

## 6.遊び・ゆとり

遊びが子どもを大きくする。



- 子どもは遊びが仕事です。
- 「疲れた」「疲れた」と言う子どもが増えている。
- 人生で大切なことは、自然の中で学んだ。
- 放課後や休日に子どもたちが多様な活動ができる居場所をつくろう。
- 年上・年下の友達と遊ぶことは、とても大切なことだ。
- 家でやる年中行事にも、深い意味があるんだね。

# 子どもは遊びが仕事です。



遊びは子どもの心の成長にとっても大切です。小さいころからの遊びを通して、子どもは感覚を働かせ、運動をし、ものをつくり、想像します。しかし、遊びの機会が減るとともに、外で駆けまわるような遊びから、家の中でのひとり遊びが目立つようになりました。

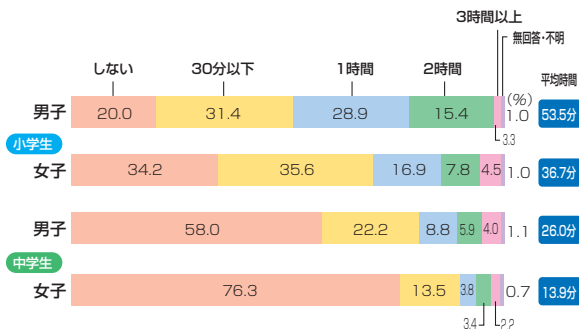
また、親自身も、「小学校に入ったら勉強が第一、遊びは終わり」というような誤った意識への切り替えをしてはいないでしょうか。子どもにとって遊びがいかに大切かを認識して、ゆったりのびのびと遊ばせましょう。



**子どもはのびのび遊ばせる**



## 外での遊び・スポーツの時間



(注)「外での遊び・スポーツの時間」には、習い事・部活動の時間は含まれていない。  
資料:「放課後の生活時間調査調査」2008年 Benesse 教育研究開発センター



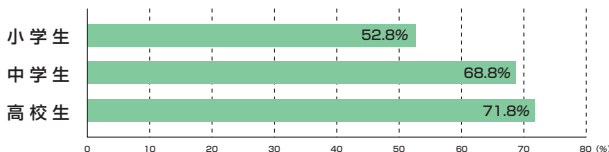
## 「疲れた」「疲れた」と言う 子どもが増えている。



今の子どもたちは小さいころから時間に追われ、遊ぶ時間も削られています。遊ぶゆとりのない子どもの中には、「疲れやすい」「何でもないのでイライラする」といったストレスを訴える子が増えています。

子どもは、ゆとりのある自由な時間を与えられることで、初めて心から遊びを楽しんだり創意工夫したりできるし、個性や創造性を伸ばせるのです。親は、勇気をもって子どもたちに時間とゆとりを与えましょう。

「疲れやすい」と回答した子どもの割合



(注) 小学生・中学生・高校生の生活時間の実態と意識に関する調査

資料:「放課後の生活時間調査」(2008年11月) Benesse教育研究開発センター  
全国の小学5年生～高校2年生 合計8,017名(配布数25,716通、回収率31.2%)

子どもの生活に時間とゆとりを与える



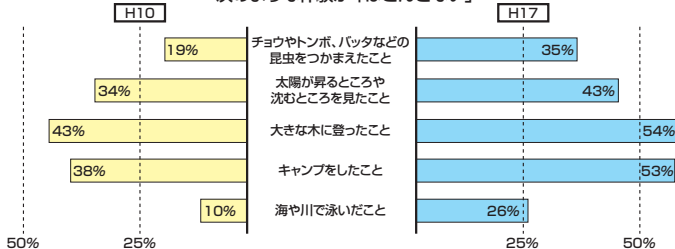
# 人生で大切なことは、 自然の中で学んだ。

テレビやテレビゲームなど屋内の遊びが増え、自然の中で遊ぶことが少なくなっています。野外で遊ぶことをすすめたり、実際に自然の中に連れだしたりして、動植物や自然とふれあう楽しさに気づかせましょう。地域の自然に親しむ活動に家族ぐるみで参加したり、時には親から離して子ども一人で参加させましょう。

自然の中で遊ぶことで、驚きや感動を体験し豊かな感性をはぐくむとともに、自然や環境を大事にする心や忍耐することの大切さなどを学びます。

## 自然体験をしたことがない小・中学生の割合

次のような体験が「ほとんどない」



(注) 全国の公立小学校4・6年生と中学校2年生約1万4千人の調査結果  
資料: 「『青少年の自然体験活動等に関する実態調査』報告書」  
平成18年・独立行政法人国立青少年教育振興機構

## 子どもは自然の中で遊ばせる

# 放課後や休日に子どもたちが 多様な活動ができる居場所をつくろう。



子どもの健やかな成長には、大人力を結集して地域で子どもたちをはぐくむことが大切です。そのためには、まず、親が「自分の子どもは自らの責任で健全に育てる！」という決意をもつことが必要です。そして、子どもたちが安全に、スポーツや文化活動などの多彩な活動ができる居場所をつくっていく必要があります。

親自身も地域の大人として、地域ぐるみで子どもを育てていく姿勢をもちましょう。そして、放課後や休日に多彩な活動ができる場づくりをすすめ、子どもたちとともにいろいろな活動に参加しましょう。



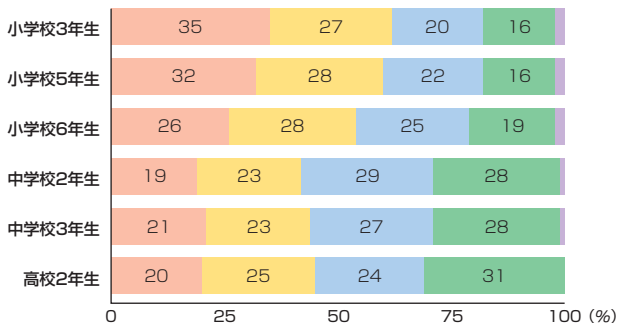
子どもたちの健やかな成長を伸ばす場や機会をつくろう



## 土曜日・日曜日に思うこと

学校や家ではできない体験をもっとしてみたい

よくある 時々ある あまりない ない 不明



(注) 公立小学校3・5・6年生(各学年約14,000人)と公立中学校2・3年生、公立全日制高校2年生(各学年約5,000人)を対象に調査

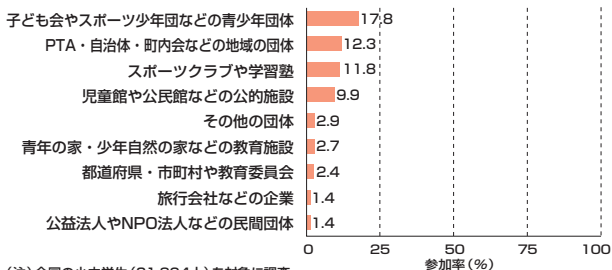
資料:「完全学校週5日制の下での地域の教育力の充実に向けた実態・意識調査」  
平成15年・こどもの体験活動研究会

## 年上・年下の友達と遊ぶことは、 とても大切なことだ。

年の違う集団の中で、子どもたちは人間関係についてたくさんのことを学びます。年少の子はルールを守ることや我慢することの大切さなどを身につけ、年長の子は思いやりの心や集団をリードしたり役割を果たしたりする責任感を養っていきます。

身近な地域のボランティア・スポーツ・文化活動・青少年団体の活動などは、それぞれ年の違う集団の中で子どもたちが切磋琢磨する貴重な機会を提供しています。親はその大切さを見直し、子どもたちを積極的に参加させましょう。

### 公的機関や民間団体等が行う自然体験活動に関する行事への参加率（1学期）



(注) 全国の小中学生 (31,804人) を対象に調査

資料: 「青少年の自然体験活動等に関する実態調査」平成18年(独) 国立オリンピック記念青少年総合センター

**地域の活動など年の違う集団に参加させる**





## 家でやる年中行事にも、 深い意味があるんだね。

正月・ひな祭り・端午<sup>たんご</sup>の節句・七夕・誕生日・クリスマス・暮れの大掃除など、家庭内の行事では家族とのふれあいが深まるだけでなく、高齢者など世代の異なるさまざまな人々とのかかわりやつながりができるなど、地域社会へも目が向くきっかけになります。しかも、日本の文化・伝統に親しむとても良い機会でもあります。

また、初詣<sup>はつもうで</sup>や節分で無病息災<sup>いけい</sup>を祈ったりすることは、人間の力を超えたものへの畏敬の念を深めるなど宗教的な情操をはぐくむことにもなります。



家庭内の年中行事や催事を大切にしよう

