



久留米大學

Kurume University

幼児の体育

2010

満園 良一(健康スポーツ科学センター)

乙木 幸道 (株、FRJ)





本時の内容



何故、幼児の体育が叫ばれるのか？



1 幼児体育 1～5



2 幼児期から児童前期にかけての
動きの発達とスキルの獲得 1～5





何故、幼児の体育が叫ばれるのか？

1) 環境の変化が大きい



深夜に開いている

- ・ファミリー・レストラン
- ・居酒屋
- ・カラオケ・ボックス

大人と一緒にいる子ども、幼児の存在？





何故、幼児の体育が叫ばれるのか？

2) 環境の変化が大きい



幼児から成長しても？
容易に環境は変わらない？

- ・テレビ
- ・ビデオ
- ・テレビ・ゲーム

家庭内の環境も、遅い就寝時間など？ **生活リズム**の乱れ？



朝食の**欠食**？





何故、幼児の体育が叫ばれるのか？

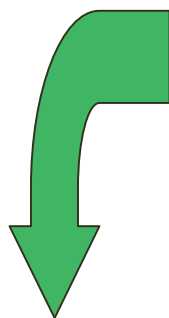
3) 環境の変化が大きい



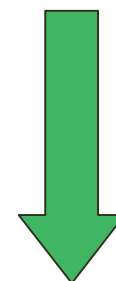
子どもも忙しい？

親も忙しい？

- **習い事**
- **共働き**や**残業**など！！！！



そのつけは**子ども**へ？



コミュニケーション不足？





何故、幼児の体育が叫ばれるのか？

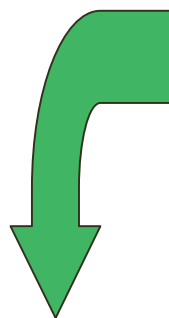
4) 環境の変化が大きい



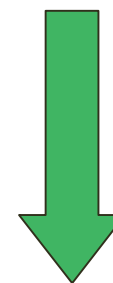
子どもの就寝時間？

2005

- ・ 5歳幼児園児 午後9時33分
- ・ 同保育園児 午後9時51分



就寝時間も、幼稚園児が長い！！



日中の運動遊びを積極的に実施することによって
早い就寝時間、長い睡眠時間？の確保



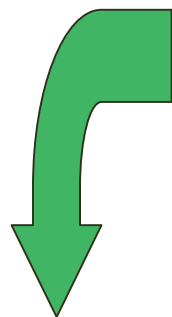
何故、幼児の体育が叫ばれるのか？

5) 環境の変化が大きい



身体の機能面でも？

- **体感温度**(快適と感じる)
- **16~18℃** / 1960年
- **20~22℃** / 1970年



- **体温調節**の機能低下？が避けられない ⇒ **風邪**の頻発
- 脳に備わる**生体時計**、**生体リズム**、**自律神経系**の防衛機能が、大人社会のネガティブな影響で狂ったり、弱まっている





何故、幼児の体育が叫ばれるのか？

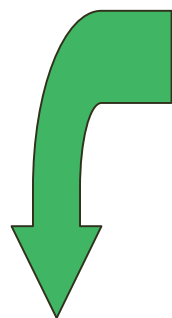
6) 環境の変化が大きい



安全の配慮の強化？

事故、怪我が怖い？

抑止の強い社会の到来？



・ **都市化**の裏返し

・ **予測可能な社会**へ

子どもが**遊び込む**と言う体験の希薄化、機会の減少へ

つまり**マニュアル化**！！





何故、幼児の体育が叫ばれるのか？

結論として **子ども** or **幼児** は

つまり、**自然** そのものです

であれば、**予測し難い**存在です

同じような存在は、**女性** かも知れません





1. 幼児の健康的な生活リズムづくり

- ❖ 大脳は、覚醒後2時間程度、正常に機能しない。
- ❖ ので、早めに起床し、軽い体操や散歩などによる筋の緊張度が大脳の機能を高める。 ⇒ **血流の確保**
- ❖ 例えば、午前9時からの保育ならば、遅くとも午前7時に起床する必要がある。



- ❖ 身心のコンディショニングを整えるために、夜型リズムから**朝型リズム**への生活を実現へ



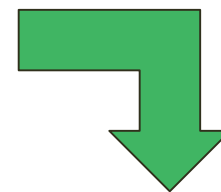


2. 生活リズムのための運動の役割

- ❖ 本来、幼児は夜8時頃に就寝し、朝6時に自然覚醒させたいが？今、難しい。
- ❖ 夜8時頃の就寝で遡ると、夕食が遅くとも午後7時頃になるし、日中の積極的な運動遊びが夜8時頃の就寝につながる。



- ❖ 「規則正しい生活リズムの確立」



これって、**生活習慣病** の予防と一緒にしよう





3. 危険予知能力の育成と身体機能の向上

- ❖ 経験の未熟さなど、幼少時の味覚機能や触覚機能などが低下している。 ⇒ つまり、**都市化**
 - ❖ 危険予知能力は、五感のトレーニングたる「戸外での運動の場」や「**野外活動の経験**」を充分にもたらす体育の計画によって回復？改善？身に付きやすい。
- ↓
- ❖ **安全確保**の配慮は必須になる





4. 遊び込み体験の確保

- ❖ 「・・・してはいけない」と言う考えが支配的な今日、周到な安全環境の構築は当然になる。が、遊び込める子ども育てるために「**小さなケガの体験は大きな事故を防ぐ**」と言う気構えでダイナミックな展開が必要だろう。

指導側の配慮と、子どもの到達経験 ⇒ 信頼感の構築

- ❖ 安全な体制下で、子どもの試みは過剰な制止は避ける。
↓

- ❖ 子どもの達成感や**喜び**を大切にする。
- ❖ 達成感や**満足感**を伴う「**感動体験の場**」を作れるようにしたい。





5. 自発的な運動の奨励と指導

❖ 自発的な遊びの前提は、その環境の隠れた**危険性**や状態の**移り変わり**を十分な理解すること、および安全の配慮になる。 ⇒ 加えて、**用器具**の使い方の指導

つまり、環境の設定に教えるべきことの多さが特徴になる。

❖ 基本となる遊びや運動の具体的紹介から始め、自発的に遊ぶきっかけを掴んだら「**主導権**」を子ども側に移行させる。

⇒ 場面を捉えて、**マナーの指導**も必要・・・





6. 幼児期の運動や遊びのねらいとポイント

- ❖ 運動面でルール性に富むものをやらせ過ぎたり、**競争的**立場を早くから強く経験させない。⇒ つまり、**遊び**
- ❖ 運動の方法や遊び方の工夫したり、創造する自発性づくりに目を向ける。⇒ つまり、**指示待ちさせない**
- ❖ 様々な運動を体験させ、親しませる。歩くことは「**運動の基本**」、走ることは「**運動の主役**」である点を踏まえ、しっかり経験させる。
- ❖ 今日の生活状態を考慮した「**からだづくり**」は、欠かせない。
- ❖ 室内だけでなく、戸外の運動遊びを奨励し、自然や太陽の下で仲間と関わらせ、運動させる。
⇒ **集団**で遊ぶ楽しさを伝える。





これから**幼児体育**の話です

- ❖ **1. 幼児体育とは？**
- ❖ **2. 体育遊びと、運動遊び**
- ❖ **3. 幼児体育のねらい**
- ❖ **4. 幼児体育の指導法**
- ❖ **5. 幼児体育の指導内容**





1. 幼児体育とは？ その1

❖ 「幼児体育」は、様々な身体運動（運動遊び、ゲーム、スポーツごっこ、**リズムック**など）を通した以下の営みを指す。



- 1) 諸機能の調和的発達を図る。
- 2) 精神発達を促し、社会性を身につけさせる。
- 3) 心身ともに健全な幼児に育てる。



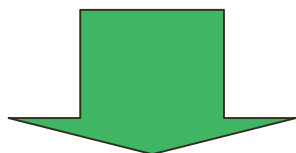
その2へ



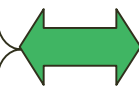


1. 幼児体育とは？ その2

- ❖ 「幼児体育」は前提として身体活動を通じた教育であり、その教育過程に系統化と構造化が求められる。



- 1) 幼児の実態把握。
- 2) 指導目標の立案。
- 3) **学習内容**の構造化。
- 4) **指導方法**の工夫・検討



その結果を評価し、今後の資料として蓄積する

「幼児体育」は幼児の**全面的**発達を目指すなかで位置づけ、
体を育む「遊び」を中心にするので
健康・安全の配慮が欠かせない。



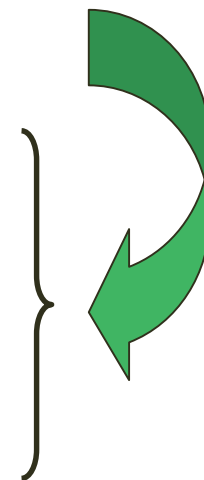


2. 体育遊びと、運動遊び

- ❖ 「体育遊び」は、教育的目標達成のため、社会的、精神的、知的な面をそれぞれ考慮に入れた体を育む教育的営みのある「運動遊び」になる。

その狙いは・・・

- 1) 身体の発育促進
- 2) **楽しさ**の体験
- 3) **体力・技能**の向上
- 4) 友達の存在が、社会的、精神的側面の育成



それらの時間的経過で努力する過程があることは特徴





3. 幼児体育のねらい

- ❖ 幼児体育の指導場面で大切なことは、「**心の動き**」をつくりあげるために身体を動かすと考えたい…で、そのねらいは、以下の通りである。



- 1) 自ら課題を見つけ、主体的に判断し行動できる意欲と強い意志力の滋養。**
- 2) 他者と協調し、思いやりや感動する心もてる豊かな人間性の滋養。**
- 3) 健康生活を実践できる体力や運動技能の獲得。**

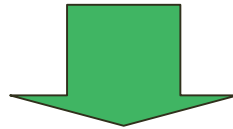




4. 幼児体育の指導法

- ❖ 幼児の体育指導は、**子ども観**に始まり、最終的に具体的レベルに展開される。

そこに、指導者自らの個性、経験が反映されて、異なる指導方法や働きかけになる・・・



- 1) 直接的行動の指標を示す指導(**しつけ?**)がある。これは**価値観**を含んだ内容が指導者から直に示され、活動しやすさを求めて遊びや運動の**ルール**や安全上の**決まり**に関するものが多い。
- 2) 子どもに考えさせる指導がある。1) と対照的に望ましくない行動が生じた時に用いられやすい。

1) と2) の選択、あるいは組み合わせが指導法?になる・・・



如何に望ましい行動を認め、知らせるか?望ましくない行動へは直接的な指摘でなく、**望ましい**方向の提示や婉曲的指示、あるいは表情や態度で示せるか!!!
指導上のテクニク?



5. 幼児体育の指導内容

❖ **P12～18のテキストの内容を
参照？**





久留米大學

Kurume University

幼児の生活実態からみた 体育の役割

今日、ここまで！です。

