

幼児期における組体操の指導方法の研究

平井博史¹⁾・川村浩孝²⁾

Study on Teaching Method of Assembly Gymnastics in Childhood

Hiroshi HIRAI and Hirotaka KAWAMURA

本研究は幼児教育の現場で行われる「組体操」の指導方法について明らかにすること、さらに、組体操の指導が、幼稚園教育要領、保育所保育指針、こども園教育・保育要領の領域「健康」のねらいにある「明るく伸び伸びと行動し、充実感を味わう」「自分の体を十分に動かし、進んで運動をしようとする」といった内容を幼児が経験するための具体的な活動の一つになるために、どのようなことに留意をしていく必要があるのかについて言及した。結果、以下のことが明らかになった。指導法として、①幼児に対して絵や写真を見せてイメージをもたせ、自由に身体で表現させてから進めていくため、のびのびと行う事が出来き、容（かたち）を覚えた際には達成感、充実感を味わう事ができる。

②身体を使って容を表現する楽しさを知ることで、子ども達が進んで練習に取り組むことが可能になる。③コーディネーショントレーニング理論を取り入れることで反復練習に陥らず幼児が主体的に活動に取り組むことができる。また、①②③の指導法を意識することで、領域「健康」のねらいが達成できることが明らかになった。

キーワード：幼児期の組体操、指導法、領域「健康」、主体的な活動、
コーディネーショントレーニング

はじめに

小学校、幼児教育、保育現場における組体操の指導の現状を調査したところ、公立の幼稚園や保育園、小学校では小学校教諭や幼稚園教諭、保育士がそれぞれの考えで行っている。

社会福祉法人の保育園や、学校法人の幼稚園等では株式会社等が派遣する体育講師が指導を行っている所が、大多数である。このような現状から指導の内容については文部科学省の指針のようなものはなく、それぞれの組織の考え方や方針により行われており、統一性はない。

筆者の平井・川村も幼児体育の指導者として、組体操の指導を30年以上試行錯誤しながら経験してきた。指導当初は、指導期間が長く、常に厳しく、反復練習となり、中には否定的な言葉を使うことも

あった。時には組体操の練習が嫌で幼稚園、保育園に行きたくない子が出ることもあった。その為、子ども達に楽しい表情はなく委縮し、楽しく行うという内容とは程遠い状況であった。

本研究のアンケートや聞き取り調査に協力していただいた、N幼稚園ではH25年度から筆者の所属するスポーツクラブがコーディネーショントレーニングの理論に基づいて組体操を指導している。それまでは外部講師はなしで、幼稚園教諭が指導を行っていた。そこでの指導内容は「笛の合図の動作から1個ずつ教えていく」といった指導方法であり、完成に至るまでの期間は時間にして約30分×30回で仕上げているとのことであった。私たちの想像を超える時間と労力を使われていた。N幼稚園の幼稚園教諭に本研究の指導方法を初めて見た時の感想を聞いたところ「涙が流れるほど衝撃を受けた」「子どもが

1) 教育学部子ども教育学科 2) (株) ハドル・スポーツクラブ

とても楽しそうに行っている」「指導期間の長さ」「大人が怒ることがなくなり褒める声掛けが変わっていった」といった内容が聞けた。

その他にも幼稚園・保育園の現場の聞き取り調査で最も多い質問が組体操の指導方法について、どのような流れで教えていけば良いか分からないという内容が多く割合を占めていた。毎日反復して行う為、子どもも意欲的に取り組まないといった内容であった。

そこで本研究は幼児期に適した効率の良い指導方法を提示することで、幼稚園・保育園の保育の現場での組体操の指導に役立ててもらいたい。その導入により、子ども達が意欲的に組体操に参加するようになり、楽しく練習に取り組む環境ができる。それが結果として幼稚園教育要領、保育所保育指針、こども園教育・保育指針の領域「健康」のねらいにある「明るく伸び伸びと行動し、充実感を味わう」「自分の体を十分に動かし、進んで運動をしようとする」といった内容の具体的な方法の一つになる。

子ども達が笑顔で進んで組体操に取り組むようになり、発表を終えた子ども達から「楽しかった」と声がでる環境づくりを最終目的とする。

研究方法

平素より体育の専門講師（ハドル・スポーツクラブ）が週に1回60分の指導を行う幼稚園の平成29年度に指導した3園（A園、B園、C園）でそれぞれ行った内容の違いを検証した。

平素の体育指導はコーディネーショントレーニングの理論に基づいて実施している。コーディネーショントレーニングとは筋力や持久力を向上させることを目的としたエネルギー系に視点を置いた内容ではなく、神経系に視点を置いたトレーニングであり、7つの分類されたコーディネーション能力を高めることで運動能力を高める方法である。

7つのコーディネーション能力は表1の通りである。

表1 7つのコーディネーショントレーニング能力

リズム能力	イメージ通りに身体表現を可能にする能力。
	人の動きを真似する、リズムに合わせて身体を動かす能力。
連結能力	身体のかな部位を同時に思い通りに動かすことができる。
	又は、2つ以上の動作を同時に行う能力。
変換能力	状況に応じて身体の動きを切り換えることを可能にする能力。
反応能力	合図などに素早く正確に対処できる能力。
分化能力	用具や道具など最適な力で操作できる能力。
バランス能力	身体の体勢が崩れても動作やプレーを可能にする能力。
定位能力	自分と相手や物との位置関係や距離感覚を正確につかむことを可能にする能力。

B園、C園は反復練習にとらわれず、コーディネーション理論に基づいて習得を目指した。

1. 指導方法

下記のように、それぞれの3園において数字の順番に指導を行った。

A園

- (1) 組体操のテーマを決める。
- (2) 決められた笛の合図を順番通りに教えていく。
- (3) 反復練習で繰り返し行う。
- (4) 始めの段階から大人が厳しく声掛けをし、決して組体操は楽しく行うものではないということを伝えながら指導する。

B園

- (1) 組体操のテーマを決める。
- (2) 指導者が、考えた完成の容を子どもに見せて何に見えるかイメージさせ、そこから種目名を子どもたちと決めていく。
- (3) 指導者が考えた種目の容を見せて、真似して作らせる。
- (4) 色々な意見を聞きながら進める為、楽しい雰囲気ですスタートする。

C園

- (1) 組体操のテーマを決める。
- (2) テーマをもとに種目を決定し、その種目の絵や写真を見せてイメージさせ、自由に身体を

- 使ってその容を作らせる。その子どもが考えた容から決定をしていく。表3参照
- (3) 容が決まった写真をランダムに見せて、素早く容を作っていく。
- (4) 見たものを自由に身体で表現する為、楽しく

- 行いながらスタートする。
- (5) 仕上げ前に2グループに分かれ、組体操の見せ合いを行う事でより完成度を高める。

指導内容は、表2-1、表2-2、表2-3の通り。

表2-1 実際に行った指導内容

H29 A園指導記録 (60分×9)	
第1回(室内) 6月20日	・テーマ & 行う種目の説明 ・各種目を始めから完成までの笛の合図を教える (1,2,3人組等)
第2回(室内) 6月27日	・前回の復習を行う ・6人組+隊形変化の笛の合図教える
第3回(室内) 7月4日	・前回の復習を行う ・最初～最後までを通して行う
第4回(室内) 7月11日	・最初～最後までを通して行う
第5回(室内) 8月29日	・種目のおさらい ・笛の合図と容の確認をする
第6回(室内) 8月30日	・笛の合図と容の確認をする ・最初～最後までを通して行う
第7回(室外) 9月5日	・場所の確認をする ・隊形移動の種目を中心に行う ・入場～退場までを通して行う
第8回(室外) 9月12日	・入場～退場までを通して行う
第9回(室外) 9月19日	・入場～退場までを通して行う ・細かい部分を修正して仕上げに入る
本番(室外) 9月24日	・運動会当日

表2-2

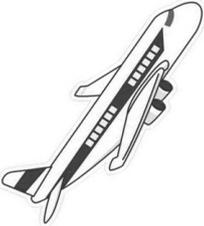
H29 B園指導記録 (60分×8)	
第1回(室内) 7月7日	・種目の容を見せて何に見えるか子どもに意見を聞き、種目の名前を決めていく (1,2,3,人組等)
第2回(室内) 8月25日	・前回の容の復習をする (1,2,3,人組等) ・残りの6人組と隊形移動のある種目の決定をする
第3回(室内) 8月29日	・前回の復習を行う
第4回(室内) 9月8日	・種目の笛の合図を教える
第5回(室内) 9月15日	・前回の復習をする ・最初～最後までを通して行う
第6回(室外) 9月22日	・入場～退場までを通して行う
第7回(室外) 9月29日	・リハーサル
第8回(室外) 10月6日	・入場～退場までを通して行う ・細かい部分を修正して仕上げに入る
本番(室外) 10月8日	・運動会当日

表2-3

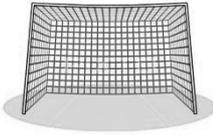
H29 C園指導記録 (60分×6)	
第1回(室内) 9月6日	・種目の写真を見せて、子ども達に自由にイメージを持って容を作ってもらい、その中から完成の容を決めていく。表3参照 ・ランダムに写真を提示して、決定した完成の容を素早く作る
第2回(室内) 9月8日	・前回の決めた容を、写真を見せながら復習をする ・種目の笛の合図を教える
第3回(室内) 9月15日	・前回の復習をする ・最初～最後までを通して行う
第4回(室外) 9月22日	・入場～退場までを通して行う
第5回(室外) 9月26日	・入場～退場までを通して行う ・2グループに分けて組体操の見せ合いを行い、意見を言い合う
第6回(室外) 10月6日	・入場～退場までを通して行う ・細かい部分を修正して仕上げに入る
本番(室外) 10月14日	・運動会当日

表3 C園で実際に使用した写真

「個人種目」

種目名	写真	容
飛行機		
オーバーヘッドキック		

「3人組種目」

種目名	写真	容
サッカーゴール		
トロフィー		

「6人組種目」

種目名	写真	容
ヤタガラス		
表彰台		

左の写真や絵を見た子どもたちが、自由に発想して自分たちで考えた容の中から最終的に完成の容となったものが、右側の映像である。

完成の容となるまでは、実に面白い容を創造して実演する子どもの姿が見受けられた。

結果と考察

表2-1、表2-2、表2-3の結果から分かるように、仕上げる時間が短かったのはC園→B園→A園の順番となった。

指導の進み方を見てみると、表2-1のA園は6月20日から指導が始まり9月24日までの期間で9回の指導を行っている。それに対しB園は7月7日から指導が始まり10月8日までの期間で8回の指導を行っている。さらに表2-3のC園は9月6日から10月14日の期間で6回の指導で行う結果となった。まずC園は3回目の指導で通しの練習に入っているのに対し、A園は6回目、B園は5回目の指導から通しの練習に入っている。これはA園とB園は夏休み前に指導を開始している為、夏休み明けに復習を行っている。それに対し、C園は夏休み明けに指導を行っている為、復習をする必要がないことが少ない回数での指導実現の1つの要因と言える。しかし、A園とB園はC園に対し、運動会の日程が早いこともあり、夏休み前にやっておかなければいけない状況である。

但しA園とB園は同じ時期に指導をスタートしているが結果を比較するとA園に対しB園の方が少ない回数で仕上げに入れている。これは、B園の指導は夏休み前に種目の容だけを覚えさせていたのに対し、A園は種目の容だけでなく笛の合図まで教えていた。結果的にA園は夏休み明けに復習する内容がB園に比べ多いことにより、指導の進み方に差が出たと考えられる。

これらの結果から種目を教えるにあたり、笛の合図から教えるよりも容から教えていくことがスムーズな種目の習得に繋がっていると考えられる。さらにA園とB園、C園の一番の違いは子どもが組体操に取り組む表情である。A園は、指導当初から指導者が厳しい声かけをして組体操は楽しく行うものではないことを伝えながら行っている。その為、子どもは常に厳しい表情で取り組んでおり、楽しんで行っ

ている様子はない。それに対し、B園やC園の方法は表現する種目の内容や容を、写真や絵で子ども達にイメージを持って自由に身体で表現させることで身体を使う楽しさや完成の充実感といった内容で、子ども達は楽しい印象から始まっている。子どもが運動を覚える課程が、目で見たものを真似て表現するということから、このように取り組めると考えられる。その容を決める際に重要となるのが組体操に「テーマ」を持つことである。しかしテーマをただ決めるだけではなく、テーマに合わせて子どもたちへ物語にして話をする事が重要である。

例えばC園では上記の指導方法に基づいてH30年度に「ワールドカップ」をテーマにして行っている。まず子どもたちに今年のワールドカップを見ていたか問いかけながら、どんな大会かを教える所から始めた。実際に開催国を問いただすと「ロシア」と正解を答える子がいた。では「日本はどこまで勝ち進んだか」といった内容を聞くと、「決勝トーナメントでベルギーに負けた」と詳しく答える子どももいた。では優勝国はどこか知っているかを聞くと「フランス」と正解の回答が出た。そういった話の流れから、子どもによりイメージしやすい環境を作ることが重要と言える。そして開催国ロシアに行くための交通手段を問いただすと「飛行機」と答えたので、そのタイミングで用意していた飛行機の写真を見せて、自由に身体を使って表現させてみた。そこで決まった容が表3の通りである。但し、これは沢山の容が出来上がった中で1つを選んだだけである。そこで重要なのは容を決める事よりも、まずイメージさせて自由に表現させることだと考える。そうすることで自分の考えた容が選ばれた子どもはとても嬉しそう表情をしていた。それを見ている他の子はさらに考えるようになり大人の想像を超えるアイデアの容が生まれる。幼児期にはこういった目で見たものを自由に表現することが重要と考える。

さらに、幼稚園・保育園等でのアンケートや聞き取り調査で最も多い意見が、指導をしていく中で後半になるにつれて組体操への飽きからくる子どものやる気の欠如に困るなどの意見が多かった。

そこでC園では2グループの組体操の見せ合いを行っている。この方法をとったC園は、自分が実際に作っている容をリアルにイメージすることが出来、何処に気を付けると綺麗に見えるかなど自分た

ちで考えるようになった。これはもっと綺麗な容に仕上げたいという気持ちを芽生えさせ、より完成度の高い組体操へと繋げる効果があると考え。

今回の結果を元に容から教えることで身体を使うことの楽しさを学んでから少しずつ本番の雰囲気切り替えて仕上げに持っていくことで、子ども達も飽きずに緊張感を保ちながら本番を迎えられるのだと考える。

さらに聞き取り調査に協力していただいたN幼稚園では幼稚園教諭が行っていた指導方法は笛の合図の動作を順番通りに1つ1つ教える内容であった。その為、子どもは完成形をイメージできない状態で動作を覚えていると考える。さらに、1つ1つの動きと完成形のイメージが繋がらない為、何の種目の動作なのか理解が難しい状況であったと言える。指導期間にしても9月の始めから10月の2週までの期間、ほぼ毎日行っているとのことなので、時間にすると(約30分×30回)となる。この内容とA園、B園、C園の3園とを比較するとN幼稚園は3園に比べて指導期間は短いと言える。しかし、指導時間を比較すると明らかに3園で行う指導が効率的に進んでいることがわかる。この差は3園では組体操に入る前にコーディネーションの理論に基づいて指導に取り組んでいることが大きな要因と言える。

結 論

今回の研究の成果として、指導の進め方は笛の合図から教える事より、種目の容から教えていくことがスムーズに進めるのに適しているのは明らかである。

幼児期に最も適した組体操の指導方法を幼児体育の指導者として、組体操の指導を30年以上試行錯誤しながら経験してきた。当時の「厳しく」又は「反復練習の繰り返し」といった指導方法は、幼稚園教育要領、保育所保育指針、こども園教育・保育指針の領域「健康」のねらいにある、明るく伸び伸びと行動することや、自分の体を十分に動かし、進んで運動しようとする姿からはかけ離れた内容であった。

もちろん運動会当日に無事成功して、運動会を見ている観客から沢山の拍手もらえた時に達成感や充実感を味わうことができるが、そこに至るまでの過程

を考えると常に厳しくされ苦痛な時間であると言える。又、同じことの繰り返しでは変化がなく、幼児の特性としての「飽きる」という現象がみられ、モチベーションの維持が大変である。

そのような時に知りえたトレーニング理論がコーディネーショントレーニングであった。

この理論を取り入れることでそれまでの反復練習ばかりであった指導方法に幅が広がった。筆者らの主観ではあるが、その指導内容により子どもたちが自ら進んで組体操に取り組めるようになり、更に楽しんで行っている様子が伺えるようになった。その具体的な内容が下記の通りである。

具体的な指導方法

- ① 笛の合図の動作から1個ずつ教えるのではなく、種目の容から教えていくこと。
- ② 目で見たものを自由に身体で表現させることで楽しく取り組む事が出来る。
種目の写真や絵を見せてイメージさせて、自由に身体で表現させる。
- ③ 指導者の考えた容を教えるのではなく、子どもが作った中から容を選んでいく。
- ④ 容を決めてから笛の合図の動作を教えていく。
- ⑤ 指導当初は、身体を使って表現する楽しさを知り、組体操に意欲的に取り組む環境を作る。後半では、本番に大切な内容を伝え完成度とモチベーションを高める。
- ⑥ 仕上げ前に一度2グループに分けて、組体操を見せ合う。
自分たちがつくっている容をリアルにイメージし、容の完成度を高める事が出来る。
- ⑦ 組体操を運動会の発表の一つとして行うのではなく、幼児期に行う年間の運動として考える。
- ⑧ ピラミッドは3段までと決め、幼児には1分の1の荷重にならないように工夫して行う。

①～⑧を一度に行うわけではなく、段階を踏んで計画的に行うことで効率よくスムーズな習得へと繋がる。又、指導方法に幅が広がることで、同じことの繰り返しでは飽き易い、という幼児の特性を克服できる。結果として体育指導の現場で子どもが笑顔で組体操を覚え、大人は厳しい言葉よりも褒める言葉が自然と出てくるようになった。

幼児期に適した組体操の指導方法を推薦する理由は以下の通りである。

- ① 絵や写真を見せてイメージをもたせ、自由に身体で表現させてから進めていくため、のびのびと行う事が出来き、容が覚えた際には達成感、充実感を味わう事も出来る。
- ② 身体を使って容を表現する楽しさを知ること
で、子ども達が進んで練習に取り組みやすい。

①、②の項目で幼稚園教育要領、保育所保育指針、こども園教育、保育指針の領域「健康」のねらいにある内容の一部が具体的な方法として提示できることも明らかになったと考える。

本研究の組体操の指導内容が、広く幼児教育・保育の現場に活かされて運動会の練習が、指導者も子どもたちも楽しいものになることを、子どもたちの演技に感動を感じる保護者の姿が増えることを心から望む。

今後に向けて

A園、B園においてもC園と同様の指導方法で行ってもらい、同様の成果が出るのかを検証していきたい。

本研究に協力いただいたN幼稚園の幼稚園教諭と、A・B・Cの幼稚園、指導にあたり指導内容、指導結果を提供いただいた(株)ハドル・スポーツクラブに対して感謝の意を表する。

引用文献

- 平井博史・南牟禮豊三 2012 ベースボールコー
ディネーショントレーニング 全国書籍出版
厚生労働省(平成29年告示) 保育所保育指針 フ
レーベル館 p23
文部科学省(平成29年告示) 幼稚園教育要領 フ
レーベル館 p14
文部科学省(平成29年告示) 幼保連携型認定こ
ども園教育・保育要領 フレーベル館 p26