

私の一冊

こども学科 及川 直樹 先生

日本発育発達学会 編 『幼児期運動指針実践ガイド』

小鹿図書館 376.157||N77

7月に入り、いよいよ夏本番を迎えました。毎日暑い日が続くと、涼しい季節の訪れが待ち遠しい今日この頃です。ところで、皆さんは「〇〇の秋」といえば、何を思い浮かべますか？食欲、読書、芸術… いろいろな秋がありますが、私は真っ先に「スポーツの秋」を思い浮かべます。子どもの負担を考慮し、最近では運動会を春から秋に移して行う学校が増えてきました。また、10月の第2月曜日は、「スポーツの日(旧:体育の日)」として祝日に指定されており、全国各地で様々なスポーツに関する行事が行われています。この日に合わせて、スポーツ庁では、前年度に実施した「体力・運動能力調査」の結果を毎年公表しています。この調査は、6歳～79歳の約7万人を対象に実施されているものです。ニュースや新聞などで見聞きしたことがある方も多いのではないのでしょうか。現在の調査方法となった1998年度以降でみると、子ども(6歳～19歳)の体力は横ばい、あるいは緩やかな向上傾向にあります。ただし、最も体力が高かった1975年～1985年頃と比べると、今の子どもの体力は、依然として低い水準にあります。

こうした実態や、文部科学省による3年間にわたる全国各地での調査研究、発育発達分野における学術的な知見などをもとに、文部科学省は、2012年に「幼児期運動指針」を策定しました。この指針は、幼児期の運動の在り方に関するガイドラインとして位置付けられており、幼稚園や保育所、認定こども園などにおいて活用されています。今回ご紹介する「幼児期運動指針実践ガイド」は、図やイラストを豊富に用いながら、幼児期運動指針の内容を丁寧に解説しつつ、運動実践のヒントになるような事例や提案が盛り込まれた1冊となっています。

今の子どもの体力が低い水準にあることは上述した通りですが、それでは、なぜ今の子どもの体力は、以前よりも低い水準にあるのでしょうか？また、その原因はどこにあるのでしょうか？幼児期には、1日あたりどのくらい体を動かしたらよいのか？どんな運動を行うべきなのか？…もしこのような疑問をお持ちでしたら、ぜひ本著を手にとってみることをおすすめします。保育者だけでなく、子育て中の保護者の方にとっても、参考になることが多いでしょう。

本著を通して、幼児期における運動の意義や、運動習慣を身に付けることの重要性が広く理解されることを願っています。