

ゆずり葉の 木漏れ日

<特別支援・発達支援>

2025年3月3日発行
第4号

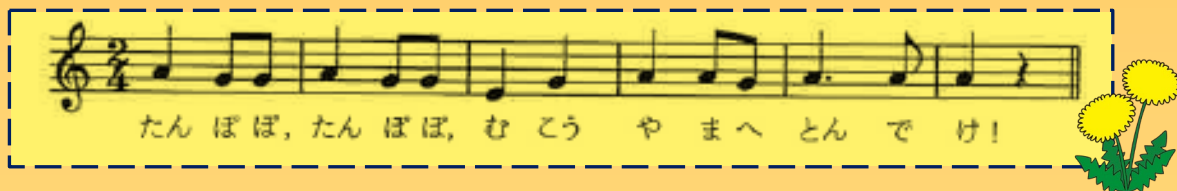
<http://www.yobokyoiku-academy.com/>

—子どもたちの健やかな育ちにわらべうたを—

今号は、わらべうたに関する情報をお届けいたします。

♪なべなべそこぬけ ♪あんたがたどこさ など、皆さんも少なからずわらべうたに触れた経験をお持ちではないでしょうか？ 古くから唄い継がれているわらべうたの魅力を改めて感じ取っていただけたら嬉しく思います。

♪たんぽぽ たんぽぽが咲き誇るまでもう少し。「とんでけ！」と唄ったら綿毛を飛ばして遊びます。



わらべうたとは



民謡のひとつであり、“子ども子どもによる子どものため”のわらべうたは、口承が基本で歌詞やメロディに地域性を有している¹⁾ことが特徴です。古くは日本書紀にその記述がみられ、子どもから子どもへと唄い継がれ遊び継がれてきたわらべうたは、唄いながら遊ぶことを通して、子どもの心とからだの発達を助けます。特に、視覚や聴覚、平衡感覚などをはじめとする運動感覚を養う要素がわらべうたにはふんだんに含まれる²⁾ことから、動きがぎこちない子や手先が不器用な子、感覚が過敏な子など、生活のなかで困り感をもつ子どもたちの活動にぜひ取り入れたい遊びといえます。

昨今では、保幼小の接続期におけるスタートカリキュラムとしての教育的意義³⁾が見いだされるほか、わらべうたを活用した発達支援プログラム（Warabeuta Approach）⁴⁾が開発されるなど、うたと遊びが一体となったわらべうたは、人への信頼感を育み、社会性や情動調整、自己制御の力を高める遊び⁵⁾⁶⁾として注目が集まっています。

わらべうたの良いところ



*狭い音域

2度～5度の音域で唄われるわらべうたは、子どもの未熟な声帯にとっても優しいものとなっています。

*短いフレーズの繰り返し

短いフレーズを繰り返し唄います。幼い子どもにとって“繰り返す”ことは、安心感と満足感につながります。

*肌と肌との触れ合い

触れ合い遊びが多いわらべうた。肌と肌が触れ合うひとときは信頼感を形成し、身体性を伴う遊びによって感覚の統合が導かれます。

【引用文献】

- 1)コダーイ芸術教育研究所 2008 わらべうた わたしたちの音楽 明治図書
- 2)山下直樹 2018 「気になる子」のわらべうた クレヨンハウス
- 3)安藤江里 2019 保幼小接続期における教育活動としてのわらべうた遊びの意義 松本大学地域総合研究、第20号、85-104.
- 4)こどもみらい光 <https://kodomomirai.sakura.ne.jp/hikari/>
- 5)本岡美保子・七木田敦 2018 乳児の情動調整とわらべうたとの関係性 広島大学幼年教育研究年報、第40巻、73-82.
- 6)尾見敦子 2001 幼児教育におけるわらべうたの教育的意義 川村学園女子大学研究紀要、第12巻第2号、69-92.

【0～2歳児】鬼決め遊び

♪せんべせんべ

せんべせんべ やけた、 どのせんべ やけた？
このせんべ やけた。

子どもと向かい合って、または、後ろから子どもの両手のひらをとって、上下に振る。

「このせんべやけた」で手をひっくり返す。



【3～4歳児】役交代遊び

♪どんどんばし

どんどんばし わたれ、 さあ わたれ、
こんこが できるぞ、 さあ わたれ!

①鬼役を2人決める。鬼は皆が歩いてくる方向を向いて橋を作る。

②他の子どもはペアになり、手をつないで唄いながら歩く。橋をくぐるときは手をつないだまま前後にずれて一人ずつくぐる。

③唄の最後で橋をおろし、通れなかった2人が鬼を交代する。



【5～6歳児】役交代遊び

♪もどろもどろ

もどろう、 もどろう、 もものは もどろう、
かえろう、 かえろう、 かきのは かえろう。

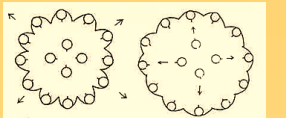
①輪になって立つ。鬼役（数人）は輪の中へ。外の子どもから唄いだし、中の子どもはそれに答える。

（2小節ごとの交互唄）

②外の子どもは手をつなぎ、中に向かって「もどろうもどろう」と唄いながら4歩進む。鬼は内向きに立ったまま「もものはもどろう」と手を叩きながら唄う。

③外の子どもは手をつないだまま、「かえろうかえろう」と唄いながら元の位置に4歩バックする。

④鬼は外側を向き、「かきのはかえろう」と手を叩きながら唄い、外に向かって4歩進み、出会った先の子どもと鬼役を交代する。



*楽譜と遊び方は、「いっしょにあそぼう わらべうた」コダーイ芸術教育研究所 明治図書 より引用しています。

おすすめ



わらべうたに関する書籍をご紹介します

『子どもも大人もぐんぐん育つ わらべうたと心理学の出会い』 湯澤美紀編著 金子書房

『「気になる子」のわらべうた』 山下直樹著 クレヨンハウス

『いっしょにあそぼう わらべうた』 コダーイ芸術教育研究所著 明治図書



お知らせ

予防教育科学アカデミーでは、子育てや教育上の困りごとの相談を常時メールにて受け付けています。皆さまからのご相談に応じて専門家が答えいたします。下記までどうぞご相談ください。

ご相談窓口：yobokyoiku.academy@gmail.com（お名前は必ずご記入ください）

【お問い合わせ】

特定非営利活動法人 予防教育科学アカデミー <http://www.yobokyoiku-academy.com/>

