

体操教室だより

こんにちは。みつ先生です。

うさぎ組さんは、鉄棒の足抜き回りをとっても頑張って取り組んでいます。

空中での回転感覚を養うこと、体幹を養うことが主な目的ではありますが、この時間ならではの「お友達の姿を見る」ことも大切なことです。

しっかりインプットをしてイメージをする。そこから自分でやってみる。

身体を動かすこと、お友達とのコミュニケーションも意識して取り組んでいます。

次回もとても楽しみです！



体操教室だより

こんにちは。みつ先生です。

きりん組さんは、バランスあそびのバリエーションが増えてきました。
今回は二人組で挑戦。足裏を合わせて、手をつないで、お山を作ります。

ぜひ親子でもあそんでみてくださいね。



跳び箱にも取り組んでいます。

現在は、開脚の姿勢になること。手をしっかり前につくこと。

そして跳び箱の上に座っても良いので、姿勢が崩れないことを意識しています。

跳び越す感覚を掴んできている子も見えますが、「跳び越す」ことに意識を置いてしまうと、跳び越しが「こわい」と感じてしまいます。

まずは、しっかりドスンと乗ってみること。

昔ながらではありますが、お家の方が「うま」になってあそんで見るのも良いと思います。元気いっぱいの きりん組さん。次回も楽しみです！



体操教室だより

こんにちは。みつ先生です。

ぞう組さんは、跳び箱での開脚跳びに取り組んでいます。

保育園の子達には怪我のリスクがあるため、跳び箱を「横」に設定しています。

「跳び越す」感覚を掴み始めた子ども達。おしりがついてしまっても、手をつくことや、開脚ができていることをしっかりと見つけて、認めています。

「できる、できない」ではなく、「チャレンジ」している姿を引き続き見守っていきます。



鉄棒では、前回り降りの後に「懸垂」のポーズになれるように頑張っています。

子ども達には「目の前にライオンさんが寝てても、起こさないように静かに降りてね」

と伝えています。その意識から、ゆっくりと懸垂のポーズになる子が増えてきました。

これが逆上がりにつながる、運動あそびになります！

逆上がりを何度も挑戦するより、近道です。こちらも見守っていきます。

