



幼児期にふさわしい運動遊び



子どもの体格・体力・運動頻度の変化や、子どもの動作に見られるぎこちなさ、また運動が脳の血流量に与える影響について、データを示していただきました。「多様な動きが経験できるように様々な動きを取り入れること」、「楽しく体を動かす時間を確保すること」、「発達の特性に合った遊びを提供すること」、そして「基礎的な動きを指導した後は子どもの自主性を大切にすること」が重要であるとのお話に、支援方法を見直すよい機会となりました。

また午後の実技では、構造的特性(バランス・移動動作・操作動作)と、機能的・効果的特性(達成感・協力・身体的接触)をバランスよく取り入れた、様々な運動遊びの例とアレンジ方法を学び、大人の私たちも体を動かすことの楽しさをあらためて実感することができました。（受講者数41人）

〈研修内容〉

【講義・実技】「幼児期にふさわしい運動遊び」

講師 松本短期大学幼児保育学科 准教授 白金 俊二氏



受講者アンケートから

- 現在の子どもをとりまく環境の変化や能力の変化等を知ることができよかったです。
- 時代背景と運動能力が関係していることがよくわかりました。
- 鬼ごっこなど何気ない遊びが体力強化に繋がるということを知ることができました。
- 自由遊びと指導者による一斉運動を半々に、目的・目標を持った形態をとることが大切だと感じました。
- 運動遊びも子どもの自主性を大切にしなければいけないと感じました。
- 知覚を意識しながら体を動かすことは、脳の活性化にも繋がるので年齢問わず生活の中で取り組みたいと思いました。
- 保育に、すぐにでも取り入れられる内容でした。これからの支援にアレンジを加えながら取り入れていきたいです。自分も楽しめました。
- 日々の保育、体育の授業、運動会、保護者とのリクリエーション、地域の行事等で活用したいです。
- 体全体、頭も使い、楽しく運動を取り入れることができ、バランス感覚や瞬発力も身につけられ、とても良いことだと思いました。たくさんの運動遊びを取り入れたいです。
- 時間を忘れて楽しんでしまいました。疲れたけれど、大人が楽しまない子どもも楽しめないと思うので、今日の楽しかった気持ちを持ち帰りたいと思います。
- 子育てをしている保護者にも、もっと聞いてほしい内容だと思いました。