

保育計画成果報告書

法人名	社会福祉法人オレンジ会
施設名	オレンジ第2保育園
報告者（役職）	宮里 盛猛（園長）
住所・連絡先	沖縄県那覇市金城2丁目5番地3
	☎ 098-859-2552
	E-mail orangedai2@ybb.ne.jp
	ホームページ URL : www.orangehoikuen.net/houjintop.html

○タイトル（保育計画）

毎日の運動遊びは、強い体作り

○主な助成備品

跳び箱、うんてい棒、鉄棒、クライミングウォール、トンネル、マット等

1. 保育計画策定の目的

近年、当法人保育園で起こる通院を伴うけがの多くは、肘のけが「小児肘内障」です。子どもたちの多くが、ハイハイの時期が短く、腕の力が少ないことが原因と考えています。

体を動かし、けがのない強い体をつくる為に数年前から取り入れているのが、リズム遊び・運動遊びにおける上半身、特に腕の運動です。乳幼児期にしっかりとした支持力をつけることで、その後大きなけがを防ぐことにつながると考えています。戸外・園外保育など積極的に取り入れ、雨の日にはリズム遊びで元気に体を動かします。また、普段のごっこ遊びの中に運動遊具や楽器を盛り込むことで物語にリズムが生まれ、何より楽しさが増します。よじ登る・飛び降りる等の普段の生活では無い動きは課題にするよりも、物語（ごっこ遊び）の一つとして取り組むとなお楽しく取り組むことができます。友達と一緒にまたは友達と競いながら運動遊び・リズム遊びを生活の中に取り入れることで、自然と必要な力が身につきます。走りながら、ジャンプしながら、歌いながら、といった協応運動は少しずつ身につけて、より複雑な遊びへと発展していきます。時には運動遊具単体で、時には障害物競走の一部として運動遊具を活用して保育園全体で運動遊びに取り組み強い体づくりを目指します。

2. 具体的な実施内容

<0・1歳児：斜面台・トンネルくぐり>

お座りが出来るようになると、視野が広がり保育士に見守られながら、徐々に行動範囲が広がります。

このころの“ハイハイ”の動きが支持力を身に付ける基礎となります。安全な素材で出来た斜面台は、負荷を付けた“ハイハイ”の動きに加え、歩行の安定（バランス感覚）を身につけ、凹凸のある戸外に出る前に必要な運動機能の発達を促してくれます。また、トンネルくぐりはその先にいる保育者を目指し、楽しみながら自らのからだをうまく支え進みます。

さらに、トンネルを分割するとバネのような働きを見せ、隠れたり、弾んだり楽しく体全体を動かすことを楽しめます。日々の遊びにこのような環境を整えることで子ども達が主体的に運動遊びにふれます。



<2歳児～：鉄棒・雲梯遊び>

体を十分に動かせられるようになると、空間をうまく作って遊び出すことから（空間認知の発達）、鉄棒や雲梯を用品います。足の届かない不安定な場面でも、しっかりと棒を握り安全を確保して、徐々に体を動かして楽しめます。戸外・室内共に安全マットを使用することで、着地の際の恐怖心を取り除き積極的に取り組むことができます。

運動遊具などを使用する際には、必ず安全に遊べることを前提にしていることから、ぶら下がって降りる遊びを、幾つかの方法で提案しています。

安全に遊べるようになると、子ども達はそれぞれ目標を持って取り組むようになり、できるようになると保育者へ報告します。この時保育者は必ず目と心を止めてできたことを認め、頑張ってきたこととその課程を褒めます。

その安定した情緒の中での繰り返しがよりいっそう子ども達の運動意欲を増進させます。



< 2歳児～：跳び箱遊び >

次第に支持力がついてくると、よじ登る等の動きが加わり、支えるだけではなく、引き寄せる力もついてきます。自分と同じような高さの跳び箱によじ登り、その高さからしっかりと着地する動きは、その後の運動遊びで安全に遊ぶために必要な力だと思います。

更に上半身への負荷を伴った複雑な動きの遊びを好むようになります。跳び箱などの協応運動を取り入れ、複数の動きを連続的に行います。全体重を両足で踏み出し、両手で支え跳び越える動きでより丈夫な体を育てることに繋がります。5歳児になると助走をつけ一連の動きがより複雑になり、距離感・タイミング・支持力・体重移動などを組み合わせた難しい遊びに夢中になり取り組みます。



< 3歳児～：クライミングウォール >

体の動きが巧みになり、バランスが徐々にとれるようになると、手足をバラバラに使い遊べるようになります。

クライミングウォールのように、全身を使い更に手足に交互に体重を乗せる動きは、更に自分自身の体をうまく使いこなすために必要な遊びです。



はじめは、「登る」が目的ですが、徐々に石の色をうまく使い、コースを決めながら難易度を上げていきます。競うように取り組む姿はアスリートのように真剣です。

また、ロープ登りは全身の体重を両手で引き上げ腕の力を必要とします。登り切ることを目標に達成すると誇らしげにできるようになった経緯を話してくれます。

3. その成果と評価

各年齢でその発達にあった取り組みができたのも、固定遊具を中心とした運動遊具の環境を整えたことで、積極的に運動に取り組むことができた成果だと考えます。

特に未満児においては室内環境で運動遊びに取り組めたことが一番の成果だと考えます。歩行が安定していない時期に、転んだときに手が出るという自然な反応はケガ防止に繋がり、転倒して顔を打つ場面をほとんど見なくなりました。

また、同じ環境が用意されていることから、自然に次の目標を立てられ年長児の遊びを見てまねる姿や、年長児が教える姿が見られるようになり、伝承の部分でも成果があったと感じます。

また、運動遊びを積極的に行うようになって、その他の活動も積極的に取り組むようになり、遊びを通じて物事に取り組む心情・意欲・態度が身についたと感じています。

4. 今後の課題と展望

これまでの取り組みで環境を整えたことによって、子ども達の運動に対する意欲が増し、「もっとやりたい、もっと上手になりたい」という態度へと変化していく姿が見られ、環境構成の重要性を再認識することになりました。運動遊具の特性上同時に複数の園児が遊ぶと危険なこともあり、順番を待つや譲るといった行動に繋がったと思います。そ

の反面待っている子ども達に時間をもてあそばせてしまうことがあり、その時間をいかに楽しく過ごすのかという課題が見えてきました。現状では、子ども達が運動遊具を使い自分の体を思うようにして遊べる姿をみて満足ではありますが、リズム遊びなどでは楽器を使い違う活動を同時に取り入れられることで解消されてきています。運動遊びの面でも、サーキットの用にコースを決め、障害物競走のように取り組む工夫をすることで更に楽しく運動遊びに取り組めると確信しています。

この機会に日々の活動の中でしっかりと取り組める運動遊具の環境構成を整えることができ、子ども達の日常の遊びが大きく改善されたと感じ心から感謝しております。

この保育計画「毎日の運動遊びは強い体作り」の目標が実践の中で達成でき報告できたことを嬉しく思い、更により良い保育活動を展開して行くことを誓い報告としたいと思います。

以上