

子どもの遊びが育む「生きる力」

原子 純

“Zest for Living” in which Children’s Fun Grows

HARAKO, Jun

Abstract

In order to cultivate the necessary power for the children to live for their entire life it is important to enjoy comfort through contact with the body such as receiving a skin ship from the time of infancy. In addition, it is important to experience the diversity of activities that moved the body sufficiently and used various senses in life and play. Because, as these experiences accumulate, sensitivity, curiosity, inquiry and thinking power and so on are cultivated.

It is important for children to be involved in familiar environments such as nature and to make their physical sensations work well in infancy when curiosity and inquiry are vigorous. Further cultivating interest and interest, cultivating the foundation of thinking ability and cognitive ability leads to the later life and learning of the child.

In this research, children will verify the process of fostering the foundation of the power (“Zest for Living”) necessary to live autonomously throughout their lives, while enriching now through play and living.

要約

子どもたちが生涯にわたって生きていくために必要な力を培うためには、乳児の頃からスキンシップを受けるなど体が触れ合う関わりを通して心地よさを味わうことが重要である。また、十分に身体を動かし、諸感覚を働かせた多様な活動を生活や遊びの中で経験することが大切なのである。なぜなら、それらの体験が積み重なっていく中で、感性や好奇心、探究心や思考力などが培われていくからである。

好奇心や探究心の旺盛な乳幼児期に、子どもが自然など身近な環境に関わり、身体感覚を十分に働かせることが大切である。更に興味や関心を育て、思考力や認識力の基礎を培うことは、子どものその後の生活や学びにつながっていくのである。

本研究においては、子どもたちは遊びや生活を通し、今を充実させながら、生涯にわたって主体的に生きていくために必要な力（「生きる力」）の基礎を養っていく過程

を検証する。

キーワード

子どもの遊び (Children's play)

乳幼児教育 (Early childhood education)

生きる力 (Zest for Living)

1. はじめに

1996年7月、第15期中央教育審議会「21世紀を展望したわが国の教育のあり方について」第1次答申で初めて「生きる力」の概念が定義された。この「生きる力」は、その後の時代と社会の変化に対応する形で変容を遂げてきた。

答申では、「生きる力」を以下の3点の力を構成要素としている。

- ・自分で課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、行動し、よりよく問題を解決する資質や能力
- ・自らを律しつつ、他人と協調し、他人を思いやる心や感動する心など豊かな人間性
- ・たくましく生きるための健康や体力

このように、「生きる力」は知・徳・体のバランスの取れた全人的な力であるといえる。分析的に取り出したものでなく、総合的なものである。それはいかなる場面でも、発揮でき、活かされるものでなくてはならない。

では、生きる力をもった子どもたちとは、どんな子どもたちであろうか。それは、主体的に生きていくための資質や能力を身に付けながら、自立した個を確立し自己実現を図っていくことができる子どもたちのことである。その表れとして、子どもたちが自分の意見や考えを的確に相手に伝え、また相手の言うことも正確に聞き取り理解することができ

るなどのコミュニケーション能力、一人ひとり違った感性を表現できる自己表現能力、自ら問題意識をもちそれを解決していこうとする問題解決能力、情報化社会で生きる中でインターネットやテレビなどを上手く活用できる情報活用能力、ボランティア活動や環境資源保護など進んで取り組む実践力、など他にも社会性、心身の健康、そして人間性の向上が挙げられる。

乳幼児期は、生涯にわたる生きる力の基礎が培われる時期であり、特に身体感覚を伴う多様な経験が積み重なることにより、豊かな感性とともに好奇心、探究心や思考力が養われる。また、それらがその後の生活や学びの基礎になる。

子どもたちが生涯にわたって生きていくために必要な力を培うためには、乳児の頃からスキンシップを受けるなど体が触れ合う関わりを通して心地よさを味わうことが重要である。また、十分に身体を動かし、諸感覚を働かせた多様な活動を生活や遊びの中で経験することが大切なのである。なぜなら、それらの体験が積み重なっていく中で、感性や好奇心、探究心や思考力などが培われていくからである。

好奇心や探究心の旺盛な乳幼児期に、子どもが自然など身近な環境に関わり、身体感覚を十分に働かせることが大切である。更に興味や関心を育て、思考力や認識力の基礎を培うことは、子どものその後の生活や学びにつながっていくのである。

本研究においては、子どもたちは遊びや生活を通し、今を充実させながら、生涯にわたって主体的に生きていくために必要な力(「生きる力」)の基礎を養っていく過程を検証する。

2. 「生きる力」の示すもの

現代社会は、ものと情報の氾濫、技術の革新、価値観の多様化が進み、その結果、子どもを取り巻く環境や教育に様々な問題が生じている。これまでの学校で教え込まれた学力、完成した教育のみでは対応できない。国際化・情報化が促進し、変化の激しく先行き不透明な社会で生き抜くためには、自ら一生学びつづける意欲と力を身につけることが必要である。

また、環境教育、情報教育、国際理解教育、福祉教育などが新たな教育課題として挙げられている。これらは、他者との共生、異質なものへの受容、社会との調和の中で必要となってきたものである。このことこそが、現代が生涯学習社会といわれ「生きる力」が求められる理由なのである。そこで今学校では、「生きる力」を求め、自己の確立、他者との共生、異質なものへの受容、社会との調和を目指して学校教育が変わろうとしている。その例として、知識の学習から知恵の学習へ、問題解決の結果を教える授業から実際に問題解決する学習へ、机上のみの学習から体験を通じた学習へ、結果のみを捉える評価から過程も重視する評価へ、教師主導型学習から子ども中心型学習へ、学校で完成する学習から生涯にわたる学習への移行などが挙げられる。

「生きる力」が定義されてから2年後の1998年、中央教育審議会は「新しい時代を拓く心を育てるために一次世代を育てる心を失う危

機—」答申を発表した。この答申においても、1996年の答申が示した「生きる力」の育成が教育の重要な課題であることは依然として変わっていない。しかし、「「生きる力」の核となる豊かな人間性」という言葉からもわかるように「豊かな人間性」の育成が、教育の最重要課題であると述べており、「問題解決能力」に力点は置かれていない。したがってこの答申をきっかけに、教育現場では「心の教育」の重要性が叫ばれ、その必要性が、世論によって醸成されることになる。

この変容は、1998年の学習指導要領の方針を示した教育課程審議会答申においても認められる。「これからの時代を担う幼児児童生徒を育成する学校教育の在り方を考えるとき、時代を超えて変わらない調和のとれた人間形成は特に重要であると考えられるからである。

したがって我々は、これを改善のねらいの第一に掲げることとしたものである」と答申の中で記述しているように、以後中教審は「ゆとりの中で[生きる力]を育む」というスローガンのもと、「心の教育」を第一に考える教育を意図し、様々な改革案が示されていく。

しかし、学習指導要領が施行される時期とあわせて世論では「学力低下問題」が浮上し、この「学力低下問題」は、「ゆとり教育批判」となって、世論をにぎわせることになる。そしてこの世論の雰囲気は、[生きる力]の概念そのものの危機につながったと考えられる。なぜならば、[生きる力]は「ゆとりのなかではぐくまれる」はずであったのに、その[生きる力]の土台が全否定されているからである。しかし、生きる力は、その後、新たな意味を付与されて、再起を果たすことになる。

2008(平成20)年1月の答申(改訂学習指

導要領の方針を示した答申)である、「幼稚園、小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校の学習指導要領等の改善について」において、[生きる力]は以下のように示されている。

「改正教育基本法や学校教育法の一部改正は、[生きる力]を支える「確かな学力」、「豊かな心」、「健やかな体」の調和を重視するとともに、学力の重要な要素は、①基礎的・基本的な知識・技能の習得、②知識・技能を活用して課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等、③学習意欲、であることを示した。そこで示された教育の基本理念は、現行学習指導要領が重視している[生きる力]の育成にはかならない」。

3. 子どもの発達過程

子どもの成長には個人差はあるものの、小学校入学時には、自分なりのめあてに向かって、新しいことに挑戦したり、失敗しても繰り返し取り組んだりする姿が見られるようになり、見通しをもって、友だちの思いや考えを受け入れて遊ぶようになる。そうした子どもの発達過程には、その順序性において、共通して見られる特徴があり、成長するに伴い視野が広がるとともに、認識力が高まり、自己探求や他者との関わりを深めていくが、そのためには発達段階にふさわしい、生活や活動を十分に経験することが必要であり、発達段階における主な特徴については、厚生労働省及び文部科学省では次のような分析を行っている。(参考資料：(1)～(8)は保育所保育指針、(9)～(10)子どもの徳育の充実に向けたあり方について(平成21年文部科学省「徳育に関する懇談会報告書」)

(1) おむね6か月未満

首がすわり、手足の動きが活発になり、その後、寝返り、腹ばいなど全身の動きが活発になる。視覚、聴覚などの感覚の発達はめざましく、泣く、笑うなどの表情の変化や体の動き、喃語(なんご：幼児期のまだ言語とは言えない意味のない音声)などで自分の欲求を表現し、これに応答的に関わる特定の大人との間に情緒的な絆ができる。

(2) おおむね6か月から1歳3か月頃未満

座る、はう、立つ、つたい歩きといった運動機能が発達。さらに、腕や手先を意図的に動かすことができるようになり、周囲の人や物に興味を示すようになる。特定の大人との応答的な関わりにより、情緒的な絆が深まり、あやしてもらおうと喜ぶなどやり取りが盛んになる一方で、人見知りをするようになる。また、身近な大人との関係の中で、自分の意思や欲求を身振りで伝えようとし、大人から向けられた気持ちや簡単な言葉がわかるようになる。

(3) おおむね1歳3か月から2歳未満

歩き始め、手を使い、言葉を話すようになることにより、身近な人や物に自発的に働きかけていくようになる。歩く、押す、つまむなど様々な運動機能の発達などにより、環境に働きかける意欲をいっそう高め、その中で、物をやり取りしたり、取り合ったりする姿が見られるとともに、玩具等を実物等に見立てるなどの象徴機能が発達し、人と物との関わりが強まる。また、大人の言うことがわかるようになり、自分の意思を親しい大人に伝えたいという欲求が高まる。

(4) おおむね2歳

歩く、走る、跳ぶなどの基本的な運動機能や、指先の機能が発達することに伴い、食事、衣類の着脱など身の回りのことを自分でしようとし、また、排泄の自立のための身体的機能も整ってくる。発声が明瞭になり、語

い（ごい）も著しく増加し、自分の意思や欲求を言葉に表出できるようになる。行動範囲が広がり探索活動が盛んになる中、自我の育ちの表れとして、強く自己主張する姿が見られる。物事の中の共通性を見出すことができるようになるとともに、象徴機能の発達により、大人と一緒に簡単なごっこ遊びを楽しむようになる。

(5) おおむね3歳

基本的な運動機能が伸び、食事、排泄、衣服の着脱などほぼ自分でできるようになる。話し言葉の基礎ができて、盛んに質問するなどの知的興味や関心が高まる。自我がよりはっきりしてくるとともに、友達との関わりが多くなるが、実際には、同じ場所で同じような遊びをそれぞれが楽しんでいる平行遊びであることが多い。大人の行動や日常生活において経験したことをごっこ遊びに取り入れたり、予想や意図、期待を持って行動したりできるようになる。

(6) おおむね4歳

様々な物の特性を知り、それらとの関わり方や遊び方を体得していく。想像力が豊かになり、目的をもって行動できるようになるが、自分の行動とその結果を予測して不安になるなどの葛藤も経験する。仲間とのつながりが強くなる中で、けんかも増えてくる。その一方で、決まりの大切さに気付き、守ろうとするようになる。感情が豊かになり、身近な人の気持ちを察し、少しずつ自分の気持ちを抑えられたり、我慢ができたりするようになってくる。

(7) おおむね5歳

基本的な生活習慣が身に付き、運動機能はますます伸び、喜んで運動遊びをしたり、仲間とともに活発に遊んだりするようになる。言葉により共通のイメージを持って遊んだり、目的に向かって集団で行動したりするこ

とが増える。さらに、遊びを発展させ、楽しむために、自分たちで決まりを作ったりする。また、自分なりに考えて判断したり、批判する力が生まれ、お互いに相手を許したり、異なる思いや考えを認めたりといった社会生活に必要な基本的な力を身につけていく。他人の役に立つことを嬉しく感じたりして、仲間の中の一員としての自覚が生まれる。

(8) おおむね6歳

これまでの体験から自信や予想、見通しを立てる力が育ち、心身ともに力があふれ、意欲が旺盛になる。仲間の意思を大切にしようとし、役割の分担が生まれるような協同遊びやごっこ遊びを行い、満足するまで取り組もうとする。また、思考力、認識力の高まりから、自然や社会のこと、さらには文字などへの興味や関心が深まっていく。身近な大人に甘え、気持ちを休めることもあるが、様々な経験を通して自立心が一層高まっていく。

(9) 小学校低学年

幼児期の特徴を残しながらも、大人の言うことを守る中で、善悪についての理解と判断ができるようになる。また、言語能力や認識力も高まり、自然等への関心が強くなる時期である。なお、この時期における子ども同士の交流活動や自然体験の減少などから、子どもが十分な社会性を身につけることができないまま小学校生活に入ること、精神的にも不安定さを持ち、周りの子どもとの人間関係をうまく構築できず、集団生活になじめない、いわゆる「小1プロブレム」という形で、顕在化することが多くなっており、

ア 「人として、行ってはならないこと」についての知識と感性の涵養や、集団や社会のルールを守る態度など、善悪の判断や規範意識の基礎の形成

イ 自然や美しいものに感動する心などの育成（情操の涵養）が求められる時期

である。

(10) 小学校高学年

物事がある程度対象化して認識することができるようになる。対象との間に距離をおいた分析ができるようになり、知的な活動においても分化した追究が可能になる。体も大きくなり、自己肯定感をもち始める時期であるが、反面、発達の個人差も多く見られることから、自己に対する肯定的な意識をもてず、自尊感情の低下などにより、劣等感をもちやすくなる時期でもある。また、集団の規則を理解して、集団活動に主体的に関与したり、遊びなどでは自分たちで決まりを作り、ルールを守ったりするようになる。その一方、この時期は、閉鎖的な子どもの仲間集団が発生し、自らのしっかりとした考え方や意見を持たず、たやすく他人の意見に同調してしまう、いわゆる付和雷同的な行動が見られる場合もあり、

- ア 抽象的な思考の次元への適応や他者の視点に対する理解
- イ 自己肯定感の育成
- ウ 自他の尊重の意識や他者への思いやりなどの涵養
- エ 集団における役割の自覚や主体的な責任意識の育成
- オ 体験活動の実施など実社会への興味・関心を持つきっかけづくりが求められる時期である。

4. 乳幼児期の教育

乳幼児期における教育の重要性について文部科学省は、「人の一生において、生涯にわたる人間形成の基礎が培われる極めて重要な時期」だと述べている。乳幼児期における教育がその後の人間としての生き方を大きく左右する重要なものであることを認識し、子ども

もの育ちについて常に関心を払うことが必要だという。

また人間は、種としても乳幼児期の教育が大切であるということがわかっている。他の高等哺乳動物と違って種としての生存に関わる諸能力を身につけないままの状態で生まれてくるからだ。大きな学習可能性を持つ状態で生まれ、「ゆっくり」成長するのである。そして人間は他の高等哺乳類に比べ、子ども時代（＝成長期）が長い。つまり、環境からの影響を早い時期から長い期間にわたって受け、環境によって変わりうる、発達の可能性が大きいということになる。そのため、子ども時代に与えられる、「人間形成の働きかけ」である教育は非常に重要だと言える。

学力は継続して学ぶことによって積み重ねていくもので、乳幼児期だけでなく大人になってからも得ることが出来る力だ。一方、乳幼児期の教育は人間形成の基礎を築くものであるので、生涯にわたってその人に影響を与え続ける。子どもは、遊びを通して様々なことを身につける。例えば、身体を動かすことで身体能力を高め、友だちとかわることで社会性が豊かになる。ごっこ遊びをしながらイメージがわいて、集中力、表現力、想像力などが育つであろう。また遊具、教具、素材等を触れたり使ったりしながら、その性質を理解する様々な力が身につくと考えられる。乳幼児期の遊びが、人間の生きる力の基礎を作り上げるといえるであろう。

教育基本法において、「幼児期の教育は、生涯にわたる人格形成の基礎を培う重要なものである。」とされている。また、平成17年1月に出された中央教育審議会答申の中で、「幼児とは、小学校就学前の者を意味する。」「幼児教育とは、幼児が生活するすべての場において行われる教育を総称したものである。」と示されている。これは、幼稚園や保

育所等における教育はもちろんのこと、家庭や地域社会を含めあらゆる場面における教育が、一人ひとりの幼児が、人間として、社会の一員として、よりよく生きるための基礎を育む重要な要素であることを示しているということである。

一方で、これらは、子どもたちだけで身につけていくことはできない。遊びのひとつ、「ままごと」や前述の「ごっこ遊び」には、まねる対象が必要である。また、子どもの成長には、保護者をはじめとする、周りの大人の関わりも重要となる。子どもが自分自身で考え、その考えを伝え、人とうまくつき合っていくようになる第一歩としては、周りの大人は子どもと接する際、子どもの話をよく聞き、同じ視点でものを見る事や褒めるところがあれば褒めるなど共感的な態度で接することが必要である。さらには、地域社会で子どものお手本となる大人がいることや、専門的な資格や免許を持った保育・教育者等による計画的な教育や、家庭や地域社会における教育や保育、子育てに対する適切な助言等も、非常に重要な役割を担うことになる。

5. 乳幼児期の身体的活動遊び

平成18年の改正教育基本法では「幼児期の教育」が、生涯にわたる人格形成の基礎を培うものとして新たに位置づけられた。さらに、平成24年3月、文部科学省は「幼児期運動指針」を策定し、3歳から6歳の幼児期の子どもたちに望ましい運動を経験させるための指針を示した。これは、平成19年度～平成21年度文部科学省事業「体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究」の成果を踏まえ、幼児期に望ましい運動のあり方に関する指針を策定するために設置した「幼児期運動指針策定委員

会」において作成されたものであり、その目的は運動習慣の基盤づくりを通して、幼児期に必要な多様な動きの獲得や体力・運動能力の基礎を培うとともに、様々な活動への意欲や社会性、創造性などを育むことにある。文部科学省では、この目的達成のためには「保護者や幼稚園、保育所などの保育者等をはじめ、幼児に関わる人々が幼児期の運動をどのようにとらえ、どのように実施するとよいかについて、概ね共有していくことが重要」としている。具体的には、「幼児にとっての運動は、楽しく体を動かす遊びを中心に行うことが大切です。また、体を動かすことには、散歩や手伝いなど生活の中での様々な動きを含めます。これらの身体活動の合計が毎日60分以上になるようにすることが大切です。」と以下の3つのポイントを踏まえた運動の実践を推奨している。

- (1) 多様な動きが経験できるように様々な遊びを取り入れること
- (2) 楽しく体を動かす時間を確保できること
- (3) 発達の特性に応じた遊びを提供すること

幼児期における運動の意義については、文部科学省発行の「幼児期運動指針ガイドブック」に以下の5つの視点から8項目が挙げられている。

- (1) 体力・運動能力の基礎を培う！
 - ①運動を調整する能力や危険回避の基礎となる能力が向上する幼児期は、神経機能の発達が著しく、5歳頃までに大人の約8割程度まで発達するとされています。そのため、タイミングよく動いたり、力の加減をコントロールしたりするなどの運動を調整する能力が顕著に向上する時期です。運動を調整する能力は、新しい

動きを身につけるときの重要な働きをする能力であり、幼児期に運動を調整する能力を高めておくことは、児童期以降の運動発達の基盤を形成する重要な意味を持っています。

②姿勢を維持し体を支える力や運動を続ける能力が向上する最近、すぐに「疲れた」「もう動けない」などと訴える子どもが増えたと実感している大人が少なくないようです。自分の体を支えるいわゆる筋力や持久力は、遊びや運動をより活発に行うために重要な機能であるだけでなく、体力の重要な要素でもあります。幼児期は、これらの筋力や持久力（活動し続ける力）が著しく発達する時期ではありませんが、日ごろから体を動かすことは、結果として穏やかに持久力や心肺機能を高めることにもつながります。

③卒園後も活発に運動するようになる文部科学省調査において、（幼児に望ましい生活習慣、運動習慣の定着を図るための実践活動を行った）実践園と協力園を卒園した児童の追跡調査によると、卒園後（小学1年生）の運動の頻度や運動部の活動・スポーツクラブへの加入率および新体力テストの総合得点は、実践園卒の児童のほうが高い傾向にありました。子どもの体力・運動能力は、活発に体を動かして遊ぶ習慣や規則正しい生活習慣の影響が積み重ねられて徐々に向上します。生涯にわたる心身の健康づくりの視点からも、まずは幼児が体を動かす楽しさに触れ、その継続による運動習慣作りに努めることが大切です。

(2) 丈夫で健康な体になる！

④健康を維持するための生活習慣がつくれる運動習慣を身に付けると、身体の諸機能における発達が促されることによ

り、生涯にわたる健康的で活動的な生活習慣の形成にも役立つ可能性が高くなります。そのため、幼児期だけでなく、成人後も生活習慣病になる危険性は小さくなると考えられます。積極的に体を動かして遊ぶことにより、お腹が空いておいしく食事をとることができ、適度に疲労することで十分な睡眠をとることもできるようになります。幼児にとって体を動かして元気に遊ぶことは、身体的にも精神的にも健康を維持することにつながると考えられます。

⑤丈夫でバランスのとれた体になる肥満や痩身の問題は、栄養摂取の偏りと運動不足が大きな原因です。これらは、骨の形成にも影響します。骨の形成には、カルシウムやビタミンDなどの栄養摂取だけでなく、適度な運動が必要不可欠です。ですから、幼児期でも適切な運動をする丈夫でバランスのとれた体を育みやすくなり、肥満や痩身を防ぐ効果があると考えられます。丈夫でバランスのとれた体を培うためには、昔からいわれるように「よく遊び、よく食べ、よく寝る」ことが大切です。この中の一つでも不足したり、また過剰になったりすることも好ましくありません。

(3) 意欲的に取り組む心が育まれる！

⑥意欲的な態度や有能感を形成する幼児にとって体を動かす遊びなど、思い切りのびのびと動くことは、何事にも意欲的に取り組む態度を養い、健やかな心の育ちも促す効果があります。積極的に体を動かす幼児は、「やる気」「我慢強さ」「友達関係が良好」「社会的」など前向きな性格傾向にあります。このような前向きな傾向は「有能感」、すなわち「自分ができる」という感覚や自信に支えられて

います。運動有能感を持てる子どもは、運動が好きになって運動する機会も増えていきますが、反対に「無力感」を抱くようになるとその機会も減少していきま
す。したがって、体を動かす遊びを楽しみながら、成功の体験を積むことの工夫はもちろん、発達の特性が異なる幼児が一緒に体を動かして遊べるような環境づくりも重要です。

(4) 協調性やコミュニケーション能力が育つ！

⑦感情をコントロールし、友達と上手に遊べる子になる幼児期は、多くの友達と関わりながら遊ぶことを通して、ルールを守り、自我を抑制し、コミュニケーションを取り合いながら協調・協働する必要のあることを学んでいきます。また、5、6歳頃になるとリーダーになる幼児も増え、グループ内での役割を意識した行動もとれるようになります。また、体を動かして遊ぶことは、爽快感や達成感を味わいながらのストレス発散にもつながります。文部科学省調査では、イライラすることが少ない子どもたちほど体力が高い子の割合が多く、いつも感情をコントロールできずイライラしている子どもたちほど体力の低い子が多いという結果でした。

(5) 認知的能力の発達にも効果がある！

⑧脳の発達を支え、創造力豊かになる運動を行うときは状況判断から運動の実行まで、脳の多くの領域を使用します。近年、運動が知的能力にも良い効果をもたらす可能性が示されています。日本学術会議(2011)は、これまでの様々な調査・研究の結果を踏まえて「すばやい方向転換などの敏捷な身のこなしや状況判断・作戦などの思考判断を要する全身運

動は、脳の運動制御機能や知的機能の発達促進に有効であると考えられる」と述べています。これらの報告は“運動すれば勉強ができるようになる”という単純な因果の関係としてではなく、遊びや運動(スポーツ)が、「認知的機能の発達促進」に関与する可能性があることを示唆しています。また、幼児は様々な遊びの中で、自分たちの状況に合わせてルールを変えてみたり、新しい遊び方を考えてみたりと遊びを質的に変化させて、豊かな創造力を育んでいきます。保護者や保育者には、幼児の遊び空間が創造的に広がっていくような環境づくりを工夫することが求められます。幼児期の子どもたちにとっての運動が、単に運動能力の向上が見込まれるものではなく、心身の育ちに大きく影響し、またある意味でその将来も決定づけてしまう可能性をもつ重要な活動であると言えます。

6. 乳幼児期の遊び経験

乳幼児期の子どもたちは、発達の段階に応じて、多種多様な動きをまんべんなく体験することが必要である。例えば、何か特定のスポーツのみ行う運動、スポーツ活動では動きの獲得状況が偏ってしまう可能性がある。これらの動きには相互に関連があり、一部の動きのみを伸ばしていくことはできない。すなわち、乳幼児期の子どもたちの運動を考えたとき、特定のスポーツにのみ頼るのではなく、多様な動きを経験できるよう様々な遊びの場面を設定することが重要となるといえるだろう。

自然環境は、四季折々の移り変わりや日々の天気によって、全く異なる遊びを子どもたちに提供してくれる。また、そこではあくま

で「環境」のみであり、「どう遊ぶか」「なにで遊ぶか」は遊ぶ側の発想に委ねられている。つまり、「子どもが自ら遊びを創造し、主体的に遊ぶ」条件が揃っている。身近な居住地周辺の自然環境をいかに活用するかが重要となってくるのだ。しかしながら、自然にはもちろん危険もある。野生の動物や虫、草花の中にも触れることが危険な植物もあり、人が整備していない転びやすい場所などもあるだろう。かつて、子どもたちの集団遊びが成立していた時代にはそれらの危険を教え避ける術を伝えるのは年長者の役目でもあった。しかしながら、そうした異年齢同士の集団遊びが成立しにくくなってきた昨今において、その役目を担うのは周りの大人である。

文部科学省が幼児期運動指針において幼児期を「3歳～6歳」に規定している。これは、子どもが他者との関わりの中で「遊び」を展開できるのが概ね3歳ごろからであり、そのバリエーションが豊かになる時期だからではないか、と推察される。「遊び」において、他者との関わり・コミュニケーションは非常に重要な要素となる。この「他者」とは、友達・仲間のみを指すものではない。家庭にあっては保護者や家族、地域にあっては近所の人々、幼稚園や保育所等では保育者など、その子どもが関わる全ての人々が該当する。子どもの自発的な動きの尊重などはすでに述べてきたとおりであり、このことに留意し、周りの人々すべてが乳幼児期の子どもの豊かな運動体験を支援する体制を構築することが非常に重要となるのだ。

平成24・25年度の活動量計での計測結果からも、保育所・幼稚園が乳幼児期の子どもたちの運動体験において重要な位置を占めていることは明らかである。また、保育所や幼稚園には遊びに使える広いフィールドがあり、家庭や地域において実施が困難になってきて

いる群れ遊びを行える環境も備えている。そこで、保育所や幼稚園においては、保育者がプレイリーダーの役割を担い、子どもたちの「遊びたい」という欲求を引き出す環境を構成すること、また、多様な運動体験ができるような仕掛けづくり、つまり「いざない」が重要なポイントになってくる。例えば、遊戯室や廊下にビニールテープを貼っておく、それだけで子どもたちは自由な発想で遊びにつながるだろうし、もしそこに戸惑いがあるならばまずは保育者発信で遊びの例示（跳び越える・沿って歩く…など）を行うことで子どもたちはそれを遊びの道具として認識することが可能となる。さらに、その中で子どもたちの内側から出てくる独創的な動きやルールを見逃さず評価し広めることで遊びは発展するだろう。また、保育所や幼稚園に期待するのは、保護者や地域への啓発である。加えて、休日の過ごし方について考える必要がある。大人たちは休日の子どもたちに対してどうアプローチして行くべきかを考えなくてはならない。保育所や幼稚園でしかできないことがあるように、家庭や保護者にしかできないこともあると考えられる。そういった遊びの重要性を伝えていくことが大切なのである。

家庭においてキーワードとなるのは「コミュニケーション」と「お手伝い」である。子どもたちが最初にコミュニケーションを図る相手は家族である。乳幼児期（特に直接の遊びの種類が少ない乳児期）においては、「あなたのことを私たちはいつも見守っている」ということを示すこと、具体的には直接話しかけ、微笑みかけること、手や身体に触れてあげることが大切なのである。また、子どもたちが新しいことに挑戦するきっかけは「模倣＝まねっこ」である。父親や母親、家族がやっていることを真似したい、という欲求から挑戦は生まれる。そこで大切になるのが

「お手伝い」である。危ないから、時間がないからと遠ざけてはならない。子どもが「まねしたい！」と挑戦したときがチャンスでもある。その時子どもの力でできること、大人と一緒にできること、まだできないことは何なのか、それを誰より分かるのは毎日その子のことを一番考えている大人＝保護者や保育者である。

「地域」には、まだまだ子どもたちのかけがえのない遊び場が多く残されている。豊富な自然を活用した遊びが子どもたちの運動体験にいかに関与しているかはすでに述べてきたとおりである。また、子どもたちにとって運動遊びは、単に体を動かし身体能力を伸ばすものではない。運動遊びの中で、コミュニケーション能力を育み、思考する力を養う営みでもある。それゆえ、地域では、子どもたちを受容し豊富な自然の中で遊ぶ活動を援助することが必要である。「地域」にまだ数多く残る遊び場、原っぱや河原などは、子どもたちに他では得られない多くの体験を与えてくれる。そこには危険もあるかもしれないが、危険だからと子どもを遠ざけてばかりいるとそこで得られるはずの経験を積むことができないだろう。また、子どもは、他者とのコミュニケーションの中で育ち、保護者のみならず、地域の大人や友達、多くの人々と触れ合う中で子どもたちは様々なことを思考し、総合的な人間として成長をすることができるのだ。

7. おわりに

自ら身体を動かすことが好きな子どもを育てるためには、保育者あるいは保護者をはじめとした大人が運動や体力づくりに対する正しい知識をもつことと、乳幼児の興味・関心に添って働きかけることが大切である。幼児

の実態に応じた環境を構成していくことで挑戦意欲がもてるようになり、認められ、励まされ、自信をもつことで有能感をもち、繰り返し挑戦しようとする意欲や主体性がはぐくまれる。身体を動かすことは心を動かし、心が動くとき身体が動くようになるという心と身体の連動性が育まれる。保護者も運動の大切さを感じているので、運動するための具体的な方法や時間、きっかけを幼稚園や保育所がつくり、日常の生活や遊びの中で、大人も子どもも一緒に楽しめるような運動遊びを、具体的に提案、発信しながら乳幼児の運動習慣の形成につなげていくという今後の課題でもあろう。体力とは、自分自身が心地よく生活するための力であり、乳幼児期は生涯にわたる運動習慣や体力づくりの基盤となる時期である。今後、有能感を十分に味わい、心と身体を存分に動かす保育に努めなくてはならないであろう。

子どもが主体的に活動に対する意欲を高めるためには、環境構成と指導が重要なポイントである。幼稚園教育要領にも、幼児の主体的な活動が確保されるよう、幼児一人一人の理解と予想に基づき計画的に環境を構成しなければならないとあげられている。また、保育者は幼児一人一人の活動の場面において様々な役割を果たし、その活動を豊かにしなければならないとある。保育者は活動の展開において一緒に遊んだり、見守ったり、認め、励ましたりすることが大事である。子どもの思いを受け止めつつ、更に活動が楽しくなり子どもの発達が促されるように環境を構成しなおしたり、様々な言葉かけをしたりすることも必要である。幼児期運動指針と小学校教育とのつながりについても十分に理解しなくてはならない。小学校の学習指導要領にある体づくり運動の内容を知り、幼稚園での教育がどのようにつながっていくかを考える

ことは大切であり、必ず目の前の子どもに返すことができる。家庭との連携についても幼児期運動指針にあげられている課題と符号するものであった。保護者も幼稚園生活を今まで以上に知り、運動習慣の大切さを感じたのではないか。保育者の正しい知識の習得と子どもへの働きかけの大切さ、心と身体の連動性と発育発達について、乳幼児期と小学校教育のつながりを理解し、滑らかに接続することの大切さがあげられていた。今後も身体を十分に動かし運動する楽しさを味わえる子どもの育成に努めていかななくてはならない。

遊びの中でも身体的活動遊びは、運動的な遊びは、ルールのある遊びや友達がかかわる遊びが多い。このような遊びの経験を通して、豊かな人間性につながる対人関係、社会性の基礎を身につけていくと捉える。また、2011年の文部科学省調査によると、「園で体を活発に動かす」と「やる気」の関係において、体を活発に動かす頻度が高い幼児ほど不活発な幼児に比べて「いつもやる気がある」比率が高いことがわかった。このような前向きな傾向は、「有能感」すなわち「自分ではできる」という感覚や自信に支えられているといわれている。吉田伊津美（2012）は、「有能感を持つ幼児は、体を動かすことが好きになり、（中略）園生活でも積極的、意欲的に取り組むようになる」と述べている。幼児が有能感を感じる手がかりの一つを、吉田は「達成経験」だという。達成経験の積み重ねで、できることが増え自信が付いていくと今までやらなかったことや難しいことに挑戦しようとする気持が育つ。これらのことから、

幼児にとっての適切な運動的な遊びの経験が、何事にも意欲的に取り組む態度を養い、健やかな心の育ちを促すことにつながると考えられる。

幼児期運動指針においては、子どもが主体的に身体を動かす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が重要であることを示している。

体力が培われることは、生涯にわたって健康を維持し、積極的に学習活動や社会的な活動に取り組み、豊かな人生を送るための重要な要素となる。特に、幼児期は基本的な動きやバランス感覚が著しく発達する時期であり、この時期に運動や遊びの中で十分に身体を動かすことが必要である。幼児期の体力は、一人一人の幼児の興味や生活経験に応じた遊びの中で、幼児自らが十分に体を動かす心地よさや楽しさを実感することでつくられることから、幼児が身体を動かす機会や環境を充実することが必要である。

参考文献

- 高橋たまき 1984『乳幼児期の遊び その発達プロセス』新曜社.
- 内田信子 1990『想像力の発達—創造的想像のメカニズム』サイエンス社.
- 山田敏 1994『遊び論研究—遊びを基盤とする幼児教育方法理論形成のための基礎研究』風間書房.
- 文部科学省 2008『幼稚園教育要領解説』フレール館
- 幼児期運動指針策定委員会 2012『幼児期運動指針ガイドブック』文部科学省
- 吉田伊津美『初等教育資料2月号』東洋館出版社 2012