

## 実践報告

# 保育者養成における保育実践力育成に関する研究—VI

## —子ども向け健康体操の実践報告—

吉 江 幸 子

### 要約

星槎道都大学研究紀要第4号に掲載した「保育者養成における保育実践力育成に関する研究V」において、運動発達に応じて経験したい基本動作を視覚的に整理した表を示した。この研究をもとに子ども保育専攻2年生3名が中心となって子ども向けの健康体操を創作した。歌詞の土台となる単語の抽出から運動発達の基本動作を意識した体操の考案及び発表の過程を考察した。子どもたちの主体的な活動を意識して環境設定することは保育士の専門性向上につながる大切な視点である。学生が主体となる体験活動が専門職を目指す学生たちの意識・意欲の向上につながっていることが考察された。

### 1. 研究の目的

星槎道都大学研究紀要第4号において運動遊びを通して園児と交流した実践報告の内容をもとに、子ども保育専攻2年生と一緒に創作した健康体操が完成した。本研究では、この体操が完成するまでの一連の学生活動についてまとめ、子どもが楽しみながら取り組める体操となっているか、検証することが目的である。

前年度「保育者養成における保育実践力育成に関する研究V」において運動発達に応じて経験しておきたい基本動作に触れた。これは授業を通して学生に還元したところであるが、さらに本編ではその基本動作を意識した体操の創作と実演に関する実践報告とする。

幼児期に育つ運動能力向上の活動として文部科学省(2012)は「幼児期運動指針」における幼児期の運動発達に応じて経験しておきたい「36の基本動作」について取りまとめている。これは立つ・起きる・乗る等の身体のバランスを取る時の

平衡系動作や、走る、歩く、登る等の移動系動作、持つ・支える・運ぶ等のような操作系動作を図解し、運動推進のための指針としている。

幼児期の運動遊びは、「運動」の後ろに遊びという言葉がつくように、子どもが主体的に身体を動かす遊びを中心とした身体活動である。子どもに運動遊びの楽しさを伝えるためには、どのような遊びに興味があるか観察する必要がある。また、主体的に取り組めるよう環境設定することも重要である。

そのため本研究では子どもの運動遊びの一環として子ども達と一緒に取り組める体操を考案し、実践・検証することを目指した。

### 2. 研究の方法

以下の流れで約2年間の中で調査研究を行った。

- 1) 健康体操の主旨を学生に説明し、歌詞を募集する。Microsoft Office365が提供するアンケート作成ツール Forms を利用した。対象は、

2022年度3年生保育専攻13人。

- 2) 募集した歌詞をもとに、作詞作曲を外部に依頼した(地域連携を締結している北広島市職員に依頼)。
- 3) 音源にそって「36の基本動作」が含まれる動作を選択する。
- 4) ダンスパフォーマンスが得意な学生が中心となって基本動作を含めた体操を考える。
- 5) 動画撮影と告知、子どもとの体操体験。

### 3. 結果

#### 3-1 歌詞となる単語選定の経緯

2022年1月にFormsによる学生アンケートを実施し、回答を得た。アンケートは保育専攻3年生13人を対象とし、科目「保育実習指導1」の中で主旨説明とアプリを活用したアンケートの返信を依頼した。アンケートの回答は任意としたが13人全員が回答、回収率100%となった。アンケートの質問項目は次の2点である。「歌詞の候補となる単語」「歌詞の候補となるオノマトペ」。いずれも3歳前後の子どもが理解し、楽しさや親しみを持って歌える台詞であり、それを土台に健康体操となることを説明した。抽出された歌詞は以下表-1.の通りである。

子どもになじみがある語の理解は、保育士養成課程2年次開講科目「言語表現」及び3年次科目「保育内容演習(言葉)」の教科書を使用して説明した。言語表現の技術修得のために絵本や紙芝居、パネルシアター等の児童文化財を使用した授業を展開しており、それらの教材の中でオノマトペを扱った絵本の紹介もしているため、授業内容を踏まえて抽出するよう指導した。

オノマトペはフランス語由来の語であり、擬音語・擬態語の総称として用いられることが多い。その区分けにはさまざまな研究があるが、感覚的にとらえたものを言葉で表現する際に重ね言葉を使って表すことが多く、言葉を重ねることでリズムやテンポが感じられ、語彙の少ない子どもにも伝わりやすく子ども自身が使いやすい特徴があ

表-1. 学生が抽出した歌詞用の台詞

|   |
|---|
| <p>▶「単語」<br/>大きく、<u>元気に</u>、手を上に、手を下に、手をたたこう、<u>ジャンプ</u>、ぐー、ちょき、ぱー、<u>スキップ</u>、かけっこ、たのしい、<u>明るく</u>、みんな、いちにのさん、<u>ビックボス</u>、<u>笑顔</u>、<u>虹</u>、また明日、<u>太陽</u>、<u>空</u>、<u>星</u>、<u>海</u>、お日様、<u>元気</u>、<u>勇気</u>、北広島、<u>ボールパーク</u></p> <p>▶「オノマトペ」<br/>ドンドン、<u>ぴよんぴよん</u>、ぐるぐる、<u>ふわふわ</u>、<u>キラキラ</u>、<u>ダンダン</u>、<u>パンパン</u>、<u>ビヨーン</u>、<u>よきよき</u>、<u>ルンルン</u>、<u>ツルツル</u>、<u>ゴシゴシ</u>、<u>メラメラ</u>、<u>ニンニン</u>、<u>ゆらゆら</u>、<u>チョコチョコ</u>、<u>ぴよぴよ</u>、くるくる、<u>ざーざー</u>、<u>くねくね</u>、<u>うきうき</u>、<u>わくわく</u>、くるくる、<u>パタパタ</u>、<u>ポコポコ</u>、<u>こんこん</u>、<u>ぴかぴか</u>、<u>ピコピコ</u>、<u>ころころ</u>、<u>スタスタ</u>、<u>ペタペタ</u>、<u>ゴロゴロ</u>、<u>ぶにぶに</u>、<u>ひよこひよこ</u>、<u>ビュンビュン</u>、<u>イキイキ</u>、<u>ワクワク</u></p> <p>(複数名から回答があった語は<u>下線</u>で表示)</p> |
|---|

る。保育現場では絵本「もこもこもこ」作：谷川俊太郎(文研出版)や「どうぶつだーれだ」作：TOKUDOME(波星社)など動物のイラストと擬音で構成された絵本が読まれている。

#### 3-2 歌詞・曲の決定

学生が抽出した歌詞用の台詞を外部に依頼し、歌詞と曲が決まった。歌詞の内容は以下の通りである。

タイトル：ぺんぺんの夢をつかむツバサ

[1番]

ペタペタ歩いて 空見れば

ゆらゆら飛び交う カモメたち

僕にもついている このツバサ

パタパタしても 飛べないや

鳥のように 空を飛びたい

でも いまは 広い海を泳ぐ練習だ

鳥のように 空を飛びたい

でも まずは 自分で 魚を捕るんだぞ

[2番]

パシャパシャ泳いで 空見れば

ジロジロ見てくる カモメたち

僕が食べている このさかな  
 しっぽだけでも あげようか  
 鳥のように 空を飛べるよ  
 ほら 広い 海がずっとどこまでも見える  
 鳥にのって 風を感じよう  
 ほら きっと 僕の つばさで飛んでいる

[3番]

鳥になって みんなで飛ぼう  
 ほら きっと なれないものなんて何もないのさ  
 鳥になって ふるさとへ 行こう  
 ほら あっという間に 北海道  
 ほら あっという間に Fビレッジ

歌詞のコンセプトとしては、ペンペンという名前のペンギンが空を飛びたいという夢を持っているが飛べない現実。しかしカモメと協力してまるで自分が飛んでいるかのように飛べた。ひとりではできないことでも、別の誰かと協力してやりたいことができるということや、子どもたちが持っている夢もきとなれないものなどないだろうという意味を込めた内容となっている。

2022年1月にアンケート回答された単語やオノマトペの語を外部に依頼（地域連携先である北広島市／職員2人）し、ボランティアで作詞・作曲を担当していただき、おおよそ10か月の期間を経て完成した。

曲はフォークソング調で約3分30秒程度にまとまっている。この曲のほかにもうさぎを題材とした「うさまんじゅう」という歌詞もできていたが最終的にオノマトペを多く含んだペンギンを題材とした歌詞で決定した。

ペンペン、ペタペタ、ゆらゆら等学生が選択した単語やオノマトペは歌詞に下線を付けた部分である。

### 3-3 体操の完成

2023年2月、当時の1年生3名に主旨と経緯を説明し、曲を聞いてもらった。ダンスパフォーマンスが得意な学生にとってフォーク調の曲は踊り

にくいとの意見が出たが、3歳前後で歩行がしっかりしていない子どもたちにも楽しんでもらう体操として実践するため、ゆっくりした曲調であることを理解してもらい、運動の基本動作を確認しながら体操の考案に取り組んだ。

3歳未満児の身体的特徴としては、以下が挙げられる。

#### ・運動能力の発達

体力や筋力がついてくる時期であり、用具や遊具を使ってできることが増えてくる。たとえば、三輪車をこげるようになったりジャングルジムに登れるようになったりと、遊びの幅も広がる。また、体を動かすことに対して喜びを感じる時期でもある。

#### ・言葉の発達

話すことはもちろん人の話を聞くことも徐々にできるようになり、言葉に対する感覚をつかめるようになってきて双方向の会話をし始める時期である。動きが活発になり、周囲への興味関心も持ち始める。遊びや日常的な動作の中で、数や形を認識したりおもちゃの使い方を理解したりと理解力・吸収力が発達する時期である。

このような特徴がある時期の子どもたちにとって動きやすく覚えやすい体操を考えるにあたり、歌詞と連動した動きとなるよう配慮した。

以下に1番の歌詞のみ、その連動性について解説する（表-2. 参照）。

- ①ペタペタ歩いて 空見れば  
立つ・歩く
- ②ゆらゆら飛び交う カモメたち  
立つ・歩く・跳ねる・泳ぐ・振る（真似）
- ③僕にもついている  
立つ・回る・歩く・跳ぶ・振る
- ④このツバサ パタパタしても  
立つ・回る・歩く・跳ぶ・振る・引く
- ⑤飛べないや  
立つ・歩く
- ⑥鳥のように 空を飛びたい  
立つ・回る・歩く・振る

表-2. 健康体操の歌詞と基本動作の関連性

| 歌詞内容    |       | ペンペンの夢をつかむツバサ        |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|---------|-------|----------------------|-----------------------------|-------------------|----------------------------|------------|---------------------------|--------------------|------------|---------------------------|-------------------|--------------|
|         |       | ①ベタベ<br>タ歩いて<br>空見れば | ②ゆらゆ<br>ら飛び交<br>う カモ<br>メたち | ③僕にも<br>ついてい<br>る | ④このツ<br>バサ パ<br>タパタし<br>ても | ⑤飛べな<br>いや | ⑥鳥のよ<br>うに 空<br>を飛びた<br>い | ⑦でも<br>いまは<br>広い海を | ⑧泳ぐ練<br>習だ | ⑨鳥のよ<br>うに 空<br>を飛びた<br>い | ⑩でも<br>まずは<br>自分で | ⑪魚を捕<br>るんだぞ |
| 36 基本動作 | 立つ    | ●                    | ●                           | ●                 | ●                          | ●          | ●                         | ●                  | ●          | ●                         | ●                 | ●            |
|         | 組む    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 乗る    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 逆立ち   |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 渡る    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 起きる   |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | ぶら下がる |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 浮く    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 回る    |                      |                             | ●                 | ●                          |            | ●                         |                    |            |                           | ●                 |              |
| バランスをとる | 走る    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 登る    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 歩く    | ●                    | ●                           | ●                 | ●                          | ●          | ●                         | ●                  | ●          | ●                         | ●                 | ●            |
|         | 跳ねる   |                      | ●                           |                   |                            |            |                           |                    | ●          |                           |                   |              |
|         | 泳ぐ    |                      | ●                           |                   |                            |            |                           |                    | ●          |                           |                   |              |
|         | 跳ぶ    |                      |                             | ●                 | ●                          |            |                           | ●                  |            | ●                         |                   |              |
|         | くぐる   |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 滑る    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 這う    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
| 身体を移動する | 持つ    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 支える   |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 運ぶ    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 押す    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 当てる   |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 掘る    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 蹴る    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 押さえる  |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 捕る    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   | ●            |
|         | 振る    |                      | ●                           | ●                 | ●                          |            | ●                         |                    |            |                           |                   |              |
|         | こぐ    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 渡す    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 投げる   |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   | ●            |
|         | 倒す    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 引く    |                      |                             |                   | ●                          |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | 打つ    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |
|         | つかむ   |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   | ●            |
|         | 積む    |                      |                             |                   |                            |            |                           |                    |            |                           |                   |              |

⑦でも いまは 広い海を  
立つ・歩く・跳ぶ

⑨鳥のように 空を飛びたい  
立つ・歩く・跳ぶ

⑧泳ぐ練習だ  
立つ・歩く・跳ねる・泳ぐ

⑩でも まずは 自分で  
立つ・回る・歩く

## ⑪魚を捕るんだぞ

立つ・歩く・押さえる・投げる・つかむ

以上、基本動作の中でバランスをとる動きと身体を移動する動きが中心となった体操が完成した。体操の完成に伴い大学で動画撮影したものを、筆者が開設しているYouTubeチャンネルに投稿した。さらに単語や歌詞の募集に際しアンケート協力してくれた現4年生にも動画を閲覧してもらった。間接的ではあるが体操作りに参加した喜びの声もあがった。

## 3-4 子どもとの体操体験

完成した体操の初披露は、2023年度北広島市ふるさと祭りイベント会場となった。2023年8月5日・6日に北広島市役所駐車場等で開催されたイベントである。新型コロナウイルス感染症防止対策で祭りの中止が続き、4年ぶりの開催となった祭りは約37,000人の来場があった。

作曲と歌唱を担当した市役所職員と一緒に7月から大学構内で練習し、ステージで発表する運びとなった。当日はステージ上から客席に呼びかけ、祭りに参加している子ども達に真似をして踊ってもらう方法で開催した。10名以上の子どもたちが席上で踊る姿を観察することはできた。飛び跳ねる部分と回る部分の体操で子どもたちの笑顔が見られた。ステージ上からもその様子がわかり、踊った学生たちから“またやりたい”“保育園で一緒にやりたい”という意欲的な声があがった。

2回目の発表の場として地域連携先の由仁町内の保育園に了承を得てセッティングしたが学生の体調不良により実現できなかった。

## 4. 考察とまとめ

本研究では、保育実践力育成の向上に関して、健康体操の考案を中心に実践報告をした。

保育専攻学生を対象に歌詞を募集し、曲は外部に委託したが学生が体操を考えて発表するまでの

行程を学生と一緒に試作することができた。この過程において、授業で取り上げた子どもの健康・幼児期運動指針に示されている「36の基本動作」を意識した体操の考案は、子どもの安全に配慮しながら新しい環境との出会いを創造する学生たちの実践力向上につながったと考える。

何よりも4年ぶりの開催となった大きなステージで体験した体操の披露後に“楽しかったのもっとやりたい”という意欲的な発言を聞くことができた。子どもの遊びや活動は指示してやらせるものではない。その活動を組み立てていくこれからの保育士が今の学生たちである。学生の興味・関心が子どもに向けられ、個々の子どもにあった取り組みができそうな環境を学生が工夫していく姿は保育の質の高まりを感じさせるものであろう。遊びとしての体操・運動が子どもの運動発達面だけでなく、楽しい・またやりたいといった心の発達にも影響を与えるものであることを学生たちに伝えることができる実践の場面である。

また、他学年の交流とまでは発展しなかったが歌詞の考案段階で関わった4年生にも集まってもらい、動画視聴する機会を設定したことで、自分が考えた言葉が使われ、どのような動きとリンクさせて歌っているかを観察することができ、間接的に参加できた喜びも伝わってきた。

今回、保育現場を訪問して子どもと一緒に体操実践する場面を2023年9月上旬に設定した。しかし学生の体調不良により実践に至っていない。体操を考案した学生が3年次を迎え社会福祉や保育の学外実習に照準を合わせていく学年となるため如何に後輩につないで体操を実践し検証していくかが今後の課題である。

## 謝辞

本研究は、地域連携協定締結先の北広島市職員の協力によるものです。本務以外の時間帯で約10か月という期間をかけ、作詞・作曲、音源の提供にご尽力くださった北広島市企画財政部・熊谷遼三様及び北広島市大曲消防署・小玉浩司様に感謝申し上げます。



また、子どもの健康体操の発表に際し、2023年度は実践できませんでしたが地域連携協定締結先の由仁町／学校法人由仁学園様のご理解とご協力にも感謝申し上げます。

〈参考文献〉

TOKUDOME (2022). どうぶつだーれだ. 波星社.  
太田光洋 (2015). 保育内容・言葉. 同文書院.  
小野正弘 (2007). 日本語オノマトペ辞典. 小学館.  
厚生労働省 (2017). 保育所保育指針平成 29 年告示.  
フレール館.  
厚生労働省 (2018). 保育所保育指針解説. フレール館.

駒井美智子 (2018). 保育者をめざす人の保育内容「言葉」第 2 版. 株式会社みらい.  
谷川俊太郎 (1977). もこ もこもこ. 文研出版.  
文部科学省 (2012). 幼児期運動指針. 幼児期運動指針策定委員会.  
吉江幸子 (2021). 保育者養成における保育実践力育成に関する研究－Ⅲ. 星槎道大学研究紀要第 2 号 pp 99-104.  
吉江幸子 (2022). 保育者養成における保育実践力育成に関する研究－Ⅳ. 星槎道大学研究紀要第 3 号 pp 85-91.  
吉江幸子 (2023). 保育者養成における保育実践力育成に関する研究－Ⅴ. 星槎道大学研究紀要第 4 号 pp 151-156.

# Study on training practice ability of nursery care for nurturing teachers-VI

—Report on Practicing Health Exercises for Children—

YOSHIE Sachiko

## Abstract

In the fourth issue of the Research Journal of the University of Seisa Doto, an article titled “Research V on the Development of Practical Skills in Childcare Practitioner Training” was published. Based on this research, three second-year students majoring in Childcare created a health gymnastics routine for children. The process involved extracting key words for the lyrics, designing gymnastics exercises with a focus on motor development, and presenting the routine. The importance of consciously setting the environment to promote children’s active engagement is highlighted as a crucial perspective for enhancing the expertise of childcare professionals. It is observed that experiential activities led by students contribute to the improvement of awareness and motivation among those aspiring to enter the specialized profession.