

体力向上のための手立てを求めて

～園外活動や運動遊びを通して～

1 設定理由

本園では、歩くことの少ない車社会や生活環境の変化により、園児の体力の低下が感じられる。また、夜ふかし等で夜型の子が増えてきている。園区では、安全な遊び場がなく友達の家との距離もあるため、降園後は家で過ごすことが多い。

このような実態から、園で楽しく遊ぶ体験を重ね、支援のあり方を工夫することで、体力作りにつながると考え、本主題を設定した。

2 研究仮説

<仮説1>

○幼児が体を動かしたくなるような場を設定し、運動遊びに目を向け、体験させることで、充実感や達成感を味わい、体力向上へとつながるであろう。

<仮説2>

○運動遊びをする中で、個に応じた遊びへの手立てや言葉がけをすることにより、興味を持って遊びにとりくむであろう。

3 研究内容

○一人一人の運動能力を知り、子ども達に合った活動内容の工夫をする。

○子どものとりくみを理解し、支援のあり方を探る。

4 研究成果

○いろいろな運動遊びを楽しみ、その体験を重ねたことで遊びの幅が広がり、体力が高まってきた。

○体力測定をすることで運動遊びへの意識が高まり、目当てを持って遊ぶ姿が見られるようになった。