

【プロジェクト名】

『心が動いて身体が動く』

～今こそ、生きる力を育む幼児教育の実践を～

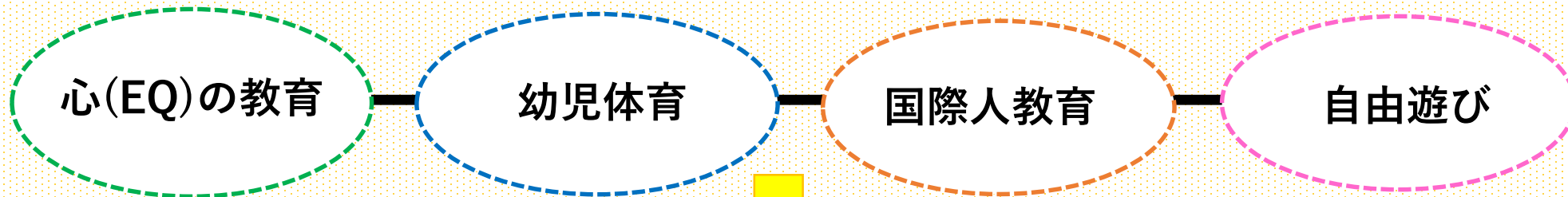
福島市内幼稚園初の「新体操教室」と「キッズヨガ教室」の
着実な運営と発展を目指して

【施設名】



- みその幼稚園の教育 ……page ②
- 新体操教室の実施内容と成果 ……page ③
- キッズヨガ教室の実施内容と成果 ……page ④
- 活動を通しての保護者・園児の声 ……page ⑤

みその幼稚園の教育 4つの柱



生きる力の根っこを育む

幼児体育の基本理念：“心が動いて、身体が動く”の実践

新体操教室

キッズヨガ教室



新体操教室



○活動対象 年長児

○活動日時 令和2年5月から令和3年2月 毎週1回40分間実施

○活動内容 開脚、ブリッジ、Y字バランスなどの柔軟体操
リボン、フープ、ボール等様々な道具を使った活動
3学期に発表会の実施（徒手、ボール、フープ）



- 活動成果
- ①毎週、園児たちが新体操の時間を楽しみにしていて活動を通して幼児体育の理念である心と身体を動かす姿が見られていた。
 - ②新しいボールやリボンを使うことで子どもたちの期待感と集中力が高まり意欲的に参加していた。
 - ③身体全体の筋肉を使う中で柔軟性や俊敏性が高まりバランスの取れた身体づくりと体力の維持に繋がった。
 - ④自分のことだけでなく仲間と共に声を掛け合い頑張ることでチームワークが生まれ協調性が身に付いた。
 - ⑤発表会への目標をもって取り組むことで向上心が高まりやり遂げたことで達成感を味わった。そして年長独自の行事である組立体操や聖劇へと繋がった。



キッズヨガ教室

○活動対象 全学年

○活動日時 令和2年5月から令和3年2月
毎週1回25分から40分間実施

○活動内容 クリヤヨガ ハタヨガ

- 活動成果
- ①クリヤヨガでは目をつぶって行うことで自分自身と向き合う時間となり子供たちの集中力が高まり身体の根幹が強くなると共にバランス感覚が養われた。それにより年長児が年3回実施しているこむこむ館でのクライミングウォールへの挑戦において約3分の2以上の園児が頂上まで登ることができた。
 - ②1人1枚の新しい専用ヨガマットを使うことでのびのびと身体を使い楽しみながら心のスイッチ入れて意欲的に参加していた。
 - ③ハタヨガでは身体全体で様々な形を表現するため子どもたちのイメージが豊かになり表現力が増した。そして遊戯会では豊かな表現力で発表しキッズヨガ教室の成果が見られた。
 - ④年長児は40分間、年中児は30分間、年少児は25分間の活動を通して集中力が培われよい我慢ができるようになった。そして約1時間着席して参加する合同礼拝や誕生会では全園児がしっかりと心のスイッチを切り替えて話を聞くことができるようになった。



新体操教室

- 保護者
- ・新体操教室は憧れていた年長組になってからの活動ということもあり、毎週火曜日を楽しみに幼稚園に行っていた。
 - ・1学期に行なわれた新体操教室参観日では我が子の体が硬く心配していたが、毎週の活動を通して柔軟性が高まったように感じていた。できる動きが増えてきたことで楽しみな気持ちと自信に繋がっていたように思う。
 - ・3学期の新体操発表会を見て立派に発表する姿に感動した。友達とのチームワークが感じられた。
- 園児
- ・リボン・フープ・ボールを使って毎週楽しい。
 - ・レオタードがかわいくて頑張れる。年長組になり活動できて嬉しい。
 - ・友達と一緒に頑張れた。

キッズヨガ教室

- 保護者
- ・幼稚園でヨガを経験できる園は他にない為、貴重な体験を毎週できていると感じる。
 - ・楽しく参加しているようでヨガの日を楽しみにしている。
 - ・降園後、キッズヨガ教室でどのようなことをしたのか毎回教えてくれていて家でもポーズを見せてくれる。
 - ・子どもの集中力が持続するようになったり、良い我慢ができるようになった要因の一つにキッズヨガ教室の影響があるのではないかと思う。助かっている。
 - ・こむこむ館でのクライミングウォールへの挑戦を見て我が子の頑張る姿に感動した。良い経験させてもらった。
- 園児
- ・できるポーズが増えると嬉しい。楽しい。
 - ・クライミングウォールを一番上まで登れて嬉しかった。頑張ってよかった。