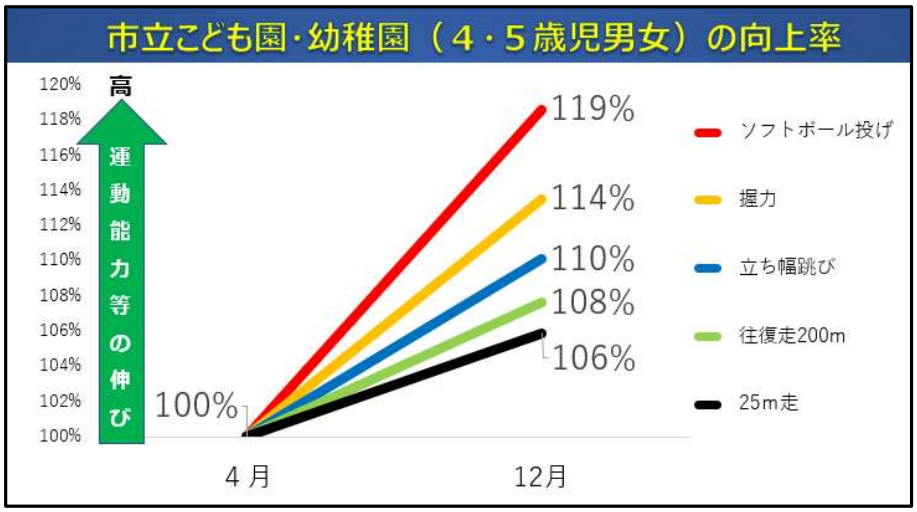
“鬼ごっこ”でこどもたちの体力アップ!!

～～ 身体バランスの発達・コミュニケーション能力の向上 ～～

令和５年度に幼児期から開始した“鬼ごっこ”の取組は、令和６年度には小学１・２年生の体育に「スポーツ鬼ごっこ」を導入し、４歳児から小学２年生まで全ての学年で体力向上が見られました。

令和７年度は、市立こども園・幼稚園の４歳児から小学３年生まで拡充し、こどもたちの更なる元気度ＵＰにつなげていきます。

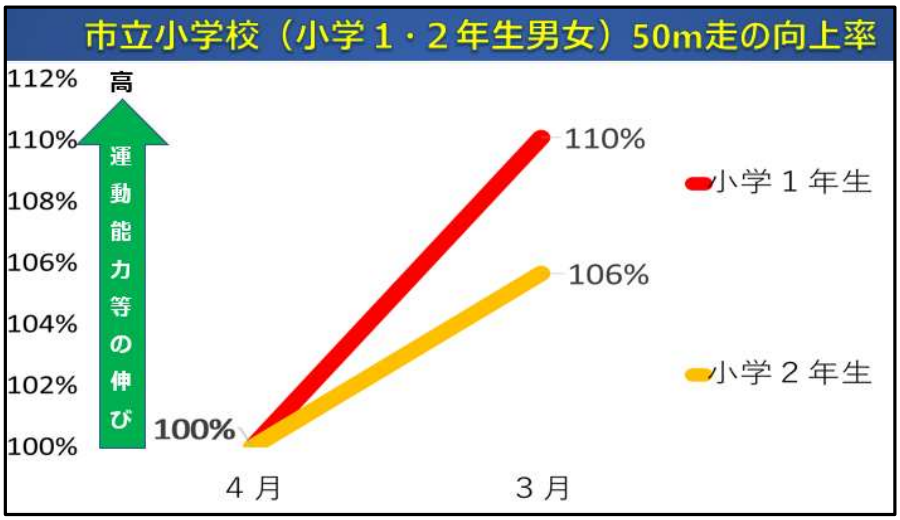


効果

令和６年度に市立４園で年間を通して「教育・保育カリキュラム」に鬼ごっこを取り入れた結果、測定数値が全5種目で6～19%向上！

効果

令和６年度に市立小学校７校の1・2年生の体育で鬼ごっこを取り入れた結果、５０ｍ走測定が６～１０％向上！



（裏面に続く）

県平均との比較（市立小学校）

市立小学校７校（小学1･2年生男女）の50メートル走の測定結果で、鬼ごっこ導入前に千葉県平均を上回った項目はなかったが、導入後は、４項目中３項目で千葉県平均を上回った。

５０m走 平均（秒）		令和６年 5～6月	県平均との比較※	令和７年 ３月	県平均との比較※	令和６年度 千葉県 平均（秒）	
小学１年生	男女混合	１２秒	×	１０．９秒	○	男子	11.36
			×		○	女子	11.68
小学２年生	男女混合	１１．２秒	×	１０．６秒	△	男子	10.54
			×		○	女子	11.04
		４項目中	なし	４項目中	3		

※ 県平均を上回った：○　県平均と同じ：△　県平均を下回った：×

スポーツ鬼ごっこの作戦を立てて取り組む姿が見られ、ゲームを通して新しいリーダーが生まれました。

（小学校教諭の意見･感想から）

問合せ先

	（こども園・幼稚園）	（小学校）
担　当	健康福祉部子育て支援課幼保連携班	教育部学校教育課指導班
担当者	黒畑	島田
電　話	0476-93-1174【直通】	0476-93-7659【直通】
ＦＡＸ	0476-93-2422	0476-92-1421

【参考】

令和6年度
スポーツ鬼ごっこ導入による多様な動きをつくる運動の実施報告

富里市教育委員会教育部学校教育課

〇小学校と幼稚園･こども園の接続　1頁
〇導入経緯　2頁
〇導入目的　3頁

1　市立小学校の取組内容　10頁
2　評価方法及び測定結果　11頁
3　市立小学校50m走の向上率　12頁
4　県平均との比較（市立小学校）　13頁
5　事業評価（市立小学校）　14頁
6　今後の展開（市立小学校）　16頁

令和７年５月

令和6年度
鬼ごっこを取り入れた幼児期の運動遊び支援事業報告

富里市健康福祉部子育て支援課

1　市立こども園･幼稚園の取組内容　17頁
2　評価方法について　18頁
3　市立こども園･幼稚園の測定結果　19頁
4　市立こども園･幼稚園の向上率　20頁
5　事業評価(市立こども園･幼稚園)　21頁
6　今後の展開（市立こども園･幼稚園）　23頁

「スポーツ鬼ごっこ」等の鬼ごっこを幼児期の運動遊びに取り入れて、教育委員会と連携し、とみさとのこどもたちの元気度UPにつなげます。

とみさと元気なまち宣言　「食・運動・地域」　<令和４年１０月８日>

豊かな美しい自然に包まれた富里市で、いきいきと暮らし続けることが私たちの願いです。
市制20周年を契機に、心をひとつにして「躍動するとみさと」をつくるために、
富里市を「元気なまち」とすることを宣言します。

令和５年度　幼児期スタート → 令和６年度以降　継続実施

令和６年度　小学校1・２年生スタート → 令和７年度　小学校３年生まで

【幼稚園、こども園等】

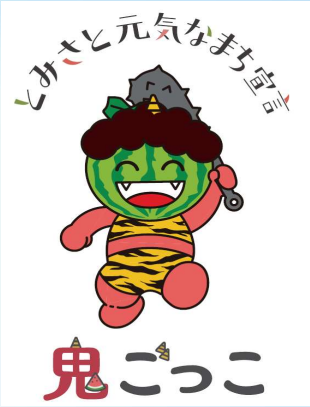
鬼ごっこを
取り入れた運動遊び

健康福祉部子育て支援課

【小学校】

スポーツ鬼ごっこ導入による
多様な動きをつくる運動

富里市教育委員会教育部学校教育課



導入経緯（令和５年度以前）～幼児期における身体活動の現状等～

〇活発に体を動かす、自発的な運動機会の減少
〇多様な動きを含む遊びの経験が少ない
〇体の操作が未熟なこどもが増えている

・階段を上り下りする姿に、ぎこちなさがある。
・「前へならえ」の縦隊整列で姿勢保持が保てない。
・うんてい（遊具）に、手でぶら下がれない。
・台に上がって歌うときの体幹バランスが不安定。
・転んだときに、とっさの体勢がとれない。
　（脱臼、骨折につながらないか心配。）
・活動に対して消極的なこどもがいる。

導入目的（令和５年度）

とみさと元気なまち宣言 のキーワードの１つである「運動」をテーマに、官民が連携し、多様な動きが含まれる「鬼ごっこ」を幼児期の運動遊びに取り入れて、幼児の心身の発達と併せて幼児の元気度をＵＰ!!します。

＜主な取組内容＞

〇多様な動きが経験できる様々な遊び
〇楽しく体を動かす時間の確保
〇発達の特性に応じた遊びの提供
〇運動習慣の基盤づくり
〇様々な活動への意欲、社会性、創造性を育む

とみさと元気なまち宣言

「食・**運動**・地域」

＜令和４年１０月８日＞

豊かな美しい自然に包まれた富里市で、いきいきと暮らし続けることが私たちの願いです。
市制２０周年を契機に、心をひとつにして「躍動するとみさと」をつくるために、富里市を「元気なまち」とすることを宣言します。

幼児期【令和５年度スタート】 → **学童期【令和６年度スタート】**

こども園、幼稚園

〇遊びを中心に楽しく体を動かす
〇運動習慣の基盤づくり

小学校

〇自己の心と体の状態に気づき、みんなと関わりあい、多様で基本的な体の動きを楽しく経験することで、動きの幅を広げ、体つくり運動の学習につなげていく。

「幼児期」に導入した理由

○幼児期は、神経回路が柔軟に形成され、運動機能が急速に発達する時期であるため、多様な運動経験を積ませていくことが大切である。

○力の加減のコントロールなど、運動を調整する能力を高める普段の生活で必要な動きをはじめ、とっさの時に身を守る動きや将来的にスポーツに結びつく動きなど、基本的な動きを多様に身に付けやすい。

○社会性の発達や認知的な発達が促され、心と体が相互に密接に関連し合いながら総合的に発達していく時期である。

なぜ「鬼ごっこ」

○幼児期に取得する生涯にわたる運動全般の基本的な動きには、「体のバランスをとる動き」「体を移動する動き」「用具などを操作する動き」があり、

○鬼ごっこの「追う・逃げる」動作で、楽しく夢中になって遊び、基本的な動きを組み合わせた多様な動きを獲得できるようになる。

令和５年度からの「一般社団法人　鬼ごっこ協会」による研修実績

「一般社団法人　鬼ごっこ協会」 https://www.onigokko.or.jp **による講義・技術研修**

令和５年５月　　講義研修　市立・私立１５施設の保育士、幼稚園教諭

令和５年５月～11月　技術・実践研修４回（市立２園、私立２園）

令和６年５月～６月　技術・実践研修２回（市立幼稚園１園、私立幼稚園１園）

令和６年５月～６月　技術・講義研修（市職員13人がスポーツ鬼ごっこ３級ライセンスを取得）

「鬼ごっこを取り入れた幼児期の運動遊び」スポーツ鬼ごっこの実施状況

スポーツ鬼ごっこのルール・役割

スポーツ鬼ごっこ®

（鬼ごっこ協会オリジナル開発）

７つの基本ルール

1、時間内に宝を多くゲットしたチームが勝ち。

2、相手の宝を取りに行きながら、自陣の宝を守る。

3、タッチする時は、必ず両手でタッチする。

4、Tエリアの内側に守りの選手は入ってはいけない。

5、センターラインを越えて敵陣に入り、相手にタッチをされたら自陣のSエリアに戻り再スタート。

6、敵陣のSエリアに入ると相手からタッチをされない。

7、タッチする時に、押したり、叩いたりしてはいけない。

◆試合時間：５分×２（ハーフタイム2分）

◆プレイヤー：７人制（１チーム、７～１０名）

◆審判員：主審１名・副審２名

スポーツ鬼ごっこの役割

- 各スポーツの基礎能力を高いレベルで補うことが出来る
- スポーツをしてもらうきっかけ作り
- 運動が苦手だったり、嫌いな子に運動をすることを好きになってもらう
- 楽しくトレーニングをすることが出来る

スポーツ鬼ごっこのロゴマーク
商標登録取得済み

スポーツ鬼ごっこの特性、特徴

① 画一的な反復運動ではなく、ゲーム性が高いため、身体能力の高い低いに関わらず(運動に苦手意識のあるこどもでも)、宝を取れた、守りを頑張れたなどの成功体験を得られ、夢中になって楽しく遊び、運動することができる。

② 全員が同時に中強度の身体活動を行う（スポーツの基礎能力を養う）ことができる。

③ 作戦タイム（チーム戦術）では、自分の意見を言う、他人の意見を聞くなど（攻め・守りは何人で行うか、自分が（〇〇さんが）攻め・守るか）により、コミュニケーション能力が育まれる。

④ タッチされ再スタートをする際は、原則セルフジャッジで進めるため、指導者に依存せず、自身で考え行動する自律性や、客観的な視点を持つ等の力が養われる。

期待する効果

〇 体を動かす楽しさを知り、運動習慣の動機づけとなり、転んだり等による怪我の減少など、基本的な身体バランスの発達や運動能力等を向上させる。

〇 コミュニケーション能力の向上と教育保育活動に意欲をもって取り組める。

1　市立小学校の取組内容

富里小、富里第一小、富里南小、浩養小、日吉台小、根木名小、七栄小

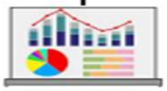
〇令和６年６月～小学１・２年生の「体育」に鬼ごっこを取り入れた運動を実施した。
※鬼ごっこの種目 ⇒スポーツ鬼ごっこ、ライン鬼、線鬼等
※運動種目の異なる活動においても、授業序盤の「基本となる動き」等に鬼ごっこを取り入れた。

〇「スポーツ鬼ごっこ３級ライセンス」を市職員13人が取得し、小学校の取組をサポートした。

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月

５月「鬼ごっこ協会」と導入協議

７月「市教育研究会」教職員研修


結果報告

研修会

５～６月「鬼ごっこ協会」講義・技術研修
（市職員：３級ライセンス資格取得１３人）

小学校派遣

運動指導

５月～
小学1・2年生
50m走測定

６月　～　令和７年２月
小学１・２年生　体育で実施

スポーツ鬼ごっこ指導員・審判員の派遣による運動指導
（市職員：３級ライセンス資格取得者）

３月
小学1・2年生
50m走測定

２　評価方法及び測定結果

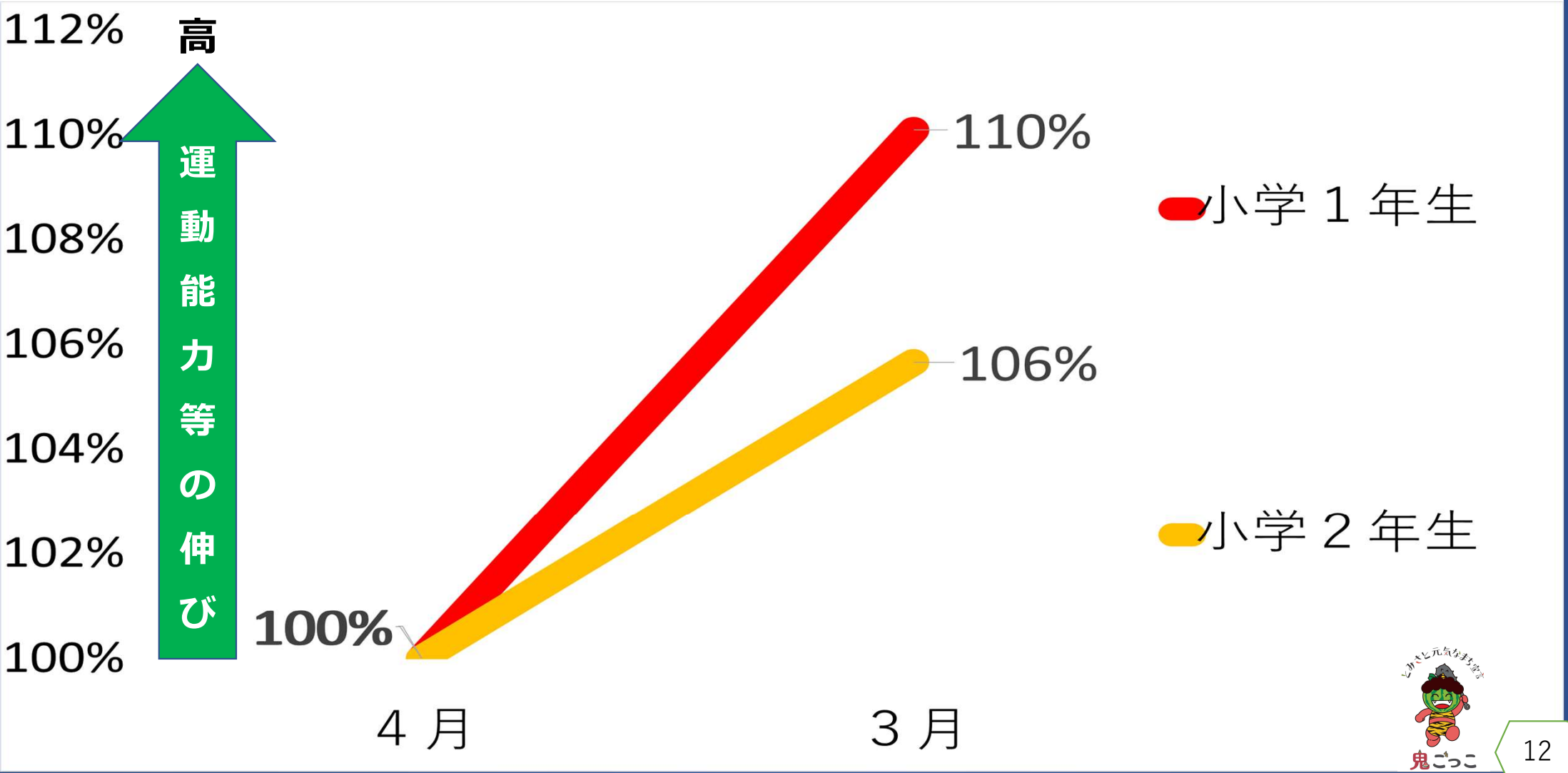
〇対象者　市立小学校７校の1・２年生２８１人
〇測　定　令和６年５～６月、令和７年３月
〇項　目　５０メートル走

小学1･2年生男女５０メートル走の令和７年３月測定結果は、鬼ごっこ導入前より６～１０パーセント向上した。

測定項目	５０ｍ走（男女混合）平均（秒）		
学年	5～6月	令和７年３月	向上率※１
小学１年生	12.0	10.9	１０％UP
小学２年生	11.2	10.6	６％UP

※１　向上率…5～6月の測定値を基準とした場合の令和７年３月の評価

３　市立小学校（小学１・２年生男女）50m走の向上率



4　県平均との比較（市立小学校）

市立小学校７校（小学1･2年生男女）の50メートル走の測定結果で、鬼ごっこ導入前に千葉県平均を上回った項目はなかったが、導入後は、４項目中３項目で千葉県平均を上回った。

５０m走　平均（秒）		令和６年 5～6月	県平均との 比較※	令和７年 ３月	県平均との 比較※	令和６年度 千葉県　平均（秒）	
小学１年生	男女混合	１２秒	×	１０．９秒	○	男子	11.36
			×		○	女子	11.68
小学２年生	男女混合	１１．２秒	×	１０．６秒	△	男子	10.54
			×		○	女子	11.04
		４項目中	なし	４項目中	3		

※　県平均を上回った：○　　県平均と同じ：△　　県平均を下回った：×

５　事業評価（市立小学校）

○運動能力等の向上

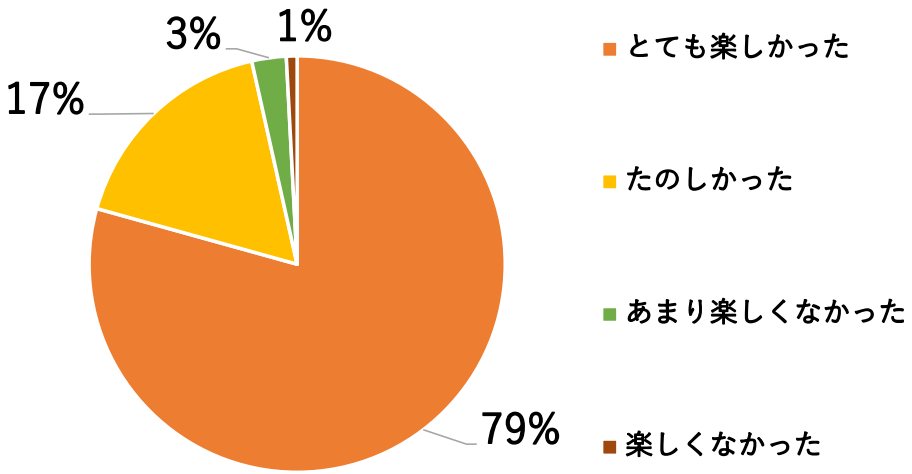
- 幼児の運動能力等の向上と、幼児期から小学校までのつながりを考え、体育にスポーツ鬼ごっこ等を導入した結果、小学１・２年生男女の５０メートル走のタイムは、導入前より６パーセント～１０パーセント向上した。
- 千葉県平均と比較すると、４項目中３項目（前頁参照）で千葉県平均を上回った。

○小学校教諭の意見・感想

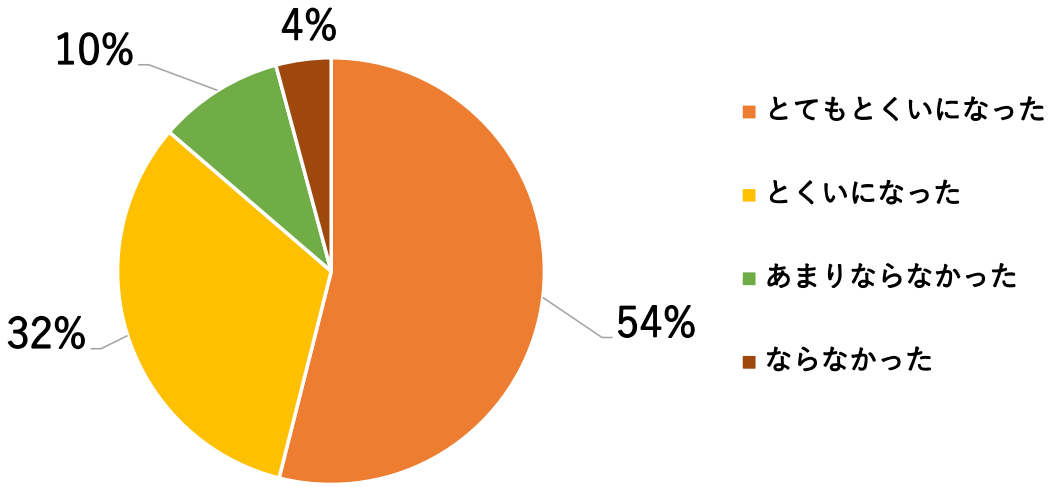
- 鬼ごっこを体育の授業に取り入れたことで、タイム計測では真っ直ぐ走る姿が見られるとともに、瞬発力や敏捷性等の高まりを感じた。
- スポーツ鬼ごっこの作戦を立てて取り組む姿が見られ、ゲームを通して新しいリーダーが生まれた。

○小学１・２年生の意見・感想

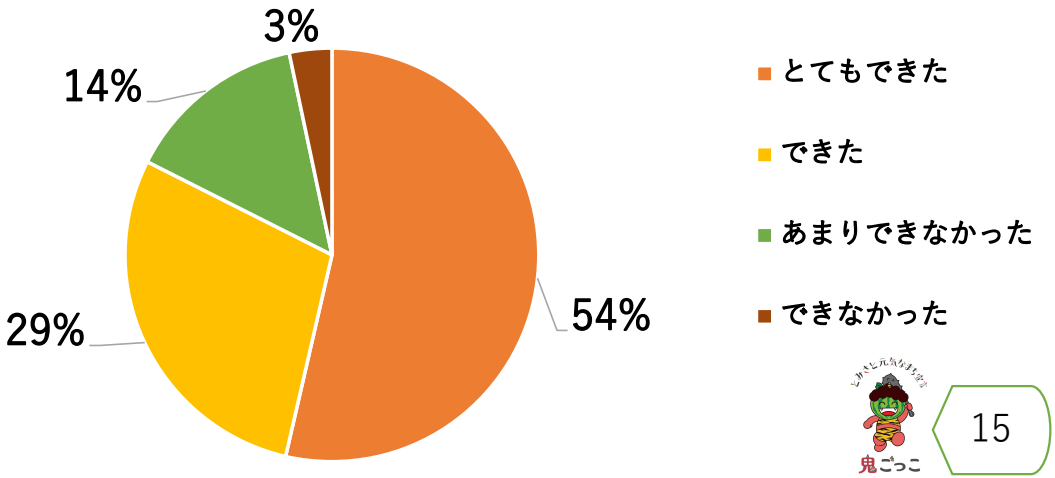
体育の時間に楽しくスポーツ鬼ごっこをすることができましたか。



スポーツ鬼ごっこをして、運動がとくいになりましたか。



スポーツ鬼ごっこをして、作戦タイムで友達と話し合うことができましたか。



・作戦がうまくいったとき、とてもうれしかった。

・むてきゾーンをうまく使ってたくさん宝を取ることができて楽しかった。

・○○さんがすばやく動いていて、まねしたいと思った。

6　今後の展開（市立小学校）

「スポーツ鬼ごっこ等による多様な動きをつくる運動」を令和７年度は小学３年生まで拡充して実施する。

○ 市立小学校７校（小学1～３年生）の体育にスポーツ鬼ごっこを取り入れることで、多様で基本となる動きを学習し、小学校低・中学年の体つくり運動につなげる。

○ 中学年以降に実施していく様々なスポーツにつながる動きの取得や、作戦等を考える中で、主体的・対話的で深い学びの土台を養っていく。

○ 原則、セルフジャッジで進めるスポーツ鬼ごっこを実施することで、指導者に依存せず、自身で考え行動する自律性、客観的な視点を持つ力を形成していく。

1　市立こども園・幼稚園の取組内容

葉山こども園、向台こども園、浩養幼稚園、富里幼稚園

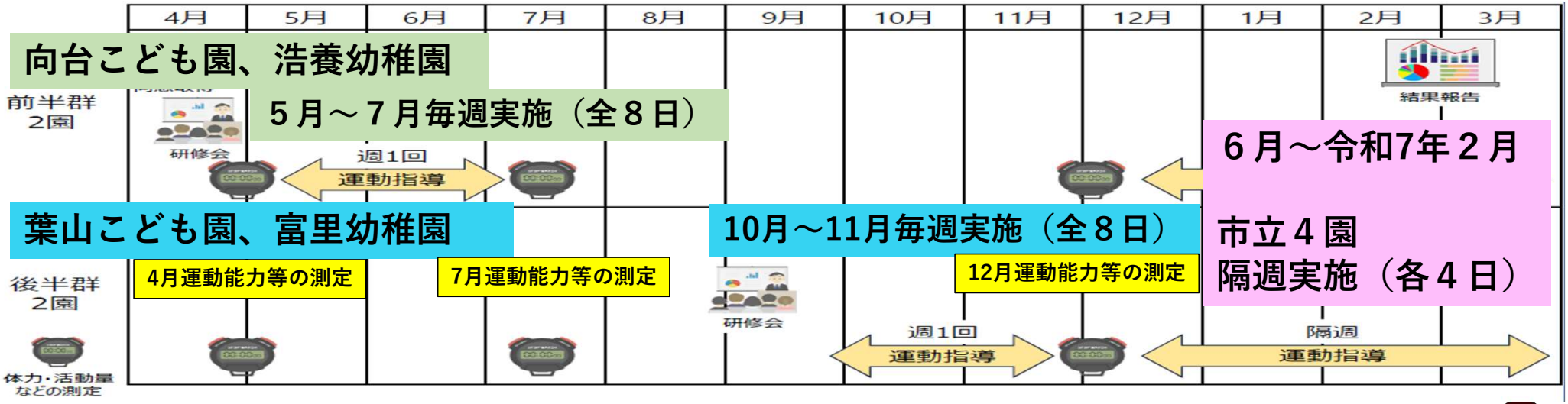
〇年間を通して「教育・保育カリキュラム」に鬼ごっこを取り入れた運動遊びを実施した。

※鬼ごっこの種目 ⇒スポーツ鬼ごっこ、バナナ鬼、氷鬼、宝集め鬼、ライン鬼、田んぼ鬼等

※市立A園では、運動遊びを年間95日間行い、そのうち鬼ごっこ遊びを34日間実施した。

〇「スポーツ鬼ごっこ３級ライセンス」を市職員13人が取得し、市立園の取組をサポートした。

順天堂大学に委託して次の運動支援事業（全12日間）を市立４園（４歳児、５歳児）で実施した。



運動遊び支援業務(運動指導員2名～4名×４園×12日(１日当たり約１時間×２クラス）、測定3回、研修会等)

２　評価方法

〇対象者　市立こども園・幼稚園４園の４・５歳児２０６人
〇測　定　令和６年４月、７月、１２月
〇項　目（運動能力等）
　①２５メートル走
　②立ち幅跳び
　③ソフトボール投げ
　④握力
　⑤往復走（片道20m×５往復＝200メートル）

（測定・分析の協力）
順天堂大学スポーツ健康科学部教授　　鈴木　宏哉　氏

同大学スポーツ健康科学部協力研究員　松井　公宏　氏

3　市立こども園・幼稚園の測定結果

市立４園（４・５歳児男女混合206人）①～⑤項目の令和６年12月測定結果は、
①２５メートル走
②立ち幅跳び
③ソフトボール投げ
④握力
⑤往復走（200メートル）　**全ての項目で４月当初の測定結果を上回った。**

測定項目	①25m走（4・5歳児男女）平均（秒）		
施　　設	４月	12月	向上率※１
公立４園	7.2	6.8	６％UP

②立ち幅跳び（4・5歳児男女）平均（cm）		
４月	12月	向上率
86.1	94.8	１０％UP

測定項目	③ソフトボール投げ（4・5歳児男女）平均（m）		
施　　設	４月	12月	向上率
公立４園	4.3	5.1	１９％UP

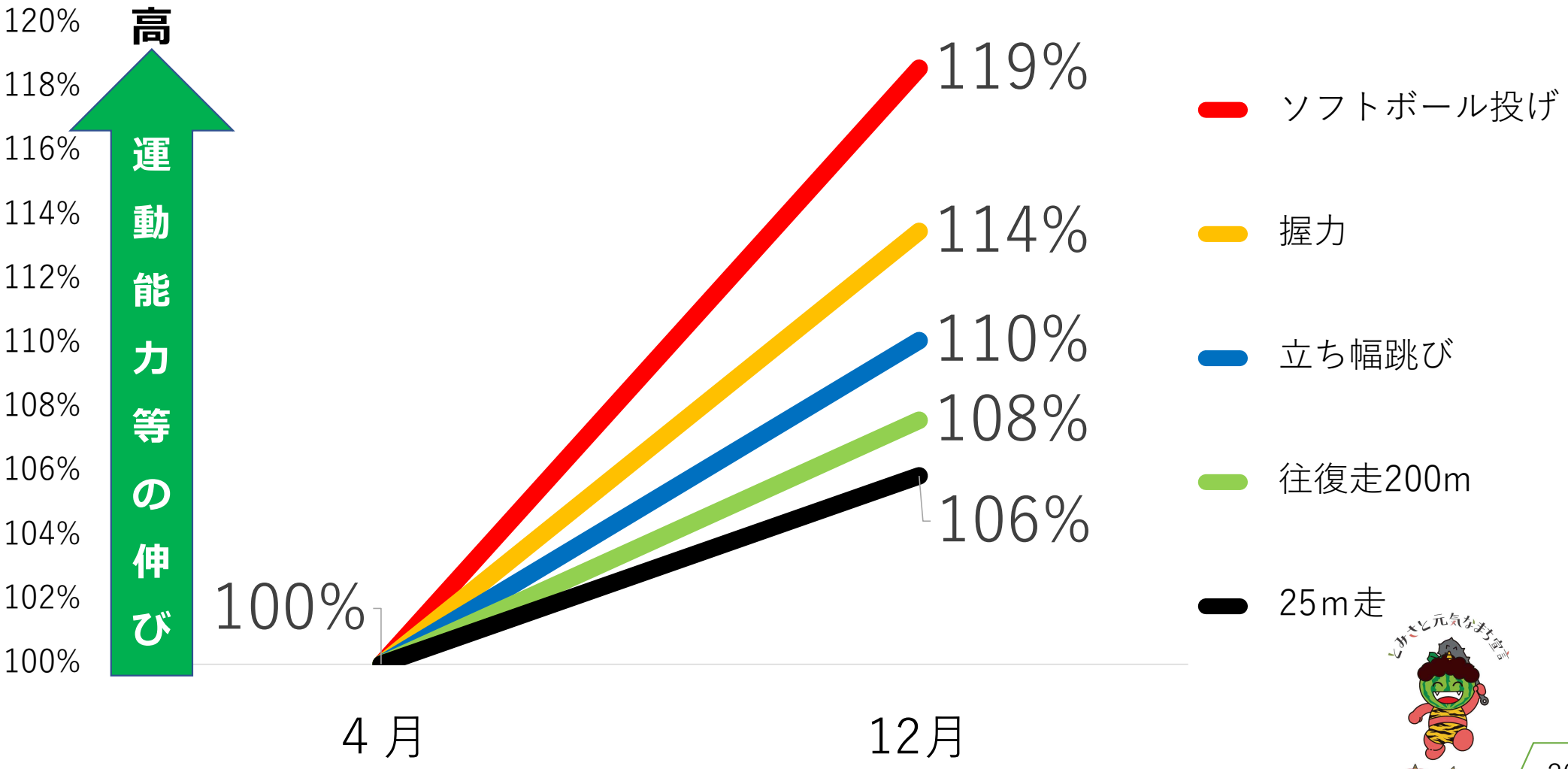
④握力（4・5歳児男女）平均（kg）		
４月	12月	向上率
7.4	8.4	１４％UP

測定項目	⑤往復走200m　平均（秒）		
施　　設	４月	12月	向上率 ４月・12月比較
公立４園	90.4	84.0	８％UP

向上率の高かった測定項目の上位
ソフトボール投げ　１９％UP
握力　１４％UP
立ち幅跳び　１０％UP

※１　向上率…４月の測定値を基準とした場合の１２月の評価

４　市立こども園･幼稚園（４・５歳児男女）の向上率



５　事業評価（市立こども園・幼稚園）

○運動能力等の向上

- 令和5年度に向台こども園を中心に取組をスタートし、令和６年度は、市立４園で年間を通した「教育・保育カリキュラム」に鬼ごっこを取り入れた運動遊びを実施することで、４・５歳児の運動能力等は、２５m走、立ち幅跳び、ソフトボール投げ、握力、往復走の全ての項目で、**年度当初より６パーセント～１９パーセント向上**した。

- 身体の成長に伴う運動能力等の向上はあるものの、成長を**上回る**伸びがあったものと推察する。

○心身の発達

- スポーツ鬼ごっこの作戦タイムでは、自分の意見を言う、他人の意見を聞くなどにより、コミュニケーション能力が育まれ、運動に苦手意識のあるこどもも「宝」を取れたなどの成功体験を得られ、こどもたちの心身の発達を促すことができた。

○保育教諭の意見・感想

- 鬼ごっこ遊びを取り入れることで、運動遊びのレパートリーが増えた。
- こどもたちが運動を楽しみにしている様子を実感した。

○浩養幼稚園と浩養小学校の幼小接続

- ４・５歳児と小学１年生が「スポーツ鬼ごっこ等」を通して、一緒に活動することで、こどもの発達や学びの連続性を目的とする幼稚園と小学校の接続に寄与することができた。

6　今後の展開（市立こども園・幼稚園）

「鬼ごっこを取り入れた幼児期の運動遊び」を継続する。

◯令和７年度も引き続き、市立４園において「教育・保育カリキュラム」に鬼ごっこを取り入れ、運動能力等やコミュニケーション能力の向上、様々な教育保育活動に対する意欲を形成していく。

◯保護者参観等で、鬼ごっこ遊びを親子で楽しく経験し、運動習慣の動機づけやこどもとの愛着形成を育み、こどもの心身発達に良い環境を形成していく。