

○ 研究内容

屋内でのサーキット運動遊び1

天候にあわせて屋内と屋外の両方で展開した。屋内でも走・跳・投の3動作は十分にサーキット的に体験できる。



屋内でのサーキット運動遊び2

パンチングボールは投動作につながる事が期待できる。近隣の大学の学生さんと協働することで、子ども達は飽きることなく楽しめた。



屋外でのサーキット運動遊び1

屋外では少し大きな遊具を用いたり、屋内では実践が難しい走動作にも取り組んだりすることができる。投動作に関しては屋外では遠くに投げることに挑戦できる



屋外でのサーキット運動遊び2

屋外では遊具も工夫できるし大人数が同時に動けるという利点がある。年中や年長ぐらいになったら屋外での活動を積極的に増やしていく。

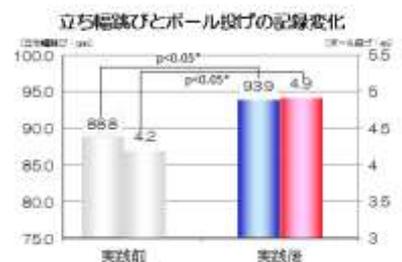


走・跳動作の体力テスト記録の変化

走動作に関しては25m走、跳動作に関しては立ち幅跳びと反復横跳びの記録の変化を示す



動作が改善している様子が見て取れる。



体力テストの記録も明らかに向上していた。

※. 日々の身体活動量も測定済み、現在分析中

サーキット遊びの多様化

サーキット遊びをより多様で、子ども達の運動発達過程を考慮したプログラムに改良していく

サーキット遊びは運動遊びの定番になりつつあると思う。子供達が一度に多様な運動を体験できる良い方法だと感じる。しかし、内容がワンパターンだと子ども達には飽きが出る恐れがある。また、3歳児から6歳児までが同じ運動内容では小さい子には難しすぎ、大きい子には簡単すぎるといった問題が生じる。今後、動作別に発達を考慮したプログラムを提案していくことで、3歳児から6歳児まで、発達段階に応じた運動体験へとつなげていくことが課題である。