

とうきょう すくわくプログラム活動報告書

施設名	太陽の子新小川町保育園
施設所在地	東京都新宿区新小川町1-8こだまビル2F
法人名	HITOWAキッズライフ株式会社

1. 活動のテーマ

<テーマ>

からだを使ってみよう！

0.1 歳児 「おととと」

2.3 歳児 「ふんばる」

4.5 歳児 「調節する」

<テーマの設定理由>

(テーマに関する子どもの興味関心、園の特色など)

運動遊びをした際に、子ども達が活き活きと楽しそうに遊ぶ姿が見られる一方で、歩行が安定せず転びやすい姿や食事時の姿勢が崩れやすい姿があった。子ども達の正しい身体の使い方を作業療法士というからだの専門家の意見を加えることで、日常生活の中で当たり前に使っている身体の適切な使い方を知り、観察する点を明確にしながら0歳から5歳までの段階を踏んでどのような変化があるかを探っていききたい。子どもたちが成長する上での困りごとや日常生活していく上での当たりの動作を、日々の保育の中で保育者が気づき、その年齢にふさわしい活動や経験を保育の中で実践している。

2. 活動スケジュール

【子どもの現状を観察する】

4月～7月：園内にある運動玩具で身体を動かせる環境を設定し、子ども達の現状や興味を探る

【テーマを決定する】

8月6日：作業療法士の先生と各学年の遊びの様子から課題の整理と方向性の確認。

8月～9月：アドバイスの基づき、室内環境の変更や遊びでの実践。

【テーマに基づいた環境設定に変更】

9月下旬：各クラスのテーマに基づいた玩具（ハイハイアスレチックマット、ウェイブバランス、スーパーフォーミング）を投入

【専門家の評価と次回の課題設定】

10月1日：作業療法士の先生と前回までの振り返りと、現状の評価と次回への課題の確認。

【現場での実践】

10月～1月：アドバイスの基づき、室内環境の変更や遊びでの実践。（室内戸外含む）

12月下旬：調節する為の玩具として跳び箱、ロイター板を投入。

【親子参加のロコモ体操開始】

12月22日～3週間：作業療法士の先生からのアドバイスを基にロコモ体操（親子参加型）を毎日実施。実施の際ワイヤレスアンプ、ワイヤレスマイクを使用。

【専門家の評価と今後の課題確認】

1月14日：作業療法士の先生と前回までの振り返りと、現状の評価と今後の課題、子どもの変化の確認。

【まとめと保護者への共有】

2月：活動のまとめ・保護者への共有。

3. 活動のために準備した素材や道具、環境の設定

(活動のためにどのような環境を設定したか、準備した素材や道具)

・ハイハイアスレチックマット、ウェイブバランス、スーパーフォーミング、跳び箱、ロイター板を運動遊びで使用しテーマに沿った活動ができるよう設置。
・ロコモ週間を設け保護者を巻き込み一斉にロコモ体操を行った。音源はワイヤレスアンプを使用、動きを解説しながらお手本を示すことができるようワイヤレスマイク、ダイバーシティチューナーを購入し使用している。
株式会社ここん鴨井先生の巡回講師料（8月6日、10月1日、1月14日）

4. 探究活動の実践

<活動の内容>

1、子ども達の現状の運動遊びの姿から正しい身体の使い方を学び、学年毎の課題を明確にする
2、「おととと」の環境づくり①
坂道（上り下り）のはいはい、体の向きを変えて伝い歩き、段ボールの手押し歩き、バランスストーン、バランス棒によって、不安定なマット遊びでまたは背伸びをしておとととを取り入れ、観察する
「おととと」の環境作り②
段ボールの手押し歩を進める中で、動かせない姿や、手ではなくお腹で押そうとする姿に気付く。アドバイスを基に軽さの調節をする事で難易度を下げ、挑戦しやすい遊びへ変化させた。また、戸外の滑り台のスピードに耐えられず後方に倒れる姿がある事に気付く。同様にアドバイスを受け、運動マットの上に子どもを乗せ緩急をつけて引張る遊びを取り入れることで姿勢を崩さず滑れるようになる事を指標とした。
「おととと」の環境作り③
手足を使う遊びが盛んになったことで、登りたいという子どもの姿が多く見られるようになった。登っても安全な部屋の環境を設置した。
また、遊びで自ら身体を支える姿から丸太にしがみついたり、滑り台の中腹でブレーキをつけたり、巧技台に高低差をつけてよじ登るような環境を取り入れた。
3、「ふんばる」の環境作り①
椅子取りゲーム等止まる事、動く事のコントラストを入れた遊び、重たいものを押し運ぶ、大きなものを両手で運ぶ、積み木をつむ、リズム遊び（ポーズ遊び）を取り入れ、観察する
「ふんばる」の環境作り②
リズム遊びを楽しむ姿から、「ふんばる」に繋げる為子どもロコモチェックを取り入れ実施した。その中で踏ん張るポーズ（ダンゴムシ、飛行機）を取り入れ、身体の前面と後面をそれぞれ踏ん張る姿勢に挑戦した。
「ふんばる」の環境作り③
大型積み木を運び、サーキットや迷路等を作る姿から新たにルールを追加（黄色は電気、赤は火だから通らずに進む等）することで考えることにも繋げた環境を展開。
4、「調節する」の環境作り①
廊下の床にテープを貼り、テープの上を歩いたり飛び石で進む、机をくぐる等体を調整する要素を取り入れる、サーキットを自分たちで作りいろんなやり方で挑戦する活動を取り入れ、観察する
「調節する」の環境作り②
床にテープを貼る環境に飽きてしまう姿もあった為、新たに色やルールを追加することで、走らず調節できる環境を展開した。
また、気温が下がってきたことで戸外活動が再開された為、戸外活動でも調節する遊びを取り入れた。（ドッチボール、的あて、氷オニ、手繋ぎオニ、尻尾取り等）
その他日々の生活の中でも立ってズボンを履くことや靴を履くことができるよう意識した。
「調節する」の環境作り③
大型積み木を飛び越え遊ぶ姿から、跳び箱を設置。跳び箱を実施する際にそれぞれ必要な動きを分割して活動に取り入れた。（助走をつける→踏切で足を揃える→跳び箱に手をつけて体を上げる→足を開いて飛び乗る→手で押して着地する）
苦手な児にはグーパージャンプや、飛び降りて印の中に足を揃えて着地する練習から行う。

<活動中の子供の姿・声、子供同士や保育者との関わり>

(活動の内容、活動中見られた子どもの姿、保育者との関わり等)

0. 1歳児

ハイハイの際に手が出ず顔を打ちそうになる姿や歩行をしていた際にバランスを崩して倒れそうになる姿が続いていた。ハイハイストレッチマットを室内に常設したところ、ハイハイを積極的に行ったり歩きながら登り降りを楽しみ中何度か「おとっと」と繰り返しバランスを崩しそうになっても手を出さずようになってきた。歩行する子が増えたので、ハイハイストレッチマットを4方向が出来るようにし、真ん中に空間を開けて段差を作った。坂の上で足の甲からつま先に力を入れてバランスを取るようになり、倒れそうになることも減っていった。遊び方を変えることで「もう一回、もう一回！」と言葉で保育者に伝えながら繰り返し楽しむ姿が見られた。また歩行が安定してきた子にはウェーブバランスを取り入れると興味を持って遊ぶ姿が多く見られ、何周もして「みてみて」と言って保育者に見守られながら自信を持って取り組んでいた。ウェーブバランスの表面が凸凹しており、足で感触を確かめながら自然と手を横に伸ばして渡っていた。遊び慣れてきた頃にはレインボーストーンも一緒に組み合わせたり高さを出して遊びの難易度を上げたが、積極的に一人で挑戦する姿が見られた。

2.3歳児

スーパーフォーミングを最初は手で触れて大きさや重さ、形の違いを認識したり、自由に楽しむところから始めた。三角形と平らな積み木を組み合わせでシーソーを作ったり、囲うようにしてお家を作ったりする姿が見られた。積み木で遊び始める前に広い場所に運ぶことや片付けとして元の場所に戻すことでも、積み木の形や大きさに応じて一人で運んだり複数人で運んだりする姿が見られた。遊び慣れてくると、お家の構成もより立体感が増してくるようになった。さらには、静と動を意識した椅子取りゲームの椅子の代わりに大型積み木を使用したり、運動遊びのサーキットに取り入れると、大きさや高さに合わせて体の使い方を調整しながら、座ったり渡ったりすることを楽しむ姿が見られた。積み木を並べながら「迷路だよ」と上を渡って進むことも楽しむようになった。また、遊んでいる際に「赤の積み木貸して」「青の椅子作ったよ」などの色を区別する姿も多く見られていた為、積み木を散らばせて置いた上で色を指定して探して座るゲームや色ごとに積み上げてタワーを作るゲームなどを取り入れると、「赤あったよ」「こっちにもある」と色遊びを楽しみながらも全身を使って遊ぶ姿が見られた。

また、姿勢改善を意識した静と動の遊びとしてロコモティブシンドローム（運動器症候群）を予防する為の、ロコモチェックポーズや昆虫太極拳を運動遊びとして取り入れた。ロコモチェックでは新しい取り組みに興味を持って取り組む姿が見られ、保育室に掲示したイラストを見ながら「こうでしょ」「出来たよ」と真似することを楽しむ姿も見られた。昆虫太極拳もカマキリやダンゴムシなどの身近な昆虫が出てくることを楽しみながら音楽やリズムに合わせて、掛け声と共に楽しく体を動かしていた。また、後に園全体でロコモ体操週間を設けて、毎朝9時にロコモ体操と昆虫太極拳を交互に実施し、取り組んだ。

4.5歳児

走って遊ぶことが好きで、室内でもビニールテープで丸を作り走って良いスペース作りを行っていた。走る際には「周りを見ながら走ってね」等保育者は声を掛けていたが、急には止まれない姿や走る事に夢中になって前を見られてない姿があった。又、友だちとの関わりで友だちの上に乗ってしまい力加減が分からないまま、遊び続け怪我に繋がりそうな遊び方をしている姿もあった。その姿から、調節する力を身に付ける為、大型積み木を使用した児達で考えるサーキット作りや物を持つ際の力加減を知る為に給食やおやつを自分で持つ経験を行っていった。サーキット作りでは、児達で話し合い「ここはこうした方がいいかも」とサーキット変えて楽しんでいった。又、飽きてくると走ってサーキットを行なう姿が見られていた為、頭にリングバトンやお手玉を載せて落とさないように歩くことでそーっと歩く経験をできるようにした。又、大型積み木を積み重ねて跳び箱のように跳ぶ姿が見られた為、跳び箱を購入し練習を行っていった。跳び箱を跳ぶために腕を鍛える練習（あざらし歩き、手押し車、カエル跳び等）を行ってから跳ぶ練習をしていった。跳べなかった児も練習を重ねていくうちに跳べるようになっていった。跳び箱を行なうことで、ロイター板を両足で飛ぶためのタイミングを自分で見定め走るスピード等を調節する姿が見られた。調節する力を身に付ける為に、サーキットや跳び箱を行うことで自分の身体の使い方を知っていくことができた。



5. 振り返り

<振り返りによって得た先生の気づき>

取り組み前は、運動遊びを日常的に行うも、転倒する際に手が出ず顔を怪我してしまう姿や、保育士としても子どもの身体の機能の育ちに対してどんな援助が必要なのかわからない状況だった。作業療法士に実際に自園の子どもの姿を見ながら身体の機能の現状とアドバイスをもらったことで、環境が変化し、各学年にテーマを設けたことでそれぞれの育ちの視点で活動に取り入れることができた。

現状に必要な育ちの視点で活動を行うことで、0歳児、1歳児では怪我を未然に防ぐ事ができたり、バランスの取りにくい場所でも自然に手が出る姿が見られている。2歳児、3歳児では日常生活での変化も見られ、姿勢が良くなったり遊びの中で自然と身体全体を使っているの走りたい気持ちが発散され落ち着いて過ごせるようになった。4歳児、5歳児では力のコントロールやスピードのコントロールを調節する力が養われたことで跳び箱等様々な要素（走るスピード、止まる、両足ジャンプ、身体を支える）の含まれた運動遊びにもチャレンジすることができている。

その他にも2、3歳児を中心におこなっていたロコモティブシンドロームを予防する為のポーズを取り入れた曲を保護者にも呼びかけ朝の体操として行ったことで、子どもだけでなく保護者にも取り組み内容を伝える要因となった。今回は約3週間の開催となったが、朝になると「始まるよ！行こう！」と子どもを促し参加してくれる保護者の姿もあった為、今後再開することも考えていきたい。また、固定された学年ではなく全学年の育ちを学ぶことが出来たことで、保育者にとっても子どもの身体の動きを見る視点がより明確になり、現状の子ども達が次にどんな機能の獲得を目指すべきなのかを理解し提供することができるようになった。

今後は今回粗大運動を中心に学ぶ中で、微細運動にも困りごとがある事に気づいた為、微細運動の学びを深め探究していくことで子どもの健やかな成長につなげたい。