

令和4年度 体操指導の取り組み

【対象】年長児

【期間】実施：年36回、1回40分（基本毎週火曜日）

【ねらい】

- 多様な動きを経験しながら、十分に体を動かすことの楽しさを知る。
- 運動用具を使って、身体バランスや動きの巧みさを育てる。
- 非日常の動きを体験しながら日常生活でより巧みに動けるようにする。



【指導内容】

| 月 | 日 | 指導種目・内容 | 月 | 日 | 指導種目・内容 |
|---|----|------------------------|----|----|--------------------------------|
| 4 | 19 | ・基本動作 ・先生紹介・模倣運動 | 10 | 1 | ・運動会 |
| | 26 | ・マット運動①模倣運動・運動ゲーム① | | 11 | ・園外保育 |
| | | | | 18 | ・運動ゲーム |
| | | | | 25 | ・鉄棒運動③(坂道逆上がり) |
| 5 | 10 | ・マラソン練習①マット運動②(前転) | 11 | 8 | ・縄跳び運動①(前回し跳び) |
| | 17 | ・鉄棒運動①(前回り降り・足抜き尻ぬき回り) | | 15 | ・マット運動④(前転・後転) |
| | 24 | ・親子遠足 | | 22 | ・マット運動⑤(側転導入) |
| | 31 | ・跳び箱運動①(その場開脚跳び) | | 29 | ・跳び箱運動④(助走～開脚跳び)高い段 |
| 6 | 7 | ・マット運動③(前転・開脚前転) | 12 | 6 | ・鉄棒運動④(逆上がり) |
| | 14 | ・跳び箱運動②(助走～開脚跳び)(午前保育) | | 13 | ・縄跳び運動② (前回し跳び・後ろ回し跳び・あや跳び) |
| | 21 | ・運動会練習① | | 20 | ・運動ゲーム |
| | 28 | ・運動会練習② | | | |
| 7 | 5 | ・運動会練習③ | 1 | 17 | ・ボール運動①(ルール確認) |
| | 12 | ・運動会練習④ | | 24 | ・跳び箱運動④(助走～開脚跳び)高い段 |
| | | | | 31 | ・ボール運動②(ドッジボール) |
| 8 | | | 2 | 7 | ・ボール運動③(ドッジボール) |
| | | | | 14 | ・ドッジボール大会 |
| | | | | 21 | ・鉄棒運動④(逆上がり) |
| | | | | 28 | ・総合運動(マット・鉄棒・跳び箱) |
| 9 | 6 | ・運動会練習⑤ | 3 | 7 | ・運動ゲーム③ |
| | 13 | ・運動会練習⑥ | | | |
| | 20 | ・運動会練習⑦(リハーサル) | | | |
| | 27 | ・運動会練習⑧(リハーサル予備日) | | | |

【成果】

マット、跳び箱、鉄棒は初めての技にも積極的に取り組む姿勢を多く見られた。教え込みにならないように、まずは子ども達が見て考えた通りに動いてもらい、その中でアドバイスを言い、子ども達自身で「考える体操」をテーマにした。その結果、指示を待たずに自分達で行動できるようになった。技術だけではなく「力の入れ方」「身体の使い方」「取り組む気持ち」といった面でも成長がみられた。

