

運動発達を促すキッズ体操を幼児期の子どもに経験してもらう

特定非営利活動法人 Pro Bono Rehabilitation Services

活動の目的

幼児期に獲得すべき基本運動スキルをふんだんに取り入れた「キッズ体操」を保育園や幼稚園で継続して行うことで、運動の基礎固めができ、健やかな成長に繋がっていく。この活動によって、運動不足や運動経験の少ない子どもたちが運動を楽しむことができるようになると、運動が好きな子どもが増え、運動習慣が定着し、子どもの肥満予防、生活習慣病の是正にも繋がっていき、保健医療施策の中でも喫緊の課題が解決される。

活動の内容及び経過

「運動発達を促すキッズ体操」は、発達の専門家である理学療法士と作業療法士が子どもたちの運動発達を促すための土台である基本運動スキル（はう、歩く、またぐ、くぐる、走る、投げる等）を育むために開発した。キッズ体操を保育園や幼稚園の先生と一緒に取り組むことで、子どもの健やかな成長と運動が好きになることによる運動習慣の定着を目指して活動を行なった。

2020年4月～8月まで、新型コロナウイルス感染症による自粛のため、活動予定であったキッズ体操が開催できなかった。感染予防対策を徹底し、訪問先との調整を図りつつ9月より保育園や幼稚園へ訪問することができ、キッズ体操を開催することができた。9月～3月までに8施設32回のキッズ体操を開催することができた。

活動の成果・効果

キッズ体操の成果と効果

- ①園庭で遊んでいるときに遊具からの転落事故や運動中の転倒が少なくなり、怪我の発生頻度が減少した。
- ②活動中の子どもたちの姿勢が良くなった（姿勢を保つことができるようになった）。
- ③途中であきらめることなく最後までやりきる力が身についた（活動中、友だちと協力して取り組むことができるようになった）。
- ④走るのが早くなった、すばしっこさが身についた（基礎的運動スキルの向上）。
- ⑤子どもの運動発達に対して保育士や幼稚園教師が関心を持ち、取り組むことで子どもたちの運動発達が育っていることを実感することができた。
- ⑥保育士や幼稚園教師のスキルアップに繋がった。
- ⑦保護者に対して運動の大切さを具体的に説明することができるようになった。



基礎的運動スキルの運動(室内)



姿勢バランスの運動



状況判断スキルの運動



基礎的運動スキルの運動(屋外)

今後の課題と問題点

今後の課題として3つ挙げる。

- ①キッズ体操を行う前に体力テストを行う計画だったが新型コロナウイルス感染症によって行うことができず、効果判定ができなかった。
- ②岡山県東備地域の保育園・幼稚園を中心に活動を行ってきたが、もっと私たちの活動を知ってもらうための広報活動が不足していた。
- ③キッズ体操の目的や実践方法等をもっと継続的に学べる環境（職員研修、ブラッシュアップセミナー等）を作ることができなかった。

- 代表者：金谷佳和 ●所在地：和気郡和気町和気
- TEL：080-5751-3539 ●E-MAIL：y_kanadani@pro-reha.or.jp
- URL：https://www.pro-reha.or.jp/
- 設立年：2019年 ●メンバー数：15名