

『おにご』の流行（遊びと体力）

安城中部小学校長 稲留 雄一

寒さも本格的になってまいりました。この時期に子どもたちの人気の場所の一番は「育みの泉」です。先日中部小学校のホームページにもその様子を掲載しましたが、子どもにとって、寒い朝の泉の氷遊びはたまらないようです。手を真っ赤にしながらか、そっと持ち上げ、日の光に当てたり、友達と大きさを競ったり、落として割れる様子にはしゃいだりしています。横で見ているのが楽しいのですが、手を入れる勇気が出ません。そういえば、私は小さいころ、しもやけとあかぎれがひどく、冬になると指は紫色でパンパンに腫れ、時には一部が割れてしまっで……。とてもつらい思いをしました。暖くなる昼間は痒さが増してきます。野球部でグローブをはめるのに本当に苦労しました。私が子どものころは、同じような子どもは珍しくありませんでしたが、最近あまり見かけないように思います。栄養が良いのでしょうか。

休み時間にも子どもたちは元気です。先日運動場にいると「校長先生『おにご』しようよ」と声をかけられました。『おにご?』『オニゴ?』『ONIGO?』新しい遊びなのかと思っで聞いてみると、『鬼ごっこ』の今どきの呼び名なのだそうです。中部小学校の運動場の休み時間は、低学年から高学年にわたって、いくつもの『おにご』団体が、それぞれ『おにご』を展開しています。『増え鬼』が基本のようです。



当然走ることが得意な子どももいれば苦手な子どももいます。それぞれが自分の走力を考えながら距離をとって楽しんでいます。走るのが苦手な子どもが鬼のときは、ぎりぎりまで近寄って来るのを待ってから逃げるのです。捕まるか、捕まらないか、そのスリルを楽しんでいるのです。ずっと鬼のまま泣いている子どもは今まで見ていません。子どもたちなりに、それぞれの走力に応じて楽しむ術（すべ）を知っているのだと思います。息をひそめて隠れながら移動している姿も、とてもかわいらしい。

体の発達の間からみると（実は私は元体育教師）、小学生の時期は、脳や神経系の発達が中心で、巧みに動くことをたくさん経験するとよいのです。走りながらカーブしたり、相手に合わせて走るスピードを切り替えたりすることで、動きをコントロールすることができます。まさに『おにご』は小学生にとってはもってこいの遊びといえます。中学生になると呼吸・循環系の器官が発達します。運動を長く続ける力（持久力）を高める時期になります。長距離走はこの時期から力を入れるとよいのです。

実は縄跳びも小学生にとっては大切な運動です。手と足の動作を呼応させてタイミングよく縄を跳ぶ動作は、巧みな動きを高めるのに絶好の運動だといえます。

子どもたちは「かけあしカード」や「なわとびカード」を片手に体力づくりに取り組んでいます。休み時間の運動遊びと合わせて、子どもたちが元気に体を動かし、体力を向上させていってくれることを願っています。



ちなみに、私も「かけあし がんばりカード」をもらいました。休み時間を使って、少しずつ進めています。歩くほどのスピードの私に後ろからついてきて一緒に走ってくれる子どもや、応援してくれる子どももいます。体力の向上を目指す子どもたちとは違い、私の場合は体力の低下を少しで遅くさせることが目的です。さみしいですが。

