数

本教室の過去10年間の実施期日・参加申し込み組数・参加者人数等については、表2・3・4の通りである。10年間の申込者合計は2171名で

ある。教室は、145回開催している。5歳から8歳までの4年間継続して本教室参加するなど、継続的に参加する子どもが多くいる。

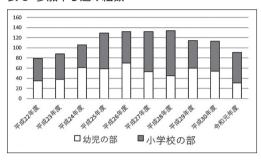
子ども教育学科の学生は、初年度は90名であったが、その後は200名程度の学生が参加している。

#### 表 2 チャレンジ運動教室実施時期・参加者数

年度	実施期日	参加申し込み者	参加学生数
22 年度	<前期の部> 7/24, 7/31, 8/21, 8/28, 9/4, 9/11, 9/18, 9/25, 10/2, $10/16$ (10 回) <後期の部> $11/20$ , $11/27$ , $12/4$ , $12/11$ , $12/18$ , $12/15$ , $1/22$ , $1/29$ , $2/5$ (9 回)	・幼児の部 35 組 ・小学校の部 44 組 ・参加人数 158 名	90名
23 年度	<前期の部> 5/28, 6/4, 6/11, 6/25, 7/2, 7/9, 7/17, 7/23, 7/30 (9 回)  《後期の部> 10/8, 10/22, 10/29, 11/5, 11/12, 11/19, 12/10, 12/17 (8 回)	・幼児の部 38 組 ・小学校の部 50 組 ・参加人数 172 名	220 名
24 年度	<前期の部> 5/27, 6/2, 6/9, 6/23, 6/30, 7/7, 7/14, 7/21 (8回) <後期の部> 10/6, 10/14, 11/3, 11/17, 11/24, 12/2, 12/15, 12/22 (8回)	・幼児の部 61 組 ・小学校の部 45 組 ・参加人数 210 名	210 名
25 年度	<前期の部> 5/25, 6/1, 6/8, 6/15, 6/22, 6/29, 7/6, 7/13 (8回) <後期の部> 10/5, 10/12, 11/2, 11/16, 11/23, 11/30, 12/4 (7回)	・幼児の部 59 組 ・小学校の部 70 組 ・参加人数 250 名	210 名
26 年度	<前期の部> 5/31, 6/7, 6/14, 6/21, 6/28, 7/5, 7/12, 7/26, 7/30 (8 回) <後期の部> 10/11, 10/18, 11/1, 11/8, 11/29, 12/13, 12/20 (7 回)	・幼児の部 70 組 ・小学校の部 62 組 ・参加人数 259 名	230 名
27 年度	<前期の部> 5/30, 6/13, 6/20, 6/27, 7/4, 7/11, 7/25 (7回) <後期の部> 10/17, 10/31, 11/7, 11/14, 11/28, 12/12, 12/19 (7回)	・幼児の部 53 組 ・小学校の部 79 組 ・参加人数 254 名	290 名
28 年度	<前期の部> 5/21, 5/28, 6/11, 6/18, 7/9, 7/23, 7/30 (7回) <後期の部> 10/15, 10/22, 11/5, 11/12, 11/19, 12/10, 12/17 (7回)	・幼児の部 45 組 ・小学校の部 89 組 ・参加人数 239 名	290 名
29 年度	<前期の部> 5/27, 6/3, 6/17, 7/8, 7/22, 7/29 (6 回) <後期の部> 10/21, 11/4, 11/18, 12/9, 12/16, 12/23 (6 回)	・幼児の部 60 組 ・小学校の部 54 組 ・参加人数 226 名	185 名
30 年度	<前期の部> 5/26, 6/2, 6/9, 6/16, 7/14, 7/21(6 回) <後期の部> 10/6, 10/20, 11/17, 11/24, 12/8, 12/15(6 回)	・幼児の部 54 組 ・小学校の部 59 組 ・参加人数 213 名	190 名

令	和元年	<前期の部> 5/25, 6/1, 6/8, 7/22, 7/13, 7/20 (6 回) <後期の部> 9/28, 10/5, 10/12, 10/22, 10/26, 11/16, 12/7 (7 回)	・幼児の部 31 組 ・小学校の部 60 組 ・参加人数 190 名	175 名
合	計	<ul><li>・前期の部 73 回開催</li><li>・後期の部 72 回開催</li><li>合計 145 回開催</li></ul>	・幼児の部 506 組 ・小学校の部 612 組 ・参加人数 2171 名	2158 名

#### 表3 参加申し込み組数



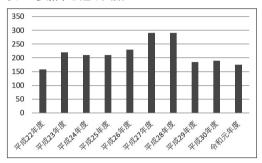
#### イ. 実施した運動

本教室では、多様な基本的な動きの習得を意図している。基本的な動きは、「自己の身体を操作する型」として「非移動系(平衡系)の運動」と「移動系の運動」に、「他者を操作する型」として「操作系の運動」の2型3運動系に分類できる(2-7頁)。

「非移動系(平衡系)の運動」は、たつ、かがむ、ねころぶ、ころがる、逆立ちをするなどのような自己の身体を操作しながら姿勢変化、平衡維持をする運動である。「移動系の運動」は、歩く、走る、跳ぶ、逃げるなどのように自己の身体を操作しながら、上下、水平方向の移動や回転移動をする運動である。「操作系運動」は、かつぐ、はこぶ、投げる、蹴る、受ける、打つなどのように、自分以外の他者や物を扱う運動である。

すなわち、多様な基本的な動きを習得するとは、 一部の運動系だけに偏るのではなく、3運動系の

#### 表 4 参加申し込み人数



運動をまんべんなく、しかも幅広く習得すること である。

この基本的な動きは、スポーツの様々な技術に応用されながら、その技術を習得する。マイネルが「できるだけ多面的に訓練すことはすべての合理的な専門化の基礎を形づくる」(1-333頁)と指摘するように、習得している基本的な動きが多様であればあるほど、習得できるスポーツ技術も多様に広がる。すなわち、多種多様なスポーツへの挑戦の可能性が広がり、生涯を通した豊かなスポーツライフを子どもたちが楽しむことができる。

このようなことから、本教室では特定の動きの 習熟を意図する「動きの洗練化」ではなく、多様 な動きの習得を意図する「動きの多様化」を目指 している。本教室で取り組んできた運動は、表5 の通りである。

# 表 5 チャレンジ運動教室で行った運動

平成22年度	移動運動	・犬さん歩き,カエル跳びなどの動きづくり ・おにごっこ ・ラダーをつかった遊び ・棒をつかった遊び ・ミニハードルをつかった遊び ・8秒間走				
	操作運動	・縄跳び ・フリスビー遊び ・ボール投げ遊び ・ボール捕り遊び ・バット打ち遊び (修正版ならびっこベースボール)				
	姿勢制御運動	・マット遊び(後転、側方倒立回転) ・跳び箱遊び ・鉄棒遊び				

平成	移動運動	・犬さん歩き、カエル跳びなどの動きづくり ・おにごっこ ・スキップ ・ラダーをつかった遊び ・棒をつかった遊び ・ミニハードルをつかった遊び ・(8秒間走)(五種目歩走)			
23 年	操作運動	・縄跳び ・フリスビー遊び ・ボール投げ遊び ・ボール捕り遊び ・バット打ち遊び (修正版ならびっこベースボール)			
度	姿勢制御運動	・マット遊び(後転、側方倒立回転) ・跳び箱遊び(かかえ込み跳び)・鉄棒遊び(逆上がり)			
平	移動運動	・犬さん歩き、カエル跳びなどの動きづくり ・だるまさんがころんだ ・おにごっこ・ラダーをつかった遊び ・棒をつかった遊び ・ミニハードルを使った遊び ・リズムダンス遊び (8秒間走)			
成 24 年	操作運動	・縄跳び ・フリスビー遊び ・ボール投げ遊び ・ボール捕り遊び ・バット打ち遊び (修正版ならびっこベースボール)			
度	姿勢制御運動	・マット遊び(後転、側方倒立回転) ・跳び箱遊び(抱え込み跳び) ・鉄棒遊び(逆上がり)			
平成	移動運動	<ul> <li>じゃんけん列車 ・オセロゲーム ・トンネルコロコロゲーム</li> <li>じゃんけんゲーム (パイナップル) ・ラダーを使った遊び ・オセロゲーム</li> <li>・信号ゲーム ・5秒間走 ・だるまさんが転んだ ・たことたい</li> </ul>			
25 年	操作運動	・ステックザゲーム ・新聞紙遊び ・ボール投げ遊び ・ボール捕り遊び ・エプロンキャッチ ・リングバウンドキャッチ ・ボールを打つ			
度	姿勢制御運動	・脚じゃんけん ・ラダー遊び ・鉄棒遊び ・跳び箱遊び ・マット遊び(後転、側方倒立回転)・進化じゃんけん			
平	移動運動	・信号ゲーム ・オオカミが来た ・オセロゲーム ・なんかでるぞ ・しっぽ取り ・じゃんけんリレー ・1,2,3,4のリズムで ・おおかみがきた ・お花が笑った ・むすんでひらいて ・だるまさんが転んだ ・「いない・いない・ばー」おにごっこ			
成 26 年	操作運動	・進化じゃんけん ・新聞紙を使って ・ボール投げ遊び ・ボール捕り遊び ・チャンバラ ・ボールを打つ ・紙飛行機とばし			
度	姿勢制御運動	・グーグーチョキチョキパーパー ・脚じゃんけん ・仲良しどんぶりこ ・鉄棒遊び ・マット遊び (後転、側方倒立回転・頭倒立) ・ラダー遊び ・跳び箱遊び (抱え込み跳び) ・鉄棒遊び (逆上がり)			
平	移動運動	<ul> <li>・子とろ遊び ・しっぽ取り ・オオカミが来た ・命令ゲーム ・あんたがたどこさ</li> <li>・オセロゲーム ・3秒間走 ・ラダー遊び ・1,2,3,4のリズムで</li> <li>・相手をかわして走る ・バルーン ・ミニハードルを使った遊び</li> <li>・「言うこと」「やること」いっしょ</li> </ul>			
成 27 年 度	操作運動	・バトンスロー投げ ・新聞紙遊び ・トンネルコロコロゲーム ・リングバウンドキャッチ			
	姿勢制御運動	・グーグーチョキチョキパーパー ・かみなりどん ・アブラハム ・マット遊び (後転、側方倒立回転) ・鉄棒遊び (逆上がり) ・跳び箱遊び (抱え込み跳び・台上前転) ・ダイコン引き ・仲良しどんぶりこ ・動物歩き			

平成28年度	移動運動	・信号ゲーム ・コーン倒しおにごっこ ・ラダー遊び ・あたんがたどこさ ・棒を使った遊び ・スキップ ・進化じゃんけん ・オセロゲーム ・長縄跳び ・手つなぎおにごっこ ・3秒間走
	操作運動	・ゴミゴミボール遊び ・バトンスロー ・ボール投げ遊び ・ボール捕り遊び ・新聞紙遊び ・ドッジボール
	姿勢制御運動	・ネコちゃん体操 ・グーグーチョキチョキパーパー ・まねっこ遊び ・マット引き ・ダイコン引き ・跳び箱遊び(台上前転) ・マット遊び(後転, 側方倒立回転) ・鉄棒遊び(逆上がり) ・ステーション体操 ・どんぐりコロコロ ・G ボール遊び
	移動運動	・信号ゲーム ・ミニハードル走 ・コーン倒しおにごっこ ・しっぽ取り鬼ごっこ ・雷ドカーン ・囲み鬼ごっこ ・3 秒間走 ・ラダー遊び ・サークルランニング ・バルーン
平成29年	操作運動	・ゴミゴミボール遊び ・G ボール遊び ・ラダー遊び ・フラフープ渡し ・ボール渡しゲーム ・バトンスロー ・ボール投げ遊び ・ボール捕り遊び ・新聞紙遊び
度	姿勢制御運動	・座布団、敷き布団、掛け布団 ・マット引き、押し、運び ・ステーション体操 ・ネコちゃん体操 ・ダイコン引き ・オセロゲーム ・跳び箱遊び(台上前転) ・マット遊び(後転、側方倒立回転) ・鉄棒遊び(逆上がり) ・ステーション体操 ・どんぐりコロコロ ・Gボール遊び
	移動運動	・信号ゲーム ・3秒間走 ・帽子リレー ・ライン鬼ごっこ ・ステックザゲーム ・あんたがたどこさ ・オセロゲーム ・台風の目 ・宝運びゲーム ・レールジャンケン ・バルーン遊び ・長縄跳び ・手つなぎおにごっこ ・たいとたこ
平成30年	操作運動	・ゴミゴミボール遊び ・バトンスロー ・トンネルコロコロ ・どこでもゴール ・ボール投げ遊び ・ボール捕り遊び ・新聞紙遊び ・縄跳び遊び ・トンネルリレー ・G ボール遊び ・新聞紙ホッケー
年 度	姿勢制御運動	・忍者遊び ・グーグーチョキチョキパーパー ・カエルの体操 ・バランス崩し ・手つなぎパス ・人間リング通し ・くぐってジャンプ ・ねこちゃ体操 ・マット遊び(後転、側方倒立回転) ・鉄棒遊び(逆上がり) ・相撲(押す・ケンケン) ・マット引き ・ダイコン引き ・跳び箱遊び(台上前転) ・ステーション体操 ・どんぐりコロコロ ・Gボール遊び
	移動運動	・信号ゲーム ・ラダー遊び ・オセロゲーム ・長縄跳び ・宝運び ・バルーン ・しっぱ取り ・あんたがたどこさ ・ボール運びリレー ・3秒間走 ・サークルオオカミが来た ・新聞紙をつかったダンス ・オセロ鬼ごっこ ・たいとたこ
令和元.	操作運動	・風船遊び ・ゴミゴミボール遊び ・バトンスロー ・ボール投げ遊び ・新聞紙遊び ・バッテング ・ならびっこベースボール ・スティック・ザ・ゲーム
年度	姿勢制御運動	<ul> <li>・進化ジャンケン ・パプリカダンス ・人間オセロ ・座布団・敷き布団・掛け布団</li> <li>・グーグーチョキチョキパーパー ・マット引き</li> <li>・綱引き ・平均台遊び ・跳び箱遊び(台上前転) ・進化ジャンケン</li> <li>・レスキュー隊遊び ・どんぐりころころ ・ジャンケン ・マット遊び(後転,側方倒立回転)</li> <li>・鉄棒遊び(逆上がり) ・どんぐりコロコロ</li> </ul>

※ ( )は小学生のみ実施した内容

# 5. 10年間の取組みを振り返って

### (1) 運動指導について

チャレンジ運動教室は、遊びを通して多様な基本的な動きの習得を意図した教室である、しかも、 その指導は、小学校体育で取り上げられる運動へ とつながるように指導してきた。

例えば、馬跳びは、開脚跳びと類似する運動である。背中に着手し、それから馬を跳び越す時の腕を視点とした体重移動の動きの感じや身体の動かし方が習得できる。それは、開脚跳びなどの切り返し系の中核的な技術へと発展する。

連続グー・パー跳びは、なわとびと類似する動きである(写真1)。幼児期の子どもは、発達上真上に跳ぶよりも、前方に跳ぶ傾向が強い。この連続グー・パー跳びは、保護者が手を握っているために、自ずと真上に跳ぶ動きが促される。この遊びを繰り返すことで真上に跳ぶ時の身体の動かし方が習得でき、その動きがなわとびの跳ぶ動きへと発展する。



写真1 連続グー・パー跳び

このように、取り上げる動きの発展を考慮して 指導してきた。それでも、運動を提示して「やれ そうだ」とか「やってみてもいい」と子どもが思 わなければ、子どもはやろうとはしない。

そこで、子どもが今できる動きでやれそうなことから、取り組ませるようにした。しかも、怖くない、痛くないなど子どもにとってなじみやい遊びや用具を用いた。

例えば、新聞紙ボールをつかった遊びがある。 このボールは、新聞紙を丸めてビニル袋に入れた ボールである(**写真2**)。扱うボールが新聞紙ボー ルであることから、柔らかくつかみやすい。身体に当たっても痛くない。投げられても緩やかに飛んでくるので、その軌道を読んで移動して捕ることがやさしくできる。このようなボールをつかって、投げる、捕る、はじく、打つ、蹴るなどのボール遊びに取り組ませた(写真3.4)。



写真2 ごみごみボール



写真3 ボールを打つ



写真4 ボールをはじく

### (2) 保護者の感想について

本教室終了時に行っている保護者を対象としたアンケート結果(384名対象)によれば、下記のような肯定的な意見がうかがえた(**表6**)  $^{ll1}$ 。

設問1. 子どもは、楽しくチャレンジ運動教室に参加しましたか。…94%

設問2. 子どもは、できなかった運動ができるようになりましたか。 …84%

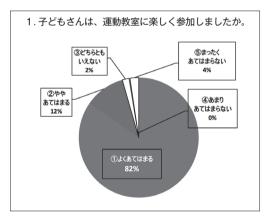
設問3. チャレンジ運動教室参加は、子どもの 運動への苦手意識解消につながりましたか。… 91%

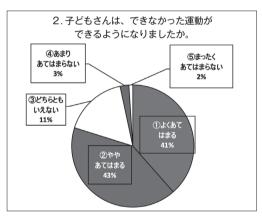
※数値は、「よくあてはまる」「ややあてはまる」 の割合を合計した値である。 また、本教室や学生の取組みへの自由記述においも、「運動に自信をもつようになった」「日常生活のなかでも運動に取り組むようになった」など、子どもの好ましい変容が記述されていた。また、「学生さんの積極的な声かけが子どもの励みになった」「学生さんとの運動や遊びを通してのかかわりは、子どもにとって大変貴重な経験でした」など、学生の子どもへのかかわり方についての賞賛も多く寄せられている(表7) 能2)。

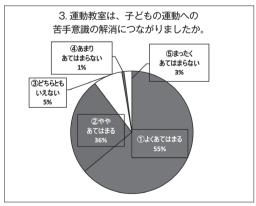
このような自由記述からも、本教室の目的が達成されていることがうかがえた。

### 表6 保護者アンケート結果

	①よくあて はまる	②ややあて はまる	③どちらとも いえない	④あまりあて はまらない	⑤まったくあて はまらない
1. 子どもさんは、運動教室に 楽しく参加しましたか	325	42	7	1	9
2. 子どもさんは、できなかった運動ができるようになりましたか。	149	160	65	9	4
3. 運動教室は、子どもの運動への 苦手意識の解消につながりましたか。	217	87	26	2	7







### 表 7 保護者アンケート自由記述

### 1. 教室の指導内容について

- ・走り方やボールの投げ方など、親の私ではなかなか教えにくい事を遊びながら伝えてもらえて いたので、子どもたちは分かりやすいのかと思いました。
- ・自宅にはない、いろいろな道具があり、毎回楽しそうに遊んでいました。子どもに変化があったと言うより、親である私の方が、運動遊びを家で取り入れてみようと思うようになりました。
- ・1つのことをじっくりやるのではなく、子どもの飽きがこないようにいろいろメニューを工夫していたのがとても良かったです。
- ・体の動かし方が上手になってきたように思います。家でも積極的に練習しました。何よりその 方法を知り得たことが親にとっても良かったです。
- ・楽しい雰囲気だったので、失敗を恐れずにチャレンジしていました。

### 2. 子どもの運動への取組みについて

- ・体を動かす事が本当に好きになり、1 学期の成績表も運動技能はいつも「大変良い」をもらっています。保育園の時にはなかった競争心が出てきたと思います。
- ・自分から「行きたい」とこの教室を毎回楽しみにしていました。跳び箱や大縄跳びなど、初めてできるようになったことも多く、自信になったようです。私もうれしかったです。
- ・運動教室で教えてもらったことを家で楽しそうにしていました。走り方や体の動かし方を教えてもらい、本当に良かったです。
- ・マット運動の後転ができるようになり、とても喜んでいます。最初に練習したときは、できずに泣いて、家でも泣いて練習しました。学生さんが教えてくれたとおりに、一人で何度も何度も練習していました。今では、後転ができるようになり、「後ろ転がり大好き」といっています。
- ・ボール遊びをする機会が多くなりました。家では、小さな先生として、参加していない家族に 教えています。
- ・やる前から「できない」と言うことが多かったのですが、運動のコツを教えてもらったことが 自信につながり、様々な「初体験」に積極的になりました。
- ・日常でできない遊びがあると、「チャレンジ運動教室に行って教えてもらう」と言っています。 子どもができる遊びもふえました。
- ・以前は、やらずにできないとあきらめるか、できなくても気にしないタイプだったが、できなかったり、走るのが遅いと悔しいという気持ちがでてきました。自分から練習したいというようになりました。
- ・どちらかというと家の中で遊ぶ方が好きだったが、この教室に通い始めて外でボール遊びをしたり、追いかけっこをしたり、体を動かすことが大好きになりました。
- ・頑張ればできる事の喜びも覚え、また、それを見守ることができたのが嬉しかったです。
- ・幼児の部の頃から通わせていただいています。その頃からコツコツ教えていただいた事が少しずつ身に付き、いろいろな場面で効果がでていると感じています。運動は不得意ですが、本人なりに課題に挑戦する姿を見るとチャレンジ運動教室のおかげだと思います。
- ・長縄ができなかったが、学校でも率先して練習を行うようになり、2回目の運動教室では、できるようになったので驚きました。

#### 3. 今後の家庭での取組みについて

- ・なかなか子どもと一緒に運動してみようと思わなかったのですが、一緒に体を動かす楽しさが 分かったような気がします。
- ・親のほうも客観的に子どもを見ることができ、子育てに生かせています。
- ・子どもが今、何に興味があり、何ができるのか分かりました。この機会を生活運動、公園での 遊びにつなげたいと思います。
- ・運動教室に参加して親子で遊ぶことの大切さや運動に対する親の意識が高くなりました。遊び ながら運動機能を向上するのは、良いことだと思いました。ぜひ実践したいです。

# 4. 学生の対応について

- ・いつもたくさんの学生がボランティアで参加していただき、ありがとうございます。学生の方 が積極的に声を掛けていただき、子どもも恥ずかしがりながら楽しんでいました。
- ・苦手意識をなくす方法を教えてもらえて良かったです。たくさん褒めて指導してくださった学生の皆さんに感謝です。
- ・学生さんという存在自体が子どもにとってとても貴重なのだと感じます。園の先生でも親でもないお兄さん、お姉さんと、運動や遊びを通しての関わりは子どもにとって大変貴重です。皆さんがやさしく、それぞれの個性を発揮されていて、とてもいい雰囲気だと感じました。
- ・運動が苦手でできることが少ないため、以前は運動を楽しめてなかったようです。学生さんが ゲーム形式で面白く運動できるようにしてもらえたので、楽しむことができるようになりました。 学生さんも親しみやすく、親の私も楽しく参加できました。
- ・レベルの高い学生さんにとても感心しています。いつも笑顔で接してくれてありがとうございました。
- ・学生さんが適切に見ていてくれるので、苦手な子も無理なく運動に取り組むことができるのだ と思いました。
- ・学生さんのちょっとした声掛けをきっかけにコツをつかみ、できるようになったのが印象的で した。

# 5. おわりに

子どもの運動への苦手意識を解消して、運動に 積極的に取り組んで欲しいという願いから、チャ レンジ運動教室はスタートした。それから、多く の方に参加していただいて、10年が経過した。

保護者のアンケートはもちろん運動教室中の子 どもや保護者の運動への取組みの様子からも、本 教室の目的は、ある程度達成しているように感じ ている。

子どもが「やってみたい」「やってもよい」と 思えるような遊びを提示する。そうすると、子ど もが「やってもみよう」とする。その取組みを学 生が賞賛する。「やってみる」とその遊びに包含 させた運動課題が達成できる。その達成を学生が すかさず賞賛する。

この繰り返しによって、子どもは、成功体験を 繰り返し味わう。そうすることで、自分はやれば できるという運動有能感をもつようになる。この 運動有能感は、運動が好きになるばかりか、積極 性や協調性を高める。

このような好循環が生じるような運動教室でありたいと願い、様々な工夫に取り組んできた。しかしながら、運動遊びの教材・教具や運営の仕方などについてさらに改善に努めなければならない。

本教室の企画・運営に、子ども教育学科の学生が参画する。当初は子どもと遊べなかった学生が、子どもとかかわる経験を繰り返して遊べるようになる。子どもへの説明・指示がままならなかった学生が、子どもたちや保護者を適切に動かした運動指導ができるようになる。この経験が、教師に必要な実践的な力量形成につながっている。

これからも、教員に必要な資質・能力が習得できるように、どのような能力をどのように習得させるのかを明確にして、それが習得できるような指導に努めたい。

# <註>

- 1) ここでは、2014年以降のアンケート結果を報告する。それ以前のアンケート結果については、2013年の報告 (3-134頁) をご一読いただきたい。
- 2) 紙幅の都合で、2014年以降実施のアンケートに記述された一部を、筆者が3つの項目に分類して記述した。

# <引用・参考文献>

- 1) マイネル (金子明友訳):スポーツ運動学 (12版)、大修館書店、2000年.
- 2) 宮丸凱史:子どもの運動・遊び・発達 ~運動のできる子どもに育てる~、学研教育みらい、2011.
- 3) 宮内孝:運動が苦手な子どもを対象とした「チャレンジ運動教室」の3年間の活動報告~捕球技能を高める指導事例を取り上げて~南九州大学人間発達研究、第3巻、127-134、2013.
- 4) 宮内孝:子どもの体力・運動能力向上を図る 取組みの在り方-「チャレンジ運動教室」における7年間の取組みを通して-南九州大学人間発達 研究、第7巻、73-84、2017.
- 5)日本学術会議健康・生活委員会 健康・スポーツ科学分科会:提言「子どもを元気にする運動・スポーツの適正実施のための基本指針」、2011.
- 6) 白石豊・廣瀬仁美: どの子ものびる運動神経、 かもがわ出版、2009.
- 7) スポーツ庁:全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果、2019. https://www.mext.go.jp/sports/b\_menu/toukei/kodomo/zencyo/1368222.

htm, 2019.