



運動あそび通信

ほっぷ すてっぷ やっぷ〜 3・4・5歳児 VOL. 2



平成 28 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・満足感を味わうことです。

今年度も、巡回訪問が4月26日からはじまりました。
第1回目は、こうやって遊んだよ！！

「朝イチ運動」 はじめました！



登園後、「できるだけ1日のはじまりの時間帯に、思いきり体を動かそう！」という活動がはじまりました。各施設、どんな運動（遊び）をするかは、毎日担任の先生が考案しています。

朝一番に、思いきり体を動かし、子ども同士コミュニケーションを取りながら楽しく遊んだ後は、子どもたちの落ち着き方も違っており、次の活動にも入りやすくなります。

そこで、この活動を継続していくにあたり、今後各施設の活動内容を「運動遊び通信」で紹介します。子ども同士のコミュニケーションも大切ですが、親子のコミュニケーションも子どもの成長には欠かせないものです。是非ご家庭でも子どもと一緒に体をつかって遊んでくださいね。



5歳児



カニさんの目を隠して・・・
見つかったら、お尻を切られちゃう！？



！！！！

カニさん、マットから目だけ出してる！

カエルさんに変身して、マットの下に隠れているカニさんに見つからないように、カニさんの目を隠して、その上を跳び越えています。支持力を育て、跳び箱の開脚跳びへつなげます。

“朝イチ運動 大屋こども園5歳児編”



親子で遊ぼう

保護者は足を開いて座り、足の間に子どもはうつぶせになります。子どもは腕を伸ばして保護者と手をつなぎます。

そして、保護者が手の位置を固定し、子ども自身が腕を曲げて前に進みます。

● 保護者はひじを直角に曲げ、手の位置を固定しておいてくださいね。

注) 子どもは、まだ腕や肩の関節が弱いので、保護者は無理に引っ張らないように注意しましょう。



懸垂力UP!



4歳児

お姉さんたちの足の上をジャンプ！
踏まないように気をつけなくちゃ！



3歳児

ウッキン



大阪成蹊女子高等学校生と
関宮こども園4歳児の交流

カンガルーに変身して、両足揃えてジャンプ！跳躍力を育て、短縄跳びへつなげます。



おサルに変身して、鉄棒にぶら下がり！懸垂力を育てて、鉄棒逆上がりへつなげます。



ジグザグ走、トンネルくぐり、はしご渡り、平均台（低）など、サーキットで遊んでいたよ！途中、平均台では山中先生が棒を上下させ、子どもたちはしゃがんだり、跨いだりしていました。園庭で遊ぶ日や遊戯室で遊ぶ日など、豊富なバリエーションがあるそうですよ。

【参考文献】...「0～5歳児の発達に合った楽しい！運動遊び」柳澤秋孝／著...
* 豊岡市教育委員会・幼児期における運動遊び事業... * 豊岡市親子運動遊び