

令和 25 年度より東京都が行う「とうきょうすくわく事業」に参加し幼稚園での教育活動の探求を行っています。以下その探究活動について報告します。

令和 25 年度テーマ「幼児が興味を持って自ら体を動かす運動遊び」

当園では、幼児期の成長に欠かせない体づくり体力づくりの一環としてマラソン・縄跳びを取り入れてきた。また、鉄棒や跳び箱、マット運動など運動遊びを通して身体の全体を動かす機会も取り入れてきた。

幼稚園で体を十分に動かすことで自然と「食事をしっかりとる」→「睡眠を十分にとる」というサイクルが 1 日の生活の中で促され健康な体がつくられていくことは、改まったデータとしてはないが、学年別の出席率や卒業生の保護者からの話を通じて確信することができる。

このような意図から運動あそびの活動を続けてきたが、マラソン・縄跳びは単調な動きであることから幼児には苦手意識を持つ子も多く、また昨今の夏の暑い時期（6 月から 9 月中旬）にはこの活動はできない。

体を動かす運動遊びを継続するにあたり、今年度はいろいろな運動用具やボール遊びを取り入れ子どもたちが興味を持って楽しみながら取り組めかつ暑い夏でも室内のホールで活動できるよう教職員で研修を重ねながら探求した。また、教員は、子どもたちが使う運動用具の使い方、指導の仕方についても体育専門の指導者から学ぶ機会を例年通り設けた。

<令和 25 年度の取り組みについて>

マラソンについて

単調な動きであることから興味を示さない子供も多い

→達成感があるといい・体力がつくまでは楽しみも取り入れるとよい

→体力のある子はあまり嫌がらない

- <結果>
- ・運動会で踊ったダンスの曲をかけて走ることでさびの部分をおずさんだり掛け声が入ったり躍動感が生まれ積極的に取り組み様子が見られた
 - ・集団遊び（鬼ごっこやしっぽ取り）を定期的に取り入れ、遊びながら体力をつけることでマラソンをしても苦にならない。
 - ・遠くの公園に出かける園外保育を楽しみに体力づくりにクラスで取り組んだ

縄跳びについて

跳べるまで練習を重ねなければできるようにならない

最初の前とびが数回出来るまで頑張る気持ちが続かない

→跳ぶ感覚を体で覚えるまで教員や友達と一緒に頑張ることで練習する気持ちが持続する様子が多く見られた

→レベル別の縄跳びカードを作る

→跳びやすい縄跳び（柄の部分を加工）を用意する

<結果>・縄跳びは数回跳べるようになると体で感覚をつかめるようになるためいろいろな技が次々とできるようになる。そのはじめの一步を丁寧に付き合い励ましたり、クラスで一体感が出て取り組むことで多くの子が楽しみながら取り組めるようになった。

暑いときの室内運動について

ボールを使ったゲームなど室内で体を動かすことができる集団遊びを考え取り組んだ。夏の暑い時期に体力づくりを継続させるため取り組んだが、空間が決められてしまうためけがをしないよう十分に注意を払う必要があった

<室内での運動をするとき>

- ・ボールは外で使用しているものよりも少し柔らかいものを使用する
- ・距離が近くなるのであたってもいたくないもの
- ・子供が手で持って握りやすいもの
- ・ホールの周りをマットでガードしてけがをしないよう注意する
- ・スピードが出すぎないように座っておしりをつけている状態で鬼ごっこをする
- ・ボールを使用するゲームの時は、多くの子がボールに触れられるようボールの数を多くするか人数を好きなくするなどルールを考える。

教員の研修について

運動用具の使い方の研修

子どもたちが使う運動用具の使い方、指導の仕方について体育専門の指導者から学ぶ

- ① 鉄棒・跳び箱の補助の仕方
- ② 体力づくりや体幹づくりに適した運動について
- ③ 運動の適切な補助の仕方