

はばたくなら ①

すくすくのびる心と体
～”したい” ”やってみいたい”

気持ちを育む保育～

取組について

■4歳児クラスの子どもたちは進級当初、新しい環境の変化に不安を感じやすく、自分の思いを表現する方法は様々だった。また、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスクを着用しながらの生活を余儀なくされたこともあり、体を十分に動かして遊ぶことができなかった。そのような子どもの日々の様子から、体幹の弱さや姿勢保持の難しさ、筋力の弱さ等、いろいろな課題が見えてきた。

■そのような実態を踏まえ、子ども一人一人が生活や遊びを通して五感を働かせ、体を十分に動かし、体を育むとともに、その活動を通して、心も育んでいきたいと思っている。

■園生活を送る中で、子ども一人一人が安心感をもって過ごせるように、ゆったりと関わることを心がけてきた。また、自分のやりたい遊びを十分に楽しんでほしいという保育士の願いから、子どもの興味や関心は今、どこに向いているのか、日々の保育を振り返りながら、保育環境を見直し整えてきた。子どもの思いや考えを受け止め、安心して過ごせるようにしてきたことで、自分のやりたい遊びを見つけ、十分に楽しむ姿に繋がってきている。

■園内研修として、子どもの遊びの様子を撮影した動画を、それぞれのクラスから話し合う視点を出し合い、当該動画を見ながら意見交流を行うなど多面的に子どもの姿を捉え、職員間で子ども理解を深めている。

取組を通して

○保育士との信頼関係を基盤に、安定した生活を過ごすことや体を十分に動かし遊ぶ経験が、子どもの心や体をつくる土台となるということを確認することができた。安心して自分を発揮できるクラスの中で、「やってみたい!」「やってみよう!」と意欲的に活動に取り組み、試したり考えたりしながら主体的に関わって遊ぶ姿が見られるようになってきている。

○保育士がねらいをもち、環境を整え遊びを用意することで、体を動かすことの楽しさを知ったり、体を動かす心地よさ感じたりして、運動遊びへの興味や関心が深まった。また、運動遊びを通して、工夫したり、友達の真似をしたりし、体の使い方を意識して取り組む姿が見られた。さらに、初めて行うことや苦手なことにも「やってみよう」と挑戦していた。体の使い方を知ることで、思い通りに体が動き満足感や次への意欲に繋がっていることがわかった。

○今は、一人一人が自分のペースで十分に体を動かす遊びを楽しんでいる。友達や勝ち負けを意識するようになってきているので、友達と協力することで楽しめる遊びや、充実感や達成感を友達と共有できる遊びを展開していきたい。

実践事例 1 ボール遊び

〈初めてカラーボールを投げて遊んだ時〉

- ・投げるのが楽しい！
- ・ボールを投げることに夢中で、自分の投げたボールがどこに飛んで行ったか見ていない。
- ・的が近くても遠くても、同じような投げ方をしている。

〈保育士の願い〉

十分に体を動かして遊ぶ中で、体の使い方や力加減などに気が付き、ボールを投げる面白さを味わってほしい。

○環境構成・▲保育士の援助

○ボールの軌道が分かりやすいようにカラーテープをつける。

○いろいろな的（高低差があるもの、フープの片面に透明テープを付けたものなど）を用意する。

▲カラーボールにテープを付けることで、肘を上げて投げる動作に繋がるようにする。

▲「近くに投げる」「遠くに投げる」「カゴに入れる」などの遊びを通して、いろいろな投げ方を体験し、楽しみながら体の使い方に気が付けるようにする。



- ・的によって、投げ方を工夫したり試したりしている。
- ・友達の姿を見て、体の動かし方を真似したり、足や手の動きを意識して投げようとしていたりしている。
- ・テープがなびくのを見て、しっかりとボールの行方を目で追う姿も見られる。
- ・的によって、投げる力を加減している。



ビデオ検討会での意見交流

- ・自分なりに投げ方を工夫したり、友達の投げ方を真似したりして十分に楽しんでた。
- ・的の近くまで行き、夢中で投げ、「的に当てたい!」という思いが体と連動しているように感じた。
- ・保育士が投げ方を教えている?
→ボールがよく飛ぶ子どもの投げ方を周りの子どもに知らせたり、保育士も一緒にしたりしながら、自分なりに試すことができるようにしている。子どもたちから、「反対の足出したらよく飛ぶ!」「肘上げたら遠くに飛ぶ」などの気付きがある。
- ・的によって子どもは投げ方を変えている?
→近いカゴには下から、遠くのカゴには上から投げるようになってきている。また、高いところの的には、自然と投げる方の肘を引いて体重を後ろの足に乗せ、投げようとする姿も見られる。
- ・いろいろな的を用意することで、「やってみたい!」と意欲が湧く。子どもが自分なりに考えて、繰り返し遊ぶ姿に繋がっているのでは...
- ・投げるといふシンプルな遊びだが、子どもがやってみたいと思える環境作りになっていた。

〈実践を通して感じたこと〉

「できる」「できない」ということが分かり、「失敗したくない」「できないからやりたくない」という葛藤がでてくる時期。「できなかったらどうしよう」「できないからやりたくない」などの不安感や苦手意識をもつことなく、「やってみよう!」と進んで体を動かすことができる遊びを子どもたちと楽しんでいきたい。

実践事例2 カプラ集め（雑巾がけ）

〈保育士の願い〉

- ・全身を使って遊ぶ中で、楽しみながら体の使い方を知ってほしい。

雑巾伸ばしたら
いっぱい運べる！



〈初めて雑巾がけをした時〉

- ・雑巾を滑らせて走ることが楽しい！
- ・一番になりたい！
- ・どのように進めばいいのか迷う。
- ・雑巾（床）を見て進むので、前を見ることが難しく行きたい方向に行けない。
- ・雑巾が手元で丸まって進みにくい。

味方の陣地まで
もうちょっと！



○環境構成▲保育士の援助

- 乾いた雑巾とカプラを用意する。
- カプラを集める場所をカラーテープで線を引き、分かりやすいようにする。
- 気付いたことなどを伝え合う場を設け、共有できるようにする。
- ▲自分の体を支えられるように、腕と足をしっかりと地面につけるよう言葉をかける。
- ▲体の動きをコントロールするために、顔を前に上げることを伝える。

みんなで積んだら大
きくなるんちゃう？



ぺったんこにしたら
倒れないよ！

- ・カプラを“集める”という遊びの中で、自然とスピードをコントロールしたり、雑巾をしっかりと伸ばしたりする姿が見られる。
- ・カプラを集める場所を作ったことで目標となり、顔を上げて雑巾がけをしていた。
- ・気付いたことを伝え合うことで、どうすればたくさん集められるのか、友達のしている方法を聞いたり、知ったりすることができ、体の動かし方や雑巾の扱い方を試す姿もあった。
- ・どちらのチームが多くカプラを集められたのか、数を数えてほしいと声があった。

〈実践を通して感じたこと〉

カプラを集めるという、みんなが取り組みやすい遊びにしたことで楽しく参加し、十分に体を動かすことができた。また、楽しみながら自分なりに工夫したり考えたりし、自然と体をコントロールして動かす姿に繋がった。集めたカプラを積み上げて高さを競う中で、子どもたち同士で話し合ったり、試行錯誤したりする姿に驚きを感じた。