2027年度　幼稚園・保育園向け

体験で生まれた「やってみたい」を、
園の毎日に。

正課体育 導入のご提案

3〜5歳

園内での
正課体育



体験を、これからの指導につなぐ

ご覧いただいた動きと園児の様子を、園のねらいと重ねて振り返ります。

01 体験で見られた園児の姿

活動名・参加の様子・挑戦した場面：

02 先生方が感じたこと

日常の保育とのつながり・ご感想：

03 継続して育てたい力

園として大切にしたいねらい：

正課体育で、園の日常に増やしたいこと

体を動かす時間を、挑戦する経験と日々の保育へつなげます。

01　**園児に**

自分から挑戦する経験

できる段階から始め、少しずつ難しさを変える。
一人ひとりの「もう一回」を大切にします。

02　**先生方に**

日常でも使える動きのヒント

実演や声かけをその場で共有。
普段の運動遊びへ取り入れやすい工夫を伝えます。

03　**園の教育・保育に**

園のねらいに沿う継続した活動

年間計画と日々の様子を照らし合わせ、
園が大切にする育ちを指導に反映します。

動きを見せて、挑戦のきっかけをつくる

COLORSが大切にするのは、実演と、一人ひとりに合わせた段階づくりです。



まず、見える

講師が動きを示し、
やることを分かりやすく。

次に、試せる

短い声かけと補助で、
挑戦しやすい段階から。

そして、重ねる

園児の様子に合わせて、
次の課題へ進みます。

3〜5歳の発達と経験に合わせた指導

全員に同じ完成形を求めず、挑戦できる課題を用意します。

対象	大切にする経験	主な活動の例
3歳	体を動かす楽しさに出会う	走る・止まる、小さく跳ぶ、転がる
4歳	動きを組み合わせて試す	連続跳び、バランス、前転の準備
5歳	目標を持って挑戦を重ねる	踏切・支持・着地、器具の段階練習

年齢は目安です。経験・発達・その日の体調を優先します。

一年を通して、基本から挑戦へ

園の年間行事とねらいに合わせて組み立てる、年間指導の一例です。

4〜6月	7〜9月	10〜12月	1〜3月
場と動きに慣れる	**体の使い方を広げる**	**器具の基礎に取り組む**	**できたことを確かめる**
走る・止まる 跳ぶ・着地する	転がる・支える バランスをとる	マット・跳び箱 鉄棒の段階練習	ボール・縄 選択課題・振り返り

活動や器具は、園の環境と園児の様子に合わせて変更します。

1回の指導を、次の挑戦へ

「分かる」「試す」「振り返る」を、無理のない流れで繰り返します。

活動例

30

分／クラス

5分	**導入**	あいさつ・活動の約束・体を温める
5分	**基本動作**	走る・止まる・跳ぶなど
15分	**主活動**	運動遊びや器具活動
5分	**振り返り**	挑戦したこと・できたことを確かめる

次回は、前回の様子を踏まえて課題の難しさや補助を調整します。

園の時間割と、普段の連絡方法に合わせます

実施前のすり合わせと、活動後の短い共有で指導をつなぎます。

COLORSが担うこと

指導内容の組み立てと実演
園児の様子に応じた課題・補助の調整
活動後の振り返りと次回への反映

園にお願いすること

参加人数・体調・配慮事項の共有
会場と使用できる器具のご相談
担任の先生との見守り・補助の分担

日程や配慮事項は、電話・口頭でもこまめに共有します。

安心して実施するための約束

活動内容だけでなく、見守りと緊急時の対応まで、園と合意して開始します。

実施前	会場・器具の状態、参加人数、配慮事項を確認します。
活動中	待機場所と動線を分け、無理な挑戦を促しません。
体調変化・けが	活動を止め、園の対応手順に沿って連携します。
契約時	担当講師・保険の加入状況と補償範囲を書面でご案内します。

貴園に合わせた実施プラン

下記をたたき台に、体験の振り返りと園のご希望を反映して決定します。

項目	ご相談案	貴園のご希望・合意内容
対象	3〜5歳、年齢・経験に応じて編成	
実施頻度	月2回	
指導時間	1クラス30分	
場所・器具	園内の会場と使用可能な器具を活用	
開始時期	2027年度のご希望月からご相談	

クラス数・人数・講師体制を含めた実施条件は、正式見積に明記します。

お見積と、ご契約の条件

園のご予算と実施内容を照らし合わせ、総額と条件をご確認いただきます。

実施内容・費用	正式見積・契約書に記載する内容
指導条件	1クラス　　分 ×　　クラス ／ 月　　回 ／ 年　　回
税込費用	1回　　円 ／ 月額　　円 ／ 年額　　円
交通費・用具費等	
契約期間・お支払い	
変更・休講・解約	

費用欄は正式見積のご提示時に記載します。料金・条件への合意後にご契約となります。

COLORS Gymnastics

2027年度の導入に向けて

貴園の「育てたい」を、
継続した体育の時間に。

最終条件を確認し、ご契約。
初回日程と当日の役割を決め、
指導を開始します。

本日のご意向

☐ 導入を希望する
☐ 条件を相談して検討する

相談したい内容：

次のお約束　　月　　日　　ご担当：