子ども中心の保育を実践するためのカリキュラム
—リトミックのレシピ開発—

菊 地 紫 乃
（お茶の水女子大学大学院人間文化創成科学研究科）

要 約

本論文では、子ども中心の保育を実践するためのカリキュラムの提案をする。全身運動、手先の運動、言語、認知、社会性といった能力の発達水準と、活動内容を関連させ、年齢に合ったリトミック活動の内容や題材を取り上げて、保育者の関わりの目安としての「レシピ」をまとめた。レシピを子どもに合わせて柔軟に運用し、実践した後に改善を行う仕組みづくりによって、子どもの内面に寄り添う子ども中心の保育の実践が期待される。

キーワード：子ども中心の保育、活動のレシピ、リトミック、発達水準

1. 保育の原理

最近の子どもを取り巻く環境の変化は著しいと言える。テレビやゲームなど一人で遊ぶことのできるメディアは日常生活のなかに当たり前のように存在するようになった。社会全体で子どもを育てるという社会と子どもの関係も希薄になりつつある。このような中で、保育所や幼稚園での保育は重要な役割を担うと考えられる。保育において、子どものより良い育ちを支える活動とはどのようなものか、本稿において提案を行う。

子どもをめぐる社会的な環境の変化がある一方で、変わらない保育の原理が存在すると考える。幼児期の教育目標は、子どもが自分で考え、工夫し判断して、自ら行動できるようにすることである。カミイ・デブリーズ (1980) が長期的目標として述べた「知的および道徳的自律」を目指すことは現在にも通ずるものである。この目標を達成するための保育の原理は、「子ども中心」の関わりである。子どもの自発性を尊重し、子どもの中から湧いてきたものを大切にし、子ども自身の考えを促すことが重要である。しかし、子どもの自発的な行動を極端に認めると、子どものなすがままに任せてしまう放任になる。それでは子どもの育ちを支える教育とは言えない。

では、どのように「子ども中心」の保育を実践すべきであろうか。現行の幼稚園教育要領並びに保育所保育指針には、幼児教育の基本は環境を通して行うものであることが明示されている。保育の場面では、教育目標に合わせて環境を提供することが必要である。その際に、子どもがその環境で十分に能力を発揮できているか、自己実現できているか見極めることが保育者の役割である。例えば、羽子板に絵を描く活動では、3歳児には色をつけやすい毛筆とポスターカラーを用意し、色の組み合わせも6色くらいで少なくする。机といすはゆったりと作業ができるように用意する。4歳児には、手先の巧緻性が増してくることを考慮して、絵をつける道具の種類を変える。鉛筆で下絵を描き、12色くらいのサインペンで色塗りをする。5歳児には、抑制機能の整いと発達促進を考慮する。電気ペンで線を細く表現するにはどのくらいの時間と力で板にペン先を押しつけていたらよいか頃合いを見計らい、指と腕を協調させながら下絵を描く（内田、1998：2008）。子どもの年齢、個人差といった発達の水準に合わせて環境を調整することで、子ども自身が活動に積極的に参加し、主体的にふるまうことが可能になるのであ

る。保育者はあくまでも、子どもの水準に合わせて、発達を促すような手助けをする。これが「子ども中心」の保育である。今回のカリキュラム開発では、「子ども中心」の原理に従って、発達に合わせた環境設定の仕方、保育者の関わり方についてまとめ、実践し評価していくことにより、質の高い保育を実現することを目指す。

2.子ども中心の保育計画

保育所保育指針には「子どもの発達について理解し、一人一人の発達過程に応じて保育すること。その際、子どもの個人差に十分配慮すること」が保育の方法の留意点として挙げられている。保育計画に基づく保育において、この留意点が十分に達成されているだろうか。通常の保育計画では、発達を考慮してねらいを設定し、年間計画から月間計画、さらに週間計画へと降ろし、日々の詳細な日案を立てることが多い。しかし、保育者の側が立てた詳細な案にとらわれると、日々の子どもの姿を見失ってしまうという問題が生じる。活動そのものに焦点が当てられ、子どもの発達や個人差が見えなくなってしまうのである。計画通りに活動を進められれば、案に組み込まれた具体的な目標は達成されるかもしれないが、連続的な目標、つまり子どもの自律性の発達には貢献しないかもしれない。保育計画は保育者主導の教育にせず、子ども中心の遊びにすべきである。

子どもが活動を選ぶ子ども中心の自由保育は、教育的活動をみんなで行う一斉保育よりも発達に良い影響を与えているというデータもある。語彙能力が自由保育の園に通う子どもの方が高かったのである（内田ら、2009：2010）。ここから考えても、活動は子どもの遊びを中心にして、その生活を崩さずに教育目標を組み込んでいくことが目指される。倉橋（1934）は、子どもの興味に合わせて題材を用意しておくことが保育者の役割であると示している。子どもの遊びを発展させる手助けをし、教育目標を達成するように促すのである。以上から、子ども中心の保育を実践するためには、保育者が子どもの目線に立ち、活動の展開の方向性を見定め、あらかじめ準備をしておくという、保育者の資質と能力が必要だと言える。カリキュラムの開発では、保育者自身の熟達も促すような仕組みを含めなくてはいけない。

3.子どもの自律性を促す関わり

上述のように保育者の関わりが子ども中心の保育において重要である。では、どのような点に注意して子どもと関わるべきであるか。ヴィゴツキー（1967）の「発達の最近接領域」の考え方から考察する。

「発達の最近接領域」は、援助やヒント、誘導を与えることで、子どもが解けるようになる範囲のことである。自発的には不可能であっても、発達水準が上である大人や仲間との相互作用の中で可能になる水準がある。その水準までの範囲が、現に発達しつつある発達の最近接領域なのである。保育者はこの範囲に働きかけることで、子どもの発達を伸ばすことができる。ヴィゴツキーは、働きかけが発達の最近接領域の範囲であるかどうかは、その子どもが模倣できるかどうかが目安になると述べている。一方で、真似できないこと、最小限のヒントで理解できないことは、発達の可能性がある水準から外れている。そのため、詳細なヒントは単なる教え込みになり、子どもの発達に効果を与えないのである。

また、考える余地を残すようなことばかけをすることも重要である。例えば、幼児期中期には「これなに？」「なぜ？」「どうして？」といった質問が多くなってくる。これに対し、大人が答えを明示してしまうと、子どもの発展可能性を阻害してしまうことになる。このような質問に対しては、考える余地を残し、「どうしてかしらね？」「なぜなんだろうね？」と返すと、子ども

自身が考えることを促すことができる。いっしょに考え、どうしても答えが見つからないときには、最後に、「こうなんじゃないかな？」と回答の候補例を付け加える。これは発達の最近接領域の考え方ともつながっている。子どもが分かること以上の水準のことばかけは、子どもの発達にとって意味をなさない。むしろ最小限の援助をすることによって、子どもが自律的に思考し、発見し、創造することができると考えられる。

子どもの自律性を促すため保育者の関わりをまとめると、次のようになる。①子どもの発達水準を評価し、援助の与え方を決めると同時に、子どもが何を望み、どんなことを考えているか瞬時に把握する、②子どもの発達に適切な物理的、人的環境を作り出す、③子ども自身の活動が深まり、そのアイディアや思考力が発展するように援助する（内田、2008）。今回のカリキュラム開発においても、この保育者の関わりが前提とされる。このような関わりを即座に実践することは難しいかもしれない。しかし、カリキュラムの具体的な活動を運用しながら、その活動が子どもにとって楽しいものであったか、評価し改善していくことを通して、保育者自身の熟達を図ることができる。評価と改善の過程も含めてカリキュラムの開発を行わなければならないのである。

乳幼児期は個人差や性差が極めて大きい。歴年齢やきょうだい構成によっても、発達は異なる。さらに園生活も含めた、子どもの全生活史の中で一人一人がどのような生活をしてきたか、生活歴の違いも個人差をつくりだす。こうした個人差を最大限に尊重するためにも、活動をした時の子どもの様子を観察し、活動の改善をし、積み重ねることが必要になると思われる。

4. 子ども中心カリキュラム開発の試み

以上より、子ども中心の保育が子どもの自律性を育てるために有益であること、そのためには保育者が子どもの発達水準やその瞬間の状況を見極め、適切に環境を提供し、働きかけることが重要であると明らかにされた。このような保育を実践するためのカリキュラムを開発し、年齢に合わせた活動案と関わりをまとめた。また運用の仕方によって、保育者自身の熟達を促す仕組みを提案したい。以下において、今回開発した子ども中心カリキュラムの具体的な内容を説明する。

4-1　カリキュラムの領域について

今回のカリキュラム開発では、まず、発達する子どもの能力を年齢ごとにまとめた。このようにすることで、年齢の発達に合わせた活動や関わりを記述することができる。保育所保育指針には各年齢の発達過程が示されているが、領域や能力によって分類はされていない。白井・坂元（1982）の知見に基づいて、全身運動、手先の運動、言語、認知、社会性の能力について項目を抽出し、それぞれまとめることとした。0歳児から5歳児の発達を表にまとめたものがTable1-1～1-3である。

教育指導要領や保育所保育指針には、5つの領域から教育に関わるねらいと内容が記されている。健康・人間関係・環境・ことば・表現の5領域である。これらの領域は上記の能力とも相互に関連し合っている。例えば、「季節の歌を合唱する」という表現領域に関連する活動は、歌詞の内容を知るための言語能力も必要であるし、友だちと合わせる社会性の能力も必要である。さらには、季節の事物に関心を持ち、特徴を知ると言った認知の能力も関わる。したがって、ある領域のねらいを達成するためには、複数の能力が必要である。反対に、ひとつの活動を通して複数の能力が育つと言える。特に、リトミックの活動では総合的な能力を養うため、領域にまたがる各能力の発達に期待が持てる。保育者は子どもの内面を意識して関わることが重要であり、能力の発達過程と活動の関連性を意識するということが有意義である。

Table1-1　乳幼児の能力の発達（0、1歳児）

	0歳児		1歳児	
	～6カ月	6カ月～	1歳前半	1歳後半
全身運動	・首がすわる ・寝返り ・腹ばい	・座る ・はう ・つたい歩き ・歌や音楽にあわせて体を動かす	・ひとりで歩く	・1段ごとに両足をそろえ，階段を昇降する
手先の運動	・手足全体を動かす	・腕や手先を意図的に動かす ・簡単なボール遊び	・押す ・つまむ ・めくる	・いろいろなものを紙，布でつつむ ・丸を真似してかく
言語	・オノマトペを楽しむ ・身振りの理解→生成 ・規準喃語	・指さしや身振り，視線による応答的関わり ・日常決まったことばの指示や質問の理解（e.g.，ちょうだい，～にあげて） ・多様な喃語	・初語（～50語くらいまでゆっくり獲得） ・過大汎用	・2語文 ・おとなの言った単語を真似する ・指さしや身振り，片言を盛んにつかう ・目の前にない物の名前を言う
認知	・視覚・聴覚などの感覚の発達 ・手のひらに触れたものをつかむ ・物に向かって手を伸ばす	・探索遊びが盛んになる ・近くの物を引っ張る，破る，もちかえる ・ものを打ち合わせる，落とす	・表象機能の発達により見立てができる ・物の扱い方がわかる （e.g.,容器からの物の出入れ，蓋の開閉） ・環境へ働きかける意欲を高める	・時間，位置を表す言葉が1つ2つわかる ・色名が分かる（1色以上）
社会性	・自発的な働きかけ，顔の弁別をする ・禁止の言葉に反応して泣く ・自分の名前に反応する	・意図的なやりとり ・あやしてもらうと喜ぶ ・人見知りが始まる ・呼名への返事 ・鏡に映った自分がわかる（自己関心）	・他の子どもに興味を示す ・褒められると何度も同じことを繰り返す	・自己主張をする ・家族構成についての理解がはじまる ・自分と他人のものを区別するようになる

Table1-2　乳幼児の能力の発達（2、3歳児）

	2歳児		3歳児
	2歳前半	2歳後半	
全身運動	・走る，止まる ・足を交互に出して階段をのぼる ・ジャンプする	・まわる ・ボールをける，なげる ・片足で2～3秒たつ	・けんけんをする ・つまさきで歩く
手先の運動	・紙を折る ・なぐり書きをする ・直線を真似してかく	・ハサミで紙を切る ・のりをつけて貼る ・丸や十字をかく ・ボタンをはめる	・顔（目，口）や手足のある人間を描く ・ハサミで紙を（短い）直線にそって切る ・紐の結び目をほどく ・大人にはそうと見えにくいイメージを描き出し，何を描いたか命名する
言語	・語彙の増加（400～500語） ・意思や欲求，感情をことばで表現するようになる ・短く簡単な歌をいくつか歌える ・過去の事柄について話すようになる	・話したい気持ちが強くなる ・聞いていた話が途切れると催促する ・自分の考えをことばで表現しようとする ・断片的な説明ができるようになる	・会話を楽しむ ・盛んに質問する ・ひらがなへの興味 ・種類名が分かる（野菜，果物，動物など） ・時間を表すことば（過去・現在・未来）が使える ・物語の筋を理解する
認知	・2つの数の復唱ができる ・2までの数の概念がわかる ・まる，さんかく，しかくが分かる ・大小がわかる ・日常の道具に興味をしめす ・色名が分かる（2色以上）	・記憶力が増す ・5まで数え上げられる ・3つの数の復唱ができる ・長短・高低がわかる ・位置関係を表す言葉がいくつかわかる ・色名がわかる（4色以上）	・記憶力がさらに増す ・日常生活の経験を反復するごっこ遊びができる ・10まで数え上げられる ・3までの数唱と物の対応ができる ・「なぜ」「どうして」という質問を頻発にし，観察した現象の原因を理解する ・基本的な色名が言える（10色以上）
社会性	・嫉などの自己主張が強くなる ・自分で何でもやりたがる ・して良い事と悪い事の区別がつく	・簡単な生活や遊びのルールがわかる ・自分で友だちを作りはじめる ・友だちと同じ遊びをしたがる	・自立性が発達する ・自分の主張に固執する ・他人に物を分け与えられるようになる ・小集団の中で遊ぶが，平行遊びが多い

Table1-2　乳幼児の能力の発達（4、5歳児）

	4歳児	5歳児
全身運動	・スキップ ・全身のバランスを取る能力が増す	・体力も増し，運動機能が充実する
手先の運動	・目的意識をもって工夫を重ね，形あるものにまとめていこうとする ・はさみで切り抜いたものをつなげたり貼りつけたりすることで造形活動が広がる	・手先を十分に使えるようになり，立体物を構成できる ・文字への興味の高まりとともに，ひらがなを書くことが出てくる
言語	・日常的な事柄に関して一貫性のある話をつくる ・音韻分解，語頭音，語尾音の抽出 ・一連の出来事を順序立てて表現する	・非日常的な事柄に関して一貫性のある話を作る ・語中音の抽出 ・自分なりに考えて判断したり，批判したりできる
認知	・自然など身近な環境に積極的に関わる ・様々な物の特性を知る ・目的を持って行動し，作ったり書いたり試したりする ・予測に対して不安を持つなど葛藤を経験する	・次々と遊びを考え出す ・目的意識をもって工夫をする ・知識欲が旺盛になる ・簡単な足し算ができる
社会性	・友だちと言葉を交わして楽しみながら活動する ・友達とのけんかも多い ・自分の気持ちを抑えたり，我慢ができるようになってくる ・自他の知や信念の違いの理解【心の理論】	・友だちと盛んに一緒に遊ぶようになる ・けんかを自分たちで解決しようとしたり，自分たちできまりを作ったりする ・異なる想いや考えを認めたり，他者理解が高まる

4-2　子ども中心カリキュラムのレシピ
—リトミック活動—

次に、表に示された子どもの発達に合わせて題材を選出し、教育的働きかけの目安となる「レシピ」を作成した。レシピには活動や働きかけの例が含まれ、保育者が子どもに合わせて自由に活用できるものである。料理のレシピのように材料や流れの例は提示されるが、そこからの応用のしかたは活用する本人に任されるという考え方が根底にある。レシピの内容には、絵本の読み聞かせ、リズム遊び、手遊び、ボール遊び、色あそび、季節の制作など、普段の保育で行う具体的な活動が考えられる。今回はその中でもリトミックを取り上げたい。

リトミックとは、リズム運動によりこころとからだの調和と発達をめざす教育法である（多田、1990）。とくに幼児期においては、リズム運動を基礎として身体を通した活動を行うことが適していると考えられる。音楽という一側面ではなく、身体づくり、思考力、表現力、社会性などさまざまな領域において効果をもつ活動だと捉えることが可能である。

内容は年齢ごとの違いを意識しながらまとめた。リトミックの活動について、ウォームアップ、リズム運動、音とリズムの表現、イメージの表現に分けてまとめた。ウォームアップはリズムや音に合わせて身体（手、足、顔など）を動かし、絆づくりや自己の身体意識、身体の運動調整機能の発達を目的とした。リズム運動では身体全体を使って動き、身体の基礎づくりやリズム感覚を育てることを目的とした。表現の活動は3歳以降に取り入れ、自ら表現することを促す活動とした。音とリズムの表現では、声や音を出しながら動くことで、リズムを聴き表現す力を育てることを目的とした。イメージの表現では、子どもの身近なできごとや絵本などからのイメージを引き出し身体で表現する楽しさを味わい、考える力を育てることを目的とした。今回は例としてリズム運動と音とリズムの表現のレシピを示す（Table2-1 ～ 2-9）。

レシピの特徴は、①年齢に応じたねらいと活動内容がある、②子どもの生活に合わせた具体的な材料の提案がある、③少し発達が進んだ子どものために、発展的な内容がある、④発展的活動は題材で関連しており、別の活動への発展の可能性を持たせている（つまり、リズム運動から表現へ、表現から探索活動への発展など）、⑤時間制限は設けず、子どもの様子をみながら進められる、⑥年齢や題材に合った保育者の関わりの例があげられている、⑦レシピが明示されているので、実践した後にふり返りが容易である、という点である。

このレシピは、年齢にTable1-1から1-3の年齢ごとの能力と密接に関わっている。例えば、リズム運動では、「視覚・聴覚などの感覚が発達」し、「物をつかむ」という0歳児の認知的な発達が反映されている。ここから、0歳児のレシピでは、知っている「実物を材料にする」ことが提案されている。運動を興味に合わせて引き出すことを考慮しているのである。「呼名への返事」ができる社会性の能力が十分についた1歳児では、基本的な活動の中に「返事をして歩いていく」ことを取り入れている。「走る、止まる」といった運動能力が発達してきた2歳児では、動きのバリエーションを増やしている。さらに、言語によって表出し、表現する能力がついてきた3歳児以降で、リトミックの表現活動を取り入れた。3歳児では、自分のイメージを具現化するというよりも、身近なものをまねっこするという活動が中心である。4歳児では、一連の流れを順序だてて表現できるようになっているため、より流れのある長い表現活動も取り入れている。5歳児では、自分なりの表現を友だちと協働しながら行うことを意識している。以上のように、年齢の発達に関連させながら、活動のねらいと内容、題材を決定されている。

Table2-1　0歳児のリトミック「リズム運動」のレシピ

＜ねらい＞
①足腰の筋力、バランス感覚を養う ②興味のあるものに自分からアプローチし、気持ちを表す
＜基本的な活動＞
・子どもの興味のあるものを少し離れたところに置き、移動したい気持ちを促す →子どもはずり這い、高這いで移動する
＜発展的な活動＞
・つかまり立ちの時期には、机の上など少し高いところに子どもの興味のあるものを置く →上下の動きで屈伸運動をする
＜年齢に合った材料＞
赤ちゃんの興味のあるおもちゃ ■実物　例）ぬいぐるみ、ミニカー、ボール、音の鳴る素材 ■絵本、カード　例）食べ物、生き物、乗り物
＜保育者の関わり＞
・子どもの目の届く範囲に置き、常に子どもからの目線の高さを意識する ・箱から少しのぞかせるなど子どもが興味を持ちやすい工夫をする

Table2-2　1歳児のリトミック「リズム運動」のレシピ

＜ねらい＞
①足腰の筋力、バランス感覚を養う ②先生とスキンシップをとり、心理的絆を深める
＜基本的な活動＞
・歌に合わせて部屋の中を歩く ＊子どもの興味のあるものを床に置いておき、拾いながら歩く ・丸めた布団を山に見立てて置くなど、探検の雰囲気を演出する ・おへんじハイ ＊自分の名前を呼ばれたら返事をして先生のところへ行き、タッチする
＜発展的な活動＞
・部屋の中だけでなく、実際に外へ出てお散歩する
＜年齢に合った題材＞
■使用する歌　例）さんぽ、線路は続くよどこまでもなど ■探検の準備　例）クッション、座布団など柔らかいもの ■子どもの興味のあるおもちゃ　　例）ぬいぐるみ、ミニカー、ボール、素材 ※子どもの手におさまるサイズのもの
＜保育者の関わり＞
・歩行の不安定な子は先生が手を添えてやる ・「川だ！気をつけて」など文脈を意味づけ、表現活動へのつながりをつける ・子どもが転んでも危なくないような環境設定に気を配る

Table2-3　2歳児のリトミック「リズム運動」のレシピ

<ねらい>
①足腰の筋力、バランス感覚を養う ②身体を使って表現する基礎をつくる
<基本的な活動>
・さまざまな動きで壁から壁へ直線に移動する ＊四つんばい・高ばい（くま）　＊腹ばい（へび、わに）　＊手を高く挙げて歩く（きりん） ・おへんじハイ ＊アリの声、ライオンの声、ゾウの声で返事をして、先生にタッチする
<発展的な活動>
・合図で止まってポーズ ＊先生のポーズを真似する ＊自由に動物や自然のもの、身の回りのものになってポーズする
<年齢に合った材料>
■運動のバリエーションを用意しておく 走る、ジャンプ、止まる、まわる、片足で少し立つ
<保育者の関わり>
・率先して表現し、子どもたちを引きこむようにする

Table2-4　3歳児のリトミック「リズム運動」のレシピ

<ねらい>
①足腰の筋力、バランス感覚を養う ②ルールを守って友だちと遊ぶ楽しさを知る
<基本的な活動>
・2～5人ずつ一列に並んで移動運動 ①両手を挙げてつま先歩き ②足を横に出して揃える動きの繰返し（カニ歩き） ③両足に開閉しながら前方にジャンプ（グーパージャンプ） ・よーいドン ＊様々な姿勢から「よーい、どん！」で走る
<発展的な活動>
・テープを張り、その線上や印の上を進む ・よーいドンでゆっくり歩いたり、ギャロップで移動 ＊くまさん、のっしのっし　＊おうまさん、バッカバッカ
<年齢に合った材料>
■マーチの音楽 ■姿勢をさまざま準備しておく 例）立位、山座り、正座、うつ伏せ、仰向け（前向き、後ろ向き）
<保育者の関わり>
・列に並んで自分の順番を待つこと、「よーい、ドン！」で走り出すことなど、ルールを事前に伝える ・広いスペースで行い、待っている間の子どもたちにも気を配る 例）「じょうずにできてるか見ててね」、「がんばれって応援してね」

Table2-5　4歳児のリトミック「リズム運動」のレシピ

<ねらい>
①リズムの長短を身体で表現する ②友だちと協調して空間を使う
<基本的な活動>
・2～5人ずつ一列に並んでリズムに合わせて移動運動 　*タンタンタンでつま先歩き 　*タタタタで小さい歩幅でつま先走り 　*ターンターンで大股歩き ・グループごとに交互にリズムに合わせて屈伸や手拍子 　*ターンターン（グループ1）→タンタンタンタン（グループ2）
<発展的な活動>
・リズムをだんだん変化させ、合わせて歩く ・音の強弱に合わせて動く 　*小さい音では小さくなって、小さく指先を叩く 　*大きい音では大きくなって、腕全体を動かし手を叩く
<年齢に合った材料>
■タンバリンやピアノで先生はリズムをつくる ■スキップなども取り入れ、移動のバリエーションを考えておく
<保育者の関わり>
・音の長短や強弱をおおげさに表現する ・腕や足のみならず、表情や姿勢など全身で表現してみせる

Table2-6　5歳児のリトミック「リズム運動」のレシピ

<ねらい>
①音楽の調子を身体で表現する ②空間の広がりを意識する
<基本的な活動>
・調子に合わせて動く 　*小さい姿勢からおおきい姿勢へ（だんだん強く） 　*背伸びからだんだん力を抜いてしゃがむ（だんだん弱く） 　*時計の秒針のように手をカチコチとうごかす（スタッカート） ・自由に空間を歩き回り、合図で先生を目印に集まる 　*「カエルさんになって集まれ」　*「ネコさんになって集まれ」
<発展的な活動>
・輪になって手をつなぎ、全員で調子に合わせて動く ・リーダーがポーズをして、他の子どもがポーズを真似る
<年齢に合った材料>
■タンバリンやピアノで先生はリズムをつくる ■身体の関節を意識して、様々なポーズを考えておく
<保育者の関わり>
・空間の広がりを意識できるように、先生は様々な場所へ移動する ・先生が引きこみ、恥ずかしがるような雰囲気をつくらない 　例）「先生のお手本見ててね」と大げさに表現してみる

Table2-7　3歳児のリトミック「音とリズムの表現」のレシピ

<ねらい>
①音とリズムを聴く力を養う ②動きを抑制する力をつける
<基本的な活動>
・いろんな物の音を鳴らして、何の音か当てっこする ・音の鳴る方向を当てっこする ・子どもと一緒に歌いながら手遊びをする 　*遅いリズム、速いリズムでも取り組む
<発展的な活動>
・手遊びをだんだん大きな動きで表現する ・大きな声、小さな声の調整もする 　*ライオンさんの大きな、アリさんの小さい声
<年齢に合った材料>
■音を鳴らす素材 　例）紙、金属、空き箱など身近なもの／知っている楽器 ■体を動かす歌 　例）あたまかたひざぽん、げんこつやまのたぬきさん 　　いとまきのうた、おきなくりのきのしたで、おべんとうばこのうた
<保育者の関わり>
・声も表現の一つなので、子どもと一緒に声を出して取り組む

Table2-8　4歳児のリトミック「音とリズムの表現」のレシピ

<ねらい>
①音とリズムを聴く力を養う ②音とリズムにあった表現を生み出す
<基本的な活動>
・高い音と低い音を聞かせ、身体で表現させる 　*高い音では手を高くしてきらきらさせる　*低い音では姿勢を低くして移動する ・子どもと一緒に歌いながら手遊びをする 　*遅いリズム、速いリズム、高い音、低い音でも取り組む
<発展的な活動>
・高い声、低い声の調整もする 　*お父さんの低い声、お母さんの高い声
<年齢に合った材料>
■体を動かす歌 　例）キラキラ星、ロンドン橋おちた、おはなしゆび 　　即興的なリズムと音
<保育者の関わり>
・さまざまな発想を試して展開させる ・子どもに自由に表現をさせて、子どものアイディアも取り入れる ・他の基礎的な活動を十分に行ってから表現にうつる

Table2-9　5歳児のリトミック「音とリズムの表現」のレシピ

<ねらい>
①音とリズムを聴き、自らもリズムを生みだす ②音とリズムにあわせて自分なりに表現する
<基本的な活動>
・4拍子、3拍子、2拍子に合わせて体を動かす *「頭、おなか、おなか、おなか」と拍子に合わせる身体部位をたたく *「上、横、下、横」と拍子に合わせて両手を動かす *「手を叩く、歩く、歩く、歩く」と拍子に合わせて移動する
<発展的な活動>
・先生や友だちのリズムを真似して楽器を鳴らす タンタンタン→タンタンタン　ターンタンタン→ターンタンタン ・2つのリズムのグループを作り、合奏する
<年齢に合った材料>
■拍子の異なる歌 例) こぎつねこんこん (4拍子)、ぞうさん (3拍子) おんまはみんな (2拍子) 即興的なリズムと音 ■マラカス、タンバリン、カスタネットなどの打楽器 子どもたちが制作したものでもよい
<保育者の関わり>
・子どものレベルに合わせてリズムの種類や組み合わせを変える ・リズムが乱暴にならないように、落ち着いた言葉かけをする

また、それぞれの活動は、全身運動、手先の運動、言語、認知、社会性といった複数の能力が関わっている。ウォームアップではリズムに慣れ、身体とリズムの相互的な感覚を養い、人との関わりの中で社会性を育む。リズム運動では、身体の動きを中心としながら、リズムに合わせて身体をコントロールする力を養う。この能力がやがて、自己を調整し、他者に調和する社会的な能力にもつながる。音とリズムの表現では、音の高さや長短などの調子の変化を意識し、聴いた音を表現できるようにすることが目的である。リズムはことばとの関連が深く、心地よいことばの表現にもつながる。イメージの表現では、自由に想像し、身体を通して表現できるようにすることが目的である。言語と認知的な能力を用いて、身体的な動きとして表出する。細かい表現になると、手先を上手にコントロールすることも必要になる。このように、活動を通して様々な能力を統合させることができる。さらに、発達の表を考慮しながらレシピを作る作業によって、さまざまな能力を発達させる可能性を実感しながら、活動を組み、実践することができるのである。

4-3　柔軟性のあるカリキュラムの運用

レシピにおいて、具体的な活動が書き込まれているため、保育者はさまざまな活動ができるようにさまざまな遊びの材料を準備しておくことが役割となる。どのようなレシピを、いつの時期に導入するかについては子どもの発達や関連を見ながら決めることが必要である。細かい計画があってその日の活動が導入されるのではなく、子どもの側がその日の活動を決めていくという姿勢で進めていく。導入しようとしていたレシピを、その日の子どもに合わせて変更してもよいのである。保育者は、それぞれの子ど

もの遊びの進行状況を見守り、必要に応じて遊びの中に流れ込み、援助や教育的介入を行っていく。その際に、レシピに書かれた＜保育者の関わり＞を基本とするとよい。

子どもの能力の発達（Table1-1～1-3）に従い、レシピ（Table2-1～2-9）も0歳児から5歳児の区分によって示した。しかし、子どもの状況を見て、4歳児クラスの子どもの3歳児や5歳児のレシピを用いても構わない。保育者の計画や案に子どもをはめ込んでいくのではなく、子どもの現実に保育者であわせるという姿勢である方が子どもの発達に資する活動になると期待される。

また、このカリキュラムでは、実施後の評価と改善が重要である。具体的な材料をレシピに書き加えたり、より子どもが楽しそうだった活動に訂正したり、うまくいった関わりやうまくいかなかった関わりについて吟味したりすることが不可欠だ。子ども中心という保育の原理に則って、実施したレシピを見直すことによって、次回の活動でも子どもの反応はどうか、どう感じているだろうかと保育者が頭を働かせることができ、実践に活かされる。また、保育者自身がレシピを創造することで、子どもの創造にも寄り添うことができ、子ども自らが考えることを支える役割を果たせるはずである。

5. 今後の課題―保育実践への具体化

子ども中心の保育が子どもの発達にとって有益であると言われており、子どもの自発性を大事にした保育実践が望まれてきた。しかし、子どもの自発性を大切にするあまり、子どもが奔放になりすぎる問題があった。また保育者は、子どもがつまづいているのに、それを見抜けず、あるいは、どのタイミングで働きかけたらよいかわからず、棒立ちになってしまうことが多かった。保育者は「子ども中心」を重視するあまり、子どもを自由に任せてしまい、子どもを放任してしまう場合も少なくはなかった。その結果、子どもの遊びがマンネリになったり、難題に直面しても自力で解決できないために、あきらめてしまうことが多かった。保育者に放任された子どもは、成長発達を遂げることはできない。ただ遊んでいるだけで、子どものこころ、からだ、あたまは発達していかない。

今回のカリキュラム開発によって、子どもの発達に合わせた活動を作る原則を示し、状況にあわせた運用を提案した。今回取り上げたレシピは難しいものではなく、日常的な保育で行われているものである。このカリキュラムによって、子どものより良い発達を支えるためには、状況に合わせた運用が重要になってくると思われる。カリキュラムの運用には、保育者自身の熟達が必要不可欠である。発達水準を見極めた関わり、余地を残すことば掛けといった保育者の働きかけの留意点を上で述べたが、これを守るだけでは不十分である。子どもが今何を感じ、何を望んでいるか、子どもの頭の中で何が起こっているのか、それを見極めようと、子どもと対峙することが基本なのである。子どもに合わせて、保育者自身も柔軟に創造的でいなくてはならない。このような保育者の姿勢も今回のカリキュラムを正しく運用していく中で身につくだろうと期待する。

また、保育者同士でレシピを出し合い仲間の実践を研究協議する「保育カンファレンス」の仕組みを作れば、園全体での保育力の向上が図れるだろう。保育者一人ひとりが、子どもを見守る園の温かい雰囲気づくりにもつながるものと期待される。今後は、このカリキュラムの実践によって、レシピを改善し、評価していくことが望まれる。

【引用文献】

C.カミイ・R.デブリーズ稲垣佳世子(訳)(1980).ピアジェ理論と幼児教育.チャイルド本社.

倉橋惣三(1934).幼稚園真諦.フレーベル館.

厚生労働省(2008).保育所保育指針.

L.S.ヴィゴツキー柴田義松(訳)(1967).思考と言語.明治図書.

文部科学省(2008).幼児期教育指導要領.

白井常・坂元昂(1982).テレビは幼児に何ができるか　新しい幼児番組の開発.日本放送教育協会.

多田信作(監)芸術教育研究所・おもちゃ美術館(編)(1990).0～5歳児のリトミック指導.黎明書房.

内田伸子(1998).まごころの保育-堀合文子のことばと実践に学ぶ-.小学館.

内田伸子(2008).幼児心理学への招待[改訂版]子どもの世界づくり.サイエンス社.

内田伸子・浜野隆・後藤憲子(2009).幼児のリテラシー習得に及ぼす社会文化的要因の影響日本韓国中国ベトナム・モンゴル国際比較調査—お茶大・ベネッセ共同研究　2008年日本調査報告—.お茶の水女子大学グローバルCOEプログラム「格差センシティブな人間発達科学の創成」拠点.

内田伸子・李基淑・周念麗・朱家雄・浜野隆・後藤憲子(2010).幼児のリテラシー習得に及ぼす社会文化的要因の影響日本(東京)・韓国(ソウル)・中国(上海)比較データブック.お茶の水女子大学グローバルCOEプログラム「格差センシティブな人間発達科学の創成」拠点.

付記　子ども中心の保育を実践するための「レシピ」は、お茶の水女子大学発達心理学研究室の内田伸子・齋藤有・菊地紫乃によって開発が行われた。本論文では、レシピの中でも著者が主として関わったリトミックと身体運動に関わる部分を取り上げた。