

平成29年度島根県教育委員会委託事業 実施報告書

# レクリエーション による 体力向上事業



島根県レクリエーション協会

〒690-0888 松江市北堀町 15 島根県北堀町団体ビル 3階  
TEL(0852)21-7778 FAX(0852)33-7246  
E-mail : simarecj@vega.ocn.ne.jp  
http : //www.shimane-rec.jp



# 事業の概要

## 1. 本事業の目的

- 未就学児や小学生の親子に対して、好ましい運動習慣のきっかけづくりとなる運動遊びの場の確保や運動の必要性を伝えることで、生涯にわたってスポーツや身体活動を積極的に楽しむ素地を培うとともに家庭での運動の習慣化を図る。
- 幼稚園・保育所、小学校等にレクリエーション指導者を派遣し、レクリエーションや伝承遊びを中心に身体活動の楽しさを実感し、積極的に遊びや運動に親しむきっかけとなる場を提供する。
- 社会教育関係団体と連携をし、レクリエーションの必要性を伝えるとともに、指導できる地域人材を養成する。

## 2. 事業内容

### (1) 親子対象事業

- ①対象 未就学児及び小学生とその保護者
- ②内容

ア：親子実技 / イ：子ども実技  
ウ：親座学（語り場、研修）

※原則としてア、イ、ウ全て実施。ただし、アのみ実施も可。

- ③活動場所 幼稚園・保育所、小学校等、公民館等の社会教育施設、子育て支援センター等

### (2) 幼稚園・保育所・小学校等対象事業

- ①対象 未就学児及び小学生等
- ②内容 実技指導
- ③活動場所 幼稚園・保育所、小学校、児童クラブ、放課後子ども教室等

### (3) 地域の指導者養成事業

- ①対象 未就学児・小学生等の活動に係る地域指導者
- ②内容 未就学児・小学生等の活動に係る地域指導者（公民館職員、スポーツ推進委員、総合型地域SC関係者）に身体を動かすきっかけづくりを支援する指導者の養成
- ③活動場所 公民館等の社会教育施設、幼稚園・保育所、子育て支援センター等

## 3. プログラム内容

### (1) 親子対象事業

- ①親子一緒に運動プログラム（60分）
- ②保護者向けプログラム（子育てしゃべり場）（60分）
- ③子ども向けプログラム（60分）

### (2) 幼稚園・保育所・小学校等対象事業

- 幼稚園・保育所・小学校等からの依頼によりスポーツ・レクリエーション種目の実技指導を実施する。
- 例1：体育やクラブ活動の時間等でのスポーツ・レクリエーション体験で、運動・スポーツ活動に興味を持たせる。
- 例2：全校活動などの際ニュースポーツ活動の場を提供し、異学年と協力しながら楽しく活動することや、未体験のスポーツをすることで運動・スポーツに興味を持たせる。

### (3) 地域の指導者養成事業

未就学児・小学生等の活動に係る地域指導者（公民館職員、スポーツ推進委員、総合型地域SC関係者等）に身体を動かすきっかけづくりを支援する指導者の養成を行う。

## 4. 開催市町村行政等との連携

地域の指導者養成事業を実施する際には、今後の活動の広がりを考え、必要に応じて当該市町村行政やスポーツ関係団体との連携を図りながら進める。

## 5. 安全対策

事業実施の際には必要な安全対策を行い実施する。また、施設でのAEDの設置などの確認、参加者への水分補給の徹底、熱中症の予防等についても十分な配慮をする。





# 親子対象事業

## ■対 象

未就学児及び小学生とその保護者

## ■派遣場所

幼稚園・保育所、小学校、子育て支援センター

## ■内 容

ア：親子実技／イ：子ども実技／ウ：親座学（語り場、研修）

※原則としてア、イ、ウ全て実施。ただし、アのみ実施も可



- 子どもたちはもちろんのこと、大人まで楽しめ、笑顔がたくさんみられる活動になりました。日々思いきり動くこともなかなか出来ないものなので、良い時間を過ごせたのが一番でした。親も子もたくさん動いて笑って、楽しい活動になりました。
- 初めは難しいと感じることで、コツやヒントを教えてくださいとすることで、徐々にできるようになっていく子どもたちの姿が見られた。できないだろうと決めつけるのではなく、繰り返し経験していくことが大切であるということを感じた。
- 運動遊びを通して親子や子ども同士、親同士での交流もしっかり図れるように進めていただいたので、学年全体としても交流を深める良い機会となりました。また、道具を使わなくても楽しい遊びもたくさん教えていただいたので、今回限りではなく、これから学校や家庭でも引き続き楽しむことができそうです。
- 親子一緒に楽しめる体操や様々な動きのある運動遊びを教えていただき、親子でしっかりと向き合って、ふれあいを楽しむことができました。また、子どもがとても良い表情で喜んで活動する様子から、親子で一緒に体を動かすことの大切さを改めて実感しました。今後も幼稚園や家庭で、教えていただいた動きや遊びを取り入れ、楽しみながら体力向上に努めたいと思います。
- 短い時間の中に、子どもたちに身につけさせた体の動きや、しっかりとつけていきたい力を高める運動がたくさん盛り込まれていて、これから学校や家庭でも教えていただいたことをやっていきたいと思いました。

## 幼稚園・保育所・小学校等対象事業

### ■対象

未就学児及び小学生等

### ■派遣場所

幼稚園・保育所、小学校、中学校

児童クラブ、放課後子ども教室

### ■内容

実技指導（運動遊び、ニュースポーツ等）



- 保・幼・小で運動遊びを通して交流を深めることができただけでなく、職員にとっても運動遊びのヒントを得る学び多き時間となった。
- 少し難しい動きが取り入れてあり、それが子どもたちの意欲となり、楽しさとなっていて良かった。
- 一人の動きもあったが、友達と協力しないとできない動き（運動）があり、友達と協力して運動する楽しさを味わうことができた。
- 保・幼・小の合同での活動だったが、ペア活動を多く取り入れてくださったことで、友達とふれあいながら、楽しんで運動遊びに取り組むことができた。
- 縦割りの6班で行った。始めるにルールの説明をしていただいて、見本として6年生がゲームを行い内容について理解するようにした。このことが、全体の児童にとってイメージを持たせることにつながった。ゲームの内容が、1年生から6年生まで誰にでもでき、作戦を考えながら行うことができ、チームの連帯感が生まれた。教具を工夫して外で行えばもっと楽しいものになると思った。新しいゲームを紹介していただき教職員の研修の場ともなった。
- 5・6年生を対象に、縦割り班活動で応用できるレクリエーション遊びを紹介していただいた。





# 地域の指導者養成事業

NO.	市町村	連携団体	実施日時・場所				参加者		
			実施日時			場所	子ども	大人	合計
1	浜田市	浜田レクリエーション協会	7/8	土	18:00~20:00	石見公民館		11	11
2	松江市	松江市PTA連合会第4ブロック	12/3	日	14:00~16:00	竹矢小学校	20	38	58
3	益田市	益田市レクリエーション協会	2/16	金	17:00~19:00	益田市立体育館		11	11
							20	60	80

# 実施件数

平成29年度 実施件数

	親子対象事業		幼保小対象事業		地域連携事業		合計		市郡別実施状況(件数)														依頼団体別実施状況(件数)							
	実施件数	対象者数	実施件数	対象者数	実施件数	対象者数	実施件数	対象者数	松江市	出雲市	安来市	雲南市	仁多郡	飯石郡	大田市	江津市	浜田市	益田市	邑智郡	鹿足郡	隠岐郡	子育て支援センター	保育所	幼稚園	小学校	中学校	放課後児童クラブ	子ども広場	教育委員会・公民館等	その他
島根県レクリエーション協会	41	2,596	13	792	3	80	57	3,468	29	13	4	1	3			6	1					5	5	7	31		1	2	4	2
益田市レクリエーション協会	2	210	1	10			3	220									3								2	1				
安来レクリエーション協会	2	178					2	178		2															2					
まつえレクリエーション協会	4	458	2	91			6	549	6															3	1	1	1			
島根県フォークダンス連盟			2	83			2	83									2								2					
日本3B体操協会島根県支部	14	1,319	2	85			16	1,404	9	3			2				2					4		6	5	1				
島根県スポーツチャンバラ協会			1	13			1	13	1																				1	
島根県オリエンテーリング協会	1	109					1	109		1															1					
しまね鬼ごっこ協会	2	137					2	137	2																1	1				
合計	66	5,007	21	1,074	3	80	90	6,161	46	18	6	1	5	0	0	0	6	8	0	0	0	9	5	13	47	2	3	3	5	3

平成25年度～29年度実績合計

	親子対象事業		幼保小対象事業		地域連携事業		合計		市郡別実施状況(件数)														依頼団体別実施状況(件数)							
	実施件数	対象者数	実施件数	対象者数	実施件数	対象者数	実施件数	対象者数	松江市	出雲市	安来市	雲南市	仁多郡	飯石郡	大田市	江津市	浜田市	益田市	邑智郡	鹿足郡	隠岐郡	子育て支援センター	保育所	幼稚園	小学校	中学校	放課後児童クラブ	子ども広場	教育委員会・公民館等	その他
平成25年度	5	214	84	4,094	1	30	90	4,338	36	10	2	9	1	1	4		8	7	7	5		9	7	9	29	22			14	
平成26年度	9	375	180	8,728	5	137	194	9,240	59	35	8	11		2	9	4	14	17	23	10	2	23	21	19	61	4	25	15	22	4
平成27年度	3	144	80	5,127	5	121	88	5,392	39	18	4	2		1	1	2	7	5	4	4	1	9	10	14	34	4	4	2	7	4
平成28年度	61	4,422	35	1,793	3	49	99	6,264	60	26	5	1				1	2	4				5	6	11	51	6	5	4	7	4
平成29年度	66	5,007	21	1,074	3	80	90	6,161	46	18	6	1	5				6	8				9	5	13	47	2	3	3	5	3
合計	144	10,162	400	20,816	17	417	561	31,395	240	107	25	24	6	4	14	7	37	41	34	19	3	55	49	66	222	16	59	24	55	15



レクリエーションが創り出す楽しさ、人とのつながり、コミュニケーションを通して、みんなに笑顔を広げたい——。

島根県レクリエーション協会は日本レクリエーション協会とともに、こうした想いを多くの人たちに伝えるために、「Smile for all～すべてはみんなの笑顔のために～」運動に取り組んでいます。

# レクリエーションによる子どもの体力向上を目指して！

平成25年度より島根県教育委員会からの委託を受け、5年間「レクリエーションによる体力向上事業」に取り組んできました。また、(公財)日本レクリエーション協会が文部科学省からの委託で取り組んできた「子どもの体力向上推進事業」の成果や課題をふまえながら、島根県が進める子どもの体力向上事業に積極的に関わってきました。

## 1. 子どもの体力向上を進める3つの活動

子どもの体力向上を進めるには、子どもへの直接的な取り組みはもとより、保護者の方へ子どもの体力や生活習慣の重要性を伝えていくことも大切だと考えています。そこで、●親子一緒に活動する活動、●幼稚園・保育所、小学校等の子どもたちがレクリエーションを通して身体活動の楽しさを実感し、積極的に遊びや運動に親しむきっかけをつくる活動、●上記2つの活動を支える地域の人材養成の3つを柱に事業を行ってきました。

実施にあたっては、体力を向上させるには継続的な取り組みが重要と考え、特別な用具や遊具ではなく、学校や家庭などで身近にある物を使用したゲームを取り入れたり、日頃使わないような用具を使って遊びの世界を広げ、意欲を持って体を動かしたりできるような工夫を心掛けてきました。

## 2. 5年間を振り返って

事業に参加した子どもたちや保護者、先生方からは、「子どもに対する関わり方や生活習慣の重要性、運動や遊びについて考えるようになった」、「体を動かすのが好きになった」といった声を寄せていただきました。

何より子どもの育ちを支える大人が、今の子どもたちの現状を理解し、何ができるのかを考える、そういうきっかけにつながったことが大きな成果だ

と考えています。

課題としては、人材の養成・確保が上げられます。学校等からはぜひ派遣してほしいという希望がありますが、実際、平日に派遣できる指導者が限られている状況にあります。また、レクリエーション指導は、学校等の現場の実践経験を積み重ねていくことが大切になりますので、後進の指導をどう進めていくのかも課題です。

さらに、指導力の向上には、いろいろな団体間の連携も重要と考えています。島根県レクリエーション協会には多様な種目団体が所属していますが、団体間でそれぞれの種目特性をどのように指導しているのか、お互いの指導方法や技術を紹介し合い、学び合う場をつくることで、指導者全体の指導力向上が図れるのではないかと考えています。

## 3. 今後の取り組み

レクリエーションによる体力向上事業に取り組んで5年間。島根県レクリエーション協会に所属する正会員、レクリエーション公認資格指導者が、これまでの取り組みで培ったノウハウ、そして、“レクリエーション”だからこその強みをいかして、これからもレクリエーションのもつ楽しさ・喜びをたくさんの方にお届けするとともに、必要とされている分野において活用していただけるよう、研修を重ねていきたいと思っています。

■島根県レクリエーション協会から指導者を派遣します。

(例：小学校 → 体育の時間、学年・学級PTA活動など、中学校 → 学年・学級PTA活動など)

■内容や派遣に係る費用等はお相談ください。

■連絡先／島根県レクリエーション協会 TEL：(0852)21-7778 FAX：(0852)33-7246

E-mail：simarecj@vega.ocn.ne.jp ホームページ <http://www.shimane-rec.jp>