

第三章

かしこい体プログラム

1	かしこい体とは	P39
2	体と脳の相互作用	P40
3	4歳から8歳の発達と現代の子供につけたい力	P41
4	保幼小それぞれのプログラムの具体例	P43
5	校（園・所）内の体制づくりと幼小連携	P49

1. かしこい体とは

「かしこい体」という言葉から受ける印象は人それぞれだと思います。この保幼小中接続カリキュラムでは、p4でまず推進委員会委員長である島根県立大学の山下由紀恵教授が、「まずは、体と動きの中に、世界をキャッチできる理解力を育てる必要があります。『かしこい体』の観点は、そのことを示しています。」と述べています。また、本書第一章でも「かしこい体」について、「学習に向かうための『土台』『基盤』となるもので、学びのためのレディネスの一つ」と記載しています。学びのためのレディネスとは、子供の心身が発達し、学習する際の基礎条件となる一定の知識・経験・体などができあがっている状態だということができます。この後期幼児期（就学前期～児童期）の子供の育ちを考える時、「体」という視点を欠かすことはできません。

そのレディネスとしての体とは、「話し手の方を見て、言っていることを聞き、理解して行動することが円滑にできる」体であり、「自分に向けられている情報をきちんと入力し、情報処理をして、言葉や動きなどで出力をする」システムであると考えます。

人は情報を感覚刺激として取り入れ、筋運動として表出します。情報入力のもととなる感覚が運動発達を促し、運動発達がまた感覚機能の精度を上げていきます。このように、感覚と運動は密接に結びついて発達していくので、学習レディネスを整えるためには、例えば「見える」から「見る」という能動的な行為を行えるような感覚機能の発達を確実にしていかなければなりません。



図1は感覚運動機能の道筋を示しています。

第一段階は“支える”です。人は重力に抗して自分の体を支えられて初めて、その他の部位も思うように動かすことができるようになります。姿勢を保つには、自分の体重と同じ力で背筋力を使って頭部を支えることができなければなりません。首をまっすぐにして頭部を支え、下肢が上肢を、上肢で体を支えることができるようになると、ものをじっくりと見たり聞いたりする活動や、手指の細かい操作が可能になり、肩、肘、脚などの可動域も広がっていきます。また、自分の体重を支えながら様々な動きを可能にするためには、常に重心を保つことが必要になります。これが平衡性＝バランスです。粗大運動・姿勢制御の力とも言えるでしょう。

第二段階は“構える”です。姿勢を保持してバランスを取ることを基盤としていろいろな動きが可能になると、自分の体をイメージし、環境からの働きかけを受け止めるための「構え」や、

環境に効果的に働きかけるための「構え」の力がついていきます。

例えば、飛んでくるボールをキャッチするためには、対象となるものや相手をしっかり見て、動きやスピードなどを予測し、それに基づいて受け止めるために中間位の姿勢をとって適度な力を入れます。このように、「しっかりと対象を見て・結果を予測し、予測に合わせて自分の体を作っていくこと」が「構えることのできる」体となります。協調運動とも言い換えられます。

第三段階は“調整する”です。目で見たり耳で聞いたりして得た情報に対して細かく反応できるように、体の各部位のチームワークをとっていく力です。ちりとりでゴミを取る時も、ごみの量や形によって、きれいにちりとりに入るようにほうきやちりとりの角度を微妙に調整します。この時に、右手と左手を別々に協調させて動かせる力が必要となります。学習の場でも、曲線やはねなどの細かい器用な動きを可能にするのはこの「巧緻性」の力です。

このような、「支える→構える→調整する」一連の過程の動きを経験することで、自分の力加減や位置の状態、体のイメージなどがフィードバックされていきます。脳が内外のたくさんの刺激を有効に利用でき、効率的に組み合わせ、無意識の状態で自分の体を外界に適応させていけるようにすることを「感覚統合」と言います。この統合がなされていくことにより、「集中力・自己コントロール・教科学習力・コミュニケーションの力」など、学習や学校生活に必要な全人的な発達がスムーズにできるようになっていきます。

以上述べてきた考え方に沿い、子供の発達という視点に立って幼児教育や学校教育を見つめ直してみると、「かしこい体」とは次のような体であると言えます。

「かしこい体」 = 「学習に向かうための力の基盤が整っている体」 (= 「必要な感覚運動機能の統合がなされている体」 = 話し手の方を見て、言っていることを聞き、理解して行動することが円滑にできる体)

この理論に基づき、本書では、図1の第一段階から第三段階までの力をつけ、第四段階にスムーズに進めるためのプログラムを提案していきます。

2. 体と脳との相互作用

文部科学省は、学習指導要領の総則に「生きる力をはぐくむ」ことの重要性を挙げており指導要領総説にも「知・徳・体のバランス」「確かな学力、豊かな心、健やかな体の調和」という文言が載っています。同様に、幼稚園教育要領にも「幼児の発達は、心身の諸側面が相互に関連し合い、多様な経過をたどって成し遂げられていくものであること」と記載されています。

「知・徳・体」とは並列ではなく、相互に絡み合って生きる力につながっていくと考えられます。例えば胎児はお母さんの子宮の中で自分の足を伸ばし、その足が子宮壁にあたることで自分と自分以外とを認識すると言われています。このように、体が環境を操作し、その相互作用の中で知的能力が育くまれ、情緒の安定が図られていきます。

「三つ子の魂百まで」という諺があるように、乳児期そして幼児期の成長期に獲得した心身の基盤は、一生その人に影響を与えると考えられています。例えば脳の神経細胞は、生まれてから1年半までに急激に発達し、5歳では成人期の約80%もの神経系ができあがってくることもその一つです。他にも体の発達として、音や光に反応することしかできなかった赤ちゃんが、1年半後には重力に反して自分の力で二足歩行をするまでにもなります。そして、このように運動と脳の相互の学習を繰り返しながら、あやしてもらっては微笑みを返すことで母親を中心とした関係性を構築していきます。それが人格の基となる愛着の形成であり、性格や感情の基となっていきます。人は、自分の器である体を操作することによって、様々な情報を得、それをフィードバックすることによって思考を深めたり気持ちを安定させたりしていきます。こうやって体を動かした具体的な体験は、数や言葉といった教科学習の準備ともなります。

通常、このような体の基盤は、子供達の遊びや生活の中で整っていくのですが、最近の子供達の中には、この基盤がまだ整っていないため、学習や生活に不都合な状況が生じていることがあります。生活様式の変化、少子化によるコミュニティの減少、夜型の生活時間など、いろいろな理由が挙げられるでしょう。そのため、学校や幼稚園においても、今一度、子供の体の発達の道筋を押さえ、その年齢相応の体を作っていくことがどうしても必要となってきているのです。

それでは、子供の体や認知能力はどのように発達していくのでしょうか。ここでは、幼小の接続期よりも少し長いスパンとなる4歳から8歳（小学校低学年）までの発達の目安を記していきます。

3. 4歳から8歳の発達と現在の子供につけたい力

表1：4歳～8歳の発達

4歳～	全身のバランスをとる能力が発達し、体の動きが巧みになる 利き手が決まってくる ケンケン、雑巾がけ、走りながら縄跳びなど、「～しながら～する」動きができるようになる 両手の交互開閉ができる ハサミなどの道具を使い、使う手と支える手という両手の機能分化が進む 3までの数の復唱や選択ができる 頭足人を描く 十字や四角が描ける
5歳～	進んで運動遊びをしたり、仲間とともに活発に遊ぶようになる 自転車や竹馬などに乗る 雲梯で2～3回進む ブランコの立ちこぎができる

5 歳～	<p>スキップができるようになる 「踏み切り・空中での制御・着地」など、3 個ワンセットの動きに挑戦し始める 人物画に服を描く 横向きの表現をし始める 三角が描ける だんだん大きくなる○を描く しりとりができる 自分の左右がわかるようになる 自分の体などの「大きさの変化」をとらえ始める 「できたーできない」という二分評価から、「～したらできる」という系列的評価へと進む 4 桁の数の復唱ができる 全身運動が滑らかで巧みになり、快活に飛び回るようになる</p>
6 歳～	<p>役割分担が生まれるような協同遊びやごっこ遊びを行う 活動範囲や興味の範囲が地域へと広がり、社会的ルールの理解も始まる 永久歯が生え始める かかとをつけ、両手を伸ばした立位や正座などの正姿勢がとれるようになる 連続スキップ、連続側転などができるようになる 編み物、こま回しなど、細かい作業が可能になる 眉、歯など、人物画の表現が詳細になる 菱形を描く 相手の立場や気持ちを考えるようになる 読み書き、算数などへの関心が芽生える</p>
7 歳～	<p>鼻、腕など人物画の表現や各パーツのバランスの表現もより詳細になる 左右の分化が進む 両眼視がほぼできるようになる 平仮名を習得する ソフトボールをおよそ 10 m 投げることができる 自分の体を動かしてやってみることで物事を理解する 逆上がりができるようになる</p>

幼少期は発達の個人差が大きく、6 ヶ月くらいの差の幅を考慮しなければなりません。その上で、このような発達の目安を知ることにより、目の前にいる子供の心身の状態をチェックしていくことが可能になります。そして、子供にどのような日々の活動を促していけば良いのかが明らかになってきます。

『平成 22 年度島根県教育センター教育相談スタッフ 特別支援教育セクション共同研究

「学習に向かう力を育てるための見取りと体づくりの提案～小学校低学年の読み書きと学習規律の基盤を整える～」では、市内のある小学校低学年全員に対し、運動や読み書き、学習規律、人物画の 4 つの項目について定点調査をしています。その結果、小学校 1 年生の 5 月の段階で、上記のような年齢相応の体の動きができない子供が多くいたと報告されています。特に腕支持や回旋、スキップ、走っていて止まることなどの項目の通過率が低く、「できる」の評価が半分以

下という結果でした。人物画検査でも、1年生5月の段階では「5歳1ヶ月～」の精神年齢にあたる子供が一番多いという結果でした。つまり、小学校1年生の学習をしているけれども、1年生（6・7歳～）としての体が整っていないという状態の子供が少なからずいると考えられます。

「5歳～」の子供の発達を表1で見ると、スキップ・左右の弁別・姿勢制御からややダイナミックな移動運動へと発達していく時期となっています。例えば「スキップができる」ということは、体の左右や上肢と下肢とのチームワークができてくるということであり、学習や学校生活の中でも左手と右手を使い分けながら定規で線を引くなどの細かい操作活動がスムーズにできてくるということにもつながります。運動発達と認知、情動とは深い関係があることはすでに述べているとおりで、現在の子供の全人的な発達を促し、生きる力をつけていくためには、

自分の体を支え、止めることのできる力（支持・保持）
 体の揺れを感じつつ筋肉の緊張を保つ力（バランス）
 頭の重心が移動しても平衡が保てる力（体の軸・バランス）
 自分の体の中心線を越えて反対側の空間を操作する力（正中線交叉・協調運動）

などの基盤を整えていく教育活動を行っていく必要があると言えます。

これらの力をつけていくためには、足の裏でしっかり地面を踏みしめ固定点を作り、体幹部（インナーマッスル）に力を入れて体の軸を作っていかなければなりません。そして、情報をしっかり入力して、周囲と合わせて動くことができなければなりません。

それでは、小学校や幼稚園、保育所（園）では実際にどのようにしてこれらの力をつけていけばよいのでしょうか。本編第二章「接続機カリキュラム」p8～p11では、上記の考えに立ち、保育指針や幼稚園教育要領・小学校学習指導要領に基づいた体・動きづくりの重点や保幼小それぞれの活動事例を載せています。次項では、その事例以外にも人が体を動かすときの始発筋肉のある体幹部を安定させ、四肢の調整運動がスムーズにできるような活動例や、一日の生活の中のプログラム、環境設定の工夫などを紹介していきますので、参考にしてください。

4. 保幼小それぞれのプログラムの具体例

① 幼稚園（保育所・園）のプログラムの具体例

設定活動として

午前中の設定保育の時間の活動例です。

《例1：タオルで遊ぼう》

タオルは子供でも扱いやすい薄手のものがよく、伸ばしたり結んだりして形を変えることができます。顔や手を拭くタオルとは別にして常備するとよいでしょう。

○タオルで体ほぐし

- ・お風呂で背中を洗うようにタオルを右手と左手で持ち、ごしごしとこする
- ・続いて、タオルを半分にしてこする
- ・タオルを頭の上に両手を伸ばして持ち、前曲げや後ろそり、横曲げや斜め横曲げなどの体操を行う



○頭にタオルを乗せてみよう

- ・折ったタオルを頭に乗せてまっすぐ歩く
- ・いろいろな線や低めの台などのコースを設定し、落とさないように歩く
- ・落とさないようにしながら止まっているいろいろなポーズをとる

○タオルで動物ごっこ

- ・タオルを動物の耳や羽、しっぽなどに見立てて、動物になりきって動く（象・うさぎ・鳥・ネコ・チーターなど）

○タオルで引っ張り合っこ

- ・二人ひと組でタオルを綱引きのように引っ張り合う
- ・一枚のタオルの両端をそれぞれが軽く握り、「はい」の合図でタオルを引っ張る

○タオルをキャッチしよう

- ・タオルを広げたまま、空中に投げてキャッチする
- ・先生にいろいろなところに投げてもらい、落とさないようにキャッチする

○タオルをボールにしよう

- ・タオルを結んでボールにし、空中に投げてキャッチする
- ・先生や友達と二人でキャッチする
- ・先生が傘を広げて逆さにして持ち、玉入れのようにしてボールをそこに入れる

○タオルをロープにしよう

- ・タオルの端っこを結んで持ち、縄跳びのようにして回す
- ・タオルの両端を広げて持ち、足の下をくぐらせる（前から・後ろから）
- ・タオルの両箸を二人でもって、なべなべ底抜けをする

○タオルくぐり・タオル飛び

- ・二人でタオルを持っていろいろな高さにし、もう一人がリンボーダンスのようにくぐり抜ける
- ・二人でタオルを持っていろいろな高さにし、もう一人が飛び越えていく

○タオルで宅急便

- ・二人でタオルを広げて持ち、風船やボールなど不安定なものを落とさないように運ぶ

《例2：進化運動で遊ぼう》

赤ちゃんがこの世に生まれてから立ち上がって歩き出すまでの過程は、一生の運動能力の基となる大事な運動要素をたくさん含んでいます。ですが、今の子供の中には、例えばハイハイをする期間が非常に短かいままつかまり立ちを始めてしまう子供もおり、転んでも手が出ないために顔や頭に怪我をしてしまうなどの問題が指摘されています。この時期の赤ちゃん動きを楽しい運動遊びにアレンジしてみましょう。また、すべての動きをつなげて、「毎日5分間の体操」としてもよいですね。

○寝返りコロコロ

- ・お腹に力を入れて赤ちゃんの寝返りの動きをコロコロと行う
- ・寝返りをしたあと、両手でしっかり体を支え、体を止め頭を上げて天井を見る

- ハイハイ競争 ・四つばいや高ばい、ほふく前進などいろいろなハイハイで競争する
 - ・前に進むだけでなく、後ろへ下がることもやってみる
 - ・ハイハイが終わったらすばやく立って走ったり、スキップをしたりする

《例3：ゆっくりの国で遊ぼう》

「飛ぶ、走る」というスピード感のある動きは子供に人気ですが、逆に「ゆっくり、大きくスローで」という動きはあまり行われなないかもしれません。気になる子供の中には、この「ゆっくり、そっと、落ち着いて」という動きが苦手な子供がいます。人の動きをよく見たり、人や時間、物に合わせたりするこのような遊びを意識して取り入れましょう。

○スローモーション遊び

- ・普段行う体操やダンス、ストレッチなどをゆっくりバージョンで行う
- ・「ボールを投げる」などの動きをゆっくりコマ送りのように行う

○忍者歩き

- ・忍者のように大股で腕を大きく振って歩く
- ・忍者のように音をさせずにゆっくり歩く

○太極拳

- ・太極拳を子供向きにアレンジして行う
- ・動物や虫の動きなどをイメージしてゆっくりした太極拳のような動きを考える

この他にもたくさんのバリエーションが考えられます。タオルやフラフープ、新聞紙、ボールなど、身の回りにある物を使って子供と一緒に遊びを工夫していきましょう。また、ゆっくりした動きを速い動きと組み合わせ、緩急のある動きとして遊ぶとより楽しいでしょう。

幼児の成長を育む運動遊びについては、多くの本やネットでも紹介されています。また、「幼児期運動指針 普及用パンフレット」にも新聞紙やロープ、マットを使った遊びや鬼ごっこの遊びが載っています。これらを参考にしながら、発達の特徴に合わせた遊びを提供してください。

園内の環境を工夫して

日常過ごす室内や廊下などにいろいろな工夫を施しておき、子供が自然と体を動かしたくなる仕掛けを作りましょう。

○室内の工夫

- ・天井からいろいろな高さに鈴などを吊るし、ジャンプに挑戦させる
- ・青竹や低めの平均台、バランスクッションなどを置く
- ・壁に足型をつけ、逆さになってどこまで足がつくか挑戦させる
- ・低い位置にパン食い競争のようにしていろいろな形を吊るし、足の指で挟んでそれを取る
- ・同様にして高い位置にいろいろな形を吊るし、背伸びしてそれを取る

○廊下などの工夫

- ・一本線や曲がった線、ケンケンパ、ラダー（縄梯子）などいろいろな線や形をテープで引き、その上を歩いたり遊んだりできるようにする
- ・お手玉やケン玉、コマ、あやとりなど昔ながらの伝承遊びコーナーを作る

図2：幼稚園の廊下の線・室内での青竹踏み



日常生活の中で心がけて

毎日繰り返される何気ない子供の行動や習慣化された行動を見直し、体幹部に力を入れたり手先をしっかりと使うような動きとなるよう変えていったり、自分の体へのイメージをより高めたりすることができるようにしていきましょう。

○登園・朝の会では

- ・片方の手だけで両方の靴を持つように促す
- ・立ったまま靴や靴下を履くように促す
- ・健康観察の時に、自分の体の状態について体の部位を表す言葉を意識して使うようにする
- ・健康観察の時に、自分の体の状態を絵に描いてある全身像を使って表す（ex：ここの肘をすりむきました などを絵の部位を指差しながら話す）
- ・毎朝、足の指を広げたり伸ばしたりする体操を行う

○座るとき

- ・床に座るときは、割り座座りにならないように体育座りかあぐら座りを促す
- ・椅子に座る生活の習慣化を図る
- ・椅子に座るときは足を床につけるように促す
- ・椅子に座るときに、足を交互に上げ下げしたり腰をまっすぐに伸ばすような運動をする

○物を持つとき

- ・物を運ぶときはお腹につけず、両腕を伸ばして運ぶようにする
- ・椅子は引きずらずに両腕で抱えて運ぶ

○ゴミを捨てるとき

- ・そのまま捨てるのではなく、ティッシュや包み紙などを手で丸めたりひねったりしてから捨てる

続いては小学校低学年のプログラム例です。

② 小学校のプログラムの具体例

体育の時間の例

体を意図的に動かす活動自体が問題解決学習や言語活動となることを意識し、運動量や必要な動きの要素のバリエーションがしっかり確保できる体育の時間となるようにしましょう。

○必要な動きの要素をサーキットとして毎時間行う

- ・「バランス・移動・用具の操作・力試し・動きの組み合わせ」などの「体づくり運動」の領域をサーキットとしてアレンジし、「技能」を目標にするのではなく「感覚づくり」「多様な運動経験」を重要視して経験量を増やしていく
- ・サーキットは体育館バージョン、校庭バージョンの2種類作成する
(低学年体育館バージョンの例は第二章 p 17 参照)
- ・靴や靴下は立って脱ぎ履きするところから始める

○時間や空間の構造化

- ・授業の流れを、体操→サーキット→メインの運動のために必要な筋肉や部位の動き、感覚を高めるための運動→メインの運動→振り返り などとし、ルーティーンとすることで子供に見通しをもたせる
- ・並ぶ場所や授業の流れ、活動する場所、活動時間などをコーンやライン、デジタイマーなどでわかりやすく示していく

○集団行動としての意識

- ・整列の仕方や人や場所への合わせ方などを指導する

体育以外の授業時間の例

体育以外の授業でも「かしこい体」のための活動を行うことが可能です。休憩時間や掃除などから教室に帰って座学の授業を行う際には、動いてきた体（興奮）を止めて座学（沈静）に入らなければならないため、集中できにくい子供もいます。興奮したまま授業に入らないよう、体と気持ちの切り替えができるような体の一部をちょっとした動かすような運動を取り入れましょう。

また、課題の遂行には個人差がありますから、課題が早く終わった子供には目の動きの機能や手先の巧緻性を高めるようなプリントなどを用意しておくのも良いでしょう。

○授業の始めや終わり、朝の会や帰りの会などに体を動かす

- ・「机でツバメ」「矢印体操」「空書き」「暗唱」「姿勢運動」「片足バランス」「深呼吸」「しこ踏み」
- ・「まねっこ体操」など、自席の範囲でできるちょっとした動きを行ってから授業に入る
- ・「見る」「聞く」感覚を研ぎ澄ます活動（例：「今から言う数字を書きなさい」など）を行う
- ・授業の終わりに先生とハイタッチをする
- ・帰る前に紙鉄砲を鳴らす

○個人差対応プリントを用意する

- ・「迷路」「点つなぎ」「マスコピー」「切り絵」「間違い探し」など、教科や進度には直接関係のないプリントを用意し、目と手の協応や調整力などを高める

○授業中に動かす

- ・授業開始後15分くらいすると心身の集中力が落ちるので、ペア活動や話し合い活動を入れたり、
- ・「答えやヒントを廊下に見に行く」など、体を動かせるようにする

○授業以外の時間の工夫

- ・給食の食缶の持ち方や食器、箸の持ち方などを指導する
- ・掃除時間の雑巾の絞り方やホウキとちりとりを使い方などを指導する

休憩時間の過ごし方の工夫

毎日の休憩時間に体を動かして遊んでいるように見えても、案外と遊べていない子供もいます。遊ばせ方にも以下のような工夫をすることができます。

○チャレンジカードを持たせる

- ・遊具でのいろいろな遊びをカードにし、合格したら色を塗る
- ・全部合格したら校長先生から「名人認定証」をもらう

児童会活動や縦割り活動、全校集会などの工夫

児童会活動や縦割り活動で行うふれあいの行事でも、体をつくるための内容を取り入れることができます。また、全校集会なども人やスペースに合わせ、異学年がお互いを意識するための大事な時間です。いろいろな工夫をしてみましょう。

○縦割り活動で遊ぼう

- ・「だるまさん転んだ」「花いちもんめ」「てんか」「缶蹴り」など、昔ながらの遊びを異学年で月1回程度行う
- ・晴天時バージョン、雨天時バージョンを作る
- ・「あやとり」「お手玉」「積木」など、目と手の協調性をねらった遊びも取り入れる
- ・保護者や地域の人にも参加してもらう

○全校集会の工夫

- ・両端から6年生、5年生…の順番に並び、異学年を意識する
- ・自分の並ぶスペースが均等になるように印をつける
- ・体づくりの取組の様子をプレゼンし、子供に取組の意味を知らせ評価を返す
- ・音楽や笛に合わせて行進する
- ・「回れ右」を毎回行う

校内の環境設定の工夫

子供が自然と体を動かしたくなる仕掛けや、体育の器具や用具の収納などを工夫してみましょう。

○階段や空間の工夫

- ・階段に「一段とぼしゾーン」「つま先ゾーン」などの表示をし、大股で歩いたり踏ん張って歩いたりできるように仕掛ける
- ・廊下やピロティにケンパゾーンやラダー（縄梯子）などのラインを引く
- ・教室の横や昇降口の空間にいろいろな高さのジャンプ板を吊るしたり貼ったりし、挑戦させる
- ・廊下などのスペースに「お手玉」「折り紙」などちょっとした遊びができるコーナーを設ける
- ・外に「一輪車チャレンジコース」「ロープ投げコース」などアスレチックのような場所を設ける

○体育館の工夫

- ・壁に「投げ」や「五種目走」などの動きの正しいフォームの絵やコマ送りの写真などを貼り、真似をさせる
- ・跳び箱を運ぶキャスターや踏切板をくくるチェーンなどを作り、器具庫の中を整理し、動かしやすくする

図3；廊下のお手玉コーナー・教室の横の170cm～200cmのジャンプ板・キャスター付きの跳び箱



この他にも、放課後にサーキット活動を行ったり、全校ダンスをオリジナルの太極拳にしたりするなどの取組を行っている学校もあります。また、島根県教育委員会保健体育課による「しまねっ子！元気アッププログラム」の活用も全県で行われています。各校が取り組みやすい方法で、子供が楽しく主体的に体を動かす経験値を上げていけるようにしていきましょう。

5. 校（園・所）内の体制づくりと保幼小連携

最後に、今まで述べてきたような取組を校（園・所）内体制として行うにはどうすればよいのかを考えていきます。

『平成23年度 島根県教育センター 教育相談スタッフ 特別支援教育セクション 個人研究「学習に向かう力を育てる体づくり～県内の実践に学ぶ～」』では、取組の指針を次のように挙げています。

- 子供の教育的ニーズを体の観点から把握する目を多面的に持つことが必要である
- 子供も教職員にとっても励みにするために、取組の評価を見える形で行う
- 学校全体が同じ目標に向かうために、教職員の協働作業を行う
- 家庭や地域との連携を深めるための発信を心がける

この取組を校（園・所）内で行うためには、校内研究として位置づけることが最も進めやすいと考えられます。しかしそうはいかない学校もたくさんありますので、体育や特別支援教育の年間指導計画や全体計画の中に絡めていき、体制づくりを図っていく方法もあるでしょう。

いずれにせよ、上記の指針にあるように、

○**子供の教育的ニーズを把握する多面的な目**…「子供の行動にはすべて意味がある」との考えのもと、体力テストはもとより、スキップや片足立ちなど必要なレディネスの到達度チェック、鉛筆やクレヨン、箸などの持ち方、立位や座る姿勢、人物画（グッドイナフ人物画検査）、文部科学省の「幼児期運動能力調査」「基本的な動作の調査」、眼球運動、書字のバランス、足型や手形、青竹に乗る秒数など、日常の観察からちょっとした調査まで幅広く子供の様子を見ていくことができることが望ましいと思います。

そして、この結果を「定点調査」として位置付け、取組をする前とした後での変化を比較することにより、取組の成果や課題を実感することができます。これがP D C Aサイクルに「リサーチ=R」を加えた「R P D C Aサイクル」です。この定点調査を1学期はじめと3学期に行うなどにより、一年間を計画的に見通すことができます。

続いて、その他の指針について考察します。

○**取組の評価の視覚化**…子供はすぐに結果を知りたがります。頑張ったことにはすぐに評価を返せるようにしたいものです。以前の字や姿勢、動きの様子を映像で残しておき、変化を比べて見せるのも良いでしょう。また、片足立ちや青竹に乗る秒数などの数値の変化も励みとなるでしょう。教職員にとっても自分たちの活動設定の方向性を判断するためにも評価は欠かせません。

○**教職員の協働作業**…サーキットなどの毎時間の固定した活動を設定する際には、「こんな動きをしたら体幹が安定するんじゃない？」などと言いながら実際に教職員が体を動かしながら協働作業を行い、各校のオリジナルを作っていくと良いと思います。例えば小学校などでは、同じ学校に勤めながら学年部が違うとなかなか子供の話ができにくかったりするものです。学校が一枚岩となるためには互いの意思の疎通が必要です。このような作業を通して一緒に笑ったり汗を流したりすることにより共同意識が持てるようになり、同僚性も向上していくのではないのでしょうか。

○**家庭や地域への発信**…子供は家庭や地域でも生活していますので、取組の意味を知らせ、生活リズムを整えて同じ歩調で子供の体づくりを行っていきたいものです。そのためには、P T Aとも連携し、学校だよりの発行や参観日の親子活動、地域の人を招いた昔遊びなどの時間を確保していくことが良いでしょう。

体づくりの取組の成果が見えるためには長い時間がかかります。特に姿勢などはそう簡単には改善しないかもしれません。取組が途中でマンネリ化したり息切れしたりしないように、R P D C Aサイクルを設定して取組を行っていくようにしたいものです。

そして、保幼小の連携についてです。

『平成24年度 島根県教育センター 教育相談スタッフ 特別支援教育セクション 個人研究「学習に向かう力を育てる体づくり～県内の実践に学ぶpart2～」』では、幼小連携の指針について次のように述べています。

- 子供の教育的ニーズを体の観点から多面的に把握する目を持つことが必要 …【スタンス】
- それぞれの教育活動と子供の様子を互いに見学し合うことが望ましい …【人的な連携】
- それぞれの教職員の交流と共通理解を図るための研修や協働作業を行う
…【教育上の課題の共有】
- 子供の心身の発達について知り、何歳までにこのような力をつけておきたいという共通の到達目標を設定する
…【教育課程の編成や実施】

保幼小が連携して子供を育てていくためには「スタンスを持ち、人的な連携を行い、教育上の課題を共有し、教育課程の編成や実施に取り組んでいく」というサイクルが必要です。具体的には「学びや発達を体という観点を持ちながら連続させる」というスタンスのもと、人的な連携や協働作業を行って「学習に向かうレディネスが整っている体とはどのような体なのか」という課題を共有し、「その体のためにはお互いにどんなことをすればよいのか」「その成果や課題をどのように評価修正するのか」という取組の具体を共有することです。

松江市内では、実際にこのスタンスで幼小一貫教育に取り組んでいる学校（園）があります。

ここでは、幼稚園の子供の様子を小学校の教員が見に行き、子供の眼球運動の様子を調査し、幼稚園の先生と一緒に子供の体について考えていく時間を設けています。また、幼稚園の先生も小学校で一日生活し、授業だけでなく休憩時間の様子なども見えています。そして年間数回の研修会を開き、互いの子供の様子をビデオで見たり、それぞれの定点調査の結果を出し合ったりしながら子供理解を深めています。

これから連携を進めていく学校は、まずは人的連携を図るための研修会や互いの見学の時間の設定からスタートし、自校（園・所）の子供の様子を調査（リサーチ）してみることを勧めます。「かしこい体＝学習に向かうレディネスの整っている体＝話し手の方を見て、言っていることを聞き、理解して行動することが円滑にできる体」であるという共通認識を持つことができ、「自分の体をしっかり支え、止められること」の大切さが共有できれば、あとはそれぞれの学校、幼稚園、保育所（園）で独自の取組を進めていくことができます。

その成果を時々共有していく、そのような機会を重ねていけば、例えば卒園段階で「ケンケンやスキップ、行進、手押し車などがこのくらいになりました」と言って子供を送り出すなど、互いの共通の言葉や数値による到達目標をもち、子供の育ちの連携が図れていくと考えます。

4歳～8歳の時期は「プレ・ゴールデンエイジ」とも呼ばれ、様々な運動を習得するための黄金期の前段階にあたる大切な時期です。体体験の不足は想像力やチャレンジ精神、自信の不足にもつながります。この時期に「多様でたくさんの体経験」を積むことにより、「体を動かすことが好き」「自分はやっていける」という意識や自己有能感という安定した情緒の根っこをしっかりと育て、学習そのものに無理なく集中できることによってその先の学年への学習の積み上げの土台の認知能力を固めていけるようにしたいものです。

※定点調査（リサーチ）の例

保 幼…足形・手形・箸やクレヨンの持ち方・人物画・ケンケンやスキップの様子・立ち方座り方・青竹に乗る秒数・咀嚼の様子・眼球運動・行進や手押し車の様子・幼児期運動能力調査・基本的動作の調査・ハサミの使い方や折り紙の折り方 など
 小学校…足形・体力テスト・人物画・眼球運動・字形・短期記憶・ラジオ体操の様子・ケンケンやスキップの様子・行進や手押し車の様子 など

【引用・参考文献】

- 島根教育センター平成22年度研究紀要H22-4 『学習に向かうための見取りと体づくりの提案～小学校低学年の読み書きと学習規律の基盤を整える』
- 島根県教育センター平成23年度研究紀要H23-1 『学習に向かう力を育てる体づくり～県内の実践に学ぶ～』
- 島根県教育センター平成24年度研究紀要H24-1 『学習に向かう力を育てる体づくり～県内の実践に学ぶpart2～』
- 平成23年度特別支援教育にかかる教員長期研修派遣事業研修報告書『発達の観点から見た通常の学級における支援の在り方～学習レディネス向上のための活動の提案
 神戸市立長田南小学校 鳥飼由佳
- 中尾繁樹編著：「特別」ではない特別支援教育 ①子供の特性を知るアセスメントと指導・支援
 明治図書（2009）
- 中尾繁樹編著：「特別」ではない特別支援教育 ②みんなの「自立活動」特別支援学校編
 明治図書（2009）
- 中尾繁樹編著：「特別」ではない特別支援教育 ③みんなの「自立活動」特別支援学級・通級指導
 教室・通常の学級編 明治図書（2009）
- 中尾繁樹編著：「特別」ではない特別支援教育④0歳からの特別支援教育 明治図書（2010）
- 中尾繁樹著：「特別」ではない特別支援教育 ⑤不器用な子供達の間感覚運動指導
 明治図書（2013）
- 丸山美和子：小学校までにつけておきたい力と学童期への見通し かもがわ出版（2005）
- 笹田哲：体の動き指導アラカルト 中央法規（2012）
- 笹田哲：気になる子供のできたが増える体育指導アラカルト 中央法規（2012）
- 笹田哲：3・4・5歳の体・手先の動き指導アラカルト 中央法規（2012）
- 笹田哲：「かしこい体」の作り方 山洋社（2011）
- 木村順：育てにくい子にはわけがある～感覚統合が教えてくれたもの 大月書店（2006）
- 佐藤剛監修：感覚統合Q&A 子供の理解と援助のために 協同医書（1998）
- 河原紀子監修：0歳～6歳 子供の発達と保育の本 学研（2011）
- 小西行郎：赤ちゃんと脳科学 集英社新書（2003）
- 澤木一貴：小学生の体幹トレーニング ベースボールマガジン社（2012）
- 森嶋勉著・太田篤志監修：発達障がい児の脳と感覚を育てるかんたん運動 合同出版（2011）