

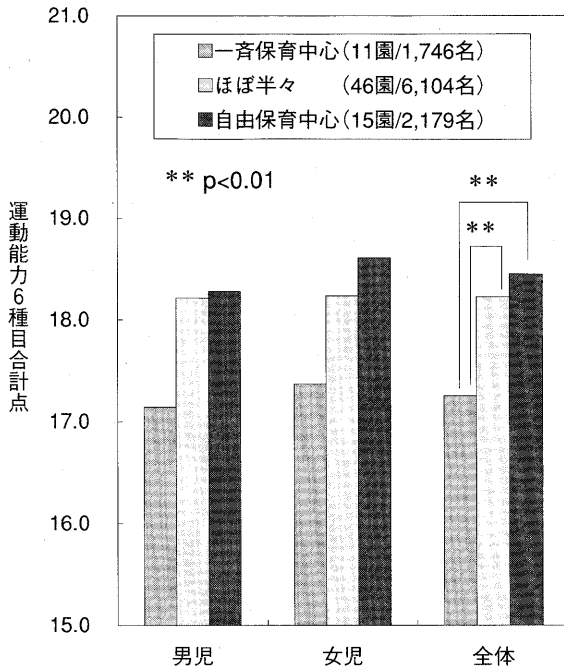
# 運動発達を阻害する運動指導

杉原 隆

近年、文部科学省の調査結果から、児童・生徒の体力・運動能力の低下が明らかに、社会的に大きな問題となっていることは皆さんご存じのとおりです。筆者たちが行ってきた幼児の運動能力の全国調査からも、一九八〇年代の半ばから九〇年代の半ばにかけて、運動能力が大きく低下していることがはっきりと示されています。そして、それらの原因として子どもたちのライフスタイルの変化、中でも戸外で活発に体を動かす運動遊びの減少があることが指摘されています。このような状況を受けて、園でも体力・運動能力を向上させる試みが広く行われるようになってきました。そこで、二〇〇二年の

全国調査では園と家庭の環境調査も合わせて実施し、運動能力発達との関係を調べたところ、園での指導に参考となる大変興味深い結果が得られました。明らかに変わった客観的な科学的根拠に基づいて、幼児期の運動指導について考えてみたいと思います。

二〇〇二年の調査では、北海道から沖縄に至る全国の幼稚園72園、保育所37園の計109園、四・五・六歳児約一万二千名を対象として、運動能力の測定と園の環境調査を行いました。種目は25m走、立ち幅跳び、ボール投げ、連続両足跳び越し、捕球の六種目です。個人の記録を各種目とも男女別・年齢段階(半歳)別に五段階の標



▲図1 幼稚園の保育形態による運動能力の比較 (杉原、森、吉田)

まず指摘しておきたいことは、園の保育形態によって運動能力の発達に違いが見られたことです。幼稚園と保育所では子どもの活動がかなり異なるので、幼稚園だけを取り出したデータを図1に挙げました。これを見ると明らかのように、一斉保育中心で保育をしている園が、自由保育中心の園や両者ほぼ半々の園より運動能力が低いということです。さらに、保育の一環として園で行っている運動とその頻度について聞いたところ、運動の内容は表1(19頁)のようになりました。幼稚園と保育所とで行われている運動は少し異なり、幼稚園では体操、水泳、縄跳び、器械運動が多く、サッカーやマラソンも約四分の一の園で行われています。これらの運動が行われている頻度と運動

準得点に変換し、種目、性、年齢を込みにした合計点で直接比較できるようにした結果を示したいと思います。

つまり、運動能力を総合的にとらえた四〜六歳の幼稚園児全体に当てはまる結果ということなのです。

まず指摘しておきたいことは、園の保育形態によって運動能力の発達に違いが見られたことです。幼稚園と保育所では子どもの活動がかなり異なるので、幼稚園だけを取り出したデータを図1に挙げました。これを見ると明らかのように、一斉保育中心で保育をしている園が、自由保育中心の園や両者ほぼ半々の園より運動能力が低いということです。さらに、保育の一環として園で行っている運動とその頻度について聞いたところ、運動の内容は表1(19頁)のようになりました。幼稚園と保育所とで行われている運動は少し異なり、幼稚園では体操、水泳、縄跳び、器械運動が多く、サッカーやマラソンも約四分の一の園で行われています。これらの運動が行われている頻度と運動

準得点に変換し、種目、性、年齢を込みにした合計点で直接比較できるようにした結果を示したいと思います。

つまり、運動能力を総合的にとらえた四〜六歳の幼稚園児全体に当てはまる結果ということなのです。

まず指摘しておきたいことは、園の保育形態によって運動能力の発達に違いが見られたことです。幼稚園と保育所では子どもの活動がかなり異なるので、幼稚園だけを取り出したデータを図1に挙げました。これを見ると明らかのように、一斉保育中心で保育をしている園が、自由保育中心の園や両者ほぼ半々の園より運動能力が低いということです。さらに、保育の一環として園で行っている運動とその頻度について聞いたところ、運動の内容は表1(19頁)のようになりました。幼稚園と保育所とで行われている運動は少し異なり、幼稚園では体操、水泳、縄跳び、器械運動が多く、サッカーやマラソンも約四分の一の園で行われています。これらの運動が行われている頻度と運動

準得点に変換し、種目、性、年齢を込みにした合計点で直接比較できるようにした結果を示したいと思います。

つまり、運動能力を総合的にとらえた四〜六歳の幼稚園児全体に当てはまる結果ということなのです。

### 保育と運動能力の発達

能力の関係を見たのが図2です。

これを見て「えっ」と思われる方は多いのではないのでしょうか。まったく運動を行っていない園が最も運動能力が高く、よく運動を行っている園ほど低くなっています。しかも、その差はかなり大きなものです。なぜこのような結果が得られたのでしょうか。それは保育を観察するとすぐわかります。

一斉保育中心の園では、運動が一斉指導のかたちで指導されており、子どもは同じ動きを何回も繰り返し行います。さらに、子どもが順番を待ったり指導者の説明を聞いたりしている時間が長く、実際に体を動かして運動している時間が少ないのです。

これに対して、遊びに対する配慮が十分になされている園では、多くの子どもたちは保育時間中に活発に体を動かしてさまざまな動きをしています。このような活発でさまざまな動きの経験が大切なことは、自由な遊びのときに運動遊びをする頻度の高い子どもほど運動能力

が高いという結果からも示されています。

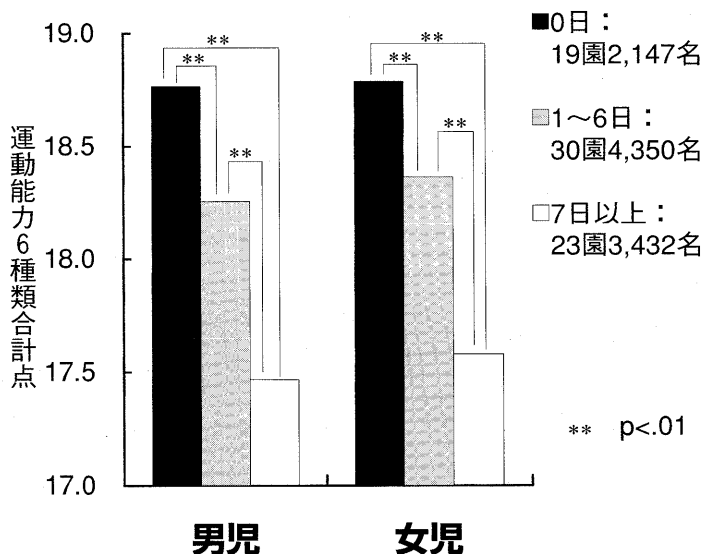
運動指導をすればするほど、幼児の運動発達が阻害されるという皮肉な結果になる原因はそれだけではないと考えられます。つまり、決められた運動を一方的に繰り返しやらされるため、運動遊びに対する子どもの意欲が低下してしまい、自由に遊んでいいときでも活発な運動遊びをしなくなってしまっているのではないかと考えられます。保育者も自分の園では運動指導をしっかりしているので大丈夫という安心感があり、運動遊びに対する配慮が欠ける傾向があるかもしれません。いずれにせよ、子どもの体力・運動能力を向上させようとして行われている指導が、その方法が適切でないためにかえって発達を阻害しているということは残念なことです。

### 発達に応じた指導

それではどうしてこのような誤った運動指導が行われるのでしょうか。その背景には大きな二つの根があると

表1 保育の一環として行っている運動（複数回答）  
（杉原、森、吉田）

	幼稚園（72個）	保育所（37個）	合計（109個）
	園数（%）	園数（%）	園数（%）
1.マラソン	17 (23.6%)	11 (29.7%)	28 (25.7%)
2.サッカー	20 (27.8%)	13 (35.1%)	33 (30.3%)
3.水泳	<b>32 (44.4%)</b>	15 (40.5%)	<b>47 (43.1%)</b>
4.体操	<b>44 (61.1%)</b>	<b>21 (56.8%)</b>	<b>65 (59.6%)</b>
5.散歩	19 (26.4%)	<b>26 (70.3%)</b>	45 (41.3%)
6.野外活動	12 (16.7%)	11 (29.7%)	23 (21.1%)
7.縄跳び	<b>29 (40.3%)</b>	<b>20 (54.1%)</b>	<b>49 (45.0%)</b>
8.マット・跳び箱・鉄棒	<b>29 (40.3%)</b>	16 (43.2%)	45 (41.3%)
9.いろいろな運動遊び	8 (11.1%)	2 (5.4%)	10 (9.2%)
10.その他	18 (25.0%)	13 (35.1%)	32 (28.4%)



▲図2 運動指導日数による運動能力の比較(杉原、森、吉田)

思います。一つは、発達をどうとらえるかという問題、もう一つは、遊びをどうとらえるかという問題です。

発達に応じた指導ということに異議を唱える人はいません。しかし、具体的にどのような指導が発達に応じた指導かということになると、さまざまな考え方があります。前述のようなスポーツや体力づくり運動の一斉指導が行われる背景には、発達とは量的な増大であるという考え方が根強くあります。子どもは大人より体が小さい、力も弱い、知識も少なく物わかりも悪い。つまり、子どもは小さな大人、能力の低い大人だから、大人のやっている運動を小型化して易しくして教えることが発達に応じた指導だと考えるのです。その結果が、表1にあるような運動を指導者が子どもに一方的に教えることになるのだと思います。このような発達のとらえ方は非常にわかりやすく、保護者にも受け入れられやすいものです。つまり、保護者もこのような運動指導を望み、逆上がりができるようにしてほしいとか、サッカーを教え

てほしいといったことを幼稚園に求めがちです。

しかしながら、発達の本質は質的な変化にあるということは発達心理学の常識です。ただ、質的な変化は非常に複雑でわかりづらい

上、遊びを通しての指導が子どもの発達の特徵に応じた指導であることを主張しても、これまで遊びの教育的効果を示す客観的な科学的根拠がほとんど示されてこなかったために、なかなか保育現場や保護者に受け入れられにくいという現実があります。19頁に示した図を見ていただければ、誰もが運動発達における遊びの重要性をはっきりとわかっていただけるものと思います。

### 遊びのとらえ方

縄跳びやサッカーが幼稚園で教えられるもう一つの背



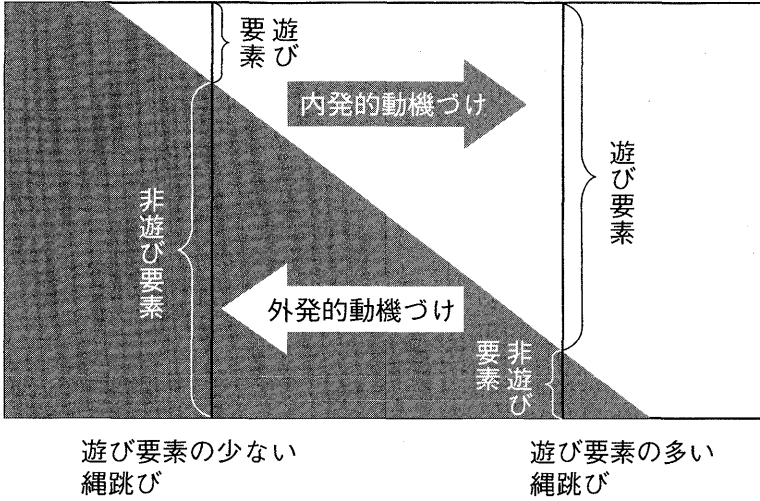
景には、縄跳びやサッカーは遊びであるという思い込みがあります。さらに、多くの人は遊びは自由気ままな気晴らしの活動であり、まじめで真剣な勉強や仕事の対極にあると思っています。このような意味での遊びは、教育と無縁です。遊びが教育にとって重要であると主張するためには、遊びとは何かを明確に示す必要があると思います。つまり、その遊びについての定義を聞けば、なぜ遊びが教育にとって重要なかがわかり、また、遊びを実践するにはどうすればよいかという指針が得られるものである必要があるでしょう。

このような視点から遊びの定義を考えたとき、非常にびつたりする遊びの定義があります。それは遊びを「自己決定と有能さの認知」を追及する内発的に動機づけられた状態であるとする立場です。自己決定をするということは自分らしく行動するということです。ですから、自分らしく個性的に自分の能力を向上させることに動機づけられて行動している状態が遊びだということです。こ

れはまさに教育の原点といってよいのではないのでしょうか。さらにこの定義からは、遊び指導は指導者が一方的に、行う運動ややり方を決めて教え込むのではなく、できるだけ子どもの自己決定を尊重するという実践上の指針が導き出されます。

このように遊びを内発的に動機づけられた状態であると考えると、遊びか遊びでないかは従事している活動から表面的に判断できないことになります。言い換えれば、水遊びをしているから遊んでいるとか、縄跳びをしているから遊んでいるといった判断はできないのです。子どもが、その活動をどのような動機で行っているかという内面を知る必要があるのです。

さらに遊びは、遊びか遊びでないかといった二分法ではとらえられないことになります。というのは、私たちはある一つの動機だけで行動することはまれで、通常は幾つかの動機をもって行動するからです。たとえば、内発的動機づけだけでなく同時に先生に認められたいとい



▲図3 連続体としてとらえた遊び（杉原，2000を一部改変）

う承認動機や、友達と仲良くしたいという親和動機をもつ状態はしばしば見られます。ですから、遊びはどのくらい内発的動機づけが強いかという連続体としてとらえられることとなります。この関係を模式的に示したのが図3です。遊び要素が内発的動機づけ、非遊び要素が外発的動機づけということになります。できるだけ子ども自己決定を尊重することが遊びにつながるのです。

以上のように考えると、幼児期の発達の特徴に応じた指導とは、スポーツや体力づくり運動の一齐指導ではなく、子どもの自己決定を尊重した運動遊びであることをはっきりと納得していただけたらと思います。

（東京学芸大学）

参考文献

杉原隆（編著）『新版幼児の体育』建帛社 二〇〇〇