



令和7年度は「運動遊びプレイリーダー研修会」を計6回開催いたしました。
研修内容をご報告いたします。

テーマ	日程	参加者
第36回 鬼ごっこ・かけっこで運動遊び	5月31日（土）9：00～12：00	7
第37回 ミニゲームで運動遊び	6月14日（土）9：00～12：00	25
第38回 用具を使った運動遊び	6月28日（土）9：00～12：00	11
第39回 鬼ごっこ・かけっこで運動遊び	11月22日（土）9：00～12：00	9
第40回 ミニゲームで運動遊び	12月6日（土）9：00～12：00	9
第41回 用具を使った運動遊び	1月24日（土）9：00～12：00	10
	合計	71

講師：中村 和彦 先生
(国立大学法人山梨大学 学長)

YBS山梨放送「ゴリラパング」ダンス
NHK 2020応援ソング「パブリカ」ダンスなどを監修



講師：眞砂野 裕 先生
(東京都昭島市立光華小学校 校長)

日本トップリーグ連携機構 JTLプレイリーダー
ミズノ株式会社 プレイリーダーマイスター

★動画を公開しました★

令和5年度から新たに、プレイリーダー研修会の実技研修の様子を紹介した動画を
甲府市ホームページ上で公開しました。

ご自宅や職場でも多くの方に実施していただける内容ですので、ぜひご覧ください。

<https://www.city.kofu.yamanashi.jp/toshisenryaku/undouasobi/child.html>



実技（眞砂野先生）

参加者の距離を近づけるためのアイスブレイク（全テーマ共通）

○ハイタッチで遊ぼう

向き合った人と左右の手でハイタッチ。初対面の人たち
とも楽しみながら仲良くなる。

○引っこ抜きじゃんけんで遊ぼう

2人1組で向き合い、握手をするように片手を前に出して逆の
手でじゃんけん。勝った方は掴む、負けた方は手前に引っこめる。
反対の手でもチャレンジ。



【鬼ごっこ・かけっこで運動遊び】

- ぐちゃぐちゃウオーキング
- ペアウォーク
- ・シンクロ・影分身・マーチング
- ・キャンプだホイ！
- 5歩鬼（個人戦+増殖型）
- ・5歩で止まる鬼ごっこ
- 新聞紙を使って
- ・新聞紙を落とさずに走る
- 風船を落とさずにキャッチ

【ミニゲームで運動遊び】

- カッターボール
- じゃんけんサッカー
- ・ドリブルしながらじゃんけんに
勝って敵を突破
- スパイダードッジ
- 忍者ランド
- ・ぐらぐら・壁抜け・影分身
- ・縄抜け・畳返し

【用具を使った運動遊び】

- 風船で遊ぼう
- 大きなタオルで
- ・結んでキャッチボール
- ・引っ張りっこ
- ・魔法のじゅうたん
- 長縄
- 遊び道具を作っちゃおう
- ・キラキラシリーズ

講義（中村先生）



山梨大学 学長の中村和彦先生からは、研修会を通して、

- ・遊びには「時間」「空間」「仲間」の大切な3つの間が必要である
 - ・子どもの育ちには発達段階があり、発達時期に応じた子育て・教育が必要
 - ・小学生低学年までは、競技志向を軽減すること
 - ・運動嫌いな子どもが、遊びやスポーツにのめり込む取組を推進すること
- などのお話をいただきました。