

保育計画成果報告書

法人名等	社会福祉法人明健福祉会
施設名	たいりん保育園
報告者（役職）	高木 美紀子（園長）
住所・連絡先	三重県三重郡菰野町神森839番地
	☎ 059-394-0155 E-mail info@tairin.or.jp

○タイトル（保育計画）

乳幼児期の健康な心と体を育むために
～運動量が支える力は、学力と生きる力を高める～

○主な助成備品

運動教具、マット、上り縄、等

1. 保育計画策定の目的

本園は、「子どもたちが夢中になって遊び、活動できる環境を用意し、体験を通して健やかな心とたくましい体をバランスよく育む」ことを目標とし、開園しました。園庭には、影になるよう樹木を植え、家形の大型木製遊具や鉄棒、アスレチックやトンネルのある築山等、就学前の神経系の発達を左右する重要な時期に必要な遊具を設置しました。しかし、昨今の猛暑のため6月初旬から三重県に熱中症アラートが発令され、園児が戸外で15分以上遊ぶことができないような状況にあります。また、三重県内唯一のスキー場を持つ菰野町は、12月～3月は近隣市町が晴れていても、いつも時雨が降っていて園庭はぬかるみ、戸外で遊べる日が大変少ないという現状もあります。このような気候では、子どもたちが安心して戸外で体を思い切り動かして遊ぶことができません。

最近、子どもたちの基礎体力や運動能力の低下が課題となっていますが、その原因の一つに運動量の減少があるといわれます。

本園の子どもたちも、帰宅後は外で遊ばずゲームをしたり映像視聴をしたりしている子どもが大半です。保育園の時代から体を動かすことが好きになり、積極的に体を動



かして遊ぶ習慣を身につけられるような魅力的な環境を、本園の遊戯室等室内に設定し、運動量を確保したいと考え保育計画を策定しました。

2. 具体的な実施内容

運動教具（写真1参照）とマットを組み合わせ傾斜や凸凹、階段、ブランコとロープ等を組み合わせたサーキットコースを遊戯室や保育室に設置し、0歳児から5歳児までが「ハイハイ」「高這い」「上り下り」「転げる」「よじ登る」「乗り越える」「駆け上がる」「渡る」「潜る」「揺れる」「揺らす」「こぐ」「避ける」「押す」「積む」「引く」「掴む」「滑る」等、それぞれの年齢や個々の発達に応じた動きを子どもたちが保育者と一緒に自主的に体験しました。

写真1



【0歳児】保育室に凸凹のマットや三角形の運動教具（プレイクッション）を置き、ハイハイしたり、斜めのところでバランスを取って座ったり、保育者に手を引かれて歩いたり斜めの坂をよじ登ったりしました。保育者に優しく見守られ、助けられながら自分のやりたいことに取り組み、保育者に認めてもらい嬉しそうにしていました。こうして一緒にいてくれる他者への信頼と、受け止めてもらって幸せだなという自己への信頼が育っていくのだと思います。

保育者に優しく見守られ、ゴールしました。二人で顔を見合わせて嬉しそう！



【1歳児】保育室の中に斜面、段差などを組み合わせて設置してみました。保育者は段を上って滑り台をするだろうと考えていましたが、子どもたちは、斜面を登って飛び降りたり、斜面を腕の力で降りたり、保育者の考えつかない使い方を楽しんでいました。「遊びは子どもの能動的活動である」と言われます。大人がやり方を決めて皆同じようにやるのではなく、自らの心や体の求めに従って取り組む遊びの中にこそ自分を育てる力があるのだと思います。保育者がそばで見守りながら、ちょっと手助けしようとしたら、「じぶんで！」と言って自分の力で滑る姿もありました。

安心できる人間関係のなかで、友達の真似をしたり、自分で動きを工夫したりできる時間と場所と空間をしっかりと保証してもらい、自分らしさを発揮しています。



【2歳児】いつもは保育者が使いたいものを選んで保育室に運動教具を運んでいましたが、3歳以上児がサーキット遊びをしているのを見てやってみたいと言い出しました。たくさん置いてある運動教具の中から使いたいものを子どもたちが選び、「よいしょ、よいしょ」と運びました。ダイナミックな動きをやってみたい時期なので、マットを敷き安全に配慮して思い切り動けるようにしました。なんでも自分でやってみたい2歳児の心と体を満たす活動ができました。



いろいろな動きを工夫したり、発見したり、友達と一緒にする楽しさも味わいました。



【3歳以上児】いろいろな組み合わせでサーキット遊びを楽しみました。「今度はどうやって並べよう。」「今回のテーマは『とぶ!』にしよう」と保育者や友達と話し合いながら活動に取り組みました。体を動かしながら何度も何度も挑戦したり、苦手なことにも取り組んだり、最後までやり遂げたり、友達と試行錯誤し協力することを積み重ねることができました。運動教具を使ってホールでルールのある遊びを行った時、柔らかい素材のマットで安心して思い切り走ったり隠れたり、跳んだりできました。保育者からのルールはひとつだけ。「ぶつからないでね」。その一言で思い切り走っても、だれもぶつかりませんでした。こちらが安全を確保するためのルールをいくつも提示しなくても、子どもが危険回避のルールの必要性を感じ作り出すこと、そのための体の使い方を子ども自身が感覚でつかんでいくことの大切さを学びました。



1年前は恐る恐る渡っていた平均台も走って渡れるようになりました。



相談し、考え工夫し、体を思い切り動かして遊ぶことができました。

- ・天候にかかわらず、しっかりと心と体を使って遊べる空間を確保できました。
- ・サーキット遊びというと保育者主導になりがちですが、やりたいという気持ちを大切に、子どもと考え作っていくことを大切に取り組んだため、楽しく体を使って遊ぶことができました。できる子、できない子ではなく、みんなが体を動かすことを楽しみました。

3. その成果と評価

- ・三重県の北勢地域では令和5年の6月～9月末までの間、熱中症警戒アラートが34回発令されましたが、その間も天候気候にかかわらず運動量を確保できました。
- ・移動可能で、組み合わせ自由な遊具を使って3歳未満児が保育室で運動し、3歳以上児はサーキットコースの配置や組み合わせを考えることで、創造的でより多くの種類の運動が生み出せる環境を、子どもが主体となって構成することができました。
- ・普段の遊びでは体験できない多種多様な運動体験をすることで神経系の発達が期待されます。この神経系の発達は、ただ運動ができるようになるだけではなく、取り組みの中での人とのかかわりや励まし、何度も転び失敗し何度も立ち上がり挑戦していく等の経験も加えられ、社会性や豊かな人間性の形成が期待できると考えます。「できる！」と「楽しい」を積み重ねることで達成感を味わい、「頑張った！」ことを周りに認められ自己有能感や自己肯定感が育まれていきます。取り組む中で、子どもたちが自然に友達に伝えたり支えたりする姿が見られました。自分が好きになると友達に心が開けます。

・繰り返し使用する中で遊具の性質や仕組みに気づき、それらを生かした遊び方を見つけられるようになることで、子ども自身が目標をもって遊びに取り組み危険を回避する組み合わせや配置に気づく園児もいました。

4. 今後の課題と展望

・年間計画の中に、個々の年齢や発達に合った運動教具を使った遊びを入れていきたいと思いますが、子どものやりたい、好きを第一に考え取り組んでいきたいと思います。

・個々の動きや工夫等、一人ひとりの良さを見つけることで保育者の子ども理解が深まり、保育の質を向上させることにつながっていくと感じています。

・個々の園児に何を育てたいのか、この年代の子どもに何を育てたいのかを共有していく話し合いの時間を今後作っていきたくと考えます。

・活動的になるにつれ動きも大きくなるので、園児の特性を把握し十分に安全に配慮した環境を整えるとともに、安全面に対する保育者の配慮による動きが前面に出すぎて、子ども自身の危険認知力の育ちを妨げないように、保育者で話し合っていきたいと思います。

・子どもが体を動かすことが好きになり、戸外遊びや運動遊びにすすんで取り組めるように、無理なく自然に楽しく活動できるように保育内容の工夫が必要だと感じました。

・これからも子どもたちが、自分のことを自分たちで考え共に育ちあう姿を大切にしていきたいと思います。

以上

