

令和7年度 幼児教育研修（年齢別運動遊び0～5歳児・第1回）

「こども主体の保育のための指導計画」～運動遊びと環境構成～

日付：0歳児 令和7年7月1日（火） 生涯学習センター

1・2歳児 令和7年6月17日（火） ギャラクシティ

3・4・5歳児 令和7年6月24日（火） 庁舎ホール

時間：15:00～17:00

講師：日本体育大学 教授 齊藤 多江子 氏

幼児期における運動の意義

体力・運動能力の向上 健康的な体の育成 意欲的な心の育成 社会適応力の発達 認知的能力の発達

乳幼児期の運動習慣が大切。体を動かすことの楽しさ、充実感が将来自ら体を動かして健康を保つことにつながる。

幼児期の運動遊びにおける留意点

- ・多様な動きの経験→子ども自身の試行錯誤→洗練化
- ・こどもが自身で、仲間と一緒に試したり、工夫すること
- ・個→こども同士のつながり→グループや集団
- ・保育者は子どもと共に遊びをつくる、こども同士で遊びをつくることを支える
- ・保育者は子どもが選択できる環境、挑戦したくなる環境をつくる

幼児期はいろいろな動きを獲得しやすい



体を移動する動き

体のバランスをとる動き

用具などを操作する動き

やらせる運動あそびだと多様な動きの遊びはできない。子どもが考える、工夫する要素がとても大切。

保育内容・5領域（3つの視点）と幼児期の終わりまでに育ってほしい姿

5領域に関する学びが大きく重なり合いながら、生活や遊びの中で育まれていくということを踏まえた保育内容

- ・保育で迷ったら指針を見る
- ・計画を立てる時に領域に書かれていることを確認する
- ・確認したり、計画したりした時に辞書代わりに調べられる

幼児期の終わりまでに育ってほしい10の姿

「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」が到達すべき目標ではないことや、個別に取り出されて指導するものではないことに留意が必要

ねらい及び内容について（保育所保育指針より抜粋）

【乳児保育】

視点：

「健やかに伸び伸びと育つ」

一人一人の発達、興味を把握し、「今、この子にとって必要な経験」を汲み取ることが重要。それを踏まえて環境を構成し直すことで、新たな動きを引き出していく。



視点：

「身近な人と気持ちが通じ合う」

多様な感情（ネガティブなものも含めて）を受け止めてもらうことで、安心してチャレンジしようとする。「これをやっても大丈夫かな…」の気持ちでは意欲は育たない。



視点：

「身近なものに関わり感性が育つ」

玩具は、子どもの発達状態に応じて適切なものを選ぶ。大きさが子どもにフィットしないだけで手に取らない。遊びを通して感覚の発達が促されるように工夫する。



【1歳以上3歳未満児の保育】

領域「健康」

「体を動かすことを楽しむ」というだけのねらいで本当はいいの？具体的な動きを意識しながら計画をたて、動きをどのように経験するかが週案の中に出てくるようにする。



領域「環境」

見る、聞く等の感覚は体を動かすこととつながっている。その玩具を通して子どもの今育ちつつある力が十分に発揮されるようなものを選ぶ。



領域「表現」

様々な遊びや素材を用意し、様々な経験ができるようにする。領域をまたいで配慮事項を書いて共有する。それが計画の意味になる。



【3歳以上児の保育】

領域「人間関係」

保育は「個」。一人一人が生かされるような集団を作る。自分を認められ、受け止めてもらっている中で、安心感・安定感を感じると人にも優しくしようとする。

共通の目的が実現する喜び=協同性。子ども同士の共通の目的をもち、達成するためにはどうしたら良いかを友だちと考える。子どもたち自身がルールを考えて遊びを作り出していくことが大切。



領域「言葉」

自分の感情や意志などを表現するという事は、受け止める相手がいこそ。言葉は子どもに合わせて聞き取っていく。心が動かされるような体験をし、言葉を交わす喜びを味わえるようにする。



【実践】子どもの姿から考える週案を作成する

先週から今日までの子どもの姿を振り返る

- ・好きな遊び
- ・保育者とのかかわり
- ・友達とのかかわり
- ・生活を通して等



例) ・水道から水を出して、繰り返し触って楽しむ姿がある
 ・友達やっていることに興味をもってまねしてやってみようとしている

子どもに経験してほしいことを記入

子どもを主語として、～を楽しむ、しようとする、～に気付く等
 その際、資質・能力(「知識及び技能の基礎」、「思考力、判断力、表現力等の基礎」、「学びに向かう力、人間力等」)にも目を向ける

例) ・好きな遊びを見つけて、自分なりに挑戦したり繰り返したりして楽しむ
 ・友達や保育者に親しみを感じ、同じ場所や同じ遊びで遊ぶことを楽しむ

予想される幼児の姿には、同じ遊びの中でも、子どもたちが「経験するであろう」ことを複数の視点(領域)から予想する

予想される幼児の姿に合わせて「環境構成」や「保育者の援助」を具体的に(実際の行為内容)考える

幼児の実態	ねらい
○予想される幼児の姿 ★環境構成 ●保育士の援助	
<div style="border: 1px solid black; width: 100px; height: 40px; margin: 0 auto;"></div>	

環境図を入れる



※実際に区立保育園の3・4・5歳児クラスで使用されている週案の様式



自分のクラスの週案を作って、近くの人と話し合ってみました。

文字に起こすことで様々な子どもの予測の姿が出てきたり、それに対する配慮点も出てきたりして気づきがたくさんあった。



自園での週案の立て方と違ったため、活動を考える上での子どもの動きや保育者の援助をより細かく感じる事ができた。

研修生の報告書より

週案作成の難しさを感じていましたが、一人一人を意識し、具体的な動きを入れるようにしました。子どもが楽しそう、自分からやってみたくと思える環境を日々考え設定していますが、安全面を重視しがちでした。研修を受けて、遊びを経験してその子の学びが多くなるようクラスで検討しながら進めています。やってみるプロセスが大事ということで職員同士が意見を出しやすい雰囲気を心がけていきたいです。(0歳児担任)



環境を作る際には、学んだ運動遊びの3種類の動きを意識して、今の子どもたちにどの動きが足りないか、どの動きを経験して欲しいかを意識していくようにしたいです。また、週案の内容に悩んでしまう人はまずはスポットを当てることから始めても良いとの事で、ひとつの活動から、具体的に子どもの姿を捉え、そこから次の子どもの姿を予想して計画を立てることに慣れていくようにしたいです。(1・2歳児担任)

今受け持つクラスの子どもの達のこういったところを伸ばしたいのかを考えることの大切さを改めて感じました。子どもたちが自分で「やってみよう」と思えるような環境を少しずつ整えていくことで多様な動きを経験する機会を設け、子ども達自身が体の使い方を学べるようにしていきたいと思いました。個人差もあるかと思うので個々に合わせての対応も心掛けていきたいです。(3・4・5歳児担任)