

令和7年度とうきょうすくわくプログラム年間スケジュール（活動内容・環境設定等）

	満三歳	年少	年中	年長
テーマ	体・バランス・体幹			
設定理由	教育目標である「根気よく取り組むつよい身体」を主軸とし、頂上の見えない高い所への挑戦や高所でのスムーズな方向転換、足や膝を使い蹴る動作で空中での感覚を感じ心地よさややりたい気持ちを持てるようにしたかった為			
準備物	とんねるクライミング・エアージムスーパーエアートラック・エアージムスーパーエアートラック専用ポンプ、巧技台ぼるだぼード			
4, 5月	<p>○安心して園で過ごす</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保育者や友達と挨拶をする ・保育者に親しみを持って関わる ・園での生活リズムを知る ・自分の好きな遊びを見つける 	<p>○固定遊具の約束・使い方をを知る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ブランコ・各すべり台の順番を守る☑ ・アスレチック・砂場の遊びを進んで行い楽しむ 	<p>○固定遊具の約束を守って遊ぶ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・すべり台 ・トンネルクライミング 	<p>○固定遊具の約束を守って遊ぶ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・すべり台 ・トンネルクライミング
6, 7, 8月	<p>○戸外遊びを楽しむ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全身を使って戸外で遊ぶ ・固定遊具の楽しさを知る 	<p>○森のバランス遊びに参加する</p> <ul style="list-style-type: none"> ・約束や順番を守る ・バランス感覚を身に付ける ・上履き、靴下の着脱を自ら行う ・マットの感触に慣れ親しむ 	<p>○マット・功技台遊びに取り組む</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マットの約束を知り、安全に行う ・準備体操を行ってから、始める ・マットの感触を楽しんで、全身を動かす心地良さを味わう ・柔軟体操の仕方を知る 	<p>○マット・功技台遊びに取り組む</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マットの約束を知り、安全に行う ・準備体操を行ってから、始める ・マットの感触を楽しんで、全身を動かす心地良さを味わう ・柔軟体操の仕方を知る
9, 10月	<p>○体を十分に動かし、運動を楽しむ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・約束を守り安全に取り組む 	<p>○体を十分に動かし、運動を楽しむ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・約束を守り安全に取り組む 	<p>○体を十分に動かし、運動を楽しむ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・約束を守り安全に取り組む ・縄跳び・前回し ・ボール・転がす、投げる、受けとる、ボール送り 	<p>○体を十分に動かして遊び、心地良さを味わう</p> <p>(サッカー・うんてい・鉄棒・トンネルクライミング)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ルール遊び方を知る
11, 12月	<p>○運動遊びを楽しむ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・縄跳び、鉄棒、ボール、トンネルクライミング ・目標に向けて意欲を持ち行う ・体を動かす気持ちよさを味わい運動能力を高める 	<p>○運動遊びを楽しむ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・縄跳び、鉄棒、ボール、トンネルクライミング ・目標に向けて意欲を持ち行う ・体を動かす気持ちよさを味わい運動能力を高める 	<p>○運動遊びを楽しむ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・縄跳び、鉄棒、ボール、トンネルクライミング ・目標に向けて意欲を持ち行う ・体を動かす気持ちよさを味わい運動能力を高める 	<p>○戸外ではたくさん体を動かし、心地良さを味わいながら遊びを楽しむ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鉄棒・うんてい・サッカー・なわとび・トンネルクライミングなど
1, 2, 3月	<p>○マット遊びを知り、動きを楽しむ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マットの感触に親しむ ・上靴・靴下と一緒に脱ぎ、揃える ・約束を知り、順番に並んで待ち行う ・平均台をバランスよく渡る 	<p>○マット遊びを知り、動きを楽しむ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マットの感触に親しむ ・上靴・靴下と一緒に脱ぎ、揃える ・約束を知り、順番に並んで待ち行う ・平均台をバランスよく渡る 	<p>○マット運動に意欲的に取り組む</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ストレッチをし柔軟性を高める ・手で身体を支える力を身に付ける ・熊歩き・蛙跳び 	<p>○マット運動に意欲的に取り組む</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ストレッチをし柔軟性を高める ・手で身体を支える力を身に付ける ・熊歩き・蛙跳び
反省 考察	<p>トンネルクライミングとぼるだぼードは、高さから倦厭してしまう子がほとんどであった為、クラスでの活動時間を多く設けたのが良かった。トランポリンは跳ねる行為が楽しいようでいつ取り組んでも笑顔でチャレンジする様子が見られ、最初はよろけることも多かったが今では何回もまっすぐに跳べるようになった。</p>	<p>トンネルクライミングとぼるだぼードは高さから倦厭してしまう子がほとんどであった為、クラスでの活動時間を多く設けたところ、徐々に克服し最終的には苦戦しながらも果敢にチャレンジする姿が見られた。トランポリンは走ったり跳んだりとしながらも、巧技台を含めたバランス遊びを取り入れたところよろける子が少なくなったので、次年度も積極的に取り入れることを検討する。</p>	<p>戸外にあるトンネルクライミングは、年中に一年を通して好評で出来ないと嘆いていた子も、徐々にコツをつかみ最終的には乗り越えられるようになった。トンネルは跳び箱の導入としても大活躍し、お尻を上げる感覚がだいたい身に付いたように見受けられた。年長でも継続して取り組んでいけたら、より身体の使い方への理解を深まるのではないかと考える。</p>	<p>戸外にあるトンネルクライミングは、朝帰りの自由遊びに物珍しさから最初はチャレンジしたものの、刺激が物足りなかったようで2学期になるとほぼやる子はなかった。ぼるだぼードとトランポリンは他の学年と同様好評で、継続してやりたいという声が多く聞かれた。身体の使い方も徐々に上手になり手足がしっかり使えるようになった印象である。</p>