

毎日体を動かす機会を確保する 「きらきらタイム」の実践例

学校名 鈴鹿市立稲生幼稚園（三重県）

全校幼児数 62名（男児 30名 女児 32名）

（本事例に係る問合せ先）

電話番号 059（382）9028 鈴鹿市教育委員会指導課

メールアドレス shido@city.suzuka.lg.jp

1 研究のねらい

毎日一定時間、体を動かす機会を確保し、多様な動きを経験する活動を継続して行う。

2 研究の概要

課題：本市の小中学生の全国体力・運動能力検査から、特に握力、投げる種目、運動意欲について中学校とも全国平均を下回っている。幼稚園でも運動遊びを好まず疲れやすい幼児が増加している。

課題解決のための検討事項：意欲的に体を動かして遊ぶための教材研究と発達に応じた運動遊びの実践をする。毎日体を動かす時間「きらきらタイム」を設定する。年3回、体力測定を行い、成果を検証する。親子体操講座を開催し、保護者への啓発を行う。

○実践プログラムの紹介

□ 体を動かす機会の確保

きらきらタイム—1日の園生活の中に、全員で毎日一定時間、体を動かして遊ぶ時間を設定する。

1回15分～30分程度・基本の動作を取り入れ、基本的に毎日継続して行う。

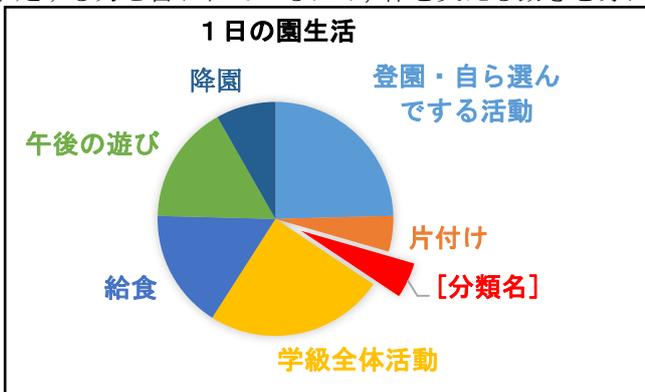
基本の動作と遊び

投げ動作—投げ動作は、自由に遊んでいるだけでは獲得されにくいいため、意識的に取り入れる。

跳躍動作—両足をそろえて跳ぶ動作と、幅のあるものを跳び越える動作を、遊びの中に取り入れる。

支持動作—腕の支持力は現代の子供たちに最も不足する力と言われているため、体を支える動きを身に付けて、上半身を鍛える。転んだ時に手をつき、体重を支えられる力を養う。

集団遊び—集団の中でルールを守り、総合的な力を身に付ける。（走る・止まる・方向転換する・見る・判断する・ルールを守る・体力・持久力・忍耐力・協調性・など）



○幼児の安全を確保するため配慮（工夫）したこと

- 1 活動前に、安全面の注意事項について見本を見せるなどして、理解の徹底を図った。
- 2 使用する用具の安全性を考慮した。十分に活動できる空間を確保するとともに、幼児の動線を考えて活動場所を設定した。

○成果の意義と今後の課題

- 1 楽しみながら、多様な動きを経験し、身に付けることができた。チーム対抗にしたり、活動にストーリー性やゲーム性をもたせたりすることで、意欲を継続させることができた。
- 2 今後も各園の地域性や幼児の実態に応じたプログラム内容について、教材研究を行っていく。

○ 研究内容

【きらきらタイム：投げ動作】

2チームに分かれて「玉投げごっこ」



【きらきらタイム：跳躍動作】

探検ごっこ（両足跳び越し）



【きらきらタイム：支持動作】

2人組になって「手押し車」



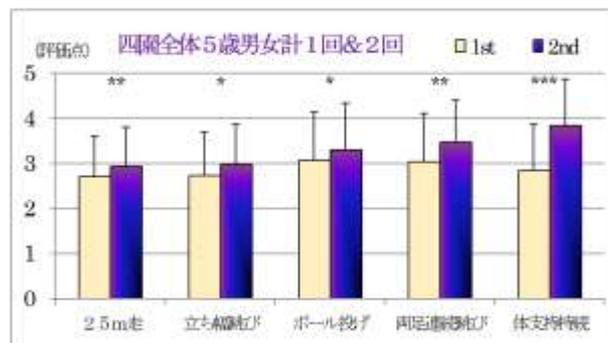
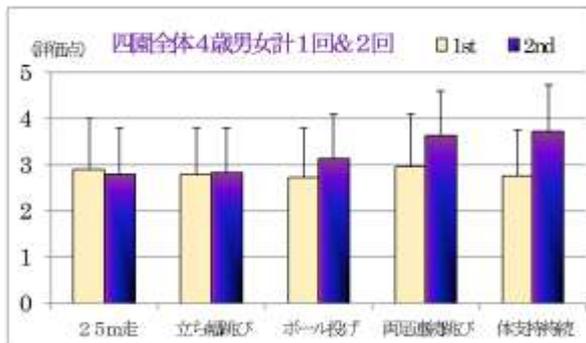
【きらきらタイム：集団遊び】

ねこになって鬼ごっこ



【体力測定による運動能力の検証】

事業推進園4園の運動能力測定値（1回目・2回目）を比較し、ほぼ全項目において向上傾向が見られた



【きらきらタイムの継続実施】

市内全園で毎日一定時間体を動かす「きらきらタイム」を設定し、継続して行う

今年度は推進園4園を中心に「きらきらタイム」を実施し、実践プログラムの内容について教材研究に取り組んだ。1日のカリキュラムの中に運動遊びを位置づけ、発達に応じたプログラムを作成・実施して、幼児の変容を保護者に発信した。次年度以降は市内全園において、各園の実態に合った活動内容を工夫し、すべての幼児が運動を好きになる取組を目指したい。