

幼児期からの運動遊び普及事業 取組結果

神奈川県

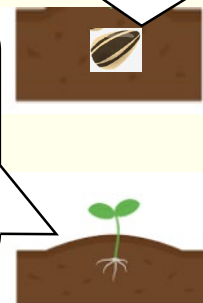
神奈川県による「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト」について

幼児期への運動習慣形成プロジェクト(スポーツ課)

- 運動指導者派遣事業
- 「親子ふれあい体操」パンフレット等作成事業
- 指導者への運動講習等

「運動が楽しい」の芽が出るように幼児期からアプローチします。

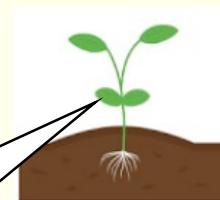
幼児期では、保護者や指導者を中心に働きかけ、**発芽の条件を整えます。**



児童期への運動習慣形成プロジェクト(保健体育課)

- みんなで遊ぼう！わくわく先生派遣事業

児童期では、児童が自主的に運動遊びに取り組むことができるよう、運動遊びの楽しさを十分に味わい、**自ら伸びる力を身につけます。**



運動が楽しい

生涯にわたる豊かなスポーツライフを目指して
「運動が楽しい」と思える子どもを育みます



神奈川県による 「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト」

幼児期

課題

- 幼児期における運動習慣の低下(週3回以上の運動実施率) ※授業時間は除く
「神奈川県児童生徒体力・運動能力調査報告書」によると、小学1年生の週3日以上運動の実施率は目標値に対して低い状況が続いている

→屋外で遊ぶ子どもや家族と一緒に遊ぶ子どもは減少し、室内や一人で遊ぶ子どもが増えている
→幼児期における運動遊びの経験は、その後の運動習慣や生活習慣改善につながる

→ 楽しみながら行う運動・遊びを行い、運動習慣を定着させることにより生活習慣改善の契機とする

- 満20歳以上の個人の運動習慣の定着（1年間に運動・スポーツをした日数）

幼児期の運動習慣と同様に、20歳以上の成人においても全く運動をしない人の割合が増えている

→子どもとの遊びは、かなりの運動量となるため、自然と運動不足の改善につながる

→ 大人も子どもと一緒に体を動かすことにより、子どもとのコミュニケーションの時間をとること、子どもとの遊びにより身体を動かすことの大切さに気付くきっかけを作る

対 応

家庭や地域(幼稚園・自治体)が一体となって、遊びや運動に取り組む姿勢を育成していく

○幼稚園の園児及び保護者を対象に、両者がふれあいながら、年齢に応じて、「いつでも」、「どこでも」
「楽しく」出来る運動を紹介する「親子ふれあい体操教室」を早稲田大学前橋明教授等による指導のもと実施（三浦市1園、計6回 子ども及び保護者計226人参加）

○実際に体験した体操の内容を家庭でも振り返りながら、継続して取り組むことが出来るよう、様々なメニューを掲載した「親子ふれあい体操」を作成し、教室実施後配付



親子ふれあい体操教室
(樺の御所幼稚園の園児及び保護者)



親子ふれあい体操教室パンフレット
保護者編(抜粋)

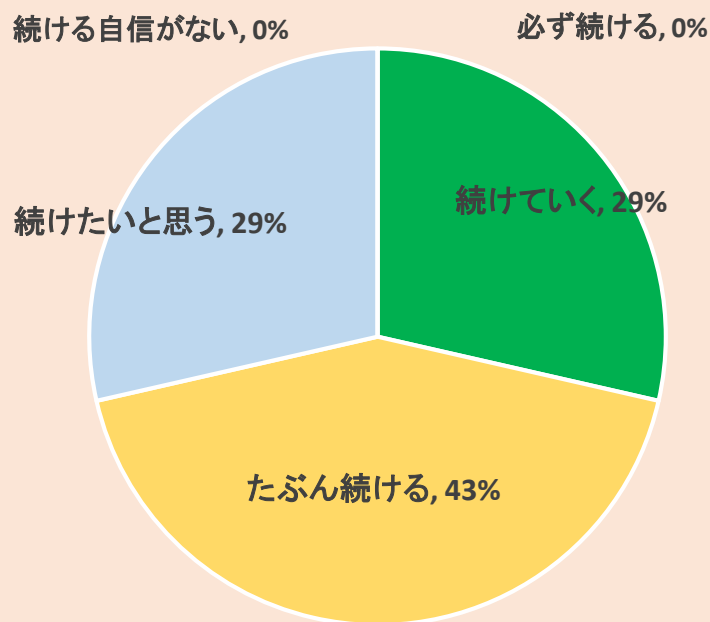
今後期待できる効果

子どもと保護者が幼稚園にいる時間だけでなく、**各家庭でも気軽に運動**を取り入れていただくことが可能となり、**運動習慣形成とともに生活リズムの改善**が期待できる

体操教室参加者アンケート以下抜粋

(意図:運動を習慣化していけそうか)

【直後】親子ふれあい体操で実施した運動を続けて行けそうですか



続けることに前向きな人 **100%**

続けていく(必ず続ける、続けていく)人 **約29%**

→続けたいという意思はみられるため、いかに継続するモチベーションを持ってもらうかが課題

事前アンケートを見ても、運動の重要性はほとんどの保護者が認識している
(重要と考える保護者86%)



参加した人の感想

「すごく楽しかった」

「子どもが家でもやりたがったので試した」

「子どもとコミュニケーションを図る機会になった」



保護者の行動変容の一番の動機は、参加した子どもの「教わった遊びを保護者・兄弟に伝えたい、一緒に遊びたい」という気持ちからの働きかけ

⇒親の気持ちを動かすには、まず子どもの好奇心に火をつけるような「楽しい」遊びを通じたコミュニケーションが必須。

子どもや保護者の意識・活動量等の変化

調査項目	体操教室実施	体操教室非実施
「子どもが以前より活発に体を動かして遊ぶようになった」と思う割合	87.5%	21.8%
「子どもの不活動時間が減少した」と思う割合	62.5%	11.5%
「子どもの睡眠や食事などの生活習慣の改善を意識するようになった」と思う割合	62.5%	37.9%
「子どもと一緒に体を動かして遊んだり運動したりするようになった」と思う割合	75.0%	37.9%
「(保護者が)不活動時間の減少を意識するようになった」と思う割合	87.5%	32.2%

今後期待できる効果

各項目について、いずれも体操教室を実施した幼稚園や保育園の方が変化を感じている人が多かった。また、保護者自身が自分の運動不足を実感したり、子どもと向き合うきっかけになったという回答もあり、**子どもと保護者が互いに運動遊びの継続を促すことが期待できる。**

保護者意識への働きかけ

●TVによる放送

tvk「猫のひたいワイド」で「親子ふれあい体操教室」を取材。講師の前橋教授に「親子ふれあい体操」のポイントを紹介していただいたうえで、レポーターが実際に体験し感想を視聴者に伝え、また参加した親子のインタビューを通じて、**幼児期に楽しく遊び体を動かすことの大切さや楽しさに言及、啓発の一助となった。**



課 題

- 幼児教育に携わる指導者に対する「運動・遊び」の知識・経験の不足
- ・運動あそびの実施は行われているが、現場での学び中心で、運動することが生活リズムの向上やコミュニケーション能力の発達につながっていない

対 応

- 親子ふれあい体操「指導者編」パンフレットの作成
 - ・子どもの成長に発達・発育に応じた動きを学べる
 - ・中遊び・外遊びにおける留意事項をまとめ、安全・安心で楽しい運動遊びの指導ができるようになる
- 運動指導者講習会の実施
 - ・「食べて・動いて・寝る」が規則正しく行われることの重要性と、親が共働きであっても可能な、運動を契機とした生活改善方法、他者と協力することによるコミュニケーション能力の向上について講義

今後期待できる効果

市町村にも指導者編パンフレットを情報共有のため配布予定。今後、**幼→小において指導者同士の情報共有、連携の場**を作っていき、幼保小一体となった指導者間の連携を強化していく。



幼稚園教諭対象 運動指導講習会
対象：椿の御所幼稚園教諭

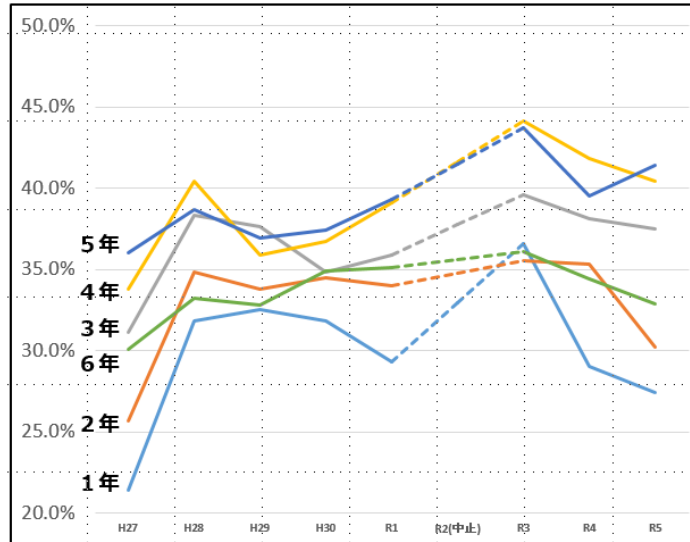
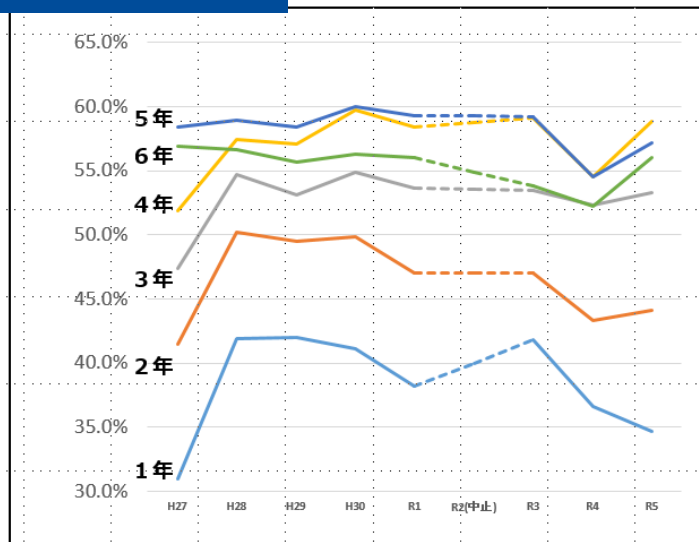


親子ふれあい体操教室
指導者編パンフレット

神奈川県による 「幼児期からの運動習慣形成プロジェクト」

児童期

課題



週3回以上の運動実施率

R4からR5の比較

3～6年生 ↗・→

1・2年生 ↘

(R5神奈川県児童生徒体力・運動能力調査)

対応

「みんなで遊ぼう！わくわく先生派遣事業」

① 運動遊び教室の開催 … 三浦市立全小学校〈8校〉

→8校合計23回開催し、参加者数は延べ1336名

→実施した運動遊びを中心に運動遊びポスターを作成し、県内(政令市を除く)の小学校に送付

→本事業の成果を、令和6年度の健康・体力づくり推進委員会(政令市を含む各市町村の小・中・高教員、指導主事から成る約120名の組織)等の会議にて事業報告を行う。

運動遊び教室の様子



今日これであそんでみない？

しまおに

あそび方

- ① 8人以上であそびます。
- ② にげる人とおにを決めます。
- ③ にげる人とおに以外の人は、三人一組で一列にならなすわり、島をつくりま。
- ④ にげる人は、どこかの島を選んですわります。その時、島の反対がわにる人が、次のにげる人になります。
- ⑤ おににタッチされないように、にげつげよう！

しんごうゲーム

あそび方

- ① 3人以上であそびます。
- ② おにを1人決めます。にげる人は一列にならびます。
- ③ にげる人は、おにが「青」と言ったら一歩前へ、「赤」と言われたら一歩後へ、「黄色」と言われたらその場でジャンプします。
- ④ おにが「黒」と言ったら、おににつかまらないように、反対がわまで走りぬけます。

先生方へ

「みんなで遊ぼう！ わくわく先生派遣事業」として、わくわく先生が運動遊び教室を行っており、このポスターは、その内容を基に作成しております。ぜひ、体育等の時間においても御活用ください。

問合せ先
神奈川県教育委員会
保健体育課 学校体育指導グループ
電話 045-210-8312
ファクシミリ 045-210-8922

※本ポスターは、ホームページに掲載する「わくわく先生」の運動遊び教室のポスターとは、内容が異なります。

「今日これであそんでみない？」
運動遊び紹介ポスター(全4種作成)

運動遊び通信 「わくわく先生がやってきた」 (全3種作成)

わくわく先生 がやってきた！

運動遊び通信第2号

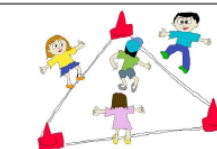
☆ わくわく先生のひとりごと

12月6日、旭小学校で、今年度はじめての運動遊び教室を実施しました。中休みには3・4年生と一っしょに「お山とおわん」を、昼休みには1・2年生と一っしょに「くまをたおせ」「おせんぼ」をして、みんなで体を動かすことを楽しみました。12月に入り寒い日が続いていますが、運動遊び教室をきっかけにして、休み時間に体を動かすことを楽しもうとする人が少しでも増えたらいいなと、わくわく先生は考えています。



☆ 今日、これで遊んでみない？ (運動遊び教室で取り組む遊びの例を紹介しす)

さんかくからにがすな



- ① 4人以上であそびます。
- ② 三角のコートをつくりま。
- ③ 3人は線の上に立ち、中の人がコートから出ないようにします。
- ④ 3人は線の上しか動けません。
- ⑤ 中の人はタッチされずに外に出られたら勝ち。
- ⑥ 外の人はタッチしたら勝ち。

ムカデのしっぽどり



- ① おにを1人きめます。
- ② 3人以上で1列になり、前の人のかたをつかみます。
- ③ おにが一番うしろの人をタッチします。
- ④ タッチされたり、れつがくずれたりしたらおにのちです。
- ⑤ ムカデの人たちは20秒かぞえて、まもりきつたらちです。

※参考 運動習慣カード
<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/cy3/gkt/kkt-kirakirapj-shukancard.html>
運動遊び周知ポスター「今日、コレで遊んでみない？」
<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/cy3/gkt/undousabi-wakuwaku.html>



カード ポスター

今後期待できる効果

派遣校はもとより、県内小学校の児童の運動遊びのきっかけとなり、体を動かして遊ぶことの楽しさを十分に味わうことで、運動習慣の定着に向けての礎を築く効果が期待できる。

対 応

② 体育授業のサポート

- 授業の冒頭10分間程度、主運動につながる感覚づくりの運動を、運動遊びとして実施する。
- 積極的に児童に声をかけ、動きの高まりを見つけて価値づけたり、アドバイスを行ったりする。



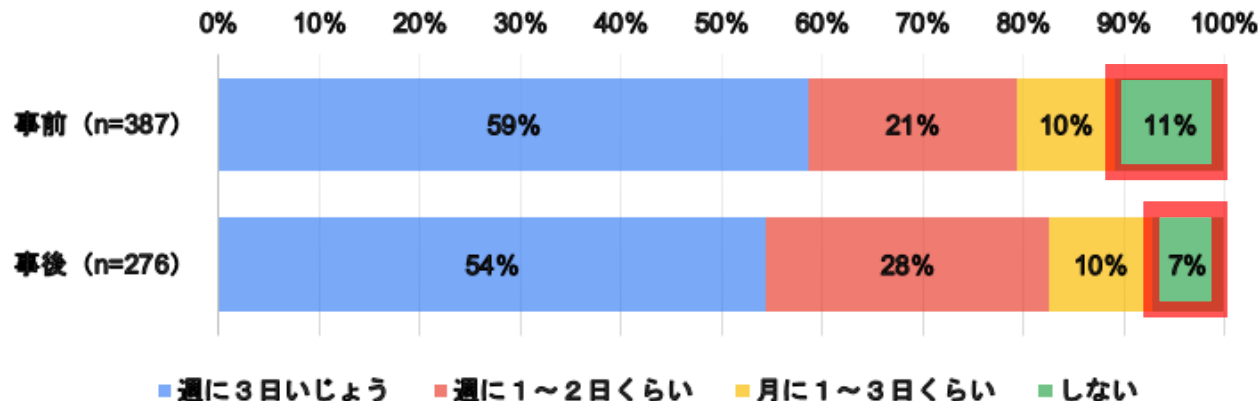
今後期待できる効果

休み時間にて行った運動遊びだけではなく、体育の時間にて行った運動遊びも、児童にとっては**知識の一つになり**、今後も運動遊びを実施するきっかけとなると考える。

児童への事前・事後アンケート

あなたは、学校の体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びをふくむ)やスポーツをどのくらいしていますか。
(1:しない、2:月に1～3日くらい、3:週に1～2日くらい、4:週に3日以上 の4段階で回答)

【低学年】

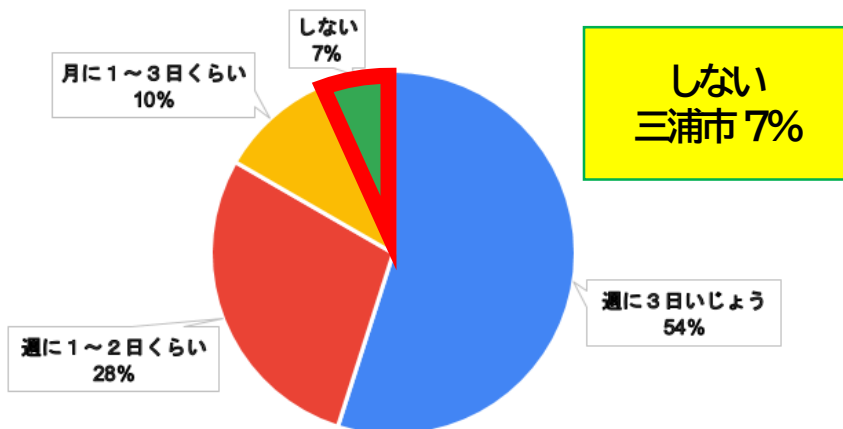


しない
事前 11%
↓
事後 7%

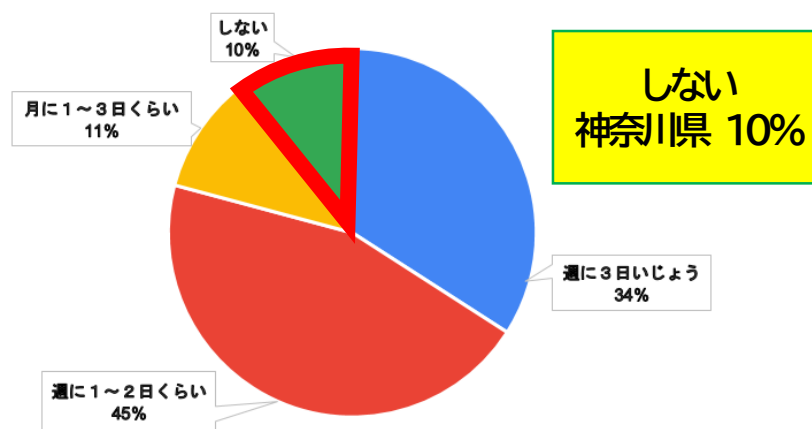
児童への事後アンケート と R5神奈川県児童生徒体力・運動能力調査

【低学年】

事後アンケート (n=276)



R5神奈川県児童生徒体力・運動能力調査 (n=7515)

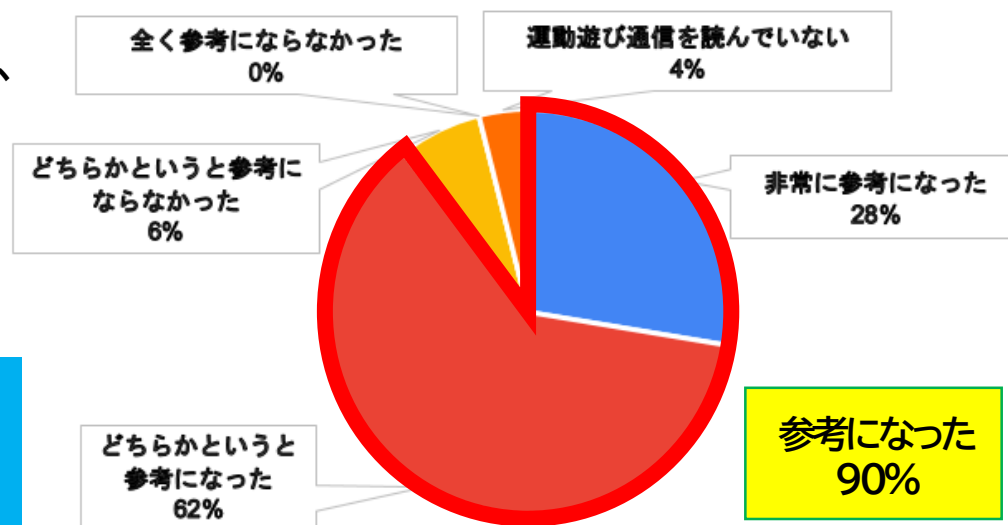


保護者への事後アンケート

運動遊び通信「わくわく先生がやってきた！」は、お子様の生活習慣の改善や運動遊びの意義を知るための**参考になりましたか**。(n=76)

(0:読んでいない、1:全く参考にならなかった
⇒ 4:非常に参考になった の4段階で回答)

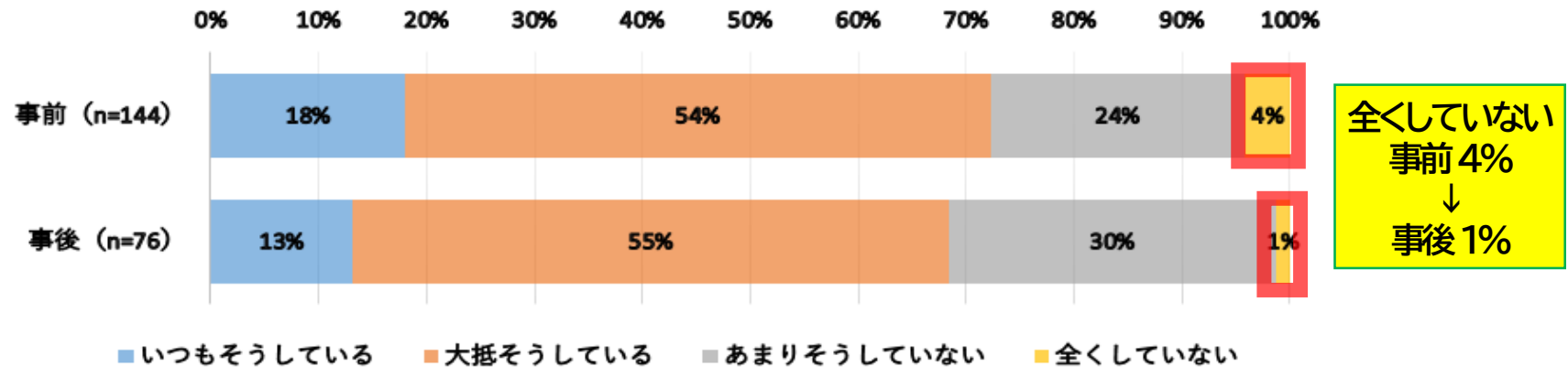
→運動遊び通信は96%の保護者が目を通し、
90%の保護者が参考になったと回答
→保護者への普及・啓発に有効な手立て



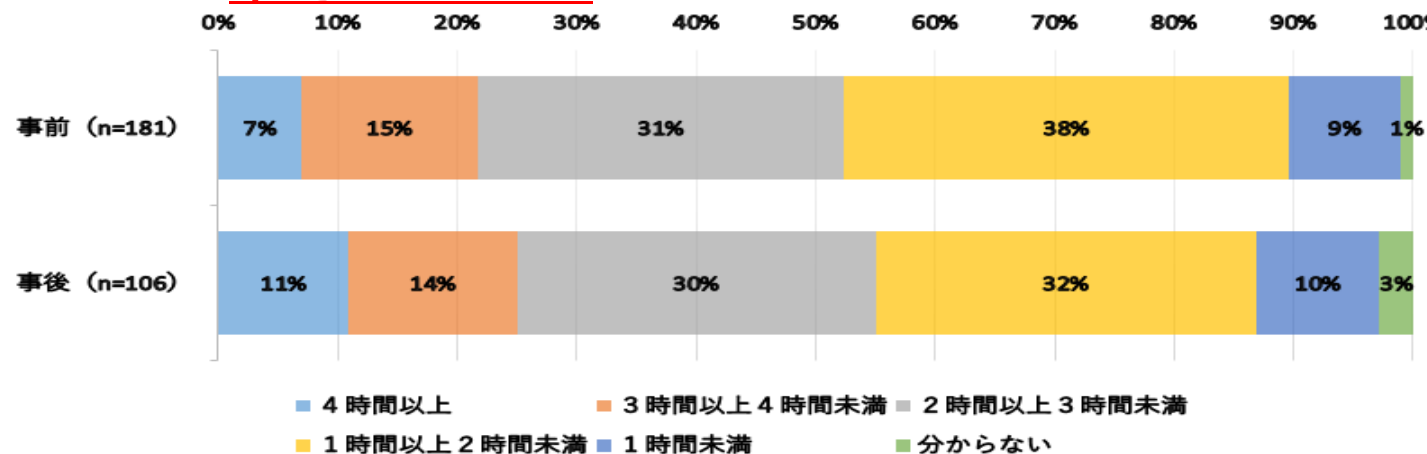
保護者への事前・事後アンケート

お子様のスクリーンタイムを減らすことを意識していますか。

(1:全くしていない ⇨ 4:いつもそうしている の4段階で回答)



過去7日間のうち、お子様の平日(休日)1日のテレビやパソコン、スマートフォン、ゲーム機等のスクリーンの視聴時間は平均どのくらいですか。(0:分からない、1:1時間未満 ⇨ 7:6時間以上 の7段階で回答)



意識は向上も、行動の変化にはつながらず → 運動遊び通信の数・質、その他の手立ての検証