

五日市わかば保育園
令和7年度すくわくプログラム

テーマ② 「からだ」自由に動く体 活動報告



「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。



令和7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

動いて学ぶ子ども達は、「動きたい」「やってみたい」と満足するまで動き、くりかえし、成長しています。のびのびと動きたくなる環境を用意することでさらなる子どもたちの「動く」を引き出したいと考えました。また、幼児クラスの子どもたちは毎週1回の体操教室に楽しく参加しながら、転んでもケガをしないしなやかな体、何度も挑戦してやってみる強い気もちを自ら育てます。また、「体」にクローズアップすることで、興味をもったり、自分や仲間を大切にしてほしいと考えました。

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)

通年 歩く お散歩

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

ホール、散歩、園庭(遊具)、厚紙、割鋏、絵具、厚紙(全紙大)、体操教室、保健指導



動きたい! からだ

動きたい! のびのびと動ける環境



ふりかえり



のびのび自由に体を動かすことができる環境の中で、自分が触れたいものに向かって移動したり、「歩きたい」という欲求からどんどん歩いたり… また、物と自分の体との関係に合わせて、体をコントロールして動く姿がたくさん見られました。歩く距離もまずは身近な場所から、遠くの川まで目的に合わせて歩きました。握る、ぶら下がる、引き寄せ、よじ登る、ジャンプする、転がる、回転する。見ていると大胆な挑戦や動きから微調整まで自分のなかの目標に合わせて動いていることがわかります。何度も繰り返したり、友達の動きを見てから動いたりすることで、その精度も上がっていきました。大人が助けることよりも、自分で動くことが何よりの「動き」を作りだし、自信につながっていました。

目標に向けて動く! からだ

やってみよう! 一人ひとりの挑戦からの運動



ふりかえり

体操教室では、さらに目的を持った動きが展開されました。両手をつくこと、バランスを取ることで、足で踏ん張ることで、転んでもケガをしないしなやかな体づくりを目標としています。まずは楽しむこと、そして少し挑戦してみることで、色々な動きを経験できていました。同じ運動をしても「もう少しジャンプしてみよう」、「線でとまってみよう」、「足をもと広げよう」と一人ひとりがそれぞれに体ときもちもコントロールしていました。そして、友達との共感も大きなエネルギーとなり、次の挑戦へと繋がっていました。



からだの不思議!

自分の体を知ろう! (関節)



ふりかえり

保健指導で看護師さんから「関節」のお話を聞きました。「自分の体の中で曲げたり伸ばしたりするところはどこかな?」改めて自分の体について確認したり、新たな発見をしていました。関節についてさらに注目するため、関節が曲がる紙人形「ブラちゃん」を作りました。首、肩、ひじ、足(付け根)、膝…パーツごとに厚紙を切り、割鋏で止めて動く関節を作りました。出来上がると、手足をまげて自分と同じポーズにして楽しんでいました。

じぶんのからだ・ともだちのからだ

大事なからだ。自分もともだちも、本当の大きさを
作ろう!知ろう!



ふりかえり

自分の体について、今度は自分の本当の大きさ「等身大」で作ってみることにしました。大きなボール紙に寝転んで友達に「自分の体の形」をとってもらいました。「くすぐったい!」と笑いながら友達に丁寧にかたどりをしてもらい、嬉しそうでした。動き・ポーズも考えスタート。輪郭を描き加えたり、色を塗ったりする中で、さらに体の構成や動き、「ひざのところは少し脹らんでる?」等、気づきもありました。自分も、友達も本物の大きさの自分が出来上がり、達成感を共有できる経験となりました。