

平成27年11月14日(土)

平成27年度第8回運動実技講演会並びに研修会  
震災後子どものケアプロジェクト「PEP UP KORIYAMA」

## 幼少年期における身体運動の 課題と運動の意義

山梨大学教育人間科学部長  
大学院教育学研究科長  
中村 和彦

## 2020東京オリンピックムーブメント & レガシー

日本の子どもすべてを元気にする  
「遊びキッズニア・遊びバイキング構想」

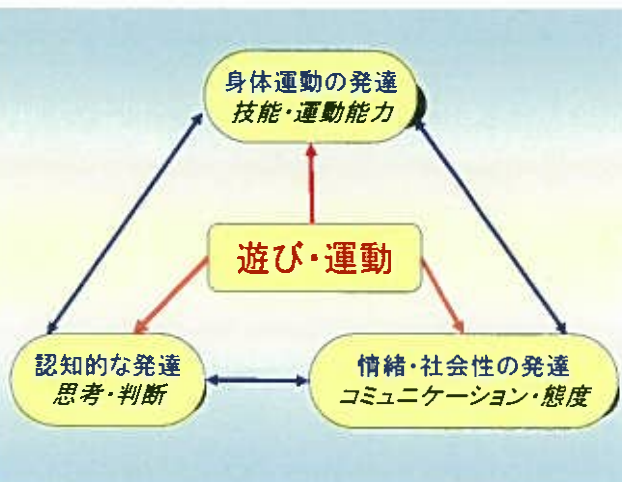
- ・ 幼児・障がいを持つ子ども・運動が苦手な子ども・運動が嫌いな子ども・体力が低い子どもだれもが遊び・運動できる仕組みづくり

日本の子どもすべてに遊びを届ける  
「プレイリーダー育成事業」

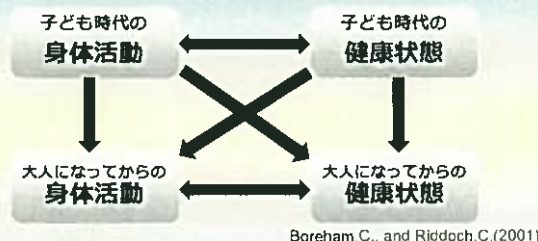
- ・ おもしろくのめり込む遊び・運動を子どもに届け、子どもの成育をみながら、少しずつ身を引いていくことを理解・認識したおとなの育成

## お話しをするまえに……

- ・ リテラシーを高めていきましょう！  
リテラシーとは「物事を読み解き、活かしていくこと」です。事実なのか、正しいことなのか、証明されていることなのか、をしっかりと判断する必要があります。
- ・ 子どもと関わりが皆さんのQOL（生き甲斐）を高めますように！  
子どもと関わることを通して、子どもたちのこころとからだを育てることとともに、皆さん自身が学べる場であることが大切です。



## 身体活動と健康状態の相互作用と持ち越し効果

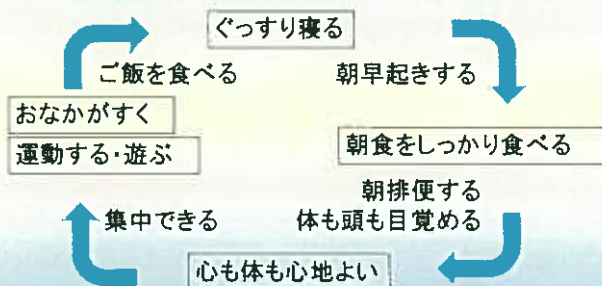


Boreham, C., and Ridloch, C. (2001)

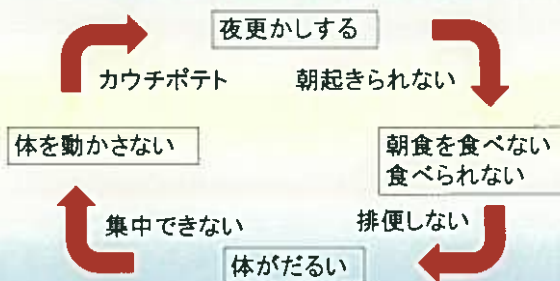
子ども時代の身体活動習慣は……  
子どものときの健康や体力だけでなく、  
大人になってからの健康や体力に影響する！

小学校 高学年 11歳～	言われたことを理解して 行うことができる段階 いろいろなスポーツを行う
小学校 低・中学年 6歳～ 10歳～	いろいろな運動がうまく できるようになる段階 動きを組みあわせる。 リズムにあわせて動くなど
幼児期 3歳～ 5歳～	いろいろな運動が できるようになる段階 走る、とぶ、投げするなど 基本的な運動
乳幼児期 0歳～ 2歳～	生まれつきできる 運動の段階 自走りもつなどの反射運動。 蹴ったり、歩いたりなど基本的な運動

## 生活習慣は連鎖する 良い連鎖(30年前までの日本)

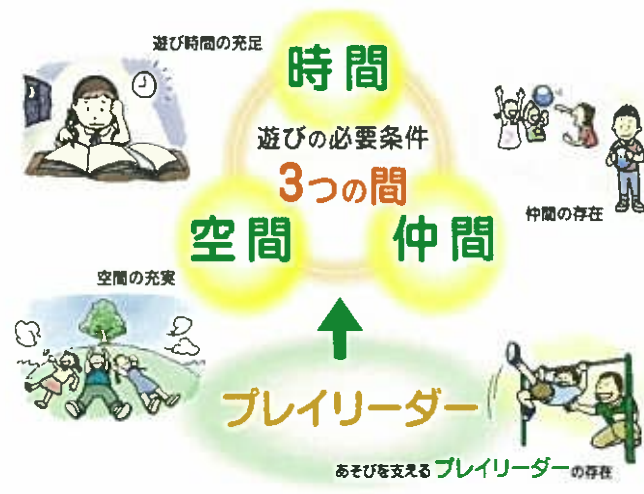
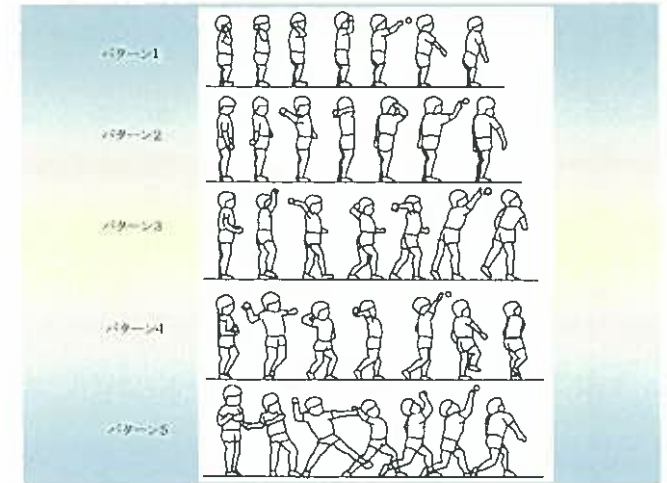
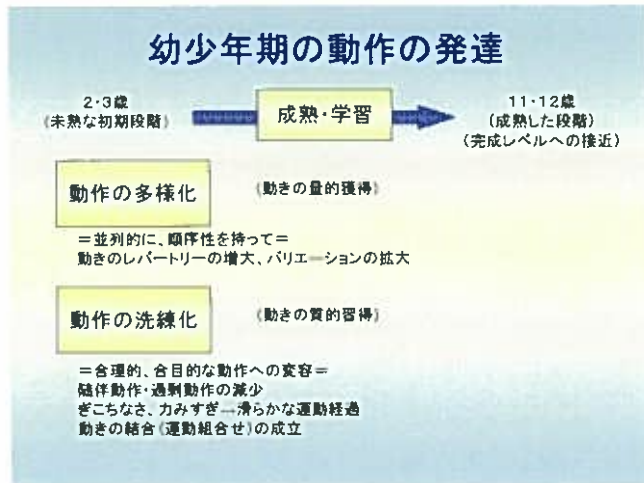
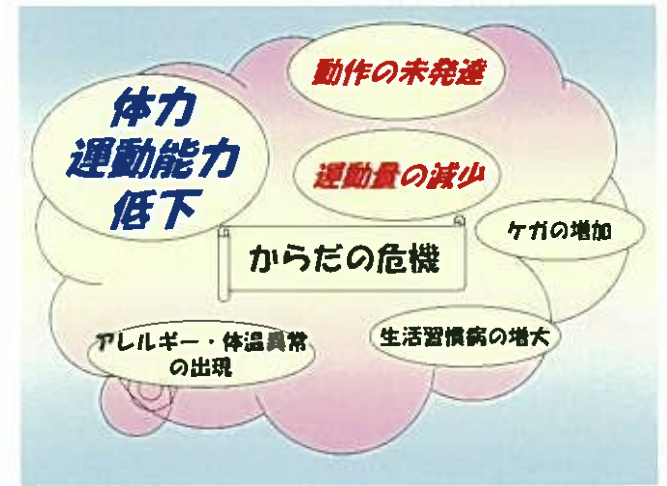


## 生活習慣は連鎖する 悪い連鎖(現在の日本)



## 4つの生活習慣

- ・ 体を動かすこと: **運動・遊び**
  - ・ 食べること: **食事**
  - ・ 寝ること: **睡眠**
  - ・ 排泄すること: **排泄**
- 「生理的欲求」の無いものは？  
○ 「快」という言葉がつけられないものは？  
○ 本来総合的に獲得すべき→カッサンドラの会  
宮島則子(食事) 神山潤(睡眠) 加藤篤(排泄)  
中村和彦(運動・遊び) 瀬井宏臣(子どものライフハザード)  
「四快のすすめ」(新曜社)



### プレイリーダー とは...

- ・ドイツ：保育園・幼稚園で、スポーツユエグントと連携して働く「ガキ大将」
- ・オーストラリア：AASCの展開の中心的役割として雇用している「プレーデリバラー」
- ・羽根木プレーパーク：1979年(昭和54年)に日本にはじめて開設された「冒険遊び場」におかれた子どもの遊びの専門家
- ・ポーネランド「キドキド」・イオン「スキッズ・ガーデン」：室内での運動遊びの「仕掛け人」
- ・JTL：「ボールであそぼう」マイスター

### プレイリーダー の役割

- ・子どもがいきいきと遊ぶことのできる環境をつくる。
- ・子どもの興味や関心を引き出す遊び場の整備。
- ・遊び場の状況に応じた子どもへの声かけ。
- ・いっしょに思いきり遊び、子どもが厚い信頼をよせる相手となる。
- ・大人(保護者)に子どもにかわって子どもの気持ちを伝える。

## 求められる子どもの運動のあり方

- 競技志向を軽減する。  
→ 本来の子どもスポーツの復活。
- 複数の運動遊び・スポーツが体験できる場の提供。
- 低体力・低運動能力の子どもへの運動遊び・スポーツの提供。
- 運動嫌いな子どもが、遊びやスポーツにのめり込む取り組みの推進。

## 教える人・支える人の力量

- 教えることの価値 価値がある／価値がない
- 教えることの熱意 熱心／不熱心
- 教え方の技能 上手／下手

ベストな実践・取組・教育はない。

しかしベターな実践・取組・教育を目指すことはできる。

## ありがとうございました。

今日は、私の話をお聞き頂き、ありがとうございました。子ども達とともに、皆さん自身が心豊かに健やかな日々を送られることを心より祈念いたします。

山梨大学教育人間科学部長  
大学院教育学研究科長 中村和彦  
kazuhiko@yamanashi.ac.jp

## 小学校体育科の改善

<キーワード2>

### 指導内容の体系化

1, 2年	3, 4年	5, 6年
体づくり運動		
器械・器具を使つての運動遊び	器械運動	
走・跳の運動遊び	走・跳の運動	陸上運動
水遊び	浮く・泳ぐ運動	水泳
ゲーム		ボール運動
表現リズム遊び	表現運動	
保 健		

運動領域を6領域で構成

## 4. 幼少児期の運動の在り方

(1) 運動の発達の特性と動きの獲得の考え方

「動きの多様化」「動きの洗練化」

年齢別に、運動発達の特性と経験しておきたい遊び(動き)の例示

(2) 運動の行い方

- ① 多様な動きが経験できるように様々な遊びを取り入れること(特定のスポーツのみでは問題がある)
- ② 楽しく体を動かす時間を確保すること  
→ 毎日、合計60分以上を目安に
- ③ 発達の段階に応じた遊びを提供すること

## 「人との関わり」とは……

日本の若者たちの答えは？

「無償の愛・交友」 五木寛之

「二人称の死・二人称の命」 柳田邦男

「こころにひとが棲む」 金森俊郎

「人を想うこころ」である。

## 健やかな子どもを育む

—3つのKEY WORDS—

統一性：目的・重要性の共通理解

構造化：地域のネット、モデル化

継続性：長期的な取り組み