

## 第4章 参考資料

- I. 各実践園におけるプログラム分類表及び最も変化した・向上したこと
- II. 参考文献一覧
- III. 協力者会議委員及び報告書作成ワーキンググループ委員

# I. 各実践園におけるプログラム分類表及び最も変化した・向上したこと

実践地域	実践園	各プログラムの重み付け (※1)	プログラムの名称	意図・目的(※2)							対象者(※3)					実施場所(※3)			実施内容(※3)				
				生活習慣確立	体力向上	基本動作習得	保護者意識改善	教員等意識改善	その他	計	幼児	家庭保護者	教員等	地域	計	園	家庭	地域	計	身体活動型	研修講習会型	啓発資料型	
北海道滝川市	おおぞら幼稚園	プロA	30	元気アップ教室	20	30	30	10	10		100	◎		○				◎		◎			
		プロB	10	体力測定	20	25	25	15	15		100	◎		○		○		◎		◎		○	
		プロC	5	講演会	20		20	30	30		100		◎	○	●		○		◎			◎	
		プロD	5	親子(父)運動教室	30	10		50	10		100	○	◎	●			○		◎		○	◎	
		プロE	20	ニュースレター	15	15		60	10		100		◎	●	○		●	◎	○				◎
		プロF	5	生活実態アンケート	30			50	20		100	◎	○				○	◎				○	◎
		プロG	20	ファミリーチャレンジ	45			45	10		100	◎	○				○	◎				○	◎
		プロH	5	めざましタイム	20	20	50		10		100	◎					◎					◎	
山形県酒田市	若草幼稚園	プロA	30	体力向上プログラム	20	20	30		30		100	◎		○			◎				◎		
		プロB	20	リーフレットの発行				60	40		100		◎	○			◎					◎	
		プロC	30	研修会				30	70		100		○	◎			◎					◎	
		プロD	20	講演会				70	30		100		◎	○			◎					◎	
栃木県大田原市	ふたば幼稚園	プロA	30	手作り遊具を使って遊ぶ	10	40	20	10	20		100	◎		○			◎				◎		
		プロB	10	大学教授の講演と指導				70	30		100		◎	○			◎		○			◎	
		プロC	10	視察研修					100	100		100			◎							◎	
		プロD	10	子供の食生活を考える	10			70	20		100		◎				◎					◎	
		プロE	20	体育発表会		50		40	10		100	◎	○				◎					◎	
		プロF	10	目的地に向かって歩く会	10	60	20		10		100	◎					◎					◎	
		プロG	10	体力測定調査			60		40		100	◎											◎
埼玉県深谷市	深谷西幼稚園	プロA	40	あさだ！遊ぼうタイム	20	30	30		20		100	◎		○			◎				◎		
		プロB	10	フリータイムで遊ぼう	10	40	40		10		100	◎		○			◎				◎		
		プロC	20	わくわくあそび	10	30	30		30		100	◎		○			◎				◎	○	
		プロD	10	健やかな子どもを育てるセミナー				70	30		100		○	○			◎					○	◎
		プロE	10	みんなで元気アップ	10	30	30	20	10		100	◎	○	●			◎	○				◎	
		プロF	10	子どもを守ろうセミナー	40	20		30	10		100		○	●	◎			◎				◎	
千葉県いすみ市	第一保育所	プロA	20	リズム体操の導入		70	30				100	◎	○			◎	○				◎		
		プロB	30	自由遊び時間の活性化		60	30		10		100	◎		○			◎				◎		
		プロC	20	いすみ子どもの元気アップセミナー				70	30		100	●	◎	○			◎		○		○	◎	
		プロD	20	生活習慣チェックシート	40			50	10		100	○	◎	●			○	◎				◎	
		プロE	10	いすみ子育てジャンボリー		20	20	60			100	○	◎		●			◎				◎	
	第二保育所	プロA	20	リズム体操の導入		70	30				100	◎	○				◎	○				◎	○
		プロB	30	自由遊び時間の活性化		60	30		10		100	◎		○			◎					◎	
		プロC	20	いすみ子どもの元気アップセミナー				70	30		100	●	◎	○			◎		○		○	◎	
		プロD	20	生活習慣チェックシート	40			50	10		100	○	◎	●			○	◎				◎	
		プロE	10	いすみ子育てジャンボリー		20	20	60			100	○	◎		●			◎				◎	

実践活動により最も変化した又は向上したと思われること  
〔視点: 幼児の生活習慣の確立・体力・基本動作及び保護者、教員・保育士等の意識〕

- ① 幼児は、ボールの投げ方や両足で跳ぶなどの基本動作が身に付いてきた。また、日常の園生活で自ら工夫して遊ぶようになり、運動能力がアップした。更に、友達を助けたり、ほめたり、応援するなどの協調・協同性が養われた。
- ② 保護者は、幼児期の運動の大切さについての意識向上が図られ、家庭で親子一緒に遊ぶ機会が増えてきた。また、休日に子どもと遊ぶ父親が増えてきた。
- ③ 教員は、基本動作及び運動能力アップのため、園での運動遊びで両足跳びやケンケンパなどができるよう体育館にラインを付けるなど、新たな工夫が見られた。
- ④ 地域では、総合型地域スポーツクラブが実施している「幼児対象の運動教室」の参加者が増えてきた。また、年少（3歳児）からの参加も増加傾向にある。

- 2年間の事業を通して、次の点について結果が現れている。
- ① 年少→年中、年中→年長では、基礎的運動能力の向上 ※経験させるほど様々な運動能力が身に付く。
  - ② 教員に対して「幼児期の基礎的運動能力」の重要性について意識を持たせることができた。 ※実践園の先生方はもとより、市内の幼稚園・保育園へも好影響をもたらしている。
  - ③ 保護者への「幼児期の基礎的運動能力」の重要性を周知できた。  
今後の課題としては、
    - ① 実践してきた様々なプログラムが実践園のみならず、協力園でも継続的に取り組めるような環境づくりや支援が必要である。
    - ② 園生活（園環境）の延長に家庭生活（家庭環境）が、家庭生活（家庭環境）の延長に園生活（園環境）があることが子どもにとって重要であることから園と家庭の連携が密になるようにする必要がある。

- ・ 幼児の運動能力が向上した。運動能力調査による分析をしても、確実に能力がアップしたことが判る。特に不足していた能力を認識したことによって、新たな遊具を作るきっかけとなった。
- ・ 子どもたちのために、協力して遊具を考案したり、意欲的に子どもと遊ぶといったように教職員の意識が高まった。

幼児の生活習慣の確立・身の回りの始末、あいさつの上達。  
運動能力・走る、跳ぶ、投げる、捕る、持久力の向上が顕著であった。  
基本動作・立って、靴が履けるなどのバランス感覚が養われた。  
保護者、教員の意識・戸外で体を使った遊びを重要視するようになった。

- ・ 様々な運動を規則的に取り入れていくことで、運動が苦手な子どもも意欲的に取り組むようになった。
- ・ 子どもたちが給食をよく食べるようになったり、落ち着いて話が聞けるようになった。
- ・ 保育士が指導者としての意識の向上を図ることができた。

- ・ 生活習慣チェックシートを記入することにより、保護者も生活習慣を見直すようになってきた。
- ・ 自由遊び時間に体を動かして遊ぶことが以前よりも多くなった。
- ・ 給食の残食が多い子どもたちであったが、体を動かすことが多くなったため、食欲が出てきて、残食がほとんどなくなった。
- ・ 体力がついてきた。（園庭を1周走るだけで息を切らしていた子どもたちが5周以上走れるようになった）
- ・ 体力がなかった子どもが他の子どもについていけるようになってきた。

実践地域	実践園	各プログラムの重み付け (※1)	プログラムの名称	意図・目的(※2)						対象者(※3)					実施場所(※3)			実施内容(※3)					
				生活習慣確立	体力向上	基本動作習得	保護者意識改善	教員等意識改善	その他	計	幼児	家庭保護者	教員等	地域	計	園	家庭	地域	計	身体活動型	研修講習会型	啓発資料型	
千葉県 いすみ市	第三保育所	プロA	20	リズム体操の導入		70	30					100	◎	○			◎	○		◎		○	
		プロB	20	自由遊び時間の活性化		60	30		10			100	◎		○		◎			◎			
		プロC	15	いすみ子どもの元気アップセミナー				70	30			100	●	◎	○		◎		○	◎			
		プロD	15	生活習慣チェックシート	40			50	10			100	○	◎	●		○	◎				◎	
		プロE	10	いすみ子育てジャンボリー		20	20	60				100	○	◎		●		◎		◎			
		プロF	20	おじゃべりカレンダー	40	40	10		10			100	◎				◎						◎
	東海保育所	プロA	20	リズム体操の導入		60	30		10			100	◎	○			◎	○		◎		○	
		プロB	30	自由遊び時間の活性化		60	30		10			100	◎		○		◎			◎			
		プロC	20	いすみ子どもの元気アップセミナー				70	30			100	●	◎	○		◎		○	◎			
		プロD	20	生活習慣チェックシート	40			50	10			100	○	◎	●		○	◎				◎	
		プロE	10	いすみ子育てジャンボリー		20	20	60				100	○	◎		●		◎		◎			
	浪花保育所	プロA	20	リズム体操の導入		70	30					100	◎	○			◎	○		◎		○	
		プロB	30	自由遊び時間の活性化		60	30		10			100	◎		○		◎			◎			
		プロC	20	いすみ子どもの元気アップセミナー				70	30			100	●	◎	○		◎		○	◎			
		プロD	20	生活習慣チェックシート	40			50	10			100	○	◎	●		○	◎				◎	
		プロE	10	いすみ子育てジャンボリー		20	20	60				100	○	◎		●		◎		◎			
	東保育所	プロA	20	リズム体操の導入		70	30					100	◎	○			◎	○		◎		○	
		プロB	30	自由遊び時間の活性化		60	30		10			100	◎		○		◎			◎			
		プロC	20	いすみ子どもの元気アップセミナー				70	30			100	●	◎	○		◎		○	◎			
		プロD	20	生活習慣チェックシート	40			50	10			100	○	◎	●		○	◎				◎	
プロE		10	いすみ子育てジャンボリー		20	20	60				100	○	◎		●		◎		◎				
子山保育園	プロA	20	リズム体操の導入		70	30					100	◎	○			◎	○		◎		○		
	プロB	30	自由遊び時間の活性化		60	30		10			100	◎		○		◎			◎				
	プロC	20	いすみ子どもの元気アップセミナー				70	30			100	●	◎	○		◎		○	◎				
	プロD	20	生活習慣チェックシート	40			50	10			100	○	◎	●		○	◎				◎		
	プロE	10	いすみ子育てジャンボリー		20	20	60				100	○	◎		●		◎		◎				
山梨県南アルプス市	白根東保育所	プロA	20	元気に遊ぶチャレンジタイム		30	40	10	20			100	◎		○		◎			◎	○	●	
		プロB	20	元気いっぱい外遊び	15	30	20	10	20	5		100	◎		○	●		◎		◎			
		プロC	5	みんなでいっしょにリズム遊び		30	40		30			100	◎		○		◎			◎			
		プロD	10	生活習慣、運動習慣を見直そう	30	20	10	30	10			100	△	◎	○	●		◎	○			◎	
		プロE	10	おとなの関心を高め、認識を深めよう	30	10		30	10	20		100		◎	○	●		○	●	◎	●	◎	○
		プロF	20	保育士の資質を向上させよう			30		70			100		◎	○		◎			◎	○		
		プロG	10	子どもの遊び環境を見直そう		30	30	10	20	10		100	○	●	◎	△		◎	○	●	◎	○	
		プロH	5	小学校との連携・交流を図ろう	10	20			50	20		100			◎	○		◎		○	◎		

実践活動により最も変化した又は向上したと思われること  
〔視点: 幼児の生活習慣の確立・体力・基本動作及び保護者、教員・保育士等の意識〕

- ・生活習慣チェックシートは毎日の生活の見直しになり、早寝、早起きや朝ごはんをしっかり摂ること、特に食事については嫌いなものでも少しは食べたり、栄養のバランスについても意識するようになった。
- ・子どもたちが楽しんでできるリズム体操やサーキット遊びについても、保育の中に意図的に取り入れ、保育士も子どもたちも楽しみながら運動することができた。
- ・毎日の運動量も増え体力向上につながったと思う。
- ・年長のみ行ったおしゃべりカレンダーの自己評価では子どもたち自身が遊びの時間を振り返りどのくらい運動したか考えることができた。また目標を決め、それに向かって努力する姿が見られた。

- ・実践活動で最も変化及び向上したことは、今まで運動等で(運動能力調査の項目も含めて)できなかったことができるようになったことで自信がつき、運動はもちろんのこと生活面でもやる気が出るようになった。
- ・サーキット遊びやマラソンなどを行っていることで体力が付き食欲も旺盛になり、また、風邪をひかなくなったり、他地区で集団感染が流行しているにもかかわらず体も丈夫になった。
- ・毎朝、同じ時間にリズム体操をするようになったことで職員の意識も「やらなければ…」から「やりましょう」と前向きな姿勢になり、時間配分も体操やサーキット遊びへ向けてするようになった。

- ・保護者セミナーへの参加、生活習慣チェックシートの記入により保護者の生活習慣に対する意識を高めることができたと思う。
- ・子どもたちの中に早寝・早起き・朝ごはんが定着し、運動面についても積極的に楽しみながら力量を発揮するなど、大きな喜びを得ることができた。
- ・保育士が大学生の指導項目の中から、様々な運動の基本動作を学ぶことができた。

- ・保育士の意識が変わり、子どもを意図的に動かすことで、子どもたちの運動量が増えた。
- ・子どもたちも運動をたくさんしていく中で、体を動かすことが好きになり、遊びの中で自主的に体を動かす姿がみられるようになった。
- ・体を動かすことで給食もよく食べるようになり、残食もほとんどなくなった。
- ・子どもの変化をみて、親の意識も少し変わってきた。

- ・保育士、保護者が体力や運動能力への関心を高め、幼児も運動を意識するようになっただけでなく、大人とのやり取りや関わりなど社会性の発達にも良い影響があったと思われる。
- ・保護者に対して、チェックシートやアンケートを実施することで、基本的な生活習慣を見直し、意識させる効果があったと思われる。
- ・保育士も園内、園外の遊びの中で遊具や用具の使い方が多様化し、目的意識をもって遊びを展開させていくようになった。

- ・外で遊びたいから、早く登所(9:00まで)する、1時間以上の戸外遊びの保障・活動することで食欲の増加、その子にあった適量を偏食なく良く食べるようになり、寝つきもよいなどの生活習慣が確立されてきている。
- ・プレイリーダーとしての遊びを後日再び出現させるなど遊びの獲得への意識が向上しレパトリーが増えた。
- ・遊びの体験が豊富になり、体を動かすことが楽しいという意識が高まった。遊びを通して、ルールを守る・思いやる・助け合うなど心の育ち、集中する・チャレンジする工夫し発展させるという意欲や好奇心の高まりがみられた。
- ・保育士の子どもを観察する力が育ち、その場や個に応じた働きかけができるようになり、押し付けではない遊び・環境構成の重要性への意識が高まり、保育士の資質が向上した。
- ・親も外遊びが大切であることに気づき、実際家庭での外遊びの時間の増加・親子で一緒に遊ぶ機会が増えた。

実践地域	実践園	各プログラムの重み付け (※1)	プログラムの名称	意図・目的(※2)						対象者(※3)					実施場所(※3)			実施内容(※3)				
				生活習慣確立	体力向上	基本動作習得	保護者意識改善	教員等意識改善	その他	計	幼児	家庭保護者	教員等	地域	計	園	家庭	地域	計	身体活動型	研修講習会型	啓発資料型
山梨県山梨市	つつじ幼稚園	プロA	30	アイススケート		60	20	10	10		100	◎	●	○		△	○	●	◎	◎		
		プロB	10	遊び指導 I		20	60		20		100	◎		○		△	◎		◎	◎		
		プロC	10	遊び指導 II		40	30	20	10		100	◎	○			△	◎		◎	◎		
		プロD	10	遊び指導 III		50	40		10		100	◎		○		△	◎		◎	◎		
		プロE	10	遊び指導 IV		50	40		10		100	◎		○		△	◎		◎	◎		
		プロF	10	遊び指導 V		20	60		20		100	◎		○		△	◎		◎	◎		
		プロG	10	食育	80	10			10		100	◎		○		△	◎		◎	◎		
		プロH	10	講演会		30		35	35		100		◎	○	●		△	◎	●	◎	◎	○
岐阜県多治見市	養正小学校附属幼稚園	プロA	20	元気タイム		30	20		50		100	◎	●	○		△	◎		◎	◎		
		プロB	20	サーキット遊び		40	40	10	10		100	◎	○	●		△	◎		◎	◎		
		プロC	20	親子ふれあい遊び			20	80			100	○	◎			△	◎	○	◎	◎	◎	●
		プロD	20	すくすくカード	50			50			100	○	◎			△	◎	◎		◎	◎	◎
		プロE	10	保護者向け講演会				100			100		◎	○	●		△	◎	○	◎	◎	
		プロF	10	体力測定・万歩計実施	20			40	40		100	◎	○	●		△	◎	○	◎	◎	◎	○
	愛児幼稚園	プロA	20	親子ふれあい体操			20	70	10		100	○	◎	○		△	◎	○	◎	◎	◎	●
		プロB	20	講演会・研修会				80	20		100		◎	○	●		△	◎	○	◎	◎	●
		プロC	10	体力測定	20			40	40		100	◎	○	●		△	◎	○	◎	◎	○	
		プロD	20	サーキット遊び	10	40	20	15	15		100	◎	○	○		△	◎		◎	◎		
		プロE	30	なかよしタイム	10	30	30		30		100	◎		○		△	◎		◎	◎		
	昭和小学校附属幼稚園	プロA	30	朝の挑戦タイム		30	30		40		100	◎	●	○		△	◎		◎	◎		
		プロB	20	サーキット遊び		40	40		20		100	◎		○		△	◎		◎	◎		
		プロC	20	親子ふれあい遊び			10	80	10		100	○	◎			△	◎	○	◎	◎	◎	●
		プロD	10	保護者向け講演会				90	10		100		◎	○		△	◎	◎		◎	◎	○
		プロE	10	体力測定	20			40	40		100	◎	○	●		△	◎	○	◎	◎	◎	○
		プロF	10	サッカー教室		30	40	10	20		100	◎	△	●	○		△	◎		◎	◎	●
	精華小学校附属幼稚園	プロA	20	みんなといっしょ		40	30		30		100	◎	●	○		△	◎		◎	◎		
プロB		30	サーキット遊び		40	40		20		100	◎		○		△	◎		◎	◎			
プロC		20	親子ふれあい遊び			20	80			100	○	◎			△	◎	○	◎	◎	◎	●	
プロD		10	保護者向け講演会				100			100		◎			△	◎	○	◎	◎			
プロE		10	サッカー教室		40	40	10	10		100	◎	●	○		△	◎		◎	◎			
プロF		10	体力測定	20			40	40		100	◎	○	●		△	◎		◎	◎	◎	○	
明和幼稚園	プロA	30	わんぱく山遊び	10	30	30	15	15		100	◎	●	○	△		◎		◎	◎			
	プロB	10	体力測定・講演会	20			60	20		100		◎			△	◎		◎	◎	○		
	プロC	10	親子触れ合い遊び		10	30	40	20		100	○	◎			△	◎	○	◎	◎	◎	●	
	プロD	10	サーキット遊び		40	40	10	10		100	◎	○	●		△	◎		◎	◎			
	プロE	20	生活習慣アンケート他推進	50		20	30			100	○	◎			△	◎	◎		◎	◎	◎	
	プロF	20	おはようタイム	30	30	20	10	10		100	◎	●	○		△	◎	○	●	◎	◎		

実践活動により最も変化した又は向上したと思われること  
 [視点: 幼児の生活習慣の確立・体力・基本動作及び保護者、教員・保育士等の意識]

- ・全体的に、基礎体力が向上した。その中でも、年長児については、入園当初から、大人しく静かで良く言えば、手のかからない園児であったが、この2年間の事業を通して、活発に活動をするようになり、自発的に園庭で遊ぶようになった。
- ・病気で休む園児が少なくなった。遅刻・早退もほとんど見受けられなくなった。
- ・食生活も改善されてきており、給食も好き嫌いをなく食べられるようになり、残飯もほとんど出なくなった。
- ・事業をととして、保護者の方々が全面的に協力をしていただき、遊び指導を行う際に、見学が自由であれば多くの方々が参加してくれた。講演会についても、幼児を取り巻く現状を理解していただき、家庭でも運動や食生活の重要性を意識するようになった。

- ・園庭での固定遊具遊びやケンパなどの体を使った遊びを園児の朝活動として位置付け、意図的・継続的に取り組んだことで、“おもしろそう!” “やってみよう!” “できるようにになりたい!” …と意欲的に取り組む園児が増加し、体力アップと自信に繋がった。また、それぞれの固定遊具において育つ力や遊び方などをまとめた活用表を作成し、職員間で共通理解を図りながら取り組んだことで、教員の指導力アップにも繋がった。
- ・遊戯室における移動遊具を組み合わせたサーキット遊びは、母親ボランティアの協力を得て定期的に行ったことで、園児の成長の姿や園の取組を理解してもらえとてもよい機会となった。様々な動きを繰り返し楽しむ中で、跳んだり、渡ったり、跳び越えたりと、巧みな身のこなしができる子が増加した。
- ・保護者向け講演会の開催や親子ふれあい遊びを参観日に計画し、多くの保護者の参加を得ることができた。生活習慣の見直しや家庭における親子の触れ合いの大切さを啓発する場となった。保護者の意識も高まり、親育ちに繋がった。

- ・園児の朝活動としてドッジボールや鬼ごっこのラインを引いたり、縄跳びやマラソンの時間をもったり、固定遊具遊びなど体を使った遊びや環境を意図的・継続的に準備することにより、活動に対する意欲が高まり、積極的に取り組む子が増えてきた。繰り返し行い、周囲の大人が認め・励ますことで、更に喜んで体を動かす姿がみられ、体力や運動技能の向上につながった。
- ・保護者向け講演会開催や親子ふれあい遊びを参観日に計画し、多くの保護者の参加を得ることができた。生活習慣の見直しや家庭における親子のふれ合いの大切さを啓発する機会になり、保護者の意識も高まり、親育ちにつながった。

- ・朝、固定遊具・集団遊び・縄跳び・マラソン等の体を使った遊びを園児の朝活動として位置付け、意図的・継続的に取り組んだことで意欲的に挑戦できた。できたことが自信につながり運動面の能力だけでなく、幼児の心の成長へも大きく影響した。
- ・地域のサッカー指導者を招きボール遊びやそれにかかわる運動遊びを指導していただいたことにより様々な動きを習得し成長が見られた。教員の指導力へも繋げることができた。
- ・保護者向け講演会や親子ふれあい遊びを参観日に計画実施したことで、基本的な生活習慣の見直し、特に早寝早起き朝ごはんの生活リズムの大切さを確認した保護者が多くいた。また、家庭における親子の触れ合いの大切さを啓発することで保護者の意識も高まり、親育ちに繋がった。

- ・固定遊具や道具を使った遊びに意図的に取り組む中で、友達（同年齢・異年齢）の姿に刺激を受けたり、教員や友達の励ましでやってみようと思いつき意欲的に取り組む姿が見られ、様々な運動能力を獲得する機会となり、体力向上に繋がった。
- ・コーナーを作ることで、好きな時に子どもたちだけでも遊ぶことができ、繰り返し楽しむことのできる環境ができた。その中で投げる、蹴る、跳ぶ、バランス感覚等を自然な形で獲得することができ、日々の積み重ねや環境を工夫することの大切さを再認識でき、意識の向上につながった。
- ・周りへ依存する傾向にあった保護者の意識が、講演会、参観日に親子ふれあい遊び、体力測定等を計画実施することで、見る、聞く、動くことを通して、幼児期は保護者のかかわりなくして生活習慣、運動能力等獲得はあり得ないということを理解する機会となり、保護者の意識も高まり、親育ちに繋がった。

- ・アンケートや触れ合いあそびの広報により、体力づくりや生活習慣における保護者の関心が高くなって山遊びを見守るボランティア参加者も増えた。それにより保護者間の交流も広がった。
- ・遊びに興味を示すが持続しなかったり、遊びこむ力が弱い姿が見られていたが、毎朝の活動に固定遊具、戸外遊び、山遊び、サーキット遊びを位置づけ取組を重ねた結果、山道も怖がらずに上り下りする体作りに結びついた。
- ・職員が体力測定、触れ合い遊びの機会に遊び方を学べたのと同時に園児の新たな発見ができ、指導にいかすことができた。



実践活動により最も変化した又は向上したと思われること  
 [視点: 幼児の生活習慣の確立・体力・基本動作及び保護者、教員・保育士等の意識]

- ・クラス活動で継続して取り組んだことで、応援したり認め合ったりする姿がみられ、「やってみよう。」「おもしろかった!」「もっとがんばろう。」など意欲的に取り組むようになり、体を動かす楽しさを味わうことができ、できなかったことにも挑戦する姿が多くなった。
- ・親子触れ合い活動を行ったことにより、家庭での親子触れ合いの機会が増え、家庭でも運動遊びに挑戦する姿がみられ、保護者の運動遊びに対する意識が向上した。
- ・教員が付けたい力を意識して環境構成を行い継続して取り組んだことで、苦手だったことに対しても挑戦しようとする姿がみられるようになり、教員の意識向上とともに体力アップに繋がった。
- ・3歳児では個人用にボールを与え、クラス便りで取組を知らせたり、園だけでなく休日に家庭に持ち帰って家庭でも取り組んだりしたことにより、投げる力、捕る力が向上した。

様々な取組により、幼児期は自分の体をコントロールする力を高める時期であり、思い切り遊ぶことで体と心のバランスのとれた発達が促すことになると明確になった。だからこそ、私たち教員は、保育内容の検討、教材研究、公開保育・事後検討会の実施など積極的に取り組み、教員自身の意識が高まった。それがまた、保護者や小学校へと発信していく力となり、幼児期の体力向上の大切さを広めることができた。

- ・様々な活動を通して、基本的動作を習得。それに伴い、運動能力の向上。特に筋力を使う動作（足を上げる。はねる等）は、できなかったのができるようになった。

- ・寒くても「トレーニングする!」とあって、外で遊んだり、縄跳びの練習を自分から進んでしていた。
- ・お手伝いやトレーニングを通して「今、何を如何すればいいのか?」自分で考え行動できるようになってきた。
- ・来年度も継続して事業をやって欲しい!・「トレーニング」という言葉により子どもたちの環境作りだけでなく、保護者に測定した様々なデータを報告することにより、客観的な子どもの成長を楽しむことができるようになった。
- ・家庭を巻き込むことに成功し、子どものやる気によって、普段みることのできない子どもの違った成長の一面や優しさがよりわかった。

- ・意識的な変化が見られるようになった。
- ・「できた!」という喜びが挑戦する原動力になったことが目に見えた。
- ・幼児体育の専門家に教わることで習得までの段階遊びを多く考えることができるようになった。
- ・専門家が入ることで日頃から何となくわかっていたことが、理論的に正しいことがわかり自信が持てた。
- ・トレーニングをすることによってお手伝いを進んでしてくれるようになり心の成長が嬉しかった。

- ・子どもの運動遊びへの意欲の向上が大きく見られた。日頃運動遊びに消極的だった子どもも自分できめた目標に根気強く取り組み、できた時の達成感や満足感を味わっていた。
- ・子どもの日常を見る保護者の目や意識が変わってきた。子どもと一緒に運動遊びや、手指の巧緻性を培う遊びなどに一緒にかかわったり、挑戦する子どもを励ましたりとともに取り組む姿が多くなった。また、どんな小さなことでも子どもが運動遊びを楽しんでいる姿を認め、そのことをともに喜ぶ保護者が増してきた。
- ・体力の低下やボディイメージが乏しくぎこちない動きの子どもが多い状況に体を動かし遊ぶ大切さを感じていたが、事業に取り組む中で多様に体を動かし遊ぶことが体力はもちろん脳と心の成長に大きく影響することを深く認識した。運動を継続して行う大切さや遊びを誘発する環境、共感したり認め励ましあう人とのつながりの大切さを痛感した。

- ・子ども自ら身体を動かす楽しさを知り、園庭で進んでドッジボールや竹馬、鬼ごっこ…友達と一緒に身体を使って遊ぼうとするようになった。
- ・継続して運動することによって新しい事に挑戦しようとする気持ちが芽生えてきた。
- ・保護者の方が改めて幼稚園に目を向け、身体を動かす事大切さを知り、健康について意識をするようになった。



実践活動により最も変化した又は向上したと思われること  
〔視点: 幼児の生活習慣の確立・体力・基本動作及び保護者、教員・保育士等の意識〕

\* ボール投げ遊びや縄跳び遊び、体操教室等のプログラムを定期的・継続的に実施することで、幼児の運動量の確保・運動への参加の習慣化を図ることができた。プログラムにあらゆる動作を採り入れることで、幼児には基本的な動作の変化（進化）が見受けられたこと。また、運動中に発生する怪我については、大きな怪我が減少している傾向が感じられること。一方で、教職員にとっては、各個人の運動・体力に関する特性を把握する機会が多くなり、その実態に合わせた個別のアドバイスが可能となったこと。

\* 「ボール投げ遊び」や「縄跳び遊び」・「体操教室」等の運動プログラムを定期的に継続して実施することで、幼児の運動量の確保・運動への参加の習慣化を図ることができた。更に種々の運動プログラムの効果により幼児の基本運動能力が向上し、基本的な動作の獲得が得られた子どもが増加したことにより応用運動に取り組む際、スムーズな移行が可能になった。  
\* 日頃の運動量の増加や、「親子体操」や「スポーツに親しもう」の効果から子どもの運動に対する意識向上や身体を動かすことに抵抗を持つ子どもが減少した。  
\* 本園は従来から体育指導者を常駐させていたが、その弊害として、教員の運動に対する意識が若干低いように思われた。しかし、「講演会」・「親子体操」・「スポーツに親しもう」において教員参加制を導入したことにより、意識向上が図られ、子どもの体力や生活習慣に対し今まで以上に反応できるようになった。

本プログラムの「おひさまタイム」では、大きく変わったのは生活習慣の確立と保護者の意識である。朝、園全体で集うことで、遅刻がなくなり、朝食を食べてくる子どもが多くなった。これは、保護者の意識が変容したからであり、効果的なプログラムであった。また、「わくわくランド」は、小学校の運動場や体育館を使用できる活動で、幼小連携の母体となった。この活動では、教員の意識が大きく変わり、小学校との連携に向け積極的に交流できるようになってきた。全体的には、教員の意識変革が大きく、また、子どもたちの体力の向上にたいへん効果が認められた。

- ・ 幼児においては体を動かすことが好きになり、園庭に出て遊ぶ姿が多く見られた。また運動への意識も高くなり意識付けができた。
- ・ 運動能力、基本運動等において以前に比べ向上してきた。
- ・ 保護者の意識が向上し、子どもの体力について考えたり、自分自身の体力についても考える意識付けになった。今後も継続していきたい。
- ・ 食育の講演会や食事のアンケート等により体力面はもちろんのこと、食生活面や健康面についても意識して生活するようになった。

○ 月1回の生活リズムカレンダーの取組により、生活リズムの重要性について保護者の意識が高まり、幼児への良好な生活習慣の定着化を図ることができた。  
○ 幼児は、走跳投を意識した遊び環境を整えたことにより、意欲的に運動遊びに挑戦したり、友達とかかわりあったりしながら、めあてをもって遊ぶ姿が見られるようになった。「やればできる」という有能感を感じる幼児も増えてきた。  
○ 保護者と連携し幼児の体力をはぐくむことが大切であると考え、遊びの啓発の場として、運動参観日を実施した。そのような機会が増えたことで「子どものために」という思いも深まり、協力的な保護者が増えた。  
○ 幼児期の体力向上のとらえ方を教職員で意識統一しながら、環境の工夫や保護者啓発に取り組んだことは、教職員の学びや資質向上に寄与した。

○ 保護者が園の取組に理解を示し、協力的であったことから、親子で取り組む様々な活動に良い影響をもたらせたとともに、保護者自身の意識の改革につながった。  
○ 2年間の取組により、教員は幼児の遊びを見る視点に常に運動的な要素を重ね合わせてみるようになるとともに、園内環境を考える上で「思わずやってみたくくなるような環境づくり」を意識するようになった。  
○ 幼児が意欲的に取り組む活動を通して運動能力が育つことから、日々幼児が楽しんで行う活動を積み重ねていくことの重要性を改めて感じた。

最も変容したのは、教員の意識である。教員が保護者や幼児のニーズに応じ、ともに心と体を動かして体験していくことで保護者や幼児の意識が高揚し、親子のかかわりが豊かになっている。また、園や家庭、地域、小学校、専門機関が幼児の生活習慣や運動習慣の定着化と基本的な動きや多様な動きの習得、基礎的な体力づくりに向けてスモールステップとなる課題を共有し、つながり合ってきている。

実践地域	実践園	各プログラムの重み付け (※1)	プログラムの名称	意図・目的(※2)						対象者(※3)				実施場所(※3)			実施内容(※3)						
				生活習慣確立	体力向上	基本動作習得	保護者意識改善	教員等意識改善	その他	計	幼児	家庭保護者	教員等	地域	計	園	家庭	地域	計	身体活動型	研修講習会型	啓発資料型	
宮崎県小林地	細野保育園	プロA	30	自由遊び時間・環境の見直し	20	20	30		30		100	◎				◎				◎			
		プロB	10	情報チラシ発行	30		20	50			100	◎	○			◎						◎	
		プロC	10	からだチェック	10		10	50	30		100	◎	○			◎						◎	
		プロD	10	情報交換会				40	60		100		○	◎		◎					○	◎	
		プロE	20	運動教室		40	40		20		100	◎				◎				◎			
		プロF	20	いろいろあそぼう		30	40	10	20		100	◎	●	○		◎	○	●		◎	○		
	こすもす保育園	プロA	30	自由遊び時間・環境の見直し	20	30	30		20		100	○		◎		◎				◎			
		プロB	10	アンケート発行・検証	30			60	10		100		◎	○		○	◎					◎	
		プロC	10	からだチェック	30			60	10		100	◎	○	●		○	◎					◎	
		プロD	10	情報交換会	20			30	50		100		○	◎		◎	○				◎	○	
		プロE	30	運動教室		50	40		10		100	◎		○		◎				◎			
		プロF	10	いろいろあそぼう		20	60	10	10		100	◎	○	●		◎	○			◎	○		
鹿児島県喜界町	湾幼稚園	プロA	30	親子スポーツ教室		10	80	10				◎	○	●		◎				◎	○		
		プロB	20	講演会	30			50	20				◎	○		◎						◎	
		プロC	30	親子で一緒に遊ぼうデー	10	30		60				○	◎			◎						◎	
		プロD	5	外で友達と一緒にいっぱい遊ぼう			90	10				◎		○		◎						◎	
		プロE	10	スポーツだより発行	20			70	10				◎	○		●	◎	○				◎	
		プロF	5	先進研究園視察					100					◎			◎						◎
沖縄県中城村	津覇幼稚園	プロA	25	外遊び増強スタッフ派遣	10	20	20		50		100	◎		○		◎				◎		○	
		プロB	25	幼児対象ヘルスプロモーション	50			20	30		100	◎	●	○		◎	○				○	◎	
		プロC	25	保護者・教員対象ヘルスプロモーション	30			40	30		100		◎	○	●		◎	○	●			◎	○
		プロD	25	親子で水遊び・スイミング	10	20	20	40	10		100	○	◎	●	△		◎		○			◎	

実践活動により最も変化した又は向上したと思われること  
 [視点: 幼児の生活習慣の確立・体力・基本動作及び保護者、教員・保育士等の意識]

◎子ども 体を動かすことを自分たちでも意欲的に楽しめるようになってきた。動ける体ができていくことで、以前より体力がついてきたように思える。遊びの広がりにより、コミュニケーション量も増加してきた。又、それにより「心」の発達も促されているのではないかと感じる。

◎保護者 運動教室があるということで「今日はどんなことをした」「できるようになった」等、保育者と保護者又、保護者と子どもの話題に運動遊びのことが多く出るようになった。おたよりや運動会・遠足の際、様々な運動遊びの紹介や運動用具の提供をすることで既製の遊具が無くても楽しく体を動かして遊べることを体験していただくことができた。又、その後の親子のコミュニケーションに役立てることができたように思える。

◎園 体を動かすことが楽しいと思える環境の整備、遊びの内容の見直しができた。保育者自身が意識して行うことで、子どもたちの動きも活動的になり、遊びの内容に変化が見られるようになった。様々な運動用具が整ったことで、遊びの幅も広がってきた。今後も持続して、意識して実践できるよう心がけていきたい。

最も変化したのは、職員のおそびに対する、意識の持ち方だと思う。  
 今までは「楽しく身体を動かすおそび」ぐらいで考えていたものも36の動きのどの動きをしているか?とか、もっと色々な動きを取り入れるおそびは?とかを考えるようになってきた点はこれからの活動に大いに役立つことと思う。

- ・体を動かすことで、食べる量が増え、偏食が減ってきた。
- ・土曜日や日曜日等に、親子で遊ぶ機会が増えた。また、「縄跳びで〇回跳ぶぞ。」「逆上がりができるようになるぞ。」等、自ら目標をもって運動(遊び)をするようになった。
- ・運動能力調査の補助をしながら我が子を見たり、親子で体を動かしてみても、子どもの体力・運動能力の実態が把握できたことがよかった。
- ・「早寝・早起き・朝ご飯」を充実させることの重要性を講演会やスポーツ日より知ることができた。
- ・体力向上は、日常生活で体を動かすことや生活習慣の確立等が大切で、園の環境整備や園児への適切なアドバイスが必要であることが分かった。(教員の意識)

実践活動により、親子の生活習慣や子どもの身体活動に対する教員の意識が最も向上したと思われる。根拠としては、教員が自主的に生活習慣に関わる掲示物を作成していいたり、子どもの身体活動に関する様子を観察し、しばしば教員同士で報告する場面が見受けられた。また、3年目(H21年度)は2年目の実践園が協力園になったが、前年度ほどの実践園のプログラム実施効果が表れていなかった。おそらく一度対象となった実践園の教員の意識が高く、協力園であっても、実践園程度の意識で活動しているようであった。

## II. 参考文献一覧

### ◆第1章 IV. 幼児期における体力測定の意義とその活用法

- ・安部恵子：子どもの接地足跡面の形成と体力・運動能力について，教育医学，第55巻，第3号，265-275，2010.
- ・池上晴夫：新版 運動処方，朝倉書店，1990.

### ◆第1章 VI. 幼児期の発育発達の特徴

- ・榊原洋一：子どもの脳の発達 臨界期・敏感期，講談社+α新書，2004.
- ・榊原洋一：大人が知らない子どもの体の不思議，講談社ブルーバックス，2008.
- ・桜井茂男（編著）：乳幼児のこころの発達 ①1歳まで，大日本図書，1999.
- ・桜井茂男（編著）：乳幼児のこころの発達 ②1～3歳まで，大日本図書，1999.
- ・桜井茂男（編著）：乳幼児のこころの発達 ③3～6歳まで，大日本図書，1999.

### ◆第1章 VIII. 幼児期の基本的動作の発達

- ・Gallahue, D.L. and Ozmun, J.C. : “Understanding motor development : Infants, children, adolescents, Adults”, McGraw-Hill, 1998.
- ・Meinel, K. (金子明友訳) : マイネル スポーツ運動学，大修館書店，1981.
- ・杉原隆，近藤充夫，吉田伊津美，他：1960年代から2000年代に至る幼児の運動能力発達の時代変化，体育の科学，第57巻，第1号，69-73，2007.
- ・中村和彦，武長理栄，宮丸凱史：観察的評価による幼児の基本的動作様式の発達，発育発達研究，第51号，2011.
- ・森司朗，杉原隆，吉田伊津美，他：2008年の全国調査からみた幼児の運動能力，体育の科学，第60巻，第1号，56-66，2010.

### ◆第1章 XI. 体力の向上と生活習慣や意欲との関係

- ・春日晃章：幼児期における体力差の縦断的推移—3年間の追跡データに基づいて—，発育発達研究，第41号，17-27，2009.
- ・春日晃章：子どもの活動と性格の育ち，子どもと発育発達，第8巻，第2号，94-99，2010.
- ・杉原隆：幼児の運動あそびに関する有能さの認知とパーソナリティの関係，体育学研究，第30巻，第1号，25-35，1985.

### ●第1章 XII. 保護者及び担任(教員・保育士等)の意識・参加と地域のサポート

- ・Barkman L & Kawachi I : Social Epidemiology, Oxford University Press, 2000.

### Ⅲ. 協力者会議委員及び報告書作成ワーキンググループ委員

体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究協力者会議委員、並びに報告書作成ワーキンググループ委員は以下の通りである。

#### 体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究 協力者会議委員及び報告書作成ワーキンググループ委員

(五十音順)

- ・協力者会議：氏名・職名は平成22年3月31日現在（神原氏については平成20年3月31日現在）
- ・ワーキンググループ：氏名・職名は平成23年2月1日現在

協力者 会議	WG	氏名	所属
	○	安部 恵子	プール学院大学国際文化学部 准教授
○	◎	大澤 清二	大妻女子大学人間生活文化研究所長・教授
	○	春日 晃章	岐阜大学教育学部 准教授
◎		小林 寛道	東京大学 名誉教授
○		小林 研介	私立呑竜幼稚園長
	○	小林 稔	京都教育大学教育支援センター 准教授
○		塩 美佐枝	聖徳大学大学院教職研究科 教授
○		神原 聡 (H19)	神奈川県教育委員会子ども教育支援課長
○		志摩 尚平 (H20、H21)	
○		杉原 隆	十文字学園女子大学人間生活学部 特任教授
	○	鈴木 和弘	国際武道大学体育学部 教授
○		内藤 久士	順天堂大学スポーツ健康科学部 教授
○	○	中村 和彦	山梨大学教育人間科学部 准教授
○		中山 博子	聖徳大学幼児教育専門学校 教授
○		吉田 直久	日本放送協会編成局衛星放送センターチーフプロデューサー

※◎印は座長