

ねらい	<p>子どもとのかかわり方を見直すなかで、子どもと体を使って遊ぶことが、その後の運動習慣・体力・運動能力に大きく関わることを理解する。</p> <p>家の中やせまい場所でも、親子で一緒に動く楽しさを経験させてあげたり、一緒にからだを動かす方法を知る。</p>
-----	---

<進行例> ※60分の場合

	時間	参加者の活動	進行役の活動（発言・留意点等）
導入	5分	テーマ・内容を確認する	<ul style="list-style-type: none"> ・本日のテーマ・内容を伝える ・進行役個人の見解に基づくアドバイスは避ける
	15分	<ul style="list-style-type: none"> ・アイスブレイクとグループ分け ・グループ内での自己紹介 	<ul style="list-style-type: none"> ・4人組～5人組のグループをつくる ・グループの代表者等を定める
話し合おう・考えよう	2分	ワーク1について思ったことを各自が記入する	話し合い① 「子どもが『テレビゲームでもしよっかな～』と言ったとき、自分ならどう対応するかを書いてください」
	8分	意見交換① グループ内で各自が書いた意見を順番に発表する	「グループの代表者の司会で順番にグループ内で発表しましょう」 ・代表者から右回りで、あるいは左回りの順に ・テレビゲームの是非について、意見をかわすことでもよい。
	3分	ワーク2について自分の子どもや周りの子どもの様子から、分かったことを各自が記入する	話し合い② 「子どもが体力をつけるのに、大切にしたいポイントは何ですか？自分の経験からわかることを書いてください」
	8分	意見交換② グループ内で各自が書いた意見を順番に発表する	「グループの代表者の司会で順番にグループ内で発表しましょう」 ・代表者から右回りで、あるいは左回りの順に ・体を動かす遊びが好きなお子、いろいろな内容の体を動かす遊びを行っていた子ども、家の人と体を動かす遊びをすることが多かった子どもの体力が高いことを伝える。（資料1～3）

	時間	参加者の活動	進行役の活動（発言・留意点等）
	3分	<p style="text-align: center;">話し合い③</p> ワーク3について思いついたアイデアを各自が記入する	「資料4を参考に、無理なくできる運動遊びや継続できる運動遊びについて、アイデアを考えて自由に書いてください」
	8分	<p style="text-align: center;">意見交換③</p> グループ内で各自が書いた意見を順番に発表する	「グループの代表者の司会で順番にグループ内で発表しましょう」 <ul style="list-style-type: none"> ・代表者から右回りで、あるいは左回りの順に ・意見交換をすることで、さらに遊びのアイデアを広げたり、新たな気づきを持ったりできるような場にする。
ふりかえり	6分	<p style="text-align: center;">今日の話し合いの感想や心がけたいと思ったことなど</p> ワークシートに書いたり、直接、意見を発表し合ったりする。	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークの感想や、運動習慣として取り組もうと考えていることをグループでまとめ、グループごとに発表する。 ・子どもと一緒にあそぶことが、自分の健康づくりに役立つことも紹介する。 ・参加者に感想を求めてもよい