

國學院大學北海道短期大学部紀要 第35卷

平成30年(2018)3月、抜刷

幼児期児童期における運動あそび指導の検討 滝川市内幼稚園・保育所・小学校連携推進研修会の実践事例

A Study on Teaching Physical Play to Infants and Children:
A Case Study Based on a Municipal Workshop
for Promoting Collaboration between Kindergartens, Nursery Schools
and Elementary Schools in Takikawa City

田 中 一 徳

Kazunori TANAKA

幼児期児童期における運動あそび指導の検討

滝川市内幼稚園・保育所・小学校連携推進研修会の実践事例

A Study on Teaching Physical Play to Infants and Children:
A Case Study Based on a Municipal Workshop
for Promoting Collaboration between Kindergartens, Nursery Schools
and Elementary Schools in Takikawa City

田 中 一 徳
Kazunori TANAKA

Key words：運動あそび，体育，指導，幼保小接続，Action Socialization Experience（行動
社会化経験）：ASE

I. 研究の背景

「幼児期の教育と小学校教育の円滑な接続の在り方に関する調査研究協力者会議（2010）」は「子どもの発達や学びの連続性を保障するため，幼児期の教育（幼稚園，保育所，認定こども園における教育）と児童期の教育（小学校における教育）が円滑に接続し，体系的な教育が組織的に行われる」ことの重要性を述べている。しかしながら「平成24年度幼児教育実態調査」（文部科学省，2013）と「平成26年度幼児教育実態調査」（文部科学省，2015）の市町村ごとの幼小接続の状況をみると「ステップ2」つまり「年数回の授業，行事，研究会などの交流があるが，接続を見通した教育課程の編成・実施は行われていない。」がそれぞれ62.1%（1,082市町村），59.6%（1,038市町村）と最も多いが，「ステップ4」すなわち「接続を見通して編成・実施されて教育課程について，実施結果を踏まえ，更によりよいものとなるよう検討が行われている。」についてはそれぞれ3.2%（55市町村），4.5%（79市町村）と僅かに増加したにすぎず，幼児教育と小学校教育を接続する十分な取り組みには至っていないと推測される。前述の幼児教育実態調査の「保育所又は小学校の幼児や児童と交流を行った幼稚園」について平成24年度調査は79.0%（12,552園），平成26年度調査は80.2%（12,230園），「保育所又は小学校の保育士や教師との交流を行った幼稚園」について平成24年度調査は75.9%（12,552園），平成26年度調査は76.2%（12,230園）と僅かな増加に留まっている（文部科学省，2013；文部科学省，2015）。山口（2016）は「接続期のカリキュ

ラムについて周知を広げ、取組みを実質化していくためには、小学校教諭と保育士の共通理解を深めるための学習会や合同研修などを行う必要がある」と指摘している。

このような背景の中、2018（平成30）年4月1日より適応される新たな保育所保育指針（平成29年3月31日告示）では、職員の資質向上、キャリアアップとして職場内の研修に加えて、関係機関等による外部研修が有効であると示しており、幼児教育の必要性や小学校との接続についてもふれている（厚生労働省、2017a）。幼稚園教育要領（文部科学省、2017a）では小学校教育との接続に当たっての留意事項に「幼稚園教育において育まれた資質・能力を踏まえ、小学校教育が円滑に行われるよう、小学校の教師との意見交換や合同の研究の機会などを設け、『幼児期の終わりまでに育ってほしい姿』を共有するなど連携を図り、幼稚園教育と小学校教育との円滑な接続を図るよう努めるものとする」と明示しており、小学校と共有することにより幼小の接続を一層推進する目的がある。さらに汐見（2017）は、文部科学省の文書を基に保育所と幼稚園の就学前教育の一本化について触れており、今後益々幼稚園教諭と保育所保育士が共に研修する機会が増えることが推測される。さらに小学校学習指導要領（文部科学省、2017b）では、学校段階等間の接続について「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿を踏まえた指導を工夫する」視点が明示されている。しかしながら、北海道教育庁は、「平成28年度幼児教育の推進体制構築事業成果報告書（概要）」の中で幼保小連携について81%の小学校長が「保育者と小学校教諭との合同研修の実施が必要」と回答していることに対して、現状では「幼児と小学校の児童の交流」に留まっている実態を報告している（北海道教育庁、2017）。

過去の幼保小接続の観点からの研究には、古賀（2009）による「子どもの最善の利益のために」、「遊び」「学び」「育ち」が重要課題であるとの指摘、石倉（2009）による森の幼稚園における運動遊びや環境がその後の幼児の発達に及ぼす効果があるとの報告、新井と千田（2010）による保育における遊びと小学校の学習との関連性に関する報告、山田（2013）による接続期である5歳児後半に育てるべき「生活する力」「学びの力」「人とかかわる力」の3つの力の指摘、長谷部ら（2015）による幼児期における心身共に脆弱性を抱えているとの指摘、成田ら（2016）による「各幼稚園、保育所、小学校が『地域で子供を育てる』』という意識をもち、相互的教育活動を尊重・理解し合いながら連携・交流することが大切である」との指摘や「各幼稚園、保育所、小学校において円滑な接続を図る接続カリキュラムを基にした指導をし、子供たちに『段差を乗り越える力』を育むことが重要である」との報告がある。また幼児期から児童期につながる接続期の運動については、多様な動きや運動あそびの重要性、さらに取り組む意欲も大切であると考えられている（杉原、2003；田中、2009；吉田・岩崎、2012；吉田・岩崎、2014；松寄ら、2016；藤田・中野、2017）。

このような状況において、滝川市教育委員会では、滝川市内の小学校教職員並びに私立幼稚園教員、保育所保育士等を対象に幼稚園・保育所と小学校のスムーズな接続をめざした連携をいかに図るべきかについて滝川市内幼稚園・保育所・小学校連携推進研修会を開催し保育士・教員同士で学び合い情報交換する機会を設けている。この研修会では、保育所・幼稚園に接続する小学校1年生の公開授業、全体研修における公開授業及び児童の状況等に関しての交流に加え、幼保小連携に関する講演会が実施されている。筆者は、2016年（平成28年）10月25日実施、演題：「幼児・児童を対象にした実践的な運動あそびについて」、2017年（平成29年）11月2日実施、演題：「学力アップにつながる幼児期・児童期における健康・体力づくり：いま子ども達に体験してほしい運動あそび・身体活動の実践」の2年に渡り滝川市教育委員会の依頼により、幼稚園・保育所と小学校のスムーズな接続を目指した連携を目的として、現職の保育士、幼稚園及び小学校教員を対象にゲームや運動あそび等の実技を交えた健康・体力づくり指導の講演会講師を務める機会を得た。2017年3月に新たな保育所保育指針、幼稚園教育要領、小学校学習指導要領が公示され、幼保小の連携はこれまで以上に重要となり、発育発達に応じた運動あそびや生涯にわたって必要な多様な動きの重要性や生涯につながる運動あそびの幼児期から児童期への指導は益々必要となってくる。

そこで本研究は、滝川市内幼稚園・保育所・小学校連携推進研修会の実践事例をもとに幼児期児童期における運動あそび指導について検討することを目的とした。

Ⅱ. 方法

2017年（平成29年）11月2日（木）に滝川市立滝川第二小学校を会場として実施された「平成29年度滝川市内幼稚園・保育所・小学校連携推進研修会」における「学力アップにつながる幼児期・児童期における健康・体力づくり：いま子ども達に体験してほしい運動あそび・身体活動の実践」をテーマにした講演会の実践事例をもとに幼児・児童における運動あそびの指導法について検討した。なお講演は午後3時から午後4時の1時間であり、講演内容をPowerPointによるスライド及び動画映像にて解説し、その後ゲームや運動あそびの等の実技指導を実施した。

主な内容は、運動効果の古典的研究であるロンドン市内を循環する2階建てバスの運転手と車掌の死亡頻度に関する研究（Morris *et al.*, 1953）、座位時間と死亡率に関する研究（Leandro *et al.*, 2016）、テレビの長時間視聴の問題に関する研究（土谷, 2001；片岡, 2002；Matthews *et al.*, 2012）、幼児期運動指針ガイドブック（文部科学省, 2012a）・幼児期運動指針普及用パンフレット（文部科学省, 2012b）、スプリングフィールド大学附属チャイルド・デベロップメント・センター（Springfield College Child Development Center）、

スキヤモンの発育曲線とゴールデンエイジ、『脳を鍛えるには運動しかない：最新科学でわかった脳細胞の増やし方』（Ratey and Hagerman, 2008；レイティとヘイガーマン，2009），幼児期・児童期におけるスポーツサンプリング及び多様な動きの重要性に関する研究（田中，2009；白幡，2013；杉原と河邊，2014；吉田；2016），2017年3月に「New York Times」で掲載された「Why Kids Shouldn't Sit Still in Class」（Cruz, 2017），脳を活性化させる運動プログラム「ブレイナージャイザーズ（BrainErgizers™）」（Cruz, 2017）であった。また動画映像は，YouTubeに投稿されているNational Association of Physical Literacy（2017）による「BrainErgizers™ Jingle 17 1」を利用した。

ゲームや運動あそび等の実技指導は，米国の青少年キャンプやサッカーチーム，様々なグループワークで利用されているAction Socialization Experience（ASE：行動社会化経験）を基にアイスブレイキングやコミュニケーションゲームを中心に実施した（一村，2007；西村，2008；青木ら，2012；福富と平野，2014）。

なお本研究を進めるにあたり滝川市教育委員会の承諾を得ている。また受講した先生方の自由記述（無記名）の感想については，滝川市教育委員会より提供があり付録とした。

Ⅲ．結果と考察

ここでは，「平成29年度滝川市内幼稚園・保育所・小学校連携推進研修会」の講演にて使用した主なスライドを図示し，講演内容の解説および考察を行う。また実技指導については実施した活動の目的やルールについて記す。

1．講演内容

Fig.1は，Morris *et al.* (1953) による運動効果の古典的研究であるロンドン市内を循環する2階建てバスの運転手と車掌の心臓発作と心臓病による死亡の頻度に関する研究を紹介したものである。ここでは，幼児及び児童に限定せず，広く認知されている一般的な研究の事例として運動の頻度やレベルと運動効果の関連について解説した。

Fig.2は，Leandro *et al.* (2016) による座位時間と死亡率に関する研究を示したものである。都市化そしてICTにより情報化された現代社会において，様々なモノやサービスが座ったままで入手できる利便性がある。また乗物による移動，職場におけるデスクワーク，家庭，学校などの場面においても長時間の座位行動が蔓延している（岡ら，2013）。それにより子供から大人まで多く人々が身体活動の機会を失うこととなっている。ここでは，便利な現代社会で生活する限り，意識的に運動する機会を創出しないと座位時間は長くなり，子供から大人まで健康への影響があることを示した。

Fig.3は子供のテレビの長時間視聴の問題に関する研究を示したものである（土谷，2001：



Fig.1 バスの運転手と車掌の死亡頻度



Fig.2 座位時間と死亡率

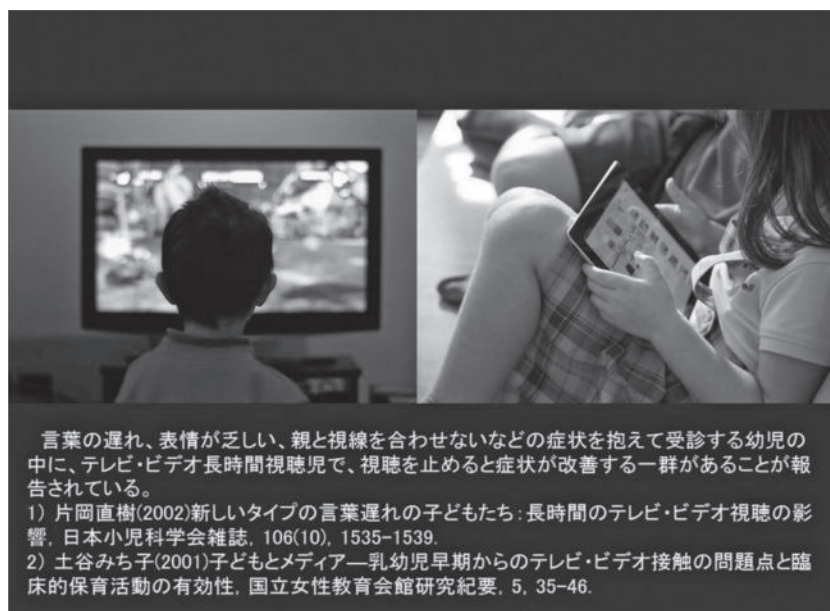


Fig.3 テレビの長時間視聴の問題

片岡, 2002)。幼児期からテレビやビデオさらにはゲーム機で過ごす時間が多いことにより、座位時間が長くなり身体活動が減少することに加えて、言葉や表情などにも様々な影響があることを紹介した。またMatthews *et al.* (2012) によると、余暇時間に一週間当たり7時間以上の中高程度の身体活動を実施していても、テレビ視聴時間が1日7時間以上の成人は、1時間未満の成人と比べて総死亡リスクが47%、冠動脈疾患死亡リスクが2倍高かったと報告していることから、幼児期、児童期の日常における生活習慣がその後の生涯の健康へ影響を及ぼすことを示した。

Fig.4は、米国マサチューセッツ州スプリングフィールド市にあるスプリングフィールド大学附属のチャイルド・ディベロップメント・センター(Springfield College Child Development Center: CDC)を示している。滝川市とスプリングフィールド市は、北海道とマサチューセッツ州の友好交流を契機に、1989年より友好都市として交流を始め1993年より姉妹都市として交流が進んできた経緯がある。また國學院大學北海道短期大学部とスプリングフィールド大学は、2010年から学生や教職員の交流促進が行われ、2012年姉妹校としての教育連携協定が結ばれた経緯がある。國學院大學北海道短期大学部からは、毎年短期留学生を派遣しており、僅かな時間であるがCDCにおいて在籍している幼児と関わる機会を得ている。CDCは、月齢と年齢により生後15ヶ月から2歳9ヶ月までの乳児クラス(Toddler Room)、2歳9ヶ月から3歳6ヶ月の幼児クラス(3s Room)、3歳6ヶ月から5歳の幼児



Fig.4 Springfield College Child Development Center (CDC)

クラス (Pre-K Room) に分けられており、マサチューセッツ州の幼児教育の基準でもある レッジョエミリア (Reggio Emilia) とエマージェント・カリキュラム (Emergent Curriculum) を教育手法として取り入れていることに特徴がある。建物は、教会をリノベーションしたオープンスペースで、職員や子供たちも他クラスの活動の様子を容易に確認できる空間となっており、子供たちが自由なテーマにより、主体的に活動できる環境が整備されている。

Fig.5は、CDCの屋外施設を示している。CDCに隣接する森の中には、「FORT IMAGINATION」という子供たちの秘密基地や隠れ家の様な施設がある。この施設は、子供たちの想像力を最大限に発揮できる様々な工夫が施されており、小さなクライミングウォールやつり橋、大きなシーソー等の遊具もあり、自然の中で遊びながら運動量の確保できる。CDCディレクターであるモーレーン先生からは、CDCの中で子供たちが一番好きな場所と紹介されている。また、CDCに隣接している園庭は、全面にウッドチップが敷設されており、人工的な遊具に加え自然木を使用した遊具もあり、子供たちの積極的な身体活動を安全に支える配慮が施されている。

Fig.6は、ゴールデンエイジの特徴を示している。一般にゴールデンエイジという言葉は、スキヤモンの発育曲線で表現される神経系の発達が顕著にみられる年齢の頃であることが知られている。このゴールデンエイジの頃に学習した運動能力やスポーツのスキルは生涯忘れ



Fig.5 CDCの屋外施設

プレ・ゴールデンエイジ 5～8歳ごろ

神経系の発達が著しくみられる時期で、運動における多種多様な動作を経験し、基本的な運動動作を獲得する時期です。様々な動作の獲得により優れた対応能力が身に付き、後に専門的なスポーツを行ったときに、覚えや成長が早くなると言われています。

ゴールデンエイジ 9～12歳ごろ

プレ・ゴールデンエイジで基本的な動きの習得がなされていれば、新しい動きを真似したり、身に付けることが出来るようになります。また、この時期に覚えた動きは一生忘れることがないと言われています。

ポスト・ゴールデンエイジ 13～15歳ごろ

ゴールデンエイジを過ぎると、第二次成長期に入り、体格が大きくなり、身体が伸びます。心肺機能と筋力が成長して、動きに対する理解力が発達する為、戦術的な練習や競技への理解が深まる年齢です。

※サッカー育成から出た言葉のようである。日本では1996年の強化指導指針。
※ベネッセは、プレゴールデンエイジを「2～3歳頃から小学校低学年
くらいまでの発達が著しい時期」と表現

Fig.6 ゴールデンエイジ

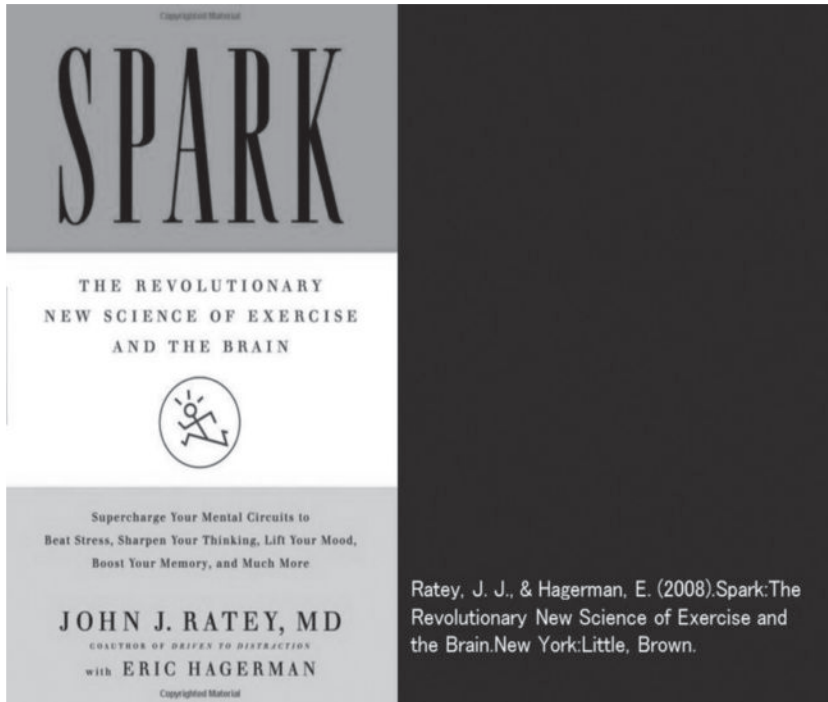


Fig.7 SPARK

ることがないと考えられている。ゴールデンエイジの概念は、「技術の習得は新たな神経回路の拾得であり、脳・神経系の可塑性が高い方が有利である。しかし、最も可塑性の高い乳幼児期は、骨、骨格系が未発達なため、動作習得のためレディネスが不十分である。」と示されている（加藤ら、1996）。しかしながら、田中（2009）が述べているように幼児期における身体活動の個人差や獲得すべき基本的運動動作が十分でない場合は、ゴールデンエイジの年齢に達したとしても新たな動きの習得には結びつきにくいと推察される。つまり、生涯につながる運動能力やスポーツのスキルは、ゴールデンエイジ前の幼児期から児童期の接続期における様々な運動あそびや身体活動を通した基本的運動動作の獲得が肝要であることが伺える。

Fig.7は、Ratey and Hagerman（2008）の著書「SPARK: The Revolutionary New Science of Exercise and Brain（『脳を鍛えるには運動しかない：最新科学でわかった脳細胞の増やし方』）」の表紙である。著書によると運動が脳にもたらす効果は、身体の効果よりはるかに重要であることが記されている。一般的に運動はセロトニン、ノルアドレナリン、ドーパミンといった思考や感情に関わる神経伝達物質が増加することが知られているが、運動により子供たちが学習時に使っている脳細胞が活性化し、その結果として学習効果が上がり、学力が

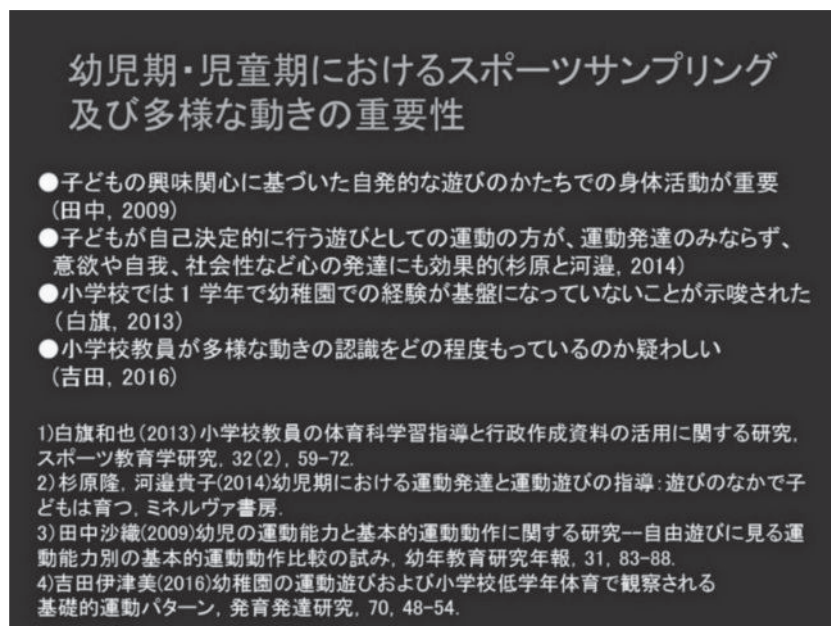


Fig.8 スポーツサンプリング及び多様な動きの重要性

アップにつながると考えられている。

Fig.8は、「幼児期・児童期におけるスポーツサンプリング及び多様な動きの重要性」を示している。幼児期および児童期においては、前述したように様々な運動あそびや身体活動を通した基本的運動動作の獲得が大切である。田中（2009）や杉原と川邊（2014）は、子供の興味関心に基づいた自発的な遊びや子供が自己決定的に行う遊びが大切であると述べている。一方、白旗（2013）や吉田（2016）は小学校の体育では、幼稚園での多様な動きの経験が基盤となっていないことを指摘している。新たな幼稚園教育要領（文部科学省、2017a）においては健康な心と体や自立心、協同性など「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」を明確にしている。また幼児にとって「遊び」は「学習」であるため「生涯にわたる人格形成の基礎を培う」ためにも重要である。また小学校学習指導要領（文部科学省、2017b）では、体育においては、「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」を育むことを目的としている。この観点からも幼児期、児童期のスムーズな接続を目指すにあたり、発育発達における体力の特徴の理解はもちろんのこと多様な動きや運動あそびの内容理解は今後ますます必要となる。幼児期から児童期にかけては、親の指示や教員の指導によって、子供は特定の身体活動やスポーツに偏る可能性が否定できない。特定の運動や一つのスポーツに偏っていることで、あ



Fig.9 小学校における「ブレインジャイザーズ (BrainErgizers™)」

る時に練習が厳しく上達を諦めたり、嫌な体験をすることで、身体を動かすこと自体を辞めてしまうことも考えられる。スポーツサンプリングの考え方は、特定の動きではなく、多様な動きや多様なスポーツを通じて、身体を動かすことの楽しさや仲間と協力する楽しさを得て、身体活動を継続させることにある。

Fig.9は、2017年3月21日発行の「New York Times」に掲載された米国コネチカット州ハートフォードにある公立小学校「Breakthrough Magnet School」の3・4年生クラスを示している (Cruz, 2017)。この小学校はマインドフルネスなど心を落ち着かせ集中力を高めるプログラムについても導入しているが、2015年春より、脳を活性化させ成績の向上を目的とした運動プログラム「ブレインジャイザーズ (BrainErgizers™)」も取り入れている。この運動プログラムを導入している背景には、前述しているRatey and Hagerman (2008) による身体活動は、子供が学ぶために使っているすべての脳細胞を活性化させる考え方に起因している。またInstitute of Medicine (2013) によると米国の子供は1日60分の中程度から高程度の身体活動が推奨されているが、幼児から思春期の子供たちの約半分は運動をしていないと報告されている。そこで子供の身体活動と健康との関係を調査したところ、定期的な身体活動は子供の成長と発達を促し、身体、メンタル、認知に多くの有益であるという結果がでた。また筋力、骨、心肺機能、代謝が強くなり、メンタルは不安、うつ軽減と予防、自



Fig.10 「ブレインジャイザーズ (BrainErgizers™)」の動画イメージ

己効力感の高まりに寄与していた。中程度から高程度の運動は、脳の機能と構造に関係性があると証明された。具体的には、より活動的な子供の方が、集中力が高く、認知処理スピードが速く、統一テストの得点が高い結果となった。学力は、家庭環境、地域格差、経済格差等の要素が関わっていると一般的に知られているが、少なくとも中程度から高程度の身体活動は、子どもたちの学力を上げる可能性はあるとしている。Carlson *et al.* (2015) の小学生1322人を対象とした教室内の身体活動と授業の行動についての研究は、身体活動を実施することで行動が改善されることを明らかにしている。またDonnelly *et al.* (2016) の研究では、5歳から13歳の子供の間で身体活動の介入が認知機能に有益であるという見解を示している。一方、Dinkel *et al.* (2016) は小学校教員の多くが教室における身体活動に関心があり導入しているものの、実施する上での課題もあり、教員の知識や能力も必要であると述べている。

Fig. 10は、「ブレインジャイザーズ (BrainErgizers™)」(National Association of Physical Literacy, 2017) の動画イメージを示している。米国では15州で「ブレインジャイザーズ」が導入されており、米国以外では、カナダ、メキシコ、アイルランド、オーストラリアが取り入れている。「ブレインジャイザーズ (BrainErgizers™)」の特徴は、①左右同じ動作ができるように、②3分から4分間の中程度以上の運動が必要、③テスト前、新しい単元前に実施すると効果的であると考えられている。コネチカット州立大学の学生が作成した「ブレインジャイザーズ (BrainErgizers™)」の映像が動画投稿サイト「YouTube」に登録されているため教育現場においても即座に活用できる。この動画映像では、

①ウォームアップ、②ミニワークアウト（様々なスポーツの動きに合わせて体を動かす）、③クールダウン（マインドフルネス、ヨガポーズ等）で組み立てられており、音楽に合わせて幼児や児童はもちろん、保育士や教員も共に運動することができる。小学校学習指導要領（文部科学省、2017b）の「情報機器の活用」で示されている通り、動画映像はリズムや音の響きを共有することに加え、再生や一時停止機能により、デモンストレーションの動作の補完や主体的に学ぶための教材にもつながり、幼児・児童の理解を深めることが期待される。特に軽快なリズムに合わせた動きは、運動の楽しさや喜びに触れ、子供同士の楽しさを共有する機会にもなる。保育士や教師が動きを覚えることで、広い空間や特別な道具がなくとも運動量の確保ができる。さらに様々なスポーツの動きや動作を取り入れることで、新たな興味関心につながるスポーツサンプリングの目的も達成すると考えられる。

2. 実技指導

前段で示した運動や身体活動の効果を踏まえ、幼児期から児童期にかけて必要な基本的運動動作を取り入れたゲームや運動あそび等の実技指導を行った。また実技については、幼児から児童、先生方も一緒に楽しみながら参加できる活動に配慮して実施した。主な内容は、二人組になってリズムに合わせて手と手を合わせてカウントアップ、カウントダウンする「ビート」、参加者全員で円になって拍手や動きを信号の様に送る「インパルス」、○×ゲームを2グループでリレー形式に行う「チクタクトォー」、フラフープを使用した「2人輪くぐり」やグループで競う「フープリレー」、長座になり伸びた足をジャンプして渡っていくグループ対抗の「ラダーゲーム」、巨大なお手玉状のビーンバッグを使用した「腕立てリレー」や「ビーンズホッケー」等であった。アイスブレイキングを目的としたものは、身体活動の強度は低いものの楽しさを共有することがでる。グループで協力して動くものは、グループ対抗などで競い合うことにより活動量も高まり運動強度の上昇につながっていた。今回の実技の活動は、大きな体育館がなくとも保育所や幼稚園のホール、小学校の教室内で実施できるものであった。その為、僅かな時間でも手軽に運動あそびを取り入れることができる。

IV. まとめ

本研究は、滝川市内幼稚園・保育所・小学校連携推進研修会の実践事例をもとに幼児期児童期における運動あそび指導について検討することを目的としていた。新たな保育所保育指針、幼稚園教育要領、小学校学習指導要領が公示され、幼保小の連携はこれまで以上に重要となり、発育発達に応じた運動あそびや生涯にわたって必要な多様な動きの重要性が高まっ

ている。幼児児童の身体活動における効果も研究が進み、新たな研究成果を基にした指導法や研修のあり方もこれから益々検討が必要であると考えられる。また幼児と児童の接続期の課題は、運動あそびと密接につながる子供の健康や体力に限らず、自己制御機能と関係の深い心理面や家庭を含めた様々な環境要因と多様である。今後も幼保小連携促進のための保育士、教員の研修は地域社会や子供たちの実態に合わせて開催されることが求められる。

謝辞

本研究にご協力していただいた滝川市内の保育所、小学校並びに幼稚園の先生方、滝川市教育委員会、滝川市教育支援センターの皆様及び会場提供していただいた滝川市立滝川第二小学校に厚く御礼申し上げます。

参考文献

- 青木康太郎, 粥川道子, 杉岡品子 (2012) キャンプ体験が大学生の社会人基礎力の育成に及ぼす効果に関する研究, 北翔大学生涯スポーツ学部研究紀要, 3, 27-39.
- 新井美保子, 千田隆弘 (2010) 幼保小における学びの接続の探究 (その1): 遊びにおける学びの要素に着目して, 愛知教育大学研究報告教育科学編, 59, 55-63.
- Carlson JA, Engelberg JK, Cain KL, Conway TL, Mignano AM, Bonilla EA, Geremia C, Sallis JF. (2015) Implementing classroom physical activity breaks: Associations with student physical activity and classroom behavior, Preventive Medicine, 81, 67-72.
- Dinkel D. M, Lee Jung-Min, Schaffer. C. (2016) Examining the knowledge and capacity of elementary teachers to implement classroom physical activity breaks, International Electronic Journal of Elementary Education, 9(1), 601-615.
- Donna De La Cruz. (2017) Why Kids Shouldn't Sit Still in Class, New York Times. (<https://www.nytimes.com/2017/03/21/well/family/why-kids-shouldnt-sit-still-in-class.html>) (2017年11月20日アクセス)
- Donnelly JE, Hillman CH, Castelli D, Etnier JL, Lee S, Tomporowski P, Lambourne K, Szabo-Reed AN. (2016) Physical Activity, Fitness, Cognitive Function, and Academic Achievement in Children: A Systematic Review, Medicine and science in sports and exercise, 48(6), 1197-222.
- 藤田公和, 中野真知子 (2017) 幼稚園・保育所における水遊び・水泳指導の実態と小学校体育「水泳」との系統性・連携について, 桜花学園大学保育学部研究紀要, 15, 127-135.
- 福富 優, 平野吉直 (2014) ASEを取り入れたキャンプ活動がサッカーチームの雰囲気と及ぼす影響, 独立行政法人国立青少年教育振興機構青少年教育研究センター紀要, 3, 57-68.
- 長谷部比呂美, 池田裕恵, 日比暁美, 大西頼子 (2015) 保育者評定による最近の幼児に見られる変化: 小1 プロブレムの背景要因, 淑徳短期大学研究紀要, 54, 31-48.
- 北海道教育庁 (2017) 平成28年度幼児教育の推進体制構築事業成果報告書 (概要) (平成29年07月), 文部科学省.
(http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/_icsFiles/afieldfile/2017/07/21/1385613_2.pdf) (2017年11月20日アクセス)
- 一村小百合 (2007) グループ活動とグループワークの役割について: ASEプログラム実践を通し

- て考える, 関西福祉科学大学紀要, 11, 149-161.
- Institute of Medicine. (2013) Educating the Student Body: Taking Physical Activity and Physical Education to School, Washington (DC), The National Academies Press (US). (<http://www.nationalacademies.org/hmd/Reports/2013/Educating-the-Student-Body-Taking-Physical-Activity-and-Physical-Education-to-School/Report-Brief052313.aspx>) (2017年11月20アクセス)
- 石倉瑞恵 (2009) 幼児の運動遊びの方法と環境に関する考察：精神・運動機能発達の視点から, 名古屋女子大学紀要 (人文・社会編), 55, 21-33.
- 片岡直樹 (2002) 新しいタイプの言葉遅れの子どもたち：長時間のテレビ・ビデオ視聴の影響, 日本小児科学会雑誌, 106(10), 1535-1539.
- 加藤 久, 田嶋幸三, 小野 剛 (1996) 『強化指導指針1996年版』, 日本サッカー協会.
- 古賀倫嗣 (2009) 幼・保・小連携の現状と課題, 生活体験学習研究, 9, 31-39.
- 厚生労働省 (2017a) 保育所保育指針 (平成29年厚生労働省告示第117号), 厚生労働省. (<http://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11900000-Koyoukintoujidoukateikyoku/0000160000.pdf>) (2017年11月20日アクセス)
- Leandro Fórniás Machado Rezende, Thiago Hérick Sá, Grégore Iven Mielke, Juliana Yukari Kodaira Viscondi, Juan Pablo Rey-López, Leandro Martin Totaro Garcia (2016) All-Cause Mortality Attributable to Sitting Time: Analysis of 54 Countries Worldwide, American Journal of Preventive Medicine, 51(2), 253-263.
- 中村和彦 (2002) 子どものライフスタイルから見えてくるもの：運動離れは何をもたらすのか, 体育科教育, 50(3), 10-13.
- 中村 恵 (2014) 幼児期から学童期を繋げる学びのアセスメントの検討, 日本教育工学会論文誌, 38, 33-36.
- 成田頼昭, 山田ゆかり, 若林一哉, 上野秀人 (2016) 幼児期の教育と小学校教育をつなぐカリキュラムに関する考察, 弘前大学教育学部紀要, 115(2), 41-53.
- National Association of Physical Literacy (2017) BrainErgizers Jingle 17 1. (2017. 3.21公開) (<https://www.youtube.com/watch?v=y5wNV9OKqSU&list=FLTHdWKSh6bHNmRAvEF0CJ9w&index=16>) (2017年11月20日アクセス)
- 西村仁志 (2008) アメリカにおける自然学校の展開と日本への影響について, 同志社政策科学研究, 8, 63-74.
- 松壽洋子, 入澤里子, 朝井理香, 小林直実, 久留島太郎, 安藤温子, 武藤記世子, 木次昭子 (2016) 幼稚園における運動遊び活動が身体能力に及ぼす効果(1), 千葉大学教育学部研究紀要, 64, 103-111.
- Matthews CE, George SM, Moore SC, Bowles HR, Blair A, Park Y, Troiano RP, Hollenbeck A, Schatzkin A. (2012) Amount of time spent in sedentary behaviors and cause-specific mortality in US adults, Am J Clin Nutr, 95, 437-445.
- 文部科学省 (2012a) 幼児期運動指針ガイドブック, 文部科学省.
- 文部科学省 (2012b) 幼児期運動普及パンフレット, 文部科学省.
- 文部科学省 (2013) 平成24年度幼児教育実態調査 (平成25年3月), 文部科学省. (http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/detail/_icsFiles/afieldfile/2013/03/29/1278591_04.pdf) (2017年11月20日アクセス)
- 文部科学省 (2015) 平成26年度幼児教育実態調査 (平成27年10月28日), 文部科学省. (http://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/27/10/_icsFiles/afieldfile/2015/10/28/1363377_01_1.pdf) (2017年11月20日アクセス)

- 文部科学省 (2017a) 幼稚園教育要領 (平成29年文部科学省告示第62号), 文部科学省.
(http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afieldfile/2017/05/12/1384661_3_2.pdf) (2017年11月20日アクセス)
- 文部科学省 (2017b) 小学校学習指導要領 (平成29年文部科学省告示第63号), 文部科学省.
(http://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/__icsFiles/afieldfile/2017/05/12/1384661_4_2.pdf) (2017年11月20日アクセス)
- Morris, J. N., Heady, J. A., Raffle, P. A. B., Roberts, C. G., and Parks, J. W. (1953) Coronary heart disease and physical activity of work, *Lancet*, 265, 1053-1057.
- 岡浩一郎, 杉山岳巳, 井上 茂, 柴田 愛, 石井香織, OWEN Neville (2013) 座位行動の科学: 行動疫学の枠組みの応用, *日本健康教育学会誌*, 21(2), 142-153.
- Ratey, J. J., & Hagerman, E. (2008). *Spark: The Revolutionary New Science of Exercise and the Brain*. New York: Little, Brown. [邦訳版: ジョンJ. レイティ, エリック・ヘイガーマン (訳: 野中香方子) (2009) 『脳を鍛えるには運動しかない: 最新科学でわかった脳細胞の増やし方』, 日本放送出版協会.]
- 清水貴子 (2016) 『発達障害の子の脳をきたえる笑顔がはじけるスパーク運動療育』, 小学館.
- 汐見稔幸 (2017) 保育所保育指針・幼稚園教育要領等の改訂とわが国教育改革の流れ, *保育学研究*, 55(1), 3-4.
- 白旗和也 (2013) 小学校教員の体育科学習指導と行政作成資料の活用に関する研究, *スポーツ教育学研究*, 32(2), 59-72.
- 杉原 隆 (2003) 『運動指導の心理学』, 大修館書店.
- 杉原 隆, 吉田伊津美, 森 司朗, 筒井清次郎, 鈴木康弘, 中本浩揮, 近藤充夫 (2010) 幼児の運動能力と運動指導ならびに性格との関係, *体育の科学*, 60, 341-347.
- 杉原 隆, 吉田伊津美, 森司朗, 中本浩揮, 筒井清次郎, 鈴木康弘, 近藤充夫 (2011) 幼児の運動能力と基礎的運動パターンとの関係, *体育の科学*, 61, 455-461.
- 杉原 隆, 河邊貴子 (2014) 『幼児期における運動発達と運動遊びの指導: 遊びのなかで子どもは育つ』, ミネルヴァ書房.
- 田中沙織 (2009) 幼児の運動能力と基本的運動動作に関する研究—自由遊びに見る運動能力別の基本的運動動作比較の試み, *幼年教育研究年報*, 31, 83-88.
- 土谷みち子 (2001) 子どもとメディア: 乳幼児早期からのテレビ・ビデオ接触の問題点と臨床的保育活動の有効性, *国立女性教育会館研究紀要*, 5, 35-46.
- 幼児期の教育と小学校教育の円滑な接続の在り方に関する調査研究協力者会議 (2010) 幼児期の教育と小学校教育の円滑な接続の在り方について (報告) (平成22年11月11日), 文部科学省.
(http://www.mext.go.jp/component/b_menu/shingi/toushin/__icsFiles/afieldfile/2011/11/22/1298955_1_1.pdf) (2017年11月20日アクセス)
- 山田秀江 (2013) 幼保小接続期カリキュラムについての一考察: 5歳児後半期に育てたい力と保育内容一, *四條畷学園短期大学紀要*, 46, 29-35.
- 山口美和 (2016) 幼保小連携における「接続期カリキュラム」の意義と課題, *長野県短期大学紀要*, 70, 155-167.
- 吉田伊津美, 杉原隆, 森司朗 (2007) 幼稚園における健康・体力づくりの意識と運動指導の実際, *東京学芸大学紀要総合教育科学系*, 58, 75-80.
- 吉田伊津美, 岩崎洋子 (2012) 幼稚園における運動指導の実態と教員の運動指導に対する意識: 国公立幼稚園と私立幼稚園との比較, *東京学芸大学紀要総合教育科学系*, 63(1), 107-113.
- 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: 園での運動遊び指導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*, 64, 18-24.

吉田伊津美（2016）幼稚園の運動遊びおよび小学校低学年体育で観察される

基礎的運動パターン，発育発達研究，70，48-54.

渡邊恵子（2017）幼小接続期の育ち・学びと幼児教育の質に関する研究〈報告書〉，国立教育政策

研究所，(https://www.nier.go.jp/05_kenkyu_seika/pdf_seika/h28a/syocyu-5-1_a.pdf)

（2017年11月20日アクセス）

全国社会福祉協議会，全国保育協議会（2017）全国保育協議会会員の実態調査報告書2016（平成29年6月），全国社会福祉協議会，全国保育協議会.

(<http://www.zenhokyo.gr.jp/cyousa/201706.pdf>)（2017年11月20日アクセス）

付録

〈参加した先生方の感想〉

- ・幼稚園でも取り入れられそうな内容でした。
- ・日常取り入れられそうな運動遊びでした。よかったです。
- ・実際に体を動かして体験ができたことが良かった
- ・体を使った遊びはすぐに取り入れられそうなものが多く，子供たちとやりたいなと思いました。
- ・体力づくり授業前に数分できるものから取り入れてみようと思いました。体がすぐに温まりました。