

## 体操教室だより きりん組



← **【背中ずもう】** 自ら腕を組み、背中で押し合います。写真のように膝を曲げてしっかり下半身を使っています。足腰を強くする、ふれあい運動あそびです。

→ **【トンネルくぐり】** くぐる子は、ほふく全身で進みます。**【足の指】** で地面を蹴ることで、良い姿勢作りに繋がっていきます。



← **【平均台歩き】** きりん組さんでは、前向きで歩くことをチャレンジします。

歩くことが楽しくなってきたら、歩く際にスピードを出す子もいます。

例えば、私達大人も車の運転時にスピードを調整しています。

子ども達にもそれを制止するのではなく、バランス感覚も身につけてきているため

**【スピードを調整】** する感覚も養います。

→ **【鉄棒 前回り降り】**

前回り降りにチャレンジします。飛びつき、回転、着地、とそれぞれに必要な力があります。子ども達には**【ゆっくり回る】**事を伝えています。

**【空中感覚での体を支える】**力が後の逆上がりにつながっていきます。

きりん組さんでは、できた、難しいの間にある**【過程の部分の選択肢】**を広げていけるようにサポートしていきます。「こんなやり方もあるよ」「先生に見せてね」など、子ども達の可能性を広げながら運動の力を育てていきます。

みつせんせい