

保育計画成果報告書

法人名	社会福祉法人 星風会
施設名	ステラ千住ふたば保育園
報告者(役職)	佐々木 恵美子(園長)
住所・連絡先	東京都足立区千住1-3-8
	TEL 03-6812-0800
	E-mail stella-senjufutaba@sfk.or.jp

○タイトル(保育計画)

しなやかな心と体で笑顔いっぱい！

○主な助成備品

巧技台Dセット、巧技台収納台車

1. 保育計画策定の目的

乳幼児期において、多様な動きを含んだ運動遊びに取り組むことは、各種運動能力を獲得すると共に、生涯にわたっての運動に取り組む習慣や、心身共に健康で充実した生活を送る為の基盤づくりとして必要不可欠なことであります。その為、1日の多くを過ごす保育施設において、心身の発育発達に必要とされる多様な動きを含んだ運動プログラムを提供することが重要であります。

ステラ千住ふたば保育園では、知覚や認知面など脳の発達に効果的な手段として注目されている「コーディネーション運動」を外部講師より直接指導を受け、日頃の保育活動に取り入れ活用しております。

巧技台は「登る(上がる)」「降りる(下る)」「渡る」「掴まる」などの動きを、様々な組み合わせにより運動の難易度を調整することが可能な遊具である為、各年齢の発達に合わせた運動を提供することが可能です。ステラ千住ふたば保育園には小さな園庭がありますが、各年齢の発達に必要とされる「質」と「量」を含んだ運動遊びを十分に行うにはスペースが足りない状況にあります。しかし、巧技台などの運動遊具を十分に活用できる広いホールがあります。

その為、外部講師より指導頂いた運動発達理論に基づき巧技台を以下のように活用することで、筋力や体力だけでなく日常生活にも必要なコミュニケーション能力なども養いながら、体を動かすことが「楽しい！」と笑顔で思えるよう各年齢の発達に応じた運動遊びを展開していく計画であります。



2. 具体的な実施内容

0歳児

少しずつ歩行が安定し、手足を自由に動かすことを喜んでいる。滑り台を自分で上り下りする過程で、全身を上手に使い体を支えながら遊ぶことで、身体の使い方やバランスの取り方を身につけていく。



1歳児

基本的な歩行の能力が確立され、様々な障害物に興味を持ち登ったり乗り越えたりする姿が見られる。平均台渡りを行い、落ちないように・はみ出さないように意識して歩くことで、空間認知能力や身体のバランス機能を高めていく。



2歳児

体力がグんとつき、走ることで発散をしようとする。しかし、周囲への注意力が足りず子ども同士で衝突することもあるので、平均台2本渡りで空間認知能力を高めると共に、股関節の柔軟性を上げ体幹も育てていく。

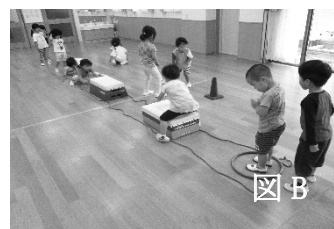


3歳児

A…活動が活発になり、鬼ごっこなど集団遊びを通して走って遊ぶ機会が増えた。しかし、走り出した際に足がもつれて転んでしまう子が多い。そこで、滑り台の傾斜を使った坂道下りで下半身の調整力を養う。

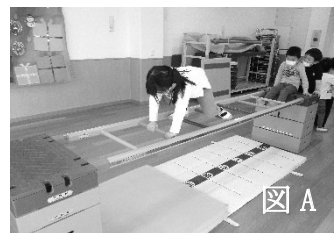


B…少しずつ自分のイメージ通りに体を動かすことができるようになり、課題としていた支持力も備わってきている。日々取り入れているカエル歩きの延長で跳び箱を乗り越える運動遊びを行い、跳び箱のスキルの習得に向けた一連の動作の土台作りをする。



4歳児

A…ボールやフラフープなど、道具を使った遊びを通して2つ以上の動作を同時に行う運動が簡単に行えるようになってきている。はしご渡りを行い、手足を別々に動かしながらバランスを取ることで、協応性や平衡感覚を養う。



B…直線の走りは安定し速くなったが、曲線や方向転換時にスピードが緩むなどバランスを崩すことが多い。そこで、傾斜のある平均台を上り下りすることで平衡感覚を養うと共に、足首の柔軟性や指先の踏ん張る力を育てる。

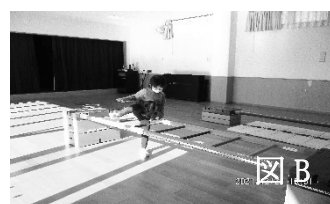


5歳児

A…体全体を使った複雑な動きができるようになってきた。しかし、座位・立位共に姿勢の保持が難しい子が多い。そこで、平均台を用いて基礎的な体幹や平衡感覚を育てる。



B…股関節の動きが硬く、足を上げる動作や階段の上り下りがスムーズに至らない。そこで、はしごまたぎの運動で股関節を意識的に大きく動かすことで、股関節の可動域を広げる。



3. その成果と評価

0歳児

階段を上る際には、四つ這いになりながらバランスを保とうとしっかり地を掴んでいた。また、頂上から滑り降りる為に足を体の前に持つことで、上体を維持しながら自分で体勢を変えることができていた。他児と押し合うこともなく、並んで遊ぶ姿も印象的であった。

1歳児

怖がる子はほとんどおらず、最初は保育者に手を添えられ横向きで慎重に渡っていた。2回目からは保育者の手を借りず自力でやろうとする子が増え、3回目からは体の向きを前にして歩行するように渡ることができた。足が前に進んでいかない子には、「いち、に」や「よいしょ」といった掛け声をする事で次第にリズムカルな足運びで渡ることができていた。

2歳児

平均台を2本で渡ることによって足をつく場所が離れ、視野を広げながらゆっくりと進んでいた。また、前方の他児との間隔も見ながらスピードを調整している子もいた。慣れてくると両足跳びで進む子もあり、自分で遊び方を発展していた。常に両足を広げた状態になり、股関節をしっかりと動かすことができていた。

3歳児

A…歩幅や勢いを自分で調整しながら、足運びの方法を工夫していた。重心の位置を意識し、下半身で踏ん張る感覚も少しずつ身につけている。

B…2本線を引き、手を内側に、足を外側につく目安とすることで、跳び箱の幅に対して開脚する感覚が身についた。「乗り越える」という経験を重ね、力不足になりつつある支持力が少しずつ備わってきた。

4歳児

A…高這いの姿勢がとれずはしごに膝をついて進む子がいるが、手や足をつく位置を知らせ足の裏を使い進むことを丁寧に伝えたことで、高さにも慣れ全員が高這いの姿勢でできるようになった。

B…最初は、傾斜を怖がったり横向きで進んだりする子がいた。低い位置から始め少しずつ高さを上げていくことで、自然とバランスのとり方を覚え高さにも慣れてきた。両手を広げるとバランスがとりやすいことに気付く子もいた。

5歳児

A…保育者が見本を見せることで、足を左右交互に前へ運ぶことができていた。バランスをとる際に手を広げる子とそうでない子に分かれていたが、しっかりと自分の感覚を持って重心を意識しながらできていた。

B…最初ははしごにつかまりながらまたぐ子や両足を揃えながらでないと進めない子が多かったが、サーキットの中で繰り返し行っていくことで少しずつ股関節を使いながら足が上がるようになっていた。

4. 今後の課題と展望

0歳児

階段を上る際に、四つ這いの体勢で時折上体が前に倒れることがあるので、ハイハイ運動で滑り台を下るなどの運動も取り入れながら支持力を育てていく。

1歳児

腰から膝にかけての動きに硬さが見られるので、台を重ねて階段のように上り下りする運動を取り入れ、股関節の柔軟性を育てていく。慣れてきたら平均台に変え、より不安定な足場を作ることで平衡感覚も養えるようにしていく。

2歳児

つま先が外側に向く子がいるので、2本の平均台をハの字型に角度を変えたりその状態で傾斜をつけたりすることで内転筋を使えるようにし、重心の感覚や身体認知力を育てつ

つ体幹の基盤を作っていく。

3歳児

A…状況によって瞬時に動ける瞬発性に欠ける面が見られるので、傾斜の角度を変えたり駆け下りた先にコーンを数个用意して避けながら動ける環境を作ったりすることで、様々な状況に瞬時に対応できる瞬発力や判断力を育てていく。

B…身体の使い方や運動能力に少し差があるので、子どもの能力によって高さを調節しながら、「できた」という達成感や「もう少し」といった挑戦意欲を引き出せるようにしていく。

4歳児

A…はしご上での平衡感覚は備わってきたので、その状態で保育者が投げたボールに片手で触れてみるなどゲーム性を取り入れながら、体を片手で支える力や空間認知能力も育つよう遊びを展開していく。

B…傾斜での歩行も安定しスムーズに渡れるようになったので、何歩で渡り切れるかといったゲームの中で意識的に歩幅を大きくすることにより、よりバランスのとりづらい状況を作りつつ股関節の柔軟性を養えるようにしていく。

5歳児

A…簡単にできるようになると余裕から集中力が欠ける姿が見られるので、高さを上げたり傾斜をつけたりすることで難易度を上げ挑戦意欲を引き出すと共に、ボールを両手で持った状態で行うなどあえてバランスのとりづらい状況を作り、力の入れ方を変えながら神経系を刺激できるようにしていく。

B…またぐ際、片足立ちの状態の時に少しふらつく子もいるので、状況に応じて高さを変えながら難易度を設定していく。また、ボールを両手で持った状態で行うことで、重心移動のみでバランスを保つ状況を作り、身体認知力を育てていく。平均台上での陣取りジャンケンなどゲーム性を取り入れながら楽しく取り組んでいく。

巧技台を使用した運動遊びを行っていく過程で、各年齢別の子どもの能力や今後の課題が明確に見えてきました。子どもたちも巧技台で遊ぶ中で様々な運動や身体の使い方が身に付き、積極的に体を動かそうとする姿が見られます。正しい使い方を知り実践していくことでの危険察知能力、友達と触れ合いながら楽しく遊びを展開していくことでのコミュニケーション能力。巧技台を通してこのような様々な身体機能を養いながらたくさん経験を積んでいき、健康的で豊かな心を持った子どもを育てながらより良い保育の充実に努めていきたいと思えます。

以上