

つくし組（0歳児）

【ねらい】

- 大好きな大人に、体をゆらしてもらったり、動きに合わせてうたをうたってもらったりする中で、体を使いながら大人と快さを共感する。
- 大好きな大人に見守られながら楽しく活動を繰り返す中で、自分でできた喜びを大人と共感する。

【課題】

- 上下の揺れや左右の揺れの中で平衡感覚を身につけていく
- 這う、しゃがむ、立つ、くぐる、押すなどの移動を繰り返すことで、手や足の筋力、腹筋や背筋の力を高め、バランスのよい歩行の土台をつくる。

【子どもの姿と取り組み】



目で見えたものに手を伸ばし、つかもうとしています。はっきりした色や、音のするもの、動くもので誘い、目と手の協応を促します。



小さなトンネルをくぐることで、空間認知を助
けます。
目の前には、大好きな大人やおもちゃがあり、
目的を持って這い這いを楽しんでいます。



腰をおとし、足をふんばり、箱を押します。押
したり、引いたり、向きを変えたりすることで、
重心の移動を促します。



大好きな大人に向かって、ジャンボクッションを
這って乗り越えます。全身の筋力も高まり平衡感
覚を助けます。

たんぽぽ組（1歳児）

【ねらい】

- 大好きな大人に見守られながら、楽しく活動を繰り返す中で、達成感を味わう。

【課題】

- 這う、しゃがむ、くぐる、歩くなどの移動を繰り返すことで、手や足の筋力、腹筋や背筋力を高め、バランスの良い歩行の土台をつくる。

【子どもの姿と取り組み】



両手の指をしっかりひらいて高ばいでのぼります。
高さのある斜面をのぼることで、手や足の筋力
も高まり平衡感覚が育ちます。



段差を目でとらえ、重心を移動させバランスをとって歩きます。



重たいものを引きながら重心を前にかけてバランスを取りながら移動します。



鉄棒をしっかり握り、ぶらさがって身体をささえます。親指と他の4本指を対向させて握っています。腕の力、腹筋・背筋などを強めます。

すみれ組（2歳児）

【ねらい】

- 体を動かすことを楽しみ、自分でできたことで自信を強め、苦手なことや恥ずかしさを乗り越えてやりきる。

【課題】

- 足の蹴りや屈伸、腕の引き寄せる力、瞬発力を使い、柔軟性やバランス感覚を養う。
- 目標を目でとらえ、手足を協応させた動きができる。

【子どもの姿と取り組み】



両手で体を支えぶらさがります。鉄棒を見て両足をあげます。

腕の力と腹筋、背筋の力が必要です。



目と手と足を協応させながら、木のジムをよじ登ったり、横に移動します。



目標を目でとらえ、手でハンドルを操作しながら、足でペダルをこぎます。



半球の上ののってバランスを取りながら立っています。

あじさい組（3歳児）

【ねらい・あじさい、ゆり、ひまわり共通】

- ・自分で決めて取り組むことで自分のしていることを意識する
- ・決めたことを自分なりにやりきることで達成感を味わい、自信をつけていく
- ・取り組みの中で、「できるかな」「苦手だな」という不安に向かい、できたことを自信にして、新たに挑戦して乗り越えようとする

【年齢別課題・あじさい】

- ・「～しながら〇〇する」という、2つの動きをくみあわせた活動ができる

【子どもの姿と取り組み】



ロッククライムを難易度にあわせてコースを選び、左右交互に体をひねって足を出して進んでいきます。体を引き寄せながら空間の知覚（高さや幅）と平衡感覚を身につけています。



平均台を順歩で前に進みます。目標に向かって体の中心を意識しながらバランスをとっています。



しっかりと鉄棒を握りながら、腹筋を使い、足をかけてまわります。



手で体を支え、目標をとらえ、手と足を協働させながら、よじ登ります。

ゆり組（4歳児）

【ねらい・あじさい、ゆり、ひまわり共通】

- ・自分で決めて取り組むことで自分のしていることを意識する
- ・決めたことを自分なりにやりきることで達成感を味わい、自信をつけていく
- ・取り組みの中で、「できるかな」「苦手だな」という不安に向かい、できたことを自信にして、新たに挑戦して乗り越えようとする

【年齢別課題・ゆり】

- ・歩く、跳ぶ、蹴るなどの基本の動きのうち、2つの違った動作を組み合わせて動くことができる
- ・身体をコントロールしたり、力を調整したりすることができる

【子どもの姿と取り組み】



目標をとらえ、手足を協応させてバランスをとって順歩でのぼります。



前にとびつき、体を前傾させてリズムに合わせ回転します。
多様な動作を連続させた前まわりができるようになります



「ようい！」の合図で気持ちを整えて、「どん！」
で走り始めます。

体と気持ちをコントロールする力がついてきます

「ケンケンパ」のリズムに合わせて
前にすすみます。体と気持ちをコン
トロールする力がついてきます。

ひまわり組（5歳児）

【ねらい・あじさい、ゆり、ひまわり共通】

- ・自分で決めて取り組むことで自分のしていることを意識する
- ・決めたことを自分なりにやりきることで達成感を味わい、自信をつけていく
- ・取り組みの中で、「できるかな」「苦手だな」という不安に向かい、できたことを自信にして、新たに挑戦して乗り越えようとする

【年齢別課題・ひまわり】

- ・仲間と協力して取り組む
- ・バランスのとれた全身の動きができる（多様な動きを連続させ、バランスよく動ける）

【子どもの姿と取り組み】



走って、両足で踏み切って、手をついて、飛び越える。多様な動きを連続させることができるようになります。



目標に向かって足をけりあげながら
体を引き寄せ、逆上がりします。



とびつき、足でけて体を引きよせ
ながらよじのぼります。垂直面を登
るには身体能力とそれを統合する力
が大切です。



つま先に重心をかけて前傾姿勢で足を交
互に前に出します。バランスを保とうとす
ることで、腹筋や、背筋、体をコントロ
ールする力がつきます