

運動能力・表現・他者との関わりを育む

ー リズム遊びによるコーディネーション運動の実践から ー

背景

- ▶ 子どもの運動不足や運動能力の二極化が課題。
- ▶ 幼児期は神経系が著しく発達する重要な時期。
- ▶ 遊びを通した「動きの多様化」と動きの円滑さによる「動きの洗練化」の経験が体力・運動能力を高める。
- ▶ 「多様化」と「洗練化」の積み重ねが他者との関わりを深め、活動への意欲や様々な関心を高める。

方法

対象

3～5歳児
106名

期間

6分/日
20回実施
(4週間)

評価

運動能力テスト
・両脚連続跳び越し
・ケンケンパ
身体表現能力
(5段階観察評価)

内容

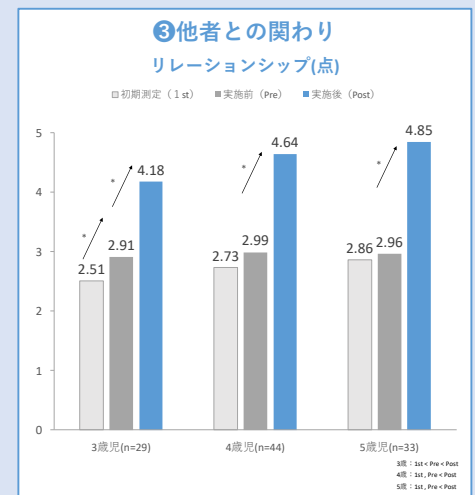
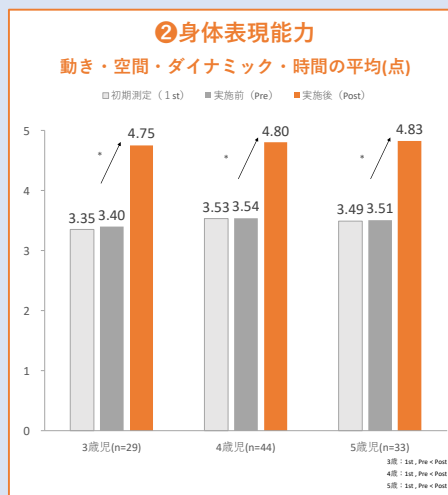
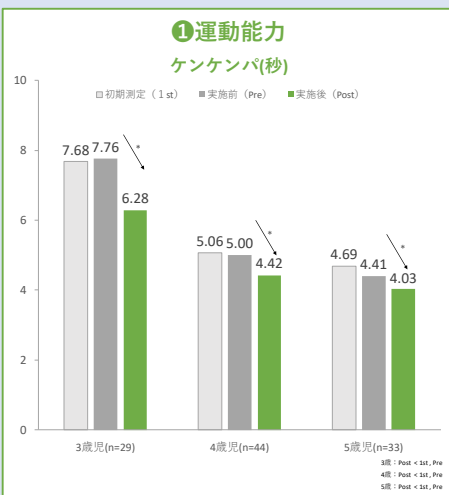
Event	Steps	Content	Event	Steps	Content
1	0:30-0:50	Kick and jump	6	3:50-4:00	Kick and jump
2	0:50-1:00	Indian jump	7	4:00-4:10	Indian jump
3	1:00-1:20	Jump turn	8	4:10-4:20	Double legged jump
4	1:20-1:30	Cross touch	9	4:20-4:30	Rhythm and Rhythm
5	1:30-1:40	High knee walk	10	4:30-4:40	High knee walk

* represents the time allocated to the event. ** represents the item at the first stage of movement development, as described in Table 1. and *** represents the method graphically.

リズム遊びを中心とした
運動プログラム

結果及び考察

- ①**運動能力への影響**：測定時期と学年を要因とする2要因分散分析の結果、両脚連続跳び越しでは、有意な交互作用が認められたため($F = 4.95$)、各要因の単純主効果を検討した。多重比較検定の結果、3歳児では初期測定と実施前測定および実施前測定と実施後測定において有意差が認められ、実施前測定、実施後測定、初期測定の順に高い値を示した。4歳児では、実施前測定と実施後測定において有意差が認められた。5歳児では測定時期に有意差は認められなかった。ケンケンパでは、測定時期($F = 15.13$)と学年($F = 37.92$)にのみ有意な主効果が認められた。多重比較検定を行った結果、初期測定と実施後測定および実施前測定と実施後測定において有意差が認められた。これより、一部の運動能力を除き、幼児の運動能力の高まりが明らかとなった。
- ②**身体表現能力への影響**：測定時期と学年を要因とする2要因分散分析の結果、動き・空間・ダイナミック・時間に関する項目については、有意な交互作用は認められず、測定時期にのみ有意な主効果が認められた。多重比較検定の結果、初期測定と実施後測定および実施前測定と実施後測定に有意差が認められた。
- ③**身体表現能力への影響（他者との関わり）**：リレーションシップに関する項目において交互作用が認められたため($F = 3.44$)、各要因の単純主効果を検討した。多重比較検定の結果、3歳児では全ての測定値間に有意差が認められ、4歳児と5歳児では、初期測定と実施後測定および実施前測定と実施後測定に有意差が認められた。これより、身体表現能力では、学年が上がることによって他児への意識が広がっていくこと、運動プログラムに取り組む回数の積み重ねは学年に関係なく、リレーションシップに関する項目の動きを通じたコミュニケーションが行なわれていることが明らかとなった。
- このことから、リズム遊びを中心とした運動プログラムの実施により、**幼児の運動能力と身体表現能力はともに高まっていくことが明らかとなった。**



まとめ

運動プログラムの実施により、**友だちの動きを見る 友だちとリズムを合わせる 動きを通して関わる**という幼児の姿が観察された。運動プログラムに取り組んだことで、保育者や他児と一緒に体を動かし、誰かと関わりたい欲求が幼児の動きとして引きだされた。運動プログラムの取り組むうちに幼児の自発的な活動が促され、リレーションシップに関する項目の**社会的な発達へとつながっていくことが示された。**

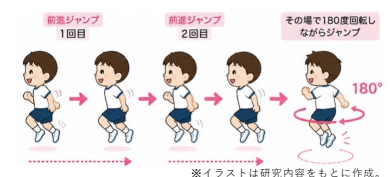
リズム遊びを中心としたコーディネーション運動プログラムは、

- ①子どもの運動能力を高めることが明らかとなった。
- ②身体表現能力や子ども同士の関わりを育むことが示された。
- ③リズム遊びに取り組むことで社会性の発達につながる可能性が明らかとなった。

やってみよう！

リズムに合わせて
楽しくチャレンジ!!

運動プログラム
3.ジャンプターン



「運動は、体を育てるだけではなく、**人とつながる力も育てる。**」

本ポスターは下記論文の研究成果を再構成したものです。
Yoshimi, E., Nomura, T., & Kida, N. (2021). A Study of Young Children's Coordinated Movement—The Effects of a Rhythmic-Play Exercise Program on Physical-Expression Ability. *Advances in Physical Education*, 11, 118–134.