

## とうきょうすくわくプログラム推進事業

### ♪ダンスでハッピーに②♪

本園では2025年度も「とうきょうすくわくプログラム推進事業」としてダンスを取り入れた体づくりに取り組みました。

今年度は子どもたちの中だけで完結するのではなく、自分たちが取り組んだ活動の様子や成果を保護者の方にも見て頂こう！みんなのハッピーをお家の方にも届けよう、ということを目指して1年間活動を展開しました。

ダンスって素敵！ダンスって面白い！身体を動かすの楽しい！  
音楽に合わせて踊ると心も踊る！お友だちと一緒に踊るとなんだか嬉しい！  
ワクワクドキドキ、ハッピーがいっぱい！

みんなのハッピーをいろいろな人に届けよう！

活動のテーマ : ダンス

対象クラス、対象人数：3歳～5歳 33人

活動内容

- ・音楽を聴きながらリズムにあわせてストレッチ
- ・お尻歩き、手を後ろクモ歩き、足上げ（後ろ向き前向き）、コロコロ、ハイハイ、お馬さんでトンネルくぐり、手押し車
- ・リズムジャンプラインを使ってリズムジャンプ
- ・ダンス
- ・発表会

これらの活動を通して体の動かし方を知り体を動かす楽しさを体験した。



こどもの「すくすく×わくわく」をおうえん

2025年度 本町幼稚園 ハッピーダンス実施計画書

		ねらい	活動内容
1	5月26日(月)	インストラクター(ちーちゃん)に慣れる	・ダンス(♪チャオ!チャオ!チャオ!) ・リズムでストレッチ ・筋力アップ ・リズムジャンプ ・ダンス(♪GOOD LUCKY!!!!!!)
2	6月27日(金)	雨で外で遊べないので室内で運動量上げる	・ダンス(♪ひとりぼっちじゃ) ・リズムでストレッチ ・筋力アップ ・リズムジャンプ ・ダンス(♪GOOD LUCKY!!!!!!) 前回のやさしい、繋げて踊ってみる
3	7月14日(月)	仲間と協力してチャレンジ	・リズムでストレッチ ・ダンス(♪ブラブラ星人) ・筋力アップ ・リズムジャンプ ・ダンス(♪GOOD LUCKY!!!!!!) 仲間と輪を作る練習
4	9月8日(月)	夏休み明け久々のダンス! 思い切り体を動かす	・リズムでストレッチ ・筋力アップ(2人で取り組むものを入れていく) ・リズムジャンプ ・ダンス(♪GOOD LUCKY!!!!!!) 自分たちで思い出してみる
5	10月20日(月)	各学年ごとに発表!人前での発表に挑戦☆	・リズムでストレッチ ・筋力アップ(2人で取り組むものを入れていく) ・リズムジャンプ ・ダンス(♪GOOD LUCKY!!!!!!) お友だちと見せあう
6	11月17日(月)	新しい曲に挑戦!!	・リズムでストレッチ ・筋力アップ ・リズムジャンプ ・ダンス(♪次の課題曲♪)
7	12月2日(火)	新しい曲中の少しチャレンジのステップを みんなで頑張る!家でも練習	・リズムでストレッチ ・筋力アップ ・リズムジャンプ ・ダンス(♪次の課題曲♪) ・曲中のメインのステップに挑戦
8	1月19日(月)	リズムジャンプのパリエーションを増やし、 運動量・バランス力アップを目指す!	・リズムでストレッチ ・筋力アップ ・リズムジャンプ (ラインのパリエーションを増やす) ・ダンス(♪次の課題曲♪)
9	2月16日(月)	来月の発表に向けて、みんなだけで 踊れるように仲間意識を高め合う	・リズムでストレッチ ・筋力アップ ・リズムジャンプ (ラインのパリエーションを増やす) ・ダンス(♪次の課題曲♪) 自分たちで踊れるようにする
10	3月2日(月)	子どもだけでの発表☆一年間の集大成!	・リズムでストレッチ ・筋力アップ ・リズムジャンプ ・ダンス(♪次の課題曲♪) 発表

## 活動の様子



ダンスの前に体を  
しっかり動かします。



発表会に向けてみんな  
で一緒に練習！

