

保育計画成果報告書

法人名等	株式会社ぷりえ
施設名	ぷりえ志木本町園
報告者（役職）	佐藤聡子（園長）
住所・連絡先	埼玉県志木市本町6-27-16
	☎ 048-424-2957
	E-mail info@prier.me

○タイトル（保育計画）

身体を動かす事を楽しむ～『6歳までの運動・経験は運動能力を育む』

○主な助成備品

鉄棒・跳び箱・ボール・土俵マット・縄跳び・間仕切りロッカー

1. 保育計画策定の目的

最寄駅より徒歩1分という利便性のよい駅前立地の保育所ですが、園庭が無いので付近の代替公園までお散歩に出掛け、幼児期に必要な十分な運動・活動量を確保するよう努めています。しかし天候に左右されたり、近隣他園のお散歩と重なってしまったり、幼児向けのダイナミックな遊具が少なかったりとなかなか思うような運動・活動量を確保できていない状況から、室内でも十分に活動できるような環境を整えることにより、運動遊びの質と量を確保し、体力向上につながる保育活動を実践する計画を策定しました。

2. 具体的な実施内容

幼児期における身体的発達を促すための活動として、室内でも十分に活動できる環境を整え、運動用具を用いて発達と体力の向上を目的とした運動遊びを取り入れることをねらいとしました。また、運動遊びをスポレク(運動会)の競技に取り入れることで人前で発表することや友達を応援する気持ちを持ち、達成感や成功体験につなげていきたいと計画に入れていきました。

〈鉄棒〉

- ・にぎる ぶらさがる 回る 飛びつくなどの動きができることから腕の筋肉をつけ各年齢の運動機能の発達が促せるよう活動に取り入れました。
- ・年齢やできることによってレベルを変えることで、成功体験を通して興味を持ちな

がら取り組めるよう配慮し、子ども達がイメージしやすいレベル設定を行いました。

○つばめ・・・ 棒に飛びついて腕の力で体を支える。足は後方に伸ばす

○ふとん・・・ ツバメの体勢から体を前方に二つに折る前回り

○だんごむし・・・腕をまげて体を棒に近づける逆上がり

逆上がりはサポートタオルを用い、自分の腕の力で回る感覚を身につけ成功体験をすることで自信を持ち、楽しく活動に取り組めるように配慮しました。



●つばめ



●だんごむし



●逆上がり（サポートタオル）

〈跳び箱〉

・走る 腕で体を支える ジャンプする 腕の力で体を前方に出すなどの動きを通して体の使い方を学び、全身運動で体力をつけ挑戦する気持ちを持てるように取り組みました。

○かえる・・・ 床に手をつけて足を上げる

○大きいかえる・・・ かえるで上げた両足同士をつける

○歩くかえる・・・ かえるの要領で両足を広げて前に進む

跳び箱を使う前に床運動で体を前に持っていく感覚を身につけ、跳び箱を楽しみにする気持ちを持つように設定を考えました。

・布団を丸めたものを跳び箱のように飛ぶことで、跳び箱に対する恐怖心を無くし、実際の跳び箱でも飛べるように段階的に上げていくようにしました。

・各年齢に合わせた運動能力の発達を考慮し、跳び箱に乗って両足ジャンプで下りるゲー跳び パー跳び 挑戦レベルを変更していきます。

・最初は踏み台を使用しないことで、踏み台の足跡マークを意識しすぎないように取り組みました。

・踏み台を使ってジャンプのみ行うことで、踏み切るイメージを持つように考慮しました。



●練習の様子

〈長縄〉

- ・タイミングを合わせて跳ぶことで足のばねの使い方を知ったり、全身運動をすることによる体力向上をはかることを目的に活動をしました。
- ・公園での戸外活動時でも、普段よりダイナミックで開放的な活動に取り組みます。
- ・室内で転がしドッチボールをやる際に、室内のため円が引けないのを長縄で囲むことで代用。普段出来ない活動に喜んで取り組む子も多いです。

〈土俵マット〉

- ・運動遊びを安全に配慮して行うために使用。マットがあるので恐怖心を減らして跳び箱に取り組むことができます。
- ・足首の発達が十分ではない幼児期における運動において、着地時に足首にかかる負担を軽減することの重要性を考えて使用しています。
- ・転がることで全身を使った動きができ、色々な使い方ができるので子ども達のイメージを膨らませたり体をコントロールする動きにもつながっていると思われます。どんぐりころころの歌に合わせてまっすぐに転がれるように活動に入れています。
- ・乳児クラスでもお相撲ごっこを楽しむこともあり、年間を通して複数回のお相撲大会を計画していくと、期待感や挑戦する力に継続的につながっていけるのではないかと思います。
- ・お相撲ごっこをとりいれたところ、いつもと違う活動のせいもあり、とてもたのしんで取り組む様子がありました。負けて泣く子もいたり、積極的にやりたがる子、躊躇する子と反応は様々ですが負ける経験も大切だと思うので、お相撲ごっこを繰り返す中で、負けても次は勝ちたいと頑張る気持ちや友達を応援する気持ち、適度な緊張感などを経験して心の成長をしていけるように保育の中で活動に取り入れていきたいと思っています。

3. その成果と評価

〈鉄棒〉

最初はぶら下がるだけだった鉄棒ですが、チャレンジカードを導入。できたことややることが視覚的にわかりやすくなったことでイメージを持ちやすくなったように思います。

ぶら下がりから飛びつき、つばめ ふとん 前回り 逆上がりと段階的に進めていくことで徐々にできるようになったり、並んで待ち友達を応援する姿も見られるようになりました。できるようになった子を見て頑張る気持ちが芽生えたり、できる子が教えてあげる姿も見られます。逆上がりではサポートタオルを使用することで保育者の介助なしに自分の腕の力で回ることができ、自分でできたという自信につながられたと思います。

運動会の競技に鉄棒を取り入れたので、公園で練習したり家庭のアスレチックでやったという声も聞かれ、積極的に取り組み頑張る姿を見ることができました。運動会では人前で披露する緊張の中でそれぞれの頑張りを見せることができ、達成感と自信を持つことで心の面も体の面も成長があったのではないかと思います。

〈跳び箱〉

運動遊びを日々の保育活動に取り入れながら継続的に行う中で、特に跳び箱は恐怖心があるので躊躇したりやらないという子もいました。鉄棒と同じくチャレンジカードを導入するなどの子ども達が楽しみながら自ら挑戦したくなるような環境づくりを保育計画の中に取り入れることで、子ども達の気持ちの変化もあつたように感じます。

段階的に少しずつ上げていくスモールステップを意識して、床運動から体を前に持っていき動きを感じてみたり、跳び箱上に正座ポーズで飛び乗る 足を広げる ふとんを使ったふかふか跳び箱に挑戦などを取り入れることでできることが少しずつ増えて楽しく参加する子が多くなっていったように感じます。

年齢が上がるにつれて子ども達のできることも増え、3. 4. 5歳児の合同クラスで年長児にできるようになった子が出てきたり、教えたり応援したりする中でお互いが刺激になっていたように思います。ちょっとしたきっかけからコツをつかみ、運動に対する苦手意識がなくなって恐怖心を克服しながら、併せて運動への意欲や自信がついてきました。



●チャレンジカード

小さな自信の積み重ねや一つ一つの成功体験が、子ども達にとっていかに大切か、自分達から体を動かしたくなるような環境づくりの重要性を改めて感じました。また、保育室を間仕切りロッカーで区切ることで、安全面だけでなく、運動する場所（時）と静かに待つ場所（時）の理解が深まることにもつながりました。

子ども達の「やりたい」の声を大切にしながら「楽しい」「できた」の気持ちが育つような活動を取り入れていきたいと思います。

運動会では鉄棒とともに跳び箱も行いましたが、運動会での披露で終わりにする活動ではなく、今後も保育の活動の中に継続的に取り入れて楽しんでいきたいです。

4. 今後の課題と展望

助成していただいた保育備品を様々な活動に取り入れていき、子ども達の心と体の育ちを大切にしながら取り組んでいきたいと思えます。限られたスペースの環境でも工夫次第で多くの取り組みができ、継続した活動が少しづつ子ども達の大きな自信につながることを感じました。心と体が大きく育つ幼児期に、成功体験を積み重ね様々な経験をすることの大切さを改めて認識しました。子ども達一人ひとりの頑張りを誉め、自信を持って自分を好きになる心と体の成長を支えていきたいと思えます。

開園3年目を迎え、初年度よりも幼児クラスの人数が増えました。今後、大人数での遊びの発展を考え、活動に幅を持たせることができるよう工夫と実践をしていきたいです。

また、室内での活動でも体を動かせる十分な環境づくりを踏まえ、近隣に複数ある系列園とも共有しながら、各年齢にあった遊びが展開できるように考えていきたいと思えます。

以上