

飯塚東保育園の保育内容

- 0歳児はベビーマッサージ・タッチケアを中心に、1歳児から5歳児迄は運動プログラムがあり、基本となる運動を組み込み 行うことで、それぞれの筋肉の発達に特化した 遊びながらできる運動を楽しんでいます。
- 効果としましては
集中力・想像力・忍耐力・仲間意識など就学前に備わってほしい力が
自然と身に付き、とても自立してくれます。
- 職員のとりくみ
寄り添い・承認・見守り・スモールステップの成功体験の共有と分かち合い
全てを教えるのではなく、きずきのヒントをあげていく。
保護者様と共に考えや、感動を共有し 子育てにも寄り添いサポートする。
その子その子の特徴や個性を把握し、集団活動を重視する中で個々のあり方を
尊重、居場所ができる保育を心掛ける。

年齢別の特色

0歳児

ベビーマッサージをし、ふれあい遊びからの、ハイハイを重視した運動を取り入れ
沢山の触れ合いの中での沢山の言葉がけ、これらによって 子供たちは情報を得て
脳にある引き出しに整頓していきます。この小さな生まれて初めての経験を大切に
していきます。

自立出来る様になったら、マットのお山を登ったり下ったり、風船をつるし背伸び
でタッチ！や、ふわふわ落ちてくるものを追視し、行方を追ったり 上に伸びる
運動を仕掛けていき、体のバランス感覚を整えていきます。

1歳児

ハイハイ・ライオン歩き（高這い）・ワニ歩き（匍匐前進）を基本とし、押したり
引いたりする運動など面白さを加えながら、腕・足・腰に力を込める要領を知り
その際に関節の使い方も覚えていきます。そうやって転びにくい体の基礎を培い
ながら、走ること、飛ぶこと、などの基本運動ができるようになります。

1年を通して、体力・筋力の増加、1つ1つクリアすることで称賛される満足感
出来ないことには寄り添ってもらえる安心感などを経て、自信をつけることで
自己肯定感を高めるお手伝いをしています。

2歳児

1歳児の基本を踏まえ、くり返ししながら 体育用具などを駆使し、サーキット形式の
活動が入り、スピード感や柔軟性、ダイナミック等が加わり より多様性が生まれます。

そういった活動の中に、お友達を応援する仲間意識が芽生え お友達を意識し競争心も
芽生えます。その気持ちを自分へのやる気に持っていくのが保育士の言葉がけや
寄り添い方が 子どもたちの成長のスパイスになります。

様々は働きかけによって、感じる力や考える力、耐える心等非認知能力の基礎が養えます。

3 歳児

2 歳児から 3 歳児のステップが成長発達の上でも一番ハードルが高いものとなります。

3 年間で蓄えた認知能力と非認知能力のバランスを整えつつ、より沢山の活動や運動を組み込む年齢と言えます。

運動も基礎がかなり身に付き、更に筋力・平衡感覚・持久力が付くような運動に変化して行きます。

あひる歩きや蛙飛び・キリン歩きなど 四肢を目いっぱい使って動き、かなりの耐久力が必要となります。同時に立腰（瞑想）の時間も本格的になり、3 分の静の時間が設けられます。

目を閉じ、静かに 3 分の時間を過ごすことで 集中力やスイッチの切り替えができるように

なってきます。勿論 無理なお子さんには、徐々に無理のないよう行っていきますが、たいていのお友達が、静と動の切り替えが身につけてきます。ここで 又、非認知能力の向上が見込めます。

教育の面で、月間絵本を掘り下げてみたり、毎日読み聞かせされる絵本や、紙芝居 空想や想像の世界へ子供たちを誘う効果もあり、ごっこ遊びや成りきり遊びの土台を作っていきます。

4 歳児

3 歳で培った土台をもとに、運動ではジグザグ走やリレーなど本格的なレースに参戦していき

目標が年長児越えになってきます。そこでクラス一丸となっていき、運動会では組体操などの

チームワークを重視した競技にチャレンジしていきます。「やればできる」から「できるまで頑張る」

という変化が見え始めます。このころから、文字にも関心が出始め あいうえおを意識したゲームや

文字遊びが始まり、少しずつ グループで助け合いながら 又は個人の力をフル回転しながら

文章作りなどが始まります。あいうえおを読んだり書いたりすることで役に立つのが、ジグザグ

走です。斜めを認識することで文字の形をとらえやすくなります。勿論 書くという事にも、体で覚えたジグザグが役に立つのです。だんだん鉄棒や、跳び箱の基本も覚え始めます。

ここで役に立つのが、未満児からやってきた ハイハイや高這い・匍匐前進・押し引きで培った基礎にプラスされてきた 各種の歩行運動が 知らず知らずについた体幹と筋力が手助けしてくれます。

この年齢は 心身共に爆発をしないといけない頃です。

個々の様子を見ながら、保護者様と情報共有を密にしながら 家庭との連携もより深くなっていきます。

5 歳児

この年齢になると、情操教育の一環として 茶道・和太鼓が入ります。

まさしく、静と動の極みですが 外部講師を招き本格的に行っていきますが、いずれも憧れの教室なので子供たちのまなざしは、やっとなでできる期待とプライドでキラキラ輝き始めます。

運動は、1 歳から行っているハイハイ・ライオン歩き・ワニ歩き・から始まり跳び箱・鉄棒・マット運動子供たちか「やりたい」と声があがって、どんどん数が増え、種目も増えていくこの頃です。

転んで怪我をすることも激減、未満児の時から 広い園庭で走り回って遊んでいて、お日様ともなかよし 熱中症対策はあるものの、基本の体力と耐性ができているからか 暑さにも 寒さにも負けない体が出来上がります。

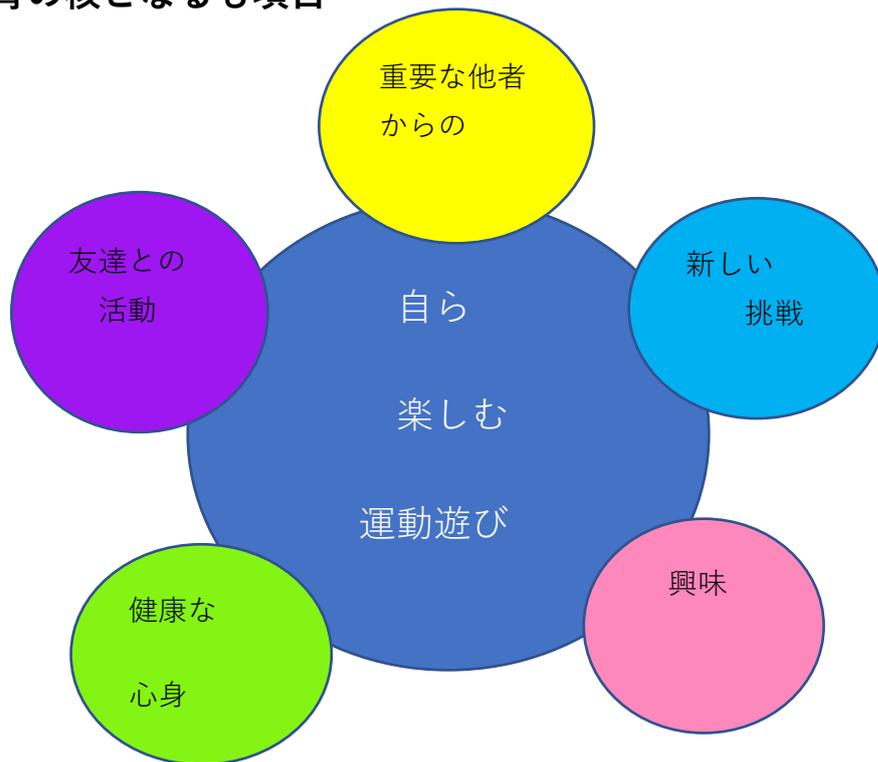
学習も数の概念や、あいうえおからの自分の名前の書き取り 上下・左右・などの空間認識、これは日常の運動から獲得できます。運動から学習につながっていくことが とても多く そのおかげで発散と集中が作用しあいながら、4 5 分から 5 0 分間は、離席することなく集中を保てるようになっていきます。

総合で

当園は運動と太陽と脳のつながりを6年前から追及して保育を組み立てて来ました。

家庭では、まったく座れない、落ち着きがない、こだわりがあってと、お困りの声もありますが、飯塚市の保健士の方たちや、臨床心理の先生方からのアドバイスを頂きながら 子供たちの「困り感」や「生きずらさ」などを 少しでも解消できればいいなど、保育士たちが 知恵を結集し話し合いながら日々を過ごしております。 保育園内の園児も保育士も、そこに関わって下さる先生方も全てを巻き込んで、より良い保育を提供出来るよう日々邁進しております。保護者様にも、子供たちの本当の姿を 包み隠さずお伝えし、更に良いインクルーシブな関係が保てる保育園創りを目指して、子供たちに色々な感動を仕掛けていきたいと思っております。

保育の核となるも項目



信頼関係が形成される関わり→子どもの働きかけに応じる

- ①子どもが欲求する。
- ②子どもの欲求を的確に読み取る
- ③タイミングよく応答（**応答の連鎖**）する
- ④子どもの欲求が満たされる（満足＝快）

★欲求が程よく満たされる経験

- ・ある程度思うように周囲（物的・人的）が動く（有能感＝自己肯定感）
- ・働きかけに答えてくれる他者への信頼感
- ・新しい出会いや発見（生きるに値する社会）

★以上は**応答の連鎖**の中で同時に獲得される

感情決定の立役者

ドーパミン・・・意欲や活力を促す、「報酬の脳内物質」

セロトニン・・・興奮した脳細胞を鎮めて悩みや不安を和らげる、多幸感

ノルアドレナリン・・・やる気や注意深さ、集中力を促す→神経伝達物質

○私たちの感情の全てに関係している。

○運動することで、3つ全てを増やすことができる

○運動を終えて1時間程度続く

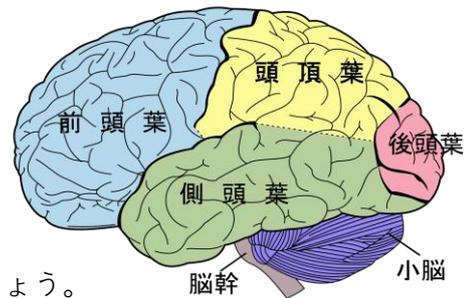
○運動するほど量が増える。

特に海馬と前頭葉は体を活発に動かすことで 最も恩恵を受ける部位

- 記憶（認知機能）
- 情緒安定
- ストレス軽減
- 集中力・持続力
- 自制心
- 意欲

大脳は宝物が
詰まっています。

いっぱい栄養をあげて
しっかり育てましょう。



なぜ運動をすると前頭葉が強くなるのか？

○運動をすると脳の血流が増える

○続けるとやがて脳に新しい血管が作られる

○更に血液や酸素の供給が増える（老廃物も取り除かれる）

→前頭葉と扁桃体が繋がり強固になる。

→前頭葉が大きくなる

※前頭葉は物質的に大きくなる！

原子反射＝不随意運動とは

○人間が生まれてから、直ぐに身を守るため 神様から与えられたもの。

○この、動きは 生まれつき備わっているものという表現が適切で、月齢を重ねると消失するものが多く、大脳からの指令で動くものではない事を周知しておくことが必要。

○これらの事から、備わっているものが備わっていないという事も問題であり、消失するべきものが残ってしまう事も気にかけておかなければならない。

※消失には、個人差があるので 半年は要観察の必要がある。

1、吸てつ反射

口の周りを触ると吸おうとする反射： 6 か月頃から消失

2、探索反射（乳探し反射）

口の周りなどに指が触れると触れた方向に顔を向ける反射： 4～6 か月に消失

3、嚥下反射

口の中に入った液体を飲み込む反射： 5～6 か月消失

その後ゴクゴクのみができるようになっていく

4、押し出し反射

舌に触れた固形物を外に押し出そうとする反射： 5～6 か月で消失

※この反応が消える頃離乳食開始の目安となる。

5、モロー反射

大きな音がした時、状態が傾いたとき、体を触られた時など手を大きく開く反射： 3～4 か月で消失

昔、人間が外敵から身を守るため、木の上で生活していたという事のなごり

6、手掌把握反射

乳児の手の平に何か触ると、その物を掴もうとする反射

サルが木から落ちない様、サルの赤ちゃんが母サルから落ちないように握り込む様： 3～4 か月で消失

7、歩行反射

両脇を支えて立たせると足を交互に出して、まるで歩いているかのように動かす様： 6～8 週で消失

8、足底反射

乳児の足底を刺激すると、足指が曲がる反射： 9～10 か月で消失

9、引き起こし反射

乳児が寝ている状態から、両腕をもって ゆっくり起こすと、首が座っていないのに頭を持ち上げようとする反射： 1 か月頃消失

1 0、非対称性緊張性頸反射

頭の一方の側に向けられた時に、向けられた側の腕が伸びて逆側の腕が曲がる反射：4か月頃消失

1 1、ギャラン反射

乳児の背中側面の肌が撫でられると、撫でられた側に向かって揺れる反応：4～6か月消失

1 2、バビンスキー反射

足の裏を尖ったものでかかとからつま先に向けてこすると、足の親指が甲側に、他の4指は外側に開く反射：1～2歳で消失

1 3、ランドウ反射

乳児をうつ伏せの状態ですると、頭を挙げて水平を保とうとするが頭を下げると腰を曲げてハイハイをするような恰好をする反射：2歳頃消失

以上は消失する反射（随意運動が赤ちゃんの意志でできるように成ったところに、原子反射＝不随意運動は消失する。）

1、パラシュート反射

直立に支えられている乳児が、素早く前向きに回転したときに腕を前に伸ばし、頭からの墜落を防ぐような仕草を見せる反射：8～9か月頃見られ始め、消失しない。

2、ホッピング反射

身体を前後左右に倒そうとすると倒れないように足を踏み出し 平衡を保とうとする反射：9か月頃から現れ消失しない。

3、視性立ち直り反射

乳児を座らせて左右に傾ける頭を垂直にしようとする反射：6か月頃みられ、消失しない。

原子反射が消失するという事は脳幹が発達し、脳の発達準備ができたという事でもあり、意志に基づく随意運動は脳が司っているからです。

原子反射は赤ちゃんの成長が順調であるかどうかを見る指標にもなり、出現や消失する時期や、原子反射が左右対称かなどによって、発達障害や脳機能であるかの指標にもなる。