

社会福祉法人 杠 けやき保育園

園児数	内容区分 (あてはまるものすべてに○を記入)
157名	(○) 遊びを通して楽しく体を動かすための環境の工夫 () 多様な体の動きを経験するための園庭や遊具の配置等の工夫 () 季節や気候等を考慮した計画的な指導計画の作成 (○) 体づくりに関する家庭との連携 () 教職員の資質向上のための取組

1 ねらい

- ・運動遊びや保育活動の中で、自発的に体を動かす楽しさを感じられるようにする。
- ・様々な運動的遊びやスイミング等で、継続的経験を重ね、基本的な運動機能を養う。
- ・リトミックでは、反射神経や身体能力、リズム感やコミュニケーション力、集中力を養う。

2 実施内容

① 3・4・5歳児、通年の毎朝マラソン (※夏季の猛暑時期はできないこともある。)

3歳児 前期(4~9月) 80m ~ 後期(10~3月) 120m

4歳児 150m ~ 200m

5歳児 200m ~ 300m

- ・運動の基本となる走運動に対して、3歳児以上の園児が早朝マラソンに取り組んでいる。
- ・クラス内で男女別もしくはグループ別に走る。競い合って走る子もいれば、自分のペースで楽しんで走る子もいる。
- ・走ることが好きな子や競うことが好きな子は、大きい学年の子と走ることもある。
- ・年度の後半1月ごろマラソン大会を行い、継続して行ってきた成果を保護者の方にも見ていただく。

② 4・5歳児、スイミング教室

- ・保護者の同意を得て年間15回計画的にスイミングスクールへ行き、講師の指導を受ける。
- ・初級(水慣れコース)・中級(楽しむコース)・上級(挑戦コース)
- ・初級…バタ足・水の中を歩く・胸や頭に水をかけてみる・顔に水を触れる・フープをくぐる。
- ・中級…大きくバタ足・水しぶきを楽しむ・プールの中で身体を横に浮かべる・顔を水につける。
- ・上級…水の中にジャンプする・顔を水につけ蹴伸びをする・もぐったり息継ぎをしたりする。

③ 2・3・4・5歳児、体操教室

- ・年間15回継続的に体操講師の指導を受ける。
- ・走る・ける・ジャンプ・投げる・手や足の動きの連動・身体のバランス感覚を養う。
- ・鉄棒運動…2歳ぶらさがる 3歳足抜き回り 4歳前回り 5歳前回り・逆上がり
- ・マット運動…2歳ジャンプ、ハイハイ 3歳支えられて前転 4歳自力で前転 5歳自力で前転後転
- ・ボール遊びやルールのある遊び、縄あそび等様々な運動あそびに触れる。
- ・3歳児以上の希望者については、月4回午後1時間程度課外活動として有料の体操教室に参加している。在籍園児の約7割が参加している。

④ 2・3・4・5 歳児、リトミック教室

- ・年間 8 回継続的にリトミック講師の指導を受ける。
- ・音楽に合わせて体を動かし、テンポの速遅・長短・強弱・高低の素早い反応を楽しむ。
- ・音楽に合わせて動き、拍子感を養う。(手合せ・スイング・ダンス・かたたたきなど)
- ・お友だちとの協調性や思いやりを身に付ける。
- ・いろいろな音やリズムに興味関心をもち、楽しく関わる。
- ・からだ全体で音楽を感じ、自己表現を楽しむ。
- ・広々とした空間の中で解放的に楽しみながら、自己コントロールが出来るようにする。
- ・動きの中で、反射神経や音楽的なリズム感・音感・感覚機能の発達などを身に付ける。また、集中力、思考力、表現力、協調性などを育てる。

3 主な成果（箇条書きで簡潔にまとめる。）

- ・身体を動かすことに対する興味関心が自然と高まってきた。
- ・経験値を増やし、「できた」の繰り返しで、自己肯定感や意欲が高まってきている。
- ・卒園までには、水に慣れ恐怖心や不安要素が無くなり、水泳が好きになっている。
- ・通年行うことで、健康な身体づくりと基本的な身体能力向上につながっている。
- ・怪我をしない身体づくりと、危険を回避する、身を守る力が養われてきた。
- ・走力、脚力、バランス感覚。転んでも自分で起き上がる力が身に付いてきた。
- ・音楽基礎能力とリズム感を育てながら、集中力や反射反応力、直感力や記憶力等を養っている。
- ・友だちと一緒に楽しみながら行うことで、達成感や仲間意識や協調性が高まってきている。

4 資料（画像または資料等を添付する。レイアウトは自由とする。）

<3.4.5 歳児、通年の毎朝マラソン>



<4.5 歳児、スイミング教室>



<2.3.4.5 歳児、リトミック教室>



<2.3.4.5 歳児、体操教室>

