

認定こども園せんだい幼稚園 園長 田原 慎也

## 新年あけましておめでとうございます

新年あけましておめでとうございます。3年ぶりに行動制限のないお正月。旧年中も皆様にお支え頂き、お陰様でまた新たな1年を迎えることができました。今年は昨年以上に子どもたちにとってもご家族にとっても明るい年になりますように。本年もどうぞよろしくお願い致します。

\*\*\*\*\*

国公立の小学校5年生および中学校2年生を対象とした令和4年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」によると、令和元年度から連続して小・中学校の男女ともに顕著に体力が落ちる結果となったようです。

この体力低下の主な原因として、以下の3つが挙げられていました。

- ①1週間の総運動時間が420分以上の児童生徒の割合は、増加しているものの、以前の水準には至っていないこと
- ②肥満である児童生徒の増加
- ③朝食欠食、睡眠不足、スクリーンタイム(平日1日当たりのテレビ、スマートフォン、ゲーム機などによる映像の視聴時間)増加などの生活習慣の変化

もちろん、新型コロナウイルス感染症によって、思うようにスポーツに取り組めない期間があったり、外に出ることや人との接触自体を敬遠する傾向があったりしたことも影響しているかもしれません。

しかしながら、スクリーンタイムの長い子どもたちは過食や肥満になる危険性が高いことも指摘されています。運動をすることへの意識だけでなく、幼い頃から生活習慣を整えることも大切だと感じます。早寝・早起き・朝ごはん、そしてメディアとの適切な関わり方をしっかり家庭でも意識することが、子どもたちの将来を明るく照らしてくれる「あたりまえ」になっていくのでしょうか。

そして、どうやら体力の低下だけでなく、子どもたちのスポーツ離れも年々進んでいるようです。

園では昨年度、例年年長児がおこなっていた「なわとび大会」をやめて、12月～2月までの毎月1回(計3回)、「なわとびチャレンジデイ」と題して自分の好きな跳び方にチャレンジするイベントに変更しました。

以前は60秒間など所定の時間、最後までなわとびを跳べた子がポイントをもらえるというルールでした。しかしながら、誰にでも得手・不得手はあるのに特定の種目を切り取り、最後までできるかどうかを評価するようなイベントになっていたんじゃないかと思ひ返します。

本来スポーツは楽しむもの。できる・できないの評価や過度な期待、劣等感・・・、知らず知らずに押し付けてしまったものが、「楽しさ」をいつしか奪い取ってしまっているのかもしれない。

そもそもチャレンジするかどうか子どもたちの意思次第、そして60秒間で連続して跳べた回数が自分の記録となる、引っかけたもまたチャレンジしてOK!そんな新ルールで始めたなわとびチャレンジデイ。

まだまだ検討の余地はあると思いますが、比較や評価ではなく自分の目標に向かって自分の記録を更新すべくチャレンジすること、身体を動かす楽しさを感じることを大切にしながら取り組んでいきたいと思ひます。