

# とうきょう すくわくプログラム実践報告書

所在	東京都西東京市泉町 3-13-24
園名	アスク保谷保育園

## 1. 活動のテーマ

～声、五感と音～

<テーマ>

<テーマの設定理由>

3 歳児…発表会に向けて、幼児クラスではうたや楽器に触れることが多い。オペレッタを行うこともあり、うたをうたうことが多くある。日々も季節のうたをうたうなどピアノや歌に触れることが多い。

4 歳児…日頃から季節の歌を歌うことに加え、行事の際には行事に合った歌をみんなで歌っている為。また生活発表会ではオペレッタや劇、楽器演奏をすることもあり、おんがくに触れる場面が多くある為。

5 歳児…日頃から季節の歌を歌うことに加え、行事の際には行事に合った歌をみんなで歌っている為。また生活発表会ではオペレッタや劇、楽器演奏をすることもあり、おんがくに触れる場面が多くある為。

## 2. 活動スケジュール

6～1月まで月一回おんがくの講師とともに声、五感と音について各年齢に合わせて考えて取り組んでいこうにしました。

3 歳児 6月～ 「声ってなに?」「音って何?」と実際に動きながら考えてみました。

7月～10月 動物ってどんな声だろうと考えた。どんな時にどんな声をだしているのだろう?

11月～1月 声を出す時ってどんなこえだろう、大きさは?歌に使う声ってどんな声?とピアノや楽器を使って考えてみる。

4 歳児 6月～7月 「声って何?」と言う問いからゲームを通して声の大切さ、必要性について考える。

8月～9月 声から音に興味を持ち、園内を散策することでサウンドマップを作る。

10月～1月 サウンドマップ聞こえた楽しい音から楽器を連想し、楽器に触れながら自分たちで楽しい音を作っていく。

5 歳児 6～8月 声とはなにか?を考えながら、人間の声以外にも目を向けてみたり、気持ちや場面によっても声の大きさや音が変わるということについて考えた。

9～11月 どのような声の大きさが適正か?歌をうたうときには歌詞や歌の情景によっても大きさを変えるといいということを考えながら活動した。

12～1月 楽器演奏では、どのような大きさを演奏したらよいかを考え、自分たちで考えた

### 3. 活動のために準備した素材や道具、環境の設定

(活動のためにどのような環境を設定したか、準備した素材や道具)

- ・タンバリン
- ・ピアノ
- ・楽器（大太鼓・小太鼓）…実際の声がどんな大きさなのかをたたいて感じる。10月  
(カスタネット・すず・トライアングル) 楽しい音を楽器を用いて鳴らす
- ・絵本（1月）声のでてくる場所や声の長さを実際にみて考えてみる。
- ・携帯・スピーカー（6月）動物の声ってどんな声があるか考えてみる。
- ・ジェスチャーカード（7月）どんな音が聞こえてくるか。
- ・サウンドマップ（8・9月）園内で聞こえた音をサウンドマップに記す

### 4. 探究活動の実践

### 【3歳児実施分】

**問いを考える：** 声って何かをかんがえられるように声だけを聴いてこの声は誰の声とまず声に興味をもっていけるようにした。動物の声や物からでる音はどんなものかをジェスチャーゲームを通して考えられるようにしたり、虫などはどこから声を出しているかなども考えられるようにした。様々な声に触れた後に、「自分たちの声ってどんな声？」ということについて問いかけた。

#### 探究活動の様子：

聞こえ方が似ている鳴き声であっても動物が違うということに気が付いていた。その中で「少し音が高く聞こえる」と言っていた。動物の中の猫に着目すると怒っている時の泣き方、甘えている時の泣き方が違ったり、子猫は「かわいい声」「小さい声」「高い声」などと違いに気が付いていた。自分たちの声はどんな事かを考えた時に、楽器を使い「声の大きさ」について目や耳を使って考えてみた。実際に大太鼓や小太鼓を「小さい音」「大きい音」でたたいてみることで声の大きさについても意識してだしてみることができていた。実際にうたう時にはピアノの音を調整したり、人数が違うとどうやって聞こえるか、知っている歌と知らない歌であるかどうかと考えた時には、「知っている歌でたくさんの方の人数のほうが歌いやすい」と言っていた。メロディを弾いた時と、伴奏だけの時の違いも言葉で伝えることは難しそうにしていたが、「合図があるとみんなで揃えて歌いだせる」ということに気が付いていた。歌う姿勢などは前屈してみたり、足を開いたり、くっつけたりしてみることでどのような姿勢だと声を出しやすいかの問いに対しては、「肩幅ぐらい」の姿勢が一番歌いやすかったと話していた。手を丸くして歌う問いに対しては、輪にするとよいことに気が付き「「○」「△」「♡」などいいんじゃない？」と案をだし取り組んでいた。「「×」の形は声を通らないから歌いにくいね」ということも気が付き、手で輪を作らなくてもイメージしながらうたを歌うことができていた。絵本を見て、どのくらい伸ばせるのか、口の前で手を動かすとどんな声になるかも問いかけてみた。動かすと「宇宙人みたい」「声が切れてきこえるかも」など実際に行い、イメージと重なっていた。

#### ふりかえり（保育士の気づき）：

普段より過ごしている友だちの声はよく知っており、隠れていたり、小さな声、声色を変えていたりしても気付くことができていた。わかりやすい動物の感情の変化の声についても、「怒っている」「悲しそう」など子どもたち自身で「気持ちにより声が変わっている」という事をいっていた。そこから自分の声を出す時には前屈すると声が出しにくかったり、手で形を作るときにも輪になっている形なら歌いやすいのではないかと様々な形を提案する姿があった。見えないものであったが身近にある「声」というものだったり、毎日歌をうたっていたりするため、考えやすかったようである。取り組んでいく中で声の出し方を意識する様子があり、生活発表会の場でもしっかり声をださうたうことができていた。



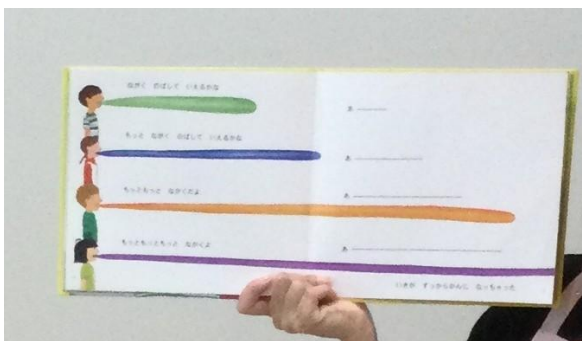
動物の声ってどんな声？



どんな体勢になったら声が出しやすいかな？



実際の楽器を使って音の大きさの違いに気づいてみる。



口に手をおさえて動かすとどんな声になるか

#### 【4歳児実施分】

**問いを考える：**「声って何？」という問いに対して、言葉では表現することが難しい事をゲームを通して考えられるようにした。また声から音、音から楽しい音、楽しい音から楽器へと子どもたちなりの発見や連想を受け止め、膨らませ「どんな音が聞こえるだろう？」「音の違いはあるのか？」「楽しい音ってどんな音？」と子どもたちの興味に合わせながら探究が進めていけるよう問いかけた。

**探究活動の様子：**「声って何？」という問いに対して、姿が見えない状態で誰の声かを当てるゲームや口パクゲーム、ジェスチャーゲームをする中で声の必要性や大切さに気付く姿があった。クラスの子や担任は毎日一緒に過ごしているから声分かる、声の高い低いが違うなど個々の声の違いに気付く子が多くいた。口パクでも口の形で何を言っているかが分かる、ジェスチャーだけでも何をしているかが伝わると言う子もいたが、声があることでより詳しく明確に分かるようになるという気づきもあった。

声と言うワードから音に興味を持ち、5、6人で1グループを作り、園内散策をすることで園内のサウンドマップを作った。グループごとに行く場所によって様々な音が聞こえ、どんな音だったかだけでなく、「～をしている～の音」と音の詳細までも言葉で表現することが出来ていた。完成したサウンドマップを発表し合うと同じ音がなかったことに加えて、聞こえたのは楽しい音が多かったという気づきがあった。

楽しい音から楽器を連想し、また発表会の取り組みを行っていたこともあり楽器活動を行った。小太鼓、タンバリン、カスタネット、鈴、トライアングルの5つの楽器を用意し、楽器グループごとに曲に合わせた自由な演奏から、曲調に合わせた演奏、歌詞に合わせた演奏など行った。曲によって様々なリズムや音の大小、速さなどを友だちと共有し、演奏する姿があった。リズムを共有する際、どのグループも共通していたことは「声」で伝えることであった。

**ふりかえり（保育士の気づき）：**「声って何？」という問いだけではうまく言葉で表現することが難しい内容をゲームをする中で考えることで子どもたちからの気づきや発見が多くあったように感じた。普段何気なくしている会話の中でも、声だけで誰なのかを認識出来ていたことは保育者の気付かない発見だった。

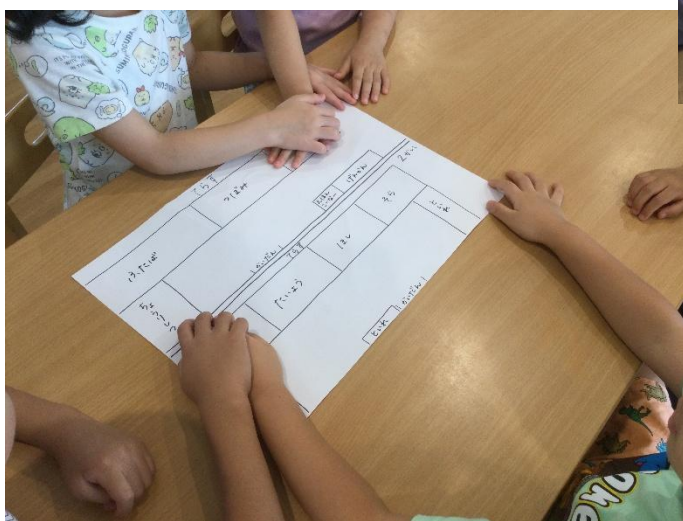
探究を進める中で様々な事に興味を持ち、「声って何？」という問いから離れてしまったようにも感じたが、子どもたちの興味に合わせて進められたからこそ、子ども主体で意欲的な探究が出来たのだと感じている。発表会でも探究の成果を発揮することができ、楽器活動最後にも「声」の必要性や大切さについて感じる事が出来る探究となり良かった。



園内散策



サウンドマップ共有



楽器活動



### 【5歳児実施分】

**問いを考える：**日頃から話すときの声の大きさや、歌の歌い方などで課題が生まれることが多かったため、どのような声の大きさが適切か？という問いからはじめました。

**探究活動の様子：**まず始めに声について考えたところ、「気持ちを伝えるもの」、「言葉を伝えるもの」などの意見が出ました。赤ちゃんは言葉が話せないけど、気持ちが伝えられるのはなんでだろう？という問いに発展したため、子どもたちと一緒に考えたところ、声の高さや大きさ、笑い声か泣き声か？でも気持ちが伝わるねと言うことが、子どもたちの気づきとしてありました。これはネコや犬などの動物にも共通しているねと言うことにも気が付き、話が発展していった場面でした。

その後は毎月うたっている季節の歌にも目を向けてみることにしました。どのようにすれば上手にうたえるかな？声の大きさはどのくらいだと綺麗にうたえるかな？と言うことを、実際に歌詞を見ながら話し合いました。「歌詞が楽しい内容の時には元気に歌うと良いかも」「悲しいときには静かにうたった方がいいかも」と子どもたちなりに考える姿が見られていました。では実際にうたう時、元気よくはどれくらいの大きさかな？静かにどれくらいの大きさかな？と考えた時、声の大きさを1～5の数字に表して考えてみました。「ここは楽しいから5にしよう」「ここは悲しいから2にしよう」と自分たちで考えて歌ってみることが出来ました。ここから楽器演奏の話にも繋げていき、どのように演奏すると抑揚が付いた素敵な演奏になるかを考えました。歌の時と同じようにメロディーや曲調に合わせて音の大きさを数字で決めてみようと呼ぶと、子どもたちだけで考えて決めることが出来ました。最後には総まとめとして「世界中の子どもたちが」の曲に合わせて合奏をすることにし、自分たちで弾きたい楽器を選んだ後、リズムも自分たちで考えて練習をしました。「声」と言うところから始まり、最後には合奏の発表と言うところまで発展をさせながら探究活動を行うことが出来ました。

### ふりかえり（保育士の気づき）：

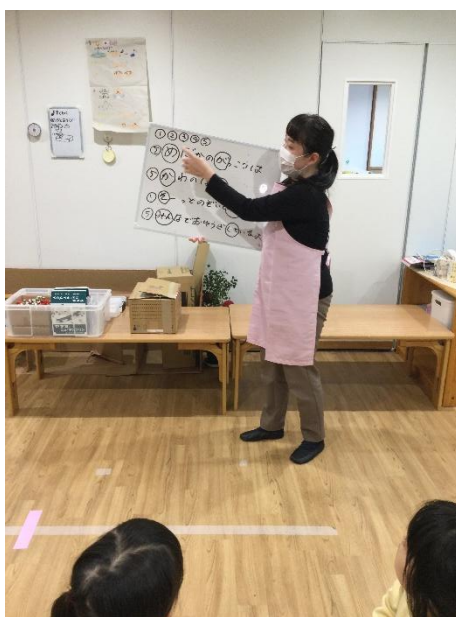
子どもたちからの気づきがとても多い1年間でした。声と言うところから抑揚をつけた歌い方、演奏にまで発展し、そのことが園行事の生活発表会などにも活かすことが出来、とても良いすくわく活動が出来たと思います。日頃の声の大きさというところでは、活かさきれない部分もあったので、ここに繋げるにはどのように促して発展させることができればよかったかは反省点として、また次回に繋げていけたらと思います。



誰の声かわかるかな？



寝転がると声が出にくいね！



歌詞に合わせて歌の大きさをかえてみよう！



自分たちで考えて合奏をしたよ！楽しかった♪



# とうきょう すくわくプログラム実践報告書

所在	東京都西東京市泉町 3-13-24
園名	アスク保谷保育園

## 1. 活動のテーマ

<テーマ>

- ・バランス力を上げよう
- ・いろんな‘とぶ’を経験しよう

<テーマの設定理由>

3 歳児…園独自の園庭があり、築山やがんばり坂を、身体の重心の使い方を考えのぼることや、丸太などを渡ること  
でバランス感覚を養うことができる。園庭チャレンジとして、毎月、目標をたて、身体を動かすことに重点をおいて行  
っている取り組みがあるため。

4 歳児…がんばり坂や築山、丸太渡りなどバランス力を鍛えられる箇所がある。園の強みである園庭がある為。また  
園庭チャレンジという取り組みを行い、毎月目標を持って体を動かしている為。

5 歳児…がんばり坂や築山、丸太渡りなどバランス力を鍛えられる箇所がある。

園の強みである園庭がある為。また園庭チャレンジという取り組みを行い、毎月目標を持って体を動かし  
ている為。

## 2. 活動スケジュール

6 月～1 月まで月 1 回たいそうの講師とともにバランスについて各年齢に合わせて考えて取り組んでいくようにしました。

3 歳児 6～7 月 バランスとは何かを考えるため、積み木などを使って実際に見て考えてみた。

8～10 月 バランス平均台・ボール・アクティブブレスポットなどでどのように自分でバランスをと  
るかを考えてみた。

11～1 月 どのようにしたらジャンプができるかを考えた。

4 歳児 6～8 月 「バランスって何？」という問いから飛行機バランスと V 字バランスについて実際にやっ  
てみたり、長くできる方法を考えた。

9 月 片足バランスとボールを持ってでのバランスについて実際にやったり、意見を出し合うこと  
で考えた。

10 月～12 月 バランスを使った遊びについて考え、けんけんばやどんじゃんけんをやる中で  
ゲームの中でも上手くバランスを取る方法を考えた。

1 月 今までやったバランス技やバランスを使ったゲームのまとめと成果共有

5 歳児 6～8 月 バランスとはなにか？という問いから始まり、どのようにすれば上手くバランスがとれる  
か？ということを考えながら飛行機バランス・V 字バランスなどのバランス技を実際にやってみた。

9 月 実際に片足バランスでのゲームやバランスを取りながらのボールゲームなどを行い、自  
分の体に目を向けながら、バランスについて考えた。

10～12 月 園庭の築山やツリーハウス、トランポリンなどを使用し、バランスを取りながら上

## 3. 活動のために準備した素材や道具、環境の設定

(活動のためにどのような環境を設定したか、準備した素材や道具)

- ・バランス平均台(8～10月) バランスの低いところと高いところでのようにバランスが取りやすいかをするために使用。
- ・でこぼこバランス(8～10月)高さが違うところをどのようにしてジャンプしたらよいかを実践するために使用。
- ・ジョイントステップブロック(12月)高さを変え、どのようなジャンプをしたよいか。目印までどのように跳び、バランスをとるかを実践するために使用。
- ・積み木・四角のつみきとバランス遊びのつみき…バランスを知るために使用。
- ・ホワイトボード…子どもたちの意見を記入するために使用。
- ・ボール…(9月)ボールを落とさないようにバランスをとることをするために使用。
- ・アクティブスペースポット…目印として使用。
- ・感覚遊びカード…カードに記載のころを模倣してみることに使用。
- ・トランポリン…跳ぶ感覚を感じることに使用。

#### 4. 探究活動の実践

##### 【3歳児実施分】

**問いを考える:** 初めにバランスとはどんなものかということを考えられるように、「バランスって何?」「どこに力を入れたらバランスがとれるか?」など問いかけをしました。おもちゃを使用した後に、実際に自分たちの体を使いどのようにしたらバランスがとれるのか、どちらのほうがバランスをとりやすいかなどを考えていけるように行いました。

**探究活動の様子:** まず初めにバランスってなんだろうということを考えてみました。「なわとび」「鉄棒」など体を動かす物の名前が子どもたちから出てきていましたが、具体的にバランスを言葉で表現することが難しそうでした。いつも保育の中で遊んでいる積み木を使い、バランスが何かということに気付けるようにしました。「高く積むと倒れるよ」と子どもたちからの声もありました。目でみて見ると共に、体を使ってV字バランスやフラミンゴのポーズをとりました。「足」「おなか」「て」など筋力を使っていることを伝えました。三日月形のバランス積み木はのせた側と反対側に積み木をのせるとバランスが取れることや、四角い積み木を積むときに、丁寧にそろえていく方が倒れないこと、土台を広くとると倒れにくいことなどに気が付く様子がありました。

実際にボールを持って片足で立ったり、バランス平均台の高いところ低いところを歩いてみたりしました。バランスを取るためには手を広げた方がとりやすいことに気が付いていました。ジャンプは目印の一定の場所でジャンプをしたり、高い所ところから飛び降りるということをしたりしました。高さが高くなったり、ジャンプするスピードが上がったりことにより、ジャンプをする際に「膝をまげたほうがいい」「手でバランスをとるといい」など気づいていました。子どもたちは言葉にすることが難しそうにしていたのですが、ジョイントステップが高くなるほど膝を曲げてジャンプをする姿がありました。最後の時にはマットの上で足をどのように開いたらバランスが取りやすいかということを行いました。足を開いたパーの形、閉じたグーの形、前後に開いたチョキの形でそれぞれ立ってみるとどのように立つとしっかりと立っていられるかということを考えてみました。実際に行ってみると、「パーでぎゅっと足に力を入れる」「チョキにしてみるとしっかりと立っていられる」と気が付いていました。マットの揺れている向きと一緒にチョキの足のほうが力をいれやすく、バランスも取りやすいと言っていた。

##### ふりかえり(保育士の気づき):

遊びの中でも気づいて、玩具を頭に載せたり、積み木を高く積もうとしたり日々、バランスを意識して過ごしている様子がありました。グループごとに分かれて行くと、Aグループは「倒れないように、はみださないようにした」Bグループは「綺麗に並べたほうがいい」Cグループは「ずれてるところを直した」Dグループは「ゆっくり積んだ」と考えて行っていた。5.10秒などで時間がかわることで急ぐとまた難しさを感じていました。

始めはバランスが取れずに手をついたり着地を失敗したりすることがありましたが、何度も繰り返し行ってきたことにより、高いところからジャンプしても膝を曲げたり、腕を伸ばしたりなどし、バランスをとる力がついていました。プログラムの終了時にはバランスをとるためにどのようにしたらよいかを考え、膝を曲げ、手を広げることができるようになっていました。普段の過ごす中でも転んだりすることが減り、ジャンプの着地もふらつくことがなくなってしっかりと止まれるようになってい

バランス積み木



V 字 バ ラ ン ス



でこぼこバランス



つみき



ジョイントステップ



マット 電車ごっこ バランスをとる

#### 【4歳児実施分】

**問いを考える：**「バランスって何？」という問いから、子どもたちから出てきたバランス技について実際にやってみたり、どうやったら上手くできるかみんなで見合いまとめながら進めていった。1つのバランス技だけでなく、何かをしながらのバランスやゲームの中でのバランスなど様々なバランスについて子どもたちに問い、考えられるようにした。

**探究活動の様子：**「バランスって何？」という問いには身近な遊びから積み木やコマが上がり、バランス技からは飛行機バランスやY字バランス、V字バランス、片足バランスが上がっていた。それぞれについてどのようにすればバランスが保たれるのか、長時間維持できるのかを考え、積み木は高く積みあがっているときはバランスが取れている、崩れるととれていないとの意見があり、コマは回っている間はバランスが取れているが、止まるとバランスが取れないと遊びの中での気づきを発見していた。

バランス技は実際にやってみることで「どこに力をいれるのか?」「何を意識したらいいのか?」についてみんなで見合いすると、バランス技によって力を入れる場所や伸ばす場所、高低についても意見が上がり、タイマーを用いて時間を計測することでゲーム感覚で楽しみながら、探究を進める姿があった。

何かをしながらのバランスやバランスを用いたゲームでは上手な子を見て真似したり、自分がやりやすい方法を共有しながらゲームを楽しむ姿があった。ゲームに夢中になり目的を忘れてしまう場面もあったが、ゲームで分かれたチームごと作戦会議をしたり、バランスについて考えることで目的を意識しながら楽しむことが出来ていた。

最後のすくわくではこれまで探究してきたことのまとめをした。今まで探究してきたことを共有し、また意識することでどの子もバランス技のタイムがのび、ゲームもルールに沿ってバランスを意識しながらスムーズに進めることが出来ていた。

**ふりかえり（保育士の気づき）：**子どもたちが想像しやすいテーマであったため、子どもたちからの意見がたくさん出てきたことが良かった。バランス技は時間を計測することでタイムがのびた時の嬉しさや達成感を感じてもらうことが出来、ゲームではあくまでバランスについて考えることを前提に伝えていた為、ゲームの勝ち負けにこだわらずバランスについてグループごと考えることが出来たと感じている。

すくわくでのバランスの探究が日常の遊び（カプラ）に大きく影響し、クラスでのブームになっていることに「こんな発展の仕方もあるのだと」私が改めて気付かされる場面でもあった。

V字



飛



バランス

行機バランス



どんじゃんけん



片足バランス



ま  
と  
ん  
ス

め(飛行機バラ





### 【5歳児実施分】

**問いを考える：** バランスってなんだろう？という問いから始めました。その後、バランスの種類ってなんだろう？上手にバランスを取るにはどうしたら良いか？などの問いかけもし、子どもたちが様々な角度からバランスについて考えられるよう促してきました。

**探究活動の様子：** バランスとは何か？という問いに対して子どもたちからは「片足で立つこと」「ジェンガを崩さずに積み上げること」など、自分の体以外にもバランスという言葉をつけて考える様子が見られました。「動物の中にも猫やフラミンゴのようにバランスを取りながら生活しているものもあるよね」などといった話も出ていました。では、バランスはどのようにするととれるのか？というように話を進めていくと、「体の中心に力を入れる」「ジェンガやカプラなどの玩具では、積み上げる位置を調整しながら行うとバランスがとれる」「集中するとバランスがとれる」といった言葉が出てきました。実際にV字バランスや飛行機バランス、片足バランスなどを行ってみると、「簡単だったよ！」と言いながらも、ふらふらしてしまったり、バランスをとるのが難しい子もいました。園庭では築山やツリーハウスなど、体幹を鍛えないと上手にバランスが取れない場所も多いため、それらもどのようにすると上手に遊べるかを実際にやることで、子どもたちと一緒に考えてみました。集中して取り組むのはもちろんのこと、何度も練習することで体を上手に使うことでバランスがとれるようになるということも学ぶことができました。また、トランポリンを使った活動では、トランポリンのジャンプする場所によってもバランスがとりやすい、とりにくいということが体験を通して分かりました。体操講師との活動では、バランスを取りながらドンジャンけんゲームをしたり、どのくらいバランスを取って立ってられるか？など、タイムを測るなどして取り組みました。



ボールを持ってバランスとるのは  
難しいね？

