

1. 活動のテーマ

<テーマ>

動き 3歳児から5歳児
「挑戦する心と協働性を育む運動あそび」
ー レッカーズによる専門的運動プログラムの導入 ー

<テーマの設定理由>

本園では、子どもたちの「やってみたい」「できた」という気持ちを大切にしながら、心身の健やかな発達を支える取り組みを行っている。
その一環として、専門運動指導を行うレッカーズの講師を月4回招き、3歳児から5歳児を対象に、1クラス30分ずつの運動プログラムを実施している。
幼児期は、基本的な運動能力が著しく発達する時期である。また同時に、ルールを理解し、友だちと協力する社会性も育ち始める重要な時期でもある。
本プログラムでは、設置型（サーキット形式）運動あそびと集団型（ルールのあるあそび）の2つの活動形態を取り入れることで、個々の運動能力の向上、挑戦する意欲の育成、集団の中での自己コントロール、ルール理解と協調性の発達を総合的に育むことを目的とし、本テーマを設定した。

2. 活動スケジュール

本事業は、外部専門指導者（レッカーズ）との継続的連携のもと、年間を通して計画的に実施している。単発的な運動指導ではなく、年間計画→実施→振り返り→改善のサイクルを確立し、組織的に運営している。

頻度：月4回（週1回）

対象：3歳児・4歳児・5歳児

実施時間：各クラス30分

活動構成：あいさつ・導入運動 設置型運動あそび（サーキット）

集団型ルールあそび

まとめ・振り返り

園長、主任、各学年担任およびレッカーズ担当指導員による打ち合わせを実施

- ・各年齢（3・4・5歳児）の発達目標を共有
- ・前年度の課題および成果を分析
- ・年間指導計画（到達目標・重点運動項目）を策定

【年間重点目標例】

3歳児：基本動作の獲得

4歳児：動きの安定と挑戦意欲の向上

5歳児：協応動作とルール理解の深化

指導日当日の振り返り

活動終了後、担任とレッカーズ指導員が短時間のミーティングを実施。

共有内容：

- ・本日の子どもの様子
- ・技術的課題
- ・個別配慮が必要な児への対応
- ・次回への改善点

この即時振り返りにより、指導内容を柔軟に修正している。

月次職員会議での振り返り

月1回の職員会議にて、以下を共有・検討する。

- ・年齢別成長の可視化
- ・意欲や自己肯定感の変化
- ・安全面の検証
- ・保育活動との連動方法

必要に応じて、翌月の活動内容を再調整する。

3. 探究活動の実践

<活動の内容>

(1) 設置型運動あそび

以下の器具を用いたサーキット運動を実施している。

トランポリン

コーン（ジグザグ走・方向転換）

大型ボックス（跳び降り・よじ登り）

ハードル

ボール（投げる・転がす・蹴る）

子どもの姿

- ・トランポリンでは、繰り返し跳ぶ中でバランスを取り、体幹を使う姿が見られた。
- ・大型ボックスからの跳び降りでは、初めは躊躇していた子も、講師の励ましや友だちの様子を見ることで挑戦する姿があった。
- ・ハードルやコーンでは、順番を守りながら集中して取り組む様子が見られた。
- ・ボール活動では、投げる方向を意識したり力加減を調整しようとする姿が見られた。

発達の意義

跳躍力・瞬発力・体幹の強化

空間認知能力の向上

ボディイメージの確立

「できた」という成功体験の積み重ね

(2) 集団型ルールあそび

指導者とともに、ルールのあるあそびを行う。

例：

- ・鬼ごっこ形式
- ・色や指示に反応するゲーム
- ・チーム対抗ゲーム

子どもの姿

- ・講師の話聞き、ルールを理解しようとする姿勢が見られた。
- ・負けた悔しさを経験しながらも、次に向けて気持ちを切り替える姿が見られた。
- ・友だちを応援したり、チームとして動こうとする様子が育ってきている。

[発達の意義]

ルール理解力

自己抑制力

協調性

集団意識の芽生え



4. 振り返り

<振り返りによって得た先生の気づき>

- 専門講師による指導は、普通の保育では取り入れにくい多様な運動環境を提供している。
- 安全に配慮された挑戦の機会は、子どもたちの自己肯定感を高める効果がある。
- 継続的な実施（月4回）により、子どもたちの動きが確実に安定し、成長が可視化されている。
- 運動が得意な子だけでなく、慎重な子も自分のペースで参加できる環境が整っている。
- 日常保育と連動し、園庭あそびや室内活動にも運動要素を取り入れていく。
- 子ども一人ひとりの変化を記録し、保護者へ成長を共有する。
- 運動を通して育まれる「非認知能力（やり抜く力・協調性・挑戦する心）」のさらなる充実を目指す。

レッカーズによる運動プログラムは、単なる体力向上にとどまらず、挑戦する心 協働する力 ルールを守る社会性 自己肯定感を育てる重要な教育的機会となっている。継続的かつ専門的運動指導を通して子どもたちの「すくすく・わくわく」した成長を今後も支えていきたい。