

五歳児の一学期の遊び

鈴木洋子

静岡県は温暖な気候に恵まれているにもかかわらず、県民の体位は他府県に比べて低く、子どもの園のある掛川市は静岡県の中でも低体位地域となっており、幼児の身長・体重・胸囲いずれも全国平均よりかなり劣っています。また園の子どもたちは市街地から来ている子が多く、家庭では、十分な運動をする場所に恵まれていません。こんなことから私どもの園では、幼児の時代から

十分に運動をさせて、体位と体力の増進をはかろうと「健康でたくましい子に育てよう」というテーマで昭和四十年以来、幼児の発達段階に則した体育的遊びをくふうして努力してきました。

保育室は八一m²、運動場は約二、一〇〇m²あり、二五m×一mのコースを八本十分にとれる広さですので、いろいろな保育遊びをするにはもってこいの幼稚園です。

年少組の三学期頃から子ども（二年保育児）の活動が目に見えて活発になってきて、戸外遊びでも教師がついていけないくらいに運動量を、らくらくとこなしていくようになってきました。そして新学期、大きい組になったという自覚が加わり、ますます張り切って頑張っています。

どんな遊びでも、はじめは教師が指導しますが、だんだん子どもたちだけで遊ぶことも多くなってきて、よい天気の日には、戸外で、うずまきじゃんけん、ボールわたしりレー、川とびりレー、はしごくぐりりレー、つかましごっこなど、また雨天の日には、ハンカチ落とし、積木とびこしじゃんけん、ボール遊び、なわとびごむとびなど自由に入ったりやめたりして適当に休息をとりながら、かなり長い時間遊んでいます。

子どもは、得意な遊びは張り切って遊ぶが、不得意な遊びからは遠ざかりがちなので、先生も子どもとともに遊び、常に個人個人を観察しながらひとつの遊びにかたよらず、いろいろな遊びをさせて、バランスのとれた発達をするように心がけます。たとえば片足跳びのできない子はうずまきじゃんけんなどにさせて自然に片足跳びをさせる機会をもったり、時には一斉に遊ぶ機会を設けて全ての子どもを同じ遊びにふれさせ、個人を知る手がかりにします。

遊んでいるうちに子どもたち同士のルールが出来たり、ルールを守らない場合などには、友だち同士で厳しく戒め合い、教師に言われるより強く感じるらしくよく守って遊んでいます。また、遊びを通していろいろの友だちとふれる機会も多く、友だちの範囲が広がり、社会性もぐんと養われるようです。

子どもたちのよろこぶ集団遊びとして、次のような遊びをとりあげています。

一、つかましごっこ遊び方

紅白にわかれ、白組が逃げ紅組が追いかける簡単な鬼ごっこ

です。

つかまった子は決められた場所にもどり、全員がつかまるまで待ちます。全員がつかまったら交替します。

ねらい

敏捷性、功緻性、走力を養う。

留意点

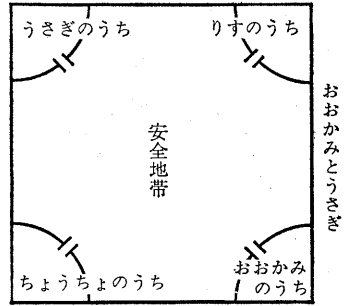
・子どもは全力で走り、運動量がかなり多いので運動後の十分な休息が必要です。

・子どもの興味にまかせて度を過ぎないように注意しなくてはなりません。

・運動場の整備には十分気をつけなければなりません。

この遊びは子どもの大好きなものの一つで、天気の良い日には必ず一回は遊びたがりますが、何回やってもやろうやろうとせがまれます。本当に息ぎれがするくらい走りまわるので、頑張る力やひらりと人をおかわす能力や走力もずいぶんついてきました。

広い運動場を利用しておおぜいの子が一度に全員で遊べるこ
とが何よりよいのです。クラス全員でしたり、二クラスいっし
よにしたりします。



おおかみとうさぎ

二、おおかみとうさぎ

遊び方

うさぎとおおかみにわかれて、うさぎは、家の中から音楽に合わせて野原へ散歩に出ます。草を食べたり話をしたりしているうちに音楽が止まります。うさぎは大急ぎで家

へ帰ると、同時におおかみはうさぎをすばやくつかまえてきます。つかまってしまった子は、おおかみに食べられてしまったり、またおおかみの子どもになっておおかみに加勢して手伝ったりして遊びます。慣れてきたら動物の種類をふやし、音楽も変えて複雑にするのとより興味深く遊びます。

ねらい

敏捷性、注意力、リズム感を養う。

留意点

・臆病な子は家のまわりばかりで遊んでいて、音楽が止むとすぐ家の中にとびこんでしまい、なかなかつかまらなく、興味もうすれるのでフォークダンスや動きのリズムをとり入れて、楽しい雰囲気の中で野原中を使って遊ぶようにさせる。

・周囲の危険物をとり除いておく。

子どもたちは、まず家作りが楽しく、みんなで相談して門や玄関を、椅子や積木やチョークを使って作ります。その動物になりきって、特におおかみは本当に獲物をねらって今にもとびかかりそうな格好で、つめをといだり、ウォーウォーとほえたりして、うさぎやちようちよやりすになった子が、本当に恐がってふるえている場面も見られます。

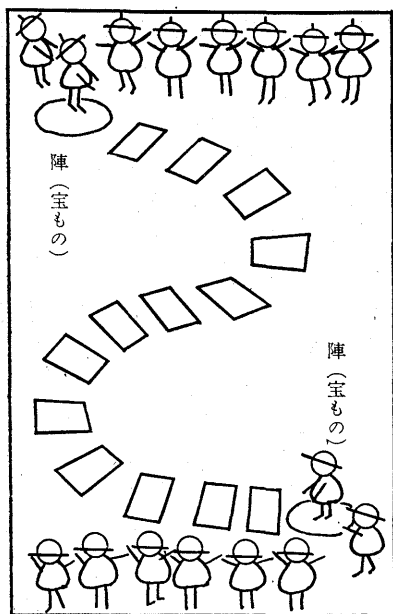
三、積木とびこしじゃんけん

遊び方

一本道鬼ごっこの変型で箱型積木でも、カラーブロックでも適当な間をあけて並べます。紅白にわかれ積木を両足跳びでびよんびよん跳びこして行って両方の子が合った所でじゃんけんをし、勝った子はそのまま進み、負けた子は次の子に知らせ後につく。次の子は急いで跳んできて、出会った所でじゃんけん、これをくり返します。早く相手の陣をとった方が勝ちです。

ねらい

跳力、敏捷性を養う。



留意点

- ・両足をしっかりと踏みつけて跳びこすことをしっかりと守らせる。
- ・ゆっくり跳ぶと効果もよいし、またすぐ負けてしまうので「もっとはやく!!」などと応援しはげましてやる。
- ・待っている子の位置は、じゃんけんがよく見えるように配慮する。
- ・点取りゲームにすると興味深く楽しく遊ぶことができます。
- ・積木と積木の間隔は子どもたちの状態をよく見て決めることが大切です。

この遊びは部屋の中ではもちろん、戸外でもできるし、準備

から片づけまで子どもたちだけで全部出来ること、またかなりの運動量なので十人位並んでいても待ち時間が休息となり、この時期の欠かせない遊びの一つです。

四、じゃんけん汽車ごっこ

遊び方

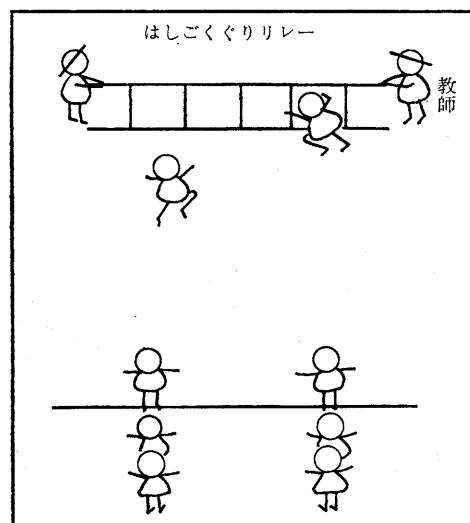
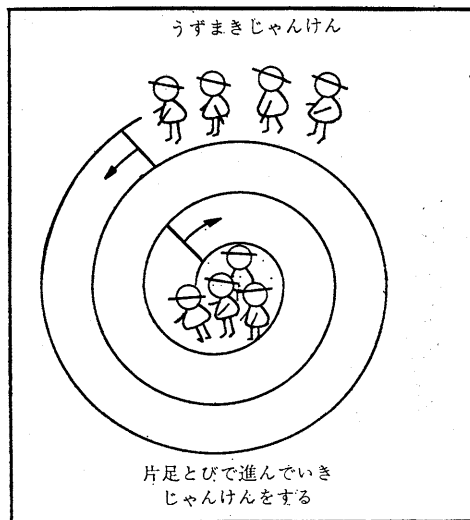
はじめはみんな一人の汽車で自由に走ります。音楽が止まると汽車と汽車がぶつかってじゃんけんをし、負けた子は勝った子の後へつき二人の汽車になる。二人汽車は好きな方向へ自由に走り、音楽が止まると二人汽車と二人汽車とぶつかり、じゃんけんをし、負けた子は後へつく。これをくり返して次々に四人八人とふえていき、最後には一本の長い汽車になります。はじめは揃ってじゃんけんをする方がよいですが、慣れてくると音楽に合わせて自由に走り、好きな時じゃんけんをしてふえていくような方法でも遊べるようになってきます。

ねらい

調整力、リズム感を養う。

留意点

・一人ですつと逃げまわっていて、最後にじゃんけんをして先



- ・一度くぐった場所と同じ場所をくぐってく
ることを守らせる。
- ・胸のピンなど衣服に注意する
- ・教師は、はしごのところにいて「もっとは
やく」「もっと小さくなって」「ファー早
いなァ」など励ましの助言をしてやると、
はやきがずいぶんちがってきます。

頭になろうとするなど要領のよい子が出てくるので、適当な助言を与えなければなりません。

・人数がふえていくにしたがって後の方につながっている子どもがふりまわされるので、「運転手さん気をつけてね」

「安全運転お願いしますよ」など、助言を与えてスピードを調整させることが大切です。

じゃんけんを覚えるとすぐ出来る遊びで、タンプリン等リズム打ちにすると戸外でも遊べます。また一本の汽車になってか

らリズム遊びに発展させて遊んでもとてもよろこびます。

以上のようななどの遊びも一見して運動量が多いように感ずるが、教師である私たちは、必ずどんな時にも、個人個人の運動量を考えて活動させ、一日の生活がバランスのとれたものになるようにしたいと思えます。また私たちは、常に身体を健康に保ち、子どもたちの先にたって遊び、子どものように勝った時は大よろこびをし、負けた時は、じだんだふんでくやしがつたりすること
が大切だと思います。

(静岡県掛川市立掛川幼稚園)