



ぴょんぴょん

VOL.1



豊岡市教育委員会
幼 児 育 成 課
2026年発行

運動遊びで大切にしたいこと！

今年度の運動遊びがスタートしました。新しいクラスが始まり、子ども達と「どんな運動遊びをしようかな」とお考えの先生も多いのではないのでしょうか。

子ども達は、一人ひとり感じ方や得意なことが異なります。だからこそ「できる・できない」ではなく、「楽しい」「やってみたい」と感じることをたくさん見つけていきたいですね。

今回は、子ども達が安心して楽しめる運動遊びのヒントをお伝えします♪

ここだけはおさえたい！

～運動遊びのポイント～

心が動く場面を見逃さない

子どもの表情や仕草の変化を観察し、心が少しでも前向きになった瞬間に声をかけましょう♪
そのためにも「笑顔・褒める・触れ合う」を意識し、大人と一緒に体を動かし、遊びを楽しむことが大切です。

やりたくなくても OK！ どんな気持ちも受け止めよう

子ども達誰もが同じように楽しんでほしいという思いから、つい参加を促す声をかけたいくなることもあると思いますが、まずはその子の気持ちに寄り添ってみてください。
どんな思いも受け止めて、安心して過ごせるようにしましょう。

私、やりたくない…

そっか！
気持ちを教えてくれて嬉しいよ♪

声かけポイント！

「やりたくない」と言えることも、自己発揮のひとつです。気持ちを伝えられたことを認めましょう。
「見ていてくれてありがとう」など、安心できる声をかけてみてください♪

声かけポイント！

「手伝ってくれる？」「見本になってくれる？」など、居場所や役割を感じるような誘い方がおすすめです！

運動遊び巡回訪問時のお願い

怪我なく楽しんで遊びを行うために、以下のことに協力をお願いします。



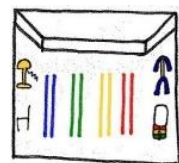
動きやすい服装で

参加してください



名札は

はずしてください



使用しない道具は
できるだけ隅に
移動させてください



裸足で参加
してください

- ・スモックやワイドパンツ
- ・スカート付き

でない服装での参加をお願いします

先生方へお願い

今年度から、運動遊びのときに「できる範囲で裸足での参加」をお願いします。

というのも、これまで指導している中で、靴だと少し滑りやすい場面があり、裸足の方が安心してしっかり動けるを感じました。

実際に裸足になると、踏ん張ったり止まったりする動きがしやすくなり、足の裏への刺激もあって、体の発達にもつながります。

無理のない範囲で構いませんので、ご理解・ご協力いただけると嬉しいです。

新年度がスタートし、園内には子どもたちの元気な声と笑顔があふれていることが目に浮かびます。先生方におかれましては、新しい環境の中で日々ご尽力され、お疲れが出る頃かと思います。どうぞご自愛ください。

さて、今年度も園での取組において、先生方の温かな関わりや工夫された運動遊びを拝見できることを楽しみにしております。また、今年度から園訪問を実施し、現場での課題などを共有させていただきたいと考えています。巡回訪問等に活かし、子どもたちが主体的に取り組める運動遊びを展開できるよう努めてまいります。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

幼児育成課 山内 夢斗哉・上野 真希



運動遊びに関する情報を
発信しています。



毎日の「遊び」が一生の土台をつくる！

近年、子どもを取り巻く環境の変化により、体を動かす機会が多い子とそうでない子の「経験の差」が大きくなっています。だからこそ、園で先生や友だちと思い切り遊ぶ時間と環境は、子どもにとってかけがえのないものであり、日々の積み重ねは、丈夫な体だけでなく、健やかな心・脳の発達に着実につながっています。

「させる」のではなく、「一緒に楽しむ」ことを意識した先生方の関わりが、子ども達の自信や意欲を育てています。これからも毎日の遊びを通して、一生の土台を育てていきましょう♪

～毎日繰り返したい経験と遊び～

✓土台は下半身の力！

【走る・跳ねる・バランスをとる】

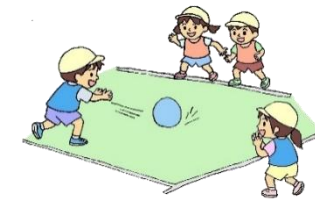


歩く・走る・跳ねるなど、下半身を動かす遊びは、歯磨きと同じように毎日の習慣にすることが好ましいです。息がはずむくらいの運動量を目安に続けてみてください。

また園外散歩では、凸凹道や坂道をたっぷり楽しみましょう。足首やバランス感覚を育む絶好の機会です♪

✓集団遊びへ！

【ルールを学び、悔しさや嬉しさを経験】



子どもたちは集団遊びを通して、一人では味わえない様々な気持ちを経験します。

そのことが、自分の気持ちをコントロールする力や、相手の気持ちを思いやる力につながります。

✓役割遊びへ！

【豊かな社会性を育むための経験】



遊びの中で責任を伴う行動を経験することで、人と協力する力やコミュニケーション力が育ちます。

これらの力は、これからの生活の中でとても大切になります。

毎日の遊びが、豊かな未来の基盤につながるのじゃな！
そんな積み重ねが、生涯にわたる人間性や社会を生き抜く力につながるのう。



毎日取り組むことで小さな変化が見つけやすく「一人ひとりの子どもと丁寧に関わる時間」や「子どもを褒める（認める）機会」が自然と増えていきます。

先生方が笑顔で楽しみながら関わるその姿こそが、子どもたちにとって何よりの喜びです。ぜひ、子どもたちの成長や頑張りをたくさん見つけ、温かな声をかけていただきたいと思います。その積み重ねが、子どもたちの幸せにつながっていくと信じています。

～指導員の気ままな独り言～

日々の保育や運動遊びの中で、子ども達が「今日は何して遊ぶの？」と目を輝かせている姿、本当に素敵だなと感じています。先生方が温かく見守りながら「やってみようかな」と思えるきっかけをつくってくださっているからこそ、子ども達の体や心が育っているのだと思います。

今は子ども達の遊ぶ時間が減っているからこそ、園生活は、ただ過ごす場所ではなく、子ども達の発達を支える“かけがえのない遊びの場”になっています。その中で、子ども一人ひとりに寄り添いながら関わってくださっていることに、心から感謝しています。

うまくいかない日もあると思いますが、その一つひとつの積み重ねが、子どもには大切な経験になっていると思います。