

A. 安田式体育遊び指導法の原理原則

- 習得のために必要とされる基本動作は反復練習や訓練ではなく、共感遊びに盛り込む
- 簡単な遊びから高度な動きの遊びまでを段階的に発展させる
- 指導者主導の遊びを子供達だけで楽しめるように展開する

B. 体育遊びで育む6つの力

共感力 → 模倣力 → 観察力 → 発見力 → 判断力 → 対応力

C. 心と体の力みをとる6つの動作 【原野遊びと樹上遊び】

- | | | | | | |
|---------------|----------------|------------------|------------------|---------------|---------------|
| 1. 走る
[原野] | 2. 転がる
[原野] | 3. ぶら下がる
[樹上] | 4. とび跳ねる
[原野] | 5. 渡る
[樹上] | 6. 登る
[樹上] |
|---------------|----------------|------------------|------------------|---------------|---------------|

D. 段階的体育遊び指導 “ホップ・ステップ・ジャンプ”

「何かが出来ないということは、それに繋がる何かの遊びが足りない」

段階的体育遊び指導 “ホップ・ステップ・ジャンプ” は、出来ないことを訓練的に指導するのではなく、皆が出来る簡単な遊びから楽しく段階的に体育遊びを展開させる指導法です。

子供達が遊び方と楽しさを体感し、自らの工夫で遊びを発展させていくことが出来るようにしましょう。そのために指導の段階が即遊びの発展になるように、3つの遊びを選択・整理して3段階に繋がるように計画します。

[ホップ] たやすく遊びこめる遊び 「やってみたい」「楽しい」

- 日常の経験に近い遊び
- 易しい方法と技能
- 簡単なルール

[ステップ] 熱中して遊び続ける遊び 「出来そう」「もっとやりたい」

- 自分達で段取りして遊ぶ
- ある程度慣れ、習熟した段階
- 自分達で工夫していく

[ジャンプ] 遊びを発展させる 「出来た」「もっと上手になりたい」

- 人数、遊具などの難化
- 技能を高めようとする
- 方法の複雑化

E. 安全能力を育む — 小さな危険を経験できる環境 —

安全能力とは、人を傷つけない力と、自分も傷つかない力です。

活発な遊びは多分に危険を伴いますが、危険性の全くない活動は楽しい遊びになりやすく、行う意味も小さくなります。子供達は、それぞれの発育や能力に相応した冒険や挑戦をして、小さな危険と小さな失敗をたくさん経験する必要があります。その営みこそが遊びであり、それによって安全能力も身につくのです。もちろん、不必要な危険は避け、事故を防ぎ、事故時には適切な処置が必要です。

- 状況を察知し反応する力
- 危険かどうかを判断する力
- 危険を回避し、受け身をとれる身のこなし
- 安全の規範意識が高まる経験

F. 子供が熱中する10のポイント

1. 子供の心拍に合う動きとなる声かけをする。大きすぎる声、語尾のばし、あやし言葉は控える
2. 必要の充足より満足の充足が先
3. 興味関心、共感性を引き出す環境設定。仲間の活動を観られないような待ち方はさせない
4. 「号令褒める（認める）号令褒める（認める）、号令要求（説明）」の法則
やる気のスイッチ。「ナイスボール」の法則
5. 遊びの発展性への期待感を演出。予測と期待を引き出すための「ホップ・ステップ・ジャンプ」の法則
6. 「模倣、変身、共感、協力、競争、達成、克服」の要素を遊びに取り入れる
7. しつけ・ルールの伝達と、教えているつもりの否定、訂正の違いを明確にする
8. 並ばせ過ぎない。座らせ過ぎない。説明し過ぎない
9. 興味関心（楽しそう・やりたい）→ 体験（楽しい）→ 体感（出来そう）→ 体得（出来た）
10. 遊びの中で目当てを持って並べるように。テンポ良く「集まる・待つ（聞く）・並ぶ」の法則。

G. 育みたい資質・能力 3つの柱

1. 知識及び技能の基礎
2. 思考力、判断力、表現力などの基礎
3. 学びに向かう力・人間性など

※参考：指針・要領 共通項目

H. 幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿

1. 健康な心と体
2. 自立心
3. 協同性
4. 道徳性・規範意識の芽生え
5. 社会生活との関わり
6. 思考力の芽生え
7. 自然との関わり・生命尊重
8. 数量や図形、標識や文字などへの関心・感覚
9. 言葉による伝え合い
10. 豊かな感性と表現

I. 安田式体育遊びサーキット

「心と体の力みをとる6つの動作“走る・転がる・ぶら下がる・とび跳ねる・渡る・登る”」を盛り込んで、基本動作の習得から技能向上までを皆で段階的に楽しもう！

安田式体育遊びサーキットは、年齢・発達に応じて多様な動きをセット化して効果的に行います。子供達の運動量を豊富にし、心と体の力みをとる、安全能力を向上させ、基本動作の習得を目的としています。サーキットを日常的に楽しむことで、基本動作の習得が技能向上に繋がるだけでなく、共感力・模倣力・観察力・発見力・判断力・対応力が刺激され、集団活動に必要な能力が育まれます。

■ 環境構成3つの原則（年齢・人数・広さに合わせて）

1. 全員で一斉に取り組める
2. 待ち時間が少ない
3. コースの選択が出来る（逆走禁止）

1. 回遊サーキット [運動量の確保・心と体の力みをとる・共感力を育む]

子供達が待ち時間少なく簡単な動作を何度も繰り返し楽しめるように、用具や遊具を配置して行う基本的なサーキットです。

全員で一斉に活動する中で、個々のペースでお友達をかわしたり、譲り合ったり、空いている場所を見つけて、自分の判断で進んでいきます。能力差に関係なく楽しめるのが特徴です。難しい技に挑戦するのではなく、全員が出来る簡単な動作を多様に組み合わせて、繰り返し楽しめるように構成します。短時間で豊富な運動量を確保し、心と体の力みをとる、体力と安全能力を向上させます。

2. お引越しサーキット [観察力・発見力・技能向上]

グループに分かれて短時間ごとにテンポよく各種目のコーナーを巡っていくサーキットです。各種目のコーナーへの移動を「お引越し」と呼び、グループごとに一斉に移動します。

1つの種目を短時間、繰り返し楽しむことにより、回遊サーキットで培った基本動作が技能向上に繋がりを、より巧みになります。コーナーをテンポよく順番に巡ることで、バランスよく多様な技能が向上し、短期間で体得できるようになります。

苦手な動作の訓練に偏らず、多様な技能を同時に体感することで、相乗的・効果的に、より高度な運動が出来るようになります。

3. ゲームサーキット [遊戯化・達成維持・技能向上]

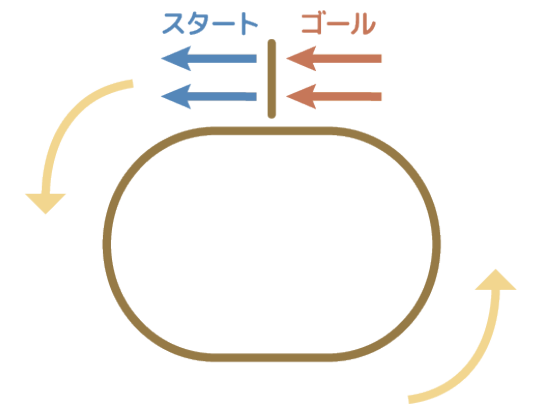
ジャンケンや勝ち負けやくじ引き、シippo取りなどによって遊戯化して楽しむサーキットです。回遊サーキットやお引越しサーキットの中で出来るようになった様々な動きや技をサーキットに取り入れ、遊戯性を高めることでマンネリ化を防ぎ、訓練的ではなく遊びとして日常的に楽しみます。

J. リレー遊びについて

リレー遊びは、チームで一致団結して勝敗を楽しむ集団遊びです。人数や広さに応じて、形式や動作を変化させたり組み合わせることで多様なリレー遊びを楽しめます。習得したい動作の経験や、出来るようになった技能の向上にも効果的です。ねらいに合わせて段階的に発展させながら、環境に合わせて様々な形式で楽しみましょう。

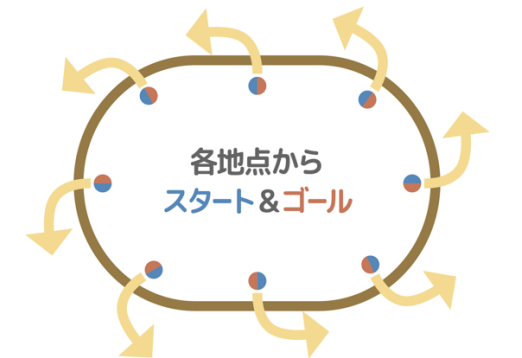
■ トラック形式

- 最も競争意識が高まる
- 運動会や競技会向け



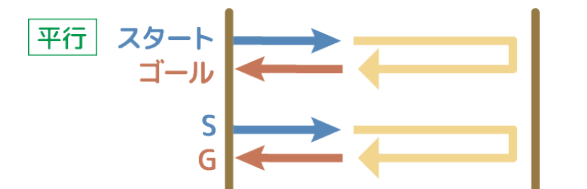
■ 環状線形式

- 全チームのスタート/ゴール地点が異なるトラックリレー
- 最後まで勝敗が分からないので、応援してバトンを繋ぐことに集中できる



■ 折り返し形式

- チーム毎に折り返しの往復の動きを楽しむリレー
- 比較的省スペースでも楽しめる

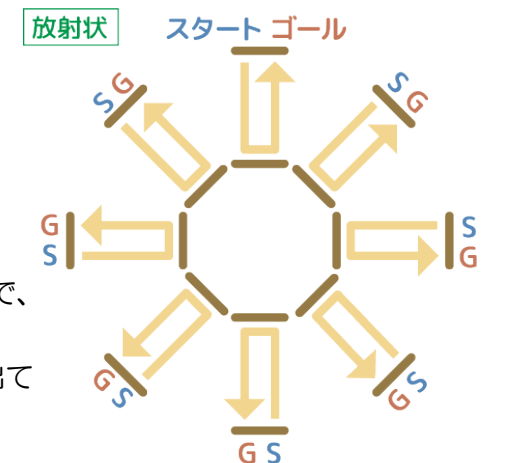


平行

- 競争意識を高め、勝ち負けを楽しむのに適している
- お互いの動きをしっかりと観ることができ、模倣力向上に効果的

放射状

- 最後まで勝敗が分からないので、応援してバトンを繋ぐことに集中できる
- 中央が折り返し地点となり、中央に向かって集合するので、共感力向上やゲーム性をもたせるのに効果的
- 相手チームも仲間も同時によく見え、一体感、臨場感が出て盛り上がる



原野遊び(走る・転がる・とび跳ねる)と樹上遊び(ぶら下がる・渡る・登る)を樹形図でつなげて段階的に楽しもう!

- 3種のサーキット(回遊・お引越し・ゲーム)で全員の活動量を十分に満たせるよう構成する
- 遊戯化し、日常の遊びとして定着・伝承するように年間遊び計画と指導計画を作成する

