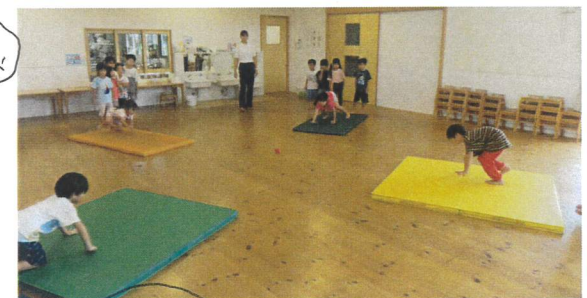
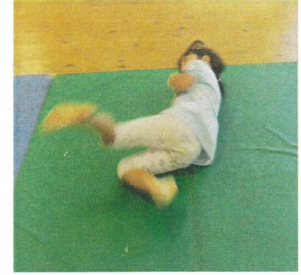


マットから
おちない
ように...

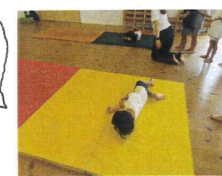


バランス
感覚～の

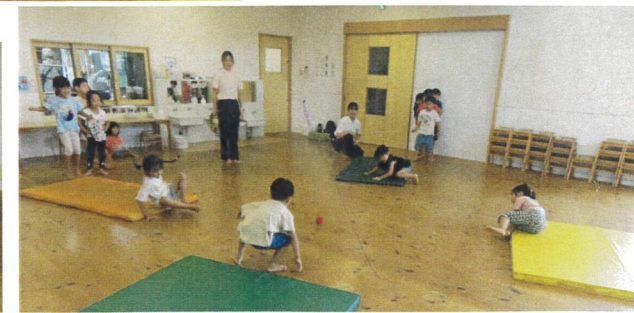
8/28(木) うんどうあそび ～おはな・おのり～

今日はリズム遊び後、4歳児で運動遊びをしました。今日はマットのどんぐり(横転)とくま歩きをしました。どんぐりは身体の軸を安定させ、左右対称の動きと体幹の感覚統合を促し、バランス感覚や体幹のコントロール能力を高め、体の使い方を習得することを目的としています。くま歩きでは腕で体を支える力や全身の筋力(特に体幹)の向上や、バランス感覚や巧緻性(身体を巧みに使う能力)の育成、そして前向きな姿勢に力を入れる「安全能力」を目的としています。まずは繰り返して行い、体の動かし方、使い方がわかるようになってきたらルールを増やし、リレーや競争をして遊びました。最初は同じように、少し止まって考えてから動き出した姿勢が、負けた方が、何度もすることでコツを掴みだし、少しづつ工夫してできるようになってきた子どもたち。リレーや競争では、段々と自然に、自然と友達を応援する声も大きくなり、チームでの団結にも繋がっていき、最後は「勝った」という達成感や「負けた」という悔しさも感じながらの運動遊びとなりました。全身を使った活動な活動後は、みんなスッキリした表情を浮かべていましたよ。

☆くま歩きリレーは赤のボールと白のボールで勝負しました



うちはできるけど、みんなはむずかしい



しっかりやういふ...