

テーマ「自分のからだ・友達のかからだ」



こどもの「すくすく×わくわく」をおうえん

「とうきょう すくわくプログラム」は、  
すべての乳幼児の「伸びる・育つ（すくすく）」と「好奇心・探求心（わくわく）」を応援する幼保共通のプログラムです。

五日市わかば保育園は とうきょうすくわくプログラムに参加しています。



## 令和6年度 とうきょう すくわくプログラム活動報告書

施設番号:66-0469  
五日市わかば保育園  
あきる野市五日市98  
社会福祉法人勸能力福祉会

### 1.活動のテーマ 自分のからだ・友達のかからだ

からだ、運動、協力をポイントとした活動を通して、自分の体に興味をもち、楽しく体を動かすことをねらいとしました。普段のあそびの中ではもちろん、体操教室でも体を動かして得る喜び、「どのように体を動かすか」考えて 協力する喜びを感じられるよう 年齢ごとに見合った活動を用意し、子ども達の主体的な活動につなげたいと考えました。のびのび動き、動いて学ぶ。自分を大切にし、相手も大切にすることも願いテーマを設定しました。

### 2.活動スケジュール

4月～3月 週に1回の体操教室(8月除く)

保健指導(手洗い・骨・関節・プライベートパーツ・虫歯予防・たべものがうんちになるまで・事故防止・栄養・脳のはなし)

制作(ブラちゃん人形・等身大の自分)

3.活動をするための環境

園舎 ホール・保育室（体操教室・保健指導）

4.活動内容

体操教室

種目の習得よりも、まずは運動に親しみながら、自分自身の身体を自分でコントロールして動かそう！

体を動かすことって楽しい！と感じられる楽しい運動を通して、体の動かし方に気づき、転びにくい動き、転んでもケガをしにくいからだになっていきます。「失敗しても大丈夫。」もう1回！と挑戦する姿がたくましく。また友達と一緒に楽しむことも挑戦するエネルギーになっていました。



## 挑戦!

跳び箱は高い段数を跳ぶことではなく、色々な運動を経験し、跳び箱に必要なめらかな動きを自分で身につけることを目標にしていますが、子どもたちは「今よりもっと高く」と自分から挑戦していきました。ちょっと緊張しちゃう…という時は無理にしないで「よし!大丈夫」と心のエネルギーがいっぱいになるまでお友達の様子を見て 自分で自分のきもちを待っていました。



## 協力・協調



ひとり一人 マットでの前転ができるようになると、今度は友達といっしょに手つなぎ前転に挑戦！  
自分の動きを意識しながらも、手をつないでいる友達の動きも気にして、時には 友達を待ったり、  
スピードを合わせたりして 同じチームの友達と息を合わせて回転することができました。  
「どうやったら いっしょに回れるかな?」「自分だけで回らない」「合図を聞いて回る」 経験して  
調整することを意識している姿が見られました。

動いて知った 自分の大事なからだ



体を動かすことで、発見したり、感じたりすることも多く  
生き生きと表現していました。

自分の体を動かして体操をしたり遊んだり。  
みんなのからだのように よく動く 小さい自分を作ってみようか?の呼びかけで ブラちゃん人形を作りました。「関節」に気づき、曲げたり伸ばしたりして自分たちで動かして楽しそうに遊ぶ姿が見られました。

年長さんは 自分と同じ大きさの「自分」を描きました。  
友達にかたどってもらって、画面に現れる等身大の自分の姿に嬉しそうでした。



## 5.ふりかえり

のびのびと体を動かすことを楽しみながら、自分の体をコントロールするして工夫していく姿が多く見られました。子どもたちが動いて、うまくいかなくても自分で調整して また挑戦していくことが次への成長を促していくことを保育者同士でも確認し合いました。

また、体操教室など、仲間と一緒に体を動かす活動については、保育者は声をかけすぎないように意識し見守るようにしました。

子どもたちは はじめはそれぞれ自分の意見を主張しているだけでしたが、少しずつ誰かの意見に添ったり、助言をしながら 自分たち解決していく姿が見られました。いつもはリーダー的ではない子が自分の意見をみんなに伝えたり、自分たちで探求していく中で色々な力を発揮していることがわかりました。

今後は保健指導を受けて 興味をもち始めている「体の機能」についての活動についてもさらに探求できるように環境を作り、自分や仲間を大切にすることにもつなげていきたいと思ひます。