

「遊び」教育
～子どもに外遊びの楽しさを～

一橋大学 チームT

○館野 友佑 石井 亜実 小林 拓途 團 佳歩

1. 緒言

子どもの体格、運動能力に関して昭和 60 年と平成 28 年のデータを比較したところ、子どもの体格は向上しているにもかかわらず運動能力は低下していることが分かった。運動能力と体力には正の相関があり、子どもの体力は低下していると考えられる。体力低下は肥満の原因となり将来の生活習慣病につながる恐れがある上に、体力は人間の発達・成長を支える基本的な要素であるため、意欲や気力など精神面の充実が損なわれる恐れもある。また、体力低下によりストレスへの抵抗力が低下するため、今後の社会全体の活力の低下にもつながり、子どもたちの意欲や気力が低下することで創造性豊かな人材の育成も妨げられる。したがって、子どもの体力低下傾向は放置できない問題である。本研究では、子どもの体力低下の原因を分析し体力向上につなげるために、小学校教育において朝の時間、総合の時間を有効活用し小学生全体に外遊びの魅力を感じてもらうための提言を行う。

2. 調査方法・結果

(1) 文献調査：子どもの体力低下の原因

データ元：文部科学省 第 24 回中央教育審議会配布資料（平成 14 年）

ア. 子どもの生活様式の変化

- ・科学技術の進展・経済の発展による生活様式の変化
- ・急速な情報化の進展・情報機器と接する機会の増加による体を動かす機会の減少

イ. 外遊びに不可欠な要素「時間、空間、仲間」の減少

ここで、子どもが放課後にどこで遊ぶかについて、図 1 を参照したい。自分の家や友達の家で過ごす割合が 60% を超え、過半数の子どもが外遊びを日常的にしていないことが分かる。

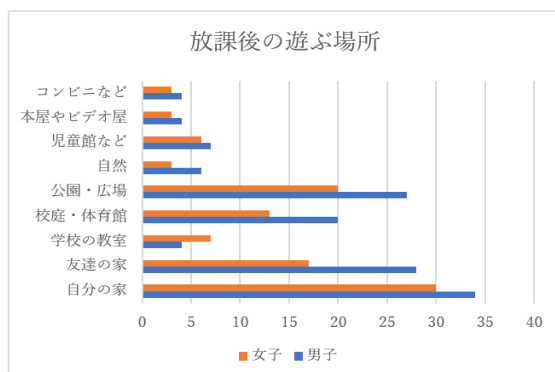


図 1 Benesse 教育研究開発センター「第 1 回子ども生活実態基本調査」より作成

「空間の減少」について、空き地・生活路地の減少や公園内での遊び規制の厳格化により、確かに子どもたちが自由に外遊びできる空間は減少している。しかし、国土交通省の都市公園データベースによると、昭和 36 年から平成 26 年にかけて都市公園の面積・数は継続的に増加しており、都会に住む子どもたちでも、公園内の規制を破らないような遊び方の工夫をすれば、外遊びの空間はある程度確保できる。また「仲間の減少」について、学校外の学習活動で子どもが忙しく、平日の放課後に友達と遊ぶ時間が取れないことが問題視されている。そのため、私たちの提言では放課後の時間を活用するのではなく、学校にいる時間を有効活用して遊べるように工夫すれば、「仲間の減少」は大きな問題にはならないのではないかと考えた。

そこで、私たちは子どもの体力低下の原因のうち、「子どもの生活環境の変化」と「時間の減少」に注目した。ゲームなど外遊び以外の遊びの魅力が大きくなっているために、子どもたちは外遊びをしなくなっているため、子どもたちに外遊びの仕方を教え魅力を感じてもらうことで、この 2 つの原因の解決につながるのではないかと考えた。子どもたちが外遊びに魅力を感じ、日常的に外遊びをするようになれば、子どもの生活環境が変化しても体を動かす機会の減少を防ぐことができる。また、情報機器に触れる機会の多い生活や勉強・習い事などで忙しい生活の中でも、外遊びをする時間の優先度が高まる。

(2) 先行事例研究

ア. 岐阜県 元気アップマニュアル～下呂市立菅田小学校～

毎週水曜日昼休みの 50 分で、異なる学年で構成される班での運動(遊び)の時間とし、委員会が遊びを実演して紹介した。

→ (成果) 多くの遊びを紹介したことで、児童の運動が多様化した。高学年が低学年に自発的に教える姿が見られるようになった。

イ. 岐阜県 元気アップマニュアル～郡上市立大和北小学校～

「仲良し運動会」として長縄跳び大会を位置づけ継続的に取り組んだ。また、従来の運動会の種目に縦割り班対抗の長縄跳び、学年ごとに運動遊びを競技に取り入れ、保護者や地域の人々に向けた発表の場とした。

→ (成果) 「仲良し運動会」や「運動会」に向けて縦割り班の中で高学年が低学年に教える姿が見られた。また運動会後にも、上達を目指そうと休み時間に練習する姿が多くなった。

(3) 文献調査：総合的な学習の時間について

データ元：文部科学省「今、求められる力を高める総合的な学習の時間の展開(小学校編)」

ア. 総合的な学習の時間のねらい

変化の激しい社会に対応して、自ら課題を見付け、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、よりよく問題を解決する資質や能力を育てること。

総合的な学習の時間が、問題解決的な活動が発展的に繰り返される「探究的な活動」(注 1)の場であること。

イ. 総合的な学習の時間の時間数

第3～6学年にそれぞれ70単位を上回るように配分する。分散型や集中型など、その配分はある程度学校側に自由裁量がある。

3. 提言

研究の成果をふまえて、私たちは小学校の教育に「遊び」を取り入れるという提言を行う。提言先は小学校。ターゲットは小学生全学年で、子どもたち全員に教育を通じて外遊びについて学び、考え実践してもらうことを目的とする。朝活動の時間(注2)と総合の時間を上手く活用したものであり、詳細については以下の通りである。

・1、2年生は、週に1度、朝活動の時間10分間を利用して外遊びの仕方や楽しさを担任の先生から座学で教わり、昼休みの時間を利用して朝活動の時間に学んだ外遊びをクラス単位で実践する。また、1年生は月に1回、昼休みの時間を利用して6年生から外遊びを教してもらおう。

・3、4、5年生は、週2時間ある総合の時間のうち1時間分を利用して、外遊びを自分たちで考え実践する。授業内容は、調査方法・結果の(3)で示した「総合の時間」の学習指導要領にのっとったものである。具体的には、以下の①～⑦の項目を1時間1項目のペースで行い、2か月間かけて1つの遊びをクラスごとに作り出す。

- ① クラスを5～6人程度のグループに分け、グループごとに自分たちが提案する外遊びの大まかな内容を話し合う。
- ② 図書館やパソコン室を利用して、①で決めた遊びに関する情報を収集する。
- ③ 収集した情報をグループ内で共有し、遊び内容の詳細や具体的なルールを話し合う。
- ④ グループごとに発表し、1番面白そうな外遊びをクラス全体で決める。
- ⑤ ④で決まった外遊びをクラスで実践する。
- ⑥ 実践した際の問題点や改善点をクラス全体で話し合い、遊び内容をより良いものにする。
- ⑦ 最後にもう1度実践する。

・5年生は3、4年生で外遊びを自分たちで考えた経験を活かし、5年生の運動会の競技種目を自分たちで考える。「総合の時間」を活用して①～⑦の要領でクラスごとに競技種目を考え出し、その中から学年全体で1つの競技種目に絞る。

・6年生は「総合の時間」を利用して、1年生に教えるための外遊びを考える。さらに、月に1度昼休みの時間を利用して、自分たちで考えた外遊びを1年生に教え実践する。

4. まとめ

この提言により、子どもたちに継続的に外遊びの魅力を感じてもらうことができ、子どもの体力低下の原因として先に挙げた、「子どもの生活様式の変化」と「時間の減少」を解決することができる。子どもの外遊びを促進しようという取り組みは今までも多く行われているが、参加するのが一部の子どもに限られてしまうと、ゲームのほうが好きな子どもや、塾や習い事で忙しい子どもをターゲットにできなくなってしまう。そのため、小学校の教育

として遊びに取り組むことで、今までにない子ども全体に与えられる好影響が期待される。

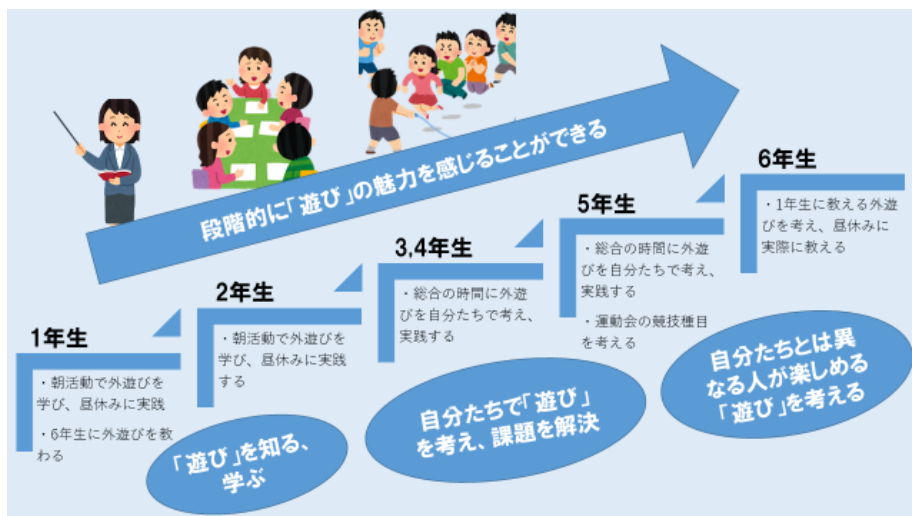


図2 提言実施による問題解決の流れ

- 注1) 探究的な活動…①課題の設定(体験活動などを通して、課題を設定し課題意識を持つ)→②情報の収集(それに関する情報や課題解決に必要な情報を収集する)→③整理、分析(収集した情報に関し、整理・分析を通して思考する)→④まとめ・表現(③の結果を他者と議論・共有し、新たな考えや課題を発見する)→①→②…
- 注2) 朝活動…多くの小学校がホームルームの前後に朝読書や朝学習、朝運動などの活動を行っている。

<参考文献>

岐阜県元気アップマニュアル

<http://www.gifu-net.ed.jp/kyoka/hotai/genki-up/1satu%20.pdf>

子供の体力向上ホームページ

<https://www.recreation.or.jp/kodomo/current/now.html>

子供の体力の低下の原因：文部科学省

https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/gijiroku/attach/1344534.htm

子供の体力低下：第2回ベネッセ教育情報サイト

<https://www.benesse.jp/kyouiku/200711/20071122-61.html>

総合的な学習の時間：文部科学省

http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/sougou/main14_a2.htm