

## I. 実践園・実践活動の概要

## ・実践園の概要(園児数・特徴 など)

沖縄県中城村(なかぐすくそん)と幼稚園の特徴: 中城村は、那覇市と沖縄市の間に位置し、自然的・歴史的・文化的な環境に恵まれた村である。村のシンボルである中城城(なかぐすくじょう)は、「琉球王国のグスク及び関連遺産群」の一つとして、2000年12月に世界遺産に登録された。また、村内には2つの公立小学校があり、幼稚園は各々の小学校敷地内にある。このような物理的かつ機能的な幼小連携の環境は、戦後の沖縄を統治していたアメリカ合衆国の影響が強く、琉球政府時代の教育システムの名残である。

実践園	対象園児数(H19年度)								実践園の特徴		
	3歳児		4歳児		5歳児		計		定員	保育時間(平日)	国公私立
	男	女	男	女	男	女	男	女			
津覇幼稚園	0	0	0	0	33	28	33	28	105	4時間	公立

※6歳児は5歳児に含む

## ・実践活動の概要

## &lt;実践活動の目的&gt;

## ●実践テーマ「おとなの行動変容で育む「がんじゅう」沖縄っ子」

※「がんじゅう」とは沖縄の方言で「元気」の意

## ●ねらい・趣旨

主に子どもの周りの大人の行動変容を促すことによって、子どもの身体活動量を増強させ、体力を向上させる。2次的な効果として、今までよりも規則正しいライフスタイルが定着することをねらいとする。

## II. 効果のあった実践活動の狙いとポイント

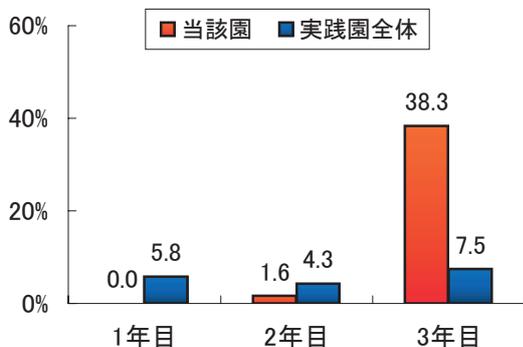
実施プログラム名	外遊び増強のためのスタッフ派遣	保護者・教員を対象としたヘルスプロモーションプログラム
趣旨・目的	現在の幼児期の子どもたちは、安全面の条件があったり、空間的に制約を受けることが多かったりすることから、昔に比べて外遊びをする機会が減少していると考えられる。スタッフを派遣することにより外遊びを始めるきっかけづくりを行う。	幼児期において体力の基礎を培うには、周りの大人の協力が必要不可欠である。ライフスタイルの改善等は大人の意識・行動が変容するだけで子どもの行動が変容するだろう。よって、保護者や教員を対象としてヘルスプロモーションプログラムを実施する。
対象者	5歳児	5歳児72名の保護者及び幼稚園教員
実施内容及び方法	幼児への直接的な実践活動として、6月から11月の間、8週間にわたって、週に2回程度自由遊びスタッフを3名幼稚園に派遣し、子どもの中に入って事前に準備された外遊びを紹介し、それらの遊びをリードする。これらによって、様々な身体の動かし方を自然に身に付けさせるとともに幼児の身体活動量を増強させる。	2週間に1回程度、子ども時代からの健康の重要性を説くと同時に、大人自身の健康の維持改善に必要な「食」及び「身体活動」に関する科学的な資料を配付することによって、大人自身の健康への興味・関心を高める。また、保護者及び教員を対象に家庭での「食教育」や「運動」の大切さについての講演を実施し、幼児の周りの大人の行動変容を促すようにする。なお、啓発に際しては、希望する保護者の携帯にメールを送信する。
期待される効果	亜熱帯である沖縄では、特に夏場は、意識的に外遊びをしないとどうしても屋内で遊んでしまうことが多い。このプログラムの実施により、外遊びに対して意欲的になると同時に様々な動きの獲得が行われたり、子どもの身体活動量が増強したりすることが期待される。	身体活動や食生活をはじめとする健康関連について、親子ともにそれらについて話題にする等の興味関心が向上する。また、実践活動後においては、親子揃って外遊びを積極的に行うようになり、親子で身体活動量が増強し生活習慣全般が事前テスト期よりも改善することが期待される。
検証方法	運動能力テスト、調整能力テスト(独自調査項目)及び教員による主観的評価により検証する。	ライフスタイル調査や身体活動量の変化(子どもは、他者評価により検証、大人は加速度計で計測。)により検証する。

### Ⅲ. 実践活動の成果

自由な遊びの時の変化に注目すると、よく一緒に遊んでいた友達が「6人以上」の比率が、1年目、2年目はほとんどいなかったが、3年目で38.3%に増加した。「活発な遊びをよくする」比率は、1年目、2年目の38.5%から67.2%に増加した。戸外の遊びと室内の遊びがどちらが多いかという設問については、「戸外の遊びが非常に多い」比率が1年目、2年目ともに約15%が3年目は28.3%に増加した。

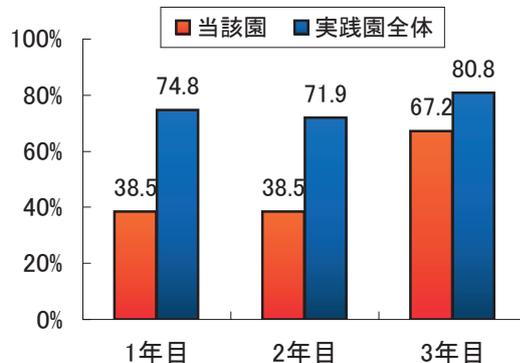
問4. 自由な遊びのとき、よく一緒に遊んでいた友達は何人ぐらいですか。

◆「6人以上」の比率



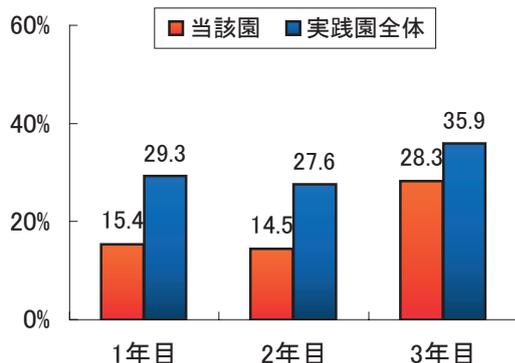
問1. 自由な遊びのとき、活発に体を動かす遊びをどのくらいしていますか。

◆「よくする+非常によくする」の比率



問2. 自由な遊びのとき、室内での遊びと戸外での遊びとどちらが多いですか。

◆「戸外の遊びが非常に多い」の比率



保護者コメント

「子どもの時期の運動の大切さがわかった。」「家でも子どもと色々なスポーツを楽しみながら取り組みたい。」「講演を聞くまでは、食事管理さえしていればという考えだったが、講演会後は娘の運動不足をどう解決したらいいのかという意識になった。」「また、ぜひ講演会を開催して欲しい。」「最初、入水を嫌がっていた子どもプールでのゲーム遊びに満足し、終了時間の合図を忘れるくらい夢中になっていた。」



実践園  
担当者コメント

大学生と一緒に遊んだなわ跳びや竹馬など、できた喜びが自信につながる姿が見受けられた。また、体に良い食べ物に関心をもち、教員に尋ねたり、図鑑で調べたりする子どもの姿が見られた。講演会を通して保護者が子どもの体力づくりに興味・関心を持ち、更に、体験活動に協力が得られ、連続性のある保育が進められた。



高等教育機関  
担当者コメント

実質2年半にわたって本事業に取り組んだが、定期的実践園と協力園において調査を実施したことから、この種の実践プログラムが幼児の運動能力や体力等に、ある程度影響を及ぼすには、約6カ月以上の期間が必要であることがわかった。また、わが国の教育システムの中では子どもの身体活動量を増強させようとする教員の意識は、子どもの体力向上にとって、最も重要なポイントであると考えられる。今後は、生活習慣や子どもを活発に遊ばせることに関心のない保護者にどのようにアプローチするか。また、教員の意識の向上をいかに広げていくか(一般化していくか)が課題であろう。(連携機関:琉球大学教育学部附属教育実践総合センター)

## I. 導入計画の立案

### ・実施計画

- ・幼稚園において実施可能な曜日と時間を決定する。
- ・スタッフとして幼稚園周辺の大学(可能ならば教員養成系)で学生を募る。

### ・準備作業(※必要な設備・資材・作業人員・作業期間 等)

必要な設備	園庭、固定遊具
必要な教材	竹馬、フラフープ、ボール、なわ跳び用なわなどの遊具
必要なスタッフ数	1回あたり1～3名程度(園児の人数にもよる)
活動期間	週2回程度で2～3ヶ月以上(1回あたり原則1時間以上の援助)

### ・全体的なスケジュール(※おおまかなスケジュール)

#### 4～5月中旬 幼稚園と高等教育機関指導者との話し合い

幼稚園と幼児関連の専門の学科がある高等教育機関の指導者との間で、実施計画を練る。

#### 5月下旬 大学生等のスタッフ(支援者)募集

高等教育機関は、保育士もしくは幼稚園教員を目指す学生からスタッフを募集する。

#### 5月下旬 スタッフへの説明

本プログラムの主旨と、園や幼児の概要をスタッフに説明し、幼稚園側教員と交流する。スタッフは園内の固定遊具や教材をどのように幼児が扱っているのか、保育見学をする。

#### 5月下旬 スタッフ間のプログラム内容の計画策定とその共通理解

今、子どもが一番何をやりたがっているのかについて、教員とスタッフが一緒に検討し合う。

#### 6月 本プログラムの実施(スタッフの派遣)

6月の4週間、週に2回程度子どもの中に入って事前に準備された外遊びを紹介し、それらの遊びをリードする。

#### 7～8月 プールの実施

7-8月の8週間、週に2回程度、親子で水遊び、スイミングプログラムを実施する。具体的内容は、親と一緒に水遊びを行うことを主とするが、日常の安全面に少しでも寄与できるよう、着衣水泳を実施したり、ドル平等の練習を行ったりする。



#### 9-11月 本プログラムの実施(スタッフの派遣)

週に2回程度子どもの中に入って事前に準備された外遊びを紹介し、それらの遊びをリードする。

#### 12月 プログラムの振り返りと評価

全体的に保護者にも非常に好評であったが、未だ、関心の十分でない家庭もあり、そこにどう働きかけるかが本事業の大きな課題である。

## II. 地域の特徴を活かした活動プログラムの設計

出席確認



準備運動



フラフープでのトンネルくぐり



お父さんお母さんのトンネルくぐり



動物拾い(底のボールをとる)ゲーム



親子で水中バスケット



親子でリレー競争



フローターを使って、海賊の旅  
(畳2枚分くらいのフローターにのって移動する)



ジャンプ競争  
(プールサイドから、水中にいる親をめがけてジャンプ)



## III. 本プログラム導入にあたっての基本的な考え方と留意点

プログラムのねらい	本プログラムのねらいは、一人ではなく、友達どうしで外遊びや運動ができるきっかけづくりを行うことである。また、子どもたちの自発的な活動を促すために、プログラム内容の策定段階では、今、子どもが一番何をやりたがっているのかについて、教員とスタッフが一緒に検討し合う場面を設ける必要がある。更に、実際にプログラムを開始した後も、常に子どもの欲求に応じて内容を改善していく教員サイドの意識の柔軟性が大事である。
スタッフの募集	スタッフの募集については、第一に、実践的指導力の育成につながるなど、相互にメリットがもたらされると想定されることから、近隣の教員や保育士の養成機関を活用することが考えられる。もし、この種の養成機関が存在しないようなら、保護者をはじめとする地域のボランティアを募る方法も考えられる。
地域特性に合わせた活動	どの地域でもその地域特有の関心の高い運動種目があったり、既設の体育施設や気象条件の関係から取り組みやすい実践があったりするのではないだろうか。本プログラムの場合は沖縄県の亜熱帯の特徴を活かし、親子で夜間にいっしょに行うプールでの活動がそれである。従来、沖縄県では、昼間に実施する戸外でのプール遊びについては、暑すぎる点や日焼けが気になることからあまり盛んではなかった。また、大都市部ほど学校以外のスイミング施設が整っていない(リゾートホテル以外)現状もあり、海に囲まれた県であるにも関わらず、全体的に水泳に対する保護者の関心は低く、それを裏づけるかのように小・中学生の泳力も低迷している。
保護者の参加を増やすために	今回、誰もが気軽に行ける学校のプールにおいて、夜間に親子での水遊びプログラムを実施することで、多くの親の参加を期待した。実際に活動をしてみて、夜間に戸外で泳ぐことの気持ち良さを口にする保護者が多かった。実施にあたって、プール自体は狭いが暗いので、安全面には十分に注意を払いたい。