

保育計画成果報告書

法人名	特定非営利活動法人 ムーミンの会
施設名	ムーミン保育園
報告者（役職）	杉浦 昌代（施設長）
住所・連絡先	横浜市西区南浅間町 26-21
	☎ 045-594-6379
	E-mail moomin-sugiura@ae.auone-net.jp

○タイトル（保育計画）

正しい姿勢や構えの育ちを高める 「竹馬にのれたよ」

○主な助成備品

巧技台・竹馬・運動マット

1. 保育計画策定の目的

当会が運営する保育園では、「子育ての科学に基づき、ヒトとしての生体の生活リズムを守り育て、子どもの発達を保障する」という保育目標を掲げています。これは、ヒトとしての生体リズムに添った24時間の生活により脳の働きを整え、その育ちを土台として、子どもにヒトとしての能力を獲得させていくというものです。

獲得すべきヒトとしての能力とは、①生体の生活リズム、②直立と直立状二足歩行、③器用な手の働き、④ことばの育ち、⑤自立性の育ち、そしてこれら5つとあわせて、自律性の育ちです。就学前までに、子ども一人ひとりがこれらの力を高めていくことが、就学後の集団づくりや学習する力の土台となります。

これらの育ちは本来、子ども自身のもつ「育つ力」により、生活や遊びの中で獲得していくものです。しかし、子どもの早起き早寝の生活リズムが整い難く、また、生活や遊びの中で、十分にからだを使うことが難しい生活環境により、その「育つ力」が弱くなっています。そのため、運動の保障や脳の育ちを高める生活リズムを確立するには、大人が意識的に子どもの生活環境を整える必要があります。

運動発達は、手の器用さやことばの育ちの土台の力でもあり、それは集団活動に必要な自立性の育ちや、個の力である自律性の育ちにも影響します。また、日中たくさんからだを動かすことは早寝に繋がり、生活リズムが整えやすくなります。子どもの運動発達の保障は、子どものすべての発達の保障とも言えます。

今回の取り組みのねらいは「竹馬に乗れるようになる」ではあります。しかし、これは、子どもの立場からのもので、保育のねらいは、「竹馬を乗りこなすために必要な育ちを高める」です。高めたい育ちは、○全身の抗重力筋の育ち ○重心線の安定 ○協調運動の育

ち ○先を見通す力・注視力などですが、これこそが、正しい直立姿勢、直立状二足歩行、様々な運動の正しい「構え」をとるための基本となる育ちです。最近の子ども達に見られる姿勢の悪さや、からだの不器用さ、また、学齢期のX脚やO脚、内股、外股などは、「直立」や「直立状二足歩行」とはほど遠い姿です。授業中に座ってられない子どもの姿が問題になっていますが、これは、姿勢を保つ力の弱さが原因の1つであると言えます。

子どもの発達を促す活動には、楽しさや充実感、また、仲間との共感や満足感が得られることが大切です。そこで、巧技台や運動マットを使ったいろいろな障害物遊びや、明確な目標もてる竹馬のりを取り入れ、子ども達の運動発達の向上を目指したいと考えました。

2. 具体的な実施内容

●「竹馬って、簡単そうに見えたけど、上手いかないね」

竹馬は、軸棒を前に倒しながら、体重を後ろにかけるというバランスが大切です。体幹の育ちが弱いと不安定になり、バランスがとりにくいです。

また、足指でしっかり軸棒を挟み込むように踏みしめなければ、意に反した方向に踏み台がずれてしまいます。

最初は、壁を支えにしたり、踏み台のかかと部分に付属の補助棒をつけたりしても、上手く乗りこなせない様子でした。



●はいはい運動で、正しいからだの動かし方と基本となる筋肉の育ちを高める

(膝つき這い・高這い・ワニ這い・手押し車)

四つ這い姿勢で首を起こして前を向く、手指をしっかり開き腕に体重をのせる、手あしの正しい交差パターン、つま先で床を蹴るなど、這う運動は頭からつま先までを使った全身運動であり、全身の抗重力筋を育てるための有効な運動です。



高這い姿勢で前を向くのは結構つらい姿勢です。



運動会・・・はいはいリズム運動が準備運動です。

●障害物遊びを楽しみながら、バランスをとる力、姿勢を保つ力、重心線の安定、足元や手元を注視する力を高める

まずは恐怖感が少ない低い設定で「バランスをとる」ことを体感し、徐々に高さのある平均台や、傾斜のある平均台でも楽しめるようにしていきます。高い場所に対する恐怖感、過去に落ちた経験の有無が大きな要因ではありますが、下肢の弱さから不安定さを感じ、その不安定さがより一層の恐怖感をもたせる原因でもあります。

また、いろいろなパターンの障害物遊びをするなかで、どこに視線をもっていくべきかが分かっていきます。



●秋の運動会では、こんな力も育ってきます。

秋に行なわれる運動会では、それまでの積み重ねをお父さんお母さん、たくさんのお客さんの前で披露します。

拍手と歓声・・・5歳児は他学年のあこがれです。



V字バランス・・・号令に合わせてピッ

腹筋・背筋・脚から足先までの育ちが見られます。



かえるがピョン・・・
掌で床をつかみ、腕でからだを支えます。顔を前に起こさないと、転がってしまいます。



バランスと柔軟性
ブリッジ姿勢から片足をエ
イッ…。腕でしっかりとか
らだを支えています

3. その成果と評価

竹馬が保育園に到着した日、目新しいものを見て、子ども達は「早くやってみたい」の気持ちでいっぱいの様子でした。しかし、実際にやってみるとそう簡単なものではなかったようです。気持ちだけは竹馬をすいすいのりこなしているのですが、私たちから見ると「竹馬に遊ばれている」という表現がぴったりの子ども達でした。まずは大人が手本を見せましたが、見たからと言って、自分のからだがい通りに動くわけでもないようです。

夕方の自由あそびの時間に練習しようと思ったものの、あまりの難易度の高さに、その後の子ども達は、大人からの誘い掛けがないと、竹馬からはどんどん遠ざかっていきました。そこで、しばらくは竹馬の取組みは子どもの自主性に任せ、運動マットや巧技台を使った運動遊びを中心に取り組むようにしました。

10月の運動会で5歳児の子どもたちは、前転や後転、側転や開脚前・後転、バランスなど、自分で組み合わせを考え、マット運動を披露します。そのため、運動会が終わるまでは、竹馬は寂しそうに廊下の隅に置かれていました。

11月に入り、運動会やお泊り保育といった大きな行事が終わったので、私たちは再び子ども達の関心を竹馬に向けるように働きかけました。

竹馬を初めて手に取ってから、この時までほとんどやってきていない子ばかりでしたが、この時の様子は、最初とは全く違っていました。

壁に背中をつけなくても、かかとの補助棒がなくても、竹馬にのれる子が1人また1人と増えていったのです。

少しのれると「もっと」「もっと」の欲が出てきます。

「もっと高くしたいな」「僕の方が高いよ」「私の方が先にのれたよ」「僕もできるようにになりたい」…、できていく友だちを見ると、ますますやる気も高まるようです。



「園長先生、見てみて!! 竹馬できるよ。」

子ども達は、とても意欲的に取り組み、みるみる上達していきました。

これは、日々のはいはいリズム運動やマット運動、障害物遊びにより、全身の抗重力筋の育ちが高まった結果だと言えます。私たちが活動を計画するときには、子どもの発達の現状把握と適切な課題設定が大切です。この正しい分析ができなければ、適切な「ねらい」をもった取組みはできませんし、子ども達が「楽しい・おもしろい・頑張るぞ」と思える活動を見つけ出すこともできません。

また、この報告では、5歳児の発達についてお伝えしていますが、子どものよりよい発達には1年だけの取組みではなく、積み重ねが大切です。特に運動発達は、積み重ねができていないか否かで、子どもの姿勢・歩行の様子に違いが見られます。

当保育所は、無認可保育所から始まり、横浜市認定「横浜保育室」（0～2歳児）を経て、10年程前からは就学前までの保育を行なってきました。既存園の認可移行のため、新しい保育所・園舎とは言え、0歳児から当保育所に通っている子どもがいます。一方、認可後に入所した子どももたくさんいます。だからこそ感じることは、早期のお座り、つかまり立ちや伝い歩き、歩行器の使用や早期の始歩など、はいはいの期間が短かった子どもの明らかな運動発達の弱さです。このような姿の違いから、子どもの運動発達には、大人の関わり方や子どもの生活環境が大きく影響していることが分かります。子どもの「育つ力」が弱くなっている今、正しい知識をもち、子どもの発達の手助けをすることが、大人の大切な役割であると言えます。



4. 今後の課題と展望

運動保障のしにくい生活環境に加え、生活のいろいろな物が便利になったため、子ども達の手先の不器用さやそれに伴った表現力・創造力の乏しさを日々感じます。

「1. 保育計画策定の目的」でも少しふれましたが、運動発達は手の育ちにも大きく関係をしています。今後も引き続き、子ども達の運動発達を保障しながら、生活や遊びの中でいろいろな道具を使い、手の育ちや創造・表現する力を高めていけるような取組みを行なっていきたいと考えています。

以上