

令和2年度 奈良市立三笠保育園 研究実践概要

園長名	中水明美
全園児数	87名

1. 研究主題

『体そだて』

2. 研究年度

3年目

3. 研究主題設定理由

様々な経験を積み重ね、子どもが自ら楽しみながら心と体を十分に動かし身の回りのことへの関心を深め、進んで物事に取り組めるような子どもを目指し研究設定主題とした。

4. 具体的な研究内容


①研究のねらい

体を動かす楽しさを知り、意欲をもって取り組める子を育てる

②研究の重点

- (1)「保育園に行くのが楽しい・明日は何しよう」と主体的に活動に取り組めるような環境を探る。
- (2)体を動かす楽しさを感じ、意欲的に活動するため発達段階に応じて取り組み方法を探る。

③活動の方法

活動内容	気づき
〇歳児 〇ハイハイをする。 ・トンネル ・広いスペース 〇段差を越える ・ボールプールへの出入り ・クッション遊具を登る 〇おむつ交換時の引き起こし	 <ul style="list-style-type: none"> ・日々の遊びに取り入れたことで、床に両手をしっかりつき、ハイハイの姿勢が安定した。また、そのことが喜びや意欲につながり、自分で行ける範囲が広がった。 ・足腰が安定し、転ぶことやふらつきが少なくなった。また、転んでも両手をつくことができるようになってきた。 ・乳児園庭での築山の登り下りや、囲いをまたいで砂場に入ることができるようになった。 ・おむつ交換後に毎回引き起こしを行うこと



で、体幹が安定してきている。

1 歳児

○ハイハイから繋がる動き。

- ・トンネル、のこのこかめのこ
- ・傾斜のあるスロープをハイハイで登る。

○鉄棒にぶら下がる。

○バランスストーン（飛び石）を渡る。



- ・ハイハイの動きを意識的に取り入れ、子どもの発達に合わせて、平坦な所でのハイハイから、傾斜のある場所でのハイハイに切り替えることで、四肢の踏ん張りや指先（特に足の指）が力強くなった。
- ・鉄棒では、初めはぶら下がることもできなかった子もいたが、繰り返し続けることで、できるようになり、足を持ち上げようとしたり、体を揺すったりして、手で体重を支える経験を積むことができた。

2 歳児

○ハイハイの動きを継続して取り入れる。

- ・ダンボールのトンネルをくぐる
- ・体ほぐし（体操・ぶらぶら体操ほか）

○走る

- ・追いかっこ・しっぽとり




○自分の体重を感じ、踏ん張る力をつける

- ・タイヤに短縄をかけて引っ張る。



- ・ハイハイの姿勢を日々取り入れることで、腕の力が付き、転んだ時にとっさに手をつけるようになってきた。
- ・かけっこやしっぽとりでは、しっかり手足を動かして走れるようになった。
- ・バランスを取りながら、ふんばって引っ張る動きを行うことで、足腰の力が強くなった。



<p>3 歳児 ○年上児の姿を見たり、友達と体を動かしたりすることを楽しむ。</p> <p>アヒル歩き ↓ ゴムを跳び越える ↓ S 棒を跳び越える (高さ・幅をかえて) ↓ ケンケン ↓ 大縄跳び</p>	<p>下半身を中心にした動きを意識的にたくさん入れることで、両足ジャンプが上手にできるようになってきた。両足ジャンプが安定してくると、年上児の遊んでいる様子を見て、大縄跳びに興味を持つ姿が見られるようになった。初めは難しそうに見えたが、何度も繰り返しチャレンジする中で少しずつできるようになり、「先生みてー」と自信をもって見せてくれるようになった。友達が縄を跳べるようになった姿を見て、「私もやってみよう」とする気持ちにつながっていった。</p> 
<p>4 歳児 ○友達と認め合ったり励まし合ったりしながら、毎日続けることで少しずつできるようになる喜びを味わう。</p> <p>タイヤの上を歩く ↓ マット運動 (転がる→手押し車→前回り) ↓ 大縄跳び ↓ 一人縄跳び</p>	<p>足腰を使った運動遊びに取り組み、体のバランスをとったり、踏ん張ったりする力がついてきた。いろいろな運動遊びに興味を持ち、友達と一緒にやってみようとする姿も見られる。</p> <p>縄跳びでは、縄を回しながら跳ぶことができるようになったことで、自信がつき「もっと跳べるようになりたい」という意欲につながった。</p> 
<p>5 歳児 ○チャレンジする中で、友達と頑張りを認めたり、友達からの刺激を受けたりして、自分もやってみようとする。</p> <p>大縄跳び 一人縄跳び (前跳び、うしろ跳び、走り跳び) 鉄棒 (足かけまわり、前まわり) 跳び箱</p>	<p>いろいろな運動遊びに取り組む中で、バランスをとったり、リズムよく体を動かしたりする力がついてきた。</p> <p>縄跳びでは、できないとあきらめてしまうこともあったが、継続して取り組むことでいろいろな跳び方ができるようになった。また、友達のがんばりに刺激をうけ、自分もやってみようとする姿が見えてきた。できなかったことが、少しずつできるようになったことで自信がつき運動面以外でも、いろいろなことをやってみようとする意欲につながった。</p> 

5. 研究の成果

- 一人一人の発達、興味をふまえて環境を工夫し、安心できる保育者のもとで「やってみよう」という思いを持って体を動かすことができた。
- 「楽しい」「やってみよう」と思える取り組みを考え、友達や保育者とともに取り組むことで、体を動かすことの楽しさを感じ、様々な運動遊びへと興味が広がった。また、できたことが自信になり、少し難しいことでもやってみようとする姿が見られるようになった。
- それぞれの発達段階に合った運動遊びについて考え、毎日の遊びや生活の中で積み重ねていくことで、足腰の力とバランス力がついてきた。
- 保育室前のスロープや乳児園庭のなだらかな傾斜が、0.1.2歳児の発達に合っており、達成感を味わいやすく、日々の生活の中で習慣づいていて、成長へとつながった。
- 年上児の遊んでいる様子を見て刺激を受け、「あんな風にやってみたい」「かっこいい」と憧れの気持ちを持ち、真似をしながら遊ぼうとする姿が出てきた。見よう見まねでやってみたり、年上児に教えてもらったりしながら出来る事が増え、遊びが広がるきっかけとなった。
- 毎日9時に体操、チャレンジが始まることで子どもたちが「早く行きたい」と思うようになり、保護者が9時登園を意識するようになった。

6. 今後の課題

新園舎になり、園庭が離れたことで保護者がチャレンジタイムの様子を目にする機会が減った。園での取り組みを知ってもらうために保護者にどう啓発していけばいいか、方法を考えていく必要がある。

乳児クラスにおいて、保育室が1階になったことで、階段を登り降りする機会が少なくなっている。一人一人の発達に合わせて取り組みを考えていきたい。

楽しみながら体を動かし、一人一人が自分の力を伸ばしていけるように、遊びや生活の中で経験を積み重ねていきたい。

子ども達の成長を見ながら取り組みを見直し、その取り組みを通して、自信を持って何事にも挑戦できる力、あきらめない力を育てられるようにしたい。