

【主題】玩具・遊具から育まれるもの

【副題】

【クラス名】

くまのみ組 (1 歳児)

はじめに

今年のくまのみ組の子どもたちを見ると月齢が遅い子も多く、歩行が安定しない子どもが多かった。乳幼児の「把握反射」や「足底反射」などの原始反射を促すことによって踏ん張る力を脳に記憶させることが有効だと考えた。

昨年のくりおね組の研究で手作り玩具を制作し、遊びの中に取り入れたことにより、以前に比べて手先が思うように動かせるようになっていた。それをういたうえでさらに子どもの持っている原始反射を促すために、新たな機能や役割を持った玩具を制作し日々の保育の活動に取り入れることで、運動機能を高めることができるのではないかと考えた。また、発達段階によっても玩具を変えることでさらに有効に働くと考えた。

内容・方法

(実践1：足裏への刺激)

足の裏にはメカノレセプターと呼ばれる感覚受容器が備わっている。メカノレセプターには足底にかかる圧力などを察知して、その情報を脳に送る役割があるとされている。脳は送られた情報を頼りにバランスの調整などを行っていく。この経験を積むことで、からだの使い方(運動機能)が発達し効率のよい筋肉の使い方を習得していくのである。(参考元：『月刊クーヨン』(2020年7月号) クレヨンハウス p16)

私たち子ども時代は、裸足で芝生や公園を走りまわることができたり、祖父母と共に遊びに行く時間があつた。最近の家庭環境は、両親共働きが増えてきてなかなか戸外で遊ぶ時間を作りにくくなっている。そのため、裸足で過ごすことが減り足の裏への刺激を与える機会が十分ではない。

乳児期の足裏マッサージも良いとされているが、日々の保育の中では全員に行うことは難しいため、活動の中で足裏への刺激をあたえるためにどのような玩

具を取り入れられるかを考えてみた。



【センサリーマット】

スポンジ・ペットボトルキャップ・プールのスティック・センサリーバックなどを使い制作した。

最初は、凹凸のある地面に慣れていないことから歩きづらそうな様子も見られていたが、いつもと違う足裏への感覚が楽しくて何度も同じ場所を踏んだり、足の裏でセンサリーバックを踏んだりして温度や感触を楽しむ姿が見られた。また、手で触れ指先でいろんな素材の感触を確かめながら指で押したり、つまんだりしてじっくり観察する様子も見られた。



センサリーマットを踏んで感触を楽しむ姿。
手で、温度や感触を確かめている様子。

【令和6年5月27日撮影】

（実践2：ジャンプがもたらす影響）

ジャンプには「瞬発力や柔軟性」「バランス感覚の向上」「筋力や心肺機能の向上」「血行促進と自律神経を整える」などさまざまな効果があると言われている。以下にその効果について説明する。

＜瞬発力や柔軟性＞

子どもの運動神経が発達する時期にジャンプを取り入れることで、多くのスポーツで役立つと言われている瞬発力や柔軟性が身に付く。

＜バランス感覚の向上＞

ジャンプして着地するときに、転ぶことのないように体が平衡感覚を保とうとするため、バランス感覚が向上するメリットがある。

＜筋力や心肺機能の向上＞

複数回のジャンプではそこまできつくないが、ひたすらジャンプをし続けると筋力を使うため、心肺機能の向上にもなる。

＜血行促進と自律神経を整える＞

ジャンプすることで内臓や胃腸の動きを良くし、新鮮な酸素を体内に取り入れることで血行促進にもなる。さらに着地するときに刺激が骨伝導により自律神経に伝わるため、自律神経が整いやすくなる。

ジャンプができるようになる目安としては、およそ2歳から2歳3ヶ月以降とされている。（早い子では1歳半）（参考元：『子ども時期にたくさんしてほしい！ジャンプのメリットとおすすめ遊び方紹介』）

今年度のくまのみ組の子どもたちは、6月を過ぎると月齢の早い子の中からジャンプをする子が増えた。感覚を掴むとジャンプを繰り返し、ホールでの運動遊びでもジャンプを取り入れた遊びを楽しむようになっていった。ジャンプをする子が増えると、真似をして挑戦しようとする子も出てきたのでハードルを作り、飛び越える楽しさと目標を超える楽しさを味わえるようにした。

【ハードル】

牛乳パック・プールスティックを使い制作した。
※子どもの身長や成長に合わせて2段階の高さを作り、調整できるようにした。



遊び始めの頃はハードルを跨ぐ子、くぐる子、踏んで楽しむ子など、思い思いに目の前の玩具と関わる姿が見られた。



ハードルを見て下をくぐる様子。

保育者が期待していた使い方ではなかったが、くぐる際ハイハイの動きを行っていた。ハイハイの動きは股関節の力を使うので、自由に運動そのものを楽しめるように見守るようにした。ジャンプし始めた子がいたタイミングでその子を褒め、全体が飛び越えるための玩具だと分かるようにした。保育者の声がけを聞いていた子どもが少しずつ本来の遊び方で遊ぶようになり、ジャンプの動きを入れたハードル遊びが始まった。



ジャンプをしようと頑張る姿。

【令和7年12月撮影】

ホールでの活動を何度も行うとジャンプをする子がより増え、日常でジャンプをする姿が見られるようになった。

ホールでの活動の際にトランポリンを出してみた。子どもたちは不安定な足場のトランポリンの上でもジャンプをし、楽しむことができた。これはお部屋の床などの安定した場所でジャンプを繰り返し行ったことによって足の力がつき、不安定なトランポリンの上でもジャンプができるようになったためと考える。トランポリンの上は不安定な場所なので、より足の力を使わないと高く跳べないと気が付いた子は大きく足を踏ん張ってジャンプしている姿も見られた。



トランポリンでのジャンプにチャレンジする様子。

【令和6年12月撮影】

お遊戯会の振り付けには子どもたちができるようになったジャンプなどの動きを取り入れた。普段の遊びの中で取り入れていたジャンプやダンスの時間に踊ってきた動きを多く取り入れたことにより、すぐに振り付けを覚えることができた。そのため、音に合わせて踊る楽しさや振り付けの中に取り入れたジャンプを一生

懸命やろうとする意欲がみられた。日々の取り組みをこういった場面でも活かすことで、さらに発展した動きができるようになるのだと感じた。

保護者にも普段から頑張っていたジャンプを披露することができ、子どもたちの自信にもつなげることができた。



お遊戯会練習でジャンプをする姿。

【令和7年2月撮影】



【令和7年2月撮影】

【洗濯ばさみあそび】

子どもたちの中には指先を思うように動かせない子が多くいた。月齢によるものである他にも生活経験の中で指先を使うことに慣れていないことが原因だと考えた。

そこで、指先を使う洗濯バサミを用いた遊びを行った。指先を使うことで思考力や記憶力の向上、手先の器用さにもつながり子どもの発育に良いことがわかっている。この活動では保育者が事前にどのようにつまむか、どこにつけるかの手本を見せたが、実際にやると一人一人が活動に没頭しどこを押せばいいのか、どうや

ったら挟めるのか試行錯誤している様子が見られた。

成功した他児の様子を見て自分も同じように押すと、ハサミが開いたことから少しずつやり方を覚えていった。やっていくうちに自分にとってやりやすい握り方やつまみ方を覚え、精度を上げていった。

【手作りすべり台】

天候によって遠出できないときや園庭で遊んだ際、築山を滑りたがる子どもが多かった。しかし、山肌がザラザラしているため衣服が破れてしまうことがあった。そのために行動を制限しないといけなかった。

そこで、ダンボールを用いた滑り台を作成した。最初はダンボールをつなげただけで、滑るとつなぎ目が破れてしまったり引っかかったりしてしまった。子どもがもっとやりたい様子だったため、再度大きさを揃えた段ボールで作成しテープで補強した。改良されたことにより滑りが良く、何度も楽しんで滑る様子が見られた。また、滑るために何度も山を登ることで普段動かない体の部位も刺激された。



【令和6年10月撮影】

【お正月あそび だるま落とし もちつき 福笑い】

季節に合わせた活動も取り入れた。木槌の代わりに段ボールで作り、ダイナミックな体の動きで遊べるようにした。子どもたちは目の前の大きな玩具に興味を示し、夢中で活動を楽しんでいた。木槌は棒とは違い扱いが難しい。始めは狙ったところに木槌の先端が当たらない子どもも多かったが、回数を重ねたり保育者の様子をよく見たりしながら段々と狙ったところに打てるようになっていき、できることが増えた喜びも感じながら活動をしていた。このように大きな玩具は家庭で作るのは難しいが、保育園でなら制作することができ、みんなと一緒に遊ぶことでその楽しい雰囲気も味わうことができる。保育の役割として、家庭で作れない機会を

与えることはとても大切なことだと感じた。



【令和7年1月撮影】

まとめ

現在の子どもを取り巻く環境は決して充実しているとは言えない。異常気象による天候や気温の変化。核家族化が進み両親共働きの家庭の子どもは、1日のほとんどを園で過ごしている。そのため十分な運動や五感を使った体験の機会が少なくなっている。この現代社会において保育の役割は子どもの発達段階に応じた適切な支援を行い、さまざまな経験をする機会を充実させることにあると考える。

本研究では、乳幼児における足や手先への刺激が子どもの発達にどのように影響するかを観察してきた。もともと体を動かすことが好きな子どもが多いクラスだったことや、体の成長が著しい時期だったこともあり、活動に対してはとても意欲的だった。何度も繰り返し行ったことで始めはできなかったことがどんどんできるようになっていった。ジャンプに関してはお遊戯会のダンスに取り入れることでその機会を増やすこともできた。また、できるようになる喜びを感じた子どもたちはさらに難しいことにも挑戦するようになった。

これは、保育者が子どもの様子を見守り発達段階に応じて玩具を用意したことや個別に支援の方法を変えたことが有効であったと考える。さらに、子どもにとって魅力的な玩具を作ることで興味をもたせ、できたことを一緒に喜んだことも意欲を高めることにつながった。子どもに寄り添い、一人ひとりに合った支援の方法を考えていく重要性を改めて感じた。

今後、さらに研究を進めるために子どもの発達段階に合わせた活動を意識したりできる喜びを十分に味わいながら、さまざまなことに挑戦する子どもたちを育てていきたい。そして、保育者の立場でできるきかけづくり、体験を増やし健康で丈夫な体を作るための支援ができるようにしていきたい。