

## マナーキッズ体幹遊び司会進行要領(幼稚園・保育園園児、1時間用例示)

- (0:30) **事前準備** 椅子、タオル、雑巾、直径15cm程度ボール(二人に1個)、フラフープ8個(ケンケンパー用)、フラフープ10個(ケンケンケンパー用)  
トンネル(熊歩き用、あざらし歩き用、なくても可)  
ボール遊び様にテープを一直線に2本貼る。(3m間隔)
- マナーキッズ体幹遊び**
- (0:02) **開講式** 園児は、ラインに沿って一列に並ぶ。  
自己紹介 司会進行役が自己紹介の見本を示す。半歩前へ出て、腰を折る。「 です。よろしく  
お願いします」と言ってから腰を折る。園児に自己紹介させる。(全体で練習のみ)
- (0:08) **椅子の座り方の指導**  
手は、膝の上に置き、重ねないようにする。  
首はまっすぐにし、首の位置が肩と垂直になるよう意識する。  
足は足の裏全体を床に着く。  
起立する時は、自分の椅子の横、入ってきた入口側に立つ。  
**正しい立ち方の指導**  
足をそろえて立つ。  
背筋を伸ばし腰もしっかり立てる。  
おへそのあたりに力を入れて胸を開く。  
あごを引いて首を立てる。  
手の親指から小指をくっつけて自然と体の横にそろえる。  
**正しいお辞儀・挨拶の仕方の指導**  
普通言葉とお辞儀は同時にするが、正しくは言葉を言ってから頭を下げず、腰を折る。  
「宜しくお願いします」と元気よく声を出す。(声が小さい場合はやり直す)  
上半身を真っ直ぐにして腰を折る。  
「宜しくお願いします」と言ってから腰を折る。  
挨拶は目下から目上にすうもの、園児が先に挨拶をする。  
体をおこしたら笑顔で相手の目を見る。  
終わりの挨拶の練習をする。  
「ありがとうございました」と言って腰を折る。  
**一列に並ぶ練習**  
園児をラインの手前に沿って横一列に並べる。  
真ん中の園児を起点に、間を空け過ぎず詰め過ぎず、等間隔で並ばせる。  
始めが一番大事でありキチンとさせる。園児は始めの雰囲気、教室の雰囲気を察する。  
挨拶とお辞儀の指導で教わった“きをつけ”の姿勢をさせる。姿勢が悪ければ注意する  
**挨拶の練習**  
進行係の「ハイ」の合図で一斉に行う。  
「よろしくお願いします」の後、全員で「よろしくお願いします」と言い、全員がお辞儀をする。  
始めの内はバラバラで揃わないので何回かやり直しをする。
- (0:10) **タオルを使った体幹遊び1**  
椅子に座ったままブルおなか、つねにへこませたまま、10回、声を出す。  
腕を胸の高さで伸ばす。  
タオルが胸につくまで水平に引く。肘は胸の高さのまま。  
腕を肩の高さで伸ばす。  
**タオルを使った体幹遊び2**  
頭の後ろでタオルを伸ばし、全身で上へ投げる、おなか、つねにへこませたまま。10回、声を出す。  
タオルを肩の高さ引っ張って持つ。  
タオルを頭の後ろ側で上にあげる。つま先立ちで伸びる。  
元の位置に戻す。
- (0:10) **⑩ボール遊び**  
園児同士が向かいあい、(3m程度離れる)ボール転がし、3往復程度  
ボールを転がす前に「よろしくお願いします」終わったら「ありがとうございました」  
次はワンバウンドで投げる  
次は、足でボールを蹴る。
- (0:02) 休憩(水分補給)
- (0:10) **トンネルくぐり(トンネルがない場合は、トンネルなしで熊歩き、鱈歩き)**

20名程度の場合は、3班に分ける。マナーキッズ講師2名 + 保育士が挨拶を受ける。  
1班は、熊歩き、あざらし歩きをしながらトンネルをくぐる。くぐる前に「よろしくお願いします」  
くぐり終わったら「ありがとうございました」  
他の2班はケンケンパー、ケンケンケンパー、最初に「よろしくお願いします」終わりに「ありがとうございました」、3種目を入れ替わって行う。

(0:05) 雑巾がけ

---

園児は一列になって床に雑巾がけをする。

(0:08) 閉講式

---

修了証書授与(園長から代表2名)

授与の仕方 右手で修了証書の右部中央で受ける。次に左手で左部中央で受ける。そのまま、心を下げる。修了証書を左手で受け、「ありがとうございました」を言ってから、笑顔で園長先生の目を見て握手する。

全員お礼の挨拶

「ありがとうございました」の後、全員で「ありがとうございました」と言い、全員がお辞儀をする。

保育園園長、保育士、マナーキッズ講師と園児は一人ずつお礼の挨拶

一人一人に、正しく立って、お辞儀をし、「ありがとうございました」を言ってから握手する。

握手の際は、相手の目をいい顔で見る。

(0:05) 「マナーキッズ」調べの説明

小学校児童は、⑩、⑫の代わりにマナーキッズ体幹遊び手引き・36事例集から数種目。  
全体或は二人が向い合った際に、「よろしくお願いします」「ありがとうございました」を入れる。

