

令和4年度 鳥取県私立幼稚園・認定こども園教育保育研修大会 記録

《第3分科会》

(テーマ) 健やかな心と体の育ちを願って～丈夫な身体の土台づくり～

(発表園) にしき幼稚園

発表者 小原 久美子

指導助言者 鳥取県教育委員会事務局 鳥取県幼児教育センター

小中学校課 幼児教育担当係長

谷口 千春

司会者 野本 美智子

記録者 今田 義子 村崎 莉央

～研修レポートのまとめ～

【研修会を受講して学んだことについて】

- ・教師がこう育ってほしいと思うだけでは、幼児の成長には繋がらない。
- ・幼児が自分からしたいと主体性を持ち、さらに教師の意図も合わさることで改めて成長に繋がる。
- ・土踏まずの形成がしっかりしていると速く走れる。また体幹がよくなるだけでなく、集中力や姿勢の保持に繋がる。
- ・足裏を刺激することで、子どもが話を聞くことができるようになったり、遊ぶ込むことができるようになったりする。
- ・遊びへのアプローチは、色々な角度からでき、子どもの遊びと学びに繋がる。
- ・低年齢の頃から出来る足の指のマッサージや運動を積み重ねていくことで、年長になった頃には正しい足の形での力のかけ方が身に付き、体の動きや姿勢も良い方向に成長していく効果がある。
- ・姿勢と足育が繋がっていること
- ・サンダルが足の形成に良いこと
- ・足のば体操や足を使った遊びを日常的に行うことが、大切である。
- ・保護者に理解して頂くことで、園と保護者と同じ方向を見て、本当の意味で取り組みが成せる。
- ・姿勢保持は、体幹を鍛えることが大事だと思っていたが、体幹だけでなく足の裏の発育も大事だと感じた。
- ・普段、子どもの姿勢や転倒にはよく目がいくのに、足の形や指の形、地面についている足がどうなっているか案外認識していないことに気づいた。
- ・乳幼児期に正しい足育を行えば、自然と動きたくなる体が作れること、手と同様に足もたくさん使わないと、育たないと知ることができた。
- ・足育とは、足だけでなく履物に対しても気を遣う必要がある。

- ・ベビーカーや抱っこひも、車に自転車等、便利なものが沢山溢れていて、ついつい体を動かすことが疎かになってしまいがちな今の世の中だが、だからこそ、発達途中の子どもたちの足をよくチェックし、一人ひとりに対して適切な対応をとることが大切。
- ・園と家庭とが、一体となる連携力が子どもの丈夫な身体づくりの根底となっている。
- ・取り組みを保護者に発信し、保護者に理解を得ることで、連携等が取りやすくなっている。
- ・足育活動や足育あそび等、様々な活動を通して、挑戦する気持ちや気づきなど心の成長にもなっている。
- ・研修などを受講する大切さと、職員全員で共通理解をし、取り組んでいくことが大切。
- ・発達段階やクラスの実態に合わせた「ねらい」や「指導の工夫」がされており、縦の繋がりの大切さを感じた。
- ・足裏を幼いころから刺激することで、足裏全体を使って歩くことが習慣化され、走り方や長時間体勢を崩さず座れる等、メリットが多い。
- ・無理なく毎日取り組めることが大切。
- ・子どもの実態や年齢に応じた工夫、遊びを展開する等が重要になってくる。
- ・足育という一貫したテーマで、活動や行事を行い、それを保護者にも共有して園全体で取り組んでいるので子ども達の成長に繋がっている。
- ・履物も自分の足に合ったものを選ぶことで子ども達の足の成長を左右させる。
- ・身体の健康は心の健康にも繋がり、様々な面での成長にも繋がる。
- ・発達段階に合わせた体操の仕方、足を使った遊び等で子どもたち同士が楽しむ姿、一生懸命に取り組む姿がとても伝わり、それが豊かな身体や心の成長に繋がっている。
- ・保護者発信を丁寧にする、保護者の意識が高まっていく。
- ・同じねらいの遊びにも学年によって難易度を変える事で憧れや思いやりの気持ちの芽生えがあり、意欲的に活動を楽しむ中で、異年齢での活動の大切さを学んだ。
- ・靴選びへの大切さ。
- ・足育をすることで、あきらめずに集中して取り組むことができるようになる。
- ・子どもの発達段階に合わせて足育の内容を変えて行うことで子どもたちも自信を持って取り組んでいた。
- ・年間指導計画等は、教育課程と繋がりがああるものではないといけない。
- ・運動遊びで楽しんだ身体の動きが、日常のクラスでの遊びの中で生かされないといけない。
- ・ただ裸足保育をするのではなく、サンダルと裸足とを併用の方が足裏の発達に繋がる。
- ・サンダルの鼻緒部分が扁平足を予防し、正しい歩行を促す効果がある。
- ・足育の活動は、足そのものの発達以外にも、集中力や忍耐力、認め合う心等の育ちに繋がる。

- ・単発的な活動を時々するのではなく、ほんの少しの活動（足指じゃんけん、足のば体操等）を毎日繰り返すことが大切。
- ・先生方の信念に基づく指導は、子どもたちにも保護者にも浸透している。
- ・これまで保護者からどんな上靴がいいか尋ねられた際、「子どもが自分で履きやすく、歩きやすいもの」と漠然と答えていたことを反省した。
- ・園の取り組みを保護者にも啓発し、一体となって取り組み成長を見守っていくことが、より良い成果に繋がっていた。

【本研修を受講して、今後の保育実践に活かしたいことについて】

- ・教師自身がこの発達を通して子ども達のとこの力をつけたいのか、目的をしっかりと持っていききたい。
- ・保護者の方を巻き込んだ取り組みをしていきたい。
- ・牛乳パックを使ったぽっくりは、高さ調整ができ安全で良いと思ったのでクラスで作って遊んでみようと思う。
- ・保育に取り入れていることを保護者の方に発信していき、家庭でも同じことを積み重ねてもらうことも子どもの成長にはすごく大切だと思うので、参観日やクラス日より、保護者に向けた講演会等も自演でも実践していきたい。
- ・正しい姿勢を苦手とする子どもが多くなってきているので、ロープ渡りや牛乳ぽっくり、足のば体操等遊びの中で楽しんで足育を取り入れたい。
- ・足裏の遊びや草履、靴等はぜひ取り入れたいと思うが、その為にはかなりの時間が必要だと思う。
- ・動物ごっこや音楽に合わせて体を動かすことも効果的であると感じたので取り入れたい。
- ・足のば体操、足指グー、チョキ、パーをはじめロープの上を歩く遊びや雑巾がけ、足指を使って友達とタオル綱引きをしたり新聞紙ボールを足指で掴んでゴールに入れたりする独自の遊び。
- ・年上の友だちに対して「憧れ」や「やってみたい」という気持ちが持てるよう、機会を捉えて異年齢の活動を行いたい。
- ・我が園に置き換えてみると日々の保育の中で、「足の指に何か落ちてきたら危ない」とか「何か踏んで足の裏を怪我したら危ない」というような足を靴で守る方向で傾いているのではと気付いたので、裸足保育の意義をよく理解し、裸足でもっと足の裏、足指を使えるような遊びや運動を日常の保育の中に取り入れていけるようにならないか、職員間で話し合ってみたい。
- ・運動遊びを行う際に、「のびのびと身体を動かすことを楽しむ」というねらいにすることが多いが、具体的に「身体」とはどこなのか、本時の活動では身体のどの部位の発達を促したいのかをしっかりと考えてねらいを設定していきたい。

- ・異年齢保育等の機会を増やしていきたい。

【ご意見・ご質問及び回答】

- ・ある程度足の形が出来上がっている3歳以上児たちは正しい足の形に治るのか
  - ➡6～8歳ごろにおおよその足の形が確立するので、幼児期までにしっかり足育を行えば正しい足の形に治せます。大人になってからでも、時間はかかりますが足の形は変化します。
- ・しゃきっと座ろう体操を取り入れたい
  - ➡お問い合わせいただければ、CDなどお渡しすることができます。