

## とうきょう すくわくプログラム活動報告（体操/運動）

### 1. 活動のテーマ

#### <テーマ>

体操・運動

#### <テーマの設定理由>

- ・年間を通じていろんな運動、競技やスポーツを友だちと一緒に楽しみ、喜びを知る
- ・自分の体の動かし方を知ること、感覚や感性を育み、活動の可能性を広げる
- ・新しいことに挑戦して、一生懸命がんばる気持ちや達成感を味わう
- ・安全な遊び方を学んで、自分の体を守り、健康を保てるようにする

### 2. 活動スケジュール

年間を通じて 体全体の使い方

（徒手運動、バランス感覚、水泳、マット運動、運動会に向けて、なわとび等）

4～6月 マット運動 フープを使った遊び 巧技台との組み合わせた運動

7月 プール（水遊び）

9～10月 運動会に向けて

年長児 リレー つなひき 組体操

年中児 かけっこ たまひれ バルーン

年少児 ダンス、かけっこ

11～3月 なわとび てつぼう ルールのあるゲーム

### 3. 探究活動の実践

#### <活動の内容>

##### ○準備した道具・環境設定等

- ・跳びばこ、マット、フラフープ、ボール、運動会で使う競技の道具等の準備
- ・運動専門の先生（外部委託）による指導、プロ選手によるサッカー講習
- ・運動やゲームで使うカラーコーン、パーテーション、園庭でトラックを描くラインパウダー
- ・保育室内で踊りやゲームをするためのラジカセ・USB メモリー
- ・振り返りのための撮影用スマートフォン、観賞用のテレビ

### ○活動の実績

- ・学年ごとの成長過程やクラスの特徴に合わせたカリキュラムを、担任と運動の先生とで計画し、子供たちが楽しみながら、達成感を味わうとともに、自身で成長を感じられるよう指導した。
- ・運動の時間で学んだスポーツや遊びなどを、自由遊び中で活動する子どもがおり、学年の違う子どもとも、交流しながら遊ぶ発見があった。
- ・出来なかった運動が出来るようになったときには喜びを表現し、友だち同士でお互いのやり方を見たり、工夫したりした。
- ・全員で協力して取り組む競技（バルーンや組体操など）は、一生懸命練習した成果を本番で発揮できた時には、みんなで一緒に達成感や喜びを分かち合っていた。



○プールでの安全な遊び方の指導（年少）



○プロの選手によるサッカー講習（年長）



○運動会のリレーの練習（年長）



○運動会のバルーン競技（年中）



○バランス遊具でのゲームで、体幹の運動  
体の動かし方の学び（年少）



○なわとびの運動（年中）

#### 4. 振り返り

##### <振り返りによって得た先生の気づき>

- ・運動の得意な子ども・スポーツが上手な子どもと、そうでない子どもも、お互いに教え合ったり認め合ったりすることができて、心身の成長がみてとれた。
- ・運動指導の先生の、動き出すきっかけを作る声掛けや気持ちの盛り上げ方、できるようになるポイントを抑えた指導（子どもに伝わりやすい表現）が、とても参考になった。  
（なわとびのポジション：なわが体の後ろにある時は「マント」前にあるときは「エプロン」、両足をそろえるときは「グー」と説明するなど）
- ・運動の先生は、体操の時間の前にも保育室で子どもたちとコミュニケーションをとり、あいさつや姿勢など、保育においても、とても良い効果があった。
- ・競争や目標があると、子どもたちは意欲的に参加するが、負けるからやりたくない拒否したり、悔しかった気持ちを、一日中引きずってしまう子どももいる。  
そうした子どもには、普段の保育からモチベーションの上げ方や気持ちの切り替えについて、先生同士で話し合ったり、研修等で学びながら指導した。
- ・新型コロナや猛暑の影響で、未就園の頃から屋外で運動をする時間がとれないためか、子どもの体力が落ちている傾向が見受けられた。
- ・今年も猛暑が長く続いたため、園庭での自由遊びに制約があり、ホールや保育室等で行えるゲームや活動が多かった。