

継続型の親子運動遊びに関する実践的検討

— 「親子遊び手帳」の作成を通して —

岡野 昇*・加納 岳拓*・上山 浩*
山田 康彦*・辻 彰士**・前田 幹夫**

Practicing consideration about the continuation type parent-child movement play :
Through making of "parent-child play pocket diary"

Noboru OKANO, Takahiro KANO, Hiroshi UEYAMA,
Yasuhiko YAMADA, Akihito TSUJI and Mikio MAEDA

要 旨

本研究では、幼児期に大切とされる親子運動遊びが、園内のカリキュラムや単発型の取り組みが中心となっていることに問題意識を持ち、「親子遊び手帳」を通じた継続的な親子運動遊びの家庭への介入が、幼児の心身の成長にどのような効果があるのか、そして親子の意識や感じ方にどのような変化をもたらすかといった観点から、基礎資料を得ることを目的とした。

実践から約2割の家庭で親子運動遊びが継続され、「親子遊び手帳」による介入が、一定の継続性を生み出すと共に、平日の時間のない中でも「親子遊び手帳」が活用されて遊びに取り組みれていることが明らかになった。遊びが継続された要因として、「親子遊び手帳」による介入が、遊びの具体的な実施方法に困っている家庭へのきっかけとなったこと、遊びの広がりや工夫の余地が残っているシンプルな「親子遊び手帳」の内容であったことが考えられた。また、遊びを継続することによって身体面と親子関係面においてよい傾向が示されると同時に、安心・安全を基盤としながら幼児期に発達させたい社会性の発達にもつながることが示唆された。

一方で、親子での安心感・安定感を育む遊びを行う対象年齢の検討、社会性を育む遊びの中で子どもへの親の働きかけ方の提示が、今後の課題として浮かび上がった。

キーワード：親子遊び、運動遊び、幼稚園、感覚統合

1. はじめに

井上ら(2000)によれば、「親と子が肌のふれ合い(スキンシップ)を通して運動遊びを行うことは、親と子の愛情を育み、言葉のコミュニケーションと共に、身体や運動を通しての気持ちの通じ合いが生まれ、お互いが強い絆で結ばれることになる。親と子のふれ合いの中から生まれる運動は、親に抱かれたい、触れたいという本能的な欲求を満足させてくれる充実した時間として、子どもの活動意欲を高め、乳幼児の心身の発育発達に好ましい影響を与えるものである」とされている。また、幼児期には、例えば1日10分間でも、家族で触れ合って遊ぶ「じゃれつき遊び」をすることが

提言されている(日本小児科学会こどもの生活環境改善委員会、2003)。このような親子運動遊びの意義については、広く知れ渡っているものと思われる。しかし、その取り組みは幼稚園などのカリキュラムの中で行われる園内行事や親子教室といった単発型の実践にとどまり、各家庭における積極的な働きかけや継続的な取り組みは、少ないように感じられる。

NII論文情報ナビゲータ(Citation Information by NII)のデータベースによる、親子運動遊びに関する先行研究のタイトル検索の結果¹⁾は、「親子運動遊び」の検索語では0件、「親子遊び」の検索語では31件、「運動遊び」の検索語では568件であった。組み合わせ検索においては、「親子遊び」と「運動」の組み合わせでは

*三重大大学教育学部

**三重大大学大学院教育学研究科

3 件で、「運動遊び」と「親子」の組み合わせでは 13 件であった。前者の 3 件は、自閉スペクトラム症児を対象とした小集団療育（原田ほか、2016）、乳幼児健診後の早期親子遊び教室の効果を検討したもの（税田、2012）、地域の子育て環境づくりに向けた保育者養成カリキュラムに関する研究（智原ほか、2004）であった。また、後者の 13 件は、幼児期における運動遊びプログラムやその指導法に関するものが 7 件（大島、2005；青山、2008；智原、2012；奥富、2013；櫻木ほか、2014；山田ほか、2016；神田、2016）、保育者養成カリキュラムや授業に関するものが 2 件（智原ほか、2004；鳥居ほか、2015）、自宅や家庭での運動遊びの促進を検討したものが 2 件（井戸ほか、2000；炭谷、2014）、自閉スペクトラム症児を対象とした小集団療育が 1 件（原田ほか、2016）、運動遊びを通じた親子の関りが 1 件（三木、1998）であった。

以上の先行研究の概観からも、自宅や家庭での運動遊びの促進を検討する研究は数件見られるものの、そこへ介入した実践報告はなかった。また、親子運動遊びの実施形態については、小集団療育の報告以外は、親子遊び教室、健康講座（親子体操教室）、親子ふれあいパークなど、イベントとして開催されたものや比較的短期間での実施が多く見られた。

そこで本研究では、各家庭において継続した親子運動遊びの実践を試みることにする。その介入方法は、幼児が毎日持参する出席ノートに着眼し、それと類似した「親子遊び手帳」の作成を試みる。「親子遊び手帳」は、いつでも目につき、手軽に持ち運びができ、簡単に取り組むことができ、記録性に富んだ性格を持つものにする。本研究では、こうした「親子遊び手帳」を通した継続的な親子運動遊びの介入が、幼児の心身の成長にどのような効果があるのか、そして親子の意識や感じ方にどのような変化をもたらすかといった観点から、基礎資料を得ることを目的とする。

実践的検討の手順は次のとおりである。第 1 に、「親子遊び手帳」の理論的背景を療育研究の基軸とされている A.Jean Ayres の感覚統合理論と三木成夫（1925～1987）の生命形態学に基づきながら検討すると同時に、「親子遊び手帳」のフレームワークを提示する。第 2 に、開発した「親子遊び手帳」の紹介と A 幼稚園における年長児 58 組の親子を対象とした実践を報告する。第 3 に、「親子遊び手帳」に記録された内容（取り組み状況、感想など）からデータを収集する。第 4 に、得られたデータから「親子遊び手帳」における継続性と有効性の観点から考察を行う。

2. 「親子遊び手帳」の理論的背景

2.1 感覚統合理論と生命形態学

感覚統合理論は、1960 年代にアメリカの作業療法士 A.Jean Ayres により提唱されたもので、わが国には 1980 年代に紹介され現在に至っている（A.Jean Ayres：佐藤剛監訳、1982）。学習障害や自閉症を含めた発達障害のある子どもたちへのリハビリテーションの一つとして、神経生理学的な視点から論が展開されている。感覚統合理論では特に、「触覚（皮膚への接触感覚）」「前庭覚（バランス感覚、重力や加減速に対する頭の位置に反応する感覚）」「固有受容覚（筋や関節からの感覚）」の 3 つの感覚が統合されることが発達の基礎として重視されている。学校では子どもの視覚系と聴覚系をこれら 3 つの感覚と独立して発達させようとしてきたことを問題視し、感覚統合過程を 4 つの「段階」として捉え、次のように提示している（図 1）。

第一段階では触覚による心地よさと安心感、前庭覚と固有受容覚の統合による姿勢やバランスの保持など、第二段階ではこれら 3 つの統合によるボディイメージや慣れない運動の組み立てなど、第三段階では視覚と聴覚が加わり、目と手の協調動作や形・音の区別など、そして第四段階では感覚統合の最終産物である言語能力や視空間認知や情緒・社会性などが育っていくとされている。

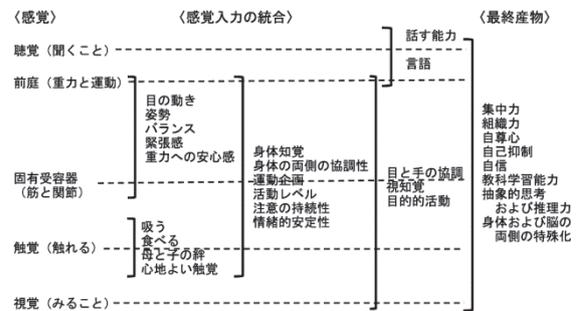


図 1 感覚、感覚入力の統合および最終産物
（A. Jean Ayres；佐藤監訳 1982、p. 91）

また、環境との相互作用が脳を発達させるという立場から、子ども自らの内的欲求に応じた「感覚統合に役立つような遊びになる特別な環境」の設定が必要であるとしている。

感覚統合理論は神経生理学的な視点から展開されているものの、感覚統合のプロセスは「個体発生は系統発生を繰り返す」ということと同様、三木成夫の生命形態学に通じているように考えられる。三木の思想は、「しくみ」を分析する自然科学としての解剖学と「かたち」を求める自然哲学としての解剖学を対比しながらも、後者を選択し、ゲーテ形態学を継承した生命形態学の展開

である。ヘッケル（1834～1919）の反復説に関する諸問題を解決するという評（後藤、2000）もあり、吉本隆明をはじめ、養老孟司、中村雄二郎、市川浩など、日本のトップクラスの思想家たちが、その著書などの中で三木について言及している（三木成夫の会、online）。

三木（1992）は、植物と動物の違いは合成能力の有無であるとし、動物の性能について、えさを見つけ（感覚）、それに向かって動く（運動）、「感覚－運動」であると説明する。そのしくみと歴史は次のとおりである。受容系（感覚系）の歴史としては、下等動物の近接感覚（触覚と味覚）から高等動物の遠隔感覚（嗅覚、聴覚、視覚）へと進化し、このほかすべての動物を通じて自己受容器（体位の変化を感じる装置）がある。伝達系（末梢・中枢神経系）の発達としては、後脳（魚類）、中脳（両生類、爬虫類、鳥類）、前脳としいに頭進し、人類ではこれが極端に発達した大脳半球となる。そして、実施系（筋肉・骨格系）では、大きく体幹と四肢の2つの部分に分けて考えられ、下等動物（魚類、両生類、爬虫類）の前進運動（脊索を左右にくねらせて前進する運動）から哺乳類による四肢の立ち上がり、重力の方向に応じた直立、自由になった手で道具をつくり、文字をしるし、人類の歴史が静かに開かれていった。

以上のことから、個体の発達は進化の歴史上で生物が生きてきた環境の中でつくられてきたと言えよう。すなわち、感覚統合理論における「段階」は、深層－表層という層構造を持ち、表層の発達はそれより深層の発達を前提として含みこむという解釈が成り立つであろう。例えば、先の感覚統合の第二段階は、第一段階を深層として保持しているのである。

2.2 「親子遊び手帳」のフレームワーク

この視点に立ちながら、最近の小学校第1学年の発達をめぐる問題²⁾を見つめると、その解決の糸口は、そこに至るまでの7年間の環境に見出すことができる。それは、触覚を中心とする近接感覚や自己受容器への刺激、脳幹や小脳や大脳辺縁系への働きかけ、体幹による前進運動などが、学びの基盤として欠かすことができないということである。第四段階で生じている事態は、第四段階にとどまって考えるのではなく、深層を成す以前の段階までさかのぼって実践のフレームワークを提示してみようということである。すなわち、「教師の話を受けない」ことは、主として聴覚の前段階にあたる第二段階に、「勝手に授業中に教室の中を立ち歩いたり教室から出て行ったりする」ことは、触覚と前庭覚と固有受容覚の統合に関わる主として第二段階に働きかけることになる。また、「落ち着かない状態による姿勢のくずれ」については、前庭覚と固有受容覚の統合に関わる主として第一段階へのアプロー

チが求められる。

こうした第一・二段階への接近は、近年の脳科学の知見からも解釈できる。永江（2012）によれば、ヒトの神経ネットワークが急速に発達する時期は3つに分けられるとされ、第1は生後3歳頃まで、第2は4歳から7歳まで、そして第3は10歳前後頃までとされている。第1の時期は感覚統合理論における第一・二段階、第2の時期は第三・四段階となる。第一・二段階の時期における発達の内容は、深層から学びを支えているものと考えられる。

子ども自らの内的欲求に応じた「感覚統合に役立つような遊びになる特別な環境」については、親子（母子）関係と想定した。出産後の授乳時などにおける母子関係はもちろんのこと、出産に至るまでの間は母子一体であり、新生児の触覚は子宮内で数カ月後から、すでによく働いている。触覚は情緒的満足のための源泉として重要であり、乳児と母親の接触は脳の発達と母子のきずなの発達において重要なことである（A. Jean Ayres, 1982, pp.23-24）。このことから、親と子が時空間を共有することができ、しかも遊びになるような状況づくりとして、「親子運動遊び」いう着想に至った。

具体的な内容としては3点であり、①触れ合い・スキンシップ遊び②重力・バランス遊び③距離勘遊びである。①は触覚を基盤とする感覚遊びであり、心地よさによる「安心感」という産物を得ることを目指した。②は前庭覚と固有受容覚の統合による感覚遊びであり、重力に対する「安定感」という産物を得ることにつながる。そして、③は触覚と前庭覚と固有受容覚の統合による感覚遊びであり、対象との位置関係による距離勘の把握や一定の遊びの企図・ルール共有ということによる「社会性」という産物を得ることが期待できる。

以上のように、「発達の過程＝進化の過程」であると捉え、成熟社会における子どもの遊びの意義を「学びの基盤としてのからだそだて」と再定義し、親子運動遊びによる「からだそだて」のフレームワークを図2のとおり提示する。

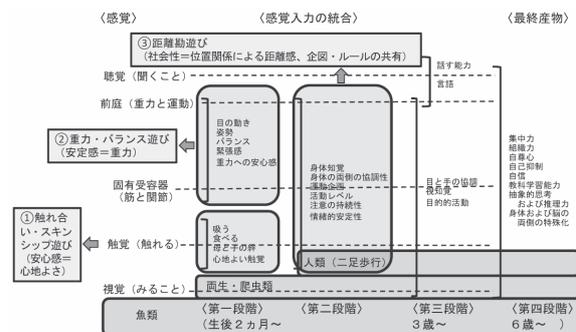


図2 親子運動遊びによる「からだそだて」
(A. Jean Ayres ; 佐藤監訳 1982、筆者加筆修正)

3. 「親子遊び手帳」の作成と実践

3. 1 「親子遊び手帳」の作成

親子と一緒に体を動かして楽しむ場としての「親子活動」は、幼児教育現場において数多く行われている。しかし、これは年に数回のイベントであり、親子が継続的に運動遊びを楽しむこと、それ以前に親子が向き合って遊ぶことの啓発として考えると、その場限りの活動であると言わざるを得ない。保育時間内にとどまらず、家庭での親子による運動遊びのきっかけになることを期待して、「親子遊び手帳」を作成した(図3)。



図3 「親子遊び手帳」

3. 1. 1 親子運動遊びの内容構成

「親子遊び手帳」に掲載した遊びの種類は9種類である。遊びの出典は「わたしたちの運動遊びシリーズ おうちのひとと遊ぼう」(山本・岡野、2010)であり、ここではロジェ・カイヨワ(1913~1978)の唱える4つの遊びの要素(アゴン、ミミクリー、アレア、イリンクス)から20の運動遊びを提示している。「親子遊び手帳」では、その20の遊びの中から、前述したフレームワークに基づいて幼児の発達において重要な意味を持つであろう「安心感」「安定感」「社会性」の3つの群からそれぞれ3種類、合計9種類を選択し、内容を構成した(表1)。

3. 1. 2 「親子遊び手帳」の構成

「親子遊び手帳」の大きさは見開きでB5サイズ、幼児の通園カバンに出席ノートと共に入れられるサイズである。

表紙以下全29ページで、内容については、はじめに「親子遊び手帳」の見方や記入の仕方、使い方の説明と共に、「いつやる?」(手軽さ)、「どれやる?」(気軽さ)、「ほし、いくつ?」(積み重ねの視覚化、親子の会話)というキーワードを提示した(図4)。「いつやる?」については、少しの時間でできる遊びを紹介していることを知らせ、「どれやる?」についてはやりたい遊びをやれる範囲ですよう提案すると共に、色々な遊びをしてみることも勧めた。「ほし、いくつ?」で

表1 親子運動遊びの内容構成

群	遊び名/イラスト	遊び方	気持ち
A・安心感	①ひこうき 	おうちのひとのあしのうえてひこうきになるう! おうちのひとの あしを おなかにあてて、まえにジャンプするかんじでもちあげてもらおう!	はらはら
	②ちきゅう いっしゅう 	おうちのひとに しがみついたまま、おうちのひとのまわりをぐるっとまわってみよう!	がんばった
	③スーパーマン 	おうちのひとにむねとおなかをささえよう! ゆれたり、まわったり、あがったり、さがったり... きぶんはまるでスーパーマン!	わくわく
B・安定感	④いっぽんばし 	おうちのひとのせなかをあるこう! おちないようにあるけるかな?	どきどき
	⑤ぐらぐらろでお 	よつんばいになったおうちのひとのせなかののってみよう!	はらはら
	⑥くるりんぱ 	りょうてをしっかりとってあしぬきまわりにちょうせんだ!	わくわく
C・社会性	⑦あたっやだめよ 	りょうあしやからだのしたを、とんだり、くぐりぬけたりしてみよう!	やったあ
	⑧へんしん! しんぶんのじゅつ 	おうちのひとに ゆらされたり、たまたまれたり...なにがあってもしんぶんになれるかな?	のりのり
	⑨おしりたっち(しっぽとり) 	よつんばいになって、さきに あいてのおしりにたっちできたらかち! たおるをはさんでもおもしろいよ!	いっしょうけんめい

は、遊んだ日付を書き込むことで積み重ねが視覚的に分かりやすいことを伝えると共に、星の数については、遊びを行った際に、表1に記してある「気持ち」がどの程度感じられたのかを親子で話し合って幼児に塗らせることを勧めた。

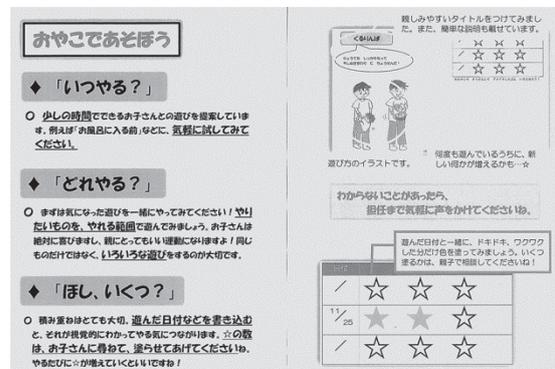


図4 「親子遊び手帳」の使い方のページ

その後は見開きで、一つの遊びをイラストと簡単な遊び方で説明し、記入欄を設けた(図5)。日付記入欄

については、幼児の期待を膨らませることをねらって1期終了後（期別実践については後述する）に追加することとし、「親子遊び手帳」の再配布に伴いA4判のシール紙に記入欄を12枠載せたものを作成し配布した。その際、味わう気持ちを実践者側で限定してしまうのを避けることをねらって12枠のうち7枠には味わってほしい「気持ち」を種類ずつ記載し、残り5枠には何も記載しなかった。

追加枠を各々で貼り付けて使用することについては、配布時に幼児に簡単に説明すると共に、学年だよりにて保護者にも周知した。また、遊びを3つ紹介する毎に「安心感」「安定感」「社会性」に関するコラムを掲載した（図6）。そして、巻末には保護者の自由記述欄と「親子遊び手帳」作成の趣旨を記載した。

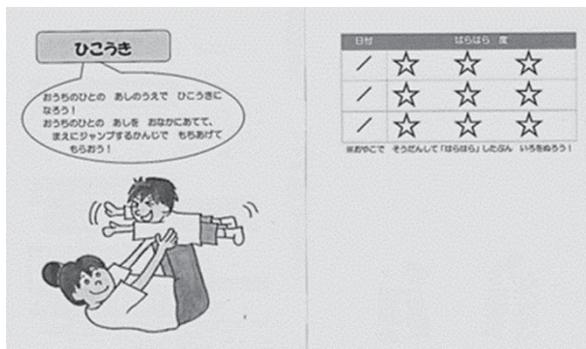


図5 遊びのページ



図6 コラムのページ

3. 2 「親子遊び手帳」の実践

3. 2. 1 対象者・実施期間・配布・回収状況

対象者は、A幼稚園年長児58組の親子である。実施期間は、11月下旬～1月上旬のうちの33日間である。そのうち、1期は11月下旬から12月上旬までの8日間であり、2期は12月中旬から1月上旬までの25日間である。「親子遊び手帳」は、58組の親子に配布し、1期・2期共に57組分を回収した。なお、有効回答数は56組分であった。

3. 2. 2 保護者への説明

「親子遊び手帳」を配布するにあたり、11月下旬、12月中旬の2回、学年だよりで取り組みの趣旨を説明し、保護者の同意を得た。その際、個人情報の取り扱いや簡単な使い方の説明、そして気軽にできる部分をやってみることを勧め、こなすべきノルマとして捉えられてしまわないように配慮した。また、1期中には園内掲示板にて一旦回収する旨を周知した。

3. 2. 3 取り組みの様子

11月下旬に各クラス担任より、「おうちの人と一緒に楽しめる遊びが載っている手帳」であることを伝えながら配布した。興味をもった様子で「親子遊び手帳」を開き、一つ一つの遊び方を教師に尋ねたり、自身が経験のある遊びを嬉しそうに報告したりする幼児の姿が見られた。それを受け、配布日にはいくつかの遊びをクラスの半数程の幼児と園の自由遊びの時間に代わる代わる楽しんだ。

1期中、「昨日お父さんとやってみたよ」や「あまりしてくれないんだ…」という意見が幼児から何度も聞かれ、その都度一緒にいくつかの遊びを園内で楽しんだ。また、保護者からは遊び方を尋ねられることが何度もあり、幼児と教師が遊ぶ様子を見せたこともあった。数人の保護者から「あかんわ先生、うちの子、重い」というような意見を伝えられたため、できる範囲でやってみることを勧めた。12月上旬にはあまり「親子遊び手帳」を活用していないことに後ろめたさを感じている様子の保護者もいたため、幼児が園で楽しそうに遊んでいる様子を伝えつつノルマや強制ではないことを改めて伝えた。1期8日間が終わり回収する際には、「すみません、あまりできませんでした」という言葉や「やりたいのをやればよかったから」と横からフォローする別の保護者の声が聞かれた。日付記入欄は構成上、ページ上部からおおよそ1/3に3回分の記入欄があり、その下は空白であった。一部の幼児は3回分の日付記入欄が埋まってしまったことを気にしていたが、新たに追加して配布することを伝えると安心した様子であった。

12月中旬に再配布後、すぐに冬休みに入ったこともあり幼児や保護者と「親子遊び手帳」について話す機会はしばらく無かった。新学期が始まった1月上旬に回収すると、保護者から「最終的に手帳は返ってくるのか」という質問を受けたため、集計などを行った後それぞれの家庭に渡す旨を伝えた。回収後、「どのように作成したのか」という質問や「他学年の保護者からうらやましいという声を聞いた」という話を受けた。一部の幼児は、2期終了後にも「先生、あれしようよ」と「親子遊び手帳」の中で気に入った遊びをしようと

誘いかけてくる姿が見られた。

4. 「親子遊び手帳」の結果

4.1 遊び別の実施総数

はじめに、実施された遊びの総数を期間全体と期別毎に表した(図7・8)。遊びの総数を期間全体で見ると、「④いっぽんばし」の198が一番多く、次いで「③スーパーマン」の182、「⑤ぐらぐらろでお」の181の数が多く、最も実施されなかった遊びは、「⑧へんしん! しんぶんのじゅつ」の136であったが、分散分析を行うと遊び間に有意な差は見られなかった。一方で、期別の実施遊び数を見ると、「④いっぽんばし」と「⑤ぐらぐらろでお」及び「⑨おしりたっち」に有意な向上が見られた。

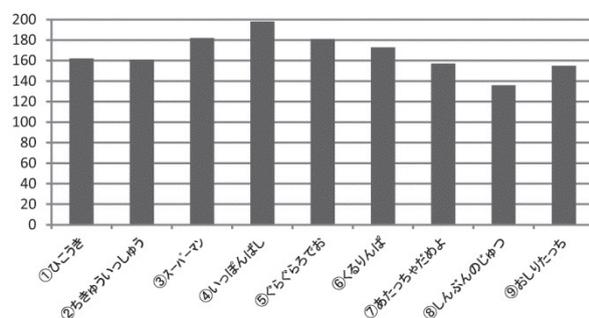


図7 遊び別実施総数(全期)

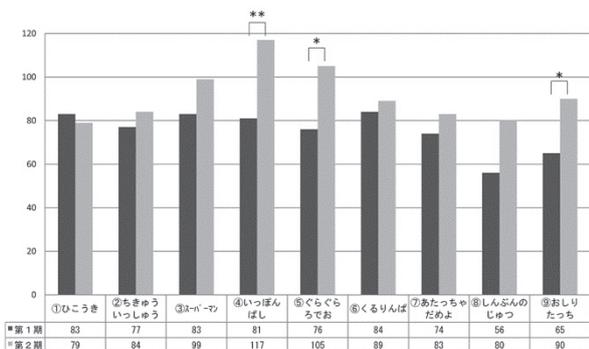


図8 遊び別実施総数(期別)

4.2 自由記述(なんでもメモ・メッセージ欄)への回答

次に、実施期間の最後に保護者をお願いした自由記述(なんでもメモ・メッセージ欄)の回答から、実践についての印象を見ていくこととする(56組中32組が回答)。

自由記述の内容は、「親子遊びのきっかけ(1件)」「『親子遊び手帳』の印象(4件)」「遊びの印象(15件)」「関係性の広がり(12件)」「子どもの成長(17件)」「運動の効果(4件)」「遊びの広がり(9件)」「遊びの継続(5件)」の8つのカテゴリーに分類された(表

2)。さらに、カテゴリー内の内容を見ていくと、「『親子遊び手帳』の印象」については、気軽さ・手軽さに関わる記述が3件であり、「親子遊び手帳」が配布されたことによって負担を感じる場面があったという記述が1件見られた。同様に、「遊びの印象」についても、おもしろさに関わる記述が13件挙げられていたが、反対に危険性や難しさを感じたという記述も2件あった。「関係性の広がり」について見てみると、父親との関係が3件、きょうだい6件、親類に関わる記述が3件であった。「子どもの成長」については、遊びによって心身の成長を感じられたという肯定的な記述が2件見られたが、体の成長に伴い運動が難しかったという記述が12件見られた。「運動の効果」については、繰り返し遊びを行うことによって上手になるという身体面での効果が2件、親子関係への効果に関わる記述が2件見られた。最後に、「遊びの広がり」では、「親子遊び手帳」に提示された遊びの条件を変えるバリエーションに関わる記述が6件、「親子遊び手帳」の遊びをきっかけに違う遊びに移行・発展していったという記述が3件であった。

また、遊び人気ベスト3の回答も集計した(表3)。回答は、56組中27組から得られ、最も回答が多かったのは「⑤ぐらぐらろでお」(12件)、次に「③スーパーマン」(11件)、そして「①ひこうき」(10件)、「⑨おしりたっち」(10件)であった。

4.3 実施数から見た特徴

続いて、実施日数の面から「親子遊び手帳」の実践結果の特徴を見ていく。

表4に見られるように、実施期間33日間の内、最も多かったのが5日以下(33家庭、41%)であり、次いで6~10日(20家庭、36%)であった。1家庭当たりの平均実施日数は7.36であった。すなわち、参加家庭の77%が実施日数が10日以内にとどまり、逆に23%が11日以上実施していた。

平日と土日の実施状況の違いを表5に示した。実施期間中で平日が23日、土日が10日であったが、実施率を見ると平日が23%で、土日が21%だった。平日と土日で大きな差はないが、比較すれば土日より平日の方が実施率が高くなっている。遊びは必ずしも週末に集中して行われているわけではない。

実施期間は、2学期の通園期間の8日間の1期と、冬期休業期間中の25日間の2期に分かれていたが、その期別の違いを表6に示した。全期間1日平均23%の家庭で実施しており、1期は35%、2期は18%になっている。すなわち、1期では概ね3日に1回、2期では5日に1回、全期間平均では4日に1回程度実施されていた。1期では実施当初、実施割合が高く、2期では

表2 「親子遊び手帳」自由記述

カテゴリー	記述数	記述例
親子遊びのきっかけ	1	身体を使って遊ぶことはなかなかなく、また、さてどう遊ぼうかと考えてしまいます。
「親子遊び手帳」の印象	気軽さ・手軽さ	3 ・ゆっくり時間がなくても、少しの間で手軽に楽しめて ・短時間でいつでもできるので
	負担感	1 一日がバタバタと過ぎてしまった日には、あーやってなかったな...と少し負担に思いました
遊びの印象	おもしろさ	13 ・スリルがあり、面白かった・笑顔で楽しそうに・全部してみたい ・キャッキョ言いながら楽しんでいました・スーパーマンの飛ぶところが一番のお気に入り
	危険さ・難しさ	2 ・親子ともに危ない一面がありました ・本人の引っ付く力が足りず、落ちてしまうので上手にできず、嫌だ〜と諦めて
関係性の広がり	父親	3 ・忙しいパパも子どもたちと一緒に遊ぶ時間が増えた ・体を使った遊びは、父親担当という流れで、親子のコミュニケーションのきっかけとなりました
	きょうだい	6 ・2人(母子)で遊ぶものもあれば、姉妹まとめて遊べるものも・私と子ども3人の4人で ・一番下の1歳の子も・高学年のお姉ちゃんも参加して盛り上がりました
	親類	3 ・年末年始に親戚が集まったときに、一本橋をして楽しみました ・「パパのスーパーマンすごいやで〜」といとこたちに自慢して、いとこたちもスーパーマン
子どもの成長	成長の実感	5 ・思っていた以上に重く成長を感じました・こんな動きもできるのか ・わざとゆっくり動いて妹に勝たせてあげていた姿が印象
	成長による難しさ	12 ・親が痛いのを我慢しなければならない遊び・身軽な年少さんくらいの方がよいか・年長では体がしっかりしすぎていて、親の体力不足もあり、一緒にやってあげられない
運動の効果	身体面	2 ・毎日の積み重ねが大きな力に ・上手にできなかった地球一周ですが、何度かやっているうちに、ちゃんと一周ができるように
	親子関係面	2 ・親子の絆も強くなります ・触れ合うことで、息子が私の言うことをよく聞き、いつもより素直になってくれた気がしました
遊びの広がり	バリエーション	6 ・あたっていいバージョンもつくり・何秒以内にクリアできるかとする ・ぐるりんばをお父さんの体に当たらないように回ってみたり・おしりタッチよりも、しっぽとり
	移行・発展	3 ・ぐらぐら(ろでお)をした後には、背中でのマッサージ ・変身！新聞の術から新聞じゃんけんが始まったり、けん作りが始まり戦いごっこになった
遊びの継続	5	・これからも使わせていただきます・これからも一緒にやってみたい ・記入日以外にも空いた時間に、この手帳を見て楽しみました

表3 子どもが選ぶベスト3の遊び

群	遊び	件数
A.安心感	①ひこうき	10
	②ちきゅういっしゅう	8
	③スーパーマン	11
B.安定感	④いっぽんばし	8
	⑤ぐらぐらろでお	12
	⑥ぐるりんば	6
C.社会性	⑦あたちやだめよ	5
	⑧へんしん！しんぶんのじゅつ	4
	⑨おしりたち	10

表4 実施日数(全期)

実施日数	0~5	6~10	11~15	16~20	21~25	26~30	31~33	計
参加家庭数	23	20	10	2	1	0	0	56
参加家庭率(%)	41	36	18	4	2	0	0	100

注)一日に1回でも実施すれば実施日としてカウントしている

表5 実施日数(平日・土日別)

	実施日数	総実施日数	1日平均実施家庭数	1家庭当たり平均実施日数	1日当たり実施率
全期間	33	412	12.5	7.36	22%
平日	23	292	12.7	5.21	23%
土日	10	120	12.0	2.14	21%

注)「総実施日数」は全家庭の実施日数を積算したものの「1日当たり実施率」は「1日当たり実施家庭数」を参加家庭数56で除した数値を百分率で示した

表6 実施日数(期別)

	実施日数	総実施日数	1日平均実施家庭数	実施家庭率
全期間	33日	412	12.5	23%
1期	8日	157	19.6	35%
2期	25日	255	10.2	18%

その割合が下降したが、それでも平均して約2割の家庭で実施されていたことが確認された。

4.4 実施数から見る各家庭の取り組み状況

各家庭の遊びの取り組み状況を見るために、実施した遊びの日数と実施した遊びの総数の関係を整理する。本実践では、実施期間が33日間であったため、遊びが継続して実施された日数10日、33日間に1日平均1種類を行ったこととなる総数33を、それぞれ日数と総数の遊びの基準として、家庭毎の取り組みの分布図を作成した(図9)。図9は、縦軸が日数、横軸が総数を示し、いずれも基準となる実施日数10日、実施総数33を0とし、日数については10日よりも取り組んだ家庭はプラスに、10日よりも取り組んでいない家庭はマイナスに位置している。総数についても同様に、33よりも多く実践した家庭はプラスに、33よりも少ない実施数であった家庭はマイナスに位置している。

実施日数と実施総数の二軸四象限から各家庭の遊びの特徴を見ると、日数・総数共にプラスに位置し、実施期間中に継続して積極的に遊びを行っていた家庭(第一象限:継続型家庭)が11組、日数は基準を超えているが総数が少なく、1回あたりに行う遊びの種類が少ない家庭(第二象限)が3組、日数・総数共に基準値を下回り、「親子遊び手帳」を活用した遊びの取り組みがあまり見られなかった家庭(第三象限)が32組、そして日数は基準よりも少ないが総数が基準を上回り、日数は少ないが一回行うにあたって多くの種類を実施していた家庭(第四象限)が9組であった。

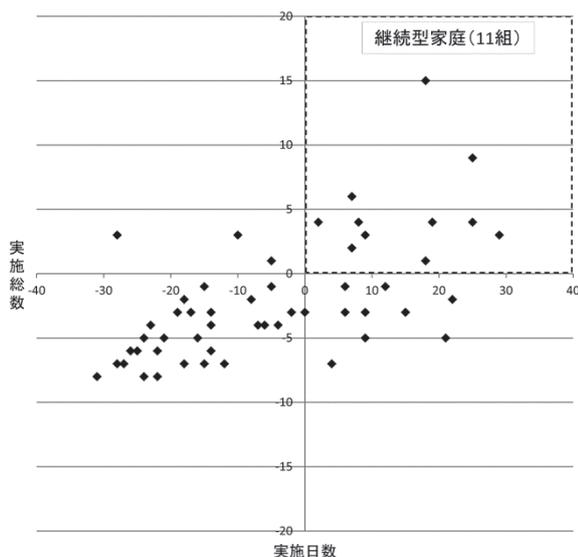


図9 実施総数と実施日数から見た各家庭の取り組み状況

4.5 親子運動遊びの継続と社会性の発達の関係

最後に、この継続性と安心感、安定感(A群+B群)

から社会性(C群)への移行に視線を向ける。

まず、全家庭のうち、1期・2期のいずれかの時期で一度も実施していない家庭、及びA群+B群、C群のいずれかの群の遊びを一度も実施していない家庭を除外した残り34組を分析の対象とした。これらの家庭は、期間的にも群別の遊びの種類においても、比較的広範に実施した家庭と概観できる。

これらの家庭個々について、1期・2期別にC群実施数の割合を「C群の実施数/(A群+B群)の実施数」として求め、さらに「2期のC群実施割合/1期のC群実施割合」を求めた。この値を便宜的に「2期C群比重」と呼ぶ。この「2期C群比重」が1.00より大きい家庭は、実施期間の後半である2期にC群の遊びの割合が伸びている、すなわち長期間遊びを行う中で自然にC群の遊びに意識が向かった可能性の高い家庭であることを示している。

この「2期C群比重」を縦軸として、実施総数を横軸とした分布図を表した(図10)。この図から、「2期C群比重」について1.00前後の家庭は、破線楕円で示すように散在しており、同時にこの値の高い家庭も数組見られるがそれらの家庭の総実施数は軒並み小さいことが分かる。一方で「2期C群比重」が適度に高い家庭を実線楕円で示した。この数組は、上記の家庭に比べ実施時期の偏りは小さく、また総実施数も先に図9で示した基準値の33を超えている。この実線楕円内の家庭は、比較的良好に「親子遊び手帳」を用いて緩やかにC群の遊びに移行した可能性が高い。

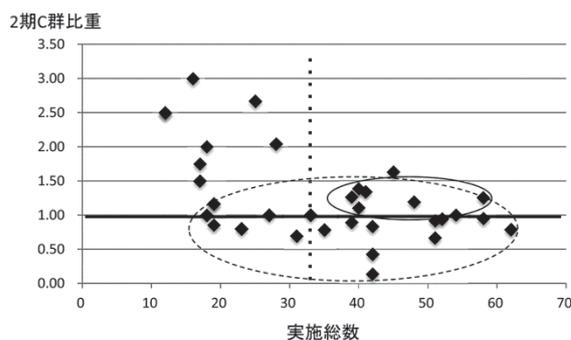


図10 対実施総数 2期C群比重状況

次に、各期それぞれに、その実施数を期間日数で割ったものを実施密度として、1期に対する2期の実施割合を便宜的に「2期実施密度比」と呼ぶこととした。この値が1.00より大きいと、1期に比べ2期の実施密度が高いことを表すが、1期の3倍以上の日数のある2期において「2期実施密度比」が1.00を超える家庭は2組にとどまった。

この「2期実施密度比」を横軸として、図10同様に「2期C群比重」を縦軸とした分布図を表した(図11)。

これを、先の図 10 と比較すると「2 期 C 群比重」が 1.00 前後の家庭は、図 11 においても、破線楕円で示したように図 10 同様に散在する。一方で「2 期 C 群比重」が比較的高い家庭は「2 期実施密度比」の高いグループとそうでないグループに大別できる。そのうち「2 期実施密度比」が高い家庭に○印をマークした。○印の家庭は「2 期 C 群比重」が高い家庭のうち、2 期にも比較적으로よく「親子遊び手帳」を用いた家庭であり、この図から「2 期実施密度比」の比較的高い○印の家庭のほとんどは、2 期 C 群比重が 1.00 より大きく、1 期から 2 期へと実施密度が比較的低く落ちなかった中で、C 群の遊びに移行したことが分かる。すなわち「親子遊び手帳」利用の継続性が比較的高い家庭は、継続的な使用をする中で、社会性の遊びに意識が向かったことを示している。

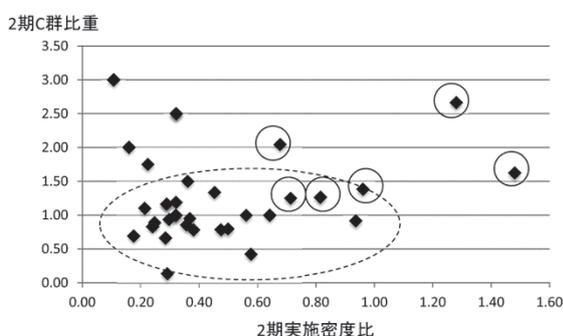


図 11 対 2 期実施密度比 2 期 C 群比重

5. 「親子遊び手帳」の考察

5.1 「親子遊び手帳」の介入による親子運動遊びの継続性と活用方法

現在、幼児期の親子運動遊びを啓発するための取り組みとして、親子を対象としたイベント・単発型の活動が中心的に行われてきている。この活動の中では、実施後に自宅や家庭での遊びの促進が目指されているものの、実質的に遊びが継続されて行われたか否かについては不明であることが多く、検討課題として挙げられている。

本実践において、全期間の 1 日当たりの実施率（表 5）を見ると、1 家庭で平均 4 日に 1 日程度遊びが行われている。図 9 からは、56 組の家庭の内 11 組の約 2 割の家庭で、継続的に遊びが行われていることが分かる。宿題などの強制力を持った介入の方法ではなくても、手軽に行うことのできる「親子遊び手帳」を提示することによって、約 2 割の家庭で継続的に遊びが実施されるという実態が浮かび上がった。したがって、このような「親子遊び手帳」が家庭で継続的に遊びを行うのを促進するために、一定の効果があったことが

示された。

次に、表 5・6 より、休業期間よりも通園期間、土日よりも平日に実施割合が多い理由から「親子遊び手帳」の活用方法について考察していく。「親子遊び手帳」では、「少しの時間に」「気軽に行く」ことをコンセプトとし、自由記述欄にも「ゆっくり時間がなくても、少しの間で手軽に楽しめて」や「短時間でいつでもできるので、習慣づくといいなあ」という感想が見られているように、平日の忙しい時間の合間に実践された結果であると考えられる。

他方で、仕事が休みであることが多い土日や年末年始を含む冬季休業中は、「年末年始に親戚が集まったときに、いっしょに盛り上がりました」や『「パパのスーパーマンすごいんやで〜」と、いとこたちに自慢して、いとこたちもスーパーマン」と自由記述にもあったように、親子だけではなく親戚と共に「親子遊び手帳」を活用して遊びをする家庭も見られたが、平日に比べて時間に余裕がある中で、短時間で「親子遊び手帳」を使った遊びを行うよりも、親子または親戚などでほかの過ごし方をしているために実施割合が低値を示したのではないかと推測される。

5.2 親子運動遊びが継続される要因と継続の効果

親子運動遊びが継続される要因と継続による効果について、自由記述と継続による社会性遊びへの移行の観点から述べていきたい。

自由記述では、継続型家庭に位置している 11 家庭の中で自由記述欄への記述が見られた 8 家庭の記述内容に着目した（表 2）。まず、「身体を使って遊ぶことはなかなかなく、また、さてどう遊ぼうかと考えてしまいます」という記述から、継続型家庭に位置している家庭が、実践前から必ずしも遊びが日常的に行われていたわけではないことが伺える。幼児期における親子運動遊びの重要性を感じながらも、具体的な方法が分からない家庭が存在する中で、イベント的な活動で遊びを啓発するのではなく、いつでも目につき、手軽に持ち運びができ、簡単に取り組むことができ、記録性に富んだ性格を持つ「親子遊び手帳」が、継続的に親子（家族）での運動遊びに取り組むきっかけとなると考えられる。

次に、継続型家庭では、親子運動遊びのきっかけとしてだけではなく、「遊びのバリエーション」「遊びの移行・発展」の記述が見られたことが特徴であった。遊びのバリエーションや移行・発展を生むためには、提示されている遊び方に余地が残されていることが必要となる。「親子遊び手帳」は、幼児でもイラストを一目見るだけで分かるようなシンプルな遊びのルールや遊び方で構成されていることが特徴である。このこと

が、取り組み時の分かりやすさを保障するだけでなく、飽きが来た時にも、遊びが広がりや違う遊びへの発展や移行へ導き、結果として遊びが継続されたと考えられる。

さらに、継続的に親子運動遊びを実施した家庭からは、遊びの積み重ねによる身体面の効果と、親子の関係性の深まりやきょうだいや親類といった関係性の広がり、遊ぶ時間の向上といった親子（家族）関係に対する効果が伺え、「親子遊び手帳」の内容が心身の発育発達に好ましい影響を与えられることが伺えた。

また、図 10・11 から、全期間を通して親子運動遊びを継続して実施されていた家庭は、緩やかにではあるが社会性の遊びに移行していく傾向が見られた。本実践では、安心感・安定感・社会性の感覚それぞれが、独自に育まれていくのではなく、安定感は、安心感を基盤として、社会性は、安心感・安定感を基盤として機能するものと捉え、「親子遊び手帳」の企図するところは、遊びの自発的で継続的な実施を促すばかりではなく、「親子遊び手帳」に示した遊びを継続することで、安心感、安定感、社会性を順に積み重ねるように獲得させることであった。今後、更なる検証が必要ではあるが、「親子遊び手帳」による遊びの継続が、幼児に促したい社会性に関わる心身の発達に効果的である可能性が見出された。

5.3 継続的な親子運動遊びに向けた改善点

一方で、44組の家庭は、継続型に位置していなかったため、要因を探りながら今後の展望について最後に記したい。

継続されなかった要因としてまず挙げられるのは、実施年齢と子どもの発達の現状との関係である。自由記述には「親が痛いのを我慢しなければいけない遊び」「体重が重くなってきているのでスーパーマン、ちきゅういっしゅうはなかなかできません」「年長では体がしっかりしすぎていて、親の体力不足もあり、一緒にやってあげられないものが多い」といった感想が挙げられている。厚生労働省（2016）をもとに、年長児の平均体重を見ると、5歳では男子で 18.6kg、女子で 17.6kg、6歳では、男子で 21.0kg、女子で 19.8kg とされている。安心感の遊びでは、子どもの体を持ち上げる必要のものが多く、安定感の遊びでは、親の体の上に乗る遊びが多いために、親は体が成長してきている子どもを相手に継続して遊びを実施することが難しくなると考えられる。

一方、社会性の遊びは、親子が直接的に触れ合ったり、持ち上げたりする遊びではないにもかかわらず、遊び別の実施数（図 7・8）では、期間全体・1期・2期共に、安心感や安定感の遊びを下回っている。実施

数だけではなく、子どもにとって人気のある遊びを見ても、同様の傾向が見られる（表 3）。

この背景には、現代における物質的な豊かさや密着型の子育ての崩れなどの社会変化からくる心身の発達の未熟さが考えられる。なぜなら、A. Jean Ayres（1982）によると、感覚統合において、3歳では第一・二・三段階に取り組んでおり、第四段階が開始される年齢とし、6歳では第一段階は完了している時期であるにもかかわらず、第二段階を想定した社会性の遊びよりも、第一段階を想定して作成した安心感・安定感の遊びの頻度が高いことは、触覚的心地よさや重力下でのバランスを欲す発達段階に子どもたちがあることが推測されるからである。裏を返すと、これまで、安心感や安定感が育まれる遊びとの出会いが少ないことを意味していると言えよう。

以上のように、平均体重などの体の発育や感覚統合の基盤である安心感や安定感といった機能の発達時期を踏まえると、幼稚園の中でも、年少や年中の時期から安心感や安定感を産物とする遊びを取り入れることで、親への身体的な負担を軽減すると共に、子どもの成長に更に寄与することになる。

もう一つ、社会変化による親子運動遊びの減少による親の遊び方の未熟さも、社会性の遊びの実施数が伸びなかった要因と考えられる。1期と2期の遊びの実施数を見ると、「④いっぽんぼし」と「⑤ぐらぐらでお」において有意に向上している（図 8）。この遊びの時、親は寝転ぶまたは四つん這いの姿勢であるため、比較的楽な姿勢であると共に、親から子への働きかけがほかの遊びよりも子どもの運動への影響が少ない。一方で、社会性の遊びでは、子どもの振る舞いに対して親が時間や距離勘をはかりながら対応し、子どもの遊びをさらに導いていく働きかけが求められる。親子運動遊びの経験が少なくなっている中、親がこれに対応することができない、あるいは対応することを楽しめない場合には、子どもが継続して遊びに夢になることは難しくなる。そのため、社会性の遊びがほかの運動よりも実施数が少なかったのは、親の遊びへの対応も要因の一つであると考えられる。しかし、その中でも、「⑨おしりたっち」は、1期から2期で有意に実施数が増加し（図 8）、子どもの人気遊び（表 3）でもベスト 3に入っている。「⑨おしりたっち」では、親と子どものどちらが早くに相手のお尻をタッチできるかという単純な競争関係のゲームであり、加えて四つん這いの姿勢は、親にとって素早く動きにくい体勢であるため、遊びの状況に結果の未確定性が生まれ、自然と親と子どもとの間に対応関係が生まれる運動であると言える。

反対に、「⑦あたっちゃだめよ」や「⑧へんしん！し

んぶんのじゅつ」では、子どもが夢中になるために一回一回の対応を親が意図的・即興的に変化させることが求められる。そのため、今後社会性の遊びが継続して実施されるためには、子どもとの遊び方やバリエーションを詳細に示した「親子遊び手帳」への改良、もしくは教師と保護者とがやりとりする中で、遊びの行い方の詳細について教員側から提案することが必要であろう。

6. おわりに

本研究では、幼児期に大切とされる親子運動遊びが、園内のカリキュラムや単発型の取り組みが中心となっていることに問題意識を持ち、「親子遊び手帳」を通じた継続的な親子運動遊びの介入が、幼児の心身の成長にどのような効果があるのか、そして親子の意識や感じ方にどのような変化をもたらすかといった観点から、基礎資料を得ることを目的とした。

まず、本実践では、約2割の家庭で親子運動遊びが継続され、「親子遊び手帳」による介入が、一定の継続性を生み出すと共に、平日の時間のない中でも「親子遊び手帳」が活用されて遊びに取り組みされていた。遊びが継続された要因として、「親子遊び手帳」による介入が、遊びの重要性を普段感じているが具体的な実施方法に困っている家庭へのきっかけとなったこと、さらに、遊びのバリエーションや移行・発展が生まれる工夫の余地が残っているシンプルな内容であったことが考えられた。また、遊びを継続することによって身体面と親子関係面においてよい傾向が示されると同時に、安心・安全を基盤としながら幼児期に発達させたい社会性の発達にもつながることが示唆された。

一方で、親子での安心感・安定感を育む遊びを行う対象年齢の検討や社会性の遊びを親子で行うために、遊びの中で子どもへの対応の方法を親が分かるような働きかけをどのように行っていくのかが今後の課題として浮かび上がった。

注

- 1) 検索参照日は2017年8月24日である。
- 2) 東京都教育委員会(2012)が小学校長1306名を対象に行った調査「小学校第1・2学年児童の学校生活への適応状況」によれば、小学校第1学年児童の不応適状況が発生した件数は、およそ5校に1校である(平成20年度23.9%、平成22年度18.2%、平成23年度19.0%)。この不応適状況とは、「第1学年の学級において、入学後の落ち着かない状態がいつまでも解消されず、教師の話を受けない、指示通りに行動しない、勝手に授業中に教室の中を立ち歩いたり教室から出て行ったりするなど、授業規律が成立しない状態へ

と拡大し、こうした状態が数か月にわたって継続する状態」のことで定義されている。また、第2学年児童の不応適状況が発生した学校のうち、6割以上(126校、62.4%)の学校が、当該学年が第1学年の時にも不応適状況が発生していたと報告している。

引用文献

- 青山優子(2008)子どもと親で楽しむユニークな運動遊びの紹介。発育発達研究, 34.
- A.Jean Ayres: 佐藤剛監訳(1982)子どもの発達と感覚統合。協同医書出版社。
- 後藤仁敏(2000)三木成夫における進化思想の展開。モルフォロギア:ゲーテと自然科学, 22:58-72.
- 原田洋平・森崎みなみ・松尾隆徳・内田美代子・阿佐美保子・井戸裕彦・洲加本節子(2016)当院早期集団療育前後における療育効果について。九州理学療法士・作業療法士合同学会誌, 87.
- 井戸和秀・小合幾子・岸 桂子(2000)講演会や親子体操の実施による家庭での幼児の運動遊びと保護者の意識の変化。岡山大学研究集録, 114:117-122.
- 井上勝子・青山優子・重松三和子・城 弘子・松田順子・松永恵子(2000)近藤充夫監修 新版乳幼児の運動あそび。建帛社, p.171.
- 神田 亮(2016)親子で行う運動遊びの指導法に関する研究。別府大学短期大学部紀要, 35:97-100.
- 厚生労働省(2016)厚生統計要覧(平成28年度) http://www.mhlw.go.jp/toukei/youran/indexyk_2_1.html(参照日 2017年8月27日)。
- 三木ひろみ(1998)運動遊びを通じての親子の関わり:ある親子体操教室の事例(体育心理学)。日本体育学会大会号, 49:228.
- 三木成夫(1992)生命形態学序説。うぶすな書院。
- 三木成夫の会(online) <http://www.geocities.co.jp/Bookend-Hemingway/2397/>(参照日 2017年8月21日)。
- 永江誠司(2012)発達と脳—神経発達心理学入門—。おうふう, pp.28-29.
- 日本小児科学会こどもの生活環境改善委員会(2003)提言:運動遊びで、子どものからだを育てよう(登録:2003年1月30日)。
- 奥富庸一(2013)親子を対象にした運動遊びプログラム「親子ふれあいパーク」。倉敷市立短期大学研究紀要, 57:53-61.
- 大島林子(2005)親子で楽しむ運動遊び:身近なモノを活用して。名古屋芸術大学短期大学部研究紀要, 37:11-15.
- 税田慶昭(2012)親子遊び教室における発達障害リスク幼児の行動変化の検討—自由場面・設定場面に着目して—。特殊教育学研究, 50(1):31-43.
- 櫻木真智子・太田よし美・西田ますみ・梁川悦美・桐川敦子(2014)「親子で楽しむ運動遊び」の実践が子どもと保護者に与える影響に関する報告。聖徳大学研究紀要, 25:143-151.
- 炭谷将史(2014)自宅における幼児の運動遊び変容までのブ

- ロセスモデルの仮説的生成. 聖泉論叢, 22 : 1-11.
- 東京都教育委員会 (2012) 平成 23 年度小 1 問題・中 1 ギャップの予防・解決のための「教員加配に関わる効果検証」に関する調査報告書.
- 智原江美・前迫ゆり・石田慎二・中田奈月・高岡昌子・福田公教 (2004) 保育士養成校における地域の子育て環境作りにつなげるカリキュラムの検討: 運動遊び・親子遊びに関する支援について. 奈良佐保短期大学研究紀要, 12: 45-49.
- 智原江美 (2012) 保育の視点から見た親子の運動遊びの重要性 (公開シンポジウム: 幼児の運動遊び). 奈良体育学会研究年報, 17 : 54-58.
- 鳥居恵治・山下 晋・藤原貴宏 (2015) 地域連携型親子体操教室におけるアクティブ・ラーニングの実践. 岡崎女子大学・岡崎女子短期大学地域協働研究, 1 : 57-63.
- 山田 庸・北村 哲・大西祐司 (2016) 幼児期の運動プログラムに期待される要因と運動メニューの分類: びわスポキッズプログラムの検証. 日本体育学会大会予稿集, 67 : 212.
- 山本俊彦・岡野 昇 (2010) わたしたちの運動遊びシリーズ: おうちの人と遊ぼう. 三重大学.