

I. 実践園・実践活動の概要

・実践園の概要(園児数・特徴 など)

坂出市の特徴:坂出市は、香川県のほぼ中央にあり、市の中心部は海岸沿いに平坦に開け、綾川を中心に豊かな田園地帯が広がっている。海に出れば瀬戸大橋沿いに島々が連なり、瀬戸内海国立公園の美しい景観をみることができる。人口約6万人で21000世帯が住んでいる。郊外には、崇徳上皇ゆかりの白峰寺を有する五色台や県下でも有数の桜の名所として有名な聖通寺山公園、讃岐富士と称される飯野山などがあり、海に山に自然豊かな土地柄である。

| 実践園 | 対象園児数(H19年度) | | | | | | | | 実践園の特徴 | | |
|---------|--------------|----|-----|----|-----|----|----|----|--------|------------|------|
| | 3歳児 | | 4歳児 | | 5歳児 | | 計 | | 定員 | 保育時間(平日) | 国公私立 |
| | 男 | 女 | 男 | 女 | 男 | 女 | 男 | 女 | | | |
| 坂出中央幼稚園 | 29 | 33 | 26 | 29 | 30 | 28 | 85 | 90 | 270 | 9:00~14:00 | 公立 |

※6歳児は5歳児に含む

・実践活動の概要

<実践活動の目的>

●実践テーマ「心と体が動き、幼児期の学びを深める環境について考える」

— 感じて動く子どもをめざして —

●ねらい・趣旨

心と体を動かす機会や環境を充実させる中で、幼児一人一人が遊びを通して幼児期の学びを深め、望ましい生活習慣を身に付けるとともに体力向上の基礎を培う。

II. 効果のあった実践活動の狙いとポイント

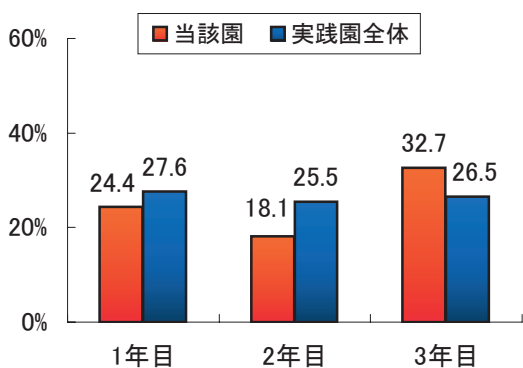
| 実施プログラム名 | からだをつくろう |
|----------|--|
| 趣旨・目的 | 園・家庭・地域が連携し、体力向上の基礎となる食生活や生活リズムを見直したり、改善したりする取組を重視し、健やかな心身の発育と日々意欲的に活動する子どもを育成する。園生活を布ぞりを履いて過ごし、日常生活の中で足の指を鍛えるとともに土踏まずの形成を図り、運動遊びにふさわしい体をつくる。 |
| 対象者 | 在園児・保護者・地域の人々 |
| 実施内容及び方法 | <ul style="list-style-type: none"> ・「生活実態調査」:実態調査・アンケート等を実施し、子どもの生活全般の実態を把握し、保護者の協力のもと子どもの体力向上や生活習慣の改善を推進する。 ・「みんなで健康ライフ」:専門の講師による講習会等を実施し、生活習慣づくり・体力づくり・食育に関する知識の共有と健全な生活の改善を図る。 ・「ぞうりっ子」:日常生活の中で足の指を鍛えるために布ぞりを活用する。 ◇保護者が布ぞりを製作する。(在園児の保護者が新入園児の保護者に伝授) ◇布ぞりを履いての生活を通して培われる身体的機能について理解するために専門家による研修を行う。 ◇足形とり・ロンベルグ姿勢写真撮影を定期的実施する。 ・「ファイトちゃんファイル」:子育て通信、ぞうりっ子通信等を配布し、生活習慣づくりにおける幼稚園の取組に関する情報や様々なデータを提供し、ファイル化したり、家庭からの返信を受けたりするなど幼稚園・家庭・地域との連携・啓発を図る。 ・「教材教具の充実」:体力向上の基礎を培うために子どもが動き出したくなるような環境を整える。 |
| 期待される効果 | <ul style="list-style-type: none"> ・早寝・早起き・朝ごはん等、望ましい生活習慣が身に付く。 ・生活習慣づくりにおける家庭の教育力や実践力が高まる。 ・園内の子育て支援の機能が高まる。 ・子どもの実態把握が明確になり、課題解決への創意工夫や教員の資質向上が図れる。 ・安全を意識して活動しようとする。 ・家庭や地域との協力体制や連携の強化が図れる。 ・身の回りの物をリサイクルする喜びや工夫が得られる。 ・保護者の子どもへの愛情が形になって表れる。 ・保護者が子どもの土踏まずの形成と姿勢や運動能力との関係に関心を高め、ぞうり生活を取り入れようとする。 ・足指の力が培われ、土踏まずが形成される。 |

Ⅲ. 実践活動の成果

22時台以前に就寝する保護者の比率は1年目の24.4%から2年目の18.1%に一度減少した。その後保護者の生活活動を改善するために行った実践活動により、3年目には32.7%にまで改善された。その結果、毎朝すっきり目覚める幼児の比率は1年目57.4%、2年目65.1%から3年目には73.4%となった。
また、自由な遊びのときの幼児の様子をみると、1年目から3年目にかけて毎年改善されているが、特に2年目から3年目にかけての伸び率が高くなっていた。

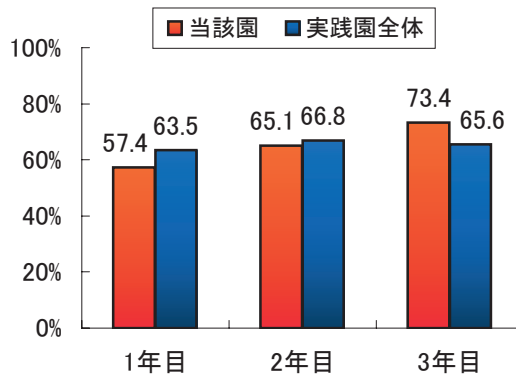
問48. 保護者の就寝時刻

◆「22時台以前」の比率



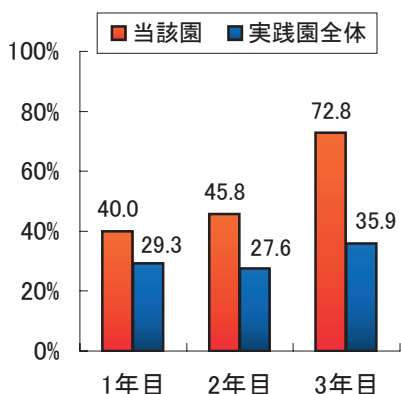
問34. 生活行動(3)朝すっきり目覚める

◆「毎日」の比率



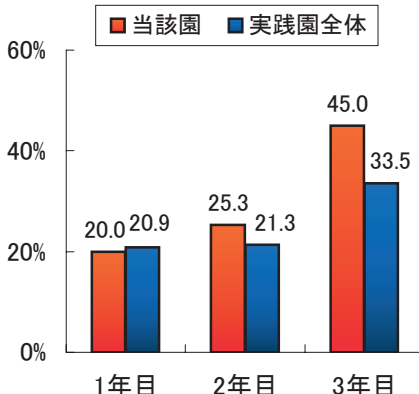
問2. 自由な遊びのとき、室内での遊びと戸外での遊びとどちらが多いですか。

◆「戸外が非常に多い」の比率



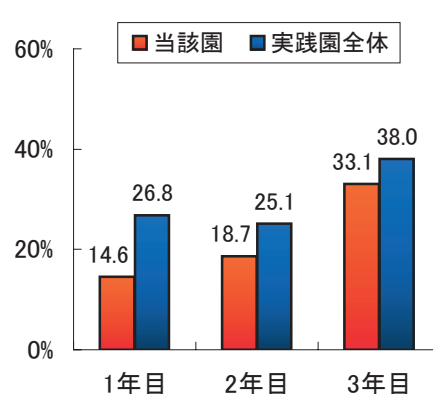
問1. 自由な遊びのとき、活発に体を動かす遊びをどのくらいしていますか。

◆「非常によくする」の比率



問3. 自由な体を動かす遊びをしているとき、楽しそうですか。

◆「非常にたのしそうだった」の比率



保護者コメント

子どもの心と体の変容に気をかけるようになり、子どもとの対話が増えてきた。園での活動にも積極的に関わるようになり、園と一緒に子どもを育てる意識が高まった。また、小学校との日常的な連携もできて、親としては先が見えて安心して預けられる信頼感が深まった。



実践園
担当者コメント

子どもが戸外で心と体を動かして意欲的に遊び、育ち合う姿が増え、子どもの変容とともに保護者の意識も大きく変わった。また、保育者自身も協働して取り組む姿勢が見られるようになり、園自体が活性化した。そして、日々の子どもの環境構成を今まで以上に深く考え、実践するようになった。



高等教育機関
担当者コメント

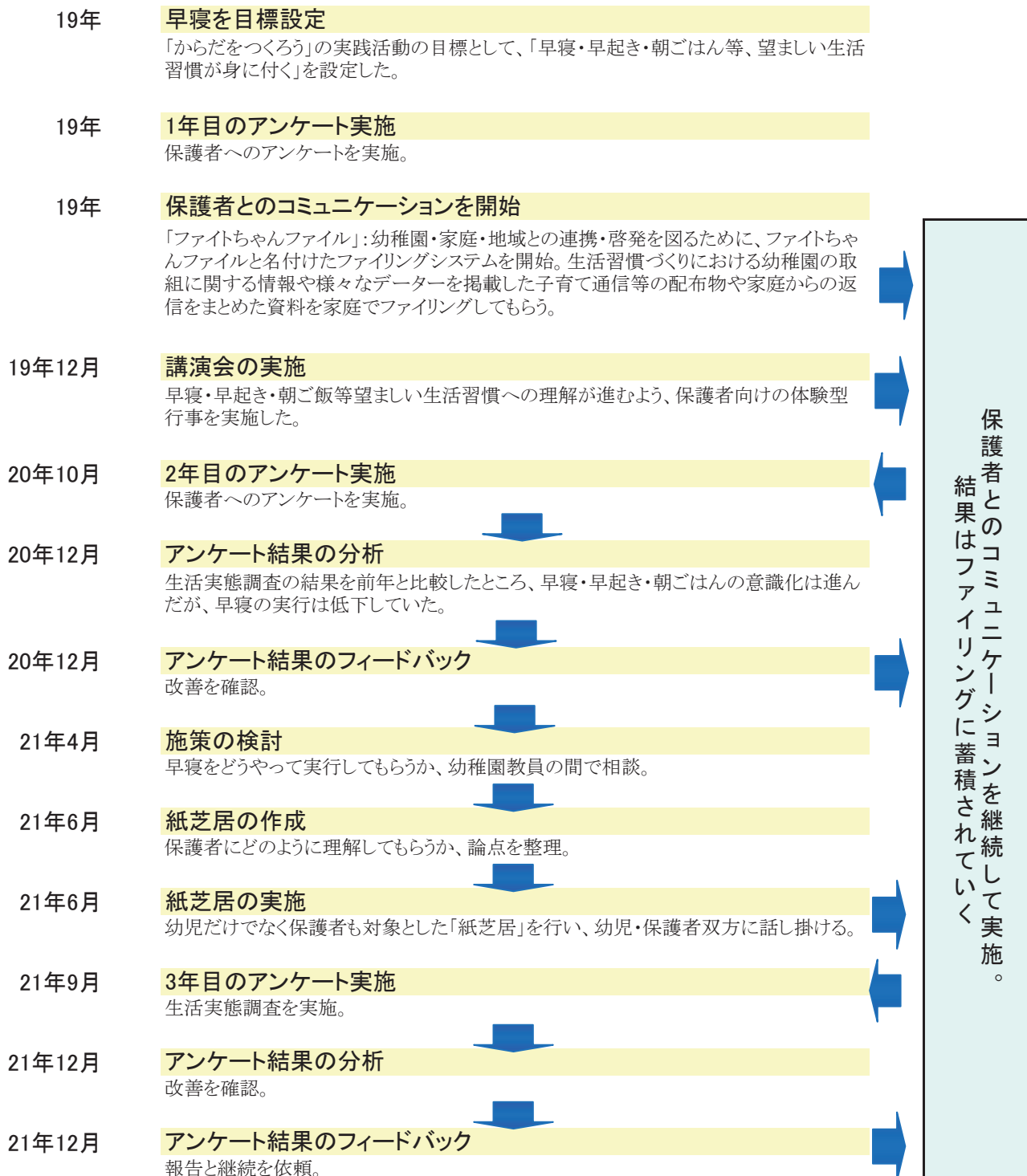
感じて動く子どもをめざして、幼児期の学びを深める環境を実践研究してきたわけであるが、何よりも園の先生方の協働性のすばらしさに感服している。先生方一人一人が子どもたちの豊かな成長を願い、心一つにして、取り組んでいた。その姿が子どもに伝わり、保護者の協力を得る原動力になっており、その輪は、小学校や地域をも巻き込み、幼児期の学びを深める人的・物的環境構成の充実を導いたものと思われる。大人がモデルとなって、子どもの育ちを支援することの大切さを再認識させてくれた坂出中央幼稚園の取組であったと敬服している。(連携機関: 香川大学教育学部)

I. 導入計画の立案

・実施計画

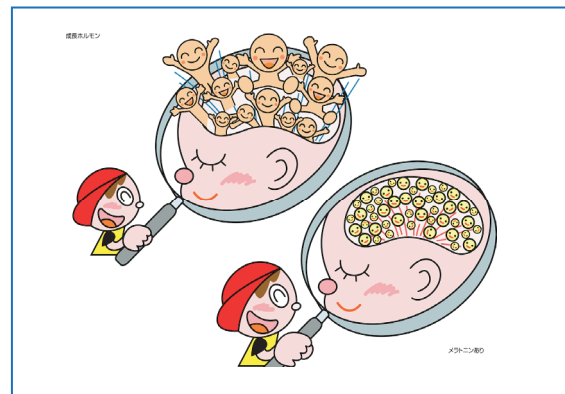
「生活実態調査」で早寝が実行できていない、という問題点がわかった。
家庭での生活習慣を変えてもらうため、保護者とのコミュニケーションを行う。

・全体的な流れ



II. 紙芝居ストーリー見本

| | |
|--|---|
| ①夜の静かな町 | ① キラキラ、チカチカと星が輝いて、もうすぐ夜の9時になるころです。耳を澄ましてください。 「もう、ねようよ!」お話の続きは夢の中で。おやすみなさい」という声が、あちらこちらの家から聞こえてきます。窓の電気も消えています。 あなたのお家は、どうでしょう? |
| ②にぎやかな2人の家 | ② あらあら、あのお家は、どうしたのでしょうか! 電気がピッカピカ。それに、大きな歌声も聞こえてきます。 |
| ③9時 テレビを見たり、お菓子を食べたり ねないぞうとねない子 (夜更かし顔) | ③ ねないぞ ねないぞ ぼくは9時までにねないぞう テレビにゲーム 遊んじゃおう 「まだまだ ねないぞ」 ぼくは9時までにねないぞう ねないこ ねないこ わたし9時までにねないこ おかしにアイスクリーム 食べちゃおう 「まだまだ ねないこ」 わたし9時までにねないこ 何ということでしょう。 9時を過ぎても遊んだり食べたりして、まだ起きている子がいます。 ねないぞうくとねないこちゃんは、どうなるのでしょうか? これは、心配です。 |
| ④11時 疲れて寝てしまう二人 | ④ 「あ〜、なんだか疲れちゃったね〜」 「ぼく、遊び過ぎたかな。眠くなっちゃった。ふあ〜」 「わたしもお腹がいっぱいでもう立っていられない。ふ〜ふ〜は〜」 2人はそのまま眠ってしまいました。 |
| ⑤充血した目 | 「ねないぞうくとねないこちゃんは、大丈夫かしら?」 |
| ⑥虫歯菌がいる口 | ⑤ みんなで、体の中まで見えるこのファイトちゃんミラーでそつとのぞいてみましょう。 「ま〜大変。ねないぞうくんの目がまっかっか。」 ⑥ 「ま〜大変。ねないこちゃんの口の中は虫歯だらけ。」 |
| ⑤⑥を提示 | ⑤⑥ 「どうしてこんなになったのかしら?」 「どうすればよかったのかしら?」 「みんなで考えてみよう。」 |
| 今までの場面で必要な場面は話し合いに応じて提示 | (立ち止まって話し合う) 「9時までに寝ないで、遊んだり食べたりしていたからだね。」 「歯磨きも忘れて寝てしまったよね」など |
| ⑦メラトニンなしの頭 | ⑦ 「ところで、みんなが寝ている時、頭の中はどうなっているのかな?」 ファイトちゃんミラーでそつとのぞいてみましょうね。 ねないぞうくんもねないこちゃんも頭のなか真っ白で何もみえないね。 でも、9時までに寝る子の頭の中は、こうなっています。 |



| | |
|-------------|--|
| ⑧メラトニンあり | (メラトニン) ⑧ 「これは、9時までに寝る子の頭の中だよ。何かがでてきているね。これは、『眠りのもとメラトニン』っていう大事なものです。これがたくさんできたら、まずまず、ぐっすりと眠ることができるんだよ。でも、遅くまで明るいところできていると、目に光がはいってくるから、『眠りのもとメラトニン』はでてくることができないんだよ。あれあれ、また、何か違うものもでてきているよ。」 (成長ホルモン) |
| ⑨成長ホルモン | ⑨ 「これは、『大きくなるもと 成長ホルモン』っていう大事なものです。パワーがいっぱいつまっているんだよ。みんながぐっすり寝ている間に、たくさんできて、みんなの体を大きくする力があるんだよ。」 |
| ⑩変身を夢みる2人 | 「幼稚園の子どものころは『眠りのもとメラトニン』も『大きくなるもと成長ホルモン』もたくさんでてくるから、みんなは早く寝ると大きくなれるチャンスいっぱいもっているんだよ。」 ⑩ 「だから、ねないぞうくんは9時までにねるぞうくんに、ねないこちゃんは9時までねるこちゃんに大変身して、大きくなりたいでしょう。」 |
| ねるぞう・ねるこに変身 | 「うーん、わかった。ぼくは9時までにねるぞうに大変身するぞ。約束します」 「わたしも、9時までにねるこに大変身するぞ。約束します」 |
| ⑪ファイトちゃん時計 | ⑪ 「そうか。じゃあ、大変身できるファイトちゃん時計をプレゼントしよう。この時計におまじないをかけてと大変身できるんだよ。おまじないは、『夜の9時までに寝て、朝の7時までに起きる。これぞ早寝・早起き・朝ごはんのもと、大変身キューツ』 (ねないぞうがねるぞうに変身) 「じゃあ、ぼくからいくよ。『夜の9時までに寝て、朝の7時までに起きる。これぞ早寝・早起き・朝ごはんのもと、大変身キューツ』 これぞ早寝・早起き・朝ごはんのもと、大変身キューツ」 (ねないこがねるこに変身) 「わー、カッコいい。次はわたしよ。『夜の9時までに寝て、朝の7時までに起きる。これぞ早寝・早起き・朝ごはんのもと、大変身キューツ』 「ヤッターヤッター、大変身!」ファイトちゃんミラーで見ると、とってもいい顔になっているわ! 「何だか、とってもいい気分。歌っちゃおうか」 |
| 12変身 | ねるぞ ねるぞ ぼくは9時までにねるぞう 時計におまじないで大変身 「ねるぞうは育つ」 ぼくは9時までにねるぞう ねるこ ねるこ わたし9時までにねるこ 時計におまじないで大変身 「ねるこは育つ」 わたし9時までにねるこ 紙芝居後 さあ、みんなもファイトちゃん時計におまじないをかけて大変身しよう。 『夜の9時までに寝て、朝の7時までに起きる。これぞ早寝・早起き・朝ごはんのもと、大変身キュー』 みんな9時までにねるぞうくと9時までにねるこちゃんに大変身できたね。 これで、朝、ぼちぼち起きて、いっぱい食べて、すっきりうんこ! さあ、朝の9時までに幼稚園へ行って元気に遊ぼう! エイエイオー! |



III. 導入にあたっての留意点(※プログラム実施上のコツ・注意点・リスク管理 等)

| | |
|-----|--|
| コツ | 生活実態アンケートの結果から、子ども優先の生活よりも大人を中心とした生活実態が見えてきた。就寝時間が遅いのは、父親の遅い帰宅時間に合わせた結果であることも分かってきた。各家庭の実情を受け止めることからスタート。 まず子どもの意識を変えることを願いながら、医科学的な体の仕組みを子どもが理解しやすいように紙芝居にして視覚に訴えられるように工夫した。学級で早寝のキーワードが子どもたちに浸透してきた頃、保護者にも視聴の機会をもち、10時間の就寝時間が成長発達に不可欠なことを共通理解してもらった。 保護者から「子どもの体のために早寝をし始めたが、大人にとっても健康的な生活になった」「大人として子どもにできるのは正しい生活リズムをつけてあげることだとわかった」など、保護者自身が「やってよかった」と実感できることが大切。 |
| 注意点 | 子どもや家庭の実態から時期や回数、形態を精選して実践していく。 |