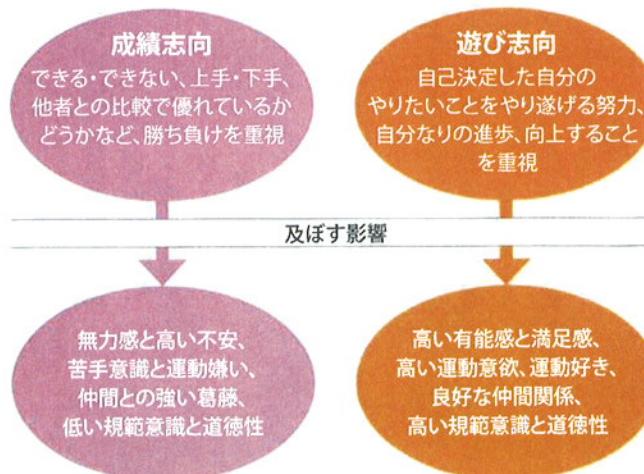




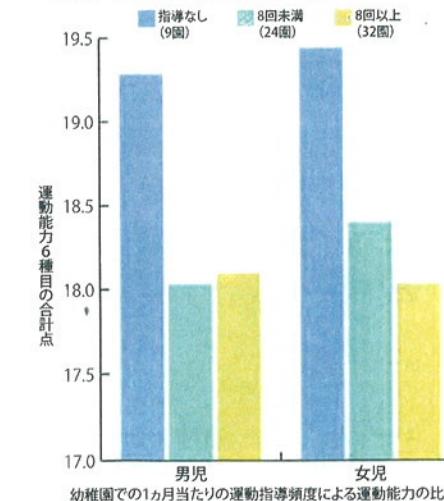
子どもの主体性を
引き出す支援を。
杉原 隆さん

人よりも深く傷つくんです」
杉原さんのお話を聞いていると、私たちは大人が作る環境で、子どもたちの体や心は大きく左右されるのだと強く感じます。このような事実をふまえ、私は子どもの運動を支援していくべきなのでしょうか。

(図2)『成績志向』と『遊び志向』の集団を比べると…?



(図1) 決められた運動種目を教えるよりも、自由に遊ぶ方が運動能力が高くなる



いう意欲が育ちません。さらに、指導される種目が苦手な子どもは、運動 자체が嫌いになってしまっててしまうでしょう。「二つ目は、運動の説明を聞いたり順番を待つたりする、待ち時間が多いから。一度幼稚園で登り棒の指導をしているのを見たことがあるのですが、ぼくが見ていた30分の間に、1回も登らない子がいたんですよ。つまり、実際に体を動かしている時間が少ないんです。三つ目は、同じような運動を繰り返す指導が、運動コンントロール能力の発達に貢献していないこと。本来、幼児期は体をさまざまに動かして、どうやつたらどこがどう動くか経験し、体を自由に動かす運動コンントロール能力を発達させる時期なんですね」

ここで杉原さんが見てくれたのは、運動パターンの表。走る、運ぶ、登る、投げる、蹴る、ぐぐる、まわすなど、37種類もの動きが書かれています。「ここに出てくるパターンを、6～7歳くらいまでに全部習得するんです」と、杉原さん。

子どもは、決められた運動種目を教えるよりも、自由に遊ばせる方が運動能力が高くなる。こんなデータがあることをご存知ですか？この調査をしたのは、子どもの運動指導の研究を続けてきた杉原隆さん。今回は杉原さんに運動に遊びを取り入れることのメリットや、効果的な運動支援の方法などをお聞きしました。

子どもたちは、自由に遊ぶ方が運動能力が高くなる。

縄跳び、跳び箱、サッカーなどの運動種目を指導する幼稚園や保育園は、多いたいと思います。けれど、そのように決められた種目を教えるよりも、自由に遊ばせる方が運動能力が高くなるというデータがあります（図1）。これは、杉原さんたち研究者の方々が、2008年

に全国65カ所の幼稚園で調査を行い、明らかにした結果。指導する＝運動能力が高まると考えていた人たちを、驚かせました。

いつたいどうして、決められた種目を教えることが、運動能力アップに結びつかないのでしょう。「その原因は、三つあります。一つ目は好きでもない運動をやらされることが多いから。これでは、体を動かしたいとい

子どもたちは、自由に遊ぶ方が運動能力が高くなる。繩跳び、跳び箱、サッカーなどの運動種目を指導する幼稚園や保育園は、多いと思います。けれど、そのように決められた種目を教えるよりも、自由に遊ばせる方が運動能力が高くなるというデータがあります(図1)。これは、杉原さんたち研究者の方々が、2008年全国65カ所の幼稚園で調査を行い、明らかにした結果。指導するより運動能力が高まると考えていた人たちを、驚かせました。

いつたいじこうして、決められた種目を教えることが、運動能力アップに結びつかないのでしょう。

「その原因は、三つあります。一つ目は、好きでもない運動をやらされることが多いから。これでは、体を動かしたいと

R-interview

杉原 隆(すぎはら・たかし)
東京学芸大学名誉教授。
現在は一般財団法人田中教育研究所所長を務め、子どもの健全な発達を促すための運動能力の研究を行う。主な著書に「運動指導の心理学」(大修館書店)、「生涯スポーツの心理学—生涯発達の視点からみたスポーツの世界」(福村出版)など。



大人は、子どもの主体性を引き出す工夫を。

「自由に体を動かして遊ぶ方がいいといつても、最近はほつたらかしていたら、遊びない子も多い。どうしていいかわからんんですね。だから、支援者の力は必要です。支援者にとって大切なのは、子どもたちに『やりたい』と思わせる、つまり主体性を引き出す工夫をする」と。例えば、支援者が縄跳びを楽しそうに跳んでいたら『やりたーい』といってくる子がいる。それでいいんです。もちろん、そうやって遊びを提供するときに



特集●
あそびでアッパー
運動能力

は、一つのものをやらせるのではなく、いくつか選択肢を用意して、子どもに選んでもらうことも大切。選択させることに子どもたちの主体性を引き出す力があるんです。さらに、やり方やルールなど、どうやって楽しむかは、本人大きに工夫させたり、相談させたりしましょう。支援者は、相談にのつたりアドバイスをしたりするだけでいい。子どもたちに、自己決定しながら能力を高める楽しさを感じてもらおうんです」

支援者が手取り足取り教えていると、子どもが支援者ばかりを見てしまい、子ども同士のコミュニケーションがない。遊びは、大人が決めたり教えたりするものではなく、子どもたち自らが考え作り出していくもの。よく考えてみると、昔から子どもたちはそうやって、遊び、成長してきたように思います。何をなくし、何も決められない子どもも、かも大人が決めてしまったら、やる気をなくし、何も決められない子どもも

希薄になるという弊害もあると、杉原さんはいいます。子ども同士のコミュニケーションは、自我や社会性を発達させる大切な要素。杉原さんの研究では、一緒に遊ぶ友だちの数が多いほど、運動能力が高いという結果も出ています(図3)。

「遊び」は、大人が決めたり教えたりするものではなく、子どもたち自らが考え作り出していくもの。よく考えてみると、昔から子どもたちはそうやって、遊び、成長してきたように思います。何をなくし、何も決められない子どもも、かも大人が決めてしまったら、やる気をなくし、何も決められない子どもも

なってしまうでしょう。

「10歳くらいになると体力が急激に発達するようになります。運動能力のベースができる上ります。知的能力や人格面でも大人に近づきます。そのため競争して負けることにも耐性ができます。運動技術、体力づくりの方法、専門的な知識などは、子どもがそこまで成長してから教えてあげればいいんです。それまでは、遊びの形でおおいに運動すればいいと思います」

子どもの仕事は遊び——杉原さんのデータは、昔から言われてきたこの言葉を、しっかりと裏付けています。子どもは自分で考える力もある、道を切り開いていく力もある。私たちも、もう少し子どもの遊びの力を信じ、彼らがその力を思いきり發揮できるように支援していかなければいけないのではないか。

(図3) 一緒に遊ぶ友だちの数が多いほど、運動能力が高い!

