

幼児の健康の指導

— 運動的遊びについて —



松田岩男

幼児の健康の指導にあたっては、身体的発達や疾病の状態、運動的な遊びや健康の習慣および健康に関する事柄についての興味や関心などについて、その実態を明らかにするとともに、幼児をとりまく環境の特性を把握して、それらに即して望ましい経験をさせることが必要である。幼児の健康を維持し、増進するためには、いわゆる健康管理が重要であり、また、健康習慣を身につけさせることが必要であるが、さらに、彼らの心身の発達を刺激するために、適切に運動させることが必要であることはいうまでもない。

ところが「健康の指導」といえば、ともすれば健康管理や健康習慣の問題が中心になって、適切に運動させることが忘れられやすいようである。子どもは放っておいても、それぞれ自分の要求に応じて活発に運動しているので、特に運動について指導する必要はな

いなどという考え方がとられやすいわけである。

一方、運動の指導の必要性を強調する人々の中には、それを強調するあまりに、小学校で行なっている運動を、いくらか程度を低くして形式的に指導しようとしている人もあるようである。

幼児の健康指導という立場からいえば、これらはいずれも問題をもっていると思われるのでここでは、健康指導の中で、運動的な遊び（体育的遊び）をどのように指導したらよいかを考えてみることにしよう。

一、幼児の運動的な遊び

子どもたちは、走り回ったり、とんだり、ボールを投げたり、物

によじ登ったりする活発な、全身的な活動が好きである。これらの活動を通して、身体の形態や機能が発達し、さまざまな運動技能が身につけられていく。

われわれが、日常生活やスポーツにおいて必要とされる新しい技能を習得する場合を考えると、過去において身につけた技能を動員して、それを新しい運動に適應するように再構成している場合が多いものである。したがって、過去に身につけたものが少なければ、それだけ新しい技能を習得することが困難になる。

この点を考えると、知的な発達や性格形成のために、幼児期の経験が重視されるのと同様に、運動技能の発達のためにもこの期の経験が重要であることがわかるであろう。

運動技能は日常生活やスポーツにおいて必要とされるばかりではない。子どもたちにとっては、彼らの仲間(集団)における位置を決める重要な要因でもあることを忘れてはならない。ある運動ができるかできないか、上手か下手かなどということが、子どもたちにとっては、その社会的な位置を決める大切なきめてになったり、遊び友だちの仲間にいれてもらえらるかどうかのきめてになったりするのである。ある運動ができないために、仲間外れになって、ぼんやりと友だちの遊んでいるのを眺めている子どもがあるが、彼らは、そのことのために、多くの社会的経験をもつ機会を失い、行動

も消極的になりがちである。

運動的な遊びの中には、多くの社会的経験の場が含まれている。運動的な遊びには、運動そのものの行ない方と同時に、仲間とどのように遊んだらよいかという「遊び方」を身につける機会が多く含まれている。すなわち、運動的な遊びは「友だちと仲よく遊ぶ」とか「相手のことを考えて、みんなで楽しく遊ぶ」ことなどが要求されている。したがって「他の子どもの邪魔をする子ども」「自分勝手に振舞う子ども」「友だちのできない子ども」などを、運動的な遊びを通して、正しく指導し、社会化を促すように指導することが可能である。

また、「遊び方」の中には、安全に遊ぶ方法や施設・用具を大切に扱うことも含まなければならない。従来、この面の指導においては、その場あたりに、「禁止的」「命令的」なことばで指導され、必要以上に子どもたちの活動が抑制される傾向があるように思われる。幼児期は、いわゆる「しつけ」の時代であるともいわれているが、その中で、自主的な態度の「めばえ」を育てることが必要であり、いたずらに、禁止的、抑制的な指導をしても、かえって指導の効果はあがらない。むしろ、安全に遊ぶ方法を指導し、一方で十分に活動の欲求を満足させるようにしながら、危険を招くような行動を禁止することを考えていかなければならない。すなわち、喜んで

積極的に運動に参加し、仲よく、しかも安全に運動できるように指導することが望ましいのである。子どもたちの生活における他の面では、自主的な態度の「めばえ」を育てることに多くのくふうがなされているが、運動の面になると、とくなくおざりにされやすいのが現状であるといってもよいであろう。

このように幼児の運動的な遊びは、単なる運動ではない。子どもたちの身体的、知的、情緒的、社会的な活動が融合したものである。したがって、その指導は、単に、身体的発達に対する刺激としてでなく、知的、情緒的、社会的な立場からもなされなければならない。

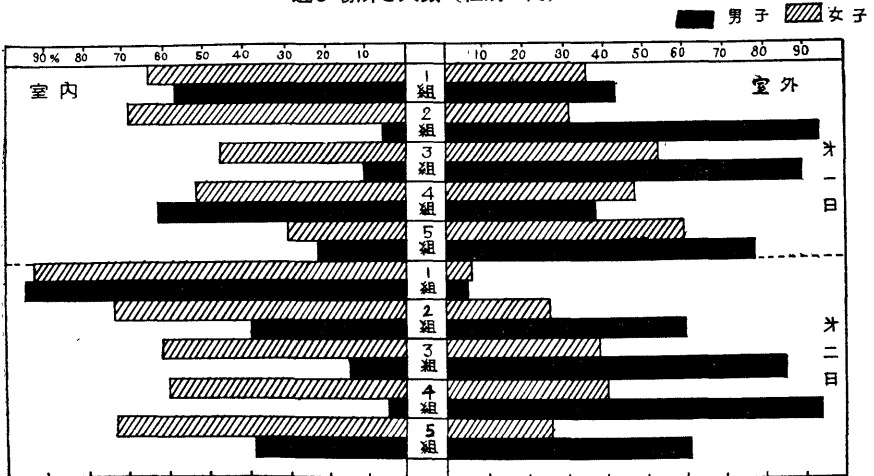
二、運動的な遊びの問題点

幼児の運動的な遊びを指導する場合に、どんなところに問題があるであろうか。私たちが東京都内のN幼稚園で調査した結果を手がかりにしてその問題点を拾ってみよう。

まず、幼児の自由遊びの中で、運動的な遊びがどのように行なわれているかを、遊びの種類、人数、場所などの点から調べた結果を要約すれば次の通りである。

○下の図にみられるように、一般に女子は室内遊びが多く、男子

遊び場所と人数（組別の％）



は室外遊びが多い。

○しかし、室外においても施設や狭い場所にかたまり、広場を活用する者は少ない。

○室外の遊びはほとんど運動的な遊びであり、その種類はかなり多い。

○男女はほとんど一しょに遊ばない。

○遊びは刻々に変化し、五分以内でも移動がかなり激しい。

○人数は種目によって違うが、三〜六人が多く、個人が自由に参加しうるものは一〇人ぐらいになっている。

○しかし遊びに入れない子どもが少数ながらみられる。

すなわち、幼児は運動的な遊びに強い関心を持ち、自由遊びの中で重要な位置を占めているが、その遊びには創意が乏しく、広場の活用が少なく、男女が分離し、女子は比較的静的な遊びが多く、また、遊べない子どもがいることがわかる。

これは一つの幼稚園について調査した結果であるが、多くの幼稚園や保育所においても共通に見られるものが多いと推定され、ここに見られる多くの事柄に指導の手がさしのべられる必要があると思われる。

また、ボールやその他の遊具を与え、四人〜八人で自由に遊ばせて観察した結果では、次のような問題がみられた。

△運動技能について▽

○運動技能では個人差が著しく、また、男女では、「まりつき」は女子が優れているが、他の運動技能は男子が一般に優れている。

○ボール遊びでは、四人ぐらいのチームをつくると、ある程度のゲームが可能である。

○技能の優れた子どもがリーダーになる傾向があり、遊びのルールは、リーダーのことばによってきまる。

○技能の低い子どもは、高い子どもに媚びたり、その真似をしたりして、仲間に入ろうとする傾向がある。

△遊び方について▽

○子どもたちは、遊びの既成の形にとらわれる傾向が強く、創意くふうが少ない。たとえば、大きいボールでは「まりつき」をするものなどといった観念ができて上っている。しかし、新しい遊具を与えた場合には、いろいろな遊びをくふうし、くふうすることにも強い関心が持たれる。

○一人のリーダーによって遊びが支配される傾向があり、不満があっても受け入れられないし、リーダーの力が強いために不満も訴えられないようにみうけられる場面が多い。したがって、よいリーダーの場合には遊びはうまく進展するが、逆の場合に

は、遊具が一部の者の専有になり、他の者は傍観者の位置におかれがちである。男女混合の場合には、男子が専有すると女子は諦めて遊びに参加しない場合が多い。

○一般に、技能の低い者に対する思いやりが乏しく、とくに男子にこの傾向が強い。

すなわち、運動技能では個人差が大きく、しかも、それが人間関係にさまざまな影響を与え、この面でも多くの問題を持っている。また、子どもは、遊びの中で創意くふうするが、既成の遊びの形にとられる傾向も強い。これは経験が乏しいためでもあるが、彼らの活発な創意を生かすためには、自由に考えさせるような場を、遊びの中で与える必要があることも示している。

三、運動的遊びの指導

以上において、幼児の運動的な遊びの指導では、運動そのものを行ない方とともに、『遊び方』を指導することが必要であり、社会性のめばえを育てることと関連して指導することが望ましいことを強調してきた。その指導は、形式的にならないように、子どもの自由遊びを基盤にし、そこに指導の手を加える方法をとるのがよいと思われるが、そのためには、運動的な遊びを十分に理解しておくこ

とが必要である。

子どもの行なう運動的な遊びには多くの種類があり、それぞれ特徴があるが、その主なものは次のようなものである。

- ① 固定運動遊具を用いる運動
- ② 床やマットを用いる運動
- ③ 平均台や砂場の枠を用いる平均運動
- ④ 走る、とぶ、投げるなどの運動（汽車ごっこ、陣とり、鬼遊びなどを含む）

- ⑤ ボールを用いる運動
- ⑥ 三輪車を用いる運動
- ⑦ なわや積木などを用いる運動
- ⑧ リズム遊び

これらの運動的な遊びは、それぞれ身体や運動能力に与える影響を異にし、そこで経験される社会的経験も相違し、安全に対する配慮も違うので、それぞれの特徴に応じて指導しなければならない。また、いままでの既成の遊びにとられず、子どもたちの生活の中にみられる遊び方や子どものくふうした遊びをとり入れて、興味を深めるようにすることがたいせつであると思われる。

（東京教育大学）

× × ×