

とうきょう すくわくプログラム活動報告書

園名	志村さかした保育園
日時	令和7年2月7・10・17・25日

1. 活動テーマ

<テーマ>

5歳児…体操教室（前転・後転・倒立・側転・フリスビー）

<テーマの設定理由>

- ・スムーズに前転、後転が出来るようになる。
- ・逆立ちのバランスのとり方がわかる。
- ・フリスビーの投げ方がわかり、楽しむ。

2. 活動スケジュール

- ・友だちと2人一組で柔軟運動をする。
- ・前転、後転、倒立、側転を順番にやっていく。
- ・フリスビーを練習する。・フリスビードッジボールを楽しむ。

3. 活動のために準備した素材や道具、環境の設定

- ・マット ・折り畳みマット ・戸板（倒立用）
- ・フリスビー

4. 探究活動の実践

<活動内容>

- ・ホールを走って体を温める。
- ・ペアになって柔軟体操をする。最後にブリッジをする。
- ・後転、倒立、側転、前転の順番にやっていく。混んでいたら空いている所から先にやる。
- ・倒立、側転は足をピンと伸ばすことを意識する。
- ・後転は両手をしっかりとついて体を丸めるとスムーズに回れるようになる。
- ・交代でフリスビーを投げる練習をする。
- ・向かい合って投げ合う
- ・チームに分かれてフリスビードッジボールをする。
- ・どろけいをする。

<活動中の子どもの姿・声、子ども同士や保育士との関わり>



- ・側転や倒立は何度もやっているの、きれいな姿勢を意識してやっています。足がピンと伸びていてとてもきれいです。
- ・フリスビーは、何回か投げているうちに「この感じだ」とコツをつかんできた様子でした。
- ・上手くまっすぐに飛ばないフリスビーを楽しそうに追いかける子ども達です。
- ・フリスビードッジボールは、投げられる外野の方が人気がありました。
- ・曲がってくるフリスビーを避けられず当たっていた子も、徐々に軌道が読めるようになりよけ方がうまくなっています。慣れてくるとフリスビーをキャッチしようと前に出てきています。

5. 振り返り

<振り返りによって得た保育士の気づき>

- ・倒立はほとんどの子が自分の力で足を持ち上げることが出来た。
- ・後転はマットに角度をつけることでスムーズに回れるようになり、自信がついている。前回、苦手と言っていた子も補助なしで上手に回ることが出来た。出来るようになるとよりきれいな姿勢でやろうとする子が多く見られた。
- ・フリスビーはただ投げるだけでは曲がってしまったり上手く相手に届かないことが多いことに気づき、どうしたらまっすぐ投げられるのかを考えながら投げていた。
- ・初めてのフリスビードッジボールに興味津々の子ども達、相手に当てるとい目標があるので勢い良く投げられるようになった。