



1歳児クラス|とうきょうすくわくプログラム 実施レポート(全3回)

自分で選び、試しながら動く中で、関わり方が少しずつ広がっていく。

しおどめ保育園江戸川中央では、乳幼児期の「感じる・試す・関わる」体験を大切にしながら、日々の保育の延長として「とうきょうすくわくプログラム」に取り組んでいます。本レポートでは、1歳児クラスで全3回にわたり実施した活動の様子をご紹介します。

活動のテーマ

からだ遊び(1歳児)

テーマの設定理由

低い段差やマットの山に手をつきながら登ってみようとする姿が見られるようになる。登る中で、両手を広げてバランスを取りながら体勢を立て直そうとする姿があった。自分自身で試行錯誤しながら挑戦する子ども達は、成功すると満足そうに笑ったり、保育者と喜びを共有したりして達成感を味わっている様子であった。満足感から次の意欲に繋がり、人差し指を1本立てて「もう一回」を表現しながら繰り返し体を動かして楽しんでいた。

以上の姿から、子ども達は自分の体を使った挑戦をしており、その成功体験を通して、体の動かし方やバランス感覚を意識的に学んでいると感じた。歩行が安定し始めた子ども達の発達段階に合わせて、多方向への動きを取り入れたさまざまなからだ遊びができる活動を設定した。

活動スケジュール(全3回)

第1回 8月

さまざまな体の動きとバランスを楽しむ。

第2回 10月

動きの幅を広げながら自分の力で進む経験を増やす。

第3回 11月

バランスや調整力を高め、動きの見通しを持つ。

第1回

さまざまな体の動きとバランスを楽しむ。

第1回では、歩行が安定してきた子どもたちが、段差に登ったり両足で跳んでみたりと、バランスを取りながら体を動かす姿が見られました。バランスボードやジャンプ台を用意し、自分なりに動きを試せる活動を行いました。

活動のために準備した素材や道具、環境の設定

・バランスボード ・ジャンプ台

探究活動の実践

2025年8月19日、歩行が安定してきた子ども達は、バランスを取りながら段差や低い台に登ったり、両足を揃えて軽く跳んでみたりする姿が見られ、「どう動けばうまく進めるか」「跳べるかな」と自分で試す意欲が高まっていた。そこで、バランスボードやジャンプ台を用意し、体の揺れや力の入れ方を安全に試せる活動を設定した。



活動中の子供の姿・声、子供同士や保育者との関わり



・バランスボードでは、不安定な足場に対して、最初は保育者の手を借りながら挑戦する。次第に自分自身で両手を広げたり膝を使ったりしてバランスを取ってみようとする姿も見られるようになる。左右に揺れる挑戦や体勢を立て直す感覚に「わあ!」と笑顔で声を上げていた。
・ジャンプ台では、両足を揃えて軽く跳び、着地の安定を確かめる姿が見られた。ジャンプ台から下りる際には、軽く

跳んでみようとするような動きが見られ、保育士と一緒に跳ぶ感覚を応用しながら、少しずつ自分の力で跳ぼうとする意欲が育まれている。

振り返りによって得た先生の気づき

・歩行が安定してきた子どもたちは、揺れや跳ぶ動きを「できる・できない」でとらえるのではなく、自分の体の感覚を確かめながら試すこと自体を楽しんでいることに気が付いた。バランスボードやジャンプ台の不安定さは、怖さよりも、どうしたら安定するかを考えるきっかけとなり、両手を広げる・膝を使うなど自分なりの工夫を引き出すことができたように感じる。

・保育者が側で見守り、必要に応じて手を差し伸べることで子どもたちは安心して挑戦を繰り返し、成功体験を自信に繋げていることが分かった。揺れや跳ぶ経験が次の動きへの意欲へと自然に繋がっていることから、環境が子どもの「やってみたい」を引き出す重要な役割を持っていると改めて感じた。

・バランスボードやジャンプ台での動きを十分に楽しみ、体の揺れや力の入れ方を意識して挑戦する姿が見られている。次回は子どもたちがさらに、自分の力で方向転換をする・潜る・段差を越えるといった多方向の動きにも挑戦できるようなコースを組み合わせた活動へと発展させていきたい。