

遊びや生活を通して、子どもの体力・運動能力を向上させるために

調査結果から、幼稚園・こども園や家庭、地域において、子どもの体力・運動能力を向上させるために、以下の提言をする。



提言1 遊びや生活の中で、より多様な動きを経験できるように豊かな遊びをしよう。

- ▶ 自ら環境に関わり、十分に体を動かして遊ぶことを楽しめるように、援助や環境の構成を工夫する。
- ▶ 園生活で体を動かす機会を計画的、積極的につくり、遊びの中で多様な動きの体験を楽しめるようにする。
- 体を動かす遊びを自分の興味や関心に応じて友達と繰り返し楽しめる環境にしよう!
- 運動の種類とバリエーションが体験できるように体を動かす遊びや活動を工夫しよう!
- 体を動かす遊びや保護者参加の活動を指導計画に位置付けよう!
- 友達と体をよく動かす遊びの指導や環境の構成について研修し、実践に生かそう!

提言2 幼児期に体を動かす経験の大切さを保護者と共有し、親子で触れ合い体を動かすことを楽しもう。

- ▶ 家庭でできる様々な体を動かす楽しい遊びを保護者に伝え、親子で触れ合いながら体を動かす機会を増やす。
- ▶ 体を動かす心地よさを親子で実感し、体を動かすことを毎日楽しめるようにする。
- 歩く、走る、跳ぶなどの体の動きを親子で一緒にやってみよう!
- 片付けや掃除、階段の昇降など、生活を通して経験している多様な体の動きをする機会をつくろう!
- タオルやゴムなど、身近な物を使って親子で体を動かし触れ合って遊ぼう!

提言3 地域との関わりを広げ、親子で多様な体の動きができるように発信しよう。

- ▶ 地域の広場や公園などの環境を活用して多様な体の動きを楽しめるようにする。
- ▶ 地域の行事や活動を活用し親子で体を動かすことを楽しめるように、情報を発信する。
- 地域の特性を生かし、地域の行事や活動を通して体を動かすことを楽しもう!
- 地域の行事や活動への参加を積極的に呼び掛けよう!
- 地域の様々な人と触れ合い、体を動かして遊ぼう!

編集・執筆 特別事業推進委員

委員長	泉 雅美	文京区立青柳幼稚園
副委員長	加納千恵子	浦安市立美浜南認定こども園
委員	山口 晃司	中央区立有馬幼稚園
委員	足立 祐子	台東区立大正幼稚園
委員	島崎 智恵	認定こども園世田谷区立多聞幼稚園
委員	高梨 智子	浦安市立日の出幼稚園
委員	青山 伸子	港区立港南幼稚園
国公幼会長	関 美津子	練馬区立北大泉幼稚園
同 副 会 長	新山 裕之	港区立青南幼稚園
同 事 務 局 長	佐藤 忍	国公幼事務局

平成29年度全国キャンペーン・研修会ブロック担当

東北・北海道	畠山 幸男	釧路市立マリモ幼稚園
関東・甲信越	本多 久男	川口市立船戸幼稚園
東海・北 陸	山田さとみ	多治見市立精華小学校附属愛児幼稚園
近 畿	織 富山 智子	播磨町立蓮池幼稚園
中 国	細野 聖子	周南市立菊川幼稚園
四 国	東 明夫	奈半利町立幼保連携型認定こども園なはり
九 州	見上 昌陸	福岡教育大学附属幼稚園

発行日 平成30年3月9日
 編集発行 全国国公立幼稚園・こども園長会 会長 関 美津子
 住 所 〒113-0034 東京都文京区湯島 1-5-28 ナーベルお茶の水208

電 話 03 (5684) 2240
 F A X 03 (5684) 2174
 E - m a i l entyukai@kokkoyo.com
 ホームページ https://kokkoyo.com



もっと体を動かそう!親子で一緒に楽しもう!



遊びや生活を通して、子どもの体力・運動能力を向上させるために

会長 関 美津子

幼児期に遊びや生活の中で多様に体を動かす体験を積み重ねることが、体力や運動能力の向上のために大変重要であると言われています。しかし、子どもたちを取り巻く環境の変化は著しく、体力・運動能力の向上にふさわしい環境を保障することが難しくなっています。

今回のアンケート調査からは、園も保護者も共に「幼児期に体を動かす大切さ」は感じているが、親子の関わり方や、園での遊びや活動についてなどの具体的な方法や改善策については課題であることが明らかになりました。子どもたちが思い切り体を動かして遊び、体力や運動能力を向上させ、心身ともに健やかに育つために、園や保護者・地域でできることを改めて考えたいと思います。

全国7ブロックで取り組んだ親子体験型キャンペーン・研修会の成果等も生かして、子どもの体力・運動能力の向上のための環境を整えていきましょう。

最後になりますが、本年度の事業推進のためにご協力いただきました多くの皆様に感謝申し上げます。

全国国公立幼稚園・こども園長会
特別事業委員会

事業名:遊びや生活を通して、子どもの体力・運動能力を向上させる調査研究
— もっと体を動かそう!親子で一緒に楽しもう! —

事業のねらい 子どもの体力・運動能力に関する実態調査を行い、遊びや生活を通じた親子の触れ合いを広げ、体力・運動能力を向上させることをねらいとし、2年間の調査研究を行う。

1年次 平成19・20年度実施の「幼児の生活リズムを整え、体力向上を目指すプログラムに関する調査研究」から10年を経た今、改めて園や家庭における子どもの体力・運動能力に関する実態調査を実施。遊びや生活を通して、親子の触れ合いを広げ、関わりを楽しみながら体力・運動能力の向上を図る全国キャンペーン・研修会の実施。

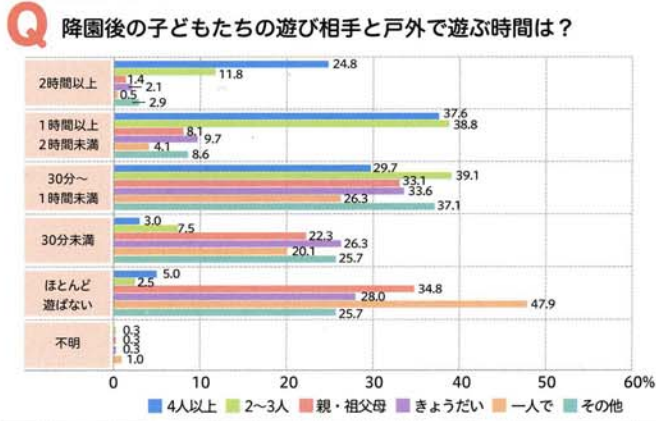
2年次 親子の関わり的重要性について発信し、地域の特性を生かしながら、体を動かす楽しさを味わえるよう、その行動化を促す全国キャンペーン・研修会を実施。

子どもの体力・運動能力に関する実態調査と意識についての調査

調査対象園:全国の幼稚園・こども園数の比率に準じて選定
 回答者数:保護者2,043名 教諭684名
 調査実施期間:平成29年9月

調査結果から子どもの体力・運動能力に関する実態や教諭、保護者の意識の傾向について以下のように読み取った。

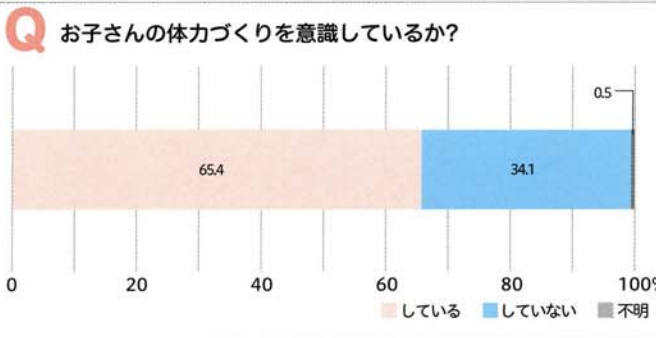
子どもの実態 降園後の子どもの遊び相手と
 戸外で遊ぶ時間



平日、降園後の子どもたちの実態は、友達と一緒に戸外で30分~2時間以上続けて遊ぶ傾向が見られる。しかし、親・祖父母、きょうだい、一人でとなると、戸外で遊ぶことは少ない。

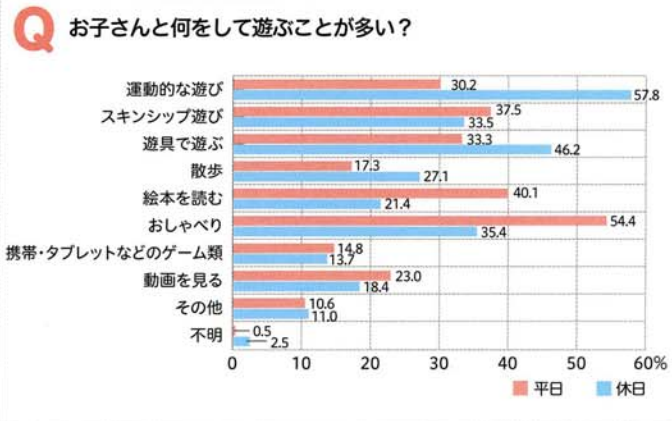
保護者の実態としては、平日の親子の遊びは「おしゃべり」が54.4%で多く、体を動かすことは少ないが、休日になると「運動的な遊び」57.8%、「遊具で遊ぶ」46.2%、「スキンシップ遊び」33.5%など、子どもと触れ合って体を動かして遊ぶ割合が高くなっている。このことから、平日は親子で触れ合って体を動かすことは少ないが、休日は、親子で体を動かして遊んでいる実態がうかがえる。

保護者の実態 子どもの体力づくりに関する意識と家庭での取り組み

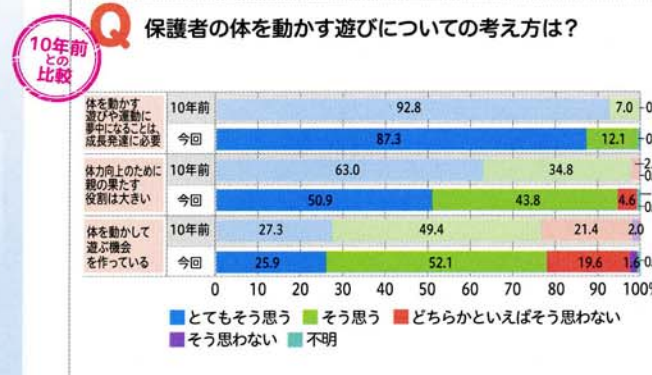


65.4%の保護者が、我が子の体力づくりに対して意識をもっているが、34.1%の保護者は「意識していない」と回答している。体力づくりを意識している保護者が、特にしていることについての問いでは「できるだけ歩く」「公園などで一緒に遊ぶ」「公園などに連れていく」との回答があり、親子で体を動かしていることが分かる。一方、同割合で「運動系の習い事をさせる」と回答している。

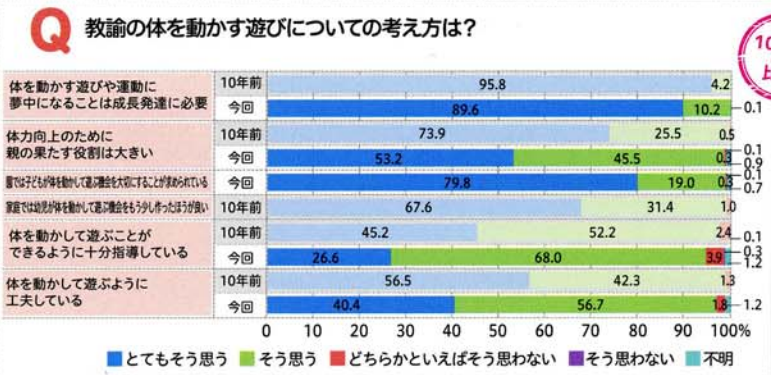
保護者の実態 親子の平日と休日の遊び



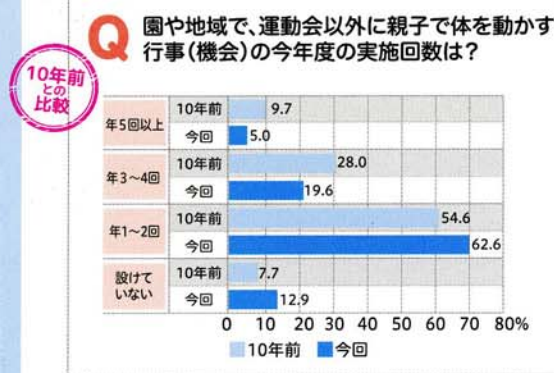
保護者と教諭の意識 体を動かす遊びに対する考え方



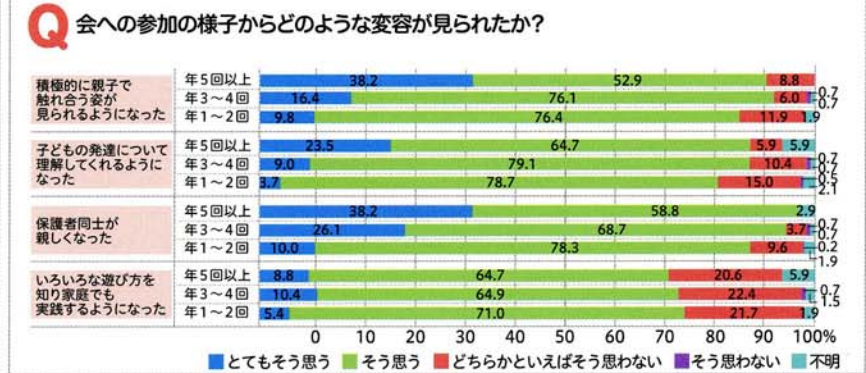
体を動かす遊びに対する意識の中で「子どもにとって体を動かす遊びや、運動に夢中になることは、成長発達に必要である」という質問に「とてもそう思う」と「そう思う」を合わせると、99.4%の保護者が必要であると答えている。そして、教諭も「とてもそう思う」と「そう思う」を合わせると99.8%である。「体力向上に親の役割が大きい」という質問に「とてもそう思う」と答えた保護者は、10年前が63.0%だったのに対し、今回は50.9%になっている。そして、教諭の回答は、10年前が73.9%だったのに対し、今回は53.2%になっている。このことから、保護者も教諭ともに、子どもの体力向上への親の役割意識が減少している。



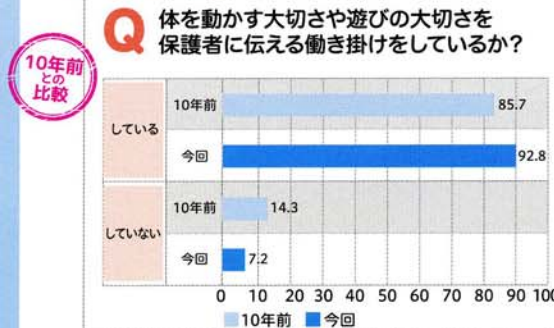
園の実態と教諭の捉え方 親子で体を動かす行事(機会)の実施回数と参加後の保護者の変容



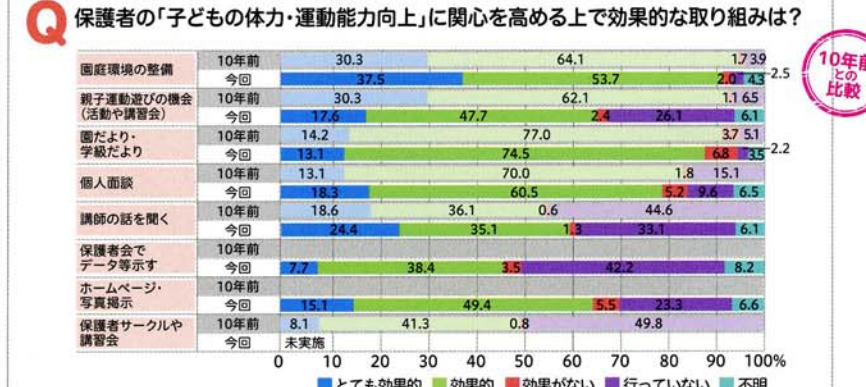
園や地域で、運動会以外に親子で体を動かす行事(機会)の実施回数は、今回の調査では「年1~2回」が62.6%で一番高い。10年前の調査でも「年1~2回」は54.6%で一番高くなっている。「全く設けていない」は、10年前の調査では7.7%、今回は12.9%で増加している。親子で体を動かす行事(機会)の実施回数によって参加後の保護者の変容が見られるかについては、親子で体を動かす行事(機会)の実施回数が多いほど「積極的に親子で触れ合う姿が見られるようになった」「子どもの発達について理解してくれるようになった」「保護者同士が親しくなった」の項目で「とてもそう思う」が高くなっている。実施回数が多いほど成果がよく見られるという結果になっている。一方、「いろいろな遊び方を知り実践するようになった」については、他と比較すると「とてもそう思う」の回答は低い。



教諭の意識 「子どもの体力・運動能力向上」に関して保護者の関心を高める働き掛けと効果的な取り組み



今回の調査で「保護者に体を動かす大切さや遊びの大切さを伝える働き掛けをしている」と回答しているのは92.8%、10年前の調査では85.7%で、比較すると保護者への働き掛けは増加しており、働き掛けが必要であると捉えている。保護者の関心を高める手段として、今回の調査では「園庭環境の整備」「園だより・学級だより」「個人面談」が効果的であると捉えている。「親子運動遊びの機会」については、効果的との回答が10年前の調査よりも減少しており、親子で活動する機会をつくること難しくなっていると感じている教諭が多くなっている。



親子の触れ合いを通して、体を動かす楽しさと大切さを

北海道国公立幼稚園・こども園長会

① 東北・北海道ブロック

実施日 平成29年10月13日(金) 会場 釧路市 阿寒湖温泉まりむ館

参加者 [計102名]

- 園児43名 ● 保護者38名 ● 園長5名
- 教諭15名 ● 教育委員会・行政1名

親子運動遊びで楽しもう!

受付	開会式	親子で動こう!	休憩	グループで楽しもう!	閉会式
9:15	9:45	10:00	10:30	10:40	11:40

講師 釧路市スポーツ財団指導員 佐藤 裕子 他3名

親子で体を動かそう!

楽しいストレッチ



- 親子で手をつないだり向かい合わせや前後になったりと触れ合う場面を多く取り入れた。
- 開脚シーソーやカメの親子など、ストレッチをしながらスキンシップを図った。

グループで楽しもう!

ジャンケンゲーム



- 一緒に動きながら仲良くなった友達とジャンケンゲームをした。
- 果物の名前をそれぞれのチーム名にして、ゲームを行い仲良くなった。

カードゲーム



- チーム対抗のカードゲームは、自分たちのチームの色にカードを変えていく。汗びしょりになりながら、遊んだ。
- 親子の対決では、子どもたちが勝利し、皆で盛り上がった。

参加者の声

初対面なのにすぐに仲良くなって、たくさん話もできた。親同士も友達になった。子どもの動きにつられて、大人も楽しく動けた。単純なゲームに夢中になった。いつの間にか汗びしょりになり、リフレッシュもできて、心地よかった。

岐阜県国公立幼稚園・こども園長会

③ 東海・北陸ブロック

実施日 平成29年10月20日(金) 会場 中津川市 東美濃ふれあいセンター

参加者 [計187名]

- 年長園児72名 ● 保護者74名 ● 園長23名
- 教諭12名 ● 教育委員会・行政5名 ● その他1名

親子であそぼう、心と体を動かそう

受付	開会式	移動	親子であそぼう、心と体を動かそう	閉会式
9:15	9:30	9:50	10:00	11:20

講師 岐阜大学教育学部教授 医学博士 春日 晃章

げんきいっぱい! えがおいっぱい!



- 親子が集まって体を動かして楽しんだ。
- ・ふれあい体操
- ・ねことねずみ
- ・紅白玉投げや鬼ごっこ玉入れ など



- 親子でナイロンテープを使っておもちゃを作り、できたおもちゃと一緒に投げて遊んで楽しんだ。



- 体を動かした後は、春日先生から親子一緒に『子育て10か条』のお話を聞いた。心も体もほかほかあったかくなったひとときだった。

参加者の声

親子で楽しく過ごせる時間だったのでうれしかった。体を動かしながら自然と笑顔になっていた。新聞紙を使ったボールをいっぱい投げる子どもに成長を感じ、家庭でも親子で楽しみたいと思った。

埼玉県国公立幼稚園・こども園長会

② 関東・甲信越ブロック

実施日 平成29年11月25日(土) 会場 川口市 川口市立南中学校アリーナ

参加者 [計102名]

- 園児31名 ● 保護者38名 ● 園長11名
- 教諭19名 ● 教育委員会・行政1名 ● その他2名

親子でわいわい あそび探検!!

受付	開会式	身近な材料を使って親子で体を動かして遊ぼう	閉会式
9:30	10:00	10:10	11:50

講師 株式会社ルネサンス 幼少年体育指導士 篠田 裕子

アスレチック広場



ステージを利用して、跳び箱やマットなどを組み合わせているな場を作り、登ったり滑ったり飛び降りたりして楽しんだ。

キャタピラ広場



段ボールの大きなキャタピラを作り、途中にマットで段差をつけたり、友達と競走をしたりして楽しんだ。

蜘蛛の巣ゴム跳び広場



たくさんのカラーコーンに蜘蛛の巣のようにゴムを張り巡らし、跳んだりくぐったりして楽しんだ。

広いアリーナには、他にも「大きな積み木広場」「的当て広場」「風船遊び広場」が準備され、合わせて6つの広場で親子が協力し、工夫しながらチャレンジした。

参加者の声

親子で一緒にたっぷりと遊ぶことができた。体を動かすことで自然に笑顔になり、心も体もほかほかになった。同じ遊び場でも、子どもの発想でいろいろな遊びができることに驚いた。簡単にできてしまう遊びより、できないことや怖いと思ったことに何度も挑戦する姿に感心した。

兵庫県国公立幼稚園・こども園長会

④ 近畿ブロック

実施日 平成29年11月25日(土) 会場 播磨町 播磨町総合体育館

参加者 [計706名]

- 年長園児245名 ● 園長・教諭209名
- 保護者245名 ● 教育委員会・行政7名

もっと体を動かそう! 親子で一緒に楽しもう! — 元気な心と体の60分 —

受付	開会式	親子で一緒に楽しもう	休憩	閉会式
9:00	9:30	10:00	11:00	11:45

講師 フィールド・オブ・ゆう代表取締役 越智 正篤

何も使わないで遊ぼう

—お母さん・お父さんの家での仕事編—

子どもが掃除機役になり手押し車をしたり、子どもが逆さでふら下がりほうき役になったりした。生活の中の買い物や料理などイメージを広げながら体を動かして楽しんだ。



身近なものを使って遊ぼう

—傘袋を使って—

空気を入れないで、縦に細長く折り、手の平に立ててバランスをとったりスキー板に見立てて乗って遊んだりした。また、空気を入れて、飛ばす、野球、戦う、グーパー跳び、乗って割るなどいろいろな動きを楽しんだ。



パネル展示による取り組みの発信

「生活の中での体力向上にかかわる遊び」「幼児が楽しみ、チャレンジしている遊び」「親子が触れ合う運動遊び」「運動につながる集団遊び」をテーマに、パネルを通して一人一人の発達に応じた健康な体づくりのために取り組んできたことを発信し互いに情報交換した。



参加者の声

遊びの中で体の動かし方やバランスの取り方などを楽しみながら覚えていくことができるといった。物を与えて遊ばせるのではなく、物を使わずに遊ぶことができることをたくさん知ることができた。子どものとびきりの笑顔を見ることができ、親子の触れ合いの大切さを感じた。

体験する全国キャンペーン・研修会

総参加人数 1,746名

山口県国公立幼稚園・こども園連盟

⑤ 中国ブロック

参加者 [計150名]

- 園児63名 ● 保護者63名 ● 園長6名
- 教諭11名 ● 教育委員会・行政6名 ● その他1名

実施日 平成29年10月14日(土) 会場 周南市 キリンビレッジ周南総合スポーツセンター

いつでもどこでも一緒に遊ぼう — 親子体操 —

受付	開会式	スキンシップ体操・柔軟体操	休憩	バルーン遊び・リズム体操	閉会式
12:15	13:00	13:15	13:55	14:00	14:25
					14:30

講師 スポーツクラブ キャプテン 衣川 信吾

いろいろな親子体操

スキンシップ体操で、体も心もリラックスし、シェイプアップにもつながるいろいろな運動遊びを親子で一緒に楽しんだ。



バルーン遊び

全員で協力し、大きく膨らんだバルーン。会場は、笑顔と歓声であふれた。



参加者の声 徐々に親子の触れ合いの時間がもてよかった。自分も、子どもにかえった気持ちで楽しむことができた。運動遊びの楽しさが分かった。親子体操に参加して子どもの成長も実感することができた。親子でこうやって触れ合う時間をこれから少しとっていききたいと思った。

福岡県国公立幼稚園・こども園協会

⑦ 九州ブロック

参加者 [計280名]

- 園児123名 ● 保護者101名 ● 園長9名 ● 教諭21名
- 教育委員会・行政2名 ● 大学生23名 ● その他1名

実施日 平成29年7月19日(水) 会場 宗像市 福岡教育大学アカデミックホール

もっと体を動かそう！親子で一緒に楽しもう

受付	開会式	親子で一緒に楽しもう(実技講習)	閉会式
10:00	10:15	10:25	11:45
			11:50

講師 福岡女学院大学 人間関係学部子ども発達学科 教授 高原 和子

親子でタオルを使って

親子で一緒にタオルを持って「なべなべそめけ」を楽しんだ。



親子でカラーなわを使って

カラーなわを使って輪をつくり跳びはねたり伸ばしてつな渡りをしたりして遊んだ。



参加者の声 身近な物を使って体を動かす遊びを知ることができてよかった。親子で触れ合えるすてきな時間だった。成長するにしたがって、親子で遊ぶ時間が少なくなっているの、大切にしていきたい。



毎日新聞に掲載されました

高知県国公立幼稚園・こども園長会

⑥ 四国ブロック

参加者 [計219名]

- 園児79名 ● 保護者78名 ● 未就園児5名 ● 園長12名
- 教諭15名 ● 小学校関係8名 ● 教育委員会・行政1名 ● その他21名

実施日 平成29年10月28日(土) 会場 奈半利町 幼保連携型認定こども園なはり

リズムにのって 体を動かそう 表現しよう — 親子で一緒に楽しもう —

受付	開会式	チャレンジタイム	休憩	発表タイム(各分科会)	休憩	演奏を楽しもう	閉会式
13:00	13:30	14:00	14:50	15:00	15:30	15:40	16:00

- ① 和太鼓 《北川村やまなみ太鼓》宮内保人・睦子
- ③ 打楽器 《奈半利中学校》本山志保・進

- ② 手話 《中芸手話サークルぬくもり》上村由子・内川真紀
- ④ フラダンス 《ルアナとたのしい仲間たち》三宅美鈴

講師 《しろくま楽団》 木崎二郎 (ピアノ)・三浦哲男 (ベース) 高橋康廣 (テナーサクソ)・長谷川明彦 (ドラムス)

演奏を楽しもう

しろくま楽団と一緒に！

チャレンジタイム 分科会に分かれて活動



① 和太鼓体験 「カレーライス」の歌に和太鼓のリズムをのせて演奏



② 手話体験と歌 「いぬのおまわりさん」の歌に合わせて手話を体験



③ 打楽器合奏 わらべうたのリズムで打楽器を演奏



④ フラダンスと歌 みんなで「月の夜は」を踊る



参加者の声 音に触れたり、音楽に合わせて体を動かしたりすることで子どもたちの生き生きとした表情が見られて楽しかった。忍者遊びから楽器遊びへと移行し、子どもたちの楽しんでいる姿を見させていただいた。短時間だったが1曲、太鼓を演奏することができ、満足のいく研修だった。手話を少し覚えることができてよかった。音楽は心を豊かにすると改めて感じた。

全国キャンペーン・研修会の成果と課題

研修会では、遊びや生活を通して親子の触れ合いを広げ、一緒に体を動かす遊びや体操などに取り組んだ。その結果、次のような成果と課題があった。

成果

- 保護者は…
- 自分自身も楽しく参加できたと同時に、親子で一緒に体を動かして遊ぶことで、共に笑顔になることができ、親子の触れ合いの大切さを実感した。
 - 身近な素材を使った家庭でも簡単にできる遊びや運動を知ることができたので、これからは親子で触れ合う時間をとっていききたいと思った。
 - 少し難しいと感じる遊びに繰り返し取り組む子どもの姿から、心と体の成長のためには、幼児期にもっと全身を使って遊ぶことやいろいろな動きを経験することが大切だと分かった。

教諭は…

- 身近な素材を使った触れ合い遊びにも、体力や運動能力の向上につながる遊びがあることが分かった。
- 運動遊びは、繰り返し継続することが大切であることやたくましさにもつながることを再認識した。
- 園内はもちろん地域の行事や活動、施設を見直し、保護者に子どもと一緒に体を動かす楽しさを伝えることができた。

今後の課題

- 遊びや生活を通して、親子で体を動かして遊ぶことや、親子の関わりの重要性を繰り返し発信していく必要がある。
- 体力・運動能力を高めるために、地域の人材や特性を生かした環境を意図的・計画的に構成していく必要がある。



行動化を促すためのキャラクター「チャレンジくん」