

『幼稚園の現場から』

21・楽しく運動能力アップ！

原町幼稚園園長 鶴谷主一（静岡県沼津市）

今年年長児は 25年前の年少児と同じ！

このタイトルは、2012年3月号の幼児教育機関誌『げんきNo.130号』エイデル研究所発行に特集された「子どもの体力・運動能力低下」についてのレポートで、山梨大学の中村和彦教授が付けられた小見出しです。

中村教授はその後いくつかの雑誌で、こどもの運動能力の低下について記事を書いておられますが、こどもの運動能力が低下していることは、時折流れるニュースでも目にすると思います。

実際に日々子どもたちと接している私たち保育者はリアルに感じています。たとえば、滑り台の上まで登れない、しゃがもうとすると足首が硬いため後ろに転んでしまう、すぐに疲れてしまう・・・そんな子どもが少しずつ目立ってきています。とくに幼稚園新入園児の3歳児の未発達ぶりが最近感じられますし、全身運動が十分にできていないためかことばの遅れにもつながっている気がしてなりません。

そんな状況を見て、国もテコ入れをしなければ間に合わないと考えたのか、平成27年度初めには文部科学省から全ての幼稚園、保育園、認定こども園（以下園）に幼児期運動指針策定委員会が編集した『幼児期運動指針ガイドブック』と『幼児期の運動に関する指導参考資料（第一集）DVD』が送られてきました。

※文科省のHPに掲載されています。

http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319192.htm

※指針のベースとなった3年間の調査結果についてはこちらに詳しく出ています。

http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/youjiki/index.htm

国が乗り出すほど子どもたちの 運動能力は落ちているのです。

それはタイヘン！幼児期からしっかり指導しないといけない！と思いますよね。東京オリンピックを見据えてスポーツ庁（2015年10月から文科省の外局に設置）も設置される予定で、大いにスポーツ意識が高まっている昨今。

その気運に乗って、 幼児にも運動だ！

というように短絡的に「スポーツ＝運動」の意識を幼児に当てはめると困りますよ、というのが今回のテーマ。

幼児の運動能力（誤解を防ぐために体力とは言わない）の低下にずっと警鐘を鳴らしてこられた中村和彦教授は一貫して「**幼児の運動能力の向上は、それ以降のスポーツ的な運動とは違って「あそび」が主体になるべきで、様々な動きを遊びの中で経験させることが大切だ**」と主張しておられます。もちろん今回のガイドブックにも関わっていらっしゃると思います。

私は、このガイドブックを見たときに、私ども園の保育者に向けて「**スポーツじゃなくて、もっと子どもを遊ばせろ！**」という提案がなされていると受け取りました。

なぜか？

なぜ文科省が、あそびを通して教育を行う幼児教育の専門家である保育者に向けて「**もっと子どもを遊ばせなさい！**」と言わなくてはならなかったのか。それは、多くの園が子どもを遊ばせていないからなのだと思います。

保育園についてはよく知りませんが、何ともしやませんが、現在ほとんどの幼稚園が民間のスポーツ教室関連の会社に外部講師を委託して運動の時間を設けています。私の園も例外ではありません。

外部スポーツ講師を

委託する理由は、

- ・男性保育者が少ない職場なので体育的な活動に男性講師が入ることで活気が出る。

- ・運動能力の低下を防ぐためにしっかりやっています！というカリキュラムを入れたい。というような思惑があるわけだが、

最近こんな話を聞きました・・・

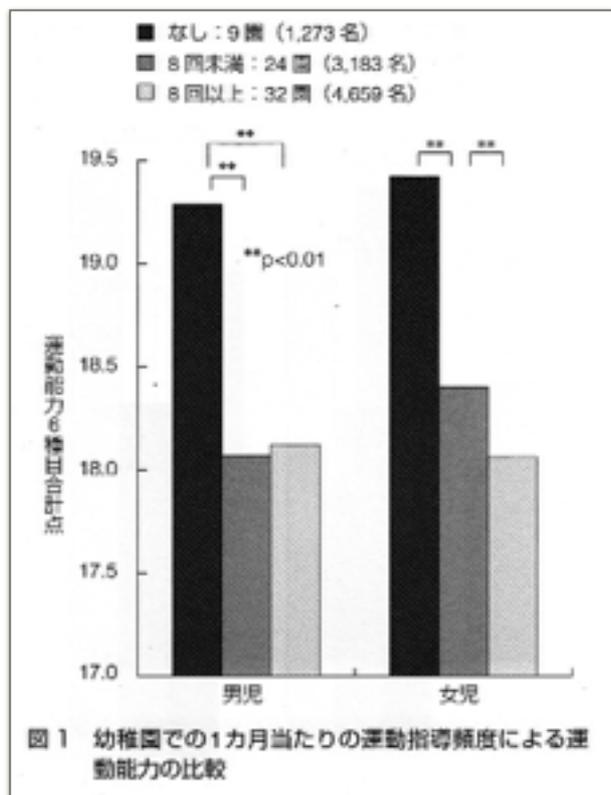
ある園児数の多い幼稚園で

講師による運動の時間。マット運動の指導がその内容だったが約30～40分の時間の間に一人の子どもが運動したのは、2回程度でその他の時間はずっと“待ち時間”だった。体を動かしていない時間がほとんど。（これは通わせている保護者に聞いた話）これで運動能力の向上は望めるのだろうか？

実は、『体育の科学』という機関誌では、

2010年にすでに幼稚園での運動指導の実態と幼児の運動能力の比較調査が発表されていました。（2010年5月発行(社)日本体育学会編集/杏林書院発行）

正確には「幼児の運動能力と運動指導並びに性格との関係」という内容の研究報告で当時十文字学園女子大学の杉原隆氏ほか6人の研究者によって調査報告がなされているが、今回は関係ある箇所の結果だけピックアップさせて頂く。



上の図1では、運動指導を積極的にしている園よりしていない園のほうが運動能力は高いことを示しています。

研究報告では、運動能力を向上させようと導入した運動指導が逆に幼児の運動能力の発達を阻害してしまっている現実を次のように分析しています。

運動能力発達阻害の原因

○第一に、運動が一齐指導の形で行われているため、子どもは説明を聞いたり順番を待っている時間が長く、実際に体を動かしている時間が短くなってしまっている。（まさに、先ほどのある幼稚園の事例！）

○第二に、幼児の運動発達の特徴と指導が合っておらず同じような運動の繰り返しが中心で運動能力の発達にほとんど貢献していない。

○第三に、やりたくもない運動をやらされる子どもが多いため、運動に対する意欲が育たない。

この3点を踏まえた上で、あそびを通して運動能力を向上することが大切だとまとめているが、この時点では具体的な内容は示されていなかったし、遊びと運動の曖昧な境界線をどうするか？も問題となっていた。それから5年経って文科省が具体的な指導内容を伴ったガイドブックを発行したということでしょうか。

☆もう一つ注目すべきグラフがあったので紹介します。

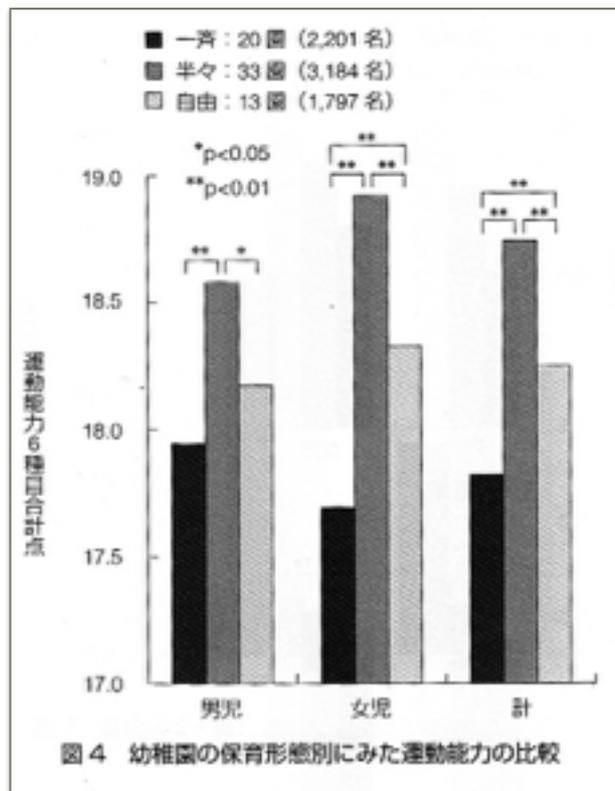


図4は、①一斉に指導を行う方法、②半々に
行う方法、③自由に遊ばせているだけという保
育形態での運動能力の比較で、②半々がいちば
ん数値が高かったのを示している。

子どもまかせでもダメで、やり過ぎてダメ、
ほどほどに保育者の指導が入るやり方がいいと
いう結果だ。

これは、救いでした！

なぜなら、私の園でもスポーツ会社の講師を委
託して従来型の運動指導を行っていたからで
す。やめなくても良い、工夫しよう！という方
向性が示されたからです。

ここからは図1の報告を読んでショックを受け
た後、講師と取り組んできた私どもの園の事例
をご紹介します。

講師と園の連携

私どもはジャクパという会社に運動指導を委
託しておりました。幸いなことに、この会社
の方針は「園のやり方に合わせる」という方針
だったので先のレポートを見て担当講師と話し
合い、逆効果にならない運動指導の方法を模
索して参りました。講師も契約を切られては
かありませんので、真剣に考えてくれました。

まずは、待ち時間をなくす

たとえば鉄棒を指導しているときは、説明
の時間を極力短くし、指導が終わった子ども
は園庭、ホールで行うにしても他のサーキット
を設けてそこを回ってくることにしました。
始終子どもが動いている時間を作るわけ
です。（簡単です！）

次に、あそび感覚を導入

指導開始時の準備体操も楽しく、皆が笑
いながらできるような内容を盛り込み、運
動指導の時間が楽しみになるように改善
していきました。

講師はたいがい体育会系の出ですからビ
シビシと指導したいわけです。そのほう
が端から見ると「やってるよ」に見える
し、指導していて気持ちがいいはずで
す。ウチの講師も改善前はそうでした。
今は遊んでるようなやってるよ
うな、まさにあそび半々の指導が行わ
れていきます。もちろん保護者にもその
意味を伝えて「あれで指導してるの？」
という誤解を持たないようにします。
これは園長の担当。

コーディネーショントレーニング

2年ほど前に、コーディネーショントレー
ニングに出会いました。幼児教育現場で
よく取り入れられている“リトミック”
と似たような面があるのでわかりやす
かったのですが、「**運動神経が良くなる運動**」
ということで、小学校でも導入する
ケースが増えていると聞きます。

内容についてはご存じの方も多
いと思いますのでHPを参照して頂
くとして、

※NPO法人 日本コーディネーショント
レーニング協会

<http://jacot.jp/index.html>

講師はこの講習に参加してノウハウを
学んできました。今は、学んだノウ
ハウを生かして独自の楽しい指導
方法を模索・実践しているところ
です。

最後に、今回のガイドブックを見て
の感想ですが、文科省は子どもの
特性をきちんととらえて、幼
児期に適切な指導方法を提示
してくれました。

しかし未だに大人や児童向け
の指導方法をそのまま幼児に
流用して、早い時期から「逆
効果の」指導を行っている保
育現場があること。一部の運
動好きな子どもはその方法
でも伸びるでしょうけど、
ヘタをすると水面下で運動
嫌いの子どもを量産してい
る恐れもあることを多くの
人が知るべきだと思います。

余談ですが

3月に静岡県と友好都市である中国
浙江省の教育庁の方と現地の
幼稚園園長が数名、日本の
幼児教育の視察に来られまし
た。ちょうどジャクパの指導
日だったので講師はあそびと
運動を合わせたようなカリ
キュラムを披露したんです
が、ピンときていませんでした。

それより、中国では幼稚園
だけでなく小学校でも跳び箱
はカリキュラムから無くな
ったそうです。理由は危ない
から。一人っ子政策の影響
で子どもに怪我をさせるの
は御法度！超過保護な実態
が垣間見えました。

日本はこうはなあってほ
しくない。多少痛い思いを
しても「できるようになり
たいから乗り越えていく」と
いう経験も運動（スポーツ）
のならば醍醐味なので
すから。

いろんな運動場面をご紹介します



▶原町幼稚園では年長組の運動会で跳び箱を披露その前段階のタイヤとび。好きな時間に跳びたい人がやっています。



▶やりたい人ー！自由に遊ぶ時間に任意で跳び箱練習できるできない、年齢に関係なく並べばやれます。



▶体育指導中のサーキット。滑り台を頭から滑るよー！



▶カルタの絵札をみて、ニワトリのポーズで歩こう



▶狭い園庭でサッカーをやりたい年長児が、ほかの遊びと共存するために考えた方法であそぶ。



▶地上5メートルの高さの登り棒に挑戦、遊具の上から登るので登る長さは2mですが。



▶運動指導の準備体操、いろんな動きできるかな？



▶フープを使って二人でジャンプし合います。
ゲーム感覚で動きを楽しむのです。



▶からだやわらかくなったかなー



▶足を揃えてしゃがんでみよう

「幼稚園の現場から」マガジンラインナップ

- 第1号 エピソード
- 第2号 園児募集の時期
- 第3号 幼保一体化第
- 第4号 障害児の入園について
- 第5号 幼稚園の求活
- 第6号 幼稚園の夏休み
- 第7号 怪我の対応
- 第8号 どうする保護者会？
- 第9号 おやこんぼ
- 第10号 これは、いじめ？
- 第11号 イブニング保育
- 第12号 ことばのカリキュラム
- 第13号 日除けの作り方
- 第14号 避難訓練
- 第15号 子ども子育て支援新制度を考える
- 第16号 教育実習について
- 第17号 自由参観
- 第18号 保護者アナログゲーム大会
- 第19号 こんな誕生会はいかが？
- 第20号 ITと幼児教育



原町幼稚園 園長 鶴谷主一

HP : <http://www.haramachi-ki.jp/>

MAIL : osakana@haramachi-ki.jp

Twitter : @haramachikinder