



わくわく運動遊び

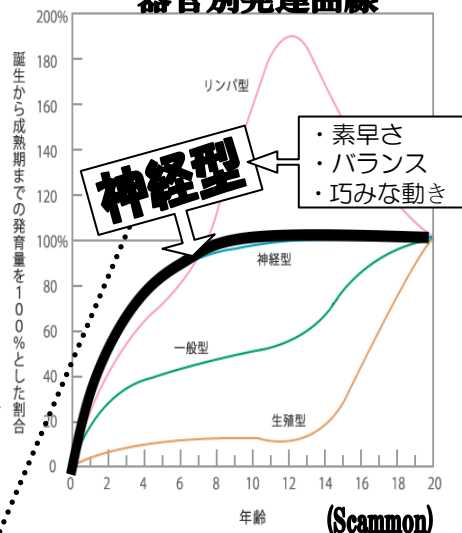
柏市幼児教育共同研究
推進委員会
発行: 柏市立教育研究所

～保育士編～

なぜ、幼児期に
運動遊びが必要なの?

「運動遊び」とは…
体を動かす遊びのことです。難しく考えず、いろいろな遊びを親子で楽しみましょう。

器官別発達曲線



○ 体力・運動能力の基礎

幼児期は、**神経機能**が著しく発達し、5歳頃までに大人の8割程度まで発達すると言われています。

タイミングよく動いたり、力の加減をコントロールしたりすることが上手になります。(例えば…転んだ時にすぐに出る・素早く方向転換をする・ボールをよける・相手の動きを予測する等)

◎小学校や中学校…大人になった時の運動能力の基礎を育てる時期!

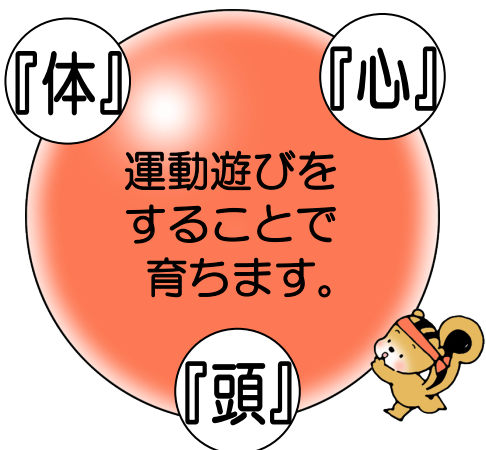


○ がんばる心 (協調性やコミュニケーション能力)

「体を活発に動かす」ことと「やる気」には、深い関係があります。『できた!』『楽しい!!』という経験をたくさんすることで、挑戦してみようという前向きな気持ちが育ちます。

◎爽快感や達成感を味わいながら、がんばる気持ちが育つ!

友達と遊びながら、ルールを守ったり、がまんしたりコミュニケーションのとり方を学びます。



○ 丈夫で健康な体

積極的に体を動かして遊ぶと、お腹がすいておいしく食事を食べることができます。体を動かして疲れると、よく眠ることもできます。

◎「よく動いて」「よく食べて」「よく寝る」子は育つ!



運動遊びのポイント

～保育者編～



思わず体をうごかしたくなる工夫を！！
☆先生方の引き出しを広げましょう。

いろいろな遊びの中で十分に体を動かす！

- ①子どもが『楽しい！！』と思える遊びや活動
- ②発達に合わせた遊び
- ③子どもが十分に全身を動かすことができる遊び
- ④いろいろな動きが引き出せる遊び

＜音楽で遊ぶ＞



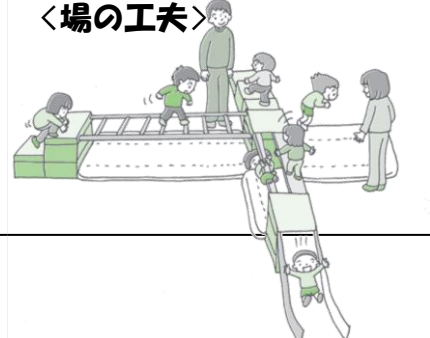
＜なりきって遊ぶ＞



＜身近な物を使って＞



＜場の工夫＞

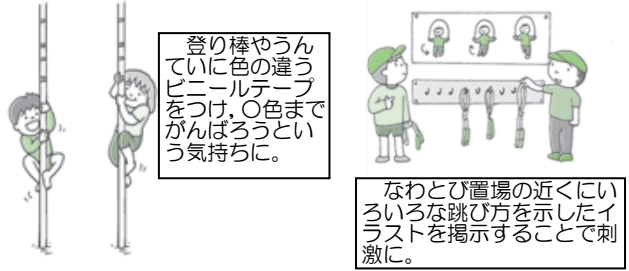


園内外の環境設定

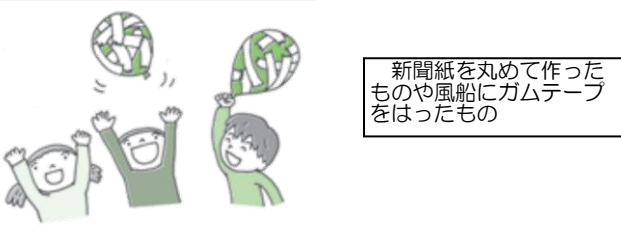
＜ラインを引いておくだけでも…＞



＜挑戦意欲がかきたてられるように＞



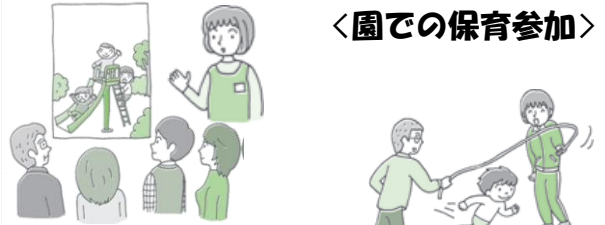
＜苦手な子も安心して取り組めるように＞



保護者との連携

園で子どもが体を動かして遊ぶ様子を具体的に伝え、その中で育つこと・運動遊びの重要性・遊びの紹介など、情報発信していくと効果が上がります。

＜懇談会やお便りを利用して＞



＜園での保育参加＞

＜園庭開放＞

