

子どもに運動の楽しさを

幼児から始める運動能力が高められる遊具の提案

A2201620 西澤 史織

研究の背景

近年、子どもの運動能力の低下が問題視されている。技術や情報化社会の発展、生活環境での利便性の向上、公園の危険な遊具の撤去等により「体を動かす」という行為が子ども達の生活の中で減少している。

文部科学省が昭和 39 年から行っている「体力・運動能力調査」によると「昭和 60 年頃から現在まで 15 年以上に渡り低下傾向」が続いており、「13 歳女子の持久走は昭和 60 年を最高に平成 12 年では 25 秒以上遅くなっている」という調査結果が出ている。このことから、現代の子どもは体力が低下し疲れやすい体質になっていることが分かる。

この問題を解決するために、幼児期から体を動かし体力の向上を促すことが良いと考えた。奈良県立教育研究所の調査論文には、「幼児から児童にかけてが、身のこなしといった体の動きの発達において最も大切な時期」ということが記述されている。幼児期の特性に応じた運動を行うことで身体感覚が高められ体力が養われるのだ。子どもの運動能力の現状を踏まえ、幼児期に適した体力の向上を図る遊具を研究する。

研究の目的

筋力の土台を整え、幼児期に適した運動遊びで幼児自身が楽しく遊びながら体力向上を目指すとともに、考える力を促し、脳を活性化させる遊具を提案する。

研究のプロセス

- 情報収集・白書、情報誌、Web 等の文献調査

幼児期の運動に関して文献、Web 調査を行った。「幼児期運動指針実践ガイド」によると、幼児期から運動能力を高めることで、記憶力や創造性、協調性、コミュニケーション力などこれからの人生に必要不可欠な能力が高められることが分かった。また、動きが洗練化されていくことから、年齢とともに無駄な動きが減り、目的に合った合理的な動きができるようになるという。Web 調査では、伝承遊びが子どもの体の発達を促す要素が多くあるということを知った。理学療法士の西村猛さんの調査結果には「竹馬が体幹筋を鍛え平衡感覚の向上を促す効果が得られる」また、「大脳と小脳が連携して働くことでスポーツ上達の基礎ができる」と記述されていた。脳を活性化させる動きは運動能力の向上に重要であり、体幹筋を鍛えることで軸が安定し姿勢が正しくなる、転びにくくなる効果があることが分かった。

- 実態調査、市場調査

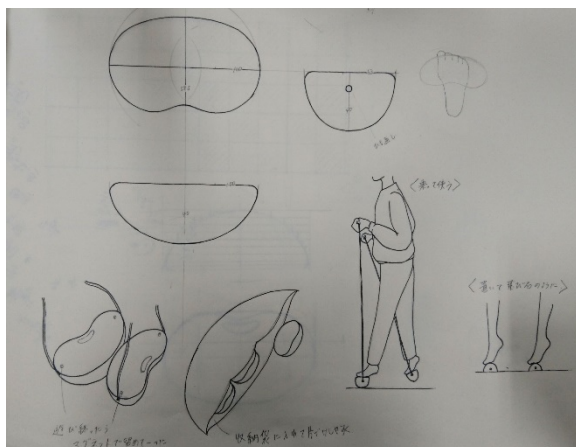
- 郡山市の幼稚園に訪問し実際に園内で使用している遊具、運動器具を見せていただいた。先生にも幼児の運動に関してお話をお聞きし、脳の発達と運動で作り上げる体力は密接な関係があることから、組体操や鉄棒など「脳の発達を促す運動をするよう取り組んでいる」とのことだった。やはり、脳を活性化させるためにも運動は効果的だと改めて感じた。

- 幼稚園児の保護者の方々にご協力していただき運動遊具や生活の中でのお子さんの運動遊びに関してアンケート調査を行った。特に、苦手な遊具な何かという問いには、高いところに登るような筋力を使う遊具が苦手な傾向にあることが分かった。
- NPO 法人 Lotus さん運営の屋内遊び場「もくれん」を訪問させていただき、木製の遊具が子どもたちにどのような影響を与えているのかなどお話を伺った。木材を使用することで触感や香りなどから五感を発達させる効果、また自然と触れ合わせることで木の良さを感じてもらえる効果があるとのことだった。また、遊具と子どもが一对一の関係ではなく人と人が繋がるコミュニケーションツールになるようどう仕掛けていくか、どのようなストーリー性を持たせるかを考え子ども達に与えているという。家族や仲間とのコミュニケーションを通して将来性や創造力を促すことも子どもの遊具を制作する上で大切だと感じた。

● アイデア展開

上記の情報収集、実態調査等から得たことを踏まえ、脳の働きを促す、体幹筋やバランス感覚を養える、複数人で遊べることに着目し遊具のデザインアイデアを考えた。また、伝承遊びが子どもの体力づくりに効果的だという結果から伝承遊びを取り入れたデザインを視野に入れ、子どもが興味を持つようなデザインを心がけた。

成果物(完成作品)



- 缶下駄のやり方で、両足のつま先部分を乗せ、紐を持って歩く。底面は丸みを帯びた形となっているため不安定な分、体幹筋やバランス感覚を養うことができる。
また、上面を下の向きで床に置くことで、飛び石にもなり、バランス感覚と併せて危険を予測する力や工夫する力を高める。
- 専用の収納袋を付属で付け、片づけがしやすいようにした。

考察

本研究では、体幹筋、バランス感覚といった身体の内部に着目し体力向上を図る遊具を提案したが、この遊具を活用し継続して遊ばない限り、体力を向上することは難しい。それには、子どもたちが自発的に遊ぼうと思う遊具が重要であると改めて考える。また、部分的よりも身体全体を使って多様な動きができる遊びをすることが実際には望ましい。冒頭でも記述した通り、現在は、子ども達がのびのびと遊べる環境が減少している。情報化社会となった今、情報機器に強いことも望ましいが、「子どもらしさ」を失ってはいけない。外の新鮮な空気の中で仲間と共に遊び創造力豊かに育つよう、社会全体が子どもの環境面をどう変えていくかが今後の課題になるのではないだろうか。