

試験種類 (どちらかに○をつけてください)	科 目	学 部	学 科	専攻・コース	
公募制・卒業生子女	小論文	家政学部	児童学科	—	
受験番号		氏 名			採 点

問1 図1は、10歳の子どもの「小学校入学前、どのくらい外で体を動かす遊びをしていたか（外遊びの頻度）」と、「現在、どのくらい運動やスポーツに取り組んでいるか」を調査した結果を示している。図2は、10歳の子どもの新体力テスト^注の合計点と、小学校入学前の外遊びの頻度の関係を示している。2つの図から読み取れることを書きなさい。（300字程度）

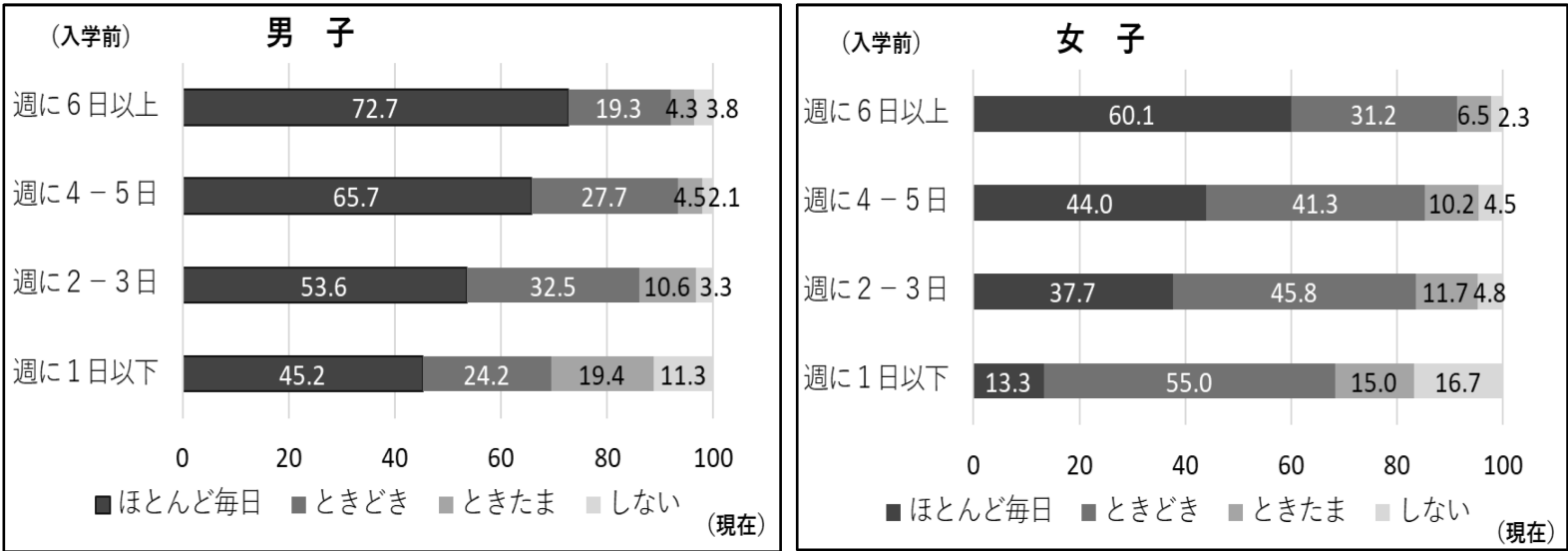


図1 入学前の外遊びの実施状況別現在の運動・スポーツ実施状況（10歳）

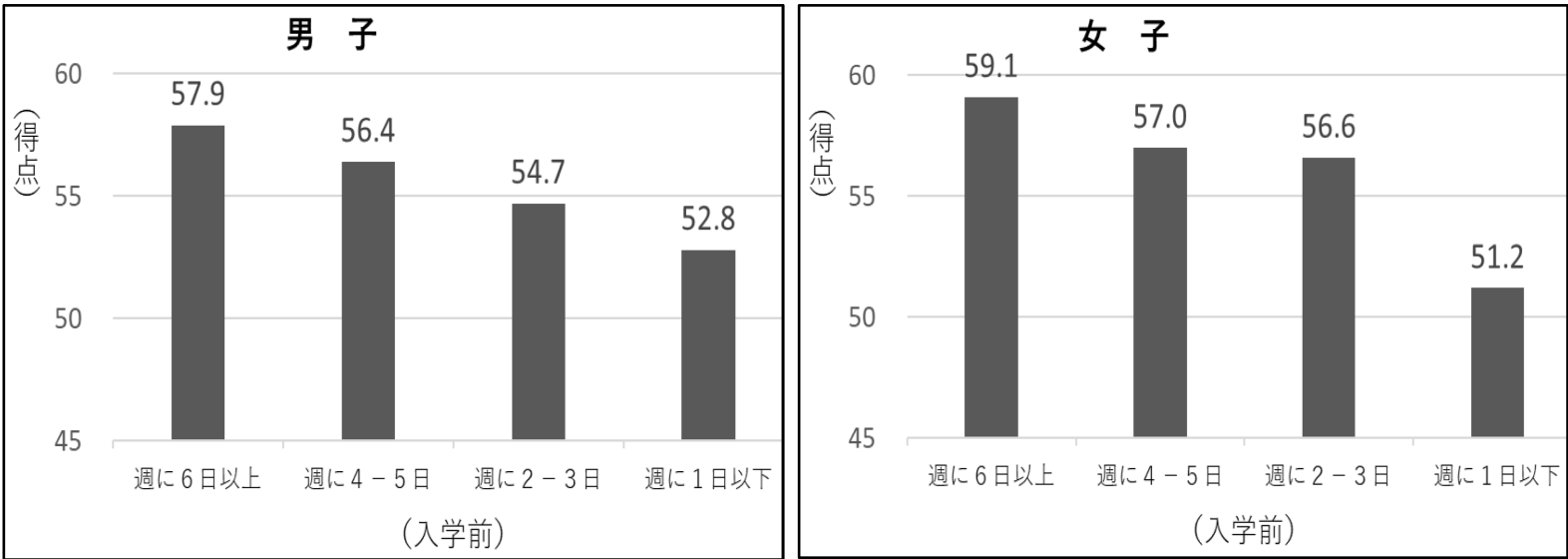


図2 入学前の外遊びの実施状況別新体力テスト合計点（10歳）

出典 スポーツ庁「平成28年度体力・運動能力調査結果の分析」

注 新体力テスト（10歳）は、握力・上体起こし・長座体前屈・反復横跳び・20mシャトルラン（往復持久走）・50m走・立ち幅跳び・ソフトボール投げの8項目。最高点は各項目10点、合計で80点となる。

試験種類 (どちらかに○をつけてください)	科 目	学 部	学 科	専攻・コース
公募制・卒業生子女	小論文	家政学部	児童学科	—
受験番号	氏 名			採 点

問2 以下の文章を読んで、「子どもロコモ」を防ぐためには、幼児期にどのようなことが必要だと思うか、あなた自身の経験を交えながら具体的に論じなさい。(600字程度)

以前、筆者は中学校を訪問する機会があった。休み時間には子どもたちが集まり、縄跳びをしていた。ある子が「縄跳びを両足で跳ぶ感覚がわからない」、「いつも片足ずつ着地してしまうんだよね」とつぶやいた。そのまま休み時間が終わり、子どもたちは教室に戻っていったが、なんだか気になり、心配になってしまった。もちろん中学校には、両足跳びの授業はない。では、子どもたちが両足跳びの感覚を身につけるのはいつごろだろうか。

幼児期は運動機能が急速に発達する。この時期に多様な発達刺激を与え、神経回路のネットワークを構築することで、さまざまな動きを獲得する。幼児期の遊びは、そのような発達刺激に満ちているといえよう。

遊びには動きを自然と身につけられる要素が含まれている。例えば、少し高いところからジャンプすることで、両足で着地をする感覚をとらえたり、ケンパ・ケンパをする中で、リズム感をつかんだりする。また鬼ごっこは、体をダイナミックに動かし、走ったり止まったり、曲がったり振り返ったりする中で、強くしなやかな身のこなしを獲得していく。このように、遊びには子どもたちの動きの獲得に重要な要素が内包されている。

最近では「運動をする子」と「運動をしない子」の二極化から、のちに運動器に問題が起きる可能性が懸念され、「子どもロコモ」といった言葉も耳にするようになった。ロコモ（ロコモティブシンドローム）とは、骨・関節・筋肉・神経などの組織の障害によって立ったり歩いたりするための身体能力（移動機能）が低下した状態を指す。そもそもこれらの症状は、中高齢者の加齢にともなう運動器障害とされていた。しかしながら「片脚でしっかり立てない」、「かかとをつけたままでしゃがむことができない」等といった動きのぎこちない子が増加したことから、子どもにおいても問題視されるようになった。そのような背景から文部科学省は2014年4月に学校保健安全法施行規則の一部を改正し、運動器等に関する検査項目を追加した。そして2016年4月より全国の学校現場で運動器検診が実施されている。

子どもロコモ、ひいては成人後のロコモティブシンドロームを防ぐためにも、幼児期から多様な遊び経験の充実を図ることが重要であるといえよう。子どもたちが楽しく元気に、縄跳びを跳べる未来になることを期待したい。

榎本 夏子「遊びが予防する子どもロコモ」

出典 花井忠征・野中壽子『保育内容 健康（第3版）』北大路書房、2022年 94頁

