

子どもの体力向上支援事業

～未就学児の運動プログラム～

うんどうだいすき えがおがいっぱい

指導者用資料



平成26年3月

島根県教育委員会

はじめに

今の子どもたちには体力低下と運動習慣の二極化という課題があります。

体力低下については、本県のピークであった昭和61年の子どもたちの総合的な体力の数値を100とすると、今の子どもたちの数値は約95に低下しています。運動習慣の二極化については、平成25年度調査によると、1週間のうち体育の授業以外では60分も運動しない小学校5年生は、男子で8.3%、女子では22.8%、そのうち全く運動をしないのが、それぞれ4.6%、11.4%という結果です。特に女子は、全国平均（9.9%）よりも高い数値になっています。

これらの要因として、少子化や過疎化などにより近所に一緒に遊ぶ子どもがいない、安全に遊ぶ場所が少ない、親自身が子どもの頃から身近にゲームがあり、外遊びをしてきていないといった状況から、我が子と一緒に外で遊ぶことが少ないといったことなどが考えられます。

一方、2020年東京オリンピック・パラリンピックの開催が決定し、スポーツに対する関心が一気に高まりました。そこでの日本人選手の活躍はもちろん、ボランティアとして選手や外国人観光客へのサポート、ホスト国のおもてなしなど、国民すべてが関わっていくことが期待されています。

こうした中、本県ではこれまで子ども体力向上事業として重点を置いて取り組んだ小学校・中学校の児童生徒に加え、今年度は新たに未就学児への取組も行いました。内容は、子どもたちが運動を嫌いにならない、運動に苦手意識をもたないために発達段階に応じた適切な運動プログラムを学ぶ指導者研修と地域におけるモデル事業です。

指導者研修を重ねる中で、幼稚園の先生方や保育士の皆様から運動プログラムのテキストを作成してほしいという声が多く上がり、このたび事例集を作成することにいたしました。この事例集では、先生方や保育士の皆さんが日頃から活動に取り入れられている運動遊びがどのような効果があるのかを再確認し、小学校ではどのように系統だてられていくのかを理解することでより充実した運動にしていくことをねらいとしています。

あわせて作成する保護者用リーフレットと合わせて、それぞれの施設で積極的に活用し、からだを動かすことが大好きな子ども、笑顔いっぱい友達と遊ぶ子どもたちをどんどん増やしていただきますようお願いいたします。

平成26年 3月
島根県教育庁保健体育課
課長 野 津 建 二

も く じ

【理論編】

なぜ幼児期からの取組が必要なのか

子どもたちの現状	1
発達段階の特性	2
運動遊びを通して育つもの	3
幼児期の運動発達の特徴	3
多様な動きができるからだ	4
幼児期の運動指導のポイント	5
動きのレパートリーを増やすために	7

【実技編】

タオルを使ったいろいろな遊び	9
新聞紙を使ったいろいろな遊び	13
体をつかったいろいろな遊び ～○○に変身しよう！～	18
子ども同士で取り組む運動遊び ～二人で	19
子ども同士で取り組む運動遊び ～集団遊び	20
親子で取り組む運動遊び	22

【まとめ】	28
-------	----