

滋賀県甲良東保育センター保育従事者研究会講演報告 「子どもの身体能力，運動能力を育むための学び」

新宅 幸憲

姿勢教育の衰退は，近年の学力低下からも問題視されるべきであるが，それだけでなく姿勢教育は「生きる力」の育成を含んでおり，重要課題である．姿勢（すがたのいきおい）教育は，心身の状態や体力と密接な関係を有し，子どもを変容させる教育の可能性を秘めている．昨今，子どもの姿勢教育の乏しさが指摘されながらも，具体的な実践の術が見つからず，われわれ体育・スポーツ関係者は社会的要請に応えていないように思われる（矢部，1993）．一方，姿勢及び環境の悪化が原因の立ち眩みや，若年性腰痛も目立つようになってきた．これらの問題は，子どもの姿勢教育の欠如に警鐘を鳴らすものである．

生活様式の利便性の追求や身体運動の不足によって，立位姿勢が不安定になってきている．その要因のひとつとして立位姿勢に必要な筋力の発達を軽視したことが指摘できよう．姿勢の神経生理学的な背景として，矢部（1994）は，「基本的な立位姿勢では，抗重力筋のうち，頸部筋，脊柱起立筋，大腿二頭筋，ヒラメ筋が主要な姿勢筋となるが，幼児期には脊柱起立筋と拮抗筋の腹筋も活動する．それは，拮抗筋に対する抑制機能の働きが未発達のためである．姿勢の制御には，伸張反射，交叉性伸張反射，

緊張性迷路反射，緊張性頸反射，立ち直り反射などの多くの反射機能の協調的な活動が不可欠である．姿勢に関与する反射と反応の発達は，姿勢を含めた運動の発達に影響を及ぼす」と述べている．これらのことは，立位姿勢制御における可塑性の豊かな幼児期の子どもに対する姿勢教育の重要性を指摘するものである．

本講演は，発育発達段階にある幼児期の子どもの姿勢教育の体系化を目標とした基礎資料を得るために，立位姿勢における静的平衡性の発達特性を示したものである．

（図1）

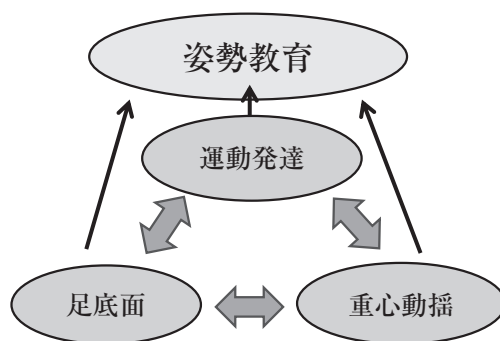


図1 立位姿勢における静的平衡性の発達特性