令和4年　9月26日　作成

しょうせんせいの 体操教室通信

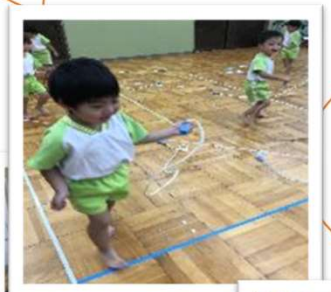
9月に入りましたが、まだまだ日中は暑いですね。保護者の皆様も熱中症や体調不良など十分気を付けてください。また保育園では、オーガニック給食の「KYOUSYOKU」が始まって3年が経ちます。内面から健康になっていることでしょう。また月に一度、園の体操教室や、課外体操教室でも定期的な運動を行うことにより、子ども達の身体を強くしていきます。秋は運動の季節、10月も楽しく体操教室を進めていきますのでよろしくお願いします。

課内体操教室

～未満児～
9月から1歳児、2歳児クラスの体操教室が始まりました。泣き出してしまう子どもが多い中、楽しそうに参加している姿がとても印象的でした。1歳児クラスでは、ボールを使った運動遊びや、2歳児クラスでは、マットを使った運動遊びなど、子どもたちの発達に合わせた内容で行いました。

～年少～
かけっこでは、ゴールを目指して走ることを楽しんでいました。ボール運動では、ボールを投げたり、ボールを追いかけたりと、様々な動きを経験することができました。

～年中・年長～
運動会まで1か月を切り、子ども達にも緊張感がでてきているようにも感じます。ぎこちなかった動きも、担任の先生の笛の合図で、きびきび動いている姿は必見です！最後までモチベーションを保ちつつ、最高の演技を運動会ではお届けします。ご期待ください！



課外体操教室

～幼児コース～
運動会にむけ、かけっこを中心に行いました。抑えて欲しいポイントは、①脚を優しく握るイメージで腕を振る②肘は後ろまでしっかり引く③母指球を意識して走らせる。数回の練習で走り方がとても綺麗になりました。
また、ボール運動も行い、キャッチ・スロー・ドリブル色んな動きを現在習得中です！

親子で出来る運動遊び

10月は涼しくなり、運動がしやすい季節となってきます。寒くなる前に、縄跳びの跳び方を教えていきます。縄跳びは、体力勝負となるため、連続グージャンプを挑戦してみましょう。「グーグー・グーグー」の2跳躍跳びを、リズムを刻みながら手をつないで親子で一緒に跳んでみてください。縄跳びは、「跳ぶ」「縄を回す」の2つの動作を同時に行うため、子どもにとっては難しいと感じるかもしれません。跳べるようになるまで時間がかかると思いますが、自宅での練習も是非行ってみてください。

★縄跳びの目標
2歳児：ヘビを踏まずに跳んでみよう！
年　少：自由自在に縄を動かそう！
年　中：前跳び5回を目指そう！
年　長：前跳び100回を目指そう！

＊全ての種目で、出来ることに、個人差があります。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、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/