

【実践報告】

コロナ禍における幼児体育の学びを考える

—遊びの工夫を通して気づいたこと—

寺田 恭子 寺田 泰人

Physical Activity for Children during the COVID-19 Pandemic

—Devising the rules of activity—

Kyoko TERADA and Yasuto TERADA

1. はじめに

2020年初春、COVID-19の世界的な蔓延は人類のあらゆる活動に多大な影響を与え、現在もその勢いは止まない。教育現場では感染予防のための休校が後を絶たなかった。

文部科学省⁽¹⁾は、2020年5月時点で約9割の大学が遠隔授業を実施し、7月1日時点では約6割の大学が対面・遠隔授業を併用して授業を実施したという調査結果を発表しているが、本学も6月以降は対面と遠隔授業を併用してきた。後期（10月）からは対面授業を主とし感染予防対策を講じつつ、学生が納得できる質の高い教育の提供を目指して、教員は様々な工夫を凝らし授業を実施してきた。しかし、実技系の科目においては授業内容の大幅な変更をせざるを得ない状況であったことは言うまでもない。これまでの実践による学びと同様の質を保証するためには、授業を行う教員自身が異なる角度から実技系授業の学びを捉え直す必要があり、さらにその捉え方と試みが学生に受け入れられ、新たな視点から学ぶことに満足できるかどうかも問われることとなった。この点について文部科学省は、実技等を内容とする授業の取扱いに関して「大学等における新型コロナウイルス感染症への対応ガイドラインについて（令和2年6月5日付）」⁽²⁾において、その具体的な取組例として「体育実技について、遠隔授業等によりレクチャーを行い、実技は課題として課すとともに、実施状況をレポート等の提出により報告する」ことをあげている。

今回は、保育学部保育学科における教員免許（小学校教諭、幼稚園教諭）および保育士資格の選択必修科目である体育A（前期15コマ）の代替授業における“コロナ禍における運動遊びの工夫”という課題を通して、学生が新たな遊びを創造していく中での気づきや学びを紹介し、今後の実践授業にどう活かすかを検討する。

2. 方法

桜花学園大学保育学部保育学科、2020年度前期授業科目「体育A」（実技）は、授業開始日の延期に伴い8回の代替授業を実施した。その中の3回を「からだを使った遊びの体験」、「工夫を凝らした運動遊びの実践」とし、運動遊びを創作するにあたっては新聞紙や風船など、身近なものを使用して良いこととした。またこれらの創作遊びは自宅で考案したものを写真やイラストを添えた文章でノートにまとめさせた（ちなみに、今年度は公益財団法人日本スポーツ協会³⁾からソーシャルディスタンスを意識した遊びの方法が紹介されたが学生には提供せず、各人で調べ考えたものをまとめさせている）。

今回は体育Aを受講した全学生の中から、いくつかの創作遊びを選んだ。選定した創作遊びを考案した学生には、本報告書に創作遊びが紹介されることを事前に伝え了承を得ている。

3. コロナ禍における運動遊びの紹介

「創作遊び1」

タイトル：「空飛ぶうどんキャッチゲーム」

用意するもの：ティッシュ、茶碗、箸

ティッシュは細長く切り裂いておく（ゲームを行う人数×1枚用意）

遊び方：保育者等（大人）が台に乗り、そこから細長いティッシュをばらまく。茶碗と箸を持った子どもは、うどんに見立てたティッシュを箸でキャッチする。キャッチしたティッシュを茶碗に入れる。茶碗により多くのティッシュ（うどん）を入れた子どもが勝ち。

工夫した点：夏といえはうどんや素麺。季節に合った見立て遊びを考えていて思いついた。子どもたちに夏の食べ物を、遊びを通して知ってもらいたかったのでこの遊びを創作した。また、箸を使うことによって箸を使う練習にもなる。ティッシュは重力が殆どかからないので、箸を上手く使えば遊べる（指への負担なし）。流し素麺など、「夏と言えは素麺！」ということ子どもたちに知ってもらいたい場合は、素麺に見立てても良い（ティッシュが太めなので今回はうどんにした）。実際の茶碗、箸を使うことによって子どもたちのやる気もアップする。

参考資料なし：オリジナル

「創作遊び2」

タイトル：「風船パタパタゲーム」

用意するもの：風船（5色）、うちわ、フラフープ、タイマー

遊び方：チームに分かれ、一人ずつうちわをもつ。風船と同じ色のフラフープを床に並べ、風船は床にランダムに置いていく。風船をうちわで扇いで同じ色のフラフープの中に入れる。60秒以内に風船を同じ色のフラフープへより多く入れたチームが勝ち。

工夫した点：ただうちわで扇いで風船を動かすのではなく、色ごとに分けるという作業を取り

入れた点→色で分けることで、色についての興味を持つことができる。また、目で見たとときに何色が残っているかがわかりやすいため対戦しやすい。制限時間を設け、より早くではなく、より多く入れたチームが勝ちとした点→制限時間があることで、その時間内に友達と協力をし、頑張ろうとする気持ちが芽生える。

参考資料：保育で使える「新聞遊び」のタネ、「風船遊び」のタネ

<https://hoiclue.jp/2020/6/30>

風船遊び14種類まとめ <https://45mix.net/fuusenpatapata/2020/6/30>

「創作遊び3」

タイトル：「人間輪投げ」

用意するもの：新聞紙（リングを作る）中リング1個につき新聞紙1枚、大リング1個につき新聞紙2枚、セロテープ

リングの作り方：新聞紙を広げ、隅の方からきつ目に巻いていく。最後まで巻いたらセロテープで止める。巻いた棒の端を人差し指と親指で潰す。潰した部分を抑えながら、反対の手でさらに下を潰していく。潰した部分は押さえたまま反対の手で90度戻した部分をさらに潰す。以降、90度回転させて潰す→90度戻して潰すを繰り返す。リングにする（端と端をつけてセロテープで止める。形を整えて完成。きつく巻くと丈夫で大きいリングになる。巻く太さで強度や大きさが変わるため、色々な強度で試すと良い。身体に通すリングは新聞紙を2枚繋げて作る。

遊び方（工夫した点）：既存の遊び方はリングを腕に通すだけである。しかし、大きいリングを作って身体に通す要素を追加したことで、より身体を動かせるようにした。また、4、5歳でも簡単にできるような内容ではなく、少し頑張らないとできないような内容にしたことで、子どもが興味を持って活動に取り組めるようにした。

参考資料：<https://www.recreation.jp/asobi/article/10/710> 2020/6/14

「創作遊び4」（複数の学生から）

タイトル：「新聞紙を使った運動遊び一足だけで新聞ビリビリー」

用意するもの：新聞紙

遊び方（工夫した点）：新聞紙を床に広げてその上に立ち、足の裏と足の指だけでどこまで新聞を細かくビリビリにできるか親子で競争する。新聞紙が細かくなってくると足の裏だけでは破れなくなってくるので、いかに足の指をうまく使えるかがポイントである。普段あまり使っていない足元の筋肉をしっかりと使うので、土ふまが低く、扁平足ぎみの子どもにやってほしい。また、立った姿勢で行うため、身体の動揺をコントロールするバランス能力も養われる。

参考資料なし：かつて学生自身が遊んだ体験を紹介

「創作遊び5」

タイトル：「穴を狙え！ 的入れゲーム」

用意するもの：新聞紙 ガムテープ ハサミ ペン

遊び方：3人で行う。新聞紙を3枚を繋げて、好きなところに適当な大きさの穴を開ける。2人がその新聞紙の両端を持つ。新聞紙を丸めボールを作る。一人はそのボールを新聞紙の穴を目掛けて投げる。得点を決めて、一番多く得点を取った者が勝ち。

工夫した点：物を投げ入れるゲームは多数あるが、新聞紙の好きなところに好みの大きさの穴を開けて的を作るという点。同じものがなく、難易度を上げていくこともできるところ。

*類似した遊びで、新聞紙を丸めて筒状にし、箱に投げ入れるゲームなども複数あった。

参考資料なし：オリジナル

「創作遊び6」

タイトル：「瞬間移動ゲーム」

用意する物：新聞紙、セロハンテープ

遊び方：新聞紙を筒状に巻きセロハンテープで止めて棒状の新聞紙を作る。床に大きな円を描き、複数人が適度な間隔を空けて円の線上に立つ。棒を床から真っ直ぐに立たせて、その棒が転ばないように手で押さえて待機する。「せーの！」の合図で、全員同時に棒から手を離し、時計回りに一人分移動する。前の人から離れた棒が倒れないうちに棒をキャッチする。慣れてきたら間隔をより広げて難易度を上げる。

工夫した点：複数人で遊べる点。また、同じ方法で徐々に難易度が挙げられる点。棒を倒してしまった人は抜けるなど、個人で争うこともできるが、チーム戦にしてどこまで全員が倒さずにやり遂げられるかを競うこともできる。途中、移動する向きを反対にしてバリエーションも楽しめる。

参考資料なし：オリジナル

4. 学生レポートの紹介

幼児が身体活動を心置きなく行える状況ではない中で、学生は感染予防に配慮しながら自らが創作した運動遊び、あるいは既存の遊びを工夫した創作運動遊びを考えた。これは、例年の体育の授業にはなかった学びである。換言すれば、学生は“コロナ禍における生活環境下において、教育・保育者は子どもたちの活動に対してどのようなサポートができるのか”という、今までに考える必要がなかった問題に向き合ったのである。その学びを通して学生たちが考えたこと、気づいたことをレポートとしてまとめさせた。以下は学生数名のレポートを抜粋したものである。なお、内容が優れているか否かという基準で選別したものではなく、この状況下において学生にどのような気づきや発想があるかという点に着目し、内容が重ならないように選んだ。文章は原文のままである（下線は筆者による）。また、レポート内容の掲載については事前に学生に伝えた承を得ている。

学生のレポートより

身体を動かす際には、空間・仲間・時間の3間が重要だといわれており、現在のコロナ禍ではこの3間のうち、空間が確保できていないのではないかと思います。そのため、子どもが身体活動を積極的に行うためには、広い場所を用意したり、子どもを惹きつけるような装飾を施すなど、環境設定の工夫が重要であると考えた。また、子どもを主体にして活動内容を考えることも重要であると考えた。コロナ禍では、大人だけでなく子ども達にもストレスがかかっていると思うが、そのストレスの原因は体を動かさないからだけではないと思う。子どもの意見を聞いて子ども達が今、何を求めているのか知りながらそれに合った活動を考えたり、運動量を調整したり、活動内容を展開していくことが大切だと思った。

体を動かす機会が減っているということは、逆に室内遊びなどが増え、静かに過ごす時間の占める割合が大きくなっていることである。大人でもデスクワークを何時間も続けると体が疲れてくるように、子どもも体の疲労が蓄積すると考え、室内遊びをしているなかで一定時間に一回、体を大きく動かしたり伸びをしたりするよう普段の生活から取り入れる工夫が必要と考えた。その中で、子どもが興味をもって取り組みやすいよう、曲に合わせた体操や、音の特徴に合わせた表現遊び、リトミック、また、子どもが全力を出して体を動かす機会として、忍者や恐竜などのなりきり遊びを取り入れることを工夫として考えた。

私がコロナ禍における子どもたちの事で気に掛けていることは、行事の中止や、無観客になってしまったことである。(運動会やマラソンなどの運動系) 子どもたちは自分が楽しむために競技を行うこともあるが、自分の親に応援してもらい、見てもらうことがとても重要だったと思う。お母さんに褒められたい。頑張りをみんなに認めてもらいたい。達成感。このような気持ちをコロナの影響で潰してしまっている。それは、意識していなくても子どもたちの心には大きな負担をかけていると思う。そこで、大きなイベントができなくても、私たち保育者は、子どもたちが達成感を味わえたり、自己肯定感が高められるような声掛けが必要だと考える。運動会のような大きな行事ではなくてもクラス単位での外遊びでも、散歩にしても、大きな行事をやるかのように見通しを持たせ、その時を楽しみに思ってもらえるように、わくわくするように活動を設定していく。準備をこのように本格的に行うことによって、活動が終わった時も達成感が大きく感じられるのではないか。例えば、外遊びをミニ運動会と見立て、チームごとでチーム名を決めてたり前もって話し合いをしたり、そのチームで室内でゲームを行いチームワークを高めてから外遊びをする。散歩は、歩いている途中に見つける葉っぱや、虫などをあらかじめ決めて、見つけることができればシールを貼れるカードを作ってから散歩に向かう。など、些細な運動でも工夫次第で特別感を出せる。終わった後の保育者の褒める言葉や達成感が味わえる言葉も大切である。こうすることによって、子どもたちのマナー化した運動遊びも特別感を持って行えると考えた。

「コロナ禍」という世の中の誰もが初めて経験するパンデミックの中、1週間の総運動時間が1時間にも満たない且つ運動に苦手意識をもっている子どもたちが今身体を動かすことについてどのような思いをもっているかという視点から考えました。

自粛期間中、子どもたちは保育所、幼稚園、子ども園、小学校に通う際の「徒歩」や活動、授業における身体活動さえなくなっていました。その中で、苦手意識をもっている子どもも身体を動かしたいと感じたり、身体を動かすことの大切さをその子なりに気付きはじめたりしていると考えられます。

このことから、保育・教育者として「子どもが生活の中で楽しく身体を動かすことによって心の安定を図る工夫」について考えました。内容は、家庭でのお手伝いを工夫することで。床の掃除や窓拭きなどを保護者と一緒に行うことで、たとえ短時間の掃除であってもコミュニケーションを楽しみながら身体を動かすことができます。保育・教育者としては、保育日より学級日より「先生が家庭で実践していること」として紹介していきたいと考えています。

コロナ禍において自粛や制限によって運動不足になったり、公園の遊具が使用できなくなってしまったりと、友達同士で接触するような遊びや集団遊びができないことが増えた。外出する機会が減り、体力が落ち、運動することが億劫になってしまった子どももいると思う。そのため、保育者は子どもの運動意欲を出すためにも、徐々に運動する時間や質を上げていくことが必要だと考える。生活の中での運動を意識し、初めは散歩などで基本的な体力を取り戻し、個々で取り組むことができるダンスを子どもが興味のある曲で踊ることで、接触を防ぎながら楽しく運動することができる。触れ合う運動遊びは保護者に協力してもらい、休日などに一緒に外で遊ぶ機会を増やしてもらうように話をすることも必要だと思った。さらに、運動遊びをするときに距離を取らなければいけないことを子どもたちに伝え、その中で子どもたちにどのように運動遊びをすると楽しくなるかを、子どもの意見を取り入れながら一緒に遊びを考えていくことで、遊びを想像する段階から楽しむことができると思う。

コロナ禍において、家にいることが多くなってしまい、子どもたちは座って過ごすことが多くなってしまったと感じる。身体活動として必要なこととして調べたところ主に3つあった。1つめは、走ったり、自転車に乗ったりするなどの有酸素運動、2つめは腹筋などの筋力トレーニング、3つめは縄跳びやなどの骨強化である。特に私が注目したことは縄跳びである、大縄跳びや八の字などは対面で行う運動でもないし、直接人に触れることもないと考える。八の字にすれば縄に入る人数は1人だから密になることもない。そして骨強化にもつながる身体活動なので、保育者は積極的に子どもたちを縄跳びに誘うことが必要である。体力向上や、集中力、など骨強化以外にも力が付くのでとてもいい運動だと私は考える。

コロナ禍において保育現場ではさまざまなことが制限されたり、配慮しなければならない事がふえたりしたと思う。子どもは友達との関わりの中で成長していくものであると見ていたので、3密は避けられないと思ったが、子どもが自分自身の活動に没頭できる時間が増えたと言うことに繋がるのではないかと思った。そのことは身体遊びに関しても言えると思う。ゲーム性のある遊びを通して体を動かし関わり合うことも大切であると思うが、跳び箱やマット運動など個人の活動を取り入れることで、子どもが自分と向き合うことができるだけでなく、友達を応援するなど、間接的に友達とかかわることに繋がることできると思う。

保育者は個人の活動でも友達同士でかかわることができるように工夫することが大切だと思う。コロナ禍において状況が大きく変化したが、保育者に求められていることは変わらないと思う。子どもたちが楽しんで活動に取り組めるように環境を整えることを大切にして支援していくことが大切であると思う。

私は、コロナを予防しながらも今しかできない1日中体を目一杯好きなように動かしている時期に子どもにどれだけ動かすことができる環境を保育者が与えるために、今子どもの好きな遊びをどのように守るか、そしてコロナだからこそ伸ばすことができる身体活動がないかについて考えてみた。私は、身体活動を個人でやることが一番コロナ渦では安全なため、子どもが個人でも楽しみながら運動できる工夫が必要だと思った。例えば、なわとびやフラフープなど1人1個物が用意できるものに挑戦したくなるようにスタンプカードを作り挑戦する時間を設けることによって個人でどんどん身体活動を進めることで身体能力があがると思った。しかし、集団でおこなう身体活動もすぐく仲間意識が芽生え大切なため、大きな動きを要するものをお題としたジェスチャーゲームにして、2人組ですれば最初の並ぶ位置でソーシャルディスタンスを取っておけば密にならずに身体遊びができると思った。また、子どもは鬼ごっこやドッジボールが好きなため多くの子がやりたいと私は思うので、そのような時には滑り止めのついた自分専用の軍手を用意し、直接触れないようにすることや15分に一度手洗いうがいアルコール消毒をする時間を設けることで予防をするなどの工夫が必要だと考える。最後に私なら園の決まりとしてコロナが落ち着くまでは、室内だと、密閉になりやすいが、外は密閉にならないため、身体活動は必ず外で行うと決める。

5. 考察

新型コロナウイルスの感染拡大が人類に及ぼした影響は計り知れない。その中で豊かな運動経験を必要とする幼少期の子どもたちが思い切り身体を動かすことができないという現状をどのような方法で打破していくかは、教育・保育職を目指す学生にとっても喫緊の課題となる。

「3密」を避け、「ソーシャルディスタンス」を確保しなければならないという制約がある中で、運動遊び、体育・スポーツ活動はどのように実施し、かつ継続していかなければならないか。そのためにどのような発想の転換が求められているのだろうか。

学生が創作あるいは既存の運動遊びを元にして工夫を加えた運動遊びは、個人的運動を中心にしたものが目立つ。しかし、個人的ではあるがそれらを工夫して複数（集団）で実践できるように考えられているものも多くみられた。つまり、それらの遊びを通して、個人の技術を磨きつつも、その成果が集団にも貢献する仕組みを意識的に考えているということであろう。誰かと触れ合わなくても、一人でも夢中になることができ、かつ自らが工夫して面白さを感じられるものも多かった。中には、事例6で取り上げた「瞬間移動ゲーム」のように、シンプルであるがゲームの運び次第でチームワークの良さを求められるようなゲームもあった。SNS上で幼児の運動遊びに関する情報は溢れているものの、何を選び、どのように工夫するかは学

生個々人の考え方に委ねられている。求められているものを的確に探し、それをフレキシブルにアレンジしていく力は非常に重要であることは言うまでもない。

また、密にならない、今の時代に適した運動遊びを考えていく中で学生がレポートに記した内容には、「子どもが今何を考えていて、何を求めているのかにもっと寄り添う」や、「なりきり遊びやリズム遊びを意識的に取り入れる」などがあつた。「子どもが何を考え求めているのか」に軸をおいて運動遊びを考えてみることは、一見当たり前のように思われるが、実は本当にその視点に立っているかと改めて考えると必ずしもイエスとは言えない。自由に運動遊びができない現状においては、子どもの思いをそのままストレートに実現できなくても、その思いを汲み取ったものを工夫することが大事ではないかと思う。「できないことが多いからやれることを考える」の前提に、子どもが求めているものに真摯に向き合う態度が必要だと学生は学んだのではないだろうか。また、「なりきり遊びやリズム遊びを意識的に取り入れる」に対しては、子ども個々人の想像力が膨らむことが全身を動かす原動力になることや、リズムを介して内側から湧き出る感情を表出させるという点で良い方法だと感じた。他者と関わらなくても、同じ空間を共有する感覚は特別なものであるし、非日常的な身体の使い方の連続性は精神的豊かさをも内包すると言える。コロナ禍において、子どもも精神的なダメージを受けているため、心身の解放という点からもこのような運動遊びは必要ではないかと考えられる。

さらに、学生のレポートには保護者との協働を意識したものも見られた。幼稚園・保育所等と保護者との連携が、この状況下だからこさらに必要であるという認識は重要である。一般的に子どもたちの園での身体活動量は休日（自宅）の活動量よりもかなり高い⁽⁴⁾。よって休日の過ごし方を保護者と共に考えていくことは教育・保育者を目指す学生たちにとって良い気づきであると言える。

その他、大きなイベントがなくなったことから、日常的な遊びにも特別感、達成感が得られるよう環境を整えることや、声かけの重要性を指摘する者もいた。日々行なっていることに新しいアイデアをプラスして新鮮な感覚を持たせ、やる気を引き出すためには、発想の転換やユニークな着眼点が必要だが、教育・保育者に心のゆとりが無ければ難しい。ある学生が、どのような状況においても教育・保育者に求められるものは変わらないと綴っていた。その求められるものとは何かを今一度改めて考えさせてくれたものが、皮肉にも新型コロナウイルスであつたと言えるのではないだろうか。矢野⁽⁵⁾は、運動遊びという身体体験を通して子どもは無意識のうちに生き、自己と他者や自然を結びつけていく。身体を駆使した遊びの体験なしには、人はただ生きているにすぎず、深く生きることはできなくなると言う。子どもが安心して身体を解放し、遊びに没頭する経験を支援することが深く生きることにつながるとするならば、教育・保育者に求められるものは状況に応じた豊かなアイデアの放出で、子どもたちの身体経験の場を保証することであるとも言える。

授業を提供する我々教員は、長い間、体育・スポーツを通しての学びの大枠を個人スポーツと集団スポーツに分類し、各々の特性と良さを学生に理解させ、双方の必然性を当たり前に表示してきた。幼児体育の指導においても、それら2つの大きな柱があり、特に集団的運動遊び

においては子ども同士のふれあい（身体接触）が子どもの育ちに好影響を及ぼすものとして位置付けてきた。もちろん、身体接触のある運動遊びやスポーツが、「身体への気づき」や「感情の共有」「他者理解と関わりへの意欲」など目に見えないものを実感し理解することに役立つと言われていることはいうまでもない⁽⁶⁾。今まで当たり前とされていたものが当たり前ではなくなった現状に、我々自身がどのように対応していくかも問われている。

今回のように学生が主体的に運動遊びを考案し、後に対面授業を通していくつかの方法を実践することによって得られた気づきは、“できない”なら“できるように工夫する”という、工夫への意欲や新たな発見が自己をも成長させるということではないだろうか。学生の中には実技ができなかったことに対する不満を持っている者も確かにいる。しかし一方で、想像力を働かせて運動遊びを創作したことへの満足感を得ている者も少なくはないと感じる。レポートには、家族に協力してもらい、家の中での実践の様子を写真で貼り付けている者もあり、今までにはなかった授業への取り組み方が見られた。学生自身が今後起こりうるあらゆる状況を想像し、その中での運動遊びをフレキシブルに考えていくことは、今後の授業にも積極的に取り入れていく必要性を感じた。

障がい者のスポーツは個々人の身体に適した方法を模索し、工夫しながら実践することから、現在ではアダプテッド・スポーツと呼ばれている。現状における子どもたちの発育・発達に欠かせない運動遊びの創造も同じではないだろうか。様々な工夫を通して運動・スポーツができる喜びを子どもたちが失わないように、教育・保育者を目指す学生を育てていくことが必要である。

参考文献

- (1) 文部科学省「大学等における新型コロナウイルス感染症への対応状況について」https://www.mext.go.jp/content/20200917-mxt_koutou01-000009971_14.pdf (情報取得日 2020/12/20)
- (2) 文部科学省「大学等における新型コロナウイルス感染症への対応ガイドラインについて(周知)」令和2年6月5日
- (3) 公益財団法人日本スポーツ協会. (2020). ソーシャルディスタンスを保って楽しく遊ぼう!!, JSPO Active Child Program
- (4) 王昭文, 三村寛一, 平野久美子他. (1995). エネルギー消費量からみた幼児の活動量, 体力科学44, 339-346
- (5) 矢野智司. (2020). 遊ぶ身体は境界線を越える, 体育科教育9月号 pp. 16-19
- (6) 田中愛. (2020). なぜ体育の学びに他者が必要なのか, 体育科教育9月号 pp. 24-27

(受理日 2021年1月7日)