

第5回

訪問先
北海道札幌市:きたえーるチャレンジクラブ(後編)



“遊びの伝道師”
が行く!

チャイルド
ACP
アクティブ
プログラム
クリニック
監修:佐藤善人
(岐阜聖徳学園大学教育学部准教授)



▲遊びの時間がスタート。整列して
自己紹介から。子どもたちを乗せる
のに苦勞するリーダーたち

▶ダンスの模範演技。子ど
もも大人も見とれていた



子どもたちとの交流のなかで 成長していく若きリーダーたち

前回に引き続き、北海道のきたえーるチャレンジクラブを訪れた
佐藤善人先生。前回の訪問以来、この2カ月間は学生リーダーた
ちに子どもたちの指導を託していた。果たして、子どもたちの反
応は? 遊び指導のポイントを探ってみよう。

リーダーが子どもたちに 遊びを伝授

季節の移ろいとともに、子ども
たちの積極性と明るさは確実に増
している。しかしその傍らで、彼
らを楽しませるべきリーダーたち
は、ちよつと元気がない——北海
道リーダー会の若者たちに、遊び
の伝道師のミッションを託して
から2カ月、佐藤善人先生には、
そんな様子が伝わってきた。

北海道立総合体育センター・北
海きたえーるで、指定管理者であ
る北海道体育協会(以下、道体協)

が主導して行う子どものスポーツ
体験プログラム「きたえーるチャ
レンジクラブ」。これは、親世代
に比べて日常的に体を動かす機会
が減った子どもたちに、球技、武道
ウインタースポーツなど多様な競
技種目を体験する機会を提供し、
体力向上とともに、生涯を通じて
スポーツに親しむ習慣づくりを目
指す、画期的なプロジェクトだ。

この取り組みは昨年からスター
トし、2年目の今年は全17種目、
計34回の年間計画で6月に開講。
小学1〜3年生の子どもたち約60
名が、広い地域から集まる同世代
とともに、専門競技種目の指導者
のもとで「スポーツの楽しさ」に
触れている。

佐藤先生が初めてここでACP
クリニックを行ったのは、9月。
90分のチャレンジクラブ本編をよ
り充実させるための導入部分とし
て、また子どもたちに「体を動か
すことは楽しい」と目覚めさせる
ための仕掛けとして、「遊び」を
セッションの冒頭に挿入したのだ。
その日以降、この「遊び」の部
分を担当することになるスポーツ
少年団北海道リーダー会のメンバ
ーたちに、佐藤先生は、安全を確
保し本編を意識しながらいかに子
どもたちを楽しませるかのヒント
を伝えた。

「その日行うスポーツの特性を考
えて遊びを選び、子どもたちにわ
かりやすく説明し、安全を確保し
て遊びの時間を充実させる。その
ための準備はとても重要です。70
%の計画と、30%の柔軟性。思い
描いたものと現実の状況が異なる
ことは、よくあること。その時々
で、予備に用意しておいた遊びに
変えたりルールを少し変えたり、
アレンジできる柔軟性が大切にな
ります。あとは、子どもたちを楽
しませてあげてください」

リーダーたちの苦勞と学び

リーダーたちは心底、佐藤先生
の再訪を待っていたようだった。
最年長で、5度のセッションを担

遊び
2



「しっぽとりオニ」

各人に手ぬぐいや紐などで「しっぽ」をつける。他人のしっぽを取る。
自分のしっぽを取られても、そのまま続ける。
終了時に一番多くしっぽを取った人が勝ち。

遊び
1



「船長さんの命令」

リーダーが「船長さんの命令です」と言ってから
出す指示に、子どもたちは従う。
ただ「～してください」という命令だった場合は、従わない。
誤って動作してしまった場合は、船長さんと交代する。
次のレクリエーションにつなげるための、集合遊びとしても使える。



▲鈴木翔平さん。大きな声で、子どもたちを動かすのがうまい



▲リーダー会の定例会。この日は午前中から月1度の北海道リーダー会定例会が開かれ、遊びの活動についても討論された



▲道体協生涯スポーツ課主事の小松洋介さん

アクティブ・チャイルド・プログラムの内容については、日本体育協会のホームページからご覧になれます。

→ <http://www.japan-sports.or.jp/> (トップページ右側「PICK UP」内のバナーをクリックしてください)

■ 同プログラムについては、コーチング・クリニック誌 (ベースボール・マガジン社刊) でも連載中です。

当した木村和子さん(大学3年生)が口を開く。「正直、みんなちょっと停滞期です……。遊びを説明しているときに子どもたちから「いやだー」と言われると、そんな反応に敏感になってしまってます」。同じく5度目の参加となる鈴木翔平さん(大学2年生)も、「スナックゴルフの回に、手つなぎオニを行ったんですが、説明のときに「えー、こおりオニのほうがいい」と言われて。次、やるからね」と言われてやり過ぎましたが、子どももって、「ド」ストレートだなあ、と感じましたね」と告白する。

5つの遊びを担当したという茨木俊哉さん(大学1年生)は「活動量が多い遊びばかり選ぶと、本編のときに疲れてしまうかなと思ったのですが、活動量が少ないと、退屈して騒ぎ始めるんです。体を動かすほうが、集中するんだなと感じました」という実感を得たという。その様子を見ていた小田桜子さん(大学1年生)は「難しすぎてダメだし、単純すぎるとおもしろみに欠けるようで。そのバランスが難しい」と感じたという。通常の少年団活動のサポートや、全道レベルの交流大会の運営など、リーダーとしての経験を積んでいても、彼らが苦戦するのはさまざまな理由がある。その様子をずっと見守ってきた道体協生涯スポーツ課主事の小松洋介さんはこう話す。「毎回の『遊び』の部分は、10分間という限られた時間。そして、参加できるリーダーの人数は各回、2〜5名と差がある。さらに、競技種目によっては、準備のために遊びのエリアが制限されることもあって、できる遊びが限られる、という難しさもあったと思います。そしてやはり、彼らが低学年の指導に慣れていないんです。普段の少年団活動でレクリエーションを担当する際、対象は4年生以上ですから」。

今回初めて参加するという塩田愛海さん(高校1年生)は、その部分が一番の気がかりだと言った。「小学校低学年の子どもとは接したことがほとんどありません。『難しいよ』と先輩方から聞いていて、自分がどう動けばいいのか、よく見てついていきたいと思っています」。

そんな彼らの吐露を受け止めた佐藤先生は、試行錯誤してきた若者たちにエールを送る。「そういうふうに悩んだこと自体が、貴重な経験です。いま、少年団は低学年の入団が増える傾向にあるんです。今後あなたの方の守備範囲はもっと広がるはず。そのときにもこの経験は生きるでしょう」。



遊び
4

「ひよこの闘い」

マットなどを敷いて、転んでもケガがないよう安全を確保する。
しゃがんで自分の両手で両足首をつかみ、「ひよこ」の体勢になる。
この手を離さずに、他の子どもたちを押したり、ぶつかったりして、
相手を転がせる。転がってしまった人は、マットから出る。
最後まで残った人が勝ち。



▲北海道ダンススポーツ連盟の皆さん。この日講師を務めた岡部弘子先生（中央）は、同連盟のジュニア育成部の責任者で、就学前の子どもにもダンスを教えている。「すごく楽しい機会でした。大半のおさんはダンスを見たことがないということでしたし、知っていただけてよかったと思います」



▲音楽に合わせてステップを踏むと、一気にダンスらしくなり、子どもたちの気持ちも乗ってくる



遊び
3

「新聞に変身」

新聞紙1枚を用意する。

「新聞になってみよう」と言って、新聞の形態を自由に表現させる。

たとえば半分に折り曲げれば前屈。

くしゃくしゃに丸めれば、体をくねらせたり、膝を抱えて小さくなったり。

上へ投げれば、ジャンプしたり、という具合。

う。大事なことは、毎回の反省や成果をきちんと蓄積していくこと。この遊びには子どもたちはどう反応したか、とか、やはり60名に対しては2名のリーダーでは少なすぎる、という実感など。学習したことを書き残して共有できるということだと思います」

この日、再び運動着に着替えてセッションに参加した佐藤先生は、行動を通してリーダーたちにいくつものポイントを示した。

①定時の前に会場に入る。徐々集まってくる子どもたちと言葉を交わし、ちょっとした二人遊びなどを始めると、子どもたちの遊びたいスイッチがオンになる。

②メインの担当以外は、子どもたちと一緒に遊んで遊ぶ。安全には常に気を配りつつ、子どもたちの輪のなかに入って、楽しそうに遊ぶことが大切。

③人数が多すぎる場合は、いくつかのグループに分けて行う。その際に子どもたちが退屈しないよう、時間を設定することも大切。

④その日の競技種目につながるものを選ぶ。今回はダンス。「身体表現のきっかけに」と佐藤先生が選んだのは『新聞に変身』。1枚の新聞紙の変容を体で表現する。これは大変盛り上がり、ダンスの岡部弘子先生は感心しきりだった。

これからのACPを担う若者たち

チャレンジクラブはこれからも継続的に行われる。同プログラムの開設・運営の現場責任者である小松さんは、熱く語る。

「毎回の主運動の前に運動遊びを行うことも、正式に決まりました。担うのは北海道リーダー会のメンバーたち。ずっと見てきていると、われわれよりも年齢に近い学生たちが声をかけるほうが、子どもたちが動くんですね。少年団活動のみにとどまらず、外の空気を吸い、一つひとつのプロジェクトに賭ける大人たちの思いを知ったりすることも、彼らにとっていい経験になってほしいと願っています」

また、士別市、陸別町、泊村でも市町村体協主導で「チャレンジクラブ」がスタートする。前回、道体協・山口淳一事務局長が話していたとおり、子どもの体力向上プログラムは、全道的な拡がりをらせていくのだろう。ACPによって子どもたちが運動遊びの楽しさを知る機会も、増えるはず。悩み、苦しむことは貴重な財産であり、前進の原動力。伝道師となるリーダーたちの成長は、北の大地に明るい未来をもたらす大きなカギとなるに違いない。

SJ

集団で遊ぶことの 大切さ

佐藤先生の
ワンポイントコラム



さとう・よしひと

1972年、神奈川県生まれ。鹿児島大学卒業、東京学芸大学大学院修了。岐阜聖徳学園大学教育学部准教授。岐阜県内の小学校や中学校の教諭、東京学芸大学附属大泉小学校教諭を経て現職。専門は体育科教育学。日本全国で体育・保健体育の授業を参観して授業づくりに関わり、子どもと運動とのよりよい関係づくりを目指す。

4つの「間」の減少

先日訪れた幼稚園で、「子どもが群れて遊ぶなくなっている」という話を聞きました。たとえば、教室にこもって外で運動をしなかったり、外へ出たとしてもボールや遊具を使って1人で遊んでいた姿がチラホラ見られるというのです。昔と比べて、子どもたちは集団で遊ぶことが不得意になっているようです。

子どもたちが身体活動を伴う遊びをしなくなった原因として、3つの「間」の減少があげられます。多忙化によって自由な時間が、都市化によって遊ぶ空間が、そして少子化により仲間が、それぞれ減少しています。それに加えて最近では、遊ぶ環境を整えるという手間を大人がかけなくなったことも加わり、4つの「間」が子どもから遠ざかったとも言われています。

つまり、以前のような、地域で仲間と群れて遊び、その延長として幼稚園でも集団で遊んだ（もちろんその逆もあるでしょう）というよい循環が減少したといえます。よって、そこで培われるべきいくつかの能力が育ちにくくなっている現状があるのです。

兄弟の数や遊ぶ仲間の数と 運動能力の関係

吉田ら(2004)¹⁾は幼児を対象として、兄弟の人数の違いで運動

能力を比較しています。その結果、「1人っ子」よりも「2人兄弟」のほうが、「2人兄弟」よりも「兄弟が3人以上」のほうが運動能力は有意に高いと報告しています。

また、よく遊ぶ子どもの人数の違いでの運動能力の比較では、「1人が多い」よりも「2～3人」のほうが、「2～3人」よりも「3人以上」のほうが有意に高いことも報告されています。すなわち、集団遊びをしやすい環境にある子ども、あるいは実際に集団遊びを実施している子どものほうが、運動能力は高くなる傾向にあるのです。

一方、文部科学省(2012)²⁾は、幼児の性格と運動習慣の比較を行っています。園で一緒に遊ぶ友達の数で「我慢強さ」「やる気」「集中力」の3つの性格を調査したところによると、3つの項目すべてにおいて、「1人で遊ぶことが多い」<「2～3人」<「4～5人」<「6人以上」という結果でした。

つまり、一緒に遊ぶ仲間が増えるほど、幼児の意欲的態度は育まれることが示されたのです。これらの調査が示すことは、心身両面において、集団での運動遊びが幼児期の発育発達には不可欠だということです。

家族で外へ出て 一緒に体を動かそう

ここで再認識すべきなのは、子どもが外遊びをしなくなった責任

は彼らにあるのではなく、われわれ大人にあるということです。4つの「間」が減少した理由は明らかに大人の都合であり、その被害を子どもは被っています。子どもに体力や社会性を身につけさせたいのであれば、できることからアクションを起こす必要があります。

その一つの方策として、家族で遊びを行うことがあげられます。先述の吉田らは家族と一緒に遊ぶ頻度による運動能力の比較を行っています。それによると、「まったくしない」よりも「少しする」のほうが、「少しする」よりも「とても&かなりよくする」のほうが、運動能力は高いという結果が示されています。幼児にとって家族は最も身近な集団です。父母だけでなく、兄弟や祖父母とともに外で遊ぶということは、決して難しいことではありません。家庭で行った遊びが楽しければ、それは子どもを通して、きっと園や地域に広まっていくでしょう。その結果として子どもたちは自主的に遊ぶようになり、園庭は（そして将来の小学校の校庭、地域の公園は）、子どもたちの歓声と汗と笑顔でいっぱいになることが期待されるのです。

さあ、家族で近くの公園へ
Let's go !!