

体操教室だより

こんにちは。みつ先生です。とても久しぶりのお便りになりました。

春からオータムフェスティバルに向けて、鉄棒、跳び箱などたくさん取り組んできました。一回りも二回りも成長した子ども達の姿が見受けられ、私もとても嬉しいです。

秋、冬はボール運動、縄跳びなど、戸外での活動を中心に進めていきます。
金曜日の体操教室後には、たくさんお話を聞いてあげてくださいね。



ぞう組さんはオータムフェスティバルで棒体操に取り組み、体幹が強くなってきました。そこで鉄棒で「ツバメさん」を行いました。しっかり手足を伸ばすこと、身体を斜めにすることを意識しています。3種類の鉄棒で、それぞれ挑戦しました。

近年「体幹」という言葉がクローズアップされています。

子ども達の姿勢保持、怪我の回避など、あそびの中から育んでいきたい力はたくさんあります。

今後も体操教室を通して体育、運動の力だけでなく、生活力も養っていけるようにアプローチしていきます。

引き続きどうぞよろしくお願いいたします。

スキップ 末光 みつ先生

体操教室だより

こんにちは。みつ先生です。園庭での体操教室も色々なことに挑戦しています。
まずは、お山登りを「ケンケン」で行います。子ども達も「えーっ!!」ととても良いリアクションをしてくれました。バランスを取りながらたくさん挑戦していましたよ。

鉄棒では、ぶら下がってから、くぐり抜ける。
腕支持の力、身体を揺らすなど、2つ以上の力を養うことができます。

ボール運動では、「手を使わない」ボールあそびだよ～。と声掛けをさせていただきました。（いわゆるサッカーですね・・・）

先生VS子ども達。全員が汗だくになり取り組みました。この時期でもしっかり汗をかくことで身体を強くしていきます。

次回は、うさぎ組さん、りす組さんの様子をお伝えしたいと思います。
引き続きよろしくお願いたします。

スキップ 末光 みつ先生

