

学校名 東京都江戸川区立船堀幼稚園

園長名 福井 直美

所在地 〒134-0091 東京都江戸川区船堀6-11-39

TEL 03-3675-1131

FAX 03-3675-1132

URL <http://edogawa.schoolweb.ne.jp/swas/index.php?id=1380002>

1. 研究主題

「健康な心と体を育てる運動遊び」

2. 研究の期間

平成24年度～平成27年度 4年間

3. 研究の目的

本園は平成24年から2年間上記のテーマで運動遊びの研究に取り組み、第52回全国学校体育研究大会東京大会において以下2点の考えのもとに公開保育・研究発表を行った。

- ・人が生涯にわたって運動に親しめるようにするには幼児期から自ら体を動かして運動遊びに取り組むことが大切である。
- ・幼児が自ら体を動かして遊びたくなるような体験のできる環境と指導の工夫をすることにより、遊びを通して体を動かすことを楽しみさらに運動量を増加させ、体力が向上すると考える。

引き続き26年度より、公益財団法人日本学校体育研究連合会の「足育研究推進校」として「足」に着目した研究に取り組むことにした。

幼児自らが体を動かしたくなるような運動遊びの指導計画に基づき、環境構成や指導を充実することで、幼児の足元からの健康づくりを推進する。その中で、意欲的に力を発揮する充実感を味わわせながら日常の体の動きや運動の質を高め、体力向上を図り、健康な心と体を育てることを目的に研究に取り組んだ。

4. 研究の方法・実践内容

(1) 平成24・25年度

<研究テーマ>

健康な心と体を育てる運動遊び

～運動遊びの環境と指導の工夫を通して～

<研究内容と方法>

- ① 園内の環境や活動を工夫し、主体的な動き

を生み出す活動の工夫

- ・園内の自然を生かした環境の工夫
 - ・運動遊具の特性を生かした活動の工夫
 - ・イメージを大切にし、主体的・意欲的に取り組める活動の工夫
- ② 園外の環境を生かして、ダイナミックな動きを引き出し、運動量を増やす活動の実践
- ・近隣の公園や川の環境を生かした取組
- ③ 保護者の意識を高め、保護者自ら体を動かす楽しさを味わえる活動の実践
- ・親子で楽しむ活動や行事の内容の改善
 - ・保護者が体を動かして楽しむ活動の充実
- ④ 運動遊びに関する指導計画の作成や、教師の指導力を高める研修の実施

(2) 平成26・27年度

<研究テーマ>

健康な心と体を育てる運動遊び

～足育・心育・遊育を通して～

<本研究の課題>

- 健康な心と体の重要な基盤となる、足元からの健康づくりを推進する。
- 自ら意欲的・主体的に生活や遊びに取り組む態度を育成する。
- 積極的に体を動かし、多様な体験を積み重ねられる運動遊びの更なる充実を図る。

<研究内容と方法>

- ① 健康な足を育てるための環境と指導の工夫
- ・足裏の実態把握
 - ・適正な靴の着用と、正しい靴の履き方の習得
 - ・足育に視点を当てた活動内容の工夫
- ② 運動遊びの環境と指導の工夫
- ・園内外の運動遊びの環境の工夫と改善
 - ・活動内容と、指導の工夫
- ③ 保護者の意識を高め、保護者自ら体を動かす楽しさを味わえる指導の工夫

- ・親子で楽しむ活動内容の充実
- ・保護者の足育への意識を高めるための取組

- ④ 足育・心育・遊育の関連について
- ⑤ 足の育ちと運動能力の関連について

<研究内容>

① 指導計画の実践と改善

2学年を各6期に分け、運動的な遊びの指導や環境の実践をもとに、その時期に幼児に経験させたいこと、それを実現するための環境や援助、活動例（園内・地域・保護者との連携）をまとめた。その際、幼児の取り組みの姿や育ちの実態から内容を精選した。

② 実践事例より

☆正しく靴を履こう・・・正しい靴の履き方を知り身に付ける。「ベリベリ・トントン・ギュー ピタッ!」を合言葉にした。

☆活動量を増やす遊び・・・。時間制限や活動の場を広げ、活動量を増やす遊びを工夫し、友達と一緒にルールのある遊びに取り組むことを楽しみ、自分の力を発揮させた。

☆親子で遊ぼう・・・親子で触れ合いながら、体を動かす楽しさを感じたり、足指を動かす遊びを知ったりして、家庭でも行えるようにする。裸足で足と手の指の握手、足指ジャンケンをしたり、遊び方をプリントで配布したりして家庭でも繰り返し取り組めるようにした。

☆足育講演会・・・保護者向けに日本教育シューズ協議会理事長による講演会を行い「足育」の重要性について理解を図った。

親子で靴の履き方教室を実施し、正しい靴の履き方、サイズにあった靴を履くことを学んだ。家庭用に靴の履き方のプリントを配布した。

☆足育・心育・遊育の関連について・・・「運動会でふなぼりーとになる」の事例では運動会が終わっても「ふなぼりーとのぼうけん」のイメージで遊び、劇ごっこにもなり遊びの充実につながった。「ふなぼりーとになる」という遊びから足の育ちだけでなく、できるようになりたいという意欲、自ら取り組む主体性、友達と気持ちを合わせる等、心の育ちが見られた。この3つの「育」は関連しているといえる。(ふなぼりーとは幼稚園のたくましいアイドル)

☆足の育ちと運動能力の関連について・・・フットプリンターの計測、運動能力測定、活動量の強度調査を行った。日頃から運動遊びを好み、積極的に体を動かす活動に取り組む幼児は運動能力と足測定の偏差値がいずれも高

いことがわかった。

5. 研究の成果

<研究のまとめ>

(1) 24・25年度の研究から

環境や指導を工夫したことで、運動遊びが苦手だったり体を動かすことに消極的だったりした幼児も、身のこなしが機敏になり、怪我が少なくなった。疲れにくくなり、継続して遊べるようになったことが分かった。また、遠足等近隣の公園に徒歩遠足をしたことで、歩数が全体的に増加し、意欲的に体を動かすようになり、体力も向上してきていることを実証することができた。

(2) 26・27年度の研究から

靴の履き方の指導が基本となり、身のこなしがよくなり、積極的に体を動かすようになった。また、運動遊びの指導計画に基づき、時期や実態に応じた様々な活動の環境や指導を充実させたなかで、意欲的に自ら多様な動きをするようになり、運動能力の向上や健康な心と体の育ちにつながった。さらに足や足裏が育ち、力強い動きや俊敏な動き、バランス感覚など身体感覚が磨かれ、転倒、衝突などの事故やけがが減った。

保護者も、足の育ちが心と体の健康な成長の基盤になることを理解し、歩くことや正しく靴を履かせることの重要性に気付いたことが、幼児の足の育ちにつながった。

運動能力や足の育ちを数値化することで研究の成果を客観的にとらえることができた。

6. 研究の意義、発展性

4年間研究に取り組んだことにより、職員が健康な心と体のもと「足元」からであり、いかに足育が重要であることを様々なところで発信するようになり東京新聞教育賞を受賞した。

特に25年、27年と2度にわたる研究発表で数値から研究を検証したことは今までにない説得力のある研究になり自信につながった。

生涯にわたり健康に生きていくためには幼児期の「足育」が重要であることを今後も広く発信していきたい。本年8月19日には全国国公立幼稚園・こども園長会研究協議会において「足育」パネル発表を行い、全国に発信する予定である。

