

## 運動発達（基本）

### 《運動能力》

#### （歩 き）

- 1、 歩幅を変えて歩く（大きく・小さく）
- 2、 いろいろな方向に歩く、向きを変えて歩く
- 3、 異なった幅のリボンの間を歩く
- 4、 いろいろな物を避けて歩く、物を持って歩く

#### （走 り）

- 1、 いろいろな速さで走る、走りながら速さを変える
- 2、 いろいろな方向に走る、向きを変えて走る
- 3、 異なったりボンの間を走る
- 4、 いろいろな物を避けて走る、走りながら飛び越える

#### （跳 び）

- 1、 両足で前後へ跳ぶ
- 2、 両足で高く跳ぶ
- 3、 片足跳び、両足跳びを組み合わせる  
組み合わせ方を工夫して少しずつ難易度をあげる
- 4、 いろいろな形（円・四角など）の内外へ跳ぶ
- 5、 片足で左右に跳ぶ
- 6、 膝を曲げて深く跳ぶ

#### （這 い）・・・腹這い〈腕だけで進む・手足を使って進む〉・四つん這い

- 1、 いろいろな方向に這う、這いながら方向を変える
- 2、 速さを変えて這う
- 3、 いろいろな幅の間や形の中、道具の上を這う（ベンチや木などを使用）
- 4、 いろいろな物を避けて這う・這って物を超える

#### （平衡感覚）

- 1、 立ち>つま先立ち・かかと立ち・片足立ち
- 2、 歩き>ベンチの上を歩く・マットの上を歩く
- 3、 ベンチの上での腹這い
- 4、 ボディロールを使用し、またいだ姿勢での運動

(スクーター・自転車をこぐ・スケートなど)

5、 回転＞向きを変える・姿勢を変える

(目と手の協応)

1、 つぶとん (豆袋) 使って

- ・ 異なる大きさの目標に投げる
- ・ 目標までの距離を変えて投げる
- ・ 異なった道具の上へ投げる
- ・ 平行線の間を滑るように投げる
- ・ 水平方向・垂直方向の目標に投げる

輪を使って

- ・ いろいろな方向に投げる
- ・ 距離を変えて投げる
- ・ 輪投げ遊び

ボールを使って

- ・ 投げと受け (大きいボールから小さいボールへ・・・)
- ・ 距離を変えて投げる
- ・ 目標に向かって棒でボールを打つ (野球のように)

(目と足の協応)

1、 縄を使って

- ・ 縄の上を飛び越える (高さを変える)

2、 輪を使って

- ・ 足 (左右) を変えて輪の中に入る・出る
- ・ 足 (左右) を変えて跳んで輪の中に入る

3、 足でいろいろな形を書く

- ・ 地面・砂場・床など

4、 ケンパのあそび

- ・ 簡単な跳び方から始めて、バリエーションを増やし (ケンパパ・ケンなど) 少しずつ難易度をあげて跳ぶ

(微細運動)

- 1、 粘土
  - ・ 触る、握る、形を知る、形を作る
- 2、 積木
  - ・ 集める、積む、並べる
- 3、 折紙
- 4、 パズル
- 5、 穴おとし（簡単な形から難しい形へ）
- 6、 はさみ（多角形、描いた形を切る）
- 7、 紙と鉛筆
  - ・ 大きな面に描く（指で、絵の具、クレヨン、色鉛筆で・・・）
  - ・ 形を塗る
  - ・ 自分で形を描いて塗る
- 8、 道具を使う練習

## 《身体像の発達》

### 1、 身体部分を知る

(1) 自分自身の体の基本的な部位と特徴を知る

- ・ 鏡に自分の姿を見ながら指示された体の部位を示す
- ・ 唱えあそびなどで体の部位を示す遊びをする

(2) 体の部位を触れることを目的とした活動をする

- ・ 大人が示した（名称を言った）箇所を触る
- ・ 子どもが自分の知っている部位を触り、その名称を言う
- ・ 大人が名称を言い、子ども同士で互いの部位を触る
- ・ 目を閉じて触る

(3) 身体部位に意識を集中させる

- ・ 部位を意識したいろいろな姿勢をとる  
うつぶせ、あおむけ、座る、立つ、立て膝・・・etc
- ・ 部位を触る、部位の名称を言う、その部分だけを動かす
- ・ 椅子やベンチを使っていろいろな動き（座る、立つ、くぐる・・・etc）を経験し、道具と自分の体との距離感を認識する

### 2、 身体概念

- ・ 身体部位を意識させ、身体部位の機能を知る。子どもの水準に応じて言語による働きかけを意識的に行う。
- ・ 大人が部位の名称とその機能を言う
- ・ 身体部位と機能を知った上で、自分または相手の体のその部位を指し数える
- ・ 何箇所かの部位が描かれていない身体の絵を見て、描かれていない部分を指摘し、その部分を数える
- ・ 身体部分（頭、胴、腕、手、足など）に分けた絵を組み合わせ身体をつくる

### 3、 身体部位の発達に応じた働き

#### (1) 頭

- ・ ゆっくりと振向く（左右）頭を回す
- ・ 目をとじて片手または両手で頭（目、耳、鼻、口、髪、眉など）を触る
- ・ 目をとじて音のする方向に頭を向ける
- ・ 物のある場所を覚えて目をとじ、言われた方向に頭を向ける

#### (2) 体幹

- ・ 力を抜いて腕をおろし、体を左右にまわす
- ・ 両腕を横に広げたまま、体を左右にまわす
- ・ 腕をあげて前後に曲げる、左右にまわす

#### (3) 腕

- ・ 両腕を前からまわす、後ろからまわす
- ・ モデルの腕の動きをまねる
- ・ 腕を横に伸ばしてまわす（小さな動きから大きな動きへ）
- ・ いろいろなリズムで腕を振る
- ・ 2人組で向かい合って手をつなぎ、引く、押す

#### (4) 指

- ・ げんこつを握る
- ・ 指をばらばらに動かす
- ・ 指をリズムカルに動かす
- ・ いろいろな動きを組み合わせで動かす

#### (5) 足

- ・ 床に寝て足を持ち上げる（両足・左右交代、ゆっくり～早く）
- ・ 床に寝て足を 15～20cm 位上げてまわす（小さい円から大きい円へ）
- ・ 立って足を振る（前へ、後ろへ、横へ、下ろす）
- ・ 手を腿にあて屈伸運動
- ・ 椅子やベンチに座って足の曲げ伸ばし、上げ下ろし
- ・ 体を曲げて足首をつかむ
- ・ スキップ、跳び（軽く・高く）
- ・ 片足跳び、片足で立ち反対の足を左右に振る

(6) 足と足の指

- ・ つま先で立つ
- ・ 足の甲のストレッチ（足首の運動・・・伸ばす、曲げる）
- ・ かかとで歩く
- ・ つま先で歩く
- ・ 足の外側で（足の裏全体を地面に着けずに）歩く（手は体の横に）
- ・ 両足・片足で跳ぶ
- ・ 前屈する
- ・ 仰向けまたは直立の姿勢で足全体もしくは足の親指で方向を指す
- ・ 豆袋などを足の指のあいだではさんで取る

## 《空間認知》

自分の周りの空間を知る

側面の感覚を発達させるためには正中線の意識、バランス、正しい姿勢を身につけることが必要である。

平衡感覚の取得は空間感覚を養うためにも、とても大切である。

### 1、 左右の感覚

- ・ 左右がわかるようにリボンやバンドなどで手足に印をつける
- ・ いろいろな動きを左右の手で行う  
例) ボールを転がす、豆袋を投げる、フープを上げるなど
- ・ いろいろな動きを左右の足で行う  
例) ボールを蹴る、跳ぶ、足を持ち上げる

### 2、体の前後をより意識する動きのあるあそび

- ・ 道具を自分の前後に置く
- ・ 仰向けからうつ伏せに体勢を変える

### 3、体の正中線を意識する

- ・ 道具（輪・ボール・豆袋など）を頭の上に上げる、足の甲に置く  
足の前に置くなど

### 4、1、2、3の課題を目をとじて行う

### 5、道具を使った練習（椅子、ベンチ、机、その他）

- ・ 立って→前後左右、上下、間へ、くぐってなど
- ・ 座って //
- ・ 立て膝で //
- ・ 寝転がって //

《空間知覚》（空間の関係認知）

- 1、 自分の体の部分によって基本的な方向を知る  
（中心線を決めておく）
  - ・ 格子のある紙を使って方向を意識する
  - ・ 左右の練習に色の板を置く
  - ・ 前後左右の方向を認識する
- 2、 物と周りの空間・方向を正しく認識する
  - ・ 道具を置いて四方向を覚える
  - ・ 物と物の位置関係を正しく把握する
  - ・ ○○の横に△△を置く、○○の上に△△を乗せるなど
  - ・ 垂直方向、水平方向にいろいろな形や色で列をつくる
- 3、 空間を表す言葉を知る



環 境 テ ー マ			知って欲しい事
動 物	(1) ペット ・動物園・家畜 ・森の中の動物	(2) 家畜 野生-水辺 ・鳥・昆虫・森の中の動物・ 乾燥地の動物	・動物の外観 ・すみか ・何を食べるか ・人間との関係
家 族	(1) 家族の構成員 ・夫婦の生活 ・1日の流れ	(2) 家族のまとまり ・日課 ・住んでいる所 ・両親の仕事、その時 子どもはどうしているか？	・自分の姓名、家族の 姓名 ・親戚 (親・兄弟・祖父母) ・家族の成長過程 ・家族の日課、生活 (生活スタイル)
素 材	(1) 木、紙、布、金属、水		・素材の性質を知る ・何が出来るか、どう 利用しているか ・素材のもと ・リサイクル (環境保護)
交 通	(1) 歩行者の交通ルール ・公共の交通期間 ・遠距離の交通	(2) 環境の中での移動の方法 ・保育園の周り ・自分の住んでいるところ	・基本的ルール ・乗り物の種類による ルール ・歩行者のルール
体	(1) 外観 ・生長 ・感覚器官 ・健康、保護	(2) 外観 ・感覚器官 (健康、保護)	・外観 ・生長 ・感覚器官の機能と役 割 ・健康、保護
<p>(1) ことばがまわりの環境を知ることが、生きていく社会に適応することである。</p> <p>(2) 社会のいろいろな事がわかれば、安心して安定した生活をすることができ、 生きていく力を育むことができる。</p>			

## 《社会性の発達》

### 1、 活動への参加の仕方

- ・ あそびや授業の中で (1) 見ている (2) 孤立している  
(3) くっついていく (4) 参加する  
↓ (5) 共同する (6) アイデアを出す  
↓ (7) 方向づける
- ・ 関係の持ち方 仲間と (1) 自分からすすんで (2) 受入れる  
(3) 引っ込む (4) 断る  
大人と (1) 自分からすすんで (2) 受入れる  
(3) 引っ込む (4) 断る

### 2、 関係の持ち方について (仲間や大人に対して)

- ・ 友好的、拒まない、優しい、親しみを表す、イニシアチブを取る、結びつく、受入れる、閉鎖的、拒む、孤立、友達がいる・いない、あそびの中で一緒に仲間がいる、友達関係を結びにくい、情愛が強い、確かに強く結びつく、その子がいないと困るくらいの結びつきがある
- ・ 容易に関係を結ぶ、アイコンタクトが容易、困難、スキンシップを好む、断りはしない、とても嫌い

### 3、 共同性 (仲間と共同する・大人と共同する)

- ・ 大人と共同する、仲間と共同する、両方と共同する  
権威だと思っている人とだけ、友達と思っている人とだけ、怖いと思っている大人または子どもと (怖いから)、断る事ができない  
そのときの気分で、することが面白いときだけ、適応する、融通する性質、共同する、同等なアクティビティを示したり
- ・ 共同が難しい  
なぜなら・・・自分が仕切りたいから、他者のアイデアや想像を受け入れる事が難しいから、相手が自分にして欲しいことが理解出来にくいから、そもそも行動の転換が難しい、一般に拒否的、自分の想像に執着する

#### 4、 情緒の特徴

- ・ あそびや授業のなかで

(1) 円満 (2) 落ち着きがない (3) 緊張がある (4) 変化する  
(5) 抑制されている (6) 泣きやすい (7) すぐ文句を言う  
(8) 反論する (9) 不安がある (10) 強引

- ・ 情緒的特徴として

円満、大抵は落ち着いている、機嫌がいい、陽気、しばしば固くなる、  
落ち着きがない、情動的になりやすい(腹をたてる、ふてくされる、  
激しいナマの感情を表す)、傷つきやすい、傷ついても元へ戻る・戻ら  
ない、ピリピリしている、常に動いている、慎重、心理的テンポがゆ  
っくり、ためらう、ぼーっとしている、よく微笑む、関心がある、好  
奇心が強い、閉鎖的、鈍感、泣きやすい、不安がある

- ・ 失敗したとき、思い通りにいかなかった時の反応は？

引っ込んでしまう、固くなる、消極的になる、敵対的になる、反抗的  
になる、乱暴になる、緊張する、興奮する、うまいこと考える、落ち  
着いて切り抜ける、頑固になる、ゆずる、機嫌を直す、泣く、文句を  
言う、助けを待つ、復讐する

#### 5、 意志的特徴

(1) 努力する (2) たびたび試みる (3) 助けを求める  
(4) 助けを受け入れる (5) 挫折で怒る・落ち込む・あきらめる

☆動きたい欲求としゃべりたい要求の多少、

どれほど先延ばしにできるか？何が先延ばしの助けになるか？

#### 6、 倫理的感覚・現実感覚

(1) 正直 (2) ときどき嘘を言う (3) ファンタジーに基づく嘘があ  
る (4) 過ちを認めない (5) 告げ口をする (6) 仲間に注意する  
(7) 大人に注意する

☆ルールを監督する人がいるときだけ守るか、またはそのときですら守  
らない。

大人がいないとき、叱られるのが怖いから守る

ルールは内面かされている、ほとんど間違いなく守る

- 7、 ルールと大人の言ったことに対して
  - (1) わかる (2) 受入れる (3) 自立してやる (4) ルールが自分のものになる (5) ルールを作る
- 8、 注意力 (注目力)

3～4歳から動きと身体像の発達の中で注目力がついてくる

5～6歳では注目すること自体が直接的な目的となる。見る・聞く・触るなどの感覚は言語力と共に発達する。従って見る・聞く・触る感覚に関することを言葉でも表していくことが大切であるし、それらに関する語彙を増やさなければならない。どのような活動も視覚とその他の感覚の協応した働き、言語についての学びをもたらす。
- 9、 社会性の発達に関して
  - ☆社会に適応する能力を育てること (特性) の発達
  - a 基本的習慣の確立・・・社会の支持する生活習慣・価値規範・行動基準に沿って行動する
  - b 対人関係の確立・・・コミュニケーション能力
    - (1) 自己意識・・・自分とは、どんな存在かなど
    - (2) 対人認知・・・他者意識 (友達の特徴・人のカテゴリー理解)
    - (3) 自己調整機能・・・自己主張・自己抑制
    - (4) 社会的認知・・・ルールの理解・社会のカテゴリーの理解
    - (5) 道徳性・・・やって良い事・悪い事の理解など
    - (6) 共感性・・・思いやりなど
    - (7) 達成動機・・・内発的動機づけなど

こどもの遊ぶ室内外の環境づくりの課題は、その民族の子どもの部屋を作り出すこと。

環境認識のテーマを考えてみよう

☆人間は生きている。

地球上に生きている。

地球上には、動物と植物も生きている。鳥・昆虫・魚

地球上には、水・土・鉱物がある。

☆地球は、宇宙にある。

宇宙には、太陽や、月や星がある。

☆人間は、時間と季節のめぐりに左右されて生活している。

時間や季節は、太陽と地球の関係上にある。

☆人間は家族を単位として、社会をつくり、そのルールにより生活している。

物を運び、情報を伝えて助け合っている。

物を運び、情報を伝えるための知識と技術を発達させてきた

☆人間は、地球上のあらゆるものを利用し、自然の法則のもとに生きている。

子どもは、いろんな情報を知ることによって、安定した生活を送ることができる。