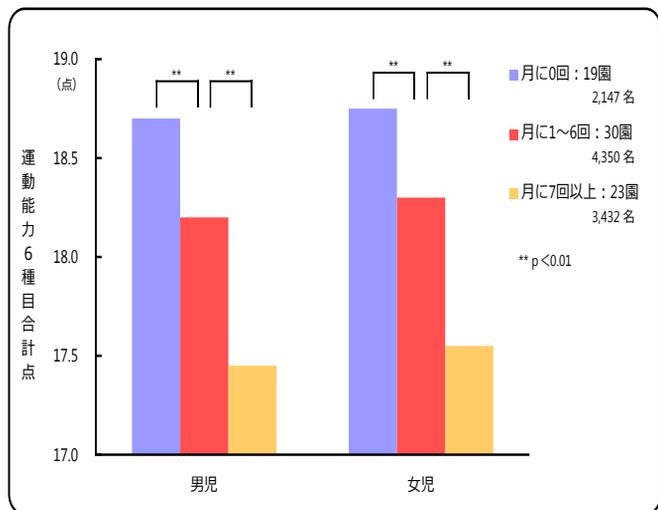


第5回（45回）：『基本的な動きを組み合わせる運動あそび』

1. 基礎知識

□ 幼稚園での運動指導と運動能力



上の図は、保育内での専門的な運動指導が必ずしも幼児の運動能力を伸ばすわけではないことを示しています。保育において、特別な運動指導をまったくしていない園の子どもが最も高いことがわかります。一見意外かもしれませんが、これこそが幼児の発達特性です。

□ 安全に関する配慮事項

1) 遊具の点検

最も注意を払わなければならない固定遊具では、活用頻度の高さ、無理な動作、夢中になることで周囲の状況に意識を向けることができなかつたりすることが原因で、負傷が起きやすい。保育者が危険な場所を認識したり、固定遊具の安全点検なども大切です。

2) 用具の使用時の言葉かけ

用具を振り回すような遊びを行う際には、保育者が「周りに気をつけて！離れて！」と声をかけがちだが、周りの状況に注意する習慣が子どもに身につくような言葉かけも大切です。

2. 運動遊び

～してから～する

～しながら～する

1) 導入あそび（アイスブレイク）眞砂野先生

□ 鼻と耳タッチ

- ・右手で鼻、左手で右耳をつまむ
- ・合図に合わせて左手で鼻、右手で左耳をつまむ
- ・合図に合わせて入れ替える際に手を叩いてから入れ替える

POINT

- ・幼児はクロスしなくてもよい

□ ～しながら歩く（定位能力）

- ・歩きながら・スキップ・ギャロップしながらよける
- ・歩きながら目があつた人とハイタッチ
両手→右手同士・左手同士→握手で回る



POINT

- ・コーンの中から出ない。
↳ 遊びの空間を認知させる

第5回（45回）：『基本的な動きを組み合わせる運動あそび』

□仲間探し

- ・数を決める（1 or 2 or 3）
- ・自由に歩いて目のあった人と自分の決めた数を
手拍子する
- ・数があったら一緒に次の相手を探す。
- ・グー、チョキ、パーに変える
- ・こそこそバージョン



□マーチングシンクロ

- ・4人組でダイヤモンド型に並ぶ
- ・1,2,3,4,5,6,7,8のリズムで進行方向を変える
- ・先頭の人のリズムに合わせて進行方向を変える

POINT

- ・範囲を狭くする



2) 3.4歳～ 眞砂野先生

□歩きながら、ロープを踏まないように越える

ロープを波や蛇に見立ててにして

- ・手をつないで
- ・怒ったヘビ
- ・ゆらゆらヘビ
- ・2人組から4人組に

POINT

- ・自分と物の距離がわかる（定位能力）
- ・自分の意志で越える
- ・小学校では高跳び、幅跳びのふみきりに
つながる
- ・ロープは子どもが引っかけた時のために
軽く握る



□ロープをくぐる

- ・2人で手をつなぐ
- ・4人で手をつなぐ

POINT

- ・4人だと躊躇する人がいる
- ・なわとびで跳びながらボールを渡す
～しながら～する→難しい



第5回（45回）：『基本的な動きを組み合わせる運動あそび』

3) 4・5歳児 小島先生

□ピヨピヨちゃん

- ・ピヨピヨちゃんの掛け声に対し、
なんですか？と返す
- ・こんなことこんなことができますか？
に対し、こんなことこんなことができますよ
とポーズをマネッコする。

□ジャンプしながらポーズ

- ・いろんな姿勢で
- ・高いところから
- ・友達と合わせて

POINT

- ・両足でしっかりと着地（スタンプ）
- ・しゃがむ際に足を開いて着地する
↳膝がアゴにあたらないように！



□ボールを転がしてストップ

- ・ボールを転がす
- ・手で、足で、などこんなところできそう！
という箇所チャレンジ！
- ・だるまさんが転んだ！でストップ！

POINT

- ・リズムに合わせると難しくなる
- ・できるか、できないか。
できないことが楽しい！



4) 5歳～ 小島先生、武田先生

□たまごキャッチ

- ・ふわっと、あげる
- ・床、ぎりぎりキャッチ

POINT

- ・柔らかくキャッチ（音が鳴らないように）
- ・ボールが怖いのか、押し出すようにキャッチ
する子が多い



□ボールに乗せてパス

- ・ボールを使ってキャッチして、相手にパス

POINT

- ・できそうでできないドキドキ感
- ・ボールと自分の距離感を感じる
↳距離感をコントロールする



第5回（45回）：『基本的な動きを組み合わせる運動あそび』

□ジャンケン陣取り（ジャンケングリコ）

- ・コート両端に向かい合って立つ
- ・じゃんけんをする
- ・勝ったらジャンプで進む
グー1歩、チョキ2歩、パー3歩、あいこ1歩
- ・自分の陣地に行ったら勝ち！

POINT

- ・どんなジャンプにするか2人で決める
- ・だんだん遊びを追加する
- ・友達とシンクロも組合せになる



□ゴムあそび

- ・手前を跳んだら奥をくぐる
- ・さまざまな形を跳ぶ、くぐる
- ・グーパーグー踏んで捻ってジャンプ！
- ・歌に合わせて

POINT

- ・友達と合わせながら跳ぶ
↳合わせながら～するのは楽しい
- ・カラーのほうがわくわくする
- ・片隅でできる（雨の日も）



□ボールに乗せてパス

- ・ボールを使ってキャッチして、相手にパス

POINT

- ・できそうでできないドキドキ感
- ・ボールと自分の距離感を感じる
↳距離感をコントロールする

5) 総括

