

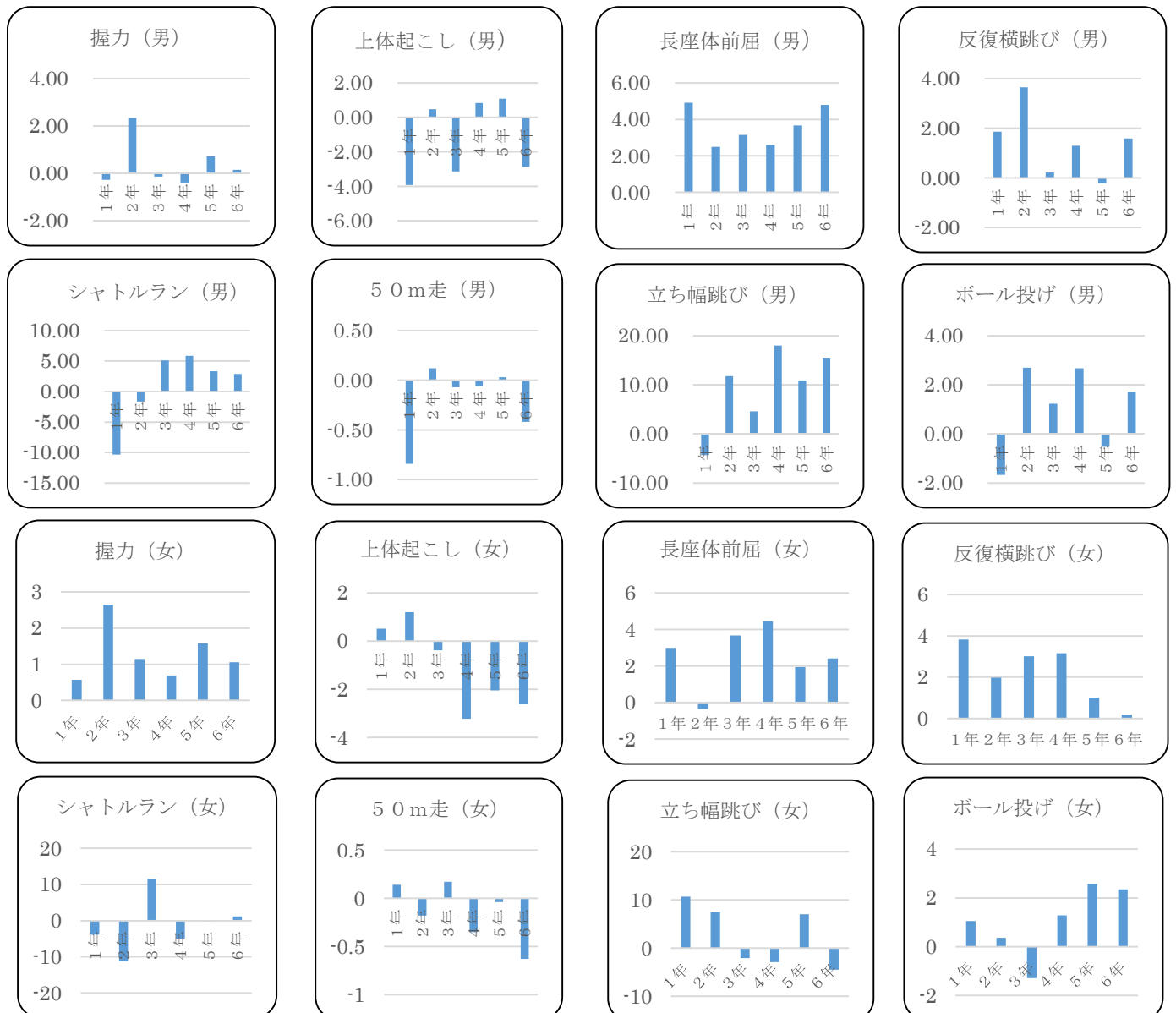


謎が解けた！！

日南小学校の体力・運動能力が高いのは・・・

前回の家庭教育情報紙号外で“「にちなんっ子」の体格、体力・運動能力は？”と題して概要をお伝えしました。今後、もっと分析してみる必要があると考えていましたが、先日行われた、小学校の参観日で開催された講演会で、小学校の数値の高さの謎が解けたのです。

合計得点が全国平均を上回ったのは、小1女子、小2男女、小3男女、小4男子、小5男女、小6男子でした。また、各調査種目の結果は、以下の通りでした。（上向きグラフは全国平均を上回ったもの。下向きは全国平均を下回ったものです。）



特に、男女の長座体前屈（柔軟性）、男女の反復横跳び（敏しょう性）、男子と女子一部の立ち幅跳び（跳躍力）、女子の握力、男女のボール投げ（投力）は、全国平均を大きく上回っています。

種目に偏りはあるかもしれませんが、これだけ全国平均を超えたのは、全学年で調査しだして初めてのことでないかと思われます。さて、なぜこんな好結果を出したのでしょうか。前回掲載しましたが、『保育園の取組み』が大きくかかわっていると思われます。

以前は、園庭で遊ぶことが多く、山や川に出かけての遊びなどは少なかったようです。また、「子どもの体力の低下」、「自分の思うように体を動かさない」、「友だちとのコミュニケーションが苦手」、「感覚過敏の子どもが多い」など、保育士さんたちは感じておられたそうです。そこで、平成19年から「自然体験活動」が、にちなん保育園を中心に各分園でも取り入れられました。



【山を下りる2歳児】

具体的には、裏山などを整備し、ロープを使った山登りや木登り、川遊びなど野山を駆け巡る活動が行われています。先日行われた小学校の1月参観日の講演会で、保育園の取組みを中心にお話がありました。お話しから察すると、保育園の活動が、体力・運動能力の向上に大変関係しているとのことでした。こうした活動が、本格的に行われたのは現在の小学校5年生が保育園児だったところからだそうです。

話された内容を調べてみたところ、東京学芸大学名誉教授・小澤紀美子氏は、「子どもが自然の中で、身体を動かすことはスポーツとは異なる体の動かし方をするので、学校の体育や特定のスポーツでは鍛えられない身体の運動能力や敏しょう性の獲得につながります。例えば、森の中で斜面を登る遊びは背筋や腹筋を使うことになり、背骨や骨格の成長の促進につながります。また、川で石の上を飛び跳ねて遊ぶことにより、敏しょう性や身体のバランス感覚を養うことになります。また、子どもは小さな怪我をたくさんすることで、大きな怪我を避けることができるように身体能力を獲得していきます。さらに、ちょっと危険なことにチャレンジすることで恐怖心にも打ち勝つことで自立心を身に付け、さらに危機察知や危機回避をする、いわば“第六感”も、遊びによって鍛えられるのです。また、運動能力だけでなく、さまざまな能力を獲得していくのです。それは、知的能力、感覚、好奇心・探究心、自立性、社会性などであり、子どもたちは『群れて遊び』『けんか』をすることにより、他者の存在や自分の感情の動き、さらに仲間とルールをつくって遊ぶなどの調整的な能力をも獲得していくことになるのです。こうして視覚、聴覚、触覚、味覚、嗅覚という五感は成長にともなって獲得していつているのです。」と、述べています。

現在の小学校5年生の子どもたちから「自然体験活動」が毎日のように行われてきました。奇しくも、5年生以下の体力・運動能力調査の結果は全国を大きく上回っている学年男女が多いのです。また、「バランス感覚、微細な動き、協調性が向上した。」、「『疲れた。』という言葉が言わなくなった。」、「危険判断能力が向上した。」、「友だちと協力したり、イメージを共有したりして遊ぶことが増えた。」など、好結果の声を保育士さんたちから聴くことができます。



【雪山遊びをする4歳児】

「自然体験活動」は、毎日の活動となっています。子どもたちにとってワクワクドキドキした経験であり、ダイナミックな遊びで子どもらしい興奮をたっぷり味わうことができます。したがって、子どもたちにとって、苦にもならず、当たり前前の活動になってきているのです。それが、体力・運動能力向上に役立っているのです。そしてこの体力・運動能力の向上が、将来自分の願いを叶える為に必要な、意欲や気力といった精神面の充実に関わって行くことを信じて、この取組みを小学校でも引き継いでいます。

2月10日には、西部地区の保育園研究会で取組みを発表される予定です。