

國學院大學學術情報リポジトリ

〔研究ノート〕 乳幼児期の動きの発達と環境の関わり：就学までの基礎的運動能力について

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 公開日: 2023-02-06 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 笹田, 弥生 メールアドレス: 所属:
URL	https://doi.org/10.57529/00001371

〔研究ノート〕

乳幼児期の動きの発達と環境の関わり

—就学までの基礎的運動能力について—

笹田 弥生

【要旨】

近年、子どもの体力停滞や運動不器用な子どもの出現等は、幼児期の運動体験の乏しさが原因と問題視されている。「幼児期運動指針」では、さまざまな遊びを中心に、毎日、合計60分以上楽しく体を動かすこと、が推奨されている。多種多様な運動体験による基礎的運動能力をもって小学校へ進み、自ら進んで動き正課体育と連携し、体力向上を目指し、日常的に運動する児童の姿が望まれている。では、子どもは具体的にどのようにして、多くの種類の運動を経験しながら成長をしていったらよいのか、誕生から歩行を獲得するまでの乳児期間の発育発達と、その後の幼児の生活から考える運動遊び等からその運動習得の仕方を探る。そして、近年の子どもの不器用さにつながる運動経験の不足はどのような原因によるものであるか、小学校体育につながる体づくりを見越した基礎的運動能力について考察する。

【キーワード】

乳幼児、発育発達、運動遊び、基礎的運動能力、大人の関わり

1、はじめに

人間の赤ちゃんが、ほ乳動物の中でも特に未熟な状態で誕生してくることをボルトマンは「生理的早産」と呼んでいる¹⁾。ヒトが直立二足歩行を獲得し言葉と両手を使い、高度な文化を發展してこられたのは、その未熟さの故であり、出生時の脳の限らない可能性によるものである。出生直後の赤ちゃんの脳は、他の器官と比べて最も成人に近い完成度をもっており、そのため頭部以外の発育発達が未熟のまま誕生することになった¹⁾。この脳の発達により誕生後は反射行動からはじまり、生後わずかに手足を動かすだけの何もできなかった新生児は、養育者の庇護のもと約1年をかけて二足歩行を獲得していく。この時期は、より人間らしい多くの動きを、直線的に習得する可能性を秘めた時期である。

母体に保護された環境から、誕生後は自発呼吸をし、人の声を聞き、抱っこされ、あやされ、多くの刺激を受けて運動機能が発達していく。そのため、赤ちゃんの生育環境はその子の発育発達にとって重要なものになる。しかし、どのような環境下であっても、発育発達の順序は、「首すわり」、「寝返り」、「ずり這い」や「お座り」、「はいはい」、「つかまり立ち」、「伝い歩き」等を経て「独り歩き」へと、頭から脚への動きの習得となっていく²⁾。そして、それぞれの出現時期は、

個人差もあり数ヶ月遅れることもあるが、周囲の積極的な関わりや本人の成長特性により早くなることもある。どちらにしろ、出生直後のほぼ寝たきりの時から比べれば、体勢を変え、移動をし、立ち上がったたり座ったり、寝たり等と、運動機能の発達とその動きの種類は誕生時に比べ確段に増え、言葉も覚え徐々に人間らしさが増していく。

多くの大人は、この歩行運動の獲得で人としての運動能力がほぼ完成と思いがちである。が、実は、ここから就学にかけてのおよそ5年が、スキヤモンの発育発達曲線が示す神経型の発達にとっても重要な時期³⁾と重なる。様々な動きを獲得することは、脳内のニューロン（神経細胞）が、その情報をシナプスを通して、各ニューロンへと連結させて動きの発達を促すのである⁴⁾。このような脳神経の発達は、ただ運動が出来るようになるだけでなく、言葉・社会性・性格等の人間性の形成に影響を与えるとして、宮丸凱史（2011）は、その著書で「たかが運動、されど運動」と、その運動の出来・不出来が成長面に与える影響の重要性を説いている⁵⁾。

2. 初歩的運動の獲得

誕生からおよそ2年が、初歩的運動の獲得時期である。乳児は、寝た状態でも手足・頭をよく動かし、ものを握る力もある。原始反射によるものであるが、養育者は適宜その反射運動を引き出すよう働きかけることで、発育発達を手助けすることが出来る。眠っている時間が多い時期であるが、授乳やおむつ替えなどの起きているわずかな時間に、相手をすることが望まれる。月齢が進み、授乳・沐浴など頭を起こす機会に徐々に首がしっかりとし、首すわりが進んでいく。両手を持ち上体をわずかに起き上がらせたり、おむつ替え時にお尻を持ち上げたり足を優しく動かす、体をさするなどをして寝ている状態でも刺激を与えることで、さらに四肢の動きの発達を手助けできる。上体（頭）の動き、脚の動きが大きくなることで体幹のひねりや反りで、ベビー布団等のわずかの「段差」等で寝返りの発生も期待できる⁶⁾。腹臥位（腹ばい）姿勢等の経験により、頭を上げる・上肢で突っ張るなどの脊髄伸展による上体の保持姿勢に必要な背筋の発達を促すことも出来る。補助的な背もたれ等を利用した座位の体験は、重い頭を持ち上げさらに首周辺を強くし、上体の姿勢保持を助ける。さらに両手が自由になることで、ものを「掴む」、「離す」、「押す」、「引く」などの操作系動作を覚える。

腹臥位姿勢からは、「ずり這い」をへて「四つ這い」姿勢へ発展し「はいはい」への出現を助ける。「はいはい」は、乳児が初めて獲得する移動手段であり、のちの二足歩行獲得にも重要な役割を果たす。近年「はいはい」をしないで歩行を獲得する幼児もいるようである⁷⁾が、匍匐姿勢は、肩周辺を強くし体幹部を鍛えることにも役立つので、たくさん経験して歩行につながることを望まれる。「はいはい」と「座位」は同時発達をしながら、段差や手の届くもの等に掴まりながら立ち上がり、転び、また立ち上がり、上体と下肢の強化及びバランスを取ることを経験を重ねることになる。そうして、伝い歩きの出現を生み、徐々に二足歩行に移行していくことになる。この時期は、乳児特有の頭でっかち¹⁾でうまく身体バランスが取れずに転ぶことも多くなる。

が、上手に転ぶためにも周囲の安全を確保しながら転ぶことの経験を積むことも重要である。

二足歩行が出現しても、最初はまだ数歩からであり、転倒することも多く、必要に応じて「はいはい」の方が早く移動できる場合は、両方を移動手段で行うことも多い。これも移行期には必要なことである。しっかりと安定した歩行ができるようになるには、時間が必要であり、歩行能力を高めるためにも「はいはい」をたくさん経験することが望まれる。歩行を獲得したからと言って歩行しかさせないようなことは望ましくない。わずかの段差は足を上げる助けにもなり、場合によっては、這って上り下りをする機会もある。移動手段が増えることにより、環境による障害物によって、「乗り越える」、「よじ登る」などの運動形態も出現する。上がれば下がることになるので、下り方を覚える必要も出てくる。高さによっては匍匐姿勢で安全に足から「降りる」などの方法を教えることも必要である。「しゃがむ」、「立ち上がる」などは足腰を鍛え、歩行能力と並行して両足でその場での「跳び」に発展し、徐々に「走行」へとつながっていく。成長により段差によっては「とび降りる」も出現する。

安定した二足歩行が始まると、自由になった両手で何かを運び移動する、取りに行くため移動する等と、行動範囲はさらに広がり動きの種類も増える。歩行・走行、階段の昇降、さらに多くの移動動作を獲得することで、子どもは日常生活での動きが大幅に増える。そして身体活動を通して学ぶことが多くなる。まさに幼児は遊びのすべてが学びの場であり、夢中になれる遊びが見つかり飽きるまで行うものである。多くの「自発的な活動としての遊びは心身の調和のとれた発達の基礎を培う重要な学習である」と、幼稚園教育要領でも述べられているように⁸⁾、遊びを通して身体の発育発達、多種多様な運動遊びにより調整力をはじめ、体力の向上も期待することができる。なにより将来に向けたスポーツ活動のための「人間の運動の基礎づくり」の時期となる⁵⁾。

3. 人間の運動の基礎づくりー幼児期に高めたい運動能力

歩行動作を獲得した後は、室内のみならず、屋外の足元の不安定な段差や階段、坂道、さらに天候による雨風や雪等の滑りやすい路面、朝夕の明るさの違いなどによる環境下でも、うまく身体のバランスをとりながら歩く動作の習熟が必要になる。障害物をよけるなどの危険回避の歩動作も必要になる。「階段の昇降」、「かけっこ」、「両足とび」、「片足ケンケン」、「スキップ」他、運動遊びに発展する走動作も必要である。鬼遊び系に代表される集団で行われる運動遊びでは「追いかける」、「逃げる」など複雑な走動作が要求され、場合によって走る速さも重要な能力になる。これらは、身体の移動を伴う操作性を必要とする運動であるが、主に脚を中心とする二足歩行の延長である。固定遊具等を利用した全身の操作（巧緻）性も高めたいものである。昔からある子どもの好きな遊具の代表、ブランコ・滑り台・ジャングルジム等では、全身を使った運動能力を育成する機会となる。「登る」、「降りる」、「とび降りる」、「よじ登る」、「くぐる」、「移動する」、「わたる」、「くぐり抜ける」、「滑る」、「ぶら下がる」、「さかさまになる」、「揺れる」、「揺らす」、

「こぐ」等、思いつく動作を言葉で挙げてもその種類は多く、子どもたちが自主的に遊び込むことでさらにその種類は増えることであろう。現在では子ども用の遊具の種類も多く、材質や利用方法に多くの工夫を凝らしたものも増えている。また、移動可能な遊具や年齢を考慮した遊具等を加えれば、身体を操作する運動の種類はさらに増え、言葉で表すことのできないくらいの複雑で多くの動きが考えられる。また、近年衰えてきているボール等の投球動作も場所や環境が整えば十分に体験する機会は考えられる。このように幼児期には、体験したことのない運動がないほど、多種多様の運動体験をさせて神経系の発達を十分に伸ばしたいものである。

危険回避に必要な運動能力を備えるためには、体験しながら習得することが最大の解決策である。水難事故を防ぐには、水に慣れること、水の特性を知ること、そして、浮く・泳げることなどが必要である。高さ・物のスピードによる衝撃・落下等には、避ける、とび移る、とび降りる、よじ登る、ぶら下がるなど、身体の操作性能力が高いほど、危険を回避し、怪我も少なく身の安全性は高まる。そして何より危険を察知する能力は、キャッチボールや転ぶ機会などの体験により培われるものである。

幼児が危険を経験することは極力避けた方が良いが、常に安全な環境に囲まれてばかりでは、身を守るすべは身につかない。時として「はっとするような機会」、「危ないと感じる機会」がなければ、その程度を感じる感性、避ける方法を知することは出来ない。

阿江（2009）は、日本体育協会「幼少期に身につけておくべき基礎的動きプロジェクト」から日本人として身に付けるべき基礎的動き29種を発表している。それは、運動の有用性・必要性に応じて、①日常生活に関わる基礎的動き、②生存・危機の場における基礎的動き、③スポーツに関する基礎的動きの3種類に分類している（表1）⁹⁾。これらは人が豊かに生きるために、幼児期から体験しておきたい基礎的動き、そして将来身に付けたい運動能力である。

表1 29種の基本的動き（阿江2009より）

・ 日常生活に関わる基礎的動き
立つ(立位姿勢と臥位、座位、椅座位から立つ動き)、 構える、ものを持つ・提げる、ものの挙げ下げをする、 懸垂する、歩く、走る、跳ぶ、混合跳(脚+腕)、 リズムカルな跳、越える、背負う
・ 生存・危機の場における基礎的動き
転がる、倒立する、よじ登る・降りる、よける・かわす、 またぐ・くぐる、這う、跳び降りる、浮く、泳ぐ、飛び込む、 投げる
・ スポーツに関係する基礎的動き
蹴る、捕る(受ける)、打つ、ドリブルする、回る、縄跳び

29種とは言っても、機械化の進んだ現代の生活からは、子どもたちが自発的に動きの獲得することはなかなか困難になってきている。残念ながら運動遊び等でこれらすべての体験が得られ

なかった子どもたちの体力の停滞や、不器用（体の操作が未熟）な子どもが増えたことで、幼児期運動指針を策定するきっかけになっていったと考えられる。このような背景のもと各幼児施設では、現在子どもの運動能力・体力向上への関心は高く、様々な取り組みがなされている。しかし、幼児期運動指針にもある通り、「毎日」合計60分以上という運動推奨時間からは、保護者の関わりや協力をなくしては成立しない。家庭での関心の持ち方が、この指針の成果を左右することにつながる⁸⁾。

4. 自由遊びで獲得できる動きと、教わる動き

子どもの体力面だけに焦点を当てれば、「自由遊びを中心に自由保育を行う園の児童の方が、外部体育指導者を入れた保育を行う園児よりも体力値が高い」という研究結果がすでに出ている¹⁰⁾。これは、保育園や幼稚園での外部指導者等の導入によって自由遊びの時間が減少し、単に遊び時間が減ったことによる体力低下の一因であろう。最近の子どもの不器用さや、投動作の未熟さ、顔面を打つ怪我などの増加に関しては、運動体験の乏しさから発生している現象であるならば、器用さにつながる運動指導をあえて、体育指導者に仰ぐ必要性もあるのではないだろうか。そして、日常的に生活をともにする担当保育士及び、園内の関係者も幼児期の運動発達の特性を踏まえたうえで、基礎的な身体操作につながる遊びを上手に取り入れるように配慮する必要がある。家庭での養育であれば、保護者が子どもの動きを観察し、どういった運動遊びをしているか、他の同年齢の子どもと比べて足りない動きはないかなど、子どもの運動発達について日常的に考えなければならない必要がある。

筆者が、以前小学校で器械運動指導をした際、「四つ這いでの運動は、両手支持の機能を高めるので『動物歩き』や『雑巾がけ』のような運動をたくさんして欲しい」と助言すると、「雑巾がけは、顔面を打ったり、前歯を折ったりと怪我をするので教育委員会から禁止されている」と校長先生から言われたことがあった。実際、危険な遊具を排除したり、使用に学年制限や時間制限を設けたりする遊具などもある。しかし、施設責任者は考えられる危険性を一通り理解し、ともに生活・指導する保育士・教員らとその共通理解をしたうえで、どんな注意が必要かを知り、子どもたちに教える必要があると考える¹¹⁾。予測不能の事故による怪我等は、周囲の注意喚起や声がけにより未然に防ぐことが出来ることも多い。やみくもに危険なことを排除するようなことでは、育つ能力も育つものではないであろう。保護者も今子どもの成長にどんなことが必要なのか、安全な世の中なので危険なことは一切必要ないのか、あえて冒険的なことを体験させたほうが良いのかなど、今一度子どもたちの置かれている現代社会の環境を深く考える必要がある。

乳幼児は歩行を獲得する際、何度も転んでは立ち上がり、歩いては転び、そしてまた立ち上がりながら全身でのバランスの取り方を学んでいく。頭部が成人に比べ大きいと重心が高く、まして二足歩行に慣れない幼児期には当然、転ぶ機会も増えるものである。しかし、現代はベビーカー、電動機付自転車、自家用車等の移動で、歩けるようになった幼児でさえ交通事故の心配や、

幼児の歩行移動時にかかる時間の節約などの関係から、大人の都合で子どもの歩く機会が多く奪われていることも事実である。まして、歩行が出来たら、次にはさらに高度な基本的運動を獲得していかなければならない時期である。歩行より難しい移動運動や身体を操作する運動では、当然最初からうまく運動を習得できるわけではない。経験と体験数による反復動作により、ひとつの運動がはじめてスムーズに出来るようになっていく。運動の習得と熟練には一定の時間がかかり、失敗も経験する。だからこそ多くの運動体験が必要になる。たくさん転ばなければ上手に転ぶことも出来るようにはならない。特に危険回避のための代表的な運動「よじ登る」、「這う」、「転がる」、「とび降りる」などは、出来なければ子どもの命にもかかわるだけに、多くの体験を通してその習得が望まれるが、危ないがゆえに体験そのものを避ける傾向が進んでしまえば、一層その機会は減ってしまう。だからこそ、自由遊びだけでなく、「指導された習得」の機会も必要なのではないかと考えられる。遊具を使った運動遊びや器械運動では、上記のような危険回避的な運動が頻繁に出てくることになるのだが、苦手とする幼児は、新しい動きへの興味ではなくかえって恐怖心を抱くこともある。そのため、教わる機会に安全に楽しく体験することで通常と異なる運動の楽しさを体験することが出来ると考えられる。そして、このような機会には、子どもの運動量を極力減らさずに、その後の自由遊びにも子どもたち自らが取り入れられるような効果的な指導面の工夫が重要である。

5. 子どもの発育環境について

現代は結婚後、出産後も仕事を続ける女性が多くなった。さらに核家族化が進み、子育て環境は多様化し、幼児はその養育環境により保育園・幼稚園・こども園等に通うことがほとんどである。そして現代は、歩行を獲得した幼児がさらに安全に全身を使って自由に遊べる屋外の環境が激減してきている。車社会の発達で、近隣の広場等はほとんど駐車場に変わり、整備された公園に遊具等があっても、前述のように動くもの・危険なものは排除されることが多くなった。郊外で緑あふれる自然や昆虫のいる林などは、防犯対策として侵入禁止などの制約を受けることもある。せっかく思うように体を動かし、移動出来るようになった子どもたちは、広い空間でのびのびと遊べる場所が減ってきているのが実状である。そのため、自由遊びが出来る空間、動作の種類もわずかに限定されてしまったと考えられる。保護者だけでは、子どもの外遊び環境を整えることが難しくなっている。しかし、地域の子育てセンターや保育園・幼稚園等で行われている園児たちとの交流や、園庭開放等、情報収集によっては、身近に子育てを応援してくれる施設も多くなってきている。このような機会を利用することで、家庭ではできない運動遊びを体験する機会も増やせるのではないだろうか。都市部に自由に遊べる公園等が少なくなったとはいえ、樹木も多く広い公立公園や、簡単な遊具が少ししかない街中の公園でも、幼児にとっては十分な広さであり、屋外での運動遊びは心身の健やかな成長のためには、出来るだけ多く経験させたいものである⁴⁾。

また、家の生活空間の中では、年齢に応じた玩具を活用することができる。近年子どもの発育発達に合わせて工夫された大型遊具が多く市販等されている。限られた空間で少しでも動く機会を増やすため、幼児用室内ジャングルジムや滑り台など活用することも一つの方法である（写真1、2、3）。そして、乳幼児突然死症候群のリスクとも言われる「うつぶせ寝」（腹臥位姿勢）も首すわりや寝返りを習得した後には、安全面に気をつけながら、少しずつ経験をさせることも望ましい。腹臥位姿勢は、頭を起こす姿勢を取りやすく、上肢で上体を支えることで、後に「ハイハイ」につながる「ずり這い」を誘発しやすい姿勢だと考えられる。実際、重度発達遅滞児における腹臥位姿勢が、その姿勢や運動のゆがみ矯正に役立った報告例もあり¹³⁾、頭を持ち上げる腹臥位姿勢の動きは、基礎的運動能力につながるのではないだろうか。



写真1 腹臥位姿勢



写真2 屋内すべり台



写真3 屋内ジャングルジム

6. 小学校体育に求められる基礎的な動き

小学校では学習指導要領により正課体育で6つの領域の運動を学習することになっている。平成20年施行の学習指導要領には「体づくり運動」が6年間継続して取り入れられた¹⁵⁾。児童の体力低下、運動体験不足から各領域に導入するまでの基本的な体の動かし方を今一度見直すためであろう。低・中学年では「体ほぐしの運動」、「多様な動きをつくる運動」をテーマ¹⁵⁾に、これまで幼児期に習得できたはずの動きを、小学校低学年でも習得させる領域を置き、小学生になっても身につけていない動きは体系的に身に付けさせようというねらいがあると思われる。一方で、すでに幼児期より専門的なスポーツ指導により、偏った同じ動作や型にはめられた技術指導、勝敗にこだわった競技志向の指導をされた子どもたちは、楽しんで自由に身体を動かせない姿も見受けられる。体力テストでの体力値は高いかもしれないが、不器用さの残る子どもたちの特徴である。

自由遊び中心に幼児期にたくさん動いて体力をつけたとしても、どうしても自由遊びの中にはあまり多く見られない運動パターンがある¹⁶⁾。その一つに、木登りや登り棒等の「よじ登る」系の運動、雲梯や鉄棒などでの「ぶら下がる」運動、屋外では出現しにくい「高這い」のような動物歩き、「転がる」、「逆さまになる」動きである。屋外では、鬼遊び等で代表されるような遊びで、多様な移動パターンが見られるが、これらは主に脚を中心とした運動である。全身を使い、長時

間継続することで体力向上にも役立つ。が、神経系の発達（器用さを養う）が見込めるこの時期には、多くの身体を操作する動きを体験することが重要である。筆者は、幼児期や体づくりの目的に、領域「器械運動」を始めるまでに体験を望む運動パターンの4つを提言している¹⁷⁾。それは、①前述した「四つ這い」姿勢の中でも出来るだけ臀部の高い、いわゆる「高這い」と呼ばれるもの、②仰臥位で転がり臀部を両手で支えた尻の高い「首支持倒立」、③肋木、ジャングルジム等で上り下り時に行う、「両足を乗せた、懸垂前屈姿勢」、④主に鉄棒で行う「膝裏支持懸垂姿勢」である（写真4）。それぞれはその姿勢のみを単独で行うのではなく、その前後の運動と連携しながら自由遊びの中で体験してほしい運動パターンである。①は、いろいろな動物を真似た動きであったり、②は、仰臥位姿勢から、高い台等へ足を乗せて臀部を浮かせたりすることでも体験出来る。③は、遊具等での坂道（すべり台など）を手すりや、ロープを使って登ることでも代用でき、④は親子体操などでも体験できるものである¹⁸⁾。鉄棒にぶら下がり足を鉄棒に巻き付けて逆さまになる、「ブタの丸焼き」などが一人で出来れば、かなり全身を使った動きが出来る能力が備わったことになる¹⁵⁾。

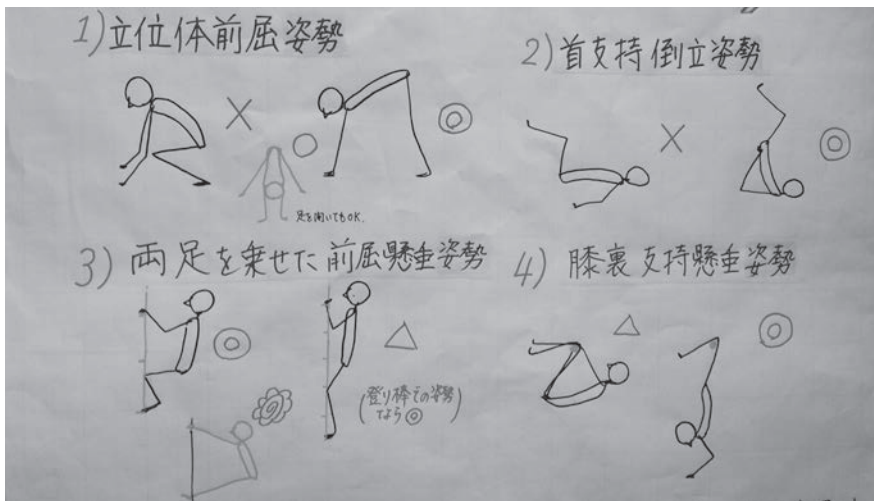


写真4 幼児期に体験が望まれる器械運動に通じる、4つの運動パターン¹⁶⁾

これらの4つの運動パターンは、自由遊びでは特に活発に動ける幼児であれば出現可能な運動かもしれないが、周囲の指導や手助けが必要な場合や、場の設定が必要なこともある。また園庭等の固定遊具の種類や形状にも関連する。運動発達の年齢差によっては、幼児期には出来なくとも、小学校での導入「器械・器具を利用した運動遊び¹⁵⁾」等でさらに多くの動きを経験するなかで、出来るようになるかもしれない。いずれにせよ、支持や懸垂姿勢が多くなる将来の器械運動での「マット・とび箱・鉄棒運動」につながっていく基礎的運動能力であるので、運動遊びの中に取り入れられることが望まれる。

7. まとめ

まず乳幼児期の子どもは、自分の体をしっかりと動かす能力を身につけ、出来ることを徐々に増やしていくことが大事である。多種多様な動きを経験し、自由遊びの時間に夢中で遊ぶような機会を多く持つこと、そして、一つ一つの動きの習得時には周囲から「できたね」「すごいね」等の褒められる言葉がけを通して、動く楽しさや、自分に自信の持てる経験を同時に持つことが大切である。そして、もっと褒められたい、もっと新しいことに挑戦したいと積極性を生むことにつながっていく。大人は、子どもがやりたいことに夢中になっているときは、安全に気を配ったうえで、温かく見守り、必要なときに手助けをすることが望まれる。その繰り返しにより、子どもの有能感を育て、精神的な発育にも影響を与え、情緒が安定する。自分が何かに優れることで自己肯定感を持ちながら成長することが出来るわけである⁵⁾。幼児期は、神経系に関わる動きの発達に最適な時期であるため、家庭や園などの施設を通して互いに協力し、運動能力を育てることが重要である。この点で、危険なことを排除してしまう大人の近年の習慣は、子どもたちの運動体験の機会を減らし、その発達を遅らせるため、出来るだけ避けなければならないことである。

出来るようになった運動は、さらに回数や運動量を増やすことで、動きの習熟が増し、易しい動きは安定して出来るようになる。自分の体重を動かす程度の負荷なので、飽きるまでやらせても構わない。かえて集中力の養成にもつながることになる。困ったときには必要に応じて手を貸せばよい。甘えて、あるいは疲れて「抱っこ」や「おんぶ」をせがまれることも重要な運動体験である。最近はベビーカーや、抱っこ紐などの便利な子育てグッズが多いので、おんぶをされたことがない幼児もいたりする。幼児期の「抱っこ」や「おんぶ」は大人とのふれあいの場でもある。用具を使わずとも、しっかり掴まるには、しがみつく「腕の力」や「脚の力」も養えることになる。伝統的な「たかいたかい」や「肩車」などの親子遊びは、是非体験させてあげたいものである。親子で楽しく動くことは、子どもたちを運動好きにさせる何よりの近道である。これが園の先生や、外部指導者であっても構わない。要は、現代は大人が多種多様な運動体験をさせるために子どもたちに関わり、手助けをしなければならないことだ。たとえ外部指導者に任せて運動を教わっても、その場限りで終わってしまえば、その指導時間は子どもたちの楽しい自由遊びの時間を奪ってしまう、ただの“もったいない”時間となるだけである。

周囲の大人は、常に子どもの動きの興味に理解を持ち、多くの動きのパターンが日常の運動遊びに取り入れられているかをチェックし、不足している動きは体験できる場を設定することが、子どもたちの基礎的運動能力を伸ばすことに繋がると考える。そして、現代はそのように多種多様な運動体験の機会を、大人が子どもたちに提供する責任を負わなければならないということを、幼児期運動指針とあわせて、しっかりと自覚することが必要であると考えます。

文献

- 1) アドルフ・ポルトマン（1990）「人間はどこまで動物か」高木正孝訳、岩波新書、p.44、pp.60-76
- 2) 杉原隆、河邊貴子（2014）「幼児期における運動発達と運動遊びの指導—遊びの中で子どもは育つ」ミネルヴァ書房、pp.15-18.
- 3) 出村慎一（2012）「幼児の体と心を育てる運動遊び」杏林書院、p.6.
- 4) 安田祐治（2013）「子供の心身の健全な発育・発達を促す—体育遊び指導法」指導技法とその運用、公益財団法人外あそび体育遊具協会、pp.32-49
- 5) 宮丸凱史（2011）「子どもの運動・遊び・発達～運動の出来る子どもに育てる～」Gakken pp.2-5、pp.20-28、pp.46-49、pp.51-53
- 6) 佐々木正人（2011）「包囲する段差と行為の発達」発育心理学研究、第22巻、第4号、pp.357-368
- 7) カルマル良子（2017）「乳児のはいはいに関する調査報告」発育発達研究第76号、pp.1-7
- 8) 文部科学省（2010）「幼稚園教育要領」
- 9) 阿江通良（2009）「幼児の動きの発達にはさらに何が必要か」—日本体育協会「幼少年期に身につけておくべき基礎的動きプロジェクト」から—、体育の科学Vol59、No5、p.318、
- 10) 杉原隆ら（2011）、「幼児の運動能力における時代推移と発達促進のための実践的介入」平成20～22年度文部科学省科学研究費補助金（基盤研究B）研究成果報告書
- 11) 出村慎一（2012）「幼児のこころとからだを育てる運動遊び」杏林書院、pp.104-112
- 12) 文部科学省（2012）「幼児期運動指針ガイドブック」、幼児期運動指針策定委員会
- 13) 村上徹（1992）「重度発達遅滞児における腹臥位姿勢の効果」特殊教育学研究30巻3号、pp.81-86
- 14) 文部科学省（2008）「小学校学習指導要領解説—体育編—」東洋館出版
- 15) 文部科学省（2012）「小学校体育（運動領域）まるわかりハンドブック—低学年—」（株）アイフィス
- 16) 吉田伊津美（2016）「幼稚園の運動遊びおよび小学校低学年体育で観察される基礎的運動パターン」、発育発達研究第70号、pp.48-54
- 17) 笹田弥生（2016）「幼児期の運動発達において経験が望まれる動きの一考察～器械運動能力の見地から」日本幼児体育学会第12回大会研究発表抄録集、pp.116-117
- 18) 田中光（2008）「0才からはじめる母と子の1分体操」海竜社

（ささだやよい 國學院大學人間開発学部子ども支援学科准教授）