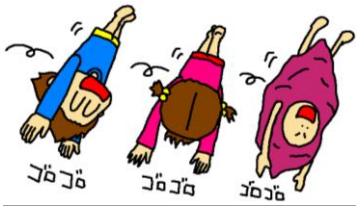

運動あそび通信＊みなみみのわむら

げんきだより

平成30年度＊11月号

小学校でも運動あそび！！
今回は『忍者の修行』として行った
サーキットあそびの様子をご紹介しまーす♪

気まぐれシェフの
忍者みたいになるための
たのしい運動あそびメニュー

とび箱 8 段とび乗りジャンプ

BOX ジャンプ

フラフープ片足とび

ジグザグ平均台渡り
（大量のくつ爆弾を避けて進め！）

とび箱階段

ろくぼくヤッホー

天井綱のぼり

小学校でも、体育の授業とはまた少し違った、あそびの要素満点の活動を考えて子どもたちに提供しています。
サーキットあそびだけでなく、子どもたちが『あれやりたい！』と言えば、それも取り込んだり、ゲームや競争あそびを取り入れたり、ときには頭や目や手足を使った、ちょっと変わったあそびも行ったりしています。私が器具庫からあそびたいものを思いっきり出して使うので、片づけは子どもたちと先生にもご協力いただいております。お片付けも勉強勉強♪
活動は低学年までなので、廊下ですれ違った高学年の児童も『いいなぁ運動あそび～』と、ポロり。みんな楽しみにしてくれているようです♪

裏面もご覧ください♪→…→…→

今年も年長児の活動量調査を行いました。

村内の子どもたちの活動量を調べるべく、毎年先生方にご協力をいただき、継続して行っている万歩計調査。今年も年長さんに一週間だけ万歩計をつけて生活していただき、園生活の中で、平均でどのくらい歩いているのかを調べてみました。

ただいま絶賛集計中でございます！

またおたよりを通してみなさんにもお知らせできたらと思っておりますので、もうしばらくおまちください♪

あなたのお子さんはできるかな？？親子でチャレンジ★

こんなことできる～？？

今回はみんなで

ブリッジに挑戦だぁぁぁぁ！

① まず仰向けで寝て膝を立てます。
② 手は指先が自分の肩の方を向くようにして、手のひらを耳の横につきます。
③ そのまま足を踏ん張り、まずはお腹をぐっと持ち上げてみましょう！
④ 頭のてっぺんを床につけてお腹を反ったら、できる人はそこからさらに腕の力を使って体を持ち上げ、橋の形になったらブリッジの出来上がり♪
※このとき、あごを開いて床を見るようにするとバランスがとれます♪最初は下から腰を支えてあげてください。
⑤ 降りるときは、頭をぶつけないようにそーっと。最初はお布団の上などでやってみてね！

子どもたちと運動あそびを紹介！
『**運動あそび Go!Go!**』
月～土ようび　夕方５時５５分から
伊那ケーブルテレビで放送中！

運動会が終わってから、子どもたちはさらにパワーアップしていて、『ひとみ先生！ぼく鉄棒できるようになった！』とか、『渡り棒（雲梯）が最後までできるようになったから見てて！』とか、『前はできなかったけど逆上がりできた！』『のぼり棒、靴はいたまんま登れる！』…などなど、うれしい報告がいっぱい！年長さんのかっこいい姿に影響を受けて、年中さんや年少さんもいろいろまねっこして上手になってきています！これからもますます楽しみな子どもたちです♪
次号もおたのしみに～　　運動保育士　金井仁美