

幼児教育における  
「あそびボックス（運動遊び）」動画の作成と実践

—保育者を志望する学生への動画の視聴と授業での活用—

Creating and practicing exercise play videos in early childhood education

笹谷絵里・荒木慎太郎・山本清文

# 幼児教育における 「あそびックス(運動遊び)」動画の作成と実践 —保育者を志望する学生への動画の視聴と授業での活用—

笹谷 絵里・荒木 慎太郎・山本 清文

## 1. はじめに

新型コロナウイルス感染症の影響によって、2020年度は多くの大学でオンライン授業が採用された。初等教育の授業の中でも特に体育、音楽、図画工作もしくは幼稚園教諭・保育士養成科目における健康や表現（音楽・造形）といった対面を前提とした実技系科目では、「実際に見る」や「体験・経験する」ことが前提となっており、オンライン授業の実施においては、授業方法・授業内容ともに大幅な修正を行う必要があったと考えられる。実際に、多くの大学でオンライン授業が導入され、その取り組みが報告されている（栄長 2021, 藤本 2021, 堀館・清水2021, 門利他2021, 中西 2021, 小畑・三浦 2021, 小澤2021）。

その中で、体育科目に着目すると「新型コロナウイルス感染症拡大に伴う授業実施に関する緊急アンケート」を実施した、公益財団法人全国体育大学連合の2020年4月の結果を見ると、アンケートに回答した48の大学のうち26校（54.2%）が前期（春学期）を開始すると回答しており、体育実技授業実施を遅らせた際の対応について20校（41.7%）がオンデマンド等のオンライン授業を実施する予定と回答し、実技に代わる講義を実施するが9校（18.8%）となっていた（公益財団法人全国体育大学連合2020）。このように、体育の実技科目では、座学ではなく、オンデマンド等のオンラインを利用し実際に身体を動かす授業を行うことでより深い学びにつながると考えられていた。

実際にオンデマンド授業でカポエイラ・エクササイズを実施した小笠原大輔は、多くの学生が、オンデマンドの授業を楽しんでいると考えており、動画の利点として、何度も繰り返し視聴することや一時停止・スロー再生など自分の学びにあった視

聴を実施することで深い学びにつながる点を大きなメリットと考えているとした。また、学生の感想から、動画の運動強度も中～高程度であり、ある程度の運動量が確保できたとしている。一方で、オンデマンドの動画の場合実際にその場で直接指導できない、相手とやり取りできないなどの問題を指摘している。さらに、ネット環境やオンライン授業の受講方法を理解していても住環境要因によって実技科目を実施することが困難な学生がいることも指摘しており、「完全な公平性」を担保するには「動かない体育実技」も考慮する必要があり、今後の課題であるとした（小笠原2021：48-50）。このように、オンラインによる動画の視聴では、繰り返し見ることや自分のペースで視聴できることで学びを深めるメリットがあるものの、双方向でのやり取りができないことや自宅等で動画を視聴することからICT機器等の貸し出しといった配慮がなされても住環境により不利益を被る学生がいることも明らかにされている。本稿では、これらの課題も考慮しつつも、動画の視聴による深い学び及び実技科目という特性に対してどのような動画が学生の学びにつながるかを検証し、今後のオンデマンド授業に役立つ基礎的資料としたい。

## 2. 研究方法

### 2-1 動画の概要

本学では、2020年の前期の授業において、対面授業を実施せず、オンライン等を利用した授業を実施した。本研究の対象とした「保育内容（健康）」の授業では、食べ物への興味関心や健康な生活リズム、自分の健康に関心を持つこととともに「遊びの中で十分に体を動かす」ことの重要性が幼稚園教育要領解説等で述べられている。それには、座学のみでなく、遊びの中で十分に体を動かすことを指導できる保育者の養成が重要である（文部科学省2018、厚生労働省2018、内閣府・文部科学省・厚生労働省2018）とされている。そのため、オンライン等の授業では、課題や座学を中心に上記のテーマについて内容を深めるとともに、「様々な遊びの中で、幼児が興味や関心、能力に応じて全身を使って活動することにより、体を動かす楽しさを味わい、自分の体を大切にしようとする気持ちが育つよ

うにすること。その際、多様な動きを経験する中で、体の動きを調整するようにすること」(文部科学省2018:158)ができるよう、幼児がさまざまな遊びや生活を通して、体を動かす楽しさや自分の体を大切にしようとする気持ちが育つようにすることの大切さが実感できるような授業内容が必要であると考えた。そのため、課題や座学にとどまらず、実際に学生が身体を動かし運動遊びの楽しさや多様な動きを経験することの重要性を理解し、将来保育者として実際に指導できる内容として運動遊びをエアロビック形式で楽しくできる、「あそびックス(運動遊び)」動画の作成が保育内容(健康)において必要であるとの考えに至った。

あそびックスは、エアロビックの振り付けの考案及びメジャコンの歌に合わせたエアロビクスダンス(山本他2021)の教材作成の経験があり、日本体育協会公認上級コーチ(エアロビック)の山本清文が振り付け・あそびックスの指導を行った。動画教材の製作経験があり、映像撮影・編集技術が専門である荒木慎太郎が制作を実施し、保育内容(健康)の授業を受け持ち、幼稚園教諭の資格を持つ笹谷絵里が監修及び授業での実施を行った。動画には、保育者であり、運動遊びの指導経験がある衣笠幼稚園の大林緑、安達美樹に実施者として撮影の協力を得た。動画の撮影時には感染症対策を実施した。動画の内容は以下の通りである。動画では、学生の学びが深まるように4つのチャプターを作成し、ひとりで実施する場合、複数人で実施する場合等さまざまな場面を想定し作成した。また、コロナ感染症の状況を鑑みて、他者との接触のあるもの(クロスタッチ)と全員が同じ方向を向いて実施し他者との接触がないものを分けて制作した。他者と接触のあるものの作成に関しては、学生が実際に幼児に指導する場面では、幼児の運動遊びの観点からみても他者と関わるのが発達面においても有用であるとして取り入れている(表1)。

表1 あそびックスの内容

時間	みんなであえろ	時間	おともだちであえろ	時間	れんしゅうであえろ	時間	いっしょにあえろ
0'00	タイトル	0'00	タイトル	0'00	タイトル	0'00	タイトル
0'08	出演者の自己紹介	0'10	あそびックスの開始	0'09	あそびックスの開始	0'10	あそびックスの開始
0'25	あそびックスの開始	1'20	好きなポーズ (4ポーズ)	1'19	好きなポーズ (4ポーズ)	1'20	好きなポーズ (4ポーズ)
1'40	好きなポーズ (4ポーズ)	1'26	動きの再開	1'26	動きの再開	1'26	動きの再開
1'46	動きの再開	2'36	好きなポーズ (4ポーズ)	2'35	好きなポーズ (4ポーズ)	2'36	好きなポーズ (4ポーズ)
2'55	好きなポーズ (4ポーズ)	2'42	動きの再開	2'43	動きの再開	2'43	動きの再開
3'01	動きの再開	2'53	好きなポーズ	2'53	好きなポーズ	2'54	好きなポーズ
3'13	好きなポーズ	2'59	終了	2'59	終了	2'59	終了
3'20	終了						
実施者	山本・大林・安達	実施者	大林・安達	実施者	山本	実施者	山本・大林・安達
	*他者との接触なし		*他者との接触あり		*他者との接触なし		*他者との接触あり

## 2-2 研究対象者について

研究の対象者はA大学の2年生で保育者を目指す学生50名である。アンケートは授業の実施後である、2020年7月～8月に、「あそびックスの動画についてのアンケート」として、動画の視聴と実施に関するアンケートを行なった。アンケートの実施前に対象者に研究の趣旨を説明し、45名(90%)から回答を得た。アンケートの内容は、①あそびックスというタイトルについてどう思いますか。②動画の表示はわかりやすいですか(タイトルの表示や先生の名前の表示など)。③動画でのあそびックス(運動あそび)はわかりやすいですか。④あそびックスの一連の動きの中で、わかりにくいところはありませんか。⑤動画のあそびックスの長さは適切ですか。⑥【はじめて】実際にあそびックスをしてください。実際にやってみてどうですか。⑦【練習後】実際にあそびックスをしてください。実際にやってみてどうですか。⑧何回程度、練習しましたか。⑨あそびックスは子どもと一緒に実施することを目的にしています。自分が実施する以外に子どもに指導することはできますか。⑩設問9で答えた内容について、具体的にその理由を記述してください。⑪あそびックスについて、思ったり感じたことについて記述してくださいの11項目である。質問⑩⑪については自由記述とした。

## 3. 倫理的配慮

本調査の実施に当っては研究対象者に文書にて研究の趣旨、目的、研究結果の利用方法、個人情報管理、研究協力を拒否する権利について説明を実施した。

#### 4. 結果と考察

アンケートの回答結果を見ると、①あそびックスというタイトルについてどう思いますかでは、良いが26名（58%）、やや良いが14名（31%）、どちらともいえないが14人（9%）、やや悪いが1名（2%）、悪いと答えた回答者はいなかった。回答から、約90%の学生があそびックスというタイトルに好感を持っていることがわかった（図1）。

次に、②動画の表示はわかりやすいですか（タイトルの表示や先生の名前の表示など）では、わかりやすいが31名（69%）、ややわかりやすいが9名（20%）、どちらともいえないが4名（9%）、ややわかりにくいと1名（2%）わかりにくいと答えた回答者はいなかった。質問項目①と同様に、約90%の学生が動画での表示がわかりやすいものであると感じていた（図2）。

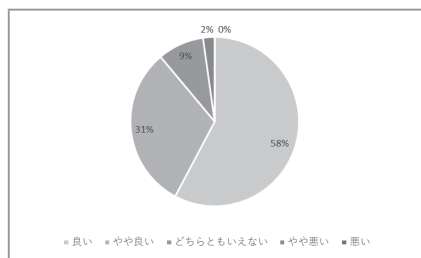


図1. あそびックスというタイトルについてどう思いますか

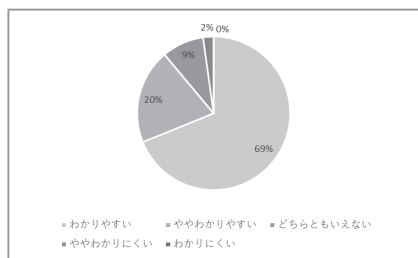


図2. 動画での表示はわかりやすいですか

動画の内容である、③動画でのあそびックス（運動あそび）はわかりやすいですかでは、わかりやすいが28名（62%）、ややわかりやすいが15名（34%）、どちらともいえない1名（2%）、ややわかりにくい1名（2%）であり、わかりにくいとした回答者はおらず、ほとんどの学生が動画の内容をわかりやすいと感じていることがわかった（図3）。

動画の中の動きの内容に関して、④あそびックスの一連の動きの中で、わかりにくいところがありましたかでは、あったが2名（5%）、ややあったが9名（20%）、どちらともいえなかった4名（9%）、あまりなかったが10名（22%）、

なかったが20名（44%）で、6割以上の学生が動きにわかりにくいところはなかったとしながらも、2割以上の学生が動きにわかりにくいところがあったと感じていたことがわかった（図4）。

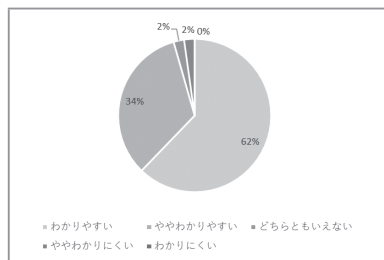


図3. 動画でのあそびっくす（運動遊び）はわかりやすいですか？

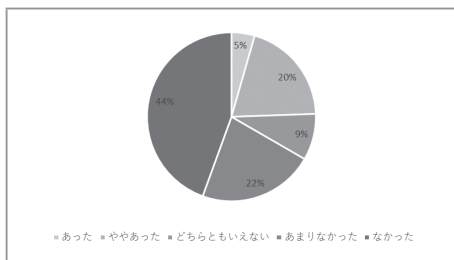


図4. あそびっくすの一連の動きの中で、わかりにくいところがありましたか？

⑤動画のあそびっくすの長さは適切ですかでは、長いが2名（4%）、やや長い17名（38%）、適切が26名（58%）、やや短いと短いとした回答者はいなかった。結果から、約6割の回答者が動画の長さは適切と感じていたが、約4割の回答者が長いと感じていることがわかった（図5）。

次に、動画を視聴し、実際に「あそびっくす」を実施してみた経験について初回と練習後での感想の変化を質問した。⑥【はじめて】実際にあそびっくすをしてください。実際にやってみてどうですかでは、やりやすい8名（18%）、やややりやすい9名（20%）、どちらともいえない11名（24%）、やや難しい13名（29%）、難しい4名（9%）であった（図6）。

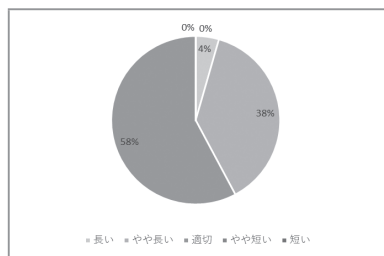


図5. 動画のあそびっくすの長さは適切ですか。

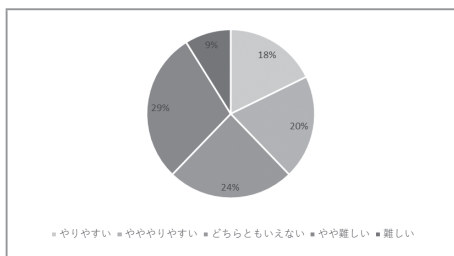


図6. 【初めて】実際にあそびっくすをしてください。実際にやってみてどうですか

⑦【練習後】実際にあそびックスをしてください。実際にやってみてどうですかと練習後について質問すると、やりやすい13名（29%）、やややりやすい14名（31%）、どちらともいえない10名（22%）、やや難しい7名（16%）、難しい1名（2%）であった。はじめてのあそびックスの実施ではやりやすい・やややりやすいと回答したのは17名（38%）であり、やや難しい・難しいと回答した17名（38%）と同程度であったが、練習後の難易度の変化を見るとやりやすい・やややりやすいと回答したのは27名（60%）であり、やや難しい・難しいと回答した8名（18%）と動画を見て練習することで6割まで理解が深まったといえる（図7・8）。

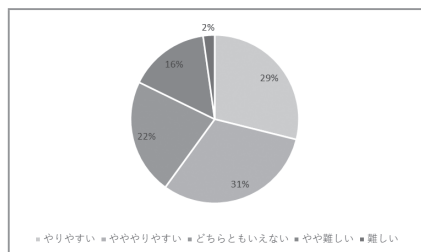


図7. 【練習後】実際にあそびックスをしてください。実際にやってみてどうですか

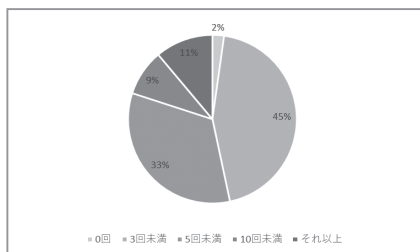


図8. 何回程度、練習しましたか

実際に何回程度練習したかについて質問すると、⑧何回程度、練習しましたかでは、0回が1名（2%）、3回未満が20名（45%）、5回未満が15名（33%）、10回未満が4名（9%）、それ以上（10回以上）が5名（11%）であった。3回～5回程度の練習回数が35名（78%）と約8割を占めた。逆に10回以上の練習の実施も1割以上であった。次に、保育者として将来子どもに指導する立場からの質問として、⑨あそびックスは子どもと一緒に実施することを目的にしています。自分が実施する以外に子どもに指導することはできますかでは、できるが3名（7%）、ややできる15名（33%）、どちらともいえない13名（29%）、ややできない13名（29%）、できない1名（2%）で4割は子どもに指導できるとしながらも、3割は指導が難しいと回答した（図9）。



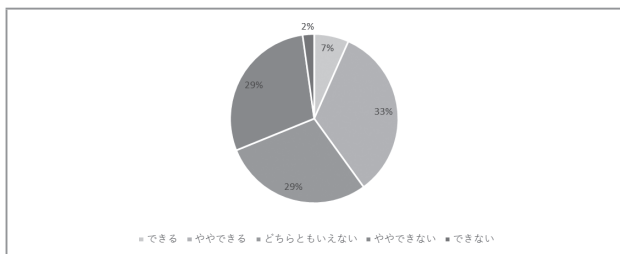


図9. あそびつくすは子どもと一緒に実施することを目的としています。自分が実施する以外に子どもに指導することはできますか

子どもへの指導の有無について、⑩設問9で答えた内容について、具体的にその理由を記述してくださいと具体的な内容の記述を求めた。まず、指導できるとの回答では、

- ・実際にやってみないとわからないけど、動画を見ていると難しそうな動きもなかったもので、説明しやすいかなと思いました。
- ・子どもたちの前で教えるのは鏡になって教えなければならないので、しっかり覚えて、笑顔を絶やさず教えていきたいです。
- ・子どもの前に立って、音楽を流しながらダンスをした時に、子どもたちが一緒に動いたりまねしたりしてくれると教えることができると思ったから。
- ・動画のなかでの先生の動き方や伝え方が分かりやすかったので、それをお手本にして、自分も同じようにしていくと指導できると考えたから。先生のように動きをしっかり覚えて大きく体を使うことができるようにもっと練習するのが必要と感じた。
- ・子どもでも分かりやすく出来るように最初に練習を教えて、踊れるようになったら、友達とやったり、3人ぐらいのグループをつくったりして踊れるようになると思う。また、ある程度踊れるようになったら、ちょっとアレンジを加えることも出来ると思うし、子ども達が自分達で振り付けを考えて踊ることも出来ると思うからである。
- ・動画を見て初めは難しくできないかと思ったけど練習をしてやってみると

簡単な動きで子どもでもできるし、わたし自身説明もわかりやすくできるのではないかと思ったからです。

- ・子どもでも簡単に出来るので覚えてたら子供たちにも教えてあげたいとおもいます。

など、「動画がわかりやすかった」「動き自体が簡単であった」「子どもが楽しめそう」といった意見や実際に自分自身の実習での体験に基づき「子どもが楽しめそう」という意見があった。さらに、「練習をしてみて理解が深まった」といった意見もあった。逆に難しいとの意見として以下のような回答があった。

- ・自分では理解しているけど、いざ子どもの前となると子どもは自分の鏡になるのでそこが難しいと思った。
- ・自分がこの踊りをできていないのに子どもに教えられないのではないかと思った。
- ・踊れるようになれば指導するのが可能になりますが、まだ今の段階ではむりです。
- ・一人でしているだけで、指導者に指導してもらったわけではないから。
- ・教えるのが苦手なので、しっかりと教えられるかわからないからです。
- ・私はダンスをわかりやすく指導するやり方を習っていないので子どもにどのように教えたら理解してもらえるのか分からない。
- ・足踏みや手拍子、ジャンプ、スキップなど子どもが好きそうな動きが多いので子どもと一緒にするのは楽しめると思うけど、子どもとはじめからこのスピード感でするのは難しいと思ったから。

といった、「自分自身が教えるのが苦手」という自分の特性による難しさや「教えるときは鏡になるので難しい」、「ダンスのスピードが速い」と自分自身はできるが「子どもへの指導」となると難しいとの回答もあった。他にも動画ゆえの問題として、「直接の指導を受けていないのでできない/できているかがわから

ない」との意見もあった。さらに、「自分が踊れない/取得できていない」との意見もあり、5回以上の練習回数の場合、指導できるという回答に影響を与えていることがうかがえた。

①あそびックスについて、思ったり感じたことについて記述してくださいでは、

- ・あそびックスについて感じたことは、幼児の運動にはとても向いていると感じた。具体的に、ダンス自体の振り付けも簡単であり、実際に何回か踊れば覚えられるだろう。また、ダンス自体が簡単にもかかわらず上半身と下半身を満遍なく鍛えることができる為、保育として取り入れることが可能なものだろうと感じた。少し気になった点は、動画の説明の部分、先生が踊りながら動きを説明しているのだが、口調がはやく、背景の音楽と被って少し聞こえづらいところが少し気になった。その点を除けば、子どもにとって良いものになると思う。
- ・難しいと思っていたけど、何回か練習したらできたので嬉しかったです。
- ・最初は細かく動作が変わり覚えるのは大変だったが、何度も練習するうちにだんだんと覚えることができるようになった。曲のテンポもよく、リズムに乗り楽しく踊ることが出来た。グループを作り皆でも踊りたいとすごく感じた。
- ・動きは簡単でオリジナルのダンスなのでそこはすごくいいなと思いました。ですが、少し長いかなと思いました。最後の方はだらけたりしてしまうかなあと思ったり、違うことにも気が行きそうになりました。音楽は、思っていたより元気な曲だったので想像していたものと違いました。
- ・よくできた運動だと思います。自粛にピッタリの運動だと思います。これで暇することなく運動できて少しは楽しいかなと思います。
- ・あそびックスという名前がとてもチャーミングでいいなと思いました。
- ・動画の本数は多かったけれど反対に見れば種類が多いのですぐに飽きたりはしなかったと思ったので子どもに教えるのにはいいのではないかなと思いました。

全体として、42名（84%）の自由記述の記載があり、良い印象や楽しかったとの感想が42名中36名（86%）であった。特に、自粛期間中で運動量が学生はもち

ろ子ども達も外で遊べる機会が減っているため「楽しんで取り組める」や「運動する機会が増える」という意見が多かった。さらに簡単な動きなので覚えやすく取り組みやすいとの意見もあった。他にも、「一人で踊ってもたのしかったがみんなで踊りたい」や「動画を見て友達と一緒にしたいと思った」など実際に対面で行ってみたいとの意見も少なくなかった。内容や動画に対する指摘としては「動画がやや長い」や「子どもには難しいのではないか」「音や映像が聞こえにくい/みえにくい」という意見があった。最初は難しそうに感じたが、実際にやってみると楽しかったとの意見が多くを占め、動画をただ視聴するのみではなく、実際に身体を動かしてみることで楽しく取り組めることがわかった。

## 5. まとめ

本稿では、保育内容（健康）という保育者をめざす学生に向けての授業において、「あそびボックス（運動遊び）」の動画の作成およびオンデマンド動画の視聴による学びについて検証した。結果、動画のタイトル及び動画内での表示については、90%以上の学生がわかりやすく、タイトルにも好感を持っていることがわかった。特にタイトルについては、「あそびボックスという名前がとてもチャームングでいいなと思いました」との感想があるなど、動画に取り組む上でのモチベーションにつながったと考えられる。さらに、動画の内容についてはわかりやすいと感じていたが、実際に実施してみると、2割の学生が動きに難しさを感じていることがわかった。このことから、実際に動画を視聴することで感じる理解と実践してみることで違いがあることがわかった。さらに、動画について、約4割の学生が長いと感じていたが、1つの動画は3分程度で長いものではないが、チャプターが4つに分かれているため4つのチャプターをすべて見ると12分程度となり、視聴という点で考えると同じ動きを4回見ることとなり、やや長く感じた可能性が考えられる。

次に、実際にあそびボックスを実施し「はじめて」と「練習後」の難易度の変化を見ると動画を見て練習することで6割は理解が深まったとし、動画を視聴するのみでなく、実際に練習を繰り返すことで学びが深まったと考えられる。実際の

練習回数を見ると3～5回程度の練習回数が8割を占め、幼児が実施できるレベルで作成されていることから、数回の練習で動きのパターンが取得できたと考えられる。実際に子どもに指導できるかについてみると、4割は指導できるとし、3割が指導することが難しいと回答した。具体的な理由としては動きが簡単で取得しやすいや子どもが楽しめそうなど、自分自身の実習での子どもの様子や関りから子どもと一緒に楽しみながら実践できる面が述べられた一方、実際の指導技術が不十分なため難しいとの回答があった。他にも教えること自体や自分自身が指導することが苦手という意見があった。また、自分が動き/ダンスを取得できていないとの意見もあり、実際に「あそびックス」を視聴しながら練習を行い、動きや取得できた学生は指導できると感じており、視聴回数や実施回数が少なく動きを取得できていない学生は難しいと感じている可能性が考えられ、練習回数も「指導できるか」に影響を与えている可能性が考えられた。

全体として、良い印象や楽しかったとの感想が大部分を占め、多くの学生が楽しんで取り組んでいた。さらに、多くが最初は難しそうに感じたものの実際にやってみると楽しかったとの意見が多くを占めた。そのため、動画の視聴のみでなく、実際に身体を動かし、練習することでより、楽しく取り組めることが明らかになった。最後に、オンデマンド動画の視聴及び練習回数について回数を指定せず、各学生の自主性に任せた結果、練習回数に差が出た可能性も考えられる。加えて、子どもへの指導という将来的な視点を持って意欲的に取り組めた学生の方が、より深い学びにつながった可能性が考えられた。また、動画の問題点として、「実際に友達と実施してみたかった」や「一人では正しい動きが判断できない」など、技術的な指導がないことや他者と一緒に行えない点が問題としてあげられた。今後、対面の授業において「あそびックス」を視聴し、練習・実践することやグループで取り組むことでの学びの効果を明らかにするとともに、実際に幼児があそびックスに取り組んだ時の動きの難易度や様子も明らかにしていきたい。

## 謝辞

本研究の趣旨を理解し、調査にご協力いただいた学生の皆様及び動画の撮影にご協力いただきました衣笠幼稚園の大林緑先生、安達美樹先生に心より感謝申し上げます。

## 引用文献

- 栄長 敬子 (2021)「保育者養成における音楽科目の動画による授業の試み」新潟青陵大学短期大学部研究報告 (51), 77-89
- 藤本 明美 (2021)「保育士養成課程におけるオンライン・アウトプット型学習の実践：コロナ禍の「おうちでぶんぶんひろば」の事例」滋賀文教短期大学紀要 (23), 61-73
- 堀館 秀一・清水 由朗 (2021)「図工科教育におけるICTを活用したコマ撮りアニメーション制作の授業実践とその効果について」教育学論集 (73), 207-216
- 公益財団法人全国体育大学連合 (2020)「体育実技授業と新型コロナウイルス感染症対策について」([https://daitairen.or.jp/2013/wp-content/uploads/corona\\_question\\_simplegraph.pdf](https://daitairen.or.jp/2013/wp-content/uploads/corona_question_simplegraph.pdf) 20210810取得)
- 厚生労働省 (2018)『保育所保育指針解説』フレーベル館
- 文部科学省 (2018)『幼稚園教育要領解説』フレーベル館
- 門利 知美・文谷 知明・宮川 健 (2021)「新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) 対策のために遠隔授業を活用した体育実技系必修科目の模索：受講学生を対象にしたアンケート調査結果 (第1報)」川崎医療福祉学会誌30 (2), 631-644,
- 内閣府・文部科学省・厚生労働省 (2018)『幼保連携型認定こども園教育・保育要領解説』フレーベル館
- 中西 一弘 (2021)「保育者養成課程におけるICT (情報機器) 活用の実践：領域「健康」の指導法への応用を念頭に置いて」淑徳大学短期大学部研究紀要 (63), 49-57
- 小畑 千尋・三浦 秋司 (2021)「小学校教員養成における音楽科の授業動画制作で培われる資質・能力—新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う遠隔授業での附属小との連携による試み—」宮城教育大学紀要 (55), 161-171
- 小笠原 大輔 (2021)「オンデマンド授業におけるカポエイラ・エクササイズの試み」湘北紀要 (42), 41-52,
- 小澤 真美子・小澤 拓大・蓑部 初 (2021)「保育者養成校における音楽教育 3 —ピアノ模範動画配信の効果と課題—」宮崎学園短期大学紀要 (13), 1-14

山本清文・加藤勇之助・小林博隆・三宅雄大・足立己幸・松下佳代・中西朋美（2021）  
「「3・1・2弁当法」メジャコンの歌に合わせ創作したエアロビクスダンスの運動教材としての適正に関する研究」花園大学文学部研究紀要（53）, 93-110