

運動あそび通信

ほっぴ すてっぴ やっぴ〜 (全歳児向き) vol.2

令和2年6月発行 養父市教育委員会 こども育成課 養父市広谷 250-1 電話 664-0315

運動遊びのねらい

- ◇ 友だちと関わりながら遊ぶ
- ◇ 楽しく体を動かすことが好きになる
- ◇ 「できなかったこと」が「できた!」に変わり、達成感・満足感を味わう

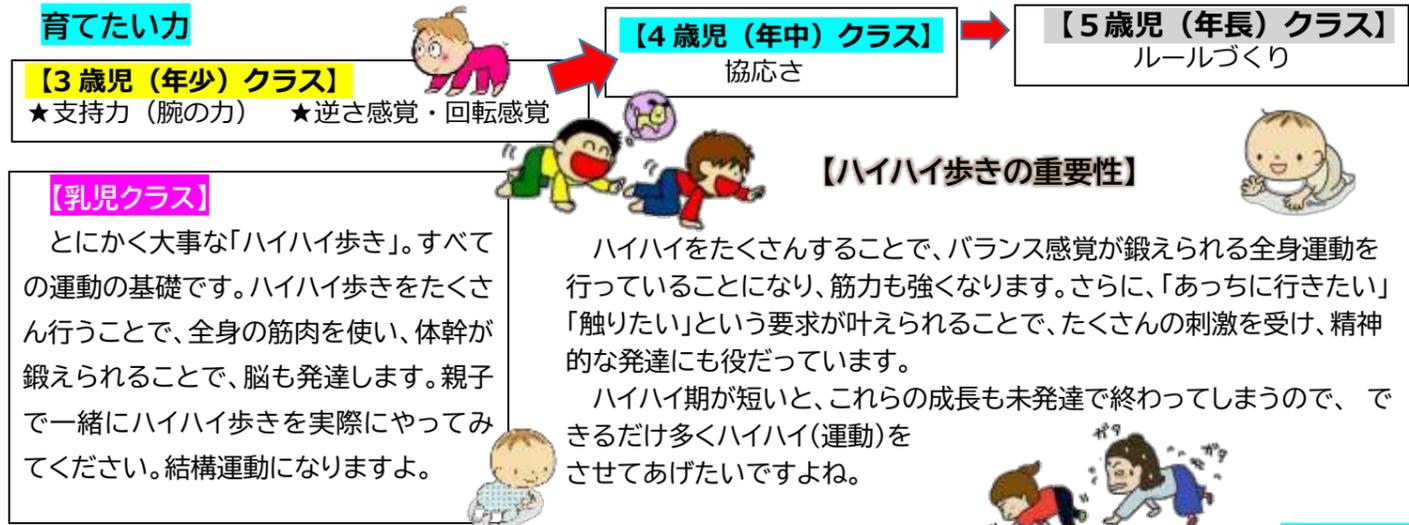
養父市では、子どもたちが、生涯心身ともに健康でいられるように「幼児期における運動遊び事業」を推進しています。

友達と関わりながら、楽しく体を動かして遊び、いろいろな体験・経験を通して自立と共同の態度を培い、子どもたちの「生きる力」の基礎を育むことをねらいとした事業です。

【大切なお知らせ】
今年度も、運動遊び指導員が各園をクラスごとに年間4回程度一緒に遊ぶ予定でしたが、コロナウイルスの影響により、訪問が大幅に遅れています。

おうちで運動遊び！ おやこであそぼう

この事業は、養父市で生まれた子どもたちの「生きる力」、つまり、生きていくために必要な力を身につけ、生涯心身共に健康であるようお願い取り組んでいます。ですが、「生きる力」の成長は、目に見えてわかるものではありません。そこで、遊びの中でも、「逆上がりができるようになった!」「短縄ができるようになった!」など、「できる」「できない」の結果がわかりやすいものを種目を選んでいきます。決してそれらの種目が「できた!」という結果を出すことが重要ではなく、「できなかった」ことが「できた」に変わるまでの経過を大切に、子どもたち自身が満足感を味わい、その努力を認め、そして友達同士助け合う(協力する)ことでコミュニケーションを取りながら、挫折から立ち直る術(力)を身につけることができるよう社会へ出るための準備を全て体を使った「遊び」から学んでもらうことを「ねらい」としています。



【子どもたちの落ち着きを取り戻すカンガルー飛び】

両足の膝と膝をぴったりくっつけて跳ぶことで、つま先の力を養い上半身の腹筋・背筋のバランスを刺激します。また、脳(頭頂葉)が刺激され抑制力を強めます。

頭頂葉への刺激が不足したままカンガルー跳びをすると...

- * 両膝をくっつけて跳ぶことが出来ない(両足が離れる)
- * 障害物と自分の感覚がわからない
- * 加減を調節できないので、考える前に体が動いてしまう

つまり、両足をしっかり離さずにカンガルー跳びができれば、抑制力も育ち、短縄跳びで遊ぶ際の跳び方も身につけることができます。

足が離れて跳べない場合は...
* 手をつないで、補助してあげよう

これからの予定

※コロナウイルスの影響等で、日程は変更する場合があります※

- ☆ 6月19日(金)より、各園巡回訪問運動遊び開始
- ☆ これからのイベント
- 【みんなDEダンス運動遊び】
- 【親子DE運動遊び】

各イベントに関する詳細は、別途チラシにてお知らせします。

【すべての動きの基本/くまさん歩き】

巡回訪問運動遊びでも、最初はたくさんの動物に変身して遊びます。腕の力を育てるために、「くまさん歩き」で遊んでみよう。お尻を高くあげると、腕への負担が大きくなるので、最初は四つん這いからはじめて、慣れればお尻を高く上げてみましょう。

養父市「幼児期における運動遊び事業」ホームページ【内容紹介】

- ☆【巡回訪問運動遊び】☆子どもたちの様子
- 指導員と一緒に遊んでいる子どもたちの様子や園での様子を掲載
- ☆運動遊び通信「ほっぴ すてっぴ やっぴ〜」
- 過去の通信も、ぜひご覧ください。

【お願い】
子どもたちの園での様子を写真撮影し、ホームページ掲載やケーブルテレビに使用します。個人名が載ることがないように加工しますが、希望されない場合は、各施設長へ必ずご伝言ください。

HPへジャンプ



ケーブルテレビ「養父市教育チャンネル(幼児編)」

運動遊び指導員によるリズム体操が放送されました!!(放送終了)

放送期間:2020年5月1日から5月8日
放送時間:朝9時から約20分間
内容:リズム体操~いっしょに遊んでみよう~

- ① ストレッチ
- ② リズム遊び
- ③ 病気になりにくいストレッチ

ケーブルテレビで運動遊びが放送されます

またまた運動遊びが放送されるよ!(予定)踊ったり、体を動かしながら、脳のトレーニングができる遊びなど、家族全員で楽しめる内容となっていますので、ぜひ次回の放送もお楽しみに♪

子育てに関する悩み、発達相談等のご相談
養父市教育委員会こども育成課 電話: 079-664-0315
【参考資料・イラスト抜粋】 NPO 法人/運動保育士会 柳沢運動プログラム