

# 遊びたいという気持ちが生スポーツの原点

東京学芸大学健康・スポーツ科学講座助教授／学獅会硬式野球部監督 及川 研

— 及川先生は、運動の大切さを強調され、野球部の監督もされているのに、子どもたちにあまり小さい頃からスポーツの習い事をやらせるなどおっしゃってますね。それはどういうことでしょうか。

及川 基本的にスポーツクラブの習い事になると、子どもは大人の指示で動きます。これまでの私の調査研究からは、子どもの身体能力を伸ばすには、人の指示に合わせて動くのではなく、子どもが自分の関心や意思にそって動くのが大事だという結果が出ています。そのためには、受身で動く時間を減らした方がよいのです。

たとえば、幼稚園児くらいの子どもはボールを蹴っただけで楽しい。それなのに線を越えたから蹴るのを止めるというのは、子どもにとって興ざめですね。正式のルールに従って教えてしまうと、とにかくダンゴになってでも球を蹴るのがおもしろいという感覚が育ちません。

— 教えられたことで子どもたちが運動に興味を持つこともあると思うのですが。

及川 もちろん、技術的なことを習ってできるようになればおもしろいと思うし、ルールがわかって作戦にそってできたら楽しいと思うのですが、それよりも自由にやりたいように遊ぶ楽しさの方が優先ではないでしょうか。スポーツの習い事のほかに、そのような自由な時間も確保されるならよいのですが、習い事のために自由に遊べる時間が

ゼロになってしまうというのは、マイナスだと思います。少年野球を見てると、子どもたちは黙々と練習していて、練習中は監督の怒鳴り声だけが響いています。子どもたちの自由な歓声が聴こえるのは、すべての練習が終わったあと。これっておかしくないですか。

— マイナスというのは、子どもの精神的な発達の上からですか、それとも今後その子どもがスポーツをやっていく上でもまずいとお考えですか。

及川 両方でしょうね。たとえば、過去に行った調査では、戸外で体を動かす遊びを多く体験した者は、「運動が得意」「学校での人間関係に対してポジティブ」「自己イメージが明るい」「自主性がよく育つ」などの傾向があり、体力・運動能力のほか、心の健康にも影響がある様子が見られました。

ものごとに取り組む積極的な姿勢とか、何でもおもしろがる能力は、心身の健康にとって基本ですから。都会のリトルリーグであれこれと指示されながら野球を習ってきたという子どもよりも、山の分校や海沿いの漁師町で伸び伸びと育った子どもの方が、ものすごい選手に成長する潜在力をもっていると感じます。

— 何が違うのでしょうか

及川 すべて違うのではないですか。パワー、持続力、身のこなし、器用さ。リトルリーグは実験室、温室的なのです。温室で育った花を風が吹いているところにもっていくとダメになってしまうのと同じことが運動でもいえます。ピッチングマシンのまっすぐな球なら打てるけれど、打たせないように投げてる投手の球は打てない。姿勢が少し崩れると、もう投げられなくなってしまいます。

— たとえば、プロ野球の選手で野山派の代表という。

及川 いっぱいいますけど、ヤンキースの松井秀喜なんてそうではないでしょうか。

— サッカーですと裸足でボールを蹴って育った子どももいれば、小さい頃からクラブで本格的にやってきたという選手もいるような気もしますが。

及川 サッカーのことはあまり詳しく知りませんが、ヨーロッパのクラブと日本のクラブとは位置づけが違っているようです。自由に遊んでいるなかで頭角を現した子がクラブに行くというのと、クラブに入らないと体を動かす環境が得られないというのとでは、まるで違うと思います。

— 親の立場からすると、たとえばスイミングクラブに通って子どもがうまくなると、単純に喜んでしまうのですが。

及川 スイミングクラブは月謝をとりますよね。すると親



は、元を取りたいとどうしても思う。そうすると、クラブの側は目に見えて成果のあがることばかりを教えたがるようになります。それって、全然子ども本位ではない。子どもの感覚からすれば、水に入りたければ入るし、入りたくなければ出ているし、自由ですよ。その中で自然に泳ぐ楽しさを覚えていけばいい。でも、そんな自由なクラブでは、子どもは楽しいでしょうけど、月謝を払って通わせようとする親は少ないと思います。だからダメなのです。

——世の中のスポーツ指導者はどんな意識なのでしょう。

及川 技術を教えたり、練習メニューを提供したり、安全管理をしたり、そういうことがスポーツ指導だと思っている人が多い。本当はもっと根本のところを伸ばさないとダメなのです。自分で取り組む気持ちや練習が続けられる体力。そういうことを指導していかないと、強いスポーツ選手はつくれないのですが、そこまで考えてやっている指導者は少ないでしょう。たまたま出会った有望な選手をどうするかだけしか考えていないことも多い。

日本の子どもはスポーツ以外の運動体験が足りないのです。極端な言い方になりますけど、軽自動車をどれだけ早くからチューンナップして走らせようとしても、土台が軽自動車なんだから、大したものにはならない。それこそ中南米などの子どもたちは、サッカーの前にいろいろな遊びや労働をして育っている。そうして作り上げた大きなエンジンにチューンナップを施して走っているんです。結局、そちらの方が速い車になる。これは体の大きさということではないですよ。強さが違うのです。相撲の朝青龍などもそうだと思います。

——日本と外国ではスポーツ観が異なるのでしょうか。

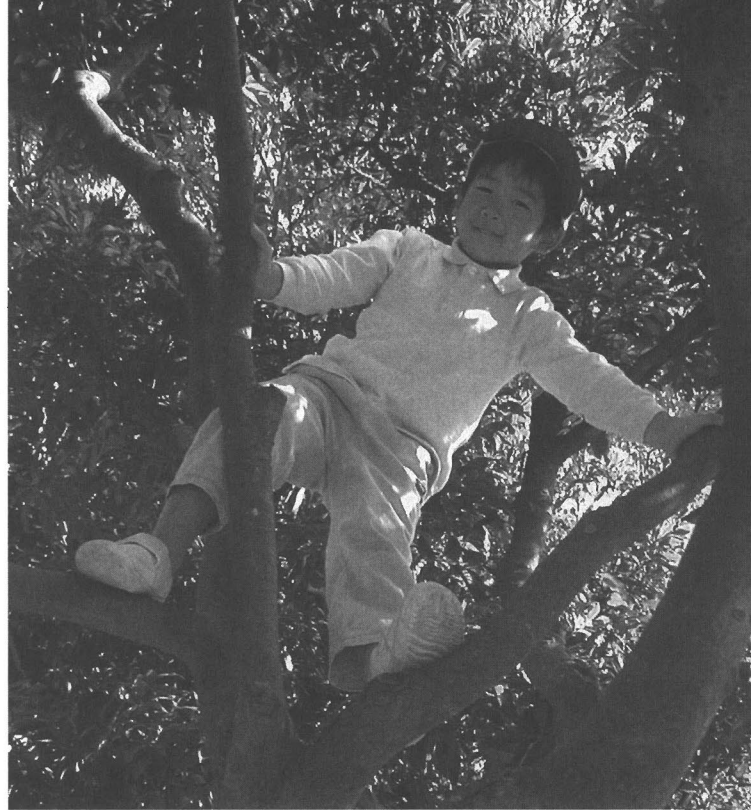
及川 欧米のスポーツという概念は日本で受け止められている概念とはかなり違います。日本のスポーツは「いくさ」。負けたら死んで終わるので、負けてはいけない。だから、勝つための技術の習得や作戦の追求が体力づくりよりも優先したりする。ところが、欧米のスポーツはトランプやじゃんけんと一緒に。勝つときは勝つし、負けるときには負ける。両方を楽しむ。

——まさにゲームですね。

及川 誰かが勝てば、誰かが負けるわけですから。負けも含めてゲームなのです。スポーツなのです。日本人は負けを否定するので、それがまずい。

——確かに、日本では期待した選手が金メダル取らなかったときなんて、地に落とします。あれってひどいですよね。

及川 でしょう。子どもをリトルリーグに行かせている保護者たちも、強くなって、甲子園に出て、プロに、という



目でつつい見ている。うちの子は野球を思う存分楽しんでいるから、しょっちゅう負けるけど、いいじゃないかとは思えない。レギュラーになれなかったら、通わせている意味がない、なんて平気で言う。それはスポーツじゃないです。

——そんなに負けてばかりなら、やめてしまいなさい！と言いますね。

及川 そうですよ。そんなことなら、家の近所で新聞丸めたボールで野球やっている方がよっぽど楽しい。

私は野球を教えるときに心技体ではなくて、心体技というのです。まず、気持ちがあって、そして体力があって、最後に技がくる。体を動かすのは本当に楽しいという心があって、そこに立派な体がついてくる、技術は最後でいいのです。そういう子どもが高校ぐらいで本格的なコーチに出会って、ボーンと才能を伸ばす。

もしも、都会の子どもたちが、スポーツクラブ以外では体を動かす機会がないというのなら、せめてそこでは子どもたちが自由に遊びながら体力をつけていけるような工夫をしてほしいと思いますね。

また、とにかく子どもたちが自由に遊べる場所を確保することが大切です。それは単に公園を増やすということではなく、そこでは子どもがやりたいことを自由にやれるということが重要なのです。サッカーもだめ、野球もだめ、大声出すのもダメ、そんな管理された公園がどれだけできて子どもたちの環境は変わりません。

私はプレイパークの活動を行っていますが、そこでは大人の目から見たら「やめなさい」と言いたくなるような遊びを、子どもたちが楽しそうにやっています。保護者の方たちからすると、ただやりたいことをやっているだけでは、何も育っていないように思うかもしれないけれど、体を動かすことは楽しい、外でいつまでも遊んでいたい、そういう心がすくすくと育っているのだということを知ってほしいですね。

(取材：事務局 木下真)