

運動と運動遊び

森 司朗

昨今の子どもたちの運動能力の低下は著しいものである。文部科学省が平成十二年に報告した、一九六四年以降継続的に測定し続けてきた児童・生徒の運動能力の結果では、一九八五年以降、子どもの運動能力は低下傾向を示していることが報告された。また、幼児においても、一九八六年から一九九七年の十年間の間にこれまでの四回の測定の中（一九六

六年、一九七三年、一九八六年、一九九七年）で初めてすべての五種目（二十五メートル走、立ち幅跳び、体支持持続時間、両足連続跳び越し、ソフトボール投げ）で十年前を下回ることが報告されている（近藤充夫・杉原 隆・森 司朗・吉田伊津美 一九九八）。幼児期の運動能力低下の原因の一つとして、子どもが外で体を使って遊ぶ経験が減少して

いることが指摘されている。つまり、幼児の運動能力が低下したのは子どもが「運動」しなくなったのではなく、外で体を使って遊ぶ「運動遊び」が低下したのである。ここで問題になるのは単に「運動」をする機会が少なくなったのではなく、「遊ぶ」機会が減少したことにある。実際、子どもたちの周りを見てみると、スイミングスクール、体操教室など運動に関する習い事が多く存在しており、幼稚園からの降園後、多くの子どもたちが参加している。この光景は子どもたちの運動能力が低下し始める以前には、あまり見られるものではなかった。もしかすると今の子どもたちのほうが我々の子ども時代よりもより運動に参加する機会は増えているのかもしれない。では、なぜ幼児の運動能力は低下するのであろうか？

幼児期の子どもたちは、いろいろなことに興味や関心を持ち、自ら課題を持ち主体的、能動的にか

わっていく力に満ち溢れており、子どもたちは自分で関心を持ったことをやり遂げるために体を使って活動しているのである。子どもたちは外で（屋内でも）遊ぶことによつて自然と体を使い、結果として運動能力を高めている。この考えに従うと、最近の幼児の運動能力が低下した原因である「外遊びの減少」は、外で遊ぶという中で育まれてきたことが経験できなくなつてきたことになる。

幼児期は、運動発達の側面から考えた場合、動きの獲得として重要な時期である。この時期は脳内の中枢神経が急激に発達し（たとえば、スキヤモンの発育曲線）、多様な動きが獲得されていく時期であり、動きの獲得の敏感期である。この時期を経て小学校の低学年の頃には、私たち大人が日常生活で行う基本的な動きのパターンをほぼ獲得しているのである。この動きという視点で考えた場合、幼児期に必要な運動の経験は、一つの偏った運動ではな

く、多様な幅の広い運動である。しかしながら、このような表現で間違ってもらいたくないことは、偏らないいろいろな動きを経験することが大切なことであるが、ただ単に様々な動きの経験をすればよいということではない。子どもたちは、自分で課題を見つけてその目的を達成するためのより合理的な動きを遊びの中で自ら見つけ出していくのである。そのとき、子どもたちは、自分なりに多様な動きのバリエーションを経験していくことになる。大人が決めた合理的な動きではなく（たとえば、ボールの蹴り方や投げ方など）、遊ぶ中で子どもが自分の課題を自分なりに達成していくためにふさわしい合理的な動きを探しているのである。つまりは、遊ぶ中で子どもたちは多様な幅のある動きを自ら探し出しながら経験し、様々な動きを獲得しているのである。子どもたちは動きを獲得しようと思つて活動しているのではなく、遊ぶ中で自然と動きが身につけている

のである。大人が考えた動きを受身的に幼児に提供しても獲得される動きには限界があるが、遊ぶ中で子どもたちが獲得していく動きは無限なのである。動きの点から考えた場合、子どもたちに動きを提供するよりも遊ぶ中で子どもたちが多様な動きを作り出していけるような環境を構成していくことが重要であり、「運動」よりも「運動遊び」が重要になってくる。

また、幼児は遊ぶ中で自分なりの動きに有能感を感じている。幼児は、自分で課題を見つけ、課題を達成するための活動を行っている。この課題を達成したときに、幼児は有能感を感じ、新たな挑戦に挑



んでいくのである。幼児は自分の力で環境を変えることができると感じたとき、自分は有能であると感ずる。そして、環境を自分で変えることができたときに感じる有能感は幼児一人一人が自分の課題に関して持ち、それぞれで違うのである。特に、年齢の

低い幼児はみな有能であると自分を感じており、このような有能感を感じる活動そのものが遊びであり、幼児期はこの有能感の多くを運動の経験を通して体験しているのである。決して大人から提供された課題を達成して感じるものではなく、単に運動ができるという問題でもない。この意味からも幼児期

に必要な経験は運動遊びであり、興味や関心を持ち、自分で課題を見つけ、取り組んでいく力のあるこの時期に運動遊びを通して有能感を感じる経験が減少していくこと自体が大きな問題である。幼児の運動能力が低下していることは単に幼児が運動をしなくなっただけではなく、子どもの主体的に課題に取

り組む「運動遊び」をしなくなったことを意味しており、この点が幼児期以降の発達に大きな影響を与えていくことになる（たとえば、ここでの経験の減少が学習の前提条件になる興味や関心を持って取り組む力を損ねさせていくのである）。

以上の点から考えたとき、今、私たちはもう一度、最近の幼児の運動能力の低下の背景にある大きな問題は「運動遊び」の減少であり、大人の「運動」不足の結果生じた運動能力の低下とは、質が異なっていることを見つめなおし、幼児期の運動の意味を捉えなおす必要があるのではないだろうか。

・（鹿屋体育大学）

参考文献

近藤充夫・杉原 隆・森 司朗・吉田伊津美「最近の幼児の運動能力」『体育の科学』第48巻10号 八五―八五九頁 一九九八