ようこうだより２月

令和６年２月６日

社会福祉法人 みどり会
みどりの森
ようこうこども園

園長　日浦信介

いよいよ「かがやき会」まであと少しですね。保護者の皆様には、リハーサル日の早めの登園など、いつもご協力いただきありがとうございます。

【かがやき会に向けて】

リズム運動は、昭和 31 年に「さくら・さくらんぼ保育園」を創設した斎藤公子先生によって提唱されたものです。先生は、「0～6 歳の時期の体育やスポーツは、単に身体能力を高めるためではなく、**脳の発達のために必要**なことである。それは、運動神経と感覚神経の発達が、脳中枢神経の発達につながっているからである。また、就学前の 6 年間は、その脳中枢が一番発達する時期であり、6 歳までに大人の 90%に達すると言われる。その時期に触覚・視覚・聴覚などの感覚神経と、手足を動かす運動神経を発達させることが、就学を可能にする**知的な脳の発達を促す土台になる**」　と語られています。

脳の発達段階は、体 → 言語/知識 → 心/社会性 の順番で育つとされており、脳科学の面からも斎藤先生の解説は的を射ています。十分に体を動かさず早期教育などに偏重すると、**脳育ての順番**が崩れ、しばしば 心/社会性 の脳の発達に問題を引き起こすことが指摘されています。

足は、脳から最も遠くて神経伝達が難しい所です。立った状態で他の指は床につけたまま、足の親指だけ反り立ててみてください。これができない人は神経伝達が十分でないかも!?

リズム運動は、ピアノの音を耳で聴き、それを反射的に理解して体を自在に動かす運動です。大きくは**動と静**の動きがあり、**緊張と弛緩**が組み合わされた構成になっています。**普通に過ごしているだけでは使わない筋肉**や、**発達の弱い部分**を育てることができます。

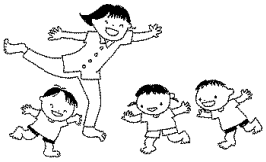
リズム運動をするにあたって、園では次のことに配慮しています。

◆CD などの音源を使わず、保育士が子どもの様子や年齢に合わせスピードや強弱を調整し、ピアノを弾き、時には口歌で歌っています。

◆体にグッと力が入る、「足の親指の蹴り」が大切なので、裸足で行います。また身体の動きを妨げないように、半そで半ズボンで行います。

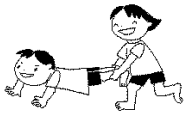
◆時には年齢の違う子どもたちと合同で行い、大きい子から順番にリズム運動をすることによって、年齢の低い子どもたちもそれを見て模倣（まねっこ）するようになります。

◆子どもたちの自主性を促すため、指示・号令・命令を出さないようにしています。子どもたちは、**耳で音を聞いて次の動きや順番を判断**し、**目で見て友だちの動きや空間を把握**して、位置取りをします。



赤ちゃんは、お母さんにあやされたり触れあうことで、見て聞いて温もりを感じて、人として育っていきます。やがて 2 本の足で力強く歩き、またまっすぐ走るためには、**全身を支える軸**と、地面を蹴る**足（指）**、バランスをとる**しなやかな背骨**が必要になります。

リズム運動の「金魚」や「両生類のハイハイ」は、そのような力をつけるのにピッタリです。



心も育てる

楽しみながらリズムに日々取り組んでいくと、体幹や足腰が強くなり、かつバランス良く扱いやすい（動きやすい）体が形成されていきます。体力がついてできることが増えてくると、自分に**自信**が持てるようになり、**意欲（やる気）**が増して遊びやお手伝い、友だちとの関係にも良い影響が出てきます。

友だちへの**思いやりや関わり**が豊かになり、**共感し力を合わせる**ことが上手になります。

このリズム楽しい！　○○ちゃんも楽しそう！
○○くんはしないのかな？どうしたんだろう…誘ってみようかな
みんなで一緒にやると、楽しいな
○○くん、がんばれー！！
これ難しいな…あ、何か分かってきたかも　できそう！　できた！
○○ちゃんはきれいにできてるな　そうか手と足をピンとするんだ
このリズムは３人で　息を合わせて　気持ちを合わせて…

春、生き物や草花に触れ園外活動を十分に行い、夏はプールや水遊びを満喫し、秋は運動会の取り組みから、子どもたちは**昨日の自分を何度も乗り越えて**きました。冬、リズムを通してこの 1 年の保育の集大成となります。４月から比べると、全ての子どもがそれぞれに大きく成長を見せてくれています。

それでも当日は、“緊張して出られなかった”“いつもの姿を発揮できなかった”ということも。この体験は、子どもにとって大きいものです。「リズム頑張ったね」「かめのリズムに出て、かっこよかったよ」「ホールに出てきただけでも頑張ったね」「たくさんの人に緊張したんだね」と子どもの気持ちに寄り添い、「頑張った」「ドキドキしたね」と**思いに共感**してもらうことで、失敗にくじけず、**チャレンジ精神**を発揮する子どもになります。親・保育者として「できる」「できない」の評価はいったん置いておき、支援者・共感してあげられる人、一緒に伸びていく人でありたいものです。

職員も、子どもの様子（心身の発達やその日の気分など）に合わせてピアノを弾き、一緒に体を動かし、子ども一人ひとりに心を寄せて向き合ってきたことで、保育者として成長させてもらっています。

かがやき会は、一人ひとりが**今の自分を精一杯表現**し、保護者の皆様にご覧いただく発表会です。みどりの森ようこうこども園の子どもたちが輝く姿を、ぜひ最後まで見守り、温かく応援いただきます様よろしくお願いいたします。

2 月　行事予定

2(金)　節分（豆まき会）
17(土)　かがやき会（リズム会）

3 月　行事予定

1(金)　ひなまつり
2(土)　親子交流会（5 歳児）
21(木)　お別れ会
23(土)　卒園式
初旬　登山遠足（5 歳児）