

## ・概要

本園では、体操専門講師の指導の下で、毎週1回体操教室を行っている。各学年（満3歳・年少・年中・年長）年間カリキュラム（資料参照）に沿って基本運動を体験し、子どもたちの「やってみたい」「できるようになりたい」「できた」という心を育んでいくことをねらいとして取り組んできた。

## ・体操教室カリキュラム詳細

木曜日（満3歳児・年少・年中児） 金曜日（年長児）

| 流れ・内容                   | 満3歳（20分）      | 年少（30分）                                                   | 年中（30分）                                           | 年長（40分）                                         |
|-------------------------|---------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
|                         | 準備運動<br>くま歩き  | 準備運動<br>座り方、模倣運動<br>リズムステップ<br>（サイドステップ・音に合わせてリアクションステップ） | 準備運動<br>クマ歩き<br>ステップワーク<br>（スキップ・Sステップ<br>Bステップ）  | 準備運動                                            |
| マット運動                   | でんぐり返し        | 両足ジャンプ・前転                                                 | 前転                                                | 連続前転                                            |
| 跳び箱                     | 跳び乗り降り        | 跳び乗り降り                                                    | 開脚跳び乗り                                            | 開脚跳び                                            |
| 鉄棒運動<br>3月測定<br>（少・中・長） | ぶら下がり         | 跳びあがり<br>抱え込み<br>前回り                                      | 前回り～<br>逆上がり                                      | 逆上がり                                            |
| ★縄運動                    | 大縄跳び          | 握り方、Vジャンプ<br>前回り                                          | 前回り<br>前跳び                                        | 走り跳び<br>前跳び                                     |
| ボール                     | カラーボール<br>的当て | ボールフィーリング<br>中あて                                          | ボールフィーリング<br>（ハンド・フット）<br>キャッチボール<br>中あて<br>ユニホック | キャッチボール<br>ボールフィーリング<br>（フット）<br>ドッジボール<br>サッカー |

## ○運動会に向けての取り組み内容

| 種目 | かけっこ（半周）<br>サーキット<br>（ジグザグ走・ケンパ・跳び箱・マット） | かけっこ（1周）<br>サーキット<br>（ジグザグ走・ケンパ・跳び箱・マット<br>平均台） | 徒競走（1周）<br>スタート練習<br>パラバルーン<br>（家・帽子・プリン・帽子） | リレー<br>組体操<br>（1人・3人・6人<br>・全体種目） |
|----|------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------|
|----|------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------|

## ○ゲーム

体操指導のおわりにゲームを行なうことが、子どもの励みとなっている。また、体操教室で行ったゲームなどを日常でも遊ぶようになり、ゲームを通して友だち同士のコミュニケーション力も育ってきている。

（主なゲーム：おおかみさん今何時？・ポケモンゲーム（中当て）・ドッジボールなど）

## ★「縄運動」の強化活動について

今年度の園内研究のテーマとしても、広い園庭で思いきり身体を動かしながら「元気な子」を育てることをねらいとし、体操教室で行なっている「縄運動」の強化を試みた。体操教室で基礎を学び、日常保育でも、積極的に取り組めた。

学年のレベルに合わせた色別の階級テープを、達成ごと縄に貼っていくことで、子どもの意欲が芽生え、友だち同士で刺激し合いながら練習したり、運動に消極的な子どもが進んで行なうようになった。「どれぐらい進んだか？」を、クラスごと毎月の測定（通称：どんぐりんテスト）で実施。

年度末（3月）には、個人測定（縄運動・鉄棒運動）を行ない、保護者に「個人測定表」を配布した。

《取り組みの様子》

① 体操教室（年中：4歳児）前回り・逆上がり



② 体操教室（年長：5歳児）跳び箱（開脚跳び）/鉄棒（逆上がり）



③ 園内研究「縄運動」（年少：3歳児）



④ 園内研究「縄運動」（年中：4歳児）



⑤ 園内研究「縄運動」(年長:5歳児)



⑥ 園内研究「どんぐりんテスト」の様子



⑦ どんぐりんテスト修了(メダル授与)

「どんぐりんテスト」では、少し緊張気味ですが、みんなに拍手をもらうことで、合格できなくても「次は、がんばろう!」という気持ちが育っていきました。



あいはらようちえん

