

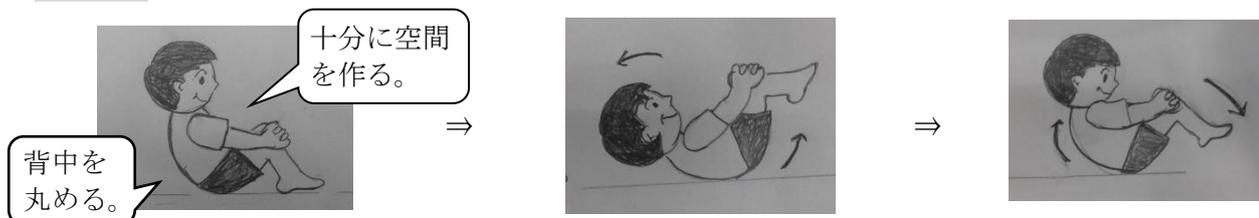
コロナ禍における研修を制限がかかる中で、皆様の御協力により無事開催することができました。初級、中級編の中で多くの質問をいただきましたので、今号では質問を中心に掲載します。

【初級・中級編の参加者からの質問と講師の回答】

**Q 姿勢を保てるようにした方がよいと言われていますが、どんな動きから行うのが良いですか？習慣化した方が良い動きはありますか？**

**A 遊び**

ゆりかご 年齢にもよるが、お山座りのまま後ろに転がって、戻るを繰り返す。腹筋を使い体幹を養う。



ギッタン、パッコン お腹に力を入れる。ふれあい遊びやおむつ替えのときなど小さいころからやっていると良い。

大人が足を伸ばして座り、その上に子どもの頭を足先に仰向けで寝かせる。

親指を握らせる。親指を握らせたまま起こす。

後ろに倒れて頭をぶつけないように大人の足で怪我を防ぐ。



※ 姿勢を保てない（椅子に座れない）3つの理由

- ① お腹、背中などの体幹の部分が弱い。
- ② 座ったとき、後方の確認が苦手なため、背もたれがないと安心感がない。
- ③ 椅子の高さが合っていないため、床に足の裏がつかず足がぶらぶらした状態だとお腹に力が入らない。

**Q 鬼ごっこや走ることは好きだが、鉄棒や縄跳びなどの運動遊びになるとやらなくなってしまう子の対応はどうしたら良いですか？**

**A** なぜ、やりたくないのか理由を聞く。→「自信がない」「できないから」などがある。

1つ前の動きに戻りスモールステップを大切にしていく。「頑張ればできる。」と言う声掛けはNG。「この動きができるようになったね。」「ここが良かったね。」などの気持ちが向くように声掛けしていく。先生が、失敗例を見せ大人もできないことがあることを知らせ、できないことへの不安感を取り除いていく。見本するとき、できているけれどおとなしい子を見本にする。そのことで友達に褒められて自信につながる。

**Q 発達障がいのある子に適した運動遊びを教えてください。**

**A** この遊びが良いと言うことは難しいが、気を付けることが3点ある。

- ① 具体的に説明する。「待っていて。」「きちんとして。」などは抽象的で理解しにくいので、行う内容を具体的に説明する。
- ② 視覚化する。耳で聞くより目で見た情報はとても分かり易い。例えば「赤いテープの後ろに並んで。」「座るときは青い線につま先をそろえて。」などが良い。
- ③ 個別化する。「〇〇ちゃんは〇色のフープの中に座ってね。」など知らせる。

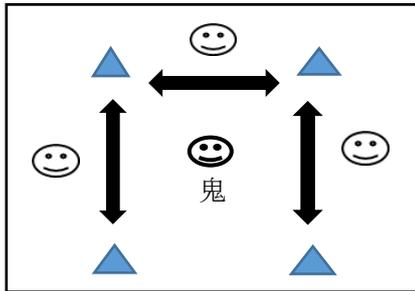
※指示を理解する、指示を聞くのもそれを聞きながら待つことも、実は見ることも苦手なので、「これは何色？」「これは何の絵？」などと対話しながら、設定すると待っているという感覚が薄らぐ。障がいのある子だけでなく他の子にも効果的である。

**Q 異年齢保育において、乳児の実践方法を知りたい。**

A 乳児の異年齢の活動はなかなか難しい。0、1、2歳児は動きがバラバラなので保育者が多数いないと、ぶつかる危険がある。異年齢での活動は発達の差が大きいので年齢の小さい子に合わせ、年齢の高い子に見本をやってもらうと年齢の高い子も楽しめる。

**Q 部屋の中や狭い所でできる運動遊びを知りたい。**

A マーカーコーンを使った鬼ごっこ



アレンジゲーム

大小のフープの中にオレンジと緑のマーカーコーンを置く。(色板返しに似たルール)  
3対3で相手のチームのマーカーコーンを倒す。自分のチームのマーカーコーンは起こす。  
勝敗はマーカーコーンが立っている数で決まる。

中央に鬼が立ち四隅のマーカーコーンを取りに行く。マーカーコーンの間にいる人が触っていると鬼は取れない。マーカーコーンの間に立っている人は鬼に取られないようにマーカーコーンに触って守る。鬼にマーカーコーンをとられたら交替する。



☆片付けの工夫→ゲームの中で片付けまでやると良い。

「Aチームはフープ、Bチームはマーカーコーンを集め、早く集められたチームが勝ち。」などゲームにすると楽しく片付けができる。

**【柴崎先生の講義より重要なポイント】**

幼児期の運動遊びのねらいは習得ではなく

『楽しい運動遊びで全ての子どもに運動遊びを好きになってもらいたい!』です。



※各年齢の遊びのポイントです。運動遊びの参考にしてください。

0、1、2歳児・・・大人が抱っこして子どもの首に手を添え頭を下げる後方感覚。

逆さまになる感覚をつける。ポイントは子どもの足を開いて抱っこする。

(頭を下げるのは2～3秒)

2歳児・・・ジャンプする遊び。両足をそろえることは意識しなくて良い。

3歳児・・・楽しいと感じる遊び。→基礎運動を中心とした遊び。

変身する、真似る。(イヌ、クマ、カエル、カンガルー、スズメなど)

基礎の動きの導入にはぶら下がる、よじ登る、転がるなどたくさん遊んでいく。

4歳児・・・自分の身体への意識→基礎運動からアレンジを加える。走る、止まるなどの静と動の区別のできる遊び。待つ、順番、ルールを守るなど集団をより意識できる遊び。

5歳児・・・基礎力を活かし、自分の身体を自分の意志でコントロールできるようになる。個人差はあるが細やかな動きができるようになる。側転、短縄、飛び箱開脚跳び越しなど。



子どもたちが楽しく運動遊びを好きになっていくためには「先生の笑顔」「楽しい雰囲気づくり」「運動の苦手な子どもを具体的に褒める」ことが、幼児期の運動遊びについて大切なことです。