

幼児の足裏発達を促す歌遊びの効果について

大阪芸術大学 初等芸術教育学科 准教授 津田 奈保子

【研究目的】

幼児の足裏発達、とりわけ側部横アーチの高さの育成は重要であるとされている。それにも関わらず、近年、大人だけではなく子どもの足の発達異常である扁平足や、浮き指、外反母趾、内反小指などが報告されている。三村らは子どもの足の発達が運動能力に関係することを述べている。

本研究においては、音楽遊び、教材として「あんたがたどこさ」を取り上げ、取り組むことによる足裏発達の有無について検討した。同こども園において、遊びの導入時期をずらすことによる、比較研究である。また同時に足のアーチを利用してのジャンプの継続がされるようになると、足音が軽やかになるのかについても調査した。また軽やかさが生まれれば縄跳びなどに派生して効果が出るとの仮定より、合わせて調査した。

【研究内容】

研究対象: 大阪府内幼保連携型認定こども園 O 子ども園 5歳児2学級(22・21人)。比較検討するため、1クラスのみ10月導入。

研究時期: 足裏計測(2学級) 活動前 2021年10月18日
活動後 2021年12月13日
足音測定 活動前 2021年10月15日
活動後 2021年12月22日

【遊びの意義】

「あんたがたどこさ」は、根底に安定した拍が刻まれる。この通奏的な拍がジャンプを継続するのを助ける。また「さ」がたくさん出現することでリズムが生まれる。山本(2018)は、「①弾むような動きとリズムがある。②日本語の抑揚が旋律に反映されているという特性を持っている。③一拍一拍の拍節的明確ビート感。④日本語の歌詞としての七五調の『びよんこ節』が流れているという特性を持っている。これらの『あんたがたどこさ』の音楽的特性が、お手玉遊びの身体的な動きと結合し、快適な感情を生じている」と述べる。

この歌遊びの面白さは、一定の間隔で「さ」が出てこないことである。それが変拍子を生む。2・3・4拍子が入り乱れた変拍子である。変拍子であるため、身体反応をした時に、簡単にはできない楽しさが生まれる。程よいハードルにより継続性が望めることも有効に働くであろう。

本来、まりつきでされる遊びであるが、ジャンプを継続した足の開閉飛びで行った。その際床で保育者は長座をして子どもと逆の開閉をする。このようなリズム運動によって、コーディネーション能力の育成につながる。リズム運動によって、時間や空間の感覚をつくり、動きの流れをつかむ能力である「反応リズム能力」が育まれると考えられ、定位能力における「運動」と分化能力における「感覚」とのつながりが、「定位分化能力」の土台となる。また多くの運動を結合させてパターン化するための「運動結合変換能力」も育成されるであろう。年長児では容易いことではないが、保育者と一対一で取り組む、個の関わりであるこの遊びは、子どもの身体能力に合わせて、保育者が、跳躍の速さや、タイミングを調整しながら、成功体験蓄積可能な点も運動能力育成につながるだろう。

【結果と考察】

基本属性: 介入群(n=22)は身長 111.8(±4.5)cm、体重 19.7(±2.3)kg、BMI19.0(±2.3)、足長左 17.1(±0.8)cm、足長右 17.0(±0.8)cm であった。

非介入群(n=21)は身長 113.0(±6.3)cm、体重 22.2(±7.6)kg、BMI21.9(±7.1)、足長左 17.3(±1.1)cm、足長右 17.2(±1.1)cm であった。

表現リズム遊び: 介入群と非介入群の接地面積において、左足に有意な差(p<0.05)が認められた。

この表現リズム運動は、5歳児の足部形態への研究に寄与すると考えられる。幼児においても浮き趾の増加、足裏から見た身体の機能低下及び退化現象が指摘され、更に幼児の足趾圧と運動能力との関係に相関がある可能性が示唆されている。また足指が使えるような身体動作を獲得できるのは、年長園児ぐらいからであることが示唆されており、本研究では、介入群と非介入群において左足側に有意な差がみられ、足趾の変化が窺えた。また介入群では、足音音量は実施前最高音平均 71.63db から 71.01 へと減少した。介入後の足音音量と縄跳びの跳躍数との関係においても有意差が認められ(p<0.05)、なおかつ-0.3706279 と弱い負の相関が認められた。不規則リズム運動は足趾の発達に影響を与えることが示唆された。