

## 保育計画成果報告書

法人名	社会福祉法人柏松会
施設名	泉すぎのこ保育園
報告者（役職）	坂本 康子（園長）
住所・連絡先	宮城県仙台市泉区市名坂字明神3 1 - 6 TEL 0 2 2 - 3 4 7 - 4 3 5 7 Gmail 2018suginoko@gmail.com

### ○タイトル（保育計画）

運動遊具を使った身体づくりの保育 ～心も身体もたくましく～

### ○主な助成備品

・鉄棒 8本 ・平均台 7本 ・カラーマット 4枚

## 1. 実施した保育計画策定の目的

泉すぎのこ保育園では開園して一年、子どもたちの運動力の低さや持久力の無さ（転んだ時に手が出ない、顔や頭をぶつける、つまづいて骨折する、すぐに疲れる）、また小さなキズをくよくよしたり頑張りが効かない、といった精神面の弱さを感じていました。そこで色々な運動遊びを通して子どもたちに「身体の使い方」を身に付けさせたいと考え、職員で研修を始めました。

平均台、鉄棒、カラーマットでは、渡る、くぐる、またぐ、ぶら下がる、まわる、登るの他に数多く組み合わせることで年齢に応じて簡単な遊びから高度な運動遊びに発展させることができます。「色々な運動遊び」の中で自分の身体をコントロールし、様々な状況をとっさに判断して怪我や事故から身を守る力を育てていきたいと保育計画を策定しました。

## 2. 具体的な実施内容

ホールに運動遊具を設置し、朝から夕までいつでも運動遊具に触れられる環境を作っていました。

### 《鉄棒を使った運動遊び》

年齢、身長に合わせた鉄棒でぶら下がり遊びをします。特に1歳児は保育室がホールに面していることもあり、とても興味を持って遊んでいました。

ぶら下がる⇒足をぶらぶらする の遊びを楽しむ中で握る力が強くなり、自分の身体を支える腕の力も付いてきました。

ぶら下がって、  
足もあげられるよ



（1歳児）



（1歳児）

徐々に高くなる鉄棒を配置してサーキット遊び  
 チャレンジすることで意欲がわき、待ち時間  
 なく遊べることで飽きることがありません。  
 (2歳児)



鉄棒を平行に配置して、平行棒遊び  
 両手両足を使ってぶら下がり歩きや  
 上を綱渡り。  
 全身を巧みに動かしながらバランス  
 感覚が必要で、達成感を味わう遊びで  
 す。平行棒逆上がりも大人気です。



(4歳児)

この他、前回り、逆上がり、足抜き、足掛け  
 回り等、色々な回転遊びにつながっていきま  
 した。

難しいことにチャレンジすることで意欲も  
 高まりました。

また、高低差のある設定があることで、自分  
 でできる高さを選んで不安なく遊んだり、組み  
 合わせを楽しむこともできました。



(5歳児)

### 《平均台を使った運動遊び》

#### 座って進む

腕の力で体重移動をしていきます。太さや  
 高さを変えた平均棒のコースにチャレンジ  
 していきます。(2歳児)



#### 寝そべて進む

平均棒をしっかり握って自分の身体を支  
 えて進んでいきます。(ヘビのようにみんな  
 でつながって) (1歳児)



## くぐる

ぶつからないように姿勢を低くして、遊びながら自分の身体の大きさを知ります。

みんなで一緒に遊ぶことで、ゲームのように楽しんで取り組むことができました。

(5歳児)



## 《カラーマットを使った運動遊び》

### カエルとびで進む

両手をしっかりマットについて両足をリズムミカルにけり上げて進みます。腕の力で体重移動をしていきます。(5歳児)



### 段差マットでの前回り

折りたたんでマットに高低差を付けます。高いマットから低いマットへと抵抗なく前回りことができました。(4歳児)



### 2人でタイミングを合わせて転がる

カラーマットの幅の広さを利用して、2人で手をつないで回転します。一緒に回することで「ねじれないように!」「もっと速く!」⇒「楽しい!」を繰り返していきました。(4歳児)



### 全員で前回り ドミノ

運動会では全てのマットをつなげて、クラス全員でドミノ前回りを披露しました。保護者からは大喝采をいただき、子どもたちも大満足でした!!(5歳児)



## 《鉄棒と平均台を組み合わせた運動遊び》

### 平均台ですべり台

このすべり台が滑りたくて難しいコースも頑張って挑戦します。コースの最後のご褒美にご満悦です。 (2歳児)



### 平均台を降りる (登る)

運動会では高さや角度を変えた2コースを自分で選んで挑戦しました。身体の向きを変えるのに全集中です!! (4歳児)



### 3. その成果と評価

いつでも遊べるようにホールに運動用具を設置したことで、日常的に子どもたちは鉄棒や平均台に触れることができました。特に小さい子どもたちは、鉄棒にぶら下がることが楽しくて仕方ないようです (筋力が付いたのか今年度は肘内障のこどもはいません)。大きい子どもたちは、新しいことにチャレンジしたり、友だちの模倣をしたり、異年齢から刺激をもらうことで益々意欲は高まりました。

子どもたちは難易度の高い遊びの方がやる気がわき、めあてを持って取り組む力、集中力を高めて取り組む力が育っていると感じました。

また、順番を待つことや、友だちと一緒に取り組んだり応援したりする中でお互いに共感して仲間意識が育ち、心の成長を感じることができました。

### 高さのある平均台を渡る

鉄棒に平均台を組み合わせてスリルある綱渡りにも挑戦!!!落ちないようにバランスをとって慎重に、集中力を高めていきます。 (4歳児)



### 4. 今後の課題と展望

職員も運動遊びを学び、子どもたちのやる気を引き出す指導法を学ぶことができました。今後も遊び方を工夫し、子どもたちが自分で遊具を運んでコースを組み立てたり、めあてを持って遊んだり、仲間と夢中になって遊びに取り組める環境を作っていきたいと思います。

自分の身体を知ってコントロールすることは難しいことですが、0歳児1歳児からこの運動遊具を使った遊びを継続していくことが大切と感じています。今後も購入させていただいた運動遊具を活用して運動遊びを楽しみ、怪我や事故から身を守る力を育てていきたいと思っています。

以上