

## [ 引用文献 ]

- 緒言**
- 竹中晃二編、財団法人日本体育協会監修（2010）アクティブ・チャイルド 60 min. -子どもの身体活動ガイドライン-
  - 杉原隆（2003）運動指導の心理学-運動学習とモチベーションからの接近
- 第1章**
- スポーツ庁（2023）令和4年度体力・運動能力調査
  - スポーツ庁（2022）令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査
  - 文部科学省（2014）平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査
  - 文部科学省（2012）幼児期運動指針ガイドブック
  - 竹中晃二編、財団法人日本体育協会監修（2010）アクティブ・チャイルド 60 min. -子どもの身体活動ガイドライン-
- 第2章**
- 公益財団法人日本陸上競技連盟（2019）競技者育成プログラム -Accelerating JADM-
  - 阿江通良他（2010）子どもの基礎的な動きに関する調査研究、平成21年度日本体育協会スポーツ医・科学研究報告Ⅲ子どもの発達段階に応じた体力向上プログラムの開発事業
  - 文部科学省（2011）体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究報告書
  - 内藤久士他（2022）令和3年度日本スポーツ協会スポーツ医・科学研究報告Ⅰ「運動適性テスト」に関する検討-第3報-
- 第4章**
- 岡澤祥訓・北真佐美・諏訪祐一郎（1996）運動有能感の構造とその発達及び性差に関する研究. スポーツ教育学研究, 16 : 145-155.
  - 公益財団法人日本スポーツ協会（2019）スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック
- 第5章**
- 文部科学省（2012）幼児期運動指針ガイドブック
  - 文部科学省（2012）幼児期運動指針 普及用パンフレット
  - 世界保健機関（2010）Global Recommendations on Physical Activity for Health
  - 竹中晃二編、財団法人日本体育協会監修（2010）アクティブ・チャイルド 60 min. -子どもの身体活動ガイドライン-
  - 公益財団法人日本スポーツ協会（2021）発育期のスポーツ活動ガイド
  - 平野裕一他（2019）平成30年度日本スポーツ協会スポーツ医・科学研究報告Ⅴ発育期のスポーツ活動のあり方に関する研究～アスリート育成モデルの構築～-第1報-
  - 平野裕一他（2020）令和元年度日本スポーツ協会スポーツ医・科学研究報告Ⅳ発育期のスポーツ活動のあり方に関する研究～アスリート育成モデルの構築～-第2報-
  - 平野裕一他（2021）令和2年度日本スポーツ協会スポーツ医・科学研究報告Ⅰ発育期のスポーツ活動のあり方に関する研究～アスリート育成モデルの構築～-第3報-
  - 公益財団法人日本陸上競技連盟（2017）JAAF VISION 2017
  - 公益財団法人日本陸上競技連盟（2018）競技者育成指針 パンフレット
  - 公益財団法人日本陸上競技連盟（2018）競技者育成指針 普及用リーフレット
  - 公益財団法人日本陸上競技連盟（2019）競技者育成プログラム -Accelerating JADM-
  - 神奈川県立体育センター（2010）子どもの体力および運動能力の向上に関する研究



## 日本スポーツ協会スポーツ医・科学委員会 アクティブ チャイルド プログラム普及・啓発プロジェクト

## [ 研究班員 ]

班長	内藤 久士	順天堂大学大学院 スポーツ健康科学研究科
班員	春日 晃章	岐阜大学 教育学部
班員	窪 康之	国立スポーツ科学センター スポーツ科学・研究部
班員	佐々木 玲子	慶應義塾大学 体育研究所
班員	佐藤 善人	東京学芸大学 教育学部
班員	富田 寿人	静岡理科大学 情報学部
班員	森丘 保典	日本大学 スポーツ科学部
班員	吉田 伊津美	東京学芸大学 教職大学院
班員	吉田 繁敬	アイ・プラス株式会社
班員	青野 博	日本スポーツ協会 スポーツ科学研究室

## アクティブ チャイルド プログラム (JSPPO-ACP) ガイドブック

---

発行日	2020年9月16日（第1版第1刷） 2021年5月10日（第2版第1刷） 2023年5月1日（第3版第1刷）
発行	公益財団法人日本スポーツ協会
問合せ先	公益財団法人日本スポーツ協会 スポーツ科学研究室 〒160-0013 東京都新宿区霞ヶ丘町4-2 JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE 12F Tel. 03-6910-5806 <a href="https://www.japan-sports.or.jp">https://www.japan-sports.or.jp</a>

---

## よい指導者としての観点

- 1 まずはからだを動かす**  
時には挨拶もそこそこに、集まった子どもから遊びの輪を広げる
- 2 多様な動きを経験させる**  
楽しく遊ぶことを通して多様な動きを経験する、その大切さを保護者に伝える
- 3 一定の身体活動量と活動強度を確保する**  
楽しく遊ぶことを通して活動量と活動強度を確保する
- 4 発育発達の個人差に配慮する**  
発育発達の個人差を理解する、子どもの特性に応じた働きかけを心がける
- 5 次々にプログラムを展開する**  
多様なプログラムを設定する、ゲーム性の高い遊び、「レパトリー」×「バリエーション」
- 6 できるようになったことを認める**  
肯定的な言葉の積み重ね、動きの上達を見極める、成長した点を認める
- 7 いつも元気で楽しい雰囲気をつくる**  
表情や感情の表現に気をつかう、いつも元気に明るく楽しそうな雰囲気をつくる
- 8 こころの発達や社会性の獲得にも配慮する**  
しかる場面は二つだけ（道徳に反すること、危険なこと）、時には「見守る」「待つ」
- 9 異年齢交流を積極的に利用する**  
思いやり、リーダーシップ、年上の子どもに対する指導的な配慮
- 10 指導に関する情報を共有する**  
計画的な指導や安全管理のために指導者間で情報を共有する

## 基礎的動きの質的評価（動きの獲得）

- 1 身につけさせたい動きが遊びに含まれているか**  
子どもの動きの課題をとらえ、未熟な動作を洗練させるような運動を提供する
- 2 全力発揮ができているか**  
より速く、より高く、より遠くといった目標を子どもが意識できるように働きかける
- 3 バランスよく全身を使っているか**  
上肢だけ、下肢だけ、片側だけの運動にならないよう配慮する
- 4 苦手なことにチャレンジしているか**  
できないこと、苦手なことの原因を考え、工夫してできるようになる機会を提供する

## 安全管理チェックリスト

- | 1 場所の選定                                   | ✓記入欄                     |
|---|--------------------------|
| ① 活動内容に応じた広さ、環境を整える<br>(適切な広さ、レイアウト、床/地面) | <input type="checkbox"/> |
| ② 道路との位置関係を確認する<br>(周辺の交通量や道路事情、子どもの動線)   | <input type="checkbox"/> |
| <b>2 施設や用具等の確認</b>                        |                          |
| ① 施設(固定遊具等)を確認する                          | <input type="checkbox"/> |
| ② 危険な場所を確認する                              | <input type="checkbox"/> |
| ③ タバコ、ガラスなどを除去する                          | <input type="checkbox"/> |
| ④ 遊具、用具を確認する                              | <input type="checkbox"/> |
| <b>3 緊急対応</b>                             |                          |
| ① 近隣病院を確認する<br>(診療科目、診察時間、連絡先)            | <input type="checkbox"/> |
| ② 関係者の連絡先を確認する<br>(協力体制の確立)               | <input type="checkbox"/> |
| ③ 緊急時対応マニュアルを作成する<br>(役割の確認)              | <input type="checkbox"/> |
| <b>4 熱中症予防</b>                            |                          |
| ① 暑いとき、無理な運動は事故のもと                        | <input type="checkbox"/> |
| ② 急な暑さに要注意                                | <input type="checkbox"/> |
| ③ 失われる水と塩分を取り戻そう                          | <input type="checkbox"/> |
| ④ 薄着スタイルでさわやかに                            | <input type="checkbox"/> |
| ⑤ 体調不良は事故のもと                              | <input type="checkbox"/> |