

# 幼児における基本的な動きの種類と出現頻度について

真 砂 雄 一

## Frequency and of the Use Fundamental Movement Skills in Young Children

MASAGO Yuichi

キーワード：動きの多様性、基本的動作、自由遊び

### I. 緒言

生涯にわたり健康を維持し、豊かな人生を送るためには、幼児期に望ましい生活習慣や運動習慣を身に付け、体力を培うことが重要である。そのためには、幼児期にからだを動かす機会や環境を充実させていくことが不可欠だといえる。

近年の子どもたちは、生活習慣や生活リズム等の乱れから、からだに様々な問題が生じてきている。代表的な問題の一つとして、近年における幼児の体力・運動能力の低下があげられる<sup>1)</sup>。この幼児期の体力・運動能力低下の背景には、運動量の減少とともに幼児の「走る」「投げる」「転がる」といった基本的動作が未習得であるという状況があげられる。

基本的動作は、2・3歳頃の幼児期の未熟な段階から様々な身体活動の経験や学習を通して、およそ11・12歳頃の少年期の頃までに大人の動作に近い成熟したレベルにまで発達していくと考えられている<sup>2) 3) 4)</sup>。幼児期は、基本的な運動の発達が著しい時期である。からだを動かす環境が充実していれば、多くの基本的な動きが、様々な身体活動の経験を通じて、未熟な段階から成熟なレベルにまで発達する。つまり、幼児期は、基本的な動きを幅広く習得できる重要な時期だといえる。

幼児期に習得される動きは、生涯にわたって必要な運動全般の基本であり、日常生活での動作や

表現、意思伝達としての運動などの基盤となるものである。

Gallahue (1996) は、幼少期の運動発達の段階を示し、特に2～7歳の基本的運動の段階を、基本的動作様式の質的な変容に着目して、①2～3歳頃の基本的動作が未熟な初期段階、②4～5歳の基本的動作が定着する初歩的段階、③6～7歳頃の基本的動作が成人のレベルに近づく成熟段階の3つに区分し、幼児期における基本的動作の習得の重要性を述べており、23種類の基本的動作を提示している。

基本的動作の習得には、様々な動きの種類を拡大させていく「動作の多様化」とそれぞれの動作様式（運動のしかた）を上手に、より合理的・合目的な動作に変容させていく「動作の洗練化」という2つの方向性がある<sup>5)</sup>。

基本的な動きの動作様式を観察的に評価する方法は、いくつかあるが、代表的なものとして文部科学省 (2011) による「体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究」があげられる。これは、7種類の基本的な動きをビデオで撮影し、標準化された評価基準をもとに、観察的に評価することで、基本的な動きの習得状況を知ることがねらいとしている。この調査方法は、特に「動きの洗練化」をとらえるために、幼児の「転がる（前転）」「平均台を移動する（平均台上を歩く・走る）」「走る（25m走）」「跳ぶ（立ち幅跳び）」「投げる（テニスボールの遠投）」「捕る（ゴムボールの捕球）」「つく（ゴムボールのまりつき）」の7種類の基本的な動きを、

側方よりビデオカメラで撮影する方法である。

「動きの多様化」とは、年齢とともに獲得される基本的な動きが増大することで、中村（2011）が幼児期に獲得しておきたい「36の基本的な動き」を示している。なお、その中で、立つ、起きる、回る、組む、渡るなどの「体のバランスをとる動き」（平衡系動作）、歩く、走る、はねる、すべる、跳ぶなどの「体を移動する動き」（移動系動作）、持つ、支える、運ぶ、押す、押さえる、こぐ、つかむ、当てるなどの「用具を操作する動き・力試しの動き」（操作系動作）の3カテゴリーに分類している。つまり、動作発達を全体的に評価するためには、平衡系動作、移動系動作、操作系動作それぞれから、基本的動作の抽出をすることが必要であると考えられる。

## II. 目的

幼児期においては、からだを動かす遊びや日常生活の中で基本的な動きを経験し、やさしい動きから難しい動きへ、1つの動きから類似した動きへと動きの種類やバリエーションが増え、多様な動きを獲得していく<sup>5)</sup>。そのため、幼児がどの基本的な動きを獲得し、どのくらいの頻度で基本的な動きが出現しているかを把握することの意義は大きい。

幼児において、基本的動作の種類と出現頻度に関する先行研究は、油野（1988）、中村他（2011）、及川（2014）に代表されるように多く実施されている。しかしながら、多くの先行研究は、室内遊びに限定しているものが多く、年長児を対象にした園庭での戶外運動遊びを限定した研究は少ない。

本研究では、「動きの多様化」をとらえるための調査方法として、中村（2011）が示した「36の基本的な動き」を観察シートとして用い、自由遊びにおいて、調査対象の幼児はどの基本的な動きが出現するのか、またそれぞれの基本的な動きが何回出現するのかを、観察によって把握することを目的とした。

さらには、その評価結果をもとに、子どもが経

験していない基本的な動きや、経験の不足している動きを明らかにすることができ、基本的な動きの多様化に向けた体を動かす遊びの保育展開、体育指導等に活用することができる考える。

## III. 方法

### 1. 対象児および調査の手続き

調査の承諾をいただいた都内にあるA保育園、B保育園を調査対象園とし、5歳児（年長児）51名（男児26名 女児25名）を調査対象児とした。なお、幼児期における基本的動作の獲得状況を把握するために今回の調査対象児は、年長児のみとした。人数の内訳を表1に示す。年齢は $5.61 \pm 0.22$ 歳（平均 $\pm$ 標準偏差）であった。

また、調査の実施にあたり、園長に本調査の目的および内容を説明し、許可を得た。

表1 調査対象者の内訳 (n=51)

調査園・所	男児	女児
A園	14	13
B園	12	12
合計	26	25

### 2. 調査時期

調査期間は、2016年10月～11月である。観察日は全て平日で、降水のない日を選んで実施した。

### 3. 基本的動作の選定

中村（2011）が示した「36の基本的な動き」を基準項目とし、文部科学省（2011）による「体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究」の項目であるボールの「つく」を追加、さらに「うしろで歩く・走る」を追加し、観察シートを作成した。

観察シートには、出現した基本的な動きの種類、回数を記し、集計した。なお、今回の調査は園庭での自由遊びであるため、「浮く」「泳ぐ」「這う」を除外した計34項目の基本的な動きを観察項目とした。

#### 4. 観察方法

園庭で体を動かす自由遊びをする調査対象児をビデオカメラで撮影した。観察時間については、20分前後で遊びが中断するという及川（2014）の先行研究結果から20分間と設定した。

観察方法は、3名の観察者が担当児をそれぞれ担当し、遊びの中で出現した基本的な動きの種類とその出現頻度の観察を行い、観察シートに記載した。

動作のカウントは、幼児の自由遊びにおける基本動作を直接観察した石川他（1980）、油野（1988）、及川（2014）の先行研究に倣い、以下の基本ルールを設定し、観察者間で統一した。

- ・カウントは、動作の停止、動作の後に他の動作が見られた時点を動作の完了・区切りと判断する。

- ・動作を失敗したり、途中で中止した場合、動作は完了されていないものとみなし、カウントしない。

- ・動作が完了するまでに複数の動作が含まれる場合、最終的な基本的動作のみをカウントする。

- ・動作の状態が一定時間見られる場合は、その時の遊びの状況や幼児の動作遂行能力などを考慮し、動作のカウントの是非を判断する。

#### IV. 結果および考察

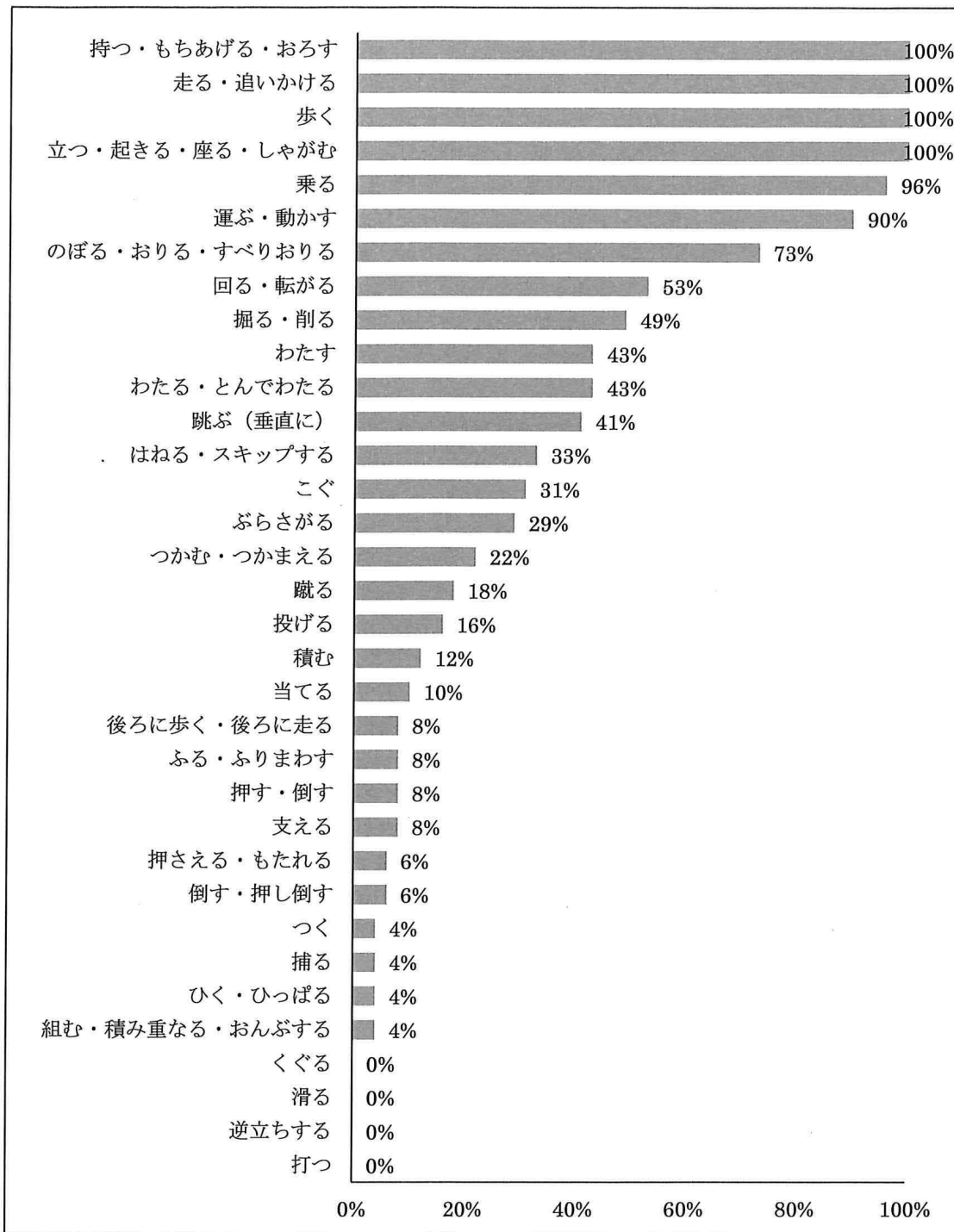
##### 1. 基本的動作の出現割合

表2は、3つのカテゴリー別による出現した基本的動作の割合を示したものである。また、図1には、全34項目の基本的動作の出現割合を示す。

表2 カテゴリー別による調査対象児（51名）における基本的動作の出現割合

カテゴリー	基本的な動き（34種類）	観察された人数 (n=51)	出現割合 (%)
体のバランスをとる動き (平衡系動作)	立つ・起きる・座る・しゃがむ	51	100%
	乗る	49	96%
	わたる・とんでわたる	22	43%
	ぶらさがる	15	29%
	回る・転がる	27	53%
	組む・積み重なる・おんぶする	2	4%
	逆立ちする	0	0%
体を移動する動き (移動系動作)	走る・追いかける	51	100%
	歩く	51	100%
	のぼる・おりる・すべりおりる	37	73%
	跳ぶ(垂直に)	21	41%
	はねる・スキップする	17	33%
	後ろに歩く・後ろに走る	4	8%
	滑る	0	0%
用具を操作する動き・力試しの動き (操作系動作)	くぐる	0	0%
	持つ・もちあげる・おろす	51	100%
	わたす	22	43%
	運ぶ・動かす	46	90%
	こぐ	16	31%
	掘る・削る	25	49%
	投げる	8	16%
	つかむ・つかまえる	11	22%
	当てる	5	10%
	蹴る	9	18%
	捕る	2	4%
	押さえる・もたれる	3	6%
	ふる・ふりまわす	4	8%
	積む	6	12%
	押す・倒す	4	8%
	支える	4	8%
	つく	2	4%
ひく・ひっぱる	2	4%	
倒す・押し倒す	3	6%	
打つ	0	0%	

図1 全34項目の基本的動作の出現割合



3つのカテゴリー全てにおいて、対象児全員が出現する基本的動作と全く出現しない基本的動作が混合していることが示された。

## 2. 基本的動作の総頻度

20分間の観察による各基本的動作の総頻度と観察された総人数を算出した(表3)。

ここでの頻度は、各動作の総頻度を51名で除すことで1人あたりの頻度を算出した。

園庭で体を動かす自由遊びで出現頻度の高い(10回以上)基本的動作は、体のバランスをとる動き(平衡系動作)においては、「立つ・起きる・座る・しゃがむ」、「乗る」、「わたる・とんでわたる」であった。子どもは、座ったり、しゃがんで

表3 カテゴリー別による調査対象児（51名）における基本的動作の出現頻度

カテゴリー	基本的な動き（34種類）	観察された人数 (n=51)	出現頻度（回）
体のバランスをとる動き (平衡系動作)	立つ・起きる・座る・しゃがむ	51	19.45
	乗る	49	17.43
	わたる・とんでわたる	22	11.33
	ぶらさがる	15	7.82
	回る・転がる	27	5.96
	組む・積み重なる・おんぶする	2	0.22
	逆立ちする	0	0.00
体を移動する動き (移動系動作)	走る・追いかける	51	36.49
	歩く	51	20.22
	のぼる・おりる・すべりおりる	37	17.33
	跳ぶ（垂直に）	21	3.49
	はねる・スキップする	17	1.69
	後ろに歩く・後ろに走る	4	0.25
	滑る	0	0.00
	くぐる	0	0.00
用具を操作する動き・力試しの動き (操作系動作)	持つ・もちあげる・おろす	51	19.43
	わたす	22	13.94
	運ぶ・動かす	46	11.73
	こぐ	16	6.10
	掘る・削る	25	4.33
	投げる	8	3.55
	つかむ・つかまえる	11	1.94
	当てる	5	1.94
	蹴る	9	1.08
	捕る	2	0.84
	押さえる・もたれる	3	0.82
	ふる・ふりまわす	4	0.80
	積む	6	0.65
	押す・倒す	4	0.57
	支える	4	0.41
	つく	2	0.22
	ひく・ひっぱる	2	0.18
	倒す・押し倒す	3	0.12
打つ	0	0.00	

遊ぶことが多い。そして、その前後に、「歩く」や「走る」などの移動運動がカウントされる傾向が見られた。これらの動作が一連の動きとして、発現しやすいことが、動作経験の多さに反映したと考えられる。なお、同じく年長児を対象にした油野（1988）も「歩く」、「起きる・立つ・立ち上がる」「かがむ・しゃがむ・座る」の頻度の高さを指摘していることから、30年前の幼児と比較しても、幼児にとって多い基本的な動きといえる。

また、「乗る」「わたる・とんでわたる」が多かった理由として、調査園は2園とも園庭に遊具や三輪車があったことが推測される。

出現頻度が低い（1回以下）基本的動作は、「組む・積み重なる・おんぶする」、「逆立ちする」であった。「組む・積み重なる・おんぶする」は

1人ではできない動きであり、2人または複数人でしかできない体のバランスをとる動き（平衡系動作）である。これは、出現頻度が高い動きと低い動きを比較してみると、1人で遊ぶ子どもが多く、複数あるいは集団遊びができない結果からと考えられる。遊ぶ友達、遊ぶ相手、遊ぶ仲間の多少が動作の出現に影響していることがうかがえる。

体のバランスをとる動き（平衡系動作）においては、友達と協力してバランスをとるという動きが極めて少ないということわかった。

また、「逆立ちする」子どもは0名であった。逆立ちは上腕を鍛え、器械運動で大切な能力の一つである逆さ感覚を養える。自由遊びでは、出現がない基本的動作であることがわかった。

体を移動する動き（移動系動作）においては、



出現頻度の高い（10回以上）基本的動作は、「走る・追いかける」、「歩く」、「のぼる・おりる・すべりおりる」であった。特に、「走る・追いかける」は、全34項目の基本的な動きの中で最も出現頻度が高い動きであった。「歩く」は、固定・大型遊具によって引き出されたり、現在行っている遊びに必要な遊具を取りに行ったり、興味・関心が移り、他の遊具場所へ移動する際に発現する動きであった。「歩く」よりも「走る」が多かった理由として、対象の子どもたちは、移動方法として走っているのではなく、遊びとして活発に走りまわっている子が多いことが観察された。

また、「のぼる・おりる・すべりおりる」の出現が高かった理由として、園庭にある大型遊具で遊ぶ子が多くいたことがあげられる。

出現頻度が低い（1回以下）基本的動作は、「後ろに歩く・後ろに走る」、「滑る」、「くぐる」であった。

全ての幼児に見られ、出現頻度も極めて高い「走る・追いかける」、「歩く」に対し、「後ろに歩く・後ろに走る」、「滑る」、「くぐる」は出現頻度が低かった。同じ移動系動作の「走る・追いかける」、「歩く」に比べ、高度な動作様式である。このことから、子どもたちは、歩行動作に関しては簡易的動作を行っており、変則的で高度な動きを子どもたちは行っておらず、多様性や動作内容が乏しいといえる。これは、身体の動き方をイメージできないと、動作の発現は、抑制されることが推測される。

用具を操作する動き・力試しの動き（操作系動作）においては、出現頻度の高い（10回以上）基本的動作は、「持つ・もちあげる・おろす」、「わたす」、「運ぶ・動かす」であった。これは、遊具などを扱う際に発現する動作であった。幼児は、興味がある遊具を見つけるとすぐに手に取ってみるため、そのことが動作経験の多さにつながったと考えられる。

出現頻度が低い（1回以下）基本的動作は、「捕る」、「押さえる・もたれる」、「ふる・ふりまわす」、「積む」、「押す、倒す」、「支える」、「つ

く」、「ひく・ひっぱる」、「倒す・押し倒す」、「打つ」であった。この頻度の低い操作系動作は、動作を遂行するのに必要な感覚や技能が未熟であったり、動作の遂行が可能な年齢であっても幼児がその動作を経験したことがなく、遊具の扱いをイメージできないことが要因として考えられる。

ボール遊びに注目してみると、「投げる」（3.55）、「当てる」（1.94）、「蹴る」（1.08）、「捕る」（0.84）、「つく」（0.22）の順に高い頻度の動作であった。これは、4～6歳に幼児クラス担任が基本動作の出現割合や頻度を評定した結果、「つく」が非常に低かった動作の一つであった杉原他（2011）らの研究と同様の結果であった。

## V. まとめ

本研究では、「動きの多様化」をとらえるための調査方法として、中村（2011）が示した「36の基本的な動き」を基準とし、計34項目の基本的な動きが記載された観察シートを作成した。

体を動かす自由遊びにおいて、調査対象の幼児はどの基本的な動きが出現するのか、またそれぞれの基本的な動きが何回出現するのかを、観察によって把握することを目的とした。

実施方法は、園庭で体を動かす自由遊びをする調査対象児51名を20分間ビデオカメラで撮影した。3名の観察者が担当児をそれぞれ一人ずつ担当し、遊びの中で出現した基本的な動きの種類とその出現頻度の観察チェックを行い、観察シートに記載した。

観察の結果、外遊びにおけるからだを動かす自由遊びの特徴は、走る、単純な鬼ごっこ、遊具遊びがほとんどであった。特徴として、遊具で1人で遊ぶ子どもが多く、集団遊びができないことが多いことがわかった。遊具の有無が動きの出現の有無となって現れていることから、子どもたちの運動量や動きの多様性を考える上でも、遊具の重要性が高いことが示された。

また、ボール遊びをする子どもも多く見られたが、ボールを投げる子ばかりで「つく」や「捕

る」といった動きをする子が少ないことがわかった。つまり、ボールを扱うポキャブラリーが少ないといえる。さらには、ボール遊びの中で見られる動作の出現頻度は、遊びが複数人であるか単独行動かで左右され、遊ぶ仲間が影響していることが考えられる。

調査対象児は、走ることが好きで全員が園庭を駆け回っていた。時に立ち止まってはまた走り出すといった動きをする子が多く、全員が高頻度に走っていた。しかしながら、「後ろ走り」や「スキップ」などの走り方をする子は少なかった。すなわち、「走る」という基本的動作に着目してみても単調な動きばかりで、多様な動きをしていないといえる。

基本的な動きの習得には、日常生活やからだを動かす遊びなどの様々な経験の中で、基本的な動きの種類を増やしていく「動きの多様化」が求められることから、運動指導や体育指導の中で、単純な動きを多様化してあげる必要がある。

この評価結果から、子どもが経験していない基本的な動きや、経験の不足している動きを明らかにすることができた。この評価結果をもとに、基本的な動きの多様化に向けた体を動かす遊びの保育展開、体育指導等に活用することができると考えられる。

中村ら（2011）によると、幼児期の基本的動作の発達には、様々な動作を獲得していく多様化と、それぞれの動作が習熟していく洗練化という2つの方向性をもつものと考えられる。このような基本的動作の多様化と洗練化は、幼児における身体活動を伴った遊びや生活行動に依存するものである。したがって本研究で明らかになった幼児における基本的動作の出現の差は、幼児期の遊びの減少と近年の生活様式の利便性に伴い、基本的動作の多様化が遂行されていないことが推測される。

基本的な動きの動作様式（運動のしかた）を明らかにすることによって、一人ひとりの子どもについて、それぞれの基本的な動きの発達段階を明確にすることができる。今後、幼児が多様な動作を習得でき、基本的動作が洗練化されるような運

動遊びの充実と、日常生活での生活様式の見直しが必要であると考えられる。つまり、評価結果をもとに、基本的な動きの洗練化に向けたからだを動かす遊びの選定、環境設定、より良い動きに導くための言葉掛けや指導教育をしていくことができるといえる。

幼児が初めて集団生活を経験する幼稚園や保育園での生活体験は、その後の運動発達に多大な影響を与えることが予測される。園生活中の運動についての種類と頻度、ぎこちない運動様式から洗練化されていく運動のしかたの把握が幼児期における体育カリキュラム検討には必要といえる。そのため、実際の体育や運動指導では、幼児にとって自由遊びにおける出現頻度が低い基本的動作の部分を補えるような指導や教育、環境整備が求められる。

なお、今回の調査は園庭での外遊びを観察した。室内での自由遊びでは、今回と異なる結果が出る可能性もある。また、観察時期も1回のみであり、季節や気候により遊びの種類や頻度も変わる可能性があるため、観察回数や観察時期を増やすなど、今後もさらに深い分析をするためにも、引き続き検討していきたい。

## 謝辞

本調査の実施にあたり、ご協力いただきました園の子どもたち、園の先生方に深く感謝申し上げます。

## 引用・参考文献

- 1) 文部科学省（2012）幼児期運動指針
- 2) 油野利博（1988）幼児の自由遊び中における動きの種類について，鳥取大学教育学部研究報告，教育科学，30. p263-273
- 3) 中村和彦他（2011）観察的評価法による幼児の基本的動作様式の発達，発育発達研究，51. p1-18
- 4) 杉原隆他（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. p455-461

- 5) 文部科学省スポーツ・青少年局 (2011) 平成19-21年度 体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究, 文部科学省スポーツ・青少年局
- 6) Gallahue,D.L. (1996) Developmental Physical Education for Today's Children 杉原隆監訳 幼少年期の体育, 大修館書店, p58-71.
- 7) 及川直樹 (2014) 幼児の遊びの中で発現する基本動作の実態と関連要因の検討—地域子育て支援拠点を利用する親子を対象に一, 発育発達研究, 62. p44-55
- 8) 石川利寛他 (1980) 幼稚園における体育カリキュラム作成に関する研究 I :カリキュラムの基本的な考え方と予備調査の結果について, 体育科学, 8, p150-155
- 9) 中村和彦 (2011) 運動神経がよくなる本, マキノ出版

真砂雄一 (埼玉東萌短期大学非常勤講師)