

令和5年度 幼児教育研修（年齢別運動あそび0・1・2歳児）

「乳児および3歳児未満児の子どもの運動あそびと発達について」

日時：0・1歳児 令和5年10月31日（火）15:00～17:00

2歳児 令和5年11月7日（火）15:00～17:00

会場：足立区生涯学習センター

講師：日本体育大学 助教 河田 聖良 氏

## 乳幼児期の運動あそびって?!

様々な遊びを通して、自ら体を存分に動かすことを楽しむ活動が生活に組み込まれること

つまり…

## 日々の遊びの中で、身体を動かす活動



### なぜ乳幼児期に「運動あそび」が大切なのか

#### 自発的な運動あそびが優れている点

- ①五感と体を使う
- ②集中し状況に応じて思考する
- ③人との関わり自己を確立する
- ④失敗し、立ち直りを経験する
- ⑤想像し表現する

想像力はその後の他者の気持ちを推し量る力や創造力、応用力、計画力へとつながる

### 豊かな人生を送るための基盤づくり

### 子どもが身体を動かして遊ぶ「運動あそび」を進めていくために

- 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
- ②楽しく体を動かす時間を確保すること
- ③発達の特性に応じた遊びを提供すること

### 適切な環境が大事



## 運動あそびの土台が育つ0.1.2歳児

### 姿勢を保つ力の発達



よじ登る時に手足や体幹の筋肉から伝わるギュっという感じや滑り降りる時のスピードと傾きを感じることで姿勢を保つ力が育まれる

### 眼球運動の発達



手元を見続ける時のじっくり見る力や黒目を中心に寄せる動きが目で追う力の土台となる

### ボディイメージの発達



ふれあいを通して伝わる触覚や圧迫させる感覚は体の輪郭を明確にし、ボディイメージの発達につながる

## 動きの発達と運動

### ① 移動運動の技能の獲得

(ハイハイ・つかまり立ち・一人歩きなど)



保育者は、子どもが獲得する基本動作の幅が広がるような意識をもって関わる必要がある

➡ 興味や関心のあるものに近づきたい!という知的好奇心が動機づけとして関与している。

### ② 基本運動技能(基本動作)の獲得

(立つ・しゃがむ・のぼる・おろる・打つ・投げる・蹴る・渡す・受け取る・など)



➡ この時期に獲得された基本動作は、その後に獲得される高度な運動技能獲得のベースとなる。



Aちゃんはほとんどブランコでしか遊ばないなあ

Bくんはこの頃ヒーローごっこばかりしてるなあ

「36の基本動作」や「遊びの分類」を参考に、偏ることなく経験することで、運動あそびの幅を広げることになるので、動きの**多様性**が増す。

保育者は、**それぞれの遊びの楽しさを経験することを援助**していく姿勢が必要

●遊びの分類●

<p><b>競争</b></p> <p>かけっこ ドッチボール</p>	<p><b>運</b></p> <p>どんじゃんけん はないちもんめ</p>
<p><b>模倣</b></p> <p>くまさん歩き ごっこあそび</p>	<p><b>めまい</b></p> <p>ジャングルジム 滑り台</p>

カイヨワの分類を参考に作成



**実技**

各保育施設の物理的環境は異なる。だからこそ、一つの道具、一種類の素材を使って、実践につながるバリエーションのある遊び方を学びました。

◆からだあそび◆

だるまさんがころんだ



おしり歩き競争



前に進んだり、後ろに下がったり体のどの部分を使うとうまくいくかを自然と考えながら動きを楽しめる

だるまさんずもう



自転車こぎ



足の裏を合わせてギコギコ。バランスが大事。



抱っこしたまま、だるまさんのように転がり一回転する。揺れる感覚を楽しめる

◆素材を使って・・・◆

傘袋をつかって・・・



飛ばしたり、棒のように立ててジグザク歩きをしたり多様な運動遊びに展開できる。



傘袋の中に重りを入れてみる。おきあがりこぼしのように立てて遊べる。

研修生の報告書より

触れ合い遊びを通じた体の動かし方では、楽しく動いて遊ぶことが大切だと学び、身近な素材を使って狭い空間でも遊べるということを知った。

運動遊びは、保育者が環境を準備し、時間を設けて行うというイメージをもっていった。受講後、日々の遊びの様子を振り返ると、「走る」「跳ぶ」「掘る」など、36の基本動作が自然と取り入れられていることに気付いた。