

『新たな時代の保育実践・すべての子どもに向けて』

～心と体を育てる運動遊び～

千葉県君津市立人見保育園

保育士・榎本 衣里子

保育園の概要

定員 150名 現員 148名 職員総数 36名 設立年月日 平成24年4月1日

設置市区町村概要

人口 86553人(H.28.12月現在) 保育所数 12園(公立) 1園(私立)

1 《はじめに》

私たちの保育園がある君津市は、県中央部に位置し、海と山に囲まれた地域である。山側には広大な山林を抱えた農村地域が広がっている。当園は海側に位置し、近くには新日鉄住金等の工業地帯があり、そこで働く保護者も多い。また首都圏から通勤圏内でもあり、都内で働いている保護者も増えてきた。保護者の就労形態も様々でフルタイムで働く母親も多い。近所に住む祖父母の力を借りて子育てしている家庭もあるが、核家族化が進み、朝夕の時間外保育も8割以上の園児が利用し、保育園で過ごす時間が長い。

2 《設定理由》

近年、社会的にみても、子どもたちを取り巻く生活環境の変化は大きく、子どもたちの成長、発達に大きな影響を与えていると言われている。先の生活状況も含め、生まれて間もない頃からの母親の就労、保護者の生活ペースに合わせた夜型の生活リズム、地域との希薄な関係性で家庭の孤立も目立つ。自分の親であっても、子育てには口出しをして欲しくない、という保護者も多くなった。就労形態の変化や核家族化の影響で家庭の養育力も低下してきていると感じられる。

すべての子どもが満たされ生き生きとした生活を送る。その為には、保育園生活の充実と家庭の中で子どもたちが愛されていることを実感できる心の安定が必要ではないかと考えた。

子どもや家庭の姿を思い浮かべた時、ほとんどの子どもが疲れやすく体力がない。全体的に覇気がなく、指示されたことは出来るが、主体的に自分から関わる姿が少なく受身な姿勢がみられ、年齢より幼

い行動が多い。友人の気持ちが押し量れないなどのマイナスな印象が強い。保護者も疲れた感じを受けることが多い。子どもたちが生き生きと過ごすために、保護者にもう少し子どもと楽しく関わって欲しい、子ども達の小さな成長にも喜びを感じて欲しいと願い、日々のボードや、連絡帳、話す機会を設けもするが、うまく伝わらない。

保護者の意識を変えるには、子どもの成長する姿を通して保護者に働きかけることが、伝わりやすいのではないかと考えるようになった。

子どもたちが保育園生活の中で遊びや運動を通し、「自分は出来る」という感覚（有能感）を遊びや運動の成功体験により得て、体力をつけ、体幹を鍛えていくことは、その後の園生活や子どもたちの成長にプラスになると考えた。

子ども同士で育ちあい、心も体ものびのびと成長し、元気いっぱい園生活を送る子どもたち。その姿に触れることにより、親も以前より子どもに積極的に関わり、親としての自信と自覚が芽生え、意欲的に生活を送ることが出来るようになるのではと考え、心と体を育てる運動遊びとして、サブテーマに設定した。

そして、中でも特に体の使い方のぎこちなさが目立ち、体力のなさや覇気のなさが気にかかる子が多い4歳児クラスを対象としていくことにした。

3 《対象クラス》

4歳児 くま組 担任2名

・男児 9名

・女児 20名 (内1名新入園児) 合計29名 (H28.4.1)

<4月当初の様子>

- ・走る姿は足が上がらず、うまく足が運べていない。
- ・バランスが悪くちょっとした段差などで転び、手が出ない。
- ・スタミナがなく何をしてもすぐに「疲れた」と口にしたり、座り込んだりする。
- ・在園児が多く、基本的な生活習慣の自立はほぼ出来ているが、衣類の着脱や食事の援助などを求める子が多く、自分でやってみようとする姿に乏しい。
- ・友だちと遊ぶことは好きだが、自分を通そうとする思いが強く、トラブルが多く遊びが長続きしない。

4 《仮説》

- ・運動遊びを多く経験することで、体幹がしっかりしてきて、運動神経の発達がみられるようになる。
- ・運動遊びを通し出来ることが増え（有能感を感じられる）ることにより、自己肯定感につながり、自分の生活や考え方にも自信が持てるようになり、他者にも優しくなれる。

- ・自分だけでなく、友だちも出来るようにと応援し、友だちを思いやる気持ちが育ってくる。
- ・子どもが生き生きと生活する姿を感じた保護者が、子どもをより肯定的に見るようになる。

5 《取り組み》

※体をたくさん動かす運動遊び（全身運動）の提供

- ・サーキット(走る、跳ぶ、くぐる、ぶら下がる、登る等、全身の色々な動きを取り入れた遊び)を取り入れ様々な体の動かし方をたくさん経験する。
- ・天候に関係なく体を動かせる場を設定する。
- ・月に2回のリズム遊びを行う。(運動遊びの動きと連動させる)
- ・運動や活動の上手な子を発表し、みんなのお手本となってもらうことで、自信をつけるとともに、他児に対しての刺激にもなるようにする。
- ・行事の際、保護者とのふれあいを含めた運動遊びの内容にし、保護者にも体を動かす事の心地よさを伝えていく。
- ・日々の少しの時間でも体を楽しく動かす時間を見つけ取り組む。

※運動遊びの実践記録の記入や掲示

- ・記録を通し気付きや振り返りをする事で、展開している運動遊びや、保育士の関わり方等、新たな課題を見つけていく。
- ・子どもの楽しんでいる様子や、出来るようになったことをホワイトボードへ掲示し、送迎時保護者に伝えるなどして、保護者の興味や関心を引き出す。

6 《まとめと今後の課題》

サーキットを含む運動遊びやリズム遊びを通し、子どもたちは体を動かすことが好きになった。体の使い方が上手になり、体幹がしっかりしてきて、運動能力の向上が感じられる子どもが増えてきた。以前より疲れたと口にすることが減り、もっと遊びたいという気持ちが強くなり、体力がついたことを実感できる。

個々が楽しく取り組んでいたサーキットをリレー形式で行うことで、自分が頑張るとチームが勝てる。みんなで力を合わせると楽しいと感じ、応援することで仲間意識も高まり、友達といることが楽しいと感じる子が多くなったようだ。一人ひとりが体だけでなく心も成長してきたと感じられる。

たくさん動いて自分を表現できる経験が出来ると、静かにして欲しい場面でも集中して話が聞ける、友だちの様子を見守れる、考えることが出来る子どもが多くなったと感じる。体を動かすことで、自分の心の中のモヤモヤも吐き出すことが出来て、静と動のメリハリが付き、活動に意欲的に取り組むことが多くなった。

今回の実践を通し、様々な体の動きをリズムカルに経験した子どもたち。自分の意志で自分の体を自在に動かす事が出来るようになってきた。自分で出来ることが多くなると、自信がつく。自信がついて気持ちが満たされると、新しいことに対する不安にも挑戦していくことが出来る。保育士がその姿を認め、成長を共に喜ぶことで更に自信がついていく様子が見られた。保育園での生活の一つひとつ、それが単発の活動ではなく、お互いに結びついて成長していく。保育は、すべてが繋がっていて、絡み合いながら子どもたちを成長させてくれているということを実感した。運動遊びの経験をたくさん積むことで、子ども達の体と頭が繋がる。体と心が繋がる。そして、子ども同士が繋がっていく。子どもが成長するためにすべてのことが繋がっていると感じた実践でもあった。

保護者に対しても、前向きな子どもの頑張りを伝えることを心掛けると、歩みよりも感じられるようになってきた。子育ての悩みを相談されたり些細な成長を喜び、伝えてきてくれることも増え、保護者との信頼関係を築く足がかりが出来てきたと感じる。

今回の実践で、私たち保育士は子どもの主体性を大切にしながら、新たに子どもに遊びを投げかけることの重要性（保育を創意工夫して展開すること）、子どもの様子を探り、興味を引き出し、誘うタイミングを見極めることの大切さを感じ、保育士として子どもたち一人ひとりの成長に丁寧に向き合うことの使命感を持ち、今後も活発な運動遊びの展開に努めなくてはならないと改めて実感した。