

幼児の運動体験の一つとしてのカラリパヤット研究

高橋京子
(フェリス女学院大学)

1. はじめに

発表者は、大学体育において南インドのマーシャルアーツ、カラリパヤットを実践している（高橋 2018）。カラリパヤットの動作には型が存在する。動作には柔軟性が不可欠で、柔軟性は技術の向上とともに健康にも必須であると考えられている。一方、日本では長年子どもの体力低下が続いている（文部科学省 2002）。これは次世代を担う子どもたちの「生きる力」にもつながり、見過ごせない問題である。このように発表者は、子どもの体力低下への懸念という問題意識から、幼児の運動体験の一つとして大学体育で実践してきたカラリパヤットを簡素化することを試みた。

2. 研究目的

発表者は、2018年度と2019年度の2年間にわたり保育園児を対象にカラリパヤットのワークショップを実施した。本発表では、5歳児に対し、計2回にわたり実施したカラリパヤットを簡素化したワークショップを対象とする。対象の園児は4歳児の時に2回、5歳児の時に2回ワークショップを経験しているが、今回の発表では5歳児の時に経験した後半2回のワークショップを対象とする。ワークショップの内容の検討および、ワークショップでは幼児期の運動指導のポイントである自由度の保障や有能感の形成（吉田 2020）を促すことができたのかについて検討することを研究目的とする。

3. 研究方法

研究方法は、カラリパヤットを簡素化した2回のワークショップの実施と参与観察、その後行った園児への聞き取り調査とする。

4. 結果

ワークショップは、いずれも「はじめ」「なか」「おわり」の3部構成とした。「はじめ」では、ウォーミングアップとして、キッズヨガの音源を用いた体ほぐしを実施した。「なか」では、合計3種類のワークを実施した。ワーク①：両脚を交互に上方へ振り上げ前進する動作「脚のエクササイズ」および方向転換の動作、ワーク②：表面に8つの動物の型の写真、裏面に動物のイラストを載せたカードを用いて、イラスト面を上にして好きなカードを一枚取り、同じカードの友達を探し、二人

一組で写真のポーズを真似るワーク、ワーク③：「脚のエクササイズ」と同様の動作で、風船を足先で蹴り上げる動作である。「おわり」では、人型のイラストを用いて、痛かった箇所にシールを貼ったり、色を塗ったりし、それ以外の園児は休憩のポーズと呼ばれる猫のポーズで待った。

1回目では、ワーク①、②の順に実施した。①では園児らは型を行うことに大変苦戦していた。一方、②は前年度から既に体験しており、散らばっているカードを自由に一人が一枚ずつ取り、同じ写真の人を探して、写真と同様のポーズをするというワークで、園児らは楽しそうに実施していた。2回目では、ワーク③、②の順に実施した。1回目の反省を活かし、ワーク①の代わりに③を実施したところ、風船という目標物があり、何をすればよいのかわかりやすかったようである。

5. 考察

ワーク①では、大学体育と同様に決まった型の通りに動くよう指示したため、自由度が保障されておらず、園児らは関心を示さなかったといえる。しかしながら、ワーク②では多くの中から好きなカードを選ぶことができ、自由選択が可能な状況であったため、自由度が保障されていたと考えられる。ワーク③では、風船を足先で蹴ることができた等成功したという経験を味わうことができたため、有能感の形成を促す状況を作り出すことができたと考えられる。

6. おわりに

今回対象とした園児らは国旗に興味を抱いていたこともあり、インドという国の理解もでき、体験には適した年齢であったと思われる。また普段の園での運動体験や遊びとは異なった体験を提供できたように思う。今後は幼児期から発展し、児童期の子どもを対象にどのような運動体験が提供できるのかについて検討していきたい。

参考文献

- 高橋京子(2018) 「南インドのマーシャルアーツ、カラリパヤット Kalarippayattu の実技授業に関する研究」立命館産業社会学会編『立命館産業社会論集』54 (1) pp. 47-65
文部科学省(2002) 「子どもの体力向上のための総合的な方策について (答申)」
https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/toushin/021001.htm (最終閲覧 2021/9/29)
吉田伊津美(2020[2012]) 「子どもの運動・スポーツ指導」中込四郎・伊藤豊彦・山本裕二編著『よくわかるスポーツ心理学』ミネルヴァ書房 pp. 16-17