

小学校における鬼ごっこの活用による子どもの休み時間の過ごし方の変化

鈴木 邦明（埼玉県深谷市桜ヶ丘小学校 教諭）

キーワード：鬼ごっこ、休み時間、身体活動量の差、小学校、体育授業

I. 目的

中央教育審議会の答申(2002)によると、幼児および児童の体力・運動能力に関して、1980年代から顕著な低下傾向を続け、児童・生徒においては、「運動をする者—しない者」の体力差（特に持久力）における「二極化」が確実に生じている。その原因としては、①大人や社会における外遊びや運動の重要性の軽視、②子どもを取り巻く環境の変化（時間・空間・仲間の不足、自動化・機械化・情報化、指導者不足）、③子どもの様々な生活スタイルの変容などが指摘されている。中村(2004)、宮下(2007)の調査でも子どもの運動への取り組みが少なくなっていると報告されている。

上記の先行研究にあるように子どもの体力の低下・二極化が問題とされ、政府、地方自治体、各学校などにおいて、様々な方策が考えられ、実践されてきている。平成21年の体育の日に文部科学省によって発表された「平成20年度体力・運動能力調査」の概要によると、子どもの体力は握力を除く走・跳・投能力は昭和60年代と比べると依然低い水準になっている。最近10年間の基礎的運動能力の変化では、立ち幅とびで低下傾向があるものの、50m走、持久走、ソフトボール投げでは横ばい、または上昇傾向にある。上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルランでは向上傾向を示している。

また、鬼ごっこについては、鬼ごっこが子どもの体力の増進に良い影響があることが、池田(2004)、小倉ら(1996)、村田(2009)、鈴木(2007)などの多くの先行研究で示されている。

今回、小学校の4年生を対象にして、年間を通じて体育の授業で鬼ごっこに取り組んだ。そして年度末に、子ども達の休み時間の過ごし方の変化を調べた。鬼ごっこへの積極的な取り組みが、子どもの休み時間の過ごし方へ与える影響などを知ることで、健康的な身体を作ることや生涯体育へとつなげる基礎的資料とすることを目指した。

II. 方法

対象

本研究の対象は、埼玉県深谷市の公立小学校に在籍する4年生の学級32名（男子16名、女子16名）である。地域は東京から60kmほど離れた郊外の住宅地域であり、田畑が多く見られる。子どもが遊ぶことのできる場所が多くあり、放課後や休日は、子ども達は外遊びにもよく取り組んでいる。

手順

平成24年4月から平成25年3月までの一年間、体育授業において、各種の鬼ごっこに取り組んだ。取り組んだ鬼ごっこの種類は、コートの大さき、鬼の数、鬼の役割、場所などの条件を変えながら様々なものに取り組んだ。

平成25年3月に、子どもの休み時間の過ごし方と運動に対しての好き嫌いについての調査を行った。調査は、学級担任である著者が質問紙法で行った。質問項目は①「以前（3年生の時）と比べて休み時間に運動をする量は増えましたか?」、選択肢は「とても増えた・少し増えた・変わらない・少し減った・とても減った」とし、②「以前（3年生の時）と比べて運動は楽しいですか?」、選択肢は「とても楽しい・少し楽しい・変わらない・少し楽しくない・とても楽しくない」からあてはまるものに○をするよう求めた。

III. 結果

表1にあるように、以前と比べた休み時間に運動をする量の変化を見ると、増えた（とても増えた、少し増えた）が32名中24名（75%）である。また、表2にあるように、以前と比べた運動の楽しさを見ると、楽しい（とても楽しい、少し楽しい）が32名中27名（84%）である。

表1 以前（3年生の時）と比べた休み時間に運動をする量の変化（32名）

	とても増えた	少し増えた	変わらない	少し減った	とても減った
人数	18 (56%)	6 (19%)	5 (16%)	1 (3%)	2 (6%)

表2 以前（3年生の時）と比べた運動の楽しさ（32名）

	とても楽しい	少し楽しい	変わらない	あまり楽しくない	全然楽しくない
人数	25 (79%)	2 (6%)	3 (9%)	1 (3%)	1 (3%)

IV. 考察

鬼ごっこの影響について

今回、体育の授業において年間を通じて、アップとして、様々な鬼ごっこに取り組んだ。具体的には、増え鬼、氷鬼、手つなぎ鬼、ネコとネズミ、警ドラ、校庭のすみにある小山での鬼ごっこなどである。

鬼ごっこは、休み時間や放課後に子ども達が自主的に運動遊びとして取り組みやすいものである。その特徴は、特殊な用具を使わないこと、人数の調整が可能なこと、ルールを変化させやすいことなどである。小学校の休み時間などに見られる運動遊びとしては他にもベースボール型ゲーム（ハンドベースなど）やドッジボールなどがある。これらは、鬼ごっこと比べ運動量に差が出ることが多い。また、全体的に運動量は鬼ごっこよりも少なくなるが多い。子ども達の体への影響を考えると運動量の多い鬼ごっこなどの運動遊びに楽しみながら自主的に取り組めるようになることが望ましい。今回、継続的に体育の授業で鬼ごっこに取り組んだことで、そのことが表1にあるように、休み時間に運動をする子どもが増えたことにつながったと考えられる。体育の授業が休み時間の運動遊びの呼び水のようなものになっていたと考えられる。また、鬼ごっこを体育館だけでなく、校庭でも行い、校庭のすみにある小山などで行ったことも、休み時間の外遊びが増えたことにつながっていたと考えられる。

子どもが感じる「楽しさ」について

先行研究にあるように鬼ごっこは多くの子どもが体を動かすことで「楽しい」と感じている。また、今回の実践でも表2にあるように多くの子どもが体を動かすことを「楽しい」と感じている。子どもが自分から運動に取り組もうとする際、この「楽しさ」が非常に重要である。先にも挙げた子どもの体力の低下において特に大きく低下しているものは、体力の下位層の子ども達である。そういった子ども達は、日常生活の中で積極的に体を動かしていない。数少ない運動機会である学校の体育の授業の中でも積極的に動いていないことが多い。体力の下位層の子ども達は運動嫌いの子供達と重なることが多く、彼らが通常、運動に取り組む際の心理状態は次のようなものである。

「・・・できない → おもしろくない → やりたくない → 上手にならない → できない・・・」

鬼ごっこは、通常、運動嫌いになっていく（なっている）可能性の高い子どもの多くが「楽しい」と感じる事が多く、体力に関する二極化の問題の「運動をしない」子どもに対して良い影響があると思われる。このように「楽しい」という感覚はとても大事であり、鬼ごっこは、子どもの体力の二極化における下位層へ有効な働きかけとなる可能性がある。表1、表2に「減った」「楽しくない」が少数であるが存在する。そういった子ども達は、鬼ごっこのような運動遊びが元々好きでない子どもであったり、小学校高学年になり、興味が多面化し、本を読んだり、絵を描いたりといったことを好む子どもだと思われる。

将来の生活の質への影響

学校の休み時間は、そのほとんどの時間を子どもが自分の意思で使い方を決められる時間である。そういった時間に子どもが自主的に運動遊びに取り組んでいたということに大きな意味がある。小学生の時期に、体を動かすことを楽しいと感じることは、生涯スポーツにおいてとても重要なことである。子どもの頃に運動嫌いになってしまうと、多くの場合、生涯において運動に触れる機会は少なくなることが想像される。それは、生活習慣病などへも影響を与え、その人の生涯に渡る生活の質へも影響を与えることとなる。子どもの頃の運動への意識は、その人の生涯に渡る生活の質へ影響を与える程、大きな意味を持つもの可能性がある。学校関係者やスポーツ指導の関係者は、そういったことを意識し、子どもと接していくことが求められる。