



資料のダウンロードはこちらから→

- テーマ やってみよう！子どもと楽しむ運動遊び
- 対象 乳幼児～小学生（低学年）の保護者
- 時間 45分
- ねらい 子どもとの運動遊びを振り返り、家族で一緒に楽しめる運動遊びについて考える。
- 準備物 筆記用具、名札（参加者、スタッフ）、ワークシート、時計（ストップウォッチ）、ルールカード（3枚）、アンケート



## 1 はじめに（2分）

セリフ  
1

家庭教育や子育てでは、不安や悩みも多くなりがちですが、いろいろな人と話し合うことができれば、気持ちが楽になることもあると思います。今日の話合いがこれからのみなさんにとって、自身の考え方が広がるきっかけや仲間づくりにつながる時間になることを期待しています。今日は、「やってみよう！子どもと楽しむ運動遊び」をテーマに、子どもとの関わり方を振り返りながら、子どもと一緒に遊ぶことについて話し合ってみましょう。

## 2 自己紹介（アイスブレイク）（7分） ※他のアイスブレイクでも可(P78～P79)

セリフ  
2

まずはじめに、自己紹介タイムです。その手順を説明します。グループで順番に自己紹介をします。1人1分程度で自己紹介をしてください。紹介する内容は、「名前」と「心に残っている子どもの頃の遊び」です。「心に残っている子どもの頃の遊び」については、どんな些細なことでも構いません。発表順は各グループで決めてください。時間は6分間です。それでは、始めてください。

アイスブレイク 6分

## 3 プログラムのルールを説明する。（1分）

セリフ  
3

それでは、このプログラムのルールについて確認しておきます。（3つのルールを提示）ルールは3つあります。1つ目は「尊重」です。お互いが発言の時間を守り、他者の発言は最後まで聞きましょう。2つ目は「共感」です。自分とは違った考え方や感じ方が新たな気付きにつながります。批判せず、お互いの感じ方や考え方を認め合しましょう。3つ目は「守秘」です。みなさんが安心して話し合いができるように、ここで知り得た秘密や情報は持ち帰らないようにしましょう。ルールを守って、よりよい学びと交流を深めましょう。

## 4 遊びチェックを通して、気付いたことや考えたことについて伝え合う。（17分）

セリフ  
4

子どもは遊びが大好きです。みなさんは、普段、子どもとどんなことをして遊んでいますか。子どもと一緒に体を動かして遊んだことを振り返り、ワークシートに提示されている遊びのうち、子どもとしたことがある遊びに○、よくしている遊びに◎を入れてください。時間は3分間です。

チェックのみ記入 3分

セリフ  
5

子どもは、遊びの中から感じる・動く・考える・関わるなど、大切な力を身に付けていくと言われています。「遊びチェック」をご覧ください。気付いたことをワークシートに記入してみましょう。時間は5分間です。

ワークシート記入 5分

セリフ  
6

それでは、各グループでワークシートに記入したことを発表してください。時間は1人1分で、パスもOKです。質問なども自由に行って構いませんが、時間は7分間です。発表は、「遊びチェック」で○の数が最も多い人から時計回りでお願いします。

グループ活動 7分

セリフ  
7

みなさん、お互いの発表を聞き合って、どのような感想をもちましたか。運動遊びは、子どもたちの基礎体力や、動きの発達の向上だけではなく、人間関係やコミュニケーション能力が育まれるなど、子どもの心身の発達のためにとても重要だと言われています。

## 5 毎日できそうな運動遊びについて、考えたことを話し合う。(15分)

セリフ  
8

次に、「我が家のエブリディ運動遊びチャレンジ!」と題し、毎日できそうな運動遊びについて、どんなことにチャレンジできそうか、ワークシートに記入してみましょう。時間は5分間です。

ワークシート記入 5分



**POINT** 「ちょこっと豆情報!」の2次元コード(子どもの運動あそび応援サイト)から、様々な運動遊びの動画が視聴できるので紹介しておきましょう。

セリフ  
9

それでは、先ほどと同じように、各グループで発表してください。全員の発表が終わったら、毎日できそうな運動遊びについて、自由に話し合ってみましょう。時間は8分間です。

グループ活動 8分

セリフ  
10

ありがとうございました。「我が家のエブリディ運動遊びチャレンジ」を各ご家庭で、ぜひ継続して取り組んでください。

## 6 学習のまとめを行う。(3分)

セリフ  
11

いかがでしたか。毎日できそうな運動遊びは見つかったでしょうか?外に出て、一緒に散歩するだけでも、子どもにとってはよい遊びになると思います。最後に今日の時間を振り返って、ワークシートに感想をまとめてみましょう。

ワークシート記入 2分

セリフ  
12

以上で、終了です。アンケートにご協力いただける方は、提出してからお帰りください。ありがとうございました。