



# 心を育むわらべ歌遊び インストラクター おうち遊びわらべ歌 インストラクター

一般社団法人全国乳幼児遊び研究協会

講師：みやざき あゆみ

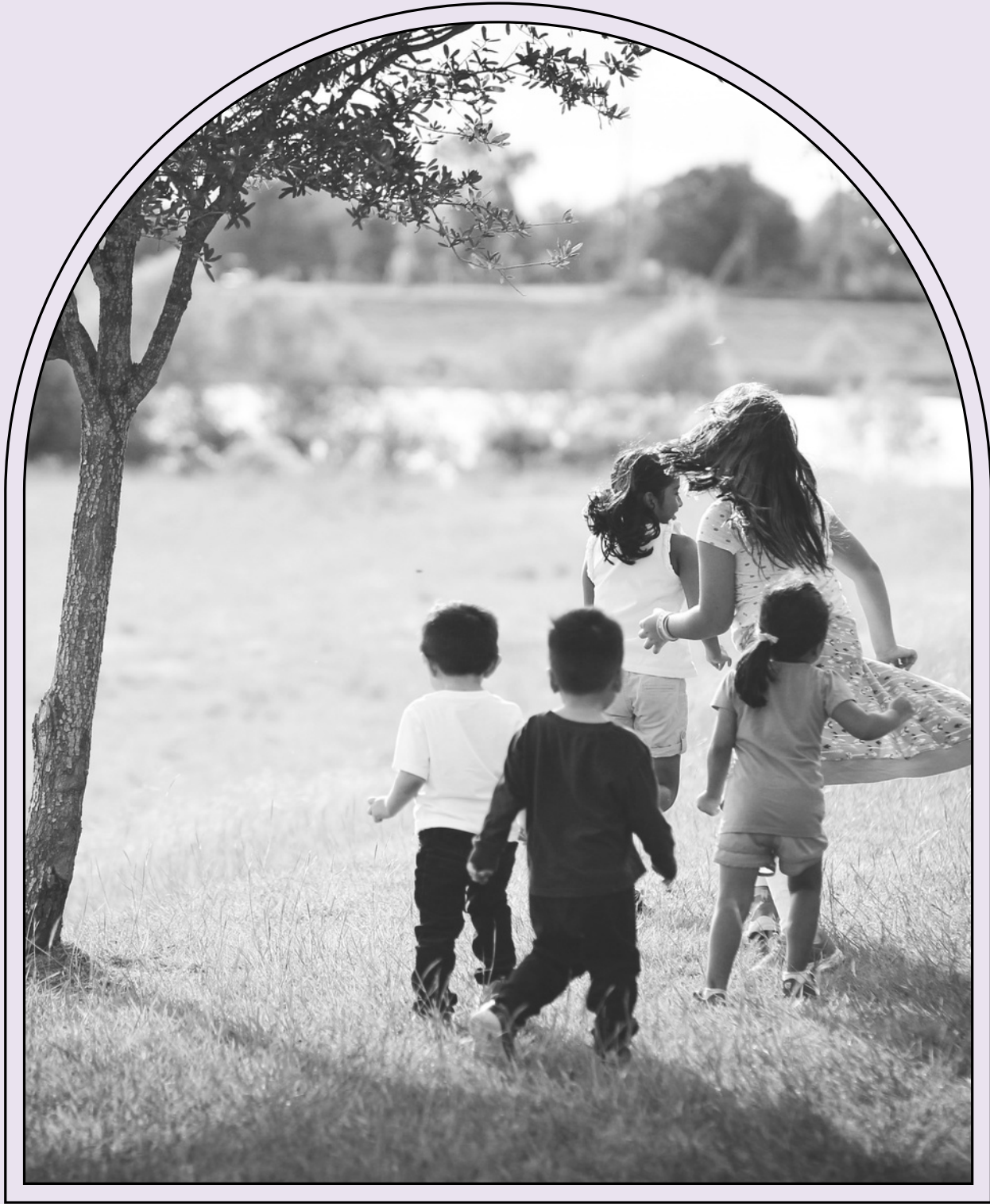
## 講義 4 集団遊びとわらべ歌





# 集団遊びとわらべ歌

---



# 集団遊びとは

名前の通り集団遊びとは、複数の子どもが集まり、一つの遊びを皆で楽しむことを示します。

子どもたちが保育園で1つの目的をもって集団で遊ぶことで、達成感を分かち合い、協力し合うことの大切さを感じることができるでしょう。

家庭では中々味わうことができない遊びが多く、友だちとの関わりを深めていくことができます。

ですが、複数人といっても遊んでいる状況によっては、同じ場所に遊んでいる人がたくさんいるだけの場合があります。

たとえば、A君は砂遊び、B君はかけっこ、C君は水遊び。

確かに3人揃って同じ場所（近く）で遊んでいたとしても、これは集団遊びとは感じないはずです。

たくさんの子がいるからといって、集団で遊ぶことになるとは限りません。

# 遊びの発達段階

発達心理学者のパーテンは、子どもの遊びと社会性の発達に関連があるとの見方を示しました。  
そして子どもの遊びを大まかに6つの種類に分類しています。

### ①何もしない遊び（１～２歳）

目的もなくぶらぶら歩きまわったり興味のあるモノをひたすら見るなど、集団の中で何もしていないように見える状態の事を指します。

これは、本来の遊びに進む為の前段階だと言われています。

ただぼーっとしているように見えますが、様々な刺激を受け、吸収している状態であるといえます。

場合によってはこの「何もしない状態も認めてあげる」事が大切です。

この行動に意味はなくとも、意義がある可能性があります。



## ②ひとり遊び（2歳～2歳6か月）

お友達や大人とは関わらず、一人で遊んでいる状態です。

いつけん無目的に室内をふらふらと歩いているようなこともあれば、独り言を言いながら、おもちゃで一人で遊んでいることもあります。子どもが遊んでいる時に他の子どもへの関心が見られない場合は

「1人遊び」だと思っていいでしょう。

自分1人で集中して遊び込むという経験が、その後の遊びの集中力や物を貸し借りする態度にまで繋がっていきます。

成長にともない減少していく事も多いですが、ひとり遊びがなくなつて次に傍観遊びになるわけではなく、大人になつてもひとり遊びはします。

### ③傍観遊び（ぼうかんあそび 約2歳6か月～3歳）

お友達との関わりを持たず、自分だけの遊びをしているところはひとり遊びと同じですが、お友達が遊んでいるのを見たり、口出ししたりできるようになってきます。

他で遊んでいる子どもの様子を傍に行って見ている状態を指します。

ただし、お友達との遊びに加わることは稀です。

お友達への興味が育ってきている時期といえます。

傍観的行動はその子にとって、「他の子の遊びを見る」という遊びをしている状態と言い換える事も出来ます。

それぞれ違うことをしていますが、チラチラ見合っ気になっている状態です。

#### ④平行遊び（へいこうあそび 2～3歳）

お友達と同じ場所で、同じような遊びをしているけど、お互いに干渉はしないといった時期です。

ただし、一緒にその遊びを展開する事はありません。

子ども同士の交流は見られず、同様の遊びをそれぞれが独立して行っている状態です。

傍観遊びとは、同じような遊びをしている点で異なります。

この時期にはお友達がやっている遊びを見ているうちに、自然と引き込まれていくことも多いです。

平行あそびの経験はその後の連合遊びへと繋がる大切なものになります。

相手の真似をすることなどが上手になる時期でもあります。

### ⑤連合遊び（れんごうあそび 4～5歳）

他の子どもと一緒に1つの遊びをします。

平行遊びと異なるてんは、子どもの間に交流が見られる事です。

おもちゃの貸し借りなどの子どもと子どものやりとりが活発になってくることで、お友達間でのトラブル（けんか等）も増えてくる時期です。

同じ遊びを横のつながりを持って行っている状態で、明確な役割分担などは見られません。

やりとりが増えた分、お友達ともめることも増えるので、大人の助けが必要です。

大人に手伝ってもらいながら、うまく解決した経験を積み上げが大切です。



## ⑥協同遊び（きょうどうあそび 5歳～）

共通の目的・目標に向かって、友達と協力して取り組むことができるようになります。

1つの遊びを子ども達が相互に関わり合いながら進めていく段階です。

役割分担ができるようになったり、ルールのある遊びを楽しんだりします。

それに伴う社会的行動を含んだ遊びが展開されていきます。

まさに、組織的な遊びです。

リーダー的な役割をとりたがり、周りを仕切ろうとする子が出てくるのもこの時期です。

鬼ごっこや役になりきるおままごと等は協同遊びの典型的な例であるといえます。

# 子どもの遊びを捉える際の注意点

ここで1つ注意点があります。

それは、この遊びの分類は発達過程を示すものではないということです。

これは遊びの種類（タイプ）を示すものになります。

発達も関係はしていますが、あくまでもこのような段階、状態の遊びが存在するんだなと認識しておく必要があります。

言語発達や社会性の発達に伴って遊びの質や種類が変化していくという認識で良いと思います

# わらべ歌で集団遊びを学ぶ



以上のように、こどもの遊びには段階があります。  
ただ段階や状態の遊びが存在するだけで、それぞれの遊びが子ども達  
の中でなくなるわけではない事をご理解いただけたかと思います。  
大人になっても一人遊びのような、一人の時間が大切な時もある  
ように・・・  
子ども達にとってもそうなのです。  
ここでわらべ歌を組み込みお話ししていきます。

赤ちゃんに対してのわらべ歌は大人が一方的に歌い、触れたりさすったり、リズムをとったりします。

それが2, 3歳になるとそのようなスキンシップ系のわらべ歌が必要なくなるかと言えば、そうではないですね。

4, 5歳はどうでしょうか？小学生は？そう考えた時に、どの年齢でもスキンシップは大切で、赤ちゃんと全く同じではなくても行う事で、大きくなっても心の肥やしとなります。

また、遊びの発達段階を学びました。

気になった方もいらっしゃったかもしれませんが、平行遊びや連合遊びの段階までいかないとルールを学べない？社会性が育まれない？

4, 5歳まで待たないといけないの!？と感じた方もいらっしゃったのではないのでしょうか？

確かに発達段階ではそうかもしれません。

でも、わらべ歌を遊びの中に取り入れると話が変わっていきます。

わらべ歌は多かれ少なかれルールのある物が多くあります。

それは、4, 5歳になって急に始めるのではなく、小さい時から大人と少しずつ行ったり、お兄ちゃんお姉ちゃんが行っているのを見たり教えてもらいながら学んでいくのです。

それではもう少しわらべ歌について掘り下げていきましょう。



子ども達は日本の子育て文化であるわらべ歌を歌いながら、人と関わる面白さを体験し人間的に成長してゆきます。

うれしい・楽しい・怖い・驚き・喜びなど、共感するという体験ができていました。

その体験のなかでたくさん笑います。

楽しみながら、先ず自分を好きになり、次に人を好きになって社会を生き抜く力をつけいきます。

わらべうたの集団遊びは、グループを自分のこととして考える  
リーダー的な気持ちも育ちます。

本来わらべうたは自由です。

「いれて」「いいよ」「ぬけた」など自由意思により「うれしい」  
「楽しい」「怖い」「悔しい」などの感情体験や「充実感」  
「達成感」「挫折感」「葛藤」などが経験できるようになって  
います。

現代は、集団遊びの機会がとてま少なくなっています。

集団遊びによる社会性の育ちは、取り戻さなければいけない  
最重要課題なのです。

今、圧倒的に人と人との触れ合いが減っていることが指摘されています。

ネット経由の付き合いが増え、人と直面するのが苦手な若者が増えていきます。

私たちに出来ることは『人と関わりたいんだ』という性質を乳幼児の頃から持たせることだと思います。

わらべうたは日本古来より、人と関わる力を育てる遊びでした。  
簡単に折れない心や困難を乗り越える力を育むことにも通じています。  
始めは離乳食のように子育てに取り入れていくことにより、運動神経も、  
リズム感も、社会性までもが身につきます。  
わらべうたの有用性は研究でも明らかになっております。



例えば・・・

色んな2人組をつくって遊ぶことで、自然と関わりが広がりますし、相手と協力しなければできない遊びだったりします。

その中で、できない子もいます。

その時に教えてくれる子がいたり・・・

特定の子としか組みたがらない子がいたり・・・

と、様々な状況の中で、一緒に解決していく術を考えていくこともできます。

わらべうた遊びを通して、たくさんの友だちと触れ合い、今後の関わりに繋がったり、成功したときの喜びや協力することでできる楽しさを味わう事ができるのです。

子ども達は友だちとのトラブルを経験しながら、少しずつ自分の気持ちを抑えたり主張したりということを学びます。

また、コミュニケーション能力も発達しますので、友だちと一緒に遊ぶことの楽しさを、より感じるようになることができます。

わらべ歌では、同じ歌を歌いながら遊ぶことで、より一層、同じことをして遊ぶ楽しさの共有をすることができるのではないのでしょうか。

# わらべ歌

ここで、簡単にできるわらべ歌を紹介させていただきます。

※参考年齢を記載してありますが、あくまでごく一般的に言われている参考の年齢です。

子ども達との接し方によっては赤ちゃんも一緒に楽しめたりもします。

①おせんべいやけたかな（2，3歳～）

【 歌詞 】

おせんべ　やけたかな



みんなで手のひらを下にした両手を前に出し、  
歌いながら一人がみんなの手を順番に指差していきます。  
そして、「やけたかな」でちょうど差された子は、  
指差された手を裏返しにします。  
そのようにくり返し、一度手のひらを上に返してから  
再び下に戻ったら、焼けたおせんべいを食べる真似をして、  
両手のおせんべいを最初に食べられた子が勝ちです。

② さよならあんころもち（2，3歳～）

【 歌詞 】

さよならあんころもち    またきなこ  
さよならあんころもち    またきなこ  
さようなら

このうたは、様々な遊び方ができます。  
手であんころ餅をつくる動作をします。  
自分のあんころ餅やお家の人の大きなあんころ餅！  
それを大きな風呂敷に包んで背中にしょって帰ったり・・・  
または、みんなで手を繋いで輪になり、手を揺らしながら歌って  
「さようなら」のところで手を離してお辞儀をして別れる遊び方。  
うたに合う拍子を手で叩きながら歌う、リズム遊びの遊び方。  
お手玉や小さなボールなどを、歌いながら隣の人に渡していき、  
「さようなら」で止める遊び方などです。

③なべなべそこぬけ（4，5歳～）

【 歌詞 】

なべなべそこぬけ

そこがぬけたらかえりましょ

この遊びは、ご存知の方も多いのではないのでしょうか。  
2人組をつくり、向かい合って手を繋いで「かえりましょ」の  
ところで腕に体を通して背中合わせになるようにする遊びです。

動きは少し子どもには難しいので、最初はお手本を見せてあげたりど  
うやってやったらいいか実際にやりながら教えてあげたりしてくださ  
いね！



また、大きな円を作って行う事ができます。

手をつないだまま手を前後に大きくふります。

「かえりましょ」で手をはなし、足踏みをしなから後ろを向きます。

再度手をつないで、大きく手を前後にふり、「かえりましょ」で手をはなして足踏みで元に戻ります。

「かえりましょ」を「ジャンプしよう」や「わらいましょ」や「手をたたこう」等に変えても楽しいです。

④チュチュココ（赤ちゃん～）

【 歌詞 】

チュチュココ トマレ（何回か繰り返す）

トマラニヤ とんでいけ

これは、ハンカチやミニタオルを使った遊びになります。

「チュチュコトマレ」のフレーズ歌いながら上下に振る動作を何回か繰り返した後、最後の「トマレ」をわかりやすく少し強めに言ってあげて、それを合図に一旦動きを止めます。

そして、「とんでいけ」で布を上に向けてキャッチするという遊びです。

慣れてきたら「トマレ」の合図をするのも子ども達に任せることができますので、より楽しく遊ぶことができますね。

赤ちゃんには、軽い柔らかいハンカチ等を頭の上で歌に合わせて上下に振って、「とんでいけ」でふわっと投げるだけでも喜んでくれます。

⑤おふねがぎっちらこ（赤ちゃん～）

【 歌詞 】

おふねが　ぎっちらこ  
ぎっちらこ　ぎっちらこ  
おふねが　ぎっちらこ  
ぎっちらこ　ぎっちらこ

おおなみがきたぞ～  
ざぶざぶざぶ～

年齢に応じて様々な遊び方ができます。

赤ちゃんには、大人の膝を伸ばし赤ちゃんを膝の上に座らせます。  
そして、歌に合わせて身体をお辞儀をするように前に後ろに動かします。

「おおなみがきたぞ～ざぶざぶざぶ～」の部分で脚を揺らします。  
月齢に合わせて気を付けながら行っていきましょう。



みんなで行う場合は手を繋いで輪になって座り、上体を倒したり起こしたりして遊びます。

倒れたり起きたりするタイミングが合わなければ、逆に引っ張られてしまうため、隣の友だちの動きに合わせることが大切になります。

「おおなみがきたぞ～ざぶざぶざぶ～」の部分では、足を揺らしてもよいですし、腕でウェーブのように揺らしても楽しいですね。

最初は、2人組などでうたに合わせて動くことに慣らしておくとうまいでしょう！

⑥かごめかごめ（4，5歳～）

【 歌詞 】

かごめ かごめ  
かごのなかのとりは  
いついつでやる  
よあけのばんに  
つるとかめと（が）すべった  
うしろのしょうめんだあれ

かごめかごめ

みんなで輪になり手を繋がります。

オニは輪の中に入り、手で目隠しをしてしゃがみます。

輪になった子は、歌いながら時計回りに歩きます。

「うしろの正面だあれ」と、歌い終わったら、オニの後ろにしゃがんだ子が鳥の鳴き声をします（「だーれーだ」という地域もあります）。

オニはそれが誰の声かを当てます。

当たれば鬼を交代します。

⑦からす かずのこ（4，5歳～）

【 歌詞 】

からす かずのこ にしんのこ  
おしりをねらって かつぱのこ

この遊びでは、みんなで輪になって遊びます。  
一人鬼役の子を決め、その子は輪の周りをぐるぐると回ります。  
そして、「かっぱのこ」でちょうど自分の前にいた子のおしりを、ポンポンポンと三回うたに合わせて叩き、叩かれた子が鬼役の子の後ろに電車のように繋がっていく遊びです。  
最後の子は、全員からおしりを叩かれることになります。

最後に . . .



集団遊びとわらべ歌。

遊びの中にわらべ歌を取り入れる事により、心の成長だけでなく、コミュニケーション能力を上げて社会性が育まれ、多くの事を自然に学ぶ事ができます。

しかも、子ども達の世界で優しさやルール、自分はもちろん人の大切さを知れるのがわらべ歌の世界です。

大人になっても忘れてはいけない大切な部分を多く学べるわらべ歌・・・。

ただ昔とは違い、自然に学べる環境はない為、大人の手助けが必要です。

赤ちゃんの時はふれあい遊びからスタートして、徐々にルールの少ないわらべ歌で遊びながら年齢に応じて集団遊びへと入っていけたら、子ども達もストレスなく集団遊びを楽しめます。

わらべうたは日本古来より、人と関わる力を育てる遊びです。

簡単に折れない心や困難を乗り越える力を育むことにも通じています。

上手に集団遊びの中にわらべ歌を取り入れてみてください。

子ども達の10年後20年後が変わると思います。

# Thank You



参考尾資料：保育士.com/IROYA/にほんのわらべうた