

体力・耐性の向上を目指すプログラムと児童の変容に関する実践的調査研究

—放課後児童クラブにおける取組の成果と課題—

大島 まな
(九州女子大学)

【要旨】

子どもの「生きる力」を育むために、家庭・学校・地域が連携して子どもの欠損体験を補完するプログラムを創出することが求められているが、子どもの日常にはそのプログラムが質・量ともにいまだ十分とは言えない。

本研究は、子どもの成長・発達を目的的に促すため、家庭教育の欠けがちな放課後児童クラブの子どもを対象に、指導員と地域人材の力を活かしながら、日常の遊びと生活に教育的視点を加味して、保育と教育を融合した環境を創造し、子どもたちの集団生活における態度変容・ならびに「生きる力」の基礎・土台と考える体力・耐性の向上に資する生活プログラムを開発・実施し、その教育効果を検証した。

1. 研究の背景

(1) 「欠損体験」を補完するプログラムの不足と子どもの「生きる力」の課題

子どもの「生きる力」の育成が教育の課題となつてすでに15年以上が経過している¹⁾。現代社会においては子どもを取り巻く環境、生活や遊びも変化し、子どもの健やかな成長・発達に必要な体験の多くが日常生活から失われている。しかしながら、子どもにとって重要な体験であるならば、意図的にプログラムにして提供しなくてよいのか。筆者は、約30年前にこのような問題意識から「青少年教育キャンプ」の実践研究を行った。その研究においては「発達上大切であるにもかかわらず生活の中で欠如している体験」を「欠損体験」と名づけ、たとえば自然接触体験、縦集団体験、自発的活動体験、勤労体験、困難・欠乏体験、共同生活体験、基本的生活習慣などを挙げ、それらを補完するためのプログラムを実践した²⁾。各地の社会教育においても、同じような認識から通学合宿や施設における集団宿泊体験、自然体験、ボランティア体験、放課後子ども教室等の体験プログラムが提供されてきたが、それらの多くは希望する一部の子どもがたまたま参加するものである。頻度や継続性においても十分とは言えない。家庭・学校・地域が連携して、子どもの「欠損体験」を補完するプログラムを創出することが求められているが、子どもの日常にはそのプログラムは質・量ともに足りない状況である。特に、体力や耐性を身につけるための体験(後述)が不足している。結果として、多くの子どもの「生きる力」が育っていない。

(2) 子育て支援および「家庭の教育力」を補完する視点とプログラムの不十分

国が男女共同参画を重要課題に掲げ、女性の社会参画を推進している現在、少子化にもかかわらず社会的保育のニーズは増加している。学童期の子どもを持つ母親の7割が何ら

かの形で就業しており、父親の家事・育児参画時間の少ない現状³⁾では、親が家庭において子どもと接する時間は少なくなっている。それは、保育としつけが欠けるおそれがあるということである。親に代わる保護者として祖父母への期待もあるが、核家族化が進んだ中ではそれも難しい。多くの家庭が教育的補完を必要としているのである。そのような中で、「家庭の教育力」低下の問題がさまざまに指摘されている⁴⁾。

女性に更なる社会参画を求めながら、十分な支援がないままに、他方で（主として母親に）「家庭教育を怠るな」というのは無理がある。保育等の充実、家庭教育を補完するプログラムが求められている。「社会全体での子育て」がうたわれ、支援策も講じられてはいるものの、支援方法や補完プログラムの開発・実践はニーズに追いついていない。

(3) 縦割り行政による保育と教育の分業の弊害

子どもの健やかな成長・発達には保育機能と教育機能の両方が必要であるにもかかわらず、福祉と教育の行政区分上の役割分担によって、福祉の「放課後児童健全育成事業」⁵⁾のプログラムは、世話や保護を中心とする保育を主眼としており教育的な視点が欠けている。また、学校や社会教育の幼少年プログラムは、保育との分業を理由に、養育の社会化や子育て支援にあまり関心を示さず、放課後児童クラブ（いわゆる学童保育）を応援する発想は乏しい。幼保一元化や放課後子どもプラン⁶⁾などが提案されても、保育と教育の一体的な実現は難しい現状である。福祉行政と教育行政が連携しているところでも、放課後子ども教室のプログラムに、学童保育の子どもたちが限られた時間に一時的に合流する、という形態が多い。体験を必要とするすべての子どもが継続して参加できる場は少ない。

学童保育に潜在する教育的可能性は大きい。なぜなら、その指導日数は長期休暇や土曜日も含むので学校をはるかに超えて年間 283 日（平均）もある⁷⁾。（小学校の授業日数は 196 日から 205 日の間に集中している。）共働き家庭の子は学校より長く、放課後や休暇中の時間を学童保育で過ごしている。子どもの発達に関して、学童保育は学校や家庭に劣らない重要性を持ち、工夫次第で学校教育や家庭教育を補完することが可能になる。

(4) 日常におけるプログラム実践の必要と場の設定機会

子どもたちの成長・発達に欠かせない体験をプログラムとして日常生活の中に意図的に仕組む、という課題に取り組むことになった最初のきっかけは、前述した青少年教育キャンプの研究であった。参加した小学校 4～6 年生（毎年約 50 名）は 7 泊 8 日のプログラムを経て大きな変化を示し、プログラムの一定の教育効果を確認することができた。

しかしながら、そのキャンプは年に 1 回のものであり、教育効果には一時的、一過性のものがあつた。キャンプを通じて自信をつけ、「何事にも積極的になった」、「友だちが増えた」というような持続的な変化も、保護者の事後の感想にはあつた。ただ、継続と反復が必要な課題は 1 回きりの衝撃効果では力が定着しないことも分かった。「キャンプから帰って 4～5 日は見違えるように手伝いもよくするし、片付けも自分でしていた」が、1 ヶ月後には「元の生活に戻りました」というような保護者の報告は少なからずあつたのである。すなわち、重要なのは、キャンプで意図したプログラムと似たような体験を日々積み上げていくこと、指導の一貫性と継続性を保障することであり、欠損体験を補完するプログラムを子どもたちの日常でいかに継続して実施できるか、ということが宿題として残された。

また、保護者との連携が大切であることも痛感した。

平成16年度から数年間、山口県生涯学習推進センターの主催する指導者養成講座の講師を務めたが、その研修で今回の実践の舞台となった学童保育の指導員と出会った。それは地域課題に対処するプログラムを企画・実践する研修で、研修生グループが取り組んだ活動の一つが、学童保育における子どもたちの発達支援（夏休み期間に限定した実践）⁸⁾であり、この実践がある程度の成果を示したことによって、当該学童保育の指導員、小学校、保護者を含む地域の人たちの理解と協力体制の下地ができあがった。このような幸運な出会いによって、今回の実践的調査研究の実施が可能となった。学童保育は、子どもたちの日常の放課後である。教育的意図を持ったプログラムを毎日継続して行うことができる。30年前からの宿題によりやく取り組む機会を得たのである。

2. 研究の目的

本研究は、子どもの成長・発達を目的的に促すため、保護者と過ごす時間が少なく家庭教育が不十分になりがちな放課後児童クラブの子どもを対象に、指導員と地域人材の力を活かしながら、日常の遊びと生活に教育的視点を加味して、

- (1) 保育と教育を融合した「保教育」(三浦清一郎)⁹⁾の環境を創造し、子どもたちの集団生活における態度変容ならびに「生きる力」の基礎・土台と考える体力・耐性¹⁰⁾の向上に資する生活プログラムを開発・実施すること
 - (2) そのプログラムの教育効果を検証すること
- を目的とした。

体力は、身体的エネルギーの源であり、身体能力や持続力として現れ、健康や行動能力に関わってくる。耐性は、精神的エネルギーの源であり、がまんする力や気力、意欲として現れ、集中力や意志力に関わってくる。この体力と耐性は、人間の社会生活の基本部分を支えるものである。基礎・土台がしっかりしていなければその上に積み上げることは難しい。ゆえに、まず体力と耐性の向上を目指すことに主眼を置いた。

3. 実践的調査研究の概要

(1) 実施体制および協力者

本研究の目的に賛同する放課後児童クラブ（山口市井関小学校内学童保育「井関にこにこクラブ」）の指導員と保護者、小学校、地域の協力を得て実施した。指導員の所属する社会福祉協議会の了解を得て、保護者には事前説明会を開き、説明会の後にプログラムへの「協力同意書」（任意）を提出してもらった。

地域では、更生保護女性会、食生活改善推進委員等を中心とする地域団体や個人的ボランティアの協力を得た。

プログラムの実施と調査研究の役割分担は、以下のとおりである。

- ・プログラムの実践・評価—上野敦子主任指導員ほか指導員7名（計8名）
- ・プログラムの企画・指導・評価・分析—大島まな、三浦清一郎

(2) プログラムの対象児童

「井関にこにこクラブ」の1～6年生（約50名、男女半々）で、内訳は、1年7名、2年9名、3年14名、4年11名、5年4名、6年5名（4月当初）である。基本的には、

全学年同じプログラムを実施した。

(3) 調査研究期間および時間

平成 24 年 4 月から平成 25 年 3 月末までの 1 年間、学期中の平日放課後（下校時～18：00）および土曜終日（8：30～18：00）と長期休暇中（月～土）の終日（8：30～18：00）、毎日プログラムを実施、調査した。

(4) 調査研究の方法

体力と耐性の向上を中心的に意図したプログラムを 1 年間継続実施し、それが子どもの日常における集団行動・態度や能力に及ぼす影響を次の方法により測定、評価した。

- ① 体力・身体能力、集中力、持続力、耐性（がまんする力）、学習の構え、規範意識や集団行動、相互協力性等に関する項目について約 1～2 ヶ月ごとに定点観察を行い、児童の変容を明らかにするとともに、プログラムの教育効果を検証した（表 1）。観察票は 4 段階評価とし、指導員と研究者全員の評価点を集積して平均値を算出した。
- ② 指導員、保護者および学期ごとの発表会参加者に実施した 5 段階評価の質問紙調査結果を定点観察の結果と併せて分析した。
- ③ 指導員に実施したインタビュー調査結果を定点観察の結果と併せて分析した。

4. 教育的視点を入れた生活プログラムの概要

(1) 目的

児童期の健全な成長発達に不可欠な体験を、日常の活動プログラムにして学童保育の生活の中で実施することによって、子どもたちの「生きる力」の基礎・土台をつくることを目指す。

(2) 内容：「育てようとした力」と具体的プログラム例

「生きる力」の中でも、特に基礎・土台をつくると考えられる以下のような力を育む活動に重点を置いて取り組んだ。

- ① 体力・運動能力・・・持久力、柔軟性、俊敏性、抵抗力などを少しずつ育てる。
例) エアロビクス、ストレッチ、マット運動、跳び箱、へび鬼、持久走、縄跳び
- ② 耐性（がまんする力、やりぬく力）・・・勉強に集中する力や持続する力を育てる。
例) 朗唱（雨にも負けず、俳句カルタ、論語カルタ、講談「長州ファイブ」¹¹⁾）、自習ドリル、宿題（時間制限あり）、漢字チャンピオンシップ、マット運動、跳び箱
- ③ 集団の規律を守る、協調・協力する態度
例) はじめの会・帰りの会、食事・おやつ、掃除、朗唱、カルタ遊び、へび鬼
- ④ 自主・自律の態度
例) はじめの会・帰りの会、宿題、自習のドリル、朗唱、準備・後片付け、掃除

(3) 指導原理

- ① 学校ではないので、生活と遊びの中でプログラムを実施する。
- ② 「向上を目指す集団を育てる」ことによって個人を伸ばす。そのために競争や同調原理を活用する。
- ③ 全員が試行錯誤でやってみる。身体能力の活動など、たとえ指導員ができないことでも挑戦させる。子どもができなければ励まし、できたらほめる。子ども同士で教えあうことを奨励する。

表1【観察の項目と視点】

能力等 場面例	やりぬく力		ルールを守り、仲間と協調する態度	自主・自律の態度（学力）	集団の力 （定点観察）
	身体能力・体力、学力	耐性			
ストレッチ （5分間） マット運動 跳び箱	・身体の柔軟性（開脚・前後屈） ・前・後転、壁逆立ち、三点倒立、ブリッジ、逆立ち歩き、側転、バク転 など ・跳び箱が跳べる	一 定 時 間、 集 中 し て 続 け る こ と が で き る	・ルールや約束を守る ・指導者の指示に従う ・リーダーや当番に協力する ・正しい挨拶・言葉使い・作法ができる ・周囲に合わせる ことができる	・自ら進んで取り組むことができる ・宿題をやってくる	・身体の柔軟性があるか ・マット運動ができるか ・跳び箱が跳べるか
ドリル （20分間）	・問題が正しく解ける ・一定時間内に解ける				・毎日のドリルができるか（合格は80点以上） （集中しているか）
はじめの会 （5分間）	・正しい姿勢が保てる ・人の話をきちんと聞くことができる				・挨拶ができ、礼儀が守られているか（正しい言葉づかい、姿勢、お辞儀、人の話をきく態度）
行進 発声練習	・すばやく集合できる ・正しい姿勢で行進できる ・大きな声が出せる				・全体の行進・発声がうまくできているか（号令して集合するまでのスピード、集団の動きの一致姿勢の正しさ、声量等）
エアロビ （10分間）	・全身を使って動く ・正しく動く ・終始手を抜かずに動く				・全員がきちんと踊れるか（集団のうごきの正確性、活力とスタミナ、気合、楽しそうかなど）
持久走 （10分間） 縄跳び へび鬼など	・10分間走り続けることができる ・より長く続けられる				定点観察はしない。
おやつ・休憩					
群読 朗唱 （15分間）	・正しい姿勢で立つ ・大きな声が出せる ・正しく読み、言える				・全員がうまく朗唱できるか（正確さ、発声の明瞭性、声量、集団の一致等）
帰りの会 （5分間）	・正しい姿勢が保てる ・人の話をきちんと聞くことができる				・挨拶ができ、礼儀が守られているか（正しい挨拶・言葉づかい、姿勢、お辞儀、話をきく態度など）

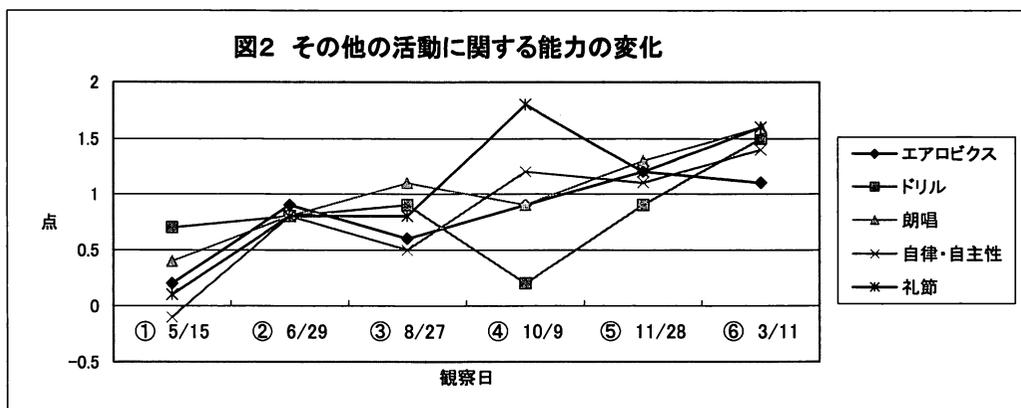
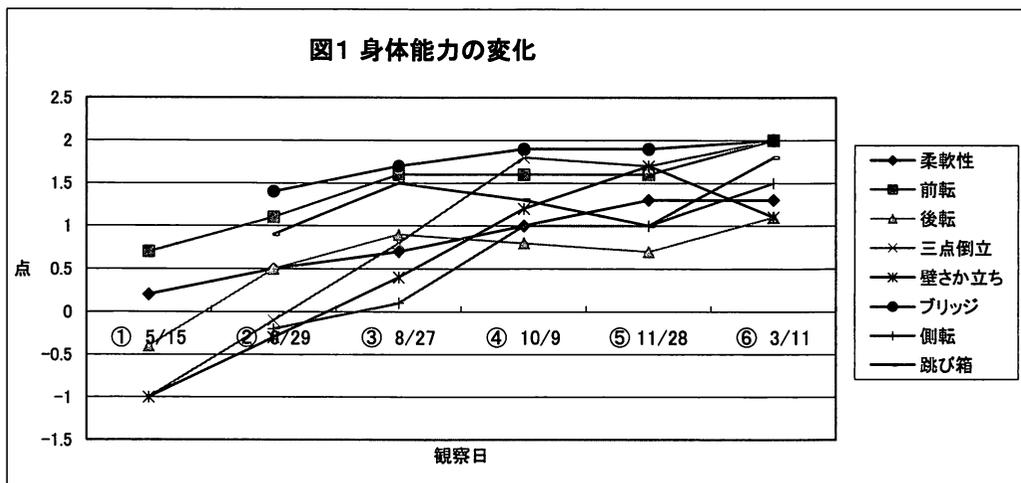
※特に気になる児童については、個人の定点観察を行う。（個人の観察票）

- ④ 集団の秩序を「ルール」で守ることを徹底する。そのために、指導者への尊敬を促す。いじめ等の問題行動には厳しい懲戒で対処し、弱い者を守る。
- ⑤ 指導員は指導方針を統一し、役割を分担する。

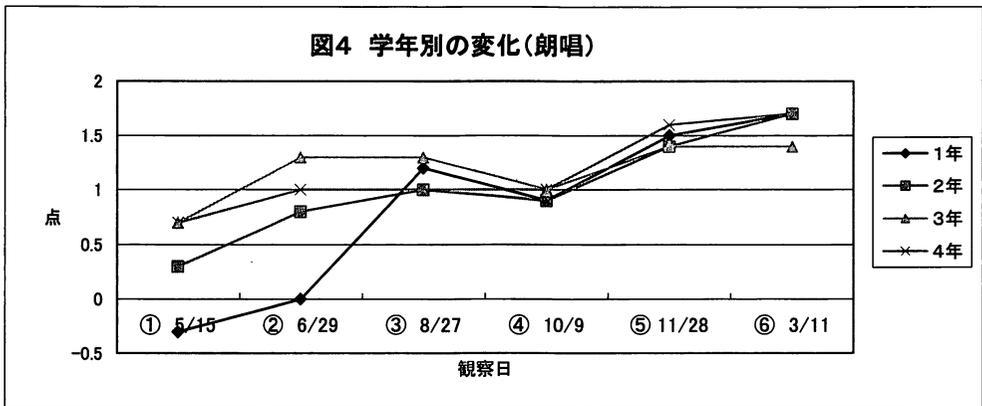
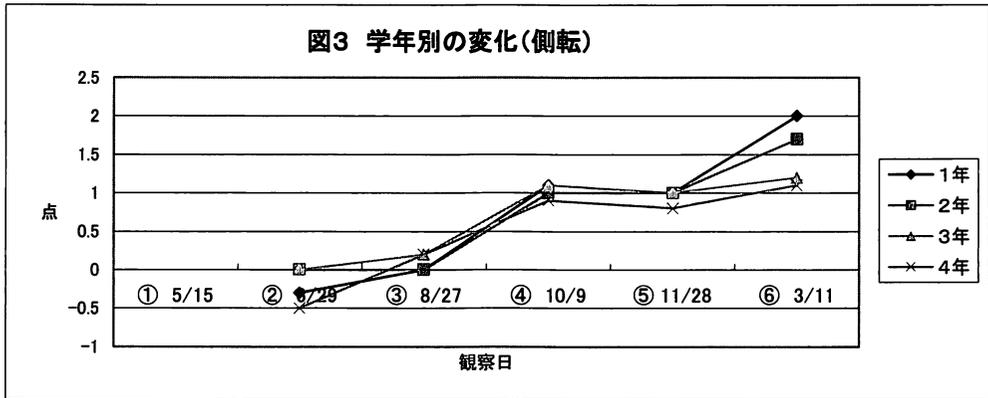
5. 経過と測定の結果

(1) 児童の変化 (図1~4 参照)

- ① すべての項目において3学期の最終調査時点での子どもの能力・態度は、1学期当初と比較して大きく伸びている。子どもは、やればできるようになることが分かる。
- ② 身体能力は並行して向上しているものが多い。また、身体能力が大きく伸びているときには礼節や自律・自主性も高まるなど、伸びには相関関係が見られる。
- ③ 身体能力においても朗唱などの活動においても、下級生の伸びが大きい。身体も脳も柔らかい低学年の吸収力は目覚ましい。上級生を追い越しているものもある。
- ④ 発表会前は点が下がり、直後は伸びる傾向がある。新たな課題に挑戦し始めた時は下がっている。評価者の期待水準が高くなると、点が辛くなることを示している。



注：④10/9のドリルは初めての課題に取り組んだ。



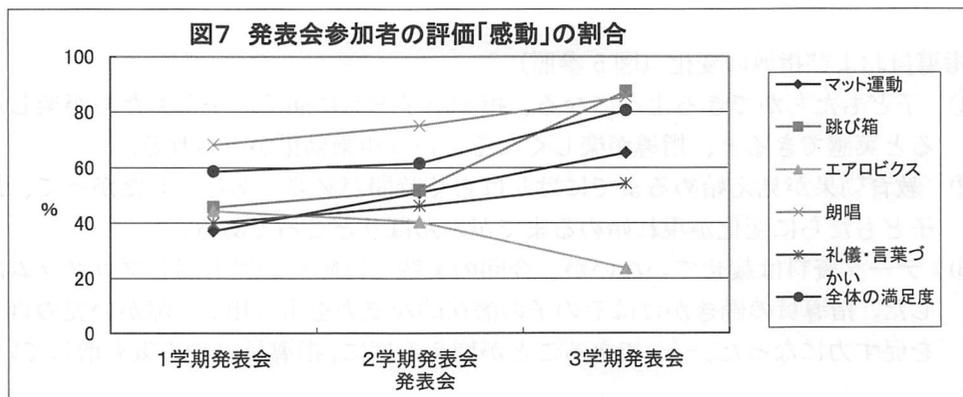
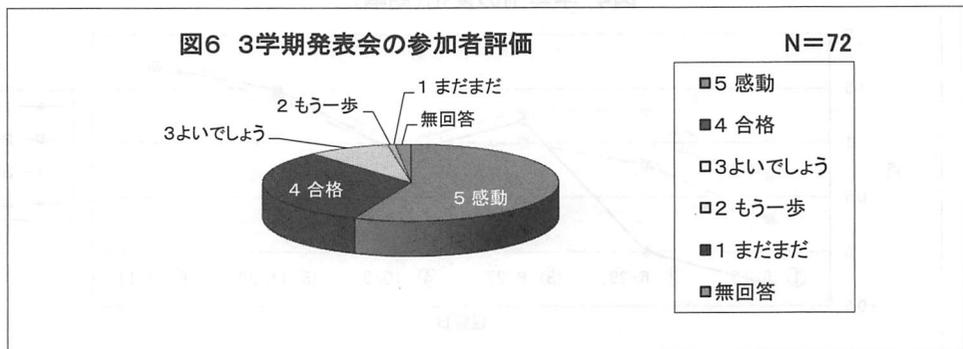
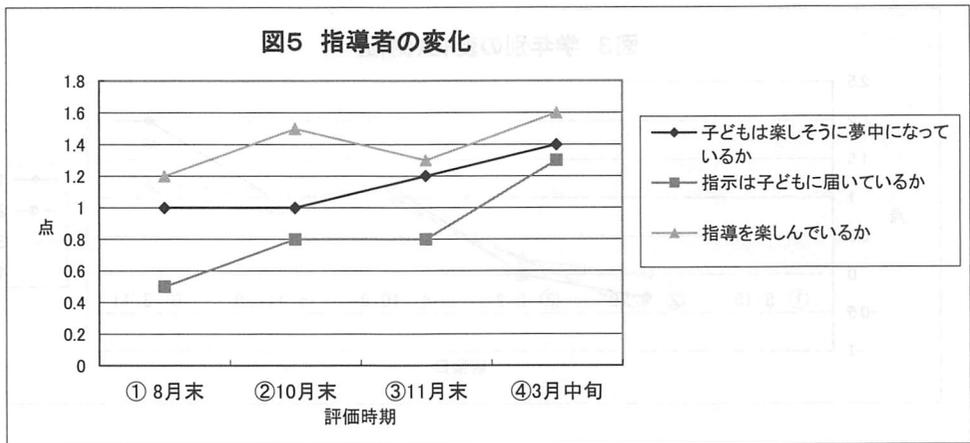
注：発表会は、学期ごとに8月18日、12月8日、3月2日の3回実施した。

(2) 指導員および指導の変化 (図5参照)

- ① 子どもたちができるようになる、指示が子どもに届く、子どもたちが楽しんでいると実感できると、指導が楽しくなるという相乗効果がみられる。
- ② 教育効果が見え始めるまでにはしばらく時間が必要である。したがって、最初に子どもたちに変化が現れ始めるまでがふんばりどころである。
- ③ データ資料は載せていないが、今回の実践では障がい児も同じプログラムに参加した。指導員の働きかけはその子の潜在的な能力を引き出し、障がい児の自立支援を促す力になった。一つできることが増える度に、指導員のやる気も増していった。

(3) 発表会の評価—各学期末に3回実施 (図6・7参照)

- ① 発表会に向けて伸びが加速し、発表会によってさらに力が引き出される。発表会の後は格段に能力が向上している。
- ② 火事場力や社会的承認の効果がある。拍手によって力が伸び、がんばる意欲が湧く。
- ③ 難易度の高い朗唱、跳び箱など、観客の「想定基準」を超えるものが高い評価を得た。
- ④ 発表会の評価は指導員の評価である。参加者への質問紙調査(アンケート)には、「ここまで子どもたちの力を伸ばした先生(指導員)が素晴らしい」との評価が多く記述されていた。



6. プログラムの教育効果と課題

1年間の実践で、子どもたちの体力・身体能力、集中力、持久力、がまんする力、集団行動や相互協力性などに関わる態度・能力は全体として大きく向上し、プログラムの教育効果が確認できた。特に、集団活動の効果が大きいと考えられる。

小学生の日常で、特別な免許・資格を持たない地域の人材によって、子どもの成長発達を目的的に促す教育的な生活プログラムの実施は可能であることも証明された。

しかしながら、次のような課題も確認された。第一に、学年による効果の違いである。

下校時刻が早く、より長く学童保育で過ごす下級生、あるいは発達上まだ身体や脳の柔らかい下級生の方が上級生よりも大きな伸びを示した活動は多い。(朗唱、マット運動など) 1～2年生の時期の可塑性・可能性を大事にすること、上級生の発達支援には工夫が必要であることが分かった。

第二に、義務教育の学校と異なり、出入りの激しい学童保育ならではの体験の「頻度と時間」の難しさが明らかになった。毎日来る子どももいれば、ときどきしか来ない、たまにしか来ない子どももいるのが学童保育である。集団活動を中心にする場合は、毎日来る子どもが核集団となって他の子どもを引っ張る姿が見られたが、核集団が少ない場合は、プログラムの教育効果は薄れることになる。また、活動に対する保護者の意識の差が、子どもの体験格差となることもあり得る。

7. おわりに—放課後における地域の教育力の可能性と課題

現代の日本社会において、「生きる力」が育っていない(体験が欠損している)のは留守家庭の(学童保育の)子どもだけではない。過保護に偏りがちな親たち、便利で豊かになった生活の中で勤労体験や身体を動かす体験、不足をがまんする体験などは減少している。伝統的な地域社会のつながりが薄れ、核家族化や少子化が進む中では集団そのものが無くなっている。塾や習い事で忙しく、放課後に友だちと遊ぶことさえ難しい子どももいる。安全面の心配から、外で自由に遊ばせることができない環境の問題も起きている。すなわち、日本の子どものほとんどが必要な体験を欠いたまま、大きくなっていると言える。「生きる力」を育むためには、日常的な教育的プログラム(欠損体験を補完するプログラム)が必要である。つまり、すべての子どもに教育的プログラムは必要である。

本調査研究によって、プログラムの教育効果は確認できた。しかし今回は放課後児童クラブの子どもに限定されたプログラムであった。今後は、欠損体験を補完するプログラムを、地域の希望するすべての子どもに保障する公的な「社会的養育」システムが望まれる。

多様なプログラムの実施には、さまざまな経験・技能・特技を持っている地域人材の活用が不可欠である。「井関にこにこクラブ」では、更生保護女性会、老人会、食生活改善推進委員、ボランティアによる茶道、竹細工、料理、俳句、水泳教室などを夏休みを中心に実施することができた。地域の人たちにとっては、社会参加、社会貢献の舞台にもなり、やりがいや生きがいにつながる活動でもある。また、多世代交流の場ともなり得る。

地域における子どもの成長・発達支援は、親(特に母親)の安心を保障する。子どもを育てやすい地域の創出は、少子化の課題に対処し、男女共同参画推進を促進する。今こそ、保育と教育的指導を融合したプログラムによる子どもの「安全の保障」と「発達支援」の総合化が必要である。

そのためには、学校施設の開放が望まれる。放課後の子どもの居場所として、学校ほど安全で使いやすい公共施設はない。何よりも子どもたちが慣れ親しんでいる場所である。通学路も決まっている。学童保育の子どもにとっては、移動する必要がない。運動場、体育館、調理室などさまざまな用途の施設が整っている。今回の実践も、小学校の協力を得られたことによって、体育館、運動場、プール、図書室、多目的ルーム等を(空いているときに)自由に使用できたことでプログラムの可能性が広がった。小学校にとっても、学校支援の活動に必要な地域人材を学童保育を通して紹介してもらおう、というメリットがあ

ったそうである。卒業式には「地域席」が設けられたとの報告を指導員から受けた。放課後の活動は、家庭・学校・地域をつなぐ仕組みにもなるのである。

注記・引用文献

- 1) 平成8年 中央教育審議会答申において、変化が激しく先行き不透明なこれからの社会では子どもたちに「生きる力」を育むことが必要、と提言された。答申では、「生きる力」とは、「自分で課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、行動し、よりよく問題を解決する能力」、「自らを律しつつ、他人と協調し、他人を思いやる心や感動する心など豊かな人間性とたくましく生きるための健康や体力」としている。以来、学習指導要領において、学校教育で「生きる力」の育成をめざすとされている。
- 2) 三浦清一郎・大島まな「青少年教育キャンプの組織化と教育効果の研究—3か年研究のまとめ」(『日本生涯教育学会年報』第8号、1987) キャンプは、昭和59年から3年間、夏休み期間中の7泊8日、福岡県宗像郡(当時)筑前大島で実施したものである。
- 3) 厚生労働省「平成23年版 働く女性の実情」、労働政策研究・研修機構「子育てと仕事の狭間にいる女性たち」(『労働政策研究報告書』No. 159、2013)を参照
- 4) 平成10年頃から教育行政において家庭教育のあり方とその支援についての審議が増え、平成18年の改正教育基本法には「家庭教育」についての条文が新設された。
- 5) 児童福祉法第6条の3第2項の規定に基づき、保護者が労働等により昼間家庭にいない小学校に就学しているおおむね10歳未満の児童に対し、授業の終了後に児童館などを利用して適切な遊び及び生活の場を与えて、その健全な育成を図るもの(厚生労働省)で、全国に21,482か所あり、登録児童数は889,205名である。(2013年5月1日時点)ガイドラインはあるものの、場所、運営方法・内容、指導員の資格・待遇などの実態は多様である。10歳以上の小学4~6年生を受け入れている学童保育も多い。
- 6) 2006年に少子化担当大臣の提案を受け合意。文部科学省と厚生労働省が所管する「地域子ども教室推進事業」と「放課後児童クラブ」を一体的にあるいは連携して、原則としてすべての小学校区で実施するというもの。
- 7) 全国学童保育連絡協議会「2013 学童保育の実施状況調査結果」のデータによる。
- 8) 財団法人山口県ひとづくり財団 県民学習部生涯学習推進センター「平成20年度やまぐちライフ・アカデミー推進事業報告書」で「井関夏休み子ども元気塾」として報告
- 9) 三浦清一郎『子育て支援の方法と少年教育の原点』学文社、2006、pp. 20-23
- 10) 三浦清一郎『しつけの回復と教えることの復権』学文社、2008、pp. 149-156
この中で、三浦は「生きる力」の構成要因と指導の順序性について述べている。「生きる力」の要因を体力、耐性、学力、社会性、感受性・感性とし、子どもの成長過程における重要度の優先順位を示した。
- 11) 「長州ファイブ」は、江戸末期に長州からイギリスに渡り、明治期に日本の国づくりに貢献した井上馨、井上勝、遠藤謹助、山尾庸三、伊藤博文の5人のことを言う。山口の子どもたちにとっては郷土の偉人である。彼らの物語をまとめた講談調のオリジナル脚本を暗唱した。8部構成で、通すと約20分かかる長編である。