

ねらい

○外遊びは子どもの心の成長にとっても大切です。特に幼児は外遊びを通して、体力をつけるだけでなく、社会性を身に付けたり、感覚を働かせて豊かな心を育んだりします。参加者同士が交流する中で、子どもにとって遊びがいかに大切かを認識して、ゆったりのにのびと遊ばせることができる工夫をもち帰ってもらいましょう。

時間	内容	主な活動	留意点
例： 60分 00:10	はじめのこ とば 3つの約束 確認 アイスブレ イク 	「みなさん、こんにちは。ご多忙のところ、参加いただきありがとうございます。今日は、「外遊び」について、考えてみたいと思います。司会の〇〇です。よろしくをお願いします。」 「この会は、ともに楽しく学び合い、みなさんで作り上げていくものです。誰もが『参加してよかった。』と思える会にするために、協力していただきたい3つの約束があります。」 ① 参加 「積極的に話し合いに参加しましょう。全員が参加できるように、協力をお願いします。」 ② 尊重 「お互いの意見や感じ方を尊重しましょう。他の参加者の意見を否定したり、自分の考えを押し付けたりしないようにしましょう。話したくないことは、パスしてもかまいません。」 ③ 守秘 「子育ての交流ですから、個人情報に関わる内容も出てきます。同じ時間を共有する者同士の信頼関係のうえで行われる交流です。決して口外しないようにしましょう。」 「それでは、みなさん、私と一緒に心と体をほぐしましょう。」 「少し緊張していらっしゃるようですので、一緒にリラックスしましょう。」 肩たたき (ウサギとかめの歌に合わせて) 最初はゆっくりと 2回目は少し速く、3回目はもっと速く。	◇笑顔で親しみやすい言動に努めましょう。 小道具として「お茶」やちょっとした「お菓子」があるとやわらかい雰囲気を出し、話も弾みやすくなります。  ◇会を成功させるために、学習を始める前に参加者全員で「3つの約束」を確認しましょう。 ◇一人が話し過ぎないように、時間配分を考えながら、全員に話す機会を回すようにしましょう。 ◇「相手の目を見てうなずきながら聞くとか、相槌を打ちながら聞くなどすると、話す人も嬉しいですね。」と具体的な聞き方を伝えると分かりやすいでしょう。 ◇子育て中の親として、家族に関わることも話題になりますが、自由に話してもらうためにも、信頼関係が大切であることを理解してもらいましょう。 ◇アイスブレイクとは、参加者の不安や緊張を氷にたとえ、その氷（不安や緊張）を溶かすという意味をもった活動です。 ◇15ページ「7 アイスブレイクに活用できる簡単なゲーム」①参照。
00:40	ワークショ ップ	「それでは、緊張もほぐれたところで、お配りしたプリントの『こんなことありませんか』をそれぞれお読みくださって、簡単にメモをとってください。」	◇「こんなことありませんか」については、詳細な説明はせずに、読んでいただくとよいでしょう。

		<p>グループディスカッション <ワーク1> 「日頃のお子さんの遊びの様子を出し合ひ しましょう。」</p> <p>・家の中でゲーム機で遊ぶことが多い。 ・外で元気に遊ぶ。 ・一人遊びが多い。 など</p> <p>「お子さんたちのいろいろな遊びの様子が わかってきました。忙しい時には、テレ ビやスマホを観ていてくれると助かりま すよね。」</p> <p><ワーク2> 「では、外遊びがよいとわかっているも、 なかなか外で遊ばないお子さんに、外遊 びをさせる工夫や外遊びのアイデアを交 流しましょう。」</p> <p>・休みの日に父親に連れだしてもらおう。 ・外で遊ぶ遊具をそろえておく。 ・近所の子どもと一緒に遊ぶ。 ・親子で競争をする。 ・目標を決める。 (資料の「1日合計60分 楽しく体を動か すことができたかな?カード」を使って 親子でやってみましょう)</p>	<p>◇話し合いを進めるには、様々 な方法があります。PIO「6 取組を活発にする手法あれこ れ」を参照にしてください。</p> <p>◇どんな話が出されているか、 簡単にメモをとるとよいです ね。話している方を見て、う なずきながら聞くようにしま しょう。</p> <p>◇自由に家庭の様子を話せるよ うに、進行役の方の困ってい ることや悩んでいることを話 すとよいでしょう。</p> <p>◇グループごとに交流する際、 「自分にもできそう。」「よい 方法だなあ。」などと思った意 見は、ワークシートの「いい ね!」の欄にメモを取るとよ いことを、事前に伝えておき ましょう。</p>
<p>00:10</p>	<p>ふりかえり おわりのこ とば</p>	<p>「いかがでしたか。いろいろな工夫が出さ れて、今日から生かせそうですね。」</p> <p>「よいことは分かっているも、現実的には なかなか難しいことは、子育てする上 でたくさんありますね。私もできなくて悩 んだことがありました。でも、できない ことにとられるのではなく、今日のみな さんのように現実の中でできる工夫をし ていくことが大事だと学ばせてもらいま した。」</p> <p>「みなさん、今日参加されていかがでした か。毎日、お子さんを目の前にして奮闘 していらっしゃる皆様方にとって、少 しでも気持ちが軽くなったり、何かヒント を得たりしていただけたならうれしいで す。お話を伺っていて、本当にみなさん よくやっていたら嬉しいなあとおもいま した。これからも、お困りのことがあ れば、一人で悩まずにこのような機会を 活用し、情報交換してくださいね。」</p>	<p>◇時間があれば親子で競争した り、目標を決めたりする。資 料の「1日合計60分! 楽し く体を動かすことができたか な?カード」の利用方法につ いて交流してみましょう。</p> <p>◇出された意見をまとめたり、 結論を出したりする必要はあ りません。自分自身、こんな ヒントをもらったというよう に、同じ立場で話すといいで しょう。</p> <p>◇資料のページから活用できる ものがあれば、それをもとに 話すのもよいでしょう。</p> <p>◇最後は、参加者の日頃のがん ばりを認めることのみとし、 指示やアドバイスをすることは 避けましょう。</p>