

# コラム

2007/10 (4)

こんにちは。園長の佐藤です。今回は、「幼稚園での体操」について触れたいと思います。今年8月、文京ケーブルテレビで「ケガをしない身体作り」をご覧になった方もいらっしゃるかと思います。幼稚園では、15年ほど前から、あのような体育指導を行っています。

文部科学省では、昭和60年ごろから、子どもの体力が低下してきていると警鐘を鳴らしています。毎年10月に行われてきた体力測定では、「測定によってケガをしてしまう場合がある」として背筋力検査が削除されたりと、かなり深刻な状況のようです。

その背景として文部科学省では、①外遊びやスポーツの時間の減少、②手軽な遊び場の減少、③仲間の減少、を挙げています。「体育」は、子どもの育つ3側面の1つを占めるものであり、また健康3原則（よく食べ、よく動き、よく眠る）の1つでもあります。それが低下しているということは、即ち子どもの成長バランスが相当変化しているということです。

以前は、社会が担っていたような「3間＝時間・空間・仲間」を、今では意識的に用意しなければならなくなってきた、と私達は捉えています。そのため明照幼稚園では、週1回の体操の日と、月1回の専門の先生による指導に加え、年中以上では課外活動として「ラックスポーツクラブ」を行い、大切な「3間」を確保しようと考えています。

もちろん、その最終的な目的は「子どもの健康のため」ですが、より直接的な目標として「怪我をしない身体作り」を挙げています。例えば、高い所からの飛び降り。今の家庭状況ではなかなか自由にさせることもできませんし、勿論その時の怪我也心配です。でも結果として、入園時までに「飛び降りた」経験の殆どないお子さんもいるのです。それは、単に身体の面だけでなく、気持ちの面でも「飛び降りるのが怖い」という状態になっているという事なのです。

無闇に怖がらず、かといって無謀に何でもやってしまうのではない。目指す姿がここにあるのは明らかです。

10月、つまり学年が始まって半分位が経過して、子ども達もそれぞれの伸びを見せてきました。年少組では、「並んで、集団での活動をする」

ことができるようになりました。並んで座っているところから「立って、何か一つ運動をして、戻って座る」。これ自体、最初はなかなか難しいことなのです。自分の順番は、前の子との間隔はどうだったのか。途中で追い越した場合、後から来る子に対してどうするか。そういった事を、まさに身体を動かしながら学んでいきます。幼稚園では、遠足やお御堂まいりなど、集団として並んで活動することが多くあります。体操の中で、言葉と部位・行動のマッチング（言葉の理解）、周りの子を気にすること、先生への注目と期待感などが養われていることで、その時間に留まらない成長を期待しています。

現在の、小学校の体育の話を見ると、1年生では実にこの「集団行動」を改めて行っている、という話が出てくる場合があります。年少のうちにこれを身につけ、それを土台にして毎週体操の時間を過ごしてきた子ども達は、先生の話に期待して聞くこと、理解したことを自ら行うことができるようになっていきます。

小学校における体育の時間1コマの中で、いったい何分子ども達が懸命になって身体を動かしているのでしょうか？5分程度と計測されたことすらあるそうです。その他は何をしているかという、先生が説明をしていたり、並ばせたり、注意を受けていたり、見ていたり。「**実際どれだけの量＝時間、身体を動かしているか**」は、大切な問題なのです。

特に2才児ということを見ると、ぜひお子さんと沢山の「じゃれつき遊び」をしていただきたいと思います。まだまだ体重も軽いはずですから、お父さんであれば持ち上げたりすることも容易でしょう。抱っこやオンプは「しがみつく」経験になります（抱っこ紐ではだめです）し、小さな台から飛び降りたり、坂道デコボコ道を歩くことはバランス感覚に直接結びつきます。体位が不安定になる「逆さもち」などは、しがみついて安心感を得るのみならず、先を見れば鉄棒の前回りの前段階としても大切です。皮膚感覚を通じて信頼感と愛情を育ておくことは、**子どもが安定し、「親から一步離れて踏み出す」ためのエネルギー**になります。

歩ける距離が伸びることは、体力のみならず自信・自立にも大きく影響します。そのことが積極性に結びつくのは言うまでもありません。重ねてになりますが、**幼児の体育は、それだけに留まらない、全人的な教育なのです。**