

# 幼児期における運動遊びの重要性とその指導法に関する一考察

## A Study on the Importance of Movement Play and the Method of Instruction in Pre-school Children

中 川 昌 幸<sup>\*1</sup>

Masayuki Nakagawa

近年、子どもの体力低下が問題となっている。幼児もまた例外ではなく、様々な研究によりその実態が報告されている。体力低下の大きな要因として戸外での遊び時間の減少があげられる。戸外での遊び時間の減少は体力低下だけでなく、幼児期に運動遊びを通じて育つべき「生きる力」の発育不全にもつながることが危惧されている。

本研究では、幼児における運動遊びの重要性を論じるとともに、彼らが健康な生活を送るために求められるべき支援のあり方について、先行研究をもとに考察を試みた。

様々な先行研究から、幼児の戸外での運動遊びを充実したものとするには、彼らが内発的動機から遊びに取り組める環境を設定することが重要であることが推察される。そのためには保育者がモデルとなって自らが運動を楽しむ姿を幼児に発信し、応答的環境を創出することが重要である。幼児の特性を理解し、彼らの自律を促進し、遊びこむことができる環境を創出することが、求められる指導法であると考えられる。

キーワード：幼児 運動遊び 体力 健康 生きる力 指導法

### はじめに

近年、子どもの体力低下が声高に叫ばれている。文部科学省が行っている「体力・運動能力調査」によると、現在の子どもの体力・運動能力の結果をその親の世代である30年前と比較すると、ほとんどのテスト項目において、子どもの世代が親の世代を下まわっている。一方、身長、体重など子どもの体格についても同様に比較すると、逆に親の世代を上回っていることが報告されている<sup>1</sup>。

このように、体格が向上しているにもかかわらず、体力・運動能力が低下していることは、体力の低下が深刻な状況であることを示しているといえよう。また、最近の子どもは、靴のひもを結べない、スキップができないなど、自分の身体を操作する能力の低下も指摘されている<sup>2</sup>。また、子

どもの体力の低下は、将来的に国民全体の体力低下につながり、生活習慣病の増加やストレスに対する抵抗力の低下などを引き起こすことが懸念され、社会全体の活力が失われるという事態に発展しかねないことも指摘されている<sup>3</sup>。

この状況を引き起こしている最も重大な要因として考えられるのは子どもが戸外で遊ぶ時間が大幅に減少していることではないだろうか。

中村が1999年11月に山梨県内の小学校児童とその父母・祖父母の方々約6000人を対象に行った調査によると、現代の子どもは親世代のおよそ半分以下の時間しか戸外で遊ばない、また、遊び場所も山や空き地などの「自然的場所」がほとんどだった親世代と一変し、半数以上の子どもが室内で遊んでいるということが結果としてあらわれた。室内でのゲーム遊びなどが主流のため、このよう

\*1 平安女学院大学短期大学部保育科 助教

に外遊びの時間・空間・仲間の減少が、子どもたちの運動不足、ひいては体力・運動能力の低下に拍車をかけていると彼は指摘している<sup>4</sup>。この調査以後も体力・運動能力の減少傾向には歯止めがかからず、大きな問題となっている。

現代の社会は、科学技術の飛躍的な発展などにより、生活が豊かで便利になっている。しかし、生活全体が便利になったことは、必ずしも高い体力や多くの運動量を必要としなくなっており、子どもにとっては、体を動かす機会を減少させただけでなく、家事の手伝いなどの機会をも減少させている。また、都市化や少子化が進展したことは、社会環境や人々の生活様式を大きく変化させ、子どもが遊ぶ場所、遊ぶ仲間、遊ぶ時間の減少、そして交通事故や犯罪への懸念などが体を動かして遊ぶ機会の減少を招いている<sup>5</sup>。

このような社会の変化は幼児においても同様の影響を与えており、結果的に幼児期からの多様な動きの獲得や体力・運動能力に影響していると考えられよう。幼児にとって体を動かして遊ぶ機会が減少することは、その後の児童期、青年期への運動やスポーツに親しむ資質や能力の育成の障害にとどまらず、意欲や気力の減弱、そして対人関係をはじめとするコミュニケーションをうまく構築できないなど、成長してからの心の発達、すなわち「生きる力」の生育にも重大な影響を及ぼすことも懸念されよう。このような状況を踏まえると、主体的に体を動かす運動遊びを中心とした身体活動を、幼児の生活全体の中に確保していくことは大きな課題と言えないだろうか<sup>6</sup>。

本研究では先述の現状を鑑みて、幼児の体力向上を願い、彼らにとっての運動遊びの可能性を論じるとともに、彼らが健康な生活を送るために保育者が運動遊びをどのように指導するべきかについて考察したい。

## 1、 幼児にとっての体力とは

「体力」ということばは日常生活の中でもよく使われるが、その意味は実に様々である。体力ということばの曖昧さは日常用語としてだけには限らない。幼児教育においても体力づくりの重要性が目立つようになってきたが、具体的な実践内容は多岐にわたっており、体力の捉え方が様々であることを示している。杉原は体力を4つの立場に分け、それぞれの立場について論じている。ここでは本研究における体力という概念の捉え方に

ついて明確にするために4つの立場のうち、2つに限定して論じることとする。

### 「生きる力」としての体力

これは体力ということばが身体的要素だけでなく、知的能力や性格などの精神的要素も含め、人間のもつほとんどすべての資質を意味しているとする立場である。知的能力も性格も脳という「体」の働きであると考えれば、精神的な要素を体力に含める考え方にも一理あるだろう。一例をあげれば、頑張るといふ強い精神力がなければつらく苦しい運動はできないなど、両者には密接な関係がある。このように第1の立場は人間を全体的、総合的に捉えることを強調している。この意味での体力は「生きる力」とほとんど同じと考えられるだろう<sup>7</sup>。

心身の発達が未分化で両者に密接な関係がある乳幼児期においては、両者をはっきり分けずに子どもを全体として捉えることが重要な意味をもつことが多い。乳幼児期においては、遊びなどの生活体験を通して心と体が一緒に発達していく。運動遊びについて言えば、体を活発に動かして遊ぶことによって、体だけでなく意欲や自我や社会性や知的能力などの精神面も同時に発達するのである。そのため、幼稚園教育要領や保育所保育指針では、遊びや生活での体験を総合的に捉えることを求めている。運動経験を体力や運動能力など身体面を向上させる活動としてだけではなく、精神的な側面の発達を促す活動としても位置付けているのである<sup>8</sup>。

### 「身体的能力」としての体力

第2の捉え方は体力ということばから精神的要素を除き、身体的要素に限定して使う立場である。したがって体力とは病気に対する抵抗力である防衛体力と体を動かして運動する時に働く行動体力を指すこととなる。

杉原はこの考え方は幼児教育における領域「健康」のねらいとかなり近いことを指摘している。領域「健康」では、健康な心と体を育てることに関するねらいがあげられ、精神的な要素も含んでいるという点では先にあげた立場と似ている。領域「健康」の3つのねらいのうち、第1の「明るく伸び伸びと行動し、充実感を味わう」というねらいは精神的な側面を示している。これは心と体の発達を総合的に捉えているからである<sup>9</sup>。しかし一方では「人間関係」「環境」「言葉」「表現」という精神面を中心とした別の領域が立てられてお

り、他の領域との違いは、領域「健康」では身体的な側面に重点が置かれているという点にあると言えよう。これらのことを勘案すると、心身の発達を総合的に捉えるということと、体力ということばを広く心身の働きの両方を含めて使うということは分けて考えるのが一般的であると言えよう<sup>10</sup>。

#### 本研究の立場

先に杉原のいう「生きる力」としての体力、そして「身体的能力」としての体力、双方の立場を述べた。本稿において研究を進めるにあたっては2つ目の「身体的能力」としての体力の立場を尊重しつつも、第1の「生きる力」としての体力の立場を取りたい。先述したように領域「健康」だけでなく、「人間関係」「環境」「言葉」「表現」などすべての領域の指導がみな体力づくりと呼ばれる可能性はあるが、精神面を中心とした領域と言われる「人間関係」「環境」「言葉」「表現」もすべて領域「健康」同様に人間の「からだ」を基本として発達していくものであるからである。言うならば「健康」「人間関係」「環境」「言葉」「表現」、これら5領域が密接に関連しながら発達することで「生きる力」が獲得されるのである。

現代のわが国において「生きる力」を養成することは急務である。それは文部科学省が学習指導要領の副題として用いていることから明らかである<sup>11</sup>。本研究で言うならば、幼児が保育者や養育者の支援を受けながら、様々な要素を発達させていくことで「身体的能力」が向上する。それだけでなく、精神面でも様々な発達が認められていくこととなる。そのことが「生きる力」の土台を形成していくと言っただけでは足りないだろうか。よって本研究では体力を「身体的能力」としながらも、体力を向上させることが身体的能力の向上のみならず、他のさまざまな要素の含まれた幼児の「生きる力」の獲得を促しているという立場をとりたい。そのうえでその土台となる「からだ」を深く掘り下げて学ぶ領域「健康」における指導法、特に保育者が運動遊びをどのように指導するのか、ということについて研究を進めていきたい。

## 2、 幼児の運動発達

先に述べたように幼児は心身全体を働かせて様々な活動を行うなかで、心身の様々な側面の発達にとって必要な経験が、相互に関連し合い積み重ねられていく。このため、幼児期において、遊

びを中心とする身体活動を十分に行うことは、多様な動きを身につけるだけでなく、心肺機能や骨形成にも寄与するなど、生涯にわたって健康を維持し、何事にも積極的に取り組む意欲を育むなど豊かな人生を送るための基盤づくりとなる<sup>12</sup>。しかし、これらは保育者が、幼児の運動発達の特性をしっかりと理解したうえで支援することで効果が上がるのであり、それを理解せずに行うと効果が上がらないばかりか運動嫌いになるなどのさまざまな弊害をもたらす危険性もはらんでいる。本章では保育者が幼児の運動発達のプロセスを理解することの重要性について論じていきたい。

#### 生理的早産

多くの動物は、親から生まれた瞬間に自分の足で立って移動し、自分の力で生きていこうとする。しかし、スイスの動物学者ポルトマンが指摘しているように、人間の胎児は頭部が大きくなりすぎるので成熟してからでは出産できなくなる。そのため、行動的には自立できない胎児のまま早産の状態でお産するようになっている。したがって乳幼児期の人間の子どもたちは、他の動物と違ってまだ自分の力だけでは生きていけない。3歳くらいまでは、食事や排泄や着替えといった生活行動は、どれひとつをとっても大人の援助なしではまだ1人ではできない。その意味で乳幼児期の子どもたちは、まだ大人の介助を必要とする未熟な存在であるといえる<sup>13</sup>。

ポルトマンによると人間は未熟な状態から成熟しなければならない大きな部分を残した可逆性に富んだ存在であると位置づけられている。ならばその未熟な状態において養育者および保育者がどのような環境でどのような支援を行うかが、その後の発達に大きく影響することは言うまでもない。子宮外胎児期とも言われる生後1年を経て小学校へ入学するまでの期間に幼児はどのような成長発達をしていくのだろうか<sup>14</sup>。

「ハイハイ（這う）」をしない子ども

子宮外胎児期（乳児期）の子どもの運動発達は一般的に頭部から尾部へ、中心から末梢へと向けて発達していくと言われている。つまり「①首が座る→②座る→③立つ→④歩く」という順番で発達していくと言われている。そしてその発達の過程で一般的には「①這う→②つかまり立ち→③一人立ち→④歩く」という順番で発達していくと考えられてきた。しかし近年、都市部の住宅は狭く、また物があふれたりして這うスペースが十分

なく、這ってもすぐに物につかまることができるため、這わずにつかまり立ちをし、歩くようになる子どもがいることが指摘されている<sup>15</sup>。

上述したようなハイハイをしない乳児が存在する現状に対し、渡部は背骨のS字カーブを形成する観点から以下のように警鐘を鳴らす<sup>16</sup>。

腰椎の正常なカーブがないと腰椎は歪みやすく、腰は凝ったり痛んだり大変です。それだけでなく、背骨全体の正常なS字カーブもできていないため、肩こりをはじめ全身の不調で悩む人も少なくありません。歩けるようになって、急ぐ時は長スピードで這うような子は、幼児になっても青年になっても、たくましい子が多いようです。しっかり這わせてゆっくり歩くのが、背骨の正常なS字カーブを作る上でとても重要です。ましてや、歩行器なんて絶対に使わないでね！

このように、これまでわれわれが常識的に考えていた乳幼児の発達の様相が、変わりつつある。そしてそれは彼らの健全な発育に少なからず影響し始めているのである。

#### 運動発達の要因

この時期に見られる頭部から尾部へ、中心から末梢へという発達の方向性は、ほとんど遺伝によって決められているとされてきた。このように以前は乳幼児期の運動発達は学習ではなく、遺伝によって決められると当然のように考えられてきた。つまり、どのような環境においてもある時期になれば遺伝の力で自然に運動発達していくものと考えられていたのである。しかし、その後の研究から遺伝より学習の方が大きく関係していることが判明してきた<sup>171819</sup>。このことは先ほどのハイハイをしない乳児の例が如実に物語っている。以前ならば同じような環境で生活していたため、多くの乳児がほぼ同じ頃に這ったり歩いたりしていた。しかし、近年の生活様式の劇的な変化が彼らの発達にも大きく影響を与え、二足歩行の準備段階ともいえる、這うという行為を経験させなくしている。そしてそのことが先の渡部の指摘にあるように彼らの骨格や筋肉の発達にも影響を与えているのである。

これは乳児だけでなく、その上の年齢層となる幼児にも当てはまる。中村は、子どもの体力の低下やケガの増加と動きの不器用さ、生活習慣病と肥満、アレルギーと体温異常など、子どもの体

のおかしさを指摘し、子どもの体は「自然に育って」はいかなくなっていると述べている<sup>20</sup>。つまり運動発達の最大の要因は、遺伝ではなく経験であるということが悪い形で証明されてしまったのである。

本章では、幼児の運動発達が個々の経験によって決められること、そしてそのことが理解されず、彼らの運動発達が妨げられている現状について論じた。次章ではこのような現状を鑑みたとき、幼児の運動経験を豊かなものとするために「運動遊び」をクローズアップし、それが彼らの発達にどのように関わっているのかということについて論じていきたい。

### 3、運動遊びの重要性

前章では、幼児の運動発達には「遺伝」ではなく、「経験」が大きく関係していることについて述べた。彼らは周囲の環境に対応することによってさまざまな経験をし、それが運動発達へとつながっていく。本章では幼児の運動発達だけでなく、人格形成などに大きく影響する「運動遊び」に着目して、その重要性を論じたい。

#### 運動能力の構成

幼児の運動能力が低下していることはすでに述べた。では、低下しているとされる運動能力とはどのようなものなのだろうか。考えたい。

河邊は、運動能力は運動能力と運動コントロール（調整）能力の2つの側面で構成されていると述べている<sup>21</sup>。運動体力は、運動を行う際に必要となるエネルギーを産出する能力であり、筋肉や呼吸循環器などの末梢器官の働きによって支えられている。これらは思春期以降に急激に発達する能力である。一方、運動コントロール能力は、目的に応じて適切な身体の動きをコントロールする能力である。調整力と言い換えることもできるだろう。この能力は中枢神経系の機能に支えられている。スキヤモンの発育曲線にも示されるように、出生後、乳幼児期には脳・神経系の発達が著しい。このことから、幼児期は中枢神経系の機能である運動コントロール能力の発達に、最も適した時期であると考えられている<sup>22</sup>。

つまり、幼児期に大きく育つ能力、そして育てたい能力は、持久力や筋力のような運動体力ではなく、様々な動きを引き出す運動コントロール能力と考えることができる。では幼児期に運動コン



トロール能力を発達させるためにはどのような運動がふさわしいのであろうか。

#### 幼児期にふさわしい運動とは

どのような運動の仕方をして運動コントロール能力が効果的に発達するというわけではない。河邊は、運動コントロール能力を高めるために必要な運動の原則として「運動の多様性」をあげている<sup>23</sup>。

ここで重要なことは走る、跳ぶ、投げるといったさまざまな運動パターンを経験することだけではない。もちろん多様な種類の動きを経験することは大切であるが、より重要なことは同じ運動パターンの動きをバリエーション豊かに経験することである。走るという運動を例にあげるならば、様々な方向に、様々なスピードを変えて、様々な場所で走るという経験である。したがって、同じような動きをいつも繰り返しているといった運動経験は、運動コントロール能力の向上にはつながらず、幼児期の運動発達にとってふさわしいとはいえない。走るのであれば、いつも同じ走りを取り返すマラソンなどよりも、走るスピードや方向を変化させて相手の動きを予測して走る追いかっこや鬼ごっこなどの運動遊びの方がはるかに多様なバリエーションを含んでおり、幼児期にふさわしい運動といえるだろう<sup>24</sup>。幼児期の運動経験として重要なことは、運動遊びを通じてバリエーション豊かな動きを経験することなのである。

#### 「生きる力」を育む運動遊び

運動遊びが幼児期に運動コントロール能力を発達させるために、最適であることは先に述べた。しかし、運動遊びによる発達のはたらきは運動機能だけでなく、精神面にも及ぶ。心身両面の発達に寄与するからこそ、運動遊びの重要性がクローズアップされるのである。

幼児は2歳頃になると、砂場遊びに代表される「並行遊び」を行えるようになる。「並行遊び」とは複数の子どもが並行して同じ遊びをする状態をさし、そばで同じ遊びをしていても、一緒に遊ばず、自分の遊びを他の子に説明することもない。それぞれの子は自分の遊びに夢中で、隣の子の遊びには関心を示さないようである<sup>25</sup>。それが、3~4歳ころになると他の幼児と一緒に遊び、共通の話題での会話や遊具の貸し借りも行う「連合遊び」を行うようになる。この遊びを行うことにより、徐々に自己中心的思考から他人を意識するよう

なる。そこで自制心や忍耐力が培われ、友人たちと仲良く遊ぶ方法を学ぶのである<sup>26</sup>。

上に述べた事柄は、運動遊びに限ったことではなく、幼児の遊び一般にいえる。幼児は遊びを通じてさまざまなことを学ぶが、特に注目したいのは「世の中の倫理（ルール）を学ぶ」ということである。「けんか」はしない。たとえてもけんかには「仕方」がある。そしてけんかの後は必ず「仲直り」する。けんかの結果、けんかする前よりも仲良くなる。これが「けんか」のルールであり、倫理である。このような倫理はことばの上だけではなかなか教え込めるものではない。幼児自身が遊びの中でトラブルに直面し、実際の行動を通して体験していくしかないのである<sup>27</sup>。

遊びの際に「ズルはしない」「仲間はずれをしない」、なども遊びを通じて培われる倫理観であろう。「卑怯」ということばを彼らは概念として頭では理解しえなくても、「卑怯は恥ずべきこと」であることを、実感として身体で知っていくことはできる。思春期以降になって「人の心を大切に」「相手の気持ちを考えよ」「生命の尊さを知れ」などといくら唱えても、この「根っこ」の部分が育っていない場合には、その理解に多くの困難が伴うのである<sup>28</sup>。

運動遊びを見た場合、これら倫理観の発達に加えて安全意識の涵養という要素もあげられる。大人の指示に従うのではなく、彼らが自らの手で運動遊びを創造していく場面は多々あろう。その際に彼らは冒険や挑戦といった多少の危険を感じる遊びに面白さを感じ、意欲的に取り組もうとする。例にあげるならば、ロープ渡りや木登りなどがそれに当たろう。その中でどこまでなら自分は乗り越えることができるという線引きを持つことが安全意識を涵養していくのである。そしてそれは「自分にはできる」という自己有能感へとつながり、より困難な事柄へと挑戦する心を育むことにつながるのである<sup>29</sup>。

このように運動遊びは、幼児期に心身両面の発達においてきわめて有効であるといえよう。ゆえに研究の立場でも述べたように、幼児が運動遊びによって体力を育むことは「生きる力」を涵養することに直結することとなる。幼児期の運動遊びは大げさではなく、その後の人生の基盤を形成する上で非常に重要な役割を担っているのである。

本章では幼児にとっての運動遊びの重要性について論じてきた。では、幼児にとっての運動遊びを豊かなものとするために、保育者は何を為すべきなのだろうか。次章では幼児にとっての運動遊

びを豊かなものとし、子どもたちが心身ともに健康に育つために保育者は何を為すべきかについて論じていきたい。

#### 4、豊かな運動遊びを展開するために

前章では幼児にとっての運動遊びの重要性を論じてきた。しかし、それは保育者の支援なしには効果的なものとはならない。本章では幼児の運動遊びを豊かなものとし、生きる力を涵養していくために保育者は何を為すべきかについて論じていきたい。

##### 運動意欲が体力を育む

杉原は幼稚園での保育時間に行われる運動指導の頻度（週何回か）と運動能力の関係を探る調査から、運動指導の頻度の高い園ほど幼児の運動能力が低く、運動指導を全くしていない園の幼児が最も運動能力が高かったことを指摘している<sup>30</sup>。これは非常に興味深い結果である。われわれ大人の常識であれば、運動指導の頻度と運動能力は比例すると考える。しかし、まったく逆の結果となっている。このことについて考えてみたい。

彼は上の結果について測定した園での幼児の行動を観察し、2つの要因があると指摘している<sup>31</sup>。1つ目は運動指導がなされているとき、彼らは指導者の説明を聞いたり、順番を待ったりしてほとんど体を動かしていないことが多いという事実である。指導者は彼らに正しい運動の方法を指導しようとしているのだが、皮肉なことにそれが彼らの活動時間を奪ってしまっているのである。もう1つは、彼らにとって好きでもない運動を一方的にやらされているために、運動に対する「意欲」が低下してしまい、運動指導時間以外のように運動をしなくなってしまうのではないかということである。また彼は取り立てて運動を指導していなくとも、彼らが運動をしたくなるような環境を構成する形で自由な遊びを中心とした保育を行っている園では、多くの幼児は一日中、自分たちのやりたい運動をして活発に体を動かし、そのことが運動能力の発達を促進していると推察している<sup>32</sup>。つまり運動意欲が体力を育てているのである。ここに幼児に運動遊びを指導する際のヒントがある。

##### 幼児の真の姿を理解する

では何故、多くの園では体力促進につながっていないにも関わらず、運動の指導を行っているの

であろうか。杉原は、それは保護者が望んでいるためであると分析している<sup>33</sup>。保護者が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うことを幼稚園に求めている現状があり、その結果、幼児が望まない運動指導が行われることとなっているのである。

このことは幼児、児童といったいわゆる「子ども」の本質を見抜くことができていないからこそ起こる悲劇ではないだろうか。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く見受けられる。つまり、子どもは小さな大人であり、能力の低い大人であるために大人のやっている運動を小型化して易くして教えることが発達に応じた指導であると考え、子どもに大人の指導者が子どもに一方的に「教え込む」ことへとつながっているのである<sup>34</sup>。

かつてルソーは著書「エミール」において大人や教師に向かって「人は子どもというものを知らない。子どもについてまちがった観念をもっている。議論を進めれば進めるほど迷路には入りこむ。このうえなく賢明な人々でさえ、大人が知らなければならぬことに熱中して、子どもにはなにが学べるかを考えない。かれらは子どものうちに大人をもとめ、大人になるまえに子どもがどのようなものであるかを考えない<sup>35</sup>」と厳しく断定し、鋭い批判を加えて、当時の教育やその子ども観を非難している。200年以上たった現代のわが国でもまったく変わらない様相となっているのである。

もし大人が自分の好きでもないことを、将来的に有効だからと押し付けられたとしよう。大人ならば我慢してやりとげることができるかもしれない。しかし、子どもはまったく違う。子どもは将来的に体力や運動能力を高めよう、社会性を豊かにしようと思って遊ぶのではない。遊ぶことが楽しいから、面白いからやってみたくなるのである。先の杉原の調査結果はそれを如実に物語っている。このように子どもの本質を大人がしっかりと理解しない限り、悲劇は繰り返されることとなる。特に幼児の場合、学童期の児童以上に遊びそのものへの興味が生じなければ、動くことには結びつかないことを佐野は指摘している<sup>36</sup>。肝に銘じておかねばならない。

##### 運動遊びを支える保育者の役割

幼児期の運動に対する動機として非常に大きな位置を占めるのは、先述の調査からも推察されるように内発的動機である。何年後かにこの運動が役に立つから、この運動をやれば動作がスムーズ

になるからという大人の願望の押し付けではなく、その運動、その遊びそのものが楽しいから動きたくなるのである。デシは内発的動機づけの行為そのものに意味があると言っている<sup>37</sup>。幼児は内発的に動機づけされた運動、すなわち「遊び」を繰り返すことで運動能力を向上させ、「生きる力」を涵養させていくのである。では、幼児が内発的動機に誘われて遊びに夢中になるためには、保育者は何を為すべきであろうか。

前出のデシは他者を支援する際に最も重要なことは、いかに自律を促進するかにあるとしている<sup>38</sup>。本研究に当てはめて考えるならば、幼児が自ら夢中になり、遊びこむことが彼らにとっての自律である。彼らにそのような遊び空間を提供することが保育者に求められる支援であり、その指導法を確立することが重要となるのである。

ファシリテーションという言葉がある。これはもともと「促進する」「助長する」「容易にする」「楽にする」という意味の英語「ファシリテート」(facilitate)の名詞形である。したがってその機能を担う人、「ファシリテーター」とは「進行促進役」というような意味である。その仕事は多岐にわたる。支援し、促進する。場をつくり、つなぎ、取り持つ。引き出し、待つ。そして共に在り、問いかけ、まとめる。そこに関わる一人ひとりが、自分自身で考え、学び、気づき、創造することを促したり容易にしたりする。個人やグループ全体が、お互いに安心してのびのびと探求できる場を作り、自ら活性化するのを助けることがファシリテーターの仕事である<sup>39</sup>。

東はこのように保育者によるファシリテーションにより幼児自らが環境から学び、成長していくことについて「滲み込み」という言葉を用いてその重要性を論じている<sup>40</sup>。「滲み込み」は、環境の持つ教育作用に依存する。環境が整ってよいモデルがあれば、幼児は「自然に」学ぶという前提に立っている。幼児が遊ぶことに熱中できる環境に身を置くことで自然にさまざまな事柄を学び、経験を積み重ねていくのである。

保育者のすべき運動遊びの指導は、コントローラーとして自分たちの願いを幼児に押し付けるのではなく、幼児が内発的動機づけにより十分に遊ぶこむことができるよう彼らにとってのファシリテーターとなり、彼らにとっての学びの環境、すなわち「遊び空間」を整備することではなかろうか。遊びを通じて幼児自らが考え、学び、気づき、創造することを促進することこそが、体力の向上と生きる力の涵養へとつながるのである。

岩崎は、保育者が幼児に運動遊びを指導する際に最も重要なことは、自らがモデルとなって運動を楽しむ姿を幼児に発信することであると述べている<sup>41</sup>。その際に留意しておかねばならないことは、保育者には完璧な運動技能を見せることが求められているではなく、幼児と同じ目線で運動遊びに楽しく取り組むべきであるということである。運動遊びの場での彼らとのかかわりは他の活動にはない楽しさを生み、彼らとの共有の体験は彼らとの新しい関係を生み出す。そうすることで信頼関係が生まれ、彼らにとっての応答的環境を創出していくこととなる<sup>42</sup>。その環境が彼らの内発的動機を強化し、運動遊びに積極的に取り組んでいくことへとつながるのである。運動遊びを「教える」のではなく、彼らを運動遊びへと誘う保育者の態度や環境づくりこそが、求められる指導法なのである。

## おわりに

教育という字は、「教」と「育」に分けることができる。そして、興味深いことは、育という字は、育てる、育つ、と他動詞にも自動詞にも用いられることである<sup>43</sup>。

教育ということには、教育する側と、教育される側とがあり、教育する方から考えると、やはり自分が「教える」という行為に重点がおかれ、その後で、「育てる」ということが考えられるが、「育つ」となると、ことはその本人の自発的な働きであるから、教育とは関係がない、あるいは考慮の外にある、ということになりがちである<sup>44</sup>。

しかし、教育ということ深く考えるならば、そのベースに、教育される側に潜在している自ら「育つ」力ということを見無視することはできないのではないだろうか。「教育」ということは、これまでどうしても、教育する側の視点から発言されることが多かったので、何を、いかに教えるかに重点がおかれがちで、「育つ」はおろか、「育てる」ことの方さえ、軽視される傾向が強かったのではなかろうか<sup>45</sup>。

教育を教育される側から見るということは非常に困難なことである。しかし保育者がその視座を持ち、教育を、そして遊びに代表される教育へとつながるさまざまな活動を見直さなければならぬ時期がまさに今やって来ている。本稿において紹介した幼児の健康に関するさまざまな問題が噴出している今だからこそ、幼児の特性を理解し、「小さな大人」ではなく、一人の「人間」として相対することが求められているのである。

人間はみな他者から「わからされる」存在ではなく、自ら「わかる」存在である<sup>46</sup>。他者から「教え込まれる」のではなく、自ら気づき、自ら「育つ」。人間とはそのような存在なのである。幼児を例とするならば、彼らが運動遊びを通じて体力を向上させ、生きる力を獲得し、自ら育っていくのである。そのための環境づくりこそが保育者の仕事である。指導といえ、われわれはとにかく「教える」ことが重要だと考えがちである。しかし、環境を整備し、彼らの成長を待つ、これもまた指導なのである。運動遊びをめぐる現状にはさまざまな問題が横たわっている。しかし、だからこそ、その可能性は大きいことを保育者は理解し、幼児の未来のために環境づくりに取り組んでいかねばならないのである。

#### 脚注

- 1 文部科学省ホームページ  
<http://www.mext.go.jp/>
- 2 日本レクリエーション協会「子供の体力の現状」『子供の体力向上ホームページ』  
<https://www.recreation.or.jp/>
- 3 同上
- 4 中村和彦『子どものからだは危ない!』pp66～75 日本標準 2004年
- 5 文部科学省『幼児期運動指針ガイドブック～毎日、楽しく体を動かすために～』p2 文部科学省幼児期運動指針策定委員会 2012年
- 6 同上
- 7 杉原隆『幼児期における運動発達と運動遊びの指導—遊びのなかで子どもは育つ—』p4 ミネルヴァ書房 2014年
- 8 同上
- 9 文部科学省『幼稚園教育要領』p3 2009年
- 10 杉原隆 前掲書 pp4～5
- 11 文部科学省 前掲書
- 12 文部科学省ホームページ『幼児期運動指針』  
[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/undousisin/1319771.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/undousisin/1319771.htm)
- 13 アドルフ・ポルトマン『人間はどこまで動物か—新しい人間像のために—』pp60～66 岩波新書 1961年
- 14 同上
- 15 河邊貴子『保育内容「健康」』p52 ミネルヴァ書房 2009年
- 16 渡部信子「赤ちゃんは無理に座らせないで」『女性の腰痛&骨盤ケア』

- <http://www.sweetnet.com/kotsuban/2008/04/post-16.html>
- 17 J・M・ハント『乳幼児教育の新しい役割』pp62～67 新曜社 1978年
  - 18 前掲書 pp129～134
  - 19 杉原隆 前掲書 p17
  - 20 中村和彦 前掲書 pp13～62
  - 21 河邊貴子 前掲書 pp110～112
  - 22 杉原隆編著『新版幼児の体育』pp1～54 建帛社 2000年
  - 23 河邊貴子 前掲書 p113
  - 24 同上
  - 25 森上史朗他『保育用語辞典』p267 ミネルヴァ書房 2000年
  - 26 井上勝子編著『すこやかな子どもの心と体を育む運動遊び』p31 建帛社 2006年
  - 27 岡本夏木『幼児期』pp92～98 岩波新書 2005年
  - 28 同上
  - 29 河邊貴子 前掲書 pp127～134
  - 30 杉原隆「運動指導を阻害する運動指導」『幼児の教育』第107巻2号 pp17～18 日本幼稚園協会 2008年
  - 31 同上
  - 32 同上
  - 33 前掲書 pp18～20
  - 34 同上
  - 35 J・J・ルソー『エミール』p18 岩波書店 1962年
  - 36 佐野豪『子どものための楽しい運動遊び』p8 大修館書店 1978年
  - 37 エドワード・L・デシ他『人を伸ばすカー内発と自律のすすめ—』p61 新曜社 1999年
  - 38 前掲書 pp197～220
  - 39 中野民夫『ファシリテーション革命』まえがき 岩波アクティブ新書 2003年
  - 40 東洋『日本人のしつけと教育』pp109～135 東京大学出版会 1994年
  - 41 岩崎洋子『子どもの身体活動と心の育ち(第2版)』p22 建帛社 2009年
  - 42 前掲書 pp101～102
  - 43 河合隼雄『子どもと学校』pp32～33 岩波新書 1992年
  - 44 同上
  - 45 同上
  - 46 藤岡完治『関わることへの意志』pp114～116 国土社 2000年