はじめに

日本幼児体育学会会長　前橋　明
（早稲田大学　教授・医学博士）

近年、子どもたちの余暇時間の中に、テレビやビデオ、スマートフォン、ゲーム機器を利用した静的なあそびが多くなってきました。そうなりますと、子どもたちの心臓や肺臓、全身が強化されずに、ますます体力低下を引き起こしていきます（静的あそび世代と、私は呼んでいます）。

また、スクリーン（平面画面）や一点を凝視するあそびが多いため、活動環境の奥行や位置関係・方向性、距離感、スピード感を認知する力が未熟であり、空間認知能力や安全能力が思うように育っていかなくなります（スクリーン世代）。実際、人とぶつかることも多くなります。ぶつかって、転びそうになっても、日ごろから運動不足で、あごが引けず、保護動作がでずに顔面から転んでしまうのです。

一方で、「運動をさせている」と言っても、幼いうちから一つのスポーツスキル練習に特化して、多様な動きを経験させて

いないことが多く、基本運動スキルがバランスよく身についていない子どもたち（運動の偏り世代）の存在も懸念されます。このように、余暇時間におけるテレビやビデオ、スマートフォン、ゲーム機器などのメディア接触が過剰になっていきますと、心肺機能や体力が高まらず、発達の過程にある子どもたちの成長を脅かすことにもなっていきます。

そこで、この運動不足状況を予防・改善するために、運動の生活化を図ることがとても重要になってきます。子どもたち自らが、日常生活の中で、自発的、自主的に、走ったり、跳んだり、投げたり、登ったり、渡ったり、滑ったりして、誰もが空間の中で、からだを動かして楽しく遊んでもらいたいと願っています。そのためにも、幼児体育の指導は、極めて重要で、責任があります。運動を通して、乳幼児期からの身体機能の向上を図るだけでなく、心身の発達、友だちとの協力・共同・譲り合い等の社会的・道徳的発達、遊び方を工夫する知的発達などを育み、あわせて、危険予知能力や安全能力をも養うのです。子どもたちが大好きな運動やあそびで遊び込むことによって、体力を高めるだけでなく、基本運動スキルを獲得して、運動能力を大きく向上させてくれます。その基本運動スキルの経験がもてるよう、指導者は、周到な指導計画をつくることが大切です。

その基本運動スキルには、4つの運動スキルがあります。一つは、走ったり、跳んだり、滑ったりして移動するタイプの運動スキル（移動系運動スキル）です。二つ目は、丸太渡りや平

均台渡りのようにバランスをとる運動スキル（平衡系運動スキル）です。三つ目は、物を操作する運動スキル（操作系運動スキル）。四つ目は、鉄棒や雲梯にぶら下がってしっかり頑張るといった、からだを移動せずに行う運動スキル（非移動系運動スキル）であり、それら移動、平衡、操作、非移動の４つのタイプの運動やあそび環境を意識した運動刺激が、今日の子どもたちの運動能力の向上には必要なのです。それらを準備した指導計画の中で、子どもたちは、バランスのとれた運動スキルを、からだを動かす中で自然に身につけて、運動能力を高めていくことを可能にしていきます。

要は、今日の子どもたちのより良い心とからだを育てるための一つのアプローチとして、日本幼児体育学会の幼児体育指導法研究会のメンバーが、毎月集まって、幼児体育指導方法の研修会を行い、少しでも幼児体育指導現場の先生方のお役に立てればと、研鑽・研修した内容を、ここに、シリーズ本としてまとめてみましたので、本シリーズが、少しでも子ども支援や教育・保育に役立てていただければ幸いに思います。

今回は、幼児体育指導ガイド３として、幼児体育のねらい達成のための留意事項、指導計画と留意事項、運動指導時の留意事項、地域社会での体育活動の留意事項、指導者養成講習時の留意事項、安全管理上の留意事項、公園での運動指導時の留意事項、安全環境への配慮と指導上の留意事項、そして、トピックスからなる構成で準備させていただきました。本書が、皆様のお役に立てれば幸いに存じます。

ごあいさつ

日本幼児体育学会　理事
幼児体育指導員資格認定委員会委員長　池谷仁志
（さわだスポーツクラブ指導研究開発部長）

「幼児体育指導ガイド 3」の発刊にあたり、ご挨拶を申し上げます。

2017 年 4 月に立ち上がった「幼児体育指導法研究会」も、早 2 年半が過ぎました。月に一度、集まっていただいた先生方との「幼児体育指導」についての意見交換や情報交換の場は、とても有意義で楽しい時間になっています。また、遠方の先生方からも、様々な情報提供をいただき、新たな刺激にもなっています。

この研究会のまとめとして、「幼児体育指導ガイド」、「幼児体育指導ガイド 2」の書籍を発刊して参りました。今回、第 3 編として、「幼児体育指導ガイド 3」の完成にこぎつけることができました。原稿をお寄せいただきました先生方、誠にありがとうございました。心より御礼を申し上げます。

この「幼児体育指導ガイド 3」では、指導計画の作成の仕方、指導実践の場での留意すべきこと、安全への配慮について、様々な幼児体育の指導場面における留意点の章から、「こんな

とき、どうする？」といった問いかけやコラム等、これまでのガイドには、掲載されなかった内容もございます。

幼児教育、幼児体育に関わられる多くの皆様にお読みいただき、幼児期の子どもたちが、安全に楽しく、そして、たくさんの経験を積みながら成長していきますように、ごいっしょに応援していけましたら、嬉しく思います。

幼児体育指導ガイド３

目　　次

はじめに……前橋　明… i
ごあいさつ…… 池谷仁志… iv

総　論

幼児体育のねらい達成のための留意事項
……前橋　明・藤田倫子… 3
1. 幼児体育のねらいと、5つの側面（身体的・社会的・知的・精神的・情緒的）のバランスよい発達 …… 3
2. 生活と幼児体育とのかかわり …… 5
3. 幼児体育のねらい達成に寄与する生活全般の留意事項の検討 …… 7
4. 幼児・児童・生徒期へと進む中で、年齢に応じた運動のポイント …… 10
5. 体力を向上させるための留意事項…… 12
6. 幼児体育指導上の留意事項 …… 15

本論　幼児体育指導の計画と留意事項

第１章　指導計画と実践・評価
1. 対象児の実態把握や指導環境の事前把握の留意事項 …… 池谷仁志 … 35
2. 指導計画立案時の留意事項 …… 永井伸人 … 38
3. 指導実践時の留意事項 …… 松原敬子 … 40

（1） 導入 …… 藤田倫子 … 41
（2） 展開 …… 松原敬子 … 43
（3） 整理 …… 藤田倫子 … 49

第２章　運動指導時の留意事項

1. 集団あそびでの安全なスペースの確保 … 佐野裕子 … 51
2. 室内におけるランニング …… 下崎将一 … 53
3. 室内での鬼あそび … 55
4. 室内でのあそびにおける環境への配慮 … 松尾貴司 … 57
5. 鬼あそびにおける子どもの追いかけ方 … 下崎将一 … 59
6. サッカーあそびの工夫 … 61
7.「ネコとネズミ鬼」あそびにおける安全への配慮 …… 松尾貴司 … 63
8. かけっこやリレーの走る方向 …… 阿部玲子 … 65
コラム①こんなときどうする？
―パラシュートの指導― …… 岡みゆき … 66
9. マット運動を行う際の向き …… 池谷仁志 … 68
10. 武術の足ジャンケン …… 郭　宏志 … 70
11. 猛暑日にリズム体操を行う場所 …… 岡みゆき … 72

第３章　地域社会での体育活動の留意事項

1. 市民を対象とした体育活動の留意事項 …… 藤田倫子 … 76
2. 保育園や幼稚園の課外体育活動の留意事項（クラス運営で留意すること） … 80

3. 幼児における中国武術指導上の留意事項… 郭　宏志 … 83
コラム②点字ブロックの役割を知ろう …… 岡みゆき … 86

第４章　幼児体育の指導者養成講習時の留意事項
…… 藤田倫子 … 87
1. 受講者の留意事項 …… 87
2. 講師の留意事項 …… 88
3. 運営面の留意事項 …… 89

第５章　安全管理上の留意事項
1. ケガや事故防止のための留意事項 …… 森田陽子 … 91
2. ケガや事故発生時の留意事項 …… 浅川和美 … 99
3. ケガをしたときの留意事項 …… 山梨みほ…107
4. 災害時の留意事項 ……國領美佐子…111

第６章　公園での運動指導時の留意事項 …… 宮本雄司…114
1. 都市公園における固定遊具の設置規準 ……114
2. 固定遊具あそびにおける年齢別の留意事項……120
3. 固定遊具の安全規準 ……122
4. 潜在的な危険の除去 ……126
5. 季節別の留意事項 ……127
6. 公園内環境の留意事項 ……130

第７章　安全環境への配慮と指導上の留意事項
…… 森田陽子 … 133
1. 安全環境への配慮 ……133
2. 指導上の留意点 ……135

トピックス　スマホ世代の子どもとあそび … 前橋　明 … 138
Part 1　今、心配していること ……139
Part 2　今日の子どもの問題を探る ……141
Part 3　生活リズム問題改善策 ……157
Part 4　子どもの健全育成のためのポイント ……159

おわりに…… 松原敬子… 162