

動カ

くこどものの

城

動くこどもの城 テキスト

スポーツ遊びで
体力づくり

こどもの城



スポーツで心身ともに健康な生活を

こどもの城体育事業部の事業概要

神経系の発達の著しい幼児、学童期は、運動面で基本から応用へと幅広く体験してもらいたい時期です。柔軟性、平衡性や筋力など基礎的な体力は、遊びを通して自然に獲得していきけることが望ましく、それらは、スポーツという中で洗練され、それぞれがたくましさを増していくことになります。みんなでニコニコ、ワイワイしながらからだを動かす楽しさが、自分の持っている最善を出すことへの興味や魅力へとつながっていきます。そうした変化を子どもたち自身に感じてもらいたいと願っています。

スポーツは実に個性的です。相撲のように「超」がつくほど体重が必要なものもあれば、新体操のように今にも折れそうなほど贅肉の少ないことが要求されるものもあります。ゴルフ、洋弓やライフルのように息切れした状態ではできないものもあれば、マラソンやトライアスロンのように酸欠状態に陥るほどのものもあります。炎天下や厳寒の中、水中や雪上と環境もいろいろです。持っている感性を出すことが必要であったり、極めて考えられた戦略の中で成り立つものもあります。こうした多種多様な特性を持ったスポーツは、以下のように、子どもたちにさまざまなものを与えてくれます。

1. 安全確保への模擬体験
2. からだをつくる
3. 創造力を高める
4. 空間の認知
5. からだの認知

子どもたちに、運動やスポーツを指導する場合には、これらを考慮した上で、楽しみながら体験できるような指導方法が大切になります。



自分の持っているものを出し、発見する

体育館とプールを使って行う「講座」や「クラブ」では、子どもたちを継続的に観ていくことが可能なため、長期的な展望の中で健康を考えています。子どもの成長をしっかりと見ながら、その時期その時期に必要なものを無理のない指導の中で体得してもらうように配慮しています。指導者が教え込むのではなく、子どもたち自身が「感じ」「考え」「試す」ことであり、指導者に必要なのは、子どもたちの持っているものを引き出し、発見してあげることなのです。このことを基本に、質を高め、更にはからだへの負荷を上手にかけること、運動量の確保もしていくことが大切だと考えています。また、硬いからだを曲げることはなかなか辛く、軽く走ることも時間によっては苦しいものだけに、運動には努力が必要となります。精神的な強さを獲得させることも大切なことだと感じています。

従って、以下のようなことを考えながらの指導が基本となります。

1. 動くことの楽しさを知らせる
2. いろいろなスポーツにふれる
3. 全力を出す機会をつくる
4. 個性を大切にする

だれもが参加できる体育活動

さて、こどもの城の体育活動も開館以来の年月の中で、多くの人たちの積極的な参加がみられるようになってきました。母親からなかなか離れられず動かない子どもを励ます姿、今にも泣きだしそうな顔をしてうつむきかげんに、とほとほとやってくる子どもや、待ってましたとばかりに一目散にやってくる元気な子どもなど、来館風景もさまざまです。対象も幅広く、幼児・学童を中心にマタニティの母親や0才児の赤ちゃんから高齢者までが参加しています。どちらかという、運動を苦手としている子どもが多いようですが、からだを動かす楽しみを知り、運動やスポーツを一生のものとして付き合ってもらいたいと思っています。



動くこどもの城 テキストシリーズ No. 3
「スポーツ遊びで体力づくり」

発行 こどもの城
編集 体育事業部
 動くこどもの城事務局
住所 東京都渋谷区神宮前 5-53-1
イラスト 喜久山 悟
印刷製本 有限会社 博英社
発行日 平成12年3月30日

スポーツと遊びの接点をさがして

昔を懐かしみ、良き時代と考えている世代には、最近の子どもたちを取り巻く環境がどのように映るのでしょうか。「かくれんぼ」や「缶けり」に夢中になり、ビー玉や石ころを使った何とも素朴な遊びに真剣になっていた当時は、スポーツという言葉が子どもに向けられていたことはほとんどありませんでした。子どもたちにとっては遊びがすべてのような頃だったのです。野球人気はかなりのものでしたが、子どもたちのする野球は「ごろベース」や「三角ベース」であり、子ども流の野球遊びだったのです。今でいう、ソフトテニス用の柔らかいボールをピッチャーがころがし、親指を人差し指にちょっとかけたようにしてボールを打つ。ころがってくるボールを打つには地面をこすることもあり、手に擦り傷を作り、痛い思いをしながらも結構一生懸命に楽しんでいました。

さて、子どもたちの遊びの変化や、スポーツとの関わりはファミコンの出現やメディアの発達などによって大きく加速されてきています。現代感覚あふれる多くのコンピュータソフトは子どもたちの心を釘付けにし、また、メディアの発達は世界のスポーツを手軽に茶の間に運ぶようになりました。NBAのバスケットボール選手やセリエアのサッカー選手の力強さとスピード観あふれるプレー。人間の可能性を表現してくれるスポーツパフォーマンスの魅力に、子どもたちも自然に引き込まれていきます。そして、そこには子どもながらの本物へのこだわりが芽生え、勝敗や技術、道具やルールへの厳しさと、スポーツとしての認識を強く持つようになります。昔懐かしい「ごろベース」は姿を消し、バットやグローブをしっかりと揃えた野球やフォーメーションを持ったサッカーが遊びの場に展開することになったのです。

あそびとスポーツ

50メートルを走ろうとする場合、同じ条件で競わなければスポーツとしては成り立たず、整地され、セパレートされたコースをはみ出ることなくゴールしなければなりません。サッカーであれば、右と左のコートは対照で、ゴールの大きさは正確に同じでなければなりません。さらに、前半と後半でコートを交代する念の入れ方です。さて、遊びはどうでしょうか。子どもたちが集まって「よーいドン！」でもしようということになります。下が土であれば、棒切れを拾ってきて線を描き、向こうにある木の葉っぱを取ってゴールを目指します。木の下まで辿り着いてみると、背の小さい子にはなかなか届かない高さに葉っぱがあります。子どもは何回もジャンプをして、やっと取ることができ一目散にもどっていきます。それでも、何となく競争は成立するのです。

ドッジボールは子どもたちにとって人気の的です。その人気は世代を越えて根強いものがあります。集まってきた子どもたちは、ジャンケンをして敵味方に分かれます。人数が割り切れなければ、異なった人数でスタートです。投げる時に、足が線から多少出ても、プレーの勢いを止めることなく進行していきます。逃げ回っている子どもが線から出ても無頓着ですが、捕球した子どもがちょっとでも線を出ると、「出たぞ」と厳しく抗議します。いずれにしても、「おまけ」のあるのが子ども流であり、許し、許され、臨機応変な中で展開するのが遊びなのです。

手作りルールで楽しいスポーツあそび

子どもたちは遊びが大好きです。子どもたちにとって、遊びは楽しいものであり、楽しくなければ遊びと呼びません。楽しくなくなれば、あっさりやめてしまいます。「苦しさの中に楽しさがある」というスポーツ指導者の言葉は、なかなか理解されないものです。

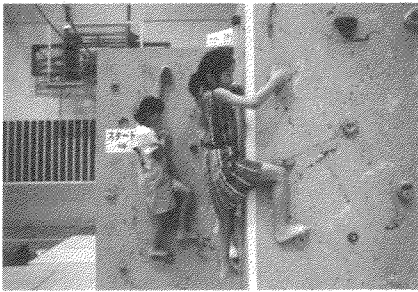
さて、先に述べたように、ヒーローやヒロインが登場するスポーツは、子どもたちにとっても魅力的なものになってきました。しかし、スポーツにこだわり過ぎると、道具や場所がなければやることができなったり、時には大変な苦しさを伴うことになってしまいます。スポーツを誰もが楽しむには、道具の工夫や条件によってアイデアを出し合う「子ども流」を作り出すことが大切なのです。





スポーツ遊びで体力づくり

運動遊びによる体力づくりは、今となっては理想ともいえるものになってしまったのでしょうか。擦り傷、切り傷に弱音をはいたり、目くじらを立てているようではなかなか体力を養うほどの遊びはできません。あるいは、自由な発想や工夫に目の色を変えるような、好奇心の塊のような子ども心を持っていなければ、夢中になることもできません。缶蹴りやかくれんぼにむきになったり、傘をパラシュートにしてちょっとしたところから飛び降りたり、ひと昔前まではある意味、多少の危険と隣り合わせで体力を養っていたともいえるのです。現在では、なかなか受け入れられない夢のような話なのかもしれませんし、もしかしたら、このようなことはファミコンやパソコンの中で楽しむことの方が、今風の子どものたちの感覚なのかもしれません。

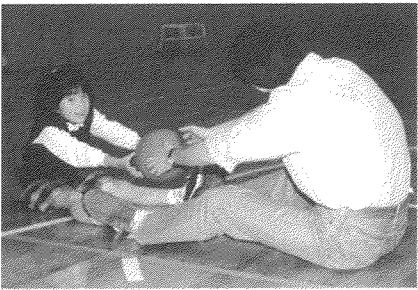


楽しく体力づくり

「体力」というと、筋力やスタミナがあり、なんとなく力強い感じをイメージします。ここで言う「体力」とは、大別すると行動体力と防衛体力のうち、前者（身体的行動力）に当たります。この行動体力は、行動を起こす・持続する・調整するという能力に分かれ、その要素として、筋力・持久力・平衡性・敏捷性・柔軟性などがあげられます。一般的に「体力をつける」と言っても、いざ具体的に実施しようとする時、何をどうやろうか、頭を悩ませるところです。

サッカーや野球教室で、補強的に行われる腹筋、背筋運動などは、腹筋と背筋といった筋力の強化という意味では、明確です。ただし、体力づくりになるからと言って、何十回と、ただやみくもに行うことは、子どもたちにとっては苦痛にしかすぎません。いわゆる体力づくりだけを目的として考案された運動（プログラム）は、楽しさに欠け、長続きは期待できません。また、障害を起こす危険性も増えてきます。もちろん、スポーツ選手を夢見て、「フーフー」言いながら泥だらけになるのも、エネルギーギッシュではあり、一方で、現代の子どもたちに持ってほしい姿ではあります。

しかし、誰もが持っているほしい基礎体力を養うという点では、「どのように…」といった、方法へのアイデアが必要になります。スポーツの要素を生かしながら、遊びとしての楽しさを考えていくことが必要になってくるのです。つまり、「スポーツ遊びで体力づくり」では、「体力」を意識した上でのスポーツ遊びを考えていきます。



プログラム1：からだを柔らかくする体操遊び

子どもの体力で、最近もっとも気になるのが柔軟性です。「体前屈」などの柔軟性を測定をする時、なんとも情けないのが、一生懸命努力しても、油の切れたロボットのように中途半端なところで止まってしまう光景です。手を持って下に引っ張ってあげたり、背中を押してあげたくもなってしまいます。ちょっとずるをして膝を曲げたり、最後の数センチは片手の指で必死に下げる努力をする光景は微笑ましくさえ感じられます。

準備体操などでよく使われる、開脚をして前屈する体操があります。股関節の硬い子どもの座る姿勢は、実に落ち着きのないものです。膝をしっかりと伸ばすことができないし、腰の位置が前に出ずに、背筋を張った状態にすることができません。おでこを指先でちょっと押せば後ろにひっくり返りそうで、なんともバランスがよくありません。開脚姿勢を長くすることが苦痛となるようで、その姿勢から考えられるいろいろな体操をするだけのゆとりがなくなってしまいます。

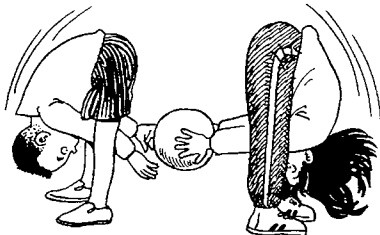
ここでは、体操的な要素で、ボール、フープ（輪）といった道具をうまく利用し、柔軟性を高めることを目的としたスポーツ遊びを行います。こういった道具を利用することで、運動のバリエーションが増え、遊び的な要素を多く取り入れることもできます。そして、効果的に柔軟性を高めていくことができるのです。



まずは、ボールを使った柔軟体操です。ボールを利用することで、普段はあまり面白くない運動が、楽しくできます。



2人組で、頭の上と、足の下でボールを受け渡し。みんなで並んでリレーしても面白い！



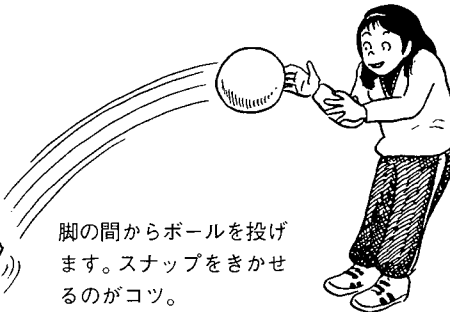
ボールを投げる動作をいれることで、よりダイナミックなスポーツ遊びに発展させていくことが可能です。



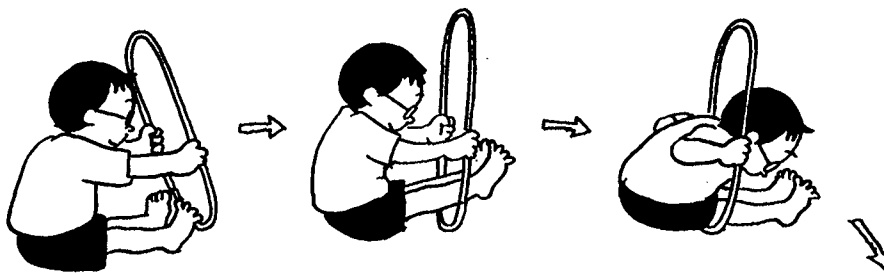
ころがしたボールを肩や頭で止めてみよう！



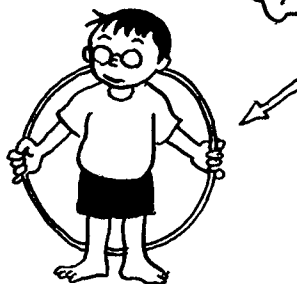
脚の間からボールを投げます。スナップをきかせるのがコツ。



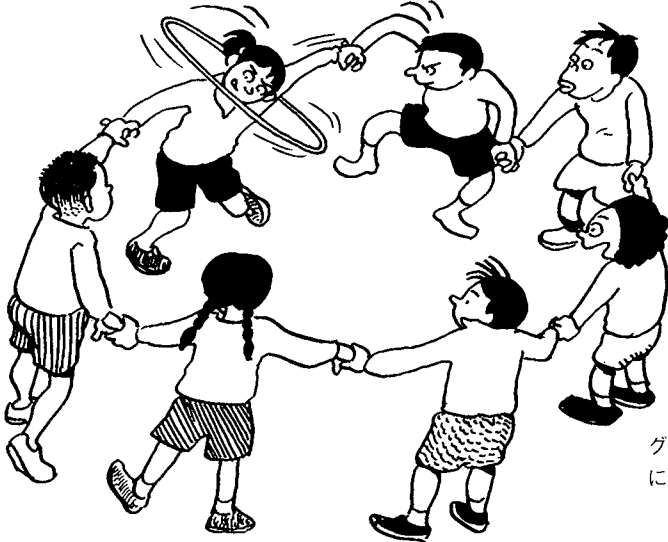
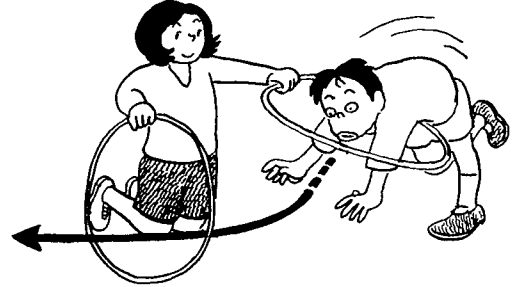
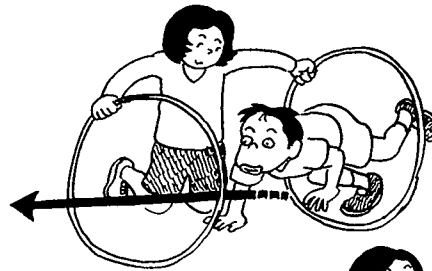
今度はフープを利用した運動です。1人でフープをくぐってみたり、2人組で上から下へと連続的にくぐりぬけてみます。また、フープの大きさに変化をつけることや、くぐりぬける輪の方向を変えるだけで、柔軟度に変化をもたらすことが可能となります。1人から2人、そしてグループでも行えることから、さまざまな楽しみ方ができるプログラムとなります。



まずは、1人でフープをくぐってみましょう。柔軟性だけでなく、腹筋や、運動を調整する能力も必要です。



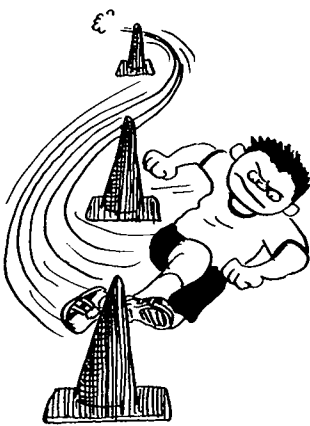
2人組でフープを連続的にくぐりぬけてみます。くぐりぬける輪の方向を変えるだけで、まるで違った運動のようです。



グループで手をつなぎ、手を離さないようにして、フープをリレーしていきます。

プログラム2：すばやく動けるようにするかけっこ遊び

まずは、ウォーミングアップ。梯子やコーンを使うことによって、さまざまな方向に対して、バランスよく、すばやく走ることが身につきます。これは、スポーツとしても最も大切な能力です。



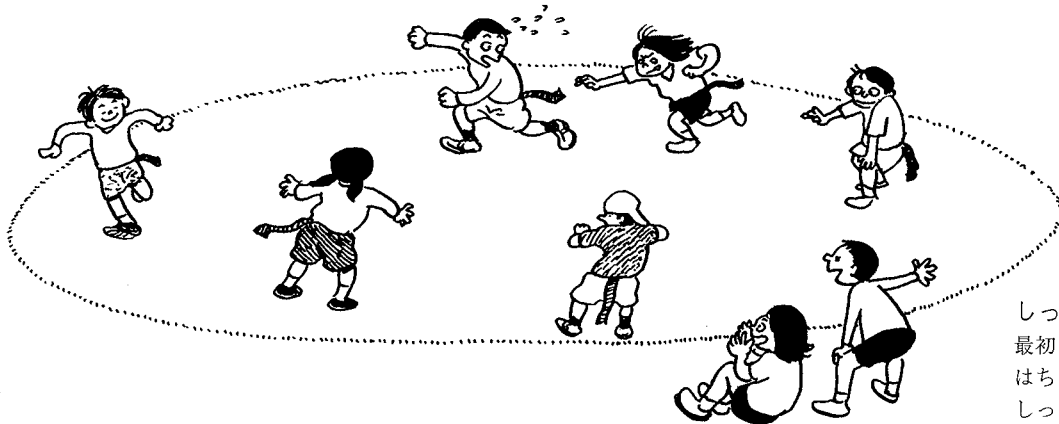
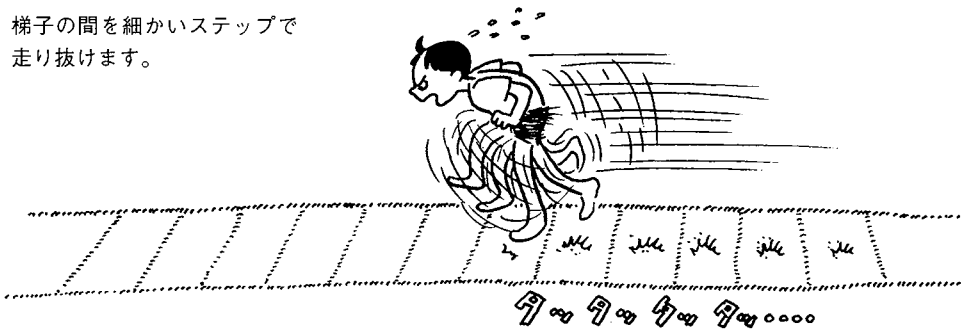
「鬼ごっこ」は「鬼ごと」遊びの中の最も単純なものです。「助け鬼」「影踏み鬼」「目隠し鬼」や「手つなぎ鬼」などは、この「鬼ごと」遊びに属するものです。どれも基本的には「追う」「追われる」といったもので、走る動作が主となります。「だるまさんがころんだ」や「かくれんぼ」などもこの遊びの範疇としてとらえると、なんとも多彩な遊びです。子どもたちが、所狭しと走り回ることができれば、運動としての効果は大きなものとなるはずですが、人数や場所によって多種多様なこの「鬼ごっこ」を選ぶのも楽しく、子どもたちの体力づくりにも欠かせないものなのです。

「鬼ごっこ」は、いわゆる単純な遊びからルールを複雑化してスポーツ的にするには理想的なものです。特に、運動としての効果を期待するのであれば、工夫が必要になります。なぜならば、走るという動作は、それだけで結構疲れて、苦しいものですから、面白味に欠ければ、追う、逃げるといった基本形が成り立たなくなることにもなりかねません。あるいは、それなりに遊びが成り立っていても、大きな目的である「すばやく動く」ことを達成するには不十分な場合もあります。動きの緩急や複雑で巧みな動きを多く含めていくことを工夫していかなければなりません。

例えば、「しっぽとり鬼ごっこ」というものがあります。ズボンにはちまきをはさんでしっぽに見立て、自分のしっぽを取られないように気をつけながら、相手のしっぽを取るというものです。自分が追う立場と追われる立場を兼ねそなえている、ということが、この「鬼ごっこ」のよさです。それに加えて、かけひきや、取られまいとするからだの使い方など、まさに動きの緩急や巧みな動きが自然と身についてきます。ルールを加え、特定のもの（色や相手チームなど）を取るようにすると、勝敗にこだわるスポーツの要因が深まり、さらにボールを使うと「タグラグビー」などに発展させていくことができます。このような遊びから、スポーツに発展させていく中で、敏捷性という運動効果を考えることが、今回のプログラムの目的ということになります。

こうして考えると、サッカーやラグビーなども、ボールを持っているものを「鬼」として、敵の鬼を追い回す、または必死で逃げ回るといった、まさしく「鬼ごっこ」なのかもしれません。

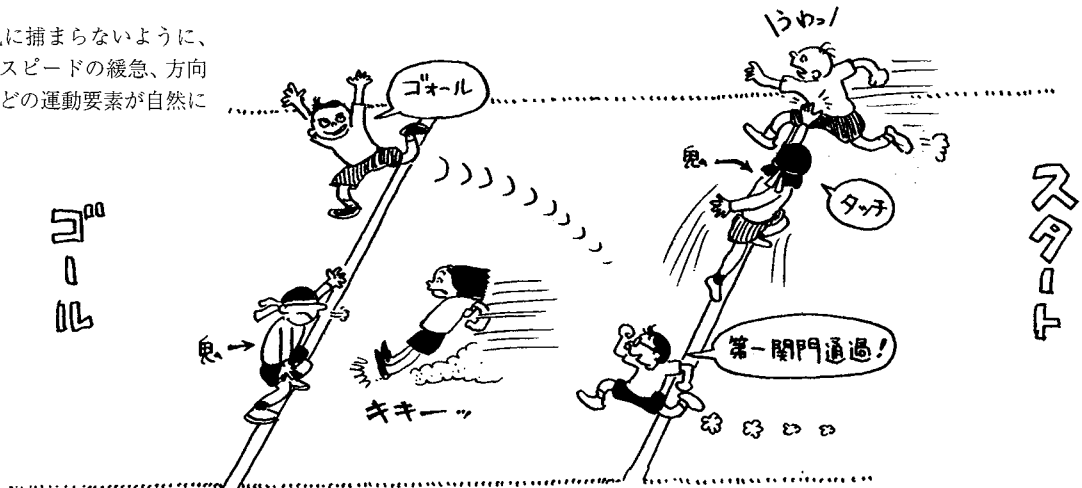
梯子の間を細かいステップで
走り抜けます。



しっぽとり
最初は、誰のしっぽ（ズボンに挟んだ
はちまき）を取ってもかまいません。
しっぽを取られてしまったらコート
の外で応援です。

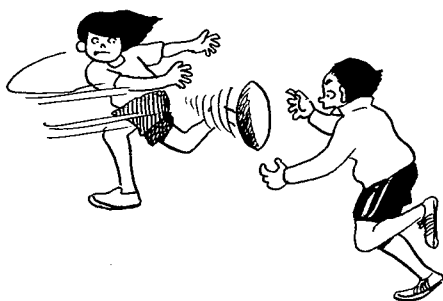
ダ・ダ・ダ

線の上だけを動ける鬼に捕まらないように、
ゴールを目指します。スピードの緩急、方向
を急激に変化させるなどの運動要素が自然に
身につきます。



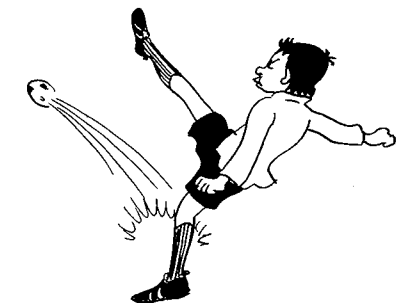
タグ・ラグビー

「しっぽとり」の発展プログラムの一つです。ルール
は基本的には、ラグビーに準じますが、タックルの
代わりに相手のタグ（しっぽ）を取ります。



ボールは前に投げることはできませ
ん。自分より後ろにいる仲間にパス
をします。

タックルをされたら、すみやかに
ボールを離さなくてはなりません。



サッカー

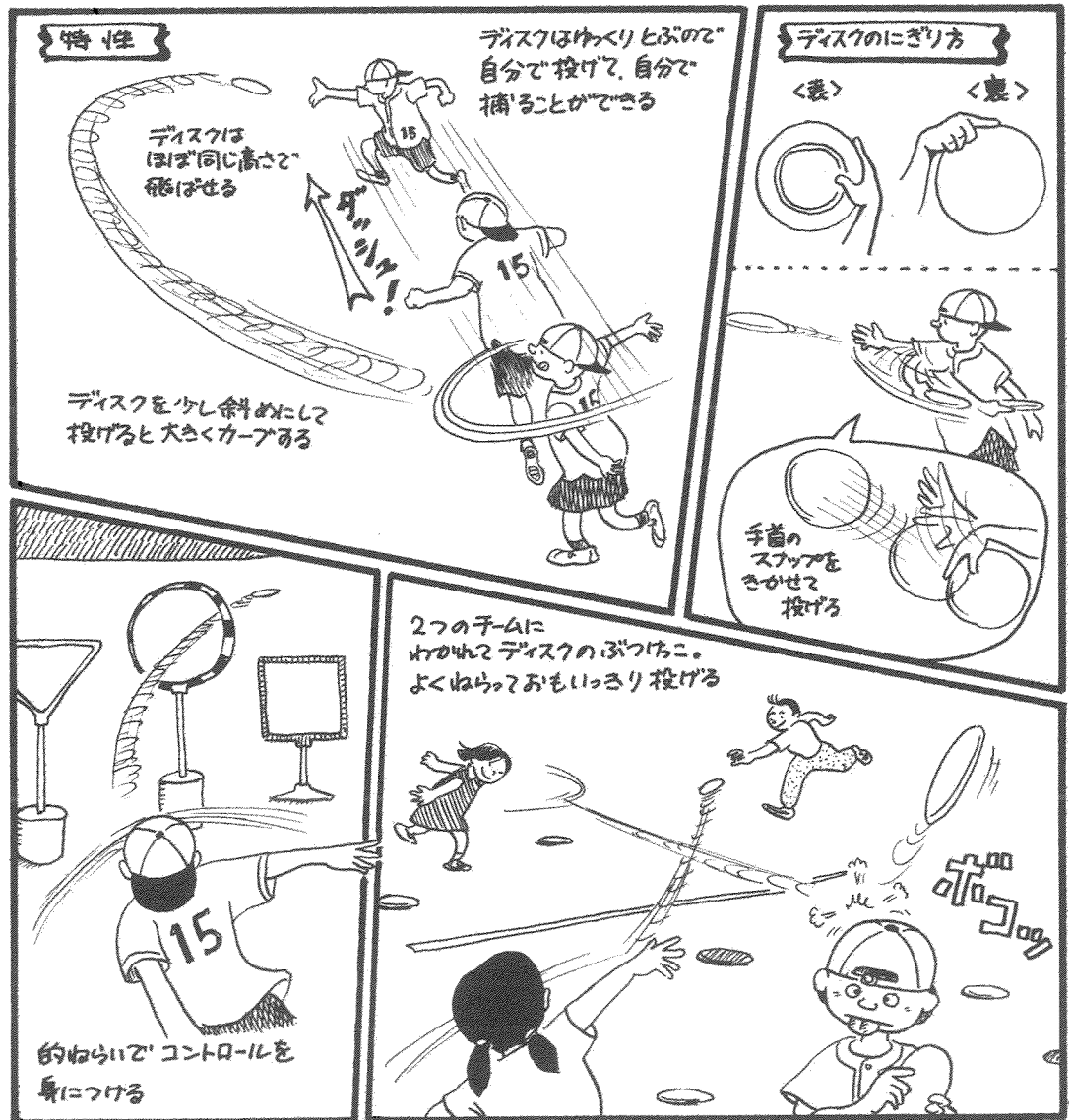
ボールを持っている相手を追いかけるさまは、
まさに鬼ごっこです。スポーツ遊びとしてと
らえた場合、人数・場所・年齢などを考慮し、
ゴールの数を増やしたりするなど、ルールを
アレンジすることによって、より遊び的な要
素を増やしていくことが大切です。

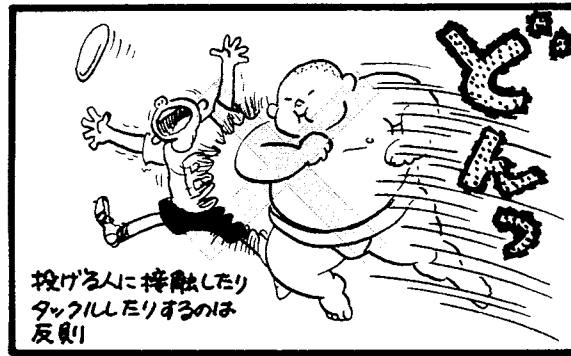
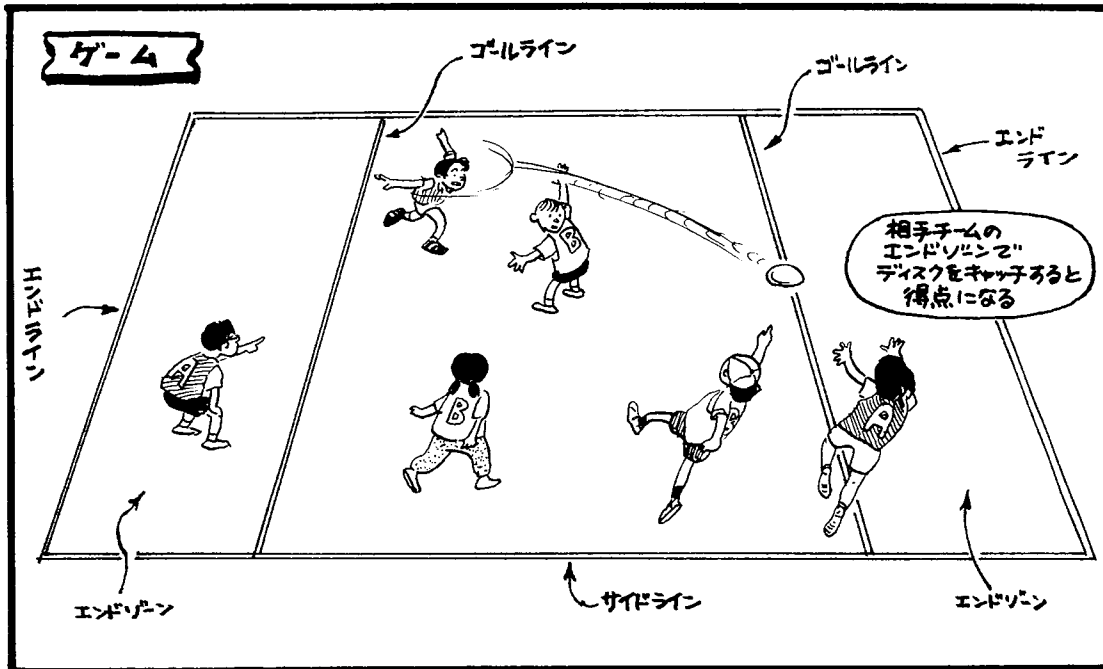


プログラム3：フライングディスクを使ったスポーツゲーム

一般的にはフリスビーの名で知られているフライングディスクは、スポーツ遊びの道具としては実に面白いもので、さまざまな可能性が広がります。人間が投げるものはいくつもありますが、このディスクは独特の飛行特性を持っています。時速150キロを超えるスピードがだせたり、200メートルに近い距離を飛ばすことができたり、ゆっくり空中に浮遊させたりすることもできます。自分で投げ、走って追いかけて、100メートル先でそのディスクを捕るということも可能です。このように、野球やサッカーのボールなどとは異なった飛行特性を利用して楽しいスポーツ遊びをすることができます。

ここでは、まず「アルティメット」というゲームを紹介します。この「アルティメット」は、2チームに分かれてディスクをパスしながらゴールを目指す、ディスクを使ったサッカーやバスケットボールのような球技スポーツです。ゲームの展開がスピーディなために、素早い動きなどが要求されますが、飛行特性を十分生かすと他の球技とはひとあじ違った楽しさを味わうことができます。





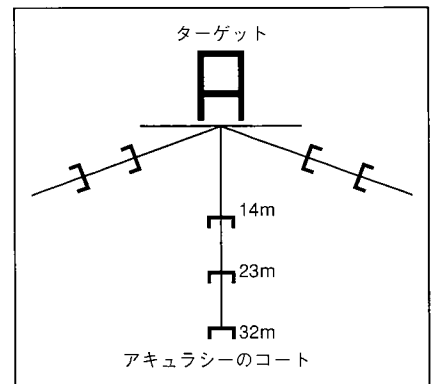
「アルティメット」のほかにも、フライングディスクを使ったさまざまなスポーツ遊びがあります。これらを基本として、場所や対象に合わせて、ルールを工夫していくと更に楽しいスポーツ遊びが可能となります。

ディスタンス

フライングディスクの遠投競技で、男子の世界記録は190mを越えます。広い場所を見つけて、どこまで飛ばせるか挑戦してみましょう。

アキュラシー

右の図のように、7か所の地点から、それぞれ4投ずつ、一辺1.5mの的を狙って投げ、いくつまとをのちを通過できるかを競うスポーツです。自分たちで的を工夫すると楽しいスポーツ遊びになります。



ディスクゴルフ

一般的に知られているゴルフのように、飛ぶ距離や飛行曲線の異なる十数種類のディスクを持ち、コースに設置されたバスケットに入れます。合計何回で入れることができたかを競います。

ディスクソン

林などに設定した数カ所のポイントに、ディスクを通しながら、走り、ゴールまでの時間を競います。いろいろな障害物などを設定すると面白くなります。

プログラム4：身近なものでスポーツ遊び（新聞紙編）

「遊び」から「スポーツ遊び」へとアレンジをしていくときに、忘れてはいけないのが、さまざまな道具の利用です。もともとスポーツで使う道具を、発想を変え、異なる道具として使うことも1つの方法ですし、子どもたちの身の回りにある素材を利用することも有効な方法です。特に、身の回りにある素材を利用する方法は、対象や環境などに合わせてプログラムを変化させることが容易で、プログラムの幅が広がります。ここでは、どこの家庭にでもある、新聞紙を取り上げてプログラムを構成しました。大きな紙で、折りたたんだり、破ったり、くしゃくしゃにすることができるという、新聞紙の特性を生かすことで、運動としてのバリエーションが広がります。

また、こうしたスポーツ遊びのプログラムを構成する場合、特に、子どもたちにプログラムを展開するためには、ある程度テンポよく行うことが必要です。そのためにはプログラムの順序、流れということが大切になってきます。このプログラムでは、新聞紙を少しずつ小さく折り曲げながら、いろいろな運動ができるように構成しています。



新聞紙を小さく折りたたんで”
片足をのせてバランス。
目をつぶるとさらに簡単しく…。



新聞紙にのせた
足を軸にして
グルッと回転



自然と種が
こぼれる

新聞紙を片手で”グシャグシャ”
にしてみよう

新聞のボールでドリブル。
ボールが止まってくれるので簡単!



新聞紙をビリビリに破いて
みんなで”雪(紙)合戦”



最後はやっぱり後片づけ



プログラム5：縄を使ったスポーツあそび

「縄」というと、昔から子どもたちの間で遊ばれていた長縄を使った「大波、小波」や短い縄を使った縄跳びを連想する人が多いことと思います。子どもたちは、休み時間になると「二重跳び」「はやぶさ」などの種目を競って遊んだものでした。最近では、美しい「新体操」の演技、競技縄跳びとしての「ダブルタッチ」などを思い浮かべる人もいないかもしれません。

この縄跳びという運動は、道具は縄だけ、特に広い場所を必要としない、一人でも、多人数でも楽しめるという意味において、手軽にでき、応用の幅の広い運動です。しかもその中で、瞬発力や持久力という相反する体力、体を巧みに動かす巧緻性、リズム感というものを身につけることができます。しかも、工夫をすれば遊びとしても大変面白いものを持っています。

しかし、子どもたちの心の中では、「跳べる、跳べない」ということが大きな比重を占めているので、その導入を誤ると、「跳べないからキライ！」しいては「疲れるからキライ！」となってしまいます。ただし、この「跳べる、跳べない」ということの一因は、「慣れ」ですから、とにかく体験をしていくことが必要になってきます。そのためには、縄の持つ特性を考えた上で発想の転換をし、単に跳ぶことから方向を少し変えることによって、縄に親しみ、興味を持たすことができるのではないのでしょうか。そして、その縄を使った運動遊びの中で、自然と縄跳びに最も必要なリズム感を養い、縄跳びに「慣れる」ことができてくるのです。

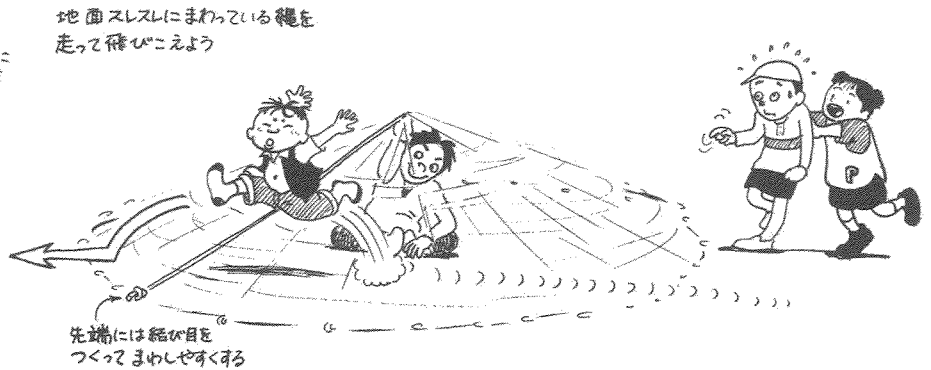


まずはウォーミングアップ♪

プロペラのように
まわっている縄を
走りぬけよう

長縄を2つ折に
して持ちまわす

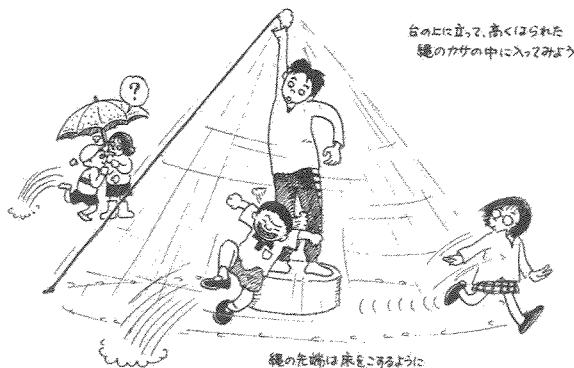
まずはウォーミングアップとして、長縄を使って遊びましょう。子どもたちに縄を持たせるとすぐに始めるのがこれ、縄を投げ縄や鞭のように振り回し始めます。これを生かして遊びます。



地面スレスレにまわっている縄を
走って飛びこえよう

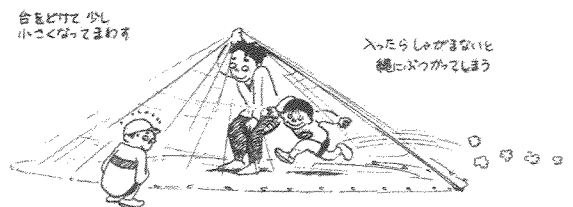
先端には結び目を
つくってまわしやすくする

縄のまわってくるタイミングに合わせて、スタートすることが大切です。自信のない子どもには、声を出してリズムをとってあげるのもいいでしょう。



台の上に立ち、高くはられた
縄のカゲの中に入ってみよう

縄の先端は床をこするよう

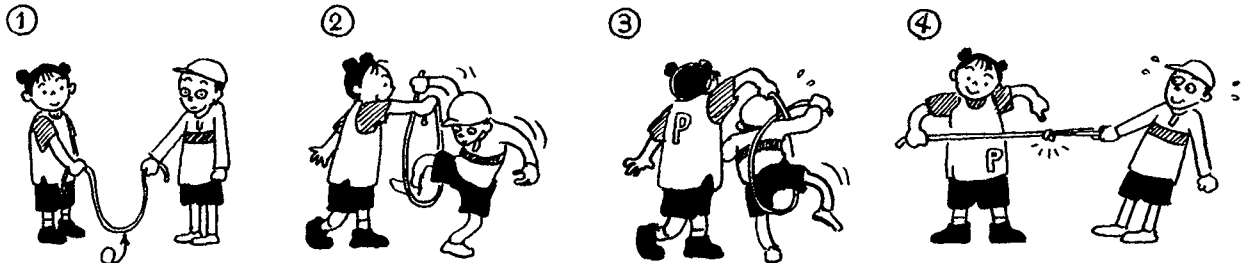


台をどけて少し
小さくまわす

入ったらしゃがまないと
縄にぶつかってしまう

短い縄というと、どうしても1人で跳ぶものだという印象が特に強いと思いますが、これも発想を変えて、2人組にしたり、新体操のように投げてみたりすることによって、運動のバリエーションがずっと広がります。また、2人組から4人組、4人組から6人組と発展させていくことによって、グループづくりのためのレクリエーションとしても利用することができます。

縄の両端を2人で持ったまま、体を入れかえて 縄に結び目をつくろう



短い1人用の縄

2人いっしょに、頭と体をひねってみよう。

くしゃくしゃにした縄を投げてキャッチ!



先端どうしを結んでつくった縄の輪を使って“人間輪投げ”

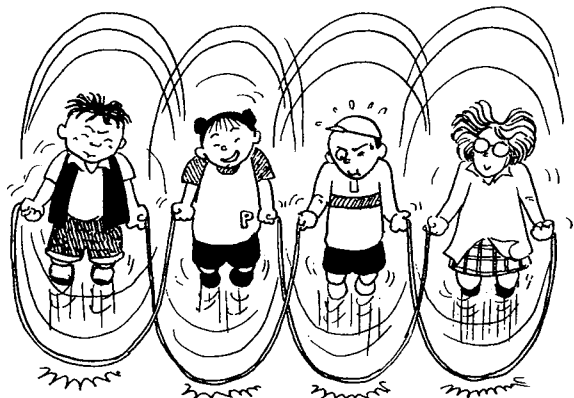


投げる方も 受ける方も
テクニックが必要

タイミングを合わせて
2人で同時にまわす
縄とび

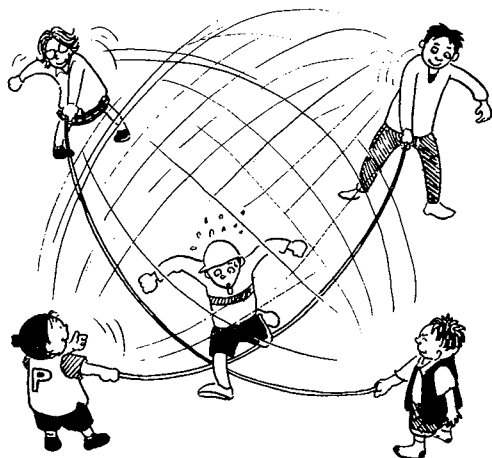


人数を増やしてやってみよう



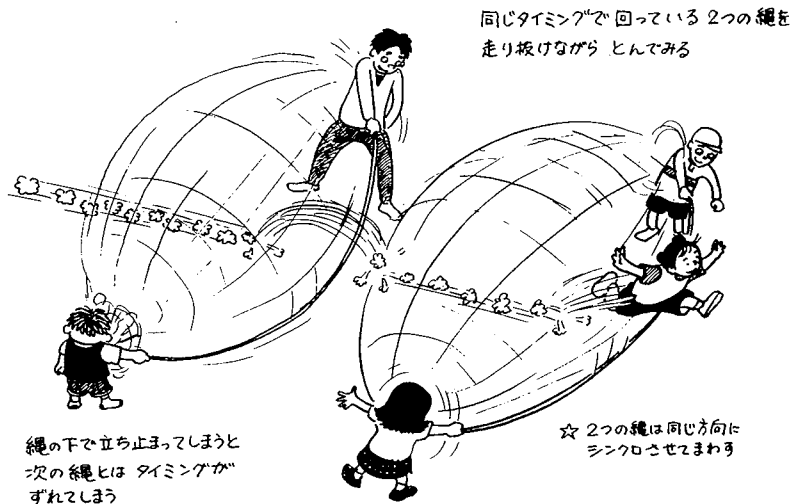
2人組から4人組、4人組から6人組となったら、ここで再び長縄に戻して、跳ぶことに挑戦してみましょう。跳ぶためのコツは、①スタートの位置、②スタートのタイミング、③跳ぶ位置などがあげられます。うまく跳べない子どもは、①～③のどれかを直してあげることによって跳べるようになることがほとんどです。

位置ということでは、縄を回している人のすぐとなりからスタートして、縄の真ん中で跳んで、まっすぐ走り抜けるのが最も簡単で効率的な方法です。また、最も肝心で、子どもたちにとって勇気のいるスタートのタイミングですが、これも発想を変え、動いている縄を見るのではなく、縄が床にあったときの音をスタートの合図にするという方法も有効です。それでは、長縄のバリエーションを紹介しましょう。



十字にまわした
2つの縄を
いっしょにとび

とにかく慣れること。
いろいろと挑戦しよう！



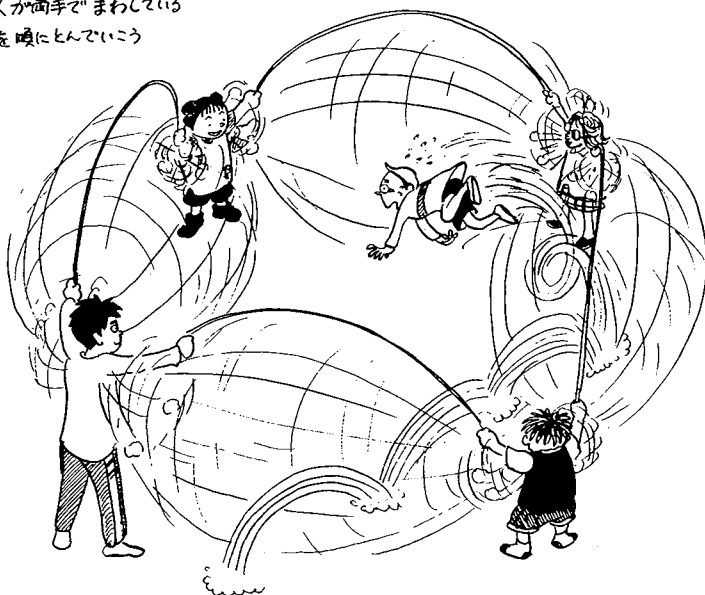
同じタイミングで回っている2つの縄を
走り抜けながらとんでみる

縄の下で立ち止まってしまうと
次の糸縄はタイミングが
ずれてしまう

☆ 2つの縄は同じ方向に
シンクロさせてまわす

慣れるとどこからでも跳ぶことができるよ！

4人が両手でまわしている
縄を喉にとんでいこう



全員で何回とべるかに挑戦

こども活動エリア

10F

パソコンルーム

5F

屋上遊園／プレイポート

ふしぎが丘

4F

音楽ロビー／A・Bスタジオ

ビデオライブラリー

3F

造形スタジオ／プレイホール

1・2F

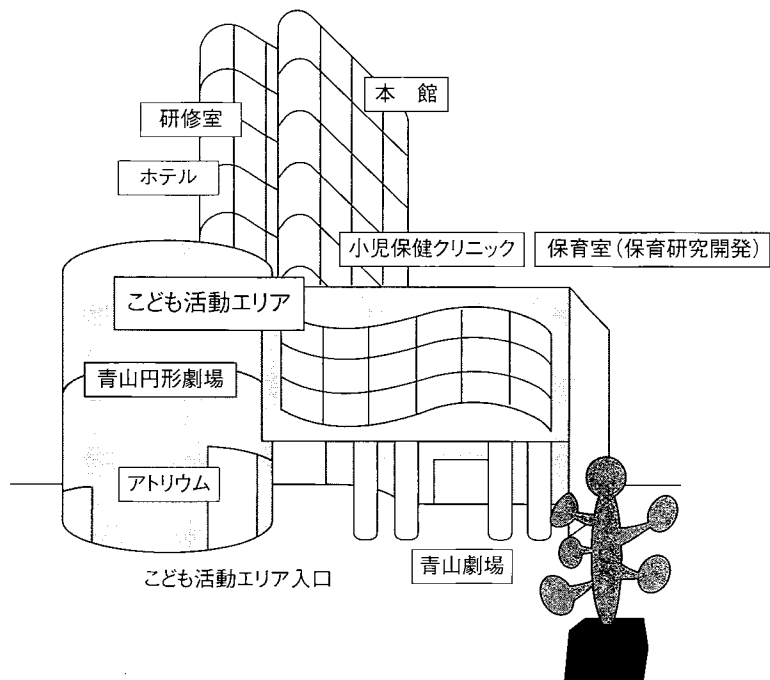
アトリウム・ギャラリー

B1F

フリーホール

B2F

体育室／健康開発室／プール



こどもの城について

こどもの城は1979年の国際児童年を記念して、厚生省が構想した「児童の心身の健全育成」を図る総合児童センターです。厚生省の委託を受けて、財団法人児童育成協会がその運営に当たっています。

次代を担う子どもたちに、その自主性を尊重しつつ、遊びを中心としたさまざまな体験の場を提供することによって、「心身ともに健やかに育成し、その資質の向上を図る」ことを運営の基本としています。そして、日常的な一般活動を基盤としながら、常に先駆的で実験的なプログラムを企画立案し、その独自の情報やプログラムを広く全国に普及させていくことにも重点を置いています。また、国際的な視野にたち、世界各国の子どもたちと文化活動を通じて交流を図ることなど、全国にある児童館の拠点としての役割を果たすことを活動の目的としています。

こどもの城では、「子どもたちの心身の健全な育成」という課題に対し、「こども活動エリア」と総称される体育・プレイ・造形・音楽・AVの5つの部門を設け、子どもたちが楽しみながら、さまざまな体験をすることができるようにそれぞれ専門性を生かしたプログラムを実践しています。

また、その他の関連部門として育児支援のための保育や小児保健、ボランティアや児童厚生員の研修などを担当している企画研修、劇場などの部門を設け、これらの部門が協力し、年間を通じてさまざまな児童の健全育成のための事業を実施しています。そして、10年以上の実践活動の歳月のもとで培われた経験や知識、それを基盤とするプログラム作成のノウハウが成熟し、蓄積してきたため、全国の児童館や児童施設と連携・協力して、これを全国に普及していくという当初からの目的を実現できる基盤ができてきました。

動くこどもの城とは

前述のように、こどもの城では開館以来、体育・プレイ・造形・音楽・AVなどのいろいろな分野の専門スタッフが協力して、常に新しいプログラムを研究開発してきました。運動体験を通して心身の健全な発達を図るプログラム、遊びを通して対人関係などの社会性を獲得するプログラム、造形活動から色彩感覚などの造形的感覚を養う体験プログラムや制作プログラム、音やリズムを媒介とした音楽体験プログラム、映像の原理を体験的に知り、映像表現をするアニメプログラムなどさまざまです。そして、これらのプログラムを年間100万人を越える来館者に提供し、その実践活動をフィードバックしながら、先駆的な活動のための新しい礎となるような貴重な知見を得てきました。

これらの結果をふまえ、こどもの城では、国立の総合児童センターとして、情報発信機能を充実させていくために、その成果を全国の児童館などに普及してきたいと考えています。また、それをきっかけにして、現在の児童館のあり方や児童館に求められているものについて、児童館で実践活動を続けている児童厚生員などの方々との情報を交換したり、共同研究を進めていきたいと考えています。

このような方針に基づき、「動くこどもの城」事業の構想が生まれました。この事業は、こどもの城で研究・開発・実践してきたプログラムを各地の児童館などで実施するとともに、そのプログラムの背景にある理念や考え方を児童厚生員などの方々に紹介していくものです。そして、平成6年度から国の助成を受けて、実施の運びとなりました。こどもの城では、ナショナルセンターとして、この事業を通じて全国的な規模での児童館活動の活性化のために貢献していきたいと考えています。

