

園名 奈良市立富雄北幼稚園

はばたくなら③⑤

のびのび いきいき きらきらする子どもを目指して
～健康でしなやかな心と体を育てるために～

4～5歳児 5月～6月

〈取組について〉

○本園の子ども姿として、姿勢保持が難しく落ち着かずそわそわしている、自分の体を上手くコントロールすることが難しく遊具で遊んでいてもよく怪我をする、転ぶことが多く転んでも手をつけない、など体幹の弱さと基礎体力の低さがみられた。

○子どもが安定した情緒のもとで、自己発揮し、心身共に健康で安全な生活を送るためには、一人一人の自己肯定感を高め、のびのび いきいき きらきらする心と体がバランスよく育つことが重要であると考えた。

○昨年度より、遊びやクラスの活動、全園児の活動の中でいろいろな動きを経験し「体を動かすのって楽しいな」「やってみてみたいな」と意欲的に取り組めるようにしてきた。

・一人一人の個性を大切にしながら、子どもの発達や興味・関心に応じた運動に楽しんで挑戦できる【きらきらタイム】を毎週月曜日に取り入れた。その中で、各年齢に応じた頑張りカードを作成し、視覚化することで達成感や充実感をさらに味わえるようにした。(実践事例①)

・園内の環境を見直し、「思わず心と体を動かしたくなる、楽しくなる、またしたくなる」環境の工夫をした。(実践事例②)

〈観点〉

・小学校以降にも必要な身体的・知的・感情的・社会性などの発達の側面(幼児期の終わりまでに育ってほしい姿と捉える)から育ちをみていく。
・豊かな人間関係や雰囲気の中で、自分らしさを発揮し、主体的に楽しんで心と体を思わず動かしたくなるような環境構成の工夫と保育者の援助の在り方を探る。

子どもの姿

子どもの声

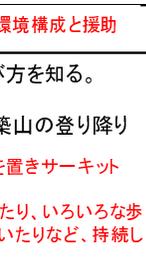
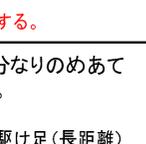
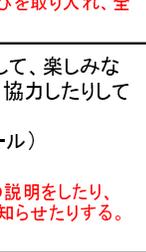
運動面の育ち

環境構成と
保育者の援助

育ち

実践事例①【きらきらタイム】 「やったあ。できたよ」 5月

【きらきらタイム】年間計画

月	★ねらい・遊びの内容	環境構成と援助
5月 5 6 月中旬	★いろいろな走り方や跳び方を知る。 ・体操(元気体操) ・フープ、△コーン、S棒、築山の登り降り ※保育者が園庭にフープなどを置きサーキットコースを作る。 ※築山の登り降りコースを作ったり、いろいろな歩き方やジャンプができる線を引いたりなど、持続して遊びが楽しめるようにする。	
6月 中旬 7月	★いろいろな動きを通して体幹を鍛える。 ・体操(昆虫太極拳) ・巧技台やマットなど ※巧技台の組み合わせを子どもと一緒に考えて作る。	
9月 5 10月	★体を支えることやぶら下がり、手足の移動、バランスなど、基本動作を身につける。 ・体操(ぐんぐんどこまでも) ・園庭の固定遊具 (ウツドウォール、鉄棒、登り棒、雲梯 など) ※挑戦する姿を認め、できた達成感や自信がつくよう援助する。	
11月 5 12月	★いろいろな跳び方に自分なりのめあてをもって繰り返し取り組む。 ・体操(縄体操) ・縄跳びやフープ、体力づくり駆け足(長距離) ※いろいろな縄やフープの遊びを取り入れ、全身運動の楽しさを知らせる。	
1月 5 3月	★ルールのある遊びを通して、楽しみながら友達同士で進めたり、協力したりして最後までやり遂げる。 ・体操(もりもりロックンロール) ・鬼ごっこ ※一緒に遊びながらルールの説明をしたり、ルールを守って遊ぶ大切さを知らせたりする。	



片足で跳ぶのって難しいな。

反応力・リズム感
バランス感覚

〈フープ〉

「ケンケンパー」と声に出して一緒に跳び、そのリズムになるようにフープをつなげたことで、ケンケンパーとリズムカルに跳んだり、フープを道に見立てて歩いたり、片足や両足でジャンプして進んだり自分なりの進み方を考え試し挑戦していた。

先生、見て。できたよ。
ケンケンパー。ケンパーおもしろい。

バランス感覚
調整力

道がグネグネして
て走るの楽しいわ。

〈コーンでグネグネ道〉

最初はコーンに躓いたり、とばしたりしていたが、回を重ねることで目先の目標を追い、道を予測しながら走っていた。コーンを置くことでまっすぐとは違い、物を交わす動きをしていた。



しっかりしゃがんで
跳ぶよ。

グーの足で跳び
越えるぞ！エイヤ！

跳ぶ力・ふんばる力

〈S棒跳び〉

少し高さのあるS棒を置くことで、障害物を超える楽しさを味わっていた。低いことで恐怖もなく取り組んでいた。5歳児が4歳児に「こうやって跳ぶんだよ」と見本を見せることで、運動が苦手な子どもも刺激となりみんなと一緒に取り組もうとしていた。



- ・戸外でのびのびと体を動かす心地よさを知る。
- ・自分なりの目標をもち、いろいろな用具や遊具に挑戦する。
- ・先生や友達の動きを見て真似る。
- ・友達を抜かさずに順番を守る。
- ・遊具の準備や片付けを自らする。
- ・汗をかいたら拭く、着替える、顔を洗う、水分補給をするなどの生活習慣を身につける。
- ・「毎週月曜日はきらきらタイムがある」と楽しみにしながら早く登園するようになり、見通しをもって生活する。
- ・できたことを保育者や友達に認めてもらって喜びや心地よさを感じる。



画用紙、マジック、シールなどの準備

がんばりカードを作成し、挑戦してきたことに喜びを味わい、次の意欲に繋げている。

実践事例② 「なんだかおもしろそう」 6月

雨が続き、園庭で遊ぶことができなくなった。全職員で「いつでもどこでもしたいときにできる運動遊びができればいいな。」と考え園内の環境を見直した。

「何かあるよ。なんだろうな」 ～やってみよう～

廊下や玄関に高さ違うボールや叩くと音が鳴るタンブリンや鈴を天井から吊るしたことで、自分が到達した位置を把握し、「次はここまでいこう」と目標をもって取り組んでいた。

瞬発力



どうすれば一番高いボールに届かな。

がんばって。もうちょっとだよ。

わたしもできるかな。がんばるわ。

わあ、ほぐみさんすごいな。



階段に数字と同じ数の絵を貼ったことで、数や量に興味をもった。何度も昇り降りして繰り返すうちにスムーズになっていた。

バランス力調整力

投げるという動きを身近に感じられるようにパケツを置いたり大・中・小の的を作ったりした。手首だけで投げていたのが、的をしっかりと見て狙い、足で踏ん張って腕・体全体を使って投げるようになった。

投げる力・コントロール



一緒に数えよう

何個あるかな？



残念。あと少しだったね。

「一緒に作ろう」 ～やろう～

廊下にケンケンパーができるようにガムテープを貼って〇を作っていると、数名集まってきた。「〇だけでなく△や□も作りたい」と作ることを楽しんでいた。

かがむ力



一緒に作りたい。

次は何色にする

ありがとう。上手だね。

どんな形にする

〇〇を作った後で、ケンケンパーで遊んでいるうちにきらきらタイムの遊びを思い出して自分達で一本線を作った。線から落ちないようにバランスを取りながら歩いたり、片足ケンケンをしたり、グージャンプで線を飛び越えたりとアイデアを出し合って遊んでいた。

持久力・バランス感覚



落ちないようにゆくり

ジャンプしよう

ケンケン跳びよう

「もっと難しく、面白くしたい」 ～でもだ、もっとしたい～

跳んで遊ぶことを楽しんでた道が、新聞紙の手作りボールの的となり、「次はここまで投げたい」と目標をもって腕を上や下から投げる・転がす・当てる・〇や◇に狙って入れることを友達と励まし合って挑戦していた。

投げる力(遠投)

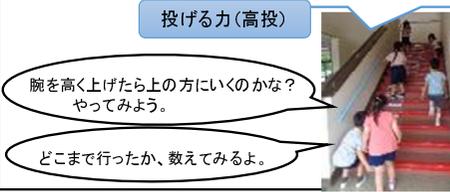


ボールが、どこに入るかやってみよう。

あの黄色に入れたいけど、難しいな。

〇や□で遠くまで投げることから、今度は階段を利用して高く投げることに興味をもった。

投げる力(高投)



腕を高く上げたら上の方にいくのかな？ やってみよう。

どこまで行ったか、数えてみるよ。

自尊感情の芽生え

- ・友達と一緒に挑戦する楽しさと達成する喜びを味わうことで次への意欲、挑戦力が高まる。
- ・友達と一緒に協力し合ったり、喜びや悔しさをわかち合ったりする中で自分の存在感や居場所が得られる。
- ・友達に励まされたり、励ましたりしながらやり遂げる。
- ・友達や先生から頑張りを認められることで、喜びを味わったり、相手を認めたりする。

(まとめ)

- ・日々の記録を職員間で振り返り、保育内容を見直しながら【きらきらタイム】を進めてきた。子ども自身の遊びへの興味を育て、自分で遊びを変化させたり、自分の力を発揮できたりすることが大切だということや一人一人が目標をもち、「できた」という達成感が次への意欲となり、さらに挑戦しようとする姿に繋がった。
- ・運動面の育ちとして、①体のバランスをとる動き②体を移動する動き③用具や遊具を操作する動きなどを幼児期に十分経験できる環境作りが大切であることが分かった
- ・子どもが主体性をもって活動するためには、環境を十分に生かせるような活動力、遊び込める力が子どもの中に育つことによって、生きた環境や援助になると捉えた。

(成果)

- ・保育者や友達との信頼関係が構築されてくると、それを基盤とし毎日が楽しいという情緒の安定が図られる。頑張っている姿を友達と認め合い、励まし合い、協力し合うことで充実感や達成感を味わい、自尊感情を高め、様々なことに前向きに取り組もうとする意欲に繋がっていった。
- ・一人一人の興味や関心を探りながら、保育者は、子どもの目線の先に思いを巡らせ、子どもが遊びたくなるような環境を構成していくことや、見通しをもちさりげない援助を心がけた。また、年齢に応じた運動遊びと興味・欲求に応じた遊びの環境を取り入れてきた成果として、体幹が強くなり基礎体力が高められ、次に向かう意欲や力が身に付いてきた。
- ・友達関係が広がってくると友達と競い合ったり、ルールを考えたり、新しい遊びを作り出したりする。それらの面白さにひかれて運動遊びに主体的に挑むことで身体の機能が発達し、運動能力が伸びていった。

(課題)

子どもの「やりたい」「挑戦したい」という意欲を大切に、結果だけにこだわらず試行錯誤したり、考え試したりするなど、そのような子どもの姿に寄り添いながら心の動く瞬間を見逃さないようにしていきたい。また、しなやかな心と体が育っているか、心を動かして遊んでいるかなど、保育の視点をしっかり持ち続け、子どもが自ら十分に力を発揮できる環境構成や援助を追求していきたい。

<p>健康な心と体</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「こうなげたら楽しくなる」と見通しをもって遊びの場をつなげ、心をワクワクさせながら意欲的に遊ぶ。 	<p>自立心</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「ボールが止まってからたたこう」「走って跳ぼう」と考えたことを、諦めずに何度も挑戦し、達成感を味わう。 	<p>協同性</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動遊びが楽しくなるように、友達に自分の思いを伝えながら工夫したり協力したりして遊びを進める。 	<p>道徳性・規範意識の芽生え</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ぶつからないように順番を守る。 ・同じ方向からスタートするなど自然にルールができて遊ぶ。 	<p>社会生活との関わり</p> <ul style="list-style-type: none"> ・憧れから4歳児は5歳児の真似をし、5歳児は4歳児がわかるように優しくやり方を伝えて関わる。
<p>思考力の芽生え</p> <ul style="list-style-type: none"> ・今ある環境をもっと面白くしようと遊びを工夫する。 ・どれくらいで投げたらいいか考える。 	<p>自然との関わり・生命尊重</p> <ul style="list-style-type: none"> ・梅雨に入り、遊びの場を変え工夫して遊ぶ。 	<p>数量や図形・標識や文字などへの関心・感覚</p> <ul style="list-style-type: none"> ・〇、△、□と自分達で様々な形を作る。 ・数や量に興味をもって数える。 	<p>言葉による伝え合い</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分のアイデアを伝えたり、友達の考えに賛同したりして思いや考えを伝え合いながら遊びを進める。 	<p>豊かな感性と表現</p> <ul style="list-style-type: none"> ・〇だけではなく△や□など「もっと作りたい」とアイデアを出し合い、期待をもちながら作る。 ・「できた」「すごい」と感動を表現する。