

# 運動あそび通信

## ほっぷ すてっぷ やっぷ～ No.3 (3・4・5歳児向け)

平成 29 年 9 月発行 養父市教育委員会 教育部 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。今年度も、各施設各クラス（歳児）ごとに運動遊び指導員が年間4回巡回し、子どもたちと一緒に遊びます。

### 「巡回運動遊び」第2回目はこんなことをしたよ！

#### 《3歳児》鉄棒ぶらさがりサル

鉄棒にぶらさがったままおサルさんのように両足裏をパンパン足打ちします。何回足打ちができたかな？

#### 《4歳児》鉄棒前回り

補助は、子どもたちの逆さになる恐怖感が少しでも和らぐように下から見守っています。

#### 《5歳児》跳び箱開脚跳び

開脚跳びができたことで自信が付き、身体を動かすことが好きになります。



楽しい！



うれしい！



やった～！

#### 養父こども園・小佐保育所・たいようこども園・日光認定こども園

巡回訪問運動遊びの様子をあたらしく養父市のホームページにアップしました！

養父市ホームページ → 子育て情報 → 教育・環境 → 幼児期における運動遊び事業  
<http://www.city.yabu.hyogo.jp/8909.htm>



### 親子 de 運動遊び

※参加者募集中※

親子でのふれあい運動遊びのご案内です。(要申込)

★全3回コース★

と き：10月12日(木)、11月9日(木)、12月14日(木) 全3回

じかん：10時30分～11時30分

ところ：子育て支援センターたいよう ホール



【お申込み・お問い合わせ先】

子育て支援センターたいよう 663-1555 (火～金) 9:30～16:30

### 公園編

## 親子 de 遊ぼう



### 《タイヤを跳び箱の開脚跳びみたいに跳ぶ方法》

公園の固定遊具で遊ぶことは、「楽しい」のはもちろん、子どもたちが成長する過程で重要な力を育てることができる一石二鳥な場所です。今回は、よく公園や園庭に半分埋まっているタイヤで開脚跳びをする遊びをご紹介します。

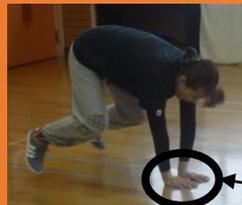
★★★ ポイント ★★★ タイヤを跳び越すために重要な「腕の力(支持力)」を主に育てます。

幼児は、複雑な動きの経験が少ないため、「タイヤに手を置いたままで両脚を広げて、タイヤの上を跳び越す」などの2つ以上の動きを一度に行動することはとても難しいのです。そのため、手を固定せずにそのままジャンプしてしまう危険があるので、まずは、お子さんと一緒にその一連の動きをおうちで遊べる方法をご紹介します。

### 《親子deカエルごっこ》



手をしっかりベタッと床につけます。



手をついたままカエルさんのように足をジャンプします。この型が出来るようになったら、手→足→手→足、と前に進んでいきます。タイヤで開脚跳びをするときは、手が足を巻き込まないように、できるだけ両手は揃えて跳ぶようにしましょう。

