

**テーマ設定の理由**：体を動かして遊ぶことが好きで戸外活動で図書館に行くとスポーツや体に関する絵本や図鑑を借りる姿が見られている。速く走れるようになりたい、強くなりたいなど日々、「大きくなること」に大きな期待や希望をもっている。体について興味関心をさらに深めるため。

## ★活動：すいか組の話し合い

★用意した環境教材：ホワイトボード

★活動のねらい：自分の考えを言葉にして  
友達の思いも知る

★活動内容：園の年長児として1年間過ごしていく中で「どんなお兄さん、お姉さんになりたいか」「どんな力がほしいか」を保育士に問いかけられ、子どもそれぞれが考え、友達に伝える。

★子どもの様子



保育士等の問いかけ（「どんなお兄さん、お姉さんになりたい？」）から、先輩のすいか組が様々な行事に取り組んでいたことを思い出したようで、行事に関する意欲を話していた。

さらに「どんな力がほしい？」と問いかけられると、体に関する希望を話していた。力こぶが欲しい、筋肉が欲しい、押す力が欲しいとそれぞれの目的のため（速く走れるように、腕相撲で勝てるように等）の「力」を挙げていた。翌月の身体測定後、身長比べが始まり、壁を利用して友達の身長を、紙テープで計り体の大きさに興味、関心が広まっていった。

★保育者の振り返りと気づき

・5歳児になり、それぞれの希望が具体的にになっていることに驚いた。日々、様々なことを経験し、様々な感情を味わう中で、「自分もやってみよう」と憧れをもったり、「もっと〇〇してみよう」と自分が成長するために何をしたら良いかを考えたりしている。その思いが子どもたちの心身の成長につながっていたり、頑張ろうとする気持ちの動機になっていたりするのではないかと。今回の子どもたちの希望を基に、体に関する活動を考え、さらなる意欲や興味を育て、今後も楽しんで元気に大きくなっていくことへのきっかけにしていきたい。

## ★活動：腕相撲

★活動内容：腕相撲はどうやったら強くなるかを考えてみる

★用意した環境、教材：なし

★ねらい：友達や担任と腕相撲を楽しみながら体作りに興味、関心を深める



### ★子どもたちの様子

腕の力（筋肉）が必要だから筋肉トレーニングをする

→ご飯をいっぱい食べるという意見があり自分なりに取り組んでおり、給食をおかわりしたり、苦手なものを食べてみようとしたりする姿が増えた。家でやっている筋トレを友達に教えたりしてみんなで「強くなろう」という思いがある。

・勝ったときはものすごくうれしそうな表情を見せ、負けるとしかめ面で悔しがっている。保育者との勝負では負けても「どんどん強くなってもうすぐ負けちゃいそう」と伝えると再び意欲が増している。友達同士でも戦い、強い友達に「どうしてつよいの？」と強くなる方法を聞いたり、腕の太さ（筋肉の量）を比べたりしている。その後、クラスで最強と言われている子と勝負をした友達が勝った姿を見て、「自分も勝てるかも」と意欲を見せていた。

### ★保育者の振り返りと気づき

一人の子が4月から腕相撲にはまっており保育士等が出勤するとすぐに「きょうの腕相撲しよう」と誘ってくれるので毎日続けている。すると周りの他児も興味をもち、腕相撲で遊び始め広がりを見せた。そこから筋肉にも興味がでてきて筋肉がつく方法を調べたり、聞いたりして、実際に取り組み、強くなるために頑張りながら勝ったり負けたりして力だけでなく心も成長している。今後、運動会があるので筋肉という子ども達が興味をもっているワードを使いながら運動遊び等も楽しめるようにしていきたい。また、腕相撲は卒園まで毎日続け、努力が力になることを感じられるようにしていく。

## ★活動：①キンニクマン先生と遊ぶ ②タッチラグビーに挑戦する

★活動のねらい：①自分の知っているスポーツ以外のことを知り、体を動かすことを楽しむ ②体づくりのヒントを得て、考え自分なりに行動しようとする

★用意した環境：外部講師（パーソナルトレーナー兼ボディビルダー、ラグビー年齢別の日本代表候補）・プロジェクター・ペットボトルダンベル等

★活動内容：①ボディビルダーに、子どもの時はどのようなことをしていたか、どのようなことをすれば強い体になるのか等を教えてもらった後、ボディビルダーの身体測定や腕相撲大会、一緒に考えたトレーニングをした。②ウォーミングアップを数種類したり、追いかけてこのようなゲームをしたり、ラグビーボールを使った遊びをしたりした。



### ★子どもたちの様子

- ① 講師の筋肉の大きさに驚き、自分の体と見比べたり、「どうしたらそうなるのか」と興味をもって質問をしたりしていた。遊戯室では、アドバイスを元に自分で考えて鉄棒にぶら下がったり、マットを持ち上げたり等、遊びながらトレーニングを行った。「お腹の筋肉は速く走れるために大事」と聞くと、より一層意欲的に取り組んでいた。後日、遊戯室で遊んだあとの片付けの際も鍛えるためにと、マットを何枚も重ねて運び姿が見られていた。また、食事は何でも食べることに、野菜も体を作るために大事であると教えてもらおうと、早速、給食で野菜をたくさん食べていた。
- ② 体を動かすことが大好きな子どもたちなので喜んで参加する子が多かった。運動会が近く、リレーやかけっこで速く走りたい気持ちが強いので、「速く走るには」という話はより真剣に耳を傾けていた。難しいウォーミングアップに真剣に取り組んだり、1対1の鬼ごっこでは素早く動き出し、追いかけたり逃げたりするを楽しんでいた。

### ★保育者の振り返りと気づき

- ① 講師からは「できないことも諦めずに続けること」「友達と一緒に頑張ること」が大事と話をしてもらった。ただ体を鍛えるのではなく、心と体の両方が元気でいられるようにと今後の子どもたちの人生に大事なことも教えてもらった。身体を動かす楽しさがわかり、自から体を動かす意欲が育ってきていると感じた。
- ② 指導を受ける中でラグビーは友情、思いやり、仲間を敬う気持ち等心身の成長につながる感じた。今のすいか組の子どもたちにとって大切な部分になるので、今後の保育に取り入れて、子どもたちが体を使う遊びの中でそういったところも感じられるようにしていきたい。

## ★活動：国立競技場に行く

★用意した環境 教材：事前に写真や映像を見て、期待を高めた

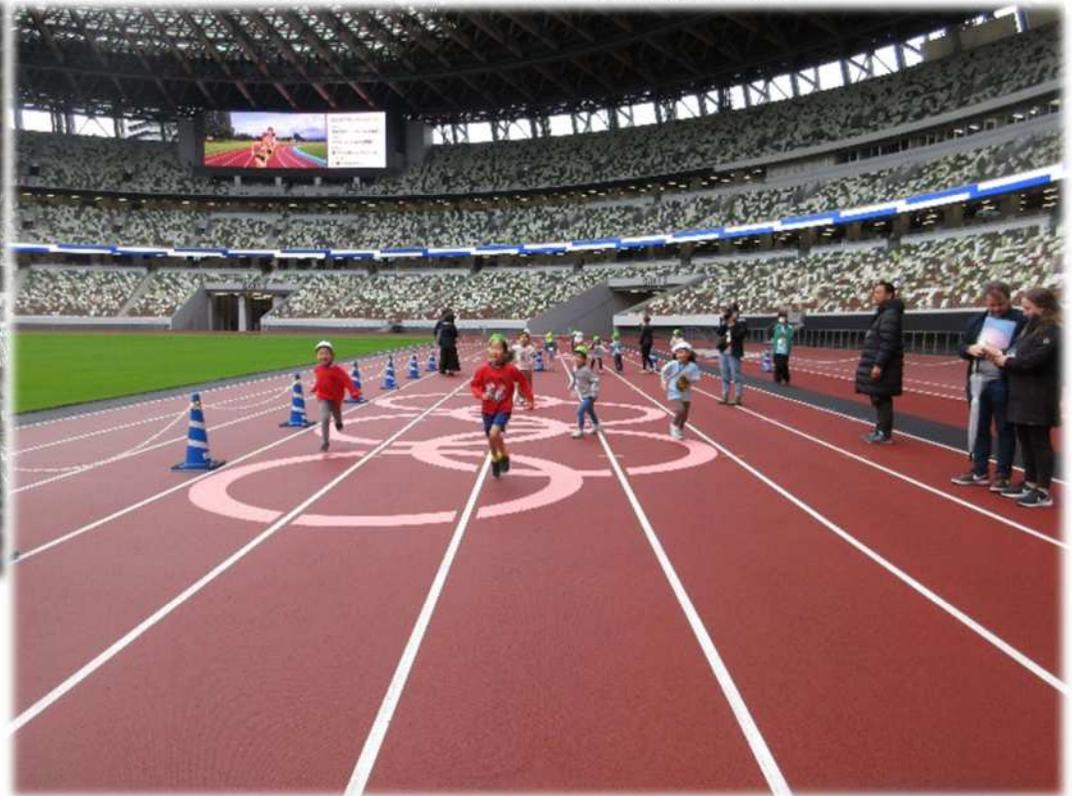
★活動内容：観客席を見学したりフィールドでかけっこをしたりする

★ねらい：競技場での経験を通して、あこがれや自分の未来を想像し、さらに体を動かすことや体づくりの意欲を高める



★子どもたちの様子

競技場の大きさや迫力を感じ「わあ～」と声を出し、初めての場所に目を輝かせて見ていた。フィールドに足を踏み入ると、感動している表情がうかがえ、実際に訪れたことでさらに憧れの場所になったことが分かった。そして自然と体が動き出し、思いのままに走っていた。運動会のかけっこと同じように走ると、表情は真剣になり、まるで競技会が開かれているかのようなようだった。自分も陸上選手と同じような気持ちになっていた。ただ走っているだけでも、楽しくてたまらない様子であった。「また来たい!」「もっと走りたい!」と意欲がさらに高まり、国立競技場で走れたことや表彰台に上がったり観客席に座れたりしたことに大満足であった。園内では園庭に出ると「リレーしよう。」と子ども同士で声をかけあってリレーを楽しむ姿が継続している。家族と一緒にマラソンやサッカーなど他のスポーツもTV等で観戦するなど興味、関心が広がっている。



★保育者の振り返りと気づき

・映像や写真で見ていた場所へ実際に行くことで、わくわくする気持ちが溢れだしたことが伝わってきた。それに伴って関心が広がり意欲がぐっと深まったように感じた。実体験が子どもにとって重要な経験であることを強く感じた。体を動かすことへの意欲や楽しさを子ども自身が感じながら活動に参加できたことがとても良かった。TVなどの映像の記憶と実体験から未来の自分を重ねていた。今後の体づくりへの発想を楽しみにし、それを活かした活動を行っていく。