

令和5年度 幼児期からの運動習慣形成プロジェクト
(幼児期からの運動遊び普及事業)

事業成果報告書



令和6年2月28日

栃木県教育委員会事務局健康体育課

令和5年度 幼児期からの運動習慣形成プロジェクト (幼児期からの運動遊び普及事業)

事業成果報告書

目次

1. 事業趣旨・目的	1
2. 事業の実施体制	1～2
3. 事業の内容	3～11
4. 事業の成果	
(1) 評価指標および目標	11～13
(2) 結果と考察	13～14
5. 事業の成果と今後の課題	14～15
6. 今後の取組予定	15
参考資料等	
・運動遊び啓発チラシ	16～17
・各種アンケート結果（栃木県・鹿沼市・那須町）	18～77
・令和5年度幼児期からの運動習慣形成プロジェクトシンポジウム発表資料	78～85



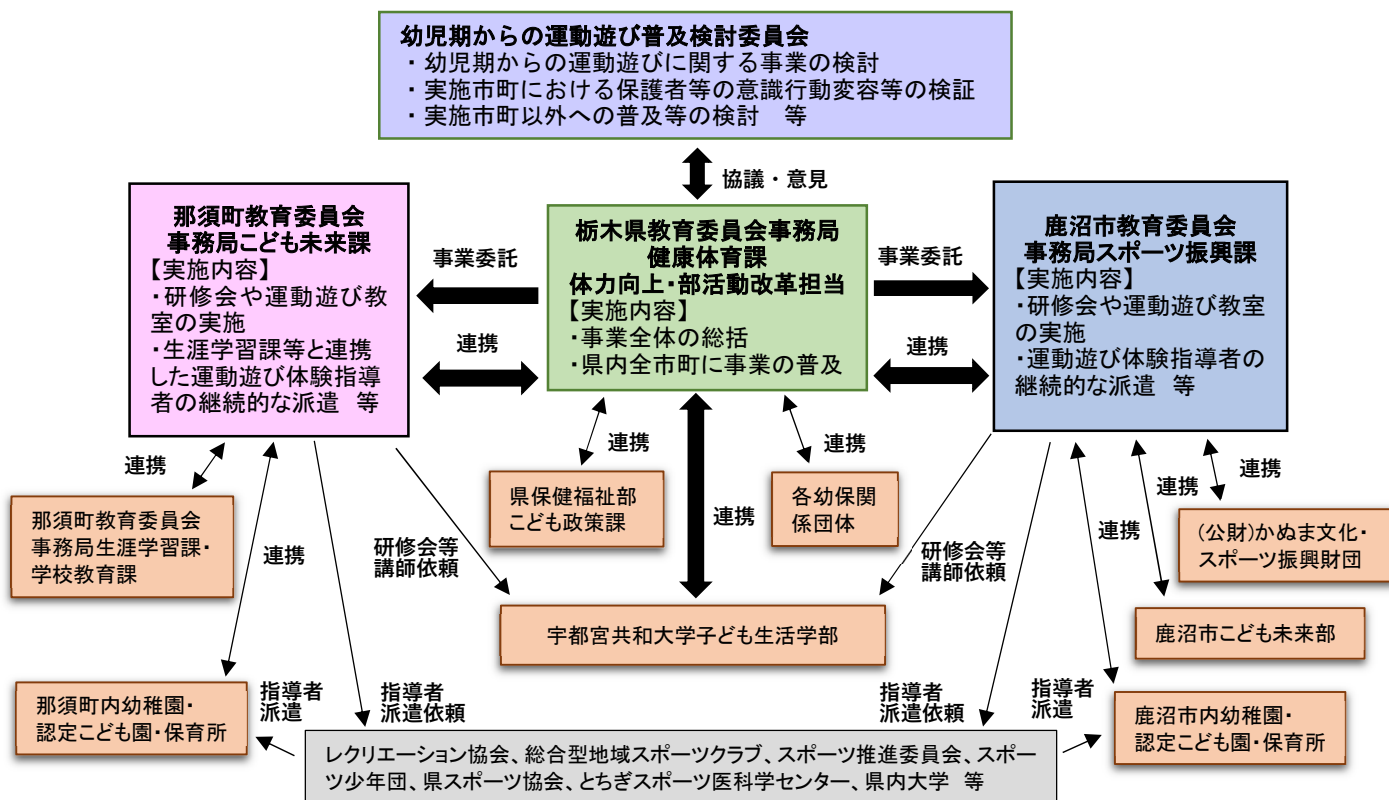
1. 事業の趣旨・目的

未就学児を含む小学生までの運動習慣づくりは、子どもの体力向上はもとより、成人以降のスポーツ習慣や高齢期以降の健康の保持に大きな影響を及ぼすものである。

そのため、自治体の幼児に関わる関連部署や域内の関係団体等と連携し、保護者や幼稚園教諭、保育士等を対象とした運動遊びの重要性に関する普及・啓発及び子どもたちが継続的に多様な運動遊びを経験できる環境の充実といった2つの視点から各種取組を実施する。

また、参加した保護者のフィジカルリテラシーを高められるよう、保護者に対し効果的な情報提供を行い、子どもの運動遊びに対する意識・行動の変化を促すとともに、多様な運動遊びを経験できる場や機会を提供することで、幼児期からの望ましい運動習慣の形成につなげる。

2. 事業の実施体制



【栃木県教育委員会事務局健康体育課】

氏名	役職等
角 田 正 史	課長
平山 佳代子	課長補佐（総括）
板 橋 美 季	体力向上・部活動改革担当 副主幹（G L）

大 竹 千 紘（事業担当者）	体力向上・部活動改革担当 指導主事
藤 本 裕 也	体力向上・部活動改革担当 指導主事
鈴 木 保 臣	体力向上・部活動改革担当 指導主事
大 矢 哲 平	体力向上・部活動改革担当 指導主事
鷹 背 倫 弘	体力向上・部活動改革担当 指導主事
外 松 章	体力向上・部活動改革担当 指導主事

【鹿沼市教育委員会事務局スポーツ振興課】

氏名	役職等
神 山 悦 雄	課長
本 田 幸 三（事業担当者）	係長

【那須町教育委員会事務局こども未来課】

氏名	役職等
大 森 貴 之	課長
深 沢 智 美（事業担当者）	指導主事

【幼児期からの運動遊び普及検討委員会委員】

氏 名		所属及び役職
1	河 田 隆	宇都宮共和大学子ども生活学部特任教授
2	青 柳 貴 也	（一社）栃木県幼稚園連合会代表
3	船 山 智 子	栃木県保育協議会代表
4	猪 瀬 英 彦	栃木県私立保育連盟代表
5	奥 山 誠 子	栃木県日本保育協会代表
6	月 橋 春 美	（一社）栃木県レクリエーション協会代表
7	宮 本 栄 子	栃木県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会代表
8	鈴 木 幸 江	栃木県スポーツ推進委員協議会代表
9	池 田 達 昭	とちぎスポーツ医科学センター長
10	本 田 幸 三	鹿沼市教育委員会事務局スポーツ振興課 係長
11	深 沢 智 美	那須町教育委員会事務局こども未来課 指導主事
12	諸 橋 貴 史	県教育委員会事務局上都賀教育事務所 指導主事
13	渡 邊 卓 郎	県教育委員会事務局那須教育事務所 指導主事
14	石 下 詩 織	県保健福祉部こども政策課 主任
15	富 川 千 明	県総合教育センター幼児教育部 指導主事
16	田 中 睦 子	県生活文化スポーツ部スポーツ振興課 係長

3. 事業の内容

I 運動遊びの重要性に関する普及・啓発

(1) 概要

保護者・保育者等を対象とした運動遊びの重要性に関する普及・啓発を継続的に実施するもの。

(2) 事業内容

① 幼児期からの運動遊び普及検討委員会の開催

名 称	幼児期からの運動遊び普及検討委員会
主 催	栃木県教育委員会
目 的	幼児期の子どもにおける、発育・発達に配慮した適切な運動遊びや指導に関する施策や事業等について、研究や検討を行う。
内 容	・ 幼児期からの運動遊びに関する事業の検討や実施市町の意識行動変容等の検証、実施市町以外への普及等の検討を行う。 ・ 運動習慣の形成並びに体力の向上について、子どもの実態に応じた特徴的な取組を実践している幼稚園、認定こども園、保育所を表彰する。
構成メンバー	大学教授（1名）、幼保各団体代表者（4名）、各スポーツ関係団体※代表者（4名）、上都賀教育事務所担当者（1名）、那須教育事務所担当者（1名）、鹿沼市担当者（1名）、那須町担当者（1名）、県保健福祉部こども政策課（1名）、県総教センター幼児教育部（1名）、県生活文化スポーツ部スポーツ振興課（1名）、計16名
開催日	10月12日（木）、1月30日（火）（2回）

※県レクリエーション協会、県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会、県スポーツ推進委員協議会、とちぎスポーツ医科学センター



② 運動遊び等に関する普及・啓発動画の作成

【県事業】

内 容	親子運動遊び動画（用具を使った運動遊び）の作成及び配信
作 成	栃木県教育委員会
目 的	親子でできる運動遊び等の動画を作成し、県内の保護者等に周知することで、運動の習慣に向けた普及・啓発を図る。
対 象	県内幼児、保護者、幼稚園教諭及び保育士等
作成本数	35本
講 師	宇都宮共和大学 教授河田 隆氏、教授月橋 春美氏、講師霜触 智紀氏

配信及び活用方法	YouTubeやWEBサイト「とちぎっ子体力雷ジグひろば」等より配信するとともに、その動画や親子でできる運動遊び等を啓発する資料を作成し、県内全ての幼稚園・認定こども園・保育所等に通う保護者に周知することで、親子でコミュニケーションをとりながら日常的に運動する習慣を形成する。
作成方法	業者委託により作成
効果	・親子と一緒に運動する時間の増加 ・保護者のフィジカルリテラシーの向上
評価方法	・WEBサイト閲覧数 ・動画再生回数 ・動画を閲覧した保護者に対するアンケート
連結性	研修会や運動遊び教室等で活用

◆親子運動遊び（ボール・縄）動画

	系統	種目	YouTube URL
1	ボール	ボール渡し①（頭の上、足の間）	https://youtu.be/O32Drc7JJpU
2		ボール渡し②（身体の横）	https://youtu.be/yv9ZK-JWOpA
3		ボールの散歩①（立位）	https://youtu.be/PQV6YlxDQC4
4		ボールの散歩②（座位）	https://youtu.be/ZhPMgVKfHQO
5		ボールの散歩③（座位で向かい合う）	https://youtu.be/lxErIFhXrnE
6		バウンドキャッチ	https://youtu.be/CzPdQKxwo9U
7		投げてバウンドキャッチ	https://youtu.be/AER8V9MBBis
8		あざらしキャッチ	https://youtu.be/ivwjLzIgVQo
9	縄	足に結ぶ	https://youtu.be/CnSkiwaweMs
10		二人三脚	https://youtu.be/bcPIgrybvBg
11		電車ごっこ	https://youtu.be/i3H5e-SIivc
12		直線渡り	https://youtu.be/3dXbHrA0skE
13		曲線渡り	https://youtu.be/Ww_3r5yPTUE
14		両足ペンギン跳び	https://youtu.be/m749CNnLIyI
15		片足ペンギン跳び	https://youtu.be/cB_X04lman4
16		足打ちジャンプ	https://youtu.be/9ewOQAchJ4I
17		両手をついて縄跳び越し	https://youtu.be/LRf0u4DqxuQ
18		両手をついて足打ち（バツタ跳び）	https://youtu.be/vRoh7PTX33A
19		縄の周りを競争する①（1周）	https://youtu.be/bemkOA8_MJY
20		縄の周りを競争する②（2周）	https://youtu.be/CyyJFK5pOjE
21		バランス崩し	https://youtu.be/bKQ0tpn6C2Q
22		荷物運び	https://youtu.be/UDPJi3t-nhY
23	中カテゴリ	持って扱う遊び（ボール渡し）	https://youtu.be/7MYe6Yyxmk
24	（ボール）	転がす遊び（ボールの散歩）	https://youtu.be/9RqAxeHHC4U

25		投げる・受ける遊び（バウンドキャッチ）	https://youtu.be/vQXMJipWTN4
26	中カテゴリ (縄)	結んで遊ぶ	https://youtu.be/-ODVIzD00No
27		渡って遊ぶ	https://youtu.be/YQya-8aNS_M
28		跳んで遊ぶ	https://youtu.be/tLg9ha3xhZE
29		走って遊ぶ	https://youtu.be/gML6yt7yCWw
30		引っ張って遊ぶ	https://youtu.be/fQo6dtxPIyg
31	大カテゴリ	ボール	https://youtu.be/sCj4f35vik
32		縄	https://youtu.be/o7ygvYghVGE
33	運動遊びフル(河田先生の挨拶込)		https://youtu.be/vvbtjgpmzmo

◆指導者研修会動画

34	鹿沼市	運動遊び指導者研修会	https://youtu.be/_DL4ZY367qk
35	那須町	乳幼児期のふれあい運動遊び指導者研修会	https://youtu.be/XBNq3tY2dyc



③ 幼児期からの運動習慣形成に向けた啓発資料の作成

【県事業】

内 容	幼児期からの運動習慣形成啓発資料の作成及び配布
作 成	栃木県教育委員会
目 的	幼児期からの運動習慣形成の重要性や保護者が一緒にできる親子体操等を紹介した啓発資料を作成し、保護者のフィジカルリテラシーを高められるよう意識の啓発を図る。（P16－17参照）
対 象	県内幼稚園・認定こども園・保育所に通う3～5歳児全保護者（515園、約50,000名）
作成枚数	65,000部
作成方法	業者委託により作成、配布
効 果	・親子で一緒に運動する時間の増加 ・保護者のフィジカルリテラシーの向上
評価方法	チラシを受け取った保護者に対するアンケート（P18－26参照）
連結性	研修会や運動遊び教室等で活用

④ 幼稚園教諭や保育士等を対象に運動遊びに関する研修会の開催

【鹿沼市事業】

名 称	幼児期の運動遊び指導者研修会
主 催	鹿沼市、鹿沼市教育委員会
共 催	(公財)かぬま文化・スポーツ振興財団、栃木県教育委員会
目 的	発達段階に応じた運動遊びを中心としたプログラムを提供し、幼児期の子ども達に運動の楽しさを実感させ、日常生活の中で体を動かすことができる指導法を身につけることで、指導者の資質向上を図る。
対 象	市内幼稚園・認定こども園・保育所に勤務する幼稚園教諭及び保育士等
募集方法	市内全幼保園29園、市内各スポーツ関係団体等へ通知
講 師	宇都宮共和大学 教授河田 隆氏、教授月橋 春美氏、講師霜触 智紀氏
開催日 参加人数等	10月15日(日) 参加者：18名、1月21日(日) 参加者：7名 (2回)
効 果	・ 幼保園やスポーツ団体における運動遊びの普及促進 ・ 継続的な指導の定着化
評価方法	参加者へのアンケート (P27～33参照)



【那須町事業】

名 称	乳幼児期のふれあい運動遊び指導者研修会
主 催	那須町教育委員会
共 催	栃木県教育委員会
目 的	乳幼児期の発達段階に応じて、ふれあいやことばを大切にしながら運動遊びにつながる働きかけや保護者への啓発のしかた、指導法を身につけることで、指導者の資質向上を図る。
対 象	町内幼稚園・認定こども園・保育所に勤務する幼稚園教諭及び保育士等
募集方法	町内全幼こ保園(8園)へ通知
講 師	日本スポーツ協会公認エアロビクス指導員 玉木尚子氏
開催日 参加人数等	11月8日(水)参加者：34名、11月22日(水) 参加者：35名 (2回)
効 果	・ 幼保園におけるふれあい運動遊びの普及促進 ・ 継続的な指導の定着化
評価方法	参加者へのアンケート (P45～49参照)



【那須町事業】

名 称	ACP参加型研修会
主 催	那須町教育委員会（生涯学習課・こども未来課・学校教育課）
共 催	栃木県教育委員会
目 的	子どもの身体活動の意義、発達段階に応じた遊びの展開例、基礎的動き（走る・跳ぶ・投げる等）に分けて研修することで、多様な運動遊びについて保育者が学びやすく、園でもフィードバックしやすくするとともに、日常の保育・教育に生かせる人的環境を整えることで、持続可能な取組とする。
内 容	指導者の体験型研修やACP啓発の場づくり
対 象	幼稚園教諭及び保育者、地域スポーツ少年団指導者等
募集方法	町内全幼こ保園（8園）・町内各スポーツ関係団体等へ通知
講 師	県スポーツ協会ACP指導者
開催日 参加人数等	1月23日（火） 参加者：25名
実施内容	JSPOアクティブチャイルドプログラム（ACP）を活用した運動遊び
会 場	那須町スポーツセンター（サブアリーナ）
効 果	・運動遊びの普及・促進 ・各教育・保育施設や団体での継続的な活用
評価方法	参加者アンケート（P50～52参照）

⑤ 親子対象の運動遊び教室の開催

【鹿沼市事業】

名 称	親子で運動遊び教室
目 的	親子でコミュニケーションをとりながら運動遊びの大切さを伝えることにより、幼児期から運動好きの子どもを増やすことで、運動習慣の定着を図る。
主 催	鹿沼市、鹿沼市教育委員会
共 催	（公財）かぬま文化・スポーツ振興財団、栃木県教育委員会
対 象	鹿沼市在住の幼児、保護者
募集方法	市内広報紙等へ掲載
講 師	宇都宮共和大学 教授河田 隆氏、教授月橋 春美氏、講師霜触 智紀氏
内 容	親子でできる運動遊び、保護者への講話等
開催日 参加人数等	11月4日（土）参加者：12組24名、12月9日（土）参加者：5組10名、 1月21日（日）参加者：13組26名 （3回）

効 果	・家庭への運動遊びの普及促進 ・子どもの不活動時間（スクリーンタイム）の減少 ・子どもの生活習慣の改善 ・保護者自身の不活動時間の減少
評価方法	参加者へのアンケート（P34～38参照）



【那須町事業】

名 称	① 親子ビート体操（年少） ② 親子運動遊び（年中～年長）
目 的	親子でコミュニケーションをとりながら運動遊びの大切さを伝えることにより、幼児期から運動好きな子どもを増やすことで、運動習慣の定着を図る。
主 催	那須町教育委員会
共 催	栃木県教育委員会
対 象	那須町在住の幼児、保護者
募集方法	町内広報紙等へ掲載、町内全幼こ保園への通知
講 師	① 日本スポーツ協会公認エアロビクス指導員 玉木尚子 氏 ② 宇都宮共和大学 教授河田 隆氏、教授月橋 春美氏、講師霜触 智紀氏
内 容	① 親子ビート体操 ② 親子でできる運動遊び、保護者への講話等
開催日 参加人数等	① 9月29日(金) 千振保育園 参加親子：13名 10月25日(水) 黒田原第1保育園 参加親子：38名 11月30日(木) 伊王野保育園 参加親子：27名 （3回） ② 12月12日(火) なすのそら保育園 参加親子：35名 12月19日(火) 那須みふじ幼稚園 参加親子：46名 （2回）
効 果	・家庭への運動遊びの普及促進 ・子どもの不活動時間（スクリーンタイム）の減少 ・子どもの生活習慣の改善 ・保護者自身の不活動時間の減少
評価方法	参加者アンケート（P59～75参照）



Ⅱ 運動遊びを体験できる指導者の派遣

(1) 概要

子どもの運動量を確保するため、継続的に多様な運動遊びを経験できる環境の充実を推進するもの。

(2) 事業内容

【鹿沼市事業】

名 称	運動遊び体験指導者派遣
主 催	鹿沼市、鹿沼市教育委員会
共 催	(公財)かぬま文化・スポーツ振興財団、栃木県教育委員会
目 的	幼児期からの運動習慣形成のため、継続的に多様な運動遊びを経験する機会を提供する。
対 象	鹿沼市内幼稚園・認定こども園・保育所に通園する幼児等
募集方法	市内全幼こ保園（29園）へ通知等
対象人数	約200名（市内幼児数：2,195名）※10園で実施予定
派遣団体	とちぎスポーツ医科学センター、鹿沼市スポーツ少年団、宇都宮ブラックス、(公財)かぬま文化・スポーツ振興財団、宇都宮共和大学 計5団体
実施期間	11月～1月（月2回×6園 全22回）
実施方法	①派遣想定団体に派遣の可否、内容等について調査 ②市内幼稚園、認定こども園、保育園等に希望調査 ③幼保園と派遣団体のマッチング ④派遣実施幼保園及び派遣団体決定 ⑤指導者派遣
実施内容	・ボールや縄などの用具を使用した運動遊び ・アクティブ・チャイルドプログラム等
会 場	鹿沼市内幼稚園・認定こども園・保育所等
効 果	・運動遊びの普及促進・ ・子どもの不活動時間（スクリーンタイム）の減少
評価方法	・派遣対象団体からの実績報告 ・派遣園アンケート（P39～44参照）



【那須町事業】

名 称	運動遊び体験指導者派遣
主 催	那須町教育委員会（生涯学習課・こども未来課・学校教育課）
共 催	栃木県教育委員会
目 的	幼児期からの運動習慣形成のため、多様な運動遊びを経験する機会を提供する。
内 容	うんどう遊び体験教室の実施
対 象	那須町内在住の幼児～小学2年生
募集方法	町内全幼こ保園（8園）・町内各スポーツ関係団体等へ通知
対象人数	401名（町内幼児数：401名）
講 師	県スポーツ協会ACP指導者2名
開催日 参加人数等	11月19日(日) 参加者：33名
実施内容	・JSPOアクティブチャイルドプログラム(ACP)を活用した運動遊び ・体力向上サポートプログラム(とちぎっ子体力雷ジグひろば)を活用した運動遊び ・レクリエーション遊び、ニュースポーツ 等
会 場	那須町スポーツセンター（サブアリーナ）
効 果	・運動遊びの普及・促進 ・子どもの不活動時間（スクリーンタイム）の減少
評価方法	参加者アンケート（P53～58参照）



※再掲あり

名 称	① 親子ビート体操（年少） ② 運動遊び（年中～年長）
目 的	親子でコミュニケーションをとりながら運動遊びの大切さを伝えることにより、幼児期から運動好きな子どもを増やすことで、運動習慣の定着を図る。
主 催	那須町教育委員会
共 催	栃木県教育委員会
対 象	那須町在住の幼児、保護者
募集方法	町内広報紙等へ掲載、町内全幼こ保園への通知
講 師	① 日本スポーツ協会公認エアロビクス指導員 玉木尚子 氏 ② 宇都宮共和大学 教授河田 隆氏、教授月橋 春美氏、講師霜触 智紀氏

内 容	① 親子ビート体操 ② 運動遊び、保護者へのミニ講話等			
開催日 参加人数等	①	9月29日(金)	千振保育園	参加親子：13名
		10月25日(水)	黒田原第Ⅰ保育園	参加親子：38名
		11月30日(木)	伊王野保育園	参加親子：27名 (3回)
	②	12月12日(火)	なすのそら保育園	参加親子：35名
		12月19日(火)	那須みふじ幼稚園	参加親子：46名
		1月18日(水)	なすのそら保育園	参加園児：18名
		1月25日(水)	那須みふじ幼稚園	参加園児：23名 (4回)
効 果	・ 家庭への運動遊びの普及促進 ・ 子どもの不活動時間（スクリーンタイム）の減少 ・ 子どもの生活習慣の改善 ・ 保護者自身の不活動時間の減少			
評価方法	参加者アンケート（P59～77参照）			

4. 事業の成果

（1）評価指標および目標

【共通項目】

ア 「子どもが活発に体を動かして遊ぶ機会が少ない」と答えていた保護者のうち、「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（遊びたい）」と回答する割合

	遊ぶ機会が 少ない	遊ぶように なった (遊びたい)	割合	目標値	備考
鹿沼市	0			60%	事前に遊ぶ機会が少ないと 答えた回答なし
那須町	0				事前に遊ぶ機会が少ないと 答えた回答なし
栃木県	27	23	85%		
全 体	27	23	85%		

イ 「子どもの不活動時間（スクリーンタイム等）が減少した」又は「子どもの不活動時間を減らすことを意識するようになった」と回答する割合

	参加者合計	回答	割合	目標値	備考
鹿沼市	29	13	45%	60%	事業実施前から 10%減
那須町	56	17	43%		事業実施前から 1%増
栃木県	97	48	49%		事前調査なし
全 体	182	85	47%		事業実施前から 2%減

ウ 「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（又は既に意識している）」と回答する割合

	参加者合計	回答	割合	目標値	備考
鹿沼市	29	11	38%	70%	事業実施前から 14%減
那須町	56	17	30%		事業実施前から 21%減
栃木県	97	52	54%		事前調査なし
全 体	182	80	44%		事業実施前から 9%減

エ 「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（運動したい）」と回答する割合

	参加者合計	回答	割合	目標値	備考
鹿沼市	29	27	93%	60%	事業実施前から 7%増
那須町	56	41	73%		事業実施前から 11%減
栃木県	97	79	81%		事前調査なし
全 体	182	147	81%		事業実施前から 2%減

オ 保護者自身の「不活動時間の減少を意識するようになった（又はフィジカルリテラシーが高まった）」と回答する割合

	参加者合計	回答	割合	目標値	備考
鹿沼市	29	17	59%	60%	事業実施前と変化なし
那須町	56	28	50%		事業実施前から 3%増
栃木県	97	87	90%		事前調査なし
全 体	182	132	73%		事業実施前と変化なし

【独自評価項目】

ア 指導者研修会において今後の園（団体）での指導に活用できると回答する割合

	参加者	回答	割合	目標値	備考
鹿沼市	25	25	100%	70%	
那須町	50	50	100%		
全 体	75	75	100%		

イ 運動遊び体験指導者派遣事業を実施した園において、子ども達の自主的な活動が活発になったと回答する園の割合

	実施園	回答	割合	目標値	備考
鹿沼市	6	6	100%	70%	
那須町	2	2	100%		
全 体	8	8	100%		

ウ 運動遊び体験指導者派遣事業を実施した園において、今後も継続して実施したいと回答した割合

	実施園	回答	割合	目標値	備考
鹿沼市	6	6	100%	80%	
那須町	2	2	100%		
全 体	8	8	100%		

(2) 結果と考察

【共通項目】

- ・ア 「子どもが活発に体を動かして遊ぶ機会が少ない」と答えていた保護者のうち、「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（遊びたい）」と回答する割合について、鹿沼市、那須町ともに事前アンケートで「子どもが活発に体を動かして遊ぶ機会が少ない」と答えた保護者はいなかったが、県が実施したアンケート結果では、遊ぶ機会が少ないと回答していた 27 名の保護者のうち、動画やチラシをみて、85%が実際に運動した（運動したい）と回答し、目標を達成することができた。
- ・イ 「子どもの不活動時間（スクリーンタイム等）が減少した」又は「子どもの不活動時間を減らすことを意識するようになった」と回答する割合について、鹿沼市、那須町、県ともに目標を下回った。県のアンケート結果によると、休日の子どものスクリーンタイムが1日3時間以上の保護者は、約8割が同様に1日3時間を超えていることから、子どもの不活動時間を減らすには、保護者の不活動時間も併せて改善していく必要があると考える。
- ・ウ 「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（又は既に意識している）」と回答する割合について、イと同様に鹿沼市、那須町、県ともに目標を下回った。今後は改めて保護者に対し、子どもの生活習慣の改善についても広く周知をしていく必要があると考える。
- ・エ 「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（運動したい）」と回答する割合について、鹿沼市、那須町、県ともに目標を上回ったが、今後も保護者に対する意識の啓発について、様々な角度からアプローチを継続していく必要がある。

- ・オ 保護者自身の「不活動時間の減少を意識するようになった（又はフィジカルリテラシーが高まった）」と回答する割合について、鹿沼市、那須町では目標を下回ったものの、県が実施したアンケート結果では上回り、目標を達成することができた。しかしながらの結果にもあるとおり、保護者の不活動時間と子どもの不活動時間については相関性がみられることから、保護者が不活動時間を減少できるような取組を行っていく必要がある。

【独自評価項目】

- ・ア 指導者研修会において今後の園（団体）での指導に活用できると回答した割合について、鹿沼市及び那須町ともに 100%が活用できると回答し、目標を達成できた。しかしながら、鹿沼市で実施した研修前アンケートで、子ども相手の運動指導等に苦手意識があると答えていた指導者のうち、実施後についてはほとんどの指導者の不安意識が改善されたが、16%がまだ少し不安があるとの回答であった。今後も、運動遊びに関する指導者を直接園に派遣する取組等を通して、子ども達だけでなく、園の教諭や保育士等の資質向上にもつながる取組の継続をしていく必要がある。
- ・イ 運動遊び体験指導者派遣事業を実施した園において、子ども達の自主的な活動が活発になったと回答する園の割合は、100%となり、目標を達成できた。これまでは、園の先生方だけでの実施が多く、新たな運動遊びを教えてもらえたことで、「教えてもらった遊びを真似して取り組んでいる様子が見られた」、「指導で使っていたボールに興味を示す子が増えた」等といった声が寄せられ、大きな効果が得られた。
- ・ウ 運動遊び体験指導者派遣事業を実施した園において、今後も継続して実施したいと回答した割合は、100%となり、目標を達成できた。実施した園においては、外部の指導者が園に訪問し、様々な運動遊びを経験できることは、日々の保育や指導と異なり、子ども達にとってとても楽しい時間になったとのことであった。また、園児の運動習慣の形成と教諭や保育士の指導力の向上といった2つの視点から、継続して実施したいとの声が多く聞かれた。

5. 事業の成果と今後の課題

- ・親子体操動画やチラシを見た約8割の保護者が、「子どもと一緒に運動をしたいと思った」と答え、感想についても「親子で遊ぶ良いアイデアを頂いた」や「子どもと触れ合いながら一緒に体を動かして遊ぶことの大切さを再認識した」といった前向きな意見が多かった。
- ・鹿沼市及び那須町が実施した指導者研修会では、指導にあたった先生方から身近にある様々な物を使って遊ぶアイデアを提供いただいたことで、運動遊び指導の幅が広がり、参加した幼稚園・認定こども園・保育所の教諭や保育士ばかりではなく、スポーツ推進委員やスポーツ少年団等の指導者の資質向上につながった。
- ・鹿沼市及び那須町が実施した親子参加型の教室等に参加した保護者からは、これまでの運動への意識を振り返り、保護者として「今後意識して体を使った遊びをしたい」、「体

を動かすことの大切さが分かった」という意見が多数あり、保護者のフィジカルリテラシーの高まりが感じられた。

- ・ 鹿沼市及び那須町が実施した運動遊び指導者派遣事業では、園児が自発的に運動遊びをする習慣の形成につながっただけでなく、教諭や保育士の運動遊びに対する資質向上にもつながった。
- ・ 保護者アンケート結果により、子どもの運動習慣づくりには、保護者自身に体を動かす習慣を身に付けてもらうこと、体を動かさない時間を減らしていくことの重要性等が改めて明らかとなったことから、保護者の運動習慣形成に向けた働きかけが必要である。
- ・ 市町が今後も取組を自走していくには、幼稚園・認定こども園・保育所の教諭や保育士だけでなく、運動遊びに関する指導者を増やしていくことが必要である。
- ・ 家庭をベースと考え、何も使わなくても親子で遊べる運動遊びや、身近にあるものを使って遊べる運動遊びなど、運動が生活化できるよう、今後も様々な運動遊びを紹介し、発信していくことが必要である。
- ・ 今年度は、県内のラジオや、テレビ等でも取組を放送の機会があり、多くの保護者に運動遊びの重要性等に伝えることができたことで、家庭における運動遊びに関する意識の啓発につなげることができた。今後もメディア等にも協力してもらい、県内全域への普及活動に力をいれていきたい。
- ・ 本事業を継続して実施していくためには、幼稚園・認定こども園・保育所、幼保関係団体、大学や様々なスポーツ団体等の関係者が連携して事業を実施していく必要がある。そのためには、様々な関係者を繋げることができる市町等の行政の連携・サポートをなくしては実施不可能である。今後とも、運動することが好きな子ども達を増やし、小学校入学後も自ら進んで運動する子ども達が育成できるよう、様々な関係者が連携し、取組の支援を継続することで、幼児期からの運動習慣形成に努めていきたい。

6. 今後の取組予定

- ・ 県内全域へ運動遊びを普及・啓発できる取組の継続
- ・ 指導者の資質向上につながる取組の継続
- ・ 保護者自身が体を動かす習慣を促進できる取組
- ・ 市町及びスポーツ関係団体等、様々な関係者と連携した取組
- ・ 市町が今後も継続して実施していける取組の検討

参考資料等

- ・ 運動遊び啓発チラシ
- ・ 各種アンケート結果（栃木県・鹿沼市・那須町）
- ・ 令和5年度幼児期からの運動習慣形成プロジェクトシンポジウム発表資料



様々な遊びを中心に 親子で楽しく体を動かそう！



スポーツ庁が毎年実施している「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」結果によると、小学校入学前に体を動かす遊びが好きだった子どもは、体力が高いことがわかっており、幼児期において様々な運動遊びを経験し、運動習慣を定着させることの重要性が認識されています。

Q. なぜ、様々な運動遊びを取り入れることが必要なのでしょう？

A. 体を動かす遊びが、健康な体と心の基盤をつくるからです。

幼児期は、生涯にわたる運動全般の基本的な動きを身に付けやすく、体を動かす遊びを通して、動きが多様を獲得されるとともに、動きを繰り返し実施することによって、動き方が上手になる洗練化も図られていきます。また、意欲をもって積極的に周囲の環境に関わることで、社会性の発達や認知的な発達が促され、心と体が相互に密接に関連し合いながら総合的に発達していく時期です。幼児が自発的に取り組む様々な遊びを中心に、体を動かすことを通して、生涯にわたって心身ともに健康的に生きるための基盤を培うことが大切です。

運動遊びで大切な3つのポイント

- 1 いろいろな動きができるよう幅広く遊びを取り入れよう
- 2 体を動かす遊びの時間の目安は合計して「1日60分」
- 3 一人一人の発達に合わせて楽しく無理のない遊びを

出典：「幼児期運動指針」（文部科学省）

(https://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/afieldfile/2012/05/11/1319748_3_1.pdf)



宇都宮共和大学子ども生活学部
河田隆教授に教えていただきました！



やってみよう！

親子で運動遊び

～用具を使わない運動遊び編～

キリンさんの長い首

- 親は子どもを肩車する。
- 足を肩幅に開き、無理しない程度に左右に揺らす。
- 子どもは落ちないように親の頭を持つ。

▶これが育つよ！

筋力(腹筋・背筋)
筋持久力
調整力(バランス感覚)



発展 親が前後に開脚して体を前屈する
「ソウさんの長い鼻」もあります。



山登り

- 両手をつなぎ向かい合う。
- 子どもは膝・腰・お腹と階段を上るようにして親の肩の高さまで登る。

▶これが育つよ！

協応力(対応能力)



発展 両手をつなぎ向かい合い、子どもは膝・腰・お腹と階段を上るようにして逆上がりをする「逆上がり」もあります。



地震

- 子どもをおんぶして、上下左右にゆすります。
- ゆする大きさをだんだん大きくします。
- 慣れてきたら子どもは手を離して手を横に広げます。

▶これが育つよ！

筋力(腕力)
筋持久力



発展 子どもを抱っこし、親の体幹のまわりを落ちないように一周する
「大木まわり」もあります。



サーフィン

- 親はうつ伏せになり、手足を伸ばして背中を反る。
- 子どもは親の背中に立って乗り両手を開いてバランスをとる。
- 子どもが乗ったら、親は上下左右に揺らす。
- 親の波のような動きに落ちないようにバランスをとる。

▶これが育つよ！

調整力(バランス感覚)／協応力(対応能力)



発展 親の背中に子どもが乗り、親の移動に落ちないようにバランスをとる
「親ガメ子ガメ」もあります。



～用具を使った運動遊び（ボール・縄）編～

ボールのお散歩

- 子どもは、足を閉じて膝を曲げ座る。
- 姿勢を崩さないよう自分の周りでボールを転がす。
- 親は子どもの姿勢が崩れないよう声をかける。

▶これが育つよ!

筋力(腹筋・背筋)／筋持久力／柔軟性

発展 あぐら、正座等、座り方を変えて行う。



バウンドキャッチ

- 親は子どもの上からボールを落とす。
- 子どもはボールが1バウンドしたらキャッチする。

▶これが育つよ!

調整力(バランス感覚)
瞬発力

発展 慣れてきたら2バウンド、3バウンドと回数を増やしてキャッチする。



縄渡り

- 縄を床に一直線に置く。
- 子どもは落ちないようにバランスをとって縄の上を渡る。
- 子どもがバランスを上手くとれない場合に、親は手を取る(両手あるいは片手)。

▶これが育つよ!

調整力(バランス感覚)

発展 直線に置いた縄を曲線や円を描くようにして置く。



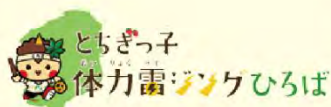
縄またぎ跳び

- 縄を床に一直線に置く。
- 縄をまたぐように足を肩幅に開いて立つ。
- 前に進みながら跳ぶ。「ジャンプ→空中で足を1回叩く」の動作をしながら進む。

▶これが育つよ!

瞬発力
筋持久力
調整力(バランス感覚)

発展 親子で向かい合い同じ動作をする。
親子で前後に進みながら同じ動作をする。



WEBサイト「とちぎっ子^{ライ}体力雷ジグザグひろば」
とちぎ元気キッズゾーンでは、親子でできる
様々な運動遊びを動画で紹介していますので
ぜひ家庭でも御活用ください。

【WEBサイト】【運動遊び動画】



お知らせ

幼児期からの運動習慣形成に向け、特徴的な取組を実施している園を表彰する、令和4(2022)年度栃木県教育委員会「体力づくり奨励賞」を受賞された園をご紹介します。



学校法人 北関東カトリック学園聖家幼稚園認定こども園
社会福祉法人 大門福祉会徳次郎保育園
社会福祉法人 寿光会矢板保育園



3園が表彰されました!
取組はここに掲載しています。

受賞おめでとうございます!

アンケート御協力をお願い

アンケートに御協力いただいた方100名様に抽選で、

とちまるくん(とちぎっ子体力雷ジグザグひろばバージョン)ハンカチプレゼントあり!

(対象期間:1/31まで)

※当選者の発表は、グッズの発送をもって代えさせていただきます。

アンケートはこちらから▶

右の雷バージョンの
とちまるくんが
プリントされています!



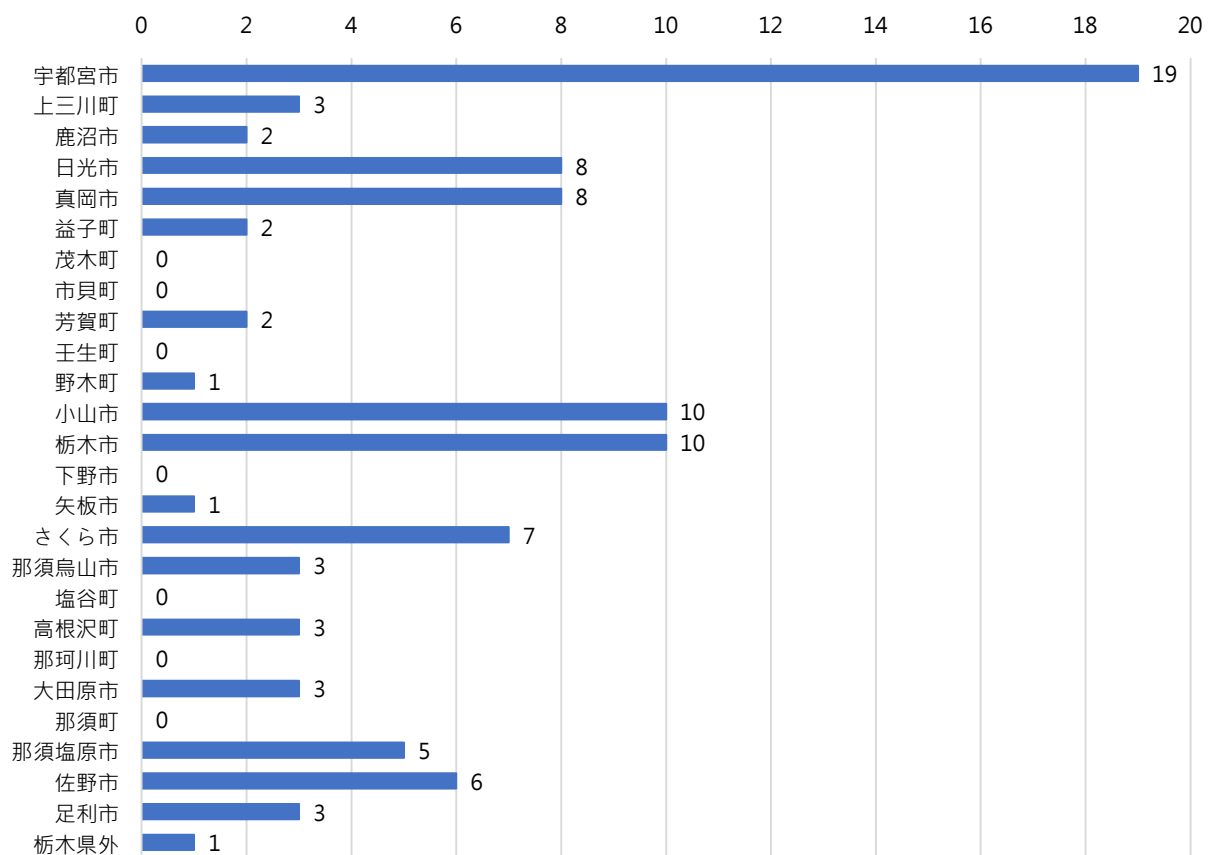
お問合せ先：栃木県教育委員会事務局 健康体育課 体力向上・部活動改革担当

TEL 028-623-3415・3600/FAX 028-623-3574

運動遊び啓発資料 幼児期の運動習慣に関するアンケート結果（n=97）

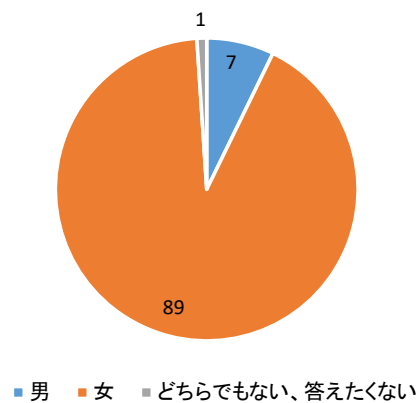
栃木県教育委員会事務局健康体育課

1 あなたがお住まいの市町をお答えください。



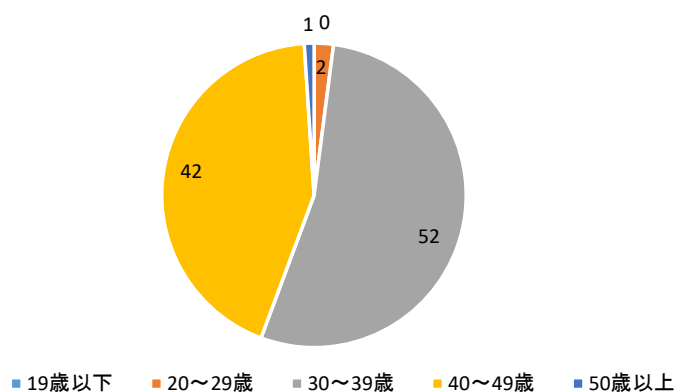
2 あなたの性別を教えてください。

男	7
女	89
どちらでもない、答えたくない	1



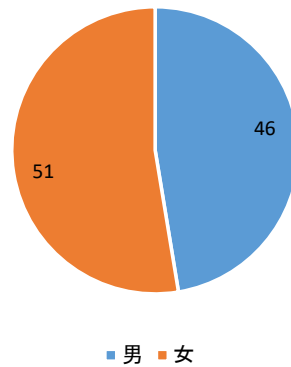
3 あなたの年齢をお答えください。

19歳以下	0
20～29歳	2
30～39歳	52
40～49歳	42
50歳以上	1



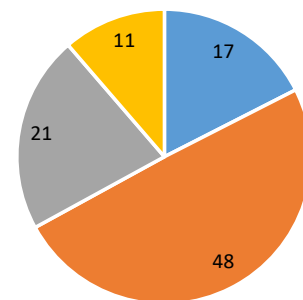
4 お子様の性別を教えてください。

男	46
女	51



5 お子様がよく一緒に遊ぶ仲の良い友達は何人ぐらいいますか。

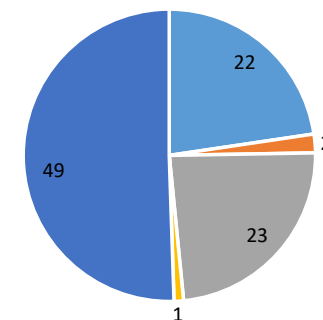
1人で遊ぶことが多い	17
2～3人	48
3～4人	21
5人以上	11



■ 1人で遊ぶことが多い ■ 2～3人 ■ 3～4人 ■ 5人以上

6 お子様の習い事の種類について教えてください。

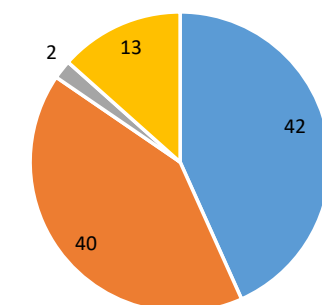
学習や文化・芸術系（ピアノ、そろばん、英会話、学習塾など）の習い事	22
球技系（野球、サッカー、バスケットボール、テニスなど）の習い事	2
球技以外のスポーツ（スイミング、ダンス、剣道、空手など）の習い事	23
その他	1
習い事はしていない	49



■ 学習や文化・芸術系(ピアノ、そろばん、英会話、学習塾など)の習い事
 ■ 球技系(野球、サッカー、バスケットボール、テニスなど)の習い事
 ■ 球技以外のスポーツ(スイミング、ダンス、剣道、空手など)の習い事
 ■ その他
 ■ 習い事はしていない

7 あなたの過去6ヶ月の運動についてお聞きします。以下に示す項目から、あなたに最も当てはまるもの1つを選んでください。

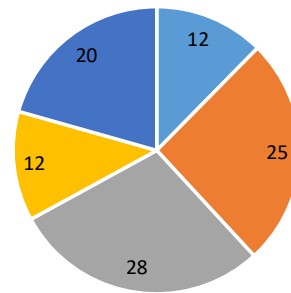
運動をしていない。	42
運動をしている。しかし、定期的ではない。	40
定期的に運動をしている。しかし、始めてから6ヶ月以内である。	2
定期的に運動をしている。また、6ヶ月以上継続している。	13



■ 運動をしていない。
 ■ 運動をしている。しかし、定期的ではない。
 ■ 定期的に運動をしている。しかし、始めてから6ヶ月以内である。
 ■ 定期的に運動をしている。また、6ヶ月以上継続している。

8 過去7日間のうち、あなたの平日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。

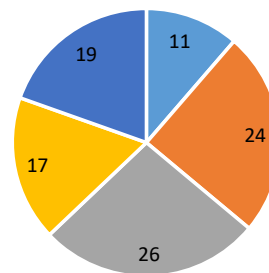
1 時間以内	12
1 ～ 2 時間以内	25
2 ～ 3 時間以内	28
3 ～ 4 時間以内	12
4 時間以上	20



■ 1時間以内 ■ 1～2時間以内 ■ 2～3時間以内 ■ 3～4時間以内 ■ 4時間以上

9 過去7日間のうち、あなたの休日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。

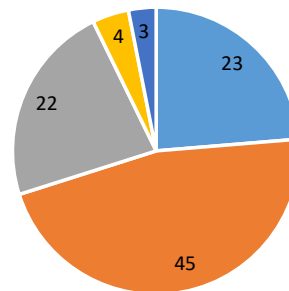
1 時間以内	11
1 ～ 2 時間以内	24
2 ～ 3 時間以内	26
3 ～ 4 時間以内	17
4 時間以上	19



■ 1時間以内 ■ 1～2時間以内 ■ 2～3時間以内 ■ 3～4時間以内 ■ 4時間以上

10 過去7日間のうち、お子様の平日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

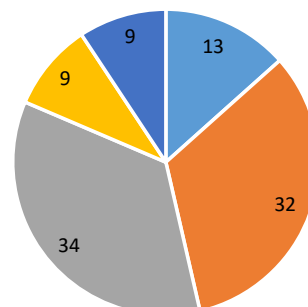
1 時間以内	23
1 ～ 2 時間以内	45
2 ～ 3 時間以内	22
3 ～ 4 時間以内	4
4 時間以上	3



■ 1時間以内 ■ 1～2時間以内 ■ 2～3時間以内 ■ 3～4時間以内 ■ 4時間以上

11 過去7日間のうち、お子様の休日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。

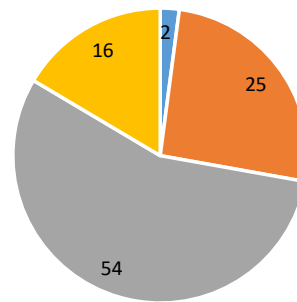
1 時間以内	13
1 ～ 2 時間以内	32
2 ～ 3 時間以内	34
3 ～ 4 時間以内	9
4 時間以上	9



■ 1時間以内 ■ 1～2時間以内 ■ 2～3時間以内 ■ 3～4時間以内 ■ 4時間以上

12 お子様は体を活発に動かす遊びをどのくらいしていますか。

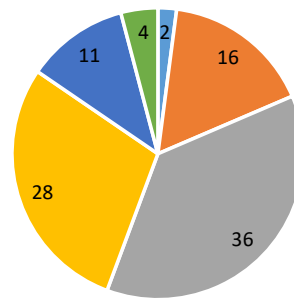
まったくしない	2
すこししかない	25
よくする	54
非常に良くする	16



■まったくしない ■すこししかない ■よくする ■非常に良くする

13 お子様を外遊びをする時間（晴天の日）はどのくらいですか。

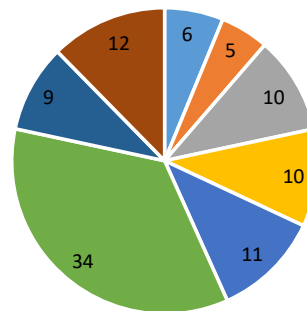
まったくしない	2
30分以内	16
30分～1時間くらい	36
1～2時間くらい	28
2～3時間くらい	11
3時間以上	4



■まったくしない ■30分以内 ■30分～1時間くらい
■1～2時間くらい ■2～3時間くらい ■3時間以上

14 お子様は最近の7日間に、1日当たり少なくとも合計60分間の身体活動（運動・スポーツ、運動遊び、登降園・登下校までの歩行を含む）をした日は何日ありましたか。

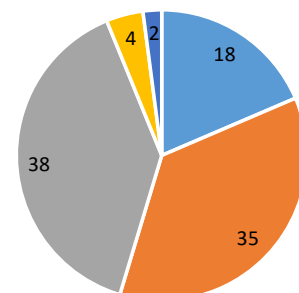
まったくしなかった	6
1日	5
2日	10
3日	10
4日	11
5日	34
6日	9
7日	12



■まったくしなかった ■1日 ■2日 ■3日 ■4日 ■5日 ■6日 ■7日

15 普段あなたは、お子様と一緒に身体活動やスポーツをどのくらいしますか。

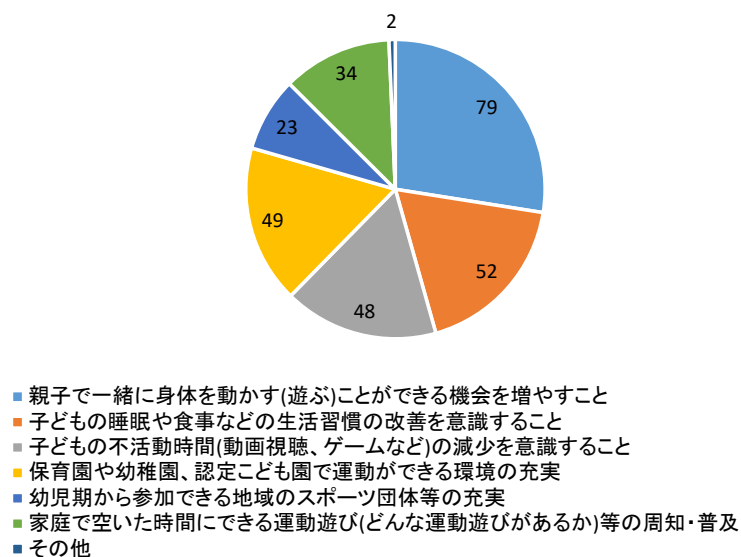
全くない	18
月に1～3回	35
週に1～2回	38
週に3～6回	4
毎日	2



■全くない ■月に1～3回 ■週に1～2回 ■週に3～6回 ■毎日

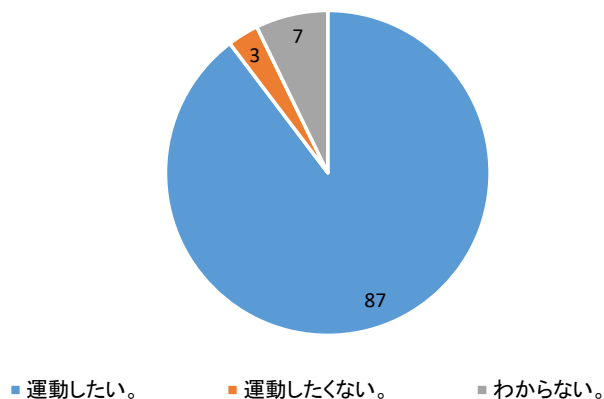
16 お子様が、運動（身体を動かす遊びを含む）を習慣化するために、重要だと思うことは何ですか。
（複数選択可）

親子で一緒に身体を動かす(遊ぶ)ことができる機会を増やすこと	79
子どもの睡眠や食事などの生活習慣の改善を意識すること	52
子どもの不活動時間(動画視聴、ゲームなど)の減少を意識すること	48
保育園や幼稚園、認定こども園で運動ができる環境の充実	49
幼児期から参加できる地域のスポーツ団体等の充実	23
家庭で空いた時間にできる運動遊び(どんな運動遊びがあるか)等の周知・普及	34
その他	2



17 親子体操動画やチラシを見て、お子様と一緒に運動をしたいと思いましたか。

運動したい。	87
運動したくない。	3
わからない。	7



18 質問 17 で、「運動したくない。」「わからない。」と答えた理由

- ・年齢に応じた遊びやスポーツと一緒にやりたいが、仕事や家事で時間に余裕がなくゆっくり子どもと向き合う時間がとれない。
- ・子どもが興味をもつかわからないため。
- ・子の体重が重いので、用具を使わない遊びは難しい。 かとって、用具を使った遊びは場所や下の兄弟の関係でこれも難しい。
- ・チラシの遊びが、子供が主体的に体を動かす遊びではなく、親が動いたり乗せないといけない遊び方なのでやりたくない。鬼ごっこや縄跳びなどでいいと思う。
- ・簡単なものならやってみようとその場で取り組めるかもしれませんが。でも、忘れてしまって、習慣に繋がれる自信はありません。
- ・平日は忙しくなかなか時間がとれない。休日は運動遊びをしてあげようと思うが 平日にやれないことをやっているとなかなか 子どもと遊ぶ時間が取れないのが現実のため。
- ・好きじゃないから。
- ・面倒が勝ってしまう。

19 親子体操動画やチラシを見て感じた感想

- ・一緒にできる体操がたくさんあるんですね。参考になります！
- ・簡単そうな体操が多いのでやってみようと思いました。
- ・子どもと触れ合いながら一緒に体を動かして遊ぶことの大切さを再認識しました。ちょっとした時間で子どもたちと遊びたいと思います！
- ・物がなくてもこんな風に親子で触れあいながら、楽しく体を動かし、鍛えることができることが知れて、やってみたいと思えた。
- ・室内で、用具を使わなくてもできる運動遊びもあるということを知りました。結局のところ、夏は暑い、冬は寒いと理由をつけて、やる気がないだけだったと反省しました。
- ・家の中で出来そうなのが良かったと思った。
- ・とても素晴らしい。遊びながら出来るので子どもといい時間だと思います^_^今後もよろしくお願いします^_^
- ・用具を使わない運動遊びを見て、母親が年長 20 kg の子どもとやるのはなかなか大変だなと思いました。
- ・体操のやり方が分かりやすく真似しやすいと思った。ぜひ、やってみたいと思った。"
- ・できそうなものからチャレンジしたい。
- ・子どもの体重が増え、おんぶや肩車に限界があります。また、屋外での遊びの工夫もご紹介いただけると活用の幅が広がります。
- ・親と子でできる運動なので、家族で運動不足の解消ができると思いました。
- ・子どもの成長には運動が重要なことはわかるが、なかなか実践できない。
- ・楽しそう。
- ・自分の子が上手にできるかやってみようと思う。
- ・普段どんな遊びをすればよいのかわからなかったが、チラシをみながら子どもと触れ合っていきたいと思った。
- ・普段やらない体操もチラシの形でまらうとやってみようと思えました。子どもも楽しんでました！！
- ・分かりやすい。やってみようかと思いました。
- ・動作のイラストがあり、子どもと一緒にやってみたいと感じました。
- ・いろんな遊びが簡単にできて身体も動かせてとても良いと思います。習慣化させて健康な身体を作りたいと思いました。

- ・親子で運動遊びは参考になります。中年のたるんだ体型には筋トレがいいようなので、子どもと一緒に軽く体を動かせるのはいいと思いました。
- ・簡単にできそうなのでチャレンジしたい。
- ・休日に予定がない時などは、時間を持て余している様子で、つついテレビやゲームなどをして過ごすことが多いので、意識的に親子で外に出て身体を使う運動遊びを取り入れていけたらいいなと思いました。最近は大縄が好きでよくやっているの、縄またぎ跳びやバウンドキャッチなどやってみたいと思います。
- ・身近な物、家にある物などで出来るので助かります。
- ・具体的にどんな遊びが子どもとできてどのような発展につながるか分かりやすかった。
- ・参考になった！
- ・親子で楽しみながら体操が出来そうだなと思いました。
- ・運動遊びは体重が軽いうちではないと難しいなと。体を使う大切さを改めて感じた。
- ・平日はこども園に預けていて、子どもが起きてる時間過ごせるのは1日4時間。の4時間で食事や登園準備、お風呂を除くとわずかな時間ですが、その中5分でも10分でも体を動かしてコミュニケーションをとりながらも運動する時間を作るのも大事だなと思った。
- ・もう少し簡単に手軽な体操を教えて欲しい。
- ・どれも簡単に出来そうだし、親子で楽しく運動出来て、早速やってみようと思った。
- ・親子で楽しめそうなので実践しようと思います。
- ・これなら家でもできそう。
- ・親も運動不足の自覚があるので、大変そうだなと思いました。
- ・子どものもっとやってコールがあるものが多いな、と思った。
- ・子どもが喜びそう。
- ・簡単に出来そうなのでやってみようと思いました。
- ・用具を使わない方はもう、やってます。逆上がりは良くやります。ママにも登って肩車するのでそのままスクワットします。上下に動く楽しんでもくれます。親子で一緒にできそうなのでよいと思います。
- ・身近なものを使って親子で運動ができることが分かったので、早速やってみようと思います。体力がついたり、運動能力が高まったりすることもそうですが、一緒に取り組む中で勝ち負けだったり、挑戦する気持ちだったり学べるものがたくさんあると思います。私も運動（ソフトボール）を続けていますが、スポーツはストレス発散にもなっています。将来子どもがリフレッシュできる、そのスポーツが大好きだなあと感じるような気持ちをもってほしいと願っています。
- ・肩車は危ないのでやらないようにします。用具を使わない運動遊びは親が体を故障させますのでやりません。用具を使った遊びについて、興味があるので子どもを誘ってみようと思いました。
- ・参考になりました。
- ・子どもと一緒にやれたら楽しくて体にも良くて、よいなあとと思いました。
- ・保育園からもらってきたチラシを見て、親子で遊ぶ良いアイデアを頂きました。親子共体を動かすのが好きなので、テレビやゲームに偏らないよう積極的に運動遊びをしていきたいと思いました。
- ・自宅で手軽に出来そうだと思います。
- ・寒くなってきて室内で遊びがちですが、こういった案内を目にすると外で遊ぼうかと動くきっかけになります。また子どもが大きくなってもスキンシップは必要だなあと感じました。
- ・仕事柄パソコンを使ったりケータイを使ったりする時間が長く、子どもとの公園遊びや散歩でも疲れてしまう。なかなかジムに通う時間もお金もないし、子どもと一緒に運動する楽しさより疲労の方が勝ってしまっている。改善したいと思っていたが、なかなかきっかけも時間もなくて見過ごしていた。今回このチラシを貰って、家の中でも一緒にできる体操や運動があると知ってさっそく取り入れていきたい。

- ・子どものお遊戯会のダンスを教えて貰って一緒に踊ったりしていたが、また違った体操や運動で心も体もリフレッシュできるといいな。
- ・文字や絵が小さい。親だけが遊び方を理解するのではなく、子どもと共有したいので、ひらがなや大きめのイラストで載せてほしい。とちまるくんが出てくるよ等、子どもに誘導しやすいほうがいい。
- ・家庭での室内だとあまり運動遊びができないと思っていたが、できることが色々あることがわかった。様々な運動遊びを家庭でも取り入れていきたいと思う。
- ・家の中ですぐにできる遊びが書いてあり参考になりました。
- ・私は、9歳と3歳のママで共働き。毎日を忙しく過ごす中で、子どもと外で遊ぶ時間は、休日しかなかったりで、チラシを拝見して、家の中でも、親子で運動遊びをして、この冬の寒さに負けないよう、適度に身体を動かして子ども達と楽しい時間を過ごしたい！って思いました。
- ・やってみようと思った。
- ・自宅でも出来る運動遊びがあり、すぐに実践出来て親子共々楽しかったです。
- ・沢山運動できた。
- ・親子で取り組みやすそうで楽しそうだと思います。難しくないからいいですね。
- ・楽しそうでやりたくなりました。
- ・いろいろな運動遊びをし、身体を動かして、健康的な生活をしていきたいと思います。
- ・やってみたいけれど体力に自信がないので継続は難しそうと思ってしまった。
- ・早速試しました！まだ1歳半なので妻の補助(子どもを支えてもらいました)があったんですが、もう少し大きくなれば、もっとしっかりと体操出来ると思うと楽しみです。また、家庭でも出来る他の体操もあれば、教えて頂きたい所存であります。
- ・わかりやすかった。子どもとのふれあいに丁度いい。これが運動に入ると思わなかった。公園でも親はじっと見ていることが多いけど積極的に一緒に動こうと思った。
- ・子どもだけでなく、親子で一緒にやると子どもも喜んでくれるので、やり甲斐があるし嬉しくなります。
- ・普段、パパと遊びながら体を動かしているのは、運動で、良いことだったんだ〜と嬉しくなりました。夫が運動や体幹のことを良く知っていて、バランス運動などを遊びとしてやっています。楽しみながら親子でできるのがいいですね！ここに書かれた応用の発展などさらに家でも取り入れてみます！
- ・用具を使わなくても運動ができるので、すぐ試せると思いました。子どものためだけでなく、親の運動不足解消にもつながると思いました。
- ・楽しそうなのでやってみようと思いました。子ども2人なので交互にやってみようと思います。
- ・身近な物でも親子で運動遊びが出来る事がわかった。家の中でも出来るものはやってみようと思った。
- ・一緒にやりやすい。
- ・工夫すれば十分お家で親子遊びができる、と思った。
- ・こんな遊び方があったのか！面白そう！やろう！とすぐに子どもとやってみました。知らない触れ合い遊びを知ることができて親子のコミュニケーションに役立ちました。
- ・幼稚園の習い事で体操教室があります。興味はありますが、弟がいるので送迎やお金もちろん時間などを考えると参加できないでいます。まずは家庭内で少しでも運動できればと、ボールや縄跳び、室内遊具も購入してありますがなかなか一緒に遊ぶ事ができていません。3月生まれな事もあり、(現在年中4歳)まだ小さく運動能力にお友達との差があるので少しでも家庭内で楽しく運動ができれば良いと思っていました。頂いたチラシは見やすく、すぐに実践できる運動遊びがかかれていて保管しておこう！と直ぐに思う事が出来ました。裏表カットして保管できそうな配置も配慮してあるみたいで、とても良いと思いました。また幼稚園で配布されるのを待ちしております。

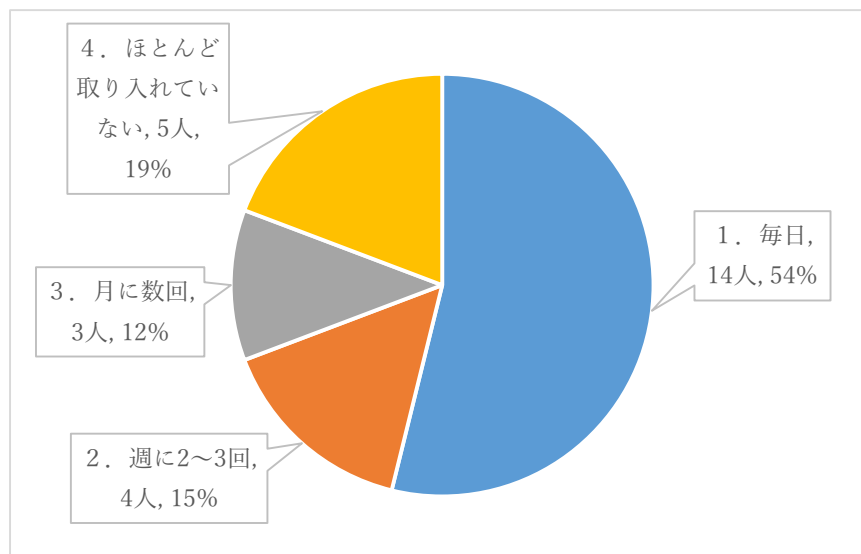
- ・子どもがボール遊びがあまり好きではないのですが、バウンドキャッチなどゲーム感覚でできそうなのでやってみようと思います。
- ・子どもの体型、年齢によっては難しなあと感じた動きもあったので年中、年長さんの子で体格の大きい子向けでもできる運動遊びもっと教えていただきたいと思った。
- ・簡単そうで、すぐに始められそうなのでチラシを保存しておきます。
- ・運動の大切さを知りました。
- ・色々あることにいいなと思った。自分の運動にもいいと思った。
- ・これをやりつつも、それぞれの家庭に合わせてアレンジするのもいいかなと思いました。 わが家は何でもゲームにして遊ぶので、親子体操をゲーム風にしてやりたいと思いました。
- ・チラシを子どもに見せてどれをやりたいか選ばせてやってみました。最終的には全部やりました。イラストがあるので子どもにもわかりやすかったです。
- ・去年末関西から引っ越しをしてきてこのような紹介を関西で受けた事がなかった気がする。あったのかもしれないが気づかなかった。 親子のコミュニケーションにも良いと思う。 そして何よりお互い健康でいれるので運動遊びはとていい事。 今回を機に実践してみます。
- ・ちょっとした遊びが、運動になるんだなと思った。
- ・参考にしたいと思う。
- ・簡単で普段のコミュニケーションに取り入れられるなと感じた
- ・用具がなくても出来る簡単な運動がたくさんあったり、今まで遊んでいたやり方に発展があったりと発見がありました。
- ・ぜひやってみようと思う。
- ・体格がいいので大変だと思いました。
- ・頭では理解しているのですが1日 60 分の運動を共働き家庭では平日時間が取れないので、ベッドの上で親子で遊んでいる時にチラシの「サーフィン」なら出来そうと思った位です。従って、保育園で 60 分外で運動する曜日が決まっているので、それはありがたい。
- ・お父さんとも出来る体操があったので、一緒にやりたいと思います。

幼児期の運動遊び指導者研修会 アンケート集計結果（回答：25 名）

市内の保育士・幼稚園教諭等や幼児期の子どもの指導に関わる団体の指導者を対象にした研修会を実施した。第1回目を R5.10.15 に第2回目を R6.1.21 に実施し、講師に宇都宮共和大学の河田隆教授を招き実技を中心とした研修を行った。研修に参加した合計 25 人のアンケート集計結果。

【実施前アンケート】

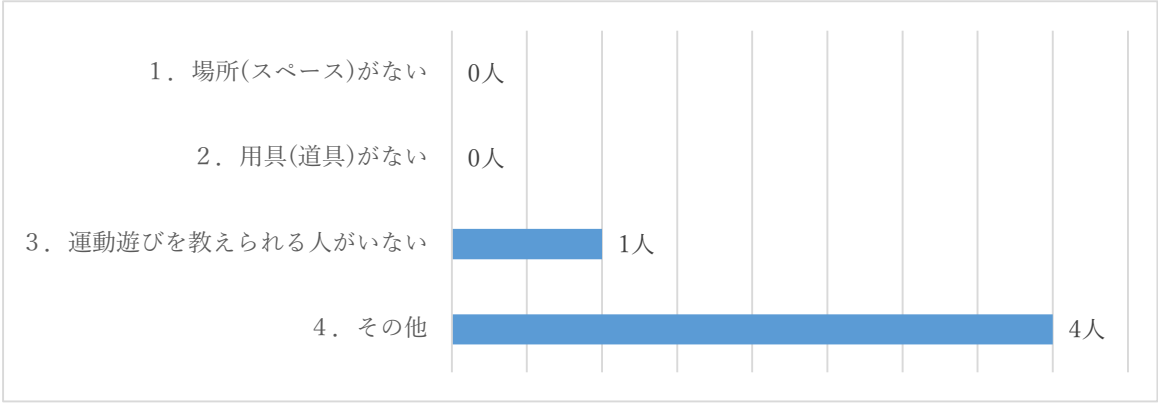
Q1.あなたの園(団体)では運動遊びをどのくらいの頻度で取り入れていますか？



Q2.Q1 で選択肢 1・2・3 を選んだ方に伺います。どのような運動遊びを取り入れていますか？

鬼ごっこ 11 名 ボール遊び 11 名 体操 9 名 固定遊具 8 名 ダンス教室 7 名 サーキット遊び 7 名 サッカー教室 7 名 リトミック 6 名 フラフープ 6 名 かけっこ 4 名 かくれんぼ 3 名 プール教室 3 名 リレー 2 名 縄跳び 2 名 線上歩き 1 名 リズム遊び 1 名 フリスビー 1 名 自転車 1 名 バランス遊び 1 名 園庭散歩 1 名 ACP 1 名

Q3.Q1 で選択肢 4 を選んだ方に伺います。運動遊びを取り入れていない理由は何ですか？(複数選択可)

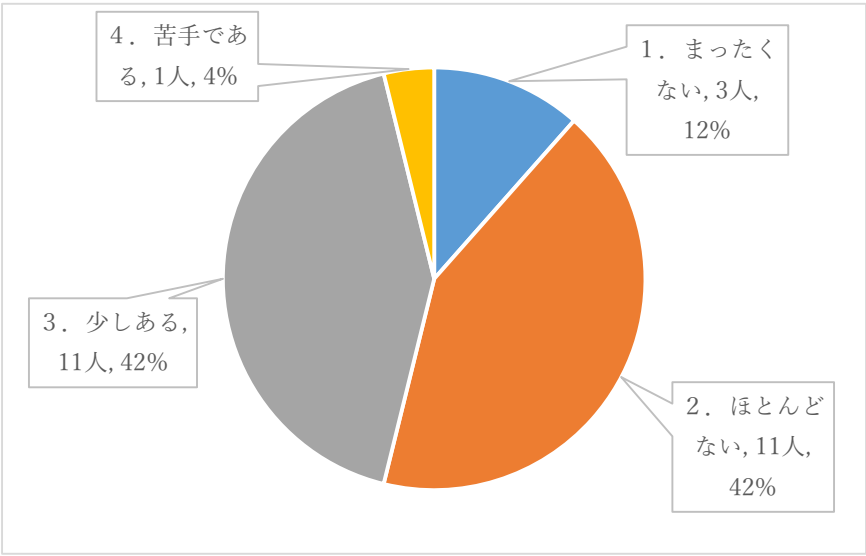


その他の意見

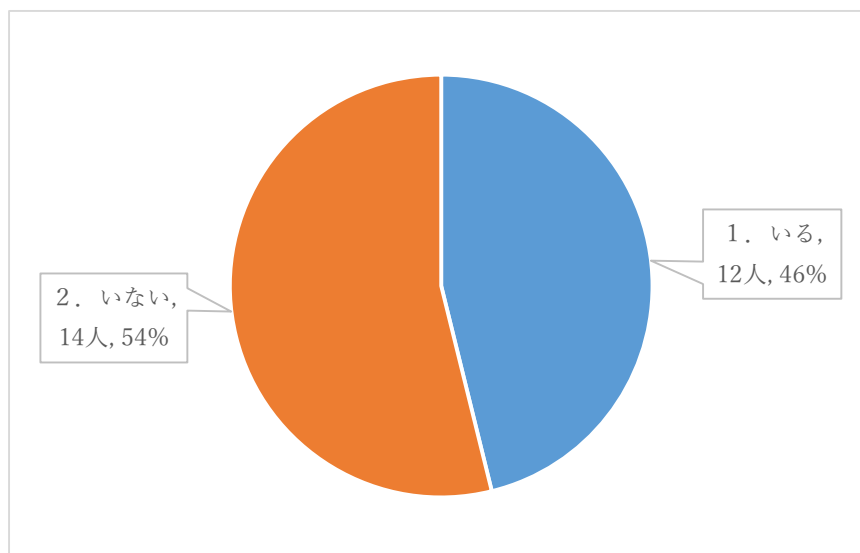
- ・事業計画にない 2 名
- ・参加者減少で教室を中止 1 名
- ・未回答 1 名

※取り入れていないと回答した中に保育園・幼稚園等はなし

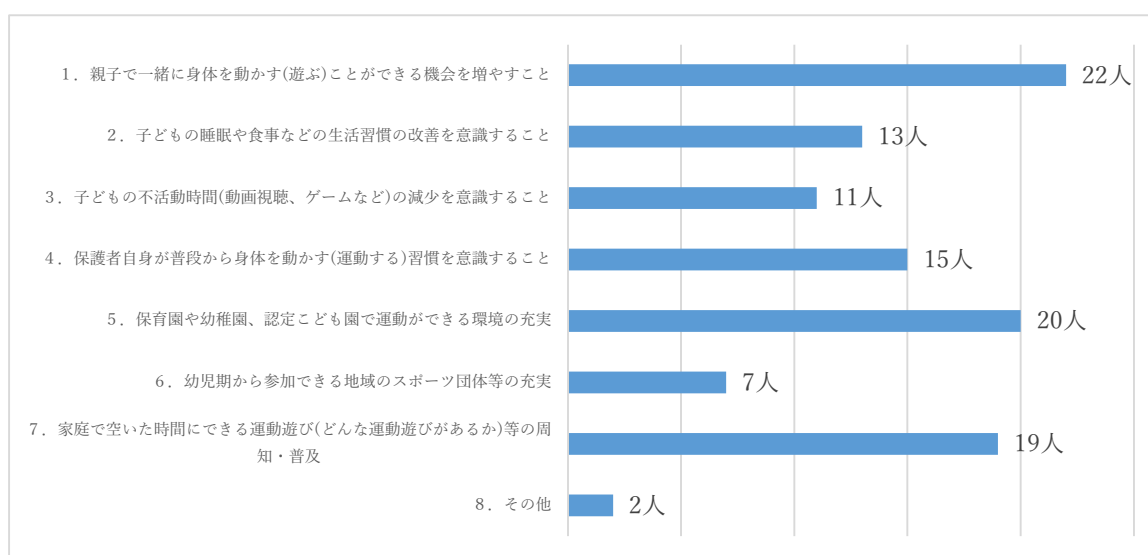
Q4.あなたは今現在、園(団体)で子ども相手の運動指導等に苦手意識がありますか？



Q5.あなたの園(団体)では運動を担当する外部講師等がいますか？



Q6.子どもが、運動（身体を動かす遊びを含む）を習慣化するために、重要だと思うことは何だと思いますか？（複数選択可）

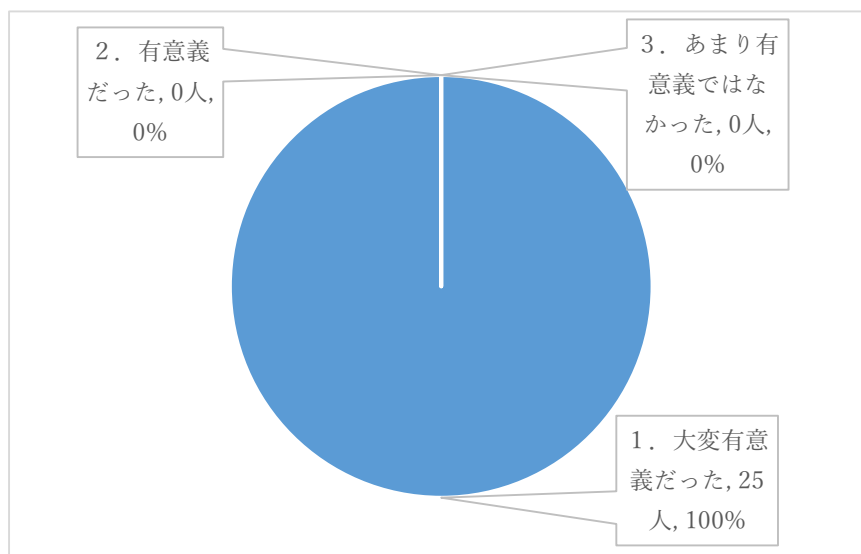


その他の意見

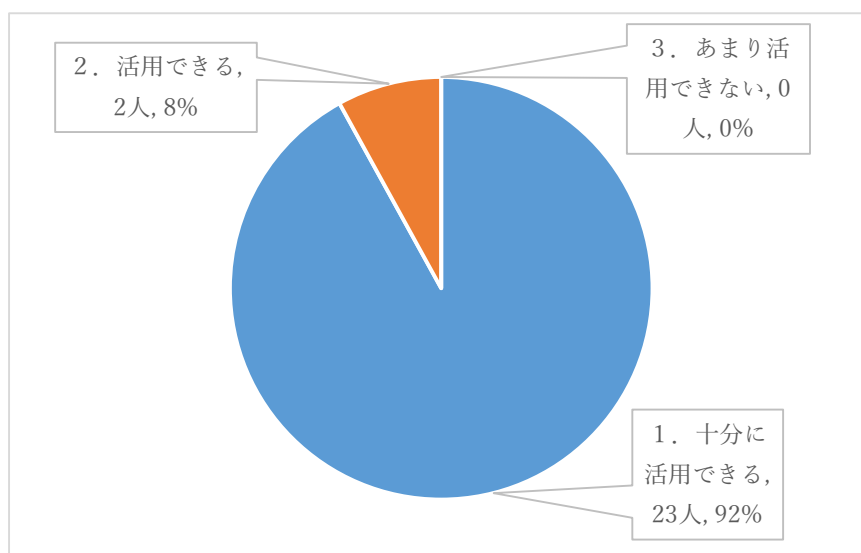
- ・集団ではなく個別のレベルに合った運動遊びの実践
- ・保護者の運動遊びの重要性の理解

【実施後アンケート】

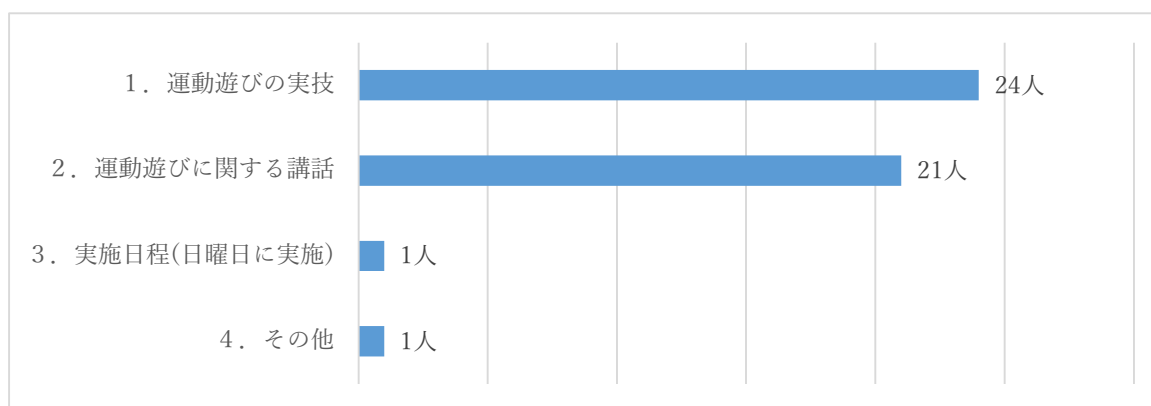
Q1.本日の研修はいかがでしたか？



Q2.本日の研修内容は、今後の園(団体)での活動に活用できそうですか？



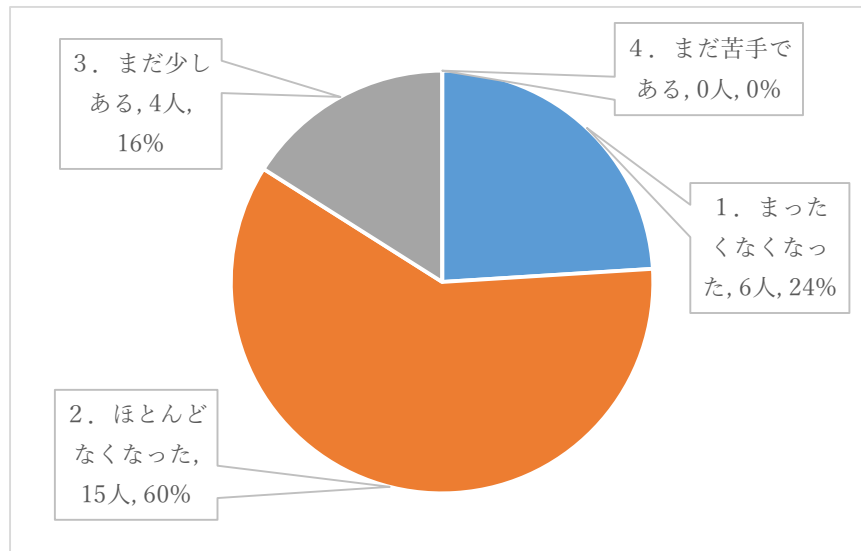
Q3.本日の研修内容でよかったものは何ですか？(複数選択可)



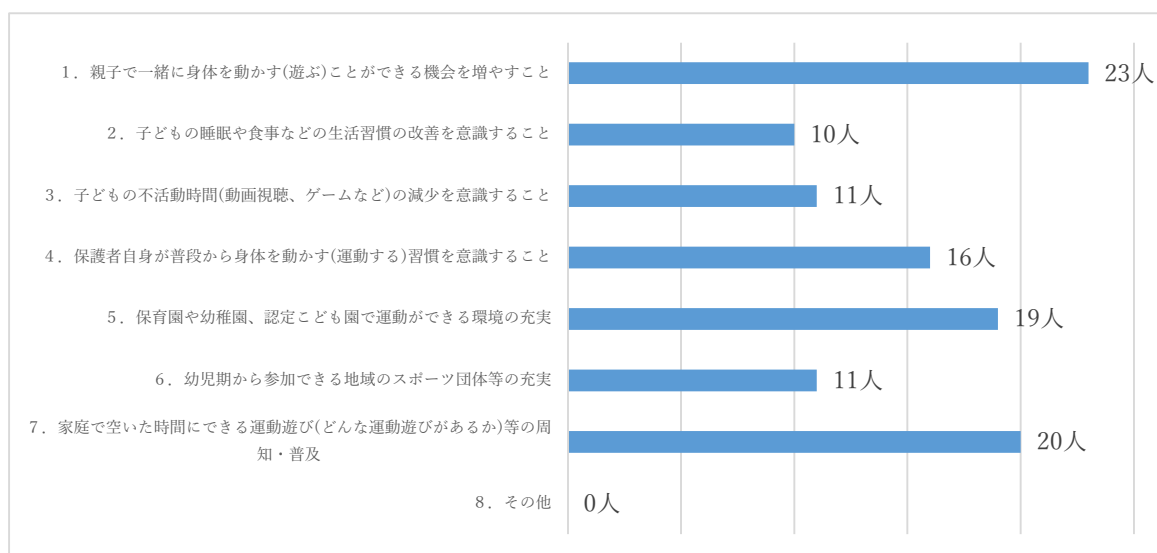
その他の意見

・身近な物(新聞)を使った遊び

Q4.本日の研修を受けて子ども相手の運動指導等の苦手意識はどのようになりましたか？



Q5.子どもが、運動（身体を動かす遊びを含む）を習慣化するために、重要だと思うことは何だと思いますか？（複数選択可）



Q6.今回の研修で学んだこと・気づいたことについて記載ください。

- ・体育以外に、日常の何気ない活動も運動遊びになることを学び、運動への考えが変わりました。また、手遊びや歌遊びを応用して運動遊びになったり、新聞やタオル、ボールなど身近な道具を使ったりすることで、遊びを通して楽しく運動出来るということで、苦手意識が少なくなりました。自分自身が苦手なため運動への抵抗がありましたが、本日の研修の環境の整備の雰囲気づくりによって運動が楽しい時間になると感じたため、保育の中で意識していきたいと思いました。
- ・運動遊びの楽しさをあらためて感じました。また運動遊びは身体作りのためだけでなく、心の発達を促す大切なものであることもあらためて感じました。
- ・運動遊びはただ運動するというだけでなく人生の基本となることを伝えられると学びました。家庭でも簡単にできる運動遊びを行う大切さを伝えると良いことを学びました。

- ・楽しく遊びながら【じゃんけんなど】自然と運動に繋げる方法がたくさんあることを知ることが出来た。また、身近にあるものを使い、遊ぶことでこんな物でも遊びを楽しむ上で1つの引き出しになるんだということを知ることができた。
- ・運動とは、きちんとした体操、体育などを行うだけではなく、遊びとして、じゃんけんなどを使って動きを取り入れたり、新聞を使って動きを取り入れたりなど、少し体を動かすことでも運動に繋がるのだと理解することができました。また、普段から姿勢を正すことを意識するだけで、体を動かすことに繋がるのだと知ることができました。幼稚園でも今回行った、保育室でもできるような遊び、(新聞を使った遊びやペアでやる遊びなど)をどんどん取り入れて、子供たちが楽しんで活動できるよう促していきたいと感じました。
- ・身近にある物を使ったり、保育者のちょっとしたアイデアや工夫が大切だと改めて考えました。子どもたちが楽しく身体を動かし、遊べる環境を作っていきたいと思いました。今回の研修で教えていただいたことを活用していきたいと思います。
- ・今回の研修で学んだことは、子どもの頃から体を動かす遊びを習慣化することが大切だということを学びました。また、実技を行い、実際に遊びを行うと、大人でも難しいことや子どもではまだ難しいことなどたくさんの方に気づかされました。自分の園の子どもたちに今回行ったことを取り入れて遊んだみたいです。
- ・実技中心にかつ、行う時の注意点や、視点、環境構成を教えていただけたので、すぐに実戦で使える内容でした。もっと、多くの先生方に参加してもらえると良いなとしみじみ感じました。
- ・運動遊びは体を動かし鍛えるだけでなく、他者との関わり等心の発達にも大きく影響していることを改めて感じました。
- ・身近なもの、ちょっとした時間でも意識するだけで運動あそびにつながるのもハードルが下がり、すぐ保育に活かせると思った。
- ・楽しく体を動かすことが大切だと改めて感じました。ちょっとした工夫で運動遊びになることを学びました。
- ・日常的に行っているあそびや手あそびなど、ちょっとプラスすることで運動になることが分かりました。
- ・身近にある物でも考え方で体を動かせるアイテムになること。
- ・器具がなければできないというわけではなく、身近な物で十分体を使い楽しめること。
- ・運動の中で色々と体を動かすこと・経験させることが大事だと再確認することが出来ました。またその中で負けたくやしさ・頑張ること・友達との繋がりなど色々学べることも学びました。
- ・コミュニケーションの大切さ。
- ・遊びの中で体を動かすことの大切さ。
- ・子どもの様子を見て運動をすすめていくことの大切さ。
- ・説明しすぎてしまう部分があると思ったので、子ども自身に考える時間をつくり、やってみたい気持ち育みたいと思いました。
- ・自分が納得して進めるものではなく受け手の様子を見て動きを最大限に引き出せるよう実践で身につけていくこと。ずっこけやヒーローは子どもの運動遊びの基本だと思いました。
- ・運動遊びのバリエーションを考える。子ども達への目配り・運動時の様子を見る

Q7.その他、ご意見等ご自由に記載ください。

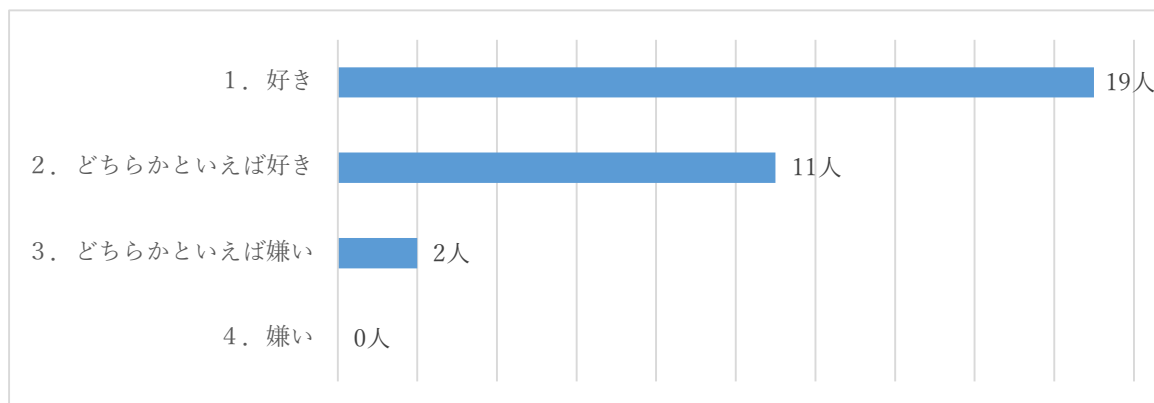
- ・今日の講義で今後の保育で活用できそうなものがたくさんあったので是非取り入れて行きたいと思いました。本日はありがとうございました。
- ・有意義な講義をありがとうございました。
- ・日曜日にも関わらず運営いただきありがとうございました。
- ・大変勉強になりました。ありがとうございました。動画が欲しいです、よろしくお願いします。
- ・とても勉強になりました。ありがとうございました。研修内容も Youtube にあげてほしいです。
- ・今後の保育の中で活用できそうなものばかりで、とても学びになった研修でした。ありがとうございました。動画があるといいと思いました。
- ・平日開催の方が職場から研修して参加しやすいです。昨年度も参加しましたが、昨年とまた異なる内容・あそびが知れて参加してよかったです。本日の動画を資料としてほしいです。昨年のものも他職員への研修として視聴しました。
- ・できれば平日に実施し、土・日だと午前中が希望です。動画で見かえしたいです。
- ・明日からの保育に活かしていきたい。昨年度参加された方がとても良かったと言っていたので、今回参加できてよかった。研修の DVD が欲しいと思います。
- ・研修中の DVD など頂けると研修を振り返り自分の保育に活かせると思う。
- ・ボール・縄等の活動や、運動遊びの研修があれば参加したいです。
- ・スポーツ少年団の ACP に取り入れていきたいと思います。ありがとうございました。

親子で運動遊び教室 アンケート集計結果

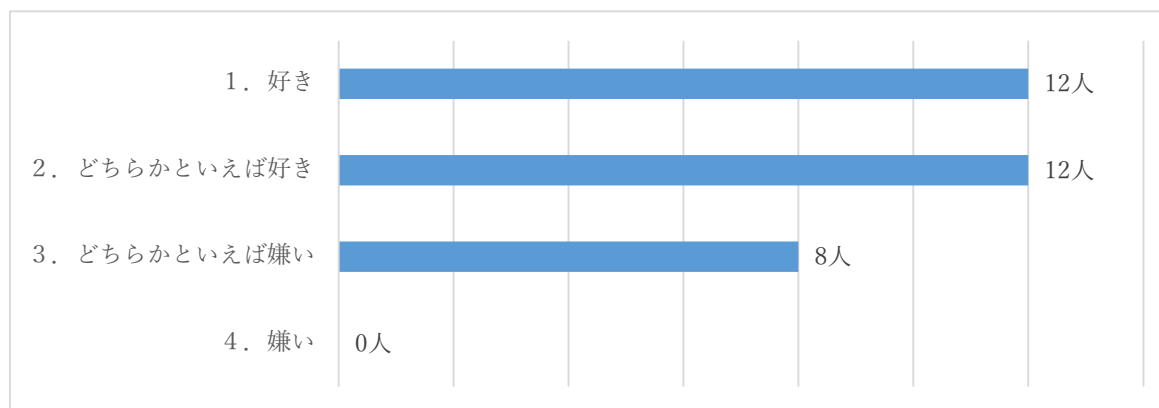
第1回(R5.11.4 実施)と第2回(R5.12.9)と第3回(R6.1.21)の参加者合計29組のアンケート集計結果。

【実施前アンケート】

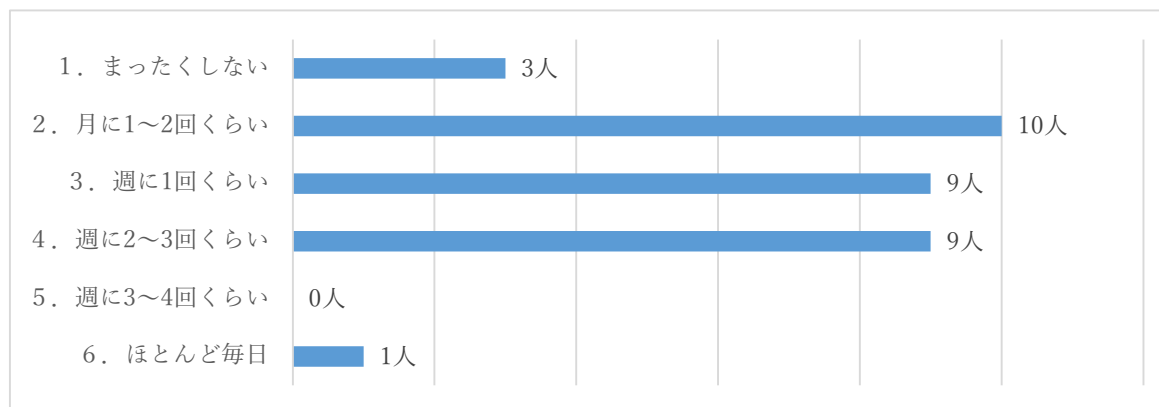
Q1.お子さんは、運動（身体を動かす遊びを含む）は好きですか？



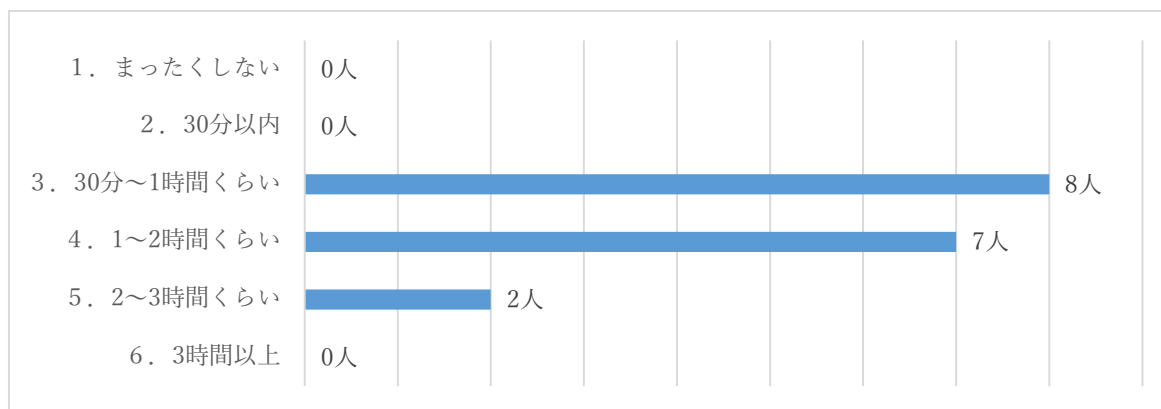
Q2.あなた（保護者）は運動（身体を動かす遊びを含む）が好きですか？



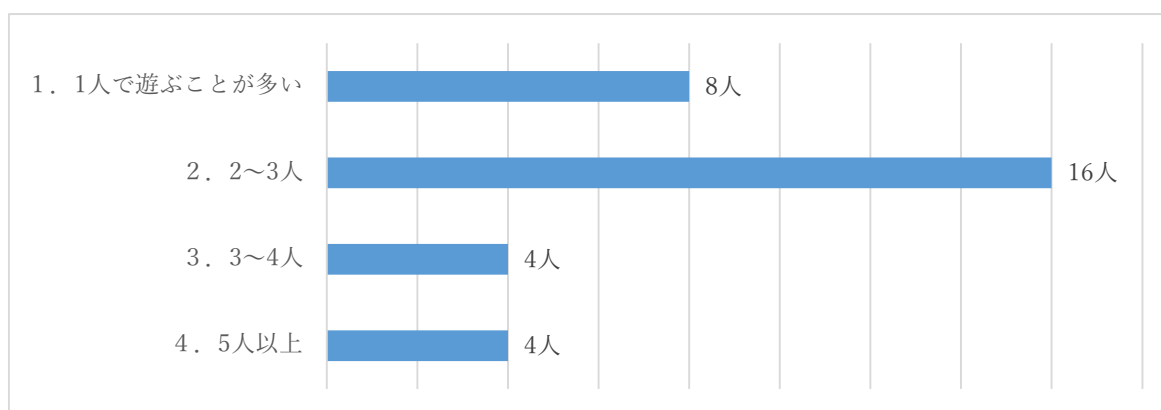
Q3.お子さんと家族の方が一緒に体を動かす遊びをしていますか？



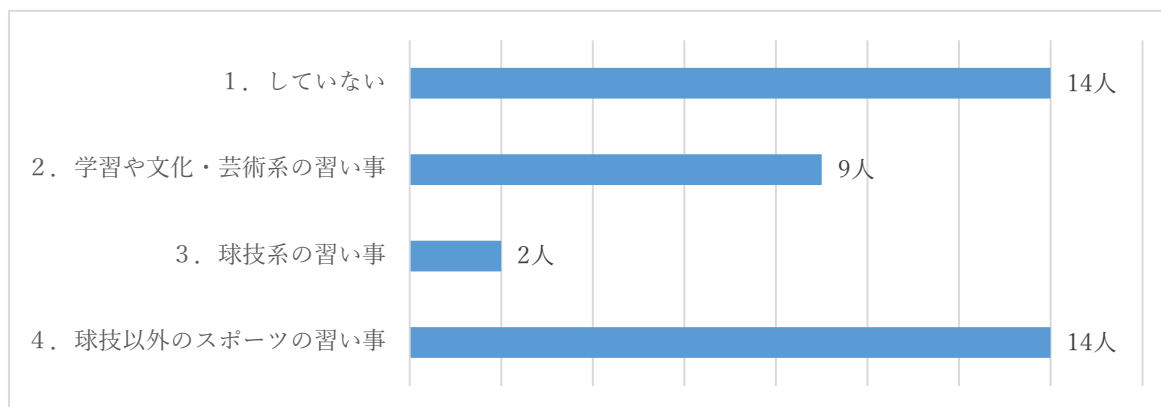
Q4.お子さんが外遊びをする時間（晴天の日）はどれくらいですか？



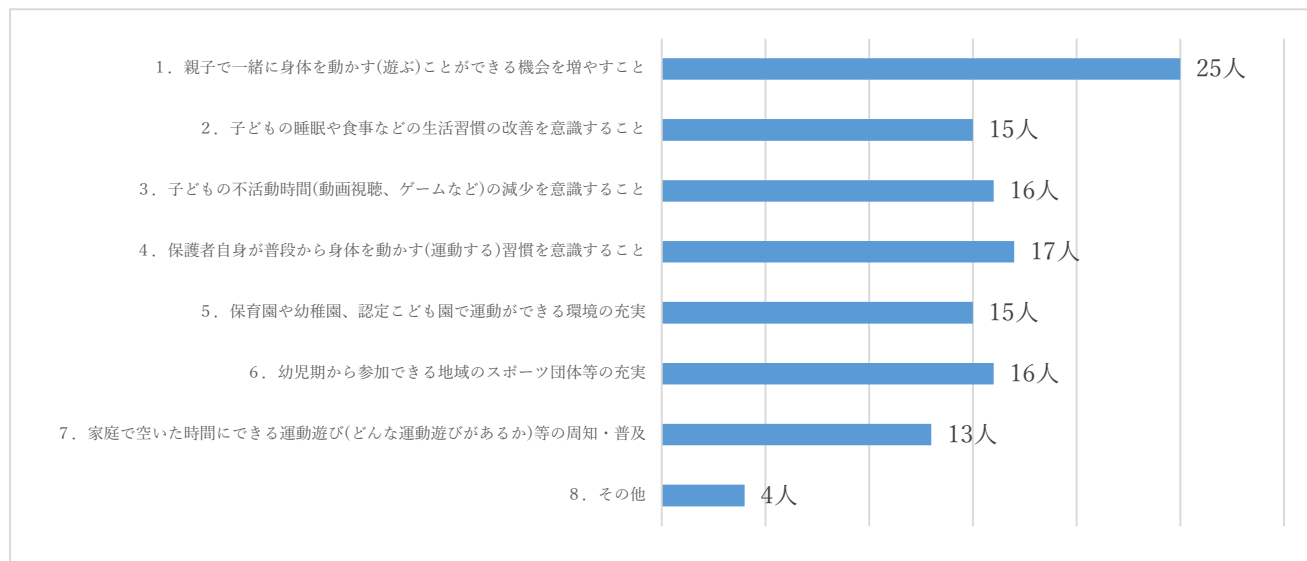
Q5.お子さんがよく一緒に遊ぶ仲の良い友達は何人くらいいますか？



Q6.お子さんは習い事をしていますか？（複数選択可）



Q7.子どもが、運動（身体を動かす遊びを含む）を習慣化するために、重要だと思うことは何だと思いますか？（複数選択可）

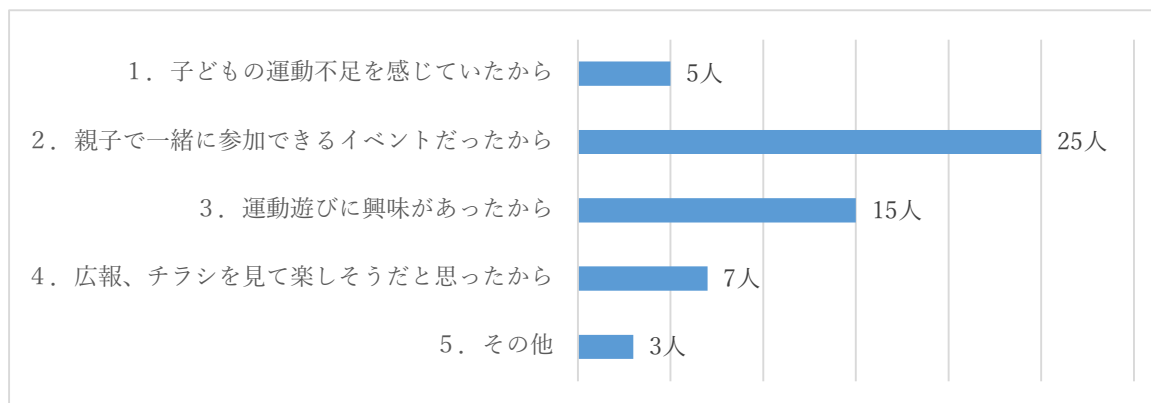


その他の意見

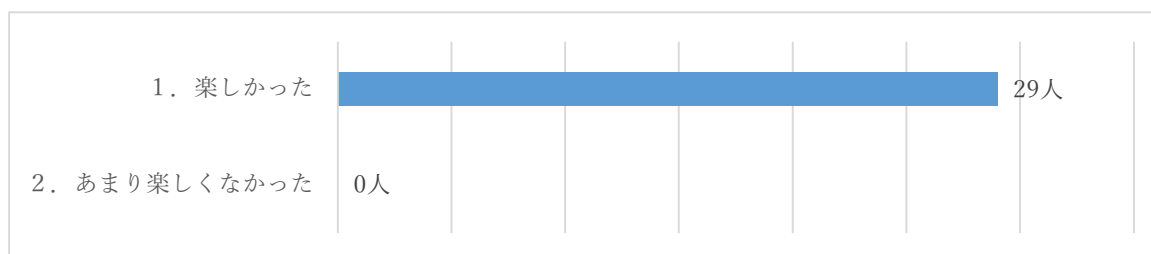
- ・働くお母さん多いので習い事や遊びの時間が土日が条件となる方も多いと思います。あと習い事は週一でも兄弟もとなると何個もやらせる時間的経済的な余裕がないのでは。習い事と言わなくてもたまに地域で集まって体を動かす機会がさらに増えると良いなと思う。
- ・親がさせるのではなく子供がやりたいと思うこと、体を動かす楽しさを知ること

【実施後アンケート】

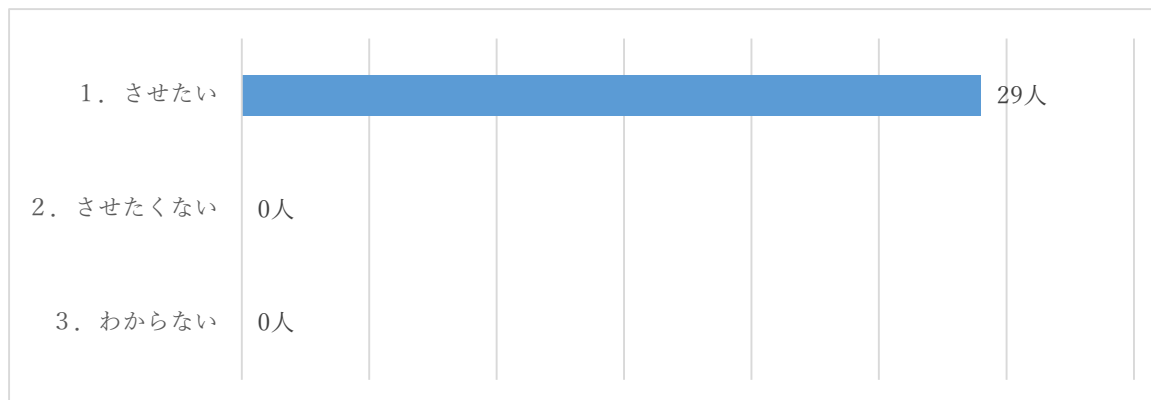
Q1.本日の教室に参加した動機は何ですか？(複数選択可)



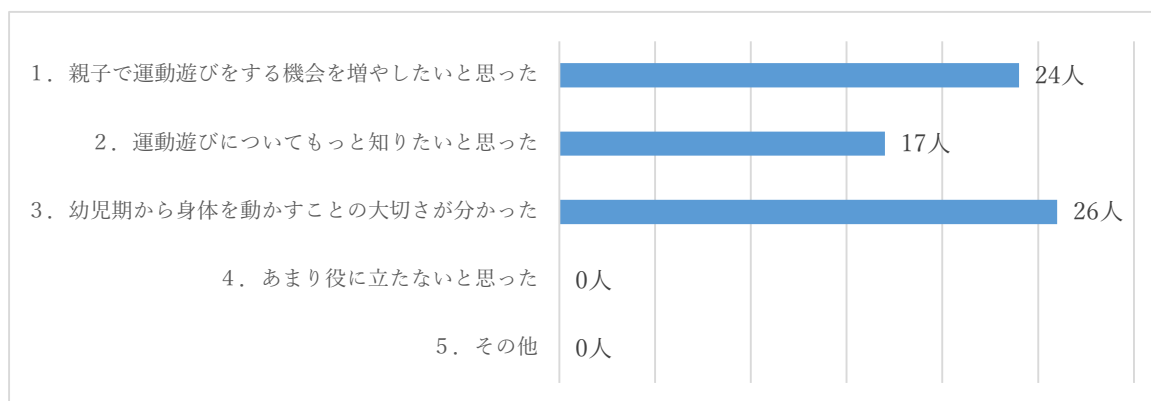
Q2.本日の教室は楽しかったですか？



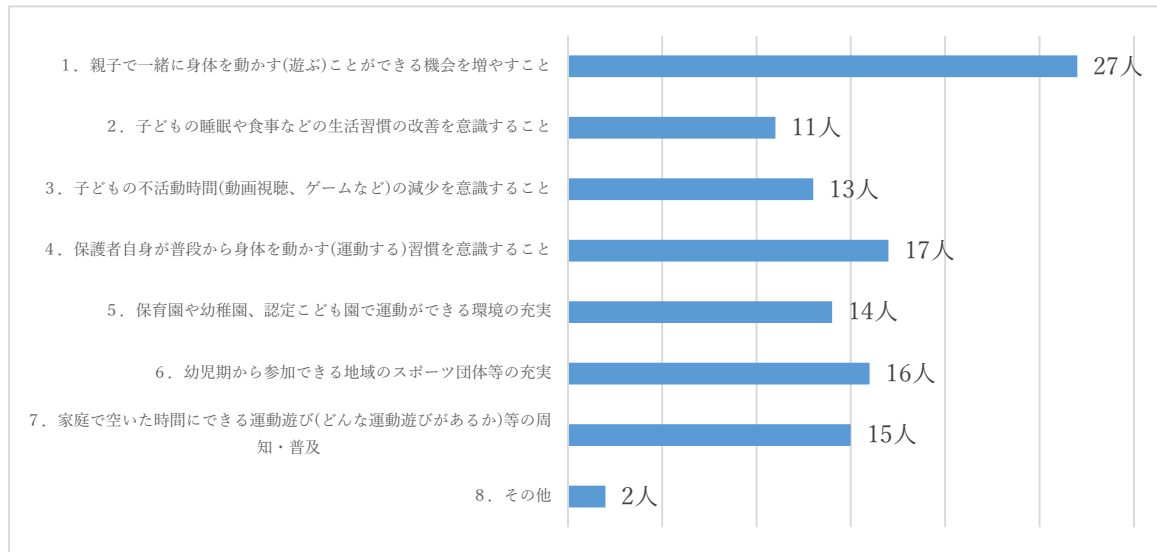
Q3.今後、お子さんに運動（身体を動かす遊びを含む）をさせたいと思いますか？



Q4.本日の教室に参加して、どうでしたか？(複数選択可)



Q5.子どもが、運動（身体を動かす遊びを含む）を習慣化するために、重要だと思うことは何だと思いますか？（複数選択可）



Q6.その他、ご意見等ご自由に記載ください。

- ・子どもに何か種目を決めさせた方がいいと良く言われますが、先生の最後のお話でまだゆっくり決めれば良いかなと思う事ができました。良い機会を頂き、ありがとうございました。
- ・このようなイベントが増えることを願います。
- ・場所がないと運動できないと思っていたけど、家の中でも十分ですね。娘と楽しく運動遊びします。
- ・忍者修行たのしかったそうです。家でもいっぱい体を動かしたいと思いました。
- ・娘が「明日もやるの?」と聞いていました。楽しかったみたいです。ありがとうございました。
- ・楽しかったです。ありがとうございました。
- ・片付けまで楽しめるのがよかったです。家でも楽しんでやります。ありがとうございます。

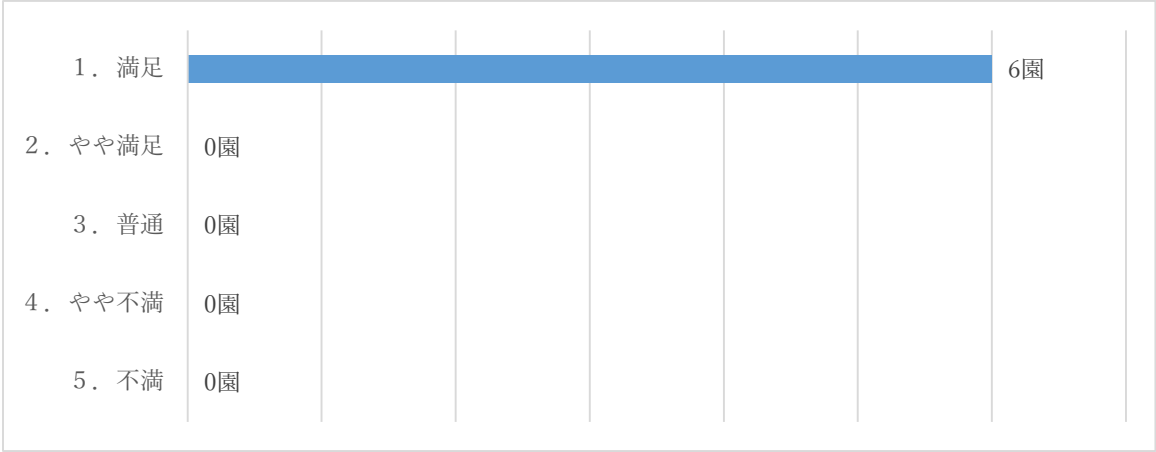
運動遊び体験指導者派遣事業 アンケート結果（回答：6園）

令和5年11月～令和6年1月までに希望する市内6園延べ22回の派遣を実施した。講師の派遣団体は5団体(宇都宮共和大学、宇都宮ブレックス、鹿沼市スポーツ少年団、(公財)かぬま文化・スポーツ振興財団、とちぎスポーツ振興センター)。派遣事業に参加した6園に対しアンケートを実施した集計結果。

問1. 今回、「運動遊び指導者派遣事業」に申し込んだ理由を教えてください。

にっこり 保育園	・園児の体力向上 ・保育士の質の向上および保育の質の向上
なんま 保育園	・派遣事業を通して様々な運動経験をし、幼児期の心身の発育を促すきっかけとなればと思い、申し込みました。
まなぶ 保育園	・(年少・年中組) 普段余り触れることのないヨガを子どもたちと一緒に楽しみ保育の中でも取り入れていきたい。 ・(年長組) 普段遊んでいるボールを使ってプロにさまざまな運動を学び楽しみたいと思って申し込みました。
おおぞら こども園	・昨年に引き続き申し込みました。遊びながら運動している、運動になっている、指導者の方々の「運動あそび」のとらえ方がすばらしいと感じたから。
ふじおか メソッド ひなた 保育園	・子ども達に多くの体験や、運動を通して様々なことを学んでほしいと思ったため。 ・普段保育の中で教えきれない運動遊びを知る為。
晃望台 幼稚園	園に来ていただき、子どもたちに運動遊びの楽しさを体験してもらいたかった。

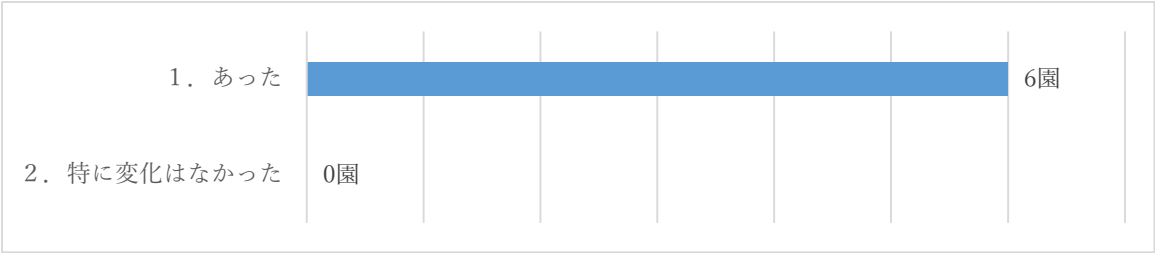
問2. 派遣事業の内容はいかがでしたか？



問3. 今回の事業について、こんな所が良かった、悪かった等、感想を教えてください

にっこり 保育園	・園児たちはとても楽しんで体を動かしていました。 ・保育士は、ボールやフープなどを使って遊ぶあそびせ方などを知ることができ、今後の保育に活かしていけるので、良い事業だったと思います。
なんま 保育園	・通常保育に取り入れることもできる内容もあり参考になりました。 ・指導内容は良かったのですが、当園の子どもたちには難しい内容もありました。
まなぶ 保育園	・(年少・年中組) 子どもたちが知っている曲を使った準備体操だったり、身近な動物や物に例えたヨガだったので、スムーズに行うことができました。 ・(年長組) ボールを使った運動やシュート体験を楽しんで行う姿が見られてよかったです。
おおぞら こども園	・事業の申込みのお誘いをもう少し早めにいただけたらと思った。他との行事の兼ね合いで予定が入れづらいと感じた。
ふじおか メソッド ひなた 保育園	・1つの団体だけでなく2団体の指導の方が来てくれたことがよかった。また、1回だけでなく2回以上行うことで子ども達も知っている講師の人と2回目により運動面を発揮できたのではないと思う。
晃望台 幼稚園	・外部の方に来ていただいて、教えていただける体験は、日々の保育と少し違う子どもたちにとって楽しい時間になっていました。

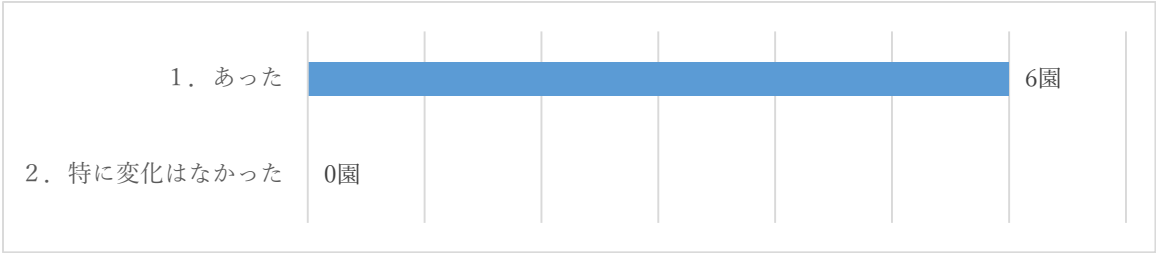
問4. 子どもたちへの効果は事業実施前と比べて、何か変化がありましたか？



具体的にどのような変化がありましたか

にっこり 保育園	・ボールやフープを使った遊びをする子が増えてきました。
なんま 保育園	・じゃんけん遊びに興味を持つきっかけとなりました。
まなぶ 保育園	・ヨガのポーズを真似して遊ぶ姿が見られたり、ボールのキャッチの仕方を真似たり遊びの中に取り入れている姿が見られました。
おおぞら こども園	・いただいたボールでボールあそびの幅が広がった。とても楽しそうに思い出してまねっこあそびをしていた。
ふじおか メソッド ひなた 保育園	・バスケットに興味を持つ子が増え、お家でバスケットの話をしている子が多くいた。 ・保育園の運動遊びに少し取り入れるものもあった。
晃望台 幼稚園	・教えていただいた遊びを、まねして行っていました。

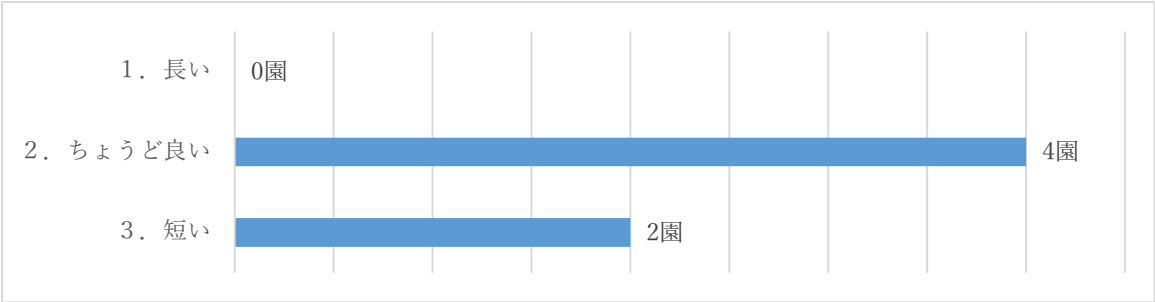
問5. 先生たちへの効果は事業実施前と比べて、何か変化がありましたか？



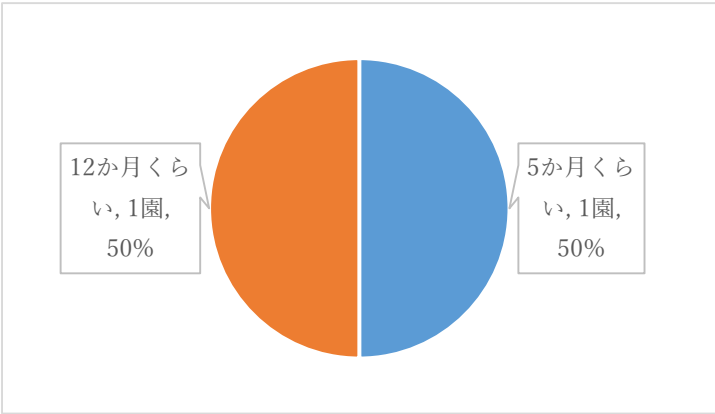
具体的にどのような変化がありましたか

にっこり保育園	・ 保育の中で実践をしています。また、運動遊びの進め方が少しだが理解できた様です。
なんま保育園	・ 経験したことのない運動遊びもあり、参考となりました。
まなぶ保育園	・ 準備体操にヨガのポーズを取り入れたり、ボールを使つての運動遊び、教え方等わかりやすかったので取り入れている
おおぞらこども園	・ 園の先生たちも一緒に参加して保育に活かせるあそびをたくさん教えていただいた。
ふじおかメソッドひなた保育園	・ 職員間で運動について考える会議を開き、来年度に生かせるよう内容を考えることができた。 ・ ボールを使ったゲームなどを多く取り入れることにもつながった。
晃望台幼稚園	・ 行っていただいた活動を保育内で使用する姿が見られた。

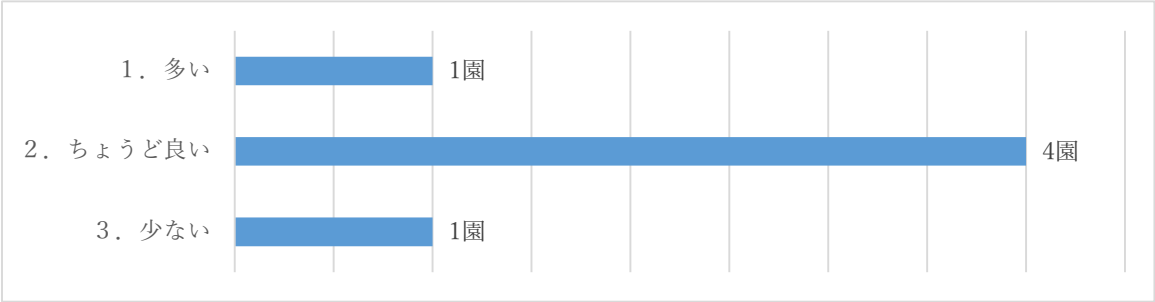
問 6．事業の実施期間（3 ヶ月間）は適切でしたか？



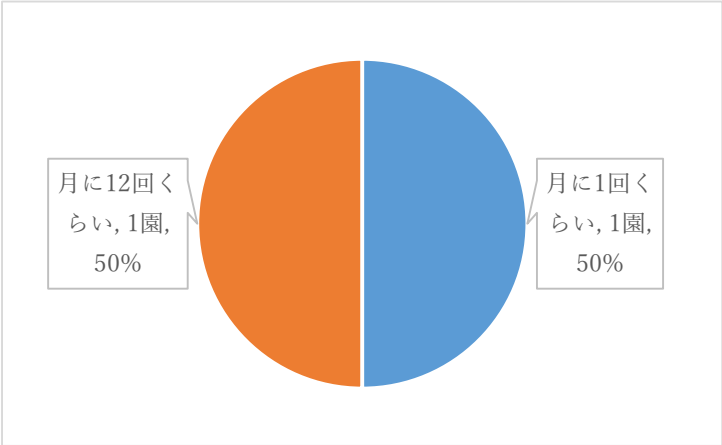
適切だと思う期間はどのくらいですか？（短いと回答した 2 園）



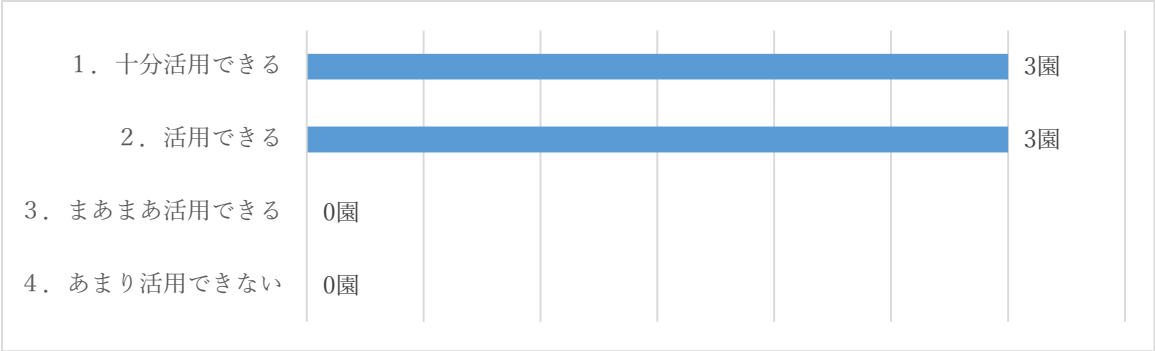
問 7．1 か月における実施回数（月 2 回）は適切でしたか？



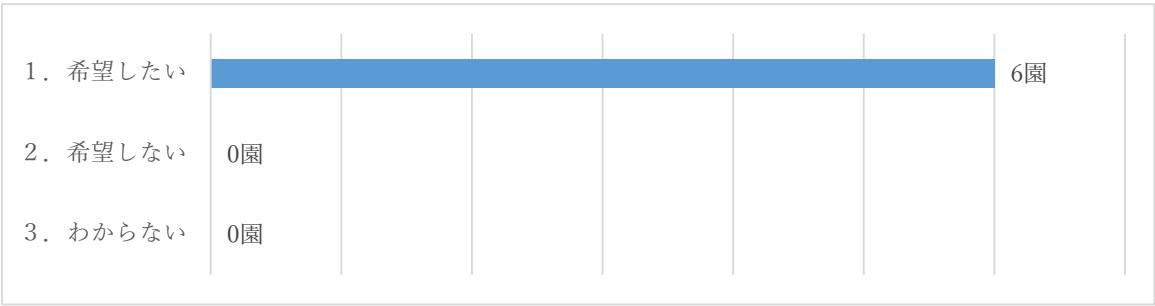
適切だと思う回数はどのくらいですか？（多い、短いと回答した 2 園）



問 8. 今後の活動に活用できますか？



問 9. 次年度以降、派遣事業が実施された際、再度、指導者の派遣を希望したいですか？



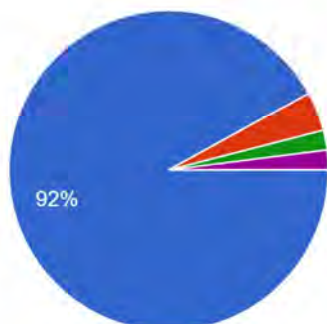
問 10. その他、幼児期からの運動遊び習慣形成について、ご意見等自由に記載ください。

にっこり保 育園	・体を使って遊ぶことができなくなった子が増えているように思います。このような形で子どもたちが体を動かす機会を作っていただけるのはとても良いことだと思います。色々な運動遊びの種類をご紹介いただけると良いですね。
なんま 保育園	・家庭で、親子で一緒に体を動かして遊ぶ機会が減っていると思うので、遊び方がわからないという保護者も増えてきているように思います。派遣事業の中で保護者も一緒に楽しめるような内容のものを、機会がありましたらお願いしたいと思います。
まなぶ 保育園	・体を使う事が苦手だったり、バランスが悪い子がいたりするので、楽しみながら体を動かせる遊びを意識して色々なことを経験できるようにしていきたいです。ありがとうございました。来年度もよろしくお願いします。
おおぞら こども園	・ゲームや YouTube などの世界に浸りきっている子どもたち（親もか？）にとって、実際に体を動かす時間はとても少ないのが昨今の現状です。体験で学んでいくことの大切さ重要性を社会全体で認識していくべきと考えています。それには今回の事業はとても素晴らしいことです。定期的にまた企画してください。
ふじおかメ ソッドひな た保育園	・今回導入する機関が秋からだった為、行事も多く日程が合わず回数をすべて受けることができなかった。10月11月12月は運動会、発表会なども多いので、夏ごろの参加できると嬉しいと思いました。
晃望台 幼稚園	・お忙しい中、割り振りや、指導いただきありがとうございました。来年度も継続で行っていただければ良いな、また、他市町村も参加していただき県全体の事業になっていくと良いなと思います。

R5/11/8・22 乳幼児ふれあい運動遊び指導者研修会 ～研修後のふりかえり～

1 あなたの所属をお聞かせください。

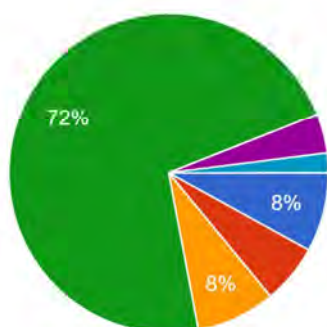
50 件の回答



● 公立保育園
● 私立保育園
● 幼稚園・認定こども園
● 小学校
● 所管課

2 あなたのお立場をお聞かせください。

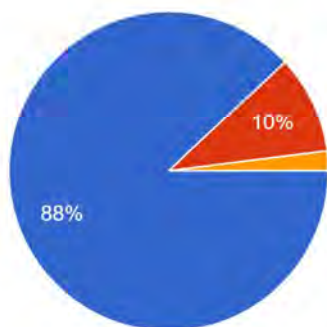
50 件の回答



● 園長
● 副園長・理事長
● 主任保育士
● 保育士
● 教諭
● 指導主事

3 今日の研修会の内容はいかがでしたか？

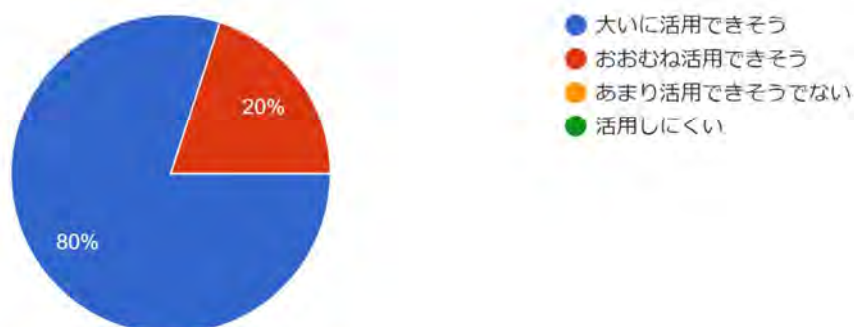
50 件の回答



● 満足
● やや満足
● 普通
● やや不満
● 不満

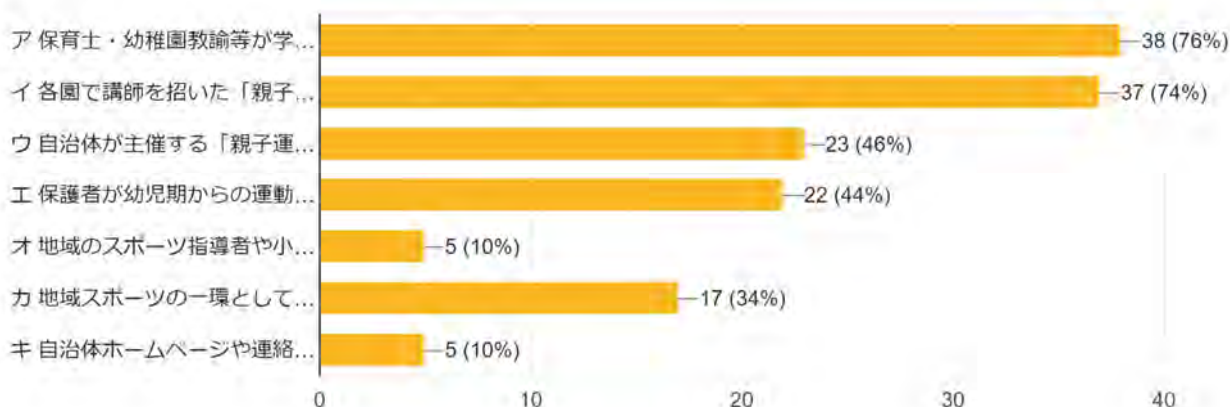
4 本日の研修は、今後、あなたの幼児期への運...成を意識した保育・教育に活用できそうですか？

50 件の回答



5 あなたが、幼児期からの運動習慣形成の取組と...すか？ ※特に思うものを3つお選びください。

50 件の回答



6 幼児期の運動習慣形成へのお考えについて、簡単にお聞かせください。

- ・外遊びは沢山する。
- ・固定遊具（タイヤ跳び、登り棒、鉄棒）に沢山触れて遊ぶ機会をつくる。
- ・小さいクラスでもサーキット遊び、リトミックを計画的に取り入れる。
- ・運動習慣形成のひとつとして晴れた日は外で遊べる時間を作るようにしている、外で伸び伸びと遊ぶことは大切だと思う
- ・とにかく、普段からの楽しみながら身体を思い切り動かせる外遊びの重要性。
- ・保育園や幼稚園だけでなく、お家でも取り組むことが大切だと思う。
- ・その子の得意とする所を見つけ、活動の中の選択肢に盛り込み意欲に繋げている。
- ・保育士自ら楽しみ行うことで、子どもたちのやってみたいに繋がっている。
- ・食う、寝る、遊ぶの充実
 - ※家庭だけでは経験できない活動（散歩を通しての自然散策・雑巾がけなど）を沢山楽しんで、空腹感を感じ、ご飯を食べて満腹感を味わい、安心して休息できる環境を整えること。
- ・天候によってやり方は変わるが、1日の中で必ず体を動かす機会を作れるようにしている。

- ・体幹が弱い子が多いので、運動遊びなどを通して姿勢保持ができるよう心がけている。
- ・天気が良い日は必ず戸外へ出て子どもたちと遊びを楽しむことを意識してきたことで外遊びが好きになった子どもが増え、体力もついてきた。
- ・とにかく、子供たちと一緒に楽しく体を動かして遊ぶ。戸外遊びをたくさん行う。
- ・乳児から幼児まで運動遊びを継続することで、どんな成果があるのか？定期的にクラス同士話し合い、活動に取り入れて行くことを意識している。
- ・様々な動きを取り入れていくこと。つかまる、走る、転がる、すべる、跳ぶ、などいろいろな遊びで経験させている。
- ・寒い時季でもできるだけ戸外遊びを取り入れ、健康な体を形成するための体力づくりを意識している。
- ・保護者だけでなく、保育者に向けての意識づけや啓発、継続の難しさを感じている。
- ・体を動かして遊ぶ楽しさを感じられるよう、毎日一回は外遊びができるようにしている。リトミックやサーキット遊びなどで、いろいろな動きが経験できるように計画的に取り入れている。
- ・運動遊び、外遊びなど子ども達が興味あることを一緒に考え取り入れ、日頃から体を動かす機会を設けている。
- ・ACP の有効性を大いに感じているため、行政のスポーツ振興分野でも機会や場をつくっていくとよいと思う。園や家庭だけに啓発して任せず、実際に親子で参加できる教室、親が学べる場やコンテンツを提供できることで、家庭の意識を向上・継続できるとよい。

7 本研修への感想をお聞かせください。

- ・体験する度に、まずは私たち保育士が楽しみ、雰囲気作りをすることの大切さを感じた。また、“この子にはまだ早いんじゃないか…”と思いながら関わっていたことがあるなど反省もあった。今日体験した活動を明日からの保育で少しずつ取り入れていきたいと思う。
- ・遊びながら体を動かしての研修は最高に楽しいですね。監視役にならずに「保育士も楽しむ」この言葉につきますね。子どものあるがままを受け入れる玉木先生の言葉一つ一つがスーッと入っていく、そんな研修会でした。
- ・実技を交えた研修は、自分自身が子どもの目線に立って、活動に取り組めた。夢中になって楽しめる遊びを体験することができた。
- ・言葉のかけ方ひとつを変えることで、子どもの育ちに大きな影響を与えることを改めて知る機会になった。
- ・経験や刺激が足りない、あるいは多すぎる…保育するにあたり、困っていた件があったので、保育に活かしたい。
- ・実技と講話を交えた研修で、改めて一緒に遊びを楽しむことの大切さを感じた。
- ・保育士自身が体と頭を使いながら楽しい学びだった。玉木先生のアイデアは毎回とても参考になる。そして、家庭での関わりが脳の発達にいかに関係あるか、身体的発育への大きな影響など改めて考えさせられた。
- ・何より印象に残ったのは玉木先生の子どもたちを見つめる温かなまなざし。実践に裏付けされた玉木先生の子どもたち一人ひとりの育ちを認める心、信じる心。本研修を通して実感することができた。
- ・私の中にある「子どもたちに～させる」という意識が強かったことに気付かされた。また、「大切にしている遊びに必要な要素」は、そのまま「大切にしたい授業に必要な要素」に置き換えることができると思った。特に小学校では 1 コマ、1 単元あたりの時間が決まっていることや毎回の授業でねらいを立てて臨むこと等、教師に迫ってくるものがたくさんあるため、「一人ひとりを認める」「子どもを信じて待つ」などが難しく感じられてしまう側面がある。本研修で学んだ「子どもを見つめる視点」をもって子どもたちと向かい合い、共に歩んでいきたい。
- ・クラスではまさに今子ども達が短縄跳びに挑戦中なので、まだ難しい子には短縄跳びの前の段階でたくさん長縄を使った遊びを取り入れることの大切さも改めて感じた。
- ・教えていただいた発砲スチロールの長い棒を使った遊び方を翌日に早速 1 歳児クラスで取り入れた。気になってすぐ触る子・慎重に遠巻きに見てから触る子、様子は様々で、個性や欲求の表現が違うことを実感した。

- ・翌日、保育士が引っ張ったり押したり、上から降ってキャッチできるようにしたりと遊びを展開してみた。子ども達なりに考えて頭上に投げたり、ボールを棒で打ってみたりと新たな姿があって保育士としても良い学びとなった。
- ・体の使い方が不器用な子、座っていることがとても苦手な子、そのような特徴の子がクラスに在籍しており悩んでいたが、先生のお話で少し心が軽くなった。気長に成長を見守り、適切な援助・関わりをしていこうと思う。
- ・すぐ準備できる縄や、新聞紙やタオルを丸めて代用できる遊びだったので、すぐに取り入れることができ、翌日から園で実施している姿を見ることができた。体験型だったので、保育士にとって実践に結びつく学びとなった。
- ・保育士の時は上司の目を気にして保育するあまり、運動に対して消極的な子に対して、人前でやるのが恥ずかしいとか失敗したらどうしよう、などの子供たちの気持ちを理解せず進めていたと反省した。今は、園全体を把握し管理する立場になり、保育士の皆さんが子供たちに寄り添いながら待つとかその子の心の動きまで理解して保育できるように、子どもたちにも先生方にも寄り添いながら関わりたいと思った。
- ・「大人の関わり方や経験によって子どもたちの脳・心・体は育ち変化していく」私たち保育士の関わりと環境設定の大切さを改めて感じた。
- ・見る視点を変え、欠けている部分ではなく、できている部分を認めていく声掛けをしていきたい。園で実践しやすいものばかりでとても勉強になった。
- ・運動遊びの中で紐渡りをした際に、思っていたよりもふらつき、楽しさの中に少し不安感もあることに気付いた。この不安は子どもたちにとって大きいものであるのではないかと思った。できないこと、やらないことを否定せず、子どもなりの参加方法ややり方を認め、できた時には一緒に喜び、「やりたい!」と思える関わりをしていきたい。
- ・子ども一緒にできる運動遊び、身近なものを使っての運動遊びなど、少し工夫をすれば色々な方法で運動遊びをすることができたと思ったので、今後の保育で活かしていく。またこのような研修に参加したい。
- ・玉木先生の研修は、いつも私自身が楽しく参加でき心地よい疲れを感じる。講話も、現場に添った内容で学ぶことが多かった。
- ・子ども一人一人の育ちや心をしっかり読み取り、受け止めながら関わっていけるような豊かな視点をもって子ども達と向き合っていきたい。他の施設の先生方と関わることもよかった。
- ・「子ども達の行動には理由があります。」研修資料のはじめの言葉。改めて、子ども達一人一人の行動を見つめ直すことができた。身近な物を使って心と体を育てる保育を言葉に気をつけながら行いたいと思う。
- ・大切にしている遊びに必要な要素の中でおっしゃっていた「先生や保護者が一緒に楽しむこと」ということは、自分自身も大切なことと思っている。
- ・体の軸を使う動きをたくさん取り入れ、集中力やコントロール力に繋がるよう、園全体でも取り組んでいきたい。
- ・運動器具を使うことはばかりじゃなく、何もなくても工夫しだいで、楽しめることを再確認させられた。
- ・ブルーシートをバサバサ振り下ろす遊びが面白かった。さっそく子どもたちとやってみたが、「やりたい! やりたい!」と興味津々だった。
- ・園長の立場からアプローチできることを考えていかなければならないと、改めて感じた。
- ・思い切り伸び伸びと動くことは、体だけではなく心の育ちに繋がっていくのだと改めて感じることもできた。
- ・玉木先生の2回に渡る研修で、実技で紹介する活動内容も変えてくださったことで、各園ではつまり2倍の実践できるお土産があった。座学と実技がテンポよく融合しており、理論と体験が結びつくことで、保育現場でその活動の理由を思い出しながら生かすことができるのではないかと感じた。

- ・世の中が変わり親も忙しくなる中で、昔のように子どもたちが暮らしの中で自然と運動能力を身につけることが難しくなっていると思う。私も年長児の親として、休日にもっと公園で遊んであげられたらなと大いに反省している。そんな中、那須町には子どもが遊べる公園が少ないという子育て世代の声をよく聞きますし、実際にそうだなと感じる。無料で使える公園が家の近くにあって、そこでの遊びを通して子どもたちが経験や刺激を受けられたらいいと思う。
- ・私は小学校教諭で、子どもの運動習慣形成について理解不足だったと感じた。興味があっても、日々の業務の中で教員一人ひとりが学んでいくことはなかなか大変なこと。玉木先生と参加者の皆さんと体を動かしながら学んだ本研修はとても楽しい時間だった。幼保小それぞれの会場で玉木先生のようなすてきな講師をお招きして、教員と親子で体験できる機会をたくさん設けられたらよい。
- ・動きたくない子への働きかけ、保護者への啓発が難しい。
- ・運動遊びへの苦手意識を持つ前に年齢の低いうちから遊びの中で身体を動かすと楽しいという経験をする。
- ・現在年長児クラスで縄跳びや鉄棒・登り棒にチャレンジしています。友達の姿に刺激を受け、自分なりの目標を持って取り組もうとする姿が見られます。保育士は、励ましようとする姿を認めながら関わっているところです。
- ・日頃から意識している事は…いろいろな遊び 集団遊び 運動遊び 自然遊び 等の中で 経験 体験することを一緒に楽しめるように 心がけている。
- ・年長組で「マイ雑巾」を縫い、雑巾がけをするを取り入れている。
- ・保護者啓発 定着 継続…まだまだ難しく、継続できるように心がけていく。
- ・1歳児でも二週間に一回は体操遊びやリズム遊びを取り入れて、楽しみながら経験を重ねている。
- ・家庭での運動遊びが不十分であり、体の使い方が苦手な子が多く、怪我が多い。
- ・遊びの中で体の使い方を養っていけるよう配慮しているが、教える中で難しいこともあり悩む日々である。
- ・リズムあそびやサーキットあそびなどで、体を動かす機会を継続すること。異年齢児で同じ活動をすることで、目からの刺激を受けること。やったことのない活動は、自クラスの年齢に合わせて取り入れてみる。楽しんで取り組むとなんでも伸びるので保育士側が楽しい雰囲気を作ることが大切と思っている。
- ・家庭でお出かけはするが、公園や、体を使った遊びが少ないと感じる。親自身も何気ない遊びが発達に繋がることを理解していないと感じる。年々、体の動かし方にぎこちなさがある子供が多くなっていると感じる。園では、わらべうた遊びや、体幹を使う遊び、散歩で沢山歩く経験を心掛けている。
- ・運動遊びが好きな子は自ら興味を持ちチャレンジするが、苦手な子はなかなか意欲に繋がらないことがあるので、クラス活動として取り入れるなど、保育士が意図して経験の場をつくることも大切だと思っています。
- ・サーキット遊びでちょっとした高さの昇り降りや散歩を多く取り入れている。
- ・午睡前に廊下の雑巾がけをしている。初めはフラフラしていた子も、今では体幹や足腰がしっかりしてきた。
- ・私のクラスはまだ幼い児が多いので、ホールで運動遊びをよくやっていた。そこで、少しでも子どもと一緒に楽しく身体を動かすことを意識した。
- ・保護者啓発や定着もだが、保育士自身が運動習慣を意識した活動の取り入れが少ないように感じる。そうした事への促しも足りないのかと反省である。
- ・自然の中でたくさん体を動かすこと。その中で子ども達自身がいろいろなことを学んで育ち合うことを実感する。
- ・リトミックやサーキット遊びを活動に取り入れ、体を動かせるよう意識した保育をしている。
- ・子ども達と体を動かす時には、自分自身も楽しむことを心掛けています。
- ・子どもが「やればできる」という気持ちが持てるようにすること。
- ・幼児期ではないが、集団登校の機会がないことで、子供の歩く習慣が失われていると思う。スクールバスばかりではなく、2キロくらいの範囲で集団登校する姿がもう少しあっていいと思う。

那須町 ACP 指導者研修会 事後アンケート

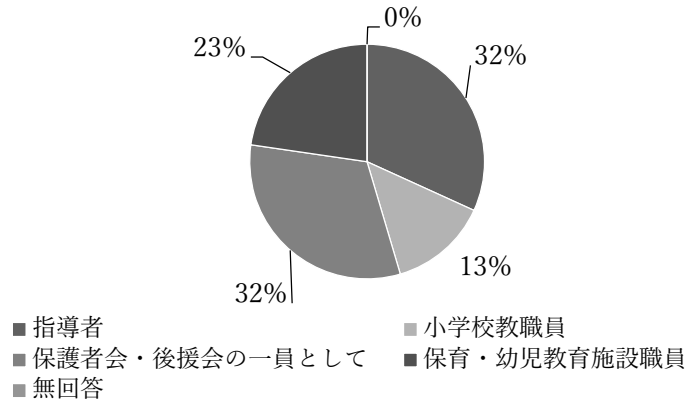
開催:令和6年1月23日(火) 17:30~20:30

会場:那須町文化センター 小ホール

1.今回、この講習会にどのような立場で参加されていますか。

	小計
指導者	7
小学校教職員	3
保護者会・後援会の一員として	7
幼児教育・保育施設職員	5
無回答	0
合計	22

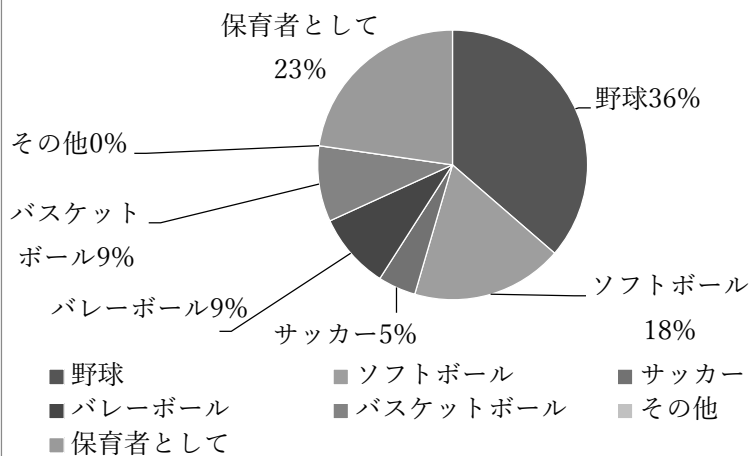
講習会にどのような立場で参加しているか



2.現在、どのスポーツに携わっていますか。

	小計
野球	8
ソフトボール	4
サッカー	1
バレーボール	2
バスケットボール	2
その他	0
保育者として	5
合計	22

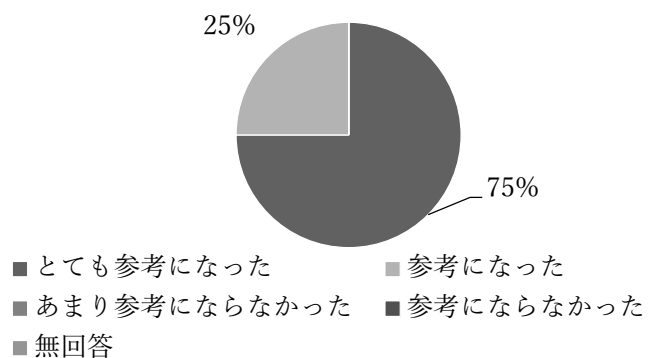
どのスポーツに携わっているか



3.講演・講習を受けて、どう感じましたか。

	小計
とても参考になった	12
参考になった	4
あまり参考にならなかった	0
参考にならなかった	0
無回答	0
合計	16

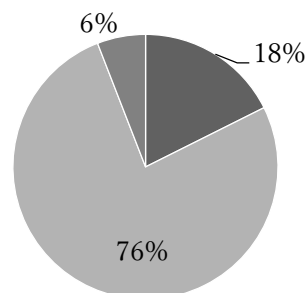
講話・実技を受けてどうだったか



4. スポーツの楽しさを味わわせる指導をしていますか。

	小計
十分達成	3
おおむね達成	13
あまり達成していない	1
無回答	5
合計	22

スポーツの楽しさを味わわせる指導をしている

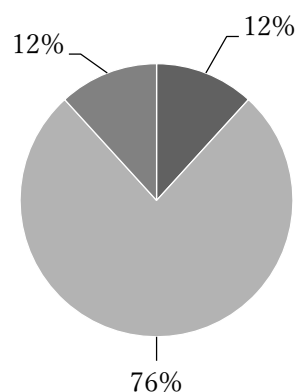


■ 十分達成 ■ おおむね達成 ■ あまり達成していない

5. すべての子どもたちが満足できる練習を心がけていますか。

	小計
十分達成	2
おおむね達成	13
あまり達成していない	2
無回答	5
合計	22

すべての子どもたちが満足できる練習を心がけている

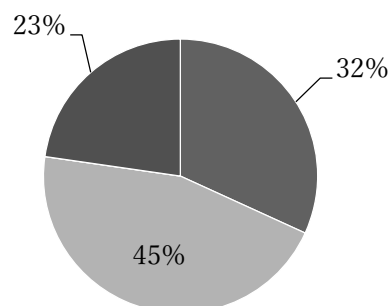


■ 十分達成 ■ おおむね達成 ■ あまり達成していない

6. 子どもたちの発達段階や個人差を考慮して指導していますか。

	小計
十分達成	2
おおむね達成	12
あまり達成していない	3
無回答	5
合計	22

発達段階や個人差を考慮した指導をしている



■ 十分達成 ■ おおむね達成 ■ あまり達成していない ■ 無回答

7. 本日の講習会全体を通した御感想や御意見がございましたら、御記入ください。

大変参考になりました。ありがとうございました。
本日は大変お世話になりました。幼児期での基礎、走る、登る等、自園でのあそびに自信が持てました。しかし、一人ひとりの発達に寄り添い、ちょっと頑張れる育みも大切!そこを念頭に保育を楽しむ環境(人的)に留意したいと思います。他、いろいろ学ばせていただきました。
大変勉強になりました。ありがとうございました。
いろいろ講習が聞けてためになりました。
とても良かったです。
子どもたちが楽しみながら心身ともに伸び伸びと体を動かせる練習方法に、感動しました。今後の部活動やPTA 活動に取り入れていきたいと思います。ありがとうございました。
参加し、久しぶりにいろいろな方と楽しく体を動かすことができました。子どもたちともやはり楽しむということが大切だと思いますので、今後も楽しく体を動かしていきたいと思います。ありがとうございました。
保育士も十分に学べる内容で楽しかったです。 園でもアレンジできるよう、まず自分から発信したいです。
たのしかったです。
ありがとうございました。
ACP ガイドブックを園に持ち帰り、子どもたちと職員と楽しみたいと思います。 ありがとうございました。

那須町「うんどうあそび教室」実施後アンケート

開催日:令和5(2023)年11月19日(日)

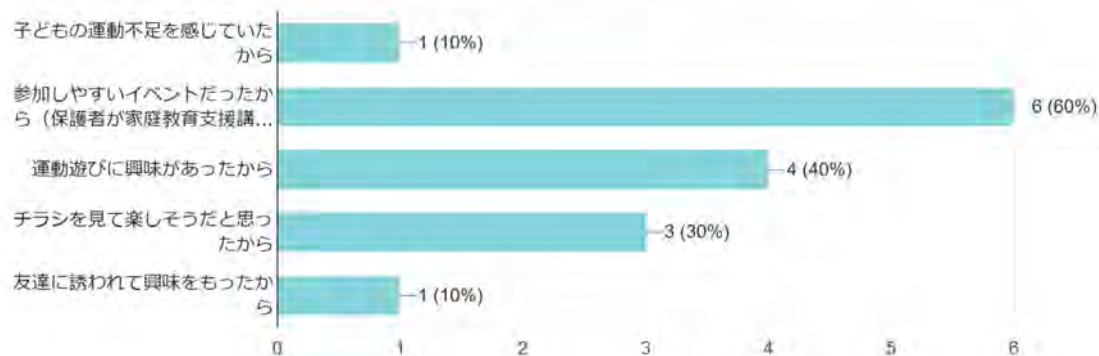
会 場:那須町スポーツセンターサブアリーナ

アンケート回答率:30%(10名/33名)

(1) 今回参加したお子さんの学年をお聞かせく...第で参加された場合は、複数選択いただけます。
10件の回答



(2) 今回参加したきっかけをお聞かせください。(複数回答可)
10件の回答



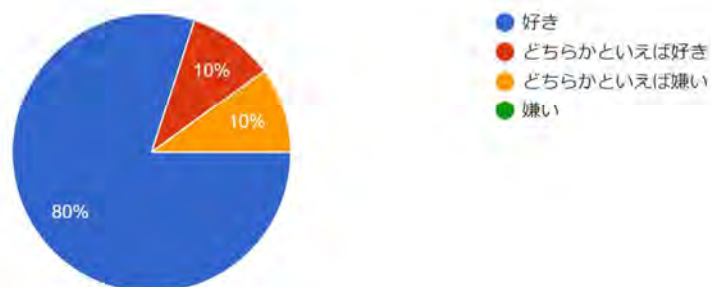
(3) お子さんは、本日の教室を楽しめましたか? ※お子さんにお聞きの上、お答えください。
10件の回答



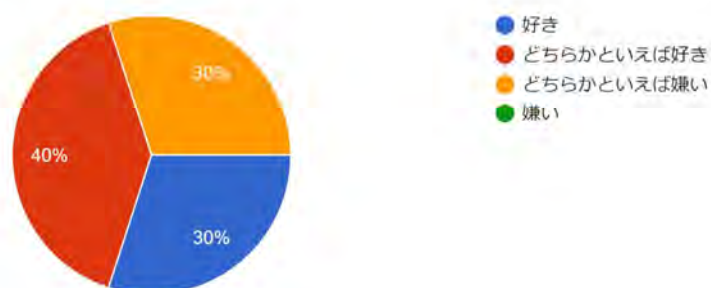
(4) 今後、お子さんに運動（身体を動かす遊びを含む）をさせたいと思いますか？
10件の回答



(5) お子さんは、普段から、運動（幼児は身体を動かす遊びを含む）は好きですか？
10件の回答

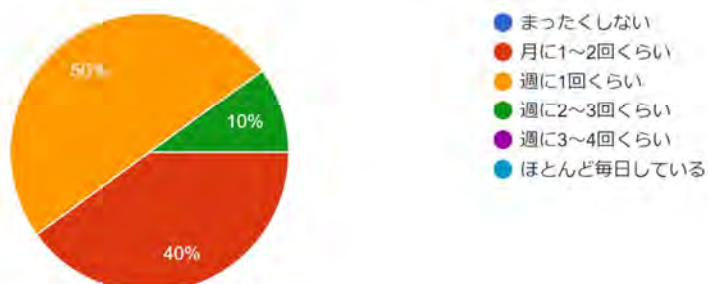


(6) あなた（保護者）は運動（身体を動かすこと）が好きですか？
10件の回答



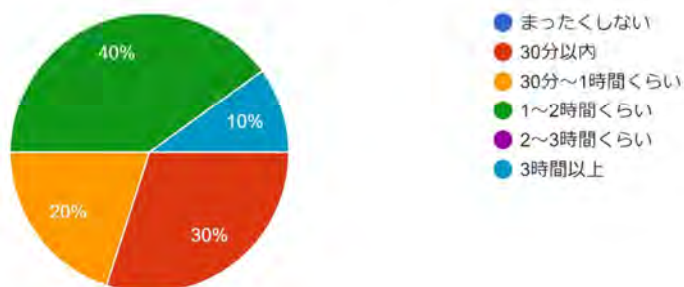
(7) お子さんと家族の方が一緒に運動や体を動かす遊びをしていますか？

10件の回答



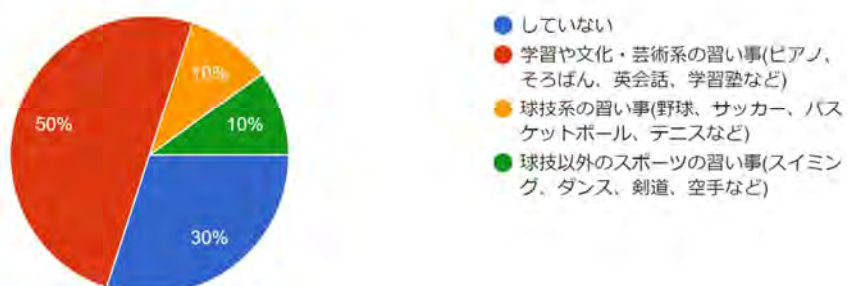
(8) 休日、お子さんが外遊びや運動をする時間はどれくらいありますか？※1日あたり

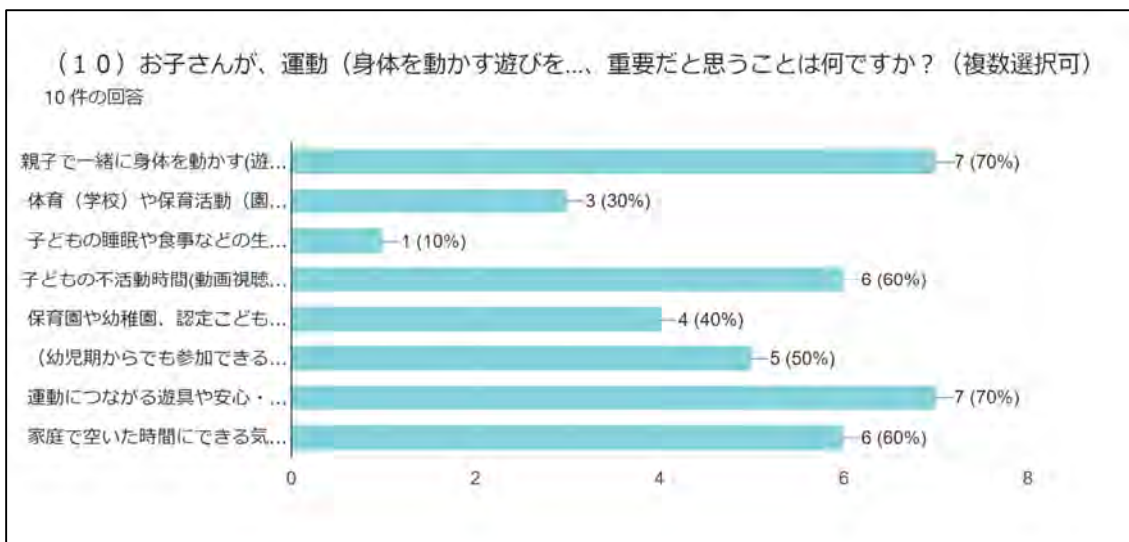
10件の回答



(9) 現在、お子さんは習い事をしていますか？

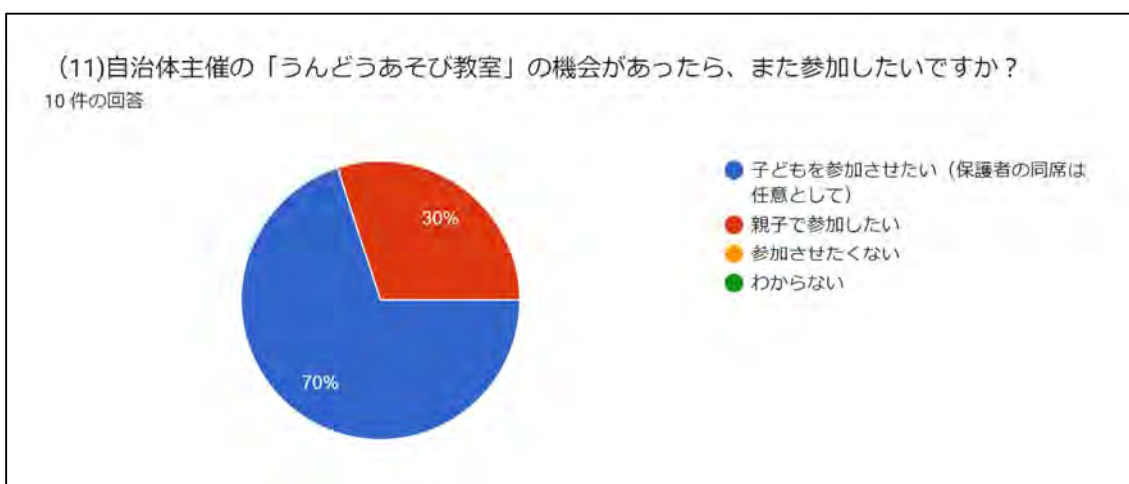
10件の回答





(10) 選択項目文

1. 親子と一緒に身体を動かす(遊ぶ)ことができる機会を増やすこと（7名）
2. 体育（学校）や保育活動（園）が家庭と連携した取組を行うこと（3名）
3. 子どもの睡眠や食事などの生活習慣の改善を意識すること（1名）
4. 子どもの不活動時間(動画視聴、ゲームなど)の減少を意識すること（6名）
5. 保育園や幼稚園、認定こども園、小学校で運動ができる環境の充実（4名）
6. （幼児期からでも参加できる）地域のスポーツ団体等の充実（5名）
7. 運動につながる遊具や安心・安全に外遊びができる公園や施設の充実（7名）
8. 家庭で空いた時間にできる気軽な運動遊び等の周知・普及（6名）



(12) 簡単で結構です。本日の感想やご意見を、ぜひお聞かせください。

- 本日は大変お世話になりました。
講師の先生方が優しくて笑顔でとても楽しかったと言っていました。このような楽しい運動遊びなら毎回参加したいです。
- 子ども達が安全に取り組めるよう、ひとりひとりを優しく見守っていただきありがとうございました。

- 途中参加にも関わらず快く受け入れて下さり、最初緊張して「行かない」と言っていた娘も帰ってきた時にはとても笑顔で「すっごい楽しかった」と言っていました。中々親元を離れて参加する経験が無い為、とても貴重な時間となりました。感謝しております。ありがとうございました。
- とちまるくん が来てハグできて、運動も色々なことをして、とても楽しかったです。
- 迎えに行った時に、いっぱい遊んだ！楽しかった！と喜んでいました。お風呂の時間や寝る前も運動遊びのことを話してくれました。ありがとうございました。
- 久しぶりに、しゅん先生と会えてとても楽しい時間を過ごせました！ありがとうございました。
- 子供を預けて子供だけで運動する初めての機会でしたが、今回一人で参加できたことで自信がついたように見えました。とても楽しかったようで、良い経験ができ、また次に繋がるような企画があれば、参加したいと思います。





那須町「うんどうあそび教室」 2023.11.19(日)

ご参加ありがとうございます!

事後アンケートに
ご協力ください。

お問い合わせ:
那須町こども未来課(深沢)
TEL 0287-71-1137



👉 日ごろからできる運動あそびがたくさん!



那須町親子ビート体操 事前アンケート調査

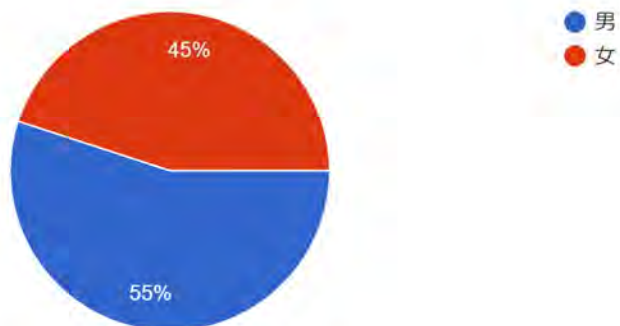
令和5年9月29日(金)千振保育園

令和5年10月25日(水)黒田原第1保育園

令和5年11月30日(木)伊王野保育園

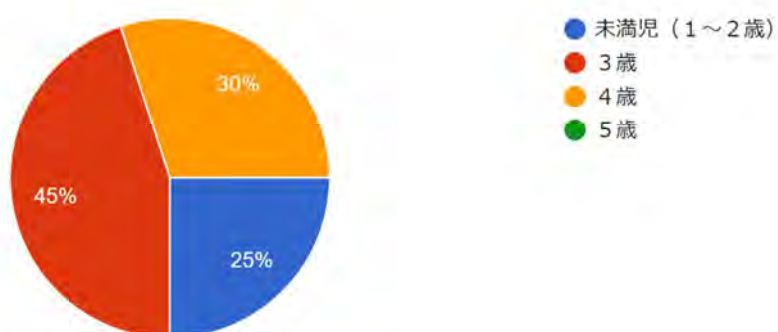
お子さんの性別

20件の回答



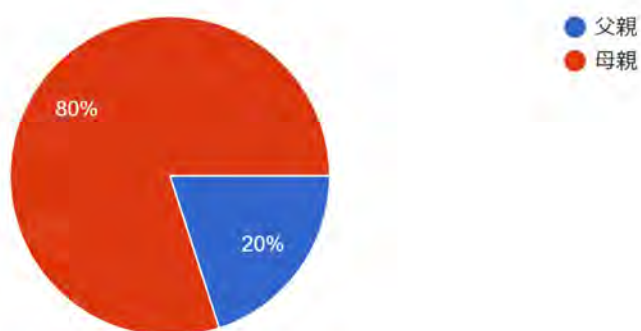
お子さんの年齢

20件の回答



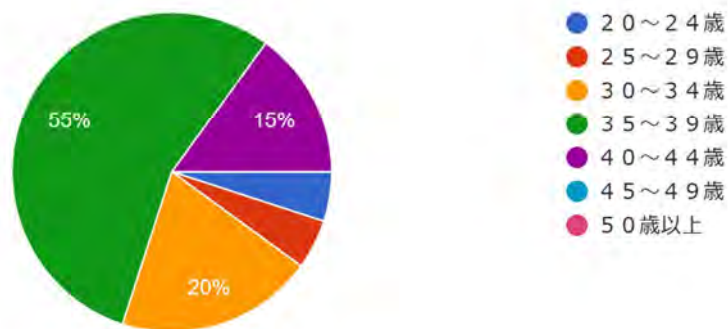
お子さんとの続柄

20件の回答



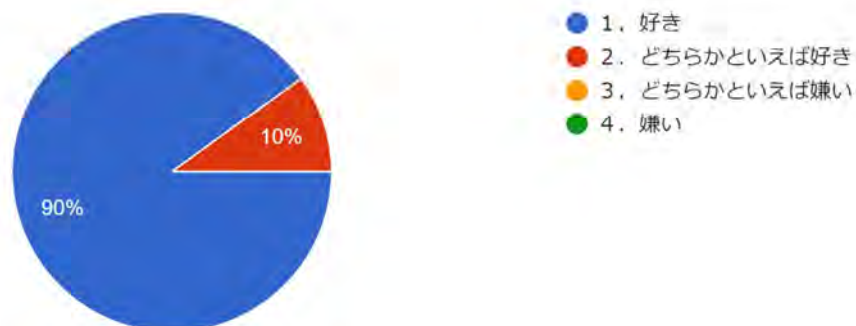
保護者の年齢

20 件の回答



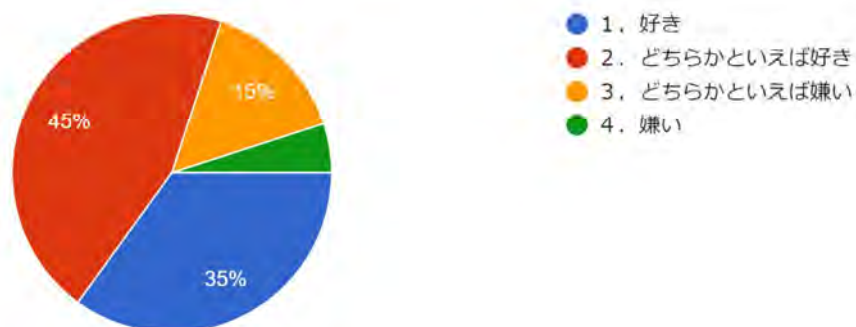
1 お子さんは、運動（身体を動かす遊びを含む）は好きですか？

20 件の回答



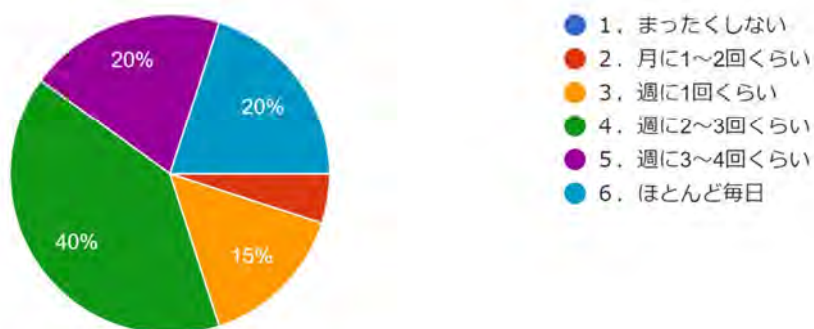
2 あなた（保護者）は運動（身体を動かす遊びを含む）が好きですか？

20 件の回答



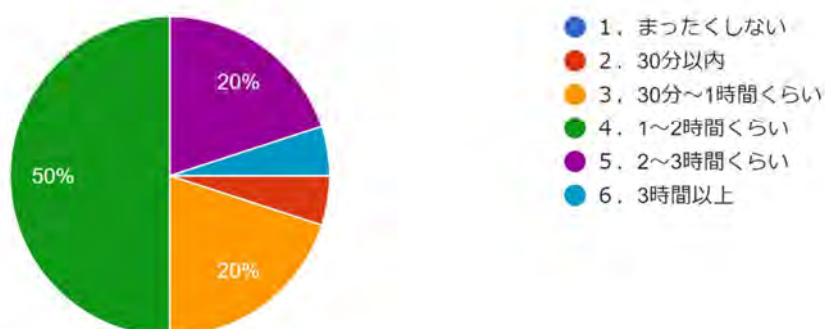
3 お子さんと家族の方が一緒に体を動かす遊びや親子でふれ合う遊びをしていますか？

20 件の回答



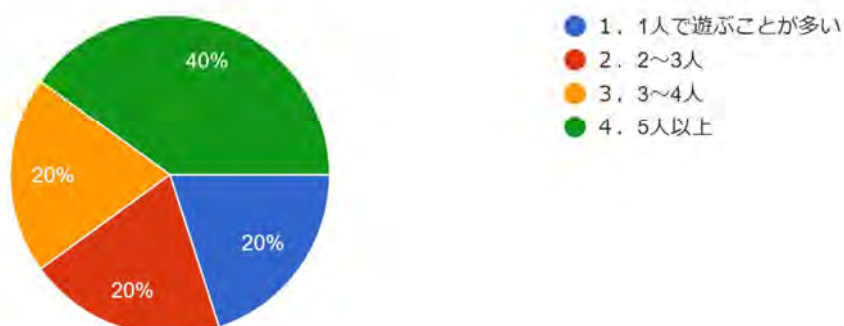
4 お子さんが外遊びをする時間（晴天の日）はどれくらいですか？

20 件の回答



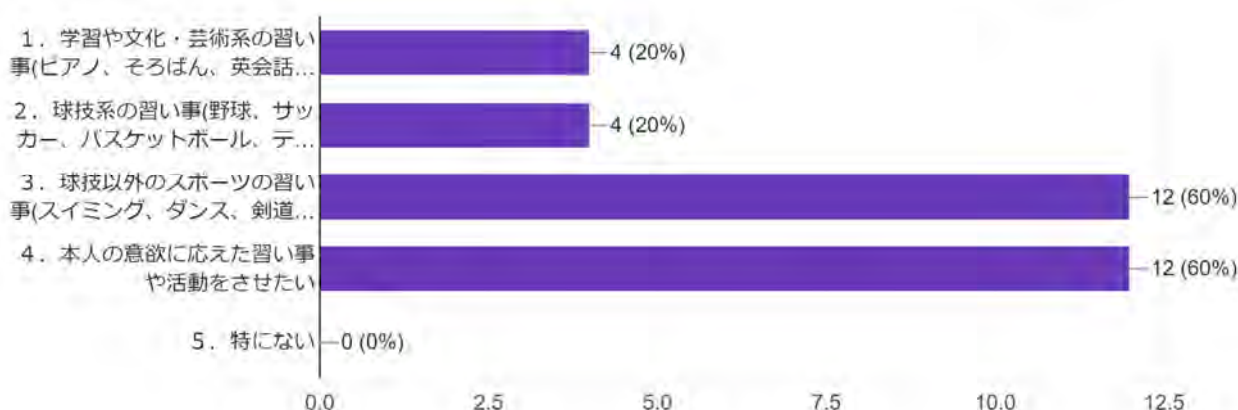
5 お子さんがよく一緒に遊ぶお友だち（園・家族）は何人くらいいますか？

20 件の回答



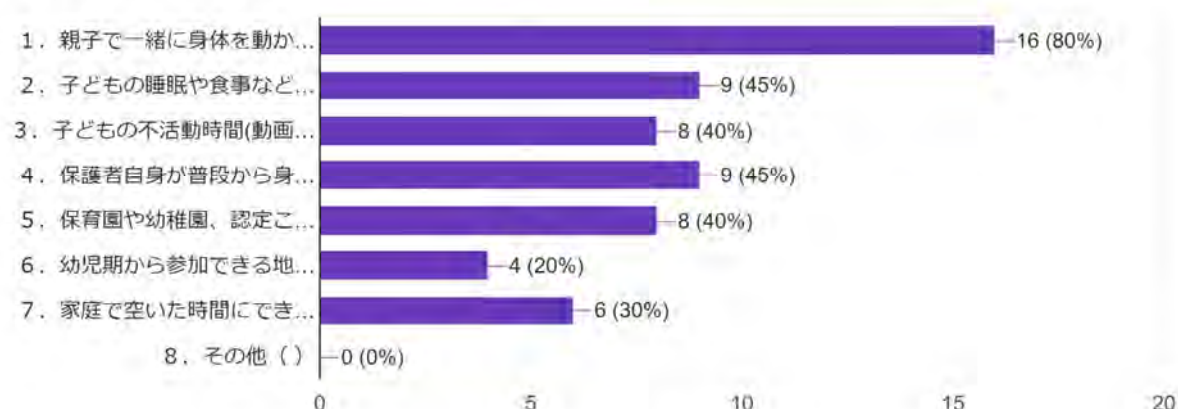
6 お子さんの幼児～学童期（年長の就学接続期を含む）させたい習い事がありますか？

20 件の回答



7 お子さんが、これから先、運動（身体を動か...、重要だと思うことは何ですか？（複数選択可）

20 件の回答



（問7 質問文）お子さんが、これから先、運動（身体を動かす遊びを含む）を習慣化するために、重要だと思うことは何ですか？（複数選択可）

（問7 回答項目）

1. 親子で一緒に身体を動かす(遊ぶ)ことができる機会を増やすこと
2. 子どもの睡眠や食事などの生活習慣の改善を意識すること
3. 子どもの不活動時間(動画視聴、ゲームなど)の減少を意識すること
4. 保護者自身が普段から身体を動かす(運動する)習慣を意識すること
5. 保育園や幼稚園、認定こども園で運動ができる環境の充実
6. 幼児期から参加できる地域のスポーツ団体等の充実
7. 家庭で空いた時間にできる運動遊び(どんな運動遊びがあるか)等の周知・普及
8. その他

<実施当日の保護者感想>

- 子どもとふれあうことを大切にしていきたいと思いました。
- 体を使った遊びをあまりしていなかった。今回活動して、親子で楽しくできたので、家庭でも積極的に取り入れていきたいと思いました。
- とてもあっという間の時間でした。娘もやり始めは少し緊張していたように見えてましたが、徐々にリラックスしてきて、とても楽しんでいるようでした。家でも体を動かすことが大好きで、バーにつかまったり、逆立ちしようしたり、いろんなことをします。本日の体験で、家庭でもできそうなことがいくつもあったので、ぜひ取り入れて遊んでみようと思います。娘とのふれあいを大切にしていきたいと思いました。玉木先生の最後のお話も、親としてとても勉強になり、今後の育児へのアドバイスが有難かったです。娘とともに親も成長していくことを楽しみながら頑張っていきたいと思いました。

那須町親子ビート体操 事後アンケート調査

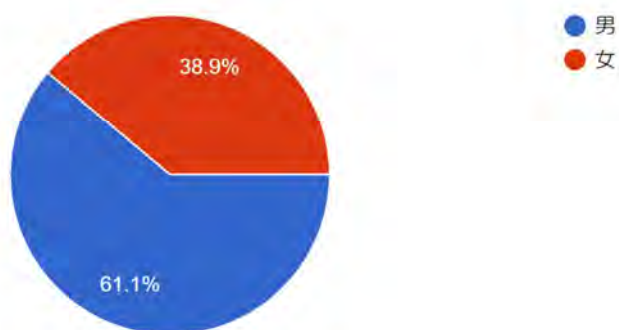
令和5年9月29日(金)千振保育園

令和5年10月25日(水)黒田原第1保育園

令和5年11月30日(木)伊王野保育園

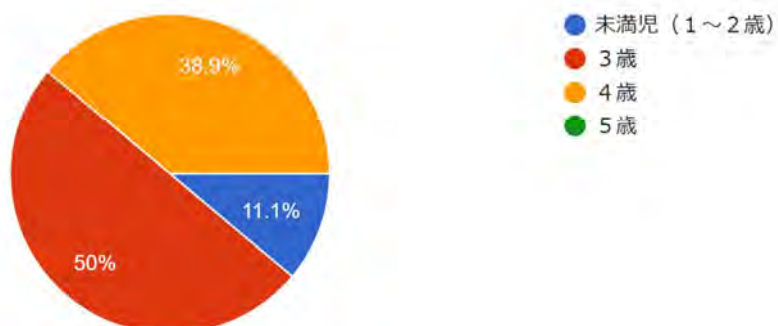
お子さんの性別

18件の回答



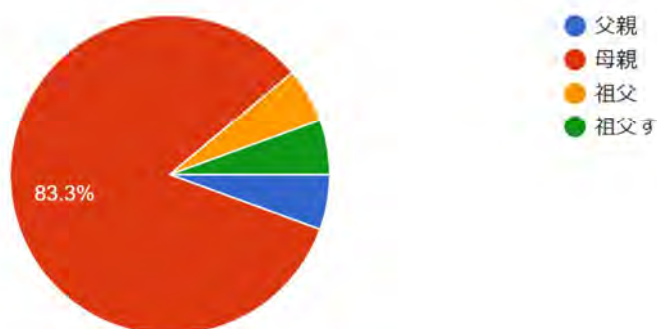
お子さんの年齢 (R6.2.1現在)

18件の回答



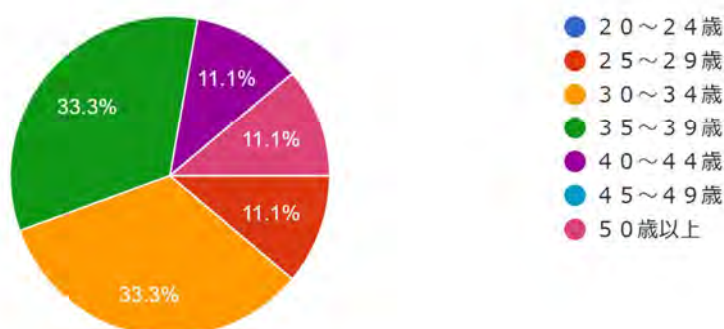
お子さんとの続柄（ご回答いただいている方の続柄）

18 件の回答



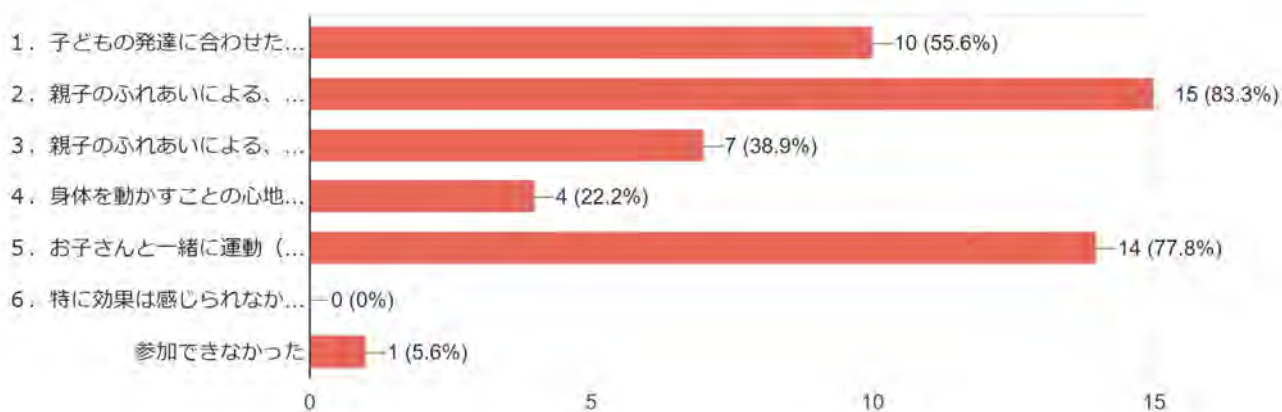
保護者の年齢（R6.2.1現在）

18 件の回答



1 「親子ビート体操」に参加してどのような効果（...感じましたか。（3つまでお選びいただけます）

18 件の回答



(問1 質問文)「親子ビート体操」に参加してどのような効果(よさ)を感じましたか。

(問1 回答項目)

1. 子どもの発達に合わせた身体運動の効果
2. 親子のふれ合いによる心理的な効果(こども)
3. 親子のふれ合いによる心理的な効果(保護者)
4. 身体を動かすことのこちよさ・適度な疲労感(保護者)
5. お子さんといっしょに運動(身体を使った遊びを含む)をする大切さへの気づき
6. 効果は特に感じられなかった
7. その他()

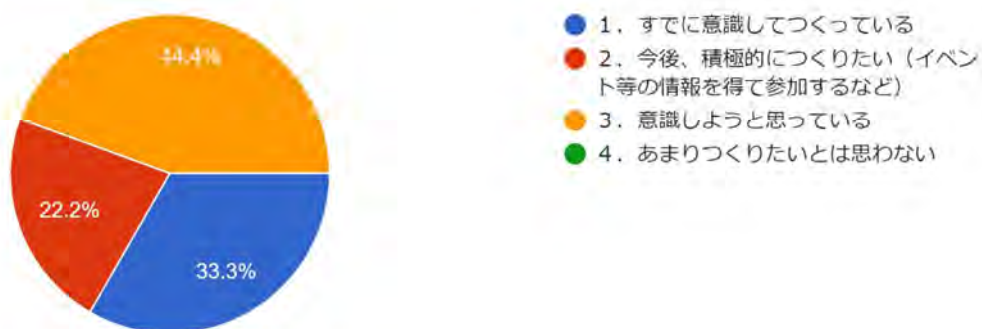
2 親子でふれあうビート体操は楽しかったですか？

17件の回答



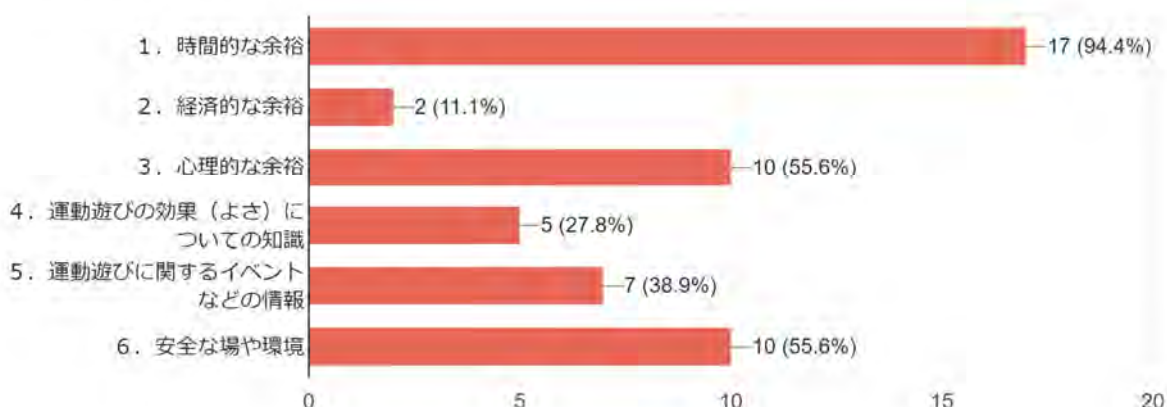
3 今後、お子さんに運動(身体を動かす遊びを含む)をさせる機会をつくりたいと思いますか？

18件の回答



4. 運動（身体を動かす遊びを含む）をさせる機...なものは何ですか。（3つまでお選びください）

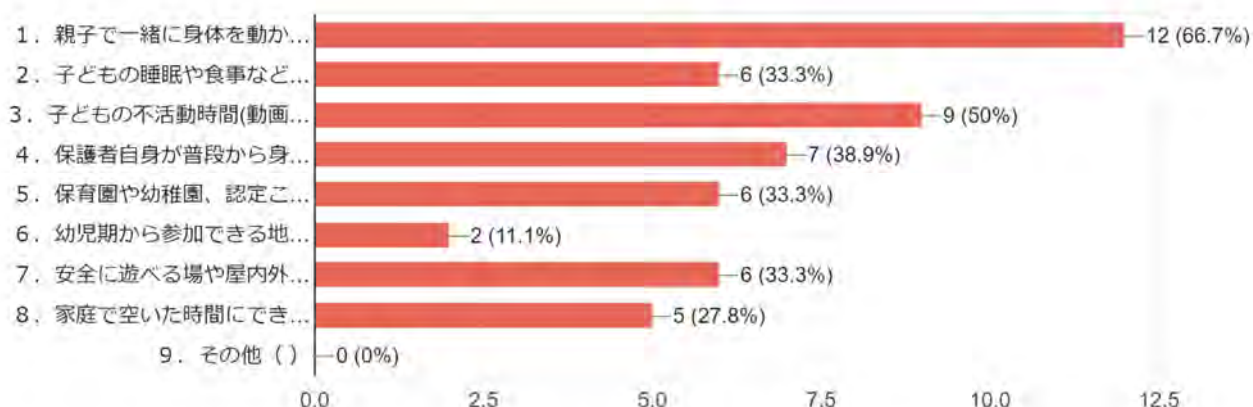
18件の回答



（問4 質問文）運動（身体を動かす遊びを含む）をさせる機会をつくるために必要なものは何ですか。

5 お子さんが、学童期に向けて運動（身体を動かす遊びを含む）をさせる機...うことは何ですか？（3つまでお選びください）

18件の回答



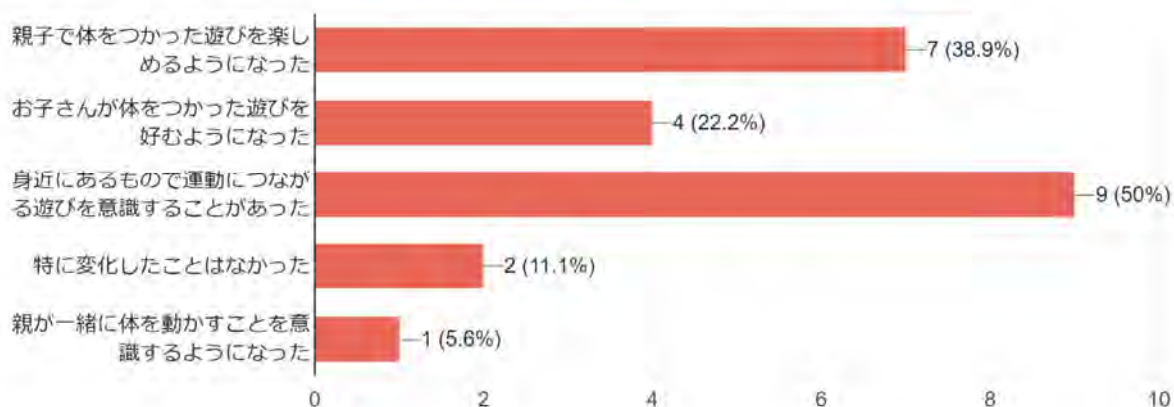
（問5 質問文）お子さんが、これから先、運動（身体を動かす遊びを含む）を習慣化するために、重要だと思うことは何ですか？（複数選択可）

（問5 回答項目）

1. 親子で一緒に身体を動かす(遊ぶ)ことができる機会を増やすこと
2. 子どもの睡眠や食事などの生活習慣の改善を意識すること
3. 子どもの不活動時間(動画視聴、ゲームなど)の減少を意識すること
4. 保護者自身が普段から身体を動かす(運動する)習慣を意識すること
5. 保育園や幼稚園、認定こども園で運動ができる環境の充実
6. 幼児期から参加できる地域のスポーツ団体等の充実
7. 安全に遊べる場や屋内外施設の充実
8. 家庭で空いた時間にできる運動遊び(どんな運動遊びがあるか)等の周知・普及
9. その他

6 運動遊びを体験したことで、親子またはお子さんの変化はありましたか。（複数選択可）

18件の回答



<自由意見>

- その後近くの体操教室を探し、おむつが取れたら通えるということで時期を見て通わせる予定です。本人も体を動かすことが好きなようで、早く通いたいと言っています。
- だっこや肩車、ひざにさせるなど、今だからできるふれあいのしかたで運動を楽しめた。ビート体操に参加したときの親子での充実した感情をときどき思い出して子どもと遊ぶようになりました。

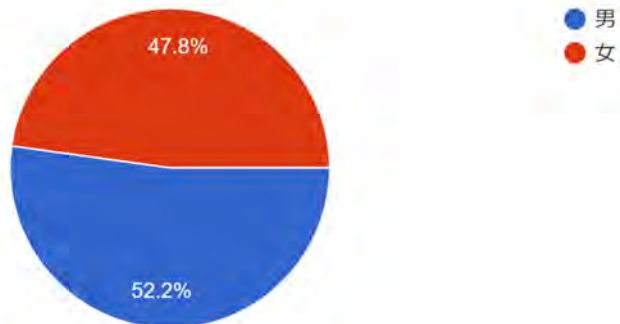
那須町親子運動遊び 事前アンケート調査

令和5年12月12日(火) なすのそら保育園

令和5年12月19日(火) 那須みふじ幼稚園

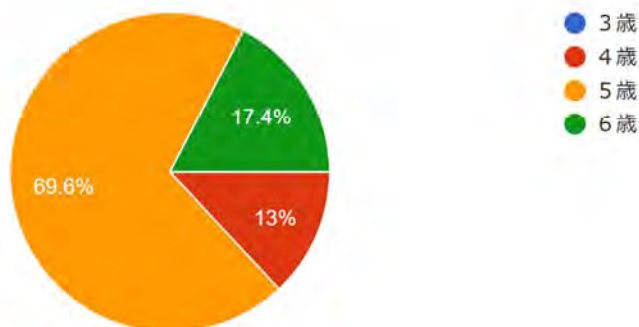
お子さんの性別

23 件の回答



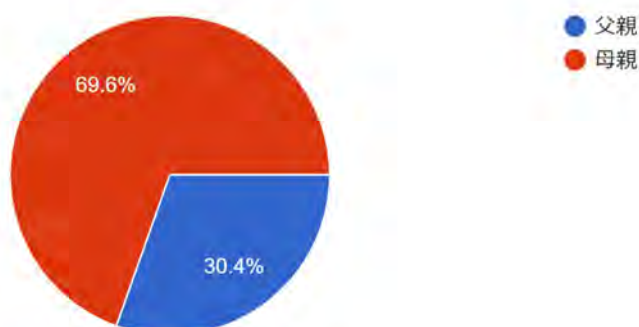
お子さんの年齢

23 件の回答

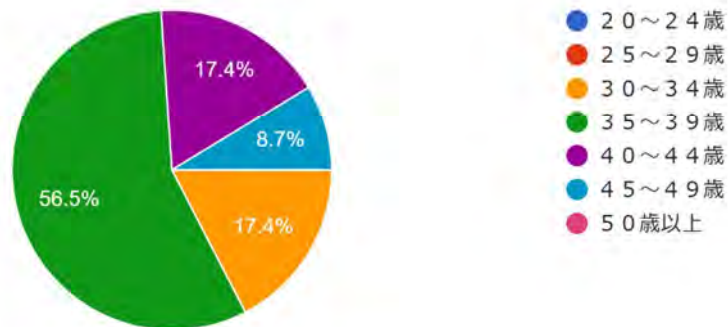


お子さんとの続柄

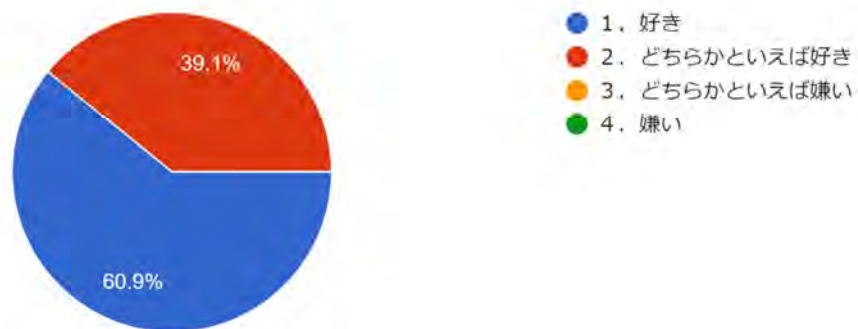
23 件の回答



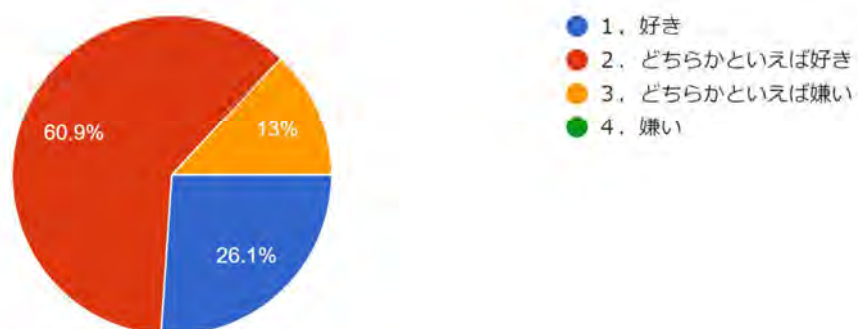
保護者の年齢
23 件の回答



1 お子さんは、運動（身体を動かす遊びを含む）は好きですか？
23 件の回答

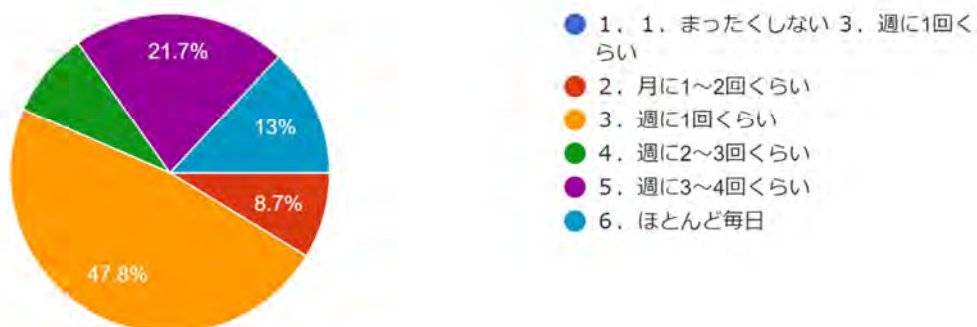


2 あなた（保護者）は運動（身体を動かす遊びを含む）が好きですか？
23 件の回答



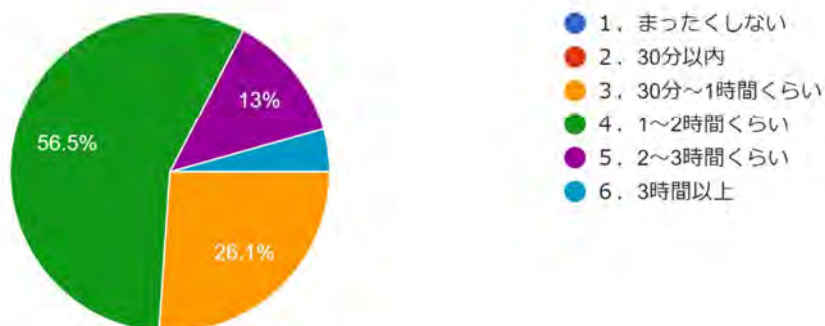
3 お子さんと家族の方が一緒に体を動かす遊びをしていますか？

23 件の回答



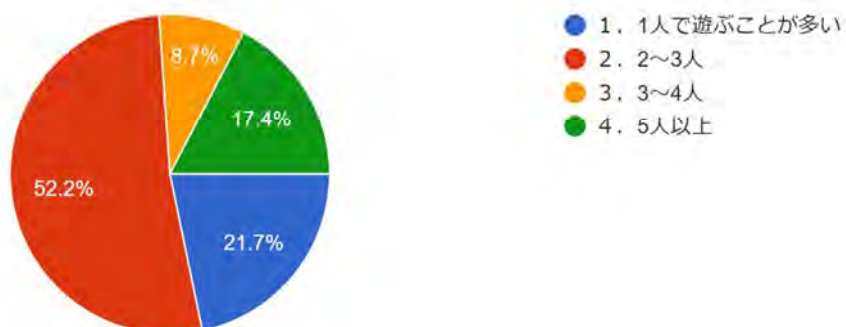
4 お子さんが外遊びをする時間（晴天の日）はどれくらいですか？

23 件の回答



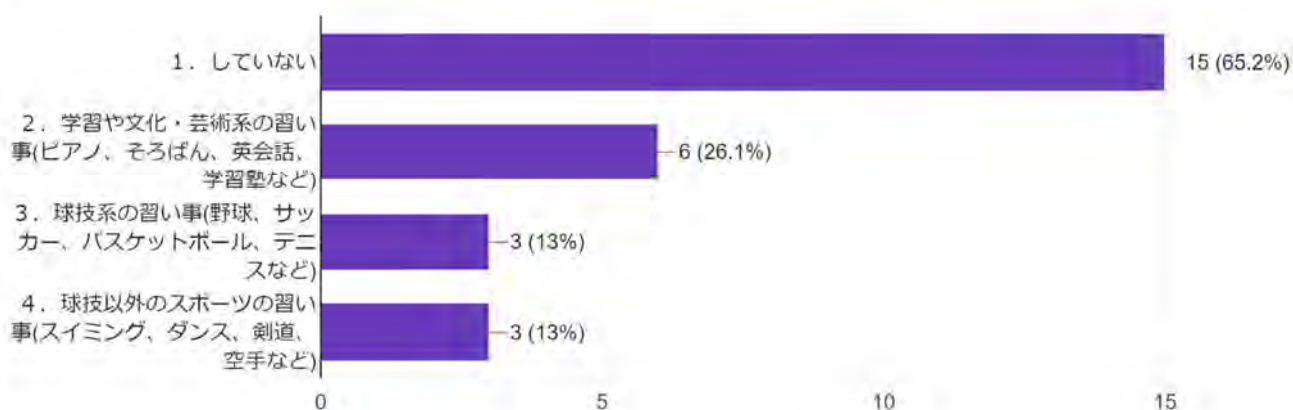
5 お子さんがよく一緒に遊ぶ仲の良いお友だちは何人くらいいますか？

23 件の回答



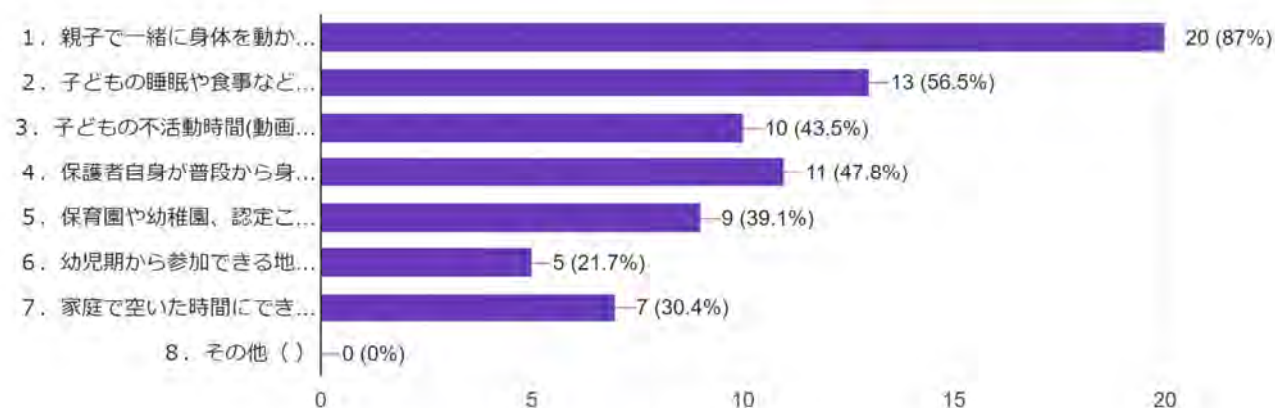
6 お子さんは習い事をしていますか？

23件の回答



7 お子さんが、運動（身体を動かす遊びを含む...、重要だと思うことは何ですか？（複数選択可）

23件の回答



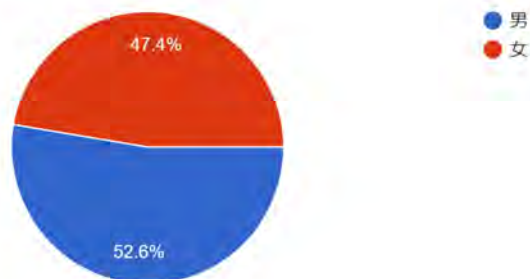
(問7 回答項目)

1. 親子で一緒に身体を動かす(遊ぶ)ことができる機会を増やすこと
2. 子どもの睡眠や食事などの生活習慣の改善を意識すること
3. 子どもの不活動時間(動画視聴、ゲームなど)の減少を意識すること
4. 保護者自身が普段から身体を動かす(運動する)習慣を意識すること
5. 保育園や幼稚園、認定こども園で運動ができる環境の充実
6. 幼児期から参加できる地域のスポーツ団体等の充実
7. 家庭で空いた時間にできる運動遊び(どんな運動遊びがあるか)等の周知・普及

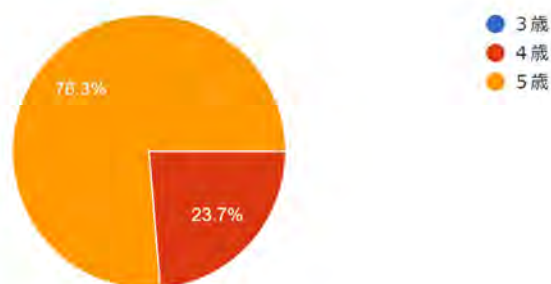
那須町親子運動遊び 事後アンケート調査

令和5年12月12日(火)・令和6年1月18日(木) なすのそら保育園
令和5年12月19日(火)・令和6年1月25日(木) 那須みふじ幼稚園

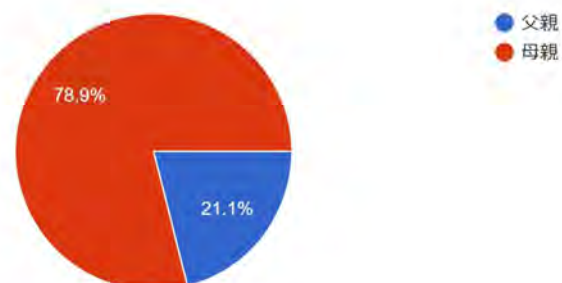
お子さんの性別
38件の回答



お子さんの年齢 (R6.2.1現在)
38件の回答

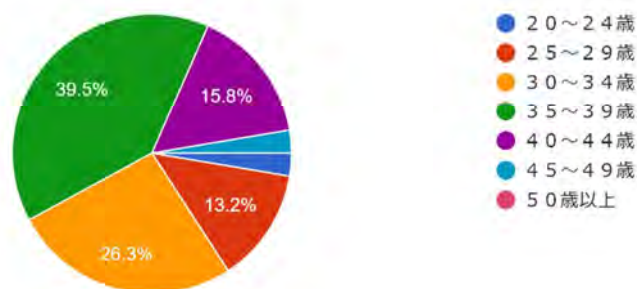


お子さんとの続柄
38件の回答



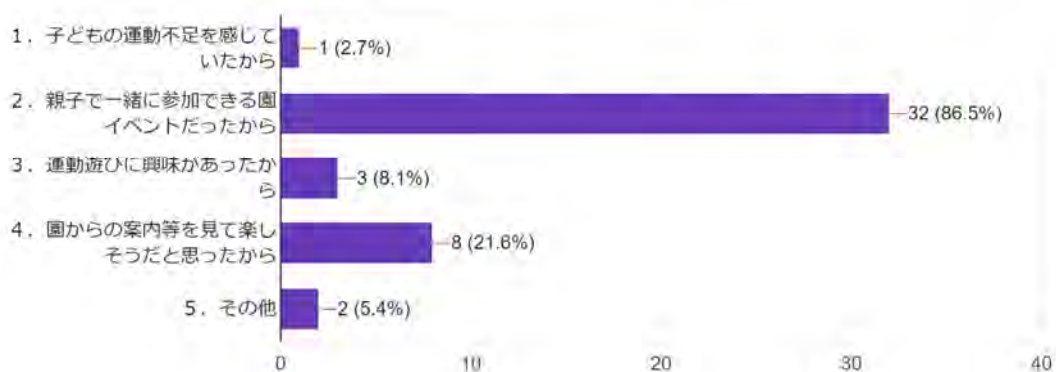
保護者の年齢（R6.2.1現在）

38 件の回答



1 「親子運動遊び」に参加した動機は何でしたか？（複数選択可）

37 件の回答



2 「親子運動遊び」は楽しかったですか？

36 件の回答



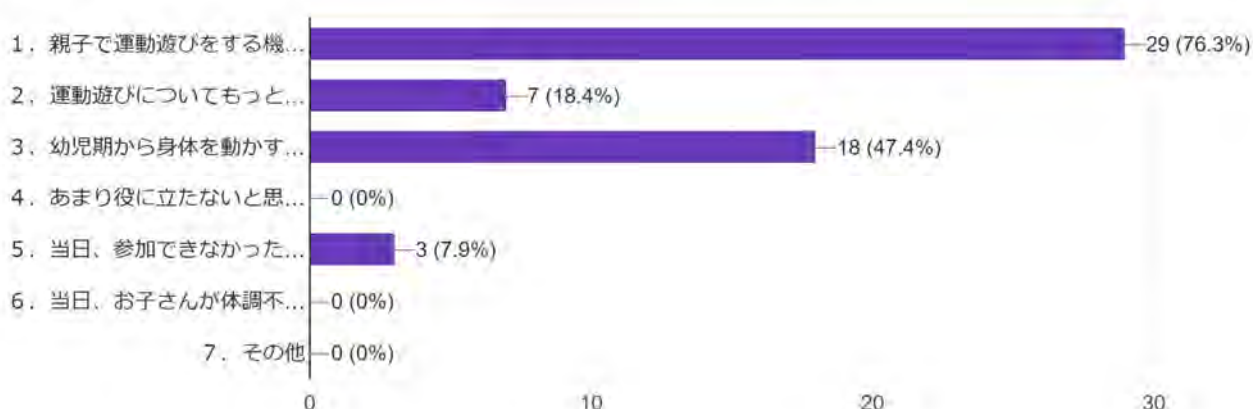
3 今後、お子さんに運動（身体を動かす遊びを含む）をさせたいと思いますか？

38 件の回答



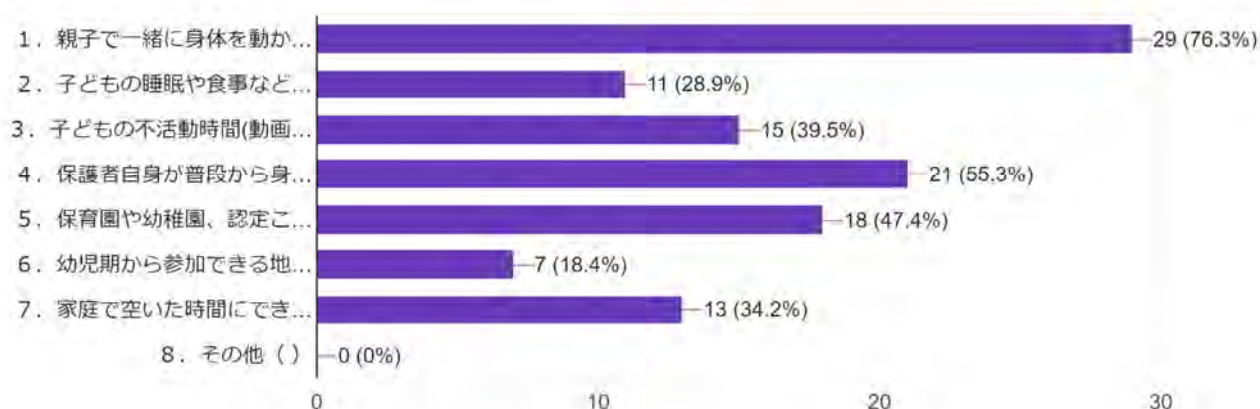
4 「親子運動遊び」に参加して、どうでしたか？ (複数選択可)

38 件の回答



5 お子さんが、運動（身体を動かす遊びを含む...、重要だと思うことは何ですか？ (複数選択可)

38 件の回答

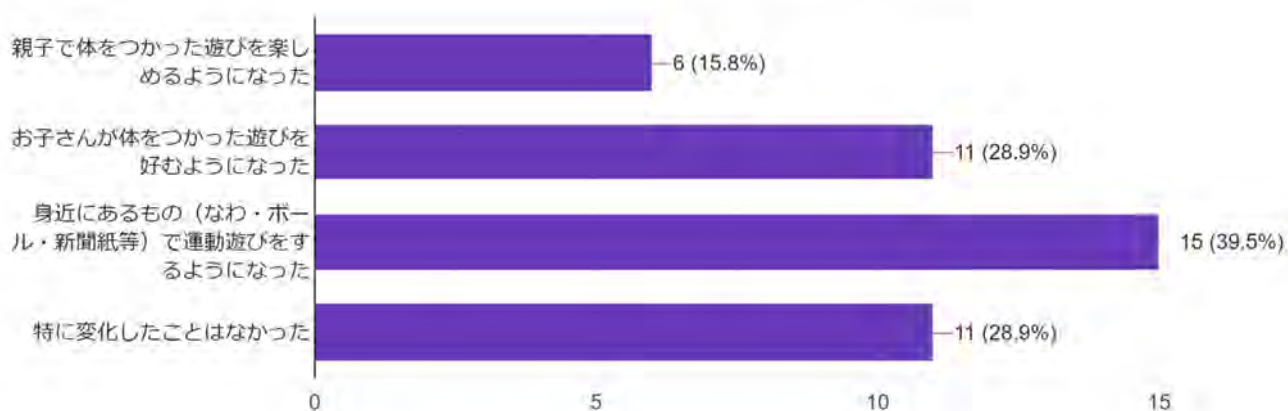


(問5 回答項目)

1. 親子で一緒に身体を動かす(遊ぶ)ことができる機会を増やすこと
2. 子どもの睡眠や食事などの生活習慣の改善を意識すること
3. 子どもの不活動時間(動画視聴、ゲームなど)の減少を意識すること
4. 保護者自身が普段から身体を動かす(運動する)習慣を意識すること
5. 保育園や幼稚園、認定こども園で運動ができる環境の充実
6. 幼児期から参加できる地域のスポーツ団体等の充実

7 運動遊びを体験したことで、親子またはお子さんの変化はありましたか。

38 件の回答



【感想・意見】

- ・運動遊びと言うより外遊びの事になります。

保育園に通わせています。子供の体調不良で仕事を休むことが何度もあるのが当たり前ですが、外で運動する機会を取り入れている幼稚園の子と比べると体調不良が多いと職場で言われました。やはり外で体を動かすと免疫力がつくのでしょうか。子供自体もおっとりしている方で寒いと外遊びを嫌うので仕方ないかもしれませんが、強制的に外遊びの機会を増やすべきなのかなと悩んでいます。

- ・地域に体を動かせる習い事などが充実して欲しい！無いので、大田原市や那須塩原市に行かないと行けないので、那須町でそういう環境を増やして欲しい！
- ・親子で楽しく参加できたので、また機会があれば参加したいと思いました。
- ・知らなかった親子運動遊びができて、楽しかったです。

運動遊び体験指導者派遣事業 実施園へのアンケート 【那須町】

実施園：(私立)なすのそら保育園

(私立)那須みふじ幼稚園

問1 今回、貴園で「運動遊び指導者派遣事業」の実施を希望した理由を教えてください。

- 子どもたちが楽しんでできる運動遊びができる方法を知りたいと思ったため。
また、「子どもとどのように関わるか知りたい」と思う親に、一緒に遊ぶ楽しさ、親と遊んでいる子どもの笑顔から感じていただけるものがあるのではないかと考えたため。
(なすのそら保育園)
- 本園では乳幼児期の感覚と運動の発達を大切に考えてきましたが、今回、那須町よりお声がけいただき、運動あそびの専門的なご指導に触れる機会を与えていただけることをとてもありがたく感じ、希望させていただきました。(那須みふじ幼稚園)

問2 派遣事業の内容はいかがでしたか。

1. 満足(1) 2. やや満足(1) 3. ふつう 4. やや不満 5. 不満

問3 今回の事業について、こんなところがよかった、悪かった等、感想を教えてください。

- 複数の講師の先生に関わってもらい、様々な遊びができてよかった。
時間が長く、支援を要する子は途中で集中が切れてしまった。それでもいつもより長い時間楽しんでいたところはよかった。(なすのそら保育園)
- 2回にわたってご来園いただきましたが、最初は親子で参加し、ほぼすべての保護者が参加されたことに関心の高さを感じました。先生方が楽しくユーモアをもって子どもたちに接してくださり、子どもたちも夢中で運動に興じていました。親子の触れ合いにとっても、大変貴重な時間であったと思います。(那須みふじ幼稚園)

問4 子どもたちへの効果は事業実施前とくらべて、なにか変化はありましたか。

1. あった(2) 2. 特になかった

➤ 「あった」場合、具体的にどのような変化がありましたか。

- 「グーパー遊び」は子どもたちが気に入って、友だちと歌いながら楽しんでいた。
(なすのそら保育園)
- 子どもたちは運動遊びをよく覚えていて、自分たちから同じゲームをしたり、先生にも声をかけたりしていました。(那須みふじ幼稚園)

問5 先生方への効果は事業実施前とくらべて、なにか変化はありましたか。

1. あった(2) 2. 特になかった

➤ 「あった」場合、具体的にどのような変化がありましたか。

- 事業実施後、保育士が進んで運動遊びを保育に取り入れるようになった。また、子どもたちも一度経験した遊びなので、喜んで取り組んでいる。(なすのそら保育園)
- 先生たちも運動あそびへの関心が高まり、どのように運動発達につながる遊びを工夫できるのかを話題にするようになりました。(那須みふじ幼稚園)

問6 事業の実施期間・実施回数は適切でしたか。

(1) 実施期間 1. 長い 2. ちょうどよい(2) 3. 短い

➤ 「短い」と回答の場合、適切だと思う期間はどのくらいですか。()

(2) 実施回数 1. 多い 2. ちょうどよい(1) 3. 少ない(1)

➤ 「少ない」と回答の場合、適切だと思う回数はどのくらいですか。⇒ (2か月に1回程度)

問7 事業を終了してみて、今後の活動に活用できそうですか。

1. 十分活用できる 2. 活用できる(2) 3. まあまあ活用できる 4. あまり活用できない

問8 本事業を通して、子どもたちの運動や遊びに対する自主的な活動が活発になりましたか。

1. なった(1) 2. なっていない 3. どちらともいえない(1)

問9 運動遊び体験(指導者派遣)を、今後(次年度以降)も継続して実施したいですか。

1. 指導者派遣を希望したい(2) 2. 指導者派遣がなくても可能な形で実施したい
3. 継続して実施しなくてよい

問10 その他、幼児期からの運動遊び習慣形成について、意見等を自由にご記入ください。

- ボール遊び・鉄棒・マット・なわとびなどの運動ができるようになるには、「いろいろな遊びを経験してこそ」だと思うので、年齢や遊びの経験をふまえて取り組む必要があることを保育士が知り、日常の保育の中で上手に取り入れていてもらいたい。子どもたちには、体を運動の基礎となる「楽しさ」を経験しながら運動機能を高めさせていきたい。そのため、継続してご指導いただけたらと思い、実施回数を多く書かせていただきました。今年度、このような機会を設けていただいたことに感謝いたします。(なすのそら保育園)
- よく言われることですが、昔は石けりや缶けり、竹馬やコマなど、おのずと運動発達につながる遊びが日常生活のなかにあったと思います。昔に回帰することはできませんが、先生方が取り組まれている運動遊びという切り口で、保護者の方々と触れ合うことは、現代にふさわしい形で改めて幼児期からの運動に目を向けるきっかけになると感じました。
ありがとうございました。今後ともよろしくお願いいたします。(那須みふじ幼稚園)

幼児期からの運動遊び普及事業 取組結果

栃木県



1

栃木県 幼児期からの運動遊び普及事業 取組結果



取組の実施概要

幼児期からの運動習慣形成プロジェクト

令和5年度

プロジェクトの意義

未就学を含む小学生までの運動習慣づくりは、子どもの体力向上はもとより、成人以降のスポーツ習慣や高齢期以降の健康の保持に大きな影響を及ぼすものである。そのため、家庭や幼稚園・認定こども園・保育所をはじめ、地域において、未就学の幼児を対象に、その発達段階に応じた運動習慣の形成に取り組むものである。

取組内容

幼児及び保護者、幼稚園教諭や保育士等を対象とし、自治体の幼児に関わる関連部署や域内の関係団体等が連携し、幼児期からの子どもの望ましい運動習慣の形成に取り組む。

実施体制



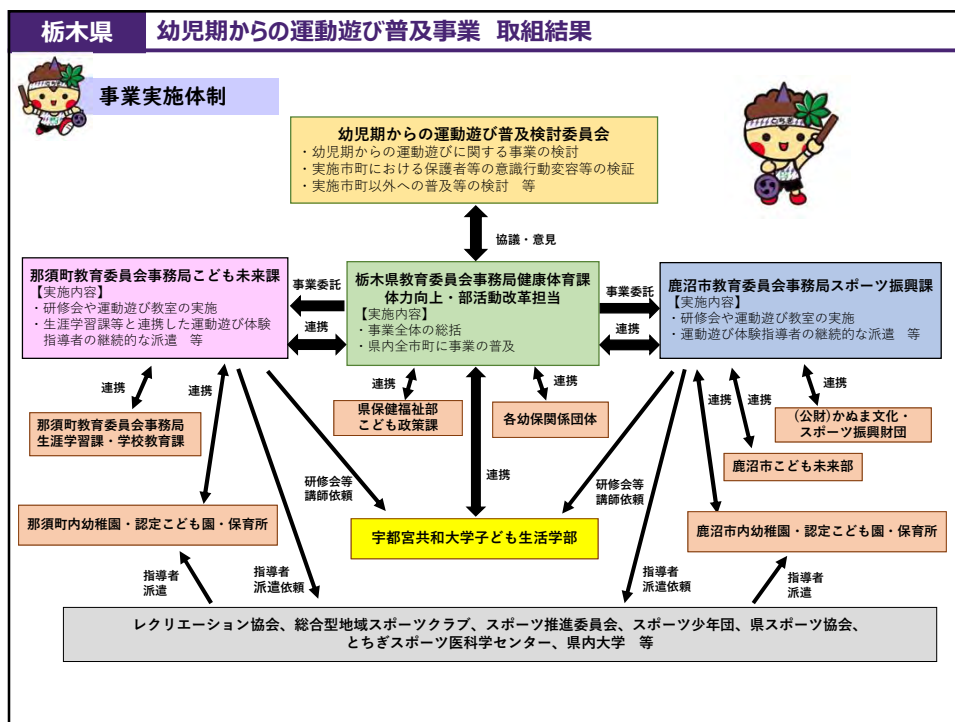
具体的な取組



他の市町へ普及

成果 県全体の子どもの体力向上及び成人の運動実施率の向上、高齢期以降の健康の保持 等

2



3

栃木県 幼児期からの運動遊び普及事業 取組結果

取組結果と考察 **運動遊びの重要性に関する普及・啓発**

保護者・幼稚園教諭等を対象とした運動遊びの重要性に関する普及・啓発を継続的に実施

【栃木県教育委員会】★R5新規
★幼児期からの運動遊び普及検討委員会の開催 → 10月12日(木)、1月30日(火)
★幼児期からの運動習慣形成啓発資料の作成及び配布 → 県内幼稚園・認定こども園・保育所に通う園児(3～5歳)の全保護者約65,000名に啓発チラシを配布
★保護者、幼稚園教諭や保育士等に運動遊びに関する普及・啓発動画の作成及び配信
→ 親子体操動画(用具を使った運動遊び)作成、配信等

実施の様子

▲ 幼児期からの運動遊び普及検討委員会 ▲ 運動遊び啓発チラシの作成 ▲ 親子体操動画の作成

① 幼児期からの運動遊び普及検討委員会を2回開催し、幼児期からの運動遊びに関する事業の検討、保護者の意識や行動変容等の検証、実施市町以外への普及等の検討等を行った。
② 運動遊び啓発チラシでは、幼児期からの運動習慣づくりの重要性や親子で一緒にできる運動遊び等を紹介し、保護者のフィジカルリテラシーを高められるよう意識の啓発を図った。
③ 親子でできるボールや縄を使った運動遊び等の動画を、健康体育課YouTubeやWEBサイト「とちぎっ子体力雷ジंकひろば」等より配信し、親子でコミュニケーションをとりながら日常的に運動できるよう周知を図った。

4



運動遊び啓発チラシの作成



様々な遊びを中心に 親子で楽しく体を動かそう！

スポーツが得意な親でいる「全国学力・運動能力調査」の結果が、結果によると、小学校入学時に体を動かす遊びが好きな子どもは、体が強いといわれています。家庭において、定期的な遊びが体の発達に役立ち、運動習慣を定着させることの重要性が現れています。

Q. なぜ、様々な運動遊びを取り入れることが重要なのでしょう？

A. 体を動かす遊びが、健康な体と心の発達をつくるからです。

運動は、子どもの心身の発達に重要な役割を果たしています。体を動かす遊びを通じて、運動能力を高めるとともに、集中力や協調性を高めることができます。また、遊びを通じて、社会性やコミュニケーション能力を高めることができます。さらに、遊びを通じて、自己肯定感や自信を高めることができます。遊びを通じて、子どもの心身の発達を促すことができます。

運動遊びで大切な3つのポイント

1. いろいろな遊びができるよう幅広く遊びを取り入れよう
2. 体を動かす遊びの時間を毎日15分以上確保しよう
3. 一人の発達に合わせて楽しく無理のない遊びを

※運動遊びの時間、場所、道具は、子どもの発達に合わせて変えてください。



※運動遊びの時間、場所、道具は、子どもの発達に合わせて変えてください。

一歳児を促す運動遊び「ボール」編

ボールのお遊び

ボールは、子どもにとって身近な遊び道具です。
 ○ボールを投げる、蹴る、転がすなどの遊びを通して、運動能力を高めることができます。
 ○ボールの大きさや色、重さなどによって、遊びの楽しさや難易度を調整することができます。

ボール遊びのポイント

- ・ボールの大きさ：1歳児には、直径約5cm程度のボールが適当です。
- ・ボールの色：鮮やかな色（赤、青、黄）のボールが、子どもの目を引きつけます。
- ・ボールの重さ：軽すぎるボールは、投げたり蹴ったりしにくいため、適度な重さのボールを選びましょう。

ボール遊びの遊び方

1. ボールを転がす：ボールを地面に転がし、子どもが追いかけて遊ぶ。
2. ボールを蹴る：ボールを足で蹴り、子どもが追いかけて遊ぶ。
3. ボールを投げる：ボールを高く持ち上げて投げ、子どもがキャッチする。



親子で運動遊び

親子で運動遊びは、子どもの心身の発達に重要な役割を果たしています。親子で運動遊びを通じて、子どもの運動能力を高めるとともに、親子の絆を深めることができます。

親子で運動遊びのポイント

1. 親子で一緒に遊ぶ：親子で一緒に遊ぶことで、子どもの運動能力を高めることができます。
2. 親子で競争する：親子で競争することで、子どもの運動能力を高めることができます。
3. 親子で協力する：親子で協力することで、子どもの運動能力を高めることができます。

親子で運動遊びの遊び方

1. ボールを転がす：ボールを地面に転がし、親子で追いかけて遊ぶ。
2. ボールを蹴る：ボールを足で蹴り、親子で追いかけて遊ぶ。
3. ボールを投げる：ボールを高く持ち上げて投げ、親子でキャッチする。

二歳児を促す運動遊び「ボール」編

ボールのお遊び

ボールは、子どもにとって身近な遊び道具です。
 ○ボールを投げる、蹴る、転がすなどの遊びを通して、運動能力を高めることができます。
 ○ボールの大きさや色、重さなどによって、遊びの楽しさや難易度を調整することができます。

ボール遊びのポイント

- ・ボールの大きさ：2歳児には、直径約6cm程度のボールが適当です。
- ・ボールの色：鮮やかな色（赤、青、黄）のボールが、子どもの目を引きつけます。
- ・ボールの重さ：軽すぎるボールは、投げたり蹴ったりしにくいため、適度な重さのボールを選びましょう。

ボール遊びの遊び方

1. ボールを転がす：ボールを地面に転がし、子どもが追いかけて遊ぶ。
2. ボールを蹴る：ボールを足で蹴り、子どもが追いかけて遊ぶ。
3. ボールを投げる：ボールを高く持ち上げて投げ、子どもがキャッチする。



親子で運動遊び

親子で運動遊びは、子どもの心身の発達に重要な役割を果たしています。親子で運動遊びを通じて、子どもの運動能力を高めるとともに、親子の絆を深めることができます。

親子で運動遊びのポイント

1. 親子で一緒に遊ぶ：親子で一緒に遊ぶことで、子どもの運動能力を高めることができます。
2. 親子で競争する：親子で競争することで、子どもの運動能力を高めることができます。
3. 親子で協力する：親子で協力することで、子どもの運動能力を高めることができます。

親子で運動遊びの遊び方

1. ボールを転がす：ボールを地面に転がし、親子で追いかけて遊ぶ。
2. ボールを蹴る：ボールを足で蹴り、親子で追いかけて遊ぶ。
3. ボールを投げる：ボールを高く持ち上げて投げ、親子でキャッチする。

三歳児を促す運動遊び「ボール」編

ボールのお遊び

ボールは、子どもにとって身近な遊び道具です。
 ○ボールを投げる、蹴る、転がすなどの遊びを通して、運動能力を高めることができます。
 ○ボールの大きさや色、重さなどによって、遊びの楽しさや難易度を調整することができます。

ボール遊びのポイント

- ・ボールの大きさ：3歳児には、直径約7cm程度のボールが適当です。
- ・ボールの色：鮮やかな色（赤、青、黄）のボールが、子どもの目を引きつけます。
- ・ボールの重さ：軽すぎるボールは、投げたり蹴ったりしにくいため、適度な重さのボールを選びましょう。

ボール遊びの遊び方

1. ボールを転がす：ボールを地面に転がし、子どもが追いかけて遊ぶ。
2. ボールを蹴る：ボールを足で蹴り、子どもが追いかけて遊ぶ。
3. ボールを投げる：ボールを高く持ち上げて投げ、子どもがキャッチする。



親子で運動遊び

親子で運動遊びは、子どもの心身の発達に重要な役割を果たしています。親子で運動遊びを通じて、子どもの運動能力を高めるとともに、親子の絆を深めることができます。

親子で運動遊びのポイント

1. 親子で一緒に遊ぶ：親子で一緒に遊ぶことで、子どもの運動能力を高めることができます。
2. 親子で競争する：親子で競争することで、子どもの運動能力を高めることができます。
3. 親子で協力する：親子で協力することで、子どもの運動能力を高めることができます。

親子で運動遊びの遊び方

1. ボールを転がす：ボールを地面に転がし、親子で追いかけて遊ぶ。
2. ボールを蹴る：ボールを足で蹴り、親子で追いかけて遊ぶ。
3. ボールを投げる：ボールを高く持ち上げて投げ、親子でキャッチする。

四歳児を促す運動遊び「ボール」編

ボールのお遊び

ボールは、子どもにとって身近な遊び道具です。
 ○ボールを投げる、蹴る、転がすなどの遊びを通して、運動能力を高めることができます。
 ○ボールの大きさや色、重さなどによって、遊びの楽しさや難易度を調整することができます。

ボール遊びのポイント

- ・ボールの大きさ：4歳児には、直径約8cm程度のボールが適当です。
- ・ボールの色：鮮やかな色（赤、青、黄）のボールが、子どもの目を引きつけます。
- ・ボールの重さ：軽すぎるボールは、投げたり蹴ったりしにくいため、適度な重さのボールを選びましょう。

ボール遊びの遊び方

1. ボールを転がす：ボールを地面に転がし、子どもが追いかけて遊ぶ。
2. ボールを蹴る：ボールを足で蹴り、子どもが追いかけて遊ぶ。
3. ボールを投げる：ボールを高く持ち上げて投げ、子どもがキャッチする。



親子で運動遊び

親子で運動遊びは、子どもの心身の発達に重要な役割を果たしています。親子で運動遊びを通じて、子どもの運動能力を高めるとともに、親子の絆を深めることができます。

親子で運動遊びのポイント

1. 親子で一緒に遊ぶ：親子で一緒に遊ぶことで、子どもの運動能力を高めることができます。
2. 親子で競争する：親子で競争することで、子どもの運動能力を高めることができます。
3. 親子で協力する：親子で協力することで、子どもの運動能力を高めることができます。

親子で運動遊びの遊び方

1. ボールを転がす：ボールを地面に転がし、親子で追いかけて遊ぶ。
2. ボールを蹴る：ボールを足で蹴り、親子で追いかけて遊ぶ。
3. ボールを投げる：ボールを高く持ち上げて投げ、親子でキャッチする。

五歳児を促す運動遊び「ボール」編

ボールのお遊び

ボールは、子どもにとって身近な遊び道具です。
 ○ボールを投げる、蹴る、転がすなどの遊びを通して、運動能力を高めることができます。
 ○ボールの大きさや色、重さなどによって、遊びの楽しさや難易度を調整することができます。

ボール遊びのポイント

- ・ボールの大きさ：5歳児には、直径約9cm程度のボールが適当です。
- ・ボールの色：鮮やかな色（赤、青、黄）のボールが、子どもの目を引きつけます。
- ・ボールの重さ：軽すぎるボールは、投げたり蹴ったりしにくいため、適度な重さのボールを選びましょう。

ボール遊びの遊び方

1. ボールを転がす：ボールを地面に転がし、子どもが追いかけて遊ぶ。
2. ボールを蹴る：ボールを足で蹴り、子どもが追いかけて遊ぶ。
3. ボールを投げる：ボールを高く持ち上げて投げ、子どもがキャッチする。

お問合せ先：栃木県教育委員会事務局 健康体育課 係長 田上 功太郎
 TEL 028-623-3415/3600/FAX 028-623-3574



運動遊び動画の紹介

栃木県
幼児期からの運動遊び普及事業
取組結果



取組結果と考察
運動遊びの重要性に関する普及・啓発

保護者・保育者等を対象とした運動遊びの重要性に関する普及・啓発を継続的に実施

【鹿沼市】
☆幼児期の運動遊び指導者研修会の開催 → 10月15日(日)、1月21日(日) (参加者延べ25名)
☆親子で運動遊び教室の開催 → 11月4日(土)、12月9日(土)、1月21日(日) (参加親子延べ60名)

実施の様子




▲ 幼児期の運動遊び指導者研修会
▲ 親子で運動遊び教室

① 幼児期の運動遊び指導者研修会及び親子で運動遊び教室ともに、宇都宮共和大学子ども生活学部3名の先生方を講師とし、実施した。
② 幼児期の運動遊び指導者研修会は2回開催し、幼稚園・保育園等の教諭や保育士だけでなく、今後指導者として期待されるスポーツ推進委員やスポーツ少年団の指導者も参加し、指導者の資質向上に努めた。
③ 親子で運動遊び教室は、鹿沼市の広報誌である「広報かぬま」を通して募集し、3地区で開催した。
⇒【参加した保護者の感想】
「家の中でも十分運動遊びができると分かった」、「幼児期にはスポーツの種目より色々な動きを経験させた方がよい」、「親子で体を動かすことの大切さが分かった」

7

栃木県
幼児期からの運動遊び普及事業
取組結果



取組結果と考察
運動遊び体験指導者の派遣

子どもたちの運動量を確保するための、子どもたちが継続的に多様な運動遊びを経験できる環境の充実

【鹿沼市】
☆多様な運動遊び体験ができるスポーツ関係団体の指導者を幼稚園・認定こども園・保育所等に継続的に派遣
→ 11月～1月まで実施、鹿沼市内幼稚園・認定こども園・保育所6園に22回派遣
派遣団体：とちぎスポーツ医科学センター、鹿沼市スポーツ少年団、宇都宮ブルックス、(公財)かぬま文化・スポーツ振興財団、宇都宮共和大学 計5団体

実施の様子



① 運動遊び体験指導者派遣は、園と派遣団体のマッチング事業で、各種スポーツ関係団体が指導できる内容を提示し、各園が派遣を希望するという形で実施した。
② 実施した園の子ども達と指導者の双方に変化が見られた。
⇒【子ども達の変化】
「教えてもらった遊びを真似して取り組んでいる様子が見られた」、「指導で使っていたボールに興味を示す子どもが増えた」
⇒【指導者の変化】
「職員間で運動に関する会議を開き来年度の保育への活かし方を議論した」、「園の先生方も一緒に参加したことで今後の保育に活かせる遊びをたくさん学ぶことができた」

8

栃木県

幼児期からの運動遊び普及事業 取組結果



取組結果と考察

運動遊びの重要性に関する普及・啓発

保護者・幼稚園教諭等を対象とした運動遊びの重要性に関する普及・啓発を継続的に実施

【那須町】★R5新規
 ★乳幼児期のふれあい運動遊び指導者研修会 → 11月8日(水)、11月22日(水) (参加者延べ69名)
 ★親子ビート体操(年少) → 9月29日(金)、10月25日(水)、11月30日(木) (参加親子延べ78名)
 ★親子運動遊び(年中～年長) → 12月12日(火)、12月19日(火) (参加親子延べ81名) ※R5前期に4回実施
 ★ACP参加型研修会 → 1月23日(火) (参加者延べ25名)

実施の様子






▲ 乳幼児期のふれあい運動遊び指導者研修会

▲ 親子ビート体操

▲ 親子運動遊び

▲ ACP参加型研修会

- ① 乳幼児期のふれあい運動遊び指導者研修会は、JSPO公認エアロビック指導員の玉木先生を講師に迎え、公立・私立問わず幼稚園・認定こども園・保育所の教諭並びに保育士を対象に2回開催した。
- ② 親子ビート体操(年少)は、「乳幼児期のふれあい運動遊び指導者研修会」の講師である玉木先生、親子運動遊び(年中・年長)については、宇都宮共和大学河田教授を講師に迎え、親子でのふれあいを重視しながら発達段階に応じた運動遊びの楽しさを親子で体験した。
- ③ ACP参加型研修会は、県スポーツ少年団指導育成専門部から講師2名を迎え、幼児期から学童期のスポーツ指導に関わる指導者・保護者対象にACPの理論編・実技編の研修会を開催した。

9

栃木県

幼児期からの運動遊び普及事業 取組結果



取組結果と考察

運動遊び体験指導者の派遣

子どもたちの運動量を確保するための、子どもたちが継続的に多様な運動遊びを経験できる環境の充実

【那須町】★R5新規
 ★運動遊び体験指導者派遣事業～指導者の体験型研修やACP啓発の場づくり～
 ① うんどうあそび教室の実施 → 11月19日(日) (参加者33名)
 ② 運動遊び(年中～年長) → 12月12日(火)、12月19日(火)、1月18日(木)、1月25日(木) (参加者延べ122名)

実施の様子



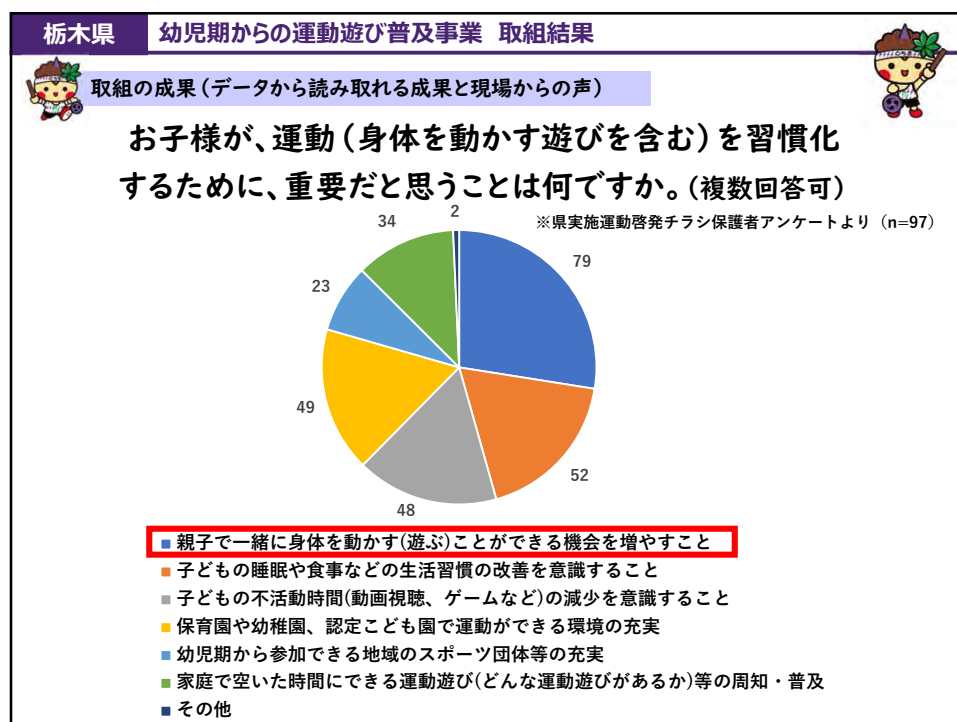



▲ うんどうあそび教室 (町スポーツセンターにて)

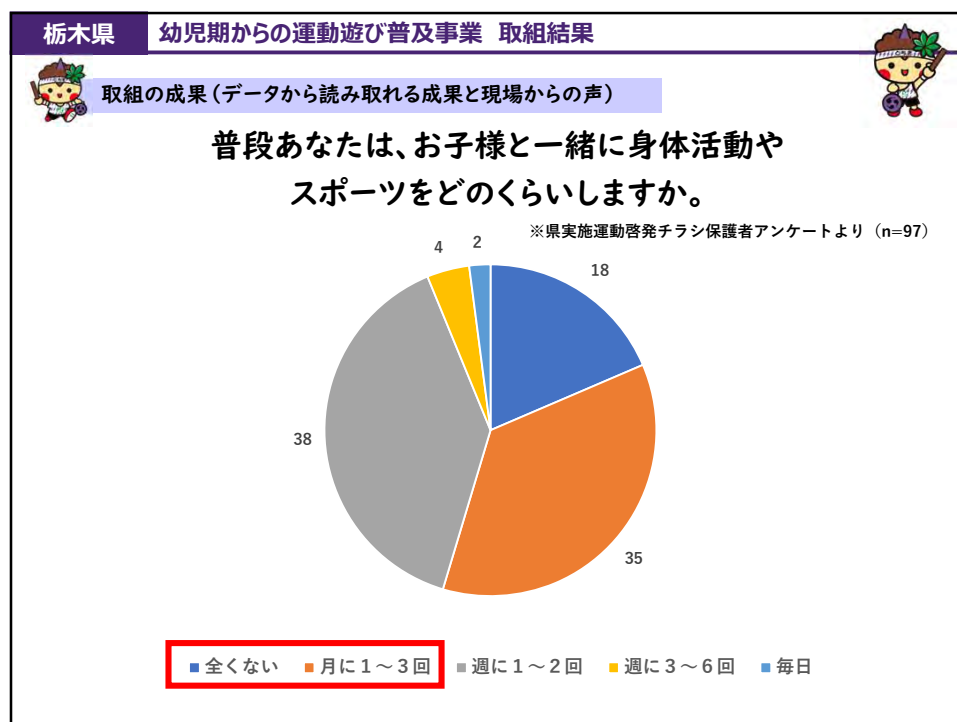
▲ 運動遊び (私立幼稚園・私立保育所にて)

- ① 「うんどうあそび教室」は、町教委主催の家庭教育支援事業(子育て講演会)とタイアップさせ、生涯学習課・学校教育課・こども未来課が連携し、その一環で「うんどうあそび教室」を開催し、町こども未来課職員(JSPO公認有資格者、ACP講師講習受講者)が指導者として実施した。
- ② 運動遊び(年中～年長)は、宇都宮共和大学の先生方を各回2～3名迎えて実施した。毎年公立園を対象に町独自に継続してきた事業を、今年度は私立園にも拡大して実施した。
 ⇒ 幼稚園では1回目の親子実施のあと、2回目を縦割りで実施したことで、下のクラスの子と関わりながら投げ方や遊び方を工夫(調整)する様子が見られ、運動遊びを通し「知・徳・体・コミュニケーション」の醸成が図られるよさを見出せた。

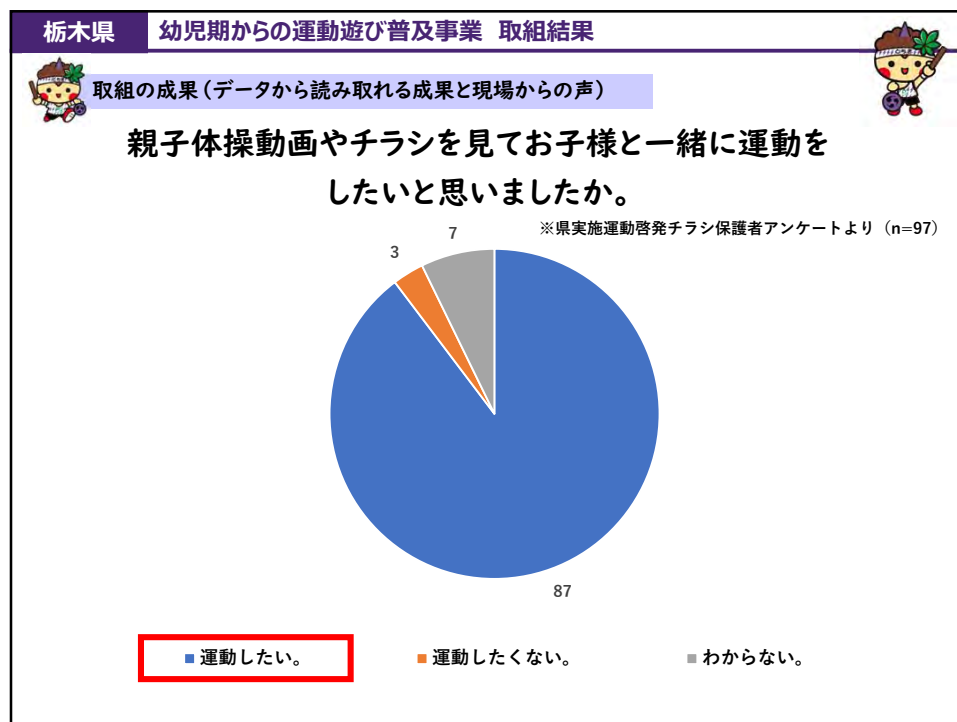
10



11



12



13

栃木県 幼児期からの運動遊び普及事業 取組結果

取組の成果（データから読み取れる成果と現場からの声）

「運動したくない。」「わからない。」と答えた理由

※県実施運動啓発チラシ保護者アンケートより（n=97）

- ・年齢に応じた遊びやスポーツと一緒にやりたいが、仕事や家事で時間に余裕がなくゆっくり子どもと向き合う時間がとれない。
- ・子どもが興味をもつかわからないため。
- ・子の体重が重いので、用具を使わない遊びは難しい。 かと言って、用具を使った遊びは場所や下の兄弟の関係でこれも難しい。
- ・チラシの遊びが、子供が主体的に体を動かす遊びではなく、親が動いたり乗せないといけない遊び方なのでやりたくない。 鬼ごっこや縄跳びなどでいいと思う。
- ・簡単なものならやってみようとその場で取り組めるかもしれない。でも、忘れてしまって、習慣に繋がれる自信がない。
- ・平日は忙しくなかなか時間がとれない。 休日は運動遊びをしてあげようと思うが平日にやれないことをやっているとなかなか子どもと遊ぶ時間が取れないのが現実のため。
- ・好きじゃないから。
- ・面倒が勝ってしまう。

14

栃木県 幼児期からの運動遊び普及事業 取組結果

取組から得られた気づき

- ・保護者が変われば子どもも変わる!
- ・運動遊びに関する指導者のスキルアップの必要性
- ・運動遊びが日常化・習慣化できる働きかけの必要性
- ・メディア等を巻き込んだ県内全域への普及・啓発が必要
- ・事業を継続できる体制づくりが必要

様々な方面からの取組・支援が必要

15

令和5年度 幼児期からの運動習慣形成プロジェクト 全国シンポジウム



御清聴
ありがとうございました。

16