

散歩

散歩は四季折々の自然に触れ、五感と好奇心を刺激し、豊かな情緒を育みます。季節ごとに咲くきれいな花、心地よい風、木々の紅葉など飯能の豊かな自然を肌で感じ様々な発見をしながら、ゆったりと楽しみましょう。

幼児期によく歩くことは、運動に関わる神経細胞の発達を促すばかりではなく、話す、読む、理解するなどの能力に関わる脳神経細胞も刺激されて、子どもの脳の発達を促す効果があります。

計画の中で季節感や発達段階に応じてどのように散歩を取り入れていくのか十分検討します。園外保育安全マニュアルを基にチェックを行い、活動中や帰園時なども、必ず人数確認や観察を行います。

散歩中に会った人と挨拶を交わし、保育所や子どもの理解を深めます。地域の人との交流から協力を得たり、相互に情報を交換し子育て支援につなげます。

不審者や危険を察知した時は、子どもの安全を最優先した行動をとります。同時に110番通報をし、園にも知らせます。

散歩 (0歳児)

＜ポイント＞

- ・気持ちよく、安心して過ごせるよう配慮する
- ・身近な自然や生き物に親しむ
- ・個々の発達に合わせて散歩を楽しむ
- ・だっこやおんぶも取り入れながら安心して散歩を楽しむ

- （主な持ち物）
- ・ホイッスル・帽子・ベスト
 - ・携帯電話・防犯ブザー
 - ・救急用品・タオル・緊急連絡カード・小銭・衣類一式（オムツ・パンツ・ズボンなど）
 - ・ティッシュ・ビニール袋・おんぶひも・バギー・避難車

子どもの姿

大人の動き・配慮

外気に触れ、季節ごとの自然を感じ、心地よさを味わう

- ・積極的に外気にふれる機会を作る
- ・季節や天気などに合わせ、衣服の調節をする

立ち止まったりしゃがんだりしながら、色々なものに興味を示す

- ・個々の発達段階に応じた活動ができるよう、十分に触れ合いながらゆったりと過ごせるようにする
- ・子どものペースや興味に合わせて関わる

身近な生き物に興味を持ち、声を出したり、指さしをする

- ・子どもの視線に合わせて、共感しながら言葉掛けをしていく
- ・なんでも口に入れ、確かめようとするので誤飲に気をつける

- ＜留意点＞
- ・散歩の前後には水分補給を行い、オムツの汚れを確認する
 - ・その日の体調などにより参加できるかどうかを判断する
 - ・虫さされ対策をする
 - ・害虫に十分注意する

- ＜人的環境＞
- ・飯能の豊かな自然を満喫できるよう工夫する
 - ・子どもたちの身の回りや足元に注意し、安全に気を配る
 - ・満足いくまで探索活動を行える環境をつくる

- ＜物的環境＞
- ・ゆったりした雰囲気の中で外気に触れられるようバギーやおんぶひもも利用する
 - ・帽子をかぶる

散歩（1歳児）

<ポイント>

- ・一人ひとりの発達を考慮する
- ・道草を大切にする
- ・自分の足で歩くことを楽しむ
- ・歩行に適した靴を履く
- ・動きやすい服装にする
- ・様々な自然物に触れる

（主な持ち物）

- ・ホイッスル・帽子・ベスト・携帯電話・防犯ブザー
- ・救急用品・タオル・緊急連絡カード・小銭・衣類一式（オムツ・パンツ・ズボンなど）・ティッシュ・ビニール袋・おんぶひも・バギー・避難車

子どもの姿

片言や表情・指さし・動作などでやりとりをしようとする

立ち止まったり、しゃがんだりしながら興味のあるものに触ってみようとする

保育士の周りを行ったり来たりして楽しむ

歩き疲れたり、思い通りにいかなくてぐずる

大人の動き・配慮

・子どもの興味や驚きを見逃さず受けとめ、ゆったりと関わる

・危険のないよう見守りながら、探索活動を楽しめるようにする

・一人ひとりが満足して遊べるようにする

・子どもができないことはさりげなく手を貸し、できそうなところは手を出さずに見守る

<留意点>

- ・散歩の前後には水分補給を行い、トイレに誘ったりオムツの汚れを確認する
- ・その日の体調等により散歩に参加できるかどうか判断する
- ・子どもから目を離さない
- ・虫さされ対策をする
- ・害虫に十分注意する

<人的環境>

- ・飯能の豊かな自然を満喫できるように工夫する。
- ・子ども達の身の回りや足元に注意し、転倒・転落を未然に防ぐ

<物的環境>

- ・避難車も移動の手段として利用できる
- ・帽子をかぶる

散歩（2歳児）

<ポイント>

- ・歩く距離がのびる
- ・個々の発達や体力に合わせる
- ・歩行に適した靴を履く
- ・動きやすい服装にする
- ・様々な自然物にふれる

（主な持ち物）

- ・ホイッスル・帽子・ベスト
- ・携帯電話・防犯ブザー
- ・救急用品・タオル・緊急連絡カード
- ・小銭・衣類一式（オムツ・パンツ・ズボンなど）
- ・ティッシュ・ビニール袋

子どもの姿

子ども同士で手をつなぎ、並んで歩き、興味のあることを言葉にしてやりとりを楽しむ

季節を感じながら、身近な自然物を取り入れて遊ぶ

自然の中を歩いたり、広いところを走りまわったりしながら、様々な動きを楽しむ

大人の動き・配慮

- ・子ども達一人ひとりの興味・関心を把握し、子ども同士の関わりを大切にする

- ・安全な環境の下で、自然に触れ、全身や手先を十分に動かして探索活動を楽しめるようにする

- ・一人ひとりが満足して遊べるように安全面に配慮する

<留意点>

- ・散歩の前には水分補給を行い、トイレに誘ったりオムツの汚れを確認する
- ・興味・関心に応じたコース、場所の設定をして行動範囲を少しずつ拡大していく
- ・子どもから目を離さない
- ・虫さされ対策をする
- ・害虫に十分注意する

<人的環境>

- ・飯能の豊かな自然を満喫できるよう工夫する
- ・子ども達の身の回りや足元に注意し安全に気を配る
- ・危険物を知らせる（車・バイク・自転車・看板等に触らせない）
- ・動物を見る時は近づきすぎないように注意する

<物的環境>

- ・見つけたものを入れる器や袋を持参する
- ・帽子をかぶる



散歩（3歳児）

＜ポイント＞

- ・散歩先の環境を生かしたあそびをする
- ・危険な場所を予め確認し、全体の安全を見守る保育士をおく

（主な持ち物）

- ・ホイッスル・帽子・ベスト
- ・携帯電話・防犯ブザー
- ・救急用品・タオル・緊急連絡カード・小銭・衣類一式（オムツ・パンツ・ズボンなど）・ティッシュ・ビニール袋

子どもの姿

経験したことや興味のあることを、友だちや保育士とやりとりすることを楽しむ

季節の変化を感じながら、身近な自然物を取り入れて遊ぶ

保育所にない遊具でも、のびのびと身体を動かして遊ぶ

簡単な交通ルールを知り、友だちや保育士と一緒に守ろうとする

大人の動き・配慮

・子ども達一人ひとりの興味・関心を把握し、子ども同士の関わりを大切にす

・自然物を使ったあそびを製作などの活動につなげていく

・一人ひとりが満足して遊べるように安全面に配慮する

・生活やあそびの中にきまりがあることを知らせ、くり返し伝える

＜留意点＞

- ・園外のトイレに行く時は保育士が必ず付き添い、鍵はかけない
- ・階段や急な坂道では転倒を防ぐためにも手を離して歩く
- ・子どもから絶対に目を離さない
- ・虫さされ対策をする
- ・害虫に十分注意する

＜人的環境＞

- ・飯能の豊かな自然を満喫できるよう工夫する
- ・子どもたちが歩きやすい並びかたを工夫する
- ・危険物（車・バイク・自転車・看板等）に触らせない
- ・動物を見る時は近づきすぎないように注意する

＜物的環境＞

- ・見つけたものを入れる器や袋を持参する
- ・帽子をかぶる



散歩(4・5歳児)

<ポイント>

- ・自然の中でダイナミックなあそびを楽しむ
- ・色々な道を歩くことで社会のルールやマナーを伝える
- ・季節の移り変わりを五感で感じて楽しむ
- ・雨の日や雪の日の散歩も計画する
- ・お散歩マップ等を利用して地域への関心を広げる

(主な持ち物)

- ・ホイッスル・帽子・ベスト
- ・携帯電話・防犯ブザー
- ・救急用品・タオル・緊急連絡カード・小銭・衣類一式(パンツ・ズボンなど)
- ・ティッシュ・ビニール袋

子どもの姿

友だち同士の会話を楽しみながら目的を持って出掛ける

虫探しや花摘みなど、季節のあそびを楽しむ
虫や花などを持ち帰り、飼育したり名前を調べたりする

保育所にはない遊具を使ったり、仲間同士で全身を使って遊んだりすることを楽しむ

交通ルールや公共のマナーを覚え、進んで守ろうとする

大人の動き・配慮

- ・子どもが楽しめるような計画をたてる
- ・子どもの期待がふくらむような言葉かけをする

- ・個々の発見や気づきを認める
- ・子どもたちの興味が広がる教材を用意する

- ・あそびの提案をしたり一緒に活動することで、あそびが広がるようにする

- ・交通ルールや公共のマナーを教え、決まりを守ることの大切さを知らせる

<留意点>

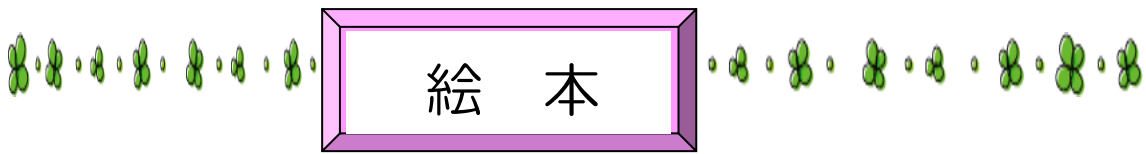
- ・園外のトイレに行く時は保育士が必ず付き添い、鍵はかけない
- ・公園に来ている地域の人とも関わりを持つようにする
- ・事前に活動範囲を示し、安全にあそぶことを約束する
- ・虫さされ対策をする
- ・害虫に十分注意する

<人的環境>

- ・飯能の豊かな自然を満喫できるよう工夫する
- ・目的地では、危険がないか確認し、安全に遊べるように見守る

<物的環境>

- ・見つけたものを入れる器や袋を持参する
- ・暑い日には水筒を持っていく



絵本は生きる力を育みます。

- ① 「読み聞かせ」という行為のスキンシップから自己肯定感・安心感が根付き、自我の芽生えや集団生活の中で社会性を培います。
- ② 「絵本の世界観を疑似体験する」ことで新しい考え方が生まれ夢や希望を膨らめます。
- ③ 「絵本にふれる」ことで豊かな感性と知識を養い、想像力・創造力を育みます。
- ④ 「絵本を読んでもらう」ことは、人の話を聞く力やものを見る眼を育てます。子どもたちの心に響き、思いを育む絵本を見聞きする体験で子どもたちの生きる力をつけていきましょう。

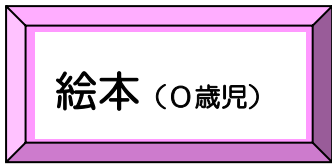
絵本（読み聞かせ）の楽しみ方のポイントを抑えておきましょう。

絵本（読み聞かせ）の楽しみ方は、読み手（保育士）聞き手（子ども）ともに楽しいと思えることが大切です。子どもがお気に入りの絵本は何度でも読んであげます。無理にしつけや学びのもとに使わないようにします。子どもと一緒に絵本をゆったり楽しみましょう。

美しい言葉の響き、生き生きと描かれた絵をじっくり楽しめます。ゆっくり、心を込めて読みます。これらのポイントをふまえ子どもとともに絵本の持つ素敵な世界観をたくさん感じてみましょう。

読み手（保育士）は絵本と子どもをつなぐ役です。毎日の読み聞かせが子どもと保育士のより豊かな時間となりますように。





<ポイント>

- きれいな色彩のものや身近なもの
の絵本を選ぶ

子どもの姿

簡単な絵本に興味を持ち、喃語や片言を言う

見ながら読み手の顔を覗き込んだり指さしをしたりする

やぶいたり、口に入れたりする

どんどんページをめくったり、本を閉じたり集中しない

大人の動き・配慮

• 子どもに合わせたスキンシップをしながら読み聞かせる
(精神的な安定につながる)

• やぶいてしまっても、しからず丁寧に対応する
(あーあ、大事 大事ね、など)

• 気長に待ち、子どものペースで読み聞かせる
(育児の大切な姿勢)

<留意点>

- 子どもの要求に応じて何度でも繰り返し読み聞かせる
- シンプルで場面や言葉の繰り返しが多い絵本を選ぶ

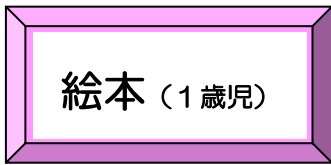
<人的環境>

- 膝の上に抱いて同じ方向から読み聞かせる
(その他、腕に抱く添い寝など)
- ゆったりとした雰囲気の中で読み聞かせる

<物的環境>

- 絵本は子どもの見えるところに間隔をあけて、並べておく
- 表紙が見えるように絵本を並べる





絵本 (1歳児)

<ポイント>

- リズミカルな言葉や繰り返しの多い絵本を選ぶ

子どもの姿

絵を見て自分の言葉とイメージで場面に合った言葉を発する

お気に入りの絵本を持ってきて読んでもらう

本棚から出して、上手にページをめくる

絵本を手に持ち、ひとりで読んでいるかのような姿を見せる

大人の動き・配慮

- 同じ絵本でも要求に応じて何度でも読む
- 一語一語はっきり読む（認識されやすく、模倣しやすいため）

- すぐに応じ、寄り添って読む

- 表紙が見えるように絵本を並べ、自分で選べるようにする

- 興味のある本と一緒に見ながら、簡単な言葉の繰り返しや模倣を楽しむ

<留意点>

- 子どもの要求に応じて何度でも繰り返し読み聞かせる
- 知っているものが発見できる絵本を選ぶ

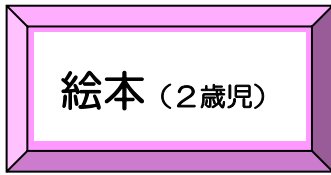
<人的環境>

- ゆったりした雰囲気の中で読む
- 膝の上に抱いて同じ方向から読み聞かせる

<物的環境>

- 表紙が見えるように絵本を並べる
- 子どもの手の届くところに並べる
- 絵本を見るコーナーを設置する





絵本 (2歳児)

子どもの姿

好きな絵本を持ってきて繰り返し読んでもらう

お気に入りの絵本ができ、抱えている

一緒に声を揃え台詞を言ったり友だちに読んであげようとする

大人の動き・配慮

・同じ絵本でも要求に応じ何度でも読む

・持ってきたときはすぐに応じ、寄り添うことで、自己肯定感を育てる

・保育士も一緒に楽しんで見ることで、繰り返しのある言葉の模倣を楽しむ

〈留意点〉

- ・子どもの要求に応じて何度でも繰り返し読み聞かせる
- ・ストーリーが予想できる繰り返しのある絵本を選ぶ

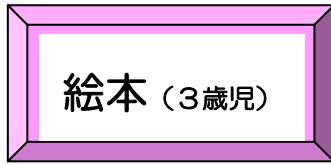
〈人的環境〉

- ・ゆったりした雰囲気の中で読む
- ・膝の上又は横に座り、一緒に読む

〈物的環境〉

- ・表紙が見えるように絵本を並べる
- ・子どもが取り出しやすくする
- ・絵本を見るコーナーを設置する





絵本 (3歳児)

子どもの姿

一人で絵本を見て楽しんでいる子もいる

友だちと一緒に絵本の読み聞かせの時間を楽しみにしている

絵本の内容がわかり、イメージをもって楽しんで見たり聞いたりする

読み聞かせの後、簡単なごっこあそびが始まる

大人の動き・配慮

• その子の時間や空間を大切にする

• 一日の生活の中に絵本の読み聞かせの時間を意図的に組み入れていく

• 子どもの経験と結びつけたり、想像したりイメージを豊かにできるように、選定や読み方に気をつける

• あそびが発展できるような道具を用意する

〈留意点〉

- 下読みをしておく
- 表紙から裏表紙まで見せ、文章の通りに読む
- 本を安定させて持ち、絵を隠さないようにする
- 途中で質問をしたり、感想を聞かない(余韻を壊さないように)

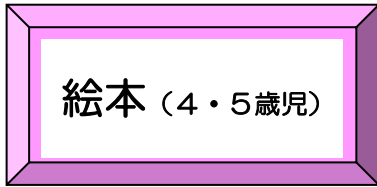
〈人的環境〉

- 読み手に注目させ、落ち着いた状態になってから読み始める(手あそびなどもよい)



〈物的環境〉

- 読み手の後ろにものがない所を選び、後ろが明るすぎる時はカーテンをひくなどする
- 動くものが目に入らない場所、周囲の音が読み聞かせの妨げにならない場所を選ぶ
- 絵本コーナーを設置する



<ポイント>

- ・月齢に合わせて話に展開のある物語絵本、自然科学、外国の本などを用意し子どもの視野を広げていく

子どもの姿

一人でじっくり見たり、読んだりしている

友だちと一緒に絵本や童話の読み聞かせの時間を楽しみにしている

童話や詩など聞いたり、自ら表現したりして、言葉の面白さや美しさがわかり想像して楽しむ

話の続きを考えたり手作り絵本を作ったりする

読み聞かせの後、ごっこあそびが始まり、役割分担をし、劇あそびに発展する

大人の動き・配慮

- ・その子の時間や空間を大切にする

- ・一日の生活の中に絵本や童話の読み聞かせの時間を意図的に組み入れていく

- ・一語一句わからないと伝わらないのでは？と思わず、長い台詞であっても面白いと思える本は取り入れる

- ・日常生活の中でも文字などで伝えるようなあそびを考える

- ・あそびが発展できる言葉かけをする

<留意点>

- ・一人で読めるようになっても子どもが望む限りは応じる(読んでもらうのと自分で読むのは全く違う)
- ・表紙から裏表紙まで見せ、文章の通りに読む
- ・本の持ち方に気をつける



<人的環境>

- ・読み手に注目させ、落ち着いた状態になってから読み始める(手あそびなども良い)

<物的環境>

- ・動くものが目に入らない場所、周囲の音が読み聞かせの妨げにならない場所を選ぶ
- ・絵本コーナーを設置する
- ・現実の世界と空想の世界を自由に行き来できるような本を選ぶ

年齢別おすすめ絵本

保育現場で、絵本は子どもの数だけ違いがあり、ここで紹介するのは、ほんの一部ですが保育所でよく読まれ、子どもたちに好評の絵本です。

0歳児絵本参考



- いないないばあ
- おててがでたよ
- いいおかお
- でてこい でてこい
- ころころころ
- くっついた
- たたくと ぽん
- ととけっこうよが あけた

1歳児絵本参考

- じゃあじゃあ びりびり
- おつきさま こんばんは
- がたんごたん がたんことん
- かおかお どんなかお
- こぐまちゃんシリーズ
- ぴょーん
- だるまさんシリーズ
- あっぷっぷ
- ねんねん ねこねこ
- どんどこももんちゃん

2歳児絵本参考

- しろくまちゃんのホットケーキ
- おにぎり
- くだもの
- もこもこもこ
- はけたよ はけたよ
- うずらちゃんのかくれんぼ
- そうくんのさんぽ
- いやだいやだ
- はらぺこあおむし
- たまごのあかちゃん
- きんぎょが にげた
- どっちのてにはいっているか？



3歳児絵本参考

- おおきなかぶ ・ かばくん ・ てぶくろ
- 3びきのやぎのガラガラドン
- ねずみくんのチョコキ ・ もりのなか
- わたしのワンピース ・ おしゃべりさん
- ぐるんぱのようちえん ・ 3びきのくま
- だるまのこぶた ・ ぐりとぐら
- お月さまってどんなあじ？
- おふろだいすき ・ 11 ぴきのねこ
- だるまのハリー ・ くまのコールテンくん
- だめよディビット ・ ちびゴリラのちびちび



4歳児絵本参考


- はじめてのおつかい ・ 図鑑
- からすのパンやさん
- せなけいこおばけえほん
- うしはどこでも「もー！」
- だごだご ころころ
- すてきな三にんぐみ
- かいじゅうたちのいるところ
- せんたくかあちゃん
- ぼく、だんごむし ・ まゆとおに
- ねずみのすもう ・ さるとかに
- まあちゃんのながいかみ
- おちやのじかんにきたとら




5歳児絵本参考

- ももちゃんえほん ・ いやいやえん
- エルマーのぼうけん ・ 図鑑
- もりのへなそうる ・ 十二支のはじまり
- おしいれのぼうけん ・ おじさんのかさ
- そらいろのたね ・ かさじぞう
- 王さまと九人のきょうだい
- 100万回生きたねこ
- ブレーメンのおんがくたい
- めっきらもっきらどおんどん
- だいくとおにろく ・ ミッケ
- シナの五にんきょうだい






リトミック



リトミックとは、スイスの音楽教育家ダルクローズが創案した、音楽を使って行う反応教育で、それを基に体育と音楽を融合させ活気的なものへ発展させた「天野式リトミック」を飯能市では取り入れています。

指導目標	<ul style="list-style-type: none">・ 注意集中力を養う・ リズム能力を高める
指導効果	<ul style="list-style-type: none">・ 注意集中力が身につく・ 直感力、記憶力、思考力、判断力が身につく・ リズム能力が高められる
↓	
その結果	<ul style="list-style-type: none">・ 怪我が少なくなる・ 協力的になり誰とでも遊べるようになる・ 言葉がはきはきし、無駄なおしゃべりをしなくなり、人の話をよく聞けるようになる・ 自立の習慣がついて1人で何でもできるようになる
指導内容	<ul style="list-style-type: none">・ 基本的には裸足で行い、正しい姿勢の習慣化を目指し、いつでもVの足で立てるよう心がける。・ 天野式リトミックは音楽反応(M)と体育あそび(P)に分けられ、年間カリキュラムは成長過程に即してプログラム化されているので活用すると良い。・ ほめる、認めることで意欲や自信を育てる。(意欲のある、集中している輝く目を大切にする)・ 少しの時間でも毎日根気よく実施すること、まとめて長時間行うよりも、毎日の積み重ねが大切であり効果的である。



リトミック（音楽あそび）
0・1・2歳児

子どもの姿

簡単な歌や手あそび、音楽に合わせて、声を出したり保育士の真似をしたりする

保育士とリズムカルで簡単な歌や、手あそび、わらべうたなどを真似しながら、ふれあい遊びを楽しむ

保育士と簡単な歌や、わらべうたに親しみ、声を出したり体を動かしたりする季節の歌や親しみのある歌を楽しむ

リズムに合わせて、歌ったり踊ったり、楽器を鳴らしたりして遊ぶ
朝の体操やリズム遊戯など、保育士や年長児等の真似をして体を動かす

保育士や友だちと一緒に歌を歌ったり踊ったり、からだを動かしたりして表現することを楽しむ

＜ポイント＞

- ・保育士が子どもと一緒に歌ったり踊ったりする楽しさを共有、共感しあう
- ・生活の中で音を意識した体験ができるようにする

大人の動き・配慮

・やさしい声、笑顔で、繰り返し歌い、子どもと一緒にからだを揺らしたりして楽しむ

・生活の中で音楽やリズム感を意識し、いつでも音楽が聴けるように童謡やリズム遊戯のCDなどを用意しておく

・季節の歌や行事の歌、なじみのある歌や手あそびを遊びの中で提供して興味を持てるようにしていく

・手あそび、リズムあそび、楽器、絵本などを通して五感の発達を促し、楽しめるようにする

・リズムカルな曲を用意し、保育士と一緒に歌ったり踊ったりして、表現する楽しさが感じられるようにする

＜留意点＞

- ・安全に遊べるスペースを確保すると共に、子どもが親しみやすく、覚えやすい曲を選ぶ
- ・日常的に繰り返し歌いかける

＜人的環境＞

- ・保育士とのやりとりやふれあいを大切に、ゆったりとした雰囲気の中で行う

＜物的環境＞

- ・手に持ちやすく、安全で音色の美しい玩具、楽器を身近に置く

リトミック (3歳児)

<ポイント>

- ・リズムやテンポ・音の変化を楽しむ
- ・友だちと一緒に音の心地良さや楽しさを感じる
- ・あそびや生活の中で繰り返し行う

子どもの姿

ピアノの合図を静かに座って待つ(体操すわり)
 ピアノの合図で手をつなぎ円になる
 合図で手を離す
 足はV、姿勢よく待つ

ピアノによる動作の約束を知る

- ・方向感(右向き)手足の停止
立つ 足を出し座る
- ・ピアノの音や発令に合わせて体で表現する(ピアノの音やリズムの変化に気づく)
- ・身近な動物や乗り物をまねて表現する

「リズム遊戯」

保育士と一緒に楽しんで歌いながら踊る

大人の動き・配慮

- ・静かに集中できるのを待って始める
- ・うまく円になれないで引っ張り合ったりしている子どももいるので、保育士が入って一緒に行う(ピアノは指導者)
- ・「かっこ良い足だね」「待っているのが上手だね」と褒める。自分も褒められたい、頑張ろうと意欲が湧く(優劣をつけるものではない)

- ・個人差があるので、リズム能力や発達に合わせて無理なく進める
- ・速さや音に変化を付け、集中できるようにする
- ・リトミックの動きに自由な表現活動も入れ楽しむ

- ・子どもと一緒に歌ったり、踊ったりするのを楽しむ
- ・生活やあそびの中で繰り返し行う→音楽が定着していく

<留意点>

- ・保育士と一緒に参加し楽しく遊べるリトミックとする
- ・自由な表現活動を大切にし、子どもの意欲を高めていく

<人的環境>

- ・保育士と一緒にリトミックを行い、リズムカルで正しい動作をし、お手本になるようにする
- ・指導者の褒め方が子どもの意欲や自信となる

<物的環境>

- ・安全で十分な活動ができるスペースを確保する

リトミック (4歳児)

<ポイント>

- ・ピアノや発令に合わせて体を動かす・踊る・歌う楽しさを十分感じられるようにする
- ・よく見て、聞いて、考えることで集中力を養う

子どもの姿

ピアノの合図を静かに座って待つ（体操すわり）
 ピアノの合図で手をつなぎ円になる

- ・合図で手を離す
- ・足はV、姿勢を良く待つ

ピアノによる動作の約束を知る

- ・方向感（右向き・真ん中向き・後ろ向き）手足の停止、立つ、足を出して座る
- ・ピアノの音や指導者の発令を聞き、体で表現する（ピアノの音やリズムの変化に気づく）

「リズム遊戯」

- ・ピアノの曲を聞き分けて歌いながら踊る

大人の動き・配慮

- ・静かに集中できるのを待って始める
- ・「Vの足かっこ良い」「よくお話聞けたね」など褒めること、認めることで子どもの意欲を引き出す（優劣をつけるものではない）

- ・音やリズム、テンポに変化を付け、絶えず集中し、発令を待つ状態をつくる
- ・音楽に合わせて表現することへの喜びや快さを引き出せるように、個々の動きを把握し認める
- ・指導者の発令がなくても、次の音の聞き分けをして身体表現を始められるようにする

- ・一つひとつの動きを大事にし、特に静止の時はしっかり止める
- ・歌いながら遊戯ができるように繰り返す

<留意点>

- ・音に敏感な子、見通しがたつ子は次の動作の予測がつくので、毎回同じパターンでの指導にならないようにする
- ・楽しみながらリトミックができるように、反復練習を行う

<人的環境>

- ・保育士と一緒にリトミックを行い、リズムカルで正しい動作をし、お手本になるようにする
- ・指導者の褒め方が子どもの意欲や自信となる

<物的環境>

- ・安全で十分な活動ができるスペースを確保する

リトミック (5歳児)

<ポイント>

- ・ピアノや発令に合わせて体を動かす・踊る・歌う楽しさを十分感じられるようにする
- ・よく見て、聞いて、考えることで注意集中力を養う

子どもの姿

ピアノの合図を静かに座って待つ（体操すわり）

ピアノの合図で手をつなぎ円になる

- ・合図で手を離す
- ・足はV、姿勢良く待つ

ピアノによる動作の約束を知る

- ・方向感（右向き・左向き・真ん中向き・後ろ向き）左手、右手、手足の停止、立つ、足を出して座る
- ・ピアノの音や指導者の発令を聞き、体で表現する（ピアノの音やリズムの変化に気づく）

「リズム遊戯」

- ・ピアノの曲を聞き分けて歌いながら踊る
- ・隊形を変えて踊る（2人、4人、自由・・・）

<留意点>

- ・毎回同じパターンでの指導にならないように、曲の流れ・動作・遊戯・隊形等の変化をつけて楽しむ
- ・仲間意識を高め、集団でやるダイナミックさを十分味わえるようにする

大人の動き・配慮

- ・静かに集中できるのを待って始める
- ・Vの足、姿勢の確認
- ・音より先に動き出さないことを伝える

- ・音やリズム、テンポに変化を付け、絶えず集中し、発令を待つ状態をつくる
- ・ピアノの音の聞き分けをして、次の体の表現を察知する能力を身につける（個々の動きの把握）
- ・体のバランスがとれ動きが安定しているので、テクニックや音符の表現など少し高度にしてダイナミックさを味わう

- ・一つひとつの動作を大事にし、特に静止の時はしっかり止める
- ・歌いながら遊戯ができるように繰り返す行う
- ・遊戯は季節にとらわれず、好きな曲を年間通して取り入れても良い

<人的環境>

- ・指導者の褒め方や認め方が子どもの意欲や自信となる
- ・リズム感覚やリズム能力を高められるように個々を把握し認める

<物的環境>

- ・音に集中でき、十分な活動ができるスペースを確保する

リトミック
年齢別カリキュラム参考



〈0～2歳児〉

乳児の発達に沿う、リズムカルで簡単なもの

- ・ふれあいあそび
- ・わらべうた
- ・手あそび
- ・季節の歌
- ・行事の歌
- ・リズム遊戯

〈3歳児〉

- ・ピアノによる動作の約束
- ・注意集中訓練
- ・和音あそび（カラス、キラキラ）
- ・拍子練習（4拍子）
- ・音符表現 動物や乗り物で ♪♪♫ を表現する
- ・幼児テクニック ジャンプ、スキップ
- ・幼児体操 キラキラ・・・キュー
「リズム遊戯」・ぞうさん・こぶたさん・アメチョコさん・ソフトクリームのうた・たかくなれひくくなれ・ふね

〈4歳児〉

- ・ピアノによる動作の確認
- ・注意集中訓練
- ・和音あそび（カラス・キラキラ・ポンプ）
- ・拍子練習（2拍子 3拍子 4拍子）
- ・音符の表現 手足で ♪♪♫ を表現する
- ・幼児テクニック ジャンプ おすべり スキップ 大きなジャンプ
- ・幼児体操 キラキラ体操 舟こぎ 腕伸ばし
「リズム遊戯」・キラキラ星・えんそく・かまきりじいさん・くまのこ

〈5歳児〉

- ・ピアノによる動作の約束
- ・注意集中訓練
- ・和音あそび（カラス キラキラ ポンプ）
- ・拍子練習（2拍子 3拍子 4拍子）
- ・音符の表現 手足で ♪♪♫ を表現する
- ・幼児テクニック 大きなジャンプ スキップ 片足ケンケン かけっこ
- ・幼児体操 ひらいたつぼんだ 電信柱 えび
「リズム遊戯」海の組曲 秋の組曲