

# 簡単な運動の遊戯化

東京女高師 三 浦 ひ ろ

いつか私は遊びの身體的整理に於ける主眼點の一つを、身體の發育助長に資するやうに材料をアレンジする事にあるといつたと思ひます。今其の事に就いて稍悉しく述べて見たいと思ふのであります。

勿論それは運動を主としたのであつて作業を目的にしたものではないのであります。

ですから選ぶ材料も身體運動に極めて適切なものでなければならぬのであります。それならば一體どういふ運動が最も子供に適してゐるかといふ事を考へなければならぬと思ひます。

それには第一に複雑でない運動でなければなら

ぬと思ひます。

運動は複雑になればなる程頭を使ふのでありますから子供には出来るだけ簡単な運動をえらばなければならぬのであります。體を前後に屈げる運動とか、歩く事とか、駈歩することとか又は體を左右に屈げる事、跳ぶ事といつたやうに極く原始的なものからはじめなければならぬのであります。之等を行ふに非常に容易であると共に子供の身體發育の爲に又頗る重要な運動なのであります。之等の運動を適當に配合して行はせる事が出来るるとすれば身體運動として大層理想的のものとなるかも知れないのであります。現に巴里の或私

立躰操學校では幼児のクラスを設けて五六歳の子供にも簡単な躰操を授けてゐるのを見た事がありますが、小學校に於いて既に之等の運動は學校躰操教授要目の示す所によれば一學年の兒童に課されてゐるのでありますから、幼稚園の子供にも適當な量を適當な方法によつて授けるといふ事は實に希ましい事なのであります。

しかし乍ら之等の運動は子供にとつては必しも興味深い材料ではないのでありますから之等のものを相當の時間續けて行ふといふ事は倦怠をもたらす爲にのみ有効であつて眞の效果を見る事はむづかしいのであります。そこで之等の有効であるべき材料を如何にして眞價通りに有効に使用すべきかといふ事が大なる問題となるのであります。こゝに至つて運動材料の遊戯化といふ事の必要が生ずるのであります。理智の發達しない子供であればあるだけ興味によつて之を行はしめなければ

ならないものでありますから、理智的な運動を巧みて遊戯化して之を興味深く行はしめるといふ心遣ひがなければならぬのであります。

それではどうしたら最も子供にとつて興味深く遊戯化せられた材料となるかといへば其の多くは子供達の日常生活に表れる事象中特に彼等の興味を惹起するやうなものと結びつけて行はしめるのが最もよいのあります。例へば躰の前下屈後屈等の運動を行はせる爲にポートルレースをさせるやうなものであります。まづ子供達を四人か五人位の一列縦隊にならべて床上に腰を下し兩足を前にのばさせるのであります。この場合には前後の人との距離を足がふれないのをもつて限度としたいと思ひます。何故なら子供は忽ちいたづらをするので前後の距離が近すぎては何の問題をひき起してしまひますから、かうした注意をしてまづ子供達をならべ之にオールを握らせるのであります。兩

手に握つたオールを出来る丈け前に伸して體を前に屈げるのです。更にオールを握つた兩手を出来る丈體の兩側にひきつけて躰をうしろに屈げるのです。かうした事實はよく都會の子供も地方の子供も經驗する所のものであらうと思ひます。實況をみなくとも繪畫などに或程度迄は既知觀念が這入つてゐる事であらうと思ひます。かうして躰を前後に屈げるのみの運動ではありませんが、そこにポートルースといふ一つの既知觀念と連合せられたが爲に運動中に於いて子供達は躰の前後屈を行つてゐるのではなくて春の隅田川に浮んだポートルの中に身を置く事が出来るのであります。そこに一つの深々たる興味を感ずるのであります。しかもこれが或種のリズムをひき起すやうに伴奏せられた場合に於いてはリズムの誘導による快感と共に一層の興味をひき起す事となるであらうと思ひます。更にうたがつけばなほの事都合がよいと思

ひます。

かゝる練習方法によつて實演せられるならば躰の前下屈、後屈といふ如き重要にして且つ無味な材料も絶えざる興味の下に數回の反覆練習にも何等の倦怠を感ずる事なく行ひ得るのであります。之等の材料は單に子供のみならず成人にとつても相當興味のある運動である時もあります。若し土地の情況によつて腰を下してなし得ないやうな土地にあつては立つて體を押す船頭のやうにしてもよいであらうと思はれるのです。どんなにでも教師の頭の働きによつて變化せられ適用されてよい筈のものでありませう。

これは單に一つの例に過ぎませんが更に方面の變つた二三の例について書いてみたいと思ひます。それはシーソーです。シーソーと呼ばれるものにも幾様もあるらしいですが、今こゝでいふのはの方ではなくてぶら下る方のものをいふのであ

ります。御存じでもあらうと思ひまが中央に支への柱があつてそれに大抵子供の肩の巾程にへだてられた二本の棒を横に支へしめたもので、高きは大抵子供のせい丈けより稍少し高い位のものであります。その二本の棒の兩端に一人づゝ所謂兩側懸垂の如くにぶらさがつて交互に上下する遊びでありますが、熟練した子供になると非常に見事に行ふもので見てゐても愉快なものであります。こゝでは即ちさういつた愉快を持つたシーソ一の遊びに連結させて躰の側屈を行ふ計劃なのであります。まづ中央に支への柱として一人の子供を立たせまゝ。そして其の子は兩臂を左右に伸ばします。これがつまりシーソ一の二本の棒を表したのであります。この臂の兩端に子供が一人づゝつかまゝります。そうしてシーソ一の子供は臂を伸ばしたまゝ體左右に動かし同時に兩端の子供は或は屈膝をし又は舉踵をすることになるのでこゝでは二つの運

動即ち躰の側屈を拳踵舉膝が同時に行はれる事になるのであります。そして中央のシーソ一が交替する事によつて全體の兒童が下肢の運動と軀幹の運動をする事が出来るわけになるのであります。何で五六歳の子供が拳踵屈だの體の側屈だのといふ程のものを興味をもつて行ふ筈がありません。やつぱり日常生活に於いて受けた經驗が實演に對して多大のよろこびを興へて呉れるのであります。子供は頭に新聞紙の折紙のかぶとをかぶつた丈けで立派な大將になれるのですからかうした、擬人的の動作によつて又豊かな感情を誘發される事はあり得る筈であります。

そして又かうした遊びの中に於いては運動要領の正しさといふ様な事も案外に容易に指導し得るやうであります。やはり子供の運動でも不正確なものは出来る丈け避けられなければならないので理に落ちずしかも興味を失はずに正しい方向へと

導かれなければならぬのであります。

更にもう一つの例を挙げて見ませう。それは行進の正しい練習の爲に選ばれた『フランスの王様』と稱する遊びなのであります。

これは兵隊あそびとか大将ごつこといつたやうな子供の最もよろこびさうな題材をとらへて行進を練習させようとする計劃に成つたものであります。考へてみると行進は最も簡単な運動ではありませんが極めてむづかしいもので、完全に歩き得る人は非常に少いといはれてゐます。事實些細に人間の歩行を見るとするぶん變なくせを持つてゐる人もすくなくないやうであります。しかもこの歩行といふ事が我々の運動の重大な要素となつてゐるのでありますから、これの正しい練習といふ事は先づ等閑に附してはならぬ筈のものであります。然しながらこれも只歩いてゐたのでは興味を相當に失つてしまひ、ことに種々な註文をされる

やうになれば、かへつて厭氣のさすといつた風になるものであります。ですからよほど巧みに考案せられたものでなければならぬのでありますがこのフランスの王様に表れた行進は其の邊實によく考へられたものだと思ひます。試みに次に其の方法を略述してみれば、

第一節 八呼間前進 八呼間後進

第二節 八呼間前進 四呼間で敬禮、四呼間で  
あとへ戻る。

第三節 八呼間前進、四呼間で太鼓を打ち四呼  
間で後へ戻る。

第四節 八呼間で前進、四呼間ラツバを吹き  
四呼間でうしろへ戻る。

第五節 八呼間前進、四呼間で旗をふり、  
四呼間で後へ戻る。

第六節 八呼間で前進、四呼間で指揮刀を抜い  
て指揮し、四呼間で後へもどる。

第七節 八呼間前進、四呼間でしやがんで鐵砲

を撃ち四呼間で後へ戻る。

といつた風のものでありまして行進を單なる行進として行はずフランス王の勇敢に兵士の行進として取扱つた所に子供の行進として生氣の満ちたものとして幾回もの反覆練習をも敢てせしめる魅力を生じてゐるのであります。

總じて幼稚園の子供に課する運動はかうした方面から這入るべきものではあるまいかと思ひます。そうして知らず識らずの中に正しい身體練習を行はしめなければならぬものと考へます。

