

保育計画成果報告書

法人名等	株式会社チャイルドビジョン
施設名	こどもヶ丘保育園武蔵新田園
報告者（役職）	佐久間あすか（園長）
住所・連絡先	東京都大田区矢口 1-16-19
	☎ 03-6459-8384
	E-mail musashinitta@kodomogaoka.jp

○タイトル（保育計画）

多様な種類の動きを経験し、健康な心と体を育てる保育にレッツトライ！

○主な助成備品

エアマット、巧技台セット、はしご、マット等

1. 保育計画策定の目的

幼児期の終わりまでに育ってほしい姿（10の姿）の中に「健康な心と体」が挙げられています。しかしながら、園の造りや現在子どもたちを取り巻く環境では、「健康な心と体」を作るための十分な取り組みを、継続して行うことが難しいのではないかと感じています。現代の子どもたちは、「縦方向の動き」や「立体的な動き」の経験が不足していると言われています。それが関係してか、転倒時にうまく手をつけない子も多く見受けられます。

やりたいことに主体的、意欲的に取り組む心や、やりたいことを実現するために動く体、そして体を動かして実行する活動は子どもたちに楽しさや面白さ、充実感をもたらせます。このような姿が育つためには、物理的環境や人的環境を構成することや、子どもの安心や安全を確保することが保育に求められると思います。転んでも手が出ない・足の土踏まずの未発達・体温の二極化・腰椎の異常など、子どもたちの体に顕著に異常が現れてきていると言われており、原因の一つとして近年、駆け回れる自然や遊び場、時間、仲間が少なくなったというような環境の変化を指摘されています。狭い住居や便利さ、速さを求める文明社会の中で育てられている子どもたちにとって、自分の意に反して、発育運動をする機会が減少していると思われます。又、人の活動や感情はすべて脳の働きによるものであり、子どもたちの体力低下も、脳の発達と偏った発育の結果がもたらしていると言われていているそうです。脳を正常に発達させるためにも、楽しんで体を動かし、毎日が活動的であることが必要で効果的であります。平面での遊びは床や広場などでできますが、立体の運動（縦の動き）に関しては、用具を利用しなくてはできないことがほとんどです。

立体的な「縦」の動きをたくさん経験するために「巧技台」や「エアマット」を活用することで、子どもたちは、自分自身の力で、正しく手足を使い、高いところへ登り、渡

り、降り、ぶら下がるなどの経験を積み重ね、「自分自身を守れる力」を身につけていくと考えています。その力こそが「やってみたい」を大切に、ケガに強い体を作るということに繋がっていると思います。現在の環境の中で、発育運動を十分に積み重ねるには、適した用具が必要であります。巧技台であれば、工夫次第で幾通りにもセットが組み、場所（空間）、時間、人数などいろいろな条件に合わせ、多様な運動が可能です。

一度跳んだらやみつきになる！と言われている「エアマット」は楽しみながら体幹を鍛えることができ、バランス感覚も育ちます。巧技台・エアマット共に、0歳から6歳までどの年齢にも使用できるというところもとても魅力的です。

公園の遊具も昔とは随分変わっており、楽しかった思い出のある遊具たちは事故などで安全面を考慮し次々と撤去されているように見受けられます。同じ遊具を使っている、当時はそのような大きな事故があまり起こらず、「ケガに強い体」がしっかりできている子どもが多かったのかもしれないと感じます。又、近隣の公園にある遊具は、対象年齢外のもが多く、保育士が傍についていてもそのような場合には使用禁止となっております。もちろん、遊具を使用できない公園で、広い広場で思い切り走ることや、自然に触れることは十分にできるかと思いますが、「健康な心と体」を育てるためには、多様な種類の動きを経験することも必要不可欠であります。園庭が無くても、公園に遊具が無くても、自分を守れる力を身につけていけるように、巧技台やエアマットを導入させていただくことで、子どもたちがたくましく、しなやかな成長をするための経験が補えるものと期待して、保育計画を策定致しました。

2. 具体的な実施内容

狭い園内でも安全に取り組める遊び、繰り返し「もっとしたい！」と思える遊び方を考えて実施してきました。大きなはしごの雲梯や高さのある巧技台のジャンプ台は、公園ではなかなかチャレンジできない遊びの種類のひとつです。子どもたちの様子を見てみると、戸外よりも園内の方が恐怖心なく、チャレンジしやすい様子が見られます。暑い夏場や寒い冬場、雨の日など、天候に左右されることなく思い切り体を動かせることが、とても良かったと思います。

0歳児

エアマット

- ・保育士と一緒にマットの上に乗ってみる。

巧技台・マット

- ・滑り台や斜面版を使って勾配を作り、はいはいで登る。
- ・様々な長さのトンネルをくぐってみる。
- ・マットの上で座ったり、寝返りしたり、保育士にマッサージしてもらったりする。

1歳児

エアマット

- ・保育士の動きを真似て、足を屈伸させたりゴロゴロ転がったりジャンプする。

巧技台・マット

- ・はしごやバーを使い、腕や足を使って前に進む動作を楽しむ。
- ・階段状になった台を登ったり降りたりする。
- ・腕の力と足の屈伸を使い、滑り台を滑ったり、逆さに登ってみる。

2歳児

エアマット

- ・歌に合わせてぴよんぴよんはねたり、ダイブしたりして大胆に遊ぶ。
- ・横転を楽しむ。

巧技台・マット

- ・はしごや段差の台の角度をつけ、登ったり、低めの渡り橋（平均台）をつくってまたぎながら前に進む。
- ・腕の力を使い、足の指をしっかりと立てながら少し高めの巧技台に登りジャンプする。

3歳児

エアマット

- ・友だちと一緒にジャンプをすることで共感性が高まる。
- ・リズムカルにジャンプしてみる。

巧技台・マット

- ・丸形のはしごを雲梯のように組み立て、高さを調節しながら移動を楽しむ。
- ・跳び箱を使ってみる。
- ・渡橋の高さを少し高くし、バランスをとりながら歩いてみる。

4歳児・5歳児

エアマット

- ・跳んだり、ストップしたり、音楽に合わせて動いてみる。
- ・端から端まで転がって競争してみる。

巧技台・マット

- ・バー（平均台）をレスキュー隊のように足と手を使って前進する。
- ・高い巧技台によじ登り、フープなどを使い、着地点を目指してジャンプしてみる。
- ・高めのはしごを渡ったり、登ったり、挑戦する。



トンネル内に入って狭いところをくぐることで、自分の体の動かし方にも自然と意識を向けられるようになってきます。

1段ずつ・・・1, 2♪ 1, 2♪
しっかりと手足の指を開き、登ります。
手足の指を開いたり、しっかりと動かすことは子どものからだや脳に大きく影響し集中力も高まるそうです。



高いところへ登り、渡り、降り、ぶら下がる、などの経験は、積み重ねによってケガなどから自分を守る力が自然と身についてきます。

脚力だけではなく、腕力や上半身の筋肉もついてくるので、つかむ力、体全体でこらえることもできてきます。





エアマット（トランポリンとマットの中間のようなもの）では、全身運動が可能なので、全身の筋肉を効果的に刺激することができます。

大人も一緒に楽しめるエアマットは年齢を問わず、子どもたちに大人気です！

3. その成果と評価

最近、ベビーカーに長時間乗せる・バンボに座らせたまま・抱っこひもで脱力したままバックで進む・・・といった乳児期を過ごしてしまう子が多く、自発動作が少なくなる原因の一つともいわれているようです。自発動作が増えることで脳も活性化され、発達を促すことにも繋がりますので、周りで他のお友だちがしている姿をみて、「自分もやってみたい!」「ちょっと怖いけどやってみようかな」と思えるように、心掛けてきました。いつでも怖かったら手助けができるように、安心してチャレンジできるように、保育士はそばで見守ります。できないことを訓練的に指導するのではなく、みんなができる簡単な遊びから楽しく段階的に体育遊びを展開させる指導の仕方を考えて、取り組んできました。子どもたちが遊び方と楽しさを体感し、自らの工夫で遊びを発展させていけるように、そして安全能力を育む、危険かどうかを判断する力がついてくることに繋がればという思いで行ってきました。

◎歩き始めの個人差や、進級時の若干の人数変動はありますが、体育遊具を導入する前から体育遊具を導入した後のケガの種別や人数変動を確認した所、「転倒時に手をつかなかったケガ」「避けきれなかったために起こった打撲」は全体の4分の1減少したことがわかりました。（使用前：9ヶ月・使用后：9ヶ月）

4. 今後の課題と展望

体育遊具を導入して間もなくコロナ禍になり、色々と制限のある中での保育の実施ではありましたが、公園で思うように遊べない時期や熱中症指数が高い時、雨が続いた日などでも、購入させていただいた体育用具を使い、しっかりと効果的に体を動かすことができました。本当にありがとうございました。随分、子どもたちも慣れてきたので、今後は研修などで組み合わせの仕方や遊びのレパートリーをさらに増やしていきたいと考えています。短期間の調査結果であっても、効果が見られましたので、引き続き安全能力を育み、危険かどうかを判断する力が自然と身につくような楽しい取り組みを考え、さらなる向上へと努めて参ります。

以上