

幼児に体育あそびを

三 本 朋 子

近頃の子供達の体格は栄養の良さと教育熱心な母親の影響も手伝ってすばらしい成長をみせている。赤ん坊の頃はより大きく健康に育てようと栄養や病気に気を配り、だんだん年齢が進むにつれて言葉や知能の発達に力を注ぎ、必要以上に標準値とか身体の大きさ、身長伸びなど外見的なものに心を奪われて、内に秘められた可能性や本当の体力というものを忘れがちになっているのではなかろうか。

○ 幼児の体力

幼児にとって「あそび」は生活のすべてであり、その「あそび」によって知らず知らずのうちに体力を養っている。

体力とは、その個人が持っているあらゆる身体からだの運動能力全体を表わす言葉で、いくら太っていてもノロノロとしか走れなければ体力が優れているとは言えず、どんなに身長があっても筋肉の力が弱ければやはり体力が劣っているのである。

これは個々の運動能力についても同じことで、力が強く重いものを持ち上げることができても走るのが極端に遅ければ本当の体力とは云えない。

幼児は発達の激しい過程にあり、特に運動神経の発達がすばらしい時だから運動神経に力を入れることによって体力がついてくるのである。

このような意味で、本当の体力を養うのに大事な幼児期の「あそび」は正しい身体からだの使い方の指導が大切になってくる。

今までの片寄ったあそびや固定された動きだけでなく、いろいろな観点から組み立てられた「あそび」に興味を持って指導することが大切ではなかろうか。

○ 体育あそび

近頃では、「さあ、自然の中で思い切りかける、とびはねる、よじのぼるなど思い切り遊びを楽しんできなさい」と家の外へ出せば、外は縦横に発達した交通で、普及したマイカー等のため、子供達は適当な遊び場がなく、つい家の中にひき込みがちになり、その上テレビの普及がそれに輪をかけて歩くことの大切ささえ忘れられがちである。このような環境の中で子供達の正常な発育を望むにはどうしたらよいか、怪我をさせない、病気をさせない等の考え方からもう一歩進んだ積極的な遊びを、「体育あそび」を通してやってみたらと思う。

○ 指導と問題点

子供の運動する能力を育てるという事は商業スポーツや、選手養成と違い、幼児の心身の健全な発達を促進するものでなければならぬし、すべての幼児教育がそうであるようにまた体育あそびも周到な計画と、根気のある実践がなくては効果は望めない。

指導者にとって陥りやすい危険は保育効果をあせるあまり、他と比較して、無理な指導を子供達に押しつけてしまいがちなこと。決して特訓などは幼児の体育あそびでは効果のないことである。段階的に目標を立て牛の歩みにも似た進み具合でやすまず続けて行く事が大切である。早くから文字を覚えた事に得意然とする愚かしさと同じように、跳び箱が跳べるようになる事、より高いところからとび下りられるようになる事、ドッジボールが強くなる事等が目的であってはならない。

子供はやらせてみるとある程度要求どおりついてくるので、多くは高度な技術を子供にさせてもよいように思ってしまい勝ちであるがそれは一歩まちがえると大変な危険をはらんでいる、骨格も筋肉も未発達な身体的条件のもとで、怪我をさせるとかいう身体的な面の危険ばかりでなく、それ以上に心の面の健全な発達をさまたげることにもなりかねない。それは、友だちの何人かがやり得ても、その個人にとって無理な場合は、気持ちの中に今後それに対する嫌悪の念、それにふれまいとする気持ちが生じてくるからである。

五人に成功してもひとり嫌いな人を作ってしまうことは将来を持つ幼児にとってとりかえしのつかないことである。

ちょうどよい年齢の時その活動を経験すれば興味を持ち好きになることができるのに、背伸びしたために、一生興味を失ったり興味を持つのに時間がかかる結果になることも考えなければならないことである。

幼稚園、保育園という個人差の多い集団の場では、何といても幼児を楽しませながら効果をあげなければならないし、それには、やさしいことを何度も何度も繰り返すことによって安定感をもって気易く参加できるような気持ちにさせること、やさしいことを繰り返させるのにあきさせないように創造性をもってくふうしながら指導していくことが必要である。他にも多くの問題点はあるが、そのような問題点を含んだ上で、体育あそびを楽しく正しく展開するために研究を続けていきたい。そして「体育あそび」を通して子供達に「やれば自分にも出来るのだ」という、努力してなしとげることを覚えさせたい。

もっと子供に体力をつけさせるためにぜひ「体育あそび」をやらせてみてはと思う。

高松短期大学研究紀要

第 2 号

昭和47年3月1日印刷

昭和47年3月1日発行

編集発行 高松短期大学
高松市春日町

印刷 新日本印刷株式会社
高松市木太町2158