

自然の中の人間

子どもと自然体験

—自然の中での遊びが子どもを育てる

最近では、日常生活の様々な場面で「体験」というキーワードを見聞きするようになりました。生活の中、自然の中などで体を動かす諸感覚を刺激する直接的な体験の重要性が認識され、その需要の高まりを示す事実と考えられます。本稿では、「自然体験活動」を中心に、子どもにとっての「体験」の重要性、子どもと自然に関する実践事例を紹介いたします。

子どもの頃の体験は豊かな人生の基盤

さて、子どもの頃の体験の重要性を示す当機構の調査結果があります。ひとつは子どもの頃（中学生まで）の体験が豊富な人ほど、高校生になってからの共感覚や意欲・関心、人間関係能力、職業意識、規範意識などの現在の資質・能力が高い傾向があるという

ものです。また、日本人が特に低いといわれている自尊感情、自己肯定感の醸成についても、体験によって自信が付き、やればできるという自己肯定感が身につくことも報告しています^②。

こうした調査結果からは、子どもの健やかな成長にとって、子どもの頃の自然・生活文化・社会体験、地域の活動、家族行事などの体験がいかに大切であるかがわかるとともに、「子どもの頃の体験は豊かな人生の基盤」になっっていると言えるでしょう。

子どもにとっての自然とは

自然には、部屋の中や街の中などは異なり、人間が作り出した環境の中では得られないたくさんさんの要素が存在します。そこには、風が吹き、土や石があり、陽ざしが照ったり

曇ったり、でこぼこ道や坂道があり、たくさんの動植物や昆虫が暮らしています。

暑さや寒さを感じることも、匂いや音を感ずることもできます。また、同じ場所、種類の動植物でも、四季を通じての変化、昨日との違い、天気による違いなど、日々多様な顔を見せてくれるのも自然の面白さの一つです。そこは、子どもたちにとって、驚きと感動、発見と学習が溢れる世界、まさに「センス・オブ・ワンダー^③」の世界といえます。

自然の中で遊ぶということ

インターネットにアクセスして多様な情報に気軽に触れられる現代にあつては、子どもたちにとっても情報が溢れる世界になっています。当機構が行った海外との比較調査によると、小中学生の約九割がインターネットを

独立行政法人
国立青少年教育振興機構



利用しており、初めてインターネットを利用した平均年齢は、調査時の小学五、六年生では八・〇歳、中学一、二年生では九・四歳であり、使用開始年齢も低下していることがわかりました⁴⁾。このような社会では、インターネット上に溢れる実体験が伴わない情報が子どもたちの知識として吸収されている可能性があります。

一方、前述のとおり、自然の中には多様な構成要素が存在し、葉擦れの音や虫や鳥たちの鳴き声、草花の彩りを見聞きすることができ、意識・無意識のうちに情報となつて子どもたちに吸収されます。すべてが身体を通じて吸収される、実物の体験から得られる情報であるということが、インターネットの情報との大きな違いです。

自然の中での遊びは、子どもたちを心身ともに成長させます。自然という場では、子どもが十人いれば、十通りの遊び環境が存在します。自然そのものを素材に創意工夫を練り返しながら、独自の多様な遊びが生まれます。そこは、子どもたちの発見やチャレンジの場であり、好奇心をくすぐる素材が豊富に存在する場でもあります。そして、その遊びに満足し、「できた!」という自己有能感を

育んだり、積極的に自然や仲間と関わることで、コミュニケーション能力の基礎を身に付けることにもつながります⁵⁾。

脳や体の発達に必要な自然体験

自然には、多様な要素が存在し、そこにいるだけでそれらが子どもたちの中に刺激という情報となつて入り込みます。これを脳科学の面で見ると、小泉英明氏⁶⁾によると楽器の音と自然の音を比較した場合、周波数帯の幅には大きな差が見られ、その刺激による音に関わる諸感覚の発達への影響にも差があるとのこと。例えば、ピアノの音ひとつひとつは弦を叩いて出す音であり周波数としては単純であるのに対し、木の葉が風でさやさやと揺れる音、波の音、雨の音などの自然の音はたくさんさんの周波数帯成分を含んだ非常に豊かな音であるため、自然の音の方が諸感覚の発達には効果的であると述べています⁷⁾。

身体的な面では、「幼児期運動指針」(文部科学省、平成24年)があり、幼児期には様々な遊びを中心に毎日合計六〇分以上、楽しく体を動かすことの重要性を示すとともに、運動の質の担保についても触れられています。例えば、「歩く」という動作ひとつをとって

も、多様な要素で構成された自然の中の道を歩くのと街中の舗装された歩道を歩くのとは異なります。子どもは、足を着地させてから踏み出すまで、絶えず全身をコントロールしています。不均一な自然環境での歩行動作は極めて高度な処理であり、質の高い運動といえます。また、自然物を使った遊びは、手や指先を多用する動作も多く、物を掴む、投げ等々の複雑な動作の繰り返しにより、神経経路の発達に寄与することも考えられます。自然の中の遊びにおいては、自ずとこうした多様な動作を繰り返すこととなる、優れた遊び場であることがわかります⁸⁾。

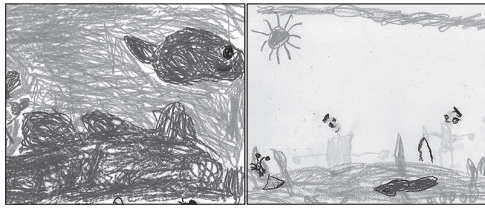
子どもの自然体験活動事例

ここまで、子どもの頃の自然体験の重要性について述べてきました。ここでは、特に就学前の子どもの具体的な実践事例について紹介していきたいと思えます。

日本の幼児教育・保育の指針に「幼稚園教育要領」「保育所保育指針」「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」の三つがあり、幼児期に育みたい資質・能力及び「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」の一つとして、「自然との関わり・生命尊重」が明示されて

います。そこには、「自然に触れて感動する体験を通して、自然の変化などを感じ取り、好奇心や探求心をもって考え言葉などで表現しながら、身近な事象への関心が高まることにも、自然への愛情や畏敬の念をもつようになる。また、身近な動植物に心を動かされる中で、生命の不思議さや尊さに気付き、身近な動植物への接し方を考え、命あるものとしていたわり、大切にする気持ちをもって関わるようになる」とした姿が描かれています。これを踏まえて当機構の事例を紹介します。

「海の自然体験「うみはともだち」



国立若狭湾青少年自然の家では、幼児を対象とした海の体験活動プログラム「うみはともだち」を実施しています。当事業では、ライフジャケットを着用し海に入ったり、岩場での生き物観察をしたりと、海とふれあう体験をしています。本事業の参加者には、参加前後に各園で「海」を題材に、絵を描いてもら

っています。この絵からは、海での体験活動を通した自然の認識の変化を把握することができます。上段の図は、特徴的な絵です。

左が事前、右が事後となりますが、事後の絵には、事前に描かれていた海の生き物の代わりに海の中に「人物」が描かれ、その人物の活動性も見られるようになりました。これは、海に浮かぶ、波の力を体験するといった遊びを通じて、海を単なる自然環境としてではなく、自分や友達が遊ぶ場所として認識するようになり、海の中で遊ぶ自分を具体的に思い描くことができるようになったことが推察されます。



他の参加者が描いた絵（五園一〇七名分）についても同様に分析を行った結果、「人物」や「活動性」についての変化は、統計的にも有意な結果が得られています¹⁰。園の先生からも、「事後の絵は、自分で体験したことを理解して描いている」「知識や興味が深まり、細

かいところまで描いている」「描きながら友達と『〇〇だったね』『そうだね』など会話をしながら共感し合う場面があった」とも聞いています。絵を描くことは、子どもたちの中に体験を内在化していく体験にもなっていると考えられます。

「森の自然体験「こどもの森」

国立磐梯青少年交流の家に設置した「こどもの森」⁵には、豊かな自然環境の中で、遊びを通した様々な身体の動きが展開され、子どもたちが、主体的に遊ぶ中で身につけてほしい三十六の基本的な動きがたくさんできるよう設計されています。この豊かな自然環境の中で、保育園や幼稚園が四季を通じて複数回の森遊びや雪遊びを体験しました。

活動では子どもたちの興味・関心の向くままに不思議な虫を見つかったり、草花を口にしてみたり、岩に登ったり、山道を登ったりと自発的な遊びが展開されていました。

園の先生からは、「ルールありきではなく、子どもの活動そのものに意味があることに改めて気づきました」「昆虫や植物に興味のある子どもは、石やプランターの下を探し『この虫なに?』と自ら図鑑を調べたりしていま

した」などの声を聞くことができました。また、複数の園では保護者が子どもと一緒に活動をしました。一緒に遊ぶ中で子どもの体力や運動能力、表現能力などの発達を確認することができたり、わが子の興味関心が何であるのか再認識する機会となったようです。親子での自然の中での遊びは、家族がしっかりと向き合い、理解し合い、愛着を形成する場や機会となる可能性も示されました。

自然体験の場や機会の拡充

これまで見てきたように、自然体験は、子どもたちの成長に欠くことができない重要な体験です。しかしながら、国立青少年教育振興機構が二十代から六十代までの年齢層別の調査を行ったところ、年齢層が若くなるにつれて自然体験や友達との遊びの経験が減少していることがわかりました。^①

例えば、「太陽が昇るところや沈むところをみたこと」「夜空いっぱい輝く星をゆくりみたくこと」「海や川で貝を採ったり、魚釣りをしたこと」等の活動が、年代が若くなるにつれて減少していることがわかりました。つまり、今の子どもたちは、成長過程で必要な体験すべき事柄を体験せずに成長してしま

う可能性を示しているともいえます。

そこで、国立青少年教育振興機構は、平成二十二年度から、地域の大人が意図的・計画的に子どもたちの体験の場や機会を創出・提供していきこうという「体験の風をおこそう」運動^⑫を国や地域の皆さんと一緒に推進しています。毎年十月の推進月間には、平成二十九年度は日本全国で約二六〇〇事業の登録があり、約二五万四〇〇〇人にご参加いただきました。

今後子どもたちの成長のために、学校、地域、家庭の連携により多様な体験の場や機会を提供することが求められています。皆様の地域でも「体験の風」をおこしませんか。

文責：樋口拓（調査・広報課）
実践事例報告監修：齋藤雄（国立若狭湾青少年自然の家）、室井修一（国立磐梯青少年交流の家）、参考文献・資料等確認：庄子佳吾、山川晃（調査・広報課）

【参考文献・資料等】

- ① 「子どもの体験活動の実態に関する調査研究」(国立青少年教育振興機構、平成22年)。
- ② 「青少年の体験活動等に関する実態調査」(平成24年度調査)「国立青少年教育振興機構、平成26年」。
- ③ 1907年アメリカ生まれの作家で海洋生物学者

レイチェル・カーソンによる著作「THE SENSE OF WONDER」(1955年)に記された言葉。自然の神秘さや不思議さに目を見張る感性のことをいい、この感性は子どもが生まれながらに持ち合わせているものと主張しました。

- ④ 「インターネット社会の親子関係に関する意識調査」(国立青少年教育振興機構、平成30年)。
- ⑤ 平成28年度、平成29年度「ぼんたい×こどもの森プロジェクト報告書」(国立磐梯青少年交流の家、平成29年/平成30年)。
- ⑥ 日立製作所名誉フェロー、OECD「学術科学と脳研究」国際諮問員や文部科学省・科学技術振興事業団の「脳科学と教育」領域総括等を歴任。
- ⑦ 「しぜんであそぶ」まるわかりガイドブック「国立青少年教育振興機構、平成30年、P2～P3」。
- ⑧ 「しぜんであそぶ」まるわかりガイドブック「国立青少年教育振興機構、平成30年、P6～P7」。
- ⑨ 「幼稚園教育要領」(文部科学省、平成30年)、「保育所保育指針」(厚生労働省、平成30年)、「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」(内閣府、平成30年)。
- ⑩ 「青少年教育研究センター紀要第6号」(国立青少年教育振興機構、平成30年、P125～P130)。
- ⑪ 「遊んで身につく36の基本的な動きVol.1」(国立青少年教育振興機構、平成28年)。
- ⑫ 「体験の風をおこそう」運動ホームページ <https://taikennokaze.jp/>

【照会・問い合わせ先】

国立青少年教育振興機構本部調査・広報課
TEL：03-6407-7740
FAX：03-6407-7689
Mail：hombu-renkei@niye.go.jp
URL：http://www.niye.go.jp/