

0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)

## 第3回

## バランス遊び・傾斜に挑戦する。

第3回では、これまでの活動を踏まえ、バランスを取る、体を安定させる、方向転換するといった、より複雑な動きが経験できる環境へと発展させました。角度や配置を工夫したコースの中で、子どもたちは自ら考えながら進む姿を見せていました。

活動のために準備した素材や道具、環境の設定  
プレイマット、ジョイントマット☆、センサリーマット☆、  
スロープマット☆、ステップマット☆  
(☆マークは新規購入品)

## 探究活動の実践

2025年10月28日、第2回の活動を経て、坂道で踏ん張る力やステップに登る際の支持力が育まれていった。傾斜や高さへの興味がより強く見られたため、第3回ではバランスを取る、体を安定させる、方向転換するなど、より複雑な動きが経験できる環境へと発展させた。坂道の角度を変えたり、段差の配置を工夫したり、組み合わせたコース作りを行うため、スロープマットやステップマットなどを購入し、子ども達が自ら「どう進むのか」を考えながら動けるよう配慮した。



## 活動中の子供の姿・声、子供同士や保育者との関わり



・傾斜の強いスロープでは、両手を前に出してバランスを取りながら一歩ずつ進む姿が増え、降りたり登り切れたりしたときには、喃語で達成感をあらわにしていた。降りるときには、足を探るように慎重に進む見、スピードが出ないように腰を落として進む見など、状況に合わせた体の使い方を考える姿が見られた。

・環境に慣れていく中で、子ども達は段差や坂道を繰り返し行き来し、コースを変えたり遠回りをしたりしながら、自分なりの進み方や楽しみ方を発見する姿が増えていった。足運びがスムーズになるなど、体の使い方が大きく成長したことが感じられる時期となった。

・緩やかな傾斜や段差の移動に慣れ始めた頃にセンサリーマットを配置すると、足裏の感触の変化に気づいて立ち止まる姿や、材質を確かめるように触れる姿が見られた。段差からマットへ降りた瞬間に方向転換する場面も増え、質感の違いが「曲がる・戻る」といった進路変更のきっかけとなっていた。

・方向転換時には一度立ち止まりバランスを整えてから踏み出す姿が多く、保育者を確認して安心する姿や、慣れてくると笑顔で繰り返し行き来する姿も見られた。足裏刺激を通して動きの調整力や空間の捉え方が広がり、自分で進む方向を選ぶ姿が増えていった。



## 振り返りによって得た先生の気づき

・ジョイントマットはスロープ付きで段差が生じにくい環境にすることで、つまずきを防ぎ、歩き出しの不安定な時期の子どもでも安心して動きを整える環境作りに繋がった。

・傾斜の強いスロープでは、両手を前に出してバランスを取ったり、足を探るようにして慎重に進んだりなど、自分の体の不安定さを感じ取りながら動きを選択していることが伺えた。新しい傾斜や段差に慣れたタイミングでセンサリーマットを配置したことで、マットへ移動した瞬間に方向転換する場面も多く、足裏の刺激が進路変更や動きの切り替えのきっかけとなっていることに気づいた。子どもたちは感覚を頼りに止まる・考える・進むという一連の流れを経験しており、自分で動きを調整しながら進む力が育ち始めていることを実感した。

・活動を通して、子ども達は自分なりの体の使い方を工夫しながら挑戦し、友だちの動きを見て模倣したり、自分の動きを調節したりする姿も多く見られた。保育者がすぐに助けて正しい動きを示すのではなく、一緒に考える時間を持つことで、子どもの主体性や挑戦欲が高まり、さまざまな体験が成長に繋がることを実感した。

・活動の連続性を意識することで、体の基礎的な動きからバランスや複雑な動きへの自然な発展が見られ、子ども達の成長段階をより理解できた。今後も、子ども達の興味や発達に合わせて柔軟に環境や声かけを工夫しながら、からだ遊びを継続していきたいと感じた。