

# 幼児の運動の指導

私の家は、相模川ぞいの高台にある。晴れた日には、丹沢山塊が指呼の間にあり、大山は私たちをいつも招いている。こんな環境にあるので、次女が五歳一カ月の五月、一家で大山登山をした。若葉のかおりをからだ一ぱいに吸いこみながら、四千段もあるという石段を踏みしめ踏みしめして登った。標高八百メートルの阿夫利神社の(下の社)に辿りついたとき、いちばん疲れていたのが家内であり、チビの春ちゃんも、ニコニコ顔であった。石段の一つひとつの高きは、長身の私にはさほど大きな抵抗にならないが五歳一カ月の春ちゃんの下肢の長さに較らべると、大腿骨の中期に達する。私はそのとき、わが子の能力を改めて見なおすとともに、幼児の活動能力の偉大さに驚嘆した。

「子どもの生活は遊びである」とよく言われるが、子どもたちは確かによく動く。じっとしていることができないのだ。もっとも増骨細胞がムズムズし、活動的な血液が、からだの中を駆け回っているのだから、手足が動きだすのが当然であろう。友だちと活発に遊ぶ



石井宗一

ない子は、身体的に欠陥があるか、精神的に何か障害があるに違いない。子どもが運動を欲するのは基本的な欲求であり、本来の姿である。この溢れる活動力を満足させてやることによって、子どもたちの健全な発達を期待できる。しかも彼らは、たくましい力を内在させている。おとなのわれわれは、遊びに没頭した幼い頃の楽しい思い出を、かずかずもっているが、身体活動の思い出は、筋肉の感覚として残っていない。疲労と休息のバランスがとれ、元気になる。と精一ぱいあばれまわる。苦痛や努力が伴わない、情緒と身体活動とがうまく統合され、自然のうちに処理されているからであろう。

従来、幼稚園の教育は、積極的な意義が認められないで、本格的なものには小学校から始まると考えられる傾向があった。学校教育法的一条が示すとおり、幼稚園は学校系統の中に、はっきりと位置づ

けられている。「健康・安全な生活のために必要な日常の習慣を養い、身体諸機能の調和的発達を図ること」を主軸にし、幼児の運動のしかたを指導しなければならない。

## 一、遊び場と運動

ブランコやシーソーがおびなりにならべられた施設より、土手があり、いくつかの大きな石があった方が、幼児によろこばれる遊び場になることがある。コベンハーゲンの子どもの遊び場は小山があり、トンネルが掘られ、子どもが登り易い枯木をあしらってあるだけで、どこにもある固定施設より人気があるという。大きな石を庭園のそのように置いた広場で、鬼ごっこや馬のりをして遊び、疲れるとその石に腰をかけ、歌を歌い、子どもなりの夢を語り、思いでにふけり、次の遊びの相談をする。ベルギーのリージュには、綜合運動場があり、若者たちはスポーツを楽しみ、幼児たちは、母親の手を離れて存分に遊ぶ。また、この主任と近くの幼・小・中学校との連絡がよくとれていて、先生が子どもたちを連れてくると、主任と先生は分担して、いろいろおもしろい遊びを指導してくれる。主任の手帳には「〇月〇日〇時、幼稚園〇人」と予約がぎっしりつまっていて、市民の広場としての機能を發揮する。

チューリッヒでは、以前巡査の訓練所であったのを、子どもの「交通運動場」に変え、コンクリートのトンネル、十字路には本物の交通標示機がある。子どもたちは、交通巡査になり、交通あそび

に大はしゃぎであるという。交通事故で年間一万二千人も死者を出しているのに、自動車学校はふえる一方であるが、子どものこうした施設は、あまり聞かない。

子どもの活動力を培う遊び場はありきたりの施設でなく、子どもの気持にびったりした、しかもユーモラスに富んだ新しい構想が欲しい。団地の遊び場などに、こうした動きが見えるのは喜ばしいことである。

## 二、ブランコと低鉄棒

おとなが考えるブランコの遊び方は、いくつもない。せいぜい立つか座るか、二本組ぐらいであるが、幼児の遊び方を入念に観察するとびっくりする程、その数が多い。横ふり前後ふり、ねじり回しなどを、立ったり座ったり、腹や背、片足両足、足を離すなど二十種類以上になる。(お茶の水幼、村田氏)

ブランコの支柱の上に大きな分度器をとりつけ、十往復にどのくらい振れが大きくなるかを調べると、四歳児は、男女とも最初の二十度より、ふれが小さくなっていくのに反し、五・六歳児になると、回数を重ねるにしたがい大きなふれになり、六歳児では男児が三四〜三五度ぐらい、女児は四六〜四九度も前後にふれる。(教大、松田氏)

低鉄棒(六〇〜九〇cmがよい)を自由に使わせ、どのくらいできるかを調べたところ、四歳児と六歳児とは、かなりの差がある

し、個人差もまた激しい。腕立てとび上り、足かけふり、うしろおり、足ぬき回りは、小学校一年の教材である。六歳児では、殆んど全部の子が腕立てとび上りはでき、半数が足ぬき回りができる。四歳児は、腕立てとび上りが約半数、足ぬき回りは一〇%内外となる。しかし、小学校の四年生ではじめて指導する腕立て後回りや、足かけ後回りのできる子が六歳児には何人かがいるし、なかには、背すり逆上りのできる子もいる。今こころみに、身体能力の一部を示す鉄棒運動と、算数の段階を較べると、身体活動の特性がよくわかる。すなわち、小学校の四年生では、数と計算、量と測定、数量関係、および図形を指導する。数量関係Ⅱ割合（AとBについて、Aの大きさを2とみるとき、Bの大きさが3とみられるという考え方や、また、そのとき、AはBの $\frac{2}{3}$ であり、BはAの $\frac{3}{2}$ であることなど）は、最もわかりにくい領域とされている。幼児に分数の理解は無理である。ところが低鉄棒の運動では、四年生の段階を何人かの子どもが、遊びのうちにのり越えていく。個人の能力と経験の有無が、それを決定づけている。

#### △その指導▽

ブランコと低鉄棒を手がかりに、幼児の運動技能の實際にふれてきた。子どもたちがおもしろく遊ぶのには、それを使って運動ができることが大事である。それと同時に、ケガをしないこと、仲よく遊べることも必要である。ケガを防ぐのには、管理と指導との徹底の如何にある。しかし、数多い園児と限られた遊具、規かくや構造

上の不備、教師の不足や指導内容や指導技術の低さなどが原因となつて、思うようにならないのが現状である。幼児たちは、自分や友だちの安全に役立つ、いろいろな事がらを理解しないで、勝手にやり教師や親をハラハラさせている。アメリカのハイニンリッヒという人は、一人の重傷者のかけには、二十九人の軽傷者がおり、そのまた背後には三〇〇人のヒヤリ！ がいるといつている。だから、それをじっとして見のがすわけにはいかない。子どもたちは、子どもたちなりに運動の方法や遊びかたを理解させ、安全に、しかも仲よく使えるように指導しなければならぬ。それには、幼児の運動を見つめ、運動の要領や、声高にしゃべっている「ことば」を分析して、それに即した指導をすればよい。

#### 例：ブランコ

○調子をととのえ、ゆっくりとふりだす。  
○友だちがのつているブランコに近づかない。

○「二〇かぞえたらかわるのよ」

×友だちがのつているのを急にとめる。

×「春子さん、二人のりしようよ」

幼児の頃は、自己中心的な行動が多くを占めている。その上「どのようになればケガをするのか」ということがわかっていないし、遊びそのものが活発なので、危険率は倍加する。また、空間的知覚がじゅうぶんでないので、ブランコの前や側面に低い柵を作るなど、施設のくふうをする。

### 三、おにごっこ、なわとび

日常的な遊びとして、おにごっこやなわとびがある。これらの遊びを仲よくおもしろくさせるのには、人数を少なくし、運動の機会を多くしてやることである。彼らは、友だちの逃げるのを見ているより、自分で精一杯追いかけたのである。それをがまんさせておくから、いたずらやケンカをはじめめる。五〜六人の集団にし、小範囲で行なわせる。幼児たちが日常自然のかたちで行なう鬼ごっこは、せいぜい数人である。そして、一種目を長く続けるのでなく興にのって、つきつきと変えていく。したがって、同時に同一種目をさせるばかりでなく、グループごとに自分たちで決めさせ、場所を協させて行なわせる。自分たちの鬼ごっこに飽きたら、隣のグループのを真似てする。このようにして、遊び方や自分勝手になりやすい行動を望ましい方向にかえてやる。

なわとびも多人数より、小人数の方が実際的である。長なわとびをするときは、二人が持ち三〜四人がとぶ。それ以上になると意地悪をしたり、待つ時間が長くなって跳ぼうとする意欲がうすれ、いつの間にかやめてしまう。この場合も、大なみ小なみばかりでなく、グループごとに、好きな「なわとび歌」に合わせてとばせる。四歳児は無理だろうが、六歳児になれば、見よう見まねで結構できるものだ。短なわとびは二〜三人で一組になって、片足を前にし、またぎ越すようにしたとび方からはじめる。場合によっては、ひとつつ・

ひとつ区切るとばせてもよい。二〜三人の組になっているので、友だちに教えてやることもある。また、友だちが見ていってくれるので、ひとりではできないが、一生懸命にとぼうとするようになるだろう。

幼児の運動の指導は、自然の遊びの中に問題を見つけ、それを保育の中にすいあげ、再び遊びに返してやる。健康で安全な生活のための習慣は、特別な場面で、特別な方法とするのでなく、ごくあたりまえの活動の中で、いつも変ることのない教師の指導があってはじめて可能である。

### 四、日課の中での処理

朝の自由時間や、昼食後のひととき、幼児たちは、狭い庭を走りまわり、固定施設に珠数つなぎになって遊び戯れる。しかし、「お勉強をさせてください」という母親たちの切なる願いに、愛すべき幼児たちは、小さな椅子と机に、がんばりがためにされがちである。すくなくとも午前中二回は、遊びや運動の時間をつくり、六歳児は六歳児だけで存分に身体活動をさせる。ふり注ぐ陽光のもとで、あるいは木蔭で、せめて幼児の頃だけでも、小鳥のように、自然にさせてやりたい。近くに適当な丘や広場があるならば、園外保育の時間を多くし、疲れたら歌を歌い、携帯したトランジスタラジオで、物語りや、名曲を聞かせてやりたい。