



おもいで、体を動かすことの楽しさを子どもたちにつたえよう！



指導教諭 水田晃平
(はなぞの幼稚園、はなぞの北幼稚園 体育指導教諭)

アイデアACP公開!

幼稚園で元気に遊ぶプログラム

今回から「指導実践編」として、「幼児期からのアクティブ・チャイルド・プログラム」に基づく指導の現場を紹介していきます。1回目は、幼稚園児の体育指導で実績のある学校法人春日学園「はなぞの北幼稚園」(岐阜県)を訪ね、年長組のスポーツ教室の様態をレポートします。

笑いが起ると、
元気が出る雰囲気づく



幼稚園の園児を遊ばせるときに大切にしているポイントは、まず「楽しい」ということ、そして、活動の一つひとつにゲーム性をもたせることです。

「楽しい」という雰囲気をつくるためには、指導者が園児の前に立ったときに、常に表現力豊かである必要があります。私の場合は、「ヌリヌリヌリ」とか「テイトテイト」といった効果音や言葉がけをよく使います。また、時にはアニメのキャラクターをマネしたりして、子どもたちが「クスッ」と笑ってくれるような工夫を加えます。

笑いが起ると、元気が出ると、子どもたちの雰囲気はグンと盛り上がっていきます。

だから、私のスポーツ教室は、「笑いの要素」がすごく重要です。先生が一方的にボケるだけでは、子どもたちにもうまく伝わりません。子どもたちの表情や発言などをうまく生かしながら、おもしろさをプラスすることをいつも意識しています。

年少・年中・年長での遊び方のポイント



幼稚園には、年少(満3歳)、年中(満4歳)、年長(満5歳)の3つのクラスがあります。それぞれスポーツ教室を行っていくうえで注意しているポイントがあります。

「年少組との遊び方」

私がスポーツ教室を行っている「はなぞの北幼稚園」では、月に1回、年少組のスポー

ツ教室が開かれています。また、スポーツ教室以外でも毎朝、園庭での「外遊び」があり、そこでも年少組の子どもたちと遊びます。「外遊び」を通じて、子どもたちと積極的にコミュニケーションをとり、日頃からお互いの信頼関係を構築させるような心がけています。子どもたちが私の顔を見たら自然と笑みがこぼれたり、「この先生、おもしろい」ってついついてくるような関係をまずつくることが大切です。

「年中組との遊び方」

年中組では、元気いっぱい体を動かすことに重点を置きます。何でも楽しめる雰囲気を、僕もどんどん出していきます。いろいろな遊びを楽しんで、いろいろな動きを自然と経験できるように指導しています。

また、2人組で行う運動も年中組から始まります。自分だけではなく、2人でコミュニケーションをとりながら楽しむことを学ばせます。

「年長組との遊び方」

年長組になると、スポーツの技能が高い子や、逆に運動に苦手意識を持っている子が見られます。その点に目を配りながら、「楽しむ」スタンスを忘れないようにすることが大切です。「運動ができる子」と「苦手意識を持っている子」の差が開くのではなく、2人組などでお互いに引っ張っていきけるように工夫します。特に、運動に苦手意識を持っている子には、外遊びのときも後ろから「ツンツン」とつついたりして、コミュニケーションをとりま

す。とにかくスポーツがおもしろいという意識を持ってもらい、小学校へ送り出したいと考えています。

また、年長組には、年中組の単純な運動から一歩進んだ動きを指導して、「難しいことに挑戦することがおもしろい」と思ってもらえるようにしています。

準備運動

ウォーミングアップだ! がんばるぞー!!

はなぞの北幼稚園の年長組を対象としたスポーツ教室を訪ねました。水田晃平先生の
 愉快的仕草やおしゃべりに、子どもたちは笑顔や元気いっぱいの歓声でこたえます!

1 まえへならえ!

2 それでは、スポーツ教室を始める前に、大きな声でごあいさつをします。皆さん、おはようございます!

3 **がんばるぞー!がんばるぞー!**
カメハメ、ハー!

● **大きな声でスイッチをいれる**
 まずは子どもたちに大きな声を出させて、「スポーツが始まった」というスイッチをいれます。声を出すことによって、「心のストレッチ」になればいいと考えています。

4 **ジャンプ10回! よーい、どん!**

5 それでは、線路をつくりましょう。

6 **超特急スタート!**

7 **次は〇〇くん。いってみよう!**

8 **「心」をほぐす特急列車**
 子どもたちが2列になって、両腕で「線路」をつつた中を、一人ひとりが「特急」になって走っていきます。スイッチがなかなか入らない子どももいるので、楽しさからやる気を引き出す、雰囲気づくりの時間です。

9 **次はまえのお友だちと足の裏を合わせて。いくぞー!**

10 **手をうしろに組んだら、肩をまえに倒して10秒。1、2、3...10。**

11 **足の裏を合わせて。「忍者バランス」をやりませう。おしりをあげて5秒がんばるぞ。1、2、3...5。**

12 **両手をあげて!**
「忍者立ち」をやりませう。

13 **胸のまえでグー!**

14 **腕を振って、ジャンプ!**

● **楽しいを共有する**
 指導者も一緒になって体を動かし、おもしろい動きやダイナミックな動きを見せることで、子どもたちは夢中になり、さらに盛り上がります。

15 **次は、縄跳びをやりませう。後ろ跳びにもチャレンジしましょう!**

16 **みんな、座ってー。〇〇くん、縄跳びが10回跳べるようになりました! 1、2、3、.....10 できた! スゴイ!**

17 **それでは、〇〇くん金メダルをあげませう。スゴイ!! よくがんばりました。おめでとう。ポーーン! はい、拍手!**

写真/長尾里絵

2人組運動

2人で力を合わせて、よーいどん!!

ウォーミングアップ終了後は、2人で力を合わせて、さまざまな運動にチャレンジしました。自分だけではなく、お友達とコミュニケーションをとりながら、体を動かすことを学びます。

1



お友だちと2人で一つの大きなお風呂をつくってください。自分から声をかけていってください。

●お友だちの気持ちを考えてチャレンジしよう
2人組になって行う遊びです。手押し車は2人でコミュニケーションよくしないと、上手に前へ進まない遊びです。



2



それでは、黄色さんはあざらしポーズ、ピンクさんは足を持ってあげてね。そのまま、1、2、3、……10。

3



次は、お風呂の周りをよーいどんで散歩していきます。

●黄色さんは、お風呂の外からピンクさんのおしりをタッチしてください。ピンクさんはお風呂の外には出られません。黄色さんは足をすばやく動かして、回らないとタッチできないよ。

4



足の裏と足の裏を合わせて、頭のマンジュウ(帽子)を2人の真ん中においてください。先生が「マンジュウ!」と言ったら取るんだよ。最初は、手はうしろだよ。

5



●どっちが先にマンジュウをとるか
帽子や縄跳びを使って、2人で帽子をとったり、タッチし合う遊びです。

6



7



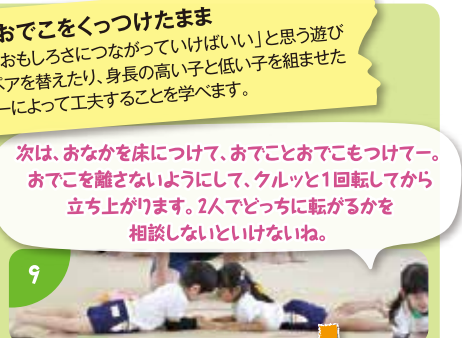
2人ともお風呂の中で、おなかをつけて寝転んでください。おでこおでこをくっつけて、離れないようにして立ち上がるよ。2人で力を合わせて、何回も何回もチャレンジしてごらん。

8



●おでこおでこをくっつけたまま「難しいことがおもしろさにつながっていいね!」と思う遊びの一つです。ペアを替えたり、身長の高い子と低い子を組ませたりと、パートナーによって工夫することを学べます。

9



次は、おなかを床につけて、おでこおでこもつけて。おでこを離さないようにして、クルッと1回転してから立ち上がります。2人でどっちに転がるかを相談しないといけないね。

13



最後は「マットリレー」にチャレンジします。「よーいどん!」でマットの上でめぐり返りして戻ってきます。次の人にタッチしてください。

14



それではスポーツ教室おしまいです。大きな声で「ありがとうございました!」

●最後の遊びはゲーム的に
いちばん最後にゲーム的な遊びをもってきて、子どもたちが十分にエネルギーを使って、「おもしろかった」という気持ちを残して教室が終わるようにしています。

10



11



12



育成母集団とリーダーがサポート キーワードは「大人も楽しむ」

指導現場レポート 東山スポーツ少年団 (愛知県名古屋市)

協力して子どもたちを“見守る”

育成母集団(保護者)やリーダーを上手に活用して、幼児たちを含めた「遊びプログラム(アクティブ・チャイルド・プログラム)」を実施しているのが、愛知県名古屋市の東山スポーツ少年団です。指導に当たる吉田繁敬先生は、「子どもが少年団に入ったときは、親も入団したという意識を持ってもらい、大人と子どもと一緒に活動する機会を大切にしています」と言います。

そこで、東山スポーツ少年団では、育成母集団が協力して、子どもたちの遊びプログラムをサポートしています。

育成母集団がサポートするのは、

- 活動前の道場の掃除
- 団員の出欠チェック
- 遊びプログラムの記録
- 団員が遊びプログラムに何人参加したか
- ストレッチの号令は誰がかけたか
- どういう内容の遊びをしたか
- 子どもたちの反応はどうだったか

等です。

特に「遊びプログラムの記録」は、以下のようなポイントを確認するのに効果的です。

- 年間を通じて、どの遊びを、どういう時期に、何回やったか
- 子どもたちの動きが変わってきたか
- 同じような遊びが重なっていないか
- 号令をかける子どもは順番に回っているか 等

このほかにも育成母集団では、剣道着の着付けの指導や健康管理などもサポートしています。

また、東山スポーツ少年団では、いちばん下の子どもが中学生以上になった保護者に、スポーツ少年団の認定指導員資格の取得を勧めています。すでに24名の保護者が指導員資格を保有し、そのうち3~4人が交代で練習に顔を出し、指導に当たっています。

指導者と育成母集団が協力して、子どもたちを見守る体制が作られていることがわかります。

“楽しい”気持ちを共有することが大切

東山スポーツ少年団の活動日は毎週、火曜日と木曜日です。練習場となる剣道場では、午後6時10分に「集合」が上がり、そこから5~10分かけてストレッチが行われます。その後が「遊びプログラム」の時間で、6時40分に終了。剣道着を着けて、礼式をした後、剣道の稽古がスタートする、というのが通常の活動スケジュールです。

「遊びプログラム」には、中高校生のリーダーたちも一緒に参加します。

取材日に行われた「さかなとり」「木とリス」の遊びでは、リーダーも子どもたちも、大きな子も小さな子も、男の子も女の子も仲よくコミュニケーションをとって、運動遊びを楽しんでいました。また、「大根抜き」では、育成母集団も参加して、親と子どもと一緒にになって取り組んでいました。

「育成母集団やリーダー活用のキーワードは、“大人も楽しむこと”です。遊びプログラムでは、団員だけでなく、保護者やリーダーも一緒に参加し、“楽しい”という気持ちを共有することが大切なのです。スポーツ少年団で集まる回数が多くなり、楽しい場面が多くなるほど、親近感は強くなるものです。家庭に帰っても、スポーツ少年団で楽しんだ遊びの話をしたり、実際にやってみたり、親子のコミュニケーションにも好影響があります」と、吉田先生。

幼児期のアクティブ・チャイルド・プログラムでは、指導者、リーダー、育成母集団の協力体制が大切であることを実感できました。



指導する吉田繁敬先生



さかなとり 漁師(鬼)にタッチされた人が手をつなぎ、どんどん網を広げていく遊び



木とリス
2人(木)で手をつないだ中に、1人(リス)が入り、号令とともに場所を移動する遊び



大根抜き
道場に広がった大根(足)を、どんどん引き抜いていく遊び



入団して1年後には、防具をつけて稽古することが目標。左後方は松井満男団長