

幼児の体力向上を図り健康で明るい子どもを育てるためには

活動の名称

「子どもJoy! Joy! フラン」健康・体力づくり実践研究校

団体等の名称

秦野市立しぶさわ幼稚園

活動に含まれる（連携している）団体等

- 幼稚園 □ 保育所 □ 小学校 □ 中学校 □ 高等学校 □ 中等教育学校 □ 特別支援学校
- 児童館 □ 公民館 □ 図書館 ■ PTA □ 子育て・教育支援団体、NPO □ 企業・事業所
- 病院・保健所 □ 早寝早起き朝ごはん運動・家庭教育支援に関する実行委員会・協議会
- 行政（教育委員会） □ 行政（保健・福祉部局） □ 行政（その他の部局）
- その他（東海大

活動の概要

◆ 活動の目的・趣旨

健康で明るい子どもを育てるために、今まで取り組んできた園の学びを生かし、幼児の体力の向上に関わる支援の在り方について3年間にわたり研究した。その1年目は「体力測定調査」「生活習慣調査」「ヘモグロビン調査」「子どもたちの家庭生活」などの調査を行いながら、体力向上に向けた取組を行った。



「わくわくタイム」の様子

◆ 主な活動内容

* 教員・保護者研修の実施

外部講師を招いて、職員向けの「幼少年体育指導士認定講座」や「運動遊び研修会」、保護者向け「幼児の家庭生活、生活習慣について」の講演会、園児を交えての「運動遊び研修会」などを開催し、園児の健全な成長のための適切な運動の取組や、基本的な生活習慣の定着に向けた働きかけを保護者に行った。

* 朝一運動の実施

登園後、教師と一緒に体を使い、運動遊びをしてから園生活を始めるようにした。そうすることで脳と体が目覚め、次の活動に集中して取り組めるようになってきた。



壁のぼりの様子

* 親子で遊ぼう「わくわくタイム」の実施

月に1回、降園後1時間程度、幼稚園を開放して、幼稚園児の体力向上を図るとともに、保護者と一緒に楽しめるような「時間」「空間」「仲間」の確保に努めた。

* 運動したくなる環境づくりの取組

「幼児期に身に付けておくべき基本的動作36」を園児が自由遊びをしている中で調査し、遊びの中でほとんど行われていない動作が分かると、園児が遊びの中に取り入れられるよう取り組んだ。園庭に「壁のぼり」「ロープ遊び」「的当て」「竹馬」などを設け、園児が興味を持ち、挑戦してみたいと思えるような場所を設定し、遊びながら基本動作を習得できるように取り組んだ。

◆ 活動の成果と今後の展望

保護者向けの講演や親子で遊ぶ時間を設けることによって、まさに保護者と一緒に研究に取り組んでいく中で、保護者の意識も変わってきた。今後も継続的な取組をしていきたい。