

幼児期の遊戯と運動に関する一考察

木下 茂昭

Study on How Play and Exercise May Affect Early Childhood Development

Shigeaki KINOSHITA

本研究は子ども達の体力低下問題、運動離れという現状が幼児期の遊戯や運動の不足に起因していると考え、幼児期に行われる遊戯や運動の本質と子ども達を取り巻く生活環境を鑑み、子ども達が遊戯や運動を行う必要性を体力の育成・調整力の育成・運動経験の増大などの観点から考察した文献研究である。

キーワード 幼児期, 遊戯, 運動, 体力, 調整力, 運動経験

1. 緒言

我が国の社会状況は、1990年までとそれ以降では、さまざまな点で大きく変化してきている。たとえば、携帯電話の普及やソーシャルネットワークシステム（SNS）の普及は人々のライフスタイルを大きく変えてきている。そして、このような社会状況の変化は子ども達の生活に対してもさまざまな影響を与えてきている。たとえば、高学歴社会を生きていくために、学習塾やおけいごごとに通う子どもが増加してきたこと、あるいは、産業の急速な発展や住宅環境の都市化傾向により、子ども達の遊び場であった広場や空き地などが少なくなってきたこと、また、公園から固定遊具や砂場がなくなったことなどさまざまである。さらに、高度な技術革新に伴い、高度情報化社会となった今日、子ども達への影響も大きくなり、子ども達の身の回りには、携帯電話やパーソナルコンピュータなどの機器が氾濫している。そのため、電子機器などで遊ぶ、いわゆる一人遊びが多くなってきている。また、数人の子どもの達が集まっても、一人ひとりの手には携帯ゲームが握られており、それで遊んでいる様子を見かけることもある。このような子ども達の生活様式の変化が、子ども達の体力低下や運動能力の低下を招いた

といえる。

上述した状況の中で、子ども達には運動する子どもと運動をしない子どもが見られるようになり、いわゆる運動実践の二極化が問題視されるようになった。この二極化という言葉が用いられるようになったのは新体力テストが導入された、「平成11年（1999年）度我が国の文教政策」によってである。新体力テスト導入以前は1964年（昭和39年）から行われていた全国体力・運動能力調査によって、子ども達の体力状況を把握してきた。この調査結果について、西嶋¹¹⁾は1964年から1997年までの34年間について、経年変化を分析している。それによると、体力や運動能力は1975年代半ばまでは上昇傾向にあったが、それ以降は継続的に低下傾向が認められたということである。さらに、この低下傾向を招いた理由は運動やスポーツの実施頻度、実施時間の減少が大きく影響しているという指摘をしている。¹¹⁾ また、このような体力の低下傾向は幼児から大学生までに及ぶという指摘も、数多くみられるようになり、2000年代に入り、社会問題化してきた。

体力低下という社会問題は、学童期からの体力・運動能力テストを基に指摘されていることである。また、文部科学省は2011年（平成23年）

に「体力向上の基礎を培うための幼児期における実践の在り方に関する調査研究」を公表した。その中に幼児期における体力・運動能力テストと調査結果がある。この結果からは、幼児期においても運動習慣の二極化が始まっていることがわかる。幼児期の運動習慣の二極化は保護者の運動に対する考え方で引き起こされていると考えられる。保護者が運動に好意的な場合はその子どもも運動習慣が形成され、運動に好意的になる。それに対して、保護者が運動に否定的である場合にはその子どもも否定的になるといえる。このことから、幼児を育てることに関わる保護者だけではなく、幼稚園教諭、保育士、指導者が幼児期の運動の必要性について理解することが重要となる。

そこで、本研究は幼児期の運動や身体を活用する遊戯や運動の必要性について明らかにすることが目的である。

2. 本研究の目的

本研究は、幼児期の子ども達の体力や運動能力を育成するために必要な遊戯や運動にはどのような価値があるのか、また、子ども達に遊戯や運動をさせるためにはどのような点が大切になるのかを明らかにすることを目的とした文献研究である。なお、本研究で使用する「遊戯」という言葉は「身体活動を伴う遊び」に限定をする。

3. 本 論

人はこの世に生を受け、死に至るまで、成長し、老化を続けていく生物である。そして、人が生涯にわたって、健康の保持・増進をするために、運動やスポーツが有効であることは医学的・科学的にも証明されている事実である。また、積極的に学習活動や社会的な活動に取り組み、豊かで充実した人生を送るためには幼児期に望ましい生活習慣を形成することが重要であることも知られている。しかし、現代の若者が幼児期に望ましい運動習慣を身につけることは

十分に行われてきたとはいえないであろう。このことは、1964年（昭和39年）から行われてきた全国体力・運動能力調査や1999年（平成11年）から行われている新体力テストの結果からも明らかである。この結果については1964年から1975年代半ばまでは上昇傾向にあったが、それ以降は継続的に低下傾向にあったことという指摘からも明らかといえる。さらに、この低下傾向を招いた理由は運動やスポーツの実施頻度、実施時間減少が大きく影響していると考えられる。また、このような体力の低下傾向は幼児から大学生までに及ぶという指摘も、数多くみられるようになり、2000年代に入り、社会問題化した。

幼児期から運動習慣が形成されていない場合には、学童期以降も、生活の中に積極的に運動を取り入れていくことは困難となる。たとえば、体育の授業においても、小学校段階から、「できないから、やらない。」あるいは、「運動は疲れる。」「汗をかくから嫌だ。」という子ども達もみられる。そして、このような子ども達は、その後、生活の中に運動を取り入れていくことはなくなり、体力や運動能力の向上は期待できないばかりだけではなく、健康の保持・増進も期待できないといえる。

一方、子ども達の保護者が運動やスポーツに対して、好意的である家庭に育った子ども達は運動やスポーツに好意的であるという調査結果も見られる。また、日常生活で、遊戯をする時間が長い子どもほど、活動的であり、自ら身体を動かすことをしている。このことから、子ども達の生育環境により、生活の中に遊戯や運動・スポーツを取り入れていくか、否かが、決定されるといっても過言ではないであろう。

3. 1. 幼児の生活状況

国民の社会生活は、日々進化しており、現代では昭和時代の生活とは大きく変化してきている。道路は整備・拡張され、空き地はなくなり、自然環境も破壊され、減少してきている。また、

生活環境の変化に伴い、国民の意識も大きく変化してきている。そして、このような状況は子ども達の生活にも大きな影響を与えている。たとえば、子ども達が外で遊ぶ姿があまり見られなくなったことや遊戯の方法が変化したことなどが揚げられる。特に、遊戯の方法の変化は子ども達の生活が個別化してきているため、群れ型の遊びがみられなくなってきていることや、家の中で一人遊びをする子どもが増加してきていることなどである。

これらのことは、遊び場の減少、遊ぶ時間の減少、遊びの多様化や生活様式の変化などによって、子ども達にもたらされたことといえる。そのため、集団で遊ぶことが困難となり、個人的な遊びが子ども達に浸透してきたと考えられる。³⁾そして、科学技術の進歩、特に、高度情報化社会となった今日、子ども達の身の回りには携帯ゲームや携帯電話、パーソナルコンピュータなどの機器が氾濫したために、遊びの個別化という傾向はさらに強まったと考えられる。また、携帯電話が普及したことは子ども達にも影響を与え、幼児でも、保護者の携帯電話でゲームをしていることもみられるようになってきている。

子ども達の生活の個別化は、生活の形態をさまざまなものへと変化させてきている。たとえば、幼稚園・学校から帰宅し、休む間もなく、塾やお稽古ごとに通うという子ども達も多くみられるようになってきている。このような傾向は、遊戯が、子ども達の生活から追いやられ、失われようとしていることを意味しているといえる。そのうえ、子ども達の生活は、時間に追われ、課題に追われ、時間に拘束されるようになってきている。そのため、子ども達が本来持っているべきはずの快活さや自由性までが損なわれるようになってきているともいうことができる。

子ども達の保護者は、子ども達の早期教育を企業にまかせ、あるいはテレビやビデオを見せしておく、携帯型ゲームで遊ばせるというようなことをし、自分の負担を軽くする方法で、自分

自身の時間を作り出そうとする傾向さえみられる。

しかし、上述したように子ども達を取り巻く環境の変化が認められるとしても、従来から認められてきている遊戯の価値は、現在も変化しているとはいえないであろう。というのは、子ども達の遊戯内容が変化したのであり、従来から行われてきている遊戯の価値には変化する要因は認められないためである。そのような価値を追求しようとするならば、子ども達の遊戯を電子機器などを使用しない全身を使った遊戯に変える、あるいは固定遊具を使用した遊戯などに方法を変えることで解消できるであろう。

子ども達の保護者の中には、子ども達を高学歴社会に対応させるべく、幼児期から教育することに力を入れることを第一に考えるような保護者も多くみられるようになってきている。そのため、幼児教育を担う幼稚園や保育園においても、知育教育に力を入れ、系統的教育を実施して、子ども達を自由な遊戯から遠ざけている傾向さえみられる。いいかえれば、早期教育、あるいは詰め込み教育を行っているともいえ、このような傾向は私立幼稚園に多くみられる。

教育というと、それは頭脳を強化することだけを想像する人々が多くみられるのが現状であろう。しかし、教育現場に目を向ければ、知的な側面を教育する以前のさまざまな問題点が生じているのも事実である。それは、十分な人間形成ができていないことや躰がなされていないことなどに起因していると考えられる。また、精神的に成長していない子ども達が、学歴社会の影響を受けて、幼児期から知育偏重の教育を受けていることによると思われる。

さらに、核家族化が進行してきており、出生率も低下してきているため、一人っ子の家庭が増加してきている。そして、親たちはその一人の子どもに全力を傾けて育て、高学歴社会に対応するべく早期教育を取り入れてしまうという実態も多くみられる。さらに、マンションなどの集合住宅に居住することなどにより、隣近所

の同年令の子ども達にも恵まれることも少なく、異年齢の子ども達と形成する縦型社会を形成することも少なくなってきた。そのため、集団で遊ぶことができない子どもや自己中心的な子どもが増加してきてしまったのも事実である。このようなことにより、子ども達同士の関わりが少なくなってきたり、遊びの伝承も困難になってきている。

幼児教育において最も大切に考えられなくてはならないことは、人間性を豊かに育てることにある。いいかえれば、知育よりも人間形成が中心に行われなくてはならないということにある。しかし、前述したような理由から、遊戯が不足して、人間形成が十分になされていない子ども達が多くみられるといっても過言ではないであろう。十分に人間形成がなされていない子ども達が増加し、就学した結果が、昭和50年代後半からみられるようになった「いじめ」という問題を生むに至ったともいえ、この「いじめ」は現在もみられる問題である。また、遊ぶことが少なくなったために子ども達の身体や精神にも変化が現れるようになり、骨折する子ども、集中力のない子どもなどが増加したということも事実である。^{8), 11)}

2000年代になると、幼児期の遊戯の不足により人間性の育成や体力の増強が十分になされていないため、子ども達の生活にはさまざまな問題点がさらに表出してきている。たとえば、電子機器で遊び友人と関わらない子ども、夜ふかしをして朝食を食べない子ども、ゴロゴロしている子ども、などさまざまである。また、家の中でしか遊べない、あるいは一人でしか遊べないなどの遊びの偏りもみられる。これらは、現代の子ども達の危機的な様相を表しているといえよう。このようなことの問題点は、子ども達の生活への意欲が感じられないことや子どもらしさが認められない点にあり、その後の社会生活にも、影響を与えているともいえよう。

3. 2. 遊戯の本質

子ども達の生活状況は前述したとおりであるが、子ども達を遊ばせることの意味を考えるために、遊戯の本質について考察しておく必要がある。

遊戯は人間にとって、喜びであり、また、快楽の一つでもある。このことは、生活の中心が遊戯となっている子ども達だけでなく、仕事を中心の大人にとっても同様なことがいえる。しかし、大人にとっての遊戯と、子どもにとってのそれでは、必然的にその意味づけが大きく異なるものである。⁵⁾

大人にとっての遊戯は、日常生活のストレスを発散させるものであり、また、真面目な部分にあたる仕事に集中するための気分転換的な意味を持つといえる。そのため、遊ぶことそれ自体に目的がある。^{1), 2)}したがって、その形態は多様化しており、身体活動を伴うものでも、また、大筋群を使用しない身体活動でも、大人にとっては遊戯になり得る。しかし、子どもにとっての遊戯は、自由な気ままな活動そのものであることから、身体を活用するものが多くみられるし、子ども達にとっては、静かに動かないでいることは苦痛となってしまうことさえある。子ども達が身体活動を伴う遊戯を一人で行っていると大人の目には不自然なものと写ることがあるが、子ども達が集団で遊ぶ姿をみるとほほえましくさえみえる。これは、幼児期にある子ども達の遊戯が集団で行われることの方が一般的であるという考え方が定着しているからであろう。

幼児期の子ども達の発達には身体と精神が密接な関係にあって、成立するものである。特に、神経系の発達は幼児期に最も発達するものであり、この時期にさまざまな刺激を与えることは心身の発達にも有効に作用するといえる。全身を用いる活動をすることによって、体力を身につけ、神経系が関与する調整力も身につけることができる。また、この時期の運動経験がその後の生活の中に、運動を取り入れていく基盤に

もなっていくものである。そのため、この時期に多様な遊戯や運動を経験しておくことは大切なことといえよう。

遊戯は、本来、自由な時間に行われる自由な活動である。⁵⁾ したがって、行ってもよいし、行われなくてもよいものであるし、途中で中止することも延期することも可能なものである。これらの条件が満たされなくなった時に、その行動は遊戯とはいえなくなる。また、遊戯は、日常生活から遊離したものであり、利害関係がないものといえる。したがって、遊戯は何か外的な目的のために行われるものではなく、遊戯すること、それ自体の中に目的が見いだされるものである。その目的とは、あくまでも純粹であり、遊戯に内在する楽しさを純粹に満喫することである。幼児の遊戯とは、本来、このようなものである。そのため、子ども達は遊びに熱心であり、真剣に遊びに取り組み、楽しむものである。

また、どのような遊戯にもルールという秩序がみられる。このルールはその遊戯においては絶対的な拘束力を持ち、このルールが無視されたりしたときに遊戯は崩壊する。しかし、楽しさを追求するためであるならば、自分たちの好きなように、ルールを変更することもできる。

さらに、遊戯というものは、何かイメージを心の中で操ることから始まるものである。遊戯には、想像、イメージ、あるいはファンタジーともいべき夢が存在している。⁵⁾ 大人の遊びにも、子どもの遊びにも夢があるが、子どもの遊びの方により多くの夢が認められる。これは、子ども達にはさまざまな経験の蓄積が少ないために、何をするにも空想力を用いて取り組まなくてはならないためである。それは、遊戯が、架空のものであり、空想・虚構の世界のものだからであろう。このような遊戯だからこそ、子ども達の遊戯のなかでは、実社会では実現不可能なことも可能なこととなり得るものがいくつもみられる。遊戯をすることにより、子ども達は自分の夢をかなえ、遊びの中で自己実現を

することが可能となる。そのため、夢は子ども達が遊戯をするための根元的なエネルギーになり得るといえよう。遊びの楽しさに魅せられて真面目に夢中で遊んでいると、そこにまた新しい夢が生まれることがある。そして、それを実現できればさらに楽しい遊びができるであろうと考え、子ども達はいつそう真面目に遊びに取り組むことになる。⁴⁾ このようなことから、子ども達は遊びに真面目に、かつ真剣に取り組んでいるものであるということが理解できよう。

子ども達は年齢とともに身体的に、また、精神的にも成長すると同様に、遊戯も多様化し、高次元のものへと変化していくものである。まず、子ども達の遊戯は、乳児期にみられる「機能的遊戯」から出発することになる。機能的遊戯とは、手や足をバタバタさせたり、それにより大きな声（たとえば、キャッキャッなど）をだして、喜ぶものがそれにあたる。その後、「ごっこ遊び」、「構成遊び」、そして、「ルールのある遊び」へと変化し、発展していくものである。⁴⁾ いいかえれば、「一人遊び」から「平行遊び」、「連合遊び」、「組織的な遊び」へと発展していくことである。

以上、述べてきたことから、遊戯の本質は、

- 1) 遊びの目的が遊びそれ自体に内在するため、目的が純粹であること
- 2) 遊びに取り組む態度が真剣で、真面目であること
- 3) 遊びのためのエネルギーは、夢から生まれること
- 4) 遊びには発達があること
- 5) 遊びには発展があること
- 6) 遊びは心身の発達に有効であること

ということができよう。

3. 3. 全国体力調査結果

文部科学省は「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の2008年(平成20年)～2010年(平成22年)の3年間の結果に基づき、2012年(平

成 24 年) 3 月に「子どもの体力向上のための取組ハンドブック」を公表した。さらに、文部科学省が 2009 年(平成 21 年)から 2011 年(平成 23 年)に実施した「体力の向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究」によると、子ども達の身体を動かす機会と時間の減少が指摘されている。このような結果は、前述したような社会状況の変化などによる保護者の意識の変化により、運動に対する考え方も変化したことにより、もたらされたものと考えることができよう。

乳幼児期からの生活習慣は、その後の生活に多きく関与することは広く認められていることである。たとえば、保護者の生活時間帯に合わせ、生活リズムが夜型の子どものみられるようになり、幼稚園や小学校での午前中の活動量や思考力の低下を招いてしまった。また、生活様式の多様化は子ども中心の生活から大人の生活に子どもが合わせるといった形を変化させてしまったといえる。

西嶋¹¹⁾は文部科学省が実施している体力・運動能力調査の結果から、1964 年から 1997 年までの 34 年間について、経年変化を分析している。それによると、1975 年代半ばまでは上昇傾向にあったが、それ以降は継続的に低下傾向が認められたということである。さらに、この低下傾向を招いた理由は運動やスポーツの実施頻度、実施時間の減少が大きく影響しているという指摘をしている。¹¹⁾ また、このような低下傾向は幼児から大学生までに及ぶという指摘も、数多くみられるようになり、2000 年代に入り、社会問題化した。

1964 年は東京オリンピックが開催された年であり、競技を見て、選手に憧れて、その競技を始めた子どもも多く見られた。また、遊ぶ場所や遊ぶ時間、遊ぶ仲間が多くあり、身体全体を用いた遊戯が行われていた時代でもある。その後の高度経済成長期になるまでは全身を用いた外遊びが多く行われていたことを考えると体力・運動能力調査の結果が向上傾向を示してい

たことは明らかである。さらに、スポーツ少年団などの活動が盛んに行われていた時期でもあり、スポーツ指導者による熱意が多くの子どもの心を捉え、運動やスポーツをする子どもの数が年を追う毎に増加したことも要因の 1 つになっているといえよう。

しかし、1900 年代になると、生活環境の変化が子ども達の生活環境も大きく変え、遊戯の方法も室内で行うテレビゲームやカードゲームへと変化してきた。その結果として、子ども達の中に、運動をする・しないという二極化現象が起こったといえる。この二極化現象により、運動しない子ども達などの体力低下が危惧され、それを防止・改善するべく、さまざまな機関から施策の公表、あるいは具体的な対策が打ち出され、実践されてきている。しかし、体力の向上については期待されるほどの結果は得られていない。それは単に測定結果の数値に着目すれば、向上した種目もみられるが、問題の所在はそこではないと考えられる。子ども達の不定愁訴やじっと立ってられない子ども、すぐに座りたがる子ども、物事に集中できない子ども、落ち着きのない子ども、すぐに疲れたという子ども、心の弱い子どもなどが多く見られること自体が問題といえる。これらは小学校などの教育現場では 1990 年代後半から問題視されていたことである。この問題は心の成長・社会性の育成が十分ではないといいかえることもできよう。

上述したような状況に対して、文部科学省も、「子どもの体力向上のための総合的な方策について(2002 年)」や「幼児期運動指針(2012 年)」などさまざまな答申を公表し、現状の改善を試みている。

しかし、教育関係者や保育者などには遊戯や運動の必要性が十分に理解されているとしても、保護者に対しては十分とはいえないであろう。体力向上指定校や特別活動など体育的な観点を中心とする施策の実施を子ども達の恒常的な運動習慣作りに繋げていくのであれば、保護

者に対して、遊戯や運動の必要性を理解させるための啓蒙活動をさらに展開していく必要がある。そうでなければ、幼児期からの運動習慣は形成されずに、子ども達の体力の低下は、今後、継続していくことになるであろう。

また、運動の上手・下手、なめらかに動ける・動けないを決める運動能力は、多くの運動に共通する能力とある運動にのみ必要となる特殊な能力から成り立っているといえる。前者の能力は走・跳・投といったような基礎的な運動形式のことであり、後者は基礎的な運動形式がある運動特有な運動形式のために変化したものである。これら両者を経験することが、子ども達の体力や調整力を高めることに繋がるものである。

3. 4. 幼児期における遊戯・運動の意義

幼児期の子ども達が、さまざまな活動を行う時には多くの場合で、全身を用いている。そのため、身心の発達にはさまざまな経験が必要になり、それらの経験が密接に関係し合うことになる。したがって、幼児期の遊戯・運動で、多様な動き方をすることが身体の発育や運動経験を増大し、複雑な動きへと発展していくことに繋がっていくことになる。

文部科学省は2008年（平成20年度）から全国体力・運動能力、運動習慣等調査を実施し、その結果を公表してきている。その中でも、2008年（平成20年度）～2010年（平成22年）の3年間の結果に基づき、2012年（平成24年）3月に「子どもの体力向上のための取組ガイドブック」を公表した。その中で、幼児期に運動をすることの効果を下のように指摘している。すなわち、それらは

- 1) 体力・運動能力の向上
 - 2) 健康的な体の育成
 - 3) 意欲的な心の育成
 - 4) 社会適応力の育成
 - 5) 認知的能力の育成
- という5点である。¹⁶⁾

まず、体力・運動能力の向上について考えてみると、人が生きていくためには体力は必要不可欠な要素である。体力は身体的体力・精神的体力といわれるように、人が行動するためや健康の保持・増進のために、また、行動するための意欲・不撓不屈の精神なども身につけていなくてはならないものである。特に、幼児期にある子ども達の心身が健全に発達をするためにも、体力とさまざまな運動経験が必要である。さらに、幼児期の神経系の発達は著しい時期でもあるため、この時期にさまざまな動き・遊戯・運動を経験することで、調整力を身につけることができる。調整力は人が身体活動をするために必要な平衡性、巧緻性、敏捷性のことであり、タイミングの良い動き、身体をコントロールするなどには欠かすことのできないものである。

次に、健康的な体の育成と意欲的な心の育成について考えてみると、幼児期には体と心の両者をバランス良く発達させることが大切となる。そのためには、発達段階に応じた適切な運動をし、運動習慣を身につけさせることが必要である。そうすることによって、できなかったことができるようになった、うまくできるようになったなどの成功体験をすることで、運動だけではなく、さまざまな事に対しても、意欲的な行動ができるようになると考えられる。

乳幼児期の子ども達が行う動きには首が座る・寝返りをうつ・這う・立つ・歩くから始まり、走る・回転する・転がる・跳ぶなどさまざまなものがみられる。それらには身体のバランスをとる動き、身体を移動させる動き、用具を操作する動きなどがある。そして、これらの動きは、生涯にわたって必要になる動きや運動の基となる重要な動きである。幼児期におけるこれらの動きは簡単な動きを繰り返し行うことで、複雑な動きへと発展し、身に付き・洗練されていくものである。また、一人遊びから集団遊びへと発展をしていくものである。

集団で遊ぶことになると、そこには何らかのルールが必要になる。そのルールとは高度に制

度化されたものではなく、子ども達が遊びを円滑に行うために必要な子ども達なりのルールである。しかし、自分たちで作りに上げたルールを守らないと子ども達の集団遊びは不成立となる。そのため、ルールを集団に合ったものに変化させていくなどすることによって、思考力や創造力を育成することに役立つといえる。さらに、子ども達同士の協力や他者を思い自己を抑制することなど、将来の社会生活を円滑に進めていくうえで必要な社会性をも身につけることができる。

集団で遊ぶ中には、遊びを円滑に進めるための状況判断や身体の動かし方などのさまざまな運動経験が必要となる。そのためには、運動機能だけでなく、神経系の機能も動員されるとともに、遊びをさらに面白いものにしていくために、自分たちの集団に合うルールや用具を作るなど創造力をも動員することが必要となる。

幼児期の子ども達が集団遊びを行う場所として考えられるのは、公園、保育園や幼稚園などが考えられる。このことから、運動能力の発達には家庭と保育園・幼稚園での運動経験という直接的な要因と運動経験を介して運動能力に間接的に影響を与える物理的、心理社会的要因が関係していると考えられる。しかし、幼稚園や保育園では、園庭があれば外遊びをすることができるが、保育園などで、ビルの一室を利用しているような園などには園庭はなく、公園等に散歩に行き、遊ぶことは行われているが、園庭がある園と比較すると、絶対的な活動量・活動時間が少ないといえる。

吉田ら¹⁷⁾は、園と家庭での外遊びの時間と頻度、よく遊ぶ友達の数などが運動発達と特に明確な関係を持つ要因であると指摘している。このことから、幼児期の子ども達の運動経験を増大させるためには、保護者と保育者が遊戯や運動の重要性や意義について、十分に理解しておく必要がある。

幼児期における遊戯・運動は、心身の成長にとって、非常に重要であることは認知されてい

るにもかかわらず、すべての子ども達に十分に確保されているとはいえない。それは、時間的・空間的・人的な要因が家庭環境により異なるために、もたらされる現象である。しかし、子ども達の健全な成長を考えると、保護者、保育者が運動の必要性を十分に理解し、子ども達が運動をする時間・空間・仲間を確保し、多様な運動を経験させていかななくてはならないといえる。その際には子ども達一人ひとりの興味・関心やそれまでの生活の中で経験してきた遊びを自発的に行い、多様な動きを身につけていくことができるようなさまざまな経験ができるような環境を設定することが大切となる。そうすることによって、幼児が自発的に遊戯や運動をし、生涯にわたって心身ともに健康的に生きるための基礎を培うことができる。

文部科学省は「幼児期運動指針」の中で、幼児期の子ども達に運動をさせるためには

- 1) 多様な動きが経験できるように様々な遊戯を取り入れること
- 2) 楽しく体を動かす時間を確保すること
- 3) 発達の特性に応じた遊戯を提供すること

の3点が大切であるとしている。¹⁵⁾

幼児期の子ども達は運動機能が急速に発達し、基本的な動きを身につけやすい時期である。そのため、さまざまな運動をすることで、神経系を発達させ、調整力を身につける時期でもあり、運動経験を増大し、生活習慣を形成する時期でもある。したがって、幼児期に遊戯や運動をすることにより、運動やスポーツに必要な動きを身につけるだけではなく、危険回避能力まで身につけることができるとともに、強い心の形成にも有効となる。

上述したようなことから、幼児期の子ども達への遊戯や運動を指導する際、最も大切になることは、子ども達の興味・関心により、子ども達が自発的に行う遊戯や運動を経験させることが大切となる。子ども達の遊戯には1つの遊戯の中にさまざまな動きが含まれおり、遊ぶことにより、多様な動き方を体験し、運動経験が増

大する。また、幼児の集中力は長時間にわたって持続されることは困難なことである。そのため、遊戯を変えながら遊ぶこともしばしばみられることである。このような傾向を示す子ども達もみられるため、十分に遊べる時間を確保していくことも大切となる。さらに、発達特性を十分に考慮し、その年齢で発達していくことになるであろう身体の諸機能を十分に活用できる遊戯を提供することが大切となる。そして、同年齢だとしても、月齢や生活経験による個人差が大きい時期でもあるので、子ども一人ひとりに適した遊戯をさせる必要がある。

4. 結 語

現在、問題とされている子ども達や若者の体力の低下は幼児期の遊戯時間不足や運動不足に起因していることは明確である。そのため、運動習慣が形成されずに、小学校・中学校・高等学校生活が続き、体力の向上がなされないまま、その後の生活を送っている者も少なくはないことが実情である。たとえば、本学の学生をみても、体育の実技ではすぐに疲れを訴えることがみられたり、また、学生が教育実習や保育実習にいくと、必ずといってよいほど、実習先から、学生の体力のなさを指摘されるといっても過言ではない。このような状況の中、保育者を目指す学生に遊戯や運動の必要性を指導することは、幼児期の子ども達を指導する保育者になるためには重要なこととなる。

生活環境が大きく変化を続けている今日、子ども達が生活をしている環境はさらに複雑なものとなり、遊戯や運動などの身体活動が現在以上に、減少をしていくことが予想される。しかし、子ども達の本来の姿は自由に遊戯・運動をしていくものである。このことを考えると、子ども達にさまざまな遊戯や運動を経験させることは、子ども達の健全な成長を助長するためには欠かせないものである。いいかえれば、子ども達の心身の健全な成長を望むのであるならば、遊戯や運動を多く経験させることが必要で

ある。子ども達の健やかな成長を望む保護者や保育者、指導者が遊戯や運動の必要性を十分に理解し、子ども達に接し、子ども達にとって、有益な環境を整備し、さまざまな経験ができるように育てていくことが大切となる。

参考・引用文献

- 1) 浅見俊雄 (他), 子どもの遊戯・運動・スポーツ, 市村出版, 2015. Pp. 163.
- 2) 深谷昌志, 「『巢籠り』状況の中の子どもたち」, 体育の科学, 30-2:91-95, 1980.
- 3) 深谷昌志, 「遊戯と教育との相克」, 体育科教育, 34-2:9. 1986.
- 4) ガーヴェイ, C., (高橋たまき訳), 「ごっこ」の構造, サイエンス社, 1980. Pp. 218.
- 5) ホイジンガー, J., (高橋英雄訳), ホモ・ルーデンス 人類文化と遊戯, 第11版, 中央公論社, 1970. Pp. 386.
- 6) 森司朗 (他), 「園環境が幼児の運動発達に与える影響」, 体育の科学, 54: 329-336, 2004.
- 7) 森司朗 (他), 「2008年の全国調査からみた幼児の運動能力」, 体育の科学, 60: 56-66, 2007.
- 8) NHK取材班, 子供からの赤信号, 日本放送出版協会, 1984. Pp. 240.
- 9) 日本発育発達学会 (編), 幼児期運動指針実践ガイド, 2014. Pp. 145.
- 10) 西嶋尚彦, 「全国体力・運動能力, 運動習慣等調査の結果からみた子どもの運動生活習慣と体力・運動能力の向上可能性」, 健康教室, 709: 8-13, 2009.
- 11) 小川正通, 幼児教育原理, 第4版, 金子書房, 1967. Pp. 282.
- 12) ピアジェ, J., (大伴茂訳), 遊戯の心理学, 明書房, 1988. Pp. 277.
- 13) 杉原隆 (他), 「1960年代から2000年代に到る幼児の運動能力発達の時代変化」, 体育の科学, 57: 69-73, 2007.
- 14) 幼児期運動指針策定委員会, 幼児期運動指

- 針, 文部科学省, 2012. Pp. 7.
- 15) 幼児期運動指針策定委員会, 幼児期運動指針ガイドブック, 文部科学省, 2012. Pp.60.
 - 16) 吉田伊津美 (他), 「家庭環境が幼児の運動発達に与える影響」, 体育の科学, 54 : 243-249, 2004.