# 体育指導概要

年齢・クラスにより指導内容及び到達目標に変化を持たせ、子供達の 能力を最大限に伸ばす。安全で自由に活動できる環境を用意し、身体 を動かすことの楽しさを身に付けさせ、出来なくてもいい何事にも最 後まで頑張る精神力を養う。

#### 1. マット運動

模倣動作 (イヌ・カエル・ペンギン)・ブリッジ・前転系 (前転・開脚前転)・後転系 (後転・開脚後転)・倒立系 (三点倒立・倒立前転)

#### 2. 跳び箱運動

両足とび(踏み切り)・開脚とびのり・開脚とび・台上前転

### 3 • 鉄棒運動

ぶらさがり・腕支持・前回り降り・中抜き戻し・逆上がり 腕支持後回り

### 4. ボール運動

転がす・投げる・うける・ドリブル (両手・片手)

- 5. なわとび運動 波とび・前とび・後ろとび・あやとび
- 6. 水 泳
  - 2・3 歳児 水遊び 4・5 歳児 伏し浮き・バタ足

## 保育活動のねらい

安全な環境の中で、保育者との個人的なふれあいを配慮しながら、 自発的に周囲の事物を知ろうとする力の芽生えを養い、言葉の習慣 を助け、友達への関心を育てる

### 2才児・3才児

- 1.「自分でしよう」という気持ちを大切にしながら、模倣活動や言語活動を促進する
- 2. 回りの環境や友達との関係を広げて、表現活動の芽生えを育てる
- 3. 子供達の要求を大切にしながら、基本的な生活習慣の自立を図る
- 4. 集団生活への適応の初歩的段階を経験させる
- 5. 遊びを通して、生活経験の拡大と創造性の芽生えを育てる

### 4才児・5才児

- 1. 自発活動の場を十分に与え、やり遂げたことへの喜びを持たせる
- 2. 健康生活に必要な習慣の自立を図る
- 3. 保育者や身近な大人の指示に従って、必要な行動が安全にできる
- 4. 聞くこと話すことが豊かになるようにする
- 5. 歌う音楽と聞く音楽に対する楽しさを十分に味合わせる
- 6. 色々な材料や用具を使って、物を作ったり絵を描いたりなどの造 形活動を十分に持たせる