

保育内容「健康」とからだづくりに関する一考察
— 「遊び」を中心とした幼稚園・保育園の実際の活動と変容に着目して—

A Study of Body Making and Childcare Content “Health” :
Focusing on the Practical “Play” Activities and the Change in the Kindergarten
and the Nursery School.

村田 健治* 中尾 繁樹**
Kenji MURATA Shigeki NAKAO

抄 録

本稿では子どもの生活や遊びと保育内容「健康」との関連やつながりについて、遊びを通して総合的に指導し、援助している保育園、幼稚園の実践例を取り上げ、現在の子どもたちに必要なからだづくりの捉え直しをおこなった。そして保育、幼児教育の場において、実態把握を的確に行ったうえで、保育内容 領域「健康」の内容に対応した遊びやからだづくりを中心に実践することで①子どもたちが主体的に「遊ぶ」ということに対して意欲が出てきた。②体を支持する力がつき、姿勢全般がよくなってきた。ボディイメージが発達することによって、衝突や転倒等の怪我が徐々に減少傾向にある。③教師が変わってくると、子どもも活動に対して、より意欲的になる。等の知見、効果が得られた。

I はじめに

最近の子どもたちの保育園、幼稚園等での様子を見ると「足腰が弱く、少し歩いてもしんどいと言って座り込んでしまう。」「生活の中で、保育士の指示を受けて行動することが多く、生活の見通しがもてていない。」「はじめてすることや、自信のないことは、やろうとしない。」「じっくり集中して遊べない。」「大きい声やきつい口調で相手に言ったり、手を出したり相手に攻撃的な態度をとる。」「常に体のどこかが動いていて集中できない。」「自分のことは、聴いてほしいが、自分のことで精一杯で、優しい気持ちを持ちにくい。」「歩く経験が少ない。」「逆さになることを怖がる。」「体の柔軟性がない。」「踏ん張る力が弱く、体をしっかりと支えることができない。」などの実態から心と体の両面から自信をもって行動することができにくい、多様な動きの経験が不足しているなど課題が浮き彫りになってきた。

そこで、しなやかな心と体を育むために子どもが楽しみながら多様な感覚運動体験ができる環境

* 関西国際大学大学院人間行動学研究科臨床教育学専攻

** 関西国際大学教育学部 教育総合研究所学内研究員

をつくり、体をしっかりと動かす経験を積み重ねていくことができるようにしていきたいと考える保育園、幼稚園等が増えてきた。保育士や教師が意図的に、様々な体づくり運動を保育に取り入れることで、子どもたちが心を開放したり、挑戦する意欲を持ったりし、達成感や満足感などを味わわせることができる。これらの課題を解決したり、達成したりするためには、保育内容 領域「健康」を中心に据えた教育・保育課程の編成が重要になってくる。保育内容のすべての領域は必要であるが、なかでも「健康」は、他の領域と比べると比較的馴染みが深く、取り組みやすい。その内容も理解しやすいということもあるが、「生きる力」の基礎を乳幼児期に育み培っていく中においては、とりわけ重視しなければならない内容であり領域であるといえる。

「健康」は、乳幼児期からすべての年代に必要な領域で、生きていく基盤になっていくと考えられる。「三つ子の魂百まで」という諺があるが、乳幼児期に獲得し、培われた健康に生活するために必要な基本的な習慣、技能などは、その後も生涯に渡り大きな影響を及ぼすと考えられるからである。これらは、脳の学習によって獲得してきた運動の発達と、母親との関係で獲得してきたコミュニケーションの能力が老いるまで継続していることによる。人間の脳の発達を考えたときにこの乳幼児期に急激に発達し、5歳児には成人脳の80%近くの神経系の発達が完成すると言われている。

II 研究の目的

本研究の目的は、子どもの生活と遊びとの関連やつながりを考えた保育内容 領域「健康」の保育・教育課程を中心に据えた保育園、幼稚園等の実践内容を比較検討することで、しなやかな心と体を育むために、総合的な遊びや生活の中で支援や環境構成を工夫し、どのような子どもの変容があったかを探っていききたい。また保育園、幼稚園等の保育、幼児教育の場における幼児の生活と遊びについて、体づくりプログラムや食育の場面に着目し、保育内容 領域「健康」との相互の関連やつながりを捉えて整理、分析してその結びつきを明らかにし、考察を加えることである。

III 保育内容 領域「健康」について

保育所保育指針1)と、幼稚園教育要領2)また幼保連携型認定こども園教育・保育要領3)においては、共通して3歳以上の幼児に育つことが期待される心情、意欲、態度などの「ねらい」と、そのねらいを達成するために幼児が身に付けていくことが望まれるものを「内容」としている。そして、「ねらい」と「内容」を幼児の発達の側面からまとめて5領域(健康・人間関係・言葉・環境・表現)として示している。

1. 保育内容 領域「健康」

保育内容の5領域の1つである領域「健康」は、「心身の健康に関する領域」とされている。健康とは「健康な心と体を育て、自ら健康で安全な生活をつくり出す力を養う。」としている。そして具体的な「ねらい」は以下の3つである。

- (1) 明るく伸び伸びと行動し、充実感を味わう。
- (2) 自分の体を十分に動かし、進んで運動しようとする。
- (3) 健康、安全な生活に必要な習慣や態度を身に付ける。

また、「内容」については、同じく3歳以上の幼児については共通として、以下の10の内容を挙げている。

- (1) 先生や友達と触れ合い安定感をもって行動する。
- (2) いろいろな遊びの中で十分に身体を動かす。
- (3) 進んで戸外で遊ぶ。
- (4) 様々な活動に親しみ楽しんで取り組む。
- (5) 先生や友達と食べることを楽しみ、食べ物への興味や関心を持つ。
- (6) 健康な生活のリズムを身に付ける。
- (7) 身の回りを清潔にし、衣服の着脱、食事、排泄などの生活に必要な活動を自分でする。
- (8) 幼稚園における生活の仕方を知り、自分たちで生活の場を整えながら見通しをもって行動する。
- (9) 自分の健康に関心を持ち、病気の予防などに必要な活動を進んで行う。
- (10) 危険な場所、危険な遊び方、災害時などの行動の仕方が分かり気を付けて行動する。

保育指針では、上に挙げた3歳以上の幼児以外の年齢の子どもたちについては、「乳児保育に関するねらい及び内容」と、「1歳以上3歳未満児の保育に係わるねらい及び内容」の2つに分けて、それぞれねらいを年齢に合わせて示している。また幼保連携型認定こども園教育・保育要領においても、保育指針と同様に1歳未満と1歳以上3歳未満の2つに分けて示し、それぞれの区分において、ねらい及び内容も保育所保育指針と全く同じ扱いに統一されている。

平成29年3月に告示された保育所保育指針と幼稚園教育要領、そして幼保連携型認定こども園教育・保育要領によって、保育所と幼稚園、そして幼保連携型認定こども園において全ての園の保育内容が同じものに統一されて、全ての園に通う幼児が受ける保育、幼児教育の内容が共通のものとなったといえる。

IV 保育園、幼稚園での「健康」を中心に据えた実践から

1, 島根県T幼稚園の実践から（筆者が共同研究及び指導助言として発表した「まつえ『子ども夢☆未来』プロジェクト事業学習基盤としての『かしこい体』づくり推進モデル校」資料より抜粋）

(1) 保育内容領域「健康」における保育実践を通じた実態と変容の把握

子供の実態把握（日々の保育を通しての観察、ポートフォリオの活用、幼児期運動能力テスト、眼球検査、教員間での情報共有など）、教職員の観察による変容の検証子どもを捉える視点について共通理解（研究職員会議、子どもを語る会、個に応じた支援など）をし、保育実践を通しての実

「なぜ子ども達が腰を落としにくいのか？なぜ中間位を保持できないのか？」等の疑問に退位して足腰の強さ以前に、足の開き方、つま先の向きに問題があるということを知り、N教授から指導を受けた。さらに、口頭だけでなく子供たちにわかりやすいように視覚化する必要も指摘され、以下のような子どもたちにわかりやすい教材も作成した。



図2 四股を踏むときの足の形

②教師の気付き

中間位の姿勢を保持するためには、子どもの足腰、踏ん張る力の強さや弱さだけでなく、教師の指導方法にこそ、ポイントがあることに気付き、何となく体操をするのではなく、子どもの実態から、どんなことを経験させたいのか、経験させるためには、どんなポイントをおさえるとよいのかを考えることの大切さを感じることができた。そのために『おすもうさん体操』には、どんなポイントがあるのかを探り、以下図3のように捉え直すことにした。

	<ul style="list-style-type: none"> ・体の真ん中（軸）を意識 ・肘や指が伸びているか 		<ul style="list-style-type: none"> ・つま先の向き ・体の真ん中（軸）を意識 ・肘や指が伸びているか ・足の指に力を入れて
	<ul style="list-style-type: none"> ・手は肩よりも上に ・指先への意識（目線） ・つま先の向き 		<ul style="list-style-type: none"> ・位置の変化 ・力加減 ・つま先の向き
	<ul style="list-style-type: none"> ・正中線を越えて ・上半身をひねる ・指先への意識（目線） 		<ul style="list-style-type: none"> ・足の裏全体で、床を押すように ・力強く
	<ul style="list-style-type: none"> ・手と足の協調運動 ・指先への意識（目線） 		<ul style="list-style-type: none"> ・バランス ・重心の移動 ・足の指に力を入れて
 	<ul style="list-style-type: none"> ・つま先の向き ・正中線を越えて 		<ul style="list-style-type: none"> ・つま先の向き ・手が下がらないように ・指先への意識（目線）

図3 お相撲さん体操（まつえ「子ども夢☆未来」プロジェクト事業学習基盤としての『かしこい体』づくり推進モデル校発表資料より抜粋）

③教師の言葉かけの変化

教師が子供の体のイメージの発達に気づいた段階で以下のように言葉かけの変化がうかがえた。

Before	After
(中間位の姿勢をとるために) ・足を開いて、腰を落とす	・足を肩よりも少し開く ・足の親指の向きは真っ直ぐや横じゃなくて、斜めを向ける お尻を下げる
・手をしっかりと上げる	・肩よりも高くあげる
・手をしっかりと伸ばす	・肘を伸ばして、指先までピンとなるように ・指の先をしっかりと見て
・しっかりと(四股)踏んで	・モモを高く上げて、足の裏全部で床を踏んで
・(片足で)バランスを崩さないように	・足の親指にしっかりと力を入れて

④教師群の考察から

動きの要素を分析したことで、踏ん張る力以外にもたくさんの動きと指導のポイントがあることに気付いた。その気付きから、子どもへの言葉かけやほめ方がより具体的になっていった。また、うまくいかない動き、経験させたいことの焦点化を図ることができるようになった。それに伴い、子どもの姿も変わっていった。例えば、子供同士で「(手の)指を見るんだよ」、「足の指で…」などと声をかけ合ったり、友達の姿を見て真似ようとしていたりして、より主体的に取り組んでいこうとする姿が見られるようになった。子どもに経験させたいことを、どうしたら楽しみながら味わうことができるのかは、教師が子どもの実態をしっかりと捉えながら、教材としっかりと向き合い、ポイントを把握した上での言葉かけや指導が大切であることを実感した。

(3) 事例2：八幡宮(園外保育)で遊びの様子から

T幼稚園のすぐそばにある八幡宮での園外保育の実践から「環境」と「健康」を主題においた取り組みを行った。木々に囲まれた長い石段があったり、春にはタケノコが掘れたり、鳥の鳴き声が聞こえたり、花の香りがしたりと、魅力いっぱいの環境のなかで、どのような感覚運動体験ができるのかを捉え直した。<◎活動の様子 ◇子どもの姿 □体験できる感覚としてまとめた>

①具体的活動

◎石段をのぼる、おりる。

(登っている様子から) ◇一気にのぼる ◇ゆっくり一段ずつあがる ◇休み休みあがる

(登りきった後) ◇荒い息、座り込む ◇走って転ぶ ◇足がふらふら

(おりる様子から) ◇リズムカルにおりる ◇ゆっくり一段ずつおりる

□バランス、リズム、同時収縮他 ⇒ 固有感覚、前庭感覚他の感覚の統合の促進

◎平坦ではない変化に富んだところ（段差、泥、コケ、木の根）を歩く。

◇躓かないように、転ばないように歩く

□バランス、タイミング、同時収縮他 ⇒ 固有感覚、前庭感覚他の感覚の統合の促進

◎石垣の跳び降り、よじ登り。

◇勢いよく跳ぶ ◇恐る恐る跳ぶ ◇跳べる高さを選ぶ ◇少しずつ跳ぶ高さを変える

◇友達の様子を見る ◇上手く着地する ◇尻もちをつく ◇登れそうな所を登る

◇手足の指先に力を込めてよじ登る

□バランス、タイミング、同時収縮、目と手足の協調他 ⇒ 視覚、固有感覚、前庭感覚他の感覚の統合の促進

◎タケノコを見つける、掘る

◇手で掘る ◇棒で周りを掘る ◇足を添え ◇体重をかけて倒す

◇根元を強くキックする ◇折れた時の音や匂いを感じる

□踏ん張る、力を込めて押す、指先の力、瞬発力、触覚、聴覚、嗅覚他 ⇒ 視覚、触覚、固有感覚、前庭感覚他の感覚の統合の促進

◎椿の花に笹を通す◎ウグイスの声を聞く◎バショウフ、ヤブレガサ◎皮をむく、食べる

◇花の匂いを嗅ぐ ◇穴を確認しながら通す

□指先の力、空間認知、嗅覚、視覚、触覚、聴覚、味覚等々すべての感覚の統合の促進

②教師群の考察から

これまで、何気なく園外保育で出かけていた場所であるが、その活動の中で、子ども達がどのような感覚を体験しているのかを捉え直してみた。この活動の中で、子ども達はいろいろなものに出会い、興味を抱き、それぞれに「こうしてみたい」、「やってみよう」という思いをもって遊んでいた。そうした願いや主体的な思いをもって遊びながら、喜び、自信、充実感、満足感を得たのではないだろうか。そして、その過程で、五感（視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚）及び、バランス、タイミング、リズムといった感覚（固有感覚、前庭感覚）はもとより、自然の心地や楽しみを得ることができたと考える。何気ない活動の中でも、教師の視点を少し変えるだけで、たくさん気付きにつながり、そして、それが個々に応じた援助につながっていくと感じた。

（４）事例３：環境の工夫（ミニハデ）について

職員の話し合いから、今の子ども達にもハデ（稲ハデ）で遊ぶ経験をさせたい、その中でいろいろな動きを経験することができるだろうと考え、保護者と一緒にミニハデを園庭に作成した。新しい遊具との出会いを大切にしたい、子どもから出る発想（動き）を大切にしたいという願いを教員間で共通理解してから、教師は「どんな遊びができるかな？」と、あえて“登る”や“ぶら下がる”などという言葉を使わずに、子ども達がこのミニハデとどのようにかかわるのかを見ることにした。

① 子どもの動き

教師の予想を越える以下のような様々な動きが出てきた。

・這う（1人から複数へ）・平均台のように歩く・高いところを歩く（写真1）・竹を渡して寝転ぶ・みんなで座る・竹にぶら下がる（手、脇）・高いところでぶら下がる・逆さになる（写真2）・逆さまでぶら下がる・足抜きまわりをする・竹のしなりでジャンプする・飛び降りる（写真3）・両手両足で支える・竹を登る 他

これらの動きに含まれる感覚運動体験として以下のようなものが含まれ、獲得できる。

・ボディーイメージ・バランス感覚・軸の意識・空間認知・引き締める・指先、つま先の力・足底への刺激・危険回避・協調運動・重心の移動・固有感覚・運動企画



(写真1)



(写真2)



(写真3)

②教師群の考察から

遊具との出合せ方を工夫したことは、効果があったように思う。“子どもは遊びの天才”であり、大人の発想を軽く飛び越えていく。その発想を認め、ほめることで、自信をもち、次の活動への意欲につながると考える。

上記にあげた遊びの様子だけでも、様々な動きが含まれていた。ただ昇り降りするだけでも、バランスやボディーイメージ、空間認知はもちろんのこと、手で引き上げる力、足でけり上げる力などの感覚も養われているように思う。そのような多様な動きが生み出される背景には、これまでの積み重ねがあったからこそではないかと考えている。また、ミニハデの遊びの中で、友達とのかかわりから、運動面だけでなく、認知面、情意面、社会性の育ちも期待することができると思う。

(5) T幼稚園の取り組みの結果から

領域「健康」に関する取り組みを通して、以下の結果が得られた。

①子どもたちが主体的に「遊ぶ」ということに対して意欲が出てきた。また、体を動かす楽しさをしり、積極的に保育に参加するようになってきた。

②体を支持する力がつき、姿勢全般がよくなってきた。ボディイメージが発達（図4）することによって、幼少連携の取り組みを行っているため、継続して体づくりを小学校で行っているため、衝突や転倒等の怪我が徐々に減少傾向（図5, 6）にある。

③「子どもが“自ら楽しんで”取り組むことができるように」「子どもが遊びや生活の中で、多様な感覚体験を味わえるように」、教師の言葉がけや支援の在り方と園内の環境の工夫をすることが大切である。

④教師の言葉がけや支援の方法が変わってくると、子どもが達成感や満足感をより味わうことができる。教師が変わってくると、子どもも活動に対して、より意欲的になる。そのような子どもの変化を見ると、教師もさらに楽しくなり、言葉がけや支援の方法がさらに変わってくるという相乗効果が期待できる。

⑤目の前にいる子ども一人一人がどのようなことに困っているのか、子ども達にとってどんなことが必要なのかを、子どもの実態をしっかりと把握した上で、指導内容を考えることが教師の役割である。

⑥子どもの実態を捉える上で、客観的な指標も大切であるが、教師の子どもを見る目、教材への向かい方、活動の捉え方に大きな変化があり、年齢や経験年数の様々な職員間で、子どもの姿や活動について、気兼ねなく話し合うことができる雰囲気も大切である。

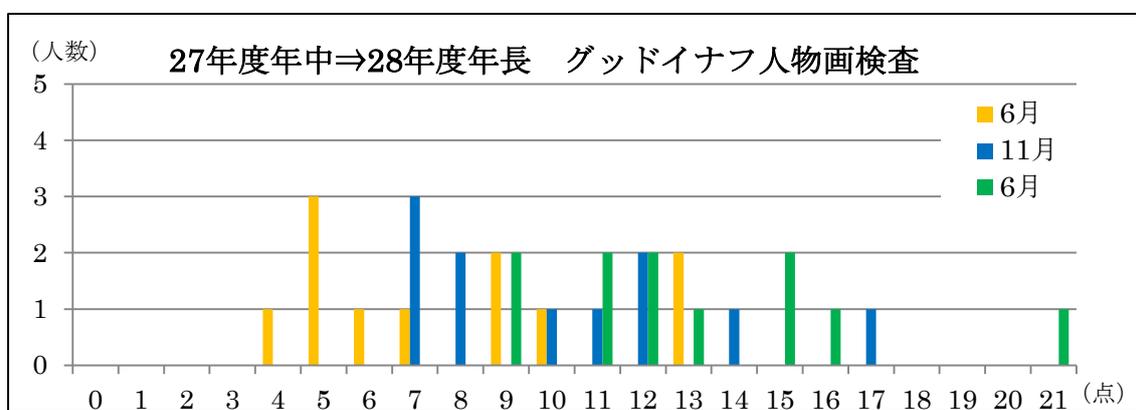


図4 グッドイナフ人物画検査の結果（まっえ「子ども夢☆未来」プロジェクト事業学習基盤としての『かしこい体』づくり推進モデル校発表資料より抜粋）



図5, 6 怪我の発生件数（まっえ「子ども夢☆未来」プロジェクト事業学習基盤としての『かしこい体』づくり推進モデル校発表資料より抜粋）

2. 大阪府〇保育園の実践から

乳児クラスの保育士は、乳児保育についての研修を受け育児担当制の保育を充実させるために、日課の見直しをし、育児の手順、援助の仕方、言葉かけ、年齢発達などを確認し、保育内容領域「健康」の遊びを中心に年間の計画を立てて実践した。日課として毎日同じコースを散歩に行き、からだ作り、探索（気づき）を大切にしながら保育に取り組んできた。幼児クラスの保育士は、各年齢のあそび計画をたて、毎日散歩の中でどんな力を子どもたちに育てたいのかを明白にしながら、子どものからだ育てとこころ育てを柱にして日課を組みなおし、毎日散歩・毎日体操に取り組んできた。乳幼児とも1対1のふれあい遊びやわらべうた遊びを毎日続けてきた。人とほっこりした関係づくりや、保育士との信頼関係をつけ、アタッチメントの形成を大切にしながら保育実践を行った。

(1) からだ育ての取り組み

①毎日散歩のねらい

- ・自分のからだを十分動かし進んで運動する。(からだを育てる)
- ・毎日同じ日課で過ごすことと同じ道順で散歩に行くことで見通しをもつ。
- ・自然を感じる。(空・雲・気温・風・木・木の葉・花・草・におい・音)
- ・自然を楽しむ。(虫・草(食べられる草を知る)・木の実)

②毎日体操のねらい

- ・大人の指示を聞き、からだをコントロールすることを目標に上肢、下肢、体幹の部位を意識した動きをする。
- ・全身を使って遊ぶ。(集団遊び・思いっきり走る)

(2) 3歳児の取り組みから

①4月の様子

クラス全体としては、友だちに対して言葉よりも先に手が出たり言い方がきつくなってしまったりする姿もみられた。特にAちゃんは、環境の変化に戸惑い思いを上手く言葉で表現できず、2歳児の後半には見られなくなっていた嘔みつきや友だちと上手く関われずトラブルがあり、大きな声を発するという姿が見られた。話を聞くことが苦手な語彙数も少なかった。

②こころ育ての取り組み

5月の中旬まで2歳児からの日課を殆ど変えずに生活やあそびを進めていき、2歳児に引き続き毎日、「おはよう」と「おやすみ」の抱きしめをしてきた。さらに、ふれあい遊びやわらべうた遊びを毎日行い、大人との信頼関係作りを意識してきた。生活の中で経験してきたことをテーマにして、あそび環境を整えた。サークルタイムなどの時間に毎日絵本の読み聞かせをしたり、子どもを膝に乗せて抱っこをしたり、一対一での絵本の読み聞かせも取り入れてきた。

③子どもの変化

子どもたちは環境の変化には戸惑いながらも、2歳児の日課を継続してきたので大きな混乱はな

く次に何をするのかなど見通しを持って生活できた。ふれあい遊びやわらべうた遊びをする中では、日に日に表情が柔らかくなり、少しずつ友だちにも目が向くようになってきた。また遊びの面でもテーブルを運び、コック帽とエプロンをつけてレストランごっこをはじめると、自分たちで使う物を用意し、遊び始めるようになった。その中で店員と客のやりとりなど会話を楽しむ姿も多くみられるようになってきた。特にAちゃんは、毎日の抱きしめで触れ合うことにより安心感や大切にされていると感じ、手伝って欲しい時など「手伝って」と素直に言葉で伝えてくれるようになった。そして、絵本の世界を楽しみ、そのことが語彙の獲得や少しずつ話を聞く力にもつながってきた。

④からだ育て＜毎日散歩の取り組み＞

毎日同じコースを一定時間歩くことで、足腰を鍛え健康へのはたらきを促してきた。四季の移り変わりを感じながら、保育所にはない花や樹木、空の色や雲の変化に気づき、五感で自然を感じられるようにしてきた。あいさつや地域の人とおしゃべり、動物との触れ合いなどつながりを大切にしながら取り組んできた。

⑤子どもの変化

2歳児の頃は、四季の変化など大人の働きかけに子どもたちが気づくことが多かったが、最近では子どもたちの方から気づいたことを教えてくれたり、保育所に帰ってから友だちと一緒に図鑑で調べたりする姿が見られるようになってきた。また、Aちゃんを含め保育所以外で自分たちの周りのことを知ることができ「ここは〇〇ちゃんのおうちやで」など子どもたちの社会が少しずつ広がってきている。そして、毎日続けてきたことで地域の方から声をかけていただくことが多くなってきた。

⑥からだ育て＜毎日体操の取り組み＞

子どもたちの動きたい欲求を満たし、大人の指示を聞いてからだをコントロールできることを目標に上肢、下肢、体幹のそれぞれの部位を意識した動きを取り入れてきた。子どもたちがイメージしやすいように、遊戯的なものを取り入れながらわかりやすい動きにした。

⑦子どもの変化

体操の中で動きたい欲求を満たすことで、室内遊びでも落ち着いて好きなあそびを見つけてあそぶようになってきた。また、なかなか話が聞けなかったAちゃんも楽しいことだから話を聞こうとする姿が見られるようになり、大人がそばについていなくても自分で話を聞こうとする姿が少しずつみられるようになってきた。

⑧お母さんからの声

足腰が強くなって走っても転ぶことが少なくなっている。程よく疲れるようで、去年よりも早く眠気がくるようになり朝も早く起きられるようになった。散歩に行くようになり、見た物感じたことをいろいろ話してくれるようになり、知識も豊かになり感心している。昨日出かける用事があり、何度も言い聞かせお利口にしていてくれた。褒めてあげ、ぎゅっと抱きしめてあげると喜んでいて、出掛けた時に「抱っこ・抱っこ」と言わなくなり、よく歩くようになった。

(3) 考察

結果とし、9:00までの登所を呼びかけることで、基本的な生活リズムが身についてきた。子ども自身が、毎日同じ日課で同じ活動をすることで主体的になり、子どもの気持ちに安心感がもててきた。さらに足腰が強くなり、転んだりすることが少なくなり散歩に行くことを楽しんでいる。毎日同じ所に散歩に行くことで近所の人たちとの交流ができ、あいさつや会話を楽しめるようになった。このような結果から「健康」を中心に年間計画を立てることで、子どもの生活リズムがよくなり、主体的な活動が増えることで、体力が付き、怪我が減ったり、インフルエンザや風邪の罹患率が減ったりするなどの副次的効果が得られた。保育内容 領域「健康」の3つねらいが達成できたと考える。

V 総合考察

保育内容領域「健康」の内容の取扱いとして以下のことが示されている。

1. 心と体の健康は、相互に密接な関連があるものであることを踏まえ、幼児が教師や他の幼児との温かい触れ合いの中で自己の存在感や充実感を味わうことなどを基盤として、しなやかな心と体の発達を促すこと。特に、十分に体を動かす気持ちよさを体験し、自ら体を動かそうとする意欲が育つようにすること。
2. 様々な遊びの中で、幼児が興味や関心、能力に応じて全身を使って活動することにより、体を動かす楽しさを味わい、安全についての構えを身に付け、自分の体を大切にしようとする気持ちが育つようにすること。
3. 自然の中で伸び伸びと体を動かして遊ぶことにより、体の諸機能の発達が促されることに留意し、幼児の興味や関心が戸外にも向くようにすること。その際、幼児の動線に配慮した園庭や遊具の配置などを工夫すること。
4. 健康な心と体を育てるためには食育を通じた望ましい食習慣の形成が大切であることを踏まえ、幼児の食生活の実情に配慮し、和やかな雰囲気の中で教師や他の幼児と食べる喜びや楽しさを味わったり、様々な食べ物への興味や関心をもったりするなどし、進んで食べようとする気持ちが育つようにすること。
5. 基本的な生活習慣の形成に当たっては、家庭での生活経験に配慮し、幼児の自立心を育て、幼児が他の幼児とかかわりながら主体的な活動を展開する中で、生活に必要な習慣を身に付けるようにすること

事例であげた2園の取り組みは1～5（紹介しなかったが、両園とも食育にも熱心に取り組んでいる。）すべての要素を満たしている。保育内容 領域「健康」の内容に対応した遊びやからだづくりについて具体的にどのような遊びが考えられるのかは、子どもの的確な実態把握の上に成り立っている。特に両園の事例を総合的にみると子どもの実態把握が的確に、客観的に行われたうえで、園の置かれた立地と環境をうまく使っていることがうかがえる。両園とも①子どもたちが主体的に

「遊ぶ」ということに対して意欲が出てきた。また、体を動かす楽しさをしり、積極的に保育に参加するようになってきた。②体を支持する力がつき、姿勢全般がよくなってきた。ボディイメージが発達することによって、衝突や転倒等の怪我が徐々に減少傾向にある。③教師が変わってくると、子どもも活動に対して、より意欲的になる。そのような子どもの変化を見ると、教師もさらに楽しくなり、言葉かけや支援の方法がさらに変わってくるという相乗効果が期待できる。⑤子どもの実態をしっかりと把握した上で、指導内容を考えることが教師の役割である。⑥子どもの実態を捉えると教材への向かい方、活動の捉え方に大きな変化があり、年齢や経験年数の様々な職員間で、子どもの姿や活動について共有できる。

これらを実践効果としてあげるために2園の事例から指導者の意識の改革と研修が必要になってくる。つまり領域「健康」について、その内容に関連し繋がりを持つ遊びは、各園における保育、教育の場において子どもの実態に合った内容が日々工夫され、そして日々新しく生まれているともいえる。遊びは、極めて創造的な行為であり、保育者と子どもたちが相互に関連しあって創り出す活動である。乳幼児期の子どもの成長発達の特徴を理解し、実際の保育、教育活動は遊びを通して総合的に展開されていくことが大切になる。つまり遊びを通しての年間の指導計画及び支援内容が総合的になされることが実践を行ううえでとても重要になってくる。

引用参考文献

- 1) 厚生労働省 編「保育所保育指針」フレーベル館 2017
- 2) 文部科学省 編「幼稚園教育要領」フレーベル館 2017
- 3) 内閣府 文部科学省厚生労働省 編「幼保連携型認定こども園 教育・保育要領」フレーベル館 2017
- 5) 全国保育士会 「保育士倫理綱領」全国保育協議会 2015
- 6) まつえ「子ども夢☆未来」プロジェクト事業「学習基盤としての『かしこい体』づくり推進モデル校」研究発表会資料 2017
- 7) 清水将之・相楽真樹子 著「保育内容・領域 健康」わかば社 2015

Abstract

In this paper, I reconsidered body making that today's infant need. I focus on some kindergartens and Nursery schools that the teachers practice comprehensively the childcare content "Health" through children's play connect children's daily lives and play.

I investigated into the actual conditions some kindergartens and nursery schools and the practice of the play and the body making based on the childcare content "Health". As a result, I can find the three effective points of practice.

- ①The children are highly willing to play.
- ②The children have the power to keep their bodies and have become better their posture. Also, the number of the injuries that cause of collision or fall are gradually decreasing because of the development of their body images.
- ③The teacher's positive attitude for the activities give the children's motivation to play.