

保育計画(新規事業計画)成果報告書

法人名等	学校法人 里東学園
施設名	認定こども園 さわらび幼稚園
報告者(役職)	樋口 佳子(園長)
住所・連絡先	群馬県高崎市下里見町454番地
	☎ 027-374-2036 E-mail sawarabi@guitar.ocn.ne.jp

○タイトル

明るく 元気な のびのび さわらびっ子

○主な助成備品

バランス感覚教具(平均台・ストーン・ボード・ブロック・ボール)、スクーターボード等

1. 保育計画(新規事業計画)策定の目的

近年、生活様式等の変化や価値観の多様化により、子どもの体力低下が課題となっている。コロナ禍で生まれ育ってきた現在の幼児たちにもその傾向がうかがえる。特に姿勢が悪かったり(体幹)、疲れやすかったり(持久力)という姿が見られ、健やかな成長のためにも健康的な心と体の育成が重要であると感じている。

さて、本園は令和3年より幼稚園から認定こども園となり、3歳児から5歳児に加え、0歳から2歳児も受け入れるようになった。これまでも十分に遊びの時間を確保し、様々な活動を通して心と体を育む活動を大切にしてきたが、今回の機会を得て、小さい頃から継続的にねらいをもって身体活動をしていくことにより、体幹を整えたり調整力を身に付けたりすることができると考えた。それぞれの年齢で楽しみながら易しく遊べる教具を整え日常の活動の中で気軽に取り組めるよう工夫して、元気でのびのびとした子どもを育むために保育計画を策定した。

2. 具体的な実施内容

(1) 実態把握

今回、多様な教具を数多く揃えられたことにより、子ども達の興味関心を高め創造性を引き出せるよう、楽しく体づくりに取り組んだ。本園では、これまでも体を使った遊びを積極的に進めてきたが、この実践を通して子どもの体力低下を防ぐ一助になっているかどうかを客観的に検証するため、園児が取り組める「体力テスト(MK S 幼児運動能力検査参考)」を実施した。

特定の能力を伸ばすということではなく、幼児にとってバランスの良い体幹づくりは、多様な遊びを楽しんだりけがを防いだりする上で大事なことである。今後よりよい環境づくりをしていけるよう体力の現状を検証することにした。

＜令和6年5月実施＞

- ・対 象 4歳児（年中組）及び5歳児（年長組）
- ・種 目 ①25m走 ②立ち幅跳び ③両足跳び越し ④ボール投げ(テニスボール)

【年中組】			【年長組】		
判定	人数	%	判定	人数	%
1	3人	17%	1	11人	60%
2	5人	29%	2	4人	17%
3	5人	29%	3	5人	13%
4	3人	17%	4	0人	0%
5	1人	6%	5	0人	0%

(注)本来6項目を実施する検査であるが子どもの負担等を考慮し、比較的实施しやすい4項目を行った。判定は合計点を6項目に換算して算出した値なので参考として考察したものである。

結果は上記表のとおりである。

5月の年度初めに実施した。日頃から外遊びを推奨している本園にとって驚くべき結果だった。このようなテストに慣れていないことも要因の一つではあると思うが、元気に遊ぶことだけではバランスの良い体幹づくりには繋がらないことが明らかになった。

表によると年中組はやや低位の方に山をもつ正規分布の形になっている。しかし年長組は低位の者が多かった。日ごろから新しい活動に対し不安をもつ園児も複数名いることから、多様な身体活動の経験値の低さを実感した。今後子ども達にどのような運動や遊びを提供していくべきなのかをしっかりと考えていかななくてはならない結果だった。項目別に考察すると年中組・年長組ともに「25m走」は高得点の子がいるが、共通して「立ち幅跳び」「ボール投げ」は低位の子が多かった。幼児の日常の遊びの中であまり経験しない動作であり、年長組はその傾向が顕著であった。

この結果を職員間で共有し、保育者として実態を把握したうえで今後の環境の構成に活かせるよう努め、継続して取り組むことにした。

(2) 多様な活動

① バランス教具での遊び

体幹を整えることをねらいとして、様々な遊びに楽しくチャレンジできるよう、教具を使った遊びを積極的に取り入れている。日常の主活動として多様な教具の組み合わせを工夫し、クラス単位で取り組んだり、雨天時の自由遊びの時間には年齢を超えて遊んだりすることもある。バランスボードは不安定なので壁際に置き子どもだけでもチャレンジできるよう配慮している。バランスストーンは、年齢に関係なく楽しく取り組む姿が見られる。だんだん怖さもなくなり、ぴよんぴよんとリズムよく跳び移ることもできるようになってきた。



＜バランスボード＞



＜バランスストーン＞



＜様々な形のパーツ＞

ウェーブバランス平均台は、小さな子ども達にも取り組みやすく保育者に手をつないでもらったり年上の子とじゃんけんをしたりして遊んでいる。パーツの組み合わせなので教室に置いて自由に遊ぶ様子も見られた。つものつのバランスボールでは、座ったり立ったり時には投げたりして感触を楽しんでいる。



＜ウェーブバランス平均台＞



＜つものつのバランスボール＞

②スクーターボードでの遊び

年長組や年中組は、長い廊下を使ってスクーターボードを楽しんでいる。はじめは手で押してみても、だんだんスピードを上げて走り抜け、さらにタイミングよくサーフィンのように乗ってみたいという思いの遊び方を楽しんでいる。慣れてくるとチームを組んでスピードを競ったり乗り方を工夫したりしながら遊んでいる。

楽しく遊びながら腕や胸、背中や脚の運動になっていると考える。

③小さな園児たちの遊び

0・1歳児も保育者に見守られながら教具での遊びを楽しんでいる。怖さよりも興味津々で繰り返し遊んでいる。

スクーターボードには腰掛けて自分の足を使って動かしていた。また、つものつのバランスボールでは上に登ったり寝たりして柔軟性を活かして遊んでいる。

④逆上がり補助板の活用

園庭には、「逆上がり補助板」を設置した。外部指導者による体操のカリキュラムでも鉄棒に取り組んでいることから年中児や年長児は鉄棒を怖がることなく逆上がりの練習をしている。また、その姿を見て年少児も補助板を駆け上って遊んでいる。友だちと



競い合ったり楽しく遊んだりするなかで健康な体づくりや巧緻性を高めていけると考える。

(3) 年中・年長組の取り組み

年中組は1回目の体力テストの結果から、見たことをすぐに自分でイメージして体を動かせる子が予想以上に多いことが分かった。普段の生活の中では気付けなかった部分だったので、遊びの中でもっといろいろな体の動かし方を経験させてあげたいという保育者の思いから「サーキット遊び」「ボール投げ」「平均台を使った運動遊び」など様々な教具を活用し『がんばりカード』で目標や達成感を味わわせるよう工夫しながら取り組んだ。

年長組は1回目の体力テストでは力を出し切れていない子が多く、動いて遊ぶことは大好きだが体を上手に使えていない子が多いことが分かった。このことから保育者は遊びの中で「腕を使う遊び」「足を使う遊び」などを意識して行うように環境の構成を工夫してきた。例えば「ジャンプライン」という教具を部屋や遊戯室に設置してバランスをとりながら飛び越える遊びを取り入れたり園庭では友だちとドッジボールを夢中になって楽しんだりしていた。また『がんばりカード』でマラソンや縄跳び、鉄棒なども習慣として行えるよう取り組んだ。

3. その成果と評価

夏休み中は酷暑で外遊びができず、涼しい遊戯室で遊んだ。はじめは保育者が場づくりをしていたが、徐々に年長組の園児が先生のお手伝いとして創意工夫しながら場づくりをするようになった。子ども達は創造力を膨らませながら楽しく遊ぶことができた。



先生と一緒に年長児が場づくりをしている様子。友だちと相談しながら一所懸命に取り組んでいる。



未満児から年長児まで一緒に楽しく遊んでいる様子。小さな子には保育者がついて安全に配慮している。

1月には2回目の「体力テスト (MK S 幼児運動能力検査参考)」を実施した。

<令和7年1月実施> 1月に実施した2回目の体力テストの結果は表のとおりである。

【年中組】

判定	人数	%
1	3人	17%
2	4人	24%
3	6人	35%
4	2人	12%
5	2人	12%

【年長組】

判定	人数	%
1	5人	22%
2	7人	30%
3	11人	48%
4	0人	0%
5	0人	0%

<体力テストの様子>



2回目の体力テストの結果、年中組は大きな変化はなかったが全体的に「両足跳び越し（巧緻性）」や「ボール投げ（投力）」が伸びてきていることが分かった。また、年長組は4種目とも伸びが見られた。上位群は変わらずいないが下位群が少なくなり中位群が増えた。体の使い方のコツが分かってきているとともに心の変化も出てきて「もっと早く走りたい」「もっと遠くに跳びたい」「もっと遠くに投げたい」という気持ちも見られ『チャレンジ精神』も生まれてきている。既存の遊具だけでなく多様な教具での遊びが増え、体づくりの底上げが図れたと感じている。

4. 今後の課題と展望

今回助成していただいたことを契機に、子ども達の「体力」「体幹」に視点を当てて取り組んできた。その中で遊ぶ時間と場の確保という漠然とした環境だけでは、バランスの良い体づくりは難しいことが分かった。楽しく取り組めることは大前提であるが、一人ひとりの実態を知り傾向を捉えて環境を構成し、場づくりをしていくことの重要性を再確認できた。

また、体の成長だけでなく創造性や仲間との協力、年下の子の援助など多くの成長を見ることができた。これからも心身ともに育てたい力や伸ばしたい力を明確にしたうえで活動を計画し、子どもが少し勇気を出して頑張ってみたくなるような場やチャレンジ精神を駆り立てられるような環境を整えていきたい。

その中で、たくさんの成功感を味わわせ「明るく 元気な のびのび さわらびっ子」を実現できるような保育活動を目指していきたいと考える。

最後になりましたが、今回の多大なる助成に心から感謝申し上げます。

以上

