

運動療法を楽しく —鬼ごっこは遊びの王様—

城西国際大学 福祉総合学部 社団法人鬼ごっこ協会 代表理事 羽崎泰男

世の中が便利になり身体を動かさなくてすむ環境が進めば進むほど、子ども達にとっては日常生活で、ある意味、刺激や負荷を受けながら養われていくべき基礎体力が養われていかないという悩ましい結果を生んでいます。

子ども達の健全育成を考えた時、いくつかのアプローチはあると思いますが、運動という視点からは二つの方法があります。

- ①生活行動を作り出す動作を十分に習得すること。
- ②遊ぶことを十分に楽しめる心と体の体力を作ること。

①については、2008年の保育所保育指針や幼稚園教育要領の改訂の中で幼児期の「36の動作」が取り上げられています。基礎体力という発想以前に生活行動そのものが上手にできないのではないかと危ぶまれています。それらを引き継ぐように小学校低学年から「多様な動きを作る運動（遊び）」として文部科学省がパンフレットを配布、提示しています。従来の体育の授業で実施していたものに、遊び的な要素をより強く加えた内容で楽しみながら基本的な動作を習得していこうとしています。

平衡系の動作（姿勢の変化や安定性を伴う）…立つ、組む、乗る、逆立ち、渡る他

移動系の動作（重心の移動を伴う）…走る、登る、歩く、跳ぶ（水平）、跳ぶ（垂直）他

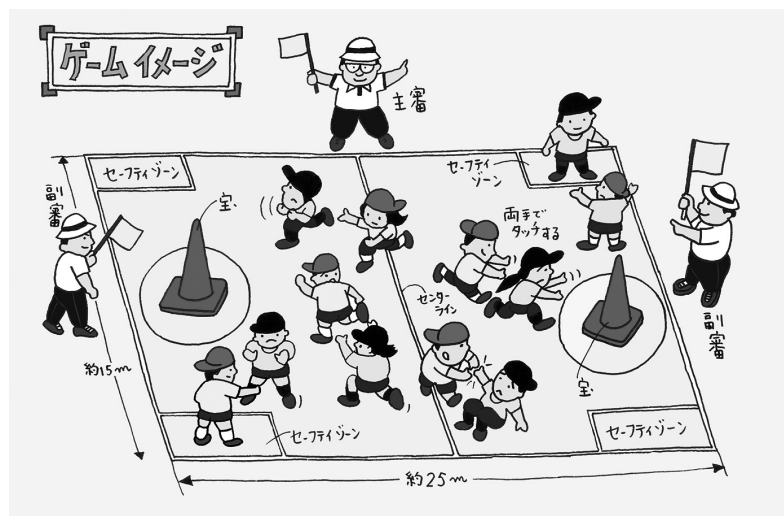
操作系の動作（人や物を操作する）…持つ、支える、運ぶ、押す、当てる、振る他

②はいかに楽しみながら積極的に体を動かすことができるかということになります。何ととってもキーワードは「遊び」です。子ども達にとって遊びは楽しくなければならぬし、楽しむことができなければ見向きもしてくれません。

ここでは、外遊びと明確にすると「鬼ごっこ」の存在が浮かび上がります。誰もがこの名前を聞いたことがあり、大人には懐かしい響きさえあります。元々、子ども達の体力は日常生活の中で行われる遊びを通して養われることが自然ですが、先に述べたように子どもたちを取り巻く環境はその自然な行為を大きく阻害しています。あるいは、スポーツ偏重は子ども達でさえ極めてアトラクティブな要素を求めてしまう傾向を作り出し、かつての遊びは廃れていく傾向も否定できません。

鬼ごっこは2000～3000種類あるという研究者もいるほど、細かく分類することができます。鬼が子を捕まえる方法や陣取り系の図形の描き方が地域によって微妙に違ったり、鬼決め、鬼はじめ、鬼渡しなどの決まりごとが違っていたり、その数は想像以上になります。しかし、それらすべてが子ども達に楽しまれているかという点と他の遊び同様楽観的なものではありません。高鬼、色鬼、バナナ鬼、氷鬼などの助け鬼は子ども達に親しまれている鬼ごっこですが、現代の子ども達にはインパクトに欠けるようで、楽しみ方や運動としての効果には個人差がでてしまいます。あるいは、子どもによって配慮が必要な場合もあります。小さな動きから大きな動きへ、弱い動きから強い動きへ、「歩き鬼ごっこ」、「早歩き鬼ごっこ」も結構楽しんでくれます。

そういう中で、より意欲的な子ども達のために、現在、陣取り系鬼ごっこの発展形としてスポーツの良さを加えた「スポーツ鬼ごっこ」の開発を進めています。①チーム戦②勝敗③道具を使わない④ルールとマナー⑤コミュニケーションなどの要素を持ち、モチベーションを高めながら、道具を扱う技術を要しないことから誰もが楽しめるものとして、「・・・されど鬼ごっこ」を実現できるものとして期待しています。



Ttag（宝取り鬼ごっこ）

宝を多く取りあうスポーツ鬼ごっこ

センターラインを越えて相手陣地内でタッチされたら元に戻る

セーフゾーンではタッチされない

宝の周りのサークル内には守り鬼は入れない

参考文献

羽崎泰男：鬼ごっこ，日本小児医事出版，2002

日本レクリエーション協会：遊びの大事典，東京書籍，1989

加古里子：鬼遊び考，小峰書店，2008