



しょうせんせいの

令和3年 8月30日 作成

体操教室通信

8月に入り30度以上の猛暑が続いたり、台風の影響で雨が続きたりしましたね。子ども達は暑さや天候に左右されることなく、元気いっぱい体操教室、そして課外体操教室に参加してくれました。

さて、気温が高いと人間の体温も高くなりますが、子どもたちの体温は、気温に関係なく夕方15時から17時が一日で一番高くなるそうです。体温が高いと「動きたい、遊びたい」という気持ちが大きくなりますので、各家庭忙しい時間帯かと思いますが、子どもたちの行動から目を離さないようにし、怪我に繋がらないように心がけていきましょう。

課内体操教室

～年中～

バルーンをお部屋やホールで練習しているクラスが多く、笛の合図や音楽に合わせて動く姿は、もう年長のような様子です。ひろみ保育園ではフリー参観を行い、体操教室の様子を見ていただきました。見て色々感じた部分もあると思います。まずはやってみて、少しでもできた事、出来そうだったことを認め、沢山褒めて下さい。

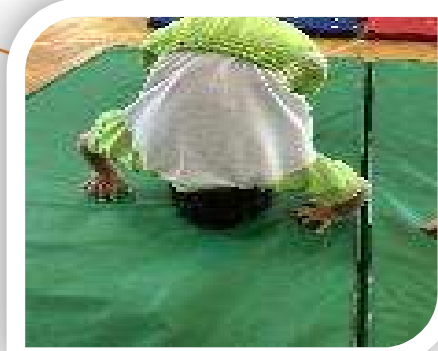


～年少～

マット運動を行いました。一人で「前回り」にチャレンジ。手のつく場所は足の近く、おへそをよくみて、最後はお辞儀。話をよく聞き、見よう見まねで出来るようになりました。ご家庭でも、お布団があれば練習可能です。無理なく、子どもがやりたいと言えば、機会をつくってみてください。

～年長～

組体操では、1人ひとりの動きを確認しながら、特に「フリッジ」の練習を行いました。上手な子の見本を見て、何が違うのか？自分と比べてどうなのか？を自ら考えることで、フリッジの形がガラッと変わります。ただやらせてみるだけでは、子どもの成長は少しですが、考えてからやってみることで身体も頭もより成長することでしょう。



課外体操教室

～幼児コース～

8月からは、「鉄棒」だけでなく、木の平均台にチャレンジし、各学年でレベルを上げながら、様々な渡り方をやりました。落ちても、全員が一生懸命最後までやることができました！

～児童コース～

ただ平均台を渡ることなんて、簡単という声が多かったため、目を瞑っての平均台にチャレンジしました。薄目でルール違反をする子どももいたため、タオルで目隠しし再チャレンジ。静かに渡る子、怖いー！と絶叫しながら渡る子様々でした。バタが、いい経験になったと思います。バランスディスクで、体幹トレーニングも行いました。



ご家庭でも出来る親子遊び

9月は、運動会が近づいているため、「かけっこ」練習を取り入れていきます。6月にも練習しましたが、反復練習していきます。ご家庭では「腕の振り方」の練習をしてみてください。手の握りかたは「たまご」を持つイメージで優しいグーをつくりまします。あとは脇をしめて、肘を後ろまで引くことが出来れば完璧です。保護者は、子どもの後ろに立ち、手をパーにして待ち構え、子どもが肘でその手に向かって、何度もパンチしましょう。「1・2・1・2」と声をかけ、リズムよく何度も続けると効果的です。課外体操教室で練習をしていきますので、ご家庭でも是非やってみてください！

★かけっこの目標

年少：友だちと競走しよう！

年中：最後まで諦めずに走ろう！

年長：リレーでのバトンを覚えよう！

*全ての種目で、出来ることに、個人差が出来ます。保護者はあせることなく温かく見守ってください。少しずつでも成長できるように、精一杯子どもたちと向き合い指導していきます。



地域の未来のたねになる

社会福祉法人 村の木清福会

法人本部事務局
住所：岐阜県可児市広見751
電話：0574-63-5369
<http://www.muraki.or.jp/>