

令和 7 年度【2025年度】

とうきょう すくわくプログラム活動報告書

施設名	みらいく第二南大泉園
施設所在地	東京都練馬区南大泉5-36-10
事業者名	株式会社第一コーポレーション

1. 活動のテーマ

<テーマ>

運動

<テーマの設定理由>

子どもの体幹が弱い面を、運動を通して基礎的な運動能力の向上を図り、体幹を育てていく。
子どもが主体的に体を動かす楽しさを感じながら、多様な動きを経験し基礎的な運動能力を育てる。

2. 活動スケジュール

通年 運動遊び

基本的な36の動きが引き出される設定の巧技台遊び

基礎運動 ・ バランス系 ・ 移動系 ・ ちからだめし系 ・ 操作系 を取り入れた遊び

3. 活動のために準備した素材や道具、環境の設定

巧技台 鉄棒 マット フラフープ

トランポリン 跳び箱 組み替えステップ

バランスストーン 大縄 縄跳び

4. 探究活動の実践

<活動の内容>

- ・体幹を意識した運動遊びとして基本の36の動きが引き出される巧技台の設定をしたサーキット遊びを取り入れた。内容はマットの上での四つ這い移動、トンネルくぐり、平均台渡り、ジャンプなどの遊びを構成した。
- ・年長児は遊びの中で自分たちでサーキットコースを考え、体の動きに関心を持ち巧技台の準備を行った。
- ・バランスストーンの凹凸素材の上を歩いて渡ることによって感覚統合、安定性を育てた。
- ・大縄、中当てなどの集団遊び

<活動中の子供の姿・声、子供同士や保育者との関わり>

・巧技台やバランスストーンを組み合わせたサーキットでは不安定な場所を渡る際に自ら腕を広げてバランスを取ろうとする姿が見られた。（1歳児）

鉄棒では、支持して体を支えたり、マットでの回転運動を通して体を操る感覚を楽しんでいた。（3～5歳児）

特にバランスストーンでは、慎重に足裏の感覚を確かめながら進んでおり、集中力と体幹の安定が連動している様子が伺えた。

・コース設営の際、子ども達に相談すると「鉄棒の後にマットを敷きたい」「ストーンをジグザグに置こう」といった積極的な提案が出された。「これなら跳べるかも」と高さを変えるなど楽しさだけではなく自身の運動能力を見極めながら環境を整える姿に自己決定のプロセスが見て取れた。苦戦する友達に対し、「こうすると良いよ」と教えたり、手を差し伸べる姿が見られた。保育者は成功した瞬間だけではなく「次はこうしてみよう」という試行錯誤の過程を肯定的にとらえ言葉をかけた。これにより、失敗を恐れずに新しい動きに挑戦しようとしていた。



5. 振り返り

<振り返りによって得た先生の気づき>

- ・最初は“マット上を転がる”“平均台を渡る”といった単一の動きだったが巧技台からジャンプしてすぐに鉄棒に向かうなど『複数の動作を滑らかにつなげる動き』が見られるようになり36の基本動作が個別のスキルではなく、遊びの流れで自然に統合されていった。
- ・「次はこうやって跳んでみよう」「後ろ向きで渡ってみよう」と提示されたコースを自分なりに難易度を調整したりルールを変える姿が見られた。保育者が正解を教えるのではなく環境を整えることで子どもたちが自ら課題を見つけ、試行錯誤しながら達成感を味わうプロセスが自己肯定感を育んでいるのだと感じた。