

全国へ発信
289

幼保小中一貫教育プロジェクト

体力向上推進部の取り組み

全国的に子どもの体力の低下が見られます。そこで、「幼保の時期での取り組みが小中学校の子どもたちにどう生かされるのか」と、小中学校での子どもたちの理想とする体力向上の姿に近付けるために、「幼保の時期にどんな活動が必要なのか」ということを意識し、テーマを設定しました。

体力向上推進部のテーマ

「36+1の基本動作を意識した活動や取り組み、授業で、健康的な体の育成を図る」

3つの基本動作

▽「体のバランスを取る動き（平衡系動作）」

たつ、おきる、まわる、くむ、わたる、ぶらさがる、さかだちする、のる、うく

▽「体を移動する動き（移動系動作）」

あるく、はしる、はねる、すべる、とぶ、のぼる、くぐる、はう、およぐ

▽「用具を操作する動き・力試しの動き（操作系動作）」

もつ、ささえる、はこぶ、おす、おさえる、こぐ、つかむ、あてる、とる、わたす、つむ、ほる、ふる、なげる、うつ、ける、ひく、たおす、（まわす）



<保育園見学から見てきた「遊び」と「学び」のつながり>

町内の保育園を訪問したことで、保育園で子どもたちがどのようにして「遊び」や「生活」の中から自然と「体力」を育んでいるのか、その具体的なヒントを得ました。

子どもの主体性が育む「36+1の基本動作」

- **雑巾がけ**：子どもたちは、遊び感覚で雑巾がけをすることで、「にぎる」「ひねる」「おす」「はう」といった多様な動きを経験します。これは、手指や四肢を使った全身のバランス感覚や筋力を養うことにつながります。
- **紙飛行機作り**：紙を「おる」という指先を使う細かな動作から、「なげる」という腕全体のダイナミックな動きまで、遊びの過程で複数の動作を習得します。
- **サーキット運動**：保育園では、子どもの興味関心や発達に合わせたさまざまな遊びを組み合わせ、サーキット運動を行っています。例えば、年少児は「ぶらさがる」「わたる」といった動きを楽しんでいました。遊びながら体を動かす楽しさを知り、同時に必要な筋力やバランス感覚を育む工夫です。

体力向上推進部では、「遊び」と「学び」が一体となった活動が、子どもたちの健やかな成長に不可欠であると考えます。今後も「遊びの中で体を動かす楽しさ」を大切にする教育を推進していきます。園で育まれた「自ら進んで体を動かす力」を、小学校や中学校の授業にもつなげ、子どもたちが生涯にわたって運動を楽しむための土台を築いていきます。

■ 問い合わせ先 学校教育課学校教育係 ☎(48) 1111 (内1230・1231)

