

體育遊びに就いて

千葉縣女師附屬幼稚園 中 隅 春 子

身體を健全に發達させる事の大切な事は言を俟たないの
であります、時局下特に健康保育を叫ばれるのは誠に喜
こばしい事であります。特に最近幼児の鍛鍊さいふこそが

盛んに問題となつて來た様であります、此れは從來も常
然考へらるべくして幼児さいふ單なる感傷的觀念の下に比
較的等閑にされてゐた様に思ふのであります。幼児さいへ
ぎも國民生活をしてゐるのであり、言ひかへれば少國民で
あります。皇國民として鍊成さるべき我々の次の世代たる
幼児であり、たゞ子供さか幼児さかいふ意味のものでなく
その内に皇國民として育成するさいふ一つの幼児觀を持つ
た所の幼児であります。こゝから躰もされて行くのであり
ますが、鍛鍊もこの意味に於てなされて行くを考へるので
あります。天眞の性能に基きこれの發揚を計るさいふ從來
の行き方に反省を加へねばならぬのであります。この様な
國籍のない保育は此の際斷じて捨てるべきであります。日
本人として、陛下の爲に働き、陛下の爲に海底に消えて行

く、陛下の爲には莞爾としてその命を惜しまぬ國民に日
々保育の道を歩むのであります。

そこで健全なる身體の鍛鍊は、幼児に於ては、その目
ざましき發達に即し、生活即ち遊びをより良き習慣へを
ける爲に子供自身の生きる力を尊重しその力その生命の要
求に即應する爲に、より積極的生活を彼等の生活に結びつ
けて少しづつ無理に耐へて行くこゝの出来る身體にして行
くこゝであるを考へるのであるが、この鍛鍊することは常
に養護を離れては言へぬ事であり、特に幼児に於ては、表
裏一體として行はるべきものであります。從來はさかく幼
兒の健康さいふを治療醫學的のみに考へられ、積極的に生
活に結びつけて考へられなかつたのであります。この爲に
國民學校令になつてから、藝能科家事の教材に於て或は體
鍊科に於て正しき鍛鍊への方向づけを國家は明かに示して
ゐるのであります。

そこで積極的な健康保育或は鍛鍊は正常なる發育の身體

に於て始めて效果的であり、結核性の虚弱兒特にマ、トー氏の反應が陽性轉化したばかりの者は殊に注意を要するのであつて、集團的に鍊成することはよく體質を検して後行はるべきものであります。

當幼稚園に於いては、豫め身體検査を行つて入園する關係で比較的この方面の注意を要する者は少いのであります。しかし四月初は馴れぬこゝ、共に却々個々の體質を確認することが出来ません。自由遊びの間に個人々々の體力或は興味の方角等を靜かに眺めて居る間に偏してゐる部分を發見し之を研究して一齊に當日遊戯場で行つた様な形式で之を課して行つたものが當園の體育遊びなのであります。

先づ園兒戸内外の自由遊びを眺めるに、シーソー・梓登り・滑り臺・箱積木・家ごっこ・ぶらんこ・砂遊び・低鐵棒・城壁登り・懸垂運動なる遊び各種・竹のぼり、設備の必要なきものには鬼ごっこ・狼ごっこ・影ふる運動會ごっこ等舉げれば限りなくあるが之等の實によく遊びは、體育的に見れば、各種の運動が綜合されて子供の四肢體のよき發達が考へられるのではあるが、全園兒を揃つてしかも身體の均一的發達をさせるためにはさうしても幼兒を思ひくゞにさせて置くよりも、より積極的に誘導して行かねばならぬのであります。又幼兒の間から團體的に行動するさいふごこ

は是非必要なのであつて、その意味からも一齊にさせる體育遊びの價値を考へられると思ふのであります。

幼兒の體育或は體操と言ふがこれは大人のそれとは異り、子供自身の自發的活動を促進する様極めて自然的に、子供自身の反射運動を利用して導くことが大切であります。幼兒は一見丸々肥つてはるが筋肉のしまりが無いから唯鍛鍊さいつても骨格の出来上つてからのそれとは異り、いはゞ子供の自然の動きを誘導して四肢の屈伸、體の捻轉運動等種々加動性を與へるこゝにより骨格・筋肉・運動神經を鍛鍊するこゝこれが幼兒の運動として必要であります。

四月からの事を簡單に説明して行くに、先づ始めての團體行動なのであるから總べて、友達を一所に行動するさいふ觀念の下に樂音に合はせて起立・着席・禮から行ひ、歩くこゝから始め、音樂遊戯等も簡單なものから加へて行くのであります。此處で歩くこゝであるが、大谷武一先生の正當歩に細かく示されてゐる。歩行訓練の必要であるこゝは言ふまでもないのであるが、歩行は最も生得的な運動であつて、しかも中々註文通りにうまく歩けない爲に、その事は直接間接に、國民生活の上に種々なる障礙となつて表れて來る譯であります。特に幼兒の間に正しき歩態を以て訓練しておくこゝこそ必要なのであります。跳ぶこゝの始め

まして一拍跳歩(スキップ)を幼児は好むのであるが音楽遊戯の中に加へ或は二人組で行つたりして此の當初に於て旋律に合はせて動作を團體でするさいふこまに入らしめてしまふこまが大切であります。

五、六月になればそろ／＼全體が揃つて、しかも殆んど正確な拍子に合はせて行動出来る様になりその合理的な快感さ、同時に一人／＼で勝手にする時には味へぬ困難さを感じ始めて来るのであります。勿論四月からの延長ではあるがその頃より聽覺訓練を結びつけて、一層正確なる動作を要求しつゝ、より多種の高次の體育的な動作を加へ、音楽遊戯を加へて行くのであります。詳しくは保育實際案に記入してあるので省略したいと思ふのでありますが、ハホト及びハ・ホ・トの區別及びハ・ヘイを覚えて来たこまから音感遊びの様なものも適宜加へて行くこまも容易であります。何人が組をつくつて步調を揃へて歩くこまも殆んど出る様になつて来るのも此の頃であります。七月に入つて、犬になつて床をはわせ、床を廻轉させるさいふつた身體全部の運動も無理なく面白く行はれて来るのであります。かくして第一保育末期の身體検査の結果は平均して標準より上であつて、標準に達し得ない者は五、六名さいふ状態であつて、第二保育期への期待の大なるものがあつたのであります。

第二保育期に入つて、例年ならば稍々第一保育期の繰かへしになる傾向であるが、今年には生活訓練(家庭に於ける)の爲か直に次へ進むこまが出来て割に圓滑に行つた譯である。特に運動會のあつた爲に團體訓練は各々が自信をもつて行動出来る迄になり、と共に身體の發育も健康状態も實に順調であつて、特に身長増加に見るべき者が多くなつて来たのであります。本校・國民學校・幼稚園と三つの建物の廻りを一周しても(駈足にて)まだ餘裕を見せてゐる者が多くなつて来た様な状態であります。

大體此の様な園兒の状態であるので自由遊びの外に遊戯場に於て體育的な相當運動量の大きな遊びを三十分或は四十分續けてもよいさいふ確信の下に一例を舉げて見たいと思ふ。

これは先月十一月七日に縣主催の保育研究會第一回會場に當てられし際行つたものであります。

一、着席・挨拶・起立・開列(體操態形をこる)靜かに落著く、不動の姿勢をはつきり體得する。

一、宮城遙拜

(當番であるので全兒がこの番になるわけである)

此の時は一幼兒の號令により全園兒が宮城に對し奉りて最敬禮をし、國旗に對して禮をするのであります。この時の態度に就いて、幼兒にも嚴肅さを知らしめ特に皇室に關

する事であるから決してふざげる態度は許されないのであります。

一、幼児體操(連續二回)

今まで外で自由に遊んでゐる者から充分なる注意を従順を要求することはこれから行ふ體育遊びをより正しく行はせるために必要なことであります。そこでこの體操の時は正しく真面目にさいふ訓練をするのでありますが、年齢に應じ體力に應じて、矯正し、より適確な動作を要求するのであります。

二、いそぎのお使ひ

正常歩の訓練をする。下肢の血行をよくして氣持をこゝのへる。

三、兵隊さん

股を高くあげて行進する。胸を充分張つて、膝をのばす。

四、兎さん

幼児に興味のある跳躍運動である。彈力を利用して高くこぶこぶを要求する。

五、蛙、ハホトの和音にて

兎では體を伸ばして跳ぶこぶこぶをし、蛙では縮めたまゝ跳ぶこぶこぶかも一點ハホトによつて靜止することにより次の動作への準備となるのであります。

六、水兵さん(音樂遊戲)

園児の好む遊戲の一つであり、運動會に行つたものである。各部の運動のよく織込まれたものと思はれる。

七、夕やけ小やけ

此處で誰こでもよいから二人で組んで動作をする。協同動作の快を味はせるのによいと思はれる。八番も同じ傾向である。

八、幼稚園のお庭

九、なべなべそこぬけ

體捻轉のよきものと思はれるので織込んである。

十、舟漕ぎ

二人が向ひ合つて坐り身長の大い者は足を開き小さい者は揃へてのばし一隻の舟をこしらへて手をつなぎ交互に體を前後するのであるが、前に行つた時は顔が膝につくことを要求し、後の時は身體が真直ぐになる迄さいつて續ける。膝をまげぬことを極力注意することが大切である。

十一、いもむし

十番までは各自自由に行はせたのであるが、十五番の誰のが高いを行ふためには、足三頭が接近せぬために十一番で六人組となり、十二番からこの六人組を單位として行ふことになるのである。このいもむしは先頭即ちいもむしの頭になる子供が立つて後の五人を呼ぶのであるが、残りの五人はいもむしになつて集つて來て六人揃ふ一匹のいも

むしきなつて前進するのである。

十二、汽車

ガタタンコッコの四拍子強・弱・中強・弱の拍子を足の音で出させしかも先頭の汽關車は常に客車を離れぬ様に注意しながら足も揃つてゐなければならぬので相當高次のものであると思はれる。最後に停車場に停車して次の動作を待つ。

十三、靴がなる

六人が圓形をつくりながら友達同志適當なる間隔をさらせることのために之を加へたのである。「うたをうたへば」で圓の中へ入つて、又外へ出るが最後の「くつがなる」の時は跳躍を加へて見たが、此の際足を伸ばして片足つゝ踏み違へることを要求する譯である。

十四、舟遊び

六人が中央へ足をのばしてつき合はせ愉快に遊ぶ。

十五、誰のが高い

靜かに友達の前へ足をやらぬ様に注意して、床の上に仰臥させる。ハ・ニ・ホ・ヘ・トによつて、兩足を揃へて高くあげる。膝も、足首も充分に延ばすことを要求する。ト・ハ・ホ・ニ・ハによつて靜かにおろす。背を延ばすことが出来るのである。更に腰までも高く擧げる。こゝを漸次要求する豫定である。

十六、飛行機

飛行機の擬音により、すばやく廻轉して、兩翼を張り、尾翼、胴體共に充分伸ばして、緊張する。この時膝の曲がらぬこゝ胸をぐつこおすこゝ等大切なこゝである。途中休息を入れて充分休ませて、渡洋爆撃に向ふ。宙がへりもあらうし、爆彈投下、地上射撃と思ひ思ひのこゝを言つてゐる。相當體力を要する運動であり、又忍耐力がなければ最後迄續かぬと思はれるのである。

十七、かめさん

前の緊張に對して休止符である。縮まつて床上をはふのである。

十八、軍用犬

腰の力を強くするにははふこゝが大切であるこゝから早くおそく色々にはわせる。

十九、象さん

なるべく足くびの方をにぎつて、ちつし〜と歩くこと。

二十、くぢやく

呼吸運動を加へつゝ兩腕をのばして側から斜上に擧げ下げながら、爪先で行進する。充分體を伸ばす。途中靜かに一廻轉させて又之を續ける。

二十一、日の丸行進曲

最後の整理運動として、軽く歩かせる。

打楽器の音によつて何組かゞ決めてあるので次の動作へ移る時には例へば歸る仕度に行く場合等は音によつて行動させるのである。

以上は一例であるが、かうしてより多くの遊びを加へて行くのであるが、幼児は同じものを何回も繰返して飽かないのであります。比處が國民學校の教授細目と異なる處で保育細目を書くのに困る處であります。同じものをやりつゝも保姆には何等かの目的があります。かくして子供は遊戯することに夢中になり、彼等自身主觀的に運動の快感を體得してゐるのであります。それは各々の全身心の躍動でなければならぬのであり、従つて緊張と解緊の絶えまない循環の中に自然的でござるまでも伸び／＼した鮮かな動作でありたいものであり、伸縮自在に自己の身體を支配し得る能力を養つてやることは最も必要な事であります。この身體支配の能力は生活のあらゆる面に必要缺くべからざるものであります。

これを一通り見て感ずることは競技の面に觸れて居らぬ事ではありますが、之は戸外で行はせる外狭いので出來ぬ關係上取扱を加へずに立案したものであつて、これも大いに加へたいものである。簡単に言ふと、幼児の競技は多く個人本位であつて、力に甚だしい差があるので勝つ者は何時も勝つのでよいが、負ける者は何時でも負ける。幼い時

から自負心を強くするのは困るが、それにも増して、怖しいのは劣等感を持たせることでありませう。將來大いに發展すべき素質を持つて居る幼児に一人でも劣等感を持たせてはならぬのであります。精一つばいに努めた時は共に喜んでやり、賞めてやらねばならぬのであります。團體競技の場合は規律に従はしめることが大切である。協同作業の喜びを味はずにはよき機會であります。

競技をするに幼児の個性がはつきりして來るのであります。勇氣のない方に勇氣を與へ勝つ事はかり目的として人を押しのける者には正義を重じさせると同時に時には負けた時の感を持たせることも必要であり、不幸をなだめ、威張るをおさへ、神經質の子供を快活にし、ふざける子供に真劍味を味はせ、眞面目一方の子供に諧謔的氣分を與へる等の事が出来るので身體鍛鍊と共に精神的鍛鍊部の多量の思ふのであります。

斯様に考へて來るに、眞の鍛鍊は教育は空疎な觀念の敷衍ではなく、生きた現實を結びつけた時代の正しい精神を方向との反映でなければならぬと思ふのであります。幼兒の鍛鍊も平坦の路ではなく、航海の如く、遠洋萬里の希望は洋々として遙く輝いてゐるのでありこの希望は自らの誠を捧げ、力を盡して實際に當る者のみを持ち得るのであります。かくてよき幼児のある所明日の日本は無限に生み出されて行くのであります。(以上)