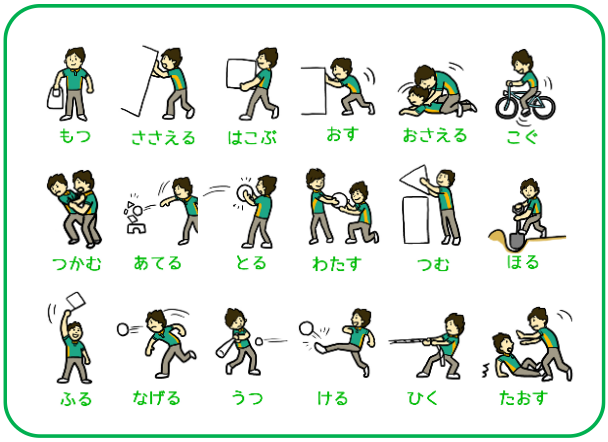
第3回（４4回）：『道具を操作する運動あそび』

１．基礎知識

□３６の動作

用具を操作する動き（操作系動作）



□幼児期における身体活動の現状と問題点

１）活発に体を動かす機会が少ない

園では戸外で遊んでも降園後に戸外遊びをしていない幼児がたくさんいる。園での活動が、大切な体を動かす遊びの貴重な機会に…

２）降園後は友達と遊ばない子も…

園での活動が複数の友達と遊べる唯一の機会になっている幼児もいるようです。

３）安心して遊べる場所がない

幼児は一人で外に遊びに出たり、大人の目の届かない場所で子どもだけで遊ぶことはしにくいので、家族と一緒に外に出る以外は、遊びにくい環境になっている。

４）生活リズムが崩れている

昼間活発に体を使って遊ぶことで、お腹がすくリズムや疲れて休むリズムを経験し、それを繰り返すことで望ましい生活リズムが形成されていきます。

２．運動あそび

１）導入あそび（アイスブレイク）眞砂野先生

□コーディネーショントレーニング

識別する

・どんな感じ？（重そう？軽そう？）
（投げ方、捕り方が変わる）

連結する

・細かい力の使い方（スキル）

POINT

・いろんな経験を！
右も左も

経験⇒なじむことが大切

□サークルゲーム

①２チームに分かれて円になる
②右周り、左周り
③拍手（1回）
④拍手＋右足＋左足（叩いてトントン）

第3回（４4回）：『道具を操作する運動あそび』

□サークルゲーム（つづき）

インパルスゲーム

①手をつなぐ
②握られたら逆の手を握る
③逆回転
④ブラインド（眼をつむる）
※発展：肩を叩かれた方から回る

POINT

・プルプルしない

ネームトス

①自己紹介
②トスする人の名前を呼ぶ
③ボール（いろんなもの）をパス
※発展：投げた人は一歩前。そしてお礼！
※発展：どんどん近づいて小さな円
　　小さな声

POINT

・名前は何回聞いてもよい（名前を覚える）
・パスしてもらってない人をわかりやすくして心の壁をとる

□ルックダウン・ルックアップ

①ルックダウンの合図で円の中心をみる
②ルックアップで眼があった人とペアになる

POINT

・小学生は目配せが始まる（仲良しグループ）
・さりげなく目線をずらす人がいるので注意！
・眼があった人と喜びを分かち合う

□引っこ抜きじゃんけん

①握手の一歩手前で止める
②じゃんけんで勝ったら相手の手をつかむ
　じゃんけんで負けたら自分の手をひっこめる

POINT

利き手じゃないとやりにくい
（大人も一緒）

第3回（４4回）：『道具を操作する運動あそび』

2）3・4歳児から　眞砂野先生

アフォーダンス：用具がおいでって呼んでいる

用 具 の 魅 力　：やってみたいな・・・素材の力

ものによって行動が誘発される

こどもが遊びたくなる

□風船であそぼう（絶対に落とさない）

①ビームシュワッチで風船を取りに行く

②各自、風船を膨らませる

③たまごキャッチ（ふわっと）

④下のほうでキャッチ（地面スレスレ）

⑤手をたたいてキャッチ

⑥背中で、回転してキャッチ

※発展：ガムテープを貼る（違う感覚）

（十文字Ver.ドリブルもできる）

POINT

・柔らかくとる感じを子どもたちに経験させる

・ボールの距離感：定位能力（空間認知）

・ボールをキャッチする：連結能力

・小学生はイチローキャッチ（背中でとる）

□キラキラボール（転がして）

①２人組で新聞紙をくしゅくしゅに丸める

②転がして足の間を通す

※発展：ボールを変える。いろんなものに触る

↳用具を操作するということ

POINT

・キラキラビーム・UFOもある

・何回失敗しても良い

・アルミの裏表も知ることができる

・転がす→３・４歳児にちょうどよい

距離を把握することを経験する

第3回（４4回）：『道具を操作する運動あそび』

3）4・5歳児から　武田先生

□ボールをねらってあてる

①ボールをねらって的（体の一部）にあてる

POINT

・「ねらう」と「あてる」

・「ここだよ～」というコミュニケーションで友達が見えてくる。「OK~」「こっち～」など友達とやる楽しさを知れる

・トンネル→バランスをとれる。などあそびは様々なうごきがある。

↳いろんなトンネルできたね！と子どもたちから引き出す！

↳手足を使ったトンネルなど手軽にどこでもできることが大事！

□キラキラボール（あてる）

①４つのグループに分かれる

②マーカーやコーンなど様々な的を準備する

③いろんな場所から投げたり転がして当てる

POINT

・いろんな場所、色を使って子どもたちが選びながらあそぶ

・4・5歳児になると勝ち負けがわかる

・友達のやり方を見てやることが重要で、子ども同士の競争につながる

4）5・6歳児から　望月先生

□フープを使ったあそび

①フープを回す

②フープをくぐる

③フープをポンっと弾ませる

POINT

・用具に対して自分の身体を使う

・道具の特徴・特性があるか考えながら行う

□フープを使ったあそび【グループ】

①２人組（フープの色が違う人同士など）

②お互いのフープをせーので取りに行く

フープが倒れる前に

③４人でお互いのフープをせーので取りに行く

④４人で手をつないでフープくぐし

大きいフープ→小さいフープ

第3回（４4回）：『道具を操作する運動あそび』

□フープドッチ

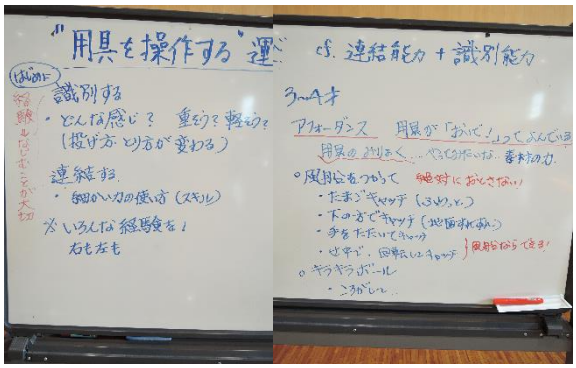
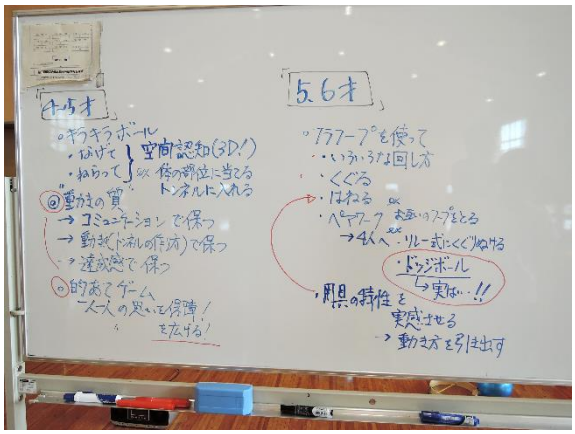
キラキラボールとフラフープを使って行う。

POINT

・ドッチボールは当たると痛いのでフープで行う
・どういう質感か、どういう特性があるか
わかってもらう
・特性から動きが出てくるため、いろんな用具を
使用する

5）リラックスタイム　眞砂野先生

２人組でマッサージ
ララら～ぞうきんをぬいましょう　チクチク♪
あらいましょう　ゴシゴシ♬
干しましょう　パタパタ♫

6）総括

①コーディネーショントレーニングとして
細かい筋肉の動かし方（連結能力）
物によっての身体の動かし方（識別能力）
※違う物を同じ動きで
②やりたくなる、遊びたくなるものであそぼう
③床を転がす２Dの世界
↳空間を認知する３Dの世界へ
④動きの質を保証する
・コミュニケーション（一緒に喜ぶ）
・いろんなトンネル　（手・足など）
・とった！というような達成感
それぞれの思いを大切にする
⑤フープをはねさせる
↳用具の特性を理解しているからこそできる
⑥フープドッチ
当てるためには真っ直ぐ転がす必要がある
「あの子に当てよう」という気持ちが用具を
操作させているということが重要